



सत्य का स्वर

भारत संवाद

प्रयागराज, लखनऊ तथा मुम्बई से एक साथ प्रकाशित

2	भारत की सामर्थ्य को समझे अमेरिका, ट्रंप यह नहीं जानते कि भारत दबाव के आगे नहीं झुकता		चीन ने भारत पर लगे अमेरिकी टैरिफ की निंदा की	06
वर्ष :17	अंक :129	प्रयागराज , शनिवार 09 अगस्त , 2025	पृष्ठ : 06	मूल्य : 1: 00 रुपए

संक्षिप्त समाचार

बलिया में बाढ़ के पानी में डूबने से बुजुर्ग की मौत

बलिया जिले के बैरिया थाना क्षेत्र के दया छपरा गांव के निकट बाढ़ के पानी में डूबने से एक 66 वर्षीय बुजुर्ग की मौत हो गई। पुलिस ने शुक्रवार को यह जानकारी दी। पुलिस के अनुसार, चिंतामणि राय टोला गांव के देवदत्त सिंह (66) बृहस्पतिवार की शाम को सामान लेकर घर लौट रहे थे, लेकिन इस दौरान वह बाढ़ के पानी में डूब गए। थाना प्रभारी निरीक्षक (एसएचओ) मूलचन्द्र चौरसिया ने शुक्रवार को बताया कि ग्रामीणों ने देवदत्त सिंह का शव शुक्रवार की सुबह दया छपरा गांव के निकट बाढ़ के पानी से खोजकर निकाला। उन्होंने बताया कि पुलिस ने शव को अपने कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है।

आमला स्थित वायुसेना के अड्डे पर तैनात एक

जवान ने आत्महत्या की मध्यप्रदेश के बैतूल के निकट आमला स्थित भारतीय वायुसेना के अड्डे पर तैनात वायुसेना के एक कर्मचारी ने कथित तौर पर आत्महत्या कर ली। पुलिस के एक अधिकारी ने शुक्रवार को यह जानकारी दी। पुलिस अधीक्षक निखल झारिया ने बताया कि बृहस्पतिवार देर रात जिला मुख्यालय से करीब 30 किलोमीटर दूर आमला स्टेशन पर तैनात वायुसेना के जवान सरोज कुमार दास ने खुद को गोली मार ली। उन्होंने कहा, यह वहां आंखला में अकेले रहते थे, जबकि उनका परिवार उनके गृह राज्य ओडिशा में था। पत्नी के वहां से आने के बाद दिन में पोस्टमार्टम कराया गया। शव परिजनों को सौंप दिया गया है।

मनोज तिवारी ने नरेंद्र मोदी को भेंट किया बाबा बैद्यनाथ धाम का प्रसाद

भारतीय जनता पार्टी के सांसद मनोज तिवारी ने शुक्रवार को एक भावुक कर देने वाला अनुभव साझा किया, जहाँ उन्होंने अपनी पत्नी सुरभि और अपनी साढ़े चार साल की बेटी सविता के साथ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से मुलाकात की। मुलाकात के दौरान, उन्होंने प्रधानमंत्री को झारखंड के देवघर स्थित भगवान शिव के भक्तों द्वारा पूजनीय बाबा बैद्यनाथ धाम से एक प्रसाद का पेंडा भेंट किया। यह प्रसाद, एक पवित्र भेंट, उन सभी नंगे पाँव कांवड़ियों की ओर से प्रधानमंत्री मोदी को भेंट किया गया, जो गंगा नदी से पवित्र जल लेने के लिए कांवड़ यात्रा पर जाते हैं। प्रसाद ग्रहण करने के बाद, प्रधानमंत्री मोदी ने भगवान शिव के प्रति अपनी श्रद्धा व्यक्त करते हुए हर हर महादेव का जाप किया। वे प्रसन्न दिखे और कांवड़ यात्रा और कांवड़ियों का हालचाल पूछा। तिवारी ने एक्स पर पोस्ट किया

तंज

राहुल गांधी पर मनोज तिवारी का तंज

वे वही काम कर रहे हैं जो उनकी दादी ने किया था...

एजेंसी

नयी दिल्ली। चुनाव आयोग पर विपक्ष के नेता राहुल गांधी के दावों पर भाजपा सांसद मनोज तिवारी ने पलटवार किया है। भाजपा सांसद ने कहा कि राहुल गांधी एक वंशागत नेता हैं। जिस वंश से वे आते हैं, उसने हमेशा तानाशाही की भाषा बोली है। यह भाषा धमकी भरी भी है, और चुनाव आयोग को इसका संज्ञान लेना चाहिए। उन्हें हमें बताया चाहिए कि किसका वोट गलत तरीके से हटाया गया। लेकिन अगर वे चाहते हैं कि अवैध घुसपैटिए अपना वोट डालें या मृत लोगों की जगह कोई और वोट डालें, तो वे वही काम कर रहे हैं जो उनकी दादी (इंदिरा गांधी) ने किया था - लोकतंत्र की हत्या...। चुनाव आयोग पर 'वोट चोरी' को लेकर गंभीर आरोप



लगाने के बाद कांग्रेस नेता राहुल गांधी भाजपा के निशाने पर आ गए हैं। केंद्रीय मंत्री और भाजपा नेता भूपेन्द्र यादव ने कहा कि बहुत दिनों से हमारे देश के नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी एक एटम बम छोड़ने की बात कर रहे थे। मुझे कल किसी मित्र ने कहा कि ये तो जिस पड़

पर बैठे थे, उसी को कुल्हाड़ी से काटने का काम कर रहे थे। सच कहूँ, तो कांग्रेस के युवराज और नेता प्रतिपक्ष की भाषा का जो अहंकार था, वो चुनाव आयोग के कर्मचारियों के लिए था। भाजपा नेता ने सवाल किया कि क्या विपक्ष के किसी नेता को भारत के

6 चुनाव आयोग पर 'वोट चोरी' को लेकर गंभीर आरोप लगाने के बाद कांग्रेस नेता राहुल गांधी भाजपा के निशाने पर आ गए हैं। केंद्रीय मंत्री और भाजपा नेता भूपेन्द्र यादव ने कहा कि बहुत दिनों से हमारे देश के नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी एक एटम बम छोड़ने की बात कर रहे थे।

अधिकारियों के खिलाफ ऐसी भाषा का इस्तेमाल करना चाहिए? और जब हमारे सशस्त्र बलों पर हमला करने की बात आती है, तो हमेशा राहुल गांधी ही आगे आते हैं। क्या देश की संवैधानिक संस्थाओं के कर्मचारियों के लिए ऐसी भाषा नेता प्रतिपक्ष को शोभा देती है। देश की सेना के गौरव पर सवाल उठाने वाले भी राहुल गांधी ही हैं। सुप्रीम कोर्ट की टिप्पणी पर कांग्रेस के नेता सुप्रीम कोर्ट को ऊंचा-नीचा बोलने से नहीं चूकते। भूपेन्द्र यादव ने कहा कि इस देश की आर्मी, चुनाव आयोग, संसद ये

सब ऐसी संस्थाएँ हैं, जो स्वायत्त और स्वाधीन होकर काम करती हैं। हम सब इसके द्वारा पूरी तरह नियंत्रित हैं। इसलिए कोई स्वतंत्र निकाय जब किसी भी राजनीतिक प्रोसेस को फॉलो करती है, तो उसे हम सभी को मानना चाहिए। क्योंकि, इन सभी संस्थाओं को संवैधानिक दर्जा देश के संविधान ने दिया है। अपना हमला जारी रखते हुए उन्होंने कहा कि नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी जी ने तैयारी के बहुत बड़ा झूठ बोला। उन्होंने कहा कि महाराष्ट्र में 1 करोड़ वोट बढ़े।



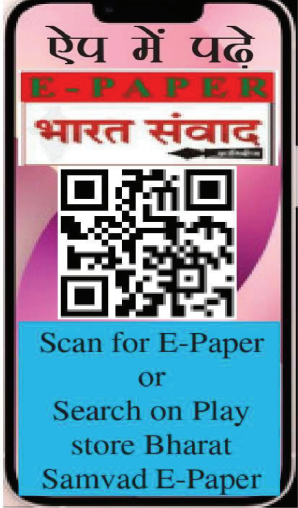
एजेंसी

नयी दिल्ली। असम के मुख्यमंत्री हिमंत विश्व शर्मा ने कहा कि सुरक्षा बलों ने शुक्रवार को असम के श्रीभूमि जिले से 10 अवैध बांग्लादेशी घुसपैठियों को पड़ोसी देश में खदेड़ दिया। मुख्यमंत्री ने एक्स पर पोस्ट

किया, अवैध घुसपैठ के खिलाफ कड़ी कार्रवाई जारी है। आज तड़के असम पुलिस ने श्रीभूमि सेक्टर से 10 अवैध बांग्लादेशी घुसपैठियों को खदेड़ दिया। शर्मा ने कहा, असम की जनसांख्यिकी को बदलने की कोशिशें बर्दाश्त नहीं की जाएंगी। सीमाएं सुरक्षित हैं, घुसपैटिए खदेड़ दिये गए। असम

सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) ने पिछले साल बांग्लादेश में अशांति शुरू होने के बाद से पूर्वोत्तर में 1,885 किलोमीटर लंबी भारत-बांग्लादेश सीमा पर अपनी चौकसी बढ़ा दी है।

पुलिस ने पिछले हफ्ते श्रीभूमि से 27 अवैध घुसपैठियों को बांग्लादेश खदेड़ दिया था। हाल के महीनों में 387 से अधिक कथित अवैध घुसपैठियों को खदेड़ कर वापस भेजा गया है। शर्मा ने दावा किया कि राज्य सरकार घुसपैठ मुक्त असम के लिए प्रतिबद्ध है। सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) ने पिछले साल बांग्लादेश में अशांति शुरू होने के बाद से पूर्वोत्तर में 1,885 किलोमीटर लंबी भारत-बांग्लादेश सीमा पर अपनी चौकसी बढ़ा दी है।



पॉइंट में अमित शाह का भाषण

एसआईआर पर लालू-कांग्रेस को घेरा- बिहार में चुनाव होने वाला है। मेरे आने से पहले पूरे अखबार भरे पड़े हैं कि रकफ होना चाहिए या नहीं। जनता बताए कि घुसपैटिए को वोट लिस्ट से निकालना चाहिए या नहीं। लालू-तेजस्वी को चुनौती- तेजस्वी यादव मुझसे पूछते हैं कि एनडीए सरकार ने मिथिलांचल के लिए क्या किया। मैं बनिया का बेटा हूँ, पाई-पाई का हिसाब रखता हूँ।

लोगों से पूछा कि बिहार विधानसभा चुनाव से पहले घुसपैठियों के नाम वोटर लिस्ट से हटाए जाने चाहिए या नहीं? भारत का संविधान उन लोगों को वोट देने का अधिकार नहीं देता जो भारत में पैदा नहीं हुए। राहुल गांधी संविधान लेकर घूम रहे हैं, उन्हें भी इसे खोलकर पढ़ना चाहिए। एसआईआर, ये इसलिए विरोध कर रहे हैं क्योंकि घुसपैटिए इनका वोट चुरा रहे हैं।

चुनाव आयोग इलेक्ट्रॉनिक डेटा दे, हम साबित कर देंगे कि मोदी 'वोट चोरी करके' पीएम बने :राहुल गांधी

कांग्रेस सांसद राहुल गांधी ने एक बार फिर बेंगलुरु में चुनाव आयोग व भाजपा पर निशाना साधा.

