



दैनिक पुष्पांजली टुडे

नई सोच, नई पहल

ग्वालियर, रविवार 18 सितम्बर 2022



पृष्ठ 8 मूल्य : 2 रु.

खास खबर

प्रधानमंत्री शरीफ नवंबर में नए सेना प्रमुख की नियुक्ति करेंगे

इस्लामाबाद। पाकिस्तानी रक्षा मंत्री ख्वाजा आसिफ ने कहा कि प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ नवंबर में नए सेना प्रमुख की नियुक्ति करने वाले हैं। आसिफ के बयान से कुछ दिन पहले पूर्व प्रधानमंत्री इमरान खान ने मांग की थी कि नए सेना प्रमुख की नियुक्ति चुनाव के बाद नई सरकार द्वारा होनी चाहिए। आसिफ ने कहा, नवाज शरीफ ने चार बार यह राजनीतिक जिम्मेदारी निभाई है, और शहबाज नवंबर में यही काम करने वाले हैं। उन्होंने कहा कि संविधान में सेना प्रमुख की नियुक्ति से संबंधित नीति बिल्कुल स्पष्ट है, लेकिन इमरान इस विवादस्पद बनाने की कोशिश कर रहे हैं। उन्होंने कहा, वह सिर्फ सेना प्रमुख की नियुक्ति को विवादस्पद बनाना चाहते हैं। उन्होंने कहा कि किसी के भी मन में संविधान एवं संस्थाओं के प्रति सेना के प्रमुख की निष्ठा पर कोई संदेह नहीं है। उन्होंने कहा, राजनीति भिन्न है, लेकिन संस्थाओं को विवादस्पद नहीं बनाया जाना चाहिए। खान ने कहा कि वर्तमान प्रधानमंत्री नए सेना प्रमुख को नियुक्त करने के लिए काबिल नहीं हैं और यह मुद्दा अगली सरकार के लिए छोड़ना चाहिए। उन्होंने नए सिरे से चुनाव कराने की मांग की। वर्तमान सेना प्रमुख तीन-तीन साल के दो कार्यकाल को नवंबर में पूरा कर सेवानिवृत्त होने वाले हैं। प्रधानमंत्री वर्तमान वरिष्ठ सेवारत लेफ्टिनेंट जनरलों में से किसी को उनका उत्तराधिकारी चुनाना है। पाकिस्तान में सेना प्रमुख को प्राप्त शक्तियों के चलते उनकी नियुक्ति को लेकर लोगों में बड़ी दिलचस्पी होती है।

दिवंगत महारानी के ताबूत की तरफ दौड़ने पर एक व्यक्ति को गिरफ्तार किया

लंदन। लंदन स्थित वेस्टमिंस्टर हॉल में सार्वजनिक दर्शन के लिए रखे गए दिवंगत महारानी एलिजाबेथ द्वितीय के ताबूत की तरफ दौड़ने पर एक व्यक्ति को उस वक्त गिरफ्तार किया गया, जब हजारों शोकसंतस लोग कतारबद्ध होकर महारानी को श्रद्धांजलि दे रहे थे। मेट्रोपॉलिटन पुलिस ने कहा कि संबंधित व्यक्ति को ब्रिटेन के 'लोक व्यवस्था कानून' के तहत गिरफ्तार किया गया। लोगों ने बताया कि व्यक्ति उस ऊंचे मंच की तरफ दौड़ा जिस पर दिवंगत महारानी का ताबूत, शाही मुकुट और अन्य राजचिह्न रखे गए हैं। पुलिस ने कहा, 16 सितंबर को रात करीब 10 बजे संसदीय और राजनयिक सुरक्षा कमान के अधिकारियों ने वेस्टमिंस्टर हॉल में एक व्यक्ति को हिरासत में लिया। बयान के अनुसार, संबंधित व्यक्ति को 'लोक व्यवस्था कानून' के तहत गिरफ्तार किया गया और फिलहाल वह हिरासत में है। इस दौरान सीधे प्रसारण को कुछ समय के लिए रोक दिया गया।

सीरिया के दमिश्क अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे पर इजराइल का हमला, पांच की मौत

दमिश्क। सीरिया की राजधानी दमिश्क के अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे और कुछ अन्य इलाकों पर हथियारों से भरी इजराइली हथके में पांच सैनिकों की मौत हुई है। सीरिया की स्थानीय मीडिया ने बताया कि यह हमला देर रात करीब 12 बजकर 45 मिनट पर हुआ। हमले में संघर्षित को भी नुकसान हुआ है, जिसकी विस्तृत जानकारी नहीं दी गई है। इजराइल ने सीधे तौर पर इन हमलों की जिम्मेदारी नहीं ली है, लेकिन ये हमले उस समय में हुए हैं, जब इजराइल और ईरान के बीच एक प्रकार का संघर्ष चल रहा है। दमिश्क हवाई अड्डे को अलावा एलेपो में स्थित अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे को निशाना बनाया गया। इसकी आशंका है, कि इन हवाई अड्डों के जरिए सीरिया में राष्ट्रपति बशर अल असद और लेबनान के आतंकवादी समूह हिजबुल्लाह की मदद के लिए हथियारों की आपूर्ति की जा सकती है।

लंदन रवाना हुई राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू, महारानी एलिजाबेथ के अंतिम संस्कार में होंगी शामिल

नई दिल्ली। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ब्रिटिश महारानी एलिजाबेथ द्वितीय के राजकीय अंतिम संस्कार में शामिल होने के लिए शनिवार को लंदन के लिए रवाना हुईं। महारानी एलिजाबेथ का 96 साल की उम्र में 8 सितंबर को निधन हो गया। महारानी एलिजाबेथ द्वितीय का 19 सितंबर को अंतिम संस्कार होगा। राष्ट्रपति भवन मुर्मू की तस्वीर टवीट कर कहा है, राष्ट्रपति मुर्मू एचएम महारानी एलिजाबेथ द्वितीय के राजकीय अंतिम संस्कार में शामिल होने और भारत सरकार की ओर से संवेदना व्यक्त करने के लिए लंदन, यूनाइटेड किंगडम के लिए विमान से रवाना हुईं। विदेश मंत्री एस जयशंकर ने 12 सितंबर को दिल्ली स्थित ब्रिटिश हाई कमिशन का दौरा किया था और संवेदना व्यक्त की थी।

भारत में 74 साल बाद फिर से चीतों की आवाज सुनाई देगी: पीएम मोदी



भोपाल। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने आज मध्य प्रदेश के रयूपुर जिले में नेशनल पार्क कूनो में अफ्रीका के नामीबिया से लाये गये चीतों को छोड़ कर देशवासियों को संबोधित करते हुए कहा कि भारत में चीतों की वापसी से अब जैव विविधता की टूटी कड़ी पुनः जुड़ गई है। भारत की प्रकृति प्रेमी चेतना भी पूरी शक्ति से जाग्रत हो गई है। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने राष्ट्रीय अभ्यारण्य में चीतों को छोड़ कर देशवासियों को बधाई और शुभकामनाएं दीं। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने आज दुनिया की पहली बड़े जंगली मांसाहारी जीव की अंतर-महाद्वीपीय स्थानांतरण परियोजना का चीता प्रोजेक्ट के अंतर्गत शुभारंभ किया। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि आज सौभाग्य से हमें दशकों पहले जैव-विविधता की टूटी और विलुप्त कड़ी

- भारत की धरती पर चीतों की वापसी से जुड़ी जैव विविधता की टूटी कड़ी
- चीतों को यहाँ के माहौल में ढलने का देना होगा समय
- प्रधानमंत्री ने चीता मित्रों से चीता संरक्षण विषय पर की बातचीत
- प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कूनो नेशनल पार्क में छोड़े अफ्रीकन ची

को जोड़ने का फिर से मौका मिला है। आज भारत की धरती पर चीता लौट आया है। आजादी के अमृत महोत्सव में देश नई ऊर्जा के साथ चीतों के पुनर्वास के लिए जुट गया है। अमृत में तो वो सामर्थ्य होता है, जो मुत्त को भी पुनर्जीवित कर देता है। मुझे खुशी है कि आजादी के अमृतकाल में कर्तव्य और विश्वास का ये अमृत हमारी विरासत को, हमारी धरोहरों को और अब चीतों को भी भारत की धरती पर पुनर्जीवित कर रहा है।

चीतों को यहाँ के वातावरण में ढलने के लिये देना होगा समय प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि प्रकृति और पर्यावरण के संरक्षण में ही हमारा भविष्य सुरक्षित है। उन्होंने सभी से आग्रह किया कि चीतों को यहाँ के वातावरण में ढलने के लिये समय देना है। तब तक हमें धैर्य रखना होगा। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि आज सौभाग्य से हमें दशकों पहले जैव-विविधता की टूटी और विलुप्त कड़ी



फोटोग्राफी और चीता मित्रों से किया संवाद

प्रधानमंत्री श्री मोदी ने भारत भूमि पर 70 वर्षों के लंबे अंतराल के बाद पुनर्स्थापित किये जाने वाले चीतों की मुक्ति के ऐतिहासिक पलों को अपने कैमरे से कैद किया। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने चीतों की सुरक्षा के लिये तैनात किये गये चीता मित्रों से संवाद भी किया। चीतों की सुरक्षा के लिये आसपास के 10 गाँव के 457 चीता मित्र तैनात किये गये हैं।

एवं किसान कल्याण मंत्री नरेन्द्र सिंह तोमर, केन्द्रीय वन मंत्री भूपेन्द्र सिंह यादव, केन्द्रीय नागरिक उड्डयन एवं इस्पाल मंत्री ज्योतिरिदित्य सिधिया, पर्यावरण, वन एवं जलवायु परिवर्तन राज्यमंत्री (स्वतंत्र प्रभार) अश्विनी चौबे, प्रदेश के वन मंत्री डॉ. कुंवर विजय शाह की गरिमामयी मौजूदगी में लीवर घुमाकर चीतों को छोड़ा गया। मुक्त हो कर चीते सुरक्षा के लिहाज से तैयार किये गये बाड़े में विचरण करने लगे। अंतरराष्ट्रीय गाइड लाइन के अनुसार क्लारेट्टाइन पॉरियड खत्म होने के बाद उन्हें जंगल स्वच्छंद विचरण के लिये आजाद किया जायेगा। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने देशवासियों से आग्रह करते हुए कहा कि कूनो नेशनल पार्क में छोड़े गए चीतों को देखने के लिए देशवासियों को कुछ महीने का धैर्य पूर्वक इंतजार करना होगा। चीते हमारे मेहमान बनकर आए हैं, इस क्षेत्र से अनजान हैं। कूनो नेशनल पार्क को ये चीते अपना घर बना पाएँ, इसके लिए हमें इन चीतों को कुछ महीने का समय देना होगा। अंतरराष्ट्रीय गाइडलाइन्स का पालन करते हुए कूनो राष्ट्रीय उद्यान में इन चीतों को बसाने के पूरे प्रबंध किये गये हैं। वर्ष 1947 में भारत में सिर्फ 3 चीते शेष थे।



