



# सब का सपना



इंडस्ट्री के लोग समझते थे नीचा....

पेज: 5

निष्पक्ष व निडर - हिंदी दैनिक समाचार पत्र

ईद पर भाई चारा बनाए रखें और जरूरतमंदों की ...

पेज: 5

वर्ष : 01    अंक : 338    शुक्रवार 20 मार्च 2026    अमरोहा (उत्तर प्रदेश)    www.sabkasapna.com    पृष्ठ : 08    मूल्य: 2 रुपए

## कानपुर में ट्रेन ट्रेक पर जला एलपीजी सिलेंडर मिला, यात्रियों में दहशत

कानपुर (एजेंसी)। कानपुर कैटोनमेंट इलाके में बुधवार शाम लगभग 7:30 बजे दिल्ली-प्रयागराज रेल मार्ग पर एक छोटा एलपीजी सिलेंडर जल गया। यह घटना कानपुर सेंट्रल स्टेशन से लगभग दो किलोमीटर दूर सुनसान इलाके में हुई। पांच किलो का सिलेंडर ट्रेक से लगभग सात फीट दूर मिला। स्थानीय निवासियों ने आग पर पुलिस और आरपीएफ के आने से पहले ही काबू पा लिया। पुलिस के अनुसार, सिलेंडर महाबोधि एक्सप्रेस से गिरा हो सकता है और गैस रिसाव के कारण उसमें आग लग गई। घटनास्थल से अथलाता बोरा बरामद हुआ, जिसमें बर्तन, मोबाइल फोन और प्रतापगढ़ निवासी ओम प्रकाश मिश्रा का आधार कार्ड मिला। डीसीपी (इंस्ट) सत्यजीत गुप्ता ने बताया कि मिश्रा दिल्ली में सुरक्षा गई है और घर लौट रहे थे। पुलिस और फॉरेंसिक टीम मामले की गहन जांच कर रही है। घटनाआती आकलन इसे हादसा मान रहा है, लेकिन शराब सेवन, लापरवाही या संभावित साजिश के पहलुओं की भी पड़ताल की जा रही है। फिलहाल स्थिति नियंत्रण में है और किसी के हताहत होने की सूचना नहीं है।

## वर्धा रोड फ्लाईओवर पर चलती कार बनी आग का गोला, चालक ने कूदकर बचाई जान

नागपुर (एजेंसी)। महाराष्ट्र के नागपुर में वर्धा रोड स्थित जयप्रकाश मेट्रो स्टेशन के पास इबलट्रैकर फ्लाईओवर पर बुधवार रात एक बड़ा हादसा होत-होते टल गया। एक चलती कार में अचानक भीषण आग लग गई, जिसके बाद देखते ही देखते पूरी गाड़ी धू-धू कर जल उठी। गमभीर यह रही कि कार बला रहे युवक ने समय रहते खुदबखूबा छिपे और गाड़ी से बाहर कूदकर अपनी जान बचा ली। जानकारों के अनुसार, यशोधरनागर निवासी अमजल खान उर्फ इमरान खान अपने एक रिश्तेदार से मुलाकात कर पर वापस लौट रहे थे। जब उनकी कार राजीव नगर के पास फ्लाईओवर पर पहुंची, तो अचानक बॉनेट से धुआं निकलने लगी। खतर के भापते हुए उन्होंने तुरंत गाड़ी रोकने की कोशिश की, लेकिन इसी दौरान कार के दरवाजा (सेंट्रल लॉकिंग) जाम हो गए। अमजद ने कड़ी मेहनत के बाद खुद को सुरक्षित बाहर निकाला। उनके बाहर निकलते ही कुछ ही पलों में आग ने विकराल रूप धारण कर लिया और पूरी कार को अपनी चपेट में ले लिया। इस घटना के कारण फ्लाईओवर पर अफरा-तफरी का माहौल पैदा हो गया और वहां की लंबी कतारें लग गईं। सुरक्षा के मद्देनजर यातायात को कुछ समय के लिए रोक दिया गया। सूचना मिलते ही इमरान मिश्रा के बेटा-पिताला और संवेदनशील देवेंद्र से दो गाड़ियां मीके पर पहुंचीं। दमकल कर्मियों ने कड़ी मेहनत के बाद आग पर काबू पाया, लेकिन तब तक कार पूरी तरह जलकर खाक हो चुकी थी। शुरुआती जांच में यह बात सामने आई है कि कार डीजल इंजन वाली थी और संभवतः शॉर्ट सर्किट के कारण आग लगी होगी। हालांकि, आग लगने के सटीक कारणों का पता लगाने के लिए पुलिस और विशेषज्ञ जांच में जुटे हैं। फिलहाल स्थिति नियंत्रण में है और यातायात को सुचारू कर दिया गया है।

## सिंगरोली में शराब पीकर स्कूल आने वाला शिक्षक निलंबित

सिंगरोली (एजेंसी)। मध्य प्रदेश के सिंगरोली जिले में शिक्षा व्यवस्था को शर्मसार करने वाली एक तस्वीर सामने आई है। आरोप है कि सरकारी प्राथमिक पाठशाला में पदस्थ शिक्षक हर रोज शराब पीकर स्कूल पहुंचता है और हाजीरी लगाकर घर लौट जाता है। बैसिक शिक्षा अधिकारी ने शिक्षक को निलंबित कर दिया है। लोगों का कहना है कि स्कूल में पढ़ने वाले छात्रों का भविष्य दांव पर लगा है। शराबी शिक्षक के डर और पढ़ाई न होने की वजह से आधे से अधिक छात्रों ने स्कूल जाना छोड़ दिया है। पूरा मामला बरवाय थाना क्षेत्र स्थित शासकीय प्राथमिक पाठशाला मझौली टोलना मजगवां सेकेंड का है। यहां शिक्षक लखपति सिंह पदस्थ हैं। इस स्कूल में कुल 25-30 बच्चे हैं, शिक्षक हर रोज शराब पीकर स्कूल आते हैं और अपनी हाजीरी लगाकर वापस घर लौट जाते हैं। आरोप है कि आरोपी शिक्षक लखपति जब तक स्कूल में होते हैं तब शराब के गंधों में बच्चों के साथ बर्ताव भी करते हैं। इस कारण आधे से अधिक छात्रों ने स्कूल जाना छोड़ दिया है। बच्चों के अभिभावक और स्थानीय निवासियों ने बताया कि लखपति सिंह सालों से शराब पीकर स्कूल आ रहे हैं। इससे बच्चों का भविष्य बर्बाद हो रहा है। जिला शिक्षा अधिकारी एनबी सिंह ने बताया कि मामला संज्ञान में है। शिक्षक को निलंबित कर दिया गया है।

## हरियाणा कांग्रेस में आंतरिक खींचतान, क्रॉस वोटिंग पर उठे सवाल

अंबाला (एजेंसी)। हरियाणा राज्यसभा चुनाव में क्रॉस वोटिंग को लेकर कांग्रेस के अंदरूनी मतभेद अब सार्वजनिक हो गए हैं। पूर्व प्रदेश कांग्रेस कार्यकारी अध्यक्ष रामकिशन गुजर चौधरी ने पीडब्ल्यूडी रेस्ट हाउस में प्रेस वार्ता करते हुए पार्टी नेतृत्व और नेताओं पर सीधे निशाना साधा। गुजर ने विधायक शैली चौधरी पर लगाए गए आरोपों को पूरी तरह खारिज किया और कहा कि बिना सबूत की किसी भी पत्नी के साथ भी ऐसा ही करने की कोशिश की, लेकिन उन्होंने इसका विरोध किया। वहीं, एक स्वास्थ्यकर्मी को ग्रामीणों की इस हरकत का विरोध करने पर पीटा गया और वहां से भाग दिया। मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक गुजर गुंड ने दावा किया है कि यह हमला हाल में एक सड़क दुर्घटना में एक महिला को मारने के बाद हुआ, जिससे ग्रामीणों ने आरोप लगाया कि यह उसके पिता के काले जादू के कारण हुआ था। इसके बाद तकरीबन 15 ग्रामीणों के एक समूह ने बैठक बुलाई और कथित हमले से पहले उसके पिता को जादू टोना करने वाला कारा दिया। वहीं एक स्वास्थ्यकर्मी के पीटने में दावा किया कि इस घटना के दौरान उनकी पत्नी को पीटा गया। गुजर गुंड ने आरोप लगाया है कि बुधवार को पीडब्ल्यूडी ने पुलिस से संपर्क किया, लेकिन उसे वापस भेज दिया गया।

## झारखंड में जादू टोने के शक में बुजुर्ग से मारपीट कर पेशाब पीने पर किया मजबूर

लातेहार (एजेंसी)। झारखंड के लातेहार जिले में ग्रामीणों ने एक बुजुर्ग व्यक्ति को 'जादू टोना करने वाला' कारा देने के बाद उसे पेशाब पीने के लिए मजबूर किया। पीडब्ल्यूडी के डेप्टे बुजुर्ग मुंडा ने आरोप लगाते हुए कहा कि यह घटना मंगलवार को नेतरहाट पुलिस थाना क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले देना गांव में हुई। बेटे ने बताया कि ग्रामीणों ने पीडब्ल्यूडी की पत्नी के साथ भी ऐसा ही करने की कोशिश की, लेकिन उन्होंने इसका विरोध किया। वहीं, एक स्वास्थ्यकर्मी को ग्रामीणों की इस हरकत का विरोध करने पर पीटा गया और वहां से भाग दिया। मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक गुजर गुंड ने दावा किया है कि यह हमला हाल में एक सड़क दुर्घटना में एक महिला को मारने के बाद हुआ, जिससे ग्रामीणों ने आरोप लगाया कि यह उसके पिता के काले जादू के कारण हुआ था। इसके बाद तकरीबन 15 ग्रामीणों के एक समूह ने बैठक बुलाई और कथित हमले से पहले उसके पिता को जादू टोना करने वाला कारा दिया। वहीं एक स्वास्थ्यकर्मी के पीटने में दावा किया कि इस घटना के दौरान उनकी पत्नी को पीटा गया। गुजर गुंड ने आरोप लगाया है कि बुधवार को पीडब्ल्यूडी ने पुलिस से संपर्क किया, लेकिन उसे वापस भेज दिया गया।

# दुनिया ईरान-अमेरिका जंग में उलझी...इधर भारत ने कर दिया कमाल, पड़ोसी पाकिस्तान की जान हल्क में

-पिनाका एक्सस्टेंडेड रेंज रॉकेट के दो प्रोडक्शन बॅचों का सफल परीक्षण

नई दिल्ली (एजेंसी)। एक ओर मिडिल ईस्ट में ईरान की इजराइल और अमेरिका के साथ बेहद खतरनाक जंग जारी है। मिसाइलें, ड्रोन और एयर स्ट्राइक हर दिन हालात और ज्यादा गंभीर बना रहे हैं। लेकिन इसी बीच भारत ने चुपचाप एक ऐसा कदम उठाया है, जिसने पूरी दुनिया को दो टुक सन्देश दिया कि भारत अब सिर्फ देख नहीं रहा बल्कि पूरी तैयारी में है। भारत ने पहली बार पिनाका एक्सस्टेंडेड रेंज रॉकेट के दो प्रोडक्शन बॅचों का सफल परीक्षण किया है। इस ऐतिहासिक परीक्षण को राजस्थान के पोखरण फील्ड फायरिंग रेंज में अंजाम दिया गया। वहीं पोखरण जहां भारत ने अपने परमाणु परीक्षणों से दुनिया को चौंका दिया था और अब उसी धरती से फिर भारत की ताकत की गूंज सुनाई दे रही है। इस टेस्ट में कुल 24 पिनाका एनहांस रॉकेट लॉंच किए गए। इस परीक्षण के बाद पड़ोसी आतंकी मुल्क पाकिस्तान की हल्क में जान आ गई है।



इनाका उद्देश्य था इनकी सटीकता, निरंतरता और मारक क्षमता को परखना और रिपॉर्ट्स के मुताबिक इन रॉकेट्स ने हर पैरामीटर पर शानदार प्रदर्शन किया। अब सवाल उठता है कि यह पिनाका एक्सस्टेंडेड रेंज रॉकेट आखिर है क्या? दरअसल पिनाका एक मल्टीबैरल रॉकेट लांचर सिस्टम है, जो कि पूरी तरह भारत में विकसित

किया गया है। यह सिस्टम कुछ ही सेकंड में दर्जनों रॉकेट दाग सकता है और दुश्मन के बड़े इलाके को तबाह कर सकता है। लेकिन इस नए वर्जन यानी कि एक्सस्टेंडेड रेंज की खास बात यह है कि इसकी मारक क्षमता पहले से कहीं ज्यादा बढ़

टेस्ट सिर्फ एक प्रोटोटाइप का नहीं था बल्कि दो अलग-अलग प्रोडक्शन बॅचों का था। इसका मतलब होता है कि अब यह टेकनोलॉजी सिर्फ लैब तक सीमित नहीं रहेगी बल्कि बड़े पैमाने पर उत्पादन के लिए तैयार है।

इस पूरे परीक्षण को निजी डिफेंस कंपनी सोलार ग्रुप ने अंजाम दिया। यह दिखाता है कि भारत में प्राइवेट सेक्टर भी अब डिफेंस मैयूक्रेटरिंग में बड़ी भूमिका निभा रहे हैं। अब जरा इस खबर को ग्लोबल परिपेक्ष से समझिए। एक तरफ ईरान और इजराइल के बीच तनाव चरम पर है। अमेरिका भी संघर्ष में सीधे शामिल है। पूरी दुनिया में युद्ध जैसे हालात बनते जा रहे हैं। इसके बाद भारत का यह परीक्षण सिर्फ एक सैन्य उपलब्धि नहीं बल्कि एक रणनीतिक संदेश है। संदेश यह है कि भारत अपनी सीमाओं की सुरक्षा के लिए पूरी तरह से तैयार है। संदेश यह है कि भारत अब किसी पर निर्भर नहीं है और संदेश यह है कि भारत अब टेकनोलॉजी और ताकत दोनों में तेजी से आगे बढ़ चुका है। बता दें, आधुनिक युद्ध सैन्य दुश्मन को दूर से और ज्यादा सटीक तरीके से लड़ाई टेकनोलॉजी सटीकता और दूरी से लड़ी जाती है और पिनाका एक्सस्टेंडेड रेंज रॉकेट इसी नई युद्ध नीति का सबसे बड़ा हिस्सा है। खैर आज जब दुनिया में हर तरफ अनिश्चितता है।

## शिवसेना (यूबीटी) के आधे से ज्यादा सांसद शिंदे के संपर्क में, बदलना चाहते हैं दल

-एकनाथ शिंदे के दिल्ली से ऑपरेशन टाइगर की चर्चा, उद्धव गुट में बढ़ी बेचैनी!

