आर.एन.आई. पंजीयन क्र. 39596/82 (डाक पंजीयन MP/IDC/1462/2016-2019)

साप्ताहिक

मालव अँचल

वर्ष 47 अंक 18 (प्रति रविवार) इंदौर, 21 जनवरी से 27 जनवरी 2024 पृष्ठ-8 मूल्य 3 रुपये

राम मंदिर में विराजे रामलला अभिजीत मुहूर्त में हुई प्राण प्रतिष्ठा

पीएम मोदी, भागवत, योगी बने यजमान

अयोध्या। अयोध्या स्थित राम मंदिर में रामलला की प्राण प्रतिष्ठा पूरे विधि-विधान के साथ अभिजीत मुहूर्त में की गई। इस अवसर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, मोहन भागवत, सीएम योगी आदित्यनाथ बेन यजमान बने। अयोध्या राम मंदिर के गर्भगृह में रामलला की प्राण प्रतिष्ठा के साथ ही 500 वर्षों की तपस्या 22 जनवरी सोमवार को अभिजीत मुहूर्त में पूरी हो गई। अयोध्या में प्रभु श्रीराम सोमवार से भव्य और दिव्य मंदिर में तमाम भक्तों को दर्शन देने विराजमान हो गए हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, आरएसएस प्रमुख मोहन भागवत और यूपी के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ समेत संत समाज और अति विशिष्ट लोगों की उपस्थिति में रामलला के श्रीविग्रह की प्राण प्रतिष्ठा का ऐतिहासिक अनुष्ठान आज संपन्न हो गया। देश और दुनिया की तमाम बड़ी हस्तियों की मौजूदगी में आखिरकार वह घड़ी भी आ गई जबकि अयोध्या में रामलला की प्राण प्रतिष्ठा हुई। 500 वर्षों के इंतजार के बाद 22 जनवरी सोमवार को प्रभु श्रीराम अपने भव्य और दिव्य मंदिर में विराजे हैं। इससे पहले राम लला के प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम को भव्य बनाने अयोध्या नगरी को हजारों क्विंटल फूलों से दुल्हन की तरह सजाया गया। प्रधानमंत्री मोदी और यूपी के सीएम योगी समेत संत समाज और अति विशिष्ट लोगों की उपस्थिति में रामलला के श्रीविग्रह की प्राण प्रतिष्ठा का ऐतिहासिक अनुष्ठान आज अभिजीत मुहूर्त में संपन्न हुआ। इसी के साथ अब मंगलवार यानी 23 जनवरी से मंदिर को आमजन के लिए खोल दिया जाएगा। गौरतलब है कि भगवान राम की मनमोहक व ऐतिहासिक प्रतिमा को मैसूर के मशहूर मूर्तिकार अरुण योगीराज ने बनाया है। इस मूर्ति को गुरुवार के दिन मंदिर के गर्भगृह में रखा गया था और आज सोमवार को भव्य आयोजन के साथ रामलला की प्राण प्रतिष्ठा की गई।

रिजर्व बैंक के गवर्नर ने लगाया रेपो रेट में कटौती की अटकलों पर विराम

ब्याज दरों में कटौती अभी नहीं, महंगाई दर 4प्र. पर लाना प्राथमिकताः दास

मुंबई। इस साल ब्याज दरों में कटौती की अटकलों के बीच रिजर्व बैंक के गवर्नर शक्तिकांत दास ने स्पष्ट किया है कि केंद्रीय बैंक फिलहाल रेट कट पर विचार नहीं कर रहा। उसका फोकस रिटेल महंगाई दर 4प्र. पर लाना है। ब्लूमबर्ग टीवी से बातचीत में दास ने कहा, रूस- यूक्रेन युद्ध के बाद रिटेल महंगाई दर 7.79प्र. के उच्चतम स्तर से लगातार कम हुई है। यह आरबीआई के टारगेट 2-6प्र. के बीच आ गई है। लेकिन लक्ष्य इसे 4प्र. पर लाना है। हम अब भी 4प्र. की ओर बढ़ रहे हैं। जब तक हम इसे 4प्र. पर स्थिर नहीं करते, तब तक ब्याज दरों में कटौती के बारे में सोचना जल्दबाजी होगी। सरकारी आंकड़ों के मुताबिक, दिसंबर 2023 में रिटेल महंगाई दर 5.69प्र. पर दर्ज हुई थी, जो इसका बीते चार माह का सबसे ऊंचा स्तर है। इससे पहले जुलाई 2023 में यह 7.44प्र. तक पहुंच गई थी, जो अप्रैल 2022 के 7.79प्र. के बाद इसका सबसे ऊंचा स्तर था। आरबीआई ने 6-8 दिसंबर 2023 की मौद्रिक समीक्षा में लगातार पांचवीं बार रेपो रेट में बदलाव नहीं कर इसे 6.5प्र. पर यथावत रखा था। दास ने कहा, अगले वित्त वर्ष 2024-25 में कई उतार-चढ़ाव के साथ औसत महंगाई दर 4.5प्र. रहने की उम्मीद है, जब तक हमें स्पष्ट सबूत नहीं मिलते यह इस स्तर पर बनी रहेगी। दिसंबर 2023 की समीक्षा में आरबीआई ने जून तिमाही में महंगाई दर 5.2प्र. पर आने और सितंबर तिमाही में 4प्र. तक आने की उम्मीद जताई थी। जबकि चालू वित्त वर्ष 2023-24 में इसके 5.4प्र. रहने के अनुमान को बरकरार रखा था।

राहुल की न्याय यात्रा पर हमले के विरोध में कांग्रेस ने भाजपा सरकार का पुतला फूंका

देहरादून। कांग्रेस नेता राहुल गांधी न्याय यात्रा के साथ इन दिनों असम में हैं। यहां लखीमपुर में राहुल की न्याय यात्रा पर हमला हुआ, जिसके विरोध में देशभर में धरना-प्रदर्शन हुआ है। इसी कड़ी में देहरादून में भी आज रविवार को कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने भाजपा सरकार का पुतला दहन कर विरोध जताया है। गौरतलब है कि असम के लखीमपुर में राहुल गांधी की भारत जोड़ो न्याय यात्रा पर हुए हमले का विरोध देशभर में तेज हो गया है। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा के निर्देशन रविवार को प्रदेश में कांग्रेसजनों ने भाजपा सरकार का पुतला दहन करके आक्रोश जताया। न्याय यात्रा में हुए हमले के खिलाफ राजधानी देहरादून में कांग्रेसी कार्यकर्ताओं ने एश्ले हॉल चौक पर भाजपा सरकार का पुतला फूंका और कार्यकर्ताओं ने जमकर प्रदर्शन किया। कांग्रेस नेताओं का कहना है कि कांग्रेस नेता राहुल गांधी भाजपा सरकार की जन विरोधी नीतियों के खिलाफ शांति प्रिय तरीके से भारत जोड़ो न्याय यात्रा निकाल रहे हैं, परंतु असम के लखीमपुर में पहुंचते ही कुछ तत्वों ने असम के मुख्यमंत्री के इशारे पर हमला कर अपनी कुत्सित मानसिकता का परिचय दिया है। कांग्रेस पार्टी के प्रदेश प्रवक्ता शीशपाल बिष्ट का कहना था कि जिस प्रकार भारत जोड़ो न्याय यात्रा पर हमला हुआ है वह घोर निंदनीय है। भाजपा शासन काल में नौजवानों, किसानों और महिलाओं को न्याय नहीं मिल रहा है, जिस कारण न्याय की मांग को लेकर सभी सड़कों पर उतर रहे हैं। इस स्थिति में राहुल गांधी ने न्याय यात्रा निकाली है, जिस पर कुत्सित हमला होना घोर निन्दनीय कार्य है। उन्होंने कहा कि राहुल की भारत जोड़ो न्याय यात्रा को लोगों का अपार समर्थन मिला है, इससे भाजपा सरकार घबरा गई है। राज्य असम के लखीमपुर में भारत जोड़ो न्याय यात्रा पर कायराना हमला किया गया है, जिससे आक्रोशित कांग्रेसजन हमले के आरोपियों पर सख्त कार्रवाई की मांग को लेकर भाजपा सरकार का पुतला दहन करने को विवश हुए हैं। कांग्रेस के महानगर अध्यक्ष डॉ जसविंदर गोगी ने हमले की निंदा करते हुए सरकार से आरोपियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करने की मांग की है।

संपादकीय

भाग्य हो तो राम रहीम जैसा

डेरा सच्चा सौदा के प्रमुख गुरमीत सिंह राम रहीम को 29 दिन के बाद एक बार फिर से पैरोल मिल गई है। इस बार उन्हें 50 दिन की पैरोल स्वीकृत हुई है। उल्लेखनीय है, कि राम रहीम सुनारिया जेल में दुष्कर्म और हत्या के मामलों में उम्र कैद की सजा काट रहे हैं। 13 दिसंबर को ही 21 दिन फरलो में बाहर रहकर जेल वापस गए थे। इस बार जब 50 दिन की पैरोल स्वीकृत हुई। उन्हें लेने के लिए मुंहबोली बेटी हनीप्रीत सैकड़ों समर्थकों के साथ जेल पहुंची। गाजे-बाजे के साथ राम रहीम जेल से बाहर आए। बाबा राम रहीम के भाग्य और उनकी किस्मत को लेकर सारे देश में चर्चा हो रही है। बाबा राम रहीम के ऊपर आश्रम की दो साद्धवियों से दुष्कर्म करने, डेरा प्रबंधक रणजीत सिंह की हत्या करने और एक पत्रकार की हत्या करने के प्रमाणित आरोप में न्यायालय द्वारा आजीवन कारावास की सजा दी गई है। बाबा राम रहीम जेल में सजा काट रहे हैं। 2017 में उनके मामले का फैसला हुआ था। अभी तक 6 साल, 5 माह की जेल अवधि में वह 184 दिन जेल से बाहर रहे हैं। पिछले दो सालों में बाबा राम रहीम 182 दिन की पैरोल और फरलो पर छुट्टी लेकर जेल से बाहर रहे हैं। पंजाब, हरियाणा, राजस्थान और उत्तर प्रदेश में जब जब विधानसभा के चुनाव होते हैं, तब-तब उन्हें पैरोल अवश्य दी जाती है। कुछ माह के पश्चात लोकसभा के चुनाव होने हैं। माना जाता है कि बाबा राम रहीम एक पार्टी विशेष के समर्थक हैं। वही पार्टी सत्ता में है। जब भी चुनाव आते हैं, बाबा राम रहीम को जेल से बाहर निकाल कर उनके भक्तों के बीच उन्हें भेजा जाता है। उनके आश्रम में कई ऐसे कार्यक्रम रखे जाते हैं, जिसमें बड़ी संख्या में भक्त शामिल होते हैं। बाबा राम रहीम चुनाव जिताने में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं, जिसके कारण सरकार उन्हें समय-समय पर पैरोल और फरलो पर बाहर निकालती है। बाबा राम रहीम की तरह बापू आसाराम भी जेल में बंद हैं। लेकिन ऐसी कृपा उनके ऊपर नहीं बरसती है। उनके भक्त कई राज्यों में फैले हुए हैं। वोट की फसल कटवाने जैसी स्थिति उनकी नहीं है। जिसके कारण उनके ऊपर सरकार और राजनीतिक दल ध्यान नहीं देते हैं। इस मामले में बाबा राम रहीम का भाग्य अन्य दुष्कर्मियों की तुलना में बहुत बेहतर है। राष्ट्रीय स्तर पर अलख जगाने वाले बापू आसाराम जेल में बंद है। वहीं कुछ राज्यों में प्रभाव रखने वाले बाबा राम रहीम को जेल में फाइव स्टार जैसी सुविधाएं मिलती हैं। निश्चित रूप से जिसके ऊपर सरकार की कृपा हो, वह जेल में हो या आश्रम में हो, उसकी विशिष्टता कभी समाप्त नहीं होती है। यह बाबा राम रहीम ने साबित कर दिया है। बात रही न्यायालय के आदेश की, तो न्यायालय का काम ही सजा सुनाना है। न्यायालय अपना काम पूरा कर देती हैं। सरकार के नियंत्रण में जेल होती है। यदि सरकार मेहरबान है, तो दुष्कर्म और हत्या जैसे आरोपियों को भी जेल में व्हीवीआईपी ट्रीटमेंट मिल ही जाता है। बाबा राम रहीम पर जिस तरीके से सरकार की कृपा बरस रही है। उसके बाद आम लोगों के बीच में यह चर्चा, बड़ी आम हो गई है। यदि इस तरह के अपराधियों को सरकार इस प्रकार से सुविधाएं देगी, तो उन्हें फिर दंडित करने का क्या औचित्य है। हाल ही में बिलकिस बानो के सामूहिक दुष्कर्म और उसके परिवार के 7 लोगों की हत्या के मामले में 11 दोषियों को आजीवन कारावास की सजा से गुजरात सरकार ने माफ़ी दी थी। जब इस मामले ने तूल पकड़ा, कई महीनों तक गुजरात सरकार ने सुप्रीम कोर्ट में अपना जवाब ओर रिकॉर्ड पेश नहीं किया। सुप्रीम कोर्ट द्वारा लगातार दबाव बनाने के बाद गुजरात सरकार ने अपना जवाब दिया। तब बिलकिस वानो वाले मामले में सुप्रीम कोर्ट ने दोषियों की गुजरात सरकार द्वारा दी गई माफी को निरस्त करते हुए, जेल भेजने का आदेश दिया। बिलकिस बानो के मामले में जिन कैदियों को जेल से रिहा किया गया था, उस समय गुजरात में विधानसभा के चुनाव थे। गुजरात में गोधरा कांड के बाद जो दंगे अहमदाबाद और गुजरात में हुए थे, उसके बाद सामूहिक नरसंहार के दोषी कैदियों को जेल से रिहा करने पर केंद्र सरकार और गुजरात सरकार की काफी किरकिरी हुई। इसके बाद भी गुजरात सरकार ने दोषियों को बचाने का हर संभव प्रयास किया। सुप्रीम कोर्ट को अपने फैसले में यह कहना पड़ा, कि गुजरात सरकार ने तथ्यों को छिपाकर गलत तरीके से कैदियों को रिहा किया था।

