

इंदौर प्रति मंगलवार , 7 अक्टूबर 2025 से 13 अक्टूबर 2025 तक



बिहार विधानसभा चुनाव 2025 का ऐलान

दो चरणों में चुनाव, 6 और 11 नवंबर को मतदान; मतगणना 14 नवंबर को, आचार संहिता लागू

नई दिल्ली/पटना (एजेसी)। बिहार में चुनावी बिगुल बजने का इंतजार खत्म हो गया। चुनाव आयोग ने बिहार में दो चरणों में सभी 243 विधानसभा सीटों के लिए मतदान कराने का फैसला लिया गया है। पहले चरण का चुनाव 6 नवंबर और दूसरे चरण का 11 नवंबर को होगा। मतगणना की तिथि 14 नवंबर तय की गई है। भारत निर्वाचन आयोग की सोमवार को नई दिल्ली के विज्ञान भवन में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस आयोजित कर बिहार विधानसभा चुनाव 2025 के विस्तृत कार्यक्रम की आधिकारिक ऐलान किया गया। चुनाव की तारीखों के ऐलान के साथ ही राज्य में आदर्श आचार संहिता भी लागू हो गई।



ज्ञानेश कुमार ने कहा-

बिहार चुनाव पूरी पारदर्शिता के साथ होंगे- मुख्य चुनाव आयुक्त ने ज्ञानेश कुमार ने कहा, जो सारी बातें समीक्षा में आईं। बिहार में हम सभी राजनीतिक दलों, पुलिस अधिकारी, प्रशासनिक अधिकारियों से मिले। सुरक्षाबलों के अधिकारियों के साथ बैठक हुई। आयोग आपको बतलाना चाहता है कि इस बार बिहार चुनाव मतदाताओं के लिए सरल, सुगम होंगे, पूरी लॉबी मतदाताओं की मदद के लिए खड़ी रहेगी, बिहार चुनाव पूरी पारदर्शिता के साथ होंगे।

● वोटिंग लिस्ट में सुधार कराया जा सकता है - मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने कहा, 30 सितंबर को फाइनल लिस्ट (मतदाता सूची) पब्लिश की गई है। अभी भी कोई गलती रह गई हो तो जिला अधिकारी के पास अपील की जा सकती है। साथ ही किसी का नाम छूटा हो तो नॉमिनेशन के 10 दिन पहले तक नाम जुड़ा सकता है। इसके बाद कोई भी नाम नहीं

जोड़ा जा सकता है। आयोग की पूरी टीम और तीन आयुक्तों ने बिहार का दौरा किया।

● मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश ने कहा- बिहार में चुनाव का आगमन - मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने कहा, इस चुनाव में आयोग की तैयारियों की पूरी जानकारी आपको देंगे।

बिहार चुनाव 2025

पहला फेज - 121 सीटें

नोटिफिकेशन	नॉमिनेशन	स्कूटनी	नाम वापसी	वोटिंग
10 अक्टूबर	10-17 अक्टूबर	18 अक्टूबर	20 अक्टूबर	6 नवंबर

दूसरा फेज - 122 सीटें

नोटिफिकेशन	नॉमिनेशन	स्कूटनी	नाम वापसी	वोटिंग
13 अक्टूबर	13-20 अक्टूबर	21 अक्टूबर	23 अक्टूबर	11 नवंबर

नतीजे - 14 नवंबर

कुल सीट: 243 | बहुमत: 122 | 40 दिन की चुनाव प्रक्रिया

जयपुर के एसएमएस हॉस्पिटल में आग, 8 मरीजों की मौत

● ट्रॉमा सेंटर के आईसीयू में देर रात हुआ हादसा, स्वास्थ्य मंत्री के सामने नारेबाजी, हंगामा

जयपुर की घटना अत्यंत दुखद - पीएम मोदी

जयपुर (एजेसी)। जयपुर के सवाई मानसिंह (एसएमएस) हॉस्पिटल के ट्रॉमा सेंटर के आईसीयू में रविवार देर रात आग लग गई। हादसे में 8 मरीजों की मौत हो गई। इनमें 3 महिलाएं शामिल हैं।

रात 11 बजकर 20 मिनट पर यह आग ट्रॉमा सेंटर के न्यूरो आईसीयू वार्ड के स्टोर में लगी। यहां पेपर, आईसीयू का सामान और ब्लड सैप्लर ट्यूब रखे थे। ट्रॉमा सेंटर के नोडल ऑफिसर और सीनियर डॉक्टर ने बताया कि शॉर्ट सर्किट से आग लगने की आशंका है।

फायरकर्मी बोला- पूरा वार्ड धुएं से भरा था

फायर विभाग के कर्मचारी अवधेश पांडे ने बताया कि अलार्म बजते ही टीम मौके पर पहुंची। पूरे वार्ड में धुआं भर चुका था। अंदर जाने का कोई रास्ता नहीं था। ऐसे में बिल्डिंग की दूसरी ओर से खिड़की के कांच उतारकर पानी की बौछार मारी गई। आग पर काबू पाने में एक से डेढ़ घंटे का समय लगा।



मेरी संवेदना: पीएम

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर लिखा है- राजस्थान के जयपुर स्थित एक हॉस्पिटल में आग लगने से हुई जान-माल की हानि अत्यंत दुखद है। जिन लोगों ने अपने प्रियजनों को खोया है, उनके प्रति मेरी संवेदना। ईश्वर करे कि घायल शीघ्र स्वस्थ हों। डिप्टी सीएम दीया कुमारी ने हॉस्पिटल पहुंचकर हालातों का जायजा लिया।

