आवश्यकता
पंजाब के हर शहर व कस्बे से
वंदे भारत 24
के लिए पत्रकारों की जरूरत है।
चाहवान सम्पर्क कर सकते है।
मोब. 97814-00247
97804-00247
E-mail : info@vandebharat24.com

जालंधर, सोमवार 10 मार्च 2025

वंदे भारत 24
भारत के मन की बात

@vandebharat24 | vandebharat24 | @vandebharat24news | www.vandebharat24.com

भारत बना चैंपियंस ट्रॉफी का बेताज बादशाह

न्यूजीलैंड से 25 साल पुराना बदला लिया; 12 साल का सूखा भी खत्म

जालंधर (हर्ष शर्मा) : भारतीय स्पिनर्स की कसी हुई गेंदबाजी के बाद रोहित शर्मा की कप्तानी पारी की बदौलत टीम इंडिया ने चैंपियंस ट्रॉफी 2025 का खिताब अपने नाम कर लिया है। फाइनल में भारत ने न्यूजीलैंड को 4 विकेट से हराया।

इसके साथ ही भारतीय टीम ने इतिहास भी रच दिया है। भारतीय टीम अब सबसे ज्यादा चैंपियंस ट्रॉफी जीतने वाली टीम बन गई। इससे पहले भारत-ऑस्ट्रेलिया के नाम 2-2 खिताब थे।

25 साल पुरानी हार का बदला लिया

इतना ही नहीं टीम इंडिया ने न्यूजीलैंड से 25 साल पुरानी हार का बदला भी ले लिया है। चैंपियंस ट्रॉफी 2000 के फाइनल में कीवियों ने भारत को मात दी थी। भारतीय टीम ने आखिरी बार 2013 में महेंद्र सिंह धोनी की कप्तानी में चैंपियंस ट्रॉफी जीती थी। ऐसे में रोहित शर्मा ने 12 साल का सूखा खत्म कर दिया है।

दुबई में खेले गए फाइनल मैच की बात करें तो टॉस जीतकर पहले बल्लेबाज करने उतरी न्यूजीलैंड टीम ने 50 ओवर में 7 विकेट खोकर 251 रन बनाए। जवाब में भारतीय टीम ने 49 ओवर में 6 विकेट खोकर 254 रन बना दिए।

भारत की शानदार शुरुआत

ओपनर रोहित शर्मा और शुभमन गिल ने भारतीय टीम को तगड़ी शुरुआत दिलाई। दोनों के बीच पहले विकेट के लिए 105 रनों की पार्टनरशिप हुई। 19वें ओवर में गिल कैच आउट हुए। उन्होंने 50 गेंदों का सामना किया और 1 छक्के की मदद से 31 रन बनाए। अगले ही ओवर में भारत को दूसरा झटका लगा। इन फॉर्म विराट कोहली का बल्ला नहीं चला। विराट ने 2 गेंदों का सामना किया और 1 रन बनाया।

शतक से चूके रोहित शर्मा

शतक की ओर बढ़ रहे कप्तान रोहित शर्मा गलत शॉट खेलकर स्टंपिंग हुए। हिटमैन ने 83 गेंदों का सामना किया और 76 रन बनाए। अपनी इस पारी में रोहित ने 7 चौकों की साथ ही 3 छक्के भी लगाए। रोहित का विकेट गिरने के बाद श्रेयस अय्यर और अक्षर पटेल ने 61 रन जोड़े। फिफ्टी के करीब पहुंच चुके अय्यर 39वें ओवर में कैच आउट हुए। उन्होंने 62 गेंदों का सामना किया और 2 चौके-2 छक्के की बदौलत 48 रन की पारी खेली।

दुबई में Rohit Sharma ने हासिल की अनोखी उपलब्धि, स्कॉटलैंड के बल्लेबाज को छोड़ा पीछे

भारत के कप्तान रोहित शर्मा ने रविवार, 9 मार्च को दुबई इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में एक अनोखी उपलब्धि हासिल की। न्यूजीलैंड के खिलाफ 2025 चैंपियंस ट्रॉफी के फाइनल के दौरान 4 रन बनाते ही स्कॉटलैंड के खिलाड़ी को पीछे छोड़ा।

भारतीय कप्तान रोहित शर्मा ने स्कॉटलैंड के रिची बेरिंगटन को पीछे छोड़ते हुए इस वेन्यू पर सबसे ज्यादा रन बनाने वाले खिलाड़ी बने। 37 साल के रोहित को बेरिंगटन को पीछे छोड़ने के लिए केवल चार की जरूरत थी, जब वह टारगेट चेज करने आए तो उन्होंने यह उपलब्धि हासिल की।

सिक्स लगाकर हासिल की उपलब्धि

पहले ही ओवर की दूसरी गेंद पर काइल जैमीसन की गेंद पर स्क्वायर लेग पर सिक्स लगाकर यह अनोखी उपलब्धि हासिल की। रोहित शर्मा ने आउट होने से पहले 76 रन की पारी खेली। वह स्टंप्स आउट हुए। इसके अलावा रोहित शर्मा ने एक और उपलब्धि हासिल की।

न्यूजीलैंड के खिलाफ वनडे में सर्वाधिक रन (भारतीय)

सचिन तेंदुलकर- 1750 रन
विराट कोहली- 1657 रन
वीरेंद्र सहवाग- 1157 रन
मोहम्मद अजहरुद्दीन- 1118 रन
सौरव गांगुली- 1079 रन
राहुल द्रविड़- 1032
रोहित शर्मा- 1032

गिल के साथ की 105 रन की साझेदारी

मैच की बात करें तो न्यूजीलैंड ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 50 ओवर में 251 रन बनाए। डेरिल मिचेल और ब्रेसवेल ने अर्धशतकीय पारी खेली। भारत की तरफ से कुलदीप और वरुण चक्रवर्ती ने दो-दो विकेट चटकाए। लक्ष्य का पीछा करते हुए गिल और रोहित के बीच 105 रन की साझेदारी हुई।

ऐसा रहा है रोहित का प्रदर्शन

रोहित शर्मा ने चैंपियंस ट्रॉफी के फाइनल में अपनी पारी के दौरान कीवी टीम के खिलाफ 1000 रन भी पूरे किए। रोहित को इस खास मुकाम पर पहुंचने के लिए सिर्फ तीन रन की जरूरत थी। ऐसा करने वाले वह सातवें भारतीय बल्लेबाज बन गए। रोहित ने वनडे में कीवी के खिलाफ दो शतक और छह अर्धशतक लगाए हैं।

दुबई में वनडे मैचों में सर्वाधिक रन

रोहित शर्मा- 10 पारी में 497
रिची बेरिंगटन-11 पारी में 424 रन
जॉर्ज मुन्से- 9 पारी में 395
मोहम्मद हफीज-14 पारी में 379
बाबर आजम- 7 पारी 358

HAKIM TILAK RAJ KAPOOR HOSPITAL PVT. LTD.
NEAR FOOTBALL CHOWK, JALANDHAR | Call/Whatsapp No. +91-95015-02525

आयुर्वेदिक एवं यूनानी दवाइयों तथा पंचकर्मा द्वारा हर बीमारी के सफल इलाज के लिए मिलें।
Dr. Nuvneet Kapoor
B.A.M.S., M.D (H.T.R.K.)
Ph.: 0181-5092525
Website : www.hakimtilakraj.in

आवश्यकता पंजाब के हर शहर व कस्बे से पत्रकारों की जरूरत है। चाहवान सम्पर्क कर सकते है। मोब. 97814-00247 97804-00247

शिअद में बगावत : जत्थेदारों को हटाने पर घमासान, क्यों मजीठिया पर भड़के भूंदड़? सुखबीर के खिलाफ साजिश का आरोप

जालंधर (हर्ष शर्मा) : शिरोमणि अकाली दल के वरिष्ठ नेता बिक्रम सिंह मजीठिया ने अंतरिम कमेटी द्वारा श्री अकाल तख्त साहिब के जत्थेदार ज्ञानी रघबीर सिंह और श्री केशगढ़ साहिब के जत्थेदार ज्ञानी सुलतान सिंह को हटाए जाने के फैसले पर असहमति जताई है। मजीठिया ने कहा कि श्री अकाल तख्त साहिब का सम्मान सर्वोपरि है। मजीठिया ने कहा कि अकाल तख्त साहिब द्वारा जन्मी क्षेत्रीय पार्टी शिरोमणि अकाली दल को आज एकजुट होने की जरूरत है।

अकाली दल और सुधार लहर के नेताओं की आपसी गुटबाजी के कारण आज दल कई साजिशों का शिकार हो रहा है। मजीठिया ने कहा कि अकाली दल की मजबूती के लिए सभी नेताओं को एकजुट होकर एक मंच पर आकर इसका समाधान निकालने की जरूरत है। अंतरिम कमेटी के फैसले पर मजीठिया के साथ शरणजीत सिंह ढिल्लों, अकाली दल के कोर कमेटी के सदस्य

लखबीर सिंह लोधीनंगल, अजनाला हलका इंचार्ज जोध सिंह समरा, मुकेरिया हलका इंचार्ज सरबजोत सिंह साबी, गुरदासपुर जिला प्रधान रमनदीप सिंह संधू और युवा नेता सिमरनजीत सिंह ढिल्लों ने भी असहमति जताई है।