कांग्रेस ने कहा कि बमने चुनाव आयोग से मदद मांगी। उनसे वोटर लिस्ट और सीसीटीवी फुटेज मांगे, लेकिन उन्होंने हमारी कोई मदद नहीं की। फिर वीडियो देने का कानून ही बदल दिया। उन्होंने कहा कि चुनाव आयोग मुझसे हलफनामा मांगता है।

एजेंसी

कर्नाटक में 'वोट अधिकार रैली' में कांग्रेस सांसद और लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी ने कहा कि मैं भारत के संविधान की रक्षा को है। अबेडकरजी, महात्मा गांधी, जवाहरलाल नेहरू और सरदार पटेल की आवाज भारत के संविधान में



गूंजती है। बसवना, नारायण गुरु और फुले जी की आवाज इसमें गूंजती है। उन्होंने कहा कि हमारे भारत का संविधान हर व्यक्ति को वोट देने का अधिकार देता है। पिछले चुनाव में

बड़े आतंकी हमले की चेतावनी के बाद खुफिया एजेंसी ऐक्टिव



हवाई अड्डों को तीन सुरक्षा परामर्श जारी किए हैं। आधिकारिक सूत्रों ने यह भी बताया कि 22 सितंबर से 2 अक्टूबर तक दुर्गा पूजा के दौरान पूरे भारत के हवाई अड्डों के लिए हाई अलर्ट जारी किया गया है।

एयरलाइन्स, हवाई अड्डा संचालकों, सीआईएसएफ, ग्राउंड हैंडलरों और खानपान इकाइयों को

जो भारत में नहीं जन्मा, वोट नहीं डाल सकेगा :अमित शाह

बांग्लादेश से आकर बिहार में नौकरियां खा जाते हैं, लालू-कांग्रेस उन्हें बचाना चाहते हैं

तीखा कटाक्ष

शाह ने साफ तौर पर कहा कि राहुल गांधी को ये वोट बैंक की राजनीति बंद करनी चाहिए और एसआईआर, ये पहली बार नहीं हो रहा है। इसकी शुरुआत जवाहरलाल नेहरू ने की थी और 2003 में भी यही हुआ था।

एजेंसी

केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने शुक्रवार को चुनाव आयोग द्वारा मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) पर चल रहे राजनीतिक विवाद को लेकर कांग्रेस नेता राहुल गांधी पर तीखा कटाक्ष करते हुए कहा कि विपक्षी दल बहाने ढूंढ़ रहे हैं क्योंकि उन्होंने आगामी राज्य विधानसभा चुनावों में अपनी हार स्वीकार कर ली है। एसआईआर को लेकर हुंकार भरते हुए शाह ने कहा कि लालू प्रसाद यादव किसे बचाना चाहते हैं? क्या आप उन बांग्लादेशियों को बचाना चाहते हैं जो बाहर से आकर बिहार के लोगों को नौकरियां छीन लेते



गृहमंत्री अमित शाह ने रखी मंदिर की पहली ईंट मूसलाधार बाहिश के बीच गृहमंत्री अमित शाह ने मंदिर की पहली ईंट रखी। मंदिर को नेपाल के फूलों से सजाया गया है। भूमिपूजन के लिए 21 तीर्थों की मिट्टी, 11 नदियों का जल मंगवाया गया था। अयोध्या के हनुमान गढ़ी से ईंट भी पहुंची थी। 150 एकड़ में 882 करोड़ की लागत से मां जानकी के भव्य मंदिर का निर्माण किया जाएगा। पूरे मंदिर का निर्माण खास किस्म के सैंड स्टोन (बलुआ पत्थर) से होगा। ये पत्थर राजस्थान से मंगवाए जा रहे हैं। मंदिर की ऊंचाई 156 फीट होगी, जो अयोध्या के राम मंदिर से 5 फीट कम है। अमित शाह ने समस्तीपुर से दिल्ली के लिए अमृत भारत ट्रेन को भी हरी झंडी दिखाई। कार्यक्रम में मोदी की अयोध्या में पूजा की तस्वीरें दिखाई गईं।

हैं? शाह ने साफ तौर पर कहा कि राहुल गांधी को ये वोट बैंक की राजनीति बंद करनी चाहिए और एसआईआर, ये पहली बार नहीं हो

कांग्रेस की जय हिन्द यात्रा

ऐतिहासिक काकोरी ट्रेन कांड की 100वीं वर्षगांठ और अगस्त काति के 83 वर्ष पूर्ण होने की पूर्व संख्या पर शुक्रवार को कांग्रेस ने जय हिन्द यात्रा निकालकर स्वतंत्रता संग्राम के शहीदों को नमन किया। यात्रा का नेतृत्व कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष अरवि राय ने किया, जबकि प्रदेश प्रभारी अश्विनाश पांडेय और पूर्व मंत्री नसीमुद्दीन निदवी की विशिष्ट अतिथि के रूप में मौजूद रहे।

इस कार्यक्रम का उद्देश्य नई पीढ़ी को स्वतंत्रता संग्राम के वीरों के बलिदान से अवगत कराना था। मुख्यमंत्री ने मंच से कहा कि आज की पीढ़ी को इन वीरों के आदर्शों और त्याग से सीख लेनी चाहिए। बच्चियों का कहना था कि वे सीएम को राखी बांधकर गर्व महसूस कर रही हैं। चिया ने कहा, हमने तिरंगे वाली राखी बनाई थी ताकि हमारे देश का सम्मान हमेशा बना रहे।



राखी बांधने के बाद मुख्यमंत्री ने मुस्कुराते हुए मिठाई खाई और बदले में दोनों बेटियों को चॉकलेट भेंट की। बच्चियों के चेहरों पर खुशी साफ झलक रही थी। इस खास मौके पर उपमुख्यमंत्री केशव प्रसाद मोर्य भी मौजूद थे। समारोह में बड़ी संख्या में स्कूली छात्र-छात्राएं, शिक्षक, स्वतंत्रता संग्राम सेनानी परिवार और प्रशासनिक अधिकारी शामिल हुए। काकोरी एक्शन की शताब्दी के उपलक्ष्य में आयोजित

रक्षाबंधन महिलाओं के अधिकारों की रक्षा के संकल्प को मजबूत करता है: राष्ट्रपति मुर्मू

राष्ट्रपति भगवान साझा किए गए संदेश में मुर्मू के हवाले से कहा गया, रक्षाबंधन के पावन अवसर पर, मैं भारत और विदेशों में रहने वाले सभी साथी नागरिकों को हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं देती हूँ।

एजेंसी

राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने शुक्रवार को रक्षाबंधन की पूर्व संध्या पर लोगों को शुभकामनाएं दीं और कहा कि यह त्योहार महिलाओं के अधिकारों की रक्षा एवं उनके सम्मान के हमारे संकल्प को मजबूत करता है। राष्ट्रपति ने एक संदेश में कहा कि रक्षाबंधन का पवित्र त्योहार भाई-बहन के बीच प्रेम और विश्वास के अनूठे बंधन का



प्रतीक है। मुर्मू ने कहा, यह त्योहार समाज में सद्भाव और एकता की भावना को बढ़ावा देता है। यह अवसर हमारी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत और नैतिक मूल्यों को संरक्षित करने का भी अवसर है। यह त्योहार महिलाओं के अधिकारों की रक्षा और उनके सम्मान के हमारे संकल्प को मजबूत करता है।



कार्यक्रम की नींव रखी। भारत के इस निर्णय ने कई शक्तिशाली देशों को असहज किया। जब भारत स्वदेशी कार्यक्रम को आगे बढ़ा रहा था, तब 1994 के अंत में इसरो के क्रायोजेनिक कार्यक्रम प्रमुख, नबी नारायणन को साजिश के तहत जासूसी के झूठे आरोपों में गिरफ्तार कर लिया गया। इसके बावजूद इसरो ने हार नहीं मानी। जीएसएलवी की प्रारंभिक उड़ानें कई समस्याओं का सामना करती रहीं, परंतु इसरो के साहस में कमी नहीं आई। अंततः पांच जनवरी, 2014 को इसरो ने सफलतापूर्वक जीएसएलवी-डी5 मिशन लांच किया, जिसमें सौ प्रतिशत स्वदेशी क्रायोजेनिक इंजन का उपयोग किया गया। यह एक मील का पत्थर था, जिसने विश्व समुदाय को अचरज में डाला। तब से भारत नियमित रूप से जीएसएलवी का उपयोग करके भारी उपग्रहों को कक्षा में स्थापित कर रहा है। भारत अब अन्य देशों के लिए एक विश्वसनीय लांच पार्टनर बन गया है। वही क्रायोजेनिक इंजन, जिसे दुनिया ने कभी साझा करने से मना कर दिया था, अब भारत की दृढ़ता का प्रतीक बन चुका है। अमेरिका ने हम पर प्रतिबंध, आक्षेप लगाए, हमारे लक्ष्यों को हमारी पहुंच से बाहर बताकर हमारा मखौल बनाया, लेकिन आज हमारा ग्राहक है। इसरो ने समय-समय पर इन पत्तियों को चरितार्थ किया है, हलहरों से डर कर नौका पार नहीं होती, कोशिश करने वालों की हार नहीं होती।

भारी वर्षा से जल भराव, जिलाधिकारी एवं नगर आयुक्त ने स्थलीय निरीक्षण कर किया स्थिति सामान्य

भारत संवाद

गुरुवार को बाढ़ की आशंका के दृष्टिगत कलाश चौराहा स्थित स्लूइस गेट बंद थे। तथापि, भारी वर्षा एवं मम्फर्डगंज नाले में अत्यधिक डिस्चार्ज के कारण नाले में पानी की हेडिंग की स्थिति उत्पन्न हो गई तथा पानी मुम्फोर्डगंज व सीवेज पम्पिंग स्टेशन परिसर में भराव के रूप में प्रवेश कर गया। स्थिति को नियंत्रित करने हेतु स्लूइस गेट को हाइड्र मशीन की सहायता से उठाया गया, जिससे पानी का प्रवाह गेट से होकर आगे बढ़ सका और जलस्तर नियंत्रित हुआ। जिलाधिकारी महोदय एवं नगर आयुक्त महोदय द्वारा स्थल का निरीक्षण किया गया, जिसमें उपरोक्त परिस्थितियों की विस्तृत जानकारी



प्रदान की गई। जिलाधिकारी महोदय ने सिंचाई विभाग को निर्देशित किया कि स्लूइस गेट का संचालन सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय (MoRTH) के साथ समन्वय स्थापित कर किया जाए तथा गंगा प्रदूषण नियंत्रण इकाई के अधिकारियों को पैनलों के शीघ्र मरम्मत/रख-रखाव हेतु निर्देश दिए।

प्रयागराज मण्डल के स्टेशन एवं गाड़ियों में चलाया गया स्वच्छता अभियान

भारत संवाद

राष्ट्रव्यापी चलाये जा रहे स्वच्छता अभियान के क्रम में आज दिनांक 08.08.2025 को प्रयागराज मण्डल के स्टेशन एवं गाड़ियों में स्वच्छता अभियान चलाया गया। ज्ञात हो कि स्वतंत्रता दिवस -2025 के अवसर पर दिनांक 01/ 08/2025 से 15/08/ 2025 तक भारत सरकार के 15 दिवसीय राष्ट्रव्यापी स्वच्छता अभियान के अंतर्गत प्रयागराज मण्डल में भी दिनांक 01.08.2025 से स्वच्छता अभियान चलाया जा रहा है। इस स्वच्छता अभियान के अंतर्गत स्वच्छता शपथ, नुककड़ नाटक, वर्कशॉप, श्रमदान, वृक्षारोपण, कूड़ेदान का प्रयोग, बोतल किशंग मशीनों की जांच, प्लास्टिक के प्रोद्योग को कम करना एवं स्टेशनों व गाड़ियों में साफ सफाई के गहन अभियान चलाये जा रहे हैं। इसके साथ पेयजल, फूड ववेंडर्स एवं बेस किचिन, फूड प्लाजा, कैंटीन स्टाल की जांच के अभियान भी चलाये जा रहे हैं। 1।5 दिवसीय राष्ट्रव्यापी स्वच्छता अभियान



