









## ब्रीफ न्यूज

**पाकिस्तान के पूर्व पीएम इमरान को रिहा कराने दुनियाभर से मिल रहा समर्थन इस्लामाबाद।** पाकिस्तान के पूर्व पीएम और महान क्रिकेटर इमरान खान की रिहाई के लिए प्रोटेस्ट कर रहे प्रदर्शनकारियों का काफिला इस्लामाबाद की ओर बढ़ रहा है। 24 नवंबर को इमरान की अपील पर प्रदर्शन शुरू हुआ। इमरान ने इस प्रोटेस्ट को फाइनल कॉल नाम दिया है। प्रदर्शन रोकने के लिए पुलिस ने चार हजार से ज्यादा इमरान समर्थकों को गिरफ्तार कर लिया है। इनमें पांच सांसद भी हैं। इस बीच पाकिस्तान में चल रहे प्रदर्शन को दुनियाभर से समर्थन मिल रहा है।

**हिंद महासागर में दो नौकाओं के पलटने से 24 लोगों की मौत: सोमालिया सरकार**

**मोगादीशू।** हिंद महासागर में मेडागास्कर तट के पास दो नौकाओं के पलटने से 24 लोगों की मौत हो गई। सोमालिया सरकार ने इसकी जानकारी दी। सोमालिया के विदेश मंत्री अहमद मोआलिम फिकी ने कहा कि 46 लोगों को बचाया गया है। अधिकांश यात्री सोमालिया के युवा थे। इथियोपिया में सोमालिया के राजदूत के नेतृत्व में एक प्रतिनिधिमंडल नौकाओं के पलट जाने घटना की जांच करने लिए सोमवार को मेडागास्कर जाएगा।

**बंदूकधारियों ने बरसाई गोलियां, 6 की मौत, 5 घायल**

**सैन जुआन।** दक्षिण-पूर्वी मेक्सिको में बंदूकधारियों की गोलीबारी में छह लोगों की मौत हो गई और कम से कम पांच घायल हो गए। मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक गोलीबारी की यह घटना तटीय प्रांत ताबास्को में हुई, जो हाल में हिंसा से जूझ रहा है। लोक सुरक्षा सचिव उमर गार्सिया हाफुंच ने 'एक्स पर कहा कि गोलीबारी की घटना को सुलझाने में अधिकारियों लगे हुए हैं।

मनीला में लगी आग की एक झोला से ली गयी तस्वीर।



## अमेरिका के बाद अब अडाणी के साथ हुए समझौते की जांच करेगा बांग्लादेश

शेख हसीना ने पीएम रहते अडाणी ग्रुप के साथ किया था पावर एग्रीमेंट

एजेंसी ■ टाक

अमेरिका में रिश्त देने के आरोप में घिरे अडाणी ग्रुप की मुश्किलें कम होने का नाम नहीं ले रही है। अब बांग्लादेश ने भी शेख हसीना के पीएम रहते अडाणी ग्रुप के साथ हुए पावर एग्रीमेंट की जांच के लिए एक एजेंसी गठित करने की सिफारिश की गई है। बांग्लादेश की अंतरिम सरकार की गठित समिति ने इस एजेंसी के गठन की सिफारिश की है। साथ ही शेख हसीना के पीएम रहते हुए छह अन्य बड़े एनर्जी और पावर एग्रीमेंट की जांच की भी मांग की है। मीडिया रिपोर्ट में एक आधिकारिक बयान में कहा गया है कि पावर, एनर्जी और खनिज संसाधन मंत्रालय की समीक्षा समिति ने 2009 से 2024 तक पावर प्रोजेक्शन एग्रीमेंट को लेकर किए गए समझौते की जांच के लिए एजेंसी नियुक्त करने की सिफारिश



की है। अंतरिम सरकार के मुखिया मोहम्मद युनुस के ऑफिस से जारी बयान में कहा गया है कि समीक्षा समिति सात प्रमुख एनर्जी और पावर प्रोजेक्ट की समीक्षा कर रही है। इसमें अडाणी (गोड्डा) बीआईएफपीसीएल 1234.4 मेगावाट कोल फायर्ड प्लांट भी शामिल है। छह अन्य समझौतों में से

एक चीनी कंपनी के साथ हुआ है, जिसने 1320 मेगावाट का कोल फायर्ड इलेक्ट्रिसिटी प्लांट बनाया है। बयान में यह भी कहा गया है कि समिति ने कई सबूत जुटाए हैं, जिनके आधार पर अंतरराष्ट्रीय कानूनों और प्रक्रियाओं के मुताबिक समझौतों को रद्द या फिर पुनर्विचार किया जा सकता है।

इसके अलावा कई अन्य कॉन्ट्रैक्ट की जांच के लिए अलग से वक्त मांगा गया है। अडाणी ग्रुप का गोड्डा पावर प्लांट ग्रुप का पहला इंटरनेशनल पावर प्लांट है। इसमें झारखंड के गोड्डा में 1600 मेगावाट का थर्मल पावर प्लांट लगाया था। इससे ट्रांसमिशन लाइन के जरिए बांग्लादेश पावर डेवलपमेंट बोर्ड

**भारत और बांग्लादेश की समर्पित टीमों को सलाम करता हूँ**

गोड्डा पावर प्लांट शुरू होने के बाद गौतम अडाणी ने सोशल मीडिया पर शेख हसीना के साथ तस्वीर शेयर की थी। तब उन्होंने लिखा था कि 1600 मेगावाट के अल्टा सुपर-क्रिटिकल गोड्डा पावर प्लांट के फुल लोड शुरुआत और हैडओवर पर बांग्लादेश की पीएम शेख हसीना से मुलाकात करके सम्मानित महसूस कर रहा हूँ। मैं भारत और बांग्लादेश की समर्पित टीमों को सलाम करता हूँ, जिन्होंने कोविड का सामना करने के बाद भी साढ़े तीन साल के रिकॉर्ड समय में प्लांट को चालू कर दिया है।

(बीपीडीबी) को बिजली की सप्लाई की जा रही है। 2016 में इसे लेकर शेख हसीना सरकार के साथ करार किया गया था।

**कई चुनौतियों से जूझ रहे पाकिस्तान के सामने इमरान ने बढ़ाई एक और मुसीबत**



एजेंसी ■ इस्लामाबाद

पाकिस्तान में एक के बाद एक नई नई चुनौतियां आ रही हैं। पहले आर्थिक फिर शिया सुन्नी झगड़ा और अब पूर्ण पीएम इमरान खान की पार्टी का प्रदर्शन सरकार के लिए मुश्किलें पैदा कर रहा है। पाकिस्तान में रविवार से पीटीआई का प्रदर्शन शुरू हो गया है। अलग-अलग इलाकों से पीटीआई के हजारों समर्थकों ने कूच करना शुरू कर दिया है। इस प्रदर्शन के शुरू होने से पहले ही 48 घंटे के लिए पूरे इस्लामाबाद में अघोषित लॉकडाउन कर दिया है। और शायद पाकिस्तान दुनिया का इकलौता देश है, जिसकी राजधानी इस वक्त कटेनर लॉकड

