... सिर्फ सच का साथ

जनमुख

वाराणसी, सोमवार, 15 जून-2026

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

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

● वर्ष -43 ● अंक 244 ● पृष्ठ 8 ● मूल्य 2 रुपया

अमेरिका-ईरान युद्ध थमा

दोनों देशों की रजामंदी से शांति समझौता : पूरी दुनिया ने किया स्वागत

● ईरानी बंदरगाहों पर लगी अमेरिकी निगरानी हटायी जाएगी, होर्मुज स्ट्रेट को फिर से खोला जाएगा

तेहरान/वॉशिंगटन। अमेरिका और ईरान जंग खत्म करने के लिए शांति समझौते पर राजी हो गए हैं। अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रम्प ने सोशल मीडिया पर लिखा कि ईरान के साथ समझौता अब पूरा हो गया है। वहीं ईरान ने बयान जारी कर कहा कि अमेरिका के साथ कई महीनों तक चली लंबी और मुश्किल बातचीत के बाद दोनों देशों ने एक डील यानी MoU को अंतिम रूप दे दिया है। ट्रम्प ने कहा कि इस समझौते के तहत होर्मुज स्ट्रेट को फिर से खोला जाएगा। उन्होंने ईरानी बंदरगाहों पर लगी अमेरिकी नौसैनिक नाकेबंदी को तुरंत हटाने की मंजूरी दे दी है। ट्रम्प ने अपने पोस्ट में लिखा, 'दुनिया के जहाजो, अपने इंजन चालू कर लो। तेल को बहने दो।' पाकिस्तान के प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ ने कहा कि दोनों देश पीस डील पर 19 जून को स्विट्जरलैंड के जेनेवा में दस्तखत करेंगे। अगर ऐसा होता है तो यह 47 साल में तेहरान और वॉशिंगटन के बीच हाई लेवल की बैठक होगी अमेरिका और ईरान के बीच हुए शांति समझौते को दुनिया भर में एक बड़ी कूटनीतिक सफलता के रूप में देखा जा रहा है। कई महीनों से जारी तनाव, सैन्य टकराव और समुद्री व्यापार में बाधाओं के बीच आए इस समझौते से पश्चिम एशिया में स्थिरता लौटने की उम्मीद जगी है। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप द्वारा समझौते की घोषणा के बाद कतर, तुर्किये, ब्रिटेन, जर्मनी और फ्रांस सहित कई देशों ने इसका स्वागत किया है। अंतरराष्ट्रीय नेताओं का मानना है कि यह समझौता न केवल क्षेत्रीय तनाव कम करेगा, बल्कि वैश्विक व्यापार, ऊर्जा आपूर्ति और समुद्री यातायात को भी राहत देगा। खास तौर पर होर्मुज जलडमरूमध्य के दोबारा पूरी तरह खुलने की संभावना को इस समझौते की सबसे बड़ी उपलब्धियों में माना जा रहा है। समझौते की घोषणा के बाद विभिन्न देशों के नेताओं ने इसे शांति की दिशा में महत्वपूर्ण कदम बताया। कतर के प्रधानमंत्री शेख मोहम्मद बिन अब्दुलरहमान बिन जासिम अल थानी ने अमेरिका और ईरान के बीच बनी सहमति का स्वागत करते हुए कहा कि भविष्य की वार्ताएं सकारात्मक और रचनात्मक माहौल में आगे बढ़नी चाहिए। तुर्किये के राष्ट्रपति रेचेप तैयप एर्दोआन ने इसे क्षेत्र में शांति और स्थिरता स्थापित करने की दिशा में महत्वपूर्ण घटनाक्रम बताया। वहीं ब्रिटेन के प्रधानमंत्री कीर स्टारमर ने कहा कि यह समझौता युद्ध समाप्त करने, क्षेत्रीय स्थिरता बढ़ाने और होर्मुज जलडमरूमध्य को फिर से खोलने की दिशा में बड़ा कदम है। उन्होंने इस सफलता में शामिल मध्यस्थ देशों की भी सराहना की।

युद्ध थमने पर बोले पीएम मोदी 'अब टिकाऊ समझौते की उम्मीद'

नई दिल्ली। अमेरिका-ईरान के बीच शांति समझौते की घोषणा हो चुकी है और शुक्रवार को स्विट्जरलैंड में इस पर हस्ताक्षर होने हैं। इसका दुनिया भर के नेताओं ने स्वागत किया है। इसी क्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा है कि संघर्ष खत्म करने के लिए बनी इस सहमति का वह स्वागत करते हैं। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर पोस्ट करते हुए उन्होंने लिखा, 'मैं पश्चिम एशिया में संघर्ष को खत्म करने के लिए अमेरिका और ईरान के बीच बनी सहमति का स्वागत करता हूं। इस संघर्ष के कारण दुनिया भर में गंभीर आर्थिक उथल-पुथल हुई है और कई देशों में जान-माल का नुकसान हुआ है। 'भारत को उम्मीद है कि इस सहमति को लागू करने से क्षेत्र में शांति और स्थिरता बहाल करने में मदद मिलेगी और आवाजाही व व्यापार की स्वतंत्रता सुनिश्चित होगी। हम उम्मीद करते हैं कि बाकी मुद्दों पर बातचीत से एक टिकाऊ और अंतिम समझौता हो सकेगा।'

अमेरिका-ईरान समझौते पर भड़का इजरायल, कहा-हम ट्रंप के गुलाम नहीं

तेल अवीव। अमेरिका और ईरान के बीच हुए ऐतिहासिक शांति समझौते पर इजरायल की तरफ से पहली आधिकारिक और तीखी प्रतिक्रिया आई है। इजरायल के दक्षिणपंथी राष्ट्रीय सुरक्षा मंत्री इतामार बेन-ग्विर ने सोमवार को साफ लफ्जों में एलान किया कि अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप की मध्यस्थता में हुई यह डील इजरायल पर बिल्कुल भी लागू नहीं होगी। उन्होंने जोर देकर कहा कि इजरायल अपने सुरक्षा फैसले खुद लेने के लिए पूरी तरह आजाद है। बता दें कि इजरायली मंत्री का यह बयान तब आया है जब अमेरिका और ईरान के बीच होर्मुज जलडमरूमध्य को फिर से खोलने और युद्ध में एक अस्थायी संघर्षविराम को आगे बढ़ाने पर शुरुआती सहमति बनी है। इस समझौते पर शुक्रवार, 19 जून को स्विट्जरलैंड में औपचारिक रूप से दस्तखत होने की उम्मीद है।

छोटे पर्दे की मशहूर अदाकारा संचिता उगले ने लगायी फांसी

नई दिल्ली। छोटे पर्दे की मशहूर अदाकारा संचिता उगले को लेकर इस वक्त बेहद बुरी खबर सामने आ रही है। बताया जा रहा है कि अभिनेत्री ने आत्महत्या कर ली है और 30 साल की कम उम्र में इस दुनिया को अलविदा कह दिया है। संचिता उगले की सुसाइड की खबर सामने आते ही मनोरंजन जगत में मातम पसर गया है और हर कोई ये जानकार हैरान है। ऐसे में आइए जानते हैं कि आखिर वह क्या वजह थी, जो कुमकुम भाग्य की दीया ने मौत को गले लगाया है। फैंस उनकी मौत की खबर सुनकर हैरान और हताश हैं। मिली जानकारी के मुताबिक आज 15 जून सुबह मुंबई के नालासोपारा स्थित घर में संचिता उगले ने आत्महत्या की है, उन्होंने पंखे पर लटक कर फांसी लगा ली।

रूस का यूक्रेन पर फिर बड़ा हमला, 9 लोगों की मौत

कीव । पिछले तीन वर्षों से जारी रूस-यूक्रेन युद्ध एक बार फिर भयानक रूप ले लिया है। सोमवार को यूक्रेन की राजधानी कीव समेत कई जगहों पर रूस ने भीषण हवाई हमला किया। इस एयरस्ट्राइक में 5 बचावकर्मियों सहित कुल 9 लोगों की मौत हो गई। रूस द्वारा किए गए इस हमले में नेस्को की विश्व धरोहर सूची में शामिल कीव का ऐतिहासिक और आध्यात्मिक प्रतीक 'पेचेर्स्क लावर मोंटेसरी' (मठ) सीधे हमले की चपेट में आ गया, जिससे वहां भीषण आग लग गई। राजधानी कीव के सैन्य प्रशासन के प्रमुख तिमुर तकाचेंको ने एक टेलीग्राम पोस्ट में जानकारी दी कि साल 1051 में स्थापित और यूनेस्को की विश्व धरोहर सूची में शामिल 'कीव पेचेर्स्क लावरा' मठ सीधे हमले की चपेट में आने से गंभीर रूप से क्षतिग्रस्त हो गया है।

ज्ञान बिंदु के डायरेक्टर को मिली जमानत

पटना। खान सर के कोचिंग सेंटर पर बवाल मामले में बेउर जेल में बंद रौशन आनंद को पटना सिविल कोर्ट से जमानत मिल गई है। छोटे भाई प्रिंस यादव की एक दिन पहले नेपाल के होटल में संदिग्ध मौत के एक दिन बाद पटना सिविल कोर्ट से उन्हें राहत मिली है। 2 जून को खान ग्लोबल स्टडीज पर हुए हमले के मामले में रौशन आनंद के अलावा उनके भाई प्रिंस यादव और कई अन्य आरोपित किए गए थे। इसके बाद पुलिस ने 3 जून को रौशन आनंद और उनके दो सहयोगियों को गिरफ्तार कर न्यायिक हिरासत में भेज दिया था। इस बीच रविवार को नेपाल के विराटनगर स्थित एक होटल में रौशन आनंद के भाई मृत पाए गए थे। वहां की पुलिस ने इस मामले में 5 को हिरासत में लिया था।

युद्ध विराम का असर : शेयर बाजार में आयी रौनक, रुपये को मिली संजीवनी

नई दिल्ली। पिछले 3 महीने से ज्यादा समय से चल रहा अमेरिका और ईरान का युद्ध अब खत्म हो गया है। इस बड़ी और राहत भरी खबर के आते ही सोमवार को भारतीय शेयर बाजार और भारतीय रुपये में जबरदस्त तेजी देखने को मिली। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'ट्रुथ सोशल' पर रविवार को इस शांति समझौते का ऐलान किया, जिससे पूरी दुनिया के बाजारों ने राहत की सांस ली है। ग्लोबल मार्केट में आए इस पॉजिटिव बदलाव की वजह से सोमवार को शुरुआती कारोबार में अमेरिकी डॉलर के मुकाबले भारतीय रुपया 58 पैसे मजबूत होकर 94.60 रुपये पर पहुंच गया। इससे पहले शुक्रवार को रुपया 95.18 प्रति डॉलर पर बंद हुआ था। सोम-वार सुबह विदेशी मुद्रा बाजार खुलते ही रुपये में जोरदार रिकवरी दिखी और यह 94.70 पर खुलने के बाद और मजबूत होकर 94.60 के लेवल पर आ गया।

