

# चूजालेट

बुलंदशहर में 2 साधुओं की गला  
रेतकर हत्या

भारतीय सिनेमा के दो दिग्गजों ने दुनिया  
को कह दिया अलविदा

# लोकडाउन का एजिट प्लान?





# Ambition

---

## SCHOOL

VARANASI

## CBSE PATTERN

**ADMISSION OPEN**  
For New Session  
**2020-21**

**From Play Group to Class 6**

From last 3 years we are pioneer in polytechnic and our students in Ambition institute of technology are creating history by ranking first in U.P. And now for creating the same history we are starting **Ambition School**

**100%  
ADMISSION FEES  
FREE FOR  
FIRST 100  
ADMISSION ON  
FIRST COME FIRST  
SERVE BASIS**



- Globally Benchmarked CBSE pattern Curriculum with Indian Values.
- Spread over 8 acres of lush green land with state of the art infra-structure.
- Digital Classroom and Wi-Fi Internet facility.
- Sprawling playground for Football, Cricket, Volleyball, Badminton and Athletics etc.
- Separate Labs for efficient study of Science, Music, Dance, Art & Craft, Language, Yoga & Theater.
- Latest educational equipments and modern user friendly furnitures.
- Leisure Time Activities - Different Clubs, Vocal Music, Science Club, Public Speaking, Chess, Carrom, Western & Classical dance.
- 50+Activities for Holistic Development.
- Trained & Qualified Teachers for quality education.
- Only 30 students in one class (Maximum 40 in higher classes)
- Specially designed mobile app for better communication between teachers and parents
- Special arrangements for security & medical assistance.



**WITH GREEN AMBIENCE**



Classroom



Digital Board Everywhere



50+ Activities

**Mob.: 7081005522, 7081005533, 7081005544**

G.T. Road, Parao, Near Puneet Automobiles, Varanasi - 221102 (U.P.)

Tel.: 0542- 2338839/41, E-mail : [ambitionschoolvns@gmail.com](mailto:ambitionschoolvns@gmail.com)

# भीतर

## जानिए क्या है आरोग्य ऐप, जिसपे कोरोना से सम्बंधित मिलेगी सभी जानकारी

कोरोना वायरस के बढ़ते संक्रमण पर रोकथाम के लिए भारत स्वास्थ्य मंत्रालय ने सभी देशवासियों से आरोग्य ऐप को डाउनलोड करने की अपील की है। पढ़ें पूरी खबर, पेजन. 7 पर...



**बुलंदशहर में 2 साधुओं की गला रेतकर हत्या**

बुलंदशहर के अनूपशहर कोतवाली क्षेत्र के पगोना गांव में उस वक्त सनसनी फैल गई जब गांव में स्थित मंदिर परिसर में संतों के कमरे में दो साधुओं के खून से लथपथ शव पड़े मिले, दोनों साधुओं की गला रेतकर निर्मम हत्या की गई है। पढ़ें पूरी खबर, पेजन. 10 पर...

## बुलंदशहर में 2 साधुओं की गला रेतकर हत्या

## यूपी बोर्ड 10वीं और 12वीं की ऑनलाइन कक्षाएं दूरदर्शन पर 30 अप्रैल से होंगी शुरू



उत्तर प्रदेश बोर्ड ने उत्तर प्रदेश के माध्यमिक शिक्षा परिषद से संबंध 10वीं और 12वीं कक्षा के छात्रों का पाठ्यक्रम पूरा करने के उद्देश्य से अब इनकी पढ़ाई दूरदर्शन के माध्यम से कराने की पूरी तैयारी मुकम्मल कर ली है।

पढ़ें पूरी खबर, पेजन. 21 पर...

सम्पादकीय.....	04
स्पेशल रिपोर्ट.....	5-6
राष्ट्रीय.....	7-9
उत्तर प्रदेश.....	10-13
वाराणसी.....	14-19
शिक्षा जगत.....	20-21
रोचक तथ्य.....	22
मनोरंजन.....	23-26
खेल जगत.....	27-30
पूजा पाठ.....	31-34
विविध.....	36-38
स्वास्थ्य.....	39-40
गृहणी.....	41-42
टाइमपास.....	43-44
पाठकनामा.....	45
पृष्ठों का शेष.....	46

# न्यूज़बैकेट

www.newsbucket.in

मई 2020

वर्ष 1

अंक 4

### संस्थापक संरक्षक

संरक्षक : मिथिलेश पटेल

प्रधान संपादक : राजू श्रीवास्तव

कंटेंट एडिटर : विकास कुमार श्रीवास्तव

फोटो एडिटर : सुधीर कुमार गुप्ता

छायाकार : महेंद्र पटेल

### कानूनी सलाहकार

भूपेश पाठक : अधिवक्ता

रवि प्रकाश तिवारी : अधिवक्ता

### प्रधान कार्यालय (FIVE ALPHABETS)

बी - 31/19, आर बाबा शॉपिंग

काम्लेक्स लंका, वाराणसी।

E-Mail : m@fivealphabets.com

मो० : 9415147110, 8574479280, 9807505429

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक मिथिलेश पटेल एवं संपादक राजू श्रीवास्तव ने रॉयल प्रिंटिंग वर्क्स - C 25/2 राम कटोरा, चेतगंज, वाराणसी से मुद्रित कराकर बी - 31 - 19, आर बाबा शॉपिंग काम्लेक्स लंका, वाराणसी से प्रकाशित किया।

पत्र संख्या - 1816/J.A.III-2019

पत्रिका में प्रकाशित विचार लेखक के हैं। उसमें संपादक का सहमत होना आवश्यक नहीं है। समस्त विवादों का क्षेत्र वाराणसी न्यायालय होगा।

भारतीय सिनेमा की दो दिग्गजों ने कैसर जैसी खतरनाक बीमारी से दुनिया को अलविदा कह दिया। दो दिन में लगातार बॉलीवुड को दो बड़े झटके लगने से पूरा बॉलीवुड शोकग्रस्त हो गया। पढ़ें पूरी खबर, पेजन. 23 पर...



## भारतीय सिनेमा के दो दिग्गजों ने दुनिया को कह दिया अलविदा

# संपादकीय

यह न केवल विरोधाभासी, बल्कि विचित्र सा है कि केंद्र सरकार जहां एक ओर कारोबारी गतिविधियों को फिर से चालू करने पर विचार कर रही है वहीं घर वापस लौट रहे मजदूरों के कारण सरकार की मंशा पर पतीला लग सकता है। अर्थव्यवस्था को पुनः सुचारू रूप देने के लिए ज्यादातर राज्यों में फिर से कारोबारी गतिविधियों को शुरू करने पर सरकार जोर दे रही है। जबकि कोरोना के संक्रमण के कारण ज्यादातर मजदूर अपने घरों को लौट रहे हैं।

चूंकि अपने गांव जाना चाह रहे मजदूरों की संख्या बहुत अधिक है इसलिए उन्हें ट्रेनों से ले जाया जा रहा है। कहना कठिन है कि विभिन्न शहरों में फंसे मजदूरों की संख्या कितनी होगी, लेकिन वह लाखों में तो होगी ही। हैरानी नहीं कि यह संख्या करोड़ का आंकड़ा छू ले। सवाल है कि यदि हमारे औद्योगिक शहर मजदूरों से खाली हो गए तो फिर आर्थिक-व्यापारिक गतिविधियों का थमा पहिया नए सिरे से गति कैसे पकड़ेगा?

यह अच्छा है कि कर्नाटक और तेलंगाना की सरकारें गांव जाने को तैयार मजदूरों से रुकने की अपील कर रही हैं, लेकिन केवल इतना ही पर्याप्त नहीं। उन्हें और साथ ही अन्य राज्यों को उन कारणों की तह तक जाना होगा जिसके चलते मजदूर अपने गांव जाने के लिए बेचैन हो उठे। इस बेचैनी का बड़ा कारण यही है कि लॉकडाउन के दौरान उनके खाने-रहने की जो व्यवस्था की गई वह संतोषजनक नहीं थी। जब कोई काम न होने से अपने भविष्य को लेकर अनिश्चित मजदूरों की उचित तरीके से देखभाल की जानी चाहिए थी तब ऐसा नहीं किया गया। इसी कारण उन्होंने अपने गांव जाने का निश्चय किया। इसके आसार कम हैं कि वे अपने निश्चय से डिंगेंगे। वे भावनात्मक सहरे की तलाश में हैं और उन्हें लग रहा है कि इसकी पूर्ति उनके गांव-घर में ही हो सकेगी।

**निःसंदेह किसी भी मजदूर को जबरन नहीं रोका जा सकता,** लेकिन इसकी चिंता तो की ही जानी चाहिए कि आखिर उनके बगैर कारोबारी गतिविधियों को रफ्तार कैसे मिलेगी? यह चिंता इसलिए भी की जानी चाहिए, क्योंकि शहरों में अपनी उपेक्षा-अनदेखी से आहत मजदूरों में से तमाम ऐसे हैं जो फिर नहीं लौटना चाह रहे हैं। बेहतर होगा कि राज्य सरकारें अनिश्चय से घिरे हुए मजदूरों से केवल रुकने की ही अपील न करें, बल्कि उन्हें यह भरोसा भी दिलाएं कि उनके हितों की रक्षा के लिए हर संभव कदम उठाए जाएंगे।

यदि इन संभावित कदमों को लेकर कोई स्पष्ट घोषणा की जाए तो यह मुमकिन है कि एक बड़ी संख्या में मजदूर तुरंत गांव लौटने का इशादा त्याग दें। वर्तमान स्थिति में मजदूरों को रोकना भी आसान नहीं है क्योंकि उनकी पर्याप्त व्यवस्था भी करनी होगी ताकि उन्हें किसी प्रकार की परेशानी न हो और जीवन यापन भी बिना किसी बाधा के चलता रहे। जिन राज्यों से मजदूर जा रहे हैं उनके साथ ही उन राज्यों को भी सक्रिय होना चाहिए जहां के वे बाशिंदे हैं, क्योंकि उनके लिए गांव लौटे मजदूरों की रोजी-रोटी की व्यवस्था करना आसान काम न होगा। बेहतर हो कि केंद्र सरकार भी सक्रिय हो ताकि औद्योगिक शहरों को मजदूरों की कमी का सामना न करना पड़े।

-राजू श्रीवास्तव

# स्पेशल रिपोर्ट

## कब हटेगा लॉकडाउन, क्या है एकिंजिट प्लान?

संयम का मंत्र करेगा कोरोना को खत्म? कोरोना को हारने के लिए संक्रमण को काबू करना जरुरी है। भारत में लॉक डाउन दो हफ्तों के लिए बढ़ा दिया गया है। हालांकि, इस बार देशभर को रेड, ऑरेंज और ग्रीन जोनों में बांटा जा रहा है। इन इलाकों में शर्तों के साथ कुछ छूट देने के प्रावधान भी शामिल किये गये हैं।

आपको बता दें कि अकेला भारत ही नहीं है जो इस लॉकडाउन से बाहर निकलने के लिए कोशिश कर रहा है। बल्कि वे देश भी अब लॉकडाउन से बाहर आने का प्लान बना चुके हैं, जहां कोरोना ने ज़बरदस्त तबाही मचाई है।

कोरोना का कहर सिर्फ भारत पर नहीं बल्कि पूरी दुनिया पर है। कोरोना से बचने के लिए लॉकडाउन का जो रास्ता चीन ने दिखाया, उसी पर पूरी दुनिया अब तक आगे बढ़ रही है। क्योंकि जिसने भी लॉकडाउन करने में देरी की उसका हाल बुरा हुआ। चाहे वो अमेरिका हो, इटली हो, फ्रांस हो, स्पेन हो या जर्मनी। अब दुनिया की तीन चौथाई आबादी पिछले कई महीनों से लॉकडाउन में है। हां मगर अब कई देश अर्थव्यवस्था को बचाने के लिए धीरे-धीरे लॉकडाउन का एकिंजिट प्लान तैयार कर रहे हैं।

कईयों ने तो लॉकडाउन खोलना भी शुरू कर दिया है। इटली में लॉकडाउन 4 मई को खत्म हो रहा है। वुहान में 11 अप्रैल को ही लॉकडाउन हटा लिया गया। स्पेन में लॉकडाउन को आंशिक तौर पर हटा दिया गया है। इसी तरह से ईरान में 11 अप्रैल को लॉकडाउन हटा लिया गया है। ये वो तमाम देश हैं जहां कोरोना का कहर अभी खत्म नहीं हुआ है।

चीन को छोड़ दें तो कोरोना के सैकड़ों नए मामले अभी भी हारे रोज़ इन देशों में आ रहे हैं। लेकिन बावजूद इसके ये देश लॉकडाउन से बाहर आने के लिए जुगल लगा रहे हैं और ये ज़रुरी भी है। वरना ये कोरोना से बच भी गए तो भुखमरी से मर जाएंगे।

इसीलिए इन देशों ने लॉकडाउन का एकिंजिट प्लान लागू करना शुरू कर दिया है।

पहले आपको इटली का एकिंजिट प्लान समझाते हैं। इटली में 4 मई से लॉकडाउन हटाया जा रहा है। वहां कंपनियां और कंस्ट्रक्शन का काम शुरू

सावधानी बरत रहा है। भारत भी इसी रास्ते पर है। हालांकि भारत के हालात इन देशों से कहीं बेहतर हैं। लॉकडाउन के इन बीते हफ्तों में कोरोना का डबलिंग रेट कम हआ है। भारत के लिए ये अच्छी खबर ज़रुर है, लेकिन लॉकडाउन पूरी तरह

खोलकर मेहनत पर पानी नहीं फेरा जा सकता। इसलिए दुनिया के बाकी देशों की तरह भारत भी कई दौर में लॉकडाउन हटाने के रास्ते पर ही आगे बढ़ेगा। यही वजह है कि 3 मई को लॉकडाउन नहीं हटेगा। वैसे तो 3 मई को लॉकडाउन की अवधि पूरी हो रही थी लेकिन एक बार फिर इसे दो हफ्ते के लिए बढ़ा दिया गया है। मतलब ये कि अब 17 मई तक लॉकडाउन लागू रहेगा। इस संबंध में गृह मंत्रालय ने एक गाइडलाइन भी जारी कर दी है। गाइडलाइन के मुताबिक इस बार के लॉकडाउन में कुछ छूट भी दी गई है। गाइडलाइन में देशभर को रेड, ऑरेंज और ग्रीन जोनों में बांटा जा रहा है।

होगा। मगर इलाके के अंदर ही आने जाने की इजाजत होगी। दूसरे इलाकों में लोगों की आवाजाही बंद रहेगी। छोटी दुकानें और बाज़ार फिलहाल नहीं खुलेंगे। पार्क और पब्लिक गार्डन को खोला जाएगा। सीमित तौर पर पब्लिक ट्रांसपोर्ट शुरू होगा। 18 मई से दूसरे फेज़ में म्यूज़ियम, लाइब्रेरी खुलेंगी। तीसरे फेज़ में 1 जून से बार, रेस्टोरेंट, सैलून खुलेंगे। और चौथे फेज़ में स्कूल और यूनिवर्सिटी खोली जाएंगी।

इटली में भले अभी कोरोना का कोहराम खत्म ना हुआ हो। मगर ऐसा लगता है कि इटली ने कोरोना पर काबू पा लिया है। हालांकि खतरे को देखते हुए वहां सावधानी बरती जा रही है। वहां स्पेन और ईरान भी कुछ शर्तों के साथ जिंदगी को पटरी पर लाने की कोशिश में है। वुहान में बगैर हेल्प कोड के सँडक पर निकलना मना है। स्पेन में कुछ ही कंपनियों को काम करने की इजाजत है। स्पेन में दुकानें और दफ्तर फिलहाल बंद हैं। ईरान में दफ्तरों-बाजारों में एक तिहाई स्टाफ काम कर दिया गया है।

ज़ाहिर है लॉकडाउन से बाहर आने में हर देश



### क्या है रेड जोन, ग्रीन जोन और ऑरेंज जोन?

**रेड जोन:** संक्रमण के संक्रिय मामले, संक्रमण के बढ़ने की दोगुनी रफ्तार, परीक्षण और निगरानी से आने वाले आधार पर तय।

**ग्रीन जोन:** इसमें वे जिले जिनमें अभी तक कोई मामला नहीं या पिछले 21 दिनों में कोई मामला नहीं आया।

**ऑरेंज जोन:** वे जिले जो रेड और ग्रीन जोन में नहीं आते हैं।

पहली कोशिश रेड जोन के इलाकों में सख्ती से लॉकडाउन के पालन की है। इसके बाद ऑरेंज और ग्रीन जोन में सोशल डिस्टेंसिंग की शर्त के साथ रियायत दी जाएगी। फिर धीरे धीरे रेड जोन को ऑरेंज जोन में और ऑरेंज जोन को ग्रीन जोन में लाने की कोशिश की जाएगी। हालांकि पहले जैसी जिंदगी पटरी पर आने में अभी कई महीनों का वक्त लगेगा।

गतिविधियां	नियंत्रित जोन	रेड जोन	ऑरेंज	ग्रीन जोन
रेल, हवाई, मेट्रो और अंतरराष्ट्रीय यात्रा, स्कूल कॉलेज और अन्य शिक्षक और प्रशिक्षण संस्थान, होटल रेस्टोरेंट भीड़ भेरे स्थान जैसे सिनेमा हॉल मॉल, जिम, स्पोर्ट्स कंपलेक्स, आदि सामाजिक, राजनीतिक, सांस्कृतिक और अन्य प्रकार की सभाएं और धार्मिक स्थल या सार्वजनिक स्थान पर पूजा।	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित
लोगों की आवाजाही, गैर जरुरी कार्यों हेतु शाम 7 से सुबह 7 तक। सीमा में नियंत्रित 100% आरोग्य सेतु एप्प	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित
ओपीडी और मेडिकल क्लीनिक को अनुमति, शारीरिक दूरी निर्देशों और सुरक्षा उपायों के साथ।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
साइकिल रिक्शा, ऑटो रिक्शा, टैक्सी और कैब का संचालन, जिले के अंदर और जिले के मध्य बसों का संचालन, स्पा और सैलून।	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत
व्यक्ति और वाहनों की आवाजाही स्वीकृति केवल अनुमति प्राप्त गतिविधियों के लिए, चौपहिया वाहनों में दो व्यक्ति और दो पहिया वाहन पर सिर्फ एक व्यक्ति। ग्रामीण इलाकों में औद्योगिक संस्थान, सेज, ईओयूज, औद्योगिक संपदा और औद्योगिक टाउनशिप नियंत्रित पहुंच के साथ अनुमति।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
अन्य औद्योगिक गतिविधियों में दवाओं, फार्मा, चिकित्सा उपकरणों, उनके कच्चे माल व मध्यस्थों सहित आवश्यक वस्तुओं की विनिर्माण इकाइयां, उत्पादन इकाइयां जिन्हें निरंतर प्रक्रिया व आपूर्ति श्रृंखला की जरूरत होती है, आईटी हार्डवेयर का निर्माण और पैकेजिंग सामग्री की निर्माण इकाइयों को अनुमति।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
शहरी क्षेत्रों में निर्माण गतिविधियों की अनुमति उन परियोजनाओं को जहां श्रमिक साइट पर उपल है और किसी भी श्रमिक को बाहर से लाने की जरूरत नहीं है और अक्षय ऊर्जा परियोजनाओं का निर्माण।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
शहरी क्षेत्रों में गैर जरुरी सामानों की दुकानों को मॉल, बाजार व बाजार परिसरों में अनुमति नहीं है। सभी स्टैंड अलोन (एकल) दुकाने, पड़ोस (कॉलोनी) की दुकानों और आवासीय परिसरों में दुकानों को आवश्यक और गैर आवश्यक के किसी भी भेद के बिना, शहरी क्षेत्रों में खुले रहने की अनुमति है।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
रेड जोन में ई-कॉर्मर्स गतिविधियों को केवल आवश्यक वस्तुओं के संबंध में अनुमति दी जाती है।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
घरों से काम करने वाले शेष व्यक्तियों के साथ, निजी कार्यालय आवश्यकतानुसार 33 फीसद तक की शक्ति के साथ काम कर सकते हैं। कृषि संबंधी मनरेगा कार्य, खाद्य प्रसंसंकरण इकाइयों और ईट भट्ठों सहित ग्रामीण क्षेत्रों में सभी औद्योगिक और निर्माण गतिविधियां। कोरियर और डाक सेवा।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
प्रिंट व इलेक्ट्रॉनिक मीडिया, आईटी व आईटी से जुड़ी सेवाएं, डाटावर्क कॉल सेंटर, वेयरहाउसिंग सेवाएं व कॉल्ड स्टोरेज, निजी सुरक्षा, सुविधा प्रबंधन सेवाएं व सुनियोजित व्यक्तियों द्वारा दी जाने वाली सेवाएं।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
टैक्सी व कैब संचालन, इसे केवल एक ड्राइवर व एक यात्री के साथ अनुमति दी जाएगी। जिलों के मध्य व्यक्तियों व वाहनों की आवाजाही केवल स्वीकृत गतिविधियों को अनुमति, चौपहिया वाहनों को अधिकतम 2 यात्रियों को ड्राइवर के पीछे बैठाने की अनुमति और दोपहिया में दूसरे व्यक्ति के बैठने की अनुमति।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
बसों को 50% सवारी क्षमता के साथ चलाने की अनुमति व 50% क्षमता के साथ बस डिपो की अनुमति।	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित	प्रतिबंधित	स्वीकृत
सभी माल यातायात की अनुमति दी जानी है। कोई भी राज्य/केंद्र शासित प्रदेश पड़ोसी देशों के साथ संधियों के तहत सीमा पार व्यापार के लिए माल की आवाजाही को नहीं रुकेगा। इस तरह की आवाजाही के लिए किसी भी प्रकार के अलग से पास की आवश्यकता नहीं।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत
अन्य सभी गतिविधियों की अनुमति होगी, जो विशेष रूप से निषिद्ध नहीं है, या जिन्हें इन दिशानिर्देशों के तहत विभिन्न क्षेत्रों में प्रतिबंधों के साथ अनुमति दी गई है।	प्रतिबंधित	स्वीकृत	स्वीकृत	स्वीकृत

# राष्ट्रीय

## जानिए क्या है आरोग्य ऐप, कोरोना से सम्बंधित मिलेगी सभी जानकारी

कोरोना वायरस के बढ़ते संक्रमण पर रोकथाम के लिए भारत स्वास्थ्य मंत्रालय ने सभी देशवासियों से आरोग्य ऐप को डाउनलोड करने की अपील की है। भारत सरकार ने अपने सभी प्रतिनिधियों, प्रशासन और जिम्मेदार नागरिकों से अपील की है कि इस ऐप को खुद डाउनलोड करें और दूसरों को भी डाउनलोड करने के लिए अपील करें।

आइये जानते हैं क्या है ये आरोग्य ऐप और कैसे करता है काम-

इस ऐप के जरिये कोरोना वायरस से संक्रमित लोगों को ट्रैक किया जा सकता है।

यह ऐप लोगों को तब अलर्ट करता है जब वह किसी कोरोना से संक्रमित के संपर्क में आते हैं। यह ऐप एंट्रायड और आईफोन पर उपल है और यूजर के फोन को ब्लूटूथ और लोकेशन में साथ मोबाइल नंबर से यह पता लगाता है कि कहाँ यूजर कोरोना संक्रमित के सम्पर्क में तो नहीं आया है।

आरोग्य ऐप में कोरोना हेल्प सेंटर और सेल्फ असेसमेंट टेस्ट जैसे विकल्प मौजूद हैं जिनसे आप खुद का परीक्षण कर सकते हैं।

इस ऐप को आप प्लॉट स्टोर या एप स्टोर से डाउनलोड कर सकते हैं और इस ऐप को NIC के दिशा निर्देश में बनाया गया है।

इस ऐप को डाउनलोड करते समय ध्यान दे कि इसमें डेवलपर के नाम के साथ NIC eGov Mobile Apps दिखेगा और यही सही ऐप है।

यह ऐप ट्रैसिंग के लिए आपके ब्लूटूथ, मोबाइल नंबर और लोकेशन डेटा का इस्तेमाल करता है।



Help us to  
help you



my  
GOV  
मेरी सरकार

### Govt Launches 'Aarogya Setu App'

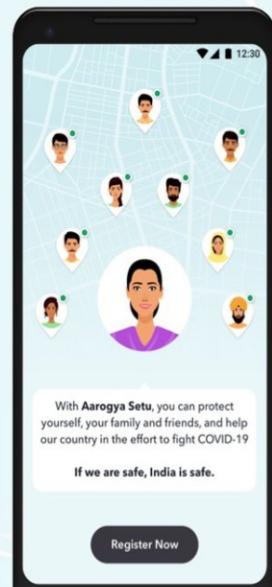
a Bluetooth-based COVID-19 Tracker



The app will **alert users if they come in proximity** to an infected person



**Inform users** about best practices & relevant medical advisories



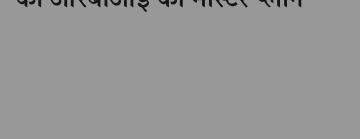
The App is privacy-first by design & available in Android & iOS



The App has highly scalable architecture & is available in 11 languages



भारत को आर्थिक संकट से उबारने का आरबीआई का मास्टर प्लान



भारत में बना सबसे सस्ता पीपीई किट, सिर से पांच तक करेगा सुरक्षित

07 | न्यूज बैकेट | मई 2020



लॉक डाउन में भी चलेगी

09

07 | न्यूज बैकेट | मई 2020

## भारत को आर्थिक संकट से उबारने का आरबीआई का मास्टर प्लान

कोविड-19 के कारण लगे लॉक डाउन का असर लॉकडाउन के बाद भी देखने को मिलेगा। खासकर, देश को आर्थिक संकट से बाहर निकलना एक बड़ी चुनौती होगी। इसलिए संकट की इस घड़ी में देश को आर्थिक संकट से बचाने के लिए आरबीआई एक मास्टर प्लान के साथ सामने आई है।

आपको बता दें कि देश में फैले कोरोना संकट से उबारने के लिए आरबीआई एक पैकेज की घोषणा पहले ही कर चुका है और अब लॉक डाउन 2.0 में दूसरे प्लान का ऐलान किया गया है।

आरबीआई के मुताबिक दो उपायों से देश की आर्थिक स्थिति को सही करने का काम किया जाएगा। जिसमें सबसे पहले छोटे उद्योग और मझोले उद्योगों को 1 लाख करोड़ रुपये का फंड उपल कराने का इंतेजाम किया जा रहा है। इसके बाद आरबीआई

ने रिजर्व रेपो रेट को 4 फीसद से घटाकर 3.75 फीसद कर दिया है।

इसके अलावा आरबीआई ने एनपीए नियमों में भी बदलाव किए हैं जिससे बैंकों के संकट और एनबीएफसी को राहत मिलेगी। इसके साथ ही इस बदलाव से बैंकों पर पूर्व के कर्ज का ज्यादा बोझ नहीं पड़ेगा।

आरबीआई ने देश के सभी बैंकों को एक सुझाव भी दिया है। आरबीआई के अनुसार बैंक अपने अतिरिक्त रकम को आरबीआई के पास रखने के बजाय उसे कर्ज के रूप में अधिक से अधिक बांटे ताकि वापसी में बैंकों



को ज्यादा से ज्यादा ब्याज मिल सके। अब ये तो बहुत ही बताएगा कि आरबीआई का ये मास्टर प्लान कारणर साबित होता है या नहीं..