मुंबई (एजेंसी)। महाराष्ट्र की सियासत में क्या डिटी सीएम एकनाथ शिंदे एक बार खेला करने जा रहे हैं? शिंदे के दिल्ली दौरे से महाराष्ट्र में ऑपरेशन टाइगर की चर्चा तेज हो गई है, जिसे लेकर उद्धव टकरे गुट में बेचैनी बढ़ गई है। कहा जा रहा है कि उद्धव के आधे से ज्यादा सांसद शिंदे गुट का दामन थाम सकते हैं। मीडिया रिपोर्ट में सुत्रों के हवाले से बताया गया है कि शिवसेना (यूबीटी) के आधे से ज्यादा सांसद डिटी सीएम एकनाथ शिंदे के संपर्क में हैं और दल बदलने के लिए तैयार का रहे हैं। शिंदे का यह कदम उस बड़े मिशन का हिस्सा है, जिसका मकसद अपनी पार्टी की ताकत बढ़ाना और संसद में अपने सदस्यों की संख्या बढ़ाना है। महाराष्ट्र की राजनीति में फिर से बड़े बदलाव की संभावना जताई जा रही है। शिंदे के तीन दिवसीय दिल्ली दौरे

के उद्धव टकरे गुट की बेचैनी को बढ़ा दिया है। हालांकि, शिंदे के साथ दिखे दौरे पर मौजूद रहे उद्धव सामंत ने कहा कि यह दौरा पूरी तरह से सांसदों के साथ सबाद और मांग दर्शन के लिए था।

रिपोर्ट के मुताबिक डिटी सीएम एकनाथ ने अपने दिल्ली दौरे पर सबसे पहले संसद भवन पहुंचे। संसद भवन में पीएम मोदी से मुलाकात की और उसके केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह से भी मिले थे। सुत्रों की माने तो उद्धव टकरे के 9 लोकसभा सांसदों में से आधे से ज्यादा सांसद डिटी सीएम एकनाथ शिंदे के संपर्क में हैं और पाला बदलने के इच्छुक हैं। शिवसेना के सुत्रों ने बताया है कि दिल्ली के दौरान एकनाथ शिंदे ने अपने सांसदों के साथ पीएम मोदी से मुलाकात की और इस दौरान उन्होंने उद्धव गुट के सदस्यों के साथ भी मुलाकात की और दल बदलने के लिए तैयार का रहे हैं। शिंदे का यह कदम उस बड़े मिशन का हिस्सा है, जिसका मकसद अपनी पार्टी की ताकत बढ़ाना और संसद में अपने सदस्यों की संख्या बढ़ाना है। महाराष्ट्र की राजनीति में फिर से बड़े बदलाव की संभावना जताई जा रही है। शिंदे के तीन दिवसीय दिल्ली दौरे

## सोनिया गांधी पर भड़के कांग्रेस नेता थरुट कहा- जंग पर सरकार की चुप्पी मोरल सरेंडर नहीं

नई दिल्ली (एजेंसी)। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता और सांसद शशि थरुट लगातार कांग्रेस के खिलाफ बयान दे रहे हैं। कई मौकों पर उन्होंने दस भी कसे हैं। इस बार कांग्रेस की पूर्व अध्यक्ष सोनिया गांधी पर पलटवार किया है। सोनिया गांधी ने हाल ही में एक लेख के माध्यम से सरकार पर निशाना साधते हुए कहा था कि ईरान की संप्रभुता के उल्लंघन और उसके राष्ट्रीय की हत्या पर नई दिल्ली की खामोशी भारत की विश्व नीति की विश्वसनीयता पर गंभीर सवाल खड़े करती है। उन्होंने इसे अंतरराष्ट्रीय कानून के पक्ष में खड़े होने के अवसर को गंवाते जैसा बताया था। इसके जवाब में थरुट ने कहा है कि जंग पर सरकार की चुप्पी मोरल सरेंडर नहीं हो सकती।



आलोचना की है, वहीं तिरुवनंतपुरम से सांसद शशि थरुट ने सरकार के इस कदम को एक सोची-समझी और जिम्मेदार कूटनीति (रिस्पॉन्सिबल स्टेटक्राफ्ट) करार दिया है। हालांकि, पूर्व राजनयिक और कांग्रेस नेता शशि थरुट ने इस आलोचना से अहममति जताते हुए एक अलग दृष्टिकोण पेश किया है। थरुट का संकेत है कि भारत की चुप्पी कोई नैतिक आत्मसमर्पण नहीं है, बल्कि यह राष्ट्रीय हितों की रक्षा के लिए अपनाया गया एक व्यावहारिक

संतुलन है। उनके अनुसार, विदेश नीति केवल नैतिक भाषणबाजी का मंच नहीं है, बल्कि यह सिद्धांतों और शक्ति के बीच संतुलन साधने का क्षेत्र है। थरुट ने ऐतिहासिक उदाहरण देते हुए स्पष्ट किया कि भारत ने अतीत में भी कई बार राष्ट्रीय हितों के चलते चुप्पी साधी है, जैसे 1956 में हंगरी या 1979 में अफगानिस्तान में सोवियत हस्तक्षेप के दौरान। उन्होंने खाड़ी क्षेत्र की अहममति पर जोर देते हुए कहा कि वहां 90 लाख भारतीय कार्यरत हैं और हमारा 200 अरब डॉलर का व्यापार उसी क्षेत्र पर निर्भर है। ऐसे में किसी एक पक्ष के खिलाफ कड़ा सार्वजनिक रुख अपनाना भारत की ऊर्जा सुरक्षा और रणनीतिक हितों को प्रभावित कर सकता है। प्यांसद थरुट ने भी यही रखा कि भारत को मौजूदा वैश्विक हालातों और अमेरिका के साथ रक्षा व तकनीकी साझेदारी को देखते हुए भारत का संयम ही उसकी असली ताकत है। उन्होंने कहा कि चुप्पी का मतलब युद्ध का समर्थन करना नहीं, बल्कि अनावश्यक टकराव से बचते हुए कूटनीतिक संवाद के रास्ते खुले रखना है।

# 15 अप्रैल तक बन सकती है बिहार में नई सरकार, नीतीश कुमार यात्रा खत्म होते ही देंगे इस्तीफा

-बिहार का सीएम बीजेपी से ही होगा। शाह और केंद्रीय नेताओं की पसंद सम्राट चौधरी

नई दिल्ली (एजेंसी)। नीतीश कुमार के राज्यसभा का सदन्य निर्वाचित होते ही सीएम पद से उनके इस्तीफे का काउंट खोजन शुरू हो गया है। उनके इस्तीफे की तारीख का अनुमान भी लोग लगाने लगे हैं। सीएम पद छोड़ने में थोड़ा वक लग सकता है लेकिन इतना तय है कि 15 अप्रैल तक वे सीएम पद से भी इस्तीफा दे देंगे। जन प्रतिनिधित्व कानून के मुताबिक कोई व्यक्ति एक साथ दो सदनो का सदस्य नहीं रह सकता। एक सदन का सदस्य रहते कोई दूसरे सदन का सदस्य निर्वाचित होता है तो उसे एक सदन से 14 दिनों के अंदर इस्तीफा देना होता है।

नीतीश कुमार राज्यसभा के लिए 16 मार्च को निर्वाचित हुए हैं। वे किस सदन का सदस्य रहेंगे, अब उन्हें तय करना है लेकिन हर हाल में उन्हें 14 दिनों के अंदर ही यह फैसला करना होगा। नीतीश के संदर्भ में वह तारीख 30 मार्च होगी। वे पहले से बिहार विधान परिषद से इस्तीफे के बाद भी 6 महीने तक सीएम पद पर बने रह सकते हैं। नीतीश के सीएम पद छोड़ने पर बीजेपी से नया सीएम बनना पड़ेगा।

नीतीश कुमार पश्चिम बंगाल विधानसभा चुनाव शुरू होने के पहले सीएम की कुर्सी छोड़ दें। बिहार में बीजेपी का मुख्यमंत्री बनना पार्टी के लिए बंगाल में मनोबल बढ़ाने वाला होगा। बंगाल में बीजेपी पिछड़ा और अन्य वर्गों को साधने की कोशिश कर रही है, पिछड़े वर्ग के नेता का सीएम बनने बंगाल में भी संदेश जाएगा। नीतीश कुमार का राज्यसभा जाना और बीजेपी का सीएम बनना एनडीए की रणनीति का हिस्सा माना जा रहा है। वहीं विपक्ष महादलबन्धन इसे बीजेपी की साजिश बता रहा है, लेकिन एनडीए इसे विकास और स्थिरता का प्रतीक मान रहा है।

नीतीश के इस्तीफे के बाद सीएम की रैस में कई नाम चर्चा में हैं। केंद्रीय मंत्री नित्यानंद राय भी पिछड़ा वर्ग से आते हैं। यादव समाज की 14 फीसदी आबादी को देखते हुए उनके नाम की चर्चा हो रही है। वे केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह के विश्वासपात्र भी माने जाते हैं। उन्हें सीएम बनाया जाता है तो वे आरजेडी सुप्रियो लालू यादव की काट साबित होंगे। उनके अलावा पिछड़े वर्ग से आने वाले दिलीप जायसवाल के नाम की भी चर्चा है। बीजेपी ने अगर स्वर्ण समाज से किसी को सीएम की कुर्सी सौंपने का मन बनाया तो विजय मिश्रा का नाम भी हो सकता है। वे अभी डेयूटी सीएम हैं। इन सभी नामों के अलावा डेयूटी सीएम सम्राट चौधरी का नाम सबसे अधिक चर्चा में है। सम्राट चौधरी के नाम पर भाजपा में

## हिमाचल बजट सत्र: सुक्खू सरकार के पास जनता को बताने के लिए कोई उपलब्धियां नहीं

-नेता प्रतिपक्ष ने सरकार की नीतियों, कार्यप्रणाली और कार्यकाल को लेकर साधा निशाना

शिमला (एजेंसी)। हिमाचल प्रदेश विधानसभा के बजट सत्र के दौरान विपक्ष ने प्रदेश सरकार पर निशाना साधा। नेता प्रतिपक्ष एवं पूर्व सीएम जयराम ठाकुर ने सरकार की नीतियों, कार्यप्रणाली और तीन साल के कार्यकाल पर सवाल उठाए। उन्होंने कहा कि इस बार सरकार के पास जनता को बताने के लिए कोई उपलब्धियां नहीं हैं और पूरा भाषण आरोप-प्रत्यारोप तक सीमित रहा। सरकार लगातार केंद्र सरकार को कोस रही है जबकि बीजेपी के कार्यकाल में परिस्थितियां बिल्कुल अलग थीं। मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक जयराम ठाकुर ने कहा कि बीते चार साल में सरकार कोई बड़ी उपलब्धि हासिल नहीं की है। प्रदेश में नई योजनाओं का अभाव रहा और कई संस्थान बंद कर दिए गए। उन्होंने आरोप लगाया कि राज्य पर कर्ज बढ़कर करीब एक लाख 10 हजार करोड़ रुपए तक पहुंच गया है लेकिन इसके बावजूद जमीन पर कोई विकास कार्य नजर नहीं आ रहा है। पिछली सरकार पर टेकेदारों को खुश करने के आरोपों का जवाब देते हुए जयराम ने कहा कि उस समय बनाए गए भवन जनता की मांग और विधायकों की सिफारिश पर बने थे। विपक्ष ने सवाल उठाया कि किस उद्देश्यों के लिए ये भवन बनाए गए थे वर्तमान सरकार उन्हें पूरा क्यों नहीं कर रही और कई संस्थानों को बंद क्यों किया गया। संदिग्ध सत्यनिष्ठा वाले अधिकारियों के मुद्दे पर विपक्ष ने सरकार को घेरा। जयराम ठाकुर ने कहा कि ऐसे अधिकारियों को सेवा विस्तार नहीं दिया जाना चाहिए था। उन्होंने यह भी सवाल उठाया कि विस्तार के बाद इन अधिकारियों को जो जिम्मेदारियां दी गईं क्या उन्होंने उन्हें ईमानदारी से निभाया। राजनीतिक माहौल पर तंज करते हुए जयराम ने सीएम सुक्खू के बयान पर पलटवार किया और कहा कि वे किसी तनाव में नहीं हैं बल्कि सीएम खुद चिंतन में हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार के भीतर ही मंत्री यह कह रहे हैं कि सरकार बनने का श्रेय किसी और को जाता है और उम्मुख्यमंत्री की भूमिका को लेकर भी बयानबाजी हो रही है।





## गौशालाओं की बेहतर निगरानी के लिए स्थापित सेन्ट्रल सीसीटीवी कंट्रोल रूम का डीएम ने किया उद्घाटन

अमरोहा (सब का सपना):- जनपद में गौवंश की सुरक्षा और देखभाल को और मजबूत बनाने के लिए आज विकास भवन स्थित मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी कार्यालय में सेन्ट्रल सीसीटीवी कंट्रोल रूम का उद्घाटन किया गया। जिलाधिकारी निधि गुप्ता वत्स ने फीता काटकर इस कंट्रोल रूम का शुभारंभ किया। इस मौके पर मुख्य विकास अधिकारी अश्वनी कुमार मिश्र मौजूद रहे। इस कंट्रोल रूम में जनपद के सभी गौ आश्रय स्थलों के कैमरे सीधे जुड़े हुए हैं। यहां से गौवंश की स्थिति पर नजर रखी जा सकती है। साथ ही गौशालाओं में वैनात कर्मचारियों और केयरटेकर्स की उपस्थिति एवं कार्यप्रणाली पर भी कड़ी निगरानी



संभव हो सकेगी। उद्घाटन के बाद जिलाधिकारी ने सभी गौ आश्रय स्थलों में लगे कैमरों की संख्या, डीवीआर की स्टोरेज क्षमता, इंटरनेट कनेक्टिविटी और बिजली बैकअप की व्यवस्था की विस्तृत जानकारी

ली। उन्होंने स्पष्ट निर्देश दिए कि ग्रामीण क्षेत्रों में चल रही गौशालाओं की पूरी तकनीकी व्यवस्था का दायित्व खंड विकास अधिकारियों पर होगा, जबकि नगर क्षेत्र की गौशालाओं की जिम्मेदारी संबंधित अधिशासी अधिकारियों की होगी। जिलाधिकारी ने यह भी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए कि इंटरनेट कारिज एक वर्ष के लिए एक साथ कर लिया जाए, बिजली की निर्बाध आपूर्ति के लिए यूपीएस, इनवर्टर और बैटरी की उचित व्यवस्था हो, ताकि कंट्रोल रूम से निगरानी कभी बाधित न हो। कैमरों की सुरक्षा और रखरखाव का दायित्व भी संबंधित अधिकारी ही निभाएंगे। कंट्रोल रूम से कान्हा गौशाला हसनपुर में कैमरे

एसे लगाए गए हैं कि गौवंश दिखाई नहीं दे रहे थे, इस पर डीएम ने ईओ हसनपुर को तुरंत इसे ठीक करने का निर्देश दिया। इसके अलावा जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि प्रतिदिन एक बार सभी केयरटेकर्स की उपस्थिति कंट्रोल रूम के माध्यम से जरूर जांच ली जाए। इस अवसर पर मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी डॉ. आभा दत्त, उप मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी डॉ. चमन प्रकाश, अतुल गुप्ता, राकेश, ऋषभ, अरकान सहित अन्य अधिकारी उपस्थित रहे। यह व्यवस्था जनपद में गौ संरक्षण और उनकी निरंतर निगरानी को मजबूत बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

## पुलिस कार्यालय सभागार में व्यापारी सुरक्षा को लेकर गोष्ठी आयोजित

अमरोहा (सब का सपना):- पुलिस कार्यालय सभागार में अपर पुलिस अधीक्षक अखिलेश भदौरिया ने व्यापारी सुरक्षा फोरम संगठन के पदाधिकारियों के साथ गोष्ठी आयोजित की। इस दौरान उन्होंने व्यापारियों से सुरक्षा व्यवस्था के संबंध में चर्चा की और उनकी समस्याओं को सुना। भदौरिया ने व्यापारियों को सुरक्षा का आश्वासन देते हुए कहा कि उनकी समस्याओं का त्वरित और प्रभावी निराकरण किया जाएगा। उन्होंने व्यापारियों को ऑरिशन त्रिनेत्र तहत सुरक्षा की दृष्टि से अपने प्रतिष्ठानों पर सीसीटीवी कैमरे लगाने, प्रकाश की व्यवस्था रखने, और आपसी सहयोग से मार्केट में सुरक्षा गार्ड/चौकीदार रखने के निर्देश दिए। इसके अलावा, उन्होंने यातायात के सुचारु रूप से संचालन और जाम



की समस्या के निराकरण के लिए व्यापारियों से सड़क पर अतिक्रमण न करने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि इससे न केवल यातायात सुचारु रहेगा, बल्कि व्यापारियों को भी लाभ होगा। गोष्ठी के दौरान, भदौरिया ने व्यापारियों को साइबर अपराध और साइबर ठगी के संबंध में भी जागरूक किया और बचने के उपायों के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि साइबर अपराध से बचने के लिए व्यापारियों को अपने प्रतिष्ठानों पर सीसीटीवी कैमरे लगाने और अपने कर्मचारियों को साइबर अपराध के बारे में जागरूक करने की आवश्यकता है। इस अवसर पर व्यापारी सुरक्षा फोरम संगठन के पदाधिकारी और व्यापारी मौजूद रहे।

## ऑपरेशन मुस्कान के तहत गुमशुदा युवक को 24 घंटे के अंदर पुलिस ने किया सकुशल बरामद

रहरा/अमरोहा (सब का सपना):- ऑपरेशन मुस्कान के तहत थाना रहरा पुलिस ने गुमशुदा युवक को 24 घंटे के भीतर सकुशल बरामद कर परिजनों को सौंप दिया। पुलिस की त्वरित कार्यवाही और संवेदनशील प्रयासों की धीरे-धीरे प्रशंसा हो रही है। पुलिस अधीक्षक अमित कुमार आनंद के निर्देशन में अपर पुलिस अधीक्षक अखिलेश भदौरिया के पर्यवेक्षण व क्षेत्राधिकारी हसनपुर पंकज त्यागी के मार्गदर्शन और थानाध्यक्ष ब्रजेश कुमार सिंह के नेतृत्व में पुलिस टीम ने गुमशुदा



युवक प्रिंस (19 वर्ष), पुत्र राजपाल, निवासी ग्राम रहरा को सकुशल बरामद किया। 17 मार्च को