शिरोमणि अकाली दल के कार्यकारी अध्यक्ष बलविंदर सिंह भूंडड़ ने अकाली नेता बिक्रम सिंह मजीठिया और उनके साथियों की ओर से जारी किए गए बयान को साजिश बताया है। भूंडड़ ने कहा कि मजीठिया के बयान से पार्टी के सबसे वरिष्ठ व बुजुर्ग नेताओं को गहरी ठेस पहुंची है। भूंडड़ ने कहा कि मजीठिया ने एसजीपीसी के फैसले पर सवाल उठाकर गलत किया है। इस कमेटी के पहले अध्यक्ष मजीठिया के परदादा सुंदर सिंह मजीठिया थे, जिन्होंने इसकी नींव रखी थी। एसजीपीसी का फैसला लंबे विचार-विमर्श के बाद लिया गया है। मजीठिया को हरसिमरत कौर बादल ने बचपन से पाला और बादल परिवार का हिस्सा होने के नाते उन्हें बड़े सम्मान मिले। सुखबीर सिंह बादल ने मुश्किल समय में मजीठिया की मदद की, लेकिन अब मजीठिया ने उनके खिलाफ नई साजिश कर रहे हैं।

भूंडड़ ने यह भी कहा कि मजीठिया को पूर्व सीएम प्रकाश सिंह बादल के योगदान को मानते हुए उनके मार्गदर्शन में पार्टी की धारा के साथ खड़ा होना चाहिए था। वह विरोधियों की साजिशों का हिस्सा बनने के बजाय इनका मुकाबला मिलकर करें। पार्टी के हर नेता व कार्यकर्ता को अपने विचार रखने का पूरा अधिकार है, लेकिन मजीठिया का बयान अस्वीकार्य है।

हरियाणा के सिख अकाली दल के साथ- बलदेव कैमपुरी

हरियाणा सिख पंथ दल के प्रमुख बलदेव सिंह कैमपुरी ने कहा, हरियाणा के सिख अकाली दल के साथ हैं। भाजपा की कठपुतलियां पार्टी को कमजोर करने में जुटी हैं। कैमपुरी ने कहा कि हरियाणा की सिख संगत समझती है कि जत्थेदारों को हटाने सहित हाल के फैसले एसजीपीसी द्वारा पंथ के हित में क्यों लिए गए हैं।

यह भी समझते हैं कि यह निर्णय पंथ को मजबूत करने और उन लोगों को रोकने के लिए किया गया है जो केंद्रीय एजेंसियों के हाथों की कठपुतलियां बने हुए हैं। एसजीपीसी के साथ-साथ अकाली दल को कमजोर करने और सिख समुदाय को बांटने की कोशिश कर रहे थे। कैमपुरी ने पार्टी से इस्तीफा देने का दावा करने वाले नेताओं को बारे में कहा कि इन नेताओं को अकाली दल ने पहले ही बाहर का रास्ता दिखा दिया है, क्योंकि उन्होंने हरियाणा गुरुद्वारा चुनावों के दौरान पार्टी के साथ विश्वासघात किया था।

नेताओं ने आरएसएस द्वारा प्रायोजित उम्मीदवारों को समर्थन देकर पहले ही साबित कर दिया था कि वे पार्टी के प्रति वफादार नहीं हैं। वे किसी भी तरह से अकाली नहीं हैं।

जालंधर में 13 मार्च को खेली जाएगी फूलों की होली, समीर शर्मा देंगे प्रस्तुति

जालंधर (हर्ष शर्मा) : जालंधर के न्यू लक्ष्मीपुरा के महाराजा अग्रसेन पार्क में अग्रवाल सभा की तरफ से फूलों की होली का कार्यक्रम रखा गया है। यह कार्यक्रम शाम साढ़े 6 बजे से शुरू होगा।

इसमें समीर शर्मा अपनी प्रस्तुति देंगे। वहीं 8 बजे से होलिका दहन का आयोजन करवाया जाएगा। फूलों की होली के लिए बंटू सभ्रवाल, राजीव सूरी, गगन चानना, हरीश जेई, हैप्पी थापर, विकास मानन, विक्रम चोपड़ और अवनिशा अग्रवाल ने सभी को आमंत्रित किया।

जत्थेदारों के सेवामुक्त करने पर सिख संगठन करेंगी विरोध, नए तख्तपोशी रद्द कराने की मांग

जालंधर (अंशु कपूर) : नए जत्थेदारों की तख्तपोशी का कुछ सिख जत्थेबंदिया विरोध करेंगी। उन्होंने सिंह साहिबानों को बदलने का विरोध किया है और लोगों से श्री आनंदपुर साहिब पहुंचने की अपील की है। इस मामले पर संत सिपाही सेवा सोसायटी जत्थेबंदी के दविंदर सिंह सभी को श्री आनंदपुर साहिब पहुंचने की अपील की है और नए जत्थेदारों की तख्तपोशी रद्द कराने की मांग की है।

संत सिपाही सेवा सोसायटी के दविंदर सिंह ने कहा कि बीते दिन ही 3 जत्थेदारों को सेवामुक्त कर दिया गया है। अब चुप रहने का मौका नहीं है। मेरे सभी सिख संगत से निवेदन है कि कल श्री आनंदपुर साहिब पहुंचे और नए जत्थेदारों का प्रोग्राम कैंसिल करवाएं और अपने पुराने जत्थेदारों की दोबारा बहाली करवाएं।

उन्होंने आगे कहा कि जत्थेदार लिफाफों से निकाले जाते हैं, आओ इस कथन को नकार दिए और बता दें कि जत्थेदार संगत की आशीषों से तख्तों पर बैठते हैं। इसलिए मेरी सभी सिख जत्थेबंदियो से अपील है कि वह आनंदपुर साहिब की पवित्र धरती पर आएं और पुराने जत्थेदारों को बहाल किया जाए।

चिकन खाने वाले लोग सावधान हो जाएं! H5N1 वायरस का खतरा बढ़ा, पंजाब समेत 9 राज्यों में अलर्ट जारी

जालंधर(पवन कश्यप) : बर्ड फ्लू के बढ़ते खतरे को लेकर पंजाब समेत कई राज्यों में अलर्ट जारी कर दिया गया है। जानकारी के अनुसार, केंद्र सरकार के डेयरी एवं पशुपालन विभाग की ओर से अलर्ट जारी किया गया है। बता दें कि केंद्र सरकार डेयरी और पशुपालन विभाग ने पंजाब समेत 9 राज्यों में बर्ड फ्लू का अलर्ट जारी किया है।

एच5एन1 वायरस के बढ़ते खतरे के संबंध में भी अलर्ट जारी किया गया है। अलर्ट में कहा गया है कि संक्रमित चिकन खाने से लोग वायरस से संक्रमित हो सकते हैं। इस वायरस के लक्षणों में खांसी, जुकाम और नाक से खून आना शामिल हैं।

जालंधर के गुरु नानकपुरा में सुबह-सुबह पुलिस की रेड, लोगों में मचा हड़कंप

जालंधर (अंशु कपूर) : जालंधर में नशा तस्करों के खिलाफ पुलिस की कार्रवाई जारी है। इसी सिलसिले में गुरु नानकपुरा ईस्ट इलाके में पुलिस ने सुबह-सुबह रेड की। 100 से ज्यादा पुलिसकर्मियों ने रामामंडी थाने के इंचार्ज परमिंदर सिंह के नेतृत्व में यह रेड की। पुलिस की इस रेड के बाद लोगों में हड़कंप मच गया।

नशा तस्करों के घर की तलाशी ली

इस रेड के दौरान पुलिस ने दो नशा तस्करों के घर की तलाशी ली। फिलहाल पुलिस नशीले पदार्थों और तस्करों की गिरफ्तारी को लेकर मामले की जांच कर रही है। इससे पहले भी जालंधर में पुलिस की तरफ से दूसरे जगहों पर रेड की जा चुकी है और कई नशीले पदार्थ भी बरामद किए जा चुके हैं।

नशे कि विरुद्ध कार्रवाई : पंजाब सरकार राज्य में नशे को लेकर काफी सख्त है। नशे को रोकने के लिए मुख्यमंत्री भगवंत मान ने पुलिस अधिकारियों के साथ मीटिंग की। जिसमें सभी पुलिस अधिकारियों को उनके इलाके में नशे के खिलाफ एक्शन लेने को कहा है। जिसके बाद ही पंजाब के अलग-अलग इलाकों में नशा तस्करों के खिलाफ कार्रवाई की जा रही है।

गिराए जा रहे हैं नशा तस्करों के घर

आपको बता दें कि पुलिस ने नशा तस्करों के खिलाफ जंग छेड़ी हुई है। इस दौरान नशा तस्करों के बनाए गए घरों को बुल्डोजर गिराया जा रहा है। तो वहीं पुलिस अधिकारी भी नशा तस्करों को चेतावनी दे रहे हैं कि वह या तो नशा छोड़ दें या फिर पंजाब छोड़ दें। क्योंकि राज्य में नशे को जड़ से खत्म कर दिया जाएगा।

क्या हुआ तेरा वादा : दिल्ली में भाजपा ने किया बड़ा एलान

तो पंजाब में गर्मी से पहले ही चढ़ गया सियासी पारा

जालंधर (हर्ष शर्मा) : दिल्ली में कैबिनेट ने महिला समृद्धि योजना को मंजूरी दी है, जिसके तहत भाजपा सरकार महिलाओं को प्रति महीने 2500 रुपये दिए जाने की अपनी गारंटी पर एक कदम आगे बढ़ गई है। इसे लेकर पंजाब में सियासत गरमा गई है। विपक्ष ने सत्तासीन आम आदमी पार्टी पर महिलाओं के लिए प्रति महीने एक हजार रुपये की गारंटी पूरी न करने के चलते हमला बोला है।

