मूल्य 1 रु.
वर्षः 15 - अंक : 48, मुंबई, शुक्रवार, 6 जून, 2025 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादकः दिलशाद एस. खान

दैनिक मुंबई हलचल

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त ®

अब हर सच होगा उजागर

DESI™ VILLAGE
RESTAURANT & CAFE
DUBAI

समृद्धि महामार्ग का उद्घाटन

महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस और डीसीएम एकनाथ शिंदे, अजित पवार ने हिंदू हृदय सम्राट बालासाहेब ठाकरे महाराष्ट्र समृद्धि महामार्ग के अंतिम दौर में भाग लिया

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। इगतपुरी को अमाने (76 किमी) से जोड़ने वाले नागपुर-मुंबई समृद्धि एक्सप्रेसवे के बहुप्रतीक्षित अंतिम खंड का गुरूवार को इगतपुरी में आयोजित एक भव्य समारोह में मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने आधिकारिक रूप से उद्घाटन किया। इस कार्यक्रम में उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे और अजित पवार के साथ-साथ महायुति गठबंधन के कई कैबिनेट मंत्री भी मौजूद थे। यह अंतिम खंड एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है, जो नागपुर से मुंबई तक केवल आठ घंटों में निर्बाध यात्रा को सक्षम बनाता है। इस नए उद्घाटन खंड की सबसे उल्लेखनीय विशेषताओं में से एक इगतपुरी में शुरू होने वाली 8 किलोमीटर लंबी सुरंग है, जिसे अब महाराष्ट्र की सबसे लंबी सड़क सुरंग के रूप में मान्यता प्राप्त है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

सुरंग की मुख्य विशेषताएं

- सुरंग 17.5 मीटर चौड़ी और 9 मीटर ऊंची है, जिसमें तीन लेन हैं, जिससे वाहन 100 किमी/घंटा तक की गति से यात्रा कर सकते हैं।
- दीवारें निष्क्रिय अग्नि सुरक्षा प्रणालियों और प्रकाश-परावर्तन पैनलों से सुसज्जित हैं, जो दृश्यता को बढ़ाती हैं।
- आपातकालीन निकासी के लिए 300 मीटर के अंतराल पर कुल 26 क्रॉस-पैसेज बनाए गए हैं।

एनसीपी-एसपी की अस्तित्व की लड़ाई

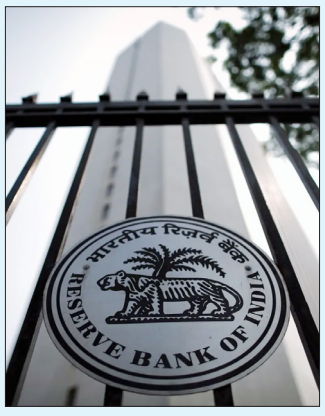
निकाय चुनाव की शुरू तैयारी, तहसीलवार निरीक्षक किए नियुक्त

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। नागपुर जिले की 2 विधानसभा सीटों पर संयुक्त राष्ट्रवादी कांग्रेस की खासी वजनदारी थी। हिंगना में तो बीजेपी ने अपना कब्जा जमा लिया और इस विधानसभा चुनाव में बची-खुची काटोल सीट भी हथिया ली। अनिल देशमुख अनेक वर्ष मंत्रिमंडल में रहे, रमेश बंग मंत्री रहे, विजय घोडमारे, प्रकाश गजभिये विधायक रहे लेकिन अब पार्टी का एक भी विधायक नहीं बचा है। पार्टी के दो फाड़ होने के बाद से तो शरद पवार गुट से कार्यकर्ताओं का सत्तासीन अजित पवार गुट में जाने का सिलसिला भी शुरू है। कहा जा रहा है कि अब जिले में स्थानीय निकाय चुनावों में अच्छा प्रदर्शन कर अपना अस्तित्व बचाने की चुनौती पार्टी के स्थानीय नेताओं के समक्ष है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

आरबीआई ने 0.50 फीसदी घटाया रेपो रेट



सस्ते हो सकते हैं होम लोन

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। भारतीय रिजर्व बैंक ने मॉनिटरी पॉलिसी कमिटी (MPC) की बैठक में बड़े फैसले लिए हैं। आरबीआई ने लगातार तीसरी बार रेपो रेट में 0.5 प्रतिशत की कटौती का ऐलान किया है। एमपीसी बैठक के नतीजों की जानकारी आरबीआई के गवर्नर संजय मल्होत्रा ने दी। आरबीआई के इस फैसले से शेयर मार्टेक में हलचल बढ़ गई है। दोनों प्रमुख सूचकांकों में तेजी देखने को मिली है। एमपीसी बैठक के नतीजे सामने आने के बाद बॉम्बे स्टॉक एक्सचेंज का सेंसेक्स 350 अंक तक उछाल आया। जबकि निफ्टी 130 अंक चढ़ गया है। इससे पहले बाजार में सुस्ती थी और दोनों सूचकांक लाल निशान पर खुले थे।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

12वीं की छात्रा की मिली सिर कटी लाश

मेरठ मर्डर : मां ने बेटी का गला घोंटा, भाई ने काटी गर्दन...

मुंबई हलचल/संवाददाता

मेरठ। उत्तर प्रदेश के मेरठ जिले में एक दिल दहला देने वाली घटना सामने आई है। यहां बहादरपुर में 12वीं कक्षा में पढ़ने वाली छात्रा आस्था की सिरकटी लाश मिली है। यहां रजबहे में लाश बहती मिलने की सूचना पर पुलिस पहुंची। आस्था के दोस्त ने शव की पहचान की है। घटना के बाद पुलिस ने छानबीन की तो मामला खुलकर सामने आया। वारदात के बाद आस्था की मां, मामा, ममेरे भाई समेत परिवार के अन्य लोगों को हिरासत में लिया गया है। बताया जा रहा है कि आस्था उर्फ तनिष्का मोबाइल पर अपने दोस्त से बात कर रही थी। इतने में मां राकेश देवी ने उससे मोबाइल छीन लिया जिसके बाद दोनों में विवाद शुरू होने के बाद हाथापाई शुरू हो गई। इस दौरान मां ने गला दबाकर आस्था की हत्या कर दी।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

लापता होने का रचा नाटक

आस्था की हत्या के बाद उसकी हत्यारिन मां ने बेटी के लापता हो जाने का नाटक रचा। वह बेटी की तलाश में जुटी रही। गंव के लोग भी आस्था की तलाश करने में जुटे थे, लेकिन पुलिस को सूचना नहीं दी गई थी। दादरी गांव में आस्था के घर पर कुछ पड़ोसी बैठे थे। पूछताछ में पता चला कि छात्रा लापता है और उसका अभी तक पता नहीं चला है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

हमारी बात

भोथरा पड़ा ट्रंप कार्ड?

फिलहाल ऐसा लगता है कि रूस हो या ईरान या फिर चीन- टकराव के हर बिंदु पर ट्रंप को निराशा हाथ लग रही है। ऐसा शायद इसलिए है कि दुनिया को दबाव से चलाने का अमेरिकी ट्रंप कार्ड धार खो चुका है।

अमेरिकी राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप ने अचानक रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन से फोन पर सवा घंटे तक बातचीत की। मकसद यूक्रेन पर रूस के संभावित भीषण हमलों को रोकना था। बीते शनिवार की रात यूक्रेन ने रूस रणनीतिक ठिकानों जोरदार हमले किए। उसके बाद से चर्चा है कि रूस जवाबी हमलों की तैयारी में है। इन हालात ने ट्रंप प्रशासन की पहल पर चल रही शांति वार्ता को बेमतलब बना दिया है। बुधवार को ट्रंप से बातचीत के पहले यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदोमीर जेलेन्स्की की पुतिन से सीधी वार्ता की पेशकश के बारे में पूछे जाने पर रूसी राष्ट्रपति ने कहा कि जब ह्यूक्रेन ने आतंकवाद का रास्ता पकड़ लिया है, तो अब बातचीत करने के लिए कुछ नहीं बचा। ट्रंप से बातचीत में भी उनका शायद यही लहजा रहा। ट्रंप ने अपने सोशल मीडिया पोस्ट में बताया- यह अच्छी बातचीत थी, लेकिन इससे तुरंत शांति की संभावना नहीं बन सकी। पुतिन ने कहा, और जोरदार ढंग से कहा, कि उन्हें हालिया हमलों का जवाब देना ही होगा। तो ट्रंप ने पुतिन से ईरान से चल रही परमाणु वार्ता में भूमिका निभाने की गुजारिश कर डाली। इसके पहले ईरान के सर्वोच्च धार्मिक नेता अयातुल्लाह खोमेनई अपने सोशल मीडिया पोस्ट में स्पष्ट कर चुके थे कि किसी भी सूरत में ईरान यूरेनियम के संवर्धन का काम नहीं रोकेगा। तो अब ट्रंप ने ईरान को मनाने की उम्मीद पुतिन से जोड़ी है। उधर चीन के साथ व्यापार को संभालने की ट्रंप की मंशा भी पथरीली जमीन से टकरा गई लगती है। ट्रंप ने यह कहते हुए भी कि वे चीन राष्ट्रपति शी जिनपिंग को बहुत पसंद करते हैं, मंगलवार को ये रहस्यमय टिप्पणी की- शी बहुत सख्त हैं और उनसे डील करना बहुत कठिन है। इसके पहले अमेरिकी मीडिया में जोरदार चर्चा थी कि ट्रंप और शी के बीच शुक्रवार को वार्ता होने वाली है। तो फिलहाल ऐसा लगता है कि टकराव के हर बिंदु पर ट्रंप को निराशा हाथ लग रही है। ऐसा शायद इसलिए है कि दुनिया को दबाव से चलाने का अमेरिकी ट्रंप कार्ड अब धार खो चुका है।