न चलने पर 18 मार्च को थाना रहरा में गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज कराई गई थी। मामले को गंभीरता से लेते हुए थानाध्यक्ष ने दो पुलिस टीमों गठित कीं। ऑपरेशन त्रिनेत्र के अंतर्गत सीसीटीवी फुटेज खंगाले गए और मुख्य तिराहों, चौराहों, बाजारों, रेलवे स्टेशन, टैम्बू व बस स्टैण्ड आदि स्थानों पर युवक का फोटो दिखाकर सघन खोजबीन की गई। काफी प्रयासों के बाद पुलिस ने प्रिंस को सकुशल खोज निकाला और परिजनों को सौंप दिया। जिसे परिजनों में खुशी की लहर दौड़ गई।

## सनातन नव वर्ष, वर्ष प्रतिपदा पर राष्ट्र सेवी संगठन के कार्यकर्ताओं ने किया गोष्ठी का आयोजन

हसनपुर/अमरोहा (सब का सपना):- क्षेत्र के ग्राम शकरोली में शिवमन्दिर परिसर में राष्ट्र सेवी संगठन के कार्यकर्ताओं की गोष्ठी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर धूमधाम से सनातन नव वर्ष, वर्ष प्रतिपदा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर धर्म स्थलों से जुड़ने, राष्ट्र सेवा और नशा मुक्ति का भी संकल्प लिया गया। इस कार्यक्रम में क्षेत्र के गणमान्य व्यक्तियों और भारी संख्या में ग्रामीणों ने शिरकत की। समारोह का मुख्य उद्देश्य समाज में जातिवाद दूर करके भाईचारे को बढ़ावा देना और भारतीय संस्कृति के मूल मूल्यों को पुनर्जीवित करते हुए सने पड़े धर्म स्थलों पर नियमित पूजा साधना उपासना शुरू करना



रहा। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि और संगठन संयोजक कृष्ण कुमार शर्मा ने अपने संबोधन में सर्व प्रथम उपस्थित क्षेत्र वासियों को सनातन नव वर्ष, वर्ष प्रतिपदा, नवसंवत्सर 2083 की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि आज का दिन केवल कलेंडर बदलने का दिन नहीं है बल्कि यह प्रकृति के नए सृजन का उत्सव है इस समय मौसम सुहाना होता है पेड़ों पर नई पत्तियां आती हैं। यह अवसर हमें नागरिक कर्तव्यों, राष्ट्र की एकता और जातिवाद आदि भेदभावों को दूर करके अपनी सांस्कृतिक विरासत पर गर्व करने का संकल्प लेने के लिए

प्रेरित करता है। इस अवसर पर उपस्थित शांतिकुंज हरिद्वार के परिवाराजक सतीश कुमार त्यागी ने उपस्थित युवाओं और ग्रामीणों को संबोधित करते हुए कहा कि जीवन में बिना साधना उपासना अपनाए जीवन में शान्ति संभव नहीं है। उन्होंने समाज से अपील की कि वे नशे जैसी कुुरीतियों को त्यागकर स्वस्थ और समृद्ध राष्ट्र के निर्माण में योगदान दें। कार्यक्रम की अध्यक्षता समरपाल सिंह एवं संचालन हरिराज सिंह ने किया। इस अवसर पर मीनू अग्रवाल, मुकेश सिंह, हरचरन सिंह, नेपाल, रामकुंवर, कुंवर पाल, फूल सिंह, सचिन, अंकुर, महेश खड्गवंशी, अजय पाल सिंह आदि मौजूद रहे।

## सीडीओ की अध्यक्षता में आयोजित किया गया किसान दिवस

अमरोहा (सब का सपना):- कलेक्ट्रेट सभागार में किसान दिवस का आयोजन मुख्य विकास अधिकारी अश्वनी कुमार मिश्र की अध्यक्षता में किया गया। इस अवसर पर किसानों ने एक-एक करके बिजली, पानी, सड़क, नलकूप, गन्ना भुगतान आदि सहित अन्य संबंधित शिकायतों को उनके समक्ष रखा। सीडीओ ने संबंधित अधिकारियों को गुणवत्तापूर्ण निस्तारण के निर्देश दिए। उन्होंने निर्देश दिए कि बैंक से संबंधित किसान भाइयों की जो भी समस्या है उनका निराकरण उचित प्रकार करें। उन्होंने कहा कि जो भी सरकार की कल्याणकारी



किसान दिवस में उप कृषि निदेशक, जिला कृषि अधिकारी, जिला उद्यान अधिकारी, मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी, अधिशासी अभियंता विद्युत, सिंचाई, ट्यूबवेल, बैंक, गन्ना विभाग पीडब्ल्यूडी इत्यादि विभाग के कर्मचारी तथा जनपद के विभिन्न किसान संगठनों के पदाधिकारी एवं किसान उपस्थित रहे।

## बच्चों की सुरक्षा को लेकर जिलाधिकारी निधि गुप्ता वत्स ने दिए सख्त निर्देश

अमरोहा (सब का सपना):- जिलाधिकारी निधि गुप्ता वत्स की अध्यक्षता में जिला विद्यालय यान परिवहन सुरक्षा समिति की बैठक आयोजित की गई। इस दौरान उन्होंने स्कूल प्रबंधकों को बच्चों की सुरक्षा को लेकर सख्त निर्देश दिए। बैठक में विधायक हरिसिंह दिल्ली ने कहा कि किसी भी विद्यालय में बिना फिटनेस के वाहन नहीं चलने चाहिए। विधायक हसनपुर महेंद्र सिंह खड्गवंशी ने कहा कि नो-हेलमेट, नो-पैडल को शत प्रतिशत लागू किया जाए। जिलाधिकारी ने कहा कि बच्चों की सुरक्षा से कोई भी



खिलावाड़ नहीं चलेगा। सभी विद्यालय यान परिवहन सुरक्षा समिति के निर्देशों का पालन करें। उन्होंने कहा कि अभिभावकों की जिम्मेदारी होगी कि वह अपने बच्चों को प्रेरित करें और छोटे बच्चों को वाहन चलाने से रोके। जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि सभी विद्यालयों में

सड़क सुरक्षा के नियमों का पालन किया जाए। स्कूल वाहन कमेटी की बैठक भी कर ली जाए और रेगुलर होती रहे। उन्होंने कहा कि सभी विद्यालयों में संचालित वाहनों की फिटनेस ठीक कर ली जाए और चालकों-परिचालकों का चरित्र एवं चालक लाइसेंस की जांच भी कर ली जाए। इस अवसर पर सहायक संभागीय परिवहन अधिकारी महेश कुमार शर्मा, जिला विद्यालय निरीक्षक, अधिशासी अधिकारी नगर पालिका परिषद अमरोहा और अन्य संबंधित मौजूद रहे।

## ईद व रामनवमी के त्यौहारों के दृष्टिगत गजरौला में पुलिस ने निकाला फ्लैग मार्च

गजरौला/अमरोहा (सब का सपना):- जनपद के गजरौला नगर कोठवाली में पुलिस अधीक्षक अमरोहा अमित कुमार आनंद के निर्देश पर गजरौला थाना प्रभारी मनोज कुमार ने आगामी त्यौहारों ईद उल फ़ितर और रामनवमी को दृष्टिगत रखते हुए नगर में शांति सुरक्षा एवं कानून व्यवस्था को कायम रखने के लिए फ्लैग मार्च किया। इस दौरान गजरौला कस्बे और ग्राम मोहरकाण्ठी में एआरएफ पीएससी एवं स्थानीय पुलिस बल साथ रहा जिसने क्षेत्र में शांति सुरक्षा और कानून व्यवस्था का



व्यापक निरीक्षण किया। बता दें कि गुस्वार को पुलिस अधीक्षक अमरोहा अमित कुमार आनंद के निर्देशन में यह फ्लैग मार्च

इलाकों का गहन निरीक्षण किया गया पुलिस ने स्पष्ट किया कि शांति भंग करने वालों को किसी भी सुरत में बख्शा नहीं जाएगा। आमजन से सुरक्षा का भरपूर दिलाते हुए शांति और सौहार्द के साथ त्यौहार मनाने की अपील की गई है। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर भी कड़ी नजर रखी जा रही है, ताकि किसी भी अफवाह या झूठे समाचार से निवारण कर तत्काल कार्यवाही की जा सके।

## ईद के दृष्टिगत चेयरमैन व उपनगर आयुक्त ने दिए ईद पर बेहतर नगरीय सुविधाओं के निर्देश

अमरोहा (सब का सपना):- जनपद में ईद उल फ़ितर का त्यौहार देश भर में मनाया जाना संभावित है। ईद के दृष्टिगत नगर पालिका परिषद अमरोहा की ओर से नगर वासियों को बेहतर सुविधाएं दिए जाने के लिए पालिका अध्यक्ष शशि जैन व उप नगर आयुक्त डॉ. बृजेश कुमार ने पालिका अधिकारियों / कर्मचारियों को विस्तृत निर्देश दिए हैं। इस सम्बन्ध में विस्तार से जानकारी देते हुए नगर पालिका परिषद के उप नगरायुक्त डॉ. बृजेश कुमार ने बताया कि इस वर्ष ईद उल फ़ितर त्यौहार के दृष्टिगत पालिका द्वारा व्यापक रूप से गत वर्षों से बेहतर नागरिक सुविधाएं दिए जाने हेतु कार्ययोजना तैयार की गयी है। इसी क्रम में बीते दिन पालिका चेयरमैन शशि जैन द्वारा अपर जिलाधिकारी व अन्य प्रशासनिक अधिकारियों के साथ नगर की ईदगाह का निरीक्षण कर पालिका की ओर



से ईदगाह पर की जा रही व्यवस्थाओं को परखा एवं नमाजियों की सुविधा के दृष्टिगत गत वर्षों से बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराये जाने के निर्देश संबंधित स्टॉफ को दिए गए। पालिका उप नगर आयुक्त ने बताया कि ईद के दृष्टिगत सम्पूर्ण नगरीय क्षेत्र में निर्वाह पेयजलापूर्ति के लिए जेनेरेटर की वैकल्पिक व्यवस्था, सम्पूर्ण नगर क्षेत्र में व्यापक सफाई, जल छिड़काव, चूना आदि की व्यवस्था किये जाने, पथ प्रकाश हेतु नगर का निरीक्षण कर खराब प्रकाश बिन्दुओं को बदले जाने, ईद पर्व पर पालिका से संबंधित किसी भी प्रकार की शिकायत दर्ज कर उसका तत्काल निस्तारण किये जाने हेतु कण्ट्रोल रूम की स्थापना किये जाने के निर्देश अधिनस्थों को दिए गए हैं। पालिका चेयरमैन व उप नगर आयुक्त ने नगर वासियों को पवित्र ईद उल फ़ितर पर्व की बधाई देते हुए

अपील की है कि अमरोहा नगर आपका है, पालिका द्वारा अमरोहा को स्वच्छ व सुन्दर बनाये जाने के किये जा रहे कार्यों व प्रयासों में आपका अमूल्य सुझाव आमंत्रित हैं, सभी नगरवासी अपनी शिकायतें अथवा सुझाव पालिका के टोल फ्री नम्बर 1533 व 1800 180 1318 पर दर्ज करवा सकते हैं। पालिका को प्रदेश में नम्बर एक बनाने के लिए पालिका के निर्देशों का पालन करें, अपने घरों का कूड़ा पालिका डोर टू डोर वाहन में ही डालें, जल की बबार्दी ना करें, करो की अदायगी समय से करें, प्रतिबंधित प्लास्टिक पॉलीथिन व उससे बने उत्पादों का प्रयोग न करें, सड़क भूमि, नाले- नाली व मार्गों पर किसी भी प्रकार का अतिक्रमण न करें। नगर को व्यवस्थित व स्वच्छ बनाये जाने में नगर पालिका परिषद अमरोहा का सहयोग करें।

## अमरोहा कोर्ट ने 21 साल बाद तीनों दोषियों को 7-7 साल की कैद व तीन हजार का लगाया जुमाना

गजरौला/अमरोहा (सब का सपना):- जनपद के गजरौला में नकली देसी घी बनाने के 21 साल पुराने मामले में अदालत ने तीन दोषियों को सात-सात साल कैद और तीन हजार रुपये जुमाने की सजा सुनाई है। अपर जिला एवं सत्र न्यायाधीश तृतीय की अदालत ने यह फैसला दिया। सजा सुनाए जाने के समय तीनों दोषी जमानत पर थे, जिन्हें अब जेल भेज दिया गया है। यह मामला 19 अक्टूबर 2005 का है। गजरौला पुलिस को मुखबिर् से सूचना मिली थी कि मोहल्ला लक्ष्मीनगर के एक मकान में नकली देसी घी बनाया जा रहा है। सूचना के आधार पर पुलिस टीम ने खाद्य निरीक्षक के साथ मौके पर छपा



मारा। वहां वनस्पति तेल और केमिकल (बटर फ्लेवर) का उपयोग कर नकली देसी घी बनाते हुए तीन लोगों को पकड़ा गया पुलिस ने मौके से लगभग 18 किलो वनस्पति तेल, चार किलो तैयार नकली घी, केमिकल से भरी बोतल, स्टोव, डिब्बे और अन्य उपकरण बरामद किए। पृच्छाछ में आरोपियों की

पहचान शाकिर और आरिफ (निवासी हरीदौ, थाना सिम्बावली, गाजियाबाद) तथा जाकिर (निवासी लक्ष्मीनगर, गजरौला) के रूप में हुई। तीनों के पास देसी घी बनाने का कोई वैध लाइसेंस नहीं था पुलिस ने इस मामले में धोखाधड़ी और खाद्य अपमिश्रण अधिनियम सहित विभिन्न धाराओं के तहत प्राथमिकी दर्ज की थी। आरोपियों को न्यायालय में पेश कर जेल भेजा गया, हालांकि वे बाद में जमानत पर रिहा हो गए थे। पुलिस ने मजबूत साक्ष्यों के साथ तीनों के खिलाफ न्यायालय में आरोप पत्र दाखिल किया। लंबी सुनवाई और साक्ष्यों के परीक्षण के बाद अदालत ने दोनों पक्षों के तर्कों को सुना। बुधवार को कोर्ट ने मामले की अंतिम सुनवाई करते हुए आरोपी शाकिर, आरिफ और जाकिर को दोषी करार दिया। प्रत्येक दोषी को सात साल की कैद और एक-एक हजार रुपये का जुमाना लगाया गया है। करीब दो दशक पुराने इस मामले में आए इस फैसले को मिलावटी खाद्य पदार्थों के खिलाफ एक सख्त संदेश के रूप में देखा जा रहा है।

## जिलाधिकारी की अध्यक्षता में हुई सड़क सुरक्षा समिति की बैठक, दिए निर्देश

अमरोहा (सब का सपना):- जिला सड़क सुरक्षा समिति की बैठक गांधी सभागार कलेक्ट्रेट अमरोहा में जिलाधिकारी निधि गुप्ता वत्स की अध्यक्षता व पुलिस अधीक्षक अमित कुमार आनंद की उपस्थिति में संपन्न हुई। बैठक के दौरान हाईवे पर अवैध कट के कारण होने वाली दुर्घटनाओं पर नाराजगी व्यक्त करते हुए जिलाधिकारी निधि गुप्ता वत्स ने एनएच के अधिकारियों को अवैध कटों को तुरंत बंद करने के निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने निर्देश दिए



पट्टी अवश्य लगाएँ। उन्होंने संबंधित नगर पालिका परिषद एवं नगर

पंचायत के को सड़कों पर अधिशासी अधिकारी सफेद पट्टी अवश्य लगावाएँ। उन्होंने संबंधित को निर्देश दिए कि निजी अस्पतालों में जितनी भी एंबुलेंस है उनका लाइसेंस सत्यापन अवश्य करने यह कार्य शत प्रतिशत होना चाहिए निजी अस्पतालों में कितनी एंबुलेंस संचालित है उसकी एक सूची अवश्य उपलब्ध करा दें। इस अवसर पर सड़क सुरक्षा समिति के सदस्य और संबंधित विभाग के अधिकारी उपस्थित रहे।

# कौशल विकास प्रशिक्षण व ब्यूटी प्रैक्टिस के जरिए युवाओं को बनाया जा रहा आत्मनिर्भर

बहजोई/सम्भल(सब का सपना):- जनपद के बहजोई में गुरुवार को कौशल विकास को बढ़ावा देने के उद्देश्य से एक प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें विभिन्न ट्रेड के प्रशिक्षुओं को व्यावहारिक और तकनीकी ज्ञान प्रदान किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य युवाओं को रोजगारपरक प्रशिक्षण देकर उन्हें आत्मनिर्भर बनाना और स्वरोजगार के लिए प्रेरित करना रहा। डीटीपी (डेस्कटॉप पब्लिशिंग) बैच के अंतर्गत प्रशिक्षुओं को डीएसटी मर्यादित वर्णों द्वारा विजिटिंग कार्ड डिजाइन करना सिखाया गया। इस दौरान उन्होंने डिजाइनिंग के मूलभूत सिद्धांतों, लेआउट तैयार करने की तकनीक, रंग संयोजन और सॉफ्टवेयर के प्रभावी उपयोग के बारे में विस्तार से जानकारी दी। प्रशिक्षुओं को प्रैक्टिकल के माध्यम से खुद विजिटिंग कार्ड तैयार करने का मौका भी दिया गया, जिससे उनकी समझ और दक्षता में वृद्धि हुई। वहीं, जूनियर ब्यूटी प्रैक्टिशनर बैच में डीएसटी बालेश द्वारा प्रशिक्षुओं को कर्ली हेयर स्टाइलिंग, फेशियल,