है। पाकिस्तान सरकार ने इस प्रदर्शन को दबाने और इस्लामाबाद तक प्रदर्शनकारियों को ना पहुंचने देने के लिए जितने भी रास्ते हैं, सबको बड़े बड़े शिपिंग कटेनर रखकर बंद कर दिया है। कुल 35 से ज्यादा ऐसी सड़कें हैं जो बाकी प्रांत से इस्लामाबाद को जोड़ती हैं, जो बंद हैं। जिन शिपिंग कटेनरों से सड़कें ब्लॉक की गई हैं, ये कोई मुफ्त की नहीं हैं। इसके लिए भी करोड़ों खर्च करने पड़ सकते हैं। अगर ये प्रदर्शन लंबे समय तक चला तो इन कटेनरों के लिए शहबाज सरकार को बड़ी कीमत चुकानी पड़ सकती है। कटेनर के किराए की बात करें तो यह करोड़ों में है।

**INVEST MADHYA PRADESH**  
ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट  
फरवरी 2025, भोपाल



**MPDC**  
MP INDUSTRIAL DEVELOPMENT CORPORATION LTD.

**वैश्विक निवेश का उभरता परिवेश  
मध्यप्रदेश**

**डॉ. मोहन यादव**  
मुख्यमंत्री  
द्वारा  
**यू.के.**



नरेन्द्र मोदी, प्रधानमंत्री

डॉ. मोहन यादव, मुख्यमंत्री

मध्यप्रदेश की निवेश संभावनाओं पर  
**इंटरैक्टिव सेशन**

**26 नवम्बर, 2024 | अपराह्न 4:00 बजे से (IST)**  
होटल सेंट जेम्स कोर्ट (ताज), लंदन

**द फ्यूचर रेडी स्टेट, मध्यप्रदेश**

फोकस सेक्टर

नवकरणीय ऊर्जा

ऑटोमोबाइल, ऑटो कंपोनेंट्स एवं इलेक्ट्रिक व्हीकल्स

खाद्य प्रसंस्करण

शिक्षा

सीधा प्रसारण

@Cmmadhyapradesh  
@jansampark.madhyapradesh

@Cmmadhyapradesh  
@jansamparkMP

JansamparkMP

#InvestMP

Website : invest.mp.gov.in







रोजाना जिंदगी में हम सिर दर्द, कमर दर्द, पेट दर्द से लेकर बॉडी में दर्द तक ना जाने कितनी तरह के दर्द को शिकार होते हैं। ज्यादातर मामलों में हम पेन किलर से काम चला लेते हैं, लेकिन अगर दर्द ज्यादा और लगातार हो रहा है, तो लापरवाही बरतना खतरनाक हो सकता है। क्या आप बहुत दिनों अपनी कमर में होने वाले दर्द को इग्नोर कर रहे हैं? हो सकता है कि आप कुछ गोलियां लेकर काम चला रहे हों (ज्यादातर मामलों में इन गोलियों से थोड़ी राहत मिल जाती है।), लेकिन लंबे समय तक इस तरह के दर्द को इग्नोर करना आपके लिए बेहद नुकसानदायक हो सकता है। मले ही आप इस बात से सहमत हों या ना हों, लेकिन शरीर के किसी हिस्से में दर्द होने का मतलब यही है कि वहां सब कुछ ठीक नहीं है। ऐसे में अगर आप अपनी बॉडी की पुकार पर ध्यान नहीं देंगे, तो फिर आपके साथ कुछ गलत होने की संभावना काफी हद तक बढ़ जाएगी। आइए जानते हैं कुछ ऐसे कॉमन बॉडी पेन के बारे में, जो किसी बड़ी प्रॉब्लम की निशानी हो सकते हैं। अगर आपको इनमें से किसी तरह का दर्द होता है, तो उसे सीरियसली लिए जाने की जरूरत है।

# न करें छोटे से दर्द को भी इग्नोर



## गर्दन दर्द

हम लोग अक्सर अंगुलियों में होने वाली सिहरन और वीकनैस को इग्नोर करते हैं, लेकिन जब यह दर्द काफी बढ़ जाता है, तो यह सरवाइकल में तब्दील हो जाता है। बेहतर होगा कि आप शुरुआती लक्षणों को पहचान कर सावधान हो जाएं। मसलन अगर आप कभी चाय पी रहे हैं और अचानक कमजोरी की वजह से आप चाय का कप नहीं पकड़ पाते, तो यह आपके लिए अलर्ट होने का समय है। यही दर्द धीरे-धीरे बढ़ता हुआ आपकी गर्दन में पहुंच जाएगा और सरवाइकल की वजह बन जाएगा।



सीने में दर्द की बहुत सी वजहें हो सकती हैं। सीने में जलन और गैस जैसी कॉमन परेशानियों के अलावा सीने में दर्द की कुछ सीरियस वजहें भी हो सकती हैं। अगर आप एक्सरसाइज नहीं करते या फिर आपका वजन काफी बढ़ गया है, तो आपको सीने में दर्द की शिकायत हो सकती है। लेकिन अगर आप फिट हैं, बावजूद इसके आपको सीने में थोड़ा-थोड़ा दर्द होता है, तो आपको निश्चित तौर पर चिंतित होने की जरूरत है। बेशक, सीने में होने वाला हार्ट अटैक की निशानी नहीं है, लेकिन फिर भी सावधानी बरतते हुए आपको अपने डॉक्टर से इस बारे में कंसल्ट जरूर कर लेना चाहिए। इसी तरह, अगर आप थोड़ा चलने या सीढ़ियां चढ़ने में हांफने लगते हैं, तो भी आपको डॉक्टर से डिस्कस करने की जरूरत है। ध्यान रहे कि हार्ट डिजीज का दर्द छाती के ऊपरी हिस्से, गले, बांये कंधे या हाथ में होता है। साथ ही, इस दौरान आपको पसीना भी आने लगता है।

## चेस्ट पेन

## हलका सिर दर्द

सिरदर्द एक ऐसी बीमारी है, जिसे लोग अक्सर सीरियसली नहीं लेते। हममें से ज्यादातर पेन किलर्स लेकर सिरदर्द को भुला देते हैं। बावजूद इसके आपको इस चीज का खयाल रखना चाहिए कि अगर आपके सिरदर्द का पैटर्न चेंज होता रहता है या फिर यह अभी कुछ दिनों से ही होना शुरू हुआ है, तो इस पर ध्यान देने की जरूरत है। इसके अलावा, आपके कहीं गिरने या फिर सिर में चोट लगने से होने वाले सिरदर्द को भी सीरियसली लेना चाहिए। और अगर लगातार हो रहे सिरदर्द से आपका डेली रूटीन डिस्टर्ब हो रहा है, तो आपको उसे वाकई सीरियसली लेने की जरूरत है। कई बार सिरदर्द के साथ उलटी की शिकायत होती है। जबकि कई बार सिरदर्द में काफी कमजोरी महसूस होती है और ऐसा लगता है कि हाथों-पैरों में मानो सुइयां चुभ रही हों। इस तरह का दर्द स्ट्रोक का लक्षण हो सकता है, इसलिए ऐसी कंडिशन में सावधानी बरतने की जरूरत है। अगर किसी इंसान को सिरदर्द के साथ कोलड भी हो गया है, तो फिर उसे साइडस सिरदर्द का इलाज कराना चाहिए।



