



संपादकीय

देश के विकास में शिक्षा और शिक्षकों का योगदान महत्त्वपूर्ण



**एजेंसी, जूम न्यूज़**

बीकानेर। 80वें स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर शिक्षा विभाग के अतिरिक्त मुख्य सचिव श्री राजेश यादव ने शनिवार को प्रारंभिक और माध्यमिक शिक्षा निदेशालय में ध्वजारोहण किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा शिक्षा और शिक्षक ऐसे दो स्तंभ हैं, जो किसी भी देश को महान बनाते हैं। उन्होंने कहा कि 80 सालों में देश के विकास में इन दोनों स्तंभों का महत्त्वपूर्ण योगदान रहा है। उन्होंने कहा कि शिक्षा विभाग के प्रति प्रदेशवासियों की अपार उम्मीदें हैं। प्रत्येक कार्मिक को अपने कर्तव्यों को पूर्ण लगन, तत्परता और ईमानदारी से निर्वहन करते हुए इन उम्मीदों पर खरा उतरने का प्रयास करना चाहिए। यादव

फसल बीमा में गांव प्रदर्शित नहीं होने की समस्या का होगा त्वरित समाधान

**जयपुर, जूम न्यूज़**

जयपुर। प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना के तहत खरीफ-2026 में अधिकाधिक किसानों को फसल बीमा का लाभ दिलाने के लिए राज्य सरकार द्वारा लगातार प्रयास किए जा रहे हैं। किसानों को फसल बीमा करवाने में किसी प्रकार की परेशानी नहीं हो, इसके लिए विभाग ने राष्ट्रीय फसल बीमा पोर्टल पर गांवों के विवरण को अद्यतन करने की प्रक्रिया तेज कर दी है। आयुक्त कृषि नरेश कुमार गोयल ने बताया कि खरीफ-

2026 के लिए फसल बीमा करवाने की अंतिम तिथि 16 अगस्त निर्धारित है। किसानों के हित में इस अवधि को बढ़ाकर 20 अगस्त किए जाने के लिए भारत सरकार से अनुरोध किया गया है। प्रस्तावित बढ़ी हुई अवधि में गैर-ऋणी, बटाईदार सहित सभी पात्र किसान अपनी फसलों का बीमा करवा सकेंगे। कृषि विभाग द्वारा राजस्व मंडल से प्राप्त विलेज मास्टर के आधार पर गांवों का विवरण राष्ट्रीय फसल बीमा पोर्टल पर अपलोड करवाया गया है।

नई उर्वरक वितरण व्यवस्था लागू, फार्मर आईडी या आधार से ऑनलाइन बुक कर सकेंगे डीएपी

**एजेंसी, जूम न्यूज़**

बीकानेर। राज्य में किसानों को अनुदानित उर्वरक उपलब्ध करवाने के लिए फ्रेमवर्क फोर फर्टिलाइजर सेल (एफएफएस) की नई उर्वरक वितरण व्यवस्था 15 अगस्त से लागू हो चुकी है। नई व्यवस्था के तहत किसान फार्मर आईडी अथवा आधार कार्ड के माध्यम से एफएफएस मोबाइल ऐप पर घर बैठे नजदीकी उर्वरक विक्रेता से डीएपी, यूरिया, एनपीके एवं एसएसपी सहित अनुदानित उर्वरकों की ऑनलाइन बुकिंग कर सकेंगे। इससे किसानों को ख़ाद प्राप्त करने के लिए लंबी कतारों में लगने की आवश्यकता नहीं होगी। एफएफएस मोबाइल ऐप के माध्यम से किसान जिले में विभिन्न उर्वरक विक्रेताओं के पास उपलब्ध ख़ाद की जानकारी प्राप्त कर सकेंगे। उन्होंने बताया कि नई व्यवस्था का प्रमुख लाभ यह है कि किसानों को उनकी फसल एवं भूमि के प्रकार के आधार पर वैज्ञानिक सिफारिश के अनुरूप उर्वरक उपलब्ध करवाने में सहायता मिलेगी। इससे उर्वरकों

के संतुलित उपयोग को बढ़ावा मिलेगा तथा किसानों द्वारा अंधाधुंध उर्वरक उपयोग पर भी प्रभावी रोक लग सकेगी। कृषि विभाग की जिला बीकानेर के संयुक्त निदेशक मदन लाल की अध्यक्षता में जिले के सभी ब्लॉकों में उर्वरक विक्रेताओं को संबंधित उर्वरक निरीक्षकों द्वारा एफएफएस व्यवस्था के संबंध में प्रशिक्षण दिया जा चुका है। जिला स्तरीय प्रशिक्षण में सहायक निदेशक सुरेंद्र मारू एवं मीनाक्षी शर्मा तथा कृषि अधिकारी राम निवास गोदारा ने प्रशिक्षण दिया। इसी प्रकार खाज्जवाला-छतरगढ़ में कृषि अधिकारी सोमेश तंवर, लूणकरणसर में कृषि अधिकारी गिरिराज चारण, नोखा में सहायक निदेशक राजूराम डोगीवाल, पांचू में कृषि अधिकारी मामराज, श्रीडूंगराढ़ में सहायक निदेशक रघुवर दयाल एवं कृषि अधिकारी मेघराज तथा बज्जू में सहायक निदेशक रामकिशोर मेहरा द्वारा उर्वरक विक्रेताओं एवं प्रगतिशील किसानों को प्रशिक्षण दिया गया। उन्होंने बताया कि प्रशिक्षण के दौरान उर्वरक विक्रेताओं एवं प्रगतिशील किसानों

‘सक्षम नारी, स्वस्थ बचपन, समृद्ध राजस्थान’: राज्य स्तरीय कार्यक्रम का बीकानेर में हुआ सीधा प्रसारण

**जयपुर, जूम न्यूज़**

बीकानेर। महिला एवं बाल विकास विभाग, जयपुर द्वारा ‘सक्षम नारी, स्वस्थ बचपन, समृद्ध राजस्थान’ विषय पर 15 अगस्त को आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम का बीकानेर में भी सीधा प्रसारण किया गया। जयपुर में मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा के साधिध्य में आयोजित इस कार्यक्रम का जिला मुख्यालय सहित जिले के विभिन्न ब्लॉक एवं ग्राम पंचायत स्तर पर सीधा प्रसारण किया गया। महिला एवं बाल विकास विभाग के उपनिदेशक डॉ नरेन्द्र सिंह शेखावत ने बताया कि जिला मुख्यालय स्थित रविंद्र रंगमंच में आयोजित सीधे प्रसारण कार्यक्रम में जिले