## कोरोना वायरस के संक्रमण ने शादियों पर ढाया कहर



कोरोना वायरस के संक्रमण को खत्म करने के लिए

लॉक डाउन की अवधि को बढ़ाने पर सरकार विचार कर रही है।

ऐसे में 13 अप्रैल को खरमास के खत्म होने पर तय हुई शादियां अब अधर में लटक गई हैं। लॉक डाउन के बढ़ने के कारण शादियां भी कैंसिल हो सकती हैं। जिनके बच्चों की शादियां तय हुई हैं उनके परिजनों ने लगभग सभी तैयारियां पहले से ही कर ली हैं मगर कोरोना के संकट के कारण अब शादियों की खुशियां धुंधली पड़ सकती हैं।

## भारत में बना सबसे सस्ता पीपीई किट, सिर से पांव तक करेगा सुरक्षित

देश में कोरोना के संकट से जंग लड़ने वाले वारियर्स के लिए एक अच्छी खबर सामने आयी है। बिहार के एक चिकित्सक ने 500 रुपये में पीपीई किट तैयार किया है। साधारणतः पीपीई किट दो से ढाई हजार का मिलता है।

कोरोना के खिलाफ इस जंग में संक्रमित के पास जाने वाले मेडिकल स्टॉफ या उनके पास जाने वाले के लिए पीपीई किट बहुत जरूरी है। बिना पीपीई किट के संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने वाला भी संक्रमित हो सकता है।



बिहार के डॉ रामेश्वर सिंह के द्वारा सिवान में तैयार किये गए इस पीपीई किट को सिवान प्रशासन और स्वास्थ्य विभाग ने हाथों हाथ लेते हुए इसकी सूचनासभी जगहों पर भेज दी है।

सूचना मिलने पर उत्तर प्रदेश सरकार ने 1 लाख किट की 100 रुपये की ओर दे दिया है जबकि इस किट की मांग अन्य राज्य भी कर रहे हैं।

## लॉक डाउन में भी चलेगी पार्सल ट्रेन

देश में लॉक डाउन की वजह से सभी प्रकार की यातायात सेवाओं पर रोक लगा दी गयी है। एक शहर से दूसरे शहर जाने वाले लोगों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। रेल सेवा बन्द होने से सबसे ज्यादा प्रभावित ऐसे व्यापारी हुए हैं जो ट्रेनों से पार्सल बुकिंग करते हैं। स्थिति को देखते हुए रेलवे ने अब पार्सल ट्रेन की शुरुआत की है। रेलवे के द्वारा एक ट्रेन वाराणसी के मढ़वाड़ीह स्टेशन से रवाना हुई जो गाजीपुर, बलिया, छपरा, देवरिया, गोरखपुर और लखनऊ होते हुए काठगोदाम तक जाएगी। इस रास्तों में पड़ने वाले सभी व्यापारी और अन्य लोग भी

पार्सल बुक करा सकते हैं। पूर्वोत्तर रेलवे के DRM विजय कुमार पंजियार ने कहा प्रतिदिन सुबह 6 बजे मढ़वाड़ीह रेलवे स्टेशन से ये पार्सल ट्रेन रवाना होगी और रात्रि के 10 बजे तक काठगोदाम पहुंचेगी। व्यापारियों के लिए शुरू की गई इस ट्रेन से पार्सल को एक स्थान से दूसरे स्थान पर भेज जायेगा। पार्सल के साथ साथ इस ट्रेन से दवाओं को



भी दूसरी जगह पहुंचाया जाएगा।

## वाहनों के प्रपत्र 30 जून तक माने जायेंगे वैध



देश में कोरोना वायरस के खतरे को जारी लॉक डाउन के मद्देनजर सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय की ओर से नई गाइडलाइन जारी की है।

मंत्रालय ने 1 फरवरी से लेकर 30 जून तक समाप्त होने वाले सभी वाहनों की वैधता को 30 जून तक के वैध माने जाने का निर्देश जारी किया है।

इस निर्देश के अनुसार सभी तरह के परमिट, वाहनों के फिटनेस, पंजीयन और ड्राइविंग लाइसेंस के साथ

सभी जरुरी प्रपत्र को 30 जून तक के लिए वैध होंगे।

परिवहन विभाग के सभी अधिकारियों को निर्देश भेजे गए हैं कि लॉक डाउन के कारण प्रपत्रों की वैधता को बढ़ाया नहीं जा सका है इसलिए आवेदकों को 30 जून तक कि राहत प्रदान की गई है।

## प्रधानमंत्री मोदी ने दी श्रद्धांजलि, कहा बहुआयामी, प्रिय और जीवंत थे ऋषि कपूर

सदाबहार अभिनेता ऋषि कपूर के निधन पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने श्रद्धांजलि व्यक्त की है। तीन शब्दों में दिवंगत अभिनेता की व्याख्या करते हुए प्रधानमंत्री मोदी ने लिखा, बहुआयामी, प्रिय और जीवंत ... यही थे ऋषि कपूर जी। उन्होंने कहा कि सदाबहार अभिनेता ऋषि कपूर वास्तव में प्रतिभा का पावर हाउस थे। बता दें कि बॉलीवुड के किंग आफ रोमांस कहे जाने वाले ऋषि कपूर का आज मुंबई के अस्पताल में निधन हो गया था। वे 67 वर्ष के थे।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने द्वीप कर लिखा कि बहुआयामी, प्रिय और जीवंत ... यही ऋषि कपूर जी थे। वे प्रतिभा का पावरहाउस थे। मैं हमेशा सोशल मीडिया पर भी अपनी बातचीत को याद करूंगा। वह फिल्मों और भारत की प्रगति के बारे में बेहद भावुक थे। मैं उनके निधन से काफी दुखी हूं। उनके परिवार और प्रशंसकों के प्रति संवेदना प्रकट करता हूं। शांति।

इसस पहले कॉंग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी ने भी ऋषि कपूर के निधन पर शोक व्यक्त करते हुए कहा कि ये हफ्ता भारतीय सिनेमा के लिए काफी दुख देने वाला है, एक और लिंगेंड ऋषि कपूर आज हमारे बीच से चले गए। एक शानदार अभिनेता, जो हर पीढ़ी के लिए प्रेरणादायक थे।

बता दें कि ऋषि कपूर को सांस लेने में तकलीफ होने की वजह से कल अस्पताल में भर्ती कराया गया था। वह मुंबई के एचएन रिलायंस फाउंडेशन हॉस्पिटल में एडमिट थे। ऋषि के साथ उनकी पत्नी नीतू मौजूद थीं। ऋषि कपूर के अस्पताल में भर्ती होने की पुष्टि उनके भाई रणधीर कपूर ने की थी।



# उत्तर-प्रदेश

## बुलंदशहर में 2 साधुओं की गला रेतकर हत्या

बुलंदशहर के अनूपशहर कोतवाली क्षेत्र के पांगोना गांव में उस वक्त सनसनी फैल गई जब गांव में स्थित मंदिर परिसर में संतो के कमरे में दो साधुओं के खून से लथपथ शब पड़े मिले, दोनों साधुओं की गला रेतकर निर्मल हत्या की गई है।

घटना के बाद बुलंदशहर एसएसपी समेत पुलिस के तमाम आला अधिकारी मौके पर पहुंचे और घटना की बारीकी से जांच की, पुलिस की प्रथम जांच में इस हत्या में गांव के ही नशेड़ी युवक मुरारी का नाम सामने आया है जिसे पुलिस ने हिरासत में ले लिया है। बुलन्दशहर पुलिस का दावा है कि हिरासत में लिया गया मुरारी लंबे समय से भाँग के नशे का आदि है। और आरोपी पर दो दिन पहले बाबा का चिमटा चुराने का भी आरोप लगा था, आरोप है कि इसी बात को लेकर मृतक साधुओं और आरोपी मुरारी के बीच कहासुनी हो गई थी जिसमें आरोपी मुरारी ने दोनों साधुओं को घटना

भुगत लेने की धमकी भी दी थी। पुलिस अधिकारियों का दावा है कि आरोपी पुलिस हिरासत में है और आरोपी अभी भी नशे की हालत में है।

स्थल की फोरेंसिक जांच भी कराई जा चुकी है। बुलंदशहर पुलिस के आला अधिकारी आरोपी मुरारी से पूछताछ में जुटे हैं।



## जानिए यूपी में कब खुलेगी शराब की दुकानें, क्या है अधिकारियों का प्लान

वाराणसी देश व्यापी लॉक डाउन के दौरान शराब के शौकीनों की किरकिरी हो गयी है। लॉक डाउन के दौरान सभी शराब, बियर और भांग की दुकानों को बंद करने के निर्देश दिये गए हैं।

3 मई के बाद केंद्र सरकार द्वारा कोई निर्णायक फैसला लेने के बाद ही शराब की दुकानों को खोल जाएगा।

लॉक डाउन के कारण शराब की दुकानों के बन्द होने पर अल्कोहल युक्त दवाओं की बिक्री बढ़ेंगी जिसको लेकर सभी जिले के जिलाधिकारियों को सतर्क रहने निर्देश दिए गए हैं।

शराब की दुकानें बंद होने से

कच्ची शराब की बिक्री बढ़ने की आशंका है और टिचर, वार्निश तथा अल्कोहल स्प्रिट आदि की दुलाई करने वाले टैकरों से अल्कोहल और स्प्रिट चोरी होने की आशंका भी है जिससे जनहानि हो सकती है।

इन सभी पहलुओं को देखते हुए सभी जिले के डीएम और आबकारी कर्मियों की टीम बनाकर दवा की दुकानों की जांच के साथ साथ ही ढाबों पर रुकने वाले अल्कोहल और स्प्रिट के टैकरों की पड़ताल करने के निर्देश दिए गए हैं।



लॉक डाउन के दौरान अपनी दुल्हनिया लेने पहुंचा दूल्हा



कैसे खुलेंगे सरकारी दफ्तर



योगी आदित्यनाथ की दो टूक- घर में करें पूजा-नमाज, जान बचाना महत्वपूर्ण



बरेली में खतरे की घंटी बजने के बाद भी लोग गलियों में खेल रहे लूडो और ताश

## लॉक डाउन के दौरान अपनी दुल्हनिया लेने पहुंचा दूल्हा

रायबरेली। उत्तर प्रदेश के रायबरेली जिले में सरेनी थाना क्षेत्र के डिघिया मीठापुर गाँव में राम नरेश यादव की पुत्री अनुपम की शादी उत्ताव जनपद के बिहार थाना क्षेत्र नया खेड़ा मजरा गौरा निवासी अनुज के साथ तय हुई थी। लेकिन कोविड-19 लॉक डाउन के कारण शादी होने में संशय बरकरार था। दोनों पक्षों ने आपस में बातचीत की और अनुज कुमार ने बिहार थाना क्षेत्र में एप्लीकेशन देखकर अपनी समस्या रखी और शादी की अनुमति मांगी थी। जिसके बाद बिहार थाना प्रभारी ने शादी की सर्तां के आधार पर अनुमति दी गई है। जहां दोनों परिवर्तों में शादी के कार्यक्रम की तैयारियां शुरू हो गई थीं। जहां आज बारात रायबरेली जिले के डिघिया मीठापुर गाँव पहुंची हैं। दूल्हा अनुज कुमार अपने 5 परिवर्तों के साथ दुल्हन को लेने के लिए पहुंचा है।



है।

दरअसल अनुज कुमार उत्ताव जनपद के बिहार थाना क्षेत्र के नया खेड़ा मजरा गौरा निवासी अनुज कुमार पुत्र स्वर्गीय जंग बहादुर की आज 26 अप्रैल अक्षय

तृतीया के दिन बारात होना निश्चित हुई थी। दोनों घरों में हर्षोल्लास का माहौल था। लेकिन इसी बीच कोविड-19 कोरोना वायरस का कहर कुछ इस प्रकार दूटा की मांगलिक कार्यक्रम भी करना मुश्किल हो गया। लेकिन अनुज कुमार ने बीच का रस्ता निकाला और बिना किसी आडंबर दिखावे शेर-शराबा के मांगलिक कार्यक्रम का निश्चय किया। बिहार थाना क्षेत्र में आवेदन देकर उसने परमिशन मांगी तो थाना प्रभारी ने भी उसे निराश नहीं किया। थाना प्रभारी ने दो गाड़ियों के साथ 5 लोगों को बरात में सर्तां शामिल होने का अनुमति दिया। अनुमति पत्र में यह भी लिखा है कि लॉक डाउन व सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करेंगे। अनुपति पत्र में 2 गाड़ियों दोनों गाड़ियों के नंबर भी लिखे हैं। जिनसे अनुज कुमार अपनी दुल्हनिया को लेने आये हैं।

## कैसे खुलेंगे सरकारी दफ्तर



प्रदेश सरकार और जिला प्रशासन के निर्देशानुसार

लॉक डाउन के पार्ट 2 में जहां कुछ शर्तों के आधार पर उद्योगों और निर्माण कार्य की गतिविधियों को चालू किया जाएगा वहां सरकारी दफ्तरों को भी खोलने के आदेश दिए गये हैं।

सभी सरकारी दफ्तरों में कार्यालय और विभागों के प्रमुख और प्रथम और द्वितीय श्रेणी के अधिकारी मौजूद रहेंगे। साथ ही तृतीय और चतुर्थ श्रेणी के

कर्मचारियों को आवश्यकतानुसार बुलाया जायेगा। वहां हॉट स्पॉट एरिया के सभी कार्यालयों को बंद रखने का निर्णय जिलाप्रशासन द्वारा लिया जायेगा। मुख्य सचिव राजेंद्र कुमार तिवारी के द्वारा सभी विभागों को शासनादेश जारी किया गया है और आवश्यकतानुसार कर्मचारियों को को बुलाने के विषय में रोस्टर तैयार करने की बात कही गयी है। शेष पेज नं. 46 पर...

## देश भर में जारी कोरोना आपदा से निपटने के लिए पुलिस फोर्स पूरी मुस्तैदी से जुटी हुई है

कोरोना संक्रमण से बचाव के लिए लागू लाक डाउन के पालन के लिए जहां पुलिस फोर्स पूरी मुस्तैदी के साथ डटी हुई है।

वहां लाक डाउन के दौरान जरुरतमंदों की मदद और लोगों को कोरोना संक्रमण से बचाव के लिए पुलिस अफसर लगातार जागरूक भी कर रहे हैं। गाजीपुर के एसपी ओम प्रकाश सिंह भोजपुरी गीत के जरिये लोगों को लाक डाउन के पालन और कोरोना संक्रमण से बचाव के लिए अपील कर रहे हैं। कोरोना आपदा के दौरान पुलिस दोहरी भूमिका में नजर आ रही है।

कोरोना संक्रमण से बचाव के लिए लागू लाक डाउन को सख्ती से पालन करने की बात हो या इस दौरान लोगों की मदद यूपी पुलिस अपने काम को बखूबी निभा रही है। इतना ही नहीं पुलिस अफसर अपने अपने तरीके से लोगों को लॉक डाउन के पालन और

कोरोना से बचाव के लिए जागरूक करने की कोशिश साथ भोजपुरी गीतकार भी है।

गाजीपुर के पुलिस अधीक्षक डा. ओम प्रकाश सिंह ने लोगों को कोरोना संक्रमण से बचाने के लिए गीत

संगीत का सहारा लिया है।

गाजीपुर के एसपी भोजपुरी गीत के जरिये लोगों से लाक डाउन की अपील कर रहे हैं।

कोरोना से बचाव के लिए खुद के लिये भोजपुरी गीत के जरिये लोगों को जागरूक करने

की कोशिश में जुटे हुये हैं।

गाजीपुर के पुलिस अधीक्षक डा. ओम प्रकाश सिंह एक बेहतर पुलिस अफसर के साथ



## योगी आदित्यनाथ की दो टूक- घर में करें पूजा-नमाज, जान बचाना महत्वपूर्ण

वैश्विक महामारी कोरोना वायरस के संक्रमण पर अंकुश लगाने की खातिर अपनी टीम-11 के साथ मैदान में डटे उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ को भरोसा है कि भारत इस महामारी से जंग जीतेगा। सीएम योगी आदित्यनाथ ने एक निजी न्यूज चैनल के साथ अपनी वरीयता के साथ कोरोना वायरस से बचाव पर अपनी सरकार की योजना पर विस्तार से चर्चा की।

सीएम योगी आदित्यनाथ ने कहा कि कोरोना के खिलाफ लड़ाई में हम कई देशों के मुकाबले बेहतर स्थिति में हैं, लेकिन हमें अभी भी और सतर्क रहने की जरूरत होगी। उन्होंने कहा कि कोरोना वायरस से बचने के लिए हम व्यापक कार्ययोजना बना रहे हैं। पीएम नरेंद्र मोदी के निर्देश पर देश में लंबे लॉकडाउन से सभी को बड़ी राहत मिली है। हमने भी अफसरों की टीम के साथ मंत्रियों का समूह गठित किया है। कोरोना से निपटने के लिए हम लोग रोज एक-एक आगे बढ़ रहे हैं। हम क्रमबद्ध तरीके से कोरोना संक्रमण से निपटने के लिए काम कर रहे हैं।

### पूजा-नमाज के साथ जान बचाव भी जरूरी-

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा कि हम लोग पूजा-नमाज घर से कर सकते हैं, लेकिन आज तो जान बचाना ही हमारी वरीयता है। कोरोना जैसी महामारी से खुद को और लोगों को बचाना महत्वपूर्ण है। ऐसी हालत में लोगों को मंदिर में पूजा या फिर मस्जिद में नमाज की जगह सभी काम घर से करना चाहिए। उन्होंने कहा कि हमने प्रदेश में धारूमक सार्वजनिक कार्यक्रम पर पूरी रोक लगा रखी है। घर पर ही अराधना या नमाज कर कोरोना से खुद की और दूसरों की जान बचाएं।

सीएम योगी आदित्यनाथ ने कहा कि कोरोना संक्रमण को देखते हुए हमने रमजान से पहले सभी धर्मगुरुओं से बात कर किया था। इन सारे लोगों ने कहा था कि कोरोना की इस महामारी से बचना भी है और लोगों को बचाना भी है। हम आम तौर पर पूजा के लिए मंदिर और नमाज के लिए मस्जिद जाते हैं, लेकिन पूजा-नमाज घर से भी की जा सकती है। आज सबसे जान बचाना सबसे महत्वपूर्ण है। उन्होंने

कहा कि नवरात्रि में मंदिर के बजाय लोगों ने घर से पूजा-पाठ और तमाम धारूमक अनुष्ठान के काम किए थे। ऐसे में ही हमने रमजान को लेकर भी कहा कि आप लोग अपने-अपने घरों से रोज-नमाज करें। इस दौरान कोई सार्वजनिक कार्य नहीं किए जाने चाहिए, क्योंकि हमें सोशल डिस्टेंसिंग का पूरी तरह से पालन करना है।

सच छुपाने वाले जमातियों पर होगा कड़ा एकशन

इन्होंने यह काम न किया होता तो आज कम से कम कोरोना केस होते।

सीएम योगी ने यह भी कहा कि हम इन लोगों के खिलाफ कार्रवाई जरूर करेंगे। सीएम योगी आदित्यनाथ ने प्रदेश में कोरोना फैलाने के लिए तब्लीगी जमात के लोगों को जिम्मेदार ठहराया है। उन्होंने कहा कि जमातियों ने बीमारी को छुपाया। संक्रमण से फैलने वाली बीमारी को छुपाकर आप उसको जगह-जगह फैलाएं, हमको तो यह स्वीकार्य



सीएम योगी आदित्यनाथ ने कहा कि कोरोना वायरस नेचर के साथ अपना स्वरूप भी बदलता है। ऐसे में हमें पूरी तरह से सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करने के साथ लोगों को जागरूक करने से ही सफलता मिलेगी। यूपी में जिस तरह से आबादी है, ऐसे में कोरोना से निपटने का काम हमारे लिए चुनौतीपूर्ण है, लेकिन हम पूरी तरह से प्रदेश को कोरोना से मुक्त करेंगे। प्रदेश में तो स्थिति काफी नियंत्रण में आ गई थी, इसी बीच दिल्ली से पहुंचे तब्लीगी जमात के लोगों ने यहां को माहौल खराब कर दिया। बिना किसी सूचना के यह लोग घनी आबादी में घुस गए और फिर संक्रमण ने गति पकड़ ली। सीएम योगी आदित्यनाथ ने कहा कि यह तो तथ है कि सच छुपाने वाले किसी भी जमाती को छोड़ नहीं जाएगा। सभी के खिलाफ एकशन तथ है। सीएम योगी आदित्यनाथ ने कहा कि जमातियों ने कोरोना वायरस संक्रमण को छुपाया है। यह जानबूझकर किया गया कृत्य है, जोकि अक्षम्य अपराध है। आगर

नहीं है। मुझे यह कहने में कोई संकोच नहीं है कि तब्लीगी के इस रवैये के कारण संक्रमण बहुत तेजी से फैला। यूपी में 3000 से ज्यादा जमातियों ने कई जगह जाकर ऐसा किया। आज हमारे पास लगभग दो ऐक्टिव केस हैं, इसमें डेढ़ हजार से ज्यादा तब्लीगी से जुड़े लोग हैं। हमारी पुलिस ने उन्हें पकड़कर क्वारंटीन किया। फिर अस्पताल में गए, वहां फैलाया और आज यह स्थिति है। अगर समय रहते इन्होंने अपील पर ध्यान दिया होता तो यह हालत नहीं होती। सबसे पहले तो पॉजिटिव महसूस कर रहे व्यक्ति को खुद ही सामने आना चाहिए। देश के अंदर जिन राज्यों में ज्यादा पैमाने पर मामले आए वहां इनकी भूमिका बहुत थी। विदेश से आए, ट्रूरिस्ट वीजा लिया और धूमने लगे। सामान्य व्यक्ति मानता है कि ट्रूरिस्ट है तो ठीक होगा लेकिन गांव-गांव, घर-घर जाकर संक्रमण फैलाएं तो यह ठीक बात नहीं थी। शेष पेज नं. 46 पर...

## बरेली में खतरे की घंटी बजने के बाद भी लोग गलियों में खेल रहे लूड़ो और ताश

26 अप्रैल तक राहत भरी सांस थी। उस वक्त मौजूदा सभी क्षेत्रों में संक्रमित ठीक हो कर घर चले गए थे। जिला ग्रीन जोन में था यानी उस दायरे में जहां कई सहूलियत मिल सकती थी। 27 अप्रैल को अचानक हजियापुर में पुराना संक्रमित मिलने उसकी मौत होने और जिले में तीन हॉटस्पॉट बनने के बाद हम रेड जोन में हैं, संक्रमण का खतरा बना हुआ है। इस बीच लगभग को 17 मई तक बढ़ा दिया गया है। सुरक्षित रहने के लिए इस तारीख तक घर में रहना जरूरी है मगर शहर के कुछ मोहल्लों में हालात सुधर नहीं रहे

कई लोगों को फटकार भी लगाई। दुकानदारों को बुलाकर हटाया और दुकान बंद कराने की चेतावनी दी बाद में दुकानदारों ने शारीरिक दूरी का पालन करने का आश्वासन दिया।

### यह हुआ नुकसान

26 अप्रैल के पहले जिला ग्रीन जोन में था अब रेड जोन में आ गया है। ऐसे में सरकार द्वारा दी जाने वाली छूट का लाभ नहीं मिलेगा। सरकार सबसे पहले उन जिलों को रियायत देगी जो ग्रीन जोन में हैं। ग्रीन जोन

ब्रह्मपुरा, रामनगर और हजियापुर तीन हॉटस्पॉट हैं।

### रेड जोन में यह रहेगी व्यवस्था

आवश्यक वस्तुओं और दवा की दुकान खुली रहेगी। मंडी पहले की तरह खुलेगी। सब्जी की ठेले गलियों में आएंगे। आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति होती रहेगी। एटीएम और बैंक पहले की ही तरह खुलेंगे। ग्रीन जोन के लिए फिर 21 दिन

मंत्रालय के अनुसार आप 28 दिन की बजाय 21 दिन तक कोराना का नया केस नहीं मिलने पर रेड से जिले को हटाकर ग्रीन जोन में शामिल किया जा सकेगा। अभी तक 14 दिन के सरकारी दिनों में शामिल किया जा सकता था।

हजियापुर और ब्रह्मपुरा हॉटस्पॉट में भीड़ की जानकारी मिली है दोनों ही क्षेत्रों में सख्ती से पालन कराए जाने के लिए एसएसपी से कहा गया है। लोगों को भी अपनी सेहत और सुरक्षा को लेकर सतर्क रहना चाहिए। - राजेश पांडे डीआईजी

बरेली को रेड जोन में रखा गया है ऐसे में जो भी व्यवस्था लॉक डाउन और हॉटस्पॉट की जा रही थी वह यथावत रहेगी। रेड जोन में आने से सरकार जो रियायत देगी वह अभी हमें नहीं मिलेगी। इसमें ग्रीन जोन को प्राथमिकता दी जाएगी और लोग निर्देशों का पालन करें। - नितीश कुमार, डीएम

में उन जिलों को रखा गया है, जहां कोरोना फैलने की संभावना नहीं दिख रही है।

### डीएम और एसएसपी ने लिया जायजा

डीएम नीतीश कुमार और एसएसपी शैलेश पांडे ने शुक्रवार को दोनों ने हॉटस्पॉट पर पहुंचकर जायजा लिया। इंस्पेक्टर और सिपाहियों से हालात की जानकारी ली। इसके बाद पुलिसकर्मियों को अपनी सुरक्षा का ध्यान रखते हुए मुस्तैदी से ड्यूटी करने के निर्देश भी दिए।

### इसलिए खत्म हुआ ग्रीन जोन

नोएडा से लौटे युवक और परिवार के सदस्यों के कोरोना संक्रमण से बाहर आने के बाद शहर में बने हॉटस्पॉट को खत्म किया गया था। 26 अप्रैल तक जिला ग्रीन जोन में था, मार 27 को हजियापुर निवासी झोलाढ्हाप में संक्रमण की पुष्टि हुई। कुल 3 केस और सामने आए जिसके बाद जिले में अब

हॉटस्पॉट का निरीक्षण कर वहां के हालात की जानकारी ली गई है। लोगों से घरों में रहने की अपील की जा रही है। नहीं मानने पर सख्त कार्रवाई के निर्देश दिए गए हैं। - शैलेश पांडे, एसएसपी

उम्मीद थी कि लाकडाउन बढ़ाया जाएगा। इसके लिए तैयार भी थी। व्यवसाय प्रभाव पड़ेगा लेकिन जान है, तो जहान है। इसलिए हम परिवार के साथ घरों में ही रहेंगे। शेष पेज नं. 46 पर...

