

दिसंबर 2029 से पहले पंजाब को नशा मुक्त करेंगे, अमित शाह का बड़ा एलान

पंजाब में चुनाव से पहले भाजपा नशे के खिलाफ यात्राएं निकाल रही है। 117 विधानसभा क्षेत्रों को कवर करने के बाद भाजपा की नशा विरोधी यात्राओं का समापन आज जालंधर में एक रैली के रूप में हुआ। केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह इस रैली में बतौर मुख्य वक्ता पहुंचे हैं। शाह ने कहा कि आज नशा मुक्त पंजाब बनाने का समय क्यों आया? क्योंकि आम आदमी की सरकार ने चिट्ठे के व्यापार को खुलेआम चलने दिया। पंजाब के चुनाव में कई मुद्दे हैं।

संक्षिप्त समाचार

पटाखों पर पूरी तरह रोक नहीं लगा सकते: दीपावली से पहले सुप्रीम कोर्ट लेगा फैसला, समय के साथ तय होंगे मानक

सुप्रीम कोर्ट ने पटाखों पर पूर्ण प्रतिबंध से इनकार कर दिया है। कोर्ट ने दिवाली से पहले पटाखों पर सुनवाई करते हुए स्पष्ट किया है कि धार्मिक भावनाओं, स्वास्थ्य और पर्यावरण से जुड़ी चिंताओं के बीच संतुलन बनाए रखना जरूरी है। सुप्रीम कोर्ट ने दिवाली से पहले पटाखे जलाने वाले मामले पर सुनवाई करते हुए कहा कि पूरे देश में पटाखों पर पूरी तरह रोक लगाने पर विचार नहीं किया जा रहा है। कोर्ट ने कहा कि धार्मिक भावनाओं, स्वास्थ्य और पर्यावरण से जुड़ी चिंताओं के बीच संतुलन बनाए रखना जरूरी है। जस्टिस एम. एम. सुंद्रेश ने कहा कि चौबीसों घंटे पटाखे जलाने की इजाजत नहीं दी जा सकती। उन्होंने संकेत दिया कि कोर्ट पटाखे जलाने के लिए तय समय और इस्तेमाल किए जा सकने वाले पटाखों के प्रकार पर विचार करेगा। कोर्ट ने केंद्र सरकार और सीपीसीबी को बेरियम की जांच और डेसिबल लेवल तय करने, संयुक्त फायर टेस्ट के लिए समय भी दिया। अगली सुनवाई 15 अक्टूबर को होगी।



किसानों, इंडस्ट्री, कानून-व्यवस्था और महिला सुरक्षा के मुद्दे हैं, लेकिन आने वाला चुनाव भाजपा केवल और केवल नशा मुक्त पंजाब के मुद्दे पर लड़ने वाली है। आज मैं यहां से पंजाब की माताओं और युवाओं से वादा करके जाता हूँ कि इस चुनाव में भाजपा का समर्थन कीजिए, कमल के फूल पर वोट डालिए, 31 दिसंबर 2029 से पहले हम पंजाब को चिट्ठे के व्यापार से मुक्त कर देंगे। अमित शाह ने मंच से बड़ा एलान करते हुए कहा कि पंजाब में भाजपा की सरकार बनी तो 31 दिसंबर 2029 तक प्रदेश को नशा मुक्त करवा दिया जाएगा। शाह ने कहा कि जालंधर आना मेरे लिए सौभाग्य की बात है, लेकिन जालंधर में नशा मुक्त पंजाब के लिए आना मेरे लिए परम सौभाग्य की बात है। पंजाब देश में दो चीजों के लिए जाना जाता है। पहला, देश में जब भी खाने-पीने की जरूरत पड़ती थी, तो हमारे गोदामों को पंजाब का किसान भर देता था

और आज भी भर देता है। दूसरा, आजादी से पहले का समय हो या आजादी के बाद का, जब भी सुरक्षा की बात आती थी, तो हमारे पंजाब का जवाब हमेशा तैयार रहता था। पंजाबियों के बलिदान से न सिर्फ हमें आजादी मिली, बल्कि आजादी के बाद भी भारत की सीमाओं की रक्षा के लिए पंजाब ने सबसे ज्यादा बलिदान दिया है। अमित शाह मंच पर पहुंच गए हैं। मंच पर भाजपा के प्रदेश प्रधान केवल सिंह बिल्लों, सुनील जाखड़, रवनीत बिट्टू समेत कई गण्यमान्य नेता मौजूद हैं। अमित शाह ने सत श्री अकाल और जय श्री राम के साथ अपने संबोधन की शुरुआत की। श्री सिद्ध शक्तिपीठ देवी तालाब मंदिर में नतमस्तक होकर गृहमंत्री रैली स्थल के लिए रवाना हो गए हैं। मंदिर परिसर के आसपास आज जालंधर में एक रैली के रूप में होगा। अमित शाह की रैली से पहले कई स्कूलों को एक धमकी भरा ईमेल भेजे जाने का मामला सामने आया है।

आप सरकार के खिलाफ बड़ा हथियार बनाने की तैयारी कर चुकी है। इसी कड़ी में जालंधर पहुंचने के बाद अमित शाह सूबे के उन परिवारों के साथ आधा घंटा बिताएंगे, जिन्होंने नशे की वजह से अपने परिजनों को खोया है। इनमें वे माताएं भी होंगी, जिन्होंने नशे की वजह से अपने पांच से छह बच्चों को खो दिया है। कपूरथला व लुधियाना से जुड़ी ये घटनाएं पंजाब में बड़ी चर्चा का विषय बनी थीं। पंजाब में चुनाव से पहले नशे का कारोबार बड़ा सियासी मुद्दा बनता जा रहा है। भाजपा नशे के खिलाफ यात्राएं निकालकर सूबे में विरोधियों के विरुद्ध माहौल बनाने का प्रयास कर रही है। 117 विधानसभा क्षेत्रों को कवर करने के बाद भाजपा की नशा विरोधी यात्राओं का समापन आज जालंधर में एक रैली के रूप में होगा। अमित शाह की रैली से पहले कई स्कूलों को एक धमकी भरा ईमेल भेजे जाने का मामला सामने आया है।

ईमेल में रैली स्थल, बसों और श्री देवी तालाब मंदिर समेत अलग-अलग स्थानों पर आईईडी/बम धमाके करने जैसी धमकियां दी गई हैं। अमित शाह दोपहर करीब सवा एक बजे रैली स्थल के पास बने विशेष हेलिपैड पर उतरेंगे। इससे पहले वह देवी तालाब मंदिर में दर्शन करेंगे। मंदिर के सामने स्थित कॉलेज में हेलिपैड बनाया गया है। संबोधन के बाद शाह सड़क मार्ग से जाने के बजाय हेलीकॉप्टर से सीधे दिल्ली रवाना होंगे। हेलिपैड से पंडाल तक का रास्ता सुरक्षा घेरे में रहेगा। रैली को लेकर परागपुर सुरक्षा छावनी में तब्दील हो गया है। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह की नशा मुक्त महारैली आज जालंधर के परागपुर में होगी। रैली स्थल जीटी रोड पर लिली रिजॉर्ट के पास 63 एकड़ में फैला है। इसमें 28 एकड़ में वातानुकूलित पंडाल तैयार किया गया है। पंडाल में 25 हजार से अधिक कुर्सियां लगाई गई हैं।

खरगे ने इंडिया गठबंधन की बैठक में उठाया एसआईआर और ईवीएम का मुद्दा, चुनाव आयोग को लेकर रखीं कई मांगें

