

जियो-एयरटेल ग्राहकों के लिए राहत की खबर, डेटा नहीं चाहिए तो भी देना पड़ रहा था पूरा पैसा? ट्राई ने बदले नियम

(यंग भारत न्यूज)

जियो-एयरटेल-वीआई के ग्राहकों के लिए बड़ी खबर है. अगर आप मोबाइल में सिर्फ कॉल और एसएमएस के लिए रिचार्ज करते हैं और डेटा की जरूरत नहीं है, तो अब आपके पास बिना डेटा वाला रिचार्ज चुनने के ज्यादा विकल्प होंगे.

टेलीकॉम रेगुलेटरी अथॉरिटी ऑफ इंडिया यानी ट्राई ने टेलीकॉम कंज्यूमर प्रोटेक्शन रेगुलेशंस, 2026 को फाइनल कर दिया है. नए नियमों के तहत टेलीकॉम कंपनियों को वॉयस और एसएमएस वाले ऐसे स्पेशल टैरिफ वाउचर यानी एसटीवी देने होंगे, जिनमें डेटा शामिल नहीं होगा. ट्राई के नए नियम का सबसे अहम हिस्सा यह है कि अगर कोई टेलीकॉम कंपनी वॉयस + एसएमएस + डेटा वाला एसटीवी देती है, तो उसे उससे संबंधित वैलिडिटी के लिए वॉयस + एसएमएस-ओनली एसटीवी भी देना होगा. यानी जिन ग्राहकों को इंटरनेट डेटा की जरूरत नहीं है, वे सिर्फ कॉल और एसएमएस वाला रिचार्ज चुन सकेंगे. ऐसे रिचार्ज में डेटा शामिल नहीं होगा और टैरिफ में उचित कमी भी करनी होगी. यह नियम 30 दिन या उससे कम



की हर वैलिडिटी वाले ऐसे रिचार्ज पर लागू होगा. इसके अलावा जो पैक हर महीने एक ही तारीख को रिन्यू होते हैं, उनके लिए भी वॉयस + एसएमएस-ओनली विकल्प देना होगा. अगर किसी महीने वह तारीख उपलब्ध नहीं है, तो उस महीने को आखिरी तारीख को रिन्यूअल माना जाएगा.ट्राई ने कंपनियों को कम से कम एक ऐसा वॉयस + एसएमएस-ओनली एसटीवी देने के लिए भी कहा है, जिसकी वैलिडिटी लंबी हो और जो

संबंधित वॉयस + एसएमएस + डेटा एसटीवी की वैलिडिटी से मेल खाती हो. ट्राई के मुताबिक, पहले से वॉयस-एसएमएस-ओनली एसटीवी उपलब्ध होने के बावजूद ऐसे रिचार्ज की संख्या सीमित थी और इनमें ज्यादातर लंबी वैलिडिटी वाले विकल्प थे. इससे कम आय वाले ग्राहकों को कम अवधि के किफायती विकल्प चुनने में परेशानी होती थी. नए नियमों का मकसद ग्राहकों को उनकी जरूरत और बजट के हिसाब

से रिचार्ज चुनने के ज्यादा विकल्प देना है. नए नियम का सीधा फायदा उन मोबाइल ग्राहकों को होगा, जिन्हें इंटरनेट डेटा की जरूरत नहीं है या जो मोबाइल डेटा का इस्तेमाल बहुत कम करते हैं. ऐसे ग्राहक डेटा वाले रिचार्ज के बजाय अपनी जरूरत के मुताबिक सिर्फ कॉल और एसएमएस वाला विकल्प चुन सकेंगे. इससे उन्हें ऐसे डेटा की कीमत चुकाने से बचने का विकल्प मिलेगा, जिसका वे इस्तेमाल नहीं करते.

किसी को हमारे रथ का रंग नहीं दिखाई दे रहा’, अखिलेश यादव ने मायावती पर बोला बड़ा हमला

(यंग भारत न्यूज)

लखनऊ: उत्तर प्रदेश में विधानसभा चुनाव की सरगमीं लगातार बढ़ रही है। इसमें नेताओं के बीच वार-पलटवार का दौर शुरू हो गया है। बहुजन समाज पार्टी अध्यक्ष मायावती ने पहले समाजवादी पार्टी अध्यक्ष अखिलेश यादव पर निशाना साधा था। उन्होंने अखिलेश पर निशाना साधते हुए कहा कि आजकल नीला गमछा, भगवा रथ वाली राजनीति कर रहे हैं। उन्होंने सवालिया लहजे में मुसलमान से भरोसा उठने वाला सवाल दाग दिया। अब इसके जवाब में समाजवादी पार्टी अध्यक्ष अखिलेश यादव ने कत्तार पलटवार किया है। उन्होंने कहा है कि किसी को हमारे रथ का रंग ही पता नहीं चल पा रहा है। अभी तो हमारा रथ तेल भरने के लिए ही निकला था। अखिलेश के बयान ने प्रदेश के राजनीतिक मैदान में हलचल तेज कर दी है।

बसपा प्रमुख मायावती की ओर से सपा के भगवा चुनावी रथ वाले बयान पर अखिलेश यादव ने साफ कहा कि किसी को आजकल हमारे रथ का रंग नहीं दिखाई दे रहा है। लाल रंग उन्हें कोई दूसरा रंग दिखता है। रथ पर लगी तस्वीरों को लेकर उठ सवालों पर भी उन्होंने कहा कि किसी को किसी की तस्वीर नहीं दिखाई दे रही है। उन्होंने तंज कसते हुए कहा कि अभी तो रथ केवल डीजल भरवाने गया था। अभी से घबरा गए आप। अभी से चर्चा में ले आए। अखिलेश यादव ने एआईएमआईएम प्रमुख असदुद्दीन औवैसी के गठबंधन को लेकर 2 अक्टूबर तक का समय दिए जाने के सवाल पर साफ किया कि हमारा गठबंधन बना हुआ है। लोकसभा चुनाव 2024 में हम जिस गठबंधन के तहत चुनावी मैदान में गए थे, उसी गठबंधन के साथ विधानसभा चुनाव में भी उतरेंगे। बसपा सुप्रीमो मायावती ने समाजवादी पीडीए यात्रा रथ के रंग को लेकर बड़ा हमला बोला। उन्होंने सोमवार को एक्स पर लिखा कि विधान सभा चुनाव की तैयारी के लिए सपा प्रमुख का प्रचारित पीडीए रथ उनके अपने लाल रंग का कम और आरएसएस-भाजपा के भगवा रंग का ज्यादा है। इसके जरिए मायावती ने सपा के भगवाकरण वाला तंज कसा। उन्होंने कहा कि अखिलेश यादव वोटों के स्वा्थ के लिए गिरगिट की तरह लगातार रंग बदल रहे हैं। बसपा प्रमुख ने तंज भरे लहजे में सवाल किया कि क्या सपा का मुसलमानों पर से वोट पाने का भरोसा फिर से उठ गया है? उन्होंने पीडीए की बदलती परिभाषाओं और नीला रंग अपनाने को बताया राजनीतिक स्वा्थ करार दिया है। उन्होंने कहा कि मुसलमानों ने समझ लिया है, एकतरफा वोट के बाद भी सपा भाजपा को रोकने में नाकामयाब होती है। अब इसी बयान पर अखिलेश का पलटवार सामने आया है।

श्री हनुमान वीथिका का हुआ शुभारंभ

(यंग भारत न्यूज)

