

आमन लेखनी



सोशल बनिए हैप्पी रहिए.....

बदलते मौसम में जरूरी बालों.....

वर्ष : 11 अंक : 328

लखनऊ, 19 नवम्बर, बुधवार 2025

पृष्ठ : 08

मूल्य : 2.00 रुपए

मौसम

अधिकतम तापमान 42.c
न्यूनतम तापमान 29.c

बाजार

सोना 7,177/ g
चांदी 96/ g
सेंसेक्स 82,530.74
निफ्टी 25,062.10

खबर संक्षेप

बीड में 31 बंधुआ मजदूरों को बचाया
बीड। महाराष्ट्र के बीड जिले में बंधुआ मजदूरों को बचाया गया है। अधिकारी ने बताया कि बचाए गए सभी लोग जलगांव जिले के रहने वाले हैं और जनजातीय समुदाय से ताल्लुक रखते हैं। इनसे बीड के मजलगांव तालुका में पिछले तीन महीनों से जबरन मजदूरी कराई जा रही थी और धमकाया जा रहा था।

भट्ट, पत्नी पर 30 करोड़ की धोखाधड़ी का केस मुंबई। बॉलीवुड के दिग्गज फिल्ममेकर विक्रम भट्ट का नाम इस समय विवादों में बना हुआ है। फिल्ममेकर, उनकी वाइफ श्वेतांबरी भट्ट और 8 अन्य लोगों पर आरोप है कि उन्होंने उदयपुर के डॉक्टर से करीब 30 करोड़ की ठगी की। अब भूपालपुर पुलिस ने सभी के खिलाफ धोखाधड़ी का मामला दर्ज किया है। फिल्मों में पैसा लगाने को कहा था।

2 बसें टकराईं, एक की मौत और 35 घायल
लखीमपुर खीरी। यूपी के लखीमपुर खीरी स्थित ईमानगर थाना क्षेत्र के रंजीत नगर पुल पर शिमला जा रही मिनी बस की सामने से आ रही दूसरी बस से टक्कर हो गई, जिससे दोनों बसों में सवार करीब 35 यात्री घायल हो गए। एक नेपाली नागरिक महिला की मौत हो गई। पुलिस ने घायलों को अस्पताल भेजा।

सुरक्षा व्यवस्था को और कड़ा किया, सघन तलाशी ली दिल्ली के 4 कोर्ट और 2 स्कूलों को बम से उड़ाने की धमकी अफवाह निकली
अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली, दिल्ली की कई जिला अदालतों में मंगलवार को बम से उड़ाने की धमकी मिलने के बाद सुरक्षा व्यवस्था को और कड़ा कर दिया गया है। धमकी के बाद साकेत, द्वारका, पटियाला हाउस और रोहिणी स्थित अदालतों को तुरंत खाली करा लिया गया था और गहन तलाशी अभियान चलाया गया था। बम की धमकी के कारण अदालती कार्यवाही को तत्काल प्रभाव से रोक दिया गया था। सभी न्यायाधीशों, वकीलों, कर्मचारियों और आगंतुकों को तुरंत इमारतों से बाहर निकाला गया। बम निरोधक दस्ते और सुरक्षाकर्मियों ने पूरे परिसर की बारीकी से जांच की। पटियाला हाउस कोर्ट में विशेष सुरक्षा इंतजाम किए गए, जहां बम निरोधक दस्ते ने गहन जांच की।

पीएम ने गुलामी की मानसिकता का जिक्र कर कांग्रेस पर किया हमला ऑडियंस में बैठे सुनते रहे थरूर, कुछ अंश साझा कर जमकर तारीफ भी की

राज कुमार सिंह चौहान ब्यूरो प्रमुख /नई दिल्ली,

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने एक कार्यक्रम के दौरान गुलामी की मानसिकता का जिक्र करते हुए कांग्रेस पर जमकर हमला किया। रामनाथ गोयनका व्याख्यान के दौरान प्रधानमंत्री मोदी ने कहा 6 राजनीतिक दल और नेता सामाजिक न्याय के नाम पर केवल अपने हित साधते हैं। कांग्रेस सरकारों ने 'अर्बन नक्सलियों' को शीर्ष पद दिए। 'मुस्लिमलीगी माओवादी कांग्रेस' अब भी राष्ट्रीय हित को दरकिनार कर रही है। इस कार्यक्रम की ऑडियंस में कांग्रेस के दिग्गज नेता शशि थरूर भी मौजूद थे। उन्होंने पीएम मोदी के भाषण के कुछ अंश साझा करते हुए सोशल मीडिया पर पीएम मोदी की जमकर तारीफ की है। हालांकि भाषा को लेकर उन्होंने इतना जरूर कहा कि उम्मीद है प्रधानमंत्री अंग्रेजी के योगदान पर भी ध्यान देते होंगे।

मोदी ने कहा-6 राजनीतिक दल सामाजिक न्याय पर केवल अपने हित साध रहे



प्रधानमंत्री से मिलते कांग्रेस सांसद शशि थरूर। फाइल फोटो

रचनात्मक विकास पर बल दिया
थरूर ने कहा कि प्रधानमंत्री ने गुलामी की मानसिकता से निकलने और रचनात्मक विकास पर बल दिया। पीएम मोदी ने कहा कि भारत अब केवल एक उभरता हुआ बाजार नहीं बल्कि दुनिया के लिए एक मॉडल है। थरूर ने कहा कि पीएम मोदी ने अपने भाषण में जिक्र किया कि लोग आरोप लगाते हैं कि वह हमेशा चुनाव के मूड में ही रहते हैं लेकिन ऐसा नहीं है। लोगों की समस्याओं को लेकर मैं भावनात्मक मूड में रहता हूं।

'रचनात्मक अधीरता' पर जोर

थरूर ने अपने एक्स पोस्ट में लिखा कि प्रधानमंत्री मोदी ने प्रधानमंत्री मोदी ने विकास के लिए भारत की 'रचनात्मक अधीरता' पर जोर दिया है और उन्होंने 'उपनिवेशवाद के बाद वाली मानसिकता' से बाहर निकलने का आह्वान किया है। साथ ही संस्कार पर भी ध्यान देने की बात कही है।

पीएम ने अपनी संस्कृति, भाषा और नॉलेज सिस्टम को रीस्टोर करने की बात कही

भारत उम्मीद का मॉडल

पीएम ने कहा कि वैश्विक अस्थिरता के बावजूद हमारी जीडीपी लगभग सात प्रतिशत की दर से बढ़ रही है। भारत न केवल एक उभरता हुआ बाजार है, बल्कि एक उभरता हुआ मॉडल भी है। दुनिया भारत के विकास मॉडल को 'उम्मीद के मॉडल' के रूप में देख रही है। आज का भारत विकसित राष्ट्र बनने के लिए व्यर्थ है, वैश्विक चुनौतियों के बावजूद वह तेजी से आगे बढ़ रहा है। लोगों का कल्याण करने के लिए व्यक्ति को भावनात्मक होकर काम करना चाहिए, चुनाव को ध्यान में रखकर नहीं। हम चुनाव जीतते हैं क्योंकि हम विकास और कल्याण के लिए चौबीस घंटे प्रतिबद्ध हैं। पीएम ने लंबे समय तक आयातित विचारों, वस्तुओं और आयातित सेवाओं को बढ़ावा दिया गया लेकिन हमने वह सब बदल दिया है।

भारत उमरता हुआ मॉडल

थरूर ने कहा कि पीएम ने जोर दिया कि भारत अब केवल एक 'उभरता हुआ बाजार' नहीं, बल्कि दुनिया के लिए एक 'उभरता हुआ मॉडल' है। प्रधानमंत्री ने कहा कि उन पर हर समय 'चुनावी मोड' में रहने का आरोप लगाया जाता है, लेकिन वे समस्याओं के समाधान के लिए 'भावनात्मक मोड' में थे।

नाराजगी या फिर कोई और रहा कारण 'एसआईआर' पर कांग्रेस की बैठक में ही नहीं पहुंचे थरूर



अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली,

देश के 12 राज्यों में भारतीय चुनाव आयोग (ईसीआई) मतदाता सूची का विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) करने वाली है, जिसे लेकर कांग्रेस पार्टी ने मंगलवार को एक बैठक बुलाई थी। इस बैठक में कांग्रेस के उन सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के एसआईसीसी महासचिव और प्रभारियों समेत वरिष्ठ नेता शामिल हुए, जहां चुनाव आयोग एसआईआर करने वाली है। कांग्रेस की इस अहम बैठक से पार्टी के वरिष्ठ नेता और तिरुवनंतपुरम से लोकसभा सांसद शशि थरूर गायब रहे। कांग्रेस के आला कमान की ओर से थरूर को भी इस महत्वपूर्ण बैठक में हिस्सा लेने के लिए आमंत्रित किया गया था। थरूर के कार्यालय में बैठक से उनकी अनुपस्थिति के पीछे स्वास्थ्य कारणों का हवाला दिया।

रणनीति बनाने एसीआईआर बैठक थी आहूत

कांग्रेस के संगठन महासचिव के.सी. वेणुगोपाल ने कहा कि दिल्ली स्थित कांग्रेस मुख्यालय ईरिश भवन में 12 राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में होने वाले एसआईआर पर व्यापक रणनीति बनाने के लिए अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के महासचिवों, ईंचार्जों, पीसीसी, सीएलपी और सचिवों के साथ मिलकर व्यापक रूप से समीक्षा की गई। वेणुगोपाल ने कहा कि भारतीय चुनाव आयोग भाजपा के इशारे पर काम कर रहा है। चुनाव आयोग देश के लोकतंत्र को खत्म कर रहा है। राज्यों के वोटर लिस्ट से कुछ संकशन का वोट जानबूझकर काटा जा रहा है, ये पूर्ण रूप से अलोकतांत्रिक है।

'सर' की शुद्धता के लिए कांग्रेस प्रतिबद्ध: खरगे

कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने एक्स पर इस बैठक को लेकर एक पोस्ट शेयर किया है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस पार्टी मतदाता सूची की शुद्धता की रक्षा करने के लिए पूरी तरह से प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा कि चुनाव आयोग को तुरंत इस बात का सबूत देना चाहिए कि वह भाजपा की छत्रछाया में काम नहीं कर रहा है और उसे अपनी संवैधानिक शपथ और देश की जनता के प्रति अपनी निष्ठा याद है।

किसानों का इंतजार खत्म आज पीएम किसान 21वीं किस्त का पैसा जारी करेंगे प्रधानमंत्री

अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली,

पीएम किसान सम्मान निधि योजना की 21वीं किस्त की तारीख तय हो गई है। लंबे समय से 21वीं किस्त के पैसों का इंतजार कर रहे देशभर के करोड़ों किसानों के लिए आखिरकार खुशखबरी आ गई है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी बुधवार दोपहर 2 बजे तमिलनाडु से देश के 9 करोड़ किसानों के खातों में 18,000 करोड़ ट्रांसफर करेंगे। डायरेक्ट बैंक ट्रांसफर के जरिए हर पात्र किसान को 2,000 रुपए मिलेंगे।



21वीं किस्त जारी करेंगे। 24 फरवरी, 2019 को शुरू की गई इस योजना के तहत प्रत्येक पात्र किसान परिवार को 6,000 रुपए की वार्षिक वित्तीय सहायता प्रदान करती है। सरकार ने पहले ही 4 राज्यों पंजाब, हिमाचल, जम्मू और कश्मीर और उत्तराखंड के किसानों के खातों में 21वीं किस्त जारी कर दी है। किसानों को इसका इंतजार है।

ट्रायल रन रहा सफल 180 किमी के रफ्तार से दौड़ी वंदे भारत स्लीपर

अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली,



अनुसंधान डिजाइन एवं मानक संगठन ने दूसरे वंदे भारत स्लीपर रक का ट्रायल रन सफलतापूर्वक पूरा कर लिया है। यह नई ट्रेन बीईएमएल द्वारा आईसीएफ टेक्नॉलाजी का इस्तेमाल करके विकसित की गई है। इस नई सेमी-हाई-स्पीड स्लीपर ट्रेन से पूरे भारत में लंबी दूरी की रेल यात्रा में बड़े बदलाव आने की उम्मीद है। परीक्षणों के दौरान आरडीएसओ ने तीन रेलवे जोन में 16-कोच वाले प्रोटोटाइप स्लीपर रक-2 पर कई गति पर विस्तृत ऑनिलेशन ट्रायल और ब्रैकिंग डिस्टेंस

भाजपा ने किया किसी भी मतभेद होने की खबरों का खंडन कैबिनेट बैठक में शामिल नहीं हुए शिवसेना के मंत्रीगण, सिर्फ उपमुख्यमंत्री शिंदे बैठे रहे

अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली,

महाराष्ट्र में आगामी निकाय चुनावों से पहले महायुति के अंदर कलह की खबरें हैं। महायुति सरकार के अधिकांश शिवसे के खेमे के मंत्री मंगलवार को साप्ताहिक कैबिनेट बैठक से दूर रहे। मंत्रालय में कैबिनेट बैठक में केवल उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे मौजूद थे। भाजपा ने गठबंधन में किसी भी तरह के मतभेद होने की खबरों का खंडन किया है। शिवसेना खेमे के मंत्री इसिलिए दूर रहे ताकि वे भाजपा को संदेश दे सकें कि जैसा हो रहा है, वह स्वीकार नहीं किया जाएगा। दोनों में रार बीएमसी चुनाव से पहले शुरू हुई है। डॉ.बिबली में कई शिवसैनिक हाल ही भाजपा में शामिल हो गए थे जिस से लेकर शिवसेना में नाराजगी है।



बैठक में बोलते हुए सीएम फडणवीस

शिवसेना को फडणवीस की दो टूक

इस पूरे प्रकरण को लेकर शिवसेना के मंत्रियों ने मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस से उनके कक्ष में मुलाकात की और डॉ.बिबली के घटनाक्रम पर अपनी नाराजगी जताई। इस पर फडणवीस ने कहा कि पड़ोसी उल्हासनगर में भाजपा सदस्यों को सबसे पहले शिवसेना ने ही अपने पाले में शामिल किया था। मुख्यमंत्री ने कथित तौर पर शिवसेना नेताओं से कहा कि जब उनकी पार्टी अन्य सहयोगियों के सदस्यों को अपने पाले में लेती है, तो भाजपा द्वारा ऐसा करने पर उन्हें शिकायत नहीं करनी चाहिए।

सुरक्षा व्यवस्था को और कड़ा किया, सघन तलाशी ली दिल्ली के 4 कोर्ट और 2 स्कूलों को बम से उड़ाने की धमकी अफवाह निकली

अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली,

दिल्ली की कई जिला अदालतों में मंगलवार को बम से उड़ाने की धमकी मिलने के बाद सुरक्षा व्यवस्था को और कड़ा कर दिया गया है। धमकी के बाद साकेत, द्वारका, पटियाला हाउस और रोहिणी स्थित अदालतों को तुरंत खाली करा लिया गया था और गहन तलाशी अभियान चलाया गया था। बम की धमकी के कारण अदालती कार्यवाही को तत्काल प्रभाव से रोक दिया गया था। सभी न्यायाधीशों, वकीलों, कर्मचारियों और आगंतुकों को तुरंत इमारतों से बाहर निकाला गया। बम निरोधक दस्ते और सुरक्षाकर्मियों ने पूरे परिसर की बारीकी से जांच की। पटियाला हाउस कोर्ट में विशेष सुरक्षा इंतजाम किए गए, जहां बम निरोधक दस्ते ने गहन जांच की।

साकेत कोर्ट में अलर्ट

सुरक्षा जांच पूरी होने के बाद, दोपहर के भोजन के बाद अदालती कार्यवाही को फिर से शुरू करने की अनुमति मिल सकती है। साकेत कोर्ट बार एसोसिएशन के मानद सचिव, अनिल बसोया, एडवोकेट द्वारा जारी एक सूचना में सदस्यों को सूचित किया गया कि न्यायालय परिसर में सुरक्षा संबंधी समस्या के कारण, अगले दो घंटों के लिए सभी न्यायालयीन कार्य अस्थायी रूप से स्थगित कर दिए गए थे। सूचना में सभी सदस्यों से शांत रहने, अधिकारियों के साथ सहयोग करने और अनावश्यक भीड़ या अफरा-तफरी न मचाने का अनुरोध किया गया था।



दिल्ली का पटियाला कोर्ट

रोहिणी के 'दर्द' ने एक बार फिर मचाया बिहार में बवाल एक बोटल रक्तदान में खून सूखा, संजय उपदेश दे रहे

अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली,

राष्ट्रीय जनता दल के राष्ट्रीय अध्यक्ष लालू प्रसाद यादव की बेटी रोहिणी आचार्य ने एक बार फिर तहलका मचा दिया है। उन्होंने अपने पिता के किडनी डोनेशन को लेकर उठाए गए सवालों का जवाब सोशल मीडिया पर दिया है। उन्होंने तेजस्वी यादव के करीबी राज्यसभा सांसद संजय यादव को लेकर भी कड़ी टिप्पणी की है। उन्होंने संजय यादव और उनसे जुड़े लोगों को चुनौती दी है कि एक बोटल रक्तदान में जिनका खून सूख जाता है, वह किडनी दान पर उपदेश दे रहे हैं। रोहिणी ने कहा कि जो लोग लालू जी के नाम पर कुछ करना चाहते हैं, उन्हें झूठी हमदर्दी जताने के बजाय हॉस्पिटल में अपनी अंतिम सांस गिन रहे उन लाखों-करोड़ों गरीब लोगों, जिन्हें किडनी की जरूरत है, उन्हें अपनी किडनी देने के लिए आगे आना चाहिए।

किडनी डोनेशन पर बोलीं- वे बेकार की हमदर्दी न जताएं**कांग्रेस ने 43 नेताओं को नोटिस दिया**

बिहार विधानसभा चुनाव के दौरान पार्टी-विरोधी गतिविधियों में संलिप्त पाए जाने के कारण कांग्रेस अनुशासन समिति ने कई नेताओं को नोटिस दिया (शेर्कोज लॉटिस) जारी किया है। चुनावों को दौरेक इन नेताओं ने मीडिया सहित अन्य सार्वजनिक मंचों पर पार्टी की आधिकारिक लाइन से हटकर बयान दिए थे, जिससे पार्टी की छवि, प्रतिष्ठा तथा चुनावी प्रदर्शन पर अनुशासन संबंधित सभी नेताओं को निर्देशित किया गया है कि वे दिनांक 21 नवंबर तक अपना लिखित स्पष्टीकरण समिति के समक्ष प्रस्तुत करें।

कांग्रेस के छह विधायक जेडीयू में शामिल होंगे

भाजपा प्रदेश प्रभारी राधा मोहन दास अग्रवाल ने मंगलवार को मीडिया से संवाद के दौरान कांग्रेस और उसके शीर्ष नेतृत्व पर कड़ा राजनीतिक हमला बोला। उन्होंने दावा किया कि कांग्रेस के 6 विधायक जल्द ही जेडीयू में शामिल हो सकते हैं और कांग्रेस संगठन उन्हें रोक पाने की स्थिति में नहीं है। उन्होंने व्यंग्य करते हुए कहा कि उनको तो रोक लें गहलोल, अगर रोक सकते हैं।

गहलोल अपनी राजनीति बिहार में आजमाएं

अग्रवाल ने पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोल को आड़े हाथों लेते हुए कहा कि राजस्थान में जिस तरह वे 'विधायक बचाने' की राजनीति करते थे, अब वही उन्हें बिहार में करना चाहिए। उन्होंने कहा कि गहलोल यह स्वीकार कर लें कि कांग्रेस आज जिस स्थिति में पहुंची है, वह उसकी खुद की विफलताओं का परिणाम है।

सरदार पटेल की 150वीं जयंती पर डिप्टी सीएम ने निकाली पदयात्रा

लखनऊ। लखनऊ कैबिनेट विधायक व डिप्टी सीएम ब्रजेश पाठक और भाजपा प्रदेश अध्यक्ष संजय राय के नेतृत्व में मंगलवार सुबह 11 बजे श्रृंगार नगर संत निरंकारी भवन से सरदार बल्लभ भाई पटेल की 150वीं जयंती पर यूनिटी फॉर रन के तहत पदयात्रा निकाली गई। यह पद यात्रा श्रृंगार नगर होते हुए प्रयाग मार्केट, आलमबाग चौराहा, टेढ़ी पुलिया होते हुए मवेया चौराहे पर समाप्त हुआ। इस दौरान प्रत्येक चौराहे भाजपा कार्यकर्ताओं ने उपमुख्यमंत्री को फूल माला पहना और पुष्प वर्षा कर जोरदार स्वागत किया। इस अवसर पर उपमुख्यमंत्री ब्रजेश पाठक ने अपने संबोधन में कहा कि उन्मुखाभंगों नशा छोड़ो कदम बढ़ाओ और स्वस्थ भारत की स्थापना करो इस दौरान भारी संख्या में यात्रा में सम्मिलित भाजपा कार्यकर्तागण एवं एनसीसी कैडेट्स छात्रों में हाथों में तिरंगा झंडाते भारत माता की जय और बंदे मातरम के नारे जमकर लगाए।