## पेट दर्द

सबसे ज्यादा महिलाएं अपने पीरियड्स के दौरान पेट दर्द की शिकार होती हैं। दूसरे लोग भी पेट दर्द की शिकायत होने पर कोई पेन किलर लेकर राहत पा लेते हैं। लेकिन अगर आपको अक्सर पेट दर्द की शिकायत रहती है और आप लगातार पेन किलर का सहारा ले रहे हैं, तो सावधान इससे आपकी किडनियों को नुकसान हो सकता है। और महिलाओं को इस तरह की शिकायत है, तो उन्हें शॉर्टकट अपनाने की बजाय गायकन-लॉजिस्ट से डिस्कस करके पूरा चेकअप कराना चाहिए। इसके अलावा, लगातार पेट दर्द की वजह हार्ट बर्न, ब्लॉकेज, अल्सर और गॉलब्लेडर में कोई प्रॉब्लम भी हो सकती है।



# दवाएं भी होती हैं जानलेवा

दवाएँ उतनी ही मात्रा में लेना चाहिए जितनी चिकित्सक ने लिखी हो। इससे कम या अधिक नुकसानदायक हो सकती है। अब तक ऐसी कोई औषधि नहीं है जिसके कोई साइड इफेक्ट्स न हों। अतः अपने मन से खाई गई कोई दवा जहर भी हो सकती है। जीवन की रक्षा करने वाली दवाइयाँ हमेशा सुरक्षित नहीं होती हैं। यदि आप चिकित्सक की सलाह के बिना इन्हें मनमाने तरीके से ले रहे हों तो ये खतरनाक भी हो सकती हैं। खुराक एवं मात्रा में से किसी भी एक का ध्यान न रखा जाए तो ये दवाइयाँ कभी-कभी खतरनाक हो सकती हैं। दमा के तेज अटैक से तुरंत राहत के लिए चिकित्सक ओरल स्टीरॉयड्स मरीज को देते हैं, लेकिन देखा गया कि करीब 5 से 10 प्रतिशत मरीज उन पचों को संभालकर रख लेते हैं ताकि जब दोबारा अटैक आए तो वही दवा फिर से खा लें। कई मरीज तो चिकित्सक को बिना बताए हफ्तों और यहाँ तक कि महीनों भी अपने मन से स्टीरॉयड्स खाते रहते हैं। इसके गंभीर परिणाम होते हैं। इसी तरह ब्लड प्रेशर की दवाइयों की खुराक बिना रक्तचाप नापे ज्यादा या कम नहीं करना चाहिए।

कई मरीजों के परिजन अस्पताल के आईसीयू में यह कहते हुए सुनाई पड़ते हैं कि हमारे मरीज को रक्तचाप की शिकायत असें से है और वे नियमित दवा खाते हैं। अब सिरदर्द की शिकायत होने पर भी उन्हें लगा कि रक्तचाप बढ़ गया है इसलिए एक गोली और खा लीं। इससे रक्तचाप तेजी से गिर गया तो आईसीयू में भर्ती करवाना पड़ा। कई लोग सिरदर्द, बदन दर्द के लिए एस्प्रीन, आइबुफेन व अन्य दर्द निवारक दवाएँ बिना निदान के अपने आप कई वर्षों तक लगातार लेते रहते हैं। ये दवाइयाँ कुछ समय के लिए सिर्फ दर्द को दबाती हैं। कारण को ठीक नहीं करती। इन दवाइयों से पेट में अल्सर, एनिमिया, गुर्दे खराब होना इत्यादि परेशानियाँ आ सकती हैं। कई लोग कमजोरी के लिए विभिन्न प्रकार के टॉनिक व विटामिन्स खाते रहते हैं। बी-कॉम्प्लेक्स व विटामिन-सी यदि ज्यादा ले भी लिए तो मूत्र के साथ निकल जाते हैं। लेकिन कुछ घुलनशील विटामिन्स जैसे विटामिन ए व विटामिन डी ज्यादा खुराक के कारण शरीर की प्राकृतिक प्रक्रिया में व्यवधान भी उत्पन्न कर सकते हैं। एंटीबायोटिक्स अपने मन से न लें। कई बार उनकी जरूरत नहीं होती। कई मरीज इस हिस्ट्री के साथ आते हैं कि पिछली बार जैसे लक्षण थे, इसलिए हमने आपका %पिछला पर्चे दिखाकर दवा ले ली, लेकिन इस बार फायदा नहीं हुआ। एक ही एंटीबायोटिक को बार-बार लेने से उससे शरीर में रोग प्रतिरोधक शक्ति कम हो जाती है। ऐसी स्थिति में हल्की एंटीबायोटिक असर नहीं करती। अब केवल ताकतवर एंटीबायोटिक देने पर भी फायदा होता है। अधिक समय तक एंटीबायोटिक खाने से बीमारी बढ़ती रहती है और कई बार उसके साइड इफेक्ट्स- जैसा- दस्त होना, पेट खराब हो जाना, मुँह में छाले इत्यादि हो सकते हैं। इसलिए कोई भी एंटीबायोटिक दवाई चिकित्सक के परामर्श के बिना न लें। खासकर वे लोग जो पहले ही से दवाइयाँ लेते रहते हैं उन्हें विशेष खयाल रखना चाहिए क्योंकि उनकी पहले की दवाइयाँ इन नई दवाइयों से मिल कर उनके लिए नई परेशानियाँ खड़ी कर सकती हैं।

उम्र के हिसाब से अगर दाँतों की केयर की जाए, तो दाँतों में दर्द या किसी और दिक्कत का सामना ही न करना पड़े-हर रोज दो बार दूध ब्रश करना और अपने डेंटिस्ट से रेग्युलर चेकअप करना, यही करते हैं न हम अपने दाँतों की केयर के लिए। दरअसल, जब दाँतों में दर्द होता है, तब हमारे पास इसके सिवा कोई ऑप्शन भी नहीं होता। इंडियन डेंटल असोसिएशन के जनरल सेक्रेटरी डॉ. अशोक घोबले ओरल केयर के बारे में बता रहे हैं कुछ खास बातें

### बेबी की ओरल केयर

कुछ लोग सोचते हैं कि बेबी के दूध के दाँत हैं, तो

अभी से क्या केयर करनी है। जबकि हम आपको बता दें कि बेबी के दाँतों की केयर करना भी उतना ही जरूरी है, जितने बड़ों की। दरअसल, इनके सहारे वह अच्छी डाइट तो ही ले ही पाता है, जो कि ग्रोथ भी सही होती है। यही नहीं, टीथ लाइन चेहरे को सही फॉर्म और अपीयरेंस देने में भी मददगार है। इनसे बच्चे को साफ-साफ बोलने में मदद मिलती है और ये एडवेंस टूथ के लिए स्पेस सेवर्स के तौर पर भी अच्छा काम करते हैं। हम आपको बता दें कि अगर बेबी टीथ डैमेज हो जाते हैं या खराब हो जाते हैं, तो परमानेंट टीथ भी सही जगह पर नहीं आते। आगे चलकर वह भी एक-दूसरे पर चढ़े या स्टे-स्टे से आते हैं।