हज मुबारक पर विशेष प्रस्तुति

मानव समानता और मानवीय एकता का ज्वलंत प्रदर्शन है हज्जे बैतुल्लाह

हज का अर्थ है जियारत करना हज एक इबादत है जिसमें इंसान अल्लाह के घर अर्थात काबा की जियारत करने की आरजू से मक्के जाता है हज बैतुल्लाह अल्लाह के प्रति अपार श्रद्धा प्रेम बंदगी और ईश प्रशंसा का घोतक है काबा अल्लाह की इबादत का केंद्र और शांति का स्थान है। परिस्थिति आर्थिक और स्वास्थ्य की दृष्टि से संपन्न मुसलमान व्यक्ति पर हज करना अनिवार्य है यानी फर्ज है कुरान में हज के महत्व की व्यापक चर्चा की गई है काबा की जियारत से अल्लाह के स्मरण के साथ बहुत सी विस्मृत घटनाएं जीवन के साथ पुनः जुड़ जाती है यह अल्लाह की बहुमूल्य देन धरोहर और एकेश्वरवाद की निशानी और रसूलो के संघर्ष और सब्र का घोतक है हज इस्लामी राष्ट्रीयता की विजय का प्रतीक है जहां सारे भेद भाव मिटकर केवल एकता शेष रहती है यहां पहुंचकर समस्त इस्लामी जातियां अपनी जातीय पहचान और वेशभूषा को जो उनकी विशेष पहचान होती है जिससे जातिगत का विषमता उत्पन्न होती है त्याग कर एक सा लिबास धारण करती है जिसे अहराम (इस्लामी यूनिफॉर्म) कहा जाता है जो की सफेद कपड़े का होता हैऔर सब मिलकर बड़ी ही नम्रता और विनय के साथ एक भाषा में एक तराना एक नारा लगाते हैं और वह है अल्लाहुम्मा लब्बैक ला शारिका लका लब्बैक इननल हम्दा वन्नेमता लकावल मुल्क ल शारीका लका। (हाजिर हूं ऐ अल्लाह मैं तेरे हजूर हाजिर

हूं तेरा कोई शरीक नहीं मैं तेरे हजूर हाजिर हूं निश्चय ही प्रशंसा तेरे लिए ही है और सारे उपकार तेरे ही है बादशाही सर्वथा तेरी है तेरा कोई शरीक नहीं है) हज के पवित्र दृश्य को देखकर यूरोप के प्रसिद्ध विद्वान फिलप हटी ने कहा था कि यह सम्मेलन जो दुनिया भर के मुसलमानों को चारों ओर से खींच लेता है विचित्र प्रभाव रखता है जिसका इनकार नामुमकिन है अपने अल्लाह के हुजूर में जंगी बरबरी चीनी ईरानी रूसी यूरोपी अफ्रीकी मिस्त्री हिंदी तुर्की अरबी अमीर गरीब पस्त बुलंद सब मिलजुल कर संगठित होकर एक कलमा ए शहादत (अल्लाह के अतिरिक्त कोई उपासना के योग्य नहीं है और हजरत मोहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम अल्लाह के पैगंबर है पढ़ते हैं) सारी दुनिया में इस्लाम ही वह जीवन व्यवस्था है जिसने खून नस्ल रंग राष्ट्रीयता की सीमाओ और दूरियों को कम कर दिया है और इस्लामी समाज की चार दिवारी में ऐसी एकता व एकरूपता कायम की है इस्लामी दृष्टिकोण से इंसानों के मध्य कुफ्र (एक अल्लाह और उसके रसूल हजरत मोहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के इनकार) और ईमान के कोई भेद रेखा नहीं है इसमें कोई शक नहीं है कि यह वार्षिक सम्मेलन इस दृष्टिकोण के तहत महानतम कार्य करता है फिलिप हटी)

एक ही सफ में (पंक्ति) खड़े हो गए महमूदो अयाज। ना कोई बंदा रहा ना कोई बंदा नवाज।। ना कोई बादशाह रहा ना कोई गुलाम ना कोई काला रहा ना कोई गोरा ना कोई अमीर रहा ना कोई गरीब ना कोई छोटा रहा ना कोई बड़ा मानव मानव एक समान एक समान सब है आदम की संतान ह. आदम अलैहिस्सलाम (पहले पैगंबर और पहले इंसान और पहले मुसलमान)। हज की प्रक्रिया पूरी होने के बाद साथ ही साथ मदीने में मुसलमान इस्लाम के आखिरी पैगंबर हजरत मोहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के रौजे मुबारक में भी हाजिर होते हैं और निहायत अदब व एहतराम व मोहब्बत के साथ अपना दरूदो सलाम पेश फरमाते हैं।

आप सभी भाइयों बहनों से गुजारिश है कि मुझे दीन ईमान का इल्म देने वाली मेरी मोहसिन मेहरबान अम्मी हज्जन जुबेदा बी रहमतुल्लाही अलैहा और अब्बू जनाब बाबू खान साहब के लिए अल्लाह से दुआ फरमाए की अल्लाह उनकी बख्शीश वा मगफिरत फरमाकर उनके दरजात को बुलंद फरमाए हमें और आपको भी अपना घर औरअपने महबूब पैगंबर हजरत मोहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का दर दिखाएं और मेरी और आप सभी की नेक तमन्नाये पूरी फरमाए और मेरी और आप सभी की हर मुश्किलात को दूर करें आमीन या रब्बुल आलमीन सभी भाइयों बहनों को हज और ईद उल जुहा कि बहुत-बहुत मुबारकबाद।

प्रस्तुति = साजिद खान धनपुरी
जिला शहडोल मध्य प्रदेश

विशाल जनसंख्या वरदान है या बोझ?

यदि भारत सही प्राथमिकताओं में सही नीतियां अपनाए तो उसकी जनसंख्या निश्चित रूप से एक वरदान बनेगी, न कि अभिशाप। भारत की विशाल और युवा जनसंख्या एक ऐसी संपत्ति है जो इसे वैश्विक आर्थिक महाशक्ति बना सकती है। समय की माँग है कि भारत अपनी जनसांख्यिकीय शक्ति को पहचाने और इसे आर्थिक और सामाजिक प्रगति के लिए उपयोग करे। भारत 140 करोड आबादी का दुनिया का सबसे अधिक जनसंख्या वाला देश है। यह जनसंख्या, विशेष रूप से इसकी युवा शक्ति, देश के लिए एक अभूतपूर्व अवसर प्रस्तुत करती है। इसकी महिमा जनसांख्यिकीय लाभांश (डेमोग्राफिक डिविडेंड) के रूप में भी है। लेकिन यह लाभांश तभी प्राप्त किया जा सकता है जब इसे सही नीतियों, शिक्षा, कौशल विकास और रोजगार सृजन के माध्यम से उपयोग किया जाए। यदि इसका प्रबंधन ठीक नहीं किया गया, तो यह विशाल जनसंख्या अभिशाप बन सकती है। जिससे बेरोजगारी, गरीबी और सामाजिक अस्थिरता बढ़ सकती है। जनसांख्यिकीय लाभांश उस आर्थिक विकास की संभावना को दर्शाता है जो तब प्राप्त होता है जब किसी देश की कार्यशील आयु (15-64 वर्ष) की जनसंख्या, गैर-कार्यशील आयु (14 वर्ष से कम और 65 वर्ष से अधिक) की जनसंख्या से अधिक होती है। भारत में, 2020 तक औसत आयु केवल 28 वर्ष थी, जो इसे विश्व के सबसे युवा देशों में से एक बनाती है। इसके विपरीत, चीन और विकसित देशों जैसे जापान, अमेरिका और पश्चिमी यूरोप में औसत आयु क्रमशः 37, 45 और 49 वर्ष है। भारत की यह युवा शक्ति अगले कुछ दशकों तक देश की आर्थिक प्रगति को बढ़ावा दे सकती है, बशर्ते इसे सही दिशा में उपयोग किया जाए। चीन ने 1980 और 1990 के दशक में अपने जनसांख्यिकीय लाभांश को प्रभावी ढंग से उपयोग करके आर्थिक महाशक्ति बनने की राह पर कदम रखा। 1981 में, चीन ने जनसंख्या वृद्धि को नियंत्रित करने के लिए एक बच्चा नीति लागू की। इससे जनसंख्या वृद्धि की दर कम हुई और कार्यशील आयु की जनसंख्या का अनुपात बढ़ा। हालांकि, इस नीति के दीर्घकालिक प्रभाव, जैसे कि वृद्ध जनसंख्या और लैंगिक असंतुलन, अब चुनौतियाँ बन गए हैं। चीन ने अपनी युवा जनसंख्या को शिक्षित और कुशल बनाने के लिए बड़े पैमाने पर निवेश किया। आज, चीन की साक्षरता दर 97% है, जबकि भारत की 75% है। तकनीकी और व्यावसायिक शिक्षा पर ध्यान देने से चीन ने अपने कार्यबल को वैश्विक मांगों के लिए तैयार किया।

मालिक,मुद्रक,प्रकाशक-**दिलशाद एस खान** द्वारा एस आर प्रिंटिंग प्रेस,मोहन अर्जुन कंपाउंड, वैशाली नगर दहिसर (पूर्व),मुंबई-68 से मुद्रित व मुंबई हलचल,साईं मंगल को ऑ हॉ सो बी-2-301,इस्माइल बाग नियर मालाड शॉपिंग सेंटर, एस वी रोड,मालाड (प) मुंबई से प्रकाशित RNI NO MAHHIN/2010/34146, फोन:**9619102478 /9821238815**
email: mumbaihalchal@gmail com संपादक: **दिलशाद एस खान,** समाचार पत्र में छपे किसी भी समाचार से संपादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी विवाद का निपटारा न्याय क्षेत्र मुंबई होगा।

भारतीय कार्यस्थलों के लिए मानसिक स्वास्थ्य की नई दिशा:

लिव लव लाफ फाउंडेशन ने पेश किया डेटा-आधारित रोडमैप

मुंबई। द लिव लव लाफ फाउंडेशन जो 2015 में स्थापित एक चैरिटेबल ट्रस्ट है, ने आज अपने कॉर्पोरेट मेंटल हेल्थ एंड वेल-बीइंग प्रोग्राम की शुरूआत की। यह एक व्यापक और शोध-आधारित पहल है, जिसे पूरे भारत में संगठनों को मानसिक रूप से मजबूत कार्यस्थल तैयार करने में मदद करने के उद्देश्य से डिजाइन किया गया है। मैकिन्से हेल्थ इंस्टीट्यूट द्वारा 2023 में किए गए एक अध्ययन में पाया गया कि भारतीय कर्मचारियों में बर्नआउट, चिंता, डिप्रेशन और मानसिक तनाव के लक्षण बड़े पैमाने पर देखे जा रहे हैं। करीब 60% कर्मचारियों ने बर्नआउट की शिकायत की, जबकि 51% ने बताया कि वे काम के भारी दबाव में हैं। ये आंकड़े कार्यस्थल पर मानसिक स्वास्थ्य को लेकर तत्काल ध्यान देने की आवश्यकता को रेखांकित करते हैं।