ब्लीच सहित अन्य ब्यूटी ट्रीटमेंट्स का प्रशिक्षण दिया गया। उन्होंने त्वचा और बालों की देखभाल से जुड़े जरूरी पहलुओं पर भी प्रकाश डाला और बताया कि किस प्रकार सही तकनीक और उत्पादों के इस्तेमाल से बेहतर परिणाम प्राप्त किए जा सकते हैं। इस दौरान प्रशिक्षुओं को

लाइव डेमो और प्रैक्टिकल के जरिए प्रशिक्षण दिया गया, जिससे वे इन तकनीकों को आसानी से सीख सकें। कार्यक्रम के दौरान सीवीआरसीटी के निदेशक विनोद तिवारी ने प्रशिक्षुओं को इंडीपी (उद्यमिता विकास कार्यक्रम) से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारी दी। उन्होंने बताया कि प्रशिक्षण के बाद युवा किस प्रकार अपना स्वयं का व्यवसाय शुरू कर सकते हैं और सरकारी योजनाओं का लाभ उठाकर आर्थिक रूप से सशक्त बन सकते हैं। उन्होंने स्वरोजगार के विभिन्न विकल्पों, व्यवसाय योजना बनाने की प्रक्रिया और मार्केटिंग के महत्व पर भी विस्तार से चर्चा की। निदेशक ने प्रशिक्षुओं को प्रेरित करते हुए कहा कि आज के प्रतिस्पर्धात्मक

दौर में केवल डिग्री ही नहीं, बल्कि कौशल भी उतना ही जरूरी है। यदि युवा अपने सीखे हुए हुनर का सही उपयोग करें, तो वे न केवल स्वयं रोजगार प्राप्त कर सकते हैं बल्कि अन्य लोगों को भी रोजगार देने में सक्षम बन सकते हैं। इस प्रशिक्षण कार्यक्रम में प्रशिक्षुओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और नई-नई तकनीकों को सीखने में रुचि दिखाई। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रशिक्षुओं को निर्धारित अभ्यास करने और सीखे गए कौशल को व्यवहार में लाने के लिए प्रेरित किया गया। इस प्रकार के प्रशिक्षण कार्यक्रम क्षेत्र के युवाओं के लिए लाभकारी साबित हो रहे हैं, जो उन्हें आत्मनिर्भर बनने की दिशा में आगे बढ़ने का अवसर प्रदान कर रहे हैं।

# हिंदू नव वर्ष पर वार्षिक नवयुवक मंडल का चंदन बंधन कार्यक्रम आयोजित

बहजोई/सम्भल(सब का सपना):- जनपद के बहजोई क्षेत्र में वार्षिक नवयुवक मंडल द्वारा चैत्र प्रतिपदा विक्रम संवत् 2083 एंव हिंदू नव वर्ष के शुभ अवसर पर प्रथम नवदुर्गा के दिन चंदन बंधन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम नया बाजार स्थित रामलीला ग्राउंड में श्रद्धा और उत्साह के साथ संपन्न हुआ। कार्यक्रम के दौरान मंडल के सदस्यों ने महिलाओं, पुरुषों और बच्चों के माथे पर चंदन का टीका लगाकर उन्हें हिंदू नव वर्ष की शुभकामनाएं दीं। पूरे आयोजन में भक्ति और सांस्कृतिक वातावरण देखने को मिला, जहां लोगों ने एक-दूसरे को शुभकामनाएं देते हुए नव वर्ष का स्वागत किया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में बहजोई नगर पालिका अध्यक्ष राजेश शंकर राजू उपस्थित रहे।



उन्होंने कार्यक्रम की सराहना करते हुए कहा कि इस प्रकार के आयोजन समाज में एकता, भाईचारा और सांस्कृतिक मूल्यों को मजबूत करते हैं। कार्यक्रम में मंडल अध्यक्ष योगेश कुमार एडवोकेट सहित संजीव मोहन, प्रमोद कुमार रोरा, अनिल कुमार (लोहे वाले), प्रमोद कुमार (हलवाई), साहू अश्वनी कुमार, शिवम टंडन, संजय लोह वाले, साहू मनीष कुमार, आशीष बजाज समेत कई लोग मौजूद रहे। मंडल के पदाधिकारियों ने बताया कि इस तरह के धार्मिक और सामाजिक कार्यक्रमों का उद्देश्य समाज में सकारात्मक संदेश देना और लोगों को अपनी संस्कृति से जोड़ना है। कार्यक्रम में स्थानीय लोगों ने बहू-चढ़कर हिस्सा लिया और आपसी सौहार्द के साथ हिंदू नव वर्ष का स्वागत किया।

# भरतमुनि जयंती व होलिकोत्सव पर संस्कार भारती का सांस्कृतिक आयोजन

चंदौसी/सम्भल(सब का सपना):- जनपद के चंदौसी बिसौली गेट पर स्थित रामकृष्ण (पपूसैट) की धर्मशाला में संस्कार भारती, जिला सम्भल द्वारा भरतमुनि जयंती एवं होलिकोत्सव के अवसर पर बुधवार को सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में लघु नाटिका, गीत-संगीत और कवि सम्मेलन की प्रस्तुतियों ने देर रात तक श्रोताओं को मंत्रमुग्ध किए रखा। कार्यक्रम की शुरुआत मां सरस्वती के चित्र के समक्ष दीप प्रज्वलन व पुष्प अर्चन के साथ हुई। पाखी वाणोंय ने सरस्वती वंदना और रितु वाणोंय ने ध्येय गीत प्रस्तुत किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता जिलाध्यक्ष वैद्य बजनन्दन शर्मा ने की। संचालन अशोक कुमार व डॉ. जयशंकर दुबे ने संयुक्त रूप से किया। मुख्य अतिथि के रूप में

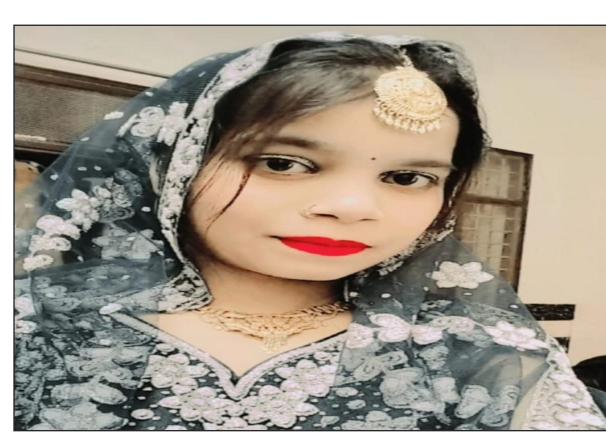


भाजपा नगर अध्यक्ष अंकुर अग्रवाल एवं पूर्व सभासद अर्चित अग्रवाल उपस्थित रहे। कार्यक्रम में प्रहलाद राय व हीरालाल द्वारा लघु नाटिका प्रस्तुत की गई। कवि सम्मेलन में डॉ. जयशंकर दुबे, शांतिदेवी राणा, अतुल कुमार शर्मा, सुखवीर पाल गौर, रमेश चंद अधीर, अशोक कृष्णम, प्रदीप दीप व ज्ञानप्रकाश उपाध्याय सहित कई कवियों ने काव्य पाठ किया। मुख्य अतिथि अंकुर

# प्रसव के बाद महिला की मौत, परिजनों ने निजी अस्पताल पर लापरवाही का लगाया आरोप

नरौली/सम्भल(सब का सपना):- जनपद के कस्बा नरौली में प्रसव के बाद एक महिला की सदियथ परिस्थितियों में मौत हो जाने से क्षेत्र में हड़कंप मच गया। परिजनों ने निजी अस्पताल के डॉक्टरों और स्टाफ पर लापरवाही का आरोप लगाया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार, चंदौसी के राज मोहल्ला निवासी अम्न सैफी ने बताया कि उनकी बहन साहिबा पुत्री महताव (24) की शादी करीब तीन वर्ष पूर्व थाना बनिवाठेर क्षेत्र के कस्बा नरौली निवासी सुभान के साथ हुई थी। शादी के बाद वह अपने ससुराल में रह रही थीं। बताया गया कि बुधवार देर रात साहिबा की अचानक प्रसव पीड़ा

शुरू हुई। परिजन उसे तुरंत गांव वैटला स्थित एक निजी अस्पताल, केजीएन हॉस्पिटल, में लेकर पहुंचे, जहां उसे भर्ती कर लिया गया। अस्पताल में डॉक्टरों की देखरेख में डिलीवरी कराई गई, जिसमें उसने एक बच्ची को जन्म दिया। परिजनों का आरोप है कि डिलीवरी के बाद साहिबा की हालत लगातार बिगड़ती रही, लेकिन अस्पताल के डॉक्टरों ने समय पर उचित इलाज और देखभाल नहीं की। उनका कहना है कि गुरुवार सुबह डॉक्टरों ने अचानक मरीज की हालत गंभीर बताया और उसे कहीं और ले जाने की सलाह दी। परिजनों के मुताबिक जब उन्होंने



साहिबा की स्थिति देखी तो उसके हाथ-पैर ठंडे पड़ चुके थे, जिससे उन्हें आशांका हुई कि उसकी मौत हो चुकी है। इसके बाद अस्पताल में अफरा-तफरी का माहौल बन गया। आरोप है कि घटना के तुरंत बाद केजीएन हॉस्पिटल का डॉक्टर और स्टाफ मौके से फरार हो गया, जिससे

परिजनों में आक्रोश फैल गया। उनका कहना है कि यदि समय रहते सही इलाज मिलता तो साहिबा की जान बचाई जा सकती थी। हालांकि समाचार लिखे जाने तक परिजनों द्वारा किसी प्रकार की कानूनी कार्रवाई नहीं की गई है, लेकिन इस घटना ने क्षेत्र में निजी अस्पतालों की कार्यप्रणाली पर गंभीर सवाल खड़े कर दिए हैं। घटना के बाद मृतका के परिवार में कोहराम मचा हुआ है। नवजात बच्ची के जन्म की खुशी मातम में बदल गई। वहीं, स्थानीय लोगों में भी इस घटना को लेकर रोष व्याप्त है और स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता को लेकर चिंता जताई जा रही है।

# किसानों की समस्याओं को लेकर एसडीएम को सौंपा जापान, समाधान न होने पर आंदोलन की चेतावनी

चंदौसी/सम्भल(सब का सपना):- जनपद की तहसील चंदौसी में राष्ट्रीय किसान मजदूर संगठन के पदाधिकारियों व किसानों ने विभिन्न समस्याओं को लेकर उपजिलाधिकारी को जापान सौंपा। जापान के माध्यम से किसानों ने गन्ना भुगतान, बिजली, गैस और फसल के उचित मूल्य सहित कई मुद्दों पर जल्द समाधान की मांग की। जिलाध्यक्ष कुलदीप चौधरी के नेतृत्व में सौंपे गए जापान में कहा गया कि वर्ष 2012 के कोर्ट आदेश के अनुसार गन्ना भुगतान ब्याज सहित होने तक आरसी न काटी जाए, लेकिन इसका पालन नहीं किया जा रहा है। किसानों ने बिजली आपूर्ति की समस्या उठाते हुए बताया कि लंबे समय से उन्हें पर्याप्त बिजली नहीं मिल रही है, जबकि विद्युत विभाग



द्वारा क्षमता से अधिक बिल भेजे जा रहे हैं, जिससे किसान परेशान हैं। साथ ही सरकार द्वारा दी जा रही हट्ट का लाभ भी किसानों को नहीं मिल पा रहा है और इसके लिए उन्हें बार-बार विभाग के चक्कर लगाने पड़ रहे हैं। जापान में यह भी आरोप

फसल का उचित मूल्य न मिलने की समस्या भी उठाई और सरकार से मुआवजा या समर्थन मूल्य दिलाने की मांग की। किसानों ने खतौनी और आधार कार्ड में नाम संशोधन के चलते फार्म रजिस्ट्री में आ रही दिक्कतों को भी प्रमुख मुद्दा बताया और इस प्रक्रिया को सरल बनाने की मांग की। किसानों ने चेतावनी दी कि यदि उनकी समस्याओं का जल्द समाधान नहीं किया गया तो वे धरना-प्रदर्शन करने को मजबूर होंगे, जिसकी जिम्मेदारी प्रशासन की होगी। इस दौरान टीकाराम शर्मा (तहसील अध्यक्ष), नेम सिंह, गजेंद्र सिंह, आशिक अली, हाशिम अली, बबलू, साबिर अली, रतन सिंह, हसमत, प्रेमपाल सिंह, जसवीर सिंह, कल्याण सिंह और चंद्रपाल सहित काफी मात्रा में किसान मौजूद रहे।

# डीएम की अध्यक्षता में शिक्षा विभाग की गई समीक्षा बैठक

बहजोई/सम्भल(सब का सपना):- कलेक्ट्रेट सभागार में जिलाधिकारी डॉ. राजेन्द्र पैंसिया की अध्यक्षता में शिक्षा विभाग से संबंधित विभिन्न योजनाओं और कार्यक्रमों की समीक्षा बैठक आयोजित की गई। बैठक में डीटीएफ, बेसिक शिक्षा, केजीवीवी, शिक्षा विमर्श, निपुण सम्भल एवं पीएम श्री योजना सहित अन्य बिंदुओं पर विस्तृत चर्चा की गई। बैठक के दौरान कायाकल्प योजना के तहत 19 अवस्थापना सुविधाओं की प्रगति की समीक्षा की गई। जिलाधिकारी ने संतुष्टिकरण की स्थिति पर जानकारी लेते हुए सख्त निर्देश दिए कि जिन विद्यालयों में निर्धारित 19 बिंदुओं पर कार्य पूर्ण नहीं हुआ है, वहां संबंधित एडीओ पंचायत और ग्राम सचिव का वेतन तब तक आहरित न किया जाए, जब तक कार्य पूर्ण न हो जाए। साथ ही संबंधितों से स्पष्टीकरण जारी करने के निर्देश भी दिए गए। वित्तीय वर्ष 2023-24 में फर्नीचर



आपूर्ति को लेकर जिलाधिकारी ने गुणवत्ता सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने एआरपी और एसआरजी से कहा कि वे विद्यालयों की वास्तविक स्थिति से उन्हें सीधे अवगत करा सकते हैं। बैठक में सीसीएल को एजेंडा में शामिल करने

की अधिकतम उपस्थिति सुनिश्चित करने के लिए प्रभावी रणनीति बनाई जाए। इसके लिए आंगनबाड़ी केंद्रों में संचालित कार्य प्रारंभिक विद्यालयों में उनका पंजीकरण कराया जाए। साथ ही प्राइवेट स्कूलों और मदरसे में पढ़ने वाले बच्चों का भी अंकलन कर मुख्यधारा की शिक्षा से जोड़ने के प्रयास किए जाएं। इसके अतिरिक्त विद्यालयों के ऊपर से गुजर रही हाई टेंशन लाइन, स्मार्ट मीटर, मिड-डे मील, लिथ्रि भोजन, सामुदायिक सहभागिता, जीरो पॉवर्टी और निपुण योजना जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर भी चर्चा की गई। बैठक में मुख्य विकास अधिकारी गोरखनाथ भट्ट, अपर मुख्य अधिकारी जिला पंचायत आशीष सिंह, जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी अलका शर्मा, जिला पंचायत राज अधिकारी चेतनदर पाल सिंह सहित एआरपी, एसआरजी एवं संबंधित अधिकारी-कर्मचारी उपस्थित रहे।