नेता प्रतिपक्ष प्रताप सिंह बाजवा ने कहा कि सीएम भगवंत मान ने 2022 में सत्ता में आने से पहले प्रदेश की एक करोड़ महिलाओं से हर महीने एक हजार रुपये आर्थिक मदद देने की घोषणा की थी। सरकार को तीन साल हो गए हैं, लेकिन अब तक महिलाओं से किया वादा पूरा नहीं किया गया। आम आदमी पार्टी पर महिलाओं का 36 हजार करोड़ रुपये के रूप में कर्ज बकाया है। 18 साल से अधिक उम्र की महिलाओं को 1000 रुपये प्रति माह वजीफा देने का आप सरकार का बहुचर्चित कार्यक्रम लंबे समय से लंबित है। बाजवा ने कहा कि वह आगामी पंजाब विधानसभा के बजट सत्र में इस मुद्दे को उठाएंगे। बाजवा ने कहा कि आप सरकार को महिलाओं को तीन साल का बकाया देने के लिए तैयार रहना चाहिए, क्योंकि मूल वादा सरकार बनाने के बाद इसे शुरू करने का था।

लोगों से झूठे वादे कर सत्ता में आई आप- भाजपा

भारतीय जनता पार्टी पंजाब के उपाध्यक्ष सुभाष शर्मा ने कहा कि आम आदमी पार्टी लोगों से झूठे वादे करके सत्ता में आई थी। पार्टी ने नशा खत्म करने, रोजगार देने और महिलाओं को एक हजार रुपये महीने देने के साथ ही बड़े-बड़े वादे किए, लेकिन इनमें से कोई वादा पूरा नहीं किया। हालत यह है कि युवा पंजाब को छोड़कर बाहर जाकर बस रहे हैं। प्रदेश में बेरोजगारी दर की बढ़ती जा रही है, जिस कारण युवा नशे की चपेट में हैं। सुभाष शर्मा ने कहा कि जब सरकार अपना प्रमुख वादा महिलाओं को एक हजार रुपये महीने देने का पूरा नहीं कर पाई है तो और उससे क्या उम्मीद की जा सकती है।

लोगों से किया विश्वासघात- शिअद

शिरोमणि अकाली दल के प्रमुख प्रवक्ता अर्शदीप सिंह कलेर ने कहा कि राजनीतिक दलों की तरफ से लोगों के साथ जो भी वादे चुनाव के समय किए जाते हैं, उन्हें पूरा किया जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि मान सरकार ने जिस वादे के साथ जोर-शोर के साथ प्रचार किया था। पार्टी इसे लेकर लोगों के घर-घर तक पहुंची थी, लेकिन उस वादे को ही तीन साल के अंदर लागू नहीं कर सकी। ऐसा करके पार्टी ने लोगों के साथ विश्वासघात किया है।

पंजाब की महिलाओं का आप पर 36 हजार करोड़ रुपये कर्ज- बाजवा

महिला दिवस पर नेता प्रतिपक्ष प्रताप सिंह बाजवा ने सीएम मान को उनके वादे को लेकर घेरा है। बाजवा ने कहा कि सीएम भगवंत मान ने 2022 में सत्ता में आने से पहले प्रदेश की एक करोड़ महिलाओं से हर महीने एक हजार रुपये आर्थिक मदद देने की घोषणा की थी। बाजवा ने कहा कि सरकार को तीन साल हो गए हैं, लेकिन अब तक महिलाओं से किया वादा पूरा नहीं किया गया। आम आदमी पार्टी पर महिलाओं का 36 हजार करोड़ रुपये के रूप में कर्ज बकाया है। बाजवा ने कहा कि 18 साल से अधिक उम्र की महिलाओं को 1000 रुपये प्रति माह वजीफा देने का आप सरकार का बहुचर्चित कार्यक्रम लंबे समय से लंबित है। उन्होंने कहा कि वह आगामी पंजाब विधानसभा के बजट सत्र में इस मुद्दे को उठाएंगे। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता बाजवा ने कहा कि आप सरकार को महिलाओं को तीन साल का बकाया देने के लिए तैयार रहना चाहिए, क्योंकि मूल वादा सरकार बनाने के बाद इसे शुरू करने का था। शुरुआत में आप ने उपरोक्त उम्र की महिलाओं को 1000 रुपये प्रति माह वजीफा देने का वादा किया था। हालांकि जब लोगों ने योजना को लागू करने में देरी के बारे में सवाल उठाए, तो इसे लॉन्च करने के बजाय सीएम मान ने मई 2024 में घोषणा की कि राशि बढ़ाकर 1100 रुपये प्रति माह कर दी जाएगी। लेकिन अब तक यह वायदा पूरा नहीं किया गया।

मैं घर में सीएम नहीं हूं... वहां मेरे आदेश नहीं चलते, पत्नी अंग्रेजी में बहुत कुछ बोल देती है, भगवंत मान बोले

मैं घर में मुख्यमंत्री नहीं हूं, वहां पर मेरे आदेश नहीं चलते। घर पर मैं भी अन्य लोगों की तरह आम इंसान बन जाता हूं। घर पर पत्नी की ही सुनना पड़ती है। यह कहना है पंजाब के मुख्यंत्री भगवंत मान का।

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस पर खालसा कॉलेज फॉर वुमन में आयोजित कार्यक्रम के दौरान मुख्यमंत्री भगवंत मान ने छात्राओं को जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए कई गुरुमंत्र दिए। सवाल-जवाब सेशन में छात्राओं ने उनसे कई सवाल भी किए।

एक छात्रा ने उन्हें पूछा कि घर में भी वह मुख्यमंत्री होते हैं या आम इंसान तो उन्होंने हंसते हुए जवाब दिया कि वह घर जाते ही आम इंसान बन जाते हैं। घर जाकर वह अपनी पत्नी को ही सुनते हैं। उनकी पत्नी डॉक्टर है तो कई बार तो वह अंग्रेजी में ही बहुत कुछ बोल देती है। कहा कि घर में मेरे आदेश नहीं चलते वहां मैं आम लोगों की तरह की पत्नी की सुनता हूं। वहां उनके ही आदेश चलते हैं।

पंजाब सरकार देगी नौकरी

उन्होंने छात्राओं से कहा अगर जीवन में सफलता हासिल करनी है तो उसके लिए कड़ी मेहनत सबसे जरूरी है। उन्होंने कहा कि जब वह स्टेज शो करते थे तब से ही समाज विरोधी कुरीतियों के खिलाफ व्यंग्य कसते थे। आज भी वह यहीं कर रहे हैं। आज समय बदल गया और वह

आदेश कर सकते हैं। अगर कुछ गलत हो रहा है या हथियार आदि के गीत आते हैं तो वह उन्हें लेकर सख्त हैं। उन्होंने कहा कि वह इस कुरीति को बंद करने में लगे हुए हैं। मान ने छात्राओं को राजनीति में आने की भी अपील की और कहा कि वह जीवन में संघर्ष करें और शिक्षा हासिल करें। मेरिट में आएं, पंजाब सरकार उन्हें नौकरी देगी।

महिलाएं आज भी शोषण का शिकार- डॉ. काकड़ा

फोक्लोर रिसर्च अकादमी ने प्रगतिशील लेखक संघ अमृतसर की इकाई के सहयोग से अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस को समर्पित एक सेमिनार आयोजित किया। इसमें डॉ. अरविंदर कौर काकड़ा को मरहूम विमला डांग पुरुस्कार देकर सम्मानित किया गया। नताशा नर्वाल को मानवाधिकार कार्यकर्ता और शांति के राजदूत आसमां जहांगीर पुरस्कार और 11-11 हजार नकदी पुरस्कार दिया गया। डॉ. अरविंदर कौर काकड़ा ने कहा कि हम महिलाओं की आजादी की बात करते हैं, क्योंकि महिलाएं आज भी गुलाम हैं, महिलाओं का शोषण आज भी जारी है, महिलाएं कहीं भी सुरक्षित नहीं हैं। सम्मानित की गईं महिलाओं के सम्मान पत्र कोमलप्रीत कौर और हरजीत सिंह सरकारिया ने पढ़े। नई दिल्ली से आई पिंजरा तोड़ संस्था की नेता नताशा नर्वाल ने कहा कि आज हम बहुत नाजुक दौर से गुजर रहे हैं, महिलाएं आज समाज के डर से घरों में कैद होकर रह गई हैं।

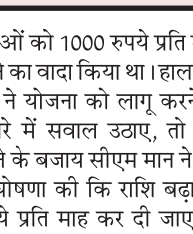
सीपीआई नेता दसविंदर कौर ने कहा कि पुरुष प्रधान समाज में महिलाओं के बारे में सोचना बड़ी बात है। डॉ. इंद्रजीत गिल ने कहा कि महिलाओं को अपने अधिकार पाने के मकसद से काफी संघर्ष करना पड़ा है।

पंजाब में एक बार थमेंगे सरकारी बसों के पहिए, होगा चक्का जाम

जालंधर (अंशु कपूर) : पंजाब में सरकारी बसों के कर्मचारी अपनी मांगों को लेकर एक बार फिर से हड़ताल पर बैठने वाले है। इस दौरान आम लोगों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ सकता है। बता दें कि 7 अप्रैल से 9 अप्रैल को पंजाब रोडवेज कर्मचारियों ने मांगों को लेकर हड़ताल की घोषणा की है। इस दौरान 577 रूटों पर बस सेवा प्रभावित रहेगी।

13 मार्च से शुरू विरोध प्रदर्शन : जानकारी के अनुसार पंजाब रोडवेज पनबस/पीआरटीसी कॉन्ट्रैक्ट वर्कर्स यूनियन ने सरकार को अल्टीमेटम दिया है कि अगर एक महीने के अंदर उनकी मांगें नहीं मानी गईं तो वे बसों की आवाजाही बंद कर देंगे। जबकि 13 मार्च से कर्मचारी अपने जिला स्तर पर विरोध प्रदर्शन शुरू करेंगे, जिसके लिए पूरा शेड्यूल तैयार कर लिया गया है।