विधायक अनंत सिंह और गायक गुंजन सिंह को एंटीसिपेटरी बेल

गोपालगंज। मोकामा के बाहुबली JDU विधायक अनंत सिंह एवं सिंगर गुंजन सिंह को कोर्ट से बड़ी राहत मिली है। गोपालगंज की एमपी-एमएलए कोर्ट सह एडीजे-3 ने दोनों की अग्रिम जमानत (एंटीसिपेटरी बेल) याचिका मंजूर कर ली है। कोर्ट के इस फैसले के बाद दोनों को मामले में तत्काल गिरफ्तारी से राहत मिल गई है। गौरतलब है कि बीते 2 मई को मीरगंज थाना क्षेत्र के सेमराव गांव में आयोजित एक कार्यक्रम का वीडियो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हुआ था। वायरल वीडियो में हथियार लहराने और अश्लील गानों के प्रदर्शन का आरोप लगाया गया था।

दिल्ली-एनसीआर में झमाझम बारिश से बदला मौसम

नई दिल्ली। आज सोमवार की सुबह दिल्ली-एनसीआर में मौसम ने करवट ली, जिससे लोगों को भीषण गर्मी से राहत मिली। गुरुग्राम सहित राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र के कई इलाकों में सुबह-सुबह हुई बारिश ने मौसम को खुशनुमा बना दिया। इस बदलाव से तापमान में गिरावट दर्ज की गई और उमस भरी गर्मी से लोगों को बड़ी राहत मिली। बारिश की बूंदों ने दिन की शुरुआत के साथ ही गर्मी के तेवर को नरम कर दिया। गुरुग्राम दिल्ली समेत एनसीआर के अन्य हिस्सों में हल्की से मध्यम दर्जे की बारिश दर्ज की गई। मौसमी बदलाव का सीधा असर दिन के तापमान पर देखने को मिला, जो सामान्य से कुछ डिग्री नीचे चला गया। कई जगहों पर लोग अपने घरों से बाहर निकलकर इस बदलाव का अनुभव करते नजर आए।

चोरी के सन्देह में दो युवकों की पीट-पीटकर हत्या, इलाके में तनाव

बिहारशरीफ। नालंदा जिले के राजगीर थाना क्षेत्र से एक बेहद दुखद

और चिंताजनक घटना सामने आई है। रविवार देर रात चोरी के आरोप में उग्र भीड़ ने दो युवकों की बेरहमी से पिटाई कर दी, जिसके बाद इलाज के दौरान दोनों की मौत हो गई। मृतकों की पहचान दीपनगर थाना क्षेत्र के गंजपर निवासी अमरदीप पासवान के 24 वर्षीय पुत्र पिंटू पासवान और नरेश पासवान के 18 वर्षीय पुत्र श्रवण पासवान के रूप में हुई है। जानकारी के अनुसार, घटना राजगीर के झुनकिया बाबा मंदिर के पास की है। बताया जाता है कि चोरी के संदेह में स्थानीय लोगों ने दो युवकों को पकड़ लिया। चोर का शोर होने पर काफी संख्या में भीड़ जुट गई। भीड़ ने दोनों की जमकर पिटाई कर दी। लोग उनकी जान लेने पर उतारू थे।

48 घंटों में मध्य प्रदेश पहुंचेगा मानसून

उत्तर प्रदेश के 32 से ज्यादा जिलों में आधी-पानी का अलर्ट

● 60 किमी की रफ्तार से चलेंगी हवाएं

भोपाल/जयपुर/लखनऊ/पटना। मानसून अब तक 19 राज्यों में पहुंच चुका है। अगले 48 से 72 घंटे में इसके मध्य प्रदेश में एंट्री की संभावना है। प्रदेश के करीब 30 जिलों में आज आंधी-बारिश का अलर्ट है। देश के कई राज्यों में प्री-मानसून एक्टिव है। मौसम विभाग के मुताबिक, आज 20 से ज्यादा राज्यों में बारिश का अलर्ट है। राजस्थान के 15 जिलों में आज बारिश हो सकती है। रविवार को चित्तौड़गढ़ में 1 इंच बारिश दर्ज की गई। उत्तर प्रदेश के 32 जिलों में आज बारिश का अलर्ट है। इस दौरान 50 से 60kmph की रफ्तार से हवाएं चल सकती हैं। 17 से 20 जून के बीच मानसून सोनभद्र और ललितपुर के रास्ते उत्तर प्रदेश में एंट्री कर सकता है। दिल्ली में रविवार को अधिकतम तापमान 38.5°C रहा, जो सामान्य से 1.4°C कम है। सोमवार को हल्की बारिश के साथ तेज हवाएं चल सकती है। बिहार के 19 जिलों में आज बारिश हो सकती है।

तमिलनाडु में तीन साल की बच्ची की रेप के बाद मौत, बिहार का आरोपी मजदूर गिरफ्तार

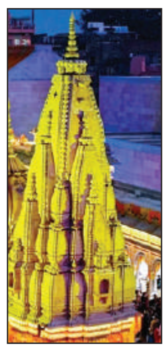
चेन्नई। तमिलनाडु के तिरुवल्लूर जिले में एक तीन वर्षीय मासूम बच्ची के साथ रेप का मामला सामने आया है। रेप के बाद मासूम बच्ची की अस्पताल में इलाज के दौरान मौत हो गई। पुलिस ने इस मामले में बिहार के एक प्रवासी मजदूर को गिरफ्तार किया है। बच्चे का परिवार भी बिहार का ही है और गुम्मिडीपूंडी के एसआईपीसीओटी औद्योगिक क्षेत्र में बसा हुआ था। पुलिस ने बताया कि बच्ची आरोपी को जानती थी और उसने उसे बिस्कुट का लालच देकर उसे अपने साथ ले गया और उसका यौन उत्पीड़न किया। कल झाड़ियों वाले इलाके में मासूम बच्ची को गंभीर चोटों के साथ लावारिस हालत में पाया गया था। उसे तुरंत अस्पताल ले जाया गया, लेकिन आज इलाज के दौरान उसकी मौत हो गई।

जनमुख हिन्दी दैनिक City लाइव

● तापमान अधिकतम : 37.0⁰C
● तापमान न्यूनतम : 27.0⁰C

● सूर्योदय : 05.19
● सूर्यास्त : 06.30

वाराणसी, 15 जून, सोमवार, 2026 (2)



सामाजिक संस्था आशा ट्रस्ट द्वारा भन्दहा कला कैथी केंद्र पर चल रहे तीन दिवसीय खिलौना निर्माण कार्यशाला के तीसरे दिन प्रतिभागी बच्चों ने रैली निकाल कर गंगा की स्वच्छता के लिए जगायी अलख।

कल से शुरू हो जाएंगे मांगलिक कार्य

ज्येष्ठ अधिकमास की विदाई

● लग्न के मुहुर्त 19 जून से 11 जुलाई तक मिलेंगे

वाराणसी। मलमास के कारण ज्येष्ठ मास दो माह का हो गया है। ऐसे में 15 जून के बाद शुद्ध ज्येष्ठ मास के 15 दिन शेष रहेंगे। इसकी पूर्णाहुति 29 जून को ज्येष्ठ पूर्णिमा के साथ होगी। अधिकमास आठ वर्ष बाद ज्येष्ठ मास में पड़ा है। इससे पहले पिछला अधिकमास सावन मास में पड़ा था। हालांकि लग्न मुहूर्त के दिन 19 जून से मिलेंगे जो 11 जुलाई तक चलेगा। ज्योतिषीय गणना के अनुसार अगला अधिकमास 2029 में चैत्र मास, 2031 में भाद्रपद मास, 2034 में आषाढ़ मास और 2037 में पुनः पड़ेगा। वहीं पिछले लगभग 40 वर्षों में 1988, 1999, 2007 और 2017 में ज्येष्ठ मास में अधिकमास पड़ चुका है। देव गुरु बृहस्पति आषाढ़ शुक्ल एकादशी 15 जुलाई को पश्चिम में अस्त हो जाएंगे। इससे मांगलिक कार्यों पर फिर विराम लग जाएगा। इस तरह चातुर्मास के 10 दिन पहले गुरु अस्त होने से विवाह मुहूर्त पर विराम लग जाएगा। इस बार चातुर्मास आरंभ देवगुरु बृहस्पति के अस्त काल में होगा, ऐसा योग कई दशकों के बाद होगा। चातुर्मास का आरंभ 25 जुलाई को आषाढ़ शुक्ल एकादशी पर होगा और भगवान विष्णु क्षीर सागर में योग निद्रा के लिए प्रस्थान कर जाएंगे। चार माह बाद कार्तिक शुक्ल एकादशी 20 नवंबर को हरिप्रबोधिनी एकादशी पर श्रीहरि योग निद्रा से जागेंगे। इस तरह 25 जुलाई से 20 नवंबर तक चातुर्मास पर्यंत चार माह तक मांगलिक कार्यों पर विराम रहेगा। श्रीहरि के जागरण के बाद 20 नवंबर से 10 दिसंबर तक शादी-विवाह के लग्न- मुहूर्त मिल पाएंगे।

दालमंडी में पांच और मकानों पर चला बुलडोजर

वाराणसी। दालमंडी चौड़ीकरण परियोजना के तहत वाराणसी विकास प्राधिकरण ने सोमवार सुबह 6 बजे बड़ी कार्रवाई की। VDA की टीम ने पुलिस बल के साथ पहुंचकर चिह्नित अवैध निर्माणों को ध्वस्त कर दिया। कार्रवाई से पहले VDA ने इलाके में मुनादी कराकर सभी मकानों को खाली करने की अपील की थी। इसके बाद सोमवार को मकान नंबर सीके-42/94-95, सीके-43/145, सीके-43/175-बी, D-50/204 और CK-43/123 पर बुलडोजर चलाया गया। VDA अधिकारियों ने बताया कि दालमंडी को 17 मीटर चौड़ा करने की योजना है, कार्रवाई से पहले भी नोटिस देकर भवन स्वामियों को समय दिया गया था।

