

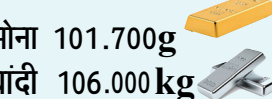
मौसम



अधिकतम तापमान 39.८

न्यूनतम तापमान 30.८

बाजार



सोना 101.700g

चांदी 106.000 kg

सत्य का स्वर

भारत संवाद

प्रयागराज, लखनऊ तथा मुम्बई से एक साथ प्रकाशित

2

विकसित भारत की ओर एक और बड़ा कदम, ब्रिटेन के साथ ट्रेड से अर्थव्यवस्था और रोजगार को मिलेगा बढ़ावा

मालदीव 150 साल में बौद्ध से इस्लामी देश बना

06

वर्ष :17

अंक :115

प्रयागराज ,शनिवार , 26 जुलाई 2025

पृष्ठ : 06

मूल्य : 1: 00 रुपए

संक्षिप्त समाचार

बिजनौर में कुत्तों के हमले में बुजुर्ग महिला की मौत

उत्तर प्रदेश के बिजनौर जिले में बृहस्पतिवार को कुत्तों के हमले में खेत में काम कर रही एक बुजुर्ग महिला की मौत हो गयी। पुलिस ने यह जानकारी दी। पुलिस क्षेत्राधिकारी राजेश सोलंकी ने बताया कि अफजलगढ़ थाना क्षेत्र के सलावतनगर गांव में मुन्नी देवी (62) अपने खेत में अकेली धान की रोपाई कर रही थी। तभी कुत्तों के एक झुंड ने उस पर हमला कर दिया। सोलंकी ने बताया कि कुत्तों ने मुन्नी देवी के शरीर को जगह-जगह से नोंच डाला। शोर सुनकर आए ग्रामीणों ने कुत्तों को भगाया लेकिन तब तक मुन्नी की मौत हो गई। उसके शव का पोस्टमार्टम कराया गया है।

कन्नूर केन्द्रीय कारागार से फरार हुआ हत्या मामले का दोषी गोविंदाचामी पकड़ा गया

केरल में 2011 के सौम्या हत्याकांड में आजीवन कारावास की सजा काट रहा गोविंदाचामी उच्च सुरक्षा वाली कन्नूर केन्द्रीय जेल से शुक्रवार को फरार हो गया था, हालांकि पुलिस ने कुछ घंटे की तलाश के बाद उसे पकड़ लिया। टेलीविजन चैनलों पर प्रसारित वीडियो के अनुसार, दोषी गोविंदाचामी को कन्नूर शहर की सीमा के भीतर थलाप में स्थित एक खंडहर इमारत के पास से पकड़ा गया। गोविंदाचामी का बायां हाथ नहीं है। खबरों के अनुसार, वह इमारत के पास एक कुएं के अंदर छिपा हुआ था। शोरनूर के पास मंजकवड़ की 23 वर्षीय सौम्या से एक फरवरी 2011 को एनार्कुलम से शोरनूर जा रही एक यात्री ट्रेन में अकेले सफर करते समय गोविंदाचामी ने कथित तौर पर बलात्कार किया और उसकी हत्या कर दी थी। गोविंदाचामी को सौम्या की नृशंस हत्या का दोषी ठहराया गया था। इस मामले ने पूरे देश को झकझोर दिया था और इससे सार्वजनिक परिवहन में महिलाओं की सुरक्षा पर व्यापक बहस छिड़ गई थी।

भड़के

बोले- आपातकाल के 50 साल बाद भी नहीं बदली मानसिकता

चुनाव आयोग पर कांग्रेस के आरोपों पर भड़के सुधांशु त्रिवेदी

एजेंसी नयी दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय प्रवक्ता सुधांशु त्रिवेदी ने बिहार में मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) के लिए चुनाव आयोग पर बेतुके आरोप लगाने के लिए कांग्रेस और राहुल गांधी पर निशाना साधा। उन्होंने कहा कि यह संवैधानिक संस्थाओं को चुनाव जीते या नहीं के आधार पर मान्यता देने की उनकी मानसिकता को दर्शाता है। पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी द्वारा आपातकाल लगाने के फैसले का जिक्र करते हुए, जिसने संवैधानिक संस्थाओं की स्वतंत्रता को काफी सीमित कर दिया था, सुधांशु त्रिवेदी ने आरोप लगाया कि कांग्रेस की मानसिकता नहीं बदली है। सुधांशु त्रिवेदी ने कहा कि चुनावों के मामले में,



कांग्रेस, इंडिया गठबंधन और खासकर राहुल गांधी बेतुके आरोप लगा रहे हैं। यह उस मानसिकता को दर्शाता है कि आपातकाल के 50 साल बाद भी मानसिकता नहीं बदली है। अगर इंदिरा जी कहती थीं कि संवैधानिक संस्थाओं की मान्यता इस आधार पर तय होगी कि वे चुनाव जीती हैं या नहीं, तो आज राहुल गांधी कहते हैं कि चुनाव आयोग

की विश्वसनीयता इस आधार पर तय होगी कि वे चुनाव जीते हैं या नहीं। त्रिवेदी ने महाराष्ट्र विधानसभा चुनाव के दौरान चुनाव आयोग पर कांग्रेस के आरोपों की कड़ी आलोचना की और कहा कि उनके अपने पूर्व अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के सचिव और महाराष्ट्र के प्रभारी (2018-2024), आशीष दुआ, कुछ और ही लिखते हैं।

राहुल गांधी की चुनाव आयोग को दी गई चेतावनी पर पलटवार करते हुए भाजपा प्रवक्ता सुधांशु त्रिवेदी ने कांग्रेस पर निशाना साधा। उन्होंने कहा कि बिहार में मतदाता सूची के पुनरीक्षण पर बेबुनियाद आरोप लगाना दर्शाता है कि 50 साल पहले आपातकाल जैसी मानसिकता अब भी बरकरार है।

भाजपा नेता ने वार करते हुए कहा कि उन्होंने महाराष्ट्र चुनावों पर क्या-क्या कहा था। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के एक पूर्व सचिव, जो 2018 से 2024 तक महाराष्ट्र के प्रभारी रहे, ने महाराष्ट्र में हार का विश्लेषण करते हुए एक लेख में लिखा था कि वे किसी और को दोष नहीं दे सकते, वे कांग्रेस पार्टी और भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) गठबंधन की कमियों के कारण महाराष्ट्र हार गए। त्रिवेदी की यह टिप्पणी राहुल गांधी द्वारा गुरुवार को