साजिश रचकर जानलेवा हमला किए जाने का दावा

मुख्यमंत्री से निष्पक्ष जांच की मांग विभिन्न संगठनों ने की

डीसीपी दक्षिणी ने पूरे मामले की जांच एएसपी को सौंपी

अमन लेखनी समाचार

मोहनलालगंज। मोहनलालगंज में समाजसेवा का पीछाकर जानलेवा हमला करने के मामले में एक नया मोड़ आ गया है। पीड़ित समाजसेवा ने मंगलवार डीसीपी दक्षिणी से मिलकर हमले में कुछ अन्य साजिशकर्ताओं के शामिल होने का दावा कर साजिशकर्ताओं के खिलाफ जांच कार्रवाई की मांग की है जिस पर डीसीपी ने एसीपी मोहनलालगंज को जांच के आदेश दिए हैं।

समाजसेवा पत्रकार मुकेश द्विवेदी ने डीसीपी दक्षिणी निपुण अग्रवाल को दिए शिकायती पत्र में कहा कि 13 नवंबर को जब वो अपनी कार सर्विस सेंटर से लेकर निकले तो तीन कार सवार उनका पीछा कर रहे थे इसकी जानकारी जब हुई जब वह बीसीसी

सड़क दुर्घटना में घायल वाहन चालक की ट्रामा सेंटर में इलाज के दौरान मौत

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बिजनौर थाना क्षेत्र में तीन दिन पहले सड़क दुर्घटना में घायल हुए छोटा हाथी लोडर वाहन चालक की बीती रात ट्रामा सेंटर में इलाज के दौरान मौत हो गई। सूचना के बाद पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। पुलिस के मुताबिक उन्नाव जिले के मौरावां थाना-नन्तर्गत लउवा गंग निवासी मोहम्मद रईस (31) बंधरा के दादपुर स्थित अपनी रियल्टी में रहकर छोटा हाथी लोडर वाहन चलाते थे। बीती 15 नवंबर को मोहम्मद रईस बंधरा में रामगढ़ी के पास स्थित एक ऑनलाइन कंपनी के बेथहाउस से अपनी गाड़ी में सामान लोड कर चिनहट जा रहे थे। तभी बिजनौर में सरोजनीनगर तहसील के पास किसान पथ पर एक तेज रफ्तार ट्रक ने उसके वाहन में जोरदार टोकर मार दी। जिससे मोहम्मद रईस गंभीर रूप से घायल हो गया। राहगीरों की



मदद से उसे सरोजनीनगर सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पहुंचाया गया। जहां से उसे ट्रामा सेंटर रेफर कर दिया गया। लेकिन ट्रामा सेंटर में सोमवार देर रात इलाज के दौरान मोहम्मद रईस की मौत हो गई। सूचना के बाद पहुंची पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। मृतक के परिवार में उसकी पत्नी आफरीन और एक बेटी है। फिलहाल पुलिस आगे की कार्रवाई कर रही है।

सद्विध परिस्थितियों में 7 वर्षीय छात्र लापता

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। सरोजनीनगर थाना क्षेत्र से बीते दिनों कक्षा 3 का 7 वर्षीय छात्र सद्विध परिस्थितियों में लापता हो गया। काफी खोजबीन के बाद परिजनों ने सरोजनीनगर थाने में उसकी गुमशुदगी दर्ज कराई है। मूल रूप से बाराबंकी जिले के जहांगीरबाद थाना अंतर्गत हसरा गांव निवासी मोनू के मुताबिक उनकी पत्नी प्रियंका बिजनौर के छुआरा खेड़ा में किराए पर रहकर सरोजनीनगर के ट्रांसपोर्ट नगर स्थित देवा गोदाम में काम करती हैं। मोनू का कहना है कि उनका 7 वर्षीय बेटा आयुष गांव में ही रहकर एक स्कूल में कक्षा तीन की पढ़ाई करता है। बीती 5 नवंबर को आयुष अपनी मां के पास आया था। जहां 16 नवंबर को जब प्रियंका अपनी ड्यूटी



पर गई तो आयुष भी उनके पीछे-पीछे ट्रांसपोर्ट नगर चला आया। लेकिन उसके बाद से वह कहीं गायब हो गया। बाद में उसकी काफी खोजबीन की गई, लेकिन उसका कहीं नहीं पता चला। इसके बाद मोनू ने इसकी तहरीर सरोजनीनगर थाने में दी। पुलिस ने मामला दर्ज कर सीसीटीवी कैमरों के सहारे लापता छात्र आयुष का सुराग लगाने में जुट गई है।

जल संरक्षण में अग्रणी बना जालौन, राष्ट्रपति ने किया जिलाधिकारी को सम्मानित

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ, दिल्ली स्थित विज्ञान भवन में आयोजित छठे राष्ट्रीय जल पुरस्कार एवं जल संचयन जनभागीदारी पुरस्कार समारोह में जालौन जनपद ने एक बार फिर पूरे देश का ध्यान अपनी ओर आकर्षित किया। इस प्रतिष्ठित राष्ट्रीय मंच पर महामहिम राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू द्वारा जालौन को जल संचयन जनभागीदारी श्रेणी में सम्मानित किया गया। यह सम्मान जिले में जनभागीदारी आधारित जल संरक्षण, नदियों के पुनरुद्धार, भूजल पुनर्भरण और सामुदायिक जल प्रबंधन में हुए अभूतपूर्व कार्यों की आधिकारिक पहचान है। बुदेलखंड महापरिषद के अध्यक्ष एवं उत्तर प्रदेश राज्य निर्माण सहकारी संघ के निदेशक डॉ. प्रवीण सिंह जादीन ने जालौन के



जिलाधिकारी राजेश पांडेय द्वारा किये गए अभूतपूर्व कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि जिलाधिकारी द्वारा जल संरक्षण के क्षेत्र में किए गए नवाचार, नेतृत्व क्षमता और सामुदायिक सहभागिता पर आधारित मॉडल वास्तव में अनुकरणीय हैं। उन्होंने कहा कि जिस तरह जिला प्रशासन, ग्राम पंचायतों, किसानों और सामाजिक संगठनों ने मिलकर जल संचयन को एक जन-आंदोलन के रूप में आगे बढ़ाया, वह न केवल जालौन बल्कि पूरे बुदेलखंड के लिए प्रेरणा का विषय है। जालौन जिले को यह सम्मान मुख्य रूप से नून नदी के पुनरुद्धार और उससे जुड़ी सामुदायिक जल संरक्षण गतिविधियों के लिए मिला है। लगभग 81 किलोमीटर लंबी नून

नदी, जो समय के साथ सूखने और अवैध अतिक्रमणों के कारण संकट में थी, को जिला प्रशासन ने ग्रामीणों की सहभागिता और श्रमदान के माध्यम से पुनर्जीवित किया। वर्ष 2021 में शुरू हुई इस जन-आधारित परियोजना के तहत नदी की सफाई, चैनल निर्माण, अतिक्रमण हटाना, वर्षा जल को नदी की मुख्य धारा में मोड़ने के लिए ड्रेनेज

ब्लैट तैयार करना तथा जलधारण क्षमता बढ़ाने के लिए कई संरचनात्मक कार्य किए गए।

नून नदी का यह पुनरुद्धार लगभग 47 गांवों को सीधे लाभान्वित कर रहा है। इसके पुनर्जीवित होने से लगभग 15,000 से अधिक किसानों को सिंचाई का स्थायी स्रोत उपलब्ध हुआ है और लगभग 2,700 हेक्टेयर कृषि भूमि को पानी मिलने की संभावना बढ़ी है। इस सामुदायिक प्रयास का उल्लेख प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा मन की बात कार्यक्रम में भी किया गया था, जिसने इस मॉडल को राष्ट्रीय पहचान दिलाई है। इसके अतिरिक्त, जालौन में जल संरक्षण को लेकर अनेक उल्लेखनीय पहलें की गईं। जनपद में 3,000 से अधिक नॉन-फंक्शनल हैंडपंपों को वॉटर रीचार्ज स्ट्रक्चर में बदला गया, जिससे भूजल स्तर में सकारात्मक सुधार दर्ज किया गया। अमृत सरोवर

योजना के तहत 400 से अधिक सरोवरों का निर्माण एवं पुनरुद्धार किया गया। स्कूलों, कॉलेजों और सरकारी कार्यालयों में बड़े पैमाने पर वर्षा जल संचयन प्रणाली स्थापित की गई, जिससे हजारों छात्रों और नागरिकों में जल संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ी। लगभग 7.5 लाख लोगों ने जल संरक्षण का संकल्प लिया, जो इस देश के सबसे बड़े जन-सहभागिता आधारित अभियानों में शामिल करता है। राष्ट्रपति द्वारा दिया गया यह सम्मान जालौन के सतत प्रयासों, सामुदायिक चेतना और प्रशासनिक संकल्प का परिणाम है। यह उपलब्धि न केवल जिले के लिए गर्व का क्षण है, बल्कि यह दर्शाती है कि सही नेतृत्व, जनभागीदारी और वैज्ञानिक दृष्टिकोण से बुदेलखंड जैसी सूखाग्रस्त भूमि को भी जल-समृद्ध बनाया जा सकता है।

गौरी चौराहा से अमौसी मेट्रो तक दिनभर रहा यातायात प्रभावित

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ ! लखनऊ में इन दिनों यातायात अव्यवस्था अपने चरम पर है। गौरी चौराहा से अमौसी मेट्रो स्टेशन तक प्रतिदिन भारी वाहन दबाव रहने से लोगों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। यातायात नियमों की खुलेआम अनदेखी, सड़कों पर वाहनों की अत्यधिक संख्या और मोड़ पर व्यवस्था न होने के कारण लगातार जाम की स्थिति बनी रहती है। स्थानीय लोगों का कहना है कि पुलिस प्रशासन मौजूद होने के बावजूद यातायात पुलिस की लापरवाही का खामियाजा आम जनता को भुगतना पड़ रहा है। अमौसी मेट्रो स्टेशन से लेकर नादरगंज चौराहे तक अक्सर घंटों तक जाम लगा रहता है, जिससे ऑफिस आने-जाने वाले लोगों,



स्कूली वाहनों और एम्बुलेंस सेवाओं तक को प्रभावित होना पड़ रहा है। लोगों ने मांग की है कि पुलिस प्रशासन जल्द प्रभावी फावर कंट्रोल रूम और व्यवस्था में सुधार लाए, ताकि आमजन को राहत मिल सके।

ट्रैक्टर की टक्कर से चार लोग घायल, दो ट्रामा सेंटर रेफर



एंबुलेंस की मदद से सीएचसी जाते घायल

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। मंगलवार शाम मलिहाबाद क्षेत्र में मधवापुर पुलिया और कीर्ति पेट्रोल पंप के बीच एक गंभीर सड़क हादसा हो गया। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और हादसे की जानकारी जुटाई। पुलिस ने अनुसार, ट्रैक्टर ने बाइक को जोरदार टक्कर मार दी। बाइक पर सवार दिनेश कुमार निवासी हिम्मतखेड़ा, थाना मलिहाबाद व रामविलास (30 वर्ष) पुत्र रेवती, निवासी गोपुरामऊ, थाना माल गंभीर रूप से घायल हो गए। इसी

दौरान दूसरी बाइक हीरो पैशन प्रो पर सवार हरिश्चंद्र एवं उनकी पत्नी, निवासी ग्राम दाउदपुर भी सड़क पर मौजूद थे, जिन्हें ट्रैक्टर की टक्कर के चलते चोटें आईं। राहगीरों की मदद से पुलिस ने सभी घायलों को सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र मलिहाबाद पहुंचाया, जहाँ डॉक्टरों ने प्राथमिक उपचार के बाद गंभीर रूप से घायल दिनेश कुमार और रामविलास को लखनऊ ट्रामा सेंटर रेफर कर दिया। वहीं पुलिस ने ट्रैक्टर चालक और वाहन की जानकारी जुटाते हुए अग्रिम विधिक कार्रवाई शुरू कर दी है।

सद्विध परिस्थितियों में रेलवे कर्मियों के तीन मंजिला घर में लगी आग

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बिजनौर थाना क्षेत्र स्थित न्यू गुड्रीन मोहल्ले में सोमवार रात एक रेलवे कर्मियों के तीन मंजिला घर में सद्विध परिस्थितियों में आग लगने से अफरा-तफरी मच गई। हादसे में तीसरी मंजिल पर मौजूद रेलवे कर्मचारी झुलसकर बेहोश हो गया। सूचना पर पहुंची चार दमकल गाड़ियों ने कड़ी मशकत के बाद आग पर काबू पाया। फायर टीम ने घायलावस्था में कर्मों के अंदर पड़े रेलवे कर्मियों को निकालकर लोक बंधु अस्पताल भेजा, जहां उसका इलाज जारी है। पुलिस के मुताबिक मूलरूप से नका थांना क्षेत्र के एपी सेन रोड निवासी राकेश कुमार रावत (46) चारबाग स्थित रेलवे में टेक्नीशियन पद पर कार्यरत हैं। करीब डेढ़ वर्ष पहले उन्होंने बिजनौर में अपना तीन मंजिला घर बनवाया और परिवार सहित वहीं रहने लगे। सोमवार शाम उनकी पत्नी सरिता, बेटी खुशी और अधिविका बाजार गई थीं, जबकि राकेश घर पर अकेले थे। रात करीब



9:30 बजे मकान के भूतल में अचानक आग लग गई। कुछ ही देर में धुआं और आग की लपटें तेजी से ऊपर की ओर फैलने लगीं। इससे घबराकर राकेश नीचे उतरने की कोशिश करने लगे, तभी तीसरी मंजिल पर किसी वस्तु से टकराकर गिर पड़े। धुआं अधिक होने के कारण वह बेहोश हो गए और अंदर ही पड़े रहे। रात करीब 10 बजे जब उनकी पत्नी

और बेटियां लौटकर पहुंची तो घर से उठता तेज धुआं और आग की लपटें देख दहशत में चीखने-चिल्लाने लगीं। आनन फानन फायर कंट्रोल रूम और पुलिस को सूचना दी गई। सरोजनीनगर फायर स्टेशन से दो दमकल गाड़ियां मौके पर पहुंची, लेकिन राकेश घर तक जानवाली गली संकरा होने के कारण दमकल गाड़ियां घर तक नहीं पहुंच सकी, बल्कि 500 मीटर पहले ही रुक गईं। इसके बाद आलमबाग फायर स्टेशन से भी दो गाड़ियां मंगाई गईं। तब 2 छोटी दमकल गाड़ियां किसी तरह घटनास्थल तक पहुंचीं और फायर टीम ने कड़ी मशकत के बाद आग पर काबू पाया। वहीं सरोजनीनगर एफएसओ धर्मपाल सिंह के नेतृत्व में फायर कर्मियों ने भीतर जाकर राकेश को बेहोशों की हालत में रेस्क्यू किया और एंबुलेंस से उन्हें लोकबंधु अस्पताल भेजा। इस घटना में घर का काफी सामान जलकर नष्ट हो गया। शुरुआती जांच में विद्युत शॉर्ट सर्किट को आग का कारण माना जा रहा है। उधर पुलिस व फायर विभाग मामले की जांच कर रही है।

किशोरी को बहला-फुसलाकर भगा ले जाने वाले आरोपी को पुलिस ने किया गिरफ्तार

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बिजनौर थाना क्षेत्र से बीते दिनों किशोरी को बहला-फुसलाकर भगा ले जाने वाले आरोपी को पुलिस ने मंगलवार को मुखबिर की सूचना पर थाना क्षेत्र से धर दबोचा। पुलिस ने पीड़िता के बयान और मेडिकल रिपोर्ट के आधार पर मामले में दुष्कर्म और पाँक्सो एक्ट की धाराएँ बढ़ाते हुए आरोपी को जेल भेज दिया है। पुलिस के मुताबिक थाना क्षेत्र में रहने वाले मजदूर ने 14 नवंबर को थाने में रिपोर्ट दर्ज कराई थी कि उसके भाई का दामाद सूरज 3 नवंबर को उसकी 14 वर्षीय बेटी को बहला-फुसलाकर भगा ले गया। पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज कर आरोपी के परिजनों पर दबाव बनाया। तब 15 नवंबर को किशोरी को लेकर आरोपी वापस लौट आया। पुलिस ने मुखबिर की सूचना



पर किशोरी को थाना क्षेत्र से सकुशल बरामद कर लिया, लेकिन आरोपी भाग निकला। इस दौरान पूछताछ में किशोरी ने बताया कि आरोपी उसे हरियाणा लेकर गया था। जहां करीब सप्ताह भर रखकर उसके साथ कई बार दुष्कर्म की घटना अंजाम दी। इसके बाद पुलिस ने किशोरी को मेडिकल परीक्षण के लिए भेजा, जहाँ दुष्कर्म की पुष्टि होने के बाद किशोरी को

उसके परिजनों के सुपुर्द कर दिया। बाद में पुलिस ने मामले में दुष्कर्म और पाँक्सो एक्ट की धाराएँ बढ़ाते हुए आरोपी को तलाश शुरू कर दी। मंगलवार को मुखबिर से पता चला कि सूरज किसान पथ अंडरपास के पास मौजूद है। इस पर बिजनौर पुलिस ने घेराबंदी कर उसे गिरफ्तार कर उसके खिलाफ कार्रवाई करते हुए जेल भेज दिया है।

डेकोरेटर की मौत में युवती के पिता, भाई पर हत्या का केस, हंगामा

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। मलिहाबाद क्षेत्र में प्रेम प्रसंग एक बार फिर त्रासदी में बदल गया। सोमवार को 17 डेकोरेटर विकास की सद्विध परिस्थितियों में ट्रेन से कटकर मौत हो जाने से पूरे इलाके में सनसनी फैल गई। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया, जबकि परिजनों ने किशोरी के परिवार पर हत्या का आरोप लगाते हुए तहरीर दी। जिस पर पुलिस ने दर्ज किया मुकदमा। मलिहाबाद थाना क्षेत्र के पाठकगंज महमूद नगर निवासी रामगोपाल ने बताया कि उनका बेटा विकास माल इलाके की एक किशोरी से प्रेम प्रसंग में था। रविवार को दोनों अचानक घर से लापता हो गए। सोमवार सुबह किशोरी के परिजन रामगोपाल के घर पहुंचे और कथित तौर पर पुलिस केस में फंसाने की



धमकी दी। परिजनों ने कई घंटे तलाश की, तभी सोमवार शाम करीब 4:30 बजे सूचना मिली कि विकास का शव घर से करीब डेढ़ किलोमीटर दूर मुजासा रेलवे फाटक के पास रेलवे ट्रैक पर पड़ा है। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर शव को कब्जे में लिया और पोस्टमार्टम

के लिए भेज दिया था। शव रखकर जाम, कार्रवाई की मांग पर अड़े परिजन मंगलवार दोपहर शव घर पहुंचते ही परिजनों का आक्रोश फूट पड़ा। महमूद नगर ढाल पर लखनऊइहदोई राजमार्ग पर शव रखकर परिजनों ने जाम लगा दिया और मुकदमा दर्ज कर आरोपियों की गिरफ्तारी का दमंग की। करीब एक घंटे में हाईवे पर गाड़ियों की लंबी लंबी कतारें लग गईं पुलिस अधिकारियों के समझाने और कार्रवाई के आशवासन के बाद जाम खोला गया। देर शाम पुलिस सुरक्षा में किशोरा का अंतिम संस्कार कराया गया। मलिहाबाद इस्पेक्टर सुरेंद्र सिंह भाटी ने बताया कि मृतक के पिता की तहरीर पर किशोरी के पिता और भाई पर हत्या का मुकदमा दर्ज कर चार लोगों को हिरासत में लेकर पूछताछ की जा रही है।

बैंक में शॉर्ट सर्किट से मचा हड़कंप, फायर ब्रिगेड ने समय रहते बुझाई आग

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। मंगलवार को रहीमाबाद स्थित बैंक अब्दाद/देना बैंक शाखा में शॉर्ट सर्किट के कारण अचानक मीटर में आग लग गई, जिससे बैंक परिसर में अफरा-तफरी मच गई। देखते ही देखते पूरे बैंक में धुआं भरने लगा और नोट कार्डिंग मशीन से भी धुआं निकलने लगा। धुआं उठते ही बैंक में मौजूद ग्राहक घबरा गए और बाहर की ओर दौड़ पड़े। स्थिति बिगड़ने पर बैंक मैनेजर स्वयंति और दफ्तरी दिनेश ने तत्काल फायर ब्रिगेड को सूचना दी। सूचना मिलते ही फायर ब्रिगेड की टीम मौके पर पहुंची और कुछ ही मिनटों में आग पर पूरी तरह काबू पा लिया। बैंक



शॉर्ट सर्किट से बैंक का मीटर जला पड़ा

कर्मियों ने भी मौके पर स्थिति संभालने में सक्रिय भूमिका निभाई। प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि यदि आग कुछ और देर तक फैलती तो बड़ा हादसा हो सकता था, क्योंकि बैंक में कई महत्वपूर्ण दस्तावेज और इलेक्ट्रॉनिक उपकरण मौजूद थे। गनीमत रही कि समय रहते आग को बुझा लिया गया, जिससे न तो कोई

जनहानि हुई और न ही बैंक के रिकॉर्ड को नुकसान पहुंचा। फायर ब्रिगेड टीम ने आग लगने का प्राथमिक कारण शॉर्ट सर्किट बताया है और बैंक प्रबंधन अपने बेटी दीक्षा के साथ मौजूद थी और उनके पति नदारद थे जिसपर पीड़िता ने दुकान पर मौजूद महिलाओं से अपने पति के विषय में पूछा और अपने को उनकी पत्नी बताया तो मां बेटी आक्रोशित हो गईं और भद्दी भद्दी गालियां देने लगीं

