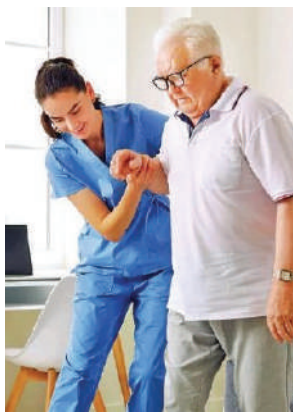




# आमन लेखनी



न्यूट्रिशन्स-बैलेंस हो बुजुर्गों की डाइट

मशहूर सिंगर कुमार शानू हुए कोविड-19 के शिकार - 08

वर्ष : 12

अंक : 276

लखनऊ, 02 अक्टूबर, शुक्रवार 2026

पृष्ठ : 08

मूल्य : 2.00 रुपए

## खबर संक्षेप

**कल से शुरू होगी उदयपुर-सुरत वंदे भारत**  
नई दिल्ली। गुजरात और राजस्थान के बीच मजबूत कनेक्टिविटी प्रदान करने की दिशा में भारतीय रेल एक बड़ा कदम उठाने जा रहा है। भारतीय रेल का पश्चिम रेलवे जोन गुजरात के सुरत और राजस्थान के उदयपुर के बीच एक नई वंदे भारत एक्सप्रेस ट्रेन शुरू करने जा रहा है। ये नई वंदे भारत ट्रेन 3 अक्टूबर से कर्मशियल सर्विस शुरू करेगी। शेड्यूल जारी किया है।

**जहाज में चोरी का प्रयास गैस से 4 की मौत**  
मुंबई। मुंबई के गोराई इलाके में मनोरी बीच के पास फंसे विदेशी झंडे वाले एक जहाज में कथित तौर पर चोरी के प्रयास के दौरान जहरीली गैस की चपेट में आने से 4 लोगों की मौत हो गई। पुलिस ने यह जानकारी दी। पुलिस ने बताया घटना दो से तीन दिन पहले हुई। उन्होंने बताया कि तेज हवाओं और भारी बारिश के कारण जहाज चार महीने पहले तट के पास फंस गया था।

**30 सप्ताह के गर्भ को खत्म करने की अनुमति कोच्चि**। केरलम उच्च न्यायालय ने दुष्कर्म पीड़िता 15 वर्षीय एक किशोरी की मां को याचिका पर सुनवाई करते हुए उसके 30 सप्ताह के गर्भ को चिकित्सकीय रूप से समाप्त करने की अनुमति दे दी है। न्यायमूर्ति हरिशंकर वी मेनन ने पीड़िता की मां द्वारा दायर याचिका को स्वीकार करते हुए राज्य सरकार को इस प्रक्रिया के लिए आवश्यक इंतजाम करने का निर्देश दिया।

**युकां, एसएफआई के 160 लोगों पर केस**  
तिरुवनंतपुरम। यहां के पलायम इलाके में हुई झड़प के बाद पुलिस ने गुरुवार को केएसयू/युवा कांग्रेस और एसएफआई/डीवाईएफआई कार्यकर्ताओं के खिलाफ दो अलग-अलग मामले दर्ज किए। एसएफआई ने केरलम में युवा कांग्रेस और पुलिस के खिलाफ विरोध प्रदर्शन किया। बुधवार रात यहां केएसयू/युवा कांग्रेस के मार्च में व्यापक हिंसा हुई थी।

**ऑनलाइन डिलीवरी एप के स्टोर में भीषण आग**  
गाजियाबाद। काला पत्थर रोड स्थित नीति खंड-1 में गुरुवार को ऑनलाइन डिलीवरी एप के स्टोर में अचानक भीषण आग लग गई। कुछ ही देर में आग ने विकराल रूप धारण कर लिया और बराबर की दुकान को भी अपनी चपेट में ले लिया। इससे आसपास के दुकानदारों और लोगों में अफरा-तफरी मच गई। दमकलकर्मियों ने आग पर काबू पाने का प्रयास शुरू कर दिया।

## प्रधानमंत्री ने यूपीएससी के शताब्दी समारोह में हिस्सा लिया, बोले सरकार माई-बाप नहीं, नागरिक देवो भव है यूपीएससी के नए दौर का मंत्र

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को नई दिल्ली के भारत मंडपम में संघ लोक सेवा आयोग (यूपीएससी) के 100 वर्ष पूरे होने के अवसर पर आयोजित शताब्दी समारोह में हिस्सा लिया और अफसरों को संबोधित किया

राज कुमार सिंह चौहान ब्यूरो प्रमुख/ नई दिल्ली,

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को नई दिल्ली के भारत मंडपम में संघ लोक सेवा आयोग (यूपीएससी) के 100 वर्ष पूरे होने के अवसर पर आयोजित शताब्दी समारोह में हिस्सा लिया। यह दो दिवसीय कार्यक्रम है, जिसमें यूपीएससी के इतिहास और भविष्य को लेकर मंथन किया जा रहा है। अपने संबोधन की शुरुआत में पीएम मोदी ने कैप्टन स्मिथ मच्छार का जिक्र किया। उन्होंने कहा कि एक घटना घटी और भारत के कैप्टन स्मिथ ने जिस प्रकार से धैर्य, सुझाव और साहस का परिचय दिया। इस हिंदुस्तानी ने 9/11 होने से बचा लिया। पीएम मोदी ने कहा कि जब वे यहां गैलरी देख रहे थे तो उन्होंने देखा कि 1920 में सुभाष चंद्र बोस भी इसी प्रक्रिया से गुजरे थे। उन्होंने कहा कि मेरा इस बात पर ध्यान गया कि उस समय अंग्रेजों की हुकूमत थी लेकिन संस्कृत का पेपर हुआ करता था और सुभाष बाबू ने संस्कृत में पेपर लिखा है।

2 दिनी कार्यक्रम में इतिहास और भविष्य को लेकर मंथन किया जा रहा

राष्ट्र के पुनर्निर्माण के लिए सरदार पटेल को किया नमन

आज के ऐतिहासिक अवसर पर पीएम ने सरदार वल्लभ भाई पटेल को भी नमन किया। उन्होंने कहा कि आजादी के बाद उनके सामने केवल एक देश को आजाद रखने की चुनौती नहीं थी बल्कि उनके सामने एक राष्ट्र को चलाने की चुनौती भी थी। राष्ट्र के पुनर्निर्माण के लिए जिस स्किल प्रेम की जरूरत थी, वो सरदार वल्लभ भाई पटेल ने दिया। आजाद भारत का एक प्रमुख स्तंभ बनाया, इसे सशक्त किया।



नागरिक की सेवा को सर्वोपरि रखें ये देवता से कम नहीं

प्रधानमंत्री ने कहा कि हमने अतीत का वो दौर देखा है, जब माना जाता था कि सरकार ही माई-बाप है लेकिन आज का ये दौर नागरिक देवो भव का है। देश का नागरिक हमारे लिए किसी देव से कम नहीं है। हमारे लिए नागरिक की सेवा सर्वोपरि है। आज का भारत, एक नई कार्य-संस्कृति के साथ बढ़ रहा है।

प्रोफेशनल्स ऐसे हैं जो गरीबों का दर्द समझें

उन्होंने कहा कि हमें ऐसे प्रोफेशनल्स की जरूरत है जिनमें गरीबों का दर्द समझने की संवेदनशीलता हो, जो समस्या के समाधान में इनोवेटिव हों और देश की जरूरतों को समझते हों। ऐसे प्रोफेशनल्स जो यह सुनिश्चित करें कि कानूनों का पालन हो लेकिन यह भी समझें कि कोई विशेष कानून लोगों के लिए अच्छा है या नहीं। कैपेसिटी

बिलडिंग पर बात करते हुए प्रधानमंत्री ने कहा कि यूपीएससी और राज्यों के चयन आयोगों की कैपेसिटी बिलडिंग का काम भी निरंतर होते रहना चाहिए। मिशन कर्मयोगी के तहत जो आईगोट प्लेटफॉर्म बनाया गया है, उसका उपयोग अंदरूनी व्यवस्थाओं और टीम की क्षमता बढ़ाने के लिए भी किया जा सकता है।

युवा विकास में अहम भूमिका निभाएं, नेशन फर्स्ट, सीटिजन फर्स्ट

युवाओं की भर्ती पर जोर देते हुए पीएम मोदी ने कहा कि आज आप जिन युवाओं की भर्ती कर रहे हैं, वो विकसित भारत के निर्माण में अहम भूमिका निभाएंगे और वही विकसित भारत के सबसे बड़े लाभार्थी भी होने वाले हैं। हमें दो कसौटियों को हमेशा याद रखना है। एक- नेशन फर्स्ट, दूसरी-सीटिजन फर्स्ट। यही दो कसौटियां हैं, जिन

पर हर सेलेक्शन को कसा जाना है। उन्होंने कहा कि हमें ऐसे युवाओं को पब्लिक सर्विस में लाना होगा जो पब्लिक ऑफिस से नहीं बल्कि पब्लिक सर्विस से आकर्षित हों। इसलिए जरूरी है कि भर्ती परीक्षा सिर्फ यह न परखे कि उम्मीदवार कितना जानता है बल्कि यह भी देखे कि वह युवा सिविल सर्विस में आना क्यों चाहता है।

## ‘पी डी ए पर अत्याचार का हर दौर आपातकाल’

अखिलेश का सरकार पर हमला-बोले, महंगाई-बेरोजगारी और भ्रष्टाचार चरम पर, पुलिस भाजपा कार्यकर्ता की तरह कर रही काम

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव ने गुरुवार को लखनऊ में प्रेस वार्ता के दौरान प्रदेश सरकार पर तीखे राजनीतिक हमले किए। उन्होंने कहा कि जिस काल में ढकअपर अत्याचार होगा, वह हर काल आपातकाल होगा। अखिलेश ने आरोप लगाया कि आज भी महंगाई, बेरोजगारी और भ्रष्टाचार चरम पर है। लोकतंत्र एवं स्वतंत्रता सेनानियों के सम्मान का मुद्दा उठते हुए अखिलेश यादव ने कहा कि उनके महत्वपूर्ण सुझावों को सरकार बनने पर अमल में लाया जाएगा। उन्होंने कहा कि सपा की सरकार बनने पर उनकी सम्मान राशि बढ़ाकर 51 हजार रुपये प्रतिमाह की जाएगी। भाजपा पर निशाना साधते हुए सपा अध्यक्ष ने कहा



कि 'अगर भाजपा माइक्रोकोप से भी मैनेजमेंट करेगी, तब भी हार जाएगी।' उन्होंने मौजूदा सरकार पर भ्रष्टाचार और विकास के मुद्दे पर सवाल उठाते हुए कहा कि जब भ्रष्टाचार चरम सीमा पर होगा तो विकास की उम्मीद कैसे की जा सकती है।

पुलिस की कार्यप्रणाली पर भी सवाल

अखिलेश यादव ने प्रदेश की कानून-व्यवस्था को लेकर पुलिस पर गंभीर आरोप लगाए। उन्होंने कहा कि पुलिस पर भरोसा नहीं किया जा सकता

और पुलिस भाजपा के कार्यकर्ता की तरह काम कर रही है। उन्होंने यह भी कहा कि इस सरकार में सच्चे साधुओं का अपमान हुआ और उन्हें न्याय नहीं मिला। डिप्टी सीएम ब्रजेश पाठक पर तंज कसते हुए अखिलेश ने कहा कि उन्हें ई-रिक्शा बुक कर लेना चाहिए। उन्होंने आरोप लगाया कि यह वही डिप्टी सीएम हैं जिन्होंने अस्पतालों को ही बीमार कर दिया। राज्यसभा चुनाव के राजनीतिक गणित पर भी अखिलेश यादव ने टिप्पणी की। सपा छोड़कर भाजपा में गए नेताओं पर निशाना साधते हुए उन्होंने सवाल किया कि 'जो लोग समाजवादी पार्टी के वोट से जीतकर गए हैं, वो भाजपा के वोट से कैसे जीतेंगे?' राज्यसभा के तीसरे प्रत्याशी के नाम पर उन्होंने कहा कि पहले संख्या पूरी की जाएगी, उसके बाद प्रत्याशी का ऐलान होगा।

## गांधी जयंती... अहमदाबाद में निर्माण तेजी से आगे बढ़ रहा गांधी आश्रम में बनेंगे 23 म्यूजियम, विशेष डिजाइन होगी

कमेटी में राजनेता से लेकर बड़े शिक्षाविद शामिल किए गए

अमन लेखनी समाचार/ नई दिल्ली,

नए गांधी आश्रम का निर्माण तेजी से आगे बढ़ रहा है। परिसर में बनने वाले 23 संग्रहालयों को डिजाइन करने का ठेका म्यूजियम स्टूडियो को दिया गया है। यह जानी-मानी वैश्विक कंपनी है। पेरिस मुख्यालय वाली म्यूजियम स्टूडियो की 46 देशों में मौजूदगी है। कंपनी इस प्रोजेक्ट पर टाटा कंसल्टिंग इंजीनियर्स की पूर्ण स्वामित्व वाली कंपनी इकोफर्स्ट सर्विसेज लिमिटेड के साथ मिलकर काम करेगी। इसके तहत ऐतिहासिक साबरमती आश्रम का पुनर्विकास, संरक्षण और विस्तार किया जाएगा। यह परियोजना प्रधानमंत्री की निगरानी में आगे बढ़ रही है।



'पुरानी' चीजों का इस्तेमाल

इन इमारतों को पुराने समय में इस्तेमाल की गई उन्हीं सामग्रियों से तैयार किया जा रहा है। इनमें ईंट, सागौन की लकड़ी और चूने का प्लास्टर शामिल है। इन्हें जोड़ने उड़क का पेस्ट, गुड़ और मेथी के बीज के मिश्रण का इस्तेमाल किया जा रहा है।

गांधी ने साबरमती नदी के किनारे 60 एकड़ जमीन खरीदी थी। यह जमीन केंद्रीय जेल और श्मशान घाट के बीच स्थित थी। 1917 में गांधी जी इस आश्रम में रहने आ गए थे। इसी साल गांधी ने बिहार के चंपारण से अपना पहला बड़ा सत्याग्रह शुरू किया था।

विशेष ग्राम सभाओं का आयोजन

गांव स्तर पर शासन सुधारों, विकास प्राथमिकताओं पर होगा मंथन

नई दिल्ली। पंचायती राज मंत्रालय ने कहा कि दो अक्टूबर को देशभर में विशेष ग्राम सभाओं का आयोजन किया जाएगा, जिनमें गांव स्तर पर शासन संबंधी सुधारों, प्रमुख सरकारी योजनाओं के क्रियान्वयन और विकास प्राथमिकताओं पर चर्चा की जाएगी। विशेष ग्राम सभाओं के साथ जन योजना अभियान 2026-27 'सबकी योजना, सबका विकास' की शुरुआत भी होगी। ग्राम पंचायतें अपनी विकास योजनाएं तैयार करेंगी। ग्राम सभा की चर्चाओं में नागरिकों और स्थानीय प्रतिनिधियों को एक साथ लाया जाएगा।

पंजाब की राजनीति में उलटफेर

राजा वडिंग ने दिया इस्तीफा अपने बायो में बदलाव किया

बुधवार रात की थी इस्तीफे की पेशकश



अमन लेखनी समाचार/ नई दिल्ली,

अमरिंदर सिंह राजा वडिंग ने पंजाब प्रदेश कांग्रेस के अध्यक्ष के पद से इस्तीफा दे दिया है। गुरुवार को वडिंग ने अपने एक्स अकाउंट के बायो में बदलाव किया और खुद को पंजाब प्रदेश कांग्रेस कमेटी का पूर्व अध्यक्ष बताया। इसी के साथ पंजाब में चर्चा शुरू हो गई है कि पार्टी का नया अध्यक्ष कौन होगा? बुधवार देर रात को वडिंग ने प्रदेश अध्यक्ष के पद से इस्तीफे की पेशकश की थी। वडिंग को पंजाब इकाई के अध्यक्ष पद से हटाने का फैसला किए जाने के बीच वडिंग ने 'एक्स' पर अपने परिचय में बदलाव कर 'पूर्व पीपीसीसी अध्यक्ष' लिखा। पंजाब विधानसभा चुनाव अगले साल की शुरुआत में होने हैं और उससे पहले प्रदेश इकाई में कई सप्ताह से जारी अंदरूनी कलह के बीच कांग्रेस ने वडिंग को बदलने का फैसला किया। पंजाब प्रदेश कांग्रेस कमेटी के नए अध्यक्ष की नियुक्ति की घोषणा जल्द होने की उम्मीद है।

सर्वमान्य नेता की तलाश की जा रही

कांग्रेस के एक वरिष्ठ नेता ने कहा कि पार्टी पिछले कई दिनों से राज्य में नेतृत्व के मुद्दे पर चर्चा कर रही थी कांग्रेस ऐसे नेता को नियुक्त करना चाहती है जो 2027 के विधानसभा चुनाव से पहले पार्टी के विभिन्न गुटों को साथ लेकर चल सके। पूर्व मंत्री विजय इंद्र सिंगला आगामी चुनाव से पहले इस पद की दौड़ में सबसे आगे हैं। पूर्व ओलंपियन और जालंधर कैट से विधायक परगट सिंह, पूर्व विधायक गणा कैपी सिंह, सुखबिंदर सिंह सरकारिया, पूर्व मुख्यमंत्री चरणजीत सिंह चन्नी और सुखजिंदर सिंह रंधावा के नाम भी प्रदेश अध्यक्ष पद के लिए चर्चा में हैं।

एफसीआरए बिल पर वेणुगोपाल ने उठाए सवाल

इसका संवैधानिक अधिकारों पर होगा बड़ा असर

अमन लेखनी समाचार/ नई दिल्ली,

कांग्रेस महासचिव केसी वेणुगोपाल ने लोकसभा स्पीकर ओम बिरला को पत्र लिखकर 'फरिन कंट्रीव्यूशन (रेगुलेशन) अमेंडमेंट बिल, 2026' की जांच कर रही जॉइंट पार्लियामेंट्री कमेटी (जेपीसी) के कामकाज पर चिंता जताई है। उन्होंने इस पर व्यापक बातचीत की मांग की है। एक्स हैडल पर एक पोस्ट में वेणुगोपाल ने एफसीआरए बिल, 2026 पर जेपीसी के कामकाज को लेकर लोकसभा स्पीकर को लिखे पत्र की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि यह एक बेहद संवेदनशील बिल है, जिसका अल्पसंख्यकों और सिविल सोसाइटी समूहों के संवैधानिक अधिकारों पर व्यापक असर पड़ेगा।

जेपीसी के कामकाज पर जताई चिंता लोकसभा स्पीकर को पत्र भी लिखा

क्या व्यापक फ्रीडबैक और जांच प्रक्रिया अपनाई गई?