न्यायिक जांच होनी चाहिए

पूर्व सीएम अशोक गहलोत सोमवार सुबह एसएमएस हॉस्पिटल पहुंचे। यहां उन्होंने अग्निकांड के शिकार परिवार वालों से बात की। इस दौरान पीड़ितों ने हॉस्पिटल प्रशासन पर लापरवाही का आरोप लगाया। इस दौरान गहलोत ने कहा- इस घटना की न्यायिक जांच होनी चाहिए। मैंने चीफ सेक्रेटरी-सीएम को फोन लगाया है। मैंने कहा है कि मैं बात करना चाहता हूं।

बंगाल के जलपाईगुड़ी में भाजपा सांसद पर हमला, सिर फूटा

● बाढ़ पीड़ितों को राहत सामग्री बांटने गए थे, भीड़ का पथराव, नारे लगाए- वापस जाओ

जलपाईगुड़ी (एजेसी)। पश्चिम बंगाल के जलपाईगुड़ी में सोमवार को भाजपा सांसद खगेन मुर्मू पर सैकड़ों लोगों की भीड़ ने हमला कर दिया। लोगों ने सांसद पर पथरबाजी की, जिससे वे गंभीर रूप से घायल हो गए। उनका सिर फूट गया। खगेन, मालदा से सांसद हैं। मामला जलपाईगुड़ी जिले के दुआर्स क्षेत्र के नागरकाटा का है। भीड़ ने सांसद के साथ गए भाजपा विधायक शंकर घोष और अन्य नेताओं पर भी हमला किया। सभी बाढ़ प्रभावित इलाके में लोगों को राहत सामग्री

बांटने गए थे। हमले से पहले 500 से ज्यादा लोगों ने 'वापस जाओ' के नारे लगाए और सड़कें जाम कर दीं।

हमले के बाद सामने आई तस्वीरों में भाजपा सांसद खून से लथपथ एक गाड़ी में बैठे हुए दिखाई दिए। उनके चेहरे से लगातार खून बहता हुआ दिखा। उनका सफेद कुर्ता



और गमछा भी खून से लाल हो गया। वे रूमाल से बार-बार अपने चेहरे को पोंछते हुए दिखाई दिए।

भाजपा ने कहा- सांसद पर टीएमसी के गुंडों ने हमला किया

हमले की तस्वीरें सामने आने के कुछ मिनट बाद ही भाजपा ने सोशल मीडिया पर टीएमसी पर पलटवार किया। भाजपा के आईटी सेल प्रमुख अमित मालवीय ने एक्स पर लिखा- टीएमसी का जंगलराज बंगाल में लौट आया है! एक सम्मानित आदिवासी नेता और दो बार के सांसद पर टीएमसी के गुंडों ने हमला किया। शुभेंदु अधिकारी का आरोप- पुलिस की मौजूदगी में हमला हुआ- बंगाल में भाजपा के नेता प्रतिपक्ष शुभेंदु अधिकारी ने भी ममता बनर्जी पर हमला बोला। उन्होंने एक्स पर कहा- ममता बनर्जी पूरी तरह से दहशत में हैं।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ भामाशाह नगर, इंदौर के शताब्दी वर्ष संचलन का गौर बंजारा दल ने किया भव्य स्वागत



राजेश धाकड़

इंदौर। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के शताब्दी वर्ष संचलन के अवसर पर गौर बंजारा दल, इंदौर (म.प्र.) द्वारा भव्य स्वागत कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान गौर बंजारा दल के सदस्यों ने संचलन में भाग लेने वाले सैकड़ों स्वयंसेवकों का पुष्पवर्षा कर हार्दिक अभिनंदन किया। वातावरण में देशभक्ति और संगठन की भावना का अद्भुत संगम देखने को मिला।

कार्यक्रम में गौर बंजारा दल के

पदाधिकारी-अध्यक्ष रमेशचंद्र राठौर, सचिव जितेंद्र राठौर, पवन पवार, भाजपा मंडल मंत्री दीपक चौहान, पंकज पवार, भारत राठौर और करण नायक सहित अन्य सदस्य उपस्थित रहे। उनकी उपस्थिति ने आयोजन को और अधिक गरिमामय एवं सांस्कृतिक रूप से समृद्ध बना दिया। संचलन में स्वयंसेवकों की अनुशासित पंक्तियाँ और देशभक्ति के नारों से पूरा क्षेत्र गूँज उठा। गौर बंजारा दल द्वारा किया गया यह स्वागत समाज में संगठन, संस्कृति और सेवा की भावना को और सुदृढ़ करने वाला रहा।