दुकान पर बैठी महिलाओं ने गैरजनपद से आई महिला को जमकर पीटा

लखनऊ। आशियाना क्षेत्र में रही रही मां बेटी ने सोमवार दोपहर गैरजनपद से आई एक महिला को जमकर पीटाई कर दी, पीड़िता ने हमलावर मां बेटी से केवल अपने पति की जानकारी मांगी थी पीड़िता की शिकायत पर आशियाना पुलिस ने मां बेटी के खिलाफ नामजद मुकदमा दर्ज कर लिया है मूलरूप से जनपद गोरखपुर बेटीहाता की रहने वाली वसुंधरा सिंह के अनुसार वह अपने पति अनुराग दुबे के बुलाने पर सोमवार दोपहर करीब 12:30 बजे जनपद गोरखपुर से लखनऊ बंगला बाजार स्थित अपने पति के प्रतिष्ठान पर अपनी मां संग पहुंची थी। वहां डेढ़ सस्नेन अपने बेटी दीक्षा के साथ मौजूद थी और उनके पति नदारद थे जिसपर पीड़िता ने दुकान पर मौजूद महिलाओं से अपने पति के विषय में पूछा और अपने को उनकी पत्नी बताया तो मां बेटी आक्रोशित हो गईं और भद्दी भद्दी गालियां देने लगीं

वर्षीय बुजुर्ग महिला के साथ मारपीट, मंदिर जाने से रोकने का आरोप

अमन लेखनी समाचार

पीजीआई थाना क्षेत्र में एक 75 वर्षीय बुजुर्ग महिला के साथ मारपीट का गंभीर मामला सामने आया है। पीड़िता पुष्पा मिश्रा, पत्नी शिवकुमार मिश्रा, ने आरोप लगाया है कि रविवार सुबह मंदिर में पूजा करने जाते समय मोहल्ले के ही कुछ लोगों ने उन्हें रास्ते में रोककर गाली-गलौज और मारपीट की। पीड़िता के अनुसार, वह रोजाना सुबह 4:30 बजे शीतला माता मंदिर में पूजा करने जाती हैं। 18 नवंबर को सुबह पूजा करके जब वह शिवनारायण मंदिर की ओर जा रही थीं, तभी मोहल्ले के अवधेश बहादुर, उनके घर के सदस्य अर्जित, उनकी

बेटी मुन्नी और पत्नी अखिलेश ने उन्हें रास्ते में रोक लिया। आरोप है कि पहले गाली-गलौज की गई और फिर उनकी बेटी ने बताया कि मृतक के पिता की अन्य लोगों ने भी उन्हें गिरा दिया और धमकी दी कि अगर वह मंदिर जाना बंद नहीं करेगी तो अंजाम बुरा होगा। हंगामे की आवाज सुनकर जब कालोनी के लोग बाहर आए तो आरोपी अपने घर के अंदर भाग गए। पीड़िता का कहना है कि घटना स्थल सुबह 4:30 बजे शीतला माता मंदिर में पूजा करने जाती हैं। पीजीआई पुलिस ने बताया कि तहरीर और सीसीटीवी फुटेज के आधार पर जांच करी जा रही है।

संक्षेप

घर पर चढ़कर दबंगो ने की मारपीट, दर्ज हुआ मुकदमा

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव। बिहार थाना क्षेत्र के जगतखेड़ा निवासी रमेश चन्द्र पुत्र भगवानदीन ने पुलिस को तहरीर देकर आरोप लगाया कि सोमवार सुबह 8 बजे बिहार थाना क्षेत्र के मम्मेरजपुर निवासी काली चरन व उसका भाई कैलाश पुत्र श्रीकृष्ण व आकाश पुत्र कालीचरन अपने अज्ञात साथियों के साथ दरवाजा पर आये और मुझे, पुत्र रोहित, पत्नी तारावती व पुत्री अंजू को गालिया देते हुए घर मे घुस आए और लाठी डंडो से मार पीट करने लगे। मिल्लाने पर चचेरे भाई व अन्य लोगों के आ जाने पर घर में घुसे लोग जान से मारने की धमकी देते हुए भाग निकले। थाना अध्यक्ष राहुल सिंह ने बताया मैडिकल व तहरीर के आधार पर केस दर्ज कर मामले की जांच की जा रही है।

विद्युत करंट की चपेट से महिला की हुई मौत

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। औरास थाना क्षेत्र में सोमवार शाम एक महिला की करंट लगने से मौत हो गई। यह घटना उट्टरा डकौली के मजरे मोरन खेड़ा में हुई। महिला अपने घर में काम कर रही थी, तभी खुले तार की चपेट में आ गई। मृतक की पहचान 24 वर्षीय शांति मौन्य के रूप में हुई है, जो छोटे उर्फ मनीष की पत्नी और भैया लाल की पुत्री थीं। करंट लगने से वह गंभीर रूप से जख्मिल गई। परिजन उन्हें तत्काल सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र औरास ले गए, जहां डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। इस हादसे में शांति मौन्य की दो छोटी बेटियां अनाथ हो गई हैं। एक बेटे की उम्र लगभग 5 वर्ष है, जबकि दूसरी लगभग उड़ह वर्ष की है। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र से घटना की सूचना औरास थाना प्रभारी को दी गई। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और शव का पंचनामा तैयार किया। इसके बाद शव को पोस्टमार्टम के लिए जिला अस्पताल भेज दिया गया। औरास थाना प्रभारी ज्ञानेंद्र सिंह ने बताया कि उन्हें करंट से मौत की सूचना मिली थी, जिस पर आवश्यक कार्यवाही करते हुए शव को पोस्टमार्टम के लिए भेजा गया है।

दो बाइकों की आमने सामने भिड़ंत, तीन घायल

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। आसीवन थाना क्षेत्र के ताजपुर गांव निवासी अविनाश गौतम 20 वर्ष सोमवार देर शाम रिश्तेदार धीरज गौतम 17 वर्ष निवासी नौहाई खुर्द को बाइक से छोड़ने जा रहा था तभी थाना क्षेत्र के गांव आसीवन तरफ सिद्धनाथ निवासी दिनेश 35 अपने खेत से ट्रैक्टर ट्राली पर धान लदवाकर बाइक से घर जा रहा था तभी सफीपुर मियागंज मार्ग पर स्थित गांव अहमदपुर मोड़ के पास दोनों की आमने-सामने भिड़ंत हो गयी जिसमें तीनों लोग गंभीर रूप से घायल हो गए ग्रामीणों की सूचना पर पहुंचे परिजनों ने घायलों को मियागंज अस्पताल में भर्ती कराया जहां पर प्राथमिक उपचार के बाद डॉक्टर ने अविनाश गौतम व दिनेश की हालत गंभीर देख जिला अस्पताल रेफर कर दिया।

सड़क दुर्घटना में मृतक दो किशोरों के शव गांव पहुंचते ही परिजनों में मचा हाहाकार

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। मार्ग दुर्घटना में मृत हुए दोनों किशोरों के शव गांव पहुंचते ही परिजनों सहित ग्रामीणों की हुई आंखे नम, कब्रिस्तान में किया गया सुपुर्द ख़ाक। अरसोहा क्षेत्र के हरी खेड़ा गांव निवासी बहू का 25 वर्षीय पुत्र अरमान अपने 17 वर्षीय भाई फरमान व चाचा छेदरू के लड़के स्वैब (सैफ), के साथ बाइक से रविवार को अपनी बुआ के यहाँ सिसंडी थाना मोहनलालगंज बुआ की लड़की की शादी में गया था, जहां से लौटते समय सोमवार को कालूखेड़ा अरसोहा मार्ग पर सरवैया मोड़ के पास गुना ब्रिक फील्ड के



पास सामने से आ रहे रिकशा से भिड़ंत हो गई थी, जिसमें फरमान की घटना स्थल पर प्रलु हो गई थी तथा सैफ की जिला अस्पताल ले जाते समय रास्ते में प्रलु हो गई थी। आज दोपहर बाद तीन बजे के लगभग फरमान व सैफ के शव गांव पहुंचते ही गांव में मातम पसर गया, दो दो शव देख लोगों की आंखे नम हो गईं वहीं परिजनों के हाल बेहाल रहे। शेरखान, नफीस, कलंदर, मुजीब, फिरोज

22 व 23 नवम्बर को बड़ी अकीदत व एहताराम के साथ मनाया जाएगा उर्स मुबारक
अमन लेखनी समाचार
बांगरमऊ, उन्नाव। गंजमुरादाबाद नगर में स्थित मशहूर दरगाह खानकाहे आलिया फजले रहमानिया में बहुत मशहूर सूफी आलिम मुफ्ती हजरत अफजालुद्दुहमान उर्फ सरकार भोले मिर्था जौहर रह० अले० का 25वां उर्स मुबारक 22 व 23 नवम्बर दिन सनीचर व इत्वार को बड़ी अकीदत व एहताराम के साथ मनाया जाएगा। खानकाहे आलिया फजले रहमानिया के शहजाद-ए-बाकवार हजरत मौलाना नवाजिशुद्दुहमान उर्फ गुलाम रबानी मिर्था ने बताया कि पिछले सालों को तरह इस साल भी दरगाह के साहिबे सज्जादा पीर तैयत रहबरे शरियत हुजूर मारुफ मिर्था साहब की जेरे सरपरस्ती में हजरत अफजालुद्दुहमान उर्फ सरकार भोले मिर्था जौहर रह० अले० का 25वां उर्स मुबारक पूरी शानो शोकत तथा बड़ी अकीदत और एहताराम के साथ मनाया जाएगा। उन्होंने बताया कि 22 नवंबर शनिवार को बाद नमाजे इशा एक आलीशान मुशायरे का प्रोग्राम होगा तथा एक किताब का उद्घाटन होगा जो 100 साल बाद दुबारा अब छपी है। जिसमें तर्करी के लिए सूफ़ी मौलाना मुख्तार साहब और नात पढ़ने के लिए मशहूर शावर कफील अंबर व अली फैजी साहब व और भी बहुत से उलमा व शावर तशरीफ ला रहे हैं। और 23 नवंबर दिन इत्वार को सुबह 8 बजे से दोपहर 11.40 बजे तक कुल की महफिल होगी। उन्होंने ज्यदा से ज्यदा लोगों से मुशारा और कुल शरीफ की महफिल में शामिल होने की अपील भी की।

दिल्ली में हुए आतंकी हमले की राज्यपाल ने की गहरी निंदा

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। नवाबगंज में आयोजित चंडीगढ़ यूनिवर्सिटी के विशेष कार्यक्रम में शामिल हुई उत्तर प्रदेश की राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने दिल्ली में हाल ही में हुए आतंकी धमाके पर गहरी चिंता व्यक्त की। कार्यक्रम के दौरान भी दिए गए उनके बयान ने न केवल छात्रों बल्कि पूरे समाज को आत्म विक्षेपण करने का संदेश दिया। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि देश की राजधानी में घटित बम हादसा हमें गंभीरता से सोचने पर विवश करता है। राज्यपाल ने कहा- यह घटना केवल सुरक्षा तंत्र के लिए चेतावनी नहीं है, बल्कि समाज के लिए भी एक बड़ा प्रश्न है कि आखिर वह कौन-सी परिस्थितियां हैं जिनमें युवा ऐसा हमले पकड़ लेते हैं। उन्होंने चिंता व्यक्त करते हुए पूछा कि यह देश का भविष्य बनने वाले हमारे युवा किस राह पर खड़े हैं? और किस प्रकार की शिक्षा व संस्कार उन्हें मिल रहा है? राज्यपाल आनंदीबेन पटेल उन्नाव के चंडीगढ़ यूनिवर्सिटी में आयोजित एक विशेष



कार्यक्रम में शामिल हुई। कार्यक्रम के दौरान राज्यपाल ने छात्रों को एआई आधारित शिक्षा, कौशल विकास, नवाचार और सामाजिक जागरूकता से जुड़े प्रयासों के लिए प्रोत्साहित किया। अपने संबोधन में राज्यपाल ने शिक्षा व्यवस्था पर विशेष जोर दिया। पाठ्यक्रम और परीक्षाओं तक सीमित नहीं रखना चाहिए। शिक्षा का उद्देश्य व्यापक होना चाहिए- चरित्र निर्माण, नैतिकता, सहानुभूति और सामाजिक उत्तरदायित्व की भावना शिक्षा के केंद्र में होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि जब युवा यह समझेंगे कि उनकी सोच और कार्य समाज को जोड़ने के लिए है, न

कि समाज में विभाजन पैदा करने के लिए, तभी हिंसा की जड़ों को समाप्त किया जा सकेगा। राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने कहा कि देश का युवा भविष्य की रीढ़ है और उसकी सोच, दिशा और व्यवहार समाज के सामूहिक प्रयासों का परिणाम होते हैं। उन्होंने कहा र समाज, परिवार और शैक्षणिक संस्थाएं मिलकर यह उत्तरदायित्व लें कि वे ऐसे नागरिकों का निर्माण करें जो अपने कार्यों के प्रति जिवाबदेही हों, कर्तव्यनिष्ठ हों और राष्ट्र के प्रति समर्पित हों। उन्होंने शिक्षकों, अभिभावकों और समुदाय की भूमिका को बेहद महत्वपूर्ण बताया है, न कि युवाओं को पूरी समझ

सकारात्मक वातावरण और सही मार्गदर्शन दिया जाए। राज्यपाल ने कहा कि आज के समय में युवा का अवसर देने, उनकी बात सुनने, उन्हें दिशा दिखाने और सही प्रेरणा प्रदान करने की जरूरत सबसे अधिक है। उन्होंने कहा - हमारे शिक्षक, परिजन और समुदाय हम सब की साझा जिम्मेदारी है कि हम युवाओं को अवसर दें, उन्हें सुनें, उन्हें मार्गदर्शित करें और उन्हें सकारात्मक दिशा में प्रेरित करें। उन्होंने विश्वास जताया कि जब समाज और शिक्षण संस्थान मिलकर युवाओं के लिए अनुकूल वातावरण तैयार करेंगे तो वे हिंसा, कट्टरता या गलत विचारधारा की ओर नहीं भटकेंगे। राज्यपाल ने युवाओं को प्रेरित करते हुए कहा कि वे केवल नौकरी की तलाश तक सीमित न रहें, बल्कि उद्यमिता, कला, विज्ञान, खेल तथा सामाजिक सेवा जैसे विविध क्षेत्रों में अपनी प्रतिभा विकसित करें। उन्होंने कहा कि आधुनिक भारत नई सोच और नवाचार की मांग करता है, और युवा पीढ़ी के हाथों में ही इस परिवर्तन की सबसे बड़ी ताकत है।

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। पुरवा तहसील क्षेत्र के कसरीर गांव में स्थित चार अविवाहित शत्रु संपत्तियों की ई-नीलामी मंगलवार को सफलतापूर्वक पूरी कर ली गई। यह नीलामी भारत सरकार द्वारा निर्धारित आधिकारिक पोर्टल पर संपन्न हुई। प्रशासन के अनुसार, पूरी प्रक्रिया पारदर्शी तरीके से की गई और चारों संपत्तियों की बोली बिना किसी विवाद के अंतिम रूप से दर्ज की गई। प्रत्येक संपत्ति के लिए रजिस्ट्रेशन फॉर्म शुल्क 1000 रुपए और जीएसटी निर्धारित था। नीलामी प्रक्रिया के नियमों के तहत, यदि ऑनलाइन बोली के दौरान 8 मिनट तक कोई नई बोली या आपत्ति नहीं आती है, तो उस संपत्ति की नीलामी को अंतिम माना जाता है। पुरवा प्रशासन ने बताया कि चारों संपत्तियों के लिए निर्धारित समय सीमा में कोई आपत्ति दर्ज नहीं हुई, जिसके बाद सिस्टम ने नीलामी को स्वतः अंतिम रूप दे दिया। एसडीएम पुरवा प्रमेश श्रीवास्तव ने जानकारी दी कि प्रक्रिया तकनीकी रूप से पूरी हो चुकी



है। हालांकि, शासन से अभी तक कोई आधिकारिक लिखित सूचना प्राप्त नहीं हुई है। उन्होंने स्पष्ट किया कि पोर्टल पर दर्ज नीलामी परिणाम अंतिम होते हैं, लेकिन प्रशासन को आगे की कार्रवाई के लिए सरकार से लिखित आदेश मिलना आवश्यक है। आदेश प्राप्त होते ही नीलामी से संबंधित दस्तावेजों और राजस्व प्रक्रिया को आगे बढ़ाया जाएगा। एसडीएम प्रमेश श्रीवास्तव ने यह भी बताया कि ये सभी संपत्तियां अविवाहित श्रेणी में आती हैं और नीलामी की कार्यवाही पहले से निर्धारित दिशा-निर्देशों के तहत ही की

गई। इससे पहले स्थानीय स्तर पर संपत्तियों का सर्वे, मूल्यांकन और विवरण पोर्टल पर अपलोड करने जैसी औपचारिकताएं पूरी की गई थीं। अधिकारियों ने उम्मीद जताई कि इस प्रक्रिया से राजस्व में वृद्धि होगी और इन संपत्तियों का बेहतर उपयोग सुनिश्चित हो सकेगा। पुरवा प्रशासन के अनुसार, शत्रु संपत्तियों की पहचान और उनके उपयोग को लेकर केंद्र सरकार की नीति के तहत यह एक महत्वपूर्ण कदम है। पुरवा क्षेत्र में पूरी हुई यह ई-नीलामी जिले में इस प्रकार की प्रमुख कार्रवाइयों में से एक मानी जा रही है।

43 हिन्दू व मुस्लिम बहनों की शादी में की आर्थिक मदद, बना चर्चा का विषय

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव। विधानसभा भगवतनगर में समाजसेवा का कार्य कर रहे पुष्प फाउंडेशन द्वारा एक सप्ताह में 43 हिन्दू बहनों व मुस्लिम बहनों की शादी में आर्थिक सहयोग कर चर्चा का विषय बन गया। विधानसभा क्षेत्र भगवतनगर के बीघापुर ब्लॉक, सुमेरपुर ब्लॉक, सिक्करपुर कर्ण ब्लॉक के अंतर्गत विधानसभा ग्राम पंचायतों के पकरा खुर्द, धर्मदास खेड़ा, भगवतनगर, धानी खेड़ा, अड़ा, रावतपुर, सगवर, करमी, लालगंज द्वितीय, पिपरसर, गांवों में आयोजित बहनों के विवाह कार्यक्रम में समाजसेवा राष्ट्रीय अध्यक्ष पुष्पेन्द्र प्रताप सिंह ने 43 बहनों की शादी में आर्थिक सहयोग दिया जिससे उनके परिवारीजनों को शादी में आर्थिक सहायता मिलने से झुम उठे। पुष्पेन्द्र प्रताप सिंह के पिताजी



तेजबहादुर सिंह, बड़े भाई मानवेन्द्र सिंह व टीम लगातार पूरी विधानसभा में गरीब, जरूरतमंद बेटियों की शादी में परिवारों की बेटी की शादी के मौके पर मदद कर रहे हैं। फाउंडेशन द्वारा समाजहित में किये जा रहे कार्यों को लेकर मैनेजर सिंह, राधवेन्द्र सिंह छोटू ठाकुर, अनीश यादव, आशू सिंह राठी, राधवेन्द्र सिंह, विकास सिंह, कमलेश यादव, मो अकील, प्रमोद कुशवाहा, सनी यादव, रामचरन रामान, शुभम निर्मल, प्रखर सिंह, प्रधानजी यादव, आदि ने खुशी व्यक्त की है।

जिला अस्पताल में महिला ने रिश्तव लेने का कर्मचारियों पर लगाया आरोप

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। जिला चिकित्सालय के एक्स-रे विभाग में तैनात कर्मचारियों पर मरीजों से कथित अवैध वसूली और मनमानी के गंभीर आरोप लगे हैं। ग्राम माखी निवासी स्व. जंगली की पत्नी ने सीएमओ को एक विस्तृत शिकायत पत्र देकर उक्त कर्मचारियों आशीष कुमार यादव और वीरेंद्र सिंह पर जबरन पैसे लेने और गलत रिपोर्ट देने का आरोप लगाया है। शिकायतकर्ता के अनुसार, 10 सितंबर 2025 को यह अपने चायल बेटे का एक्स-रे कराने जिला अस्पताल पहुंची थीं। आरोप है कि एक्स-रे कक्ष में मौजूद कर्मचारी आशीष कुमार यादव ने उनसे 600 रुपए की मांग की और भुगतान न करने पर रिपोर्ट न देने की चेतावनी दी। जब उन्होंने अपनी आर्थिक स्थिति का हवाला देते हुए पैसे देने से असमर्थता जताई, तो कथित रूप से उन्हें धमकाया



गया। शिकायत में यह भी दावा किया गया है कि इसी दौरान कर्मचारी वीरेंद्र सिंह वहाँ आए और दोनों ने मिलकर रिपोर्ट रोकने की बात कही। इसके बाद पीड़िता ने किसी तरह 2000 रुपये अदा करके एक्स-रे करवाया। शिकायत में कहा गया है कि एक्स-रे विभाग द्वारा जानबूझकर गलत या अचूरी रिपोर्ट दी जाती है, जिससे मरीजों को दोबारा टेस्ट कराने पड़ते हैं। पीड़िता का आरोप है कि उससे कुल मिलाकर लगभग 7000 रुपये तक