गठबंधनों की माया से मुक्त होकर अकेली चलेगी मायावती

ललित गर्ग

बहुजन समाज पार्टी सुप्रीमो मायावती ने आगामी लोकसभा चुनावों में अकेले चुनाव लड़ने की घोषणा करके न केवल विपक्षी इंडिया गठबंधन को चौंकाया है बल्कि नये राजनीतिक समीकरण खड़े कर दिये हैं। इंडिया गठबंधन के अन्य दलों को इस घोषणा से कोई विशेष फर्क नहीं पड़ेगा, लेकिन कांग्रेस, समाजवादी पार्टी एवं भाजपा का चुनावी नफा-नुकसान इससे अवश्य प्रभावित होगा। यही कारण है तीनों दलों के रणनीतिकार अपने-अपने नजरिए से सियासी आंकलन करने में जुट गये हैं। मायावती अगर विपक्षी गठबंधन में शामिल होतीं तो उत्तर प्रदेश में कांग्रेस और समाजवादी पार्टी दोनों को फ़ायदा हो सकता था, लेकिन अब यह फायदा भाजपा को मिल सकता है। हाल के दिनों में भाजपा की रीतियों-नीतियों को लेकर जिस तरह का उदार रवैया बसपा सुप्रीमो दिखा रही थीं, उससे भी ऐसे अंदाजे लगाए जा रहे थे कि वे इंडिया गठबंधन के लिये कोई उजाला नहीं बनेगी। इस ताजे ऐलान की मुख्य वजह पहले ही दिखाई देने का एक बड़ा कारण मायावती ने अपने भतीजे आकाश आनंद को अपना उत्तराधिकारी घोषित करना भी रहा है। आज जब सभी विपक्षी दल भाजपा एवं नरेन्द्र मोदी के खिलाफ मिलकर एकजुट हुए हैं, उसमें बसपा जैसी बड़ी पार्टी का ना होना भी महत्वपूर्ण हो जाता है। निश्चित ही बसपा का हाथी इंडिया गठबंधन के सपनों को कुचलते हुए आगे बढ़ गया है।

लम्बे समय तक उत्तर प्रदेश में शासन का अनुभव रखने वाली मायावती ने राजनीतिक सूझबूझ का परिचय देते हुए स्वतंत्र चुनाव लड़ने का ऐलान किया है। मायावती के अकेले चुनाव लड़ने से बसपा को लोकसभा में सीटों का कितना फायदा होगा, यह तो भविष्य के गर्भ में हैं। लेकिन अपने वोट बैंक के लिहाज से मायावती ने अकेले चुनाव लड़ने ऐलान कर खिसकता हुआ जनाधार बढ़ाने का एक अचूक तीर चलाया है। उन्होंने अपने वोटरों को एक संदेश भी दिया है कि उनके वोट बैंक में कोई दूसरा हिस्सेदारी नहीं ले सकता है। जबकि समाजवादी पार्टी इस तरह का लाभ लेने के लिये तमाम तरह के दांवपेंच चलाती रही है। बसपा ने उ.प्र. में समाजवादी पार्टी के साथ मिलकर 1993 व 2019 में विधानसभा व लोकसभा के चुनाव लड़े थे। राजनीतिक विश्लेषकों के अनुसार वर्ष 1993 के उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव में सपा और बसपा में वोट ट्रांसफर हुआ था। जिसके चलते राज्य में गठबंधन की सरकार बनी थी। हालांकि, वर्ष 2014 में सपा-बसपा अलग-अलग चुनाव लड़े थे, लेकिन वर्ष 2019 में दोनों साथ मिलकर लड़े। इससे दोनों दलों को फायदा हुआ। यहां तक कि बसपा को ज्यादा फायदा हुआ क्योंकि 2014 में भाजपा के राजनीतिक गणित से मात खाकर बसपा को एक भी सीट नहीं मिली थी। जबकि गठबंधन के साथ बसपा 2019 में दस लोकसभा सीट पाने में सफल रही। हालांकि, सपा को ज्यादा लाभ नहीं हुआ, उसके खाते में सिर्फ पांच लोकसभा सीट ही आईं।

मायावती एवं अखिलेश यादव के बीच कुछ समय से खटास बढ़ने एवं अविश्वास की स्थितियां गहराती हुई दिख रही थी, यही कारण है मायावती ने सपा के मुखिया को रंग बदलने वाला गिरगिट तक कह दिया। मायावती ने कहा कि जिन दलों के साथ बसपा ने पिछले चुनावों के दौरान गठबंधन किया था, उनके वोट का लाभ उनको न होकर गठबंधन दल को हुआ। बहरहाल, मायावती के एकला चलो के फैसले से इंडिया गठबंधन को बड़ा झटका जरूर लगा है, खासकर देश की सबसे पुरानी कांग्रेस पार्टी को आस थी कि मायावती विपक्षी गठबंधन का हिस्सा बनेंगी तो वोटों का बिखराव रोका जा सकेगा। खासकर दिल्ली की कुर्सी का रास्ता दिखाने वाले उत्तर प्रदेश में बढ़त लेने के लिये, जहां वंचित समाज में बसपा की मजबूत पकड़ का लाभ इंडिया गठबंधन को मिल सकता है। लेकिन मायावती ने अपने वोट बैंक को सुरक्षित, संरक्षित एवं वृद्धिंगत करने के लिये ही यह दूरगामी फैसला लिया है, जिसका लाभ बसपा को मिलेगा। मायावती का यह राजनीति फैसला जनादेश और जनापेक्षाओं को ईमानदारी से समझने और आचरण करने का भी सही कदम है और सफलता ऐसे ही सही कदमों के साथ चलती है।

मायावती का यह दांव राजनीतिक तौर पर निश्चित ही दूसरों की बजाय खुद के लिये बेहद फायदेमंद हो सकता है। क्योंकि बसपा का वोट बैंक उसी का है, उसमें कोई सेंधमार नहीं कर सकता। इसीलिये बसपा के लोकसभा का चुनाव अकेले लड़ने से कई फायदे मिलते नजर आ रहे हैं। पहला फायदा तो यही है कि पार्टी अपने पूर्व अनुभवों के लिहाज से मानकर चल रही है कि उसका वोट प्रतिशत कम नहीं होगा। दूसरा और महत्वपूर्ण फायदा बसपा को यह है कि उनके वोट का फायदा या हिस्सेदारी कोई अन्य दल नहीं ले सकता है। इन स्थितियों में अगर वोट प्रतिशत कम नहीं होता है, तो निश्चित तौर पर उनकी सीटें भी कहीं कम नहीं होने वालीं। भाजपा की प्रचंड लहर में भी भले ही उनकी सीटें कम हों, लेकिन वोट प्रतिशत में कोई सेंधमारी नहीं हो सकी। इसलिए बरकरार वोट प्रतिशत के साथ अकेले सियासी मैदान में उतरना पार्टी के लिए फायदे का सौदा होगा। इन सभी गणनाओं के आधार पर अकेले चुनाव का रास्ता उनकी पार्टी के कार्यकर्ताओं का मनोबल बढ़ाने एवं भविष्य के लिये बसपा को मजबूती देने वाला राजमार्ग बन सकता है। इसके अलावा कहा यह भी जा रहा है कि मायावती ने अपने उत्तराधिकारी आकाश आनंद के लिए इस चुनाव में पहली बार खुले तौर पर बगैर किसी दबाव के रणनीति बनाने और उसे अमली जामा पहनाने के लिए अकेले चुनाव लड़ने का बड़ा सियासी खेल खेला है। यह बात बिल्कुल सच है कि गठबंधन में रहकर आकाश आनंद के लिए अपनी रणनीतियों को आगे बढ़ाने की उतनी खुली आजादी नहीं मिल पाती।

मायावती की ताजा घोषणाएं राजनीतिक क्षेत्र में जहां हलचल पैदा करने का बड़ा कारण बनी है, तो वहीं विपक्षी दल इन घोषणाओं से बौखलाये भी हैं। यही कारण है कि विपक्षी दल आरोप लगा रहे हैं कि मायावती भाजपा सरकार की केन्द्रीय एजेंसियों की कार्रवाई से घबरायी हुई है। वे ईडी व अन्य वित्तीय एजेंसियों की संभावित कार्रवाई की आशंका के दबाब में आकर ही यह फैसला किया हैं। इन आरोपों में सचाई हो सकती है, लेकिन राजनीति से जुड़े तमाम नेता एवं दल दूध के धूले नहीं है, उन पर ऐसी ईडी का साया मंडरा सकता है, फिर वे भी ऐसे ही राजग को लाभ पहुंचाने वाले निर्णय क्यों नहीं लेते? भले ही विपक्षी दल बसपा के राजग को परोक्ष रूप से लाभ पहुंचाने की रणनीति को इसी दृष्टि से देखते हो, या इसी वजह है कि बसपा सुप्रीमो ने उन तीखे-तल्ख नारों से परहेज किया है जो अकसर वह सवर्णों को लेकर उछालती रही है। विपक्षी भले कितने ही आरोप लगाती रहे, लेकिन मायावती को इंडिया गठबंधन का हिस्सा बनाये रखने में वह पूरी तरह नाकाम रहा है।