इंडिया गठबंधन की बैठक में मल्लिकार्जुन खरगे ने एसआईआर, ईवीएम और मतदाता सूची को लेकर सवाल उठाए। उन्होंने चुनाव प्रक्रिया में पारदर्शिता, बैलेट पेपर से मतदान और युवा मतदाताओं के आसान पंजीकरण समेत छह मांगें रखीं। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने दिल्ली में बुधवार को इंडिया गठबंधन के नेताओं के साथ बैठक में चुनाव आयोग, मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर), ईवीएम और नए मतदाताओं के पंजीकरण से जुड़े मुद्दे उठाए। खरगे ने अपने शुरुआती संबोधन को सोशल मीडिया पर साझा करते हुए कहा कि लोकतंत्र में प्रत्येक नागरिक के वोट का समान महत्व होना चाहिए। एक व्यक्ति, एक वोट, एक मूल्य का किया जिक्र-खरगे ने कहा कि भारत की लोकतांत्रिक व्यवस्था की बुनियाद इस सिद्धांत पर है कि हर नागरिक को सरकार चुनने में समान अधिकार मिले। उन्होंने संविधान सभा का जिक्र करते हुए कहा कि लोकतंत्र तभी सार्थक है, जब प्रत्येक पात्र नागरिक के वोट का समान मूल्य हो। उन्होंने दावा किया कि इस सिद्धांत के सामने मौजूदा समय में गंभीर चुनौतियां हैं और देशभर में नागरिकों तथा राजनीतिक दलों की ओर से चुनाव आयोग के कामकाज को लेकर सवाल उठाए जा रहे हैं। कांग्रेस अध्यक्ष ने कहा कि विपक्ष लंबे समय से ईवीएम और मतदाता सूची में बदलाव को लेकर सवाल उठाता रहा है। उन्होंने राहुल गांधी की ओर से महादेवपुरा, अलंद, हरियाणा और महाराष्ट्र का हवाला देते हुए लगाए गए



आरोपों का भी उल्लेख किया। खरगे ने कहा कि चुनाव आयोग ने शिकायतों को स्वीकार करने के बजाय एसआईआर प्रक्रिया शुरू की। उनके मुताबिक, चुनाव आयोग एसआईआर को मतदाता सूची को अपडेट और व्यवस्थित करने की प्रक्रिया बताता है, लेकिन यदि इससे बड़ी संख्या में मतदाताओं के नाम प्रभावित होते हैं तो वास्तविक मतदाताओं को मतदान के अधिकार से वंचित न किया जाए, यह सुनिश्चित करने की जिम्मेदारी व्यवस्था की होनी चाहिए। खरगे ने दावा किया कि एसआईआर के दौरान 13.3 करोड़ मतदाताओं के नाम हटाए गए हैं। हालांकि, यह आंकड़ा कांग्रेस की ओर से किया गया दावा है; चुनाव आयोग की आधिकारिक वेबसाइट पर एसआईआर-2026 से संबंधित मतदाता सेवाएं और सूची उपलब्ध हैं। नाम हटाने पर कारण और अपील का अधिकार मांगा-खरगे ने कहा कि यदि किसी मतदाता का नाम मतदाता सूची से हटाया जाता है तो यह जानकारी सार्वजनिक होनी चाहिए कि किसका नाम हटाया गया और इसकी वजह क्या थी। उन्होंने मांग रखी कि किसी वास्तविक मतदाता का नाम हटाने से पहले उसे उचित सूचना दी जाए,

कारण बताया जाए और प्रभावी अपील की व्यवस्था उपलब्ध कराई जाए। मुख्य चुनाव आयुक्त पर भी उठाए सवाल-खरगे ने मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार की भूमिका पर भी सवाल उठाए। उन्होंने दावा किया कि चुनाव आयोग के दो अन्य सदस्यों ने पिछले 10 महीनों में 14 बार आपत्तियां दर्ज कराई हैं। खरगे ने इसे आयोग के कामकाज और नेतृत्व की निष्पक्षता से जोड़ते हुए मुख्य चुनाव आयुक्त को पद से हटाने की मांग की। यह मुद्दा इंडिया गठबंधन की बैठक के एजेंडे में भी प्रमुखता से शामिल है। विपक्षी दल एसआईआर, चुनाव आयोग के कामकाज और मुख्य चुनाव आयुक्त को लेकर अपनी साझा रणनीति पर चर्चा कर रहे हैं। खरगे ने 2023 में पारित चुनाव आयुक्तों की नियुक्ति से जुड़े कानून का भी जिक्र किया। उन्होंने आरोप लगाया कि इस व्यवस्था में मुख्य न्यायाधीश को चयन पैनल से हटाकर उनकी जगह एक केंद्रीय मंत्री को शामिल किया गया। उन्होंने सुप्रीम कोर्ट की उस टिप्पणी का भी उल्लेख किया, जिसमें चुनाव आयोग की स्वतंत्रता के साथ-साथ उसकी स्वतंत्रता दिखाई देने वाली कार्यप्रणाली के महत्व पर जोर दिया गया था।

तीरंदाजी में ट्रिपल गोल्ड: पिछड़ रही थी पुरुष कंपाउंड टीम, आखिरी छह शॉट में पलटी बाजी; चीन को हराकर जीता सोना

भारतीय तीरंदाजों ने एशियन गेम्स में शानदार सुबह को यादगार बना दिया। पुरुष कंपाउंड टीम ने चीन को 238-237 से हराकर स्वर्ण जीता। इससे पहले महिला टीम और मिश्रित टीम भी गोल्ड जीत चुकी थीं। इस तरह भारत ने तीरंदाजी के तीनों कंपाउंड इवेंट में स्वर्ण अपने नाम किए। भारत के कुल पदक 59 हो गए हैं। भारतीय तीरंदाजों ने एशियन गेम्स में बुधवार की सुबह भारत को शानदार तोहफा दिया। कंपाउंड तीरंदाजी के तीनों इवेंट में भारतीय टीम ने स्वर्ण पदक जीत लिया। पुरुष टीम ने फाइनल में चीन को 238-237 से हराकर दिन का तीसरा तीरंदाजी गोल्ड अपने



नाम किया। इससे पहले महिला टीम और मिश्रित टीम भी स्वर्ण जीत चुकी थीं। युवा तिकड़ी ने भारत को दिलाया गोल्ड- भारत के तीनों खिलाड़ी युवा हैं। 21

वर्षीय कुशल दलाल, 25 वर्षीय साहिल राजेश और 20 वर्षीय मणि रत्नम गणेश थिरुमुकु की तिकड़ी ने दबाव में धैर्य बनाए रखा और भारत को गोल्ड

दिलाया। एक अंक से जीता फाइनल- साहिल राजेश, कुशल दलाल और मणि रत्नम गणेश की भारतीय तिकड़ी ने चीन के खिलाफ फाइनल में शानदार

जुझारूपन दिखाया। तीन राउंड यानी 18 शॉट के बाद भारत एक अंक से पीछे चल रहा था। तब चीन का स्कोर 179 और भारत का 178 था। इसके बाद आखिरी राउंड में भारतीय टीम ने मुकाबला पलट दिया। आखिरी छह शॉट में चीन के एक तीरंदाज ने आठ अंक का निशाना लगाया। इसका फायदा भारत को मिला और भारतीय टीम एक अंक की बढ़त पर पहुंच गई। अंत में भारत ने 238 अंक बनाए, जबकि चीन 237 अंक ही हासिल कर सका। इस तरह भारतीय टीम ने स्वर्ण पदक अपने नाम कर लिया। तीन इवेंट, तीनों में भारत का गोल्ड- भारत ने आज कंपाउंड तीरंदाजी के तीनों इवेंट में स्वर्ण जीता। सबसे

