



आमन लेखनी

क्या आप भी गर्म पानी से रोजाना करते हैं स्नान.....

वीकली करें 3-4 घंटे एक्सरसाइज, आप रहेंगे हेल्दी.....



वर्ष : 11

अंक : 38

लखनऊ, 24 जनवरी, शुक्रवार 2025

पृष्ठ : 08

मूल्य : 2.00 रुपए

जलगांव ट्रेन दुर्घटना में 13 की मौत

आठ शवों की पहचान हुई: पुलिस

एजेंसी / अमन लेखनी समाचार

नई दिल्ली, जलगांव ट्रेन दुर्घटना स्थल में पटरियों के किनारे एक क्षत विक्षत शव बरामद होने के साथ ही इस दुर्घटना में मरने वालों की संख्या बढ़कर 13 हो गई है। पुलिस ने बृहस्पतिवार को यह जानकारी दी। पुलिस ने बताया कि शव का सिर्फ धड़ बरामद हुआ है। मुंबई जा रही पुष्पक एक्सप्रेस में चैन खींचने की घटना के बाद ट्रेन से उतरे कुछ यात्री बुधवार शाम महाराष्ट्र के जलगांव जिले में पास की पटरी से गुजर रही कर्नाटक एक्सप्रेस की चपेट में आ गए थे। विशेष पुलिस महानिरीक्षक दत्तात्रेय कराल ने पीटीआइ-भाषा को बताया, हमने अब तक 13 में से आठ शवों की पहचान कर ली है, जिनमें से दो की पहचान उनके आधार कार्ड से हुई है। सेंट्रल सर्किल के रेलवे सुक्ष्म आयुक्त (सीआरएस) इस दुर्घटना के कारणों की जांच करेंगे। सेंट्रल सर्किल के सीआरएस मनोज अरोड़ा ने कहा कि वह बृहस्पतिवार को दुर्घटना



स्थल का दौरा करेंगे।

रेलवे ने किया मुआवजा देने का ऐलान

रेल मंत्री अश्विनी वैष्णव ने महाराष्ट्र के जलगांव जिले में ट्रेन की चपेट में आने के कारण हुई यात्रियों की मौत के बाद उनके

परिवार की प्रति संवेदन व्यक्त की है। उन्होंने यात्रियों की मौत पर शोक जताने के साथ ही मुआवजे का ऐलान भी किया है। इस हादसे में मृतकों की परिजनों को डेढ़ लाख रुपये गंभीर रूप से घायल लोगों को 50000 रुपये और मामूली चोट लगने वाली यात्रियों को 5000 रुपये का मुआवजा दिया जाएगा।

पीएम मोदी ने जलगांव मृतकों के लिए जताया दुःख, मिलेगा मुआवजा

इस घटना के बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर पोस्ट किया। उन्होंने लिखा महाराष्ट्र के जलगांव में रेलपुत्री पर हुए दर्दनाक हादसे से दुखी हूँ। शोक कुल परिवारों के प्रति अपनी सामीप्यता व्यक्त करता हूँ। सभी घायलों की शीघ्र स्वस्थ होने की कामना करता हूँ। अधिकारी भी घायलों को हर संभव सहायता दे रही है।



फडणवीस ने भी किया मुआवजे का ऐलान

महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने भी जलगांव ट्रेन हादसे पर शोक व्यक्त किया है। उन्होंने मृतकों के परिजनों को मुआवजा देने का ऐलान किया है। इस रेल हादसे में मारे गए यात्रियों के परिजनों को 50000 रुपये की आर्थिक सहायता दी जाएगी।



नेताजी की जयंती पर प्रधानमंत्री मोदी का आह्वान, विकसित भारत के लिए एकजुट रहें

एजेंसी / अमन लेखनी समाचार

नई दिल्ली, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को पराक्रम दिवस के रूप में मनाई जाने वाली उनकी 128वीं जयंती पर नेताजी सुभाष चंद्र बोस को श्रद्धांजलि अर्पित की और भारतीय युवाओं से 'विकसित भारत' के दृष्टिकोण को प्राप्त करने के लिए नेताजी के जीवन से प्रेरणा लेने का आग्रह किया। मोदी ने कहा कि आज नेताजी सुभाष चंद्र बोस की जन्मजयंती के पान अवसर पर पूरा देश श्रद्धापूर्वक उन्हें याद कर रहा है। मैं नेताजी सुभाष बाबू को श्रद्धापूर्वक नमन करता हूँ। उन्होंने कहा कि इस वर्ष के पराक्रम दिवस का भव्य उत्सव नेताजी की जन्मभूमि पर हो रहा है। मैं ओडिशा की जनता को, ओडिशा सरकार को इसके लिए बहुत-बहुत बधाई देता हूँ।



मोदी ने कहा कि कटक में नेताजी के जीवन से जुड़ी एक विशाल प्रदर्शनी भी लगाई गई है। इस प्रदर्शनी में नेताजी के जीवन से जुड़ी अनेक विरासतों को एक साथ सहेजा गया है। कई चित्रकारों ने केनवास पर नेताजी के जीवन प्रसंग को तस्वीरें उकेरी हैं। उन्होंने कहा कि इन सबके साथ नेताजी पर आधारित कई पुस्तकों को भी इकट्ठा किया गया है। नेताजी की जीवन यात्रा की ये सारी विरासत 'मेरे युवा भारत' को एक नई ऊर्जा देगी। उन्होंने कहा कि आज जब हमारा देश विकसित भारत के संकल्प की सिद्धि में जुटा है, तब नेताजी सुभाष के जीवन से हमें निरंतर प्रेरणा मिलती है। उन्होंने कहा कि आज विश्व मंच पर भारत की भूमिका बढ़ रही है, भारत

की आवाज बुलंद हो रही है। वो दिन दूर नहीं जब भारत दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी आर्थिक ताकत बनेगा। हमें नेताजी सुभाष की प्रेरणा से 'एक लक्ष्य-एक ध्येय' विकसित भारत के लिए निरंतर काम करते रहना है। प्रधानमंत्री ने कहा कि नेताजी के जीवन का सबसे बड़ा लक्ष्य था 'आजाद हिंद'। उन्होंने अपने संकल्प की सिद्धि के लिए अपने फैसले को एक ही कसौटी पर परखा 'आजाद हिंद'। उन्होंने कहा कि नेताजी एक समृद्ध परिवार में जन्में।

मौसम	अधिकतम तापमान
	23.C
न्यूनतम तापमान	7.C

बाजार	सोना 7,177/9
	चांदी 96/9
	सैंसेटिव 81,526.14
	निफ्टी 24,641.80

संक्षिप्त समाचार
भारत में अब 99.1 करोड़ मतदाता हैं: निर्वाचन आयोग

एजेंसी / अमन लेखनी समाचार

नई दिल्ली, भारत में मतदाताओं की संख्या अब 99.1 करोड़ हो गई है, जो पिछले साल लोकसभा चुनाव के समय 96.88 करोड़ थी। निर्वाचन आयोग ने बुधवार को यह जानकारी दी। राष्ट्रीय मतदाता दिवस से पहले जारी एक बयान में निर्वाचन आयोग ने कहा कि मतदाता सूची युवा और लैंगिक रूप से संतुलित दिखती है, जिसमें 18-29 आयु वर्ग के 21.7 करोड़ युवा मतदाता हैं और मतदाता लैंगिक अनुपात 2024 में 948 से छह अंक बढ़कर 2025 में 954 हो गया है। राष्ट्रीय मतदाता दिवस हर वर्ष 25 जनवरी को निर्वाचन आयोग के स्थापना दिवस के रूप में मनाया जाता है, जिसकी स्थापना 1950 में इसी दिन हुई थी। दिल्ली विधानसभा चुनाव कार्यक्रम की घोषणा के लिए सात जनवरी को घोषणा के संवाददाता सम्मेलन में मुख्य निर्वाचन आयुक्त राजीव कुमार ने कहा था कि भारत जल्द ही एक अरब से अधिक मतदाताओं का नया रिकॉर्ड बनाएगा।

प्रयागराज को मिलेगा अपना पहला सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल

संवाददाता/ अमन लेखनी समाचार

लखनऊ, प्रयागराज को पहला सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल कुछ ही दिनों में मिलने वाला है। ये घोषणा उत्तर प्रदेश के शहरी विकास मंत्री ए.के. शर्मा ने की है। उन्होंने कहा है कि प्रयागराज को पहला सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल मिलेगा। शहरी विकास विभाग इस सुविधा के निर्माण के लिए 100 करोड़ रुपये का निवेश करने जा रहा है। मंत्री शर्मा ने बताया कि बुधवार को प्रयागराज में महाकुंभ के अवसर पर हुई राज्य कैबिनेट की बैठक में यह अहम फैसला लिया गया।

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने सुभाष चंद्र बोस की जयंती पर उन्हें श्रद्धांजलि दी

संवाददाता/ अमन लेखनी समाचार

लखनऊ, उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने बृहस्पतिवार को स्वतंत्रता सेनानी सुभाष चंद्र बोस की जयंती पर उन्हें श्रद्धांजलि देते हुए उनके नेतृत्व में भारत के स्वतंत्रता आंदोलन को गति देने में उनकी भूमिका को याद किया।

योगी आदित्यनाथ ने सोशल मीडिया मंच एक्स पर पोस्ट कर कहा, तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आजादी दूंगा। नेताजी सुभाष चंद्र बोस के इस महाघोष ने भारत के स्वतंत्रता समर को एक नयी ऊर्जा तथा नयी दिशा दी थी। उन्होंने



कहा, आजाद हिन्द फौज के संस्थापक नेताजी की जयंती पर उन्हें विनम्र श्रद्धांजलि एवं प्रार्थना के साथ प्रारंभ

दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं। जय हिंद! बोस की जयंती को पराक्रम दिवस के रूप में मनाया जाता है।

अरविंद केजरीवाल का एक और चुनावी वाद अगले 5 साल में दिल्ली से खत्म कर देंगे बेरोजगारी

एजेंसी / अमन लेखनी समाचार

नई दिल्ली, आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक और दिल्ली के पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने गुरुवार को एक प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित किया और कहा कि अगले 5 वर्षों में हमारी सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता दिल्ली में बेरोजगारी खत्म करना होगी। उन्होंने कहा कि मेरी टीम राष्ट्रीय राजधानी में रोजगार के अवसर कैसे पैदा करें, इस पर एक योजना तैयार कर रही है। केजरीवाल ने बुधवार को देश के मध्यम वर्ग के लिए सात सूत्री "घोषणापत्र" की घोषणा

करते हुए कहा कि उन्हें लगातार सरकारों द्वारा नजरअंदाज किया गया है और वे "कर आतंकवाद" के शिकार हैं। बुधवार को एक वीडियो संदेश में, केजरीवाल ने कहा कि मध्यम वर्ग भारतीय अर्थव्यवस्था की वास्तविक महाशक्ति है, लेकिन लंबे समय से इसे नजरअंदाज किया गया है और केवल कर संग्रह के लिए भाजपा सत्ता में आई तो लोगों को वर्तमान में मिल रही सभी मुफ्त सुविधाएं बंद कर दी जाएंगी। केजरीवाल ने दावा किया कि अगर भाजपा चुनाव जीतती है तो दिल्ली के लोग संकट में पड़ जाएंगे। उन्होंने

जनता से अपने बच्चों का भविष्य सुरक्षित करने के लिए आम आदमी पार्टी को चुने की अपील की। उन्होंने कहा, यदि आप गलत बटन दबाते हैं तो आपके बच्चों का भविष्य बर्बाद हो जाएगा। जब वे बड़े होंगे तो वे गलत पार्टी को वोट देने के लिए आप पर आरोप लगाएंगे। अजान की आवाज आने पर केजरीवाल भाषण के बीच में रुक गए। उन्होंने फिर से शुरूआत करते हुए कहा, आप दिल्ली में चौबीस घंटे सातों दिन बिजली उपलब्ध कराती है, जबकि भाजपा अपने शासित राज्यों में ऐसी सुविधाएं उपलब्ध कराने में विफल रही है।

दक्षिण अफ्रीका से हजारों श्रद्धालुओं के महाकुम्भ में शामिल होने की उम्मीद

संवाददाता/ अमन लेखनी समाचार

प्रयागराज, उत्तर प्रदेश के प्रयागराज में जारी महाकुम्भ में दक्षिण अफ्रीका से हजारों श्रद्धालुओं के जाने की उम्मीद है। जोहानिसबर्ग में भारत के महावाणिज्यदूत महेश कुमार ने बुधवार शाम कहा, 13 जनवरी को महाकुम्भ की शुरुआत के बाद से कुछ ही दिनों में उन लोगों के लिए सौ से ज्यादा वीजा जारी किए जा चुके हैं जो इसमें शामिल होने के इच्छुक हैं और कई लोगों ने इसमें शामिल होने के लिए अपने प्रवासी भारतीय नागरिकता (ओसीआई) कार्ड का इस्तेमाल



किया है। कुमार महाकुंभ 2025-वेब स्पिरिचुएलिटी मीटिंग टिकटिकल इनवेशन नामक संगोष्ठी की मेजबानी कर रहे थे, जिसमें विभिन्न वक्ताओं ने इस आयोजन के इतिहास और आध्यात्मिक लाभों पर प्रकाश डाला।

कुमार ने कहा, टैवल एजेंट विशेष पैकेज भी तैयार कर रहे हैं, जिससे महाकुम्भ में लोगों की संख्या में और इजाफा होने की उम्मीद है। उन्होंने कहा, महाकुम्भ में शामिल होने के इच्छुक लोगों के मन में बहुत

सारे प्रश्न हैं और इसी को देखते हुए यह संगोष्ठी आयोजित की गई है। दक्षिण अफ्रीका में पर्यावरण कार्यकर्ता एवं सॉल्यूटिव मूवमेंट के नेता स्केने नकादिमिंग महाकुम्भ में जाएंगे। उन्होंने कहा, इस तरह का आगला महाकुम्भ साल 2169 में होगा। यह जानने के लिए कि यह वास्तव में है क्या, आपको वहां जाना ही चाहिए। दक्षिण अफ्रीका के रामकृष्ण केंद्र के स्वामी विश्वानंद महाराज ने कहा कि दक्षिण अफ्रीका में किसी भी ऐसे व्यक्ति के लिए कुम्भ की कल्पना करना मुश्किल है जिसने इस तरह के आयोजन का अनुभव नहीं किया है।

पाकिस्तान के साथ व्यापार फिर से शुरू करने पर कोई बातचीत नहीं हुई: जयशंकर

एजेंसी / अमन लेखनी समाचार

नई दिल्ली, भारत के विदेश मंत्री एस जयशंकर ने बुधवार को कहा कि पाकिस्तान के साथ व्यापार शुरू करने को लेकर कोई बातचीत नहीं हुई है। वाशिंगटन में एक संवाददाता सम्मेलन के दौरान एक सवाल के जवाब में जयशंकर ने कहा, पिछले साल के बाद से पाकिस्तान के साथ व्यापार पर कोई बातचीत नहीं हुई है और न ही उनकी (पाकिस्तान) तरफ से कोई पहल की गई है। उन्होंने कहा कि भारत ने कभी भी



पाकिस्तान के साथ व्यापार बंद नहीं किया बल्कि 2019 में पाकिस्तान सरकार ने ही इसे बंद करने का फैसला

किया। जयशंकर ने कहा, शुरू से ही हमारी कोशिश रही है कि भारत को सर्वाधिक तरकीबी राष्ट्र (एमएफएन) का दर्जा मिले। हम पाकिस्तान को एमएफएन का दर्जा देते थे, लेकिन उसने हमें वह दर्जा नहीं दिया। जम्मू-कश्मीर से अनुच्छेद 370 के अधिकतर प्रावधानों को समाप्त किए जाने के बाद अगस्त 2019 में इमरान खान के नेतृत्व वाली तत्कालीन पाकिस्तान सरकार ने सभी द्विपक्षीय व्यापार खत्म कर दिए थे। पाकिस्तान को भी मंजूरी प्रदान की गई जिसमें भूमि पर 80 प्रतिशत तक सब्सिडी दी जाएगी।

ममता बनर्जी ने केन्द्र पर पैसे नहीं देने का लगाया आरोप हम भीख नहीं मांग रहे, आत्मसम्मान के लिए लड़ रहे

एजेंसी / अमन लेखनी समाचार

नई दिल्ली, अलीपुरद्वार में नेताजी सुभाष चंद्र बोस की जयंती के अवसर पर एक कार्यक्रम के दौरान पश्चिम बंगाल की सीएम ममता बनर्जी ने केन्द्र सरकार पर तीखा वार किया है। ममता बनर्जी ने कहा कि केन्द्र सरकार हमें धन आवंटित नहीं कर रही है। हम भीख नहीं मांग रहे हैं। हम आत्मसम्मान के साथ लड़ रहे हैं। उन्होंने कहा कि हम चाय बागानों में काम करने वालों को जमीन के पट्टे दे रहे हैं। हम चाय बागान श्रमिकों को उनके घर के निर्माण के लिए 1,20,000 रुपये भी दे रहे हैं। इससे पहले ममता बनर्जी ने इस बात पर जोर दिया कि अंतरराष्ट्रीय सीमा की सुरक्षा करना सीमा सुरक्षा बल



(बीएसएफ) की जिम्मेदारी है और उन्होंने मालदा जिले के लोगों से आग्रह किया कि अगर कोई समस्या है तो वे सीमावर्ती इलाकों में जाने से बचें। मुख्यमंत्री की यह टिप्पणी 18 जनवरी को मालदा जिले में बीएसएफ चौकी के पास भारत-बांग्लादेश सीमा पर तनाव बढ़ने के बाद आई है। दोनों देशों के किसानों के बीच विवाद झड़प में

तब्दील हो गया था। बनर्जी ने मालदा जिले में एक बैठक को संबोधित करते हुए स्थानीय लोगों से आग्रह किया कि अगर कोई समस्या है तो वे सीमावर्ती क्षेत्रों में न जाएं। बंगाल का मालदा जिला बांग्लादेश के साथ सीमा साझा करता है। उन्होंने कहा, सीमा की सुरक्षा करना बीएसएफ का कर्तव्य है। मैं लोगों से आग्रह करती हूँ कि अगर उन्हें कोई समस्या दिखे तो वे सीमावर्ती क्षेत्रों में न जाएं। बनर्जी ने जिला प्रशासन और स्थानीय लोगों से उन लोगों पर नजर रखने का भी आग्रह किया, जो भारत में घुसने की कोशिश कर रहे हैं या गलत इरादे से होटल के कमरों में ठहरे हुए हैं। उन्होंने कहा, मुझे विश्वास है कि बांग्लादेश के साथ हमारे रिश्ते बेहतर होंगे।

महाकुंभ में योगी कैबिनेट की बैठक को लेकर भड़के अखिलेश यादव

संवाददाता/ अमन लेखनी समाचार

लखनऊ, समाजवादी पार्टी (सपा) प्रमुख अखिलेश यादव ने बुधवार को प्रयागराज के महाकुंभ मेला क्षेत्र में कैबिनेट बैठक आयोजित करने को लेकर उत्तर प्रदेश सरकार की आलोचना की है। उन्होंने कहा कि कुंभ राजनीतिक कार्यक्रमों के लिए सही जगह नहीं है और बीजेपी सरकार राजनीतिक संदेश देने के लिए वहां अपनी कैबिनेट बैठक कर रही है। सपा प्रमुख ने वक्त्र संशोधन कानून के मुद्दे पर भी केन्द्र की भाजपा सरकार की आलोचना की और कहा कि इसका मकसद वक्त्र की जमीन हड़पना है। महाकुंभ मेला स्थल पर राज्य कैबिनेट की बैठक के सवाल पर अखिलेश यादव ने कहा कि कुंभ और प्रयागराज वह जगह नहीं है जहां