एक समय ऐसा था जब मायावती एवं बसपा का राजनीतिक जादू सिर चढ़कर बोलता था। लेकिन यही अहंकार एवं जन-विरोधी राजनीति ने मायावती को जल्दी ही उसकी जमीन दिखा दी। दलित-मुस्लिम गठजोड़ की वैचारिकी पर आधारित यह राजनीतिक दल कालांतर में मुस्लिमों का भरोसा भी कायम न रख सका। एक समय पार्टी का जादू इस कदर था कि 1987 के हरिद्वार लोकसभा उपचुनाव में दिग्गज दलित नेता रामविलास पासवान तक की जमानत जब्त हो गई थी। ये बसपा-सपा गठबंधन की ताकत थी कि 1992 में अयोध्या में विवादित ढांचा गिराये जाने के बाद चली राम लहर में भाजपा को हार का सामना करना पड़ा था। लेकिन चार बार उत्तर प्रदेश की मुख्यमंत्री रहीं मायावती का जनाधार अब इतना नहीं रह गया कि पार्टी किंग मेकर की भूमिका निभा सके। उसके परंपरागत जनाधार पर नरेन्द्र मोदी के करिश्माई एवं जादूई व्यक्तित्व ने सेंध लगा दी है। बहरहाल, बसपा का अकेले चुनाव लड़ना भाजपा को रास आएगा क्योंकि इससे विपक्षी गठबंधन का जनाधार खिसकेगा। जिससे भाजपा की जीत की राह आसान हो सकती है।

गणतंत्र दिवस समारोह 2024 में मध्यप्रदेश की झांकी दर्शाएगी समृद्धि और महिला सशक्तिकरण

राष्ट्रीय रंगशाला कैंप में आयोजित हुआ राज्यों की झांकी का प्रेस प्रिव्यू

इंदौर। *''विकास का मूल मंत्र - आत्मनिर्भर नारी'' पर केंद्रित मध्यप्रदेश की झांकी दिल्ली में गणतंत्र दिवस समारोह 2024 की शोभा बढ़ाएगी। झांकी में प्रदेश की समृद्धि, संस्कृति और महिला सशक्तिकरण का प्रदर्शन होगा। राष्ट्रीय रंगशाला कैंप में राज्यों की झांकी के प्रेस प्रिव्यू में प्रदेश की कला और संस्कृति का मनमोहक संगम आकर्षण का केंद्र रहा।*

प्रदेश की झांकी आत्मनिर्भर और प्रगतिशील नारीशक्ति पर केंद्रित है। आधुनिक सेवा क्षेत्र, लघु उद्योग और पारंपरिक क्षेत्र में समान रूप से सक्रिय प्रदेश की महिलाओं की उन्नति को इस झांकी में दर्शाया गया है। झांकी में खेत-खलिहान से लेकर एयरफोर्स में प्रदेश की नारियों की सशक्त सहभागिता का प्रदर्शन किया गया है।

झांकी के अग्रभाग में भारतीय वायुसेना की प्रथम महिला फाइटर पायलट रीवा जिले की अवनी चतुर्वेदी मिग बाइसन लड़ाकू विमान के साथ दिखाई गई हैं। अग्रभाग के निचले हिस्से में गोंड चित्रकारी प्रदर्शित की गई है। झांकी के मध्य भाग में महिला कलाकार मटके पर चित्रकारी का सजीव प्रदर्शन कर रही है। चंदेरी के बादल महल गेट की पृष्ठभूमि में बुनकर महिलाएं चंदेरी, महेश्वरी और बाघ प्रिंट साड़ियों का विक्रय के लिये प्रदर्शन कर रही हैं।

मध्य भाग के निचले हिस्से में पद्मश्री से सम्मानित श्रीमती दुर्गाबाई की गोंड भित्ति चित्रकारी और साथ में स्टोन कार्विंग करते हुए महिला कलाकार दिखाई दे रही है। झांकी के पृष्ठ भाग में मिलेट वूमन ऑफ़ इंडिया के बैनर के नीचे बांस टोकनियों में रखे विभिन्न प्रकार के श्रीअन्न के साथ डिंडोरी जिले की सुश्री लहरी बाई की प्रतिकृति दिखाई गई है। इसके निचले हिस्से में विभिन्न श्रीअन्न से निर्मित भित्ति चित्र दिखाए गए हैं।

झांकी के साथ विकसित-सक्षम-सशक्त-समृद्ध, हमारा प्यारा मध्यप्रदेश की धुन पर महिला कलाकारों का समूह मालवा अंचल का मटकी लोक नृत्य करता दर्शाया गया है।

बिजली के कार्य समयसीमा में पूर्ण करने के लिए गंभीरता रखें

प्रबंध निदेशक श्री अमित तोमर ने ली विभागाध्यक्षों की मिटिंग

इन्दौर। बिजली अनिवार्य सेवाओं में शामिल हैं। बिजली संबंधी कार्य समय सीमा में हो, इसके लिए सभी अधिकारी गंभीरता से कार्य करे, यदि कोई कार्य नियमों में नहीं आता है, तो इसकी सूचना योग्य माध्यम से संबंधित को दी जाए, ताकि वह संतुष्ट हो सके। मध्यप्रदेश पश्चिम क्षेत्र विद्युत वितरण कंपनी के प्रबंध निदेशक श्री अमित तोमर ने ये निर्देश दिए। वे सोमवार की शाम पोलोग्राउंड इंदौर स्थित सभागार में समय सीमा मिटिंग में विभागाध्यक्षों को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि नए कनेक्शन मांग के अनुसार एक, दो दिन में ही उपलब्ध हो जाए, आवेदन आए यदि तीन दिन से ज्यादा समय होने पर कारण लिखा जाए, लाइन विस्तार की स्थिति हो तो भी स्पष्ट टीप लिखी जाए। श्री तोमर ने कहा कि संभागीय समीक्षा बैठक की इंदौर एवं उज्जैन के मुख्य अभियंता तैयारी करें। श्री तोमर ने ई-आफिस की तैयारी करने एवं सूचना प्रौद्योगिकी संबंधी अन्य कार्य सेवाओं को समय पर करने को कहा। उन्होंने मैंटेनेंस गुणवत्ता से करने, ट्रिपिंग में कमी लाने और कृषि क्षेत्र में लगे ट्रांसफार्मर ओवल लोड नहीं होने देने के निर्देश दिए। श्री तोमर ने कहा कि इंदौर और उज्जैन में सोलर सिटी के लिए कंपनी के मुख्य अभियंता, अधीक्षण अभियंता, कार्यपालन अभियंता उपभोक्ताओं, व्यापारियों, उद्योग संघ, शासकीय अधिकारियों आदि से संपर्कित रहे, ताकि इस दिशा में कार्ययोजना पर अमल में आसानी हो। इस अवसर पर मुख्य महाप्रबंधक श्री रिंकेश कुमार वैश्य, निदेशक तकनीकी श्री सचिन तालेवार, कार्यपालक निदेशक श्री गजरा मेहता, मुख्य अभियंतागण सर्वश्री एसआर बमनके, रवि मिश्रा, एसएल करवाड़िया, एसआर सेमिल, बीएल चौहान, आरके आर्या आदि प्रमुख रूप से मौजूद थे।

महिला-बाल विकास विभाग द्वारा दिये जाने वाले 6 राज्य स्तरीय पुरस्कारों के लिये 25 जनवरी तक आवेदन आमंत्रित

इन्दौर। महिला-बाल विकास विभाग द्वारा नारी सशक्तिकरण के लिये समाज सेवा, महिला सुरक्षा के लिए वीरता तथा साहसिक कार्यों के लिए व्यक्तिगत/ संस्थागत और सामाजिक कार्यों को प्रोत्साहित करने के लिए 6 राज्य स्तरीय पुरस्कार प्रदान किए जाते है। विभाग ने वर्ष 2023 के इन पुरस्कारों के लिए 25 जनवरी 2024 तक आवेदन आमंत्रित किए हैं।

उल्लेखनीय है कि राज्य स्तरीय पुरस्कारों में रानी अवंती बाई वीरता पुरस्कार के अंतर्गत वीरता के लिए एक लाख रूपये की राशि और प्रशस्ति पत्र प्रदान किया जाएगा। समाज सेवा के लिए राजमाता विजयाराजे सिंधिया समाज सेवा पुरस्कार, संस्था अथवा व्यक्ति द्वारा समाज सेवा के लिए विष्णु कुमार पुरस्कार के लिए एक-एक लाख रूपये और प्रशास्ति पत्र प्रदान किया जाएगा।नारी सम्मान की रक्षा के लिए मुख्यमंत्री नारी सम्मान रक्षा पुरस्कार अंतर्गत राज्य स्तर पर एक लाख रूपये की राशि और जिला स्तर पर 50 हजार रूपये की राशि तथा प्रशस्ति पत्र दिया जाएगा। साहसिक कार्यों के लिए अरुणा शानबाग साहस पुरस्कार में एक लाख रूपये और प्रशस्ति पत्र प्रदान किया जाएगा। पुरुष/ महिलाओं की सुरक्षा के लिए राष्ट्रमाता पद्मावती पुरस्कार की श्रेणी में एक लाख रुपए के साथ प्रशस्ति पत्र प्रदान कर सम्मानित किया जाएगा।आवेदन के प्रारूप सहित पुरस्कार का पूरा विवरण विभाग की वेबसाइट mpwcd-mis.gov.in पर उपलब्ध है। आवेदक अपने आवेदन की एक प्रति अपने जिले के जिला कार्यक्रम अधिकारी, महिला बाल विकास के कार्यालय में जमा कर सकते हैं। प्रविष्टि भेजने और अधिक जानकारी के लिए जिला कार्यक्रम अधिकारी महिला बाल विकास से संपर्क किया जा सकता है।

पूर्व मंडी अध्यक्ष आदिवासी बहुमूल्य क्षेत्र में करवा रहे हैं मंदिर निर्माण

इंदौर। इंदौर देवास सीमा के क्षेत्र बन्जारी में विशेष रूप से आदिवासी भाई बहनों के लिए शिव मंदिर व संकट मोचन हनुमान जी का भव्य मंदिर निर्माण कृषि उपज मंडी समिति के पूर्व अध्यक्ष सोमेश्वर पटेल द्वारा किया जा रहा है मंदिर पूर्ण होने पर आसपास के महंतो द्वारा तीन दिन तक पूजा पाठ हवन किया जाएगा श्री पटेल ने बताया कि कार्यक्रम के अंतिम दिन विशाल भंडारा रखा गया है जिसमें हजारों आदिवासी भाई बहनो साहित ग्रामीण जन उपस्थित रहेंगे सूत्रों से प्राप्त जानकारी के अनुसार मध्य प्रदेश शासन के कैबिनेट मंत्री कैलाश विजयवर्गीय व तुलसीराम सिलावट का कार्यक्रम में आना तय हो चुका है कार्यक्रम में मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री डॉक्टर मोहन यादव के आने की भी संभावना बन रही है उल्लेखनीय के आदिवासी क्षेत्र में मंदिर की कमी होने से आदिवासी भाई बहनों को पूजा के लिए दूर-दूर तक जाना पड़ता था।