मानसून एक्शन प्लान की बैठक संपन्न

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। मंडलायुक्त एस.राजलिंगम की अध्यक्षता में मानसून एक्शन प्लान की बैठक रविवार को कमिश्नरी सभागार में हुई। जिसमे मंडलायुक्त ने विभिन्न सम्बन्धित विभाग के अधिकारियो से मानसून से पहले कराए जाने वाले कार्यों और अब तक की प्रगति के बारे में विस्तृत जानकारी ली। मंडलायुक्त ने कहा कि पूरे बनारस में बिजली सप्लाई के लिए अंडरग्राउंड वायरिंग का कार्य हुआ है, उसके डिस्ट्रीब्यूशन बॉक्स जमीन के लेवल पर है उसे ऊंचा किया जाए और किसी भी दशा में तारों को प्लास्टिक से न बांधा जाए। उसे अच्छे तरीके से फेंसिंग/कवरिंग किया जाए। उन्होने बिजली विभाग के चीफ इंजीनियर से कहा कि अभियान चलाकर तारों को प्लास्टिक मुक्त कराएं। उन्होंने कहा कि नाले और नालियों की सफाई हर हाल इस महीने के अंत तक पूरा हो जाना चाहिए। कहा कि रूटीन वर्क के कार्यों में लापरवाही न बरतें।

पूर्वोत्तर रेलवे

ई–टेन्डरिंग निविदा सूचना

भारत के राष्ट्रपति की ओर से एवं उनके लिये मुख्य परियोजना प्रबन्धक / आर.यस.पी./पूर्वोत्तर रेलवे, वाराणसी निम्नलिखित कार्य हेतु आनलाईन (ई–टेन्डरिंग) के माध्यम से खुली निविदा आमंत्रित करते है। **कार्य का नाम:** पूर्वोत्तर रेलवे के वाराणसी मण्डल में, भटनी–वाराणसी सेक्शन में मउ–इन्दारा रेलवे स्टेशनों के बीच कि.मी. 67/0–1 पर समपार संख्या 0/बी की जगह (रेलवे हिस्से में) स्टील गर्डर के साथ रेल उपरिगामी पुल (ROB) का निर्माण; नन्दगंज–तरांव स्टेशनों के बीच कि.मी. 148/3–4 पर समपार संख्या 12 स्पेशल (नंदगंज गेट) की जगह (रेलवे हिस्से में) स्टील गर्डर के साथ रेल उपरिगामी पुल (ROB) का निर्माण; एवं भटनी–वाराणसी सेक्शन में पश्चिम केबिन मधुबन ढ़ाला पर समपार संख्या 19/बी की जगह आर.ई. वाल, पी.यस. सी. गर्डर, कम्पोसिट गर्डर, कैमल बैंक गर्डर, बो स्टिंग गर्डर इत्यादि सहित, 2 लेन वाले (End to End) रेल उपरिगामी पुल (ROB) का निर्माण।, **ई–निविदा सूचना सं०:** एनईआर–बीएसबी–आरयसपी–2026–16, **अनुमानित लागत (₹):** 85,75,32,109. 27, **अमानत राशि (₹):** 1,71,50,700. 00, **निविदा बन्द होने की तिथि:** 03.07.2026 15:00 बजे तक, **स्वीकृत पत्र जारी होने के समय से कार्य समापन /अवधि की तिथि:** 24 माह, • निविदा सूचना संख्या एनईआर बीएसबी–आरयसपी 2026 16 दिनांक 12.06.2026 को दिनांक 03.07.2026 को 15:00 बजे तक आनलाईन जमा कर सकेंगे। • पूर्ण विवरण एवं निविदा के प्रस्तुति करने के लिए भारतीय रेल के वेब साइट **www.ireps.gov.in** पर देखें। • यदि निविदा सूचना में हिन्दी एवं अंग्रेजी में अन्तर होता है तो निविदा सूचना में अंग्रेजी संस्करण ही मान्य होगा।

उप मुख्य इन्जी०/आर यस.पी./वाराणसी

मुजाधि/डब्लू–175

ट्रेनों में बीड़ी/सिगरेट न पियें

2161 करोड़ रुपये की लागत से संवरेगा शहर का बुनियादी ढांचा

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के संसदीय क्षेत्र काशी को सुविधाओं से संतृप्त करने की दिशा में एक और बड़ा कदम उठाया गया है। नगर निगम क्षेत्र के प्रभावित 22 वार्डों की सीवर और पेयजल जैसी बुनियादी समस्याओं के स्थाई समाधान के लिए बुनियादी ढांचे को पूरी तरह नया स्वरूप देने की तैयारी है। इसी क्रम में अमृत-2.0 योजना के अंतर्गत शहर में 2161 करोड़ रुपये की भारी-भरकम लागत से 353.13 किलोमीटर लंबी सीवर लाइन और 651.64 किलोमीटर लंबी पेयजल पाइपलाइन बिछाने का कार्य जल्द ही गति पकड़ेगा। इसी कड़ी में रविवार को शहर के पांच प्रमुख प्रभावित वार्डों में कार्य का विधिवत शुभारंभ कर दिया गया। महापौर अशोक कुमार तिवारी एवं कैंट क्षेत्र के विधायक सौरभ श्रीवास्तव ने विभिन्न क्षेत्रों में आयोजित कार्यक्रमों में भूमि पूजन कर विकास कार्यों की शुरुआत की। उत्तर प्रदेश जल निगम (नगरीय) की देखरेख में इस कार्य को तेजी से पूरा किया जाएगा।

मानव श्रृंखला और रैली से गंगा स्वच्छता के लिए किया जागरूक

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। सामाजिक संस्था आशा ट्रस्ट द्वारा भन्दहा कला कैथी केंद्र पर चल रहे तीन दिवसीय खिलौना निर्माण कार्यशाला के तीसरे दिन प्रतिभागी बच्चों ने मार्कण्डेय महादेव मंदिर, गंगा गोमती संगम घाट पर मानव श्रृंखला बनाकर गंगा को साफ और सुरक्षित रखने के लिए, गंगा स्नान करने आए लोगों से अपील किया। सभी बच्चों ने लोक निर्माण विभाग के गेस्ट हाउस से गंगा गोमती संगम घाट तक रैली निकाल कर गंगा में और घाट पर लोगो से कचरा न फेंकने की अपील किया। जागरूकता अभियान में महेश कुमार, दीन दयाल सिंह, अमित कुमार, अभिषेक, सौरभ चन्द्र, प्रदीप सिंह, रमेश प्रसाद, बबिता, सन्नी, पलक, सार्थक आदि की सहभागिता रही।

मंत्री ने आईटीआई में शून्य ड्रॉपआउट और 100 प्रतिशत प्रवेश के दिए निर्देश

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। प्रदेश के व्यावसायिक शिक्षा, कौशल विकास एवं उद्यमशीलता राज्यमंत्री (स्वतंत्र प्रभार) कपिल देव अग्रवाल की अध्यक्षता में सर्किट हाउस, वाराणसी में विभागीय समीक्षा बैठक आयोजित की गई। बैठक में वाराणसी मंडल के संयुक्त निदेशक (प्रशिक्षण/शिक्षुता), राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों के प्रधानाचार्य तथा उत्तर प्रदेश कौशल विकास मिशन के एमआईएस मैनेजर एवं डीपीएमयू अधिकारियों ने प्रतिभाग किया। बैठक के दौरान संयुक्त निदेशक वाराणसी मंडल द्वारा विभाग द्वारा संचालित विभिन्न प्रशिक्षण कार्यक्रमों, कौशल विकास योजनाओं तथा संस्थानों की प्रगति के संबंध में विस्तृत प्रस्तुतीकरण किया गया। मंत्री ने प्रशिक्षण की गुणवत्ता, संस्थानों के संचालन तथा प्रशिक्षार्थियों की संख्या बढ़ाने के संबंध में दिशा-निर्देश प्रदान किए।

पूर्वोत्तर रेलवे

भारत के राष्ट्रपति एवं उनकी ओर से मंडल रेल प्रबंधक यात्रिक (समाडि/पूर्वोत्तर रेलवे, वाराणसी द्वारा निम्नांकित कार्य हेतु खुली ई–निविदा सूचना संख्या **M/C&W/02/2026-27** दि0 11.06.2026 के माध्यम से एक पैकेट सिस्टम (वर्क्स टेंडर) पर आधारित ई–निविदा आमंत्रित की जाती है। **कार्य का नाम** – छपरा एवं मऊ जंक्शन स्थित मशीनीकृत लांड्री में मशीनीकृत लांड्री मशीनों की आपूर्ति, स्थापना, परीक्षण और कमीशनिंग। कार्य की अनुमानित लागत (रुपयों में)– रूपये ₹ 1,56,51,626.74 (रुपये एक करोड छप्पन लाख इक्यावन हजार छः सौ छब्बीस एवं चौहत्तर पैसे मात्र), बिड सिक्योरिटी राशि रु0 – ₹ 3,13,000.00 रू0 तीन लाख तेरह हजार मात्र), निविदा प्रपत्र का मुल्य–शुन्य (प्राधिकार एसजीसीसी वर्क्स, अप्रैल–2022, (रेलवे बोर्ड द्वारा अपने पत्रांक–2022/सीइ–I/सीटी/जीसीसी –2022/पालिसी नयी दिल्ली दि0 27.04.2022 के माध्यम से जारी। कार्य की अवधि– स्कोप आफ वर्क के अनुसार सप्लाइ, इंस्टालेशन, टेस्टिंग एवं कमीशनिंग हेतु – स्वीकृति पत्र जारी होने की तिथि से 06 माह तक। वारंटी/गारंटीः– 02 वर्ष या ओइएम द्वारा निर्धारित–इन दोनों में से जो अधिक हो। **इ नि0 बंद होने की तिथि एवं समय** –दिनांक 10.07.2026 को समय 14.30 बजे, **इ नि0 खुलने की तिथि एवं समय**– दिनांक 10.07.2026 को समय 15.00 बजे, निविदाकार निविदा को दि0– 10.07.2026 को समय 14.30 बजे तक आनलाइन जमा कर सकेंगें। पूर्ण विवरण एवं निविदा को प्रस्तुत करने के लिए भारतीय रेलवे के वेबसाइट **www.ireps.gov.in** को देखें।

वमयाइ/समाडि वाराणसी

मुजाधि/यांत्रिक–40

गाड़ियों की छतों व पावदान पर कदापि यात्रा न करें।

पेपर लीक के विरोध में युवा कांग्रेस का मशाल जुलूस, धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे की मांग

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। नीट परीक्षा में हुए कथित घोटाले, पेपर लीक एवं परीक्षा प्रक्रिया में सामने आई अनियमितताओं के विरोध में उत्तर प्रदेश युवा कांग्रेस द्वारा शनिवार सायंकाल टाउनहॉल, मैदागिन से मैदागिन चौराहा तक विशाल मशाल जुलूस निकाला गया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में युवा कांग्रेस कार्यकर्ता, छात्र-छात्राएं एवं कांग्रेसजन शामिल हुए। जुलूस के माध्यम से केंद्र सरकार एवं राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी (एनटीए) के खिलाफ विरोध दर्ज कराते हुए केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे की मांग की गई।