उरई। बुढ़वा मंगल के शुभ पूर्व दिवस पर जालौन बाईपास रोड पर स्थित डॉक्टर बृज बिहारी गुप्त शिशु/ विद्या मंदिर में इन्टेक उरई अध्याय द्वारा श्री राम भक्त हनुमान जी की एक वीथिका लगाई गई। इस वीथिका का शुभारंभ विद्यालय के प्रधानाचार्य श्री ब्रजेन्द्र यादव ने दीप प्रनवलित कर किया। जन शिक्षा समिति कानपुर प्रान्त के प्रदेश निरीक्षक श्री धीरेन्द्र सिंह जी ने बच्चों को सम्बोधित करते हुये श्री हनुमान जी के पराक्रम उनके सेवाभाव तथा उनकी कार्य कुशलता पर प्रकाश डाला। अन्तरराष्ट्रीय मानवाधिकार एवं अपराध निर्यंत्रण संगठन की जिला अध्क्ष श्रीमती चंचल मिश्रा ने गोस्वामी तुलसीदास द्वारा रचित श्री हनुमान चालीसा में लिखित युग सहस्त्र योजन पर भानू की वैज्ञानिकता पर चर्चा की। भारत विकास परिषद के प्रांतीय गतिविधि संयोजक डा0 उमा कान्त गुप्ता ने श्री हनुमान जी के जीवन पर विस्तृत प्रकाश डाला। वीथिका के संयोजक डॉक्टर हरीमोहन पुरवार ने विद्यालय के लगभग 300 बच्चों के साथ संवाद किया तथा उन्हें भगवान श्री राम के परम भक्त एवं सेवक श्री हनुमान जी के महाबलशाली होने, उनके प्रबन्धन के विषय में तमाम बातें बतलाई। वीथिका में जनपद जालौन के प्रमुख श्री हनुमान मंदिरों के चित्र भी प्रदर्शित किए गए। कालपी के टरननांगंज में कदौरा फाटक के पास स्थित मारवाड़ी श्री हनुमान जी का चित्र विशेष पसंद किया गया। ये श्री हनुमान जी मूंछ वाले हनुमान जी के नाम से प्रसिद्ध है। इस वीथिका में भारत, इंडोनेशिया (बाली) आदि देशों के डाक टिकट उनके मिनिफ़र शीट्स, उनके प्रथम दिवस आवरण इत्यादि प्रदर्शित किए गए। वीथिका का विशेष आकर्षण 16वीं शताब्दी के दक्षिण भारतीय रियासत मदुराई शिवगंगा आदि के तमाम सारी मुद्रायें रही। इनके साथ ही श्री हनुमान जी श्री राम जी परम श्रद्धेय माता सीता जी श्री लक्ष्मण जी आदि के गुडिया स्वरूप भी बच्चों के आकर्षण का केंद्र रहे। इस वीथिका में श्री हनुमान जी के विविध स्वरूपों से युक्त टेंपल टोकेंस भी प्रदर्शित किये गये। इस वीथिका में प्रदर्शित समस्त सामग्री डॉक्टर हरीमोहन पुरवार एवं संस्था पुरवार के निजी संग्रह से प्रदर्शित की गई। इस वीथिका के आयोजन में विद्यालय के प्रधानाचार्य बृजेंद्र यादव जी उनके साथ ,वंशिका दीक्षित, मानसी दीक्षित,सिबी यादव , शिवानी द्विवेदी,पूनम, जोगिन्द्र यादव, हरेन्द्र, विनय राज,अंकित,रितिक परिहार, रितिक पटेल, आचार्यगणों का विशेष योगदान रहा। वीथिका संयोजन में श्रीमती चंचल मिश्रा का विशेष योगदान रहा।



दोहर हनुमान मंदिर जाने का रास्ता हुआ टनाटन

39 लाख से बनी 500 मीटर सीसी रोड का विधायक व पालिकाध्यक्ष ने किया लोकार्पण

कोच नगर के कैलिया रोड स्थित प्राचीन दोहर हनुमान मंदिर तक श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए नवनिर्मित सीसी सड़क और टीन शेड का मंगलवार को विधिवत पूजन-अर्चन के साथ उद्घाटन कर लोकार्पण किया गया। कार्यक्रम में विधायक मूलचन्द्र निरंजन, पालिकाध्यक्ष प्रदीप गुप्ता और अयोध्या रंगमहल के पीठाधीश्वर रामशरण दास महाराज मौजूद रहे। नगर के भगत सिंह नगर वार्ड नंबर चार में कैलिया मुख्य मार्ग से प्राचीन दोहर हनुमान मंदिर की चौखट तक करीब 500 मीटर लंबी सीसी सड़क का निर्माण कराया गया है। इसके साथ ही मंदिर के मुख्य गेट के पास श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए टीन शेड का भी निर्माण कराया गया है। दोनों कार्यो पर करीब 39 लाख रुपये खर्च होने की जानकारी दी गई।शुभ दिन बुढ़वा मंगलवार की सुबह आयोजित कार्यक्रम में विधायक मूलचन्द्र निरंजन और पालिकाध्यक्ष प्रदीप गुप्ता ने पीठाधीश्वर रामशरण दास महाराज की मौजूदगी में विधिवत पूजन-अर्चन किया। इसके बाद नवनिर्मित सीसी सड़क का उद्घाटन किया गया। सड़क बनने से मंदिर तक पहुंचने वाले श्रद्धालुओं और स्थानीय लोगों को आवागमन में सुविधा मिलने की उम्मीद है। कार्यक्रम के दौरान विधायक ने कहा कि धार्मिक स्थलों तक बेहतर पहुंच और श्रद्धालुओं की सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए विकास कार्य कराए जा रहे हैं। मंदिर परिसर के मुख्य गेट पर बनाए गए टीन शेड से श्रद्धालुओं को धूप और बारिश से भी राहत मिलेगी। इस मौके पर वार्ड नंबर चार के सभासद प्रतिनिधि आवेश जाटव, अशोक गुर्जर, मयंक मोहन गुप्ता, समीर दुबे, विनोद सोनी, राधेवंद्र तिवारी, मनीष पचौरी सहित बड़ी संख्या में स्थानीय लोग मौजूद रहे।सभी ने विधायक सहित पालिकाध्यक्ष एवं वार्ड सभासद की प्रसंसा की।



वृंदावन में साधु पर शोषण के आरोप, महिलाओं ने जाल बिछाकर बुलाया और फिर जमकर पीटा?

(यंग भारत न्यूज)

मथुरा के वृंदावन में राजस्थान के रहने वाले एक साधु भेषधारी व्यक्ति पर मध्य प्रदेश की महिलाओं ने गंभीर आरोप लगाए हैं. महिलाओं का आरोप है कि आरोपी अपने प्रभाव में लेकर उनका शोषण करता था. विरोध करने पर मारपीट करता था. पीड़िताओं ने आरोपी को पकड़ने के लिए जाल बिछाया और उसे वृंदावन के चैतन्य विहार स्थित एक गेस्ट हाउस में बुलाया. वहां पहुंचते ही कई महिलाओं ने उसे पकड़ लिया और उसके साथ मारपीट की. घटना का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है. पुलिस ने आरोपी को हिरासत में लेकर



मामले की जांच शुरू कर दी है. पुलिस को दी गई तहरीर के मुताबिक, भोपाल की रहने वाली एक युवती की मुलाकात राजस्थान के सर्वाई माधोपुर निवासी हिमंत गिरी उर्फ हेमंत राज मीणा से चित्तौड़गढ़ स्थित एक देवी मंदिर में हुई थी. महिला का आरोप है कि आरोपी ने उसे अपने प्रभाव में लिया और बाद में उसके साथ जबरन शारीरिक संबंध बनाए. महिला ने आरोप लगाया कि जब उसने इसका विरोध किया तो उसके साथ मारपीट भी की गई. इस मामले में चित्तौड़गढ़ में शिकायत किए जाने की बात भी सामने आई है.

पीड़िता ने आरोपी पर महिलाओं के आपत्तिजनक वीडियो बनाने का भी आरोप लगाया है. महिला का दावा है कि आरोपी बाद में इन वीडियो के जरिए उन्हें ब्लैकमेल करता था. बदनामी के डर से कई महिलाएं उसके खिलाफ शिकायत नहीं कर पाती थीं. हालांकि, ये सभी आरोप फिलहाल महिलाओं की शिकायत और बयानों पर आधारित हैं. पुलिस की जांच के बाद ही आरोपों की पूरी सच्चाई सामने आ सकेगी. आरोपी को पकड़ने के लिए पीड़ित महिलाओं ने विश्व हिंदू परिषद से जुड़े कुछ लोगों की मदद ली. इसके बाद योजना बनाकर आरोपी को वृंदावन बुलाया गया. ये खबर आप जस्ट

अभी में पढ़ रहे हैं। उसे चैतन्य विहार स्थित एक गेस्ट हाउस में आने के लिए कहा गया. बताया जा रहा कि जैसे ही आरोपी गेस्ट हाउस पहुंचा, वहां पहले से मौजूद कई महिलाओं ने उसे पकड़ लिया. इसके बाद आरोपी और आरोपी के बीच विवाद शुरू हो गया. आरोपी को पकड़ने के बाद आरोप फिलहाल महिलाओं की शिकायत और बयानों पर आधारित हैं. पुलिस की जांच के बाद ही आरोपों की पूरी सच्चाई सामने आ सकेगी. आरोपी को पकड़ने के लिए पीड़ित महिलाओं ने विश्व हिंदू परिषद से जुड़े कुछ लोगों की मदद ली. इसके बाद योजना बनाकर आरोपी को वृंदावन बुलाया गया. ये खबर आप जस्ट

