

हमारा महानगर

https://www.hamaramahanagar.net

वर्ष 33 ■ अंक 350 ■ मुंबई, शुक्रवार 11 जुलाई 2025 ■ पेज 10 ■ मूल्य : ₹ 5.00

संरक्षक : आरएन सिंह



आधुनिक युग में
रिश्तों की डोर,
हो रही दागदार

पेज-4



अवैध धर्मांतरण पर
ताबडतोड़ एक्शन, योगी ने
अब तक 16 को दिलाई सजा

पेज-6



शरीर को हिला देती है
कैल्शियम की कमी

पेज-8



भारतीय महिला क्रिकेट टीम
ने रचा इतिहास, इंग्लैंड में
जीती पहली टी-20 श्रृंखला

पेज-9

वोटर लिस्ट रिवीजन जारी रहेगा

चुनाव आयोग को सुप्रीम कोर्ट का निर्देश : आधार, वोटर आईडी, राशन कार्ड को भी पहचान पत्र मानें



महानगर नेटवर्क

नई दिल्ली

सुप्रीम कोर्ट ने गुरुवार को बिहार विधानसभा चुनाव से पहले वोटर लिस्ट के रिवीजन जारी रखने की अनुमति दी। अदालत ने इसे संवैधानिक जिम्मेदारी बताया। सुप्रीम कोर्ट में जस्टिस सुभांशु धूलिया और जस्टिस जयमाल्या बागची की बेंच ने विशेष गहन पुनरीक्षण (SIR) यानी वोटर लिस्ट रिवीजन की टाइमिंग पर सवाल उठाए। अदालत ने चुनाव आयोग से कहा कि बिहार में SIR के दौरान आधार, वोटर आईडी, राशन कार्ड को भी पहचान पत्र माना जाए। बेंच के मुताबिक, 10 विपक्षी दलों के नेताओं समेत किसी



भी याचिकाकर्ता ने चुनाव आयोग की इस प्रक्रिया पर अंतरिम रोक की मांग नहीं की है। सुप्रीम कोर्ट ने याचिकाओं पर चुनाव आयोग से 21 जुलाई तक जवाब मांगा। अगली सुनवाई 28 जुलाई के लिए तय की। विशेष गहन पुनरीक्षण (SIR) यानी वोटर लिस्ट रिवीजन पर अदालत में करीब 3 घंटे सुनवाई हुई। याचिकाकर्ताओं का आरोप है कि वोटर लिस्ट रिवीजन नियमों को दरकिनार कर किया जा रहा है। वोटर की नागरिकता जांची जा रही है। ये कानून के खिलाफ है। SIR के सिर्फ आधार ही नहीं मांगा जा रहा, अन्य सांसद महुआ मोइत्रा समेत 11 लोगों ने

याचिकाएं दाखिल की हैं। याचिकाकर्ता की ओर से वकील गोपाल शंकर नारायण, कपिल सिब्बल और अभिषेक मनु सिंघवी ने जिरह की। चुनाव आयोग की पैरवी पूर्व अर्टोनी जनरल केके वेणुगोपाल, राकेश द्विवेदी और मनिंदर सिंह ने की। **याचिकाकर्ता के वकील:** अब जबकि चुनाव कुछ ही महीनों दूर हैं, चुनाव आयोग कह रहा है कि वह पूरी मतदाता सूची का विशेष गहन पुनरीक्षण (SIR) 30 दिनों में करेगा। **सुप्रीम कोर्ट:** SIR प्रक्रिया में कोई बुराई नहीं है, लेकिन यह आगामी चुनाव से कई महीने पहले ही कर ली जानी चाहिए थी। भारत में मतदाता बनने के लिए नागरिकता की जांच करना आवश्यक है, जो संविधान के अनुच्छेद 326 के तहत आता है। चुनाव आयोग जो कर रहा है, वह संविधान के तहत अनिवार्य है और इस तरह की पिछली प्रक्रिया 2003 में की गई थी। **सुप्रीम कोर्ट:** SIR के दौरान दस्तावेजों की सूची से आधार कार्ड को बाहर रखा जा रहा है। **चुनाव आयोग:** वोटर रिवीजन के दौरान सिर्फ आधार ही नहीं मांगा जा रहा, अन्य दस्तावेज भी मांग रहे हैं।

कपिल शर्मा के कैफे पर फायरिंग



महानगर नेटवर्क

नई दिल्ली

कॉमेडियन कपिल शर्मा के कैफे पर फायरिंग हुई है। कुछ दिनों पहले ही कनाडा में के सरे में उनके कैफे का उद्घाटन हुआ था। पत्नी गिन्नी चतर्थ के साथ मिलकर उन्होंने कनाडा में एक शानदार रेस्टोरेंट खोला है। कैफे का नाम 'कैप्स कैफे' रखा है। खालिस्तान समर्थक समूह BKKI (बब्बर खालसा इंटरनेशनल) के एक कार्यकर्ता और एनआईए (भारत) के मोस्ट वांटेड आतंकवादी हरजीत सिंह लाडी ने इस गोलीबारी की जिम्मेदारी ली है। हालांकि, उनके कैफे को क्यों निशाना बनाया गया है, इसकी जानकारी अभी तक सामने नहीं आई है। वहीं, कपिल शर्मा की ओर से भी इस मामले पर अभी तक कोई जानकारी नहीं दी गई है। जानकारी के मुताबिक, हमलावरों ने कम से कम 9 गोलियां चलाईं। गनीमत रही कि इस हमले में किसी के हताहत होने की कोई खबर सामने नहीं आई है। इस घटना का एक वीडियो भी सोशल मीडिया पर काफी वायरल हो रहा है। वीडियो में देखा जा सकता है कि एक व्यक्ति कार में बैठकर कैफे की खिड़की पर गोलियां चला रहा है।

जन सुरक्षा विधेयक विधानसभा में पारित

महानगर संवाददाता

मुंबई

गुरुवार को विधानसभा में बहुचर्चित महाराष्ट्र विशेष जन सुरक्षा विधेयक 2024 बहुमत से पारित कर दिया गया। सभागृह में राज्य के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने शहरी नक्सलवाद और लोकतंत्र विरोधी संगठनों पर लगाम लगाने के उद्देश्य से यह बिल पेश किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह विधेयक वाम दलों और किसी व्यक्ति के खिलाफ नहीं है, बल्कि लेफ्ट विंग एक्सट्रीमिज्म (वामपंथी उग्रवाद) के खिलाफ है, और इसका दुरुपयोग नहीं होगा, यह बिल महाराष्ट्र और देश की सुरक्षा के लिए है। इसके पहले बुधवार को विधानसभा में महाराष्ट्र विशेष जन सुरक्षा विधेयक पर गठित संयुक्त समिति की रिपोर्ट पेश की गई थी। **कई संगठन नहीं मानते भारत का संविधान** मुख्यमंत्री ने कहा कि जन सुरक्षा विधेयक वर्ष 2024 के शीतकालीन सत्र में पेश किया गया था। इस पर विस्तृत चर्चा और बिल को लेकर उड़ी अफवाहों को ध्यान में रखते हुए इसे संयुक्त समिति के पास भेजा गया। राजस्व मंत्री चंद्रशेखर बावनकुले की अध्यक्षता में इस समिति में दोनों सदनों के 25 सदस्यों को शामिल किया गया। समिति में इस विषय पर गहन चर्चा हुई। जनता की तरफ से तकरबीन 12 हजार सुझाव पेश किए गए और इनका वर्गीकरण किया गया। यह संतोष की बात है कि किसी ने भी डीसेंट नोट नहीं दिया। मुख्यमंत्री ने सदन



शहरी नक्सलवाद और लोकतंत्र विरोधी संगठनों पर लगामी लगाम

यह किसी व्यक्ति नहीं, वामपंथी उग्रवाद के खिलाफ : मुख्यमंत्री

में सीपीआई माओवादी ग्रुप के संविधान को पढ़कर सुनाया। उन्होंने कहा कि ये लोग देश के संविधान, व्यवस्था में यकीन नहीं रखते। उन्होंने कहा कि सशस्त्र माओवाद खत्म होने की कगार पर है। पूर्व में यह महाराष्ट्र के 4 जिलों में फैला था, लेकिन अब महज 2 तालुका तक सीमित हो गया है। सशस्त्र माओवाद का दूसरा प्रकार पैसिव मैनेजमेंट तैयार करना है। इस तरह के कई संगठन तैयार हुए हैं, जो भारत के संविधान को नहीं मानते।

Short News एक नजर

गुजरात पुल हादसे में सरकार का ऐक्शन, कई अधिकारी सरपेंड
अहमदाबाद। गुजरात के वडोदरा में हुए पुल हादसे के बाद गुजरात को राज्य सरकार ने इस मामले में एक्शन लेते हुए दुर्घटना के लिए जिम्मेदार गुजरात सड़क एवं भवन विभाग के चार इंजीनियरों को तत्काल प्रभाव से निलंबित कर दिया। राज्य शासन ने यह कार्रवाई शुरूआती जांच के आधार पर की। इस दौरान सरकार ने एनएम नाइकवाला (एजव्यूटिव इंजीनियर), यूसी पटेल (डिप्टी-एजव्यूटिव इंजीनियर), आरटी पटेल (डिप्टी-एजव्यूटिव इंजीनियर) और जेवी शाह (असिस्टेंट इंजीनियर) को निलंबित किया गया।

पुलिस का हेलिकॉप्टर सीधे नदी में गिरा



कुआलालंपुर। मलेशिया के जोहोर राज्य में बुधवार सुबह एक पुलिस हेलिकॉप्टर आपात लैंडिंग के दौरान सीधे नदी में जा गिरा। यह हादसा सुगाई पुलाई इलाके में हुआ। उस वक़्त हेलिकॉप्टर नियमित चैन्य अभ्यास (MITSATOM 2025) में शामिल था। हेलिकॉप्टर में सवार पांचों क्रू मंबर को सुरक्षित बाहर निकाल लिया गया है। रैस्क्यू ऑपरेशन के बाद सभी घायल अफसरों को जोहोर बारू के सुल्ताना अमीना अस्पताल में भर्ती कराया गया। मलेशिया की सिविल एविएशन अथॉरिटी ने कहा है कि हादसे की जांच एयर एक्सीडेंट इन्वेस्टिगेशन ब्यूरो करेगा।

IPL टिकट घोटाला: हैदराबाद क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष जगनमोहन गिरफ्तार

हैदराबाद। IPL 2025 टिकट घोटाले में हैदराबाद क्रिकेट एसोसिएशन (HCA) के प्रेजिडेंट ए. जगन मोहन राव को गिरफ्तार किया गया है। बुधवार को तेलंगाना अपराध जांच विभाग ने उनके साथ चार सीनियर अधिकारी भी हिरासत में लिए गए हैं। गिरफ्तार किए गए अन्य अधिकारी, HCA के कोषाध्यक्ष सी. श्रीनिवास राव, CEO सुनील कोते, महासचिव राजेंद्र यादव और राव की पत्नी जी. कविता हैं। इन सभी पर सनराइजर्स हैदराबाद को टिकट के लिए ब्लैकमेल करने का आरोप लगा है।

गणेशोत्सव को 'राज्य महोत्सव' का दर्जा



मुंबई। महाराष्ट्र की सांस्कृतिक धरोहर को मान्यता देते हुए राज्य की फडणवीस सरकार ने सांस्कृतिक गणेशोत्सव को 'राज्य महोत्सव' का दर्जा देने का निर्णय लिया है। यह घोषणा राज्य के सांस्कृतिक मामलों के मंत्री

सांस्कृतिक गौरव और राष्ट्रप्रेम का प्रतीक है। शेलार ने यह भी बताया कि पूर्व में इस उत्सव को लेकर कई कानूनी अड़चने सामने आई थीं, जिनमें उत्सव आयोजनों को अनुमति न देने जैसी याचिकाएं शामिल थीं। लेकिन मौजूदा सरकार ने ऐसी सभी बाधाओं को दूर कर, गणेशोत्सव को उसकी पूरी गरिमा के साथ मनाने का रास्ता साफ किया है। सरकार ने यह स्पष्ट किया है कि वह राज्य की सांस्कृतिक पहचान को सुरक्षित रखने और उसे आगे बढ़ाने के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है। गणेशोत्सव को राज्य महोत्सव का दर्जा देकर यह निर्णय महाराष्ट्र की सांस्कृतिक परंपराओं को नया सम्मान और पहचान देने की दिशा में एक बड़ा कदम है।

कुर्सी बचाने राहुल दरबार में सिद्धारमैया

बोले- मैं पांच साल पूरा करूंगा

महानगर नेटवर्क

नई दिल्ली/बंगलुरु

कनाटक में फिर से नेतृत्व परिवर्तन की अटकलों का बाजार गर्म है। इस बीच राज्य के मुख्यमंत्री सिद्धारमैया लोकसभा में नेता विपक्ष राहुल गांधी और कांग्रेस के शीर्ष नेतृत्व से मिलने दिल्ली पहुंचे हैं। दिल्ली पहुंचने पर उन्होंने कहा, 'मैंने राहुल गांधी से मिलने के लिए समय मांगा था लेकिन अभी तक कोई जानकारी नहीं मिली है।' कनाटक में मुख्यमंत्री पद के बारे में



पूछे गए एक सवाल पर उन्होंने कहा कि वहां कोई वैकेंसी नहीं है। मैं पांच साल पूरा करूंगा। सिद्धारमैया ने कहा, 'डीके शिवकुमार ने खुद कहा है कि मुख्यमंत्री पद के लिए कोई रिक्ति नहीं है।' हालांकि, इस बीच राज्य के गृह मंत्री जी परमेश्वर ने बंगलुरु में गुरुवार को यह कहकर सरपेंस बढ़ा दिया है कि इस मुद्दे पर पार्टी आलाकमान ही निर्णय करेगा। उन्होंने कहा, "पार्टी नेतृत्व सब देख रहा है और समय आने पर वह निर्णय करेगा।"