हैं।

हॉटस्पॉट बने हजियापुर और प्रेमनगर के ब्रह्मपुरा में लोग घरों से बाहर निकल रहे हैं। ब्रह्मपुरा निवासी कोरोना संक्रमित मां बेटे के प्राथमिक रिपोर्ट आने के बाद हॉटस्पॉट क्षेत्र को सील नहीं किया जा सका। शाहबाद नरकुलांग ढूंढ समेत अन्य क्षेत्रों में सुबह से शाम तक लोगों की भीड़ लग रही है, वहीं हजियापुर की तंग गलियों में लोग चौपाल लगाए बैठे दिख रहे हैं। पुलिस की मुनाफी से भी कोई फर्क नहीं पड़ रहा है। लूड़ो ताश में हार जीत की बाजिया लग रही है शुक्रवार को सूचना मिलने पर पुलिस ने कुछ जगह मौके पर पहुंचकर कुछ लोगों को खदड़ा भी था।

### दुकानदारों को हड़काया

श्यामगंज मंडी में कुछ दुकानदार शारीरिक दूरी का ध्यान नहीं रख रहे थे। शिकायत पर पहुंची पुलिस ने

# वाराणसी



15

आइसोलेशन वार्ड में तब्दील हुयी ट्रेन की बोगियां



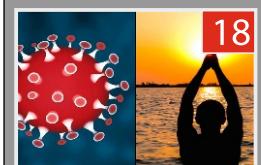
16

सड़कों पर कोरोना वॉरियर्स को आरोग्य सेतु ऐप की जानकारी दे रहे अधिकारी



17

दिल्ली के निजामुद्दीन में तब्लीगी जमात के कारण फैले कोरोना के संकट को लेकर वाराणसी में मुस्लिम महिलाओं ने की राम आरती



18

कोरोना के संक्रमण पर ज्योतिषियों की राय

## न करें मास्क पर पैसे बर्बाद, कोरोना से बचने के लिए करें गमछे का इस्तेमाल

देश के प्रधानमंत्री ने वाराणसी की जनता से संवाद करते हुए ताजा माहौल का जायजा लिया था। पीएम ने बनारस में प्रचलित गमछे का प्रयोग करने पर जोरदिया था।

पीएम ने वाराणसी की जनता से मास्क न होने पर गमछे की महत्ता बतायी थी और खुद को सुरक्षित रखने की बात कही थी।

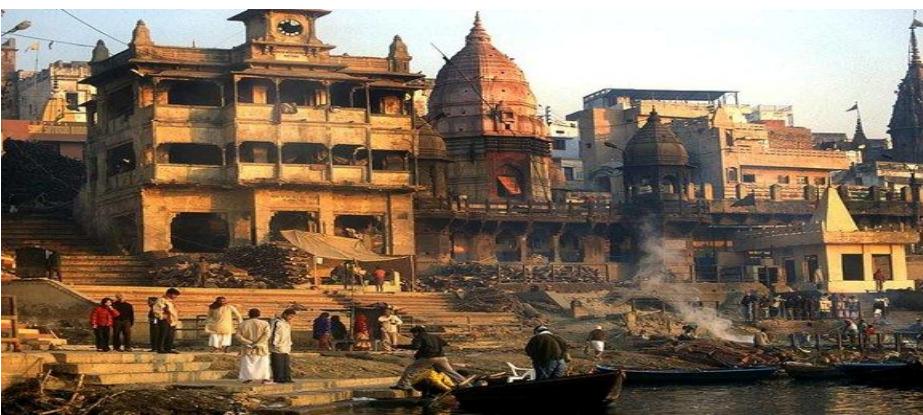
पीएम के आवाह पर वाराणसी के सपा नेता अमीरचंद

पटेल ने गमछे का वितरण किया। अमीरचंद पटेल ने कहा कि किसी को मास्क की कमी न हो वाराणसी में किसी को मास्क की कमी न हो इसके लिए पीएम ने बनारस में वितरण किया गया।

मजदूर और किसान, जिन्हें इस संकट काल में कुछ सूखा नहीं रहा है, उन्हें मास्क के बारे में जागरूक करने का अमीरचंद पटेल द्वारा एक सार्थक प्रयास किया गया।



## वाराणसी के मणिकर्णिका घाट की टूटी परम्परा, ठंडी पड़ी चिताओं की आग



देश में पूरी तरह से लगे लॉक डाउन के कारण सब कुछ

बन्द के कगार पर है। कोरोना के कहर के कारण वाराणसी के मणिकर्णिका घाट पर सदियों से चिता

परंपरा मीठूट गयी।

वाराणसी के मणिकर्णिका घाट पर सदियों पुरानी

की आग ठंडी नहीं हुई मगर कोरोना के संक्रमण के

कारण आज माहशशान भी अब सूना पड़ा दिख रहा है।

दूर दराज से लोग अंतिम संस्कार के लिए वाराणसी के महाशशान पर मृतकों के पार्थिव शरीर को लाते हैं ताकि उन्हें मोक्ष की प्राप्ति हो सके।

इस घाट पर अब मोक्ष पर भी लॉक डाउन लग गया है और कोरोना के कहर के कारण अब महाशशान पर भी सन्नाटा छाया हुआ है।

इस विषय में घाट के डीम राजा के परिवार के सदस्य राज बाबू चौधरी ने बताया कि आम दिनों में यहाँ 100 से 150 लाशें जला करती थीं मगर अब सिर्फ 4 या 5 लाशें ही जल रही हैं।

## आइसोलेशन वार्ड में तब्दील हुयी ट्रेन की बोगियां

जहां एक ओर पूरी दुनिया कोरोना नामक महामारी की चपेट में है वहीं भारत सरकार के द्वारा कोरोना वायरस से निपटने के लिए सभी सम्भव प्रयास किये जारहे हैं।

रेलवे प्रशासन ने कोरोना के संकट से निपटने के लिए ट्रेन की बोगियों को आइसोलेशन वार्ड में तब्दील किया। वाराणसी के मढ़वाड़ीह स्टेशन पर 21 कोचों और छपरा कोचिंग डिपो में 12 कोच को आइसोलेशन वार्ड में बदलने का काम कोय जा रहा है।

इनमें से हर एक कोच में 8 मरीजों को रखने की व्यवस्था की गई है। इन कोचों में एक बाथरूम और

तीन टॉयलेट और तीन-तीन डस्टबिन के साथ चिकित्सा व्यवस्था उपल करायी गयी है। इन कोचों में मच्छरों से बचाव के लिए खिड़कियों पर जालियां भी लगाई गई हैं।



## सहयोग राशि पाने के बाद लोगों ने कहा धन्यवाद 'मोदी जी'



देश में लॉक डाउन के दौरान लोगों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। लॉक डाउन

लोगों को सहायता राशि मिली तब लोगों ने अनोखे

के दौरान अंदाज में पीएम का अभिवादन किया।

सहायता राशि देने का कहा 'धन्यवाद मोदी जी'।

काशी गोमती ग्रामीण बैंक के मैनेजर विनायक बापट ने बताया कि सरकार के निर्देशानुसार सभी के खाते में पैसे आये हैं जिसे पाकर लोग उत्साहित हैं।

जिन लोगों खाते बिना ट्रांजेक्शन के बन्द ही गए थे उनके भी खाते में पैसे भेजे गए हैं और ऐसे लोग आप के साथ कोई भी एक आईडी प्रूफ जमा कर पैसा निकाल सकते हैं।

## सोशल डिस्टेंसिंग की अपील करने पर पुलिस पर हुआ पथराव

देश में जारी लॉक डाउन के कारण लोगों की मुसीबत बढ़ गयी है। लोगों की घरों में रहने के निर्देश दिए गए हैं। लॉक डाउन के कारण पुलिस प्रशासन लगातार लोगों से घरों में रहने की अपील कर रहा है।

डिस्टेंसिंग भूल खाय फदार्थ लेने लगे। जिसको लेकर पुलिस के द्वारा समझाने का प्रयास किया। इस बात पर लोग उल्टा पुलिस से ही भीड़ गये और पुलिस बल पर पथराव कर दिया।

2 लोगों को गिरफ्तार किया है और बाकि उपद्रवियों की तलाश जारी है।

लॉक डाउन का पालन करने के लिए पुलिस बल को कहीं कहीं सख्ती दिखानी पड़ रही है तो कहीं पुलिस बल को लोगों से अपील भी करते देखा गया। वाराणसी में पुलिस बल को लोगों से अपील करना महंगा पड़ गया।

अचानक से लगभग 2 दर्जन लोगों ने पुलिस पर पथराव किया और इस घटना में मछोदरी के चौकी इंचार्ज सहित एक दरोगा समसुल कमर भी घायल हो गये। उपद्रवी घटना को अंजाम देने के बाद भाग खड़े हुए। सूचना मिलने पर मौके भारी पुलिस बल को तैनात किया गया। फ़िलहाल अभी तक

वाराणसी के आदमपुरा क्षेत्र के मछोदरी इलाके में देर रात भोजन वितरण के दौरान लोग सोशल



## सड़कों पर कोरोना वॉरियर्स को आरोग्य सेतु ऐप की जानकारी दे रहे अधिकारी

कोरोना के संक्रमण से बचाव और विस्तृत जानकारी के लिए आरोग्य ऐप बनाया गया है। इस ऐप के माध्यम से आपके आस पास कोरोना संक्रमित व्यक्ति की जानकारी आपको मिलती रहेगी।

इस ऐप को लेकर अभी भी लोगों के मन में संशय बना हुआ है। इसी संशय को समाप्त करने के लिए आज वाराणसी की सड़कों पर अधिकारी खुद उतरकर लोगों को इसकी जानकारी दे रहे हैं।

लॉक डाउन के दौरान सड़कों पर निकलने वाले कोरोना योद्धाओं को एसडीएम सदर के नेतृत्व में इस

ऐप की जानकारी दी गयी और दूसरों को इस ऐप की जानकारी देने की अपील की।

एसडीएम ने आने जाने वाले वॉरियर्स के मोबाइल में अरोग्य सेतु ऐप डाउनलोड करवाया और वैश्विक महामारी के संक्रमण से बचने के तरीके बताये।

आपको जानकारी के लिए बता दे कि आरोग्य सेतु ऐप के जरिये आप अपने आस पास कोरोना संक्रमित की जानकारी ले सकते हैं और किसी भी प्रकार को स्वास्थ्य



सुविधा की परामर्श ले सकते हैं।

## बीएचयू ने हर्बल सेनेटाइजर बनाने के बाद कर दिखाया ये कारनामा



कोरोना के इस संकट काल में जहां लोगों को मास्क और सेनेटाइजर के साथ साथ वायरस से सुरक्षा के तमाम संसाधन की कमी हो गयी।

वहीं वाराणसी के बीएचयू ने सबसे पहले हर्बल हैंड

सेनेटाइजर बनाया ताकि लोगों को आसानी से हैंड सेनेटाइजर मिल सके और मार्केट में होने वाले कालाबाजारी से लोग बच सकें।

बीएचयू ने फिर से कोरोना के साथ हो रही जंग में अहम भूमिका निभाई है और एक ऐसी मशीन को बनाने में सफलता हाँसिल की जिसके माध्यम से लॉक डाउन के बीच इमरजेंसी सेवा से जुड़े लोगों के सामानों को सेनेटाइज किया जा सकता है।

इमरजेंसी सेवा से जुड़े लोग अपने हाथों के साथ साथ कपड़ों की अच्छे से करते हैं मगर उनके साथ कुछ ऐसे सामान जिन्हें धूलना सम्भव नहीं और इन चीजों से

वायरस के संक्रमण का खतरा बना रहता है।

वाराणसी के बीएचयू के साथ मिलकर काम करने वाले गैरव ने एक ऐसी मशीन बनाई है जो माइक्रोवेब की तरह से काम करता है। इस मशीन में इमरजेंसी सेवा से जुड़े लोगों के ऐसे चीजों को सेनेटाइज किया जा सकता है जिनसे संक्रमण का खतरा बना रहता है।

इस मशीन को बनाने में सिर्फ 2 से 3 दिन का समय लग है। इस मशीन में निकलने वाली अल्ट्रावायलेट किरणें से कोरोना वायरस के विषाणु नष्ट हो जाते हैं। इस मशीन में हाथों की घड़ी, बेल्ट, चैन और पेन जैसी चीजों को कम समय में सेनेटाइज किया जा सकता है।

## पीएम के आवाह पर वाराणसी के गंगा घाटों को दीपों से किया गया रौशन

प्रधानमंत्री के संसदीय क्षेत्र में पीएम के आवाह पर कोरोना को प्रकाश की ताकत दिखाने के लिए लोगों ने ठीक 9 बजे 9 मिनट के लिए घरों की लाइट बन्द कर दीप जलाये और मोबाइल की फ्लैश लाइटें जलाकर किया शक्ति प्रदर्शन।

वाराणसी के दशाश्वमेध घाट पर गंगा सेवा निधि द्वारा प्रधानमंत्री के आवाह पर गंगा सेवा निधि द्वारा अनुपालन कर माँ भारती से प्रार्थना की गयी कि इस माहमारी से देश को जल्द से जल्द आजादी मिलें और सभी स्वस्थ हों।

संस्था के अध्यक्ष सुशांत मिश्रा ने बताया कि देश के

प्रधानमंत्री के आवाह पर आज गंगा घाट पर दीप जलाये गए ताकि माँ गंगा की कृपा से देश को जल्द से जल्द कोरोना नामक महामारी से मुक्ति मिले।



## लखनऊ से औरंगाबाद जाने वाले मजदूरों का पुलिस ने कराया परीक्षण, दी राहत सामग्री

देश में पूरी तरह से जारी लॉक डाउन के कारण यातायात सेवा भी प्रभावित हुई है जिससे दूसरे जिले से पैदल चलकर अपने घर पहुंचने वालों को दिक्कत का सामान करना पड़ रहा है।

न तो जेब पैसे हैं और न ही कुछ खाने को मिल रहा है। ऐसे में लखनऊ से चलकर औरंगाबाद जाने वाले कुछ मजदूर और लेवरों वाराणसी के टोल प्लाजा पर जाते दिखे।

वाराणसी पुलिस ने उन्हें सुरक्षित स्थान पर लेजाकर उनका परीक्षण कराया और लॉक डाउन के बारे में जागरूक करते हुए राहत सामग्री बांटी।

वाराणसी के लंका थाना प्रभारी ने मजदूरों का मेडिकल परीक्षण कराया और उनके खाने पीने की

इंतेजाम किया। इस सम्बंध में लंका थाना प्रभारी भारत भूषण तिवारी ने बताया कि टोल प्लाजा के पास से कुछ मजदूर औरंगाबाद अपने घर लौट रहे थे। मजदूरों को रोककर उन्हें सुरक्षित स्थान पर रख गया है जहां उनका मेडिकल परीक्षण कराया गया और उनके खाने पीने की व्यवस्था की गई।



## दिल्ली के निजामुद्दीन में तब्लीगी जमात के कारण फैले कोरोना के संकट को लेकर वाराणसी में मुस्लिम महिलाओं ने की राम आरती



देश में जहां एक ओर कोरोना का संकट छाया हुआ है वहाँ इस महामारी से निजात दिलाने के लिए मुस्लिम महिलाओं ने मिशाल पैश की है। राम नवमी के अवसर कोरोना से मुक्ति दिलाने के लिए मुस्लिम महिलाओं ने राम आरती कर मंगल कामना की है।

वाराणसी के विशाल भारत संस्थान के अध्यक्ष और मुस्लिम महिला फाउंडेशन की ओर से आज राम आरती की गई। मुस्लिम महिलाओं ने बताया कि

तब्लीगी जमात के पाप से पूरे देश में अचानक से कोरोना से संक्रमित लोगों में जो वृद्धि हुई है उससे भगवान राम ही मुक्त कराएंगे।

मुस्लिम महिलाओं का कहना है कि दिल्ली के निजामुद्दीन में तब्लीगी जमात के लोगों ने कोरोना फैलाने का जो पाप किया है, उससे अब श्री राम ही मुक्ति दिला सकते हैं।

## कोरोना के बढ़ते संक्रमण के कारण पूरे शहर में लगा सम्पूर्ण लॉक डाउन

वाराणसी नगर निगम सीमा में प्रतिदिन बढ़ रहे कोरोना पॉजिटिव की संख्या को देखते हुए 29 अप्रैल को एक दिन के लिए सभी प्रकार की दुकानें, मंडी, होम डिलीवरी, व्यावसायिक गतिविधियां बन्द रहेंगी।

केवल सरकारी कार्य और व्यवस्था में लगे लोग, सामाजिक भोजन के पैकेट देने वाली संस्था, सरकारी और प्राइवेट हॉस्पिटल और दूध की होम डिलीवरी और उनसे जुड़े लोगों का आवागमन ही अनुमत्य होगा।

इनके अलावा कल के लिए सब प्रकार के पास निलंबित रहेंगे।

कल के बाद से दुकानें और अन्य गतिविधियां नए प्रकार से खोलने पर निर्णय लिया जा सकता है।

यह आदेश केवल नगर निगम सीमा के लिए है, ग्रामीण क्षेत्र पर लागू नहीं है।

नगर निगम सीमा में मेडिकल कारणों के अलावा

घुसना प्रतिबंधित होगा। शहर में जो घर से बाहर बिना मेडिकल इमरजेंसी के निकलेगा उस पर FIR दर्ज की जाएगी।



## कोरोना के संक्रमण पर ज्योतिषियों की राय



कोरोना के खतरे के कारण दुनिया भर के प्रभावशाली देश घुटनों पर आ गए हैं। अमेरिका इटली जैसे देशों इस वैश्विक महामारी के कारण स्थिति बद से बदतर होती जा रही है।

भारत ने कोरोना के खतरे को देखते हुए पहले से ही सतर्कता बरती इसलिए बाकी देशों के मुकाबले स्थिति संभली हुई है।

मगर आपको बता दें कि भारत के ज्योतिषियों ने पहले ही इस तरह की महामारी की घोषणा कर दी थी।

पिछले 26 दिसम्बर 2019 को जब सूर्य ग्रहण लगा था तब ही ज्योतिषियों ने कहा था कि यह ग्रहण पूरी दुनिया के लिए खतरनाक है।

इस महामारी की समाप्ति के सवाल पर ज्योतिषियों की राय है कि अगले सूर्य ग्रहण तक ये समस्या कम हो जाएगी मगर पश्चिमी और दक्षिणी क्षेत्रों में इसके बढ़ने की संभावना ज्यादा है।

## कोरोना के खतरे के बीच काम कर रहे मीडियाकर्मियों की हुयी थर्मल स्कैनिंग

कोविड-19 के खतरे को देखते हुए युद्ध स्तर पर लगे कोरोना वॉरियर्स पूरी लगन के साथ देश की सेवा कर रहे हैं।

ऐसे में कहीं कहीं से कोरोना योद्धाओं के भी संक्रमित होने की खबर भी आ रही है।

अपनी जान को जोखिम में डालकर ये योद्धा पूरी तम्यता से जुटे हुए हैं।

वाराणसी में इन योद्धाओं की थर्मल स्कैनिंग करायी गयी। वाराणसी में काशी पत्रकार संघ की ओर से सभी पत्रकारों को आमंत्रित किया गया ताकि वो अपना टेस्ट कर सकें।

काशी पत्रकार संघ के सभागार में आज 100 से ज्यादा पत्रकारों की थर्मल स्कैनिंग करायी गयी। साथ ही अन्य बीमारी जैसे बीपी, सुगर इत्यादि की भी जांच की गयी।

2 डॉक्टरों की टीम ने आये सभी पत्रकारों का स्वास्थ्य परिक्षण किया। अगर जांच रिपोर्ट में किसी को भी संदिग्ध पाया जाएगा तो ब्लड टेस्ट कराने की बात जिला अधिकारी के द्वारा बताई गई।

वाराणसी के जिलाधिकारी कौशल राज शर्मा ने बताया पत्रकार साथी जो दिन रात फॉल्ड वर्क में मेहनत करने का काम लगातार कर रहे हैं। समाचार संकलन के बीच इन्हें भी करोना के संक्रमण का खतरा बना रहता है जिसकी वजह से काशी पत्रकार संघ के अध्यक्ष राजनाथ तिवारी के द्वारा ज्ञापन सौंपा गया था।

आज उसी क्रम में पराइकर सृति भवन में कोरोना की जांच थर्मल स्कैनिंग की गई। साथ ही आवश्यक दवाएं और मॉस्क, हैंड सेनेटाइजर और ग्लब्स वितरित किया गया।

## मन्दिर, मस्जिद और शादियों पर प्रतिबंध लगने से फूलों की खेती करने वाले किसान बेहाल

वाराणसी। देश में लॉक डाउन की स्थिति में ऐसे सभी स्थल पर प्रतिबंध लगाया गया जहां लोगों की भीड़ लगती है।

धार्मिक स्थल जैसे मन्दिर, मस्जिद और शादी विवाह समारोह जैसे समारोह पर पूरी तरह से रोक लगायी गयी हैं।

इन समारोहों पर लगी रोकों का सबसे बड़ा असर उन किसानों को हुआ है जो उन समारोहों में सजने वाले फूलों की खेती करते हैं।

इन किसानों को इस लाक डाउन में काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। किसानों का कहना है कि फूलों की बिक्री रुकने से काफी नुकसान हो रहा है।

फूल खेत में पड़े पड़े खराब हो रहे हैं। ऐसे में किसानों ने खेतों के लिए जो जमा पूँजी लगायी थी वो सब बरबाद हो गयी है।



## घरों में हो रही रमजान की नमाज

वाराणसी। लॉक डाउन के कारण रमजान के समय लोग मस्जिदों में नमाज नहीं पढ़ पा रहे हैं। वैश्विक महामारी कोरोना वायरस के संक्रमण के कारण सभी धार्मिक स्थलों पर रोक लगायी गयी है।

रमजान के महीना मुस्लिम लोगों के लिए बहुत ही पवित्र माना जाता है और लोग नेकी की राह पर चलने के लिए रमजान में दुआ करते हैं।

कोरोना के संकटकाल में वाराणसी में रमजान के वक्त लोग घरों में ही नमाज पढ़ रहे हैं।

लोग घरों में ही नमाज पढ़ कर दुआ कर रहे हैं कि इस वैश्विक महामारी को जड़ से उत्थाइ फेंका जा सके।



# HOTEL UTSAV RESIDENCY

## FACILITIES:

- Take the Charge & Control of or Centralized Air Conditioned Rooms.
- For good picture quality & clear visibility, enjoy our 32" LCD Television.
- 24 Hours Room Service.
- Doctor on Call.
- Laundry Services.
- Medical Centre.
- Free Wifi.

## LOCATION:

BABA COMPLEX, BHU ROAD, LANKA,  
VARANASI

Email: [hotelutsavresidency@gmail.com](mailto:hotelutsavresidency@gmail.com)

Tel. 0542-2367080



## BABA RESTAURANT

The Restaurant serves everything from traditional Indian, Chinese and Continental Cuisine dishes.



# शिक्षा-जगत

यूपी बोर्ड 10वीं और 12वीं की आँनलाइन कक्षाएं दूरदर्शन पर 30 अप्रैल से होंगी शुरू

21



21

10वीं-12वीं की शेष विषयों की परीक्षाएं मई के दूसरे हफ्ते के बाद ही हो सकती हैं शुरू

## 10वीं और 12वीं की परीक्षा कॉर्पियां 25 मई तक चेक करने का आदेश

उत्तर प्रदेश सरकार ने शैक्षिक सत्र को नियमित रखने के उद्देश्य से यूपी बोर्ड-2020 की परीक्षा के कॉर्पियों का जांचने का कार्य 5 मई से शुरू कराकर 25 मई तक पूरा कराने का निर्णय किया है। जिसके अनुपालन में प्रमुख सचिव आराधना शुक्ला ने आदेश भी जारी कर दिया है। प्रमुख सचिव ने इसी आदेश के क्रम में माध्यमिक शिक्षा परिषद, प्रयागराज की सचिव के साथ ही साथ सभी जिले के जिलाधिकारियों को कॉर्पियों का मूल्यांकन कार्य शुरू करवाने के लिए पत्र भी लिखा है।

**यूपी बोर्ड रिजल्ट: मूल्यांकन कार्य के लिए सचिव का दिशा-निर्देश-**

धारा-144 लागू की जाय- प्रमुख सचिव ने अपने पत्र में लिखा है कि जिले के प्रत्येक मूल्यांकन केंद्र पर केंद्र से 100 मीटर की परिधि में धारा-144 लागू किया जाय। मूल्यांकन का कार्य सीसीटीवी की निगरानी में किया जाय तथा मूल्यांकन केंद्र के भीतर

किसी ऐसे व्यक्ति को प्रवेश न दिया जाय जिसका मूल्यांकन कार्य से कोई सम्बन्ध न हो। मूल्यांकन की गोपनीयता बनाये रखने के लिए मोबाइल का प्रयोग प्रतिबंधित कर दिया गया है तथा परिषद् की ऑफिशियल वेबसाइट पर प्रतिदिन सायं 6:00 बजे तक परीक्षकों तथा उत्तर पुस्तिकाओं का विवरण अपलोड करना अनिवार्य किया गया है।

कम 2 मीटर की दूरी अवश्य रहे। मूल्यांकन कार्य में लगे परीक्षकों एवं शिक्षणीतर कर्मचारियों के लिए मास्क लगाना, हैण्ड ग्लब्स पहनना एवं अन्य सुरक्षा के उपायों को करना अनिवार्य किया गया है। मूल्यांकन केन्द्रों को रोज सैनिटाइज करने के लिए जिला विद्यालय निरीक्षकों को निर्देशित भी किया गया है।

**यूपी बोर्ड मूल्यांकन में .सोशल डिस्टेंसिंग का करें पालन-**

प्रमुख सचिव ने मूल्यांकन केन्द्रों पर कोविड-19 संक्रमण से बचाव के लिए राज्य सरकार द्वारा जारी किये गए सुरक्षा निर्देशों का पूर्णतया पालन करने का भी निर्देश दिया गया है। जिसमें यह स्पष्ट रूप से कहा गया है कि सीट प्लानिंग इस प्रकार किया जाय कि प्रत्येक परीक्षक के बीच कम से



## ऑनलाइन एजुकेशन पर जोर, बिना कंप्यूटर शिक्षक के कैसे हो पढ़ाई

कोरोना वायरस की महामारी और देश व्यापी लॉक डाउन में केंद्र सरकार और सभी प्रदेश सरकारों ने ऑनलाइन शिक्षा पर सारा ध्यान केंद्रित कर रखा है। जिससे स्टूडेंट्स का समय और शैक्षिक सत्र अनुपयोगी न जाए। इसके लिए अधिकांश स्कूल एप, वेबसाइट और सोशल मीडिया के माध्यम से पढ़ाई कर रहे हैं। परन्तु यूपी बोर्ड के 27 हजार से अधिक स्कूलों में ऑनलाइन शिक्षा पूरी तरह से अव्यवस्था की शिकार हो चुकी है।

प्रदेश के 2294 राजकीय हाईस्कूल और इंटरमीडिएट कालेजों में कंप्यूटर शिक्षक ही नहीं हैं। माध्यमिक शिक्षा विभाग ने वर्ष 2017-18 में पहली बार एलटी ग्रेड में कंप्यूटर शिक्षकों के 1673 पदों पर भर्ती के लिए प्रक्रिया शुरू की थी। इस भर्ती प्रक्रिया के तहत उत्तर प्रदेश लोक सेवा आयोग ने 29 जुलाई

2018 को इन पदों पर भर्ती के लिए परीक्षा करवाई तथा परिणाम भी घोषित किया। इस परीक्षा में मात्र 36 उम्मीदवार ही पात्र मिले। इसके बावजूद इन शिक्षकों की तैनाती भी नहीं की गई।

यही नहीं प्रदेश के लगभग 4200 माध्यमिक विद्यालयों का हाल भी ऐसा ही है। प्रदेश के कुछ स्कूलों ने वित्तविहीन अनुभाग के नाम पर कंप्यूटर पढ़ाने के लिए शिक्षक खें हैं परन्तु अधिकांश विद्यालयों में कंप्यूटर शिक्षक नहीं हैं। यही नहीं करीब 20 हजार प्राइवेट स्कूलों की स्थिति भी कुछ ऐसी ही है। कुछ चुनिदा स्कूलों को छोड़ दिया जाय तो बाकी स्कूलों में न तो कंप्यूटर है और न ही कंप्यूटर शिक्षक। और यही नहीं इन स्कूलों में पढ़ाई करने वाले स्टूडेंट्स की आर्थिक और सामाजिक स्थिति ऐसी नहीं है कि वे हाईटेक पढ़ाई करने में सक्षम हों।

यदि हम शैक्षिक सत्र 2019-20 हाईस्कूल और इंटरमीडिएट में नामांकन करवाए स्टूडेंट्स पर एक नजर डालें तो पता चलता है कि इस सत्र में हाईस्कूल के करीब 30 लाख स्टूडेंट्स में लगभग 65 हजार स्टूडेंट्स ने कंप्यूटर विषय लिया था। यही हाल इंटर का भी है। इंटरमीडिएट के करीब 26 लाख स्टूडेंट्स में से 18 हजार के करीब बच्चों ने कंप्यूटर विषय लिया था।

इन आंकड़ों से यह स्पष्ट है कि प्रदेश में ऑनलाइन शिक्षा की क्या हालात होंगे। ऐसी दशा में राज्य में ऑनलाइन शिक्षा से कितने छात्र-छात्रों का हित होगा निश्चित तौर पर विचारणीय है।

# यूपी बोर्ड 10वीं और 12वीं की ऑनलाइन कक्षाएं दूरदर्शन पर 30 अप्रैल से होंगी शुरू

उत्तर प्रदेश बोर्ड ने उत्तर प्रदेश के माध्यमिक शिक्षा परिषद से संबंध 10वीं और 12वीं कक्षा के छात्रों का पाठ्यक्रम पूरा करने के उद्देश्य से अब इनकी पढ़ाई दूरदर्शन के माध्यम से कराने की पूरी तैयारी मुकम्मल कर ली है। अतः दूरदर्शन पर अब इन कक्षाओं की पढ़ाई का प्रसारण 30 अप्रैल 2020 से शुरू कर दिया जाएगा।

इन 10वीं और 12वीं कक्षाओं की पढ़ाई का प्रसारण दूरदर्शन के स्वयं प्रभा चैनल पर सुबह 10 बजे से लेकर दोपहर 12 बजे तक दो घंटे के लिए किया जाएगा। इस दो घंटे के प्रसारण में 01 घंटे की अवधि

10वीं कक्षा के लिए तथा 01 घंटे की अवधि 12वीं कक्षा के छात्रों हेतु निर्धारित किया गया है। प्रत्येक कक्षा के लिए निर्धारित इस 01 घंटे की अवधि में आधे-आधे की दो क्लासें प्रसारित की जाएंगी।

इन्हीं कक्षाओं का प्रसारण शाम को पुनः किया

जायेगा। दूरदर्शन पर इन कक्षाओं के प्रसारण पर जिला विद्यालय निरीक्षक डॉ. मुकेश कुमार सिंह ने बताया कि कोरोना वायरस संक्रमण के कारण किये गए लॉक डाउन से छात्रों की पढ़ाई अवरुद्ध न हो, इसके चलते छात्रों की पढ़ाई की यह व्यवस्था सरकार के दिशा-निर्देशों के अनुपालन में शुरू की गयी है।