मौके पर पहुंची और आरोपी को हिरासत में ले लिया. पुलिस उसे थाने लेकर गई, जहां उससे पूछताछ की जा रही है. वृंदावन कोतवाली में तैनात इंस्पेक्टर क्राइम धर्मेन्द्र सिंह के मुताबिक, एक महिला की ओर से पुलिस को तहरीर दी गई है. शिकायतकर्ता मध्य प्रदेश की रहने वाली है, जबकि आरोपी राजस्थान का निवासी बताया गया है. पुलिस का एक वीडियो भी सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है. वीडियो में कुछ महिलाएं एक व्यक्ति को घेरकर उसके साथ मारपीट करती दिखाई दे रही हैं. महिलाएं आरोपी को कमरे से बाहर खींचकर ले जाती हुई भी नजर आ रही हैं. आरोपी की जानकारी मिलने के बाद पुलिस

शादी के 20 घंटे बाद मिली नवदंपत्ति की लाश: कमरे में जो देखा..उड़ गए होश

(यंग भारत न्यूज)

उत्तरप्रदेश के सिद्धार्थनगर जिले से एक हैरान करने वाला मामला सामने आया है। यहां शादी के महज 20 घंटे बाद नवविवाहित दंपति की संदिग्ध परिस्थितियों में मौत हो गई। घटना के बाद परिवार में कोहराम मच गया। पुलिस और फॉरेंसिक टीम मामले की जांच में जुटी है। मामला सिद्धार्थनगर के बांसी कोतवाली इलाके के जनियाजोत गांव का है। मंगलवार सुबह जब एक महिला नवदंपति को जगाने के लिए कमरे में गई, तो कमरा खुला हुआ था। अंदर क दृश्य देखकर उसके होश उड़ गए। 21 वर्षीय देवराज चौहान का शव साड़ी के फंदे से लटका हुआ था, जबकि 19 वर्षीय अनीता बिस्तर पर मृत अवस्था में थी। जानकारी के मुताबिक, देशराज और अनीता के बीच लंबे समय से प्रेम-संबंध चल रहा था। दोनों परिवारों ने उसके रिस्ते



को स्वीकार कर अप्रैल में शादी तय की थी। देशराज लगभग 20 दिन पहले ही मुंबई से गांव लौटा था। देशराज के गांव आने की जानकारी जब अनीता को हुई, तो वह प्रेम में व्याकुल होकर उसके घर आ पहुंची और वहीं रहने लगी। इसके दोषवार दोपहर करीब दो बजे बांसी स्थित प्रसिद्ध टेकधर मंदिर में दोनों का विवाह संपन्न कराया। शादी के बाद घर में रिस्तेदारों के लिए प्रतिभोज का आयोजन किया गया था, जिसके बाद देर रात में

सभी लोग सोने चले गए थे। सुबह घटना की जानकारी मिलते ही परिजनों ने पुलिस को सूचना दी। सूचना मिलते ही बांसी कोतवाली पुलिस के साथ प्रभारी निरीक्षक महेंद्र प्रताप चतुर्वेदी और फॉरेंसिक टीम मौके पर पहुंची। टीम ने घटनास्थल का निरीक्षण कर जरूरी साक्ष्य जुटाए। पुलिस ने दोनों शवों को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। पुलिस के अनुसार दोनों की मौत की वास्तविक वजह पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने के बाद ही स्पष्ट हो सकेगी।

गिड़गिड़ाती नाबालिग लड़की के प्राइवेट पार्ट को नोचने-खसोटने वाले ननंद का एनकाउंटर, हिला देगा वीडियो

(यंग भारत न्यूज)

बिहार के जमुई जिले में सड़क किनारे नाबालिग लड़के लड़की के साथ कथित तौर पर बदसलूकी एवं छेड़छाड़ करने के मामले में पुलिस ने बड़ी कार्रवाई की है। वीडियो के वायरल होते ही और विवाद के बढ़ते ही आरोपी ननंद यादव का बिहार पुलिस ने एनकाउंटर कर दिया है। छात्रा से छेड़छानी करने के मामले के मुख्य आरोपी नंदन यादव का एनकाउंटर हुआ है। उसके पैर में गोली लगी है। फिलहाल उसका इलाज जमुई के एक स्थानीय अस्पताल में चल रहा है। पुलिस के मुताबिक, गिरफ्तारी के दौरान आरोपी ने पुलिस पर हमला किया और भागने की कोशिश की। इसके बाद पुलिस ने उसके पैर में गोली मारी। इसके बाद पुलिस ने उसे गिरफ्तार कर अस्पताल लेकर गई। अभी उसका इलाज चल रहा है। बता दें कि नंदन यादव इस मामले में



वांछित था। इस मामले में एक अन्य आरोपी हरeram यादव को भी गिरफ्तार किया गया है। मिली जानकारी के अनुसार कथित एनकाउंटर के दौरान नंदन यादव के पैर में गोली लगी। इस दौरान एक अन्य फरार आरोपी हरeram यादव के पैर में भी चोट आई है। इस मामले में पुलिस ने सोसवार को कहा कि उसने कथित घटना से जुड़े वीडियो के आधार पर सात आरोपियों की पहचान की है, जिनमें से तीन को पकड़ लिया गया है।जबकि अन्य की गिरफ्तारी के

लिए दबिश दी जा रही है। बिहार के जमुई जिले में 19 सितंबर 2026 की शाम को 10वीं कक्षा के दो नाबालिग छात्रों (एक लड़का और एक लड़की) के साथ सड़क किनारे कुछ युवकों द्वारा मारपीट, छेड़छानी और बदसलूकी का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हुआ है। पीड़ित छात्र और छात्रा कोचिंग से लौट रहे थे, तभी 6-7 युवकों ने उन्हें रास्ते में रोककर घेर लिया और उनके साथ अभद्र व्यवहार किया। इसका वीडियो बाद में वायरल हो गया।

पत्नी को तलाक दो, वरना फंसा दूंगी'. नहीं माना तो मांग लिए 20 लाख, पैसे लेने होटल आई तो हुआ खेल!

(यंग भारत न्यूज)

मध्य प्रदेश के संस्कारधानी शहर जबलपुर में एक महिला द्वारा एक बिल्डर को दोस्ती और प्यार के जाल में फंसाकर ब्लैकमेल करने का सनसनीखेज मामला सामने आया है. सोशल मीडिया और एक डांस प्रोग्राम के जरिए जान-पहचान बढ़ाने वाली शांति महिला ने बिल्डर को अपने जाल में इस तरीके से फंसाया कि रिश्तों से लेकर पैसों और इज्जत पर बन आई. जब तक हनीट्रैप के जाल की भनक बिल्डरको तब लगी जब बहुत देर हो चुकी थी. आरोपी महिला मदद के नाम पर नजदीकियां बढ़ा चुकी थी और फिर अपनी असली चाल चलते हुए बिल्डर को पत्नी को तलाक देकर उससे शादी करना का दबाव बनाने लगी. जब बात नहीं बनी, तो उसने झूठे मामलों में फंसाने की धमकी देकर 20 लाख रुपये की भारी-भरकम फिरोती मांगनी शुरू कर दी. लेकिन इस मामले में पुलिस ने त्वरित कार्यवाही की और इस शांति हसीना को उसके ही जाल में उलझाकर होटल के कमरे से रंगे हाथों दबोच लिया. जबलपुर के ग्वारीघाट निवासी रियल एस्टेट बिल्डर सार्थक सिंह की मुलाकात अक्टूबर 2025 में सोशल मीडिया और एक डांस प्रोग्राम के जरिए उमरिया जिले की रहने वाली पूजा रैदास से हुई थी. धीरे-धीरे दोनों के बीच बातचीत शुरू हुई. बिल्डर के मुताबिक, महिला अक्सर अपनी पारिवारिक परेशानियों का हवाला देकर आर्थिक मदद मांगती थी, और बिल्डर ईमानियत के नाते उसकी मदद कर दिया करता था. लेकिन उसे इस बात का बिल्कुल अंदाजा नहीं था कि यह परिचय उसके लिए एक बड़ा खतरा बनने वाला है. मदद का सिलसिला जल्द ही ब्लैकमेलिंग में बदल गया. आरोपी पूजा रैदास ने बिल्डर पर लगातार दबाव बनाना शुरू किया कि वह अपनी पत्नी को तलाक देकर उससे शादी करे. जब बिल्डरने साफ इन्कार कर दिया, तो महिला ने तेवर बदलते हुए उसे झूठे मामलों में फंसाने की धमकी दी और इसके एवज में 20 लाख रुपये की मांग करने लगी. काफी मोलभाव के बाद यह सौदा 7 लाख रुपये में तय हुआ, जिसकी पहली किस्त लेने के लिए महिला रविवार को होटल पहुंची थी. लड़कों को प्रेमजाल में फंसाकर फाइव स्टार होटल में मिलने बुलाती थी मोहतरमा, फिर करती थी ब्लैकमेल, आज मध्य प्रदेश की जबलपुर पुलिस ने पीड़ित की शिकायत पर मोहतरमा को गोपाल बाग होटल से पैसे लेते रंगे हाथ पकड़ लिया और मौके पर ही कानपटे सेक दिए बिल्डर सार्थक सिंह ने इस पूरे मामले की शिकायत 18 सितंबर को कोतवाली थाने में दर्ज कराई. पुलिस ने एक सोची-समझी रणनीति के तहत बिल्डरके जरिए महिला को गोपालबाग स्थित कदम ट्री होटल में पैसे लेने के लिए बुलाया. जैसे ही पूजा रैदास होटल पहुंची और बिल्डरसे 2.50 लाख रुपये कैश लेकर अपने बैग में रखे, सादे कपड़ों में पहले से ही तैनात महिला पुलिसकर्मीयों ने उसे घेरकर रंगे हाथों दबोच लिया. तलाशी के दौरान उसके बैग से पूरी रकम भी बरामद कर ली गई. आरोपी महिला पूजा रैदास के खिलाफ भारतीय न्याय संहिता (ऋह्स) की सख्त धाराओं के तहत मामला दर्ज कर लिया गया है. गिरफ्तारी के बाद पुलिस ने उसके परिजनों को भी इसकी सूचना दे दी है. फिलहाल, पुलिस इस बात की गहराई से जांच कर रही है कि इस हाई-प्रोफाइल हनीट्रैप रैकेट में इस महिला के अलावा और कौन-कौन लोग शामिल थे.



