... सिर्फ सच का साथ

जनमुख

वाराणसी, बुधवार, 07 जनवरी-2026

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

वाराणसी, लखनऊ, दिल्ली एवं पूर्वी उत्तर प्रदेश व पश्चिमी बिहार में प्रसारित

● वर्ष-43 ● अंक 119 ● पृष्ठ 8 ● मूल्य 2 रुपया

सिर्फ कुत्तों की काउंसलिंग बाकी!

सुप्रीम कोर्ट का तंज

अब कुत्तों को सिखाया जाए, किसी को काटे नहीं

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट में बुधवार को आवारा कुत्तों से जुड़े मामले पर सुनवाई हुई। कोर्ट ने कहा कि मामला सिर्फ कुत्ते के काटने का नहीं है। वो जब सड़क पर दौड़ते हैं या किसी का पीछा करते हैं उससे एक्सीडेंट का खतरा रहता है। इसलिए रोकथाम इलाज से बेहतर है।

इसको लेकर बहस में आवारा कुत्तों के फेवर में पैरवी कर रहे कपिल सिब्बल ने कहा कि लोग सेंटर पर फोन कर सकते हैं ताकि उन्हें पकड़कर नसबंदी की जा सके।

फिर कोर्ट ने कहा, अब तो बस एक ही चीज बाकी है, कुत्तों को भी काउंसलिंग देना। ताकि वापस छोड़े जाने पर वह काटे नहीं।

कोर्ट ने आगे सख्त टिप्पणी करते हुए कहा कि कुत्तों के कारण आम लोगों को आखिर कब तक परेशानी झेलनी पड़ेगी। अदालत ने स्पष्ट किया कि उसका आदेश सड़कों के लिए नहीं, बल्कि केवल संस्थागत क्षेत्रों के लिए है।

पीठ ने सवाल उठाया कि स्कूलों, अस्पतालों और अदालत परिसरों के भीतर आवारा कुत्तों की क्या आवश्यकता है और उन्हें वहां से हटाने पर क्या आपत्ति हो सकती है।

● सर्वोच्च अदालत में आवारा कुत्तों के मसले पर हुई अहम सुनवाई

इस बीच सिब्बल ने कहा, जब भी मैं मंदिरों वगैरह में गया हूं, मुझे कभी किसी ने नहीं काटा। सुप्रीम कोर्ट ने जवाब दिया। 'आप खुशकिस्मत हैं। लोगों को काटा जा रहा है, बच्चों को काटा जा रहा है। लोग मर रहे हैं।'

आवारा कुत्तों से जुड़े मामले में दाखिल याचिका पर सुप्रीम कोर्ट ने बुधवार को सुनवाई के दौरान एक वकील के बयान पर बड़ी टिप्पणी की। सुप्रीम कोर्ट ने अधिवक्ता वंदना जैन की एक दलील पर टिप्पणी की, 'जब हम पशु प्रेमियों की बात करते हैं, तो इसमें सभी जानवर शामिल होते हैं। मैं अपने घर में कोई जानवर रखना चाहता हूं या नहीं, यह मेरा विवेक है।' सुप्रीम कोर्ट ने टिप्पणी करते हुए कहा, 'यही बात गेटेड कम्युनिटी पर भी लागू होती है। गेटेड कम्युनिटी में कुत्ते को घूमने देना चाहिए या नहीं, यह समुदाय को तय करना होगा। मान लीजिए, 90 प्रतिशत निवासियों को लगता है कि यह बच्चों के लिए खतरनाक होगा, लेकिन 10 फीसदी कुत्ते रखने पर जोर देते हैं। कोई कल भैंस ला सकता है। वे कह सकते हैं कि मुझे भैंस का दूध चाहिए।'

सुप्रीम कोर्ट ने टिप्पणी करते हुए कहा कि ऐसा कोई प्रावधान होना चाहिए जिसके तहत गेटेड कम्युनिटी मतदान के जरिए फैसला ले सके। वकील वंदना जैन ने कहा, 'हम कुत्तों के खिलाफ नहीं हैं। हमें कुत्तों के खतरे और सार्वजनिक सुरक्षा को देखना होगा। 6.2 करोड़ कुत्तों की आबादी है और स्थिति नियंत्रण से बाहर होती जा रही है।' मामले की सुनवाई कल भी जारी रहेगी।

सुनवाई के दौरान सुप्रीम कोर्ट ने याचिकाकर्ताओं की दलीलों पर सवाल करते हुए कहा, 'क्या कुत्तों को यह सिखाया जा सकता है कि वे किसी को न काटें? किसी को कैसे पता चलेगा कि कौन सा कुत्ता काटने के मूड में है या नहीं?' सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि पशुप्रेमियों को शेल्टर में मौजूद कुत्तों को खाना खिलाना चाहिए।

18 दिसंबर 2025 को सुनवाई के दौरान सुप्रीम कोर्ट ने कड़ा रुख अपनाया। दिल्ली नगर निगम की ओर से बनाए गए कुछ नियमों को 'अमानवीय' बताने वाली आपत्ति पर प्रतिक्रिया देते हुए अदालत ने कहा था कि अगली सुनवाई में एक वीडियो चलाया जाएगा और पूछा जाएगा कि 'मानवता आखिर है क्या'।

यूपी में 20 पुलिस अफसरों के तबादले

लखनऊ। यूपी में 20 आईपीएस अफसरों के तबादले किए गए हैं। शासन ने बुधवार को तबादले किए हैं। लखनऊ कमिश्नरेट से अमित वर्मा हटाए गए, जबकि अपर्णा कुमार संयुक्त पुलिस आयुक्त बनाई गईं। वहीं, केंद्रीय प्रतिनियुक्ति से वापस आए किरन एस को लखनऊ रेंज का आईजी बनाया गया है। लिस्ट में आईपीएस अफसर रामकुमार का नाम है, जिन्हें अपर पुलिस महानिदेशक लॉजिस्टिक्स बनाया गया है। वहीं, आईपीएस राजकुमार को अपर पुलिस महानिदेशक मानवाधिकार की जिम्मेदारी सौंपी गई है। आईपीएस ज्योति नारायण को अपर पुलिस महानिदेशक प्रयागराज जोन बनाया गया है।

आईपीएस डॉ. संजीव गुप्ता को अपर पुलिस महानिदेशक, यूपी पुलिस मुख्यालय की जिम्मेदारी दी गई। प्रशांत कुमार को अपर पुलिस महानिदेशक प्रशासन, तरुण गाबा को अपर पुलिस महानिदेशक सुरक्षा, आशुतोष कुमार को अपर पुलिस महानिदेशक यूपी पुलिस भर्ती एवं प्रोन्नति बोर्ड की जिम्मेदारी सौंपी गई है।

यूपी में ऐसे कर्मचारियों का रुक जाएगा वेतन

● सिफ 31 जनवरी तक की मिली मोहलत

लखनऊ। प्रदेश सरकार ने मानव संपदा पोर्टल पर राज्य कर्मियों के चल-अचल संपत्ति का ब्योरा ऑनलाइन करना अनिवार्य कर दिया है।

प्रदेश में आठ लाख से अधिक राज्य कर्मचारी हैं। आदेश में कहा गया है कि 31 दिसंबर 2025 तक अर्जित सभी चल-अचल संपत्तियों का ब्योरा 31 जनवरी 2026 तक पोर्टल पर ऑनलाइन देना होगा। अगर नहीं दिया तो फरवरी में जनवरी माह का वेतन नहीं मिलेगा। मुख्य सचिव ने कहा है कि सभी अधिकारियों-कर्मचारियों को 31 दिसंबर 2024 तक अर्जित अपनी चल-अचल संपत्ति का ब्योरा 31 जनवरी तक मानव संपदा पोर्टल पर अनिवार्य रूप से भरना होगा। एक जनवरी से पोर्टल पर यह सुविधा शुरू हो गई है। सभी विभागाध्यक्ष अपने अधीनस्थ अधिकारियों-कर्मचारियों को इसके अनुसार कार्यवाही करने के लिए कहें। तय सीमा में संपत्ति का विवरण न दिए जाने को प्रतिकूल रूप से लिया जाएगा।

एक फरवरी, 2025 के बाद होने वाली विभागीय प्रमोशन समितियों की बैठकों में ऐसे अधिकारी-कर्मचारी के प्रमोशन पर विचार नहीं किया जाएगा।

राहुल ने ट्रंप के बयान को लेकर पीएम को घेरा

नई दिल्ली। कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी ने अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप द्वारा हाल के दिनों में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी पर की गई टिप्पणियों की पृष्ठभूमि में बुधवार को कटाक्ष करते हुए कहा कि ''फर्क समझो, सर जी।'' लोकसभा में नेता प्रति-पक्ष ने पिछले साल जून में कांग्रेस के 'संगठन सृजन अभियान' से संबंधित एक कार्यक्रम में दिए गए अपने भाषण का एक अंश साझा किया, जिसमें उन्होंने दावा किया था कि प्रधानमंत्री मोदी, ट्रंप के एक फोन से उनके सामने झुक गए तथा ''नरेन्दर, सरेंडर'' कर गए।

तलाशी और जब्ती की वीडियोग्राफी अनिवार्य

लखनऊ। इलाहाबाद हाईकोर्ट ने कहा कि तलाशी और जब्ती की प्रक्रिया में ऑडियो-वीडियो की रिकॉर्डिंग अनिवार्य है। भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता (बीएनएसएस) की धारा-105 और उत्तर प्रदेश भारतीय नागरिक सुरक्षा नियमावली-2024 के तहत तलाशी, बरामदगी और जब्ती की वीडियोग्राफी आवश्यक है। इसे ई-साक्ष्य पोर्टल पर अपलोड किया जाना चाहिए। कोर्ट ने इस व्यवस्था को प्रभावी रूप से लागू करने के लिए पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) को मानक संचालन प्रक्रिया (एसओपी) जारी करने का निर्देश दिया है।

● हाईकोर्ट की सख्ती, कहा-डीजीपी जारी करें एसओपी

यह आदेश न्यायमूर्ति अरुण कुमार सिंह देशवाल की एकल पीठ ने शादाब की जमानत अर्जी पर दिया है। मुजफ्फरनगर के मंसूरपुर थाने में याची शादाब पर विभिन्न धाराओं में प्राथमिकी दर्ज की गई थी। अभियोजन का दावा था कि आरोपी और अन्य सह-आरोपियों के पास से 40 बाइक बरामद की गई थीं। आरोपी ने जमानत के लिए हाईकोर्ट में याचिका दायर की। अधिवक्ता ने दलील दी कि याची को मामले में झूठा फंसाया गया है और सह

आरोपियों को पहले ही जमानत मिल चुकी है। साथ ही यह भी दलील दी कि नियमानुसार बरामदगी की वीडियोग्राफी नहीं कराई गई है। इससे मामला संदिग्ध प्रतीत होता है। वहीं, कोर्ट ने दोनों पक्षों को सुनने के बाद कहा कि बीएनएसएस की धारा-105 के तहत तलाशी और जब्ती की प्रक्रिया की ऑडियो-वीडियो रिकॉर्डिंग अब वैकल्पिक नहीं, बल्कि अनिवार्य है। इसके अलावा नियमावली के अनुसार ऐसी रिकॉर्डिंग को केस डायरी का हिस्सा बनाकर 48 घंटे के भीतर संबंधित मजिस्ट्रेट को भेजा जाना चाहिए। इन प्रावधानों का पालन न होने से अभियोजन की पूरी कहानी संदेह के घेरे में आ जाती है। इससे निर्दोष व्यक्तियों को झूठी बरामदगी में फंसाए जाने की आशंका से इन्कार नहीं किया जा सकता।