चुनाव आयोग को दी गई चेतावनी के बाद आई है कि विपक्ष उन्हें बिहार में विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अभियान से नहीं बचने देगा। लोकसभा में विपक्ष के नेता ने गुरुवार को लोकसभा स्थगित होने के तुरंत बाद संसद के बाहर संवाददाताओं से कहा, मैं चुनाव आयोग को संदेश देना चाहता हूं: यदि आपको लगता है कि आप इससे बच निकलेंगे, यदि आपके अधिकारी सोचते हैं कि वे इससे बच निकलेंगे, तो आप गलत हैं।

भारत ने मालदीव को 4850 करोड़ का कर्ज दिया

'हम आपके सबसे भरोसेमंद दोस्त' मुइज्जू ने चीन वाली गलती सुधारी तो भारत ने भर दी मालदीव की झोली

मोदी बोले- भारत मालदीव का सबसे करीबी पड़ोसी

भारत-मालदीव संबंधों पर बोलते हुए पीएम मोदी ने कहा कि हमारे लिए दोस्ती हमेशा पहले आती है। भारत मालदीव का सबसे करीबी पड़ोसी है। भारत की पड़ोसी पहले नीति और महासागर विजन में मालदीव का अहम स्थान है।

एजेंसी माले , पीएम मोदी दो दिवसीय दौरे पर मालदीव पहुंचे। यहां उनका गार्ड ऑफ ऑनर से स्वागत किया गया। खुद राष्ट्रपति मोहम्मद मुइज्जू उन्हें लेने एयरपोर्ट पर पहुंचे थे। इस दौरान राजधानी माले में लोगों ने 'मोदी जिंदाबाद' के नारे लगाए। इसके बाद मोदी और मुइज्जू ने द्विपक्षीय मीटिंग की। इस दौरान भारत ने मालदीव को 4,850 करोड़ रुपए की लाइन ऑफ क्रेडिट (कर्ज) दिया की और फ्री ट्रेड एग्रीमेंट पर बात की। दोनों देशों के डिप्लोमैटिक संबंधों के 60 साल पूरे पर स्मारक



संबंधों को सुधारने के लिए खास मोदी का दौरा

- द्विपक्षीय संबंधों में सुधार: 2022 और 2023 में मालदीव में भारत के खिलाफ 'इंडिया आउट' कैंपेन चलाया गया था। हालांकि, बाद में राष्ट्रपति मुइज्जू ने अपने रुख में बदलाव किया और भारत के साथ संबंधों को मजबूत करने की दिशा में कदम उठाए।
- रणनीतिक महत्व: मालदीव हिंद महासागर क्षेत्र में भारत का खास पड़ोसी है। यह दौरा भारत की 'नेबरहुड फर्स्ट' पॉलिसी और 'विजन सागर' को मजबूती देती है। जिसका मकसद क्षेत्रीय स्थिरता और समुद्री सुरक्षा है।

डाक टिकट जारी किया गया। इसके साथ मालदीव में 6 कम्पुनिटी डेवलपमेंट परियोजनाओं को शुरू किया गया। मोदी ने कहा कि भारत को मालदीव का सबसे भरोसेमंद दोस्त होने पर गर्व है। चाहे संकट हो

या महामारी, भारत हमेशा सबसे पहले उनके साथ खड़ा रहा है। चाहे आवश्यक वस्तुओं की उपलब्धता हो या कोविड के बाद अर्थव्यवस्था को संभालना हो, भारत ने हमेशा साथ मिलकर काम किया है।

राजस्थान के झालावाड़ में स्कूल बिल्डिंग विरी, 7 बच्चों की मौत: 9 की हालत गंभीर

5 टीचर सरपेंड, शिक्षा मंत्री बोले- जिम्मेदार तो मैं ही हूँ

राजस्थान के झालावाड़ में शुक्रवार सुबह एक प्राथमिक विद्यालय की इमारत की छत गिरने से छह छात्रों की मौत हो गई और 15 से ज्यादा छात्राल हो गए। यह हादसा उस समय हुआ जब बच्चे कक्षा में थे। पिपलीदी प्राथमिक विद्यालय में मलबे में फंसे लोगों को निकालने के लिए बड़े पैमाने पर बचाव अभियान चलाया गया

एजेंसी अकलेरा (झालावाड़), राजस्थान के झालावाड़ में सरकारी स्कूल की बिल्डिंग का हिस्सा गिरने से 7 बच्चों की मौत हो गई है, वहीं 9 गंभीर घायल हैं। मनोहरस्थाना ब्लॉक के पिपलीदी सरकारी स्कूल की क्लास में शुक्रवार सुबह बच्चे बैठे थे, तभी कमरे की छत ढह गई और 35 बच्चे दब गए थे। ग्रामीणों ने तत्काल मौके पर पहुंचकर मलबा हटाकर बच्चों को निकाला और अस्पताल में भर्ती कराया। मनोहरस्थाना हॉस्पिटल के अनुसार 5 बच्चों की मौत मौके पर ही हो गई थी, वहीं 2 ने इलाज के दौरान दम तोड़ा। हादसे को लेकर राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, मुख्यमंत्री



भजनलाल शर्मा ने दुख जताया है। उधर, मामले में शिक्षा विभाग ने स्कूल की हेड मास्टर समेत 5 टीचर को सरपेंड कर दिया है। वहीं घटना की जिम्मेदारी के सवाल पर शिक्षा मंत्री मदन दिलावर ने कहा- जिम्मेदार तो मैं ही हूँ।

प्रार्थना के लिए सभी बच्चों को इकट्ठा किया था

गांववालों ने बताया- वहां सुबह से बारिश हो रही थी। प्रार्थना का समय हुआ तो सभी क्लास के बच्चों को स्कूल के ग्राउंड में इकट्ठा करने की बजाय कमरे में बैठा दिया, ताकि वे भीगे नहीं। इसके कुछ देर बाद छत गिर गई।

जेलरवाला बाग-वजीरपुर में राहुल गांधी बेघर हुए लोगों के बने हमदर्द, न्याय का दिलाया भरोसा

कांग्रेस नेता ने झुगियां का निरीक्षण किया और लोगों से बात की, जिन्होंने बेघर होने की अपनी समस्याएं साझा कीं। गांधी ने उन्हें आश्वासन दिया कि कांग्रेस उनके साथ है और उनकी लड़ाई को अदालत तक ले जाएगी। उन्होंने लोगों को यह मुश्किल संसद में उठाने का भी आश्वासन दिया।