बुढ़वा मंगल पर हनुमान मंदिरों में उमड़ा आस्था का सैलाब, जगह-जगह हुए धार्मिक आयोजन

(यंग भारत न्यूज)

माधौगण, जालौन। बुढ़वा मंगल के अवसर पर मंगलवार को रामपुरा क्षेत्र के विभिन्न हनुमान मंदिरों में धार्मिक आस्था और भक्ति का माहौल देखने को मिला। सुबह से ही मंदिरों में श्रद्धालुओं की भीड़ जुटने लगी। भक्तों ने हनुमान जी का पूजन-अर्चना, सिंदूर व चोला चढ़ाकर सुख-समृद्धि और परिवार की मंगलकामना की। कई मंदिरों में रामचरितमानस के अखंड पाठ, सुंदरकांड पाठ, हवन-पूजन, भजन-कीर्तन और प्रसाद वितरण के कार्यक्रम आयोजित किए गए।

रामपुरा में पचोखरा रोड स्थित संकट मोचन हनुमान मंदिर पर बुढ़वा मंगल के अवसर पर विशेष पूजा-अर्चना की गई। यहां सुबह से ही बड़ी संख्या में श्रद्धालु पहुंचते रहे। भक्तों ने हनुमान जी के दर्शन कर विधि-विधान से पूजा की और प्रसाद चढ़ाया। मंदिर परिसर में आयोजित धार्मिक कार्यक्रमों के साथ मेले का भी आयोजन हुआ, जिसमें आसपास के गांवों और नगर क्षेत्र से पहुंचे लोगों ने भाग लिया। बच्चों और महिलाओं में मेले को लेकर विशेष उत्साह दिखाई दिया। संकट मोचन मंदिर कमेटी के संरक्षक द्वारका प्रसाद ने मंदिर के एक सेवादार राजू पर भक्तों के साथ



अनावश्यक उड़ड़ता करने एवं मंदिर का कपाट बंद कर लोगों की पूजा में बाधा डालने का आरोप लगाया है। उन्होंने बताया कि पुलिस के हस्तक्षेप के बाद मंदिर का ताला खुलवाया गया है। इसी क्रम में रामपुरा राजा के बाग में स्थापित दक्षिणमुखी हनुमान मंदिर में रामचरितमानस का अखंड पाठ, हवन-पूजन और भंडारे सहित विभिन्न धार्मिक कार्यक्रम आयोजित किए गए। अखंड पाठ के समापन के बाद विधिवत हवन कराया गया। श्रद्धालुओं ने हनुमान जी की पूजा-अर्चना कर क्षेत्र की सुख-शांति और खुशहाली की कामना की। मंदिर में

अनुसार, महाभारत काल में पांडव पुत्र भीम को अपनी शक्ति पर अभिमान हो गया था। कहा जाता है कि भीम के इस घमंड को दूर करने के लिए हनुमान जी ने एक वृद्ध वानर का रूप धारण किया। उन्होंने मार्ग में अपनी पूंछ रखकर भीम से उसे हटाने को कहा। अपनी पूरी शक्ति लगाने के बाद भी भीम पूंछ को नहीं हटा सके। इसके बाद उन्हें हनुमान जी के वास्तविक स्वरूप और अपनी शक्ति की सीमाओं का बोध हुआ। मान्यता है कि हनुमान जी के इसी वृद्ध स्वरूप की पूजा के कारण इस विशेष मंगलवार को बुढ़वा मंगल कहा जाता है। क्षेत्र के मंदिरों में हुए आयोजनों के दौरान श्रद्धालुओं ने हनुमान जी के प्रति अपनी आस्था व्यक्त करते हुए धार्मिक अनुष्ठानों में भाग लिया। पूरे क्षेत्र में दिनभर जय श्रीराम और बजरंगबली के जयकारों से वातावरण भक्तिमय बना रहा।

बुढ़वा मंगल पर गूंजे पवनसुत के जयकारे, श्रद्धा और भक्ति के माहौल में संपन्न हुए धार्मिक अनुष्ठान



जालौन: नगर में बुढ़वा मंगल का पावन पर्व अगाध श्रद्धा, भक्ति और धार्मिक उल्लास के साथ संपन्न हुआ। इस पावन अवसर पर संकटमोचन श्री हनुमान जी के मंदिरों में सुबह से ही भक्तों का तांता लगा रहा। श्रद्धालु कतारबद्ध होकर प्रभु श्रीराम के अनन्य भक्त पवनपुत्र हनुमान के दर्शन कर पूजा-अर्चना करते दिखे।

उरई रोड स्थित प्रसिद्ध टैंक वाले हनुमान मंदिर, बिरिया खेड़ा स्थित संकटमोचन धाम, बाईस फुटा हनुमान मंदिर और बाजारा बैदगंज स्थित प्राचीन मंदिर समेत नगर के सभी देवालयों में सुबह से ही सुंदरकांड, हनुमान चालीसा के पाठ और विशेष आरती का आयोजन हुआ। भक्तों ने सिंदूर, चोला, लड्डू और फल अर्पित कर अपने परिवार व समाज के लिए सुख, शांति और समृद्धि की मंगल कामना की। पूरा क्षेत्र 'जय श्री राम' और 'बजरंग बली की जय' के उद्घोष से भक्तिमय हो उठा। धार्मिक अनुष्ठानों के उपरांत सेवा और सर्पण भाव के तहत विभिन्न स्थानों पर विशाल भंडारों का आयोजन हुआ। दोपहर बाद मोती मस्जिद के सामने संजीव पटेल तथा उरई चौराहे पर मुन्ना भाई साहब राजू छोले भटूरे द्वारा प्रभु के महाप्रसाद का वितरण किया गया, जिसमें भक्तों ने कतारबद्ध होकर प्रसाद पाया। इस सेवा कार्य में सदर विधायक गौरीशंकर वर्मा पहुंचे। पालिका अध्यक्ष प्रतिनिधि पुनीत मित्तल, ब्लॉक प्रमुख रामराजा निरंजन और रामू गुप्ता सहित अनेक गणमान्य नागरिकों ने सहभागिता कर प्रभु का आशीर्वाद लिया और प्रसाद ग्रहण किया। दिन भर चले इन धार्मिक व सेवा कार्यक्रमों से समूचा नगर भक्ति रस में सराबोर नजर आया।