इंदौर में सीओपीडी मामलों में 10 प्रतिशत बढोतरी-डॉ. बंसल

इंदौर। सद्य स्थिती अस्थमा, ब्रोंकाइटिस और निमोनिया के साथ-साथ अब सीओपीडी के मामले काफी बढते दिखाई दे रहे हैं। पिछले कुछ सालों के तुलना में सीपीओडी की घटनाओं में 10 प्रतिशत वृद्धी हुई हैं। इंदौर के एमजीएम मेडिकल कॉलेज और एमवाई मेडिकल कॉलेज के चेस्ट फिजिशियन डॉ. दीपक बंसल के कहॉ की,सीओपीडी मामलों की संख्या में वृद्धि के लिए विभिन्न कारकों को जिम्मेदार ठहराया जा सकता है। जैसे की, जीवनशैली, प्रदूषण और धुम्रपान के कारण सीओपीडी के मामले बढ रहे हैं। इसलिए इस बिमारी के लक्षणों के बारे जानकारी लेना काफी जरूरी हैं। महिलाओं की तुलना में पुरूषों में सीओपीडी के मामले अधिक दिखाई दे रहे हैं। डॉ. बंसल ने कहॉ, गतिहीन जीवनशैली वाले सीओपीडी के मरीजों में यह बिमारी होने के कई कारण होते हैं। ऐसी स्थिती में मरीज पर तुरंत इलाज होना काफी जरूरी हैं। सीओपीडी के कारण सांस लेने में तकलिफ होती हैं। डॉक्टर द्वारा सुझाए गए उपचार दिशानिर्देशों का पालन करें। मरीज़ अक्सर इनहेलर लेने से झिझकते हैं। लेकिन किसी भी दवाईं का सेवन करना बंद न करें। कोई भी दिक्कत हो तो तुरंत डॉक्टर की सलाह ले। बिमारी से बचने के लिए धुम्रपान का सेवन कम करें, वायु प्रदूषण की अवधि के दौरान घर के अंदर रहें, रसायनों और धुएं के संपर्क से बचें, सुरक्षा के लिए मास्क पहनें, संतुलित आहार बनाए रखें और नियमित व्यायाम में संलग्न रहें। डॉ. बंसल ने कहा, इलाज करने वाले डॉक्टर द्वारा सुझाए गए उपचार दिशानिर्देशों का पालन करें। मरीज़ अक्सर इनहेलर शुरू करने में झिझकते हैं और अक्सर अनुशंसित इनहेलर या नाक की दवाएँ लेना छोड़ देते हैं। किसी भी दवा को छोड़ने से पहले या कोई प्रश्न होने पर अपने डॉक्टर से परामर्श और जांच करना अनिवार्य है। सीओपीडी को फैलने से रोकने के लिए, स्मॉग के दौरान जब भी बाहर निकलें तो मास्क का उपयोग करने की सलाह दी जाती है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने सागर को दी करोड़ों की सौगात...रोड शो में घुमाई गदा और तलवार, किया ऐलान

सागर में खुलेगी स्टेट यूनिवर्सिटी

सागर। *मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने शनिवार को करोड़ों रूपए के विकास कार्यों का भूमिपूजन और लोकर्पण किया। सीएम डॉ. मोहन यादव ने सागर में राज्य यूनिवर्सिटी खोलने की घोषणा करते हुए कहा कि इसका जून माह में ही सत्र शुरू हो जाएगा। इसे अस्थाई भवन में शुरू किया जाएगा। इसके अलावा सागर में उद्योगों की श्रृंखला भी शुरू की जाएगी। इस अवसर पर उन्होंने अपील की है कि 22 जनवरी का दिन दीपावली पर्व की तरह मनाएं। वे शनिवार को सागर में सभा को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने जय श्रीराम के जयघोष के साथ कहा कि प्रधानमंत्री मोदी ने हमें एक बार फिर दिवाली मनाने का मौका दिया है। 22 जनवरी का दिन इतिहास में अमर और अमिट होने जा रहा है। इसलिए हम सभी संकल्प करें कि भगवान श्रीराम की प्राण-प्रतिष्ठा के दिन हम सब दीपावली मनाएंगे और आनंद में सम्मिलित होंगे।*

आभार सभा में मुख्यमंत्री ने सागर जिले के 62.03 करोड़ रुपए की लागत के विकास कार्यों का लोकार्पण किया। सागर स्मार्ट सिटी द्वारा निर्मित 26.80 करोड़ के बस टर्मिनल। 13.87 करोड़ के ट्रांसपोर्ट नगर और मैकेनिक्स कॉम्पलेक्स। 6 करोड़ के 20 चाइल्ड वेलफेयर सेंटर (आंगनबाड़ी), 42 लाख रुपए से 2 जोनल सिटिजन फैसिलिटेशन सेंटर, लोक निर्माण विभाग द्वारा निर्मित 1.94 करोड़ के कनेरा गोड से मनक्याई मार्ग, लंबाई 2 किमी, 3.57 करोड़ के लरेठी से तहरोली अब्दापुर मार्ग, लंबाई 3.10 किमी, नगर निगम द्वारा निर्मित 1.17 करोड़ के मीट मार्केट, मप्र ग्रामीण सडक़ विकास प्राधिकरण द्वारा निर्मित 8.26 करोड़ के एनएच से रवारा से बुढऩा (एमडीआर) मार्ग, जन आभार यात्रा के दौरान मुख्यमंत्री का जगह-जगह स्वागत किया गया।

इन विकास कार्यों का किया भूमिपूजन

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग द्वारा निर्मित किए जाने वाले 10.94 करोड़ रुपए के विकास कार्यों का भूमिपूजन किया। इनमें अनुसूचित जाति उपयोजना क्षेत्र के तहत 6 बिस्तरीय प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र नरयावली विकासखंड, राहतगढ़ का 30 बिस्तरीय सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र समेत अन्य कार्य शामिल हैं।

डेढ़ किलोमीटर लंबा रोड शो किया

इससे पहले सीएम डॉ. यादव ने जन आभार यात्रा के रूप में करीब डेढ़ किलोमीटर लंबा रोड शो किया। इस दौरान उन्होंने गदा और तलवार भी घुमाई। ये उन्हें लोगों ने भेंट की थी। रोड शो के दौरान मुख्यमंत्री का जगह-जगह बुंदेली परंपरा और संस्कृति के तहत स्वागत किया गया। उनके साथ प्रदेश भाजपा अध्यक्ष वीडी शर्मा, मंत्री गोविंद सिंह राजपूत, विधायक गोपाल भार्गव भी मौजूद रहे। रोड शो के बाद उन्होंने पीटीसी ग्राउंड पर आयोजित कार्यक्रम में विकास कार्यों का लोकार्पण और भूमिपूजन किया। सभा को संबोधित करते हुए उन्होंने सागर में उद्योगों की श्रृंखला शुरू करने की बात कही।

विशेष सफाई अभियान के तहत डीजीपी ने पुलिस लाइन में झाड़ू लगाकर की साफ सफाई

भोपाल। आगामी 22 जनवरी 2024 को अयोध्या में भगवान राम की प्राणप्रतिष्ठा के उपलक्ष्य में शासन के निर्देशानुसार प्रदेश भर में कई कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। इसको लेकर प्रदेश के सभी शासकीय कार्यालयों और आवासों में 16 से 21 जनवरी के बीच विशेष सफाई अभियान चलाया जा रहा है। अभियान के तहत भोपाल के सभी पुलिस थानों में भी साफ सफाई की जा रही है। इसी कड़ी में गुरुवार को मध्य प्रदेश के डीजीपी सुधीर सक्सेना ने भी अपने हाथों में झाड़ू थाम कर नेहरू नगर स्थित पुलिस लाइन में साफ सफाई की। एवं पुलिस लाइन परिसर में साफ सफाई करने वाले महिला पुरुष को स्मृति चिन्ह एवं उपहार भेंट कर सम्मान किया गयाद्य इसके अलावा पुलिस कमिश्नर हरीनारायणचारी मिश्र ने पुलिस कमिश्नर कार्यालय में झाड़ू लगाकर सफाई अभियान चलाया। साथ ही पुलिस आयुक्त हरिनारायणाचारी मिश्र, अतिरिक्त पुलिस आयुक्त अवधेश गोस्वामी, पीएसओ टू डीजीपी डॉ0 विनीत कपूर, पुलिस उपायुक्त रामजी श्रीवास्तव, पुलिस उपायुक्त श्रद्धा तिवारी, पुलिस उपायुक्त रियाज़ इक़बाल, पुलिस उपायुक्त श्रुतकीर्ति सोमवंशी एवं अन्य अधिकारियों द्वारा भी साफ सफाई कर श्रमदान किया गयाद्य। वहीं भोपाल के सभी थानों में थाना प्रभारी के साथ स्टाफ ने हाथों में झाड़ू थाम कर साफ सफाई की। यह अभियान 21 जनवरी तक मध्य प्रदेश के समस्त जिलों के समस्त थानों में जारी रहेगा। 21 जनवरी को सभी पुलिस भवनों में आकर्षक विद्युत सज्जा की जाएगी। बता दें पुलिस मुख्यालय की तरफ से प्रदेश के सभी थाना-चौकियों में विशेष सफाई अभियान चलाने के आदेश जारी किए गए थे। साथ ही अधिकारियों को अपने कार्यालयों को स्वच्छता की दृष्टि से अनुकूल वातावरण निर्मित करने और कर्मचारियां को साफ सफाई रखने प्रोत्साहित करने को कहा गया है।

मप्र के इतिहास में पहली बार पकड़ी गई साढ़े 12 करोड़ की चरस की सबसे बड़ी खेप

नेपाल से बिहार के रास्ते भोपाल लाई गई थी चरस, क्राइम ब्रांच ने की जप्त

भोपाल। *राजधानी भोपाल की क्राइम ब्रांच टीम ने नेपाल से तस्करी होकर आ रही करोड़ो रुपये की चरस सहित दो आरोपियो को गिरफ्तार किया है। नशीले पदार्थ जप्त किये जाने की यह कार्यवाही एमपी के इतिहास में अब तक की सबसे बड़ी कार्यवाही है।*

पुलिस ने चरस तस्करी में शामिल पकड़े गये दोनो अंतर्राज्यीय आरोपियो से 38.18 किलोग्राम चरस जप्त की है, जिसकी अन्तराष्ट्रीय कीमत करीब साढ़े 12 करोड़ बताई गई है। दोनो तस्कर सस्ते दामो पर बिहार के रास्ते नेपाल से चरस लेकर आते और उसे भोपाल के कई इलाको में उंची कीमत पर बेच देते थे। पुलिस कमिशनर हरिनारायणाचारी मिश्र ने बताया कि अन्य शहरो से नशीले पदार्थो की तस्करी करने उसे शहर में लोकल स्तर पर बेचने वालो की धरपकड़ के लिये सभी थाना पुलिस को विशेष दिशा निर्देश दिये गये है। इसी कड़ी में अतिपुलिस उपायुक्त अपराध शैलेन्द्र सिंह चौहान की टीम को मुखबिर ने दो बाहरी तस्करो के नाम और हुलिया बताते हुए जानकारी दी की बिहार के रहने वाले दोनो व्यक्ति चरस की बड़ी खेप लेकर उसकी डिलेवरी देने के लिये अयोध्या बायपास के पास कोच फेक्ट्री जंगल में किसी का इंतेजा कर कर रहे है। खबर मिलते ही टीम ने मुखबिर द्वारा बताये गये स्थान की घेराबंदी कर काले रंग के बैग लेकर नजर आये दोनो व्यक्तियो को घेरबंदी कर हिरासत में ले लिया। पूछताछ में उनकी पहचान विजय शंकर यादव पिता हजारी यादव (33) निवासी, ग्राम शीतल बरदाहा थाना उचायकोट जिला गोपालगंज बिहार जो पेशे से खेती किसानी करता है, और हरकेश चौधरी पिता सुदामा चौधरी (35) निवासी ग्राम हेम बरदाहा थाना उचायकोट जिला गोपालगंज बिहार जो मेहनत-मजदूरी का काम करता है, के रुप में हुई। टीम ने जब दोनो के पास रखे बैगो की तलाशी ली तो विजय शंकर यादव के पास रखे बैग में 18 किलो 110 ग्राम और हरकेश चौधरी के कब्जे से मिले बैग में 18 किलो 70 ग्राम चरस रखी मिली।