पीएम मोदी ने इजराइल के पीएम नेतन्याहू से की बातचीत

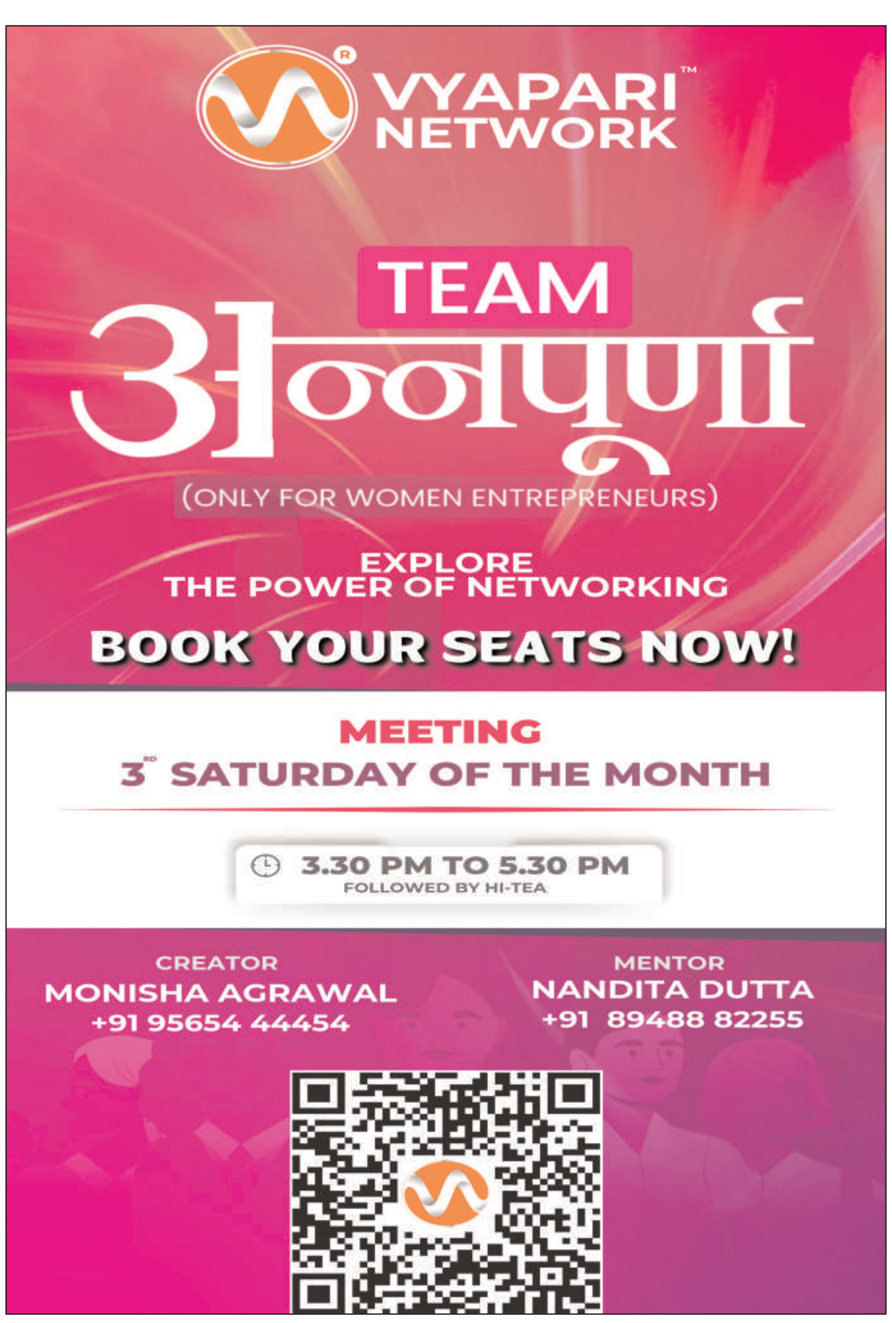
नई दिल्ली। पीएम नरेन्द्र मोदी और उनके इजराइली समकक्ष बेंजामिन नेतन्याहू ने बुधवार को अपनी रणनीतिक साझेदारी को और मजबूत करने के तरीकों पर चर्चा की। मोदी ने 'एक्स' पर एक पोस्ट में कहा कि उन्होंने आतंकवाद से और अधिक दृढ़ता के साथ लड़ने के अपने साझा संकल्प की पुष्टि की।

उन्होंने कहा कि ''अपने मित्र प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू से बात करके और उन्हें तथा इजराइल के लोगों को नववर्ष की शुभकामनाएं देकर मुझे खुशी हुई।''

टेरर फंडिंग नेटवर्क पर जम्मू-कश्मीर पुलिस का कड़ा प्रहार!

जम्मू। जम्मू-कश्मीर पुलिस ने बुधवार को साइबर आतंकी मामले की जांच के तहत घाटी में कई स्थानों पर छापेमारी की। अधिकारियों ने यह जानकारी दी। अधिकारियों ने बताया कि जम्मू-कश्मीर पुलिस की खुफिया रोधी शाखा (सीआईके) ने फर्जी खातों के खिलाफ बड़े पैमाने पर कार्रवाई शुरू की है, पुलिस ने साइबर धोखाधड़ी और आतंकी वित्तपोषण को बढ़ावा देने वाले ऐसे खातों पर शिकंजा कस दिया है। उन्होंने बताया कि साइबर आतंकी मामले की जांच के तहत सीआईके ने कश्मीर घाटी में 22 स्थानों पर छापेमारी की, जिनमें श्रीनगर शहर के 15 स्थान शामिल हैं। कोर्ट की मंजूरी मिलने के बाद किया गया यह ऑपरेशन कई ज.िलों, श्रीनगर, बडगाम, शोपियां और कुलगाम तक फैला हुआ था, जो सामान्य डिजिटल लेन-देन की आड़ में चल रहे एक गुप्त मनी-मूवमेंट नेटवर्क को खत्म करने के लिए पूरी घाटी में किए जा रहे प्रयास का संकेत देता है।

● 22 जगहों पर पड़ी रेड



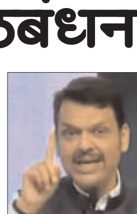
एआईएमआईएम पार्षदों ने बीजेपी को दिया समर्थन

मंबई। नगर निगम (बीएमसी) द्यचुनावों से कुछ दिन पहले, असदुद्दीन ओवैसी के नेतृत्व वाली एआईएम आईएम की पार्टी के अकोला जिले की अकोट नगर परिषद में उसके पांच निर्वाचित पार्षदों में से चार ने पार्टी छोड़ दी। इस नाटकीय बदलाव ने स्थानीय राजनीतिक परिदृश्य को पूरी तरह से बदल दिया है, जिसमें दो पार्षदों ने भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) को समर्थन दिया है और दो ने एनसीपी (अजीत पवार) के साथ गठबंधन किया है। अकोट नगर परिषद में कुल 35 सीटें हैं, जिनमें से 33 सीटों के लिए हाल ही में चुनाव हुए थे।

महाराष्ट्र के अंबरनाथ में भाजपा-कांग्रेस में गठबंधन

● मामला सामने आने पर भड़के सीएम फडणवीस, कहा-कांग्रेस से गठबंधन स्वीकार नहीं

मुंबई। ठाणे जिले में मुंबई से लगभग 70 किलोमीटर दूर स्थित अंबरनाथ में भाजपा के 'कांग्रेस-मुक्त भारत' के लंबे समय से चले आ रहे अभियान के बावजूद अप्रत्याशित गठबंधन देखने को मिला। इस गठबंधन का उद्देश्य शिवसेना के शिंदे गुट को सत्ता से बाहर रखना था। महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने बुधवार को कांग्रेस के साथ किसी भी तरह के गठबंधन से साफ इनकार करते हुए इसे 'अस्वीकार्य' बताया। उन्होंने स्पष्ट किया कि अंबरनाथ में स्थानीय स्तर पर लिए गए फैसले को सुधारा जाएगा। यह स्पष्टीकरण अंबरनाथ नगर परिषद में हुए एक चौंकाने वाले राजनीतिक घटनाक्रम के बाद आया है, जहां भाजपा और कांग्रेस ने कथित तौर पर एकनाथ शिंदे के नेतृत्व वाली शिवसेना को सत्ता में आने से रोकने के लिए हाथ मिला लिया था। इस कदम से राज्य में राजनीतिक तनाव काफी बढ़ गया है। फडणवीस ने कहा कांग्रेस के साथ गठबंधन स्वीकार्य नहीं है। अंबरनाथ में स्थानीय स्तर पर लिया गया निणर्य बदला जाएगा; कांग्रेस के साथ कोई गठबंधन नहीं होगा। ठाणे जिले में मुंबई से लगभग 70 किलोमीटर दूर स्थित अंबरनाथ में भाजपा के 'कांग्रेस-मुक्त भारत' के लंबे समय से चले आ रहे अभियान के बावजूद अप्रत्याशित गठबंधन देखने को मिला। इस गठबंधन का उद्देश्य शिवसेना के शिंदे गुट को सत्ता से बाहर रखना था। भाजपा-कांग्रेस के इस गठबंधन ने राजनीतिक हलकों में तीखी प्रतिक्रियाएं पैदा कर दी हैं और



महाराष्ट्र के राजनीतिक परिदृश्य में काफी बहस छेड़ दी है, ा ि ज ा स ा स ा े स्थानीय स्तर की चुनावी राजनीति की जटिलताएं उजागर होती हैं। इस गठबंधन को 'अंबरनाथ विकास अघाड़ी' नाम दिया गया है। हालांकि, इन घटनाक्रमों से शिवसेना के शिंदे गुट में काफी असंतोष फैल गया है। भाजपा-कांग्रेस गठबंधन के बाद शिंदे गुट बेहद उग्र है।

'तमिलनाडु में हिंदुओं के अधिकार छीने जाने का आरोप झूठ'

चेन्नई। तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एम.के. स्टालिन ने बुधवार को कहा कि केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह का राज्य में हिंदुओं के अधिकार छीने जाने का आरोप पूरी तरह झूठा और उनकी पदवी के अनुकूल नहीं है।

एक सरकारी कार्यक्रम को संबोधित करते हुए स्टालिन ने कहा हमारे राज्य में सभी धर्मों के लोगों के विश्वास और धार्मिक अधिकारों का पूरा सम्मान किया जाता है।

ऐसे में गृहमंत्री का यह आरोप कि हिंदुओं के अधिकार छीने जा रहे हैं, पूरी तरह गलत और अनुचित है। यह वही मानसिकता है जो दंगे और विघटन चाहती है, लेकिन तमिलनाडु में उसे कोई सफलता नहीं मिली। स्टालिन ने आगे कहा ऐसा भविष्य में कभी नहीं होने दिया जाएगा। जब तक मैं स्टालिन हूं, यह बिल्कुल भी नहीं होने दूंगा।

● सीएम स्टालिन का गृहमंत्री अमित शाह पर पलटवार

'हिंदुओं के खिलाफ अत्याचार' का शाह ने लगाया था आरोप

इससे पहले रविवार को पुदुकोट्टई में एक सार्वजनिक सभा में अमित शाह ने डीएमके सरकार पर हिंदू धर्म और भावनाओं का लगातार अपमान करने का आरोप लगाया था। उन्होंने कहा कि राज्य में हिंदुओं के खिलाफ अत्याचार किए जा रहे हैं, हिंदू पूजा पद्धतियों का अपमान हो रहा है और अयोध्या राम मंदिर भूमि पूजन के दौरान राज्य में बिना सूचना के कर्फ्यू लगाया गया।

शाह ने डीएमके नेताओं पर कटाक्ष करते हुए कहा उनके वरिष्ठ नेता सनातन धर्म को डेंगू, मलेरिया कहते हैं। हिंदू जुलूस और मूर्ति विसर्जन पर रोक लगाई जाती है।

मैं स्टालिन से कहना चाहता हूं कि आप संविधान की भावना को तोड़कर हिंदुओं के खिलाफ अत्याचार कर रहे हैं।

