



संजय श्रीवास्तव
प्रधान संपादक
7905027565
9415055318

दैनिक

यंग भारत

निष्पक्ष नज़र निर्भीक ख़बर



सहयोगी प्रकाशन/प्रसारण
दैनिक वास्तविक समाज वाद-लखनऊ
प्रमुख उर्दू दैनिक तामीरे नौ-लखनऊ

Digital Edition

वर्ष-14 अंक-198

कीर्ति शेष रामेश्वर दयाल श्रीवास्तव (लम्बरदार) की स्मृति में

उरई (जालौन) बुधवार 01 जुलाई 2026

youngbharatE-paper.com

माफिया मुक्त, उपद्रव मुक्त, कर्फ्यू मुक्त’; सीएम योगी ने कानून व्यवस्था पर कही ये बड़ी बात



संजय श्रीवास्तव
प्रधान संपादक

(यंग भारत न्यूज़)

पीलीभीत: उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ का बड़ा बयान सामने आया है। उन्होंने पीलीभीत के कार्यक्रम में प्रदेश में कानून व्यवस्था की स्थिति पर बड़ी बात कही। दरअसल, विपक्षी पार्टियों की ओर से लगातार प्रदेश की कानून व्यवस्था को लेकर सवाल खड़े किए जा रहे हैं। राम मंदिर दान चोरी मामले के बाद विपक्षी दलों का हमला लगातार बढ़ा हुआ है। इस प्रकार की स्थिति को देखते हुए सीएम योगी ने कानून व्यवस्था के मामले पर प्रदेश की ताजा स्थिति को अपने अंदाज में पेश किया। उन्होंने कहा कि नो कर्फ्यू, नो दंगा, यूपी में सब चंगा। इस स्लोगन के जरिए वे विपक्षी दलों पर लगातार हमलावर रुख अपनाते दिख रहे हैं। पूर्व की सरकार के कार्यकाल में हुए दंगों का भी जिक्र करते दिखे हैं। सीएम योगी ने पूर्व की सरकार पर हमलावर रुख अपनाते हुए कहा कि एक

समय था, जब माफिया-अपराधी अपराध करने के बाद भी सीना तान कर चलता था। थानों पर कब्जा करता था। तहसीलों में उधमबाजी होती थी। किसी भी गरीब की जमीन पर कब्जा कर लेते थे। विकास की योजना को नहीं पूरा होने देते थे। बेटी और बहनों की इज्जत के साथ खिलवाड़ करते थे। व्यापारियों का जीना हराम करते थे। प्रदेश के उद्योग आने नहीं देते थे। सीएम योगी ने तंज कसते हुए कहा कि अगर कहीं

वाली तख्ती लटकाकर चलते हैं। वे कहते हैं, बस एक बार हमें माफ कर दो, हम ठेला लगा कर पेट भर लेंगे, लेकिन कहीं गुंडागर्दी नहीं करेंगे। सीएम योगी ने कहा कि हमारी प्रतिबद्धता गरीबों, युवाओं, बहन और बेटियों की सुरक्षा की सुरक्षा के लिए है। अनन्दाता किसानों की खुशहाली के लिए है। हमारी प्रतिबद्धता किसी गुंडा-माफिया के प्रति नहीं हो सकती है। सीएम योगी ने राम मंदिर दान चोरी मामले का जिक्र किए बिना साफ कहा कि हम किसी भी गुंडा, माफिया, अपराधी को न संरक्षण देंगे और न ही किसी अन्य से लेने देंगे। सीएम ने सपा पर निशाना साधते हुए कहा कि कुछ लोगों को बस अच्छा रहन-सहन, खान-पान, अच्छी सुविधा मिले, इसकी फिक्र होती है। केवल सैफई तक विकास को सीमित रखा गया। सीएम ने कहा कि पूर्व की सरकार ने प्रदेश की 25 करोड़ की जनता की फिक्र नहीं की। पीलीभीत, लखीमपुर खीरी, बरेली, रामपुर, मुरादाबाद, बदायूं में विकास नहीं हुए, केवल सैफई तक विकास को सीमित रखा। एक खानदान का कब्जा बरकरार रहे, इसी सोच के साथ विकास को सीमित किया गया

यूपी विधानसभा चुनाव से पहले बड़ा ‘खेला’, अखिलेश की सपा ओवैसी से गठबंधन को तैयार लेकिन रखी कड़ी शर्त

कहा- जैसे ही आप चुनाव लड़ते हो...

(यंग भारत न्यूज़)

लखनऊ। उत्तर प्रदेश में विधानसभा चुनाव जैसे-जैसे पास आ रहा है वैसे-वैसे राजनीतिक गलियों में तोड़-जोड़ की चर्चा खूब होने लगी है। यूपी की सियासत में अपने लिए जमीन तलाश रहे ऑल इंडिया मजलिस-ए-इतेहादुल मुस्लिमीन के प्रमुख असदुद्दीन ओवैसी ने कुछ दिन पहले ही समाजवादी पार्टी के साथ गठबंधन के लिए आगे हाथ बढ़ाया था। इस बीच



लखनऊ में समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय प्रवक्ता आशुतोष वर्मा ने बड़ा ऐलान करते हुए कहा कि हम ओवैसी के साथ हम गठबंधन करने को तैयार हैं, लेकिन उन्होंने एक शर्त रख दी। समाजवादी पार्टी और एआईएमआईएम के बीच गठबंधन से पहले सपा प्रवक्ता आशुतोष वर्मा ने एक वीडियो जारी करते हुए कहा ‘ओवैसी के साथ हम गठबंधन करने को तैयार हैं, लेकिन उसके लिए एक शर्त है। आशुतोष

वर्मा ने आगे कहा शर्त ये है कि एआईएमआईएम उत्तर प्रदेश में विधानसभा चुनाव नहीं लड़ेंगे। आप अगर चाहते हैं कि यूपी में बीजेपी हारे तो इंडिया गठबंधन का साथ देना होगा। हालांकि, सपा के एक शर्त के बाद ऑल इंडिया मजलिस-ए-इतेहादुल मुस्लिमीन की तरफ से कोई बयान नहीं आया है। गौरतलब है कि कुछ दिन पहले ही ऑल इंडिया मजलिस-ए-इतेहादुल मुस्लिमीन (एआईएमआईएम) के

प्रमुख असदुद्दीन ओवैसी ने बिजनौर के नजीमाबाद में एक जनसभा को संबोधित करते हुए कहा था कि ‘बीजेपी को रोकने के लिए वे गठबंधन के आधे रास्ते तक तैयार हैं, लेकिन इज्जत और सम्मान के साथ। इस रैली के दौरान उन्होंने बीजेपी पर महल करते हुए कहा था कि हम नहीं चाहते कि यूपी में दोबारा बीजेपी की सरकार बने। इसलिए गठबंधन इज्जत और सम्मान के आधार पर होना चाहिए।

मुख्तियां.....

आगे चल रहे डंपर के अचानक से ब्रेक लगाने पर पीछे चल रहा डंपर टकराया,हादसे में खलासी की मौत

(यंग भारत न्यूज़)

जालौन –उरई बुंदेलखंड एक्सप्रेसवे पर आगे चल रहे डंपर के अचानक से ब्रेक लगाने पर पीछे चल रहे डंपर का चालक काबू नहीं रख सका और डंपर आगे चल रहे ट्रक में घुस गया। हादसे में खलासी की मौत हो गई। जबकि चालक गंभीर रूप से घायल है। चालक को प्राथमिक उपचार के बाद उच्च संस्थान रेफर किया गया।

हाई टेंशन लाइन पेड़ की टहनियों के बीच से निकली, पेड़ में उतरा करंट, हादसे की बड़ी आशंका

(यंग भारत न्यूज़)

जालौन-उरई। कांजी हाउस के सामने से निकली हाई टेंशन लाइन पेड़ की टहनियों के बीच से निकली है। बारिश होने और टहनियों के हवा में लहराने से पेड़ में करंट आ रहा है जिससे आसपास के दुकानदारों को करंट लगने को खतरा बना रहता है। तहसील मार्ग पर स्थित कांजी के सामने जिला पंचायत की जमीन पर पेड़ खड़ा है। पेड़ के पास से ही हाईटेंशन लाइन निकली है। बरसात में पेड़ की टहनियां बढ़ी हो गई है। टहनियों के बढने के कारण हाई टेंशन लाइन टहनियों के बीच में आ गई है।

कालपी के दो प्रमुख सरकारी संस्थानों के प्राचार्य हुये सेवानिवृत्त

(यंग भारत न्यूज़)

कालपी जालौन। कालपी के दो प्रमुख सरकारी संस्थानों के प्राचार्य मंगलवार 30 जून को शासकीय सेवा से सेवानिवृत्त हो गये हैं। इनमें राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान (आईटीआई) के प्राचार्य श्रवण कुमार शुक्ला तथा मंडलीय ग्रामोद्योग प्रशिक्षण केन्द्र, कालपी के प्राचार्य शिशुपाल गोयल शामिल हैं। विदित हो कि प्राचार्य श्रवण कुमार शुक्ला ने अपने कार्यकाल में आईटीआई में तकनीकी शिक्षा की गुणवत्ता बढ़ाने, प्रशिक्षण व्यवस्थाओं को सुदृढ़ करने तथा विद्यार्थियों को रोजगारोन्मुखी शिक्षा उपलब्ध कराने की दिशा में महत्वपूर्ण कार्य किए।

सीएम योगी का नया फैसला, अब ये काम किया तो सीधे दर्ज होगी एफआईआर; ठेकेदारों के फूले हाथ-पांव

(यंग भारत न्यूज़)

लखनऊ। प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने सोमवार को मुरादाबाद सर्किट हाउस में विकास कार्यों, राजस्व और कानून-व्यवस्था को लेकर एक लंबी और मैराथन समीक्षा बैठक की। इस बैठक में सीएम का कड़ा रुख देखने को मिला, जहां उन्होंने साफ शब्दों में कहा कि जनता से जुड़े कामों में किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। सरकार द्वारा जारी एक बयान के अनुसार, मुख्यमंत्री ने साल 2017 से पहले और अब के आंकड़ों की तुलना करते हुए विकास योजनाओं की जमीनी हकीकत को परखा और अधिकारियों की जवाबदेही तय की। इस हाई-लेवल मीटिंग में जल जीवन मिशन, प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना से लेकर गोवंश संरक्षण जैसे अहम मुद्दों पर विस्तार से चर्चा हुई। सीएम योगी ने लापरवाही बरतने वाले ठेकेदारों, बिजली चोरों और पशु तस्करो के खिलाफ तुरंत



सख्त कार्रवाई करने के निर्देश दिए हैं। उनका पूरा जोर इस बात पर था कि किसी अड़चन के सीधे आम जनता तक पहुंचे, बैठक के दौरान मुख्यमंत्री ने जल जीवन मिशन (हर घर जल योजना) की

समीक्षा करते हुए उन ठेकेदारों को आड़े हाथों लिया जो पाइपलाइन बिछाने के लिए सड़कों तो खोद देते हैं, लेकिन बाद में उन्हें वैसे ही बदहाल छोड़ देते हैं। सीएम योगी ने साफ निर्देश दिया है कि जो भी ठेकेदार सड़क खराब करके उसकी

इंतजाम होने चाहिए, बीमार या घायल पशुओं के इलाज के लिए मोबाइल वेटरनरी यूनिट्स (चलते-फिरते पशु चिकित्सा केंद्र) को पूरी सक्रियता से काम करने के लिए कहा गया है ताकि किसी भी जानवर के इलाज में ढिलाई न

हो। बिजली क्षेत्र में सुधार लाते हुए मुख्यमंत्री ने ‘प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना’ को बेहद महत्वाकांक्षी बताया। उन्होंने नेडा के प्रोजेक्ट ऑफिसर को निर्देश दिया कि घरों पर लगाए जा रहे सोलर पैनल की क्वालिटी सबसे बेहतरीन होनी चाहिए, ताकि उपभोक्ताओं के बिजली बिल का बोझ असह्यित में कम हो सके और उन्हें योजना का पूरा फायदा मिले। इसके साथ ही, बिजली चोरी को रोकने के लिए जिला प्रशासन और बिजली विभाग को मिलकर एक संयुक्त रणनीति बनाने को कहा गया है। बिजली विभाग अब उन इलाकों की पहचान करेगा जहां सबसे ज्यादा चोरी होती है, और वहां सघन छापेमारी कर कानूनी कार्रवाई की जाएगी। सीएम ने यह भी सुनिश्चित करने को कहा कि इस पूरी कवायद के दौरान उन उपभोक्ताओं को कोई परेशानी नहीं होनी चाहिए जो समय पर और ईमानदारी से अपना बिजली बिल चुकाते हैं।

चौधरी शंकर सिंह व बाबूराम के बाद जिले के सबसे जनप्रिय और कद्दावर नेता विनोद चतुर्वेदी को बदनाम करने की साजिश

सरकार से करोड़ों एवं अरबों बजट लाकर तहसील कालपी में सभी धर्मस्थलों पर्यटनों तथा ग्रामों एवं ग्राम के लोगों के कहने पर सर्वाधिक विकास कराया है जो उम्मीद आप सभी समाज के लोगों की होगी उससे ज्यादा विकास करने मैं सदैव अग्रसर रहूंगा

» कुछ टिकटार्थी झूठ का नरैटिव गट मुझे बदनाम करना चाहते हैं- विनोद चतुर्वेदी

» मुझे सर्व समाज के बुजुर्गों ने आशीर्वाद देकर विधायक बनाया है- चतुर्वेदी

» मुझ पर लगाए गए गलत आरोप को प्रेस वार्ता में सही साक्ष्य देकर निराधार बताया-विनोद चतुर्वेदी

» मुझ एक समाज से कोई भी विधायक नहीं बन सकता-चतुर्वेदी

प्रधान संपादक-निदेशक
यंग भारत न्यूज़

उरई जालौन। रेलवे स्टेशन उरई समीप एक होटल सभागार में विधायक कालपी विनोद चतुर्वेदी ने एक वर्ग के युवक के द्वारा लगाए गए झूठे आरोप को निराधार साक्ष्य सहित प्रति देकर सैकड़ों सर्व समाज की उपस्थिति में मीडिया के समक्ष प्रेस वार्ता में अवगत कराया कि कुछ टिकट चाहने वाले मेरे विरुद्ध झूठ का नरैटिव गढ़कर मुझे बदनाम करना चाहते हैं। उन्होंने बताया कि दिनांक 08 जून 2026 स्थान जिलाधिकारी कार्यालय स्थान उरई की जो घटना के सन्दर्भ में मेरे गनर के ऊपर जो मार पीट का आरोप लगाया जा रहा है। वह पूर्णतः सत्य से परे है। जिस लड़के के द्वारा यह आरोप मीडिया को दिए गये वक्तव्य में लगाया गया कि हम गांव की जन समस्या को लेकर अपनी बात



क्षेत्रीय विधायक से कर रहे थे उसी समय उनके सुरक्षाकर्मी ने पीछे से आकर मारपीट की क्या यह सम्भव है कि दो व्यक्ति आपस में वार्ता कर रहे हैं और उनका सुरक्षाकर्मी आकर पीट का आरोप लगाया जा रहा है। वह पूर्णतः सत्य से परे है। जिस लड़के के द्वारा यह आरोप मीडिया को दिए गये वक्तव्य में लगाया गया कि हम गांव की जन समस्या को लेकर अपनी बात