डॉ. श्याम भट, चेयरपर्सन, द लिव लव लाफ फाउंडेशन ने कहा, भारतीय कंपनियों को सिर्फ कर्मचारी सहायता कार्यक्रमों पर निर्भर नहीं रहना चाहिए। सालाना सर्वेक्षण या तात्कालिक उपायों की बजाय, हमें कार्यस्थल की मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों की जड़ तक पहुंचने और उन्हें दूर करने के लिए डेटा-आधारित और व्यवस्थित दृष्टिकोण अपनाना होगा। अगर हम जागरूकता फैलाएं, मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े कलंक को कम करें और ठोस जानकारी के आधार पर कदम उठाएं, तो कंपनियां ऐसे समाधान तैयार कर सकती हैं जो वास्तव में असरदार हों।

सितंबर 2022 में, डेलॉइट ने अनुमान लगाया कि भारत में कर्मचारियों के खराब मानसिक स्वास्थ्य के कारण भारतीय कंपनियों को हर साल 1,10,000 करोड़ (लगभग 14 अरब अमेरिकी डॉलर) का नुकसान होता है। किरण मजूमदार-शॉ, ट्रस्टी, द लिव लव लाफ फाउंडेशन एवं चेयरपर्सन, बायोकॉन ग्रुप ने कहा, मानसिक स्वास्थ्य हमारे संपूर्ण स्वास्थ्य का एक जरूरी हिस्सा है, और कंपनियों को समझना चाहिए कि इसका सीधा असर उनकी उत्पादकता, नवाचार और दीर्घकालिक मजबूती पर पड़ता है। अगर कर्मचारी तनाव में हैं और कार्य से जुड़ाव नहीं महसूस कर रहे, तो यह उनकी क्षमता और नए विचारों को बाधित करता है, जिससे कारोबार और अर्थव्यवस्था दोनों प्रभावित होते हैं। हमें एक ऐसा माहौल बनाना होगा जो सहानुभूति पर आधारित हो, जहां लोग मानसिक रूप से सुरक्षित महसूस करें, खुलकर बात कर सकें और जरूरत पड़ने पर मदद ले सकें। मानसिक कल्याण कार्यों में निवेश करना सिर्फ एक नैतिक ज़िम्मेदारी नहीं, बल्कि एक समझदारी भरा व्यवसायिक फैसला भी है जो कंपनी और देश की अर्थव्यवस्था – दोनों को मजबूत करता है।

अनीशा पादुकोण, सीईओ, द लिव लव लाफ फाउंडेशन ने कहा, पिछले दस वर्षों से लिव लव लाफ ने अलग-अलग समुदायों में मानसिक स्वास्थ्य को लेकर काम किया है। अब हम मानते हैं कि कार्यस्थल पर मानसिक सेहत को गंभीरता से लेना भी उतना ही जरूरी है। इसी सोच के तहत हमने एक ऐसा विशेष कार्यक्रम तैयार किया है, जो नेतृत्वकर्ताओं, प्रबंधकों और कर्मचारियों को मानसिक स्वास्थ्य को अपनी कार्य-संस्कृति का अहम हिस्सा बनाने में मदद करता है। यह कार्यक्रम कंपनियों को हर साल अपने मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े आंकड़ों को समझने और सुधारने में सहयोग करेगा। आने वाले समय में विभिन्न संस्थानों से मिले इन अनुभवों के जरिए नीति-निर्माण से जुड़ी चर्चाओं में भी योगदान मिलेगा और बड़े बदलाव लाने का रास्ता बनेगा। द लिव लव लाफ फाउंडेशन का यह कार्यक्रम कई कॉर्पोरेट कंपनियों के साथ मिलकर पायलट स्तर पर आजमाया गया और शोध के आधार पर विकसित किया गया है। इसमें एचआर लीडर्स के साथ बातचीत और प्रायोगिक परियोजनाओं से मिली जानकारी को शामिल किया गया। इन प्रयासों से यह सामने आया कि अब कंपनियां मानसिक स्वास्थ्य को एक प्राथमिक व्यापारिक जरूरत के रूप में देखने लगी हैं। कंपनियों की नई पहलों में नेतृत्व का सहयोग, कर्मचारियों की भावनात्मक स्थिति पर ध्यान, जागरूकता अभियानों का आयोजन, अलग-अलग कर्मचारी समूहों के लिए विशेष समर्थन और नेतृत्वकर्ताओं द्वारा अपनी मानसिक चुनौतियों को साझा करके विश्वास का माहौल बनाना शामिल है।

(पृष्ठ 1 का समाचार)

समृद्धि महामार्ग का उद्घाटन

हर 90 मीटर पर अग्नि शमन प्रणाली स्थापित की गई है। आग लगने की स्थिति में जहां तापमान 60 डिग्री सेल्सियस से अधिक होता है, स्वचालित स्प्रिंकलर सक्रिय हो जाते हैं यह भारत में अपनी तरह की पहली प्रणाली है, जिसे डेनमार्क से मंगाया गया है। सुरंग को 572 अग्नि-सुरक्षा क्षेत्रों में विभाजित किया गया है, जिनमें से प्रत्येक 24 मीटर लंबा है। 100 डबल-एक्सल रिवर्सिबल वेंटिलेशन पंखे वायु परिसंचरण को बनाए रखते हैं और वाहनों से निकलने वाले उत्सर्जन को कुशलतापूर्वक हटाते हैं। इगतपुरी-अमाने 76 किलोमीटर खंड के जुड़ने से, कुल 701 किलोमीटर का हाई-स्पीड एक्सप्रेसवे अब पूरी तरह से चालू हो गया है, जिससे यात्रा का समय काफी कम हो गया है और महाराष्ट्र के प्रमुख शहरों के बीच संपर्क बढ़ गया है।

आरबीआई ने 0.50 फीसदी घटाया रेपो रेट

कारोबारी सप्ताह के आखिरी दिन सेंसेक्स 123 अंकों की गिरावट के साथ 81,318.51 पर खुला था। वहीं, निफ्टी 0.07 फीसदी की गिरावट के साथ 24,732.70 पर कारोबार कर रहा था। आरबीआई के गवर्नर संजय मल्होत्रा ने एमपीसी बैठक के बाद कहा कि वित्त वर्ष 2025-26 के लिए देश की जीडीपी यानी सकल घरेलू उत्पाद की वृद्धि दर 6.5 प्रतिशत ही बनी रहेगी। उन्होंने बताया कि रेपो रेट में 50 आधार अंकों की कटौती की गई है।

12वीं की छात्रा की मिली सिर कटी लाश

इसके बाद भाई के परिवार के साथ मिलकर उसने शव को ठिकाने लगाने की साजिश रची। पुलिस ने जब आस्था का धड़ बरामद किया तो उसकी जेब से एक मोबाइल फोन का नंबर मिला। पुलिस ने जब इस नंबर पर कॉल की तो पता चला कि वह आस्था का दोस्त है। पुलिस ने उसे शव के शिवाख्त के लिए बुलाया तो उसने आस्था के रूप में छात्रा की पहचान की। इसके बाद इस हत्याकांड का खुलासा हुआ। हत्यारी मां ने सिर्फ बेटी की हत्या ही नहीं की बल्कि इस खौफनाक वारदात को छिपाने की साजिश भी रची। उसने घटना के बारे में अपने भाइयों को बताया तो वह महरौली गांव से गाड़ी लेकर दादरी आ गए। यहां आस्था के ममेरे भाई, दो मामा और मौसेरे भाई ने शव को ठिकाने लगाने की साजिश रची। इस पर ममेरे भाई ने छात्रा का सिर काटकर धड़ से अलग कर दिया। इसके बाद छात्रा की सिर कटी लाश को बहादुरपुर रजबहे में फेंक दिया और सिर को गंगनहर में फेंक कर आ गए। एसएसपी डॉ. विपिन ताडा ने ममेरे भाई मंजीत उर्फ मोनू की निशानदेही पर आस्था के कटे हुए सिर की तलाश की जा रही है।

एनसीपी-एसपी की अस्तित्व की लड़ाई

अनिल देशमुख को विदर्भ की जिम्मेदारी दी गई है; साथ ही जिला स्तरीय बैठक में उम्मीदवारों के चयन का सर्वाधिकार भी उन्हें दिया गया है। अब वे जिला परिषद, पंचायत समिति, नगरपालिका, नगर पंचायतों के चुनाव में अच्छा प्रदर्शन करने की रणनीति तैयार कर रहे हैं। जिला कार्यकारिणी की बैठक में यह तय किया गया है कि अगर गठबंधन नहीं भी हुआ तो स्वबल पर चुनाव लड़ने की तैयारी रखी जाए। विधानसभा चुनावों में करारी हार के बाद राकां शरद पवार गुट को जिला परिषद के चुनाव में अपनी ताकत बढ़ाने के सिवा कोई रास्ता नहीं बचा है।

बाल कैंसर से बचने के 16 साल पूरे होने पर इंडियन कैंसर सोसाइटी के यूजीएएम ने मनाया जश्न

मुंबई। 1951 में स्थापित कैंसर देखभाल के लिए भारत का पहला गैर-लाभकारी संगठन, इंडियन कैंसर सोसाइटी (ICS) ने बचपन के कैंसर से बचे लोगों के लिए अपने सहायता समूह UGAM के 16 शानदार वर्षों का जश्न मनाया। 2009 में स्थापित, UGAM को बचपन के कैंसर की उपचार क्षमता के बारे में जागरूकता बढ़ाने और ठीक होने से परे उनके सफर में बचे लोगों का समर्थन करने के लिए बनाया गया था।

इस वर्ष के उत्सव का विषय काल आज और कल था - जिसका अर्थ है कल, आज और कल। थीम UGAM के युवा योद्धाओं की प्रगति और ताकत को दर्शाती है, जिन्होंने कैंसर को हरा दिया है और अब स्वस्थ, उम्मीद से भरे भविष्य की आशा करते हैं। यह उनकी शारीरिक और भावनात्मक भलाई, समाज में फिर से एकीकरण और उनकी यात्रा के दौरान निरंतर समर्थन पर जोर देता है। इस कार्यक्रम में 350 से अधिक मेहमानों का स्वागत किया गया देश भर से कैंसर से पीड़ित युवा अपनी कहानियों और प्रतिभाओं को साझा करने के लिए उनके साथ शामिल हुए। हाल ही में आईसीएस तीसरे राष्ट्रीय सर्वाइवरशिप वर्कशॉप की मेजबानी की गई, जहाँ साझेदार अस्पतालों द्वारा चलाए जाने वाले आफ्टर कम्प्लीशन ऑफ थेरपी (ACT) क्लीनिक से प्राप्त जानकारी साझा की गई। कार्यशाला में सर्वाइवरशिप और उससे आगे के लिए स्थायी मनोवैज्ञानिक सहायता मॉडल बनाने पर भी चर्चा की। इस समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में टाटा मेमोरियल सेंटर, मुंबई के निदेशक डॉ. सुदीप गुप्ता और विशेष अतिथि के रूप में पूर्व भारतीय क्रिकेटर और