जनमुख हिन्दी दैनिक City लाइव
● तापमान अधिकतम : 16.0C
● तापमान न्यूनतम : 7.2 0C
● सूर्योदय : 06.10
● सूर्यास्त : 05.14
वाराणसी, 07 जनवरी, बुधवार, 2026 (3)

छाया : जनमुख डेस्क

ठंढ के चलते घाटों पर भी यात्री कम दिखे। छाया: जनमुख डेस्क

तस्करी कर लाए जा रहे 400 तोते पकड़े गए

● पंजाब मेल ट्रेन से तोते के साथ तस्कर भी गिरफ्तार

वाराणसी, जनमुख डेस्क। वाराणसी के कैंट जीआरपी और आरपीएफ ने संयुक्त अभियान के दौरान पंजाब मेल एक्सप्रेस ट्रेन से करीब 400 जंगली तोते बरामद किए। ये तोते अवैध रूप से तस्करी कर अमेठी से पश्चिम बंगाल के वर्धमान ले जाए जा रहे थे। जीआरपी इंस्पेक्टर राजोल नागर ने बताया कि वन्यजीव संरक्षण से जुड़ी संस्था बर्ड लाइफ से सूचना मिली थी कि एक तस्कर बड़ी संख्या में जंगली तोतों को ट्रेन के माध्यम से पश्चिम बंगाल ले जाने वाला है। सूचना को गंभीरता से लेते हुए जीआरपी और आरपीएफ की संयुक्त टीम ने रेलवे स्टेशन और ट्रेनों में सघन चेकिंग अभियान शुरू किया।

जांच के दौरान पंजाब मेल के एक कोच में संदिग्ध व्यक्ति को रोका गया। तलाशी लेने पर उसके पास से बोरों और पिंजरों में बंद 400 जंगली तोते बरामद किए गए। सभी तोते जिंदा थे, लेकिन तंग और अमानवीय हालत में रखे गए थे।

पकड़े गए तस्कर की पहचान मोहम्मद जाहिद, निवासी बर्धमान (पश्चिम बंगाल) के रूप में हुई है। प्रारंभिक पूछताछ में उसने स्वीकार किया कि वह अमेठी से तोतों की खेप लेकर बर्धमान जा रहा था, जहां इन्हें अवैध रूप से बेचा जाना था।

जीआरपी इंस्पेक्टर ने बताया कि बरामद किए गए सभी तोते जंगली प्रजाति के हैं, जिनका व्यापार और परिवहन कानूनन अपराध है। मामले की सूचना तत्काल वन विभाग को दी गई, जिसके बाद विभाग की टीम मौके पर पहुंची और तोतों की प्रजाति, स्वास्थ्य और तस्करी से जुड़े पहलुओं की गहन जांच शुरू की। वन विभाग की ओर से तस्कर के खिलाफ वन्य जीव संरक्षण अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर लिया गया है। बरामद तोतों को सुरक्षित स्थान पर भेजने और उनके पुनर्वास की प्रक्रिया भी शुरू की जा रही है।

अहमदाबाद से आकर टप्पेबाजी करने वाले दो गिरफ्तार

● आरोरियों के पास से नगद के साथ फर्जी आधार कार्ड बरामद

वाराणसी, जनमुख न्यूज। पिछले महीने आकाशवाणी तिराहे से 17 लाख के आभूषण की टप्पेबाजी के दो आरोपियों रमण जाधव व प्रेम विश्वनाथ जाधव को सिगरा पुलिस और एसओजी ने मंगलवार को लहरतारा के वसुंधरा कॉलोनी से गिरफ्तार किया। आरोपियों के कब्जे से माल समेत 1,62,000 रुपये, 848 नाक की कील और दो फर्जी आधार कार्ड मिले। अहमदाबाद से वाराणसी आकर दोनों टप्पेबाजी करते थे। दोनों अहमदाबाद के पाटिया, नरोड़ा और वटवा थाना क्षेत्र के पावर्ती नगर के निवासी हैं।

एसीपी चेतगंज डॉ. ईशान सोनी ने बताया कि 11 दिसंबर को लक्सा थाना क्षेत्र के सिद्धगिरी बाग निवासी शीतल सेठ ने सिगरा थाने में प्राथमिकी दर्ज कराई। पुलिस को बताया कि स्टाफ के साथ बुक चारपहिया वाहन व चालक अमित के साथ नाक की कील बेचने प्रयागराज जा रहे थे।

रास्ते में आकाशवाणी तिराहे से 100 मीटर पहले सुबह 11 बजे अनजान युवक आया और गाड़ी के पास आकर बताया कि गाड़ी से मोबिल गिर रहा है। अमित ने गाड़ी को रोका और बोनट उठाकर देखने लगा। इस बीच युवक ने धोखे से गाड़ी में रखा बैग चोरी कर लिया।

आरपीएफ ने बाल श्रम वाले 27 बच्चों को छुड़ाया

वाराणसी, जनमुख न्यूज। जिलाधिकारी सत्येन्द्र कुमार ने कलेक्ट्रेट स्थित अपने चैंबर में जनसुनवाई के दौरान जन सामान्य की शिकायतों को सुना एवं दूरभाष पर वार्ता कर संबंधित अधिकारियों को शासन के मन्सानुरुप, गुणवत्तापूर्ण निस्तारण सुनिश्चित कराने के निर्देश दिया।

जिलाधिकारी ने कहा कि 'जनता की समस्याओं का समयबद्ध और पारदर्शी निस्तारण प्रशासन की सर्वोच्च प्राथमिकता है, किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी।' उन्होंने ने निर्देशित किया कि प्राप्त शिकायतों का समयबद्ध निस्तारण सुनिश्चित किया जाए

दालमंडी में चौड़ीकरण की कार्रवाई फिर शुरु

● तीन और मकानों को ढहाने पहुँची पीडब्लूडी की टीम, मौके पर फोर्स तैनात

वाराणसी, जनमुख डेस्क। वाराणसी की दालमंडी गली के चौड़ीकरण को लेकर प्रशासन ने सख्त कार्रवाई शुरू कर दी है। पीडब्यूडी की ओर से दिया गया अल्टीमेटम 5 जनवरी को खत्म हो चुका है। इसके बाद एडीएम सिटी, एसीपी और भारी पुलिस फोर्स के साथ प्रशासनिक अधिकारी दालमंडी पहुंचे हैं।

दालमंडी चौड़ीकरण प्रोजेक्ट में आज 7वें मकान पर ध्वस्तीकरण की कार्रवाई शुरू हो गई है। पीडब्यूडी के कर्मचारियों ने इस मकान पर हथौड़ा चलाना शुरू कर दिया है। नगर निगम और पीडब्यूडी की टीम पहुंचने पर दुकानदारों ने थोड़ा विरोध किया, लेकिन पुलिस फोर्स देखकर आक्रोशित नहीं हो सके। फोर्स ने अब सभी को आसपास से हटाकर ध्वस्तीकरण शुरू करा दिया है।

वाराणसी के दालमंडी इलाके में पुलिस ने मुनादी कराकर लोगों से दुकानें बंद कर बाहर निकलने की अपील की है।चौड़ीकरण की कार्रवाई को देखते हुए इलाके में सतर्कता बढ़ा दी गई है।

वाराणसी के दालमंडी इलाके में भारी पुलिस फोर्स की इंट्री के साथ बैरिकेडिंग कर दी गई है। स्थानीय लोगों और वाहनों को आगे बढ़ने से रोक दिया गया है और पूरे क्षेत्र में सख्त निगरानी की जा रही है।

पहले चरण में 3 मकानों को गिराया जाना। इनमें से पहले मकान को तोड़ने का काम शुरू कर दिया गया है। दुकानदारों ने थोड़ा सा विरोध किया। लेकिन पुलिस और फोर्स देखकर कोई विरोध नहीं कर रहा है। इससे पहले नवंबर में 6 मकानों को ध्वस्त किया गया था। मौके पर तीन थानों की पुलिस के करीब 150 जवान तैनात हैं। पूरी गली में बैरिकेडिंग कर दी गई है।

औद्योगिक सम्पतियों के हस्तांतरण शुल्क में छूट का स्वागत

वाराणसी, जनमुख न्यूज। आईआईए तथा अन्य औद्योगिक व्यापारिक संगठनों ने औद्योगिक व्यवसायिक सम्पतियों के हस्तांतरण शुल्क 5000/- करने के सरकार के फैसले का स्वागत किया है। आईआईए के अध्यक्ष आर.के चौधरी इस फैसले पर सरकार को बधाई देते हुए कहा कि इससे औद्योगिक विकास में तेजी आएगी, आपसी कलह, मन-मुटाव, झगड़े, विवाद के कारण बंद पड़े उद्योग के संचालन हेतु परिवार के अन्य सदस्यों को अपना उद्योग स्थापित करने का अवसर मिलेगा। विगत 2023 से पूरे प्रदेश के उद्योग जगत द्वारा हस्तांतरण शुल्क अन्य खेती, घर की भातिं औद्योगिक, व्यवसायिक संपत्ति में करने की मांग की जा रही थी।

आईआईए द्वारा अभी 18-19 दिसम्बर को टूरिस्म एक्सपो में पुरे प्रदेश के उद्यमियों द्वारा स्टाम्प एवं पंजीयन मंत्री रविन्द्र जायसवाल से इस बारे में निवेदन भी किया था, माननीय मंत्री महोदय ने सकारात्मक रुख दिखाते हुए शीघ्र इस दिशा में कारगर कार्यवाही करने का आश्वासन भी दिया था, उन्होंने कहा था कि सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता प्रदेश में निवेश तथा औद्योगिक विकास है।

आरके चौधरी ने कहा कि सरकार के इस फैसले से निश्चित रूप से जमीन की उपलब्धता बढने से औद्योगिक निवेश होगा। इसके लिए उद्यमियों तथा व्यापारियों ने सरकार तथा स्टाम्प मंत्री का आभार व्यक्त किया। बधाई देने वालो में आईआईए के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष आर.के.चौधरी, राजेश भाटिया, दीपक बजाज, अनुपम देवा, नीरज पारीख, मनीष कटारिया, पंकज अग्रवाल, गौरव गुप्ता, राहुल मेहता, प्रशांत अग्रवाल, सहित अन्य उद्यमियों ने सरकार के इस निर्णय पर प्रसन्नता व्यक्त की।

प्रशासन ने रोपवे के वीडियों को बताया फर्जी

वाराणसी। रोपवे की ट्रॉली की टेस्टिंग का वीडियो मंगलवार को सोशल मीडिया पर साझा किया गया। इसके जरिये सुरक्षा पर सवाल खड़े किए गए। इस वीडियो में रोपवे ट्राली खतरनाक तरीके से झूलती नजर आ रही है। मामला सामने आने के बाद जिला प्रशासन ने सक्रियता दिखाई और वायरल वीडियो को फर्जी करार दिया। प्रशासन ने कहा कि यह परीक्षण प्रक्रिया का हिस्सा है। सोशल मीडिया में रोपवे के प्रसारित वीडियो में जो आप देख रहे हैं, यह पूरी तरह झूठ है। रोपवे प्रणाली अंतरराष्ट्रीय मानकों, विशेष रूप से यूरोपीय सुरक्षा कोड के अनुसार डिजाइन की गई है।

गोदौलिया से मैदागिन तक वीआईपी वाहन भी प्रतिबंधित

● श्रद्धालुओं की भीड़ को देखते हुए प्रशासन का बड़ा फैसला

वाराणसी, जनमुख न्यूज। वाराणसी में माघ मेले के स्नान पर जुटने वाली भीड़ और श्रद्धालुओं की संख्या को लेकर पुलिस और प्रशासनिक अफसर मुस्तैद हैं। गोदौलिया से मैदागिन चौराह तक सभी रूट और पूरे क्षेत्र को नो व्हीकल जोन घोषित किया गया है। इस रूट पर वाहनों के आवागमन को पूर्णतया प्रतिबंधित किया गया है।