महाराष्ट्र के एक जिले में 14 हजार से ज्यादा महिलाओं में मिले कैंसर के लक्षण

महानगर संवाददाता

मुंबई

महाराष्ट्र के हिंगोली जिले में 14,500 महिलाओं में कैंसर जैसे लक्षण पाए गए हैं। राज्य के स्वास्थ्य मंत्री प्रकाश आंबितकर ने गुरुवार को विधानसभा में यह जानकारी दी। उन्होंने बताया कि राज्य सरकार की संजीवनी स्कीम के तहत स्क्रीनिंग के दौरान इन महिलाओं के बारे में यह जानकारी मिली। प्रकाश आंबितकर ने अपने एक लिखित जवाब में विधानसभा में बताया कि 8 मार्च को महिला दिवस से सर्वे की शुरुआत की गई थी। इसके तहत कुल 2,92,996 महिलाओं के बीच जाकर सर्वे किया गया। इस सर्वे के दौरान महिलाओं से कुछ सवाल पूछे गए, जिनके



उन्होंने जवाब दिया। इन जवाबों के आधार पर ही यह पता चला है कि करीब 14,500 महिलाओं में कैंसर जैसे लक्षण हैं। उन्होंने कहा, 'कुल 14,542 महिलाओं में से तीन को गर्भाशय का कैंसर पाया गया है। इसके अलावा एक महिला को स्तन कैंसर है और 8 को माउथ कैंसर है। यह जानकारी जिला कलेक्टर की ओर से कैंसर को लेकर चलाए गए

जागरूकता अभियान में सामने आई है। यह अभियान इसलिए चलाया गया है ताकि कैंसर की जानकारी शुरूआती स्टेज में ही पता चल सके और फिर उन लोगों का इलाज कराया जा सके।' हालांकि स्वास्थ्य मंत्री ने यह भी कहा कि महिलाओं के लिए अलग से किसी कैंसर अस्पताल के निर्माण का प्रस्ताव नहीं है। उन्होंने यह जरूर कहा कि ग्रामीण इलाकों में स्क्रीनिंग की व्यवस्था को मजबूत किया जाएगा ताकि पता चल सके कि महिलाओं में कैंसर की क्या स्थिति है। जिला अस्पतालों में भी इसकी जांच की सुविधा दी जा रही है। इसके लिए टाटा मेमोरियल अस्पताल से करार हुआ है।

थप्पड़मार MLA ने अब दक्षिण भारतीयों पर साधा निशाना

महानगर संवाददाता

मुंबई

विधायक हॉस्टल कैटीन के एक कर्मचारी को कथित तौर पर थप्पड़ मारने वाले सत्तारूढ़ शिवसेना के विधायक संजय गायकवाड़ ने अब एक और नया विवाद खड़ा कर दिया है। उन्होंने दक्षिण भारतीयों के खिलाफ अपमानजनक टिप्पणी की है। गुरुवार को उन्होंने नया विवाद खड़ा करते हुए कहा कि दक्षिण भारतीय लोगों को कैटीन के ठेके नहीं देने चाहिए क्योंकि वे डांस बार और लेडीज बार चलाते रहे हैं और उन्हें नहीं पता कि अच्छा भोजन कैसे परोसा जाता है? उप मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे के नेतृत्व वाली शिवसेना के विधायक ने कहा, 'शेड्डी नाम के ठेकेदार



को ठेका क्यों दिया गया? इसे किसी मराठी व्यक्ति को दीजिए। वे जानते हैं कि हम क्या खाते हैं। वे हमें अच्छी गुणवत्ता वाला खाना देंगे। दक्षिण भारतीय लोग डांस बार, लेडीज बार चलाते हैं और महाराष्ट्र की संस्कृति को खराब करते हैं। उन्होंने हमारे बच्चों को भ्रष्ट कर दिया है। वे अच्छा खाना कैसे परोसेंगे?' फिलहाल कैटीन का लाइसेंस रद्द कर दिया गया है।

कमजोर समझने की भूल मत करना; पुतिन के मंत्री की ट्रंप को दो टूक



महानगर नेटवर्क

मास्को

हाल ही में डोनाल्ड ट्रंप ने ब्रिक्स समूह को लेकर 10 प्रतिशत एक्स्ट्रा टैरिफ की धमकी दी थी। उन्होंने आरोप लगाया था कि ब्रिक्स समूह की नीति डॉलर को कमजोर करना है।

इतना ही नहीं, ट्रंप के टैरिफ की तीखी आलोचना के बाद अमेरिकी सरकार ने ब्राजील पर 50 प्रतिशत टैरिफ लगा दिया। ट्रंप की धमकियों और लगातार ऐक्शन ने रूस को भड़का दिया है। रूस के उप विदेश मंत्री सर्गेई रयाबकोव ने गुरुवार को अमेरिका को कड़ा संदेश देते हुए कहा कि "धमकी और दबाव की भाषा" BRICS जैसे सहयोगी मंचों के साथ नहीं चल सकती। उन्होंने कहा कि रूस BRICS देशों की स्वतंत्रता और सम्मान के साथ खड़ा रहेगा।

अफगानिस्तान में 6 साल की बच्ची की 45 साल के पुरुष से शादी

महानगर नेटवर्क

काबुल

अफगानिस्तान के हेलमंद प्रांत में 6 साल की एक बच्ची की शादी 45 साल के एक व्यक्ति से कर दी गई। अमेरिका स्थित अफगान आउटलेट Amu.tv की रिपोर्ट के मुताबिक शादी की तस्वीरें सामने आने के बाद खुद तालिबान अधिकारी हैरान रह गए और बच्ची को उसके ससुराल ले जाने से रोक दिया। हालांकि तालिबान अफसरों ने यह भी कहा कि जब वह 9 साल की हो जाएगी, तब उसे पति के घर भेजा जा सकता है। दूल्हे ने बच्ची के परिवार को पैसे देकर यह रिश्ता तय करवाया। शादी हेलमंद के मर्जी जिले में हुई। इसके बाद पुलिस ने बच्ची के पिता और दूल्हे को गिरफ्तार कर लिया, लेकिन अब तक किसी पर आपराधिक मामला दर्ज नहीं किया गया है।

बेस्ट बसों की घट रही संख्या

6555 की मांग पर मिले सिर्फ 2167 बस



महानगर संवाददाता

मुंबई की लाइफलाइन बेस्ट बस के कारण यात्रियों को अपने गंतव्य तक पहुंचने में आसानी होती है। यात्रियों की प्रतिदिन बढ़ती संख्या को देखते हुए मुंबई मनपा ने सरकार से 6555 बसें क्रियाए पर मांगी थीं, लेकिन उसमें से सिर्फ 2167 बसें ही मिल पाई हैं। गुरुवार को विधान परिषद में उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे ने लिखित जवाब में यह जानकारी दी। कांग्रेस सदस्य भाई जगताप ने प्रश्न काल में माध्यम से मुंबई में

घटती बेस्ट बसों की संख्या का मुद्दा उपस्थित किया था, जगताप ने आरोप लगाया कि बेस्ट धीरे-धीरे समाप्त हो रहा है। पिछले पांच वर्षों में बेस्ट के 2160 बसें भंगार हो गईं, जबकि इनके बदले सिर्फ 37 नई गाड़ियां खरीदी गईं। मुंबई में यात्रियों के लिए 3337 बसों की आवश्यकता है, जबकि बसों की संख्या लगातार घट रही है। इससे यात्रियों को बस मिलने में देरी हो रही है। शिंदे ने कहा कि आने वाले चार से पांच साल में बेस्ट बसों की संख्या में काफी बढ़ोत्तरी कर दी जाएगी।

मंत्री संजय शिरसाट को आयकर विभाग का नोटिस कहा, कुछ गलत नहीं किया, उचित जवाब दूंगा

मुंबई। राज्य के सामाजिक न्याय मंत्री संजय शिरसाट ने कहा कि आयकर विभाग ने उन्हें नोटिस जारी कर उनसे 2019 और 2024 के राज्य विधानसभा चुनावों के बीच उनकी संपत्ति में हुई वृद्धि के बारे में स्पष्टीकरण मांगा है। औरंगाबाद (पश्चिम) से विधायक और उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे नीत शिवसेना के वरिष्ठ नेता शिरसाट ने मुंबई में विधानमंडल परिसर के बाहर संवाददाताओं से बातचीत में कहा कि पार्टी प्रमुख (एकनाथ शिंदे) के बेटे और कल्याण से सांसद श्रीकांत शिंदे को भी आयकर



विभाग का नोटिस मिला है। हालांकि, बाद में उन्होंने अपनी गलती सुधारते हुए कहा कि उन्हें श्रीकांत शिंदे को आयकर विभाग का नोटिस मिलने के बारे में कोई जानकारी नहीं है। संवाददाताओं ने शिरसाट से सोशल मीडिया पर बड़े पैमाने पर प्रसारित उस वीडियो

के बारे में पूछा, जिसमें वह आयकर नोटिस के बारे में बात करते सुनाई दे रहे हैं। जवाब में शिवसेना नेता ने कहा कि कुछ लोगों ने आयकर विभाग में मेरे खिलाफ शिकायत दर्ज कराई थी, जिसके आधार पर मुझे नोटिस जारी किया गया है। मुझे बुधवार को जवाब

देना था, लेकिन मैंने अतिरिक्त समय मांगा। मैं उचित जवाब दूंगा। कुछ भी गलत नहीं किया गया है। उन्होंने कहा कि यह नोटिस दो चुनावों के बीच उनकी घोषित संपत्ति में हुई वृद्धि के संबंध में था। शिरसाट ने कहा कि लोग सोचते हैं कि नेताओं के खिलाफ कोई कार्रवाई नहीं होती। ऐसा नहीं है। मैं नोटिस का जवाब कानूनी तौर पर दूंगा। यह पूछे जाने पर कि क्या उन्हें आयकर विभाग में बुलाया जा सकता है, शिरसाट ने कहा कि कुछ लोगों ने शिकायत की और आयकर विभाग ने इस पर संचान किया।

गड्डों से भरी सड़कों पर सफर करने को मजबूर शहरवासी

भायंदर। मीरा-भायंदर शहर की सड़कों की हालत बहुत ही खराब स्थिति में हैं। इन सड़कों पर ध्यान देने वाला कोई दिखाई नहीं दे रहा है। मनपा प्रशासन यहां पर सड़क मरम्मत के बिल तो बना रही है, इसके बावजूद शहर में गड्डों की भरमार है। फाटक रोड से लेकर काशिमीरा रोड के अलावा शहर के गली-गली में यहीं हाल है। इन गड्डों भरी सड़कों से रोज सफर करना यहां के लोगों की आदत बन चुकी है। विधानसभा चुनाव के पहले सड़कों में गड्डों का मुद्दा मुख्य मुद्दा था। विधानसभा चुनाव के बाद अब यह सिर्फ मुद्दा ही रह गया है। किसी भी पक्ष के लोगों का इस मुद्दे पर ध्यान नहीं है। शहर के लोगों का कहना है कि सभी दलों के लोगों को इस मुद्दे से कोई लेना देना नहीं है। चुनाव के पहले इसी मुद्दे पर यही नेता लोग एक दूसरे पर आरोप लगा रहे थे, सड़कों पर उतर कर इन गड्डों को भरने का नाटक किया जा रहा था।

पार्किंग के दौरान कार से टकराई सीनियर सिटीजन महिला

मुंबई। माटुंगा इलाके में सड़क हादसे में 73 वर्षीय बुजुर्ग महिला जयाबेन शांतीलाल पारेख की मृत्यु हो गई। यह हादसा उस समय हुआ जब जयाबेन अपनी बहन से मिलने के लिए घर से निकली थीं और भाउ दाजी रोड स्थित हब टाउन हार्मनी बिल्डिंग के बाहर अपने दोस्त का इंतजार कर रही थीं। पीडित महिला के बेटे मनोज पारेख (53), गारमेट कपड़े के व्यवसायी हैं, उन्होंने बताया कि उनकी मां घर से निकली थीं। करीब 3:45 बजे

स्कूली छात्राओं से कपड़े उतरवाने का मामला

जिम्मेदार लोगों के खिलाफ होगी कड़ी कार्रवाई

महानगर संवाददाता

मुंबई मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने ठाणे जिले के शाहपुर में स्थित एक निजी स्कूल में छात्राओं को मासिक धर्म की जांच के नाम पर कपड़े उतरवाने के मामले के जिम्मेदार लोगों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई के निर्देश दिए हैं। मंत्री गिरीश महाजन ने गुरुवार को विधानसभा में यह जानकारी दी। यह मुद्दा कांग्रेस सदस्य नाना पटोले और राकांपा (शरद) सदस्य जितेंद्र आव्हाड ने सदन में उठाया। पटोले ने कहा कि ऐसा शर्मनाक कृत्य महाराष्ट्र जैसे प्रगतिशील राज्य में हो रहा है। महाजन ने सदन को आश्वासन दिया कि घटना की जांच की जाएगी और कड़ी कार्रवाई की जाएगी। हालांकि उन्होंने इस



बात पर जोर दिया कि पुलिस मामले में पहले ही कार्रवाई कर चुकी है। कांग्रेस विधायक ज्योति गायकवाड़ ने भी मांग की कि दोषियों को बख्शा नहीं जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि स्कूलों में सैनिटरी नैपकिन वैंडिंग मशीन और पानी जैसी सुविधाएं जरूरी हैं।

पुलिस ने बताया कि ठाणे जिले के शाहपुर इलाके में स्थित स्कूल के शौचालय में खून के धब्बे देखे जाने के बाद यह पता लगाने के लिए छात्राओं के कपड़े उतरवाए गए कि उन्हें मासिक धर्म हो रहा

है या नहीं। इस घटना से लड़कियों के अभिभावकों में आक्रोश फैल गया और उन्होंने बुधवार को स्कूल परिसर में विरोध प्रदर्शन किया तथा घटना में शामिल प्रबंधन और शिक्षकों के खिलाफ कार्रवाई की मांग की। शाहपुर थाने के एक अधिकारी ने बताया कि पुलिस ने बुधवार रात को स्कूल की प्रधानाचार्य और एक महिला परिचारिका को गिरफ्तार किया। उन पर आरोप है कि उन्होंने यह पता लगाने के लिए कक्षा पांच से 10 तक की लड़कियों के कपड़े उतरवाकर जांच की कि उन्हें मासिक धर्म हो रहा है या नहीं। उन्होंने बताया कि आठ लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है।