से लगभग 380 आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं, सहायिकाओं एवं साथियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम का उद्देश्य आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं, सहायिकाओं एवं साथियों को डीबीटी के माध्यम से किए जा रहे लाभ हस्तांतरण तथा विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी उपलब्ध करवाना और उनसे सीधा संवाद स्थापित करना रहा। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा ने विभाग की विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में जानकारी दी। उन्होंने हरियाली तीज एवं रक्षाबंधन के अवसर पर महिला आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं, सहायिकाओं एवं साथियों को 1,100 रुपये की राशि

फतेहसागर झील पर मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा की मॉर्निंग वॉक, आमजन से संवाद कर जानी कुशलक्षेम

**एजेंसी, जूम न्यूज़**

उदयपुर। उदयपुर प्रवास के दौरान मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा ने रविवार सुबह शहर की प्रसिद्ध फतेहसागर झील की पाल पर मॉर्निंग वॉक की। इस दौरान मुख्यमंत्री ने झील किनारे भ्रमण कर रहे आम नागरिकों, पर्यटकों और युवाओं से आत्मीय मुलाकात की और उनका हाल-चाल जाना। सादगी और आत्मीयता से जीता दिल, झील किनारे पी चाय मुख्यमंत्री को अपने बीच पाकर आमजन और पर्यटक उत्साहित नजर आए: बच्चों से स्नेह: मॉर्निंग वॉक के दौरान मुख्यमंत्री ने बच्चों को दुलारते हुए टॉफियां बांटीं और युवाओं व बुजुर्गों से हाथ मिलाकर आत्मीय संवाद किया। चाय की चुस्कियों के साथ चर्चा: मुख्यमंत्री ने फतेहसागर झील किनारे बैठकर आमजन के साथ चाय की चुस्कियों के बीच अनौपचारिक चर्चा की और स्थानीय मुद्दों व व्यवस्थाओं पर फीडबैक लिया। मॉर्निंग वॉक और संवाद के दौरान मुख्यमंत्री के साथ कई वरिष्ठ जनप्रतिनिधि और संगठन पदाधिकारी उपस्थित रहे: जनप्रतिनिधि: कैबिनेट मंत्री बाबूलाल खराड़ी, सांसद डॉ. मन्ना लाल रावत,

उदयपुर ग्रामीण विधायक फूलसिंह मीणा, विधायक उदयलाल डांगी। संगठन व स्थानीय नेता: पूर्व डिप्टी मेयर पारस सिंघवी, भाजपा शहर जिला अध्यक्ष गजपाल सिंह, देहात जिला अध्यक्ष पुष्कर तेली, देवीलाल सालवी, दीपक शर्मा सहित अन्य प्रबुद्धजन साथ रहे। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा का फतेहसागर झील की पाल पर आमजन के बीच इस सहज अंदाज ने लोगों का ध्यान आकर्षित किया। मॉर्निंग वॉक के दौरान मुख्यमंत्री ने बिना किसी औपचारिकता के लोगों से बातचीत की और झील की सुंदरता के साथ-साथ शहर की व्यवस्थाओं को लेकर भी चर्चा की। मुख्यमंत्री को अपने बीच पाकर कई लोगों ने उनके साथ फोटो खिंचवाए और अपनी बातें साझा कीं। बच्चों से मुलाकात के दौरान मुख्यमंत्री ने उन्हें टॉफियां बांटीं और उनके साथ आत्मीयता से बातचीत की। वहीं युवाओं ने भी मुख्यमंत्री से संवाद किया। बुजुर्गों से हाथ मिलाकर उन्होंने उनका हालचाल जाना। झील की पाल पर मौजूद पर्यटकों ने भी मुख्यमंत्री के इस सहज व्यवहार को उत्सुकता के साथ देखा। चाय के दौरान मुख्यमंत्री ने स्थानीय लोगों से शहर की साफ-सफाई,



पर्यटन सुविधाओं और फतेहसागर झील से जुड़ी व्यवस्थाओं को लेकर फीडबैक लिया। उन्होंने आमजन की बातों को ध्यान से सुना और संबंधित विषयों पर चर्चा की। मुख्यमंत्री का यह अनौपचारिक संवाद उदयपुर प्रवास के दौरान खास आकर्षण का केंद्र रहा। फतेहसागर झील उदयपुर के प्रमुख पर्यटन स्थलों में शामिल है और सुबह के समय यहां बड़ी संख्या में स्थानीय लोग मॉर्निंग वॉक के लिए पहुंचते हैं। ऐसे में मुख्यमंत्री का आम नागरिकों के बीच पहुंचकर बातचीत करना लोगों के लिए अप्रत्याशित और यादगार

अनुभव रहा। इस दौरान मुख्यमंत्री के साथ मौजूद जनप्रतिनिधियों और भाजपा संगठन के पदाधिकारियों ने भी स्थानीय लोगों से संवाद किया। मुख्यमंत्री के मॉर्निंग वॉक और आमजन से सीधे संवाद को सरकार और जनता के बीच संपर्क मजबूत करने की पहल के रूप में भी देखा गया। मुख्यमंत्री ने इस दौरान फतेहसागर झील के आसपास के प्राकृतिक वातावरण और सुबह की गतिविधियों का भी जायजा लिया। उन्होंने झील की पाल पर मौजूद लोगों से बातचीत करते हुए उदयपुर की पर्यटन पहचान और यहां आने वाले पर्यटकों को

बेहतर सुविधाएं उपलब्ध कराने से जुड़े विषयों पर भी चर्चा की। स्थानीय लोगों ने शहर की विभिन्न समस्याओं और जरूरतों से मुख्यमंत्री को अवगत कराया। मॉर्निंग वॉक के दौरान मुख्यमंत्री का आमजन के बीच सहज रूप से घूमना लोगों के लिए खास आकर्षण रहा। कई लोगों ने मुख्यमंत्री के साथ सेल्फी ली और उनके साथ तस्वीरें खिंचवाईं। युवाओं में भी मुख्यमंत्री के साथ बातचीत को लेकर उत्साह नजर आया। मुख्यमंत्री ने युवाओं से उनके करियर, पढ़ाई और शहर से जुड़े विषयों पर बातचीत की।

कल्पना संगीत विद्यालय में गूंजे देशभक्ति के तराने

जयपुर, जूम न्यूज़

जयपुर। युवा संगीतकार एवं गायक अंकित भट्ट के संयोजन में नवंबर विद्यार्थियों नमन जैन, रचित सिंघल, वेदांश चांगल, कृतिका शर्मा और अथर्व रावत ने देशभक्ति गीत ‘सारे जहां से अच्छा’ प्रस्तुत किया। कलाकार नवल डांगी ने ‘चिट्ठी आई है, वतन से चिट्ठी आई है’ की भावपूर्ण प्रस्तुति देकर श्रोताओं को भावुक कर दिया। कार्यक्रम में अंकित भट्ट ने ‘संदेश आते हैं’, जबकि काजल कुमारी और ज्योति कुमारी ने ‘दिल दिया है, जान भी देंगे’ प्रस्तुत किया। संजय माहेश्वरी