# डेंटल केयर



# व्यायाम के लिए नई गाइडलाइंस

अनियमित दिनचर्या से जुड़ी बीमारियों का ग्राफ बढ़ने के साथ ही देश में एरोबिक, योगा व व्यायाम का भी रूझान बढ़ा। इसके बावजूद, बीमारियाँ नियंत्रित नहीं हो रही हैं, जिसका सीधा असर अप्रशिक्षित योगाभ्यास या व्यायाम का माना गया है। भारतीयों को व्यायाम व एरोबिक की सही दिशा देने के लिए नेशनल डायबिटिक ओबेसिटी एंड कोलेस्ट्रॉल फाउंडेशन, अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, स्कूल ऑफ पब्लिक हेल्थ कर्टिन विश्वविद्यालय, ऑस्ट्रेलिया ने मिलकर व्यायाम की नई गाइडलाइंस जारी की हैं, जिसके बाद हर उम्र के व्यक्ति के लिए व्यायाम की अलग पाठशाला होगी। यही नहीं, पहली बार मधुमेह व दिल की बीमारियों से पीड़ित मरीजों के लिए भी व्यायाम की सलाह दी गई है।

### किसके लिए जरूरी व्यायाम

अब तक बच्चों के लिए व्यायाम की जरूरत को सही नहीं बताया गया था, लेकिन ताजा अध्ययन कहते हैं कि बढ़ने की उम्र में अधिक से अधिक शारीरिक श्रम बच्चों की मांसपेशियों को मजबूत करता है। यहाँ तक निर्धारित वजन के वेट लिफ्टिंग को भी बच्चों के लिए सही बताया गया है। विशेषज्ञों के अनुसार हर वह व्यक्ति

जो 4 से 5 घंटे एक जगह बैठकर काम कर रहा है, साथ ही जंक फूड, अधिक तेल व वसा का सेवन कर रहा है, परिवार में मोटापे व दिल की बीमारी का इतिहास रहा है, तो उसे कम से कम 60 मिनट रोजाना व्यायाम करना जरूरी है। यह व्यायाम कई तरह का हो सकता है, जिसमें मॉडरेट एक्सरसाइज भी शामिल है। पहली बार मधुमेह व दिल की विभिन्न बीमारियों से पीड़ित रोगियों के लिए भी व्यायाम की जरूरत को महत्व दिया गया है, जिसे कार्डिओ रीस्पैटरी फिटनेस की संज्ञा दी गई है।

तयों जरूरत पड़ीं

भारतीयों की बीमारी के संदर्भ में विश्व स्वास्थ्य संगठन की रिपोर्ट के बाद ही व्यायाम की गाइडलाइन जारी करने की जरूरत समझी गई, जिसके अनुसार पिछले दस साल में देश में मधुमेह के मरीजों और दिल की बीमारी का खतरा अन्य देशों की अपेक्षा दस गुना अधिक है। संगठन के अनुसार अकेले वर्ष 2010 में भारतीयों पर 43 प्रतिशत नॉन कम्प्लेक्स डिजीज (सीएचडी, मधुमेह, वाल्व खराब होना) व 60 प्रतिशत ब्रेज़ हार्टरेशन का है। राष्ट्रीय रोग संचारी विभाग के अनुसार वर्ष 1990 में संचारी रोगों से मरने वालों का आंकड़ा जहाँ 40.4 प्रतिशत तक रहा था, वर्ष 2020 तक 66 प्रतिशत तक पहुंचने की संभावना है। बीमारियों के आंकड़ों का ग्राफ बढ़ने का सबसे बड़ा कारण लाइफस्टाइल को माना गया है, जिसे नियंत्रित करने के लिए देश में विशेष गाइडलाइन की जरूरत महसूस की गई। शरीर के साधारण विकास के लिए शारीरिक श्रम जरूरी है। कंप्यूटर का अधिक प्रयोग और स्कूल की अधिक पढ़ाई का बोझ बच्चों को बाहर खेलने का मौका कम कर रहा है। मांसपेशियों को मजबूत बनाने के लिए बच्चों में शारीरिक श्रम व व्यायाम की जरूरत को बताया गया है। अब तक वेट लिफ्टिंग के व्यायाम से बच्चों को दूर रहने की सलाह दी जाती थी, लेकिन हालिया अध्ययन कहते हैं कि निर्धारित वजन का व्यायाम बच्चों के लिए सही है। जिसे प्रशिक्षण ट्रेनर की सलाह पर किया जा सकता है। व्यायाम को सही दिशा देने के लिए स्कूलों को भी प्रोच किया गया है, जिसमें खेल के मैदान के साथ ही पीटी व शारीरिक श्रम के घंटे अधिक किए जाने की बात कही गई है।





## इंडस्ट्री में 6 साल के अनुभवों का सांझा किया मौनी रॉय ने

अभिनेत्री मौनी रॉय के मनोरंजन इंडस्ट्री में 6 वर्ष पूरे हो गए हैं। वे अपनी इस महत्वपूर्ण उपलब्धि का सेलिब्रेट कर रही हैं। मौनी ने इन वर्षों में इंडस्ट्री में हासिल किए अपने अनुभवों का सांझा किया है। मौनी ने इस दौरान न केवल स्क्रीन पर एक मजबूत उपस्थिति बनाई है, बल्कि टेलीविजन और फिल्मों के बीच सहजता से आगे बढ़ते हुए, अपनी एक अनूठी छवि भी स्थापित की है।

अपनी यात्रा पर विचार करते हुए, मौनी ने इंडस्ट्री के साथ आने वाली चुनौतियों और विकास को अपनाने के अपने अनुभव को सांझा किया। इंडस्ट्री ने मुझे धैर्य रखना सिखाया, उन्होंने स्वीकार किया कि सफलता की राह हमेशा आसान नहीं होती, लेकिन आत्म-विश्वास उनके विकास की कुंजी रही है। हालांकि मौनी ने अपने पूरे करियर में उतार-चढ़ाव दोनों देखे हैं, लेकिन वह एक अभिनेत्री के रूप में विकसित होने के लिए समर्पित हैं। उनका मानना है कि इस प्रतिस्पर्धी इंडस्ट्री में सीखने और बढ़ने की क्षमता ही सफलता की कुंजी है। उन्होंने बताया, हर उद्योग में उतार-चढ़ाव आते हैं। जो मायने रखता है वह यह है कि हम अभिनेता के रूप में विकसित होते रहें और ऐसी कहानियां पेश करें जो दर्शकों से जुड़ें। यह उनके संकल्प दर्शाता है कि वह हमेशा सुधार और विकास की दिशा में काम करती रहेंगी, चाहे रास्ते में कोई भी रुकावट क्यों न हो।

