सांध्य दैनिक
4PM
www.4pm.co.in www.facebook.com/4pmnewsnetwork @Editor_Sanjay YouTube @4pm NEWS NETWORK
● वर्षः 8 ● अंकः 12 ● पृष्ठः 8 ● लखनऊ, शनिवार, 12 फरवरी, 2022
मूल्य ₹ 3/-

अगर आपका मन मजबूत है और आप उसमें एक दृढ़ संकल्प स्थापित कर देते हैं तो आप अपना भाग्य बदल सकते हैं।

–परमहंस योगानंद

जिद...सच की

चुनाव के बाद आंदोलन के लिए तैयार... 2 | पश्चिमी यूपी और रुहेलखंड की... 3 | वपक्ष को लोकतंत्र पर भरोसा... 7

पहले चरण के मतदान से ही निकल गयी भाजपा नेताओं की गर्मी : अखिलेश

» महंगाई और बेरोजगारी से दिलाएंगे निजात, तीन सौ यूनिट फ्री देंगे बिजली

» कोरोना काल में भाजपा सरकार ने नहीं की किसी की मदद

» बदायूं की जनसभा में सपा प्रमुख ने भाजपा पर किए चुन-चुनकर वार

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। बदायूं में आयोजित जनसभा को संबोधित करते हुए सपा प्रमुख अखिलेश यादव ने भाजपा पर जमकर निशाना साधा। उन्होंने कहा कि पहले चरण की जनता ने फैसला सुना दिया है कि प्रदेश में सपा गठबंधन की सरकार बनने वाली है। पहले चरण के मतदान ने भाजपा नेताओं की गर्मी निकाल दी है। दूसरे चरण के चुनाव में भाजपा का सफाया होने जा रहा है।

उन्होंने कहा कि भाजपा कह रही थी कि हवाई चप्पल पहनने वाले भी हवाई जहाज पर चलेंगे लेकिन डीजल-पेट्रोल इतना महंगा कर दिया है कि गरीब की गाड़ी और नौजवानों की मोटरसाइकिल नहीं चल पा रही है। पेट्रोल सौ रुपये के पार हो गया। अगर भाजपा फिर सत्ता में आ गयी तो यह दो सौ पार हो जाएगा। सीएम योगी का नाम लिए बिना उन्होंने कहा कि उनके एक नेता कह रहे हैं कि गर्मी निकाल देंगे लेकिन जैसे ही पहले चरण का चुनाव हुआ उनके नेता-कार्यकर्ता ठंडे पड़ गए हैं। दूसरे चरण के चुनाव में बचे हुए भी ठंडे पड़ जाएंगे। भाजपा का जो जितना बड़ा नेता है वह उतना बड़ा झूठ बोलता है। कहा था कि किसानों की आय दोगुनी हो जाएगी लेकिन किसी भी किसान की आय दोगुनी नहीं हुई। गर्मी निकालने वाले समझ लें कि सपा सरकार बनी तो नौजवानों के लिए भर्ती निकालने का काम करेगी। लखनऊ में बहुत स्मार्ट फोन बांटे गए लेकिन यहां के लोगों को नहीं मिला। पांच साल बीतने के बाद भी भाजपा युवाओं को टैबलेट नहीं दे सकी। मुख्यमंत्री लैपटॉप इसलिए नहीं दे रहे क्योंकि वे इसे चलाना नहीं जानते हैं। उन्होंने कहा कि यह प्रदेश को आगे ले जाने का चुनाव है। प्रदेश के विकास और लोकतंत्र व संविधान को बचाने का चुनाव है। जब भी बिजली का बिल आता है तो लोगों को करंट लगता है। सपा सरकार बनेगी तो तीन सौ यूनिट फ्री बिजली दी जाएगी। किसानों को सिंचाई का कोई पैसा नहीं देना होगा। कृषि कानूनों को किसानों ने रद्द कराया। सरकार एमएसपी नहीं दिलवा पायी। सपा मंडियां बनाकर किसानों को फसल की सही कीमत दिलाएगी। सवाल महंगाई, बेकारी का भी है। भर्ती बंद है। हम नौजवानों को नौकरी देंगे। लॉकडाउन के समय सरकार ने किसी की मदद नहीं की। मजदूरों की कोई मदद नहीं की। सपा ने इनकी मदद की।

जनता ने तय कर दिया कि सपा गठबंधन की बनेगी सरकार

ट्रंप के बहाने मोदी-योगी पर कसा तंज, कहा जिसका हाथ उठाया, उसे हरवाया

» पीएम मोदी की ट्रंप और योगी के साथ तस्वीर की पोस्ट

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। सपा प्रमुख अखिलेश यादव ने अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप को लेकर पीएम मोदी और सीएम योगी आदित्यनाथ पर निशाना साधा। अखिलेश ने ट्वीट किया, जीत की अपील करके, जिसका भी है हाथ उठाया, वो जितने भी वोट से हारता उससे ज्यादा से हरवाया। अखिलेश ने इस ट्वीट के साथ दो फोटो शेयर की है। एक में ट्रंप और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी हाथ ऊपर करके खड़े हैं जबकि दूसरे में ठीक उसी तरह हाथ ऊपर करके मोदी और योगी खड़े हैं। कुछ दिन पहले मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने अपने साथ पीएम मोदी की इसी फोटो को ट्विटर पर शेयर किया था।

बिस्वा के बयान पर कांग्रेस भड़की, कहा यह है घटिया सोच

» उत्तराखंड में असम के सीएम ने राहुल गांधी को लेकर दिया था विवादित बयान

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

देहरादून। असम के मुख्यमंत्री हेमंता बिस्वा सरमा द्वारा उत्तराखंड की एक जनसभा में राहुल गांधी पर दिए गए बयान पर कांग्रेस भड़क गयी है। कांग्रेस ने बयान पर पलटवार करते हुए कहा कि यह भाजपा और हेमंता बिस्वा की घटिया सोच है।

असम के मुख्यमंत्री हेमंता बिस्वा सरमा के बयान पर कांग्रेस ने पलटवार किया है। कांग्रेस के प्रवक्ता रणदीप सुरजेवाला ने कहा कि हार सामने देख असम के मुख्यमंत्री ने मानसिक संतुलन खोकर राजनीतिक दिवालियेपन की सब हदें पार कर लीं। साथ ही कहा कि मोदी जी की निष्ठा प्राप्त करने के लिए अपनी पुरानी पार्टी को गाली देना जरूरी है। ये हेमंता बिस्वा सरमा के छिछोरेपन और घटिया सोच का सबूत है।

गौरतलब है कि उत्तराखंड में भाजपा प्रत्याशी के समर्थन में जनसभा को संबोधित करते हुए हेमंत बिस्वा ने कांग्रेस और राहुल गांधी को लेकर विवादित बयान दिया। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी ने सर्जिकल स्ट्राइक का सबूत मांगा, इनकी मेंटिलिटी देखिए, जनरल विपिन रावत हमारे देश के गौरव थे, उनके नेतृत्व में भारत ने पाकिस्तान में सर्जिकल स्ट्राइक किया लेकिन राहुल गांधी बोलते हैं कि प्रूफ दो, क्या हमने कभी प्रूफ मांगा कि आप राजीव गांधी के बेटे हैं या नहीं? हेमंता ने कहा कि आर्मी से आपको प्रूफ मांगने का क्या अधिकार है अगर आर्मी ने बोल दिया कि पाकिस्तान में बम फोड़ा है तो फोड़ा है। सेना ने कहा कि सर्जिकल स्ट्राइक किया तो किया, एयर स्ट्राइक किया तो किया। क्या आपको बिपिन रावत पर भरोसा नहीं है।

आज थम जाएगा दूसरे चरण के मतदान के लिए प्रचार

» दिग्गजों ने झोंकी ताकत, 14 फरवरी को वोटिंग

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। पहले चरण का चुनाव निपटने के बाद अब सभी पार्टियों के दिग्गजों ने दूसरे चरण के चुनाव के लिए ताकत झोंक दी है। सत्तारूढ़ भाजपा समेत सभी दलों के नेताओं ने दूसरे चरण में अपने उम्मीदवारों का माहौल बनाने के लिए पूरा दम लगा दिया है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, गृहमंत्री अमित शाह, मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ, सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव समेत तमाम बड़े नेताओं ने दूसरे चरण के चुनाव वाले जिलों में ताबड़तोड़ जनसभाएं कर अपने उम्मीदवारों के लिए वोट मांगे। दूसरे चरण का चुनाव 14 फरवरी को होगा और इसके लिए शनिवार शाम प्रचार थम जाएगा।

दूसरे चरण में 9 जिलों की 55 सीटों पर मतदान होने हैं। इसके लिए सहारनपुर, बिजनौर, मुरादाबाद, संभल, रामपुर, बरेली, अमरोहा, शाहजहांपुर व बदायूं में राजनीतिक दलों के बड़े नेताओं व स्टार प्रचारकों ने अपने पक्ष में माहौल बनाने के लिए ताबड़तोड़ सभाएं कीं। पीएम मोदी ने कासगंज के पटियाली में जनसभा की तो अमित शाह बरेली में थे। सीएम योगी ने कासगंज के अलावा शाजहांपुर व बदायूं में जनसभाएं कीं। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष स्वतंत्रदेव सिंह, केशव प्रसाद मौर्य व अन्य नेता भी ताबड़तोड़ जनसभाएं कर मतदाताओं से संपर्क में जुटे रहे। दूसरी तरफ सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव ने रामपुर में चुनावी सभा की। कांग्रेस महासचिव प्रियंका गांधी वाड्रा ने वर्चुअल रैली कर अपनी पार्टी के उम्मीदवारों के लिए वोट मांगे। बता दें कि पोलिंग पार्टियां रविवार को रवाना की जाएंगी। जिन जिलों में चुनाव होने हैं उसमें सहारनपुर, बिजनौर, मुरादाबाद, संभल, अमरोहा, रामपुर, बदायूं, बरेली और शाहजहांपुर जिले शामिल हैं। सुरक्षा व्यवस्था के लिए 800 कंपनी केंद्रीय अर्धसैनिक बल की तैनाती होगी।

प्रचार में आगे निकलने की होड़

चुनाव आयोग की पाबंदियों के बीच प्रमुख दलों में प्रचार में आगे निकलने की होड़ मची है। भाजपा ने जहां प्रचार अभियान में केंद्र से लेकर प्रदेश के नेताओं की लंबी फौज उतार रखी है वहीं सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव, बसपा प्रमुख मायावती व कांग्रेस महासचिव प्रियंका गांधी वाड्रा ने अकेले मोर्चा संभाल रखा है। प्रचार के लिहाज से भाजपा ने बाकी दलों से बढ़त जरूर ले रखी है, लेकिन विपक्षी दल भी कोई कसर बाकी नहीं रख रहे हैं।

अब तक 73.42 करोड़ की नकदी बरामद

आदर्श चुनाव आचार संहिता लागू होने के बाद से अब तक 73.42 करोड़ रुपए बरामद किए जा चुके हैं। साथ ही 39.58 करोड़ रुपए की अवैध शराब व 36.47 करोड़ के मादक पदार्थ भी बरामद किए गए हैं। आचार संहिता उल्लंघन में अब तक 1231 एफआईआर भी दर्ज कराई गई है। वहीं 8.64 लाख से ज्यादा असलहे जमा कराए गए हैं और 1799 लाइसेंस निरस्त किए गए हैं।

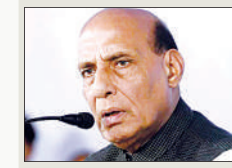
उत्तराखंड में भले ही तीन सीएम बदले, लेकिन विकास नहीं रुका : राजनाथ सिंह

» प्रदेश में अदला बदली की सरकार नहीं होनी चाहिए

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने उत्तराखंड के टिहरी जिले के घनसाली में जनसभा को संबोधित करते हुए कहा कि देश के अंदर जब भाजपा की सरकार बनी थी तो उस वक्त देश की सेना कई समस्याओं से जूझ रही थी, लेकिन नरेंद्र मोदी के प्रधानमंत्री बनते ही देश आर्थिक के रूप में मजबूत हुआ है। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा कि आज देश कमजोर नहीं बल्कि मजबूत है। जो दुश्मन को सीमा पार जाकर उसी के घर में मारने की ताकत रखता है।

उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में फिर एक बार भाजपा कि सरकार बनने जा रही है, जिसके बाद प्रदेश के हर जिले में मेडिकल कॉलेज खोले जाएंगे। उन्होंने भारत सरकार की उपलब्धियों को गिनाते हुए कहा कि आज देश और प्रदेश के अंदर एक कुशल सरकार मौजूद है। चाहे वो किसान सम्मान निधि योजना, उज्ज्वला योजना, हर घर जल नल योजना सहित कई कल्याणकारी योजनाओं से लोगों को आज लाभ मिल रहा है। रक्षा मंत्री ने कहा कि प्रदेश में अदला बदली की सरकार नहीं होनी चाहिए। इससे विकास योजनाओं पर प्रभाव पड़ता है। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में भले ही इन पांच वर्ष के कार्यकाल में तीन मुख्यमंत्री बदले गए हों, लेकिन हमारी सरकार ने देवभूमि के विकास में कोई बाधा नहीं आने दी है।



सरकार बनते ही योग की अंतरराष्ट्रीय राजधानी बनेगी हरिद्वार

उत्तराखंड को एक लाख करोड़ रुपए का आर्थिक पैकेज देने का काम किया है। कहा कि प्रदेश में भाजपा सरकार बनते ही हरिद्वार योग की अंतरराष्ट्रीय राजधानी बनेगी। रक्षा मंत्री आज रामनगर में भाजपा प्रत्याशी दीवान सिंह बिष्ट के समर्थन में चुनावी जनसभा को संबोधित करेंगे। एमपी कॉलेज मैदान में चुनावी रैली की तैयारियां की जा रही हैं। राज्यसभा सांसद अनिल बलूनी और अन्य वरिष्ठ पार्टी नेता भी रैली को संबोधित करेंगे।

भाजपा-कांग्रेस के सामने आप बनी चुनौती

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

देहरादून। उत्तराखंड में विधानसभा सीट धर्मपुर में भाजपा और कांग्रेस के बीच मुख्य मुकाबला है। वहीं आम आदमी पार्टी इस सीट पर तीसरा विकल्प बनने के लिए जीजान से जुटी है। भाजपा और कांग्रेस दोनों ही पार्टियां जीत का क्रम जारी रखने के उद्देश्य से मैदान में उतर रही हैं। वहीं आम आदमी पार्टी, उक्रांद, अन्य पार्टियां व निर्दलीय जीत हासिल कर इतिहास रचने के इरादे से मैदान में उतरी हैं।

इस विधानसभा क्षेत्र के शहर के दक्षिणी इलाके और क्लेमेंटटाउन कैंट शामिल है। परिसीमन के बाद 2012 में बनी धर्मपुर विधानसभा सीट पर हुए पहले चुनाव में कांग्रेस के दिनेश अग्रवाल ने जीत हासिल की। उसके बाद 2017 के चुनावों में भाजपा के विनोद चमोली इस सीट से जीतकर विधानसभा पहुंचे। आप प्रत्याशी योगेंद्र चौहान ने कहा कि कांग्रेस प्रत्याशी हारने के बाद पांच साल तक कहां थे। ऐसे नेता को स्थानीय लोग नहीं चाहते हैं। भाजपा विधायक ने भी पांच सालों के दौरान कोई विकास कार्य नहीं किए। जनता इन दोनों का असली चेहरा देख चुकी है। दोनों पार्टियों के प्रत्याशियों को इस बार क्षेत्र की जनता कड़ा सबक देगी।

चुनाव के बाद आंदोलन के लिए तैयार रहें किसान : टिकैत

» सरकार की नीयत ठीक नहीं लग रही

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। भारतीय किसान यूनियन के प्रवक्ता राकेश टिकैत ने धारा की गढ़ी में किसानों के साथ संवाद कर कहा कि विधानसभा चुनाव के बाद आंदोलन करने के लिए तैयार रहें। कहा कि एमएसपी पर फसलों को खरीदे जाने के लिए कमेटी गठन व कृषि कानूनों समेत किसानों की समस्याओं पर संसद सत्र में सरकार ने कोई कार्रवाई नहीं की।

इससे सरकार की नीयत ठीक नहीं लग रही है। उन्होंने कहा कि बेरोजगारी,

जनप्रतिनिधियों पर उत्पीड़नात्मक कार्रवाई के मुद्दे पर भाकियू चुप नहीं बैठेगी। संसद का सत्र चला लेकिन किसानों के आंदोलन के मुद्दे पर सरकार ने कोई चर्चा नहीं की। किसानों से बात करने के लिए कमेटी बनाने की बात कही गई थी लेकिन कमेटी नहीं बनी। इससे सरकार की मंशा में खोट लग रहा है। किसान विरोधी काले कानून व किसान विरोधी नीतियों को लेकर विधानसभा चुनाव के बाद लड़ाई लड़नी पड़ेगी। उन्होंने किसानों का आह्वान किया कि विधानसभा चुनाव के बाद आंदोलन करने के लिए कमर कस लें। बेरोजगारी के मुद्दे को लेकर कुछ छात्र नेता भाकियू के राष्ट्रीय प्रवक्ता से मिले तथा भाकियू में अपनी आस्था जताई। इस मौके पर टीकम सिंह सूर्यवंशी को भाकियू का जिला प्रवक्ता बनाया गया। भाकियू के राष्ट्रीय प्रवक्ता राकेश टिकैत ने गोरई गांव पहुंचकर डॉ. हरचरन सिंह के परिवार से मुलाकात की।

कई जिलों में भाजपा का नहीं खुलेगा खाता : राजभर

» मऊ से मुख्तार अंसारी लड़ें या अब्बास फैसला उनका

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। मुख्तार अंसारी और अब्बास अंसारी एक साथ नामांकन करने वाले हैं। मऊ सदर सीट से दोनों में से जो भी लड़ेगा फैसला उनका है। ये बातें नामांकन के बाद सुभासपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष ओमप्रकाश राजभर ने कही। उन्होंने कहा कि इस बार गाजीपुर, मऊ, बलिया, अंबेडकरनगर, जौनपुर में भाजपा का खाता नहीं खुलेगा। बनारस की चार सीटों पर सपा गठबंधन दल जीतेगा। उन्होंने कहा कि भाजपा के लोग घूम-घूमकर कहते थे कि उनकी वजह से जहूराबाद में जीत हुई।

इस बार वहां से 40 से 50 हजार वोट से जीत होगी। प्रदेश में सपा की सरकार बनने जा रही है। इसके छह महीने के भीतर जाति गणना, 300 यूनिट मुफ्त बिजली, मुफ्त इलाज, एक समान मुफ्त अनिवार्य शिक्षा और पुरानी पेंशन की बहाली का काम किया जाएगा। भाजपा चुनाव के समय धर्म और नफरत की राजनीति करती है। हिजाब और नकाब उसी की उपज है। संविधान में कहीं भी पहनावे को लेकर पाबंदी नहीं है। लोगों को सुविधाएं देने का काम होना चाहिए। सपा की सरकार बनने पर सांड़ों से छुटकारा मिलेगा। मोटरसाइकिल पर तीन सवारी का चलान नहीं कटेगा।

राजभर के पास नकदी ज्यादा नहीं

गाजीपुर में विधानसभा चुनाव के नामांकन के दूसरे दिन तीन उम्मीदवारों की तरफ से पर्चा दाखिल किया गया। मुहम्मदाबाद विधानसभा क्षेत्र से सपा प्रत्याशी सिबगतुल्लाह अंसारी और सुभासपा के ओमप्रकाश राजभर के पास नकदी ज्यादा नहीं है लेकिन लाइसेंसी असलहे हैं जबकि सुनीता सिंह लाखों की संपत्ति की मालकिन हैं।

पश्चिमी यूपी और रुहेलखंड की लड़ाई, भाजपा के लिए बड़ी चुनौती

दूसरे चरण में 9 जिलों की 55 सीटों पर 14 को होगी वोटिंग

» कई सीटों पर मुस्लिम वोटर निर्णायक भूमिका में

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। उत्तर प्रदेश विधान सभा चुनाव के पहले चरण में जाट लैंड इलाके में वोटिंग के बाद अब सियासी दलों का इम्तेहान पश्चिमी यूपी और रुहेलखंड के इलाके पर है। यूपी चुनाव के दूसरे चरण में 9 जिलों की 55 सीटों पर 586 प्रत्याशी मैदान में है, जहां पर 14 फरवरी को मतदान है। यहां कई सीटों पर मुस्लिम वोटर निर्णायक है। यहां भाजपा के लिए बड़ी चुनौती है।

दूसरे चरण में पश्चिमी यूपी के सहारनपुर, बिजनौर और अमरोहा जिलों की सीटों पर चुनाव है तो रुहेलखंड इलाके के संभल, मुरादाबाद, रामपुर, बरेली, बदायूं और शाहजहांपुर जिले सीटें हैं। दूसरे चरण की जिन 55 सीटों पर चुनाव हो रहे हैं, उसमें 38 सीटों पर भाजपा का कब्जा है जबकि 15 सीटें सपा के पास हैं और 2 सीटों पर कांग्रेस को जीत मिली थी। बसपा यहां पर एक भी सीट जीत नहीं सकी थी। यहां जाट और मुस्लिम वोटों के साथ कुर्मी और लोध वोटर निर्णायक भूमिका में है तो सैनी-मौर्य और दलित वोटर किंग मेकर की भूमिका में है। 2017 में सपा और कांग्रेस ने चुनाव मिलकर लड़ा था, जिसका नतीजा रहा है कि मुरादाबाद मंडल में सपा का पलड़ा भारी रहा जबकि बाकी इलाके में भाजपा ने सपा से बेहतर प्रदर्शन किया था। बरेली में सपा का खाता नहीं खुल सका था। पिछले चुनाव में जहां सपा और कांग्रेस को कुल 17 सीटों पर जीत मिली थी, उनमें से 16 मुस्लिम थे। पिछला चुनाव सपा के खाते में आने वाली 15 सीटों में से 10 पर मुस्लिम विधायक बने थे जबकि कांग्रेस को मिलने वाली 2 सीटों में से एक मुस्लिम और दूसरा सैनी समाज से विधायक था। 2022 के विधान सभा चुनाव में सपा, बसपा और कांग्रेस तीनों अलग-अलग किस्मत आजमा रहे हैं। सपा ने आरएलडी के साथ गठबंधन कर रखा है। वहीं, बसपा ने इस इलाके की ज्यादातर सीटों पर मुस्लिम उम्मीदवार उतारे हैं तो कांग्रेस और असदुद्दीन ओवैसी ने भी मुस्लिमों पर दांव लगाया है।

इन सीटों पर होगा मतदान

दूसरे चरण के दौरान 9 जिलों की मुरादाबाद रूलर, मुरादाबाद नगर, कुन्दरकी, बिलारी, चंदौसी, असमोली, संभल, सुआर, चमरुआ, बिलासपुर, रामपुर, मिलक, धनेरा, नौगाव सादत, बेहट, नाकुर, सहारनपुर नगर, सहारनपुर, देवबंद, रामपुर मनिहरन, गंगोह, नाजिबाबाद, नगीना, बरहापुर, धामपुर, नेहटौर, बिजनौर, चांदपुर, नूरपुर, कांठ, ठाकुरद्वारा, अमरोहा, हसनपुर, गुन्नौर, बिसौली, सहसवान, बिलसी, बदायूं, शेखपुर, दातागंज, बहेरी, मीरगंज, भोजीपुरा, नवाबगंज, फरीदपुर, बिथारी चैनपुर, ओनला, कतरा, जलालबाद तिहार, पोवायण, शाहजहांपुर और ददरौल विधानसभा सीटों पर वोट डाले जाएंगे।

77 मुस्लिम उम्मीदवार आजमा रहे किस्मत

दूसरे चरण में 9 जिलों की 55 सीटों पर 77 मुस्लिम उम्मीदवार चार अलग-अलग पार्टियों से चुनाव मैदान में हैं। इन 55 सीटों पर सपा गठबंधन के 18, बसपा के 23, कांग्रेस के 21 और ओवैसी की पार्टी के 15 मुस्लिम उम्मीदवार किस्मत आजमा रहे हैं। पिछले चुनाव में दूसरे चरण वाली 55 में से 38 सीटें भाजपा ने जीती थीं।

