KNLS LIVE
KNLS लाइव
हर खबर लाइव
आपका अपना चैनल
www.knslive.com
join now
9027776991

दैनिक
प्रातः कालीन
हिन्दी-अंग्रजी समाचार पत्र
क्यूँ न लिखूँ सच
मुरादाबाद से प्रकाशित
Title Code
UPBIL05086

दैनिक समाचार पत्र
क्यूँ न लिखूँ सच
को जिला एवं तहसील स्तर पर ब्योरो संवाददाता एवम् विज्ञापन प्रतिनिधियों की आवश्यकता है।
सम्पर्क करें
9027776991
knlslive@gmail.com

वर्ष :- 02 अंक :- 38 | मुरादाबाद, 01 June 2022 (Wednesday) | पृष्ठ :- 04 मूल्य : 3.00 रुपये

प्रसारित क्षेत्र-बरेली, पीलीभीत, बदायूं, कासगंज, एटा, अलीगढ, संभल, श्रावस्ती, अलीगढ और उत्तराखंड

गरीब कल्याण सम्मेलन में योगी ने लाभार्थियों से किया संवाद, कहा बिना जाति-धर्म देखे मिल रहा है लाभ

लखनऊ। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने मंगलवार को सरकार की जन कल्याणकारी योजनाओं का लाभ पाने वाले लाभार्थियों से वीडियो कांफ्रेंसिंग के जरिए संवाद स्थापित किया। इस दौरान उन्होंने 1.51 लाख स्वयं सहायता समूहों को तथा 11,000 बीसी सखियों को कुल 315 करोड़ की धनराशि का डिजिटल माध्यम से अतंरण किया। उन्होंने कहा कि 1947 में भारत को स्वतंत्रता मिली थी लेकिन वास्तविक रूप से 2014 के बाद से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में सरकारी योजनाओं का लाभ समाज की अंतिम पंक्ति में खड़े लोगों को मिल रहा है। यह बदलाव हर कोई महसूस कर रहा है। आज गरीबों को बिना उनकी जाति व धर्म देखे सरकारी योजनाओं का लाभ दिया जा रहा है। गरीबों को बैंक अकाउंट से जोड़ उन्हें शासन की योजनाओं का सीधा लाभ दिया जा रहा है। सीएम योगी वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिए पीएम नरेंद्र मोदी की मौजूदगी में शिमला में आयोजित 'गरीब कल्याण सम्मेलन' में भाग ले रहे थे। इस दौरान डिप्टी सीएम केशव प्रसाद मौर्य और ब्रजेश पाठक समेत अन्य लोग मौजूद थे। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र के 8 वर्ष का सफलतापूर्वक कार्यकाल पूरा होने पर मुख्यमंत्री ने बधाई देते हुए कहा कि 8 साल में देश में व्यापक परिवर्तन हुए। देश ने वैश्विक स्तर पर पहचान बनाई,

और शासन की हर योजनाओं को हर गांव हर गरीब तक पहुंचाया गया। मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तरप्रदेश ही एक ऐसा राज्य है जहां हर गांव में बीसी सखी के माध्यम से सुविधा मिल रही है,हर घर बैंकिंग का कार्य ये बीसी सखी कर रही हैं और यही वास्तविक बदलाव है। आज प्रदेश का हर व्यक्ति बैंकिंग सेवा का लाभ उठा रहा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री ने 2013–14 में 'सबका साथ,सबका विकास' का नारा दिया था जो आज के समय में पूरा होता दिखाई पड़ रहा है। पिछले 8 वर्ष में देश में 3 करोड़ से अधिक परिवारों को मकान मिला, अकेले उत्तरप्रदेश में साढ़े 43 लाख गरीबों को मकान दिया गया। मुख्यमंत्री ने बताया पीएम आवास योजना के तहत ग्रामीण इलाकों में मकान बनाने के लिए एक लाख बीस हजार तथा शहरी क्षेत्र में ढाई लाख रुपए की सहायता दी जाती है। शहरी क्षेत्र में योजना का लाभ देने के लिए मानकों में भी ढील दी गई है। उन्होंने आगे बाताया कि 2011–12 के सर्वे में जिन गरीबो के नाम छूट गए थे,उन्हें हमने मुख्यमंत्री आवास योजना से जोड़ा जिसकी वजह से वनटांगिया ,मुसहर जैसी जातियों को भी योजना का लाभ दिया जा सका। शौचालयों के निर्माण के बारे में जानकारी देते हुए योगी आदित्यनाथ ने कहा हि देश में 11 करोड़ से ज्यादा परिवारों को शौचालय दिया गया, वहीं उत्तरप्रदेश में 2 करोड़ 61 लाख को इसका लाभ मिला। साथ ही हर ग्रामसभा में सामुदायिक शौचालयों का निर्माण हुआ,और साथ ही महिलाओं को इससे रोजगार भी दिया गया। इन शौचालयों को इज्जतघर का नाम दिया गया जिसकी सराहना प्रधानमंत्री जी ने भी की। इन इज्जतघरों ने नारी गरिमा की रक्षा भी की। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश में 1 करोड़ 67 लाख लोगों को उज्ज्वला योजना से जोड़ा गया। देश में 2014 के पहले गैस सिलेंडर मिलने के लिए लोगों को पुलिस के डंडे खाने पड़े थे। लेकिन अब ये गैस सिलेंडर मुफ्त दिए जा रहे हैं। यहां तक कि अब तो वर्ष में 2 सिलेंडर मुफ्त भी देने जा रहे हैं,इस दिवाली से इसकी शुरुआत होगी।मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तरप्रदेश में पर्याप्त भू– संसाधन थे,इसके बावजूद गरीबों को पेयजल के लिए प्रताड़ित किया जाता था। लेकिन प्रधानमंत्री जी के परिकल्पना से अब हर घर नल योजनांतर्गत शुद्ध आरओ का पानी देने जा रहे हैं। शहरी क्षेत्र में ये अमृत योजना के माध्यम से हो रहा है। मुख्यमंत्री ने पीएम स्वनिधि योजना द्वारा दिए जा रहे लाभों के बारे में बताते हुए कहा कि ये योजना लोगों को आत्मनिर्भर और स्वावलंबी बनाने में सहायक साबित हो रही है। इसके साथ ही उन्होंने ये भी बताया कि 'वन नेशन वन राशन कार्ड' और प्रधानमंत्री गरीब कल्याण अन्न योजना के माध्यम से कोरोना काल के दौरान कोई नागरिक भूखे पेट नहीं सोया।

काली स्याही, जानलेवा हमले किसानों की आवाज को नहीं दबा सकते : टिकैत

नोएडा (उत्तर प्रदेश)। भारतीय किसान यूनियन (भाकियू) के नेता राकेश टिकैत ने बेंगलुरु में उन पर स्याही फेंके जाने के बाद कहा है कि काली स्याही और घातक हमले किसानों और मजदूरों की आवाज को दबा नहीं सकते। कर्नाटक की राजधानी के गांधी भवन में सोमवार को एक किसान संगठन द्वारा आयोजित कार्यक्रम के दौरान बदमाशों ने टिकैत पर स्याही फेंक दी। पुलिस ने इस सिलसिले में तीन लोगों को गिरफ्तार किया है। इसके बाद आयोजकों और बदमाशों ने एक दूसरे पर प्लास्टिक की कुर्सियों से हमला किया। टिकैत ने इस घटना के लिए स्थानीय पुलिस को जिम्मेदार ठहराया और आरोप लगाया है कि उन पर हमला भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) नीत राज्य सरकार की मिलीभगत से किया गया था। किसान नेता ने सोमवार देर रात ट्वीट किया, ''काली स्याही और घातक हमले इस देश के किसानों, मजदूरों, दलितों, शोषितों, पिछड़ों और आदिवासियों की आवाज को दबा नहीं सकते। लड़ाई आखिरी सांस तक जारी रहेगी।'' कर्नाटक के गृह मंत्री अरागा ज्ञानेंद्र ने इन आरोपों को खारिज किया है कि टिकैत को निशाना बनाने वाले लोग भाजपा से थे। उन्होंने कहा, ''हम अधिकारियों के संपर्क में हैं। तीन लोगों को गिरफ्तार किया गया है और उनसे पूछताछ की

जा रही है। मैं इस कृत्य की निंदा करता हूं। संविधान के तहत सभी को अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का अधिकार है।'' आयोजकों के अनुसार, कार्यक्रम में एक संवाददाता सम्मेलन भी होना था जो किसान नेता कोडिहल्ली चंद्रशेखर के खिलाफ एक स्टिंग ऑपरेशन के बाद ''संदेह को दूर करने'' के लिए बुलाया गया था और इसके लिए टिकैत को आमंत्रित किया गया था। बैठक में बदमाश पत्रकार बनकर आए और नोट लेने का नाटक किया। उनमें से एक टिकैत के सामने माइक्रोफोन को ठीक करने के लिए मंच पर गया और फिर माइक से उन पर हमला करने की कोशिश की। एक अन्य व्यक्ति ने टिकैत पर स्याही फेंकी जिससे उनकी पगड़ी, चेहरा, सफेद कुर्ता और गले में पहने हुए हरे शॉल पर स्याही के धब्बे लग गए।

कांग्रेस, आम आदमी पार्टी (आप) और राष्ट्रीय लोक दल (रालोद) सहित विपक्षी दलों ने घटना की निंदा की और दोषियों के खिलाफ तत्काल पुलिस कार्रवाई की मांग की। भाजपा के मुखर आलोचक टिकैत, अब निरस्त किए गए केंद्र के तीन कृषि–विपणन कानूनों के खिलाफ 2020 के किसानों के प्रदर्शन के प्रमुख चेहरों में से एक हैं।

हिंदू शिक्षिका को स्कूल में घुसकर गोली मारी, कश्मीरी पंडितों ने फिर से सामूहिक पलायन की चेतावनी दी