सकारात्मक परिवर्तन लाने वाली एक सुंदर, आनंददायी जीवन पद्धति है सहजयोग



आजकल के जीवन में सर्वत्र भागदौड़ है, भौतिकता और नकारात्मकता अपनी चरमसीमा पर है। बच्चे, युवा इतना ही नहीं यथाशक्ति, बड़ी उम्र के लोग भी भ्रमित हैं, सही और गलत में निर्णय नहीं कर पा रहे हैं। परमपूज्य श्री माताजी कहते हैं बड़े आश्चर्य की बात है कि मानव जितना कुछ मिथ्या है उसे कितने जोर से पकड़ लेता है और जो सत्य है उसे पकड़ने में कतराता है। 'केनोपनिषद्' में इंद्र भगवान को कैसे आत्मसाक्षात्कार प्राप्त हुआ इसकी कहानी है। समुद्र मंथन हुआ, परमपिता परमेश्वर ने देवताओं पर कृपा की, इसलिये देवताओं ने इस युद्ध में विजय प्राप्त की, परंतु इस विजय से देवताओं में अहंकार आ गया कि हमने अपने बल पर जीत हासिल की है। कोई भी व्यक्ति हो या देवता अगर वे अहंकार या प्रति अहंकार की चपेट में आते हैं तो उनका पतन निश्चित है। परमपिता परमेश्वर को देवताओं पर दया आ गई। उनका अहंकार नष्ट करने के लिये 'परमपिता परमेश्वर' ने एक दिव्य यक्ष का रूप लिया। जब दिव्य यक्ष इंद्रनगरी में आया तो उनका अपूर्व तेज, देखकर सभी देवता अचंभित हुए। दिव्य यक्ष का पता लगाने के लिये इंद्रदेव ने प्रथम अग्निदेव को भेजा। दिव्य यक्ष ने अग्निदेव से पूछा आप कौन हैं? इस प्रश्न से अग्निदेव को बड़ा गुस्सा आया, उन्हें लगा संपूर्ण ब्रह्मांड मे मेरी कीर्ति है, परंतु इन्होंने मुझे पहचाना नहीं, अग्निदेव बोले, मैं ही ज्ञानवेदा, सर्वज्ञ अग्नि हूँ। दिव्य यक्ष ने फिर पूछा आप में कौनसा सामर्थ्य है? अग्नि बोले, मैं एक क्षण में इस संपूर्ण ब्रह्मांड को जला सकता हूँ। दिव्य यक्ष ने उनके सामने एक सूखी घास का तिनका रखा और बोले कि जलाकर दिखाइये, परंतु क्या आश्चर्य? अग्निदेव अपनी पूर्ण ताकत लगाकर भी उस तिनके को नहीं जला सके और अपमानित होकर वापस इंद्रनगरी चले आये। इसके बाद वायु देवता का भी गर्व हरण हो गया और दिव्य यक्ष को पहचानने का जिम्मा इंद्रदेव पर आ गया। जब इंद्रदेव यक्षनगरी पहुंचे तो दिव्ययक्ष अंतर्धान हो गये, परंतु इंद्रदेव वापस नहीं आये, वहीं बैठे? और मन में आदिशक्ति की प्रार्थना करने लगे। इंद्रदेव की हृदय से निकली हुई प्रार्थना सुनकर साक्षात् उमाकुमारी आदिशक्ति वहाँ उपस्थित हुई और उन्होंने इंद्र देव को आत्मसाक्षात्कार प्रदान कर परमपिता के सत्य से परिचित कराया। सहजयोग के माध्यम से सत्य के साधक, जो चैतन्यमयी आत्मसाक्षात्कार को प्राप्त करना चाहते हैं, तो मात्र अपना अहंकार त्यागकर सच्चे हृदय से आदिशक्ति श्री माताजी के समक्ष अपने आत्म साक्षात्कार के लिए प्रार्थना करें।

परमपूज्य श्री माताजी प्रणित 'सहजयोग' एक सरल, आनंददायी ध्यान है, एक सुंदर जीवन पद्धति है, जो आपके जीवन में सकारात्मक बदलाव लाकर आपको, प्रेम से, करुणा से, परिपूर्ण बनाती है। विश्व के किसी भी सहजयोगी से आप बात करेंगे तो वह साधक आपको आनंद की, सहजयोग ध्यान से प्राप्त सुंदर चैतन्य की, चक्र और नाडियों की ही बात करेगा। उसके मन में यही उमंग सदा बनी रहेगी की 'निर्विचारिता में मुझे जो आनंद प्राप्त हो रहा है, इसे मैं कैसे बताऊँ? आज मुझे कोई तो भी ऐसा साधक मिले जिसे मैं इस चैतन्यमयी ध्यान के बारे में परमपूज्य श्री माताजी और उनसे प्राप्त आशीर्वादों के बारे में बात कर सकूँ।

सहजयोग से संबंधित जानकारी टोल फ्री नं-1800 2700 800 से प्राप्त कर सकते हैं। सहजयोग पूर्णतया निःशुल्क है।

मुनि श्री विद्यासागर जी महाराज की 79वीं जन्म जयंति पर विशेष आयोजन

शरद पूर्णिमा के पावन अवसर पर गुरु के चरणों में श्रद्धांजलि

सदी के महान संत, मुनि आचार्य गुरुवर 108 संत शिरोमणि श्री विद्यासागर जी महाराज की 79वीं जन्म जयंति शरद पूर्णिमा के शुभ अवसर पर बड़े ही श्रद्धा और भक्ति भाव से मनाई जा रही है। नमोऽस्तु नमोऽस्तु गुरुवर गौरतलब है कि गत 6 फरवरी को आचार्य श्री की प्रथम पुण्यतिथि के उपलक्ष्य में "अंतरराष्ट्रीय पोरवाड़ सामाजिक मंच" द्वारा मुनिश्री के जीवन और उनके प्रेरणादायी विचारों पर आधारित अंतरराष्ट्रीय स्तर की ऑनलाइन आलेख प्रतियोगिता आयोजित की गई थी। प्रतियोगिता में देशभर से बड़ी संख्या में प्रतिभागियों ने भाग लिया। निर्णायक मंडल द्वारा चयनित आलेखों में विजेताओं की घोषणा इस प्रकार की गई।

प्रथम स्थान:

श्री संदीप बाबूलाल जैन (बड़वाह)

द्वितीय स्थान:

श्रीमती नमिता जैन (खंडवा)

तृतीय स्थान:

श्री विपिन कुमार जैन

इन तीनों पुरस्कृत आलेखों का प्रकाशन सम्माननीय पाठकों के अध्ययन हेतु विशेष श्रृंखला के रूप में किया जा रहा है। यह आयोजन न केवल आचार्य श्री के जीवन दर्शन को जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास है, बल्कि यह उनके द्वारा दिखाए गए त्याग, तप, संयम और सेवा के मार्ग को नई पीढ़ी तक पहुंचाने का एक विनम्र प्रयास भी है।



जैन धर्म प्रभावना

19h



दिल्ली के अस्पताल का मामला, 3 महीने में 90 वाहन चोरी सरकारी अस्पताल बना चोरों का अड्डा