Canada के एडमोंटन में 21 साल की पंजाबी लड़की की मौत, Road Cross करते समय ट्रक ने मारी टक्कर



जालंधर (अंशु कपूर) : कनाडा में एक पंजाबी लड़की की सड़क हादसे में मौत हो गई। मृतक लड़की की पहचान 21 साल की सिमरनप्रीत कौर के रूप में हुई है । सिमरनप्रीत कौर हाल ही में पंजाब से स्टडी के लिए विदेश आई थी।

जांच में जुटी पुलिस : बता दें कि यह हादसा शनिवार 7:08 बजे हुआ। पुलिस ने जानकारी देते हुए बताया सिमरनप्रीत कौर हरी बत्ती होने पर सड़क पार कर रही थी, तभी एक पिकअप ट्रक ने उसे टक्कर मार दी। जिसके बाद एम्बुलेंस कर्मियों ने उसे घटनास्थल पर ही मृत घोषित कर दिया।फिलहाल पुलिस जांच में जुटी हुई है।

आवश्यकता पंजाब के हर शहर व कस्बे से पत्रकारों की जरूरत है। चाहवान सम्पर्क कर सकते है। मोब. 97814-00247 97804-00247

फौजी ने कर डाला कांड... लड़की को होटल में मिलने बुलाया... फिर लूट ली इज्जत, वीडियो और फोटो कर दिए वायरल

जालंधर (हर्ष शर्मा) : लुधियाना के हलवारा में थाना सुधार के एक गांव की नाबालिग लड़की को ब्लैकमेल करते हुए सेना के जवान ने एक साल तक दुष्कर्म किया। जब पीड़िता ने उससे मिलने से इनकार कर दिया तो उसने उसके अश्लील फोटो व वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल कर दिए। इसके बाद पीड़िता ने हिम्मत करके पुलिस को शिकायत दर्ज करवा दी जिसके बाद मामले की जांच करते हुए थाना सुधार में आरोपी के खिलाफ धारा 376, 506 आईपीसी 06 पोक्सो एक्ट के तहत मामला दर्ज किया गया है। आरोपी की पहचान जवान परमप्रीत सिंह निवासी फल्लेवाल के रूप में हुई है।

पीड़िता ने शिकायत दर्ज करवाई है कि 16 जनवरी 2023 को उसकी इंस्टाग्राम पर परमप्रीत सिंह से दोस्ती हो गई जो प्यार में बदल गई। इसी दौरान बातचीत करते हुए उसने वीडियो चैट पर लड़की की न्यूड फोटो ले ली। इसके बाद वह उसे ब्लैकमेल करने लगा। 2023 में बातचीत के बहाने उसने पीड़िता को मिलने के लिए बुलाया। इसके बाद उसे एक होटल के कमरे में ले गया और अश्लील हरकतें करने लगा। लड़की ने संबंध बनाने से जब इनकार कर दिया तो उसने गाली गलौज करते हुए लड़की को बुरी तरह पीटा और जबर्दस्ती की।

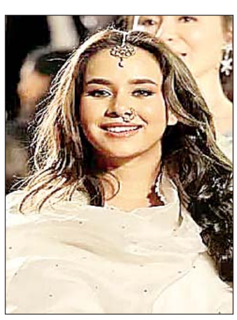
आरोपी ने लड़की की वीडियो भी बना ली। इसके बाद वह लगातार ब्लैकमेल करते हुए उसके साथ संबंध बनाता रहा। थाना सुधार की पुलिस ने परमप्रीत सिंह को गिरफ्तार करने के लिए उसकी बटालियन और सेना प्रशासन से संपर्क भी शुरू कर दिया है। पुलिस अब उस होटल के बारे में भी जांच कर रही है जहां पीडिता के साथ परमप्रीत ने जबरी दुष्कर्म करते हुए अश्लील फोटो और वीडियो ली।

क्या कहती है पुलिस

थाना सुधार के प्रभारी जसविंदर सिंह ने बताया कि परमप्रीत सिंह को गिरफ्तार करने के लिए जिला ग्रामीण पुलिस प्रमुख एसएसपी अंकुर गुप्ता के माध्यम से सेना प्रशासन को लिखा जायेगा 7 क्योंकि आरोपी ने पीड़िता के अश्लील फोटो और वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल की हैं इसलिए मुकदमे में आईटी एक्ट भी जोडा जायेगा 7 आरोपी को जल्द गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

पंजाबी गायक सुनंदा शर्मा से धोखाधड़ी: आयोग ने डीजीपी से मांगी रिपोट...सिंगर ने सोशल मीडिया पर डाली थी पोस्ट

जालंधर (हर्ष शर्मा) : पंजाबी गायक सुनंदा शर्मा से धोखाधड़ी के मामले में पंजाब महिला आयोग ने पंजाब के डीजीपी से रिपोर्ट तलब की है। आयोग ने कहा कि इस मामले में एसपी रैंक के किसी अधिकारी से जांच कारवाई जाए। रविवार तक उन्हें मामले की रिपोर्ट सौंपी जाए।



हाल ही में गायक सुनंदा शर्मा ने एक भावनात्मक पोस्ट शेयर की थी। सुनंदा शर्मा ने आरोप लगाया था कि कुछ थर्ड पार्टी कंपनियां उनके नाम पर बिजनेस राइट्स बेचकर लोगों को गुमराह कर उनके साथ धोखाधड़ी कर रही हैं। सुंनदा कहा कि इसमें उनका कोई हाथ नहीं है। वह इस सब में शामिल नहीं हैं। उन्होंने धोखाधड़ी करने वालों को कानूनी कार्रवाई की चेतावनी भी दी है।

सुनंदा ने एक पोस्ट शेयर कर बिजनेस कॉन्ट्रैक्ट्स के दावों को झूठा बताया है। उन्होंने कहा कि मैं सभी व्यावसायिक सहयोगियों व सभी समर्थकों को सूचित करती हूं कि कुछ संस्थाएं उनके बिजनेस कॉन्ट्रैक्ट्स पर अधिकार होने का झूठा दावा कर रहीं हैं। सुनंदा ने कहा कि मैं एक स्वतंत्र कलाकार हूं और किसी भी व्यक्ति या संस्था के साथ अपने प्रोफेशनल असाइनमेंट, कोलेबोरेशन और परफॉर्मेंस अधिकार साझा नहीं किए हैं। वह किसी भी तरह के लेन-देन में शामिल नहीं है।

पाक तस्करों से वाट्सएप पर डील... ड्रोन से आती थी हेरोइन, एएनटीएफ व बीएसएफ ने पकड़े दो तस्कर, कई खुलासे

जालंधर (पवन कश्यप) : भारत पाक सीमा पर पंजाब के फिरोजपुर में एंटी नारकोटिक्स टास्क फोर्स (एएनटीएफ) और बॉर्डर सिक्योरिटी फोर्स (बीएसएफ) ने संयुक्त आपरेशन दौरान लगभग तीन किलो हेरोइन बरामद की है। नशे की यह खेप सीमा पार से मंगवाई गई थी। वहीं दो नशा तस्कर भी गिरफ्तार किए गए हैं। तस्करों ने पाकिस्तानी तस्करों से ड्रोन के जरिये हेरोइन की खेप मंगवाई थी।

एएनटीएफ-बीएसएफ ने सीमांत गांव खुंदड़ हिठाड़ के खेतों से एक बड़ा पाकिस्तानी ड्रोन व दो किलो सात सौ ग्राम हेरोइन की खेप बरामद की थी। ये हेरोइन मंगवाने वाले दोनों तस्कर फिरोजपुर की बस्ती माछी वाड़ा के रहने वाले हैं, जिनके पाकिस्तानी तस्करों से गहरे संबंध हैं।

बीएसएफ व एएनटीएफ के अधिकारियों ने बताया कि उन्हें सीमांत गांव खुंदड़ हिठाड़ के खेतों से पाकिस्तान से आया ड्रोन और हेरोइन के पांच पैकेट मिले थे। उक्त पैकेटों में दो किलो सात सौ ग्राम हेरोइन थी। इसके बाद तलाशी अभियान शुरू किया कि उक्त हेरोइन किस तस्कर ने मंगवाई है। उन्होंने आधुनिक तकनीक से अपनी तफ्तीश शुरू की। जांच के दौरान फिरोजपुर की बस्ती माछीवाड़ा से तस्कर जोगिंदर सिंह और जज को काबू किया। इनके घर की तलाशी लेने पर सात सौ ग्राम हेरोइन और बरामद हुई। उक्त आरोपियों से कुल तीन किलो चार सौ ग्राम हेरोइन पकड़ी है।

दोनों आरोपियों के लिंक पाकिस्तानी तस्करों से जुड़े हैं। वाट्सएप के जरिये पाकिस्तानी तस्करों से संपर्क कर ये लोग हेरोइन की खेप मंगवाते हैं। उक्त दोनों तस्करों से गहन पूछताछ की जाएगी। ये आगे किन-किन लोगों को सप्लाई करते हैं और अभी तक कितनी हेरोइन व असलहा की खेप पाकिस्तान से भारत ला चुके हैं।

पंजाब में पुलिस एनकाउंटर : पुलिस टीम पर बदमाशों ने चलाई गोलियां, जवाबी फायरिंग में दोनों घायल, हथियार बरामद