श्रीनगर। कश्मीर में आतंकवादियों की ओर से पंडितों को लगातार निशाना बनाया जा रहा है। इसी कड़ी में मंगलवार को कुलगाम जिले में आतंकवादियों ने एक हिंदू शिक्षिका की गोली मारकर हत्या कर दी। पुलिस ने बताया कि कुलगाम जिले के गोपालपुर में 36 वर्षीय रजनी बाला पर आतंकवादियों ने गोली चलाई, जिससे वह घायल हो गईं। उन्हें तुरंत अस्पताल ले जाया गया, जहां चिकित्सकों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। सांबा जिले की रहने वालीं रजनी बाला गोपालपुर के एक सरकारी स्कूल में बतौर शिक्षिका पदस्थ थीं। हम आपको याद दिला दें कि आज जैसे रजनी बाला की हत्या की गयी है ठीक उसी तरह पिछले साल अक्टूबर में आतंकवादियों ने एक स्कूल में घुसकर महिला प्रिंसिपल सतिंदर कौर और शिक्षक दीपक चंद की गोली मारकर हत्या कर दी थी। बताया जा रहा है कि प्रधानमंत्री पैकेज के तहत शिक्षक के रूप में भर्ती हुईं रजनी बाला का परिवार 1990 में पलायन कर गया था लेकिन बाद में उन्हें प्रधानमंत्री रोजगार पैकेज के तहत फिर से कश्मीर बुलाकर नौकरी दी गई थी। बताया जा रहा है कि आतंकवादियों ने स्कूल में घुसकर पहले शिक्षिका से उसका नाम पूछा और फिर उसे एके–47 से गोली मार दी। इसी महीने की शुरुआत में सरकारी कर्मचारी राहुल भट की भी आतंकवादियों ने नाम पूछने के बाद गोली मारकर हत्या कर दी थी। उसके बाद से लगातार कश्मीरी पंडित आंदोलन और विरोध प्रदर्शन कर रहे हैं और मांग कर रहे हैं कि उन्हें सुरक्षित जगहों पर स्थानांतरित किया जाये। रजनी बाला की हत्या के बाद भड़कते हुए कश्मीरी पंडितों ने प्रशासन को चेतावनी दी है कि यदि 24 घंटे के भीतर उन्हें सुरक्षित जगहों पर नहीं भेजा गया तो वह फिर से 90 के दशक की तरह सामूहिक पलायन करने पर मजबूर हो जायेंगे।वहीं, एक पुलिस अधिकारी ने बताया है कि इलाके की घेराबंदी कर हमलावरों की तलाश शुरू कर दी गई है। पुलिस के एक प्रवक्ता ने कहा, ''इस घिनौने आतंकवादी कृत्य में शामिल लोगों की जल्द ही पहचान कर उनका सफाया कर दिया जाएगा।'' इस बीच महिला शिक्षिका की हत्या की घटना की घाटी में व्यापक स्तर पर निंदा की जा रही है। नेशनल कॉन्फ्रेंस (नेकां) के उपाध्यक्ष उमर अब्दुल्ला ने ट्वीट किया, ''बेहद दुखद। निहत्थे नागरिकों पर निशाना बनाकर किए गए हालिया हमलों की लंबी सूची में यह एक और हमला है। उन्होंने कहा कि निंदा एवं शोक के शब्द और सरकार का आश्वासन कि स्थिति सामान्य होने तक वे चौन से नहीं बैठेंगे. ..सभी खोखले प्रतीत होते हैं।श्श उमर अब्दुल्ला ने ट्विटर पर लिखा– रजनी की आत्मा को शांति मिले। पीपुल्स डेमोक्रेटिक पार्टी (पीडीपी) की प्रमुख महबूबा मुफ्ती ने कहा कि कश्मीर में हालात सामान्य होने के केंद्र के लगातार दावों के बीच लक्षित हत्याओं के मामले बढ़ते जा रहे हैं। उन्होंने ट्वीट किया, ''भारत सरकार के कश्मीर में हालात सामान्य होने के फर्जी दावों के बीच बढ़ते लक्षित हत्याओं के मामले गहरी चिंता का विषय हैं।'' मुफ्ती ने कहा, ''कायरता के इस कृत्य की निंदा करती हूं, दुख की बात है कि ये भारतीय जनता पार्टी द्वारा फैलाई मुस्लिम विरोधी बातों का अंजाम हैं।'' सज्जाद लोन ने भी हत्या की निंदा करते हुए कहा कि कायरता ने एक बार फिर बेशर्मी की सभी हदें पार कर दी हैं। उन्होंने कहा, ''कुलगाम में सांबा की रहने वाली एक मासूम महिला शिक्षक की गोली मारकर हत्या कर दी गई है। उनकी आत्मा को शांति मिले।'' भाजपा के प्रवक्ता अल्ताफ ठाकुर ने भी हमले की कड़ी निंदा की और कहा, कुलगाम में आतंकवाद की एक और कायराना हरकत।

कालेधन को सफेद करने के लिए हुई थी नोटबंदी, इसके दर्द को देश कभी नहीं भूलेगा : राहुल गांधी

नयी दिल्ली। कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी ने जाली नोटों से संबंधित भारतीय रिजर्व बैंक की एक रिपोर्ट का हवाला देते हुए मंगलवार को केंद्र सरकार पर निशाना साधा और आरोप लगाया कि नोटबंदी कालेधन को सफेद करने के लिए की गई थी। उन्होंने यह भी कहा कि नोटबंदी का दर्द देश कभी नहीं भूलेगा। राहुल गांधी ने फेसबुक पोस्ट में कहा, ''8 नवंबर 2016 को नोटबंदी के नाम पर देश को अचानक लाइन में लगा दिया गया। लोग अपना ही पैसा निकालने के लिए तरस गए, कई घरों में शादियां थीं, बच्चों और बुजुर्गों के इलाज चल रहे थे, गर्भवती महिलाएं थीं, लेकिन लोगों के पास पैसे नहीं थे, घंटों लाइन में लगने की वजह से कई लोगों की मृत्यु हो गई।'' राहुल ने दावा किया, ''2022 में रिजर्व बैंक के हवाले से खबर आयी

कि बैंक में पहुंचे 500 रुपये के 101.9 प्रतिशत और 2 हजार रुपये के 54.16 प्रतिशत से ज्यादा नोट, नकली हैं। 2016 में जहां 18 लाख करोड़ कैश इन सर्कुलेशन (चलन में मुद्रा) में था, वहीं आज 31 लाख करोड़ कैश इन सर्कुलेशन में है। सवाल है कि आपके डिजिटल इंडिया , कैशलेस इंडिया का क्या हुआ, प्रधानमंत्री जी?'' कांग्रेस नेता ने कहा, ''नोटबंदी के वक्त मैंने कहा था कि ये 'राष्ट्रीय त्रासदी है। गलतफहमी में मत रहिए– मोदी जी से गलती नहीं हुई, ये जानबूझ कर किया गया है ताकि आम जनता के पैसे से 'मोदी–मित्र' पूंजीपतियों का लाखों करोड़ रुपये का कर्ज माफ किया जा सके और उनके कालेधन को सफेद किया जा सके।'' राहुल गांधी ने दावा किया, ''राजा के एक तानाशाही फरमान ने जनता को कभी न भूल पाने वाली चोट दी है, नोटबंदी का दर्द देश कभी नहीं भूलेगा।'' बीते वित्त वर्ष 2021–22 में बैंकिंग प्रणाली में मिले जाली 500 रुपये के नोटों की संख्या इससे पिछले वित्त वर्ष (2020–21) की तुलना में दोगुना से भी अधिक होकर 79,669 पर पहुंच गई। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) की सालाना रिपोर्ट में यह जानकारी दी गई है। रिपोर्ट के अनुसार, 2021–22 में 2,000 रुपये मूल्य के 13,604 जाली नोटों का पता चला। 2020–21 की तुलना में यह 54.6 प्रतिशत अधिक हैं। बीते वित्त वर्ष में बैंकिंग क्षेत्र में मिले विविध मूल्यों की कुल जाली भारतीय करेंसी नोट (एफआईसीएन) की संख्या बढ़कर 2,30,971 हो गई।

भाजपा ने राज्यसभा चुनावों के लिए 22 उम्मीदवारों का किया ऐलान, दो निर्दलीय का भी करेगी समर्थन

नयी दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी ने राज्यसभा चुनावों के लिए 22 उम्मीदवारों की घोषणा की है और पार्टी ने राजस्थान तथा हरियाणा में एक–एक

निर्दलीय उम्मीदवार का समर्थन करने का फैसला किया है। राज्यसभा चुनावों के लिए भाजपा के उम्मीदवारों की सूची में केंद्रीय मंत्री पीयूष गोयल और निर्मला सीतारमण के नाम शामिल हैं। हालांकि, केंद्रीय मंत्री मुख्तार अब्बास नकवी के अलावा विनय सहस्त्रबुद्धे तथा ओ पी माथुर जैसे वरिष्ठ नेताओं के नाम नहीं हैं। शुरूआत में, भाजपा के वरिष्ठ नेता एवं पूर्व कैबिनेट मंत्री प्रकाश जावड़ेकर के नाम का सूची में शामिल नहीं किये गये लोगों में गलती से उल्लेख किया गया था। राज्यसभा का उनका मौजूदा कार्यकाल 2024 तक है। भाजपा ने 10 जून को होने जा रहे द्विवार्षिक राज्यसभा चुनाव के लिए अपने 22 उम्मीदवारों की घोषणा की है। पार्टी ने उत्तर प्रदेश से आठ, महाराष्ट्र और कर्नाटक से तीन–तीन, बिहार और मध्य प्रदेश से दो–दो तथा राजस्थान, उत्तराखंड, झारखंड और हरियाणा, इन चारों राज्यों में से प्रत्येक से एक–एक उम्मीदवार उतारे हैं। भाजपा दो निर्दलीय उम्मीदवारों– राजस्थान से सुभाष चंद्रा और हरियाणा से कार्तिकेय शर्मा– का समर्थन करेगी। राजस्थान की पूर्व मुख्यमंत्री वसुंधरा राजे ने दिन में असेंबली लॉबी है।