के क्रम में आज प्रयागराज मण्डल में स्टेशनों पर कैटीन, खान पान स्टाल एवं गाड़ियों की पैंट्रीकार में स्वच्छता अभियान चलाया गया। इसी क्रम में टूण्डला स्टेशन पर गाड़ी संख्या 12312 नेताजी एक्सप्रेस एवं प्रयागराज छिवकी स्टेशन पर गाड़ी संख्या 12321 हावड़ा- छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस मुबई मेल की पैंट्रीकार की खानपान की व्यवस्थाओं को चेक

विकास को धरातल पर उतारने में विकास प्राधिकरणों का बड़ा योगदान है: नन्दी

प्रयागराज विकास प्राधिकरण कर्मचारी यूनियन के नवनिर्वाचित पदाधिकारियों के शपथ ग्रहण समारोह में सम्मिलित हुए मंत्री नन्दी पद एवं गोपनीयता की दिलाई शपथ

भारत संवाद

उत्तर प्रदेश सरकार के औद्योगिक विकास मंत्री नन्द गोपाल गुप्ता नन्दी शुक्रवार को प्रयागराज विकास प्राधिकरण परिसर में आयोजित कर्मचारी संगठन के नव-निर्वाचित पदाधिकारियों के पदग्रहण समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में सम्मिलित हुए। मंत्री नन्दी ने सभी नव निर्वाचित पदाधिकारियों को पद एवं गोपनीयता की शपथ दिलाई। शुभकामनाएँ दीं और संगठन की भूमिका को विकास कार्यों की आधारशिला बताते हुए उनके उत्साह और प्रतिबद्धता की सराहना की। प्रयागराज विकास प्राधिकरण के नव निर्वाचित पदाधिकारियों अध्यक्ष



आलोक अग्रवाल, महामंत्री विजय शंकर शुक्ला, वरिष्ठ उपाध्यक्ष शिव चरण पाल, उपाध्यक्ष प्रथम मनोप कुमार, उपाध्यक्ष द्वितीय छवि कुमार शर्मा, लेखा परीक्षक रमेश कुमार यादव, संयुक्त मंत्री प्रवेश कुमार शर्मा, संगठन मंत्री धर्मेन्द्र मौर्य, कोषाध्यक्ष दिनेश कुमार एवं प्रचार मंत्री पुरुषोत्तम पाल को पद एवं गोपनीयता की शपथ दिलाई। शपथ ग्रहण समारोह को संबोधित करते हुए मंत्री नन्दी ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 2014 में इस देश की बागडोर संभालते ही अवाहन किया था- रसबका साथ सबका विकास। विकास के संकल्प को वास्तविकता के धरातल पर उतारने में विकास प्राधिकरणों का बड़ा योगदान है। प्रधानमंत्री के मार्गदर्शन एवं कर्मयोगी मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ

आज प्राधिकरण कर्मचारी संघ के नवनिर्वाचित पदाधिकारी अपना पद ग्रहण कर रहे हैं ! आप सभी को मैं इस अवसर पर हार्दिक बधाई और शुभकामना देता हूँ ! अपने दायित्वों के प्रति सजग रहते हुए जनता के प्रति संवेदनशीलता के साथ आप अपनी जिम्मेदारियों का निर्वहन करेंगे यही आशा और अपेक्षा है। आप अपने भीतर का सेवा भाव सदैव जागृत रखें ! प्रत्येक व्यक्ति के साथ न्यायसंगत-नियमसंगत व्यवहार हो यह सुनिश्चित करना आपका नैतिक और शासकीय कर्तव्य है। इस अवसर पर प्रयागराज विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डॉ. अमित पाल शर्मा, सचिव अजीत कुमार सिंह, वित्त नियंत्रक प्रदीप कुमार, ओएसडी संजीव कुमार आदि मौजूद रहे।

सरोज विद्या शंकर इंटर कॉलेज में रक्षाबंधन पर्व हर्षोल्लास से मनाया गया

भारत संवाद

झुंसी :- सरोज विद्या शंकर इंटर कॉलेज में रक्षाबंधन का पावन पर्व धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर झुंसी थाना के छतनाग चौकी के चौकी प्रभारी एवं उप-निरीक्षक श्री दीपक कुमार तथा पुलिस अधिकारी जितेंद्र कुमार, जितेंद्र कुमार सिंह और शारदा सिंह अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। कार्यक्रम का आयोजन कक्षा 11 विद्यार्थियों भैया - बहनों के नेतृत्व में किया गया। संचालन का दायित्व रंजोरी द्विवेदी ने निभाया। बहनों ने पुलिस प्रशासन के अधिकारियों को रक्षा सूत्र बांधकर समाज की सुरक्षा का संकल्प दिलाया। उप निरीक्षक श्री दीपक कुमार ने विद्यार्थी भैया- बहनों को रक्षाबंधन की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि इस पावन अवसर पर हम सभी को बढ़ते अपराध, ऑनलाइन फ्रॉड तथा ऑनलाइन गैमिंग जैसे दुष्प्रभावों से सतर्क रहना चाहिए और अपनी पढ़ाई के प्रति सजग रहकर अपने लक्ष्य की ओर निरंतर अग्रसर होना चाहिए। उन्होंने छात्रों के कुछ प्रश्नों का उत्तर भी दिया, जिनमें बालिकाओं की पढ़ाई, उनकी सुरक्षा, तथा पुलिस थाने में महिलाओं के प्रति संवेदनशीलता, उनके खिलाफ होने वाले अपराधों और पुलिस प्रशासन की कार्यवाही से जुड़े मुद्दे शामिल थे। इन सभी प्रश्नों का उन्होंने धैर्यपूर्वक और संतोषजनक उत्तर दिया। विद्यालय के प्रधानाचार्य श्री प्रमोद कुमार त्रिपाठी ने अपने संबोधन में कहा कि रक्षाबंधन पर्व केवल भाई-बहन के प्रेम का प्रतीक नहीं है, बल्कि यह प्रकृति और समाज के संरक्षण का संदेश भी देता है। छात्राओं में शिखा शुक्ला अनुष्का और अंशिका मिश्रा ने रक्षाबंधन पर मनमोहक प्रस्तुति दी, वहीं सांगवी तिवारी, मानसी जायसवाल सहित अनेक शिक्षक-शिक्षिकाएं एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे।



भूमिका की सराहना करते हुए उनके आगमन हेतु धन्यवाद ज्ञापित किया। प्रबंधक डॉ. दुर्गा प्रसाद मां त्रिपाठी ने रक्षाबंधन पर्व विद्यार्थी भैया बहनों को शुभकामनाएं दी और कहा कि यह पर्व भाई-बहन के पवित्र संबंध की परीक्षा है और यह समाज तथा प्रकृति को सुस्थित रखने का संदेश देता है। इस अवसर पर सभी छात्राओं ने भाइयों की कलाईयों पर राखी बांधते हुए अच्छी पढ़ाई करने, अपनी सुरक्षा करने और राष्ट्र के प्रति जिम्मेदार नागरिक बनने का संकल्प लिया। इस अवसर पर शिक्षिका बहनों ने भी शिक्षकों को राखी बांधकर रक्षाबंधन की हार्दिक शुभकामनाएं दीं। कार्यक्रम में उप-प्रधानाचार्य राम सिंह यादव, विजय बहादुर विश्वकर्मा, प्रवीण कुमार मिश्रा, अरविंद त्रिपाठी, नीभव प्रजापति, राहुल कुमार पांडे, आकाश कुमार गुप्ता, वीतीश कुमार, प्रियराज दुबे, शशांक त्रिपाठी, अमित कुमार जैन, स्नेहलता दुबे, ममता मिश्रा, मीना धुरिया, अनामिका तिवारी, चंद्र ज्योति उपाध्याय, रंजना दुबे, दिव्या त्रिपाठी, पूजा सिंह, श्रीमती सीलम तिवारी, श्रीमती नीलम मिश्रा, श्रीमती प्रियंका तिवारी, मानसी जायसवाल सहित अनेक शिक्षक-शिक्षिकाएं एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे।

साहिब श्री गुरु तेग बहादुर जी का 350व शहीदी शताब्दी पर्व पर 108 अखंड पाठ की आरंभता शनिवार से

अखंड पाठ की लड़ी में प्रयागराज सहित कई देश विदेश के श्रद्धालु यू.एस.ए. कनाडा, अफ्रीका, दुबई के श्रद्धालुओं ने बड़ी श्रद्धा आस्था विश्वास के साथ अखंड पाठ की लड़ी सेवा कर रहे हैं।

भारत संवाद

प्रयागराज/साहिब श्री गुरु तेग बहादुर जी का 350व शहीदी शताब्दी पर्व के अवसर पर गुरुद्वारा तपस्थान श्री गुरु तेग बहादुर साहिब जी पक्की संगत में शताब्दी वर्ष को मुख रखते हुए 108 अखंड पाठ की लड़ी शनिवार 9 /8/2025 प्रातः काल 10:00 बजे से आरंभ हो रही है। जिसकी संपूर्णता 25/11/25 को होगी। गुरुद्वारा महंत ज्ञान सिंह ने बताया कि 108 अखंड पाठ की लड़ी में विभिन्न धर्मों के अनुयायियों द्वारा अखंड पाठ कराये जा रहे हैं। साथ ही अखंड पाठ की लड़ी में प्रयागराज सहित कई देश विदेश के श्रद्धालु यू.एस.ए. कनाडा, अफ्रीका, दुबई के श्रद्धालुओं ने बड़ी श्रद्धा आस्था

गुरुद्वारा तपस्थान श्री गुरु तेग बहादुर साहिब जी पक्की संगत में। विश्वास के साथ अखंड पाठ की लड़ी सेवा कर रहे हैं। 123/11/25 से तीन दिवसीय शहीदी समागम का भी आयोजन खुले दरबार हाल में होगा जिसमें देश-विदेश के प्रसिद्ध रागी जत्थे रहेगे कथा वाचक संत महापुरुष संगत को गुरु की महिमा से निहाल करेंगे। प्रयागराज में साहिब श्री गुरु तेग बहादुर जी का ऐतिहासिक धार्मिक तप स्थल है गुरुजी 6 महीने 9 दिन रहकर तप किया उनके साथ उनकी माता नानकी जी उनकी धर्मपत्नी माता गुजरी जी, भाई मतिदास जी, भाई सतीदास जी भाई दयाला जी, बाबा गुरुबक्श सिंह जी, मामा कृपाल चंद जी सहित 500 श्रद्धालु सिंख सगता रहे। भारतीय जनता पार्टी अल्पसंख्यक मोर्चा काशी क्षेत्र, क्षेत्रीय उपाध्यक्ष सरदार पतविन्दर सिंह ने सभी संगतो से अपील की है की गुरु जी के शताब्दी वर्ष को ध्यान में रखते हु सभी श्रद्धालु गुरु धाम प्रतिदिन पहुंचकर सेवा सिमरन ध्यान कर गुरु का आशीर्वाद प्राप्त कर अपने जीवन सफल करें।



भारत संवाद

पवित्रता का पवन पर्व रक्षाबंधन आ पहुंचा है हमारे द्वार, अपनी पावनता बिखरने तो आए बाबा के प्यारे घर, सद्भावना हॉल के सद्भावना भवन में। दिनांक 9 अगस्त 2025 समय 7:30 से 8:00 योग 8:00 से 9:00 मुरली 9:00 से भोग एवं रक्षाबंधन कार्यक्रम आप सभी सदर आमंत्रित है बाबा के प्यारे घर में। साथ ही जिन भी भाई बहनों को मधुबन जाना है वो सभी मधुबन जाने का फॉर्म भी भेज रहे है उसे भी प्रिंट निकाल कर भरकर अवश्य लाना है। फॉर्म भरने पर ही मधुबन जाने की परमिशन मिलेगी।