# हयातनगर के अयोध्या मंदिर में महिलाओं ने मनाया हिंदू नव वर्ष



हयातनगर/सम्भल(सब का सपना):- जनपद के हयातनगर स्थित अयोध्या मंदिर में गुरुवार को चैत्र शुक्ल प्रतिपदा के अवसर पर विश्व हिंदू परिषद हयातनगर की महिलाओं द्वारा भारतीय नव वर्ष उत्साह और श्रद्धा के साथ मनाया गया। कार्यक्रम में शामिल सभी महिलाओं ने पीले वस्त्र धारण कर पारंपरिक तरीके से नव वर्ष का स्वागत किया। मंदिर परिसर में भक्ति और उल्लास का वातावरण देखने को मिला। इस अवसर पर दीपा वाणोंय ने बताया कि चैत्र शुक्ल प्रतिपदा को नव वर्ष मनाने के कई धार्मिक और ऐतिहासिक कारण हैं, जिनमें सबसे महत्वपूर्ण यह है कि इसी दिन ब्रह्मा जी ने सृष्टि की रचना का प्रारंभ किया था और सतयुग की शुरुआत हुई थी। कार्यक्रम के दौरान महिलाओं ने एक-दूसरे को नव वर्ष की शुभकामनाएं दीं और धार्मिक महत्व पर चर्चा की। इस मौके पर पुण्या, प्रतिमा, नीरू, कल्पना, रीता, कुमुदलता, उषा, लक्ष्मी, शशि बाला, सुनीता और मेधा सहित अनेक महिलाएं उपस्थित रहीं। कार्यक्रम का उद्देश्य भारतीय संस्कृति और परंपराओं को बढ़ावा देना तथा समाज में धार्मिक जागरूकता फैलाना रहा।

# लहराबन फाटक पर दर्दनाक हादसा, ट्रेन से कटकर युवक की मौत, परिवार में मचा कोहराम



बहजोई/सम्भल(सब का सपना):- जनपद के बहजोई थाना क्षेत्र में गुरुवार को एक दर्दनाक हादसा हो गया, जिसमें एक युवक की ट्रेन से कटकर मौके पर ही मौत हो गई। यह घटना दोपहर करीब 3:45 बजे लहराबन फाटक के पास हुई, जिसके बाद पूरे क्षेत्र में शोक की लहर दौड़ गई। मृतक की रहचान गांव मुल्हेटा निवासी बबलू (30) पुत्र रमेश के रूप में हुई है। बताया जा रहा है कि बबलू अपने साले की किसी सवारी में बैटाने के लिए लहराबन फाटक तक छोड़ने गया था। प्रत्यक्षदर्शियों और परिजनों के अनुसार, साले को विदा करने के बाद जब बबलू वापस लौट रहा था, तभी अचानक वह ट्रेन की चपेट में आ गया। हादसा इतना भीषण था कि उसकी मौके पर ही मौत हो गई। घटना की सूचना मिलते ही आसपास के लोग मौके पर एकत्र हो गए और पुलिस को सूचना दी गई। बबलू पेशे से नाई का कार्य करता था और इसी से अपने परिवार का भरण-पोषण करता था। उसके परिवार में तीन छोटे-छोटे बच्चे हैं, जिनमें बड़ा बेटा अमन (10), एक बेटा और सबसे छोटा बेटा शामिल है। इसके अलावा उसका एक छोटा भाई जसवीर है, जो काशीपुर में रहता है। अचानक हुई इस घटना से परिवार पर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा है। सूचना पर पहुंची स्थानीय पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पंचनामा भरने की कार्रवाई की और पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। पुलिस मामले की जांच में जुटी हुई है। घटना के बाद मृतक के घर में कोहराम मचा हुआ है। परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है, वहीं पूरे गांव में शोक का माहौल है।

# नव संवत्सर पर ब्रह्म शक्ति पंचांग का विमोचन, समारोह किया गया आयोजित



चंदौसी/सम्भल(सब का सपना):- जनपद में स्वामी भूमानंद सेवा ट्रस्ट द्वारा नव संवत्सर 2083 के शुभ आगमन पर संयुक्त चिकित्सालय स्थित महामृत्युंजय मंदिर परिसर में ब्रह्म शक्ति पंचांग का विधिवत विमोचन समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम धार्मिक श्रद्धा और उत्साह के साथ संपन्न हुआ। समारोह के दौरान सभी आर्गुंकों का चंदन लगाकर स्वागत व वंदन किया गया। पंचांग का विमोचन डॉ. राजीव लोचन शर्मा, डॉ. हरविंदर सिंह, डॉ. सतीश शर्मा, डॉ. रमाकांत नागएवं डॉ. वाई.पी. जोशी द्वारा संयुक्त रूप से किया गया। इस अवसर पर

के.जी. शर्मा ने उपस्थित सभी लोगों को नव वर्ष एवं चैत्र नवरात्रि की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि पंचांग भारतीय संस्कृति और परंपराओं का महत्वपूर्ण हिस्सा है, जो जीवन को धर्म और समय के अनुसार व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा, सचिन शर्मा, अनिल शर्मा, बुजेश वाणोंय, बिजेन्द्र शर्मा, सुदर्शन वाणोंय, रामकिशन अग्रवाल, ताराचंद शर्मा, विवेक मिश्रा, शरद शर्मा, डॉ. उमेश चंद्र शर्मा, सुनील व्यवस्थित करने का मार्गदर्शन करता है। कार्यक्रम में अनेक लोग उपस्थित रहे, जिनमें रमेश चंद्र शर्मा, रविशंकर शर्मा, जे.एन. मिश्रा, आलोक दुबे, अशोक पाठक, राजीव शर्मा, सौरभ मिश्रा, डॉ. गौरव मिश्रा, योगेंद्र कुमार शर्मा, रमेश त्रिवाली, राजेश शंखधर, विशाल शर्मा, मनोज शर्मा, सर्वेश गुप्ता, सुनील गुप्ता, कल्पना वाणोंय, उमा श्रीवास्तव, बृजनंदन शर्मा, राकेश चौबे, अनुपम शर्मा, कपिल शर्मा,

## ईद की खुशियां मातम में बदली, सड़क हादसे में युवक की मौत

बिजनौर (सब का सपना):- ईद की खुशियों के बीच एक दर्दनाक सड़क हादसे ने एक परिवार की खुशियां मातम में बदल दीं। शहर कोतवाली क्षेत्र के मण्डावर रोड पर तेज रफतार बाइक की टक्कर से 22 वर्षीय युवक की मौत हो गई, जबकि उसकी मौसी गंभीर रूप से घायल हो गई। जानकारी के अनुसार जनदरपुर निवासी मो हाशिम अपने परिवार के साथ ईद मनाने के लिए घर आए हुए थे। वह अपनी मौसी खुशनुदा के साथ शहर से खरीदारी कर गांव लौट रहे थे। रास्ते में जमालपुर पठानी के पास वे किसी काम से सड़क किनारे रुके और बातचीत कर रहे थे। इसी दौरान पीछे से तेज रफतार में आई एक बाइक ने उनकी खड़ी बाइक में जोरदार टक्कर मार दी।



हादसा इतना भीषण था कि दोनों गंभीर रूप से घायल हो गए। परिजन तत्काल उन्हें अस्पताल लेकर पहुंचे, जहां चिकित्सकों ने मो हाशिम को

मृत घोषित कर दिया। वहीं खुशनुदा का इलाज जारी है और उनकी हालत चिंताजनक बताई जा रही है। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर

पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। फरार बाइक सवार की तलाश के लिए पुलिस ने अभियान शुरू कर दिया है और आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगाली जा रही है। बताया जा रहा है कि मो हाशिम पटना में कारपेंटर का काम करते थे और ईद के मौके पर घर लौटे थे। वह अपने 11 भाई-बहनों में सबसे छोटे थे। उनकी अचानक मौत से परिवार में कोहराम मचा हुआ है और पूरे गांव में शोक का माहौल है। हादसे के बाद स्थानीय लोगों ने तेज रफतार वाहनों पर नियंत्रण और सड़क सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम की मांग उठाई है, ताकि भविष्य में इस तरह की घटनाओं को रोका जा सके।

## माइक्रो प्लान के तहत होगा काम, सभी विभागों को समन्वय के निर्देश

बिजनौर(सब का सपना):- संचारी रोगों की रोकथाम को लेकर जिला प्रशासन ने कर्म कस ली है। कलेक्ट्रेट सभागार में आयोजित समीक्षा बैठक में जिलाधिकारी ने सभी संबंधित विभागों को समन्वय के साथ अभियान को प्रभावी ढंग से संचालित करने के निर्देश दिए। जिलाधिकारी जसजीत कौर की अध्यक्षता में हुई बैठक में बताया गया कि विशेष संचारी रोग नियंत्रण अभियान 01 अप्रैल से 30 अप्रैल तक जिले भर में चलाया जाएगा। उन्होंने निर्देश दिए कि सभी विभाग माइक्रो प्लान के अनुसार कार्य करें और अभियान को पूरी गंभीरता के साथ लागू करें, ताकि जिले में संचारी रोगों पर प्रभावी नियंत्रण स्थापित किया जा सके। जिलाधिकारी ने अधिशासी

अधिकारियों और खंड विकास अधिकारियों को निर्देशित किया कि नियमित सफाई व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। साथ ही नालियों में एंटी लार्वा का छिड़काव और फोगिंग कार्य समय-समय पर कराया जाए, जिससे मच्छरों के पनपने पर रोक लगाई जा सके। उन्होंने स्वास्थ्य विभाग को योजनाबद्ध तरीके से कार्य करने के निर्देश देते हुए कहा कि अभियान के सभी चरणों को शत-प्रतिशत प्रभावी बनाया जाए। उन्होंने आमजन में जागरूकता बढ़ाने पर विशेष जोर देते हुए कहा कि व्यापक प्रचार-प्रसार किया जाए, ताकि लोग संचारी रोगों से बचाव के उपायों को अपनाएं। जिला विद्यालय निरीक्षक और बेसिक शिक्षा अधिकारी को निर्देश दिए गए कि स्कूलों में विशेष अभियान चलाकर



बच्चों को स्वच्छता और स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया जाए। जिलाधिकारी ने स्वास्थ्य विभाग को घर-घर सर्वे अभियान को गंभीरता से संचालित करने और बुखार से पीड़ित मरीजों की पहचान कर उनका समय से उपचार सुनिश्चित करने के

निर्देश भी दिए। बैठक में मुख्य विकास अधिकारी पूर्ण बोर, मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉक्टर कौशलेंद्र सिंह सहित अन्य जिला स्तरीय अधिकारी मौजूद रहे, जबकि ईओ और बीडीओ ऑनलाइन जुड़े।

## कम उम्र में बड़ी उपलब्धि, पहली महाराब में पूरा कुरान सुनाया

बिजनौर (सब का सपना):- स्योहारा की जेना वाली मस्जिद में रमजान के दौरान तरावीह मुकम्मल हो गई, जहां 15 वर्षीय हाफिज मोहम्मद फाजिज ने पूरा कुरान शरीफ सुनाकर सभी को प्रभावित कर दिया। तरावीह के समापन पर मुफ्ती सदाकत हुसैन ने मुल्क में अमन-चैन और तरक्की के लिए विशेष दुआ कराई। कम उम्र में बेहतरीन अंदाज में कुरान सुनाने वाले हाफिज फाजिज की लोगों ने जमकर सराहना की। नमाजियों ने बताया कि वर्षों से तरावीह सुनने के बावजूद इतनी कम उम्र में इतनी साफ और सलीकेदार तिलावत कम ही देखने को मिलती है। हाफिज मोहम्मद फाजिज एक



सीबीएसई स्कूल के छात्र हैं और उन्होंने कोरोना काल के दौरान कुरान शरीफ हिफ्ज किया था। यह उनकी पहली महाराब थी, जिसमें उन्होंने पूरे आत्मविश्वास के साथ तरावीह में

कुरान सुनाया। उनकी इस उपलब्धि पर मौजूद लोगों ने उन्हें दुआओं से नवाजा और उज्वल भविष्य की कामना की। मुफ्ती सदाकत हुसैन ने अपने बयान में कहा कि इस्लाम

भाईचारे, ईसानियत और कमजोरों की मदद का संदेश देता है। उन्होंने लोगों से आपसी प्रेम और सहयोग की भावना बनाए रखने की अपील की।

हाफिज फाजिज के पिता मोहम्मद रमान उर्फ रूमी ने उनकी सफलता का श्रेय उनके उस्ताद कारी अब्दुल रहमान को देते हुए कहा कि उन्होंने पूरी लगन से फाजिज को तालीम दी है। वहीं हाफिज फाजिज ने बताया कि वह आगे चलकर मेडिकल क्षेत्र में जाकर गरीब और जरूरतमंद लोगों की सेवा करना चाहते हैं। इस मौके पर नगर के कई गणमान्य लोग मौजूद रहे और सभी ने इस उपलब्धि की सराहना की।

## युवा उद्यमी योजना में पारदर्शिता और गुणवत्ता पर जोर औद्योगिक विकास में तेजी लाने को प्रशासन की सख्ती

बिजनौर (सब का सपना):- जनपद में औद्योगिक विकास को गति देने के लिए प्रशासन ने सख्त रुख अपनाया है। कलेक्ट्रेट सभागार में आयोजित जिला उद्योग बंधु की समीक्षा बैठक में जिलाधिकारी ने निवेश बढ़ाने और उद्यमियों की समस्याओं के त्वरित समाधान पर जोर दिया। जिलाधिकारी जसजीत कौर की अध्यक्षता में हुई बैठक में कहा गया कि शासन की औद्योगिक नीतियों का प्रभावी क्रियान्वयन सुनिश्चित करते हुए अधिक से अधिक निवेश आकर्षित किया जाए, ताकि रोजगार के नए अवसर सृजित हो सकें। उन्होंने अधिकारियों को बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराईं जाएं और उनकी समस्याओं का समयबद्ध



निस्तारण किया जाए। बैठक में निवेश मित्र पोर्टल पर लॉन्च प्रकरणों की समीक्षा करते हुए जिलाधिकारी ने उन्हें शीघ्र निपटाने के निर्देश दिए। उपायुक्त उद्योग को निर्देशित किया गया कि निवेशकों और उद्यमियों के समक्ष आने वाली समस्याओं का प्राथमिकता के आधार

पर समाधान किया जाए, जिससे जिले में औद्योगिक विकास को गति मिल सके। मुख्यमंत्री युवा उद्यमी विकास अभियान के तहत बैंकों को निर्देश दिए गए कि पोर्टल पर प्राप्त आवेदनों की गुणवत्ता के साथ जांच कर उन्हें स्वीकृत किया जाए, ताकि अधिक

से अधिक लाभार्थियों को योजना का लाभ मिल सके। साथ ही एमओयू क्रियान्वयन तंत्र की समीक्षा करते हुए जिलाधिकारी ने कहा कि हस्ताक्षरित एमओयू को जल्द से जल्द धरातल पर उतारकर उत्पादन शुरू कराया जाए। बैठक के दौरान उद्यमियों ने विद्युत आपूर्ति, सड़क, परिवहन, भूमि आवंटन, बैंक ऋण और प्रदूषण अनुमति से जुड़ी समस्याएं उठाईं। इस पर जिलाधिकारी ने संबंधित विभागों को निर्देश दिए कि इन सभी समस्याओं का शीघ्र समाधान सुनिश्चित किया जाए। इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी रणविजय सिंह, उपायुक्त उद्योग अमित कुमार सहित उद्योग बंधु और व्यापार बंधु के सदस्य मौजूद रहे।

## ईद पर भाई चारा बनाए रखें और जरूरतमंदों की मदद करें:- महताब अंसारी

महताब अंसारी का क्षेत्र की आवाम को संदेश मिलजुल कर बनाए ईद का त्यौहार

बिजनौर (सब का सपना):- जनपद के कोतवाली देहात ब्लॉक वार्ड नंबर 4 जिला पंचायत भावी उम्मीदवार निवासी शेखपुरा तुर्क के युवा दिग्गज नेता व्यवहार कुशल महताब अंसारी समाज व कौम की खिदमत में मुख्य किरदार अदा करने वाले महताब अंसारी ने कहा सुकून व मोहब्बत व भाईचारे के साथ ईद उल फितर का त्यौहार मनाएं। महताब अंसारी ने कहा कि अल्लाह ने कुरान में फरमाया है कि रमजान के इस पाक और बरकतों वाले महीने में मुसलमान अपनी कमाई का ढाई प्रतिशत हिस्सा गरीबों को दें और जकात हर साहिबे निसाब पर फर्ज है। ये जकात रमजान के अंदर ही निकाल दें ताकि गरीब भी अपनी ईद अच्छे से मना सकें। महताब अंसारी ने बताया कि अल्लाह के रसूल फरमाते हैं कि जिसके पास साढ़े



बावन तोले चांदी और साढ़े सात तोला सोना है तो उस पर जकात फर्ज है। मुसलमान की कमाई पर ढाई प्रतिशत हिस्से पर भी जकात फर्ज है। ये जकात रमजान के अंदर ही निकाल दिए जाने का अल्लाह की तरफ से

हुक्म है। दूसरी जगह अल्लाह के रसूल फरमाते हैं कि जकात फर्ज है। आगे उन्होंने कहा है कि 100 रुपये में ढाई रुपये, एक हजार रुपये में पच्चीस रुपये और एक लाख रुपये पर ढाई हजार रुपये जकात फर्ज है।