दैनिक अखबार क्यूँ न लिखूँ सच को जिला एवं तहसील स्तर पर ब्योरो संवाददाता व विज्ञापन प्रतिनिधि चाहिए
9027776991
knlslive@gmail.com

Editorial
सम्पादकीय

A Leaders million dollar asset

Let me give you a typical day for these CEOs. Most work 14- to 16-hour days, feel perpetually exhausted, and find it difficult to fully engage with their family in the evenings, which leaves them feeling guilty and dissatisfied. Instead of grabbing a bite to eat on the run or working at their desk, they often sleep poorly, make no time to exercise, and seldom eat healthy meals. All of this leaves leaders burnout, which costs both the organization and the employee. I teach leaders to optimize themselves by managing their energy, not their time. One of the ways is to practice the 5-minute programming technique. How do you spend the last 5 minutes of your day? If like most people you spend the last 5 minutes of your day complaining, reading the news, reviewing all the things you don't like, talking and thinking about people you don't get along with, and who wronged you and who was mean to you and how terrible your life is, then you are programming your subconscious mind to marinate on these thoughts in the next 6-8 hours of sleep. And then you wake up the following morning with a heavy head, feel low energy, and go to work feeling irritated. Then you have issues connecting with people, you pull through work, and life seems to create roadblocks in your path and prevent you from succeeding in life or realizing your potential.So, you want to be extra careful of how you program your subconscious mind. The function of your subconscious mind is to store and retrieve data. Its job is to ensure that you respond exactly the way you are programmed.All your habits of thinking and acting are stored in your subconscious mind. It has memorized all your comfort zones and it works to keep you in them. What instruction you place into your subconscious mind before you sleep is highly dependent on what you do 5 minutes before you sleep. The more in tune with your subconscious you become, the closer you will be to breaking through to success. Starting tonight and every night for the rest of your life, practice the 5-minute programming technique,Five minutes before you go off to sleep, begin to program your subconscious mind. Your subconscious mind is relaxed and does deep work when you are asleep. Take an empowering thought and give your subconscious mind to work on it. When you wake up in the morning, repeat that same empowering thought and you will start your day in high spirits. Leaders need no productivity tools and hack to dictate their day. What you need is to know how to use the tools you have within you to get you to perform at your best. Payal Nanjiani is an Indian-American world-renowned leadership expert who to date has helped a million people and numerous organizations to succeed against all odds. A prominent figure in the corporate world, her books, and podcast have made her one of the best-known names in leadership training and executive coaching.

'Brahmastra' makers reveal first look of major characters

Set to a rousing background score and loaded with VFX, the 32-second-long clip teases the world of "Brahmastra Part One: Shiva"The

"Brahmastra" team on Tuesday released the first looks of Amitabh Bachchan, Nagarjuna Akkineni and Mouni Roy from the much-anticipated fantasy adventure movie.The special video, also starring Ranbir Kapoor and Alia Bhatt, was shared by director of the film Ayan Mukerji and Dharma Productions on the ninth anniversary of the filmmaker's blockbuster hit "Yeh Jawaani Hai Deewani".Set to a rousing background score and loaded with VFX, the 32-second-long clip teases the world of "Brahmastra Part One: Shiva".The teaser features high-octane action sequences as well as emotional moments.While details of Bachchan and Akkieneni's characters are under wraps, it is known that Roy, known for TV show "Naagin" and films like "Gold" and "Made in China", will be playing the antagonist in the movie. "Brahmastra Part One: Shiva" will release theatrically in Hindi, Tamil, Telugu, Malayalam and Kannada on September 9, 2022. It is a joint production of Star Studios, Dharma Productions, Prime Focus and Starlight Pictures.

The first trailer of the film will come out on June 15.

Finding meaning in our insignificance

We live our lives with the aspiration for achieving some significance and permanence: beautifying our bodies, amassing wealth and possessions, glorifying ourselves, earning name and fame and building a legacy that we hope will endure through generations.

No wonder, a large majority across the globe carries a sense of entitlement that they should be admired, celebrated, and worshipped because they are special.

OUR SACRED SPACE TO CELEBRATE ITS 10TH ANNIVERSARY

Our Sacred Space, the cultural centre in Secunderabad, is celebrating its 10th anniversary on May 29, 2022. To mark the occasion, a line-up of performances of Kathak, Bharatanatyam, Kuchipudi, Odissi, Kalaripayattu, Tai Chi, Latin Dance as well as Urdu poetry reading, renditions of ghazals, Carnatic and Hindustani music will take place through the day.Our Sacred Space has touched over 3,00,000 lives since its inception through various initiatives. Many seasoned performers took their first steps at Our Sacred Space, claims its founder Nayantara Nanda Kumar.

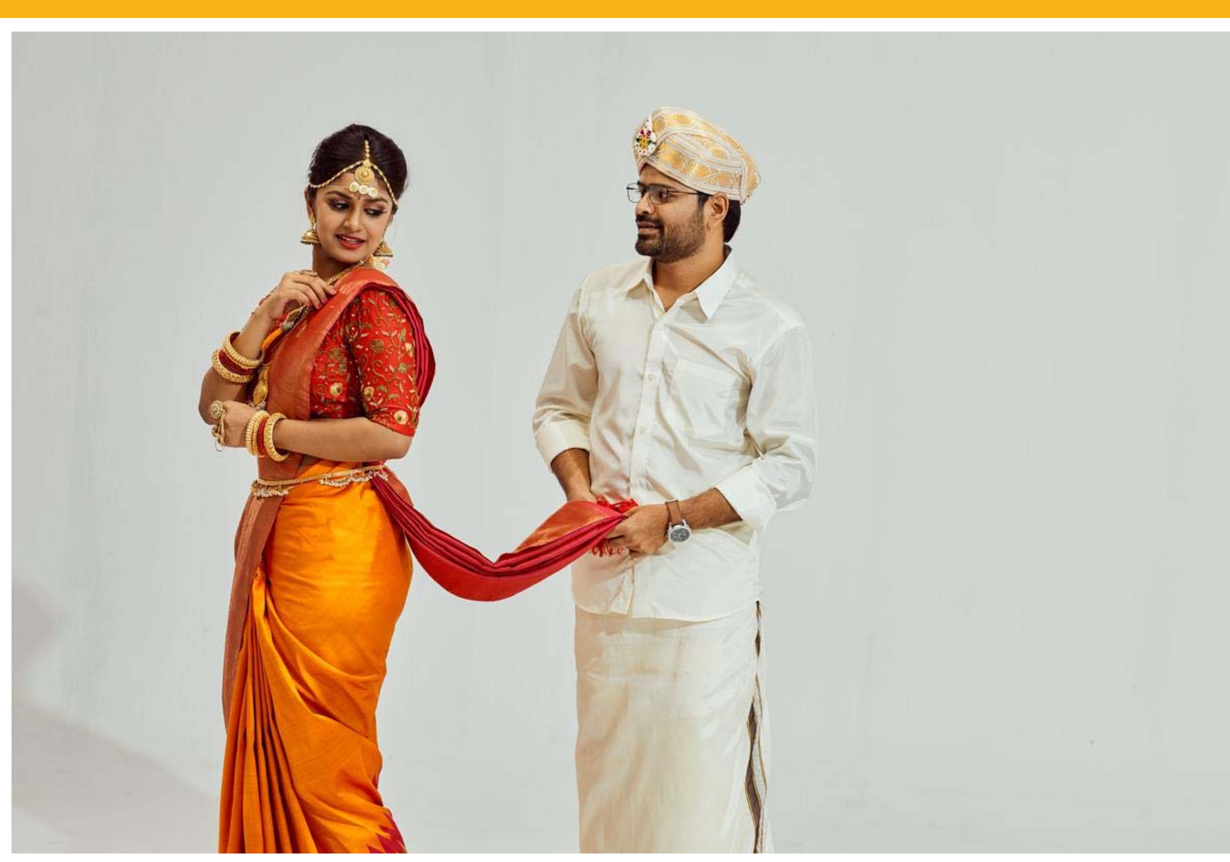
The celebrations will also include a sale of handlooms, handicrafts and sustainable lifestyle products by participants like Bidakane Women's Collective, Aranya Agricultural Alternatives from Zaheerabad, Paalaguttapalle Bags from Dalitwada in Chittoor District, Patachitra Painting from

Bengal, Cheriyal Paintings, Malkha Handlooms, Kritikala Social Initiatives, Dastakar -Daram, Blue Lotus, natural cosmetics, rainwater harvesting, stabilised earth blocks, solar power, organic fruits and vegetables, groceries. A series of workshops in natural living, water colour painting, incense making, clay modelling and pottery will take place simultaneously.

The celebrations will be at the Chauraha Auditorium, Our Sacred Space, near Sangeet Cross Roads, Secunderabad .