प्रसारक श्री संजय मांजरेकर उपस्थित थे। फिल्म निर्माता श्री अमोल गुप्ते, प्रमुख ऑन्कोलॉजिस्ट, साइको-ऑन्कोलॉजिस्ट और उत्साही यूजीएएम सदस्य भी उपस्थित थे।

अनुमान है कि भारत में हर साल 52,366 बच्चे (0-14 वर्ष) और 76,805 बच्चे और किशोर (0-19 वर्ष) कैंसर से पीड़ित होते हैं। बचपन के कैंसर का इलाज उन माता-पिता के लिए एक भारी अनुभव हो सकता है, जिनके पास बचपन के कैंसर के इलाज की सही जानकारी तक पहुँच नहीं है। उगम के संयोजक डॉ. पूर्णा ए. कुरकुरे ने कहा, यूजीएएम कई परिवारों को आगे बढ़ने का रास्ता दिखाने और युवा रोगियों को इन चुनौतीपूर्ण समय में भावनात्मक समर्थन और ताकत प्रदान करने में गर्व महसूस करता है। डॉ. वंदना धामनकर ने आईसीएस की चल रही उत्तरजीविता पहलों को प्रस्तुत किया, जिसके बाद श्रीमती सविता गोस्वामी द्वारा संचालित एक गोलमेज चर्चा हुई, जिसका शीर्षक था चाय विद यूजीएएम। इस स्पष्ट बातचीत ने उत्तरजीवियों को अपने अनुभव खुलकर व्यक्त करने के लिए जगह दी। कार्यक्रम के दौरान यूजीएएम वार्षिक समाचार पत्र लॉन्च किया गया, और सदस्यों को शिक्षा, खेल और कला में उपलब्धियों के लिए सम्मानित किया गया। इस अवसर पर डॉ. पूर्णा ए. कुरकुरे ने बताया कि युवा कैंसर से बचे लोगों को सशक्त बनाने के हमारे मिशन के लिए समर्पित, यूजीएएम का लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि सभी बाल कैंसर से बचे लोग कैंसर से अपनी लड़ाई जीतने के बाद जीवन का जश्न मनाने का अपना तरीका ढूंढ सकें और आगे स्वस्थ जीवन जी सकें।

खबर संक्षेप

पनोली को मिली जमानत लेकिन देश छोड़ने पर रोक

कोलकाता। कलकत्ता हाईकोर्ट ने शर्मिष्ठा पनोली को अंतरिम जमानत दे दी है। 22 वर्षीय लॉ स्टूडेंट और सोशल मीडिया इन्फ्लुएंसर की जमानत याचिका पर सुनवाई करते हुए बुधवार को सशर्त अंतरिम जमानत को मंजूरी दे दी। कोर्ट ने शर्मिष्ठा के देश छोड़ने पर पूरी तरह से रोक लगा दी है। दरअसल, शर्मिष्ठा ने वीडियो में अभिनेताओं की आलोचना की थी, जिन्होंने ऑपरेशन सिंदूर पर अपनी प्रतिक्रिया नहीं दी। इस दौरान उन्होंने समुदाय विशेष के खिलाफ आपत्तिजनक शब्द कहे थे।

अफगान, म्यांमार, ईरान सहित 12 देशों के लोगों की अमेरिका में एंट्री बैन

वाशिंगटन। अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने एक नई घोषणा (प्रोक्लेमेशन) पर हस्ताक्षर किए हैं,

जिसके तहत उन्होंने 12 देशों के नागरिकों के अमेरिका में प्रवेश पर पूरी तरह से रोक लगा दी है। इसके साथ ही 7 अन्य देशों से आने वाले लोगों पर आंशिक पाबंदियां लगाई गई हैं। ट्रंप ने ये कदम अमेरिका की राष्ट्रीय सुरक्षा को लेकर चिंता जताते हुए उठाया है।

टीएमसी सांसद महुआ ने जर्मनी में की शादी

नई दिल्ली। तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) सांसद महुआ मोइत्रा ने जर्मनी में शादी कर ली है। उन्होंने एक निजी समारोह में बीजू जनता दल (बीजद) के पूर्व सांसद पिनाकी मिश्रा से शादी की। महुआ ने तीन मई को पिनाकी संग शादी की। पिनाकी बीजू जनता दल से चार बार सांसद रह चुके हैं। वह पहली बार 1996 में सांसद चुने गए थे। इसके बाद 2009 से 2019 तक सांसद रहे। महुआ और पिनाकी की शादी की तस्वीर वायरल है।

आईएसआई प्लानंड ऑपरेशन को दे रहा अंजाम, जांच एजेंसियों ने बताई क्रोनोलॉजी

ज्योति-जसबीर का पूरा खेल... पहले पार्टी फिर पाक का वीजा और आखिर में जासूसी

ज्योति मल्होत्रा और जसबीर सिंह दो ऐसे यूट्यूबर्स हैं जिन पर पाकिस्तान के लिए जासूसी करने का आरोप लगा है। अभी तक तो सिर्फ सोशल मीडिया पर दोनों के कुछ संदिग्ध वीडियो वायरल हुए थे, लेकिन अब जांच एजेंसियां एक-एक कर बड़े खुलासे कर रही हैं, बाकायदा क्रोनोलॉजी बताई जा रही है।

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

पूरा खेल समझ आ रहा है कि आखिर कैसे भारत में बैठकर पाकिस्तान के पक्ष में सोशल मीडिया के जरिए माहौल बनाने की कोशिश हो रही है। एक अखबार से इस बारे में एक सीनियर अधिकारी ने बड़ी बात कही है। उनका कहना है कि यूट्यूब चैनल चलाने वाली हिसार की ज्योति और रोपर का जसबीर कोई अकेले नहीं हैं, ये आईएसआई का एक प्लानंड ऑपरेशन है जिसके जरिए ना सिर्फ जरूरी जानकारी इकट्ठा की जा रही है बल्कि प्रोपेगेंडा भी फैलाया जा रहा है। जब से इस पूरे नेटवर्क के बारे में खुलासा हुआ उसके बाद ही पाकिस्तान हाई कमिशन के दो स्टाफ मेंबर्स को वापस भेज दिया गया है। उसके बाद इन यूट्यूबर्स की गिरफ्तारी हुई है।

खास बातें

- सोशल मीडिया इंफ्लुएंसर्स का कर रहा इस्तेमाल
- जरूरी जानकारी इकट्ठा करने के साथ ही फैलाया जा रहा है प्रोपेगेंडा भी

तीन चरण में जासूसी

एक अधिकारी ने इस बारे में कहा है कि आईएसआई कई टूल्स का इस्तेमाल कर सोशल मीडिया इंफ्लूएंसर्स के पास पहुंचने की कोशिश कर रहा है, बड़ी बात ये है कि अभी ये लोग सिर्फ पंजाब पर फोकस नहीं कर रहे हैं बल्कि पूरे देश में ऐसे लोगों की खोज कर रहे हैं। अधिकारी ने आगे कहा कि पहला कदम तो यह रहता है कि यूट्यूब, इंस्टाग्राम, एक्स या फिर स्नैपचैट के इंफ्लुएंसर्स को पाकिस्तान हाई कमिशन की गैट टुगेदर पार्टी में बुलाया जाता है, उसके बाद उन्हें पाकिस्तान के वीजा दिए जाते हैं। जैसे ही वीजा मिल जाता है, फिर ये लोग पाकिस्तान जाते हैं। अधिकारी के मुताबिक पाकिस्तान पहुंचने के बाद इन इंफ्लुएंसर्स को पैसे, या दूसरे तरीके से रिवॉर्ड देने की कोशिश होती है। कई बार तो हनीट्रैप के जरिए भी उनसे मनचाहा काम करवाया जाता है। अब ऐसा नहीं है कि एक बार पाकिस्तान जाते ही इन इंफ्लुएंसर्स का काम पूरा हो जाता है, इन लोगों को कई बार पाकिस्तान बुलाया जाता है, आईएसआई ऑपरेटिव्स के साथ उनकी अच्छी जान-पहचान बनती है। जैसे ही लगता है कि इंफ्लुएंसर्स जाल में पूरी तरह फंस चुके हैं, उनके जरिए भारत के खिलाफ माहौल बनवाया जाता है, पाकिस्तान के पक्ष में नेरेटिव सेट होता है।

क्या हासिल करना चाहता पाकिस्तान?