रोटरी एवं इनरव्हील क्लब का संयुक्त चार्टर नाइट समारोह 'ग्रेटर की अदालत' संपन्न

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। रोटरी क्लब वाराणसी ग्रेटर एवं इनरव्हील क्लब वाराणसी ग्रेटर द्वारा संयुक्त रूप से आयोजित चार्टर नाइट समारोह शनिवार, 13 जून 2026 हेरिटेज पैलेस, वाराणसी में आयोजित किया गया। समारोह का शुभारंभ संयोजक रो. राजेश अग्रवाल एवं रो0 नवल किशोर कथूरिया के द्वारा मंच सज्जा से हुआ। इसके उपरांत क्लब अध्यक्ष रो. संदीप प्रह्लादका द्वारा सभा का आह्वान किया गया तथा कोषाध्यक्ष रो. भूपेन्द्र अग्रवाल एवं ज्योति अग्रवाल द्वारा अध्यक्षीय कॉलर पहनाने की परंपरा निभाई गई। अध्यक्ष रो. संदीप प्रह्लादका एवं संगीता अग्रवाल स्वागत एवं अध्यक्षीय उद्बोधन में चार्टर सदस्यों द्वारा 23 वर्ष पूर्व क्लब की स्थापना की सराहना की। समारोह का मुख्य आकर्षण 'ग्रेटर की अदालत' थी, जिसका संचालन सचिव रो. रवि सरडा ने किया तथा निर्णायक की भूमिका गौरी केडिया एवं संगीता मुरारका ने निभाया। इसके अतिरिक्त रो. नवल किशोर कथूरिया के संयोजन में संगीतमय संध्या का आयोजन हुआ। समारोह में रो. संजीव टकसाली एवं हीना जैन के जन्मदिवस का उत्सव भी मनाया गया। विशिष्ट सदस्य डॉ. कविता साह (वैज्ञानिक एवं वाइसचांसलर सिद्धार्थनगर विश्वविद्यालय) का सम्मान डॉ विपुल शंकर पंड्या एवं सुनीता प्रहलादका द्वारा किया गया। साथ ही इनरव्हील डिस्ट्रिक्ट अवाड्र्स की प्रस्तुतिकरण अध्यक्ष संगीता अग्रवाल सचिव रूपाली अग्रवाल, श्रद्धा अग्निहोत्री, शिवा सेलेट द्वारा किया गया। अभिनंदन संयोजक गौरी केडिया एवं संगीता मुरारका द्वारा किया गया।

सामने घाट नाले पर बनेगी बंधी

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। वर्षा और बाढ़ के दिनों में भगवानपुर व आस-पास के इलाकों में होने वाले भारी जलजमाव से स्थानीय नागरिकों को स्थाई निजात मिलेगी। इसके लिए नगर निगम सामने घाट स्थित नाले पर एक प्रॉपर बंधी (फ्लड गेट) का निर्माण कराएगा। नगर आयुक्त हिमांशु नागपाल ने इसके लिए तत्काल एक प्रस्ताव तैयार कर प्रस्तुत करने के निर्देश दिए हैं। नगर आयुक्त ने रविवार को सिगरा से घंटी मिल, नगर निगम फल मंडी से तिलक मूर्ति, सिगरा से औरंगाबाद और लंका रविदास गेट से ट्रॉमा सेंटर मार्ग का निरीक्षण किया। मौके पर मिलीं ढेरों कमियों, खराब फिनिशिंग और कछुआ गति से चल रहे काम को देख उन्होंने वेंडरों की क्लास लगाई और सख्त लहजे में अंतिम चेतावनी जारी की।

पूर्वोत्तर रेलवे

निविदा सूचना

भारत के राष्ट्रपति एवं उनकी ओर से मंडल रेल प्रबंधक/यॉत्रिक (समाडि)/पूर्वोत्तर रेलवे, वाराणसी द्वारा निम्नांकित कार्य हेतु खुली ई निविदा सूचना संख्या M/C&W/03/2026-27 दि० 12.06.2026 के माध्यम से एक पैकेट सिस्टम (वर्क्स टेंडर) पर आधारित ई निविदा आमंत्रित की जाती है। **कार्य का नाम:** वाराणसी मंडल के विभिन्न स्टेशनों पर नये कैरेज वाटरिंग हाइड्रेन्ट का प्रावधान। कार्य की अनुमानित लागत (रुपयों में): रुपये 4,71,38,429.48 (रुपये चार करोड़ इकहतर लाख अड़तीस हजार चार सौ उन्तीस एवं अड़तालिस पैसे मात्र) बिड सिक्योरिटी राशि–रू. 9,42,800.00 (रू० नौ लाख बयालीस हजार आठ सौ मात्र)। निविदा प्रपत्र का मूल्य–शून्य (प्राधिकार एसजीसीसी–वर्क्स, अप्रैल– 2022, (रेलवे बोर्ड द्वारा अपने पत्रांक–2022/सीई–1/सीटी/जीसीसी – 2022/पॉलिसी नयी दिल्ली दि० 27.04.2022 के माध्यम से जारी) कार्य की अवधि–स्कोप ऑफ वर्क के अनुसार सप्लाई, इंस्टालेशन, टेस्टिंग एवं कमीशनिंग हेतु–स्वीकृति पत्र जारी होने की तिथि से 09 माह तक। वारंटी/गारंटीः–
● हाइड्रेन्ट पाइपलाइन हेतुः–कमीशनिंग तिथि से 18 माह तक। ● पाइप्स/फिटिंग्स/ वाल्ब्स/इक्विपमेंट्स इत्यादि हेतुः–कमीशनिंग/फिटमेंट तिथि से 18 माह या ओइएम द्वारा निर्धारित वारंटी/गारंटी–इन दोनों में से जो अधिक हो। इ नि० बंद होने की तिथि एवं समय : दिनांक 11.07.2026 को समय 13.30 बजे। इ नि० खुलने की तिथि एवं समय : दिनांक 11.07.2026 को समय 14.00 बजे। ● निविदाकार निविदा को दि०– 11.07.2026 को समय 13.30 बजे तक आनलाइन जमा कर सकेंगे। ● पूर्ण विवरण एवं निविदा को प्रस्तुत करने के लिए भारतीय रेलवे के वेबसाइट www.ireps.gov.in को देखें।

वमंयांई/समाडि/वाराणसी

मुजाधि/यॉत्रिक - 41

गाड़ियों की छतों व पायदान पर कदापि यात्रा न करें।

पूर्वोत्तर रेलवे — **पैकिंग/रेपिंग हेतु ई–नीलामी**

भारतीय रेलवे में पंजीकृत वेंडरों के लिए पूर्वोत्तर रेलवे के वाराणसी मण्डल के सिवान एवं मऊ स्टेशन पर पार्सल की पैकिंग/रेपिंग कार्य हेतु 03 वर्ष की अवधि के लिए ठेका आवंटित करने हेतु ई–नीलामी। भारत के राष्ट्रपति एवं उनकी ओर से वरिष्ठ मण्डल वाणिज्य प्रबंधक, पूर्वोत्तर रेलवे के वाराणसी मण्डल द्वारा सिवान एवं मऊ स्टेशन पर पार्सल की पैकिंग/रेपिंग कार्य हेतु 03 वर्ष की अवधि के लिए ठेका आवंटित करने हेतु ई–नीलामी आमंत्रित की जाती है।
पैकिंग/रेपिंग हेतु ई–नीलामी किये जाने का विवरण निम्नवत है:–

क्र.सं.	कार्य का विवरण	ई–नीलामी कैटलाग सं.	ई–नीलामी तिथि	ई–नीलामी का समय
1.	सिवान स्टेशन पर लगेज/मोटरसाइकिल/पार्सल की पैकिंग/रेपिंग का कार्य	BSB-LW-MAU-223	26-06-2026	11:00-11:40
2.	मऊ स्टेशन पर लगेज/मोटरसाइकिल/पार्सल की पैकिंग रेपिंग का कार्य		26-06-2026	11:00-11:50
जमानत राशि (रु. में)		कॉन्ट्रेक्ट की वार्षिक कीमत का 10%		
1.	गाड़ी संख्या 22536 का FSLR काम्पर्टमेंट का लीजिंग	BSB-LEASING-225	25-06-2026	11:00-11:30
2.	गाड़ी संख्या 22132 का RSLR काम्पर्टमेंट का लीजिंग	BSB-LEASING-221	26-06-2026	11:00-11:30
3.	गाड़ी संख्या 22132 का FSLR काम्पर्टमेंट का लीजिंग		26-06-2026	11:00-11:40
4.	गाड़ी संख्या 13138–37 का VPU का लीजिंग	BSB-LEASING-226	30-06-2026	11:00-11:30
5.	गाड़ी संख्या 13122–21 का VPU का लीजिंग		30-06-2026	11:00-11:40
जमानत राशि (रु. में) (For SLR)	EMD amount will be equivalent to 10 trips lump-sum leased freight subject to minimum of Rs. 5 lakh.			
जमानत राशि (रु. में) (For VPU)	EMD amount will be equivalent to 5 round trips lump-sum leased freight subject to minimum of Rs. 10 lakh.			
बेवसाईट पता	www.ireps.gov.in			

नोट– 1. ई–नीलामी IREPS (E-Auction leasing Portal) पर निर्धारित तिथि एवं समय पर ऑनलाइन होगी। 2. ई–नीलामी (E-Auction) में भाग लेने के इच्छुक व्यक्ति द्वारा IREPS पोर्टल पर रु.10000/-+GST (Non Refundable) ऑनलाइन जमा कर एक बार पंजीकरण कराना आवश्यक है एवं साथ ही उसके पास भारतीय स्टेट बैंक (SBI) में चालू खाता हो जो IREPS से लिंक हो, अमानत राशि (EMD) का भुगतान/ कटौती ऑनलाइन उसी खाते से होगी। 3. ई–नीलामी (E-Auction) से सम्बन्धित नियम एवं शर्तों की पूर्ण जानकारी IREPS पोर्टल (www.ireps.gov.in) के E-Auction leasing Section में उपलब्ध है।

मुजाधि/वाणिज्य–64 — मण्डल रेल प्रबन्धक (वाणिज्य), वाराणसी

ट्रेनों में बीड़ी/सिगरेट न पियें

त्रिदेव मंदिर में 132 भूदेव युगल का सम्मान

वाराणसी (जनमुख डेस्क)। लंका मार्ग दुर्गाकुंड स्थित त्रिदेव मंदिर में रविवार को त्रिदेव मंदिर सेवक परिवार की ओर से अधिक मास के पावन पर्व पर 132 भूदेव युगल को विधिवत भोज करा कर किया सम्मान। सर्वप्रथम तीनों विग्रह श्री रानी सती सालासर हनुमान जी खाटू श्याम जी की स्वदेशी फूलों से अलौकिक झांकी सजाई गई तथा अनेक प्रकार के व्यंजन का भोग लगाया गया। संस्था के अध्यक्ष भरत सराफ मंत्री राधे गोविंद केजरीवाल के नेतृत्व में वैदिक मंत्रो के साथ 132 ब्राह्मण युगलों को भोजन कराया गया। त्रिदेव मंदिर सेवक परिवार के अध्यक्ष भरत सराफ मंत्री राधे गोविंद केजरीवाल अनुप सराफ के साथ त्रिदेव मंदिर सेवक परिवार के सदस्य सभी ब्राह्मण युगल को छाता देकर सम्मानपूर्वक विदा किया गया।