Nagabhushan on 'Honeymoon': 'A comedy for the family'

Kannada actor Nagabhushan has every reason to celebrate. His first film as a leading man, the 2021 comedy, Ikkat won him rave reviews. The actor returns with a web-series, Honeymoon, where he plays the lead, apart from writing the story and screenplay. Honeymoon is produced by Shri Muthu Cine Services (spearheaded by Shivrajkumar and his daughter, Niveditha Shivarajkumar) and Sakkath Studio (helmed by RJ Pradeepa). The series tells the story of a newly-wed couple, on their honeymoon in Kerala. Sanjana Anand (known for her role in Chemistry of Kariappa), Pawan Kumar, Apoorva Bharadwaj, Anand Ninasam and Archana Kotige also star in Honeymoon. Nagabhushan credits



Pradeepa with the concept of the show, which is directed by Vikram Yogganand. "He was clear about what he wanted and even had zeroed in on Kerala as the main location for the shoot."The reason for making Honeymoon as web-series, according to Nagabhushan was because of lack of Kannada content on OTT. "The concept of a web-series was new to us . While other languages started to come out with originals, we lagged behind. That is when Pradeepa suggested we make a comedy as that appeals to people of all ages. We were thrilled when Shivanna (Shivaraj kumar) came on board."Honeymoon was ready in 2019, Nagabhushan said. "AHA, loved the content, dubbed the series into Telugu and streamed it on their platform. We had to wait for three more years to release the original Kannada version.Streaming platforms are a blessing for actors, Nagabhushan said. "I feel humbled that my work is getting traction. I hope to create and conquer a space for myself on every OTT platform. "Describing himself as passionate about writing, Nagabhushan says he has written quite a few scripts.

"As of now I am waiting for the release of my films including Matinee, Made in China and Lucky Man, which has Appu sir (Puneeth Rajkumar)." Honeymoon is currently streaming on Voot Select

धरने पर बैठी गैंगरेप पीड़िता, दूसरे समुदाय के युवकों ने किया था रेप

मुरादाबाद। एक गैंगरेप पीड़िता अपनी मां और अन्य परिजनों के साथ कलेक्ट्रेट में क्ड की चौखट पर धरना देकर बैठ गई। पुलिस ने यहां से हटाया तो पीड़िता ने कलेक्ट्रेट के सामने सड़क पर धरना दे दिया। करीब 2 घंटे तक चले हंगामे के बाद पुलिस ने किसी तरह पीड़िता को समझाबुझाकर शांत किया। भीम सेना के पदाधिकारी भी पीड़िता के साथ धरना–प्रदर्शन में शामिल थे। पीड़िता ने मामले के पूर्व विवेचक और तत्कालीन सीओ बिलारी देश दीपक सिंह पर संगीन आरोप लगाए हैं। पीड़िता का आरोप है कि सीओ ने उसके साथ अभद्रता की और बयान बदलने का दबाव डाला। पीड़िता का कहना है कि पुलिस एक आरोपी को गिरफ्तार करके जेल भेज चुकी है। जबकि उसके साथ रेप करने वाले 3 अन्य आरोपियों को बचाने की कोशिश की जा रही है। सीओ देश दीपक अब बिलारी से स्थानांतरित होकर सीओ हाईवे बन चुके हैं। पीड़िता के आरोपों पर उनका कहना है कि, आरोप सरासर बेबुनियाद और फर्जी हैं। पीड़िता के बयानों के आधार पर ही आरोपियों के खिलाफ कार्रवाई की गई थी। पीड़िता संभल जिले में हयातनगर थाना क्षेत्र में एक गांव की रहने वाली है। 9 अप्रैल को वह अपने पिता और भाई के साथ संभल–चंदौसी रोड पर स्थित सरथल में मेला देखने आई थी। वहीं से उसे दूसरे समुदाय के 4 युवकों ने अगवा कर लिया। 5 दिन तक पीड़िता को बंधक बनाकर रखा गया। पीड़िता का कहना है कि इस दौरान चारों युवकों ने उसके साथ बारी–बारी से रेप किया। 15 अप्रैल को पीड़िता नशे और बेहोशी की हालत में मिली थी। नशे का इंजेक्शन लगाते थे आरोपीपीड़िता ने बताया कि अगवा करके उसे एक कमरे में रखा गया था। होश आने पर आरोपी उसे धमकाते थे और फिर नशे का इंजेक्शन लगाकर फिर से बेहोश कर देते थे। परिजनों का कहना है कि 15 अप्रैल को सरथल पुलिस चौकी से उन्हें फोन करके बेटी के मिलने की सूचना दी गई थी। इसके बाद बिलारी थाने में आरोपी शमीम पुत्र मकसूद और आबिद पुत्र छोटे व 2 अन्य अज्ञात के खिलाफ गैंगरेप का मुकदमा दर्ज कराया गया था। पुलिस इस मामले में आबिद को गिरफ्तार करके जेल भेज चुकी है। जबकि बाकी 3 आरोपी अभी फरार हैं। इस केस की विवेचना बिलारी सीओ से हटाकर सीओ कोतवाली को दी जा चुकी है। सीओ कोतवाली ने बताया कि एक आरोपी को जेल भेजकर उसके खिलाफ चार्जशीट कोर्ट में पेश की जा चुकी है। पीड़िता को मिलने वाले मुआवजे की औपचारिकताएं पूरी करके भेजी जा चुकी हैं। उन्होंने बताया कि बाकी आरोपी की गिरफ्तारी के लिए प्रयास किया जा रहा है।

दहेज–हत्या में वांछित युवक को पुलिस ने भेजा जेल

रामपुर। उत्तराखंड काशीपुर के गांव खड़कपुर देवीपुरा निवासी ऋषिपाल सिंह पुत्री निशा (25) का विवाह दो साल पहले थाना टांडा के गांव रतुआ नगला में संजय सिंह पुत्र छत्तर सिंह से किया था। विवाह के कुछ दिनों बाद ही सुसराल वाले दहेज की मांग करते हुए पुत्री के साथ मारपीट करने लगे। पिता ने आरोप लगाते हुए बीती शनिवार को तहरीर दी थी कि खाने के बाद शराब पीकर उसके पति संजय सिंह, भाई व मौसेरे भाई तथा जिठानी ने दहेज की मांग पूरी न करने पर उसकी पुत्री के साथ बेल्ट से मारपीट की। बाद में बेल्ट से ही गला घोंटकर उसकी हत्या कर दी थी।

आगंनबाड़ी कार्यकत्रियों को नोटिस जारी

निर्धारित समय में पूरा नहीं हुआ टीकाकरण का लक्ष्य, जांच शुरू

मुरादाबाद। ठाकुरद्वारा विकास खंड के भगतपुर टांडा में 12 महीने में शत–प्रतिशत टीकाकरण का लक्ष्य दिया गया था। लेकिन अभी तक 50 प्रतिशत ही टीकाकरण किया गया है।

ड्यूटी में लापरवाही पर आंगनबाड़ी कार्यकत्रियों को नोटिस जारी कर जवाब मांगा गया है।

भगतपुर टांडा में आंगनबाड़ी कार्यकत्रियों का ड्यूटी में लापरवाही का मामला सामने आया है। सीडीपीओ राजेश कुमार ने बताया कि 12 माह में कोविड–19 टीकाकरण का शत–प्रतिशत लक्ष्य पूरा करने के निर्देश दिए गए थे। लेकिन अभी तक 40–50 प्रतिशत कार्य किया गया है। कार्यकत्रियों की शिथिलता के कारण शत–प्रतिशत का लक्ष्य बीच में ही दम तोड़ गया। आंगनबाड़ी कार्यकत्री कलसुम, गुलाडिया, फातिमा और शबाना, सीकमपुर पांडे तथा रूस्तमपुर तिगरी की आंगनबाड़ी कार्यकत्री रेहाना, शीतल, सविता और सुनहरी ने कोरोना टीकाकरण में बिल्कुल प्रतिभाग नहीं किया। आंगनबाड़ी केंद्रों में बच्चों को पाठशाला पूर्व शिक्षा भी इनके द्वारा प्रदान नहीं की गई। साथ ही साथ बच्चों के लिए आ रहा पुष्टाहार में भी तमाम तरह की कटौती बदस्तूर की जा रही है। आरोप है कि स्वास्थ्य अधिकारियों व एएनएम के साथ उन्होंने अभद्रता की। सीडीपीओ राजेश कुमार ने बताया सभी से स्पष्टीकरण मांगा गया है। जवाब संतोषजनक प्राप्त नहीं मिला तो सभी पर विभागीय कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

जंगल में पकड़ी अवैध शस्त्र फैक्ट्री, दो को पुलिस ने दबोचा

पीलीभीत। जंगल में अवैध असलहा बनाने वाली फैक्ट्री पुलिस ने पकड़ी है। पुलिस ने आरोपियों को मौके से पकड़ा है। आरोपियों के पास से बने और अधबने हुए दर्जनों अवैध तमंचे बरामद हुए हैं। पुलिस ने पकड़े गए दोनों आरोपियों को जेल भेज दिया। अवैध शस्त्र के खिलाफ पुलिस पाताल अभियान चला रही है। अभियान के तहत क्षेत्र में अवैध असलाह और अवैध फैक्ट्रियों पर पुलिस ताबड़तोड़ कार्रवाई की जा रही है। पूरनपुर कोतवाली की हरिपुर पुलिस चौकी क्षेत्र के गांव ढक्का चांट के जंगलों में काफी समय से अवैध शस्त्र फैक्ट्री चलाई जा रही थी। इस फैक्ट्री में आरोपी रोजाना दर्जनों तमंचे, पौनिया आदि असलाह बनाकर बिक्री कर रहे थे। मुखबिर ने पुलिस को जंगल में अवैध फैक्ट्री की सूचना दी। सूचना पर प्रभारी निरीक्षक अशोक पाल, एसआई मंगल सिंह, एसआई संजीव कुमार फोर्स के साथ जंगल में दबिश देने पहुंचे। इस दौरान दो लोग अवैध असलहा बना रहे थे। पास में ही एक तिरपाल पर बने असलाह रखे हुए थे। एकाएक छापेमारी कर पुलिस ने दोनों आरोपियों को दबोच लिया और मौके से अवैध असलहा बरामद कर लिए। पुलिस को मौके से 12 बोर के नौ बने हुए तमंचे और तीन अधबने तमंचे, आरी, हथोड़ा आदि सामान बरामद हुआ है। पकड़े गए आरोपियों ने अपने नाम जफर खां पुत्र बजरूद्दीन मोहल्ला मटरू नगर शेरपुर कला बताया वहीं दूसरे ने भूरा पुत्र टूइन्या मोहल्ला कुरेशियान शेरपुर कलां बताया। पुलिस के मुताबिक पकड़े गए दोनों आरोपियों के खिलाफ पहले से ही कोतवाली में दर्जनों मुकदमे पंजीकृत हैं। इसमें जफर के खिलाफ लूट, चोरी गोकशी अवैध शस्त्र गैंगस्टर के लगभग 12 मुकदमे दर्ज हैं। वहीं दूसरी ओर भूरा पर मारपीट गोकशी और अवैध शस्त्र के लगभग आधा दर्जन से अधिक मुकदमें पूरनपुर कोतवाली में पंजीकृत हैं। पुलिस इन दोनों आरोपियों की काफी समय से तलाश में थी। पुलिस ने पकड़े गए दोनों आरोपियों को न्यायालय भेज दिया है। कोतवाल अशोक पाल ने बताया मुखबिर की सूचना के बाद जंगल में दबिश दी।