ईको सिस्टम पुनर्जीवित होगा

प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि विकास और समृद्धि के लिये प्रकृति और पर्यावरण का संरक्षण भी जरूरी है। इसी से हमारा भविष्य भी सुरक्षित होता है। दुनिया जब प्रकृति और पर्यावरण की ओर देखती है तो सस्टेनेबल डेवलपमेंट की बात करती है। हमारे लिये प्रकृति, पर्यावरण, पशु-पक्षी सिर्फ सस्टेनेबिलिटी और सिव्युरिटी न होकर सेन्सीबिलिटी और सिव्युरिटी के आधार भी है। आज सौभाग्य से हमारे सामने एक ऐसा ही क्षण है। उन्होंने कहा कि कूनो नेशनल पार्क में जब चीते फिर से दौड़ेंगे तो मेदनी ईको-सिस्टम फिर से पुनर्जीवित होगा।

गत 8 वर्ष में जुड़े 250 नये संरक्षित वन क्षेत्र

प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि आज 21वीं सदी का भारत, पूरी दुनिया को संदेश दे रहा है कि ईकोनॉमी और ईकोलॉजी परस्पर विरोधाभासी नहीं है। वर्ष 2014 के बाद देश में करीब द्वादश सौ नए संरक्षित क्षेत्र जोड़े गए हैं। वन क्षेत्र का निरंतर विस्तार हो रहा है। पर्यावरण की रक्षा के साथ ही, देश की प्रगति भी हो सकती है, ये भारत ने दुनिया को करके दिखाया है। आज हम विश्व की तेजी से बढ़ती अर्थव्यवस्थाओं में शामिल हैं।

शिकार हो जाने से उनका अस्तित्व खत्म हो गया और 1952 में भारत में चीतों को विलुप्त घोषित कर दिया गया। तबसे अब तक देश में फिरो से चीतों के पुनर्वास के कोई सार्थक प्रयास नहीं हुए थे। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि भारत की धरती पर चीतों के पुनर्वास के लिये नामीबिया, साउथ अफ्रीका सहित भारत के वैज्ञानिकों और विषय-विशेषज्ञों के शोध के बाद तैयार विस्तृत चीता एक्शन प्लान को परिणाम मूलक बनाया गया।

भाजपा जनता के लिए काम कर रही है जबकि कांग्रेस आराम कर रही है: ईरानी



शिमला। केंद्र मंत्री स्मृति ईरानी रामपुर में एक महिला सम्मेलन में शामिल हुईं। सम्मेलन का नाम 'नारी को नमन' रखा गया। स्मृति ईरानी ने कहा कि आज देश के पहले जनसेवक और नए भारत के का प्रदर्शक प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के का जन्मदिन है। हिमाचल में डबल इंजन सरकार ने हिमाचल के विकास की गाथा को नए क्षितिज पर पहुंचाया है। केंद्र में मोदी सरकार और हिमाचल में जयप्राम सरकार ने मिलकर राज्य की समग्र प्रगति को गति देने के लिए बहुत अच्छे काम किये हैं। 30 साल बाद रामपुर को संस्कृत कोलाज मिला, लंबे समय से चली आ रही इस मांग को भाजपा सरकार ने इस कार्यकाल में पूरा किया लेकिन दुर्भाग्य से कांग्रेस ने पिछले 30 वर्षों से केवल इसका सपना देखा था। सपने दिखाना कांग्रेस की पुरानी परंपरा है। कांग्रेस ने राज्य और केंद्र में लंबे समय तक सरकार का नेतृत्व

चारधाम जा रहे गुजरात के श्रद्धालुओं से भरी बस में आग लगी

नई दिल्ली। चारधाम जा रहे गुजरात के तीर्थ यात्रियों की बस में बहुत बड़ा झटका होने से टल गया। गुजरात के 21 यात्रियों से भरी बस यमुनोत्री जा रही थी। कटापत्थर पुल के पास अचानक बस में शॉर्ट सर्किट होने से आग लग गयी। बस धुंधलक जलने लगी। बस से धुआं निकलता देख सवारियों ने बस को रुकवाया और सभी ने बस से बाहर निकलकर जान बचाई। इस दौरान बस आग का गोला बन गयी। स्थानीय लोगों की सूचना पर दमकल विभाग व डाकपत्थर पुलिस से पहुंचकर आग बुझाने का काम किया। जिससे बस का ढांचा तो बच गया। लेकिन बस में रखा यात्रियों का सारा सामान जलकर राख हो गया। शनिवार को गुजरात के 21 यात्रियों ने हरिद्वार से यमुनोत्री धाम के लिए बस बुक कराई। बस में सवार होकर सभी यात्री



यमुनोत्री जा रहे थे। कटापत्थर के पास पुलिसिया पर जैसे ही बस पहुंची बस में धुआं निकलने लगी। बस में सवार यात्रियों ने जब बस से धुआं निकलते देखा तो चालक को बस रोकने को कहा। तभी देखा की बस धुंधलक जलने लगी। किसी तरह से यात्रियों ने बस से बाहर निकलकर अपनी जान को बचाया। देखते ही देखते बस आग का गोला बन गयी। स्थानीय लोगों व यात्रियों की सूचना पर डाकपत्थर चौकी

इंचार्ज अर्जुन सिंह मय फोर्स व दमकल विभाग की टीम मौके पर पहुंची। दमकल विभाग व पुलिस कर्मियों ने तेजी से आग बुझाने का काम किया। करीब आधा घंटे में आग पर काबू पालिया गया। लेकिन तब तक बस पूरी तरह से जलकर राख हो गयी थी। बस का सिर्फ ढांचा ही बच पाया। यात्री अपनी जान बचाकर भाग निकल पाये लेकिन सामान सभी का बस के अंदर ही रह गया। यात्रियों का बस में रखा सारा सामान जलकर राख हो गया। सामान जला लेकिन जान बच गयी यही सौचकर यात्री राहत की सांस लेते रहे। चौकी प्रभारी डाकपत्थर अर्जुनसिंह गुसाई ने कहा कि बस का ढांचा बचा है। बाकि पूरी बस जलकर राख हो गयी। कहा कि गनीमत यह रही कि सभी यात्री सुरक्षित बच गये। सामान जलकर राख हो गया है।

देश में पहली बार 800 साल से चल रहे सांस्कृतिक पंढरपुरवारी की अद्भुत फोटोग्राफिक प्रदर्शनी

मुम्बई/इन्दौर। समाजसेवी और कला संग्रहकर्ता परवेज दमानिया और रतन लुथ लेकर आ रहे हैं ऐसी अद्भुत फोटोग्राफिक प्रदर्शनी जिसे देखकर हर कोई उसका कायल हो जाये ऐसी कला का संग्रह जो भारत में पहली बार किसी ने पेश की होगी जी हा, विश्व के मशहूर फोटोग्राफर्स के कैमरे में खिंची हुई पंढरपुर यात्रा के तीर्थयात्रियों के भाव और भक्ति, संस्कृति को क्यूरेट कर उसकी प्रदर्शनी लेकर आ रहे हैं जिसे टाइटल दिया गया है द ग्रेट पिलग्रिमेज, पंढरपुर। आपको बता दें कि पंढरपुर वारी, विश्वास की 800 साल पुरानी परंपरा का दावा करता है जिसमें एक लाख से अधिक तीर्थयात्री या वारकरी हर साल मानसून



की शुरुआत में विठोबा मंदिर तक पहुंचने के लिए 21 दिनों से अधिक पैदल यात्रा करते हैं। गांधी टोपी में पुरुष, सिर पर तुलसी के बर्तन के साथ रंगीन साड़ियों में महिलाएं, दिंडी की अगुवाई करने वाले वीर घोड़े, भगवा झंडे, पालकी, वीणा, मृदंगा, ढोलकी और चपलकी की

भक्तिपूर्ण ध्वनि, फुगड़ी की ऊर्जा - सौंदर्य मौसम के लिए बीज बोने के बाद यात्रा करने वाले साधारण लोग, भगवान पांडुरंग से मिलने के लिए खुशी से झुमते हुए सूरज और बारिश को झेलते हुए पंढरपुर के रास्ते में नाचते और गाते हुए मदमस्त रहते हैं। जाति, पंथ, अमीर और गरीब के बंधनों को तोड़ते हुए एक अद्वितीय तीर्थयात्रा में मानवता का यह प्रवाह भले ही कुछ हिस्सों में टका हो, लेकिन फोटो जर्नलिस्टों द्वारा इसकी संपूर्णता में साफ झलकती है। इस तस्वीरों में सभी एक समान दिखते हैं। परवेज दमानिया कहते हैं कि, 'वारी पृथ्वी पर सबसे प्राचीन और शक्तिशाली तीर्थों में से एक है।

आज मां के पास नहीं जा सका, पर देश की लाखों माताओं-बहनों ने आशीर्वाद दिया: मोदी

नई दिल्ली। मध्य प्रदेश के करहल में एक स्वयं सहायता समूह के कार्यक्रम को संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने कहा कि आज मैं अपनी मां से मिलने नहीं जा सका, लेकिन देश की माताओं का आशीर्वाद मुझे 'कूनो नेशनल पार्क' में चीतों को छोड़ने का सौभाग्य मिला है। दूर देश से मेहमान आ रहे हैं। इन चीतों के सम्मान में तालियां बजाइए। मैं मध्य प्रदेश और देश के लोगों को बधाई देता हूँ। स्वयं सहायता समूह की महिलाओं को संबोधित करते हुए पीएम मोदी ने कहा कि 'देश की बेटियां कभी किसी से पीछे नहीं रहें। मध्य प्रदेश में जल परियोजनाओं का समूह



हाथ में है। हमारा लक्ष्य है कि हर ग्रामीण परिवार अभियान से जुड़े। स्वयं सहायता अभियान से कई बहनें जुड़ी हैं। पीएम मोदी ने

कहा कि 'सितंबर का यह माह देश में पोषण माह के रूप में मनाया जा रहा है। 2023 को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मोटे अनाज के वर्ष के रूप में मनाने की घोषणा की है। गांव की अर्थव्यवस्था में, महिला उद्यमियों को आगे बढ़ाने के लिए, उनके लिए नई संभावनाएं बनाने के लिए हमारी सरकार निरंतर काम कर रही है। 'वन डिस्ट्रिक्ट, वन प्रोडक्ट' माध्यम से हम हर जिले के लोकल उत्पादों को बड़े बाजारों तक पहुंचाने का प्रयास कर

रहे हैं। उन्होंने कहा कि 'पिछले 8 वर्षों में स्वयं सहायता समूहों को सशक्त बनाने में हमने हर प्रकार से मदद की है। आज पूरे देश में 8 करोड़ से अधिक बहनें इस अभियान से जुड़ी हैं। हमारा लक्ष्य है कि हर ग्रामीण परिवार से कम से कम एक बहन इस अभियान से जुड़े। जिस भी सेक्टर में महिलाओं का प्रतिनिधित्व बढ़ा है, उस क्षेत्र में, उस कार्य में सफलता अपने आप तय हो जाती है। स्वच्छ भारत अभियान की सफलता इसका बेहतरीन उदाहरण है, जिसको महिलाओं ने नेतृत्व दिया है।