छह साल पूरे करने पर, मौनी ने सिर्फ एक माध्यम या प्रारूप से परे देखने और भूमिकाओं और कहानियों की एक विस्तृत श्रृंखला पर काम करने की इच्छा व्यक्त की। उन्होंने कहा, मेरा ध्यान हमेशा ऐसी भूमिकाएं चुनने पर रहता है जो सच में मुझसे जुड़ते हैं, चाहे वह किसी भी शैली में हो।

## थलपति 69 में नजर आएंगी पूजा हेगड़े

अपकमिंग फिल्म थलपति 69 में अभिनेत्री पूजा हेगड़े नजर आएंगी। हाल ही में पूजा ने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरी पर चेन्नई में शूटिंग का एक दृश्य शेयर किया। उन्होंने अपने इस पोस्ट को कैप्शन देते हुए लिखा, चेन्नई मॉर्निंग्स डे 16...। उन्होंने बताया कि उनके दिन की शुरुआत सुबह 6.30 बजे हुई।

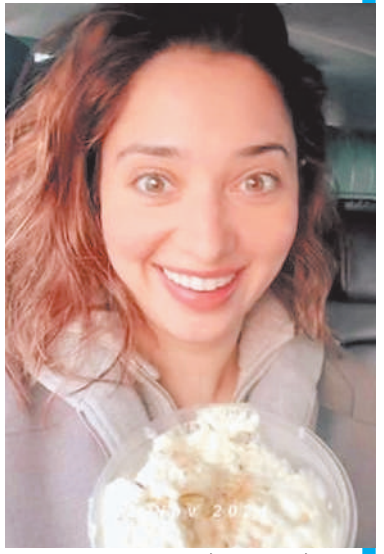
इस फिल्म की शूटिंग फिलहाल चेन्नई में चल रही है। अभिनेत्री इसमें थलपति विजय के साथ अभिनय करती नजर आएंगी। तमिल, तेलुगु और हिंदी सहित कई भाषाओं में अक्टूबर 2025 में रिलीज होने वाली फिल्म थलपति 69 विजय की विरासत को समर्पित होगी। फिल्म का निर्देशन एच. विनोद करेंगे और केवीएन प्रोडक्शंस के तहत वेंकट के. नारायण इसे प्रोड्यूस करेंगे। फिल्म की शूटिंग 4 अक्टूबर को पारंपरिक पूजा समारोह के साथ शुरू हुई। निर्माताओं ने कलाकारों और क्रा की तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर कीं। इस कार्यक्रम में कास्ट और क्रा की टीम शामिल हुई, जिसमें थलपति विजय, बांबी देओल और पूजा हेगड़े शामिल थे। थलपति 69 में फिल्म निर्माता-अभिनेता गौतम वासुदेव मेनन, राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता अभिनेत्री प्रियामणि, अनुभवो अभिनेता प्रकाश राज और प्रेमलु की प्रसिद्ध अभिनेत्री ममिता बैजू भी हैं। इस बीच पूजा हेगड़े इसके अलावा अपकमिंग फिल्म देवा और सूर्या 44 में भी नजर आएंगी। रोशन एंजियुस द्वारा निर्देशित देवा में अभिनेत्री शाहिद कपूर के साथ स्क्रीन शेयर करेंगी।



## मलाई मक्खन के बिना लखनऊ नहीं छोड़ सकती: तमन्ना भाटिया

आगामी प्रोजेक्ट सिकंदर का मुकद्दर को लेकर अभिनेत्री तमन्ना भाटिया चर्चा में हैं। इतना ही नहीं, अभिनेत्री अपनी सोशल मीडिया पोस्ट के जरिए भी सुर्खियों में हैं। अभिनेत्री ने हाल ही में लखनऊ में मलाई मक्खन के प्रति अपने प्यार का इजहार किया। तमन्ना ने इंस्टाग्राम पर एक पोस्ट साझा किया, जिसमें वह कार की पिछली सीट पर बैठी नजर आ रही हैं। उनके पास एक प्लेट में मलाई मक्खन रखा हुआ है और वह इसे देखकर बेहद खुश नजर आ रही हैं। अभिनेत्री ने कैप्शन में लिखा, मलाई मक्खन के बिना लखनऊ नहीं छोड़ सकती। यह

पोस्ट लखनऊ के मशहूर और स्वादिष्ट व्यंजन के प्रति उनके प्यार को जाहिर करता है। बता दें कि मलाई मक्खन उत्तर प्रदेश के कई हिस्सों में विशेष रूप से लखनऊ, कानपुर और वाराणसी में खाया जाता है, जबकि दिल्ली में इसे दौलत की चाट के नाम से भी जाना जाता है। इसके बाद, अभिनेत्री ने अपने आगामी प्रोजेक्ट सिकंदर का मुकद्दर के प्रचार के दौरान अपनी सुनहरी और सफेद रंग की पोशाक में कुछ तस्वीरें भी साझा की। इन तस्वीरों में तमन्ना बेहद स्टाइलिश और ग्लैमरस नजर आ रही हैं। पोस्ट के कैप्शन में उन्होंने लिखा, देखो हीरे नहीं हैं मेरे पास, मैं एक गोल्डन गर्ल हूँ। उनकी इस पोस्ट पर अभिनेत्री काजल अग्रवाल ने उनकी तारीफ करते हुए कमेंट किया, अरे यहां तो आप हो। सिकंदर का मुकद्दर में तमन्ना भाटिया के साथ जिमी शेरगिल, अविनाश तिवारी, और राजीव मेहता भी महत्वपूर्ण भूमिकाओं में हैं। यह फिल्म 29 नवंबर को नेटफ्लिक्स पर प्रीमियर होने वाली है। फिल्म एक थ्रिलर है, जिसमें अपराध, जुनून और न्याय की खोज को दर्शाया गया है। यह जिमी शेरगिल और तमन्ना भाटिया की पहली ऑनस्क्रीन जोड़ी है। इसके अलावा, तमन्ना के पास ओडेला 2 भी है, जो अशोक तेजा द्वारा निर्देशित एक आगामी प्रोजेक्ट है।



## पति की जैकेट में प्रियंका चोपड़ा ने ली सेल्फी

ग्लोबल स्टार प्रियंका चोपड़ा सोशल मीडिया पर बेहद एक्टिव रहती हैं, जहां वह अपने फैंस से जुड़े रहने का कोई मौका नहीं छोड़तीं। हाल ही में, 'देसी गर्ल' ने इंस्टाग्राम स्टोरी पर एक खूबसूरत तस्वीर शेयर की, जिसमें वह अपने पति निक जोनास की जैकेट पहने नजर आ रही हैं। प्रियंका ने कैप्शन में लिखा, पति जैसी जैकेट वाली सुबह। इस तस्वीर में प्रियंका ब्लैक जैकेट में बेहद ग्लैमरस लग रही हैं, और उनका ऑल ब्लैक लुक, जिसमें ब्लैक शूज और ट्राउजर भी शामिल हैं, बेहद आकर्षक था। प्रियंका ने अपनी लुक को पूरा करने के लिए एक टाइट पोनी बनाई और स्टाइलिश सेल्फी ली। इससे पहले, उन्होंने सोशल मीडिया पर एक वीडियो भी शेयर किया, जिसमें वह हेयर स्टाइल करवाती हुई नजर आ रही थीं। इसके साथ ही, प्रियंका ने एक और पोस्ट में कैप्शन लिखा, सूरज के साथ खेल रही हूँ, जिसमें उन्होंने अपने आगामी प्रोजेक्ट्स की झलक भी दी।