ने ‘ऐ मेरे प्यारे वतन’ गीत के माध्यम से देशभक्ति का संदेश दिया। इसी क्रम में बृजेश व्यास एवं गौरव भट्ट ने देशभक्ति गीत प्रस्तुत किए। अबीर तिवारी ने पखावज पर मनमोहक प्रस्तुति दी, वहीं कुणाल शर्मा ने गिटार पर देशभक्ति रचना प्रस्तुत कर कार्यक्रम में संगीत का रंग भर दिया। कार्यक्रम के समापन पर अंकित भट्ट ने सभी कलाकारों, विद्यार्थियों और उपस्थितजनों का आभार व्यक्त किया। देशभक्ति गीतों से सजे इस आयोजन ने स्वतंत्रता दिवस की भावना को और अधिक मजबूत किया।

सरस फाउंडेशन के नेतृत्व में आयोजित लहरिया महोत्सव में नारी शक्ति और प्रतिभाओं का सम्मान

**एजेंसी, जूम न्यूज़**

बीकानेर। सरस फाउंडेशन के नेतृत्व में जानवी नेल्स स्टूडियो द्वारा महिलाओं के आत्मसम्मान, नारी सशक्तिकरण और कला प्रतिभाओं को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से लहरिया महोत्सव 2026 का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आयोजन सरस फाउंडेशन की प्राचार्य एवं चेयरमैन पिंकी शर्मा तथा जानवी नेल्स स्टूडियो की फाउंडर एवं नेल आर्टिस्ट तजिंदर कौर उर्फ जानवी सोनी के संयोजन में हुआ। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि पूजा बाईसा लूणकरणसर ने फीता काटकर तथा मां सरस्वती की पूजा-अर्चना के साथ किया। विशिष्ट अतिथि

पर्वतारोही सुषमा बिस्सा एवं आशा जी के मार्गदर्शन में कार्यक्रम का संचालन किया गया। लहरिया महोत्सव के दौरान नारी सशक्तिकरण के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान देने वाली महिलाओं को सम्मानित किया गया। इनमें आभा पांडे, जय श्री बांठिया, अर्चना पुरोहित, ऋषिका व्यास, सुमित्रा सेन, राजकुमारी व्यास, कामिनी भोजक, सुमन बारासा, गीता खरखोदिया, मंगला देवी, संगीता महेश्वरी सहित अन्य महिलाएं शामिल रहीं। महोत्सव में नेल आर्ट, मेहंदी, डांस और मॉडलिंग सहित विभिन्न प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। नेल आर्ट प्रतियोगिता में प्रियंका प्रथम, लक्षिका द्वितीय और पूर्णिमा तृतीय रहीं।

बाँरठा बांध का गेट खोलकर पानी की निकासी जारी, कुकंद नदी किनारे गांवों में अलर्ट

**एजेंसी, जूम न्यूज़**

बयाना। बयाना में लगातार हो रही बारिश के बीच बाँरठा बांध में पानी की तेज आवक बनी हुई है। बांध का जलस्तर 27.70 फीट के पार पहुंचने के बाद जल संसाधन विभाग ने गेट नंबर 5 को करीब दो फीट खोलकर पानी की निकासी शुरू कर दी है। बांध से सुविधाजनक बनाने का प्रयास किया गया है। किसान अब फार्मर आईडी या आधार कार्ड के जरिए एफएफएस मोबाइल ऐप पर नजदीकी विक्रेता के यहां उपलब्ध डीएपी, यूरिया, एनपीके और एसएसपी समेत अन्य अनुदानित उर्वरकों की जानकारी देख सकेंगे और ऑनलाइन बुकिंग कर सकेंगे। इससे किसानों को ख़ाद के लिए दुकानों और वितरण केंद्रों पर लंबी कतारों में खड़े होने से राहत मिलने की उम्मीद है। नई व्यवस्था का एक महत्वपूर्ण पहलू यह है कि किसानों को उनकी फसल और भूमि की जरूरत के अनुसार वैज्ञानिक सिफारिश के आधार पर उर्वरक उपलब्ध कराने में मदद मिलेगी।

नशे की गतिविधियों पर शिकंजा: चार संदिग्ध युवकों को पकड़ा, नगर परिषद की जेसीबी से तीन-चार अस्थायी ढाबे हटाए

**एजेंसी, जूम न्यूज़**

सरदारशहर। मेगा हाईवे पर स्थित बुकलसर फांटा क्षेत्र में नशे की गतिविधियों और अवैध रूप से संचालित अस्थायी ढाबों के खिलाफ पुलिस प्रशासन ने कार्रवाई की। पुलिस ने संदिग्ध गतिविधियों पर निगरानी रखते हुए चार युवकों को धारा 170 बीएनएसएस के तहत गिरफ्तार किया। इसके बाद नगर परिषद सरदारशहर के सहयोग से बुकलसर फांटा पर सरकारी जमीन पर बने तीन-चार अस्थायी ढाबों को जेसीबी की सहायता से हटाया गया। जिला पुलिस अधीक्षक चूरू निश्चय प्रसाद एम., आईपीएस ने बताया कि

पुलिस मुख्यालय जयपुर के निर्देश पर आर्म्स एक्ट, संगठित अपराध, गैंग से जुड़े अपराध, लूट, हत्या, डकैती, चोरी-नकबजनी और नशे की गतिविधियों पर रोक लगाने के लिए विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसी क्रम में जिले में प्रभावी कार्रवाई के निर्देश दिए गए हैं। अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक चूरू सुनील कुमार आप्पीएस के निर्देशन तथा पुलिस उपाधीक्षक सरदारशहर कुलदीप वालिया आरपीएस के सुपरविजन में थानाधिकारी सरदारशहर धीरेन्द्र सिंह शेखावत के नेतृत्व में पुलिस टीमों द्वारा होटल, ढाबों और भीड़भाड़ वाले स्थानों पर लगातार निगरानी की

जा रही थी। पुलिस के अनुसार ग्रामीणों, कॉलोनीवासियों और गांधी विद्या मंदिर प्रशासन की ओर से लगातार सूचना मिल रही थी कि सरदारशहर-पल्लू रोड पर बुकलसर फांटा के पास सरकारी जमीन पर तीन-चार अस्थायी ढाबे संचालित किए जा रहे हैं। इन स्थानों पर गांजा, पोस्त और अफीम की बिक्री एवं सेवन करवाए जाने की शिकायतें भी सामने आई थीं। पुलिस ने ढाबा संचालकों को सख्त हिदायत दी कि दोबारा अतिक्रमण अथवा किसी प्रकार की अवैध गतिविधि संचालित किए जाने की सूचना मिलने पर नियमानुसार सख्त कार्रवाई की जाएगी।