इन जिलों में मुस्लिम आबादी का प्रतिशत

यूपी के चुनाव में दूसरे चरण में कई सीटों पर मुस्लिम वोटर निर्णायक भूमिका में है। सहारनपुर जिले में 41.95 फीसदी बिजनौर में 43.04 फीसदी, अमरोहा में 40.04 फीसदी, संभल में 32.88 फीसदी, मुरादाबाद में 50.80 फीसदी, रामपुर में 50.57 फीसदी, बरेली में 34.54 फीसदी, बदायूं में 23.26 फीसदी और शाहजहांपुर में 17.55 फीसदी मुस्लिम आबादी है।

पहले चरण में 2017 की तुलना में तीन फीसदी कम पड़े वोट

» कम वोटिंग के साथ हुआ यूपी चुनाव का आगाज

» सुस्त वोटिंग से भाजपा निराश, सपा के खेमे में खुशी

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। यूपी चुनाव के पहले चरण की वोटिंग संपन्न हो गई है। चुनाव आयोग ने पूरी कोशिश की है कि इस बार हर चरण में भारी मतदान करवाया जाएगा। कोरोना को देखते हुए कई इंतजाम भी किए गए थे लेकिन अब जब आंकड़े सामने आ गए हैं, एक बार फिर सुस्त वोटिंग ने निराश किया है। यूपी के पहले चरण में 60.17 फीसदी मतदान हुआ है। अब ये आंकड़ा 2017 की तुलना में कम रह गया है। पिछले विधान सभा चुनाव में पहले चरण की वोटिंग के दौरान 63.5 फीसदी वोट पड़े थे।

पहले चरण में जिन 58 सीटों पर वोटिंग हुई उसमें आगरा की 9, मेरठ की 7, अलीगढ़ की 7, हापुड़ की 3, बुलंदशहर की 7, मुजफ्फरनगर की 6, गाजियाबाद की 5, मथुरा की 5, शामली की 3, गौतमबुद्धनगर की 3 और बागपत की 3 सीटें थीं। बता दें कि यूपी की सियासत में सत्ता का रास्ता पश्चिमी दरवाजे से जल्दी पहुंचता है इसीलिए सारी पार्टियों ने अपना पूरा जोर लगा दिया है। दंगा और सुरक्षा व्यवस्था के मुद्दे पर ही 2017 में बीजेपी को 2012 के मुकाबले 43 सीटों का फायदा हुआ था। बीएसपी और समाजवादी पार्टी को भारी नुकसान झेलना पड़ा था। वहीं 2012 में केवल 10 सीटें जीतने वाली बीजेपी 2017 में सबसे ज्यादा फायदे में रही। वर्ष 2014 में मोदी लहर पर सवार बीजेपी, केंद्र में काबिज हुई, जिसके बाद मुजफ्फरनगर दंगा और कैराना पलायन के मुद्दे ने बीजेपी को पश्चिमी यूपी में पैठ बनाने का बड़ा मौका दिया था, जिसका उसे फायदा भी मिला। अब अभी के लिए पश्चिमी यूपी में जाट, किसान, दंगा और सुरक्षा व्यवस्था एक ऐसा मुद्दा है, जिस पर इस बार का चुनाव टिका हुआ है। फिलहाल नतीजा 10 मार्च को सबके सामने आएगा।

क्यों मायने रखता है पश्चिमी यूपी?

2017 विधान सभा चुनावों में मोदी लहर का असर दिखा था। इलाके की 58 सीटों में से 53 सीटें बीजेपी के खाते में गई थीं। बीजेपी ने कुल 46 प्रतिशत वोट हासिल किए थे। इसी तरह से समाजवादी पार्टी और बीएसपी को 2-2 सीटें मिली थीं। जाट राजनीति पर केंद्रिय राष्ट्रीय लोकदल को केवल एक सीट मिली थी। जहां तक कांग्रेस की बात है तो उसका खाता भी नहीं खुला था लेकिन अगर 2017 से पांच साल और पीछे जाया जाए तो स्थिति बीजेपी के भी पक्ष में नहीं थी और सपा भी कुछ खास मजबूत नहीं दिखी। 2012 विधान सभा चुनावों में 58 सीटों में से बीजेपी को 10, समाजवादी पार्टी को 14, बीएसपी को 20, आरएलडी को 9, कांग्रेस को 4 और निर्दलीय उम्मीदवारों को 11 सीटें मिली थीं।

गाजियाबाद में सबसे कम वोटिंग

अब इस साल कम वोटिंग या कह लीजिए इस सुस्त रफ्तार के लिए कई जिले जिम्मेदार हैं। गाजियाबाद को तो टॉप पर रखा जाएगा जहां पर सबसे कम वोटिंग देखने को मिली है। इस साल गाजियाबाद में 54.77 फीसदी मतदान हुआ है। ये 2017 की तुलना में कुछ कम है। 2017 के चुनाव में गाजियाबाद में 54.99 प्रतिशत वोट पड़े थे। नोएडा में भी वोटिंग परसेंटेज कम रह गया है। वहीं जेवर में 60.30 फीसदी मतदान देखने को मिला है।

जिद... सच की

Sanjay Sharma
editor.sanjaysharma
@Editor_Sanjay

प्लास्टिक के प्रयोग पर कोर्ट की सख्ती के मायने

प्लास्टिक की बनी प्रचार सामग्री के प्रयोग को लेकर इलाहाबाद हाईकोर्ट ने सख्त रुख अपनाया है। अदालत ने इस मामले में निर्वाचन आयोग, प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड और पर्यावरण व जलवायु परिवर्तन मंत्रालय से जवाब मांगा है। कोर्ट ने कहा है कि इसकी प्रासंगिकता केवल चुनाव तक नहीं बल्कि इसके बाद भी रहेगी क्योंकि यह बेहद गंभीर मामला है। सवाल यह है कि प्लास्टिक के बढ़ते प्रयोग को लेकर कोर्ट ने सख्त रुख क्यों अपनाया है? पर्यावरण संरक्षण एक्ट का उल्लंघन क्यों हो रहा है? प्रतिबंध के बावजूद प्लास्टिक का प्रयोग क्यों किया जा रहा है? क्या लोगों को कानून का जरा भी भय नहीं रह गया है? केवल प्रचार सामग्री ही नहीं बल्कि पॉलीथिन बैग का धड़ल्ले से प्रयोग क्यों हो रहा है? क्या संबंधित विभागों की लापरवाही के कारण हालात काबू में नहीं आ रहे हैं? प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड आखिर क्या कर रहा है? क्या सरकारें प्रदूषण को लेकर गंभीर नहीं हैं? क्या लोगों की सेहत से खिलवाड़ करने की छूट किसी को दी जा सकती है?

प्रदेश में प्रदूषण पर नियंत्रण लगाने के लिए निर्धारित मानक से कम के पॉलीथिन थैलों पर प्रतिबंध लगाया गया था। इसके लिए कुछ दिन नगर निगम और नगर पालिकाओं की ओर से अभियान भी चलाया गया था लेकिन कोरोना काल में यह अभियान ठंडे बस्ते में चला गया और पॉलीथिन बैग्स का प्रयोग धड़ल्ले से दुकानदार करने लगे हैं। यही नहीं जिन बैग्स निर्माण करने वाली फैक्ट्रियों पर ताला लग गया था वे फिर से चालू हो गयीं। प्रदेश में उत्पादन कम होने के कारण दूसरे राज्यों से चोरी-छिपे पॉलीथिन बैग्स लाए जा रहे हैं। प्लास्टिक के ये बैग्स पर्यावरण को कई तरह से नुकसान पहुंचाते हैं। मसलन, बैग्स के जलने से हानिकारक गैस वातावरण में पहुंचती है और वह प्रदूषण का स्तर बढ़ा देती है। इसके अलावा प्लास्टिक सैकड़ों वर्षों तक नष्ट नहीं होता है। लिहाजा यह मिट्टी में दबकर बारिश के पानी को जमीन के अंदर नहीं जाने देता है। इससे भूगर्भ जल की वृद्धि रूक जाती है। साथ ही यह पौधों की जड़ों तक पानी नहीं पहुंचने देता है। इससे पेड़ सूख जाते हैं। वहीं चुनाव के दौरान प्लास्टिक के बनी प्रचार सामग्री का बहुतायत में प्रयोग किया जा रहा है। चुनाव के बाद इनको खुले स्थान पर फेंक दिया जाता है। इनका सही तरीके से निस्तारण नहीं होने के कारण ये पर्यावरण को हानि पहुंचा सकते हैं। लिहाजा कोर्ट ने न केवल प्रचार सामग्री बल्कि प्लास्टिक के प्रयोग को लेकर सख्त रुख अपनाया है। उम्मीद है कोर्ट के सख्त तेवरों को देखते हुए संबंधित विभाग इस मामले को गंभीरता से लेते हुए कोई ठोस कदम उठाएंगे।

> **"सवाल यह है कि प्लास्टिक के बढ़ते प्रयोग को लेकर कोर्ट ने सख्त रुख क्यों अपनाया है? पर्यावरण संरक्षण एक्ट का उल्लंघन क्यों हो रहा है? प्रतिबंध के बावजूद प्लास्टिक का प्रयोग क्यों किया जा रहा है? क्या लोगों को कानून का जरा भी भय नहीं रह गया है? केवल प्रचार सामग्री ही नहीं बल्कि पॉलीथिन बैग्स का धड़ल्ले से प्रयोग क्यों हो रहा है?**

(इस लेख पर आप अपनी राय 9559286005 पर एसएमएस या info@4pm.co.in पर ई-मेल भी कर सकते हैं)

चुनाव में महिलाओं के मुद्दे

तेजी ईशा

पांच राज्यों- उत्तर प्रदेश, पंजाब, उत्तराखंड, गोवा एवं मणिपुर- में विधान सभा चुनाव हैं। राजनीतिक पार्टियां पूरी तैयारी के साथ मैदान में हैं। साफ-सुथरी निर्वाचन प्रक्रिया सुनिश्चित करने के लिए चुनाव आयोग भी दमखम के साथ सक्रिय है। कोरोना की वजह से इस बार बड़ी-बड़ी रैलियां कम देखने को मिल रही हैं। गनीमत है कि इस बार चुनाव आयोग ने थोड़ी सख्ती दिखायी है नहीं तो नेता नहीं माननेवाले थे।

खैर, चुनाव हैं, तो मुद्दे भी हैं। वायदे हैं, फायदे हैं और हैं बड़े-बड़े सपने। भारतीय चुनाव सपने दिखाने और सपने बेचने का मौका है। जो दल, जो नेता बड़े-बड़े सपने जनता को दिखा देता है, वह जीत जाता है। आप रैलियों में कही गयीं बड़ी बातों के बाद का असर खुद एक बार याद कर देख लीजिये, आपको भी भरोसा हो जायेगा। अब जब चुनाव सपने बेचने का एक बड़ा मेला है, ठीक वैसा ही मेला, जो गांव-देहात में कुछ खास मौकों पर लगता है, तो यह बात भी की जानी चाहिए कि इस मेले में सपने क्या हैं? वे कौन से सपने हैं, जो पार्टियां इस बार बेचने की कोशिश कर रही हैं? उत्तर प्रदेश, गोवा, उत्तराखंड, पंजाब और मणिपुर के विधानसभा चुनाव में इन राज्यों की महिलाओं और लड़कियों के लिए क्या सपने हैं? मैं इन्हें सपना कह रही हूं, आप इन्हें मुद्दे समझिये। मेरे लिए चुनावी मुद्दे सपने सरीखे ही हैं। तो क्या सपने हैं? क्या अपने हैं? आपने इस बारे में कुछ सोचा, देखा या पढ़ा? मैंने कोशिश की, लेकिन मुझे कुछ खास दिखा नहीं। जो दिखा, वह यही कि उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव में कांग्रेस पार्टी ने घोषणा की है कि वह टिकट बंटवारे में महिलाओं को 40 फीसदी आरक्षण देगी। भाजपा के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार ने बाल विवाह निषेध कानून में लड़कियों के विवाह की वैधानिक उम्र 18 वर्ष से बढ़ाकर 21 वर्ष करने का संशोधन विधेयक प्रस्तावित किया है। गोवा चुनाव की बात करें, तो वहां एक तरफ कांग्रेस पार्टी महिलाओं को नौकरियों में 30 फीसदी आरक्षण देने की बात कर रही है तो दूसरी ओर तृणमूल कांग्रेस ने वादा किया है कि चुनाव के बाद अगर उसकी सरकार बनती है, तो गोवा में वह 'गृहलक्ष्मी कार्ड योजना' शुरू करेगी। इस योजना के तहत गोवा की महिलाओं को प्रत्येक महीने 5000 रुपये की वित्तीय सहायता दी जायेगी। इस आपाधापी में आम आदमी पार्टी भी पीछे न रहते हुए यह वादा किया है कि अगर उसकी सरकार बनती है, तो गोवा की महिलाओं को हर माह 1000