विद्युत व्यवस्था को लेकर उन्होंने मुझे अवगत कराया कि मेरे गांव कुकरनू में विगत 5 वर्षों से लाइट की सप्लाई नहीं है जबकि डबल इंजन की सरकार में शायद ही कोई गांव क्षेत्र ऐसा शेष हो जहां लाइट न हो जिसको लेकर मैंने उक्त लोगों से कहा कि अगर गांव में पांच वर्ष से लाइट नहीं है तो आपने अभी तक मुझे अवगत क्यों नहीं कराया मेरे द्वारा तत्काल उनके सुरक्षाकर्मी अभियन्ता विद्युत वितरण खण्ड 2 को अवगत कराया गया जिसको लेकर अधिशाषी अभियन्ता द्वारा मुझे अवगत कराया गया कि आधी के कारण विद्युत व्यवस्था बाधित है जिस पर काम कराया जा रहा है जिस पर मेरे द्वारा अधिशाषी अभियन्ता दिनांक 08 जून 2026 को उक्त लोग कलैक्ट्रेट परिसर में मेरे पास आए कि हमारे ग्राम में

अभियन्ता ने मुझे अवगत कराया कि विधायक जी गांव की लाइट द्यूबवैल फीडर से है जिसके कारण लाइट नियमित रूप से 10 से 12 घण्टे सप्लाई हो रही है गांव के लोगों ने मैंन लाइन से लाइट को नहीं जोड़ने दिया गया, जिसको लेकर मेरे द्वारा सिर्फ इतना कहा गया कि आप जब मुझे गलत जानकारी दे रहे हैं इसमे मेरी बात खराब होती है। मैं किसी अधिकारी से गलत बात करूँ इससे अच्छा सन्देश नहीं जाता है। उक्त पूरी घटना का दूर से एक लड़का वीडियो बना रहा था जिसको लेकर मेरे सुरक्षाकर्मी के देखने उपरान्त उसको मना किया गया कि किसी की बात का वीडियो क्यों बना रहे हो। इस बात से क्रोधित होकर वह लड़का सुरक्षाकर्मी से तल्क लहजे में अभद्रता करने लगा जबकि सुरक्षा कर्मी ने सिर्फ उसको वीडियो बनाने से मना किया था उस व्यक्ति द्वारा उक्त वार्तालाप के बाद वहां से

मैं दूसरी जगह चला गया। जिलाधिकारी कार्यालय में पूरे जिले के सम्मानित पत्रकार से बन्धु रहते हैं। उक्त घटना अगर घटित होती तो यह घटना पत्रकार साधियों से अच्छी नहीं रहती। दिनांक 9 व 10 जून 2026 की साजिश के बाद कुछ तथाकथित लोगों (जो अपने आपको सम्भावित उम्मीदवार कहते हैं) के द्वारा एक सुनियोजित नरैटिव सैट किया गया ताकि सर्वसमाज के बीच में वैमनस्यता फैलाकर सामाजिक विद्रोह का जहर घोल सकें जबकि उस दिन सामान्य वार्तालाप ही हुआ था जो घटना में तब्दील कर बदनाम किया जाए उसी के क्रम में यह नरैटिव चलाया गया कि मेरे व मेरे पुत्र द्वारा उक्त लोगों को जुगनू की संज्ञा दी गई जो कि पूर्णतः असत्य है। उक्त लोगों के द्वारा एक शिकायती पत्र सुरक्षाकर्मी के विरुद्ध दिया गया जिसकी जांच पुलिस अधीक्षक जालौन के द्वारा उच्चाधिकारी को

सौंपी गई जिसकी जांच जारी है परन्तु मेरे राजनैतिक विरोधियों के द्वारा लगातार क्षेत्र में मनगढ़न्त झूठ फैलाकर सामाजिक विद्रोह पैदा किया जा रहा है। मौजूद लोगों में शशिकांत सिंह चौहान उर्फ कल्लू ठाकुर कालपी धर्मद्व सिंह गिल्लू, भीठारी राजेश सिंह चौहान अभैदेपुर जय सिंह मेहवा औता श्याम किशोर सिंह पिथऊपुर राम सुमन सिंह पिथऊपुर गोपाल सिंह बनाफर लोहई परशुराम दोहरे पूर्व प्रधान दमरास अहिबारन सिंह सिंगर दमरास धर्मद्व श्रीवास्तव कुठौंद राजेश सिंह भिठारी पूर्व ब्लाक प्रमुख चरण सिंह चुर्छाई केदार सिंह पाल प्रधान ढढवा रविंद्र सिंह नादई प्रधान श्याम यादव पूर्व ब्लाक प्रमुख चंद्रपाल सिंह रुरा पूजा शुक्ला कुठौंद कल्लू दीक्षित प्रधान लोहई विधायक प्रतिनिधि आशीष चतुर्वेदी आदि सैकड़ों लोग सर्व समाज के एवं पत्रकार मौजूद थे।

भाजपा का बूथ अध्यक्ष सम्मेलन आयोजित



-कार्यकर्ताओं को दिया संगठन सशक्त करने का संदेश
-सभी कार्यकर्ता आगामी विधान सभा चुनाव की तैयारियों में अभी से जुट जाए-जिलाध्यक्ष

(यंग भारत न्यूज)
कोंच नगर स्थित एक होटल में मंगलवार दोपहर भाजपा का माधौगढ़ विधानसभा क्षेत्र स्तरीय बूथ अध्यक्ष सम्मेलन आयोजित किया गया। सम्मेलन में बड़ी संख्या में बूथ अध्यक्षों, प्रभारियों और पार्टी पदाधिकारियों ने हिस्सा लिया। कार्यक्रम का उद्देश्य



को मजबूत करने, नए लोगों को पार्टी से जोड़ने तथा केंद्र और प्रदेश सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी आम जनता तक पहुंचाने का आह्वान किया।पदाधिकारियों ने आगामी चुनावों की तैयारियों को लेकर बूथ प्रबंधन, मतदाता संपर्क अभियान और संगठनात्मक गतिविधियों को गति देने पर विशेष जोर दिया। कार्यकर्ताओं से कहा गया कि वे नियमित रूप से बूथ स्तर पर बैठकें आयोजित करें और पार्टी द्वारा जारी दिशा-निर्देशों के अनुरूप कार्य करें, ताकि चुनाव के समय प्रत्येक बूथ पर बेहतर प्रदर्शन सुनिश्चित किया जा सके।कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रही जिलाध्यक्षा उर्विजा दीक्षित ने अपने संबोधन में कहा कि हर छोटा कार्यकर्ता संगठन की रीढ़ होता है।उन्होंने कहा जब हमारा बूथ मजबूत होगा तो हम मजबूत

होगे इसीलिए अभी से घर-घर जाकर लोगों से सम्पर्क कर सरकार द्वारा चलाई जा रही जन कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी दे।सम्मेलन में भाजपा नगर अध्यक्ष अंजू अग्रवाल,पालिकाध्यक्ष प्रदीप कुमार गुप्ता,राजेश्वरी यादव, आशु निरंजन,कोषाध्यक्ष अनिल कपूर, ओपी कुशवाहा, राजेंद्र दुबे, दीपक गर्ग, अनुराग खरे, अजित प्रताप, अभिनव गलहोत, प्रबल प्रताप,शिवसिंह कुशवाह,सहित अनेक पदाधिकारी मौजूद रहे। वहीं बूथ अध्यक्ष संतोष सोनी, विकास, सचिन सुजेले, कुंवर सिंह, कमल कुशवाहा, मनीष चौधरी, रामकिशोर समेत सैकड़ों भाजपा कार्यकर्ताओं ने सम्मेलन में सहभागिता कर संगठन को मजबूत बनाने का संकल्प लिया।

नामामि गंगे योजना में तीन माह पूर्व पाइपलाइन डालने के लिए खोदी गई गलियों की अब तक नहीं हुई मरम्मत

-बरसात में बुरी तरह परेशान है ग्रामीण

(यंग भारत न्यूज)
जालौन-उरई। नगर के मोहल्ला रापटगंज में नमामि गंगे योजना के तहत करीब तीन माह पहले पाइपलाइन डालने के लिए खोदी गई गलियों की अब तक मरम्मत नहीं कराए जाने से स्थानीय लोगों में नाराजगी है। मोहल्ला निवासी जगदीश सिंह राजावत ने जनसुनवाई अधिकारी को शिकायती पत्र भेजकर गलियों की मरम्मत कराए जाने की मांग की है। शिकायती पत्र में बताया गया है कि नमामि गंगे योजना के अंतर्गत लगभग तीन माह पूर्व मोहल्ले की सड़कों और गलियों की खुदाई कर पाइपलाइन बिछाने का कार्य कराया गया था। कार्य पूरा होने के बाद संबंधित विभाग ने गलियों को पूर्व स्थिति में नहीं कराया, जिससे अधिकांश गलियां उखड़ी हुईं और गड्ढों में तब्दील हो गई हैं। इसके कारण



बताया कि कि टूटी हुई गलियों के कारण बुजुर्गों, महिलाओं और बच्चों को सबसे अधिक दिक्कत हो रही है। बरसात के दौरान गलियों में कीचड़ और जलभराव होने से फिसलकर गिरने का खतरा बना रहता है। कई लोग चोटिल भी हो चुके हैं। इसके अलावा उड़ रही धूल से लोगों को सांस संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। खराब रास्तों के कारण आपातकालीन स्थिति में एंबुलेंस एवं अन्य वाहनों के आवागमन में भी कठिनाई होती है, जिससे किसी गंभीर स्थिति में बड़ा हादसा हो सकता है। उन्होंने जनसुनवाई अधिकारी से मांग की है कि संबंधित विभाग को तत्काल निर्देशित कर मोहल्ला रापटगंज की क्षतिग्रस्त गलियों समतलीकरण एवं मरम्मत कराई जाए, ताकि स्थानीय लोगों को आवागमन में हो रही परेशानी से राहत मिल सके।

गल्ला मंडी में 100-100 मीट्रिक टन क्षमता के दो गोदामों के निर्माण को मिली मंजूरी

(यंग भारत न्यूज)
कालपी -उरई।कृषि उत्पादन मंडी समिति कालपी के परिसर में 100-100 मीट्रिक टन क्षमता वाले दो नए गोदामों के निर्माण को मंजूरी मिल गई है। निर्माण कार्य को कराने के लिए जरूरी प्रशासनिक स्वीकृति मिलने के बाद जल्द ही कार्य प्रारम्भ कराया जाएगा। इससे मंडी की भंडारण क्षमता में वृद्धि होगी फलस्वरूप किसानों के साथ-साथ व्यापारियों को भी बड़ी सुविधा हासिल होने लगेगी। मंडी कालपी के सचिव सतीश चन्द्र ने बताया कि पिछले महीने नए गोदामों के निर्माण कराने के लिये शासन को प्रस्ताव भेजा गया था। इस सम्बन्ध में कृषि मंडी परिषद के इंजीनियरों के द्वारा सर्वे तथा स्टीमेट तैयार करने पर अंतिम रूप दिया गया था। शासन स्तर से बजट की उपलब्धता होने के बाद सौ सौ मीट्रिक टन के दो गोदामों का निर्माण कार्य शुरू कर दिया जायेगा। इसके लिए स्थलीय निरीक्षण किया जा चुका है। गोदामों का निर्माण हो जाने से कृषि उपज के सुरक्षित भंडारण की बेहतर व्यवस्था उपलब्ध होगी। किसानों को अपनी उपज सुरक्षित रखने में आसानी होगी, जबकि व्यापारियों को भी पर्याप्त भंडारण सुविधा का लाभ मिलेगा। लंबे समय से मंडी में अतिरिक्त गोदामों की आवश्यकता महसूस की जा रही थी, जिसे अब मंजूरी मिलने के बाद पूरा किया जा सकेगा। नये गोदाम निर्माण की स्वीकृति मिलने की जानकारी मिलते ही क्षेत्र के किसानों एवं व्यापारियों ने खुशी जताई है।

कालपी के दो प्रमुख सरकारी संस्थानों के प्राचार्य हुये सेवानिवृत्त

(यंग भारत न्यूज)
कालपी जालौन। कालपी के दो प्रमुख सरकारी संस्थानों के प्राचार्य मंगलवार 30 जून को शासकीय सेवा से सेवानिवृत्त हो गये हैं। इनमें राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान (आईटीआई) के प्राचार्य श्रवण कुमार शुक्ला तथा मंडलीय ग्रामोद्योग प्रशिक्षण केन्द्र, कालपी के प्राचार्य शिशुपाल गोयल शामिल हैं। विदित हो कि प्राचार्य श्रवण कुमार शुक्ला ने अपने कार्यकाल में आईटीआई में तकनीकी शिक्षा की गुणवत्ता बढ़ाने, प्रशिक्षण व्यवस्थाओं को सुदृढ़ करने तथा विद्यार्थियों को रोजगारोन्मुखी शिक्षा उपलब्ध कराने की दिशा में महत्वपूर्ण कार्य किए। वहीं शिशुपाल गोयल ने प्राचार्य के पद रहते हुये मंडलीय ग्रामोद्योग प्रशिक्षण केन्द्र में स्वरोजगार एवं कौशल विकास से जुड़े प्रशिक्षण कार्यक्रमों के सफल संचालन में अहम भूमिका निभाई। दोनों अधिकारियों के लंबे प्रशासनिक अनुभव और कार्यशैली की संस्थान के अधिकारियों, कर्मचारियों एवं प्रशिक्षणार्थियों ने सराहना की है। विभागीय अधिकारी, कर्मचारी, जनप्रतिनिधियों तथा गणमान्य नागरिक शामिल होकर उनके उज्ज्वल भविष्य एवं स्वस्थ जीवन की कामना करेंगे। सेवानिवृत्ति होने के बाद दोनों संस्थानों में विभाग द्वारा नए प्राचार्यों की नियुक्ति तथा प्रभार सौंपा गया है। मंडलीय ग्रामोद्योग प्रशिक्षण केन्द्र कालपी में विभाग के द्वारा बिपिन कुमार की नियुक्ति हुई है। जबकि राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान कालपी के प्राचार्य का अतिरिक्त प्रभार उरई के आईटीआई संस्थान के प्राचार्य मानसिंह को सौंपा गया है।



बिजलीघर में केबिल बदलने के कारण लगभग दो घंटे तक बिजली आपूर्ति बंद रही

(यंग भारत न्यूज)
जालौन-उरई। उरई जालौन मार्ग पर स्थित बिजलीघर में केबिल बदलने के कारण लगभग दो घंटे तक नगर की बिजली आपूर्ति बंद रही। उमस भरी गर्मी में दोपहर में बिजली जाने के कारण नगर की जनता परेशान हुई। उरई मार्ग पर स्थित 33/11 केवी के उपकेंद्र पर रखे 10 एमवी के ट्रांसफार्मर की केबिल खराब हो रही थी जिससे बिजली आपूर्ति सुचारू रखने में दिक्कत आ रही थी। समस्या के समाधान के लिए बिजली विभाग द्वारा आज केबिल बदलने का काम दोपहर साढ़े 12 से शुरू कराया गया। केबिल बदलने के कारण पूरे नगर की बिजली आपूर्ति लगभग दो घंटे बंद रही। दोपहर में दो घंटे बिजली बंद होने से उमस भरी गर्मी में नगर की जनता परेशान हो गई। दो घंटे बिजली जाने से कुलर, एयरकंडीशनर न चल पाने के कारण