एक जुलाई तक के मतदाता कर सकेंगे मनापा में मतदान :दिनेश वाघमारे

मुंबई। एक जुलाई तक के मतदाता अपने मतदान का उपयोग आगामी मनापा चुनाव में कर सकेंगे। इस तरह की जानकारी राज्य चुनाव आयुक्त दिनेश वाघमारे ने दी। उन्होंने मतदाताओं की संख्या, मतदान केंद्रों की उपलब्धता, इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन और मानव संसाधन को ध्यान में रखते हुए चुनावों की तैयारी की जाए। इस तरह के निर्देश अधिकारियों को दिए। गुरुवार को राज्य चुनाव आयुक्त दिनेश वाघमारे ने जिला परिषद, पंचायत समिति, नगर परिषद और नगर पंचायत के

चुनावों की प्रारंभिक तैयारियों को लेकर वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से जिलाधिकारियों की बैठक आयोजित हुई। जिसमें राज्य चुनाव आयुक्त के सचिव सुरेश काकाणी सहित अन्य अधिकारी उपस्थित थे। वाघमारे ने जानकारी दी कि स्थानीय स्वराज्य संस्थाओं के लिए अलग से मतदाता सूची तैयार नहीं की जाती बल्कि भारत निर्वाचन आयोग द्वारा तैयार की गई मतदाता सूची का उपयोग किया जाता है। 1 जुलाई 2025 तक अद्यतन सूची की उपलब्धता को लेकर निर्वाचन आयोग से प्राथमिक

चर्चा हो चुकी है। चूंकि ये चुनाव बहुसदस्यीय प्रणाली से होते हैं, इसलिए विधानसभा चुनावों की तुलना में अधिक मतदान केंद्रों की आवश्यकता होगी। राज्य चुनाव आयोग ने मतदान केंद्र निर्धारित करने के लिए पृथक मापदंड जारी किए हैं। सामान्य और दिव्यांग मतदाताओं सहित सभी के लिए मतदान केंद्रों पर आवश्यक सुविधाएं सुनिश्चित की जाएंगी। सामान्य मतदान सामग्री का सही आकलन कर आवश्यकता अनुसार पर्याप्त ईन्टीएम उपलब्ध कराने के प्रयास भी किए जा रहे हैं।

सदन के अंदर पहुंचा मराठी माणूस का मुद्दा

मंत्री शंभुराजे देसाई और अनिल परब में नोक-झोंक मांसाहारी मराठी माणूस को घर नहीं देने पर विकासक के खिलाफ होगी कार्रवाई



महानगर संवाददाता

मुंबई पिछले कई दिनों से राज्य में मराठी मुद्दे पर गरमाई सियासत अब सदन तक पहुंच गई है। गुरुवार को विधान परिषद में शिवसेना के मंत्री शंभुराजे देसाई और यूबीटी के सदस्य अनिल परब आमने-सामने आ गए दोनों के बीच जोरदार नोक-झोंक हुई। मामला यहां तक पहुंच गया कि यूबीटी के सदस्य अनिल परब ने शिवसेना के मंत्री देसाई को गद्दार तक बोल दिया, दोनों नेताओं के बीच बहस इतनी बढ़ गई कि उपसभापति नीलम गोहरे को सदन की कार्यवाही को दस मिनट के लिए स्थगित करना पड़ा। गुरुवार को प्रश्नकाल में माध्यम से उबाटा सदस्य मिलिंद नावेंकर ने मांसाहारी भोजन करने वाले मराठी मानुस को नई बिल्डिंगों में विकासक घर नहीं देता इसलिए नई इमारतों में मराठी मानुस को 50 फीसदी घर आरक्षित करने का मुद्दा उपस्थित किया था, इसके जवाब में मंत्री शंभुराजे देसाई ने कहा कि महाराष्ट्र और मुंबई सर्व प्रथम मराठी लोगों का है, इसलिए यदि कोई डेवलपर किसी मराठी व्यक्ति को मकान बेचने से इनकार करता है, तो ऐसे डेवलपर या व्यक्ति के विरुद्ध कड़ी कार्रवाई की जाएगी। मराठी लोगों के अधिकारों की रक्षा और मकान खरीदने में मराठी लोगों को प्राथमिकता देने के लिए जल्द ही एक नीति तय की जाएगी।



उपसभापति ने सदन की कार्यवाही को स्थगित कर दिया

मुख्यमंत्री फडणवीस, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे और उपमुख्यमंत्री अनिल परब के साथ इस पर चर्चा के बाद अगली नीति तय की जाएगी। मंत्री देसाई ने सदन को आश्वासन दिया कि अगर किसी विकासक ने मराठी माणुस को घर देने से इनकार किया तो उस विकासक के खिलाफ शिकायत मिलने पर उसके के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की जाएगी। मंत्री शंभुराजे देसाई के जवाब में असंतुष्ट उबाटा सदस्य अनिल परब आक्रामक हो गए और नए इमारतों में मराठी लोगों के लिए 50 फीसदी घर आरक्षित करने की मांग की। इस पर मंत्री देसाई ने कहा कि साल 2019 से 2022 तक उद्भव ठाकरे के नेतृत्व वाली एमवीए की सरकार रहते हुए मराठी समाज के हित में यह कानून क्यों नहीं बनाया गया इस पर परब भड़क गए और मंत्री देसाई को गद्दार बोल दिया। परब के गद्दार बोलने पर देसाई गुस्से में आ गए दोनों में नोक-झोंक बढ़ने के बाद उपसभापति ने सदन की कार्यवाही को स्थगित कर दिया। इस चर्चा में विश्व के नेता अब्बास दानव, सदस्य ज्ञानेश्वर म्हात्रे, राजेश राठी, प्रसाद लाड, एडवोकेट, अनिल परब, सविन अहीर, हेमंत पाटिल भाग लिया।

ठगी करने वाले सायबर गिरोह के छह आरोपी गिरफ्तार

मुंबई। पश्चिम प्रादेशिक सायबर पुलिस ने एक ठगी का खुलासा करते हुए अंतरराष्ट्रीय सायबर गिरोह के छह सदस्यों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों ने कंपनी का डायरेक्टर बताकर पैसे अकाउंट में ट्रांसफर करवा लिए। यह गिरोह खुद को कंपनी का वरिष्ठ अधिकारी बताकर वाट्सअप के माध्यम से संपर्क करता था और कर्मचारियों से धोखे से करोड़ों रुपए

वसूल करता था। यह मामला 12 से 15 अप्रैल के बीच का है, जब एक नामांकित कंपनी में कार्यरत अधिकारी से वाट्सअप पर मैसेंज के जरिए संपर्क किया गया। आरोपी ने खुद को कंपनी का डायरेक्टर बताया और

कर्मचारी से आईसीआईसीआई बैंक खाते में 1.93 करोड़ रुपये ट्रांसफर करवाए। जांच में सामने आया कि इस खाते के साथ राष्ट्रीय सायबर क्राइम पोर्टल पर 11 और मामलों की शिकायतें दर्ज हैं।

दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे
ई-निविदा सूचना
निविदा सूचना संख्या: SIDEE-G-R-OTP-25-26-09 दिनांक: 01.07.2025
कार्य का नाम: रायपुर मंडल में इलेक्ट्रिक (वी) कार्य - ओवरहेड स्वरखाव कार्यों के लिए टर्क/МУВ माउंटेड स्काई लिफ्टर को एक वर्ष की अवधि हेतु किराए के आधार पर लेना।
निविदा मूल्य: ₹ 13,74,894/-, **ईएमई:** ₹ 27,500/-, **निविदा प्रस्तुति:** दिनांक 04.08.2025 के 11:30 बजे तक।
विस्तृत विवरण / निविदा दस्तावेज की खरीद, पात्रता मानदंड एवं कार्य के पूर्ण विवरण हेतु Sr.DEE/G/R, एसईसी रेलवे, रायपुर के कार्यालय से संपर्क करें अथवा वेबसाइट www.ireps.gov.in पर उपलब्ध निविदा दस्तावेजों का अवलोकन / डाउनलोड करें। इस निविदा के विरुद्ध मैन्युअल प्रस्ताव की अनुमति नहीं है तथा प्राप्त किसी भी मैन्युअल प्रस्ताव को अस्वीकार कर दिया जाएगा।
वरिष्ठ मंडल विद्युत अभियंता-RS&G, दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे, रायपुर
PRR/Sr.DEE/RS&G/PC/82
☎ South East Central Railway ✉ @secrail

खुले नाले के ढक्कन दे रहे मौत को दावत मानसून से पहले होनी थी मरम्मत



विवरार। वसई-विवरार शहरों में खुले और टूटे हुए नालों के ढक्कन मानसून के आगमन से नागरिकों के लिए एक गंभीर खतरा बन गए हैं। कई जगहों पर नालों के ढक्कन या तो टूट चुके हैं या पूरी तरह से गायब हैं, जिससे पैदल चलने वालों और खासकर बच्चों के लिए दुर्घटना का जोखिम बढ़ गया है। नागरिकों का आरोप है कि महापालिका प्रशासन इन कथित उपेक्षाओं पर कोई ध्यान नहीं दे रहा है, जबकि पहले भी ऐसी घटनाओं में लोगों की जान जा चुकी है।
बदहाल सीवर व्यवस्था: एक बड़ा खतरा: शहर भर में गंदे पानी की निकासी के लिए विस्तृत सीवर

चोरी की समस्या और प्रशासन का खोखला दावा

नालों के ढक्कनों की चोरी एक और बड़ी समस्या है। लोहे और सीमेंट के ढक्कन, यहां तक कि नए लगाए गए ढक्कन भी, चोरों द्वारा निशाना बनाए जा रहे हैं। नालासोपारा पूर्व के शिरडीनगर, आचोले डोंगरी, संतोष भवन, बिलातपाड़ा, धानीव, मलानगर लिंक रोड जैसे कई इलाकों में नालों के ढक्कन खुले पड़े हैं। हाल ही में नालासोपारा पूर्व के नागिनदास पाड़ा में सड़कों पर नाले उफान पर बह रहे थे और स्थानीय निवासियों ने नागरिकों की शिकायतों के जवाब में, महानगरपालिका ने दावा किया है कि उन्होंने नौ वार्डों में टूटे हुए ढक्कनों का सर्वेक्षण शुरू कर दिया है। एक महानगरपालिका अधिकारी ने बताया, "सर्वेक्षण के बाद, हम उन इलाकों की मरम्मत करेंगे जहां ढक्कन टूटे हुए हैं।" हालांकि, नागरिक इस दावे को महज एक खानापूति मान रहे हैं और तत्काल कार्रवाई की मांग कर रहे हैं।

बृहन्मुंबई महानगरपालिका
मुख्य अभियंता (भवन अनुरक्षण) विभाग
क्र. : कार्य. अभि./एचक्यू/1843/अनु. दि. 10 जुलाई 2025

लघु ई-निविदा सूचना (पुनः आमंत्रण)	
विभाग	मुख्य अभियंता (बी.एस.)
उप विभाग	ई.ई. (एच.क्यू.)
विषय	फोर्ट हेरिटेज प्रोसिक्ट, मुंबई में विभिन्न विरासत स्मारकों और प्रतिमाओं के नियमित एवं समग्र अनुरक्षण हेतु विचारिक अनुरक्षण अनुबंध.
बोली क्र.	2025_एमसीजीएम_1176023
कार्य की अनुमानित लागत	(आइटम दर)
ई.एम.डी. रु. में	रु. 2,08,000/-
बोली आरंभिक तिथि एवं समय	11.07.2025 को 10.00 बजे
बोली समाप्ती तिथि एवं समय	17.07.2025 को 10.00 बजे
वेबसाइट	http://mahatenders.gov.in
संपर्क अधिकारी	श्री संजय गोलतकर/श्री सुदर्शन शिरसाट
लैंड लाइन क्र.	022 227540909
मोबाइल नं.	09869442457/7738227389
ईमेल	3879579@mcgm.gov.in/ 4390439@mcgm.gov.in
हस्ता./- कार्यकारी अभियंता (मुख्यालय), प्रभारी	

पीआरओ/962/विज्ञा./2025-26

जहां तक संभव हो घर पर तैयार ताजे खाद्य पदार्थ ही खायें

पनवेल महानगरपालिका
पनवेल महानगरपालिका मार्फत सन २०२५-२६, २०२६-२७ व सन २०२७-२८ च्या कालावधी करिता विविध कार्यक्रमांची जनजागृती करणे कामी बॅनर/होर्डिंग छपाई करणे कामी जाहीर ई-निविदा प्रसिद्ध करून दर निश्चित करणे बाबत. सदर निविदा तपशील www.mahatenders.gov.in या वेबसाईटवर आहे.
जा. क्र. पमपा/भांडार/४५२५/प्र.क्र. /५३७/२०२५ सही/-
दिनांक : १०/०७/२०२५ (गणेश शेटे)
अतिरिक्त आयुक्त
पनवेल महानगरपालिका

महावितरण
ई - निविदा सूचना
महावितरण एक अधीक्षक अभियंता (स्था.)स्थापत्य मंडल कार्यालय पुणे अंतर्गत अनुषधी कंत्राटदारांकडून कोल्हापूर सं व सु मंडल अंतर्गत जयशिंगपूर विभागातील विविध कार्यालयाना टेबल व कपाट बनविणे व पुर्ववठा करणे बाबत महावितरणमधील नोंदणीकृत कंत्राटदारांकडून निविदा क्र. **1-13/2025-26** साठी ऑनलाईन निविदा मागविण्यात येत आहेत. सदर निविदा महावितरणच्या संकेतस्थळावर (<https://etender.mahadiscom.in/eatApp>) दि.11.07.2025 ते 17.07.2025 पर्यंत 13.00 Hrs वाजेपर्यंत खरेदीसाठी उपलब्ध आहेत व दि.17.07.2025 रोजी दुपारी 15:00 Hrs वाजेपर्यंत स्वीकारण्यात येतील. निविदासंदर्भात अधिक माहितीसाठी उपकार्यकारी अभियंता (स्था) स्थापत्य मंडल, पुणे यांच्या **भ्रमणध्वनी क्र. 7875767813 वर संपर्क साधावा**. निम्नस्वाक्षरीकार यांनी कुठलेही कारण न देता सर्व निविदा स्वीकारणे अथवा रद्द करण्याचा अधिकार राखून ठेवलेला आहे. निविदेबाबत काही मुदतवाढ, पुन:निविदा किंवा शुद्धी पत्रकाबाबत फक्त संकेतस्थळावरील 'Announcements' कळविण्यात येईल, याची नोंद घ्यावी.
PRO No. PZ-090/2025-26 **अधीक्षक अभियंता (स्था), स्थापत्य मंडल पुणे**

