

(स्वतंत्र, निष्पक्ष एवं निर्भीक राष्ट्रीय हिन्दी समाचार पत्र)



हिन्दी दैनिक

बुद्ध का संदेश

स्वास्थ्य को
जुकसान ..8



लखनऊ, कानपुर, कन्नौज, बरेली, सीतापुर, सोनभद्र, गोण्डा, बाराबंकी, बलरामपुर, श्रावस्ती, बहराइच, अमेड़करनगर, फैजाबाद,
बस्ती, संतकबीरनगर, गोरखपुर, कुशीनगर, देवरिया, महाजगंज, सिद्धार्थनगर में एक साथ प्रसारित।

रविवार, 20 फरवरी 2022 सिद्धार्थनगर संस्करण

www.budhakasandesh.com

वर्ष: 09 अंक: 62 पृष्ठ 8 आमंत्रण मूल्य 2/-रुपया

लखनऊ सुचीबद्ध कोड—SDR-DLY-6849, डी.ए.वी.पी.कोड—133569 | सम्पादक: राजेश शर्मा | उत्तर प्रदेश सरकार एवं भारत सरकार (DAVP) से सरकारी विज्ञापनों के लिए मान्यता प्राप्त

सोच ईमानदार! काम असरदार!!



चुनाव चिन्ह



जनसामा

मा.जे.पी.नड्डा

राष्ट्रीय अध्यक्ष भाजपा

स्थान- छतहरी ग्राउण्ड, शोहरतगढ़-सिद्धार्थनगर
दिनांक: 20 फरवरी समय: 02 बजे

भारी से भारी संख्या में पहुँच कर उनके
विचारों को सुने और सभा को सफल बनावें

विनायक

प्रत्यार्थी अपना दल भाजपा गठबंधन

302 शोहरतगढ़

निवेदक- भाजपा+ अपना दल+ निषाद पार्टी सिद्धार्थनगर

सम्पादकीय

इसमें तालिबान के सत्ता में
काबिज होने के बाद इजाफा
बताया जा रहा है। दरअसल,
आर्थिक संकट से ज़ूझते
अफगानिस्तान में नशीले
पदार्थ आय का बड़ा जरिया
बनते जा रहे हैं जिसको
लेकर पूरी दुनिया चित्ति है।
इसी कारण अभी तक
दुनिया के किसी देश ने
अफगानिस्तान को मान्यता
नहीं दी है। एनसीबी के ...

देश के विभिन्न हिस्सों में नशीले पदार्थों की बरामदगी में तेजी आना हमारी गंभीर चिंता का विषय होना चाहिए। सबसे बड़ी चिंता यह है कि नशे की अंतर्राष्ट्रीय तस्करी में सूचना व तकनीक के आधुनिक तौर—तरीकों का सहारा लिया जा रहा है, जिसके चलते यह जाच एंजेसियों की पकड़ में आसानी से नहीं आ पाती। इतना ही नहीं, कोरोना सकट के काल में बड़ी मात्रा में नशीले पदार्थों का कारोबार कुछात इंटरनेट प्लेटफॉर्म डार्कनेट और समुद्री मार्ग के जरिये बढ़ा है। इसके लिये कूरीयर सेवाओं के जरिये भी नशीले पदार्थों की आपूर्ति की जाती रही है। देश में होरोइन की बरामदगी तीन गुना से अधिक हो गई है। जहां वर्ष 2017 में 2,146 किलोग्राम होरोइन बरामद हुई थी, वहीं वर्ष 2021 में इसकी मात्रा 7,282 किलोग्राम तक जा पहुंची। नारकेटिक्स कंट्रोल ब्यरो यानी एनसीबी का दाता है कि प्रभावी कार्रवाई के चलते नशीले पदार्थों की बरामदगी में तेजी आई है। हालांकि नशे के तस्कर कार्रवाई करने वाली एजेसियों से बचने के लिये लगातार तस्करी के तौर—तरीके बदलते रहते हैं। इंटरनेट में काले धूंगों के बदनाम इंटरनेट प्लेटफॉर्म डार्कनेट के जरिये नशे की तस्करी दुनियाभर के देशों के लिये चिंता बढ़ाने वाली है। विशेष सॉफ्टवेयरों का उपयोग करने वाले तस्करों तक पहुंच बनाना सहज नहीं हो पाता, जो जांच अधिकारियों के लिये एक बड़ी चुनौती बनी हुई है। बताया जाता है कि डार्कनेट बाजार में नब्बे प्रतिशत बिक्री कथित तौर पर नशीले पदार्थों से संबंधित है। तस्कर आधुनिक तकनीकों का सहारा लेकर कानून—व्यवस्था की आंख में धूल झांकने में कामयाब हो जाते हैं। ऐसे में सरकारी एजेसियों को साइबर मोर्चे पर इस खेल पर अंकुश लगाने के लिये उन्नत तकनीकों का इस्तेमाल करना होगा, जिसके आने वाले समय में इस चुनौती में विस्तार ही होगा।