पहले चिकित्था तानिपर्थी, पृथिका प्रदीप और ज्योति सुरेखा वेत्रम की महिला कंपाउंड टीम ने चीन को हराकर गोल्ड अपने नाम किया था। इसके बाद चिकित्था और साहिल जाधव की मिश्रित टीम ने दक्षिण कोरिया को हराकर भारत को दूसरा स्वर्ण दिलाया। पुरुष टीम ने भी चीन के खिलाफ फाइनल में जीत दर्ज कर तीरंदाजी में भारत का गोल्डन हैट्रिक पूरा कर दिया। भारत के लिए यह सुबह बेहद खास रही। तीरंदाजी में तीन स्वर्ण पदकों के अलावा भारतीय शूटिंग टीम ने भी मिक्स्ड ट्रैप में गोल्ड जीता। यानी करीब पांच घंटे के अंदर भारत के खाते में चार स्वर्ण पदक आ गए। शूटिंग में नीरू ढांड और किनान चेनाई की जोड़ी ने

मिक्स्ड ट्रैप में स्वर्ण जीता था। इसके बाद भारतीय तीरंदाजों ने कंपाउंड के तीनों इवेंट में सोना जीतकर कमाल कर दिया। इसके अलावा आज भारत के दो कांस्य भी मिले हैं। दोनों कांस्य मुक्केबाजी में आए हैं। प्रिया घंघस और कपिल पोखरिया ने कांस्य अपने नाम किया। भारत के 59 पदक पूरे- पुरुष कंपाउंड टीम के स्वर्ण के साथ भारत के कुल पदकों की संख्या 59 हो गई है। भारत के खाते में अब 10 स्वर्ण, 21 रजत और 28 कांस्य पदक हैं। तीरंदाजी ने इस अभियान में भारत की पदक तालिका को तेजी से मजबूत किया है। बुधवार को कंपाउंड के तीनों इवेंट में गोल्ड जीतना भारतीय दल के लिए बड़ी उपलब्धि रही।

संपादकीय

Editorial

The Election Commission's Repentance

Within 48 hours of the news of the Election Commission's contradictions and objections being published, it was realized that something was wrong within the Commission, which would be resolved in the national and democratic interests. Therefore, a meeting was held between the Chief Election Commissioner and the two Election Commissioners. A photo of the three Election Commissioners was also released. It is not so important to know who initiated the meeting and how the situation of shared dialogue was reached, but the repentance expressed through the meeting and the decisions taken in the interest and favor of the country's voters are crucial. The country should welcome the Election Commission's meeting and repentance. The Election Commission's image is that of an impartial, independent, and fearless constitutional institution, and therefore, it should not be tarnished. The ultimate goal should be democracy and the Constitution, regardless of mutual differences and ideological clashes! The full meeting of the Election Commission decided that voters whose names were deleted in the Special Intensive Revision (SIR) or whose names were not included in the electoral roll due to any mistake, negligence, oversight, or bias, can now apply for the 'update' process. Those who wish to become voters for the first time can also apply. The ERO (Electoral Registration Officer) or BLO will come to your home to collect the documents. Voters who have received notices should also not visit the ERO and Assistant ERO offices. The BLOs will come to their homes to collect the relevant documents and upload them to ECINET. Only then can the final voter registration process be completed. The serious allegations that the NET software is being used to "centralize" the voter list will be investigated by the Senior Election Deputy Commissioner and an independent expert. Our question regarding the "updatation" is: will the Election Commission also reconsider the cases of over 2.7 million voters in West Bengal who were deprived of their fundamental rights? At the pace at which tribunals are conducting judicial reviews, "comprehensive justice" could take 12-14 years. Will people with "logical inconsistencies" continue to be deprived of their voting rights until then? So far, the tribunal's decisions have found the names of approximately 93% of voters to be "correct." This is a severe blow to the Election Commission's SIR. Even in the capital, Delhi, approximately 3.1 million voters have been issued notices. Will they all be able to file their claims and objections by October 30th (the extended deadline)? Will Booth Level Officers (BLOs) and EROs, etc., successfully go door-to-door to collect and upload documents? If this task is not completed within the stipulated time, what will happen to the voters who were left out? The country's fundamental concern is the right to vote, a constitutional right. If this continues to be taken away or ignored, then what is the meaning of democracy? Now, the Election Commission has decided to set up help desks and special camps for the voting rights of laborers and the homeless. The Commission has also realized this, however, and is seeking details not only of parents but also of grandparents, whether they were on the previous voter list or not. How would an 18-year-old, about to become a voter for the first time, know which family members' names were included in the electoral roll? This question is being asked in 2002. Many were born later and were unaware of such administrative questions, so the "declaration" attached to Form 6 is unnecessary and illegal. The Commission should also clarify when the Supreme Court approved it. However,

Questions on the Election Commission: What danger did Dr. Ambedkar warn of 77 years ago?

On June 16, 1949, in the Constituent Assembly, Dr. Bhimrao Ambedkar expressed a significant concern regarding the independence of the Election Commission. He questioned how simply securing the tenure of the Election Commissioner would be sufficient if the appointment system could not prevent someone who was under the influence of the executive? Nearly 77 years later, in 2026, the Election Commission is again at the center of questions. The date was June 16, 1949, when the Constituent Assembly was debating the structure of the Election Commission, the appointment of Election Commissioners, and the provisions for their removal. During this time, Dr. B.R. Ambedkar raised a concern regarding the appointment of Election Commissioners that is being discussed again today, 77 years later. According to the official proceedings of the Constituent Assembly, Dr. Ambedkar recognized that merely granting the Election Commissioner a fixed and secure tenure would be meaningless if the Constitution lacked a provision to prevent the appointment of an unsuitable person or one who would be under the influence of the executive. He categorically stated this as "under the thumb of the Executive." He also acknowledged that his proposal lacked any provision to prevent the appointment of an unsuitable person, and that the question of appointment was crucial. It is important to understand that Ambedkar was not blaming any government or any Election Commissioner at that time. His concern was about the future constitutional system. The question was how to ensure adequate safeguards in the appointment process to keep the election-conducting body independent of the executive. Why is that debate still being recalled 77 years later? - In 2026, the Election Commission is once again at the center of political and legal debate. In particular, the Commission's decisions regarding the Special Intensive Revision (SIR) of voter lists have been questioned by the opposition and various parties. But a report released in September added a new dimension to this debate. According to an investigation by The Indian Express, Election Commissioners Sukhbir Singh Sandhu and Vivek Joshi filed formal objections to various Commission actions at least 14 times in the past ten months. According to the report, these objections spanned topics such as registration of new voters, deletion and restoration of names, appeals related to the SIR, and the IT system associated with the electoral roll. In some cases, both commissioners reportedly claimed that decisions were taken without their knowledge. This is where the question becomes serious. If two commissioners in a three-member Election Commission are filing written objections to a process, how should that disagreement be viewed? The Commission's position is equally important—the Election Commission's position cannot be ignored in this entire controversy. Sources close to the Commission dismissed media reports of disagreement, stating that all final decisions of the Commission, including the SIR, are taken with the consensus of all three Election Commissioners. This means that formal objections or disagreements during the process do not automatically mean that the Commission's final decisions were made without majority or consensus. Therefore, linking reports of internal disagreements directly to the conclusion that the Election Commission is not independent would be going beyond the available facts. But these incidents have certainly raised the question of transparency. If there are differences among members of a constitutional body over key procedures, should voters have the right to know who objected to which decision and how it was resolved? The 2023 law and the question of appointment—The other end of this debate concerns the appointment of the Chief Election Commissioner and other Election Commissioners. In the March 2023 Anup Barnwal vs. Union of India judgment, the Supreme Court established an interim arrangement until Parliament enacted a law, giving a role in the selection of Election Commissioners to a committee consisting of the Prime Minister, the Leader of the Opposition in the Lok Sabha, and the Chief Justice of India. Following this, Parliament enacted a new law in 2023. This law included the Prime Minister, the Leader of the Opposition in the Lok Sabha, and a Union Cabinet Minister nominated by the Prime Minister on the selection committee. The Chief Justice of India is not a part of this committee. This arrangement has been challenged in the Supreme Court. And this is where the debate of 1949 becomes relevant again. Ambedkar then asked how to create an appointment system that would minimize the influence of the executive. Today, the Supreme Court also faces the question of the process for appointing Election Commissioners and the independence of the Election Commission. The question of independence reached the Supreme Court - On September 23, 2026, a two-judge bench of the Supreme Court delivered differing opinions on this matter. The matter has now been placed before the Chief Justice to decide on the formation of an appropriate bench. During the hearings, the issue of the member to enlarge the screen size. Turn on "Easy" or "Simple" mode. This will keep the screen clear and only important information visible. Use fingerprint or face lock to avoid the hassle of remembering passwords. Keep the numbers of people you call frequently as favorites. This will save you the hassle of searching for them when needed. Mistakes are the only way to learn. Don't panic if you press something wrong on the screen. Simply press the "Back" button at the bottom or close everything and restart. these will boost your confidence. Additionally, keep a small "tech diary" and note down the steps for any new task in your own language. Instead of trying to learn everything at once, spend 10-15 minutes every day learning just one thing. Step into the digital world - Once you've become comfortable using your mobile, move on to digital services. However, first learn to listen to bhajans on YouTube, check the weather, or read newspapers online.

