

TODAY WEATHER



DAY 33°
NIGHT 27°
Hi Low

संक्षेप

घर के अंदर नेतन्याहू का तावड़ोड़ एक्शन, फैसले से दुनिया के सबसे ताकतवर ऑफिस को हिलाया!

गाजा। अमेरिका में राष्ट्रपति चुनाव के बीच इजराइल के प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू ने बड़ा फैसला लिया है। उन्होंने इजराइल के रक्षा मंत्री याव गैलेट को हटा दिया है। गैलेट को बर्खास्त करते हुए नेतन्याहू ने कहा कि जंग के समय उन्हें रक्षा मंत्री पर भरोसा नहीं है। गैलेट ने पीएम को जवाब देते हुए कहा कि देश की सुरक्षा पहली प्राथमिकता है। गाजा में जारी युद्ध के दौरान नेतन्याहू और गैलेट के बीच कई बार मतभेद सामने आए। हालांकि नेतन्याहू ने उन्हें बर्खास्त करने से परहेज किया। नेतन्याहू ने पिछले साल मार्च में जब गैलेट को बर्खास्त करने का प्रयास किया था तो उनके इस कदम के खिलाफ देश में प्रदर्शन हुआ था। नेतन्याहू के ऐलान के तुरंत बाद गैलेट ने कहा कि इजराइल की सुरक्षा हमेशा उनकी सर्वोच्च प्राथमिकता रहेगी। उन्होंने कहा कि इजराइल की सुरक्षा भरे जीवन का मिशन थी और हमेशा रहेगी। गैलेट और नेतन्याहू दोनों दक्षिणपंथी लिक्वुड पार्टी के नेता हैं। नेतन्याहू ने कहा कि उन्होंने दूरियों को पाटने की कोशिश की थी लेकिन वो बढ़ती गई और सार्वजनिक हो गई। इससे भी बुरी बात यह है कि हमारे दुश्मनों ने इसका आनंद लिया और इससे बहुत लाभ उठाया। गैलेट ने मध्य पूर्व में इजराइल के युद्ध के संबंध में असहमति व्यक्त की थी। गैलेट ने कहा कि युद्ध में स्पष्ट दिशा का अभाव है, जबकि नेतन्याहू ने दोहराया कि जब तक गाजा में हमारा का सफाया नहीं हो जाता, तब तक लड़ाई बंद नहीं हो सकती।

भारत के अपराधियों को वीजा दे रहा कनाडा, पूर्व कनाडाई पुलिस अधिकारी ने खोली पीएम ट्रूडो की पोल

टोरंटो। टोरंटो के पूर्व पुलिस सार्जेंट (जायसु) डोनाल्ड बेस्ट ने भारत के विदेश मंत्री एस जयशंकर की इस आलोचना का समर्थन किया कि कनाडा में अपराधियों के लिए उचित जांच प्रक्रियाओं का अभाव है। उन्होंने चिंता व्यक्त की कि कनाडा की वीजा स्वीकृति प्रक्रिया सुदृढ़ है, जिससे अपराधिक पृष्ठभूमि वाले और भारत में संगठित अपराध से जुड़े लोगों को देश में प्रवेश करने की अनुमति मिलती है। एनआई के साथ एक इंटरव्यू में डोनाल्ड बेस्ट जो एक खोजी पत्रकार भी हैं, उन्होंने खालिस्तानी अलगाववादियों को कनाडा में राजनीतिक स्थान मिलने के बारे में भारत की चिंताओं का समर्थन किया। बेस्ट ने कहा कि भारत के विदेश मंत्री ने उल्लेख किया है कि कनाडा उन लोगों के लिए वीजा स्वीकृत कर रहा है जो अपराधी हैं और भारत में संगठित अपराध के सदस्य हैं। मेरा मानना है कि यह सच है। हमारे अपराधियों की हमारे पास बिल्कुल भी जांच नहीं है। ऐसा लगता है कि कनाडा आने वाले और शरणार्थी का दर्जा पाने वाले बहुत से लोग, न केवल भारत से बल्कि दुनिया भर से, अपने ही देश से भाग रहे हैं क्योंकि वे वांछित अपराधी हैं। मुझे लगता है कि यह बड़ी संख्या में खालिस्तानी अलगाववादियों को कनाडा की ओर आकर्षित कर रहा है क्योंकि वे संरक्षित हैं और उन्हें यहाँ शरण मिलती है और उनका समुदाय बढ़ रहा है। ओटावा के साथ दिल्ली के संबंधों में गिरावट देखी गई है क्योंकि भारत ने बार-बार कनाडा में उग्रवाद और हिंसा की संस्कृति और भारत विरोधी गतिविधियों के बारे में अपनी गहरी चिंता व्यक्त की है।

एक हैं तो सेफ हैं... बंटोगे तो कटोगे के बाद मुख्यमंत्री योगी का नया नारा

महाराष्ट्र में 'महाअघाड़ी' को बताया महाअनाड़ी गठबंधन



के बारे में सोचा? सत्ताएं तो आएं-जाएंगीं। लेकिन योगी ने साफ तौर पर कहा कि हमारा 'भारत' रहना चाहिए और

'भारत' दुनिया की सबसे बड़ी ताकत बनना चाहिए। उन्होंने लोगों से अपील की कि बंटिए मत! क्योंकि जब भी बंटेंगे तो सेफ हैं। एक हैं तो नेक हैं, एक हैं तो सेफ हैं। वहीं, अमरावती में योगी ने कहा कि छत्रपति शिवाजी महाराज ने उस कालखंड में जब औरंगजेब जैसा बुरा आक्रांती भारत में शासन कर रहा था, तब उन्होंने उसकी सत्ता को चुनौती दी थी। उन्होंने आगे कहा कि मुझे याद है कि जब 2017 में मुझे उत्तर प्रदेश का मुख्यमंत्री बनाया गया तब मैं आगरा गया था। आगरा में जब मैं

निरीक्षण कर रहा था तो मुझे बताया गया कि वहां एक मुगल संग्रहालय बन रहा है। मैंने कहा कि मुगल का भारत और आगरा से क्या संबंध है? हमने कहा कि भारत का संबंध छत्रपति शिवाजी महाराज से है। इस म्यूजियम का नाम बदलो। यह संग्रहालय मराठा और छत्रपति शिवाजी महाराज का प्रतीक बनना चाहिए। उन्होंने साफ तौर पर कहा कि सब मिलकर चलें और देश को आगे बढ़ाने का संकल्प लें। ध्यान रखें, बात सबकी सुननी है, लेकिन बंटना नहीं है।