मनोज बाजपेयी-नीना गुप्ता- साक्षी तंवर की फिल्म डायल 100 जल्दी ही ज़ी5 पर होगी रिलीज

बिग बॉस 15 का हिस्सा बन सकती हैं अभिनेत्री प्रिया बनर्जी



बाजपेयी, नीना गुप्ता और साक्षी तंवर नजर आएंगे। फिल्म का नाम है डायल 100 और फिल्म अगस्त में ज़ी5 पर स्ट्रीम करेगी। ज़ी5 के ऑफिशल सोशल मीडिया पेज पर फिल्म का मोशन पोस्टर शेयर किया गया, एक प्रिंटिंग थ्रिलर देखने के लिए हो जाए तैयार जहाँ एक कॉल और एक रात सबकी जिन्दगी बदल देगी। देखिये मनोज बाजपेयी, साक्षी तंवर और नीना गुप्ता इस थ्रिलिंग एक्सपेरियंस डायल 100 में। फिल्म रिलीज होगी ज़ी 5 पर इस अगस्त।

डायल 100 एक थ्रिलर ड्रामा है जिसे रॉसिल डिस्कोवा द्वारा डायरेक्ट किया है और इसको सोनी पिक्चर्स फिल्मस इंडिया, सिद्धार्थ पी मल्होत्रा और सपना मल्होत्रा ने प्रोड्यूस किया है। यह एक फास्ट पेस्ड सस्पेंस थ्रिलर है जो एक कॉल और एक रात पर आधारित है।

हमें पूरा यकीन है की मनोज बाजपेयी, नीना गुप्ता और साक्षी तंवर जैसे मझे हुए कलाकार ऑडियंस के लिए कुछ खास लेकर ही आ रहे होंगे।

फिल्म का ट्रेलर जल्दी ही रिलीज होगा। फिल्म ज़ी 5 पर होगी स्ट्रीम अगले महीने अगस्त में।

कटरीना कैफ ने शेयर किया वीडियो, पिंक ड्रेस में खूबसूरती देखकर फैस हुए गदगद

बॉलिवुड ऐक्ट्रेस कटरीना कैफ अक्सर सोशल मीडिया पर स्टनिंग फोटोज के जरिए फैस को ट्रीट देती रहती हैं। न्होंने इंस्टाग्राम हैंडल पर फॉलोअर्स के साथ एक हेपी वीडियो शेयर किया। वीडियो में कटरीना पिंक ड्रेस में हमेशा की तरह बेहद स्टाइलिश नजर आ रही हैं। बैकग्राउंड में ट्रेडिंग सांग कवर मी इन सनशाइन सुनाई दे रहा है। कैट काफी गॉर्जस दिख रही हैं और फैस एक बार फिर पूरी तरह से उनके प्यार में पड़ गए हैं। लोगों के आए ऐसे कॉमेंट्स वीडियो शेयर करते हुए कटरीना कैफन दिया, कवर मी इन। इसके बाद उन्होंने सनशाइन वाला इमोजी बनाया। जैसे ही उन्होंने वीडियो पोस्ट किया, फैस और दोस्त इस पर कॉमेंट करने लगे। ऐक्ट्रेस की ट्रेनर यासमीन कराचीवाला ने लिखा, तुम मेरी सनशाइन हो। वहीं, फोन भूत में उनके को-स्टार सिद्धांत चतुर्वेदी ने स्माइल वाला इमोजी पोस्ट किया। इन फिल्मों में दिखेंगी कटरीना वर्क फ्रंट की बात करें तो कटरीना अब सूर्यवंशी में अक्षय कुमार के साथ नजर आएंगी। इसके अलावा वह फोन भूत में सिद्धांत चतुर्वेदी और ईशान खट्टर के साथ दिखेंगी। वहीं, सलमान खान के साथ 23 जुलाई से वह मुंबई में टाइगर 3 की शूटिंग के लिए तैयार हैं। इस फिल्म में इमरान हाशमी विलन के रोल में दिखेंगे।



छोटे पर्दे का लोकप्रिय रियलिटी शो बिग बॉस 15 लगातार सुर्खियों में बना हुआ है। इस सीजन को लेकर निर्माताओं की तैयारी जारी है। आए दिन शो से नए कलाकारों का नाम जुड़ रहा है। निर्माता लगातार नए-नए कलाकारों से संपर्क कर रहे हैं। अब खबर है कि फिल्मों से लेकर डिजिटल जगत में अपने अभिनय का जलवा बिखेर चुकीं मशहूर अभिनेत्री प्रिया बनर्जी भी इसका हिस्सा बन सकती हैं। रिपोर्ट के मुताबिक बिग बॉस 15 के निर्माताओं ने अब वेब शो बेकाबू से लोगों के बीच लोकप्रिय हुई अभिनेत्री प्रिया बनर्जी से संपर्क किया है। अभिनेत्री के करीबी सृष्टों के मुताबिक मेकर्स लगातार उनके इस सिलसिले में बातचीत कर रहे हैं। हालांकि, प्रिया की ओर से अभी तक कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है, लेकिन उनके फैस निश्चित रूप से नए सीजन में अपनी पसंदीदा अभिनेत्री को देखने के लिए उत्साहित हैं। खबरें थीं कि बिग बॉस 15 में प्रिया चक्रवर्ती नजर आ सकती हैं। सुशांत मामले में आरोपी को तौर पर देखे जाने के चलते प्रिया की छवि काफी खराब हुई है, जिसे सुधारने के लिए वह बिग बॉस का सहारा ले सकती हैं। शो के लिए पार्थ समथान का नाम भी चर्चा में था। उनके अलावा अनुषा दांडेकर, दिशा वकानी, दिव्यांका त्रिपाठी-विवेक दहिया, मोहसिन खान दिशा परमार और नेहा मर्दा का नाम भी शो से जुड़ चुका है। बिग बॉस का प्रसारण कलर्स चैनल पर होता है। यह लोकप्रिय शो अमेरिकी टीवी रियलिटी शो बिग ब्रदर प्रारूप का अनुसरण करता है। घर के मालिक को बिग बॉस के नाम से जाना जाता है, जिनकी घर में उपस्थिति उनकी आवाज से है। बिग बॉस की सफलता अब 15वें सीजन में कदम रख चुकी है। बता दें कि रबीना दिलीक शो के पिछले सीजन की विजेता थीं। बिग बॉस का पहला सीजन 2006 में आया था। एएलटी बालाजी की वेब सीरीज बेकाबू में प्रिया बनर्जी अपने बोल्लड दुश्मनों की वजह से काफी चर्चा में रही थीं। इसमें उन्होंने अपनी शानदार परफॉर्मेंस से सबका दिल जीत लिया था। इसके बाद टिवस्टेड 3, लव बाइट्स, और 8 घंटे जैसी वेब सीरीज में भी उनके काम की प्रशंसा हुई थी। प्रिया ने वेब शो जमाई 2.0 में भी अपने अभिनय से दर्शकों को खासा प्रभावित किया।

भूमि पेडनेकर ने मनीष मल्होत्रा को दी उनके डायरेक्टोरियल डेब्यू के लिए बधाई

अगर हम बॉलिवुड फैशन की बात करें, तो डिज़ाइनर मनीष मल्होत्रा ने इतने सालों में इसको बहुत इवॉल्व किया है। उन्होंने आज तक कई एक्टर और एक्ट्रेस को सजाया है और हमें कुछ आइकोनिक ऑउटफिट दिए हैं। अब वह एक और नए सफर पर चलने को तैयार हैं, जो हॉ मनीष जल्द ही एक फिल्म डायरेक्ट करने जा रहे हैं। भूमि पेडनेकर ने उन्हें दी बधाई उनके डायरेक्टोरियल डेब्यू को लेकर।

भूमि ने मनीष की फोटो शेयर करते हुए लिखा, कॉन्सिचुलेशन मनीष तुम क्या जादू बिखेरते हो, मैं देखने के लिए बहुत बेताब हूँ।

मनीष एक म्यूजिकल लव स्टोरी डायरेक्ट करेंगे जो पार्टीशन के बैकड्रॉप पर आधारित होगा। धर्मा प्रोडक्शंस फिल्म को प्रोड्यूस करेंगे। फिल्म



कपड़े डिज़ाइन किये हैं, रेखा से लेकर श्रौंदेवी तक, करीना से लेकर आलिया भट्ट तक। उन्होंने जब भी फिल्मों में हमारी अभिनेत्रियों को सजाया है तो ऐसा कमाल हुआ है कि उनके बनाये कॉस्ट्यूम्स आइकोनिक बन गए हैं। अब उनके चाहने वाले और उनके इंडस्ट्री फ्रेंड्स काफी उत्साहित हैं उनकी डेब्यू फिल्म को लेकर।

कल, जाह्नवी कपूर ने भी मनीष को बधाई दी थी। उन्होंने अपनी माँ श्रीदेवी के साथ मनीष की फोटो शेयर की थी और लिखा था, कॉन्सिचुलेशन मनीष इस नए सफर के लिए। मैं बहुत उत्साहित हूँ की तुम फिल्मों को लेकर अपनी कॉलेज और प्यार को अब दुनिया को दिखाने के लिए तैयार हो। हम सब फिल्म में तुम्हारा जादू देखने को तैयार हैं। यह फिल्म बहुत खास होने वाली है।

रॉकस्टार रणबीर कपूर और अभिनेत्री श्रद्धा कपूर ने शुरू की अपनी नई फिल्म लव रंजन की शूटिंग

बॉलिवुड के रॉकस्टार रणबीर कपूर और अभिनेत्री श्रद्धा कपूर ने अपनी आने वाली फिल्म की शूटिंग दिल्ली में शुरू कर दी है। फिल्मकार लव रंजन की आने वाली फिल्म में रणबीर कपूर और श्रद्धा कपूर की मुख्य भूमिका है। फिल्म की शूटिंग इस साल की शुरुआत में जनवरी में नोएडा में शुरू हुई थी। अगला शेड्यूल जून में शुरू होना था, लेकिन कोरोना महामारी की दूसरी लहर के कारण इसमें देरी हुई। इस फिल्म की शूटिंग फिर शुरू हो गयी है। बताया जा रहा है कि फिल्म की टीम ने सितंबर में यूरोप जाने से पहले दिल्ली और मुंबई सहित देश के अन्य लोकेशंस पर शूटिंग करने की योजना बनाई है। फिल्म में डिंपल कपाडिया और बोनी कपूर रणबीर कपूर के माता-पिता की भूमिका निभा रहे हैं।

रवि दुबे के ट्रांसफॉर्मेशन देख उड़े सबके होश: इस वक ऐक्टर रवि दुबे का ट्रांसफॉर्मेशन सोशल मीडिया पर चर्चा बटोर रहा है। रवि दुबे मई में कोरोना की चपेट में आ गए थे और इस दौरान उनका वजन काफी बढ़ गया था। लेकिन कोरोना से उबरने के बाद रवि दुबे ने एक महीने के अंदर ही न सिर्फ अपना 10 किलो वजन घटा लिया है बल्कि वह बेहद स्लिम और फिट भी हो गए हैं। खास बात यह है कि रवि दुबे ने किसी सप्लिमेंट या प्रोटीन के बिना बड़ा वजन और चर्बी घटाई है। रवि दुबे ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर अपनी ट्रांसफॉर्मेशन जर्नी शेयर की है। साथ में उन्होंने 12 जून की अपनी एक तस्वीर शेयर की है, जिसमें वह थुलथुले अवतार में दिख रहे हैं। इसके साथ उन्होंने ठीक एक महीने बाद की तस्वीर शेयर की है, जिसमें वह लीन लुक में नजर आ रहे हैं। अपनी वेट लॉस और ट्रांसफॉर्मेशन की कहानी शेयर करते हुए रवि दुबे ने लिखा है, 'एक महीने में सप्लिमेंट्स और प्रोटीन शेक के बिना ट्रांसफॉर्मेशन।'



रस्सी कूदने से होते हैं ये फायदे!