electoral process. Are the fears of 1949 coming true in 2026? A straightforward yes or no answer to this question would perhaps not be appropriate. Ambedkar did not predict any future government in 1949. He drew attention to a potential constitutional challenge inherent in the structure of the Election Commission—the appointment process must be such that the independence of the institution is not questioned, along with the security of the post. The circumstances of 2026 are completely different from those of 1949. The country has an Election Commission that is over seven decades old, a parliamentary law, a system of judicial review, and the right to challenge the Commission's decisions in court. Yet, the controversy surrounding the SIR, the objections reported by two members of the Commission, and the ongoing debate in the Supreme Court on the Appointments Act have certainly brought that old question to the fore. Perhaps, therefore, the real question today is not whether Dr. Ambedkar's apprehension has been "vindicated." The real question is: do the circumstances of 2026 compel us to reread Dr. Ambedkar's constitutional warning about the danger he recognized 77 years ago and reconsider the institutional safeguards for the Election Commission's independence and transparency?

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

ज्यू न लिखूँ सच समाचार पत्र में सभी पद अवैतनिक है

बरेली में गूजा सेवा संकल्प : किसानों को रबी बीज, स्वच्छता मित्रों को PPE किट से किया गया सम्मानित

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के सार्वजनिक जीवन के 25 वर्षों की सेवा यात्रा और विकसित भारत-2047 के संकल्प को लेकर जनपद में 17 सितम्बर से 17 अक्टूबर 2026 तक सेवा संकल्प अभियान के तहत विभिन्न जनहितैषी कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। इसी कड़ी में जिले के विभिन्न ब्लॉकों और नगर पंचायतों में बड़े स्तर पर सेवा शिविर लगे- किसानों को सौगात नवाबगंज में सांसद छत्रपाल सिंह गंगवार व विधायक डॉ. एम.पी. आर्या, बिथरी चैनपुर में एमएलसी कुंवर महाराज, रामनगर में ब्लॉक प्रमुख और क्यारा में विधायक डॉ. राधेन्द्र शर्मा की मौजूदगी में कृषकों को निशुल्क रबी/ तोरिया बीज मिनी किट बांटी गई तथा आधुनिक खेती की



जानकारी दी गई। महिला व बाल कल्याण- बिथरी चैनपुर में अन्नप्राशन एवं गोद भराई कार्यक्रम आयोजित कर

लाभार्थियों को योजनाओं से जोड़ा गया। क्यारा ब्लॉक में विशेष पेंशन कैप लगाकर पात्रों को लाभान्वित किया गया। स्वच्छता कर्मियों का सम्मान- नगर पंचायत शीशगढ़ में स्वच्छता कर्मियों को सुरक्षा हेतु पीपीई किट दी गई और उत्कृष्ट कार्य करने वाले कर्मियों को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। जनसेवा शिविर- आलमपुर जाफराबाद, रिछा और ठिरिया निजावत खां में शिविर लगाकर आमजन को सरकारी योजनाओं की जानकारी दी गई व आवेदन प्रक्रिया पूरी कराई गई। इस अभियान का मुख्य उद्देश्य शासन की योजनाओं को सीधे पात्र व्यक्तियों तक पहुंचाकर सुशासन, किसान कल्याण और सामाजिक सुरक्षा को धरातल पर मजबूत करना है।

सीबी गंज ITI में नामी कंपनियों का रोजगार मेला, 93 होनहारों का चयन

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। सेवा संकल्प अभियान के तहत बुधवार को सीबी गंज स्थित राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान (ITI) में एक दिवसीय विशाल अप्रेंटिसशिप मेले का आयोजन किया गया। जिलाधिकारी अविनाश सिंह व मुख्य विकास अधिकारी के दिशा-निर्देशन में आयोजित इस मेले का शुभारंभ IIA बरेली के अध्यक्ष शेखर अग्रवाल ने पीता काटकर किया। इस मेले में जनपद बरेली व आसपास की कई प्रतिष्ठित कंपनियों ने हिस्सा लिया, जिनमें गौरव इनजिंग, एपी ऑटोजोन, राजश्री कॉलेज, अशोका फोम, अशोका

लीलैंड (रुद्रपुर), मार्स कॉस्मेटिक (दिल्ली), फ्लेक्सी ग्रुप ऑफ हॉस्पिटल और कोजेन्ट ई-सर्विसेज जैसी प्रमुख कंपनियां शामिल रहीं। मेले में कुल 220 अभ्यर्थियों ने अपने कौशल का प्रदर्शन करते हुए प्रतिभाग किया। कड़े साक्षात्कार के बाद विभिन्न कंपनियों द्वारा कुल 93 अभ्यर्थियों का चयन किया गया। खुशी की बात यह रही कि IIA बरेली के अध्यक्ष द्वारा मौके पर ही 11 चयनित अभ्यर्थियों को नियुक्ति पत्र (Offer Letters) भी सौंपे गए।

कार्यक्रम के दौरान शेखर

अग्रवाल ने ITI के प्रधानाचार्य को आश्वासन दिया कि भविष्य में भी ज्यादा से ज्यादा ITI प्रशिक्षणार्थियों को बरेली में ही रोजगार के बेहतर अवसर उपलब्ध कराने का पूरा प्रयास किया जाएगा। कार्यक्रम के अंत में नोडल प्रधानाचार्य शिव कुमार शर्मा ने सभी कंपनी प्रतिनिधियों और IIA के सदस्यों का आभार व्यक्त किया तथा चयनित युवाओं को उनके उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं। साथ ही मेले के सफल आयोजन के लिए ITI और कौशल विकास मिशन के पूरे स्टाफ की सराहना की गई।

रामगंगा के कटान से गोरा लोकनाथपुर पुल की एप्रोच

कटी, मीरगंज-आंवला मार्ग पर आवागमन ठप

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली- लगातार हुई बारिश और रामगंगा नदी के तेज कटान के कारण मीरगंज तहसील के गोरा लोकनाथपुर गांव के पास बने पुल की एप्रोच रोड बुधवार सुबह क्षतिग्रस्त हो गई। सड़क कटने से मीरगंज और आंवला तहसील के बीच वाहनों का आवागमन पूरी तरह बंद हो गया है।

सूचना मिलते ही एडीएम (वित्त एवं राजस्व) संतोष बहादुर सिंह, एसडीएम मीरगंज निधि शुक्ला और पीडब्ल्यूडी के अधिकारी मौके पर पहुंचे। किसी भी हादसे को रोकने के