राजनीतिक कार्यक्रम हों या राजनीतिक फैसले लिये जाएं। कैबिनेट बैठक आदित्यनाथ ने कहा, हूप्रयागराज में सलौरी और हेतापट्टी के बीच गंगा नदी पर नया पुल बनाने और यमुना नदी पर बने सिस्नेचर पुल के समानांतर एक नया पुल बनाने के प्रस्ताव को मंजूरी दी गई है। उन्होंने कहा कि प्रयागराज की अपनी आंतरिक यातायात की चुनौतियां हैं। गंगा नदी पर नया पुल बनाने का पुल बन रहा है जो समय रहते पूरा

हो जाएगा। उन्होंने कहा, मुझे पूरा विश्वास है कि अगले कुछ मं में ढांचागत विकास का लाभ आने वाले श्रद्धालुओं को प्राप्त होगा। सरकार द्वारा जारी बयान के मुताबिक, मंत्रिमंडल की बैठक में मंजूरी दिए गए प्रस्तावों में उत्तर प्रदेश को एयरोस्पेस और रक्षा क्षेत्र में महारथी बना देने के उद्देश्य से नई नीति को मंजूरी दी गई है जिसके अंतर्गत 50,000 करोड़ के निवेश को आकर्षित करने का लक्ष्य है। इस नीति के लागू होने के बाद प्रदेश के एक लाख युवाओं को प्रत्यक्ष रोजगार मिलने की प्रबल संभावना है। इसके अलावा, विदेशी कंपनियों को उद्योग स्थापित करने के लिए एफडीआई नीति को भी मंजूरी प्रदान की गई जिसमें भूमि पर 80 प्रतिशत तक सब्सिडी दी जाएगी।

जमीन दिलाने के नाम पर 90 हजार रुपए ठगे,मुकदमा दर्ज

अमन लेखनी समाचार
मोहनलालगंज।मोहनलालगंज कोतवाली क्षेत्र के डाडा सिकन्दरपुर निवासी चक्रवर्ती सिंह ने पुलिस से शिकायत करते हुये बताया 10माह पहले लखनऊ के विभूतिखंड में अपने मित्र राजेश जैन के आफिस गया था जहां पर किसान अशोक से दो चार बार मुलाकात हुयी जिसके बाद अशोक ने कहा मेरे पास एक जमीन है सस्ते में दिला दूंगा,मुझे एक लाख रुपए की जरूरत है जिसके बाद कई बार में नगद व आनलाइन 90हजार रुपए का पेमेंट कर दिया। जिसके बाद जालसाज अशोक ने ना तो जमीन दिलाई और ना ही अब तक एडवांस लिया हुआ 90हजार रुपए वापस किया।पैसा मंगाने पर भद्दी भद्दी गारिलियां देते हुये जान से मारने की धमकी भी दी।इसपेक्टर अमर सिंह ने बताया पीड़ित की तहरीर पर आरोपी के विरुद्ध मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी गयी है।

जालसाजों ने डीटीटीसी कर्मचारी के खाते से 1,20,000 रुपये की रकम करी पार, रिपोर्ट दर्ज

अमन लेखनी समाचार
सरोजनीनगर, लखनऊ।सरोजनीनगर में साइबर जालसाजों ने बीते दिनों एक डीटीटीसी कर्मचारी के खाते से 1,20,000 रुपये की रकम पार कर दी। जानकारी होने पर पीड़ित ने सरोजनी नगर थाने में मामला दर्ज कराया है। सरोजनीनगर ब्लॉक कार्यालय के पीछे नारायण लोग कालोनी निवासी शैलेंद्र वर्मा अमौसी मेट्रो स्टेशन के पास स्थित डिफेंस टेकनोलॉजी एंड टेस्ट सेंटर (डीटीटीसी) कार्यालय में कार्यरत हैं। शैलेंद्र का कहना है कि वह 19 नवंबर को अपने कार्यालय में थे।तभी दिन में तीन बार उनके खाते से 40-40 हजार रुपये के अज्ञात लेनदेन हुए। इसमें से दो लेनदेन यूपीआई के माध्यम से, जबकि तीसरा लेनदेन आईएमपीएस के माध्यम से हुआ। मोबाइल पर मैसेज मिलने के बाद जब शैलेंद्र को इसकी जानकारी हुई तो उन्होंने अपने संबंधित भारतीय स्टेट बैंक के ऑनलाइन पोर्टल पर शिकायत दर्ज कर खाते की सभी ऑनलाइन सुविधा ब्लॉक करा दी। फिलहाल शैलेंद्र वर्मा की तहरीर पर सरोजनीनगर पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज कर आगे की कार्रवाई शुरू कर दी है।

डॉ राजेश्वर सिंह नें सरोजनीनगर के बच्चों को दी खुशियों की सौगात

अब तक 61 स्कूलों में झूलों की स्थापना



गुणवत्तापूर्ण शिक्षा, बेहतर स्वास्थ्य और प्रेरणादायक माहौल प्रदान करने के लिए अनेक नवाचार किए हैं। अपने इन्हीं विचारों को साकार करने के लिए, विधायक डॉ. सिंह ने वर्ष 2022 में सरोजनीनगर से विधायक बनने के बाद परिषदीय विद्यालयों में झूलों की स्थापना का कार्य शुरू किया।उनका उद्देश्य था कि बच्चों के चेहरे पर मुस्कान आए और वे स्कूल आने के प्रति अधिक उत्साहित हों। अब तक उन्होंने सीएसआर फंड और निजी संसाधनों के माध्यम से अब तक 61 विद्यालयों में झूले लगवाए हैं,

जिसकी प्रक्रिया भी डॉ राजेश्वर सिंह द्वारा शुरू की जा चुकी है। सिर्फ स्कूल ही नहीं, बल्कि सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र (सीएचसी) सरोजनीनगर और लोकबन्धु अस्पताल में भी झूलों की व्यवस्था की गई है। यह पहल बच्चों और क्षेत्रवासियों के मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए की गई है। इसके अतिरिक्त, ओपन-एयर जिम और सरोजनीनगर स्पोर्ट्स लीग जैसी योजनाओं की शुरूआत भी की गई है, जो युवाओं और बच्चों को खेलकूद की ओर प्रेरित करती हैं। डॉ. सिंह ने क्षेत्र के चार प्राथमिक विद्यालयों को गोद लेकर उनका कायाकल्प किया है और सभी स्कूलों में सीएसआर के माध्यम से आधुनिक सुविधाएं उपलब्ध कराई हैं। प्राथमिक सरोजनीनगर शिक्षा और स्वास्थ्य के क्षेत्र में एक मॉडल क्षेत्र के रूप में उभर रहा है।

मां-बेटी के हत्यारे भतीजे के खिलाफ छह दिन में चार्जशीट दाखिल

अमन लेखनी समाचार
लखनऊ।मलिहाबाद थाना क्षेत्र के ग्राम ईसापुर में बीते दिनों गीता और उसकी बेटी दीपिका की गला रेतकर हत्या के मामले में पुलिस ने छह दिन में आरोपित विकास के खिलाफ चार्जशीट कोर्ट में दाखिल कर दी।15 जनवरी को जल्द से जल्द सजा दिलाने के ले लिए मुकदमा फास्ट ट्रैक कोर्ट में चलाने की पैरवी भी की जाएगी।

पश्चिम विश्वजीत श्रीवास्तव ने बताया कि इस जघन्य हत्याकांड में आरोपित की गिरफ्तारी के लिए भी चार टोंमें लगाई गई थी। गिरफ्तारी के बाद विवेचन जल्द पूरी कर छह दिन के अंदर विकास कनौजिया के खिलाफ न्यायालय में आरोप पत्र भी हत्या की धारा में दाखिल कर दिया गया। अब आरोपित को जल्द से जल्द सजा दिलाने के ले लिए मुकदमा फास्ट ट्रैक कोर्ट में चलाने की पैरवी भी की जाएगी।

रिश्ते के भतीजे ने ही गला रेतकर मारा था पुलिस उपायुक्त के मुताबिक आरोपित विकास कनौजिया, गीता के रिश्ते का भतीजा है। वह बिजली के खंभे के सहारे उसके घर में 15 जनवरी की रात दाखिल हुआ था इसके बाद किचन में जाकर छुपकर बैठ गया था। इस बीच खटपट सुनकर गीता किचन में पहुंची। विकास ने गीता से बातचीत करने का दबाव बनाया। विरोध पर विकास ने डंडे से सिर पर प्रहार किया। शोर सुनकर बाट साल की बेटी दीपिका जग गई तो उसे भी मार डाला। इसके बाद दोनों का गला रेत कर भाग निकला था। पुलिस की तपतीशी में पता चला था कि गीता और विकास की बातचीत पहले फोन पर होती थी। कुछ दिन से गीता ने बातचीत करना बंद कर दिया था। इसलिए विकास नाराज था और उसके घर में घुसकर जबरन बातचीत की कोशिश कर रहा था। विरोध पर दोनों को मौत के घाट उतार दिया।

अज्ञात वाहन ने बाइक सवारो को रौंदा, मौत, एक घायल

हादसा
अमन लेखनी समाचार
लखनऊ। रिश्तेदारी में शामिल होकर बाइक से वापस अपने घर लौट रहे बाइक सवारों को बेकाबू अज्ञात वाहन ने रौंदा दिया।जिससे उसमें सवार एक की मौके पर ही मौत हो गई। और दूसरा गंभीर रूप से घायल है। वहीं घायल का इलाज सीएचसी पर चल रहा है। पुलिस ने युवक के शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिये भेज दिया है। रहमाबाद थाना क्षेत्र के ग्राम औलिया खेड़ा निवासी आकाश (22) बृहस्पतिवार शाम को अपने चचेरे भाई राजकुमार के साथ रिश्तेदारी में शामिल होकर वापस



मृतक आकाश फाइल फोटो

सामने से आ रहे तेज रफ्तार अज्ञात वाहन ने दोनों सवारों को रौंदा दिया।जिसमें आकाश की मौके पर ही दर्दनाक मौत हो गई। जबकि राजकुमार गंभीर रूप से घायल हो गया। जिसका इलाज मलिहाबाद सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पर चल रहा है।पुलिस ने आकाश के शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिये भेज दिया हैं। मृतक के परिवार में मां रामपति भाई जितू, बहन शबनम है, जिनका रो-रो कर बुरा हाल है। इस संबंध में मलिहाबाद थाना प्रभारी निरीक्षक सतीश चंद्र साहू ने बताया कि हादसा कैसे हुआ किस वाहन से हुआ. इन सभी बिंदुओं को लेकर पुलिस मामले की जांच कर रही है।

पीएनसी कंपनी का लोहा चोरी करते चोर को रंगे हाथों पकड़ा, एक साथी फरार

अमन लेखनी समाचार
सरोजनीनगर, लखनऊ। सरोजनीनगर में गुरुवार को लखनऊ-कानपुर एक्सप्रेस व निर्माण कार्य में लगी पीएनसी कंपनी का लोहा चोरी करते एक चोर रंगे हाथों पकड़ा गया। जबकि उसका साथी लोडर वाहन सहित भाग निकला। पकड़े गए चोर को पुलिस के हवाले कर दिया गया।पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज कर उसे जेल भेज दिया है। अमेठी जिले के शहीद भाले सुल्तान थानागत अदनुपुर मुसाफिरखाना निवासी रामजी मिश्रा के मुताबिक वह लखनऊ -कानपुर एलिक्ट्रिक रोड निर्माण कार्य में लगी पीएनसी कंपनी में सैन सिक्वोरिटी सर्विस में फील्ड अफसर हैं। रामजी मिश्रा का कहना है कि गुरुवार सुबह करीब 8 बजे वह अपने सहयोगी किसान मिश्रा, शिवनारायण तिवारी और सुमित के साथ

घने कोहरे के कारण विमान सेवाओं का संचालन रहा गड़बड़

अमन लेखनी समाचार
सरोजनीनगर, लखनऊ। बुधवार रात से गुरुवार सुबह तक पड़े घने कोहरे के कारण विमान सेवाओं का संचालन गड़बड़ा गया। एयरपोर्ट सूत्रों ने बताया कि लो विजिबिलिटी हो जाने से बुधवार सुबह 6 बजे लखनऊ से दिल्ली जाने वाली इंडिगो की एक उड़ान रद्द कर दी गई। इसके अलावा लखनऊ आने-जाने वाली कई अन्य उड़ानें 1 घंटे से 5:30 घंटे तक विलंब हो गईं। इससे यात्रियों को भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ा। कोलकाता से सुबह 7:15 बजे लखनऊ आने वाली इंडिगो की उड़ान दोपहर करीब 12 बजे पहुंची। इसी तरह मस्कट से सुबह 8 बजे आने वाली ओमान एयर की उड़ान करीब डेढ़ घंटा देरी से लखनऊ पहुंची। रियाद से सुबह 9 बजे आने वाली फ्लायनास की उड़ान दोपहर 12 बजे लखनऊ पहुंची। दुबई से सुबह

10:50 बजे लखनऊ आने वाली फ्लाई दुबई की उड़ान 1 घंटा देरी से लखनऊ एयरपोर्ट पर लैंड हो सकी। मुंबई से दोपहर 1:10 बजे लखनऊ आने वाली इण्डिगो की उड़ान करीब सवा घंटा देरी से पहुंची। गुवाहाटी से दोपहर 1:40 बजे आने वाली इंडिगो की उड़ान 1 घंटा देरी से पहुंच सकी। मुंबई से शाम 4:55 बजे लखनऊ आने वाली अकासा एयर की उड़ान 7:10 पर लखनऊ पहुंची। हैदराबाद से शाम 5:05 बजे लखनऊ आने वाली इंडिगो की उड़ान 1 घंटा देरी से पहुंची। देहरादून से शाम 5:30 बजे लखनऊ आने वाली इंडिगो की उड़ान करीब सवा घंटा देरी से लखनऊ पहुंच सकी। इसके अलावा बुधवार से सुबह 8 बजे आने वाली ओमान एयर की उड़ान करीब डेढ़ घंटा देरी से लखनऊ पहुंची। रियाद से सुबह 9 बजे आने वाली फ्लायनास की उड़ान दोपहर 12:50 बजे

रवाना हुई। लखनऊ से सुबह 8 बजे मुंबई जाने वाली इंडिगो की उड़ान करीब 1 घंटा 20 मिनट देरी से उड़ान भर सकी। सुबह 8:40 बजे लखनऊ से हैदराबाद जाने वाली एयर इंडिया एक्सप्रेस की उड़ान करीब 1 घंटा देरी से रवाना हुई। लखनऊ से सुबह 9:05 बजे मस्कट जाने वाली ओमान एयर की उड़ान 10:48 बजे रवाना हुई। लखनऊ से सुबह 10 बजे रियाद जाने वाली फ्लायनास की उड़ान करीब 3:15 घंटा देरी से रवाना हुई। लखनऊ से दोपहर 11:50 बजे दुबई जाने वाली फ्लाई दुबई की उड़ान करीब एक घंटा 20 मिनट देरी से रवाना हुई। लखनऊ से दोपहर 1:45 बजे मुंबई जाने वाली इंडिगो की उड़ान 3:40 बजे उड़ान भर सकी। लखनऊ से दोपहर 2 बजे चंडीगढ़ जाने वाला इंडिगो का विमान 3:50 पर रवाना हुआ। दोपहर 2:40 बजे लखनऊ से देहरादून जाने वाला इंडिगो का

विमान शाम 4 बजे उड़ान भर सका। लखनऊ से दोपहर 3:05 बजे दिल्ली जाने वाली इंडिगो की उड़ान करीब 1 घंटा देरी से रवाना हुई। दोपहर 3:25 बजे लखनऊ से दिल्ली जाने वाली एयर इंडिया की उड़ान और 4:15 बजे मुंबई जाने वाली इंडिगो की उड़ान 50 - 50 मिनट देरी से रवाना हुई। शाम 5- 5:30 बजे मुंबई जाने वाली अकासा एयर की उड़ान 7:45 बजे रवाना हुई।शाम 5:40 बजे हैदराबाद जाने वाली इंडिगो की उड़ान लखनऊ से 1 घंटे देरी से उड़ान भर सकी। लखनऊ से शाम 6 बजे चेन्नई जाने वाली इंडिगो की उड़ान करीब 1 घंटा 20 मिनट देरी से रवाना हुई। लखनऊ से रात 10:45 बजे दिल्ली जाने वाली इंडिगो की उड़ान 50 मिनट विलंब उड़ान भर सकी। लखनऊ से रात 11:25 बजे मुंबई जाने वाली एयर इंडिया एक्सप्रेस की उड़ान एक घंटा 10 मिनट देरी से रवाना हुई।

एसीपी ने कोतवाली मोहनलालगंज का किया वार्षिक निरीक्षण

एसीपी ने चौकीदारों के साथ बैठक कर बांटे कंबल
अमन लेखनी समाचार

मोहनलालगंज।मोहनलालगंज सर्किल के सहायक पुलिस आयुक्त रजनीश वर्मा ने बुधवार को कोतवाली मोहनलालगंज का वार्षिक निरीक्षण किया।उन्होंने प्रभारी निरीक्षक अमर सिंह को लंबित विविधनाओं और प्राप शिकायतों का तेजी से निस्तारण करने को कहा।एसीपी रजनीश वर्मा ने निरीक्षण के दौरान कोतवाली परिसर,महिला हेल्पडेस्क बैक, हवालात, मालखाना का भ्रमण करते हुए शस्त्रों की सफाई और रखरखाव का जायजा लिया।वही शस्त्रों के संचालन सहित विभिन्न गतिविधियों का अपने सामने पुलिसकर्मियों से डैमो भी करवाया।कोतवाली के अभिलेखों और लंबित विवेचनाओं तथा लंबित शिकायती पत्रों की जांच और वार्षिक अभियुक्तों के संबंध में गहराई से समीक्षा को उन्होंने हिस्ट्रीशीटों की निगरानी के

भी निर्देश दिये।उन्होंने मालखाने में जमा माल के शीघ्र निस्तारण के निर्देश दिये।एसीपी ने महिला हेल्प डेस्क का निरीक्षण करते हुये डेस्क पर तैनात महिला पुलिसकर्मियों को आवश्यक दिशा निर्देश देते हुये कहा महिला शिकायतकर्ताओं की गोपनीयता का पूरी तरह सम्मान करे किसी भी प्रकार की व्यक्तिगत जानकारी या मामले की जानकारी को बिना अनुमति के बाहर साझा ना करे।एसीपी ने सभी पुलिसकर्मियों को ड्यूटी के दौरान अच्छे वर्दी धारण करने तथा रुचि लेकर कार्य करने के निर्देश दिए। इसके अलावा जनता से प्राप्त शिकायतों का समय पर निस्तारण करने के निर्देश दिये।एसीपी ने कोतवाली में साफ सफाई व्यवस्था की प्रशंसा की।उन्होंने निरीक्षण के उपरान्त मेस में पुलिसकर्मियों के संग भोजन भी किया।निरीक्षण के दौरान प्रभारी निरीक्षक अमर सिंह, अतिरिक्त निरीक्षक राम बाबू सिंह, एएसएस आई युशवंत सिंह समेत सभी उपनिरीक्षक व पुलिसकर्मी मौजूद रहे।

चालक ने पत्नी को घर से खदेड़ प्रेमिका को घर में रखा, काटा हंगामा

अमन लेखनी समाचार
लखनऊ। आशियाना थाना क्षेत्र में रहने वाला एक बस चालक प्रेमिका के चक्कर में दो सप्ताह पूर्व पत्नी को प्रताड़ित कर मासूम बच्चे संग घर से खदेड़ दिया और प्रेमिका और एक अन्य युवती को लाकर घर में रख लिया। जिसकी जानकारी होने पर पत्नी मायके वाली संग गुरुवार दोपहर पति के घर पहुंच कर जमकर हंगामा करते हुए महिला के अनुसूचित को काटने का आश्वासन देकर मामले को शांत कराया। इस संबंध में मलिहाबाद एसीपी अमोल मुकुंद ने बताया कि तहरीर मिली है। जांच की जा रही है, जांच उपरांत कार्रवाई की जाएगी।