जांच करने वाले अधिकारी मानते हैं कि इंफ्लुएंसर्स के जरिए सॉफ्ट पावर को टारगेट किया जाता है, जिन लोगों के लाखों सब्सक्राइबर्स होते हैं, उनके जरिए पब्लिक परसेप्शन बनवाया जाता है। ज्योति को भी जिस तरह से 'इंडियन गर्ल इन पाकिस्तान' बोलकर यूट्यूब पर प्रमोट किया गया, यह इसी खेल का हिस्सा है, पाकिस्तान की छवि को कुछ बेहतर बनाने की कोशिश है। जानकार तो यहां तक मानते हैं कि कोवर्ट ऑपरेशन्स में आजकल टिपिकल जासूस की जगह ये इंफ्लुएंसर्स ज्यादा बेहतर काम कर सकते हैं, उन पर किसी का शक भी नहीं जाता है। अब यूट्यूबर्स का भी अपना लालच होता है, पाकिस्तान में बैठे आईएसआई के लोग जानते हैं कि इन इन्फ्लुएंसर्स को व्यूज चाहिए, उनका सारा पैसा वहां से जनरेट होता है। ऐसे में उसी बात का फायदा उठाया जा रहा है और भारत के खिलाफ सोशल मीडिया पर माहौल बनाने की साजिश है।

भारत में घुसकर बीएसएफ जवान को खींच ले गए बांग्लादेशी, बाद में किया रिहा

मामले की गंभीरता ने खड़े कर दिए हैं कई सवाल

मुंबई हलचल / कोलकाता

पश्चिम बंगाल के मुर्शिदाबाद में सीमा सुरक्षा बल के एक जवान को कथित तौर पर अगवा करने का मामला सामने आया। कुछ बांग्लादेशी नागरिक बीएसएफ के एक जवान को अगवा कर उसे बांग्लादेश की सीमा ले गए। हालांकि, कुछ ही घंटों बाद जवान को छोड़ दिया गया। लेकिन मामले की गंभीरता ने कई सवाल खड़े कर दिए हैं। यहदोनों देशों के बीच तालमेल को और मजबूत करने की आवश्यकता को रेखांकित करती है। रिपोर्ट के मुताबिक, बुधवार सुबह लगभग आठ बजे बीएसएफ को पता चला कि बांग्लादेश के कुछ अपराधी बीएसएफ के एक जवान को जबरन खींचकर बांग्लादेश की सीमा में ले गए और वहां उसे बांध दिया। इस मामले में बीएसएफ ने तुरंत बॉर्डर गार्ड बांग्लादेश (बीजीबी) के अधिकारियों से संपर्क किया। बीएसएफ की सख्त पहल के बाद बांग्लादेशी अधिकारियों ने हस्तक्षेप किया और जवान को कुछ ही घंटों में रिहा कर दिया गया।

यह है मामला

बता दें कि यह घटना सुइटी थाना क्षेत्र के चांदनी चौक बॉर्डर आउटपोस्ट के पास हुई, जहां बीएसएफ की 71वीं बटालियन के जवान श्री गणेश सीमा पर संदिग्ध गतिविधियों की जांच कर रहे थे। शुरुआती रिपोर्ट्स में कहा जा रहा था कि जवान संदिग्ध घुसपैठियों का पीछा करते हुए अनजाने में बांग्लादेशी सीमा में प्रवेश कर गया था। लेकिन बाद में पता चला कि जवान भारतीय सीमा में ही था, बांग्लादेशी उसे जबरन सीमा पार खींच ले गए।

बंधक बनाकर रखा गया था गांव में

रिपोर्ट के मुताबिक बीएसएफ सूत्रों ने पुष्टि की है कि जवान को अगवा किया गया था और बांग्लादेश के चपाई नवाबगंज जिले के एक गांव में बंधक बनाकर रखा गया। सोशल मीडिया पर वायरल हो रहे एक वीडियो में उन्हें एक केले के पेड़ से बांधे देखा जा रहा है। हालांकि लोकेशन साफ नहीं है। फुटेज में सुनाई दे रहे ऑडियो से साफ है कि बांग्लादेशियों ने गाली-गलौच भी की थी। कुछ लोग वहां ऐसे थे जिन्होंने भारतीय जवान को नुकसान पहुंचाने से रोका और उन्हें बॉर्डर गार्ड बांग्लादेश को सौंप दिया।

यह विमान के इस अहम भाग के फ्रांस से बाहर उत्पादन करने का पहला मौका होगा

डेसॉल्ट-टाटा एडवांस सिस्टम 2028 से भारत में बनाएंगे राफेल विमानों का 'मुख्य भाग'

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

विमानन क्षेत्र की फ्रांसीसी कंपनी डेसॉल्ट एविएशन और टाटा एडवांस सिस्टम लिमिटेड (टीएएसएल) संयुक्त रूप से वर्ष 2028 से भारत में राफेल लड़ाकू विमानों का मुख्य भाग यानी फ्यूजलेज को बनाएंगे। यह पहला ऐसा मौका होगा। जब विमान की वास्तविक निर्माता कंपनी डेसॉल्ट एविएशन जंगी विमान के इस अहम भाग का फ्रांस से बाहर किसी दूसरे देश में उत्पादन करेगी। इस कवायद को पूरा करने के लिए डेसॉल्ट और टीएएसएल ने चार उत्पादन हस्तांतरण समझौतों पर हस्ताक्षर किए हैं। यह एक ऐसी भागीदारी होगी, जो न केवल भारत सरकार के विमानन क्षेत्र को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। बल्कि वैश्विक सप्लाई चेन को भी सहयोग प्रदान करेगी। टीएएसएल ने एक बयान में यह जानकारी दी। वहीं, डेसॉल्ट एविएशन के सीईओ और अध्यक्ष एरिक ट्रेपीर ने कहा कि हम पहली बार फ्रांस से बाहर राफेल विमान के मुख्य भाग का उत्पादन कर रहे हैं। ये भारत में हमारी सप्लाई चेन को मजबूती प्रदान करने वाला एक निर्णायक कदम है।

हैदराबाद में बनेगी आधुनिक सुविधा: स्वदेशी कंपनी ने बताया कि इस भागीदारी के तहत टाटा एडवांस सिस्टम लिमिटेड हैदराबाद में अत्याधुनिक सुविधा स्थापित करेगी। जिसमें राफेल विमानों के मुख्य भाग का उत्पादन किया जाएगा। विमान के मुख्य भाग में चालक दल और कार्गो वाला हिस्सा आता है। उल्लेखनीय है कि दोनों कंपनियों ने एक ऐसे मौके पर हाथ मिलाया है। जब फ्रांसीसी कंपनी भारत के मेगा लड़ाकू विमान कार्यक्रम के तहत एक बड़ी प्रतिभागी के रूप में सामने है। इस कार्यक्रम के तहत भारतीय वायुसेना के लिए 114 नए लड़ाकू विमानों (मल्टीरोल फाइटर एयरक्राफ्ट, एमआरएफए) की खरीद होनी है। 2019 में वायुसेना ने इस संबंध में आरएफआई निकाली थी। जिसमें अनुमानित कीमत 18 बिलियन डॉलर बताई गई थी। करीब एक महीना पहले भारत और फ्रांस के बीच 26 राफेल मरीन लड़ाकू विमानों की खरीद के लिए कुल करीब 64 हजार करोड़ रुपए के एक अंतर सरकारी समझौते पर हस्ताक्षर किए गए हैं। ये विमान भारतीय नौसेना को सौंपे जाएंगे।

यूं आगे बढ़ेगी उत्पादन प्रक्रिया

टीएएसएल ने बताया कि विमानों का पहला मुख्य भाग वित्त वर्ष-2028 में बनकर तैयार होने की संभावना है। इसके बाद सुविधा से हर महीने दो पूरी तरह से तैयार मुख्य भाग मिलने की उम्मीद है। डेसॉल्ट के सीईओ ने कहा कि यह सप्लाई चेन राफेल को सफलता के साथ आगे बढ़ाने में अहम भूमिका निभाएगी और गुणवत्ता व प्रतिस्पर्धा जैसी आवश्यकताओं को भी पूरा करेगी। टीएएसएल के मुख्य कार्यकारी अधिकारी और प्रबंध निदेशक एस.सिंह ने कहा कि दोनों कंपनियों की यह भागीदारी भारत की एयरोस्पेस यात्रा में एक सराहनीय कदम की तरह से है। विमान के मुख्य भाग का स्वदेश में उत्पादन कंपनी की क्षमता और डेसॉल्ट के साथ हमारे गहरे और मजबूत होते सहयोग को दर्शाता है। इससे देश में एक आधुनिक एयरोस्पेस मैन्युफैक्चरिंग इकोसिस्टम की स्थापना में भी उल्लेखनीय प्रगति होगी। जो वैश्विक प्लेटफार्म को भी सहयोग प्रदान करेगा। डेसाल्ट एविएशन के साथ हमारी भागीदारी का लक्ष्य अंतरराष्ट्रीय एयरोस्पेस सप्लाई चेन में भारत को एक महत्वपूर्ण खिलाड़ी की भूमिका में स्थापित करना है।

चीन-अमेरिका के बीच टैरिफ पर बन सकती है सहमति

डोनाल्ड ट्रंप ने शी जिनपिंग को किया फोन, व्यापार शुल्क पर की बातचीत

- कहा- चीन के राष्ट्रपति शी पसंद हैं और मैं हमेशा उन्हें पसंद करूंगा, लेकिन वह बहुत सख्त हैं और उनके साथ समझौता करना बेहद कठिन है!

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप और चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग के बीच गुरुवार को फोन पर बातचीत हुई। यह बातचीत ऐसे समय पर हुई है जब दोनों देशों के बीच व्यापार शुल्क (टैरिफ) को लेकर बातचीत लंबे समय से अटकी हुई है और इसका असर वैश्विक व्यापार पर भी साफ देखा जा रहा है। चीन के विदेश मंत्रालय ने इस फोन वार्ता की पुष्टि करते हुए बताया कि यह कॉल अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप की ओर से की गई थी। हालांकि, व्हाइट हाउस की तरफ से इस पर कोई तत्काल टिप्पणी नहीं की गई।

व्यापार वार्ता में रुकावट

दरअसल, अमेरिका और चीन के बीच 12 मई को एक समझौता हुआ था जिसमें दोनों देशों ने व्यापार शुल्क कम करने पर सहमति जताई थी ताकि आगे बातचीत की गुंजाइश बनी रहे। लेकिन उसके बाद से ही वार्ता में गतिरोध आ गया। इसके पीछे की बड़ी वजह दोनों देशों के बीच चल रही आर्थिक प्रतिस्पर्धा है। ट्रंप ने बुधवार को सोशल मीडिया पर लिखा, 'मुझे चीन के राष्ट्रपति शी पसंद हैं और मैं हमेशा उन्हें पसंद करूंगा, लेकिन वह बहुत सख्त हैं और उनके साथ समझौता करना बेहद कठिन है!'