विश्व धूम्रपान निषेध दिवस मनाया

मुरादाबाद। विद्या भारती से संबद्ध जन शिक्षा समिति पश्चिम उत्तर प्रदेश द्वारा संचालित ग्राम भारती पिलखुआ हापुड़ ग्रामीण शिक्षा अंतर्गत श्रीमती मीरा अग्रवाल सरस्वती विद्या मंदिर इंटर कॉलेज में विश्व तंबाकू निषेध दिवस के अवसर पर एक जागरूकता संगोष्ठी का आयोजन किया गया। मंगलवार को आयोजित कार्यक्रम में महंत स्वामी ब्रह्मानंद पूरी शिव मंदिर रुस्तमपुर खास ने अध्यक्षता करते हुए बताया कि आज धार्मिक स्थलों पर भी धूम्रपान का प्रभाव काफी बड़ा है, चिलम पीकर भजन कीर्तन करने वालों की संख्या निरंतर बढ़ रही है। युवा पीढ़ी में भी बीड़ी सिगरेट धूम्रपान की और बढ़ोतरी हो रही है, कुछ घरों में अभिभावक हुक्का चिलम बीड़ी सिगरेट तंबाकू गुटखा खैनी का पुश्तैनी प्रचलन चला आ रहा है, उनसे त्यागने का आग्रह करिए तो कहते हैं यह हमारे खानदानी चला आ रहा है, आज शिक्षण संस्थान सामाजिक संगठन समाज के बुद्धिजीवी वर्ग को सामाजिक कुरीतियों को त्यागने खानदानी परंपरा के दुर्व्यसनों को मिटाने के लिए जन जागरण करने की आवश्यकता है। इस अवसर पर धूम्रपान निषेध की प्रचार तख्तियां जिला विद्यालय निरीक्षक डॉ अरुण कुमार दुबे के कार्यालय से मद्य निषेध विभाग द्वारा प्राप्त कराई गई थी। जिसमें अभय ठाकुर, नितेश, अर्जुन यादव, सचिन यादव, संजीव, नितिन, गुंजन कुमारी, लक्ष्मी यादव, दिव्यांशी, निशा यादव, मीनू यादव, कन्या भारती प्रमुख एवं शिशु भारती प्रमुख राकेश प्रजापति, पद्मिनी यादव, ऋषि पाल सिंह, सुरेंद्र ने किया।

अखिल भारतीय वैश्य महासम्मेलन की तैयारी,नगर में किया गया संगठन का विस्तार

मुरादाबाद संवाददाता

ठाकुरद्वारा नगर में अखिल भारतीय वैश्य महासम्मेलन की बैठक का आयोजन गायत्री ज्ञान मंदिर में किया गया, जिसमें संगठन को मजबूत बनाने को लेकर चर्चा की गई। संगठन का विस्तार भी किया गया। अध्यक्षता जिला अध्यक्ष राजेश रस्तोगी ने की, जिसमें शिवेंद्र गुप्ता को नगर अध्यक्ष मुदित अग्रवाल को महामंत्री सत्य प्रकाश गुप्ता को कोषाध्यक्ष विपुल अग्रवाल को कार्यकारी अध्यक्ष सर्वसम्मति से चुना गया। वहीं उपाध्यक्ष पीयूष अग्रवाल ,अभिषेक अग्रवाल ,संजय ,सिंघल अतिन अग्रवाल, मुकुल अग्रवाल, राकेश गोयल, अंशुल अग्रवाल, वहीं संगठन का संरक्षक गोपाल अग्रवाल, संजीव सिंघल सर्राफ ,राजकुमार गुप्ता , हीरालाल अग्रवाल, सर्वेश गुप्ता, को सर्वसम्मति से संगठन का संरक्षक चुना गया। वहीं आशुतोष अग्रवाल, कुशल अग्रवाल, तुषार अग्रवाल, राजीव गुप्ता को मंत्री पद पर मनोनीत किया गया। अनुराग सिंघल को मीडिया प्रभारी व अनमोल गुप्ता को सहमीडिया प्रभारी बनाया गया, जिसमें सभी ने फूल मालाओं से स्वागत किया। वहीं कार्यकारणी का गठन पदाधिकारी जल्दी घोषित करेंगे। पांच जून को दिल्ली में होने वाले महा सम्मेलन पर भी चर्चा हुई। बैठक में विमल गुप्ता सर्वेश गुप्ता हीरा लाल अग्रवाल संजीव सिंहल सर्राफ श्री गोपाल अग्रवाल राकेश गोयल पीयूष अग्रवाल सरवन कुमार अग्रवाल सचिन गुप्ता राजीव गुप्ता अनमोल गुप्ता अंशुल अग्रवाल आशुतोष अग्रवाल मुकुल अग्रवाल अतिन अग्रवाल हिमांशु अग्रवाल आदि समाज के व्यक्ति उपस्थित रहे। यह सम्मेलन अग्रवाल रस्तोगी गुप्ता आदि सभी उप जातियों का बड़ा संगठन है। संगठन का उद्देश्य समाज के सभी उप वर्गों को एकत्रित करना है।

एक ही परिवार के चार सदस्यों की मौत

बरेली सड़क हादसे में गई थी सात जानें, बीसलपुर के गांव पहाड़गंज में पसरा मातम

पीलीभीत। मंगलवार सुबह तड़के बीसलपुर के गांव पहाड़गंज में एक ही परिवार के 4 लोगों सहित सात लोगों की सड़क हादसे में दर्दनाक मौत हो गई।

घटना के बाद गांव में कोहराम मच गया है, दर्दनाक घटना की जिस किसी को खबर मिल रही है। वह मृतक परिवार के घर की तरफ दौड़ता नजर आया। एक ही परिवार के चार लोगों की मौत से गांव में मातम पसरा हुआ है। दरअसल, समीरान कैंसर नामक बीमारी से ग्रसित थी। पित्त की थैली में कैंसर होने के कारण उन्हें बरेली के एक निजी हॉस्पिटल में भर्ती कराया गया था। जहां से हालत में सुधार न होने पर दिल्ली एम्स अर्बन लेकर परिवार पहुंचा, 9 दिन बाद हॉस्पिटल से वापस आते वक्त बरेली के फतेहगंज पूर्वी क्षेत्र में शंका पुल के निकट कंटेनर में एंबुलेंस में जोरदार टक्कर मार दी, जिससे एंबुलेंस चालक मेंहदी खान सहित मरीज के साथ एंबुलेंस में बैठे आरिफ पुत्र खुर्शीद, खुर्शीद पुत्र नदीब, समीरन बेगम, जफर पुत्र अकील, नसरीन पुत्री नईम खान की मौके पर ही मौत हो गई। यह हृदय विदारक घटना जिस किसी ने सुनी उसकी आंखों में आंसू छलक आए। बरेली के एक निजी हॉस्पिटल में इलाज में फायदा न मिलने के बाद मरीज को दिल्ली एम्स अर्बन में भर्ती कराने के लिए परिवार वाले 9 दिन पूर्व दिल्ली पहुंच गए थे।

लेकिन समीरन को 9 दिन तक अस्पताल में इलाज नहीं मिल सका था। हारकर परिवार घर वापस आ रहा था, इसी बीच जनपद बरेली के बरेली दिल्ली हाईवे पर थाना फतेहगंज पूर्वी में शंका पुल के निकल मिनी कंटेनर ने एंबुलेंस को रौद दिया, जिसमें मरीज सहित सात लोगों की दर्दनाक मौत हुई है।

दर्दनाक घटना जिसने सुनी वह मृतकों को देखने के लिए बरेली रवाना हो गया, ग्रामीणों के मुताबिक के सैकड़ों बाइकों से लोग बरेली पहुंच गए हैं। हालांकि घटना काफी हृदय विदारक है।

वहीं गांव की गलियों में सन्नाटा पसरा हुआ है। घरों में चीख–पुकार की आवाज सुनाई दे रही। मृतक परिवार के घर के पड़ोस में ही सलीम का विवाह समारोह है, आज मज्याय खाना की व्यवस्था रखी गई थी। हालांकि पड़ोस में इतनी हृदय विदारक घटना हो जाने के बाद अब शादी की खुशियां फीकी पड़ गई है। हर कोई दर्दनाक घटना पर आंसू बहाने पर मजबूर है। वैसे तो 22 वर्षीय जफर दिल्ली में रहकर ही सिलाई का कार्य करता है, लेकिन पिछले काफी समय से घर पर आया हुआ था, बह कल ही दिल्ली गया था। एंबुलेंस के साथ वापस आ रहा था और काल के गाल में समा गया। सड़क हादसे में जान गंवाने वाला 20 वर्षीय आरिफ बरेली के राजश्री कॉलेज में बी फार्मा की पढ़ाई कर रहा था, ग्रामीणों के मुताबिक काफी पैसा खर्च कर आरिफ को पढ़ाने का सपना पिता का था, लेकिन अचानक से हुए इस सड़क हादसे में परिवार को बिखेर दिया है। जान गवाने वालों में एक ही परिवार के 4 लोगों सहित बुआ और सगी साली भी शामिल है, फरीदपुर थाना क्षेत्र के गांव पदारपुर निवासी नईम खान की पुत्री नसरीन एवं भोजीपुरा थाना क्षेत्र के गांव परशुंगला नगला निवासी सगीर बानो ने भी हादसे में अपनी जान गवाई हैं।