अतिथियों ने खिलाड़ियों को बधाई देते हुए कहा कि फुट्सल जैसे तेज और रोमांचक खेल को बढ़ावा देने के लिए इस प्रकार की प्रतियोगिताओं का आयोजन बेहद महत्वपूर्ण है। ऐसे आयोजनों से स्थानीय खिलाड़ियों को अपनी प्रतिभा दिखाने के साथ-साथ बेहतर प्रतिस्पर्धात्मक अनुभव प्राप्त होता है। प्रतियोगिता के सफल समापन के साथ बीकानेर फुटबॉल क्लब ने फुट्सल फॉर ऑल डे 2026 का खिताब अपने नाम कर शानदार उपलब्धि हासिल की।



## मनोरंजन समाचार

### सिंगर सोराया नीटो पर कांच की बोतल से हुआ हमला, बुरी तरह हुई घायल, चेहरे पर लगे टांके



सिंगर-रैपर राहुल फाजिलपुरिया पर जानलेवा हमला हुआ था। वायरल वीडियो में देखा जा सकता है कि कैसे भीड़ में से एक शख्स उन पर कांच की बोतल फेंकता है। बोतल फेंकने वाला व्यक्ति सिंगर से इसलिए नाराज था, क्योंकि नीटो का शो उम्मीद से ज्यादा देर तक चला। उसने सीधे स्टेज की तरफ कांच की बोतल फेंकी, जो सिंगर के चेहरे पर लगी और उन्हें कई चोटें आईं। इस हमले की वजह से नीटो के चेहरे पर कई छोटे-छोटे कट लग गए, बाई पलक पर चोट का निशान बन गया, भौंह के आस-पास सूजन आ गई और निचले होंठ के नीचे एक गहरा जख्म हो गया, जिसके लिए टांके लगाने पड़े। चोट इतनी ज्यादा थी कि उनका चश्मा भी पूरी तरह टूट गया। अच्छी बात यह रही कि टूटे हुए लेंस से उनकी आंखों को कोई नुकसान नहीं पहुंचा। 'एल हेराल्डो डी मेंक्सिको' की एक रिपोर्ट के अनुसार उन्होंने कहा, 'तुरंत ही, उस इलाके के कई लोग और दोस्त मेरी मदद के लिए दौड़े क्योंकि मेरा खून बह रहा था। मैं उनकी मदद और चिंता के लिए बहुत आभारी हूँ।'

### 12 किलो वजन घटाने पर सोहेल खान ने किया खुलासा, बताया क्यों हुआ इतना बड़ा बदलाव



एक्टर-प्रोड्यूसर सोहेल खान का वजन काफी कम हो गया है, जो रियलिटी शो 'अलायंस' की रैप-अप पार्टी में साफ दिखा और इससे फैंस को चिंता हुई। जहां कुछ लोगों को लगा कि उन्हें कोई हेल्थ प्रॉब्लम है। वहीं कुछ ने सोचा कि क्या उन्होंने वजन कम करने वाली दवाएं जैसे ओजेम्पिक ली हैं। हाल ही में एक इंटरव्यू में सोहेल ने इन अफवाहों को गलत बताया और अपने ट्रांसफॉर्मेशन के पीछे की सच्चाई बताई। शो में शुरुआत में ही बीमार पड़ने के बावजूद एक्टर पांच हफ्ते तक शो का हिस्सा बने रहे। उन्होंने शो में बने रहने के लिए दूसरे कंटेस्टेंट्स से मिले प्यार और देखभाल को इसका श्रेय दिया। हिंदुस्तान टाइम्स से बातचीत में सोहेल ने कहा, 'शुरुआती कुछ दिनों में मुझे थोड़ी घबराहट क्लॉस्ट्रोफोबिया महसूस हुई, क्योंकि मैं पहली बार किसी रियलिटी शो का हिस्सा बना था। घर में घुसने के पहले ही हालात तब और मुश्किल हो गए, जब पहले ही हफ्ते में उन्हें पेट का इन्फेक्शन हो गया। पहले हफ्ते में पेट की तकलीफ

### ‘द ट्रेटर्स 2’ से बाहर होते ही मुनव्वर फारूकी ने अभिषेक मल्हान को लिया आड़े हाथ, सोशल मीडिया पर कसा तंज



मुनव्वर फारूकी को द ट्रेटर्स सीजन 2 के पहले ही राउंड में शो से बाहर कर दिया गया, जिससे कई फैंस और दर्शक हैरान रह गए। मुनव्वर ने अपना बचाव करने की कोशिश की, लेकिन शो में हरमन सिंघा और अभिषेक मल्हान उनके खिलाफ हो गए। मुनव्वर 'बेकसूर' थे और उन्हें शो छोड़ना पड़ा, जिसके बाद उन्होंने बाकी ग्रुप पर

‘इनसिक्वोर’ होने का आरोप लगाया। अभिषेक ने शो में यह भी कहा कि अगर उनके और मुनव्वर के बीच कोई रेस होती है तो जीत हमेशा उनकी ही होगी। यह शो 21 कंटेस्टेंट्स के साथ शुरू हुआ था और ड्रामे को लेकर चर्चा में है। मुनव्वर ने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरीज में अभिषेक मल्हान उर्फ फुकरा इंसान पर तंज कसा।