रुपये की वित्तीय सहायता मिलेगी। पंजाब में भी आम आदमी पार्टी ने महिलाओं से यही वित्तीय सहायता राशि देने का वादा किया है। चुनावी राजनीति के जानकारों का मानना है कि पंजाब में आम आदमी पार्टी को इस चुनावी शिगूफे से फायदा पहुंच सकता है। महिलाओं के संदर्भ में इन कुछ वादों के अलावा चुनावी परिदृश्य में मुझे कुछ और नहीं दिखा। अब अगर इन्हीं कुछ सपनों की बात करें जो हमारे लिये आरक्षित किये गये हैं अगर इन पांच राज्यों के चुनावी माहौल में महिलाओं और लड़कियों के लिए इतना कुछ ही है तो फिर साफ-साफ समझ आता है कि हमारी-आपकी औकात क्या है, हम इस पूरे तंत्र में कितनी भागीदारी रखती हैं और इन पार्टियों को हमारी-आपकी कितनी चिंता है। यदि हमारे नेता वाकई लड़कियों की चिंता करते, कामकाजी महिलाओं को लेकर फिक्रमंद होते तो सुरक्षा को लेकर कुछ सपने दिखाते, झूठा ही सही। बताने के लिए ही सही, लेकिन यह बताते कि स्कूल की आखिरी परीक्षा में टॉप करनेवाली लड़कियों में से कई लड़कियां कॉलेज तक क्यों नहीं पहुंचती हैं? और अगर उनकी सरकार बनेगी तो वो इस बारे में क्या करेंगे? महिलाओं की एक बड़ी आबादी आज भी बच्चा जनते समय मर जाती है, अगर वे सरकार में आते हैं, तो इन महिलाओं के लिए क्या करेंगे? कुपोषित महिलाओं और बच्चों के लिए उनके पास क्या योजना है? राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो की 2019 की रिपोर्ट के अनुसार उत्तर प्रदेश और राजस्थान में महिलाओं पर अत्याचार के सबसे ज्यादा मामले दर्ज किये गये थे। मैं 2022 में कुछ साल पहले के तथ्य यहां उल्लिखित कर रही हूं, लेकिन ऐसा इसलिए कि जब सभी पार्टियां अपनी नीति की आगामी 'मंचीय' योजना बना रही थीं, तो ऐसे मामलों तथा संबंधित स्थितियों को समझने-बुझने के बाद उन्होंने कुछ करने के लिए सोचा था क्या? कहने का मतलब यह है कि टिकट में आरक्षण देना, मुफ्त बस टिकट और भत्ता देने का वायदा करना ठीक है, लेकिन यह ठोस नहीं है। पार्टियों को अब गैस चूल्हा, मुफ्त भत्ता और मां-ममता जैसी योजनाओं से आगे बढ़ना चाहिए पर लगता है कि 2022 में भी महिलाओं के मुद्दे से जुड़े सपने 1990 के ही हैं।

डिजिटल अर्थव्यवस्था का लाभ

जयंतीलाल भंडारी

देश में डिजिटल अर्थव्यवस्था के बढ़ने से लाभप्रद परिदृश्य उभर रहा है। डिजिटल अर्थव्यवस्था में कई ऐसे नये रोजगार दिखने लगे हैं, जिनकी पहले कल्पना भी नहीं की गयी थी। मैकेंजी की रिपोर्ट में कहा गया है कि भारत में डिजिटल अर्थव्यवस्था में 2025 तक करीब छह से साढ़े छह करोड़ रोजगार के अवसर पैदा हो सकते हैं। हालांकि, इससे करीब चार से साढ़े चार करोड़ परंपरागत नौकरियां समाप्त हो सकती हैं। दुनियाभर में ऑटोमेशन, रोबोटिक्स और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के चलते कई क्षेत्रों में रोजगार तेजी से खत्म हो रहे हैं। वहीं डिजिटल क्षेत्रों में रोजगार के अवसर तेजी से बढ़ रहे हैं।

बजट प्रावधानों में डिजिटल अर्थव्यवस्था को गति देने का प्रयास किया गया है। डिजिटल भुगतान को बढ़ावा देने के लिए अनुसूचित वाणिज्यिक बैंक देश के 75 जिलों में 75 डिजिटल बैंकों की स्थापना करेंगे। डेढ़ लाख डाकघर कोर बैंकिंग से जुड़ेंगे। साथ ही बैंक से पोस्ट ऑफिस के खातों में ऑनलाइन ट्रांसफर किया जा सकेगा। डाकघर के लिए भी एटीएम सुविधा मुहैया होगी। मोबाइल सेवाओं के लिए 5जी स्पेक्ट्रम की नीलामी होगी। इससे उपयोगकर्ता अपने 5जी स्मार्टफोन का और बेहतर उपयोग कर सकेंगे। साथ ही हाई-स्पीड नेट सर्फिंग और फास्ट वीडियो स्ट्रीमिंग का लाभ मिलेगा। पीएम ई-विद्या के 'वन क्लास, वन टीवी चैनल' कार्यक्रम को 12 से 200 टीवी चैनलों तक बढ़ाया जायेगा। एक डिजिटल यूनिवर्सिटी भी बनायी जायेगी। खेती-किसानी में ड्रोन इस्तेमाल को बढ़ावा दिया जायेगा। इससे फसल मूल्यांकन, भूमि अभिलेख, कीटनाशकों के छिड़काव में मदद मिलेगी। भूमि अभिलेखों के डिजिटलीकरण के साथ किसानों को कृषि संबंधी सेवाएं डिजिटल प्रदान की जाएंगी। सभी केंद्रीय मंत्रालयों द्वारा उनकी खरीद के लिए एक पूर्ण पेपरलेस एंड-टू-एंड ऑनलाइन ई-बिल प्रणाली शुरू होगी। केंद्र सरकार एंड-टू-एंड बिलिंग पेमेंट सिस्टम बनायेगी। ई-पासपोर्ट व्यवस्था भी आकार लेते हुए दिखायी देगी।

बजट 2022-23 में प्रस्तावित डिजिटल मुद्रा व्यवस्था भी डिजिटल अर्थव्यवस्था और फिनटेक क्षेत्र को तेजी से आगे बढ़ायेगी। रिजर्व बैंक द्वारा डिजिटल करेंसी जारी की जायेगी। इससे ऑनलाइन लेनदेन और सुरक्षित बनेगा। डिजिटल रुपये को फिजिकल करेंसी से एक्सचेंज (विनिमय) किया जा सकेगा। अटलांटिक काउंसिल के मुताबिक जनवरी, 2022 तक नौ देशों में डिजिटल मुद्रा जारी हुई है। इस वर्ष भारत में भी डिजिटल मुद्रा के आकार लेने से भारतीय अर्थव्यवस्था को आंतरिक और वैश्विक लेन-देन के लाभ मिल सकेंगे। भारत में पिछले छह-सात वर्षों में डिजिटल अर्थव्यवस्था तेजी से बढ़ी है। जन-धन बैंक खातों, आधार के सहारे मिली डिजिटल पहचान तथा डायरेक्ट बेनिफिट ट्रांसफर (डीबीटी) डिजिटल अर्थव्यवस्था के लिए लाभप्रद आधार हैं। देश में 44 करोड़ से अधिक जन-धन खातों में कोरोना काल में धन हस्तांतरण किया गया। कारोबारी गतिविधियां तेजी से ऑनलाइन हुई हैं।

वर्क फ्रॉम होम और आउटसोर्सिंग को बढ़ावा मिलने से भारत के डिजिटल कारोबार की अहमियत बढ़ी है। अमेरिकी टेक कंपनियों समेत दुनिया की कई कंपनियां भारत में स्वास्थ्य, शिक्षा, कृषि तथा रिटेल सेक्टर के ई-कॉमर्स बाजार में निवेश के लिए आगे बढ़ी हैं। डिजिटलीकरण, इंटरनेट के उपयोगकर्ताओं की बढ़ती संख्या, मोबाइल और डेटा पैकेज दोनों के सस्ता होने से भी डिजिटल कारोबार बढ़ा है। मोबाइल ब्रॉडबैंड इंडिया ट्रैफिक (एमबीट) इंडेक्स 2021 के मुताबिक डेटा खपत बढ़ने की रफ्तार सबसे अधिक भारत में है। दूरसंचार विभाग के मुताबिक भारत में ब्रॉडबैंड उपयोग करने वालों की संख्या मार्च 2014 के 6.1 करोड़ से बढ़कर जून, 2021 में 79 करोड़ पहुंच चुकी है। रेडसीर कंसल्टिंग की रिपोर्ट के मुताबिक भारत में 2019-20 के मुकाबले डिजिटल भुगतान बाजार 2024-25 तक तीन गुना से भी अधिक स्तर पर पहुंच जाना अनुमानित है। वर्ष 2020 में भारत में 25.5 अरब डिजिटल ट्रांजेक्शन हुए, तो वहीं चीन में 15.6 अरब और यूके में 2.8 अरब डिजिटल ट्रांजेक्शन हुए। अमेरिका में मात्र 1.2 अरब डिजिटल ट्रांजेक्शन हुए।

ग्लोबल प्रोफेशनल सर्विसेज फर्म अलवारेज एंड मार्सल इंडिया और सीआइआइ इंस्टीट्यूट ऑफ लॉजिस्टिक्स की रिपोर्ट 2020 के मुताबिक भारत में ई-कॉमर्स का जो कारोबार 2010 में एक अरब डॉलर से भी कम था, वह वर्ष 2019 में 30 अरब डॉलर पर पहुंच गया और अब 2024 तक 100 अरब डॉलर के पार पहुंच सकता है। इसमें दो मत नहीं कि विभिन्न प्रोत्साहनों से डिजिटल अर्थव्यवस्था बढ़ी है लेकिन, अभी विभिन्न बाधाओं और चुनौतियों की ओर ध्यान देना होगा। डिजिटल अर्थव्यवस्था की बुनियादी जरूरत कंप्यूटर और इंटरनेट तक अधिकांश लोगों की पहुंच बढ़ानी होगी। वित्तीय लेनदेन के लिए बड़ी संख्या में लोगों को डिजिटल भुगतान तकनीकों से परिचित कराना होगा। छोटे गांवों में बिजली की पर्याप्त पहुंच और मोबाइल ब्रॉडबैंड स्पीड के मामले में भी देश को आगे बढ़ना होगा।

देश के कोने-कोने में आम आदमी तक डिजिटल समझ बढ़ाये जाने का अभियान जरूरी होगा। लोगों को स्मार्टफोन खरीदने के लिए बैंक से आसान ऋण दिया जाना आवश्यक है।

5 दिन तक खाएं सिर्फ आलू, कई किलो तक कम होगा वजन

आलू खाएं

हेल्दी रहें, वजन घटाएं

- उच्च रक्तचाप के रोगी भी आलू खाएं तो रक्तचाप को सामान्य बनाने में लाभ करता है।
- चार आलू सेंक लें और फिर उनका छिलका उतार कर नमक, मिर्च डालकर नित्य खाएं। इससे गठिया ठीक हो जाता है।
- गुर्दे की पथरी में केवल आलू खाते रहने पर बहुत लाभ होता है। पथरी के रोगी को केवल आलू खिलाकर और बार-बार अधिक पानी पिलाते रहने से गुर्दे की पथरियां और रेत आसानी से निकल जाती हैं।

आपने अक्सर लोगों को यह कहते सुना होगा कि अगर आप वजन घटाने की कोशिश कर रहे हैं तो आपको कार्बोहाइड्रेट्स से दूर रहना चाहिए या फिर बेहद कम मात्रा में इनका सेवन करना चाहिए। वजन घटाते वक्त ज्यादातर लोग आलू से सबसे पहले दूरी बना लेते हैं। लेकिन आज हम आपको बता रहे हैं एक खास पोटैटो डाइट के बारे में जिसमें आपको 5 दिन तक सिर्फ पोटैटो यानी आलू खाना है और फिर देखें कैसे घटेगा आपका वजन...