## मंडी धनौरा में इंडेन गैस एजेंसी पर 3 दिन बाद पहुंची गैस तो उमड़ी उपभोक्ताओं की भीड़

धनौरा/अमरोहा (सब का सपना):- जनपद के मंडी धनौरा और बछरायूं क्षेत्र में तीन दिनों से ठप पड़ी इंडेन रसोई गैस की आपूर्ति गुरुवार को बहाल हुई। गैस की गाड़ी पहुंचते ही उपभोक्ताओं का धैर्य जवाब दे गया और एजेंसी पर सिलेंडर लेने के लिए पुरणों व महिलाओं की लंबी कतारें लग गईं। त्यौहारों के इस मौसम में लोग सुबह से ही खाली सिलेंडर लेकर लाइन में लगे रहे, जिसके बाद सुबह दस बजे के बाद वितरण शुरू हो सका। बता दें कि इन दिनों चल रही गैस की किल्लत का असर घरों के साथ-साथ सरकारी स्कूलों पर भी दिखाई दे रहा है। कंपोजिट विद्यालय कमालपुर की शिक्षिका रोशनी खान ने बताया कि सिलेंडर न मिलने के कारण बच्चों के लिए मिड-डे मील तैयार करने में भारी समस्या आ रही



है। मजबूरी में उन्हें चूल्हे पर खाना बनाना पड़ रहा है। स्थानीय निवासी आसिफ अली और मेहदी हसन ने बताया कि ईद का समय है और घर में गैस खत्म होने से गंभीर संकट खड़ा हो गया है। वहीं, राजीव प्रजापति और सचिन सिद्धू ने कहा

कि चैत्र नवरात्र शुरू हो चुके हैं, लेकिन घर में सिलेंडर न होने से पूजा-पाठ और खान-पान का प्रबंधन करना मुश्किल हो रहा है। भारी भीड़ और हंगामे की आशंका को देखते हुए प्रशासन को हस्तक्षेप करना पड़ा। मौके पर शांति व्यवस्था बनाए रखने

के लिए बछरायूं थाने से कॉन्स्टेबल अनुज चौधरी और बेताब जावला पहुंचे। डायल 112 के जवान भी मुस्तेद रहे। खबर लिखे जाने तक वितरण प्रक्रिया को सुचारू रूप से शुरू करने का प्रयास किया जा रहा था। इस अव्यवस्था पर धनौरा के आपूर्ति अधिकारी अमित श्रीवास्तव ने कड़ा रुख अपनाया है। उन्होंने बताया कि विभाग की ओर से गैस की कोई कमी नहीं है। एजेंसी संचालक को स्पष्ट निर्देश दिए गए थे कि वह उपभोक्ताओं को होम डिलीवरी सुनिश्चित करें। उन्होंने हैरानी जताई कि आखिर धनौरा के गोदाम पर भीड़ लगाने के लिए मजबूर किया गया। उन्होंने यह भी कहा कि एजेंसी को गोदाम के बाहर बैनर-पोस्टर लगाकर स्थिति स्पष्ट करने के निर्देश दिए गए हैं ताकि जनता प्रमित न हो।

## बिजनौर में जैद से पूछताछ में जुटी पुलिस, कई अन्य युवक भी हिरासत में

बिजनौर। पिछले दिनों संदिग्ध आतंकी अबूबकर के उकसाने पर किरतपुर निवासी अबूजर के पिकअप वाहन में आग लगाने के प्रकरण में पुलिस ने मुख्य आरोपित जैद को हिरासत में ले लिया है। पुलिस इससे पूछताछ में जुटी है। पूछताछ के आधार पर कई अन्य युवकों को भी हिरासत में लिया है। पुलिस के साथ एलआइयू और आइबी की टीम भी पूछताछ के लिए पहुंची है। जांच में सामने आ रहा है कि अबूबकर पाकिस्तान का रहने वाला है। हालांकि पुलिस अबूबकर की लोकेशन तलाश रही है। फरसिक किरतपुर के मुहल्ला अफगानान निवासी अबूजर उर्फ राईन को गुरुवार को पुलिस ने गिरफ्तार किया था। अबूजर ने बताया था कि उसने मुंबई में रह रहे अपने मौसेरे भाई किरतपुर के मुहल्ला लुकमानपुरा निवासी जैद से पैसे मांगे थे। जैद ने अबूबकर से टेलीग्राम पर उसकी बात कराई। अबूबकर ने अबूजर को हिंदू समाज के लोगों की गाड़ियों में आग लगाने का टास्क दिया था और इसके बदले पैसे देने का लालच दिया था। तार मार्च की रात सवा दस बजे अबूजर ने मुहल्ला झंडा निवासी निमिष रस्तोगी के पिकअप वाहन में आग लगा दी थी और वीडियो को टेलीग्राम पर जैद को भेज दिया था। उधर, अबूजर के पकड़े जाने पर आरोपित जैद ने अपने मोबाइल से टेलीग्राम ग्रुप डिलीट कर दिया है। इससे अबूजर के मोबाइल फोन से भी सारा डाटा तिलीट हो गया है। इस डाटा को हासिल करने के लिए अबूजर का मोबाइल फोन और जैद का मोबाइल नंबर फोरेंसिक प्रयोगशाला को भेजा है। फोरेंसिक प्रयोगशाला में डाटा रिकवर होने के बाद पता चल पाएगा कि जैद के ग्रुप में कौन-कौन लोग जुड़े हैं। मंगलवार देर रात पुलिस जैद तक पहुंच गई है। उसे हिरासत में लेकर पूछताछ की जा रही है। बुधवार को दिवंगम पुलिस के अधिकारियों ने जैद से पूछताछ की और इसके बाद पुलिस ने किरतपुर निवासी कुश युवकों को भी हिरासत में लिया है। हालांकि इस प्रकरण में अभी कोई पुलिस अधिकारी कुछ बताने के लिए तैयार नहीं है।

## चैत्र नवरात्रों के पहले दिन मंदिरों में पूजा अर्चना के लिए उमड़ी भक्तों की भीड़

पूजा अर्चना के लिए लंबी कतार में खड़े होकर घंटों किया इंतजार

गजरोला/अमरोहा (सब का सपना):- जनपद के गजरोला क्षेत्र में गुरुवार को चैत्र नवरात्रि के अवसर पर मंदिरों में पूजा अर्चना के लिए नवरात्रि के पहले दिन भक्तों की भारी भीड़ देखी गई। जिन्होंने माता की पूजा अर्चना करने के लिए लंबी कतार में खड़े होकर घंटों इंतजार किया। क्षेत्र में स्थित कई मंदिरों पर माता के भक्तों की भारी भीड़ देखी गई। बता दें कि चैत्र नवरात्रि हिंदू कैलेंडर के अनुसार चैत्र माह के शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा से नौ दिनों तक मनाया जाने वाला शक्ति का महापर्व है, जो हिंदू नववर्ष की शुरुआत भी है। इन नौ दिनों में मां दुर्गा के नौ अलग-अलग स्वरूपों (शैलपुत्री से सिद्धिदात्री) की पूजा होती है, कलश स्थापना की जाती है और भक्त व्रत रखते हैं। मान्यता है कि देवी दुर्गा ने महिषासुर का वध करने के लिए नौ दिनों तक युद्ध किया था। इस दौरान उन्होंने हर दिन अलग-अलग रूप धारण किए, जिसे 'नवदुर्गा' के रूप में पूजा जाता है। यह व्रत संतान, धन



और सुख-समृद्धि की प्राप्ति के लिए किया जाता है। चैत्र नवरात्रि की नवमी तिथि को भगवान राम के जन्मोत्सव के रूप में मनाया जाता है, जिससे इसका महत्व और बढ़ जाता है। पहले दिन कलश स्थापना और शैलपुत्री की पूजा होती है। इसके बाद ब्रह्मचारिणी, चंद्रघंटा, कूप्पांडा, स्कंदमाता, कात्यायनी,

कालरात्रि, महागौरी और अंतिम दिन सिद्धिदात्री की पूजा की जाती है। भक्त नौ दिनों का उपवास करते हैं, सुबह-शाम माता की आरती करते हैं और कन्या पूजन के साथ व्रत का समापन करते हैं। यह समय ऋतु संधिकाल होता है, जिसमें उपवास करने से शारीरिक शुद्धिकरण होता है और मानसिक शांति मिलती है।

## मंडी धनौरा में भाकियू (टिकैत) की मासिक बैठक का आयोजन स्मार्ट मीटर लगाने, गन्ना भुगतान, आवारा पशु और गैस किल्लत पर जताई नाराजगी

धनौरा/अमरोहा (सब का सपना):- जनपद के मंडी धनौरा तहसील में भारतीय किसान यूनियन (टिकैत) की मासिक बैठक गुरुवार को धनौरा स्थित विद्युत उपकेंद्र के प्रांगण में संपन्न हुई। बैठक की अध्यक्षता प्रदेश उपाध्यक्ष चौधरी आलोक कुमार ने की, जबकि संचालन रामवीर सिंह द्वारा किया गया। इस पंचायत में किसानों की विभिन्न समस्याओं पर चर्चा की गई और शासन-प्रशासन के खिलाफ विरोध दर्ज कराया गया। बता दें कि गुरुवार को आयोजित इस पंचायत में विद्युत विभाग द्वारा लगाए जा रहे स्मार्ट मीटरों का पुरजोर विरोध किया गया। प्रदेश उपाध्यक्ष आलोक कुमार ने स्पष्ट किया कि किसी भी उपभोक्ता के यहां जबरन स्मार्ट मीटर नहीं लगने दिया जाएगा। किसानों ने वेब सुगर मिल से गुवाई के लिए अच्छी किस्म का गुना बीज उपलब्ध करने की मांग की। साथ ही, मिल प्रबंधन से किसी



भी किसान का गन्ना खरीदने से मना करने का आग्रह किया गया। भाकियू ने गन्ने की खरीद 500 रुपये प्रति क्विंटल की दर से करने की मांग की। इसके अतिरिक्त, भारत सरकार से आलू का न्यूनतम समर्थन मूल्य (टयड) घोषित कर इसे सरकारी खरीद के दायरे में लाने की अपील की गई। बैठक में किसानों ने आवारा

पशुओं, हिंसक कुत्तों और बंदरों के आतंक से निजात दिलाने की मांग की, जो फसलों और आम नागरिकों के लिए खतरा बने हुए हैं। क्षेत्र में गैस सिलेंडर की किल्लत और उसकी कालाबाजारी पर भी चिंता व्यक्त की गई, जिसके लिए प्रशासन से दौर्भाग्य के खिलाफ कठोर कानूनी कार्रवाई की मांग की गई। इस अवसर

पर भयंकर सिंह यादव, दीपा सिंह धनौरी, झुन्डे सिंह, चरन सिंह, सुरेंद्र सैनी, मुनींदेव त्यागी, भारत सिंह त्यागी, राजकली, खुशनुमा, रोमा कौशिक, परवेनदर सिंह, सचिन त्यागी, जैविन्द्र सिंह, गंगाराम, अली जफर, सत्यपाल चौहान, हफीज खां और धर्म सिंह सहित सैकड़ों कार्यकर्ता मौजूद रहे।

# जिला स्वास्थ्य समिति-शासी निकाय की मासिक समीक्षा बैठक का आयोजन

बहजोई/सम्भल(सब का सपना):- कलक्ट्रेट सभागार बहजोई जिलाधिकारी डॉ.राजेन्द्र पैसिया की अध्यक्षता में राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अन्तर्गत जिला स्वास्थ्य समिति-शासी निकाय की मासिक समीक्षा बैठक का आयोजन किया गया। बैठक के अन्तर्गत पूर्व जिला स्वास्थ्य समिति की बैठक के बिन्दुओं पर क्या अनुपालन हुआ उस पर चर्चा की गयी। सर्वप्रथम जननी सुरक्षा योजना को लेकर भी आवश्यक दिशा निर्देश दिए तथा एफआरयू, तथा एचएमआईएस पोर्टल पर एएनसी जांच, प्रसव तथा टीकाकरण, आरसीएच फोडिंग, सीएचओ द्वारा ई संजीवनी ओपीडी की स्थिति पर विकास खण्ड वार पर



चर्चा की गयी। मुख्य विकास अधिकारी गोरखनाथ भट्ट ने संबंधित अधिकारी को

निर्देशित करते हुए कहा कि संस्थागत प्रसव का डेटा एएनएम वार निकाला जाए। प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना

को किट वितरण की जाए जिससे वह अपना काम समय से कर सके। जिलाधिकारी ने आयुष्मान कार्ड की प्रगति के विषय में जानकारी प्राप्त की उन्होंने ने कहा कि आयुष्मान की प्रगति में बढ़ोतरी लाई जाए। वीएचएसएनडी सत्र को लेकर मुख्य विकास अधिकारी ने जानकारी प्राप्त की एवं संबंधित को आवश्यक दिशा निर्देश दिए। इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी गोरखनाथ भट्ट, मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ तरुण पाठक, डिटो कलेक्टर विकास चंद्र, मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ राजेंद्र सेनी, अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ पंकज विश्वा, समस्त एमओआईसी एवं संबंधित अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित रहे।

# पूर्व प्रत्याशी साजिद अली खां ने कराया रोजा इफ्तार, अमन-शांति की दुआ



समाज में मोहब्बत बढ़ाने का काम करते हैं। उन्होंने कहा कि रोजा इफ्तार जैसे मौके आपसी भाईचारे को मजबूत करते हैं और इससे समाज में सकारात्मक संदेश जाता है। इफ्तार पार्टी में जिला जज एटा अहमद उल्ला खां, पूर्व चेयरमैन नुसरत इलाही, पूर्व मंत्री अकीलुर्रहमान खां, पूर्व सपा जिलाध्यक्ष फ़िरोज खां, शाही जामा मस्जिद के सदर जफर अली एडवोकेट, कांग्रेस जिलाध्यक्ष हाजी

आरिफ़ तुर्की, नामित सभासद सैयद शान अली, समाजसेवी चौधरी जावेद अली खां उर्फ़ गुड्डू, मियां असलम, ग़ालिब खां, राशिद सहित बड़ी संख्या में काफी मात्रा में लोग मौजूद रहे। इफ्तार के दौरान लजीज व्यंजनों का भी लोगों ने आनंद लिया। कार्यक्रम का माहौल पूरी तरह से सौहार्दपूर्ण रहा और अंत में सभी ने एक-दूसरे को गले मिलकर भाईचारे का संदेश दिया।

## 6 महीने से मनचले करते थे छेड़छाड़, तंग आकर छात्रा ने कर ली आत्महत्या

पलवल : हरियाणा के पलवल जिले से एक सप्तमोत्तम वारदात सामने आई है। यहां गदपुरी थाना क्षेत्र में छेड़छाड़ व प्रताड़ना से तंग एक 16 वर्षीय स्कूल की छात्रा ने पंखे से फंका फंकाकर जीवनलीला समाप्त कर दी। पुलिस ने इस मामले में 2 युवकों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। मिली जानकारी के अनुसार मुत्ता का पिता ने दर्ज कराई शिकायत में बताया कि गांव के ही सलमान व पेप्पी नामक दो युवक पिछले 6 माह से बेटी को स्कूल में आते-जाते छेड़ते थे। बेटी के अंदर डर इतना बढ गया कि उसने स्कूल जाना ही छोड़ दिया। आरोपी छेड़छाड़ कर घर तक आ गए। जब भाई ने विरोध किया तो उसको पीटा और जान से मारने की धमकी भी दी। बता दें कि 16 मार्च को आरोपी सलमान जब घर में घुसा और बेटी का हाथ पकड़कर खींचने लगा। भाई के विरोध करने पर आरोपी मौके से भाग गया। अगली सुबह जब वह आरोपियों के घर शिकायत करने पहुंचे तो वहां कोई नहीं मिला। मंगलवार देर शाम जब वह द्यूटी से लौटा तो पता चला कि बेटी ने पंखे से लटक आत्महत्या कर ली है। सूचना मिलने के बाद पुलिस मौके पर पहुंची वहां थाना प्रभारी कुलदीप सिंह ने मामले को लेकर कहा कि दोनों आरोपी युवकों के खिलाफ आत्महत्या के लिए उकसाने, छेड़छाड़ करने सहित विभिन्न मामलों में मुकदमा दर्ज किया है। दोनों आरोपियों की धरपकड़ के लिए छापेमारी की जा रही है। जल्द ही आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