केवल आमजन ही नहीं वीआईपी वाहन भी प्रतिबंध के दायरे में होंगे। वीआईपी को भी मंदिर की वैकल्पिक व्यवस्था या पैदल ही जाना होगा। प्रतिबंध में पहली बार वीवीआईपी, वीआईपी, सेना, अर्द्धसैनिक बल, पुलिस और प्रशासनिक वाहनों को भी शामिल किया गया है। व्यापारियों के दो पहिया को छूट मिलेगी। दिव्यांगों, गर्भवती और वरिष्ठ नागरिकों के लिए गोल्फ कार्ट की सुविधा रहेगी। पुलिस आयुक्त मोहित अग्रवाल ने बताया कि माघ मेले के दौरान संभावित पलट-प्रवाह को देख श्रद्धालुओं व दर्शनार्थियों की सुविधा, सुरक्षा व सुगम आवागमन के लिए मैदागिन से गोदौलिया चौराहे तक नो व्हीकल जोन घोषित किया गया। सभी प्रकार के वाहनों का प्रवेश पूरी तरह प्रतिबंधित रहेगा।

नो-व्हीकल जोन में केवल पैदल आवागमन की अनुमति होगी, ताकि श्रद्धालु सुरक्षित और व्यवस्थित रूप से दर्शन कर सकें। क्षेत्र में पर्याप्त संख्या में पुलिस बल की तैनाती, बैरिकेडिंग और निरंतर निगरानी के निर्देश दिए गए। क्राउड मैनेजमेंट के लिए भी अलग से गाइडलाइन तैयार की गई है। वहीं पोस्ट बनाकर सभी जगह ड्यूटी प्वाइंट बनाए गए हैं। पुलिस कमिश्नर ने आगामी माघ मेला–2026 के दौरान संभावित पलट-प्रवाह को दृष्टिगत रखते हुए श्रद्धालुओं/दर्शनार्थियों की सुविधा, सुरक्षा एवं सुगम आवागमन सुनिश्चित करने के लिए मैदागिन से गोदौलिया चौराहा तक नो-व्हीकल जोन में बैरियर भी लगाने के निर्देश दिए हैं।

जरूरतमंदों को कंबल का वितरण

वाराणसी, जनमुख न्यूज। कड़ाके की ठंड एवं शीतलहर को देखते हुए मोहन सराय चौराहे पर प्रदेश अध्यक्ष उद्योग व्यापार मंडल शिवकुमार गुप्ता ने मंगलवार को अपने आवास पर कंबल वितरण कार्यक्रम का आयोजन किया। कंबल वितरण कार्यक्रम के दौरान प्रदेश अध्यक्ष उद्योग व्यापार मंडल शिवकुमार गुप्ता तथा मोहन सराय चौकी इंचार्ज अमीर बहादुर सिंह ने क्षेत्र से आए हुए गरीब,असहाय, जरूरतमंदों को कंबल वितरण किया। कंबल पाकर गरीब आशा जरूरतमंदों के चेहरा पर खुशी की लहर दौड़ पड़ी। प्रदेश अध्यक्ष शिवकुमार गुप्ता ने कहा कि गरीबों की आशीर्वाद भगवान की आशीर्वाद के बराबर है।इस दौरान व्यापार मंडल के जिलाध्यक्ष शुभम सिंह, उपाध्यक्ष मोहन यादव,दरोगा कोमल कुमार,अध्यक्ष शिव कुमार गुप्ता, कृष्ण बाबू, दीपक कुमार, अनिल गुप्ता, निखिल गुप्ता, संदीप गुप्ता, सागर गुप्ता, अमन गुप्ता इत्यादि लोग उपस्थित रहे।

महामना महोत्सव में निबंध लेखन प्रतियोगिता का हुआ आयोजन

वाराणसी। सेवाज्ञ संस्थानम् द्वारा आयोजित महामना महोत्सव के अंतर्गत 6 जनवरी को गोपी राधा बालिका इंटर कॉलेज में निबंध लेखन प्रतियोगिता का सफल एवं सार्थक आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में छात्राओं ने सामाजिक, सांस्कृतिक एवं समसामयिक विषयों पर अपने विचारों को सुस्पष्ट भाषा, तार्किकता और रचनात्मकता के साथ प्रस्तुत किया। प्रतियोगिता के दौरान छात्राओं ने विषय की गहन समझ का परिचय देते हुए सुसंगठित लेखन के माध्यम से अपनी वैचारिक क्षमता का प्रभावशाली प्रदर्शन किया। यह आयोजन छात्राओं में लेखन कौशल, चिंतन-क्षमता और अभिव्यक्ति की परिपक्वता को विकसित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल सिद्ध हुआ।

काशी को ठिठुरन और कोहरे से नहीं मिल रही राहत

● मौसम विभाग ने अगले तीन दिनों तक घने कोहरे की दी चेतावनी

वाराणसी, जनमुख न्यूज। जिले में ठिठुरन और कोहरे का कहर लगातार बरकरार है मौसम विभाग में अगले तीन दिन घने कोहरे की चेतावनी दी है। जिसको देखते हुए वाराणसी के विभिन्न जगहों पर लोग अलाव और रैन बसेरों का सहारा ले रहे हैं। वाराणसी नगर निगम और जिला प्रशासन की ओर से श्रद्धालुओं और यात्रियों के लिए जगह-जगह अलावा और रैन बसेरे की व्यवस्था की गई है। किसी भी श्रद्धालु को वाराणसी में ठंड ना लगे इसके लिए व्यवस्था की गई है । वहीं कुछ लोगों का आरोप है कि वाराणसी नगर निगम और जिला प्रशासन की ओर से कहीं पर भी अलाव की व्यवस्था नहीं की गई है श्रद्धालुओं के लिए और यात्रियों के लिए काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है।

बुधवार की सुबह कोहरे से लिपटी रही। सुबह दृश्यता शून्य रही। हालांकि दिन चढ़ने के साथ ही कोहरा छंटा, लेकिन गलन बरकरार रही। ठंड के कारण लोगों का घर से निकलना मुश्किल हो गया। जरूरी काम से जो लोग बाहर निकले वे गर्म कपड़ों से खुद को ढ़के हुए थे।

दूसरी ओर मंगलवार रात में सिर्फ 5.5 डिग्री सेल्सियस तापमान दर्ज किया गया। ये इस सीजन की सबसे ज्यादा ठिठुरन भरी रात थी। जबकि दिन में तेज धूप के बावजूद अधिकतम तापमान 14.5 डिग्री सेल्सियस पर आ गया।

ये सामान्य से भी 6.6 डिग्री नीचे रहा। रात का न्यूनतम तापमान सामान्य से 3.3 डिग्री नीचे लुढ़क गया। दिन में कोल्ड डे जैसी स्थिति बन गई है। हवा 7-8 किमी प्रति घंटे की गति से बही।

बनारस का अधिकतम और न्यूनतम तापमान जनवरी के 30 साल के औसत से भी कम है। न्यूनतम तापमान का औसत 9.1 डिग्री सेल्सियस और अधिकतम तापमान 22.8 डिग्री सेल्सियस ही दर्ज किया गया। जबकि बनारस में तीन दिनों से तापमान 5.5 डिग्री से लेकर 7 डिग्री के बीच में है।

मंगलवार को फिर से न्यूनतम दृश्यता 50 मीटर पर चली गई। राहत की बात ये है कि यूपी के आंचलिक मौसम विज्ञान केंद्र के वरिष्ठ विज्ञानी डॉ. अतुल कुमार सिंह ने आठ जनवरी के बाद ठंड में थोड़ी कमी की संभावना जताई है। पश्चिमी विक्षोभ के गुजर जाने के बाद बर्फबारी वाले पहाड़ी इलाकों में पारा ऊपर चढ़ सकता है।

जनमुख परामर्श मंडल

एस. कुमार
राष्ट्रीय अध्यक्ष
सिंधी काउंसिल ऑफ इंडिया

संतोष अग्रवाल हरे कृष्ण ज्वैलर्स
सभापति, श्री काशी अग्रवाल समाज

श्रीनारायण खेमका
अध्यक्ष : अखिल भारतीय मारवाड़ी सम्मेलन

वी.के.जैन
अध्यक्ष
जैन मिलन, वाराणसी

डा. एस.के.पाठक
वरिष्ठ चिकित्सक

डा. नीलम ओहरी
स्त्री रोग विशेषज्ञ

प्रधान सम्पादक
ब्रजेश कुमार राय 'शर्मा'

समाचार सम्पादक
सरोज सिन्हा

स्वात्वाधिकारी व स्वामी ब्रजेश कुमार राय 'शर्मा' द्वारा 'गिरीश प्रिंटिंग प्रेस से मुद्रित एवं कार्यालय बी 3/1 काशीराज अपार्टमेंट नदेसर 221002 वाराणसी से प्रकाशित एवं प्रसारित।

रजि.33134/78.
फोन : 0542-2500324
9336929544
Email :
janmukh.vns@gmail.com

वंचित वर्ग की जब तक वास्तविक भागीदारी सुनिश्चित नहीं होती तब तक न्याय अधूरा

● सामाजिक न्याय की लड़ाई लड़ रही है कांग्रेस

वाराणसी, जनमुख डेस्क। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी ओबीसी विभाग के प्रदेश उपाध्यक्ष एवं एडवाइजरी काउंसिल के सदस्य अशोक कुमार विश्वकर्मा ने एक प्रेस विज्ञप्ति में कहा है कि कांग्रेस पार्टी न्याय योद्धा राहुल गांधी के नेतृत्व में 'भागीदारी न्याय' के संकल्प के साथ वंचित समाज के भागीदारी और सामाजिक न्याय के लिए लड़ रही है। कांग्रेस ने लोकसभा चुनाव के दौरान जारी घोषणापत्र ('न्याय पत्र') के पाँच मुद्दों को मुख्य स्तंभ बनाया है। जिसके तहत, कांग्रेस ने कई कार्यक्रम शुरू किए हैं पार्टी ने देशव्यापी सामाजिक-आर्थिक और जाति जनगणना कराने का वादा किया है ताकि वंचित वर्गों की सटीक संख्या और स्थिति का पता चल सके और उसी के आधार पर सकारात्मक कार्रवाई को मजबूत किया जा सके। कांग्रेस ने अनुसूचित जाति (SC), अनुसूचित जनजाति (ST), और अन्य पिछड़ा वर्ग (OBC) के लिए आरक्षण पर 50 प्रतिशत की संवैधानिक सीमा को बढ़ाने के लिए संविधान संशोधन पारित करने की गारंटी दी है।रिक्त पदों को भरने के लिए पार्टी ने एक साल के भीतर SC, ST और OBC के लिए आरक्षित सभी बैकलॉग रिक्तियों को सरकारी नौकरियों और शिक्षण संस्थानों में भरने का वादा किया है। कांग्रेस ने वंचित वर्ग की महिलाओं, दलितों, आदिवासियों, ओबीसी, पसमांदा मुसलमानों और आर्थिक रूप से कमजोर समूह के लिए राजनीतिक भागीदारी 'संविधान लीडरशिप प्रोग्राम' शुरू किया है। पार्टी अपने सांगठनिक ढांचे में भी पिछड़े समुदायों को अधिक प्रतिनिधित्व देने के लिए काम कर रही है, जिसमें सभी स्तरों पर 50 प्रतिशत आरक्षण का सुझाव शामिल है। इस तरह के पहल से, कांग्रेस का लक्ष्य सामाजिक न्याय सुनिश्चित करना है। कांग्रेस पार्टी का मानना है कि जब तक वंचित वर्गों की वास्तविक हिस्सेदारी और भागीदारी सुनिश्चित नहीं होती, तब तक न्याय अधूरा रहेगा।