एलएमवी लाइसेंस धारक चला सकेंगे हल्के ट्रांसपोर्ट वाहन, सुप्रीम कोर्ट ने सुनाया बड़ा फैसला

नई दिल्ली, एजेंसी। सुप्रीम कोर्ट ने एक महत्वपूर्ण फैसला सुनाते हुए कहा है कि लाइसेंस धारक वीकल (एलएमवी) का ड्राइविंग लाइसेंस रखने वाला व्यक्ति अब 7500 किलोग्राम तक के हल्के ट्रांसपोर्ट वाहन चला सकता है। यह फैसला बीमा कंपनियों और ड्राइवरों दोनों के लिए बड़ी राहत की खबर है। मुख्य न्यायाधीश डी वाई चंद्रचूड़ के नेतृत्व वाली पांच-सदस्यीय संविधान पीठ इस पर फैसला सुनाया है। बीमा कंपनियों लंबे समय से इस बात पर सवाल उठाती रही थीं कि क्या एलएमवी लाइसेंस धारक ट्रांसपोर्ट वाहन चलाने के लिए योग्य है। उनका तर्क था कि दोनों के लिए अलग-अलग लाइसेंस की आवश्यकता होती है। इस मुद्दे पर कई बार विवाद हुए और अदालतों में मुकदमे भी हुए। सुप्रीम कोर्ट ने इस मामले पर लंबी सुनवाई के बाद फैसला सुनाया है कि एलएमवी लाइसेंस धारक 7500 किलोग्राम तक के हल्के ट्रांसपोर्ट वाहन चला सकते हैं। इस फैसले से बीमा कंपनियों को अब ऐसे मामलों में क्लेम देने से इनकार नहीं कर सकेंगी। सरकार ने भी इस फैसले का स्वागत किया है। केंद्र सरकार शीतकालीन सत्र में मोटर वाहन अधिनियम में संशोधन करके इस फैसले को कानूनी रूप देगी। इस फैसले के बाद अब ड्राइवरों को अलग से ट्रांसपोर्ट वाहन का लाइसेंस लेने की जरूरत नहीं होगी।

हवा से उड़- उड़कर सड़क पर गिरी लाशें... हरदोई में ट्रक और ऑटो रिक्शा के बीच जोरदार टक्कर, हादसे में 10 लोगों की मौत

आर्यावर्त क्रांति ब्यूरो

हरदोई। यूपी के हरदोई में ट्रक और ऑटो रिक्शा के बीच हादसा हो गया। इस हादसे में 10 लोगों की मौत हो गई। इसके अलावा 5 गंभीर रूप से घायल हैं। मृतकों में 6 महिलाएं और 2 बच्चे, एक लड़की और एक पुरुष शामिल हैं। सभी लोग एक ऑटो रिक्शा में सवार थे। टक्कर इतनी जोरदार थी कि ऑटो रिक्शा उछलकर दूर जा गिरा। रिक्शा पलटते ही अंदर बैठे सवारियों बाहर गिर गईं। सड़क पर लाशें बिखरी पड़ी थीं। हादसा बुधवार दोपहर बिलग्राम कोतवाली क्षेत्र के रोशनपुर गांव के पास हुआ। पुलिस का कहना है कि ऑटो बिलग्राम की ओर जा रहा था। अचानक वह अनियंत्रित हो गई और सड़क पर पलट गई। इसी दौरान सामने से पूरी रफ्तार से आ रहे ट्रक ने ऑटो में टक्कर मार दी



और यात्रियों को कुचल दिया। घटना के बाद ट्रक चालक भाग गया। जारी की गई जानकारी के अनुसार, यह घटना हरदोई के रोशनपुर गांव में हुई, जहां अधिकारियों ने बताया कि अचानक हुई टक्कर में छह महिलाओं, तीन बच्चों और एक पुरुष सहित दस यात्रियों की मौत हो गई। पुलिस ने बताया कि उन्हें घटना की सूचना दोपहर करीब 12:30 बजे मिली।

CM योगी ने जताया शोक

हादसे पर सीएम योगी ने दुख जताया है। अधिकारियों को मौके पर पहुंचने के निर्देश दिए गए। उन्होंने घायलों के समुचित इलाज की व्यवस्था करने को कहा है।

के इलाज के लिए जिला अस्पताल भेजा जा रहा है।

हरदोई एस्पपी ने यह भी कहा कि दुर्घटना की जांच चल रही है और जल्द ही और अधिक जानकारी जारी की जाएगी। उन्होंने कहा कि जांच के तहत एक संभावित कारण यह हो सकता है कि मोटरसाइकिल से संभावित टक्कर से बचने की कोशिश में डीसीएम वाहन ने नियंत्रण खो दिया और ऑटो को टक्कर मार दी।

राष्ट्रपति चुनाव में ट्रंप की ऐतिहासिक जीत पीएम मोदी ने भी दी बधाई



इससे पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी जीत पर ट्रंप को बधाई दी। मोदी ने एक्स पर कहा, 'मैं अपने दोस्त डोनाल्ड ट्रंप को चुनाव में ऐतिहासिक जीत दिल से बधाई देता हूँ। जैसा कि आप अपने पिछले कार्यकाल की सफलताओं को आगे बढ़ा रहे हैं। मैं भारत-अमेरिका के बीच व्यापक वैश्विक और रणनीतिक साझेदारी को और मजबूत करने के लिए हमारे सहयोग को नई ऊंचाई तक पहुंचाने के लिए उत्सुक हूँ। आइए मिलकर अपने लोगों की भलाई के लिए वैश्विक शांति, स्थिरता और समृद्धि को बढ़ावा देने के लिए काम करते हैं।'

कांग्रेस ने जीत पर ट्रंप को दी बधाई

कांग्रेस ने अमेरिकी राष्ट्रपति चुनाव में जीत पर रिपब्लिकन नेता डोनाल्ड ट्रंप को बुधवार को बधाई दी। पार्टी प्रमुख मल्लिकार्जुन खरगे ने कहा कि वह वैश्विक शांति और समृद्धि के लिए अमेरिका के साथ मिलकर काम करने के लिए उत्सुक हैं। खरगे ने एक्स पर कहा, भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस की ओर से हम राष्ट्रपति ट्रंप को उनकी चुनावी जीत के लिए बधाई और शुभकामनाएं देते हैं। कांग्रेस प्रमुख ने कहा, 'भारत और अमेरिका एक मजबूत व्यापक वैश्विक रणनीतिक साझेदारी साझा करते हैं, जो लंबे समय से चले आ रहे लोकतांत्रिक मूल्यों, समान हितों और लोगों के आपसी संबंधों पर आधारित हैं।' खरगे ने कहा, 'हम वैश्विक शांति और समृद्धि के लिए अमेरिका के साथ मिलकर काम करने को उत्सुक हैं।'