जालंधर (अंशु कपूर) : पंजाब के लुधियाना में पुलिस और बदमाशों के बीच मुठभेड़ हुई है। फायरिंग मामले में दो आरोपियों का पीछा कर रही थाना दुगरी पुलिस की टीम पर बदमाशों ने गोलियां चला दी। पुलिस की जवाबी फायरिंग में दोनों आरोपियों की जांघ पर गोलियां लगी। पुलिस की गोली से घायल दोनों आरोपियों की घेराबंदी की गई और उन्हें काबू कर सिविल अस्पताल पहुंचाया। दोनों के कब्जे से पुलिस ने 32 बोर की पिस्तौल और 315 बोर का देसी कट्टा बरामद किया है। दोनों घायलों की पहचान सुमित और मनीष उर्फ टोनी के रूप में हुई है।

घटना रविवार तड़के करीब तीन बजे की बताई जा रही है। गोलीबारी की आवाज सुन आसपास के लोग घरों से बाहर आ गए। जब पुलिस और बदमाशों के बीच फायरिंग देखी तो लोग डर के मारे घरों में ही दुबक गए। गिल रेलवे स्टेशन के पास पुलिस ने आरोपियों को काबू कर लिया। पुलिस ने आरोपियों के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। आगे की कार्रवाई पुलिस ने शुरू कर दी है।

थाना दुगरी के एसएचओ सब इंस्पेक्टर नरपिंदर सिंह ने बताया कि आरोपी सुमित और मनीष उर्फ टोनी के खिलाफ जैतो चौक के पास अभिनव मंड नाम के युवक पर गोलियां चलाने का आरोप में मामला दर्ज है। दोनों आरोपी पिछले काफी समय से पुलिस को चकमा देकर फरार हो रहे थे। पुलिस पार्टी को सूचना मिली थी कि आरोपी इलाके में ही घूम रहे है। पुलिस पार्टी ने आरोपियों का पीछा करना शुरू कर दिया।

आरोपी पुलिस को चकमा देते देते गिल रेलवे स्टेशन की तरफ जा पहुंचे। पुलिस पार्टी को देख कर आरोपियों ने गोलियां चला दी। पुलिस ने भी जवाबी फायरिंग शुरू कर दी। दोनों आरोपियों के जांघ पर गोलियां लगी।

एक आरोपी की दोनों टांगों पर लगी गोली : आरोपी टोनी की दोनों टांगों पर गोली लगी है, जबकि सुमित की एक टांग पर गोली लगी है। पुलिस की गोली लगते ही दोनों आरोपी घायल होकर गिर गए। पुलिस ने दोनों की घेराबंदी कर उन्हें काबू किया और अस्पताल पहुंचाया।

पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से 32 बोर का रिवाल्वर और 315 बोर देसी कट्टा बरामद किया है। पुलिस के मुताबिक दोनों आरोपी दुगरी इलाके के रहने वाले हैं। आरोपियों से पूछताछ कर पता लगाया जाएगा कि वह हथियार कहां से लाए थे।

दोनों आरोपियों पर दर्ज हैं कई अपराधिक मामले : थाना दुगरी के एसएचओ सब इंस्पेक्टर नरपिंदर सिंह नेबताया कि दोनों आरोपियों का पुराना क्रिमिनल रिकार्ड है। दोनों के खिलाफ पहले ही 10-10 क्रिमिनल केस है। कुछ समय पहले ही उन्होंने दुगरी इलाके में अभिनव मंड के ऊपर गोलियां चलाई थी। उसी मामले में पुलिस दोनों की तलाश में थी। पुलिस ने आगे की कार्रवाई शुरू कर दी है और जल्द ही दोनों को इलाज के बाद हिरासत में ले अदालत में पेश किया जाएगा।

S.T COLLEGE OF NURSING & MEDICAL SCIENCES
Recognized by INC, New Delhi, Affiliated by BFUHS, Faridkot & PNRC, Mohali Approved by Govt. of Punjab.
COURSES OFFERED
ANM 2 Years Diploma
GNM 3 Years Diploma
B.Sc (Nursing) 4 Years Degree
D-Pharmacy (Ay.) 2 Years & 3 Months Diploma
10+1 & 10+2 (P.S.E.B)
V.P.O. Mehlanwali, Una Road, Hoshiarpur Pb.
Contact : +91-62841-11519, +91-99145-82525
www.stnursinginstitute.in

मनी लॉन्ड्रिंग, अश्लील वीडियो और मैसेजिंग की धमकी...

साइबर ठगों ने की लाखों की ठगी; खुद को बताए थे CBI ऑफिसर

जालंधर (अंशु कपूर) : साइबर ठगों द्वारा खुद को सीबीआई अधिकारी बताकर मनी लॉन्ड्रिंग और अश्लील वीडियो व मैसेज भेजने के मामले में एफआईआर दर्ज होने की बात करते हुए उसमें ऑनलाइन जमानत करवाने के नाम पर मलोट के एक आढ़ती से 53 लाख नौ हजार 500 रुपये की ठगी करने का मामला सामने आया है। मुक्तसर साइबर क्राइम पुलिस स्टेशन में पीड़ित की शिकायत पर अज्ञात ठगों के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है।

कुछ ऐसे फंसाया अपने जाल में

पुलिस को दी शिकायत में सतीश कुमार पुत्र साधू राम निवासी वार्ड नंबर 17 मलोट ने बताया कि वह आढ़त की दुकान चलाता है। एक मार्च को 77374-40564 और 82690-70845 नंबर से फोन आया।

फोन करने वाले ने कहा कि आपके नाम से एक मोबाइल नंबर 98564-08359 मुंबई में चल रहा है।

जिससे कई लोगों को अश्लील वीडियो और मैसेज भेजे जा रहे हैं और आपके नाम पर एक बैंक खाते कैनरा बैंक मुंबई से मनी लॉन्ड्रिंग का लेनदेन हुआ है। कॉल करने वाले ने उसे ग्रुप कॉल में जोड़ा और बताया कि उसके खिलाफ उक्त मामले में सीबीआई के पास केस चल रहा है और उनके खिलाफ एफआईआर भी दर्ज की गई है। फोन करने वालों ने उसे एक एफआईआर की कॉपी सेंड की। इसके बाद उक्त एफआईआर में ऑनलाइन जमानत के लिए चल-अचल संपत्ति का विवरण प्राप्त करने के लिए गिरवी राशि के रूप में पैसे की मांग की।

डर के कारण ट्रांसफर कर दिए थे रुपये : डर के कारण उसने उक्त लोगों को गिरवी राशि के रूप में करीब 40 लाख रुपये आरटीजीएस व चेक के माध्यम से अलग-अलग तिथियों में उनके द्वारा दिए गए खातों में डाल दी। बाद में जमानत रद होने की बात कहकर और गिरवी राशि की मांग की। जिसके बाद उसने 13.9 लाख 500 रुपये और भेज दिए।

इसके बाद जब फिर उसे गोल्ड लोन करवाकर पैसे भेजने के लिए कहा तो उसे पता चला कि फोन करने वाले बदमाश हैं और उक्त लोगों ने उसके साथ धोखाधड़ी की है। जिसके बाद मैंने साइबर क्राइम पुलिस स्टेशन मुक्तसर में जाकर उक्त मामले की जानकारी दी और पुलिस ने अज्ञात आरोपित के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है?।

पुलिस मामले की जांच कर रही है : इंस्पेक्टर मुख्तियार सिंह ने बताया कि उक्त मामले को लेकर जांच जारी है। पीड़ित का बयान लेने के बाद अज्ञात के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया गया है। मामले की पूरी जांच की जा रही है। आरोपितों का पता लगाया जा रहा है। उन्होंने लोगों को सावधान करते हुए कहा कि वे ऐसे ठगों से दूर रहें और उनकी बातों में न आएं।

जल्द ही जय हिंद के नारे लगाता दिखेगा, अमृतपाल सिंह पर भड़के सिमरनजीत मान; कहा- उसकी कोई पहचान नहीं

जालंधर (पवन कश्यप) : एक समय अलगाववादी नेता अमृतपाल सिंह के सिर पर पगड़ी रख उसे सिख कौम का पहरेदार बताने वाले पूर्व सांसद व शिरोमणि अकाली दल (अमृतसर) के प्रमुख सिमरनजीत सिंह मान ने अब अमृतपाल सिंह पर गंभीर आरोप लगाए हैं। मान का कहना है कि अमृतपाल की न तो अपनी कोई विचारधारा है और न ही कोई पहचान, वह जल्द ही जय हिंद के नारे लगाते हुए सुनाई देगा।

खालिस्तान समर्थक नेताओं में भी मतभेद

मान के इस बयान से एक बात साफ हो गई है कि राज्य में खालिस्तान की बात करने वाले नेताओं में भी मतभेद उभरने लगे हैं और नेता एक-दूसरे को नीचा दिखाने के लिए बयानबाजी करने से पीछे नहीं हट रहे।

अमृतपाल इस समय राष्ट्रीय सुरक्षा अधिनियम (एनएसए) के तहत असम की डिब्रूगढ़ जेल में बंद है। अमृतपाल ने खडूर साहिब संसदीय क्षेत्र से चुनाव लड़ा था और जीत भी हासिल की थी जबकि उनकी ताजपोशी करने वाले सिमरनजीत सिंह मान संगरूर से चुनाव हार गए थे।

कभी अमृतपाल के साथ खड़े थे सिमरनजीत : चुनाव हार जाने के बाद सिमरनजीत सिंह मान को लग रहा है कि

अमृतपाल सिंह उन पर हावी होते जा रहे हैं। इसके चलते अब मान ने उनके खिलाफ भी मोर्चा खोल दिया है। खास बात यह है कि लोकसभा चुनाव के समय सिमरनजीत सिंह मान सीना तानकर अमृतपाल के साथ खड़े थे लेकिन अब जब अमृतपाल खडूर साहिब से सांसद बन गए और मान को खुद शिकस्त का सामना करना पड़ा तो अब मान ने अमृतपाल के खिलाफ ही बोलना शुरू कर दिया है। मान का कहना है कि अमृतपाल तो जय हिंद कहने वालों में से हैं।