नई दिल्ली, एजेंसी।

पूर्वी दिल्ली का जग प्रवेश चंद्र (जेपीसी) अस्पताल, जो अपनी व्यस्तता और मरीजों की भीड़ के लिए जाना जाता है, अब एक नई वजह से सुर्खियों में है। लेकिन यह वजह कोई गर्व की बात नहीं, बल्कि शर्मिंदगी का सबब है। अस्पताल की पार्किंग अब चोरों का पसंदीदा ठिकाना बन चुकी है। जुलाई से सितंबर के बीच कम से कम 90 वाहन इस अस्पताल परिसर से चोरी हो चुके हैं। यह खुलासा पुलिस और अस्पताल प्रशासन ने किया है।

जेपीसी अस्पताल में चार प्रवेश द्वार, 20 से ज्यादा सुरक्षा गार्ड और सीसीटीवी कैमरे होने के बावजूद चोरों के हौसले बुलंद हैं। डॉक्टर, कर्मचारी और मरीज सभी डर के साये में जी रहे हैं। एक सुरक्षा गार्ड ने नाम न बताने की शर्त पर कहा, हम हर आने-जाने वाले की जांच नहीं कर सकते। ये चोर कोई मामूली लोग नहीं, इनके पास कटर और इग्निशन टूल्स हैं। ये सब किसी संगठित गिरोह का काम लगता है।

चोरी का शिकार ज्यादातर दोपहिया वाहन यानी स्कूटर, मोटरसाइकिल और कुछ साइकिलें हैं। इन चोरियों ने अस्पताल के रोजमर्रा के कामकाज को हिलाकर रख दिया है। पीड़ितों में डॉक्टर, नर्स, कर्मचारी और मरीजों के परिजन शामिल हैं। कई लोगों ने न सिर्फ अपने वाहन खोए, बल्कि उनके साथ जरूरी मेडिकल और व्यक्तिगत दस्तावेज भी गायब हो गए।



एक जूनियर रेजिडेंट डॉक्टर ने बताया कि कैसे उनकी नई-नवेली स्कूटर, जो उन्होंने कुछ महीने पहले ही खरीदी थी, अगस्त में ओपीडी गेट के पास से गायब हो गई। उन्होंने बताया, मैं ड्यूटी खत्म करके लौटा तो स्कूटर गायब थी। गार्ड्स ने कहा, उन्हें कुछ नहीं पता। अस्पताल जैसे सुरक्षित जगह पर ऐसा होगा, सोचा भी नहीं था।

गाजियाबाद के राजेश कुमार की कहानी और भी दर्दनाक है। जुलाई में अपने घायल बेटे को भर्ती करने आए राजेश ने रात में अपनी बाइक पार्किंग में खड़ी की।

सुबह तक बाइक गायब थी। उन्होंने कहा, बाइक के पीछे के डिब्बे में मेरे सारे मूल और मेडिकल दस्तावेज थे। सब चोरी हो गया।

सीलमपुर के एक किडनी मरीज मोहम्मद शादाब की भी ऐसी ही कहानी है। शादाब ने निराशा भरे लहजे में कहा, मैं सरकारी अस्पताल इसलिए आया क्योंकि प्राइवेट का खर्चा नहीं उठा सकता था। लेकिन यहां मेरी इकलौती बाइक चोरी हो गई। पुलिस आई, शिकायत ली और फिर कोई खबर नहीं।

डर के साये में कर्मचारी

चोरियों की बाढ़ ऐसी है कि कई डॉक्टर और कर्मचारी अब अपनी गाड़ियां लाना ही बंद कर चुके हैं। एक सीनियर रेजिडेंट डॉक्टर ने बताया, पिछले तीन हफ्तों से मैं मोटरसाइकिल छोड़ मेट्रो से आता हूँ और स्टेशन से पैदल चलकर। लेकिन ये लंबे समय तक मुमकिन नहीं, खासकर रात की इमरजेंसी कॉल्स के लिए। अस्पताल प्रशासन के मुताबिक, अस्पताल में रोजाना मरीज, उनके परिजन और कर्मचारी समेत 3,000 लोग आते हैं। लेकिन पार्किंग की कोई स्पष्ट व्यवस्था नहीं है। अब केवल एक ही गेट आम लोगों के लिए खुला है, जिससे गाड़ियों की भीड़ प्रवेश द्वारों के पास फैल जाती है। इससे निगरानी लगभग असंभव हो गई है। ओपीडी के पास का गार्ड रूम अब शिकायतों और चोरी की रिपोर्टों से भरा पड़ा है। पास के शास्त्री पार्क पुलिस स्टेशन में कई शिकायतें दर्ज हो चुकी हैं। एक पुलिस अधिकारी ने कहा, हम जांच कर रहे हैं। लेकिन डीसीपी (उत्तर-पूर्व) आशीष मिश्रा ने कोई टिप्पणी करने से इनकार कर दिया। अस्पताल प्रशासन इस समस्या को मानता तो है, लेकिन उनके पास कोई ठोस समाधान नहीं।

सोशल मीडिया पर जश्न मनाना गुनाह नहीं... हाईकोर्ट ने दी आरोपी को राहत

नई दिल्ली, एजेंसी। जमानत मिलने के बाद सोशल मीडिया पर उत्सव का माहौल बनाना अब अपने आप में जमानत रद्द करने का कारण नहीं होगा। दिल्ली हाईकोर्ट ने एक अहम फैसले में साफ किया है कि जब तक सोशल मीडिया पोस्ट या वीडियो में शिकायतकर्ता के खिलाफ स्पष्ट धमकी या डराने की मंशा न दिखे, तब तक ये जमानत रद्द करने का आधार नहीं बन सकते।

दिल्ली हाईकोर्ट के जज रविंद्र दुदेजा ने एक याचिका को खारिज करते हुए यह बात कही। ये याचिका जफ़ीर आलम नाम के शिकायतकर्ता ने दायर की थी, जिसमें उन्होंने नरेला इंडस्ट्रियल एरिया पुलिस स्टेशन में दर्ज एक मामले में आरोपी मनीष की जमानत रद्द करने की मांग की थी। मनीष पर आईपीसी की धारा 436, 457, 380 और 34 के तहत केस दर्ज है। शिकायतकर्ता का आरोप था कि