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

जौनपुर समाचार

गौशाला चौकीदार को रॉड से हमला कर मार डाला, शख्स की हत्या कर शव नाले में फेंका

जौनपुर। जिले के मछलीशहर थाना क्षेत्र में एक व्यक्ति (35) की हत्या कर उसका शव बरेला ताल से जल निकासी के लिए बने नाले में फेंक दिया गया। मृतक के गले पर सूजन और उसका चेहरा पत्थर से वार कर कूंच दिया गया था। पुलिस ने ग्राम प्रधान की तहरीर पर अज्ञात व्यक्ति के खिलाफ हत्या का मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। उधर, जिले के जलालपुर थाना क्षेत्र के सुरहुरपुर गांव स्थित गौशाला में कार्यरत चौकीदार की शनिवार रात हत्या कर दी गई। हमलावरों ने उसके सिर पर लोहे की रॉड से वार कर मौत के घाट उतार दिया। घटना की जानकारी रविवार सुबह होने पर क्षेत्र में सनसनी फैल गई। जानकारी के अनुसार बरसठी थाना क्षेत्र के अपनानगर गांव निवासी 55 वर्षीय भुवर सरोज सुरहुरपुर स्थित गौशाला में चौकीदार के रूप में कार्यरत थे। शनिवार रात अज्ञात परिस्थितियों में उनके सिर पर लोहे की रॉड से हमला किया गया, जिससे उनकी मौके पर ही मौत हो गई।

सुल्तानपुर समाचार

16 जून से बजेगी शहनाई, मांगलिक कार्यों की होगी रौनक

सुल्तानपुर। धार्मिक दृष्टि से महत्वपूर्ण अधिकमास का समापन सोमवार को सोमवती अमावस्या के साथ होगा। इसके साथ ही 16 जून से विवाह सहित सभी मांगलिक कार्यों का शुभारंभ होगा। यह शुभ दौर 12 जुलाई तक चलेगा।

अधिकमास में मांगलिक कार्य वर्जित थे। इसी कारण पिछले एक महीने से शुभ कार्यों पर विराम लगा हुआ था। जून और जुलाई में विवाह के लिए कुल 10 शुभ मुहूर्त हैं। इन मुहूर्तों में बड़ी संख्या में जोड़े विवाह बंधन में बंधेंगे। 15 जुलाई को 11:08 बजे गुरु अस्त हो जाएंगे। इसके बाद अगले चार महीनों तक विवाह और अन्य मांगलिक कार्यों पर रोक रहेगी। शहनाइयों की गूंज फिर 20 नवंबर से 12 दिसंबर तक सुनाई देगी। विवाह का मौसम शुरू होने से बाजारों में रौनक बढ़ने लगी है।

आजमगढ़ समाचार

बरामदे में टीन शेड के नीचे लोहे की रॉड में गमछे के सहारे लटका मिला युवक का शव

आजमगढ़। बरदह थाना क्षेत्र के ऊसरगावा गांव में रविवार की सुबह तबरेज शेख (35) का शव घर के बरामदे में टीन शेड के नीचे लोहे की रॉड से गमछे के सहारे लटका मिला। पुलिस ने शव पोस्टमार्टम के लिए भेजा है। और मामले की जांच शुरू कर दी है। पत्नी फातमा बानो ने बताया कि उनके पति मोहम्मद तबरेज शेख रात में खाना खाने के बाद सोने चले गए थे। बिजली नहीं होने के कारण तबरेज बाहर चारपाई पर सो गए थे। सुबह पांच बजे जब पत्नी ने दरवाजा खोला तो पति को गमछे के सहारे लटका देखा, इसके बाद उन्होंने ग्रामीणों को बुलाया। उन्होंने बताया कि तबरेज एक महीने पहले मुंबई से घर आए थे। रविवार को उन्हें वापस मुंबई जाना था। मृतक चार भाइयों में सबसे छोटे थे। परिवार के अन्य सदस्य भी मुंबई में रहते हैं। सीओ लालगंज भूपेश पांडेय ने बताया कि रिपोर्ट आने के बाद ही मौत के कारणों की पुष्टि होगी। पुलिस सभी पहलुओं पर मामले की जांच कर रही है।

मऊ समाचार

सांप के काटने से महिला की मौत

रतनपुरा। हलधरपुर थाना क्षेत्र के मुबारकपुर कुंआरीडीह निवासी प्रमिला (48) की रविवार की सुबह सर्पदंश से मौत हो गई। प्रमिला भोर में 4:30 बजे शौच के लिए उठी थीं। अभी बिस्तर से उठने के लिए पैर नीचे ही किया कि तभी जहरीले सांप ने काट लिया। कुछ देर बाद इस बात की जानकारी हुई तो परिजन उन्हें अमवा की सती माई के स्थान पर ले गए। वहां झाड़ फूंक के बाद भी सुधार नहीं हुआ तो मऊ स्थित निजी अस्पताल में भर्ती कराया, वहां जांच के बाद डॉक्टर ने मृत घोषित कर दिया। बृजकिशोर ने बताया कि वह परिवार के साथ कच्चे मकान में रहते हैं। मिट्टी की दीवार होने के कारण सांप घर में प्रवेश कर गया था। प्रमिला अपने पीछे दो बेटियों और एक बेटे को छोड़ गईं। हलधरपुर थानाध्यक्ष भगवान राम ने बताया कि शव को पोस्टमार्टम के लिए जिला अस्पताल भेजा गया है।

भदोही समाचार

बाइक सवार तीन दोस्तों को ट्रक ने मारी टक्कर, दो की मौत, एक गंभीर

गोपीगंज। नगर के शहीद तिराहा मिर्जापुर मोड़ पर शुक्रवार की देर रात ट्रक में बाइक की टक्कर हो गई। हादसे में बाइक सवार विकास यादव उर्फ अक्का (35) निवासी भोगांव और अमन मिश्रा (25) निवासी विठ्ठलपुर की मौत हो गई। वहीं शुभम यादव (22) निवासी कठारी गंभीर रूप से घायल हो गया। अमन जहां परिवार का इकलौता पुत्र था। वहीं विकास की शादी अभी 40 दिन पहले ही हुई थी। पुलिस ने घायल को अस्पताल पहुंचाया। जहां उसकी हालत चिंताजनक होने पर ट्रामा सेंटर रेफर किया गया। भोगांव निवासी विकास यादव कठारी निवासी शुभम और विठ्ठलपुर निवासी अमन मिश्रा दोस्त थे। वे शुक्रवार की रात करीब 10 बजे एक बाइक पर सवार होकर गोपीगंज की तरफ आ रहे थे। बताया जा रहा है कि राष्ट्रीय राजमार्ग शहीद तिराहा पर लाई लादकर मिर्जापुर की ओर घूम रहे मिनी ट्रक में भिड़ गए। टक्कर इतनी तेज हुई की बाइक क्षतिग्रस्त हो गई। घटना में बाइक चला रहे विकास यादव की मौके पर मौत हो गई।

वहीं अमन और शुभम गंभीर रूप से घायल हो गए। घायलों को राहगीरों ने अस्पताल पहुचाया। चौकी प्रभारी शशांक बाजपेयी पुलिस टीम के साथ अस्पताल पहुंच गए। घायलों को प्राथमिक उपचार के बाद ट्रामा सेंटर वाराणसी रेफर कर दिया गया।

गाजीपुर समाचार

चलती ट्रेन से कूदने के प्रयास में यात्री की मौत

औड़िहार। सैदपुर कोतवाली के औड़िहार रेलवे स्टेशन के प्लेटफॉर्म नंबर पांच से रविवार को 09526 ईटानगर हापा स्पेशल सुपरफास्ट ट्रेन रन थ्रू गुजर रही थी। इस दौरान चलती ट्रेन से एक यात्री ने कूदने का प्रयास किया। यात्री का बैग गेट में फंस गया और यात्री ट्रेन से प्लेटफॉर्म पर गिरते ही ट्रैक पर चला गया। हादसे में यात्री की मौत हो गई। मृतक की शिनाख्त बस्ती जनपद के अजिगवा जंगल बहसना निवासी साकेत मणि त्रिपाठी (32) के रूप में हुई। जीआरपी ने शव को मॉर्च्यूरी में सुरक्षित रखवा दिया। जीआरपी के उपनिरीक्षक प्रभात चंद्र पाठक ने बताया कि ईटानगर हापा स्पेशल सुपरफास्ट ट्रेन प्लेटफॉर्म संख्या पांच से दोपहर 2.15 बजे रन थ्रू पास हो रही थी। इस बीच एक यात्री ने चलती हुई ट्रेन से कूदने का प्रयास किया। उसका बैग गेट में फंस गया और वह प्लेटफॉर्म पर गिर गया।

प्रयागराज समाचार

मार्निंग वॉक पर निकले बुजुर्ग की गोली मारकर हत्या, इविवि के पास छोटे बेटे ने दिया घटना को अंजाम

प्रयागराज। कर्नलगंज के विश्वविद्यालय पुलिस चौकी से 50 मीटर की दूरी पर शनिवार सुबह सरेआम पिता रामदुलारे कोरी (70) की गोली मारकर हत्या कर दी गई। सबसे छोटे बेटे अखिलेश उर्फ शिवा उर्फ शीबू अपने दोस्त के साथ मिलकर वारदात को अंजाम दिया। पिता के सीने में तमंचा सटाकर गोली मार रहे बेटे की हरकत सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई। पिता को भरण-पोषण का खर्च देने से बचने के लिए हत्या की वजह सामने आई है। घटना के बाद से मृतक रामदुलारे की पत्नी कलावती, चार बेटे और एक बेटी के फरार होने से पुलिस को इन सभी पर शक गहरा गया है। बहरहाल कर्नलगंज पुलिस ने बेटे जितेंद्र की शिकायत पर हत्या की एफआईआर दर्ज कर ली है। शिवकुटी के लाला की सराय निवासी रामदुलार पिछले करीब ढाई साल से नैनी स्थित एक वृद्धाआश्रम में रहते थे। घर में उनकी पत्नी कलावती अपने छह बेटे राजकुमार, जितेंद्र, शलैंद्र, सुरेंद्र, वीरेंद्र, अखिलेश और एक बेटी ललिता के साथ रहती हैं। जबकि बड़ी बेटी नीलम की शादी हो चुकी है। शुक्रवार शाम रामदुलारे नैनी से अपने घर आए थे। अगली सुबह करीब 6:15 बजे वह बेटे जितेंद्र को कहकर निकले की शाम को वापस घर आ जाऊंगा। सुबह सात बजे जैसे ही वह विश्वविद्यालय पुलिस चौकी से चंद दूर लल्ला चुंगी चौराहे पर पहुंचे तो बाइक सवार बदमाश ने उन्हें गोली मार दी। हैरानी की बात है कि गोली चलने की आवाज किसी को सुनाई तक नहीं दी। जैसे ही वह बीच सड़क पर गिरे तो आसपास के लोगों ने मामले की सूचना पुलिस को दी। एसआरएन में उपचार के दौरान डॉक्टरों ने बताया कि रामदुलारे को गोली मारी गई है, उनके सीने में एक गोली फंसी है। पुलिस ने आधार कार्ड से मृतक की पहचान कर मामले की सूचना परिजनों को दी। छड़ी के सहारे पैदल जा रहे थे रामदुलारे, सीने पर सटाकर मारी गोली घटनास्थल पर लगे कैमरे में फुटेज पूरी पोल खुल गई।