आजमगढ़ समाचार

तेज रफ्तार स्कूली बस ने महिला को कुचलाःमौत

आजमगढ़। जहानागंज थाना क्षेत्र के कादीपुर दौलताबाद में देर रात दर्दनाक सड़क हादसा हो गया। चक्रपानपुर स्थित आदर्श स्कूल की बस बेकाबू होकर सड़क किनारे जा पहुंची और एक घर के आगे बने छज्जे से टकरा गई। टक्कर इतनी तेज थी कि घर का हिस्सा बुरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया। हादसे के वक्त घर के बाहर अलाव ताप रही 51 वर्षीय महिला फिरती देवी बस की चपेट में आ गईं। गंभीर चोट लगने से उनकी मौके पर ही मौत हो गई। हादसे में एक जानवर की भी जान चली गई। हादसे के बाद बस चालक मौके पर ही बस छोड़कर फरार हो गया। सूचना मिलने पर पहुंची पुलिस ने बस को कब्जे में ले लिया। वहीं घटना से नाराज ग्रामीणों ने बस के शीशे तोड़ दिए। मौके पर कुछ देर के लिए अफरा-तफरी का माहौल रहा। महिला की मौत की खबर मिलते ही परिजनों में कोहराम मच गया। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमॉर्टम के लिए भेजने की प्रक्रिया शुरू कर दी है। पुलिस का कहना है कि फिलहाल मामले में कोई लिखित शिकायत नहीं मिली है। शिकायत मिलने पर मुकदमा दर्ज कर आगे की वैधानिक कार्रवाई की जाएगी।

सुल्तानपुर समाचार

इंटरमीडिएट की प्रयोगात्मक परीक्षाएं 24 जनवरी से

सुल्तानपुर। जनवरी के अंतिम सप्ताह में इंटरमीडिएट की प्रयोगात्मक परीक्षाओं का आयोजन होगा। यह परीक्षा सीसीटीवी कैमरों की निगरानी और कड़ी सुरक्षा व्यवस्था के बीच होगी, इसकी तैयारी स्कूल स्तर पर पूरी हो गई है। मंगलवार को जिला विद्यालय निरीक्षक सूर्यप्रकाश सिंह ने बताया कि प्रयोगात्मक परीक्षाएं 24 जनवरी से शुरू होकर एक फरवरी तक चलेंगी। परीक्षा विद्यालय स्तर पर कराई जाएगी, लेकिन पूरी प्रक्रिया की निगरानी सीसीटीवी कैमरों के माध्यम से होगी, इससे पारदर्शिता बनी रहेगी। परीक्षकों की तैनाती बोर्ड स्तर से की जाएगी। परीक्षक निर्धारित तिथि को संबंधित विद्यालय में पहुंचकर विद्यार्थियों की प्रयोगात्मक परीक्षा लेंगे। प्रयोगात्मक परीक्षा विद्यार्थियों के मूल्यांकन का महत्वपूर्ण हिस्सा होती है, इसलिए इसमें किसी भी प्रकार की लापरवाही पर विद्यालय जिम्मेदार होगा।

मीरजापुर समाचार

जिन मतदाताओ का नाम सूची में अंकित नहीं है वे 6 जनवरी से 6 फरवरी के मध्य अपने बूथों पर जाकर अपने नाम को अंकित करायें

मीरजापुर। जिन मतदाताओ का नाम मतदाता सूची में अंकित नहीं है वे 6 जनवरी से 6 फरवरी के मध्य अपने अपने बूथों पर जाकर अपने नाम को अंकित कराये।

उक्त विचार जिला निर्वाचन अधिकारी/जिलाधिकारी पवन कुमार गंगवार ने बिनानी डिग्री कॉलेज के हाल में पत्र प्रतिनिधियों से वार्ता करते हुए व्यक्त की। उन्होंने कहा कि 11 जनवरी को सभी बूथों पर मतदाता सूची का प्रसारण किया जाएगा जो भी व्यक्ति अपने-अपने नाम को देखना चाहते हैं वे 11 जनवरी को अपने-अपने बूथों पर अवश्य पहुंचे तथा अपने नाम में किसी भी प्रकार की यदि कमी पाए तो फार्म 6,7,8 भरकर अपने नाम को सही सही अंकित करा सकते हैं जिलाधिकारी ने कहा की मीरजापुर के कुल पांच विधानसभा में अभी तक 342761 मतदाताओं की कमी आई है जो भी मतदाता किन्ही कारणों से छूट गए हैं वे अपने नाम का शुद्धिकरण करायेंऔर मतदाता बने।

जिलाधिकारी ने कहा कि 1जनवरी को जो भी व्यक्ति 18 वर्ष की उम्र प्राप्त कर लिया है वे भी अपना नामांकन मतदाता सूची में दर्ज करायें। उन्होंने कहा की हर व्यक्ति को जहां पर वह निवास कर रहा है वहीं पर अपने को मतदाता अंकित करायें। इस अवसर पर अपर जिलाधिकारी अजय कुमार सिंह मौजूद थे।

मऊ समाचार

विधानसभा सूची में दर्ज हुए 82.48 फीसदी मतदाताओं के नाम

मऊ। विधानसभा सूची में 82.48 फीसदी मतदाताओं का नाम दर्ज कर लिया गया है। 6 जनवरी से 6 फरवरी तक नाम जोड़वाने और कटवाने के लिए दावे और आपत्तियां ली जाएंगी। इसके बाद छह मार्च को विधानसभा निर्वाचन के लिए मतदाता सूची का अंतिम प्रकाशन किया जाएगा। ये सभी बातें जिला निर्वाचन अधिकारी डीएम प्रवीण मिश्र ने मंगलवार को कलेक्ट्रेट सभागार में राजनीतिक पार्टियों के प्रतिनिधियों के साथ बैठक में बताई। बताया कि बचे हुए मतदाताओं का निर्वाचक नामावली के लिए फार्म 6 का प्रयोग किया जाएगा। घोषणापत्र भी अनिवार्य रूप से जमा किया जाएगा। नाम शामिल करने के लिए यदि किसी का नाम विशेष गहन पुनरीक्षण 2003 की निर्वाचक नामावली में स्वयं का नाम या उनके माता-पिता, दादा दादी आदि का नाम नहीं है तो आयोग द्वारा दिए गए 13 साक्ष्य अभिलेख में से कोई भी एक अभिलेख कराना होगा।

जौनपुर समाचार

चीनी मांझे पर रोक के बावजूद युवाओं में पतंग का जुनून

शाहगंज। एक ओर जहां प्रशासन की ओर से चीनी मांझे की बिक्री पर सख्ती से रोक लगाई गई है, वहीं दूसरी ओर ग्रामीण क्षेत्रों में पतंग उड़ाने का उत्साह कम नहीं हो रहा है। गांवों में पतंग उपलब्ध न होने पर पतंग खरीदने के लिए पांच से 10 किलोमीटर दूर कस्बों और बाजारों तक चले जा रहे हैं। मकर संक्रांति और वसंत पंचमी जैसे पर्वों को लेकर बच्चों, युवाओं और बुजुर्गों में पतंग उड़ाने का खासा उत्साह रहता है। हालांकि मांझे पर प्रतिबंध के चलते दुकानदार भी सतर्क हो गए हैं। केवल सादा धागा व सुरक्षित पतंग ही बेच रहे हैं। इसके बावजूद ग्रामीण इलाकों में पतंग की मांग बनी है। गांव के शुभम, संतोष, सुरेश, रमेश, मोहम्मद, आमिर और मुस्तकीम का कहना है कि गांवों में पहले छोटी-छोटी दुकानों पर पतंग आसानी से मिल जाती थी लेकिन अब नियमों की सख्ती और मांग कम होने के डर से दुकानदार पतंग नहीं रख रहे हैं। मजबूरी में उन्हें शाहगंज, खेतासराय बाजार या आसपास के कस्बों में जाना पड़ रहा है। कई ग्रामीण परिवार एक साथ बाइक या साइकिल से बाजार पहुंचकर पतंग की खरीदारी कर रहे हैं। दुकानदार मोहम्मद अकरम का कहना है कि मांझे पर रोक की वजह से इस बार पतंग की बिक्री कम हो रही है। फिर भी दूरदराज से लोग पतंग लेने पहुंच रहे हैं।

बलिया समाचार

कम हुए तीन लाख मतदाता, बांसडीह में सबसे ज्यादा 82 हजार के नाम हटाए गए

बलिया। भारत निर्वाचन आयोग की अर्हता तिथि 1 जनवरी, 2026 के आधार पर कराए जा रहे विशेष प्रगाढ़ पुनरीक्षण (एसआईआर) कार्यक्रम के अंतर्गत विधानसभा निर्वाचन क्षेत्रों की निर्वाचन नामावलियों के आलेख्य का प्रकाशन मंगलवार को श्रीमुरली मनोहर टाउन स्नातकोत्तर महाविद्यालय में किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए डीएम मंगला प्रसाद सिंह ने सातों विधानसभा निर्वाचन क्षेत्रों के राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों को मतदाता सूची सौंपी। बताया कि जनपद में स्थित विधानसभा निर्वाचन क्षेत्र 357- बेल्थरारोड (अजा), 358-रसड़ा, 359-सिकंदरपुर, 360- फेफना, 361-बलिया नगर, 362-बांसडीह तथा 363-बैरिया की फोटोयुक्त निर्वाचक नामावलियों का आलेख्य प्रकाशन किया गया है।

सोनभद्र समाचार

जिला निर्वाचन अधिकारी ने मान्यता प्राप्त राजनैतिक दलों के प्रतिनिधियों के साथ की बैठक