रस्सी कूदने का शौक कई लोगों को होता है। ज्यादातर रस्सी कूदना लड़कियों को पसंद होता है। जब भी हम रस्सी कूदते हैं तो हमें अपने स्कूल के दिन याद आ जाते हैं। अगर आप रोजाना रस्सी कूदते हैं तो आपको कोई भी एक्सरसाइज करने की जरूरत नहीं पड़ती। रस्सी कूदना जितना आसान है उतना ही यह हमारी सेहत के लिए फायदेमंद भी है। आज हम आपको बताते हैं कि रस्सी कूदने से क्या-क्या फायदे होते हैं।

पूरे शरीर की कसरत

रस्सी कूदने से पूरे शरीर की कसरत हो जाती है। इससे आपके शरीर में चुस्ती, ताकत और हर काम को करने के क्षमता बढ़ती है।

दिमाग होता है तेज

कई बार हम काम करके बोर हो जाते हैं और फ्रेश होने के लिए रस्सी कूदते हैं। ऐसा करने से हमारा दिमाग फिर से काम करना शुरू कर देता है। इससे आपका दिमाग अधिक चलता है और पैरों पर इतना प्रेशर नहीं पड़ता।

वजन करें कम

लोग वजन कम करने के लिए सुबह सैर करने जाते हैं लेकिन शायद आप यह नहीं जानते कि रस्सी कूदने से जल्दी वजन कम होता है। अगर आप भी वजन कम करना चाहते हैं कि रस्सी कूदना शुरू करें।

सांस लेने की क्षमता

रस्सी कूदने से आपकी सांस लेनी की क्षमता बढ़ती है। स्वास्थ्य रहने के लिए हम कई तरह की एक्सरसाइज करते हैं जिसमें हम अपनी सांस को भी कुछ समय तक रोकते हैं। वहीं रस्सी कूदते समय आपको सांस रोकनी नहीं पड़ती।

हड्डियों के लिए फायदेमंद

हड्डियों के लिए रस्सी कूदना बहुत फायदेमंद होता है। अगर आपको हड्डी संबंधित कोई समस्या है तो रस्सी कूदने से पहले एक बार डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

स्मरण शक्ति बढ़ाना है तो ये साधारण उपाय करें



स्मरण शक्ति की कमजोरी या विकृति से विद्यार्थी और दिमागी काम करने वालों को असुविधाजनक स्थिति से रुबरु होना पड़ता है। यह कोई रोग नहीं है और न किसी रोग का लक्षण है। इसकी मुख्य वजह एकाग्रता(कन्संट्रेशन) की कमी होना है।

ये कुछ सरल उपचार हैं जिनसे स्मरण शक्ति बढ़ती है: बादाम 5 नग रात को पानी में गलाएँ/सुबह छिलके उतारकर बारीक पीस कर पेस्ट बनाएँ। अब एक गिलास दूध गरम करें और उसमें बादाम का पेस्ट घोलें। भली प्रकार उबल जाने पर उतारकर मामूली गरम हालत में पीयें। इसमें 3 चम्मच शहद भी डालें। यह मिश्रण पीने के बाद दो घंटे तक कुछ न लें। यह स्मरण शक्ति वृद्धि करने का जबरदस्त उपचार है। दो महीने तक करें।

■ एक सेवफल नित्य खाने से कमजोरी मेमोरी में लाभ होता है। भोजन से 10 मिनट पहले खाएँ।

■ जिन फुलों में फास्फोरस तत्व पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है वे स्मरण शक्ति बढ़ाने में विशेषतौर पर उपयोगी होते हैं। अंगूर, खारक, अंजीर एवं संतरा दिमागी ताकत बढ़ाने के लिये नियमित उपयोग करना चाहिये।

■ धनिया का पावडर दो चम्मच शहद में मिलाकर लेने से स्मरण शक्ति बढ़ती है।

■ आंवला का रस एक चम्मच 2 चम्मच शहद में मिलाकर उपयोग करें।

■ अदरक, जीरा और मिश्री तीनों को पीसकर लेने से कम याददाश्त की स्थिति में लाभ होता है।

- 250 मिलि दूध (गाय का) और 2 चम्मच शहद मिलाकर पीने से भी याद दाश्त में बढोती होती है। विद्यार्थियों के लिये फायदेमंद उपचार है।
- तिल में स्मरण शक्ति वृद्धि करने के तत्व हैं। 20 ग्राम तिल और थोडा सा गुडु का तिलकुट्टा बनाकर नित्य सेवन करना परम
- हलिकार उपचार है।
- काली मिर्च का पावडर एक चम्मच असली घी में मिलाकर उपयोग करने से याद दाश्त में इजाफा होता है।
- आम रस (मैंगो जूस) मेमोरी बढाने में विशेष सहायक माना गया है। आम रस में 2 चम्मच शहद मिलाकर लेना उचित है।

किंग खान को आई बेहद पसंद फरहान अख्तर की नई फिल्म तूफान

बॉलिवुड के किंग खान शाहरुख खान को फरहान अख्तर की फिल्म तूफान बेहद पसंद आयी है। फरहान अख्तर की फिल्म 'तूफान' 16 जुलाई को ओटीटी प्लेटफॉर्म पर 'अमेज़ॉन प्राइम वीडियो' पर रिलीज की गई है। फिल्म में फरहान अख्तर, मुणाल ठाकुर और परेश रावल अहम किरदार में हैं। फिल्म का निर्देशन राकेश ओमप्रकाश मेहरा ने किया है। शाहरुख खान फिल्म 'तूफान' बहुत ज्यादा पसंद आई है। शाहरुख ने फिल्म तूफान और फरहान अख्तर की तारीफ करते हुए ट्वीट किया है। शाहरुख खान ने अपने ऑफिशियल ट्विटर हैंडल से फरहान की फिल्म 'तूफान' का रिव्यू करते हुए लिखा है, मेरे दोस्त फरहान अख्तर और राकेश ओम प्रकाश मेहरा को उनकी नई फिल्म 'तूफान' के लिए ढेर सारी शुभकामनाएं। कुछ दिन पहले मुझे इस फिल्म को देखने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। यह फिल्म बेहद शानदार प्रदर्शन कर रही है। फिल्म को लेकर मेरा रिव्यू यही है कि हम सभी को 'तूफान' जैसी फिल्म बनाने की कोशिश करनी चाहिए और इस तरह की फिल्मों में ज्यादा बन्नी चाहिए।



बंद नाक में ऐसे मिलेगी राहत



एक साथ आधा कप कच्चे, अर्नफिल्टर्ड सेब के सिरके और पानी को मिलाकर करें। इस मिश्रण को उबलने दें, फिर स्टोव से हटा दें।

अपने सिर पर एक तौलिया रख दें और अपने मुंह और आंखें बंद कर 3 से 5 मिनट के लिए भाप लें। एक दिन में इसे कई बार दोहराएं।

भाप

भाप लेना बंद नाक को खोलने का बहुत ही अच्छा तरीका माना जाता है। यह भी उन्हें नम रखने से साइनस में सूजित रक्त वाहिकाओं को नम कर उन्हें राहत देता है।

गर्म सेक

एक गर्म सेक करना एक अच्छा तरीका है बलगम को पतला करने का ताकि वह आराम से नाक से निकलने लगे।

इस सेक से गर्मी भी किसी भी दर्द से आराम प्रदान करती है और नाक में सूजन से राहत देती है।

लहसुन

लहसुन में बंद नाक को खोलने के गुण हैं। यह सूजन को कम और प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में भी मदद करता है जिससे बंद नाक खुलती है और संक्रमण पर विजय मिलती है।

जल नेती

जल नेती क्रिया का उपयोग करने से नाक के अंदर भरी बलगम और बैक्टीरिया साफ हो जाते हैं। नाक सिंचाई बलगम को बाहर निकालने में मदद करती है। इस प्रकार इससे नासिका और साइनस ब्लॉकज (रुकावट) खत्म हो जाती है।

बारिश के दिनों में दिखें स्टाइलिश



मानसून के आते ही जहां एक ओर प्रकृति अपने रंग बिखेरने लग जाती है वहीं दूसरी ओर मौसम भी सुहाना हो जाता है। ऐसे में लड़कियों के लिए इस मौसम में खुद को फैशनबल और ट्रेंडी रखने के लिए बहुत मेहनत करनी पड़ती है। क्योंकि मानसून में समझ नहीं आता कि ऐसा क्या पहना जाए जो इस मौसम के लिहाज से आरामदायक हो इसलिए आज हम आपको कुछ ट्रेंडी फैशन टिप्स बताने जा रहे हैं जो इस मौसम में आपको स्टाइलिश खने में मदद कर सकते हैं।

बन या हार्ड पोनी बनाए

बारिश के मौसम में बाल गीले होने के कारण बालों के खराब होने के चांसेस रहते हैं। ऐसे में आप बालों का बन बनाएं या फिर शॉर्ट ड्रेसिंग पर हार्ड पोनीटेल भी बनाकर अपने लुक को कंफर्टी कर सकती हैं। जिससे इस मौसम में फ्रीजी हेयर की समस्या से बचा जा सकता है।

आरामदायक रेंगें शॉर्ट ड्रेसिंग

मानसून के दौरान शॉर्ट्स, शॉर्ट स्कर्ट और शॉर्ट ड्रेस पहनना लड़कियों के लिए काफी

आरामदायक हो सकता है। वैसे ग्रे रंग की पैसिल स्कर्ट के साथ सफेद रंग की शर्ट को टिमअप करना अच्छा विचार हो सकता है। बारिश में शॉर्ट्स, मिनी स्कर्ट और पैसिल स्कर्ट आदि तो हमेशा चलन में रहते ही हैं, लेकिन इन दिनों लड़कियों के फैशन ट्रेड की बात करें तो ट्रेंचकोट एक अच्छा विकल्प हो सकता है।