एसडीएम की अध्यक्षता में लेखपालों की मीटिंग आयोजित

-इलेक्ट्रॉनिक सिस्टम से खरीफ फसल की पड़ताल सभी गाटों में शत प्रतिशत शीघ्र पूरा करने पर जोर

(यंग भारत न्यूज)

कालपी-उरई। मंगलवार को तहसील सभागार में लेखपालों की साप्ताहिक बैठक आयोजित कर राजस्व कार्यों की विस्तार से समीक्षा की गई। बैठक की अध्यक्षता उपजिलाधिकारी विनय कुमार मौर्य द्वारा की गई। उन्होंने लेखपालों को खरीफ फसल की पड़ताल का कार्य इलेक्ट्रॉनिक सिस्टम के माध्यम से निर्धारित समय सीमा में पूरा करने के निर्देश दिए। साथ ही बैठक में एसडीएम ने कहा कि आईजीआरएस, राजस्व वादों एवं अन्य लंबित प्रकरणों का प्राथमिकता के आधार पर निस्तारण करने को कहा। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में खरीफ फसल की पड़ताल का कार्य महत्वपूर्ण है। इसलिए सभी लेखपाल अपने-अपने क्षेत्रों में फसल संबंधी विवरणों का स्थलीय सत्यापन करते हुए इलेक्ट्रॉनिक सिस्टम पर सही एवं समयबद्ध तरीके से



दर्ज करें। उन्होंने कहा कि फसल की पड़ताल में किसी प्रकार की लापरवाही या गलत सूचना दर्ज किए जाने की शिकायत नहीं मिलनी चाहिए। सभी कर्मचारी अपने क्षेत्र में सक्रिय रहकर कार्य को निर्धारित समय में पूरा करें। एसडीएम ने आईजीआरएस और लंबित मामलों के निस्तारण पर जोर दिया तथा आईजीआरएस के माध्यम से प्राप्त शिकायतों की भी समीक्षा की गई। उन्होंने निर्देश दिया कि जन शिकायतों के निस्तारण में अनावश्यक देरी न की जाए। शिकायतों का मौके पर जाकर सत्यापन करने के बाद नियमानुसार गुणवत्तापूर्ण निस्तारण सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने कहा कि शासन स्तर पर आईजीआरएस शिकायतों की लगातार निगरानी की जा

प्रयागराज कोर्ट में पेशी के बाद कड़ी सुरक्षा में झांसी जेल ले जाया गया अतीक का बेटा अली



प्रयागराज के बीच आवागमन के दौरान यह पुलिसिया काफिला हमेशा जालौन के एट टोल प्लाजा से होकर ही गुजरता है। एट टोल प्लाजा पर पहले पकड़ी गई थीं लखनऊ की दो काली संदिग्ध फॉर्च्यूनर

एट टोल प्लाजा सुरक्षा की दृष्टि से बेहद संवेदनशील माना जाता है। पूर्व में इसी टोल प्लाजा पर लखनऊ नंबर की काली फॉर्च्यूनर गाड़ियां—जिनमें काले शोशे तक काले थे—और अवैध असलहे (रिवाल्वर) पुलिस ने गुप्त सूचना पर बरामद किए थे, साथ ही लखनऊ के संदिग्ध लोगों को भी पकड़ा गया था। चूंकि अली का काफिला लगातार इसी मार्ग से गुजरता है, ऐसे में ठीक उसी रूट पर अवैध हथियारों के साथ संदिग्ध वाहनों का पकड़ा जाना किसी बड़ी साजिश या रेकी की ओर संदेह करता है।

जर्जर सड़क ग्रामीणों के लिये बनी मुसीबत को लेकर शिकायत -40 साल पुरानी 900 मीटर सड़क गड़ई में तब्दील

(यंग भारत न्यूज)

कालपी-उरई। इलाकाई ग्रामीणों ने तहसील कालपी क्षेत्र के ग्राम जकसिया और मजरा मुस्ताकनगर के ग्रामीण वर्षों से जर्जर सड़क की समस्या को लेकर उच्च अधिकारियों को शिकायती पत्र देकर उचित कदम उठाने की मांग की है।

प्राप्त जानकारी के मुताबिक लोदीपुर-जमरेही संपर्क मार्ग से जकसिया व मुस्ताकनगर को जोड़ने वाली करीब 900 मीटर लंबी सड़क पूरी तरह बदहाल होकर गहरे गड्ढों में तब्दील हो चुकी है। सड़क की हालत इतनी खराब है कि गांव तक एंबुलेंस अथवा अन्य चार पहिया वाहन पहुंचना मुश्किल हो गया है। सड़क की बदहाली का सबसे अधिक खामियाजा बीमार और बुजुर्ग ग्रामीणों को भुगतना पड़ रहा है। गांव में किसी व्यक्ति के बीमार पड़ने पर परिजन और ग्रामीण मरीज को चारपाई पर लिटाकर पैदल मुख्य सड़क तक ले जाने को मजबूर होते हैं। इसके बाद ही वाहन के जरिए मरीज को अस्पताल पहुंचाया जा पाता है। ग्रामीणों का कहना है कि अपात स्थिति में यह समस्या जानलेवा भी साबित हो सकती है। सेवानिवृत्त कर्मचारी एवं जकसिया निवासी शिवकुमार निगम ने तहसील समाधान दिवस में प्रार्थना पत्र देकर सड़क की समस्या से अधिकारियों को अवगत कराया। उन्होंने बताया कि वन क्षेत्र से होकर गुजरने वाली इस करीब 900 मीटर सड़क का निर्माण लगभग 40 वर्ष पूर्व लोक निर्माण विभाग उरई द्वारा मिट्टी डालकर डामरीकरण के माध्यम से कराया गया था। लंबे समय से मरम्मत और देखरेख न होने के कारण सड़क की स्थिति लगातार बिगड़ती चली गई। वर्तमान में सड़क पर जगह-जगह बड़े-बड़े गड्ढे हो गए हैं और कई स्थानों पर आवागमन बेहद मुश्किल है।

ग्रामीणों ने सड़क निर्माण की उठाई मांग

ग्रामीणों ने प्रार्थना पत्र देकर मांग की है कि वन क्षेत्र से गुजरने वाले इस मार्ग के गड्ढों को तत्काल भरवाया जाए तथा सड़क पर कंक्रीट अथवा डामरीकरण कराकर स्थायी रूप से दुरुस्त कराया जाए। ग्रामीणों का कहना है कि सड़क के निर्माण से जकसिया और मुस्ताकनगर के लोगों को आवागमन के साथ-साथ मरीजों को अस्पताल पहुंचाने में भी बड़ी राहत मिलेगी।

राजकीय मेडिकल कॉलेज में नर्सिंग छात्रों और जूनियर डॉक्टरों में मारपीट वीडियो वायरल होने से मचा हड़कंप

(यंग भारत न्यूज)

उरई। उरई के राजकीय मेडिकल कॉलेज से बड़ी खबर सामने आई है। यहां नर्सिंग विद्यार्थियों और जूनियर डॉक्टरों के बीच मारपीट की घटना हुई है। घटना के बाद कॉलेज परिसर में तनाव का माहौल बना हुआ है। मारपीट का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल होने के बाद मामला चर्चा में आ गया है।

जानकारी के अनुसार, मंगलवार 22 सितंबर को दोपहर करीब 12:30 बजे यह घटना हुई। क्लिनिकल ड्यूटी के दौरान बीएससी नर्सिंग बैच-2022 के विद्यार्थियों और एमबीबीएस बैच-2021 के कुछ इंटर्न के बीच किसी बात को लेकर विवाद हो गया। आरोप है कि यह विवाद जल्द ही मारपीट में बदल गया। घटना के बाद नर्सिंग विद्यार्थियों में भारी नाराजगी फैल गई और उन्होंने कामकाज का बहिष्कार कर हड़ताल शुरू कर दी। वहीं, जूनियर डॉक्टरों ने भी मेडिकल कॉलेज परिसर में प्रदर्शन कर अपना पक्ष रखा। नर्सिंग विद्यार्थियों ने कॉलेज प्रशासन को लिखित शिकायत दी है। इसमें उन्होंने- घटना की निष्पक्ष जांच, दोषियों पर सही कार्रवाई, क्लिनिकल ड्यूटी के दौरान विद्यार्थियों की सुरक्षा व सम्मान सुनिश्चित करने संबंधित एमबीबीएस इंटर्न से लिखित माफी की मांग की है। दूसरी ओर, दोनों पक्षों के आमने-सामने आने से कॉलेज परिसर में तनाव बना हुआ है। मारपीट का वीडियो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है। घटना के वास्तविक कारण और विवाद की शुरुआत किस बात को लेकर हुई, यह कॉलेज प्रशासन की जांच के बाद ही साफ हो पाएगा। फिलहाल, दोनों पक्षों की शिकायतों और आरोपों को देखते हुए मामले में निष्पक्ष जांच की मांग की जा रही है। कॉलेज प्रशासन मामले को शांत करने और स्थिति सामान्य करने की कोशिश में जुटा है।