चुनाव आयोग का बिहार मॉडल

बिहार चुनाव से पहले राहुल गांधी का चुनाव आयोग और भाजपा पर हमलावार होना और साथ ही बिहार बंद के बहाने विपक्ष का एकजुट होना, कहीं न कहीं एनडीए सरकार की नींद उड़ाने का काम कर रहा है। दरअसल देखा जाए तो राहुल गांधी ने चुनाव आयोग से साफ-साफ कह दिया है कि आयोग का काम, भाजपा का काम करने का नहीं बल्कि संविधान की रक्षा करने का है और आयोग अपना काम नहीं कर रहा है। राहुल गांधी ने कहा- चुनाव आयोग, मैं आपको साफ बोल रहा हूं। मैं बिहार और हिन्दुस्तान की जनता को स्पष्ट कह रहा हूं कि महाराष्ट्र का चुनाव चोरी किया गया था और वैसे ही बिहार का चुनाव चोरी करने की कोशिश की जा रही है। उन्हें पता है कि हमने महाराष्ट्र मॉडल समझ लिया, इसलिए वे बिहार मॉडल लाए हैं। ये गरीबों के वोट को छीनने का तरीका है। बिहार में वोटर लिस्ट पुनरीक्षण के मुद्दे पर विपक्ष के बुलाए पर बिहार बंद और चक्काजाम में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी पटना में शामिल हुए। इस दौरान उनके साथ तेजस्वी यादव, दीपांकर भट्टाचार्य, पप्पू यादव समेत कई विपक्षी नेता शामिल रहे। इस मौके पर जहां विपक्ष ने चुनाव आयोग और भाजपा को जमकर घेरा। उन्होंने कहा कि महाराष्ट्र में भाजपा ने चुनाव आयोग की सांठगांठ से चुनाव जीतने नहीं बल्कि चोरी करने की कोशिश की और अब भाजपा उसी तर्ज पर बिहार का चुनाव भी चोरी करने की फिराक में है और हम ऐसा होने नहीं देंगे। मैं आपको साफ बताता चाहता हूं कि यह गरीबों का वोट छीनने का तरीका है लेकिन इनको पता नहीं है कि ये बिहार है और बिहार की जनता ऐसा कभी नहीं होने देगी। इस कार्यक्रम के लिए पटना में महागठबंधन दल के सभी घटक दल के बड़े नेताओं का जुटान हुआ। कांग्रेस के पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष व लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी आयोजन में शामिल हुए। विपक्ष के सभी नेताओं ने आयकर गोल्लूगर से निर्वाचन आयोग कार्यालय तक मार्च किया। राहुल गांधी ने राजद, कांग्रेस, वाम दल और वीआरपी नेताओं कार्यकर्ताओं को संबोधित किया और कहा, महाराष्ट्र के बाद अब बिहार में चुनाव आयोग हमारे मतदाताओं की चोरी कर रहा है। पहले इन्होंने बिहार में जनादेश छीना, अब बिहार की बारी है। इनका तरीका नया है मगर साजिश पुरानी है। जनता का भविष्य बर्बाद नहीं होने देगे। महागठबंधन बिहार की जनता के साथ खड़ा है। लोकसभा चुनाव में आइएनडीआइए गठबंधन जीतकर आया जबकि विधानसभा चुनाव में हमारा गठबंधन बुरी तरह हार गया। उस समय हम लोगों ने कुछ नहीं कहा, लेकिन इस गंभीर विषय पर काम शुरू किया। हमने जांच की तो पता चला कि लोकसभा से ज्यादा मतदाताओं ने विधानसभा चुनाव में मतदान किया। आश्चर्यजनक ढंग से एक करोड़ वोट बढ़ गए। एक दिन में चार से पांच हजार वोट रजिस्टर हुए। गरीबों के वोट कोटे गए। जब हमने चुनाव आयोग से कहा कि आप हमें वोटर लिस्ट दीजिए, तब चुनाव आयोग ने एक शब्द नहीं कहा। राहुल गांधी बोले कि हमने चुनाव आयोग से कहा कि कानून कहता है कि हमें वोटर लिस्ट दी जाए लेकिन आज तक महाराष्ट्र की वोटर लिस्ट हमें नहीं मिली। वे सच्चाई छिपाना चाहते हैं। यही खेल वे बिहार में भी करना चाहते हैं। मैं बिहार की जनता से कहता हूं कि जैसे महाराष्ट्र का चुनाव चोरी किया गया था, वैसे ही बिहार चुनाव भी चोरी करने की कोशिश की जा रही है। अखिल भारतीय कांग्रेस समिति के महासचिव एवं कर्नाटक प्रभारी रणदीप सिंह सुरजेवाला ने भारत बंद को मोदी सरकार के खिलाफ ‘जनआक्रोश’ करार दिया। बिहार में मतदाता सूची पुनरीक्षण को लेकर विपक्ष लगातार विरोध कर रहा है। इस क्रम में विपक्ष ने बिहार बंद के जरिये अपनी लड़ाई को सड़क तक पहुंचा दिया है। चुनाव आयोग के इस कदम को लेकर राहुल गांधी के साथ ही तेजस्वी यादव भी बिहार बंद शामिल हो गए हैं। इस बीच चुनाव आयोग ने अनुच्छेद 326 को लेकर सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर एक पोस्ट किया है। इससे मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने कहा था कि बिहार मतदाता सूची के गहन पुनरीक्षण से यह सुनिश्चित होगा कि सभी पात्र लोग इसमें शामिल हों। चुनाव आयोग द्वारा कहा गया है कि लोक सभा और राज्यों की विधान सभाओं के लिए निर्वाचनों का वयस्क मताधिकार के आधार पर होना लोक सभा और प्रत्येक राज्य की विधान सभा के लिए निर्वाचन वयस्क मताधिकार के आधार पर होंगे अर्थात् प्रत्येक व्यक्ति, जो भारत का नागरिक है और ऐसी तारीख को, जो समुचित विधान-मंडल द्वारा बनाई गई किसी विधि द्वारा या उसके अधीन इस निमित्त नियत की जाए, कम से कम अठारह वर्ष की आयु का है और इस विधान सभा या समुचित विधान-मंडल द्वारा बनाई गई किसी विधि के अधीन अनिवास, चिरविकृति, अपराध या भ्रष्ट या अवैध आचरण के आधार पर अन्यथा निरहित नहीं कर दिया जाता है, ऐसे किसी निर्वाचन में मतदाता के रूप में रजिस्ट्रीकृत होने का हकदार होगा। इससे पहले बिहार की मतदाता सूची का जिक्र करते हुए मुख्य निर्वाचन आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने कहा कि बिहार में जो भी व्यक्ति एक जनवरी 2003 की मतदाता सूची में है, उसे संविधान के अनुच्छेद 326 के तहत प्राथमिक दृष्टिकोण से योग्य माना जाएगा। दूसरे शब्दों में, जिन लोगों के नाम उस सूची में हैं, उन्हें कोई कागज जमा करने की जरूरत नहीं है। उन्होंने कहा कि आयोग जल्द ही 2003 की बिहार मतदाता सूची को अपनी वेबसाइट पर अपलोड करेगा।

कटाक्ष | सुरेश मिश्र

पप्पू, पप्पू बन गए, हुए कन्हैया फेल नहीं चढ़ सके मंच पर, ना चल सकी गुलेल ना चल सकी गुलेल, तेल पर तेल लगाए तेजस्वी की चाल, अभी तक समझ न पाए कह सुरेश कविराय बनाया सबको पप्पू एक मंच पर सार, रहेगा एकड़ पप्पू

अरुणाचल प्रदेश के

मुख्यमंत्री पेमा खांडू

ने कहा कि ब्रह्मपुत्र नदी

पर दुनिया की सबसे

बड़ी बांध परियोजना

गंभीर चिंता का विषय

है। वे कहते हैं कि चीन

पर भरोसा नहीं किया

जा सकता। कोई नहीं

जानता कि वे क्या कर

सकते हैं। चीन से सैन्य

खतरे को अलग रखते

हुए, मुझे लगता है कि

यह किसी भी अन्य

समस्या से कहीं ज्यादा

बड़ा मुद्दा है, जो हमारी

जनजातियों और हमारी

आजीविका के लिए

अस्तित्व का खतरा पैदा

करने वाला है

###

कैलियम न हो तो मसल्स में कोई मूवमेंट नहीं हो सकता। कैलियम दांत, स्किन, बाल सहित कई कामों के लिए जरूरी है। हार्ट की मांसपेशियों के लिए भी कैलियम की महत्वपूर्ण भूमिका है। कैलियम दिमाग और शरीर के बाकी हिस्सों के बीच स्वस्थ संपर्क के लिए भी जरूरी है। सबसे बड़ी बात की हड्डियां और मांसपेशियों में संकुचन नहीं होने से शरीर पूरी तरह शिथिल होने लगता है। इससे पूरा शरीर प्रभावित होता है।



शरीर को हिला देती है कैलियम की कमी

कैलियम की कमी के लक्षण

■ मसल्स में दिक्कत-वेबएमडी के मुताबिक कैलियम की कमी से मसल्स में कैंप, सूजन और दर्द हो सकता है। इससे थाई में बहुत अधिक दर्द होता है। ज्यादा कमी होने पर हाथ-पैर कंपकंपाने लगता है या झुनझुनी भर जाती है। गंभीर स्थिति में शरीर में अचानक जोर से ऐंठन या झटका लग सकता है। इससे हार्ट बीट बहुत तेज हो सकती है और मरीज की मौत तक हो सकती है।

■ पुरे शरीर में थकान-कैलियम की कमी के कारण एक तो मसल्स में भारी दर्द होता है, उपर से बहुत अधिक थकान होती है जिससे पूरा शरीर कमजोर होने लगता है। थकान इतनी ज्यादा हो जाती है कि नींद तक नहीं आती।

■ रिक्तन, नाखून और बालों में दिक्कत-कैलियम की कमी से रिक्तन झाड़ हो जाती है, नाखून बहुत कमजोर होकर टूटने लगते हैं। दूसरी और बाल भी खुरदुरे हो जाते हैं। गंभीर स्थिति होने पर एलोप्सिया की बीमारी

होती है जिसमें पूरी तरह से लोग गंजे हो जाते हैं। कैलियम की कमी से एग्जिमा, रिक्तन में इंप्लामेशन और झाड़ पैवेज हो जाते हैं।

■ ऑस्टियोपोरोसिस-कैलियम की कमी से हड्डियां कमजोर होने लगती है। इससे कभी भी हड्डियों में फ्रेक्चर होने का डर रहता है। इस कारण बोन की डेंसिटी कमजोर होने लगती है और इससे ऑस्टियोपेनिया और ऑस्टियोपोरोसिस हो सकता है। दांते भी कमजोर होने लगती है।

■ पीएमएस-कैलियम की कमी से महिलाओं में पी-मैस्टुअल सिंड्रोम (PMS) हो सकता है। इससे मूड रिगिंग करता है और पलूड रिटेशन की क्षमता घट जाती है।

कैलियम की कमी ठीक करने के लिए ये करें

कैलियम की कमी के लिए हरी पत्तीदार सब्जियां, डेयरी प्रोडक्ट, झाड़

फूटस, पालक, फूलगोभी, दूध, दही, बीस, छाछ आदि का सेवन करना चाहिए। हालांकि अगर विटामिन डी की कमी होगी तो कैलियम का अवशोषण सही से नहीं होगा। इसके लिए सूरज की रोशनी फायदेमंद हो सकता है। इसके अलावा हरी पत्तीदार सब्जियां, अखरोट और सीड्स का सेवन करें।

हेयर ट्रीटमेंट के बाद ऐसे करें बालों की केयर

हम सभी अपने बालों को स्मूथ, सिल्की और शाइनी बनाना चाहते हैं और इसके लिए पार्लर जाकर हेयर ट्रीटमेंट करवाना हमें काफी अच्छा लगता है। हेयर ट्रीटमेंट यकीनन आपके बालों को और भी अधिक खूबसूरत बनाता है। लेकिन कुछ वक्त बाद बाल रूखे और बेजान नजर आने लगते हैं। ऐसा इसलिए होता है, क्योंकि हेयर ट्रीटमेंट के बाद हम बालों की सही तरह से केयर नहीं करते हैं। इसलिए, हमेशा यह सलाह दी जाती है कि केमिकल हेयर ट्रीटमेंट के बाद बालों की अतिरिक्त केयर करनी चाहिए। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऐसे ही कुछ तरीकों के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें अपनाकर आप हेयर ट्रीटमेंट के बाद अपने बालों को नेप्पर कर सकते हैं।

हीट स्टाइलिंग टूल्स से बचें

हेयर ट्रीटमेंट के बाद बाल काफी कमजोर हो जाते हैं और ऐसे में उन्हें नरिशमेंट की जरूरत होती है। लेकिन अक्सर यह देखा जाता है कि हेयर ट्रीटमेंट के बाद लोग हीट स्टाइलिंग (हीट स्टाइलिंग से खराब हुए बालों को ऐसे करें ठीक) टूल्स जैसे फ्लैट आयरन और कलिंग आयरन आदि का इस्तेमाल करने लग जाते हैं। लेकिन इस तरह के टूल्स से निकलने वाली गर्मी बालों को और भी ज्यादा डैमेज कर सकती है। इसलिए, जहां तक संभव हो, आपको इनका इस्तेमाल करने से बचना चाहिए। अगर आपको उनका उपयोग करना ही है, तो पहले हीट प्रोटेक्टेंट को जरूर लगाएं।