छतरी और रेनकोट से भी लगे फैशनबल

बारिश के दिनों में बाहर निकलते समय छतरी या रेनकोट तो हमारी जरूरत का ही एक हिस्सा है। क्यों न इस जरूरत को ही हम चलन में बदल दें। इससे हमारा मतलब है कि आजकल फ्लोरल प्रिंट की ट्रान्स्पैरेंट छतरी काफी चलन में हैं जिनके आप अर्रिज, ऑलिव ग्रीन जैसे रंगों को कंट्रास्ट रंग की ड्रेसिंग के साथ ट्राई कर सकते हैं। इस तरह की छतरी भी आपके लुक को स्टाइलिश बनाने में काफी मदद कर सकती है।

वाटरप्रूफ मेकअप का करे इस्तेमाल

बारिश के मौसम में जहां आप अपने कपड़ों का ख्याल रख रही हैं, वहीं दूसरी ओर आपको अपने लुक को भी बेहतर बनाने के लिए वाटर प्रूफ मेकअप का भी चुनाव करना होगा। क्योंकि अगर बारिश के मौसम में आप वाटरप्रूफ मेकअप का इस्तेमाल नहीं करते हैं तो बारिश के साथ ही आप का लुक भी पानी में बह जाएगा।

नाक में जमाव को हम 'बंद नाक' कहते हैं। यह तब होता है जब नेसल कैविटी सूजने लगती है और फिर इसकी वजह से बलगम होने लगता है। इससे सांस लेना मुश्किल हो जाता है। यह समस्या जुकाम, फ्लू और एलर्जी से जुड़ी होती है। अगर नाक में जमाव की समस्या एक हफ्ते से ज्यादा हो रही है तो यह साइनस, शुष्क हवा, शरीर में हार्मोनल परिवर्तन, बुखार, अस्थमा, गर्भावस्था, तनाव, थायरॉइड विकार और अत्यधिक तंबाकू या धुएँ के कारण हो सकता है। इसके अलावा सामान्य नाक में जमाव की समस्या पॉलिस या ट्यूमर के कारण भी हो सकती है। नाक में जमाव के सामान्य लक्षण जैसे साइनस दर्द, बलगम बनना, नाक के उत्तकों में सूजन, आँखों से पानी निकलना, भारी आवाज़ निकलना और हल्का दर्द आदि शामिल हैं।

बंद नाक बेहद कष्टदायी होती है और यह बच्चों के लिए ज्यादा असहज होती है। जरूरी है कि इसका इलाज जल्द से जल्द कर लिया जाए क्योंकि इससे कान का संक्रमण, नौद न आना जैसी समस्याएँ हो सकती हैं। जमाव को साफ करने के लिए कई तरीके मौजूद हैं और वो तरीके कहीं और नहीं आपको अपने घर में ही मिल जाएंगे।

बंद नाक खोलने का नुस्खा है सेब का सिरका

सबसे पहले, इसकी उच्च पोटेसियम सामग्री बलगम को पतला करने में मदद करती है। साथ ही, इसमें एसिटिक एसिड बैक्टीरिया के विकास को रोकता है और नाक खोलने की प्रक्रिया को तेज करता है

इसे बनाने और लगाने का तरीका -

कच्चे, अर्नफिल्टर्ड सेब के सिरके के 2 बड़े चम्मच और कच्चे शहद का 1 बड़ा चम्मच एक कप गर्म पानी में मिलाएं। इस टॉनिक को दिन में दो बार पीएं।

त्वचा रोग के घरेलू उपाय

त्वचा रोग कुछ समय के लिए या लंबे समय के लिए हो सकता है। त्वचा रोग होने के कुछ कारण परिस्थितियों (माहौल, कार्यदशा, खानपान) के अनुसार होते हैं, जबकि कुछ अनुवांशिक होते हैं। वहीं, कुछ त्वचा रोग साधारण होते हैं और कुछ आपकी जान को जोखिम में भी डाल सकते हैं।

■ ये रोग और उसकी गंभीरता को कम करने के लिए आज हम आपके लिए कुछ घरेलू उपाय लेकर आये हैं। इन उपायों के इस्तेमाल से आप त्वचा रोग से बचाव कर पाएंगे।

■ ऐसे विकार या संक्रमण जो मानव त्वचा को प्रभावित करते हैं, उन्हें चर्म रोग कहा जाता है। इनके कई कारण होते हैं।

■ हालांकि त्वचा को प्रभावित करने वाले अधिकांश रोग त्वचा की परतों में शुरू होते हैं, यह विभिन्न प्रकार के आंतरिक रोगों के निदान में भी मदद करते हैं। यह माना जाता है कि त्वचा से एक व्यक्ति के आंतरिक स्वास्थ्य का पता चलता है।

■ चर्म रोग (त्वचा विकार) के लक्षणों और गंभीरता में काफी भिन्नताएँ हैं। यह अस्थायी या स्थायी होने के साथ ही दर्द रहित या दर्दयुक्त दोनों ही तरह के हो सकते हैं। कुछ मामलों में यह स्थितिजन्य हो सकते हैं, जबकि अन्य में यह अनुवांशिक भी होते हैं। कुछ त्वचा विकारों की स्थिति बेहद ही सूक्ष्म होती है, और कुछ जीवन के लिए खतरनाक हो सकते हैं।

■ अधिकांश चर्म रोग सूक्ष्म होते हैं, जबकि अन्य एक अधिक गंभीर समस्या की ओर संकेत करते हैं। यदि आपको इन में से कोई त्वचा संबंधी समस्या हो तो अपने चिकित्सक से संपर्क करें।



खांसी, बुखार और सिरदर्द में शतावरी से मिलता है आराम

शतावरी एक सुपर फूड के तौर पर खा सकते हैं। चमकदार और हरे रंग की शतावरी एक बेहतरीन सब्जी है। इसमें विटामिन और खनिज जैसे विटामिन ए, सी, ई, के, और बी 6, साथ ही फोलेट, लौह, तांबा, कैल्शियम, प्रोटीन, और फाइबर से भरा होता है। पोषक तत्वों से भरी शतावरी में कई स्वास्थ्य लाभ छिपे हैं।

पर लोग इसका सेवन चूर्ण के रूप में करते हैं। आज हम आपको 7 ऐसी वजह बताएंगे जिसके लिए आप शतावरी का सेवन जरूर करेंगे।

अनिद्रा

अनिद्रा के शिकार लोगों के लिए शतावरी बहुत ही फायदेमंद है। शतावरी का पांच से दस ग्राम चूर्ण, 10-15 ग्राम घी तथा दूध में डालकर नींद आने की समस्या समाप्त हो जाएगी।

खांसी

अड़ूसे का रस, शतावरी का रस



और मिश्री मिलाकर चाटने या तीनों को मिलाकर चूर्ण बनाकर खाने से खांसी समाप्त हो जाती है। सूखी खांसी के लिए यह बहुत फायदेमंद है। कफ में खून आने की बीमारी में भी शतावरी खाने से लाभ होता है।

बुखार

ज्वर होने पर शतावरी और गिलोय का रस गुड़ में मिलाकर लेने से फायदा होता है। शतावरी से सामान्य और तेज दोनों प्रकार के बुखार में फायदा होता है।

सिरदर्द

माइग्रेन जैसे सिरदर्द के लिए शतावरी बहुत कारगर औषधि है। शतावरी को कूट कर रस निकाल लीजिए। बराबर हिस्सों में शतावरी का रस और तिल का तेल मिलाकर सिर पर मालिश करने से सिरदर्द होना बंद हो जाता है। इससे आधाशीशी रोग में

आराम मिलता है।

गीली शतावरी पीसकर दूध में मिला लीजिए, फिर कपड़े से छान कर या रस में घी मिलाकर पका लीजिए। खूनी दस्त आने पर इसका इस्तेमाल कीजिए, आराम मिलेगा।

शक्तिवर्द्धक

शतावरी के चूर्ण को दूध में डाल कर बनाई खीर या पाक बना कर खाने से पुरुषों में यौन शक्ति बढ़ती है। शतावरी में एंटी-ऑक्सीडेंट होता है, जो कि कैन्सररोधी है। इसके अलावा शतावरी में विटामिन ए, बी, सी,

पोटेसियम और जिंक पाया जाता है। इसमें हिस्टोन नामक प्रोटीन पाया जाता है जो कि कैन्सर के उपचार में योगदान देते हैं।

शतावरी का प्रयोग

शतावरी बहुत ही फायदेमंद पौधा है। इसे सामान्य दिनों में भी प्रयोग करने से कई प्रकार के सामान्य रोग भी नहीं होते हैं। सामान्य दिनों में प्रयोग करने के लिए, 4-5 मिनट पानी में उबालकर मिक्सर से फेंट दीजिए। इसे फ्रिज में रखिए और दो-दो चम्मच सुबह शाम प्रयोग कीजिए।

अनानास के इन फायदों को जानेंगे तो रोज खाएंगे आप



खट्टे-मीठे स्वाद के साथ से भरपूर अनानास को सेहत के लिए सबसे अहम और लाभकारी माना जाता है। जी हॉ और कई बीमारियों में मरीजों को इलाज के दौरान विशेषज्ञ इसे खाने की सलाह देते हैं। जी दरअसल अनानास बाँड़ी में इम्युनिटी बढ़ाने के लिए एक अच्छा तरीका माना जाता है और इसके सेवन से बाँड़ी से जुड़ी कई परेशानियाँ दूर होती हैं। आज हम आपको बताते हैं इसको खाने के फायदे।

■ अनानास मोटापा दूर करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है क्योंकि अनानास में पर्याप्त मात्रा में विटामिन सी पाया जाता है। इस वजह से अनानास का सेवन स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभकारी होता है यह पाचन शक्ति को बढ़ाने के साथ साथ वजन को भी कम करने में सहायता करता है। जी दरअसल अनानास में

विटामिन ए भी पाया जाता है इसमें विटामिन के अलावा फाइबर पोटेसियम फास्फोरस और कैल्शियम भी मौजूद होते हैं यह सभी तत्व बाँड़ी को हेल्दी रखने के लिए बहुत जरूरी होते हैं

■ अनानास में फाइबर मैग्नीशियम होता है इसमें मौजूद थाईमिन हार्ट को हेल्दी रखने के लिए अच्छा माना जाता है। इसी के साथ अनानास में कई तरह के एंटी ऑक्सीडेंट्स तत्व पाए जाते हैं जो बाँड़ी को फिट रखने में सहायता करते हैं। जी हॉ और यह एंटीऑक्सीडेंट्स गठिया हृदय संबंधी रोग और कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों से आपको दूर रखता है अनानास खाने से दाँतऔर मसूड़े मजबूत होते हैं।

■ हाई ब्लड प्रेशर से परेशान लोगों अपनी डाइट में पाइनेपल को शामिल कर सकते हैं। जी दरअसल इसमें पर्याप्त मात्रा में पोटेसियम पाया जाता है और इसमें सोडियम की मात्रा काफी कम होती है। इसी के साथ इससे यह बाँड़ी में ब्लड प्रेशर को शानदार बनाए रखता है।

■ आपको शायद ही पता होगा कि अनानास में एंटी कैंसर एजेंट होते हैं। जी दरअसल अनानास के नियमित सेवन करने से बाँड़ी में कैंसर का खतरा काफी हद तक कम हो जाता है।

झरप के इस्तेमाल ने बालों को बना दिया है रुखा और बेजान तो इस तरह करें उन्हें रिपेयर, कुछ ही दिनों में दिखने लगेगा फायदा

घने, चमकदार और मुलायम बाल व्यक्तित्व को निखारते हैं लेकिन उन पर किया जाने वाला तरह-तरह का एक्सपेरिमेंट उनको रुखा और बेजान बना देता है। ज्यादातर लोग बालों को वॉल्यूम, स्टाइल और झरप करने के लिए इलेक्ट्रॉनिक चीजों का इस्तेमाल करते हैं। जिसकी वजह से बाल रूखे और बेजान हो जाते हैं। ऐसे में अगर आप भी ऐसा करते हैं या करते थे और आपके बाल भी डैमेज हो गए हैं तो हम आपके लिए डैमेज बालों को रिपेयर करने के कुछ आसान तरीके लेकर आए हैं। तो चलिए जानते हैं इनके बारे में...