इन कक्षाओं को प्रसारित करने से पूर्व की जाने वाली रिकार्डिंग डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम प्राविधिक विश्वविद्यालय (एकेटीयू) के स्टूडियो में की जा रही है। इसके लिए दूरदर्शन पर प्रसारित की जाने वाली कक्षाओं से सम्बंधित स्टडी मैटेरियल्स को तैयार करने के लिए राजधानी के



10वीं और 12वीं कक्षा के विषयों पर अच्छी पकड़ रखने वाले सरकारी एवं गैर सरकारी शिक्षकों की मदद ली गयी है।

आपको यह भी बता दें कि प्रदेश सरकार इसके पहले अन्य कक्षाओं की ऑनलाइन पढ़ाई की शुरुआत कर चुकी है।

## 10वीं-12वीं की शेष विषयों की परीक्षाएं मई के दूसरे हफ्ते के बाद ही हो सकती हैं शुरू

देश भर में यदि लॉकडाउन 3 मई को समाप्त हो गया तो सीबीएसई बोर्ड के 10वीं और 12वीं कक्षाओं की शेष विषयों की परीक्षाएं मई के दूसरे सप्ताह के बाद ही शुरू हो पाएंगी। क्योंकि कि मानव संसाधन विकास मंत्री रमेश पोखरियाल निशंक ने कहा है कि हालात सामान्य होने के बाद ही सीबीएसई की 10वीं और 12वीं कक्षा के शेष विषयों की परीक्षाएं शुरू की

जाएंगी। मंत्रालय के अनुसार सीबीएसई बोर्ड ही परीक्षाओं की नई तारीख सुनिश्चित करेगी। वहाँ सीबीएसई बोर्ड का कहना है कि बोर्ड परीक्षाओं को शुरू करने के कम से कम 10 दिन पहले स्टूडेंट्स को परीक्षा तिथियों के बारे में सूचित किया जायेगा।

इस आधार पर यह निष्कर्ष लगाया जा सकता है कि

यदि लॉक डाउन 3 मई को खत्म हो गया और स्थितियां सामान्य रही तभी नई परीक्षा तिथियों की घोषणा की जाएंगी। घोषणा के 10 दिन बाद ही परीक्षा शुरू होगी। अर्थात् सीबीएसई बोर्ड के 10वीं और 12वीं कक्षा के शेष विषयों की परीक्षाएं मई के दूसरे सप्ताह के बाद ही शुरू हो सकती हैं। इसके पूर्व शुरू होने की संभावना अत्यंत क्षीण है।



विदित हो कि उत्तर पूर्वी दिल्ली में हुई हिसाके कारण दिल्ली के कई छात्र 10वीं और 12वीं की परीक्षा नहीं दे सके। इसके बाद कोरोना वायरस कोविड-19 के संक्रमण के चलते पूरे देश में लॉक डाउन लागू कर दिया गया। जिससे पूरे देश में 10वीं और 12वीं कक्षा की परीक्षाएं स्थगित कर दी गईं। सीबीएसई बोर्ड अब 83 ऐपरों में से केवल 29 विषयों की ही परीक्षाएं करवाने का नियम लिया है। शेष वैकल्पिक विषयों के मार्कस उनके इन्टरनल असेसमेंट के आधार पर दें दिया जायेगा।

# रोचक तथ्य

## जमीं पर रहने वाले सबसे बड़े जीव से जुड़े अनसुने और रोचक तथ्य

इस पृथ्वी पर पाया जाने वाला सबसे बड़ा जीव ब्लू व्हेल मछली है दुनिया की सबसे बड़ी मछली ब्लू व्हेल की लंबाई 98 फुट तथा वजन 173 टन है लेकिन यह महासागरों में पाई जाती है जमीन पर रहने वाले जानवरों की बात करें तो दुनिया का सबसे बड़ा जानवर अफ्रीकन बुश एलीफेंट है इसे अफ्रीकन सवाना एलीफेंट के नाम से भी जाना जाता है यह हाथी अफ्रीका महाद्वीप के 37 देशों के जंगलों और मैदानों में पाए जाते हैं।

अगर आपका सामना कभी जंगल में हाथी से हो जाए और बचाव की कोई उम्मीद न रहें तो आपको हाथी से बचने के लिए पेड़ पर नहीं चढ़ना चाहिए और न ही किसी चीज के पीछे छिपना चाहिए क्योंकि हाथी के सूँड में इतनी ताकत होती है कि वह एक झटके में पेड़ को उखाड़कर फेंक सकता है। सबसे आसान तरीका है कि आपको ज्यादा से ज्यादा शौर करना चाहिए। और जोर-जोर से चिल्लाना चाहिए, इससे आपके बचने की उम्मीद कहीं ज्यादा है।

आपने हमेशा देखा होगा कि हाथी दिन भर अपने कान हिलाता रहता है, या आपने कभी सोचा कि ऐसा यों? असल में हाथी अपने विशालाकाय शरीर की गर्भी को कानों के जरिये बाहर छोड़ता है। यह काम हाथी के कानों की कोशिकाएं करती हैं। यही कारण है कि अफ्रीका के हाथियों के कान बहुत बड़े होते हैं, रेलवे की शुरुआत में ट्रेन के डिब्बे को धकेलने, उठाने व माल ढोने के लिए क्रेन की जगह हाथी का इस्तेमाल किया जाता था। ये बात 1963 की है, जब बड़ौदा में ट्रेन को खींचने से लेकर माल ढोने तक हाथियों का इस्तेमाल किया गया था।

एक हाथी पानी की गंध को 4.5 किलोमीटर की दूरी से सूख सकता है। लेकिन आपको बता दें कि हाथी हर मिनट में केवल 2 से 3 बार सांस लेते व छोड़ते हैं। हाथी इकलौता ऐसा जानवर है जो कि कूद नहीं सकता और जिसके चार घुटने होते हैं। शेर को भले ही जंगल का राजा कहा जाता है, लेकिन वह गेंडे और हाथी से कभी भी लड़ा नहीं चाहता। हर हाथी की गरज भी हम मनुष्यों की आवाज की तरह भिन्न होती है। हाल के अध्ययनों से पता चला है कि हाथी जिस

आवाज को सुनते हैं, उसकी नक्ल कर सकते हैं। हाथी कभी भी आपस में नहीं लड़ते। अगर किसी झुंड का एक हाथी मर जाए तो सारा झुंड अजीब-अजीब तरह से गरज कर शौक मनाता है। हाथी साफ सुथरा रहना पसंद करते हैं और हर रोज नहाते हैं हाथी अपनी सूँड से एक फर्स पर गिरा छोटा सा सिक्का भी उठा सकते हैं। कई अन्य प्रजातियों की तरह, हाथी अपनी सूँड से ब्रश को पकड़ कर “कलाकारी” भी करते हैं। हाथी की आंखों की रौशनी कम होती है, लिहाजा वो अपनी सूँड का इस्तेमाल उसी प्रकार करता है, जिस तरह एक नेत्रहीन व्यक्ति लकड़ी का। हाथी चलते सूँड से नीचे की ओर फूँकता है, और हवा जमीन से टकरा कर वापस आती है, उससे उसे आगे की राह का अंदाजा हो जाता है। हाथी एक बार में अपनी सूँड में करीब 8 से 9 लीटर तक पानी भर सकता है। वो सूँड से 350 किलोग्राम तक वजन उठा सकता है।

हाथी की आंखों की रौशनी बहुत कम होती है। खास बात यह है कि तेज रौशनी में उन्हें कम दिखाई देता है और कम रौशनी में ज्यादा। हाथी की आंख की पुतलियां बहुत जल्दी सूख जाती हैं, जिस वजह से वो अपनी आंख की पुतलियां हिला नहीं पाता है। पुतलियां आसानी से हिल सकें, इसके लिये उन्हें नम रखना जरूरी होता है, यही कारण है कि हाथी की आंख में एक तरल पदार्थ की सप्लाई होती रहती है, जो ज्यादा होने पर आंख से बाहर निकल आता है, जिसे हम आंसू समझ बैठते हैं।

अफ्रीकी देशों में पाए जाने वाले इन हाथियों की अधिकतम ऊंचाई (कंधे तक) 13 फीट तक होती है यह अफ्रीकन हाथी दुनिया के सबसे बड़े तथा सबसे भारी जानवर होते हैं नर हाथी का वजन अधिकतम 11 टन तक हो सकता है तथा औसत ऊंचाई 10.5 फीट तक होती है जबकि मादा हाथी इनसे काफी छोटी होती है इनकी अधिकतम कंधे तक की ऊंचाई 8.53 फीट तथा वजन 3 टन तक होता है। हाथियों के कुल 26 दांत होते हैं जिनमें से 24 दांत उनके मुख में होते हैं जिससे वह भोजन चबाते हैं तथा दो बाहर की ओर दिखाई देने वाले दांत होते हैं नर हाथियों के दांतों का वजन 60 साल की उम्र तक लगभग 109 किलो तथा

मादा हाथी के दांतों का वजन 17.7 किलो होता है African हाथियों के आज तक के सबसे बड़े दांत 3.51m (11.5 feet) और 117 किलो वजनी दर्ज किए गए हैं।

इन हाथियों की सूँड बहुत ही संवेदनशील तथा मजबूत होती है ये अपनी सूँड से अपने वजन का लगभग 3% भार उठा सकते हैं अर्थात लगभग 250 से 300 किलो तक, हाथी प्रमुख रूप से शाकाहारी जानवर होते हैं धास, पेड़ों की पतियां, टहनियां, फल आदि इनका मुख्य भोजन होते हैं एक वयस्क हाथी प्रतिदिन लगभग 150 किलो तक चारा खा सकता है और 180 से 230 लीटर पानी पी सकता है हाथियों का गर्भ काल 22 महीनों का होता है तथा जन्म के समय बच्चे का वजन 100 से 120 किलो तक होता है। विश्व के इतिहास का सबसे बड़ा हाथी 1995 में अंगोला में मारा गया था इसकी कंधे तक की ऊंचाई 3.96 मीटर थी जो कि साधारण हाथियों से 1 मीटर अधिक थी और इसका वजन लगभग 10,900 किलो थाइतिहास के सबसे छोटे हाथी यूनान के क्रीट द्वीप में पाए जाते हैं ये गाय के बछड़े अथवा सूअर के आकार के होते हैं।

यूंतो हाथियों का कोई प्राकृतिक परभक्षी नहीं होता है लेकिन शेर द्वारा छोटे हाथी के बच्चों का शिकार किया जा सकता है लेकिन वयस्क हाथियों का शिकार अमूमन शेरों द्वारा नहीं होता है इन हाथियों को केवल मनुष्य से ही खतरा है क्योंकि मनुष्य ही अपने लालची प्रवृत्ति के कारण इनका शिकार करता है तथा इनके दांतों को तोड़कर उनकी सामग्री तथा आभूषण बनाकर बेचता है। सन 2002 में सिंगापुर में एक कंटेनर पकड़ा गया था जिसमें लगभग 6.5 टन हाथी दांत तथा उससे बने हुए आभूषण थे 2005 एवं 2006 के मध्य में लगभग 23,461 टन हाथी दांतों से बने हुए आभूषण पकड़े गए जिन्हें एशिया महाद्वीप में भेजा जा रहा था, यह बेहद ही दुखद एवं अमानवीय कार्य है जो कि इंसान स्वयं के स्वार्थ के लिए इन निर्दोष जीवों की हत्या करके इनके अंगों का व्यापार करते हैं।

# मनोरंजन

**भारतीय सिनेमा के दो दिग्गजों ने दुनिया को कह दिया अलविदा**



भारतीय सिनेमा की दो दिग्गजों ने कैसर जैसी खतरनाक बीमारी से लड़ते हुए दुनिया को अलविदा कह दिया। दो दिन में लगातार बॉलीवुड को दो बड़े झटके लगने से पूरा बॉलीवुड शोकग्रस्त हो गया।

फिल्मों में अपनी अनोखी संवाद शैली के जरिये अपनी अलग पहचान बनाने वाले अभिनेता इरफान खान ने दुनिया को अलविदा कह दिया। बॉलीवुड से लेकर हॉलिवुड तक मे अपने अभिनय का लोहा मनवाने वाले इरफान कैसर से नहीं लड़ पाए और अपनी अनोखी पहचान को छोड़कर दुनिया से विदा हो गए। इरफान के बारे में कहा जाता था कि उनकी आंखों के लिए खास तरह के संवाद लिखे जाते थे।

वैसे तो इरफान khan की सभी फिल्में जानकारी बॉलीवुड के शहंशाह अमिताभ बच्चन ने अपने आप में शानदार रही है, लेकिन पान सिंह तोमर, द लंचबॉक्स, ऋषि कपूर उत्तीर्ण के दशक के सबसे लोकप्रिय तलवार, हिंदी मीडियम, मकबूल, स्लमडॉग मिलेनियर, लाइफ ऑफ पाई, मुंबई मेरी जान, साहेब बीबी और गैंगस्टर रिटर्न्स उनकी यादगार फिल्में हैं।

ऋषि कपूर उत्तीर्ण के दशक के सबसे लोकप्रिय अभिनेता माने जाते थे। फ़िल्म बॉबी से बतौर अभिनेता शुरुवात करने वाले ऋषि कपूर ने कई ऐसी फिल्में दी जिसमें उनकी झलक हमेशा देखी जाएगी।

ऋषि कपूर बचपन से फ़िल्मों में अभिनय करते आ रहे हैं। फ़िल्मी बैकग्राउंड होने के कारण ऋषि कपूर ने कम उम्र में ही बॉलीवुड के कदम रखा और अपने अभिनय से सभी का मन मोहलिया। ऋषि कपूर की फिल्मों में बॉबी, मेरा नाम जोकर, ये वादा रहा, निगाहें, नारीना, अमर अकबर एंथोनी और लव आज कल जैसी फिल्में मशहूर रही हैं।



नुकसान साबित हुआ। ऋषि कपूर की मौत की



24  
बिपाशा बसु का फिटनेस वीडियो हुआ वायरल-

अजय देवगन ने 'पर्सनल बॉडीगार्ड' मिलने पर किया पीएम मोदी का धन्यवाद



24



25  
बच्चों को खेलता देख कुत्ते ने बालकनी में खड़े होकर दिया ऐसा रिएक्शन-

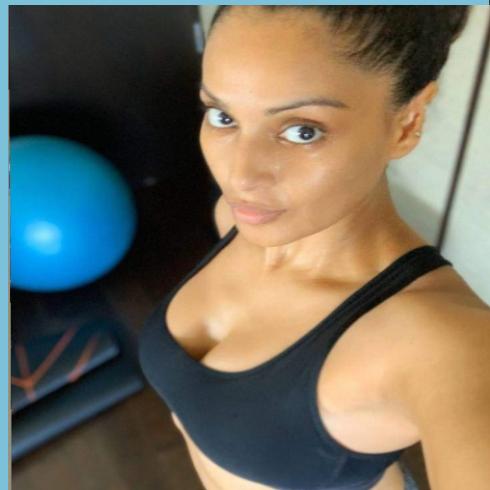
## बिपाशा बसु का फिटनेस वीडियो हुआ वायरल-

बॉलीवुड एक्ट्रेस बिपाशा बसु का यह वीडियो सोशल मीडिया पर खूब वायरल हो रहा है। बिपाशा बसु के फैस जानते होंगे की बिपाशा बसु अपने

फिटनेश को लेकर कितनी एक्टिव रहती है। देश में इन दिनों कोरोनावायरस के कारण लॉकडाउन लागू है, ऐसे में बिपाशा बसु घर पर ही एक्सरसाइज कर रही हैं और खुद को फिट रख रही है। बिपाशा बसु एक वीडियो अपने ऑफिशियल इंस्टाग्राम एकाउंट पर शेयर किया है, जो खूब वायरल हो रहा है। बिपाशा बसु इस वीडियो में फिट रहने के लिए खूब पसीना बहारही हैं। बिपाशा बसु इस वीडियो को शेयर कर फैन्स को

भी फिटनेस के प्रति जागरूक कर रही हैं। उनका यह वीडियो सोशल मीडिया पर खूब देखा जा रहा है।

आपको बतादें की बिपाशा बसु के इस वीडियो को करीब 50 हजार से ज्यादा लोगों ने लाइक किया है। फैन्स इस पर खूब रिएक्शन भी दे रहे हैं। बिपाशा बसु इन दिनों फिल्मों में एक्टिव नहीं है, लेकिन सोशल मीडिया पोस्ट के जरिए खूब धमात मचाती है। बीते दिनों उन्होंने अपने पति करण सिंह ग्रोवर के साथ कुछ तस्वीरें शेयर की थीं, जो खूब वायरल हुई थीं।



## दिशा पटानी ने 'डूयूलवमी' पर किया धमाकेदार डांस-



बॉलीवुड एक्ट्रेस दिशा पटानी अपनी फिल्मों के साथ-साथ अपने ग्लैमरस लुक्स के लिए भी खूब गाने पर शूटिंग करती नजर आ रही हैं। गाने में दिशा

जानी जाती हैं। फिल्म मलंग के बाद उन्होंने 'बागी 3' में अपने गाने 'डूयूलवमी' से खूब सुर्खियां बटोरी थीं। इस गाने में दिशा पटानी का डांस और उनका अंदाज देखने लायक था। एक बार फिर वह अपने इसी गाने की वजह से सुर्खियों में आ गई हैं। दरअसल, दिशा पटानी ने अपने इंस्टाग्राम एकाउंट के जरिए डूयूलवमी का एक वीडियो शेयर किया है, जिसमें वह इस

पटानी का अंदाज और उनका डांस काफी जबरदस्त लग रहा है।

आपको बता दे की दिशा पटानी के इस वीडियो को लेकर फैन्स उनकी खूब तारीफें भी कर रहे हैं। इस वीडियो को अब तक 40 लाख से भी ज्यादा बार देखा जा चुका है। इतना ही नहीं, खुद टाइगर शॉफ की ममी आयशा शॉफ और उनकी बहन कृष्णा शॉफ भी उनके डांस पर कमेंट किया है। जहां आयशा शॉफ ने दिशा पटानी के डांस को अमेजिंग बताया तो वहीं कृष्णा शॉफ ने लिखा, "कवीन।"

## अजय देवगन ने 'पर्सनल बॉडीगार्ड' मिलने पर किया पीएम मोदी का धन्यवाद-

बतादें कि अजय देवगन कोरोना वायरस को लेकर सोशल मीडिया पर अक्सर फोटो और वीडियो शेयर करते रहते हैं। इसके साथ ही वह लोगों को जागरूक करने की भी पूरी कोशिश करते हैं।

बॉलीवुड के 'सिंधम' यानी अजय देवगन को उनका 'पर्सनल बॉडीगार्ड' मिल गया, जिसके लिए उन्होंने द्वीट कर पीएम नरेंद्र मोदी को धन्यवाद भी कहा। दरअसल, कोरोना वायरस के कहर को देखते हुए सरकार ने एक ऐप का निर्माण किया है, जिसके जरिए लोगों को कोरोना वायरस के संक्रमण के खतरे के बारे में पता चलता है। इस ऐप के जरिए व्यक्ति को यह पता चल सकता है कि उसके आस-पास कोरोना से संक्रमित कोई मरीज है

या नहीं। इस ऐप को लेकर अजय देवगन ने पीएम

मोदी का धन्यवाद करते हुए लिखा, "हर भारतीय के लिए कोरोना से लड़ने के लिए उनके पर्सनल बॉडीगार्ड का निर्माण करने के लिए आपका धन्यवाद पीएमओ इंडिया और पीएम नरेंद्र मोदी। सेतु मेरा बॉडीगार्ड है और आपका भी।" इसे लेकर बीजेपी द्विटर हैंडल ने भी अजय देवगन का धन्यवाद किया।

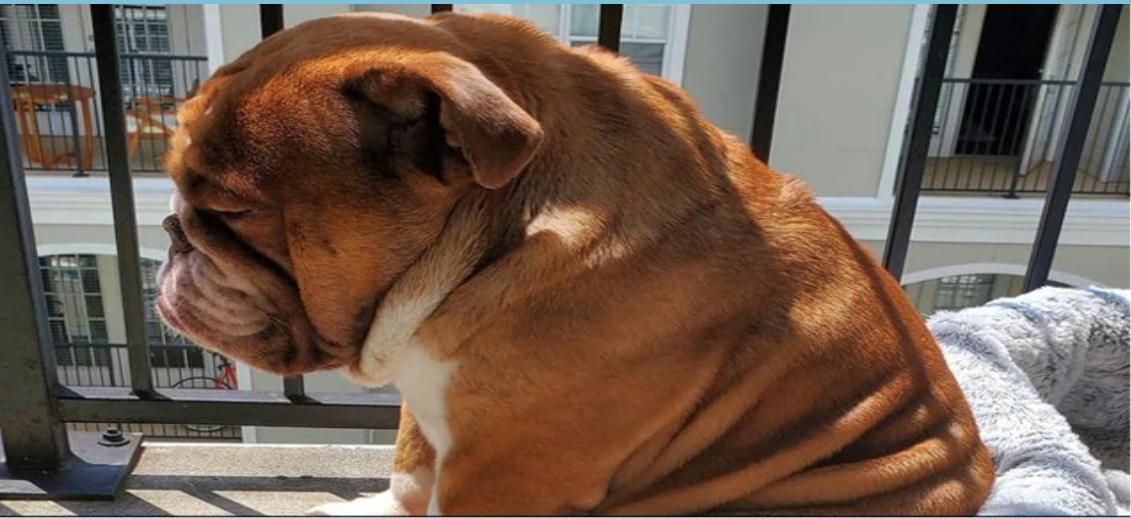


नरेंद्र मोदी का धन्यवाद किया, जिसे लेकर बीजेपी द्विटर हैंडल ने भी अजय देवगन का धन्यवाद किया।

अजय देवगन ने अपने द्वीट के जरिए पीएम नरेंद्र

बॉडीगार्ड हैं। डाउनलोड करें और दूसरों को भी इसका उपयोग करने के लिए प्रेरित करें।

## बच्चों को खेलता देख कुत्ते ने बालकनी में खड़े होकर दिया ऐसा रिएक्शन-



आये दिनों सोशल मीडिया पर कोई ना कोई वीडियो और फोटो वायरल हो जाता है और जैसा की सभी को पता है की पुरे देश में लॉकडाउन चल रहा है ऐसे में एक डॉग की फोटो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है दरसल एक बुलडॉग का फोटो रशिदा ऐली ने अपनी इंस्टाग्राम अकाउंट से शेयर किया है। इस फोटो में बुलडॉग काफी दुखी दिखाई दे रहा है।

रशिदा ऐली ने अपनी इंस्टाग्राम अकाउंट से इस फोटो को शेयर किया है। साथ ही उन्होंने लिखा, 'बिग पोपा

आज काफी दुखी दिखाई दे रहा है क्योंकि बाहर खेल रहे हैं बच्चों के साथ ये नहीं खेल पा रहा है। क्योंकि लॉकडाउन की वजह से यह सिर्फ बालकनी में बैठ कर इन बच्चों को देख पा रहा है।

उन्होंने आगे लिखा कि कोरोनावायरस महामारी को रोकने के लिए हर तरफ लॉकडाउन लागू किया गया है। और इसकी वजह से बिंग पोपा बाहर नहीं जा पा रहा है। बाहर जाकर अपना पसंदीदा काम बच्चों के साथ खेल नहीं पा रहा है। इसलिए यह बेहद दुखी है। रशिदा आगे लिखती हैं कि बालकनी में बैठकर

बुलडॉग काफी हल्ला भी मचा रहा है ताकि कोई इसे यहां से बाहर लेकर जाए और लेकिन किसी ने इनकी तरफ ध्यान नहीं दिया। आपको बताते चले कि तीन साल के इस बुलडॉग की दुखी वाली फोटो को लोगों का काफी प्यार मिल रहा है।

बता दें कि दुखी बुलडॉग की फोटो सोशल मीडिया पर काफी वायरल हो रही है। इस फोटो ने सोशल मीडिया पर इस कदर तहलका मचाया है, जिसमें एलेन डीजेरेस और गेम ऑफ थ्रोन्स स्टार मैसी विलियम्स का ध्यान भी अपनी तरफ खींचा है। ट्विटर पर इस फोटो को 64,000 से अधिक 'रीट्वीट' और लगभग 6 लाख से भी ज्यादा लाइक मिल चुके हैं। साथ ही हजारों लोगों ने कमेंट किया, बिंग पोपा की क्वारंटाइन की वजह से भी दुखी हो गए हैं। यह फोटो वायरल होने के बाद "बिंग पोपा" अमेरिका में ट्रेंड होने लगा।

## नेहा कक्कड़ ने #MoveOnChallenge की शुरुआत की-

नेहा कक्कड़ जो अपने गाने से सभी के दिलों पर राज करती है और उनके लाखों फैंस हैं, बॉलीवुड की मशहूर सिंगर नेहा कक्कड़ अपनी सिंगिंग के साथ-साथ अपने अंदाज के लिए भी खूब जानी जाती हैं। हाल ही में सिंगर ने #MoveOnChallenge की शुरुआत की है,

आपको बता दे की नेहा कक्कड़ ने #MoveOnChallenge की शुरुआत की है, जिसमें वह ब्रेकअप के दुख से पूरी तरह उबरकर नई शुरुआत करती नजर आ रही हैं। नेहा कक्कड़ का यह वीडियो सोशल मीडिया पर खूब वायरल हो रहा है, साथ ही वीडियो को अब तक 26 लाख से भी ज्यादा बार देखा जा चुका है। इस वीडियो में सिंगर नेहा कक्कड़ शुरुआत में काफी रोती हुई नजर आती हैं, लेकिन इसके बाद वह एक नई शुरुआत करती हैं। साथ ही उन्होंने वीडियो में लोगों को सलाह भी दी कि कभी किसी के लिए रोना नहीं है।

नेहा कक्कड़ ने यह वीडियो अपने ही एक गाने पर

बनाया, जिसके लीरिक्स हैं, "जिनके लिए हम रोते हैं, वह किसी और के बाहों में ही सोते हैं।" सिंगर ने इस वीडियो को पोस्ट करते हुए लिखा, "मूव ऑन चैलेंज, जिनके लिए हम रोते हैं।" बता दें कि कुछ दिनों पहले नेहा कक्कड़ अपने ब्रेकअप को लेकर काफी सुर्खियों में थीं। दरअसल, हिमांश कोहली ने एक इंटरव्यू दिया था, जिसमें उन्होंने कहा था कि वह नेहा से शादी करना चाहते थे। साथ ही उन्होंने बताया था कि नेहा ने खुद ही उनसे ब्रेकअप किया है। इस बात को लेकर नेहा कक्कड़ ने सोशल मीडिया पर पोस्ट शेयर की थी।

नेहा कक्कड़ ने हिमांश कोहली को जवाब देते हुए लिखा था, "सुर्खियों में आने के लिए मेरे फेम का इस्तेमाल कर रहे हैं। दोबारा फेमस होने के लिए मेरे नाम का इस्तेमाल मत करो। मैं यहां तुम्हारे पापा, मम्मी और बहन के कर्मों का भी बखान कर डालूँगी। मैं तुम्हें वॉर्निंग दे

रही हूं कि मेरा नाम यूज करने की हिम्मत मत करना और दुनिया के सामने ज्यादा बेचारे भी मत बनो, और मुझे विलेन दिखाने की कोशिश मत करो। मुझसे और मेरे नाम से दूर रहो।" बता दें कि नेहा कक्कड़ अपने जबरदस्त गानों के लिए खूब जानी जाती हैं। बॉलीवुड के साथ-साथ उन्होंने पंजाबी इंडस्ट्री में भी अपना कब्जा जमाया हुआ है।

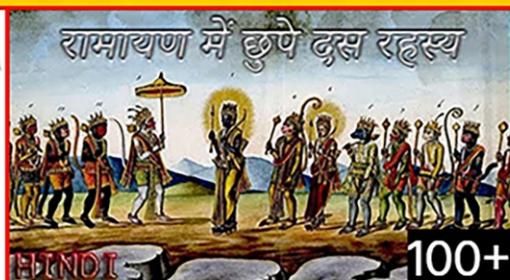




50K+ VIEWS



19K+ VIEWS



100+ VIEWS



5.3K+ VIEWS



47K+ VIEWS

# पूजा पाठ चैनल द्वारा हिंदू धर्म और संस्कृति की पूर्ण और सही ज्ञानकारी देने का उत्तम प्रयास...



FOLLOW US ON:

[facebook](#)

[dailyhunt](#) [YouTube](#)

Horoscope videos along with Puja Vidhi and other related videos are available on YouTube in Hindi. Subscribe Puja Path for Spiritual and Religious Videos!