जनप्रतिनिधिगण की उपस्थिति में काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समारोह का पुलिस सभागार में किया गया किया गया भव्य आयोजन

मुख्यमंत्री जी द्वारा काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी महोत्सव के समापन के अवसर पर लखनऊ के काकोरी में आयोजित कार्यक्रम का दिखावा गया सजीव प्रसारण

भारत संवाद

मीरजापुर - जनपद के पुलिस लाइन के मनोरंजन कक्ष में जिलाधिकारी पवन कुमार गंगवार व वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक सोमेन बर्मा के निदेशन में काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी महोत्सव का भव्य आयोजन किया गया। इस अवसर पर उपाध्यक्ष पिछड़ा वर्ग आयोग उ0प्र0 सोहन लाल श्रीमाली, मा0 विधायक नगर रत्नाकर मिश्र, मंडिहान रमाशंकर सिंह पटेल, मझवां शुचिस्मिता मौर्य, छानबे रिकी कोल, चयमेरन सहकारिता जगदीश सिंह पटेल, अध्यक्ष नगर पालिका परिषद मीरजापुर श्याम सुन्दर केसरी ने समारोह का शुभारंभ करते हुए काकोरी ट्रेन एक्शन में शामिल स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों को याद कर उनकी वीर गाथाओं के बारे में जानकारी दी। इस अवसर पर मा0 मुख्यमंत्री श्री योगी आदित्य नाथ जी द्वारा काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी महोत्सव के समापन के अवसर पर लखनऊ के काकोरी में आयोजित कार्यक्रम का सजीव प्रसारण दिखाया गया। कार्यक्रम में रक्षाबंधन के एक दिन पूर्व जनपद के लगभग 200 से अधिक बहनों के द्वारा पुलिस जवानों व पी0ए0सी0 बल के जवानों को राखी बांधा तो वहीं पुलिस के जवानों के द्वारा उनसे आशीर्वाद प्राप्त करते हुए उनकी रक्षा व जनपद की सुरक्षा के बारे में संकल्प लिया। उपाध्यक्ष पिछड़ा वर्ग आयोग ने अपने उद्बोधन में कहा कि भारत देश को आजाद कराने के लिए

- विधायक नगर, मंडिहान, मझवां व छानबे ने काकोरी ट्रेन एक्शन के इतिहास व वीर सपूतों के बारे में दी जानकारी
- जनपद की बहनों द्वारा पुलिस/पी0ए0सी0 के जवानों को बांधा रक्षा सूत्र-पुलिस के जवानों द्वारा रक्षा के प्रति ली शपथ
- तिरंगा रेली को हरी झण्डी दिखाकर किया रवाना

हमारे क्रांतिकारियों के अन्दर दीवानगी थी राष्ट्र के प्रति वे सभी समर्पित रहे तभी हमें गुलामी की जंजीरो से छुटकारा मिला है। उन्होंने कहा कि देश की विषम परिस्थितियों में हम सभी को भी यह संकल्प लेना चाहिए कि देश के प्रति समर्पित रहेंगे। कार्यक्रम में मा0 विधायक नगर ने अपने संबोधन में बताया कि हमारे देश के वीर सपूत क्रांतिकारियों के अन्दर देश को गुलामी की जंजीरो से छुड़ाकर स्वतंत्रता दिलाने की जब्जा रहा है। उन्होंने कहा कि स्वतंत्रता संग्राम सेनानी राम प्रसाद बिस्मिल, रोशन सिंह, चन्द्र शेखर आजाद सहित कई क्रांतिकारियों ने 09 अगस्त 1925 को काकोरी के पास ट्रेन रोकर अंग्रेजों द्वारा भेजे जाने वाले धन को लूटकर आजादी की लड़ाई के लिए अस्त्र शस्त्र के लिए प्रयोग किया। उन्होंने कहा कि आजादी की लव क्रांतिकारियों द्वारा हमेशा अंग्रेजो को चुनौती दी जाती रही है उन्हीं के बदौलत आज हम सब स्वतंत्र भारत में सांस ले रहे हैं।

आदर्श पांडेय ने शिक्षाविदों से की मुलाकात, शिक्षा व जनसेवा पर मिला मार्गदर्शन

भारत संवाद

प्रतापगढ़। पं. मानिक चंद्र शर्मा इंटर कॉलेज एवं महाविद्यालय, आमी सरायपट्टी, प्रतापगढ़ के प्रबंधक श्री अजीत कुमार शर्मा (एडवोकेट) एवं प्रधानाचार्य श्री इंद्रजीत शर्मा से आगामी (जि.न.स.) प्रत्यक्ष आदर्श पांडेय ने शिष्टाचार भेंट की। इस दौरान दोनों वरिष्ठ शिक्षाविदों से समसामयिक शैक्षिक व सामाजिक विषयों के साथ-साथ आगामी चुनाव को लेकर सकारात्मक चर्चा हुई। आदर्श पांडेय ने बताया कि इस मुलाकात से उन्हें जनसेवा और शिक्षा के क्षेत्र में कार्य करने की नई प्रेरणा मिली।



अगर आप चाहें तो मैं इसका एक और प्रभावी संस्करण बना सकता हूँ जिसमें स्थानीय पाठकों को और

आकर्षित करने के लिए थोड़ी भावनात्मक और प्रेरणादायक टोन जोड़ी जाए।



पत्रकार जगत का एक बुझ गया चिराग, पत्रकारों में शोक की लहर

भारत संवाद

अलीगढ़। ग्रामीण पत्रकार यूनियन जिला अलीगढ़ के जिला उपाध्यक्ष तथा दैनिक जागरण के श्रेष्ठ पत्रकार, जनपद अलीगढ़ के कस्बा छर्छा निवासी मेरे प्रिय पुत्र समान प्रवीन तिवारी जी के आकस्मिक निधन की खबर हमारे जिलाध्यक्ष ने जैसे की गुप्ती में प्रसारित की सुनकर पूरा जनपद स्तब्ध रह गया। यह क्षति केवल उनके परिवार की नहीं, बल्कि पूरे पत्रकारिता जगत की है। उनका जाना मानो एक दीपक के बुझ जाने जैसा है, जिसकी रोशनी वर्षों से ग्रामीण पत्रकारिता को दिशा दे रही थी। प्रवीन तिवारी जी न केवल एक साहसी और निष्पक्ष पत्रकार थे, बल्कि वे सच्चे अर्थों में समाज के प्रहरी भी थे। गांव की गलियों से लेकर जनपद के बड़े मुद्दों तक, उनकी कलम ने हमेशा सच को सामने लाने का काम किया। वे गरीब, वंचित



और पीड़ितों की आवाज को अखबार के पन्नों पर जगह दिलाने में कभी पीछे नहीं हटे। उनकी लेखनी में जनहित की गहरी समझ और निडरता की झलक मिलती थी। उनका सौम्य स्वभाव, सरल व्यवहार और सभी से मधुर संबंध उन्हें सभी के दिलों में खास बनाते थे। पत्रकारिता के कठिन दौर में भी वे सत्य और ईमानदारी की राह पर डटे रहे। उनका अचानक चला जाना एक ऐसी रिक्तता छोड़ गया है, जिसे भरना असंभव है। आज जनपद का हर पत्रकार, हर पाठक, और हर वह व्यक्ति जो उनके संपर्क में आया, खुद को अनाथ सा महसूस कर रहा है। प्रवीन तिवारी जी की स्मृतियां, उनकी प्रेरणादायक बातें और उनका संघर्ष हमेशा हमें पत्रकारिता के असली मायने सिखाता रहेगा। ईश्वर उनकी आत्मा को शांति और परिवार को यह असहनीय दुख सहने की शक्ति प्रदान करे।

काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समारोह का हुआ समापन

○ विकास भवन में आयोजित कार्यक्रम में स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों के परिजनों को किया सम्मानित

○ लखनऊ में आयोजित कार्यक्रम का हुआ सजीव प्रसारण

भारत संवाद

अलीगढ़ 08 अगस्त 2025 (सू०वि०): भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के इतिहास में काकोरी ट्रेन एक्शन कोई घटना नहीं बल्कि चेतना है, जो सामाजिक एवं वैचारिक परिवर्तन की राह दिखाती है। 19 अगस्त 1925 को जब ट्रेन काकोरी रेलवे स्टेशन पहुंची तो हिंदुस्तान रिपब्लिक ए सोशलिज्म के साहसी युवा क्रांतिकारियों ने ब्रिटिश सरकार का खजाना लूट लिया। इस साहसिक योजना का उद्देश्य अंग्रेजी हुकूमत को आर्थिक हानि पहुंचाना और स्वतंत्रता आंदोलन के लिए धन एकत्रित करना था।

उक्त उद्धार परियोजना निदेशक डीआरडीए भालचंद्र त्रिपाठी ने काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समारोह के समापन अवसर पर विकास भवन में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि हम सभी का दायित्व है कि इन वीर सपूतों राम



प्रसाद बिस्मिल, अशफाक उल्ला खां, राजेंद्र लाहिड़ी, ठाकुर रोशन सिंह और उनके साथियों के बलिदान को स्मरण करते हुए उनके दिखाई मार्ग पर चलें और राष्ट्र निर्माण में अपनी सक्रिय भूमिका निभाएं। जिला विकास अधिकारी आलोक आर्य ने कहा कि आज से 100 वर्ष पूर्व हुआ ट्रेन एक्शन भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में युवाओं की भागीदारी, संगठन की शक्ति और बलिदान की भावना का अमिट प्रतीक

जिला व्यापार मण्डल द्वारा भारत छोड़ो आंदोलन की वर्षगांठ की पूर्व संध्या पर शहीदों को नमन

प्रत्येक नागरिक को अधिकारों के साथ अपने कर्तव्यों के प्रति भी जागरूक रहना होगा: शीतल टण्डन

भारत संवाद

सहारनपुर 8 अगस्त। उ.प्र. उद्योग व्यापार मण्डल की जिला इकाई द्वारा 9 अगस्त को भारत छोड़ो आंदोलन की वर्षगांठ की पूर्व संध्या पर की एक विशेष कार्यक्रम स्थानीय गांधी पार्क में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की मूर्ति के समक्ष आयोजित किया गया जिसमें देश की आजादी के शहीदों को नमन किया गया। जिसमें व्यापारियों द्वारा देश की आजादी में अपने प्राणों की आहुति देने वाले महान क्रांतिकारियों को नमन करते हुए जिलाध्यक्ष शीतल टण्डन ने कहा कि आज से 83 वर्ष से 9 अगस्त 1942 के अंतर्गत देश के स्वाभिमान को जागृत करते हुए हम सबने मिलकर विदेशी शासकों के विरूद्ध भारत की आवाज बुलन्द की थी, इसे साकार करने के लिए एकजुट होकर इस संघर्ष



में शामिल हुए और हमने आजादी हासिल करके ही दम लिया। श्री टण्डन ने कहा कि आज एक बार फिर संकल्प लेने की घड़ी आयी है और वैसी ही आवाज बुलन्द करने और एकजुट होने और इसके अंतर्गत हम सब मिलकर साम्प्रदायिकता, गरीबी, हिंसा आतंकवाद, निरक्षता, भ्रष्टाचार व

कोरोना आदि इन सब बुराईयों को दो दृक शब्दों में कहा कि झामरत छोड़ोह। श्री टण्डन ने कहा कि देश की आजादी के संघर्ष में व्यापारी वर्ग का भी महत्वपूर्ण योगदान रहा है। देश के महानक्रान्तिकारियों व वीर सैनिकों की कुर्बानियों का परिणाम है कि भारत ने 1965 व 1971 के युद्ध में विजयश्री