## ‘बटवारा 1947’ को पीछे छोड़ आगे निकली ‘आवारापन 2’, 100 करोड़ क्लब से बस इतनी दूर इमरान हाशमी की फिल्म

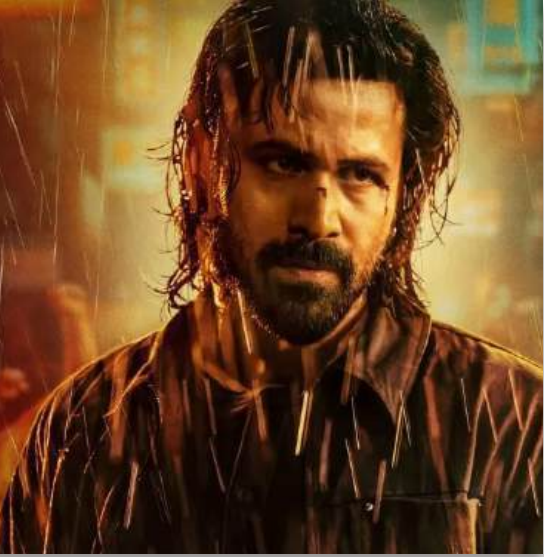
इमरान हाशमी की ‘आवारापन 2’ इस साल की मोस्ट अवेटेड फिल्मों में से एक थी। हालांकि, इसका पहला पार्ट बॉक्स ऑफिस पर हिट नहीं हुआ था, लेकिन समय के साथ दर्शकों के बीच इसकी लोकप्रियता बढ़ती गई। खासकर इसके म्यूजिक की वजह से, जो काफी मशहूर हो गए। ऐसे में फिल्म के सीक्वल को लेकर लोगों में जबरदस्त क्रेज होना जायज है, जिसका असर इसकी शानदार कमाई पर भी साफ नजर आ रहा है। फिल्म ने पहले ही दिन ‘आवारापन’ के लाइफटाइम कलेक्शन का आंकड़ा पार कर लिया। वहीं सनी देओल की ‘बटवारा 1947’ की कमाई निराशाजनक रही है। ‘आवारापन 2’ को इंडिपेंडेंस डे वीकेंड का भी फायदा मिला और सैकनलक के अनुसार इसने पहले दिन 22 करोड़ रुपये की कमाई की। दूसरे दिन इसमें 55 प्रतिशत की बढ़ोतरी हुई और इसने 33.75 करोड़ रुपये कमाए।

शनिवार को इसके शो की संख्या भी बढ़ाई गई थी, जहां पहले दिन फिल्म के 9033 शो थे। वहीं दूसरे दिन कुल 10,496 शो हुए, जिससे कमाई में बढ़ोतरी हुई। रविवार को



फिल्म के शो की संख्या घटाकर 9403 कर दी गई। इस वजह से इसकी कमाई में भी गिरावट आई और इसने पहले रविवार को 26

करोड़ रुपये कमाए। इसके साथ ही भारत में फिल्म ‘आवारापन 2’ का अब तक का कुल कलेक्शन 81.75 करोड़ रुपये हो गया है। असली परीक्षा सोमवार को होगी



कैसे रहेगा, लेकिन ‘आवारापन 2’ ने ‘बटवारा 1947’ को काफी पीछे छोड़ दिया है। सनी देओल की इस फिल्म ने तीसरे दिन सिर्फ 7.25 करोड़ रुपये कमाए थे। इस फिल्म

की, जिससे भारत में इसकी कुल ग्रांस कमाई 98.10 करोड़ और नेट कमाई 81.75 करोड़ हो गई। इसके साथ ही यह फिल्म भारत में 100 करोड़ क्लब में शामिल होने

केरला स्टोरी 2’, ‘धुरंधर 2’, ‘भूत बंगला’, ‘हॉन्टेड 3D: इकोज ऑफ द पास्ट’, ‘वेलकम टू द जंगल’ और ‘धमाल 4’ जैसी फिल्मों की खास लिस्ट में शामिल हो गई है। ‘आवारापन 2’ की लगातार मजबूत कमाई ने फिल्म इंडस्ट्री में भी चर्चा तेज कर दी है। फिल्म को दर्शकों की ओर से मिल रही प्रतिक्रिया और स्वतंत्रता दिवस वीकेंड का फायदा बॉक्स ऑफिस पर साफ दिखाई दे रहा है। खास तौर पर दूसरे दिन कलेक्शन में 55 प्रतिशत की बड़ी बढ़ोतरी ने इसकी मजबूत पकड़ का संकेत दिया। फिल्म के कलेक्शन में रविवार को जरूर गिरावट देखने को मिली, लेकिन इसके बावजूद तीसरे दिन 26 करोड़ रुपये की कमाई करना एक मजबूत प्रदर्शन माना जा रहा है। यदि सोमवार को भी फिल्म अपनी कमाई की रपतार बनाए रखती है, तो इसके पहले सप्ताह का कारोबार काफी मजबूत रहने की उम्मीद है।

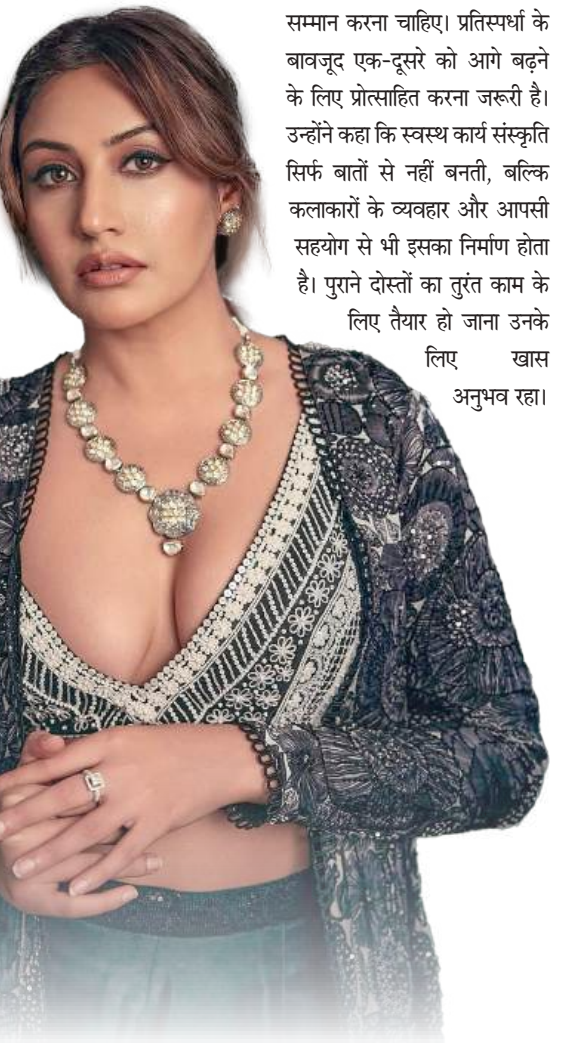
## तेजस्वी प्रकाश से पुराने मतभेद पर सुरभि चंदना बोलीं, गलतफहमियों को लंबा नहीं खींचना चाहिए