लिए पुल के दोनों छोरों पर पुलिस पिकेट तैनात कर सुरक्षा बढ़ा दी गई है। दिसंबर 2021 में करीब 45 करोड़ रुपये की लागत से बने 780 मीटर लंबे इस पुल के कटने से स्थानीय ग्रामीणों को भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है।



अधिकारी का बयान - तीन-चार दिन लगातार हुई बारिश के चलते नदी का जलस्तर बढ़ गया, जिससे पुल की एप्रोच कट गई। राहत की बात यह है कि कोई जनहानि नहीं हुई है। - संतोष कुमार सिंह, एडीएम (एफ/आर)

SDM इशिता किशोर और तहसीलदार ने किया रक्तदान, डॉ. मधु गुप्ता ने लगाया शतक

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। तहसील सदर परिसर में बुधवार को आयोजित रक्तदान शिविर में प्रशासनिक अधिकारियों से लेकर स्वास्थ्य कर्मियों तक ने मानवता की मिसाल पेश की। शिविर का शुभारंभ उपजिलाधिकारी एवं ज्वाइंट मजिस्ट्रेट इशिता किशोर ने स्वयं रक्तदान करके किया। उनके साथ तहसीलदार प्रशांत अवस्थी सहित कुल 16 लोगों ने रक्तदान कर आमजन को इस पुनीत कार्य के लिए प्रेरित किया। शिविर का मुख्य आकर्षण सीबीगंज पीएचसी की प्रभारी चिकित्सा अधिकारी डॉ. मधु गुप्ता रहीं, जिन्होंने 100 से अधिक बार रक्तदान करने का



अनोखा सेवा रिकॉर्ड कायम रखा। प्रशासन व जनता की सहभागिता तहसीलदार प्रशांत अवस्थी, डीपीएम इमरान खान, अकबर हुसैन समेत तहसील व स्वास्थ्य कर्मियों ने रक्तदान किया। सुरक्षित रक्त संग्रह- जिला अस्पताल ब्लड बैंक के नोडल अधिकारी डॉ. अमित दिनकर के नेतृत्व में स्वास्थ्य टीम ने पूरी जांच के बाद सुरक्षित रक्त संग्रह संपन्न कराया। अन्नदान की अनूठी पहल- रक्तदान के साथ

ही सेवा संकल्प के तहत जरूरतमंदों को भोजन कराया गया। यह वितरण डॉ. मधु गुप्ता द्वारा अपने परिजनों की स्मृति में इनर व्हील क्लब ऑफ ग्लोरी प्लस के सहयोग से कराया गया। 2अधिकारियों ने संदेश दिया कि रक्तदान से किसी की जिंदगी बचती है और अन्नदान से जरूरतमंद को संबल मिलता है-दोनों ही कार्य समाज में इंसानियत की मजबूत नींव रखते हैं।

जिनके हाथों में शहर का मान, नगर आयुक्त व महापौर ने किया 'सफाई मित्रों' का सम्मान

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। 'स्वच्छता ही सेवा-2026' अभियान के तहत नगर निगम द्वारा जीआईसी (GIC) ऑडिटोरियम में भव्य 'सफाई मित्र सुरक्षा एवं सम्मान शिविर' का आयोजन किया गया। इस शिविर का मुख्य उद्देश्य शहर को स्वच्छ रखने वाले सफाई मित्रों की सुरक्षा, सेहत और कल्याण को सुनिश्चित करना रहा। शिविर की मुख्य झलकियां: स्वास्थ्य जांच: सफाई मित्रों के लिए नि:शुल्क हेल्थ कैप लगाकर संपूर्ण स्वास्थ्य



परीक्षण किया गया। सुरक्षा किट वितरण: कार्यस्थल पर सुरक्षा

भाजपा ने युवाओं से किया धोखा, बेरोजगारी-महंगाई और भ्रष्टाचार चरम पर: चंद्रशेखर

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। आजाद समाज पार्टी (कांशीराम) के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं नगीना सांसद चंद्रशेखर आजाद बुधवार को बरेली

सर्किट हाउस में पत्रकारों से बातचीत के दौरान उन्होंने केंद्र और उत्तर प्रदेश की भाजपा सरकार पर बेरोजगारी, महंगाई, शिक्षा, स्वास्थ्य, कानून-व्यवस्था और रोजगार के मुद्दों को लेकर निशाना साधा। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार ने युवाओं से रोजगार के नाम पर किए गए वादे पूरे नहीं किए और बुनियादी समस्याओं से जनता का ध्यान हटाने के लिए साम्प्रदायिक मुद्दों को तूल दिया जा रहा है।

संख्या में युवा आबादी है और पढ़े-लिखे युवा डिग्रियां लेकर रोजगार की तलाश में घूम रहे हैं। उन्होंने सरकार के रोजगार



संबंधी दावों पर सवाल उठाते हुए कहा कि सरकारी विभागों में बड़ी संख्या में पद खाली हैं, जबकि संविदा और ठेकेदारी व्यवस्था के तहत युवाओं से कम वेतन पर काम कराया जा रहा है। उन्होंने कहा कि युवाओं को बेहतर रोजगार और भविष्य देने के लिए सरकारी नौकरियों के साथ-साथ उद्योग-धंधों को बढ़ावा देना जरूरी है। उन्होंने शिक्षा और स्वास्थ्य व्यवस्था को लेकर भी सरकार पर सवाल उठाए। आजाद ने कहा

के लिए सभी सफाई मित्रों को PPE किट दी गई और उसके सही उपयोग की जानकारी साझा की गई। सुरक्षा मानक काम के दौरान आवश्यक सावधानियां बरतने के प्रति जागरूक किया गया। कार्यक्रम में मुख्य रूप से महापौर डॉ. उमेश गौतम और नगर आयुक्त संजीव कुमार मौर्य (IAS) सहित पार्षदांगण एवं अधिकारी मौजूद रहे। मंच से सभी ने एक सुर में सुरक्षित सफाई मित्र - स्वस्थ समाज - स्वच्छ भारत का संकल्प दोहराया।

कि स्कूलों में बुनियादी सुविधाओं की कमी है, जबकि सरकारी अस्पतालों में डॉक्टर, नर्स, कर्मचारी, दवाइयां और आवश्यक उपकरणों की कमी की शिकायतें सामने आती रहती हैं। उन्होंने कहा कि उनकी पार्टी प्राथमिक से लेकर इंटरमीडिएट तक बेहतर और मुफ्त शिक्षा, अच्छे अस्पताल, कॉलेज और विश्वविद्यालय तथा स्थानीय स्तर पर रोजगार के अवसर उपलब्ध कराने के मुद्दे उठाती रही है।

आंवला में बंद भट्टे पर चल रही थी अवैध असलहा फैक्ट्री, 14 हथियारों और ब्रेजा कार समेत 4 तस्कर गिरफ्तार



क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। आंवला थाना पुलिस ने मौनौना मार्ग पर स्थित एक बंद पड़े ईट-भट्टे पर छापा मारकर अवैध हथियार बनाने वाली अंतरजनपदीय फैक्ट्री का भंडाफोड़ किया है। पुलिस ने मौके से चार तस्करों को गिरफ्तार कर 12 देशी तमंचे, एक पीनिया, एक देशी रायफल,

भारी मात्रा में हथियार बनाने के उपकरण, चार मोबाइल और एक ब्रेजा कार बरामद की है। मंगलवार रात गश्त के दौरान पुलिस को भट्टे पर संदिग्ध गतिविधियों और लाल रंग की कार की सूचना मिली थी। घेराबंदी कर पकड़े गए आरोपियों की पहचान बदायूं निवासी योगेंद्र प्रताप सिंह, रजत प्रताप