उन्होंने कहा कि जेपीसी का मकसद सभी संबंधित स्ट्रेकहोल्डर्स से इनपुट लेना और दोबारा पेश करने से पहले



ड्राफ्ट बिल की बारीकी से जांच करना था। वेणुगोपाल ने सवाल किया कि क्या व्यापक फ्रीडबैक और जांच प्रक्रिया अपनाई गई है? हमारा मानना है कि जेपीसी से निकलने वाला कोई भी बिल ब्रुटिडोन होना चाहिए और संसद को यह

सीईसी विवाद के बीच बड़ा कदम एसआईआर पूरा, ओडिशा के सीईओ ने भेजा वीआरएस पत्र

अमन लेखनी समाचार/ नई दिल्ली,

देश के सीईसी और एसआईआर पर उपजे विवादों के बीच ओडिशा के मुख्य चुनाव अधिकारी (सीईओ) आर. संथान गोपालन ने स्वीच्छक से वा नि वृ त्त (वीआरएस) के लिए आवेदन किया है। उन्होंने इसके पीछे निजी और स्वास्थ्य कारणों का हवाला दिया है और कहा है कि उनकी स्वीच्छक से वा नि वृ त्त का एसआईआर प्रक्रिया से कोई लेना-देना नहीं है। गोपालन

ने राज्य में एसआईआर पूरा होने के एक हफ्ते बाद, बुधवार को अपना वीआरएस आवेदन सौंपा है। तमिलनाडु के रहने वाले गोपालन जुलाई 2024 से ओडिशा के मुख्य निर्वाचन अधिकारी के रूप में कार्यरत हैं। उनके पास आवकारी विभाग के सचिव का अतिरिक्त प्रभार भी है। उन्हें जून 2028 में सेवानिवृत्त होना था। उन्होंने कहा है कि वीआरएस लेने का उनका फैसला राज्य में एसआईआर को लेकर विवाद से संबंधित नहीं है।

### दिनदहाड़े बाइक चोरी, घर के बाहर खड़ी थी स्प्लेंडर

बेहसा निवासी की तहरीर पर पुलिस ने दर्ज किया मुकदमा, सीसीटीवी फुटेज खंगाल रही पुलिस

अमन लेखनी समाचार
सरोजनीनगर, लखनऊ। सरोजनीनगर थाना क्षेत्र में बीते दिनों घर के बाहर खड़ी मोटरसाइकिल चोरी हो गई। जानकारी होने के बाद पीड़ित में सरोजनीनगर थाने में रिपोर्ट दर्ज कराई है। सरोजनीनगर के बेहसा निवासी नकुल कुशवाहा के मुताबिक 14 सितंबर को दोपहर करीब 12:20 बजे उसने अपनी स्प्लेंडर प्लस मोटरसाइकिल (यूपी 32 ईपी0236) घर के बाहर खड़ी की थी। इसके बाद वह खाना खाने के लिए घर के अंदर चले गए। करीब 40 मिनट बाद बाहर आए तो बाइक वहाँ से गायब मिली। तब नकुल ने आसपास काफी तलाश करने के साथ ही पड़ोसियों से भी जानकारी की, लेकिन मोटरसाइकिल का कोई सुराग नहीं लगा। बाद में घटना की जानकारी पुलिस को दी गई। फिलहाल पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज कर चोरों का सुराग लगाने के लिए आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों को फुटेज खंगालनी शुरू कर दी है।

## बंथरा में जलभराव से 400 परिवार प्रभावित, एसडीएम ने किया निरीक्षण

नगवा नाला उफानने से डेरिटनी कॉलोनी में घुसा पानी, एसडीएम अभिषेक सिंह ने दिया जल्द निकासी का आश्वासन

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बंथरा क्षेत्र स्थित नगवा नाले में जलस्तर बढ़ने से उसकी चपेट में आई बंथरा के हमीरपुर स्थित डेरिटनी कॉलोनी का गुरुवार को सरोजनीनगर तहसील और नगर पंचायत बंथरा के अधिकारियों ने मौके पर पहुंचकर निरीक्षण किया। बताते चले कि बीते दिनों हुई लगातार बारिश से नगवा नाले का जलस्तर अचानक बढ़ गया। जिससे नगर पंचायत बंथरा के वार्ड नंबर दो स्थित हमीरपुर की डेरिटनी कॉलोनी में भयंकर जलभराव हो गया। इससे कॉलोनी के लगभग 400 मकानों के लोग प्रभावित हैं। इसी को लेकर गुरुवार दोपहर उप जिलाधिकारी सरोजनीनगर अभिषेक सिंह ने कॉलोनी पहुंचकर जलभराव की स्थिति का जांचपात्र लिया। उन्होंने

## डंपर ने आगे चल रहे डंपर को मारी टक्कर, चालक गंभीर घायल

अनियंत्रित होकर डिवाइडर फांद दूसरी पटरी पर पहुंचा डंपर, कानपुर हाईवे पर लगा लंबा जाम

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बंथरा थाना क्षेत्र में गुरुवार सुबह तेज रफ्तार डंपर आगे चल रहे डंपर में पीछे से जा घुसा। टक्कर इतनी जोरदार थी कि अनियंत्रित होकर डिवाइडर फांदकर लखनऊ-कानपुर राष्ट्रीय राजमार्ग की दूसरी पटरी पर जा पहुंचा। हादसे में डंपर चालक गंभीर रूप से घायल हो गया। सूचना पर पहुंची पुलिस ने घायल चालक को आनन-फानन लोकबंधु अस्पताल पहुंचाया, जहां उसका इलाज जारी है। उन्नाव जिले के मोरावां थानानर्गत छोट्टी गौरी पारा निवासी डंपर चालक गोविंद यादव (35) अपने डंपर में मौतग्र लादकर कानपुर से सरोजनीनगर स्थित पिपरसंड ज राहा था। तभी गुरुवार सुबह करीब पांच

## बंथरा में करंट की चपेट में आकर मजदूर की मौत, परिवार में मचा कोहराम

हुलास खेड़ा में छत पर पड़े केबल में उतरे करंट से हादसा, पिता ने छत पर देखा तो पड़ा मिला शव

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बंथरा थाना क्षेत्र के हुलास खेड़ा गांव में बुधवार देर रात सदियह हालत में घरेलू विद्युत केबल की चपेट में आने से एक मजदूर की मौत हो गई। काफी देर तक उसके नजर ना आने पर पिता ने बेटे को घर में तलाश तो उसका शव छत पर पड़ा मिला। घटना की जानकारी होते ही परिवार में कोहराम मच गया। वहीं सूचना पर पहुंची पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। बंथरा के हुलास खेड़ा निवासी सत्रोहन लाल (35) मजदूरी कर अपनी बेटी प्रतिज्ञा 15 वर्ष और बेटे शनि 12 वर्ष का पालन-पोषण

## बिजली तार-ट्रांसफार्मर चोर गिरोह का भंडाफोड़, चार गिरफ्तार

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। मलिहाबाद पुलिस ने बिजली के तार और ट्रांसफार्मर की कॉपर क्वायल चोरी करने वाले गिरोह का खुलासा करते हुए चार आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने इनके कब्जे और निशानदेही पर करीब 201 किलो विद्युत उपकरण बरामद किए हैं। वहीं, पुलिस की घेराबंदी के दौरान गिरोह के तीन सदस्य मौके से फरार हो गए। फरार आरोपियों की तलाश में पुलिस दबिश दे रही है।

पुलिस के मुताबिक, 27 सितंबर की रात पाठकगंज स्थित नर्सरी के ट्यूबवेल से चोर एबीसी विद्युत केबल, स्टार्टर केबल और सोलर लाइट चोरी कर ले गए थे। नर्सरी संचालक जगदीश प्रसाद शुक्ल की तहरीर पर मलिहाबाद थाने में मुकदमा दर्ज किया गया था। घटना के खुलासे के लिए पुलिस टीम सुरागरसी में जुटी थी।

बृहस्पतिवार को मुखबि्र की सूचना पर पुलिस ने बड़ीमौली रोड स्थित समदा तालाब के पास आम के बाग में



पुलिस गिरफ्त में चार आरोपी

झाड़ियों की घेराबंदी की। यहां से चार सदस्यों को गिरफ्तार कर लिया गया। उनकी पहचान काकोरी के घनश्यामपुर निवासी रंजीत यादव (31), मनोज यादव (28), शिवा उर्फ तन्नु यादव (25) और मोनु यादव (23) के रूप में हुई।

पुलिस ने आरोपियों की निशानदेही पर 25 मीटर एबीसी केबल, करीब 40 किलो कटी एबीसी केबल, करीब 200 मीटर एचटी-एलटी

### गांव-गांव पहुंच रही मिशन शक्ति, पुलिस ने महिलाओं को दिलाया सुरक्षा का भरोसा

अमन लेखनी समाचार

निगोहां। महिलाओं और बालिकाओं को सुरक्षित एवं जागरूक बनाने के उद्देश्य से चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के पांचवें चरण के तहत गुरुवार को निगोहां पुलिस टीम मस्तीपुर गांव पहुंची पुलिस ने चौपाल लगाकर महिलाओं को उनके अधिकारों, सरकारी हेल्पलाइन सेवाओं और साइबर अपराध से बचाव के प्रति जागरूक किया। अभियान के दौरान महिलाओं से बेझिझक पुलिस की मदद लेने की अपील की गई पुलिस टीम ने महिलाओं को बताया कि छेड़छाड़, उत्पीड़न, घरेलू हिंसा या किसी भी आपात स्थिति में तत्काल 1090, 112, 181 और 1076 हेल्पलाइन नंबरों का उपयोग करें। साथ ही महिला हेल्प डेस्क और महिला सुरक्षा केंद्र के माध्यम से मिलने वाली सुविधाओं की भी विस्तार से जानकारी दी गई बढ़ते साइबर अपराधों को देखते हुए पुलिस ने ग्रामीणों को विशेष रूप से सचेत किया अधिकारियों ने कहा कि किसी भी

बीकेटी में एक-एक चोरी की घटना में शामिल होने की बात स्वीकार की है। इसके अलावा उन्नाव के फतेहपुर चौरासी क्षेत्र में भी विद्युत केबल और ट्रांसफार्मर चोरी करने की बात सामने आई है। पुलिस अब आरोपियों की निशानदेही पर इन घटनाओं से जुड़े अन्य मामलों का सत्यापन कर रही है। पुलिस के मुताबिक, गिरोह के सदस्य चोरी का कुछ सामान कबाड़ियों को बेच देते थे, जबकि बाकी सामान झाड़ियों और सुनसान स्थानों पर छिपाकर रखते थे। गिरफ्तार आरोपियों के खिलाफ गोमतीनगर, काकोरी, दुबगा, माल, रहीमाबाद, मलिहाबाद, महिगवां, ठाकुरगंज, आशियाना, वजीरगंज और हजरतगंज समेत कई थानों में चोरी और गैंगस्टर एक्ट सहित विभिन्न धाराओं में मुकदमे दर्ज हैं। इस गिरोह का उन्नाव से लखनऊ तक फैला है नेटवर्क पुलिस इनके अन्य जिलों के अपराधिक इतिहास की भी जांच कर रही है। फरार तीन आरोपियों की गिरफ्तारी के लिए दबिश दी जा रही है।

## बंथरा में बुजुर्ग महिला की हत्या का मामला, दो हफ्ते बाद भी पुलिस के हाथ खाली

खुर्रमपुर में विधवा की गला रेतकर हुई थी हत्या, कई टीमों लगी फिर भी नहीं मिला सुराग

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बंथरा थाना क्षेत्र में करीब दो सप्ताह पहले घर के अंदर बुजुर्ग महिला की चाकू से गला रेत कर की गई हत्या के मामले में पुलिस अभी भी खाली हाथ है। हालांकि पुलिस की माने तो इस मामले के खुलासे के लिए बंथरा थाने की दो टीमों के अलावा क्राइम ब्रांच, सर्विलांस टीम और डीसीपी दक्षिणी की दो टीमों लगी हुई है। पुलिस अब तक गांव के एक दर्जन से अधिक लोगों से पूछताछ भी कर चुकी है। लेकिन उसे अब तक घटना के मामले में कुछ भी सुराग नहीं मिल पाया है। पुलिस सूत्रों ने बताया कि बुजुर्ग महिला की प्रांपटी और लूट के अलावा अन्य

## बिजनौर में युवक की संदिग्ध मौत का मामला, दो नामजद समेत अज्ञात पर हत्या का मुकदमा दर्ज

रहीमाबाद में दीवार किनारे मिला था 25 वर्षीय युवक का शव, पैरों पर करंट से झूलसने के निशान, पिता ने लगाया गला दबाकर करंट से मारने का आरोप

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बिजनौर थाना क्षेत्र के रहीमाबाद गांव में मंगलवार सुबह संदिग्ध हालत में दीवार के किनारे मृत मिले युवक के मामले में पुलिस अभी भी खाली हाथ है। वहीं इस मामले में मु्तक के पिता ने दो नामजद सहित अन्य अज्ञात पर हत्या का आरोप लगाते हुए बिजनौर थाने में रिपोर्ट दर्ज कराई है। पुलिस ने गुरुवार को मुकदमा दर्ज कर घटना के खुलासे के लिए टीमों गठित की हैं। पुलिस नामजद आरोपियों के संभावित ठिकानों पर दबिश दे रही है। बताते चलें कि रहीमाबाद निवासी मेडीलाल के 25 वर्षीय बेटे सचिन उर्फ राजा का शव संदिग्ध हालत में मंगलवार सुबह करीब 5 बजे घर से करीब 300 मीटर

## आवारा सांड से टकराकर छेटा हाथी डाला पलटा, डेढ़ लाख का सामान चकनाचूर

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। रहीमाबाद थाना क्षेत्र में हरदोई हाईवे पर भतोड़या गांव स्थित पुलिस पिकेट के पास गुरुवार शाम अचानक सड़क पर आए आवारा सांड से टकराकर छोटा हाथी डाला अनियंत्रित होकर पलट गया। हादसे में डाले में लदा कांच और चीनी मिट्टी का करीब डेढ़ लाख रुपये का सामान सड़क पर गिरकर चकनाचूर हो गया। चालक समेत तीन लोग घायल हो गए। संडीला निवासी चालक सफी गुरुवार को डाले में कांच और चीनी मिट्टी के बर्तन लादकर काकोरी मेले में जा रहा था। डाले में कई गत्तों में विभिन्न प्रकार के बर्तन भरे थे। भतोड़या गांव के पास पुलिस पिकेट के सामने अचानक एक आवारा सांड सड़क पर आ गया। उसे बचाने के प्रयास में डाला सांड से टकराकर पलट गया। हादसे के बाद डाले में लदा सामान सड़क पर बिखर



पलटा पड़ा डाले में सामान – फोटो

गया और अधिकांश बर्तन टूट गए। हादसे में चालक सफी के हाथ में चोट आई, जबकि क्लीनर हुजैफा और 10 वर्षीय नफीस को भी मामूली चोटें लगीं। तीनों को नजदीकी अस्पताल ले जाया गया, जहां उपचार के बाद उन्हें राहत मिली। सामान मालिक बांरमऊ, उन्नाव निवासी रईस और मुख्तार ने