सही प्रोडक्ट्स का करें इस्तेमाल

हेयर ट्रीटमेंट करवाने के बाद यह बेहद जरूरी होता है कि आप अपने हेयर प्रोडक्ट्स पर भी थोड़ा ध्यान दें। आजकल मार्केट में ऐसे कई प्रोडक्ट्स होते हैं, जो खासतौर से केमिकल हेयर ट्रीटमेंट के लिए बनाए जाते हैं। जब आप इन हेयर प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करते हैं तो इससे बाल लंबे समय तक ऐसे ही बने रहते हैं।

धूप से करें प्रोटेक्ट

यूवी किरणें बालों के कलर को फीका कर सकती हैं और बालों को कमजोर कर सकती हैं। हेयर ट्रीटमेंट के बाद बाल यूवी किरणों के प्रति और भी ज्यादा सेसेटिव हो जाते हैं।



“भारत में हर साल सर्वाइकल कैंसर से करीब 15 लाख लोग प्रभावित होते हैं”

कई बार, किसी महिला की सबसे बड़ी लड़ाई उसके अपने मन के डर, चुप्पी और हिचकिचाहट से होती है। टाटा ट्रस्ट्स के सार्वजनिक स्वास्थ्य जागरूकता अभियान ‘खुद से जीत’ में इसी अंतर्द्वंद्व को सामने लाया गया है। यह अभियान महिलाओं को समय पर सर्वाइकल कैंसर की जांच कराने और अपनी सेहत को प्राथमिकता देने के लिए प्रेरित करता है। भारत में महिलाओं के बीच सर्वाइकल कैंसर दूसरा सबसे आम कैंसर है, जो हर साल लगभग 75,000 महिलाओं की जान लेता है। अधिकतर मामलों में इसलिए, क्योंकि इसका पता देर से चलता है। जबकि अगर समय रहते जांच हो जाए, तो 95% मामलों में इसका इलाज संभव है। फिर भी, कई महिलाएं समय पर जांच नहीं करातीं। इसके पीछे कारण हैं, इस बीमारी के लक्षणों के प्रति जागरूकता की कमी, डर, शर्म और चुप्पी की वह आदत जो जांच में देरी करावा देती है। पिछले एक साल में, टाटा ट्रस्ट्स ने झारखंड, आंध्र प्रदेश, ओडिशा और महाराष्ट्र में राज्य सरकारों और सहयोगी संस्थाओं के साथ मिलकर 26,000 से ज्यादा सर्वाइकल कैंसर की स्क्रीनिंग करवाई हैं। इस जमीनी अनुभव से यह साफ हुआ है कि भावनात्मक और सामाजिक बाधाएं आज भी महिलाओं को मदद लेने से रोकती हैं, भले ही स्वास्थ्य सेवाएं उनके आसपास ही क्यों न हों। अपनी सार्वजनिक स्वास्थ्य पहलों के जरिए, टाटा ट्रस्ट्स का लक्ष्य है महिलाओं को हिचकिचाहट छोड़कर कार्रवाई करने के लिए प्रेरित करना। सर्वाइकल कैंसर के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से टाटा ट्रस्ट्स ने एक विशेष पैनल चर्चा का आयोजन किया, जिसमें ऑन्कोलॉजी, साइको-ऑन्कोलॉजी और रोगी सहायता से जुड़े प्रमुख विशेषज्ञ शामिल हुए। इस चर्चा में बीमारी की गंभीरता, समय पर जांच की बाधाएं, जरूरी कदम और भारत में इस विषय पर बातचीत का स्वर बदलने के तरीकों पर विस्तार से बातचीत हुई। इस सत्र में डॉ. गौरवी मिश्रा, डिटी डायरेक्टर, सेंटर फॉर कैंसर एपिडेमियोलॉजी, टाटा मेमोरियल सेंटर; डॉ. सविता गोस्वामी, साइको-ऑन्कोलॉजिस्ट, टाटा मेमोरियल हॉस्पिटल और वंदना गुप्ता, कैंसर सर्वाइवर और ‘वी केयर फाउंडेशन’ की संस्थापक मौजूद रहीं। इस सत्र का संचालन डॉ. रुद्रदत्त श्रीव्रिय, हेड, मेडिकल ऑपरेशन, टाटा कैंसर केयर फाउंडेशन ने किया। उन्होंने कहा, “भारत में हर साल सर्वाइकल कैंसर के कारण करीब 15 लाख स्वस्थ जीवन वर्ष का नुकसान होता है, खासकर 30 से 65 वर्ष की महिलाओं में। इसकी सबसे बड़ी वजह है जागरूकता की कमी और हिचकिचाहट। कई महिलाएं शुरुआती लक्षणों को गंभीरता से नहीं लेतीं, और जो लेती हैं, वे डर या शर्म के चलते जांच टाल देती हैं। कुछ को तो यह भी नहीं पता होता कि बिना लक्षणों के भी खतरा हो सकता है। ऐसे में समय पर स्क्रीनिंग बेहद जरूरी है। हमारा उद्देश्य है कि महिलाएं अपनी सेहत को प्राथमिकता दें और बिना हिचक जांच कराएं।” टाटा ट्रस्ट्स ने इस विषय पर एक संवेदनशील सामाजिक जागरूकता फिल्म भी लॉन्च की है, जो एक महिला के आंतरिक संघर्ष को दर्शाती है, जहां वह आत्म-संदेह, इनकार और संकोच से निकलकर अपने लक्षणों पर ध्यान देती है और स्क्रीनिंग का फैसला लेती है। ट्रस्ट्स का मानना है कि ऐसी कहानियों के जरिए ज्यादा महिलाओं को प्रेरित किया जा सकता है कि वे अपने शरीर की आवाज सुनें और अपनी सेहत को महत्व दें।



प्लेन परदों को डेकोरेट करने के तरीके

लगाएं पॉम-पॉम

अगर आपको ऐसा लग रहा है कि आपके प्लेन परदे बहुत बोरिंग लग रहे हैं तो ऐसे में उसे एक इंटरस्टिंग लुक देने का सबसे अच्छा तरीका पॉम-पॉम का इस्तेमाल करना है। आपको मार्केट में आसानी से कलरफुल पॉम-पॉम मिल जाएंगी। इन्हें आप अपने परदों के कॉनर पर स्टिच कर सकती हैं।

देें वो टाई बैक लुक

यह एक सिंपल तरीका है, लेकिन इससे प्लेन परदे देखने में बेहद ही क्लासी लगता है। इसके लिए आप परदे से मैचिंग या फिर कंट्रास्टिंग फैब्रिक का इस्तेमाल कर सकती हैं। इससे आप परदे को बांधें और उसे बांधते समय एक बिगो लुक दें। जब आप इस तरह से परदे को

टाई बैक करती हैं तो इससे आपका पूरा कमरा ही बेहद एलीगेंट लुक देता है।

बीड्स का करें इस्तेमाल

अगर आप अपने प्लेन परदों को बिना किसी अतिरिक्त मेहनत के बेहद ही खूबसूरत लुक देना चाहती हैं तो ऐसे में बीड्स या क्रिस्टल स्ट्रिंग का इस्तेमाल करना अच्छा आइडिया हो सकता है। इसके लिए आपको बस इतना करना है कि आप पहले इस स्ट्रिंग को रॉड पर हैंग करें। इसके बाद आप अपने प्लेन परदे को हैंग करें। आखिरी में आप एक दूसरी स्ट्रिंग को हैंग करें। यह देखने में बेहद ही ब्यूटीफुल नजर आएगी।

फ्रिटेड फैब्रिक का करें इस्तेमाल

अगर आपको ऐसा लग रहा है कि आपका प्लेन परदा देखने में काफी

बोरिंग लग रहा है तो ऐसे में आप फ्रिटेड फैब्रिक का इस्तेमाल करें। इसके लिए आप सादे परदों पर फ्रिटेड फैब्रिक ओवरले लगाएं। आपको इसे अपने प्लेन परदे के साथ स्टिच करने की जरूरत नहीं है। लेकिन फिर भी इससे आपके परदे को एक पैटर्न लुक मिलता है।



सुबह की चाय या कॉफी को इन आदतों से बनाएं हेल्दी

पहले पानी पिएं

खाली पेट सुबह के वक्त पानी पीना बहुत जरूरी है। इसके काफी सारे फायदे हैं। अगर आप सुबह उठते ही चाय-कॉफी पीते हैं तो कोशिश करें कि कम से कम चाय के पहले एक गिलास पानी पी लें। ये शरीर को डिहाइड्रेट होने से बचाएगा और शरीर के टॉक्सिंस भी आसानी से निकलेंगे। कुछ दिन की आदत के बाद ही आपको पानी पीने की मात्रा बढ़ जाएगी।

आर्टिफिशियल स्वीटनर को कहीं ना

सुबह की शुरुआत चाय-कॉफी से करते हैं तो उसके साथ स्वीटनर ना लें। आर्टिफिशियल स्वीटनर मोटापा, डायबिटीज जैसी बीमारियों को बढ़ाता है। इसलिए शुगर फ्री चाय-कॉफी पिएं या इसकी मात्रा पर कंट्रोल करें।

चीनी की मात्रा निश्चित करें

अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन के मुताबिक महिलाओं रोजाना केवल

छह चम्मच चीनी लेनी चाहिए। चाय-कॉफी को शुगर फ्री बनाने के लिए हर दिन थोड़ी मात्रा में चीनी कम करें। ऐसा करने से धीरे-धीरे हैबिट बनेगी और चीनी लेना बंद कर पाएंगे।

दालचीनी या कुछ मसाले मिस करें

अगर आप चाय-कॉफी नहीं छोड़ पा रहे हैं तो इसमें कुछ मसाले मिलाएं। जैसे दालचीनी, हल्दी, जायफल, लौंग। ऐसे चुटकी इन मसालों का पाउडर आपको कॉफी को हेल्दी बनाएगा और कई सारी बीमारियों से बचाने में मदद करेगा। दालचीनी को कॉफी या चाय में मिलाकर पीने से इंसुलिन और ब्लड शुगर रेगुलेट होता है।

चाय-कॉफी के साथ लें हेल्दी स्नेक्स

चाय और कॉफी के साथ कभी भी बिस्कुट, रस्क, नमकीन, मठरी जैसी अनहेल्दी चीजों को ना खाएं। इसकी बजाय नट्स, पंपकिन सीड्स, अखरोट खाएं। ये आपको हेल्दी रखने में मदद करेंगे।

रोज सुबह बिस्तर में ही करें ये एक्सरसाइज

हेल्दी रहने के लिए सुबह समय पर जागना और रात को समय पर सोना जरूरी है। इसके साथ ही दिन की शुरुआत आप किस तरह से कर रही हैं, इसका भी आपकी फिटनेस पर असर होता है। अक्सर लोग फिटनेस पर तब ध्यान देते हैं, जब इसके खराब होने की वजह से सेहत से जुड़ी परेशानियां होने लगती हैं। फिट रहने, मोटापा कम करने और बीमारियों से बचाव करने के लिए एक्सरसाइज करना जरूरी है। लेकिन ज्यादातर लोग अपने बिजी शिड्यूल की वजह से एक्सरसाइज के लिए टाइम नहीं निकाल पाते हैं।

एक्सरसाइज 1

सबसे पहले बिस्तर पर बैठ जाएं। पालती मार कर बैठ जाएं। दोनों पैरों को इसी पोजिशन में एक-दूसरे से थोड़ा दूर करें। तकिये को वॉर्टिकल पोजिशन में अपने आगे रखें। दोनों हाथों को सामने की तरफ रखते हुए तकिए की ओर झुकें। फिर वापिस पुरानी पोजिशन में आ जाएं। ऐसा 5-7 बार करें।

क्या होंगे फायदे?

इससे रीढ़ की हड्डी को मजबूती मिलती है। पेट की मांसपेशियों को आराम मिलता है।

एक्सरसाइज 2

बिस्तर पर बैठ जाएं। पैरों को आगे की तरफ फैलाएं। अपने हाथों को घुटनों पर रखें। अब धीरे-धीरे अपने तलवों को तरफ झुके। फिर पुरानी पोजिशन में वापिस आ जाएं। ऐसा 5-7 बार करें।

क्या होंगे फायदे?