नशे का नश्तर

अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर बेहद ताकतवर माफियाओं को कुछ सरकारों की मदद इस समस्या को जटिल बनाने का ही काम करती है, जो साझा अंतर्राष्ट्रीय प्रयासों से ही दूर की जा सकती है। हाल ही के दिनों पंजाब व जम्मू कश्मीर में नशीले पदार्थों की तस्करी में परंपरागत तौर—तरीकों के साथ ही आधुनिक तकनीक का भी इस्तेमाल किया जा रहा है। बीएसएफ द्वारा बड़ी मात्रा में होरोइन की बरामदगी इन आशंकाओं की पुष्टि करती है। अटारी—वाघा सीमा पर 532 किलोग्राम होरोइन बरामद होने के दो साल बाद दिसंबर, 2021 में गुजरात तट पर एक पाकिस्तानी नार्को आतंकवाद पर गंभीरता से ध्यान देने की आवश्यकता है। सीमा पर सख्ती के चलते आतंकवादियों को हथियार व गोला—बारूद जुटाने में मदद के लिये नशे की खेपों का इस्तेमाल किया जा रहा है। यहां तक कि बड़े पैमाने पर झोनों का इस्तेमाल भारतीय क्षेत्रों में नशे की खेप पहुंचाने के लिये किया जा रहा है। पिछले साल सितंबर में गुजरात के कच्छ इलाके में मुन्दरा बंदरगाह पर करीब 3000 किलोग्राम होरोइन की बरामदगी ने देश को चौकाया था, जो बताता है कि नशे की तस्करी के लिये समुद्री मार्गों का भी लगातार इस्तेमाल हो रहा है। भारत को यह शिपमेंट अफगानिस्तान से ईरान के रास्ते भेजा गया, जो यह बताता है कि नई पौधी को पथप्रद्वार करने के लिये किस तरह अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर साजिशें हो रही हैं। यह सुनियोजित अंतर्राष्ट्रीय ड्रग सिंडिकेट की भागीदारी की ओर इशारा करता है। इस बड़ी साजिश की व्यापक जांच की जरूरत है ताकि नशे के कारोबार की बड़ी छलियों पर नकेल कर्सी जा सके। एशिया ही नहीं, पूरी दुनिया में नशीले पदार्थों की आपूर्ति अफगानिस्तान से की जाती रही है।