पीएम विद्यालक्ष्मी योजना को मंत्रिमंडल ने दी मंजूरी, आपके बच्चे की पढ़ाई से सीधा कनेक्शन



की घोषणा की जो उच्च शिक्षण संस्थानों में प्रवेश लेना चाहते हैं लेकिन वित्तीय बाधाओं का सामना करते हैं। कोई भी छात्र जो उच्च शिक्षण संस्थानों में प्रवेश सुरक्षित करता है, और पात्रता शर्तों के अंतर्गत आता है, वह पीएम विद्यालक्ष्मी योजना के माध्यम से उच्च शिक्षण संस्थानों में आगे बढ़ने के लिए शिक्षा ऋण का लाभ उठा सकता है। यह योजना हर

साल 22 लाख से अधिक छात्रों को कवर करेगी। इस योजना का मुख्य उद्देश्य गरीब और मध्यम वर्ग के लाखों छात्रों को सशक्त बनाना है। मंत्री ने कहा कि 8 लाख रुपये तक की वार्षिक पारिवारिक आय वाले छात्र 10 लाख रुपये तक के शिक्षा ऋण पर 3% व्याज छूट पाने के पात्र होंगे। उन्होंने आगे बताया कि मेधावी छात्रों को वित्तीय सहायता एनईपी 2020 की एक प्रमुख सिफारिश है। पीएम विद्यालक्ष्मी एनईपी के कार्यान्वयन की दिशा में एक और ठोस कदम है। एनआईआरएफ के आधार पर देश के शीर्ष 860 एचआईआई में प्रवेश पाने वाले छात्रों को पीएम विद्यालक्ष्मी के तहत शिक्षा ऋण की सुविधा प्रदान की जाएगी। छात्र एक पारदर्शी, छात्र-अनुकूल और डिजिटल आवेदन प्रक्रिया के माध्यम से शिक्षा ऋण प्राप्त कर सकेंगे जो सभी बैंकों के लिए सामान्य होगा। उच्च शिक्षा विभाग के पास एक एकीकृत पोर्टल पीएम-विद्यालक्ष्मी होगा, जिस पर छात्र सभी बैंकों द्वारा उपयोग की जाने वाली सरलीकृत आवेदन प्रक्रिया के माध्यम से शिक्षा ऋण के साथ-साथ व्याज छूट के लिए आवेदन कर सकेंगे। व्याज छूट का भुगतान ई-वाउचर और सेंटर बैंक डिजिटल करेंसी (सीबीडीसी) वॉलेट के माध्यम से किया जाएगा। पीएम विद्यालक्ष्मी योजना केंद्र सरकार की एक नई योजना है जो उन मेधावी छात्रों को वित्तीय सहायता प्रदान करती है जो उच्च शिक्षा हासिल करना चाहते हैं लेकिन वित्तीय बाधाओं का सामना करते हैं।

नागपुर में आरएसएस-बीजेपी पर बरसे राहुल गांधी, संविधान पर आक्रमण का लगाया आरोप, बोले- जाति जनगणना होनी

नई दिल्ली, एजेंसी। नागपुर में 'संविधान सम्मान सम्मेलन' को संबोधित करते हुए लोकसभा सांसद और कांग्रेस सांसद राहुल गांधी ने कहा कि जब आरएसएस और बीजेपी के लोग संविधान पर हमला करते हैं, तो वे सिर्फ इस किताब पर हमला नहीं कर रहे हैं, वे भारत की आवाज पर हमला कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि हमारी संस्थाएं संविधान से बनी हैं। यदि संविधान नहीं होगा, तो कोई चुनाव आयो ग नहीं होगा। उन्होंने कहा कि आरएसएस इस पर (संविधान पर) सीधे हमला नहीं कर सकता। अगर वे इसके खिलाफ सामने से लड़ेंगे तो 5 मिनट में हार जायेंगे।

कांग्रेस नेता ने कहा कि 'विकास', 'प्रगति' और 'अर्थव्यवस्था', इन शब्दों के पीछे छिपकर वे हमला करने आते हैं। उन्होंने कहा कि हम हर सम्मेलन में अंबेडकर जी, गांधी जी, साहू महाराज जी समेत कई महान लोगों के बारे में बात करते हैं। लेकिन सच्चाई ये है कि जब हम इनकी बात करते हैं तो सिर्फ एक व्यक्ति की बात नहीं होती। क्योंकि इन महापुरुषों की बातों में भी करोड़ों लोगों की आवाज रहा करती थी। वे जब बोलते थे तो दूसरों का



छिपकर वे हमला करने आते हैं। उन्होंने कहा कि हम हर सम्मेलन में अंबेडकर जी, गांधी जी, साहू महाराज जी समेत कई महान लोगों के बारे में बात करते हैं। लेकिन सच्चाई ये है कि जब हम इनकी बात करते हैं तो सिर्फ एक व्यक्ति की बात नहीं होती। क्योंकि इन महापुरुषों की बातों में भी करोड़ों लोगों की आवाज रहा करती थी। वे जब बोलते थे तो दूसरों का

बनाने के लिए कहा, तो इसका मतलब था- संविधान में देश के करोड़ों लोगों का दर्द और उनकी आवाज गुंजायी चाहिए। उन्होंने कहा कि संविधान सिर्फ एक किताब नहीं है, ये जिंदगी जीने का तरीका है। संविधान के पीछे की सोच हजारों साल पुरानी है। इसमें जो लिखा है, वही भगवान बुद्ध, महात्मा गांधी, फुले जी जैसे अनेक महापुरुषों ने कही है।

कांग्रेस सांसद ने कहा कि इसमें लिखा है कि सभी के बीच समानता होनी चाहिए, हर धर्म, हर भाषा, हर जाति का आदर होना चाहिए। जब RSS-BJP के लोग संविधान पर आक्रमण करते हैं, तो वे हिंदुस्तान की आवाज पर आक्रमण करते हैं। उन्होंने कहा कि जनता की बात सुनते वक्त भेरे पास एक छोटी सी आवाज आई-जातिगत जनगणना।