मनीष और उसके साथियों ने जमानत की शर्तों का उल्लंघन किया। उन्होंने दावा किया कि मनीष ने सोशल मीडिया पर अप्रत्यक्ष धमकियां दीं, हथियार लहराए और मोहल्ले में डर का माहौल बनाया। इतना ही नहीं, 12 जून 2025 को एक सह-आरोपी को शिकायतकर्ता के घर के बाहर भी देखा गया था। लेकिन कोर्ट ने इन दावों को ठोस सबूतों के अभाव में खारिज कर दिया। कोर्ट ने अपने फैसले में कहा कि जमानत मिलने की खुशी में वीडियो या स्टेटस डालना अपने आप में कोई अपराध नहीं है। जज ने साफ किया, कुछ स्क्रीनशॉट्स पेश किए गए हैं, लेकिन उनसे ये साबित नहीं होता कि ये पोस्ट शिकायतकर्ता को डराने के इरादे से डाले गए थे। कोर्ट ने यह भी जोड़ा कि जमानत रद्द करने के लिए बेहद ठोस और पुख्ता परिस्थितियां जरूरी हैं, जैसे कि न्याय प्रक्रिया में दखल या आजादी का दुरुपयोग।

बारिश के बाद मलेरिया बन रहा दिल्ली के लिए विलेन

नई दिल्ली, एजेंसी। दिल्ली में मानसून के बादल छंटने के साथ ही शहर एक बार फिर एक जानी-पहचानी मौसमी समस्या से जूझ रहा है, यानी मच्छर जनित बीमारियों में बढ़ोतरी। नगर निगम के आंकड़ों से पता चलता है कि मलेरिया संक्रमण कम से कम छह वर्षों में अपने उच्चतम स्तर पर पहुंच गया है, जबकि डेंगू और चिकनगुनिया भी शहर के सार्वजनिक स्वास्थ्य बोझ को लगातार बढ़ा रहे हैं। दिल्ली नगर निगम की 29 सितंबर की नवीनतम रिपोर्ट के अनुसार, इस साल अब तक दिल्ली में 371 मलेरिया के मामले दर्ज किए गए हैं, जो 2019 के बाद हर साल की इसी अवधि के आंकड़ों से ज्यादा हैं। पिछले साल इसी अवधि तक शहर में 363 मलेरिया के मामले दर्ज हुए थे, जबकि 2023 में 237, 2022 में 68, और 2021 में 66 मामले दर्ज किए गए थे। भले ही डेंगू के मामलों की संख्या (759) पिछले साल के 1,229 से कम है, अधिकारियों का कहना है कि शहर में हर हफ्ते दर्जों नए संक्रमण सामने आ रहे हैं। 2023 में इसी अवधि में दिल्ली में 1,229 मामले दर्ज



हुए थे, जो कहीं ज्यादा थे। इस साल चिकनगुनिया के मामले 61 हैं, जबकि पिछले साल यह संख्या 43 थी। अधिकारियों ने स्पष्ट किया कि इस साल अब तक मच्छर जनित बीमारियों से किसी की मौत नहीं हुई है। हालांकि, स्वास्थ्य अधिकारियों ने चेतावनी दी है कि वास्तविक मामलों की संख्या बहुत अधिक हो सकती है क्योंकि बड़ी संख्या में मामले लापता या अधूरे हैं, जिन्हें कुल गिनती में जोड़ा नहीं जाता है। स्थल की रिपोर्ट से पता चलता है कि पुष्टि किए गए मामलों के अलावा, 95 मलेरिया और 223 डेंगू संक्रमण उन मरीजों में पाए गए। जिन्होंने हाल ही में दिल्ली के बाहर से यात्रा की थी।

इसके अलावा 104 मलेरिया और 626 डेंगू के मामलों में पते अधूरे थे, जबकि पते का सत्यापन करने के बावजूद 76 मलेरिया और 195 डेंगू के मरीजों का पता नहीं चल सका। एक वरिष्ठ सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारी ने कहा कि पता न चल सकने वाले मानले एक बड़ी समस्या बने हुए हैं क्योंकि मच्छर-विरोधी अभियान प्रजनन हॉटस्पॉट की पहचान करने के लिए सटीक स्थान डेटा पर निर्भर करते हैं।

इन्दौर पुलिस द्वारा अपने साथी पुलिस अधिकारियों को ससम्मान विदा कर, दी जीवन की इस नई पारी के लिए शुभकामनाएं

नलिन दीक्षित

इन्दौर। पुलिस में अपनी अधिवाषिकी आयु पूर्ण कर सेवानिवृत्त होने वाले इन्दौर पुलिस के 06 पुलिस अधिकारियों का विदाई समारोह आज दिनांक 06.10.25 को पलासिया चौराहे स्थित पुलिस कमिश्नर कार्यालय के सभागार में आयोजित किया गया। श्रीमान पुलिस आयुक्त नगरीय इन्दौर श्री संतोष कुमार सिंह एवं अतिरिक्त पुलिस आयुक्त श्री आर. के. सिंह के मार्गदर्शन में आयोजित उक्त कार्यक्रम में, पुलिस उपायुक्त (मुख्यालय) श्री प्रकाश परिहार, सहायक पुलिस

आयुक्त (लाइन) श्री राजेश सुल्यु एवं रक्षित निरीक्षक श्री दीपक कुमार पाटिल की उपस्थिति में सेवानिवृत्त होने वाले पुलिस अधीकारीगण - निरीक्षक श्री शैलेन्द्र सिंह जादौन, उप निरीक्षक श्री अनिल शर्मा, उप निरीक्षक श्री नंदकिशोर दुबे, प्रआर श्री विक्रम सिंह, प्रआर श्री विजय सिंह गुजरे, प्रआर श्री दौलत सिंह व उनके परिजन एवं कार्यालयीन स्टाफ व अन्य पुलिस कर्मचारीगण उपस्थित रहे।