अमेरिका और चीन के टैरिफ में बदलाव

बातचीत को मौका देने के लिए ट्रंप ने चीन से आयात होने वाले सामानों पर लगाए गए 145% शुल्क को घटाकर 30% कर दिया है, जो अगले 90 दिनों के लिए लागू रहेगा। इसके जवाब में चीन ने भी अमेरिका से आने वाले सामान पर लगने वाले कर को 125% से घटाकर 10% कर दिया है। हालांकि इन फैसलों से शेयर बाजारों में भारी उतार-चढ़ाव देखने को मिला है और वैश्विक व्यापार की स्थिरता पर भी खतरा मंडरा रहा है।

तालिबान प्रतिबंध समिति का अध्यक्ष और आतंकवाद रोधी समिति का उपाध्यक्ष बना

भारत संग सीमाओं पर तनाव के बीच यूएनएससी में बढ़ा पाकिस्तान का कद

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

पहलगाम आतंकी हमले के बाद सरहदों पर जारी तनाव के बीच संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद (यूएनएससी) में पाकिस्तान के कद इजाफा हो गया है। उसे परिषद में दो महत्वपूर्ण जिम्मेदारियां सौंपी गई हैं। जिसमें वह मौजूदा वर्ष-2025 के लिए 1988 तालिबान प्रतिबंध समिति की अध्यक्षता करेगा और इसके अलावा आतंकवाद की शरण स्थली के रूप में दुनिया में पहचाना जाने वाला पाकिस्तान 1373 आतंकवाद रोधी समिति का उपाध्यक्ष होगा।

इसका अध्यक्ष अल्जीरिया को बनाया गया है। 1373 समिति में उपाध्यक्ष के रूप में पाकिस्तान के साथ रूस और फ्रांस भी शामिल होंगे। यह निर्णय बीते बुधवार को सामने आया है। जिसे यूएनएससी की संस्थानों द्वारा मिलकर लिया गया है। पाकिस्तान वर्ष 2025-26 के लिए परिषद का गैर स्थायी सदस्य है। यहां बता दें कि भारत लगातार यूएन के मंच पर पाकिस्तान को आतंकवाद के मामले पर एक्सपोज करता रहा है। जिसमें उसने बताया है कि पाकिस्तान में यूएन की प्रतिबंधित सूची में शामिल कई वैश्विक आतंकवादी सुरक्षित रूप से रह रहे हैं। इतना ही नहीं अलकायदा का आतंकी ओसामा बिन लादेन भी पाकिस्तान के ऐबटाबाद में ही मिला था। वर्तमान में भी पहलगाम हमले के बाद भारत के 7 सर्वदलीय प्रतिनिधिमंडलों ने परिषद के तमाम सदस्य देशों की यात्रा कर भारत की ऑपरेशन सिंदूर की कार्रवाई, पाक द्वारा भारत में दशकों से फैलाए जा रहे सीमापार आतंकवाद और उसे बिलकुल भी बर्दाश्त ने करने की नीति यानी जीरो टॉलरेंस को लेकर जानकारी दी है।

15 सदस्यीय है यूएनएससी

मालूम हो कि परिषद में सदस्यों की कुल संख्या 15 है। जिसमें अमेरिका, ब्रिटेन, रूस, चीन और फ्रांस जैसे पांच वीटो अधिकार वाले स्थायी और 10 गैर-स्थायी सदस्य हैं। जिनमें अल्जीरिया, ग्रीस, डेनमार्क, पनामा, दक्षिण कोरिया, गयाना, स्लोवेनिया, सिएरा लियोन, सोमालिया और पाकिस्तान शामिल हैं।

समितियों के मुख्य कार्य

यूएन की 1988 की प्रतिबंध समिति उन व्यक्तियों, संगठनों या इकाइयों पर कड़े प्रतिबंध लगाती है, जिनका संबंध तालिबान से है। कड़े प्रतिबंधों में आर्थिक प्रतिबंध, यात्रा करने पर रोक और हथियारों की आपूर्ति भी प्रतिबंधित की जाती है। इन लोगों को अफगानिस्तान की शांति, सुरक्षा के लिए खतरा समझा जाता है। समिति में अध्यक्ष के रूप में पाकिस्तान के अलावा रूस और गयाना उपाध्यक्ष की जिम्मेदारी संभालेंगे। डेनमार्क को यूएनएससी ने आईएसआईएल व अलकायदा प्रतिबंध समिति (1267) का अध्यक्ष बनाया है। जबकि इसमें रूस, सिएरा लियोन उपाध्यक्ष की भूमिका निभाएंगे।

आरएसएस के समारोह में शामिल हुए पूर्व केंद्रीय मंत्री अरविंद नेताम

नेताम बोले-धर्मांतरण रोकने संघ ही कर सकता है हमारी मदद

मुंबई हलचल / नागपुर

आरएसएस स्वयंसेवकों के लिए आयोजित 'कार्यकर्ता विकास वर्ग' का समापन समारोह संघ प्रमुख मोहन भागवत की उपस्थिति में हुआ। समारोह में छत्तीसगढ़ के पूर्व केंद्रीय मंत्री अरविंद नेताम भी शामिल हुए। समारोह को संबोधित करते हुए कहा पूर्व मंत्री अरविंद नेताम ने कहा, संघ और समाज के साथ काम किए बिना धर्मांतरण और नक्सलवाद का समाधान नहीं हो सकता। पूर्व केंद्रीय मंत्री ने जोर देकर कहा कि आदिवासी समाज में धर्मांतरण सबसे बड़ा मुद्दा है।

श्री नेताम ने कहा कि किसी भी राज्य सरकार ने धर्मांतरण के मुद्दे को अब तक गंभीरता से नहीं लिया है। उन्होंने कहा, मुझे लगता है कि आरएसएस ही एकमात्र संस्था है जो इस क्षेत्र में हमारी मदद कर सकती है। नेताम ने कहा कि आरएसएस को नक्सलवाद समाप्त होने के बाद केन्द्र सरकार पर कार्ययोजना बनाने के लिए दबाव डालना चाहिए, ताकि यह समस्या फिर से न पनपे। नेताम ने कहा कि किसी भी सरकार ने पंचायत (अनुसूचित क्षेत्रों तक विस्तार) अधिनियम, 1996 या पेसा को लागू नहीं किया। उन्होंने कहा, केंद्र सरकार चुप है और यहां तक कि उद्योगपतियों की मदद कर रही है।

840 स्वयंसेवकों ने हिस्सा लिया

कार्यकर्ता विकास वर्ग द्वितीय नाम से आयोजित 25 दिवसीय प्रशिक्षण शिविर में देश भर से 840 स्वयंसेवकों ने हिस्सा लिया। यह शिविर 12 मई को नागपुर के रेशिमबाग क्षेत्र में स्थित डॉ. हेडगेवार स्मृति मंदिर में शुरू हुआ था।

पहलगाम मुद्दे पर दिखी समाज में एकता : प्रमुख मोहन भागवत ने कहा कि पहलगाम आतंकवादी हमले और उसके बाद भारत द्वारा की गई कार्रवाई के पश्चात राजनीतिक वर्ग में दिखी आपसी समझ जारी रहनी चाहिए और एक स्थायी विशेषता बननी चाहिए।

मोदी ने प्रधानमंत्री आवास पर लगाया सिंदूर का पौधा

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर अपने आवास पर 'सिंदूर' का एक पौधा लगाया, जो उन्हें 1971 के युद्ध के दौरान उल्लेखनीय साहस दिखाने वाली महिलाओं के एक समूह ने भेंट किया था। भारत ने 22 अप्रैल को पहलगाम में हुए आतंकवादी हमले के बाद पाकिस्तान के खिलाफ 'ऑपरेशन सिंदूर' शुरू किया था। इस ऑपरेशन के मद्देनजर इस पौधे को लगाने का विशेष महत्व है।

गुजरात दौरे पर भेंट में मिला था पौधा

प्रधानमंत्री मोदी ने सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर लिखा, 1971 के युद्ध में साहस और पराक्रम की अद्भुत मिसाल पेश करने वाली कच्छ की वीरांगना माताओं-बहनों ने हाल में गुजरात के दौरे पर मुझे सिंदूर का पौधा भेंट किया था। विश्व पर्यावरण दिवस पर आज मुझे उस पौधे को नयी दिल्ली स्थित प्रधानमंत्री आवास में लगाने का सौभाग्य मिला है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

पीटीआई श्री शेख को सेवानिवृत्ति पर भावभीनी विदाई

खरगोन। शासकीय उत्कृष्ट उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, गोगावा में पदस्थ पीटीआई श्री साबिर शेख की सेवानिवृत्ति पर विद्यालय स्टाफ द्वारा स्कूल सभागृह में कार्यक्रम आयोजित कर समारोहपूर्वक बिदाई दी गई। बिदाई समारोह प्राचार्य श्री राहुल पाध्ये की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम के प्रारंभ में श्री शेख का पुष्पहार से स्वागत किया गया। इस अवसर पर विद्यालय के प्राचार्य श्री पाध्ये सहित ए. एल. डोंगरे, प्रतिभा दशोरे, संतोष मुकाती ने संबोधित किया। कार्यक्रम में श्री शेख का शाल व श्रीफल भेटकर सम्मान किया गया। अभिनंदन पत्र का वाचन सिराज शेख ने किया। स्वागत भाषण शिक्षक श्री दिनेश अवाया ने दिया। इस अवसर पर बिद्यालय परिवार द्वारा श्री शेख को गिफ्ट भी भेंट

की गई। कार्यक्रम में श्री शेख सपरिवार उपस्थित थे। कार्यक्रम में रेखा यादव, जाहिदा खान, नटवरवाल कोचले, अर्चना पगारे, जी एल सोलंकी, रंजना जोशी, प्रीति चौहान, संदीप परमार, गजेन्द्र, सुभद्रा, श्रीमती सईदा शेख, शाहिद खान (देवास) सादिया, सोफिया, सोहेल सहित विद्यालय परिवार मौजूद था। कार्यक्रम का संचालन रंजना पाटीदार ने किया एवं आभार ए एल डोंगरे ने माना।

महाकुंभ का असर अर्थव्यवस्था पर नहीं दिखा

प्रयागराज। वित्त वर्ष 2024-25 के आंकड़े आ गए हैं। भारत सरकार के सांख्यिकी विभाग की ओर से जारी आंकड़ों के मुताबिक इस वित्त वर्ष में सकल घरेलू उत्पाद यानी जीडीपी के बढ़ने की दर 6.5 फीसदी रही। इसके साथ ही यह भी आंकड़ा आया कि पिछले वित्त वर्ष की आखिरी तिमाही यानी जनवरी से मार्च 2025 के बीच जीडीपी बढ़ने की दर 7.4 फीसदी रही। यह आंकड़ा एक साल पहले यानी जनवरी से मार्च 2024 की विकास दर 8.4 फीसदी से एक फीसदी कम रही। सरकार के आंकड़ों के मुताबिक ज्यादातर सेक्टर में गिरावट रही। ध्यान रहे उससे पहले के वित्त वर्ष में विकास दर 9.2 फीसदी रही थी, जो 2024-25 में घट कर साढ़े छह फीसदी पर आ गई। अगले दो वित्त वर्ष में भी इसके इसी के आसपास रहने का अनुमान जताया जा रहा है। ध्यान देने की बात है कि जनवरी से मार्च की अवधि वह थी, जिसमें उत्तर प्रदेश के प्रयागराज में महाकुंभ चल रहा था। दावा किया गया कि 60 करोड़ से ज्यादा लोगों ने कुंभ में डूबकी लगाई। राज्य की योगी आदित्यनाथ सरकार की ओर से दावा किया जा रहा था कि कुंभ से तीन लाख करोड़ रुपए का कारोबार जीडीपी में जुड़ेगा और उपभोक्ता खर्च बढ़ने का असर जीडीपी पर दिखाई देगा।