दुकानों में दुकानदार व ग्राहकों के साथ घर में छोटे छोटे बच्चे व महिलाओं को उमस भरी गर्मी में परेशानी हुई। लगभग दो घंटे बाद बिजली आपूर्ति बहाल होने के बाद लोगों ने राहत की सांस ली। अवर अभियंता नवीन कंजोलिया ने बताया कि 33/11 बिजली घर की केबिल बदलने के कारण बिजली आपूर्ति बंद करनी पड़ी थी।

ओवरलोड मौरम ट्रकों ने उजाड़ी सड़क, दलदल में तब्दील हुआ देवकली मार्ग; ग्रामीणों ने लगाई प्रशासन से गुहार

■ **कीचड़ और दलदल में तब्दील हुआ देवकली मार्ग, प्रशासन से मरम्मत की मांग**
■ **ओवरलोड वाहनों की मार, देवकली संपर्क मार्ग हुआ बदहाल**

(यंग भारत न्यूज)
कालपी (जालौन)। कालपी-मंगरोल संपर्क मार्ग पर स्थित देवकली तिराहा से गांव देवकली, हीरापुर, मैनपुर और धरमपुर को जोड़ने वाली सड़क इन दिनों अपनी बदहाली पर आसू बहा रही है। मौरम से भरे ओवरलोड ट्रकों की लगातार आवाजाही के कारण सड़क पूरी तरह क्षतिग्रस्त होकर दलदल में तब्दील हो गई है। हालात ऐसे हैं कि लोगों का पैदल चलना तक मुश्किल हो गया है, जबकि दोपहिया और चारपहिया वाहनों का आवागमन भी जोखिम भरा बन गया है। ग्राम प्रधान देवकली बालसिंह निषाद, हीरापुर प्रधान उमाशंकर निषाद, ग्राम प्रधान पवन दीप निषाद का कहना है कि



सड़क पर जगह-जगह गहरे गड्ढे हो गए हैं, जिनमें बरसात का पानी भर जाने से पूरा मार्ग कीचड़ और दलदल में बदल चुका है। कई वाहन चालक बीच रास्ते में अपनी गाड़ियां छोड़कर पैदल जाने को मजबूर हैं। आए दिन दोपहिया वाहन फिसलने से दुर्घटनाएं हो रही हैं, जिससे लोगों में भय का माहौल बना हुआ है। इस मार्ग से

प्रतिदिन बड़ी संख्या में स्कूली बच्चे विद्यालय आते-जाते हैं। खराब सड़क के कारण बच्चों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। कई बार बच्चे कीचड़ में फिसलकर गिर जाते हैं, जिससे उनके कपड़े, बैग और किताबें खराब हो जाती हैं। अभिभावकों ने बच्चों की सुरक्षा को लेकर चिंता जताई है। सड़क की बदहाल

आश्रम में कबीरदास जयंती समारोह का हुआ धूमधाम से आयोजन

(यंग भारत न्यूज)

कालपी जालौन। नगर के मोहल्ला मनीगंज स्थित श्री दीवान गंगादास बंदीछोर आश्रम में सतगुरु संत शिरोमणि कबीरदास जयंती समारोह श्रद्धा, भक्ति एवं उत्साह के साथ आयोजित किया गया। कार्यक्रम में संत-



महात्माओं, गणमान्य नागरिकों तथा बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने सहभागिता कर संत कबीरदास को श्रद्धासुमन अर्पित किए।

समारोह का शुभारंभ संत कबीरदास के चित्र पर आरके साहिल, भाजपा अनुसूचित जाति प्रकोष्ठ के जिला उपाध्यक्ष रविंद्र कोरी, विक्रम कोली, अमरदास,दुली चंद्र, लाल दास, अनुराग दास,राम सिंह सलौनिया, राकेश यादव सभासद, राठौर समाज के निवर्तमान जिला अध्यक्ष अरविंद राठौर,देश राज बरौनियां ने मार्ताण्य एवं दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। इस अवसर पर आयोजित सत्संग में संतों ने कबीरदास के जीवन, उनके आदर्शों तथा समाज को दिए गए प्रेम, समानता, सद्भाव और मानवता के संदेश पर विस्तार से प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि संत कबीरदास की शिक्षाएं आज भी समाज सही दिशा प्रदान करती हैं और उनके बताए मार्ग पर चलकर ही सामाजिक मरसरस्ता स्थापित की जा सकती है। कार्यक्रम के दौरान भजन-कीर्तन एवं प्रवचनों से पूरा आश्रम भक्तिमय वातावरण में सराबोर रहा। अंत में श्रद्धालुओं के बीच प्रसाद का वितरण किया गया। आयोजन मे बड़ी संख्या में भक्तों की मौजूदगी रही।

■ **खरका, मुहाना और कालपी क्षेत्र ओवरलोड वाहनों के प्रमुख कॉरिडोर बने रहे**
■ **शाम ढलते ही सड़कों पर कतार में निकलते ये वाहन से भरे भारी ट्रक**
■ **बुंदेलखंड एक्सप्रेसवे के रास्ते आसानी से जनपद की सीमा पार कर रहे ये वाहन**
■ **खनिज और परिवहन विभाग लगातार रहे आरोपों के घेरे में**
■ **30 जून की आधी रात से सभी घाटों पर बंद हो जायेगा खनन**
■ **खनन के वैध व अवैध धंधे में लगकर पैसा कमा रहे लोग आज से ही दिख रहे हैं मायूस**

जनपद में लगेगी पीडीए की चौपाल-अरशद कादरी

नवनियुक्त यूथ ब्रिगेड जिलाध्यक्ष बनाये गए अरशद कादरी

- ब्लॉक व गांव स्तर पर संगठन को मजबूत करने के लिए चलाया जाएगा अभियान
- 2027 में अखिलेश यादव के नेतृत्व में प्रदेश में सरकार बनने का किया दावा

(यंग भारत न्यूज)

उरई (जालौन)। समाजवादी पार्टी के प्रदेश नेतृत्व द्वारा मोहम्मद अरशद कादरी को मुलायम सिंह यूथ ब्रिगेड का जिलाध्यक्ष नियुक्त किए जाने पर जनपद में उनके प्रथम आगमन पर पार्टी कार्यकर्ताओं ने गर्मजोशी से स्वागत किया। इसके बाद इकलासपुरा रोड स्थित सपा जिला कार्यालय में आयोजित पत्रकार वार्ता में उन्होंने अपनी प्राथमिकताओं को साझा किया इस मौके पर सपा जिलाध्यक्ष दीपराज गुर्जर मौजूद रहे।

पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए नवनियुक्त मुलायम सिंह यूथ ब्रिगेड के जिलाध्यक्ष अरशद कादरी ने कहा कि पार्टी नेतृत्व ने उन पर जो विश्वास जताया



है, उस जिम्मेदारी का पूरी निष्ठा और ईमानदारी से निर्वहन किया जाएगा। संगठन को बूथ स्तर तक मजबूत बनाने के लिए जनपद के सभी ब्लॉकों और गांवों में पीडीए (पिछड़ा, दलित, अल्पसंख्यक) चौपाल आयोजित की जाएगी। इन चौपालों के माध्यम से सभी वर्गों और समुदायों के लोगों को समाजवादी पार्टी की नीतियों से जोड़ने का प्रयास किया जाएगा। उन्होंने दावा किया कि पार्टी कार्यकर्ताओं की मेहनत और जनता के समर्थन के बल पर वर्ष 2027 के विधानसभा चुनाव में समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव के नेतृत्व में प्रदेश में सरकार बनेगी। इस अवसर पर

जमालुद्दीन पप्पू, महेश विश्वकर्मा, महेश शिरोमणि दोहरे, विवेक यादव, संतोष वर्मा जीनू, जीवन बाल्मीकि सहित अनेक समाजवादी कार्यकर्ता मौजूद रहे। शहर के कचड़ा वाली कुशवाहा कालोनी चुर्खी वार्डपास उरई निवासी महिलाओं संगीता, गोविंद सिंह, निधि, विमला, गायत्री, रश्मी, प्रदीप कुमार, गेंदा रानी आदि ने जिलाधिकारी को शिकायती पत्र देकर बिजली विभाग के कर्मचारियों पर अभद्र व्यवहार, महिलाओं से बदसलूकी और जबरन बिजली कनेक्शन काटने का आरोप लगाया है। शिकायत में बताया गया कि 29 जून 2026 को दोपहर करीब 3 बजे बिजली विभाग के कुछ कर्मचारी कालोनी पहुंचे। आरोप है कि

कर्मचारियों ने घरों में घुसकर महिलाओं से अभद्रता की, गाली-गलौज की और चोरी के आरोप लगाते हुए कई लोगों के बिजली कनेक्शन काट दिए। शिकायतकर्ताओं का कहना है कि कुछ लोगों के नए बिजली कनेक्शन हैं और कुछ के ऑनलाइन आवेदन भी लंबित हैं, इसके बावजूद उनके मीटर हटाकर बिजली आपूर्ति बंद कर दी गई। निवासियों का आरोप है कि जिलाधिकारी द्वारा नए कनेक्शन वाले उपभोक्ताओं की बिजली न काटने के निर्देश दिए जाने के बावजूद कर्मचारियों ने कार्रवाई की। इससे गरीब परिवारों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। शिकायतकर्ताओं ने यह भी आरोप लगाया कि बिजली विभाग की ओर से उन्हें झूठे मुकदमे में फंसाने और वीडियो बनाकर धमकाने की कोशिश की गई। कालोनीवासियों ने जिलाधिकारी से मामले की निष्पक्ष जांच कर दोषी कर्मचारियों के खिलाफ कार्रवाई करने तथा जिन लोगों के कनेक्शन काटे गए हैं, उन्हें तत्काल बहाल कराने की मांग की है।

ग्राम सचिवालयों में नियमित बैठेंगे लेखपाल, आमजन को गांव में ही मिलेंगी राजस्व सेवाएं - जिलाधिकारी

राजस्व परिषद के निर्देशों के अनुपालन हेतु समीक्षा बैठक, 1 जुलाई से रोस्टर के अनुसार ग्राम सचिवालयों में उपस्थिति सुनिश्चित करने के निर्देश

(यंग भारत न्यूज)

उरई। राजस्व परिषद, उत्तर प्रदेश द्वारा जारी निर्देशों के अनुपालन के संबंध में जिलाधिकारी राजेश कुमार पाण्डेय ने संबंधित अधिकारियों के साथ समीक्षा कलेक्ट्रेट सभागार में बैठक कर आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। ग्राम सचिवालयों में लेखपालों की नियमित उपस्थिति सुनिश्चित कराने तथा राजस्व सेवाओं को ग्राम स्तर पर सुलभ बनाने के लिए आवश्यक दिशा निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि प्रत्येक तहसील में लेखपालों का रोस्टर तैयार कर 1 जुलाई 2026 से ग्राम सचिवालयों में उनकी नियमित उपस्थिति सुनिश्चित की जाए। उन्होंने कहा कि ग्राम सचिवालयों में लेखपालों के बैठने से आय, जाति, निवास, हैसियत प्रमाण पत्र, खतौनी की नकल, विरासत, अंश निर्धारण, भू-अभिलेख संबंधी कार्यों सहित अन्य राजस्व सेवाओं का समयबद्ध निस्तारण गांव स्तर पर ही संभव हो सकेगा, जिससे आमजन को तहसीलों के अनावश्यक चक्कर नहीं लगाने पड़ेंगे। उन्होंने कहा कि लेखपाल राजस्व विभाग की प्रशासनिक एवं न्यायिक कार्यवाहियों की महत्वपूर्ण



कड़ी हैं। विभिन्न विभागों की योजनाओं के क्रियान्वयन, जनगणना, किसान हित से जुड़े कार्यों, आपदा प्रबंधन, भूमि सत्यापन, फसल बीमा, निर्वाचन, धान-गेहूं क्रय केंद्रों के सत्यापन सहित अनेक महत्वपूर्ण दायित्वों का प्रभावी निर्वहन सुनिश्चित किया जाए। जिलाधिकारी ने सभी उप जिलाधिकारियों एवं तहसीलदारों को निर्देशित किया कि ग्राम सचिवालयों में लेखपालों के बैठने की व्यवस्था का नियमित निरीक्षण किया जाए तथा रोस्टर का कड़ाई से पालन कराया जाए। उन्होंने कहा कि शासन की मंशा के अनुरूप ग्राम स्तर पर

राजस्व सेवाओं की उपलब्धता सुनिश्चित करना सभी अधिकारियों की प्राथमिक जिम्मेदारी है। इसमें किसी प्रकार की शिथिलता बर्दाश्त नहीं की जाएगी। संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए गए कि राजस्व परिषद के निर्देशों का प्रभावी अनुपालन सुनिश्चित करते हुए ग्राम सचिवालयों को ग्रामीणों के लिए सुगम एवं प्रभावी सेवा केंद्र के रूप में विकसित किया जाए। इस अवसर पर अपर जिलाधिकारी वित्त एवं राजस्व राजीव राज, समस्त उप जिलाधिकारी, सभी लेखपाल आदि मौजूद रहे।

अन्नपूर्णा भवन निर्माण में तेजी लाने के निर्देश, दो दिन में प्रस्ताव भेजने का डीएम ने दिया अल्टीमेटम

(यंग भारत न्यूज)

उरई। जिलाधिकारी राजेश कुमार पाण्डेय ने कलेक्ट्रेट सभागार में वर्ष 2026-27 के अंतर्गत प्रस्तावित अन्नपूर्णा भवनों के निर्माण हेतु भूमि उपलब्धता की समीक्षा करते हुए संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि शासन की महत्वाकांक्षी योजना को समयबद्ध रूप से धरातल पर उतारने के लिए भूमि चयन की प्रक्रिया में किसी प्रकार की शिथिलता बर्दाश्त नहीं की जाएगी। जिलाधिकारी ने बताया कि जनपद को वर्ष 2026-27 में कुल 225 अन्नपूर्णा भवनों का लक्ष्य प्राप्त हुआ है, जिनमें वीवीजीरामजी योजना के अंतर्गत 75 अन्नपूर्णा भवनों का निर्माण प्रस्तावित है। वर्तमान तक जनपद की समस्त तहसीलों से केवल 77 अन्नपूर्णा भवनों के लिए भूमि चयन संबंधी प्रस्ताव प्राप्त हुए हैं, जो निर्धारित लक्ष्य की तुलना में संतोषजनक नहीं हैं। उन्होंने सभी उप जिलाधिकारियों को निर्देशित किया कि अपने-अपने तहसील क्षेत्रों में प्राथमिकता के आधार पर उपयुक्त भूमि का चयन कर दो दिवस के भीतर शेष प्रस्ताव अनिवार्य रूप से उपलब्ध कराएं, ताकि निर्माण कार्य समय से प्रारंभ कराया जा सके। जिलाधिकारी ने कहा कि अन्नपूर्णा भवन ग्रामीण क्षेत्रों में खाद्यान्न वितरण व्यवस्था को अधिक व्यवस्थित, पारदर्शी एवं सुविधाजनक बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे। इसलिए सभी अधिकारी आपसी समन्वय के साथ कार्य करते हुए भूमि चयन एवं प्रस्ताव प्रेषण की प्रक्रिया को निर्धारित समय-सीमा के भीतर पूर्ण करना सुनिश्चित करें। उन्होंने चेतावनी दी कि लक्ष्य पूर्ति में अनावश्यक विलंब अथवा लापरवाही पाए जाने पर संबंधित अधिकारियों की जिम्मेदारी तय की जाएगी। इस अवसर पर अपर जिलाधिकारी वित्त एवं राजस्व राजीव राज, समस्त उप जिलाधिकारी, जिला पूर्ति अधिकारी आदि सम्बंधित अधिकारी मौजूद रहे।