एजेंसी

संसद के चल रहे मानसून सत्र के बीच, कांग्रेस सांसद और लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी ने शुक्रवार को अशोक विहार स्थित जेलरवाला बाग और वजीरपुर झुगियां का दौरा किया, जहाँ पिछले महीने कई घर गिराए गए थे। कांग्रेस नेता ने झुगियां



का निरीक्षण किया और लोगों से बात की, जिन्होंने बेघर होने की अपनी समस्याएं साझा कीं। गांधी ने उन्हें आश्वासन दिया कि कांग्रेस उनके साथ है और उनकी लड़ाई को अदालत तक ले जाएगी। उन्होंने लोगों को यह मुश्किल संसद में उठाने का भी आश्वासन दिया।

तेजस्वी की जान को खतरा! राबड़ी देवी के आरोपों पर बोले डिप्टी सीएम विजय सिन्हा, डरने की जरूरत नहीं



एजेंसी नयी दिल्ली। तेजस्वी यादव पर कथित हमले को लेकर आरजेडी नेता राबड़ी देवी के बयान पर बिहार के उपमुख्यमंत्री विजय कुमार सिन्हा ने पलटवार किया है। उन्होंने कहा कि जिन्हें लगता है कि वे सुरक्षित नहीं हैं, उन्हें लिखकर देना चाहिए, जबकि उनके पास पूरी सुरक्षा है। उनके पास दो

पूर्व मुख्यमंत्रियों जैसी सुविधाएं हैं और फिर भी वे डरे हुए हैं। पूरा बिहार उनके (आरजेडी) अपने लोगों से डरा हुआ है। डरने की कोई जरूरत नहीं है, सरकार की तरफ से पूरी सुरक्षा मुहैया कराई जाएगी। उनके (आरजेडी) लोग गुंडागर्दी की भाषा बोलते हैं जो उनके जंगलराज के स्कूल में पढ़ाई जाती है। उपमुख्यमंत्री सम्राट चौधरी

उपमुख्यमंत्री सम्राट चौधरी पर राजद नेता राबड़ी देवी के बयान पर विजय कुमार सिन्हा ने कहा कि बिना तथ्यों के बोलना ठीक नहीं है। यह संवैधानिक व्यवस्था को ध्वस्त करने की कोशिश है।

पर राजद नेता राबड़ी देवी के बयान पर विजय कुमार सिन्हा ने कहा कि बिना तथ्यों के बोलना ठीक नहीं है। यह संवैधानिक व्यवस्था को ध्वस्त करने की कोशिश है। उन्होंने कहा कि बिहार और यहाँ की जनता को बदनाम करना बंद करना चाहिए। बिहार में एसआईआर मुद्दे पर विपक्ष के विरोध पर उन्होंने कहा कि विधानसभा की कार्यवाही रोकना ठीक नहीं है। ऐसे लोग लोकतंत्र के हितैषी नहीं हैं, वे 'लाठीतंत्र' स्थापित करना चाहते हैं, लेकिन एनडीए ऐसा नहीं होने देगा।

शरीर में उत्पन्न होने वाली कई नई-पुरानी व्याधियों को दूर करने के लिए जापान की सकनीरा एसोसिएशन द्वारा पानी के प्रयोग का प्रचार-प्रसार किया जा रहा है। पानी के द्वारा रोगों को दूर करने की यह सादी-सरल विधि है। भारत जैसे गरीब देश के लिए तो यह विधि बिना पैसा खर्च की चमत्कारी पद्धति सिद्ध हो सकती है।

सेहत का राज

बस 4 ग्लास पानी एक साथ

सिरदर्द, उच्च रक्तचाप, खून की कमी, मोटापा, बेहोशी, दमा, खांसी, लीवर की कमजोरी, पेशाब की बीमारी, गैस, कब्ज, एसीडिटी, कमजोरी, आंख की बीमारी, मानसिक रोग, महिलाओं को होने वाली बीमारियां एवं शरीर में उत्पन्न होने वाली कई नई-पुरानी व्याधियों को दूर करने के लिए जापान की सकनीरा एसोसिएशन द्वारा पानी के प्रयोग का प्रचार-प्रसार किया जा रहा है। पानी के द्वारा रोगों को दूर करने की यह सादी-सरल विधि है। भारत जैसे गरीब देश के लिए तो यह विधि बिना पैसा खर्च की चमत्कारी पद्धति सिद्ध हो सकती है। कमी है तो बस इसके जनसाधारण के बीच प्रसार की।

पानी प्रयोग की विधि क्या है

सुबह उठकर बिस्तर में बैठ जाएं और चार बड़े ग्लास भरकर (लगभग एक लीटर) पानी एक ही समय एक साथ पी जाएं। ध्यान रहे कि पानी पीने के पहले मुंह न धोएं, न ब्रश करें तथा शौचकर्म भी न करें। पानी पीने के बाद थूकें नहीं। पानी पीने के पौन घंटे बाद आप ब्रश/दातुन, मुंह धोना, शौचकर्म इत्यादि नित्यकर्म कर सकते हैं। जो व्यक्ति बीमार या कमजोर काया के हैं और वे एक साथ चार ग्लास पानी नहीं पी सकते तो उन्हें शुरुआत एक-दो ग्लास पानी से करना चाहिए तथा धीरे-धीरे चार ग्लास तक बढ़ाना चाहिए। साथ ही भोजन करने के बाद लगभग दो घंटे पानी न पिया जाए तो अति उत्तम रहेगा।

चार ग्लास पानी पीने की यह विधि स्वस्थ या बीमार, सभी के लिए अति लाभदायक सिद्ध हुई है। सकनीरा एसोसिएशन के अनुभव द्वारा यह सिद्ध किया गया है कि कई बीमारियां इस प्रयोग से निम्नलिखित समय में दूर होती जाती हैं।

- मधुमेह एक माह के लगभग।
- उच्च रक्तचाप एक माह के लगभग।
- गैस दो सप्ताह के लगभग।
- टी.बी. छः माह के लगभग।
- कब्जियत- दो सप्ताह के लगभग।