रोजाना खाएं आलू

जर्नल मॉलिक्युलर ऑफ न्यूट्रिशन एंड फूड रिसर्च में प्रकाशित एक नई स्टडी के मुताबिक, अगर पतला होना है तो रोजाना आलू खाएं। इतना ही नहीं, अगर आप केवल 5 दिन तक पोटैटो डायट फॉलो कर लें, तो आपका वजन कई किलो तक कम हो जाएगा। ऐसा इसलिए होता है, क्योंकि आलू खाने के बाद आपको भूख का एहसास नहीं होता। इससे पेट जल्दी भर जाता है और आप ओवरईटिंग से भी बच जाते हैं।

कैलोरी होती है कम

इस नई स्टडी के मुताबिक आलू वजन घटाने में असरदार रूप से काम करता है क्योंकि यह एक ऐसा स्टार्ची फूड है जिसमें कॉम्प्लेक्स कार्बोहाइड्रेट ज्यादा होता है जबकि कैलोरीज कम। साथ ही मेटाबॉलिज्म को बढ़ाने के साथ ही वजन को कंट्रोल करने में भी आलू मदद करता है।

पोषक तत्व से भरपूर

आलू में फाइबर और प्रोटीन के अलावा विटामिन बी, सी, आयरन, कैल्शियम, मैग्नीज, फॉस्फोरस जैसे पोषक तत्व काफी तादाद में होते हैं।

वजन घटाता है, सेहत नहीं

एक मीडियम साइज के आलू में जहां 168 कैलोरी होती है। वहीं उबले आलू में सिर्फ 100 कैलोरीज। वैज्ञानिकों का कहना है कि आलू एक ऐसा फूड है जो वजन तो घटाता है लेकिन सेहत नहीं। इसे अगर आप दिनभर में 10 भी खा लेते हैं, तो भी आप दूसरे फूड से कम कैलोरी इनटेक करेंगे और साथ में हेल्दी भी रहेंगे।

आलू के घरेलू नुस्खे

- रक्तपित्त बीमारी में कच्चा आलू बहुत फायदा करता है।
- कभी-कभी चोट लगने पर नीला निशान पड़ जाती है। नीला निशान पड़ी जगह पर कच्चा आलू पीसकर लगाएं ।
- शरीर पर कहीं जल गया हो, तेज धूप से त्वचा झुलस गई हो, त्वचा पर झुर्रियां हों या कोई त्वचा रोग हो तो कच्चे आलू का रस निकालकर लगाने से फायदा होता है।
- भुना हुआ आलू पुरानी कब्ज और अंतड़ियों की सड़ांध दूर करता है। इसमें पोटैशियम साल्ट होता है जो अम्लपित्त को रोकता है।
- आलू को पीसकर त्वचा पर मलें। इससे आपका रंग गोरा हो जाएगा।

हंसना मना है

संता: ट्रेन में रात भर नींद नहीं आई। ऊपर की सीट मिली थी गर्मी बहुत थी। बंता: तो किसी से सीट बदल लेते। संता: यार, किससे बदलता। नीचे की सीट पर कोई आया ही नहीं।

पहला पागल (दूसरे पागल से): मैं बचपन में रेल के नीचे आकर कुचल गया था। दूसरा पागल: फिर तू मरा की बचा? पहला पागल: यार मुझे मालूम नहीं, उस समय मैं बहुत छोटा था।

चिंटू: आज मेरे कुत्ते ने अण्डा दिया। पिंटू: कुत्ते कब से अण्डा देने लगे? चिंटू: ये रजनी की स्टाइल है। मैंने अपनी मुर्गी का नाम कुत्ता रखा है।

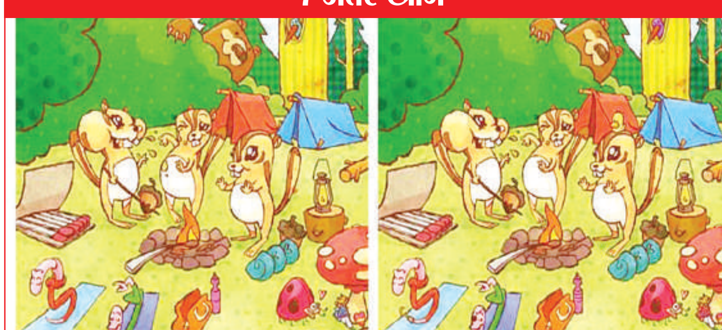
टीचर: पता है बच्चों एक बार रजनीकांत हेलीकॉप्टर द्वारा स्विट्जरलैण्ड से होकर गुजर रहे थे लेकिन उनका पर्स गिर गया। छात्र: फिर क्या हुआ टीचर! टीचर: वह स्थान आज स्विस बैंक के नाम से जाना जाता है।

एक बार पति-पत्नी घूमने जा रहे थे। रास्ते में गधा मिला। पत्नी को मजाक सूझा, पत्नी: आपके रिश्तेदार हैं, नमस्ते करो। पति भी बहुत चालाक था, बोला: ससुर जी नमस्ते !

कहानी | मेरा पर्स

एक बार एक 60 साल का बुजुर्ग व्यक्ति बस में जा रहा था। बस में उसका पर्स किसी ने चुरा लिया। व्यक्ति ने बस कंडक्टर से कहा भाई मेरा पर्स किसी ने चुरा लिया। कंडक्टर को एक पर्स मिला था, उसने उस व्यक्ति को बताया की उसे एक पर्स मिला तो है पर ये कैसे मान लिया जाये की यह पर्स तुम्हारा ही है। उस व्यक्ति ने बताया की पर्स में एक भगवान शिव की फोटो लगी है। कंडक्टर ने कहा भगवान् शिव की फोटो तो किसी के भी पर्स में लगी हो सकती है। व्यक्ति ने बताया कि इस फोटो के पीछे बहुत लम्बी कहानी है। कंडक्टर ने पूछा कैसी कहानी व्यक्ति ने बताया की यह पर्स बहुत ही पुराना है जब मैं 14 साल का था तो इस पर्स में मैं अपनी फोटो लगाता था और उसे देखकर बहुत खुश होता था की मैं कितना स्मार्ट हूं। फिर जब मेरी शादी हुई तो मेरी पत्नी की फोटो पर्स में लग गयी और बार-बार फोटो देखकर सोचता की मेरी पत्नी कितनी अच्छी है। फिर कुछ सालों बाद मेरे बच्चे हुए तो बच्चों की फोटो पर्स में आ गयी। बच्चे बड़े हुए सब अपने-अपने काम पर निकल गये और मैं अकेला रह गया। तब मुझे भगवान की याद आई और तब फिर मैंने भगवान की फोटो अपने पर्स में लगायी। मैं पूरे जीवन अपना प्यार बदलता रहा कभी अपने से, कभी पत्नी से, कभी बच्चों से और सब मुझे छोड़ गए अब एक भगवान ही मेरे साथ हैं। जिन्हे मैंने पूरे जीवन याद तक नहीं किया। यह सब सुनने के बाद कंडक्टर ने पर्स उस व्यक्ति को दे दिया। सीख: दोस्तों जब कभी हमारे जीवन में कोई बड़ी समस्या आती है तभी हमें भगवान की याद आती है लेकिन यदि नियम बनाकर भगवान को याद करें तो जीवन आसान हो जाता है।

7 अंतर खोजें



जानिए कैसा रहेगा कल का दिन

पंडित संदीप आत्रेय शास्त्री

लेखक प्रसिद्ध ज्योतिषविद हैं। सभी प्रकार की समस्याओं के समाधान के लिए कॉल करें-9837081951

मेष पहले किए गए प्रयास का लाभ अब मिलेगा। समय पर कर्ज चुका पाएंगे। प्रतिस्पर्धियों पर विजय प्राप्त होगी।

तुला किसी व्यक्ति को दिए गए कर्ज की वसूली हो सकती है। व्यावसायिक प्रवास सफल रहेगा।

वृषभ आय में सुगमता रहेगी। घर में मेहमानों का आगमन होगा। व्यय होगा। दूर से शुभ समाचार प्राप्त होंगे।

वृश्चिक आर्थिक वृद्धि के लिए नई योजना बनेगी। तत्काल लाभ नहीं होगा। कार्यकारी नए अनुबंध हो सकते हैं।

मिथुन धैर्य और संयम रखें। सफलता मिल सकती है। परिवार की समस्या हल हो सकती है। काम में अनुकूलता रहेगी।

धनु 'गृहस्थ जीवन में आनंद का वातावरण रहेगा। जीवनसाथी को भेंट व उपहार देना पड़ सकता है। स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

कर्क जीवनसाथी के स्वास्थ्य संबंधी चिंता बनी रहेगी। रोजगार प्राप्ति के प्रयास सफल रहेंगे।

मकर कोई पुराना रोग परेशानी का कारण बन सकता है। वाहन व मशीनरी के प्रयोग में लापरवाही न करें।

सिंह कोई कागजी काम भी बाकी हो सकता है। आप चाहें तो किसी काम से कन्नी काट सकते हैं।

कुम्भ किसी लंबे मनोरंजक प्रवास का कार्यक्रम बन सकता है। आंखों का विशेष ध्यान रखें। चोट व रोग से बचें।

कन्या बड़ा खर्च अचानक सामने आ सकता है। व्यवस्था में मुश्किल होगी। चिंता तथा तनाव रहेंगे।

मीन भूमि व भवन इत्यादि की खरीद-फरोख्त की योजना सफल रहेगी। बड़ा लाभ हो सकता है। प्रमाद न करें।

बॉलीवुड | मन की बात

राखी सावंत की शादी में दरार!

ड्रामा क्वीन राखी सावंत की मैरिड लाइफ पहले मिस्ट्री बनी रही। फिर जब उनका पति दुनिया के सामने आया तो भी राखी की शादी सस्पेंस बनी हुई है। बिग बॉस 15 में राखी यही सोच रोती रहीं कि उनकी शादी टिकेगी या नहीं। अब राखी ने अपनी शादी पर एक चौंकानी वाली बात कही है। राखी ने टाइम्स ऑफ इंडिया को दिए इंटरव्यू में अपनी लव लाइफ पर खुलकर बात की. राखी से जब रितेश के साथ उनका करंट रिलेशनशिप स्टेट्स पूछा गया तो उन्होंने कहा- अभी कुछ नहीं कह सकती. अब हम दोस्त हैं। राखी ने बताया कि जब उन्होंने रितेश के साथ बिग बॉस 15 में एंट्री मारी थी तो वे पति और पत्नी थे। राखी से जब पूछा गया कि क्या आप दोनों अब कुछ समय के लिए कपल नहीं हैं? इसका राखी ने शॉकिंग जवाब दिया एक्ट्रेस ने कहा- मैं वो भी नहीं बोल पाऊंगी। बाहर निकलने के बाद हम दोस्त हैं। अच्छे दोस्त हैं। कुछ लीगल फॉर्मेलिटी जो पूरी होनी है, रितेश उन्हें पूरी कर रहे हैं। सबने कहा मेरा भाड़े का पति लोगों को कहने दो। भाड़े का तो भाड़े का। उसमें क्या? फिंगर क्रॉस की है, सब कुछ अच्छा होगा आगे। राखी सावंत के इन जवाबों ने उनके फैंस को परेशान कर दिया है. एक्ट्रेस की शादी को लेकर फैंस चिंता कर रहे हैं। बिग बॉस में राखी की शादी का सच सामने आया था, जहां मालूम पड़ा था कि रितेश की ये दूसरी शादी है। रितेश का अभी तक अपनी पहली पत्नी संग तलाक नहीं हुआ है। इस हिसाब से राखी और रितेश की शादी को लीगल नहीं माना जा सकता। हो सकता है रितेश अपने तलाक की फॉर्मेलिटी को पूरी कर राखी संग शादी लीगल करने की तरफ काम कर रहे हों।