वसूली गए, लेकिन सही रिपोर्ट उपलब्ध नहीं कराई गई। इसके अलावा शिकायत में यह भी कहा गया है कि पंजीकरण में बिना जरूरत दोबारा फीस ली जाती है। रिपोर्ट कई दिनों तक रोकी जाती है। मरीजों को निजी सेंटरों पर भेजकर उनसे मोटी रकम वसूली जाती है। पैसे न देने पर अभद्रता की जाती है। स्थानीय लोगों का कहना है कि अस्पताल में ऐसी घटनाएं लगातार बढ़ रही हैं। उनका मानना है कि समय रहते कार्रवाई न होने पर मरीजों का जिला अस्पताल पर भरोसा कम हो सकता है। सीएमओ को दिया गया शिकायत पत्र मिलने के बाद स्वास्थ्य विभाग की ओर से प्राथमिक स्तर पर जांच शुरू होने की उम्मीद है। हालांकि, शिकायत में लगाए गए आरोपों की अभी आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है। स्वास्थ्य विभाग का कहना है कि तथ्यों की जांच के बाद ही आगे की कार्रवाई की जाएगी।

एस आई आर को लेकर भाजपा नेता ने लोगों को किया जागरूक

अमन लेखनी समाचार

बांगरमऊ, उन्नाव। भारत के चुनाव आयोग द्वारा चलाये जा रहे विशेष अभियान स्पेशल इंटरसिव रिजीजन के अंतर्गत ब्लॉक प्रमुख प्रतिनिधि विवेक सिंह पटेल ने कई गांव का दौरा किया। अभियान की प्रगति और साथ ही आमजन को हो रही समस्याओं की जानकारी हासिल की। आपको बताते चलें की चुनाव आयोग द्वारा विशेष अभियान स्पेशल इंटरसिव रिजीजन (SIR) चलाया जा रहा है, जिसका उद्देश्य मतदाता सूची (voter list) को अपडेट और शुद्ध करना है। इस कार्यक्रम की प्रक्रिया युद्धस्तर पर चुनाव आयोग के निर्देशानुसार जारी है। प्रत्येक गांव में बीएलओ के द्वारा एस आई आर फार्म का वितरण किया जा रहा है। इसी क्रम में आज वरिष्ठ भाजपा नेता ब्लॉक प्रमुख प्रतिनिधि विवेक सिंह पटेल ने क्षेत्र के कई गांवों में जाकर ग्रामीणों से



इस संबंध में चर्चा की और उन्हें जागरूक किया। श्री पटेल कलवारी गांव के बूथ नंबर 42, महम्मदाबाद बूथ नंबर 47, 48, दसगँवा बूथ नंबर 43, और हवातनगर के बूथ नंबर 40, 41 पे पहुंचे और बीएलओ से मिलकर अभियान की प्रगति की जानकारी ली साथ ही संबंधित कर्मचारियों को निर्देशित किया कि क्षेत्रवासियों को कोई समस्या न हो और सभी तक आसानी से एस आई आर फार्म पहुंच जायें। इस दौरान प्रमुख रूप से प्रधान सतीश कुमार यादव, वरिष्ठ भाजपा नेता सर्वेश कुमार उर्फ लल्लू प्रधान, साहिल प्रधान, मनोज सिंह, रानू खान आदि लोग मौजूद रहे।

जागरूकता प्रचार वाहन को एसडीएम ने हरी झंडी दिखाकर किया रवाना

अमन लेखनी समाचार

सफीपुर, उन्नाव। पराली जलाने से पर्यावरण को होने वाले नुकसान से किसानों को जागरूक करने की पहल प्रशासन ने तेज के दी है। इसी कड़ी में मंगलवार को एसडीएम शिवदर्र वार्मा ने जन जागरूकता प्रचार वाहन को हरी झंडी दिखाकर क्षेत्र में रवाना किया। एसडीएम ने बताया कि प्रचार वाहन के माध्यम से किसानों को फसल अवशेष जलाने से पर्यावरण को होने वाले नुकसान के लिए जागरूक किया जाएगा। बताया कि पराली जलाना कानून के भी खिलाफ है। बताया कि शासन के निर्देश के अनुसार फसल अवशेष जलाने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई तय है। पराली जलाते पाए जाने पर दो हजार से लेकर तीस हजार तक का जुर्माना वसूल किया जाएगा, वहीं पुनरावृत्ति करने वालों को जेल भेजने के साथ जुर्माना भी वसूल किया जाएगा। एसडीएम ने पर्यावरण संरक्षण और अपनी मिट्टी को उर्वर शक्ति बचाए रखने के लिए पराली जलाने की प्रक्रिया को बंद करने की अपील किसानों से की। इस मौके तहसीलदार देवेंद्र सिंह ने कहा कि धान की कटाई के बाद किसान बड़े पैमाने पर खेतों में पराली जला देते हैं, इससे वातावरण और स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। निगरानी टीम लगातार सर्वे कर रही है और कहीं भी अवशेष जलाने की जानकारी मिलने पर कार्रवाई की जाएगी। प्रचार वाहन क्षेत्र में किसानों को पराली के वैकल्पिक निस्तारण के बारे में जानकारी देकर उन्हें जागरूक करेगा।



शादी के चार दिन बाद युवक की सड़क हादसे में मौत

अमन लेखनी समाचार

फतेहपुर चौरासी, उन्नाव। शादी की खुशियां उस समय चार दिन में ही दुःख व मातम में बदल गईं जब शादी वाले एक युवक की सड़क दुर्घटना में मौत हो गई। अभी शादी की महंदा भी पीली के हाथ की नहीं छुटी थी कि उसकी मांग का सिन्दूर हट गया। क्षेत्र के गांव जसरा मारुफ पुर निवासी कमलेश के पुत्र विमलेश की शादी चार दिन पूर्व हुई थी। शादी के बाद विमलेश किसी



जहां सड़क दुर्घटना का शिकार हो

गया और उसकी मौत हो गई। मौत की खबर गांव पहुंचते ही परिजनों में कोहराम मच गया पत्नी रोली रो रो कर बेहाल होती रही। मृतक विमलेश चार भाई बहनों में तीसरे नंबर का था। मृतक विमलेश कार्पोरेट का काम करता था। मृतक का अन्तिम संस्कार मंगलवार को नानामऊ घाट पर किया गया। विमलेश की मौत से

प्रतिबंधित हरे भरे फलदार पेड़ों पर चल रहा आरा

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। थाना अचलगंज क्षेत्र में पुलिस की शह पर प्रतिबंधित हरे भरे फलदार पेड़ों की कटाई तेजी से चल रही है। पेड़ मालिक ने लकड़ी माफियाओं द्वारा चोरी से उसके पेड़ काट ले जाने की शिकायत पुलिस अधीक्षक को पत्र देकर किया है। जिसमें आरोप है कि इलाकाई पुलिस उसका मुकदमा नहीं दर्ज कर रही है। थाना क्षेत्र के बेहटा नथई सिंह गांव निवासी हिमांशु सिंह ने पुलिस अधीक्षक को पत्र देकर शिकायत की है कि उसकी जमीन दौलतपुर, गंगा खेड़ा गांव के मध्य स्थित है बीते 15 नवंबर को कुछ लकड़ी माफिया चोरी छिपे एक आम का पेड़ काट ले गए। इसकी शिकायत थाने में की गई तो हल्के के उपनिरीक्षक अंजनी कुमार ने कार्यवाही करने से मना कर दिया। पीड़ित पेड़ मालिक ने पुलिस अधीक्षक को पत्र देकर मुख्यमंत्री पोर्टल पर मामले की शिकायत की है। इस संबंध में उपनिरीक्षक अंजनी कुमार सिंह ने क्षेत्र में पेड़ काटे जाने से इकार किया है।



संक्षेप

मटेरा थाना अध्यक्ष हुए लाइन हाजिर, कई मामलों में पैसा लेकर काम करने का आरोप

अमन लेखनी समाचार

रिसिया, बहराइच। मटेरा थाना अध्यक्ष अभिनव प्रताप सिंह को लाइन हाजिर कर दिया गया है। उनके खिलाफ कई मामलों में पैसा लेकर काम करने का आरोप लगा है। स्थानीय लोगों द्वारा कई बार एस्प्री को शिकायत की गई जिसका हुआ असर एस्प्री ने तत्काल प्रभाव से उनको लाइन हाजिर कर दिया है। बताते चलते की कई दिनों से मटेरा में कई मामलों में थाना अध्यक्ष द्वारा जबरदस्ती वसूली की जा रही थी जिसकी लिखित शिकायत सपा और उच्च अधिकारियों को किया गया जिसका सजा न लेकर एस्प्री ने तत्काल प्रभाव से थाना अध्यक्ष को लाइन हाजिर कर दिया गया। उनकी जगह पर नए थाना अध्यक्ष सुरेंद्र प्रताप बौद्ध को बनाया गया जो पहले कोतवाली नगर के उप निरीक्षक थे। जन शिकायत को एस्प्री साहब द्वारा सजा न लेने के लिए मटेरावासियों ने धन्यवाद कहा है।

मुर्गी फार्म से 4 लाख के मुर्गे गबन का आरोप

सुलतानपुर में अनुबंध तोड़कर 1842 मुर्गे बेचे, कंपनी को 4 लाख का नुकसान, एफआईआर दर्ज

सुलतानपुर, लंघुआ कोतवाली क्षेत्र में एक मुर्गी फार्म से जुड़े लाखों रुपये के गबन का मामला सामने आया है। सपन इंटीग्रेटर्स नामक कंपनी के ब्रांच मैनेजर ने एक व्यक्ति और कुछ अज्ञात लोगों पर 4 लाख रुपये से अधिक के मुर्गे बेचने और कंपनी के साथ धोखाधड़ी करने का आरोप लगाते हुए पुलिस में शिकायत दर्ज कराई है। शिकायतकर्ता अजीत प्रताप सिंह, जो सपन इंटीग्रेटर्स के ब्रांच मैनेजर हैं, ने बताया कि उनकी कंपनी ने दीपक सिंह और हनुमान सिंह, निवासी ग्राम बेनीपुर, थाना लम्बुआ, सुलतानपुर के साथ मुर्गी पालन के लिए एक समझौता किया था। इस अनुबंध के तहत, दीपक सिंह के फार्म पर 2679 चूजे उपलब्ध कराए गए थे। कंपनी द्वारा समय-समय पर फार्म को दाना, चूजे और दवाएं भी प्रदान की जाती थीं। अजीत प्रताप सिंह के अनुसार, समझौते के तहत मुर्गों का विक्रय कंपनी द्वारा ही किया जाना था। हालांकि, दीपक सिंह और अन्य अज्ञात लोगों ने कथित तौर पर कंपनी के चालानी फार्म को फाड़ दिया।

पुलिस की मदद से विक्रिपत व्यक्ति परिवार से मिला

लखनऊ का निवासी भटककर सुलतानपुर पहुंचा था, पुलिस ने परिजनों को सौंपा

सुलतानपुर, कोतवाली देहात पुलिस ने एक मानसिक रूप से उसके परिवार से मिलाया है। लखनऊ का रहने वाला यह व्यक्ति भटककर सुलतानपुर के बरसडाबिक्रिम व्यक्ति को गांव पहुंच गया था, जहां ग्रामीणों की सूचना पर पुलिस ने उसे सुरक्षित उसके जीजा को सौंपा। कोतवाली देहात के बरसडा गांव से ग्रामीणों की सूचना पर पीआरबी 2849 मौके पर पहुंची। ग्रामीणों ने एक सख्त युवक को पुलिस के हवाले किया, जिसे बाद में थाना कोतवाली देहात लाया गया। पुलिस ने सख्त व्यक्ति को 108 एम्बुलेंस के माध्यम से इलाज के लिए जिला चिकित्सालय सुलतानपुर में भर्ती कराया।

राजकीय इंटर कॉलेज चकसौगहना में कैरियर मेले का हुआ आयोजन

विशेषज्ञों ने छात्रों को भविष्य के विकल्पों पर मार्गदर्शन दिया

अमन लेखनी समाचार

कैसरगंज, बहराइच। कैसरगंज क्षेत्र के राजकीय इंटर कॉलेज चकसौगहना में कैरियर गाइडेंस मेले का आयोजन किया गया जिसका मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को उनकी क्षमता एवं अभिरुचि के अनुरूप विभिन्न कैरियर विकल्पों के बारे में जागरूक व मार्गदर्शन कर रोजगार के अवसरों से जोड़ना एवं कैरियर चयन में सहायता प्रदान करना था। जिसमें विभिन्न विभागों के अतिथि विशेषज्ञों ने विस्तृत जानकारी दी। कार्यक्रम का शुभारंभ अमन जयसवाल शाखा प्रबंधक कुंडासर ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम की शुरुआत की वैंकिंग क्षेत्र में कैरियर के अवसरों की जानकारी दी। कार्यक्रम के अध्यक्षता कॉलेज के प्रधानाचार्य वीरेंद्र कुमार ने की। कार्यक्रम का



संचालन लक्ष्मी नारायण पांडे ने किया। कार्यक्रम में उपस्थित विशेषज्ञ डॉक्टर वली ने बच्चों को स्वास्थ्य रहने के टिप्स दिए साथ ही चिकित्सा क्षेत्र से संबंधित रोजगार के अवसरों की जानकारी दी उन्होंने विद्यार्थियों को नीट जैसी परीक्षाओं की तैयारी के लिए

प्रोत्साहित किया दैनिक भास्कर के पत्रकार फैजान अहमद ने पत्रकारिता के क्षेत्र से संबंधित जानकारी दी उन्होंने कहा कि पत्रकारिता सामाजिक कार्य है पत्रकार को निष्पक्ष निडर होना अत्यंत आवश्यक है। डॉ. वसीमा खतीब स्त्री एवं बाल रोग्य विशेषज्ञ ने

चिकित्सा संबंधी विशेष जानकारी दी उन्होंने बच्चों को मोबाइल फोन से दूर रहने के बाद कहीं मोबाइल फोन के साइड इफेक्ट के बारे में बताया छात्राओं को चिकित्सा संबंधित रोजगार से जोड़ने के टिप्स दिए। उप निरीक्षक फखरपुर रामदेव ने आपातकालीन सेवाओं के साथ-साथ सड़क सुरक्षा और साइबर क्राइम के बारे में भी छात्रों को जागरूक किया प्रधान डॉक्टर खतीब ने ऐसे कार्यक्रम का आयोजन करने के लिए समस्त अध्यापकों का आभार व्यक्त किया सभी विशेषज्ञों ने कैरियर मेले में बच्चों द्वारा लगाए गए स्टालों का भी निरीक्षण किया सभी अतिथियों को विद्यालय प्रधानाचार्य ने फूल माला के साथ उपहार भेंट कर स्वागत किया। इस मौके पर डॉक्टर फसीउर्रहमान डॉक्टर तबरेज अहमद, अमितेंद्र शुक्ला, अमरजित, महेंद्र कुमार आदि सैकड़ों छात्र छात्राएं मौजूद रहे।

अपर पुलिस अधीक्षक बहराइच को भेंट किया प्रतीक चिन्ह

अमन लेखनी समाचार

बहराइच। अखिल उत्तर प्रदेश बंधिर संस्था द्वारा बंधिर चालकों की सड़क-सुरक्षा एवं यातायात नियम जागरूकता अभियान में पुलिस-प्रशासन के सहयोग हेतु पुलिस अधीक्षक व अपर पुलिस अधीक्षक बहराइच को प्रतीक चिन्ह भेंट सहयोग की मांग की। यातायात निदेशालय, उत्तर प्रदेश लखनऊ द्वारा नवंबर माह में संचालित राज्यव्यापी सड़क सुरक्षा एवं जन जागरूकता अभियान के अंतर्गत बंधिर चालकों के कान के प्रतीक चिन्ह योजना के प्रचार-प्रसार के दृष्टिगत अभियान संचालित है। संस्था द्वारा जनपद में बंधिर चालकों हेतु सुरक्षित आवागमन, यातायात संकेतों की जानकारी तथा सड़क सुरक्षा संबंधी विभिन्न जागरूकता कार्यक्रम संचालित किए जा रहे हैं, जिससे



पुलिस विभाग, परिवहन विभाग आरटीओ एवं आमजन में बंधिर चालकों की पहचान सरल हो सके तथा सड़क दुर्घटनाओं की रोकथाम एवं समान व्यवहार की भावना विकसित की जा सके। इसी क्रम में इसी क्रम में पुलिस-

प्रशासन से सहयोग का अनुरोध करते हुए संस्था द्वारा प्रतीक चिन्ह भेंट किया गया। कार्यक्रम में उपाध्यक्ष अमिष सिन्हा, पदाधिकारी सूर्य वरुण कुमार गुप्ता, संयुक्त सचिव मोहम्मद नदीम उपस्थित रहे।

फामेसी के छत्र-छत्राओं को नशा मुक्ति की दिलाई गई शपथ



अमन लेखनी समाचार

बहराइच। डा. सर्वेश शुक्ला इंस्टिट्यूट ऑफ फामेसी कॉलेज में मंगलवार को सेमिनार हाल में नशा मुक्ति के तहत जागरूकता कार्यक्रम आयोजित हुआ। जिसमें फामेसी प्राचार्य मुकेश श्रीवास्तव ने कहा कि नशा व्यक्ति का शरीर ही नहीं बल्कि जीवन को ही बर्बाद कर देता है

इसीलिए नशे से दूर रहना चाहिए। उन्होंने सभी को नशा मुक्ति की शपथ भी दिलाई। इस मौके पर एचओडी शिवमूर्ति सिंह, विशाल सिंह, राहुल पांडेय, अरुण जायसवाल, सुजान शील श्रीवास्तव, अनुराग मिश्रा, इंदरीश अंसारी, सोमदास, दीपक पटेल, मोहित सोनी, शालू त्रिपाठी, अजय शुक्ला, नीलकमल दीक्षित आदि मौजूद रहे।

सीमा क्षेत्र की महिलाओं को सशक्त बनाने के लिए एसएसबी की अनूठी पहल

अमन लेखनी समाचार

मिथिलेश जायसवाल

मोतीपुर, बहराइच। भारत-नेपाल सीमा पर रहने वाली महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने और सीमांत गांवों में आजीविका के नए अवसर बढ़ाने के उद्देश्य से 59वीं वाहिनी एसएसबी के कमांडेंट कैलाश चंद रमोला ने की। इस दौरान सभी अधिकारियों, ग्राम प्रधान और स्थानीय ग्रामीण बड़ी संख्या में मौजूद रहे। कमांडेंट रमोला ने बताया कि इस पहल का मुख्य उद्देश्य सीमावर्ती गांवों



की महिलाओं को सिलाई इकट्टाई का प्रशिक्षण देकर उन्हें स्वरोजगार के नए साधन उपलब्ध कराना है। उन्होंने कहा कि महिलाओं की आर्थिक भागीदारी बढ़ेगी तो घर की आमदनी में सुधार होगा, साथ ही वाइबेट विलेज के विकास को भी गति मिलेगी। यह प्रयास स्थानीय उद्यमिता, कौशल विकास और ग्रामीण आजीविका को सशक्त करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया कि

एसएसबी का नागरिक कल्याण कार्यक्रम (सीएपी) सीमा क्षेत्र में रहने वाले लोगों के जीवन स्तर में सुधार लाने और बलवस्थानीय नागरिकों के बीच विश्वास तथा सहयोग को भावना को मजबूत बनाने के लिए लगातार कार्यरत है। कार्यक्रम में उपस्थित ग्रामीणों और जनप्रतिनिधियों ने एसएसबी के इस जनहितकारी कदम की सराहना की और बल के प्रति आभार व्यक्त किया। ग्रामीणों ने कहा कि सिलाई मशीनों मिलने से गांव की कई महिलाओं को रोजगार के नए अवसर मिलेंगे और वे घर बैठे आर्थिक रूप से सक्षम हो सकेंगी। इस मौके पर काफी संख्या में ग्रामीण उपस्थित रहे।

कृषि मंत्री सूर्य प्रताप शाही का जनपद आगमन आज

अमन लेखनी समाचार

बहराइच। प्रदेश के मंत्री कृषि, कृषि शिक्षा एवं कृषि अनुसंधान विभाग/प्रभारी मंत्री जनपद बहराइच सूर्य प्रताप शाही का 19 नवम्बर 2025 को जनपद आगमन का कार्यक्रम प्रस्तावित है। प्रभारी मंत्री श्री शाही 19 नवम्बर 2025 को प्रातः 10:00 बजे भाजपा कार्यालय पहुंचकर भाजपा जिलाध्यक्ष, पार्टी पदाधिकारियों, जनप्रतिनिधियों एवं भाजपा सहयोगियों के साथ बैठक करेंगे। तदोपरान्त मध्याह्न 12:00 बजे मंत्री श्री शाही लोक निर्माण विभाग निरीक्षण, भवन में जिलाध्यक्ष, विधायकगण, जिलाधिकारी, पुलिस अधीक्षक व मुख्य विकास अधिकारी के साथ कोर कमेट्री की बैठक करेंगे। प्रभारी मंत्री श्री शाही अपरान्ह 02:00 बजे कलेक्ट्रेट सभागार में प्रधानमंत्री द्वारा