इससे पेट की चर्बी कम होगी। गर्दन, कंधे और पीठ का लचीलापन बढ़ेगा। इमोशनल वॉलेंस बढ़ता है। पेट की मांसपेशियों पर दबाव बढ़ेगा। पेट आसानी से साफ होगा।



गुस्सा हमारे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाता है। गुस्सा सेहत के लिए, रिश्तों के लिए, आस-पास के लोगों के लिए, किसी के लिए भी अच्छा नहीं होता है। कुछ लोगों को छोटी-छोटी बात पर गुस्सा आ जाता है, जो कि गलत है। कई बार तनाव, कोई उलझन गुस्से का कारण बन सकती है। वहीं, कई लोग गुस्से और चिड़चिड़ेपन को अपनी आदत बना लेते हैं। आपको बता दें कि अगर आप हर छोटी बात पर गुस्सा करते हैं, तो आपकी सेहत खराब हो सकती है। गुस्से को दूर करने के लिए बहुत सारी चीजें जरूरी हैं, जिनमें चीजों को मन में न दबाना, बोलने से पहले सोचना और किसी भी बात पर तुरंत प्रतिक्रिया न देना शामिल है। इसके अलावा, गुस्से को शांत करने के लिए आप इस

मुद्रा की मदद ले सकते हैं।

गुस्से को कंट्रोल करने के लिए मुट्ठी मुद्रा

सबसे पहले सुखासन में बैठ जाएं। फिर अपने हाथों की हथेलियों से मुट्ठी बनाएं। अंगूठा ऊपर की ओर रखें। उंगलियों और अंगूठे को ऐसे मोड़ें कि आपका अंगूठा ऊपर से आपकी रिंग फिंगर को छूए। अपनी आंखें बंद करें और गहरी सांस लें। इसे दिन में 3 बार 15 मिनट के लिए करें।

मुट्ठी मुद्रा के फायदे

इससे स्ट्रेस और एंथ्यायटी कम होती है व दिमाग को आराम मिलता है। अगर आप इमोशनली परेशान महसूस कर रहे हैं, तो इस जरूर करें। यह शरीर में ऊर्जा को बढ़ाती है। आपके फोकस और मेंटल क्लियरटी की भी बढ़ाती है।

कई तरह के दर्द में भी राहत मिलती है। मुट्ठी मुद्रा करते वक्त सावधानियां इस मुद्रा को करते वक्त आपको दिमाग को शांत करना चाहिए। सभी नेगेटिव इमोशन्स को छोड़कर पॉजिटिविटी पर फोकस करें और अपनी भावनाओं को साफ रखें।



फर्नीचर को करें मूव

जब आप लिविंग एरिया को रि-अरेंज कर रही हैं तो इस दौरान फर्नीचर को मूव करना यकीनन अच्छा विचार है। फर्नीचर को मूव करने से पहले से यह देखें कि आप उसे किस तरह नए तरीके से अरेंज कर पाएंगी। जब आप ऐसा करती हैं तो इससे फर्नीचर को मूव करते समय आपको परेशानी नहीं होगी। हमेशा पहले

अपने माइंड में लेआउट बनाएं और उसके बाद ही फर्नीचर को मूव करें। हालांकि, अगर आप फर्नीचर को मूव नहीं करना चाहती हैं तो आप डिफरेंट कलर के फैब्रिक का इस्तेमाल करें। इससे भी लिविंग रूम में चेंज आता है।

लाइट सेंटिंग पर दें ध्यान

लिविंग रूम को रि-अरेंज करने का मतलब सिर्फ सामान को इधर-उधर करना ही नहीं होता है, बल्कि आपको हर छोटी-छोटी बातों पर ध्यान देना चाहिए। मसलन, आपको लिविंग एरिया की लाइट सेंटिंग पर फोकस

करें। कोशिश करें कि लिविंग एरिया की सेंटिंग कुछ ऐसी हो, जिससे वहां पर नेचुरल लाइटिंग को मैक्सिमाइज किया जा सके। जब आप ऐसा करते हैं तो इससे लिविंग एरिया देखने में बेहद खूबसूरत लगता है।

वॉल आर्ट को करें रिअरेंज

लिविंग रूम को रि-अरेंज करते हुए आपको वॉल आर्ट में भी बदलाव करना चाहिए। आप वॉल आर्ट की प्लेसमेंट वॉल को चेंज करें या फिर आप अपनी खुद की बनाई कोई आर्ट बना कर सकती हैं। लिविंग रूम को रि-अरेंज करते

टी ब्रेक के बाद टीम इंडिया की तगड़ी वापसी बुमराह ने हैरी ब्रूक को किया बौल्ड

लंदन। भारत और इंग्लैंड के बीच तीसरा टेस्ट गुरुवार से लॉर्ड्स क्रिकेट ग्राउंड पर खेला जा रहा है। पहले बल्लेबाजी करने उतरी इंग्लैंड को जैक क्रॉउली और बेन डकेट ने अच्छी शुरुआत दिलाई। दोनों के बीच पहले विकेट के लिए 43 रन की साझेदारी हुई। बेन डकेट 40 गेंद में 23 रन बनाकर आउट हुए। जैक क्रॉउली 43 गेंद में 18 रन ही बना सके। नीतीश ने एक ही ओवर में सलामी बल्लेबाजों को आउट किया। ओली पोप 104 गेंद में 44 रन बनाकर पवेलियन लौटे। रूट और पोप के बीच तीसरे विकेट के लिए 211 गेंद में 109 रन की साझेदारी हुई। जसप्रीत बुमराह ने अब हैरी ब्रूक को भी बौल्ड कर दिया। ब्रूक 20 गेंदों पर 12 रन बनाकर आउट हो गए। इंग्लैंड को 172 रन के स्कोर पर चौथा झटका लगा है। जो रूट और बेन स्टोक्स क्रोज पर मौजूद



जो रूट का बड़ा रिकॉर्ड

इंग्लैंड के दिग्गज क्रिकेटर जो रूट ने टेस्ट क्रिकेट में भारत के खिलाफ 3000 रन पूरे कर लिए हैं। वह ऐसा करने वाले पहले क्रिकेटर बन गए हैं। लॉर्ड्स के मैदान पर भारत के खिलाफ तीसरे टेस्ट में रूट ने यह कीर्तिमान बनाया। पहले रिकॉर्डिंग (2555) का रिकॉर्ड था, जिसे रूट ने पहले ही तोड़ दिया था। रूट को 3000 रन तक पहुंचने के लिए 45 रनों की जरूरत थी, जिसे उन्होंने आसानी से पूरा कर लिया।

हैं। लीड्स में इंग्लैंड ने भारत को 5 विकेट से हराया था, जबकि भारत ने बर्मिंघम में दूसरा टेस्ट 336 रनों से जीता था। इस तरह से पांच मैच की सीरीज अभी बराबरी पर है।

ऋषभ पंत को लगी गंभीर चोट

भारतीय टीम के विकेटकीपर बल्लेबाज ऋषभ पंत इंग्लैंड के खिलाफ तीसरे टेस्ट मैच के दौरान चोटिल हो गए हैं। वह लॉर्ड्स में खेले जा रहे मैच के दूसरे सेशन में चोटिल हुए और मैदान से बाहर चले गए हैं। ऋषभ पंत की जगह

ध्रुव जुरेल विकेटकीपिंग कर रहे हैं। जसप्रीत बुमराह की लेग स्टंप के बाहर जाती गेंद को रोकने के प्रयास में ऋषभ पंत के बाएं हाथ की अंगुली में चोट लगी है। वह काफी दर्द में दिखे। हालांकि ट्रीटमेंट के बाद वह कुछ देर के

लिए कीपिंग करते दिखे लेकिन फिर ओवर खत्म होने के बाद मैदान के बाहर चले गए। इंग्लैंड की पारी के 34वें ओवर में जसप्रीत बुमराह की लेग स्टंप के बाहर जाती गेंद को रोकने के चक्कर में ऋषभ पंत को चोट लगी।

14वीं बार विंबल्डन सेमीफाइनल में नोवाक जोकोविच



विश्व नंबर एक खिलाड़ी यानिक सिनर से होगा मुकाबला

लंदन। नोवाक जोकोविच ने पहला सेट गंवाने के बाद शानदार वापसी करके पुरुष एकल में रिकॉर्ड 14वीं बार विंबल्डन टेनिस टूर्नामेंट के सेमीफाइनल में प्रवेश किया। सेमीफाइनल में उनका सामना विश्व के नंबर एक खिलाड़ी यानिक सिनर से होगा। अपना 25वां ग्रैंड स्लैम खिताब जीतने की कवायद में लगे जोकोविच ने क्वार्टर फाइनल में विश्व के 22वें नंबर के खिलाड़ी फ्लेवियो कोबोली को 6-7 (6), 6-2, 7-5, 6-4 से हराया। सात बार के विंबल्डन चैंपियन ने 23 साल के कोबोली के खिलाफ अपने अनुभव का अच्छा प्रदर्शन किया। पहले गेम में शिकस्त झेलने के बावजूद जोकोविच ने हिम्मत नहीं हारी और कोर्ट पर अपनी शैली का प्रदर्शन करते हुए युवा खिलाड़ी को मात दी। इससे पहले तीन बार के ग्रैंड स्लैम चैंपियन सिनर ने शानदार सर्विस और तेज कोहेंड का इस्तेमाल करते हुए 10वीं वरीयता प्राप्त बेन शेल्टन को 7-6 (2), 6-4, 6-4 से हराया। जोकोविच को सिनर से पिछले चार मुकाबलों में हार का सामना करना पड़ा लेकिन विंबल्डन में उन्होंने इटली के इस खिलाड़ी के खिलाफ जो दो मैच खेले हैं उनमें उन्होंने जीत हासिल की है। जोकोविच ने कहा, "मैं इस बात को अच्छी तरह से जानता हूँ कि इस समय यानिक सिनर के हराने के लिए मुझे अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करना होगा।" इस बीच महिला एकल में इगा स्वियाटेक ने 19वीं वरीयता प्राप्त लियुडमिला सैमसोनोवा पर 6-2, 7-5 से जीत के साथ पहली बार विंबल्डन के सेमीफाइनल में प्रवेश किया। स्वियाटेक फाइनल में जगह बनाने के लिए गैर-वरीयता प्राप्त बेरिंडा बेनसिच से थिडेंगे गिन्नीने सातवीं वरीय मीरा एंड्रजीवा को 7-6 (3), 7-6 (2) से हराया।

गिल-पंत नहीं, नासिर हुसैन ने लॉर्ड्स टेस्ट के लिए इसे चुना भारत का तुरूप का इक्का



लंदन। भारत ने एजबेस्टन में खेले गए 5 मैचों की सीरीज के दूसरे टेस्ट में इंग्लैंड पर 336 रनों से शानदार जीत दर्ज करते हुए सीरीज 1-1 से बराबरी की। यह नए टेस्ट कप्तान शुभमन गिल की कप्तान के रूप में पहली जीत थी और यह जीत तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह के बिना मिली। लॉर्ड्स में होने वाले तीसरे

टेस्ट के लिए बुमराह की प्लेइंग 11 में वापसी तय है और इंग्लैंड के पूर्व कप्तान नासिर हुसैन ने उन्हें टीम के लिए तुरूप का इक्का बताया है। एक पॉइंटकास्ट पर बात करते हुए हुसैन ने कहा, 'आपको लगता है कि भारत ने अच्छा खेल दिखाया है। लोग जसप्रीत बुमराह को बाहर रखने और बुमराह के बिना 20 विकेट लेने की

इंग्लैंड की प्लेइंग 11 जैक क्रॉली, बेन डकेट, ओली पोप, जो रूट, हैरी ब्रूक, बेन स्टोक्स (कप्तान), जेमी रिश्म (विकेट कीपर), क्रिस वोक्स, ब्रायडन कार्स, जोएल आर्वर, शोएब बशीर।

भारत की प्लेइंग 11 यशस्वी जायसवाल, केएल राहुल, करण नायर, शुभमन गिल (कप्तान), ऋषभ पंत (विकेट कीपर), रवींद्र जडेजा, नितीश कुमार रेड्डी, वाशिंंगटन सुंदर, जसप्रीत बुमराह, आकाशदीप, मोहम्मद सिराज।

आलोचना कर रहे थे, खैर उन्होंने एजबेस्टन की बेहद सपाट पिच पर ऐसा कर दिखाया।'

भारतीय महिला क्रिकेट टीम ने रचा इतिहास

इंग्लैंड में जीती पहली टी-20 श्रृंखला



विश्व कप अगले साल इंग्लैंड में खेला जाएगा और इससे उसे यहां की परिस्थितियों के अनुकूल ढलने में मदद मिलेगी। भारतीय कप्तान हरमनप्रीत कौर ने मैच के बाद कहा, 'हमें बहुत खुशी है कि हम यहां श्रृंखला जीतने में सफल रहे। जिस तरह से हमने इस श्रृंखला में प्रदर्शन किया उससे मुझे अपनी टीम पर गर्व है। लय हासिल करना बहुत महत्वपूर्ण था और जिस तरह से प्रत्येक खिलाड़ी में अपना योगदान दिया उससे मैं बहुत खुश हूँ।' उन्होंने कहा, 'इंग्लैंड दौरे पर आने से पहले हमने भारत में अभ्यास शिविर में भाग लिया था। हमने अपनी रणनीति पर काम किया था और यहां उस पर अच्छी

हम आगे भी बड़ी उपलब्धि हासिल करना चाहते हैं : राधा

अपनी स्पिन गेंदबाजी से भारत की इंग्लैंड के खिलाफ महिला टी-20 अंतरराष्ट्रीय सीरीज में ऐतिहासिक जीत में अहम भूमिका निभाने वाली बाएं हाथ की स्पिनर राधा यादव ने कहा कि टीम कोई बड़ी उपलब्धि हासिल करने के लिए प्रतिबद्ध थी। बाएं हाथ की स्पिन जोड़ी राधा (2/15) और श्री चर्णी (2/30) तथ्या अनुभवी दीप्ति शर्मा (1/29) ने मिलकर पांच विकेट लिए, जिससे इंग्लैंड की टीम चौथे मैच में सात विकेट पर 126 रन ही बना सकी। भारत ने 17 ओवर में लक्ष्य हासिल करके पांच मैचों की सीरीज में 3-1 की अजेय बढ़त बना ली। राधा ने मैच के बाद कहा, 'इस बार का विश्वास और

समर्पण वाकई अलग है। मुझे पहले से तो नहीं पता, लेकिन इस बार टीम का

माहौल बहुत शानदार है और हम आगे भी बड़ी उपलब्धि हासिल करना चाहते हैं। बाएं हाथ की स्पिनर ने कहा कि हालांकि टीम को अभी भी कुछ क्षेत्रों में सुधार करना है, लेकिन वह हर हाल में दबदबा बनाने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा, 'दबदबा बनाकर खेला ऐसा रास्ता है जिस पर हम जाना चाहते हैं। हम जानते हैं कि अभी हमें कुछ क्षेत्रों में सुधार करने की जरूरत है लेकिन यह अलग टीम है जो हावी होकर खेलेगा चाहती है।' भारतीय महिला क्रिकेट टीम ने मैनेचेस्टर के ओल्ड ट्रैफर्ड में खेले गए चौथे टी20 मुकाबले में इंग्लैंड को छह विकेट से हरा दिया। इस सीरीज का आखिरी मुकाबला 12 जुलाई को बर्मिंघम में खेला जाएगा।

टेस्ट क्रिकेट से संन्यास पर कोहली ने तोड़ी चुप्पी

'जब आप हर चार दिन में दाढ़ी रंगते हैं तो समय आ गया है'

लंदन। भारतीय स्टार विराट कोहली ने लंदन में युवराज सिंह के 'फंडरेजर' कार्यक्रम में अपने टेस्ट करियर के संन्यास के बारे में बात करते हुए खुब हंसी मजाक किया और कहा कि 'जब आप हर चार दिन में दाढ़ी रंगते हैं तो मतलब है कि समय आ गया है'। कोहली अब लंदन में रहते हैं। वह हाल में विम्बलडन टेनिस ग्रैंडस्लैम में दिखाई दिए जिसमें वह भूरे रंग के सूट में काफी स्टायलिश लग रहे थे। इसके बाद वह तुरंत 'यूलीकेन' कैसर फंडरेजर (धनराशि जुजुना) कार्यक्रम में पहुंच गए। भारतीय टीम भी इस कार्यक्रम में मौजूद थी और कार्यक्रम के प्रस्तुतकर्ता ने कोहली के टीम का हिस्सा नहीं होने का जिक्र क्योंकि उन्होंने इंग्लैंड दौरे से संन्यास की घोषणा कर दी थी। प्रस्तुतकर्ता गौरव