बताया कि संडीला से बर्तन लेकर काकोरी जा रहे थे। हादसे में कांच और चीनी मिट्टी के अधिकशान बर्तन टूट गए, जिससे करीब डेढ़ लाख रुपये का नुकसान हुआ है। गनीमत रही कि हादसे के समय डाले के पीछे कोई वाहन नहीं था, वरना बड़ा हादसा हो सकता था।

## युवक पर जानलेवा हमला, धारदार हथियार से किया वार

खटोला गांव में दो लोगों ने मिलकर युवक को पीटा, भाई की तहरीर पर पुलिस ने दर्ज किया मुकदमा

अमन लेखनी समाचार

सरोजनीनगर, लखनऊ। बंथरा थाना क्षेत्र के खटोला निवासी सूरज कुमार ने गांव के ही रामकरन और राजकुमार के खिलाफ भाई राजन कुमार से मारपीट करने के अलावा जानलेवा हमला करने और जान से मारने की धमकी देने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। सूरज का आरोप है कि 30 सितंबर बुधवार को रामकरन पुत्र जगत और राजकुमार पुत्र बदलू ने एकराय होकर उसके भाई राजन को बेरहमी से पीटा। आरोप है कि इस दौरान रामकरन ने धारदार हथियार से राजन के सिर पर जान से मारने की नीयत से वार कर

दिया। इस हमले में राजन के शरीर पर गंभीर चोटें आईं और वह बेहोश हो गया। बाद में घटना की जानकारी मिलने पर परिजनों ने डायल 112 और एंबुलेंस 102 को सूचना दी इसके बाद घायल राजन को एंबुलेंस से सीएचसी सरोजनीनगर ले जाया गया, जहां उसका इलाज किया गया। सूरज का कहना है कि रामकरन अपराधिक प्रवृत्ति का व्यक्ति है और उसके खिलाफ पहले भी कई मामले दर्ज हैं और वह कई बार जेल भी जा चुका है। यही नहीं आरोप है कि हाल ही में प्रशासन से जिलाबंदर भी किया था, लेकिन इसका बलाजुद वह बेखोफ होकर गांव में घूम रहा है। फिलहाल पीड़ित के भाई सूरज कुमार की तहरीर पर पुलिस ने रामकरन और राजकुमार के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज कर मामले की जांच शुरू कर दी है।



## संक्षेप

### नशेबाज युवकों ने दो लोगों को जमकर पीटा

अमन लेखनी समाचार  
उन्नाव। अचलगंज गाली गलौज का विरोध करने पर नशेबाज ने दो लोगों को मारपीट कर लहलुहान कर दिया।पीड़ित शिकायत पर पुलिस ने आरोपी के विरुद्ध मुकदमा दर्ज कर घायल को उपचार के लिए सीएचसी भेजा है।थाना क्षेत्र के टिकरी बैरागर निवासी अनिल कुमार ने मुकदमा दर्ज कराया है कि गांव के ही अंकित तथा मनोज शराब के नशे में धुत होकर हमारे भतीजे अरुण को लात धूंसा से मार रहे थे जिन हम उसको बचाने दौड़े तो अंकित ने उसकी नाक पर ईंट मार कर लहलुहान कर दिया।पुलिस ने अंकित और मनोज के विरुद्ध मारपीट का मुकदमा दर्ज कर उनकी तलाश कर रही है।

## दो बाइकों की आमने सामने भिड़ंत एक की मौत

अमन लेखनी समाचार  
बीघापुर, उन्नाव। कोतवाली क्षेत्र के पुरवारोड पर मगरावर गांव के पास आमने-सामने बाइक की टक्कर में 35 वर्षीय युवक की मौत हो गई।सूचना पर पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम हेतु भेजा है। कस्बा पुरवा निवासी शिव शंकर पुत्र शिवराम पल्लेदारी का काम करते थे।बुधवार देर शाम शिवशंकर बाइक से अपने मित्र के साथ गेहूं खेती के लिए पुरवा से बीघापुर की ओर आ रहे थे।सामने की ओर से कोतवाली क्षेत्र के जगत खेड़ा निवासी करण पुत्र गंगा सहाय आ रहे थे।मगरावर गांव के पास आमने-सामने बाइक टकरा गई, जिससे बाइक चला रहे शिव शंकर की घटना स्थल पर ही मौत हो गई वहीं करण गंभीर रूप से घायल हो गए जिनका इलाज जिला चिकित्सालय में चल रहा है।घटना की सूचना पर पहुंची पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम हेतु भेजा है।मृतक के एक छोटा भाई सोनू है। एक बड़ी बहन राखी का विवाह हो चुका है।माता-पिता तथा बड़े भाई की पहले ही मृत्यु हो चुकी है।कोतवाल अश्विनो कुमार मिश्रा ने बताया कि तहरीर व पीएम रिपोर्ट आने के बाद अग्रिम कार्यवाई की जाएगी।

## सौ शैय्या अस्पताल का सीएमओ ने किया निरीक्षण

बीघापुर, उन्नाव। ब्लाक परिसर स्थिति सौ शैय्या अस्पताल में गुरुवार को सीएमओ एके शर्मा व एसीएमओ नरेंद्र सिंह ने पहुंचकर डायलासिस मशीन के कक्ष व इस रोग से प्रभावित रोगियों को भर्ती करने के वार्ड का निरीक्षण किया।सीएमएस डॉ प्रमोद कुमार से स्टाफ व उपकरणों की जरूरत पर विचार विमर्श किया।सीएमओ ने बताया कि डायलासिस मशीन के लिए कक्ष सुनिश्चित हो चुका है वहां पर जो भी उपकरणों की आवश्यकता है उसकी व्यवस्था का कार्य प्रगति पर है।आरओ प्लांट लगाया जा चुका है।जैसे ही सारे संसाधन उपलब्ध हो जायेंगे मशीन स्थापित हो जाएगी।इस के लिए एम्फ्रोलॉजिस्ट व फिजीशियन व अन्य पैरामेडिकल स्टाफ की तैनाती के लिए सीएमएस से मांग पत्र भेजने को कहा गया है।हर सम्भव प्रयास है कि इस क्षेत्र के मरीजों को यह सुविधा जल्द से जल्द मिलने लगे।

# फर्जी वसीयतनामा के जरिए जमीन हड़पने का आरोप

अमन लेखनी समाचार  
सुमेरपुर, उन्नाव।थाना बिहार क्षेत्र के ग्राम बिहार में बेशकीमती जमीन को जालसाजी और फर्जी वसीयतनामा के जरिए हड़पने पर पीड़ित पक्ष ने द्वारा तहरीर दिए जाने पर पुलिस ने प्राथमिकी दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।शिकायतकर्ता संतोष कुमार गुप्ता निवासी बेलीगंज, रायबरेली के अनुसार, तहसील बीघापुर के ग्राम बिहार में भूमि गांठा संख्या 632 रकबा 0.139 हे० उनके पूर्वज स्व. रामशंकर और स्व. रामसहाय पुत्रगण गंगादीन के नाम राजस्व अभिलेखों में दर्ज थी। उनके निधन के बाद नियमानुसार उत्तराधिकार प्रमाण पत्र और राजस्व विभाग के आदेश ०4 जुलाई 2024 के तहत विधिक वारिसों-विजय शंकर गुप्ता, संतोष कुमार गुप्ता, महेंद्र कुमार गुप्ता, प्रियेस गुप्ता, रीता गुप्ता और देवेन्द्र कुमार

# संचारी रोग नियंत्रण अभियान के तीसरे चरण का शुभारंभ, डीएम ने रैली को दिखाई हरी झंडी

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव।जिले में आज 1 अक्टूबर से शुरू हो रह संचारी रोग नियंत्रण अभियान और दस्तक अभियान के तृतीय चरण का शुभारंभ जिलाधिकारी घनश्याम मीना ने किया। उन्होंने उमा शंकर दीक्षित जिला चिकित्सालय प्रांगण से जागरूकता रैली को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। रैली को रवाना करने से पहले जिलाधिकारी ने उपस्थित अधिकारियों, कर्मचारियों और जनसमुदाय को संचारी रोग नियंत्रण अभियान और दस्तक अभियान के सफल क्रियान्वयन के लिए शपथ दिलाई।इस दौरान मुख्य चिकित्सा अधिकारी ने बताया कि संचारी रोगों में क्या करें, क्या न करें को लेकर विभिन्न विभागों के सहयोग



से व्यापक प्रचार-प्रसार किया जाएगा। उन्होंने बताया कि विशेष संचारी रोग नियंत्रण अभियान 1 अक्टूबर से 31 अक्टूबर 2026 तक

और दस्तक अभियान 12 अक्टूबर से 31 अक्टूबर 2026 तक संचालित किया जाएगा। इसमें साफ-सफाई, कचरा निस्तारण, जलभराव रोकने

## युवक हुआ लापता पिता ने दर्ज कराई गुमशुदगी

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव।थाना बिहार क्षेत्र अंतर्गत ग्राम सभा मलौना के गुलरिया गांव से एक युवक सदिग्ध परिस्थितियों में अचानक गायब हो गया है।मानसिक तनाव के चलते घर से बिना बताए निकला 22 वर्षीय दीपक सिंह वापस नहीं लौटा, जिससे परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है।पीड़ित पिता की तहरीर पर पुलिस ने गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज कर युवक की तलाश शुरू कर दी है।प्राप्त जानकारी के अनुसार, ग्राम गुलरिया निवासी कुंवर सिंह पुत्र स्व. शिवदर्शन सिंह का छोटा बेटा दीपक सिंह उम्र 22 वर्ष पिछले 7-8 वर्षों से लुधियाना में रहकर नौकरी कर रहा था।परिजनों के मुताबिक, वहां काम करने के दौरान अत्यधिक मानसिक तनाव के कारण



उसकी दिमागी हालत खराब हो गई थी।स्थिति को देखते हुए परिजन उसे गांव ले आए थे।गांव आने के महज तीन-चार दिन बाद ही शाम लगभग 5:00 बजे वह घर से बिना बताए कहीं निकल गया और रास्ता भटक गया।युवक के पास उसका मोबाइल नंबर मौजूद है, लेकिन वह लगातार स्विच ऑफ बता रहा है।लापता दीपक का रंग सांवला है।घर से निकलते समय उसने लाल रंग की शर्ट और हाफ जींस पहन रखी थी।दिमागी हालत ठीक न होने के कारण वह किसी को अपना नाम-पता बताने में भी असमर्थ है।बिहार थाना प्रभारी राहुल सिंह ने बताया कि पीड़ित पिता कुंवर सिंह की तहरीर के आधार पर गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज कर ली गई है।युवक को ढूंढने के प्रयास किया जा रहे हैं।

# नदी का जलस्तर बढ़ा, प्रशासन सतर्क, भारी वाहनों की आवाजाही पर रोक

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। असोहा क्षेत्र से होकर गुजरने वाली सई नदी का जलस्तर आज अचानक बढ़ गया, जिससे प्रशासन सतर्क हो गया है।जलस्तर बढ़ने की सूचना पर तहसीलदार पुरवा शिवम राठौर ने टीम के साथ मौके पर पहुंचकर स्थलीय निरीक्षण किया।तहसीलदार ने असोहा-नयाखेड़ा मार्ग पर देवरा बाबा के पास से निकली सई नदी और जबरेला स्थित सई नदी पुल का निरीक्षण कर हालात का जायजा लिया।इस दौरान उन्होंने लेखपालों को सतर्क रहने और लगातार निगरानी करने के निर्देश दिए।साथ ही किसानों की फसलों में हो रहे नुकसान का आंकलन करने को भी कहा।जलस्तर बढ़ने के कारण असोहा-नयाखेड़ा मार्ग पर पानी भर



गया है, जिसके चलते प्रशासन ने भारी वाहनों के साथ-साथ छोटे-बड़े वाहनों की आवाजाही पर रोक लगा दी है।इसके बावजूद कई दोपहिया और चारपहिया वाहन चालक जान जोखिम में डालकर पानी पार करते

नजर आए।प्रशासन ने लोगों से अपील की है कि जलस्तर को देखते हुए नदी पार करने से बचें और सतर्कता बरतें।निगरानी के लिए लेखपालों की टीम लगाई गई है।

## उब्जाव

और शुद्ध पेयजल की उपलब्धता पर विशेष जोर दिया जाएगा। सभी सहयोगी विभागों के बीच आपसी समन्वय स्थापित कर व्यवहार परिवर्तन और प्रचार-प्रसार की कार्यवाई की जाएगी।इस अवसर पर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. अजय कुमार शर्मा, अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. जे.आर. सिंह, डॉ. नरेंद्र सिंह, मुख्य चिकित्सा अधीक्षक जिला चिकित्सालय डॉ. एस.के. शुक्ला, जिला पंचायतराज अधिकारी, जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी, अधिशासी अधिकारी नगर पालिका परिषद, बायोलाॅजिस्ट सौरभ सिंह, सहायक मलेरिया अधिकारी, जिला मलेरिया अधिकारी कार्यालय में तैनात फाइलेरिया निरीक्षक और मलेरिया निरीक्षक उपस्थित रहे।

## सई नदी का बढ़ा जलस्तर गांवों में बाढ़ जैसे हालात



गया है।खेतों में धान के साथ मूंग और उड़द की फसल भी पानी में डूब गई है।किसानों का कहना है कि धान की फसल इस समय पकने की स्थिति में थी।ऐसे में लंबे समय तक खेतों में पानी भरा रहा तो फसल सड़ कर बर्बाद हो जाएगी।इससे किसानों को बड़ा आर्थिक नुकसान होगा।गांवों को मुख्य मार्ग से जोड़ने वाले रास्तों पर

# तालाब की भूमि पर चला बुलडोजर, अवैध कब्जा हटाया गया

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। सदर कोतवाली क्षेत्र के सरसी में गुरुवार को तालाब की भूमि पर अवैध कब्जे की शिकायत पर सदर तहसील प्रशासन ने कार्यवाई की।राजस्व विभाग और प्रशासनिक टीम पुलिस बल के साथ मौके पर पहुंची और बुलडोजर से तालाब की जमीन पर किए गए अतिक्रमण को हटाया।

बताया गया कि सरसी में तालाब की सरकारी भूमि पर अवैध कब्जे की शिकायत प्रशासन को मिली थी। शिकायत के बाद राजस्व विभाग की ओर से मामले की जांच कराई गई और राजस्व अभिलेखों में भूमि की स्थिति की पुष्टि होने पर अतिक्रमण हटाने की कार्यवाई शुरू की गई।

गुरुवार को सदर तहसील प्रशासन की टीम पुलिस बल के साथ मौके पर पहुंची।टीम ने बुलडोजर की मदद से तालाब की भूमि पर किए गए निर्माण



और अन्य अतिक्रमण को हटाया।कार्यवाई के दौरान आसपास के लोगों की भीड़ मौके पर जुट गई।पुलिस की मौजूदगी में तालाब की भूमि को कब्जे से मुक्त कराया गया।इस दौरान किसी तरह के विरोध की स्थिति सामने नहीं आई।प्रशासन की इस कार्यवाई से मौके पर हड़कंप मच गया और आसपास के इलाकों में भी जानकारी फैल गई।सरकारी जमीन पर बुलडोजर चलते देख अन्य संभावित कब्जेदारों में खलबली मच गई।प्रशासन की ओर से

कहा गया कि सरकारी और सार्वजनिक उपयोग की भूमि पर अवैध कब्जा स्वीकार नहीं किया जाएगा।शिकायत मिलने पर राजस्व अभिलेखों की जांच कर नियमानुसार कार्यवाई की जाएगी।तालाब, रास्ते और अन्य सार्वजनिक उपयोग की भूमि को अतिक्रमण मुक्त कराने के लिए अभियान जारी रहेगा।अधिकारियों ने लोगों से अपील की है कि सरकारी भूमि पर कब्जा न करें और बिना अनुमति किसी प्रकार का निर्माण न करें।

## नमाज पढ़कर लौट रहे बुजुर्ग को आवारा जानवर ने मारी टक्कर,इलाज के दौरान मौत

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव।जनपद के अहमदनगर में मंगलवार सुबह एक दर्दनाक हादसा हो गया।नमाज अदा कर घर लौट रहे 80 वर्षीय जान मोहम्मद को एक आवारा जानवर ने जोरदार टक्कर मार दी।हादसे में वे गंभीर रूप से घायल हो गए और बाद में उनकी मौत हो गई।जानकारी के अनुसार जान मोहम्मद सुबह नमाज पढ़कर पैदल घर आ रहे थे।तभी सड़क पर घूम रहे आवारा जानवर ने अचानक उन्हें टक्कर मार दी।टक्कर लगते ही बुजुर्ग सड़क पर गिर पड़े।आसपास मौजूद लोगों ने तुरंत उन्हें संभाला परिजन उन्हें आनन-फानन में शुक्लागंज के एक निजी अस्पताल ले गए।हालत गंभीर होने पर डॉक्टरों ने उन्हें कानपुर रेफर