कृषकों को 21वीं किसान सम्मान निधि जारी करने के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में सम्मिलित होंगे तदोपरान्त लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल जी की जयन्ती



के अवसर पर आयोजित पद यात्रा कार्यक्रम में सम्मिलित होंगे। यह जानकारी देते हुए प्रभारी अधिकारी वीआईपी/नगर मजिस्ट्रेट ने बताया कि प्रभारी मंत्री अपरान्ह 04:00 बजे लखनऊ के लिए प्रस्थान कर जायेंगे।

ई-रिवशा-बाइक की भीषण टक्कर, ई-रिवशा चालक की मौत

अमन लेखनी समाचार

बांगरमऊ, उन्नाव। बेहटा मुजावर थाना क्षेत्र में आगरा-लखनऊ फ्लाईओवर के नीचे संडीला मार्ग पर एक सड़क दुर्घटना में ई-रिवशा और बाइक की आमने-सामने की टक्कर हो गई। यह हादसा मंगलवार शाम करीब सात बजे जोगीकोट मोड़ पर हुआ। टक्कर इतनी भीषण थी कि ई-रिवशा चालक की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि बाइक सवार गंभीर रूप से घायल हो गया। आसपास मौजूद लोगों ने तत्काल दोनों घायलों को सीएचसी बांगरमऊ पहुंचाया। वहां चिकित्सकों ने ई-रिवशा चालक को मृत घोषित कर दिया। गंभीर रूप से घायल बाइक सवार को प्राथमिक उपचार के बाद



जिला अस्पताल रेफर कर दिया गया।

पत्नी उषा, दो बेटे राहुल (22) और नरेंद्र (20), तथा एक बेटी रेनु (23) हैं। परिवार का रो-रोकर बुरा हाल है। वहीं, घायल बाइक चालक बेहटा मुजावर थाना क्षेत्र के लक्ष्मीखंडा निवासी रामनाथ का 18 वर्षीय बेटा नीरज है। नीरज आरएफ, चौराहे पर सव्जी लेने गया था और घर लौट रहा था, तभी यह दुर्घटना हुई। उसकी हालत भी चिंताजनक बताई जा रही है। घटना की सूचना मिलने पर बेहटा मुजावर थाना पुलिस मौके पर पहुंची। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेजने की तैयारी शुरू कर दी है। पुलिस मामले के अन्य पहलुओं की भी जांच कर रही है।

स्वतंत्रता संग्राम सेनानी एक्सप्रेस में बम की सूचना से हड़कंप

दिल्ली से बिहार जा रही थी ट्रेन, अलीगढ़ में आरपीएफ-जीआरपी ने चलाया सर्च अभियान

अमन लेखनी समाचार

अलीगढ़, स्वतंत्रता संग्राम सेनानी एक्सप्रेस में बम होने की सूचना मिलते ही अलीगढ़ रेलवे स्टेशन पर हड़कंप मच गया। ट्रेन को तुरंत रोका गया और सख्त व्यक्ति को नीचे उतारकर उसके बैग की तलाशी ली गई। आरपीएफ, जीआरपी, क्राइम इन्वेस्टिगेशन टीम, ड्राग स्क्वाड और सिविल पुलिस ने संयुक्त रूप से जांच की। जनरल कोच में यात्रा कर रहे व्यक्ति और उसके बैग को भी तलाशी के लिए नीचे उतारा गया। तलाशी के बाद किसी प्रकार की विस्फोटक सामग्री नहीं मिलने पर सख्त व्यक्ति को छोड़ दिया गया। दिल्ली से बिहार जा रही स्वतंत्रता संग्राम सेनानी एक्सप्रेस ट्रेन के जनरल कोच में यात्रा कर रहे एक यात्री के पास बम होने की



सूचना मिलने पर देर रात अलीगढ़ रेलवे स्टेशन पर अफरा-तफरी मच गई। सूचना मिलते ही आरपीएफ और जीआरपी की संयुक्त टीम सक्रिय हो गई। ट्रेन के प्लेटफॉर्म संख्या 03 पर पहुंचते ही टीम ने चेकिंग शुरू कर दी। सूचना के आधार पर सख्त व्यक्ति को उसके बैग सहित नीचे उतारकर तलाशी ली गई। जांच के दौरान सख्त व्यक्ति के बैग में केवल अमरूद, खाने-

यात्री के पास बम जैसी वस्तु होने की आशंका है। सूचना मिलते ही आरपीएफ, जीआरपी, क्राइम इन्वेस्टिगेशन यूनिट, ड्राग स्क्वाड और सिविल पुलिस की टीमें सक्रिय हो गईं। ट्रेन के इंजन से दूसरे जनरल कोच में सीट संख्या 247503/सी पर सख्त व्यक्ति को पाया गया और तुरंत उसे नीचे उतारकर पृथक्ता शुरू की गई। पृथक्ता में उसने अपना नाम सुशील सैनी (35 वर्ष), पुत्र राजकुमार सैनी बताया। वह बिहार के मधुबनी के थाना अरेंर क्षेत्र के बिचखाना गांव का रहने वाला है। सुशील सैनी ने पृथक्ता में बताया कि वह फरीदाबाद की डबुआ फल मंडी (दुकान नंबर 62) में काम करता है। वह अपने माता-पिता को लेने गांव जा रहा था।

दो बाइक की टक्कर, दो की मौत एक गंभीर घायल; सभी लोग तिलक समारोह में जा रहे थे

अमन लेखनी समाचार

अमेठी, दो बाइक की भिड़त में दो युवकों की मौके पर ही मौत हो गई। मृतकों की पहचान माधवपुर गौरीगंज निवासी संदीप कुमार शुक्ला और धम्मौर रामापुर हाजी पट्टी गांव निवासी नरेंद्र कुमार चौहान के रूप में हुई है। इस दुर्घटना में धम्मौर रामापुर निवासी मुकेश चौहान गंभीर रूप से घायल हो गए। उन्हें भेंटुआ सीएचसी से सुल्तानपुर जिला अस्पताल रेफर किया गया, जहां से चिकित्सकों ने उनकी गंभीर हालत को देखते हुए लखनऊ के ट्रॉमा सेंटर भेज दिया। घटना मुंशीगंज के जामो-भादर चौराहे पर पूर्व दुआरा गांव के पास हुई है। संदीप कुमार शुक्ला अपनी चाचा की लड़की के तिलक समारोह में शामिल होने सुल्तानपुर जा रहे थे। सुबह वह चेत पांडे का पुर तुलसीपुर स्थित ससुल में अपनी पत्नी को छोड़कर



निकले थे। परिवार में संदीप ही एकमात्र कमाने वाले सदस्य थे; उनके माता-पिता का पहले ही निधन हो चुका था। उनकी पत्नी अरुणा शुक्ला और बेटे आयुष शुक्ला का रो-रोकर बुरा हाल है। वहीं, नरेंद्र कुमार चौहान अपने साथी मुकेश के साथ अमेठी आलू का बीज लेने जा रहे थे। अमृतलाल के अनुसार, नरेंद्र चार भाइयों में सबसे छोटे थे। उनके

बड़े भाई अरविंद मानसिक रूप से अस्वस्थ हैं। स्थानीय लोगों के मुताबिक, नरेंद्र की बाइक की गति काफी तेज थी। टुक को ओवरटेक करने के प्रयास में उनकी बाइक सामने से आ रही संदीप की बाइक से टकरा गई। टक्कर इतनी भीषण थी कि नरेंद्र का शरीर करीब 15 फीट ऊपर उछल गया। दोनों बाइक सवारों ने हेलमेट नहीं पहना था।

राष्ट्रीय तम्बाकू नियंत्रण दिवस पर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित



अमन लेखनी समाचार

पुरवा, उन्नाव। सीएचसी हिलौली के चिकित्सकों द्वारा राष्ट्रीय तम्बाकू नियंत्रण दिवस के अवसर पर जागरूकता कार्यक्रम उच्च प्राथमिक विद्यालय भवानीगंज में चलाया गया। मंगलवार को जिला स्वास्थ्य समिति उन्नाव के निर्देश पर तम्बाकू मुक्त युवा अभियान 3.0 के तहत सीएचसी हिलौली के चिकित्सकों द्वारा जागरूकता अभियान चलाकर छात्र-छात्राओं को संदेश दिया गया। डॉ. अतुल कुमार व डॉ. सौरभ श्रीवास्तव ने उच्च प्राथमिक विद्यालय भवानीगंज के छात्रों को तम्बाकू के सेवन से होने वाली कैंसर जैसी घातक बीमारियों से आगाह किया और उन्हें सजग रहते हुए ग्रामीण क्षेत्र के अपने अभिभावकों को भी जागरूक करने की सलाह दी। इस दौरान विद्यालय के प्रधानाध्यापक कमलेश कुमार, शिक्षकों में शिवम चौरसिया, सतीश कुमार, वंदना शर्मा, पल्लवी मिश्रा, संगीता, अर्चना, पुनीत आदि उपस्थित रहे।

दो बाइकों की भिड़त, दो की मौत साथी घायल, टांडा-बांदा राजमार्ग पर हादसा

अमन लेखनी समाचार

अमेठी जिला, मुंशीगंज थाना क्षेत्र में टांडा बांदा राजमार्ग पर शारदर गांव के पास दो मोटरसाइकिलों की आमने-सामने की टक्कर में दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि एक अन्य गंभीर रूप से घायल हो गया। पुलिस ने शवों को कब्जे में लेकर कानूनी कार्रवाई शुरू कर दी है और घायल को इलाज के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है। यह घटना मुंशीगंज कोतवाली क्षेत्र के शारदर गांव के पास हुई। सूचना मिलते ही मुंशीगंज पुलिस मौके पर पहुंची और घायल युवक को तत्काल भेंटुआ सीएचसी में भर्ती कराया। मृतकों की पहचान धम्मौर निवासी मुकेश चौहान और संदीप शुक्ला के रूप में हुई। मुकेश चौहान अपने साथी नरेंद्र चौहान के



साथ मोटरसाइकिल से सुल्तानपुर की ओर से मुंशीगंज जा रहे थे। दूसरी मोटरसाइकिल पर माधवपुर, थाना गौरीगंज निवासी संदीप शुक्ला सवार थे, जो सुल्तानपुर की तरफ किसी रिश्तेदारी में जा रहे थे। हादसे में मुकेश चौहान और संदीप शुक्ला की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि नरेंद्र चौहान गंभीर रूप से घायल हो गए

जिन्हें इलाज के लिए भेंटुआ सीएचसी में भर्ती कराया गया है। पुलिस ने दोनों शवों को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। मृतकों के परिजनों को भी घटना की सूचना दे दी गई है, जिसके बाद वे मौके पर पहुंच गए हैं। पुलिस मामले में आगे की विधिक कार्रवाई कर रही है।

संक्षेप

पुलिस लाइन की बिजली से चल रही प्राइवेट फर्म

मेरठ में सीएम ग्रिड योजना के काम के लिए आरसीसी कांटेक्टर कटवा रहा सरिया

मेरठ, सिविल लाइन थाना क्षेत्र में आरसीसी कांटेक्टर द्वारा सीएम ग्रिड योजना के तहत निर्माण कार्य किया जा रहा है। स्थानीय पार्षद पति रचित गुलाटी का आरोप है कि इसके लिए लंबे समय से पुलिस लाइन के गेट नंबर 5 में अस्तबल के पास पुलिस लाइन की बिजली से अवैध रूप से सरिया काटा जा रहा है। सिविल लाइन क्षेत्र के पार्षद पति रचित गुलाटी ने बताया कि इस योजना में चल रहे नाला निर्माण में भारी मात्रा में सरिया का इस्तेमाल किया जा रहा है। यह सारा सरिया पुलिस लाइन से ही कट कर जा रहा है। मौके पर जाकर देखा तो पता चला कि यहाँ पुलिस लाइन की बिजली से ही यह फर्म काम कर रही है। रचित का आरोप है कि जब इस योजना का कार्य प्राइवेट फर्म द्वारा किया जा रहा है तो किस नियम के तहत सरकारी संपत्ति को इस्तेमाल करने की परमिशन कंपनी को दी गई। कंपनी अधिकारियों की मिलीभगत से कंपनी अपने सभी काम अवैध रूप से कर रही है। स्थानीय लोगों और पार्षद प्रतिनिधि का आरोप है कि निर्माण करने वाली कंपनी द्वारा मानकों के अनुसार काम नहीं किया जा रहा है।

अवैध मिनी कमेले पर छाप

12 से अधिक कटे हुए पशु बरामद, एसपी सिटी ने की कार्रवाई

मेरठ, एसपी सिटी आयुष विक्रम सिंह की टीम ने लिखाड़ी गेट थाना क्षेत्र के पिल्लोखड़ी पुल के पास एक अवैध मिनी कमेले पर छाप मारा। इस कार्रवाई के दौरान एक दर्जन कटे हुए पशु बरामद किए गए और गोदाम मालिक समेत सात लोगों को गिरफ्तार किया गया। गुप्त छापेमारी में बरामदगी यह पूरी कार्रवाई गुप्त रूप से की गई, जिसकी सूचना लिखाड़ी गेट पुलिस को नहीं दी गई थी। एसपी सिटी की टीम ने कोतवाली और देहली गेट थानों के बल के साथ मिलकर इस छापेमारी को अंजाम दिया। मौके से भारी मात्रा में मांस भी जब्त किया गया। गोदाम और आरोपी ऊंचा सड़कनगर निवासी शोएब अबू बकर मस्जिद के निकट एक गोदाम में यह अवैध मिनी कमेला संचालित किया जा रहा था। एसपी सिटी आयुष विक्रम सिंह को लंबे समय से इसकी शिकायतें मिल रही थीं।

पुलिस ने 10 अपराधियों को किया गिरफ्तार

विधिक कार्रवाई कर आरोपियों को भेजा जेल

बुलंदशहर, अपराधों पर अंकुश लगाने के लिए चलाए जा रहे अभियान के तहत, थाना कोतवाली देहात पुलिस ने कार्रवाई की है। पुलिस ने विभिन्न मामलों में वांछित चल रहे 10 वारंटियों को अलग-अलग स्थानों से गिरफ्तार किया। यह गिरफ्तारी अपराधियों के विरुद्ध चलाए जा रहे विशेष अभियान का हिस्सा है। पुलिस लंबे समय से इन वारंटियों की तलाश कर रही थी। गिरफ्तारी के बाद, थाना कोतवाली देहात में अभियुक्तों के खिलाफ अग्रिम वैधानिक कार्यवाही की गई।

चौकी इंचार्ज और दरोगा लाइन हाजिर

रेप पीड़िता के आरोप के बाद एसएसपी ने की कार्रवाई

अमन लेखनी समाचार

बुलंदशहर, रेप पीड़िता के आरोपों के बाद एसएसपी ने बड़ी कार्रवाई की है। रिश्तत लेने के आरोप में चौकी इंचार्ज और दुकर्म के आरोप में दरोगा को लाइन हाजिर कर दिया गया है। यह कार्रवाई खुर्जा की एक रेप पीड़िता द्वारा लगाए गए आरोपों के बाद हुई। पीड़िता ने रिसालदरान चौकी प्रभारी शुभम राठी पर उसके पति को छोड़ने के लिए रिश्तत लेने का आरोप लगाया था। साथ ही, उसने दरोगा इकराम पर दुकर्म करने का गंभीर आरोप भी लगाया था। इसके बाद एसएसपी दिनेश कुमार सिंह ने तत्काल प्रभाव से चौकी प्रभारी शुभम राठी और दरोगा इकराम को लाइन हाजिर कर दिया। एसएसपी दिनेश कुमार सिंह ने जिले के 22 निरीक्षक व उप निरीक्षकों के कार्य क्षेत्र में भी बदलाव किया। इसमें तीन इंसपेक्टर समेत 20 उप निरीक्षकों के कार्य क्षेत्र में फेरबदल किया गया है। स्थानांतरित किए गए अधिकारियों में निरीक्षक विशाल प्रताप सिंह और सुदेश कुमार को पुलिस लाइन से अतिरिक्त उपनिरीक्षक खुर्जा नगर भेजा गया है। खुर्जा नगर में तैनात इंसपेक्टर दिग्विजय नाथ शाही को पुलिस लाइन भेजा गया है। अन्य उप निरीक्षकों में नितीश भारद्वाज को पुलिस लाइन से वरिष्ठ उप निरीक्षक खुर्जा नगर, संजोव ल्यागी को पुलिस लाइन से गुलावती थाना, गुरुवसन सिंह को पुलिस लाइन से थाना खुर्जा नगर, अनोखेलाल को पुलिस लाइन से थाना अंगोता, हवलदार सिंह को पुलिस लाइन से थाना अरनिया, नीरज मलिक को पुलिस लाइन से थाना खुर्जा देहात, महामाल सिंह को पुलिस लाइन से सलेमपुर, अवनीश राणा को पुलिस लाइन से थाना दरौरा, नीरज ल्यागी को पुलिस लाइन से थाना शिकारपुर, सोरब कुमार को पुलिस लाइन से थाना सिकंदराबाद, सचिन कुमार को पुलिस लाइन से कोतवाली सिकंदराबाद और दल सिंह को पुलिस लाइन से थाना खामपुर भेजा गया है।

ग्रामीणों का आरोप नियम विरुद्ध की जा रही गैस सिलेंडर की बिक्री

उपभोक्ताओं को झेलनी पड़ रही भारी परेशानी, जल्द कार्यवाही की उठाई मांग

अमन लेखनी समाचार

गुरसराय, झांसी। नगर व क्षेत्र के गैस उपभोक्ता इस समय गैस एजेंसी संचालक की मनमर्जी, अवैध कमाई के चलते बुरी तरह परेशान हैं और हफ्तों हफ्तों से गैस उपलब्ध न होने से हिंदुस्तान पेट्रोलियम के संचालक भोजन व्यवस्था बनाना दूभर हो गया है। प्राप्त विवरण के मुताबिक झांसी जिले की गरौटा तहसील के गुरसराय में हिंदुस्तान पेट्रोलियम के संचालक छोटी गैस सर्विस एजेंसी उपभोक्ताओं को 10-15 दिनों से गैस होम डिलीवरी देना पूरी तरह बंद कर दिया है और गैस एजेंसी संचालक गैस को अधिक दामों में बेच सके को लेकर जब टूट आता है तो उसको गुरसराय मऊरानीपुर रोड स्थित एजेंसी कार्यालय पर टूक रोकर रेट से अधिक दाम प्रति गैस सिलेंडर बिक्री कर देता है ताकि उसको अवैध कमाई हो सके। जिसके चलते आम उपभोक्ता बुरी तरह परेशान हैं। इसके पहले कल उपभोक्ताओं ने



मुख्यमंत्री पोर्टल से अधिकारियों को इस संबंध में शिकायत की लेकिन गुरसराय छोटी गैस सर्विस एजेंसी संचालक अपनी ऊंची पहुंच के चलते तथा अधिकारियों की मिली भगत के चलते गैस एजेंसी संचालक के विरुद्ध कोई कार्यवाही न होने से अपनी

तानाशाही कार्यशैली में बदलाव न कर लगातार जनता का शोषण कर रहा है। 18 नवंबर मंगलवार को भी सरकार के नियम विरुद्ध गैस एजेंसी संचालक ने मनमाफिक रूपाय वसूल कर पाप के उपभोक्ताओं को गैस सिलेंडर न देकर कालाबाजारी की चर्चा जोरो पर रही।

बार में परिवार कुटुंब गोष्ठी का आयोजन

अधिवक्ताओं ने पारिवारिक एकता पर विचार रखे

अमन लेखनी समाचार

मेरठ, जिला बार एसोसिएशन की ओर से महात्मा गांधी सभागार में अधिवक्ता मिलन समारोह कुटुंब प्रबोधन विषय पर गोष्ठी आयोजित की गई। गोष्ठी में मुख्य अतिथि राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के सह विभाग संचालक विनोद भारती और विनीत कौशल रहे। विभाग प्रचारक, सहविभाग संचालक, डीजीसी केके चौबे और महानगर कार्यवाहक ने परिवार के भूखों के बारे में बताया। कार्यक्रम की अध्यक्षता एडवोकेट दिनेश राय की रही। संचालन एडीजीसी मोहित गुप्ता ने किया। मुख्य वक्ता विभाग प्रचारक विनीत कौशल ने कहा कि परिवार विच्छेदन के कारण रिश्तों में उदासीनता व्याप्त हो रही है। इसके लिए बच्चों को संस्कार सही नहीं मिलना है। जिसके चलते परिवार टूट रहे हैं। प्रेम खत्म हो रहा है। मुख्य अतिथि विनोद भारती ने कहा कि समाज में अधिवक्ता समाज सदैव से सकारात्मक अग्रणी भूमिका में रहा है। डीजीसी क्रिमिनल केके चौबे ने कहा कि अधिभावक को अपने बच्चों को सही शिक्षा देनी चाहिए।