समाज की बदली सोच बेटियां भर रही हैं नई उड़ानें

कवर स्टोरी
डॉ. नोनिका शर्मा

बी ते कुछ बरसों में बेटियों की परवरिश को लेकर समाज की सोच में एक सकारात्मक बदलाव आया है। अभिभावकों ने बेटियों से भावनात्मक जुड़ाव के साथ-साथ उन्हें लेकर व्यावहारिक और प्रगतिशील नज़रिया भी अपनाया है। यही बदली सोच अब बेटियों के अव्यवस्थापन और आर्थिक-पारितोषिक की मजबूत नींव बन रही है। माता-पिता का भरोसा, उनका बदलता व्यवहार और बेटियों के सपनों को समझने की कोशिश उनके लक्ष्यों को नई उड़ान दे रही है। आज देश ही नहीं, दुनिया भर में भारतीय बेटियों को उपलब्धता चर्चा में है, उनके कुलंद हॉसल नई पीढ़ी के लिए मिसाल बन रहे हैं। सकारात्मक सोच और प्रगति के इस मेल ने बेटियों के जीवन से जुड़े हर मोर्चे पर एक नया भरोसा पैदा किया है। बेटियों को समझने वाले अभिभावकों और अपनी पहचान बनाने का जज्बा रखने वाली लड़कियों ने मिलकर बदलाव को इस खूबसूरत तस्वीर को और मजबूत किया है।

मिल रहा है सही मार्गदर्शन-प्रोत्साहन

परंपरागत रूप से असमानता की सोच रखने वाले समाज में बेटियों के जीवन की राह यूं ही रोशनी नहीं हुई है। घर-परिवार में



हर भेद को फुलाकर बेटियों को सही मार्गदर्शन दिया गया। उनकी उपलब्धियों को सराहना में अब दली-नानी भी पीछे नहीं रहती, मन के धकने-टूटने पर दवा-नाना भी प्रोत्साहन देने लगे हैं। पढ़ाई का क्षेत्र चुनने से लेकर करियर बनाने तक, बेटियों को भरपूर अवसर मिल रहे हैं। अपनी मर्जी थोपने के बजाय घर-परिवार में उनके मन की बात सुनने का परिवेश बन गया है। यह सच है कि व्यवहार और विचार का यह बदलाव बरसों की जड़ो-जड़ के बाद आया है, पर अब इस भाव-चाव ने स्थायी जड़ें जमा ली हैं। एक और बेटियों को मिला मार्गदर्शन उनका मनोबल बढ़ा रहा है, तो



बेटी दिवस क्यों

अक्सर में डॉटर्स-डै का कॉन्सेप्ट बेटियों के जन्म को लेकर रहने वाली कमसकी की सोच, बेटियों को बेहतर समझने की आवश्यकता और जीवन के शुरू-आरंभ पड़ाव से ही उन्हें सकारात्मक के बल को बन देने के लिए हुई थी। बेटियों से जुड़ाव को मजबूत करने के लिए हर जल-शितकर मंथने के तैयार रविवार को बेटी दिवस मनाया जाता है। यह दिन मुख्य रूप से हमारे घर-परिवार में बेटियों के जन्म, जन्मज और उनके साथ के उत्सव के रूप में मनाया जाता है। बेटियों के अस्तित्व की स्वीकार्यता की अहमियत समझने वाला बेटी दिवस, कला, गान, हस्त, धरेतु, हिस की कब्रिता के विनायक जन्मसंकेत लाने से भी जुड़ा है। बेटियों के सपनों और उनकी स्वतंत्रता को मन देने से जुड़ा यह दिन अब बेटियों के विनायक होने वाले अपराध से निपटने से लेकर जेडर इक्विटी तक, बहुत से जमानों में सकारात्मक संकेत देता है। अक्सर अस्तित्व की अहमियत समझने वाली बेटियों की संख्या इस मुद्दे को और बन दे रही है। कामकाजी की उड़ान मसी बेटियों के उलटपुट्ट समझ से मेकअप, रसोई खाना करने में महत्वपूर्ण सुविधा मिल रही है। इससे दूसरी बेटियों को भी समझा अवसर मिलने लगे हैं। अभिभावकों और परिजनो द्वारा बेटियों को मौजूदगी के मायने उमझने और बेटियों द्वारा खुद अपने अस्तित्व की अहमियत का मोल समझने से उमझ की सोच से यह सार्थक किल पकड़ी है।

दूसरी ओर अपनों के प्रोत्साहन से बेटियों में सेन, खेल, रिसर्च और तकनीकी फ़िल्ड्स में जाने की हिम्मत भी आई है। समुदाय जाकर अपना घर बसाने की रात वाले हमारे समाज में आज बहुत से बेटियां अपने माता-पिता का व्यवसाय संभाल रही हैं। इसी का परिणाम है कि बेटियों की निखरती प्रतिभा से अनेक क्षेत्रों में देश का भी नाम रोशनी हो रहा है।

आत्मविश्वास से भरा मन

पढ़ते बेटियों के जन्म और उनकी मौजूदगी से घर-परिवार का माहौल बदल जाता था। आज भी बेटियों के जन्म और उपस्थिति भर से पूरा परिवेश बदल-बदला-सा लगता है। फर्क है तो यह कि

बेटियों को लेकर अब हमारे समाज की सोच बहुत बदली है। माता-पिता पारंपरिक सोच से उबरकर अपनी बेटियों को खुला आसमा दे रहे हैं, जिसमें वे ऊंची उड़ानें भर रही हैं, हर क्षेत्र में अपने आपको सिद्ध कर रही हैं, अपनी पहचान बना रही हैं। तभी आज देश में ही नहीं, दुनिया में भारतीय बेटियों का परचम लहरा रहा है।

तब बेटियों को जिम्मेदारी भर समझा जाता था। बड़ा कर शादी करने तक का दायित्व परिवार के हिस्से होता था। अब माता-पिता उनकी हर छोटी-बड़ी उलझन में साथ देने लगे हैं। अभिभावक बेटे के समान ही शिक्षा, सुरक्षा और समान परवरिश देते हुए आत्मनिर्भर बनने की सोच लिए हैं। जिसके चलते बेटियों का मन भी दृढ़ता से पुरित है। बेटों की ही तरह बेटियां भी अपने ही नहीं, माता-पिता के सपने पूरे करना चाहती हैं। उनका दिले-दिमाग न केवल अभिभावकों से मिले भरोसे का मान करता है, बल्कि अपने आर्चवर्ग से उन्हें और सम्मानित महसूस करवाने का भाव लिए है। यह आत्मबल सही मायने में उनके सशक्तिकरण का मार्ग प्रशस्त करने वाला है।

अभिभावकों की ताकत

किसी शिक्षित-राज्य बेटों का यह कहना कि 'आप चिंत न करें, मैं सब कुछ मैनेज कर लूंगी।' तो कहीं घर-परिवार बसा चुको



बेटों का बोलना 'मैं आपसे दूर नहीं हूँ, सब संभाल लूंगी।' बड़ी होनी किसी बेटों का यह भरोसा दिलाना 'मैं आपके सपने पूरे करूंगी' या मासूम बेटियां का घर में खिलखिलाते हुए सबका मन मोह लेना, सबको हँसला देने वाला है। बदलाव के इस शुरूआती पड़ाव पर माता-पिता बेटियों की हिम्मत बने तो अब सशक्त-आत्मनिर्भर हुई बेटियां भी अभिभावकों की ताकत बन रही हैं। आस-पड़ोस या सामाजिक-परिवारिक परिवेश में अभिभावक का मन दुखाने वाली बातों का एक सकारात्मक जवाब या सोच बनाने में अब बेटियां जिक्रूल पीछे नहीं रहती। माता-पिता पर स्नेह लौटाने वाली प्रगतिशील बेटियां हर दुख-तकलीफ में उनके साथ होती हैं। अभिभावकों के साथ नियमित संवाद बनाए रखती हैं। करियर और शिक्षा के मोर्चे पर भी कुछ कर दिखाने की लगन ने माता-पिता के मन में उनके सपने साकार करने की ललक पैदा की है। अभिभावक भी बेटियों के लिए हर चुनौती का सामना करने की शक्ति और फल शायिल हो रहे हैं। यह हमारे परिवार-समाज के लिए बहुत सुखद स्थिति है।