सावधान रहें ताजातरीन सब्जियों से

यू तो हम हर रोज तरह-तरह की सब्जियां खाते हैं लेकिन वे ताजा होती हैं इस बारे में कुछ भी कहना मुश्किल है। हर रोज सामने आ रही बीमारियों के पीछे कहीं न कहीं एक कारण यह भी है कि आज इंसान को शुद्ध और ताजा आहार नसीब नहीं हो पा रहा। मिलावट और रसायन संरक्षण से सब्जियां भी अछूती नहीं हैं।

सब्जी विज्ञेता आज या तो रसायन में संरक्षित कर रखी गई सब्जियां बेचते हैं या फिर मुनाफे के चक्कर में लौकी जैसी सब्जियों का आकार बढ़ाने के लिए उनमें ऑक्सीटोसिन इंजेक्शन लगा देते हैं। आहार विशेषज्ञ का कहना है कि लोगों को अपने आहार में ताजा सब्जियों का इस्तेमाल करना चाहिए और ऐसी सब्जियों के सेवन से बचना चाहिए जो बहुत दिनों से संरक्षित कर रखी गई हों। ताजा सब्जियां जहां खाने में स्वादिष्ट और पोषिक होती हैं वहीं उनमें विटामिन काबोहाइड्रेट और प्रोटीन जैसे पोषक तत्व भी प्रचुर मात्रा में होते हैं लेकिन सावधानी यह जरूरी है कि सब्जियां सचमुच ताजा हो न कि उन्हें इंजेक्शन से ताजा बनाया गया हो। बाजार से सब्जियां खरीदते समय बहुत सतर्क रहने की जरूरत है। यदि ऐसी सब्जी खरीद ली जाती है, जिसका आकार बढ़ाने के लिए या चमकदार दिखाने के लिए किसी रसायन का इस्तेमाल किया गया हो तो इससे पेट में अल्सर अम्लता और गैस बनने जैसी समस्याएं पैदा हो सकती हैं। सब्जियों को संरक्षित कर रख दिए जाने

उनके पोषक तत्वों में कमी आ जाती है, जो स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद नहीं हैं। ऐसा नहीं होना चाहिए कि एक बार सब्जी बनाने के बाद उसे बार-बार गर्म करके रात तक इस्तेमाल किया जाता रहे। ऐसा करने से उसके पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं और शरीर को कोई फायदा नहीं पहुंचता। एक बार सब्जी बनाने के बाद उसे कुछ घंटों के भीतर ही इस्तेमाल कर लेना चाहिए। सब्जी को फिज में रख देने का मतलब यह नहीं है कि वह जरा भी खराब नहीं होगी। फिज में रखी सब्जी को भी छह-सात घंटे के भीतर इस्तेमाल कर लेना चाहिए। इसके बाद उसके पोषक तत्वों में ह्रास होने लगता है।

सिर्फ 5 आहार ढंड में रखे सदाबहार

सर्द मौसम में व्यायाम करके अपने शरीर को गर्म व ऊर्जावान बनाए रखने के साथ ही अपने भोजन में ऐसी चीजों को शामिल करना भी जरूरी हो गया है जिनकी कम मात्रा लेने पर भी शरीर को भरपूर कैलोरी मिले। पेश है 5 ऐसे आहार जो आपको सर्दियों में तरोताजा और स्वस्थ बनाएंगे।

सलाद

आपके सुबह व शाम के भोजन में सलाद के लिए एक सुरक्षित स्थान होना चाहिए। यदि आप कम कैलोरी और हाई फाइबर वाला फूड लेना चाहते हैं तो सलाद आपके लिए बेहतर विकल्प है। सलाद के लिए प्रयोग में आने वाली कच्ची सब्जियों व फलों में एंटी ऑक्सीडेंट, नेचुरल एंजाइम्स और फाइबर्स होते हैं जो शरीर के कोलेस्ट्रॉल को कम करने के साथ ही भोजन के पाचन में भी सहायक होते हैं। इससे आपका वजन भी नियंत्रित रहता है। यदि आप सेहत के प्रति जागरूक हैं तो आपको रोजाना कम से कम एक बड़ा कप हरी सलाद खानी चाहिए।

छिलके वाली दालें

छिलके वाली दालों में प्रोटीन की भरपूर मात्रा होती है। प्रोटीन के साथ ही दालों में फोलिक एसिड, विटामिन ए, विटामिन बी आदि होता है। इनका रोजाना सेवन शरीर में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा को कम करता है जिससे आपका वजन नियंत्रित होता है।

पीले व खट्टे फल

फलों में सबसे अधिक गुणकारी खट्टे फल होते हैं। पीले व नारंगी रंग के फलों में बीटा कैरोटिन व एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं। खट्टे फल विटामिन सी, कैल्शियम, मिनरल, फाइबर्स आदि का प्रमुख स्रोत होते हैं जो शरीर के विकास के लिए उपयोगी होते हैं। नींबू में मौजूद पेक्टिन शरीर में जमा वसा को गलाता है और पाचन प्रक्रिया को भी धीमा करता है जिससे खाने के बाद भी लगने वाली भूख शांत होती है। खट्टे फलों का सेवन डाइबिटीज, कैंसर, एनीमिया, मोतियाबिंद, अस्थमा, किडनी में पथरी आदि रोगों में लाभदायक होता है। इन फलों को निरंतर सेवन से हमारे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता में भी वृद्धि होती है।

तरल, जूस व ड्रिंक

भोजन के पूर्व या पश्चात यदि आप तरल पदार्थ लेने के आदी हैं तो इस सर्द मौसम में भी आप छाछ, लस्सी, दही व फ्रूट जूस का सेवन कर सकते हैं। दही, छाछ व ताजे फलों का रस आपके शरीर के लिए गुणकारी होता है। खट्टे फलों में नींबू का रस वजन कम करने, डेंटल केयर, बुखार, रक्त शुद्धि आदि में सहायक होता है। भोजन के बाद ली जाने वाली छाछ में दूध की अपेक्षा फैट की मात्रा कम होती है। यदि हम लिक्विड में नारियल पानी की बात करें तो इसमें पोटेशियम की भरपूर मात्रा होती है, जो ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने के साथ ही शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को भी बढ़ाता है। इसमें कार्बोहाइड्रेट, शर्करा व वसा की कम मात्रा होती है।