खडूर साहिब से निर्दलीय जीता था चुनाव

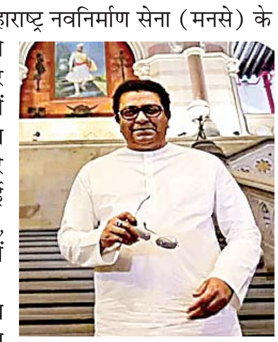
असम की डिब्रूगढ़ जेल में बंद अमृतपाल ने पंजाब की खडूर साहिब सीट से निर्दलीय प्रत्याशी के रूप में चुनाव जीता। उसने भाजपा के मंजीत सिंह और आप के लालजीत भुल्लर तथा कांग्रेस के कुलबीर जीरा को शिकस्त दी थी। अमृतपाल को खडूर साहिब सीट से कुल 4 लाख चार हजार 430 वोट मिले थे।

जेल में क्यों बंद है अमृतपाल

अमृतपाल सिंह को पिछले साल अप्रैल में गिरफ्तार किया गया था। तकरीबन एक महीने फरार रहने के बाद अमृतपाल ने पंजाब के मोगा में सरेंडर किया। जिसके बाद उसे गिरफ्तार कर लिया गया। पंजाब पुलिस ने उसके खिलाफ नेशन सिक्योरिटी एक्ट के अंतर्गत मामला दर्ज किया है।

'गंगा के गंदे पानी को नहीं छू सकता, गंगाजल कौन पीएगा'... राज ठाकरे ने गंगा नदी की स्वच्छता पर उठाए सवाल

जालंधर (हर्ष शर्मा) : महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना (मनसे) के प्रमुख राज ठाकरे ने रविवार को गंगा नदी की स्वच्छता को लेकर तीखे सवाल उठाए। मनसे की 19वीं वर्षगांठ के अवसर पर आयोजित एक कार्यक्रम में बोलते हुए, ठाकरे ने दावा किया कि भारत में कोई भी नदी वास्तव में स्वच्छ नहीं है, और गंगा नदी की सफाई के दावों पर संदेह जताया।



ठाकरे ने बताया कि मनसे नेता बाला नंदगांवकर हाल ही में महाकुंभ से पवित्र जल लेकर आए थे, लेकिन उन्होंने स्वयं उस जल को पीने से मना कर दिया। उन्होंने गंगा नदी की वर्तमान स्थिति पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा, मैंने सोशल मीडिया पर गंगा नदी की स्थिति के बारे में कई वीडियो देखे हैं। मैंने लोगों को नदी में अपने शरीर खुजलाते और स्नान करते हुए देखा है।

मनसे प्रमुख ने राजीव गांधी के प्रधानमंत्रित्व काल से गंगा की सफाई के बारे में सुने जा रहे दावों का उल्लेख करते हुए कटाक्ष किया, जब राजीव गांधी प्रधानमंत्री थे तब से ही मैं यह दावा सुनता आ रहा हूं कि गंगा जल्द ही साफ हो जाएगी। अब इस मिथक से बाहर आने का समय आ गया है। उन्होंने आगे कहा कि लोगों को अंधविश्वास से ऊपर उठकर वास्तविकता को स्वीकार करना चाहिए। मैं उस गंगा के गंदे पानी को नहीं छू सकता जहां करोड़ों लोगों ने स्नान किया हो, उन्होंने जोर दिया। ठाकरे ने धार्मिक दृष्टिकोण पर भी प्रश्नचिह्न लगाया, अगर लोग अपने पापों का प्रायश्चित करने के लिए प्रयागराज गए और गंगा में स्नान किया, तो क्या वे सच में अपने पापों से मुक्त हो सकते हैं? उन्होंने उपस्थित लोगों से विश्वास और अंधविश्वास के बीच अंतर को समझने का आग्रह किया।

नो टिकट-नो एंट्री

होली पर जा रहे हैं तो ऐसे हैं नई दिल्ली स्टेशन पर हालात, लंबी कतार से यात्री परेशान

जालंधर (हर्ष शर्मा) : नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर होली को मद्देनजर रखते हुए रेलवे प्रशासन ने सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए हैं। रविवार को अमर उजाला ने इसकी पड़ताल की। ऐसे में सुरक्षा व्यवस्था चाक-चौबंद दिखी। रेलवे प्रशासन ने स्टेशन परिसर के चारों ओर बेरिकेड्स लगाकर सुरक्षा के खास इंतजाम थे। साथ ही रेलवे पुलिस बल की टुकड़ी भी मुस्तैद दिखी।

भीड़ को नियंत्रित करने के लिए प्रशासन ने यात्रियों को कतार में खड़ा किया हुआ था। वहीं, सुरक्षाकर्मियों की ओर से फुटओवर ब्रिज पर भी कड़ी निगरानी रखी जा रही थी। लोगों को एक जगह या फुटओवर ब्रिज पर खड़े होने से रोका जा रहा था। यात्री की सुरक्षा को देखते हुए रेलवे प्रशासन ने प्लेटफॉर्म टिकट पर प्रतिबंध लगाया हुआ है, ताकि अनावश्यक भीड़ को रोका जा सके।

वहीं, दूसरी ओर लंबी कतार होने के चलते यात्रियों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा था। इसमें सबसे ज्यादा परेशानी बच्चों, बुजुर्गों व महिलाओं को हुई। कुछ यात्री अव्यवस्था की शिकायत करते भी नजर आए। लेकिन प्रशासन हालात पर काबू पाया हुआ था

पुल व पुल की सीढ़ियों पर बैठना सख्त मना

रेलवे स्टेशन परिसर में प्रशासन ने पुल और पुल की सीढ़ियों पर बैठने पर

सख्त प्रतिबंध लगा दिया है। प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि यदि कोई यात्री इस नियम का उल्लंघन करता है, तो उसके खिलाफ उचित कानूनी कार्यवाही की जाएगी। स्टेशन परिसर में सुरक्षा के मद्देनजर पूरे क्षेत्र की निगरानी सीसीटीवी कैमरों से की जा रही है। भीड़ को नियंत्रित करने के लिए प्रशासन हर आवश्यक कदम उठा रहा है ताकि यात्रियों को किसी तरह की परेशानी न हो।

इसके अलावा, स्टेशन में प्रवेश प्रक्रिया को भी सख्त कर दिया गया है। अब यात्रियों से पूछताछ के बाद ही उन्हें प्रवेश दिया जा रहा है। हालांकि, इस व्यवस्था में एक बड़ी चूक सामने आई है, जिसके चलते बिना टिकट यात्री भी स्टेशन परिसर में प्रवेश कर सकते हैं। प्रशासन इस स्थिति पर नियंत्रण पाने के लिए अतिरिक्त उपायों पर विचार कर रहा है।

होली पर यात्रियों की सुविधा के लिए अस्थायी प्रतीक्षालय की व्यवस्था

होली के मद्देनजर रेलवे स्टेशन के बाहर यात्रियों की सुविधा के लिए दोबारा अस्थायी प्रतीक्षालय बनाया गया है ताकि घर जाने वाले यात्रियों को किसी प्रकार की असुविधा न हो। इस प्रतीक्षालय में टिकट काउंटर और कियोस्क की व्यवस्था की गई है, जिससे यात्रियों को लंबी कतारों में खड़े होने की परेशानी से राहत मिली है। यात्रियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए ट्रेन के समय और प्लेटफार्म नंबरों की जानकारी देने के लिए विशेष बोर्ड लगाए गए हैं, ताकि यात्री सही समय पर अपने प्लेटफार्म तक आसानी से पहुंच सकें।

इसके अलावा, मोबाइल चार्जिंग के बोर्ड उपलब्ध कराए गए हैं। सुरक्षा व्यवस्था को मजबूत करने के लिए प्रतीक्षालय के अंदर सीसीटीवी कैमरे लगाए गए हैं, जिससे हर गतिविधि पर नजर रखी जा सके। यात्रियों की बुनियादी जरूरतों को पूरा करने के लिए प्रतीक्षालय में शौचालय, फूड स्टॉल और पीने के पानी के लिए टैंकर की भी व्यवस्था की गई है। सुरक्षा के मद्देनजर प्रतीक्षालय के अंदर और बाहर पुलिस बल तैनात किया गया है, ताकि किसी भी आपात स्थिति से निपटा जा सके और यात्रियों की यात्रा सुरक्षित और सुविधाजनक हो।

स्टेशन परिसर के अंदर अलग-अलग गेट से प्रवेश

रेलवे स्टेशन पर भीड़ को नियंत्रित करने और यात्रियों की सुविधा सुनिश्चित करने के लिए अलग-अलग गेट से प्रवेश की व्यवस्था लागू की गई है। इस नए नियम के तहत प्लेटफॉर्म नंबर 16 के यात्रियों को गेट नंबर दस से प्रवेश दिया जा रहा है, ताकि स्टेशन पर अत्यधिक भीड़ जमा न हो और यात्रियों को असुविधा का सामना न करना पड़े। स्टेशन परिसर में सुरक्षा के कड़े इंतजाम किए गए हैं, जहां पुलिस बल की भारी तैनाती देखी गई। बावजूद इसके, यात्रियों को लंबी कतारों में खड़ा होना पड़ रहा है। एक महिला यात्री ने शिकायत की कि महिलाओं और पुरुषों को एक ही लाइन में खड़ा किया गया है। जिसकी उन्हें काफी परेशानी हुई है। वहीं, इंद्रलोक निवासी अजय ने बताया कि वह एक घंटे से लाइन में खड़े हैं, लेकिन अभी तक उनका नंबर नहीं आया है। चिलचिलाती धूप में यात्री परेशान नजर आए।