रियल एस्टेट के शीर्ष निकाय क्रेडाई व नारेडको का कहना

रियल एस्टेट कंपनियों को रेपो दर में कम से कम 0.25 फीसदी कटौती की उम्मीद

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

आरबीआई की मौद्रिक नीति समीक्षा से पहले रियल एस्टेट कंपनियों ने प्रमुख नीतिगत दर रेपो में कटौती की उम्मीद जतायी है। रियल एस्टेट क्षेत्र के शीर्ष निकाय क्रेडाई और नारेडको का कहना है कि भारतीय रिजर्व बैंक शुक्रवार को रेपो दर में कम से कम 0.25 प्रतिशत की कटौती कर सकता है। उद्योग संगठनों ने कहा कि इससे मकानों की मांग बढ़ने के साथ क्षेत्र को गति मिलेगी।

आरबीआई की दर तय करने वाली मौद्रिक नीति समिति की तीन-दिवसीय बैठक चार जून को शुरू हुई। केंद्रीय बैंक के गवर्नर संजय मल्होत्रा शुक्रवार को बैठक के फैसले की घोषणा करेंगे। रियल एस्टेट संगठनों के शीर्ष निकाय क्रेडाई के राष्ट्रीय अध्यक्ष शेखर पटेल ने कहा, "हम रेपो रेट में 0.50 प्रतिशत की कटौती की उम्मीद कर रहे हैं। इससे आवास मांग में काफी बढ़ोतरी होगी।"उन्होंने कहा कि कम से कम 0.25 प्रतिशत की कटौती होनी चाहिए।

रेपो रेट में कटौती से मकानों की मांग बढ़ने के साथ क्षेत्र को गति मिलेगी

तीन माह से आवास की मांग धीमी

पटेल ने कहा, "पिछले तीन महीनों में आवास की मांग थोड़ी धीमी रही है। इसलिए, दर में कटौती से बिक्री में सुधार करने में काफी मदद मिलेगी।"

रियल एस्टेट अर्थव्यवस्था का महत्वपूर्ण चालक

नारेडको के राष्ट्रीय अध्यक्ष जी हरि बाबू ने कहा कि रियल एस्टेट क्षेत्र हमेशा आरबीआई की मौद्रिक नीति पर कड़ी नजर रखता है, क्योंकि इसका आवास की मांग पर प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। उन्होंने कहा कि रियल एस्टेट अर्थव्यवस्था का एक महत्वपूर्ण चालक है, जिसका सीमेंट और इस्पात से लेकर फर्नीचर और साज-सज्जा तक 200 से अधिक क्षेत्रों से संबंध है।

मध्यम वर्ग के लिए घर खरीदना होगा आसान

अंसल हाउसिंग के निदेशक कुशाग्र अंसल ने कहा, "आवास कर्ज की ईएमआई पर ब्याज दर में कटौती का सीधा असर पड़ता है। अगर आरबीआई फिर से कटौती करता है, तो मध्यम वर्ग के लिए घर खरीदना और आसान हो जाएगा। मासिक किस्त कम होगी तो लोगों के लिए निर्णय लेना भी आसान होगा। इससे बाजार में फ्लैट की मांग में वृद्धि आ सकती है।"

विभिन्न क्षेत्रों को राहत मिलेगी

कृष्णा समूह और कृसुमी कॉरपोरेशन के चेयरमैन अशोक कपूर ने कहा, "आरबीआई ने अपनी पिछली नीति समीक्षा बैठक में उदार रुख अपनाया था और उम्मीद है कि हम फिर से कटौती देखेंगे, जिससे अर्थव्यवस्था के विभिन्न क्षेत्रों को और राहत मिलेगी।"

एक फीसदी कटौती भी काफी बचत दिला सकती है

एआरआईपीएल के संस्थापक और प्रबंध निदेशक सुरेंद्र कौशिक ने कहा, "रेपो दर में केवल एक प्रतिशत की कटौती भी 20 साल के आवास ऋण पर ग्राहकों को अच्छी-खासी बचत दिला सकती है। यह बचत घर खरीदारों के लिए एक बड़ा प्रोत्साहन बनती है। इससे न केवल वे तेजी से निर्णय लेते हैं, बल्कि रियल एस्टेट क्षेत्र में उनका भरोसा भी मजबूत होता है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

टॉनिक का काम करते हैं ये 4 ड्राई फ्रूट्स, जानिए खाने का सही तरीका

आज की भागदौड़ की जिंदगी में अक्सर लोग पोषक तत्वों से भरपूर भोजन नहीं ले पाते, जिसका बुरा नतीजा सुस्ती, थकान, रोग-विकार, असमय बुढ़ापा आदि रूपों में भुगतना पड़ता है। ऐसे में अपनी डाइट में ऐसे ड्राई फ्रूट्स शामिल करें जो आपको बीमारियों से दूर रखकर चुस्त-स्फूर्त रखें। चलिए आज हम आपको कुछ ऐसे ही ड्राई फ्रूट्स के बारे में बताते हैं जो आपके लिए बेस्ट टॉनिक साबित हो सकते है।

मुनक्का - मुनक्का एक सुपर ड्राई फ्रूट है इसकी तासीर गर्म होती है। मुनक्का कई प्रकार के रोग-विकारों से बचाव करता हैं साथ ही शक्ति व स्फूर्ति बढ़ाता है।

● मुनक्के में कैल्शियम पर्याप्त मात्रा में होता है। यह अम्लता दूर करके और विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालकर किडनी स्टोन, हार्ट डिजीज, और गठिया जैसे रोगों को दूर करता है। फेफड़ों संबंधी रोगों में इसका इस्तेमाल फायदेमंद है। 15 मुनक्के लेकर पानी से धोकर रात में 150 मि.ली. पानी में भिगो दें और सुबह में बीज निकालकर एक-एक करके अच्छी तरह चबाकर खाएं, फिर बचा हुआ पानी भी पी जाएं। लगातार 1 महीने तक इसका सेवन फेफड़ों की कमजोरी दूर करेगा और विषैले पदार्थ शरीर से बाहर निकल जाएंगे।

● रात को सोने से पहले 10 मुनक्के या 20 किशमिश पानी में भिगोकर रख दें। सुबह में इसे दूध के साथ उबालकर हल्का ठंडा करके सेवन करें। इस प्रयोग से शरीर में रक्त बढ़ता है। यदि दूध के साख मुनक्का न लेना हो तो ही भिगोए हुए मुनक्के अच्छी तरह चबा-चबाकर खाएं।

खजूर - खजूर विभिन्न पौष्टिक तत्वों से भरपूर होता हैं। इसे सुखाकर छुहारा बनता है। खजूर खाने से शरीर में रक्त बढ़ता है, ह्दय की कमजोरी दूर होती है। सिर चकराना, आंखों के आगे अंधेरा छाना आदि लक्षणों में पूरा लाभ मिलता है और दिमाग को भरपूर शक्ति मिलती है।

● रोजाना 4-5 खजूर दूध में उबालकर खाने से शरीरिक कमजोरी दूर होती है और रक्त बढ़कर सौंदर्य-आकर्षण में भी बढोतरी होती है।

अखरोट - अखरोट एक बेहद पौष्टिक ड्राई फ्रूट है। इसका सेवन करने से शरीर स्वस्थ व आकर्षक होता है।

● 15 दिनों तक रोजाना सुबह खाली पेट 3-3 अखरोट की गिरियों को अच्छी तरह चबाकर खाने से कमर दर्द, घुटनों के दर्द व गठिया में पूरा लाभ मिलता है और रक्त शुद्ध होता है।

● अखरोट की गिरि 25 से 50 ग्राम तक की मात्रा में रोजाना खाएं। इसके सेवन से दिमागी कमजोरी दूर होती है।

10 ग्राम अखरोट की गिरि और इतनी ही मात्रा में मुनक्का लेकर रोजाना सुबह सेवन करने से बुजुर्गों की कमजोरी में पूरा लाभ मिलता है और शक्ति स्फूर्ति बढ़ती है।

बादाम - बादाम एक पोष्टिक पदार्थ है। यह शरीर को चुस्त रखता है और बेहतर ब्रेन टॉनिक है। साथ ही कई रोग-विकारों में भी फायदेमंद है।

● 7 बादाम गिरी शाम को कांच के बर्तन में पानी में भिगोकर रख दें। सुबह छिलका उतारने के बाद इसे बारीक पीस लें और उबलते हुए 250 मि.ली. दूध में मिलाकर पकाएं। जब 3 उबाल आ जाए तो इसे आंच से उताकर 1 चम्मच शुद्ध घी और 2 चम्मच बूरा या चीनी डालकर ठंडा करें और गुनगुना रह जाने पर पिएं। 15 से 40 दिनों तक यह प्रयोग करने से याद्दाश्त तेज होती है और शरीर को शक्ति मिलती है।

शरीफा या सीताफल एक मीठा फल ही नहीं बल्कि एक औषधि भी है।

क्या आप जानते हैं सीताफल खाने के ये फायदे?