# खेल-जगत

## ICC उठा सकती है बड़ा कदम, कोविड-19 पॉजिटिव होने पर बदला जाएगा खिलाड़ी

कोरोना वायरस की वजह से क्रिकेट बुरी तरह से आधिकारिक तौर पर पुष्टि प्रभावित हुआ है। पिछले दो तीन महीने में एक के बाद नहीं की गई है लेकिन एक कई बड़ी सीरीज को कैंसिल किया जा चूका है। आईसीसी की कोशिश है इतना ही नहीं इस साल होने वाले द्वेटी-द्वेटी विश्व कप कि ऑस्ट्रेलिया और पर भी कोरोना वायरस की वजह से खतरा मंडरा रहा है इंग्लैंड के बीच जुलाई में और हालत ऐसे हैं की इस बार मैच को कैंसिल न खेली जाने वाली सीरीज करना पड़ जाए। भारी नुकसान के मद्देनजर आईसीसी में इस नियम को लागू

की कोशिश है कि क्रिकेट को दोबारा से ट्रैक पर लाने किया जाए। ऑस्ट्रेलिया और इंग्लैंड के बीच जुलाई में की है। भीड़िया रिपोर्ट्स में दावा किया जा रहा है की तीन वनडे और तीन द्वेटी-द्वेटी मैच खेले जाने हैं। इसके अगर मैच के दौरान कोई खिलाड़ी कोरोना पॉजिटिव अलावा बॉल पर थूक लगाने पर भी रोक लगाने का होंगे। पिछले साल इंग्लैंड और ऑस्ट्रेलिया के बीच मिलता है तो उसके स्थान पर टीम के दूसरे खिलाड़ी विचार कर रही है। गेंद पर थूक लगाने से कोरोना खेली गई एशेज सीरीज में सिर पर चोट लगाने की वजह को मौका देने की अनुमति दी जा सकती है। हालांकि इसके लिए मैच रेफरी की अनुमति होना जरूरी है। आईसीसी उसके स्थान पर किसी आर्टिफिशियल लॉकडाउन की ओर से इस बात की अभी तक कोई पदार्थ को लगाने की अनुमति दे सकती है। हालांकि

**खेल जगत के लिए बुरी खबर, 22 साल के इस फुटबॉलर का हुआ निधन, लॉकडाउन के दौरान कर रहे थे ट्रेनिंग**



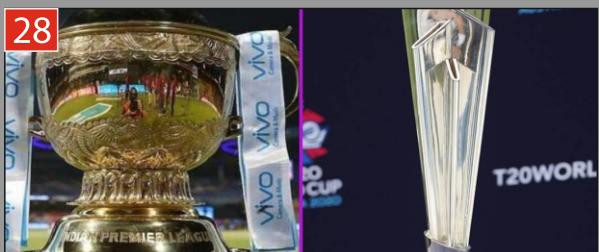
कोरोनावायरस के कारण पूरी दुनिया सहम सी गई है।

COVID-19 के खतरे को देखते हुए पूरी दुनिया में लॉकडाउन में व्यक्तिगत ट्रेनिंग सत्र में हिस्सा ले रहे थे। खेल गतिविधियों को रोक दिया गया है। आपको बता क्लब ने अपने बयान में इस बारे में कहा है कि, दें कि कोरोना से बचाव के लिए पूरी दुनिया को समोखवालोव ट्रेनिंग के दौरान अचानक से असहज हो गया है।

लॉकडाउन किया गया है। लेकिन गए और अचानक उनकी मौत हो गई। हालांकि क्लब लॉकडाउन के दौरान खेल जगत में एक ऐसी ने समोखवालोव की मौत किस कारण हुई है उसके घटना घटी है जो हैरान करने वाली है। बारे में अभी तक कोई खुलासा नहीं किया है। क्लब ने लोकोमोटिव मास्को (Lokomotiv Moscow) के डिफेंडर इनोकेंटी इंसान थे और इस मुश्किल घड़ी में हमारा क्लब उनके समोखवालोव (Innokenty Samokhvalov) की लॉकडाउन के दौरान आपको जानकर हैरानी होगी कि समोखवालोव ट्रेनिंग करने के क्रम में मौत हो गई। रुस के केवल 22 साल के थे। समोखवालोव लोकोमोटिव फुटबाल क्लब लोकोमोटिव मास्को ने इस कजांका टीम की ओर से भी खेलते थे। टीम कजांका बात की जानकारी सभी के साथ साझा की है के कोच ने समोखवालोव ने कहा कि उनकी मौत हार्ट की लॉकडाउन में इनोकेंटी समोखवालोव ट्रेनिंग के दौरान अचानक से असहज हो गई है। समोखवालोव लोकोमोटिव अपने

ट्रेनिंग करने के क्रम में व्यक्तिगत ट्रेनिंग सत्र में हिस्सा ले रहे थे। पीछे वाइफ और बेटे को छोड़ गए हैं।

28



IPL और T20 World Cup को लेकर ब्रैंडन मैक्कलम ने दिया ये सुझाव, जानिए डिटेल



इस बात पर अभी तक बहस जारी है। अगर ये दोनों नियम लागू हो जाते हैं तो यह पिछले साल लागू किए की है। भीड़िया रिपोर्ट्स में दावा किया जा रहा है की तीन वनडे और तीन द्वेटी-द्वेटी मैच खेले जाने हैं। इसके गए कन्कशन नियम के बाद क्रिकेट में दो बड़े बदलाव अलावा बॉल पर थूक लगाने पर भी रोक लगाने का होंगे। पिछले साल इंग्लैंड और ऑस्ट्रेलिया के बीच इंग्लैंड के बीच जुलाई में सिर पर चोट लगाने की वजह को मौका देने की अनुमति दी जा सकती है। हालांकि इसके लिए मैच रेफरी की अनुमति होना जरूरी है। आईसीसी उसके स्थान पर किसी आर्टिफिशियल को मैदान में उतारने की अनुमति दी गई थी।

29



अगर नहीं हुआ IPL तो डिप्रेशन में जा सकते हैं कई क्रिकेटर्स'

## IPL और T20 World Cup को लेकर ब्रैंडन मैक्कुलम ने दिया ये सुझाव, जानिए डिटेल



न्यूजीलैंड के पूर्व कप्तान और आईपीएल फ्रैंचाइजी के केआर के कोच ब्रैंडन मैक्कुलम (Brendon McCullum) ने बुधवार को कहा कि इस साल के टी20 वर्ल्ड कप को अगले साल के शुरू तक स्थगित करके इसकी जगह लुभावनी इंडियन प्रीमियर लीग (IPL) का आयोजन करना चाहिए।

कोरोना वायरस की वजह से फैली महामारी की वजह से पूरी दुनिया की सभी खेल गतिविधियां रुक-

गयी हैं और आस्ट्रेलिया में 18 अक्टूबर से 15 नवंबर को होने वाले टी20 वर्ल्ड कप के आयोजन पर भी स्थगित होने का खतरा मढ़ा रहा है। इसके कारण इंडियन प्रीमियर लीग का 13वां सीजन भी अनिश्चितकाल के लिए स्थगित हो गया है जिसे 29 मार्च से शुरू होना था। मैक्कुलम ने कहा, “मुझे लगता है कि आईपीएल कोशिश करेगा कि अक्टूबर की विडो उसे मिल जाए और टी20 वर्ल्ड कप और

आगे बढ़ा दिया जाए।”

इसके साथ ही महिला वनडे वर्ल्ड कप को न्यूजीलैंड में फरवरी 2021 में आयोजित कराया जाना है। आईपीएल की टीम कोलकाता नाइटराइडर्स के कोच मैक्कुलम ने कहा, “इसका मतलब हो सकता है कि महिला वर्ल्ड कप को और आगे बढ़ा दिया जाए लेकिन हम ये सभी तीनों टूर्नामेंट आयोजित होते हुए देख पाएं।”

मैक्कुलम ने कहा कि उन्हें नहीं लगता कि टी20 वर्ल्ड कप दर्शकों के बिना खेला जायेगा और उनका मानना है कि 16 देशों की टीमें कोविड-19 महामारी के कारण लगी इस यात्रा पांबदियों के कारण आस्ट्रेलिया भी नहीं पहुंच पाएंगी जिसकी वजह से आईपीएल का शुरू होना अभी संशय में है। अगर आईपीएल नहीं खेला गया तो किसी भी खिलाड़ी या सहयोगी स्टाफ को भुगतान नहीं किया जाएगा।

आईसीसी के मुख्य कार्यकारियों की समिति कांफ्रेंस कॉल के जरिये बैठक करेगी जिसमें कोविड-19 के कारण वित्तीय असर की चर्चा की जायेगी और सभी आईसीसी वैश्विक प्रतियोगिताओं की योजना पर भी चर्चा होगी जिसमें टी20 वर्ल्ड कप भी शामिल है।

## ‘धोनी ने शायद फैसला कर लिया, नीली जर्सी फिर से नहीं पहनना चाहेंगे’

भारत के अनुभवी ऑफस्पिनर खिलाड़ी हरभजन सिंह को नहीं लगता कि भारतीय टीम के पूर्व कप्तान महेंद्र सिंह धोनी फिर भारतीय टीम के लिए खेलेंगे। धोनी पिछले साल ही जुलाई में हुए न्यूजीलैंड के खिलाफ विश्व कप सेमीफाइनल में भारत के लिए अंतिम बार खेला था। सलामी बल्लेबाज रोहित शर्मा के साथ इंस्टाग्राम चैटिंग के दौरान धोनी के भविष्य के बारे में पूछने पर हरभजन ने कहा, ‘जब मैं चेन्नई सुपरकिंग्स के शिविर में था तो लोगों ने मुझसे धोनी के बारे में पूछा था। तो हरभजन का जवाब था की वो नहीं जानते की धोने आगे भारत के लिए खेलेंगे या नहीं, यह फैसला करना उन पर निर्भर

करता है।

उन्होंने कहा, ‘जहां तक मैं उन्हें जानता हूं, वह भारतीय टीम की नीली जर्सी फिर से नहीं पहनना चाहेंगे।

आईपीएल में खेलेंगे लेकिन भारत के लिए, मुझे लगता है कि उन्होंने फैसला कर लिया था कि विश्व कप 2019 उनका अंतिम टूर्नामेंट था।’



## क्या तय समय पर नहीं होगा टी-20 विश्व कप, तारीखों में बदलाव के संकेत

ऑस्ट्रेलियन क्रिकेट के मुख्य कार्यकारी केविन रोबर्ट्स ने टी-20 विश्व कप के लिए तारीखों में बदलाव की संभावना का संकेत दिया है। उन्होंने साथ ही अक्टूबर-नवंबर में होने वाले इस टूर्नामेंट के बारे में

कहा कि, 'हम टूर्नामेंट के आयोजन के लिए सभी अन्य विकल्पों पर गौर कर रहे हैं।'

कोविड-19 की महामारी के चलते अन्य खेलों की तरह क्रिकेट भी पूरी तरह से ठप्प पड़ गया है।

आईपीएल अनिश्चितकाल के लिए स्थगित हो चुका है और ऑस्ट्रेलिया में होने वाले टी20 विश्व कप का भविष्य भी डगमगाता हुआ नज़र आ रहा है। रोबर्ट्स ने कहा, 'क्रिकेट ऑस्ट्रेलिया आईसीसी (अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद), स्थानीय आयोजन समिति और ऑस्ट्रेलियाई सरकार के साथ मिलकर काम कर रहा है इसलिए हमें व्यापक समझ है कि योजना के अनुसार ऑस्ट्रेलिया में अक्टूबर में आईसीसी पुरुष टी-20 विश्व कप खेलने के लिए क्या करना होगा।'

उन्होंने कांफ्रेंस कॉल के जरिये शीर्ष संस्था के साथ मुख्य कार्यकारियों की समिति की बैठक में शिरकत की। रोबर्ट्स ने आईसीसी के बयान में कहा, 'हम इस टूर्नामेंट के आयोजन के संबंध में अन्य सभी विकल्पों पर भी संयुक्त रूप से मिलकर बात कर रहे हैं। हम सही समय पर सही फैसला करेंगे ताकि हम इसकी मेजबानी अच्छी तरह कर सकें और सभी को सुरक्षित भी रखें।'

## 'अगर नहीं हुआ IPL तो डिप्रेशन में जा सकते हैं कई क्रिकेटर्स'

राजस्थान रॉयल्स के पूर्व कोच पैटी अपटन का कहना है कि अगर इस साल आईपीएल का आयोजन नहीं हुआ तो कई क्रिकेटर डिप्रेशन में आ सकते हैं। यह बात उन्होंने 'द टाइम्स ऑफ इंडिया' में कही।

लॉकडाउन के मौजूदा दौर में खिलाड़ियों की मानसिक सेहत और उनके उपचार पर खास बातचीत में पैटी अपटन ने कहा कि देश में कोरोना महामारी के चलते अगर आईपीएल के 13वें सीजन का आयोजन नहीं हुआ तो देश के देश के कई प्रतिभाशाली क्रिकेटर्स एंजाइटी और डिप्रेशन का शिकार हो सकते हैं।

उन्होंने बातचीत में ये भी कहा की वैश्विक स्तर पर अचानक इतना लंबा ब्रेक आ जाने की वजह से सिर्फ खिलाड़ी ही नहीं दुनिया भर के लोगों में तनाव, एंजाइटी और असुरक्षा की भावना बढ़ेगी। सभी को इन चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है।

एक समय में टीम इंडिया के कोचिंग स्टाफ का हिस्सा रहे अपटन ने कहा, 'स्वभाविक तौर पर आईपीएल क्रिकेटर्स के लिए एक बड़ा आयोजन है जिसकी वजह से खिलाड़ी अपनी योग्यता साबित कर पाते। लॉकडाउन जैसे हालात में जब कोई स्वस्थ और सामान्य व्यक्ति खुद को लेकर ज्यादा सोचता है तो

उससे एथलीट्स ही नहीं किसी में भी ये चिंताएं बढ़ना लाजमी हैं।'

उन्होंने आगे कहा की, 'मैं सभी को यह सलाह दूंगा कि सिर्फ खिलाड़ी ही नहीं दूसरे लोग भी इन दिनों इस सामान्य खतरे पर अधिक न सोचें और वे दूसरी चीजों पर अपना ध्यान लगाएं, इस समय अन्य अवसरों पर विचार करें, जिन पर इस मुश्किल समय में फोकस किया जा सकता है।'

आपको बता दें कि तय समय के मुताबिक आईपीएल के 13वें सीजन की शुरुआत 29 मार्च से ही होनी थी। मगर कोरोना वायरस के चलते इसे 15 अप्रैल तक के टाल दिया गया। हालांकि, 15 अप्रैल से आईपीएल 2020 का शुरू ही हो जाएगा इसका भी अभी कोई निश्चय नहीं किया गया है। पुरे देश की स्थिति को देखते हुए अभी इस पर भी फिलहाल संशय की स्थिति बनी हुई है।



## फीफा के मेडिकल चीफ ने कहा- सितंबर तक फुटबॉल नहीं खेला जाए, मैदान पर थूकने वाले खिलाड़ियों को येलो कार्ड दिया जाए

अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल महासंघ(फीफा) की मेडिकल कमेटी के चीफ मिकेल डी हूग ने कहा है कि मौजदा हालात में कोरोनावायरस को और फैलने से रोकेके लिए कम से कम सितंबर तक फुटबॉल न शुरू किया जाए। इसके अलावा, जब फुटबॉल लौटे तो मैदान पर थूकने वाले खिलाड़ियों को येलो कार्ड दिया जाए। उन्होंने स्काय स्पोर्ट्स को दिए इंटरव्यू में यह बात कही।

मिकेल के कहा कि अगर कोई ऐसा पल है, जहां स्वास्थ्य से जुड़े मामलों को पूर्ण प्राथमिकता देनी चाहिए तो यही है। यह पैसों की नहीं, बल्कि जिंदगी और मौत का सवाल है। उन्होंने कहा कि सेंकेंड वर्ल्ड वॉर के बाद से ही यह सबसे नाटकीय हालात हैं, जिसमें हम सब जी रहे हैं। हमें कोरोना के खतरे को कम करके नहीं आकना चाहिए और हकीकत में जीना चाहिए। बैल्जियम के इस फुटबॉल प्रशासक का बयान तब आया है, जब जर्मनी में बुंदेसलीगा को अगले महीने शुरू करने की तैयारी चल रही है। वहीं, प्रीमियर लीग(ईपीएल) जून में खाली स्टेडियम में होने की संभावनाएं टटोली जा रही हैं जिसपर अभी संशय बना हुआ है।

फीफा की मेडिकल कमेटी के चीफ ने आगे कहा कि यह खिलाड़ियों के लिए बहुत जल्दी होगा कि वे एकत्रूपी के सम्पर्क में आएं। कम से कम तब जबकि सोशल डिस्टेंसिंग के नियम लागू हैं और सभी देश इस

महामारी से जूझ रहे हैं। फिलहाल दुनिया कॉम्प्लिटिव फुटबॉल के लिए तैयार नहीं हैं। मुझे लगता है कि यह जल्दी बदलेगा। लेकिन अभी संयम बरतना होगा। उन्होंने कहा कि फुटबॉल तभी संभव है जब एकदूसरे से सम्पर्क दोबारा संभव होगा। फुटबॉल कॉन्टैक्ट स्पॉर्ट्स है और मौजूदा हालात में

सब इससे दूर करने के लिए ही कह रहे हैं जबकि सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करना है।

**फुटबॉल शुरू होने से पहले वैक्सीन का इंतजाम होना चाहिए-**

फुटबॉल शुरू होने से पहले खिलाड़ियों की टेस्टिंग से जुड़े सवाल पर उन्होंने कहा कि आपको लगातार यह करना होगा। अगर एक खिलाड़ी पॉजिटिव पाया गया तो आपको सभी को क्वारैंटाइन करना होगा। क्या आपको लगता है कि यह सामान्य टूर्नामेंट जैसे हालात हैं। हमें नहीं पता है कि अलग-अलग देशों में कोरोना कब चरम पर होगा। इसका एक ही हल है कि हमारे पास पर्याप्त मात्रा में वैक्सीन उपल छोनी चाहिए।

'फुटबॉल के नियमों में बदलाव की जरूरत होगी'



डी हूग ने कि जब भी फुटबॉल की शुरुआत होगी तब कुछ नियमों में बदलाव की जरूरत होगी। खासतौर पर खिलाड़ियों के मैदान पर थूकने पर रैफरी को नजर रखनी होगी। क्योंकि यह फुटबॉल में बहुत आम होता है। लेकिन इससे संक्रमण का खतरा बना रहेगा।

ईपीएल को 8 जून से शुरू करने पर विचार इधर, मार्च से स्थगित इंग्लिश प्रीमियर लीग (ईपीएल) को जून में शुरू करने की चर्चा चल रही है। वायरस की वजह से मुकाबले दोबारा शुरू किए जाएं या सीजन रद्द हो, इसे लेकर सभी पक्षों की 1 मई को अहम बैठक है। इसमें 8 जून से लीग को दोबारा शुरू करने पर विचार किया जाएगा। यूएफा भी कह चुकी है कि फिर से शुरुआत करने के पहले हमें कोई रास्ता निकालना होगा। अभी कुल 92 मैच होने हैं। लिवरपूल टॉप पर है।

## फुटबॉल मेरे लिए ज़ुनून की तरह, इसे बढ़ावा देने के लिए स्कूलों तक ले जाना होगा- खेल मंत्री रिजिजू

केंद्रीय खेल मंत्री किरन रिजिजू ने शुक्रवार को कहा कि देश में फुटबॉल को बढ़ाने के लिए स्थानीय स्तर पर लीग को विकसित करना होगा और इसके लिए पहला कदम खेल को स्कूलों तक ले जाना होगा। रिजिजू ने ऑल इंडिया फुटबॉल फेडरेशन (एआईएफएफ) और स्पोर्ट्स अथॉरिटी ऑफ इंडिया (साई) द्वारा लॉकडाउन के दौरान शुरू किए गए ऑनलाइन कोचिंग कोर्स के एक सेशन के दौरान यह बात कही। उन्होंने कहा कि इस ऑनलाइन कोर्स से पूरे देश में कोचिंग से जुड़े लोगों को फायदा होगा।

इस ऑनलाइन कोर्स में करीब 1000 लोग जुड़े और कई एक्सपर्ट ने उन्हें कोचिंग से जुड़ी बारीकियां समझाई। यह ऑनलाइन कोर्स तीन मई तक चलेगा। खेल मंत्री ने एआईएफएफ और खिलाड़ियों द्वारा

कोरोना पीड़ितों की मदद के लिए प्रधानमंत्री केयर फंड में मदद देने की भी तारीफ की।

रिजिजू ने कहा- फुटबॉल मेरे लिए एक जुनून जैसा है और यह जीने का तरीका भी है। आपको यह जानना जरूरी है कि मैं जिस क्षेत्र से आता हूं वहां इस खेल को काफी पसंद किया जाता है। उन्होंने कहा कि हम वीडियो कॉर्नरेसिंग के जरिए फुटबॉल का माहौल तैयार करने के प्रयास में कामयाब रहे हैं। हमें इसका फायदा उठाना है और सबसे बड़ा कोचिंग प्रोग्राम शुरू करना है। उन्होंने कहा कि जब हम भारत में खेल संस्कृति को बढ़ावा देने की बात करते हैं तो फुटबॉल



को नजरअंदाज नहीं कर सकते। हमें खेल में ज्यादा से ज्यादा समय देने की जरूरत है। फुटबॉल खेल से अधिक है।

# पूजा-पाठ

## इसलिए नहीं मिलता जप-तप, यज्ञ, और पूजा-पाठ का उचित फल

धर्म में विश्वास और आस्था रख पूजा पाठ करने वाले बहुत सारे लोगों की शिकायत रहती है कि वे लंबे समय से पूरी श्रद्धा और गंभीरता से पूजा उपासना, दान इत्यादि धार्मिक अनुष्ठान करने के बाद भी उनकी साधना को शायद ईश्वर स्वीकार ही नहीं कर रहे, जिससे सफलता के उचित परिणाम नहीं मिल रहे। इतनी पूजा पाठ के बाद भी बहुत सारी समस्याएं हैं कि पीछा ही नहीं छोड़ती। इस प्रकार की शिकायत करने वाले कोई एक या दो नहीं बहुत सारे लोग मिल जाएंगे।

आइये जानते हैं, घर में पूजा-पाठ करने से जुड़ी कुछ खास बातें!

1- घर में पूजा स्थल घर की दक्षिण पश्चिम या पश्चिम दिशा में होने पर भी पूजा पाठ का लाभ प्राप्त नहीं होता। पूजा करते समय साधक का मुख प्रातःकाल पूर्व दिशा की ओर एवं शाम के समय पश्चिम की तरफ होना चाहिए।

2- पूजा में हमेशा पीले या सफेद धुले हुए कपड़ों का ही प्रयोग करें। पूजा पाठ के अधिकतम फल के लिए तीन से चार बजे के मध्य का समय सर्वोत्तम रहता है इस समय को गई पूजा उपासना निष्ठल नहीं होती।

3- हमारे शास्त्रों में पूजा पाठ इत्यादि के लिए आसन का प्रावधान बताया गया है और आसन के बारे में विस्तार से चर्चा की गयी है। इसलिए साधक यह सुनिश्चित कर लें कि पूजा पाठ के समय उचित और साफ धुले आसन का प्रयोग कर रहे हैं या नहीं। पूजा के समय यदि मंत्र पढ़ते हैं, लंबे पाठ आरती इत्यादि करते हैं परंतु आसन का प्रयोग नहीं करते तो साधक की पूजा का पृथ्वीकरण हो जाएगा। पूजा के फलस्वरूप पैदा हुई ऊर्जा आसन के अभाव में पृथ्वी में समा जाएगी, साधना के फल से वंचित हो जाएंगे।

4- शास्त्रों में पूजा अर्चना को एकांत स्थान में करने का विधान बताया गया है क्योंकि यदि पूजा के समय यदि कोई छू देता है तो भी पूजा के फलस्वरूप पैदा हुई ऊर्जा का पृथ्वीकरण हो जायेगा, जिसे सामान्य भाषा में हम कहते कि अर्थना हो रहीं है।

5- पूजा के बाद यदि कोई क्रोध करता है, सो



जाता है, निदा करता है तो भी पूजा का फल पूजा करने वाले को प्राप्त नहीं होता। इसलिए इन बातों से बचने का प्रयास करें।

6- भूलकर भी पूजा उपासना चारपाई पर बैठ कर न करें, नंगे फर्श पर न बैठें, यदि आसन मिलना सम्भव न हो तो उनी कम्बल प्रयोग कर सकते हैं, कहने का अभिप्राय है कि पूजा के समय पृथ्वी के संपर्क में सीधे आने से बचें।

7- यदि किसी परिवार में किसी अविवाहित सदस्य की अकाल मृत्यु हो जाती है तो उसे अतृप्त आत्मा माना जाता है और अतृप्त आत्मा अपनी मुक्ति के लिए बाधाएं पैदा करती है। पूजा पाठ का लाभ न प्राप्त होने पर इस बिन्दु पर भी ध्यान दें कि आपके परिवार में कहीं इस प्रकार की कोई घटना घटित तो नहीं हुई है यदि ऐसा हुआ है तो उस अतृप्त आत्मा की मुक्ति के लिए शास्त्रों में बताए गए नियमों में निहित विधियों का पालन करें।

8- किसी नए मकान में रहने के लिए आएं हैं तो सुनिश्चित कर ले कि आपने अपना घर किसी निःसंतान व्यक्ति से तो नहीं खरीदा है। बहुत बार देखा गया है कि पितृ दोष के फलस्वरूप व्यक्ति निःसंतान रहता है और उससे प्राप्त हुई वस्तु भी दोष ग्रस्त हो सकती है।

9- पूजा पाठ हमेशा घर के किसी एंकात स्थान में करना चाहिए जहां पर आसानी से दूसरों की दृष्टि नहीं पड़े। यदि घर में प्रवेश होते ही पूजा स्थल पर सबकी दृष्टि पड़ती है, अर्थात् पूजा स्थल छिपा नहीं है, तो भी पूजा पाठ का लाभ नहीं मिलता।

10- मंत्र हमारे ऋषि मुनियों द्वारा अविष्कृत बहुत ही वैज्ञानिक धनियाँ हैं। मंत्र जप से कुछ भी प्राप्त किया

जा सकता है। यदि आप नियमित पूजा में मंत्र जप करते हैं तो ध्यान रखें कि मंत्र उच्चारण शुद्ध हो अन्यथा पूजा निरर्थक ही होगी। एक अक्षर की गलती आपको मन्त्र से होने वाले लाभ से वंचित रख सकती है। कभी कभी मन्त्र का उच्चारण गलत होने से नुकसान होता भी देखा गया है। यदि कहीं त्रुटी हो तो मन्त्र के किसी जानकार से सही उच्चारण सिखिये कर ही मन्त्रों का उच्चारण करना चाहिए।

11- अगर कोई शास्त्र अनुसार नियमित पूजा पाठ करता है तो उसे खानपान में भी शुद्धता रखनी चाहिए। अगर साधक के परिवार का कोई सदस्य मांस-मदिरा का सेवन करता है तो भी पूजा का पूरा फल साधक को नहीं मिल पाता है।

12- यदि साधक चाहता है कि पूजा का फल पूरा मिले तो, समाह में एक बार मौन व्रत जरूर रखें। मौन व्रत रखने से अध्यात्म बल बढ़ता है, सहन शक्ति का विकास होता है।

13- आगर कोई किसी मंत्र का निरंतर और लम्बे समय तक जपता है तो उस साधक के शरीर के आसपास एक दिव्य आभारंडल बन जाता है, जिसे केवल कोई सिद्ध पुरुष ही देख पाते हैं, और वह आभारंडल साधक की अनेक प्रकार से रक्षा करता है।

14- यदि साधक के घर में किसी प्रकार का वास्तु दोष है तो ऐसे में घर में पूजा न करके किसी मंदिर में पूजा कर सकते हैं।

अपनी पूजा का आसन, जप करने की माला और पूजा के कपड़े किसी दूसरे को हाथ नहीं लगाने दें।

## 4 भाव दुःख के, 3 भाव महादुःख के और 5 भाव सुख के, जानिए रहस्य

जीवन में सुख है तो दुख भी है। सांसारिक सुख और दुखों का कोई पार नहीं। कहते हैं कि जो व्यक्ति प्रभु को समर्पित करके बस कर्म पर ही ध्यान देता है वह ग्रहों के फेर को भी पलट देता है। व्यक्ति को अपने कर्म और भाग्य को जगाने का ही प्रयास करना चाहिए। आइये जानते हैं कि कौनसा ग्रह और भाव दुख देता है।

चार भाव दुःख के : कुण्डली में 12 भाव होते हैं या कहें कि खाने होते हैं। उनमें से 4 भाव दुख के माने गए हैं। ये भाव हैं-

2, 3, 11 और 12.