जनप्रतिनिधिगण की उपस्थिति में काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समापन समारोह कार्यक्रम का हुआ मव्य आयोजन

काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समापन समारोह के अवसर पर स्कूली छात्र/छात्राओं द्वारा निकाली गई तिरंगा रैली।

काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समापन समारोह के अवसर पर मा0 जनप्रतिनिधिगण द्वारा स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों के आश्रित/परिजनों को किया गया सम्मानित।

भारत संवाद

सुलतानपुर ,शासन द्वारा दिये गये निर्देश के क्रम में रकाकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समापन समारोह कार्यक्रम का भव्य आयोजन नवीन सभागार कलेक्ट्रेट में किया गया। इस अवसर पर मा0 सदस्य विधान परिषद श्री शैलेन्द्र प्रताप सिंह, मा0 भाजपा जिला अध्यक्ष श्री सुशील त्रिपाठी, अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) गौरव शुक्ला सहित अन्य जनपद स्तरीय अधिकारियों/स्कूली छात्र/छात्राएँ आदि उपस्थित रहे। तत्पश्चात जनपद स्तरीय कार्यक्रम का शुभारम्भ मा0 जनप्रतिनिधियों व जिला प्रशासन द्वारा शहीदों के चित्र पर माल्यार्पण व पुष्पार्जन कर किया गया। अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) द्वारा काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समापन समारोह के अवसर पर कलेक्ट्रेट परिसर से हरी झंडी दिखाकर तिरंगा रैली को रवाना किया गया। उक्त रैली में राजकीय इंटर कॉलेज, महात्मा गाँधी स्मारक इंटर कॉलेज, केश कुमार राजकीय बालिका इंटर कॉलेज, रामकली बालिका इंटर कॉलेज सुलतानपुर सहित अन्य विद्यालयों के छात्र/छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया। इस अवसर पर कॉलेज के प्रधानाचार्य, शिक्षक/शिक्षिकाएँ आदि उपस्थित रहीं। छात्र/छात्राओं को



काकोरी शहीदों के बलिदान से जुड़ी वीर गाथाओं पर आधारित व्याख्यान को पढ़कर सुनाया गया। तत्पश्चात नवीन सभागार कलेक्ट्रेट में काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समापन समारोह के अवसर पर मा0 मुख्यमंत्री, जी उ0प्र0 द्वारा लखनऊ से प्रसारित सम्बोधन को एल.ई.डी. स्क्रीन के माध्यम से सजीव प्रसारण देखा व सुना गया। संस्कृति विभाग द्वारा नियुक्त सांस्कृतिक दल द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किया गया। तत्पश्चात मा. जनप्रतिनिधिगण, अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) द्वारा काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी समापन समारोह कार्यक्रम के अवसर पर जनपद के स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों/शहीदों के परिजन- श्री अरुण मिश्र, श्री मुकेश टंडन, श्री वीरेन्द्र बहादुर सिंह, श्री चन्द्र गुप्ता, श्रीमती खेतूनिशा, श्रीमती रेनु सिंह को काकोरी मोमेंटो व अंगवस्त्र देकर सम्मानित किया गया। रामराजी बालिका इण्टर कॉलेज की छात्राओं द्वारा तिरंगा राखी मा0 जनप्रतिनिधिगणों को तिलक लगाकर बांधी गयी। कार्यक्रम का संचालन कर रहे डीसी एन.आर.एल.एम. के.डी. गोस्वामी द्वारा उपस्थित समस्त छात्रों व जनप्रतिनिधिगण, अधिकारीगणों को काकोरी ट्रेन एक्शन शताब्दी का आलेख पढ़कर सुनाया गया।

जिले में राष्ट्रीय मध्यस्थता अभियान 30 सितम्बर तक संचालित

वादाकरण सम्बन्धित न्यायालय अथवा जिला मध्यस्था एवं सुलह केन्द्र में करा सकते हैं ललित वादो का निस्तारण

भारत संवाद

अलीगढ़ (सू०वि०): उत्तर प्रदेश राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण, लखनऊ के माध्यम से अवगत कराया गया है कि राष्ट्रीय विधिक सेवा प्राधिकरण, एवं मीडियेशन एवं कंसिलियेशन प्रोजेक्ट केमटी, माननीय सर्वोच्च न्यायालय नई दिल्ली के तत्वावधान में संपूर्ण राष्ट्र में और माननीय जिला न्यायाधीश, अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण अनुपम कुमार के दिशा-निर्देशन में दीवानी न्यायालय अलीगढ़, परिवार न्यायालय, वाणिज्य न्यायालय, मोटरयान दुर्घटना प्रतिकर न्यायाधिकरण, जिला उपभोक्ता विवाद प्रतिरोध आयोग व वाद्य स्थित न्यायालयों में लम्बित मामलों का निस्तारण मध्यस्था एवं सुलह केन्द्र अलीगढ़ के माध्यम से 30 सितम्बर तक राष्ट्रीय मध्यस्थता अभियान चलाया जा रहा है। अगर जिला जज, पूर्णकालीन सचिव, जिला विधिक सेवा प्राधिकरण नितिन श्रीवास्तव ने उक्त जानकारी देते हुए बताया कि उक्त अभियान का उद्देश्य मध्यस्थता के माध्यम से न्यायालयों में लम्बित मामले जैसे- वैवाहिक विवाद, दुर्घटना दावे, घरेलू हिंसा, चैक बाउंस, वाणिज्यिक विवाद, सेवा विवाद, शमनीय आपराधिक मामले, उपभोक्ता विवाद, ऋण वसूली, सम्पत्ति के बंटवारे, वेदखली, भूमि अधिग्रहण व अन्य उभयतः दीवानी मामलों का निस्तारण सुलह समझौता के आधार पर कराया जाना है। उन्होंने वादकारिगण व पक्षकारण से अपील की है कि यदि उनके उपरोक्त से सम्बन्धित मामले किसी न्यायालय में लम्बित हो तो वे राष्ट्र के लिये मध्यस्थता अभियान 30 सितम्बर तक की अवधि में सम्बन्धित न्यायालय अथवा जिला मध्यस्थता एवं सुलह केन्द्र एडीआर भवन दीवानी न्यायालय परिसर में उपस्थित होकर अपने मामले का निस्तारण सुलह समझौता के माध्यम से करा सकते हैं।

उद्यमियों ने उत्तराखण्ड त्रासदी के लिये मौन रख संवेदना प्रकट की

भारत संवाद

सहारनपुर। सहारनपुर इण्डस्ट्रीयल एसोसिएशन से जुडे उद्यमियों ने जनरल बीडी मोंटींग के उपरान्त उत्तराखण्ड भूस्खलन में जान-माल के नुकसान के लिये 02 मिनट का मौन रख दिव्यंगत आत्माओं के प्रति अपनी संवेदनाएँ प्रकट की, इससे पहले सभा को सम्बोधित करते हुए अध्यक्ष पिव कुमार

गौड ने कहा कि आजकल प्रत्येक विभाग द्वारा अकरण ही उद्यमियों के परिसर में जाकर सर्वे का चलन अपने टारगेट को पूरा करने के लिये बढ गया है। जिससे उद्यमियों का मानसिक और आर्थिक उत्पीड़न होता है, फिर चाहे वह लेबर विभाग का सर्वे हो या जी0 एस0 टी0 विभाग द्वारा या नगर निगम द्वारा ई-सर्वे।एस. के गौड ने कहा कि उनकी संस्था इस विषय पर लखनऊ

तक अधिकारियों के सम्पर्क में है तथा मुख्यमंत्री आफिस तक को भी इस पीड़ा से अवगत कराया जा चुका है। संस्था का मानना है कि सब तरह की जानकारी विभागों का मानसिक और उपलब्ध है, फिर भी यदि कोई कमी नजर आती है तो विभाग उद्यमियों को नोटिस द्वारा उसका पक्ष रखने का मौका दे एवं संतुष्ट न होने पर ही उद्यमियों के परिसर में सर्वे के लिये जाये।

त्रकार हितों की रक्षा को प्रशासन प्रतिबद्ध -जिलाधिकारी

जिला स्तरीय स्थायी समिति की बैठक में उठी पुलिस रवैये से लेकर मीडिया ब्लॉक तक की समस्याएं

भारत संवाद

अलीगढ़ (सू०वि०): पत्रकारों की स्वतंत्रता, गरिमा और कार्य की सुगमता सुनिश्चित करने के लिए जिला प्रशासन हर संभव कदम उठाएगा। यह भरोसा जिलाधिकारी संजीव रंजन ने बुधवार को जिला स्तरीय स्थायी समिति की बैठक में दिया। कलेक्ट्रेट सभागार में आयोजित बैठक में पुलिस रवैये में मित्रवत सुधार से लेकर वीवीआईपी कार्यक्रमों में मीडिया ब्लॉक की सुरक्षा तक कई मुद्दों पर खुलकर चर्चा हुई। बैठक में एडीएम सिटी अमित कुमार भट्ट, पुलिस क्षेत्राधिकारी द्वितीय कमलेश कुमार, सहायक निदेशक सूचना एवं समिति के संयोजक संदीप कुमार सहित सदस्य दूरदर्शन संवाददाता नीरज शर्मा, एएनआई संवाददाता देवेंद्र वाण्येय, प्रतीक वाण्येय एवं ग्रामीण पत्रकार एसोसिएशन अध्यक्ष अनिल गोविल मौजूद रहे। एडी इंफॉर्मेशन संदीप

कुमार ने बताया कि कई वर्षों से यह बैठक आयोजित नहीं हो पाई थी, जिसे अब नियमित रूप से कराया जाएगा। उन्होंने कहा कि अब तक समाचार संकलन में अवरोध या उत्पीड़न की कोई लिखित शिकायत समिति को प्राप्त नहीं हुई है। अध्यक्ष ग्रामीण पत्रकार एसोसिएशन अनिल गोविल द्वारा उठाए गए बिन्दु पर सहायक निदेशक सूचना ने बताया कि मान्यता प्राप्त पत्रकारों के आयुष्मान कार्ड बनाए जाने का प्राविधान शासन द्वारा किया गया है। बैठक में दूरदर्शन संवाददाता नीरज शर्मा एवं अनिल गोविल ने कवरेज के दौरान पुलिस व्यवहार को शिष्टतापूर्ण बनाए जाने का सुझाव दिया व वीवीआईपी कार्यक्रमों में पार्किंग, प्रवेश द्वार संबंधी जानकारी समय रहते जिला सूचना अधिकारी को देने की बात रखी। एएनआई संवाददाता देवेंद्र वाण्येय ने हाल ही में हुई जनसभा में मीडिया ब्लॉक की आरक्षित कुर्सियों पर अन्य लोगों द्वारा कब्जा किए जाने की बात रखी, जिस पर जिलाधिकारी ने आश्वासन दिया कि भविष्य में पत्रकारों के लिए आरक्षित स्थान व सुविधाएँ सख्ती से सुनिश्चित की जाएंगी। जिलाधिकारी ने कहा कि पत्रकार समाज का आईना होते हैं और प्रशासन उनके अधिकारों एवं हितों की रक्षा के लिए हमेशा तत्पर रहेगा।

विजयकान्त चैहान फौजियों के जीवन संघर्ष से है सुरक्षित अखण्ड भारत

भारतीय सेना के जवानों को वन्देमातरम मिशन की बहनों ने बांधे रक्षा सूत्र

भारत संवाद

सहारनपुर। शोरे हिन्द विजयकान्त चैहान जूनियर भगत सिंह संस्थापक वन्देमातरम मिशन एक चिंगारी ट्रस्ट वन्देमातरम मिशन एक चिंगारी ट्रस्ट के नेतृत्व व संचालन में आज सनातन संस्कृति के ऐतिहासिक पर्व रक्षा बंधन के उपलक्ष में रिमाऊंट डिपो देहरादून रॉड पर वन्देमातरम मिशन से जुड़ी बहनों माताओं और बच्चो ने भारतीय सेना के वीर जवानों को