टीवी की दुनिया में सुरभि चंदना और तेजस्वी प्रकाश दोनों ही जाना-पहचाना नाम हैं। दोनों अभिनेत्रियों के बीच कुछ समय पहले एक विवाद की खबरों ने खूब ध्यान खींचा था। अब सुरभि ने पहली बार इस पुराने मतभेद और तेजस्वी के साथ अपने रिश्ते को लेकर कुछ खुलकर बातें की। अभिनेत्री ने बताया कि हमारी दोस्ती काफी पुरानी है। इंडस्ट्री में रिश्तों में उतार-चढ़ाव आना स्वाभाविक है, लेकिन जरूरी यह है कि लोग बात करके चीजों को सुलझाएं और आगे बढ़ें। इंडस्ट्री में कलाकारों के एक-दूसरे को सपोर्ट करने की जरूरत पर बात करते हुए सुरभि ने कहा, इंडस्ट्री के लोग अक्सर अच्छे माहौल, स्वस्थ कामकाज और वर्क एथिक्स की बात करते हैं। इन बातों को सिर्फ कहने तक सीमित नहीं रखना चाहिए, बल्कि कलाकारों को वास्तव में एक-दूसरे के साथ मिलकर काम करना चाहिए और एक-दूसरे की उपलब्धियों की सराहना भी करनी चाहिए। सुरभि ने अपनी प्रोडक्शन डेब्यू सीरीज इश्क दम और इडली रसम

का उदाहरण देते हुए बताया कि उनके कई पुराने को-स्टार्स इस प्रोजेक्ट का हिस्सा बने हैं। इन कलाकारों के साथ मेरा रिश्ता सिर्फ काम तक सीमित नहीं है, बल्कि सालों पुरानी दोस्ती भी है। जब मैंने अपना शो के लिए पुराने दोस्तों को खुद फोन किया और उनसे इसमें काम करने के लिए कहा, तो वह तुरंत राजी हो गए। सुरभि ने कहा, काम के दौरान रिश्तों में कभी-कभी उतार-चढ़ाव आते रहते हैं। कलाकारों के बीच किसी बात को लेकर गलतफहमी या मतभेद होना कोई बड़ी बात नहीं है, लेकिन उसे लंबे समय तक बनाए रखना सही नहीं है। सुरभि ने कहा, तेजस्वी के साथ मेरा रिश्ता अब भी बना हुआ है। मैं तेजस्वी की बर्थडे पार्टी में शामिल हुई थी। वह भी मेरे शो की सक्सेस पार्टी में आई थीं। हम दोनों एक-दूसरे को काफी लंबे समय से जानती हैं। हमारा रिश्ता उस समय से है, जब तेजस्वी ने ज्यादा शोज नहीं किए थे। हमारे पास एक-दूसरे के नंबर हैं और हम इंस्टाग्राम पर भी एक-दूसरे को फॉलो करते हैं। इस साल फरवरी में वेब सीरीज

साइको सैयां के प्रमोशन के दौरान सुरभि और तेजस्वी के बीच विवाद सामने आया था। रिपोर्ट्स के मुताबिक, तेजस्वी ने सुरभि के साथ इंटरव्यू देने से इनकार कर दिया था। इस दौरान सुरभि भावुक होकर वहां से चली गई थीं, हालांकि तेजस्वी ने ऐसा फैसला क्यों लिया था, इसकी सही वजह अब तक साफ नहीं हुई है। सुरभि चंदना के इस बयान के बाद उनके और तेजस्वी प्रकाश के बीच कथित विवाद को लेकर एक बार फिर चर्चा शुरू हो गई है। हालांकि, अभिनेत्री ने अपने बयान में किसी पुराने मतभेद की विस्तृत वजह बताने के बजाय रिश्ते को सकारात्मक नजरिए से देखने पर जोर दिया। उन्होंने साफ किया कि इंडस्ट्री में लंबे समय से साथ रहे लोगों के बीच कभी-कभी गलतफहमियां होना स्वाभाविक है, लेकिन रिश्तों को खत्म करने के बजाय बातचीत से चीजों को सुलझाना ज्यादा जरूरी है। सुरभि ने यह भी बताया कि समय के साथ कलाकारों के रिश्ते बदल सकते हैं, लेकिन पुरानी दोस्ती और साथ बिताए अनुभवों की अपनी अलग अहमियत होती है। उनके मुताबिक,

किसी भी रिश्ते में हर समय सब कुछ एक जैसा नहीं रहता। काम का दबाव, अलग-अलग प्रोजेक्ट्स और परिस्थितियां कभी-कभी लोगों के बीच दूरी पैदा कर सकती हैं, लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि रिश्ता हमेशा के लिए खत्म हो गया। तेजस्वी के साथ अपने वर्तमान रिश्ते को लेकर सुरभि ने जिस तरह बात की, उससे यह संकेत मिलता है कि दोनों के बीच अब कोई बड़ी कड़वाहट नहीं है। उन्होंने तेजस्वी की बर्थडे पार्टी में शामिल होने और तेजस्वी के उनके शो की सक्सेस पार्टी में आने का जिक्र करते हुए बताया कि दोनों अभी एक-दूसरे के संपर्क में हैं। सुरभि का कहना है कि टीवी और फिल्म इंडस्ट्री में कलाकारों को एक-दूसरे की सफलता का



सम्मान करना चाहिए। प्रतिस्पर्धा के बावजूद एक-दूसरे को आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित करना जरूरी है। उन्होंने कहा कि स्वस्थ कार्य संस्कृति सिर्फ बातों से नहीं बनती, बल्कि कलाकारों के व्यवहार और आपसी सहयोग से भी इसका निर्माण होता है। पुराने दोस्तों का तुरंत काम के लिए तैयार हो जाना उनके लिए खास अनुभव रहा।

### 6 साल के एज गैप से खुश नहीं था परिवार, फिर गौहर खान ने चुना प्यार, जैद दरबार को बनाया हमसफर



गौहर खान और जैद दरबार अपनी प्रोफेशनल लाइफ के साथ-साथ हमेशा अपनी लव लाइफ को लेकर चर्चा में रहते हैं। कपल की खूबसूरत तस्वीरें और कैडिड फैमिली मोमेंट्स फैंस को बहुत पसंद हैं, जिनकी वजह से वह लाइमलाइट में रहते हैं। लॉकडाउन के दौरान शुरू हुआ प्यार 25 दिसंबर 2020 को सात जन्म के रिश्ते में बदल गया। गौहर और जैद को शादी से पहले अपनी उम्र के अंतर और परिवार की नाराजगी का भी सामना करना पड़ा।

हालांकि, गौहर और जैद अपने फैसले पर अड़े रहे और सबकी सहमति से शादी कर ली। आज कपल दो बेटों जेहान और फरवान के माता-पिता है, जिन्होंने हाल ही में रिश्ते और शादी से पहले आई मुश्किलों के बारे में खुलकर बात की। गौहर ने याद किया कि जैद ने शुरू में उनसे कहा था कि वह 24 साल का है। यह वह तुरंत हैरान रह गई और उनसे बातचीत बंद करने को कहा। जैद बताया कि वह गौहर से बहुत प्यार करने लगे और वह उन्हें खोना नहीं चाहते, इसलिए उन्होंने हार नहीं मानी।