नामक महिला है। जिसके लिए उसके पति प्रताड़ित किया करते है दो सप्ताह पूर्व उसके साथ मारपीट कर बच्चे समेत अपने घर से निकाल दिया जिसके बाद वह अपने बच्चे को लेकर बड़ा बरहा आलमबाग अपने मायके रहने चली गई। इस बीच कविता एक अन्य युवती को लेकर उसके घर में रहने लगी।जिसकी जानकारी होने पर वह गुरुवार दोपहर करीब एक बजे मायके से अपने घर पहुंची तो मुख्य द्वार पर ताला लगा हुआ था लेकिन घर के भीतर उसके पति महिला के साथ मौजूद थे रीह्राथ पकड़े जाने पर मौके पर जमकर हंगामा हुआ महिला महिला सुरक्षा हेल्प लाइन और कंट्रोल नंबर पर पुलिस को सूचना दी और स्थानीय थाने पहुंच कर पति और महिला के खिलाफ लिखित शिकायत की है। आशियाना थाना इस्पेक्टर छत्रपाल सिंह ने बताया कि पीड़ित महिला ने लिखित शिकायत की है। मामले में जाँच कर कार्यवाही किया जाएगा।

दरोगा पर युवक को पीटने का आरोप, वीडियो वायरल, जांच के निर्देश

● किसान यूनियन लोकतांत्रिक पदाधिकारीओं ने युवक को पीटने को लेकर थाने पहुंच कर पुलिसकर्मियों के खिलाफ कार्रवाई की मांग की



थाने पर प्रदर्शन करती किसान यूनियन

अमन लेखनी समाचार
लखनऊ। बीती रात मलिहाबाद माल रोड पर स्थित बालाजी धर्म कांटे पर काम करने वाले तीन मजदूरों ने मलिहाबाद थाने में तैनात एक दरोगा व दो सिपाहियों पर नशे की हालत में पिटाई करने का आरोप लगाया है। जिसका वीडियो वहां लगे सीसीटीवी फुटेज में कैद हो गया। पीड़ित ने पुलिसकर्मियों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कराने की मांग को लेकर किसान यूनियन लोकतांत्रिक के पदाधिकारीओं के साथ मलिहाबाद थाने का पहुंच कर प्रदर्शन किया। एसीपी को शिकायती पत्र देकर आरोपी पुलिस कर्मियों के विरुद्ध कड़ी कार्रवाई की मांग की। घटना का वीडियो धर्मकांटे पर

को इस घटना की जानकारी दी।पुलिस कर्मियों के विरोध में धर्मकांटे के मालिक अयोध्या प्रसाद बृहस्पतिवार को लोकतांत्रिक किसान यूनियन संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष राकेश सिंह चौहान जिलाध्यक्ष अतुल कुमार सहित भारी संख्या में संगठन के लोगों के साथ मलिहाबाद थाने पहुंच कर पुलिस कर्मियों के खिलाफ कार्रवाई की मांग की। अगर जल्द ही उनके खिलाफ कार्रवाई नहीं की गई तो वह संगठन के लोगों के साथ मलिहाबाद थाने का घेराव कर पीड़ित मजदूरों को न्याय दिलाएंगे। पुलिस से कार्यवाही का आश्वासन देकर मामले को शांत कराया। इस संबंध में मलिहाबाद एसीपी अमोल मुकुंद ने बताया कि तहरीर मिली है। जांच की जा रही है, जांच उपरांत कार्रवाई की जाएगी।

भंडारे में एसीपी व प्रभारी निरीक्षक ने बांटा प्रसाद

अमन लेखनी समाचार
मोहनलालगंज।अयोध्या में श्रीराम मंदिर प्राण प्रतिष्ठा की पहली वर्गाट पर सिसैंडी गांव में स्थित बृदेश्वर शिव मंदिर में अंखंड रामचरित मानस पाठ व विशाल भंडारे का आयोजन किया गया।एसीपी रजनीश वर्मा व प्रभारी निरीक्षक अमर सिंह ने भंडारे में पहुंचकर ग्रामीणों को प्रसाद वितरित किया।सिसेण्डी मे महाभारतकालीन बृदेश्वर शिव मंदिर मे रामचरितमानस मानस पाठ का आयोजन करने के साथ ही प्रभात फेरी निकाली गयी।बुधवार को रामचरित मानस पाठ के समापन पर हवन पूजन के बाद आयोजित विशाल भंडारे में ग्रामीणों को पूड़ी-सब्जी,छोला चावल व बूंदी के प्रसाद का वितरण देर शाम तक किया गया।भंडारे में पत्रकार एससिएशन के महामंत्री अखिलेश दुबेदी, उपाध्यक्ष ललित दीक्षित, जिला संरक्षक शिक्षा मित्र संघ के प्रदीप सिंह, भाजपा नेता हंसराज, सुशील सिंह, सुरेंद्र मिश्रा, विष्णु प्रताप सिंह, दिलीप सिंह, अमित

दीक्षित, राकेश जायसवाल,चौकी इंचाज आशुतोष दीक्षित, सौरभ सिंह, सर्वेश कुमार, कान्हा मिश्रा, कल्लू तिवारी, मुकेश चौधरी समेत काफी संख्या में क्षेत्रीय लोगों ने पहुंचकर प्रसाद ग्रहण किया।

शीतला माता मंदिर पर विशाल भंडारे का हुआ आयोजन

अमन लेखनी समाचार
मोहनलालगंज।मोहनलालगंज कस्बे के शिवाला वाली गली में स्थित शीतला माता मंदिर पर बुधवार को हवन-पूजन के साथ विशाल भंडारे का आयोजन किया गया,जिसमें क्षेत्रीय लोगों ने पहुंचकर प्रसाद ग्रहण किया।मोहनलालगंज के शिवाला वाली गली में स्थित शीतला माता मंदिर पर बीते वर्षों की भांति बुधवार को हवन-पूजन का वितरण देर शाम तक किया गया।भंडारे में पत्रकार एससिएशन के महामंत्री अखिलेश दुबेदी, उपाध्यक्ष ललित दीक्षित, जिला संरक्षक शिक्षा मित्र संघ के प्रदीप सिंह, भाजपा नेता हंसराज, सुशील सिंह, सुरेंद्र मिश्रा, विष्णु प्रताप सिंह, दिलीप सिंह, अमित

एसोसिएशन के पूर्व महामंत्री व वरिष्ठ अधिवक्ता ललित मिश्रा द्वारा किया गया इस भाजपा विधायक अमरेश कुमार रावत,एसडीएम बृजेश कुमार वर्मा,तहसीलदार शंशाक नाथ उपाध्यक्ष,नायाब तहसीलदार भानु प्रताप त्रिपाठी,त्रिवंदा मिश्रा, अनुपम वर्मा,ब्लाक प्रमुख ओम प्रकाश शुक्ला,बार एसोसिएशन अध्यक्ष कोशलेंद्र शुक्ला व महामंत्री रामलखन,वरिष्ठ भाजपा नेता अशोक अग्रवाल, नागेश्वर द्विवेदी,चेयरमैन प्रतिनिधि अजय पांडे,प्रधान ललित शुक्ला समेत काफी संख्या में क्षेत्रीय लोगों व अधिवक्ताओं ने भंडारे में पहुंचकर प्रसाद ग्रहण किया।

संदिग्ध परिस्थितियों में घर से पढ़ाई के लिए स्कूल को निकली 11वीं की छात्रा लापता

अमन लेखनी समाचार
सरोजनीनगर, लखनऊ। सरोजनीनगर से तीन दिन पहले घर से पढ़ाई के लिए स्कूल को निकली 11वीं की छात्रा संदिग्ध परिस्थितियों से पता लापता हो गई।उसके परिजनो ने एक युवक के खिलाफ बहला फुसला कर अगवा कर ले जाने की रिपोर्ट दर्ज कराई है।पीड़ित परिजनो का कहना है कि किशोरी अपने साथ डेढ़ किलो चांदी और सोने के गहने भी ले गई है। सरोजनीनगर में रहने वाले पीड़ित के मुताबिक जौनपुर जिले में रहने वाली उसकी 17 वर्षीया भांजी उसके घर में रहकर क्षेत्र के ही एक निजी स्कूल में कक्षा 11 की छात्रा थी। उनका कहना है कि वह बीती 20 जनवरी को सुह्र करीब 9 बजे

स्कूल ड्रेस में स्कूल के निकली। लेकिन छुट्टी होने के बाद वापस नहीं लौटी।दोे शाम तक घर न पहुंचने पर स्कूल में संपर्क किया गया तो पता चला कि वह स्कूल रुक गई ही नहीं। इसके बाद सगे संबंधियों से पता किया गया, लेकिन कहीं जानकारी नहीं मिली।पीड़ित का कहना है कि 1 जनवरी से 3 जनवरी के बीच वह अपने गांव जौनपुर में रही थी।तब दूसरे गांव में रहने वाले करन सिंह नामक युवक से बात करती थी।घर पर पता चलने पर डांट फटकार कर उसका मोबाइल रख लिया गया।उसके जताया है कि करन ही उसे कहीं बहला फुसला कर अगवा कर ले गया है।फिलहाल सरोजनीनगर पुलिस मामले मेंरिपोर्ट दर्ज कर आगे की कार्रवाई में जुट गई है।



संक्षेप

शराब के नशे में धुत पिता ने 4 वर्षीय पुत्री को जमकर पीटा, हालत गंभीर

अमन लेखनी समाचार

सफीपुर, उन्नाव। शराब के नशे में धुत बेरहम पिता ने 4 वर्षीय अपनी मासूम पुत्री को जमकर पीटा जब उसका पीटने से दिल नहीं भरो तो उसने मासूम दिवाल में लड़ा दिया जिससे उसके सर में गंभीर चोट आई बच्ची की रोजे की आवाज सुन परजन उसके चंगुल से छुड़ाकर बेहोशी हालत में उसे सी एच सी लेकर आए बच्ची की गंभीर हालत देखते चिकित्सक ने उसे जिला अस्पताल भेज दिया कोतवाली क्षेत्र के महु खेड़ा निवासी अर्जुन ने पुलिस को दी तहरीर में बताया कि मेरी मां की दो वर्ष पूर्व देहांत हो गया था बीती रात 4 वर्षीय बहन रंजना पिता मंशाराम के साथ सो रही थी भार पहर लगभग 4 बजे वो रोने लगी रोजे की आवाज सुन कर पिता मंशाराम ने उसे पीटना शुरू कर दिया शराब के नशे में पिता ने उसे दिवाल में लड़ा दिया जिससे उसका सर फट गया शोर सुनकर परजन जाग गए और बच्ची को उसके चंगुल से बचा कर सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र लेकर आए मौजूद डॉ ने उसका प्राथमिक उपचार कर गंभीर हालत देखते उसे जिला अस्पताल भेज दिया प्रभारी निरीक्षक श्याम नारायण सिंह ने बताया कि बच्ची के भाई अर्जुन की तहरीर पर मुकदमा दर्ज कर आरोपी पिता को जेल भेजा जा रहा है।

रिंग रोड पर हो रहे निर्माण कार्य का किसानों ने किया विरोध

उन्नाव। रिंग रोड निर्माण को लेकर किसानों और प्रशासन के बीच तनाव की स्थिति उत्पन्न हो गई। थाना गंगा घाट क्षेत्र के रौतापुर गांव में रिंग रोड के लिए अधिग्रहित की गई जमीन पर कब्जे को लेकर किसानों ने निर्माण कार्य रोक दिया। किसानों का आरोप था कि उनकी जमीन का उचित मुआवजा नहीं दिया गया है और बिना उनकी सहमति के निर्माण कार्य शुरू कर दिया गया। स्थिति को देखते हुए सदर तहसीलदार अविनाश चौधरी और सदर विधायक पंकज गुला मौके पर पहुंचे दोनों अधिकारियों ने किसानों से बातचीत की और उनकी समस्याओं को समझा। किसानों को आश्वासन दिया गया कि उनकी जमीन का उचित मुआवजा दिया जाएगा और नियमानुसार सभी प्रक्रियाएं पूरी की जाएंगी। इसके बाद किसानों ने निर्माण कार्य रोकने का विरोध वापस ले लिया। विधायक पंकज गुला ने कहा कि रिंग रोड का निर्माण क्षेत्र के विकास के लिए महत्वपूर्ण है। इससे आवागमन सुगम होगा और व्यापार को भी बढ़ावा मिलेगा। उन्होंने किसानों को भरोसा दिलाया कि उनके हितों की रक्षा की जाएगी और विकास कार्य में उनकी सहमति महत्वपूर्ण है। तहसीलदार अविनाश चौधरी ने बताया कि प्रशासन किसानों के साथ मिलकर काम करेगा और जमीन अधिग्रहण से जुड़ी सभी कानूनी प्रक्रियाओं का पालन किया जाएगा। मामले के शांतिपूर्ण समाधान के बाद रिंग रोड का निर्माण कार्य फिर से शुरू हो गया है।

आत्महत्या के लिए उकसाने का दर्ज हुआ मुकदमा

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव। थाना बारा सगवर अन्तर्गत गांव तलहई में एक सप्तहा पूर्व आम के पेड़ से सुसाइड नोट लेकर आत्महत्या कर लेने के मामले में दिवंगत की माँ द्वारा सुसाइड नोट में नामित लड़की के खिलाफ तहरीर दिए जाने पर पुलिस ने लड़की पर धमकी देकर आत्महत्या के लिए उकसाने का मुकदमा दर्ज कर लिया

पुजारी के बक्से का ताला तोड़कर 20 हजार चोरों ने किया पार

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव। थाना बिहार अन्तर्गत मानिकापुर के सुप्रसिद्ध बन्नखंडी देवी मंदिर आश्रम से चोरों ने ताला तोड़कर पुजारी के रखे बीस हजार रुपये लेकर चंपत हो गए। पुलिस में सूचना दिए जाने पर पुलिस जांच में जुट गई है थाना क्षेत्र के मुक्तिकापुर में बन्नखंडी देवी का अति प्राचीन मंदिर है। मंदिर में करीब आठ वर्षों से राम विलास शुक्ला पुत्र बाबू लाल शुक्ला निवासी रावतपुर पनहन थाना बिहार पुजारी के रूप में रहकर सेवा दे रहे हैं। पुजारी ने बताया गुरुवार शुबह जब वह नित्यक्रिया हेतु गए थे तभी उनके कमरे का ताला तोड़कर बैग में रखे करीब बीस हजार रुपये किसी ने पार कर दिए। जब वह वापस आश्रम लौटे ताला टूटा देख आवक रह गए। आस पास के लोगों की मदद से पुलिस को सूचना दी गई। थाना प्रभारी सुब्रत नारायण त्रिपाठी ने बताया सूचना मिली है। मामले की जांच कर विधिक कार्यवाही की जाएगी।

सुभाष चंद्र बोस जयंती पर सड़क सुरक्षा कार्यक्रम का किया गया आयोजन

अमन लेखनी समाचार

नवाबगंज, उन्नाव। आई .पी. एस.आर.ग्रुप ऑफ इंस्टिट्यूशंस स्थित लखनऊ-कानपुर एक्सप्रेस हाईवे सोहरामऊ में नेताजी सुभाष चंद्र बोस एवं मानव श्रंखला का निर्माण कार्यक्रम का आयोजन आज दिनांक 23 /01/ 2025 गुरुवार को संपन्न हुआ। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि ए. के. सिंह एडिसनल कमिश्नर परिवहन लखनऊ, अनीता ट्रेफिक पुलिस ऑफिसर लखनऊ संस्थान के संस्थापक बन्दी विशाल तिवारी अध्यक्ष डॉ.जितेंद्र तिवारी व फार्मेसी विभाग के निदेशक डॉ. अमरेश गुप्ता ने सरस्वती जी का द्वीप प्रज्वलित कर किया इस कार्यक्रम में आई.पी.एस.आर संस्थान तथा पंचशिला इंटरनेशनल स्कूल के समस्त छात्र-छात्राओं ने भाग लिया कार्यक्रम में उपस्थित एडिसनल



कमिश्नर परिवहन उन्नाव ए. के. सिंह जी ने 500 छात्रों की मानव श्रंखला को सड़क सुरक्षा की शपथ दिलाई साथ ही कहा कि सड़क पर गाड़ी चलाते समय गाड़ी की गति अधिक होना गलत तरीके से वाहन चलाना सीट बेल्ट नहीं पहनना सड़क सुरक्षा उपाय की कमी व हेल्मेट नहीं पहनना आदि की वजह से सड़क दुर्घटनाएं बढ़ रही हैं। आप अपने साथ-साथ औरों के जीवन को भी सुरक्षित करें इस अवसर पर उपस्थित अनीता ने कहा कि आपका जीवन

अमनोल है अतः आप ट्रेफिक नियमों का पालन वहेल्मेट पहन कर ही गाड़ी चलाने आदि जैसे नियमों का सही रूप से पालन करें कार्यक्रम के अंत में संस्थान के संस्थापक बन्दी विशाल तिवारी ने आए हुए प्रमुख अतिथि को स्मृति चिन्ह प्रदान कर हार्दिक अभिनंदन किया। इस मौके पर संस्थान के निदेशक डॉ. अमरेश कुमार गुप्ता डॉ. संगीता सिंह शालिनी सिंह, प्रो अश्विनी कुमार साथ ही समस्त शिक्षक शिक्षिकाएं व कर्मचारी गण उपस्थित रहे।

अज्ञात वाहन की टक्कर से युवक की मौत

अमन लेखनी समाचार

हसनगंज, उन्नाव। कोतवाली क्षेत्र शाहपुर तोदा गांव के पास बुधवार देर रात आगरा एक्सप्रेस वे की सर्विस लाइन पर अज्ञात वाहन की टक्कर से साइकिल सवार युवक गंभीर रूप से घायल हो गया परजन इलाज के लिए लेकर जा रहे थे कि रास्ते में मौत हो गई। सूचना पर पहुंची पुलिस ने शव को पीएम की लिए भेजा।

कोतवाली क्षेत्र के काशीराम खेड़ा निवासी सुनील कुमार 38 वर्ष पुत्र श्यामसुंदर बुधवार की देर रात साइकिल से शाहपुर तोदा गांव में स्थित डेरी पर दूध देने जा रहा था अर्थात यह आगरा एक्सप्रेसवे की सर्विस लाइन पर पहुंचा ही था कि अज्ञात वाहन टक्कर मारते हुए भाग लखनऊ की तरफ भाग निकला राहगीरों की सूचना पर पहुंचे परजन ने घायल को सीएचसी लिए जा रहे थे

कि रास्ते में ही मौत हो गई। युवक की मौत से मृतक की पत्नी सरिता, पुत्री श्रद्धा, प्रतिमा सहित पुत्र अंकुर रो रोकर बेहाल हो गए। मृतक खेती किसानी करके परिवार का भरण पोषण कर रहा



था।कोतवाली प्रभारी चंद्रकांत मिश्र ने बताया कि अज्ञात वाहन की टक्कर से युवक की मौत हुई है शव को पीएम के लिए भेजा गया है। प्रार्थना पत्र आने के बाद रिपोर्ट दर्ज की जाएगी।

तीन घरों को चोरों बनाया अपना निशाना दो घरों से नगदी समेत पार कर दिया जेवरत

अमन लेखनी समाचार

फतेहपुर चौरासी, उन्नाव। ग्राम पंचायत ओसियां में बीती रात चोरों ने तीन घरों को निशाना बनाया।फतेहपुर चौरासी थाना क्षेत्र के इस गांव में चोरों ने दो घरों से लाखों की नकदी और जेवरत पार कर दिए, जबकि एक घर में उनकी कोशिश नाकाम रही।