सीएम ग्रिड निर्माण में घर की दीवार गिरी

डीआईजी आवास के सामने हादसा हुआ, लोग बोले- बड़ी जनहानि हो सकती है

अमन लेखनी समाचार

मेरठ, डीआईजी आवास के सामने चल रहे सीएम ग्रिड योजना के तहत निर्माण कार्य के दौरान एक मकान की दीवार गिर गई। मकान मालिक और स्थानीय लोगों का आरोप है कि ठेकेदार द्वारा मानकों को अंध किनारे करते हुए यह कार्य किया जा रहा है जिस कारण यह हादसा हुआ। समाजसेवी और वरिष्ठ अधिवक्ता संदीप पहल ने बताया कि इस योजना में कोई भी मानक पूरा नहीं कर रहे हैं। जहां एक तरफ दीवार गिर गई है तो वहीं दूसरी ओर खड़ा एक बहुत पुराना पेड़ भी मिट्टी के कटान के कारण झुक गया है जो कभी भी मकान पर गिर सकता है जिस कारण इस मकान के साथ साथ आसपास में रहने वाले परिवारों में भी जनहानि का खतरा बना हुआ है। स्थानीय पार्षद पति रचित



गुलाटी ने बताया कि वार्ड में सीएम ग्रिड योजना के तहत काम चल रहा है। मकान की दीवार गिरने की सूचना पर मौके पर पहुंचा और निगम के अधिकारियों से भी बात की है। उन्होंने आशवासन दिया है कि मामले की जांच कर रहे हैं निर्माण में लापरवाही करने वालों पर सख्त कार्रवाई की जाएगी।

विधायक की अगुवाई में प्रारंभ हुई रन फॉर यूनिटी जागरूकता यात्रा

अमौली कस्बा पहुंचने से पहले ही एक गेस्ट हाउस में समाप्त हुई यात्रा

चिन्हित सरदार पटेल पार्क में हुआ वृक्षारोपण

अमन लेखनी समाचार

अमौली, फतेहपुर जनपद के जहानाबाद विधानसभा अंतर्गत विधानसभा मुख्यालय जहानाबाद से रन फॉर यूनिटी जागरूकता यात्रा निकाली गई क्षेत्रीय विधायक राजेंद्र सिंह पटेल की अगुवाई में निकाली गई पदयात्रा जहानाबाद से अमौली कस्बे की ओर चली जहां क्षेत्रीय विधायक के साथ सैकड़ों की संख्या में क्षेत्रीय नागरिक व समाजसेवी पदयात्रा में शामिल रहे जगह-जगह स्वल्पाहार पेयजल की व्यवस्था रही तथा क्षेत्र के कलाना लहरी सराय बिरनई आदि से निकले पदयात्रा में ग्रामीणों ने पुष्प वर्षा करते हुए सभी पद यात्रियों का भव्य स्वागत किया 10 किलोमीटर की पदयात्रा भ्रमण करते हुए यात्रा अमौली

बताते चलें इस एजेंसी का गैस गोदाम स्टॉक गुरसराय से 3 किलोमीटर दूर अड़जरा ग्राम में है और गैस वही उतरना चाहिए लेकिन उक्त गैस संचालक शासन के नियम विरुद्ध गुरसराय टाउन क्षेत्र मऊरानीपुर रोड स्थित छोटी गैस एजेंसी कार्यालय पर गैस सिलेंडर का भरा टूक गैर कानूनी ढंग से उतराकर जहां बस्ती में कभी भी कोई आगजनी से दुर्घटना को आमंत्रण दे रहा है। वहीं आम उपभोक्ताओं को ठगा व परेशान किया जा रहा है जिसका जिंदा प्रमाण गैस सिलेंडर बिक्री का ऑनलाइन भुगतान ग्राहकों से बहुत कम किया जाता है इसके 3 माह के ऑनलाइन गैस सिलेंडर बिक्री के रिपोर्टों की जांच की जाए तो बड़ा गोलमाल साबित हो रहा है। इस प्रकार उत्तर प्रदेश शासन की छवि पर भी भट्टा लग रहा है। नगर व क्षेत्र के आम उपभोक्ताओं ने इस संबंध में जल्द बड़ी कार्यवाही की जिला प्रशासन व शासन मांग की है। साथ ही इस जांच में उच्चस्तरीय टीम गठित करने की भी पहल की है।



कस्बे पहुंचने से पहले ही एक गेस्ट हाउस में संपन्न हो गई वहीं गेस्ट हाउस अंतर्गत आयोजित जनसभा कार्यक्रम में पहुंचे मुख्य अतिथि के रूप में उत्तर प्रदेश के युवा मोर्चा प्रदेश अध्यक्ष विधान परिषद सदस्य प्रांशु दत्त द्विवेदी ने दीप प्रचलन के साथ देश के प्रथम गृहमंत्री सरदार वल्लभभाई पटेल की प्रतिमा में माल्यार्पण कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया कार्यक्रम में पहुंचने पर



रिपोर्ट (एफआईआर) दर्ज की जा रही है। भविष्य में ऐसी गतिविधियों को रोकने के लिए सख्त निगरानी के निर्देश भी दिए गए हैं। पीडीए ने यह भी स्पष्ट किया कि शहर में बिना अनुमति किसी भी प्रकार की प्लांटिंग, निर्माण या बिक्री की गतिविधि बर्दाश्त नहीं की जाएगी। यह कार्रवाई जोनल अधिकारी के साथ-साथ अवर अभियंता, सुपरवाइजर, पीडीए परिवर्तन टीम और थाना एसओएस के पुलिस दल की मौजूदगी में संपन्न हुई। टीम ने मौके पर मौजूद लोगों को चेतावनी दी कि अवैध

प्लांटिंग के खिलाफ लगातार अभियान चलाया जाएगा। इसका उद्देश्य मास्टर प्लान के विपरीत होने वाले अवैध कब्जों, कटानों और निर्माण पर अंकुश लगाना है। पीडीए प्रशासन ने आम जनता से अपील की है कि किसी भी जमीन की खरीद-बिक्री से पहले उसकी वैधता की जांच अवश्य करें। प्राधिकरण ने केवल अनुमोदित परियोजनाओं में ही निवेश करने की सलाह दी है। अवैध प्लांटिंग में निवेश से आर्थिक नुकसान के साथ-साथ कानूनी जोंखिम भी हो सकता है।

विधायक राजेंद्र पटेल ने कस्बे में चिन्हित मुख्य चौगहे की समीप सरदार वल्लभभाई पटेल पार्क में छायादार तथा औषधीय पौधों का वृक्षारोपण किया

पश्चात देश के प्रथम गृहमंत्री के रूप में जिम्मेदारी निभाने वाले गृहमंत्री सरदार वल्लभभाई पटेल के बारे में विस्तृत जानकारी देते हुए बताया कि उन्होंने 500 से अधिक रियासतों को जोड़कर अखंड भारत के निर्माण करने में अपनी अहम भूमिका अदा की थी जबकि कुछ लोगों ने उनके इस सराहनीय योगदान को सदैव नजर अंदाज किया विपक्ष के लोगों ने देश की ऐसी महान मूर्ति को मिलने वाले सम्मान से भी वंचित कर दिया कार्यक्रम में मौजूद मुख्य अतिथि के साथ भारतीय जनता पार्टी के जिला अध्यक्ष मुखलाल पाल जिला मंत्री रेखा मिश्रा क्षेत्रीय विधायक राजेंद्र सिंह पटेल समेत अन्य कई जिम्मेदार पदाधिकारी ने अपने-अपने संबोधन में सरदार पटेल जैसी महान विभूति का विस्तृत परिचय देते हुए अखंड भारत के निर्माण हेतु संपूर्ण आम जनमानस से अपील की कार्यक्रम के पश्चात कस्बे पहुंचे

विधायक राजेंद्र पटेल ने कस्बे में चिन्हित मुख्य चौगहे की समीप सरदार वल्लभभाई पटेल पार्क में छायादार तथा औषधीय पौधों का वृक्षारोपण किया इस मौके पर पदयात्रा के दौरान उपयुक्त सभी सदस्यों के साथ अन्य क्षेत्रीय समाज सेवी भारतीय जनता पार्टी के कर्मठ नेता अवधेश मिश्रा राजेश सिंह चौहान जयंती वर्मा मोना शुक्ला उत्प्रेक्षा त्रिवेदी प्रज्ञा गुप्ता मनु मिश्रा सोमवती निषाद सोमेश्वर पटेल शिव गुप्ता अमौली ग्राम प्रधान पति प्रकाश चंद्र उर्फ बंटे सोनकर शुभम ठाकरे समेत भारी संख्या में क्षेत्रीय पदाधिकारी तथा नागरिक मौजूद रहे आए हुए सभी अतिथियों का अमौली मंडल अध्यक्ष सतोष गुप्ता ने सादर आभार व्यक्त किया पदयात्रा के दौरान जहानाबाद क्षेत्र के पुलिस प्रशासन के साथ-साथ क्षेत्र में पहुंचने पर चांदपुर थाना अध्यक्ष विनोद पटेल अमौली कस्बा प्रभारी दिग्विजय सिंह समेत भारी पुलिस बल जगह-जगह मौजूद रहा

सड़क सुरक्षा वाकथॉन का आयोजन

यातायात जागरूकता माह में जनप्रतिनिधियों से लेकर स्कूली बच्चों तक ने बढ़ाया कदम

अमन लेखनी समाचार

गाजियाबाद, यातायात जागरूकता माह के तहत कमिश्नरेट पुलिस ने सड़क सुरक्षा, जीवन रक्षा थीम पर एक वाकथॉन का आयोजन किया। इसका उद्देश्य लोगों को ट्रेफिक नियमों के प्रति जागरूक करना, सुरक्षित ड्राइविंग की आदतों को बढ़ावा देना और सड़कों पर बढ़ रहे हादसों में कमी लाना था। वाकथॉन कविनगर रामलीला मैदान से शुरू हुआ, जिसमें शहर भर से बड़ी संख्या में लोग शामिल हुए। आम नागरिकों के साथ सांसद, विधायक, नगर आयुक्त, पुलिस कमिश्नर, डीसीपी, एसपी और कई विभागों के अधिकारी भी लोगों के साथ कदम से कदम मिलाते चले। कार्यक्रम के दौरान गाजियाबाद पुलिस कमिश्नर जे. रविंदर



गौड़ ने कहा कि सड़क सुरक्षा केवल पुलिस या सरकार की जिम्मेदारी नहीं, बल्कि हर नागरिक का कर्तव्य है। उन्होंने हेल्मेट, सीट बेल्ट, स्पीड लिमिट और ट्रेफिक संकेतों का पालन करने की अपील करते हुए कहा कि इन छोटे-छोटे नियमों से अनगिनत हादसों

को रोका जा सकता है। वाकथॉन में एनसीसी कैडेट्स, स्कूली छात्र, कॉलेजों के युवा और विभिन्न सामाजिक संगठनों के सदस्य भी सक्रिय रूप से शामिल रहे। प्रतिभागियों ने सड़क सुरक्षा से जुड़े पोस्टर व स्लोकन के साथ लोगों को नियमों का

पालन करने का संदेश दिया। मंच से हेल्मेट पहनने, सीट बेल्ट लगाने, गलत दिशा में वाहन न चलाने, ओवरस्पीडिंग से बचने और ड्राइविंग के दौरान मोबाइल फोन का इस्तेमाल न करने जैसे नियमों पर विशेष जोर दिया गया। कविनगर मैदान में स्कूली बच्चों और युवा कलाकारों ने सड़क हादसों पर आधारित लघु नाटक प्रस्तुत किए, जिनमें दिखाया गया कि कुछ संकेतों की लापरवाही कैसे किसी की जिंदगी बदल सकती है। वाकथॉन में शामिल खिलाड़ियों, समाजसेवियों और स्थानीय कलाकारों ने भी मंच से लोगों को जागरूक किया। लोकगायकों और खेल जगत से जुड़े प्रतिभागियों ने कहा कि ट्रेफिक नियमों की अनदेखी करना न केवल खूब के लिए, बल्कि दूसरों की भी जिंदगी को खतरों में डालना है।



भयंकर जाम से झूझते रहे यात्री, डायल हड़्डे पुलिस ने सभाला मोचा

अमन लेखनी समाचार
मल्लावां, हरदोई। कस्बे के मुख्य चौराहे पर जाम लगने से यात्री करीब आधे घंटे तक परेशान बने रहे । डायल हड़्डे पुलिस ने होमगार्ड के साथ जाम खुलवाने में जुटी तब जाकर यातायात बहाल हुआ। ऐसे में ट्रैफिक पुलिस नदारद दिखी। मल्लावां कस्बे में सुबह शाम जाम से यातायात प्रभावित होना अब आम बात हो गई। जाम का मुख्य कारण सड़कों के किनारे खड़े रहने वाले दो पहिया, ई-रिक्सा, सीएनजी ऑटो, बस आदि खड़े रहने से एक पट्टी पूरी तरह से प्रभावित होने से वाहनों की लम्बी कतारें लग जाती हैं।जिससे जाम लग जाता है। बैंकों के बाहर सड़क पर बाइक खड़े रहने से भी जाम जैसी समस्या बनी रहती है।मंगलवार को शाम 3 बजे से लेकर 3.30 तक कटरा -बिल्दरौ और संडीला -मेहदीघाट रोड पर जाम बना रहा। एक मात्र होमगार्ड ही यातायात पर कंट्रोल करने में लगा रहा।

चुप्पी तोड़; हल्ला बोल कार्यक्रम का आयोजन

अमन लेखनी समाचार

हरदोई।बाल मित्रकेंद्र कोतवाली, देहात हरदोई कार्यक्रम समाधान अभियान एवं रईडिंगया पेरिटसाइड्स लिमिटेडर के संयुक्त प्रयास से संचालित रचुप्पी तोड़; हल्ला बोलर परियोजना के अंतर्गत विश्व स्तर पर प्रतिवर्ष 18 नवम्बर को मनाए जाने वाले रबाल यौन शोषण, दुर्व्यवहार एवं हिंसा की रोकथाम और उपचार दिवसरके अवसर पर,बालमित्रकेंद्र कोतवाली, देहात हरदोईद्वारा र पाक्सो पीडित बच्चों के लिए एक कार्यक्रम आयोजित किया गया इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य पीडित बच्चों व उनके

कूटरचित दस्तावेजों से जमीन की ठगी,1अभियुक्त गिरफ्तार

अमन लेखनी समाचार

हरदोई। के थाना हरपालपुर पर पीडित राधेश्याम सिंह (निवासी पूरनपुर मजरा तिथियाँ) ने तहरीर दी थी कि मौजीराम उर्फ मौजीलाल (निवासी मिसुरनपुरवा, थाना सवायजपुर) सहित 03 नामजद और 01 अज्ञात अभियुक्तों ने मिलकर उनके साथ धोखाधड़ी की। अभियुक्तों ने कूटरचित दस्तावेज तैयार किए और एक महिला का नाम बदलकर उस मौके पर खड़ा करके वादी को जमीन का बेनामा करा दिया और पैसे ले लिए। इस संबंध में थाना हरपालपुर पर पुलिस ने मामले में सल्लिप अभियुक्तों को गिरफ्तार किया है।

हरदोईमें जिला वृक्षारोपण, पर्यावरण, गंगा समिति की बैठक सम्पन्न: जैविक खेती व गंगा संरक्षण पर विशेष ध्यान देने पर जोर

अमन लेखनी समाचार

हरदोई। मुख्य विकास अधिकारी (सीडीओ) सान्या छबड़ा की अध्यक्षता में स्वामी विवेकानन्द सभागार में जिला वृक्षारोपण समिति, गंगा समिति, व पर्यावरण के कार्यों की समीक्षा बैठक आयोजित की गई।सीडीओ सान्या छबड़ा ने अधिकारियों को जैविक खेती व गंगा संरक्षण पर विशेष ध्यान देने का निर्देश दिया। उन्होंने कहा कि पर्यावरण संरक्षण एवं गंगा स्वच्छता पर जोर दिया जाए। जुलाई माह में हुए वृहद वृक्षारोपण के पौधों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए संबंधित विभागों को निर्देशित किया गया।बैठक में गीले कचरे के उपचार हेतु बेट कंपोस्टिंग पिट्स की कार्यात्मक स्थिति, प्लास्टिक अपशिष्टों का प्रबंधन (सड़क निर्माण, ऊर्जा निर्माण आदि

बारे में प्रशिक्षित किया जाएगा।दीवार लेखन के माध्यम से जन-जन तक डायरिया से बचाव के प्रमुख सन्देश पहुंचाए जायेंगे।ह्रडावरिया से डर नहींह्र कार्यक्रम से बाल विकास सेवा एवं पुष्पाहार (आईसीडीएस) और शिक्षा विभाग के साथ ही अन्य विभागों को भी जोड़ा जाएगा। निजी क्षेत्र के चिकित्सकों और अस्पतालों को भी कार्यक्रम से जोड़ा जायेगा।

इस मौके पर जिला मलेरिया अधिकारी डॉ. अलका सिंह ने कहा कि विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा प्रमाणित ओआरएस को दस्त के इलाज के लिए गोल्ड स्टैण्डर्ड माना गया है। डायरिया की शुरुआत में ही पहचान कर ओआरएस का घोल दिया जाए तो गंभीर स्थिति तक पहुंचने से बच्चे को बचाया जा सकता है। 124 घंटे में यदि तीन बार पतली दस्त आ रही है तो यह डायरिया के लक्षण हो सकते हैं और यह लम्बे समय तक बनी रहे तो यह गंभीर डायरिया का रूप ले सकती है। निजी क्षेत्र में अब लिक्विड के रूप में निर्मित ओआरएस का घोल उपलब्ध है। विश्व स्वास्थ्य संगठन से एसएमओ डॉ. ईशा ने रोटा वायरस वैकसीन के बारे में जानकारी दी। उन्होंने कहा कि शिशु को जन्म के तुरंत बाद स्तनपान कराएँ और छह माह तक बच्चे को मां के दूध के अलावा कोई भी बाहरी चीज न दें।

खनन हादसे की न्यायिक आयोग से हो जांच - एआईपीएफ

खनन में चल रहे सिंडिकेट पर श्वेत पत्र लाए योगी सरकार

मजदूरों को पर्याप्त मुआवजा और दीर्घियों पर कड़ी कार्रवाई हो

अमन लेखनी समाचार

सोनभद्र ।बिल्ली मारकुंडी में हुए खनन हादसे पर गहरा शोक व्यक्त करते हुए ऑल इंडिया पीपुल्स फ्रंट की जिला कमिटी ने खनन हादसे की उच्च न्यायालय के न्यायाधीश की अध्यक्षता में गठित न्यायिक आयोग द्वारा जांच कराने की उत्तर प्रदेश सरकार से मांग की है।एआईपीएफ के जिला संयोजक कृपा शंकर पनिका ने बताया कि संगठन की तरफ से लिए राजनीतिक प्रस्ताव में कहा गया है कि सन 2000 से भाजपा का राज में शुरू हुआ अयोग्य खनन का कारोबार आज सिंडिकेट के हवाले हो गया है।यहां हो रहे खनन कारोबार के तार सभी सरकारों में मुख्यमंत्री कार्यालय तक जुड़े रहे हैं। इस खनन में माइन्स सेफ्टी एक्ट का खुला उल्लंघन होता है।



चलाया जा रहा है, जिसे ह्रडावरिया से डर नहींह्र कार्यक्रम से और बल मिलेगा। इसके तहत समुदाय में जागरूकता को बढ़ावा दिया जाएगा और व्यवहार परिवर्तन को प्रोत्साहित किया जाएगा ताकि दस्त प्रबन्धन को पूरी तरह प्रभावी बनाया जा सके। आशा कार्यकर्ताओं, सेवा प्रदाताओं और देखभालकर्ताओं का क्षमतावर्धन किया जाएगा जो कि दस्त प्रबन्धन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।इसके अलावा बच्चों में ओआरएस और ज़िंक का वितरण सुनिश्चित कराया जाएगा, डायरिया की शीघ्र

जागरूकता की अलख जगाएंगे, डायरिया को दूर भगाएंगे : सीएमओ

सीएमओ ने किया ह्रडावरिया से डर नहींह्र कार्यक्रम का शुभारम्भ

पीएसआई इंडिया व केनव्यू के सहयोग से चलाया जा रहा कार्यक्रम

अमन लेखनी समाचार

मुजफ्फरनगर ।शून्य से पांच साल तक के बच्चों को डायरिया से सुरक्षित बनाने को लेकर जनपद में एक अनूठी जन स्वास्थ्य पहल की गयी है। इसके तहत स्वास्थ्य विभाग के तत्वावधान में पापुलेशन सर्विसेज इंटरनेशनल-इंडिया (पीएसआई-इंडिया) और केनव्यू के सहयोग से ह्रडावरिया से डर नहींह्र कार्यक्रम का मंगलवार को एक स्थानीय होटल में भव्य शुभारम्भ किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. सुनील तैवतिया ने की। उन्होंने कहा कि जन-जन में जागरूकता की अलख जगाते हुए जनपद से डायरिया को दूर भगाएंगे।

मुख्य चिकित्सा अधिकारी ने कहा कि शून्य से पांच साल तक के बच्चों की कुल मौत का एक प्रमुख कारण डायरिया भी है। स्वास्थ्य विभाग द्वारा इस पर नियंत्रण के लिए स्टॉप डायरिया कैम्पेन (डायरिया रोको अभियान)

गुप्तकाशी सेवा ट्रस्ट का पंच दिवसीय निःशुल्क पूरक चिकित्सा शिविर लगा

-दमन में सप्तदिवसीय 21 कुंडीय शिव शक्ति अर्धनारीश्वर महायज्ञ एवं श्रीमद्भागवत ज्ञान यज्ञ का हुआ आयोजन।