दही: दही बालों के लिए कंडीशनर का काम करता है। यह बालों को मुलायम और चमकदार बनाता है और रूखी की समस्या को भी दूर करता है। इसके लिए आप दही में एक चम्मच शहद मिलाकर एक पेस्ट बनाएं और इसे बालों में 15-20 मिनट तक लगा रहने दें ऐसा करने से आपके बालों की खोई हुई चमक वापिस लौट आएगी।

एलोवेरा: बालों को पोषण पहुंचाने का सबसे अच्छा और आसान तरीका है एलोवेरा का इस्तेमाल। एलोवेरा हमारी स्किन और बाल दोनों के लिए फायदेमंद होता है। एलोवेरा अच्छे मॉइस्चराइजिंग पदार्थ है। इसका बालों में इस्तेमाल करने के लिए आप एलोवेरा के ताजे पत्ते से आप एलोवेरा निकाल सकते हैं और उसे बालों पर लगाएं। ऐसा करने से आपके बालों में शहान आएगी। आप हफ्ते में दो बार इसको बालों पर लगा सकते हैं।



अंडा: डैमेज बालों को नरिश करने के लिए आप अंडे का इस्तेमाल कर सकते हैं। अंडे में प्रोटीन मौजूद होता है जो बालों की ग्रोथ के लिए बहुत जरूरी है। इसके लिए आपको हफ्ते में एक बार अंडे का हेयर मास्क बालों पर जरूर लगाना चाहिए। वहीं, बादाम तेल प्राकृतिक मॉइस्चराइजर और कंडीशनर की तरह काम करता है। आप बादाम तेल और अंडे को मिलाकर एक मिश्रण तैयार कर लें। आप अंडे को फेंटकर बालों में लगा सकते हैं। फिर बालों के कुछ-कुछ भाग को लेकर इस मिश्रण को बालों की जड़ों से लेकर ऊपर छोर तक लगाएं। बालों में करीब आधा घंटे तक लगे रहने के बाद शैंपू कर लें।

एवोकाडो: एवोकाडो में विटामिन-बी और ई होते हैं, जो बालों को पोषण देते हैं। ये बालों को हुए नुकसान की भरपाई भी

करते हैं। वहीं, दही की मदद से बालों को गहराई से कंडीशन किया जा सकता है। इसके लिए आप एवोकाडो को काटकर अंदर के बीज को निकाल लें। फिर एवोकाडो को और दही को मिलाकर एक गाढ़ा पेस्ट तैयार कर लें। इस तैयार पेस्ट को करीब 30-35 मिनट के लिए बालों पर लगा रहने दें। इसके बाद शैंपू और कंडीशनर से बालों को धो लें।

नारियल तेल: विटामिन-ई का तेल में प्रचुर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट होता है जो बालों को नुकसान होने से बचाता है। वहीं, नारियल तेल का तेल बालों को गहराई से कंडीशन करता है। आप दोनों तेल को अच्छी तरह से मिलाकर बालों पर अच्छी तरह से लगा लें। 40 मिनट तक तेल को बालों में सोखने दें उसके बाद बालों को धो लें। आप हफ्ते में एक या दो बार ऐसा

कर सकते हैं।

मेयोनीज: मेयोनीज को बालों में लगाने से पहले आपको इसमें बादाम तेल और अंडे को मिलाना होगा। इन तीनों को मिलाकर एक अच्छा मिश्रण तैयार कर लें। फिर इस तैयार मिश्रण को अच्छी तरह से बालों और स्केल्प पर लगा लें। इसके बाद बालों को गर्म तौलिये या शॉवर कैप से ढक लें। कुछ देर बालों पर लगा रहने के बाद शैंपू से धो लें। इन तीनों चीजों को मिलाकर तैयार किया गया ये हेयर मास्क बालों को भरपूर पोषण देगा। यह उन्हें मजबूत व चमकदार बनाएगा। यह आपके बालों में एक्सट्रा मॉइस्चर देगा। आप हफ्ते में दो बार इस हेयर मास्क को लगा सकते हैं।

शहद: शहद एक अच्छा कंडीशनर होता है। शहद हुमेक्टेंट की तरह काम करता है, जो आपके बालों में मॉइस्चर को लॉक करता है। यह आपके बालों को मजबूत, घना और चमकदार बनाता है। इसके लिए आप शहद को पानी में डालकर घुलने दें और फिर बालों में 30 मिनट तक लगाएं। उसके बाद बालों को शैंपू और कंडीशनर से धो लें।

सेब का सिरका: सेब का सिरका आपके बालों के पीएच स्तर को संतुलित करने में मदद करता है और किसी भी खुले क्यूटिकल को बंद करता है। इसको लगाने से बालों पर चमक लौट आती है। इसके लिए आप एक जग उंडे पानी में सेब का सिरका मिला लें। पहले अपने बालों को शैंपू से धो लें और फिर सेब के सिरके के पानी से धो लें।

देश के रक्षा मंत्री माननीय राजनाथ सिंह जी के सुपुत्र, प्रख्यात समाजसेवी और FICCI UP के अध्यक्ष नीरज सिंह जी एवं नीलम नीरज सिंह जी का समाजसेवी श्यामू ठाकुर ने किया स्वागत



पुष्पांजली टुडे
दरिया । मां पीतांबरा की नगरी दरिया में आज देश के रक्षा मंत्री माननीय राजनाथ सिंह जी के सुपुत्र, प्रख्यात समाजसेवी और सद्गुण कके अध्यक्ष श्री नीरज

सिंह जी एवम नीलम नीरज सिंह जी से विशुद्ध समाजसेवी श्यामू ठाकुर ने सौजन्य भेंट कर सोयाफा तलवार अंग वस्त्र भेंटकर किया स्वागत से सम्मान इस दौरान श्यामू ठाकुर ने पवित्र तीर्थ स्थल

संक्रुआ धाम के दर्शन और पूजन के लिए भी श्री नीरज सिंह जी को आमंत्रित किया!! मुलाकात के दौरान तमाम युवाओं से संबंधित समस्याओं को भी श्यामू ठाकुर ने नीरज सिंह के सामने रखा

जिसको लेकर उन्होंने शीघ्र कार्यवाही का भरोसा दिया. श्री नीरज सिंह युवाओं के बीच खासे लोकप्रिय हैं और वो लगातार क़ के राजनीति में सक्रिय रहते हैं, अपने पिता के संसदीय क्षेत्र में

नीरज सिंह ही सदैव सक्रिय रहते हैं. ना सिर्फ़ FICCI UP के वो अध्यक्ष हैं बल्कि योग्य एसोसिएशन के अलावा भी वो भारत तिब्बत समन्वय संघ के भी राष्ट्रीय अध्यक्ष हैं. इस दौरान साथ

में उपस्थित रहे राजकुमार सिंह राजावत बलवीर गौर राहुल चौरसिया सुनील राठौड़ पुनीत पाठक प्रदुमन साहू रवि सोनी निर्विंता सविता बबलू चौरसिया आदि जन उपस्थित रहे

मरीजों के लिए चिकित्सक ईश्वर के समान-संघमित्रा

स्वास्थ्य विभाग के कर्मचारियों का हुआ सम्मान

अर्पित गुप्ता उपसम्पादक पुष्पांजली टुडे
भाण्डेर- समाज सेवियों द्वारा सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र में स्वास्थ्य विभाग के अधिकारी व कर्मचारियों को सम्मानित



कि या। स्वास्थ्य विभाग की सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र में पदस्थ समस्त स्टाफ क्षेत्र की जनता से बहुत ही अच्छा व्यवहार रखता है। जिसे देखते हुए समाज सेविका संघमित्रा ने स्वास्थ्य विभाग भाण्डेर के वीएमओ डॉ. आरएस परिहार, डॉ. अभीनव गुप्ता, डॉ. दीपका बघेल, डॉ. शिवानी ठरिया, स्टाफ नर्स स्मिता सेलुकर, कीर्ति पाल, निर्मला बघेल, उर्मिला बघेल, सुप्रिया गुप्ता, हेमलता धानुक, सगुनतला श्रीवास्तव, रिचा शर्मा, पमिता जाटव का शॉल व श्रीफल से सम्मान किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि कोरोना संक्रमण जैसे भीषण समय में अपनी जान की परवाह किए बिना चिकित्सकों एवं स्वास्थ्य कर्मचारियों ने मरीजों की सेवा की। बीमारी के समय में मरीज के लिए चिकित्सक ईश्वर के समान होते हैं। इस अवसर पर शैलेन्द्र खरे, शाहिद कुरैशी, लालता शर्मा, रमाकांत पटेल, अरुणेश सक्सेना, प्रदीप श्रीवास्तव चुड़खी सहित अन्य लोग उपस्थित रहे।

अनुसूचित जाति मोर्चा के सभी नवनिर्वाचित पदाधिकारियों का किया सम्मान

महेन्द्र शर्मा उपसंपादक पुष्पांजली टुडे
मौ- भिंडा। मंडल अध्यक्ष गोपाल सिंह कुशबाह ने अपनी समस्त टीम के साथ अनुसूचित जाति मोर्चा के मंडल अध्यक्ष महेन्द्र सिंह परिहार एवं समस्त टीम का स्वागत किया इस अवसर पर जिला मंत्री फरेन्द्र सिंह सिक्खवार पूर्व नगर परिषद अध्यक्ष मर्जाद सिंह यादव युवा मोर्चा अध्यक्ष रामनिवास यादव रामखण्डार गुर्जर पंकज कुशबाह दिलीप कुशबाह रामू कुशबाह अजय झा सुल्तान मोयें राजू मिश्रा शतीष परिहार सोनू खान राजू खान जाकिर खान सूरज खटीक रामकुमार जादौन चतुर सिंह कुशबाह राजू कुशबाह रामनरेश कुशबाह मेहबूब खान संतोष यादव रघुराज गुर्जर रामकेश गुर्जर बलवी यादव कोमल यादव धर्मेन्द्र राणा उपाध्यक्ष, विजय सिंह जाटव, अरुण बाल्मीकि, संतोष खटीक, गणेशराम