कोई भी राष्ट्रपति बने... अमेरिका के इलेक्शन रिजल्ट पर आया जयशंकर का बड़ा बयान

नई दिल्ली, एजेंसी। ट्रंप के जीत के साथ ही सबसे बड़ा सवाल ये कि क्या उनका जीतना भारत के लिए फायदे का सौदा लेकर आएगा। इसे लेकर भारतीय विदेश मंत्री एस जयशंकर से भी सवाल पूछा गया तो उनका जवाब गजब का आया। ऐसे वक्त में जब विश्लेषक अलग अलग अंदाजा लगा रहे हैं। कोई टैरिफ की बात कर रहा है तो कहरवाद को लेकर भारत के साथ आकर खड़े होने वाले डोनाल्ड ट्रंप का भी जमकर जिक्र हो रहा है। डिप्लोमेसी और ट्रेड के बीच डोनाल्ड ट्रंप किसका चुनाव करेंगे ये एक बात है। लेकिन इसे लेकर भारतीय विदेश मंत्री डॉ. एस जयशंकर क्या सोच रहे हैं ये समझना जरूरी है। अमेरिका में राष्ट्रपति चुनाव को लेकर बड़े पैमाने पर डोनाल्ड ट्रंप को भर भर कर वोट पड़ रहे थे तो भारत और अमेरिका के रिश्तों के लिहाज से ट्रंप और हैरिस में



कोन ज्यादा बेहतर है इसे लेकर सवाल तेज हो गए। ऐसा ही सवाल जयशंकर से पूछा गया तो उन्होंने कहा कि भारत ने अमेरिका के पिछले पांच राष्ट्रपतियों के कार्यकाल के दौरान उनके साथ अपने संबंधों में लगातार प्रगति देखी है। जयशंकर ने अपने बयान में कहा कि अमेरिका के साथ भारत के संबंध मजबूत ही होंगे चाहे राष्ट्रपति कोई भी बने। जब अमेरिकी अभी भी वोट डाल रहे थे, जयशंकर ने कहा कि चुनाव से

तंबाकू बैन करने से बच सकती हैं लाखों जिंदगियां

स्मोकिंग से हर साल 80 लाख मौतें, डॉक्टर से जानें क्विट करने के 10 तरीके



सिगरेट पीने से बहुत नुकसान होते हैं। हर साल लाखों लोगों की मौत होती है। 10 से ज्यादा प्रकार के कैंसर होते हैं। दुनिया का हर स्मोकर जानता है कि वो जहर पी रहा है। लेकिन स्मोकिंग के इस नुकसान से बचने का तरीका क्या है? तरीका सिर्फ एक ही है। स्मोकिंग न करना यानी सिगरेट पीना छोड़ देना।

हाल ही में विश्व प्रसिद्ध जर्नल 'द लैंसेट' पब्लिक हेल्थ में पब्लिश एक स्टडी के मुताबिक, अगर साल 2050 तक स्मोकिंग रेट घटकर सिर्फ 5% रह जाए तो इसके अविश्वसनीय नतीजे सामने आ सकते हैं। इससे पुरुषों की जीवन प्रत्याशा 1 साल और महिलाओं की 0.2 साल तक बढ़ सकती है। उम्मीद की बात ये है कि रिसर्चर्स ने अनुमान जताया है कि पूरी दुनिया में साल 2050 तक स्मोकिंग रेट घटकर पुरुषों में 21% और महिलाओं में लगभग 4% तक हो सकता है। यह भी अनुमान जताया है कि अगर सिगरेट छोड़ने के प्रयासों में तेजी दिखाई जाए तो पूरी दुनिया में लोगों की जिंदगी में लगभग 87.6 करोड़ साल और जुड़ सकते हैं।

भारत में स्मोकिंग से हर साल 10 लाख लोगों की मौत

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के मुताबिक, पूरी दुनिया में हर साल सिगरेट पीने की वजह से 80 लाख से ज्यादा लोगों की प्रीमेच्योर मौत होती है। वहीं भारत में हर साल स्मोकिंग के कारण 10 लाख से अधिक लोगों की मौत हो जाती है। इसमें अगर अन्य तंबाकू उत्पादों के सेवन के आंकड़े भी जोड़ दिए जाएं तो भारत में हर साल लगभग 13.5 लाख लोगों की मौत तंबाकू के सेवन के कारण होती है।

भारत में 25.3 करोड़ स्मोकर्स हैं

दुनिया में सबसे अधिक तंबाकू का सेवन करने वाले देशों की लिस्ट में चीन के बाद भारत दूसरे नंबर पर है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक, भारत में 15 वर्ष या उससे अधिक उम्र के 25.3 करोड़ लोग स्मोकिंग करते हैं। इनमें लगभग 20 करोड़ पुरुष हैं और 5.3 करोड़ महिलाएं हैं।

अर्थव्यवस्था को बर्बाद कर रही है सिगरेट

नींद न आने की समस्या बढ़ा सकती है कई बीमारियों का खतरा, अच्छी नींद पाने के लिए क्या करें?

शरीर को स्वस्थ और फिट रखने के लिए अच्छी नींद लेना बहुत आवश्यक माना जाता है। ये मानसिक और शारीरिक दोनों प्रकार की सेहत को ठीक रखने के लिए जरूरी है। डॉक्टर बताते हैं, जिन लोगों की नींद पूरी नहीं होती है उन्हें कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं का खतरा रहता है।



नींद न आने की समस्या के कई कारण हो सकते हैं। मानसिक तनाव या चिंताएं अक्सर दिमाग को इतना सक्रिय कर देती हैं कि व्यक्ति आराम से सो नहीं पाता। इसके अलावा चाय, कॉफी, सिगरेट और अन्य कैफीनयुक्त पदार्थों का सेवन करने वालों को भी नींद विकारों की दिक्कत हो सकती है। अध्ययनों से पता चलता है कि कुछ प्रकार की क्रोनिक बीमारियों जैसे मधुमेह, उच्च रक्तचाप, दिल की बीमारियां और मानसिक रोग के शिकार लोगों की भी नींद अक्सर बाधित रहती है।

नींद की समस्याओं के कारण

नींद न आने की समस्या (अनिद्रा) एक ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति को सोने में कठिनाई होती है या रात में अक्सर उसकी नींद टूट जाती है। नींद की कमी का असर दीर्घकालिक रूप से कई प्रकार की स्वास्थ्य समस्याओं को बढ़ाने वाली हो सकती है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, नींद की बढ़ती समस्याओं के लिए मोबाइल या कंप्यूटर जैसे स्क्रीन का अधिक इस्तेमाल भी माना जा सकता है। इन उपकरणों से निकलने वाली ब्लू लाइट नींद के लिए आवश्यक मेलाटोनिन हार्मोन के उत्पादन को