## नागार्जुन ने किया खुलासा

अभिनेता नागार्जुन ने हाल ही में अपने पिता अक्किनेनी नागेश्वर राव (एनआर) की विरासत और उनके दृष्टिकोण पर विस्तार से बात की। उन्होंने बताया कि एनआर का सपना था कि तेलुगु सिनेमा को एक ऐसी ताकत बनाया जाए, जिसे हर कोई पहचाने। एनआर ने अनूठी स्टाइल को स्थापना की, जो आज भी तेलुगु फिल्म इंडस्ट्री की बुनियाद के रूप में काम करता है। नागार्जुन ने अपने पिता की दूरदर्शिता की सराहना की, जो मानते थे कि भाषा कभी भी सिनेमा के रास्ते में रुकावट नहीं बननी चाहिए। यह सोच उस समय के लिए काफी आगे की थी, नागार्जुन ने कहा। नागार्जुन ने यह भी साझा किया कि एनआर का सपना था कि तेलुगु सिनेमा को अखिल भारतीय पहचान मिले। जब खुशबू सुंदर ने उनकी विरासत को आगे बढ़ाने की जिम्मेदारी पर सवाल किया, तो नागार्जुन ने कहा कि उन्होंने अपने परिवार के समर्थन से इस दृष्टिकोण को बचाए रखा है।

## ये काली काली आंखें का दूसरा सीजन

नेटफ्लिक्स की मोस्टअवेटेड वेब सीरीज ये काली काली आंखें का दूसरा सीजन अब दर्शकों के बीच आ चुका है, और इसने पहले सीजन की लोकप्रियता को और बढ़ा दिया है। सिद्धार्थ सेनगुप्ता द्वारा निर्देशित इस सीजन में बेहतरीन कहानी, दमदार अभिनय और शानदार निर्देशन का समावेश है। हर एपिसोड में रोमांस, थ्रिल और सस्पेंस का जबरदस्त तड़का देखने को मिलता है, जो दर्शकों को बांधे रखने में कामयाब होता है। सीरीज का दूसरा सीजन पहले सीजन की कहानी से ही आगे बढ़ता है।

## मानुषी ने आईएफएफआई में किया लाइव प्रदर्शन

हाल ही में मिस वर्ल्ड मानुषी छिल्लर ने गोवा में आयोजित भारतीय अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (आईएफएफआई) में अपना पहला लाइव प्रदर्शन किया। सोशल मीडिया पर मानुषी ने अपनी खुशी साझा की क्योंकि उनके माता-पिता उन्हें मंच पर लाइव प्रदर्शन करते हुए देख रहे थे। अपने माता-पिता के साथ एक तस्वीर सहित कार्यक्रम के पलों को साझा करते हुए, उन्होंने लिखा, आईएफएफआई गोवा में भाग लेना और सभी फिल्मों का जश्न मनाना हमेशा खुशी की बात है। इस वर्ष मॉम एंड डैड के शामिल होने और मुझे मंच पर प्रदर्शन करते हुए देखकर बहुत खुशी हुई! मुझे वापस उन दिनों में ले गया, जब वे काम में व्यस्त होने के बावजूद मेरे स्कूल के सभी प्रदर्शनों में भाग लेते थे, मैं हमेशा उनके लिए छोटी लड़की रहूंगी। उन्होंने कुर्ची मदाथपट्टी, गुलाबी

## सान्या मल्होत्रा ने फिर साबित की अपनी योग्यता

फिल्म मिसेज में अपने शानदार प्रदर्शन से एक बार फिर सान्या मल्होत्रा ने अपनी योग्यता साबित की है। इस फिल्म का प्रीमियर गोवा में भारतीय अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (आईएफएफआई) में हुआ था। मिसेज के प्रीमियर पर, सान्या को इस सामाजिक ड्रामा में उनके शक्तिशाली किरदार के लिए भारी तालियाँ से सराहना मिली।

समीक्षकों द्वारा प्रशंसित मलयालम हिट द ग्रेट इंडियन किचन के रूपांतरण वाली इस फिल्म को दर्शकों से खूब सराहना मिली, जिसने सान्या को इंडस्ट्री की सबसे बहुमुखी अभिनेत्रियों में से एक बना दिया। प्रतिक्रिया से अभिभूत होकर उन्होंने अपना आभार व्यक्त किया। उनके विचारोत्तेजक प्रदर्शन ने सामाजिक मानदंडों और लैंगिक भूमिकाओं पर विचार किया। पगलेट और कटहल में अपनी भूमिकाओं के लिए पहले ही प्रशंसा हासिल कर चुकी सान्या, प्रभावशाली कहानियों के साथ हमेशा खबर में रहती हैं। इस साल की शुरुआत में न्यूयॉर्क इंडियन फिल्म फेस्टिवल में उनकी सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री की जीत और मिसेज की वैश्विक सफलता ने भारतीय सिनेमा में अग्रणी कलाकारों में से एक के रूप में उनका प्रतिष्ठ और मजबूत कर दिया है। मिसेज के अलावा, सान्या की आगामी परियोजनाओं में धर्मा प्रोडक्शंस की सनी संस्कारी की तुलसी कुमारी, सह-कलाकार वरुण धवन, जान्हवी कपूर और रोहित सराफ साथ हैं, साथ ही अनुराग कश्यप के साथ एक बेनाम फिल्म शामिल है, जहां वह बाँबी देवल के साथ स्क्रीन स्पेस साझा करती दिखेंगी।

## दर्शकों का 'द साबरमती रिपोर्ट' को मिल रहा बेहद प्यार

बालीवुड फिल्म द साबरमती रिपोर्ट को दर्शकों का बेहद प्यार मिल रहा है। साल 2002 में हुए गोधरा ट्रेन अफेयर पर आधारित इस फिल्म को गुजरात और उत्तर प्रदेश में टैक्स फ्री कर दिया गया है। हाल ही में रिलीज हुई विक्रांत मैस्री अभिनीत इस फिल्म में गोधरा ट्रेन अफेयर को सच्चाई और तथ्यों को उजागर करने का दावा किया गया है। इसे दर्शकों से काफी सकारात्मक प्रतिक्रिया मिल रही है। फिल्म को प्रशंसा में नरेंद्र मोदी, गृह मंत्री अमित शाह समेत राजनीतिक नेताओं का भी समर्थन मिला है। इससे पहले इसे मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़ और हरियाणा में टैक्स-फ्री किया गया था। हाल ही में, मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल ने भी गुजरात में फिल्म को टैक्स-फ्री घोषित किया और मुख्यमंत्री भजन लाल शर्मा ने राजस्थान में भी फिल्म को टैक्स-फ्री घोषित किया, ताकि इस फिल्म को व्यापक दर्शक मिल सकें। 'साबरमती रिपोर्ट' साबरमती एक्सप्रेस ट्रेन में आग लगने की घटना पर आधारित है। फिल्म में अभिनेता ने एक हिंदी पत्रकार की भूमिका निभाई है, जो सिस्टम के खिलाफ खड़ा होता है क्योंकि वह चाहता है कि रिपोर्ट में सच्चाई को शामिल किया जाए। इससे पहले फिल्म के मुख्य अभिनेता विक्रांत मैस्री ने मंगलवार को उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ से मुलाकात की। उत्तर प्रदेश के सीएम के आधिकारिक हैंडल ने इंस्टाग्राम पर उनकी मुलाकात की एक तस्वीर भी पोस्ट की थी। गुजरात को मुख्यमंत्री योगी ने अपने कैबिनेट सहयोगियों के साथ फिल्म की स्क्रीनिंग देखी और फिल्म को टैक्स फ्री करने की घोषणा की। फिल्म देखने के बाद मुख्यमंत्री योगी ने कहा कि ज्यादा से ज्यादा लोग इस सच को देख सकें और जान सकें।