## थमने का नाम नहीं ले रही बादशाह की मुश्किलें, अब राष्ट्रीय महिला आयोग ने समन भेज दी ये चेतावनी

दिल्ली : रेपर व सिंगर बादशाह की मुश्किलें थमने का नाम नहीं रही हैं। अब राष्ट्रीय महिला आयोग ने बादशाह के गाने 'टटीरी' में कथित अश्लीलता को लेकर समन भेजा है। आयोग ने बादशाह के साथ-साथ गाने के डायरेक्टर माही संघु, को-डायरेक्टर जौबन संघु, और प्रोड्यूसर हितन को समन भेजा है। इन सभी को 25 मार्च, 2026 को दोपहर 12:30 बजे संबंधित दस्तावेजों के साथ आयोग के सामने पेश होने का निर्देश दिया गया है। आयोग ने कहा कि गाने का कंटेंट पहली नजर में आपत्तिजनक लगता है। संभवतः भारतीय न्याय संहिता, सूचना प्रौद्योगिकी अधिनियम, और महिलाओं का अश्लील चित्रण (निषेध) अधिनियम, 1986 के नियमों का उल्लंघन करता है। आयोग ने यह भी चेतावनी दी कि निर्देश का पालन न करने पर उचित कानूनी कार्रवाई की जा सकती है।

## गाय का खूनी तांडव! बारिश के बीच व्यक्ति पर किया जानलेवा हमला



रेवाड़ी : शहर के सेक्टर-4 में बुधवार शाम बारिश के दौरान एक गाय ने एक व्यक्ति पर हमला कर दिया। इस घटना का वीडियो भी सामने आया है, जिससे इलाके में लोगों में डर का माहौल है। जानकारी के अनुसार, सेक्टर-4 सिटीपिंग कॉम्प्लेक्स के पास एक गाय इधर-उधर घूम रही थी। इसी दौरान सड़क से गुजर रहे एक व्यक्ति पर उसने अचानक हमला कर दिया। व्यक्ति जान बचाने के लिए इधर-उधर दौड़ता रहा। आसपास मौजूद लोगों ने किसी तरह उसे गाय से बचाया। वीडियो में यह घटना शाम 5:42 बजे की दिखाई दे रही है। वीडियो करीब 1 मिनट 49 सेकंड का है। बता दें कि शहर में आबारा पशुओं के हमले को घटनाएं लगातार बढ़ रही हैं। पिछले सप्ताह भी सेक्टर-4 में दो लोगों पर गाय ने हमला किया था। इससे पहले भगवानपुर में भी एक बुजुर्ग पर हमला को चुका है। इसी साल एक बुजुर्ग महिला को मौत और एक कार के क्षतिग्रस्त होने की घटना भी सामने आ चुकी है। नगर परिषद द्वारा आबारा पशुओं को पकड़ने के लिए टैंडर प्रक्रिया शुरू की गई थी, लेकिन करीब एक महीने से यह फाइलों में ही अटक ही हुई है। इस कारण सड़कों और बाजारों में पशुओं की संख्या बढ़ती जा रही है। लोगों ने प्रशासन से जल्द कार्रवाई की मांग की है।

# हरियाणा मेट्रो ने भरी ऊंची उड़ान: यात्रियों का बढ़ा भरोसा

चंडीगढ़: हरियाणा के शहरी परिवहन नेटवर्क ने उल्लेखनीय प्रगति दर्ज की है। वर्ष 2025-26 में मेट्रो यात्रियों की संख्या में 13.55 प्रतिशत की वृद्धि हुई है, जो सार्वजनिक परिवहन के प्रति यात्रियों के बढ़ते विश्वास और स्पष्ट रूझान को दर्शाता है। यह उपलब्धि आज यहां मुख्य सचिव और HMRTC के अध्यक्ष श्री अनुराग रस्तोगी की अध्यक्षता में आयोजित हरियाणा मास रैपिड ट्रांसपोर्ट कॉर्पोरेशन (HMRTC) बोर्ड की 64वीं बैठक के दौरान सामने आई। अप्रैल 2025 से फरवरी 2026 के बीच मेट्रो नेटवर्क का उपयोग करने वाले यात्रियों की संख्या 1.74 करोड़ से अधिक हो गई, जबकि पिछले वर्ष इसी अवधि में यह आंकड़ा 1.53 करोड़ था। जुलाई महीने में 22.93 प्रतिशत की सर्वाधिक वृद्धि दर्ज की गई, जबकि अन्य सभी महीनों में भी सकारात्मक वृद्धि देखने को मिली। यह परिचालन की विश्वसनीयता, सेवाओं में सुधार और यात्रियों को दी जा रही बढ़ती प्रार्थमिकता को दर्शाता है। वित्तीय दृष्टिकोण से भी HMRTC का प्रदर्शन उत्साहजनक रहा है। जनवरी 2026 तक किराये से होने वाली आय में 12.64 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। वहीं, गैर-किराया राजस्व (non-fare revenue) में 108 प्रतिशत की उल्लेखनीय वृद्धि दर्ज की



गई है। यह वृद्धि स्टेशन परिसर के बेहतर उपयोग, विज्ञापन और वाणिज्यिक गतिविधियों से होने वाली आय के कारण संभव हो पाई है। स्टेशनों के नामकरण के अधिकारों की नीलामी और विज्ञापन के लिए अधिक स्थान विकसित करने जैसी पहलों से HMRTC की वित्तीय स्थिति

को और मजबूती मिलने की उम्मीद है। बैठक की अध्यक्षता करते हुए मुख्य सचिव श्री अनुराग रस्तोगी ने कहा कि यात्रियों की संख्या और माल ढुलाई में लगातार हो रही वृद्धि हरियाणा की एकीकृत परिवहन रणनीति की सफलता को दर्शाता है। उन्होंने परियोजनाओं के समयबद्ध

कार्यान्वयन, विभिन्न एजेंसियों के बीच समन्वय और यात्रियों को केंद्र में रखकर सेवाएं प्रदान करने पर ध्यान केंद्रित करने के निर्देश दिए। HMRTC के प्रबंध निदेशक श्री चंद्रशेखर खरे ने कहा कि परिचालन संबंधी उपलब्धियों के साथ-साथ राज्य में मेट्रो और क्षेत्रीय परिवहन परियोजनाओं पर भी लगातार प्रगति हो रही है। गुरुग्राम के सेक्टर-56 से पंजाब तक मेट्रो कनेक्टिविटी पर तेज गति से विचार किया जा रहा है। इस संबंध में, HSIIDC विस्तृत परियोजना रिपोर्ट (DPR) और लेआउट प्लान का अध्ययन कर रहा है, और सिंही गाँव के पास सेक्टर-36 अ में डिपो के लिए जगह तय कर रहा है। साथ ही, बल्लभगढ़-पलवल मेट्रो विस्तार परियोजना की तकनीकी-व्यवहार्यता का आकलन फ्लॉवर द्वारा किया जा रहा है। बहादुरगढ़-अवधा कनेक्टिविटी के लिए भी एक नया अध्ययन किया जा रहा है, क्योंकि HRIDC ने यात्रियों की आवाजाही बढ़ाने के लिए अवधा में एक नया इंटरचेंज स्टेशन बनाने का फैसला किया है। गुरुग्राम-फरीदाबाद नगर भागत कॉरिडोर पर एक अहम पड़ाव हासिल कर लिया है। इसका रूट और स्टेशनों की जगह तय कर ली गई है और राज्य सरकार ने उन्हें मंजूरी दे दी है।

## विकास दिव्यांग सेवा समिति ट्रस्ट ने ईद से पहले जरूरतमंदों को बांटे सूर

सम्भल(सब का सपना):- जनपद में गुरुवार को विकास दिव्यांग सेवा समिति ट्रस्ट द्वारा जरूरतमंद महिलाओं के लिए ईद के त्यौहार को ध्यान में रखते हुए सूट वितरण कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम रायसती बस स्टैंड के सामने स्थित ट्रस्ट कार्यालय पर संपन्न हुआ। इस अवसर पर ट्रस्ट पदाधिकारियों ने सैकड़ों जरूरतमंद महिलाओं को ईदी के रूप में सूट वितरित किए और उनके चेहरों पर खुशी लाने का प्रयास किया। कार्यक्रम से पूर्व एक बैठक भी आयोजित की गई, जिसमें समाज में एकता और भाईचारे को बढ़ावा देने पर जोर दिया गया। ट्रस्ट के पदाधिकारियों ने कहा कि त्यौहार सभी के लिए खुशियां लेकर आते

## चांद न दिखने पर ईद 21 मार्च को मनाने का ऐलान

सम्भल(सब का सपना):- जनपद में गुरुवार को मरकजी रुयत हिलाल कमटी की बैठक मरकजी मद्रसा अहले सुन्नत के अजमल उल उलूम में आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता शहर मुफ्ती कारी अलाउद्दीन अजमली ने की। बैठक में चांद दिखने की पुष्टि के लिए शहर सहित देश के विभिन्न हिस्सों से संपर्क किया गया, लेकिन कहीं से भी चांद नजर आने की कोई सूचना प्राप्त नहीं हुई। इसके बाद उलेमा-ए-सम्भल की मौजूदगी में सर्वसम्मति से निर्णय लिया गया कि 20 मार्च, शुक्रवार को 30वां रोजा रखा जाएगा और ईद-उल-फितर 21 मार्च, शनिवार को मनाई जाएगी। बैठक में मौजूद उलेमा ने लोगों से अपील की कि वे शांति और भाईचारे के साथ रजान के आखिरी रोजे को अदा करें और ईद की तैयारियां करें।

## हरियाणा के इस जिले के अस्पताल में डॉक्टरों की कमी, दिन-ब-दिन हालात होते जा रहे खराब

यमुनानगर : यमुनानगर के सरकारी अस्पतालों की हालत दिन-ब-दिन बदतर होती जा रही है। अस्पतालों में डॉक्टरों और स्टाफ की भारी कमी के चलते मरीजों को इलाज के लिए लंबा इंतजार करना पड़ रहा है। स्वास्थ्य विभाग की लापरवाही के कारण कई अहम पद खाली आरटीआई एफ्टिविस्ट सुमित पाल ने आरोप लगाया है कि स्वास्थ्य विभाग की लापरवाही के कारण कई अहम पद खाली पड़े हैं। रेडियोग्राफर के 21 पदों में से 19 खाली हैं, एसएमबो के 17 में से 9 पद रिक्त हैं, जबकि मेडिकल ऑफिसर के 192 पदों में से 93 पद खाली पड़े हैं। यही नहीं ऑपरेशन थिएटर असिस्टेंट के 24 पदों में से 18 खाली हैं और नर्सिंग स्टाफ की भी भारी कमी बनी हुई है। उन्होंने कहा कि रेडियोग्राफर,



इस दौरान कारी तनजीम अशरफ अजमली, इमाम-ए-ईदगाह मौलाना जहीरुल इस्लाम, मौलाना कारी राशिद रिजवी, मुफ्ती इमरान नईमी, मुफ्ती आफतुल्ला, मौलाना शरीफ अहमद, मौलाना कारी साजिद, मौलाना मुहम्मद हुसैन, मौलाना शमशाद, कारी इकराम अजमली,

कारी शाहिद, कारी सरताज, कारी जाहिद, फरीद अहमद एडवोकेट, सैयद अब्दुल कदीर, कारी शूएब, हाफिज अब्दुल मन्नान अशरफो, मुहम्मद अहमद नौशाही, तकी अशरफ एडवोकेट, जुनैद कादरी सहित अन्य लोग उपस्थित रहे।

## ईद व अलविदा जुम्मे से पहले प्रशासन अलर्ट, डीएम-एसपी ने किया पैदल गश्त

सम्भल(सब का सपना):- जनपद में ईद-उल-फितर और अलविदा जुम्मे की नमाज को शांतिपूर्ण व सकुशल संपन्न कराने के लिए प्रशासन पूरी तरह सतर्क नजर आ रहा है। इसी क्रम में जिलाधिकारी डॉ. राजेन्द्र पैसिया एवं पुलिस अधीक्षक कृष्ण कुमार ने कस्बा सम्भल में पुलिस बल के साथ पैदल गश्त की। गश्त के दौरान अधिकारियों ने शहर के प्रमुख मार्गों, बाजारों और मस्जिदों के आसपास की सुरक्षा व्यवस्थाओं का जायजा लिया। साथ ही संवेदनशील क्षेत्रों में ड्रोन के माध्यम से निगरानी भी की गई, ताकि किसी भी प्रकार की सौंदर्य गतिविधि पर नजर रखी जा सके। जिलाधिकारी और पुलिस



अधीक्षक ने मौके पर तैनात पुलिस अधिकारियों व कर्मचारियों को सतर्कता के साथ द्यूटी करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि त्यौहारों के दौरान कानून-व्यवस्था बनाए रखना सर्वोच्च प्राथमिकता है और इसमें किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। पैदल गश्त के दौरान अधिकारियों ने आमजन से संवाद स्थापित करते हुए आपसी भाईचारा, शांति और सौहार्द बनाए रखने की अपील की। उन्होंने लोगों से कहा कि त्यौहार को मिलजुल कर मनाएं और किसी भी अफवाह पर ध्यान न दें। प्रशासन की

## अल्पकालीन निविदा/आमंत्रण सूचना

दिनांक 20/03/2026  
स्वच्छ भारत मिशन (ग्रामीण) के अंतर्गत जनपद अमरोहा के समस्त 06 विकास खण्ड (अमरोहा, गजौरला, धनौरा, जोया, हसनपुर एवं गंगेश्वरी) में निर्मित लगभग 100 शौचालयों के मरम्मत/पुनर्निर्माण कार्य कराए जाने हेतु पात्र एवं अनुभवी ठेकेदारों/फर्मों से सीलबंद निविदाएं आमंत्रित की जाती हैं। निविदा जमा करने की अंतिम तिथि दिनांक 23.03.26, सायं 05:00 बजे तक



कार्य का विवरण:- शौचालयों का मरम्मत/आंशिक पुनर्निर्माण कार्य, प्रतिदिन मजदूरी दर (लेबर एवं राज मिस्त्री) (सभी दरें GST सहित होंगी) निर्माण सामग्री की दरें (बालू, बदनपुर, राखी, सीमेंट एवं अन्य आवश्यक सामग्री), (सभी दरें GST सहित होंगी)

निविदा प्रपत्र एवं शर्तें कार्यालय उड़ान सोसायटी, बड़ावाला, सुबोध नगर कॉलानी, अमरोहा से किसी भी कार्यवाही में प्राप्त की जा सकती हैं।  
अधिकृत हस्ताक्षरकर्ता  
उड़ान सोसायटी  
अमरोहा

# कांग्रेस विधायक शैली चौधरी का दावा, बोलीं-विडियो जारी करें, मैं गलत हूं तो छोड़ दूंगी राजनीति

चंडीगढ़ : कांग्रेस विधायक शैली चौधरी ने बड़ा खुलासा किया है। एक न्यू चैनल के इंटरव्यू में शैली चौधरी ने कहा कि जब मैंने वहां पर वोट डाला, बीजेपी एजेंट को तर्फ से मेरे वोट पर ऑब्जेक्शन लगाई गई। भाजपा ने मेरे वोट को कैसिल करने की मांग की। 10 से 15 मिनट तक भाजपा और कांग्रेस के बीच बहस हुई। नेता प्रतिपक्ष भूपेंद्र सिंह हुड्डा, खेल मंत्री गौरव गौतम सब वहां पर मौजूद थे। सब में बहस हुई। उन्होंने



नापसंद का खेल चल रहा है जिसको लोग निपटा देते हैं। मैं क्यों इतना ना पसंद किया जाता है तो उनको वह

कांग्रेस विधायक शैली चौधरी ने बड़ा खुलासा किया है। एक न्यू चैनल के इंटरव्यू में शैली चौधरी ने कहा कि जब मैंने वहां पर वोट डाला, बीजेपी एजेंट को तर्फ से मेरे वोट पर ऑब्जेक्शन लगाई गई। भाजपा ने मेरे वोट को कैसिल करने की मांग की।

नारायणगढ़ की बहू हूं। वह भी एक बड़ा राजनीतिक परिवार है। हरियाणा बना तब से यह लोग मंत्री विधायक के आरोप लगा रहे हैं, सभी आहत हैं। कांग्रेस उम्मीदवार को 9 वोट कम मिले हैं, उन सभी तो नाम का खुलासा होना चाहिए। उन पर भी कार्रवाई होनी चाहिए। जिन विधायकों के वोट कैसिल हुए हैं, वह उनको पसंद के विधायक है, उनको बचाने की कोशिश की जा रही है।



## स्वस्थ के लिए बेहद लाभदायक है नींबू पानी

नींबू पानी को अगर देशी कोल्ड्रिंक कहा जाए, तो इसमें कुछ गलत नहीं होगा। प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, विटामिन और मिनेरल्स से भरपूर यह पेय स्वस्थ और सौंदर्य से जुड़े इतने फायदे देता है, जितने आप सोच भी नहीं सकते। जानिए नींबू पानी के कुछ ऐसे ही फायदे जो आपकी स्वस्थ के लिए बेहद लाभदायक हैं -