अखण्ड भारत के संकल्प के साथ रक्षा सूत्र राखी बांधकर स्वस्थ प्रसन्न

और निरोगी जीवन की शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम का शुभारंभ कर्नल लव

दीप यादव (कमांडेंट) कर्नल राजेन्द्र सिंह यादव डिप्युटी कमांडेंट, निशांत राणा, धनंजय सिंह, विकास शर्मा, एम महेश्वरा राव ने रिबन काटकर त्याग की प्रतीक मशाल जलाकर कर किया। रिसाइलदार राइडर बालू सिंह आदि ने मशाल जलाकर द्वीप प्रचलित कर भारत माता की पुष्प अर्पित कर भारत माता की सेवा और सुरक्षा की शपथ दिखाई व रक्षा बंधन की सभी को शुभकामनये दी। विजयकान्त चैहान

जूनियर भगत सिंह रिटायर कैप्टन सतीश शर्मा रिटायर मेजर विजेन्द्र शर्मा, सेविका पूनम सिंह पुंडीर एडवोकेट समाजसेविका वीना बजाज, श्री मति ममता चानना, स्मृति गुम्बर , श्रीमति निशा जैन आदि ने रिमाऊंट डिपो के कमांडेंट श्री मान लव दीप यादव कमांडेंट एवम अन्य समस्त आर्मी अधिकारियों सैनिको को मोमेंटो पगड़ी पटका मेडल माला पहनाकर सम्मानित किया

सहारनपुर थाना फतेहपुर, सहारनपुर पुलिस द्वारा दो शांतिर नशा तस्करों के कब्जे से एक किलो 348 ग्राम अवैध चरस, एक इलेक्ट्रॉनिक कोटा व घटना में प्रयुक्त एक मोटर साईकिल भी बरामद की गयी। एसएसपी के निर्देशन में मादक पदार्थों की तस्करों की रोकथाम व इसमें लिप्त अपराधियों की गिरफ्तारी हेतु अभियान चलाया जा रहा है। पुलिस अधीक्षक ग्रामीण एवं अपर पुलिस अधीक्षक/ क्षेत्राधिकारी सदर के निकट पर्यवेक्षण में तथा थानाध्यक्ष सचिन पूनिया के कुशल नेतृत्व में आज थाना फतेहपुर पुलिस टीम द्वारा दो शांतिर नशा तस्कर अभियुक्त पंकज पुत्र यशपाल सिंह निवासी ग्राम बटनवाला थाना फतेहपुर जनपद सहारनपुर, बल्लू पुत्र साधूराम निवासी नौसरहेड़ी थाना फतेहपुर जनपद सहारनपुर को ग्राम बटनवाला से बुझाखड़ा पुन्डीर जाने वाले रास्ते से गिरफ्तार किया गया

फास्ट ट्रैक

काकोरी ट्रेन एक्शन की 100 वीं वर्षगांठ के समापन अवसर पर जनमंच सभागार में आयोजित हुए मव्य सांस्कृतिक कार्यक्रम

मंडलायुक्त कार्यालय से गांधी पार्क तक निकाली गई तिरंगा रैली

भारत संवाद

सहारनपुर। काकोरी ट्रेन एक्शन की 100 वीं वर्षगांठ के समापन के अवसर पर मंडलायुक्त कार्यालय से घंटाघर होते हुए गांधी पार्क के लिए बाइक एवं साईकिल स्वारों द्वारा तिरंगा रैली का आयोजन किया गया। तिरंगा रैली को को राज्यमंत्री संसदीय कार्य एवं औद्योगिक विकास जसवंत सैनी, नगर विधायक राजीव गुंबर, जिलाधिकारी मनीष बंसल द्वारा हरी झण्डी दिखाकर रवाना किया गया। इसके पश्चात गांधी पार्क में महात्मा गांधी एवं शहीदों की प्रतिमाओं पर पुष्प अर्पित किए गए। कार्यक्रम का शुभारम्भ तिरंगे रंग के 100 गुब्बारों को उड़ाने किया गया। इसी के साथ पुलिस बैण्ड द्वारा राष्ट्रधुन का वादन किया गया। इसके बाद सभी ने जनमंच सभागार में काकोरी शहीद स्मारक, लखनऊ में आयोजित कार्यक्रम में माननीय मुख्यमंत्री जी के उद्बोधन का सजीव प्रसारण देखा। जनमंच सभागार में विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किए गये। मुख्य अतिथि एवं उपस्थित अन्य अतिथियों द्वारा शहीद क्रांतिकारियों एवं स्वतंत्रता सेनानियों के परिजनों श्रीमती सुमित्रा, श्रीमती रानी देवी, श्रीमती कमला देवी, श्रीमती कैलाशो देवी, श्रीमती कृष्णादेवी, सुश्री सुशीला को पुष्पगुच्छ, अंगवस्त्र एवं भारत की आन-बान-शान तिरंगे का स्मृति चिन्ह भेंटकर सम्मानित किया गया। विभिन्न अवसरों पर देश के लिए प्राण न्यौछार करने वाले सैनिकों के परिजनों रचना देवी, ममता देवी, राखी रानी, काजल राठी इत्यादी को भी सम्मानित किया। राज्यमंत्री संसदीय कार्य एवं औद्योगिक विकास श्री जसवंत सैनी ने कहा कि देश की आजादी के इतिहास पर प्रकाश डालकर काकोरी ट्रेन एक्शन करने वाले देशभक्तों के महत्व को बताया। महापौर डॉ0 अजय कुमार ने कहा कि आजादी का आंदोलन बहुत ही संघर्षपूर्ण था जिसमें देश के प्रत्येक वर्ग का सहयोग था। काकोरी ट्रेन एक्शन से देश में नई ऊर्जा का संचार हुआ। जिलाधिकारी मनीष बंसल ने कार्यक्रम के अंत में उपस्थित सभी अतिथियों का धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि माननीय प्रधानमंत्री एवं माननीय मुख्यमंत्री ने इस कार्यक्रम के माध्यम से भारत की विरासत और संस्कृति को संरक्षित करने का कार्य किया है। इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी सुमित राजेश महाजन, अपर जिलाधिकारी प्रशासन संतोष बहादुर सिंह, महानगर अध्यक्ष भाजपा शीतल विश्नोई, उप जिलाधिकारी सदर सुबोध कुमार, जिला पंचायत राज अधिकारी प्रदीप दुबे, जिला सूचना अधिकारी दिलीप कुमार गुप्ता, अपर जिला पंचायत राज अधिकारी अमित त्यागी, डीसी एनआरएलएम इन्द्रपाल सिंह सहित जिला स्तरीय अधिकारीगण, स्कूलों के छात्र एवं अध्यापकगण, स्वतंत्रता सेनानी, अमर शहीदों के परिवारजन, गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। मंच का संचालन श्री देवभास्कर पाण्डेय द्वारा किया गया।

स्कूली बच्चों को निःशुल्क पाठ्य सामग्री वितरित की

सहारनपुर।। अध्यात्मिक व सामाजिक संस्था मानव उत्थान सेवा समिति के प्रणेता वरिष्ठ समाजसेवी श्री सतपाल जी महाराज की प्रेरणा से पिछले छः दशकों में आध्यात्मिक प्रचार व प्रसार के साथ साथ विभिन्न सामाजिक कार्यों जैसे सफाई अभियान, रक्तदान शिविर, वृक्षारोपण, नशामुक्ति जनजागरण , निःशुल्क खाद्य सामग्री पाठ्य सामग्री फल वितरण व चिकित्सा सुविधा उपलब्ध कराना आदि कार्य करता आ रही है इसी कड़ी में मानव उत्थान सेवा समिति ने वर्ष 2015 से श्री विभु महाराज के दिशानिर्देधन में मिशन एजुकेशन अभियान का प्रारंभ किया जो कि आज भारत के सभी राज्यों के साथ साथ छः अन्य देशो मे भी चलाया जा रहा है मिशन एजुकेशन का उद्देश्य जरूरत मन्द बच्चो को पाठ्य सामग्री उपलब्ध कराने के साथ साथ सक्षम बच्चो मे दान देने की भावना को जाग्रत करना है। कल्याण आश्रम सहारनपुर प्रभारी महात्मा रिद्धि बाई ने बताया कि हमारी संस्था मानव उत्थान सेवा समिति मानव के आध्यात्मिक और भौतिक उत्थान के लिए लगातार कार्य करती आ रही है जैसे मनुष्य के चलने के लिए दो पैरो का बराबर स्वस्थ होना आवश्यक है

1-संरक्षक-भारत संवाद डॉ रामकिशोर शर्मा पूर्वी विभागाध्यक्ष इलाहाबाद विश्व विद्यालय कबीर सम्मान 2021 से सम्मानित, 2-संरक्षक-भारत संवाद, आचार्य पं० पुथीनाथ पाण्डेय भाषाविज्ञानी एवं मीडियाध्ययन विशेषज्ञ, 3-संरक्षक-भारत संवाद गजानन महतपुरकर , (सुपरचित कवि, लेखक, गीतकार, मंच संचालक, स्वतंत्र पत्रकार एवं सदस्य, महाराष्ट्र राज्य हिंदी साहित्य अकादमी तथा पश्चिम रेलवे, चर्चगेट के वरिष्ठ जनसम्यक् अधिकारी पद से सेवानिवृत्त) , 4-कला एवं मनोरंजन संपादक (भारत संवाद) , जगन्नाथ तिवारी, 5-उपसंपादक (भारत संवाद) , माता प्रसाद शर्मा, 6-प्रभारी प्रयागराज संस्करण आशीष कुमार शर्मा

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक अरविन्द कुमार शर्मा द्वारा रमा प्रिंटिंग प्रेस 53/25/1-एबेली रोड नया कटरा इलाहाबाद से मुद्रित एवं ज्ञान गंगा कालोनी सराय तकी झूसी प्रयागराज से प्रकाशित। संपादक- अरविन्द कुमार शर्मा।फोन नं०.05324012522 मो०-9455137214,9935750291,E mail-bharatsamvad2009@gmail.com RNI No-UPHIN/2009/30939 (किसी भी विवाद का न्याय क्षेत्र इलाहाबाद उच्च न्यायालय होगा)।



सूरजमुखी के बीज और नट्स में विटामिन ई प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। विटामिन ई के साथ-साथ जब अन्य पोषक तत्वों का सेवन किया जाता है तो इससे उम्र के होने वाली आंखों की कमजोरी को काफी हद तक रोका जा सकता है।

आंखें यकीनन व्यक्ति के शरीर का बेहद महत्वपूर्ण अंग है। छोटी सी आंखों की मदद से आप इतने बड़े संसार को देख पाते हैं। लेकिन आज के समय में जब लोग अपना ज्यादातर समय स्क्रीन पर बिताते हैं तो उसके कारण आंखों को काफी नुकसान पहुंचता है। यही कारण है कि बेहद कम उम्र में ही लोगों की आंखों पर चश्मा लग जाता है। लेकिन अगर आप लंबे समय तक अपनी आंखों की रोशनी को यंही बनाए रखना चाहते हैं तो जरूरी है कि आप अपने आहार पर भी फोकस करें। तो चलिए आज हम आपको उन आहार के बारे में बता रहे हैं जो आपकी आंखों के लिए काफी अच्छा है-

कच्ची लाल शिमला मिर्च
शिमलामिर्च में विटामिन सी पर्याप्त मात्रा में होता है। यह आपकी आंखों की रक्तवाहिकाओं के लिए अच्छा है। वहीं लाल शिमलामिर्च से आपको विटामिन ए और विटामिन ई भी प्राप्त होता है, जो आपकी आंखों को तंदरुस्त बनाने में मदद करता है।