विद्युत ट्रांसफार्मर फुंकने से आधे गांव की बिजली गुल, पेयजल संकट गहराया

(यंग भारत न्यूज)



उरई। तहसील उरई के कस्बा एवं ग्राम डकोर में विकास खंड कार्यालय की बार्डेंड्री से सटे 400 केवीए के विद्युत ट्रांसफार्मर के सोमवार देर रात फुंक जाने से आधे गांव की बिजली आपूर्ति पूरी तरह ठप हो गई। बिजली न होने से जहां क्षेत्र में अंधेरा पसरा हुआ है, वहीं पेयजल संकट भी गहरा गया है। उमस भरी गर्मी के बीच ग्रामीणों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है।

ग्रामीणों के अनुसार ट्रांसफार्मर खराब होने से पेयजल आपूर्ति पूरी तरह बाधित हो गई है, जिससे लोगों के साथ-साथ पशुपालकों को भी पानी की गंभीर समस्या का सामना करना पड़ रहा है। लगातार बिजली न रहने से भीषण गर्मी और उमस के कारण कुछ लोगों की तबीयत भी बिगड़ने की बात सामने आई है। बताया गया कि इसी ट्रांसफार्मर से विकास खंड कार्यालय, जच्चा-बच्चा केन्द्र तथा क्षेत्र की दो बैंक शाखाओं को भी विद्युत आपूर्ति की जाती है। ट्रांसफार्मर खराब होने से इन सरकारी एवं सार्वजनिक संस्थानों का कार्य भी प्रभावित हो रहा है। ग्रामीणों का कहना है कि सूचना दिए जाने के बावजूद समाचार लिखे जाने तक बिजली विभाग की ओर से ट्रांसफार्मर बदलने अथवा आपूर्ति बहाल करने के संबंध में कोई संतोषजनक जानकारी नहीं दी गई। इससे लोगों में नाराजगी है। हालांकि ग्रामीणों ने जिलाधिकारी जालौन पर भरोसा जताते हुए कहा कि उन्हें उम्मीद है कि प्रशासन उनकी समस्या का शीघ्र संज्ञान लेकर ट्रांसफार्मर बदलवाएगा और विद्युत आपूर्ति जल्द बहाल कराई जाएगी, जिससे क्षेत्रवासियों को राहत मिल सके।

- कस्बा एवं विकास खंड डकोर का मामला
- बिजली ठप होने से पेयजल आपूर्ति बाधित, ग्रामीणों में बढ़ी परेशानी

बिजली विभाग के कर्मचारियों पर अभद्रता और जबरन लाइन काटने का आरोप, डीएम से कार्रवाई की मांग

(यंग भारत न्यूज)

उरई। शहर के कचड़ा वाली कुशवाहा कालोनी चुर्खी वार्डपास उरई निवासी महिलाओं संगीता, गोविंद सिंह, निधि, विमला, गायत्री, रश्मी, प्रदीप कुमार, गेंदा रानी आदि ने जिलाधिकारी को शिकायती पत्र देकर बिजली विभाग के कर्मचारियों पर अभद्र व्यवहार, महिलाओं से बदसलूकी और जबरन बिजली कनेक्शन काटने का आरोप लगाया है।

शिकायत में बताया गया कि 29 जून 2026 को दोपहर करीब 3 बजे बिजली विभाग के कुछ कर्मचारी कालोनी पहुंचे। आरोप है कि कर्मचारियों ने घरों में घुसकर महिलाओं से अभद्रता की, गाली-गलौज की और चोरी के आरोप लगाते हुए कई लोगों के बिजली कनेक्शन काट दिए। शिकायतकर्ताओं का कहना है कि कुछ लोगों के नए बिजली कनेक्शन हैं और कुछ के ऑनलाइन आवेदन भी लंबित हैं, इसके बावजूद उनके मीटर हटाकर



बिजली आपूर्ति बंद कर दी गई। निवासियों का आरोप है कि जिलाधिकारी द्वारा नए कनेक्शन वाले उपभोक्ताओं की बिजली न काटने के निर्देश दिए जाने के बावजूद कर्मचारियों ने कार्रवाई की। इससे गरीब परिवारों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। शिकायतकर्ताओं ने यह भी आरोप लगाया

कि बिजली विभाग की ओर से उन्हें झूठे मुकदमे में फंसाने और वीडियो बनाकर धमकाने की कोशिश की गई। कालोनीवासियों ने जिलाधिकारी से मामले की निष्पक्ष जांच कर दोषी कर्मचारियों के खिलाफ कार्रवाई करने तथा जिन लोगों के कनेक्शन काटे गए हैं, उन्हें तत्काल बहाल कराने की मांग की है।

कदौरा क्षेत्र में हुई चोरी को पुलिस ने कर दिया खुलासा, एक चोर गिरफ्तार

(यंग भारत न्यूज)

उरई। थाना कदौरा पुलिस ने चोरी की घटना का सफल अनावरण करते हुए एक शांति चोर को गिरफ्तार कर उसके कब्जे से चोरी के 6,400 रुपये बरामद किए हैं। आरोपी को न्यायिक अभिरक्षा में भेज दिया गया है।

पुलिस के अनुसार, 21 जून 2026 को थाना कदौरा क्षेत्र के ग्राम सिंह डेरा तिहरिया निवासी एक व्यक्ति के घर अज्ञात चोरों ने नकदी व जेवरात चोरी कर लिए थे। इस संबंध में थाना कदौरा में मु.अ.सं. 81/2026 धारा 331(4)/305(ए) बीएनएस के तहत मुकदमा दर्ज किया गया था।

पुलिस अधीक्षक जालौन के निर्देशन में चलाए जा रहे अपराधियों की धरपकड़ अभियान के दौरान थाना कदौरा पुलिस ने चेकिंग के समय नीलेश राजपूत (29 वर्ष), निवासी ग्राम मेहरा, थाना बिवार, जनपद हमीरपुर को गिरफ्तार किया। उसके पास से चोरी के 6,400 रुपये बरामद किए गए। पूछताछ में आरोपी ने बताया कि उसने 20/21 जून की रात अपने साथियों के साथ मिलकर ग्राम बसरेही में दो स्थानों पर चोरी की थी। चोरी की रकम में से उसे 10 हजार रुपये मिले थे, जिनमें से कुछ खर्च हो चुके थे, जबकि शेष राशि पुलिस ने बरामद कर ली। पुलिस ने आरोपी को न्यायालय में पेश कर न्यायिक अभिरक्षा में भेज दिया है तथा उसके अन्य साथियों की तलाश जारी है।



कुठेन्द्र पुलिस ने सटीक रणनीति से दबोच लिए 3 अंतरराज्यीय चोर अवैध तमचे व चोरी का सामान बरामद, जनपद में कर रहे थे ताबड़तोड़ चोरियां

(यंग भारत न्यूज)

उरई /कुठेन्द्र। जनपद में अपराध एवं अपराधियों के विरुद्ध चलाए जा रहे अभियान के तहत कुठेन्द्र थाना पुलिस को बड़ी सफलता मिली है। थाना प्रभारी जगदंबा दुबे के नेतृत्व में पुलिस टीम ने मुखबिरी की सटीक सूचना पर कार्रवाई करते हुए तीन अंतरजनपदीय चोरों को गिरफ्तार कर लिया।

पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से दो अवैध तमचे, दो जिंदा कारतूस, दो मिस कारतूस, चोरी में प्रयुक्त एक मोटरसाइकिल, लोहे का सब्बल, नकदी, मोबाइल फोन सहित अन्य सामान बरामद किया है। पुलिस के अनुसार मुखबिर से सूचना मिली थी कि चोरी की कई घटनाओं में शामिल कुछ आरोपी थाना क्षेत्र में आने वाले हैं। सूचना को गंभीरता से लेते हुए थाना प्रभारी के निर्देशन में पुलिस टीम ने रणनीति बनाकर संभावित स्थान पर घेराबंदी की। कुछ देर बाद तीन संदिग्धों को रोककर तलाशी ली गई, जिसमें उनके पास से अवैध असलह, कारतूस तथा चोरी में प्रयुक्त सामान बरामद हुआ। इसके बाद तीनों आरोपियों को मौके से गिरफ्तार कर लिया गया। प्रारंभिक पूछताछ में आरोपियों ने कई महत्वपूर्ण जानकारी पुलिस को दी हैं। पुलिस का कहना है कि गिरफ्तार आरोपी लंबे समय से जालौन सहित आसपास के कई जनपदों में चोरी की वारदातों को अंजाम दे रहे थे। पूछताछ के आधार पर अन्य चोरी की घटनाओं के खुलासे की भी संभावना जताई जा रही है। फिलहाल पुलिस आरोपियों के आपराधिक इतिहास का सत्यापन कर रही है तथा उनके गिरोह से जुड़े अन्य लोगों की तलाश में जुटी है। कुठेन्द्र थाना पुलिस ने तीनों आरोपियों के विरुद्ध संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर विधिक कार्रवाई शुरू कर दी है। पुलिस अधिकारियों ने कहा कि जनपद में अपराधियों के विरुद्ध अभियान आगे भी लगातार जारी रहेगा।



उचित दर दुकानों की नियुक्ति में लापरवाही पर जिलाधिकारी सख्त

समीक्षा में समयसीमा के भीतर कार्रवाई अधूरी मिलने पर जिला पूर्ति अधिकारी को कड़ी फटकार, एक सप्ताह में नियुक्ति प्रक्रिया पूर्ण कराने के निर्देश

(यंग भारत न्यूज)

उरई। जनपद में सार्वजनिक वितरण प्रणाली के अंतर्गत रिक्त उचित दर दुकानों की नियुक्ति की प्रगति की समीक्षा करते हुए जिलाधिकारी राजेश कुमार पाण्डेय ने समयसीमा के भीतर कार्रवाई पूरी न होने पर गहरी नाराजगी व्यक्त की। उन्होंने जिला पूर्ति अधिकारी को कड़े निर्देश देते हुए कहा कि शासन के स्पष्ट आदेशों के बावजूद नियुक्ति प्रक्रिया लंबित रहना गंभीर लापरवाही है, जिसे किसी भी स्थिति में बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। जिलाधिकारी ने कहा कि वर्ष 2025 में भी रिक्त उचित दर दुकानों पर 15 दिन के भीतर नियुक्ति की कार्रवाई पूरी कराने के निर्देश दिए गए थे, लेकिन समीक्षा में पाया गया कि कई ग्राम पंचायतों में आज तक नियुक्तियां नहीं हो सकी हैं। इससे ग्रामीण क्षेत्रों के पात्र लाभार्थियों को खाद्यान्न वितरण व्यवस्था प्रभावित होने की आशंका बनी रहती है। समीक्षा के दौरान कालपी, उरई, जालौन तथा माधौगढ़ तहसीलों के अंतर्गत मसगायां, चकगजदेवपुर, मगरायां, भुआ, जगनेवा, रोमई मुस्किल, चितौरा तथा बिलौहा ग्राम पंचायतों में उचित दर दुकानें लंबे समय से रिक्त पाए जाने पर जिलाधिकारी ने नाराजगी व्यक्त की। जिलाधिकारी ने जिला पूर्ति अधिकारी, सभी उपजिलाधिकारियों तथा संबंधित खंड विकास अधिकारियों को निर्देशित किया कि शासनादेश के अनुरूप आरक्षण व्यवस्था का पालन करते हुए एक सप्ताह के भीतर सभी रिक्त उचित दर दुकानों पर नियुक्ति प्रक्रिया पूर्ण कराकर अनुपालन आख्या उपलब्ध कराई जाए। उन्होंने स्पष्ट चेतावनी दी कि जनहित से जुड़े कार्यों में किसी भी प्रकार की शिथिलता या अनावश्यक विलंब बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। यदि निर्धारित अवधि में कार्रवाई पूर्ण नहीं हुई तो संबंधित अधिकारियों की जवाबदेही तय करते हुए नियमानुसार कठोर कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी।

कौन हैं रिटायर्ड आईपीएस प्रेम प्रकाश? बीजेपी से नाराजगी के बाद जॉइन की चंद्रशेखर आजाद की आजाद समाज पार्टी

(यंग भारत न्यूज) भारतीय जनता पार्टी से मोहभंग के बाद पूर्व आईपीएस प्रेम प्रकाश ने आजाद समाज पार्टी का दामन थाम लिया है. उन्होंने भीम आर्मी चीफ चंद्रशेखर आजाद की मौजूदगी में पार्टी जॉइन की है. पूर्व आईपीएस अधिकारी प्रेम प्रकाश मूलरूप से दिल्ली के रहने वाले हैं. वो 1993 बैच के अधिकारी थे. प्रदेश में उनकी छवि एक कड़क अफसर की थी. बीटेक की पढ़ाई करने के बाद उन्होंने पुलिस मैनेजमेंट का कोर्स भी किया. उन्हें साल 2009 में राजधानी लखनऊ का डीआईजी बनाया गया. इसके साथ ही वह आगरा और मुरादाबाद के पुलिस अधीक्षक भी रह चुके हैं. कार्यकाल के दौरान उनको कई बड़े सम्मान भी मिल चुके हैं.

उत्तर प्रदेश के चर्चित पूर्व आईपीएस प्रेम प्रकाश ने मंगलवार (21 मई 2024) को भारतीय जनता पार्टी (बीजेपी) की सदस्यता ग्रहण की थी. उन्हें लखनऊ स्थित बीजेपी मुख्यालय में तत्कालीन प्रदेश अध्यक्ष भूपेंद्र चौधरी ने सदस्यता दिलाई थी. पूर्व आईपीएस अधिकारी प्रेम प्रकाश बसपा मुखिया मायावती के



करीबियों में थे. प्रेम प्रकाश दलित समुदाय से हैं. ऐसे में उनके बीजेपी में जाने से बसपा के वोट बैंक में सेंध लगने की उम्मीद जताई जा रही थी. हालांकि अब चंद्रशेखर आजाद के साथ जुड़ने के बाद वह बसपा के दलित वोट बैंक पर निशाना साधेंगे. मायावती सरकार में पावरफुल अधिकारी रहे प्रेम प्रकाश सपा सरकार में साइडलाइन रहे. इसके बाद जब यूपी में

योगी सरकार आई तो फिर से प्रेम प्रकाश को अहम पदों पर तैनाती मिली. प्रेम प्रकाश ने बीजेपी की सदस्यता ग्रहण करने के बाद था कहा कि अब मुझे देश का कर्ज उतारने का मौका मिला है, जिसे मैं देश सेवा के जरिए पूरा करूंगा. आजाद समाज पार्टी कांशीराम के सोशल मीडिया अकाउंट से प्रेम प्रकाश के पार्टी में शामिल होने की जानकारी दी गई है. पोस्ट में

बताया गया कि भीम आर्मी के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं नगीना से सांसद चन्द्रशेखर आजाद की उपस्थिति में उत्तर प्रदेश कैडर के 1993 बैच के सेवानिवृत्त भारतीय पुलिस सेवा (आईपीएस) अधिकारी प्रेम प्रकाश (पूर्व अपर पुलिस महानिदेशक) ने सोमवार (29 जून) को आजाद समाज पार्टी (कांशीराम) की सदस्यता ग्रहण की. आजाद समाज पार्टी (कांशीराम) परिवार में हार्दिक स्वागत एवं अभिनंदन हैं. प्रेम प्रकाश के आजाद समाज पार्टी में शामिल होने से आगामी विधानसभा चुनाव मैदान में उतरने की अटकलें लगना शुरू हो गई हैं. बता दें कि प्रेम प्रकाश एनकाउंटर स्पेशलिस्ट भी रह चुके हैं. उन्होंने अपने कार्यकाल में 67 आरोपियों को एनकाउंटर कर गिरफ्तार किया. 2019 के सीए-एनआरसी आंदोलन में भी उन्होंने अहम भूमिका निभाई.