सिंह उर्फ शंकर, रामगोपाल और अवधेश के रूप में हुई है। पूछताछ में सामने आया कि रामगोपाल और अवधेश भट्टे में तमंचे बनाते व मरम्मत करते थे, जबकि योगेंद्र और रजत इन्हें औने-पौने दामों में खरीदकर महंगे दामों पर आगे सप्लाय करते थे। योगेंद्र और रजत पर पहले से भी आपराधिक मुकदमे दर्ज हैं। एसपी साउथ अंशिका वर्मा ने बुधवार को मामले का खुलासा करते हुए बताया कि चारों आरोपियों के खिलाफ आर्म्स एक्ट के तहत मुकदमा दर्ज कर ब्रेजा कार को सीज कर दिया गया है। पुलिस अब इस अवैध हथियार नेटवर्क के बाकी खरीदारों और सप्लायर्स की कड़ियां जोड़ने में जुटी है।

माननीय मंत्री संजय सिंह गंगवार जन सभा कार्यक्रम

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / अमरिया मण्डल में माननीय मंत्री संजय सिंह गंगवार जी द्वारा जन सभा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें सभी सम्मानित मण्डल पदाधिकारी, शक्ति केंद्र संयोजक, शक्ति केंद्र प्रभारी, बूथ अध्यक्ष, मोर्चा पदाधिकारी एवं समस्त देवतुल्य भाजपा कार्यकर्ताओं ने कार्यक्रम को सफल बनाया। मौके पर उपस्थित रहे - ब्लॉक प्रमुख निशान सिंह उर्फ श्याम सिंह, सर्वजीत सिंह उर्फ छब्बा, जिला महामंत्री मंगली प्रसाद वर्मा, निवर्तमान जिला उपाध्यक्ष



तुलाराम लोधी मण्डल अध्यक्ष प्रमोद कश्यप, मण्डल महामंत्री चेताराम वर्मा, जिला पंचायत सदस्य हरिओम राठौर महेंद्र गंगवार, भाजपा मीडिया प्रभारी बुद्धसेन कश्यप सहित सभी सम्मानित लोग मौजूद रहे।

इसके उपरान्त मंत्री जी द्वारा कई गांवों में जनसंपर्क किया गया - ग्राम सरैनी, तुर्कनिया, तुमडिया, मुगलखेड़ा, गुलरबोझ, सिरसा आदि गांवों में जनसंपर्क कर सभी सम्मानित लोगों से मुलाकात की

प्रिय सुधि पाठको आप अपना यहाँ शुभकामना सन्देश (Birthday, anniversary, any kind of message) कम कीमत में विज्ञापन छपवाए - 9027776991

संक्षिप्त समाचार जैविक खाद से घटेगा किसानों का खर्च

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। कृषि विज्ञान केंद्र में 50 किसानों के लिए किण्वित जैविक खाद, संतुलित पोषण प्रबंधन और टिकाऊ कृषि तकनीकों पर एक दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया। विशेषज्ञों ने किसानों को मृदा स्वास्थ्य संरक्षण, संतुलित उर्वरक उपयोग, जैविक इनपुट, प्राकृतिक खेती, पौध संरक्षण और कृषि अवशेषों के वैज्ञानिक प्रबंधन की जानकारी दी। केवीके अध्यक्ष डॉ. अरविंद सिंह तेतरवाल ने बताया कि फसल अवशेष और पशु अपशिष्ट से तैयार किण्वित जैविक खाद मिट्टी के लिए लाभकारी है। इसके उपयोग से यूरिया और डीएपी पर होने वाले खर्च में 25 से 30 प्रतिशत तक कमी की जा सकती है। डॉ. आरएल सागर और डॉ. रंजीत सिंह ने बताया कि किण्वित खाद के पोषक तत्व पौधों को जल्द उपलब्ध होते हैं।

SBI बैंक परिसर से लापता 4 साल के मासूम को ,चंद घंटों में खोज परिजनों को सौंपा

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली। थाना कोतवाली पुलिस ने त्वरित और कार्रवाई करते वर्षीय मासूम सकुशल बरामद परिजनों के दिया है। सितंबर 2026 क तु बखाना में उस वक्त गया, जब एक पिता ने अपने 4 साल के बेटे के SBI बैंक परिसर से अचानक लापता होने की सूचना दी। मामले की संवेदनशीलता को देखते हुए चौकी पुलिस ने तुरंत उच्चाधिकारियों को सूचित किया। उच्चाधिकारियों के निर्देश मिलते ही थाना कोतवाली पुलिस तुरंत एक्शन मोड में आ गई। पुलिस टीम ने बिना वक्त गंवाए आसपास के इलाकों में सघन चेकिंग अभियान चलाया और सभी उपलब्ध संसाधनों का इस्तेमाल करते हुए खोजबीन शुरू की। पुलिस टीम की मुस्तेदी और तेजतर्रार कार्रवाई का ही नतीजा रहा कि गुमशुदा मासूम को कुछ ही समय में सकुशल तलाश लिया गया। थाने में आवश्यक कागजी कार्रवाई और सत्यापन के बाद जब बच्चे को उसके पिता की गोद में सौंपा गया, तो परिजनों की आंखों से खुशी के आंसू छलक पड़े। परिजनों और स्थानीय लोगों ने कोतवाली पुलिस की इस तत्परता और कार्यशैली की जमकर सराहना की। सराहनीय कार्य करने वाली पुलिस टीम में प्रभारी निरीक्षक राजीव कुमार सिंह उप-निरीक्षक अनूप सिंह मुख्य आरक्षी 564 तस्बीरुल हसन आरक्षी 1314 मनीष कुमार रहे।

ब्राह्मण वंशीय एकता लक्ष्य संगठन का बड़ा फैसला: कर्मठता को मिला मान, पंडित राकेश शर्मा बने गाजियाबाद के जिला महामंत्री

क्यूँ न लिखूँ सच /ब्यूरो / बरेली, गाजियाबाद। ब्राह्मण वंशीय एकता लक्ष्य संगठन ने संगठन विस्तार और समाज की मजबूती की दिशा में एक है। संगठन के जमीनी सक्रियता देखते हुए पंडित जिला महामंत्री महत्वपूर्ण किया गया है। उपाध्यक्ष राजीव शर्मा जी (लंदन) और गाजियाबाद के जिलाध्यक्ष अशोक शर्मा जी की विशेष अनुशंसा पर शीघ्र नेतृत्व ने राकेश शर्मा जी को साधारण सदस्य से पदोन्नत करते हुए यह नई जिम्मेदारी सौंपी। राष्ट्रीय अध्यक्ष एडवोकेट आर. सी. निरंकारी जी सहित संगठन के वरिष्ठ पदाधिकारियों ने इस नियुक्ति पर हर्ष व्यक्त करते हुए कहा कि संगठन में कोई भी पद केवल सम्मान नहीं, बल्कि समाज और संगठन के प्रति एक गंभीर जिम्मेदारी है। नेतृत्व ने पूर्ण विश्वास व्यक्त किया है कि पंडित राकेश शर्मा जी अपने इस नए दायित्व का निर्वहन पूरी निष्ठा, अनुशासन और समर्पण के साथ करेंगे। वे जिले में विप्र बंधुओं के उत्थान, मान-सम्मान, अधिकारों और सामाजिक एकता के लिए निरंतर अग्रिम पंक्ति में खड़े रहेंगे। पंडित राकेश शर्मा को नवीन दायित्व की घोषणा के बाद से ही विप्र समाज और संगठन के कार्यकर्ताओं में भारी उत्साह है और उन्हें बधाइयों का तांता लगा हुआ है।