कर दिया।कानपुर के अस्पताल में इलाज के दौरान उन्होंने दम तोड़ दिया।परिजनों ने बिना पोस्टमार्टम कराए ही उनका अंतिम संस्कार कर दिया।पुलिस द्वारा भी पोस्टमार्टम नहीं कराया गया।परिजनों का कहना है कि मौत हादसे में लगी गंभीर चोटों के कारण हुई है।बुधवार दोपहर इस हादसे का सीसीटीवी फुटेज सोशल मीडिया पर वायरल हो गया।फुटेज में साफ दिख रहा है कि बुजुर्ग सड़क किनारे चल रहे हैं, तभी आवारा जानवर दौड़ता हुआ आता है और उन्हें टक्कर मार देता है।घटना के बाद क्षेत्र के लोगों में आवारा जानवरों की बढ़ती समस्या को लेकर आक्रोश है।लोगों ने प्रशासन से आवारा जानवरों को पकड़ने की मांग की है।

## बालिका राजकीय विद्यालय में निकला सांप मचा हड़कंप

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। आसीवन थाना क्षेत्र में गुरुवार राजकीय बालिका विद्यालय हाई स्कूल में सांप निकलने से हड़कंप मच गया।प्रधानाध्यापिका की सूचना पर पहुंची वन विभाग की टीम ने रेस्क्यू ऑपरेशन कर सकुशल सांप को पकड़ कर सुरक्षित जंगल में छोड़ दिया है।थाना क्षेत्र के आसीवन तरफ पश्चिम में स्थित राजकीय बालिका हाई स्कूल में गुरुवार की दोपहर एक सांप देख वहां मौजूद छात्र छात्राओं व स्कूल स्टाफ में हड़कंप मच गया राजकीय बालिका हाई स्कूल की प्रधानाध्यापिका ममता देवी ने तत्काल इसकी सूचना वन विभाग को दी सूचना मिलते ही वन विभाग के डिप्टी रेंजर सुभाष चन्द्र, मुकेश गौड़, राकेश सिंह, के साथ मौके पर पहुंचे और सांप को रेस्क्यू ऑपरेशन शुरू किया करीब आधे घंटे बाद सांप का सकुशल रेस्क्यू कर पकड़ कर सुरक्षित जंगल में छोड़ दिया तब जाकर स्कूल स्टाफ ने राहत की सांस ली इस संबंध में डिप्टी रेंजर सुभाष चन्द्र ने बताया कि प्रधानाचार्य की सूचना पर सांप का सकुशल रेस्क्यू ऑपरेशन कर सुरक्षित जंगल में छोड़ दिया गया है।



## किशोरी को युवक ले गया अपने साथ फिर छोड़ा दर्ज हुआ मुकदमा

अमन लेखनी समाचार

बांगरमऊ, उन्नाव। बहला फुसलाकर भगा ले जाने के बाद आरोपी युवक लड़की को गांव के बाहर छोड़ गया जिसकी जानकारी होने पर पिता पुत्री को घर लेकर आया तथा पुलिस को पत्र देकर पुत्री को भगा ले जाने व धमकाने का आरोप लगाते हुए कार्यवाही की मांग की पुलिस मामले की रिपोर्ट दर्ज कर कार्यवाही में

जुटी हुई है।बांगरमऊ क्षेत्र निवासी एक पिता ने पुलिस को तहरीर देकर बताया कि बीते 21 सितंबर को उसकी 15 वर्षीय पुत्री दैनिक क्रिया हेतु खेत गई हुई थी तभी पड़ोस के गांव निवासी युवक बहला फुसलाकर भगा ले गया तथा बीते 23 सितंबर को गांव के बाहर आरोपी युवक अपने पिता के साथ बेटी को गांव के बाहर छोड़कर चले गए जिसके बाद वह पुत्री को घर लेकर

आए पिता ने आरोपी युवक को नामित करते हुए कहा है कि आरोपी युवक ने पुत्री को एक करीबी के घर पर रखा था तथा पुत्री को धमकी दी है कि यदि घर जाकर कोई जानकारी दी तो जान से मार देंगे।

पीड़ित की तहरीर पर पुलिस नामित सूरज पुत्र लालाराम निवासी बदली पुरवा बांगरमऊ के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज कर जांच पड़ताल शुरू कर दी है।

## भूखंड में रखी सामग्री को नष्ट करने का महिला ने लगाया आरोप

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव।बिहार थाना क्षेत्र के अंतर्गत ग्राम भड़याखेड़ा मजरा दुबाई निवासी एक महिला के बैनामाशुदा भूखंड पर रखी निर्माण सामग्री को नष्ट करने, गंदी गालियां देने और जान से मारने की धमकी देने पर तहरीर दिए जाने पर पुलिस में प्राथमिकी दर्ज कर ली है।थाना क्षेत्र के भड़याखेड़ा निवासिनी गीता देवी पत्नी चंद्रपाल के अनुसार, उन्होंने 31 दिसंबर 2012 की भूमि संख्या 417 में से 722 वर्ग मीटर का एक प्लॉट बैनामे के जरिए खरीदा था।30 सितंबर 2026 को जब वह अपने प्लॉट पर निर्माण कार्य कराने पहुंचीं-जिसके लिए उन्होंने 1 ड़ाली मौरंग और 2 ड़ाली ईंट गिरवाई थी-तो उन्होंने देखा कि आरोपी दिनेश पुत्र श्रीराम, निवासी चांदपुर, भूपेन्द्र पुत्र देवनारायण, प्रदीप पुत्र पूरनमल और शिवराज पुत्र जगेन्द्र मिलकर उनकी निर्माण सामग्री को नष्ट कर रहे थे।पीड़िता ने जब इस बात का विरोध किया, तो आरोपियों ने उन्हें गंभी-गंदी गालियां देना शुरू कर दिया।इसके बाद आरोपी रथर्ही से भाग जाओर कहते हुए जान से मारने की धमकी देकर मौके से चले गए।थानाध्यक्ष राहुल सिंह ने बताया प्राथमिकी दर्ज कर मामले की जांच की जा रही है।







## संक्षेप

### दो मुकदमों की निष्पक्ष जांच की मांग उठी

पिता ने पुलिस अधिकारियों से दस्तावेजों की जांच कर कार्रवाई का अनुरोध किया

बागपत , नई बस्ती गायत्री पुरम निवासी रशीद ने अपने बेटे से जुड़े दो मुकदमों की निष्पक्ष जांच की मांग की है। उन्होंने पुलिस अधिकारियों को शिकायत देकर संबंधित मामलों में उपलब्ध दस्तावेजों और अन्य तथ्यों की जांच कराने का अनुरोध किया है। रशीद का कहना है कि 2 अगस्त 2026 को थाना बागपत में दर्ज मुकदमे की जांच में स्कूल रजिस्टर समेत अन्य दस्तावेजों को भी देखा जाना चाहिए। उन्होंने 21 सितंबर को दर्ज एक अन्य मुकदमे का भी उल्लेख किया है। उनका कहना है कि संबंधित युवती सुरक्षित है और उसने शादी कर ली है। उन्होंने पुलिस अधीक्षक से दोनों मामलों की निष्पक्ष जांच की मांग की है। दो मामलों की जांच का अनुरोध रशीद ने पुलिस अधिकारियों को दिए शिकायत पत्र में 2 अगस्त 2026 को थाना बागपत में दर्ज मुकदमे का उल्लेख किया। उन्होंने मामले की जांच में स्कूल रजिस्टर और अन्य संबंधित दस्तावेजों को शामिल करने का अनुरोध किया है। दूसरे मुकदमे का भी शिकायत में जिक्र शिकायत पत्र में 21 सितंबर 2026 को दर्ज एक अन्य मुकदमे का भी जिक्र है। रशीद के अनुसार, इस मामले में एक महिला ने अपनी बेटी के अपहरण की शिकायत की थी। रशीद का कहना है कि युवती सुरक्षित है और उसने शादी कर ली है। उन्होंने इसके संबंध में वीडियो होने की बात कही है। पुलिस की जांच जारीरशीद ने पुलिस अधीक्षक से दोनों मामलों की निष्पक्ष जांच कराने का अनुरोध किया है। चौकी इंचांज शिव कुमार के अनुसार, दोनों मामलों में जांच जारी है और जांच के आधार पर कार्रवाई की जाएगी।

### सिरसली प्रधान हत्याकांड के आरोपी के दादा का मकान कुर्क गैंगस्टर एक्ट के तहत हरिद्वार में बिनौली पुलिस ने की कार्रवाई, 1.5 करोड़ है कीमत

बागपत , सिरसली प्रधान धर्मेन्द्र तोमर हत्याकांड में बिनौली पुलिस ने गैंगस्टर एक्ट के तहत कार्रवाई की। हरिद्वार में आरोपी के दादा के तीन मंजिला मकान को कुर्क कर सील किया गया। इसकी कीमत करीब 1 से 1.5 करोड़ रुपये है। सीओ बागपत सुकन्या शर्मा के निर्देश पर इंसपेक्टर जितेंद्र कुमार के साथ पुलिस टीम हरिद्वार पहुंची। नायब तहसीलदार अनिल गुप्ता और सिडकुल थाना पुलिस की मौजूदगी में देवनगर स्थित मकान पर मुनादी कराकर कुर्की की जानकारी दी। पुलिस ने 24 सितंबर को हिस्ट्रीशीटर आयुष तोमर के दादा निर्भय सिंह को मकान कुर्की का नोटिस दिया। जांच में सामने आया कि प्रधान हत्याकांड के आरोपी आयुष तोमर ने हरिद्वार में यह मकान खरीदा था, जो दादा के नाम दर्ज था। इस संपत्ति पर गैंगस्टर एक्ट के तहत कार्रवाई की गई। आरोपियों को गिरफ्तार कर जेल भेजा गयासिरसली प्रधान धर्मेन्द्र तोमर की मर्द में चुनवी रजिश के चलते गोली मारकर हत्या कर दी गई थी। इस मामले में आयुष तोमर, उसके दादा निर्भय सिंह समेत अन्य आरोपियों को गिरफ्तार कर जेल भेजा गया। आयुष तोमर पर गैंगस्टर एक्ट लगाया गया।

## एमसीए छात्र ने आत्महत्या की

1 महीने से किराए के कमरे में रहा था, परिवार में 2 मौतों के बाद से डिप्रेशन में था अमन लेखनी समाचार

गौतम बुद्ध नगर, ग्रेटर नोएडा के थाना बीटा-2 क्षेत्र के सेक्टर अल्फा-2 में एमसीए फर्स्ट ईयर के छात्र अभिषेक ने आत्महत्या कर ली। वह करीब एक महीने पहले ही ग्रेटर नोएडा आया था और यहां रहकर ऑनलाइन पढ़ाई कर रहा था। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। पुलिस और एफएएसएल टीम ने घटनास्थल की जांच की। शुरूआती जांच में सामने आया है कि परिवार में लगातार दो मौतों के बाद अभिषेक परेशान था। हालांकि, कमरे से कोई सुसाइड नोट नहीं मिला है। आत्महत्या की वजह की पुलिस जांच कर रही है। एक महीने पहले ही आया था ग्रेटर नोएडा अभिषेक कासगंज जिले के थाना पटियाली क्षेत्र के नरनाल खगो गांव का रहने वाला था। वह सेक्टर अल्फा-2 के एच ब्लॉक स्थित मकान नंबर 364 में किराए के कमरे में रह रहा था। पुलिस के मुताबिक, वह करीब एक महीने पहले ग्रेटर नोएडा आया था और वहीं से टडअ फर्स्ट ईयर की ऑनलाइन पढ़ाई कर रहा था। मंगलवार को उसके कमरे में घटना की जानकारी मिलने पर बीटा-2 थाना पुलिस मौके पर पहुंची। पुलिस ने आवश्यक कानूनी कार्रवाई के बाद शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। अभिषेक के परिजन भी सूचना मिलने पर ग्रेटर नोएडा पहुंच गए।

# शिक्षामित्र स्पेशल टीईटी नहीं दे पाएंगे

### इलाहाबाद हाईकोर्ट ने याचिका खारिज की; कहा- ये सरकारी टीचर से अलग

अमन लेखनी समाचार

प्रयागराज ,यूपी के 73 हजार शिक्षामित्रों को इलाहाबाद हाईकोर्ट से बड़ा झटका लगा है। गुरुवार को कोर्ट ने उनकी स्पेशल टीईटी -2026 में शामिल करने की मांग वाली याचिका खारिज कर दी। जस्टिस मंजू रानी चौहान ने कहा- याचिकाकर्ता सिर्फ इस आधार पर स्पेशल टीईटी में शामिल होने का अधिकार नहीं मांग सकते कि वे सामान्य टीईटी में बैठने के योग्य हैं। इनकी कानूनी स्थिति सरकारी टीचर से अलग है। याचिका पिछले साल सितंबर महीने में वसीम अहमद समेत 220 शिक्षामित्रों ने दखिल की थी। कहा था- हमें भी स्पेशल टीईटी में बैठने का मौका दिया जाना चाहिए। कोर्ट ने 24 सितंबर को सुनवाई पूरी



होने के बाद फैसला सुरक्षित रख लिया था। कोर्ट के फैसले के बाद यूपी प्राथमिक शिक्षामित्र संघ प्रदेश उपाध्यक्ष वसीम अहमद ने कहा कि यह फैसला दुखद है। हम लोग अगली अदालत में जाएंगे, डबल बेंच में जाएंगे। वहां से पूर्ण विश्वास है कि मुझे राहत मिलेगी प्रदेश में करीब 1.43 लाख शिक्षामित्र हैं। इनमें से करीब 73 हजार ने अभी तक टीईटी पास नहीं किया है, जबकि करीब 70 हजार

शिक्षामित्र यह परीक्षा पास कर चुके हैं।

#### हाईकोर्ट ने कहा- शासन का फैसला सही

हाईकोर्ट ने कहा- अभी आप शिक्षक ही नहीं हैं, तो शिक्षकों के लिए होने वाली टीईटी परीक्षा में कैसे शामिल हो सकते हैं? सरकार का फैसला सही है, शासनदेश में कोई खामी नहीं है। आर्टीडी एक्ट में शिक्षक और नॉन शिक्षक के प्रावधान साफ हैं। टीईटी

## पति ने पत्नी पर चाकू से हमला किया



#### जान से मारने की कोशिश में पुलिस ने आरोपी पति को चाकू समेत पकड़ा, केस दर्ज

अमन लेखनी समाचार

मेरठ , भावनपुर थाना क्षेत्र में एक पति ने अपनी पत्नी पर जान से मारने की नीयत से चाकू से हमला किया। पत्नी ने तुरंत कंट्रोल रूम को सूचना दी, जिसके बाद पुलिस ने मौके पर पहुंचकर आरोपी पति को गिरफ्तार कर लिया। थानाध्यक्ष प्रताप सिंह ने बताया कि दोपहर करीब 2 बजे अब्दुल्लापुर गांव निवासी राजा पुत्र

स्वर्गीय महेंद्र सिंह ने अपनी पत्नी तारा के साथ गाली-गलौज और मारपीट की। इसके बाद उसने तारा पर चाकू से हमला कर दिया। तारा के बाल-बाल बचने पर उसने कंट्रोल रूम को सूचना दी। कंट्रोल रूम की पुलिस और भावनपुर थाना पुलिस तुरंत मौके पर पहुंची। पुलिस ने तेजी से कार्रवाई करते हुए आरोपी राजा को चाकू के साथ गिरफ्तार कर लिया। राजा के खिलाफ हत्या के प्रयास समेत संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज किया गया है।उसे बुधवार को कोर्ट में पेश किया जाएगा।

## लापता डॉक्टर का शव कार में मिला इस्टर्न पेरीफेरल पर खड़ी थी कार, एक दिन पहले लापता हुए शिवम कार्तिकेय

अमन लेखनी समाचार

गाजियाबाद , नंदग्राम से लापता हुए डॉक्टर शिवम कार्तिकेय का शव इस्टर्न पेरीफेरल पर कार में मिला है। लंबे समय से कार एक जगह देखी गई तो डायल 112 और मुरादनगर पुलिस मौके पर पहुंची। वह राजनगर एक्सप्रेशन की वीवीआईपी मंगल सोसायटी के रहने वाले थे। डॉक्टर एक दिन पहले नंदग्राम से लापता हुए थे, परिजनों ने जिनकी गुमशुदगी भी दर्ज कराई। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। पुलिस की जांच में आया है कि ओवरडोज इंक्जेशन लगाने से डॉक्टर की मृत्यु हुई है।

#### एक दिन पहले लिखी गई गुमशुदगी

मुरादनगर पुलिस ने बताया कि डायल 112 पर सूचना मिली कि इस्टर्न पेरीफेरल एक्सप्रेसवे थाना मुरादनगर क्षेत्र में ब्रेजा गाड़ी में एक व्यक्ति का शव मिला है। जहां मौके पर जाकर जांच की गई तो पाया कि मरने वाले



व्यक्ति का नाम डॉ शिवम कार्तिकेय (30 साल) पुत्र गोपाल स्वरूप निवासी फ्लैट नंबर 1506 वीवीआईपी मंगल सोसाइटी राज नगर एक्सप्रेशन थाना के रहने वाले थे।