बड़े पर्दे पर लौट रहा है देसी सुपरहीरो शक्तिमान

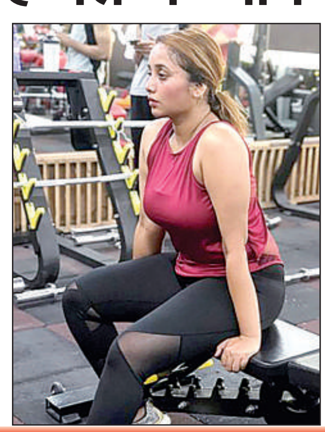
एक्टर मुकेश खन्ना ने अपने किरदार शक्तिमान से घर-घर में पहचान बनाई। उस समय यह केवल एक सुपरहीरो टीवी शो था जो बच्चा-बच्चा देखना पसंद करता था। हर कोई इसे लेकर एक्साइटेड रहता था. अब गुरुवार को सोनी पिक्चर्स इंटरनेशनल प्रोडक्शन्स ने फैन्स के साथ एक खुशखबरी शेयर की है। दरअसल, अपने वैरिफाइड ट्विटर अकाउंट से उन्होंने एक ट्वीट शेयर किया है, जिसमें उन्होंने आयकॉनिक फिल्म शक्तिमान की घोषणा की है। सिल्वर स्क्रीन्स पर एक बार फिर शक्तिमान नजर आने वाले हैं. स्टूडियो ने ब्रूइंग थॉट्स प्राइवेट लिमिटेड और मुकेश खन्ना भीष्म इंटरनेशनल संग हाथ मिलाया है. ट्रायोलॉजी के रूप में इस मैजिक को रीक्रिएट करने का मौका मिल रहा है। इंडिया के सुपरस्टार इस फिल्म में नजर आएंग। शक्तिमान के राइटस सोनी पिक्चर्स इंटरनेशनल प्रोडक्शन ने खरीदे हैं। इंडिया में फिल्म स्टूडियो इसके प्रोडक्शन का काम तेजी से बढ़ा रहा है। मलयालम, तेलुगू और तमिल के अलावा यह हिंदी में रिलीज होगी। इस फिल्म

बॉलीवुड | मसाला

को कई बड़े फिल्ममेकर्स मिलकर बनाएंग। इंडियन सुपरहीरो स्पेस में पहली बार ऐसा होगा जब सिनेमा की दुनिया में इस फिल्म में काफी कुछ नया देखने को मिलेगा. साथ ही कई यूनीक कॉन्सेप्ट पर यह फिल्म बनेगी। पोस्ट-प्रोडक्शन और मूवी-मेकिंग में कई नई तकनीकियां इस्तेमाल की जाएंगी। आज भी शक्तिमान भारत का सबसे आयकॉनिक सुपरहीरो ब्रांड बना हुआ है. 90 के दशक में जब यह सीरियल शुरू हुआ तो इसकी पॉपुलैरिटी इतनी ज्यादा थी कि हर किसी की जुबान पर सिर्फ शक्तिमान का ही नाम रहता था। मशहूर एक्टर मुकेश खन्ना ने शक्तिमान का रोल प्ले किया था। शक्तिमान सीरियल हमेशा से ही बच्चों का चहेता रहा है। बच्चे इसपर आने वाली फिल्म की घोषणा को लेकर काफी उत्साहित हो उठे हैं। बड़े पर्दे पर इसकी कहानी किस तरह दिखाई जाती है, अब यह तो वक्त ही बताएगा।

महीनों की मेहनत के बाद फैट से फिट हुईं रानी चटर्जी

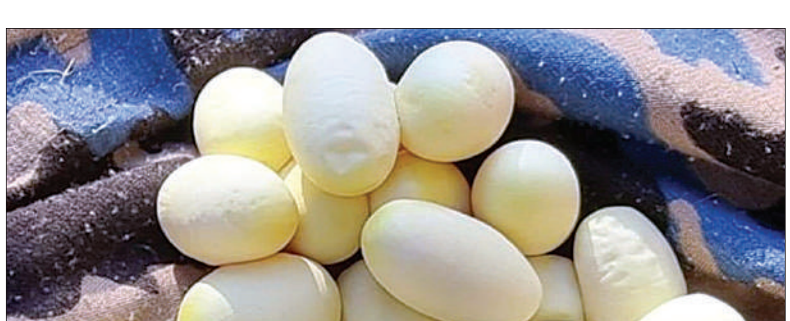
इन दिनों भोजपुरी क्वीन रानी चटर्जी अपनी फिटनेस को लेकर काफी सीरियस दिखाई दे रही हैं। रानी चटर्जी लगातार फैंस के साथ अपनी फिट टू फैट जर्नी की तस्वीरें भी करती जा रही हैं। एंटरटेनमेंट इंडस्ट्री में फिटनेस फीक आर्टिस्ट की डिमांड की जाती है पर फिट रहना सिर्फ प्रोफेशनल लाइफ ही नहीं, बल्कि पर्सनल लाइफ के लिये काफी अच्छा रहता है। शायद इसलिये रानी चटर्जी ने फिट होने की ठानी और



उसे कर भी दिखाया। कुछ वक्त पहले ही अचानक रानी चटर्जी का वजन काफी बढ़ गया था. कई बार एक्ट्रेस को उनके बढ़ते वजन के लिये ट्रोल भी होना पड़ा। इसी बीच रानी चटर्जी ने अपनी फिटनेस पर ध्यान देना शुरू कर दिया। फैट से फिट होने के लिये रानी चटर्जी घंटों जिम में पसीना बहाने लगीं। पेट की चर्बी कम करने के लिये उन्होंने चक्रासन भी किया. आखिरकार एक्ट्रेस की मेहनत रंग लाई और वो मूमेंट आ गया, जब उन्होंने फिट लुक के साथ अपनी तस्वीरें शेयर की हैं। ब्लैक कलर के स्पोर्ट्स आउटफिट में रानी चटर्जी काफी फिट दिख रही हैं। फोटो को गौर पर देखने से पता चल रहा है कि अब उनकी बॉडी में जमा एक्स्ट्रा फैट खत्म हो चुका है। ब्लैक आउटफिट में रानी चटर्जी सेल्फी लेते हुए काफी खुश दिख रही हैं। तस्वीर शेयर करते हुए वो कैप्शन में लिखती हैं कि ब्लैक विद रेड लिपस्टिक हैशटैग सैवज वैसे जब कोई मेहनत के बाद इतना फिट होता है, तो तस्वीरों में सैवज दिखना जायज है।

अजब-गजब | एक सांप ने उनके बैग में 23 अंडे दे दिए

विचित्र अंडा जिसके अंदर मौजूद है दुनिया के सबसे जहरीले जीवों में से एक!



आपने कभी ना कभी किसी जीव का अंडा तो जरूर देखा होगा, कभी मुर्गी का अंडा खाया होगा और घर में या जू में अन्य पक्षियों का अंडा भी देखा होगा। दुनिया में कई ऐसे जीव होते हैं जो पंक्षियों की श्रेणी में तो नहीं आते मगर वो भी अंडा देते हैं। आप सोच रहे होंगे कि हम आज अंडों की बातें क्यों कर रहे हैं। दरअसल, इन दिनों विचित्र से दिखने वाले कुछ अंडों की फोटोज वायरल हो रही हैं। आपको जानकर हैरानी होगी कि इन अंडों में दुनिया का सबसे जहरीला जानवरों में से एक मौजूद है।

डेली स्टार की रिपोर्ट के अनुसार ऑस्ट्रेलियन स्नेक कैचर ग्रुप के मालिक शौन केड ने बताया कि कुछ दिन पहले एक सांप ने उनके बैग में 23 अंडे दे दिए। जब शौन ने अंडों को देखा तो वो पहले तो ज्यादा हैरान नहीं हुए मगर जब उन्होंने अंडों पर लाइट डालकर देखा तो उन्हें उसके अंदर नसें और जीव नजर आया। तब शौन ने बताया कि अंडे के अंदर दुनिया के सबसे जहरीले जीवों में से एक है। न्यू साउथ वेल्स के स्नेक कैचर शौन ने बताया कि ये अंडे दुनिया बेहद जहरीले सांप ईस्टर्न ब्राउन सांप के हैं। ये सांप ऑस्ट्रेलिया का दूसरा सबसे खतरनाक सांप हैं और जहर की तीव्रता के मामले में ये दुनिया में दूसरे स्थान पर है। इनकी लंबाई 7 फीट तक हो सकती है। शौन ने कहा कि ये बेहद दुर्लभ पल है कि सांप ने उनके एक बैग के अंदर अंडे दिए हैं। उन्होंने बताया कि ये सांप जंगलों में अंडे देते हैं और फिर उन्हें छोड़ देते हैं।

शौन के अनुसार ईस्टर्न ब्राउन सांप के अंडे चमड़े जैसे और बेहद सॉफ्ट होते हैं। वो चिड़िया के अंडों की तरह सख्त नहीं होते हैं। इसलिए उन्हें मॉइश्चर की जरूरत होती है। शौन के अनुसार अब मार्च तक ये अंडे फूटेंगे मगर उन 23 अंडों में से ऐसा लगता है कि 6 ही पहले फूटेंगे। उन्होंने बताया कि अंडों से बाहर आने के तुरंत बाद ही सांपों को जंगल में छोड़ना होगा क्योंकि ये जन्म से ही जहरीले होते हैं। जब वो काटते हैं तो उनका जहर सीधे वाहिका तंत्र पर असर करता है और मिनटों में दिल का दौरा पड़ने से या हैमरेज हो जाने से इंसान की मौत हो जाती है।

नाव में घूमते समय दरियाई घोड़े के मुंह में चला गया शख्स

आज हम आपको एक ऐसे शख्स के बारे में बताने जा रहे हैं, जिसका सामना एक बार दरियाई घोड़े से हुआ था। तब दरियाई घोड़े ने इस शख्स की हालत 'कबाब' की तरह कर दी थी। डेली स्टार की खबर के अनुसार, पॉल टेंप्लर नामक इस शख्स ने हाल ही में जो बताया उसे सुनकर आपके रोंगटे खड़े हो जाएंगे। पॉल ने बताया कि साल 1996 में उनके साथ एक खौफनाक घटना घटी थी। इस घटना ने उनकी जिंदगी बदतर बना दी थी। पॉल के अनुसार, उस समय वह जिंबाब्वे में एक सफारी गाइड के तौर पर काम करते थे। वह पर्यटकों को जंगल में घुमाने ले जाते थे। एक दिन वह नाव में बैठकर पर्यटकों के साथ नदी में सैर कर रहे थे। इस दौरान अचानक उन लोगों पर कुछ दरियाई घोड़ों ने हमला कर दिया। पॉल ने बताया कि एक दरियाई घोड़े ने एक नाविक को ढकेलकर नाव से गिरा दिया था। इसके बाद पॉल उन पर्यटकों को तुरंत नदी किनारे ले गए। इसके बाद पानी में गिरे साथी को बचाने के लिए वह वापस लौटे, हालांकि जब तक वह अपने साथ की जान बचा पाते। एक गुस्सैल दरियाई घोड़े ने उन पर हमला कर दिया। वह दरियाई घोड़ा पानी के अंदर से मुंह खोलकर बाहर निकला था। इसके बाद कुछ ही पल में उनके आगे अंधेरा छा गया। पॉल को तुरंत समझ आ गया था कि वह पानी के अंदर नहीं है, क्योंकि उन्हें सड़े अंडे जैसी बदबू आ रह थी। उन्हें तुरंत ही अहसास हो गया कि वह दरियाई घोड़े के मुंह के अंदर हैं। उनके सिर से लेकर कमर तक का शरीर दरियाई घोड़े के मुंह के अंदर था। हालांकि किसी तरह वह दरियाई घोड़े के मुंह से बचकर निकल पाए थे। दरियाई घोड़े से छूटने के बाद उनके शरीर पर कई गंभीर घाव थे। उनकी हालत कबाब की तरह हो गई थी। इसके बाद पॉल को तुरंत ही अस्पताल में भर्ती कराया गया।

विपक्ष को लोकतंत्र पर भरोसा नहीं जनता सिखाएगी सबक: अनुराग

» भाजपा सरकार ने प्रदेश में महिला सुरक्षा को किया सुनिश्चित

» प्रदेश में नहीं खुलेगा कांग्रेस का खाता

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

वाराणसी। केंद्रीय मंत्री एवं भाजपा के यूपी चुनाव के सह प्रभारी अनुराग ठाकुर ने सपा-रालोद गठबंधन समेत विपक्ष पर तीखा प्रहार किया। उन्होंने कहा कि विपक्ष को लोकतंत्र में विश्वास नहीं है। इन लोगों को जनता फिर सबक सिखाएगी। रालोद नेता जयंत चौधरी के मतदान न करने पर कहा कि ऐसे लोगों को बैठे-बिठाये राजनीति करने की आदत लग चुकी है इसलिए इन्हें लोकतांत्रिक मूल्यों की कद्र नहीं है।

पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी पर निशाना साधते हुए उन्होंने कहा कि यूपी को गुंडा कहने वाली दीदी गुंडों का समर्थन करने वाली सपा के साथ खड़ी हैं। उन्नाव में सपा नेता के खेत में दलित युवती की लाश मिलने पर कहा कि इसके पीछे जो भी होगा उसे सरकार बख्शेगी नहीं, दोषियों के खिलाफ कार्रवाई की जाएगी। योगी सरकार ने पिछले पांच वर्षों में महिला सुरक्षा को सुनिश्चित किया है। कांग्रेस में टिकट बंटवारे के बाद मचे घमासान पर उन्होंने कहा, उनका खाता उत्तर प्रदेश में नहीं खुलने जा रहा है।

हिजाब मामले में प्रियंका गांधी द्वारा दिए गए बयान पर अनुराग ठाकुर ने कहा कि स्कूल-कॉलेज यूनिफार्म व अनुशासन से चलते हैं। वे हर चुनाव में नए-नए प्रयोग करने का प्रयास करते हैं और इस तरह के मुद्दे लाते हैं मगर जनता इसे स्वीकार नहीं करती। मंत्री अजय मिश्र टेनी के बेटे आशीष मिश्र की जमानत पर उन्होंने कहा गरीब आदमी की जमानत हो या नेता के पुत्र की, केस के तथ्यों को देखकर कोर्ट निर्णय लेती है, आशीष मिश्रा को जमानत का निर्णय न्यायपालिका का है।

यूपी में 14 फरवरी से खुल जाएंगे सभी स्कूल ऑफलाइन होगी पढ़ाई

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

» अभी पहली से आठवीं तक की कक्षाएं चल रही थीं ऑनलाइन

लखनऊ। कोरोना मामलों में कमी आने के बाद यूपी सरकार ने अब सभी कक्षाओं में ऑफलाइन पढ़ाई शुरू कराने का फैसला किया है। सोमवार से यूपी में सभी स्कूल खोले जाएंगे। अभी पहली से आठवीं कक्षा तक ऑनलाइन कक्षाएं चल रही हैं।

सात फरवरी से नौवीं से 12वीं तक की कक्षाओं के स्कूल खोल दिए गए थे। बच्चों को स्कूल में शारीरिक दूरी के साथ बैठने दिया जा रहा है। इसके साथ ही कक्षा नौ से 12 तक के छात्रों को मास्क और सैनिटाइजर का इस्तेमाल करने के बाद ही प्रवेश दिया गया था। पिछले सोमवार को कक्षा 9वीं से डिग्री कॉलेज खोल दिए गए थे। इससे विद्यालयों में काफी दिनों बाद रौनक दिखाई दी थी। कोरोना महामारी से विद्यार्थियों को कॉलेज के बाहर हैंड सैनिटाइज करवाए गए थे। विद्यार्थियों को मास्क के साथ प्रवेश दिया गया था। प्राइवेट कॉलेजों में जहां छात्र संख्या काफी अधिक रही थी वहीं सरकारी विद्यालयों में विद्यार्थियों की संख्या बेहद कम रही थी। पहली से आठवीं क्लास तक स्कूल खुलने का फैसला आने के बाद स्कूल प्रबंधन खुश हैं।

पूर्वांचल एक्सप्रेस-वे पर हादसा, एक ही परिवार के चार लोगों की मौत, तीन घायल

» डीसीएम से टकराई स्कॉर्पियो, मऊ से लखनऊ आ रहा था परिवार

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। मऊ से पूर्वांचल एक्सप्रेस-वे से लखनऊ जा रही स्कार्पियो शुक्रवार को डीसीएम से टकरा गई। दुर्घटना में एक ही परिवार के चार लोगों की मौत हो गयी। चालक व परिवार के दो अन्य घायल हो गए। लखनऊ के ट्रॉमा सेंटर में सभी का इलाज चल रहा है। पुलिस ने परिवारीजनों की तहरीर पर डीसीएम चालक के खिलाफ केस दर्ज किया है।

मऊ जिले के थाना बुलाकीपुर गांव लखंसी निवासी अफसर अहमद अपनी मां नूरजहां, भाई जाहिद कमाल, गाजीपुर के बहादुरगंज निवासी बहन अफसाना खातून व बहनोई अतीकुर रहमान तथा दूसरे बहनोई शमशुद्दीन के साथ पूर्वांचल एक्सप्रेसवे के रास्ते लखनऊ आ रहे थे। स्कार्पियो उनके गांव का ही रिजवान अहमद चला रहा था। आशीषपुर गांव के पास स्कार्पियो डीसीएम में पीछे से जा टकरायी। टक्कर से स्कार्पियो के परखच्चे उड़ गए। आसपास लोग घायलों को सीएचसी बाजार शुकुल ले गए जहां चिकित्सक ने नूरजहां, जाहिद कमाल तथा अतीकुर्रहमान को मृत घोषित कर दिया। घायल अफसर अहमद, अफसाना खातून, शमशुद्दीन व चालक रिजवान को ट्रॉमा सेंटर लखनऊ भेजा गया। वहां उपचार के दौरान अफसाना खातून (35) की भी मौत हो गई। प्रभारी निरीक्षक निर्मल सिंह ने बताया कि डीसीएम चालक के खिलाफ लापरवाही से वाहन चलाने का केस दर्ज किया गया है।

मिर्जा शान आलम को गोपालपुर से कांग्रेस का टिकट

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। उत्तर प्रदेश में जारी विधान सभा चुनाव के लिए कांग्रेस की एक और प्रत्याशियों की लिस्ट आई है। कांग्रेस ने तीन उम्मीदवारों की एक लिस्ट जारी की है। कांग्रेस ने प्रेस रिलीज जारी कर बताया है कि गोपालपुर विधान सभा सीट, मुबारकपुर विधान सभा सीट और जहूराबाद सीट पर कौन उसका उम्मीदवार होगा।

कांग्रेस की कैंडिडेट लिस्ट में जहां गोपालपुर सीट से मिर्जा शान आलम बेग को उम्मीदवार बनाया गया है, वहीं मुबारकपुर से परवीन मंडे को टिकट दिया गया है जबकि जहूराबाद से कांग्रेस ने ज्ञान प्रकाश मुन्ना को मैदान में उतारा है। कांग्रेस के महासचिव मुकुल वासनिक ने यह कैंडिडेट लिस्ट जारी किया है। यूपी में पहले चरण का मतदान हो गया है। उत्तर प्रदेश में सात चरणों में मतदान होना है। इसकी शुरुआत 10 फरवरी को राज्य के पश्चिमी हिस्से के 11 जिलों की 58 सीटों पर मतदान के साथ हुई।

आप ने आजमगढ़ से रमेश और बलिया से दयानंद को उतारा चुनाव मैदान में

» जारी की 12 प्रत्याशियों की एक और लिस्ट, आप सांसद संजय सिंह ने दी जानकारी

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी ने यूपी विधान सभा चुनावों के लिए 12 प्रत्याशियों की एक और लिस्ट जारी की है। अब तक पार्टी ने प्रदेश में 377 प्रत्याशियों की घोषणा कर चुकी है। आम आदमी पार्टी के राज्य सभा सदस्य संजय सिंह ने ट्वीट कर लिस्ट की जानकारी दी।

संजय सिंह ने बताया कि पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल और केन्द्रीय नेतृत्व की ओर से 12 प्रत्याशियों की सूची को अंतिम रूप दिया गया है। प्रदेश अध्यक्ष सभाजीत सिंह ने भी घोषित प्रत्याशियों को बधाई देते हुए पूरी तरह से चुनाव में जुट जाने की अपील की है। आजमगढ़ की अतरौलिया विधानसभा सीट से रमेश कुमार पांडेय, मेहनगर सीट से गीतांजलि राघव, बलिया की बेलथरा रोड विधान सभा सीट से दयानंद राम, बलिया की फेफना सीट से लक्ष्मण सेंगर, भदोई की औराई से महेन्द्र कुमार चौधरी, देवरिया से हरिनारायण चौहान, जौनपुर की मछलीशहर सीट से प्रेम चंद्र गौतम, जौनपुर की मड़ियांव से अच्छे लाल यादव, कुशीनगर की पडरौना से रविशंकर सिंह, सोनभद्र की दुधी से पुष्पा देवी, सोनभद्र की घोरावल से जय शंकर पांडेय, संतकबीरनगर की खलीलाबाद से सुबोध यादव को टिकट दिया गया है। आप ने तीन विधानसभाओं के प्रत्याशियों को बदल दिया है। नए प्रत्याशियों में आजमगढ़ से कृपाशंकर पाठक को प्रत्याशी बनाया गया है जबकि देवरिया की बरहज से गिरेन्द्र प्रताप यादव को और महाराजगंज अमरनाथ पासवान को टिकट दिया गया है।

सिराथू में चढ़ा सियासी पारा, केशव मौर्य बनाम पल्लवी पटेल में मुकाबला

» बसपा ने मुस्लिम प्रत्याशी उतारकर चुनावी जंग को बना दिया दिलचस्प

» सभी दल साध रहे सियासी समीकरण

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

प्रयागराज। सिराथू विधानसभा क्षेत्र से डिप्टी सीएम व भाजपा प्रत्याशी केशव प्रसाद मौर्य के सामने सपा ने अपना दल (कमेरावादी) की कार्यकारी अध्यक्ष पल्लवी पटेल को उतार कर सियासी पारा चढ़ा दिया है। वहीं बसपा ने मुस्लिम मतों को पाले में करने के लिए मुंसब अली उस्मानी को टिकट दिया।

सिराथू डिप्टी सीएम केशव प्रसाद मौर्य का गृह नगर है। इसी सीट से वर्ष 2014 के विधानसभा चुनाव में वह पहली मर्तबा जीतकर सदन पहुंचे थे। 2014 के चुनाव में सपा की आंधी चल रही थी, इसके बावजूद केशव ने यहां से जीत दर्ज की। डिप्टी सीएम चुनावी रैली में हमेशा कहते हैं कि वह सिराथू के लिए नेता नहीं बल्कि बेटा हैं। केशव के इस दावे पर वर्ष 2014 के चुनाव में जनता ने अपनी मुहर भी लगाई। इस बार फिर से केशव प्रसाद मौर्य सिराथू से भाजपा के प्रत्याशी हैं। सपा ने यहां से अपना दल कमेरावादी गठबंधन की प्रत्याशी पल्लवी पटेल को चुनाव मैदान में उतारा है।

पल्लवी की ससुराल सदर विधान सभा के कोरीपुर गांव में है। पल्लवी खुद को जिले की बहू बताते हुए लगातार केशव प्रसाद पर सियासी हमले कर रही हैं।

वहीं बसपा ने परास गांव निवासी मुंसब अली उस्मानी को टिकट दिया है। मुंसब जिला पंचायत सदस्य हैं। इस लिहाज से तीनों बड़े दल के प्रत्याशी जिले के ही हैं। फिलहाल सिराथू सीट पर त्रिकोणीय मुकाबले के समीकरण बन रहे हैं। अब देखना है कि कौन से दल सफल होता है।

यूपी में बड़ा उलटफेर कांग्रेस के घोषित प्रत्याशी सलीम सपा में शामिल

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

» अखिलेश से मुलाकात के बाद साइकिल पर हुए सवार

अमरोहा। उत्तर प्रदेश में विधान सभा चुनाव को लेकर सियासी उठा-पटक जारी है। दूसरे चरण की वोटिंग से ठीक पहले कांग्रेस को बड़ा झटका लगा है और अमरोहा सदर सीट से कांग्रेस प्रत्याशी सलीम खान ने समाजवादी पार्टी ज्वाइन कर ली।

अमरोहा की राजनीति में शुक्रवार को बड़ा उलटफेर सामने आया। अमरोहा सदर सीट से कांग्रेस उम्मीदवार सलीम खान रामपुर में अखिलेश यादव से मुलाकात के बाद सपा में शामिल हो गए। हेलीपैड पर हुई इस मुलाकात के दौरान सदर सीट से समाजवादी पार्टी के प्रत्याशी महबूब अली भी मौजूद रहे। बीते दिनों सलीम अहमद खान अपने एक बयान की वजह से चर्चा में थे, जिसमें उन्होंने कहा था कि भाजपा को सत्ता से बाहर रखने के लिए सपा को वोट देना चाहिए। सलीम खान के सपा में शामिल होने के बाद कांग्रेस कार्यकर्ता आक्रोशित हैं। उन्होंने कांग्रेस पार्टी कार्यालय पर जमकर बवाल काटा। इतना ही नहीं, इस फैसले से नाराज कांग्रेसियों ने नारेबाजी की।