देवरिया समाचार

आधी रात में घर से निकले युवक का सड़क पर मिला शव

गौरी बाजार। गोरखपुर-देवरिया मुख्य मार्ग पर मझने नाला पुल के पास युवक का शव सड़क पर मिला। घर से 200 मीटर की दूरी पर हुए हादसे की जानकारी परिजनों को सुबह टहलने निकले लोगों ने दी। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। आशंका जताई जा रही है कि किसी अज्ञात वाहन ने युवक को रौंद दिया होगा। ग्राम भटौली बुजुर्ग निवासी रिंकू पासवान (35) पुत्र सीताराम का घर देवरिया मुख्य मार्ग पर है। शनिवार रात दो बजे के बाद बाद रिंकू परिजनों को बिना बताए घर से मझने नाला की तरफ निकल गया। सुबह टहलने निकले लोगों ने सड़क के किनारे मृत पड़े रिंकू को देखकर परिजनों को सूचित किया। रिंकू का दोनों पैर व हाथ टूट गया था। शरीर पर जगह-जगह चोट के निशान थे। बताया जाता है कि वह किसी वाहन की चपेट में आ गया होगा।

गोरखपुर समाचार

विश्व रक्तदाता दिवस पर गोरखपुर-बस्ती मंडल में 200 लोगों का रक्तदान, आप भी बनिए महादानी

गोरखपुर। फाउंडेशन की ओर से रविवार को विश्व रक्तदाता दिवस पर स्वैच्छिक रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। गोरखपुर-बस्ती मंडल में 200 लोगों ने उत्साहपूर्वक रक्तदान कर मानवता की मिसाल पेश की और महादानी बने।

गोरखपुर शहर में तीन स्थानों एम्स, बीआरडी मेडिकल कॉलेज और जिला अस्पताल में रक्तदान शिविर में सुबह नौ बजे से दोपहर दो बजे तक 94 लोगों ने रक्तदान कर दूसरों की जान बचाने का जज्बा दिखाया। एम्स में कार्यकारी निदेशक डॉ. विभा दत्ता ने शिविर का उदघाटन किया। इस दौरान कुल 34 महादानियों ने दूसरों की जान बचाने के लिए रक्तदान किया।

जिला अस्पताल में रक्तदान शिविर का शुभारंभ मुख्य अतिथि मेयर डॉ. मंगलेश श्रीवास्तव ने किया।

विशिष्ट अतिथि मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. राजेश झा और प्रमुख चिकित्सा अधीक्षक डॉ. ओपी सिंह ने रक्तदान करने वालों को प्रमाण पत्र दिया। यहां 41 लोगों ने रक्तदान किया।

बलिया समाचार

पेड़ पर लकड़ी काटते समय हाईटेंशन तार की चपेट में आए वृद्ध की मौत

बैरिया। रेवती थाना क्षेत्र के अधिसिझुआ गांव में लकड़ी काटने के लिए पेड़ पर चढ़े रिखम सिंह (66) की हाईटेंशन तार की चपेट में आने से मौत हो गई। अधिसिझुआ गांव निवासी रिखम सिंह (66) शनिवार की शाम गांव के किनारे स्थित एक पेड़ पर लकड़ी तोड़ने के लिए चढ़े थे। पेड़ के ऊपर से 11 हजार वोल्ट का हाईटेंशन तार गुजरा है। इसी दौरान वह तार की चपेट में आ गए और झुलस गए। मौके पर पहुंचे ग्रामीणों ने सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र सोनबरसा पहुंचाया। वहां से चिकित्सकों ने जिला अस्पताल रेफर कर दिया। बाद में उन्हें बलिया ट्रॉमा सेंटर में भर्ती कराया गया, जहां शनिवार और रविवार की दरमियानी रात उपचार के दौरान उनकी मौत हो गई। रविवार सुबह करीब सात बजे पुलिस ट्रॉमा सेंटर पहुंची और शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

मीरजापुर समाचार

रजिस्ट्रार चिटफंड सोसाइटी कार्यालय की स्थापना पर नगर विधायक का जताया आभार

मीरजापुर। जनपद मीरजापुर में रजिस्ट्रार चिटफंड एवं सोसाइटीज कार्यालय की स्थापना होने पर मान्यता प्राप्त निजी स्कूल एसोसिएशन, मीरजापुर (उत्तर प्रदेश) के प्रतिनिधिमंडल ने नगर विधायक रत्नाकर मिश्र से भेंट कर उनका आभार व्यक्त किया तथा प्रशस्ति पत्र भेंट कर सम्मानित किया। इस अवसर पर एसोसिएशन के अध्यक्ष घनश्याम ओझा ने विधायक रत्नाकर मिश्र को प्रशस्ति पत्र प्रदान करते हुए कहा कि जनपद में रजिस्ट्रार चिटफंड एवं सोसाइटीज कार्यालय की स्थापना वर्षों से लंबित एक महत्वपूर्ण मांग थी, जो आपके विशेष प्रयासों और सकारात्मक पहल से पूरी हो सकी है। उन्होंने कहा कि इस कार्यालय के स्थापित होने से विन्ध्याचल मंडल के अंतर्गत संचालित विभिन्न समितियों, संस्थाओं, फर्मों एवं निजी विद्यालयों को बड़ी राहत मिलेगी। श्री ओझा ने कहा कि अब सोसाइटी के पंजीकरण, नवीनीकरण तथा अन्य प्रशासनिक कार्यों के लिए लोगों को जनपद एवं मंडल से बाहर नहीं जाना पड़ेगा। इससे समय, धन और श्रम की बचत होगी तथा स्थानीय स्तर पर ही आवश्यक सेवाएं उपलब्ध हो सकेंगी। उन्होंने कहा कि इस निणर्य से सामाजिक, शैक्षिक एवं व्यावसायिक संगठनों में व्यापक प्रसन्नता का माहौल है।

नगर विधायक रत्नाकर मिश्र ने प्रतिनिधिमंडल के सदस्यों का स्वागत करते हुए कहा कि जनहित से जुड़े कार्यों को प्राथमिकता देना उनका दायित्व है। उन्होंने विश्वास दिलाया कि क्षेत्र के विकास एवं जनसुविधाओं के विस्तार के लिए वे आगे भी निरंतर प्रयासरत रहेंगे। इस दौरान विधायक ने प्रतिनिधिमंडल के सभी सदस्यों को चुनरी ओढ़ाकर सम्मानित किया तथा अपनी प्रसन्नता व्यक्त की। कार्यक्रम सौहार्दपूर्ण वातावरण में संपन्न हुआ।

प्रतिनिधिमंडल में एसोसिएशन के संरक्षक विश्वजीत दुबे, अध्यक्ष घनश्याम ओझा, वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुरेंद्र देव पांडेय, कार्यकारी महामंत्री अश्वनी कुमार यादव, मंत्री अनिकेश ओझा, मीडिया प्रभारी अभिषेक सिंह, वरिष्ठ साहित्यकार सलिल पांडेय, विष्णुकांत पांडेय, संतोष श्रीवास्तव सहित अन्य सदस्य उपस्थित रहे।

चंदौली समाचार

लाचार कदमों ने तोड़ दिया हौसला, घर में फंदे से लटका मिला युवक

नौगढ़। क्षेत्र के बाघी गांव में रविवार को सुबह बिहार के कैमूर जिले के 24 वर्षीय युवक का शव कमरे में फंदे से लटका मिला। एक साल पहले दुर्घटना में उसके पैर बुरी तरह जख्मी हो गए थे। डॉक्टरों ने पैर काटने की सलाह दी थी, जिसके बाद से वह तनाव में रहा था। वह अपनी बहन के घर रह रहा था।

धीरज यादव (24) बिहार के कैमूर जिले के दीघार गांव का निवासी था। वह अपनी बहन सोनी यादव और बहनोई के घर बाघी गांव में रहकर इलाज करा रहा था। परिवार के लोगों ने बताया कि एक साल पहले धीरज सड़क दुर्घटना का शिकार हो गया था, जिसमें उसका पैर बुरी तरह जख्मी हो गया। लंबे इलाज के बावजूद उसके पैर में सुधार नहीं हुआ। परिजनों ने बताया कि हाल ही में डॉक्टरों ने जांच के बाद कहा था कि पैर काटना पड़ेगा, अन्यथा संक्रमण पूरे शरीर में फैल सकता है। इसके बाद से धीरज काफी परेशान और गुमसुम रहने लगा था। रविवार को सुबह जब बहन सोनी यादव भाई को जगाने उसके कमरे में पहुंची तो दरवाजा अंदर से बंद मिला। काफी आवाज लगाने और दरवाजा खटखटाने के बावजूद कोई प्रतिक्रिया नहीं हुई। आशंका होने पर किसी तरह दरवाजा खोला गया तो अंदर का दृश्य देखकर सभी स्तब्ध रह गए। धीरज का शव कमरे के अंदर दरवाजे की कुंडी से साड़ी के सहारे लटका हुआ था। यह दृश्य देखते ही बहन की चीख निकल गई।

सोनभद्र समाचार

सीडीओ ने की शुरुआत, 21 जून को सलखन फॉसिल्स पार्क में होगा कार्यक्रम

सोनभद्र। जनपद में 21 जून को मनाए जाने वाले अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियां व्यापक स्तर पर शुरू हो गई हैं। मुख्य विकास अधिकारी (सीडीओ) जागृति अवस्थी ने योग दिवस से एक सप्ताह पूर्व ही सामूहिक योग प्रोटोकॉल का पूर्वाभ्यास प्रचलित करके जिला कलेक्ट्रेट परिसर में इसका शुभारंभ किया। मुख्य आयोजन 21 जून को सलखन फॉसिल्स पार्क में होगा, जिसमें जनप्रतिनिधियों, अधिकारियों, कर्मचारियों तथा आम नागरिकों की सहभागिता रहेगी।