अपने आहार पर करें फोकस आंखें रहेंगी अच्छी

सूरजमुखी के बीज और नट्स सूरजमुखी के बीज और नट्स में विटामिन ई प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। विटामिन ई के साथ-साथ जब अन्य पोषक तत्वों का सेवन किया जाता है तो इससे उम्र के होने वाली आंखों की कमजोरी को काफी हद तक रोका जा सकता है। इतना ही नहीं, यह मोतियाबिंद को रोकने में भी मददगार है। वैसे आप नट्स के साथ-साथ हेजलनट्स, मूंगफली और पीनटबटर का सेवन करके भी विटामिन ई पर्याप्त मात्रा में पा सकते हैं।

हरी पत्तेदार सब्जियां
केल, पालक व अन्य हरी पत्तेदार

सब्जियों में विटामिन सी और ई की भरपूर मात्रा पाई जाती है। इतना ही नहीं, इनमें कैरोटिनॉयड्स ल्यूटिन और जैक्सैथिन भी होता है। साथ ही इनमें पाया जाने वाला विटामिन ए लंबे समय में आंखों की बीमारियों से भी व्यक्ति की रक्षा करता है।

सेल्मन

आपकी आंखों के रेटिना को सही काम करने के लिए दो प्रकार के ओमेगा-3 फैटी एसिड की आवश्यकता होती है- डीएचए और ईपीए। आप फैटी फिश, जैसे सेल्मन, ट्यूना और ट्राउट व अन्य कई सी-फूड में इसे पा सकते हैं। वहीं इन

फैटी एसिड के कम होने पर लोगों को डार्ड आंखों की समस्या का सामना करना पड़ता है। शकरकंद में बीटा-कैरोटीन उच्च मात्रा में पाया जाता है, जो वास्तव में विटामिन ए का ही एक रूप है। यह आपके नाइट विजन को बेहतर बनाता है। वहीं एक शकरकंद से आपको दैनिक आवश्यकता की आधे से ज्यादा विटामिन सी की प्राप्ति होती है, वहीं इसमें कुछ मात्रा में विटामिन ई भी पाया जाता है। वैसे शकरकंद के अलावा गाजर, कैटालुप, आम और खुबानी में भी बीटा-कैरोटीन उच्च मात्रा में होता है।

लंच या डिनर से आधा घंटा पहले खाएं सलाद

सलाद लगभग हर जगह खाई जाती है। हां इसके रूप अलग-अलग हो सकते हैं। कहीं उबालकर तो कहीं भुनकर हमारे यहां सलाद को ताजा सब्जियों जैसे खीरा, टमाटर, मूली, गाजर और कच्ची प्याज आदि से तैयार किया जाता है। क्योंकि यह सलाद कच्चा होता है और प्याज के अलावा ज्यादातर चीजें ऐसी होती हैं, जिन्हें अलग से खाया जा सकता है। इसलिए हमारे यहां भोजन के साथ सलाद खाने को वजित माना गया है। ये और बात है कि यंग जनरेशन को अपनी ही परंपराओं को बारे में जरा कम पता है!

सलाद खाना सेहत के लिए बहुत अच्छा होता है। यह बात हम सभी जानते हैं। इसलिए फलों से लेकर सब्जियों और स्पाउट्स की सलाद हमारे यहां खूब खाई जाती है। जबकि कुछ लोग या कहिए कि सलाद के शौकीन ज्यादातर लोग अपने शरीर को सलाद का पूरा पोषण नहीं दे पाते। क्योंकि उन्हें सलाद खाने का सही तरीका ही नहीं पता है।

सलाद खाने का सही समय
सलाद हमेशा ही भोजन से पहले खानी चाहिए। जबकि लगभग 90 प्रतिशत लोग सलाद का सेवन खाने के साथ करते हैं। इससे उनके शरीर को सलाद का पूरा लाभ नहीं मिल पाता है। बल्कि कई बार डायजेशन से संबंधित समस्याएं हो जाती हैं।

इतनी देर पहले खाएं

जब आपको भूख लगी हो या आपने जो भी अपने लंच और डिनर का समय तय कर रखा है, उससे कम से कम आधा घंटा पहले सलाद खा लें। इसके बाद लंच या डिनर लें। इससे आपके शरीर को पूरा पोषण मिलेगा और ओवर इटिंग से छुटकारा भी।



वेट रहता है कंट्रोल

सलाद अगर सही तरीके से खाई जाए तो इससे वेट को कंट्रोल रखने में मदद मिलती है। यह हमारे पाचनतंत्र को सही रखती है और पेट साफ करने में मदद करती है। यह शरीर में एक्सट्रा फैट जमा होने से रोकती है और हमें ओवर ईटिंग से भी बचाती है। जिससे हमारा वजन नियंत्रित रहता है।

सलाद के तरीके

आमतौर पर सलाद दो तरीके से बनाई जाती है। पहला तरीका का कच्चा सलाद, जिसमें आप फल और सब्जियों को काटकर मिक्स करते हैं और मसाला छिड़कर सेलेड तैयार कर लेते हैं। जबकि दूसरा तरीका है वॉइल करके सेलेड तैयार करना। इसमें सब्जियों को उबालकर उनका पानी अलग करके सलाद तैयार किया जाता है। लेकिन आप कोई-सी भी सलाद खाए आपको इसे फुल मील के साथ नहीं खाना है।

क्यों ना खाएं भोजन संग सलाद

सलाद चाहे जैसे भी बनाई गई हो। अगर यह फलों या सब्जियों से तैयार की गई है तो आमतौर पर इनकी प्रकृति ठंडी होती है (हम यहां किसी रेसिपी विशेष की बात नहीं कर रहे हैं। क्योंकि हर तरह के भोजन को एक साथ डिस्काइब या कंपेयर नहीं किया जा सकता।) जबकि पका हुआ भोजन गर्म होता है। ऐसे में ठंडे गर्म का संगम, सिर्फ शरीर ही नहीं दांतों को भी हानि पहुंचाता है।

पाचन में अधिक समय

सलाद तापमान में ठंडी होती है और भोजन तापमान में गर्म होता है। जब कच्चा और पका हुआ भोजन एक साथ खाया जाता है तो इससे हमारे पाचनतंत्र पर अधिक दबाव पड़ता है। क्योंकि इसे पचाने के लिए हमें अतिरिक्त ऊर्जा की जरूरत होती है। साथ ही ऐसा भोजन डायजैस्ट करने में अधिक समय भी लगता है, जिससे कई बार डायजैस्टिव सिस्टम गड़बड़ा जाता है।



अश्वगंधा के जरिये कम किया जा सकता है मोटापा

दूध में 1 चम्मच अश्वगंधा मिला कर पीने से दूर हो जाता है मोटापा, जानें कैसे करता है कामजड़ी बूटियों का आयुर्वेद में बहुत महत्व है। इनमें कई प्रकार के औषधीय गुण पाये जाते हैं जो बीमारियों को ठीक करने में मदद करती हैं और शरीर को निरोगी बनाए रखती हैं। अश्वगंधा एक ऐसी ही जड़ी बूटी है जो न सिर्फ स्वास्थ्य समस्याओं को दूर करती है बल्कि वजन घटाने में भी बहुत प्रभावी होती है। अश्वगंधा का उपयोग न सिर्फ आयुर्वेद बल्कि यूनानी, सिद्ध, अफ्रीकन और होमियोपैथिक चिकित्सा पद्धति में भी किया जाता है। अश्वगंधा अनिद्रा, चिंता, डिप्रेशन, यौन समस्याएं, कमजोरी और अर्थराइटिस जैसे रोगों को इलाज में उपयोगी है। इसके अलावा अतिरिक्त फैट को बर्न करने में भी अश्वगंधा बहुत फायदेमंद है। आइये जानते हैं वजन घटाने में अश्वगंधा के फायदे। तो अगर आप नेचुरल तरीके से वजन घटाने के बारे में सोच रहे हैं तो आपको अश्वगंधा का प्रयोग जरूर करना चाहिए।

अश्वगंधा का सेवन कैसे करें

वैसे आपको बाजार में अश्वगंधा कैप्सूल के रूप में मिल जाएगा। लेकिन अश्वगंधा पाउडर अधिक फायदेमंद होता है। इसे लेने का तरीका बेहद आसान है। एक गिलास गुनगुने दूध में एक चम्मच अश्वगंधा पावडर और शहद मिलाकर रोजाना सेवन करने से मेटाबोलिज्म और पाचन बेहतर होता है। आप चाहें तो इसका टेस्ट बढ़ाने के लिये इसमें इलायची पावडर मिक्स कर सकते हैं। इससे मेटाबोलिज्म तो बढ़ेगा ही साथ में पाचन भी मजबूत रहेगा।

सुस्त पड़े मेटाबोलिज्म को बढ़ाएं

अश्वगंधा हमारे पाचन तंत्र को मजबूत करती है, जिससे शरीर में खाना अच्छी तरह से हजम होता है और मेटाबोलिज्म बढ़ता है। यह फैट को जल्दी जल्दी बर्न करने में मदद करती है। अगर आप घंटों जिम में एक्सरसाइज करते हैं और स्लो मेटाबोलिज्म की वजह से मोटापा कम नहीं हो पा रहा है तो आज से ही अश्वगंधा लेना शुरू कर दें। इससे कम समय में ही मोटापा कम हो जाता है।

स्ट्रेस दूर कर घटाएं मोटापा

स्ट्रेस या कॉर्टिसोल हार्मोन बढ़ने से मोटापा भी बहुत तेजी से बढ़ता है। नियमित रूप से अश्वगंधा चूर्ण का सेवन करने से इस हार्मोन को कम करने में मदद मिलती है। कॉर्टिसोल

बढ़ने की वजह से इंसान को बार बार भूख भी लगती है, जिससे मोटापा बढ़ता है। तनाव से मुक्ति मिलते ही पेट की चर्बी घटने लगती है।

मांसपेशियां बनाने में

अश्वगंधा में ऐसे कई तत्व पाये जाते हैं जो मांसपेशियों को मजबूत बनाने में मदद करते हैं। मसल्स मास बढ़ने से शरीर पर चर्बी नहीं जमती और वजन नियंत्रित रहता है।

इम्यूनटी बढ़ा कर घटाएं मोटापा

अश्वगंधा में एंटी बैक्टीरियल गुण होता है जो शरीर की सूजन को कम करता है। इसके अलावा यह इम्यून सिस्टम को भी मजबूत बनाता है जिसके कारण शरीर पर अतिरिक्त वसा जमा नहीं होती है और वजन नियंत्रित रहता है। यही नहीं अगर शरीर में सूजन है तो यह उसको भी कम करती है क्योंकि इसमें एंटी बैक्टीरियल गुण पाए जाते हैं।



पेट और कमर की बढ़ी चर्बी को अश्वगंधा के जरिये कम किया जा सकता है। इसे रोज दूध के साथ पीने से जल्द ही लाभ मिलेगा। इसे पावडर के रूप में या फिर कैप्सूल के रूप में लिया जा सकता है।

वर्कआउट के लिये बढ़ाती है एनर्जी लेवल

अश्वगंधा एड्रिनल ग्लैंड और कॉर्टिसोल लेवल को नियंत्रित करता है जिससे तंत्रिका तंत्र मजबूत होता है। इससे शरीर की एनर्जी बढ़ती है और थकान दूर होती है। ऐसे में जब आप भारी वर्कआउट करते हैं तो अश्वगंधा शरीर को एनर्जी से भर देता है। यही नहीं अश्वगंधा आयरन से भरपूर होता है जो ब्लड सर्कुलेशन को बढ़ाता है।