पहली वारदात में चोर रामसेवक पाल के घर से एक तोले की सोने की रकम, झुमकी, गले का हार, लॉकेट, चांदी की पायल, कमरबंद, बच्चे के खड्डुआ और 30 हजार रुपये नकद चुरा ले गए। दूसरी वारदात में हरिश्चंद्र के घर से चोरों ने 50 हजार रुपये नकद और आधा किलो चांदी के जेवरत चुरा लिए। यह रकम हरिश्चंद्र हर्निया के ऑपरेशन के लिए बैंक से निकालकर लाए थे। तीसरी वारदात में चोरों ने गंगा



प्रसाद के घर को निशाना बनाया। चोर छत का जाला काटकर घर में घुसने की कोशिश कर रहे थे, लेकिन आहत सुनकर गंगा प्रसाद की नींद खुल गई और उनके शोर मचाने पर चोर भाग निकले हालांकि, वे घर के बक्सों को गांव के बाहर स्थित बास कोठी तक ले गए, जहां ताले तोड़कर सामान निकालने के बाद खाली बक्से फेंक

दिए। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और फॉरेंसिक टीम की मदद से सबूत जुटाए में जुट गई है। आसपास के सीसीटीवी फुटेज की जांच की जा रही है। इस वारदात ने क्षेत्र में सुरक्षा व्यवस्था पर सवाल खड़े कर दिए हैं। ग्रामीणों ने आरोपियों की गिरफ्तारी और क्षेत्र में सुरक्षा बढ़ाने की मांग की है

रहस्यमय ढंग से महिला हुई लापता दर्ज हुआ मुकदमा

अमन लेखनी समाचार



बीघापुर, उन्नाव। बारा सगवर थाना क्षेत्र के अंतर्गत ग्राम ऊंच गांव के रहने वाले युवक रंजीत पुत्र रामप्रसाद व उसका भाई संदीप नव विवाहिता को लेकर फरार हो गए नव विवाहित थाना बिहार के अंतर्गत एक गांव की निवासिनी है जो अपनी मौसी के यहां रह गई थी नवविवाहित अपने साथ जेवर भी लेकर गई है नव विवाहिता की मां ने थाना बारा सगवर में तहरीर देकर कहा मेरी पुत्री को पहले भी रंजीत व उसका भाई संदीप उठा लेने की धमकी दे रहा था तहरीर के आधार पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच पड़ताल शुरू कर दी।

बैंगर हेल्मेट 26 जनवरी से नहीं मिलेगा पेट्रोल

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। सड़क सुरक्षा को बढ़ावा देने और दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों को रोकने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम उठाया गया है। जिलाधिकारी गौरांग राठी ने रनो हेल्मेट, नो फ्यूअर नीति को लागू करने का आदेश जारी किया है, जो 26 जनवरी से प्रभावी होगा। नई नीति के तहत, दोपहिया वाहन चालकों और उनके सहयात्रियों के लिए हेल्मेट पहनना अनिवार्य होगा। बिना हेल्मेट के पेट्रोल पंप पर आने वाले लोगों को ईंधन नहीं दिया जाएगा। यह निर्णय केंद्रीय मोटरवाहन अधिनियम के प्रावधानों के अनुरूप लिया गया है और उत्तर प्रदेश परिवहन आयुक्त के निर्देशों का पालन करते हुए लागू किया जा रहा है। जिलाधिकारी ने सभी पेट्रोल पंप संचालकों को आगामी सात दिनों में अपने परिसर में बड़े होर्डिंग लगाने का निर्देश दिया है, जिनमें इस नीति की जानकारी स्पष्ट रूप से दी जाएगी। साथ ही, विवादों से बचने और नियमों



के उल्लंघन की निगरानी के लिए सभी पेट्रोल पंपों पर सक्रिय सीसीटीवी कैमरे लगाना भी अनिवार्य किया गया है। प्रशासन ने पुलिस अधीक्षक, अपर जिला अधिकारी, नगर मजिस्ट्रेट और सभी उप जिलाधिकारियों को इस नीति का

कड़ाई से पालन सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। जिलाधिकारी ने नागरिकों से इस अभियान में सहयोग की अपील की है, जिसका मुख्य उद्देश्य सड़क दुर्घटनाओं को कम करना और हेल्मेट के उपयोग को बढ़ावा देना है।

पुष्पक एक्सप्रेस ट्रेन हादसे को लेकर जनपद की पुलिस अलर्ट

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। महाराष्ट्र के जलगांव में पुष्पक एक्सप्रेस ट्रेन हादसे के बाद उन्नाव पुलिस पूरी तरह से अलर्ट मोड पर आई है। यात्रियों की सुरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए पुलिस ने रेलवे स्टेशन और आसपास के क्षेत्रों में गश्त बढ़ा दी है। एसीओ नगर सोनमसिंह ने स्वयं रेलवे स्टेशन का निरीक्षण किया और सुरक्षा व्यवस्था की समीक्षा की। उन्होंने आरपीएफ और जीआरपी के अधिकारियों के साथ बैठक कर विशेष दिशा-निर्देश जारी किए। एसीओ ने यात्रियों से मुलाकात कर उन्हें सुरक्षा का भरोसा दिलाया और कहा कि पुलिस पूरी तरह सतर्क है। स्टेशन के प्रवेश और निकास द्वारों पर विशेष निगरानी रखी जा रही है। यात्रियों की जांच के साथ-साथ सड़क पर विशेष निगरानी रखी जा रही है। रात में भी पुलिसकर्मियों लगातार गश्त कर रहे हैं। आरपीएफ और जीआरपी को विशेषकर पुष्पक एक्सप्रेस और अन्य प्रमुख ट्रेनों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए हैं। यात्रियों से अपील की

गई है कि वे किसी भी सदिग्ध गतिविधि की सूचना तुरंत पुलिस को दें। अधिकारियों को निर्देश दिया गया है कि वे यात्रियों को किसी भी स्थिति में भ्रमित न होने दें और उनकी यात्रा को पूरी तरह सुरक्षित बनाएं। किसी भी आपात स्थिति में तत्काल वरिष्ठ अधिकारियों को सूचित करने का प्रोटोकॉल भी तय किया गया है। यात्रियों की सुरक्षा पर विशेष ध्यान-सीओ सोमसिंह ने कहा कि यात्रियों की सुरक्षा सर्वोपरि है। पुलिस किसी भी चुनौती से निपटने के लिए पूरी तरह तैयार है। सभी ट्रेनों और प्लेटफॉर्म पर निगरानी की जा रही है ताकि किसी भी अप्रिय घटना को रोकना जा सके। पुलिस अधीक्षक दीपक भूकर के निर्देश पर जिले में विशेष अलर्ट जारी किया गया है। जीआरपी और आरपीएफ के साथ मिलकर उन्नाव पुलिस अधिकारियों ने कहा कि यात्रियों को घबराने की जरूरत नहीं है, और वे पूरी तरह से सुरक्षित माहौल में सफर कर सकते हैं।

सुने घर से चोरों ने नगदी समेत पार कर दिए जेवरत

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। सदर कोतवाली क्षेत्र के केसरगंज शोबिधाना मोहल्ले में चोरों ने एक बंद मकान को निशाना बनाकर बड़ी वारदात को अंजाम दिया। दिल्ली में प्राइवेट नौकरी करने वाले दो भाई शदाब और शोबू के जेवर और 15 हजार रुपये नकद चुरा लिए। घटना की जानकारी तब सामने आई जब सुबह पड़ोसियों ने घर का ताला टूटा और सामान बिखरा हुआ देखा। उन्होंने तुरंत मकान मालिक शदाब को फोन कर सूचित किया। शदाब ने इसकी जानकारी स्थानीय पुलिस को दी। किला चौकी प्रभारी राजेश दीक्षित मौके पर पहुंचे और जांच शुरू की। पीड़ित शदाब ने बताया कि दो महीने पहले उसकी शादी हुई थी और पत्नी के सभी कीमती जेवर बक्से में



रखे हुए थे। सदर कोतवाली के इंस्पेक्टर प्रमोद कुमार मिश्र के अनुसार, चोरों ने मकान लंबे समय से बंद होने का फायदा उठाया। पुलिस आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगाल रही है और जल्द ही आरोपियों की गिरफ्तारी का दावा कर रही है। चोरों ने पहले मकान के गेट का ताला तोड़ा और फिर अंदर के कमरों में प्रवेश कर सामान की चोरी की। पुलिस ने मामले को गंभीरता से लेते हुए जांच तेज कर दी है और चोरी हुए सामान की बरामदगी के लिए विशेष टीम गठित की है।

25, 26 जनवरी को होगा उर्स मुबारक और जलसा-ए-दस्ताबंदी का प्रोग्राम

अमन लेखनी समाचार

सफीपुर, उन्नाव। देश की मशहूर दरगाह मदीनतुल औलिया के नाम से अपनी अलग पहचान रखने वाली खानकाहे सफविद्या सफीपुर में 25, 26 जनवरी को उर्स मुबारक हजरत मखदूम शेख बंगरी मुबारक व जलसा-ए-दस्ताबंदी का शानदार प्रोग्राम होगा। आस्तान-ए-हजरत मखदूम शाह सफी सफीपुर के सज्जादा नशीन हजरत नवाजिश मोहम्मद फारूकी उर्फ समदी मिर्था सफवी ने बताया कि 25 जनवरी दिन शनिवार को बाद नमाजे फजर कुरआन ख्वानी, बाद नमाजे मगरिब शबे चरागां, बाद नमाजे इशा महफिले समां व जलसा-ए- इंद मिलादुनबी तथा दस्ताबंदी के साथ पहला कुल शरीफ होगा। उसके बाद 26 जनवरी

दिन रविवार को बाद नमाजे फजर कुरआन ख्वानी, 10 बजे गुरुल मजारे मुबारक, 11:30 बजे खिरका-ए-मुबारक की जियारत साहिबे सज्जादा के दौलतखाना दारुल अमान में, फिर उसके बाद, बाद नमाज जोहर महफिले समां 4 बजे कुल शरीफ होगा। बाद नमाजे अस्सर फातिहा खास सहिबे सज्जादा के दौलतखाना दारुल अमान में होगी। वारिसे मसन्दे शाहे सफी अल मारूफ हजरत अफजाल मोहम्मद फारूकी सफवी ने बताया कि ये प्रोग्राम अपनी देरीना रिवायत और शान-ओ-शौकत के साथ सुनअकिद हो रहा है। लिहाजा वाबिस्तगाने सलासिल व अकीदतमदान-ए-औलिया-ए-कराम शरीक होकर रूहानी फैजो बरकत से मुस्तफ्जीज हों।

कृषि विज्ञान केन्द्र द्वारा महिलाओं को दिया गया एक दिवसीय प्रशिक्षण

अमन लेखनी समाचार

बहराइच। महिलाओं को सब्जी उत्पादन के साथ ही रसोई में पीथिक सब्जी के बारे में कृषि विज्ञान केंद्र की महिला वैज्ञानिक ने एक कार्यक्रम का आयोजन कर महिलाओं को जानकारी दी। कृषि विज्ञान केंद्र



नानपारा की ओर से ब्लाक रिसिया के ग्राम निबिया में नारी परियोजना के तहत एक दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं अध्यक्ष डॉ. एसके. बरगाहा के निर्देशन में कराया गया। कार्यक्रम में केन्द्र की वैज्ञानिक रेनु आर्य ने बताया कि सर्दी के मौसम में तरह-तरह की सब्जियां मौजूद होती हैं जो न सिर्फ सर्दी से बचाती हैं बल्कि बाँडी को हेल्दी भी रखती हैं। इस

मौसम में हरी पत्तेदार सब्जियों की बहार होती है। मेथी, पालक, सरसों और बथुआ इस मौसम की खास सब्जियां हैं जो बाँडी को गर्म रखती हैं और कई बीमारियों का इलाज भी करती हैं। अगर बात करें बथुआ की तो ये एक ऐसी सब्जी है सर्द मौसम में बाँडी को गर्म रखती है। इस साग का सेवन सर्दी में दाल के साथ, सब्जी बनाकर, परांठा बनाकर करें तो पूरी सर्दी बाँडी को हेल्दी भी रखती है और बाँडी

हैं। आप भी सर्दी में 100 ग्राम इस साग का सेवन करें तो आपका वजन कंट्रोल रहेगा। 100 ग्राम साग में कैलोरी- 44 हू और कार्बोहाइड्रेट-7, फैट-0.8 ग्राम मौजूद होता है। इसमें 4 ग्राम प्रोटीन होता है जो बहुत ज्यादा है जो सेहत के लिए उपयोगी है। जेदा के वैज्ञानिक सुनील कुमार ने महिलाओं को पोषण वाटिका का उद्देश्य के बारे में विस्तृत चर्चा की इस मौके पर काफी संख्या में महिलाएँ उपस्थित रही।

संक्षेप

गणतंत्र दिवस पर आयोजित होगी क्रासकन्ट्री रेस

अमन लेखनी समाचार

बहराइच। जिला खेल कार्यालय इन्दिरा गांधी स्टेडियम बहराइच द्वारा 26 जनवरी 2025 को गणतंत्र दिवस के शुभ अवसर पर प्रातः 07:00 बजे पुरुष/महिलाओं की 05 कि.मी. क्रासकन्ट्री रेस का आयोजन इन्दिरा गांधी स्पोर्ट्स स्टेडियम, बहराइच द्वारा किया जा रहा है। क्रासकन्ट्री रेस स्टेडियम के मुख्य गेट से प्रारम्भ होकर पानी की टंकी चौराहा होते हुये हुजुरपुर रोड, मन्नु कौल कोठी से जेल रोड, अस्पताल चौराहा होते हुये वापस स्टेडियम में आकर समाप्त होगी। बालिकाओं की 03 कि.मी. दौड़ स्टेडियम प्रांगण में ही आयोजित की जायेगी। जबकि गणतंत्र दिवस पर पूर्वाह्न 11:30 बजे एंथ्रोपियेसन बनाम प्रशासनिक अधिकारियों के मध्य क्रिकेट मैच का आयोजन भी किया जायेगा। क्रीड़ा अधिकारी आनन्द कुमार श्रीवास्तव ने बताया कि क्रासकन्ट्री दौड़ हेतु इच्छुक खिलाड़ी एक दिन पूर्व उपस्थित होकर अपना पंजीकरण करा सकते हैं। अधिक जानकारी हेतु जिला खेल कार्यालय, इन्दिरा गांधी स्टेडियम, बहराइच से सम्पर्क किया जा सकता है।

शराब के पैसे न देने पर लाइनमैन ने काटा कनेक्शन

बांदा, बिजली विभाग में वसूली का एक चौकाने वाला मामला सामने आया है। उपखंड कार्यालय में तैनात अस्थाई लाइनमैन सचिव पांडेय ने एक रेस्टोरेंट से शराब पीने के लिए पैसे मांगे और मना करने पर बिजली कनेक्शन काट दिया। रेस्टोरेंट के मालिक शैलेंद्र पर 21,630 रुपये का बिजली बिल बकाया था। लाइनमैन ने उनसे 300 रुपये शराब के लिए मांगे। जब शैलेंद्र ने देने से मना कर दिया, तो लाइनमैन ने अपने दो-तीन अस्थाई सहकर्मियों को बुलाकर बिजली कनेक्शन काट दिया। पीड़ित ने बताया कि परिवार में बीमारी के कारण पिछले पांच महीने से बिल जमा नहीं कर पाए थे। दो महीने पहले उन्होंने 20,000 रुपये जमा किए थे और शेष राशि जमा करने का आश्वासन भी दिया था। लेकिन लाइनमैन ने उनकी एक न सुनी।

25-25 हजार के इनामी बदमाश गिरफ्तार

हापड़, पुलिस ने श्यामपुर गांव में हुई फायरिंग की घटना में वांछित दो इनामी बदमाशों को गिरफ्तार कर लिया है। दोनों आरोपियों पर 25-25 हजार रुपये का इनाम घोषित था। पुलिस ने आरोपियों के पास से एक पिस्टल, एक तमंचा और एक कार बरामद की है। एएसपी विनीत भटनागर ने बताया कि गिरफ्तार आरोपियों में जरोटी रोड नवदुर्गा कॉलोनी निवासी गुल्लू उर्फ शिवांशु शर्मा और अनुज विहार निवासी सुशांत उर्फ चिक्की उर्फ कबूतर शामिल हैं। यह मामला 24 जुलाई और 11 अक्टूबर 2024 को हुई दो अलग-अलग फायरिंग की घटनाओं से जुड़ा है, जिसमें संसद पाल पर जानलेवा हमला किया गया था।

सड़क सुरक्षा जागरूकता के लिए डीएम के साथ छात्र-छात्राओं ने बनायी मानव श्रृंखला यातायात नियमों का पालन करने के लिए दिलायी गई शपथ

अमन लेखनी समाचार/संतोष मिश्रा

बहराइच। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की प्रेरणा से शासन के निर्देशानुसार जिलाधिकारी मोनिका रानी के कुशल मार्गदर्शन में सड़क सुरक्षा माह के अन्तर्गत नेता जी सुभाष चन्द्र बोस जी की जयन्ती के अवसर पर इन्दिरा गांधी स्पोर्ट्स स्टेडियम में मानव श्रृंखला का निर्माण किया गया। मानव श्रृंखला में मौजूद छात्र-छात्राओं को डीएम मोनिका रानी ने सुरक्षित सफर-सुरक्षित प्रदेश के लिए शपथ दिलायी। डीएम मोनिका रानी ने सभी लोगों को सुभाष चन्द्र बोस जयन्ती की बधाई देते हुए कहा कि यातायात नियमों का पालन करायें जाने के उद्देश्य से छात्र-छात्राओं द्वारा बनायी गयी मानव श्रृंखला से लोगों को यातायात नियमों का पालन करने का सन्देश मिलेगा। डीएम ने छात्र-छात्राओं का आह्वान किया कि स्वयं भी यातायात नियमों का पालन करें तथा परिजन एवं ईंट मित्रों को भी



यातायात नियमों का पालन करने के लिए प्रेरित करें। डीएम ने बताया कि सड़क दुर्घटनाओं में 02 पहिया वाहन चालकों के जीवन रक्षा के लिए 26 जनवरी से नो हेल्मेट-नो पेट्रोल के नियम को कड़ाई के साथ लागू किया जायेगा। डीएम ने आमजन से अपील की कि बगैर हेल्मेट मोटर साईकिल न चलायें। डीएम ने छात्र-छात्राओं का आह्वान किया कि गुड सेमेरटियन (नेक

आदमी) बन कर दुर्घटना में घायल हुए लोगों को उनके हाल पर छोड़कर न जाये बल्कि उन्हें उपचार हेतु नजदीकी चिकित्सालय पहुंचा कर गुड सेमेरटियन (नेक आदमी) के फर्ज को निभाये। डीएम ने बताया कि मांग दुर्घटना में घायल व्यक्तियों को चिकित्सालय पहुंचाने वाले व्यक्ति को पुरस्कृत किये जाने का भी प्राविधान है। मानव श्रृंखला में सेठ एम.आर. जयपुरिया इण्टर कालेज, महाराज