जब किसी देश में शराब और

सिगरेट बैन करने की मांग होती है तो यह चर्चा भी तेज हो जाती है कि अर्थव्यवस्था का बड़ा हिस्सा इनसे मिल रहे टेक्स पर टिका हुआ है। इसलिए बैन करना आसान नहीं है। जबकि सच यह है कि शराब और सिगरेट के कारण हुई बीमारियों से अर्थव्यवस्था पर बोझ बढ़ता है।

कैसे होती है सिगरेट की शुरुआत

फिल्मों में स्मोकिंग को ग्लैमर, एक्साइटमेंट और बौद्धिकता से जोड़कर दिखाया जाता है। इसलिए किशोर इस ओर आकर्षित होते हैं। अमेरिकन कैंसर सोसायटी के मुताबिक, 10 में से 9 लोग सिगरेट पीने की शुरुआत टीनएज में ही करते हैं। इसलिए जरूरी है कि पेरेंट्स और टीचर्स बच्चों को इस बारे में अवेयर करें।

स्मोकिंग से कौन सी बीमारियां होती हैं

स्मोकिंग के कारण 10 से ज्यादा तरह के कैंसर, हार्ट डिजीज, स्ट्रोक और अस्थिमा का जोखिम होता है। आपको जानकर आश्चर्य होगा कि दुनिया में सबसे अधिक मौतों की वजह कैंसर और हार्ट डिजीज ही हैं।

पूरी दुनिया में हर साल लगभग 6 करोड़ लोगों की मौत होती है। इनमें लगभग 1.80 करोड़ मौतें हार्ट डिजीज के कारण होती हैं और 1 करोड़ मौतों की वजह कैंसर है।

इन सभी बीमारियों और मौतों से बचने का एक ही उपाय है, स्मोकिंग क्विट करना।

सिगरेट क्विट करने के लिए क्या करें?

सभी स्मोकर्स जानते हैं कि सिगरेट का हर एक कश कैसे उनके फेफड़ों और शरीर के सभी अंगों को छलनी कर रहा है। इसके बावजूद वे इसे नहीं छोड़ पाते हैं। इसकी वजह है, सिगरेट में मौजूद 7 हजार से ज्यादा केमिकल कंपाउंड्स और विशेषकर निकोटिन।

ये केमिकल साइकोएक्टिव होते हैं और हमारे नर्वस सिस्टम को कंट्रोल करते हैं। निकोटिन के कारण डोपामाइन केमिकल रिलीज होता है, जो हमें एक साथ एक्टिव, एलर्ट और रिलैक्स मोड में ले जाता है। इसलिए दिमाग सिगरेट का लती हो जाता है। इसके नहीं मिलने पर उलझन, बेचैनी और शंखलाहट होने लगती है।

इसलिए सिगरेट छोड़ने के लिए सही प्लान बनाना जरूरी है। इसके लिए जयपुर के नारायणा हॉस्पिटल में रेडिएशन ऑन्कोलॉजी विभाग की डायरेक्टर डॉ. निधि पाटनी ने कुछ तरीके बताए, आइए ग्राफिक में देखते हैं।

उद्देश्य बनाएं फिर ट्रिगर्स पहचानकर उन्हें अर्वाइड करें

सबसे पहले स्मोकिंग क्विट करने के लिए एक उद्देश्य खोजें। यह कुछ भी हो सकता है, जैसे आप अपने कारण फैमिली या बच्चों को पैसिव स्मोकर नहीं बनने देंगे। आप अपना जीवन कम-से-कम बीमारियों के जोखिम के बीच स्वस्थ तरीके से बिताना चाहते हैं।

खालीपन स्मोकिंग के लिए ट्रिगर पॉइंट है। इसलिए खुद को किसी-न-किसी काम में व्यस्त बनाए रखें। समय मिलने पर कोई फिल्म देख सकते हैं या म्यूजिक सुन सकते हैं।

अगर खाली समय होने पर दिमाग स्मोकिंग की तरफ जाता है तो इस दौरान अपने घर की साफ-सफाई और सजावट का काम कर सकते हैं। आप देखेंगे कि कुछ दिन में ही आपका घर



कितना सुंदर हो गया है। इससे स्मोकिंग का ख्याल भी चला जाएगा। सिगरेट छोड़ने के चलते पहले ही दिमाग स्ट्रेस में होता है। ऐसे में जरूरी

तंबाकू एक ऐसा धीमा जहर है जो न केवल बुजुर्गों बल्कि युवा पीढ़ी को भी अपना शिकार बना रहा है। इसकी लत शरीर को अन्दर ही अंदर खोखला बना देती है। इतना ही नहीं तंबाकू के सेवन और धूम्रपान से कैंसर का खतरा और मृत्यु की आशंका भी बढ़ जाती है। ऐसे में तंबाकू के हानिकारक प्रभावों और उसपर प्रतिबन्ध के फायदों को उजागर करते हुए एक नया अध्ययन जारी किया गया है।

“धूम्रपान-मुक्त” पीढ़ी तैयार कर रहे हैं कई देश

रिपोर्ट के मुताबिक 150 देशों में, 15 वर्ष या उससे अधिक आयु के लोगों के बीच, तंबाकू के उपयोग में सफलतापूर्वक कमी आ रही है। वहीं ज्यादातर देशों में धूम्रपान की दर में भी गिरावट देखने को मिली है। यह तब है कि जब तंबाकू उद्योग सिगरेट और अन्य उत्पादों के उपयोग को बढ़ावा देने के लिए भरसक प्रयास कर रहा है। हालांकि इस कमी के बावजूद स्वास्थ्य संगठन ने चेतावनी दी है कि रततंबाकू महामारी दुनिया के सामने खड़े सार्वजनिक स्वास्थ्य से जुड़े सबसे बड़े खतरों में से एक है, जो अब भी हर साल 80 लाख से ज्यादा जिंदगियों को लील रही है। इनमें से 70 लाख वो हैं जो सीधे तौर पर इसका सेवन करने के कारण शिकार बन रहे हैं। वहीं विडम्बना देखिए कि 13 लाख लोगों की मौत इसलिए हो रही है क्योंकि वो अन्य लोगों द्वारा किए जा रहे धूम्रपान के दौरान निकले धुंए के संपर्क में आते हैं। उल्लूखपूर्वकता ने आगाह किया है कि आने वाले वर्षों में तंबाकू से कहीं ज्यादा मौतें हो सकती हैं।