सोनभद्र। जिला निर्वाचन अधिकारी श्री बी0एन0 की अध्यक्षता में कलेक्ट्रेट सभागार में मान्यता प्राप्त राजनैतिक दलों के प्रतिनिधियों के साथ बैठक की गयी, बैठक के दौरान जिलाधिकारी ने मान्यता प्राप्त राजनैतिक दलों को जनपद की मतदाता सूची व अनुपस्थित शिफ्टेड मृतक डुप्लीकेट (ए0एस0 डी0डी0) की सूची भी उपलब्ध करायी गयी गयी। इस दौरान जिलाधिकारी/ जिला निर्वाचन अधिकारी ने उपस्थित राजनैतिक दलों के प्रतिनिधियों से कहा कि मा0 भारत निर्वाचन आयोग के निर्देश के क्रम में निर्वाचक नामावली के आलेख का प्रकाशन कर दिया गया है। मतदाता सूची से सम्बन्धित किसी भी प्रकार की समस्या होने पर दावे और आपत्तियां दाखिल करने की अवधि 6 फरवरी, 2026 तक निर्धारित की गयी है। इस दौरान मतदाता सूची में फार्म-6 भरकर कोई भी व्यक्ति अपना नाम सूची में दर्ज करा सकता है। नोटिस जारी किये जाने, सुनवाई एवं सत्यापन दावे एवं आपत्तियों का निस्तारण निर्वाचक रजिस्ट्रीकरण अधिकारी द्वारा निर्णय किये जाने की अवधि 6 जनवरी, 2026 से 27 फरवरी, 2026 तक निर्धारित की गयी है। मतदाता सूचियों के मापदण्डों की जॉच और अंतिम प्रकाशन के लिए आयोग की अनुमति 3 मार्च,2026 को प्राप्त की जायेगी और निर्वाचक नामावली का अंतिम प्रकाशन 6 मार्च,2026 को किया जायेगा। उन्होंने कहा कि निर्वाचक नामावली में नये मतदाताओं को शामिल किये जाने हेतु दावे एवं आपत्तियां दाखिल किये जाने की अवधि दिनांक 06जनवरी से 06फरवरी तक निर्धारित किया गया है, तत्पश्चात् प्राप्त दावे आपत्तियों की सुनवाई/जाँच की प्रक्रिया निर्वाचक रजिस्ट्रीकरण अधिकारियों द्वारा 06जनवरी से 27फरवरी तक किया जायेगा। दावा आपत्तियों की जाँच सुनवाई सम्बन्धित तहसीलों में नियुक्त किये गये ई0आर0ओ0,ए0ई0 आर0 ओ0 तथा अतिरिक्त ए0ई0आर0ओ0 द्वारा की जायेगी। सम्बन्धित ई0आर0 ओ0/ ए0ई0आर0ओ0 द्वारा सिर्फ नो मैपिंग वाले मतदाताओं को ही नोटिस जारी की जायेगी। नोटिस जारी होने के पश्चात मतदाता भारत निर्वाचन आयोग द्वारा निर्धारित डाक्यूमेंट में से कोई एक दस्तावेज सम्बन्धित बी0एल0 ओ0 को उपलब्ध करायेगा। मतदाता सूची में नाम दर्ज करवाने हेतु फॉर्म 6 के साथ घोषणा पत्र हस्ताक्षरित करके देना होगा तथा निम्नलिखित दस्तावेजों में से कोई एक स्वसत्यापित अभिलेख उपलब्ध कराना होगा। किसी भी केंद्र सरकार/राज्य सरकार/ सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रम के नियमित कर्मचारी/ पेंशनभोगी को जारी किया गया कोई भी पहचान पत्र/ पेंशन भुगतान आदेश सरकार/स्थानीय प्राधिकरणों/ बैंकों/डाकघर/एल आईसी/ सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रमों द्वारा भारत में जारी किया गया कोई भी पहचान पत्र/ प्रमाणपत्र/ अभिलेख सक्षम प्राधिकारी द्वारा जारी जन्म प्रमाण पत्र, पासपोर्ट, मान्यता प्राप्त बोर्ड विश्वविद्यालयों द्वारा जारी मैट्रिकुलेशन शैक्षणिक प्रमाण पत्र, सक्षम राज्य प्राधिकारी द्वारा जारी स्थायी निवास प्रमाण पत्र वन अधिकार प्रमाण पत्र, सक्षम प्राधिकारी द्वारा जारी ओबीसी. एससी. एसटी या कोई भी जाति प्रमाण पत्र, राष्ट्रीय नागरिक रजिस्टर (जहाँ भी हो), राज्य/स्थानीय प्राधिकारियों द्वारा तैयार किया गया।

देवरिया समाचार

स्वास्थ्यकर्मी की रेलवे पुल पर ट्रेन से गिरकर मौत

भागलपुर (देवरिया)। लैब टेक्निशियन पद पर सलेमपुर में तैनात बलिया जिले के उभांव गांव निवासी निर्भय कुमार यादव की रेलवे पुल पर ट्रेन से गिरकर मौत हो गई। पुलिस ने शव की पहचान कर पोस्टमार्टम के लिए देवरिया भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार, भटनी-वाराणसी रेलखंड के सरयू नदी पर बने रेलवे पुल से सोमवार की देर शाम निर्भय कुमार यादव पुत्र स्व. दीवाकर यादव ग्राम भीटा भुआरी, थाना उभांव, जनपद बलिया निवासी सलेमपुर स्वास्थ्य विभाग में लैब टेक्निशियन पद पर संविदा पर तैनात थे। वह विकलांग भी थे। सोमवार की शाम इंटरसिटी ट्रेन से घर जाने के लिए बेल्थरा रोड स्टेशन जा रहे थे। अभी ट्रेन रेलवे पुल पर पहुंची थी कि किसी कारण से वह तीसरे-चौथे खंभे के पास पुल से टकराते हुए नदी के रेत में गिर पड़े।

गाजीपुर समाचार

4.08 लाख वोटर के नाम हटाए गए, 1.40 लाख को जारी होगा नोटिस

गाजीपुर। जिले में 4.08 लाख वोटर के नाम मतदाता सूची से हटाए गए हैं। मंगलवार को मतदाता सूची का आलेख्य प्रकाशन होने के बाद जिला प्रशासन नो मैपिंग वाले 1 लाख 40 हजार 377 मतदाताओं को नोटिस जारी करने में जुट गया है। वहीं, जिले के पांच राजनीतिक दलों कांग्रेस, भाजपा, सपा, बसपा और आप के प्रतिनिधियों को मतदाता सूची का आलेख्य उपलब्ध करा दिया गया है, जबकि सीपीआई का कोई प्रतिनिधि मौजूद नहीं था। वहीं, सीपीआई के राज्य कार्यकारिणी के सदस्य अमेरिका यादव ने कहा कि दल को जिला प्रशासन की ओर से इसकी सूचना नहीं दी गई थी। जिला निर्वाचन अधिकारी/ जिलाधिकारी अविनाश कुमार ने बताया कि एसआईआर की प्रक्रिया पूरी होने के बाद मंगलवार को मतदाता सूची का आलेख्य प्रकाशन कर दिया गया है, जिसके तहत करीब 408689 मतदाताओं के बाहर हो गए है। इसके अलावा 1 लाख 40 हजार 377 मतदाताओं का वर्ष 2003 की मतदाता सूची से अब तक मिलान नहीं हो पाया है। अब इनको नोटिस जारी कर अपना पक्ष रखने और आवश्यक प्रपत्र देने का समय तय किया गया है। 27 फरवरी तक इसका निस्तारण किया जाएगा। इसके अलावा राजनीतिक दलों से 6 फरवरी तक दावे और आपित्तयां ली जाएंगी और उनका निस्तारण किया जाएगा। डीएम ने बताया कि 6 मार्च को मतदाता सूची का फाइनल प्रकाशन किया जाएगा। जिला निर्वाचन कार्यालय से प्राप्त आंकडों के अनुसार जिले में 29 लाख 51 हजार 478 मतदाताओं की सूची में सत्यापन के बाद 25 लाख 42 हजार 789 मतदाताओं (86.16 प्रतिशत) का ही ब्योरा डिजिटाइज्ड हो गया है। एसआईआर के दौरान 74,147 मतदाता मृतक पाए गए।

चंदौली समाचार

ससुराल से लौट रहे युवक की सड़क दुर्घटना में मौत

पड़ाव। अलीनगर थाना क्षेत्र के चांदीतारा गांव निवासी बबलू पटेल (42) की सोमवार की रात बाइक से गिरकर मौत हो गई। वह करवत अपने ससुराल गए थे। देर रात भोजन करने के बाद वह बाइक से घर लौट रहे थे, जैसे ही व्यास नगर रेलवे फाटक पुरैनी गांव के पास पहुंचे। वह अचेत होकर गिर पड़े। इधर घर न पहुंचने पर परिजनों ने खोजबीन शुरू की। इधर, पुलिस गश्त में युवक अचेत मिला। बाइक भी बगल पड़ी थी। इसकी सूचना उच्चाधिकारी को दी। इसके बाद परिजन भी मौके पर पहुंचे। वहीं एक निजी अस्पताल में ले गए, जहां डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। परिजनों की ओर से पोस्टमार्टम नहीं कराने की लिखित निवेदन करने पर पुलिस ने शव परिजनों को सौंप दिया। थानाध्यक्ष गगनराज सिंह ने बताया कि तहरीर पर कार्रवाई की जा रही है।

गोरखपुर समाचार

तेज रफ्तार स्कॉर्पियो ने सड़क किनारे बैठे अलाव ताप रहे लोगों को रौंदा, एक ग्रामीण की मौके पर, जबकि एक बालक की एम्स में मौत

गोरखपुर। कड़ाके की ठंड से राहत पाने के लिए जलाया गया अलाव मंगलवार की रात रामपुर गांव में मातम का कारण बन गया। एम्स थाना क्षेत्र के रामपुर के पास तेज रफ्तार स्कॉर्पियो ने सड़क किनारे बैठे लोगों को रौंद दिया। इस भीषण हादसे में एक ग्रामीण की मौके पर, जबकि एक बालक की एम्स में मौत हो गई। दुर्घटना के बाद स्कॉर्पियो अनियंत्रित होकर एक गुमटी से टकरा गई, जिससे वाहन चालक की भी मौके पर ही मौत हो गई। हादसे में एक नाबालिग समेत पांच लोग घायल भी हुए हैं। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, स्व. मोहित के घर के सामने गांव के भगवान दास (40), अमर (25), जितेंद्र (40), हिमांशु (10), प्रिंस (15) और दीपू ठंड से बचने के लिए अलाव ताप रहे थे। इसी दौरान झारखंडी की ओर से तेज गति से आ रही स्कॉर्पियो अचानक असंतुलित हो गई और गलत दिशा में जाकर लोगों पर चढ़ गई। चपेट में आए भगवान दास ने मौके पर ही दम तोड़ दिया, जबकि एम्स में इलाज के दौरान प्रिंस की भी मौत हो गई। जितेंद्र और अमर के साथ ही बच्चों में हिमांशु और दीपू को भी चोटें आई हैं। चालक की पहचान संजय सिंह (40) के रूप में हुई। वहीं, स्कॉर्पियो में सवार एक अन्य युवक को लोगों ने पकड़कर पीट दिया, पुलिस ने उसे एम्स में भर्ती कराया है। बताया जा रहा है कि स्कॉर्पियों में शराब की खाली बोतलें भी थीं। घटना की सूचना मिलते ही एम्स सहित राजघाट, खोराबार, तिवारीपुर, कोतवाली और कैंट थानों की पुलिस मौके पर पहुंच गई। घायलों को तत्काल एंबुलेंस से एम्स पहुंचाया गया। पुलिस ने तीनों शवों को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भिजवा दिया है। सीओ कैंट योगेंद्र सिंह ने बताया कि शव को पोस्टमार्टम के लिए भिजवा दिया गया है। घायलों का इलाज जारी है। एम्स थाना क्षेत्र के रामपुर गांव वालों के लिए मंगलवार की रात एक बुरे सपने की तरह बन गई। ठंड से बचने के लिए लोग अपने-अपने घरों में जल्दी भोजन निपटा रहे थे। गांव के कुछ लोग खाना खाकर अलाव तापने के लिए बाहर बैठे थे।

प्रयागराज समाचार

भीषण सर्दी...फिर आया ये नया आदेश, 8वीं तक के स्कूल अब इतने दिन तक रहेंगे बंद

प्रयागराज। प्रयागराज में बढ़ती सर्दी, शीतलहर और घने कोहरे को देखते हुए जिले में आठवीं तक के स्कूल 15 तक जनवरी तक बंद रहेंगे। जिला विद्यालय निरीक्षक (डीआईओएस) पीएन सिंह ने इस संबंध में सोमवार को आदेश जारी किया। इस दौरान शिक्षक व अन्य स्टाफ विद्यालय व कार्यालय में उपस्थित होकर आवंटित दायित्वों का निर्वहन करेंगे। डीआईओएस ने सभी बोर्ड के प्रधानाचार्यों को इस आदेश का अनुपालन सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। उधर, भीषण शीतलहरी के कारण सूबे के सीएम योगी आदित्यनाथ ने प्रदेश भर के सभी इंटरमीडिएट तक के स्कूल और कॉलेजों को पांच जनवरी तक बंद करने का आदेश दिया था। अब कक्षा एक से आठ तक के स्कूल 15 जनवरी तक बंद रखने के आदेश दिए गए हैं। इसके बावजूद झूंसी में कई ऐसे इंटरमीडिएट कॉलेज हैं जो सीएम योगी आदित्यनाथ के आदेश को भी ताॅक पर रखकर लगातार स्कूल का संचालन कर रहे हैं। झूंसी की आवास विकास कालोनी योजना तीन के सेक्टर चार स्थित यूडी इंटरमीडिएट कॉलेज पिछले दिनों सीएम द्वारा स्कूल बंद किए जाने आदेश दिए जाने के बावजूद लगातार संचालित होता रहा। सोमवार को भी स्कूल परिसर में छात्र-छात्राएं आए। कॉलेज का संचालन भी अन्य दिनों की तरह ही हुआ। इस बारे में कॉलेज के प्रबंधक संजय मौर्य का कहना था कि केवल खेलकूद के लिए विद्यालय खोला गया है।