#### एक दिन पहले लापता की गुमशुदगी दर्ज

इस मामले में 29 सितंबर को नंदग्राम थाने में पुलिस ने गुमशुदगी दर्ज की। शरीर पर कोई चोट के

निशान नहीं मिले हैं। पुलिस की जांच में आया है कि दवाइयों की ओवरडोज ड्रिप अपने शरीर में लगाई, इसी से मौत होना प्रतीत हुआ है। पूरे मामले में पुलिस परिजनों से जानकारी लेकर जांच में जुटी है। डीसीपी देहात सुरेंद्रनाथ तिवारी का कहना है कि गुमशुदगी नंदग्राम थाने में दर्ज है, पुलिस पूरे मामले में जांच कर रही है। मोके पर फॉरेंसिक टीम ने भी मौके पर पहुंचकर जांच की।

## 41 किलो गांजा के साथ युवक गिरफ्तार

### 8 लाख का माल बरामद, बिहार से ट्रेन के जरिए लाकर महंगे दाम में बेचता था

अमन लेखनी समाचार

नोएडा, फेस-2 थाना पुलिस ने गांजा तस्करी के आरोप में 28 वर्षीय युवक को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने उसके कब्जे से 41 किलो 400 ग्राम गांजा, 1,800 रुपये नकद और तस्करी में इस्तेमाल टीवीएस स्पोर्ट्स बाइक बरामद की है। पुलिस के मुताबिक बरामद गांजे की अनुमानित कीमत करीब 8 लाख रुपये है। पुलिस के अनुसार बुधवार को टीम मशगान घाट भंगेल के पास ग्दि नाले की पटरी पर चेकिंग कर रही थी। इसी दौरान सदैयध गतिविधि के आधार पर प्रिन्स कुमार साहू को पकड़ा गया। तलाशी लेने पर उसके पास से गांजा बरामद हुआ।

#### बिहार से ट्रेन में सस्ते दाम पर लाता था गांजा

पूछताछ में आरोपी ने पुलिस को बताया कि वह बिहार से ट्रेन के जरिए गांजा सस्ते दाम पर खरीदकर नोएडा लाता था। यहां इसे महंगे दाम पर बेचता था। पुलिस अब उससे गांजा सप्लाई करने वाले अन्य लोगों और नेटवर्क के बारे में



जानकारी जुटा रही है। आरोपी की पहचान प्रिन्स कुमार साहू पुत्र बैजू प्रसाद साहू निवासी फिरोजपुर, थाना महरमा, गोड्डा (झारखंड) के रूप में हुई है। पुलिस के मुताबिक वह फिलहाल तिगरी गोलचक्रक के पास करारये के कमरे में रह रहा था। 1,800 रुपये और बाइक भी बरामद पुलिस ने गांजा बिक्री से मिले 1,800 रुपये और तस्करी में इस्तेमाल टीवीएस स्पोर्ट्स मोटरसाइकिल भी बरामद कर सीज कर दी है। मामले में थाना फेस-2 में एनडीपीएस एक्ट के तहत केस दर्ज किया गया है।

शिक्षकों के लिए है, जो शिक्षक नहीं है, उनके लिए नहीं है। कानून की दृष्टि से शिक्षामित्र शिक्षक नहीं हैं। ऐसे में उनकी मांग जायज नहीं कही जा सकती।

#### वसीम बोले- अब डबल बेंच में जाएंगे

यूपी प्राथमिक शिक्षामित्र संघ प्रदेश उपाध्यक्ष वसीम अहमद ने कहा कि हम लोग तो बहुत आशान्वित थे। मामला रिजर्व हुआ था। आज खारिज हुआ, यह दुखद है। हम लोग हिम्मत के साथ आगे की लड़ाई लड़ेंगे। माननीय न्यायालय में हम लोग डबल बेंच में जाएंगे और अपील करेंगे। इस आदेश से कहीं न कहीं हम लोगों की क्षति हुई है, नुकसान हुआ है। 26 वर्षों से हम लोग लगातार सेवा दे रहे हैं।

## एबीवीपी कार्यक्रम में कुलपति शामिल

## होने पर छात्र-नेताओं का विरोध

### पोस्ट कर बोले- कुलपति पूरे विश्वविद्यालय की होती हैं, किसी संगठन की नहीं

अमन लेखनी समाचार

मेरठ ,चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय में अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद की ओर से त्वम्-हि दुर्गा युवती सम्मेलन आयोजित किया गया। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. संगीता शुक्ला भी शामिल हुईं। कार्यक्रम के दौरान उन्हें एबीवीपी का पटका पहनाया गया। इसके बाद कुछ छात्र नेताओं ने सोशल मीडिया पर पोस्ट कर इसका विरोध जताया। छात्र नेताओं का कहना है कि कुलपति पूरे विश्वविद्यालय की होती हैं। ऐसे में किसी छात्र संगठन के कार्यक्रम में शामिल होकर उस संगठन का पटका पहनना उनकी भूमिका को लेकर सवाल खड़े करता है। छात्रों ने तंज कसते हुए लिखा कि कुलपति मैडम को छात्र राजनीति में प्रवेश करने पर बधाई, अब छात्रसंघ चुनाव भी करा दीजिए छात्र नेताओं ने कहा कि कुलपति को किसी एक संगठन से जुड़ा हुआ नजर नहीं आना चाहिए। उनका कहना है कि विश्वविद्यालय में छात्रों



की कई समस्याएं हैं। हॉस्टल फीस, डिग्री और अन्य मुद्दों को लेकर छात्र जब अपनी बात रखते हैं तो उन्हें जवाब नहीं मिलता, जबकि संगठन के कार्यक्रमों में कुलपति की मौजूदगी नजर आती है।

#### पोस्ट में लिखा- शिक्षा की जिम्मेदारी

#### छेड़ संगठन की राजनीति में व्यस्त

सोशल मीडिया पर छात्र नेताओं की ओर से जारी पोस्ट में सवाल उठाया

## ऑपरेशन के दौरान जच्चा-बच्चा

## की मौत, हाईवे पर लेटी महिलाएं

### प्रयागराज में 2 किमी लंबा जाम; पति बोला- मेरी बीवी हंसते हुए आई थी

अमन लेखनी समाचार

प्रयागराज , एक अस्पताल में प्रसव के दौरान मां और नवजात बच्चे की मौत हो गई। महिला को 29 सितंबर को अस्पताल में भर्ती कराया गया था। पहले ऑपरेशन के दौरान नवजात की मौत हो गई। इसके बाद मां की भी मौत हो गई। इस पर आक्रोशित घरवालों ने इलाज में लापरवाही का आरोप लगाते हुए अस्पताल के सामने प्रयागराज-गोरखपुर राष्ट्रीय राजमार्ग पर चक्काजाम कर दिया। फिलहाल हाईवे पर 2 किमी लंबा जाम लगा है। घरवाले सड़क पर लेटकर अस्पताल पर कार्रवाई की मांग कर रहे हैं। पति ने कहा- मेरी बीवी हंसते हुए आई थी,



सर्जरी होने के बाद भी सही थी। बाद में अस्पताल की ओर से कुछ प्रक्रियाओं के लिए कोरे कागज पर हस्ताक्षर कराए गए। फिर उसकी मौत हो गई। चक्काजाम की सूचना पर पुलिस मौके पर पहुंची। अभी अस्पताल मैनेजमेंट का पक्ष सामने नहीं आया है। मामला उतरांव थाना क्षेत्र का है। आरा कला गांव में रहने वाले विपिन कुमार ने पत्नी वंदना देवी (24) को 29 सितंबर को

दोपहर प्रसव के लिए डॉ. पाटक मल्टी स्पेशियलिटी अस्पताल में भर्ती कराया था। घरवालों का कहना है कि डॉक्टरों ने पहले सामान्य डिलीवरी की बात कही थी। लेकिन, बाद में इमर्जेंसी बताते हुए ऑपरेशन करने की बात कही। 130 सितंबर की सुबह करीब 9 बजे वंदना का ऑपरेशन किया गया। इस दौरान नवजात की मौत हो गई। इसके बाद डॉक्टरों ने वंदना को ब्लैडिंग होने की बात कहते हुए दोबारा ऑपरेशन की जरूरत बताई। साथ ही बच्चेदानी निकालने की बात कही। डॉक्टरों ने महिला के घरवालों से सहमति पत्र पर हस्ताक्षर भी कराए। फिर शाम करीब 7 बजे वंदना का दोबारा ऑपरेशन किया गया।

## प्रेग्नेंट महिला को गला पकड़कर घर के अंदर ले गए

मेरठ में एक घंटे तक घर में कैद रखा; जेवर-कैश लूटकर भागे

अमन लेखनी समाचार

मेरठ, दिनदहाड़े नकाबपोश बदमाशों ने एक घर में घुसकर 8 महीने की गर्भवती महिला को बंधक बना लिया। विरोध करने पर महिला के साथ मारपीट की और नशीला पदार्थ सुंधाकर बेहोश कर दिया। महिला ने बताया- साढ़े 11 बजे कुछ लोग गेट खुलवाकर अंदर घुसे और मुझे पकड़कर घर के अंदर ले गए। बदमाशों ने मेरे साथ मारपीट की और जान से मारने की धमकी दी। फिर कान के कुंडल और पायल उतरवा लिए। साथ ही अलमारी में रखे रुपए और जेवर भी ले गए। परिवार के मुताबिक, घर से करीब 3 लाख रुपए और लाखों के सोने-चांदी के जेवर ले लूटे गए हैं। सूचना पर पुलिस और फिंगरप्रिंट विशेषज्ञों की टीम मौके पर पहुंची। मामला खरखौदा थाना क्षेत्र का है। नालपुर गांव में रहने वाले कुलदीप शर्मा नोएडा में काम करते हैं। उनकी पत्नी सीमा आंगनवाड़ी में काम करती हैं। बेटा देवांग भी एक कंपनी में काम करता है। बुधवार सुबह कुलदीप और



उनकी पत्नी सीमा घर से निकल गए। करीब 11 बजे देवांग भी रिश्तेदारी में हुई मौत की सूचना मिलने पर घर से चला गया। इसके बाद घर में 8 महीने की गर्भवती रुचि शर्मा घर में अकेली रह गई थीं। परिवार के मुताबिक, दोपहर करीब 12:30 बजे सीमा शर्मा घर लौटी। उन्होंने बहु रुचि को बदहवास और बेहोशी की हालत में पूजा वाले कमरे में फर्श पर पड़ा देखा। इसके बाद शोर मचाकर आसपास के लोगों और पुलिस को सूचना दी।

#### महिला बोली- गेट खुलवाकर अंदर घुसे

रुचि शर्मा ने बताया- करीब साढ़े 11 बजे बदमाश घर में घुसे। वो चार लोग थे। दो घर के बाहर गाड़ी में मौजूद थे। बदमाशों ने गेट खुलवाया।

# मुस्कान को दोषी करार देकर

# जज बोले- अपराध डराने वाला

### फैसला सुनते ही सौरभ की मां-भाई रोने लगे, मुस्कान-साहिल मेरठ जेल में गुमसुम

अमन लेखनी समाचार

मेरठ , ऐसे अपराध से समाज में डर-असुरक्षा पैदा होती है। इसका असर लोगों की सोच पर पड़ता है। अगर समाज में अपराध लगातार बढ़ते रहें तो वह चिंता की बात है। न्याय व्यवस्था का काम लोगों को सुरक्षा का भरोसा देना। उनका कानून पर विश्वास बनाए रखना है। कोर्ट की जिम्मेदारी सिर्फ अपराध और आरोपी को सजा देने तक सीमित नहीं है, बल्कि आरोपी के अधिकारों और समाज के हितों का भी ध्यान रखना होता है। मेरठ जिला जज अरविंद कुमार मिश्रा ने यह टिप्पणी चर्चित सौरभ राजपूत हत्याकांड में फैसला सुनाते समय की। बुधवार को कोर्ट ने आरोपी मुस्कान रस्तोगी और साहिल शुक्ला को हत्या का दोषी करार दिया। 14 अक्टूबर को



सजा सुनाई जा सकती है। फैसला सुनने के बाद सौरभ के भाई राहुल और मारनू देवी भावुक हो गए और रोने लगे। जेल सूत्रों के मुताबिक, मुस्कान और साहिल जेल में गुमसुम हैं। सुनवाई के दौरान कोर्ट में क्या-क्या हुआ

#### जज बोले- शव के टुकड़े करके छिपाना जघन्य अपराध

19 सितंबर को केस में आखिरी

बहस हुई थी। कोर्ट ने फैसला सुनाने के लिए 30 सितंबर की तारीख तय की थी। शाम 4:30 बजे जिला जज अरविंद कुमार मिश्रा कोर्टरूम में पहुंचे। मुस्कान-साहिल को मेरठ जेल से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिए जोड़ा गया। जज ने स्क्रीन पर दोनों को देखा। पहले साहिल शुक्ला, फिर मुस्कान रस्तोगी का नाम लिया। जज ने कहा- गवाहों के बयान और सबूतों

से यह साबित हुआ है कि दोनों ने सौरभ राजपूत की हत्या की। सबूत मिताने के लिए शव के टुकड़े करके नीले ड्रम में पैक किया। यह जघन्य अपराध है। कोर्ट दोनों को दोषी करार देता है।

#### जज ने दोनों से पूछ- तुम्हें क्या सजा मिलनी चाहिए?

जज ने मुस्कान-साहिल से कहा कि हम तो फैसला कर चुके हैं कि तुम्हें क्या सजा देनी चाहिए, लेकिन फिर भी तुमसे पूछते हैं कि तुम्हें क्या सजा दें। दोनों की बात सुनने के बाद कोर्ट ने सजा पर फैसला 14 अक्टूबर तक टाल दिया। फैसले के बाद सौरभ के बकील केके चौबे और विजय बहादुर ने हाथ जोड़कर कोर्ट का आभार जताया और कोर्ट से दोनों को फांसी की सजा देने की मांग की।

## रेकी कर 50 चोरियां कीं, दिल्ली में 18 केस

### नोएडा में पकड़ा गया, अब चोरी का सामान खरीदने वालों को तलाश रही पुलिस

अमन लेखनी समाचार

नोएडा, मकानों की रेकी करने के बाद ताले तोड़कर चोरी करने वाले शांति चोर को सेक्टर-20 थाना पुलिस ने गिरफ्तार किया है। पुलिस के मुताबिक, आरोपी अब तक 50 से ज्यादा चोरी की वारदात कर चुका है। उसके खिलाफ दिल्ली के अलन-अलग थानों में 18 मुकदमे दर्ज हैं। नोएडा के सेक्टर-20 थाने में भी उसके खिलाफ एक मुकदमा दर्ज है। पुलिस ने आरोपी को सेक्टर-21 से गिरफ्तार किया। उसके पास से चोरी में इस्तेमाल होने वाले औजार और 7 हजार रुपए बरामद हुए हैं।

#### रेकी के बाद मौका देखकर तोड़ता था ताला



आरोपी की पहचान दिल्ली के सीमापुरी निवासी फहीम (24) के रूप में हुई है। पुलिस के मुताबिक, वह फिलहाल गाजियाबाद के लोनी में रह रहा था। फहीम वारदात से पहले मकानों की रेकी करता था। वह देखता था कि घर कब खाली रहता है और आसपास लोगों की आवाजही कितनी है। इसके बाद मौका मिलते ही ताला

तोड़कर घर में घुस जाता था। पुलिस के अनुसार, आरोपी घर से गहने, नकदी और अन्य कीमती सामान चोरी करता था। पूछताछ में उसने 50 से अधिक चोरी की वारदात करने की बात स्वीकार की है। उसने अपने दो साथियों के नाम भी बताए हैं। पुलिस अब दोनों की भूमिका और उनके ठिकानों के बारे में जानकारी जुटा रही है।

#### चोरी की जांच में सामने आया नाम

सेक्टर-20 थाना क्षेत्र में हुई चोरी की एक वारदात की जांच के दौरान पुलिस को फहीम के बारे में सुराग मिला। इसके बाद उसकी गिरफ्तारी के लिए पुलिस टीम लगाई गई थी। पुलिस के मुताबिक, फहीम दोबारा वारदात करने के इरादे से नोएडा आया था।



## अतिवृष्टि से फसल नुकसान के मुआवजे को लेकर किसानों का प्रदर्शन

सैकड़ों किसानों ने तहसील में किया प्रदर्शन, तहसीलदार को सौंपा नौ सूत्रीय मांगपत्र