अंकुरित अनाज

अंकुरित किए जाने से अनाज में पोषक तत्वों की मात्रा दुगुनी हो जाती है। चना, मूंग, सोयाबीन, मटर आदि को अंकुरित करके खाया जा सकता है। सर्दियों के मौसम में नाश्ते में अंकुरित अनाज को शामिल करना स्वास्थ्य के लिहाज से बेहतर है। भरपूर अंकुरित अनाज का सेवन आप सूख या सलाद के साथ भी कर सकते हैं। सुलभ, सस्ता, बनाने में आसान व पोषिक होने के कारण अंकुरित अनाज का सेवन आपके शरीर के लिए लाभदायक होता है। विटामिन, मिनरल्स, प्रोटीन, एंटी ऑक्सीडेंट आदि की भरपूर मात्रा होने के कारण अंकुरित अनाज हमारे भोजन के पाचन में भी सहायक होता है।

ब्रेस्ट कैंसर से बचाता है विटामिन डी

ब्रिटेन के विशेषज्ञों का कहना है कि विटामिन डी के सेवन से स्तन कैंसर के खतरे को कम किया जा सकता है। लंदन की सर्जन एवं प्रो. केफाह मोकबेल के अनुसार इससे एक हजार जिंदगियां प्रतिवर्ष बचाई जा सकती हैं। वैसे तो धूप विटामिन डी का सबसे बड़ा स्रोत है, लेकिन महिलाएं अक्सर अपनी दिनचर्या में इससे महरूम हो जाती हैं। प्रो. मोकबेल का दावा है कि 20 साल की आयु के बाद महिलाएं को प्रतिदिन एक विटामिन डी की गोली का सेवन करना चाहिए। इसके सेवन से स्वस्थ महिलाओं में भी ब्रेस्ट कैंसर होने की आशंका काफी घट जाती है। महिलाओं में जरूरी विटामिन डी लेबल काफी उच्च स्तर का होता है, जो अक्सर कम हो जाता है। इसे मेंटन करके खतरे को कम किया जा सकता है।

अध्ययन के अनुसार इसका (विटामिन डी की गोलियों का) खर्च काफी कम है और लाभ काफी अधिक क्योंकि इससे बड़ी परेशानी की आशंका काफी कम हो जाती है। एक अध्ययन के अनुसार, ब्रिटेन में हर साल 50 हजार महिलाएं ब्रेस्ट कैंसर की चपेट में आ रही हैं। इसमें 1200 मौत के मुंह में चली जाती हैं। अध्ययन के अनुसार, वैसे तो विटामिन डी हड्डियों की मजबूती में अहम रोल अदा करता है। लेकिन अब यह भी माना जाता है कि विटामिन डी इम्यून सिस्टम और कोशिका विभाजन को नियंत्रित करने में भी लाभकारी है। यह दोनों कैंसर की रोक के अहम कारक हैं। अमेरिका के हार्वर्ड स्कूल और पब्लिक हेल्थ के अनुसार विटामिन डी की कमी से कई बड़ी बीमारियां जैसे ऑस्टियोपोरोसिस, हृदय रोग, पलू, कई प्रकार के कैंसर, टीबी और स्केरोसिस का खतरा बढ़ जाता है। विटामिन डी हड्डियों की मजबूती में अहम रोल अदा करता है यह इम्यून सिस्टम और कोशिका विभाजन को नियंत्रित करने में लाभकारी हेल्थ फैक्टर्स हैं।

जरा संभलकर मम्मी टू बी...

गर्भावस्था के दौरान जरा सी असावधानी बरतने पर आपको कमर दर्द संबंधी समस्या उत्पन्न हो सकती है। इससे बचने के लिए आइए जानते हैं क्या करें और क्या न करें

ऐसा न करें

- भारी वस्तुएं न उठाएं।
- कमर को झुकाएं नहीं।
- उल्टे-सीधे तरीके से न लेटें।
- जगने पर बिस्तर से झटके में न उठें।
- ज्यादा देर के लिए हाई हील न पहनें।
- कंधे पर भारी बैग लटकाकर न चलें।
- हर काम अपने सिर पर लेने की कोशिश न करें।

ऐसा करें

- भारी वस्तुएं उठाने के लिए अपने पति या अपने किसी खास से कहें।
- कमर झुकाने के बजाय घुटनों के बल बैठें और अपनी कमर सीधी रखें।
- अपनी स्पाइन को सीधा रखने के लिए जिस करवट लेटी हैं उस तरफ घुटनों के बीच में एक तकिया जरूर रखें।
- नींद से उठने पर पहले करवट लें। फिर अपने हाथों का सहारा लेकर बैठ जाएं।
- हाई हील के स्थान पर लो हील और पलैट जूते-चप्पल का ही इस्तेमाल करें। इससे आपकी पेल्विस और पीठ सीधी रहेगी।
- भारी बैग के बजाय बैक पैक का इस्तेमाल करें।
- जितना संभव हो घर के कामों की जिम्मेदारियां परिवार के सदस्यों को सौंपें। आपके साथ ही आने वाले नन्हें मेहमान को भी तो सुकून चाहिए।



मालदीव 150 साल में बौद्ध से इस्लामी देश बना

2500 साल पुराना इतिहास; 1200 द्वीपों पर फैला; 25 साल में 80% डूबने का खतरा

एजेंसी

माले, भारत के दक्षिण में हिंद महासागर में स्थित मालदीव साउथ एशिया का सबसे छोटा देश है। 1200 द्वीपों में फैले इस देश का क्षेत्रफल 298 वर्ग किलोमीटर है, जो दिल्ली से भी पांच गुना कम है। पीएम मोदी आज दो दिन के दौर पर मालदीव पहुंचे हैं। इस देश का इतिहास लगभग 2500 साल पुराना है। 15 लाख की आबादी वाले मालदीव में 98% लोग मुस्लिम हैं, लेकिन लगभग 900 साल पहले यह



कलिंग) के राजा ब्रह्मादित्य के पुत्र, बौद्ध राजा श्री सूरदासरुण आदित्य ने

रखी थी। ऐसा माना जाता है कि उन्हीं के शासनकाल में बौद्ध धर्म मालदीव पहुंचा। इतिहासकारों का मानना है कि बौद्ध धर्म 1000 सालों से ज्यादा समय तक मालदीव का प्रमुख धर्म रहा। इस दौरान मालदीव की संस्कृति, भाषा और प्राचीन धिबेही लिपि का विकास हुआ। मालदीव में इस्लाम का प्रवेश 9वीं और 10वीं शताब्दी में अरब व्यापारियों के जरिए से हुआ था। मालदीव के अंतिम बौद्ध राजा धोवेमी ने साल 1153 में इस्लाम धर्म स्वीकार कर लिया था। प्राचीन दस्तावेजों के मुताबिक,