अच्छी नींद लाएं

रात को अगर आप अधूरी नींद लेते हैं तो न तो आपको मोटापा घटेगा और ऊपर से शरीर को तनाव, उच्च रक्त चाप जैसी बीमारियां और घेर लेंगी। रात में सोते वक्त आप भारी वर्कआउट करते हैं तो अश्वगंधा शरीर को एनर्जी से भर देता है। यही नहीं अश्वगंधा आयरन से भरपूर होता है जो ब्लड सर्कुलेशन को बढ़ाता है।

ध्यान रखें अश्वगंधा का सेवन सीमित मात्रा में ही करें। अत्यधिक सेवन से न सिर्फ उल्टियां हो सकती हैं बल्कि पेट गड़बड़ हो सकता है। लो ब्लड प्रेशर वाले लोग इसे न खाएं। नींद न आने पर अश्वगंधा का इस्तेमाल कुछ हद तक सही है, लेकिन नींद बुलाने के लिए इसका नियमित सेवन नुकसानदेह साबित हो सकता है। इस प्रकार औषधीय गुणों से भरपूर होने के कारण अश्वगंधा बीमारियों को दूर करने के अलावा वजन कम करने में भी बहुत फायदेमंद है। नियमित एक चम्मच अश्वगंधा पाउडर का सेवन करने से जल्दी की फर्क नजर आता है।

ट्रम्प आर्मेनिया-अजरबैजान के बीच 37 साल पुरानी जंग खत्म कराएंगे

दोनों देशों के नेताओं से मुलाकात; अबतक 6 जंग रुकवाने का दावा

एजेंसी

वॉशिंगटन डीसी, अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प आर्मेनिया और अजरबैजान के बीच चल रही 37 साल पुरानी जंग खत्म कराएंगे। इसके लिए वे शुक्रवार को व्हाइट हाउस में दोनों देशों के नेताओं के साथ मुलाकात करेंगे। रॉयटर्स के मुताबिक आर्मेनिया के प्रधानमंत्री निकोल पशिनयान और अजरबैजान के राष्ट्रपति इल्हाम अलीयेव व्हाइट हाउस में एक आधिकारिक शांति समझौते पर भी हस्ताक्षर कर सकते हैं। ट्रम्प ने इस मुलाकात को दोनों देशों के बीच शांति समिट बताया है। ट्रम्प अब तक दुनियाभर में 6 जंग खत्म करवाने का दावा कर चुके हैं। भारत-पाकिस्तान: 22 अप्रैल को पहलगाम में आतंकी हमले के बाद दोनों देशों के बीच 7 मई को संघर्ष शुरू हुआ। यह 4 दिन चला। ट्रम्प ने इसे रुकवाने का दावा किया, हालांकि भारत ने इससे इनकार किया है। इजराइल-इरान: यह जंग 13 जून को शुरू हुई। जब इजराइल ने इरान के प्रमुख सैन्य और परमाणु सुविधाओं पर हमला किया। ये जंग 12 दिनों तक चला। थाईलैंड-कंबोडिया: 24 जुलाई को प्रसात ता मुएन थॉम मंदिर के पास सीमा विवाद के कारण सैन्य झड़प शुरू हुई। 5 दिन बाद यह संघर्ष थम गया। रवांडा-कांगो: 2023 में रवांडा के



एम23 विद्रोही समूह ने जातीय भेदभाव के कारण कांगो में हमले शुरू किए। जून 2025 में ये हिंसा तेज हुई। इसके बाद ट्रम्प ने जून में दावा किया कि उनके प्रशासन ने रवांडा और कांगो के बीच सीजफायर करवाया है। सर्बिया-कोसावो: 2023 में कोसावो के बनज्स्का में सर्बियाई हमलावरों और कोसावो पुलिस के बीच हिंसक झड़प से जंग शुरू हुई थी। ये 2025 में जारी भी जारी रही। ट्रम्प ने जून में दावा किया था कि उन्होंने हस्तक्षेप कर इस जंग को रोक दिया था। मिस्त्र-इथियोपिया: 2020 में नील नदी पर ग्रैंड इथियोपियन रेनेसांस डैम (जीईआरडी) के पानी के उपयोग को लेकर संघर्ष शुरू हुआ। जुलाई 2024 में मिस्त्र ने सैन्य तैनाती बढ़ाई, जिससे विवाद बढ़ा। ट्रम्प ने जून 2025 में मिस्त्र-इथियोपिया विवाद सुलझाने

की बात कही। ट्रम्प ने इसे आर्मेनिया, अजरबैजान, अमेरिका और पूरी दुनिया के लिए ऐतिहासिक दिन बताया। उन्होंने कहा कि दोनों देशों के साथ आर्थिक अवसरों को बढ़ाने के लिए द्विपक्षीय समझौते भी किए जाएंगे। ट्रम्प ने कहा कि यह शिखर सम्मेलन दक्षिण कोकेशस क्षेत्र की संभावनाओं को पूरी तरह खोलने में मदद करेगा। 1920 के दशक में, सोवियत संघ ने आर्मेनिया और अजरबैजान पर कब्जा कर लिया था।

1980 के दशक के दौरान सोवियत संघ का शासन कमजोर हुआ। इसके बाद 1988 में नागोर्नो-कराबाख की संसद ने आर्मेनिया के साथ जाने का फैसला किया। इससे इलाके में रहने वाले अजरबैजानी लोगों के बीच गुस्सा बढ़ गया।

अमेरिका का वेनेजुएला राष्ट्रपति पर 50 करोड़ डॉलर का इनाम

एजेंसी

काराकास, अमेरिका ने वेनेजुएला के राष्ट्रपति निकोलस मद्रुरो की गिरफ्तारी पर 5 करोड़ डॉलर, यानी 418 करोड़ इनाम रखा है। ट्रम्प प्रशासन ने आरोप लगाया है कि मद्रुरो दुनिया के सबसे बड़े नार्को-तस्करों में से एक हैं। मुद्रुरो पर आरोप है कि वे ड्रग कार्टेल के साथ मिलकर अमेरिका में फेंटनिल मिला कोकीन भेज रहे हैं। बॉन्डी ने कहा कि न्याय विभाग ने मद्रुरो से जुड़े 70 करोड़ डॉलर से अधिक की संपत्ति जब्त की है। इसमें दो प्राइवेट जेट भी शामिल हैं। मद्रुरो पर 2020 में मैनहटन की संघीय अदालत में नार्को-टेरिज्म और कोकीन तस्करी की साजिश के आरोप तय किए गए थे। उस समय ट्रम्प प्रशासन ने उनकी गिरफ्तारी पर 1.5 करोड़ डॉलर का इनाम रखा था। इसे बाद में बाइडेन प्रशासन ने बढ़ाकर 2.5 करोड़ डॉलर कर दिया। यही इनाम अमेरिका ने 9/11 हमलों के बाद ओसामा बिन लादेन की गिरफ्तारी पर रखा था। मद्रुरो 2013 से वेनेजुएला की सत्ता में बने हुए हैं। अमेरिका, यूरोपीय यूनियन और लैटिन अमेरिकी देश उन पर चुनावों में धोखाधड़ी का आरोप लगाते रहे हैं। 2024 में हुए राष्ट्रपति चुनाव में इन देशों ने मद्रुरो पर धांधली का आरोप लगाया था। वेनेजुएला और अमेरिका के बीच कई दशकों से राजनीतिक मतभेद रहे हैं। वेनेजुएला, अमेरिकी की पूंजीवादी और विदेश नीतियों को लेकर आलोचना करता है, तो वहीं अमेरिका, वेनेजुएला में मानवाधिकार के उल्लंघन पर नाराजगी जताता रहा है। लगभग 100 साल पहले वेनेजुएला में तेल भंडारों की खोज हुई थी। तेल की खोज होने के 20 साल बाद ही वेनेजुएला दुनिया के सबसे बड़े तेल निर्यातक देशों में से एक बन गया। उसे लैटिन अमेरिका का सऊदी अरब कहा जाने लगा। 1950 के दशक में वेनेजुएला दुनिया का चौथा सबसे धनी देश था, लेकिन आज इस देश की हालत खराब हो चुकी है। देश की 75 फीसदी आबादी गरीबी रेखा से नीचे जीवनयापन कर रही है।

समस्त देशवासियों को राष्ट्रीय महापर्व

स्वतंत्रता दिवस एवं रक्षाबंधन

की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं

डॉ अशोक अलीगढ़ रोड तहरपुर इगलास, अलीगढ़।

समस्त देशवासियों को राष्ट्रीय महापर्व

स्वतंत्रता दिवस एवं रक्षाबंधन

की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं

उपाध्याय आईस एंड कोल्ड स्टोरेज साहपुर थथोई इगलास अलीगढ़।

समस्त देशवासियों को राष्ट्रीय महापर्व

स्वतंत्रता दिवस एवं रक्षाबंधन

की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं

शैलजा ट्रेडर्स रामलीला ग्राउंड के पास हाथरस रोड इगलास

समस्त देशवासियों को राष्ट्रीय महापर्व

स्वतंत्रता दिवस एवं रक्षाबंधन

की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं

ग्राम प्रधान सीम्हाद्री इगलास, अलीगढ़ फोन नंबर 9720 831145

चीन ने भारत पर लगे अमेरिकी टैरिफ की निंदा की

वॉशिंगटन डीसी, चीन ने भारत पर लगे अमेरिकी टैरिफ की निंदा की है। चीन के विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता गुओ जियाकुन ने गुरुवार को इसे टैरिफ का दुरुपयोग करार दिया। गुओ ने कहा- "चीन साफ तौर पर टैरिफ के गलत इस्तेमाल के खिलाफ है।" उन्होंने आगे कहा कि अमेरिका को तकनीकी और व्यापारिक मुद्दों का राजनीतिकरण बंद करना चाहिए। चीन का यह बयान अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रम्प के उस एजेंडामेंटर ऑर्डर के जवाब में आया।

आप सभी जनपद वासियों को रक्षाबंधन एवं राष्ट्रीय महापर्व स्वतंत्रता दिवस की हार्दिक बधाई एवं शुभकामना।

आप सभी प्यारे देशवासियों को

स्वतंत्रता दिवस एवं रक्षाबंधन

की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं

डॉ. बिट्टू. एस श्री ॐ फिजियो विलनिक बिजौली (अतरोली) मोबाइल - 9719298497

पैरामाउंट इंग्लिश स्कूल, इगलास अलीगढ़

आप सभी को पैरामाउंट परिवार की ओर से रक्षाबंधन, स्वतंत्रता दिवस एवम् कृष्ण जन्माष्टमी की हार्दिक शुभकामनाएं।

अध्यक्ष श्री यतीन्द्र कुमार शर्मा

प्रधानाचार्या श्रीमती कल्पना शर्मा

आप सभी प्यारे देशवासियों को

स्वतंत्रता दिवस एवं रक्षाबंधन

की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं

नागरा होटल हाथरस रोड मोहनपुर, मोबाइल - 6398896679

श्री राधा कृष्णा ऐन्क्लेव

आवासीय कालोनी

हाथरस रोड इगलास, अलीगढ़

विरोतारें

मीठे भू- जल वाली आवासीय कालोनी

स्ट्रीट लाइट की व्यपस्था

विद्युतीकरण की पूर्ण सुविधा

उँची बाउंड्रीवाल वाली गेट बन्द कालोनी

हरे भरे पेड़ पौधे

पार्क की सुविधा

बबजअ कैमरा की सुविधा

35 व 25 फीट के पक्के रोड

सीवर लाइन की सुविधा

148- यावदी दर्ज की सुविधा

कय्या पास Approved colony

श्री राधा कृष्णा प्रोपर्टीज

श्री राधा कृष्णा ऐन्क्लेव

ऑफिस टैटीगांव बाईपास रोड, श्रीराम फार्म हाउस के सामने, खैर, (अलीगढ़)

Mob :- 9759799090, 9690909074, 9568049090

APPROVED APPROVED APPROVED