अमन लेखनी समाचार

गरीठा ( झाँसी )। अतिवृष्टि से फसलों को हुए नुकसान का उचित मुआवजा दिलाने समेत नौ सूत्रीय मांगों को लेकर ग्राम विकास किसान मोर्चा के बैनर तले गरीठा तहसील क्षेत्र के सैकड़ों किसानों ने तहसील परिसर में प्रदर्शन किया। किसानों ने मुख्यमंत्री के नाम संबोधित ज्ञापन तहसीलदार अमृतलाल को सौंपकर क्षतिग्रस्त फसलों का निष्पक्ष एवं पारदर्शी सर्वे कराकर प्रभावित किसानों को 100 प्रतिशत मुआवजा दिलाने की मांग की। किसानों का आरोप है कि अतिवृष्टि से खेतों में खड़ी फसलें बुरी तरह प्रभावित हुई हैं, लेकिन नुकसान का सही आकलन नहीं किया जा रहा है। किसानों ने पूरे क्षेत्र में प्लाट-टू-प्लाट



सर्वे कराने की मांग की, ताकि प्रत्येक खेत में हुए वास्तविक नुकसान का आंकलन हो सके और कोई भी पात्र किसान मुआवजे से वंचित न रहे। किसानों ने कहा कि अतिवृष्टि के कारण उनकी आर्थिक स्थिति पहले ही प्रभावित हो चुकी है। समय पर उचित मुआवजा और राहत नहीं मिलने पर

खेती-किसानी के साथ परिवार का भरण-पोषण करना भी मुश्किल हो जाएगा। किसानों ने शासन-प्रशासन से मांगों का शीघ्र निस्तारण कर प्रभावित किसानों को राहत उपलब्ध कराने की मांग की। प्रदर्शन के दौरान तहसील क्षेत्र के विभिन्न गांवों से बड़ी संख्या में किसान मौजूद रहे।

## खास समाचार

### गरीब बच्चों के लिए दीक्षा यादव ने मेजी मुफ्त स्टेशनरी, रीना यादव ने किया वितरण

अमन लेखनी समाचार

झाँसी। एक उम्मीद जनकल्याण सेवा समिति की राष्ट्रीय सचिव दीक्षा यादव द्वारा गरीब एवं जरूरतमंद बच्चों की शिक्षा में सहयोग के उद्देश्य से बैग एवं स्टेशनरी सामग्री भेजी गई। गुरुवार को समिति के झांसी मंडल अध्यक्ष प्रदीप यादव टांडा के निवास पर आयोजित कार्यक्रम में उनकी धर्मपत्नी श्रीमती रीना यादव ने बच्चों को निःशुल्क बैग एवं स्टेशनरी का वितरण किया। इस अवसर पर रीना यादव ने कहा कि एक उम्मीद जनकल्याण सेवा समिति जिस तरह गरीब, असहाय और जरूरतमंद लोगों की मदद के लिए लगातार कार्य कर रही है, वह सराहनीय है। समिति के सामाजिक कार्यों से प्रेरित होकर वह भी जनसेवा के कार्यों में हमेशा साथ खड़ी रहेंगी। उन्होंने बताया कि पिछले करीब दो वर्षों से झांसी जनपद में एक उम्मीद टीम द्वारा लगातार विभिन्न सामाजिक कार्य किए जा रहे हैं। इनमें जरूरतमंदों को कंबल वितरण, स्वास्थ्य शिविरों का आयोजन, गरीब बच्चों को निःशुल्क स्टेशनरी उपलब्ध कराना सहित कई जनसेवा के कार्य शामिल हैं। समिति का उद्देश्य जरूरतमंद परिवारों तक सहायता पहुंचाने के साथ ही बच्चों को शिक्षा के लिए प्रोत्साहित करना है। इस दौरान एक उम्मीद जनकल्याण सेवा समिति की राष्ट्रीय सचिव दीक्षा यादव, झांसी मंडल अध्यक्ष प्रदीप यादव टांडा, रीना यादव एवं संगीता पुष्कर यादव सहित अन्य लोग मौजूद रहे।



### राशन की दुकान पर जांव करने पहुंची टीम, महिला कोटेदार पर अमद्वता व हंगामे का आरोप

अमन लेखनी समाचार

ककरबई ( झाँसी )। ग्राम पंचायत धमनोड़ में सरकारी राशन की दुकान पर अनियमितताओं की शिकायत की जांच करने पहुंची टीम के सामने महिला कोटेदार द्वारा हंगामा और अभद्रता किए जाने का मामला सामने आया है। मामले को लेकर ग्रामीणों में भी नाराजगी है। जानकारी के अनुसार 21 सितंबर को सेवा मेरा संकल्प अभियान के तहत महिला आयोग की सदस्य अनुपमा सिंह लोधी ने धमनोड़ में चौपाल लगाई थी। इस दौरान ग्रामीणों ने कोटेदार पर समय से राशन नहीं देने समेत अन्य अनियमितताओं की शिकायत की थी। शिकायत पर आपूर्ति निरीक्षक गरीठा को जांच के निर्देश दिए गए थे। शिकायत की जांच के लिए एआरओ संतोष यादव, नायब तहसीलदार गरीठा राधा पालीवाल सप्लाई इंस्पेक्टर सुमित सिंह, ककरबई थाने के उपनिरीक्षक विजय शंकर मिश्रा, महिला सिपाही प्रीति व अनामिका की टीम मौके पर पहुंची। टीम ने कोटेदार से दुकान में उपलब्ध राशन का स्टॉक और अभिलेख दिखाए को कहा। आरोप है कि इसी बात को लेकर महिला कोटेदार ने टीम के साथ हंगामा किया। मौके पर बड़ी संख्या में ग्रामीण भी एकत्र हो गए। अधिकारियों ने बताया कि शिकायत और कोटेदार के व्यवहार की जांच की जा रही है। जांच पूरी होने के बाद नियमानुसार आगे की कार्रवाई की जाएगी।



## सई का बड़ा जलस्तर पानी में डूबी किसानों की सालभर की मेहनत

सैकड़ों बीघे धान की फसल जलमग्न तीन दर्जन से अधिक गांव प्रभावित किसानों ने मांगी राहत

अमन लेखनी समाचार

मोहनलालगंज। सई नदी का जलस्तर अचानक बढ़ने से मोहनलालगंज और निगोहां क्षेत्र के तीन दर्जन से अधिक गांवों में किसानों पर संकट गहरा गया नदी का पानी खेतों में घुसने से सैकड़ों बीघे में खड़ी धान की फसल जलमग्न हो गई कटाई के लिए तैयार फसल कई दिनों से पानी में डूबी जिससे उसके सड़ने का खतरा बढ़ गया किसानों को लाखों रुपये के नुकसान की आशंका सबसे अधिक असर निगोहां के रंजीत खेड़ा गांव में दिख रहा जहां करीब तीन दर्जन किसानों के खेत जलमग्न इसके अलावा जवाहर खेड़ा चिरानी खेड़ा मीरानपुर बरबलिया समेत नदी किनारे बसे कई गांवों में भी खेतों में



पानी भर गया किसानों का कहना कि धान की यही फसल उनके परिवार की सालभर की आय का मुख्य सहारा फसल खराब हुई तो आर्थिक संकट गहरा जाएगा ग्रामीणों के अनुसार खेतों से पानी निकलने का कोई रास्ता नहीं लगातार जलभराव से धान की बालियां गलने लगी और हर गुजरते दिन के साथ नुकसान बढ़

रहा किसानों ने प्रशासन से तत्काल प्रभावित क्षेत्रों का निरीक्षण कराने जल निकासी की व्यवस्था सुनिश्चित करने और फसल क्षति का सही कराकर मुआवजा दिलाने की मांग की किसानों का कहना कि यदि जल्द राहत नहीं मिली तो प्राकृतिक आपदा उनके लिए आर्थिक तबाही में बदल जाएगी।

## 11 हजार वोल्ट का तार टूटकर गिरा, तीन भैंसों की मौत

अमन लेखनी समाचार

गरीठा। थाना गरीठा क्षेत्र के ग्राम पासौरा में शुक्रवार सुबह 11 हजार वोल्ट की विद्युत लाइन का तार टूटकर गिरने से करंट की चपेट में आने से तीन भैंसों की मौत हो गई। हादसे के दौरान पशु मालिक अंशुल यादव भी विद्युत तार की चपेट में आने से बाल-बाल बच गए। अंशुल यादव ने बताया कि वह प्रतिदिन की तरह सुबह अपनी भैंसों को चराने के लिए चकरा सेक्टर में महाराम के ट्यूबवेल के पास से गुजर रहे थे। इसी दौरान अचानक 11 हजार वोल्ट की विद्युत लाइन का तार टूटकर भैंसों के ऊपर गिर गया, जिससे तीनों भैंसों की मौके पर ही मौत हो गई। उन्होंने बताया कि समय रहते पीछे हटने के कारण उनकी जान बच गई, अन्यथा बड़ा हादसा हो सकता था। घटना की जानकारी मिलते ही मौके पर ग्रामीणों की भीड़ जुट गई। ग्रामीणों ने गरीठा



पुलिस और उपजिलाधिकारी को घटना की सूचना दी। पीड़ित पशु मालिक ने प्रशासन से आर्थिक सहायता एवं उचित मुआवजा दिलाए जाने की मांग की। वहीं ग्रामीणों का आरोप है कि विद्युत लाइन के तार काफी समय से जर्जर और नीचे लटक रहे थे। इसकी सूचना कई बार संबंधित विद्युत विभाग के कर्मचारियों को दी गई, लेकिन समस्या का समाधान नहीं कराया गया। ग्रामीणों ने विद्युत विभाग से जर्जर तारों को बदलवाने और भविष्य में इस तरह की घटनाओं पर रोक लगाने की मांग की।

## फीस के फेर में दांव पर लगा भविष्य मड़के छात्रों ने हाईवे पर थाम दिए पहिए

एडमिट कार्ड रोकने के आरोप से भड़का आक्रोश, एक घंटे तक जाम रहा लखनऊ-रायबरेली हाईवे

अमन लेखनी समाचार



थी इसके बावजूद अतिरिक्त शुल्क और फाइन के नाम पर उसका एडमिट कार्ड रोक लिया गया आरोप है कि करीब तीन हजार रुपये जमा कराने के बाद ही उसे परीक्षा में शामिल होने दिया गया जबकि बाकी फाइन जल्द जमा करने का दबाव बनाया गया इस घटना से छात्रों में भारी नाराजगी फैल गई।

### 'मनमानी से तंग आकर सड़क पर उतरना पड़ा'

प्रदर्शन कर रहे छात्रों का कहना है कि संस्थान में लंबे समय से अतिरिक्त शुल्क और फाइन के नाम पर मनमानी की जा रही कई बार शिकायत के बावजूद कोई सुनवाई नहीं हुई उनका कहना था कि जब भविष्य से खिलवाड़ होने लगा तो सड़क पर उतरने के

अलावा कोई विकल्प नहीं बचा।

### पुलिस के आशवासन पर खत्म हुआ आंदोलन

हाईवे जाम की सूचना मिलते ही मोहनलालगंज कोतवाल रामबाबू सिंह पुलिस बल के साथ मौके पर पहुंचे पुलिस ने छात्रों से वार्ता कर उनकी शिकायतें सुनीं और निष्पक्ष कार्रवाई का भरोसा दिलाया काफी देर तक चली बातचीत के बाद छात्रों ने जाम समाप्त किया जिसके बाद यातायात सामान्य हो सका पुलिस ने संस्थान प्रबंधन को भी फीस विवाद को गंभीरता से सुलझाने और किसी भी छात्र को परीक्षा से वंचित न करने की हिदायत दी छात्रों ने चेतावनी दी कि यदि कथित मनमानी नहीं रुकी तो आंदोलन और तेज किया जाएगा।

## स्वच्छता रैली से दिया प्लास्टिक मुक्त समाज का संदेश

अमन लेखनी समाचार

निगोहां। सेंट फ्रांसिस इंटर कॉलेज के छात्र-छात्राओं ने गुरुवार को स्वच्छता एवं 'प्लास्टिक को ना कहें' विषय पर जागरूकता रैली निकालकर लोगों को पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। कक्षा 11 व 12 के विद्यार्थियों ने हाथों में स्लोगन लिखी तख्तियां लेकर कस्बे के प्रमुख बाजारों में भ्रमण किया और दुकानदारों को सिंगल यूज प्लास्टिक के दुष्प्रभाव बताते हुए स्वयं तैयार किए गए पेपर बैग वितरित किए उन्होंने प्लास्टिक की पॉलिथीन का उपयोग बंद करने और स्वच्छता बनाए रखने की अपील की रैली के दौरान सुरक्षा व्यवस्था के लिए निगोहां कस्बा प्रभारी अनुूप तिवारी पुलिस बल के साथ मौजूद रहे विद्यालय में एलके जी यूकेजी के बच्चों के लिए वेस्ट मटेरियल से फैसी ड्रेस प्रतियोगिता का भी आयोजन



किया गया बच्चों ने बेकार सामग्री से तैयार आकर्षक वेशभूषा पहनकर पर्यावरण संरक्षण वृक्ष बचाने और स्वच्छता का संदेश दिया प्रधानाचार्य विजय क्रिस्ता ने बताया कि कार्यक्रम

का उद्देश्य विद्यार्थियों के माध्यम से समाज को प्लास्टिक के उपयोग से होने वाले नुकसान के प्रति जागरूक करना था कार्यक्रम के सफल आयोजन में सभी शिक्षकों का सहयोग रहा।

## डीएसी व्यवस्था बेअसर ! सन गैस एजेंसी महाराजगंज में सिलेंडर के लिए लंबी कतारों से उपभोक्ता नाराज



डीएसी नंबर का नियम भी बेअसर, उपभोक्ताओं का आरोप-गोदाम पर करना पड़ता है घंटों इंतजार

अमन लेखनी समाचार

बस्ती। गैस सिलेंडर की बुकिंग और वितरण व्यवस्था को लेकर बड़े-बड़े दावे किए जा रहे हैं, लेकिन महाराजगंज स्थित सन गैस एजेंसी पर जमीनी हकीकत इन दावों से अलग नजर आ रही है। उपभोक्ताओं का आरोप है कि गैस सिलेंडर लेने के लिए आज भी उन्हें लंबी कतार में घंटों खड़ा होना पड़ रहा

## सपा नेता बाकर अली परिवार सहित धर्म परिवर्तन और अनैतिक कार्य करवाता है: विनय सिंह

अमन लेखनी समाचार

चित्रकूट। मऊ तहसील अंतर्गत नगर पंचायत मऊ निवासी बाकर अली खान पूर्व सांसद श्यामा चरण गुप्ता के जमाने से समाजवादी पार्टी में हैं। विपक्षी विनय सिंह ने बताया कि बाकर अली खान मऊ के लिए कई बार प्रधानी और अध्यक्ष का चुनाव लड़ा लेकिन हार गया। बाकर अली अली तथा उसके दो लड़के धर्म परिवर्तन अनैतिक कार्य करवाते हैं। बाकर अली का बड़ा लड़का हाफिज खान एक ठाकुर की लड़की को अपनी बेगम बनाकर रखा है तथा समाज में उस विवाद को छुपाने के लिए खुशबू सिंह को मृत घोषित कर दिया है और वर्तमान में खुशबू सिंह जिंदा है। बाकर अली का दूसरा लड़का हबीब खान अनीता पाल से प्यार करता है तथा कुछ मुसलमान लड़कियों को लेकर फर्जी शादी का धंधा करवाता है। अनीता पाल लुटेरी दुल्हन गैंग की सरगना है हबीब खान तथा कई व्यक्ति कई लड़कियां औरतें इस फर्जी शादी के धंधे में लोगों को लुट रहे हैं। यह गैंग फर्जी शादी करके गहन और पैसा ठगी कर लेते और आधार कार्ड पता फर्जी प्रयोग करके पुलिस के सहयोग से पैसा देकर बच भी जाते हैं। मऊ थाना



अंतर्गत यह गैंग चार राज्यों में फर्जी शादी का धंधा करके मालामाल हो रहे हैं। लुटेरी दुल्हन गैंग से प्रभावित विनय सिंह ने बताया कि बाकर अली सब कुछ जानते हुए भी अपने बच्चों को सहयोग कर रहा है। बाकर अली का लड़का हबीब खान का कहना है कि हम थाना से लेकर पूरे लखनऊ तक के प्रशासन को पैसे पर गिरा देते हैं क्योंकि करोड़ों रुपए काम इनका धंधा फजीवाड़ा में चल रहा है। विनय सिंह ने बताया कि बाकर अली समाजवादी पार्टी का नेता है लेकिन उसके इरादे देश विरोधी हैं। विनय सिंह ने बताया कि बाकर अली का बड़ा लड़का हफीज खान मऊ निवासी पंडित नवल मिश्रा

पूर्व ब्लाक प्रमुख भाजपा नेता के परिवार को धोखा देकर मारने का ऑडियो वायरल है। विनय सिंह ने बताया कि बाकर अली के पास अवैध हथियार हैं जिसके बल पर लोगों को डराता है अभी कुछ दिन पहले मामूली विवाद पर इसके छोटे लड़के ने राइफल निकाल कर तान दिया था। कोई भी व्यक्ति इसके लड़कों की शिकायत करता है तो उल्टा धमकाने लगता है क्योंकि हर बार चुनाव हार जाता है और पैसे के लिए अनैतिक कार्य में लड़कों का साथ देता है। विनय सिंह का कहना है कि बाकर अली अनीता पाल का ससुर बन गया है तथा उसके धंधे में सहयोग कर रहा है।