स्वास्थ्य, रोजगार और बरेली में बुधवार को आजाद समाज पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं नगीना सांसद चंद्रशेखर आजाद चुनावी महारैली को संबोधित किया। इसके बाद उन्होंने सर्किट हाउस में पत्रकारों से वार्ता की। आजाद ने शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार महिला कर्मियों के मानदेय, कानून व्यवस्था और पुलिसकर्मियों की कार्य परिस्थितियों जैसे मुद्दों पर सरकार पर तीखा हमला बोला। उन्होंने कहा कि राजनीतिक बहस का केंद्र जनता की मूलभूत जरूरतें होनी चाहिए। सत्ता का उद्देश्य सरकारी संस्थाओं को मजबूत करना होना चाहिए। उन्होंने कहा कि उत्तर प्रदेश में धर्म खतरे में नहीं है। जनता खतरे में है। शिक्षा और स्वास्थ्य पर सवाल- चंद्रशेखर आजाद ने शिक्षा व्यवस्था को लेकर सरकार पर तीखा हमला किया। उन्होंने कहा कि सरकारी स्कूलों की वास्तविक स्थिति तभी बदलेगी, जब सत्ता और प्रशासन में बैठे लोगों के बच्चों का भविष्य भी इन्हीं स्कूलों से जुड़ेगा। आजाद ने सवाल उठाया कि जब नीति बनाने वालों के बच्चे सरकारी स्कूलों में नहीं पढ़ेंगे, तो इन संस्थानों को बेहतर बनाने की जवाबदेही कैसे बनेगी। उन्होंने सरकारी अस्पतालों की बदहाली पर भी सरकार को घेरा। आजाद ने कहा कि स्वास्थ्य सुविधा जनता का अधिकार है, कोई एहसान नहीं। इससे पहले चंद्रशेखर आजाद ने एक मैरिज लॉन में जनसभा को संबोधित किया। इसमें हजारों कार्यकर्ता जुटे।

जमा कर दें। बकाया भुगतान नहीं करने वाले उपभोक्ताओं के खिलाफ विभागीय नियमों के अनुसार कार्रवाई की जाएगी। इस दौरान जेई रमेश चंद्र गौतम टीजी टू प्रवीण शर्मा, आदिल मलिक, काशीराम, शब्बीर अली, प्रमोद, हरबीर सिंह आदि मौजूद रहे।

Is consuming honey beneficial or harmful for coughs? Learn why these people should avoid it.

People often consume honey for coughs to soothe their throats. But did you know that some people should avoid honey for coughs? Let's find out more... People often consume honey for relief from coughs and sore throats. the throat and calm the cough. But for coughs? Should some people create confusion. In this article, we'll coughs and what important things Children under one year and not be given honey at all. This is bacteria called Clostridium systems are not yet fully developed, intestines and form toxins, causing caution applies whether they have allergy: If a person has previously eating honey, they should not use can include itching, skin rashes, breathing. In severe cases, such as the face and throat, medical Patients with severe symptoms: If the breathing, a high or persistent fever, of symptoms, honey or other home In such cases, it is important to to an infection or other health Honey can help soothe cough throat irritation, but it's not a cure for all coughs. Coughs can be caused by viral infections, allergies, asthma, acid reflux, or other reasons, so treatment depends on the cause. Drinking warm lemon water mixed with honey may provide relief from coughs for some people. However, evidence of its effectiveness is limited, and medical advice is necessary for persistent or severe coughs. Keep these things in mind when using honey for coughs: Never give honey to children under 1 year of age. Do not consider honey a substitute for cough medicine. Avoid taking honey if you have a history of allergies. Consult a doctor if the cough persists or worsens. If you experience symptoms like difficulty breathing, chest pain, or severe weakness, seek immediate medical attention. Before using any home remedy on children, be sure to check its safety based on their age.



It is believed that honey can help soothe is it safe for everyone to consume honey avoid it altogether? These questions often explore who should avoid honey for to keep in mind when consuming honey. children under 12 months of age should because honey may contain spores of the botulinum. Young children's digestive so these spores can multiply in the a serious illness called thrush. This a cough or not. People with a honey experienced an allergic reaction after honey for cough relief. Allergic reactions swelling of the lips or face, and difficulty difficulty breathing or rapid swelling of attention should be sought immediately. cough is accompanied by difficulty dehydration, chest pain, or a worsening remedies should not be relied upon alone. consult a doctor, as the cough may be due problem. Does honey cure a cough? symptoms and provide some relief from

Healthy Lifestyle: Managing weight, sleep, and hormonal changes after 40 is easy; just keep these 4 things in mind.

Indeed, after 40, many natural changes occur in women's bodies and minds, which can sometimes be difficult to accept. But do these changes mean you should stop enjoying life? You're 40. Your body is undergoing many changes. in sleep, and hormonal fluctuations are after 40, many natural changes occur in difficult to accept. But do these changes you need to do is prioritize your health and simple tips for staying happy and healthy body's nutritional needs and energy a diet that provides your body with adequate vegetables, seasonal fruits, whole grains, on your plate. It's crucial to limit your intake fried foods. A balanced diet helps with weight metabolic health. Keep your body active - start brisk walking, swimming, cycling, or training is also crucial to maintaining muscle balance, while meditation and breathing the intensity of your exercise according to health - A healthy mind is as important as a family, career, and personal responsibilities. it's a form of self-care. Take some time daily gardening, or a hobby of your choice. If any reason, don't hesitate to talk to a mental health professional. Don't compromise on sleep and hydration - Adequate sleep is essential for your body and mind to function optimally at this age and beyond. For most adults, a regular sleep of about 7-9 hours is considered optimal. Therefore, establish a consistent bedtime and wake-up time. Reduce screen use at night. Also, drink plenty of water throughout the day. Water needs vary depending on each person's activity, weather, and health status. Therefore, instead of relying solely on a fixed number, pay attention to thirst and body needs. Not taking care of yourself can become a problem - after 40, life doesn't need to be slowed down, but rather lived in a better way. Make nutritious food, regular activity, mental peace, and adequate rest a part of your daily routine. You can certainly handle the changes that come with age in a better way. After all, a beautiful and healthy life doesn't just mean living longer, but living each year in a better way.



Increasing weight, decreasing muscle strength, changes making you feel like life isn't the same anymore. Indeed, women's bodies and minds, which can sometimes be mean you should stop enjoying life? Absolutely not! All mental peace. Therefore, you should know these four after 40. A balanced and nutritious diet: After 40, the expenditure change. Therefore, at this age, start eating protein, fiber, vitamins, and minerals. Include green pulses, eggs or other protein sources, and healthy fats of excessive sugar, highly processed foods, and excessive management, as well as maintaining cardiovascular and yoga and exercise are essential - As you reach this age, any other physical activity you can find daily. Strength and bone strength. Yoga helps improve flexibility and exercises help manage stress. Start slowly and increase your physical condition. Give equal importance to mental healthy body. After 40, stress often increases due to In such situations, taking time for yourself isn't selfish; for meditation, pranayama, reading, listening to music, you're feeling persistent sadness, anxiety, or stress for

"You've gained weight..." What changes occur in the body after childbirth? Before mocking a woman, know this before you make fun of her.

Recently, during an event, Katrina Kaif was trolled for her weight gain. This is quite normal for a woman. In this article, let's explore the changes that occur in a woman's body after giving birth, so that in the future, you'll think twice before trolling or mocking a woman. "Hey, you've gained so much weight after delivery... you've gained weight. You've lost so much hair!" While these comments may seem normal to a new mother, for a woman who has just given birth, such comments can be quite hurtful. Childbirth not only increases a woman's responsibilities, but also brings about numerous changes in her body. Recently, various comments were seen on social media regarding actress Katrina Kaif's postpartum appearance and weight. But how appropriate is it to comment on a woman's body or make fun of her weight? In fact, the body needs time to recover after delivery, and every woman's experience is different. In this article, let's explore the common changes that occur in women's bodies after delivery in detail, so that you can better understand them and avoid making fun of a woman's physical changes yourself or allowing others to do so. 1. Immediate weight loss isn't necessary - Weight gained during pregnancy doesn't completely disappear immediately after delivery. It takes time for the body to return to normal after childbirth. Age, pregnancy weight gain, diet, sleep, physical activity, breastfeeding, and other health conditions can affect weight changes. Therefore, the speed of weight loss can vary for each woman.