अमन लेखनी समाचार

सोनभद्र। गुप्तकाशी सेवा ट्रस्ट द्वारा दमन में आयोजित सप्तदिवसीय 21 कुंडीय शिवज्ञशक्ति अर्धनारीश्वर महायज्ञ एवं श्रीमद्भागवत ज्ञान यज्ञ के पावन अवसर पर ११ से १५ नवम्बर तक पंच दिवसीय निःशुल्क पूरक चिकित्सा शिविर का भव्य आयोजन किया गया। विश्व की द्वितीय किन्नर कथावाचक परम पूज्य बहन हेमलता सखी जी के दिव्य सानिध्य में चल रहे इस महादर्शनार्चनकल्याण को सर्वोच्च महत्व दिया गया, जिसमें दूर-दूर से आए सैकड़ों श्रद्धालु लाभान्वित हुए। इस चिकित्सा शिविर की विशेषता यह रही कि योगदर्शनार्चन स्वामी ध्यानानंद जी तथा गुप्तकाशी सेवा ट्रस्ट के संस्थापक, अथर्ववेद धूपन चिकित्सा के अध्यक्ष और विख्यात समाजसेवी रवि प्रकाश चौबे जी ने स्वयं उपस्थित होकर प्राकृतिक आयुर्वेदिक चिकित्सा, योग

अखिल भारतीय संयुक्त अधिवक्ता परिषद ने विभिन्न मांगों को लेकर सौंपा ज्ञापन

अमन लेखनी समाचार

हरदोई। अखिल भारतीय संयुक्त अधिवक्ता परिषद के कार्यकर्ताओं पर पदधिकारियों ने राष्ट्रीय अध्यक्ष अधिवक्ता शिव सेवक गुप्त जय शिव एवं वरिष्ठ राष्ट्रीय महामंत्री अधिवक्ता हर्षवर्धन सिंह के संयुक्त नेतृत्व में हरदोई जनपद में भ्रष्टाचार के पर्याय बने ए आर सहकारिता एवं रसद, खाद के दो कर्मचारी क्रमशः मनोज शर्मा एवं धर्मेंद्र के विरुद्ध जिला अधिकारी को शिकायती पत्र कार्रवाई हेतु मांग पत्र सोपा गया इस अवसर पर संयुक्त अधिवक्ता परिषद के वरिष्ठ राष्ट्रीय महामंत्री अधिवक्ता हर्षवर्धन सिंह ने बताया जनपद के किसानों का शोषण लगातार जारी है उन्होंने बताया सरकार का रवैया पारदर्शी, किसान हित में है परंतु उक्त स्थानीय कर्मचारी के लापरवाही और भ्रष्टाचारी नियति

शेल्टर होम की वैकल्पिक व्यवस्था होने तक भटकते कुत्तों पर कार्रवाई न की जाए

मुंबई युथ कांग्रेस और पशुप्रेमी संगठनों का शिवाजी पार्क परिसर में भटकते कुत्तों पर कार्रवाईके विरोध में प्रदर्शन

अमन लेखनी समाचार

मुंबई, अदालत के आदेश के बाद मुंबई में भटकते कुत्तों पर अत्यंत जल्दबाजी में और अन्यायपूर्ण कार्रवाई की जा रही है। इसी के विरोध में आज शिवाजी पार्क परिसर में मुंबई यूथ कांग्रेस और पशुप्रेमी संगठनों की ओर से प्रदर्शन किया गया। मुंबई यूथ कांग्रेस की अध्यक्ष जिनत शबरीन के नेतृत्व में कांग्रेस पदाधिकारी और पशुप्रेमी संगठनों के कार्यकर्ताओं ने शिवाजी पार्क परिसर में भटकते कुत्तों

हरदोई। पूर्व सैनिक वेलफेयर

फाउण्डेशन के अध्यक्ष आदरणीय अशोक अग्निहोत्री जी के संयोजन में विधानसभा क्षेत्र के विकास खण्ड भरखनी के ग्राम खितौली में आयोजित रेजांगला शौर्य दिवस के अवसर पर लोकप्रिय विधायक माधवेंद्र प्रताप सिंह रानू ने क्षेत्र के गौरव वीर शहीद स्मृति शेष राजबहादुर सिंह यादव की पुण्य स्मृतियों को याद कर उन्हें अपनी श्रद्धांजलि अर्पित की इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में कारगिल शहीद कैप्टन मनोज पाण्डेय जी के भाई मदन मोहन पाण्डेय जी कैप्टन वीर अब्दुल हमीद जी सुपौत्र जमील आलम जी सैनिक बोर्ड के जिला अधिकारी कर्नल ओ पी मिश्रा जी कार्यक्रम के संयोजक गणों में सुहाना जैन जी, सर्वेंद्र सिंह सोमवंशी जी, पुष्पेन्द्र सिंह जी, महेन्द्र पाल सिंह जी सहित उपजिलाधिकारी

के खिलाफ की जा रही कार्रवाई का तीव्र विरोध व्यक्त किया। इस दौरान बोलते हुए जिनत शबरीन ने कहा कि भटकते जानवर अपने लिए आवाज नहीं उठा सकते। उनके साथ क्रूरता करना उचित नहीं है। जिम्मेदार नागरिकों के रूप में मानवता, करुणा और न्याय के मूल्यों की रक्षा करना हमारी सामूहिक जिम्मेदारी है। भटकते कुत्तों को हटाने के संबंध में सर्वोच्च न्यायालय के आदेश का आधार लेकर मुंबई में कार्रवाई शुरू की गई है; लेकिन यह आदेश अत्यंत व्यापक है, और इसकी प्रभावी क्रियान्वयन के लिए उचित तंत्र, शेल्टर, चिकित्सा सुविधाएँ और अहउ केंद्र स्थापित किए जाने चाहिए। किंतु वैकल्पिक व्यवस्था खड़ी किए

विना की जा रही कार्रवाई अमानवीय, अव्यवहारिक और अन्यायकारक है। राहुल गांधी द्वारा वोट चोरी का मुद्दा उठाते ही इस तरह की कार्रवाइयों के माध्यम से महत्वपूर्ण मुद्दों से ध्यान भटकाने की कोशिश की जाती है। जैसे दादर में कबूतर खाने के मुद्दे पर वैकल्पिक व्यवस्था खोजी गई, वैसे ही भटकते कुत्तों के लिए भी सरकार को उचित विकल्प उपलब्ध कराना आवश्यक है। ये जानवर भी इस शहर का हिस्सा हैं; इन्हें भी जीने का अधिकार है। मुंबई यूथ कांग्रेस पशुप्रेमियों, पशु अधिकारों के लिए काम करने वाले संगठनों और सर्वेदनशील मुंबईकरों के साथ मजबूती से खड़ी है, ऐसा शबरीन ने कहा।



मानक से ज्यादा गहरा खनन करके भयंकर खाई बना दी गई है। कहीं भी एनजीटी के आदेश पर्यावरणीय नियमों का पालन नहीं होता और बार-बार जिला प्रशासन और श्रम विभाग से कहने के बावजूद खनन में लगे हुए एआईपीएफ ने यह भी कहा है कि खनन में हाताहत हुए मजदूरों के पर्थान मुआवजा दिया जाए, पूरे खनन को सरकारी क्षेत्र में चलाया जाए और एनजीटी व माइंस सेफ्टी एक्ट का कड़ाई से अनुपालन किया जाए और इस खनन हादसे को भी दोषी हैं उनके विरुद्ध कड़ी कार्रवाई की जाए।

खितौली में आयोजित रेजांगला शौर्य दिवस के अवसर पर विधायक ने अर्पित किये श्रद्धा सुमन

अमन लेखनी समाचार

हरदोई। पूर्व सैनिक वेलफेयर

फाउण्डेशन के अध्यक्ष आदरणीय

अशोक अग्निहोत्री जी के संयोजन में

विधानसभा क्षेत्र के विकास खण्ड

भरखनी के ग्राम खितौली में आयोजित

रेजांगला शौर्य दिवस के अवसर पर

लोकप्रिय विधायक माधवेंद्र प्रताप सिंह

रानू ने क्षेत्र के गौरव वीर शहीद स्मृति

शेष राजबहादुर सिंह यादव की पुण्य

स्मृतियों को याद कर उन्हें अपनी

श्रद्धांजलि अर्पित की इस अवसर पर

मुख्य अतिथि के रूप में कारगिल शहीद

कैप्टन मनोज पाण्डेय जी के भाई मदन

मोहन पाण्डेय जी कैप्टन वीर अब्दुल

हमीद जी सुपौत्र जमील आलम जी

सैनिक बोर्ड के जिला अधिकारी कर्नल

ओ पी मिश्रा जी कार्यक्रम के संयोजक

गणों में सुहाना जैन जी, सर्वेंद्र सिंह

सोमवंशी जी, पुष्पेन्द्र सिंह जी, महेन्द्र

पाल सिंह जी सहित उपजिलाधिकारी

हरदोई। पूर्व सैनिक वेलफेयर फाउण्डेशन के अध्यक्ष आदरणीय अशोक अग्निहोत्री जी के संयोजन में विधानसभा क्षेत्र के विकास खण्ड भरखनी के ग्राम खितौली में आयोजित रेजांगला शौर्य दिवस के अवसर पर लोकप्रिय विधायक माधवेंद्र प्रताप सिंह रानू ने क्षेत्र के गौरव वीर शहीद स्मृति शेष राजबहादुर सिंह यादव की पुण्य स्मृतियों को याद कर उन्हें अपनी श्रद्धांजलि अर्पित की इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में कारगिल शहीद कैप्टन मनोज पाण्डेय जी के भाई मदन मोहन पाण्डेय जी कैप्टन वीर अब्दुल हमीद जी सुपौत्र जमील आलम जी सैनिक बोर्ड के जिला अधिकारी कर्नल ओ पी मिश्रा जी कार्यक्रम के संयोजक गणों में सुहाना जैन जी, सर्वेंद्र सिंह सोमवंशी जी, पुष्पेन्द्र सिंह जी, महेन्द्र पाल सिंह जी सहित उपजिलाधिकारी

अमन लेखनी समाचार

हरपालपुर,हरदोई।यातायात एवं मिशन शक्ति अभियान के तहत पुलिस टीम

ने मंगलवार को सीएफसी में पुरुषों व महिलाओं को जागरूक किया है। उपनिरीक्षक महेश यादव ने कहा कि बाइक चलाते समय हेलमेट पहनना न भूलें।जिससे अपनी और परिवार की सुरक्षा है।व्यंगीक जब घर का कोई भी व्यक्ति बाइक से कही बाहर जाता हैं तो उसकी पत्नी और बच्चे परिवार के लोगों को उस व्यक्ति की चिंता बनी रहती है।हेलमेट लगाने से कई लोगों की जान बच चुकी है।बाइक चलाते समय हेलमेट का प्रयोग जरूर करें।महिला उपनिरीक्षक अंजना सचान ने कहा कि यदि किसी महिला कोई दिक्कत हो तो वह डायल 112,1090 पर कॉल कर सकती है। महिला बाजार या शहर में अकेले हैं।उसे अपने घर तक जाने का साधन नहीं मिला है।तो डायल 112 पर कॉल करें।उसकी सहायता की जाएगी।महिला को किसी भी प्रकार की समस्या है।वह थाने पर आकर अपनी शिकायत दर्ज कर सकती हैं।साइबर फ्रॉड होने पर 1930 नंबर पर कॉल करके शिकायत दर्ज करायें।इस मौके पर उप निरीक्षक शमशेर खॉं मौजूद रहे।

आर वी एस मेमोरियल डिस्ट्रिक्ट स्पोर्ट्स टूर्नामेंट: आर आर इंटर कॉलेज ने जीता फुटबॉल फाइनल

अमन लेखनी समाचार

हरदोई। बाल विद्या भवन पब्लिक स्कूल, नपेठा रोड हरदोई में चल रहे राकेश विक्रम सिंह मेमोरियल डिस्ट्रिक्ट स्पोर्ट्स टूर्नामेंट का फाइनल फुटबॉल मैच 17 नवम्बर, 2025 को खेला गया। फफ इंटर कॉलेज मैदान पर खेले गए इस रोमांचक मुकाबले में फफ इंटर कॉलेज ने सेंट जेवियर्स को 3-0 से करारी शिकस्त देकर टूर्नामेंट जीत लिया।आर आर इंटर कॉलेज ने पहले हाफ में 1 गोल और दूसरे हाफ में 2 गोल दागकर एकतरफा जीत दर्ज की।सेंट जेवियर्स की टीम किसी भी स्तर पर संघर्ष करती नहीं

दिखी। टूर्नामेंट में ताज को मैन ऑफ द मैच का खिताब दिया गया।कार्यक्रम का शुभारम्भ मुख्य अतिथि किशन जी (संगठन मंत्री, अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद और विशिष्ट अतिथि अजय कुमार शुक्ल (प्रधानाचार्य, आर आर इंटर कॉलेज) ने किया।कार्यक्रम की अध्यक्षता कर्जुप्रियासिंह (उपप्रबंधक, बालविद्या भवन पब्लिक स्कूल) ने की।कार्यवाहक प्रधानाचार्य सत्येन्द्रसिंह और एकेडमिक हेड डॉ. अरुण कुमार मिश्र ने अतिथियों का सम्मान किया। रेफरी की भूमिका हंसराज कुशवाहा, हबीबउल्ला, सर्वेश चौहान और श्याम नरायण त्रिवेदी ने निभाई।





सोशल बनिए-हैप्पी रहिए

लंबी उम्र भी पाइए

कवर स्टोरी

शिखर चंद जैन

आज के समय में अकेलापन एक बढ़ती हुई चिंता का विषय बन गया है। कहने को सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर भले ही आपके हजारों फॉलोअर्स और फ्रेंड्स हों, लेकिन रियल लाइफ के सोशल सर्किल और फ्रेंड्स के बिना किसी भी व्यक्ति की जिंदगी अधूरी है। क्योंकि वचुअल फ्रेंड कभी काम नहीं आते, हर अच्छे-बुरे समय में हमेशा नजदीकी स्नेही स्वजन ही काम आते हैं। मनोवैज्ञानिक भी मान चुके हैं, जीवन में जिंदादिल लोगों और दोस्तों का होना बेहद जरूरी है। लंबी आयु और शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य के लिए एक अच्छा सामाजिक दायरा और दोस्त बेहद जरूरी हैं। कई अध्ययन हो चुके हैं, जिनमें बताया गया है कि सामाजिक रूप से सक्रिय रहने वाले और मेल-जोल रखने वाले लोग हमेशा प्रसन्न, सफल और स्वस्थ रहते हैं, साथ ही ऐसे लोगों की उम्र भी लंबी होती है। थोड़ा-सा मेल-जोल भी लाभकारी: सवाल यह है कि लंबे समय तक जीने के लिए कितना सामाजिक होना चाहिए। इसके लिए आपको यह समझना होगा, अपने जरूरी काम-काज छोड़कर आपको दोस्तों या समाज के बीच नहीं घूमना है। बहुत ज्यादा नहीं, बस थोड़ा-सा सोशल होना फायदेमंद है। जर्नल ऑफ एपिडेमियोलॉजी एंड कम्युनिटी हेल्थ द्वारा ऑनलाइन प्रकाशित एक बड़े चीनी अध्ययन से इस तथ्य की पुष्टि होती है। वैज्ञानिकों ने 28,000 से अधिक लोगों (औसत आयु 89) के स्वास्थ्य, जीवनशैली की आदतों और सामाजिक गतिविधि का मूल्यांकन किया, जिनके जीवन रहने पर औसतन पांच साल या मृत्यु तक नजर रखी गई थी। पहले पांच वर्षों के भीतर, जितना अधिक लोग सामाजिक थे, वे उतने ही लंबे समय तक जीवित रहे। उक्त समूहों में से प्रत्येक, अपने से पहले वाले से अधिक समय तक जीवित रहा, जो कभी-कभार मासिक, साप्ताहिक या हर दिन सामाजिक होते थे। इनमें से किसी भी समूह के लोग उन लोगों की तुलना में अधिक समय तक जीवित रहे, जो बिल्कुल भी सामाजिक नहीं थे। लेकिन हम जानते हैं कि सामाजिकता के कई महत्वपूर्ण लाभ हैं, जिनमें अकेलापन, अलगाव, डिमेंशिया और दीर्घकालिक बीमारियों के जोखिम का कम होना भी शामिल है। इसलिए अपनी सामाजिक गतिविधियों को बढ़ाने का लक्ष्य



निर्धारित करें, जैसे किसी दोस्त को नियमित फोन करना या उसके साथ मिलना-जुलना। बहुत खतरनाक है सामाजिक अलगाव: वैज्ञानिकों का कहना है कि आप चाहे जितना पौष्टिक भोजन लें, लेकिन अकेले और उदास रहते हैं तो आपको सिर्फ अच्छे खान-पान का ज्यादा फायदा नहीं होने वाला। शोध में पाया गया है कि सामाजिक अलगाव के प्रभाव स्वास्थ्य और दीर्घायु के लिए विनाशकारी हो सकते हैं। अकेलेपन के नकारात्मक प्रभाव, प्रतिदिन 15 सिगरेट पीने जितना हानिकारक हो सकते हैं। इससे हृदय रोग, स्ट्रोक और मधुमेह जैसी बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। अकेलेपन के लक्षण हमें कोशिकीय स्तर तक भी प्रभावित कर सकते हैं। अकेलापन भावनात्मक तनाव को बढ़ा सकता है, जो हमारी कोशिकाओं में ऑक्सीडेटिव तनाव के रूप में प्रकट होता है। यह ऑक्सीडेटिव तनाव, हमारे माइटोकॉन्ड्रिया को नुकसान पहुंचा सकता है, जिससे माइटोकॉन्ड्रियल डिसफंक्शन हो सकता है। इससे उम्र बढ़ने की प्रक्रिया तेज हो जाती है और उम्र से संबंधित बीमारियां हो सकती हैं। अच्छी बात यह है कि केवल सामाजिक संपर्कों को बढ़ावा देने और बनाए रखने से स्वास्थ्य में उल्लेखनीय सुधार हो सकता है, इससे जीवनकाल बढ़ सकता है। इसके लिए ग्रुप एक्टिविटीज में भाग लेना, ऑनलाइन सोशल सर्किल को खोज करना, आजीवन सीखना और वॉलंटियरिंग करना सक्रिय सामाजिक जीवन को बनाए रखने में मदद कर सकता है। सामाजिक संबंध और मानसिक स्वास्थ्य भी आपस में जुड़े हुए हैं। अकेलापन मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का सबब बन जाता है, जिनमें अवसाद, चिंता और संज्ञानात्मक गिरावट शामिल है। जीवन भर खुश रहने हैं करीबी रिश्ते: हार्वर्ड स्टडी ऑफ एडल्ट डेवलपमेंट द्वारा किए गए एक अध्ययन में पता चला है कि हमारे रिश्ते और हम उनमें कितने खुश हैं, इसका हमारे स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव पड़ता है। पैसे या शोहरत से ज्यादा करीबी रिश्ते ही जीवन भर खुश रखते हैं। ये रिश्ते लोगों को जीवन में असंतोष से बचाते हैं, मानसिक और शारीरिक गिरावट को टालने में मदद करते हैं। लोगों से रिश्ते, सामाजिक वार् और जीन (वंशानुगत गुणों) की तुलना में भी लंबे और खुशहाल जीवन के बेहतर संकेतक हैं। शोधकर्ताओं ने पाया है कि सुखी और समृद्ध जीवन का, परिवार, दोस्तों और सामाजिक संबंधों के साथ एक मजबूत नाता है। यह भी पाया गया कि लोगों के अपने

खोज करना, आजीवन सीखना और वॉलंटियरिंग करना सक्रिय सामाजिक जीवन को बनाए रखने में मदद कर सकता है। सामाजिक संबंध और मानसिक स्वास्थ्य भी आपस में जुड़े हुए हैं। अकेलापन मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का सबब बन जाता है, जिनमें अवसाद, चिंता और संज्ञानात्मक गिरावट शामिल है। जीवन भर खुश रहने हैं करीबी रिश्ते: हार्वर्ड स्टडी ऑफ एडल्ट डेवलपमेंट द्वारा किए गए एक अध्ययन में पता चला है कि हमारे रिश्ते और हम उनमें कितने खुश हैं, इसका हमारे स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव पड़ता है। पैसे या शोहरत से ज्यादा करीबी रिश्ते ही जीवन भर खुश रखते हैं। ये रिश्ते लोगों को जीवन में असंतोष से बचाते हैं, मानसिक और शारीरिक गिरावट को टालने में मदद करते हैं। लोगों से रिश्ते, सामाजिक वार् और जीन (वंशानुगत गुणों) की तुलना में भी लंबे और खुशहाल जीवन के बेहतर संकेतक हैं। शोधकर्ताओं ने पाया है कि सुखी और समृद्ध जीवन का, परिवार, दोस्तों और सामाजिक संबंधों के साथ एक मजबूत नाता है। यह भी पाया गया कि लोगों के अपने

आज जिसको देखो वही एक अकेलापन महसूस करता है। इसके पीछे आधुनिक जीवनशैली के साथ व्यक्ति का अपना स्वभाव बहुत मायने रखता है। हम आपनों से दूर होते जा रहे हैं, जबकि शोध बताते हैं, व्यक्ति को सोशल जरूर होना चाहिए, फैमिली मेंबर्स ही नहीं, फ्रेंड्स, रिलेटिव्स से हमेशा जुड़े रहना चाहिए, यह तन-मन के स्वास्थ्य के लिए जरूरी है। इस बात पर दुनिया भर के मनोवैज्ञानिक बहुत बल देते हैं।