दरअसल, सड़क हादसे में जान गवाने वाले खुर्शीद के बड़े बेटे आरिफ की तो मौके पर ही मौत हो गई, लेकिन तीन छोटे–छोटे बच्चों के सिर से पिता का साया उठ गया है। बताया जा रहा है शायर बानो साहिबा और सायरा एवं असलम का रो–रो कर बुरा हाल है। सुबह तड़के हुए सड़क हादसे की सूचना जब गांव में पहुंची तो गांव के सैकड़ों लोग बरेली के लिए रवाना हो गए। वहीं गांव की गलियों में सन्नाटा पसरा हुआ देखा गया। घटना के बाद जहां परिवार का रो रो कर बुरा हाल है, तो वहीं ग्रामीणों के भी आंसू छलके हैं।

बिलासपुर में अवैध निर्माण पर चला बुलडोजर

रामपुर। बिलासपुर तहसील अंतर्गत एनएचएआई की टीम ने हाईवे निर्माण में अधिग्रहण की जद में आ रहे अवैध निर्माणों को बुलडोजर से गिरा दिया। इसमें सपा के पूर्व जिलाध्यक्ष साबी का रिसॉर्ट भी शामिल है। जबकि बाकी अतिक्रमणकारियों को अगले 24 घंटे का समय दिया गया है। इस दौरान भारी पुलिस बल तैनात रहा। जिले के बिलासपुर में मंगलवार को उप–जिलाधिकारी मयंक गोस्वामी के नेतृत्व में राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण यानि एनएचएआई व प्रशासन की संयुक्त टीम हाईवे स्थित कौशलगंज गांव पहुंची। टीम ने हाईवे के अधिग्रहण की जद में आ रहे चार अवैध निर्माणों पर बुलडोजर चलाकर गिरा दिया। इसमें समाजवादी पार्टी के पूर्व जिलाध्यक्ष व प्रशासन द्वारा पिछले दिनों भू–माफिया घोषित किए गए उज्जवल दीदार सिंह उर्फ साबी के रिसॉर्ट भी शामिल था। इस मौके पर तहसीलदार सुनील कुमार, नायब तहसीलदार अमरपाल सिंह, पुलिस क्षेत्राधिकारी अरूण कुमार सिंह, कोतवाल संजय प्रताप सिंह आदि प्रशासनिक अधिकारी व भारी पुलिस बल तैनात रहा। एनएचएआई के साइड इंजीनियर तुषार गुप्ता व निशांत त्रिपाठी ने बताया कि उनके द्वारा हाईवे पर अतिक्रमण किए 22 लोगों को एक सप्ताह पूर्व नोटिस जारी की गई थी। समय पूरा होने के बाद भी इन लोगों ने अपना अतिक्रमण नहीं हटाया। मंगलवार को उनके द्वारा अधिग्रहण की जद में आ रहे तीन घरों व सपा के पूर्व जिलाध्यक्ष उज्जवल दीदार सिंह उर्फ साबी के रिसॉर्ट को ध्वस्त कराया गया है। अन्य अतिक्रमणकारियों को अगले 24 घंटे का समय दिया गया है।

दिलीप कुमार अरोरा बने अध्यक्ष, स्वार में बार वेलफेयर एसोसिएशन का चुनाव हुआ

रामपुर। स्वार में बार वेलफेयर एसोसिएशन की नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। अधिवक्ताओं ने सर्व सम्मति से पदाधिकारियों का चयन किया। इससे पहले नई कार्यकारिणी में गठन के लिए मतदान होने की पूरी संभावना बनी हुई थी। पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार चुनाव अधिकारी ताहिर हसन खां एडवोकेट के नेतृत्व में बार वेलफेयर एसोसिएशन के अधिवक्ताओं की बैठक का आयोजन किया गया। चुनाव प्रक्रिया के दौरान अध्यक्ष पद पर पूर्व अध्यक्ष एम जहूर खां और दिलीप कुमार अरोरा ने, सचिव पद के लिए राशिद अली गोश, जावेद अख्तर अंसारी तथा सिराज अहमद, कोषाध्यक्ष पद के लिए मोहम्मद जुनेद सैफी, मोहम्मद आसिफ ने अपना नामांकन पत्र दाखिल किया था। बैठक के दौरान सर्वसम्मति से नई कार्यकारिणी बनाए जाने पर अधिवक्ताओं द्वारा सहमति जताई गई। इसके बाद चुनाव अधिकारी ताहिर हसन खां एडवोकेट ने बार वेलफेयर एसोसिएशन की नई कार्यकारिणी में अध्यक्ष दिलीप कुमार अरोरा, वरिष्ठ उपाध्यक्ष राजेंद्र नाथ गोस्वामी कोषाध्यक्ष, मोहम्मद जुनेद सैफी उपसचिव, पवन कुमार गौतम, मोहम्मद जुनेद, मोहम्मद आरिफ, तृतीय पुस्तकालय अध्यक्ष मोहम्मद दानिश अंसारी तथा मीडिया प्रभारी आरिफ के बनाए जाने की घोषणा की गई। नई कार्यकारिणी की घोषणा होने के बाद मौजूद अधिवक्ताओं ने नए पदाधिकारियों का स्वागत करते हुए उन्हें शुभकामनाएं दीं। इस मौके पर चुनाव अधिकारी ताहिर हसन खा, एल्डर कमेटी के चेयरमैन हाजी मोहम्मद जान, पूर्व अध्यक्ष पंकज कुमार जोशी, एम जहूर खां, ठाकुर अमरपाल सिंह राणा, वरिष्ठ अधिवक्ता इरशाद अहमद, हाजी खुर्शीद अहमद, पूर्व सचिव राशिद खान, प्रथम शकील अहमद, मेहरबान अली, सैयद मुमताज हुसैन मियां, नौशाद आलम, फरीद अहमद, मोहम्मद शादाब, अनीस अहमद, भगवतशरण, हैप्पी सिंह, सलीम अहमद, मोहम्मद आसिफ, मोइन खान, इमरान अहमद, मोहम्मद फारुख आदि अधिवक्ता गण मौजूद रहे।

बच्चों ने निकाली विशाल जागरुकता रैली, वाहन चालकों को बताए गए नियम

रामपुर। विकास भारती स्कूल ने सड़क सुरक्षा जागरुकता अभियान के अन्तर्गत एक भव्य विशाल रैली को आयोजित किया। माननीय मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने उत्तर प्रदेश को उत्तम राज्य की दिशा में ले जाने की एक सुंदर पहल की है। राज्य की शिक्षा एवं परिवहन के संदर्भ में सुनियोजित निर्देशन एवं अभिप्रेरणा प्रदान की। बच्चों की रैली का शुभारंभ मुख्य अथिति उप जिलाधिकारी स्वार, मुख्य अतिथि क्षेत्राधिकारी उत्तर प्रदेश पुलिस एवं अतिथि तहसीलदार स्वार ने संयुक्त रूप से हरी झंडी दिखाकर किया। सड़क सुरक्षा जागरूकता रैली रामलीला मैदान (एकत्रीकरण बिंदु) से प्रारंभ कर भूरापान भंडार, थाना मोड़, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र, बाजपुर मुख्य मार्ग, बिलासपुर रोड तिराहा होते हुए बिलासपुर रोड सरकारी बाग पर समाप्त की गई। बच्चों की रैली में स्वार क्षेत्र प्रशासन का सहयोग रहा। विद्यालय द्वारा बच्चों के जलपान की व्यवस्था की गई। साथ ही विद्यालय के सभी विभाग बच्चों की सेवार्थ निरंतर प्रयासरत दिखाई दिए। आज विकास भारती स्कूल के बच्चों ने सड़कों पर होने वाली दुर्घटनाओं को रोकने में देश के नागरिकों के हित के लिए एक सराहनीय एवं महत्त्वपूर्ण कदम उठाया है। छोटे बड़े सभी बच्चे सड़क सुरक्षा जागरूकता रैली कार्यक्रम के दौरान हर्षित, जोशीले और प्रसन्नचित्त मुद्रा में नजर आए। जिला विद्यालय निरीक्षक, मुख्य चिकित्साधिकारी, तहसीलदार, नगर पालिका अध्यक्ष,एसएचओ आदि लोग उपस्थित रहे। इस बीच विकास भारती स्कूल के प्रबंधक संसार सिंह ने सभी अतिथियों का सहृदय हार्दिक अभिनंदन, स्वागत किया। बच्चों एवं शिक्षकों सहित स्वार की आदर्श जनता का धन्यवाद किया।

कोटा रेलवे स्टेशन पर व्यापारियों ने किया प्रदर्शन : प्लेटफार्म की लंबाई बढ़ाने व ट्रेनों के ठहराव बढ़ाने की मांग की

रामपुर। जिले के बिलासपुर में मंगलवार को उद्योग व्यापार मंडल के कार्यकर्ताओं ने कोटा रेलवे स्टेशन पर प्रदर्शन किया। उन्होंने यहां प्लेटफार्म की लंबाई बढ़ाने व और अधिक ट्रेनों के ठहराव किए जाने की मांग की।

प्रांतीय वरिष्ठ उपाध्यक्ष धन्नुमल बंसल व नगर अध्यक्ष हरबंस सिंह तनेजा सहित अन्य कार्यकर्ताओं ने प्रदर्शन किया। इस दौरान व्यापारियों ने नारेबाजी करते हुए प्रदर्शन किया। पूर्वोत्तर रेलवे के महाप्रबंधक को संबोधित एक ज्ञापन स्टेशन अधीक्षक विपिन कुमार सिंह को सौंपा। मांग रखी कि प्लेटफार्म की लंबाई ढाई सौ मीटर से बढ़ाकर पांच सौ मीटर की जाए।