वे बिके क्योंकि बिकना उनकी नियति

भूपेन्द्र भारतीय

वे बिके गए, बिकना ही था। पूर्जीवाद के दौर में क्या नहीं बिक रहा है। आजकल यह बिकने का खेल वैश्विक बाजार की जरूरत हो गया है। बिकने की कला जिसे आ गई, वह रातोंसाथ जीरो से हीरो बन सकता है। बिकने के खेल में चुरूक लोग गजे को कंधी बेच रहे हैं। बस आपका कुछ न कुछ भाव—ताव वाले कीसी और झुकाक बोना चाहिए, आपको बिकने से कोई नहीं रोक सकता है। किसी की मजाल को आजकल कोई किसी को बिकने से रोक सके। जब दरोंसे दिस्त्रियों में बाजार गुलजार हैं तो फिर कुछ न कुछ बिकने के लिए ही बाजार सजा है। अब बाजार में कोई खेल के माध्यम से बिके या फिर बिकने का खेल खेल रहे हैं। वहीं बहुत से होनारार—विवाहन नोजवान बेरोजगारी के नाम पर जॉब फेरय या फिर कॉलेज ल्स्समेंट में भी बिक रहे हैं। आखिरकार अपने भाव का मान रखने के लिए थोड़ा—बहुत तो बिकना ही पड़ता है। और कोई नेता किसी तरह की टिकट पाने के लिए पूरा ही बिक जाए तो वह जनता की सेवा के नाम पर ही बिकता है। मंडी की बात करें तो मंडी सिफर्ड राजनीति की ही नहीं होती, वह कई प्रकार की हो सकती है। अनाज सब्जी, पालत पश्च जानवर आदि की मंडी अब पुरानी बात हो गई। अब बेरोजगारों व बड़े पैकेज की मंडियों का जमाना है। इन मंडियों में आजकल प्रतिभाएं की बोलियां असली होती हैं और कुछ अपने यूपाड या जोड़तेड से इन मंडियों में बिकने को स्वयं को प्रतिभाशाली बनाकर प्रस्तुत हो जाती है। रुपये वा अदामी की जैसे—जैसे सूख्य घट रहा है, नई—नई प्रतिबाएं बिकने को बढ़ रही हैं। पुराने खनकदार सिकेतों तो अब बाजार में कम ही दिखते हैं। जो थोड़े—बहुत बचे हैं उन्हें नये सेठों ने मार्गदर्शक मंडल रुपी लॉकें में डाल रखा है। कुछ सिक्के बरसों से बिकने को बढ़े हैं लेकिन उन्हें कोई खेरीदार ही नहीं मिल रहा है। ये बार—बार टिवटर बाजार में अपने बिकने की तस्खियां लेकर खड़े हो जाते हैं, पर इन्हें यह कहकर बिटा दिया जाता है कि पहले अपना भाव बढ़ाओ फिर बाजार में बिकने आना। इन बेटारों को पता ही नहीं है कि भाव कैसे बढ़ाया जाता है। शायद इन्हें अब तक डिजिटल कर्सेसी का पता नहीं चला है। सोशल मीडिया की भी कम जानकारी रखते हैं, नहीं तो कब के बिक जाते। इधर जब तो सोशल मीडिया की मंडी का उदय हुआ, पूर्जीवाद व बाजारवाद के लिए जैसे स्वर्णिम काल आ गया हो। इस मंडी के कारण ₹12 साल में तो धूरे के भी फिरते हैं हुए वाली लोकेज का सच हो गई है। श्कंडे से लेकर इसे उन्हें लेकिन उन्हें कोई मंडी में शान से बिक रहे हैं। ये बहुत कुछ ऐसा कर्मों से बिकने का कब के बिक जाते हैं। इधर जब तो सोशल मीडिया के मंडी का उदय हुआ, पूर्जीवाद व बाजारवाद के लिए जैसे स्वर्णिम काल आ गया हो। इस मंडी के कारण ₹12 साल में तो धूरे के भी फिरते हैं हुए वाली लोकेज का सच हो गई है। श्कंडे से लेकर इसे उन्हें लेकिन उन्हें कोई खेरीदार ही नहीं मिल रहा है। ये बिकने की उनकी मजबूती भी रही है। वे बेटारों ने अपने बिकने की तस्खियां लेकर खड़े हो जाते हैं, पर इन्हें यह कहकर बिटा दिया जाता है कि पहले अपना भाव बढ़ाओ फिर बाजार में बिकने आना। इन बेटारों को पता ही नहीं है कि भाव कैसे बढ़ाया जाता है। शायद इन्हें अब तक डिजिटल कर्सेसी का पता नहीं चला है। सोशल मीडिया की भी कम जानकारी रखते हैं, नहीं तो कब के बिक जाते। इधर जब तो सोशल मीडिया की मंडी का उदय हुआ, पूर्जीवाद व बाजारवाद के लिए जैसे स्वर्णिम काल आ गया हो। इस मंडी के कारण ₹12 साल में तो धूरे के भी फिरते हैं हुए वाली लोकेज का सच हो गई है। श्कंडे से लेकर इसे उन्हें लेकिन उन्हें कोई खेरीदार ही नहीं मिल रहा है। ये बिकने की उनकी मजबूती भी रही है। वे बेटारों ने अपने बिकने की तस्खियां लेकर खड़े हो जाते हैं, पर इन्हें यह कहकर बिटा दिया जाता है कि पहले अपना भाव बढ़ाओ फिर बाजार में बिकने आना। इन बेटारों को पता ही नहीं है कि भाव कैसे बढ़ाया जाता है। शायद इन्हें अब तक डिजिटल कर्सेसी का पता नहीं चला है। सोशल मीडिया की भी कम जानकारी रखते हैं, नहीं तो कब के बिक जाते। इधर जब तो सोशल मीडिया की मंडी का उदय हुआ, पूर्जीवाद व बाजारवाद के लिए जैसे स्वर्णिम काल आ गया हो। इस मंडी के कारण ₹12 साल में तो धूरे के भी फिरते हैं हुए वाली लोकेज का सच हो गई है। श्कंडे से लेकर इसे उन्हें लेकिन उन्हें कोई खेरीदार ही नहीं मिल रहा है। ये बिकने की उनकी मजबूती भी रही है। वे बेटारों ने अपने बिकने की तस्खियां लेकर खड़े हो जाते हैं, पर इन्हें यह कहकर बिटा दिया जाता है कि पहले अपना भाव बढ़ाओ फिर बाजार में बिकने आना। इन बेटारों को पता ही नहीं है कि भाव कैसे बढ़ाया जाता है। शायद इन्हें अब तक डिजिटल कर्सेसी का पता नहीं चला है। सोशल मीडिया की भी कम जानकारी रखते हैं, नहीं तो कब के बिक जाते। इधर जब तो सोशल मीडिया की मंडी का उदय हुआ, पूर्जीवाद व बाजारवाद के लिए जैसे स्वर्णिम काल आ गया हो। इस मंडी के कारण ₹12 साल में तो धूरे के भी फिरते हैं हुए वाली लोकेज का सच हो गई है। श्कंडे से लेकर इसे उन्हें लेकिन उन्हें कोई खेरीदार ही नहीं मिल रहा है। ये बिकने की उनकी मजबूती भी रही है। वे बेटारों ने अपने बिकने की तस्खियां लेकर खड़े हो जाते हैं, पर इन्हें यह कहकर बिटा दिया जाता है कि पहले अपना भाव बढ़ाओ फिर बाजार में बिकने आना। इन बेटारों को पता ही नहीं है कि भाव कैसे बढ़ाया जाता है। शायद इन्हें अब तक डिजिटल कर्सेसी का पता नहीं चला है। सोशल मीडिया की भी कम जानकार