सीडीओ अवस्थी ने बताया कि जिले के विभिन्न स्थानों पर सामूहिक योगाभ्यास कराया जा रहा है। इनमें आयुर्वेदिक चिकित्सालय, विद्यालय, ग्राम पंचायतें, अमृत सरोवर और कलेक्ट्रेट परिसर सहित कई सरकारी संस्थान शामिल हैं। इसका उद्देश्य अधिक से अधिक लोगों को योग के प्रति जागरूक करना और उन्हें नियमित योग करने के लिए प्रेरित करना है। यह कार्यक्रम पूरे सप्ताह तक जारी रहेगा।

जागृति अवस्थी ने कहा कि योग केवल बीमारियों को दूर करने का साधन नहीं है, बल्कि यह स्वस्थ और फिट जीवनशैली का आधार भी है। आज की भागदौड़ भरी जि-ंदगी में मानसिक और शारीरिक रूप से स्वस्थ रहने के लिए योग अत्यंत आवश्यक है।

उन्होंने बताया कि योग की विशेषता यह है कि यह हर व्यक्ति की आवश्यकता के अनुसार अलग-अलग प्रकार से लाभ पहुंचाता है। सीडीओ ने जोर दिया कि योग पूरी तरह भारतीय संस्कृति और परंपरा की देन है, जिसे आज विश्व स्तर पर सम्मान और स्वीकार्यता प्राप्त है। कई देशों में मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए योग आधारित कार्यक्रम संचालित किए जा रहे हैं, यहां तक कि कुछ अस्पतालों में भी उपचार प्रक्रिया के दौरान योगाभ्यास कराया जाता है।

उन्होंने जनपदवासियों से अपील की कि वे योग को अपनी दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाएं और स्वस्थ, संतुलित एवं सकारात्मक जीवन के लिए नियमित योगाभ्यास करें।

लाइफ मंत्र

क्यों करवाया जाता है बच्चों का मुंडन संस्कार, जानिए इससे जुड़ी मान्यताओं का रोचक सच

हिंदू धर्म में 16 संस्कारों को बहुत अहम माना गया है। मनुष्य जन्म लेकर मरने तक कई तरह के संस्कार व रीति रिवाज़ों से गुज़रता है। ये संस्कार कुल 16 तरह के होते है इसलिए इन्हें 16 संस्कार कहा जाता है। बता दें कि इन 16 संस्कारों का अपना एक अलग महत्व होता है। ये 16 संस्कार गर्भधारण से लेकर मृत्यु तक किए जाते हैं। ऐसे में इन 16 संस्कारों में से एक बहुत ही महत्वपूर्ण संस्कार की बात करें तो वे है चूड़ाकर्म संस्कार जिसे मुंडन भी कहा जाता है। इस संस्कार के दौरान बच्चे के बालों को उतरवाना अर्थात मुंडवा देने की प्रथा होती है। लेकिन क्या आपने कभी

ये सोचा है कि आखिर क्यों हिंदू धर्म में बच्चों का मुंडन किया जाता है। तो आइए जानते हैं 16 संस्कारों में से एक मुंडन संस्कार के महत्व के बारे में-

हिंदू धर्म में मुंडन की परंपरा बहुत पहले से चली आ रही है और मुंडन हमेशा किसी पवित्र व धार्मिक स्थान पर ही किए जाते हैं। मुंडन को लेकर कुछ मान्यताए प्रचलित है जिनके अनुसार मुंडन कराना अनिवार्य होता है। मान्यताओं के अनुसार, माता के गर्भ से जन्म के बाद बच्चे के सिर पर कुछ बाल होते है जिन्हें अपवित्र व अशुद्ध माना जाता है। ऐसे में जब किसी बच्चे के मुंडन करवाए जाए तो माना जाता है कि इससे बच्चा पवित्र होता है और उसके पूर्व जन्म के किए गए पापों और शापों का नाश होता है। इसके अलावा हिंदू धर्म पुराणों की मानें तो गर्भावस्था के समय की अशुद्धियां को दूर करने के लिए और बच्चें में तेज और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए भी मुंडन संस्कार किए जाते है साथ ही ऐसी भी मान्यता है कि इससे बच्चा दीर्घायु होता है। इसके अलावा बच्चे के बाल उतरवाने के पीछे कुछ वैज्ञानिक कारण भी बताए जाते हैं। ऐसा मानना है कि जब बच्चा जन्म लेता है तब उसके बालों में कई तरह के बैक्टीरिया और कीटाणु होते है जिसकी वजह से उन्हें हटाना ज़रुरी होता है। इसके अलावा बच्चे के सिर की त्वचा में भी गंदगी होती है जिसे सही तरह से साफ करने के लिए भी बालों को हटाना ज़रुरी होता है। बाकी के शुभ कार्यों की तरह ही बच्चे के मुंडन करवाने के लिए भी शुभ मुहूर्त और तिथि देखना अनिवार्य मानी जाती है। इसके अलावा बच्चे के जन्म लेने के 1 वर्ष के अंत या 3 वर्ष, 5 या 7वे वर्ष में मुंडन करवाने की प्रथा है। इसके अलावा कुछ लोग बच्चे के सवा माह के पूरे होते ही धार्मिक स्थान पर जाकर मुंडन करवा देते हैं। हिंदू पंचांग के अनुसार बच्चे के मुंडन करवाने के लिए जो सही तिथि मानी जाती है वे है द्वितीया, तृतीया, पंचमी, सप्तमी, दशमी, एकादशी और त्रयोदशी। बता दे कि मुंडन के लिए ये सभी तिथियां शुभ मानी जाती है।

Skincare Mistake: मॉइस्चराइजर लगाने की ये गलती आपको बना रही बूढ़ा, चेहरे पर आ जाएंगी Wrinkles

क्या आप जानती हैं कि नहाने या चेहरा धोने के बाद आपको मॉइस्चराइजर कैसे लगाना चाहिए। चेहरा धोने के बाद सही तरीके से मॉइस्चराइजर लगाना आपके चेहरे की रौनक तय कर सकता है। हर किसी की चाहत होती हैं कि उनकी स्किन निखरी, खूबसूरत और जवां दिखे। जिसके लिए महिलाएं कई महंगे फेस वॉश से लेकर तरह-तरह की क्रीम और सीरम का इस्तेमाल करती हैं। लेकिन क्या आप जानती हैं कि नहाने या चेहरा धोने के बाद आपको मॉइस्चराइजर कैसे लगाना चाहिए। चेहरा धोने के बाद सही तरीके से मॉइस्चराइजर लगाना आपके चेहरे की रौनक तय कर सकता है। अक्सर नहाने के बाद तौलिए से फेस को पूरी तरह से सुखा लिया जाता है और फिर मॉइस्चराइजर लगाते हैं। अगर आप भी ऐसा करती हैं, तो रुक जाएं, क्योंकि यह छोटी सी गलती आपकी स्किन को समय से पहले बूढ़ा बना सकती है।

सूखे चेहरे पर मॉइस्चराइजर लगाना गलत

मॉइस्चराइजर का मुख्य काम स्किन में नमी पैदा करना नहीं बल्कि नमी को 'लॉक' करना होता है। जब आप तौलिए से फेस रगड़कर सुखा लेती हैं, तो स्किन की ऊपरी सतह पर पानी की एक भी बूंद नहीं बचती है। ऐसे में जब आप ड्राई फेस पर मॉइस्चराइजर लगाती हैं, तो मॉइस्चराइजर को लॉक करने के लिए कोई नमी नहीं मिलती है। जिसकी वजह से मॉइस्चराइजर आपकी स्किन के ऊपर एक परत बना देती है और अंदर तक नहीं जा पाती है। इससे कारण आपकी स्किन रूखी और बेजान लगती है।

क्या है इसके पीछे का रीजन

आजकल अधिकतर मॉइस्चराइजर में ग्लिसरीन या हायल्यूरॉनिक एसिड जैसे तत्व पाए जाते हैं। इनको 'ह्यूमेक्टेंट्स' कहा जाता है। इसका काम स्पंज की तरह पानी को सोखकर त्वचा को प्लंप और जवां बनाए रखना होता है। लेकिन अगर आप ड्राई स्किन पर मॉइस्चराइजर लगाती हैं, तो सतह पर पानी न होने की वजह से यह तत्व आपकी त्वचा की गहरी परतों से पानी खींचने लगते हैं। जिससे आपकी स्किन अंदर से अधिक डिहाइड्रेट हो जाती है। लंबे समय तक ऐसा करने से फेस पर फाइन लाइंस और झुर्रियां जल्दी आने लगती हैं। जिससे आप अपनी उम्र से ज्यादा बड़ी दिखने लगती हैं।

मॉइस्चराइजर लगाने का सही तरीका

स्किन एक्सपर्ट की मानें, तो हमेशा 'डैम्प स्किन' यानी कि हल्के गीले चेहरे पर मॉइस्चराइजर लगाना चाहिए। इसको 3 मिनट रूल भी कहा जाता है। नहाने या मुंह धोने के बाद चेहरे को तौलिए से नहीं रगड़ना चाहिए। बस हल्के हाथों से चेहरे को थपथपाएं। आपके फेस पर हल्की नमी होनी चाहिए। स्किन से पानी नहीं टपकना चाहिए। बस छूने पर चेहरा हल्का गीला महसूस होना चाहिए। वहीं फेस वॉश के 2-3 मिनट के अंदर मॉइस्चराइजर लगाना चाहिए। हल्के गीले फेस पर मॉइस्चराइजर लगाने से क्रीम उस पानी को सोख लेती है। वहीं नमी को स्किन के अंदर लॉक कर देती है।

इस बात का रखें ध्यान

अगर आप सूखे चेहरे की जगह हल्के गीले फेस पर मॉइस्चराइजर लगाना शुरूकर देते हैं। तो कुछ ही समय बाद आपको स्किन में एक जादुई बदलाव नजर आएगा। वहीं आपकी स्किन ज्यादा हाइड्रेटेड, ग्लोइंग और जवां दिखने लगेगी।

50 की उम्र में पाएं Bollywood Diva वाला लुक, सलवार सूट के लिए फॉलो करें ये Fashion Tips

50 की उम्र में भी बॉलीवुड एक्ट्रेस जैसा स्टाइलिश और एलिगेंट दिखना अब मुश्किल नहीं है; सही फिटिंग, सॉफ्ट फैब्रिक, और मिनिमल ज्वेलरी जैसे कुछ खास सलवार सूट स्टाइलिंग टिप्स अपनाकर आप ग्रेसफुल और जवां नजर आ सकती हैं।