कार्यक्रम के दौरान पुलिस उपायुक्त (मुख्यालय) व उपस्थित पुलिस अधिकारियों द्वारा सेवानिवृत्त अधिकारियों का शाल, श्रीफल, मोमेंटो

व पुष्प माला के साथ स्वागत करते हुए, उन्होंने जो पुलिस विभाग में अपनी अभिन्न सेवाएं दी गयी है, उसके लिये धन्यवाद दिया गया तथा उनके भविष्य के लिये मंगल कामना की गयी। इस अवसर पर डीसीपी श्री प्रकाश परिहार ने कहा कि आप सभी ने अनुशासित पुलिस विभाग में चुनौतीपूर्ण ड्यूटी करते हुए अपने जीवन का अमूल्य समय देकर जनता की सेवा की है, अब आपको स्वयं व अपने परिवार को समय देने की बारी है। सभी अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखते हुए, जीवन की इस नई पारी को अपने परिवार के साथ खूब हंसी खुशी के साथ, रचनात्मकता के साथ गुजारें और

अपने किसी न किसी शोक को जरूर निखारे। इसके साथ ही अधिकारियों ने सभी को अपने समय और अपनी पूंजी को सही जगह निवेश करने के संबंध में भी उचित मार्गदर्शन प्रदान किया। साथ ही उपस्थित वरिष्ठ अधिकारियों ने भी सभी को ये आश्वासन भी दिया कि, ये पुलिस परिवार अब भी उनका परिवार है, वे जब चाहे यहां आकर अपनी समस्याएं व अपने अनुभव आदि हमसे साझा कर सकते हैं और साथ ही अपनी उत्कृष्ट सेवाओं व अनुभव के आधार पर अपने साथीगणों के मार्गदर्शक भी बन सकते हैं।



क्या आपका बच्चा व्यावहारिक है?

बच्चों में व्यावहारिक ज्ञान का होना बहुत जरूरी है। ये ज्ञान उन्हें वास्तविक जीवन की चुनौतियों का सामना करने, समस्याओं को हल करने और जीवन में सफल होने के लिए जरूरी होता है। व्यावहारिक ज्ञान ही बच्चों को एक बेहतर और सभ्य व्यक्ति बनने में मदद करता है।

छो टी उम्र में ही बच्चे को पढ़ाई के साथ-साथ घर और बाहर की दुनिया में लोगों के साथ सही व्यवहार करना सिखाना भी जरूरी होता है। मगर कई बच्चे ऐसे भी होते हैं, जो बाहर की दुनिया और लोगों के साथ घुल-मिल नहीं पाते। इससे उन्हें स्कूल में अन्य बच्चों के साथ घुलने-मिलने और दोस्त बनाने में तो दिक्कत आती ही है। साथ ही ऐसे बच्चे जब भी किसी से मिलते हैं तो हेलो या नमस्ते कहने के बजाए चुप रहते हैं। अगर आपके बच्चे का व्यवहार भी ऐसा ही है तो आप उन्हें कुछ जरूरी व्यावहारिक ज्ञान की बातों के बारे में जरूर बताते रहें।

अभिवादन करना सिखाएं

बच्चों को सबसे पहले सिखाएं कि किस तरह किसी से मिलते ही उनका अभिवादन करना चाहिए। उन्हें समझाएं कि अगर वे किसी से मिलते ही उन्हें सही तरीके से अभिवादन करते हैं उन्हें दूसरे याद रखते हैं। इससे उनकी



पर्सनालिटी में बदलाव आएगा। इससे बच्चे के दिल में दूसरों के लिए मान-सम्मान बढ़ता है।

मिलजुल कर रहना सिखाएं
भारतीय संस्कृति में बड़ों को सम्मान देना बहुत महत्वपूर्ण माना गया है। इसलिए बच्चों को अपने से बड़ों से अच्छा व्यवहार करना और दूसरों से मिलजुल कर रहना सिखाएं।



दिन भर में कितना पानी पीएं...

हमारे लिए शरीर को हाइड्रेटेड रखना बहुत जरूरी है, ऐसे में सही मात्रा में पानी पीना हम सबकी जरूरत है। लेकिन क्या आप जानते हैं हर इंसान के शरीर में पानी की जरूरत अलग होती है। ऐसे में ये जानना जरूरी हो जाता है कि आपके शरीर को कितने पानी की जरूरत है।

आ पने कई लोगों को ये कहते सुना होगा कि आज अच्छी स्वस्थ और वजन कम करने के लिए 5 से 6 लीटर पानी पीना चाहिए। इससे बॉडी डिटॉक्स होती है। इतना ही नहीं कई लोगों का ये भी मानना है कि ज्यादा पानी पीने से स्किन भी बेहतर होती है। इसलिए आजकल लोग हाइड्रेट रहने को लेकर ध्यान देते हैं। मगर कम लोग ये जानते हैं कि जितना नुकसानदेह कम पानी पीना है, उतना ही हानिकारक जरूरत से ज्यादा पानी पीना भी होता है। हमारे शरीर का 50-70 प्रतिशत वजन की वजह पानी है। दरअसल, कोशिकाएं हमारे शरीर के बिल्डिंग

यूनिट होते हैं, जिन्हें जीवित रखने के लिए पानी की जरूरत होती है। पानी की कमी के कारण सेल्स में मौजूद फ्लूइड खत्म होने लगता है, जिसके कारण वे ठीक से फंक्शन नहीं कर पाते। इसलिए शरीर में सही मात्रा में पानी मौजूद होना जरूरी है। ऐसे में जानिए कि आपको रोजाना कितना पानी पीना चाहिए और इसका सही तरीका क्या है।

कितना पानी पीना है सही?