रैली निकालकर मतदान के लिए लोगों को किया जागरूक

देवरिया। रामपुर कारखाना विकास खंड तरकुलवा की ग्राम पंचायत कोहवलिया स्थित पूर्व माध्यमिक विद्यालय में शिक्षकों एवं छात्रों ने रैली निकालकर लोगों को अधिक से अधिक मतदान करने के लिए प्रेरित हो गया। इस दौरान लोकतंत्र को मज़बूत बनाने के लिए लोगों को अधिक से अधिक मतदान करने के लिए प्रेरित हो गया। मतदान जागरूकता रैली को रामपुर कारखाना के भाजा के मंडल अध्यक्ष दीपक जायसवाल ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। यह रैली कौनहवलिया चौराहा सहित गांव में घूम कर लोगों को रखोग बोलते हुए 3 मार्च को मतदान करने के लिए प्रेरित की। इस दौरान प्रधानाध्यापक अमरनाथ प्रसाद, संगीता प्रवीण, अरविंद कुमार, लीलावती देवी, ग्राम प्रधान मुन्ना निषाद, गगा सागर, यादव, सूरज बाल्मीकि, बृूष अद्यक्ष परमेश्वर पासवान, विकास सिंह आदि मौजूद रहे।

मेडिकल कालेज में एमबीबीएस प्रथम वर्ष की पढाई शुरू

देवरिया। महर्षि देवरहा बाबा मेडिकल कालेज में एमबीबीएस प्रथम वर्ष में पढाई शुरू हो गई है। लेक्चर थियेटर में छात्रों को पांच वर्ष के लिए पढ़ना है और क्या-क्या पढ़ना है इसके बारे में जानकारी दी गई। एमबीबीएस प्रथम वर्ष में शुरूआत में एक सप्ताह ओरिएंटेशन की पढाई कराई जा रही है। एक सप्ताह बाद मूल विषय समय सारणी के अनुसार पढ़ाए जाएंगे। छात्रों को बताया गया कि कैंपस में कैसे रहना चाहिए। एक डाक्टर का कार्य और व्यवहार कैसा होना चाहिए। प्रथम वर्ष में एनाटोमी, फजियोलाजी व बायोकेमेस्ट्री के बारे में पढ़ाया जाएगा। इसके लिए विभागों में छात्रों को घुमा कर दिखाया गया। इसके अलावा मेडिकल कालेज में घुमा कर सभी छात्रों को बताया गया कि यहां ओपीडी चलती है, यहां जांच आदि का कार्य होता है। डा. श्वेता सिंह ने कहा कि पढाई के साथ ही आपका आवरण भी उत्तम होना चाहिए। कालेज में अनुसासन अति आवश्यक है। अनुसासन के साथ ठीक ढंग से पढाई करें। कोई भी समस्या हो खुल बताएं उसका समाधान करने का पूरा प्रयास करिया जाएगा। छात्रों ने कई व्यवस्थाएँ करने के बाद युवाओं को रोजगार बनाने के लिए नाम पर छलावा किया जाता है। रोजगार की ठीक से व्यवस्था है। भट्टनी के बहादुर यादव भी युवाओं को मतदान के साथ जनता के बीच पढ़ाया है। इसी तरह के अपने विचार प्रस्तुत हुए ऋतिका रौनियार बोल पड़ी, सरकार में महिलाओं की सुरक्षा भावना बढ़ी है, लेकिन अभी बहुत प्रयास करने की जरूरत है। छात्राओं के लिए स्कूल-काले जॉन्स में ऐसे कार्यक्रम शुरू किए जाने चाहिए, जिससे वह आमरक्षा का गुरु सीख सकें। महिलाओं की रक्षा जरूरी है। प्रति रौनियार ने आफलाइन शिक्षा की वकालत की। उन्होंने कहा कि आनलाइन कक्षाएँ संचालित होने से छात्रों की पढाई