अधिकारियो ने बताया कि दोनो के पास से 12 करोड़ 50 लाख कीमत की 36.18 किलोग्राम चरस के साथ ही दो मोबाइल फोन भी जप्त किये गये है। सख्ती से की गई पूछताछ में आरोपियो ने बताया कि बिहार के रहने वाले है, और पहले से ही एक दूसरे को जानते थे। दोनो ने बताया कि चरस की खेप नेपाल बार्डर से बिहार के तस्करो तक पहुंचती है, जिसके बाद वह इस चरस को बिहार के तस्करो से सस्ते दामो में खरीदकर गिरोह के जरिये से भोपाल तक पहुँचाते और इस नशीले पदार्थ को भोपाल के कई इलाको में ठिकाने लगाकर लाखो रूपयो का मुनाफा कमाते थे। आरोपी बीते काफी समय से नेपाली तस्कर से चरस लाकर भोपाल में कई किलो चरस पहले भी सप्लाई कर चुके है। क्राईम ब्रांच ने एनडीपीएस एक्ट के तहत मामला कायम कर दोनो को गिरफ्तार कर उनके लोकल नेटवर्क के तार खंगाल रही है।

मप्र में आधा दर्जन भर्ती परीक्षाओं के रिजल्ट अटके

20 लाख युवाओं का भविष्य अंधकार में

भोपाल । *मध्य प्रदेश में सरकारी भर्ती की आधा दर्जन परीक्षाओं के रिजल्ट अटके है तो कई परीक्षाओं की प्रक्रिया ही आगे नहीं बढ़ रही है। इसे प्रदेश के प्रतियोगिती परीक्षा की तैयारी करने वाले बेरोजगार युवा परेशान है। वहीं, कई प्रतियोगी परीक्षाओं की प्रक्रिया आगे नहीं बढने कई युवा असमंजस में है। उनके सामने संकट की है कि अब वह तैयारी करें या बढ़ती उम्र के चलते कोई रोजगार की तलाश करें।*

दरअसल, पटवारी भर्ती परीक्षा सवालों के घेरे में आने के बाद ईसीबी ने छह परीक्षाओं के रिजल्ट रोक दिए हैं। इससे इन परीक्षाओं में शामिल 20 लाख युवा परेशान हैं। ये बेरोजगार युवा आठ-आठ महीने से भर्ती परीक्षाओं के रिजल्ट का इंतजार कर रहे हैं। युवाओं को उम्मीद थी कि नई सरकार बनने के बाद कर्मचारी चयन मंडल भर्ती परीक्षाओं के रुके हुए रिजल्ट जारी करेगा, पर ऐसा नहीं हुआ। परीक्षाओं में शामिल हुए युवाओं का कहना है कि मार्च में लोकसभा चुनाव की आचार संहिता लग जाएगी और फिर इसके नाम पर रिजल्ट तीन महीने के लिए रोक दिए जाएंगे, इसलिए कर्मचारी चयन मंडल को भर्ती परीक्षाओं के रिजल्ट तत्काल जारी करना चाहिए ।वहीं अपर मुख्य सचिव सामान्य प्रशासन विभाग विनोद कुमार का कहना है कि पटवारी भर्ती परीक्षा में हुई अनियमितताओं की जांच के लिए बनाई गई कमेटी ने अभी जांच रिपोर्ट प्रस्तुत नहीं की है। जांच रिपोर्ट मिलने के बाद उसके तथ्यों के आधार पर सरकार आगे कार्रवाई करेगी।

इन परीक्षाओं के रिजल्ट जारी नहीं हुए

कर्मचारी सर्विस बोर्ड (ईएसबी) मध्य प्रदेश द्वारा मई एवं जून 2023 में वन रक्षक, जून 2023 में ग्रुप-5, जुलाई 2023 में ग्रुप-4, जुलाई 2023 में ग्रुप-1 सब ग्रुप 1, अगस्त 2023 में एचएसटी एसटी वर्ग-1, अगस्त 2023 में पुलिस कांस्टेबल परीक्षा आयोजित की गई। इन परीक्षाओं के अब तक परिणाम घोषित नहीं किए गए। दरअसल, कर्मचारी चयन मंडल ने पटवारी के करीब नौ हजार पदों के लिए पिछले साल मार्च-अप्रैल में भर्ती परीक्षा आयोजित की थी। परीक्षा परिणाम गत जुलाई में घोषित किया गया था। परीक्षा में घोटाले के आरोप लगाते हुए अभ्यर्थियों ने पूरे प्रदेश में विरोध प्रदर्शन किया था। इसे देखते हुए तत्कालीन सीएम शिवराज सिंह चौहान ने तत्काल नियुक्तियों पर रोक लगा दी थी। उन्होंने कर्मचारी चयन मंडल की ओर से आयोजित ग्रुप-2 (सब ग्रुप-4) और पटवारी भर्ती परीक्षा में अनियमितता की जांच के लिए हाईकोर्ट के रिटायर्ड जस्टिस राजेंद्र कुमार वर्मा की अध्यक्षता में कमेटी गठित की थी। कमेटी गठित करते हुए उन्होंने कहा था, जांच के निष्कर्षों के आधार पर उचित सिफारिशें 31 अगस्त, 2023 तक राज्य सरकार को प्रस्तुत की जाएंगी। कमेटी की ओर से क्लीन चिट मिलने के बाद ही नियुक्तियां की जाएंगी। रिपोर्ट प्रस्तुत करने की निर्धारित तारीख के पांच महीने बीतने के बाद भी कमेटी ने शासन को रिपोर्ट नहीं सौंपी है। सूत्रों का कहना है कि कमेटी का कार्यकाल 31 जनवरी, 2024 तक के लिए बढ़ा दिया गया है। पटवारी भर्ती परीक्षा की जांच के लिए कमेटी बनाने का असर यह हुआ की ईसीबी ने अन्य आधा दर्जन परीक्षाओं के रिजल्ट रोक दिए हैं।

आचार सहिता के कारण रूके थे रिजल्ट

कर्मचारी चयन मंडल के अधिकारियों का कहना है कि विधानसभा चुनाव आचार संहिता के कारण रिजल्ट जारी नहीं किए गए। रिजल्ट जल्द जारी करने को लेकर विचार-मंथन चल रहा है। ईएसबी ने पिछले साल मार्च-अप्रैल में ग्रुप-2 (सब ग्रुप-4) और पटवारी भर्ती परीक्षा आयोजित की थी। पटवारी परीक्षा में दस में से सात टॉपर एक केंद्र ग्वालियर स्थित एनआरआई कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग एंड मैनेजमेंट में बने परीक्षा केंद्र से निकले। चार टॉपर मुरैना जिले की सबलगढ़ तहसील से थे। इन टॉपर सात अभ्यर्थियों ने कुल 200 अंकों वाली परीक्षा में 174.88 से लेकर 183.86 तक अंक हासिल किए। हस्ताक्षर कॉलम में पांच अभ्यर्थियों ने सिर्फ अपना नाम लिखा था। इस परीक्षा केंद्र के 114 अभ्यर्थियों का परीक्षा में चयन हुआ था। यह कॉलेज पूर्व बसपा विधायक (बाद में भाजपा में शामिल) संजीव सिंह कुशवाह का है। परीक्षा में शामिल लाखो अभ्यर्थियों ने परीक्षा परिणाम पर सवाल उठाते हुए भोपाल, इंदौर सहित अन्य जिलों में विरोध प्रदर्शन किया था। इंदौर में विरोध प्रदर्शन में एक लाख से ज्यादा अभ्यर्थी शामिल हुए थे।

जल्द भुगतान के लिए आयकर के नियम की मार से छोटे उद्योग परेशान

लोन लेकर व सोना गिरवी रख चूका रहे छोटे-मध्यम उद्योग

भोपाल । छोटे उद्योगों को उनकी उधारी जल्द चुकाने के लिए सरकार ने नियम लागू कर दिया है। नियम जारी वित्त वर्ष में लागू हुआ और साल बीतते-बीतते उद्योगों के ही पसीने इससे छूटने लगे हैं। जिन छोटे उद्योगों को राहत दिलाने के नाम पर यह नियम लागू हुआ था, उन्हीं पर नियम भारी पड़ रहा है। आयकर की मार से बचने के लिए जल्द भुगतान की गरज से उद्योगों को लोन लेने से लेकर सोना गिरवी रखने तक के कदम उठाने पड़ रहे हैं। कर विशेषज्ञों ने नियम को अव्यावहारिक और कठोर बताते हुए इसमें बदलाव की मांग उठाना शुरू कर दी है।

1 अप्रैल 2023 से आयकर में एक नया प्रविधान लागू कर दिया गया था। नियम के अनुसार माइक्रो-स्माल इंडस्ट्री से किसी भी कारोबारी ने कोई माल-सेवा ली है तो उसका भुगतान अधिकतम 45 दिन में करना होगा। यदि भुगतान 31 मार्च यानी वित्त वर्ष खत्म होने बाद भी बाकी रहा तो यह पैसा खर्च में नहीं जुड़ेगा, बल्कि आय मानकर उस पर आयकर चुकाना पड़ जाएगा। यानी उस भुगतान पर 30-35 प्रतिशत तक के टैक्स का भार संबंधित कारोबारी पर आ जाएगा। माइक्रो यूनिट वे हैं जिनका प्लांट और मशीनरी में निवेश एक करोड़ और टर्नओवर 5 करोड़ तक हो। स्माल यूनिट वे हैं जिनका प्लांट में निवेश 10 करोड़ और टर्नओवर 50 करोड़ तक हो। सीए स्वप्निल जैन के अनुसार इस प्रविधान का असर ये हो रहा है कि भले ही क्रेता-विक्रेता के पुराने व्यापारिक अनुभव और रिश्ते ऐसे रहे हो कि वे अपनी सुविधा से कुछ महीनों तक उधारी पर व्यापार करते रहे हो, लेकिन अब आयकर के नियम के डर से वे लंबी उधारी नहीं ले पा रहे। ऐसे में कई उद्योगों ने छोटी इकाइयों से माल-सेवा लेने से परहेज शुरू कर दिया है। इस नियम की चपेट में छोटे-मध्यम उद्योग खुद भी आ गए हैं, उन्हें खुद भी अपने सप्लायर को पैसा चुकाना पड़ रहा है। भले ही उनके पास पूंजी और तरलता का अभाव हो। यदि वे ऐसा नहीं करते हैं तो न केवल उन पर टैक्स की मार पड़ेगी, बल्कि उनकी बैलेंस शीट खराब होने से उनकी वित्तीय साख भी बिगड़ जाएगी।

गिरवी पर लोन ले रहे उद्यमी

सीए और कर विशेषज्ञों के अनुसार सिर्फ छोटी यूनिटों का पैसा चुकाने के लिए कई मध्यम उद्योगों को सोना-संपत्ति गिरवी रखकर लोन लेना पड़ रहा है। 31 मार्च तक पैसा चुकाने की हड़बड़ी बाजार में दिख रही है। सीए ब्रांच इंदौर के पूर्व अध्यक्ष पंकज शाह के अनुसार यह नियम अव्यावहारिक और कठोर है। इसका असर ये होगा कि न केवल छोटे-मध्यम उद्योगों का व्यापार कठिन हो जाएगा, बल्कि कारोबार बड़े कार्पोरेट और बहुराष्ट्रीय कंपनियों के हाथ में जाने की आशंका बनी रहेगी। आने वाले आम बजट में इस प्रविधान में बदलाव होना जरूरी है।

उज्जैन मैं भी होगा सीएम हाउस!