जल्द ही कुछ सीरियस रिलेशनशिप में बदल गई। नेहा धूपिया और अंगद बेदी के यूट्यूब शो डबल डेट पर आने के दौरान इस कपल ने अपनी शुरुआती बातचीत के बारे में खुलकर बात की। गौहर ने याद किया कि जैद ने शुरू में उनसे कहा था कि वह 24 साल का है। यह वह तुरंत हैरान रह गई और उनसे बातचीत बंद करने को कहा। जैद बताया कि वह गौहर से बहुत प्यार करने लगे और वह उन्हें खोना नहीं चाहते, इसलिए उन्होंने हार नहीं मानी।

### ‘तारक मेहता का उल्टा चश्मा’ की कास्ट ने न्यूयॉर्क में मनाया आजादी का जश्न

न्यूयॉर्क की स्काईलाइन में भारतीय रंग देखने को मिला, जब मशहूर एम्पायर स्टेट बिल्डिंग को स्वतंत्रता दिवस के खास जश्न के लिए हरे, सफेद और नारंगी रंगों से रोशन किया गया। भारतीय विरासत, सामुदायिक भावना और टीवी के मशहूर चेहरों ने मिलकर इस शाम को खास और यादगार बना दिया। शहर की इस मशहूर इमारत ने भारत और भारतीय-अमेरिकी समुदाय के सम्मान में अपने टॉवर को रोशन किया। इस दौरान ‘तारक मेहता का उल्टा चश्मा’ के कलाकार असित कुमार मोदी, दिलीप जोशी, मंदार चंदवादकर और सोनालिका जोशी इस समारोह में शामिल हुए और लाइट जलाई। एक्टर अदिवि शेष भी इस जश्न में शामिल हुए और इस मशहूर जगह पर मौजूद लोगों के साथ जुड़े। शनिवार, 15 अगस्त 2026 को एम्पायर स्टेट बिल्डिंग ने ‘फेडरेशन ऑफ इंडियन एसोसिएशन्स’ के साथ मिलकर अपने मशहूर टॉवर की लाइटों को हरे, सफेद और नारंगी

रंगों से रोशन किया। यह खास रोशनी इस साल के ‘इंडिया डे’ समारोह का हिस्सा थी, जिसकी थीम हार्मीनी इन हेरिटेज थी। यह थीम उन साझा परंपराओं, मूल्यों और योगदानों को उजागर करती है जो भारतीय-अमेरिकी समुदाय को संयुक्त राज्य अमेरिका से जोड़ते हैं। एम्पायर स्टेट बिल्डिंग के ऑफिशियल इंस्टाग्राम पेज ने भी एक वीडियो शेयर किया, जिसमें इस मशहूर इमारत को शानदार रंगों में नहाया हुआ दिखाया गया। यह वीडियो इस मौके का जश्न मनाने और शाम के सांस्कृतिक महत्व को दिखाने के लिए था। इस जश्न में टेलीविजन का तड़का लगाते हुए, मशहूर भारतीय सिटकॉम ‘तारक मेहता का उल्टा चश्मा’ के कलाकार असित कुमार मोदी, दिलीप जोशी, मंदार चंदवादकर और सोनालिका जोशी इस खास लाइटिंग सेरेमनी में शामिल हुए। कलाकारों ने मशहूर लाइट स्विच दबाकर इस यादगार पल में हिस्सा लिया और एम्पायर स्टेट बिल्डिंग की



टावर लाइट्स को आधिकारिक तौर पर तिरंगे के रंगों में रोशन किया। उनकी मौजूदगी ने जश्न में भारतीय टेलीविजन की पुरानी यादों का रंग भर दिया, जबकि उनके पारंपरिक कपड़ों ने शाम के भारतीय संस्कृति और विरासत पर केंद्रित होने को और भी खास बना दिया। बाद में ग्रुप ने बिल्डिंग के 86वें फ्लोर पर बने ऑब्जर्वेशन डेक से तस्वीरें खिंचवाईं और इस खास मौके का जश्न मनाते हुए न्यूयॉर्क के नजारों का आनंद लिया।

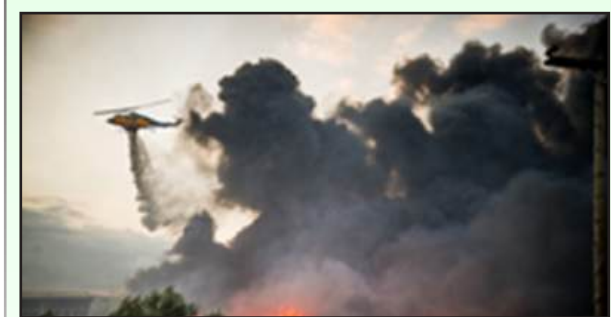
सार समाचार

अमेरिका की वर्जीनिया स्टेट यूनिवर्सिटी में फायरिंग, संदिग्धों ने 5 लोगों को मारी गोली



अमेरिका की वर्जीनिया स्टेट यूनिवर्सिटी में शनिवार तड़के कई संदिग्धों ने ताबड़तोड़ फायरिंग शुरू कर दी। इस घटना में पांच लोग घायल हो गए। वहीं घटना के बाद कैंपस को लॉकडाउन करना पड़ा। फिलहाल पुलिस ने जांच शुरू कर दी है। यह घटना यूनिवर्सिटी के 'क्वाड एनेक्सेस' के पास हुई, जहां कैंपस पुलिस और चेस्टरफील्ड काउंटी के अधिकारियों को कैंपस डॉर्मिटरी के बाहर पांच लोग गोली लगने से घायल अवस्था में मिले। काउंटी पुलिस ने बताया कि अधिकारी रात 1:30 बजे से ठीक पहले मौके पर पहुंचे और सुबह करीब 9 बजे लॉकडाउन हटा लिया गया। यह गोलीबारी ऐसे समय में हुई जब वर्जीनिया स्टेट का शैक्षणिक सत्र शुरू हो रहा है। यूनिवर्सिटी की वेबसाइट के अनुसार, छात्रों के लिए रेंजिडेंस हॉल एक

बेल्जियम में लगी भीषण आग से हाहाकार, 2,000 हेक्टेयर जमीन जलकर राख



ब्रसेल्स। बेल्जियम में आग लगने से हाहाकार मच गया है। आग इतनी भीषण है कि 2,000 हेक्टेयर जमीन जलकर राख हो गई है। अधिकारियों ने जानकारी दी है कि शनिवार शाम तक बेल्जियम के पूर्वी इलाके 'हाई फेन्स' में लगी देश की अब तक की सबसे भीषण आग की वजह से लगभग 2,000 हेक्टेयर वनस्पति जलाकर राख हो गई है। वालून पब्लिक सर्विंस की ओर से पुष्टि की गई है कि जंगल की आग से जलने वाले