1. दूसरा भाव परिवार, समुराल और धन का है। मुख, दाहिना नेत्र, जिहा, दांत इत्यादि भी इसे देखे जाते हैं।

2. तीसरा भाव छोटा भाई-बहन और पराक्रम का है। इसके अलावा धैर्य, लेखन कार्य, बौद्धिक विकास,

2. सातवां भाव पति-पत्नि और साझेदारी का भाव है। इससे इच्छाएं, काम वासनाएं, मार्ग, लोक, व्यवसाय भी देखा जाता है।

3. आठवां भाव मौत, आयु और वैराग्य का भाव है। लेकिन संकट, क्लेश, बदनामी, दासत्व, गुप्त स्थान में रोग, गुप्त विद्याएं, पैतृक सम्पत्ति, धर्म में आस्था, गुप्त क्रियाओं, चिंता आदि को भी देखा जाता।

पांच भाव सुख के : ये पांच भाव हैं- 1, 4, 5, 9 और 10.

1. पहला खुद का भाव। लग्न माने शरीर। शारीरिक सुख। इससे वर्तमान काल, व्यक्तित्व, आत्मविश्वास, आत्मसम्मान, विवेकशीलता, आत्मप्रकाश, आकृति, मस्तिष्क, पद-प्रतिष्ठा, धैर्य, इत्यादि देखा जाता है।

2. चौथा सुख का भाव। मतलब भूमि, भवन, माता,

अब जानिए दुख और सुख देने वाले ग्रह :- जब शुभ ग्रह, सुख भाव में होंगे तो सुख मिलेगा। पाप ग्रह दुःख भाव में होंगे तो दुःख की प्राप्ति होगी। शुभ ग्रह पाप भाव में होंगे तो उस ग्रह से संबंधित कष्ट होंगे। ऐसा में इलाज ग्रहों का नहीं भावों का करना चाहिए।

1. सूर्य, मंगल, शनि और राहु यह दुख देने वाले ग्रह हैं।

2. शुक्र, गुरु और केतु यह सुख देने वाले ग्रह हैं।

3. चंद्र और बुध दोनों सुख व दुःख। लेकिन दुःख अधिक है।

**नवम भाव:-** 1 से 24 वर्ष तक।

**पहला भाव:-** 31 से 33 वर्ष तक।

**दसवां भाव:-** 25 से 26 वर्ष तक।

**चौथा भाव:-** 40 से 45 वर्ष तक।

**पांचवां भाव:-** 46 से 51 वर्ष तक।

**ग्यारहवां भाव:-** 27 से 28 वर्ष तक।

**बारहवां भाव:-** 29 से 30 वर्ष तक।

**दूसरा भाव:-** 34 से 36 वर्ष तक।

**तीसरा भाव:-** 37 से 39 वर्ष तक।

**छठा भाव:-** 52 से 57 वर्ष तक।

**सातवां भाव:-** 58 से 65 वर्ष तक।

**आठवां भाव:-** 66 से अंत तक।

... अच्छे व बुरे फल का निर्धारण करते हैं। यह जान जाएंगे कि किस भाव का कौनसा स्वामी ग्रह है और कौनसा शत्रु ग्रह है तो समस्या का समाधान करना आसान होगा।

**प्रथम भाव- सूर्य**

**दूसरा भाव- गुरु**

**तृतीय भाव- मंगल**

**चतुर्थ भाव- चंद्र**

**पंचम भाव- गुरु**

**षष्ठि भाव- मंगल**

**सप्तम भाव- शुक्र**

**अष्टम भाव- शनि**

**नवम भाव- गुरु**

**दशम भाव- गुरु, सूर्य, बुध और शनि**

**एकादश भाव- गुरु**

**द्वादश भाव- शनि**

दाहिना कान, हिम्मत, वीरता, भाषण एवं संप्रेषण, खेल, गला, कंधा, दाहिना हाथ आदि। यह भी लाभ और हानि देते हैं।

3. ग्यारहवां आय, संपत्ति, सिद्धि, वैभव, बड़ा भाई-बहन, बायां कान, वाहन, इच्छा और उपलब्धियों में लाभ के साथ नुकसान भी।

4. बारहवां व्यय, हानि, रोग, दण्ड, जेल, अस्पताल, विदेश यात्रा, धैर्य, दुःख, पैर, बाया नेत्र, दरिद्रता, चुगलखोर, शय्या सुख, ध्यान और मोक्षका भाव। तीन भाव महादुःख के : ये तीन भाव हैं 6, 7 और 8.

1. छठा भाव मूलतः रोग और शत्रु का भाव है, लेकिन दुःख-दर्द, घाव, रक्तस्राव, दाह, अस्त्र, सर्जरी, डिप्रेशन, चोर, चिंता, लड़ाई-झगड़ा, मुकदमा, पाप, भय, अपमान, नौकरी आदि भी देखा जाता है।

संपत्ति, वाहन, जेवर, शिक्षा, परिवारिक प्रेम, उदारता, दया और हृदय आदि सुख मिलता है।

3. पांचवां भाव शिक्षा, विद्या और संतान का भाव। लेकिन शेर, संगीत, भविष्य ज्ञान, सफलता, निवेश, जीवन का आनन्द, प्रेम, सत्कर्म, पेट, शास्त्र ज्ञान, कोई नया कार्य, सृजनात्मकता आदि का लाभ।

4. नौवां भाव भाग्य और पूर्वजन्म का भाव। इससे धर्म, अध्यात्म, भक्ति, प्रवास, तीर्थयात्रा, बौद्धिक विकास और दान इत्यादि देखा जाता है।

5. दसवां भाव कर्म का भाव। इससे नौकरी, व्यवसाय, राज्य, मान-सम्मान, प्रसिद्धि, नेतृत्व, पिता, संगठन, प्रशासन, जय, हुक्मत, गुण, कौशल, इत्यादि का विचार किया जाता है।

**मेष राशि**

मेष राशि वालों को महीने की शुरुआत में परेशानियों का सामना करना पड़ेगा। मई महीने की शुरुआत मेष राशि के जातकों के लिए आर्थिक दृष्टिकोण से अच्छी होगी लेकिन महीने के मध्य में धन से संबंधित परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है। कार्यक्षेत्र में उपलब्धि हासिल करने की संभावना रहेगी। यदि आप अपने सीनियर्स के साथ अच्छा तालमेल बनाए रखेंगे तो आपको फायदा होगा। आपको पदोन्नति मिलने की संभावना है और नौकरी के नए प्रस्ताव भी मिल सकते हैं। किसी यात्रा पर जाते हैं तो अपने स्वास्थ्य की कठर्ड अनदेखी न करें। यदि आपका क्रोध और अहंकार नियंत्रित नहीं होता है, तो आपको कुछ समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। आपको अपने क्रोध पर नियंत्रण रखना होगा। सरकारी कार्यालयों में आपके लंबित कार्य सामने आएंगे। यदि आप संपत्ति से संबंधित समस्या का सामना कर रहे हैं, तो आपको अच्छे परिणाम मिलने की संभावना है।

उपाय- शनिवार के दिन नियम पूर्वक छाया पात्र का दान करें।

**वृषभ राशि**

वृषभ राशि के लोग अपनी लोकप्रियता और प्रतिष्ठा में तेज वृद्धि का आनंद लेंगे। आपकी वाणी और व्यक्तिगत इस महीने चमकेंगे। लोगों के साथ आपके संबंध सामंजस्यपूर्ण बनेंगे। व्यापारियों के लिए यह महीना उनके बिज़नेस को फर्श से अर्श पर ले जा सकता है। वहाँ विद्यार्थियों के लिए मई का महीना काफी अच्छा रहने वाला है। आपका वैवाहिक जीवन अच्छा बना रहेगा। आपके दांपत्य जीवन में परेशानियां इस महीने खत्म हो सकती हैं। इस माह आपका परिवारिक जीवन अनुकूल रहेगा और परिवार में धीरे-धीरे सदमावना बढ़ेगी। लव लाइफ की बात की जाए तो, आपके संबंधों में उतार-चढ़ाव की स्थिति आएगी। महीने के दूसरे भाग में अचानक धन लाभ होने की संभावना है।

उपाय- श्री राधा कृष्ण की उपासना करें और माता सरस्वती को पीले चावल बना कर भोग लागाएँ।

**मिथुन राशि**

आपके करियर में उतार-चढ़ाव की स्थिति बनाएगा, जिससे आपको पूरे महीने ही दो-चार होना पड़ेगा। मिथुन राशि वालों को किसी विष्ट पद पर पदोन्नति मिलने की संभावना है। एक अलग स्थान पर स्थानांतरण की संभावना भी होगी। कार्यस्थल पर अराजक और गड़बड़ घटनाक्रम होंगे। यह महीना आपका परिवारिक जीवन अनुकूल रहेगा और परिवार में धीरे-धीरे सदमावना बढ़ेगी। लव लाइफ की बात की जाए तो, आपके संबंधों में उतार-चढ़ाव की स्थिति आएगी। महीने के दूसरे भाग में अचानक धन लाभ होने की संभावना है।

उपाय- कुत्तों को भोजन दे और शनिवार के दिन चीटियों को आटा अथवा चीनी डालें।

**कर्क राशि**

करियर के दृष्टिकोण से कर्क वालों के लिए इस माह जबरदस्त पदोन्नति का योग बना रही है। दांपत्य जीवन में आपको कुछ परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है। हालांकि, यदि आप एक गंभीर वैवाहिक कलह का सामना कर रहे थे तो समझौता होने की संभावना है। कर्क राशि के विद्यार्थियों की बात करें, तो मई के महीने में जो विद्यार्थी कड़ी मेहनत कर रहे हैं उन्हें बेहतरीन परिणामों की प्राप्ति होगी और अच्छा प्रदर्शन कर पाने में सफल होंगे। व्यापारियों को नुकसान होने की संभावना है। आपको अपने व्यापारिक भागीदारों की स्पष्ट समझ रखनी चाहिए। महीने के मध्य में एक बार आपके व्यावसायिक जीवन में कुछ सुधार होगा। वैतनभोगी लोग कुछ ठोस लाभ उठा सकते हैं। परिवारिक जीवन के लिहाज से यह महीना पारिवारिक जीवन में शांति लेकर आएगा और आपका परिवारिक जीवन बेहतर तरीके से चलेगा।

उपाय- शनिवार के दिन सरसों के तेल तथा काले तिलों का दान करें और मस्तक पर केसर का तिलक लगाएँ।

**सिंह राशि**

कार्यक्षेत्र में इस माह आपका खूब मन लगेगा और आप जीजान से अपना काम करेंगे। सिंह राशि के लोगों को पेशेवर भौर्च पर कोई अच्छी खबर मिलेगी। अच्छी खबर आपके व्यवसाय या नौकरी से संबंधित है। आपकी स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं में सुधार होगा। आप अपने पेशेवर और व्यक्तिगत प्रोजेक्ट्स को बेहतर बनाने के लिए दक्षता और ईमानदारी के साथ काम करेंगे। अनावश्यक बातचीत से खुद को दूर रखें। आपका परिवारिक जीवन अच्छा बना रहेगा। सिंह राशि के विद्यार्थियों को इस महीने शिक्षा के क्षेत्र में मिलेजुले परिणामों की प्राप्ति होने की उम्मीद है। यदि परिवारिक जीवन पर नजर डाली जाए तो यह महीना पिछले काफी समय से चले आ रहे परिवारिक तनाव को दूर करने वाला साबित हो सकता है। आपके सीनियर्स आपको उदारता से सराहेंगे। आपके पिता का समर्थन और मार्गदर्शन आपके लिए फायदेमंद साबित होगा जीवनसाथी के साथ नज़दीकी भी बढ़ेगी।

उपाय- अमावस्या के दिन श्रद्धा अनुसार दान करें और शनिवार के दिन उड़द की दाल के बड़े बनाकर बांटें।

**कन्या राशि**

कन्या राशि के लोगों पर पूरे महीने भाग्य का सकारात्मक प्रभाव रहेगा। मई महीने के दौरान आपके करियर पर नजर दौड़ाई जाए तो, विद्यार्थियों को इस दौरान काफी चुनौतियों का सामना करना पड़ेगा, उनकी शिक्षा में अनेक व्यवधान आ सकते हैं। आपको अपने पिता के स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए। और उनके साथ सामंजस्य और गर्भजीशी बनाए रखना चाहिए। आपके और उसके बीच असहमति संभव है। आप अपने काम से संबंधित कार्यक्रम में कुछ बदलाव ला सकते हैं। एक चल रहा प्रेम संबंध तनाव का एक स्रोत होगा। आपको अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए क्योंकि एक गंभीर बीमारी आपको विशेष रूप से, सिरदर्द और मांसपेशियों में दर्द की संभावना है। परिवारिक जीवन की बात की जाए तो आपको अपनी माता जी के स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखना होगा और पिताजी के स्वास्थ्य पर भी नजर बनाए रखनी होगी। इस महीने भाई-बहनों से आपको अच्छी सहायता मिलेगी।

उपाय- मैरव मंदिर जाकर मैरव बाबा के दर्शन करें और कुत्तों को रोटी और दूध दें। इसके अतिरिक्त पक्षियों को सतनाजा डालें।

तुला राशि



मई का महीना आपके करियर के लिए काफी महत्वपूर्ण रहेगा। नौकरी करने वालों को अच्छी तरक्की मिलेगी और व्यापार करने वाले ऊँचाइयों को छूंगेंगे। आप अपने भौतिक और भौतिक सुखों पर महत्वपूर्ण ध्यान देंगे। आपका पारिवारिक जीवन पूरे महीने शानदार रहेगा। आपको अपने जीवन साथी के साथ गर्मजोशी बनाए रखनी चाहिए। शिक्षा के दृष्टिकोण से देखें तो इस महीने आपको मिले-जुले परिणामों की प्राप्ति होगी। यदि प्रेम संबंधों की बात की जाए तो, मई के महीने में आपके प्रियतम के बीच संवाद सुधरेंगे और एक दूसरे से अपनी फीलिंग शेयर करेंगे। आपके ससुराल वालों के साथ आपके संबंध मजबूत होंगे और आप उनके कारण लाभ कमाएंगे। व्यापारी इस महीने अधिक लाभ अर्जित करेंगे। आप व्यावसायिक प्रगति भी करेंगे। आर्थिक दृष्टिकोण से देखें तो, अचल संपत्ति प्राप्त होने के योग बन रहे हैं, साथ ही इस महीने आप कोई प्रॉपर्टी भी खरीद सकते हैं। स्वास्थ्य की बात की जाए तो आपको शारीरिक कष्ट होने की थोड़ी संभावना बन सकती है। उपाय- मंगलवार के दिन गेहूं अथवा गुड़ का दान करें।

वृश्चिक राशि



करियर को लेकर मई के महीने में काफी अच्छे परिणाम मिलेंगे, वहाँ दूसरी ओर कार्यक्षेत्र में आपको अपनी टीम में बर की ओर से कुछ समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। मई का महीना आपको अच्छे स्वास्थ्य की ओर लेकर जाएगा। समय-समय पर कुछ मानसिक परेशानियां सामने आ सकती हैं लेकिन कोई बड़ी समस्या होने की स्थिति दिखाई नहीं देती। विद्यार्थियों की बात की जाए तो यह महीना उनके लिए अच्छा रहेगा। आपके पारिवारिक जीवन के लिए महीने की शुरुआत अनुकूल रहेगी, लेकिन जैसे-जैसे महीना आगे बढ़ेगा, आपको अपने माता-पिता के स्वास्थ्य का ध्यान रखना होगा। प्रेम जीवन में इस साल काफी सुकून मिलेगा और जो लोग सिंगल हैं उनके जीवन में कोई नया व्यक्ति आ सकता है। यदि आप शादीशुदा हैं तो आपका दांपत्य जीवन प्रेम और अपेनाप के एहसास से भरपूर रहेगा। आर्थिक तौर पर आपका यह महीना सामान्य रहने की संभावना है। स्वास्थ्य संबंधित कोई बड़ी परेशानी होने की संभावना नहीं दिख रही है। उपाय- केसर का तिलक लगाएं तथा बृहस्पतिवार के दिन पीपल वृक्ष को जल चढ़ाएं केले के वृक्ष की भी पूजा करें।

धनु राशि



करियर के नज़रिए से देखें तो मई महीने की शुरुआत में आप नौकरी बदलने को इच्छुक हो सकते हैं। आपकी नौकरी में 9 मई के बाद काफी अच्छा समय आएगा और इस दौरान आपको अपने वेतन में वृद्धि भी मिल सकती है। इस साल आपका स्वास्थ्य अच्छा रह सकता है और केवल छोटी-मोटी समस्याओं को छोड़कर कोई बड़ी समस्या होने की संभावना ना के बराबर है। प्रेम संबंधों के लिए भी यह अवधि काफी अच्छी रहेगी और आप अपने प्रियतम के साथ संबंधों में निकटता का अनुभव करेंगे। विद्यार्थियों के लिए महीने का पूर्वार्ध सामान्य रहेगा, लेकिन उत्तरार्ध काफी अनुकूल रहेगा। यदि आप शादीशुदा हैं तो आपके रिश्ते में गलतफहमियों का दौर आ सकता है। आर्थिक दृष्टिकोण से देखें तो यह महीना आपके लिए काफी भाग्यशाली हो सकता है। स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से देखें तो, यह महीना आपके लिए सामान्य रहेगा, लेकिन आपको अपने भोजन पर विशेष रूप से ध्यान देना होगा। उपाय- कुत्तों को भोजन दे तथा भैंसों बाबा के मंदिर जाकर उनके दर्शन करें। शनिवार के दिन छाया दान करें और ब्राह्मण को भोजन कराएं।

मकर राशि



मकर राशि वाले जातकों के लिए मई का महीना काफी अच्छा रहने वाला है। बस आपको अपने स्वास्थ्य पर विशेष रूप से ध्यान देना होगा। पुराने समय से चली आ रही किसी बीमारी से आप उबर जाएंगे। आपको जीवन से जुड़े कई मोर्चों पर काफी मेहनत करनी होगी। पारिवारिक जीवन से लेकर पेशेवर जीवन सब जगह आपको लाभ मिलेगा। आप अपने विरोधियों पर हावी रहेंगे। विद्यार्थियों के लिए मई के महीने की शुरुआत से लेकर अंत तक का समय काफी बेहतर रहेगा। प्रेम के मामले में भी यह महीना काफी बढ़िया रहेगा और आप प्यार के सागर में गोते लगाते हुए दिखेंगे। आर्थिक नज़रिए से देखें तो, इस महीने आपको कुछ अधिक खर्च करना पड़ सकता है। उपाय- मंगलवार के दिन लाल मसूर की दाल का दान करें और भगवान श्री गणेश जी के साथ माता दुर्गा की उपासना करें।

कुम्भ राशि



करियर के मामले में आपको सुखद परिणाम मिलेंगे और इस संबंध में आपकी विदेश यात्राएं भी होंगी। विद्यार्थियों को मई में अच्छी सफलता हाथ लग सकती है। प्रेम के मामले में प्रेमी जोड़ियों के लिए अच्छा समय रहेगा। आपकी आमदानी अच्छी रहेगी लेकिन अत्यधिक खर्चों की वजह से वित्तीय समस्या उत्पन्न हो सकती है। इस साल आपको अध्यात्म से जुड़े हुए अनेक अच्छे अनुभव मिलेंगे। समय-समय पर अपने निकटतम लोगों का ध्यान रखें और उनको जरूरत के अनुसार सहायता करें अथवा कोई गिफ्ट दें ताकि रिश्तों में किसी प्रकार का तनाव ना आए। विद्यार्थियों को इस साल अधिक मेहनत करनी होगी। हालांकि अपने देश में शिक्षा प्राप्त करने वालों की इच्छा पूरी हो सकती है। इन्कार्डेशन टेक्नोलॉजी की पढ़ाई करने वाले छात्रों के लिए साल विशेष रूप से उपल वीवाला सिद्ध होगा। 30 जून से 20 नवंबर के बीच आप काफी हृदय तक सुकून महसूस करेंगे लेकिन 20 नवंबर के बाद भी खर्चों वाली स्थिति बनी रहेगी। आपका पारिवारिक जीवन उत्तर-चढ़ाव से भरा रहेगा। वहाँ दूसरी ओर दांपत्य जीवन में भी कभी खुशी कभी गम का माहौल रहेगा। अपने जीवनसाथी से अच्छा तालमेल बनाए रखें। प्रेम जीवन के लिए समय थोड़ा सा प्रतिकूल है इसलिए परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए ही आचरण करें।

मीन राशि



इस महीने आपको अपने कार्य में सफलता मिलेगी और उत्तम धन लाभ की प्राप्ति होगी। आपको अपने प्रियजनों, दोस्तों और करीबियों के साथ मेल मुलाकात का मौका मिलेगा। जो भी काम आप करते हैं उसमें अपना श्रेष्ठ प्रदर्शन जारी रखें। करियर की बात करें तो इस माह में आपको कार्यक्षेत्र में अच्छी सफलता मिल सकती है। यदि आप व्यापारी हैं तो, आपका व्यापार तरक्की हासिल करेगा और आपको व्यापार को आगे बढ़ाने में सफलता प्राप्त होगी। विद्यार्थियों के लिए इस माह चुनौतियाँ तैयार खड़ी हैं। पारिवारिक जीवन में आप सुख से थोड़ा वंचित रह सकते हैं। यह महीना प्रेमी जोड़ियों के लिए चुनौती वाला हो सकता है। आपके पारिवारिक जीवन में कुछ समस्याएं रह सकती हैं लेकिन आप अपनी सुझाबूझ के कारण काफी हृद तक उन चुनौतियों पर विजय प्राप्त कर लेंगे। आर्थिक दृष्टिकोण से देखें तो, इस महीने आपको अनेक प्रकार से लाभ मिल सकते हैं। उपाय- केसर का तिलक लगाएं और अपने दाहिनी कलाई पर पीले रंग का एक धागा बांध कर रखें।



# L. JEE HOME FURNITURE

**FURNITURE TO FIT EVERY STYLE EVERY BUDGET UNDER ONE ROOF**



**ONE OF THE OLDEST FURNITURE MANUFACTURER IN VARANASI**



**OPEN EVERY DAY MONDAY TO SUNDAY 9:00 AM TO 7:00 PM**

080099 89900, 91612 44466

080099 89900

L.jeehome@gmail.com

<https://ljeehomefurniture.business.site/>

Manduadib - Madauli Road  
Near Kashi Gomti Bank,  
Madauli, Varanasi, Uttar Pradesh,  
India - 221108

# विविध

## डब्ल्यूएचओ की चेतावनी, आने वाला है इससे भी बुरा वक्त



कोरोना वायरस से बचाव के लिए कोरोना प्रभावित सारे देश विश्व स्वास्थ्य संगठन की नई गाइड लाइन का अनुसरण के रहे हैं। कोरोना के संकट काल में WHO लगातार नये सुझाव जारी कर रहा है, जिससे इस घातक

महामारी से बचा जा सकता है। WHO के निदेशक टेड्रोस ने बताया कि कोरोना वायरस के संक्रमण के कारण अभी जो हालत है उससे भी बुरा वक्त आने वाला है। उन्होंने बताया कि आगे चलकर हालात और भी बदतर होने वाले हैं। कोरोना वायरस की चपेट में अब तक पूरी दुनिया में लगभग 25 लाख से ज्यादा लोग आ चुके हैं। इस खतनाक महामारी की वजह से अब तक डेढ़ लाख से अधिक मौतें हो चुकी हैं। WHO की रिपोर्ट के अनुसार कोरोना वायरस के फैलने का खतरा सबसे अधिक अफ्रीकी देशों को है जहां स्वास्थ्य सुविधायें बेहद ही खराब हैं।

WHO ने कोरोना महामारी की तुलना 1918 में फैले स्पैनिश फ्लू से की है। आपको बता दें कि 1918 में फैले स्पैनिश फ्लू मौत का अकड़ा करोड़ों में था।

## दवा आपूर्ति का फैसला करने पर ट्रम्प ने बदले सुर

कोविड-19 की वजह से दुनिया भर के देश परेशान हैं, ऐसे में भारत में बनने वाली दवा हाइड्रोक्सी

क्लोरोक्विन को जीवनदायी दवा माना जा रहा है। भारत में इस दवा को जरूरतमंद सभी देशों को देने पर विचार जारी है। भारत विदेश मंत्रालय के अधिकारी लगातार इसकी समीक्षा कर रहे हैं कि इस दवा को भेजा जा सके। दरअसल भारत ने इस दवा को लेकर पहली प्राथमिकता देशवासियों के लिए बताई थी जिसपर अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प के तेवर तीखे नजर आये। संकट की इस घड़ी में नरेंद्र मोदी ने इस दवा को सभी जरूरतमंद देशों में भेजने का फैसला किया है। नरेंद्र मोदी के इस फैसले के बाद अमेरिका के सुरबदल गए हैं और ट्रम्प ने भारत में प्रधानमंत्री के विषय में बोलते हुए कहा कि भारत से हमारे पुराने सम्बन्ध हैं और अच्छे सम्बन्ध हैं। इस समय वो हमारी मदत को सामने आ रहे हैं जो कि सराहनीय है। ट्रम्प ने कहा कि मोदी बहुत महान हैं।

वाकई में वो बहुत ही अच्छे हैं। इस फैसले को देखते हुए ब्राजील के राष्ट्रपति बोल्सोनारो ने मोदी की तुलना हनुमान से की है जिन्होंने हिमालय से जड़ी बूटी लाकर लक्ष्मण के प्राणों की रक्षा की थी। बेहतरीन हैं। व्यापार से दोनों ही देशों को लाभ हुआ है। इसलिए मुझे आश्चर्य है कि यह उनका निर्णय है। अगर इसकी अनुमति भारत नहीं देता है तो यह ठीक नहीं होगा। यकीन उन्हें इसके

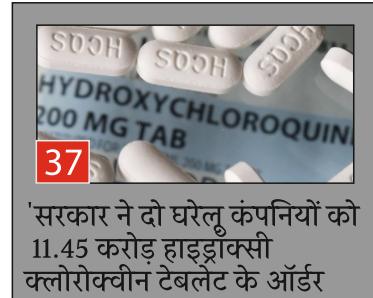
परिणाम भुगतने होंगे।”

ट्रंप की चेतावनी के बाद भारत ने क्या कहा?

ट्रंप की चेतावनी के बाद आज विदेश मंत्रालय ने इस बारे में बयान जारी किया है। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता अनुराग श्रीवास्तव ने कहा, “भारत ने उन देशों को मलेरिया वाली हाइड्रोऑक्सी क्लोरोक्विन दवा देने का मन बनाया है जहां कोरोना की महामारी ज्यादा फैली हुई है। हाइड्रोऑक्सी क्लोरोक्विन और पैरासीटामॉल के निर्यात संबंधी प्रतिबंध में कुछ संशोधन संभव है। हालांकि यह बदलाव इन दवाओं के भारत में मौजूदा स्टॉक और घरेलू जरूरतों के आंकलन के आधार पर निर्भर करता है। इसमें कोरोना संबंधी मानवीय आधार और प्राथमिकताएं आंकते हुए फैसला लेंगे। किसी भी ज़िम्मेदार सरकार की तरह हम पहले यह सुनिश्चित करेंगे कि हमारे पास अपने लोगों के लिए दवाओं का पर्याप्त स्टॉक हो।”

जिस दिन ट्रंप ने किया था निवेदन, उसी दिन भारत ने दवाई के निर्यात पर लगाया था बैन-

सरकार ने 4 अप्रैल को हाइड्रोक्सी क्लोरोक्विन के निर्यात पर पूर्ण प्रतिबंध लगा दिया था शेष पेज नं. 46 पर...