एक्सपर्ट्स की मानें तो व्यक्ति को कितना पानी पीना चाहिए, इस सवाल का जवाब कई वजहों पर निर्भर करता है। पहला कि सभी की सेहत एक समान नहीं होती। हर इंसान का रहन-सहन, खान-पान, जीवनशैली और

मेडिकल कंडिशनस अलग होती हैं, जिसकी वजह से पानी की जरूरत भी अलग होती है। कोई व्यक्ति ऐसा होता है, जो दिन भर धूप में काम करता है और कोई ऑफिस में बैठ कर। ऐसे में जाहिर है कि जो इंसान अधिक समय तक धूप में रहता है, उसके शरीर को एसी में बैठे व्यक्ति की तुलना में ज्यादा पानी की जरूरत होगी। इसलिए हर व्यक्ति को अपनी फिजिकल और मेडिकल कंडिशन के आधार पर पानी की मात्रा तय करनी चाहिए। एक्सपर्ट्स के अनुसार भारत के क्लाइमेटिक कंडिशन के आधार पर एक दिन में व्यक्ति को कम से कम 4.5 से 5 लीटर पानी पीना चाहिए। इसमें खाने और अन्य पेय पदार्थों को भी शामिल कर सकते हैं।





सही मात्रा में पानी पीना क्यों जरूरी?

शरीर हाइड्रेटेड रहे इसके लिए पानी पीना बहुत जरूरी है। किस व्यक्ति को कितनी मात्रा में पानी पीना चाहिए ये व्यक्ति के उम्र, वजन, हेल्थ की स्थिति और शारीरिक गतिविधि पर निर्भर करता है। ऐसे में जरूरत से ज्यादा पानी पीने से खून में सोडियम का स्तर कम हो सकता है, जिससे सूजन और वाटर रिटेंशन की समस्या हो सकती है। इस स्थिति को हीपोनेट्रेमिया कहते हैं। यह स्थिति काफी गंभीर हो सकती है। इसमें उल्टी, मांसपेशियों में ऐंठन, और सिरदर्द शामिल हैं। ऐसी स्थिति में आपको तुरंत डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए। कई लोग वजन कम करने के लिए खाली पेट पानी पीते हैं। इससे पेट में गैस, अपच और पेट फूलने जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

पानी पीने का सही तरीका

गुनगुना पानी पिएं- सुबह उठते ही गुनगुना पानी पीना सबसे बेहतर होता है। यह आपके पाचन तंत्र को सक्रिय करने में मदद करता है।

धीरे-धीरे पिएं- एक साथ ज्यादा पानी पीने से बचें। धीरे-धीरे पानी पिएं ताकि शरीर उसे अच्छे से अब्सॉर्ब कर सके।

अपनी जरूरत को समझें- हर व्यक्ति के शरीर की जरूरतें अलग होती हैं। अपनी दिनचर्या, मौसम, और शारीरिक गतिविधियों के हिसाब



से पानी पिएं।

जरूरी बातें- सुबह खाली पेट पानी पीना हेल्थ के लिए फायदेमंद हो सकता है। लेकिन सुबह अचानक पीने से ब्लड प्रेशर ड्रॉप होने का संभावना रहती है।

कम पानी पीते हैं तो क्या करें

हर भोजन से पहले कम से कम 2 कप पानी पिएं। सुबह जल्दी उठकर और सोने से पहले भी एक गिलास पानी पिएं। पानी की मात्रा बढ़ाने के

लिए आप फ्लेवर्ड पानी, जूस, दूध या कोई ऐसा फल खा सकते हैं, जिसमें पानी की मात्रा अधिक पाई जाती हो।