क्यूँ न लिखूँ सच

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक नरेश राज शर्मा द्वारा ए0एच0प्रिंटर्स, ए–11, असालतपुरा, लंगड़े की पुलिया, मुरादाबाद–244001(उत्तर प्रदेश) से छपवाकर कार्यालय म.नं. 210 खा सीतापुरी,डबलफाटक जनपद–मुरादाबाद (उत्तर प्रदेश) से प्रकाशित एवं वितरित किया।

संपादक – नरेश राज शर्मा

मो. 9027776991

Title Code : UPBIL05086

इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादक हेतु पीआरबी एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी होंगे तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद मुरादाबाद न्यायालय के अधीन होंगे।

मानसून ने बदला मौसम का मिजाज

बिहार के 7 जिलों में यलो अलर्ट, MP–राजस्थान में बारिश का सूखा, पंजाब–हरियाणा को राहत का इंतजार

(न्यूज एजेसी)
नई दिल्ली। केरल में मानसून के दस्तक देने के बाद कई राज्यों में मौसम का मिजाज बदल रहा है। राजधानी दिल्ली में सोमवार को आंधी–बारिश से तापमान में 10 डिग्री तक गिरावट दर्ज की गई। मौसम विभाग के मुताबिक, बिहार में अगले 24 घंटे में कुछ जिलों में आंधी और बारिश के आसार हैं। विभाग ने बिहार के 7 जिलों में बारिश और वज्रपात को देखते हुए यलो अलर्ट जारी कर दिया है।मौसम विभाग ने बताया कि राजस्थान और मध्य प्रदेश जैसे राज्यों को अभी भी बारिश का इंतजार करना पड़ेगा। पंजाब और हरियाणा में भी कुछ हिस्सों में ही हल्की बूंदा–बांदी हो रही है। हालांकि इससे मौसम में थोड़ी– बहुत राहत जरूर मिली है। झारखंड, छत्तीसगढ़ में भी कुछ हिस्सों में ही बादल और बारिश का असर दिख रहा है। आइए कुछ प्रमुख राज्यों की स्थिति समझते हैं.। राजस्थान रू बूंदी–भीलवाड़ा में आंधी–बारिश की चेतावनी

जयपुर मौसम केंद्र ने चेतावनी जारी करते हुए कहा है कि बूंदी (पश्चिम) और भीलवाड़ा (पूर्व) में मेघगर्जन के साथ बारिश हो सकती है। विभाग ने कहा है कि इस दौरान 30–50 झडच् की रफ्तार से धूल भरी आंधी चल सकती है। राजस्थान में 25 जून तक मानसून आने का अनुमान लगाया गया है।मध्य प्रदेश के जबलपुर और सागर में बारिश की संभावना जताई गई है। वरिष्ठ मौसम वैज्ञानिक वेद प्रकाश सिंह ने बताया कि मंगलवार को कुछ इलाकों में हल्की बारिश तो रहेगी, लेकिन नौगांव, दतिया, खंडवा, खरगौन, ग्वालियर और भोपाल में पारा चढ़ेगा। राज्य में 11 जून तक मानसून पर स्थिति साफ हो जाएगी। बिहार : 7 जिलों में यलो अलर्ट जारी, धूल भरी आंधी चलेगी। मौसम विभाग ने बिहार के 7 जिलों में बारिश और वज्रपात को देखते हुए

यलो अलर्ट जारी कर दिया है। विभाग ने चेतावनी जारी करते हुए कहा है कि बांका, भागलपुर, सुपौल, मधेपुरा, सहरसा, खगड़िया और मुंगेर में बारिश के साथ–साथ बिजली गिर सकती है। ऐसे में लोग बारिश के दौरान सावधानी बरतते हुए अपने घरों में ही रहें।

झारखंड के 7 जिलों में बारिश का अलर्ट। रांची मौसम केंद्र के अनुसार झारखंड के देवघर, दुमका, जामताड़ा, पाकुड़, धनबाद और साहेबगंज में चमक के साथ हल्की बारिश हो सकती है। इन इलाकों में 30–40 झडच् की रफ्तार से हवा चलने की उम्मीद है। विभाग के अनुसार राज्य के इन इलाकों में 5 जून तक बादल छाए रहेंगे।

हरियाणा–पंजाब में बारिश का इंतजार। मौसम विभाग के मुताबिक हरियाणा, पंजाब में भी प्री–मानसून की वजह से मौसम का मिजाज बदला रहेगा। दोनों राज्यों के कुछ हिस्सों में मंगलवार शाम तक हल्की बारिश की संभावनाएं हैं। राज्य में 3 दिनों तक बादल छाए रहने का अनुमान है।इन राज्यों में भी बारिश का असर।स्काइमेट के मुताबिक, अगले 24 घंटों के दौरान, पूर्वोत्तर भारत, उप–हिमालयी पश्चिम बंगाल, सिक्किम, अंडमान और निकोबार द्वीप समूह, लक्षद्वीप, केरल के कुछ हिस्सों, तटीय कर्नाटक, तमिलनाडु और रायलसीमा में हल्की से मध्यम बारिश के साथ कुछ स्थानों पर भारी बारिश होने की संभावना है।जम्मू कश्मीर और हिमाचल प्रदेश के कुछ हिस्सों में हल्की से मध्यम बारिश संभव है। तेलंगाना, कर्नाटक, उत्तराखंड, विदर्भ, मराठवाड़ा, दक्षिण मध्य महाराष्ट्र, दक्षिण छत्तीसगढ़, तटीय आंध्र प्रदेश और ओडिशा के एक या दो हिस्सों में हल्की बारिश संभव है। हरियाणा, दिल्ली और पश्चिमी उत्तर प्रदेश में गरज के साथ छिटपुट बारिश की गतिविधियां हो सकती हैं।

राहत के साथ आफत

अंडरआर्म्स का कालापन दूर करने के लिए इन तरीकों से इस्तेमाल करें बेकिंग सोडा

(न्यूज एजेसी)
अंडरआर्म्स पर कालापन हो तो स्लीव लेस कपड़े पहनने की आजादी खत्म हो जाती है। हालांकि, अगर आप चाहें तो बेकिंग सोडा की मदद से अपनी अंडरआर्म्स के कालेपन को जल्दी दूर कर सकती हैं क्योंकि यह एक क्षारीय पदार्थ है, जो त्वचा के पीएच स्तर को प्रभावित किए बिना एक्सफोलिएट के रूप में कार्य करके त्वचा की रंगत को सुधार सकता है। आइए आज अंडरआर्म्स पर इसका इस्तेमाल करने के तरीके जानते हैं।

बेकिंग सोडा और पानी के घोल का करें इस्तेमाल

बेकिंग सोडा और पानी के घोल के इस्तेमाल से अंडरआर्म्स का कालापन दूर करने में काफी मदद मिलती है। इसके लिए एक कटोरी में दो बड़ी चम्मच बेकिंग सोडा के साथ एक बड़ी चम्मच सादा पानी मिलाएं, फिर इस पेस्ट को एक मुलायम ब्रश से अपनी दोनों अंडरआर्म्स पर लगाकर 20–25 मिनट के लिए छोड़ दें। इसके बाद गुनगुने पानी से अंडरआर्म्स को साफ करें। इस प्रक्रिया को हफ्ते में दो से तीन बार दोहराना फायदेमंद हो सकता है।

बेकिंग सोडा, बेसन और दही का मिश्रण बनाएं

यह मिश्रण भी आपकी अंडर आर्म्स को साफ और चमकदार बना सकता है। इसके लिए सबसे पहले एक कटोरी में एक बड़ी चम्मच बेकिंग सोडा, एक छोटी चम्मच बेसन और एक बड़ी चम्मच दही को मिलाकर एक गाढ़ा पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को अपनी दोनों अंडरआर्म्स पर लगाते हुए हल्के हाथों से मलें, फिर 15 मिनट के बाद अंडरआर्म्स को गुनगुने पानी से साफ कर लें। हफ्ते में दो बार इस प्रक्रिया को दोहराएं।

बेकिंग सोडा और एवोकाडो का मिश्रण भी है कारगर

अंडरआर्म्स का कालापन दूर करने में बेकिंग सोडा और एवोकाडो का मिश्रण भी मदद कर सकता है। इसके लिए सबसे पहले एक कटोरी में दो बड़ी चम्मच बेकिंग सोडा, एक बड़ी चम्मच एवोकाडो का गूदा और एक चम्मच नींबू का रस मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपनी अंडरआर्म्स पर लगाने के 20 मिनट बाद इन्हें गुनगुने पानी से साफ कर लें। हफ्ते में दो बार इस प्रक्रिया को दोहराएं।

बेकिंग सोडा और नारियल के तेल का साथ में करें इस्तेमाल

आप चाहें तो अपनी अंडरआर्म्स का कालापन दूर करने के लिए बेकिंग सोडा और नारियल के तेल का मिश्रण भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले एक कटोरी में एक बड़ी चम्मच बेकिंग सोडा और उतना ही नारियल का तेल लें, जिससे गाढ़ा पेस्ट बन जाए। अब इस मिश्रण को अंडरआर्म्स पर लगाकर सर्कुलर मोशन में हल्के हाथों से मलें और जब यह सूख जाए तो अंडरआर्म्स को गुनगुने पानी से साफ कर लें।

विज्ञान : समुद्री मूंगे में वैज्ञानिकों की 'एंटी–कैंसर' कम्पाउंड की तलाश पूरी हुई

आखिरकार चौथाई सदी की मेहनत रंग लायी और वैज्ञानिक उस अणु को तलाशने में कामयाब हुए जिससे कैंसर पर जीत हासिल करने में मदद मिल सकेगी।