बेटियां तभी सशक्त बनेंगी, जब अभिभावक उन्हें वो जरूरी आजादी देंगे, जो उनके सर्वांगीण विकास के लिए जरूरी है। अभिभावक बेटियों की परवरिश में किन बातों का ध्यान रखें कि उनके भीतर आत्मविश्वास जागे, वे स्वतंत्र बनें, साथ में जागरूक भी, एक जरूरी सलाह।

बेटियां ऐसे बनेंगी सशक्त-जागरूक

परवरिश
पूरी करें

बा य! अनिका, आराम से जाना और वहां जाकर खुब एंजॉय करना। अनिका को कॉलेज दूर के लिए विदा कर वैदेही घर के कामों में लग गई। इन दिनों अनिका की नानी यानी वैदेही की मां भी आई हुई थीं। वे बड़े गौर से अपनी बेटी को परवरिश देखा रही थीं। कुछ देर बाद वह बोल ही पड़ीं, 'अनिका लड़की है, यूं आजादी से घूमेगी? मुझे तो यह समझ में नहीं आ रहा है कि इतनी आजादी तुम उसे क्यों दे रही हो? लड़की जात है, कहीं कोई ऊंच-नीच हो गई तो?' मां के इन सवालों का वैदेही ने बस एक जवाब दिया, 'मां, ये नए दौर की परवरिश है। अब न गुजरे वक़्त जैसी जमीन है, न हवा-पानी वैसा है। अब इनके बीच अलग ढंग से बनें होंगे।' कहने को बात छोटी थी, लेकिन अपने भीतर बहुत बड़ा अर्थ समेटे थी। आज दुनिया तेजी से बदल रही है, इस बदलती दुनिया का रख समझना होगा, उसी के हिसाब से अपनी बेटियों को मजबूत बनाने के लिए उन्हें तैयार करना होगा। इसके लिए बेटियों की परवरिश में एक स्मार्ट नज़रिया बहुत जरूरी है। यह नज़रिया क्या हो इस बारे में यहां विस्तार से जानें-

गहने नहीं, स्वाभिमान जोड़ें: बेटों जैसे ही बड़ी होने लगती हैं, माता-पिता उसकी शक्ती के लिए गहने जोड़ने लगते हैं, लेकिन रहने नहीं जोड़ें, उसके व्यक्तित्व में स्वाभिमान जोड़ें। बेटों को यह सोच दीजिए कि उसकी पहचान केवल किसी की बेटे, पत्नी या बहू होने से नहीं, बल्कि उसके अपने व्यक्तित्व से है। उसे अपने बात कहने और अपने लिए सही निर्णय लेने की समझदारी दीजिए।

आत्मनिर्भर बनाएं: बेटों को घर के काम सिखाना अच्छी बात है, लेकिन आत्मनिर्भर बनाना उससे भी ज्यादा जरूरी है। खाना बनाने और घर सफाई के साथ उसे बैंक का काम, जरूरी दस्तावेजों की जानकारी और इससे संबंधित काम, डिजिटल लेन-देन, यात्रा और अपने छोटे-बड़े फैसले खुद लेना भी सिखाइए।

उसके हुनर को दो प्रोत्साहन: हर बेटों के भीतर कोई न कोई खास हुनर होता है। किसी को पढ़ने में



रखी होती है, किसी को खेल, संगीत, कला या तकनीक में रुचि होती है। उसको तुलना दूसरों से करने के बजाय, उसके हुनर की पहचानिए और उसे आगे बढ़ने के अवसर दीजिए। किसी हुनर का महत्व केवल उससे होने वाली कमाई में नहीं होता, वह बेटों को आत्मविश्वास भी देता है।

उसकी ताकत का एहसास कराएं: बेटों को मजबूत बनाने का अर्थ यह नहीं कि उसे दुनिया से लड़ना सिखाया जाए। अर्थ यह है कि उसे दुनिया को समझना सिखाया जाए। उसे विश्वास दीजिए, अवसर दीजिए और सबसे

बढ़कर यह एहसास दीजिए कि 'तुम किसी से कम नहीं हो।' क्योंकि जब बेटों के भीतर आत्मविश्वास की रोशनी जलती है, तो वह दुनिया में अपनी जगह बनाना सीखती है। बेटों को सिर्फ पंख मत दीजिए, उसे उड़ाना भी सिखाइए। उसे एहसास और भरोसा दिलाइए कि- तुम सशक्त तो दुनिया तुम्हारी है।

खुलकर बोलना सिखाएं: बेटों का चुन रहना नहीं, सही बात सही जगह पर कहना सिखाइए। उसे 'ना' कहना सिखाइए। असहज स्थिति को पहचानना और जरूरत पड़ने पर मदद मांगना सिखाइए। सबसे जरूरी बात, अपनी बेटों को ऐसा माहौल दीजिए कि वह अपनी परेशानी आपसे बिना डर साझा कर सके।

अपने अधिकारों के प्रति सजग बनाएं: बेटों को केवल उसके कर्तव्यों का ज्ञान न दें, उसके अधिकार भी बताइए। उसे शिक्षा, सम्मान, सुरक्षित वातावरण और अपने जीवन से जुड़े फैसलों में अपनी इच्छा के महत्व को समझाइए। बुनियादी कानूनी जानकारी भी उसकी ताकत बन सकती है। परिस्थितियों को समझना और जरूरत पड़ने पर सही निर्णय लेना सिखाना ज्यादा जरूरी है।

रिश्ते देखा श्रीवत्सव

आ ज की नई पीढ़ी की पसंद है- एकल परिवार, क्योंकि यहाँ उन्हें कोई रोकने-टोकने वाला नहीं होता। ऑफिस से लौटने के बाद क्लब जाना, पार्टी और डिनर करके देर रात घर लौटना, इधर-उधर घूमना-फिरना, इन सब में उन्हें खूब मजा आता है। जब तक वे अकेले रहते हैं, सब अच्छा-अच्छा चलता है, लेकिन परिवार में बच्चे के जन्म के बाद बहुत कुछ बदल जाता है। बच्चे के साथ पहले जैसी स्वच्छंद ज़िंदगी ज़ीना संपन्न नहीं होता। बस यही से कई बार गृह-क्लेश की शुरुआत हो जाती है। ऐसी स्थिति में दंपती को समझदारी से काम लेना चाहिए, अपने जीवन में एक अनुशासन लाना चाहिए।

सही नहीं है एकल परिवारिक जीवन: आज बहुत से युवा दंपती अकेले रहने या परिवार को सिर्फ दो लोगों तक सीमित रखने के बारे में सोचते हैं, लेकिन यह न सामाजिक और न ही पारिवारिक दृष्टि से सही है। हम यह क्यों भूल जाते हैं, एक दिन जब हम बिल्कुल अकेले हो जाते हैं, तब अपनी की कमी सबसे ज्यादा अखरती है। कई बार तो अकेले रहने वाली व्यक्ति की मृत्यु के बाद कई-कई दिनों तक किसी को इसकी खबर तक नहीं होती। यह कितनी त्रासद और अपने आप में वह कितनी भयावह स्थिति है। संयुक्त परिवार है एक वट वृक्ष: आजकल बाल यौनशोषण, वर्चुअल ऑटिज्म या फिर छोटी उम्र में जरा-

इस आधुनिक दौर में बहुत से पति-पत्नी एकल परिवार में ही रहना पसंद करते हैं। वे अपने माता-पिता को साथ रखना नहीं चाहते, जबकि बुजुर्ग अभिभावक अपने बच्चों का बहुत बड़ा संवल होते हैं।

बना रहे हम सबका साथ



सी अनबन या डॉटने पर आत्महत्या की घटनाएं आए दिन सुनाई देती हैं। ये सब कहां ज्यादा होता है, जहां पति-पत्नी दोनों ही वर्किंग होते हैं। ऐसी स्थिति में बच्चे या तो मेड या पट्टोसियों के सहारे फरते हैं। जरूरी नहीं वे लोग बच्चे का सही ढंग से ध्यान रखें या वे अच्छे ईंसान हों। कई जगह पर ऐसे-ऐसे अपराध सामने आते हैं कि लोगों का रिश्ते पर से विश्वास उड़ जाता है। अंत में दंपती को नया विकास खोजना पड़ता है। इसलिए इस बात को समझें, 'अभी देर नहीं हुई है, जब जगो तभी संवरा।' उच्च शिक्षा हासिल करना,