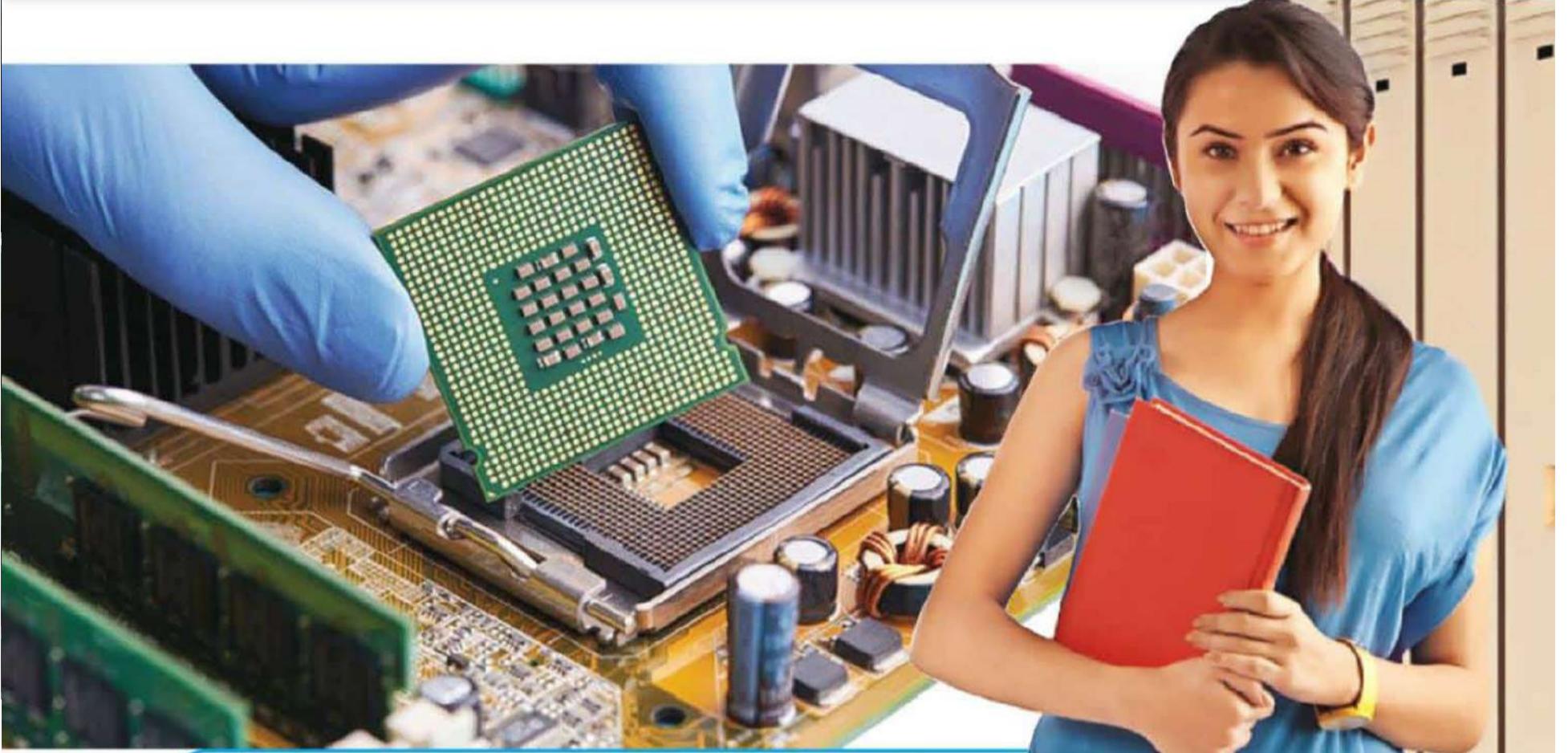
बीमार हैं तो कितना पानी पीएं

अगर आप बुखार, उल्टी या दस्त जैसी समस्या से परेशान हैं तो आपको अपने शरीर से निकले हुए तरल पदार्थों की पूर्ति के लिए सामान्य से अधिक पानी पीने की आवश्यकता हो सकती है। आप चाहें को डॉक्टर की सलाह ले सकते हैं। एक ही बार में बहुत सारा तरल पदार्थ पीने के बजाय, हर कुछ मिनटों में थोड़ा-थोड़ा पानी पीते रहें।

अधिक पानी पीने के नुकसान

जरूरत से ज्यादा पानी पीने से किडनी पर प्रेशर पड़ता है। हमारी किडनी पानी को फिल्टर करती हैं और वेस्ट पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने में मदद करती हैं। अधिक पानी पीने से किडनी के लिए काम करना मुश्किल हो जाता है। सोडियम, पोटेशियम और मैग्नीशियम को हमारे शरीर के लिए फायदेमंद माना जाता है। ज्यादा पानी पीने से यह इलेक्ट्रोलाइट्स डाइल्यूट हो जाते हैं। जिससे मसल क्रांप और कमजोरी का सामना करना पड़ सकता है। इसके अलावा जरूरत से ज्यादा पानी पीने पर ओवरहाइड्रेशन की समस्या हो सकती है। ●





जॉब संभावनाओं से भरा सेमीकंडक्टर

सेमी कंडक्टर (चिप) के क्षेत्र में भारत को आत्मनिर्भर बनाने के लिए पिछले दिनों चार नए प्लांट्स को मंजूरी मिलने से यह माना जा रहा है कि आने वाले दिनों में युवाओं को बड़ी संख्या में रोजगार के अवसर मिलेंगे। देश में ही चिप बनने से किस तरह के रोजगार के अवसर पैदा होंगे, कैसे आप इसके लिए अपने को तैयार कर सकते हैं, बता रहे हैं धीरेंद्र पाठक...

दे श में सेमीकंडक्टर सेक्टर तेजी से आगे बढ़ रहा है। चीन, अमेरिका, ब्रिटेन जैसे देशों की तरह भारत को भी चिप निर्माण के क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनाने के लिए लगातार नए प्लांट्स खोले जा रहे हैं। अब चार नए सेमीकंडक्टर प्लांट्स 4,594 करोड़ रुपये की लागत से ओडिशा, पंजाब और आंध्र प्रदेश में खुलने जा रहे हैं। नोएडा और बेंगलुरु समेत देश के विभिन्न शहरों में छह सेमीकंडक्टर प्रोजेक्ट पहले से ही चल रहे हैं, जहां स्टेट-ऑफ-आर्ट डिजाइन फैसिलिटीज में मॉडर्न 3 नैनोमीटर आर्किटेक्चर वाले चिप डिजाइन होंगे। माना जा रहा है कि इससे आने वाले दिनों में भारत को 3 एनएम, 7 एनएम या 5 एनएम जैसे चिप के लिए दूसरे देशों पर निर्भर नहीं रहना पड़ेगा। जाहिर है, यदि भारत में ही मोबाइल, कंप्यूटर, लैपटॉप या दूसरे गैजेट्स के लिए बड़े पैमाने पर स्वदेशी चिप बनने लगेंगे तो इससे रोजगार भी बढ़ेंगे।

सरकार की ओर से प्रोत्साहन

भारत को चिप का हब बनाने के लिए मोदी सरकार का पूरा फोकस इन दिनों सेमीकंडक्टर सेक्टर पर है। कैबिनेट की मंजूरी के बाद बीते दिनों 79वें स्वतंत्रता दिवस के मौके पर लालकिले से पीएम मोदी के संबोधन में सेमीकंडक्टर का उल्लेख यह दर्शाता है कि सरकार इसे लेकर कितना गंभीर है। नए प्लांट्स शुरू करने की घोषणा भी इसी दिशा में बड़ी पहल मानी जा रही है।

डिप्लोमा और डिग्री कोर्स शुरू करने की तैयारी

तकनीकी चुनौतियों को देखते हुए जिस तरह स्कूली स्तर से ही शिक्षा में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआइ) को शामिल करने की योजना सरकार की ओर से बनाई गई है, उसी तरह अब सेमीकंडक्टर की पढ़ाई को भी स्कूली स्तर से जोड़ने पर विचार किया