‘सरकार ने दो घरेलू कंपनियों को 11.45 करोड़ हाइड्रोक्सी क्लोरोक्विन टेबलेट के ऑर्डर



कोरोना के चलते 22 साल में पहली बार बढ़ सकती है गरीबी की दर



उत्तर कोरियाई शासक किम जोंग 20 दिनों बाद नज़र आए



चीन ने माउंट एवरेस्ट की चोटी तक 5जी नेटवर्क पहुंचाया

# 'सरकार ने दो घरेलू कंपनियों को 11.45 करोड़ हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन टेबलेट के ऑर्डर दिए; अब तक 6.64 करोड़ मिलीं, बाकी 16 मई तक मिलेंगी

केंद्र सरकार ने दो घरेलू कंपनियों को हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन दवा की 11.45 करोड़ टेबलेट का ऑर्डर दिया है। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के लिए इसकी खरीदारी सरकारी कंपनी हिंदुस्तान लेटेक्स लिमिटेड (एचएलएल) लाइफकेयर करेगी। यह कंपनी दवा और स्वास्थ्य सुविधाओं से जुड़े सामान का उत्पादन करती है। शनिवार को मंत्रालय के विष्ट अधिकारी ने इस बात की पुष्टि की। उनके मुताबिक, दो भारतीय कंपनियों आईपीसीए और जायडस कैडिला को यह ऑर्डर दिया गया है। अब तक 6.64 करोड़ टेबलेट मिल गई हैं और बाकी 16 मई तक मिल जाएंगी। अधिकारियों के मुताबिक, 4.3 करोड़ टेबलेट राज्यों में बांट दी गई हैं जबकि बाकी केंद्र और राज्य के बफर स्टॉक में रखी गई हैं। कुछ राज्यों ने सीधे कंपनी से भी 3.8 करोड़ टेबलेट खरीदी हैं। ऐसे में राज्यों के पास मौजूदा समय में 10.44 करोड़ हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन टेबलेट हैं।

दवा-

हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन मलेरिया की दवा है। हालांकि, कोरोना के लिए गठित राष्ट्रीय टास्क फोर्स ने प्रोफीलैक्सिस के तौर पर इसके इस्तेमाल की सिफारिश की है। टास्कफोर्स ने कहा कि यह कोरोना की दवा नहीं है। प्रोटोकॉल के तहत इसके इस्तेमाल का सुझाव दिया गया है। खासतौर पर संक्रमितों के इलाज में जुटे स्वास्थ्यकर्मियों को यह दी जा सकती है। इग कंट्रोलर जनरल ऑफ इंडिया (डीजीसीआई) ने आपातकालीन स्थिति में कुछ पार्बदियों के साथ इसके इस्तेमाल को मंजूरी दी है। 12 साल से कम उम्र के बच्चों, गर्भवती महिलाओं और स्तनपान करने वाली महिलाओं को यह दवा नहीं दी जा सकती। रेटिनोपैथी या इस दवा के प्रति संवेदनशील मरीजों पर भी इसका इस्तेमाल नहीं हो सकता।



ऐसे स्वास्थ्यकर्मी जिनमें लक्षण नहीं हैं, लेकिन वे कोरोना के संदिया संक्रमित मरीजों के इलाज या स्वास्थ्य सुरक्षा में लगे हैं।

ऐसे लोग जो लैब से संक्रमित होने की पुष्टि वाले व्यक्तियों के संपर्क में आए हैं और उनमें कोई लक्षण नजर नहीं आ रहे।

कोरोना से संक्रमित ऐसे लोग हैं, जिन्हें गंभीर बीमारी है और उन्हें आईसीयू में रखने की ज़रूरत है। यह दवा सिर्फ डॉक्टरों की देखरेख में ही दी जा सकती है।

कुछ पार्बदियों के साथ इस्तेमाल की जा सकती है

तीन तरह के लोगों पर हो सकती है इस्तेमाल-

## कोरोना के चलते 22 साल में पहली बार बढ़ सकती है गरीबी की दर, साल के अंत तक दुनिया की 8% आबादी पर गरीबी का खतरा

कोरोनावायरस ने महज कुछ महीनों में दुनिया की 2 दशक की उपलब्धियों पर पानी फेर दिया है। एक अनुमान के मुताबिक दुनिया में करीब 200 करोड़ लोगों पर गरीबी का खतरा मंडरा रहा है। वायरस का सबसे ज्यादा असर कमज़ोर कम्युनिटी पर पड़ा है। वर्ल्ड बैंक के मुताबिक 1998 के बाद पहली बार गरीबी दर बढ़ सकती है। वहीं, संयुक्त राष्ट्र ने अनुमान लगाया है कि महामारी के कारण इस साल के अंत तक दुनियाभर में 50 करोड़ लोग और गरीब हो सकते हैं। ऐसे में दुनिया की 8 फीसदी आबादी गरीब हो सकती है। इस महामारी का सबसे बुरा प्रभाव विकासशील देशों पर पड़ा है। वर्ल्ड बैंक के अनुमान के मुताबिक सब-सहारा अफ्रीकन देश 25 साल में पहली मंदी से गुज़रेंगे। वहीं, दक्षिण एशियाई देश 40 साल में सबसे खराब आर्थिक प्रदर्शन करेंगे। सबसे ज्यादा खतरे में इनफॉर्मल सेक्टर में काम करने वाले कर्मचारी हैं। करीब 200 करोड़ लोगों के पास हेल्थ केयर, बेरोजगारी सहायता जैसी कोई सुविधा नहीं है। बांग्लादेश में गार्मेंट इंडस्ट्री में 10

लाख लोग अनौपचारिक रूप से काम करते हैं। लेकिन लॉकडाउन की वजह से देश का 7 फीसदी कामगार बेरोजगार हो चुके हैं।

बांग्लादेश की गार्मेंट फैक्ट्रियों में काम करने वालों को कोरोना ने फिर से गरीबी में धकेला-

बांग्लादेश की 22 साल की शाहिदा खातून ने 12 की उम्र में पढ़ाई छोड़कर गार्मेंट फैक्ट्री में काम करना शुरू कर दिया था। लगातार 10 साल मेहनत करने के बाद शाहिदा अब अपने बच्चे को बेहतर जीवन दे पा रही थीं। कम वेतन पर काम करने वाली खातून बताती हैं कि गार्मेंट फैक्ट्री ने मुझे और मेरे परिवार को गरीबी से बाहर निकलने में मदद की थी, लेकिन कोरोनावायरस ने मुझे फिर पीछे धकेल दिया। दक्षिण एशिया में खातून जैसी हजारों महिलाएं फैक्ट्रियों में काम करती हैं, लेकिन अब उन सभी को कमाई खतरे में है।

इस हफ्ते बांग्लादेश में गार्मेंट फैक्ट्रियों में दोबारा काम शुरू करने का फैसला लिया गया है। हालांकि

इसके बाद भी खातून की फैक्ट्री के मालिन ने कहा है कि महामारी के बाद भी उसके पास किसी के लिए काम नहीं होगा। मालिक के मुताबिक पश्चिमी देशों में लोगों के पास खर्च करने के लिए ऐसे नहीं हैं, ऐसे में कपड़े की मांग कम हो जाएगी।

मां को टूटता नजर आ रहा सपना - खातून को चिंता है कि उनके परिवार को किराए के छोटे कमरे से निकाल दिया जाएगा। अगर ऐसा हुआ तो उन्हें वापस गांव जाना होगा, जो उन्होंने 10 साल पहले छोड़ दिया था। खातून बताती हैं कि 'मेरा केवल एक सपना था कि बेटे को अच्छी शिक्षा मिले। मैं चाहती थी कि, लोग कहे देखो उसकी मां गार्मेंट फैक्ट्री में काम करती है, इसके बाद भी उसका बेटा पढ़ा-लिया है और अच्छी जॉब करता है।'

बांग्लादेश में काम पर वापस जाती महिलाएं यहां बीते हफ्ते कुछ गार्मेंट फैक्ट्रियां दोबारा शुरू की गई हैं। शेष पेजन. 46 पर...

## मौत की अटकलों के बीच कई हफ्तों बाद पहली बार सामने आए उत्तर कोरिया के नेता किम जोंग उन

सियोल: उत्तर कोरिया (North Korea) के तानाशाह किम जोंग उन (Kim Jong Un) के स्वास्थ्य को लेकर पिछले एक महीने से कयासों का दौरा जारी है। इस बीच, शुक्रवार को किम जोंग पहली बार सार्वजनिक रूप से एक फर्टिलाइजर फैक्टरी का उद्घाटन करते हुए नजर आए हैं। समाचार एजेंसी के सीएनए ने शनिवार की यह सूचना दी। खबर के मुताबिक, किम शुक्रवार को राजधानी प्योग्यांग के नजदीक सुनचौन में एक कार्यक्रम में नजर आए।

प्रेमिका और कई जनरलों की हत्या के आरोपी किम जोंग उन की रहस्यमयी दुनिया की 10 बड़ी बातें प्रेमिका और कई जनरलों की हत्या के आरोपी किम जोंग उन की रहस्यमयी दुनिया की 10 बड़ी बातें

उत्तर कोरिया के नेता किम जोंग उन

उत्तर कोरिया के नेता किम जोंग उन "जिंदा और स्वस्थ", अटकलों के बीच दक्षिण कोरिया का दावा कोरिया की केंद्रीय समाचार एजेंसी के मुताबिक, किम जब इस कार्यक्रम में शामिल हुए तो सभी लोगों ने उनका जोरदार स्वागत किया। उन्होंने फैक्टरी का जायजा लिया है और उत्पादन प्रक्रिया के बारे में

जानकारी ली। रिपोर्ट में कहा गया कि इस दौरान किम ने कहा कि "यदि उनके दादा और पिता यह खबर सुनते कि आधुनिक फॉर्स्पेटिक फर्टिलाइजर फैक्टरी बन कर तैयारी हो गई तो उन्हें बहुत खुशी होती।"

बता दें कि किम जोंग उन 15 अप्रैल को अपने दादा के जन्मदिन के समारोह में शामिल नहीं हुए थे, जिसके बाद से उनके स्वास्थ्य को लेकर तरह-तरह की खबरें सामने आ रही थीं। यहां तक कि, कुछ खबरों में उनकी मौत तक की भी आशंका जताई जा रही थी।



की गई हैं:

एक ऑनलाइन अखबार 'डेली एनके' की खबर में कहा गया था कि किम 12 अप्रैल को कार्डियोव्स्कुलर सिस्टम (दिल संबंधी ऑपरेशन) प्रक्रिया से गुजरे थे। खबर में कहा गया है कि ज्यादा स्मोकिंग, मोटापे और काम की वजह से उनका यह ट्रीटमेंट किया गया है। इस प्रक्रिया के बाद ह्यांगसन काउंटी के आलीशन घर में उनका इलाज चल रहा है।

## चीन ने माउंट एवरेस्ट की छोटी तक 5जी नेटवर्क पहुंचाया; पर्यावरण की निगरानी और लाइव स्ट्रीमिंग भी की जा सकेगी

बोजिंग। पर्वतारोही अब माउंट एवरेस्ट पर हाई स्पीड 5 जी नेटवर्क का इस्तेमाल कर सकेंगे। चीन ने गुरुवार को एवरेस्ट के अपनी तरफ वाले हिस्से पर बने बेस स्टेशन से इस सुविधा को शुरू कर दिया। समाचार एजेंसी सिन्हाओ के मुताबिक, 6500 मीटर की ऊंचाई पर बना बेस स्टेशन शुरू भी किया जा चुका है। इसका निर्माण चीन की सबसे बड़ी सरकारी टेलीकॉम कंपनी चाइना मोबाइल ने किया है। अब इस क्षेत्र में पर्यावरण की निगरानी भी आसान हो जाएगी। इसके अलावा पर्वतारोही यहां से लाइव स्ट्रीमिंग भी कर सकेंगे।

चीन ने इससे पहले 5300 और 5800 मीटर की ऊंचाई पर बेस कैंप बनाए थे। नया बेस स्टेशन बनने से माउंट एवरेस्ट के उत्तरी भाग में छोटी तक 5जी नेटवर्क की सुविधा मिलेगी। चीन और नेपाल की सीमा में स्थित माउंट एवरेस्ट की ऊंचाई 8 हजार 840 मीटर है। इसका उत्तरी भाग तिब्बत औस्ट्रोनॉमस रीजन के शिंगात्से प्रान्त में आता है।

5जी नेटवर्क का फायदा-

5जी पांचवीं जनरेशन की वायरलेस कम्युनिकेशन टेक्नोलॉजी है। इससे बैंडविथ और नेटवर्क पॉवर बढ़ जाएगी। भविष्य में ड्राइवरलेस कार, डिवाइस की अच्छी कनेक्टिविटी, टेली मेडिसिन, वर्चुअल मीटिंग और अन्य क्षेत्रों में भी इसका फायदा मिलेगा।

चाइना

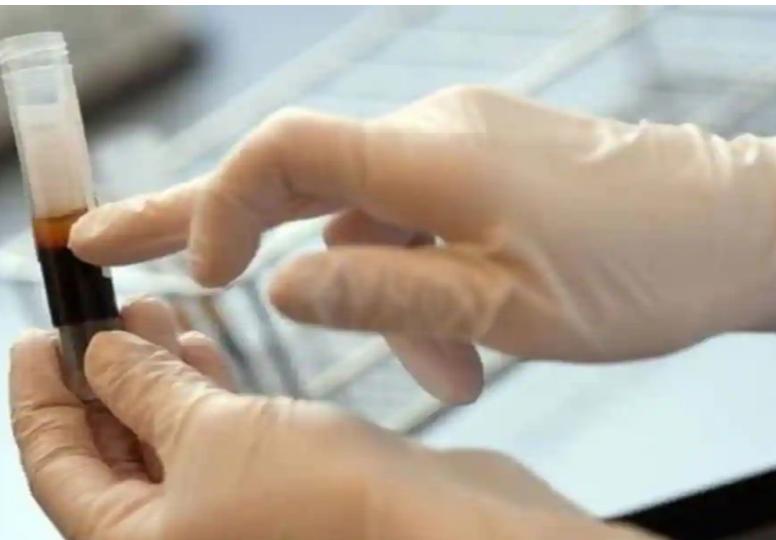
मोबाइल के तिब्बत ब्रांच के जनरल मैनेजर झोउ मिन ने कहा, "इस सुविधा से पर्वतारोहण, रिसर्च, पर्यावरण की निगरानी

और लाइव स्ट्रीमिंग के लिए बेहतर नेटवर्क मिलेगा। तीनों बेस स्टेशन से मिलेगा 5जी नेटवर्क चीन की तरफ से पहले 5300 और 5800 मीटर की ऊंचाई पर बेस कैंप बनाए गए थे। अब नया बेस कैंप 6500 मीटर की ऊंचाई पर बनाया गया है। शेष पेज नं. 46 पर...



# स्वास्थ्य

## जानिए प्लाज्मा थैरेपी के बारे में



इस वक्त पूरा देश कोरोना से परेशान है। कोविड-19 विश्व में कहर बरपा रहा है। कोरोना से बचने के लिए लॉकडाउन व सोशल डिस्टेंसिंग जैसे तरीकों को अपनाया जा रहा है ताकि इस वायरस से छुटकारा पाया जा सके। वहीं वैज्ञानिक और शोधकर्ता कोरोना के इलाज के लिए दवाएं बनाने में लगे हुए हैं और अलग-अलग तरीकों से कोरोना संक्रमण से निजात पाने के लिए अपना काम कर रहे हैं। इन्हीं सबके बीच प्लाज्मा थैरेपी के जरिए एक उम्मीद नजर आ रही है। विदेशों के बाद अब भारत इस तकनीक से कोरोना को मात देने के लिए अपने प्रयास करने में जुट गया है जिसे कंवलसेंट प्लाज्मा थैरेपी (convalescent plasma therapy) कहा जाता है। लेकिन प्लाज्मा थैरेपी को लेकर इस वक्त कुछ भी नहीं कहा जा सकता है। यह सिर्फ एक प्रयास है ताकि इस संक्रमण से छुटकारा पाया जा सके। लेकिन अभी इस बात की पुष्टि नहीं है कि इसके माध्यम से कोरोना का इलाज हो सकता है। प्लाज्मा थैरेपी आखिर क्या है? इसके फायदे और नुकसान क्या हो सकते हैं? आइए जानते हैं एक्सपर्ट एड्वाइस। इस वक्त संपूर्ण विश्व कोरोना महामारी से पीड़ित है। सारी दुनिया के चिकित्सा विशेषज्ञ और वैज्ञानिक इसके प्रभाव से स्त हैं। आज तक बुहान से लेकर इटली, स्पेन, ब्रिटेन, अमेरिका और भारत में भी इसके प्रभाव का इलाज नहीं खोज पाए हैं। आज सारी दुनिया के चिकित्सा जगत में इस महामारी से

निजात पाने के हरसंभव प्रयास किए जा रहे हैं। लेकिन कुछ भी कारगर इलाज नहीं पता चल पाया है। इस बीच कुछ मरीजों में इस वायरस का प्रभाव इतना ज्यादा देखा गया है जिससे उन्होंने अपनी जान भी गंवा दी है। वैज्ञानिकों की नजर मरीजों पर और कोरोना वायरस के प्रभाव पर लगी हुई है। ऐसे में ऐसा देखा गया है कि पिछले 4 महीनों में जो मरीज कोरोना से ठीक हुए हैं, उनके रक्त में कोरोना की एंटीबॉडी बन जाती है और ये एंटीबॉडी व्यक्ति को दोबारा इंफेक्शन से भी बचाती है। यदि हम उस मरीज के रक्त से प्लाज्मा अलग करके जिसमें एंटीबॉडी होती है, उस मरीज के शरीर में डालें, जो संक्रमित है तो उसके लिए प्रभावकारी साबित हो सकते हैं। यहां यह समझना जरूरी है कि कुछ मरीजों में प्लाज्मा थैरेपी से अच्छे परिणाम मिले हैं। लेकिन अभी तक इसे कारगर या प्रभावी ट्रीटमेंट नहीं कहा जा सकता है अर्थात् प्लाज्मा थैरेपी से ही कोरोना का इलाज संभव है, ये अभी कहा नहीं जा सकता हैं, क्योंकि अभी इस बात की कोई पुष्टि नहीं हुई है। इसके कई कारण हैं और सबसे महत्वपूर्ण कारण यह है कि कोरोना वायरस से जो इंफेक्शन फैला है, उसकी दो स्टेन हैं और ये अलग-अलग स्टेन अलग-अलग मरीजों में अलग तरह से प्रभाव करता है और अलग-अलग उसी स्टेन की एंटीबॉडी को पैदा करता है। किसी दूसरे मरीज में प्लाज्मा देने से पहले यह महत्वपूर्ण है कि उस मरीज का या प्लाज्मा

का जो डोनर है, दोनों में कौन से वायरस की स्ट्रेन से इंफेक्शन हुआ है। दूसरा कारण है डोनर के प्लाज्मा में पर्याप्त एंटीबॉडी टाइटर है या नहीं, यह भी बहुत जरूरी है, जैसे उसका टाइटर बहुत कम है तो जिस मरीज को हम ये प्लाज्मा दे रहे, वो प्रभावकारी नहीं होगा। तीसरा कारण है मरीज जिसको प्लाज्मा दिया जाना है उसे कोरोना का किंतना प्रभाव है कि उसके शरीर में अंग जो फैल हो रहे हैं या उसका लक्षण है वो रिवर्सिबल है या रिवर्सिबल स्टेज में आ चुके हैं। आगर ये रिवर्सिबल स्टेज में आ चुके हैं तो इस प्लाज्मा का असर नहीं होगा।

साथ ही साथ हमें यह देखने की भी जरूरत है कि मरीज के वायरस का लोड कितना है, क्योंकि इसके हिसाब से ही प्लाज्मा या एंटीबॉडी का डोज तय किया जाता है जिससे कि वायरस लोड को कम किया जा सके और मरीज की जान को बचाया जा सके। मरीज को प्लाज्मा के साथ किसी और तरह की एंटीजन और एंटीबॉडी का खतरा बन सकता है, जैसे हम जिस भी मरीज को डोनर का प्लाज्मा दे रहे हैं तो कोरोना वायरस की एंटीबॉडी तो उसे मिलेगी ही लेकिन डोनर की और भी एंटीजन या एंटीबॉडी जाने का खतरा भी हो सकता है जिससे मरीज को नुकसान हो सकता है इसलिए अभी प्लाज्मा थैरेपी को सिर्फ ट्रॉयल के रूप में ही इसका इस्तेमाल किया जा रहा है। हां, यह जरूर है कि कुछ मरीजों में इसके अच्छे परिणाम मिले हैं। लेकिन इसकी पुष्टि नहीं है कि ये प्लाज्मा देने के कारण ही व्यक्ति ठीक हुआ है या खुद के अंदर एंटीबॉडी के बनने पर वह मरीज ठीक हुआ है। इसलिए अभी यह कहना जल्दबाजी होगी कि प्लाज्मा थैरेपी से कोरोना का इलाज संभव है लेकिन वैज्ञानिक और चिकित्सकों के पास जब तक कुछ नहीं है, तब तक मरीजों की जान बचाने के लिए जो भी उपाय ठीक लगता है, वो किए जा रहे हैं लेकिन इस वक्त कुछ भी कहना जल्दबाजी होगी।

## क्या आप जानते हैं ब्रश करने का सही तरीका, अपनाएं यह टिप्प

दांतों की सफाई और उन्हें स्वस्थ रखने के लिए आप रोजाना ब्रश करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं ब्रश करने का सही तरीका? जी हाँ, दांतों की सही देखभाल के लिए उन्हें सही तरीके से ब्रश करना बेहद जरुरी है, वरना आपकी सारी मेहनत दांत में दर्द या अन्य समस्याओं के रूप में बेकार हो सकती है। जानिए दांतों की सफाई का यह तरीका -

1 दांतों को स्वस्थ रखने के लिए जरुरी है कि आप खाने के बाद ब्रश करें। लेकिन खाने के ठीक बाद ब्रश न करें, बल्कि कम से कम एक घंटे के बाद ही दांत साफ करें ताकि खाने के बाद बनने वाला

एनेमल आपके दांतों पर काम कर सके।

हो सके।

2 सिर्फ सुबह के समय ही नहीं बल्कि रात को भी खाने के एक घंटे बाद या फिर सोते समय ब्रश करें, ताकि बैक्टीरिया मुंह में व दांतों में जमे न रहें, अन्याए रातभर मजे रहने वाले बैक्टीरिया दांतों को नुकसान पहुंचा सकते हैं।

4 ब्रश करते समय दांतों पर जोर न लगाएं, इससे उनकी जड़ें कमज़ोर हो सकती हैं और दांत में दर्द की समस्या भी हो सकती है। हल्के हाथों से ब्रश करें और नर्म ब्रिसल्स वाले ब्रश का उपयोग करें।

3 ब्रश करते समय अगर आप जल्दबाजी में होते हैं और सिर्फ एक या दो राउंड ब्रश करके कुल्ला कर लेते हैं, तो यह तरीका गलत है। कम से कम 2 मिनट तक ब्रश करें और दांतों की जड़ों यानि मसूड़े की ओर से नीचे की ओर ब्रश को चलाएं जिससे प्लाक साफ

5 सप्ताह में एक बार नींबू से दांतों को साफ करें जिससे उनका पीलापन कम हो जाएगा और आपके दांत सफेद और चमकदार नजर आएंगे। इसके अलावा विटामिन सी, दही, सलाद आदि का प्रयोग करते रहें, यह दांतों के लिए फायदेमंद है।

## गर्भावस्था में स्ट्रेच मार्क्स से पाएं निजात, अपनाएं खास टिप्प

महिलाओं में गर्भावस्था के दौरान स्ट्रेच मार्क्स होना एक आम समस्या है, इस दौरान आपका वजन व आकार बढ़ता है। और जब भी आपकी त्वचा अपनी फ्लेक्सिबिलिटी या जरूरत से ज्यादा खिंच जाती है तो त्वचा में मौजूद कोलेजन टिशू कमज़ोर होकर टूट जाते हैं। इस कारण आपकी त्वचा पर शुरु में गुलाबी या लाल रंग के स्कार्स यानी निशान दिखते हैं, जो बाद में सिल्वर या सफेद लाइन में तब्दील हो जाते हैं जिन्हें ही हम आम भाषा में स्ट्रेच मार्क्स कहते हैं।

स्ट्रेच मार्क्स ज्यादातर गर्भावस्था के दौरान पेट के साथ ही स्तन, जांघों और निंतबों पर दिखाई देते हैं, विशेष रूप से दूसरी और तीसरी तिमाही के दौरान ये दिखते हैं। हालांकि इसके आने के अन्य कारण भी हो सकते हैं, जैसे एकदम से वजन बढ़ जाना या कम हो जाना, आनुवांशिक व हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी आदि।

स्ट्रेच मार्क्स गर्भावस्था की एक ऐसी छाप हैं, जो किसी भी महिला को पसंद नहीं है। लेकिन दुर्भाग्य से 75 से 90 प्रतिशत महिलाओं को मां बनने के सुखद अनुभव को पाने के लिए शरीर पर इन निशानों को झीलना होता है और यह छाप हमेशा के लिए रह जाती है। हालांकि अगर समय रहते ध्यान दिया जाए तो आप इन निशानों को काफी हद तक कम व हल्का कर सकती हैं। आपको केवल यह सुनिश्चित करना है कि आपकी त्वचा गर्भावस्था के दौरान अपनी फ्लेक्सिबिलिटी बरकरार रख सके जिससे कि शरीर में होने वाले खिंचाव को वह नियंत्रित कर सके। आइए जानते हैं स्ट्रेच मार्क्स हल्के करने के कुछ तरीके...