होशियारपुर सेंट्रल जेल में नशा तस्करी का भंडाफोड़, सुपरिटेंडेंट समेत कई अधिकारियों पर दर्ज हुआ केस

जालंधर(अंशु कपूर) : 'युद्ध नशे के विरुद्ध' के अभियान तहत पंजाब पुलिस की नशा विरोधी टास्क फोर्स (एएनटीएफ) ने होशियारपुर केंद्रीय जेल के सुपरिटेंडेंट समेत पांच जेल अधिकारियों और जेल के दो कैदियों के खिलाफ नशा तस्करी और आपराधिक साजिश के आरोप में केस दर्ज किया है।

यह कार्रवाई आईजीपी जेल से प्राप्त रिपोर्ट के बाद की गई है। रिपोर्ट में होशियारपुर केंद्रीय जेल में बंद नशा तस्करों को नशीले पदार्थों की तस्करी में मदद करने के लिए कुछ जेल अधिकारियों और कैदियों की मिलीभगत का राजफाश हुआ था।

नशा लेन-देन में मदद करने का आरोप : एडीजीपी एएनटीएफ नीलाभ किशोर ने बताया कि जांच में पता चला कि कैदी नशा तस्करी में शामिल थे, जिसमें कुछ भ्रष्ट जेल अधिकारियों का सहयोग था। इन जेल अधिकारियों पर अपने पदों का दुरुपयोग कर अवैध रूप

से नशीले पदार्थों के लेन-देन में मदद करने का आरोप है।

जांच के लिए SIT गठित : एडीजीपी ने बताया कि नारकोटिक्स ड्रग्स एंड साइकोट्रोपिक सब्सटेंस (एनडीपीएस) एक्ट (NDPC ACT) की धाराओं 21, 22, 29 और 59(2) के तहत मोहाली में मामला दर्ज किया गया है। गौरतलब है कि मामले की गहराई से जांच करने के लिए एक विशेष जांच टीम (एसआईटी) का गठन किया गया था।

नशा तस्करों पर जारी है पुलिस का एक्शन

मोहाली में पुलिस और नगर निगम की तरफ से नशा तस्कर द्वारा अवैध रूप से बनाए मकान पर बुलडोजर चलाया जा रहा है। यह कार्रवाई पंजाब सरकार की तरफ से चलाए जा रहे युद्ध नशा के विरुद्ध के तहत की जा है। खरड़ नगर परिषद के अंतर्गत गांव झंडपुर में नशा तस्कर पाल खान ने गांव की शामलात जमीन पर यह मकान बनाया हुआ था।

जिसको खाली करवाने के लिए पहले भी कई बार नगर परिषद की तरफ से उसे नोटिस दिए गए थे, लेकिन जब पुलिस को पता चला कि इसके खिलाफ तीन नशा बेचने, एक शराब बेचने और तीन अन्य मामले दर्ज हैं, तो पुलिस ने नगर परिषद खरड़ के साथ मिलकर यह कार्रवाई की है।

गंभीर बीमारी या पोषण की कमी का संकेत है तलवों में हो रही है जलन

पैरों में जलन का कारण सिर्फ गर्मी नहीं होती, बल्कि यह किसी गंभीर बीमारी या पोषण की कमी का संकेत भी हो सकता है। पैरों के तलवों में जलन की समस्या कई लोगों को होती है, लेकिन अक्सर इसे नजरअंदाज कर दिया जाता है।

यह जलन कभी-कभी असहनीय हो सकती है और चलने-फिरने में भी परेशानी पैदा कर सकती है इसलिए, अगर आपके पैरों में बार-बार जलन हो रही है तो इसे अनदेखा न करें और इसकी वजह जानने की कोशिश करें। आइए जानते हैं इसके पीछे की 7 मुख्य वजहें...

1. डायबिटिक न्यूरोपैथी

अगर आपको डायबिटीज है तो पैरों में जलन का एक मुख्य कारण डायबिटिक न्यूरोपैथी हो सकता है। इसमें हाई ब्लड शुगर नर्व्स को डैमेज कर देता है, जिससे तलवों में जलन, झुनझुनी और सुन्नपन महसूस होता है।

2. विटामिन की कमी

विटामिन B12, B6 और फोलिक एसिड की कमी से भी पैरों में जलन हो सकती है। ये विटामिन नर्व्स को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं। अगर शरीर में इनकी कमी हो जाए, तो पैरों में जलन के साथ कमजोरी और थकान भी महसूस हो सकती है।

3. पसीना और फंगल इंफेक्शन

बहुत अधिक पसीना आने या गीले मोजे पहनने से फंगल इंफेक्शन हो सकता है, जिससे जलन, खुजली और लाल चकत्ते हो सकते हैं। खासकर एथलीट फुट नामक संक्रमण में पैरों में जलन की समस्या ज्यादा होती है।

4. नर्व डैमेज या न्यूरोपैथी

अगर आपकी नसें किसी कारणवश डैमेज हो गई हैं तो इससे भी पैरों में जलन की समस्या हो सकती है। नर्व डैमेज होने की कई वजहें हो सकती हैं, जैसे- ज्यादा शराब पीना, चोट लगना या अन्य बीमारियां।

5. थायरॉइड समस्या

हाइपोथायरायडिज्म (थायरॉइड हार्मोन की कमी) से शरीर में मेटाबॉलिज्म प्रभावित होता है, जिससे नर्व्स को नुकसान पहुंच सकता है और पैरों में जलन महसूस हो सकती है।

6. ब्लड सर्कुलेशन

अगर आपके पैरों तक सही मात्रा में ब्लड सप्लाई नहीं पहुंच रही है तो इससे जलन और भारीपन महसूस हो सकता है। पेरिफेरल आर्टरी डिजीज जैसी समस्याओं में ऐसा अक्सर देखा जाता है।

7. किडनी या लिवर

अगर किडनी या लिवर सही से काम नहीं कर रहे, तो शरीर में टॉक्सिन जमा हो सकते हैं, जिससे पैरों में जलन और सूजन की समस्या हो सकती है। अगर पैरों में जलन लगातार बनी रहती है, तो इसे हल्के में न लें। सबसे पहले किसी अच्छे डॉक्टर से संपर्क करें और अपनी समस्या की जांच करवाएं। इसके अलावा, भरपूर पानी पिएं, पोषक तत्वों से भरपूर भोजन करें और अपने ब्लड शुगर व थायरॉइड लेवल को नियमित रूप से चेक करवाएं।

आपके वजन को तेजी से बढ़ाती हैं ये कॉमन आदतें, पहला ज्यादा खाना और दूसरा एक्सरसाइज न करना

अक्सर लोग वजन कम ना हो पाने का सबसे बड़ा कारण दो चीजों को मानते हैं- पहला ज्यादा खाना और दूसरा एक्सरसाइज ना करना।

हालांकि, वजन कम ना हो पाने का मुख्य कारण आपकी रोज की आदतें होती हैं। कुछ तो ऐसी होती हैं जिन पर आपका ध्यान भी नहीं जाता और यह तेजी से आपके वजन को बढ़ाती हैं तो अगर आप भी वजन कम करना चाहते हैं तो हम आपको कुछ ऐसी कॉमन चीजों के बारे में बताने जा रहे हैं जो आपके वजन को तेजी से बढ़ाती हैं। आइए जानते हैं इनके बारे में...

नाश्ता ना करना

बहुत से लोग वजन कम करने के लिए सुबह का नाश्ता स्किप कर देते हैं जो बिल्कुल खराब आदत है।

ऐसा करने से आपका वजन कम होने की बजाय तेजी से बढ़ता है, क्योंकि सुबह की मील स्किप करने से आप लंच में ओवरईटिंग कर देते हैं, जिससे शरीर में कैलोरी इनटेक बढ़ जाता है।

बिना सोचे-समझे खाना

टीवी देखते हुए या फोन चलाते हुए अगर आप लगातार कुछ ना कुछ स्नैक्स खाते हैं तो इससे भी आपके शरीर में कैलोरी इनटेक बढ़ता है जो आपके वजन को बढ़ाता है। जरूरी है कि आप पोर्शन साइज का ख्याल रखें।

जल्दी-जल्दी खाना

जब आप जल्दी-जल्दी खाना खाते हैं तो आपके दिमाग को इतना समय नहीं मिल पाता कि वह आपको पेट भरने का संकेत दे सके।

दिमाग की तरफ से सिग्नल ना मिल पाने के कारण आप जरूरत से ज्यादा खा लेते हैं, जिससे वजन बढ़ने लगता है।

भरपूर नींद ना लेना

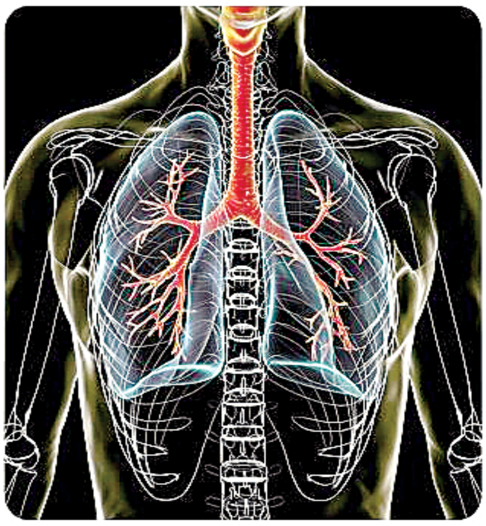
नींद पूरी ना होने के कारण शरीर में हार्मोन्स का लेवल बिगड़ने लगता है, जिससे आपकी भूख बढ़ जाती है और आपको हाई कैलोरी वाली चीजें खाने की क्रेविंग होने लगती है।