## छुपा रुस्तम निकले बेईली के प्रधान , अपने मानदेय मुगतान में 25000 रुपये पर किए हाथ साफ

एक ही अवधि के डबल मानदेय भुगतान से जुड़े मामले का गड़बड़झाला

अमन लेखनी समाचार

बस्ती - प्रदेश स्तर पर सम्मानित होने वाले बेईली के प्रधान शेर मोहम्मद इतने छुपे रुस्तम निकले कि उनका ईमान मात्र 25000 रुपये पर डोल गया और अपने मानदेय भुगतान में ही एक ही अवधि का डबल भुगतान प्राप्त कर सरकारी खजाने को पच्चीस हजार रुपये का चपत लगा डाला मिली जानकारी के अनुसार - उत्तर प्रदेश में वनोचित ग्राम प्रधानों हेतु प्रतिमाह 5000 रुपए मानदेय निर्धारित है जो समय - समय पर बजट उपलब्धता पर आहरित किया जाता रहता है। जनपद के कुछ ग्राम पंचायतों में मानदेय भुगतान के नाम पर भी हेराफेरी जारी है जिसका ताजा उदाहरण बहादुरपुर विकास खण्ड की बेईली ग्राम पंचायत है जहाँ प्रधान शेर मोहम्मद द्वारा एक ही कार्य



संख्या 100162290 के बावर् दिनांक 08 / 05/ 2025 को वाउचर संख्या 5८८८८८८ / 2025 -26 / ८ /3 के माध्यम से दिसम्बर 2024 से अप्रैल 2025 तक के पाँच माह का मानदेय रुपया मूल्य कुल 25000.00 आहरित किया गया है। पुनः उसी कार्य संख्या पर अगले दिन अर्थात 9 मई 2025 को वाउचर संख्या 5८८८८८८ / 2025 -26 / ८ /9 द्वारा उसी अवधि दिसम्बर 2024 से अप्रैल 2025 तक पाँच माह की अवधि का रुपया 25000.८८ मानदेय मद में आहरित कर गोलमाल किया गया है। मामला मानदेय भुगतान से जुड़ा है और बहुत ही शांति तरीके

से हेराफेरी की गयी है। परन्तु मामला प्रकाश में आने के कारण हलचल बढ़ गया है। सामाजिक रूप से सैर ऐंठने व अपने आप को सबसे ऊँचा दिखाने वाले प्रधान के बारे में कोई सोच भी नहीं सकता कि उनके द्वारा ऐसा कदम उठाया गया होगा परन्तु असलियत यही है जो सामाजिक रूप से प्रदर्शित हो चुका है। मानदेय मद में यह हेराफेरी तत्कालीन पंचायत सचिव की सलिपतता द्वारा कारित किया गया है इसलिए सचिव व प्रधान दोनों बराबर के भागीदार है और कार्यवाही भी बिना भेदभाव के दोनों पर समान रूप से होना जरूरी है

## जन चौपाल के जरिए पुलिस ने आमजन से किया सीधा संवाद

सभी थाना एवं चौकी क्षेत्रों में एक साथ आयोजित हुआ कार्यक्रम, नागरिकों ने बताई समस्याएं और दिए सुझाव

अमन लेखनी समाचार



सिंगरौली। जिले के सभी थाना एवं चौकी क्षेत्रों में बुधवार को हूजन चौपाल झ्र आपकी पुलिस आपके द्वारह कार्यक्रम आयोजित किया गया। पुलिस अधिकारियों और कर्मचारियों ने आमजन के बीच पहुंचकर क्षेत्र की समस्याएं, शिकायतें और सुझाव सुने तथा उनके निराकरण के लिए आवश्यक दिश-निर्देश दिए। पुलिस महानिरीक्षक रीवा जोन गोवर्ध राजपूत एवं पुलिस उप महानिरीक्षक रीवा क्षेत्र हेमंत चौहान के निर्देशन तथा पुलिस अधीक्षक पियाज के.एम. के मार्गदर्शन में आयोजित जन चौपाल का उद्देश्य पुलिस और आमजन के बीच सीधा संवाद स्थापित करना रहा। नागरिकों ने कानून-व्यवस्था, यातायात, सड़क सुरक्षा, रात्रि गश्त, अवैध गतिविधियों, नशे की रोकथाम, महिला एवं बाल सुरक्षा सहित स्थानीय समस्याओं से पुलिस अधिकारियों को अवगत कराया। अधिकारियों ने समस्याओं को सुनकर संबंधित मामलों में आवश्यक कार्रवाई के निर्देश दिए। जन चौपाल के दौरान साइबर अपराध से बचाव को लेकर भी लोगों को जागरूक किया गया। पुलिस ने नागरिकों से ओटीपी, पिन, पासवर्ड और बैंक संबंधी जानकारी किसी के साथ साझा नहीं करने तथा अनजान लिंक पर क्लिक नहीं करने की अपील की।

फर्जी कॉल और ऑनलाइन ऑफर से सावधान रहने की जानकारी देते हुए साइबर ठगी होने पर तत्काल 1930 पर शिकायत करने और नजदीकी पुलिस थाना अथवा साइबर सेल से संपर्क करने की सलाह दी गई। नशे के दुष्परिणामों के प्रति जागरूक करते हुए पुलिस ने नागरिकों और युवाओं से नशे से दूर रहने की अपील की। नशा तस्करी या मादक पदार्थों की अवैध बिक्री की जानकारी पुलिस को देने का आग्रह किया गया। पुलिस ने बताया कि ऐसी गतिविधियों में सलिपत लोगों के खिलाफ वैधानिक कार्रवाई की जाएगी और सूचना देने वाले की पहचान गोपनीय रखी जाएगी। महिला एवं बालिका सुरक्षा को लेकर भी लोगों को जागरूक किया गया। छेड़छाड़ और उत्पीड़न की घटनाओं की तत्काल सूचना पुलिस को देने तथा महिलाओं के प्रति सम्मानजनक व्यवहार अपनाने की अपील की गई। इसके साथ ही यातायात नियमों का पालन, हेलमेट और सीटबेल्ट का उपयोग, नशे की हालत में वाहन नहीं चलाने तथा तेज गति से वाहन चलाने से बचने के संबंध में भी जागरूक

किया गया।

### अमन लेखनी (हिन्दी दैनिक)

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

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

बुजुर्गों में होने वाली अधिकांश समस्याओं को दूर करने के लिए उनकी डाइट न्यूट्रिशस और बैलेंस्ड होना बहुत जरूरी है। बुजुर्गों की डाइट कैसी होनी चाहिए, यहां डिटेल में बता रहे हैं।

## न्यूट्रिशस-बैलेंस्ड हो बुजुर्गों की डाइट

डाइट सजेशन

सावी जैन, डाइटिशियन

साठ की उम्र के बाद शरीर में कई तरह के बदलाव आते हैं। ऐसे में उम्र से संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं को रोकने के लिए स्वस्थ आहार लेते रहना महत्वपूर्ण हो जाता है। इस उम्र में डाइटेशन सिस्टम धीमा हो जाता है, शारीरिक गतिविधियां कम होती हैं और हड्डियां तथा मांसपेशियां कमजोर होने लगती हैं। ऐसे में सही और संतुलित आहार बुजुर्गों को ऊर्जावान बनाए रखने, बीमारियों से बचाने और जीवन की गुणवत्ता सुधारने में सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

**मसल्स के लिए प्रोटीन:** उम्र बढ़ने के साथ मांसपेशियां कमजोर होने लगती हैं। इसलिए दालें, बींस, अंकुरित अनाज, सोयाबीन, दूध, दही, पनीर के रूप में पर्याप्त प्रोटीन डाइट में जरूर शामिल करें। नॉन-वेजिटेरियन हैं तो उबला अंडा या ग्रिल्ड मछली खा सकते हैं।

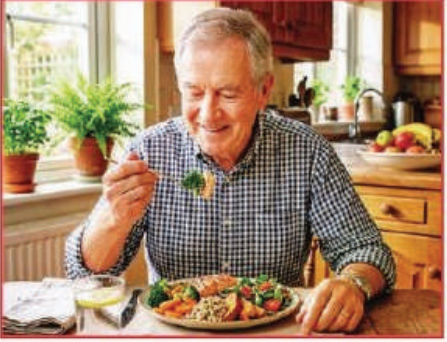
मांसपेशियों के निर्माण, अच्छी सेहत और संतुलित पोषण के लिए मीट, संकेद मांस वाली मछली, अंडे का सफेद भाग और बींस डाइट में शामिल करें।

**बॉस के लिए कैल्शियम-विटामिन डी:** हड्डियों को मजबूत रखने और फ्रैक्चर के जोखिम को कम करने के लिए कैल्शियम युक्त भोजन करें। कम फैट वाले डेयरी उत्पाद जैसे टॉड दूध और पस्तेदार सब्जियों का सेवन करें, क्योंकि इनमें कैल्शियम काफी मात्रा में होता है। डाइट में कम वसा वाला दूध, दही, छाछ, पनीर और रागी खाएं। थोड़ी देर सुबह की धूप में बैठें।

**पाचन के लिए फाइबर:** बुजुर्गों में कब्ज की समस्या आम होती है, जिससे फाइबर युक्त खाना राहत देता है। इसके लिए डाइट में ओट्स, दलिया, छिलके वाली दालें, सेब, पपीता, अमरूद और हरी सब्जियां शामिल करें। उच्च फाइबर वाले फूड्स, पोषण से भरपूर होते हैं उनके सेवन से कब्ज में राहत मिल सकती है।

**इम्युनिटी के लिए विटामिन सी:** रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए ताजे फल और सब्जियां जैसे संतरे, आंवला, नींबू, पालक, ब्रोकली और टमाटर डाइट में शामिल करें।

**याददाश्त के लिए:** बढ़ती उम्र के साथ याददाश्त में कमी आना एक आम समस्या होती है, जिसे अक्सर डिमेंशिया के रूप में जाना जाता है। इसे पूरी तरह रोकना संभव नहीं होता, लेकिन सही खानपान अपनाकर इसके प्रभाव



और गति को कम जरूर किया जा सकता है। डिमेंशिया के प्रभाव और गति को कम करने के लिए रोजाना के भोजन में ताजे फल, हरी पस्तेदार सब्जियां और साबुत अनाज शामिल करें। ये दिमाग को आवश्यक एंटी-ऑक्सीडेंट्स प्रदान करते हैं।

**डेली डाइट चार्ट:** बुजुर्गों का डेली डाइट चार्ट कुछ ऐसा होना चाहिए। सुबह सबसे पहले 1 गिलास गुनगुना पानी, 4-5 भीगे बादाम और अखरोट। नाश्ते में ओट्स/दलिया/बेसन का चीला/पोहा/इडली और 1 कप टॉड दूध या चाय।



दोपहर के खाने में 1-2 रोटी (मल्टीग्रेन), 1 कटोरी चावल, दाल, हरी सब्जी, 1 कटोरी दही/सलाद। शाम के नाश्ते में 1 कप मखाना/भुना चना/सूप/कोई 1 मौसमी फल, मट्ठा या हर्बल-टी। रात के खाने में 1-2 रोटी, पतली दाल या लौकी/तोरई की सब्जी रात 8 बजे तक खालें। सोने से पहले 1 छोटा गिलास हल्दी वाला गुनगुना दूध। इनके अलावा कुछ अन्य बातों पर भी ध्यान देना चाहिए।

- जिन बुजुर्गों को दांतों की समस्या है या चबाने में कठिनाई होती है, उन्हें अच्छी तरह पका खाना, मैश करके दलिया/सूप के रूप में खाना चाहिए।
- ब्लड प्रेशर और डायबिटीज को कंट्रोल में रखने के लिए सीमित मात्रा में नमक और चीनी का प्रयोग करना चाहिए।
- सैचुरेटेड फैट को कम करें और तले हुए भोजन, हार्ड फैट वाले डेयरी और मांस को कम करें। इसके बजाय एवोकैडो, मछली और वनस्पति तेलों जैसे अनसैचुरेटेड फैट वाले फूड्स का सेवन करें।
- उम्र के साथ प्यास कम लगती है, जिससे डिहाइड्रेशन हो सकता है। इससे बचने के लिए दिनभर में 7-8 गिलास पानी या नारियल पानी, छाछ, सूप लेना चाहिए। पानी से दिमाग को हेलदी रखने, शरीर का तापमान मॉटेन करने में मदद मिलती है।

प्रस्तुति: ललिता गोयल

सोने से पहले 1 छोटा गिलास हल्दी वाला गुनगुना दूध। इनके अलावा कुछ अन्य बातों पर भी ध्यान देना चाहिए।

- जिन बुजुर्गों को दांतों की समस्या है या चबाने में कठिनाई होती है, उन्हें अच्छी तरह पका खाना, मैश करके दलिया/सूप के रूप में खाना चाहिए।
- ब्लड प्रेशर और डायबिटीज को कंट्रोल में रखने के लिए सीमित मात्रा में नमक और चीनी का प्रयोग करना चाहिए।
- सैचुरेटेड फैट को कम करें और तले हुए भोजन, हार्ड फैट वाले डेयरी और मांस को कम करें। इसके बजाय एवोकैडो, मछली और वनस्पति तेलों जैसे अनसैचुरेटेड फैट वाले फूड्स का सेवन करें।
- उम्र के साथ प्यास कम लगती है, जिससे डिहाइड्रेशन हो सकता है। इससे बचने के लिए दिनभर में 7-8 गिलास पानी या नारियल पानी, छाछ, सूप लेना चाहिए। पानी से दिमाग को हेलदी रखने, शरीर का तापमान मॉटेन करने में मदद मिलती है।

प्रस्तुति: ललिता गोयल

### डॉक्टर्स एडवाइस

डॉ. मोहसिन वली

सीनियर फिजिशियन, सर गंगा राम अस्पताल, दिल्ली

अक्सर लोग बढ़ती उम्र में गिरने को सामान्य घटना मान लेते हैं। लेकिन वैज्ञानिक मानते हैं कि बुजुर्गवस्था में गिरना स्वाभाविक नहीं है, इसे समय रहते पहचाना और रोका जा सकता है। बुजुर्ग कमजोरी या अधिक उम्र के बजाय शारीरिक-असंतुलन, स्थिरता, चलने-फिरने की सही तकनीक और गिरने से बचाव में की जाने वाली असावधानियों की वजह से ज्यादा गिरते हैं। जो बुजुर्ग एक विशेष तरीके से चलते हैं, वे न केवल बहुत कम गिरते हैं और कम चोटिल होते हैं और अधिक समय तक स्वतंत्र (बिना दूसरों पर निर्भर हुए) जीवन जी पाते हैं। इसलिए बुजुर्गों के लिए सही ढंग से चलना सीखना, गिरने से बचाव का सबसे प्रभावी उपायों में से एक है।

**बड़ी समस्या है ओल्ड एज में गिरना:** विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार गिरना दुनिया भर में अनजाने में होने वाली चोटों और उनसे होने वाली मौत का दूसरा सबसे बड़ा कारण है। हर साल करीब 6 लाख 84 हजार लोगों की मौत गिरने की वजह से होती है। 60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में गिरने से होने वाली मौतों की दर सबसे ज्यादा है। करीब 3 करोड़ 73 लाख गिरने की घटनाएं, ऐसी शारीरिक क्षमता में गिरावट की शुरुआत होती हैं, जिससे इसका अक्सर उबर नहीं पाता। ऐसे लोग एक बार बिस्तर पकड़ लेते हैं तो दुबारा अपने बल पर पूरी तरह खड़े नहीं हो पाते हैं।

**क्या है कारण:** शोध बताते हैं कि 65 साल की उम्र के बाद कदम की चौड़ाई में भिन्नता स्वाभाविक रूप से बढ़ने लगती है, क्योंकि पैरों के तलवों से मिलने वाला संवेदी फीडबैक, आंखों की दृष्टि और भीतरी कान का संतुलन-तंत्र (वेस्टिबुलर सिस्टम), ये तीनों उम्र के साथ धीरे-धीरे कमजोर पड़ते हैं। दिमाग को शरीर की स्थिति और जमीन की सतह की जानकारी सही समय पर नहीं मिल पाती, जिससे पैर रखने में मामूली चूक होने लगती है। गिरने का खतरा सिर्फ कमजोरी या उम्र से नहीं, बल्कि चलने के पैटर्न में आई सूक्ष्म अनियमितताओं से भी जुड़ा होता है। गिरना अक्सर चलने के तरीके में आई एक बहुत छोटी और लगभग अदृश्य गड़बड़ी से शुरू होता है। पैर थोड़ा कम उठना, कदम का थोड़ा असमान होना या शरीर का