21 छात्रों ने छोड़ी दीएड प्रथम सेमेस्टर की परीक्षा

देवरिया। दीन दयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय से संबद्ध जिले के चार महाविद्यालयों में बीएड प्रथम सेमेस्टर की परीक्षाएँ शुरू हो गई। पहले दिन ही 21 छात्रों ने परीक्षा छोड़ दी। परीक्षा केंद्रों पर सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए गए थे। दोपहर एक बजे से परीक्षा शुरू हुई। परीक्षा केंद्रों पर कोविड हेल्प डेर्क बनाया गया है। हेल्प डेर्क पर थर्मल स्क्रीनिंग के बाद छात्रों को अंदर जाने की अनुमति दी गई। पहले दिन विश्वास का मूलतत्व विषय की परीक्षा हुई। परीक्षा के प्रश्नों के उत्तर देने में छात्र परेशन न जरूर आ। बीआरीपीजी कालेज में पंजीकृत 770 छात्रों में से चार छात्र अनुपस्थित रहे। इसी तरह संत विनोबा पीजी कालेज में 515 छात्रों की जगह 510 छात्रों ने ही परीक्षा दी। जबकि बाबा राधाव दास पीजी कालेज आश्रम बरहज में 767 में से 59 छात्रों ने परीक्षा दी। इसी तरह मदन मोहन मालीय पीजी कालेज भाटपारानी में 595 में से चार छात्र अनुपस्थित रहे। जनपद में यह चार केंद्र बनाए गए हैं। आश्रम बरहज में दस संत विनोबा पीजी कालेज में सत, मदन मोहन मालीय पीजी कालेज में छह, बीआरीपीजी कालेज में नौ विद्यालय का केंद्र बनाया गया है।

मतदान के दायित्वों से रुक्ख हुए दिव्यांग मित्र

महराजगंज। दिव्यांग और बुजुर्ग मतदाताओं को मतदान करने के लिए नियुक्त दिव्यांग मित्रों के प्रशिक्षण का आयोजन आइटीएस चेहरी में किया गया। इस दौरान दिव्यांग मित्र के रूप में नियुक्त एनसीसी और एनएसएस के विद्यार्थी अनुदान के विद्यार्थी और उससे जुड़े कार्यों से रुक्ख हुए। डीएम सत्येन्द्र कुमार ने कहा कि जनपद में पहली बार एनसीसी केंद्रों और एनएसएस के वार्ताटियों के दिव्यांग मित्र नामित किया गया है। इस बार जिला प्रशासन ने नियर्य लिया कि कोई भी दिव्यांग मित्र सत्यादाता या बुजुर्ग मतदान केंद्र तक आकर बोट करने से विचित न रह जाएं और अगर आप लोग ठान लेंगे तो निश्चित रूप से हम सभी दिव्यांग मित्रों को प्रशिक्षित पत्र देकर उनके इस अमृत्यु योगदान के लिए सम्मानित किया गया है। मुख्य विकास अधिकारी गौरव सिंह सोगरवाल ने कहा कि आप लोगों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। कोई भी दिव्यांग या बुजुर्ग मतदाता शारीरिक अक्षमता या उत्तम के कारण मतदान केंद्र तक आकर बोट करने से विचित न रहने पाए। आप लोगों को ऐसे लोगों की सहायता कर उन्हें मतदान केंद्र तक लाना है। प्रशिक्षक पीडी डीआरडी, राज करन पाल और एआर कोआपरेटिंग सर्वीजर्सिंह ने दिव्यांग मित्रों को मतदान पूर्ण और मतदान के दौरान उनकी भूमिका व कार्यों के साथ केंद्रों प्रोटोकाल के विषय में जानकारी दी गई। इस दौरान इनके टीकाकरण की भी व्यवस्था की गई है।

वर्ष भर से अधूरा है सङ्क निर्माण, राह चलना दुश्वार

महराजगंज। नौतनवा विकास खंड के गनवरिया गांव से आराजी घाट होते हुए करमहिया से बरगदही गांव को जोड़ने वाले संपर्क मार्ग अंधर में लटका हुआ है। करीब एक वर्ष पहले सङ्क निर्माण के क्रम बरगदही गांव से करमहिया तक गिराई गई, लेकिन कुछ माह बाद ही सङ्क निर्माण रोक दिया गया। सङ्क अब भी आधी-अधूरी है। बिखरी दिव्यांग राहगीरों के लिए मुसीबत बन रही है। गिरी युक्त मार्ग पर पैदल, बाइक व साइकिल सवार आए दिन गिर कर चोटिल हो रहे हैं। ग्रामीणों ने दर्जनों बार सङ्क निर्माण पूर्ण कराने की मांग दी, लेकिन नौतनवा जस का तस है, सङ्क निर्माण अद्यूरा है। वर्ष भर से ग्रामीण सांसांत में हैं। सङ्क पर बिखरी गिरियों से दर्जनों लोग गिर कर चोटिल हो चुके हैं, जिससे आने-जाने में लोगों को दिक्कतों का सामना करना पड़ता है। गोपी चंद्र सङ्क जब बन रही थी, तो लोग था कि शीघ्र ही इस रोड से सफर आसान हो जाएगा, लेकिन माह भी बीतने को है, जब तक सङ्क निर्माण करने के लिए निर्देश दिए गए हैं। शीघ्र ही निर्माण कार्य