अनिवार्य बना दिया गया। मालदीव की लोककथाओं के मुताबिक राजा राजा धोवेमी के वक्त मालदीव में एक समुद्री राक्षस रन्नामारी का आतंक था। इस राक्षस को शांत करने के लिए हर महीने एक कुंवारी कन्या की बलि दी जाती थी। राजा हर महीने एक लॉटरी के जरिए एक लड़की को चुनता था। इसके बाद उस लड़की को रन्नामारी के लिए एक मीनार में रखा जाता था, और अगले दिन वह मरी हुई मिलती थी। एक बार जब एक परिवार की इकलौती बेटी की बलि के लिए चुना गया, तो परिवार बहुत दुखी हुआ। अबु अल-बरकात उस परिवार के घर ठहरे हुए थे। उन्होंने उस लड़की की जगह खुद

मीनार में रात बिताने की पेशकश की। उस रात उन्होंने मीनार में कुरान की आयतें पढ़ीं। जब रन्नामारी आया, तो कुरान की आयतें सुनकर वह भाग गया। सुबह अबु अल-बरकात जीवित और सुरक्षित मिले।

राजा धोवेमी ने अबु अल-बरकात से पूछा कि क्या वे रन्नामारी को हमेशा के लिए भगा सकते हैं। राजा ने वा किया कि अगर राक्षस हमेशा के लिए भाग गया, तो वे पूरे देश को इस्लाम में कन्वर्ट कर देंगे। इसके बाद रन्नामारी फिर कभी नहीं लौटा। अपने वादे के मुताबिक, राजा धोवेमी ने इस्लाम स्वीकार कर लिया और देश में इस्लाम का प्रचार प्रसार करने लगे।

चीन के राज्य में 24 घंटे में सालभर जितनी बारिश

सड़क-घर डूबे, रेड अलर्ट जारी; 19 हजार लोगों को रेस्क्यू किया

एजेंसी

बीजिंग, नॉर्थ चीन के बाओडिंग शहर में शुक्रवार सुबह तक 24 घंटे में 448.7 मिमी बारिश दर्ज की गई, जो एक साल की औसत बारिश (500 मिमी) के बराबर है। इस इंडस्ट्रियल शहर में भारी बारिश से बाढ़ आ गई। जिसके कारण सड़कें डूब गईं, कई रास्ते और पुल टूट गए, और कुछ गांवों में बिजली गुल हो गई। बाओडिंग में शुक्रवार के लिए रेड अलर्ट जारी किया गया। बाओडिंग हेबेई प्रांत का हिस्सा है और राजधानी बीजिंग के पास स्थित है। चाइना मेट्रोलाॉजिकल एडमिनिस्ट्रेशन (सीएमए) के



मुताबिक, इस आपदा की वजह से 6 हजार घरों से 19 हजार से ज्यादा लोगों को रेस्क्यू कर सुरक्षित स्थानों पर ले जाया गया। हेबेई और शानक्सी प्रांत में बाढ़ से निपटने के लिए सरकार ने राहत सामग्री भेजी है, जिनमें 23 हजार इमरजेंसी किट और कंबल शामिल हैं। बाओडिंग में भारी बारिश के लिए रेड

अलर्ट जारी है, और हेबेई में इमरजेंसी तैयारियां बढ़ा दी गई हैं। बाओडिंग से 160 किमी दूर राजधानी बीजिंग में भी बारिश का खतरा बढ़ गया है। शुक्रवार दोपहर से शनिवार सुबह तक छह घंटे में 50 मिमी से ज्यादा बारिश की आशंका है, जिससे अचानक बाढ़, भूस्खलन और अन्य दुर्घटनाएं हो सकती हैं। उत्तरी चीन के इनर मंगोलिया में भारी बारिश की वजह से कई पैसेंजर ट्रेनें शुक्रवार से मंगलवार तक रद्द कर दी गई हैं। बाढ़ की वजह से लाखों लोगों के विस्थापन के संकट का सामना करना पड़ रहा है। बाओडिंग के झुओझो इलाके को 2023 में भी भयानक बाढ़ से जूझना पड़ा था, इस बार फिर से 190

किस-कैम विवाद में फंसी एस्ट्रोनाॅमर की एचआर हेड का इस्तीफा

कोल्ड प्ले कॉन्सर्ट में सीडीओ एंडी बायरन के साथ दिखी थी क्रिस्टिन कैबोट

एजेंसी

बोस्टन, कोल्डप्ले कॉन्सर्ट में सीडीओ के साथ रोमांस करती दिखाई देने वाली अमेरिका की टेक कंपनी एस्ट्रोनाॅमर की चीफ पीपल ऑफिसर (एचआर हेड) क्रिस्टिन कैबोट ने अपने पद से इस्तीफा दे दिया है। इससे पहले कंपनी ने क्रिस्टिन कैबोट को छुड़ी पर भेज दिया था। वीडियो वायरल होने के बाद कंपनी के सीडीओ एंडी बायरन पहले ही इस्तीफा दे चुके हैं। एंडी बायरन की जगह कंपनी के को-फाउंडर और चीफ प्रोडक्ट ऑफिसर पीट डेजॉय को अंतरिम सीडीओ नियुक्त किया गया है। टेक कंपनी ने इस मामले में पूर्व सीडीओ और एचआर (कैबोट) के बीच अफेयर की जांच भी शुरू कर दी है। कंपनी ने 19 जुलाई को अपने एक्स हैडल पर यह अपडेट शेयर किया है। एस्ट्रोनाॅमर क्या है और यह क्या करती है? एस्ट्रोनाॅमर एक टेक्नोलॉजी कंपनी है। यह अपाचे एयरफ्लो पर बेस्ड एक डेटा ऑर्किस्ट्रेशन प्लेटफॉर्म है। कंपनी संस्थानों को डेटा प्रोसेसिंग, वर्कफ्लो मैनेजमेंट और डेटा एनालिटिक्स का काम करने में मदद करती है। डेटा प्रोसेसिंग और एनालिटिक्स- यह कंपनी डेटा पाइपलाइन को डिजाइन, मैनेज और स्केल करने में मदद करती है, जिससे डेटा प्रोसेसिंग तेज और सटीक होती है। यह डेटा की मदद से फैसले लेने में