माता-पिता है सुरक्षा कवच आपके माता-पिता भी अपना साथ पावेंगे। उन्हें आर प्यार और सम्मान के साथ अपने साथ रखिए। आपके बच्चों को सुरक्षा कवच मिल जाएगा। आपकी एक बेटिका रहती है इसका घर और बच्चे सुरक्षित है। रक्ष सवात बड़ी की शेक-टैक का तब वे कोई डिप्राय पर लग हुए इंसान नहीं है। बल्कि आपके अप्ने है, अगर उसका सुरक्षा व बात उचित है तो स्वीकार कर लीजिए और अगर अनुचित है, तो उसको उखाड़िए कि देख क्यों नहीं संभव है। इस बात को समझिए, उसके पास आपसे ज्यादा जीवन अवसर है, उसका तम उठाइए।

मेडिकल एडवाइस डॉ. अरुणा गुप्ता संविदा गवर्नमेंटोफिशियर

पाँ लीमिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (पीसीओएस) की समस्या और इससे जुड़े लक्षणों के बारे में तो कई महिलाएं जानती हैं। लेकिन क्या आप जानती हैं कि इसका असर आपकी नींद पर भी पड़ सकता है? इसके संकेतों को जरूरत से न करें। हो सकती है नींद से जुड़ी समस्याएं: पीसीओएस से पीड़ित महिलाओं में ऑब्स्ट्रक्टिव स्लीप एपनिया (ओएसए) का जोखिम सामान्य महिलाओं की तुलना में अधिक होता है। इस स्थिति में सोते समय सांस की नली कुछ समय के लिए संकरी या बंद हो जाती है, जिससे सांस लेने में रुकावट आती है। शरीर में ऑक्सीजन का स्तर कम होने पर व्यक्ति को नींद बार-बार खुलने लगती है, ताकि सांस सामान्य हो सके। पीसीओएस-अनिद्रा का कनेक्शन: पीसीओएस में इंसुलिन रेजिस्टेंस, वजन बढ़ना और हार्मोनल असंतुलन जैसी

पीसीओएस को आमतौर पर अनियमित पीरियड्स और वजन बढ़ने से जोड़कर देखा जाता है। लेकिन इसका असर नींद पर भी पड़ सकता है। ये आपस में कैसे रिलेट करते हैं और इनसे कैसे निजात पाएं, जानिए।

पीसीओएस से हो सकती है नींद में परेशानी



समस्याएं कॉमन हैं। वहीं, लंबे समय तक अनिद्रा और स्लीप एपनिया की समस्या, शरीर में तनाव हार्मोन और इंसुलिन रेजिस्टेंस को बढ़ा सकती है। नींद की कमी का असर महिलाओं के हार्मोनल और मॉनसिक स्वास्थ्य पर भी पड़ सकता है। लगातार

परेशानियां हैं, उनके लिए खराब नींद इन समस्याओं को और चुनौतीपूर्ण बना सकती है। यदि खासतः बहुत तेज और नियमित हैं, सोते समय आप सांस रुकने की समस्या महसूस करती हैं, घुटन होती है या सांस की गति बढ़ जाती है तो डॉक्टर से सलाह लेना बेहतर है। ब्रेलेंड डाइट-अच्छी नींद जरूरी: पीसीओएस को मैनेज करने के लिए केवल पीरियड्स को नियमित करना या वजन कम करना ही पर्याप्त नहीं है। संतुलित आहार, नियमित शारीरिक गतिविधि, पर्याप्त नींद और तनाव का प्रबंधन भी इसके प्रभावों को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। स्लीप एपनिया होने पर डॉक्टर स्थिति के अनुसार ट्राटमेंट करते हैं।

प्रस्तुति: निकिता चौहान

अच्छी डाइट-वर्कआउट के साथ 'मी टाइम' निकालना भी है जरूरी

इन दिनों सोनी सब चैनल के रो 'वाटे' में डॉ. सुप्रि अखवाल का फिटनेस गुरुजी गोष्ठी जिना रही है। इसमें वे फिट और अट्रैक्टिव नज़र आ रही हैं। अपनी फिटनेस और ब्यूटी को बेटेन करने के लिए वे क्या करती हैं, गुल्की सहेली को बता रही हैं, अपनी गुबानी।

फिटनेस फंडा गुल्की गोष्ठी

गुल्की गोष्ठी स्ट्रिक डाइट के बजाय बैलेंस और सस्टेनेबल डाइट को प्रथमिकता देती हैं। वर्कआउट में स्ट्रेच, मोबिलिटी और कार्डियो का संतुलन बनाए रखती हैं। साथ ही, मॉनसिक सुकून के लिए 'मी टाइम' निकालती हैं। आइए जानते हैं, उनको फिटनेस और ब्यूटी का राज क्या है? बैलेंस और सस्टेनेबल डाइट: फिटनेस बनाए रखने के लिए मैं बहुत स्ट्रिक डाइट से ज्यादा बैलेंस और सस्टेनेबल डाइट पर फोकस करती हूँ। मैं कोशिश करती हूँ कि मेरे खाने में पर्याप्त प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट और फल शामिल हों। मैं घर का बना खाना ही खाती हूँ। शूटिंग के दौरान टायमिंग कभी-कभी डिस्टर्ब हो जाती है, लेकिन मैं बेटेन करने का परसक प्रयास



करती हूँ। इसके साथ ही मैं हाइड्रेशन पर खास ध्यान देती हूँ। वैसे मैं किसी भी तरह के फूड को पूरी तरह अवॉयड नहीं करती, लेकिन जंक और बहुत ज्यादा प्रोसेस्ड फूड को लिमिट में ही खाना पसंद करती हूँ। मेरा मानना है कि डाइट ऐसे होनी चाहिए, जिसे आप पूरे मन से पालो कर सकें। करती हूँ डेली वर्कआउट: मैं नियमित रूप से वर्कआउट करने की कोशिश करती हूँ। हालाँकि शूटिंग शेड्यूल के हिसाब से स्टीन में बदलाव आता रहता है। मुझे ऐसा वर्कआउट पसंद है, जिसमें स्ट्रेच, मोबिलिटी और थोड़ा कार्डियो, तीनों का बैलेंस हो। वॉकिंग भी मेरे लिए बहुत जरूरी

है। अगर कभी जिम जाना मिस हो जाए, तो मैं कोशिश करती हूँ कि दिन भर फिजिकल एक्टिव रहूँ। मेरे लिए 'कंसिस्टेंसी' सबसे ज्यादा मायने रखती है। 'मी टाइम' भी निकालती हूँ: मॉनसिक शांति के लिए मैं अपने लिए थोड़ा 'मी टाइम' निकालना बहुत जरूरी मानती हूँ। कभी-कभी बस कुछ देर शांत बैठना, फोन से दूरी बनाना या अपने पसंदीदा लोगों के साथ समय बिताना भी बहुत मदद करता है। मैं कोशिश करती हूँ कि किसी भी टैशन को अपने ऊपर हावी न होने दूँ और जो चीजें मेरे कंट्रोल में नहीं हैं, उन्हें लेकर खुद को ज्यादा परेशान न करूँ। मेरा मानना है कि पॉजिटिव रहना कोई एक दिन को प्रैक्टिस नहीं, बल्कि रोज खुद को थोड़ा बेहतर समझने की प्रक्रिया है।

अच्छी नींद को मानती हूँ जरूरी: अच्छी फिटनेस का असर मेरी ब्यूटी पर भी पड़ता है। मेरे लिए ब्यूटी का सबसे बड़ा सेक्रेट है, डेली अच्छी पूरी नींद सोना। हाइड्रेशन को बेटेन रखना और बैलेंसिक रिजन केयर में कंसिस्टेंसी। मैं बहुत ज्यादा एक्सपेरिमेंट करने के बजाय अपनी रिजन को स्टू करने वाले कुछ बैसिक प्रोडक्ट्स को अच्छाई करना पसंद करती हूँ। शूटिंग में मेकअप काफी होता है, इसलिए उसे अच्छी तरह से हटाना और रिजन को साफ और मॉइस्टराइज रखना बहुत जरूरी है। मुझे लगता है कि जब हम अंदर से खुश और स्वस्थ महसूस करते हैं, तो उसका असर चेहरे पर अपने आप दिखाता है।

प्रस्तुति: सहेली चौधरी