इसलिए, इस फिल्म को यूपी में टैक्स फ्री किया जाएगा। सीएम योगी ने यह भी कहा कि हर भारतीय को यह फिल्म देखना चाहिए और देश व समाज में वैमनस्यता पैदा कर रहे लोगों को एक्सपोज करना चाहिए। मुख्यमंत्री ने कहा कि मैं द साबरमती रिपोर्ट की पूरी टीम को बधाई देता हूँ जिन्होंने इस सत्य के प्रति अपने दायित्व का निर्वहन करते हुए वास्तविक सत्य को देश की जनता को फिल्म के माध्यम से बाहर लाने का प्रयास किया है। उन्होंने कहा कि हर भारतवासी को द साबरमती रिपोर्ट फिल्म को देखना चाहिए और सत्य के नजदीक जाने का प्रयास करना चाहिए। उन चेहरों को जो राजनीतिक स्वार्थ के लिए देश के खिलाफ षड्यंत्र कर रहे हैं। उन चेहरों को पहचानने के साथ-साथ उनका पर्दाफाश करने की भी आवश्यकता है। योगी ने कहा कि सभी को पता है कि साबरमती एक्सप्रेस से अयोध्या से वापस जा रहे कारसेवकों के साथ गोधरा स्टेशन के बाद जो कुछ भी हुआ था, उस सच्चाई को झुठलाने का प्रयास हो रहा था। वह सच्चाई सामने आई है। उस सच्चाई को बहुत से लोग आज भी झुठलाते हैं। उन्हें एक्सपोज करने की आवश्यकता है।















# गोरखपुर में सुनीं 300 लोगों की समस्याएं, बोले- हर समस्या का कराएंगे समाधान

सीएम योगी का फिर जनता दरबार... बतखों को दाना खिलाते हुए नजर भी आए

**एजेसी** ■ गोरखपुर  
मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने गोरखपुर प्रवास के दौरान सोमवार सुबह गोरखनाथ मंदिर में आयोजित जनता दर्शन में लोगों से मुलाकात कर उनकी समस्याएं सुनीं। उन्होंने समस्या लेकर आए लोगों से आत्मीयता से संवाद करते हुए कहा कि किसी को भी परेशान होने की आवश्यकता नहीं है। हर पीड़ित व्यक्ति की शिकायत पर सुनिश्चित कार्रवाई करते हुए समस्या का समाधान कराया जाएगा। इस दौरान मुख्यमंत्री ने पास में मौजूद अधिकारियों को निर्देशित किया कि हर

पीड़ित व्यक्ति समस्या पर संवेदनशीलता से ध्यान दें और उसका समयबद्ध व पारदर्शी निस्तारण कराएं। सोमवार सुबह गोरखनाथ मंदिर परिसर के महंत दिग्विजयनाथ स्मृति भवन के सामने आयोजित जनता दर्शन में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने 300 लोगों की समस्याएं सुनीं और अधिकारियों को उनका समाधान करने के निर्देश दिए। कुर्सियों पर बैठवाए गए लोगों तक मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ खुद पहुंचे। एक-एक कर और इत्मीनान से सबकी समस्याएं सुनीं। उन्हें आश्वासन दिया कि वह सभी की



समस्याओं का समाधान सुनिश्चित कराएंगे। किसी को भी घबराने की जरूरत नहीं है। प्रार्थना पत्रों को उन्होंने अधिकारियों को हस्तगत करते हुए निर्देश दिया कि हर समस्या का निस्तारण त्वरित, गुणवत्तापूर्ण और संतुष्टिदायक होना चाहिए।

कठोर कानूनी कार्रवाई के निर्देश

कुछ लोगों द्वारा जमीन कब्जाने की शिकायत पर सीएम योगी ने कठोर कानूनी कार्रवाई के निर्देश दिए। मुख्यमंत्री ने अफसरों को यह निर्देश भी दिए कि यदि किसी प्रकरण में पीड़ित को लगातार परेशानी का सामना करना पड़ा है तो इसकी भी जांच कर जवाबदेही तय की जाए। जनता दर्शन में कुछ लोग इलाज में आर्थिक मदद की गुहार लेकर पहुंचे थे। मुख्यमंत्री ने उनसे कहा कि इलाज में धन की कमी बाधक नहीं होगी। उन्होंने अधिकारियों को निर्देशित किया कि इलाज में अस्पताल के इस्टीमेट की प्रक्रिया को जल्द पूर्ण कराकर शासन में भेजें। मुख्यमंत्री विवेकाधीन कोष से इलाज के लिए पर्याप्त राशि दी जाएगी।

गायों को खिलाया गुड़

गोसेवा के दौरान उन्होंने सितंबर माह में आंध्र प्रदेश के येलेधरम स्थित गोशाला से गोरखनाथ मंदिर लाए गए नादिपथि मिनिपेचर नस्त (पुंगनूर नस्त की नवोन्नत ब्रीड) के दो गौवंश भवानी और भोलू को खूब दुलारा तथा अन्न हार्थों से उन्हे चारा (बरसोम) खिलाया। सीएम ने अन्य गौवंश को भी खूब दुलारने के बाद उन्हें गुड़ खिलाया और गोशाला के भी कार्यकर्ताओं को देखभाल के लिए जरूरी निर्देश दिए। मंदिर परिसर का भ्रमण करने के दौरान सीएम योगी जब भीम सरोवर पर पहुंचे तो वहां बतखों का समूह विचरण कर रहा था। मुख्यमंत्री ने अपने हाथों से चारा खिलाकर बतखों पर भी स्नेह बरसाया।

सीएम योगी ने की गौ-सेवा

गोरखनाथ मंदिर प्रवास के दौरान मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की दिनचर्या परंपरागत रही। सोमवार प्रातःकाल शिववातागुरु गोरखनाथ का दर्शन पूजन करने, अपने गुरुदेव ब्रह्मलीन महंत अवेद्यनाथ की समाधि स्थल पर मत्था टेकने के बाद सीएम योगी मंदिर परिसर का भ्रमण करते हुए मंदिर की गोशाला में पहुंचे। यहां उन्होंने गौवंश के बीच समय बिताया और गोसेवा की।