सिंह इंटर कॉलेज, आर्य कन्या इंटर कॉलेज, तारा महिला इंटर कॉलेज, पायनियर ग्रुप आफ स्कूल, किसान पीजी कॉलेज, सन्त पथिक, सिटी माण्टेसरी स्कूल, राजकीय इंटर कॉलेज, वैद्य भगवान दीन मिश्र गांधी इंटर कॉलेज, बाल विद्या मन्दिर सहित अन्य विद्यालयों के छात्र-छात्राओं, एन.सी.सी. कैडेट्स तथा आमजन द्वारा बड़ी संख्या में मानव श्रृंखला का निर्माण यातायात जागरूकता का सन्देश दिया गया। इस अवसर पर अपर पुलिस अधीक्षक नगर रामानन्द कुशवाहा, डीआईओएस मनोज कुमार अहिरवार, क्रीडाधिकारी आनन्द श्रीवास्तव, एआरटीओ प्रशासन राजीव कुमार व प्रवर्तन के ओ.पी. सिंह, यात्री कर अधिकारी अवध राज गुप्ता सहित अन्य अधिकारी, एन.जी.ओ. प्रतिनिधि सै. गजनफर जाफरी, विभिन्न शिक्षण संस्थाओं के प्रबन्धक, प्रधानाचार्य, शिक्षक-शिक्षिकाएं व छात्र-छात्राएं बड़ी संख्या में मौजूद रहे।

कंबल वितरण एवं खिचड़ी भोज का हुआ आयोजन

गरीबों की हमेशा करता रहा हूं मदद. डॉ. अरविंद कुमार सिंह

अमन लेखनी समाचार

कैसरगंज, बहराइच। तहसील मुख्यालय कैसरगंज स्थित एस आर मैरिज लान में सामाजिक समरसता एवं खिचड़ी भोज का आयोजन किया गया। जिसमें क्षेत्र के सैकड़ों लोगों ने भाग लिया। कार्यक्रम के मुख्य आयोजक जीबी हॉस्पिटल के डायरेक्टर डॉक्टर अरविंद सिंह ने इसका आयोजन किया। इसमें हजारों लोगों को खिचड़ी का भोजन कराया गया तथा हजारों गरीबों को कंबल का वितरण हुआ। क्षेत्र के प्रतिष्ठित चिकित्सा डॉक्टर अरविंद सिंह ने बताया कि इस तरह का आयोजन उनके द्वारा प्रतिवर्ष किया

जाता है। जिससे आपसी प्रेम एवं सद्भावना को बढ़ावा मिलता है। इस अवसर पर पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष विजय कुमार सिंह रैकवार ब्लॉक प्रमुख संदीप सिंह बिसेन संसद के प्रतिनिधि सुनील कुमार सिंह के



अतिरिक्त जनपद के कई नेताओं ने भाग लिया इस आयोजन में आए हुए संत्रांत लोगों को सम्मानित भी किया गया। इसमें गरीबों को कंबल का वितरण किया गया।

केंद्रीय विद्यालय में आयोजित हुआ परीक्षा पर चर्चा कार्यक्रम

अमन लेखनी समाचार

बहराइच। जिला बहराइच के नानपारा में स्थित एसएसबी मुख्यालय अग्रेया केंद्रीय विद्यालय 59वीं वाहिनी सशस्त्र सीमा बल, नानपारा के परिसर में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा परीक्षा पे चर्चा 2025 एवं पराक्रम दिवस की श्रृंखला में 23 जनवरी, 2025 को प्रातः 10 बजे से दोपहर 01 तक सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय भारत सरकार द्वारा भारत है हम सीरीज को विभिन्न विद्यालयों से आए प्रतिभागियों को उक्त सीरीज के 5 एपिसोड को स्क्रीन पर दिखाया गया। तत्पश्चात उसपर आधारित जिला स्तरीय प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस अवसर पर आयोजक केंद्रीय विद्यालय नानपारा के प्रतिभागियों के साथ साथ जिले के सेठ आनंदराम जयपुरिया स्कूल नानपारा, सआदत इंटर कॉलेज नानपारा, श्री कृष्ण नानपारा जैनजागृति स्कूल अग्रेया नानपारा एवं पीएम श्री नवोदय विद्यालय बहराइच के प्रतिभागी अपने



अनुरक्षकों के साथ उपस्थित रहे। विद्यालय में मुख्य अतिथि के रूप में कमांडेंट 59वीं वाहिनी सशस्त्र सीमा बल नानपारा श्री कैलाश चंद रमोला एवं विशेष अतिथि के तौर पर सेकंड इन कमांडेंट 59वीं वाहिनी पंकज ठाकुर की गरिमामय उपस्थिति रही। कार्यक्रम का आरंभ विद्यालय की छात्राओं द्वारा स्वागत गीत द्वारा एवं प्राचार्या केंद्रीय विद्यालय नानपारा राजकुमारी निगम द्वारा अतिथियों को पुष्पगुच्छ देकर किया गया। तत्पश्चात मुख्य अतिथि तथा विशेष अतिथि द्वारा प्रतिभागियों को प्रेरणात्मक आशीर्वाचन प्रदान किया गया। इस प्रतियोगिता में

केंद्रीय विद्यालय नानपारा की आयत शाहिद ने प्रथम, इसी विद्यालय की साक्षी मौर्या ने द्वितीय तथा सेठ आनंदराम जयपुरिया स्कूल नानपारा के देवांशु प्रताप सिंह ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। मुख्य अतिथियों द्वारा विजेताओं को प्रमाण पत्र और शीलड देकर सम्मानित किया गया। अंत में विद्यालय के वरिष्ठ शिक्षक संतोष कुमार ने सभी को धन्यवाद ज्ञापित किया। कार्यक्रम के प्रभारी विद्यालय के शिक्षक राजेश तिवारी रहे तथा कार्यक्रम का कुशल संचालन शिक्षक विनय कुमार मिश्रा द्वारा किया गया।

गोपालपुर में रोड के लिए ग्रामीणों ने किया प्रदर्शन, रोड बनाने की मांग की

अमन लेखनी समाचार

रुपईडीहा, बहराइच विकासखंड नवाबगंज के ग्राम पंचायत गोपालपुर के ग्रामीणों ने गांव में वर्षों से टूटी हुई रोड न बनने की शिकायत जिला अधिकारी मोनिका रानी एवं खंड विकास अधिकारी नवाबगंज से की है। एवं प्रदर्शन कर रोड बनाने की मांग की है। ग्राम पंचायत सदस्य सुनील कुमार वर्मा ने बताया कि हजारों यहाँ गांव में एक खंडूंगा रोड है जो पिछले 15 सालों से नहीं बनी है। उस पर जल निगम की तरफ से बीच रोड में खुदाई करके पाइप डाल दिया गया है जिससे सड़क पूरी तरह ध्वस्त हो गई है। इस संबंध में कई बार हम ग्रामीणों ने उच्च अधिकारियों एवं प्रधान को प्रार्थना पत्र देखकर सूचित किया है कि हमारी रोड बनवा दी जाए लेकिन कोई सुनने को

तैयार नहीं है। ग्राम प्रधान बजट न होने की बात कह कर टाल देते हैं। रोड खराब होने से कई बाढ़ बूढ़े और बच्चे निकलते वक्त उसमें गिरकर चोटिल भी हो गए हैं। इस संबंध में जब ग्राम प्रधान से बात की गई तो उन्होंने बताया इस रोड का प्रस्ताव दे दिया गया है।



बजट नहीं आ पाया है। जब सरकार की तरफ से बजट दिया जाएगा तो यह रोड बना दिया जाएगा। ग्रामीणों ने कहा है कि अगर जल्द से जल्द रोड नहीं बनाई गई तो हम लोग ब्लॉक मुख्यालय पर धरना प्रदर्शन करने को बाध्य होंगे।

डीएम ने कार्यालय में सुनीं समस्याएं

अधिकारियों को कड़ी चेतावनी, शिकायतें लंबित रहने पर होगी कार्रवाई

अमन लेखनी समाचार

सुलतानपुर, नए जिलाधिकारी कुमार हर्ष ने जनता से सीधा संवाद स्थापित करते हुए अपने कार्यालय में जनता दरबार की शुरुआत की। पूर्व डीएम की तुलना में यह एक नई पहल है, जो सभागार के बजाय सीधे कार्यालय में जनता की समस्याएं सुन रहे हैं। जनता दरबार में डीएम ने अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश दिए कि सभी शिकायतों का समाधान प्राथमिकता के आधार पर किया जाए। उन्होंने चेतावनी दी कि इस मामले में किसी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। यह कार्यशैली पूर्व जिलाधिकारी कृतिका ज्योत्सना से अलग है, जिनके कार्यकाल में अधिकांश फरियादी बिना समाधान के लौटते थे। इस अवसर पर



अल्पसंख्यक अधिवक्ता कल्याण टूट्ट के संस्थापक एमएफ खान अलगाँरी के नेतृत्व में एक प्रतिनिधिमंडल ने नए जिलाधिकारी और पुलिस अधीक्षक कुंवर अनुपम सिंह का स्वागत किया। टूट्ट के सदस्यों ने विभिन्न सामाजिक मुद्दों और समस्याओं को अधिकारियों के समक्ष रखा। यहां आरिफ हाशमी, अय्यूब उल्ला, आफताब अहमद,

फिरोज अकबर आदि मौजूद रहे। जनता दरबार में अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) गौरव शुक्ला, मुख्य राजस्व अधिकारी बाबू राम, सिटी मैजिस्ट्रेट विदुषी सिंह और एसडीएम सदर विपिन द्विवेदी सहित अन्य वरिष्ठ अधिकारी भी मौजूद रहे। इस नई व्यवस्था से जनता में प्रशासन के प्रति विश्वास बढ़ने की उम्मीद जगी है।

हाईवे पर बेलगाम वाहनों पर कार्रवाई

10 माह में 2375 वाहनों का चालान, 5.60 करोड़ का वसूला गया जुमाना

अमन लेखनी समाचार

हापड़, परिवहन विभाग ने हाईवे पर तेज रफ्तार से दौड़ते वाहनों पर कड़ी कार्रवाई की है। विभाग के इंटरसेप्टर वाहन ने पिछले दस महीनों में 2375 वाहनों का चालान काटकर 5.60 करोड़ रुपये का जुमाना वसूला है। इनमें कार, बाइक और भारी वाहन शामिल हैं। जिले से गुजरने वाले दो प्रमुख हाईवे - हाईवे 9 और हाईवे 334 पर बाइक के लिए अधिकतम गति सीमा 80 किमी प्रति घंटा, जबकि बस, कार और ट्रक जैसे बड़े वाहनों के लिए 100 किमी प्रति घंटा निर्धारित है। सप्ताह में दो दिन तैनात रहने वाला इंटरसेप्टर वाहन नियम तोड़ने



वालों पर कार्रवाई करता है। अली की दोपहर करीब 12 बजे महरपुर गुर्जर से बाइक पर लौटते समय बदमाशों ने कनपटी पर गोली मारकर हत्या कर दी थी।

दोपहिया वाहनों पर दो हजार रुपये तथा भारी वाहनों पर चार हजार

रुपए का चालान काटा जाता है। कुल चालान में से 1950 मामले केवल कार और बाइक के तेज रफ्तार के हैं। एआरटीओ प्रवर्तन रमेश चौबे के अनुसार, जनवरी 2024 में ही 182 वाहनों का तेज गति के लिए चालान किया गया। साथ ही ओवरलोडिंग, बिना परमिट और कर बकाया जैसे अन्य उल्लंघनों के लिए 38 वाहनों का चालान और 8 वाहनों को जब्त किया गया। विभागीय अधिकारियों का कहना है कि हाईवे पर होने वाली अधिकतर दुर्घटनाएँ तेज गति के कारण होती हैं। हालांकि आधुनिक हाईवे पर स्वचालित चालान काटने वाले कैमरे लगाए जाते हैं, लेकिन अभी तक जिले में यह व्यवस्था लागू नहीं की गई है।

हापड़ डीएम ने एआरटीओ दफ्तर में की छापेमारी

दलालों में मची भगदड़, अधिकारियों को जनसेवा पर फोकस करने का निर्देश

अमन लेखनी समाचार



हापड़, संभागीय परिवहन अधिकारी (एआरटीओ) कार्यालय में दलालों की गतिविधियों पर अंकुश लगाने के लिए जिलाधिकारी प्रेरणा शर्मा ने अचानक छापे मारा। पुलिस बल के साथ डीएम की अचानक दस्तक से दलालों में हड़कंप मच गया और वे मौके से फरार हो गए। निरीक्षण के दौरान डीएम ने कार्यालय में दस्तावेजों के रखरखाव की समीक्षा की और आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए। उन्होंने कहा कि यद्यपि लाइसेंस बनाने समेत अधिकांश सेवाएं ऑनलाइन कर दी गई हैं, फिर भी दलालों का प्रभाव कम नहीं हुआ है। पूर्व में भी दलालों पर नकेल कसने के

के कार्यों में किसी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। साथ ही, उन्होंने नए भवन निर्माण की योजना पर चर्चा की और राजस्व वसूली को लेकर भी महत्वपूर्ण दिशा-निर्देश दिए।

एलएलबी छात्रा से छेड़छाड़ और लूट

आरोपी ने चाकू से हमला किया, मोबाइल और 1200 रुपये छीने

अमन लेखनी समाचार

अमेठी जिला, सुलतानपुर में एक एलएलबी छात्रा के साथ छेड़छाड़ और लूट का मामला सामने आया है। पीड़िता ने छेड़छाड़ गांव के रहने वाले गिरिजेश पर गंभीर आरोप लगाए हैं। छात्रा दीवानी न्यायालय से अपने घर लौट रही थी। पीड़िता के अनुसार, रास्ते में आरोपी गिरिजेश ने उससे अश्लील बातें की और जबनर बाइक पर बैठने का प्रयास किया। विरोध करने पर आरोपी ने छात्रा की पिटाई कर दी। जब पीड़िता ने मदद के लिए पुलिस को फोन करने की कोशिश की, तो आरोपी ने उसका मोबाइल छीनकर फेंक दिया।



पीड़िता के पास मौजूद 1200 रुपये भी छीन लिए। रामगंज थाना प्रभारी एसओ अजयेंद्र पटेल ने बताया कि छात्रा की शिकायत पर मुकदमा दर्ज कर लिया गया है। पुलिस आरोपी गिरिजेश की तलाश कर रही है और जल्द ही उसे गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

सपा नेता हत्याकांड में 6 के खिलाफ एफआईआर

परिजनों ने किया था हंगामा, सीओ ने आरोपियों की शीघ्र गिरफ्तारी का दिया आश्वासन

अमन लेखनी समाचार

हसनपुर, रहरा थाना क्षेत्र में एक सपा नेता की दिनदहाड़े हत्या से क्षेत्र में तनाव का माहौल है। जयतीली मुस्तकम निवासी 50 वर्षीय इशरत अली की दोपहर करीब 12 बजे महरपुर गुर्जर से बाइक पर लौटते समय बदमाशों ने कनपटी पर गोली मारकर हत्या कर दी थी। घटना के समय मृतक के भाई राहत अली की फोन पर इशरत से बात चल रही थी। राहत ने बताया कि उन्होंने फोन पर बदमाशों को इशरत को पकड़ लो और मार दोर कहते हुए सुना और कुछ देर बाद गोली चलने की आवाज भी सुनाई दी। जब वह मौके पर पहुंचे, तो बदमाश उनके भाई को खेत में खींच रहे थे और उन्हें देखते ही फरार हो गए। पुलिस ने राहत अली की शिकायत पर पूर्व प्रधान पति नाजिम, कमर, रहीस उर्फ छोटे,



आकिब, नाहिद खां और विकार समेत छह लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया है। पोस्टमॉर्टम के बाद जब देर रात शव गांव पहुंचा, तो पूरा गांव शोक में डूब गया। सुबह परिजनों और ग्रामीणों ने आरोपियों की तत्काल गिरफ्तारी की मांग को लेकर प्रदर्शन किया। उनकी मांग थी कि नामजद

आरोपियों को जल्द गिरफ्तार किया जाए और जांच में सामने आने वाले अन्य दोषियों को भी केस में शामिल किया जाए। पुलिस क्षेत्राधिकारी दीप कुमार पंत ने मौके पर पहुंचकर परिजनों को आरोपियों की शीघ्र गिरफ्तारी का आश्वासन देकर मामला शांत कराया।

संक्षेप

मेरठ में दवा की दुकान से 25 हजार की चोरी

नमाज पढ़ने गया था मालिक, गल्ले से निकाल लिए पैसे, सीसीटीवी में कैद हुई घटना

मेरठ, लिसाडों गेट थाना क्षेत्र में एक किशोर ने देसी दवाओं की दुकान से 25 हजार रुपये की चोरी कर ली। घटना सोमवार शाम की है, जब दुकान मालिक अय्यब नमाज पढ़ने गए थे। चोर ने इस दौरान दुकान के गल्ले का ताला तोड़कर नकदी पर हाथ साफ कर दिया। गोलाकुआं में स्थित दुकान के मालिक अय्यब ने बताया कि वह रोजाना की तरह सोमवार शाम को दुकान खुली छोड़कर नमाज पढ़ने गए थे। इस दौरान एक किशोर ने मौके का फायदा उठाते हुए शांतिराना अंदाज में गल्ले का ताला तोड़कर उसमें रखी नकदी चुरा ली। जब अय्यब नमाज पढ़कर लौटे तो उन्होंने गल्ले का ताला टूटा देखा। संदेह होने पर जब दुकान में लगे सीसीटीवी कैमरे की फुटेज देखी गई तो पूरी वारदात कैमरे में कैद मिली। फुटेज में एक किशोर साफ नजर आ रहा है। दुकान मालिक ने तुरंत पुलिस को सूचना दी। मौके पर पहुंची पुलिस ने सीसीटीवी फुटेज को अपने कब्जे में ले लिया है और आरोपी किशोर की तलाश में जुट गई है। पुलिस का कहना है कि जल्द ही चोर को पकड़ लिया जाएगा।

स्कूली बच्चों को ले जा रहे ई-रिक्शा में लगी आग

शार्ट सर्किट से एक छात्र और चालक झुलसे, दो बच्चों ने कूदकर बचाई जान

मेरठ, देहली गेट थाना क्षेत्र में दोपहर एक गंभीर हादसा हो गया, जब स्कूली बच्चों को ले जा रहे ई-रिक्शा में अचानक आग लग गई। हादसे में एक छात्र और ई-रिक्शा चालक झुलस गए, जबकि दो अन्य बच्चों ने समय रहते कूदकर अपनी जान बचा ली। घटना उस समय हुई जब ई-रिक्शा चालक तीन स्कूली बच्चों को उनके घर छोड़ने जा रहा था। देहली गेट थाने के पास पहुंचते ही ई-रिक्शा में अचानक शार्ट सर्किट से आग लग गई।

गेटर नोएडा में दो गुटों में खूनी संघर्ष

लाठी-डंडों से हमले में दोनों पक्षों के 4 लोग घायल, 12 पर मुकदमा दर्ज

नोएडा, ग्रेटर नोएडा के दनकौर कोतवाली क्षेत्र के धनोरी गांव में पुरानी रंजिश को लेकर दो पक्षों के बीच हिंसक झड़प हो गई। सोमवार रात को हुई इस घटना में दोनों पक्षों के कुल 4 लोग घायल हुए हैं, जिनका नजदीकी अस्पताल में इलाज चल रहा है। एक पक्ष के पवन ने बताया कि उनका बेटा और भाई जब किसी काम से बाहर निकले थे, तब विकास, सिद्धार्थ, संदीप, शिवा, रोहित और भूल्लन ने उन पर हमला कर दिया। पहले गाली-गलौच की और विरोध करने पर लाठी-डंडों से पीटकर गंभीर रूप से घायल कर दिया। दूसरी तरफ, सुरेंद्र का आरोप है कि विशाल, प्रशांत, विनीत, विकास, पुनीत और एक अन्य विकास ने पुराने विवाद को लेकर उनके परिवार पर हमला किया।