उज्जैन। विक्रम विश्वविद्यालय के कुलसचिव निवास को अब सीएम हाउस के रूप जाना जाएगा। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के लिए बंगले को सजाया-संवारा जा रहा है। यहां पर अब मुख्यमंत्री कार्यालय और सीएम के विश्राम की व्यवस्था रहेगी। शनिवार से ही विभिन्न विभागों के कर्मचारी बंगले की सफाई और साज-सज्जा में जुटे हुए हैं। विक्रम विश्वविद्यालय के मुख्य प्रशासनिक भवन के पास ही कोठी रोड पर कलेक्टर बंगले के सामने कुलसचिव का बंगला लंबे समय से रिक्त है। शनिवार से इस बंगले को सजाने का काम शुरू कर दिया गया है। जातव्य है कि मुख्यमंत्री रहते डॉ मोहन यादव ने उसे मिथक को तोड़ा है जिसमें कहा जाता था कि प्रदेश का मुखिया उज्जैन में रात्रि विश्राम नहीं करता वह लगभग तीन मर्तबा यहां रात्रि व्यतीत कर चुके हैं और अब उन्होंने मुख्यमंत्री कार्यालय का कामकाज उज्जैन से चलाने के लिए एक वैकल्पिक रूप से विक्रम विश्वविद्यालय के कुल सचिव का बांग्ला सुसज्जित करवाना शुरू कर दिया है समय भी विश्वविद्यालय के रेस्ट हाउस में भी लगभग 10 कमरे है जिसमें स्टाफ रुक सकता है।

थएिटर्स में रामलला के दर्शन को उमड़ी भीड़, दिल्ली से लेकर मुंबई तक प्राण प्रतिष्ठा के शोज रहे हाउसफुल

देशभर में सोमवार, 22 जनवरी को राम मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा का उत्सव मनाया गया। अयोध्या स्थिति राम मंदिर के गर्भगृह में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रामलाल की प्राण प्रतिष्ठा की। इस मौके पर जहां लाखों लोग राम जन्मभूमि पहुंचकर इस ऐतिहासिक पल के साक्षी बने, वहीं हजारों लोगों ने सिनेमाघरों के बड़े स्क्रीन पर भी इस समारोह का पूरे भक्तिभाव से आनंद लिया। जी हां, देशभर के आधा दर्जन शहरों में थिएटर स्क्रीन पर राम मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा के उद्घाटन समारोह का लाइव टेलीकास्ट किया गया। दिलचस्प है कि बड़े स्क्रीन पर इस आयोजन को देखने के लिए दर्शकों की भारी भीड़ सिनेमाघरों में उमड़ी और कमोबेश हर शहर में कई शोज हाउसफुल रहे। मल्टीप्लेक्स चेन **PVR-INOX** ने अयोध्या में राम मंदिर प्राण प्रतिष्ठा की लाइव स्क्रीनिंग को लेकर स्पेशल शोज का आयोजन किया था।

किसी ने साड़ी तो किसी ने पहनी ब्राउन लैदर ड्रेस

सितारों का लैदर फैशन

बॉलीवुड सेलेब्स का फैशन गेम हमेशा टॉप पर रहता है। फैशन और स्टाइल के मामले में सेलेब्स किसी तरह का कॉम्प्रोमाइज नहीं करते, फिर भले ही वह ट्रैवल क्यों ना कर रहे हों। हाल ही में मुंबई एयरपोर्ट पर कई सेलेब्स दिखाई दिए। किसी ने साड़ी तो किसी ने ब्राउन लैदर की ड्रेस में जमकर फैशन दिखाया। आइए, यहां देखते हैं बी-टाउन सेलेब्स का एयरपोर्ट वाला लुक।

उवर्शी रौतेला

एक्ट्रेस उवर्शी रौतेला ने एक बार फिर अपने स्टाइल और ग्लैमर से फैशन गेम में बाजी मार ली है।

एक्ट्रेस ने ब्राउन कलर की लैदर ड्रेस पहने एयरपोर्ट पर दिखाई दीं। उर्वशी ने एक स्लीव वाला लैदर टॉप और मैचिंग स्कर्ट कैरी की थी। साथ ही एक्ट्रेस ने काला चश्मा लगाकर सटल मेकअप से अपना एयरपोर्ट लुक पूरा किया था।

कंगना रनौत

कंगना रनौत ने साड़ी पहन देसी गर्ल स्टाइल में एयरपोर्ट पर एंट्री ली थी। एक्ट्रेस ने गोल्डन-ब्राउन शेड वाली साड़ी के साथ मैचिंग कलर का लॉन्ग कोट पहना था। एक्ट्रेस ने अपने स्टाइलिश लुक को पूरा करने के लिए गले में मोतियों का नेकलेस भी कैरी किया था। कंगना रनौत ने अपना स्टाइलिश एयरपोर्ट लुक बड़े-बड़े ग्लासेस लगाकर कंपलीट किया था।

अलाया एफ

एक्ट्रेस अलाया एफ ने भी एयरपोर्ट पर ग्लैमर दिखाने में कोई कमी नहीं छोड़ी। अलाया एफ ऑल ब्लैक लुक में एयरपोर्ट पर नजर आईं। क्रॉप टॉप के साथ ब्लैक पैंट्स और बूट्स में एक्ट्रेस खूब कमाल लगीं।

अमीषा पटेल

अमीषा पटेल एयरपोर्ट पर बेहद ही क्यूट लुक में स्पॉट हुईं। एक्ट्रेस ने व्हाइट और लाइट पिंक कलर का को-अर्ड सूट पहना था। जिसके फ्रंट में कॉर्टून भी बना था। एक्ट्रेस ने कंफर्ट के साथ कूल आउटफिट अपने एयरपोर्ट लुक के लिए चुना था।

एमी जैक्सन

एक्ट्रेस एमी जैक्सन का एयरपोर्ट लुक भी देखने लायक था। एक्ट्रेस ने लॉन्ग ब्लैक ड्रेस के साथ मैचिंग जैकेट कैरी की थी। एक्ट्रेस ने सटल मेकअप और ब्लैक गॉगल्स के साथ अपना लुक पूरा किया था।

फिल्मों में नेगेटिव रोल प्ले करना चाहती हैं कैटरीना कैफ

बॉलीवुड एक्ट्रेस कैटरीना कैफ इन दिनों अपनी फिल्म मेरी क्रिसमस की सफलता को काफी एंजॉय कर रही हैं। ये फिल्म 12 जनवरी को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी, जिसमें कैटरीना के साथ बड़े पर्दे पर पहली बार साउथ सुपरस्टार विजय सेतुपति नजर आए। दोनों की इस फिल्म को दर्शकों का खूब प्यार मिला। साथ ही पर्दे पर दोनों की जोड़ी को खूब पसंद भी किया गया। फिल्म बॉक्स ऑफिस पर अब तक 223.27 करोड़ से ज्यादा की कमाई कर चुकी है। इसी बीच कैटरीना ने एक न्यूज चैनल को दिए अपने इंटरव्यू में अपनी फिल्म और किरदारों को लेकर खुलकर बात की और साथ ही बताया वो किस तरह की फिल्मों में काम करना चाहती हैं और किस तरह के किरदारों को निभाना चाहती हैं। कैटरीना कैफ ने इंटरव्यू में कहा, एक एक्ट्रेस के तौर पर उन्होंने हमेशा उस पल में जो भी हैं उनके लिए सच्चा रहने की कोशिश की है। अपने किरदारों के बारे में बात करते हुए एक्ट्रेस ने कहा, मैंने जो भी फिल्में की हैं और करती रहूंगी, कुछ चीजें हैं जो जरूरी नहीं कि आपसे जुड़ी हों, बल्कि सिर्फ आपकी इच्छाएं हों। मैं सच में एक नेगेटिव किरदार निभाना पसंद करूंगी, लेकिन कोई ऐसा शख्स जिसके ऐसा होने का कारण हम जानते हों। बिना कारण के सिर्फ नेगेटिव दिखाना नहीं चाहती नहीं, बल्कि उसके ऐसा बनने के पीछे कोई वजह हो। कैटरीना ने अपनी बात को पूरा करते हुए कहा, वो एक पीरियड ड्रामा में भी काम करना चाहती हैं। एक्ट्रेस ने कहा, ऐसी कई चीजें हैं जो मुझे रोमांचक लगती हैं। मैं एक पीरियड फिल्म करना चाहती हूं। एक्टर के तौर पर मैं ऐसा करने के लिए एक्साइटेड हूं।

जल्दी वज़न घटाने के लिए पिएं इन 10 फल और सब्ज़ियों का जूस

हीमोग्लोबिन बढ़ाने के साथ ही अनार आपके पाचन तंत्र को सुधारता है और वज़न घटाने में मदद करता है। इसमें कैलोरी की मात्रा बहुत कम होती है। यदि आप वज़न घटाने के साथ ही खुद पूरी तरह से स्वस्थ रखना चाहते हैं तो डायट में अनार का जूस ज़रूर शामिल करें।

यदि आप वज़न कम करने के लिए बहुत अधिक जिम या कसरत नहीं कर सकते, तो आपको अपनी डायट का बहुत ख्याल रखना होगा। हेल्दी चीज़ें खाने के साथ ही बहुत सी फल और सब्ज़ियों का जूस भी वज़न घटाने के में मदद करता है और आपकी सेहत के लिए बहुत फायदेमंद होता है।

संतरा

यह सर्दियों में मिलने वाला फल विटामिन सी से भरपूर है जो आपको स्वस्थ रखने में बहुत मदद करता है। संतरा खाने के साथ ही इसका जूस भी बहुत फायदेमंद होता है। संतरे में कैलोरी की मात्रा कम होती है इसलिए जो लोग वज़न कम करना चाहते हैं, उन्हें रोज़ाना संतरे का जूस पीना चाहिए।

अनार

हीमोग्लोबिन बढ़ाने के साथ ही अनार आपके पाचन तंत्र को सुधारता है और वज़न घटाने में मदद करता है। इसमें कैलोरी की मात्रा बहुत कम होती है। यदि आप वज़न घटाने के साथ ही खुद पूरी तरह से स्वस्थ रखना चाहते हैं तो डायट में अनार का जूस ज़रूर शामिल करें।

नींबू का रस

वज़न कम करने में नींबू का रस भी बहुत मददगार है। नींबू में कई पोषक तत्व होते हैं जो आपको पूरी तरह से हेल्दी रखते हैं। गुनगुने पानी में नींबू मिलाकर पीने से बॉडी डिटॉक्सिफाई भी होती है। रोज़ाना सुबह खाली पेट नींबू पानी पीने से वज़न कम होता है।

बीटरूट का जूस

बीटरूट में कई तरह के पोषक तत्व होते हैं यह खून की कमी को भी दूर करता है। साथ ही इसमें फैट काफी कम होता है जिससे वज़न नियंत्रित रहता है। बीटरूट में फाइबर भी होता है, जो आपके पेट को हेल्दी रखता है और वज़न कम करने में मदद करता है। रोज़ाना सुबह बीटरूप में नमक और नींबू मिलाकर पीने से स्वाद और सेहत दोनों अच्छी रहती है।

गाजर

सर्दियों में गाजर का सेवन बहुत फायदेमंद होता है। गाजर में फाइबर और अन्य पोषक तत्व भी होते हैं जो आपको स्वस्थ रखते हैं। इसमें कैलोरी की मात्रा भी कम होती है जिससे गाजर का जूस वज़न घटाने में मदद करता है। सुबह आप गाजर का जूस पी सकते हैं, इससे पूरे दिन एनर्जेटिक महसूस करेंगे। आप चाहें तो इसमें नींबू और नमक भी मिला सकते हैं।