कूल दिखने के चक्कर में कहीं कर ना लेना किडनी-लिवर खराब, सिगरेट से ज्यादा जानलेवा है Vaping

आजकल कई लोग पारंपरिक सिगरेट छोड़कर वेपिंग और ई-सिगरेट का उपयोग करने लगे हैं, यह सोचकर कि यह एक सुरक्षित विकल्प है। लेकिन वैज्ञानिक अध्ययनों से पता चला है कि लंबे समय तक वेपिंग करने वालों को भी वही गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं, जो सामान्य सिगरेट पीने वालों को होती हैं। स्कूल, कॉलेज और ऑफिस में बच्चे खुद को कूल दिखने के लिए भी इसका इस्तेमाल करते हैं। समझिए ये शरीर के लिए कितना है खतरनाक।

क्या होती है वैपिंग

वास्तव में यह भी एक प्रकार की ई सिगरेट ही होती है यह उतनी ही हानिकारक है जितनी बीड़ी, सिगरेट या कोई और तंबाकू उत्पाद। वैपिंग सिगरेट की तरह ही अंदर खींचा जाता है, मगर इसमें धुएं के बजाय कुछ लिक्विड कण होते हैं। निकोटीन और टेस्ट (ई-तरल) की धुंध को सांस के जरिए अंदर लेने के लिए एक छोटे हैंडहेल्ड डिवाइस (जैसे ई-सिगरेट, वेप पेन या मोड) का यूज किया जाता है। बैटरी की मदद से चार्ज होने वाले इस डिवाइस में लिक्विड होता है, जो इस्तेमाल के दौरान गर्म होकर हवा में उड़ता है। इसे बार बार चार्ज करने की आवश्यकता नहीं होती है। इसमें 8 से 10 सिगरेट के समान कश मौजूद होते हैं।



वेपिंग से होने वाले गंभीर स्वास्थ्य जोखिम

डिमेंशिया (स्मृति लोप) का खतरा ई-सिगरेट में मौजूद निकोटीन दिमाग की रक्त धमनियों को संकुचित करता है, जिससे दिमाग तक पर्याप्त ऑक्सीजन नहीं पहुंच पाती। यह याद्दाश्त कमजोर करने, सोचने-समझने की क्षमता घटाने और डिमेंशिया (भूलने की बीमारी) का कारण बन सकता है।

हृदय रोग का खतरा : वेपिंग करने से धमनियों की दीवारें कमजोर हो जाती हैं, जिससे ब्लड प्रेशर बढ़ता है और हार्ट अटैक का खतरा बढ़ जाता है। निकोटीन और अन्य हानिकारक रसायन हृदय की रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचाते हैं, जिससे *कोलेस्ट्रॉल जमा हो सकता है और ब्लॉकेज बन सकता है।

अंग विफलता का खतरा : लंबे समय तक वेपिंग करने से फेफड़ों, किडनी और लिवर जैसे महत्वपूर्ण अंगों को नुकसान पहुंचता है। इसके इस्तेमाल से फेफड़ों की क्षमता कम हो जाती है, जिससे सांस लेने में समस्या और गंभीर बीमारियां हो सकती हैं। लिवर और किडनी पर विषाक्त पदार्थों (ज्ञश्र×द्भड्ढ) का प्रभाव बढ़ जाता है, जिससे अंग धीरे-धीरे काम करना बंद कर सकते हैं।

रक्त संचार की समस्या : ई-सिगरेट में मौजूद रसायन रक्त वाहिकाओं को संकीर्ण कर देते हैं, जिससे रक्त प्रवाह बाधित हो जाता है।

खराब रक्त प्रवाह से हृदय, दिमाग और अन्य अंगों तक ऑक्सीजन की आपूर्ति कम हो जाती है, जिससे कई बीमारियां हो सकती हैं।

नई पीढ़ी में बढ़ रहा इसका क्रेज

ई-सिगरेट के रूप में भी जाना जाता है, वैप्स एक तरल को गर्म करते हैं - आमतौर पर निकोटीन युक्त - इसे एक वाष्प में बदल देते हैं जिसे उपयोगकर्ता सांस लेते हैं। धूम्रपान करने वालों को छोड़ने में मदद करने के लिए उन्हें व्यापक रूप से एक उत्पाद के रूप में देखा जाता है। हाई स्कूलों में वैपिंग अब नंबर व्यवहारिक मुद्दा बन गया है। अगर आप वेपिंग कर रहे हैं, तो इसे छोड़ना ही सबसे बेहतर उपाय है ताकि भविष्य में स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से बचा जा सके।

युवाओं को नहीं है इसके खतरे की जानकारी

एक सर्वेक्षण के मुताबिक जानकारी नहीं होने से 14 से 17 वर्ष की आयु के बच्चों के वेपिंग या नशीले पदार्थ वाले इलेक्ट्रॉनिक उपकरण लेने की काफी संभावना है। 37 प्रतिशत ने इसे ''मध्यम रूप से हानिकारक%% माना, लेकिन नुकसान की प्रकृति के बारे में समझ का अभाव था। सर्वेक्षण में पाया गया कि केवल 11 प्रतिशत बच्चों ने वेपिंग और अन्य इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों को हानिकारक के रूप में सही ढंग से पहचाना। 'बच्चों के इतने बड़े प्रतिशत को वेपिंग के हानिकारक प्रभावों से अनजान देखना बहुत परेशान करने वाला है।

देखते ही देखते गंजे हुए इस गांव के लोग, यहां पंजाब- हरियाणा से सप्लाई हुई थी एक चीज

बालों का झड़ना निस्संदेह सबसे दुखद अनुभवों में से एक है, और क्या होगा अगर हम आपको बताएं कि आप जो आप खाना खा रहे हैं वह गंजापन का कारण बन रहा है? भला ही यह सुनने में अजीब लग रहा हो लेकिन पंजाब और हरियाणा में गेहूं के दूषित होने का एक दुर्लभ मामला बड़े पैमाने पर गंजेपन का कारण बन रहा है। हालांकि इन दोनों राज्यों के किसानों का कहना है कि उन्हें बदनाम किया जा रहा है चलिए समझाते हैं इसके बारे में विस्तार से।

क्या है मामला

दरअसल कुछ दिनों पहले महाराष्ट्र के बुलढाणा जिले में रहने वाले लोगों के अचानक से बाल झड़ने लगे थे। एक दो नहीं कम से कम 300 लोगों को इस तरह की समस्या का सामना करना पड़ा, जिसके बाद विशेषज्ञों और स्वास्थ्य अधिकारियों ने जांच शुरू की। एक रिसर्च से पता चला कि इसके पीछे का कारण उनके द्वारा खाए जा रहे गेहूं में मौजूद जहरीली चीज है, जिसके चलते उन्हें बाल झड़ने की बीमारी हो गई है।

सेलेनियम के कारण हुआ ये सब

पद्मश्री पुरस्कार से सम्मानित डॉ. हिम्मतराव बावस्कर द्वारा बिच्छू के डंक के उपचार के लिए किए गए एक महीने के अध्ययन के अनुसार, महामारी पर एक महीने के शोध अध्ययन में दावा किया गया है कि गेहूं में सेलेनियम की अधिक मात्रा के सेवन से एलोपेसिया हो सकता है। सेलेनियम क्या है, गेहूँ में यह इतनी बड़ी मात्रा में कैसे आया और भविष्य में प्रदूषण को कैसे रोका जा सकता है? इस मामले पर एक अध्ययन किया गया; यह आटा (गेहूं) था जिसे उन्होंने खाया था जिससे उनके बाल झड़ गए। उन्होंने पाया कि पंजाब और हरियाणा से लाए गए सरकारी राशन या पीडीएस स्टोर में बेचे जाने वाले गेहूं में सेलेनियम का स्तर खतरनाक रूप से अधिक था, एक ऐसा तत्व जो हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत ज़रूरी है, हालांकि बहुत कम मात्रा में। संक्षेप में, जबकि सेलेनियम हमारे शरीर को ऑक्सीकरण से बचाता है और थायरॉयड हार्मोन के कार्य को सहायता प्रदान करता है, अतिरिक्त सेलेनियम सेलेनोसिस नामक विकार उत्पन्न हो सकता है, जिसके परिणामस्वरूप बाल झड़ना, नाखून भंगुर होना, त्वचा संबंधी समस्याएं और अन्य चिकित्सीय स्थितियां उत्पन्न हो सकती हैं।

क्या हमारे शरीर के लिए जरूरी है सेलेनियम

सेलेनियम एक महत्वपूर्ण खनिज है जिसकी हमारे शरीर को न्यूनतम मात्रा में आवश्यकता होती है। सेलेनियम ग्लूटाथियोन पेरोक्सीडेज जैसे एंजाइम बनाने में मदद करता है जो हमारी कोशिकाओं को नुकसान से बचाने में मदद करते हैं। लेकिन अगर हम बहुत ज़्यादा सेलेनियम लेते हैं, तो हमारा शरीर इसे प्रोसेस नहीं कर पाता और सेलेनियम हमें नुकसान पहुंचाना शुरू कर देता है। इस तरह के विषाक्तता के सबसे आम लक्षणों में से एक है बालों का झड़ना क्योंकि अतिरिक्त सेलेनियम बालों के रोम के संचालन को बाधित करता है और वे कमज़ोर हो जाते हैं और बालों के झड़ने का कारण बनते हैं। अतिरिक्त सेलेनियम के अन्य आम लक्षण हैं भंगुर नाखून, त्वचा की समस्याएं, जठरांत्र संबंधी समस्याएं, कमज़ोरी और तंत्रिका संबंधी समस्याएं।