कपूर ने कहा, 'मैदान पर हमें आपकी कमी खलती है।' रवि शास्त्री, क्रिस गेल, केविन पीटरसन और युवराज तब कोहली के बगल में खड़े थे और इस भारतीय सुपरस्टार ने कुछ देर रुककर जवाब दिया, 'मैंने अभी दो दिन पहले ही अपनी दाढ़ी रंगी है। आपको पता है कि जब आप हर चार दिन में अपनी दाढ़ी रंगते हैं तो यह आराम करने का समय होता है।' कोहली इस 'फंडरेजर' कार्यक्रम के बीच में आए लेकिन स्पष्ट रूप से 'शोस्टॉपर' रहे। उन्होंने शास्त्री के साथ अपने रिश्ते के बारे में भी बात की जो उस समय मुख्य कोच थे जब कोहली टेस्ट टीम को नई ऊंचाइयों पर ले गए थे। कोहली ने कहा, 'सच

कहूं तो अगर मैं तब उनके साथ नहीं होता तो टेस्ट क्रिकेट में जो हुआ वो मुमकिन नहीं हो पाता। हमारे बीच जो स्पष्टता थी वो डूंड पाना बहुत मुश्किल है। क्रिकेटर्स के करियर में आगे बढ़ने के लिए यही सब कुछ होता है।' कोहली ने कहा, 'उन्होंने प्रेस कॉन्फ्रेंस में जिस तरह सवालों का डटकर सामना किया, वह अहम था। वर्ना चीजें अलग हो सकती थीं। मेरे मन में हमेशा उनके लिए सम्मान और आदर है क्योंकि वह मेरी क्रिकेट यात्रा का महत्वपूर्ण हिस्सा रहे।' शास्त्री ने भी कोहली की तारीफ का जवाब देते हुए कहा कि वह पिछले 15 साल के सबसे प्रभावशाली क्रिकेटर हैं। शास्त्री ने कहा, 'आप विश्व कप और दूसरे खिताब जीतते हैं लेकिन वह लाल गेंद के क्रिकेट को अगले स्तर पर ले जाना चाहते थे। एक बार जब उन्होंने सफलता का मंत्र तय कर लिया तो बाकियों को भी उनका अनुसरण करना पड़ा।'



गौतम गंभीर को कुछ मत बोलो, वह अच्छा कर रहा

योगराज सिंह को उम्मीद- भारत जीतेगा सीरीज

नई दिल्ली। भारत और इंग्लैंड के बीच 5 टेस्ट मैच सीरीज का तीसरा मुकाबला ऐतिहासिक लॉर्ड्स मैदान में है। दोनों टीमों में अभी तक 1-1 टेस्ट जीत चुकी है। इसी सीरीज से



शुभमन गिल को कप्तानी मिली है और उन्होंने शुरुआती दो टेस्ट की 4 पारियों में एक दोहरे शतक समेत 3 सेंचुरी जड़कर शेर जैसी दहाड़ भी परीक्षा है जिनका बतौर कोच अब तक का रिकॉर्ड बहुत ही निराशाजनक रहा है। इस बीच युवराज सिंह के पिता और पूर्व क्रिकेटर योगराज सिंह ने गौतम गंभीर को आपकों कुछ समझाने की जरूरत नहीं है। उन्होंने उम्मीद जताई है कि शुभमन गिल की अगुआई में भारतीय टीम इंग्लैंड में चल रही मौजूदा सीरीज जीतेगी। बड़बोलेपन की हद तक

वेबाकी के लिए मशहूर योगराज सिंह ने न्यूज एजेंसी एएनआई से बातचीत में कहा, 'भारतीय खिलाड़ी लगातार विकास कर रहे हैं और अपना खेल सुधार रहे हैं। हमें हमेशा उनका समर्थन करना चाहिए। गौतम गंभीर को कुछ मत बोलो। वह अच्छा कर रहे हैं।' उन्होंने कहा, 'गंभीर, युवराज सिंह और राहुल द्रविड अब क्रिकेट को अपनी तरफ से दे रहे हैं क्योंकि क्रिकेट से उन्हें बहुत मिला है। अगर हमारी टीम सीरीज हारती भी है तो हमें उनका मनोबल नहीं तोड़ना चाहिए।' योगराज सिंह ने उम्मीद जताई है कि टीम इंडिया इंग्लैंड के खिलाफ मौजूदा सीरीज को अपने नाम करेगी। उन्होंने कहा, 'अगर आप हारते हैं तो आपको सफाई नहीं देना है; अगर आप जीतते हैं तब भी आपको कुछ समझाने की जरूरत नहीं है। हमें उम्मीद है कि हम शुभमन गिल की कप्तानी में सीरीज जीतेंगे।' बतौर मुख्य कोच गौतम गंभीर का अब तक का रिकॉर्ड बहुत ही खराब रहा है।

रोहित और विराट की जल्द हो सकती है वापसी!

नई दिल्ली। बांग्लादेश का दौरा रह होने से भारतीय फैस मायूस थे क्योंकि उनका अपने दो फेवरेट स्टार रोहित शर्मा और विराट कोहली को क्रिकेट फील्ड पर देखने का इंतजार बढ़ गया था। दरअसल, यह दोनों दिग्गज T20I और टेस्ट क्रिकेट संन्यास ले चुके हैं, ऐसे में फैस का मनोरंजन वह केवल वनडे में ही करते नजर आएंगे। बांग्लादेश दौरे पर भारत को तीन मैच की वनडे सीरीज खेलनी थी और फैस इस सीरीज का बेसब्री से इंतजार कर रहे थे। मगर सीरीज के रह होने पर फैस के जो एक्शन सामने आए उसमें मायूसी साफ दिखी। हालांकि अब श्रीलंका क्रिकेट ने भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड यानी BCCI के सामने एक ऑफर रखा है। अगर इस ऑफर को बीसीसीआई एक्सेप्ट करता है तो मायूस फैस के



चहरों पर एक बार फिर मुस्कान लौट सकती है। क्रिकबज की रिपोर्ट की माने तो श्रीलंका क्रिकेट (एसएलसी) ने आमत में एक छोटी प्लेमेड ओवर की सीरीज की मेजबानी के लिए बीसीसीआई से अनुरोध किया है। हालांकि बीसीसीआई ने अभी तक ऑफरकारिक रूप से कोई जवाब नहीं दिया है, लेकिन अगर यह सीरीज

पर विचार कर रहा है। बहुत कुछ एशिया कप को लेकर उसके फैसले पर निर्भर करेगा, जिसका हितधारक, खासकर पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड की अध्यक्षता वाली एशियाई क्रिकेट परिषद (एसीसी) को बेसब्री से इंतजार है। मामले की जानकारी रखने वाले एक सूत्र ने बताया, 'SLC की ओर से एक रिक्वेस्ट पॉइंट है, लेकिन हमने अभी तक उस पर कोई फैसला नहीं लिया है। हमें एशिया कप की स्थिति देखनी होगी। सब कुछ आपस में जुड़ा हुआ है।' बीसीसीआई सचिव देवजीत सैकिया इस हफ्ते लॉर्ड्स टेस्ट के लिए लंदन में होंगे, और मैच के दौरान या बाद में खिलाड़ियों, मुख्य कोच गौतम गंभीर और मुख्य चयनकर्ता अजीत अगरकर के साथ चर्चा होने की संभावना है। इस चर्चा के बाद बोर्ड श्रीलंका को जवाब दे सकता है।

कार्लसन ने जीता सुपर यूनाइटेड रैपिड ब्लिट्ज का खिताब



जागरेब, क्रोशिया। विश्व के नंबर एक शतरंज खिलाड़ी मैगनस कार्लसन ने एक बार फिर शतरंज के सबसे फटाफट फॉर्मेट में अपनी महारत साबित करते हुए सुपरयूनाइटेड रैपिड और ब्लिट्ज का संयुक्त खिताब अपने नाम कर लिया। रैपिड में भारत के वर्तमान विश्व चैंपियन टी गुकेश 14 अंक बनाकर सबसे दूसरे स्थान पर रहे और कुल 30,000 डॉलर फीका रहा हालांकि ब्लिट्ज के पहले दिन 1.5

अंक के मुकाबले दूसरे दिन गुकेश ने थोड़ा बेहतर खेल दिखाया अपने स्कोर में 4 अंक और जोड़े और जिसके चलते वह कुल 19.5 अंकों के साथ तीसरे स्थान पर रहे। रैपिड में कार्लसन को हराने वाले गुकेश ब्लिट्ज में कार्लसन से एक बाजी हारे जबकि दूसरी बाजी उनके बीच बेनतीजा रही। गुकेश को तीसरे स्थान पर 25000 डॉलर इनाम के तौर पर मिले। ब्लिट्ज के विश्व चैंपियन कार्लसन ने ब्लिट्ज के पहले दिन 7.5 तो दूसरे दिन 5 अंक बनाए और रैपिड के 10 अंकों को मिलाकर कुल 22.5 अंकों के साथ विजेता बने और 40,000 डॉलर अपने नाम किए। यूएसए के वेसली सो ने ब्लिट्ज में अपना सबसे बेहतर खेल दिखाया और रैपिड के 8 के बाद ब्लिट्ज में 12 अंक बनाते हुए कुल 20 अंकों के साथ दूसरे स्थान पर रहे और कुल 30,000 डॉलर अपने नाम किए।

लॉर्ड्स में तीसरे टेस्ट से पहले बोले मांजरेकर

'करुण नायर तीसरे नंबर के खिलाड़ी नहीं हैं'

लंदन। करुण नायर ने बड़े उत्साह के साथ भारतीय टीम में वापसी की थी लेकिन इंग्लैंड के खिलाफ अभी तक उनका बल्ला नहीं चला है। ऐसे में पूर्व भारतीय क्रिकेटर संजय मांजरेकर ने करुण को तीन नम्बर का खिलाड़ी मानने से इंकार किया है। भारत ने दूसरे टेस्ट में 336 रन से बड़ी जीत दर्ज करते हुए पांच मैचों की सीरीज में इंग्लैंड के खिलाफ 1-1 से बराबरी की है। मांजरेकर ने कहा, 'पिछले मैच में कुछ बेहद



चयन हुए थे जिनसे मैं सहमत नहीं था। आखिरकार, एक जीत उन फैसलों पर पर्दा डाल सकती है। मुझे लगा था कि सिर्फ एक मैच के बाद लॉर्ड्स साई सुदर्शन को टीम से बाहर कर दिया जाएगा, क्योंकि वह एक युवा खिलाड़ी हैं।

इटली ने स्कॉटलैंड को हराकर किया बड़ा उलटफेर पहली बार मिल सकता टी-20 वर्ल्ड कप का टिकट

नई दिल्ली। इटली को टी20 वर्ल्ड कप 2026 का टिकट मिल सकता है। जी हांआपने एकदम सही पढ़ा। फुटबॉल और टेनिस के लिए मशहूर यह देश क्रिकेट की दुनिया में भी धीरे-धीरे अपना नाम बना रहा है। इटली के अगले साल होने वाले टी20 वर्ल्ड कप में खेलने की उम्मीद उस समय जागी जब यूरोप रीजनल फाइनल क्वालीफायर में उन्होंने स्कॉटलैंड को हराया। बता दें, 2026 में भारत और श्रीलंका में होने वाले टी20 वर्ल्ड कप में कुल 20 टीमों हिस्सा लेंगी। 13 टीमों ने अभी तक इस मेगा आईसीसी टूर्नामेंट का टिकट हासिल कर लिया, 7 स्पाट के लिए रेस अभी भी जारी है। पूर्व



ऑस्ट्रेलियाई बल्लेबाज जो बन्स की अगुवाई में इटली की जीत ने उन्हें आईसीसी टूर्नामेंट में पहली बार जगह बनाने के कगार पर ला खड़ा किया है, बशर्ते वह शुक्रवार, 11 जुलाई को नीदरलैंड्स से मिलने वाली चुनौती को पार कर सके। पिछले हफ्ते 5 जुलाई को जब

यूरोपीय क्वालीफायर शुरू हुए थे, तब पांच टीमों अगले टी20 वर्ल्ड कप के लिए क्वालीफाई करने की दौड़ में थीं। आखिरी दो दिनों में, जेनसेंस एकमात्र टीम है जो बाहर हो गई है, जबकि नीदरलैंड, इटली, स्कॉटलैंड और जर्सी के बीच कड़ी टक्कर है।



सलमान खान के ये 8 डांस स्टेप्स हुए जबरदस्त वायरल

सलमान खान के कुछ ऐसे डांस स्टेप्स हैं जो गाना आते ही वायरल हो गए थे। आज हम आपको सलमान खान के ऐसी ही 8 वायरल स्टेप्स के बारे में बता रहे हैं। इनमें से एक के लिए भाईजान को भयंकर ट्रोलिंग का भी सामना करना पड़ा था। दबंग फिल्म के गाने हुड हुड दबंग में सलमान खान जिस तरह अपनी बेल्ट पकड़ अपने कंधों को उचकाते हैं, वो डांस स्टेप फैस को आज भी याद है। ये गाना रिलीज होते ही, ये डांस स्टेप वायरल हो गया था।

प्यार किया तो डरना क्या है के गाने ओ ओ जाने जाना में सलमान का शर्टलेस कूल अवतार फैस को बहुत ही ज्यादा पसंद आया था। वहीं, इस गाने में सलमान खान का डांस भी रिलीज होते ही वायरल हो गया था। आज भी अगर ये गाना बजता है तो लोग अपने आप ही सलमान खान के डांस स्टेप्स को रीक्रिएट करने लगते हैं। फिल्म मुझसे शादी करोगी के गाने जीने के हैं चार दिन में सलमान खान का टावल डांस आते ही वायरल हो गया था। सलमान के इस डांस स्टेप को शायद ही कोई भूलता होगा। रेडी फिल्म के गाने ठिंका चिका में सलमान खान जींस की पॉकेट में हाथ डालकर थिरकते नजर आए थे। सलमान का ये स्टेप भी आते ही वायरल हो गया था। दबंग फिल्म के गाने मुन्नी बदनाम में