रिश्ते हुए शर्मसार, 21 साल के भाई ने नाबालिग बहन के साथ जबरन बनाए संबंध, किसी को बताने पर दी मारने की धमकी

(यंग भारत न्यूज) राजस्थान के हनुमानगढ़ जिले से एक ऐसी घटना सामने आई हैं जो रिश्तों को शर्मसार कर देने वाली है। इस घटना के सामने आने के साथ ही लोगों के होश उड़ गए। यहां एक 21 वर्षीय कलयुगी भाई ने अपनी ही 16 साल की सगी बहन के साथ जबरन दुष्कर्म की घटना को अंजाम दिया है।



पुलिस ने महज 24 घंटे के भीतर ही आरोपी भाई को गिरफ्तार कर सलाखों के पीछे पहुंचा दिया है। मीडिया रिपोर्ट्स की माने तो इस मामले में पुलिस ने बताया कि शराब के नशे में आरोपी भाई ने लड़की के साथ दरिंदगी की और धमकी भी दी कि अगर किसी से बताया तो जान ले लेगा। पुलिस ने बताया कि 16 वर्षीय पीड़िता पिछले एक महीने से अपने ननिहाल में रह रही थी। बीते 26 जून की शाम को उसका 21 वर्षीय भाई मोटरसाइकिल लेकर उसे लेने ननिहाल

पहुंचा था। पीड़िता के अनुसार, उसका भाई नशे की हालत में लग रहा था और उसका व्यवहार अजीब था, अनहोनी की आशंका को देखते हुए पीड़िता ने भाई से नोहर होकर चलने और घर पर पिता को फोन करने की बात कही, लेकिन आरोपी भाई ने फोन करने से मना कर दिया। पीड़िता ने पुलिस को बताया कि नोहर पहुंचने पर उसने चप्पल-जूती खरीदने का बहाना भी बनाया, ताकि किसी तरह मदद मिल सके, लेकिन आरोपी उसे

जबरन मोटरसाइकिल पर बैठाकर गांव की तरफ ले गया। रास्ते में सुनसान इलाके के पास आरोपी ने मोटरसाइकिल रोक दी और पीड़िता के साथ छेड़छाड़ व गलत हरकतें करने लगा। नाबालिग बहन द्वारा विरोध करने पर भी आरोपी नहीं माना और उसकी मर्जी के खिलाफ जबरन दुष्कर्म की वारदात को अंजाम दिया। दरिंदगी के बाद आरोपी ने पीड़िता को धमकी दी कि अगर उसने यह बात घर में किसी को भी बताई, तो वह उसे जान से मार देगा। नाबालिग डर के मारे उस दिन चुप रही और भाई के साथ घर लौट आई। अगले दिन जब पीड़िता का हांसला बढ़ा, तो उसने अपने साथ हुई इस खौफनाक आपबीती की जानकारी अपनी माता और मौसी को दी। इसके बाद मामला दर्ज करवाया गया।

इंतजार करती रही दुल्हन.नहीं आई बारात, प्रेमिका ने दूल्हे को पकड़वाया, वजह कर देगी हैरान

(यंग भारत न्यूज) उन्नाव। प्रदेश के उन्नाव जिले में एक शादी समारोह उस समय हड़कंप में बदल गया जब बारात निकलने से ठीक पहले दूल्हे को उसकी प्रेमिका द्वारा पुलिस से शिकायत कर पकड़वा दिया गया। यह मामला बांगरमऊ क्षेत्र से जुड़ा बताया जा रहा है, जहां हरदोई जिले से एक युवक की बारात आनी थी। जानकारी के अनुसार, दूल्हे का पहले से एक युवती के साथ प्रेम प्रसंग चल रहा था। जैसे ही शादी की तैयारियां पूरी हुईं और बारात रवाना होने की स्थिति में पहुंची, उसी समय प्रेमिका ने हरदोई पुलिस से संपर्क कर शिकायत दर्ज कराई। शिकायत मिलते ही पुलिस ने कार्रवाई करते हुए दूल्हे को हिरासत में ले लिया। इस घटना के बाद शादी की खुशियां अचानक मातम में बदल गईं। जिस दुल्हन को बारात का बेसब्री से इंतजार था, वह घंटों इंतजार करती रही लेकिन बारात नहीं पहुंची। परिवार में अफरा-तफरी का माहौल बन गया और रिश्तेदार भी हैरान रह गए। घटना के बाद दुल्हन पक्ष ने भी नाराजगी जताई है और मांग की है कि बांगरमऊ पुलिस इस मामले में सख्त कार्रवाई करे ताकि पूरी सच्चाई सामने आ सके। फिलहाल पुलिस मामले की जांच में जुटी है और दोनों पक्षों के बयान दर्ज किए जा रहे हैं। यह घटना इलाके में चर्चा का विषय बनी हुई है और लोग इसे प्रेम प्रसंग से जुड़ा एक चौंकाने वाला मामला बता रहे हैं।



चंबल के जिस नाम से कांपते थे तीन राज्य, उस पूर्व डकैत जगन गुर्जर की अजमेर की 'हाई सिक्वोरिटी' जेल में हुई हत्या ?

(यंग भारत न्यूज) राजस्थान की सबसे सुरक्षित मानी जाने वाली अजमेर हाई सिक्वोरिटी जेल से एक बेहद चौंकाने वाली खबर सामने आई है. चंबल के वीहड़ों में कभी आतंक का दूसरा नाम रहे कुख्यात पूर्व डकैत जगन गुर्जर की जेल के भीतर संदिग्ध परिस्थितियों में मौत हो गई है.



शुरुआती जांच और सूत्रों के हवाले से मिल रही खबरों के मुताबिक, बैरक के अंदर हो गला दबाकर उसकी हत्या की गई है. इस सनसनीखेज वारदात ने न सिर्फ पुलिस महकमे को हिला कर द्रव्य दिया है, बल्कि जेल प्रशासन की सुरक्षा व्यवस्था की भी परीक्षा खोल कर रख दी है. जानकारी के अनुसार, यह पूरी वारदात सोमवार दोपहर करीब 11:00 बजे से 3:00 बजे के बीच की बताई जा रही है. जेल नियमों के तहत जब सुरक्षाकर्मी बंदियों की रूटीन जांच और उनकी गतिविधियों पर नजर रखने के लिए बैरक में दाखिल हुए, तो वहां जगन गुर्जर का शव बरामद हुआ. सूत्रों के मुताबिक, जगन गुर्जर जिस बैरक में बंद था, वहां उसकी अन्य कैदियों के साथ किसी बात को लेकर तीखी बहस और झड़प हुई थी. बताया जा रहा है कि भरतपुर के चर्चित कुलदीप जगिना हत्याकांड के आरोपी विष्णु मामक एक अन्य हाईकोर बंदी ने इस वारदात को अंजाम दिया है. दोनों को एक ही बैरक में रखा गया था. हालांकि, पुलिस अधिकारी अभी आधिकारिक रूप से इस बात की पुष्टि करने से बच रहे हैं. घटना के तुरंत बाद एफएसएल (स्वस्थ) और जांच टीमों ने मौके पर

पहुंचकर फिंगरप्रिंट्स सहित अन्य वैज्ञानिक साक्ष्य जुटाए हैं. धौलपुर के डांग क्षेत्र से अपना आपराधिक सफर शुरू करने वाला जगन गुर्जर कोई साधारण अपराधी नहीं था. साल 1994 में एक रिश्तेदार की हत्या का बदला लेने की नीयत से उसने बंदूक उठाई थी और बीहड़ का रास्ता चुना था. इसके बाद उसने अपनी एक मजबूत गैंग बनाई और अगले 20 सालों तक राजस्थान, मध्य प्रदेश और उत्तर प्रदेश की सीमाओं पर लूट, अपहरण, रंगदारी और हत्या जैसी वारदातों से हाहाकार मचाए रखा. उसका खौफ इस कदर था कि उसके डर से लोग गांवों में शरदियां करने से कतराते थे. खुद उसके पिता को उसकी दहशत के कारण गांव छोड़ना पड़ा था. जगन के खिलाफ तीन राज्यों में रखा गया था. जगन गुर्जर केवल बंदी नहीं थे और पुलिस ने उस पर लाखों रुपये का इनाम भी घोषित कर रखा था. मार्च 2026 में बाढ़ी कोतवाली थाने में दर्ज मारपीट के एक मामले के सिलसिले में ही उसे अजमेर जेल में रखा गया था. जगन गुर्जर केवल वीहड़ों में तक ही सीमित नहीं रहा, बल्कि उसने सीधे सत्ता को भी चुनौती दी थी. साल 2008 में गुर्जर आरक्षण आंदोलन के दौरान उसने राजस्थान की तत्कालीन मुख्यमंत्री वसुंधरा राजे के धौलपुर स्थित महल को बम से उड़ाने

की धमकी देकर पूरे देश में सनसनी फैला दी थी. इसके बाद साल 2022 में उसने बाढ़ी क्षेत्र के तत्कालीन विधायक गिरिराज सिंह मल्लिका के खिलाफ बेहद आतंजनाक भाषा का इस्तेमाल करते हुए उन्हें जान से मारने की धमकी दी थी, जिसके बाद पुलिस का दबाव बढ़ने पर उसने करौली में आत्मसमर्पण कर दिया था. जगन गुर्जर ने अपने पूरे जीवन में करीब पांच बार पुलिस के सामने सरेंडर किया. उसने 2001 में तत्कालीन एसपी बीजू जॉर्ज जोसफ, 2009 में कैमरी गांव में पूर्व डिप्टी सीएम सचिन पायलट, और इसके बाद 2018, 2019 और 2021 में अलग-अलग अधिकारियों के सामने आत्मसमर्पण किया. साल 2010 में पुलिस सुरक्षा में अपनी बेटी की शादी में शामिल होने आए जगन ने अपराध की दुनिया से हमेशा के लिए तौबा करने की कसम खाई थी. करीब 8 साल जेल काटने के बाद 2017 में बाहर आकर उसने अपनी पत्नी ममता को धौलपुर से निर्दलीय प्रत्याशी के तौर पर विधानसभा चुनाव भी लड़ाया, लेकिन वे हार गईं. इसके बाद जगन का नाता फिर से अपराध की दुनिया से जुड़ गया. कभी दूसरों के दिलों में खौफ पैदा करने वाला यह डकैत खुद जेल के भीतर असुरक्षित निकला. अब यह बड़ा सवाल खड़ा हो गया है कि आखिर इतनी कड़ी निगरानी और हाई सिक्वोरिटी वाली जेल में एक कैदी की जान इतनी आसानी से कैसे ले ली गई ? क्या यह किसी पुरानी रंजिश का नतीजा है या फिर इसके पीछे कोई बड़ी साजिश है, इसका खुलासा पुलिस जांच के बाद ही हो पाएगा.

6 माह की गर्भवती को 10 घंटे रोज घर में कैद रखा, फिर ऐसे तड़पाकर दी खौफनाक मौत, 1 साल पहले हुई थी शादी

(यंग भारत न्यूज) एक नई शुरुआत की उम्मीद में बसी एक छोटी सी विदगी, मात्र 23 साल की उम्र में ही खत्म हो गई। छह महीने का गर्भ लिए नेहा कुमारी को उसके पति अमित गुप्ता ने कथित तौर पर घर में कैद रखा, प्रताड़ित किया और आखिरकार पानी की बाल्टी में सिर डुबोकर क्रूर हत्या कर दी। शादी को अभी एक साल हुआ था। आरोपी घटना के बाद चाचा को फोन कर बोला, 'मैंने मर्डर कर दिया' और फरार हो गया। घटना फरीदाबाद के पंचशील कॉलोनी पार्ट-2 की है। पुलिस जांच के मुताबिक, अमित गुप्ता (26) दिल्ली के लाजपत नगर में ग्राफिक डिजाइनर का काम करता था। रोज सुबह 8:30-9 बजे घर से निकलता और शाम 7 बजे लौटता। इस दौरान वह मुखा दरवाजा बाहर से बंद कर देता, जिससे नेहा करीब 10 घंटे तक घर के अंदर कैद रहती। पिछले कुछ दिनों से अमित काम पर नहीं जा रहा था। 25 जून सुबह नेहा ने उसे नौकरी पर जाने और जिम्मेदारियां निभाने की सलाह दी, तो दोनों में विवाद हो गया। इसी दौरान अमित ने कथित तौर पर नेहा का सिर पानी भरी बाल्टी में डुबो दिया। घटना के बाद वह



परिवार अब इसी बात पर पछता रहा है। पुलिस के अनुसार, अमित को अपनी पत्नी पर विवेहतर संबंध का शक था। इसी शक ने उसे हिंसक बना दिया। पड़ोसियों ने बताया कि छह महीने की गर्भवती नेहा अक्सर घर में बंद रहती थी। अमित उसे अकेले बाजार जाने या किसी से मिलने की इजाजत नहीं देता था। पिछले सप्ताह तक तो वह काम पर जाता था, लेकिन हाल ही में उसने काम छोड़ दिया और घर से बाहर जाने समय दरवाजा बाहर से बंद करने लगा। नेहा ने अपने परिवार को यह बात बताई थी, लेकिन विरोध नहीं किया। परिवार और पड़ोसी दोनों इस कुमारी मूल रूप से बिहार के मुजफ्फरपुर की रहने वाली थीं। अमित गुप्ता उत्तर प्रदेश के हरदोई का निवासी है। दोनों की शादी 30 अप्रैल 2025 को हुई थी। शुरू में दोनों दिल्ली के बंदरपुर बॉर्डर के पास किए गए के मकान में रहे थे। करीब दो महीने पहले उन्होंने फरीदाबाद की पंचशील कॉलोनी में लगभग 15 लाख रुपये का मकान खरीदा और एक महीने पहले गृह प्रवेश किया। नेहा के पिता ने जमीन खरीदी थी, लेकिन दबाव में उसे अमित के नाम पर पंजीकृत करवा दिया। घर बनाने में भी आर्थिक मदद दी।