फ्रेंड्स साथ होने के फायदे

टेशन से बचाएं: दोस्तों के साथ वक्त बिताने और हंसी-मजाक करने से स्ट्रेस कम होता है और मूड अच्छा रहता है, यह कई शोध के नतीजों में सामने आ चुका है। सफलता दिलाए: अपने प्रोफेशनल फील्ड में मित्रों का होना सफलता का आसान और जल्दी संभव कर सकता है। जब आप कुछ करते हैं और आपके मित्रों द्वारा प्रशंसा, मार्गदर्शन और उत्साहकर्म मिलता है तो आपको यह आसान हो जाता है। बैड हैबिट्स छोड़ें: मित्र अच्छे हो तो आपको कई बुरी आदतों से बचा सकते हैं। मित्र ही बिनास होकर पूरे हक से आपको डुरी आदतों के बारे में बता सकते हैं। अकेलेपन से बचाएं: अकेलेपन से मित्र ही मुक्ति दिला सकते हैं। उनसे बातचीत करके न सिर्फ क्वॉलिटी टाइम बिताना जा सकता है बल्कि मूड भी सही रखा जा सकता है।

रिश्तों से संतुष्टि का स्तर उनके कोलेस्ट्रॉल के स्तर की तुलना में शारीरिक स्वास्थ्य का एक बेहतर पैमाना होता है। इम्यून सिस्टम अधिक मजबूत रहता है: स्वस्थ, दीर्घायु और खुश रहने के लिए अच्छी नींद, व्यायाम, सही भोजन तो जरूरी है ही, साथ ही समग्र स्वास्थ्य यानी हमारी वेल बीइंग के लिए मानव संपर्क बहुत जरूरी है। शोध बताते हैं, दूसरों से जुड़ा हुआ महसूस करने वालों का इम्यून सिस्टम बाकी लोगों की तुलना में अधिक मजबूत रहता है। लेकिन यह जुड़ाव वचुअल नहीं रियल होना चाहिए। वैज्ञानिक कहते हैं, चाहे हम खेल रहे हों, खा-पी रहे हों, बात कर रहे हों या प्रियजनों के साथ हंस रहे हों, हम जो संपर्क महसूस करते हैं, वो हमारी जागरूकता को मजबूती से वर्तमान में स्थापित करता है, जबकि अकेले होने पर हम चिंता करते रहते हैं। इसलिए अधिक अकेले समय बिताने से स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है, जबकि मिलते-जुलते रहने से खुशी का स्तर बढ़ता है। सामाजिक फिटनेस मूड बूस्टर: हार्वर्ड यूनिवर्सिटी द्वारा 85 वर्ष तक एक शोध किया गया। इसमें किशोरावस्था से बुढ़ापे तक के लोग शामिल किए गए। देखा गया कि मजबूत और अच्छे संबंधों वाले लोग, उनके मुकाबले ज्यादा खुश, स्वस्थ और लंबे समय तक जिए, जिनके पास ऐसे संबंध नहीं थे।

मजबूत रिलेशन-बॉन्डिंग के लिए समझें पुरुषों की भावनात्मक जरूरतें

आम धारणा यही है कि महिलाएं, पुरुषों से अधिक इमोशनल होती हैं। इसका यह मतलब नहीं, पुरुषों की कोई भावनात्मक जरूरत नहीं होती। सच तो यह है, रिश्ता कोई भी हो पुरुषों से मजबूत बॉन्डिंग के लिए आपको उनकी इमोशनल जरूरतों को समझना चाहिए।

रिलेशनशिप

अंजु जैन

अकसर पुरुषों के मन में ये सवाल उठते रहते हैं कि कोई हमारे मन की थाल क्यों नहीं लेता? हमारे शरीर में कोई दिल नहीं धड़कता क्या? क्या हमारी कोई भावनाएं नहीं हैं? कोई क्यों नहीं समझता कि हमें भी एक इमोशनल सपोर्ट चाहिए होता है? असल में पुरुषों की भी कुछ भावनात्मक जरूरतें होती हैं, जिन पर कोई बात ही नहीं करना चाहता। विश्व पुरुष दिवस (19 नवंबर) के अवसर पर आपको बता रहे हैं बेहतर रिलेशन के लिए पुरुषों को इमोशनल सपोर्ट देना कितना इंपॉर्टेंट होता है? पुरुषों को भी तारीफ चाहिए: पुरुषों को अकसर टेकन फॉर ग्रांटेड लिया जाता है। कई महिलाएं मानती हैं कि घर का सामान लाना, कोई भी झंझट, विवाद हो उससे निपटना, जाँच कर घर खर्च चलाना तो उनका कर्तव्य है, इसके लिए उनकी क्या प्रशंसा की जाए? वे एक्सप्टा वर्क करके, अपनी जरूरतों को कम करके, त्याग करके भी कुछ करते हैं तो कई मामलों में पत्नी या बच्चे उनको थैंक यू तक बोलना जरूरी नहीं समझते, क्योंकि यह मान लिया गया है कि ये तो उनका फर्ज है। यह कभी न भूलें कि भले ही पुरुष इन्हें अपनी जिम्मेदारी और फर्ज समझकर पूरा करते हैं, फिर भी उनके दिल में चाह रहती है कि कोई उनके लिए तारीफ के दो शब्द अवश्य कहे। जब आप समय-समय पर अपने पुरुष साथी की तारीफ करती हैं, तो इससे उन्हें बहुत दिली सुकून मिलता है। पुरुषों के शौक में रुचि दिखाएं: महिलाओं को सजने-संवरने का, मूवी देखने या घूमने फिरने का शौक होता है, यह सब मान लेते हैं। लेकिन पुरुषों के ऐसे किसी शौक में दिलचस्पी लेने को सहज नहीं माना जाता है। उन्हें अकसर परिवार में टोक दिया जाता है कि अरे ये सब छोड़ो परिवार संभालो या ज्यादा इनकम पर ध्यान दो। अच्छी लाइफ के लिए पुरुषों को भी अपने परिवार और जीवनसाथी से शौक पूरे करने का समर्थन मिलना चाहिए। उनकी बातें ध्यान से सुनें: बाहर से भले ही पुरुष खुद को मजबूत दिखाएं लेकिन वे भी चाहते हैं कि कोई उनके मन की थाल ले। वे अपनी भावनाएं, तकलीफें, समस्याएं किसी के साथ साझा करना चाहते हैं। उनको भी सहानुभूति के बोल चाहिए होते हैं और किसी ऐसे व्यक्ति की जरूरत होती है, जो कह सके कि 'डॉट वरी बी हैप्पी, मैं हूँ न' सुनने का



उन्हें भी समर्पण चाहिए

अकसर महिलाएं, पुरुषों पर बेवफा होने के आरोप लगाती हैं, लेकिन सभी पुरुष या स्त्री एक जैसे नहीं होते। अपने परिवार और रिश्तों से जुड़ा हुआ पुरुष सदैव अपने परिवार और साथी के प्रति विश्वसनीय और प्रतिबद्ध होता है। ऐसे में वह भी अपने नजदीकी लोगों से समर्पण और प्रतिबद्धता चाहता है। किसी पुरुष की भावनात्मक जरूरतों से जुड़ने का एक तरीका है यह भी है कि आपको पुरुष को यह दिखाना होगा कि उसके प्रति आप भी विश्वसनीय हैं। वार्ड जोएल वोग और आरोन बी. रोचलेन ने एक शोध अध्ययन के आधार पर 'डेमिस्ट्रिफाइंग मेस इमोशनल डिस्टेंडर' नामक पुस्तक में लिखा है कि अच्छी बॉन्डिंग के लिए महिलाओं को अपने पुरुष साथी की भावनात्मक जरूरतों के बारे में अवश्य जानना चाहिए। यह किताब पुरुषों के भावनात्मक व्यवहार पर प्रकाश डालती है।

प्रभावी तरीका यह है कि जब वह बोल रहे हों तो आप तब तक खुद को टिप्पणी करने या बोलने से रोक सकती हैं, जब तक वह पूरी बात बोल न लें। बीच में उन्हें न टोकें। इससे उन्हें लगेगा कि आप उनकी बातों को महत्व देती हैं। अतमीय स्पर्श भी है कारगर: मैथ्यू हसी की पुस्तक 'गेट द गाइड' में वास्तविक और अच्छे पुरुष को खोजने और उसे खुशहाल बनाए रखने के लिए कुछ आवश्यक सुझाव दिए गए हैं। पुस्तक में कहा गया है कि अधिकांश स्त्रियां हमेशा यही सोचती हैं कि प्यार और स्नेह पर उनका ही हक है। जबकि शारीरिक स्पर्श जैसे गले लगाना, हाथ पकड़ना आदि पुरुषों के लिए भी भावनात्मक जुड़ाव का एक महत्वपूर्ण तरीका हो सकता है। इस तरह का प्यार भरा स्पर्श ऑक्सिटोसिन नामक हार्मोन को स्रावित करता है, जो जुड़ाव को भावना पैदा करता है।

आमतौर पर पैरेंट्स यही सोचते हैं कि बच्चों को अनुशासन में रखने के लिए डांटना और मारना जरूरी है, जबकि बच्चे उनके प्यार से समझाने पर आसानी से उनकी बातें मान सकते हैं।

बच्चे डांटने-मारने से नहीं प्यार से समझाने पर सीखते हैं सब कुछ

बच्चे और आप

नीलम अरोड़ा

बच्चों को कुछ सिखाने के लिए उन्हें डांटने, मारने का तरीका अब पुराना हो चुका है। पुरानी पीढ़ी के पैरेंट्स की यही सोच थी कि बच्चों को सिखाने के लिए उन्हें डांटना, मारना जरूरी है। उस दौर के पिताओं का तो मानना ही था कि बच्चे में माता-पिता का डर होना चाहिए। उनके इस डर के चलते ही वो कोई भी गलत काम करने से पहले एक-दो बार नहीं, बार-बार सोचेंगे। बच्चों को अनुशासन सिखाना हर पैरेंट्स की जिम्मेदारी है। उनको अनुशासन सिखाने के लिए प्यार और पॉजिटिव



प्रेरित किया जा सकता है। यदि वह कोई अच्छा काम करता है, समय से अपना होमवर्क करता है, स्कूल से आने के बाद अपना बैग, अपने जूते सही जगह पर रखता है, अपनी यूनिफॉर्म उतारकर हाथ-मुंह धोकर खाना-खाना जैसे दैनिक जीवन के काम अगर वह अपने आप अच्छी तरह करता है तो उसके लिए उसकी पीठ थपथपाएं और उसकी तारीफ करें। क्योंकि तारीफ के छोटे-छोटे शब्द भी बच्चों को अनुशासन सिखाने के लिए मोटिवेट करते हैं। उन्हें जब मां से प्यार और सराहना मिलती है, तो वे बार-बार उसी व्यवहार को दोहराते हैं। निर्णय लेने की क्षमता विकसित करें: अकसर बच्चे अपने पैरेंट्स की कही बात को नहीं मानते। यदि आप उसे किसी बात को करने के लिए कहती हैं तो वह इस ओर ध्यान नहीं देता है। बच्चों के साथ जबर्दस्ती करने के बजाय, उसे उसका निर्णय खुद लेने की छूट दें, जिससे वह एक बार वैसा नहीं करता, जैसा आप कहते हैं, तो जब उसको इसके उल्टे नतीजे मिलते हैं, तो उसमें उस चीज को समझने की अपने विवेक से जो क्षमता आती है, वह उसके लिए बेहद जरूरी है। यानी बच्चे जब अपने फैसलों से कुछ सीखते हैं तो वह सीख उन्हें ताउम्र काम आती है। बच्चों की भावनाओं को समझें: अगर बच्चा बार-बार कोई गलती करता है तो उसे उसके हाल पर छोड़ने के बजाय वह ऐसा क्यों कर रहा है, इस बात की तह तक जाना जरूरी है। अगर आपका बच्चा बार-बार ऐसा करता है तो उसे डांटने की बजाय उस सिचुएशन को समझदारी से हँडल करें। उसे प्यार से अपने पास बिठाएं, उससे बात करें, इससे वह इमोशंस को समझता है और साथ में जब उसे आपमें भी पॉजिटिव सपोर्ट करने की बात दिखाई देती है, तो उसे खुद ब खुद सही और गलत में अंतर समझ में आ जाता है। बच्चे का ध्यान बटाएं: अगर बच्चा लगातार शरारतें करता है, तो उसका ध्यान उन शरारतों से हटाकर उसकी क्रिएटिविटी को डेवलप करने में लगाएं। आप उसे डायवर्ट करके क्रिएटिविटी का ऑप्शन दे सकती हैं, इस तरह आपके बच्चे को नेगेटिव बिर्हेविअर से हटाकर पॉजिटिव एक्टिविटी की तरफ ले जाया जा सकता है।



तरीके से भी अच्छी आदतें डाली जा सकती हैं, क्योंकि जब उन्हें चीजों को प्यार से समझाया जाता है, बिना जबर्दस्ती के तो बच्चों को सही और गलत का अंतर पता चलने लगता है। इससे वे अपने लिए सही रास्ता चुनने की क्षमता अपने भीतर विकसित कर लेते हैं। बच्चों को बिना डांट-फटकार के कैसे अनुशासित बनाएं, जानिए- तारीफ करें: बच्चे को बहुत प्यार से अपने काम करने के लिए आसानी से

हेयर केयर

ललिता गोयल

बदलते मौसम का असर शरीर के साथ-साथ हमारे बालों की सेहत पर भी दिखाई देता है। हवा में नमी के उतार-चढ़ाव और तापमान में बदलाव के कारण बाल कमजोर, रूखे और बेजान हो जाते हैं। ऐसे में बाल झड़ने और टूटने जैसी समस्याएं बढ़ने लगती हैं। ऐसे में कुछ आसान घरेलू उपाय अपनाकर आप अपने बालों को मजबूत, शाइनी और हेल्दी बना सकती हैं। नियमित करें ऑयल मसाज: बदलते मौसम में बालों में पोषक तत्व कम होने लगते हैं। इससे बाल झड़ें और वीक होने लगते हैं। ऐसे में हफ्ते में एक या दो बार नारियल, बादाम या आंवला के तेल को हल्का गर्म करके उससे सिर की मालिश करें। इससे स्कैल्प में ब्लड सर्कुलेशन बेहतर होता है और बालों को गहराई से पोषण मिलता है।

बदलते मौसम में जरूरी बालों की पूरी देखभाल

कंडीशनर का यूज करें: हफ्ते में 2-3 बार ही बाल धोएं। हर बार शैंपू के बाद कंडीशनर जरूर लगाएं। कंडीशनर बालों में नमी बनाए रखता है, उन्हें मुलायम करता है और उलझने से रोकता है। डाइट का ध्यान रखें: बालों को मजबूत बनाने के लिए डाइट में प्रोटीन, विटामिन-ई, आयरन और ओमेगा-3 युक्त चीजें शामिल करें। जैसे- अंडे, दालें, नट्स, हरी सब्जियां। जंक फूड और बहुत अधिक तली-भुनी चीजों से दूरी रखें। गुनगुने पानी से ही बाल धोएं: ज्यादा गरम



पानी बालों की प्राकृतिक नमी को कम कर देता है। इसलिए बाल धोते समय हमेशा गुनगुने पानी का ही इस्तेमाल करें। साथ ही शैंपू के बाद कंडीशनर लगाना न भूलें। गीले बालों में कंधी न करें: गीले बाल बहुत नाजुक हो जाते हैं, इसलिए गीले बालों में कंधी करने से बचना टूटने लगते हैं। बालों को थोड़ा सूखने के बाद ही उन पर कंधी का इस्तेमाल करें। हीटिंग टूल्स का काम इस्तेमाल करें: हेयर ड्रायर, स्ट्रेटर और कर्लर जैसे हीटिंग टूल्स बालों को नुकसान पहुंचाते हैं। बदलते मौसम में जब बाल पहले से ही कमजोर होते हैं, ऐसे में हीटिंग टूल्स का उपयोग करने से बचना चाहिए। ये बालों को और भी ज्यादा ड्राय कर देते हैं। हेयर मास्क जरूर लगाएं: हेयर मास्क बालों को मजबूत और शाइनी बनाते हैं। इसलिए इस मौसम में कुछ अंतराल पर हेयर मास्क जरूर लगाएं। हेयर मास्क बनाने के लिए मेथी के दानों को रात भर पानी में भिगो दें। सुबह इन्हें पीसकर पेस्ट तैयार करें। इसे स्कैल्प और बालों की जड़ों में लगाएं, 30-40 मिनट बाद बालों को धो लें। हेयरफाल को कम करने और बालों को मजबूत बनाने में लाभदायक साबित होता है। (हेयर एक्सपर्ट डॉ. महिमा से बातचीत पर आधारित)

डाइट सजेसन

डॉ. निधि सहाई

हेड-डाइटेरेजिस्ट्रेंट एंड न्यूट्रिशन

नैक्स सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटल एन.सी.आर

मौसम बदलते ही सर्दी, जुकाम, खांसी, वायरल बुखार और फ्लू जैसी मौसमी बीमारियां बढ़ने लगती हैं। इसका मुख्य कारण है कमजोर इम्यूनिटी यानी शरीर की कमजोर प्रतिरोधक क्षमता होता है। अगर हमारी इम्यूनिटी मजबूत हो तो ये बीमारियां आसानी से शरीर को प्रभावित नहीं कर पाती हैं। ऐसे में अपनी डाइट और लाइफस्टाइल का ध्यान रखना बहुत जरूरी है। डाइट में कुछ बदलाव कर बाँडी इम्यूनिटी बूस्ट कर सकते हैं। विटामिन-सी युक्त फल: विटामिन-सी, इम्यून सिस्टम को मजबूत करने के लिए बहुत महत्वपूर्ण तत्व होता है। यह शरीर में एंटीऑक्सिडेंट्स को बढ़ाता है और विभिन्न तरह के संक्रमणों से बचाव करता है। विटामिन-सी की जरूरत को पूरा करने के लिए आंवला, संतरा, मौसंबी, नींबू, अमरूद, स्ट्रॉबेरी, पपीता खाना चाहिए। सजेसन: रोज सुबह खाली पेट एक आंवला खाना इम्यूनिटी बढ़ाने का आसान और असरदार तरीका है। हरी पत्तेदार सब्जियां: पालक, मेथी, सरसों

बदलते मौसम में सर्दी-जुकाम और इन्फ्लूएंजा से बचाव के लिए, हमारी इम्यूनिटी का मजबूत होना बेहद जरूरी है। इसके लिए क्या खाएं, कब और कैसे खाएं, यह जानना आवश्यक है। इस बारे में यूजफुल सजेसंस।

इन्फेक्शन से होगा बचाव ऐसे करें इम्यूनिटी बूस्ट



का साग, ब्रोकली और चौलाई जैसी हरी सब्जियों में विटामिन-ए, बी, आयरन और फोलेट भरपूर मात्रा में होते हैं। ये शरीर को डिफेंड करने के साथ संक्रमण से लड़ने में मदद करती हैं।

सजेसन: इन सब्जियों को सूप या स्टर-फ्राई के रूप में शामिल करें, ताकि पोषक तत्व अधिक समय तक सुरक्षित रहें। लहसुन-अदरक: लहसुन और अदरक में एंटी-वायरल, एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो सर्दी-जुकाम और गले के संक्रमण से बचाते हैं। सजेसन: सुबह गुनगुने पानी में थोड़ा अदरक उबालकर पिएं और भोजन में लहसुन का प्रयोग बढ़ाएं।



प्रोटीन रिच प्रोडक्ट्स: प्रोटीन शरीर की कोशिकाओं को मरम्मत करता है और एंटीबायोटिक बनाने में मदद करता है। ये रोगों से बचाव में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। सजेसन: अंडा, दालें, चना, राजमा, सोया, पनीर और दही का सेवन करें। हर मील में

प्रोटीन का एक स्रोत जरूर शामिल करें। दही और छाछ: दही और छाछ में पाए जाने वाले प्रोबायोटिक्स आंतों को स्वस्थ रखते हैं। स्वस्थ आंतें, मजबूत इम्यून सिस्टम की पहचान हैं। सजेसन: लंच में एक कटोरी दही या एक गिलास छाछ शामिल करें। मिलेट्स और साबूत अनाज: बाजरा, ज्वार, रागी और जौ जैसे अनाज फाइबर, आयरन और जिंक से भरपूर होते हैं, जो इम्यून सिस्टम को मजबूत रखते हैं और शरीर में ऊर्जा का स्तर बनाए रखते हैं। हर्बल चाय या काढ़ा: तुलसी, दालचीनी, अदरक, काली मिर्च और शहद से बनी हर्बल चाय शरीर को अंदर से गर्म रखती है और संक्रमण से बचाव करती है। सजेसन: बदलते मौसम में दिन में कम से कम एक बार हर्बल टी या काढ़ा अवश्य पिएं। पानी पर्याप्त मात्रा में: पानी की कमी से शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो सकती है। गुनगुना पानी पीने से शरीर हाइड्रेट रहता है और टॉक्सिंस बाहर निकलते हैं। ध्यान रखें: संतुलित आहार, पर्याप्त नींद, नियमित व्यायाम और तनाव को नियंत्रित रखकर आप खुद को फिट रख सकते हैं। प्रस्तुति: निकिता चौहान