मलाइका अरोड़ा अपनी अदाओं से दर्शकों के दिल पर छा गई थीं, लेकिन इसी गाने में सलमान खान आखिरी में आकर जिस तरह का आड़ा टेढ़ा हाथ चलाते हैं, उसने फैस का ध्यान अपनी तरफ जमकर खींचा था। फिल्म बाँदीगाई के टाइटल साँगा में सलमान ने सिर के पीछे हाथ रखकर जिस तरह अपनी मसल्स दिखाई थीं वो लंबे वक्त तक एक ट्रेंड बन गया था। सुल्तान फिल्म में सलमान खान ने जग धूमया गाने पर जमीन पर लेटकर जैसे डांस किया था वो भी सोशल मीडिया पर काफी वायरल हुआ था। किसी का भाई किसी की जान के गाने नय्यो लगदा में सलमान खान का जो डांस था उसकी वजह से भाईजान की सोशल मीडिया पर जमकर ट्रोलिंग हुई थी। एक ने सलमान के इस डांस को मुर्गी वाला डांस कहकर मजाक उड़ाया था।

फिल्म रिलीज से पहले ही रणवीर सिंह का भौकाल

रणवीर सिंह 6 जुलाई को 40 साल के हो गए और ऐसा लगता है कि उन्होंने इस अपने जन्मदिन पर खुद को एक तोहफा दिया है। अपनी आगामी फिल्म धुरंधर के बहुचर्चित फर्स्ट लुक रिलीज होने के ठीक बाद अभिनेता ने कथित तौर पर खुद को एक लमजरी इलेक्ट्रिक वाहन हमर ईवी 3X उपहार में दिया। रिपोर्टर के अनुसार, रणवीर ने अपनी पहली इलेक्ट्रिक कार खरीदने के लिए 4.57 करोड़ रुपये (ऑन-रोड कीमत) खर्च किए। भारत में हमर ईवी 3X की एक्स-शोरूम कीमत लगभग 3.85 करोड़ रुपये बताई जा रही है। अब सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायरल हो रहा है जिसमें रणवीर सिंह और दीपिका पादुकोण के मुंबई स्थित आवास पर इस विशाल ईवी की डिलीवरी होती दिखाई दे रही है, जिसे लेकर प्रशंसकों की ऑनलाइन प्रतिक्रियाएं उत्साहजनक हैं।

यह हाई-एंड इलेक्ट्रिक एसयूवी अपने दमदार डिजाइन, फ्यूचरिस्टिक फीचर्स और ऑन-रोड और ऑफ-रोड दोनों ही जगहों पर शानदार परफॉर्मेंस के लिए जानी जाती है। यह निश्चित रूप से रणवीर के पहले से ही शानदार गैरज में एक और बेहतरीन कार है और उनके 40वें जन्मदिन को यादगार बनाने का एक शानदार तरीका भी। पेशेवर मोर्चे पर रणवीर सिंह आदित्य धर द्वारा निर्देशित धुरंधर में दिखाई देने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। इस फिल्म में संजय दत्त, आर माधवन, अर्जुन रामपाल, अक्षय खन्ना और सारा अर्जुन जैसे शानदार कलाकार भी हैं। फिल्म में अभिनेता के पहले लुक ने पहले ही प्रशंसकों की उत्सुकता बढ़ा दी है। उनका गंभीर, रौबदार अवतार—जिसमें एक ग्रे-शेड वाला किरदार है—उनके सामान्य किरदारों से हटकर है और इसने ऑनलाइन काफी चर्चा बटोरी है। बाजीराव मस्तानी, पद्मावत, गली बॉय और 83 जैसी फिल्मों में अपने दमदार अभिनय के लिए जाने

जाने वाले रणवीर बॉलीवुड के सबसे भरोसेमंद अभिनेताओं में से एक बने हुए हैं। उन्होंने 2018 में दीपिका पादुकोण के साथ शादी के बंधन में बंधे और सितंबर 2024 में इस जोड़े ने अपनी बेटी दुआ का स्वागत किया। धुरंधर के अलावा, रणवीर डॉन 3 पर भी काम कर रहे हैं, जो एक हाई-ऑक्टेन फ्रैंचाइजी फिल्म है जिसका प्रशंसक बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं।

बॉलीवुड की 1200 करोड़ी फिल्म देगी मार्वल और डिज्नी को टक्कर



इंतजार खत्म! आ गई 'पति, पत्नी और पंगा' की रिलीज डेट

कलर्स टीवी पर जल्द ही एक नया शो शुरू होने वाला है, जिसमें आपको पति-पत्नी के बीच का जबरदस्त ड्रामा देखने को मिलेगा। हम बात कर रहे हैं कलर्स टीवी पर आने वाले रियलिटी शो 'पति, पत्नी और पंगा: जोड़ियों का रियलिटी चेक' की। इस शो में टीवी के कई जाने माने और चर्चित जोड़ियां नजर आएंगी। शो को स्टैंडअप कॉमेडियन और बिग बॉस विनर मुनव्वर फारूकी और बॉलीवुड एक्ट्रेस सोनाली बेंद्रे होस्ट करेंगे। ऐसे में अब इस शो की रिलीज डेट सामने आ चुकी है। आइए जानते हैं कब से ऑनएयर हो रहा है शो। कलर्स टीवी पर आने वाले रियलिटी शो 'पति, पत्नी और पंगा: जोड़ियों का रियलिटी चेक' टीवी और बॉलीवुड की चर्चित जोड़ियां अपने रिश्ते की मजबूती और केमिस्ट्री को मजबूत टास्क और चुनौतियों के जरिए परखेंगी। ऐसे में अब इसकी रिलीज डेट आ चुकी है। 'लाफ्टर शेप्स' के खत्म होने के साथ, वीकेंड एंटरटेनमेंट को एक नया रंग मिल रहा है। 'पति, पत्नी और पंगा' 2 अगस्त से शुरू हो रहा है। इस डेट के सामने आते ही फैस के बीच इस शो को देखने को लेकर एक्साइटमेंट और भी ज्यादा बढ़ गई है। 'पति, पत्नी और पंगा: जोड़ियों

का रियलिटी चेक' में रुबीना दिलैक और अभिनव शुक्ला, हिना खान और रॉकी जायसवाल, स्वरा भास्कर और फहाद अहमद, गीता फोगट और पवन कुमार, गुरमीत चौधरी और देविना बोनर्जी, सुदेश लहरी और ममता लहरी, अविका गौर और मिलिंद चंदवानी जैसे सितारे नजर आएंगे।



शाहरुख खान की जवान डायरेक्टर करने वाले डायरेक्टर एटली कुमार इन दिनों अपनी अपकमिंग फिल्म जिसका टाइटल अभी AA22xA6 है को लेकर चर्चा में हैं। इस फिल्म के लिए दीपिका पादुकोण और अल्लू अर्जुन के अलावा अब रश्मिका मंदाना का नाम भी सामने आ रहा है। अल्लू अर्जुन और रश्मिका मंदाना की जोड़ी इससे पहले फिल्म पुष्पा में नजर आई थी। फैस को ये जोड़ी खूब पसंद आई थी। अब एटली की फिल्म में रश्मिका के होने की खबर पर फैस काफी उत्साहित हैं। "एटली की इस फिल्म का रश्मिका मंदाना भी हिस्सा हैं।

पुष्पा 2 के बाद फिर साथ आएगी रश्मिका और अल्लू अर्जुन की जोड़ी

मलेशिया में जन्मी भारतीय मूल की एक्ट्रेस और टीवी होस्ट लिशालिनी कनारन ने एक चौंकाने वाला आरोप लगाया है। उन्होंने पुजारी पर आशीर्वाद देने के बहाने उनका यौन शोषण करने का आरोप लगाया है। यह मामला अब मलेशियाई पुलिस के पास पहुंच चुका है और आरोपी पुजारी की तलाश जारी है। सोशल मीडिया पर एक्ट्रेस ने एक लंबा पोस्ट शेयर कर अपनी आपबीती शेयर की है। एक्ट्रेस पिछले कुछ समय से आध्यात्मिका को गहरा करने के लिए नियमित रूप से मंदिर जा रही थीं। उस दिन वह अकेली गई थीं क्योंकि उनकी मां भारत में थीं।



एक्ट्रेस ने अपने करियर के सबसे डेयरिंग रोल में नजर आएंगी। इस फिल्म में रश्मिका और अल्लू के बीच के डायनामिक्स पुष्पा से बिल्कुल अलग होंगे। फिल्म से जुड़े सूत्रों ने पोर्टल को बताया कि एक्ट्रेस का लुक टेस्ट पूरा हो गया है। फिल्म के बारे में बात करते हुए सूत्रों ने कहा कि इस फिल्म के जरिए एटली अपनी खुद की एक अवतार जैसी फिल्म बनाना चाह रहे हैं जो दो अलग-अलग यूनिवर्स में सेट होगी। कई रिपोर्टरों में ये भी दावा किया गया है कि इस फिल्म में जाह्नवी कपूर, मृणाल ठाकुर और समंथा भी नजर आ सकती हैं। हालांकि, अभी तक सिर्फ दीपिका के फिल्म में होने का अनाउंसमेंट वीडियो रिलीज किया गया है। बाकी किसी एक्ट्रेस के लिए अभी मेकअप की तरफ से कोई आधिकारिक जानकारी नहीं दी गई है।

'द ग्रेट इंडियन कपिल शो' की व्यूअरशिप में गिरावट

नेटफ्लिक्स के फेमस कॉमेडी शो 'द ग्रेट इंडियन कपिल शो' का तीसरा सीजन शुरू हो गया है। इस शो के पहले एपिसोड में सलमान खान, दूसरे एपिसोड में 'मेट्रो इन दिनों' की स्टारकास्ट और तीसरे एपिसोड में क्रिकेटर्स दिखाई दिए। लेकिन चाहकर भी ये लोग पहले जैसे मैजिक क्रिएट नहीं कर पाए। यही कारण है कि शो की व्यूअरशिप में गिरावट देखने को मिल रही है। शो के पहले एपिसोड में सलमान खान ने अपनी आने वाली फिल्म 'सिकंदर' का प्रमोशन किया, जिसे 1.6 मिलियन व्यूज और 1.9 मिलियन व्यूइंग ऑवर्स मिले।

लेकिन सीजन 1 के पहले एपिसोड में जब रणबीर कपूर अपनी मम्मी नीतू कपूर के साथ आए थे तब उनके एपिसोड को 2.4 मिलियन व्यूज मिले थे। दूसरे एपिसोड की बात करें तो, इसकी व्यूअरशिप 2 मिलियन पर सीमित रही। तीसरे एपिसोड जिसमें भारतीय क्रिकेटर्स आए थे उसकी व्यूअरशिप गिरकर 1.2 तक पहुंच गई। व्यूअरशिप में गिरावट चिंता का विषय है, लेकिन फिर भी कपिल शर्मा का ये शो नेटफ्लिक्स के टॉप 10 नॉन-इंग्लिश शो में बना हुआ है। सामने आए प्रोमो के मुताबिक, आने वाले एपिसोड्स में जयदीप अहलावत, विजय वर्मा, प्रतीक गांधी और जितेंद्र कुमार जैसे सितार आने वाले हैं। उम्मीद है कि इनके आने से शो की लोकप्रियता में फिर से इजाफा हो। बता दें, ये एपिसोड शनिवार के दिन रात आठ बजे नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम होगा।

अंगद बेदी से शादी के पहले ही प्रेग्नेंट हो गई थीं नेहा धूपिया

नेहा धूपिया इंडस्ट्री की टॉप एक्ट्रेस में शुमार हैं। नेहा फिलहाल फिल्मों में नजर नहीं आ रही हैं, लेकिन वो सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव हैं। नेहा प्रोफेशनल लाइफ के साथ पर्सनल लाइफ को लेकर भी खूब सुर्खियां बटोरती हैं। साल 2018 में नेहा ने लोगों को तब हैरान कर दिया था, जब उन्होंने अंगद बेदी संग गुपचुप शादी की। वहीं, अब एक हालिया इंटरव्यू में एक्ट्रेस ने सोहा अली खान ने खुलासा किया कि यह उनके लिए भी एक झटका था, जबकि वह सालों से नेहा की खास दोस्त रही थीं। नेहा, भी इसी इंटरव्यू में सोहा के साथ मौजूद थीं। नेहा ने कहा कि शादी के पहले प्रेग्नेंट होने की वजह से जल्दी शादी कर ली। द हॉलीवुड रिपोर्टर इंडिया से बात करते हुए, नेहा ने बताया कि उन्होंने अपने सबसे अच्छे दोस्तों में से एक सोहा अली खान को अपनी शादी में क्यों नहीं बुला पाई। नेहा ने कहा, 'उस समय सब कुछ अस्त-व्यस्त था, मैं गर्भवती थी और...। लेकिन भले ही मैं सोहा को शादी में बुला नहीं कर पाई, लेकिन मेरी प्रेग्नेंसी के बारे में जानने वाले पहले लोगों में से एक थीं।' नेहा ने आगे कहा, 'सेहा को ही सबसे पहले पता चला कि हम गर्भवती हैं। और इसलिए भी क्योंकि मैं, सोहा और कुणाल खेमु एक रेस्टोरेट में खाना खा रहे थे तभी मैं बेहोश हो गई थी। अगली सुबह, हम फिर मिले और तभी मैंने उन्हें बताया कि मैं प्रेग्नेंट हूँ।' इंटरव्यू में नेहा ने बताया, 'जब मैं प्रेग्नेंट हुई, तब अंगद और वह डेटिंग कर रहे थे, लेकिन उनका रिश्ता तब नया-नया था। ऐसे में उस वक्त, हमारे लिए अपने माता-पिता के बजाय अपने दोस्त के साथ ये बात शेयर करना ज्यादा आसान था, जिनके हाल ही में बच्चे हुए हैं।