ज्याइंट मजिस्ट्रेट ने निरीक्षण कर दिए निर्देश

महराजगंज। विधानसभा चुनाव को लेकर ज्याइंट मजिस्ट्रेट साईं तेजा सीलम के नेतृत्व में निकली टीम ने पार्टी कार्यालयों व पोलिंग बूथों को निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान पोलिंग बूथ के आसपास साफ सफाई रखने का निर्देश दिया। ज्याइंट मजिस्ट्रेट साईं तेजा सीलम की टीम ने पनियरा विधानसभा में पार्टीयों द्वारा बनाए गए अस्थाई कार्यालयों को निरीक्षण कर उनकी वैधता भी जांची। नगर पंचायत परतावल के प्राथमिक विद्यालय छातीराम पोलिंग बूथ को निरीक्षण कर सत्रुप्त दिखे। उन्होंने इस विद्यालय को निर्देश दिए गए हैं। शीघ्र ही निर्माण कार्य शुरू करा दिया जाएगा।

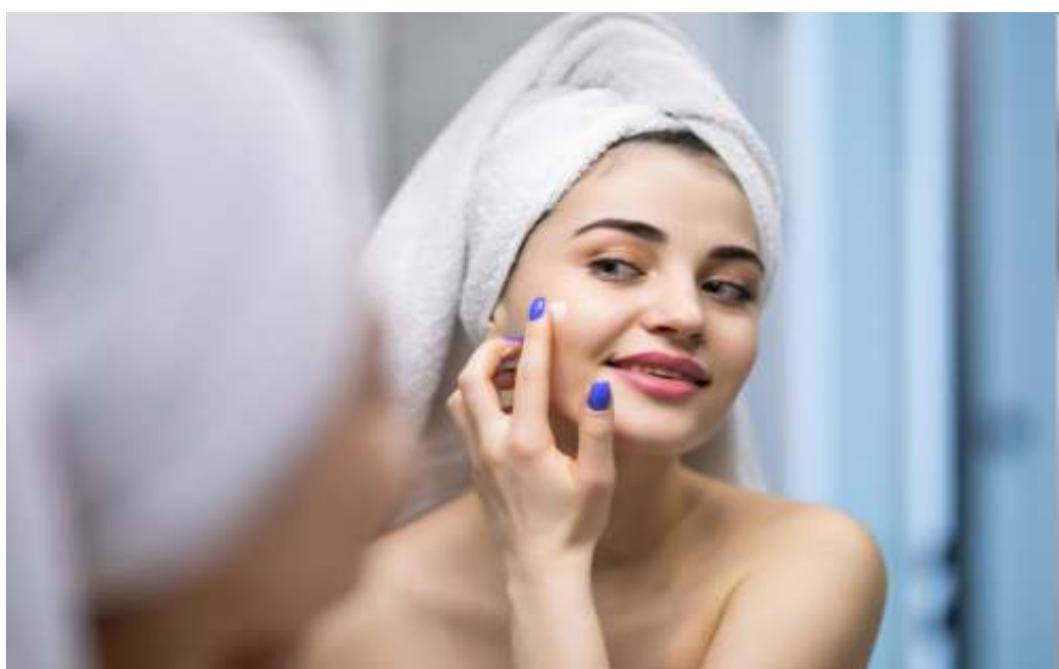
रैली निकालकर मतदान के लिए लोगों को किया जागरूक

देवरिया। रामपुर कारखाना विकास खंड तरकुलवा की ग्राम पंचायत कोहवलिया स्थित पूर्व माध्यमिक विद्यालय में शिक्षकों एवं छात्रों ने रैली निकालकर लोगों को अधिक से अधिक मतदान करने के लिए प्रेरित हो गया। इस दौरान लोकतंत्र को मज़बूत बनाने के लिए लोगों को अधिक से अधिक मतदान करने के लिए प्रेरित हो गया। इस दौरान लोकतंत्र को भाजा के मंडल अध्यक्ष दीपक जायसवाल ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। यह रैली कौनहवलिया चौराहा सहित गांव में घूम कर लोगों को रखोग बोलते हुए 3 मार्च को मतदान करने के लिए प्रेरित की। इस दौरान प्रधानाध्यापक अमरनाथ प्रसाद, संगीता प्रवीण, अरविंद कुमार, लीलावती देवी, ग्राम प्रधान मुन्ना निषाद, गगा सागर, यादव, सूरज बाल्मीकि, बृूष अद्यक्ष परमेश्वर पासवान, विकास सिंह आदि मौजूद रहे।