### 1. अपनी त्वचा को नम रखें-

आप अपने पेट व अन्य हिस्से, जहाँ स्ट्रेच मार्क्स होने की आशंका है, की त्वचा को हाइड्रेट करने के लिए किसी भी अच्छे मॉइस्चराइजर का उपयोग करें। नारियल का तेल, कोको बटर, बादाम का तेल, शिया बटर और गेहूं के बीज का तेल त्वचा को मॉइस्चराइजर रखने के लिए लोकप्रिय और प्रभावी विकल्प है। इन तेलों में एंटीऑक्सीडेंट्स गुण होते हैं, जो नई त्वचा को बनाने व स्किन को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं। आप सुबह नहाने के बाद और रात को सोने से पहले इन मॉइस्चराइज का उपयोग करें। जिस हिस्से में आपको इरिटेशन ज्यादा हो, वहाँ ज्यादा बार मॉइस्चराइज करें। प्रभावित हिस्से पर अपनी पसंद का तेल लेकर सर्कुलर मोशन में धीरे-धीरे मसाज करें। आप एलोवेरा जेल का उपयोग भी कर सकती हैं। ये आपके स्ट्रेच मार्क्स को कम करने में मदद करता है।

कैलोरी पौष्टिक खाने से ही आने दा वजन बढ़ाने के लिए वसा, मीठा व क्रीम खाने की जरूरत नहीं है।

### 3. व्यायाम-

गर्भावस्था के दौरान नियमित रूप से व्यायाम करते रहिए। इससे आपका ब्लड सर्कुलेशन अच्छा रहेगा जिससे कि स्किन का लचीलापन बना रहेगा। व्यायाम व स्ट्रेचिंग से पसीना आता है जिससे आपके शरीर से टॉक्सिन पदार्थ बाहर निकल जाते हैं और आपका वजन भी एकदम से नहीं बढ़ सकेगा जिससे कि आपको गहरे स्ट्रेच मार्क्स से बचने में मदद मिलेगी। अपने डॉक्टर की सलाह के अनुसार ही आसन आप करें और प्रसूति के बाद भी अपने शरीर की कसावट बरकरार रखने के लिए, स्किन को टॉड रखने व मार्क्स को हल्के करने के लिए आप व्यायाम करना न छोड़ें।

### 4. हाइड्रेट रहिए-

चाहे आप गर्भवती हों या न भी हों, लेकिन भरपूर मात्रा में पानी पीते रहना हमेशा ही एक स्वस्थ त्वचा के लिए जरुरी होता है। पानी डिटॉक्सिफिकेशन का काम तो करता ही है, साथ ही आपकी स्किन को भरा-पूरा रखता है व त्वचा में लोच बनाए रखने में मदद करता है। 8 से 10 गिलास पानी तो आपको पूरे दिन में कम से कम पीना ही चाहिए।

### 2. अपना वजन संतुलित रखें-

स्ट्रेच मार्क्स से बचने का एक और तरीका यह है कि आप अपना वजन नियंत्रित रखें। तेजी से वजन बढ़ने पर त्वचा बहुत ही कम समय में अधिक खिंचा जाती है जिससे खिंचाव के निशान ज्यादा गहरे हो जाते हैं। गर्भावस्था के दौरान बहुत ही कम समय में ही 9 से 12 किलो तक वजन का बढ़ना तो सामान्य है ही, लेकिन कोशिश कीजिए कि इससे ज्यादा वजन न बढ़ने पाए और इतना वजन भी एकदम से न बढ़ते हुए धीरे-धीरे बढ़े। इस समय आपको पहले से थोड़ी ज्यादा कैलोरी लेने की जरूरत होती है। लेकिन यह

# गृहणी

## कोरोना काल में खुद को रखें मानसिक रूप से स्वस्थ

इस वक्त जो देश की स्थिति है, उससे हर एक व्यक्ति के मन में डर बना हुआ है। लॉकडाउन के दौरान सभी अपने-अपने घरों में हैं। दिन-रात सिर्फ कोरोना से संबंधित खबरों को देख-पढ़ रहे हैं। ऐसे में मन में बेचैनी और चिढ़चिढ़ापन व मानसिक तनाव जैसी समस्याएं सामने आ रही हैं। कोरोना वायरस के खौफ से लोगों के मन में नकारात्मकता देखी जा रही है। इस वक्त पूरे समय घर पर रहने से न ही शारीरिक कसरत हो रही जिससे कि फिट रहा जा सके और न ही मानसिक सूकून मिल रहा।

इससे शारीरिक और मानसिक रूप से व्यक्ति खुद को फिट महसूस नहीं कर पा रहा लेकिन कुछ बदलाव कर कर हम इन सब परेशानियों से बाहर आ सकते हैं। आइए जानते हैं कुछ खास टिप्प जिससे कि आप खुद को मानसिक तौर पर स्वस्थ महसूस

कर सकते हैं।

### मेडिटेशन-

मेडिटेशन हमें मानसिक रूप से स्वस्थ रखने में हमारी मदद करता है, वहीं नकारात्मक विचार भी मन में नहीं आते जिससे हम मानसिक रूप से खुद को स्वस्थ तो रख ही सकते हैं, साथ ही सूकून भी मिलता है और ऐसे वक्त में हमें मेडिटेशन की बहुत जरूरत है ताकि हम खुद को इन विचारों से दूर रख सकें। इन्हें खुद पर हावी न होने दें। मेडिटेशन से कई फायदे होते हैं, जैसे भावनात्मक स्थिरता में सुधार, रचनात्मकता में वृद्धि, प्रसन्नता में संवृद्धि, मानसिक शांति एवं स्पष्टता, परेशानियों का छोटा होना आदि।

### सोशल मीडिया से दूरी बनाएं-

अगर आप इन खबरों से व्याप्त नकारात्मकता से

बचना चाहते हैं तो सोशल मीडिया से दूर हो जाएं, क्योंकि दिन-रात सिर्फ यही खबरें पढ़ व सुनकर आप परेशान हो सकते हैं। इसलिए दूरी ही भली। अकेले न रहें, परिवार के साथ समय बिताएं— इस समय खुद को मोबाइल के साथ ही व्यस्त न रखें बल्कि अपने परिवार के साथ वक्त बिताएं। अगर आप अकेले बैठते हैं तो कई तरह के विचार मन में आते हैं अतः इनसे बचें और परिवार के साथ समय बिताएं।

### म्यूजिक सुनें-

कहते हैं संगीत

स्ट्रेस बूस्टर का काम करता है। इसलिए म्यूजिक जरूर सुनें। यदि रात में नींद नहीं आती है और दुरे ऊपर परेशान कर रहे हैं तो इस समय भी अपने पसंदीदा संगीत को सुना जा सकता है।

## रसोई में मौजूद सामान से बनाएं बिना अंडे का केक, बेहद आसान है रेसिपी

लॉकडाउन में अगर कुछ टेस्टी खाने का मन कर रहा है, तो बिना अंडे का केक ही बना लीजिए। बिना अंडे का केक घर के बच्चों से लेकर बड़े-बुजुर्गों तक को पसंद आएगा और आसानी से उपल सामान से ही आपका केक बन जाएगा।

1-इसे बनाने के लिए तीन बड़े चम्मच दही, तीन बड़े चम्मच पिसी हुई चीनी, दो बड़े चम्मच रिफाइंड ऑयल, बनीला एसेंस, आधा कप मैदा, आधा छोटा चम्मच बेकिंग पाउडर, आधा छोटा चम्मच खाने का सोडा, आधा कप दूध लें।

2-सबसे पहले ओवन को 15 मिनट के लिए 170 सेल्पियस पर प्री-हीट करें। प्री हीट होने पर केक में फूलापन ज्यादा होता है और केक अच्छा बनेगा।

3-एक बाउल में दही लें और उसे अच्छी तरह से फेंट लें। इसके बाद दही में पिसी हुई चीनी और रिफाइंड ऑयल मिक्स करें और एक स्मूद पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट में मैदा, बेकिंग पाउडर, खाने का सोडा और दूध मिलाएं। कुछ देर तक इन सभी चीजों को फेंटे रहें। ताकि यह गिरते समय रिबन जैसा गिर। बनीला

एसेंस मिलाएं और थोड़ा और फेंटें।

4-केक के मौल्ड में अच्छे से रिफाइंड लगा दें। इसमें थोड़ा सा सूखा मैदा डालें और चारों तरफ हिला दें। अब इसमें केक का बैटर डाल दें ऊपर से कटे मेवे डालें और ओवन में रख दें। टूटी-फूटी भी मिला सकते हैं।

5-अगर माइक्रोवेव में बना रही हैं, तो यह 5 से 7

मिनट में तैयार हो जाएगा, अन्यथा बेकिंग में यह 45 मिनट तक लेता है। बीच-बीच में चाकू या तीली को केक के अंदर डालें और चेक कर लें कि केक अंदर से पक गया है या नहीं। अगर चाकू पर केक का बैटर न चिपके तो इसका मतलब ये पक चुका है। अब केक बाहर निकाल कर ठंडा होने के लिए रख दें। इसके बाद एक प्लेट पर पलट दें। आपका केक तैयार है।



## इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए बनाएं नीम- करी पत्ते की चटनी

सीमित संसाधनों से बने खाने के स्वाद को आगर कई गुना बढ़ाना है, तो तरह-तरह की चटनियों का सहारा लें। खाने में स्वाद तो आएगा ही साथ ही शरीर को कई तरह से लाभ भी मिलेगा। खास बात यह है कि इन्हें बनाने में ज्यादा समय भी नहीं लगता।

1-नीम स्वाद में भले ही कड़वी होती है, पर सेहत से जुड़े इसके फायदे तो आप जानते ही होंगे। तो अपनी इम्यूनिटी को बढ़ाने के लिए नीम की पत्तियों की चटनी खाएं। नीम की नई-नई पत्तियों को अच्छी तरह से धोकर गुड़ और सौंठ के साथ पीस लें। कड़वेपन को कम करने के लिए इसमें थोड़ा शहद मिलाकर खाएं। नीम के साथ गुड़, शहद और सौंठ मिलकर आपको कई तरह के लाभ देंगे।

2-करी पत्ता का पौधा अमूमन सभी घरों में होता है।

इसकी चटनी बनाकर खाएं। यह आयरन और फॉलिक एसिड का अच्छा स्रोत होता है। इससे आयरन सोखने की शरीर की क्षमता बढ़ेगी और आप भीतर से मजबूत महसूस करेंगे।

3-आंवला विटामिन-सी का अच्छा स्रोत है। आंवले की चटनी नियमित रूप से खाएं। विटामिन-सी से भरपूर आंवला शरीर की रोग प्रतिरोधी क्षमता को मजबूत बनाता है और ब्लड शुगर का स्तर नियंत्रित रखता है।

4-धनिया पत्ती की चटनी स्वाद ही नहीं सेहत से भरपूर भी होती है। इसमें विटामिन-सी और विटामिन-के होता है। विटामिन-के खासतौर पर

डायबिटीज के मरीजों के लिए फायदेमंद है।

5-बागवानी का शौक है तो पुदीना उगाएं और उसकी चटनी बनाकर खाएं। बढ़ती गर्भी के मौसम में पुदीना आपके पेट को भीतर से ठंडा रखेगा और तरावट भी देगा।



## त्वचा की समस्या से हैं परेशान तो अपनाएं खास टिप्प

अगर आप किसी प्रकार की त्वचा समस्या से परेशान हैं जिसमें बार-बार खुजली होती है, तो सावधान रहें। त्वचा पर, होठों के पास या फिर आपकी अंतर्गत त्वचा पर इस तरह की समस्याएं हो सकती हैं, जो कि विषाणु के संक्रमण के कारण होती हैं। अगर आपको होती है यह समस्या, तो अभी जानिए यह 5 घरेलू उपचार -

को बाहरी त्वचा पर ही आजमाएं।

3 टी बैग - टी बैग भी त्वचा के इस संक्रमण से बचने के एक अच्छा तरीका है। इसके लिए एक कप गरम पानी में टी बैग को कुछ मिनट तक मिगोएं और फिर इसे प्रभावित स्थान पर रख दें। इसकी जगह पर आप रुझ के फाहे को चायपत्ती के गरम पानी में भिगोकर भी लगा सकते हैं।

4 एलोवेरा - एलोवेरा यानि गवारपाठा के टुकड़े को

उल्टा करके प्रभावित स्थान पर रखें या फिर रगड़े। इसके अलावा इसका गूदा निकालकर भी संबंधित स्थान पर लगाने से लाभ होगा। दिन में दो बार यह तरीका आजमाएं और 10 से 15 दिन में फायदा पाएं।

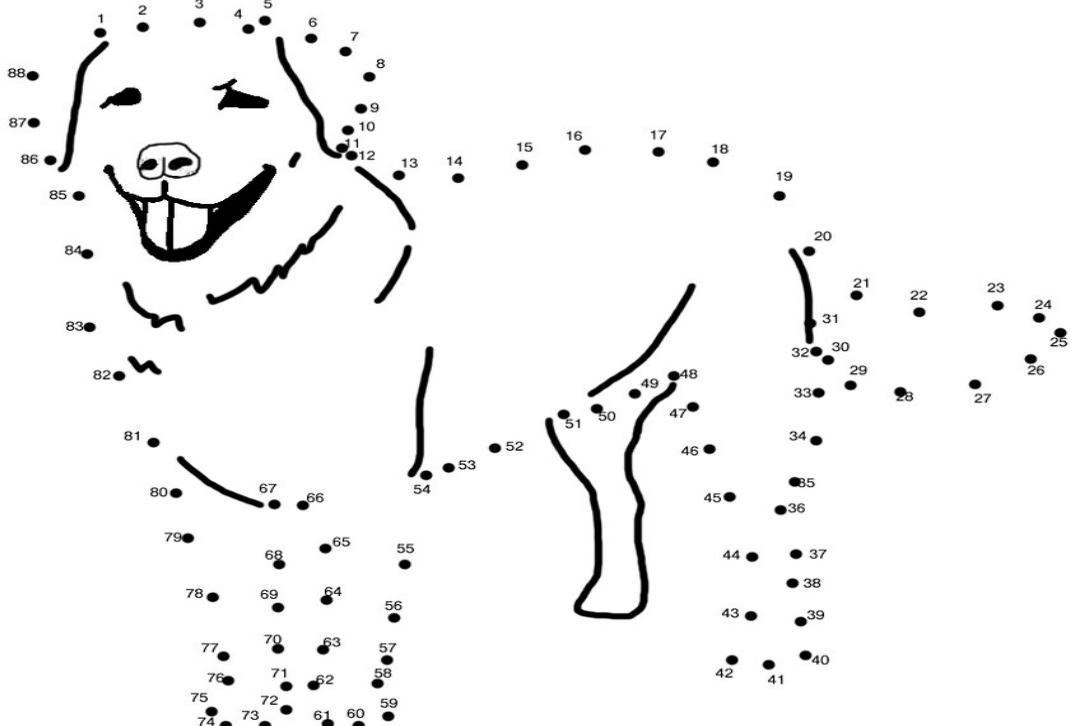
5 शहद - संक्रमण से बचने के लिए शहद एक प्राकृतिक औषधि है। इसे प्रभावित स्थान पर दिन में दो से तीन बार लगाएं। कुछ ही दिनों में त्वचा संबंधी यह समस्या ठीक हो जाएगी।

1 बर्फ - प्रभावित त्वचा पर खुजली के साथ-साथ कई बार सूजन और लालिमा भी हो जाती है। इससे बचने के लिए उस जगह पर बर्फ रगड़ा एक अच्छा विकल्प है। इससे सूजन और लालिमा कम होगी।

2 नींबू - नींबू को आधा काटकर प्रभावित स्थान पर लगाएं या फिर रख दें। कुछ समय बाद इसे हटाकर नींबू का नया टुकड़ा इस्तेमाल करें। हो सकता है कि इससे आपको कुछ जलन महसूस हो, लेकिन यह संक्रमण को खत्म करने का एक बेहतर तरीका है। इन तरीके



# टाइम-पास



सुडोकू

सुझोकू खेल में फहले से बॉक्स में कुछ संख्याएँ दी गई होती है जिसमें १ नंबर से ९ नंबर तक आने वाले अंक दिए होते हैं। इसमें कुछ बॉक्स खाली भी होती है जिन्हें आकारों भरना होता है। कोई सामी अंक दोबारा नहीं आना चाहिए। एक सीधी लाइन और एक खड़ी लाइन तथा बॉक्स में बनाए रिपीट नहीं होना चाहिए।

	7	1		9		8		
			3		6			
4	9					7		5
	1		9					
9		2				6		3
				8		2		
8		5				7		6
			6		7			
		7		4		3	5	

**उत्तरः - अगले पेज पर**

लोटपोट

## दकानदार : कैसा सूट दिखाऊँ ?

महिला : पड़ोसन तड़प - तड़प कर दम तोड़ दे ऐसा ...

X X X X X X

कछु तो पही लिखी होगी गर्भी .....

वरना इतनी डिग्रीयाँ लेकर कौन घमता है ?

XXX

खन में तेरे गर्मी , गर्मी में तेरा खन ....

ऊपर सूरज निचे धरती बीच में May aur June

XX

सोन निगम : सुबह - सुबह मेरी नींद आजान से खलती है

पाकिस्तानी : खशनसीब हो भाई जान,

हमारी तो बम धमाके से खुलती है

XX

टीचर - संजू यमूना नदी कहाँ बहती है ?

संजू - जमीन पर

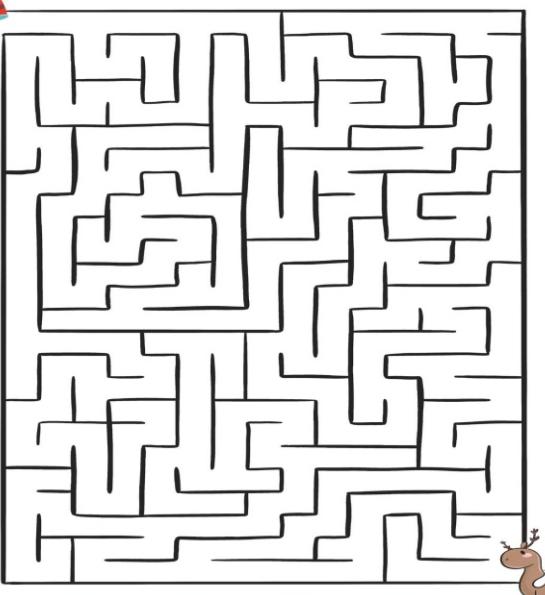
टीचर - नक्शे में बताओ कहाँ बहती है ?

संजू - नक्शे में कैसे बह सकती है,

नक्शा गल नहीं जाएगा।

5

मद्द करे ...



हिंदी पहेलियाँ-बूझो तो जाने

1. 1. मैंने 20 को काट दिया, फिर भी,  
ना कानून तोड़ा ना खून किया,  
ऐसा तो मैंने क्या किया ?  
प्रश्न में ही उत्तर दिया,
2. 2. चीटी के दो आगे चीटी,  
चीटी के दो पीछे चीटी,  
बोलो कितनी चीटी ?
3. ऐसे कौन से दो पेड़ हैं  
जिनमे लकड़ी नहीं होती है ?
4. हरा डब्बा, पीला मकान, उसमें बैठे  
कालू राम ,तो बताओ नाम ,  
करना है मुझे और भी काम ?
5. ना करता लड़ाई ,  
फिर भी रोज होती मेरी पिटाई ,  
कोई मेरा नाम तो बताओ भाई ?

समाप्त

## कोरोना कविता

डरना नहीं रुकना नहीं  
महामारी है ये  
डाराती है ये  
आंखें दिखती है  
डर के नहीं, डट के सामना करना है,  
समय का पाईया है  
वापस सब वैसा होगा जैसा था कभी,  
कुछ समय की बात है  
घबराना नहीं, रुकना नहीं  
चलते जाना है, मंजिल दूर जरूर है  
लेकिन एक दिन तो मंजिल मिल जानी है,  
घबरा के नहीं  
शूर वीर की तरह लड़ जाना है  
सब तू कर एक दिन सब सही हो जाना है!

समाप्त



3	7	1	5	9	4	8	6	2
5	2	8	3	7	6	1	9	4
4	9	6	2	8	1	7	3	5
6	1	4	9	2	3	5	8	7
9	8	2	7	1	5	6	4	3
7	5	3	4	6	8	9	2	1
8	4	5	1	3	9	2	7	6
2	3	9	6	5	7	4	1	8
1	6	7	8	4	2	3	5	9

गुडगुड़

गुडगुड़ गुडगुड़ - गुडगुड़ गुडगुड़ - गुडगुड़, गुडगुड़ गुडगुड़, गुडगुड़ गुडगुड़, गुडगुड़ गुडगुड़, गुडगुड़

गुडगुड़ गुडगुड़ - 1. गुडगुड़, 2. गुडगुड़, 3. गुडगुड़, 4. गुडगुड़

# पाठकनामा



वाराणसी में लॉक डाउन के दौरान लोगों को खाने पीने की जरुरी चीजों की लगातार किल्लत हो रही है। अभी भी बहुत से लोगों तक जरुरी सुविधा नहीं पहुंच पारही है।

- नंदन सिंह

इस लॉक डाउन में राशन की समस्या सबसे अधिक रही। जिनके पास राशन कार्ड है उन्हें तो राशन मिल गया मगर जिनके पास राशन कार्ड नहीं है उन्हें राशन लेने के लिए लोगों की शिफारिश करनी पड़ रही है उसके बावजूद भी बस कागजों पर नाम लिखकर बुलाये जाने की बात कहते हैं।

- काशी



लॉक डाउन के दौरान गरीब और असहाय लोगों को रोजमरा की चीजों को लेने के लिए पुलिस की मार झेलनी पड़ी। कुछ जगहों पर पुलिस बिना पूछे ही मारने लगी। सड़क पर निकलने वाले सभी लॉक डाउन का उल्लंघन नहीं करते, कुछ जरूरत के समान भी लेने निकलते हैं।

- त्रिभुज कन्नौजिया

लॉक डाउन में कुछ लोगों ने असहायों की मदत कम की मगर फोटो बहुत खिंचवाई। ऐसे लोग की वजह से जरूरतमंद लोगों को बेज़ती का बहुत अहसास हुआ। अगर लोग बिना बाहरी आड़बर किये लोगों की मदत करते तो ये सर्वथा जनहित में होता

- विकास



**कोरोना के चलते 22 साल में पहली...**

नोबेल विजेता अभिजीत बनर्जी कहते हैं- वायरस जाने के बाद भी आर्थिक झटका कायम रहेगा।

मैसाचुसेट्स इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी के प्रोफेसर और इकोनॉमिक्स का नोबेल पुरस्कार जीत चुके अभिजीत बनर्जी बताते हैं कि इस दौर में उन महिलाओं की कहनियां जो काम करने जाती हैं और अपने परिवार को गरीबी से बाहर लाती हैं, सब खत्म हो जाएंगी। वायरस के जाने के बाद भी आर्थिक झटका महसूस होगा। बांगलादेश जैसे देशों में शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं पर चलने कार्यक्रम को फंड नहीं मिल पाएगा। कुछ लोगों का समूह, जो सीढ़ी चढ़कर ऊपर आया था, लेकिन अब वापस गिर रहा है। ऐसे कई नाजुक समुदाय हैं, जो मुश्किल से परिवार का बजूद बनाए हुए हैं। वे सभी गरीबी में गिर जाएंगे और वापस भी नहीं आ पाएंगे।

**कैसे खुलेंगे सरकारी दफ्तर...**

लॉक डाउन के पार्ट 2 में गृह मंत्रालय के द्वारा कुछ सेवाओं को अनुमति देने का निर्देश जारी किया है। गृह मंत्रालय ने ग्रामीण क्षेत्रों में निर्माण कार्य, गैर वित्तीय संस्थाओं, जलाधार्ति और सफाई के कार्यों में छूट देने की बात कही।

इसके अवाला पुलिस, अप्रिशमन, आपदा प्रबंधन, सिविल डिफेंस, आकस्मिक सेवाओं के साथ कारगार और नगर निकायों को पूर्ववत की तरह चालू रहेंगे।

**योगी आदित्यनाथ की दो टूक- घर...**

सीएम योगी आदित्यनाथ ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में पूरा देश कोरोना के खिलाफ जिस लड़ाई को लड़ रहा है। पीएम गरीब कल्याण पैकेज की घोषणा गरीबों के लिए हो चुकी है। यह कोरोना वायरस में लोगों को मजबूती देने वाला बड़ा हथियार है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गरीब कल्याण पैकेज दिया है, इसके साथ ही कोरोना वॉरियर के लिए 50 लाख का बीमा भी लागू किया है। इसमें सभी तबकों का ध्यान रखने के साथ ही इस लड़ाई को आगे बढ़ाने का काम हो रहा है। इससे निर्माण कार्य में लगे कामगारों के साथ प्रतिदिन कमाने वालों के लिए भरण पोषण के लिए भर्ते की व्यवस्था की गई है। हमने मनरेगा के मजदूरों के लिए अलग से व्यवस्था की है।

**बरेली में खतरे की धंटी बजने के बाद...**

कोरोना संक्रमण अभी थमा नहीं है। इसलिए लॉकडाउन बाहर आना जाना सही नहीं। जानलेवा बीमारी से बचने के लिए घर के अंदर ही रहकर वर्क एट होमा। बच्चों की पढ़ाई भी वक्त की जरूरत है। तेजपाल सिंह, मॉडल टाउन

**कोरोना के चलते 22 साल में पहली...**

इससे पहले 25 मार्च को भारत सरकार ने हाइड्रोक्सी क्लोरोक्वाइन के नियात पर सबसे पहले बैन का ऐलान किया था, लेकिन इस आर्डर में कुछ छूट के प्रावधान किए गए थे। ट्रंप ने मोदी से जिस दिन निवेदन किया, उसी दिन सरकार ने हाइड्रोक्सी क्लोरोक्वाइन के नियात पर रोक का ऐलान किया था।

अमेरिका में बढ़ सकती है मृतकों की संख्या-

बता दें कि इस हफ्ते अमेरिका में कोरोना से मौतों की संख्या और बढ़ सकती है। दुनिया में अबतक कोरोना वायरस से 74 हजार 697 लोगों की मौत हो गई है। विश्वभर में सबसे अधिक करीब तीन लाख संक्रमित मरीज अमरीका में हैं। अमेरिका में अबतक 11 हजार लोगों की मौत हो चुकी है। अमेरिका के बाद स्पेन, इटली और जर्मनी में सबसे ज्यादा मौतें हुई हैं।

**विज्ञापन हेतु!**

**विज्ञापन और अपने पते पर मैगज़ीन प्राप्त करने के लिए 09807505429, 08924881010 पर संपर्क करें।**

**आवश्यकता है!**

**FIVE**

**PRODUCTIONS के अंतर्गत बनने वाली शॉर्ट फिल्म्स में अभिनय के लिए 09807505429, 08924881010 पर संपर्क करें!**

**आवश्यकता है!**

**न्यूज बकेट मार्केटिंग टीम का हिस्सा बनने के लिए 9807505429 पर संपर्क करें।**

**आप हमें अपना बायो-डाटा**

**m@fivealphabets.com**

**पर भी भेज सकते हैं।**



**Manufacturing  
Over 250 Products**

*We make life more happier ...*



**GAMETE HEALTHCARE PVT LTD**

AN ISO 9001:2015 & GMP CERTIFIED COMPANY

A wide range of:

Tablets | Capsules | Syrup | Injectables  
Dry Syrups | Soft Gel | Capsules  
Oral Liquids | Ointments Gel | Nasal Drops  
Eye & Ear Drops | Suspensions | Beta-Cap etc

Excellent Packing and full Support of promotional inputs.

Manufacturing pharmaceuticals products for multiple therapeutic fields.

Company operates in compliance with WHO : GMP certification and customer satisfaction mean the most to us.

For further details contact at :

Shop No. 3, Mira Gavthan Road, Distt. Thane, M.S.O. Mumbai

© 9415812557, 9415812001

# खमरिया हास्पिटल

(हृष्मन वेलफेर द्रस्ट द्वारा संचालित)

आलोक नगर, हास्पिटल रोड, खमरिया, भदोही

(एलोपैथिक, होमियोपैथिक एवं आयुर्वेदिक चिकित्सा सुविधायुक्त)



विवेक मौर्य

मो.: 8874020504

1. बिना टांके के मोतियाबिन्द का ऑपरेशन

50 रुपये के पर्चे पर सभी जांच के बाद पामा, एस्फेरिक, स्क्वायरएज लेंस से मात्र 2500 रुपये में करावें। ऑपरेशन के बाद एक माह की दवा मुफ्त और 250 से 400 रुपये में चश्मे की सुविधा। मरीज एवं एक साथी को खाने एवं रहने की सुविधा मुफ्त।

2 आधुनिक फेको मशीन द्वारा मोतियाबिन्द का ऑपरेशन

50 रुपये के पर्चे पर सभी जांच के बाद आधुनिक इनफीनिटी फेको मशीनों द्वारा फोल्डेबुल इण्डियन लेंस के साथ सभी खर्च सहित। (1) हाइड्रोफिलिक लेंस से 5000 रुपये में (2) हाइड्रोफोबिक लेंस से 8500 रुपये में।

## मोतियाबिन्द क्या है?

प्राकृतिक लेंस का झाई युक्त (धूंधला) होना मोतियाबिन्द कहलाता है।

यह उम्र बढ़ने के साथ ही एक सामान्य प्रक्रिया है। बच्चों में मोतियाबिन्द के अलग—अलग कारण होते हैं। कोई इलाज, दवा अथवा किसी प्रकार का खान—पान मोतियाबिन्द का बनना नहीं रोक सकता है। प्राकृतिक लेंस के स्थान पर कृत्रिम लेंस लगाना ही इसका कारगर समाधान है।



इलाहाबाद गोपीगंज



माधोसिंह

जी0टी0 रोड

औराई



वाराणसी



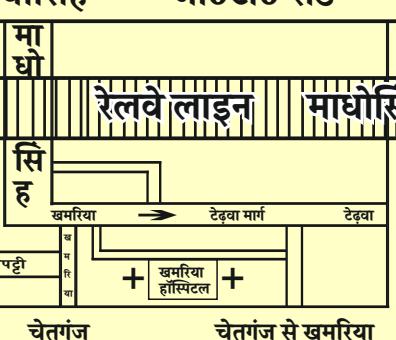
अहिमनपुर स्टेशन

रेलवे लाइन

माधोसिंह स्टेशन

वाराणसी

इलाहाबाद से खमरिया हॉस्पिटल 82 कि.मी.  
वाराणसी से खमरिया हॉस्पिटल 55 कि.मी.  
चेतांज से खमरिया हॉस्पिटल 03 कि.मी.



मि  
र्जा  
पुर

औराई से खमरिया हॉस्पिटल 05 कि.मी. दूर  
माधोसिंह रोड से खमरिया हॉस्पिटल 03 कि.मी. दूर  
अहिमनपुर से खमरिया हॉस्पिटल 01 कि.मी. दूर

गोपीगंज से चौल्ह मार्ग

चेतांज

चेतांज से खमरिया