है कि घर और वर्कप्लेस में स्ट्रेस फ्री माहौल मिले। स्मोकिंग के लिए स्ट्रेस सबसे बड़ा ट्रिगर है। अपने सभी काम एक दिन पहले ही प्लान करें ताकि ऐन मौके पर हड़बड़ी और स्ट्रेस न हो।

अगर स्मोकिंग छोड़ने के कारण बहुत बेचैनी हो रही है या अजीब महसूस हो रहा है तो अपने दोस्तों के साथ या फैमिली के साथ वक्त बितायें। उनसे अपनी मौजूदा मनोदशा के बारे में बात करें और मदद मांगें।

अगर स्मोकिंग क्विट करने के कारण ऑफिस वर्क करना या घर के काम करना मुश्किल हो रहा है तो कुछ दिन का ब्रेक लें। इस दौरान अपनी पसंदीदा जगह जाकर सुकून से रह सकते हैं।

स्मोकिंग क्विट करने से हो रही बेचैनी की भरपाई दूसरे नशे से न करें। इसके लिए शराब या कोई दूसरा नशा विकल्प कभी नहीं हो सकता है। यह एक कुएं से निकलकर दूसरे कुएं में गिरने जैसा है।

स्मोक किए बिना पहला दिन बीतने, एक हफ्ता बीतने, एक महीना बीतने और फिर एक साल बीतने के गोल्स बनाएं। इन माइलस्टोन को हासिल करने पर खुद को किसी ट्रिप या पसंदीदा चीज से रिवॉइ करें।

लाइट जलाते ही आस-पास मंडराने लगते हैं कीड़े तो इन उपायों से पाएं इनसे छुटकारा



एक बार उनके आने के बाद आप भले ही लाइट बंद कर दें लेकिन उसके बाद भी एक कीड़े बल्ब के आसपास चिपके रहते हैं। आज-कल के मौसम में तो ये कीड़े इतनी ज्यादा हो गए हैं कि खाना पीना तक मुश्किल हो गया है। ऐसे में हर कोई इनसे छुटकारा पाने का तरीका ढूँढ रहा है। अगर आप भी इन कीड़ों से छुटकारा पाना चाहते हैं तो हम यहां आपको इसके लिए कुछ आसान तरीके बताते जा रहे हैं। हमारे बताए हुए टिप्स को फॉलो करके आप इन गंदे कीड़ों से छुटकारा पा सकते हैं। इसके लिए आपको ज्यादा कुछ मेहनत करने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

नीम का तेल

नीम का तेल एक प्राकृतिक कीटनाशक है। इसे पानी में मिलाकर छिड़कने से कीड़े दूर भागते हैं। तो यदि आपके घर में शाम के वक्त कीड़े आ जाते हैं तो इस नुस्खे को अपनाएं।

लौंग और दालचीनी

इनकी गंध कीड़ों को दूर रखती है। ऐसे में यदि आपके घर में शाम होते ही कीड़े मंडराने लगते हैं तो

इन दोनों चीजों को घर के कोनों में रखें, ताकि कीड़े इसकी गंध से दूर भागेंगे।

साबुन का पानी

साबुन और पानी का मिश्रण कीड़ों को मारने में मददगार होता है। इसे तैयार करने के बाद सीधे कीड़ों पर छिड़कें। इससे वो या तो भाग जाएंगे या तुरंत ही मर जाएंगे।

बैकिंग सोडा और चीनी

जिस जगह पर कीड़े ज्यादा आते हों, वहां इस मिश्रण को रखें। इसके इस्तेमाल के लिए इन्हें एक समान मात्रा में मिलाकर इसे कीड़ों के रास्तों पर रखें। चीनी कीड़ों को आकर्षित करेगी, और बैकिंग सोडा उन्हें मार देगा।

कपूर

पूजा में इस्तेमाल होने वाला कपूर घर से कीड़ों को भगाने के लिए भी बेहद कारगर है। इसके इस्तेमाल के लिए कपूर का पाउडर, तेल या फिर कपूर को जलाकर भी कीड़ों को भगा सकते हैं। इसके अलावा आप कपूर का पाउडर या तेल स्प्रे पंप में भरकर छिड़काव कर सकते हैं।

शरद पवार लेने जा रहे राजनीति से संन्यास! संजय राउत बोले- ऐसा पहली बार नहीं हुआ है, लेकिन...

मुंबई, एजेंसी। शरद पवार के सक्रिय राजनीति से संन्यास लेने के संकेत पर, शिव सेना (यूबीटी) के नेता संजय राउत का बयान सामने आता है। संजय राउत ने कहा कि ऐसा पहली बार नहीं हुआ है। पवार साहब ने उल्लेख किया है कि वह संन्यास लेना चाहते हैं, लेकिन उनके समर्थक और उन्हें चाहने वाले उनसे संन्यास न लेने का आग्रह करते हैं। उन्होंने कहा कि देश में ऐसा कोई दूसरा राजनेता नहीं है जिसके पास 60 साल का संसदीय अनुभव हो। वह हमारे लिए प्रेरणास्रोत बने हुए हैं। राधवादी कांग्रेस पार्टी (सपा)



प्रमुख शरद पवार ने मंगलवार को राजनीति से संन्यास लेने का संकेत दिया। वरिष्ठ राजनेता ने कहा कि उन्होंने 14 बार चुनाव लड़ा है और नई पीढ़ी को जिम्मेदारी सौंपने की

जरूरत पर जोर दिया। पवार ने पार्टी उम्मीदवार और पोते युगेंद्र पवार के लिए प्रचार करने के लिए बारामती की अपनी यात्रा के दौरान यह टिप्पणी की, जो 20 नवंबर को होने वाले

महाराष्ट्र विधानसभा चुनाव में अपने चाचा अजीत पवार से मुकामला करेंगे। पवार ने कहा कि राज्यसभा का कार्यकाल पूरा होने के बाद वह इस

राहुल गांधी के आरक्षण वाले बयान पर भड़की भाजपा, कहा- इसी वजह से लोग उन्हें नेता नहीं मानते