तरह से कमजोर होती हैं, लेकिन कई बार परिवार उन्हें सहारा देने के बजाय चुप रहने की सलाह देता है। इस मामले में नेहा ने परिवार को बताया, फिर भी मदद नहीं मिली। फरीदाबाद पुलिस के पल्ला थाना में मामला दर्ज किया गया है। आरोपी अमित गुप्ता पर हत्या समेत अन्य धाराएं लगाई गई हैं। मोबाइल बंद होने के कारण ट्रैकिंग मुश्किल है, लेकिन पुलिस कई टीमों के साथ छापेमारी कर रही है। मेडिकल बोर्ड ने पोस्टमार्टम किया है। विस्तृत रिपोर्ट आने के बाद हत्या की सटीक वजह और समय का पता चलेगा। पुलिस परिवार के सदस्यों और पड़ोसियों के बयान दर्ज कर रही है। नेहा के पिता ने जमीन और घर निर्माण में दी एक मदद का जिक्र किया है, जो संपत्ति विवाद की ओर इशारा करता है। जांच में इस पहलू को भी शामिल किया जा रहा है। नेहा कुमारी की मौत सिर्फ एक हत्याकांड नहीं, बल्कि एक व्यवस्था की नाकामी है। जहां एक गर्भवती महिला को 10 घंटे कैद रखा जा सकता है, पड़ोसी देखते रह जाते हैं और परिवार मदद नहीं पहुंचा पाता। अमित गुप्ता रहे हैं। शक, ईर्ष्या और नियंत्रण की भावना मोहम्मद अली रूप ले लेती है। गर्भवती महिलाएं शारीरिक और मानसिक दोनों

शामली धर्मांतरण केस में सबसे बड़ा यू-टर्न: मोहम्मद अली बने आयुष मलिक ने फिर अपनाया सनातन धर्म, वायरल तस्वीरों ने मचाया तहलका

(यंग भारत न्यूज) शामली। प्रदेश के शामली जिले से एक बेहद चौंकाने वाला और बड़ा अपडेट सामने आया है। चर्चित धर्मांतरण मामले के मुख्य केंद्र रहे आयुष मलिक ने एक बार फिर से हिंदू सनातन धर्म में 'घर वापसी' कर ली है। कुछ समय पहले हिंदू से मुस्लिम बनकर 'मोहम्मद अली' नाम रखने वाले आयुष ने अब दोबारा अपना पुराना धर्म स्वीकार कर लिया है। सोशल मीडिया पर आयुष मलिक की कुछ ताजा तस्वीरें तेजी से वायरल हो रही हैं, जिसमें वह हिंदू देवी-देवताओं की पूजा-अर्चना करते हुए नजर आ रहे हैं। इस कदम के बाद से

इलाके में एक बार फिर इस मामले को लेकर सरगमियां तेज हो गई हैं। सनातन धर्म में वापस लौटने के बाद आयुष मलिक ने खुद इस पूरे घटनाक्रम पर अपनी चुप्पी तोड़ी है। आयुष का कहना है कि उन्होंने पहले अपनी मर्जी से इस्लाम धर्म को अपनाया था। हालांकि, उनके इस फैसले के बाद से उनका पूरा परिवार बेहद परेशान था और कई तरह की दिक्कतों और सामाजिक दबाव से गुजर रहा था। आयुष के मुताबिक, अपने माता-पिता और परिवार की इसी भारी परेशानी और मानसिक तनाव को देखते हुए उन्होंने दोबारा हिंदू धर्म में लौटने का फैसला किया है। यह पूरा मामला तब सुर्खियों में

आया था जब आयुष के पिता और शामली के बड़े दवा कारोबारी देवराज मलिक ने पुलिस में शिकायत दर्ज कराई थी। पिता का आरोप था कि उनके इकलौते बेटे आयुष मलिक को एक सोची-समझी साजिश के तहत प्रेम प्रसंग में फंसाया गया था। उन्होंने दावा किया था कि यह पूरा खेल उनके परिवार की करोड़ों रुपये की संपत्ति पर कब्जा करने के मकसद से रचा गया था। पिता के अनुसार, करीब 4 साल पहले एक जिम ट्रेनर ने उनके बेटे को अपने जाल में फंसाकर चोरी-छिपे निकाहनामा पढ़वा लिया था और उसका नाम बदलकर मोहम्मद अली रख दिया था। जब यह हाई-प्रोफाइल मामला पुलिस के पास



पहुंचा, तो प्रशासन ने तुरंत बड़ी कार्रवाई की थी। पुलिस ने जिम ट्रेनर चांदनी कुरैशी

और उसके पिता इस्लाम कुरैशी को गिरफ्तार कर जेल भेज दिया था। इन दोनों

वीडियो और तस्वीरें भी सामने आई थीं। इस पूरे विवाद की शुरुआत शामली के

एक जिम से हुई थी। दवा कारोबारी का बेटा आयुष मलिक अपने घर के पास स्थित एक जिम में वर्कआउट के लिए जात था। वहाँ उसकी मुलाकात जिम ट्रेनर चांदनी कुरैशी से हुई। आरोपों के मुताबिक, चांदनी ने पहले आयुष को प्रेम जाल में फंसाया और धीरे-धीरे उसका ब्रेन वॉश करना शुरू कर दिया। इसके बाद चांदनी और उसके पिता इस्लाम कुरैशी ने कथित तौर पर एक साजिश के तहत आयुष का पूरी तरह से धर्म परिवर्तन कराकर निकाह पढ़वा दिया। अब आयुष की सनातन धर्म में वापसी के बाद यह पूरा मामला एक बार फिर पूरे उत्तर प्रदेश में चर्चा का विषय बन गया है।

पैसों का दम नहीं आया काम, खाड़ी देशों की फुटबॉल क्रांति फ्लॉप

अटलांटा

सऊदी अरब और कतर जैसे खाड़ी देशों ने फुटबॉल और उसके जुनिवर्सी टांचे पर काफी पैसा लगाया था, लेकिन इसका असर विश्व कप में देखने को नहीं मिला, जहां उन्हें शर्मनाक हार के साथ बाहर होना पड़ा। इससे वह सचिवात हो गया कि खेल के सबसे बड़े मंच पर बड़ी रकम खर्च करने की गारंटी नहीं होती है।

सऊदी अरब फिर से ग्रुप चरण से आगे नहीं बढ़ पाया। वह उस ग्रुप में सबसे निचले स्थान पर रहा, जिसमें केप वंदे भी था, जो विश्व कप में भाग लेने वाला तीसरा सबसे छोटा देश है और पहली बार नॉकआउट राउंड में पहुंचा है।

सऊदी अरब ने रोनाल्डो और नेमार को जोड़ा

सऊदी अरब ने अपनी फुटबॉल में बदलाव लाने के लिए पिछले कुछ वर्षों में डिस्टिन्क्शन लैबल, नेमार और करीम बंजेम जैसे खिलाड़ियों को अपने क्लबों से जोड़ा था। उसने 2024 में होने वाले विश्व कप को जीतने की भी उम्मीद की थी। लेकिन अमेरिका में खेले जा रहे टूर्नामेंट में उसके प्रदर्शन को देखते हुए स्पष्ट हो गया कि उसे अब भी काफी दूर चलना पड़ेगा।



खाड़ी देश अपनी छाप छोड़ने में असफल

चार साल पहले विश्व कप की मेजबानी करने वाले कतर भी महज तीन मैचों के बाद वापस लौट रहा है। यही हाल अन्य खाड़ी देशों ईरान और इराक का भी है। मौजूदा विश्व कप में, जहां अफ्रीकी महाद्वीप की 10 में से 9 टीम नॉकआउट राउंड में पहुंची वहीं खाड़ी देश अपनी छाप छोड़ने के लिए किसी सफलता से वंचित रहे। अफ्रीकी देशों के पास खाड़ी देशों की तरह फुटबॉल पर अंधाधुंध खर्च करने के लिए संपन नहीं है। केप वंदे के खिलाफ गोलरहित हों ने सऊदी अरब की 1994 के बाद पहली बार ग्रुप चरण से आगे बढ़ने की उम्मीदों पर पानी फेर दिया। उसने तीन मैच में दो हारें खाईं और अपने ग्रुप में चौथे स्थान पर रहकर बाहर हो गया।



आज के मुकाबले

जर्मनी vs पराग्वे
2:00 एएम बीस्टन स्टैडियम

नीदरलैंड्स VS मोरक्को
6:30 एएम एस्टादियो मॉन्टेरे

आइवरी कोस्ट VS नॉर्वे
10:30 पीएम लॉस स्टैडियम

प्रदर्शन हमारी उम्मीद के मुताबिक नहीं : सऊदी अरब के कोच डोनेस

जसटिन डोनेस को सऊदी अरब की टीम के कोच के रूप में काम करना पड़ा। उन्होंने कहा कि उनकी उम्मीदों के मुताबिक टीम का प्रदर्शन अब तक अच्छा नहीं रहा है। उन्होंने कहा कि उनकी उम्मीदों के मुताबिक टीम का प्रदर्शन अब तक अच्छा नहीं रहा है। उन्होंने कहा कि उनकी उम्मीदों के मुताबिक टीम का प्रदर्शन अब तक अच्छा नहीं रहा है।

नॉकआउट में ईरान नामगुली अंतर से चुका

ईरान 1978 में विश्व कप में खेल रहा था। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं।

सबसे संक्षेप



पूरा रंग में लौट आएंगे चोपड़ा : अंजू बॉबी जॉर्ज

नई दिल्ली। दिग्गज एपलीट अंजू बॉबी जॉर्ज का मनना है कि भारतीय महिला फेडरेशन और चोपड़ा जल्द ही अपने पुराने रंग में लौट आएंगे। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं।

एशिया जूनियर चैंपियनशिप में भारत का अभियान सज्जत



थाइलैंड। बैडमिंटन एशिया जूनियर मिश्रित टीम चैंपियनशिप में भारत का अभियान सोमवार को क्वार्टर फाइनल में हांगकॉंग से 1-2 से हार के साथ समाप्त हो गया। भारत को पहले मैच में देव रावलेलिया और तन्वी पट्टी ने अच्छी शुरुआत दिलाई और पहले गेम 5-4 से जीत लिया। दूसरे गेम में हालांकि हांगकॉंग के केन विंग ने रावलेलिया को 11-8 से हराया और आइसी सुभाष को 11-9 से हराया। तीसरे गेम में भारत को 11-9 से हराया। चौथे गेम में भारत को 11-9 से हराया।

कनाडा ने दक्षिण अफ्रीका को हराकर अंतिम 16 में किया प्रवेश
इंजरी टाइम में यूस्टाक्वियो का गोल, कनाडा की ऐतिहासिक जीत, दक्षिण अफ्रीका बाहर

इंग्लैंड

स्टोकन यूस्टाक्वियो ने दूसरे हाफ के इंजरी टाइम के दूसरे मिनट में गोल किया, जिससे कनाडा ने विश्व का फुटबॉल के पहले नॉकआउट मैच में दक्षिण अफ्रीका को 1-0 से हराकर अंतिम 16 में प्रवेश किया।

सोफी स्टेडियम में 90 मिनट से अधिक समय तक निराशा और दक्षिण अफ्रीका की रक्षात्मक रणनीति का जवाब देने में नाकामी के बाद कनाडा ने एक पल में इतिहास रच दिया जब फुलस्ट्रॉन जॉनसन ने यूस्टाक्वियो का पेनल्टी बॉक्स में ऊंचा पास दिया। लॉस एंजेलिस एफसी के लिए खेलने वाले मिडफील्डर यूस्टाक्वियो ने गोल की सीने से रोका और फिर नेट के निचले कोने में जबरदस्त शॉट मारकर गोल कर दिया। दक्षिण अफ्रीका के गोलकीपर रॉबर्ट विलियम्स के पास इसे रोकने का कोई मौका नहीं था।

यूस्टाक्वियो इसके बाद कनाडा के अन्य खिलाड़ियों के साथ जबरन मनाने के लिए दौड़ पड़े। स्टेडियम में मौजूद कनाडा के दर्शक झुमने लगे जबकि दक्षिण अफ्रीका के प्रशंसक माथूस हो गए। कनाडा ने पहले बार विश्व कप के इतिहास में नॉकआउट मैच जीता।



यूस्टाक्वियो रहे कनाडा की जीत की नायक

कनाडा की जीत की नायक खिलाड़ी लॉस एंजेलिस यूस्टाक्वियो थे। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं।



डेक्स ने दिया बेहतरीन पास

कनाडा की जीत की नायक खिलाड़ी लॉस एंजेलिस यूस्टाक्वियो थे। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह बहुत अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं।

अजयदीप बने एशियन रेसलिंग चैंपियनशिप में टीम इंडिया के कोच

राजस्थान

हॉकी नगरों के रूप में पहचान रखने वाला राजस्थान अब रेसलिंग में भी अपनी मजबूत पहचान बना रहा है। राजस्थान के युवा कोच अजयदीप को भारतीय रेसलिंग टीम के साथ थाइलैंड के प्रयाग में आयोजित एशियन रेसलिंग चैंपियनशिप में



2026 में टीम इंडिया का कोच के रूप में प्रतिनिधित्व करने का अवसर मिला है। यह प्रतिनिधित्व 27 जून से 5 जुलाई तक आयोजित की जा रही है। राजस्थान के लिए यह बड़ा क्षण है कि यहां के बेटे अजयदीप अंतरराष्ट्रीय मंच पर भारतीय खिलाड़ियों का मार्गदर्शन कर रहे हैं। वर्तमान में अजयदीप दिल्ली स्थित खाई स्पोर्ट्स अकादमी ऑफ इंडिया में कोच के

रूप में कार्यरत हैं। उन्होंने एस.पी.एड. की शिक्षा प्राप्त की है तथा एनआईएस पटनावा से कोचिंग की विशेष ट्रेनिंग हासिल की है। अजयदीप के पिता निर्मल सिंह चेंब्रीड पुलिस में सब-इंस्पेक्टर के पद पर कार्यरत हैं।

अजयदीप ने बताया कि खिलाड़ियों को इस चैंपियनशिप के लिए तैयार करने में उन्होंने और पूरी टीम ने कड़ी मेहनत की है। उन्हें विश्वास है कि भारतीय पहलवान शानदार प्रदर्शन करते हुए देश के लिए स्वर्ण पदक जीतकर लौटेंगे। राजस्थान के खेल प्रेमियों और क्षेत्रवासियों ने अजयदीप को इस उपलब्धि पर खुशी जताते हुए जीत की शुभकामनाएं दी हैं। सौराष्ट्र नवीन जिंदगी, चेंबरगेन सुभाष कलसानी, डा. अरविंद घुमन, अधिकारी मनदीप रावा, पारिषद् ईशू सुवंदेवा, संजीव सैनी ने कोच अजयदीप और उनकी टीम को शुभकामनाएं दी हैं और निश्चित ही इस टीम को खिलाड़ी गोल्ड मेडल जीत कर लौटेंगे।

रोच ने लिया 300वां टेस्ट विकेट
वेस्टइंडीज ने पहले टेस्ट में दी श्रीलंका को शिकस्त

बर्नोर्थ लंडन

अनुभवी तेज गेंदबाज केमर रोच ने शानदार प्रदर्शन करते हुए अपने करियर का 300वां टेस्ट विकेट लिया, जिससे वेस्टइंडीज ने श्रीलंका को दूसरी पारी में 101 रन पर डेर करके पहला टेस्ट मैच पारी और 217 रन से जीता। रोच ने 51 रन देकर 4 विकेट लिए। उन्होंने उनके साथी तेज गेंदबाजी जोन सील्स (14 रन देकर 3 विकेट), शमर जोसेफ (19 रन देकर दो विकेट) और अरुणजी जोसेफ (11 रन देकर एक विकेट) का भी अच्छा साथ मिला।