नोएडा सीपी ने साइबर अपराध से बचने के टिप्स दिए

जेवर में 'साइबर सेफ उत्तर प्रदेश' अभियान के अंतर्गत एक कार्यक्रम का आयोजन हुआ

नोएडा, ग्रेटर नोएडा के जेवर स्थित प्रज्ञान पब्लिक स्कूल में 'साइबर सेफ उत्तर प्रदेश' अभियान के अंतर्गत एक महत्वपूर्ण वर्कशॉप का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में पुलिस कमिश्नर लक्ष्मी सिंह ने साइबर अपराधों से बचाव पर विशेष जोर दिया। पुलिस कमिश्नर ने कहा कि तकनीक का सही इस्तेमाल जहां समाज के लिए लाभदायक है, वहीं इसका दुरुपयोग गंभीर परिणाम ला सकता है। विधायक धीरेंद्र सिंह ने सोशल मीडिया के दोनों पहलुओं पर प्रकाश डाला। साइबर क्राइम विशेषज्ञ अमित दुवे ने हैकिंग, ओटीपी सुरक्षा और एप्लीकेशन के सुरक्षित उपयोग की जानकारी दी।

क्षेत्र पंचायत की बैठक में करोड़ों के प्रस्ताव हुए प्रस्तुत

तारापुर प्राथमिक विद्यालय समेत कई विद्यालयों की हुई प्रशंसा

अमन लेखनी समाचार

अमौली, फतेहपुर, जनपद के अमौली विकासखंड मुख्यालय अंतर्गत वार्षिक कार्य योजना के तहत क्षेत्र पंचायत की वृहद बैठक संपन्न हुई बैठक की अध्यक्षता ब्लॉक प्रमुख सुशीला सिंह एवं कुशल संचालन सुरेंद्र उमराव द्वारा किया गया मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे जहानाबाद विधायक राजेंद्र सिंह पटेल के साथ मिलकर ब्लॉक प्रमुख ने बैठक का शुभारंभ किया कार्यक्रम के प्रमुख आयोजक खंड विकास अधिकारी सुरेश शिवहरे ने सरकार द्वारा संचालित विभिन्न योजनाओं की विस्तृत जानकारीयां प्रदान की वहीं पिछले वित्तीय वर्ष में विकास कार्यों का लेखा-जोखा प्रस्तुत करते हुए लगभग डेढ़ करोड़ रुपए की लागत बताई वहीं बैठक के दौरान क्षेत्र के ग्राम पंचायत बुढ़वा नेवरी जलालपुर जजमोइया रामपुर बीधनपुर कोटा बखरिया आजमपुर गढ़वा समेत 10 ग्राम



पंचायत का कार्यभार संभालने वाले सचिव राजेश कुमार की कार्यशैली से आहत होकर पंचायत प्रतिनिधियों ने बैठक में शिकायत की कार्यक्रम में मौजूद ब्लॉक प्रमुख सुशीला सिंह ने लापरवाह कर्मचारियों पर गहरा आक्रोश जताया वहीं शिक्षा क्षेत्र में क्षेत्र के विद्यालय जैसे प्राथमिक विद्यालय तारापुर की शिक्षा दीक्षा की प्रशंसा करते हुए प्रधानाध्यापिका मनीषा शुक्ला की सराहना की वहीं मुख्य

सीडीपीओ अजय सिंह पशु चिकित्सा अधिकारी डॉक्टर राहुल सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र अमौली अधीक्षक डॉक्टर पुष्कर कटियार तथा कृषि समेत अनेक विभागों ने अपनी अपनी कार्यशैली तथा योजनाओं के विषय में विस्तृत जानकारीयां दी सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र अमौली द्वारा निशुल्क स्वास्थ्य सिविर लगाया गया जहां लगभग आधा सैकड़ा लोगों के आयुष्मान कार्ड भी बनाए गए खंड विकास अधिकारी सुरेश शिवहरे ने बताया कि शेष बची 15 वें वित्त की धनराशि 7 करोड़ 25 लाख रुपए से आगामी विकास कार्य के प्रस्ताव स्वीकृत किए जाएंगे इस मौके पर पूर्व जिला मंत्री डॉ राम भक्त वर्मा समाजवादी पार्टी के सक्रिय कार्यकर्ता राजेंद्र सिंह श्रीकांत उत्तम अरविंद उमराव प्रकाश चंद्र सोनकर लववीर सचन एवं प्रधान संच उपाध्यक्ष संजय उमराव समेत भारी संख्या में पंचायत प्रतिनिधि कर्मचारी व क्षेत्रीय लोग मौजूद रहे

अज्ञात वाहन की टक्कर से एक की मौत, एक घायल

अमन लेखनी समाचार

फतेहपुर, थाना चांदपुर के गौरा गांव निवासी वाजिद अली पुत्र सब्बीर और संदीप उर्फ गुलाब पुत्र स्व गोरिलाल निवासी साल्हेपुर अपनी मोटरसाइकिल से विगत 21 तारीख को शाम 7 बजे मदरी से अपने घर को वापस आ रहे थे तभी अचानक बिजौली मोड के पास एक अज्ञात वाहन ने जोरदार टक्कर मार दी जिससे वाजिद अली गंभीर रूप से घायल हो गए। साथी को अचेत अवस्था में देख संदीप ने 108 एंबुलेंस को मौके पर बुलाया और अमौली स्वास्थ्य केंद्र लेजाकर उपचार कराया। डाक्टरों ने घायल वाजिद अली का प्राथमिक उपचार करने के उपरंत कानपुर रिफर कर दिया। परिजनों ने कानपुर के एक निजी अस्पताल में भर्ती कराया जहां डाक्टरों ने वाजिद अली को मृतक घोषित कर दिया। मृतक वाजिद अली के 2 बेटे व एक बेटा है। बड़ा बेटा साहिद रजा उम्र 5 वर्ष जाहिद रजा उम्र 3 वर्ष पुत्री निदा फातमा उम्र 1 वर्ष है। इस घटना से पत्नी व तीनों बच्चों का रो रो कर बुरा हाल है। मृतक के परिजनों ने थाना चांदपुर में एक लिखित तहरीर देते हुए न्याय की गुहार लगाई है।



अमौली, फतेहपुर। जनपद फतेहपुर में सामूहिक विवाह समारोह में 80 जोड़ों ने परिणय बंधन में बंधकर एक दूसरे के साथ निभाने की कसम खाई भव्य समारोह के बीच कन्याओं ने अग्नि को साक्षी मानकर अपने जीवनसाथी का वरण किया वहीं मुख्य अतिथि क्षेत्रीय विधायक राजेंद्र सिंह पटेल ने नवयुगलों को उपहार देकर उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दी। विकासखंड अमौली खजुहा देवमई के द्वारा मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना अंतर्गत समारोह का आयोजन सम्पन्न हुआ तीनों ब्लाकों की कुल 80 कन्याओं ने अग्नि को साक्षी मानकर अपने जीवनसाथी का चयन किया अमौली फतेहपुर समाज से देहज रूपी दानव को समर्पण करने के लिए सरकार द्वारा संचालित मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना के अंतर्गत बिकास खंड

युवक पर रेप व वीडियो वायरल करने की धमकी देने का गंभीर आरोप

अमन लेखनी समाचार

गोरखपुर। खजनी थाना क्षेत्र के एक गांव की निवासी लगभग 16 वर्षीय लड़की ने अपने गांव के निवासी युवक पर छेड़खानी, रेप और वीडियो वायरल करने की धमकी देकर जबरन कई बार शारीरिक संबंध बनाने का आरोप लगाया है। युवती के पिता मेहनत मजदूरी करते हैं, आज अपने भाई और मां के साथ थाने में पहुंची पीड़िता ने घटना की शिकायत दर्ज कराई है। पीड़िता का वीडियो वायरल करने और गांव के लोगों को दिखाने की धमकी देकर युवक ने लड़की से कई बार शारीरिक संबंध बनाए। तंग आकर लड़की ने उससे बातचीत बंद कर दी, इस बीच मोबाइल फोन



की तरफ जा रही लड़की का हाथ पकड़ कर जबरन खींच लिया और उसके साथ रेप किया। आरोप है कि उसने घटना का वीडियो भी बना लिया है। पीड़िता का वीडियो वायरल करने और गांव के लोगों को दिखाने की धमकी देकर युवक ने लड़की से कई बार शारीरिक संबंध बनाए। तंग आकर लड़की ने उससे बातचीत बंद कर दी, इस बीच मोबाइल फोन

सामान लेने जा रही नाबालिग से छेड़छाड़

विरोध करने पर परिजनों को पीटा, पुलिस जांच में जुटी

बागपत, एक नाबालिग लड़की के साथ छेड़छाड़ का मामला सामने आया है। खेकड़ा कोतवाली क्षेत्र की इस घटना में पीड़िता जब घर से सामान लेने निकली, तब एक पड़ोसी युवक ने उससे छेड़छाड़ की। लड़की के शोर मचाने और स्थानीय लोगों के आने की आहट पाकर आरोपी मौके से फरार हो गया। पीड़िता को घटना की जानकारी अपने परिजनों को दी। जब परिजन शिकायत करने आरोपी के घर पहुंचे, तो मामला और भी गंभीर हो गया। आरोपी के परिवार ने न केवल शिकायत सुनने से इनकार कर दिया,

बल्कि पीड़िता के परिवार के साथ मारपीट शुरू कर दी। इस दौरान एक गर्भवती महिला को भी नहीं बख्शा गया और उसके साथ भी बेरहमी से मारपीट की गई। पीड़ित परिवार ने पुलिस में शिकायत दर्ज कराई है और कड़ी कार्रवाई की मांग की है। खेकड़ा कोतवाली प्रभारी कैलाश चंद ने बताया कि मामले की गंभीरता को देखते हुए गहन जांच की जा रही है और जांच के बाद आवश्यक कार्रवाई की जाएगी।

परिणय सूत्र बंधन में बंधे 80 युगल

जनप्रतिनिधियों ने मंगल कामना कर दी शुभकामनाएं



अमौली खजुहा देवमई के द्वारा संयुक्त रूप से खंड विकास अधिकारी सुरेश शिवहरे के नेतृत्व में भव्य समारोह के साथ कन्या के मेला रोड स्थित वृन्दावन गेस्ट हाउस में सामूहिक विवाह समारोह का आयोजन किया गया इस दौरान अर्चना प्रियांशी संगीता गरिमा अंजलि फिजा हिना बानो समेत विकासखंड अमौली से 32 खजुहा 25 देवमई 22 नगर पंचायत जहानाबाद से एक जोड़े नवयुगलों ने जीवन भर

आईजीएल द्वारा जरूरतमंदों को कम्बल वितरण

अमन लेखनी समाचार

गोरखपुर। गोडा थाना क्षेत्र स्थित के ईडिया ग्लाईकोल्स लिमिटेड के बिजनेस हेड एस के शुक्ल के कुशल मार्गदर्शन एवं नेतृत्व में कड़ाके की ठन्डे को देखते हुए सहजनवा क्षेत्र के लगभग 2000 जरूरतमंद लोगों के लिए कम्बल वितरण कार्यक्रम का आयोजन ग्राम जगदीशपुर, जुड़वाँन, भप्सा, खरैला, अड़ीलापार एवं सहजनवा क्षेत्र के अन्य गांवों में किया

गया और आईजीएल द्वारा समय समय पर अपने नजदीकी क्षेत्र में जरूरतमंदों की सहायता करने हेतु हर सम्भव मदद करने के लिए कहा। इस अवसर पर आईजीएल के प्लान्ट हेड शैलेन्द्र कुमार पांडेय ने बताया की बिजनेस हेड के निर्देशानुसार शीतऋतु में मानव सेवा अभियान के तहत जरूरतमंदों में ठंड से बचने के लिए कम्बल वितरण किया गया है। कम्बल वितरण के कार्यक्रम की व्यवस्था सहायक

शादीशुदा महिला से मिलने आए प्रेमी की पिटाई

पत्नी ने पति को नींद की गोली देकर बुलाया, सास ने देख लिया; दोनों को बुरी तरह पीटा

अमन लेखनी समाचार



मेरठ, एक शादीशुदा महिला और उसके प्रेमी के साथ हुई मारपीट का मामला सामने आया है। मेडिकल थाना क्षेत्र में हुई इस घटना में महिला ने अपने पति को नींद की गोली देकर प्रेमी को घर बुलाया था। रात करीब 1:30 बजे सास की नींद खुली तो घर में अजनबी युवक को देखकर हॉमाया खड़ा कर दिया। घटना किठौर के सोल्दा गांव के रहने वाले बादल और उसी गांव की एक युवती से जुड़ी है। दोनों का प्रेम प्रसंग पिछले 10 वर्षों से चल रहा था। करीब 2 साल पहले युवती की शादी मेडिकल थाना क्षेत्र के एक गांव में हो गई थी। शादी के बाद भी दोनों फोन पर संपर्क में थे। देर रात महिला ने पति को नींद की गोली खिलाकर प्रेमी को घर बुला लिया। जब सास की नींद खुली

और उन्होंने अजनबी युवक को देखा तो शोर मचा दिया। आवाज सुनकर पूरा परिवार जाग गया और गांव वालों को भी बुला लिया।

लोगों ने प्रेमी को पकड़कर जमकर पिटाई की। इतना ही नहीं, महिला को सास ने अपनी बहू का चेहरा भी खोल दिया और उसे भी प्रेमी के साथ बैठाकर पीटा। सास अपनी इज्जत की दुहाई देते हुए बहू को पीटती रही, लेकिन भीड़ में से किसी ने उन्हें रोकने का प्रयास नहीं किया। पुलिस को सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची और घायल प्रेमी को हिरासत में लेकर उपचार के लिए भेज दिया। पुलिस मामले की जांच कर रही है। युवक को बंधक बनाकर मारपीट की सूचना मिलने के बाद मेडिकल थाना पुलिस मौके पर पहुंची और उसे घायल अवस्था में हिरासत में लेने के बाद इलाज के लिए भेज दिया। पुलिस प्रेमी युवक से पूछताछ कर मामले की जांच कर रही है। फिलहाल महिला के ससुराल वाले गांव में एक पंचायत करने की बात कह रहे हैं।

गन्ने की खेती को लेकर खूनी संघर्ष

मोदीनगर में दबंगों ने युवक का अंगूठा काटा, गर्दन पर भीकिए वार

अमन लेखनी समाचार



मोदीनगर, गांव कुम्हैड़ा में गन्ने की खेती को लेकर हुए विवाद ने खूनी संघर्ष का रूप ले लिया। दबंगों ने एक युवक पर बलकटी और कुल्हाड़ी से हमला कर उसका अंगूठा काट दिया। गंभीर हालत में पीड़ित को निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घटना उस समय हुई जब ललित और अमित अपने खेत से गन्ने की ट्रॉली लेकर जा रहे थे। रास्ते में गांव के ही नरेंद्र पक्ष के लोगों ने उन्हें रोका और खेत में जाने को लेकर विवाद शुरू हो गया। हालांकि उस वक्त लोगों ने मामला शांत करा दिया। लेकिन जब अमित गन्ना संटर से वापस आ रहा था, तब दबंगों ने अचानक हमला कर दिया। आरोपियों ने बलकटी और कुल्हाड़ी से अमित की गर्दन पर कई वार किए। अपनी गर्दन बचाने के प्रयास में अमित का हाथ वक

अंगूठा काट गया। पीड़ित पक्ष की तहरीर पर पुलिस ने नरेंद्र, सोनू, गौरव और कृष्णा के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। एसीपी मोदीनगर ने बताया कि आरोपियों की तलाश जारी है। इसी क्षेत्र में एक अन्य घटना में तेल मिल गेट

कॉलोनी में एक युवक अफिलाप गौड़ को बंधक बनाकर बेरहमी से पीटा गया। हमले में उसकी नाक की हड्डी टूट गई है। पीड़ित के परिजनों ने स्थानीय थाने में शिकायत दर्ज कराई है और पुलिस मामले की जांच कर रही है।

घर के सामने खड़ी गाड़ी को ईंट के सहारे खड़ी कर चोरों ने पार किए पिछले दोनों टायर अमन लेखनी समाचार

24 घंटे में 1155 वाहनों की जांच

311 वाहनों का चालान, 59 गाड़ियों की हटाई गई काली फिल्म

अमन लेखनी समाचार

अमेठी में गणतंत्र दिवस की तैयारियों को लेकर पुलिस ने कड़ी कार्रवाई की है। एसपी अर्पणा रजत कौशिक के निर्देश पर पिछले 24 घंटों में चलाए गए विशेष चेकिंग अभियान में 1155 वाहनों की जांच की गई। इस दौरान नियमों का उल्लंघन करने वाले 311 वाहनों का चालान किया गया और 59 वाहनों से अवैध काली फिल्म हटाई गई।

पुलिस की इस कार्रवाई में एक शराबी वाहन चालक के खिलाफ कानूनी कार्रवाई की गई, साथ ही तीन वाहनों को सीज किया गया। यह अभियान जिले के सभी थाना कृष्णा नगर कोतवाली पहुंचे पुलिस से लिखित शिकायत की पुलिस के अनुसार पीड़िता की शिकायत पर रिपोर्ट दर्ज कर चोरों की तलाश की जा रही है।

अंतिम गेंद पर चौका लगाकर रमौरा ने गरौठा को हराया

अमन लेखनी समाचार

झाँसी। गरौठा के ग्यापुरी में चल रहे क्रिकेट प्रीमियम लीग में गुरुवार को दो मुकाबले खेले गए।

पहला मैच मोतीकटरा और देवरा की टीम के बीच खेला गया। जिसमें बल्लेबाजी करते हुए देवरा की टीम ने निर्धारित 12 ओवर में 124 रन बनाए जबकि लक्ष्य का पीछा करने उतरी मोतीकटरा की टीम ने 10 ओवर में मैच जीत लिया। 47 रन बनाकर 2 विकेट लेने वाले अंशु को मैन ऑफ द मैच दिया गया।

वहीं दूसरा मुकाबला गरौठा लौजेंड और रमौरा टाइगर्स की टीम के बीच खेला गया। गरौठा की टीम ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 141 रन बनाए, लक्ष्य का पीछा करने उतरी रमौरा टाइगर्स ने अंतिम गेंद पर चौका मारकर मैच जीत लिया। मैन ऑफ द मैच दीपू को दिया गया जिन्होंने 43 रन की शानदार पारी खेली टूनामैंट



बढ़ते हादसों को रोकने का उद्देश्य

अमेठी जिलाधिकारी निशा अनंत और एसपी अर्पणा रजत कौशिक के नेतृत्व में राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा माह के तहत विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसका मुख्य उद्देश्य सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों के बढ़ते आंकड़ों को नियंत्रित करना है। पुलिस प्रशासन का मानना है कि इस तरह के नियमित अभियानों से लोग यातायात नियमों का बेहतर पालन करेंगे और सड़क दुर्घटनाओं में कमी आएगी।

बाल कल्याण एवं संरक्षण समिति की हुई बैठक

अमेठी जिला प्रोबेशन अधिकारी अनिल कुमार मोहन ने बताया कि आज नगर पालिका गौरीगंज के वार्ड विशुनदासपुर के जूनियर हाई स्कूल में मिशन वात्सल्य योजना के सुचारू एवं सुगम क्रियान्वयन को लेकर वार्ड बाल कल्याण एवं संरक्षण समिति की बैठक आयोजित की गई, जिसमें बाल कल्याण एवं संरक्षण के विषयों पर विस्तृत चर्चा की गई। बैठक में आज मिशन वात्सल्य प्रवर्तकता कार्यक्रम के अंतर्गत पात्र परिवारों के चयन, बाल विवाह एवं बालश्रम की रोकथाम, दत्तक ग्रहण, मुख्यमंत्री बाल सेवा योजना (सामान्य) तथा बेटियों के लिए चलाई गई मुख्यमंत्री कन्या सुमंगला योजना पर विस्तृत चर्चा की गई। इसके साथ ही उन्होंने बताया कि कार्यक्रम के दौरान अभिभावक तथा छात्र-छात्राओं को शासन द्वारा संचालित चाइल्ड हेल्थलाइन, मुख्यमंत्री बाल सेवा योजना सहित उनके अधिकारों एवं अन्य योजनाओं तथा संचालित कार्यक्रमों के प्रति जागरूक किया गया