नींबू विटामिन सी का बेहतर स्रोत है। साथ ही, इसमें विभिन्न विटामिन्स जैसे थियामिन, रिबोफ्लोविन, नियासिन, विटामिन बी-6, फोलेट और विटामिन-ई की थोड़ी मात्रा मौजूद रहती है। यह खराब गले, कब्ज, किडनी और मसूड़ों की समस्याओं में राहत पहुंचाता है। साथ ही ब्लड प्रेशर और तनाव को कम करता है। त्वचा को स्वस्थ बनाने के साथ ही लिवर के लिए भी यह बेहतर होता है। पाचन क्रिया, वजन संतुलित करने और कई तरह के कैंसर से बचाव करने में नींबू पानी मददगार होता है। नींबू पानी में कई तरह के मिनेरल्स जैसे आयरन, मैग्नीशियम, फास्फोरस, कैल्शियम, पोटेशियम और जिंक पाए जाते हैं।

### किडनी स्टोन

नींबू पानी का स्वास्थ्य पर पड़ने वाला सबसे महत्वपूर्ण फायदा है, इसका किडनी स्टोन से राहत पहुंचाना। मुख्य रूप से किडनी स्टोन शरीर से बिना किसी परेशानी के निकल जाता है, लेकिन कुछ मामलों में यह यूरिन के बहाव को ब्लॉक कर देते हैं जो अत्यधिक पीड़ा का कारण बनता है। नींबू पानी पीने से शरीर को रिहाइड्रेट होने में मदद मिलती है और यह यूरिन को पतला रखने में मदद करता है। साथ ही यह किडनी स्टोन बनने के किसी भी तरह के खतरे को कम करता है।

### डायबिटीज

नींबू पानी, हाई शुगर वाले जूस व ड्रिंक का बेहतर विकल्प माना जाता है। खासतौर से उनके लिए जो

डायबिटीज के मरीज हैं या वजन कम करना चाहते हैं। यह शुगर को गंभीर स्तर तक पहुंचाए बिना शरीर को रिहाइड्रेट व एनर्जाइज करता है।

### पाचनक्रिया में फायदेमंद

नींबू पानी में मौजूद नींबू का रस हाइड्रोक्लोरिक एसिड और पित्त सिक्रेशन के प्रोडक्शन में वृद्धि करता है, जो पाचन के लिए आवश्यक है। साथ ही यह एसिडिटी और गठिया के खतरे को भी कम करता है। जो लोग आमतौर पर पाचन-संबंधी समस्याओं जैसे एबडॉमिनल क्रैम्प, ब्लॉटिंग, जलन और गैस की समस्या आदि से परेशान होते हैं, उन्हें नियमित रूप से नींबू पानी का सेवन करना चाहिए।

### कब्ज

अगर आपको कब्ज की समस्या है, तो नींबू पानी आपके लिए बेहद फायदेमंद है। प्रतिदिन सुबह गर्म नींबू पानी पिएं और पूरे दिन कब्ज की समस्या से दूर रहें।

### इम्यून सिस्टम

नींबू पानी बायोफ्लेवोनॉयड, विटामिन सी और फाइटोन्यूट्रिएंट्स का बेहतर स्रोत है जो शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को शक्ति बढ़ाने में मदद करता है। इसमें मौजूद आवश्यक विटामिन्स और मिनेरल्स के कारण यह शरीर के एनर्जी लेवल को बढ़ाने में मदद करता है।

### खराब गला

नींबू पानी को गुनगुना करके पीने से गले की खराबी या फेरिन्जाइटिस में आराम पहुंचाता है।

### वजन

हर सुबह शहद के साथ गुनगुना नींबू पानी पीने से अतिरिक्त वजन आसानी से कम किया जा सकता है।

### मसूड़ों की समस्या

नींबू पानी पीने से मसूड़ों से संबंधित समस्याओं से राहत मिलती है। नींबू पानी में एक चुटकी नमक मिलाकर पीने से बेहतर परिणाम मिलते हैं।



## आयुर्वेद के अनुसार तेज भूख लगने पर कभी खाली पेट न खाएं ये चीजें

कभी-कभी ऐसा होता है कि हमें बहुत तेज भूख लग जाती है और हम उस वक्त हमें जो भी उपलब्ध होता है, वो खाने लग जाते हैं लेकिन ऐसा करना आपके लिए घातक हो सकता है। आयुर्वेद के मुताबिक तेज भूख लगने पर कुछ ऐसी चीजें हैं, जिन्हें नहीं खाना चाहिए। आइए, जानते हैं कौन-सी हैं वो चीजें -

### अमरुद

अमरुद एक ऐसा फल है, जिसे अलग-अलग स्थितियों में खाने पर अलग-अलग परिणाम देखने को मिलते हैं यानी अगर आप सर्दियों में सुबह के वक्त खाली पेट अमरुद खाएंगे, तो आपको पेट दर्द की शिकायत हो सकती है। वहीं, गर्मी में खाली पेट अमरुद खाएंगे, तो यह फायदा देता है। ऐसे में आपको खाली पेट अमरुद नहीं खाना चाहिए।

### सेब

सर्दियों में खाली पेट सेब खाने से बीपी बढ़ सकता है, अगर सुबह सबसे पहले यानी बिना कुछ खाए आप सेब खा लें, तो इस

दिवकत का सामना आपको करना पड़ सकता है लेकिन गर्मी में आप खाली पेट सेब खा सकते हैं।

### टमाटर

टमाटर की तासीर गर्म होती है। इसे आप सर्दी के मौसम में तो खाली पेट खा सकते हैं लेकिन गर्मी के मौसम में ऐसा करने पर पेट में या सीने में जलन की समस्या हो सकती है। आपको सुबह के समय टमाटर खाने से परहेज करना चाहिए।

### चाय-कॉफी

चाय या कॉफी को खाली पेट पीने से बचना चाहिए। आप चाय या कॉफी को बिरिच, ब्रेड के साथ ले सकते हैं लेकिन खाली पेट या तेज भूख लगने पर सिर्फ चाय-कॉफी न लें, इससे आपके पेट में गैस बन सकती है।

### दही

बहुत से लोग ऐसे होते हैं, जिन्हें दही फायदे की जगह पर हानि पहुंचा देती है ऐसे में दही को सुबह के समय खाली पेट खाने से बचना चाहिए, वरना आपकी सेहत बिगड़ सकती है।

## अमृत है आंवला 10 बेहतरीन फायदे

विटामिन-सी से भरपूर आंवला, हर मौसम में लाभदायक होता है। यह आंखों, बालों और त्वचा के लिए तो फायदेमंद है ही, साथ ही इसके और भी कई फायदे हैं, जो आपके शरीर को स्वस्थ बनाए रखने में मदद करते हैं। आमतौर पर आंवले का प्रयोग अचार, मुरब्बा या चटनी के रूप में किया जाता है, लेकिन इसका अलग-अलग तरह से सेवन आपके लिए बेहद उपयोगी है। अगर आप नहीं जानते इस अनमोल फल के बारे में तो जरूर पढ़िए -

- डायबिटीज के मरीजों के लिए आंवला बहुत काम की चीज है। पीड़ित व्यक्ति अगर आंवले के रस का प्रतिदिन शहद के साथ सेवन करे तो बीमारी से राहत मिलती है।
- एसिडिटी की समस्या होने पर आंवला बेहद फायदेमंद होता है। आंवला का पाउडर, चीनी के साथ मिलाकर खाने या पानी में डालकर पीने से एसिडिटी से राहत मिलती है। इसके अलावा आंवले का जूस पीने से पेट की सारी समस्याओं से निजात मिलती है।
- पथरी की समस्या में भी आंवला कारगर उपाय साबित होता है। पथरी होने पर 40 दिन तक आंवले को सुखाकर उसका पाउडर बना लें, और उस पाउडर को प्रतिदिन मूली के रस में मिलाकर खाएं। इस प्रयोग से कुछ ही दिनों में पथरी गल जाएगी।
- रक्त में हीमोग्लोबिन की कमी होने पर, प्रतिदिन आंवले के रस का सेवन करना काफी लाभप्रद होता है। यह शरीर में लाल रक्त कोशिकाओं के निर्माण में सहायक होता है, और रक्त की कमी नहीं होने देता।
- आंखों के लिए आंवला अमृत समान है, यह आंखों की रोशनी को बढ़ाने में सहायक होता है। इसके लिए रोजाना एक चम्मच आंवला के पाउडर को शहद के साथ लेने से लाभ मिलता है और मोतियाबिंद की

- समस्या भी खत्म हो जाती है।
- बुखार से छुटकारा पाने के लिए आंवले के रस में छौंक लगाकर इसका सेवन करना चाहिए, इसके अलावा दांतों में दर्द और कैविटी होने पर आंवले के रस में थोड़ा सा कपूर मिला कर मसूड़ों पर लगाने से आराम मिलता है।
- शरीर में गर्मी बढ़ जाने पर आंवला सबसे बेहतर उपाय है। आंवले के रस का सेवन या आंवले को किसी भी रूप में खाने पर यह टंडक प्रदान करता है। हिचकी तथा उल्टी होने की पर आंवले के रस को मिश्री के साथ दिन में दो-तीन बार सेवन करने से काफी राहत मिलेगी।
- याददाशत बढ़ाने में आंवला काफी फायदेमंद होता है। इसके लिए सुबह के समय आंवला के मुरब्बा गाय के दूध के साथ लेने से लाभ होता है, इसके अलावा आप प्रतिदिन आंवले के रस का प्रयोग भी कर सकते हैं।
- वेहरे के दाग-धब्बे हटाकर उसे खूबसूरत बनाने के लिए भी आंवला आपके लिए उपयोगी होता है। इसका पेस्ट बनाकर चेहरे पर लगाने से त्वचा साफ, चमकदार होती है और झुर्रियां भी कम हो जाती हैं।
- बालों को काला, घना और चमकदार बनाने के लिए आंवले का प्रयोग होता है, इसके पाउडर से बाल धोने या फिर इसका सेवन करने से बालों की समस्याओं से निजात मिलती है।

## नाश्ते में इन पांच चीजों को खाने से तेजी से बढ़ता है वजन, ज्यादातर लोग करते हैं सेवन



फिटनेस पाने के लिए लोग क्या-क्या जतन करते हैं। कई सर्वे के अनुसार आप शरीर पर चर्बी होने के कारण कई बीमारियों का शिकार हो सकते हैं। ऐसे में आपको बैली फैट कम करने के साथ फिट रहने की कोशिश करनी चाहिए। खुद को फिट रखने में ब्रेकफास्ट का भी अहम रोल होता है, ऐसे में आपको अगर हमेशा स्लिम ट्रिम रहना है, तो ऐसी 5 चीजें हैं, जो आपको नाश्ते में बिल्कुल नहीं खानी चाहिए -

**वाइट ब्रेड** - ब्रेड ज्यादातर भारतीय घरों में खाई जाती है लेकिन आपको बता दें कि ब्रेड का ज्यादा सेवन करना न सिर्फ आपकी सेहत को नुकसान पहुंचाता है बल्कि इससे आपका वजन भी बढ़ता है। ऐसे में कोशिश करें कि वाइट की जगह ब्राउन ब्रेड का सेवन करें।

**प्रोसेस्ड फूड** - ऐसे खाद्य पदार्थों को कई बार पकने की क्रिया से गुजरना पड़ता है। साथ ही तेल, मसाले, घी होने की वजह से ये सेहत के लिए भी अच्छे नहीं होते। आपको चिप्स, पॉपकॉर्न, ड्राई फ्रूट्स, स्नेक्स आदि से दूर रहना चाहिए।

**केक, कुकीज** - केक और कुकीज में मैदे के अलावा घी और क्रीम इस्तेमाल होता है, जो आपको फिटनेस के हिसाब से बिल्कुल भी सही नहीं है इसलिए आपको नाश्ते में इन चीजों को नहीं खाना चाहिए।

**नूडल्स** - नूडल्स खाने में तो बहुत अच्छे लगते हैं लेकिन इसे हेल्दी ब्रेकफास्ट नहीं माना जा सकता है, इसी वजह से आपको नूडल्स नाश्ते में बिल्कुल नहीं खाने चाहिए।

**फ्रूट जूस** - आपको कोशिश करनी चाहिए कि मार्केट में उपलब्ध फ्रूट जूस बिल्कुल न पिएं बल्कि आप घर में ही फलों का जूस निकालकर पी सकते हैं। आपके पास अगर जूस की जगह फल खाने का समय है, तो नाश्ते के लिए सबसे बेहतरीन रहेगा।

**पकोड़े-कचौड़ी** - सुबह-सुबह तली चीजें खाना बिल्कुल भी सही नहीं है। आप पकोड़े और कचौड़ी जैसी तली हुई चीजें सुबह नहीं खाएंगे, तो आपकी सेहत के लिए अच्छा रहेगा।

## आंखों को थकान से राहत देगा गुलाब जल, कम होगा तनाव

वर्क के दौरान लैपटाप का ज्यादा इस्तेमाल न केवल आपके पूरे स्वास्थ्य पर असर डालता है बल्कि इसका असर आपकी नानुजक आंखों पर भी पड़ता है।



वर्क के दौरान लैपटाप का ज्यादा इस्तेमाल किया जा रहा है, वहीं इसी के साथ ही मोबाइल के संपर्क में भी हम ज्यादा रह रहे हैं जिससे आंखों में जलन, धुंधला दिखना व खुजली जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। इसलिए जरूरी है कि हम अपनी आंखों की देखभाल करें और जब भी आंखों पर दबाव महसूस करें तो स्क्रीन से दूर हो जाएं और बीच-बीच में आंखों को टंडे पानी से भी धोते रहें। आंखों की जलन की परेशानी ज्यादा बढ़ जाती है। भले ही इस वक्त आप घर पर हैं लेकिन आंखों में जलन आप महसूस करते होंगे। इसलिए इन समस्याओं से निजात पाने के लिए आपको अपनी आंखों की सही देखभाल की जरूरत है, वहीं गुलाब जल का इस्तेमाल आपको आंखों की समस्या से निजात दिला सकता है। गुलाब जल के इस्तेमाल से आंखों को टंडक मिलती है, साथ ही ताजगी महसूस होती है। ओवरटाइम काम करने के दौरान आंखों में तनाव महसूस होता है इसके लिए खुद को रिलेक्स करना बहुत जरूरी है। इसके लिए आप कॉर्टन में गुलाब जल डालें और इसे अपनी आंखों पर रखकर कुछ देर के लिए आंखों को आराम दें। गुलाब जल को आंखों में डालने से भी तुरंत राहत मिलती है, साथ ही फ्रेश महसूस होता है। अतः अपने आंखों का ध्यान रखें और समय-समय पर अपनी पलकों को झपकाते रहें।



## कैसे पहचानें कि इम्यून सिस्टम है कमजोर

अगर आपको लगता है कि आप बार-बार बीमार हो रहे हैं और जुकाम की शिकायत रहती है। बार-बार सर्दी हो जाना और यदि आपके आस-पास ऐसा कोई व्यक्ति है जिसे खांसी है और आपको भी इससे जल्दी खांसी या सर्दी हो जाती है तो आपका इम्यून सिस्टम कमजोर है। बदलते मौसम का आपको बीमार करना आपके कमजोर इम्यून सिस्टम को दर्शाता है। यदि आप मौसम के बदलने पर बीमार हो रहे हैं तो आपका इम्यून सिस्टम कमजोर है। व्यायाम करते समय सांसों का फूलना व जल्दी थक जाना यह कमजोर इम्यून सिस्टम की निशानी है। नींद न आना, आंखों के नीचे काले घेरे, थकान महसूस होना - यह भी कमजोर इम्यून सिस्टम की निशानी है। अगर आपको लगता है कि आप दूसरों की अपेक्षा बार-बार बीमार होते हैं, जुकाम की शिकायत रहती है, खांसी, गला खराब होना या रिक्तन रेशो जैसी समस्याएं रहती हैं तो बहुत पॉसिबल है कि यह आपके इम्यून सिस्टम की वजह से हो। कैंडिडा टेस्ट का पॉजिटिव होना, बार-बार यूटीआई, डायरिया, मसूड़ों में सूजन, मुंह में छाले वगैरह भी खराब इम्यूनिटी के लक्षण हैं।

इम्यून सिस्टम के मजबूत होने पर हम बीमारियों से लड़ सकते हैं। यदि हमारा इम्यून सिस्टम मजबूत है तो बीमारी हम पर हावी नहीं हो सकती। अगर हमारी इम्यूनिटी मजबूत है तो यह हमें न सिर्फ सर्दी और खांसी से बचाती है बल्कि हैपेटाइटिस, लंग इन्फेक्शन, किडनी इन्फेक्शन सहित और कई बीमारियों से हमारा बचाव होता है। लेकिन हमारा इम्यून सिस्टम कमजोर है तो हम इसको कैसे पहचान सकते हैं, क्योंकि कई बार यह होता है इम्यून सिस्टम कमजोर तो होता है, पर हम इसे समझ ही नहीं पाते। आखिर कैसे पहचान करें कि आपका इम्यून सिस्टम कमजोर है, आइए जानते हैं।