नई दिल्ली, एजेंसी। राहुल गांधी ने तेलंगाना में अपने एक बयान में कहा है कि कांग्रेस सरकार 50 प्रतिशत आरक्षण की कृत्रिम बाधा को खत्म कर देगी। अब राहुल गांधी के इस बयान पर भाजपा का पलटवार सामने आया है। भाजपा के वरिष्ठ नेता और मध्य प्रदेश सरकार के मंत्री कैलाश विजयवर्गीय ने राहुल गांधी पर निशाना साधते हुए कहा कि इसी वजह से लोग राहुल गांधी को गंभीरता से नहीं लेते हैं।



कैलाश विजयवर्गीय ने राहुल गांधी के बयान पर कहा कि 'राजनीति और नौटंकी अलग-अलग चीजें हैं। नौटंकीबाज कभी भी राजनीति में सफल नहीं हो सकता। राजनीति एक गंभीर विषय है और राहुल गांधी में

कभी भी गंभीरता नहीं दिख सकती। यही वजह है कि जनता उन्हें नेता के तौर पर स्वीकार नहीं कर पा रही है। हम आरक्षण के खिलाफ नहीं हैं,

लेकिन राहुल गांधी समाज को जाति के नाम पर बांटना चाहते हैं, वे जातीय जनगणना के नाम पर राजनीति कर रहे हैं।'

आईआईएमसी के पूर्व महानिदेशक प्रो .द्विवेदी ने आशुतोष मिश्र को भेजा मानहानि का नोटिस

भोपाल। चंडीगढ़ के श्री आशुतोष मिश्र को माखनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता एवं संचार विश्वविद्यालय के प्रोफेसर संजय द्विवेदी ने मीडिया में मिथ्या मानहानिकारक प्रसारण के लिए कानूनी नोटिस भेजा है। प्रोफेसर द्विवेदी भारतीय जन संचार संस्थान (आईआईएमसी) के महानिदेशक भी रहे हैं।

प्रो. द्विवेदी ने अपने अधिवक्ता प्रमोद सक्सेना के माध्यम से भेजे गए

NOTICE मानहानी

नोटिस में श्री मिश्र को मीडिया में मिथ्या एवं मानहानि कारित करने वाले कतिपय सूचनाओं का सात दिन के अंदर खंडन करने की चेतावनी जारी की है। समाचार पत्रों में मिथ्या एवं झूठी खबरों के खंडन ना होने की

स्थिति में प्रो.संजय द्विवेदी ने मानहानि का आपराधिक प्रकरण दर्ज कराने की चेतावनी भी दी है। उल्लेखनीय है कि चंडीगढ़ के श्री आशुतोष मिश्र पिछले लंबे समय से प्रोफेसर द्विवेदी के विरुद्ध विभिन्न मीडिया चैनलों - पत्रों में मिथ्या एवं झूठी खबरों को प्रसारित करने का कार्य करते रहे हैं और न्यायालयों में मुकदमा चलाते रहे हैं, जिसमें कई सारे मामले खारिज हो चुके हैं।

कर्नाटक के मुख्यमंत्री सिद्धारमैया से एमयूडीए मामले में पूछताछ, लोकायुक्त पुलिस के सामने हुए पेश

बंगलूरु, एजेंसी। कर्नाटक के मुख्यमंत्री सिद्धारमैया मैसूर शहरी विकास प्राधिकरण (एमयूडीए) स्थल आवंटन मामले में पूछताछ के लिए लोकायुक्त पुलिस के सामने पेश हुए। लोकायुक्त पुलिस की प्राथमिकी में आरोपी संख्या एक के रूप में नामित मुख्यमंत्री पर एमयूडीए द्वारा उनकी पत्नी पार्वती बीएम को 14 जगहों का आवंटन किए जाने में

अनियमितताओं का आरोप है। 25 अक्टूबर को उनकी पत्नी से पूछताछ की गई थी, जिन्हें आरोपी संख्या दो बनाया गया है। सिद्धारमैया, उनकी पत्नी, उनके साले मल्लिकार्जुन स्वामी, देवराजू और अन्य का नाम मैसूर स्थित लोकायुक्त पुलिस द्वारा 27 सितंबर को दर्ज की गई प्राथमिकी में दर्ज है। देवराजू से स्वामी ने जमीन खरीदकर पार्वती को उपहार में दी

थी। स्वामी और देवराजू पहले ही लोकायुक्त पुलिस के समक्ष पेश हो चुके हैं। इस बीच विपक्षी दल भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने सिद्धारमैया के इस्तीफे की मांग को लेकर विरोध प्रदर्शन किया। भाजपा विधायक टीएस श्रीवत्स के नेतृत्व में प्रदर्शनकारियों ने सिद्धारमैया की आलोचना की और उनसे मुख्यमंत्री पद से इस्तीफा देने तथा जांच का

सामना करने को कहा। इस बीच कर्नाटक हाईकोर्ट ने मंगलवार को आरटीआई (सूचना का अधिकार) कार्यकर्ता स्नेहमयी कृष्णा की दायर उस रिट याचिका पर सिद्धारमैया और अन्य को नोटिस जारी किया, जिसमें मामले में जांच का जिम्मा केंद्रीय अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) को सौंपने का निर्देश देने का अनुरोध किया गया था। कोर्ट मामले में अगली

सुनवाई 26 नवंबर को करेगी। दरअसल, मुख्यमंत्री ने एमयूडीए स्थल आवंटन मामले के संबंध में एकल न्यायाधीश पीठ के फैसले को चुनौती देते हुए 24 अक्टूबर को हाईकोर्ट की खंडपीठ के सामने अपील की थी। इससे पहले न्यायमूर्ति एम. नागप्रसन्ना की पीठ ने 24 सितंबर को मुख्यमंत्री की उस याचिका को खारिज कर दिया था।

पुलिसिया स्वैग में नजर आई दीपिका पादुकोण, निर्माताओं ने जारी किया 'लेडी सिंघम' ट्रेक

'सिंघम अगेन' के निर्माताओं ने फिल्म के प्रदर्शन को देखते हुए दीपिका पादुकोण के किरदार के लिए एक विशेष ट्रेक रिलीज किया है। 'लेडी सिंघम' नाम के इस ट्रेक में दीपिका अपना पुलिसिया स्वैग दिखाती हुई नजर आती हैं।