## ब्रीफ न्यूज

अखिलेश का आरोप, द साबरमती रिपोर्ट देखने के बाद बड़े नेता बनने के लिए संभल हिंसा कराई

**लखनऊ**। उत्तर प्रदेश में मुगलकालीन शाही जामा मस्जिद के सर्वेक्षण के अदालत के आदेश के विरोध में हुई संभल हिंसा के संबंध में समाजवादी पार्टी के सांसद जियाज रहमान बर्क और सपा विधायक इकबाल महमूद के बेटे सोहेल इकबाल के खिलाफ प्रथम सूचना रिपोर्ट (एफआईआर) दर्ज की गई है। हालांकि, इस एफआईआर को समाजवादी पार्टी योगी सरकार पर सवाल खड़े कर रही है। समाजवादी पार्टी प्रमुख और पूर्व सीएम अखिलेश यादव ने कहा कि उपचुनाव के दौरान वोट लूटने और अपने कुकर्मों को छुपाने के लिए योगी सरकार ने जानबूझ कर ऐसा किया है।

गूगल मैप के सहारे अंधरे प्लाईओवर पर दौड़ा दी कार नदी में गिरने से तीन की मौत

**बरेली**। वर्तमान में यहां फिर कभी भी तकनीक पर विश्वास करना ठीक है, लेकिन अति विश्वास करना ठीक नहीं है। इसी अति विश्वास का शिकार बरेली में तीन लोग हो गए। दरअसल बरेली जिले में दुखद घटना घटी, जहां एक अंधरे प्लाईओवर से एक कार गहरी खाई में गिर गई, इसमें तीन लोगों की मौत हुई। यह घटना शनिवार को हुई, जब दो व्यक्ति, विवेक और अमित और अन्य, गुरुग्राम से शादी के लिए बरेली जा रहे थे। पुलिस ने बताया कि बरेली जिले में तीन लोगों की मौत हुई, जब गूगल मैप पर उनकी कार गलत तरीके से निर्माणधीन पुल पर ले गई और कार नदी में गिर गई। पीड़ितों में से दो की पहचान विवेक और अमित के रूप में हुई, जिन्होंने गुरुग्राम से अपनी यात्रा शुरू की और एक शादी में शामिल होने के लिए बरेली जा रहे थे। रास्ते में ही पूरा हुआ जिंदगी का सफर, अज्ञात वाहन से कुचलकर दो लोगों की मौत

फिरोजाबाद। जिले के पचोखरा इलाके में एटा रोड पर अज्ञात वाहन ने दो राहगीरों को कुचल दिया जिससे दोनों की मौत हो गई। पुलिस ने मृतकों के शवों को पोस्टमार्टम के लिए जिला अस्पताल भिजवाया है। निधौलीकलां के गांव थ्यूलीपुर निवासी अमन 16 वर्ष पुत्र बिजेंद्र सिंह अपने चाचा के साथ शादी समारोह लौटते समय रास्ते में जिसकी वाहन ने बाइक को टक्कर मार दी। जिससे अमन और चाचा लहलुहान होकर मौके पर ही गिर पड़े। घटना स्थान के समीप हरिओम पुत्र राम सिंह का भी शव मिला है जो कहीं से लौट रहा था। पुलिस तीनों को लेकर अस्पताल आई जहां डॉक्टरों ने हरिओम और अमन को मृत घोषित कर दिया है।

**फिरोजाबाद**। जिले के पचोखरा इलाके में एटा रोड पर अज्ञात वाहन ने दो राहगीरों को कुचल दिया जिससे दोनों की मौत हो गई। पुलिस ने मृतकों के शवों को पोस्टमार्टम के लिए जिला अस्पताल भिजवाया है। निधौलीकलां के गांव थ्यूलीपुर निवासी अमन 16 वर्ष पुत्र बिजेंद्र सिंह अपने चाचा के साथ शादी समारोह लौटते समय रास्ते में जिसकी वाहन ने बाइक को टक्कर मार दी। जिससे अमन और चाचा लहलुहान होकर मौके पर ही गिर पड़े। घटना स्थान के समीप हरिओम पुत्र राम सिंह का भी शव मिला है जो कहीं से लौट रहा था। पुलिस तीनों को लेकर अस्पताल आई जहां डॉक्टरों ने हरिओम और अमन को मृत घोषित कर दिया है।

## आयोजन

बोले-वेदव्यास की परंपरा का हो रहा निर्वहन

# शिवमहापुराण कथा सुनने काशी पहुंचे सीएम योगी

**एजेसी** ■ वाराणसी  
यूपी कॉलेज के निकले के बाद मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने काल भैरव मंदिर में विशेष पूजा आरती की। इसके बाद सीएम ने बाबा विश्वनाथ का दर्शन-पूजन किया। मुख्यमंत्री ने षोडशोपचार विधि से रुद्राभिषेक किया। इसके बाद गंगा द्वार से क्रूज में सवार होकर डोमरी के लिए रवाना हुए। कथा स्थल पर पहुंचते ही मंच पर सतुआ बाबा ने सीएम योगी का स्वागत किया। पूरे पंडाल में जयघोष होने लगा। सीएम ने शिवमहापुराण कथा में शामिल होने को लेकर खुशी जाहिर की। सीएम ने कहा कि बाबा विश्वनाथ और मां गंगा के पावन तट पर



शिवमहापुराण की कथा को श्रवण का आनंद आप सबको प्राप्त हो रहा है। मैं सबसे पहले पंडित प्रदीप मिश्रा का आप सभी काशी, प्रदेशवासियों श्रद्धालु जनों की ओर से हृदय से स्वागत करता हूँ। भ्रमण के शिव का भक्त और सनातनी होने के नाते मैं

## सबका हृदय से अभिनंदन

योगी ने कहा कि 13 जनवरी से 26 फरवरी तक यानी पौष पूर्णिमा से महाशिवरात्रि तक प्रयागराज की पावन धरती पर दुनिया का सबसे बड़ा आध्यात्मिक और सांस्कृतिक समागम महाकुंभ 2025 का आयोजन है। उसे ठीक पहले काशी की धरती पर इस कथा के माध्यम से कुंभ का दर्शन हम सबको देखने का अवसर प्राप्त हो रहा है। जिस अनुशासन और श्रद्धा भाव के साथ आप सभी इस कथा का श्रवण कर रहे हैं तो मैं आप सबका भी हृदय से अभिनंदन करता हूँ।

सकती है। मैंने कहा कि उनकी कथा की तो चर्चा ही इस बात के लिए होती है कि वहां हजार में नहीं लाखों में श्रद्धालुओं की गिनती होती है। मुझे बहुत अच्छा लगा: सभी श्रद्धालु होते हैं परम भक्त होते हैं और परम भक्त की सबसे बड़ी पहचान

व्या है वह अनुशासित होता है। जिसकी आत्मा अनुशासन है, उसका भौतिक द्रव्यों पर भी अनुशासन होता है। अभी कथा को अनुमति दे दिया जाए और भव्यता के साथ आयोजन को आगे बढ़ाने के लिए कार्यक्रम को आगे बढ़ाया जाए।