टेस्ट क्रिकेट में इन्होंने सबसे बड़ी जीत है। श्रीलंका के केवल दो बल्लेबाजों से दोहरे अंक में पहुंचे। इनमें दिनेश चांदीमल ने 43 रन बनाए जबकि सोनल दिनुशा 12 रन बनाकर नाबाद रहे।

सेरेना ने डोपिंगरोधी प्रणाली पर साधा निशाना, कहा - मुझे इससे नफरत है

लंदन

सेरेना विलियम्स ने विंबलडन में वापसी से पहले टेनिस की डोपिंगरोधी प्रणाली पर निशाना साधते हुए इसे 'गैर पेशेवर' और 'अनुचित' करार देते हुए कहा कि उन्हें इससे नफरत है। सात बार की विंबलडन चैंपियन 44 वर्षीय सेरेना ने कहा, 'यह बहुत धक्का देने वाली प्रक्रिया है। उन्होंने अब नियम बदल दिए हैं। मुझे कुछ नियमों की जानकारी नहीं थी। अगर आप निर्धारित समय सीमा के अंदर नमूना नहीं देते हैं तो भी उसे अनुपस्थित ही माना जाएगा। मुझे लगता है, शायद मैं अपने बच्चों को लेने नहीं जा पाऊंगी।'



डोपिंगरोधी प्रणाली गैरपेशेवर

सेरेना ने कहा, 'यह गैरपेशेवर है। मुझे इससे नफरत है। यह जरूरी है, लेकिन मुझे लगता है कि अगर मैं निर्धारित समय सीमा के बाहर नहीं जाना चाहती हूँ, तो मुझे बिना किसी कारण के जाने की अनुमति मिलनी चाहिए और इसे अनुपस्थित नहीं माना जाना चाहिए।' सेरेना विंबलडन की महिला एकल में अपना पहला मैच मंगलवार को माथा जाड़ के खिलाफ खेलेगी। उन्होंने इस महीने क्वींस क्लब टूर्नामेंट में युगल मैच खेलकर खेल में वापसी की थी।

विंबलडन नहीं खेलेंगी राडुकानु
इंजरी के कारण नाम लिया वापस



लंदन। ब्रिटिश खिलाड़ी एम्मा राडुकानु पहिले पेर में चोट लगने के कारण विंबलडन टेनिस टूर्नामेंट से हट गई हैं। अमेरिकी ओपन 2021 की चैंपियन राडुकानु ने इंस्टाग्राम पर इस फैसले की घोषणा की। वह इस महीने क्वींस क्लब टूर्नामेंट के फाइनल में पहुंची थी लेकिन इस दौरान चोटिल हो गई थी। उन्होंने हालांकि संवाददाता सम्मेलन में कहा था कि उन्हें अब भी विंबलडन में खेलने की उम्मीद है। राडुकानु ने लिखा, 'मैंने अपनी तरफ से हर संभव प्रयास किया लेकिन अंतिम स्वेन के बाद पता चला कि चोट गंभीर है और चिकित्सकों ने मुझे नहीं खेलने की सलाह दी। विंबलडन में घरेलू दर्शकों के सामने खेलना मेरे लिए बहुत मायने रखता है, इसलिए यह वास्तव में निराशाजनक है।'

श्रीकांत ने दी कड़ी टक्कर, फिर भी ट्रॉफी से चूके

फुलटन

भारत के किदांबी श्रीकांत को अपने से 9 साल छोटे कीर्ती तड़पे के सु ली यांग के सामने कड़ी चुनौती पेश करने के बावजूद अमेरिकी ओपन सुपर 300 बैडमिंटन टूर्नामेंट के पुरुष एकल के फाइनल में तीनों गेम तक खड़े मैच में हार का सामना करना पड़ा।

विश्व चैंपियन में 38वें नंबर के खिलाड़ी श्रीकांत ने पहला गेम गंवावे के बाद अच्छी वापसी की लेकिन वह विश्व में 46वें नंबर के खिलाड़ी सु की गति का मुकाबला नहीं कर पाए और आखिर में एक घंटे से अधिक समय तक चले मैच में 15-21, 21-16, 9-21 से हार गए।

गेम में बेहतर खेल सकता था : श्रीकांत

मैच के बीच श्रीकांत ने कहा, 'शुरुआती गेम में थोड़ा बेतार खेल रहा था। जैसे-जैसे खेल चल रहा था, मैं बेहतर खेल रहा था। मैंने सोचा कि मैं जो कुछ भी कर रहा हूँ, वह काम कर रहा है। मुझे इस कड़ी मेहनत जरी लग रही है। मुझे लगता है कि मैं जल्दी लौट पाऊंगा।' भारत के उल्लेखनीय खिलाड़ी श्रीकांत ने कहा कि वे बेहतर खेल सकते थे।



दूसरे गेम में श्रीकांत ने जीते तीन प्वाइंट

दूसरे गेम में श्रीकांत ने लंबातर तीस प्वाइंट जीता। 1-4 की बढ़त बन गई, लेकिन सु ने जल्द ही 8-8 से बराबरी कर ली। भारतीय खिलाड़ी ने एक शानदार बैकहैंड फॉल-ऑफ वॉट शॉट से 10-8 की बढ़त बनाई। श्रीकांत ने इसके बाद भी अपनी बढ़त बरकरार रखते हुए उसे 18-13 कर दिया और फिर उक्त गेम प्वाइंट खरिद लिया। सु ने तीन गेम प्वाइंट बनाए, लेकिन श्रीकांत ने एक जोरदार स्मैश से मुकाबला बरकरार पर ला दिया।

चीनी ताइपे के खिलाड़ी ने खेला आक्रामक खेल

लिफेंगज गेम में सु ने आक्रामक शुरुआत करते हुए 4-1 की बढ़त हासिल कर ली। श्रीकांत ने इस बीच गतिविधि को जबकि चीनी ताइपे के खिलाड़ी ने अपना आक्रामक खेल जारी रखते हुए बढ़त को 15-7 तक पहुंचा दिया। श्रीकांत के एक और वाइड रिटर्न के बाद सु ने 12 गेम प्वाइंट हासिल किया। अमेरिकी खिलाड़ी ने एक प्वाइंट बनाया, लेकिन वह अग्रज सेवर जैसी बली रख पड़ा और सु ने अपने करियर का पहला बैकहैंड फॉल-ऑफ वॉट खिशा जीता।

नई दिल्ली

भारतीय पुरुष क्रिकेट टीम को लॉस एंजेलिस ओलंपिक 2028 के लिए सीधे क्वालीफाई करना है तो वर्ष 2026 के अखिर में आईसीसी टी20 चैंपियन में एशिया में शीर्ष पर रहना होगा जबकि महिला वर्ग में इंग्लैंड में चल रहे विश्व कप की शीर्ष चार टीमों सबसे नजदीकी फाई करेगी।

अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद ने क्वालीफिकेशन मानदंडों की घोषणा की। क्रिकेट ओलंपिक में 100 साल बाद लौट रहा है और पुरुष तथा महिला वर्गों में छह-छह



टीमें भाग लेंगी। विभिन्न महाद्वीपों से चार कोटा स्थान चैंपियन से तय होंगे।

महाद्वीपों के आधार पर टीम रैंकिंग

आईसीसी ने कहा, 'आईसीसी पुरुष टी20 टीम रैंकिंग से महाद्वीपों के आधार पर लकड़े के रैंकिंग वाली राष्ट्रीय ओलंपिक क्वॉलिफायर को चार कोटा स्थान आवंटित किए जाएंगे। कोटा आठ वें तरीक 31 दिसंबर 2026 तक होना चाहिए। महिला वर्ग में चार कोटा अक्टूबर 2026 में होना चाहिए। अंतरराष्ट्रीय (ओलंपिक), दक्षिण अफ्रीका (अफ्रीका) और इंग्लैंड (यूरोप) के बीच कोटा को अंतिम के अंश के कोटा हासिल कर चुके हैं।'



कवर स्टोरी

स्नेहा सिंह

अब उम्र हो रही है, इस उम्र में क्या कुछ नया करूंगी।' पचास-पचपन की उम्र की महिलाओं को यह कहते हुए हम अकसर सुनते हैं। हमारे समाज में लंबे समय तक महिलाओं को कुछ निश्चित भूमिकाओं में बांधकर देखा जाता है- बेटा, पत्नी, बहू और माँ की भूमिका में। इन भूमिकाओं को निभाते-निभाते ज्यादातर महिलाएं यह मान बैठती हैं कि उनके अपने सपने पूरा करने, कुछ नया करने की संभावनाओं का समय पीछे छूट चुका है, अब वे कोई उछान नहीं भर सकती हैं, अपने कोई नई पहचान नहीं बना सकती हैं। लेकिन सच इससे बिल्कुल अलग है। जीवन किसी कैलेंडर की तारीख का नाम नहीं, निरंतर बदलती संभावनाओं की यात्रा है। आज समय भी काफी बदल चुका है। इस नए दौर में आप किसी भी उम्र में जीवन के नए पड़ाव पर आकर कुछ नया कर सकती हैं। हर उम्र में नई पहचान बना सकती हैं। किसी क्षेत्र में नए सिरे से अपना करियर शुरू कर सकती हैं, अपने भीतर छिपी क्षमताओं को पहचान सकती हैं, कुछ बढ़ा कर सकती हैं। इतना ही नहीं, लोगों के लिए एक मिमाल बन सकती हैं।

उम्र केवल बताती है शारीरिक अवस्था

महिलाओं के लिए यह समझना आवश्यक है कि उम्र केवल शारीरिक अवस्था बताती है, संभावनाओं की सीमा नहीं। अनेक महिलाएं बच्चों के बड़े हो जाने के बाद अपने पुराने शौक फिर से शुरू करती हैं। कोई संगीत-नृत्य सीखती है, कोई अभिनय, कोई चित्रकला, लेखन तो कोई अपना व्यवसाय शुरू करती हैं। कई महिलाएं समाजिक कार्यों में सक्रिय होकर अपनी पहचान बनाती हैं।



पचास-पचपन की उम्र हुई नहीं कि हमें यह लगने लगता है, अब कुछ नया करने की उम्र गई। यह सोचना गलत है, उम्र के किसी पड़ाव पर आप कुछ ऐसा कर सकती हैं, जो आपको नई पहचान दे। अपने आस-पास ऐसे कई उदाहरण भी मिल जाएंगे, जब महिलाओं ने बड़ी उम्र में कुछ अनोखा करके अपनी नई पहचान के लिए उड़ानें मरी हैं।

हर उम्र में संभव है नई पहचान की उड़ान



स्वयं को फिर से पहचानने का समय

महिलाओं का एक बड़ा बर्ण ऐसा है, जिससे जीवन का अधिकांश समय दूसरी के लिए समर्पित कर दिया होता है। परिवार की जिम्मेदारियों के बीच उन्होंने अपने सपनों को पीछे छोड़ दिया होता है। लेकिन जीवन का कोई भी चरण हो, स्वयं को पुनः खोजने का अवसर बन सकता है। यह समय स्वयं से कुछ प्रश्न पूछने का होता है कि 'मुझे वास्तव में क्या करना अच्छा लगता है? कौन-सा सपना मैंने अधूरा छोड़ दिया था? मैं अपने लिए क्या नया सीखना चाहती हूँ? मैं अपने जीवन को और अर्थपूर्ण कैसे बना सकती हूँ?' इन प्रश्नों के उत्तर कई बार जीवन की नई दिशा तय कर देते हैं। आज ऑनलाइन एजुकेशन, डिजिटल प्लेटफॉर्म और सामाजिक अवसरों ने सीखने और आगे बढ़ने को अनंत संभावनाएं खोल दी हैं।

आत्मविश्वास की नई उड़ान

देखा जाता है कि कुछ नया करने की चाहत में महिलाओं को

अकसर यह डर सताता है कि समाज क्या कहेगा? लेकिन जीवन के नए खूबसूरत पड़ाव उन्हीं को मिलते हैं, जो दूसरों की धारणाओं से अधिक अपने सपनों पर विश्वास करते हैं। पचास-पचपन साल की आयु में कोई नया काम शुरू करना असामान्य नहीं है। दुनिया में ऐसे अनगिनत उदाहरण हैं, जहां लोगों ने जीवन के उत्तरार्ध में बहुत बड़ी सफलताएं प्राप्त की हैं। महत्वपूर्ण यह नहीं कि शुरुआत क्या हुई, शुरुआत हुई यह बात मजबूत रखती है। जब महिलाएं स्वयं पर विश्वास करती हैं, तब उम्र उनकी राह का अवरोध नहीं बनती, बल्कि अनुभव उनकी सबसे बड़ी पूंजी बन जाती है, जिसके सहारे वे अपनी तरक्की की सीढ़ियां चढ़ती हैं। एक बड़ी पहचान पाती हैं।

नई शुरुआत का साहस

जीवन का सबसे सुंदर सत्य यह है कि हर सुकृष्ट एक नया अवसर लेकर आती है। चाहे कोई सपना पूरा करना हो, नया कौशल सीखना हो या स्वयं को फिर से पहचानना हो, हर उम्र



इसके लिए उपयुक्त होती है। महिलाओं को यह याद रखना चाहिए कि उनकी पहचान केवल उनकी जिम्मेदारियों तक सीमित नहीं है। वे सपने देखने, स्वयं निर्णय लेने और नया जीवन शुरू करने का पूरा अधिकार रखती हैं। हम इस बात को समझें, उम्र केवल वर्षों की गिनती है, जबकि जीवन संभावनाओं का नाम है। इसलिए यदि मन में उम्मीद, आत्मविश्वास और सकारात्मक भाव है तो कोई भी उम्र जीवन का नया पड़ाव बन सकती है। किसी भी उम्र में कोई नई शुरुआत की जा सकती है, अपने सपने पूरे किए जा सकते हैं और एक शानदार पहचान पाई जा सकती है।

अपने रिश्तों को ऐसे बनाए रखें स्ट्रॉन्ग

मैरीड रिलेशन का स्ट्रॉन्ग होना बहुत जरूरी है। मजबूत रिश्तों की नींव प्रेम, अपनापन, भरोसा, खुला संवाद, संवेदनशीलता और आपसी सम्मान पर टिकी होती है। इन बातों को अपनाकर आप अपने पार्टनर के साथ एक खुशहाल जिंदगी जी सकती हैं।