उम्र चाहे कोई-सी भी हो, बस आपको स्टाइलिश दिखना बेहद जरुरी है। क्या आप भी 50 के उम्र के पड़ाव पर पहुंच गई हैं। लेकिन खुद को हमेशा बूढ़ा फील करती हैं। अब ऐसी गलती बिल्कुल न करें। आप भी 50 की उम्र में एकदम स्टाइलिश दिख सकती हैं। अगर आप सलवार सूट वियर करती हैं, तो आपके पास खुद को इस उम्र में भी एलिगेंट और ग्रेसफुल लुक देने के लिए अधिक मदद करने की कोई आवश्यकता नहीं है। बस आप कुछ ही स्टाइल टिप्स को फॉलो करके एकदम बॉलीवुड दीवा जैसी दिख सकती हैं। आइए आपको इस लेख में बताते हैं आप कैसे अपने आउटफिट को लेकर बॉलीवुड एक्ट्रेस जैसा नजर आ सकती हैं।

सही फिटिंग वाला सलवार सूट चुनें

अगर आपका 50 की उम्र में थोड़ा वजन अधिक है, तो भी आप पतली नजर आ सकती हैं। सलवार सूट की फिटिंग का ध्यान रखकर, आप भी हीरोइन लग सकती हैं। 50 की उम्र में बहुत ज्यादा टाइट या जरुरत से ज्यादा ढीले कपड़े पहनने से बचें। ऐसे सलवार सूट का चयन करें, जो आपकी बॉडी शेप के अनुसार काफी फिट हो।

फैब्रिक का रखें खास ध्यान

जब भी आप सलवार सूट का फैब्रिक खरीदें, तो सबसे जरुरी है कि जॉर्जेट, सिल्क ब्लेंड, क्रेप, चिनॉन और कॉटन सिल्क फैब्रिक हो, क्योंकि यह आपको स्टाइलिश और शानदार लुक देगा। इस उम्र में आप ज्यादा भारी और कड़क फैब्रिक पहनने की बजाय ऐसे कपड़ों का चयन करें, जो आसानी से ड्रेप हो जाए और शरीर पर सुंदर नजर आएं।

सॉफ्ट और रिच कलर्स को दें प्राथमिकता

अब आप 50 की उम्र में रंगों से दूरी न बनाएं। बहुत-सी महिलाएं यह तय करने लगती हैं कि उम्र ज्यादा हो गई है, तो लोग यह न कहने लगे कि कितना चटक रंग पहनती है, वो भी इस उम्र में। जिसके चलते कई महिलाएं डार्क रंग के कपड़े लेने से बचती हैं। लेकिन बहुत ज्यादा नियॉन या चटक रंगों के कारण ज्वेल टोन और सॉफ्ट शेड्स आपको एकदम जवान बनाकर रखेगा।

ज्वेलरी रखें मिनिमल

किसी भी सलवार सूट के साथ ज्यादा हैवी ज्वेलरी पहनने से बचें। एक स्टेटमेंट ईयररिंग, मोती की माला या खूबसूरत कुंदन स्टड्स आपके पूरे लुक को खास बना सकता है। इस बात का ध्यान रखना है कि एलिगेंस का मतलब ओवरड्रेस नहीं होता, बल्कि लुक को बैलेंस्ड बनाना जरुरी है।

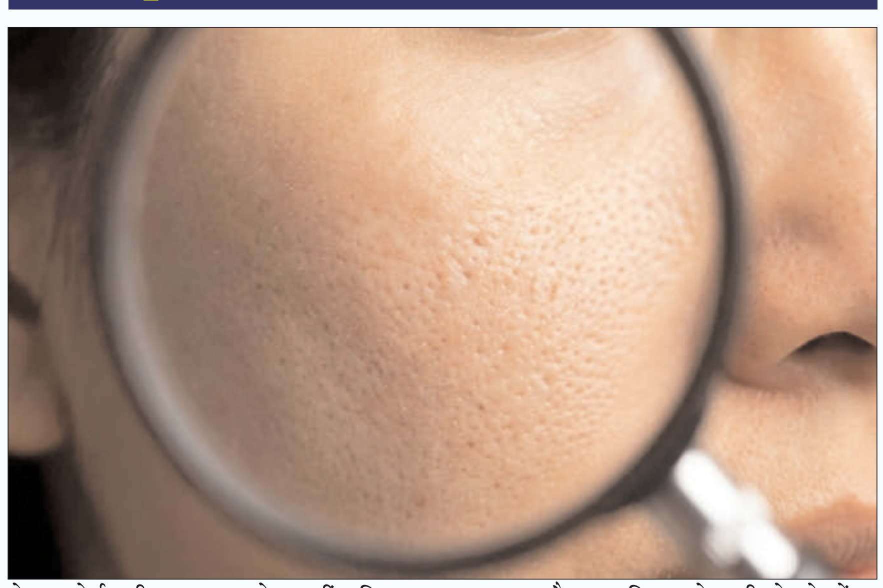
फुटवियर भी है जरूरी

गौरतलब है कि आपका फुटवियर का लुक ही आउटफिट में चार चांद लगाता है। सलवार सूट के साथ ब्लॉक हील्स, वेजेज या एम्बेलिश्ड जूतियां बहुत अच्छी लगती हैं। यदि आपको हील्स पहनने में परेशानी होती है तो स्टाइलिश फ्लैट फुटवियर भी बेहतरीन ऑप्शन हो सकता है।

दुपट्टा को स्मार्ट तरीके से कैरी करें

ऐसा जरुरी तो नहीं हर एक सलवार सूट के साछ दुपट्टा कैरी किया जा सके। यदि आपके सूट सेट के साथ दुपट्टा है तो उसे गर्दन से चिपकाकर या कंध पर पिनअप भी कर सकती हैं।

चेहरे के Open Pores से हैं परेशान? अपनाएं यह 3-Step Skin Care Routine, दिखेगा असर



ओपन पोर्स की समस्या को कम करने के लिए एक असरदार 3-स्टेप ब्यूटी रूटीन फायदेमंद हो सकता है। इसमें लोध्र-चावल का फेस पैक, बर्फ की मसाज और एलोवेरा जेल का उपयोग शामिल है, जो त्वचा के पोर्स को टाइट करने और स्किन टेक्सचर को स्मूथ बनाने में मदद करता है।

भागदौड़ भरी जिंदगी और ऊपर से खराब लाइफस्टाइल से स्ट्रेस भी बढ़ जाता है। ऐसे में गलत स्किन केयर रुटीन से त्वचा पर काफी असर देखने को मिलता है। जिसके बाद चेहरे पर ओपन पोर्स आ जाते हैं, जो कि ऑयली और कॉम्बिनेशन स्किन वाली महिलाओं को ज्यादा परेशान करते हैं।

ओपन पोर्स के कारण स्किन अपनी स्मूथनेस खो देती है। चेहरा अनइवन दिखने लगता है और मेकअप भी ठीक से सेट नहीं हो पाता है। ओपन पोर्स त्वचा के नेचुरल पोर्स होते हैं, जो सीबम और पसीने को बाहर निकालने का कार्य करते हैं। हालांकि जब त्वचा में ऑयल, डेड स्किन सेल्स और गंदगी जमा होने लगती है, तब ये पोर्स ज्यादा दिखने लगते हैं। लेकिन इनको पूरी तरह बंद नहीं किया जा सकता है। हालांकि, आप स्किन केयर करके इनको कम कर सकते हैं। वैसे यह पूरी तरह बंद नहीं किए जा सकते हैं। अगर सही केयर और रेगुलर रूटीन से कम किया जाए, तो ओपन पोर्स कम किए जा सकते हैं। आइए आपको बताते हैं कैसे इसे कम किया जाए।

स्टेप 1- लोध्र और चावल का फेस पैक

इस फेस पैक से आपके चेहरे के पोर्स टाइट हो जाते हैं। एक्स्ट्रा ऑयल कंट्रोल करता है और स्किन टेक्सचर को स्मूथ बनाता है।

सामग्री

-लोध्र पाउडर- 1 छोटा चम्मच
-चावल का आटा- 1 छोटा चम्मच
-गुलाब जल- आवश्यकतानुसार

विधि

- सबसे पहले एक साफ बाउल में लोध्र पाउडर और चावल का आटा मिलाएं।
- अब इसमें धीरे-धीरे गुलाब जल डालते हुए गाढ़ा पेस्ट को तैयार कर सकते हैं।
- चेहरे को अच्छे से साफ करके फिर इस पैक की एक पतली परत लगाएं।
- इसे करीब 8-10 मिनट तक ड्राई होने दें।
- फिर सादे पानी से धो लें।

स्टेप-2 बर्फ की मसाज

बर्फ से मसाज करने से पोर्स टाइट रहते हैं। यह त्वचा की सूजन और रेडनेस को कम करती है और ब्लड सर्कुलेशन अच्छी तरह से होता है।

सामग्री

- आइस क्यूब- 1
- कॉटन का कपड़ा - 1

विधि

- एक आइस क्यूब को कॉटन या मलमल के साफ कपड़े में लपेट लें।
- अब पूरे चेहरे पर हल्के हाथों से 30-40 सेकंड तक मसाज करें।
- खासकर नाक, गाल और चिन पर ध्यान दें।

स्टेप- 3 एलोवेरा जेल लगाएं

यह स्किन की गहराई को हाइड्रेट करता है, स्किन को सॉफ्ट बनाता है और इसके नियमित इस्तेमाल से पोर्स कम दिखाई देते हैं।

सामग्री

- एलोवेरा जेल - 1 चम्मच

विधि

- सबसे पहले मटर के दाने की मात्रा में शुद्ध एलोवेरा जेल लें।
- इसके बाद चेहरे पर हल्की परत के रुप में लगाएं।
- इसे लगाने के बाद धोएं नहीं, ऐसे ही छोड़ दें। इन 3 स्टेप को रूटीन को आप हफ्ते में 3-4 बार फॉलो करें। रेगुलर इस्तेमाल से स्किन ज्याद स्मूथ, फ्रेश और टाइट महसूस होने लगती हैं।

होम फैशन
रथयात्रा, वाराणसी
8573035762

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
नि:संतान, 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, आमाशय में छाला, अन्दरूनी रक्तस्त्राव और एंडोस्कोपी व कोलोनोस्कोपी।
परामर्श समय: 08:30 से 04:00 बजे तक
डॉ. शेखर पुरी
MBBS, MD (IMS-BHU) DM (GASTRO.) SMS Jaipur
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
डी.63/13ए-5 अन्नपूर्णा कालोनी महमूरगंज, वाराणसी [नियर पासपोर्ट ऑफिस]
OPD Time 12 Pm to 2 Pm
Mob: 8957650464

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
खत्री स्टेशनर्स
साईं 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
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
कुंडली विशेषज्ञ, हस्तरेखा, फेस रीडिंग, कुंडली मिलान
रत्न रुद्राक्ष थेरेपिस्ट, वास्तु एवं फेंगशुई विशेषज्ञ
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