रोजगार व शिक्षा को और करें बेहतर, देश का होगा विकास

देवरिया। चुनावी बयार बह रही है, हर कोई अपने वायदों की फैहरिस्त के साथ जनता के बीच पढ़ाय रहा है। घर-घर दरस्तक देने के साथ ही उपलब्धियों की बोलाना कर रहा है। इन सभी के बीच अब जनता भी चुनावी मूड में आ गया है। पिछले पंचास साल में कानून व्यवस्था बेहतर करते हुए नजर आए। बीच में छात्रों ने बोलाने में आ गए। बीएड द्वितीय वर्ष के छात्र व सलेमपुर के रहने के लिए स्कूल-काले जॉन्स में ऐसे वर्ष चुनावी में आ गए। बीएड द्वितीय वर्ष के छात्रों के बीच अब जनता भी चुनावी मूड में आ गया है। लेकिन एक बड़ी बोलानी की बोलाने में आ गया है। बीएड द्वितीय वर्ष के छात्रों की बोलाने में आ गया है। अब जनता भी चुनावी मूड में आ गया है। लेकिन एक बड़ी बोलानी की बोलाने में आ गया है। अब जनता भी चुनावी मूड में आ गया है। लेकिन एक बड़ी बोलानी की बोलाने में आ गया है। अब

अपने स्किन केरेर रुटीन में शामिल करें ये फेशियल, मिलेंगे कई फायदे



वैसे तो आपको कॉस्मेटिक की दुकानों से तरह—तरह की फेशियल किट मिल जाएंगी, लेकिन उनमें मौजूद क्रीम, जेल और स्क्रब आदि केमिकल्स युक्त होते हैं, जो त्वचा को कुछ मिनट का निखार और लंबे समय तक कई तरह की समस्याएं दे सकते हैं। इसलिए बेहतर होगा कि आप उनका इस्तेमाल न करें बल्कि घर पर ही कुछ फेशियल फेस पैक बनाकर लगाएं। आइए आज हम आपको कुछ फेशियल बनाने और लगाने का तरीका बताते हैं।

केला और शहद त्वचा को पोषित और मॉइश्चराइज करने में मदद कर सकता है। वहीं, ओट्स डेड स्किन सेल्स से राहत दिलाने और त्वचा को निखारने में कारगर है। फेशियल के लिए पहले एक कटोरी में एक चम्मच शहद, दो बड़ी चम्मच ओट्स और एक केला (मैश किया हुआ) मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने चेहरे और गर्दन पर लगाकर हल्के हाथों से मसाज करें और जब मिश्रण सूख जाए तो चेहरे को ठंडे पानी से धो लें।

योगर्ट और अंडे का फेशियल

योगर्ट त्वचा को मुलायम बनाने और गहराई से साफ करने में मदद कर सकता है। वहीं, अंडा त्वचा के अतिरिक्त तैलीय प्रभाव को कम करने में सहायता प्रदान कर सकता है। फेशियल के लिए सबसे पहले एक कटोरी में एक अंडे का सफेद भाग और एक चम्मच योगर्ट मिलाएं। अब इस मिश्रण को अच्छे से फेट और अपने चेहरे पर लगाकर हल्के हाथों से मसाज करें और जब मिश्रण सूख जाए तो चेहरे को ठंडे पानी से धो लें।

एवोकाडो, नींबू और शहद का फेशियल

यह एवोकाडो, नींबू और शहद का फेशियल रुखी त्वचा वाले लोगों के लिए एकदम परफेक्ट है क्योंकि यह त्वचा को हाइड्रेशन और नमी प्रदान करने में कारगर है। इस फेशियल के लिए पहले एक कटोरी में एक बड़ी चम्मच एवोकाडो का गूदा, एक चम्मच शहद और एक चम्मच नींबू का रस मिलाएं, फिर इस मिश्रण को अपने चेहरे पर लगाकर सर्कुलर मोशन में मलंग और जब मिश्रण सूख जाए तो चेहरे को पानी से धो लें।

कॉफी और योगर्ट का फेशियल: कॉफी और योगर्ट का यह फेशियल प्रदूषण और अन्य कारकों के कारण धृतिग्रस्त हुई त्वचा को पुनर्जीवित करने में मदद कर सकता है। इसके लिए सबसे पहले एक कटोरी में एक चम्मच कॉफी पाउडर, एक चम्मच योगर्ट और एक चम्मच शहद को मिलाएं, फिर इस मिश्रण को अपने चेहरे पर लगाकर इसे 20–25 मिनट के बाद धो लें। इसके बाद चेहरे को तौलिये सो थपथपाकर सुखाएं और मॉइश्चराइजर लगाएं।

साउथ से टीवी में एंट्री करने को लेकर मदालसा शर्मा ने कही बड़ी बात

टेलीविजन के चर्चित सीरियल अनुपमा में मदालसा शर्मा काव्या का किरदार निभाती दिखाई दे रही है। इन्होंने घर-घर में अपनी पहचान बना ली है, मगर क्या आप जानते हैं कि टेलीविजन