रोहित शेट्टी की फिल्म 'सिंघम अगेन' सिनेमाघरों में धूम मचा रही है। फिल्म को लेकर प्रशंसकों में जबर्दस्त उत्साह देखने को मिल रहा है। बॉक्स ऑफिस पर फिल्म ने अब तक 153.37 करोड़ रुपये का कलेक्शन कर लिया है। 'सिंघम अगेन' की सफलता के बाद, निर्माताओं ने 'लेडी सिंघम' नाम का एक नया ट्रेक जारी किया है, जिसमें दीपिका पादुकोण पुलिस अधिकारी शक्ति शेट्टी की शक्तिशाली भूमिका में नजर आ रही हैं। एक्स पर पोस्ट साझा करते हुए निर्माताओं ने लिखा, "रूतबा कडक, किरदार बेधड़क।"

दीपिका पादुकोण का 'लेडी सिंघम' अवतार

निर्माताओं ने फिल्म के अच्छे प्रदर्शन को ध्यान में रखते हुए दीपिका पादुकोण के 'लेडी सिंघम' अवतार के लिए एक विशेष ट्रेक रिलीज किया है। इस ट्रेक में 'लेडी सिंघम' बैकग्राउंड में बज रहा है और 'शक्ति शेट्टी' (दीपिका पादुकोण) अपने पुलिसिया स्वैग में नजर आ रही हैं।

दीपिका का दिखा स्वैग

ट्रेक के शुरुआत में दीपिका अपनी पुलिस कार से स्ट्राइल में उतरती हैं, जैसे अजय देवगन सिंघम में एंट्री लेते हैं। ट्रेक में दीपिका और अजय के क्लिप बारी-बारी से दिखाए गए हैं, जिससे उन दोनों की समानताओं के प्रदर्शित किया जा सके। इस ट्रेक में दीपिका का डायलॉग "मैं सिंघम नहीं लेडी सिंघम है रे" भी सुनने को मिलता है। फिल्म के अन्य एक्शन दृश्यों के साथ दीपिका का एक्शन सीक्वेंस भी देखने को मिलते हैं।

स्टार पॉवर ने खींचा ध्यान

संतोष वेंकी द्वारा गाए गए इस ट्रेक में रवि वसरकर का संगीत और कुमार के बोल हैं, जो दीपिका के साहसी और उग्र पुलिस अधिकारी व्यक्तित्व को वखूबी दर्शाते हैं। अजय देवगन, रणवीर सिंह, अक्षय कुमार, टाइगर श्रॉफ, दीपिका पादुकोण, करीना कपूर खान और अर्जुन कपूर जैसे सितारों से सजी इस फिल्म ने अपनी स्टार पावर के चलते काफी ध्यान आकर्षित किया है।

'भूल भुलैया 3' से बॉक्स ऑफिस पर हो रहा सामना

अजय देवगन की 'सिंघम अगेन' बॉक्स

ऑफिस पर कार्टिक आर्यन की 'भूल भुलैया 3' से सामना कर रही है। 'भूल भुलैया 3' भी बॉक्स ऑफिस पर शानदार प्रदर्शन कर रही है। कार्टिक की फिल्म ने अब तक बॉक्स ऑफिस से 137 करोड़ रुपये बटोर लिए हैं। दोनों फिल्मों एक दूसरे से आगे निकलने की होड़ में लगी हुई हैं।



वरुण धवन और सामंथा अर्पिनीत 'सिटाडेल: हनी बनी' वेब सीरीज जल्द ही ओटीटी पर रिलीज होने वाली है। शो को लेकर लोगों में काफी उत्सुकता है। हाल ही में इस शो का मुंबई में प्रीमियर रखा गया था, जिसमें फिल्म इंडस्ट्री के कई मशहूर सितारे नजर आए थे। हालांकि, सबसे हैरानी की बात यह थी कि इस कार्यक्रम में साकिब सलीम नजर नहीं आए।

प्रीमियर पर क्यों नहीं शामिल हुए साकिब?

प्रीमियर पर शामिल न होने के लेकर तमाम तरह के कयास लगने शुरू हो गए हैं। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक अभिनेता कथित तौर पर ट्रेलर में नजर न आने की वजह से नाखुश है। इसी वजह से उन्होंने हालिया कार्यक्रम से परहेज रखा। ताजा जानकारी के अनुसार साकिब इस समय गोवा में हैं।

शो के प्रचार से बनाई दूरी

मीडिया रिपोर्ट्स में ऐसा अनुमान लगाया जा रहा है कि साकिब की नाराजगी सबसे पहले इस बात से शुरू हुई कि ट्रेलर में उनका किरदार आखिर क्यों नहीं दिखाया गया? साथ ही, उन्हें सभी प्रकार गतिविधियों से भी दूर रखा गया है। अभिनेता ने भी अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर इस शो का अब तक कोई भी प्रचार नहीं किया है।

किसके लिए किया सोशल मीडिया पोस्ट

सिटाडेल की बात करें तो यह वेब सीरीज



इसके अलावा साकिब ने इंस्टाग्राम पर हाल ही में एक पोस्ट भी शेयर की थी, जिसमें उन्होंने अप्रिय परिस्थितियों को शालीनता से संभालने के बारे में बताया था। लोग इसे सिटाडेल की टीम के साथ मनमुटाव से जोड़ते हुए देख रहे हैं।

इस दिन होगा सिटाडेल का प्रीमियर

अमेजन प्राइम

वीडियो पर आने वाली है। इसे सीता आर मेनन ने राज और डीके के साथ मिलकर लिखा है। इसका निर्माण डी2आर फिल्म्स, अमेजन एमजीएम स्टूडियोज की ओर से किया गया है। रूसो ब्रदर्स इस शो के कार्यकारी निर्माताओं में से एक हैं। यह शो 7 नवंबर को प्रीमियर के लिए तैयार है।

स्वामी, प्रकाशक व मुद्रक प्रभात पांडेय द्वारा साई ऑफसेट प्रिंटर्स 40, वासुदेव भवन कैसरबाग, लखनऊ (उत्तर प्रदेश) से मुद्रित एवं 2/74, विक्रान्त खंड, गोमती नगर, लखनऊ से प्रकाशित। शाखा कार्यालय: S-15/109, सेक्टर -15, इंदिरा नगर, लखनऊ। समस्त लेख, रचनाओं एवं विज्ञापन में लेखन और विज्ञापनदाताओं के अपने विचार हैं। इसके लिए आर्यावर्त क्रांति की कोई जिम्मेदारी नहीं है। किसी भी विवाद की स्थिति में न्याय क्षेत्र लखनऊ, उत्तर प्रदेश ही होगा।

RNI No: UPHIN/2014/57034

*सम्पादक: प्रभात पांडेय

सम्पर्क: 9839909595, 8765295384

Email: aryavartkrantidainik@gmail.com