खीरे का जूस

खीरा शरीर को हाइड्रेट रखने में बहुत मदद करता है क्योंकि इसमें पानी की मात्रा बहुत अधिक होती है। इसलिए इसके सेवन से या इसका जूस पीने से शरीर में पानी की कमी नहीं होती है। खीरे में कैलोरी की मात्रा भी कम होती है, इसलिए यह वज़न घटाने में मदद करता है।

आंवले का जूस

विटामिन सी से भरपूर आंवला आपकी त्वचा और बालों की सेहत के लिए भी बहुत अच्छा होता है। इसके नियमित सेवन से इम्यून सिस्टम भी मज़बूत बनता है। आंवले के जूस का सेवन करने से मेटाबॉलिज्म तेज़ होता है जिससे चर्बी जलाने में मदद मिलती है और वज़न कम होता है। जूस के अलावा आप आंवले का मुरब्बा आदि बनाकर भी खा सकते हैं।

करेले का जूस

स्वाद में कड़वा करेला आपको कई गंभीर बीमारियों से दूर रखता है। आपको यदि वज़न कम करने के साथ ही बीमारियों से दूर रहना है तो करेले का जूस पीना शुरू कर दीजिए। इसमें कैलोरी बहुत कम मात्रा में होती है।

गोभी का जूस

आपको सुनकर थोड़ा अजीब लगा होगा, क्योंकि आमतौर पर गोभी के जूस के बारे में कम ही लोगों ने सुना है। यह भी सर्दियों में खूब मिलती है। गोभी का जूस कच्चा नहीं बनता, बल्कि इसे उबालकर इसका जूस बनाया जाता है। इसमें फाइबर की भरपूर मात्रा होती है, जो वज़न कम करने वालों के लिए वरदान है।

लौकी का जूस

एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर लौकी आपके पाचन तंत्र को ठीक रखने के साथ ही शरीर को डिटॉक्सिफाई करता है। इसमें फैट की मात्रा बहुत कम होती है, इसलिए यह वज़न कम करने में मदद करता है। यदि आप भी वज़न कम करना चाहते हैं तो रोज़ाना लौकी का जूस पीना शुरू कर दीजिए।

फेफड़ों को बीमारियों से बचाने के लिए खाएं यह सुपरफूड्स

अपने फेफड़ों को स्वस्थ रखने का एक अच्छा तरीका है कि आप नियमित व्यायाम करते रहें और स्वस्थ आहार खाएं। एक स्वस्थ आहार आपको एक लंबा रास्ता तय करने में मदद करता है और आपको किसी भी बीमारी से दूर रखता है। यदि आप अपने फेफड़ों के स्वास्थ्य को बढ़ावा देना चाहते हैं, तो सुनिश्चित करें कि आप कुछ स्वस्थ खाद्य पदार्थों को अपने भोजन में शामिल करेंगे, जो आपके फेफड़ों को सक्रिय और अच्छी तरह से काम करने में मदद करेंगे अपने फेफड़ों को स्वस्थ रखने का एक अच्छा तरीका है कि आप नियमित व्यायाम करते रहें और स्वस्थ आहार खाएं।

एक स्वस्थ आहार आपको एक लंबा रास्ता तय करने में मदद करता है और आपको किसी भी बीमारी से दूर रखता है। भारत में अत्यधिक वायु प्रदूषण और बड़ी संख्या में धूम्रपान करने वालों की वजह से सांस संबंधी बीमारियाँ निरंतर बढ़ रही है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के अनुसार, दुनिया में 235 मिलियन लोग अस्थमा से पीड़ित हैं, जो एक गंभीर स्थिति है। इसलिए, यदि आप अपने फेफड़ों को स्वस्थ रखना चाहते हैं, तो आपको अपनी जीवनशैली में बदलाव लाना पड़ेगा और साथ ही साथ पोषक तत्वों को अपने दैनिक भोजन में शामिल करना होगा।

चलिए जानते हैं कुछ पोषक खाद्य पदार्थों के बारे में-

सेब- शोधकर्ताओं ने अच्छे फेफड़ों के कार्य को विटामिन सी, ई और बीटा-कैरोटीन के उच्च इंटेक के साथ जोड़ा है, जो सभी सेब में मौजूद हैं। सेब एंटीऑक्सिडेंट से भरे होते हैं जो आपके फेफड़ों को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं।

अखरोट- अखरोट ओमेगा -3 फैटी एसिड का एक बड़ा स्रोत है। एक मुट्ठी अखरोट खाने से अस्थमा और अन्य श्वसन सम्बन्धी समस्यायों से लड़ने में मदद मिल सकती है। सूजन या जलन सम्बन्धी बीमारियों में ओमेगा -3 फैटी एसिड को सुरक्षात्मक प्रभाव का पोषक तत्व माना जाता है।

जामुन- बेरी और ब्लूबेरी दो सबसे प्रभावशाली जामुन होते हैं जो आपके फेफड़ों को स्वस्थ रखने में आपकी मदद करते हैं। यह विटामिन सी जैसे एंटीऑक्सिडेंट में प्रचुर हैं, जो सेल्स को नुकसान से लड़ने में मदद करते हैं।

ब्रोकली- ब्रोकली में विटामिन सी, कैरोटीनॉयड, फोलेट और फाइटोकेमिकल्स काफी मात्रा में पाया जाता है, जो फेफड़ों में हानिकारक तत्वों से लड़ते हैं। ब्रोकली में एल-सल्फोराफेन नामक एक सक्रिय घटक होता है, जो कोशिकाओं को हानिकारक तत्वों से लड़ने में मदद करता है।

अदरक- अदरक न केवल एंटी-इन्फ्लैमटॉरी है, बल्कि यह विषहरण में भी मदद करता है और फेफड़ों से प्रदूषकों के उन्मूलन को बढ़ावा देता है। अदरक कंजेस्शन को दूर करने में मदद करता है, वायु-मार्ग को खोलता है और फेफड़ों को परिसंचरण में मदद करता है, जिससे फेफड़ों के स्वास्थ्य को और बढ़ावा मिलता है।

लहसुन- लहसुन में फ्लेवोनॉयड्स होते हैं जो ग्लूटाथियोन के उत्पादन को उत्तेजित करते हैं, जो विषाक्त पदार्थों और कार्सिनोजेन्स के उन्मूलन को बढ़ाने में मदद करते हैं, जिससे आपके फेफड़ों को बेहतर कार्य करने में मदद मिलती है।

हल्दी- हल्दी में मौजूद करक्यूमिन यौगिक की वजह से इसमें सूजन-रोधी गुण होते हैं। यह यौगिक गले के वायुमार्ग की सूजन और अस्थमा से जुड़ी छाती की जकड़न से राहत दिलाने में मदद करता है।

शरीर के लिए बेहद जरूरी है कैल्शियम, इन फूड्स को जरूर करें डाइट में शामिल

कैल्शियम शरीर के लिए कई मायनों में बेहद जरूरी है। हमारे शरीर की लगभग हर कोशिका किसी न किसी तरह से कैल्शियम का उपयोग करती है। कुछ क्षेत्र जहां हमारे शरीर में कैल्शियम का उपयोग होता है वह हमारे तंत्रिका तंत्र, मांसपेशियों, हृदय और हड्डी है। मानव शरीर को सुचारू रूप से कार्य करने के लिए कई तरह के पोषक तत्वों की जरूरत होती है और कैल्शियम इनमें से एक है। मनुष्य को मजबूत हड्डियों को बनाने और बनाए रखने के लिए कैल्शियम की आवश्यकता होती है, और शरीर का 99 प्रतिशत कैल्शियम हड्डियों और दांतों में होता है। मस्तिष्क और शरीर के अन्य हिस्सों के बीच स्वस्थ संचार बनाए रखने के लिए भी यह आवश्यक है।

यह मसल्स मूवमेंट और कार्डियोवैस्कुलर फंक्शन में एक भूमिका निभाता है। कैल्शियम के साथ-साथ, लोगों को विटामिन डी की भी आवश्यकता होती है, क्योंकि यह विटामिन शरीर को कैल्शियम को अवशोषित करने में मदद करता है। विटामिन डी मछली के तेल, फोर्टिफाइड डेयरी उत्पादों, और सूर्य के प्रकाश के संपर्क में आता है। वहीं, कैल्शियम कई खाद्य पदार्थों में स्वाभाविक रूप से होता है, और खाद्य निर्माता इसे कुछ उत्पादों में जोड़ते हैं। वहीं इसके सप्लीमेंट्स भी मार्केट में उपलब्ध हैं। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको कैल्शियम की महत्ता के साथ-साथ इसके सोर्स के बारे में भी बता रहे हैं-

इसलिए जरूरी है कैल्शियम

हेल्थ एक्सपर्ट बताते हैं कि कैल्शियम शरीर के लिए कई मायनों में बेहद जरूरी है। हमारे शरीर की लगभग हर कोशिका किसी न किसी तरह से कैल्शियम का उपयोग करती है। कुछ क्षेत्र जहां हमारे शरीर में कैल्शियम का उपयोग होता है वह हमारे तंत्रिका तंत्र, मांसपेशियों, हृदय और हड्डी है। अगर शरीर में कैल्शियम की पर्याप्त मात्रा हो तो आप ऑस्टियोपोरोसिस से खुद को सुरक्षित रख सकते हैं। वैसे मजबूत दांतों व हड्डियों का निर्माण करने के अलावा कैल्शियम ब्लड क्लॉटिंग, तंत्रिका तंत्र को संकेत भेजना व प्राप्त करना, हार्मोन व अन्य केमिकल्स को रिलीज करना व हार्टबीट को सामान्य रखने में भी मदद करता है।

ऋण का झांसा देकर डाक्टर दंपती से पौने चार करोड़ ठगे

जेपी मार्गन चेस बैंक का अफसर बनकर बात की

इंदौर। एक बड़े अस्पताल के मालिक डाक्टर दंपती साइबर क्राइम के शिकार हो गए। अपराधियों ने उनसे 3 करोड़ 82 लाख की धोखाधड़ी ठग लिए। ठग गिरोह ने जेपी मार्गन चेस बैंक (अमेरिका) का अफसर कर बात की व 154 करोड़ रुपये का ऋण स्वीकृत करवाने का झांसा दिया। क्राइम ब्रांच धोखाधड़ी का प्रकरण दर्ज कर आरोपितों को ढूंढने में जुटी है।

धोखाधड़ी ग्रेटर कैलाश अस्पताल के संचालक डा. अनिल कन्हैयालाल बंडी और डा. राधिका बंडी (ओल्ड पलासिया) के साथ हुई है। उन्होंने जयपुर निवासी रजत कुमार तिवारी - और अनिल शर्मा के नाम से धोखाधड़ी का प्रकरण दर्ज करवाया है। डाक्टर के मुताबिक अस्पताल घाटे में चल रहा है। आर्थिक स्थिति भी काफी कमजोर थी। अस्पताल के रखरखाव और उपकरण के लिए 154 करोड़ रुपये का ऋण लेना चाहा था। आरोपित अनिल कुमार शर्मा से संपर्क किया। आरोपित ने अस्पताल के रखरखाव, वर्किंग, आपरेशन, उपकरण के वास्ते 154 करोड़ रुपये 6 प्रतिशत वार्षिक ब्याज की दर पर दिलाने का आश्वासन दिया और ऋण संबंधित संपूर्ण दस्ताबेज ले लिए। आरोपितों ने डा. बंडी को फर्जी पत्र बनाकर मेल पर भेजे और प्रोसेसिंग, फीस, स्टांप ड्यूटी, ट्रांजेक्सन हैंडलिंग चार्ज, एडमिन चार्ज के नाम पर 3 करोड़ 82 लाख 84066 रुपये अलग-अलग खातों में जमा करवा लिए। स्वीकृत ऋण की राशि खाते में ट्रांसफर न होने पर डा. बंडी ने आरोपितों से संपर्क साधा तो फोन बंद मिले। घबराए डाक्टर मुंबई स्थित मुख्य शाखा पहुंचे और मैनेजर को पूरी घटना बताई। पुलिस आयुक्त मकरंद देऊस्कर को शिकायत कर धोखाधड़ी का केस दर्ज करवाया। प्रभारी डीसीपी आदित्य मिश्रा ने तकनीकी रूप से दक्ष अफसरों की टीम को जांच सौंपी है।