45 आयुष्मान आरोग्य मंदिरों का राज्यमंत्री ने किया उद्घाटन

14 बीमारियों का होगा मुफ्त इलाज, एंबुलेंस की सुविधा मिलेगी



अमन लेखनी समाचार

अमेठी जिले में स्वास्थ्य सेवाओं को नई दिशा मिली है। प्रदेश के स्वास्थ्य राज्य मंत्री एवं स्थानीय विधायक मयंकेश्वर शरण सिंह ने जायस करखे के चौधराना मोहल्ले में स्थित आयुष्मान आरोग्य मंदिर का उद्घाटन किया। इसी के साथ जिले के कुल 45 आयुष्मान आरोग्य मंदिरों की सेवाएं जनता के लिए शुरू हो गई हैं। राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के तहत निर्मित इन आरोग्य मंदिरों में 14 प्रकार की बीमारियों का इलाज किया जाएगा। स्वास्थ्य राज्य मंत्री ने बताया कि भविष्य में इन केंद्रों पर प्रसव

सुविधा भी उपलब्ध कराई जाएगी। मरीजों को विशेष इलाज के लिए लखनऊ रेफर करने की स्थिति में सीधे आरोग्य मंदिर से एंबुलेंस की सुविधा भी मिलेगी। कार्यक्रम में मुख्य चिकित्सा अधिकारी (सीएमओ) डॉ. अंशुमान सिंह सहित अन्य वरिष्ठ स्वास्थ्य अधिकारी मौजूद रहे।

आयोग मंदिर ग्रामीणों के लिए है संजीवनी

जनपद के सीएमओ डॉ. अंशुमान सिंह ने कहा कि इन आरोग्य मंदिरों को और बेहतर बनाने का प्रयास किया जा रहा है। यह पहल जिले में मौजूदा स्वास्थ्य केंद्रों के साथ-साथ ग्रामीण क्षेत्रों में बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं सुनिश्चित करने में ग्रामीणों के लिए संजीवनी साबित होगी।

मानसरोवर व्यापार मंडल एवं केपी ट्रस्ट द्वारा मनाई गई नेता सुभाष चन्द्र बोस की 128 वीं जयंती

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ,। कृष्णानगर बाराबिखवा कानपुर रोड स्थित मानसरोवर मार्केट प्राणम में गुरुवार को मानसरोवर व्यापार मंडल एवं केपी ट्रस्ट सहित श्रीचित्रगुप्त समिति प्रेम नगर की ओर से नेताजी सुभाष चंद्र बोस की 128 वीं जयंती बड़े धूमधाम के साथ मनाई गई। इस अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे अखिल भारतीय चित्रांस महासभा के अध्यक्ष संजीव वर्मा एवं केपी ट्रस्ट के अध्यक्ष डॉ॰ सुशील कुमार सिंहा ने श्री चित्रगुप्त जी महाराज एवं नेता जी सुभाष चंद्र बोस की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित एवं दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस दौरान मानसरोवर व्यापार मंडल एवं श्री चित्रगुप्त समिति प्रेमनगर के अध्यक्ष उमेश श्रीवास्तव एवं कार्यकारी अध्यक्ष विनोद श्रीवास्तव ने नेताजी सुभाष चंद्र बोस के विचारों पर प्रकाश डाला। मौके पर चित्रांस युवा मंडल द्वारा विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन भी किया गया। इसी क्रम में अखिल

भारतीय चित्रांस महासभा के अध्यक्ष संजय वर्मा एवं केपी ट्रस्ट के अध्यक्ष सुशील कुमार सिन्हा ने फीताता काटकर ट्रस्ट की सदस्यता अभियान का शुभारंभ भी किया। मौके पर चित्रांस समाज के सैकड़ों लोगों सदस्यता फॉर्म भरकर केपी ट्रस्ट के ट्रस्टी बने। ट्रस्ट के अध्यक्ष डॉक्टर सुशील कुमार सिन्हा ने बताया कि शिक्षा, उच्चशिक्षा, चिकित्सा सहित अन्य क्षेत्रों में ट्रस्ट लगातार काम करने के साथ साथ चित्रांस समाज के लोगों को विकास के मुख्य धारा से जोड़ने का काम कर रही है। इस अवसर पर तहरी भोज का भी आयोजन किया गया। इस अवसर पर मानसरोवर व्यापार मंडल के संरक्षक ब्रजेश सिंह, अध्यक्ष उमेश कुमार श्रीवास्तव, महामंत्री महेश चौरसिया, संजय सिंह सहित पिंडिकेटेड ग्रुप समिति प्रेम नगर के कार्यकारी अध्यक्ष विनोद श्रीवास्तव, महामंत्री राकेश श्रीवास्तव उपाध्यक्ष संदीप भटनागर महिला अध्यक्ष रेखा भटनागर युवा अध्यक्ष प्रदीप श्रीवास्तव भीम नवनीत किशोरी श्रीवास्तव प्रमुख रूप से उपस्थित रहे।

ट्रैक्टर निकालने से मना करने पर दबंगों ने दी किसान की पुत्री को उठाने की धमकी

अमन लेखनी समाचार

भरुआ, सुमेरपुर। खेत में खड़ी फसल के मध्य से ट्रैक्टर ट्राली निकालने से मना करने से नाराज दबंगों ने बुधवार की रात किसान के घर पहुंचकर शराब के नशे में जमकर गाली गलौज की और जान से मारने की धमकी देकर चले गए। किसान की तहरीर पर पुलिस ने दो युवकों को हिरासत में लेकर शांतिभंग में चालान किया है। चर्चा है कि मिट्टी के अवैध खनन को लेकर यह विवाद हुआ है।

करखे के अमिलिया थोक निवासी जगन्नाथ यादव ने पुलिस को दी गई तहरीर में आरोप लगाया कि वह बुधवार

को रात 8.30 बजे घर पर था। तभी रामसिंह पाल, विवेक सोनी, अभिषेक, मानसिंह आदि शराब के नशे में धुत होकर आए और दरवाजे में लात मारकर अंदर घुसकर गाली गलौज करते हुए गला दबा लिया। बचाने दौड़ी पुत्री के साथ सभी ने अभद्रता करते हुए कहा कि अगर पुलिस से शिकायत की तो तुम्हारी पुत्री को घर से उठा ले जाएंगे। पुलिस ने मानसिंह व विवेक सोनी को हिरासत में लेकर शांतिभंग में चालान किया है। फैक्ट्री एरिया पुलिस चौकी इंटर्रां राजवीर सिंह ने बताया कि झगड़े की सूचना पर दो लोगों को हिरासत में लेकर शांतिभंग की कार्यवाही की गई है।

पूर्व विधायक लल्ला भैया का निधन, क्षेत्र में शोक की लहर, कई नेताओं ने जताया शोक



अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। जिले के करनैलगंज विधानसभा से छह बार विधायक रहे पूर्व भाजपा विधायक कुंवर अजय प्रताप सिंह उर्फ लल्ला भैया का बुधवार को निधन हो गया। लखनऊ आवास पर रह रहे थे। दो दिन पहले अस्वस्थ होने पर उन्हें लखनऊ

कटरा शहबाजपुर मेला बगिया सरयू घाट पर शुक्रवार को होगा। धनवा स्टेट के राजकुमार पूर्व विधायक लल्ला भैया पिछले कई महीनों से बीमार चल रहे थे। करीब एक वर्ष पूर्व उन्हें दिल का दौरा पड़ा था, उसके बाद से उनका इलाज चल रहा था। पिछले एक माह से वे अपने लखनऊ आवास पर रह रहे थे। दो दिन पहले अस्वस्थ होने पर उन्हें लखनऊ

के मेदांता अस्पताल में भर्ती कराया गया था। जहां उनका इलाज चल रहा था। बुधवार की शाम को 5:30 बजे उन्हें चिकित्सकों ने मृत घोषित कर दिया। निधन की सूचना मिलने के बाद क्षेत्र में शोक की लहर दौड़ गई। कई दलों के नेताओं ने सोशल मीडिया पर शोक जताया है।

पहली बार 23 वर्ष की उम्र में चुने गए थे विधायक

कुंवर अजय प्रताप सिंह उर्फ लल्ला भैया पहली बार 23 वर्ष की अवस्था में वर्ष 1989 में निर्दलीय प्रत्याशी के रूप में जीते थे। वर्ष 1991 में वह भारतीय जनता पार्टी के टिकट चुनाव जीते। वर्ष 1993 के उपचुनाव में भी भाजपा से वह विधायक बने। फिर वर्ष 1996 में भारतीय जनता पार्टी से विधायक चुने गए। वर्ष 2002 में

पार्टी का टिकट बहुत देर में मिलने के कारण चुनाव मैदान में आए, मगर समाजवादी पार्टी के योगेश प्रताप सिंह से चुनाव हार गए।

वर्ष 2007 के विधानसभा चुनाव में लल्ला भैया कांग्रेस के टिकट पर चुनाव जीते। वर्ष 2008 के मध्यावधि चुनाव में लल्ला भैया ने खुद चुनाव मैदान में न आकर बहुजन समाज पार्टी के टिकट पर अपनी बहन कुंवरी ब्रिज सिंह को चुनाव मैदान में उतारा। इस चुनाव में उनकी बहन ने जीत हासिल की। वर्ष 2012 में योगेश प्रताप सिंह को सफलता मिली। मामूली मतों से चुनाव हार गए। वर्ष 2017 के चुनाव में लल्ला भैया ने भारतीय जनता पार्टी के टिकट पर जीत हासिल की। वर्ष 2022 के चुनाव में पार्टी ने उन्हें टिकट नहीं दिया और यह चुनाव मैदान से बाहर रहे।

नेताजी सुभाष चन्द्र बोस के 128 वीं जयंती पर उनके विचारों पर चर्चा

आत्मशक्ति पर विश्वास करने का संदेश दिया

अमन लेखनी समाचार

अमेठी अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद ने नेताजी सुभाष चंद्र बोस की 128 वीं जयंती को पराक्रम दिवस के रूप में मनाया। अमेठी के दुर्गापुर रोड स्थित गुंगवाछ में नेताजी की मूर्ति पर माल्यार्पण कर उनके विचारों पर विस्तृत चर्चा की गई। कार्यक्रम एबीवीपी के जिला प्रमुख डॉ. धनंजय सिंह ने कहा कि नेताजी के युवाओं के लिए प्रेरणास्रोत हैं। उन्होंने हमेशा राष्ट्र को सर्वोपरि रखा और आत्मशक्ति पर विश्वास करने का संदेश दिया। मुख्य अतिथि गुरु गोविंद सिंह लंगर समिति



के मुख्य सेवादार बाबा मनोहर सिंह ने बताया कि नेताजी जैसे राष्ट्रनायक बहुत कम जन्म लेते हैं, जिन्होंने आजाद हिंद फौज का नेतृत्व कर अंग्रेजों की नांव हिला दी एनआईओएस के कार्यकारी अधिकारी पवन कुमार वर्मा ने एक रोचक तथ्य साझा करते हुए बताया

कि 'नेताजी' उपनाम एडोलफ हिटलर द्वारा दिया गया था। संजीव भारतीय ने नेताजी के शैक्षिक जीवन और आईसीएस बनने तक की यात्रा पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम में हरिराम जुरिया की पत्नी गीता को विशेष रूप से सम्मानित किया गया।

जल है तो कल है के नारों के साथ महिलाओं ने किया प्रदर्शन

अमन लेखनी समाचार

मौदहा। नमामि गंगे की जल जीवन मिशन और हर घर नल योजना के तहत डाली गई पाईप लाईन कुछ मोहल्लों में न पड़ने और पानी की आपूर्ति न होने से आक्रोशित महिलाओं ने जल संस्थान गेट के बाहर नारेबाजी करते हुए जमकर प्रदर्शन कर अवर अभियंता को ज्ञापन सौंपा है।

मौदहा करखे के वार्ड 5 और वार्ड 22 सिजवहिया और साजन तालाब के कुछ हिस्सों में पाइपलाइन न होने के कारण पेयजल की आपूर्ति नहीं होने से आक्रोशित सैकड़ों महिलाओं ने जिला यूथ कांग्रेस के जिलाध्यक्ष विवेकचंद्र व शहजाद अली की अगुवाई में जल संस्थान के गेट के

सामने नारेबाजी करते हुए जमकर प्रदर्शन किया। उनका कहना था कि करखे के सभी मोहल्ले में पेयजल आपूर्ति के लिए पाइपलाइन पड़ी हुई है और नमामि गंगे योजना के तहत हर घर नल योजना के जरिये डाली गई पाइपलाइन से सभी जगह जल पहुंचाया जा रहा है लेकिन उनके मोहल्ले में न तो पाइपलाइन डाली गई है और न ही पानी आ रहा है। उन्होंने पाइपलाइन बिछावाकर पेयजल समस्या के निस्तारण की मांग की है। अवर अभियंता विश्वलेंद्र नाथ ने जल्द ही समस्या के निस्तारण का आश्वासन दिया है। इस मौके पर आसिफ शकील, रानी, रवि कुमार, अजय कुमार, बाबू, राममिलन, राधे, राज बहादुर आदि अनेक वार्ड वासी मौजूद रहे।

सुभाष चन्द्र बोस को वर्णिता ने किये श्रद्धा सुमन अर्पित

जिनका देश ऋणी है के तहत स्वतंत्रता समर के महान सूरमा सुभाष चन्द्र बोस की मनाई जयन्ती

अमन लेखनी समाचार

हमीरपुर। आजादी के संघर्ष में वीरों के माहात्म्य के मद्देनजर वर्णिता संस्था के तत्वावधान में विमर्श विविधा के अन्तर्गत सुमेरपुर करखे में जिनका देश ऋणी है के तहत स्वतंत्रता समर के एक महान सूरमा सुभाष चन्द्र बोस की जयन्ती पर संस्था के अध्यक्ष डा. भवानीदीन ने श्रद्धा सुमन अर्पित करते हुए कहा कि सुभाष चन्द्र बोस सही अर्थों में देश के एक सच्चे हितैषी थे। उनके योगदान को देश कभी भूल नहीं सकता। सुभाष चन्द्र का जन्म 23 जनवरी 1897 को उड़ीसा के कटक में जानकीनाथ बोस तथा प्रभावती देवी

के घर हुआ था। ये प्रारंभ से ही राष्ट्रावदी सोच के थे। इन्होंने जयहिंद, तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आजादी दूंगा और दिल्ली चलो जैसे लोक प्रसिद्ध नारे दिये। बोस ने आजाद हिन्द फौज के सर्वोच्च सेनापति के रूप में 21 अक्टूबर 1943 में अस्थायी सरकार का गठन किया था, जिसे दुनिया के 11 देशों ने मान्यता दे दी थी। जनता ने इन्हें नेता की उपाधि दी थी। इनके निधन पर अभी भी विवाद है। बताते हैं कि 18 अगस्त 1945 को इलाक़ा निधन नहीं हुआ था और ये रूस में नजरबंद रहे। इस विषय में किसी भी सरकार ने इस संबन्ध में कोई जांच पडताल नहीं की। श्रद्धांजलि कार्यक्रम के दौरान सांनकर, पंकजसिंह, प्रेम, सागर, प्रिन्स, आशुतोष, संतोष, विकास, राहुल, रिचा, भोलू सिंह, अजय, महावीर, दरसी आदि शामिल रहे।

अमन लेखनी (हिन्दी दैनिक)

स्वामी, प्रकाशक एवं मुद्रक श्रीमती अखिलेश सिंह द्वारा अवध एक्सप्रेस प्रकाशन, 434, सिविल लाइन, जेल रोड, उन्नाव, उत्तर प्रदेश से मुद्रित और ग्राम व पोस्ट-बनी, थाना- बन्धरा, लखनऊ-226401 (उ.प्र.) से प्रकाशित।

सम्पादक - श्रीमती अखिलेश सिंह समाचार सम्पादक - रुद्र प्रताप सिंह
समाचार से संबंधित सभी विवादों का न्यायिक क्षेत्र लखनऊ होगा।
मो. - 9838159555, 9935457982
E-mail address amanlekhani@ gmail.com



सर्दी के मौसम में तो अधिकतर लोग गर्म पानी से नहाना पसंद करते हैं। इससे ठंड से बचाव के साथ ही कई तरह के फायदे भी होते हैं। लेकिन इससे कुछ नुकसान भी हो सकते हैं। इस बारे में जानिए।

क्या आप भी रोजाना गर्म पानी से नहाते हैं ?

हेल्थ सजेशन

शिखर चंद जैन

सर्दियों में गर्म पानी से नहाना भला किसे अच्छा नहीं लगता! यह तन के साथ-साथ मन को भी सुहाता है। जोड़ों का दर्द हो या बदन दर्द, गर्म पानी से नहाने पर एक बार राहत मिल जाती है। रात को गर्म पानी से नहाने से दिन भर की थकान उतर जाती है और सोने पर नींद भी अच्छी आती है।

होते हैं कई फायदे: गर्म पानी से नहाने से मांसपेशियों में तनाव और दर्द कम होता है, ब्लड प्रेशर बेहतर होता है, जिससे शरीर के अंगों को अधिक ऑक्सीजन और न्यूट्रिएंट्स मिलते हैं। इससे शरीर के टॉक्सिंस को निकालने में भी मदद मिलती है। शरीर में एंडोर्फिन हार्मोन का स्तर बढ़ता है, मन को शांति मिलती है और तनाव कम होता है, जिससे मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है। सर्दी-जुकाम और नजला के लक्षण कम होते हैं। इसके अलावा गले में खराश, बहती नाक और खांसी से गर्म पानी में नहाने से आराम मिल सकता है।

तैयार करते हैं, जो मॉयश्चर बरकरार रखने में मददगार होते हैं।

हो सकते हैं रेशोज: लंबे समय तक गर्म पानी में रहने से त्वचा सूख सकती है और खुजली, जलन या रेशोज हो सकते हैं। गर्म पानी से ब्लड वेसेल्स फैलती हैं, जो त्वचा की संवेदनशीलता को बढ़ा सकती है। यदि आपको पहले से त्वचा की समस्याएं हैं, तो यह उनके लक्षणों को बढ़ा सकता है।

बालों को नुकसान: स्किन की तरह ही गर्म पानी सीबम को वाष्पित करके बालों को ड्राई कर सकता है। जैसे तो सीबम रिलीज करने वाली ग्रंथियां पूरे शरीर की स्किन पर होती हैं लेकिन चेहरे और सिर पर ये ज्यादा होती हैं। एरीजोना स्थित मेयो क्लीनिक में डर्मेटोलॉजी की असिस्टेंट प्रोफेसर डॉक्टर

बदलते सावधानियां

► गर्म पानी से नहाने के दौरान तापमान और समय का ध्यान रखना जरूरी है। इसका तापमान 38 से 40 डिग्री सेल्सियस से अधिक नहीं होना चाहिए।

► नहाने के बाद त्वचा पर मॉयश्चराइजर लगाएं, ज्यादा देर तक गर्म पानी में न रहें।

► यह ध्यान रखें कि गर्म पानी से नहाने के फायदे और नुकसान व्यक्ति की हेल्थ कंडीशन पर निर्भर करते हैं। इस संबंध में डॉक्टर से अवश्य परामर्श कर लें।



हो सकते हैं कुछ नुकसान: गर्म पानी से नहाने के कुछ नुकसान भी होते हैं, इन्हें भी आपको जान लेना चाहिए।

स्किन मॉयश्चर होता है

कम: यूनिवर्सिटी ऑफ शिकागो में डर्मेटोलॉजी की एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. विक्टरिया बारबोसा