(न्यूज एजेसी)
पहली बार इस नर्म मूंगे को समुद्री चट्टानों में खोजा गया था लेकिन उस समय इसके बारे में पूरी तरह से जानकारी नहीं मिल सकी थी। अब जब ये एक बार फिर से शोधकर्ताओं की पहुंच में है तो इसकी एक और खूबी का पता चल चुका है। इस मॉलिक्यूल की खासियत ये है कि इसे संश्लेषण प्रक्रिया के तहत प्रयोगशाला में भी तैयार किया जा सकता है।समुद्र बेशुमार औषधियों का खज़ाना अपने अंदर समेटे है। शोधकर्ताओं का मानना है कि समुद्र और विशेषकर इन कोरल में हजारों औषधीय गुण मौजूद हैं। इसमें मौजूद रंग बिरंगे मूंगे यानी कोरल कई किस्म के नायाब केमिकल का निर्माण करते हैं।

ऑस्ट्रेलया के क्वींसलैंड में 1990 के दशक में वैज्ञानिकों ने एलुथेरोबिन की खोज की। इस खोज पर समुद्री वैज्ञानिकों का कहना था कि ऑस्ट्रेलिया के पास एक दुर्लभ कोरल में कैंसर रोधी गुणों वाला एक रसायन मिला है, जिसे एलुथेरोबिन कहते हैं। ये रसायन साइटोस्केलेटन को बाधित करता है और नरम मूंगा इसे अपने शिकारियों के खिलाफ बचाव के लिए उपयोग करते हैं। बाद में प्रयोगशाला में किये गए अध्ययनों से पता चला है कि ये यौगिक कैंसर कोशिका वृद्धि में एक प्रबल अवरोधक भी था। यह कम्पाउंड कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के साथ उन्हें रोकने में तो कामयाब था मगर उस समय वैज्ञानिक ये नहीं पता लगा सके थे कि इसका निर्माण कैसे होता है या ये कैसे उत्पन्न हुआ है।

वैज्ञानिक लंबे समय से इस पर खोज कर रहे थे कि एलियोथेरोबिन की आनुवंशिक संरचना का पता लगा सकें। साथ ही इस तहक़ीक़ में वह ये भी जानना चाहते थे कि इस विशेष कोरल का निर्माण स्वयं होता है या फिर या उनसे जुड़े छोटे पौधे, डाइनोफ्लैगलेट्स इन रसायनों का उत्पादन करते हैं? क्योंकि अभी भी इन कोरल भित्तियों से एलुथेरोबेन की इतनी मात्रा नहीं मिल सकी है जिससे दवाई बनाई जा सके या फिर रिसर्च में प्रयोग किया जा सके। समुद्र तल की पड़ताल करने वाले वैज्ञानिकों ने हाल ही में जिस नायाब रसायन के मिलने का खुलासा किया है उसकी खातिर ड्रग हंटर्स तकरीबन तीन दशकों से तलाश में जुटे थे। इस प्राकृतिक रसायन के स्रोत की खोज के ज़रिये वैज्ञानिकों ने कैंसर के इलाज की उम्मीद की थी। मगर इनकी उपलब्धता के बावजूद पर्याप्त मात्रा में न होना इस शोध पर काम करने की सबसे बड़ी रुकावट था। न ही वैज्ञानिक इसे बनाने का तरीका तलाश कर पा रहे थे। अब यूनिवर्सिटी ऑफ़ यूटा हेल्थ के शोधकर्ताओं की रिपोर्ट कहती है कि पानी के नीचे आसानी से मुहैया नर्म और लचीले मूंगे के पौधों इस मायावी यौगिक का निर्माण करते हैं।रसायन की पहचान ने इस रिसर्च को एक क़दम आगे बढ़ाया है। इसके डीएनए की संरचना की बदौलत इसे तैयार करने का तरीका तलाशने का काम आसान हुआ। इस तरह से अब ये केमिकल लेबोरेट्री में पर्याप्त मात्रा में तैयार किया जा सकता है। 1990 में होने वाली इस खोज के बावजूद शोध का काम महज़ इस लिए आगे नहीं बढ़ सका क्योंकि दवा बनाने के लिए आवश्यक मात्रा में रसायन नहीं मिला। उस समय वैज्ञानिक इस सवाल को हल नहीं कर पा रहे थे कि ये रसायन कैसे बना।

समुद्री जीवन में इस रसायन की प्राप्ति सहजीवी जीवों द्वारा संश्लेषित माध्यम से जानवरों के अंदर ही होती है। इसके बावजूद वर्तमान में ये तथ्य निकल कर आया कि कुछ मूंगे की प्रजातियों में सहजीवी जीव नहीं होते हैं मगर फिर भी उनके शरीर में रसायनों का ये वर्ग होता है। और यही तथ्य उम्मीद की किरण बना।इस सम्बन्ध में यूटा विश्वविद्यालय के प्रोफेसर एरिक श्मिट कहते हैं– ष्यह पहली बार है जब हम पृथ्वी पर किसी भी ड्रग लीड के साथ ऐसा करने में सक्षम हुए हैं।ष यूटा यूनिवर्सिटी से प्रकाशित पत्र में प्रोफेसर एरिक श्मिट ने इस हवाले से जानकारी दी है। उनके मुताबिक़ नर्म कोरल में न केवल एलुथेरोबिन का स्रोत पाया गया है, बल्कि इसके आनुवंशिक गुणों को भी देखने का मौक़ा मिला।समुद्र में मौजूद सॉफ्ट कोरल में औषधि वाले हज़ारों कम्पाउंड पाए जाते हैं। इनमे एंटी इंफ्लेमेंटरी एजेंट के साथ एंटीबायोटिक्स की भी खूबियां पाई जाती हैं। मगर अभी तक सबसे बड़ा मसला इन यौगिकों का पर्याप्त मात्रा में न मिल पाना था। एरिक श्मिट के मुताबिक़ पर्याप्त मात्रा में इनकी उपलब्धता की बदौलत एक नए नज़रिए के साथ रोग निदान के क्षेत्र में कई नए रास्ते भी खुलेंगे।

समुद्र में पाए जाने वाले कोरल इस रसायन का उपयोग अपने बचाव के लिए करते हैं। इसकी मदद से कोरल अपने उन शिकारियों को भगाने में सफल होते हैं जो उन्हें खाने की कोशिश करते हैं। मैगज़ीन के हवाले से श्मिट बताते हैं– लेकिन प्रयोगशाला में बनाना सरल है और इसे दवा के रूप में लेना आसान होता है। हालांकि दशकों पहले ही नरम मूंगों में एलुथेरोबिन की उपस्थिति की जानकारी मिल गई थी मगर वैज्ञानिक इसका निर्माण करने वाले जीन की पहचान करने में असमर्थ थे। वैज्ञानिक लॉबी में इस बात पर बहस चल रही थी कि क्या मूंगे खुद एलुथेरोबिन बना रहे हैं, या इसे सहजीवी डाइनोफ्लैगलेट्स से प्राप्त कर रहे हैं, जो कोरल को अपना रंग और शर्करा देते हैं। डॉक्टर एरिक और उनकी टीम के सदस्यों ने अब ये पता लगाया है कि कोरल की क़रीबी प्रजाति वाले पौधे सी पेंस में भी एलुथेरोबिन जैसी विशेषताओं वाले रासायनिक घटकों उपस्थिति है। शोधकर्ताओं ने जीन समूहों को बैक्टीरिया में स्थानांतरित करने में सफलता पाई है और इस तरह इनके निर्माण के रहस्य से भी पर्दा हटा है। जीन क्लस्टर को अब एक संशोधित ई कोलाई बैक्टीरिया में संश्लेषित करने में कामयाबी मिली है।

गर्मियों में जरूर पिएं नारियल पानी, मिलेंगे जबरदस्त फायदे

चिलचिलाती धूप और लू में बॉडी का ठंडा रहना जरूरी है, इस मौसम में कई रसीले फल और जूस मिलता जो बॉडी के लिए फायदेमंद होते हैं. एक फल है ।

नारियल, जिसका पानी गर्मीयों में बहुत राहत देता है. यह पानी हरे व कच्चे नारियल के अंदर पाया जाता है।

नारियल पानी काफी पोष्टिक होता है. इसमें कैलशियम, मैग्नीशियम, फौस्फोरस, सोडियम अच्छी मात्रा में होता है. बता दें कि इस फल में 94 प्रतिशत पानी पाया जाता है और बहुत कम मात्रा में फैट होता है. ज्यादातर ये समुद्री तट में मिलता है. आज हम बात करेंगे नारियल पानी के फायदो के बारे में.

एनर्जी बूस्ट होगी

बढ़ती गर्मी के कारण बॉडी में एनर्जी का लेवल कम हो जाता है ऐसे में नारियल पानी एनर्जी को बूस्ट करने में फायदेमंद साबित होता है. साथ ही ये इम्यूनिटी को भी बढ़ाता है.

इंसुलिन का भी करता है काम

साथ ही बॉडी में शुगर को भी कंट्रोल में रखता है, डायबिटीज की समस्या इंसुलिन के कमी की वजह से होती है जिसमें नारियल पानी इंसुलिन की मात्रा को बॉडी में बढ़ाता है.

किडनी के लिए भी फायदेमंद

किडनी जैसे रोग के लिए काफी लाभकारी है, इसके सेवन से पथरी के क्रिसटल को कम करने का काम करती है और यूरीन के जरीए किडनी से पथरी को निकाल देता है.

त्वचा को निखारने में उपयोगी

त्वचा को हाइड्रेटड रखना काफी जरूरी है।

ऐसे में नारियल का पानी बहुत असरदार होता है, यह पानी पीने और साथ ही चहरे को पानी से

धोने से फेस पर होने वाले किल, मुहासे से छुटकारा मिलता है.