मैरीड लाइफ
रिश्तार चंद जैन

हमारे जीवन में मजबूत रिश्तों का बहुत महत्व है, ये हमारा जीवन खुशहाल बनाते हैं। बात जब पति-पत्नी के रिश्ते की हो तो यह बात और ज्यादा मायने रखती है। तनावपूर्ण रिश्तों की प्रसिद्ध हार्वर्ड स्टडी ऑफ एडल्ट डेवलपमेंट बताती है कि खुशहाल जीवन का सबसे बड़ा आधार सख्त रोमांटिक रिश्ते नहीं, मजबूत सामाजिक संबंध भी होते हैं। रिश्तों का दाया जब देखती हैं, परिवार, सहकर्मियों और समाज तक फैला है, तब जीवन अधिक संतुलित और संतोषजनक हो जाता है। मैरीड लाइफ में अपने पार्टनर के साथ रिश्ते मजबूत और मधुर रखने के लिए कुछ सामान्य बातों का ध्यान रखना जरूरी है। 'ट्रस्ट बैक' खानाएँ: रिश्ते बैंक अकाउंट की तरह होते हैं। इसमें ट्रस्ट का होना बहुत जरूरी है। जब आप किसी से किया वादा निभाते हैं, तो आप प्यार-स्नेह और साहज अपने रिश्ते के बैंक अकाउंट में डिपॉजिट करती हैं। जब आप वादा तोड़ती हैं, तो आपका खाता ड्रॉइड होता है। हमेशा एक मजबूत रिश्ते के लिए अकाउंट में भरोसा और प्यार का बैलेंस ज्यादा होना चाहिए। विनम्र और संवेदनशील बनें: किसी भी रिश्ते में मजबूती की पहली शर्त विनम्रता और संवेदनशीलता होती है। स्टेनफोर्ड यूनिवर्सिटी की एक स्टडी बताती है कि परोपकार और दूसरों की मदद करने से रिश्ता में 'लव हार्मोन' बाने और ऑक्सिटोसिन का लेवल बढ़ता है। जब हम बिना किसी स्वार्थ के कुछ देते हैं तो खुद के भीतर भी अपनपन और संतोष बढ़ता है। संतोष की यही भावना हमारे पारस्परिक रिश्तों को भी मजबूत बनाती है।



नोक-झोंक या छोटे-बड़े झगड़े होना सामान्य सब बात है। चाहे झगड़ा कितना भी बड़ा क्यों न हो, रिश्ते की मर्यादा बनाए रखें। कभी भी 'ब्रेकअप' या अलग होने को धमकी न दें। अपराधों का प्रयोग या पार्टनर को नीचा दिखाना आपके रिश्ते में हमेशा के लिए कड़वाहट डाल सकता है। बिना शर्त स्वीकार्यता: यूनिवर्सिटी ऑफ टोरंटो की रिसर्च बताती है कि जो लोग रिश्तों को परफेक्ट मानने की उम्मीद करते हैं, वे जल्दी निराश होते हैं। दूसरी को वैसा स्वीकार करें, जैसे वे हैं। उन्हें बदलने की कोशिश न करें।



एक-दूसरे को दें क्वालिटी टाइम: सिर्फ एक-दूसरे के साथ होना काफी नहीं है, एक-दूसरे से बातें भी करें। बिना फोन या टीवी के एक-दूसरे के साथ समय बिताएं। यह जुड़ाव को गहरा करता है, पुराने मोठे पत्ने को बंद करने का मौका देता है। यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया की रिसर्च बताती है कि रिश्तों को गुणवत्ता इस बात से तय नहीं होती कि हम साथ में कितना समय बिताते हैं, यह इस बात से तय होती है कि हम बिना किसी डिस्ट्रैक्शन के एक-दूसरे के साथ कितनी और कैसी बातचीत करते हैं।

आधार और ग्रॉसरा: अकसर हम छोटी-छोटी चीजों या बातों को टेके पर ट्राइड ले लेते हैं। छोटी बातों पर तारीफ करना, रिश्ते में जादू की तरह असर करता है। रिलेशनशिप एक्सपर्ट जॉन ग्रेटमैन कहते हैं, 'रिश्तों में संवाद का मतलब सिर्फ शिकायत या अपेक्षाएं करना नहीं होता बल्कि एक-दूसरे की सराहना करना भी शामिल होता है।' बनाए रखें रिश्ते की मर्यादा: किसी भी रिश्ते में

यह सही है कि वर्कप्लेस पर बढ़िया परफॉर्म करने और उन्नति के लिए मेहनत, लगन से कार्य करना सबसे जरूरी है। लेकिन ऑफिस में आपका मन न लगे तो कुछ वास्तु उपायों को आजमा सकते हैं। इससे आपका मन तो लगेगा ही आप निरंतर उन्नति भी करेंगे।

अगर ऑफिस में नहीं लगता मन वास्तु के अनुसार करें ये बदलाव

वास्तु सलाह
अनीता जैन, वस्तुविद

ऑफिस में हमारी डेस्क केवल काम करने की जगह नहीं होती, बल्कि यह हमारे ऊर्जा, मनोदशा और कार्यक्षमता को भी प्रभावित करती है। कई बार व्यक्ति उत्साह के साथ ऑफिस तो पहुंच जाता है, लेकिन डेस्क पर बैठते ही थकान, चिड़चिड़ापन या काम में मन न लगने जैसी समस्याएं महसूस होने लगती हैं। वास्तुशास्त्र के अनुसार कार्यस्थल पर मौजूद सकारात्मक या नकारात्मक ऊर्जा का सीधा प्रभाव हमारे मन और करियर पर पड़ता है। इसलिए यदि आपकी ऑफिस डेस्क व्यवस्थित, सुंदर और सकारात्मक ऊर्जा से भरपूर होगी, तो कार्य में मन भी लगेगा और तरक्की के रास्ते भी खुलेंगे।



जंगल या लकड़हट्टी फसलों का चित्र लगाने से मन प्रसन्न रहता है और मेहनत का पूरा फल मिलता है। सकारात्मक चित्र देते हैं प्रेरणा: ऑफिस डेस्क पर लगाए गए चित्र भी आपके मन और ऊर्जा पर प्रभाव डालते हैं। रोता हुआ बच्चा, दूधता जहाज, आग, टूटी मुर्ति या कांटेदार पौधों के चित्र नकारात्मकता बढ़ाते हैं। इसके स्थान पर उभते सूर्य, उड़ते पक्षी, भागते घोड़े, स्वस्तिक या पेड़-पौधों के चित्र लगाना शुभ माना जाता है। वास्तुशास्त्र के अनुसार डेस्क के उत्तर-पूर्व दिशा में मनी प्लैंट, बैंगु प्लांट या छोटे इनडोर प्लांट्स रखना शुभ माना जाता है। हरा रंग मानसिक सुकून देने के साथ तनाव को कम करने में भी सहायक होता है। वहीं सुखे, कांटेदार या बीनसाई पौधों को डेस्क पर नहीं रखना चाहिए, क्योंकि इन्हें निराशा और रुकावट का सूचक माना गया है। डेस्क के उत्तर दिशा में हरियाली,

अपने इंटरेक्ट को छोटी तस्वीर अवश्य रखनी चाहिए। कार्य शुरू करने से पहले उन्हें प्रणाम करने से मानसिक स्पष्टता प्राप्त होती है और व्यक्ति को सकारात्मक मार्गदर्शन मिलता रहता है। इससे आत्मविश्वास और कार्य क्षमता में भी वृद्धि होती है। फूल-प्रकाश बढ़ाते हैं उत्साह: ऑफिस डेस्क पर तजे फूलों का

रिश्ता केदार
अनुराग हुतन, संवेदनशील

उमस भरे इस मौसम में इंटरनल हेल्थ के साथ-साथ त्वचा की देखभाल भी जरूरी है। गर्मी, पसीना और धूल मिट्टी से त्वचा चिपचिपी और बेजान हो जाती है। कुछ लोगों को तो जलन भी महसूस होने लगती है। इससे राहत पाने के लिए कई महिलाएं व्यूटी सैलून में ट्रीटमेंट करवाने जाती हैं या ब्रांडेड कंपनियों के व्यूटी प्रोडक्ट्स अपनाते करती हैं। ये काफी महंगे तो होते ही हैं, कई बार इनसे कोई खास फायदा भी नहीं मिलता है। ऐसे में आप चाहें तो घर में मौजूद नेचुरल चीजों से ही इंग्रिली नेचुरल क्लींग क्रिम तैयार कर सकती हैं। ये क्रोम फैस रिस्क को कूल करेंगी और



नेचुरल क्लींग क्रिम से पाएं ताजगी का एहसास

आपको ताजगी का अहसास भी दिलाएगी। एलोवेरा-गुलाब जल क्रिम: इस क्लींग क्रिम को तैयार करने के लिए कांच की कटोरी में एक चम्मच एलोवेरा जेल, एक चम्मच गुलाब जल और एक चम्मच खीरे के रस को एक चम्मच की मदद से तब तक अच्छे से मिस करें, जब तक कि यह एक हल्की और मुलायम क्रिम जैसा न दिखने लगे। जैसे ही इसका टेक्स्चर क्रोमी हो जाए, सबझ लीजिए आपकी होममेड क्लींग क्रिम तैयार है। इस क्रिम को फ्रिज में रख लें। इस क्रिम को आप सीधे चेहरे और त्वचा के खुले हिस्से पर लगा सकती हैं और लगाने के कुछ देर बाद ताजे ठंडे पानी से धो लीजिए। चिपचिपी गर्मी के



मौसम में राहत दिलाने में यह बहुत कारगर क्रिम है। रात या दिन में लगाने से पहले चेहरे को साफ पानी से जरूर धो लें ताकि चेहरे पर जमा धूल, मिट्टी और प्रदूषण को हटाया जा सके, अन्यथा यह क्रिम ज्यादा प्रभावी नहीं होगी। चेहरे को साफ करने के बाद इस क्रिम को हल्के हाथों से अहिंसा-आहिंसा लगाएं और इसे कुछ समय के लिए छोड़ दें। कुछ देर बाद आप चेहरा धो सकती हैं। इस क्रिम को आप दिन में दो बार यानी सुबह और रात में इस्तेमाल कर सकती हैं। इसके नियमित उपयोग से चेहरे को ठंडक मिलेगी और ताजगी का भी अहसास होगा। इस क्रिम को बनाने के दो-तीन दिन के अंदर ही उपयोग कर लें, क्योंकि इसमें किसी प्रिजर्वेटिव का इस्तेमाल नहीं होता है। एलोवेरा-केसटर ऑयल क्रिम: कांच की कटोरी में 2 चम्मच एलोवेरा जेल, एक चम्मच केसटर ऑयल और 2 विटामिन-ई के कैप्सूल मिला लें। रात को सोते समय इस क्रिम को चेहरे पर इस तरह लगाएं कि क्रिम चेहरे पर पूरे तरह से एब्जॉर्ब हो जाए। रोज लगाने से कुछ ही दिनों में आपको फर्क नजर आना शुरू हो जाएगा।

डाइट एडवाइस
डॉ. अंशु चौहान
डाइटेशियन

हालांकि कई इलाकों में बारिश शुरू हो चुकी है लेकिन अभी उमस भरी गर्मी बरकरार है। दिन के समय धूप निकलते ही गर्मी बचैन करने लगती है। ऐसे में आपको थकान, चिड़चिड़ापन, कमजोरी या डिहाइड्रेशन जैसे समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। इनसे बचने के लिए अपनी डाइट सही ढंग से प्लान करना जरूरी है। टॉनिकजर्न डाइट: इस उम्र में लड़कियों का शरीर तेजी से बदलता है। पीरियड्स भी शुरू हो जाते हैं और हार्मोनल उतार-चढ़ाव सबसे अधिक होते हैं। इसलिए इनकी डाइट में आयरन, कैल्शियम और मैग्नेशियम सबसे जरूरी होते हैं। क्या खाएं: सुबह सबसे पहले खाली पेट एक ग्लास सादा पानी पिएं। नाश्ते में मूंग दाल का चोला या दलिया लें। दोपहर के भोजन में रोटी, दाल, हरी सब्जी और एक कटोरी की लें। जिससे सारे पोषक तत्व शरीर को पर्याप्त मात्रा में मिल सकेंगे। दही में मौजूद प्रोबायोटिक्स हमारे से नैचुरली बैक्टीरिया करते हैं। भोजन पचाए पाच से छह घण्टा बाद रोज खाएं। छाछ में जीरा और काला नमक मिलाकर दोपहर में लें, क्योंकि यह पेट को

उमस भरे मौसम में ऐसी हो डाइट

इस मौसम में डाइट प्लान बनाते समय महिलाओं को अपनी उम्र का ध्यान रखना जरूरी है। किस एज की महिलाओं का कैसा होना चाहिए डाइट प्लान, यहां डिटेल् में बता रहे हैं।



ठंडा रखने में मदद करता है। सत्तु के शर्बत में नींबू, काला नमक और जीरा पावडर मिलाकर लें। यह सबसे सस्ते प्रोटीन और शुर्जी ड्रिंक है। नारियल पानी का सेवन इलेक्ट्रोलाइट्स बैलेंस करने के साथ-साथ थकान और डिहाइड्रेशन से भी बचता है। क्या न खाएं: पैकेज्ड फूड्स, ड्रिंक्स, पिन्ना, चर्गर और मैदा की बनी हुई चीजें खाने से बचें। चाय-कॉफी भी कम पिएं। युवा महिलाएं: इस उम्र की महिलाओं को एनर्जी, फर्टिलिटी और हार्मोनल बैलेंस, तैली मिलाकर दोपहर में लें, क्योंकि यह पेट को थोड़ी-सी लापरवाही से पीसीअंडो, थकान और ब्रूनिंग फटींग जैसे समस्या से आप पिर सकती हैं। क्या खाएं: आपकी डाइट में पर्याप्त प्रोटीन, कार्ब, गुड फैट्स, फाइबर और मिनरल्स होने चाहिए। साथ ही एक छोटी चम्मच अलसी का पावडर आहार में शामिल करें, जो ओमेगा 3 फैटी एसिड्स जैसे तत्वों से भरपूर होती है। इसके अलावा रात को भिजोकर रखें रखें मेथी बीज को सुबह खाएं। यह थायरॉइड और ब्लड शुगर दोनों को मेंटेन रखता है। नारियल पानी के साथ-साथ

सोजनल फूट्स जैसे पपीता, अनार, खीरा नियमित अपने दिनचर्या में शामिल करना फायदेमंद होता है। क्या न खाएं: रिफाईंड शुगर, मैदा, बाहर का तला-पुना खाना और पैकेज्ड फूट जूस न लें। रात को भारी खाना न खाएं, क्योंकि यह मेटाबॉलिज्म को नुकसान पहुंचा सकता है। 40 प्लस महिलाएं: इस उम्र में अकसर मेटाबॉलिज्म धीमा होने लगता है। इसलिए इस उम्र में सही डाइट का चयन सबसे अधिक जरूरी हो जाता है। रात भर बिगोए मेथी के दाने का पानी सुबह खाली पेट पीना ब्लड शुगर, कोलेस्ट्रॉल और हार्मोनल बैलेंस में सहायक है। नाश्ते में सत्तु का फांटा या दलिया खाएं। हिल इस उम्र की महिलाओं के लिए सबसे जरूरी फूड है। दोपहर में नारियल का पानी, बेल का शर्बत पिंप, जो लिवर को ठंडा रखने में कारगर साबित होता है। शाम को छाछ में जीरा और सेंधा नमक मिलाकर पिएं। लौकी, तोरंड, टिंडा और पुदीने की चटनी रोज खाने से इस उमस भरे मौसम में शरीर में ठंडक बनी रहती है। क्या न खाएं: अधिक नमक वाला और तला-पुना खाना न खाएं क्योंकि ये ब्लड प्रेशर को बढ़ाते हैं। चाय और कॉफी की मात्रा बहुत कम लें। डाइट प्लान के लिए डाइटेशियन से संपर्क कर सकती हैं। प्रस्तुति: संस्था यानी