इस बारे में सह जिला विद्यालय निरीक्षण जीतेंद्र प्रताप सिंह का कहना है कि सीएम के आदेश के बावजूद अगर कॉलेज खोला जा रहा है तो प्रबंधन के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी।

भदोही समाचार

कॅरिअर गाइडेंस मेले से दें सपनों को नई उड़ान : डीएम

ज्ञानपुर। विभूति नारायण राजकीय इंटर कॉलेज में मंगलवार को माध्यमिक समग्र शिक्षा की ओर से जिलास्तरीय कॅरिअर गाइडेंस मेले का आयोजन किया गया। इसमें छात्र-छात्राओं ने आकर्षक मॉडल प्रस्तुत किए। मुख्य अतिथि डीएम शैलेष कुमार ने मॉडल का अवलोकन कर सराहना की। जिलाधिकारी ने बच्चों को जीवन जीने की सीख देते हुए कहा कि किसी भी मुकाम तक पहुंचने के लिए संघर्ष एवं परिश्रम की आवश्यकता होती है। कॅरिअर गाइडेंस मेले के माध्यम से जो प्लेटफॉर्म दिया गया है, उससे प्रेरणा लेकर अपने सपनों की नई उड़ान का संकल्प लें। कहा कि हम बड़े लक्ष्य निर्धारित कर उस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए परिश्रम करेंगे तो वह मंजिल निश्चित ही प्राप्त होती है। उन्होंने कहा कि आने वाला समय एआई तकनीकी का है। नई-नई तकनीकों को सीखकर विद्यार्थी आगे बढ़ सकते हैं। छात्र कृष्णा शुक्ला, छात्रा निधि समेत छह विद्यार्थियों ने कॅरिअर एवं संवाद के लिए डीएम से बात की। डीएम ने विद्यार्थियों का हौसला बढ़ाते हुए उनके सवालों के जवाब दिए। उन्होंने कहा कि पढ़ाई की कोई उम्र नहीं है। हर समय सीखने की होती है। मेले में विद्यार्थियों ने अपने सपनों को चार्ट पेपर, मॉडल के रूप में उकेरा। इस दौरान इंजीनियरिंग, सिविल, चिकित्सकीय क्षेत्र के विशेषज्ञों ने इंटर के बाद विद्यार्थी को कॅरिअर संबंधी टिप्स दिए। अध्यक्षता जिला विद्यालय निरीक्षक अंशुमान एवं संचालन हरिश्चंद्र यादव ने किया। समग्र शिक्षा के जिला समन्वयक प्रदीप पांडेय लोगों का आभार जताया। इस मौके पर जीआईसी प्रधानाचार्य आलोक तिवारी, डायट प्राचार्य विकास चौधरी, इंद्रमणि मिश्रा, आशुतोष शुक्ल, उमेश बिंद, डॉ. राकेश दूबे, डॉ. अजय पांडेय आदि रहे।

लाइफ मंत्र

इस दिन से होगा गुप्त नवरात्रि 2026 का शुभारंभ! जानें तिथि और कलश स्थापना का सही समय

हिंदू धर्म में नवरात्रि का पर्व शक्ति की उपासना का सबसे बड़ा केंद्र माना जाता है। साल भर में कुल चार नवरात्रि आती हैं, जिनमें से दो प्रत्यक्ष और दो गुप्त होती हैं। माघ गुप्त नवरात्रि विशेष रूप से तंत्र-मंत्र, साधना और आध्यात्मिक उन्नति के लिए जानी जाती है। वर्ष 2026 की पहली गुप्त नवरात्रि जनवरी महीने में शुरू हो रही है। आइए जानते हैं इसकी सही तिथि, घटस्थापना का शुभ मुहूर्त और पूजा विधि।

माघ गुप्त नवरात्रि 2026: तिथि और समय

हिंदू पंचांग के अनुसार, माघ मास के शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा तिथि से गुप्त नवरात्रि का शुभारंभ होता है। 2026 में यह तिथि 19 जनवरी को पड़ रही है।

नवरात्रि प्रारंभः 19 जनवरी 2026

नवरात्रि समाप्तः 27 जनवरी 2026

व्रत पारण/विसर्जनः 28 जनवरी 2026

प्रतिपदा तिथि का विवरणः

शुरुआतः 19 जनवरी 2026 को सुबह 01:21 बजे।

समाप्तिः 20 जनवरी 2026 को सुबह 02:14 बजे।

माघ गुप्त नवरात्रि तिथियां 2026

19 जनवरी 2026 – प्रतिपदा तिथि

20 जनवरी 2026 – द्वितीया तिथि

21 जनवरी 2026 – तृतीया तिथि

22 जनवरी 2026 – चतुर्थी तिथि

23 जनवरी 2026 – पंचमी तिथि

24 जनवरी 2026 – षष्ठी तिथि

25 जनवरी 2026 – सप्तमी तिथि

26 जनवरी 2026 – अष्टमी तिथि

27 जनवरी 2026 – नवमी तिथि

26 जनवरी 2026 – नवरात्रि व्रत पारण

घटस्थापना विधि

सुबह जल्दी उठकर स्नान करें और पूजा घर को साफ करें।

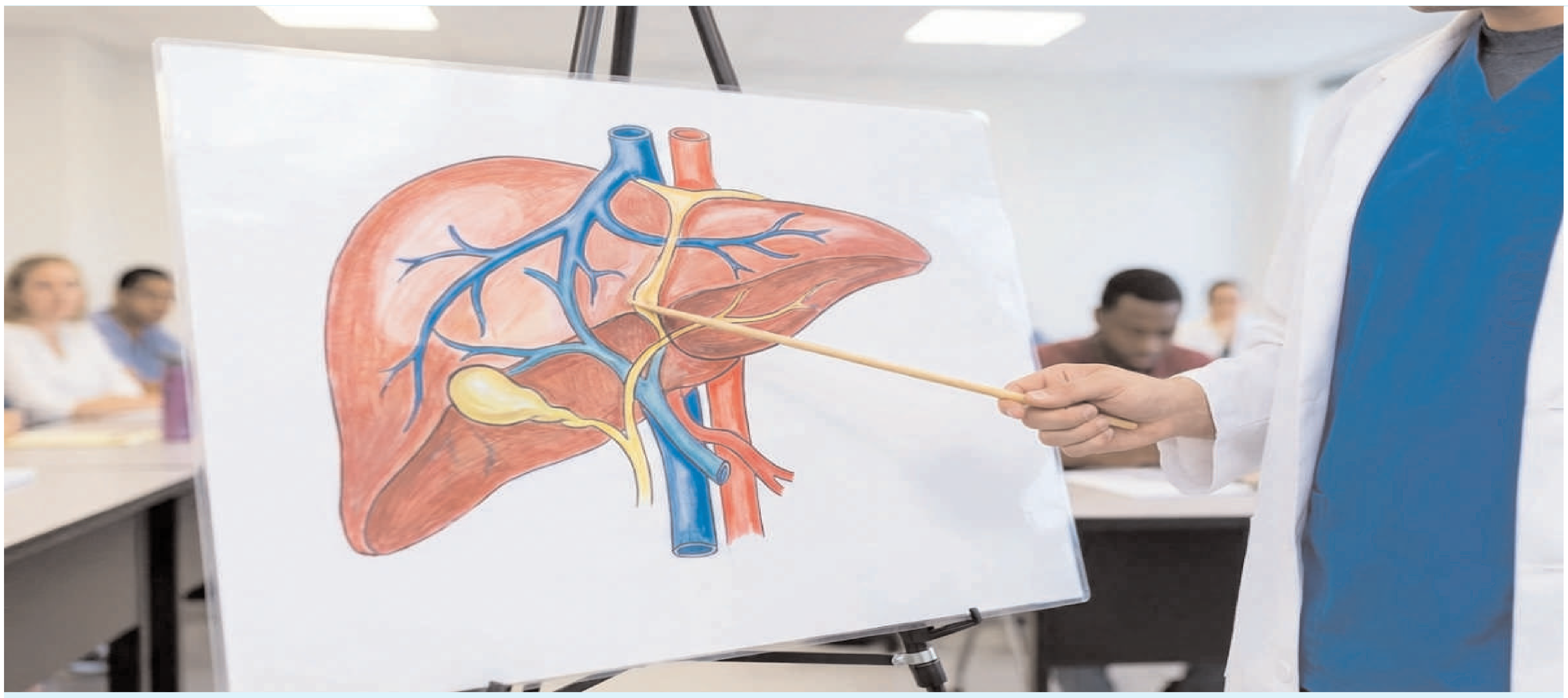
एक मिट्टी के पात्र में साफ मिट्टी भरें और उसमें जौ बोएं।

तांबे या मिट्टी के कलश में गंगाजल और जल भरें। उसमें सुपारी, सिक्का, अक्षत और दूर्वा डालें।

कलश के मुख पर आम या अशोक के पांच पत्ते रखें और उसके ऊपर लाल चुनरी में लिपटा हुआ नारियल स्थापित करें।

यदि संभव हो, तो इन 9 दिनों के लिए अखंड ज्योत जलाएं।

हाथ में जल लेकर अपनी मनोकामना का संकल्प करें और मां दुर्गा का आह्वान करें।



Liver Damage का सबसे बड़ा Warning, ये 8 आदतें चुपके से कर रहीं हैं लिवर फेल, बदलें अपना Lifestyle

खराब जीवनशैली और कुछ आदतें जैसे अत्यधिक शराब, चीनी का सेवन, मोटापा और तनाव चुपचाप आपके लिवर को डैमेज कर रही हैं, जिससे फैटी लिवर और इन्फ्लेमेशन जैसी गंभीर समस्याएं हो सकती हैं। जानें लिवर खराब होने के मुख्य कारण और इन आदतों को बदलकर अपनी सेहत को कैसे सुरक्षित रखें।

बिजी लाइफस्टाइल और खराब खानपान के कारण लोगों को अक्सर कई बीमारियां घेर ही लेती है। अगर सेहतमंद रहना चाहते हैं, तो इसके लिए यह जरुरी है कि हमारे शरीर के सभी अंग ठीक से फंक्शन करें। यदि बॉडी में विटामिन्स और मिनरल्स का लेवल सही हो और सभी हार्मोन्स बैलेंस हों। इसके लिए एक हेल्दी जीवनशैली को फॉलो करना भी जरुरी है। लिवर हमारे शरीर का एक जरूरी अंग है। इसका सही ढंग से काम करना हमारी सेहत के लिए बहुत जरूरी है। जब लिवर ढंग से काम नहीं करता, तो शरीर में टॉक्सिंस जमा होने लगते हैं। कई बार जाने-अनजाने में हम रोजमर्रा में कई ऐसी चीजें करते हैं, जो चुपचाप हमारे लिवर को नुकसान पहुंचा सकती हैं, लेकिन इस तरफ हमारा ध्यान नहीं जाता है, तब तक लिवर डैमेज शुरु होने लगता है। आइए आपको बताते हैं किन वजहों से लिवर डैमेज होता है।

किन वजहों से लिवर खराब होता?