जाटव, पुरन गोयल, रामनिवास परिहार, महामंत्री आकाश शाक्य अभिषेक जाटव मंत्री, सोनू गोयल, मानों परिहार, महाराज सिंह जाटव राय सिंह जाटव, सुनील गोयल बलवीर गोयल जाटव कोषाध्यक्ष, उदयबीर धानुख सह

शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय क्रमांक 2 शिवपुरी में संपन्न हुआ विधिक साक्षरता शिविर

अनिल कुशवाहा प्रभारी पुष्पांजली टुडे
शिवपुरी- राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण जबलपुर के आदेशानुसार एवं प्रधान जिला एवं सत्र न्यायाधीश श्री दीपक गुप्ता के निर्देशानुसार एवं जिला न्यायाधीश एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव श्रीमती अर्चना सिंह के मार्गदर्शन में आज शुक्रवार को शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय क्रमांक-2 शिवपुरी में विधिक साक्षरता शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में उपस्थित छात्रों को जिला विधिक सहायता अधिकारी डॉ. वीरेंद्र कुमार चढ़ार ने मौलिक अधिकारों, मौलिक कर्तव्यों एवं लैंगिक अपराधों के बारे में विस्तृत रूप से जानकारी प्रदाय की गई। उनके द्वारा बताया गया कि एक राष्ट्र की उन्नति तभी संभव



है जब देश के युवा अपने अधिकारों के प्रति जागरूक हो, मौलिक कर्तव्यों का पालन करने के लिए तत्पर हों, उनके द्वारा यह भी बताया गया कि हमें संविधान का पालन करना और उसके आदर्शों और संस्थानों, राष्ट्रीय ध्वज और राष्ट्रगान का सम्मान करना चाहिए एवं उन महान लोगों को अपने हृदय से सम्मान देना चाहिए

जिन्होंने हमारे देश को आजाद कराने में अपने प्राण तक न्यौछावर कर दिए। हमें महिलाओं एवं वरिष्ठ नागरिकों का सम्मान करना चाहिए, सार्वजनिक संपत्ति की रक्षा करना, वैज्ञानिक दृष्टिकोण को बढ़ावा देना चाहिए। तभी हम एक अच्छे राष्ट्र का निर्माण कर सकते हैं। कार्यक्रम के अंत में स्कूल के प्राचार्य श्री अशोक कुमार गुप्ता द्वारा आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम में शिक्षकगण श्री राजीव श्रीवास्तव, श्री जगदीश धाकड़, श्रीमती राजकुमारी शर्मा, श्रीमती रीता अग्रवाल, श्रीमती नीतू खटीक एवं पैरा लीगल वालंटियर श्री अमन बेड़िया, कुमारी स्वाति राठौर, श्री अमित दांगी सहित छात्र उपस्थित रहे।

शासन की मंथानुरूप जनसेवा अभियान के तहत नायाब तहसीलदार अमित दुबे ने किया निरीक्षण

अर्पित गुप्ता उपसम्पादक पुष्पांजली टुडे
दबोह-मध्यप्रदेश शासन की मंथानुरूप व भिण्ड कलेक्टर सतीश कुमार एस के आदेशानुसार दबोह नायाब तहसीलदार अमित दुबे ने जनसेवा अभियान के तहत गाँव में पहुँचकर सर्वे दलों का निरीक्षण किया। जनसेवा अभियान के तहत नायाब तहसीलदार अमित दुबे शुक्रवार को दबोह क्षेत्र की ग्राम पंचायत अमाहा में पहुँचे जहाँ पर उन्होंने सर्वे दलों के निरीक्षण के साथ साथ साफ सफाई कराई। वहीं निरीक्षण करते हुए उन्होंने ग्रामीणों द्वारा की गई कई शिकायतों का मौके पर निराकरण किया साथ ही कुछ आवेदन भी प्राप्त किये जिन्हें जल्द से जल्द निराकरण करने की बात कही। इस दौरान पटवारी अमित ओझा समेत ग्राम पंचायत सरपंच सहित सचिव अशोक पाराशर, सतेन्द्र कौरव मौजूद रहे।

चाचोड़ी। ब्लॉक स्तरीय ग्रामीण ओलंपिक खेलकूद प्रतियोगिता का हुआ समापन

राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय चाचोड़ी का नाम हुआ रोशन
नरेश कुमार सीरवी पाली रानी। राज्य सरकार के निर्देशानुसार प्रदेशभर में विभिन्न स्थानों पर ब्लॉक स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्रदेश के पाली जिले के रानी ब्लाक के ग्राम पंचायत चाचोड़ी के ग्राम पंचायत स्तर पर ब्लॉक स्तरीय राजीव गांधी ग्रामीण ओलंपिक खेलकूद प्रतियोगिता राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय के प्रांगण में आयोजित कर गाँव सहित विद्यालय का नाम हुआ रोशन। समापन समारोह के दौरान रानी उपखंड अधिकारी रवि कांत सिंह विकास अधिकारी जीतेन्द्र सिंह सुमेरपुर विधायक जोराराम कुमावत सरपंच पूनम सिंह राजपुरोहित के सानिध्य में हुआ। खेलकूद प्रतियोगिता के समापन कार्यक्रम में विजेता टीम को प्रशस्ति पत्र व ट्रॉफी देकर किया सम्मानित। ब्लॉक स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता में 34 टीमों के 250 खिलाड़ियों ने लिया हिस्सा। प्रधानाचार्य



मांगीलाल सोनल ने बताया कि चार दिवसीय खेलकूद प्रतियोगिता में ग्राम के भामाशाह समाजसेवी एवं जनप्रतिनिधियों का भरपूर सहयोग रहा। और कार्यक्रम को सफल बनाने में भागीदारी निभाई। चार दिवसीय प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों के लिए नारता पानी की व्यवस्था मोहनलाल गहलोत चाचोड़ी एवं खिलाड़ियों के लिए भोजन की व्यवस्था जैन समाज के भामाशाह एवं पूर्व सरपंच ग्राम पंचायत चाचोड़ी मखनाराम चौधरी किसन राम सिरवी की ओर से व्यवस्था की गई। खेलकूद प्रतियोगिता प्रतियोगिता के समापन में बाल श्रम बोर्ड के पूर्व उपाध्यक्ष भारत सरकार शिशुपाल सिंह राजपुरोहित खोड भाजपा मंडल अध्यक्ष हनुमंत सिंह खरोकडा जिला परिषद सदस्य प्रतिनिधि मुकेश सीरवी समाजसेवी सोहन सिंह राजपुरोहित भोजाजी धनाराम सीरवी मंडल सरपंच सूरु राम माली भारतीय जनता पार्टी के वरिष्ठ नेता विजय सिंह राजपुरोहित चाचोड़ी चाचोड़ी ग्राम पंचायत के पूर्व सरपंच पीराराम देवासी समाजसेवी दूध सिंह राजपुरोहित पृथ्वी सिंह राजपुरोहित शंकर सिंह राजपुरोहित बैरू सिंह राजपुरोहित शैतान सिंह राजपुरोहित संपत सिंह राजपुरोहित मौजूद रहे

कलेक्टर ने मुख्यमंत्री जनसेवा अभियान अन्तर्गत समग्र पोर्टल में शत-प्रतिशत ई-केवायसी पूर्ण कराने हेतु अधिकारियों को दिए निर्देश

दैनिक पुष्पांजली टुडे
भिण्ड। कलेक्टर डॉ सतीश कुमार एस ने जिले के समस्त मुख्य नगर पालिका अधिकारी एवं समस्त जनपद पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारियों को पत्र जारी कर मुख्यमंत्री जनसेवा अभियान का क्रियान्वयन कराये जाने हेतु दिशा निर्देश जारी किये हैं। उन्होंने कहा कि 17 सितम्बर 2022 से 31 अक्टूबर 2022 तक आयोजित अभियान के माध्यम से भारत सरकार और राज्य सरकार की चिन्तित हितग्राही मूलक योजनाओं में शत-प्रतिशत पूर्ण करने का लक्ष्य है। इसी अनुक्रम में अभियान के दौरान समग्र पोर्टल में नागरिकों के ई-केवायसी कराय जाने का कार्य भी शत-प्रतिशत पूर्ण करना है। कलेक्टर ने कहा कि विभाग द्वारा माह मई-2022 से समग्र आईडी धारकों के ई-केवायसी समग्र पोर्टल पर निःशुल्क किये जाने हेतु विशेष अभियान आरंभ किया गया है। इस अभियान का क्रियान्वयन एमपी

ऑनलाइन एवं सीएससी एवं एलएसके के माध्यम से किया जा रहा है। ई-केवायसी प्रक्रिया में नागरिकों की जानकारी का सत्यापन उनके आधार आईडी विवरण के अनुसार किया जाना है। यह कार्यवाही ग्राम पंचायत / वार्ड के समीप संचालित उक्त केंद्रों पर नागरिकों द्वारा करायी जा सकती है। जिला स्तर पर सीएससी सेवा केन्द्र एमपी ऑनलाइन लोकसेवा केन्द्रों के माध्यम से कार्यवाही हेतु जिला प्रबंधक श्री भानू प्रजापति मोबाइल नम्बर 8285781999, एमपी ऑनलाइन श्री आशीष सक्सेना मो. 7049923829 एवं सीएससी श्री पंकज शर्मा मो. 9617447145 नामांकित किया गया है। उपरोक्तानुसार संबंधित जिला प्रबंधक से समन्वय के साथ सतत संपर्क एवं समन्वय कर जिलेवार ई-केवायसी अभियान के क्रियान्वयन हेतु कार्य योजना बनाई जाए तथा अभियान प्रबंधक में शत-प्रतिशत ई-केवायसी पूर्ण करायी जाए। ग्राम पंचायत स्तरीय

शिविर कैप के दौरान भी अनिवार्य रूप से ई-केवायसी का कार्य एमपी ऑनलाइन एवं सीएससी एवं एलएसके के माध्यम से कराय जाये। जिलेवार निगमवार/वार्डवार / ग्राम पंचायत वार समग्र धारकों एवं नॉन ई-केवायसी समग्र धारकों को सूची पोर्टल <https://spr.samagra.gov.in> पर उपलब्ध है। इस पोर्टल पर पंचायत एवं ग्रामीण विकास विभाग /नगरीय प्रशासन के मैदानी अधिकारी लॉगिन कर जिलेवार सूची प्राप्त कर सकते हैं। ई-केवायसी अभियान हेतु निम्नानुसार कार्यवाही सुनिश्चित की जाए। मैदानी अमले द्वारा दूरस्थ ग्रामीण क्षेत्रों में ई-केवायसी अभियान हेतु एजेंसियों को विशेष कैप हेतु आवश्यक सहयोग समन्वय प्रदान किया जाए। जिला / तहसील / ब्लॉक / पंचायत /ग्राम/वार्ड स्तर पर प्रचार-प्रसार कर नागरिकों को एजेंसियों के केंद्र पर अथवा कैम्प स्थल पहुँच कर ई-केवायसी करवाने हेतु प्रेरित किया जाए।