मदद करती है। क्या है पूरा मामला? 18 जुलाई को मशहूर रॉक बैंड कोल्डप्ले के बोस्टन में आयोजित 'म्यूजिक ऑफ द स्प्रिंग्स वर्ल्ड टूर' कॉन्सर्ट में टेक कंपनी एस्ट्रोनाॅमर के सीडीओ एंडी बायरन और उनकी कंपनी की चीफ पीपल ऑफिसर क्रिस्टिन कैबोट का वीडियो वायरल हो गया, जिसमें दोनों एक-दूसरे के बेहद करीब नजर आए। कॉन्सर्ट में क्या हुआ था? बैंड के फ्रंटमैन क्रिस मार्टिन ने अपनी परफॉर्मेंस के बीच दर्शकों के बीच लोकप्रिय किस कैम सेगमेंट शुरू किया, जिसमें कैमरा भीड़ में मौजूद जोड़ों पर फोकस करता है। जैसे ही कैमरा एंडी बायरन और क्रिस्टिन कैबोट पर रुका, दोनों को एक-दूसरे की बांहों में लिपेटे हुए देखा गया। स्क्रीन पर उनकी तस्वीर आने के बाद दोनों असहज हो गए और चेहरा छिपाते की कोशिश करने लगे। क्रिस मार्टिन ने माहौल हल्का करने के लिए मजाक में कहा, 'अरे, इन दोनों को देखो! या तो इनका अफेयर है या ये बहुत शमील हैं।' लोगों ने कहा- यह पत्नी के साथ धोखा कॉन्सर्ट के तुरंत बाद घटना का वीडियो टिकटॉक, रेडिट और एक्स जैसे प्लेटफॉर्म पर तेजी से फैल गया। कई यूजर्स ने इसे एक गंभीर 'चीटिंग स्कैंडल' कहा, क्योंकि एंडी बायरन की शादी मेगन कैरिगन बायरन से हुई है और उनके दो बच्चे हैं। कुछ यूजर्स ने मेगन के प्रति सहानुभूति जताई, जबकि अन्य ने बायरन और कैबोट की इस हरकत को गैर-जिम्मेदार और मूर्खतापूर्ण बताया। एंडी बायरन और क्रिस्टिन कैबोट कौन हैं? एंडी बायरन जुलाई 2023 से सिलिसिनाटी अमेरिका स्थित टेक कंपनी एस्ट्रोनाॅमर के सीडीओ हैं।

इटली के ब्रेशिया में एयरक्राफ्ट हाईवे पर गिरा

पति-पत्नी की मौत, दो घायल; उड़ान के तुरंत बाद कंट्रोल से बाहर हुआ

एजेंसी

रोम, इटली के ब्रेशिया के पास बुधवार (23 जुलाई) को A21 कॉर्डमोल-ओस्पिटाले हाईवे पर एक अल्ट्रा लाइट एयरक्राफ्ट क्रैश होकर हाईवे पर गिर गया। इस हादसे में विमान में बैठे 75 साल के वकील सर्जियो रवाग्लिया और उनकी 55 साल की पत्नी अन्ना मारिया डी



स्टेफानो की मौत हो गई। जबकि 2 लोग घायल हो गए। शुरुआती जानकारी के मुताबिक, पायलट ने इमरजेंसी लैंडिंग की कोशिश की, लेकिन स्पीड कम होने की वजह से विमान का कंट्रोल खो दिया। इटली की नेशनल एजेंसी फॉर फ्लाइट सेफ्टी ने हादसे की जांच शुरू कर दी है। इसका एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है स्थानीय निवासी एनजी ब्रेगोली ने बताया- एयरक्राफ्ट बहुत नीचे उड़ रहा था और अचानक घूमता हुआ सड़क पर गिर गया। इसके बाद जोरदार धमाका हुआ और आग फैल गई। एयरक्राफ्ट की टक्कर से दो कारों में आग लग गई। जिसमें एक ड्राइवर को गंभीर चोटें आईं और उसे अस्पताल ले जाया गया, जबकि दूसरे का मौके पर इलाज किया गया। फायरब्रिगेड, एम्बुलेंस और स्थानीय पुलिस शामिल तुरंत मौके पर पहुंचीं। दमकलकर्मियों ने आग पर काबू पाया और हाईवे को दोनों तरफ से बंद कर दिया गया।

एसआईआर के खिलाफ संसद के मकर द्वार पर विपक्ष का प्रदर्शन

मल्लिकार्जुन खड़गे भी हुए शामिल



एजेंसी

कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे शुक्रवार को बिहार में मतदाता सूची के चल रहे विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) के खिलाफ भारतीय राष्ट्रीय विकास समावेशी गठबंधन (ईडिया) के सांसदों के विरोध प्रदर्शन में शामिल हुए। संसद के मकर द्वार पर यह विरोध प्रदर्शन, जो लगातार पाँचवें दिन भी जारी रहा, आयोजित किया गया। लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी और पार्टी नेता प्रियंका गांधी सहित कई वरिष्ठ कांग्रेस नेताओं ने भी इस विरोध प्रदर्शन में भाग लिया। सांसदों ने दिन के सत्र की शुरुआत से पहले संसद परिसर स्थित गांधी प्रतिमा से मार्च निकाला।

रहे हैं। विरोध प्रदर्शन में शामिल वायनाड की सांसद प्रियंका गांधी ने राजनीतिक दलों को अद्यतन मतदाता सूची उपलब्ध नहीं कराने के लिए चुनाव आयोग (ईसी) की आलोचना की। उन्होंने कहा कि उन्हें आरोपों का जवाब देना चाहिए। उन्हें हमें मतदाता सूची उपलब्ध करानी चाहिए, जिसकी हम माँग कर रहे हैं। पारदर्शिता होनी चाहिए। यह लोकतंत्र है। सभी राजनीतिक दलों को उस जानकारी तक पहुँच होनी चाहिए। यह जानकारी क्यों नहीं दी जा रही है? इस बीच, लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी ने गुरुवार को चुनाव आयोग को चेतावनी दी कि विपक्ष उन्हें चुनावी राज्य बिहार में विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अभियान से नहीं बचने देगा। लोकसभा में विपक्ष के नेता ने सदन की कार्यवाही स्थगित होने के तुरंत बाद संसद भवन के बाहर पत्रकारों से बात करते हुए, खड़गे ने कहा, रहम केवल उसी (विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान) के खिलाफ लड़