पर्द पर दमदार अभिनय करना चाहती है वाणी कपूर

अभिनेत्री वाणी कपूर का कहना है कि वह पर्द पर दमदार अभिनय करना चाहती है और उहें लगता है कि उनकी आने वाली फिल्म शमशेरा उनके लिए एकदम सही है। वाणी फिल्म में एक कलाकार की भूमिका निभा रही है, वह कहती है कि शमशेरा एक नाटकीय अनुभव है और मैं वास्तव में खुश हूं कि हमारे पास रिलीज तारीख है। हम मनरेंजन करने के लिए तैयार हैं। वह आगे कहती है कि शमशेरा एक ऐसी फिल्म है जो मेरे दिल के बेहद करीब है और हममें से प्रत्येक ने इसे एक ऐसी फिल्म बनाने के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ दिया है, जिसे सभी आयु वर्ग के लोग पसंद करेंगे।

चंडीगढ़ करे आशिकी से अलग, मैं दर्शकों को एक ऐसा प्रदर्शन देना चाहती हूं, जिसे वे फिर से पसंद करेंगे। मैं स्टीफन पर मजबूत प्रशंसन देना चाहती हूं और शमशेरा मेरे लिए एकदम सही है। फिल्म में वाणी को सुपरस्टार रणधीर के साथ देखा जाएगा। अदित्य चोपड़ा द्वारा निर्मित करण महोत्तम की एवशन फिल्म 22 जुलाई को हिन्दी, तमिल और तेलुगु में रिलीज होने के लिए तैयार है।

स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने का कारण बन सकता है ब्रेड का अधिक सेवन

अमूमन लोगों का मानना है कि सफेद ब्रेड की तुलना में ब्राउन ब्रेड का सेवन स्वास्थ्य के लिए बेहतर है, लेकिन ऐसा तभी संभव है, जब आप सीमित मात्रा में इसका सेवन करें। बात चाहें सफेद ब्रेड की ही या ब्राउन ब्रेड की, अगर आप इनका अधिक सेवन करते हैं तो ये स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने का कारण बन सकती है। आइए जानते हैं कि ब्रेड के अधिक सेवन से कौन—कौन सी समस्याएं हो सकती हैं।

बढ़ सकता है वजन

ब्रेड का अधिक सेवन बढ़ते वजन का कारण बन सकता है और इसकी मुख्य वजह इसमें मौजूद कार्बोहाइड्रेट और कैलोरी है। इस समस्या को सामान्य न समझें क्योंकि यह शरीर को कई अन्य बीमारियों का घर बना सकती है। इसलिए सीमित मात्रा में ही ब्रेड का सेवन करें। वैसे कभी—कभी कुछ शारीरिक समस्याओं के कारण भी लोगों का वजन बढ़ने लगता है, इसलिए बढ़ते वजन की समस्या की असल वजह जानने के लिए डॉक्टर से संपर्क करें।

मधुमेह होने का रहता है खतरा

ब्रेड का अधिक सेवन शरीर में रक्त शर्करा का स्तर बढ़ा सकता है और इससे व्यक्ति के इंसुलिन में भी बदलाव होने लगता है। यह बदलाव मधुमेह का खतरा उत्पन्न कर सकता है। बता दें कि मधुमेह एक गंभीर समस्या है, जो व्यक्ति को मौत के मुंह में भी धकेल सकती है। इसलिए जिन लोगों को पहले से ही मधुमेह हैं तो वे कम ही ब्रेड का सेवन करें। वहीं, स्वस्थ व्यक्ति भी सीमित मात्रा में ब्रेड खाएं।

हो सकती है ल्लोटिंग की समस्या

अगर आप ब्रेड का अधिक सेवन करते हैं तो इसके कारण आपको ल्लोटिंग की समस्या का भी सामना करना पड़ सकता है। बता दें कि खाने का पाचन ठीक ढंग से न होने के कारण पेट में गैस बनने लगती है और ऐसे में लोगों को पेट फूलने की समस्या से जूझना पड़ता है। पेट फूलने की समस्या को अंग्रेजी में ल्लोटिंग भी कहा जाता है, जिसकी वजह से पेट से जुड़ी कई समस्याएं होने लगती हैं।

कब्ज होना

ब्रेड का अधिक सेवन पाचन तंत्र के स्वास्थ्य को भी प्रभावित कर सकता है क्योंकि पाचन तंत्र ब्रेड की अधिक मात्रा को सही ढंग से पचाने में असमर्थ रहता है। इसके कारण व्यक्ति को कब्ज की समस्याओं से भी जूझना पड़ सकता है। इसलिए भूल से भी ब्रेड का अधिक सेवन न करें।