एंटीऑक्सीडेंट, विटामिन्स और मिनरल्स से गुणों से भरपूर सीताफल का सेवन ना सिर्फ खून की कमी को पूरा करता है बल्कि इससे कैंसर जैसी बामारियां भी दूर रहती हैं। इतना ही नहीं, इससे आप अपनी कई ब्यूटी प्रॉब्लम्स से भी छुटकारा पा सकते हैं। चलिए आज हम आपको सीताफल खाने के कुछ ऐसे फायदे बताते हैं, जिसके बाद आप भी इसे अपनी डाइट में शामिल कर लेंगे।

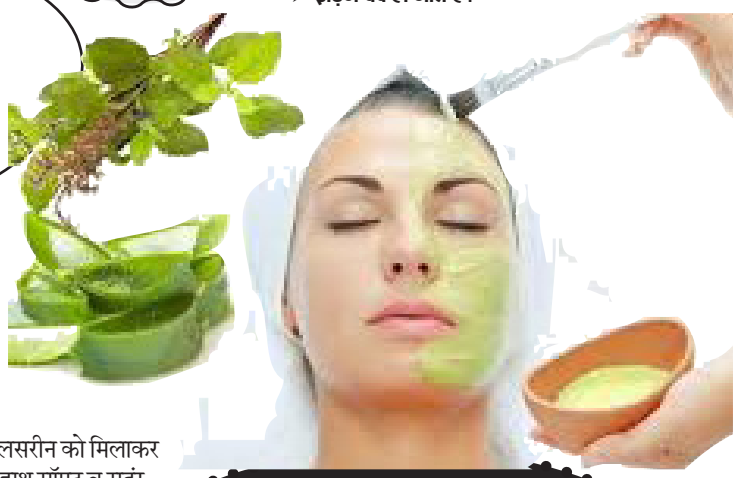
सीताफल की न्यूट्रीशस वैल्यू

एक कप (Pulp - 250ˇ) सीताफल में 235 कैलोरी, 0.1 ग्राम संतृप्त फैट, 0.1 ग्राम पॉलीअनसेचुरेटेड फैट और 0.3 ग्राम मोनोअनसैचुरेटेड फैट होता है, जिससे वजन घटाने में मदद मिलती है। इसके अलावा इसमें 22.5 सोडियम, 7% पोटेशियम, 19% कार्बोहाईड्रेट, 44% डाइटरी फाइबर, 10% प्रोटीन, 1% विटामिन ए, 151% विटामिन सी, 6% कैल्शियम, 8% आयरन, 25% विटामिन इ6 और 13% मैग्नीशियम होता है।

सीताफल के हेल्थ बेनिफिट्स

- कैंसर
- वजन घटाए
- खून की कमी
- गर्भवती महिलाओं के लिए फायदेमंद
- आंखों की रोशनी
- डायबिटीज और हार्ट डिसीज
- दुरुस्त पाचन क्रिया
- त्वचा को देता है नमी
- बढ़ती उम्र की समस्याएं
- मजबूत दांत
- फोड़े-फुसियों से राहत
- झड़ते बालों की समस्या
- हफ्ते में 2 बार इस पैक को लगाने से बाल
- झड़ने बंद हो जाते हैं।

झुर्रियां, झाइयां हो या ब्लैकहेड्स, बड़े काम के हैं ये देसी ब्यूटी टिप्स



मौसम चाहे कोई भी हो, लड़कियों में पिंपल्स, डार्क सर्कल्स, फटे होंठ, पफी आईज और ब्लैकहेड्स जैसी समस्याएं आम देखने को मिलती हैं। हालांकि लड़कियां इसके लिए महंगे प्रोडक्ट्स या क्रीम्स का सहारा लेती हैं लेकिन कैमिकल्स युक्त प्रोडक्ट्स नुकसान भी पहुंचा सकते हैं। ऐसे में आज आपकी हर ब्यूटी प्रॉब्लम्स से कुछ छोटे-छोटे नुस्खे देंगे, जिससे आप इनसे छुटकारा पा सकती हैं।

1. पिंपल्स
लहसुन का पेस्ट बनाकर लगाएं और फिर गुनगुने पानी से चेहरा धोएं। इससे बैक्टीरिया मर जाएंगे और पिंपल्स जड़ से खत्म हो जाएगा।

2. झाइयां
सेब या पपीते के पल्प से रोजाना 5 मिनट मसाज करें। इससे बढ़ती उम्र में भी झाइयों की समस्या नहीं होगी।

3. डार्क सर्कल्स
पुदीने की पत्तियों का रस आंखों के नीचे लगाएं। इससे आंखों की त्वचा को नमी और पोषण मिलेगा, जिससे डार्क सर्कल्स की समस्या दूर होगी।

4. झुर्रियां
नारियल तेल और विटामिन ई कैप्सूल को मिलाकर मसाज करने से झुर्रियों की समस्या नहीं होगी।

5. स्किन टैनिंग
एलोवेरा जेल से 5-10 मिनट तक डेली मसाज करें। इससे स्किन टैनिंग और सनबर्न की समस्या दूर होगी।

6. स्किन टाइटनिंग
चुटकीभर फिटकरी को गुलाबजल में मिक्स करके लगाएं। इससे त्वचा टाइट होती है और आप एंटी-एजिंग की समस्याओं से बचे रहते हैं।

7. फटे होंठ
नींबू और शहद को मिलाकर हल्के हाथों से मसाज करें। इससे होंठ सॉफ्ट व मुलायम होंगे।

8. होंठों का कालापन
चुकंदर के रस को होंठों पर 10 मिनट लगाएं और पानी से साफ करें। कुछ ही दिनों में आपको बेहतर रिजल्ट मिलेगा।

9. पफी आईज
खीरे की पतली स्लाइस को ठंडा करके आंखों पर 10-15 मिनट रखें। इससे ना सिर्फ आंखों की सूजन दूर होगी बल्कि यह डार्क सर्कल्स से भी छुटकारा दिलाएगा।

10. ब्लैकहेड्स
फिटकरी और ऑलिव ऑयल मिलाकर स्क्रब करें। ऐसा हफ्ते में 2-3 बार करें। इससे ब्लैकहेड्स निकल जाएंगे।

11. हाथों का खुरदुरापन
टमाटर, नींबू का रस और ग्लिसरीन को मिलाकर हाथों की मसाज करें। इससे हाथ सॉफ्ट व सुदंर होंगे।

12. मजबूत नाखून
रात को सोने से पहले ग्लिसरीन से नाखूनों की मालिश करें। इससे नाखूनों में मजबूती आएगी और उनकी चमक भी बरकरार रहेगी।

13. फुट डिटॉक्स
शुगर, बेकिंग सोडा, ऑलिव ऑयल और शहद को मिक्स करके पैरों पर स्क्रबिंग करें और फिर गुनगुने पानी से धो लें।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

सनी देओल ने खुद किया ऐलान

सनी देओल की एक्शन से भरपूर फिल्म जाट ने बॉक्स ऑफिस पर जबरदस्त प्रदर्शन करते हुए दर्शकों को खूब एंटरटेन किया। 10 अप्रैल को सिनेमाघरों में रिलीज हुई इस फिल्म ने करीब 110 करोड़ रुपये की वर्ल्डवाइड कमाई कर डाली। अब दर्शकों के इंतजार को खत्म करते हुए, फिल्म 5 जून से ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम हो चुकी है। सनी देओल ने खुद इस खुशखबरी का ऐलान एक मजेदार वीडियो के जरिए किया। वीडियो में सनी देओल हाथ में कैलेंडर लिए कहते नजर आते हैं कि अब तो तारीख पर तारीख देनी पड़ रही है। सब पूछ रहे हैं कि जाट कब आ रही है नेटफ्लिक्स पर और फिर वो हंसते हुए जवाब देते हैं कि जाट आ रही है 5 जून को नेटफ्लिक्स पर। नेटफ्लिक्स इंडिया ने भी इस वीडियो को शेयर करते हुए लिखा कि सनी देओल के पास आपके लिए एक तारीख है, नोट कर लो। जाट आ रही है 5 जून को, हिंदी और तेलुगु में सिर्फ नेटफ्लिक्स पर। फिल्म की कहानी एक देसी हीरो के बदले और संघर्ष की है, जो अपनी जमीन, इज्जत और अपनों की हिफाजत के लिए किसी भी हद तक जाने को तैयार है। साउथ स्टाइल के एक्शन और पंजाबी फ्लेवर की इस फिल्म को दर्शकों ने भरपूर सराहा। फिल्म में सनी देओल, रणदीप हुड्डा और विनीत कुमार सिंह जैसे सितारे अहम भूमिकाओं में हैं। दमदार डायलॉग्स, हाई-ऑक्टेन फाइट सीन और देशभक्ति की भावना से लबरेज इस फिल्म ने पहले ही दर्शकों के दिल में जगह बना ली थी। अब नेटफ्लिक्स पर इसकी उपलब्धता ने उन दर्शकों को खुश कर दिया है जो इसे थिएटर में नहीं देख पाए थे।

दीपिका पादुकोण के साथ ब्रेकअप पर मुजम्मिल इब्राहिम ने तोड़ी चुप्पी

बॉलीवुड एक्ट्रेस दीपिका पादुकोण रणवीर सिंह से शादी के पहले एक्टर मुजम्मिल इब्राहिम को डेट कर चुकी हैं। मुजम्मिल ने खुद इस बात का खुलासा किया। दीपिका पादुकोण के साथ अपने रिलेशनशिप को लेकर मुजम्मिल इब्राहिम एक इंटरव्यू के दौरान ढेर सारी बातें की और बताया कि वह दोनों रिक्शे में डेट पर जाया करते थे, लेकिन 2 साल बाद मुजम्मिल इब्राहिम ने दीपिका पादुकोण से रिश्ता तोड़ दिया था। मुजम्मिल इब्राहिम ने गए इंटरव्यू में दीपिका पादुकोण के साथ अपने रिलेशनशिप को लेकर खुलकर बात की, मुजम्मिल ने बताया ये तब की बात है जब वो मुंबई में नई थी। बातचीत के दौरान उन्होंने बताया कि दीपिका उस वक्त भी बहुत कॉन्फिडेंट थी, जब वह मुंबई में पहली बार आई थी, तो उससे मिलने वाला पहला शख्स मैं ही था, वह प्रकाश पादुकोण की बेटी थी इसलिए हर कोई उन्हें पहचानता था। दीपिका पादुकोण ने ही मुजम्मिल इब्राहिम को डेट के लिए प्रपोज किया था। बातचीत के दौरान मुजम्मिल ने बताया कि मैं उस समय स्टार बन गया था और वह सिर्फ मॉडल थी, शुरूआती दौर में हमारे पास पैसे कम होते थे, तो हम रिक्शे में डेट पर जाया करते थे। लेकिन आज वह सुपरस्टार है लोग उनके फैंस हैं, हर कोई आज उन्हें जानता है, लेकिन मुझे आज कोई नहीं जानता, मैं भी उनका बहुत बड़ा फैन हूं, मुझे उनकी फिल्में देखना पसंद है। मुजम्मिल से जब पूछा गया कि क्या वह दीपिका के टच में आज भी हैं। तो उन्होंने जवाब दिया कि साल 2019 में जब दीपिका और रणवीर की शादी हुई उसके बाद से हमने बात नहीं की। शादी के पहले कभी-कभी बात हुआ करती थी।