Mission Green Corridor: Indian Army and Bareill

Cantonment Launch Massive Drive to Reclaim Nakatiya River

Kyun na Likhun Sach/ Bureau Report- Bareilly? ?In a powerful demonstration of civil-military cooperation and civic action, the Bareilly Cantonment Board and HQ Uttar Bharat Area, Indian Army, launched a massive environmental restoration initiative: "Saving the River – Nakatiya to Nath Ganga."“?The joint



field intervention tackled critical river stretches through three focused operations:“?Massive Waste Removal: Army personnel, Cantonment Board officials, and local

volunteers carried out intensive s h r a m d a a n , extracting solid pollutants, debris, and plastic waste to immediately restore natural river flow and water hygiene. 11,000 -S a p l i n g Plantation: To forge the long-term Nakatiya to Nath Ganga Green Corridor, teams planted 11,000 native trees along

riverbanks to curb erosion and develop a durable ecological buffer.“?Riverbank Stabilization: Critical embankments were cleared of hazardous debris and invasive weed growth, laying the ground for long-term ecological recovery and sustainable flood mitigation.“?By combining the field discipline of the Indian Army with the

administrative leadership of the Bareilly Cantonment Board, the drive sets a new benchmark for Jan Bhagidari (c o m m u n i t y participation). The initiative moves river conservation beyond p a p e r w o r k , transforming the Nakatiya corridor into an ecologically resilient, cleaner, and greener lifeline for the region.



Bhojpuri actress announces new film 'Rani Bhauji'; will release directly on OTT platform

Bhojpuri actress Rani Chatterjee's new film has been announced. This film will hit the digital platform. Rani Chatterjee is a popular actress in Bhojpuri cinema. Her films are a huge hit among audiences. Now, she is returning to

her fans with a new film. Recently, her upcoming Bhojpuri film was announced, and its first look has been shared. Rani Chatterjee holding Sudarshan Chakra? - The poster for Rani Chatterjee's new film has been released. In it, the actress is seen in a traditional look, wearing a pink sari with a straight pallu tied around her neck, a mangalsutra, and vermillion in her hairline. She is holding what appears to be a Sudarshan Chakra in one hand. The poster also features several other women, one of whom appears to be torturing Rani. The poster suggests that this film will be a family drama. Which OTT platform will the film be released on? The title of Rani's upcoming film is 'Rani Bhauji'. This upcoming project will be released on BTV Play OTT. Sharing the poster, the makers have written, 'The first offering of BTV Play OTT'. This film is being directed by Dil Aawaz Khan. It is being produced by Manish Sharma. However, the information about the release date of the film has not been revealed yet. Fans are excited - Rani Chatterjee's fans are excited on the announcement of her film. Users are writing, 'Queen of everyone's hearts, Bhojpuri Queen'. One user wrote, 'We wait for your movies'. Some people are congratulating her.

Swara Bhaskar: 'My brother ignored her,' Shahzad Poonawala said about the actress, also taking a dig at Fahadh.

A war of words has erupted between Shahzad Poonawala and Swara Bhaskar as soon as they appeared on the reality show "Rise and Fall." The first video of their fight has surfaced. The reality show "Rise and Fall 2," hosted by only been on air for a day, and the fights already begun. A recent video from the Bhaskar and Shahzad Poonawala Furthermore, they even mentioned took a dig at him. What did Shahzad the show has surfaced, in which host Shahzad that he's talked a lot on social come in, you haven't even spoken. Has your Shehzad said, "No one has been born yet Shehzad took a dig at Fahad Ahmed. Swara's reaction." Swara then said, "His career isn't going to brighten from here." worry about my career. Just let your Poonawala say about Swara's dance? - video, he also took a dig at Swara's dance. gain mileage and footage, she went to immersion ceremony and danced like that, ignored it." We are also in the same ignore Arpita Khan's Ganpati immersion Khan ignored Swara while she was dancing. The tension between Swara and Shehzad is always in the news. Due to their differing political ideologies, the two have clashed several times in the past.



cricketer Virender Sehwag, has between the contestants have show surfaced, showing Swara engaging in a verbal battle. Swara's husband, Fahadh, and Poonawala say? - A promo for Virender Sehwag tells contestant media. Now that she (Swara) has voice become hoarse? To this, who can suppress my voice." Sehwag continued, "I can see (Shehzad's) sinking political Shehzad then said, "Don't husband win." What did Shehzad didn't stop there; in a Poonawala said, "Once, just to someone else's Ganpati and our brother (Salman Khan) mode." Shehzad is referring to ceremony in 2019, where Salman

Fatima Sana Shaikh: Why did the actress praise Salman Khan? She said, 'When a big personality like you...'

Fatima Sana Shaikh has heaped praise on Salman Khan. She recently appeared on "Bigg Boss 20" to promote her film. Actress Fatima Sana Shaikh praised Salman Khan's response to trolls in a recent episode of "Bigg Boss position in the industry, this action is very say? - Fatima Sana Shaikh recently her film "Hunkaar." Speaking about you've responded to the trolls this time you speaks out or takes a stand on an Fatima explained how celebrities raising impact on their audiences. She decision to respond to online trolls and What did Salman Khan say about Vaar" episode of "Bigg Boss 20," targeting him for his weight gain and stop criticizing others for their looks. about his weight. In response to the go," and then took off his hat and jacket. on social issues, also spoke out against criticism of people's personal Salman Khan was also seen defending Recently, Katrina attended the Ambani She faced online trolling for her post-Katrina, Salman said, "Why do you troll gains weight after pregnancy. When she returns to films, she will be fit and fit. She wants to spend time with her family." What did Salman say about his age? Salman responded to comments about his age, saying, "Of course, I'm 60. You can't be like 'Maine Pyar Kiya' all the time. This era has suddenly become a topic (of discussion), (people say) he's old. What are you trying to troll? I know who trolls me. I don't react. I have so many fan clubs. What difference does it make to us? Let them talk." An angry Salman wiped off his makeup and challenged the trolls to mock him. Salman Khan's advice to actresses: Salman Khan also targeted the paparazzi. He also criticized paparazzi for taking inappropriate photos of actresses. Salman said, "Paparazzi take hip shots, leg shots, and if they can get a shot from behind, they take that too. None of these heroines, no girl, likes this. My own niece is walking, and they take a shot of her from behind and caption it, 'Guess who this is?' I am telling all the girls this, if this happens, turn around and slap them and say, 'Take a shot of your mother or sister.'"



20." She said that considering Salman's important. What did Fatima Sana Shaikh appeared on "Bigg Boss 20" to promote Salman's attitude, Fatima said, "The way is a big deal. When a big personality like issue, it has a profound impact on people." voices on issues can have a profound specifically mentioned Salman Khan's address the issues despite his high status. trolling? - During the "Weekend Ka Salman responded to trolls who were appearance. He said that people should Salman was seen reacting to comments criticism, Salman said, "Troll, here you The actor, known for his outspokenness body-shaming, age-related trolling, and appearance. Salman defended Katrina - his friend and actress Katrina Kaif. family's Ganesh Chaturthi celebrations. childbirth weight gain. Without naming someone who gets pregnant? Everyone ceremony in 2019, where Salman