नदी में मिली मां और बेटी की लाश



रिपोर्टर प्रतिश अग्रवाल पुष्पांजली टुडे
मधुसुधनगढ़- थाना अंतर्गत एक मां और उसकी बेटी की लाश नदी में मिली है। पुलिस का मानना है कि मां ने अपनी बेटी के साथ नदी में कूदकर आत्महत्या की है। मामले में महिला के मायके पक्ष ने सुसुरालवासियों पर अपनी पुत्री को दहेज के लिए प्रताड़ित करने का आरोप लगाया है। जानकारी के मुताबिक थाना प्रभारी अनूप भागवत ने बताया कि रघुनाथ पूरा निवासी माखन सिंह की पत्नी प्रिया लोधी और उसकी डेढ़ साल की बच्ची पंखुड़ी की लाश पार्वती नदी में मिली है। महिला की शादी को महज तीन साल हुए थे। परिवारों ने कहा की सुसुरालवासी उनकी बेटी को कई दिनों से प्रताड़ित कर रहे थे। और बार बार प्लाट की मांग कर रहे थे। बीती रात माखन सिंह का फोन आया जिसमें बताया कि प्रिया अपनी बेटी को लेकर कहीं चली गई है। बाद में गुरुवार सुबह पार्वती नदी में विवाहिता की लाश मिली। इसी बीच पति ने भी जेहरीला पदार्थ खा लिया जो उपचारत है। परिवार जनों ने सास पति और नन्दन पर दहेज प्रताड़ना का आरोप लगाया है। पुलिस ने मर्ग कायम कर जांच में लिया है।

प्रधानमंत्री श्री मोदी ग्वालियर से दिल्ली रवाना



मंत्री श्री जयभान सिंह पवैया, भाजपा जिला अध्यक्ष श्री कमल माखीजानी, कलेक्टर श्री कौशलेंद्र विक्रम सिंह एवं पुलिस अधीक्षक श्री अमित सांघी उपस्थित थे। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के साथ हवाई जहाज से केन्द्रीय कृषि मंत्री श्री नरेन्द्र सिंह तोमर और नागरिक उड्डयन मंत्री श्री ज्योतिरादित्य सिंधिया भी दिल्ली रवाना हुए। मुख्यमंत्री ने राज्यपाल को भेंट किया स्मृति चिन्ह ग्वालियर के वायुसेना विमानतल पर मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने मध्यप्रदेश में चीतों के आगमन पर राज्यपाल श्री मंगुभाई पटेल को बधाई दी और मध्यप्रदेश की इस उपलब्धि के अवसर पर स्मृति चिन्ह भी भेंट किया।

राज्यपाल एवं मुख्यमंत्री ने दी विदाई

ग्वालियर। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी शनिवार 17 सितम्बर 2022 को श्योपुर जिले में आयोजित कार्यक्रमों में शामिल होने के पश्चात दोपहर 3:30 बजे वायुसेना के हवाई अड्डे पर हेलीकॉप्टर से पधारे। उनके साथ राज्यपाल श्री मंगुभाई पटेल, मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान, केन्द्रीय कृषि एवं किसान कल्याण

कार्यक्रमों में शामिल होने के पश्चात दोपहर 3:30 बजे वायुसेना के हवाई अड्डे पर हेलीकॉप्टर से पधारे। उनके साथ राज्यपाल श्री मंगुभाई पटेल, मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान, केन्द्रीय कृषि एवं किसान कल्याण

मंत्री श्री नरेन्द्र सिंह तोमर, केन्द्रीय नागरिक उड्डयन मंत्री श्री ज्योतिरादित्य सिंधिया भी पधारे। विमानतल पर कुछ देर रुकने के पश्चात प्रधानमंत्री वायुसेना के हवाईजहाज से दिल्ली के लिये रवाना हुए।

विमानतल पर प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी को विदाई देने राज्यपाल श्री मंगुभाई पटेल, मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान, प्रदेश के गृह मंत्री डॉ. नरोत्तम मिश्र, जल संसाधन मंत्री श्री तुलसीराम सिलावट, पूर्व

इस मौके पर गृह मंत्री श्री नरोत्तम मिश्र, जल संसाधन मंत्री एवं जिले के प्रभारी मंत्री श्री तुलसीराम सिलावट, पूर्व मंत्री श्री जयभान सिंह पवैया एवं भाजपा जिला अध्यक्ष श्री कमल माखीजानी उपस्थित थे।

देश के 5 सर्वश्रेष्ठ एमएलए में ग्वालियर के प्रवीण पाठक भी

एमएलए प्रवीण पाठक को मिला देश का आदर्श युवा विधायक सम्मान

ग्वालियर। ग्वालियर दक्षिण से कांग्रेस पार्टी के युवा विधायक प्रवीण पाठक को आज एमआईटी स्कूल ऑफ गवर्नमेंट, पुणे में 12वीं भारतीय छात्र संसद में वर्ष 2021 के लिए आदर्श युवा विधायक सम्मान से पुरस्कृत किया गया। वर्ष 2021 के लिए पूर्व देशभर में से 5 विधायकों को चुना गया उनमें से एक नाम ग्वालियर दक्षिण से विधायक प्रवीण पाठक का भी है। वर्ष 2011 से खेल एवं युवा कल्याण मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से भारतीय छात्र संसद फाउंडेशन द्वारा शुरू की गई भारतीय छात्र संसद के द्वारा प्रत्येक वर्ष देश के चुनिंदा श्रेष्ठ युवा विधायकों को दिए जाने वाले सम्मानों में से एक, आदर्श युवा विधायक सम्मान दिया जाता है। इसी कड़ी में 12वीं भारतीय छात्र संसद के आयोजन के दूसरे दिन आज एमआईटी पुणे में



विधायक श्री प्रवीण पाठक को आदर्श युवा विधायक सम्मान- 2021 दिया गया। देश - विदेश के लगभग 450 विश्वविद्यालयों से हजारों की संख्या में छात्र इस तीन दिवसीय (15,16,17 सितंबर) आयोजन में भाग ले रहे हैं।

भारतीय छात्र संसद फाउंडेशन एवं एमआईटी स्कूल ऑफ गवर्नमेंट, पुणे द्वारा आयोजित 12वीं भारतीय छात्र संसद के आयोजन में भारत सरकार के युवा एवं खेल मंत्रालय, महाराष्ट्र सरकार के उच्च एवं तकनीकी शिक्षा मंत्रालय,

विधानसभा की जनता को समर्पित किया है और कहा कि आज उनके इस सम्मान की असली हकदार उनका ग्वालियर दक्षिण परिवार है। ये ग्वालियर दक्षिण के विधायक का नही बल्कि ग्वालियर दक्षिण के बेटे का सम्मान है।

एसोसिएशन आफ इंडियन यूनिवर्सिटीज, अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद एवं यूनेस्को द्वारा सहयोग प्रदान किया जाता है।

जनता को समर्पित किया

भारतीय छात्र संसद द्वारा विधायक प्रवीण पाठक को दिए गए इस प्रतिष्ठित पुरस्कार आदर्श युवा विधायक सम्मान 2021 के मिलने पर उन्होंने आयोजकों को धन्यवाद दिया है। विधायक प्रवीण पाठक ने यह सम्मान सम्पूर्ण ग्वालियर दक्षिण

प्रकृति का संतुलन बनाए रखने के लिए पौधारोपण जरूरी : मन्त्रु यादव



नगर परिषद उपाध्यक्ष ने समर्थकों के साथ किया पौधारोपण

ग्वालियर। पर्यावरण को संतुलित बनाए रखने के लिए पौधारोपण बहुत जरूरी है। प्रत्येक व्यक्ति, विद्यार्थी,

शिक्षक व आम आदमी एक-एक पौधा लगा कर उसके संरक्षण की जिम्मेदारी लेना चाहिए। यह बात नगर परिषद उपाध्यक्ष मन्त्रु यादव ने पौधा रोपण करते हुए कही। शनिवार को अटूट बंधन के साथ पुराना बस स्टैंड के पास स्थित कमला फिलिंग सेंटर पहुंचे श्री यादव ने फिलिंग सेंटर और उसके आस पास सड़क किनारे विभिन्न प्रकार के छायादार पौधे रोपे। नगर परिषद उपाध्यक्ष ने इस दौरान कहा कि पेड़ पौधों का प्रकृति से अटूट बंधन है। हरियाली से स्वच्छ वातावरण निर्मित होता है। जिससे हमें स्वस्थ आक्सीजन प्राप्त होती है। अगर देखा जाए तो यह हमारे जीवन का आधार है। वहीं उन्होंने कहा कि रोपे गए पौधों को की परल्वित होने तक देखभाल करें। तभी यह पौधारोपण का कार्य सफल माना जाएगा। वहीं इस दौरान युवा नेता विकी जैन ने कहा कि दिन प्रतिदिन हो रही पेड़ों की कटाई के कारण प्रकृति का संतुलन बिगड़ रहा है जिसके कारण अब समय पर बारिश नहीं होती है। अगर समय रहते अगर हमने जंगलों को नहीं बचाया।

पुरुषार्थ के साथ धर्म आराधना करें, तभी पुण्य बढ़ेगा: मुनिश्री



मुनिश्री के सानिध्य में रोज पहुँच रहे श्रद्धालु 48 दीपों से ऋषभदेव की महाआराधना करने

ग्वालियर। भगवान महावीर स्वामी ने कहा कि जब तक शरीर पीड़ा रहित है तब तक इंसान को धर्म आराधना कर लेना चाहिए। शरीर में बुढ़ापा आने के बाद धर्म आराधना करना संभव नहीं होता है। धर्म मार्ग पर पहुंचने के लिए शक्ति का होना जरूरी होता है। अस्वस्थता और बुढ़ापे के समय धर्म आराधना शक्ति की कमी होने के कारण नहीं हो पाती है। पहला सुख निरोगी काया। समाधि मरण वाले की सद्दति होगी। मानव के हाथों में एक सेकंड का भी समय नहीं है। जो होना है वह होकर रहेगा, होनी

को कोई भी ठाल नहीं सकता है। निकाचित कर्मों के बंध कभी भी छूटते नहीं हैं। इसे मानव तो बया तीर्थंकर परमात्मा को भी भोगना पड़ता है। यह बात श्रमण मुनिश्री विनय सागर महाराज ने साधनमय वर्षयोग समिति एवं सहयोगी संस्था पुलक मंच परिवार ग्वालियर व मुख्य संयोजक मनोज जैन, जैन कालेज के संयुक्त तत्वावधान में आज शनिवार को माधवव्रज स्थित चातुर्मास स्थल अशियाणा भवन में धर्मसभा को संबोधित करते हुए कही। जैन समाज के प्रवक्ता सचिन जैन ने बताया की श्रमण मुनिश्री विनय सागर महाराज मंगल के सानिध्य में चातुर्मास स्थल पर प्रतिदिन शाम को जैन धर्म के प्रथम तीर्थंकर भगवान ऋषभदेव की भक्तामर पाठ आयोजन किया जा रहा है।