- लिवर डैमेज होने का सबसे बड़ा कारण अत्यधिक एल्कोहल का सेवन करना है। एल्कोहल के कारण लिवर में फैट जमा होने लगता है और लिवर सेल्स में इंफ्लेमेशन हो जाता है।

- हम डाइट में सबसे ज्यादा चीनी लेने लगते हैं, तो इसकी वजह से भी लिवर डैमेज होने लगता है। अधिक शुगर के सेवन से ट्राईग्लिसाइड्स बढ़ने लगते हैं और फैटी लिवर की दिक्कत हो जाती है।

- यदि आप डॉक्टर की सलाह के बिना बहुत अधिक दवाईयों या सप्लीमेंट्स का सेवन करते हैं, तो इसका सीधा असर आपके लिवर हेल्थ पर पड़ता है और इसके चलते शरीर को डिटोक्स होने में दिक्कत भी आती है।

- नींद कम लेना या फिर नींद की कमी लिवर की कार्यक्षमता पर असर डालती है और जिसके कारण से लिवर खराब होने लगता है।

- मोटापे की वजह से नॉन-एल्कोहॉलिक लिवर डिजीज हो सकती हैं। इसके अलावा जो लोग स्मोकिंग करते हैं, उनका लिवर भी जल्दी डैमेज हो सकता है क्योंकि स्मोकिंग का असर लिवर सेल्स पर होता है।

- यदि आप एक ही जगह बैठी रहती हैं, फिजिकल एक्टिविटी न के बराबर हैं, तो भी इसकी वजह से लिवर खराब हो सकता है। क्योंकि इसकी वजह से मेटाबॉलिज्म धीमा होने लगता है और लिवर से फैट बाहर नहीं निकल पाता है।

- तनाव बढ़ने पर शरीर में कोर्टिसोल लेवल बढ़ने लगता है और इसकी वजह से लिवर में फैट जमा होने लगता है।

- इसके अलावा प्रोसेस्ड और रिफाइंड फूड्स जैसे मैदा, सॉफ्ट ड्रिंक्स और मिठाईयों का अधिक सेवन भी लिवर को खराब कर सकता है। जिस वजह से ट्राईग्लिसाइड्स और इंसुलिन रेजिस्टेंस बढ़ने लगता है और लिवर में इंफ्लेमेशन हो जाता है।

Office Job में घंटों बैठना पड़ रहा भारी? Expert से जानें क्यों दब रही है पैर की नस

खराब जीवनशैली और गलत पोश्चर के कारण युवाओं में भी पैर की नस दबने की समस्या बढ़ रही है, जिसके मुख्य कारणों में स्लिप डिस्क, स्पाइनल स्टेनोसिस और चोट शामिल हैं। भागदौड़ भरी जिंदगी में लोग अपनी सेहत का ध्यान रखना तो भूल ही गए। ऊपर से लंबे समय तक कुर्सी पर बैठकर काम करना, मोबाइल या लैपटॉप पर झुककर रहना और फिजिकल एक्टिविटी की कमी आम हो गई है। जिसका सीधा असर हमारी रीढ़ और नसों पर जरुर पड़ता है। जब कमर या पैर की नसों पर लगातार दबाव बना रहता है, तो दिमाग और मांसपेशियों के बीच सिग्नल सही तरीके से नहीं पहुंच पाते। इस समस्या का परिणाम दर्द, सुन्नता और कमजोरी के रूप में सामने आता है।

कई मामलों में दर्द कमर से शुरू होकर धीरे-धीरे पैर तक फैल जाता है। हैरानी की बात यह है कि पैर की नस दबने की दिक्कत अब केवल बुजुर्गों तक सीमित नहीं रही। आज के समय में युवा, ऑफिस में लंबे समय तक बैठकर काम करने वाले लोग और यहां तक कि खिलाड़ी भी इससे प्रभावित हो रहे हैं। अक्सर इसके लक्षण धीरे-धीरे उभरते हैं, जिस वजह से लोग समय रहते डॉक्टर से सलाह नहीं ले पाते। इस लेख में हम आपको पैर की नस दबने के क्या कारण होते हैं बताते हैं-

पैर की नस दबने के क्या कारण होते हैं?

स्लिप डिस्क या हर्नियेटेड डिस्क

आमतौर पर पैर में नर्व दबने की सबसे बड़ी वजह स्लिप डिस्क होती है। जब कमर की रीढ़ की हड्डी के बीच मौजूद डिस्क अपनी जगह से खिसक जाती है, तो वह आसपास की नसों को दबाने लगती है। इससे दर्द कमर से शुरु होकर पैर तक फैल सकता है, जिसको साइटिका कहा जाता है।

स्पाइनल स्टेनोसिस और बोन स्पर की भूमिका

जब उम्र बढ़ने लगती हैं तो कई लोगों में रीढ़ की नलिका सिकुड़ने लगती हैं, जिसे स्पाइनल स्टेनोसिस कहा जाता है। इसके अलावा हड्डियो पर अतिरिक्त बढ़ोतरी यानी बोन स्पर भी बन सकते हैं। इन दोनों स्थितियों में नसों के लिए जगह कम कर देती हैं, जिससे पैर की नसों पर दबाव पड़ता है और चलने में दर्द या सुन्नपन महसूस होने लगता है।

चोट या एक्सीडेंट के बाद बढ़ सकता है खतरा

गिरने, सड़क हादसे या खेल गतिविधियों के दौरान लगी चोट के कारण शरीर में सूजन या आंतरिक क्षति हो सकती है। यह सूजन आसपास की नसों पर दबाव डालती है। कई मामलों में, बाहरी चोट ठीक हो जाने के बाद भी नसों पर पड़ा दबाव बना रहता है, जिससे पैरों में लंबे समय तक दर्द, झनझनाहट या कमजोरी महसूस हो सकती है।

टाइट मसल्स

केवल हड्डियां ही नहीं, बल्कि टाइट मसल्स भी नसों को दबा सकती हैं। आमतौर पर हिप और जांग की मांसपेशियां यदि सख्त हो जाए, तो वे नसों को फंसा लेती है। इसे पिरिफॉर्मिस सिंड्रोम जैसी स्थितियों में देखा जाता है, जहां दर्द पैर तक फैलता है।

गलत पोश्चर और लंबे समय तक बैठना

ऑफिस में लगातार गलत ढंग से बैठकर काम करना, आगे झुककर बैठना या लंबे समय तक बिना आराम किए बैठे रहना पैरों की नसों पर बुरा असर डाल सकता है। खराब बैठने की पोश्चर से रीढ़ की हड्डी पर अधिक दबाव पड़ता है, जिससे समय के साथ नसें दबने लगती हैं और दर्द या कमजोरी की समस्या पैदा हो सकती है।

होम फैशन
रथयात्रा, वाराणसी
8573035762

मेडिकल डायरेक्ट्री

बच्चों के डॉक्टर
मिनहाज चाइल्ड केयर
Dr. Minhaz Husain
MBBS, MD (Child Specialist)
पूर्व वरिष्ठ नवजात शिशु एवं बाल रोग विशेषज्ञ (IMS-BHU)
www.minhazchildclinic.com
19A lane no 1, Ravindrapuri colony, Varanasi, UP - 221005
Mob.- 6387438255 / 8058811141

गुप्त रोग विशेषज्ञ
गुप्त रोग, ताकत जवानी
सर्वश्रेष्ठ आयुर्वेदिक क्लिनिक
राना डिस्पेन्सरी
डॉ. राना
Govt Regd. Estd, 1948
निःसंतान, धात रोग, स्वप्नदोष, नामर्दी, कमजोरी इत्यादि
60 वर्षीय अनुभवी से मिलकर लाभ उठायें
समय प्रातः 9 से रात्रि 8 बजे तक रविवार 9 से 1 बजे तक
पता: टकसाल सिनेमा के सामने (नियर ताज होटल) नदेसर, वाराणसी
Mob.: 6386935615, 7388779172

नाक, कान और गला रोग विशेषज्ञ
काशी ई.एन.टी. सेंटर
कान, नाक और गला रोग विशेषज्ञ
डॉ. अमरेन्द्र सिंह M.B.B.S., M.S. (ENT) Mumbai Fellow - Skull Base Surgery (Italy)
सिद्धिगिरीबाग (यूनियन बैंक के सामने) सिगरा, वाराणसी
Mob.: 7052111138, 7052111139, 0542-2411138

लिवर रोग विशेषज्ञ
समर्पण गैस्ट्रो एवं लिवर क्लिनिक
इलाज एवं सुविधाएं: पेट में दर्द, उल्टी, गैस्ट्रिक अल्सर,खूनी उल्टी, कब्ज, मल में रक्त, रक्तस्त्रावी, आईबीएस, आईबीडी, हेपेटाइटिस, पीलिया, लिवर सिरोसिस, लिवर एब्सेस, गैल स्टोन उपचार, अल्सर, आमाश्य में छाला, अन्दरूनी रक्तस्त्राव और एंडोस्कोपी व कोलोनोस्कोपी।
डॉ. शेखर पूरी MBBS, MD (IMS-BHU) DM (GASTRO.) SMS Jaipur
परामर्श समय: 08:30 से 04:00 बजे तक
माहेश्वरी भवन के पास तुलसीपुर, महमूरगंज वाराणसी। मो. 9587794338

यूरोलॉजी विशेषज्ञ
ओंकार यूरोलॉजी सेन्टर एण्ड हॉस्पिटल
Dr. Amit Kumar MS.FICS M.ch (Urology) CONSULTANT UROLOGIST
डायलिसिस की सुविधा उपलब्ध
OPD Time 12 Pm to 2 Pm Mob: 8957650464
डी.63/13ए-5 अन्नपूर्णा कालोनी महमूरगंज, वाराणसी [नियर पासपोर्ट ऑफिस]

मानसिक रोग विशेषज्ञ
तनाव, अवसाद, घबराहट, बेचैनी,OCD याददाश्त कमजोर होना, स्किजोफ्रेनिया, बाइपोलर, गुस्सा, नींद की परेशानी, सिर दर्द, नशा करना, बच्चों और बड़ो की व्यवहारिक समस्याएं, आत्महत्या का विचार आना, माइग्रेन, न्यूरेल्जिया, सर्वाइकल, हाथ-पांव में झनझनाहट व मिर्गी जैसे अन्य मानसिक रोगों का इलाज उपलब्ध।
रवि न्यूरो सायकेट्री सेंटर (मल्टी स्पेशियलिटी हॉस्पिटल)
लेन नं.-16 रविन्द्रपुरी, वाराणसी मो. 8756837310/ 7880893030
डॉ. श्रेयांस द्विवेदी मानसिक रोग विशेषज्ञ MBBS,DPM, MD Neuropsychiatrist

हड्डी रोग विशेषज्ञ
डा. अनुपम श्रीवास्तव
डा. आरती दिव्या
X-ray in 250 Only
Fee Rs 250 Only
वात्सल्य हॉस्पिटल
जाइंट रिप्लेसमेंट, ट्रामा, आर्थ्रोस्कोपी (लिगामेंट सर्जरी) एवं स्पाइन सर्जरी
सिकरौल, वाराणसी। MOB.-9415227170

कार्ड एवं स्टेशनरी
शादी के कार्ड
2026 डायरी, कैलेन्डर
खत्री स्टेशनर्स
साई मंदिर के सामने, रामलीला मैदान के पास नदेसर, वाराणसी
मो.9335478047,9140457358

लेडिज सूट शॉप
Designer Salwar Suit Lancha, Dress Materials
Shahnaz
GURUBAG, VARANASI PH 2390017

आल टाइप गारमेंट्स शॉप
NEW GENERATION
Exclusive Wear House
KIDS MENS TEENAGERS
Yadav katra, Dashashwamedh, vns. Ph. 2451389

मेडिकल शॉप
DIABETIC CARE POINT
Retailer Of All Kinds Of Medicines
C. 14/175-2, Amar Nagar, Sonia Road, Varanasi.
Varanasi- 945048570, 9936153614
Bharat Medicals

ज्योतिष एवं रत्न विशेषज्ञ
पहले देखे चमत्कार फिर दिल से करे नमस्कार
डॉ अनूप कुमार जायसवाल
Indias No.1 Astrologer
Lokhandwala Branch 9324652370
Bandra Branch 8108888280
HEAD OFF. : SHOP No.-2, Shastri Nagar Complex, Sigra, Varanasi-221010
Tel.: 0542-2220532, Mob.: 09305462682