राजनाथ सिंह संभालेंगे लखनऊ की कमान, मोदी-योगी भी करेंगे प्रचार

» भाजपा प्रत्याशियों की डिमांड पर स्मृति ईरानी, हेमामालिनी भी मांगेगी वोट

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव में पीएम मोदी के साथ पुराने समय की अदाकारा और मथुरा से सांसद हेमामालिनी लखनऊ में भाजपा के लिए वोट मांगती दिखेंगी। गृहमंत्री अमित शाह भी विपक्षी दलों पर निशाना साधकर भाजपा के लिए वोट मांगेंगे। लखनऊ के चहेते राजनाथ सिंह, भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा के साथ ही मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की सभा की भी डिमांड लखनऊ से भाजपा उम्मीदवारों ने की है। सूची में रक्षा मंत्री के साथ ही उमा भारती का भी नाम है। राजनाथ सिंह को खासतौर पर लखनऊ की जिम्मेदारी दी गई है, क्योंकि वे यहां से सांसद भी है। राजधानी में 23 फरवरी को होने वाले विधानसभा चुनाव को लेकर 16 फरवरी से भाजपा के स्टार प्रचारक यहां दिख सकते हैं। भाजपा ने विधानसभा क्षेत्र के हिसाब से की गई स्टार प्रचारकों की मांग सूची तैयार की है।

ये लोग करेंगे लखनऊ में प्रचार

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा, गृह मंत्री अमित शाह, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह, मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ, उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी, उप मुख्यमंत्री केशव प्रसाद मौर्य, डा. दिनेश शर्मा, मोहनलालगंज से सांसद और केंद्रीय राज्य मंत्री कौशल किशोर, भोजपुरी गायक मनोज तिवारी, केंद्रीय मंत्री अनुप्रिया पटेल, संजय निषाद, जितिन प्रसाद, हेमामालिनी, स्मृति ईरानी, साध्वी निरंजन ज्योति, मुख्तार अब्बास नकवी, शाहनवाज हुसैन, केंद्रीय मंत्री जनरल वीके सिंह सहित कई दिग्गज नेता लखनऊ की विधानसभा सीटों पर भाजपा के लिए प्रचार करेंगे।

तीसरे चरण में स्टार प्रचारकों के साथ मैदान में बसपा

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव को लेकर बहुजन समाज पार्टी (बसपा) खुलकर बैटिंग कर रही है। प्रत्याशियों की घोषणा हो या फिर नामांकन, बसपा अभी तक हर प्रक्रिया में नंबर वन है। चुनाव में जीत दर्ज करने के लिए पार्टी प्रत्याशी अब फार्म में आ गए हैं। प्रत्याशियों की ओर से जबरदस्त जनसंपर्क किया जा रहा है। विधानसभा चुनाव में जीत दर्ज करने और मतदाताओं को रिझाने के लिए बसपा ने बेहतर रणनीति अपनानी शुरू कर दी है। अधिक से अधिक मतदाताओं को पार्टी के समर्थन में बसपा ने ट्रंप कार्ड की तैयारी कर रखी है। इसके तहत स्टार प्रचारक पार्टी की राष्ट्रीय अध्यक्ष मायावती के सुशासन की नीतियों को जन-जन तक पहुंचाएंगे। तीसरे चरण से लेकर अंतिम चरण तक बसपा की ओर से स्टार प्रचारकों की सूची तैयार है।

दूसरा चरण: दांव पर आजम खां और सुरेश खन्ना की प्रतिष्ठा

» चुनाव के दूसरे चरण में 55 सीटों पर होगा मतदान

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। उत्तर प्रदेश के विधानसभा चुनाव में दूसरे चरण के मतदान के लिए आज शाम से प्रचार बंद होने के बाद वोटिंग की उलटी गिनती शुरू हो जाएगी। पश्चिमी उत्तर प्रदेश और रूहेलखंड के नौ जिलों की 55 विधानसभा सीटों पर सोमवार 14 फरवरी को मतदान होगा। इन 55 सीटों से सात सुरक्षित सीट हैं। इसमें शाहजहांपुर से भारतीय जनता पार्टी के दिग्गज सुरेश खन्ना और रामपुर से समाजवादी पार्टी के सांसद आजम खां की प्रतिष्ठा दांव पर लगी है।

सीतापुर जेल में बंद आजम खां रामपुर से ही समाजवादी पार्टी से सांसद भी हैं। विधानसभा चुनाव के दूसरे चरण में सहारनपुर, बिजनौर, मुरादाबाद, संभल, रामपुर, बरेली, अमरोहा, शाहजहांपुर व बदायूं जिले की 55 सीटों पर मतदान होगा। दूसरे चरण में जिन प्रमुख नेताओं की किस्मत का फैसला होगा, उनमें योगी आदित्यनाथ सरकार

के मंत्री सुरेश कुमार खन्ना, गुलाबो देवी, बलदेव सिंह औलख तथा महेश चन्द्र गुप्ता भी हैं। इनके साथ मंत्री पद से इस्तीफा देने वाले डॉ धर्म सिंह सैनी भी हैं। सैनी को समाजवादी पार्टी ने सहारनपुर के नकुड़ से मैदान में उतारा है तो सीतापुर जेल में बंद रामपुर से सांसद आजम खां भी समाजवादी पार्टी के टिकट पर फिर विधानसभा में जाने को बेताब हैं। इस चरण में कुल 586 उम्मीदवार चुनाव मैदान में हैं। इस चरण का मतदान 14 फरवरी को सुबह सात बजे से शाम छह बजे तक होगा। इसमें दो करोड़ से अधिक मतदाता 586 प्रत्याशियों के भाग्य का फैसला करेंगे। प्रत्येक पोलिंग बूथ पर मतदाताओं की सुविधा और कोविड से सुरक्षा की विशेष व्यवस्था कराई गई है। मतदाताओं को किसी प्रकार की परेशानी न हो इसके लिए प्रत्येक पोलिंग बूथ पर समुचित एवं आवश्यक व्यवस्थाएं कराने के भी निर्देश हैं। शाहजहांपुर से भाजपा के सुरेश कुमार खन्ना के मुकाबले सपा के तनवीर खां, बसपा के सर्वेश मिश्रा धांधू और कांग्रेस के पूनम पाण्डेय मैदान में हैं। रामपुर के स्वार क्षेत्र से सपा प्रत्याशी आजम खां के पुत्र मोहम्मद अब्दुल्ला आजम खां को हराने के लिए अपना दल के अद हैदर अली खान उर्फ हमजा मियां, बसपा के अध्यापक शंकर लाल तथा कांग्रेस रामरक्षपाल सिंह ताल ठोंक रहे हैं।

सरकार बनते ही लागू करेंगे यूनिफार्म सिविल कोड: धामी

» उत्तराखंड के सीएम ने वोटिंग से पहले चला सिविल कोड का बड़ा दांव

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। उत्तराखंड चुनाव से पहले खटीमा पहुंचे प्रदेश के मुख्यमंत्री पुष्कर एस धामी ने कहा है कि उत्तराखंड में जल्द से जल्द समान नागरिक संहिता लागू किया जाएगा। इस बीच उन्होंने कांग्रेस व हरीश रावत पर निशाना भी साधा। सीएम धामी ने कहा कि चुनाव के बाद नई सरकार शपथ ग्रहण करते ही न्यायविदों की एक कमेटी गठित करेगी जो राज्य में समान नागरिक संहिता का ड्राफ्ट तैयार करेगी।

सीएम धामी ने कहा कि यह सामाजिक सद्भाव को बढ़ाएगा, लैंगिक न्याय को बढ़ावा देगा, महिला सशक्तिकरण को मजबूत करेगा और राज्य की असाधारण सांस्कृतिक-आध्यात्मिक पहचान और पर्यावरण की रक्षा करने में मदद करेगा. मैं जो घोषणा करने जा रहा हूं वह मेरी पार्टी का संकल्प है और भाजपा की नई सरकार बनते ही इसे पूरा किया जाएगा। देवभूमि की संस्कृति और विरासत को अक्षुण्ण रखना

हमारा प्रमुख कर्तव्य है, इसके लिए हम कटिबद्ध हैं। उन्होंने कहा कि शपथ ग्रहण के तुरंत बाद, नई भाजपा सरकार राज्य में समान नागरिक संहिता का मसौदा तैयार करने के लिए एक समिति बनाएगी। यह यूसीसी सभी लोगों के लिए विवाह, तलाक, भूमि-संपत्ति और विरासत के संबंध में समान कानून प्रदान करेगी, चाहे उनकी आस्था कुछ भी हो। गौरतलब है कि मुख्यमंत्री बनने से पहले धामी खटीमा सीट से दो दफे के विधायक रह चुके हैं। बता दें कि पुष्कर सिंह धामी ने अपने निर्वाचन क्षेत्र में औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान, पूर्व सैनिकों के लिए कैंटीन, एकलव्य विद्यालय, रोडवेज स्टैंड कई विकास परियोजनाओं के शिलान्यास और लोकार्पण किए।

संगीत सोम के खिलाफ केस दर्ज

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। मेरठ में चुनाव के दौरान सरधना के सलावा गांव में बूथ पर धीमा मतदान कराने के आरोप में विधायक के समर्थकों ने हंगामा कर दिया था। सूचना पर विधायक संगीत सोम भी पहुंच गए थे। आरोप था कि विधायक ने बूथ पर मौजूद पीठासीन अधिकारी की पिटाई कर दी थी।

देर रात विधायक और उनके समर्थकों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया गया। उधर, सलावा में वोट डालने जा रहे व्यक्ति की पिटाई मामले में भी विधायक समर्थकों के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया गया है। पहले चरण में गुरुवार को मतदान हुआ था।

राज्यपाल ने बंगाल विधानसभा का सत्र अचानक किया स्थगित, टीएमसी हैरान

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। बंगाल के राज्यपाल जगदीप धनखड़ और ममता सरकार के बीच घमासान चरम पर है। इस बीच राज्यपाल ने आज बड़ा कदम कठोर उठाया है। उन्होंने आनन फानन में एक आदेश जारी कर पश्चिम बंगाल विधानसभा का अधिवेशन (सत्र) अनिश्चितकाल के लिए स्थगित कर दिया है।

राज्यपाल ने खुद इस आदेश को ट्विटर पर साझा करते हुए इसकी जानकारी दी है। इसमें राज्यपाल धनखड़ ने कहा है कि भारतीय संविधान की धारा 174 के तहत 12 फरवरी 2022 से राज्य विधानसभा सत्र (संसद या अन्य विधान सभा के सत्र को भंग किए बिना) अनिश्चितकाल के लिए स्थगित कर दिया गया है। इधर, राज्यपाल के इस आदेश से राज्य के राजनीतिक हलकों में हड़कंप मच गया है। इस आदेश का साफ अर्थ है कि

अब विधानसभा सत्र बिना राज्यपाल की अनुमति के नहीं बुलाया जा सकता है। राज्यपाल की अनुमति के बाद ही अब राज्य विधानसभा का सत्र बुलाया जा सकेगा। वरिष्ठ सांसद सौगत राय ने कहा कि राज्यपाल असंवैधानिक काम कर रहे हैं और उन्होंने सत्र को स्थगित करने का जो यह आदेश जारी किया है यह देश में एक अभूतपूर्व घटना है। उन्होंने संकेत दिए कि राज्य सरकार राज्यपाल के इस आदेश को कोर्ट में चुनौती देगी।

स्वामी, मुद्रक एवं प्रकाशक **बबिता चतुर्वेदी** के लिए **4पीएम** आस्था प्रिंटर्स, 5/600, विकास खण्ड, गोमती नगर, लखनऊ (यूपी) से मुद्रित एवं प्रकाशित। **प्रधान संपादक**- अर्चना दयाल, **संपादक** - संजय शर्मा, **स्थानीय संपादक** - सूर्यकांत त्रिपाठी*, **विधि सलाहकार**: सत्यप्रकाश श्रीवास्तव, मोहम्मद हैदर, **वित्तीय सलाहकार**: संदीप बंसल, **कार्टूनिस्ट**: हसन जैदी, **दूरभाष**: 0522- 4078371 | **Email**: daily4pm@gmail.com | **website:** www.4pm.co.in | **RNI-UPHIN/2015/62233** डाक पंजी. सं- SSP/LW/NP-495/2018-2020
*इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के अंतर्गत उत्तरदायी। समस्त विवाद लखनऊ न्यायालय के अधीन ही होंगे।