कहती हैं कि ज्यादा गर्म पानी से नहाने से स्किन का नेचुरल ऑयल और इसे

मॉयश्चराइज रखने वाला तत्व निकल जाता है। अगर आपको ठंडा पानी नहीं सुहाता तो

गुनगुने पानी से नहाइए। लेकिन यह भी रोज नहीं कभी-कभी होना चाहिए। मिशिगन

मैडिसिन सेंटर में डर्मेटोलॉजी की असिस्टेंट प्रोफेसर ब्रूयलर जेनकिंस कहती हैं कि साबुन

या तेज महक वाले लिक्विड साबुन या केमिकल वाला कोई भी मीडियम जब आप

गर्म पानी के साथ इस्तेमाल करते हैं तो

आपकी त्वचा की बाहरी सतह, जो स्किन बैरियर है उसे क्षति पहुंचती है। यह डेड सेल्स

से बनती है, जो सिरामिड्स, फैटी एसिड और कोलेस्ट्रॉल के साथ मिलकर रक्षा कवच

एलिका कहती हैं, 'सर्दियों में बालों के ड्राई और ब्रिटेन होने का संभावित कारण यही है।'

ब्लड प्रेशर में उतार-चढ़ाव: ज्यादा गर्म पानी ब्लड वेसेल्स फैलने का सबब बन सकता है, जिससे ब्लड प्रेशर में अचानक

कमी आने से चक्कर आ सकता है। यह हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों के लिए तो सकारात्मक

कार्य करता है, पर लो ब्लड प्रेशर वालों के लिए ज्यादा हानिकारक सिद्ध हो सकता है।

प्रेग्नेंट महिलाओं के लिए हानिकारक: गर्भवती महिलाओं के लिए हॉट वॉटर बाथ

खतरे का कारण बन सकता है। लंबे समय तक गर्म पानी में रहने से शरीर का तापमान

बढ़ सकता है, जो पहले ट्राइमेस्टर में फीटस के लिए हानिकारक हो सकता है। *

फिटनेस

डॉ.जागिद अलीन

इ न दिनों गली-मुहल्लों में जिम की भरमार और सोशल मीडिया में हेल्थ संबंधित कंटेंट की बाढ़ को देखकर कई लोग बड़ी हताशा में रहते हैं कि वे पर्याप्त कसरत नहीं कर पाते, जैसा बाकी लोग कर रहे हैं। यह हताशा तब और बढ़ जाती है, जब दफ्तर में हमारे बगल में बैठा कोई शख्स हर रोज अपने घंटों पसीना बहाने के किस्से आपको या दूसरे कुलींस को सुनाता हो या यू-ट्यूब या फिर एक्स में जब हम सेलिब्रिटीज को जिम से अपनी आकर्षक और टॉन्ड बॉडी के साथ निकलते हुए देखते हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि इस तरह की बातें, खबरें और रीलें उन लोगों को मन ही मन कुदने के लिए बाध्य करती हैं, जो दिल में चाह रखने के बावजूद भी हर दिन एक से दो घंटे पसीना नहीं बहाते। लेकिन ऐसे लोगों के लिए एक नहीं कई अच्छी और चिंतामुक्त करने वाली हेल्थ न्यूज आई हैं। इनके बारे में आप भी जानिए।

क्या कहता है डब्ल्यूएचओ

डब्ल्यूएचओ यानी विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक हम सप्ताह में अगर 150 से 300 मिनट की मध्यम तीव्रता वाली एक्सरसाइज जैसे तेज तेज चलना, साइकिलिंग या फिर 75 से 150 मिनट वाली फास्ट एक्सरसाइज जैसे दौड़ना आदि कर लें तो भी सेहतमंद रह सकते हैं। कई और महत्वपूर्ण शोध अध्ययन भी बताते हैं कि फिट और चुस्त दुरुस्त रहने के लिए हफ्ते में 3 से 4 घंटे की कसरत पर्याप्त होती है, बशर्ते यह सही तरीके से की गई हो।

कई स्टडीज भी करते हैं पूछ

'द जनरल ऑफ द अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन' में छपे एक अध्ययन के मुताबिक हफ्ते में 3 से 4 घंटे की गई एरोबिक और स्ट्रेंथ ट्रेनिंग एक्सरसाइज से दिल की बीमारियों का 20 से 30 फीसदी खतरा कम हो जाता है। इसी क्रम में साल 2020 में प्रकाशित हुई लॉसेंट स्टडी के मुताबिक भी सप्ताह में अगर 3 घंटे की एक्सरसाइज सही तरीके से कर ली जाए तो जिंदगी में दो से तीन साल का इजाफा हो जाता है।

कैसा हो वर्कआउट प्लान

अब सवाल उठता है कि हफ्ते में जब 3 से 4 घंटे की एक्सरसाइज करनी हो तो इसकी योजना कैसे बनाएं और इसके तहत कौन-कौन सी एक्सरसाइज की जा सकती है, जो ज्यादा से ज्यादा फायदेमंद हों? इस बारे में फिटनेस विशेषज्ञों की एक बात याद रखनी चाहिए कि व्यायाम करना अपने आप में एक कला है। यह महज शारीरिक श्रम या एक्टिविटीज तक ही सीमित नहीं होती है, इसमें बेहतर तकनीक, अनुशासन और संतुलन के ज्ञान का भी शामिल होना जरूरी है। क्योंकि जब सही तकनीक के साथ हफ्ते में 3 से 4 घंटे की कसरत की जाती है, तब उसके इस स्तर के फायदे मिलते हैं। गलत तरीके से की गई एक्सरसाइज से चोट लगने का खतरा बढ़ जाता है और ऐसे लोगों के लिए तो यह खतरा और भी ज्यादा होता है, जो हफ्ते में इतने कम समय के लिए एक्सरसाइज करते हैं। ऐसे लोगों को वजन उठाने की सही पोजीशन का भी ख्याल रखना चाहिए वीरपी पा जोड़ों पर इसका खतरनाक असर हो सकता है। हालांकि हर व्यक्ति की शारीरिक संरचना भिन्न

वैसे तो अपनी हेल्थ-फिटनेस को लेकर कॉन्ट्रास कुछ लोग डेली घंटे-दो घंटे कई तरह के वर्कआउट करते हैं। लेकिन अगर आप बहुत बिजी रहने की वजह से ऐसा नहीं कर पाते तो वीक में केवल 3-4 घंटे की एक्सरसाइज भी आपको हेल्दी और फिट रख सकती है। लेकिन इसके लिए आपको कुछ बेसिक बातें जरूर जान लेनी चाहिए।

वीकली करें 3-4 घंटे एक्सरसाइज आप रहेंगे हेल्दी-फिट



होती है, साथ ही हर किसी के फिटनेस का स्तर और उसके लक्षण भी अलग-अलग होते हैं। इसलिए कई बार जो व्यायाम एक व्यक्ति के लिए सही होता है, वही दूसरे के लिए नुकसानदायक हो सकता है।

हृदय को बनाता है स्वस्थ

हफ्ते में महज 3 से 4 घंटे की एक्सरसाइज का आपको सबसे ज्यादा फायदा तब दिखता है, जब आप उसके पहले बिल्कुल ही एक्सरसाइज न करते रहे हों। मसलन, अगर आप पूरे समय बैठे रहते हैं, तो थोड़ी सी कसरत भी आपके लिए दिल संबंधी रोगों के जोखिम को काफी कम कर देती है। सप्ताह में दो बार अपने अगर एक-एक घंटे की साइकिलिंग कर ली या 75 से 150 मिनटों तक तेज गति से वॉक कर लिया, तो हृदय संबंधी रोगों से होने वाली मौत का जोखिम 20 फीसदी तक कम हो जाता है। कम कसरत वास्तव में सबसे ज्यादा दिल की सेहत के लिए फायदेमंद होती है। जो व्यक्ति बिल्कुल ही एक्सरसाइज नहीं करता और ज्यादातर समय बैठा रहता है, उसमें सबसे ज्यादा

दिल से संबंधित बीमारी होने का ही खतरा रहता है।

होते हैं कई अन्य फायदे

3-4 घंटे की साप्ताहिक एक्सरसाइज से भी मस्तिष्क में डोपामाइन और एंडोर्फिन हार्मोन स्रावित होते हैं जिससे आपको मूड बेहतर होता है। हर हफ्ते महज 3 घंटे की एक्सरसाइज भी आपके मेटाबॉलिज्म को तीव्र और स्वस्थ रखता है और टाइप-2 डायबिटीज जैसे रोगों से बचाता है। लेकिन हां, जब 3 से 4 घंटे की एक्सरसाइज पूरे हफ्ते में करनी हो तो या तो इसे 45-45 मिनट के हफ्ते में चार सेशन में बांट लें या एक ही दिन लगातार तीन से चार घंटे की साइकिलिंग या तेज-तेज चलना या स्ट्रेंथ ट्रेनिंग कर लें। लेकिन स्ट्रेंथिंग कुछ मिनट हर दिन करनी चाहिए। इस व्यवस्थित तरीके से करने पर हफ्ते में 3 से 4 घंटे की एक्सरसाइज भी आपको स्वस्थ, चुस्त-दुरुस्त और टॉन्ड रखेगी।

बढ़ने लगता है वर्कआउट टाइम

वीकली 3-4 घंटे वर्कआउट प्लान के पीछे एक

इन बातों का रखें ध्यान

जब हमें कम समय की एक्सरसाइज से ज्यादा फायदा लेना हो तो किसी एक्सपर्ट से मिलकर अपने लिए सबसे उपयुक्त कसरतों का पता लगाना चाहिए। साथ ही शुरुआती ट्रेनिंग तो एक्सपर्ट की देखरेख में ही करना चाहिए। जब कम समय में एक्सरसाइज से ज्यादा फायदे लेने हों तो अनुशासन और धैर्य को ध्यान रखना बहुत जरूरी है। वास्तव में व्यायाम का असर पलभर में नहीं दिखता, इसके लिए कुछ वक्त लगता है। इसलिए जब एक्सरसाइज करना शुरू करें तो उसे एक अनुशासन के रूप में अपनाएं और लंबे समय तक इस पर टिके रहें। यही नहीं जब कम समय की एक्सरसाइज करना हो तो शारीरिक और मानसिक तालमेल का होना बहुत जरूरी है। इसलिए सिर्फ शारीरिक व्यायाम ही न करें बल्कि कुछ मिनट का समय मानसिक व्यायाम यानी योग जैसी गतिविधियों के लिए भी निकालें।



हेल्थ टिप्स

आमतौर पर स्वास्थ्यवर्धक चाय की बात आती है तो अदरक या लौंग, काली मिर्च वाली चाय का सेवन किया जाता है। इसके फायदे के बारे में लोग जानते भी हैं। लेकिन लहसुन की चाय के बारे में कम ही लोगों को पता है। लहसुन की चाय भी कई तरह की बीमारियों को दूर करने में काफी प्रभावी साबित होती है। लहसुन की चाय पीने के कई फायदे हैं। लहसुन की चाय ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करती है।

राम मनोहर लोहिया हॉस्पिटल, नई दिल्ली की डायटीशियन अंजलि बताती हैं कि लहसुन में एंटीबैक्टीरियल और एंटी वायरल गुण होते हैं। लहसुन की चाय डायबिटीज के मरीजों के लिए बहुत ही फायदेमंद होती है। इसके सेवन से शरीर में ब्लड शुगर कम होता है और यह मेटाबॉलिज्म को सुधारने में मदद करता है। लहसुन की चाय एक शक्तिशाली एंटीबायोटिक ड्रिंक है, जो शरीर के इम्यून सिस्टम में सुधार करता है।

लहसुन की चाय का सेवन है फायदेमंद



लहसुन की चाय शरीर के ज्यादातर हिस्सों में वसा को घोलने का काम करती है। इसके सेवन से आप अपने वजन को भी कम कर सकते हैं। लहसुन की चाय में चयापचय

बढ़ाने वाले गुण पाए जाते हैं, जो वजन घटाने का काम करते हैं। इस गुण के कारण लहसुन की चाय मोटे लोगों के लिए बहुत ही फायदेमंद है। लहसुन की चाय का सेवन करने से शरीर की गंदगी को भी दूर किया जा सकता है। इसके सेवन से रक्त परिसंचरण में सुधार होता है। यह खराब कोलेस्ट्रॉल के स्तर को भी कम करता है। लहसुन की चाय के सेवन से दिल की सेहत को सुधारा जा सकता है। कोलेस्ट्रॉल के स्तर को सही रखने में मददगार होने के कारण इसके सेवन से दिल को रोगों से बचाव किया जा सकता है। लहसुन की चाय सांसें से जुड़ी बीमारियों से बचा सकती है। इसका सेवन सर्दियों में बुखार-खांसी को ठीक करने के लिए भी कर सकते हैं। इससे शरीर में होने वाली सूजन को भी रोका जा सकता है।

डायटीशियन अंजलि कहती हैं कि लहसुन की चाय बनाने का तरीका बेहद आसान है। इसे तैयार करने के लिए बर्तन में सवा कप पानी लें। उसमें कुछ छिले लहसुन और काली मिर्च को कुटकर डाल दें। इसे पांच मिनट उबालने के बाद छानकर पीएं। आप चाहें तो इसमें अदरक और दालचीनी भी डालकर पी सकते हैं। *

प्रस्तुति: अजेश कुमार

विभिन्न तरह के रोगों के ट्रीटमेंट का जापानी तरीका है रेकी। यह यूनिवर्स की पॉजिटिव लाइफ फोर्स एनर्जी के द्वारा रोगों को ठीक करती है। कैसे करती है यह ट्रीटमेंट और कितनी होती है इफेक्टिव, जानिए एक्सपर्ट से।

रेकी हीलिंग में यूज होती है यूनिवर्सल लाइफ फोर्स एनर्जी

नेचुरोथेरेपी

निशा सिंगला

रेकी गाटर-थीटा हीलिंग इंटरक्टर

रेकी एक एनर्जी हीलिंग मैथड है। यह एक जापानी नेचुरोथेरेपी मैथड है। डॉक्टर मिनाओ ऊसुई ने इस ट्रीटमेंट मैथड को खोजा और विकसित किया था। उनके बताए तरीके के अनुसार ही इसमें यूनिवर्सल लाइफ फोर्स एनर्जी को चैनल किया जाता है। उसके द्वारा ही हम अपने रोगों को और दूसरे के रोगों को ठीक करने में सहायक हो सकते हैं।

हीलिंग मैथड: रेकी हीलिंग में पार्टिकुलर बॉडी पार्ट को टच करके, शरीर के विभिन्न चक्रों के द्वारा या फिर डिस्टेंस पर मौजूद व्यक्ति को भी हील किया जा सकता है क्योंकि एनर्जी डिस्टेंस को ट्रैवल कर सकती है। अन्य हीलिंग मैथड्स से रेकी कई मायनों में अलग है क्योंकि इसमें किसी भी प्रकार की मॉडिसिन नहीं दी जाती है। इस हीलिंग में



लेकिन थर्ड या फोर्थ स्ट्रेज के रोग, क्रॉनिक डिजीज या जन्मजात रोगों को हील करने में थोड़ा अधिक समय यानी अधिक थैरेपी सेशन लग सकते हैं। इस हीलिंग मैथड से किसी रोग को ठीक होने में कितना समय लगता है, यह हर व्यक्ति के लिए अलग हो सकता है और रोग की कंडीशन पर निर्भर करता है। कुछ रोग चार-पांच सेशन में ही ठीक हो जाते हैं तो कुछ को हील होने में दो-तीन महीने या उससे अधिक समय तक ट्रीटमेंट लेना पड़ सकता है।

लेकिन थर्ड या फोर्थ स्ट्रेज के रोग, क्रॉनिक डिजीज या जन्मजात रोगों को हील करने में थोड़ा अधिक समय यानी अधिक थैरेपी सेशन लग सकते हैं। इस हीलिंग मैथड से किसी रोग को ठीक होने में कितना समय लगता है, यह हर व्यक्ति के लिए अलग हो सकता है और रोग की कंडीशन पर निर्भर करता है। कुछ रोग चार-पांच सेशन में ही ठीक हो जाते हैं तो कुछ को हील होने में दो-तीन महीने या उससे अधिक समय तक ट्रीटमेंट लेना पड़ सकता है।

साइड इफेक्ट होता है। एक्जुअली यह पेशेंट के एनर्जी लेवल को उसके ऑरा को बैलेंस करने के लिए उपाय करती है। यह बात भी ध्यान रखने की है कि रेकी हीलिंग के कोई साइड इफेक्ट्स तो नहीं होते हैं, लेकिन कई बार किसी रोग के ट्रीटमेंट में जब टॉक्सिनिटी

रिलीज होती है, एनर्जी चक्र क्लीन होते हैं तो डिजीज या जन्मजात रोगों को हील करने में थोड़ा अधिक समय यानी अधिक थैरेपी सेशन लग सकते हैं। इस हीलिंग मैथड से किसी रोग को ठीक होने में कितना समय लगता है, यह हर व्यक्ति के लिए अलग हो सकता है और रोग की कंडीशन पर निर्भर करता है। कुछ रोग चार-पांच सेशन में ही ठीक हो जाते हैं तो कुछ को हील होने में दो-तीन महीने या उससे अधिक समय तक ट्रीटमेंट लेना पड़ सकता है।



सांस लेने की गति को बिल्कुल धीमा कर दें। इससे आप धीरे-धीरे मेडिटेशन में उतरने लगेगे। लेकिन अगर ऐसा करते हुए आलस या उबासी आए तो सांस लेने की रफ्तार को तेज कर दें। श्वासन करते समय सोना नहीं चाहिए। रिलैक्स को एंज्याय करें: श्वासन दरअसल एहसास का आसन है, इसलिए जब रिलैक्स की मुद्रा में अपने योगा मैट में लेटे हों और बहुत धीमी गति से सांस ले रहे हों, उस स्थिति को एंज्याय करते हुए सोचें कि जब आप सांस ले रहे हैं तो वह सांस पूरे शरीर में धीरे-धीरे फैल रहा है और आप इसके जरिए कहीं ज्यादा ऊर्जावान होते जा रहे हैं। जब आप सांस छोड़ रहे हैं, उस समय शरीर शांत होता जा रहा है। इस समय मन में कुछ और न लाएं, सिर्फ अपने शरीर पर ही ध्यान रखें। मन की गहराइयों तक शांति का आनंद लें। 10 से 12 मिनट तक इसी रिलैक्स मुद्रा में रहें।

हम कई बार दोहरा चुके हैं कि देश पर करीब 200 लाख करोड़ रुपए का कर्ज है। चूंकि अब सरकार ने उसका ब्याज चुकाने को 10.61 लाख करोड़ रुपए का अतिरिक्त कर्ज लिया है, तो स्थितियां स्पष्ट होने लगी हैं कि भारत सरकार पर आंतरिक कर्ज का बोझ कितना है? विदेशी कर्ज भी लाखों करोड़ रुपए में है, जिसका ब्याज चुकाने के लिए भी कर्ज मांगना पड़ रहा होगा। यह एक राष्ट्रीय यथार्थ सामन आया है। यदि कोश और आचाम है, तो भारत सरकार को स्पष्ट करना चाहिए। भारत विश्व की 5वीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था है और हम तीसरी बनने की ओर अग्रसर हैं। ऐसे बयान गोल-गपाड़े लगते हैं, क्योंकि असल में देश दिवालियापन की ओर बढ़ता दिखाई देता है। चूंकि हमारे जीडीपी का आकार बड़ा और व्यापक है, लिहाजा हम बड़ी अर्थव्यवस्था हैं, लेकिन हम कर्जमुक्त अर्थव्यवस्था नहीं हैं।

दिवालियापन की ओर!

प्रस्तुति: विज्ञान भूषण