संविधान की प्रस्तावना से सोशलिज्म और सेक्युलरिज्म शब्द हटाने का कोई झराब नहीं

सरकार ने सदन में दिया जवाब

संविधान की प्रस्तावना से समाजवाद और धर्मनिरपेक्षता शब्द हटाने की माँगों के बीच केंद्र सरकार ने कोई योजना न होने की बात कही है। सर्वोच्च न्यायालय ने पहले ही स्पष्ट किया है कि पंथनिरपेक्ष संविधान के मूल ढांचे का अभिन्न हिस्सा है, वहीं समाजवादी शब्द कल्याणकारी राज्य को दर्शाता है।

एजेंसी

भारतीय जनता पार्टी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार ने कहा कि संविधान की प्रस्तावना से समाजवाद और धर्मनिरपेक्षता शब्दों को हटाने की उसकी कोई योजना नहीं है। आपातकाल के दौरान प्रस्तावना में इन दो शब्दों को शामिल किए जाने की समीक्षा की हालिया माँगों पर ध्यान दिलाते हुए, केंद्र ने कहा कि सरकार द्वारा कोई औपचारिक निर्णय या प्रस्ताव की घोषणा नहीं की गई है। केंद्रीय कानून मंत्री अर्जुन राम मेघवाल ने राज्यसभा में एक लिखित उत्तर में बताया, सरकार का आधिकारिक रुख यह है कि संविधान की प्रस्तावना से



समाजवाद और धर्मनिरपेक्षता शब्दों पर पुनर्विचार करने या उन्हें हटाने की कोई योजना या झराब नहीं है। मेघवाल ने आगे कहा कि प्रस्तावना में संशोधन के संबंध में किसी भी चर्चा के लिए गहन विचार-विमर्श और व्यापक सहमति की आवश्यकता होगी, लेकिन अभी तक, सरकार ने इन प्रावधानों को बदलने के लिए कोई औपचारिक प्रक्रिया शुरू नहीं की है। कुछ सामाजिक संगठनों द्वारा छेड़े गए विमर्श पर टिप्पणी करते हुए, मेघवाल ने कहा कि कुछ

खारिज कर दिया था कि संविधान में संशोधन करने की संसद की शक्ति प्रस्तावना तक विस्तारित है। न्यायालय ने स्पष्ट किया कि भारतीय संदर्भ में समाजवादी एक कल्याणकारी राज्य (शासन) को व्यक्त करता है और निजी क्षेत्र के विकास में बाधा नहीं डालता है वहीं पंथनिरपेक्ष संविधान के मूल ढांचे का अभिन्न हिस्सा है। आरएसएस महासचिव दत्तात्रेय होसबोले ने पिछले महीने प्रस्तावना में धर्मनिरपेक्ष और समाजवादी शब्दों को बनाए रखने पर राष्ट्रीय बहस का आग्रह करते राजनीतिक हंगामा खड़ा कर दिया था। फिर उपाध्यक्ष जगदीप धनखड़ ने इस पर जोर देते हुए कहा कि प्रस्तावना पवित्र है और बदली नहीं जा सकती। उन्होंने एक कदम आगे बढ़कर उन शब्दों को जोड़ने को सनानत की भावना का अपमान बताया। होसबोले की टिप्पणी पर लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी ने तीखी प्रतिक्रिया व्यक्त की और कहा कि आरएसएस-भाजपा को संविधान नहीं चाहिए

दिल्ली की सीसीटीवी परियोजना पर सवाल: 32,000 कैमरे खराब

70 विधानसभा क्षेत्रों में लगाए गए 2.64 लाख सीसीटीवी कैमरों में से 32,000 से ज्यादा कैमरे काम नहीं कर रहे हैं, जबकि 15,000 से ज्यादा कैमरे अभी भी लगे नहीं हैं। कई इलाकों में, लगाए गए कैमरों की संख्या स्वीकृत संख्या से काफी कम है।

एजेंसी

दिल्ली में पिछली सरकार द्वारा शुरू की गई महत्वाकांक्षी सीसीटीवी

15,000 का अंता-पता नहीं, ऑडिट कराएगी सरकार

परियोजना, गंभीर खामियों का पता चलने के बाद जांच के दायरे में आ गई है। 70 विधानसभा क्षेत्रों में लगाए गए 2.64 लाख सीसीटीवी कैमरों में से 32,000 से ज्यादा कैमरे काम नहीं कर रहे हैं, जबकि 15,000 से ज्यादा कैमरे अभी भी लगे नहीं हैं। कई इलाकों में, लगाए गए कैमरों की संख्या स्वीकृत संख्या से काफी कम है। इसके जवाब में, मौजूदा सरकार ने कमियों का पता लगाने और जवाबदेही तय करने के लिए पूरी परियोजना का व्यापक



तकनीकी ऑडिट कराने की घोषणा की है। इस बीच, 19 मार्च को, दिल्ली सरकार की भ्रष्टाचार निरोधक शाखा

रुपये की सीसीटीवी परियोजना के संबंध में भ्रष्टाचार और रिश्वतखोरी का आरोप लगाते हुए मामला दर्ज किया। संयुक्त पुलिस आयुक्त (सीपी) और एसबी प्रमुख मधुर वर्मा के अनुसार, 7 करोड़ रुपये की रिश्वत लेकर कथित तौर पर 16 करोड़ रुपये के क्षतिपूर्ति मुआवजे को मनमाने ढंग से माफ कर दिया गया। पूर्व लोक निर्माण विभाग (पीडब्ल्यूडी) मंत्री जैन के खिलाफ भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम, 1988 की धारा 17ए के तहत सख्त प्राधिकारी से पूर्व अनुमोदन प्राप्त करने के बाद प्राथमिकी दर्ज की गई।

सूचना

सर्वसाधारण को सूचित किया मैंने बिबाल अहमद फारुकी पुत्र नियाज अहमद से बदल कर मो. बेलाज अहमद पुत्र नियाज अहमद फारुकी MOHD. BELAL AHMAD/S/O NIYAZ AHMAD FAROOQUI निवासी ग्राम बिसहिया, कुंडा, प्रतापगढ़ (उत्तर प्रदेश) पिनकोड- 230201 रख लिया है। अब मुझे मो. बेलाज अहमद के नाम से जाना व पहचाना जाए।

मो. बेलाज अहमद पुत्र नियाज अहमद फारुकी निवासी ग्राम बिसहिया, कुंडा, प्रतापगढ़ (उत्तर प्रदेश) पिनकोड- 230201