लाखों के गेहूं की हेराफेरी में केस दर्ज इंदौर। राऊ पुलिस ने लाखों रुपये के गेहूं की हेराफेरी का केस दर्ज किया है। आरोपितों ने फरियादी को फर्जी मैसेज व फोटो भेज कर रुपये ले लिए। पुलिस के मुताबिक फरियादी विजय यादव निवासी कोदरिया ने आरोपित सुरेश सोलंकी और मोरमी दत्ता के खिलाफ शिकायत दर्ज करवाई थी। आरोपितों ने खुद को मोरबी ट्रेडिंग फर्म जोरहट असम का व्यापारी बताया था।

रुपये की सख्त जरूरत थी-डाक्टर ने डीसीपी को बताया कि उन्हें रुपयों की सख्त जरूरत थी। कई बैंकों से संपर्क किया लेकिन बात नहीं बनी। इंटरनेट पर अमेरिकी बैंक जेपी मार्गन के नंबर निकाले तो अनिल शर्मा ने स्वयं को क्रेडिट एंड रिस्क विभाग का मैनेजर बताया। उसने ई-मेल पर दस्तावेज मंगवाए। कुछ दिनों बाद कहा दस्तावेज बैंक के वाइस प्रेसिडेंट रजत तिवारी के पास पहुंचा दिए हैं। तिवारी ने झांसेबाजी की और अलग अलग कामों के लिए आइसीआइसीआइ बैंक के खातों में अलग-अलग तारीखों पर रुपये जमा करवा लिए। प्रारंभिक जांच में पता चला आरोपितों ने फर्जी सिम कार्ड और फर्जी खातों की इस्तेमाल किया है।

पुलिस कमिश्नर को स्मारक सिक्के व मुद्रा पुस्तक भेंट की

इंदौर। राष्ट्रीय मुद्रा परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष गिरीश शर्मा आदित्य ने अपनी प्रसिद्ध मुद्रा पुस्तक एवं स्मारक सिक्के पुलिस कमिश्नर मकरंद देउस्कर को उपहार में प्रदान किये और उन्हें सिक्कों से जुड़ी कुछ दिलचस्प बातें बताई। मुद्रा पुस्तक के लेखक गिरीश शर्मा आदित्य ने बताया कि इस किताब में मुद्रा का अध्ययन या संग्रह है। जो अनुसंधान के छात्रों या सिक्कों के संग्रहकर्ता के व्यापक अध्ययन में उपयोगी साबित हो रही है। उन्होंने बताया भारत की संपन्न विरासत से यह पुस्तक रूबरू करवाती है।पुलिस कमिश्नर ने भी इस पुस्तक लेखन की तारीफ की। गौरतलब रहे गिरीश शर्मा आदित्य के पास प्राचीन सिक्कों व मुद्राओं का बड़ा कलेक्शन है। वे सिद्धांतवादी, राष्ट्रवादी विचारधारा के लोकतंत्र सेनानी भी हैं। श्री शर्मा मुद्राशास्त्र क्षेत्र में विशिष्ट अनुसंधान और संग्रह के लिए अनेक सम्मान प्राप्त कर चुके हैं। वे अपने प्राचीन भारतीय सिक्कों के विषय में विदेशों में सारगर्भित व्याख्यान दे चुके हैं और 2500 वर्ष प्राचीन सिक्कों की पुस्तक प्रकाशित की है। गिरीश शर्मा आदित्य ने पिछले दिनों इंदौर मुद्रा महोत्सव का सफल आयोजन कर आमजन को भारतीय मुद्रा विरासत से वाकिफ भी करवाया था। अब उनकी मंशा शहर में मुद्रा संग्रहालय स्थापित करने की है।

निगम मार्केट की जर्जर दुकानों का करेंगे कायाकल्प

अपर आयुक्त ने जोनल अफसरों को दिए निर्देश

इंदौर। शहर में नगर निगम के लगभग 39 से अधिक मार्केट है जिसमें 46 से अधिक दुकानें जर्जर हालत में है। इन खराब दुकानों के कायाकल्प के लिए निगम अपर आयुक्त भव्या मित्तल ने जोनल अधिकारियों को इसके सर्वे के लिए निर्देश दिए हैं।

निगम कमिश्नर हर्षिका सिंह के समक्ष जर्जर दुकानों को लेकर चर्चा के साथ ही लाखों रुपए की लागत से इन दुकानों का कायाकल्प होगा। इसके बाद ही इसे नीलामी के तहत किराए पर दुकानें दी जाएगी। अभी की स्थिति में देखा जाए तो सबसे अधिक खराब जर्जर दुकाने गंगवाल बस स्टैंड के साथ-साथ महू नाका, लोहा मंडी पालिका प्लाजा महाराजा कंपलेक्स सहित कई ऐसी जगह है जहां पर दुकानें खराब हालत में है। यहां पर अब दुकानों के कायाकल्प किया जाएगा एवं जिन व्यापारियों को दुकानें किराए पर दी जाएगी उनको किसी भी स्तर से निर्माण की अनुमति नहीं दी जाएगी। अगर दुकानें खराब है तो वह निगम के मार्केट विभाग में सूचना देगा और निगम के अनुमति के बाद ही दुकान में कायाकल्प खुद दुकानदार भी कर सकेंगे। अभी की स्थिति में निगम आयुक्त के निर्देश पर सभी 19 जोनों के तहत आने वाले निगम के मार्केट में खराब दुकानों का सर्वे कर रिपोर्ट कमिश्नर तक पहुंचेगी जिसके उपरांत फैसला लिया जाएगा। इसमें लाखों रुपए की लागत से दुकानों का कायाकल्प होगा और उसके बाद ?20 स्क्वायर फीट के हिसाब से 30 वर्ष की लीज पर उक्त दुकानें भी किराए पर दी जा सकती है। अपर आयुक्त ने बताया कि निगम मार्केट में बड़े पैमाने पर खराब व जर्जर पुरानी दुकानें भी है जिनका कायाकल्प किया जाना है। इसके लिए जोनल अधिकारी को निर्देश दिए गए हैं। निगम कमिश्नर प्रतिभा पाल से चर्चा कर इन दुकानों का कायाकल्प होगा, फिर दुकान किराए पर दी जा सकती है।

सोलर सिटी बनाने के लिए बढ़ाया पहला कदम, 22 कालोनियों में भी लगाएंगे

जनप्रतिनिधि दस दिन में घरों पर लगवाएंगे सोलर सोलर सिस्टम

इंदौर। सोलर सिटी बनाने के लक्ष्य को हासिल करने के लिए जनप्रतिनिधि पहला कदम बढ़ाएंगे। शहर के सभी जनप्रतिनिधि दस दिन में अपने घरों पर सोलर सिस्टम लगवाएंगे। इनमें विधायक, सांसद, महापौर के साथ महापौर परिषद के सदस्य भी शामिल हैं। शनिवार को सोलर सिटी बनाने के लिए कार्ययोजना का खाका खींचने के लिए आयोजित बैठक में यह तय किया गया। स्मार्ट सिटी दफ्तर में हुई बैठक में मंत्री तुलसीराम सिलावट, महापौर पुष्यमित्र भार्गव, विधायकगण रमेश मेंदोला, महेंद्र हार्डिया, गोलू शुक्ला, मधु वर्मा, आइडीए अध्यक्ष जयपाल सिंह चावड़ा के साथ महापौर परिषद के सदस्य और नगर निगम के अधिकारी मौजूद थे। सोलर सिटी का दर्जा दिलाने के लिए नगर निगम की कार्ययोजना को लेकर प्रस्तुतीकरण दिया गया। योजना अनुसार जनप्रतिनिधियों के सहयोग से शहर के 22 जोन क्षेत्र अंतर्गत हर जोन की एक-एक कालोनी सहित कुल 22 कालोनियों में सोलर सिस्टम लगाया जाएगा। अगले दो महीनों में कुल 25 हजार सोलर सिस्टम लगाने का लक्ष्य तय किया गया है। शहर के सभी शासकीय भवनों पर भी सोलर सिस्टम लगाने को लेकर मुहिम चलाने पर भी सहमति बनी। बैठक में महापौर ने कहा कि मैंने सोलर सिस्टम लगा लिया है। महापौर परिषद के सभी सदस्य भी लगवा रहे हैं। जनप्रतिनिधि सिस्टम लगाकर जनता को इसके लाभ बताएंगे तो लोग अपनाने के लिए प्रेरित होंगे। बैठक में विधायक मधु वर्मा ने सुझाव दिया कि शहर के बगीचों में सोलर सिस्टम लगाए जाएं और उसे संबंधित क्षेत्र की स्ट्रीट लाइटों से जोड़ दिया जाए। बैठक में तय किया गया कि जोन में एक-एक कालोनी में सोलर सिस्टम लगने का काम पूरा होने के बाद सभी 85 वार्डों की एक- एक कालोनी को लक्ष्य किया जाएगा।

अब जिला अस्पताल में भी एम्स जैसी इमरजेंसी यूनिट बनेगी

इंदौर। एमवाय के बाद अब जिला अस्पताल में भी एम्स जैसी इमरजेंसी यूनिट बनाई जाएगी। इसके लिए आसीएमआर ने भोपाल एम्स को यह कार्य सौंपा है। अन्य जिलों में भी इसी प्रकार जिला अस्पताल में इमरजेंसी यूनिट के लिए बजट भी केंद्र सरकार ने जारी किया है। स्वास्थ्य विभाग के सूत्रों ने बताया कि हमेशा यह शिकायत रहती है कि जिला अस्पताल में इमरजेंसी यूनिट नहीं होने के कारण की बार गंभीर मामलों में मरीजों को तत्काल इलाज ज़ नहीं मिल पाता है और उन्हें एमवाय रैफर कर दिया जा रहा है। अब इस मामले में मुख्यमंत्री की पहल के बाद पहले चारों बड़े शहर में जिला अस्पतालों में इमरजेंसी यूनिट की स्थापना की जाएगी और इसके लिए इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च ने अस्पतालों में ट्रामा एवं इमरजेंसी सुविधाओं को सुधारने की जिम्मेदारी भोपाल एम्स को सौंपी है। भोपाल एम्स पहले जिला अस्पताल की इमरजेंसी यूनिट में कमियों का आंकलन करेगा और इसे दूर करने के लिए खाका तैयार करेगा अंत में डाक्टरों सहित स्टाफ को प्रशिक्षित किया जाएगा पहली बार जिला अस्पताल में इमरजेंसी यूनिट को अपग्रेड करने का काम भोपाल एम्स द्वारा हो रहा है। अब जिला अस्पतालों में भी आधुनिक सुविधाएँ होने से मरीज को तुरंत उपचार मिलेगा साथ ही एमवाय में भेजी जा रहे। मरीजों की संख्या भी कम होगी।

प्रकाशक, मुद्रक एवं स्वामी जयश्री जैन द्वारा अपनी दुनिया प्रिंटर्स 13, प्रेस कॉम्प्लेक्स ए.बी. रोड इंदौर से मुद्रित एवं 22, प्रेस काम्पलेक्स, प्रेस हाऊस, ए.बी. रोड इंदौर 452008 से प्रकाशित। प्रधान संपादक- डॉ. राजेश जैन, मो. 9425322301 (डाक पंजीयन MP/IDC/1462/2016-2019)