संतुलन एक पल के लिए ढगमगाना- ये सब मिलकर उस स्थिति को जन्म देते हैं, जब शरीर संभल नहीं पाता।  
**क्या होता है अस्तर:** गिरने की घटना बुजुर्गों के जीवन पर गहरा प्रभाव डाल सकती है। आत्मविश्वास कम होने और दोबारा गिरने का डर विकसित होने का खतरा बढ़ जाता है। वे चलना-फिरना, घर से बाहर निकलना या सामान्य गतिविधियां करना कम कर देते हैं।  
जिससे उनकी मांसपेशियां और कमजोर होने लगती हैं, शारीरिक सक्रियता और स्वतंत्रता दोनों प्रभावित होती है, गिरने का खतरा और बढ़ जाता है।  
**किन्हें है ज्यादा रिस्क:** कुछ लोगों में गिरने का खतरा अपेक्षाकृत अधिक होता है। इन्हें चलने की सही तकनीक सीखने के साथ-साथ नियमित तौर पर चिकित्सकीय जांच भी करानी चाहिए।  
► 65 वर्ष से अधिक आयु के लोग।  
► जिनकी दृष्टि कमजोर हो।  
► जिन्हें गठिया या आस्टियोपोरोसिस हो।  
► पैरों की संवेदना कम हो गई हो।  
► पार्किंसन या स्ट्रोक की समस्या रही हो।  
► जिन्हें बार-बार चक्कर आते हों।

► जो ऐसी दवाएं लेते हों जिनसे नौद या चक्कर आ सकते हों।  
**तब डॉक्टर से करें कंसल्ट:** अगर किसी बुजुर्ग को बार-बार चक्कर आते हों, चलते समय पैर कांपते हों, संतुलन लगातार बिगड़ता हो या बिना कारण बार-बार गिर रहे हों, तो इसे केवल बड़ती उम्र का असर मानकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह पार्किंसन रोग, स्ट्रोक, तंत्रिका संबंधी समस्या, विटामिन बी-12 की कमी, लो ब्लड प्रेशर या अन्य स्वास्थ्य समस्याओं का संकेत भी हो सकता है। ऐसी स्थिति में चिकित्सक या फिजियोथेरेपिस्ट से परामर्श लेना आवश्यक है।  
**कैसे करें बचाव:** गिरने से बचाव के लिए चलने की सही तकनीक अपनाना, सही चाल विकसित करना जरूरी है। चलने की कुछ आदतों में छोटे-छोटे बदलाव करके संतुलन और आत्मविश्वास दोनों को बेहतर बनाया जा सकता है। लंबे समय तक सुरक्षित, सक्रिय और आत्मनिर्भर जीवन जिया जा सकता है।  
**हमेशा सामने देखें:** अधिकांश बुजुर्ग



चलते समय अपने पैरों या जमीन की ओर देखते रहते हैं। उन्हें लगता है कि नीचे देखने से वे गड़बड़ा या बाधाओं को आसानी से देख पाएंगे और गिरने से बच जाएंगे। लेकिन वास्तव में यह आदत संतुलन को कमजोर कर सकती है।  
**क्या करें:** चलते समय सिर झुकाने के बजाय सामने देखने की आदत डालें। इससे ठोकर लगने और दूरी का गलत अनुमान लगाने की संभावना कम हो सकती है।  
**नियंत्रित कदमों से चलें:** कुछ लोग चलते समय पैर जोर से जमीन पर पटकते हैं। यह केवल आवाज ही नहीं पैदा करता, बल्कि घुटनों, टखनों और कूल्हों पर अतिरिक्त दबाव भी डालता है। भारी कदमों से चलने पर शरीर का संतुलन बिगड़ सकता है और अचानक प्रतिक्रिया देने की क्षमता भी कम हो जाती है। जबकि कदम हल्के, मूलायम और नियंत्रित हों, तो शरीर सहज रूप से आगे बढ़ता है और पैर के जोड़ों पर कम दबाव पड़ता है।  
**क्या करें:** धीरे-धीरे चलें। धीरे, आराम से और बिना पैरों को पटकते हुए चलने से संतुलन और चलने की स्थिरता दोनों बेहतर होती हैं।



**सही पैटर्न को करें फॉलो:** कई बुजुर्ग चलते समय पूरे पैर को एक साथ जमीन पर रखते हैं या पैरों को घसीटते हुए चलते हैं। इससे चाल अस्थिर हो जाती है और ठोकर लगने का खतरा बढ़ जाता है।  
**क्या करें:** बुजुर्गों को फिजियोथेरेपिस्ट से सीखकर एड़ी से पंजे तक चलने की सही तकनीक अपनानी चाहिए। यानी पहले एड़ी जमीन को छुए, फिर पूरा तलवा धीरे-धीरे आगे बढ़े और अंत में पंजे के सहारे शरीर

को आगे धकेला जाए। इससे पिंडली, टखने और कूल्हें की महत्वपूर्ण मांसपेशियां सक्रिय होती हैं, जो संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।  
**खड़े होने के बाद तुरंत न चलें:** कई बुजुर्ग कुर्सी, बिस्तर या सोफे से उठने के तुरंत बाद गिर जाते हैं। अचानक खड़े होने पर कुछ लोगों का रक्तचाप कुछ क्षणों के लिए कम हो जाता है। इससे चक्कर, धुंधलापन या अस्थिरता महसूस हो सकती है।  
**क्या करें:** जब भी बैठी या लेटी हुई अवस्था से उठें, तो पहले आराम से खड़े हों और लगभग दो सेकंड तक वहीं रहें। जब शरीर सामान्य महसूस होने लगे, तभी चलना शुरू करें।

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

### सजेशन

विधि गोयल

विटामिन-बी12 एक ऐसा पोषक तत्व है, जिसकी मात्रा अगर शरीर में कम हो जाए, तो एक नहीं कई परेशानियां शुरू हो सकती हैं। इसकी कमी के कारण नई डेमेज होना, एनीमिया, थकान, कमजोरी, हाथ-पैरों में सुन्नपन या झनझनाहट, चक्कर आने और मुंह में छाले जैसे लक्षण नजर आते हैं। डाइटिशियन सावी जैन बताती हैं, विटामिन बी-12 की कमी से बोन डेंसिटी भी कम होती है, जिससे हड्डियां नाजुक हो जाती हैं और ऑस्टियोपोरोसिस का खतरा बढ़ जाता है। विटामिन बी-12 रेड ब्लड सेल्स बनाने से लेकर डीएनए बनाने तक के लिए जरूरी होता है। इसकी उचित मात्रा से रिकन, बालों और आंखों को भी फायदा मिलता है।

**डेयरी प्रोडक्ट्स:** आहार में नियमित रूप से मेरी उम्र 46 वर्ष है। मैं जब भी कुछ ठंडा खाता-पीता हूं तो तुरंत छींकें आने लगती हैं। प्लीज इस समस्या का समाधान बताएं।



दूध, पनीर और दही का सेवन शरीर में विटामिन बी-12 की कमी को पूरा करता है। इससे शरीर में एनर्जी का स्तर बना रहता है और बढ़ने वाली थकान कम होने लगती है। रोज एक गिलास दूध या एक कटोरी दही, पनीर और छाछ का सेवन करने से शरीर में

## ऐसे पूरी करें विटामिन बी-12 की कमी

दिनभर की 46 फीसदी विटामिन बी-12 की कमी को पूरा किया जा सकता है।  
**फोर्टिफाइड फूड:** बाजार में मिलने वाले ऐसे ओट्स, कॉर्न फ्लेक्स या सोया मिक्क लें, जिनमें बी-12 मिलाया गया हो।  
**अंडे:** उबले अंडे का पीला हिस्सा विटामिन बी-12 से भरपूर होता है। इसका सेवन करने से शरीर को विटामिन बी-12 और प्रोटीन की प्राप्ति होती है। दिनभर में 2 अंडों का सेवन करने से दिन भर की 39 फीसदी विटामिन बी-12 की कमी पूरी हो जाती है। इससे विटामिन-डी भी मिलता है।  
**मछली और सी फूड:** सैल्मन, ट्राउट और टूना जैसी मछलियां शरीर में विटामिन बी-12



ज्यादा बी-12 पाया जाता है। चिकन और रेड मीट भी बी-12 के अच्छे स्रोत होते हैं।  
**न्यूट्रिशनल यीस्ट:** यह एक तरह का पावडर होता है, जिसका स्वाद चीज जैसा होता है। इसे सब्जी या सूप में डालकर खाया जा सकता है।  
**नट्स-सीड्स:** विभिन्न प्रकार के ड्राय फ्रूट्स में भी विटामिन बी12 प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। बादाम, काजू, किशमिश, अखरोट और मूंगफली में भी विटामिन बी-12 पाया जाता है।

मेरी उम्र 29 वर्ष है। मेरे चेहरे और माथे पर झाड़ियां हो गई हैं। मार्केट में मिलने वाले कई सारे प्रोडक्ट्स यूज करने के बाद भी कोई फायदा नहीं हुआ। कृपया इसका सॉल्यूशन बताएं।

—प्रकाश, भोपाल

मार्केट में मिलने वाले तरह-तरह के प्रोडक्ट के इस्तेमाल से भी इस तरह की समस्याएं आती हैं। सबसे पहले आप बाजार में मिलने वाले प्रोडक्ट का इस्तेमाल बंद करें और कुछ समय के लिए साबुन का इस्तेमाल भी नहीं करें। आपको एक बार त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए। वह फिजिकल जांच कर इसका ट्रीटमेंट बताएंगे। बगैर डॉक्टर से संपर्क किए कोई दवा या प्रोडक्ट का इस्तेमाल बिल्कुल ना करें।

मेरी उम्र 60 वर्ष है। पिछले कुछ हफ्तों से मेरे मुंह में छाले हो रहे हैं। दवाइयां लेने पर कुछ समय ठीक रहता है, फिर वापस से छाले निकल आते हैं। प्लीज मेरी इस समस्या का समाधान बताएं।

—किशोर, महासमुंद

सामान्य तौर पर मुंह में छाले होने का संबंध पेट की गड़बड़ी से होता है। अगर आपको पाचन क्रिया प्रभावित है तो मुंह में छाले हो जाते हैं लेकिन अगर ऐसा नहीं है तो जरूर आपको एक बार इंटेटी रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर लेना चाहिए। वह जांच कर इसका कारण बताएंगे और जरूरत पड़ने पर इसका ट्रीटमेंट शुरू करेंगे। बगैर डॉक्टर से संपर्क के कोई भी दवा आप न लें।

प्रस्तुति: रिचा पांडे

## शैक्षणिक संदर्भों की पड़ताल

शिक्षा के सवाल अगर निजी प्रांगण में पूछे जाएं, तो अध्ययन की आंखें और खुलेगी। यही सब हुआ जब सोलन में जुटे निजी विश्वविद्यालयों के समक्ष यह तस्वीर उभरी। उच्च शिक्षा में उत्कृष्टता के मापदंड तय करती सरकार ने कम से कम निजी विश्वविद्यालयों के प्रयासों में हिमाचल के नए मानदंड देखे, तो यह एक अच्छी शुरुआत है। बेशक हिमाचल अब निजी क्षेत्र के योगदान व उपलब्धियों में साझेदारी देख रहा है, फिर भी यहां सार्वजनिक क्षेत्र के विकास से सियासी महत्वाकांक्षा पूरी होती है। हिमाचल में सार्वजनिक क्षेत्र में उपलब्ध स्कूल, कॉलेज, विश्वविद्यालय, तकनीकी शिक्षा संस्थान, मेडिकल, इंजीनियरिंग व बीएड संस्थान आबादी के अनुपात में भारतवर्ष में सबसे श्रेष्ठ हैं। यह दीर्घ है कि अत्यधिक प्रसार ने गुणवत्ता और प्रासंगिकता के प्रश्न गहरे किए हैं। निश्चित रूप से सरकारी संस्थानों की अहमियत बढ़ाने की जरूरत है और यही विचार सुकबू सरकार के कई फैसलों में दिखाई दिया। सरकार ने कुछ अप्रासंगिक स्कूल-कालेज या तो समाहित किए या उन्हें बंद किया। सरकारी स्कूलों में सीबीएसई पाठ्यक्रम की तलाश पैदा करने के लिए, करीब डेढ़ सौ स्कूल चिन्हित किए, तो यह प्रयोग नई ऊष्मा देता है। कालेजों में उत्कृष्टता लाने के लिए अगर हमीरपुर में साईंस महाविद्यालय स्थापित किया जा रहा है, तो यह शिक्षा की नई खाहिश है जो तरह-तरह विषयों पर केंद्रित राज्य स्तरीय कालेजों के लिए जगह बनाएगा।

बावजूद इसके कि सरकार सार्वजनिक शिक्षण संस्थानों में गुणवत्ता के आधार पर बदलाव चाहती है, कुछ ऐसे स्थानों पर स्नाकोत्तर शिक्षा के विषय चलाए जा रहे हैं, जहां छात्रों का मानसिक विकास असंभव है। हर कालेज को पोस्ट ग्रेजुएट करने के बजाय उच्च शिक्षा के मानदंड उच्च रखें होंगे।

धुमारवीं में दर्जन भर विषयों में स्नातकोत्तर स्तर की पढ़ाई से अच्छा होता अगर वहां छात्रों के उत्साह में

संरक्षण जैसे जटिल प्रश्नों पर भूमिका का विस्तार हुआ, लेकिन कुछ पाठ्यक्रम इससे इतर हिमाचल से पढ़ाई का स्तर पृष्ठते हैं। अर्थशास्त्र या ग्रामीण आर्थिकी के विषयों पर जिस पढ़ाई का स्तर स्कूल से कालेज तक होना चाहिए, उसे कौन बताएगा। निजी स्कूलों से निजी विश्वविद्यालयों तक शिक्षा का उज्ज्वल भविष्य अगर चंद वैज्ञानिक विषय बन रहे हैं, तो स्वावलंबन और रोजगार के नए विषय कोन पढ़ाएगा। हम कब बच्चों को इतिहास, भूगोल, अर्थशास्त्र, मनोविज्ञान, गणित, डिफेंस अध्ययन तथा गीत-संगीत व खेलों से जुड़ी रोजगार संभावनाओं के लिए तैयार करेंगे। हिमाचल से शिक्षा व स्वास्थ्य के लिए आज भी पलायन हो रहा है, तो गुणवत्ता का हर प्रश्न निजी संस्थानों में भी खामियां देख रहा है।

## फॉर्म 6 का 'फ्राँड'

चुनाव आयोग, खासकर मुख्य चुनाव आयुक्त (सीईसी) ज्ञानेश कुमार गुप्ता, विपक्षी आंदोलन और राजनीति के निशाने पर हैं। कांग्रेस कार्यसमिति और शेष विपक्ष की सामूहिक मांग है कि विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) को निलंबित किया जाए। यदि संभव है, तो उसे रद्द ही कर दिया जाए। अभी तक जिन 13.37 करोड़ मतदाताओं के नाम काटे गए हैं, उन्हें बहाल किया जाए। यह कैसे संभव है, क्योंकि उनमें से 2.80 करोड़ से ज्यादा मतदाता तो 'दिवंगत' (मृत) हो चुके हैं। शेष 10.57 करोड़ काटे गए नामों पर चुनाव आयोग को बाध्य किया जाना चाहिए। दिल्ली में यह मामला सामने आया है। 'बेला एस्टेट' में अधिकतर झुग्गी-झोंपड़ में थे। लोगों ने अवैध अतिक्रमण किए हुए थे और वे वहां बसे हुए थे। 2022-23 में उन झुगियां को तोड़ दिया गया। वहां 728 वैध मतदाता रहते थे, जिनके पास चुनाव आयोग की मान्यता थी और वे लगातार मतदान करते रहे थे। झुगियां टूटीं, तो वे बेघर हो गए। एसआईआर अभियान के तहत बीएलओ को उस जगह कोई नहीं मिला। किसी एक ने 'मतदाता पहचान पत्र' दिखाया। नतीजतन 728 में से 727 मतदाताओं के नाम काट दिए गए। नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी उन बेघरों के पास गए और मोबाइल पर ईआरओ से पृष्ठ किए इतने नाम किस आधार पर काट दिए गए? बहरहाल जब यह खबर टीवी चैनलों और अखबारों की सुर्खियों में आई कि बेला एस्टेट के बेघर परिवार फ्लाईओवर के नीचे जीने को विवश हैं, तो चुनाव आयोग ने अपने बीएलओ भी वहां भेजे। कटे हुए नामों के उन लोगों को फॉर्म 6 भर कर नाम मतदाता बनने की सलाह दी गई। खबर बताई जाती है कि 418 लोगों से फॉर्म 6 भरवा भी लिए गए हैं। अब नई मतदाता-सूची में उनके नाम भी शामिल हो सकते हैं, लेकिन चुनाव आयोग ने यह संवैधानिक फ्राँड खेला है। फॉर्म 6 उन लोगों के लिए है, जो बिल्कुल पहली बार मतदाता बनना चाहते हैं। वे पहले कभी भी मतदाता न रहे हों। ऐसा घोषणा-पत्र भी भर कर हस्ताक्षर करने पड़ते हैं। लेकिन ये तो पहले भी मतदाता रहे हैं और उन्होंने एसआईआर में अधिकृत फॉर्म भी भरा था।