रूस पर यूक्रेन की बड़ी एयरस्ट्राइक, 822 ड्रोनों से किया हमला, मचा हड़कंप



मॉस्को। यूक्रेन ने रविवार को रूस के कई हिस्सों में सैकड़ों ड्रोन से बड़ा हवाई हमला किया। रूस के अधिकारियों के मुताबिक, इस हमले में कम से कम छह लोगों की मौत हुई है। इसे युद्ध शुरू होने के बाद यूक्रेन के सबसे बड़े हवाई हमलों में से एक बताया जा रहा है। रूस के रक्षा मंत्रालय ने कहा कि उसने रातभर में 822 ड्रोन नष्ट किए, जिनमें से 600 रूस की राजधानी की ओर बढ़ रहे थे। बड़े पैमाने पर हुए इस हमले के बाद रूस के कई इलाकों में सुरक्षा व्यवस्था बढ़ा दी गई। रूस में दक्षिण-पश्चिमी रोस्टोव क्षेत्र के गवर्नर यूरी स्ल्यूसर ने बताया कि क्षेत्र के तीन शहरों पर हुए हमलों में पांच लोगों की मौत हो गई। मॉस्को क्षेत्र में यूक्रेन का एक ड्रोन एक निजी मकान पर गिरा जिससे 83 वर्षीय एक व्यक्ति की मौत हो गई। इससे पहले



अब साउथ कोरिया से नाराज हुए ट्रंप! जॉइंट मिलिट्री एक्सरसाइज में कटौती का दिया आदेश, जानिए वजह



वॉशिंगटन। अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप अचानक कुछ ऐसे फैसले लेते हैं जो पूरी दुनिया चौंका देती है। चाहे वेनेजुएला में अमेरिकी सेना का सैन्य ऑपरेशन हो, टैरिफ का मामला हो या फिर ईरान पर उनके बदलते रुख ने वैश्विक व्यवस्था में काफी उथल-पुथल मचाई है। अब ट्रंप ने पेंटागन को आदेश दिया है कि व साउथ कोरिया के साथ प्लान किए गए जॉइंट मिलिट्री एक्सरसाइज में कटौती करे। इसके पीछे सबसे बड़ी वजह ईरान है। ट्रंप ने कहा कि साउथ कोरिया ईरान को डीन्यूक्लियर बनाने में मदद करने से मना कर रहा है। इसके साथ ही नॉर्थ कोरिया के प्रति उन्होंने अपनी नरमदिली और किम जोंग उन के

ईरान ने फ्रांस को आंतरिक मामलों में दखल न देने की दी चेतावनी

तेहरान। ईरान के इंटेलिजेंस मंत्रालय ने फ्रांसीसी सरकार को ईरान के आंतरिक मामलों में "गैर-कानूनी दखल" के खिलाफ चेतावनी दी है। मंत्रालय ने शनिवार को अपनी वेबसाइट पर एक बयान में कहा कि जुलाई में तेहरान में दो फ्रांसीसी राजनयिकों ने विदेशी घुसपैठ और दखलअंदाजी से जुड़े एक बड़े मामले के संदिग्धों के साथ एक गुप्त बैठक में हिस्सा लिया था। जांच के बाद, मंत्रालय ने कहा कि इन राजनयिकों का ईरान के घरेलू कानूनों और उनकी राजनयिक जिम्मेदारियों के उल्लंघन और ऐसे व्यवहार का लंबा रिकॉर्ड रहा है।

250 दिन से समंदर में यूएसएस अब्राहम लिंकन, ट्रंप बोले- 'तैनाती लंबी नहीं'



वॉशिंगटन। विमानवाहक पोत यूएसएस अब्राहम लिंकन की रिकॉर्ड लंबी तैनाती अमेरिकी प्रशासन के लिए सवाल बनती जा रही है। करीब नौ महीने से समुद्र में मौजूद इस युद्धपोत के चालक दल की मानसिक सेहत और जहाज पर कथित खराब होती सुविधाओं को लेकर अमेरिकी सैन्यकर्मियों के परिवारों और सांसदों ने चिंता जताई है। इसी बीच राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने इन चिंताओं पर कहा कि जहाज की तैनाती उनके हिसाब से "काफी लंबी नहीं, बल्कि पर्याप्त भी नहीं हुई है।" यूएसएस अब्राहम लिंकन करीब 5,000 सैन्यकर्मियों के साथ 250 से ज्यादा दिनों से समुद्र में है और इस दौरान उसने लंबे समय तक किसी बंदरगाह पर ठहराव नहीं किया

इंडोनेशिया में 6.5 तीव्रता का एक और भूकंप, कुछ घंटे पहले आए भूकंप ने ली 40 की जान

CBS न्यूज की रिपोर्ट के अनुसार, शनिवार दोपहर इंडोनेशिया में 6.5 तीव्रता का एक और जबरदस्त भूकंप आया। इससे कुछ घंटे पहले ही सुबह 7.7 तीव्रता के विनाशकारी भूकंप से कम से कम 40 लोगों की मौत हो गई थी और सुनामी की चेतावनी जारी की गई थी। नेशनल सेंटर फॉर सीस्मोलॉजी (NCS) के अनुसार, भूकंप भारतीय समयानुसार शाम 4:24 बजे 165 किलोमीटर की गहराई पर आया। इसका केंद्र 3.043 N अक्षांश और 99.105 E देशांतर पर था। NCS ने X पर



देर हो चुकी है, मैंने सेक्रेटरी ऑफ वॉर, पीट हेगसेथ को जॉइंट मिलिट्री एक्सरसाइज को काफ़ी कम करने का निर्देश दिया है। मैंने हाल ही में साउथ कोरिया के प्रेसिडेंट से पूछा कि क्या वे इस्तामिक रिपब्लिक ऑफ़ ईरान के डीन्यूक्लियराइजेशन में हमारा साथ देना चाहेंगे, और उन्होंने कहा, "नहीं, धन्यवाद!" राष्ट्रपति ट्रंप के इस कदम को किसी सहयोगी देश से दूरी बनाकर एक ऐसे देश के लीडर के पक्ष में खड़े होने के उदाहरण के तौर पर देखा जा रहा जिसे पिछले अमेरिकी प्रशासन दुश्मन के रूप में देखते रहे हैं। ट्रंप प्रशासन ने ईरान के खिलाफ जंग में उम्मीद के मुताबिक समर्थन नहीं मिलने पर नाटो के सहयोगी देशों की भी आलोचना की थी।

उनसे पूछताछ की गई और उनमें से एक के साथ शारीरिक दुर्व्यवहार किया गया। बैरोट ने कहा कि वे अब सुरक्षित हैं और कुछ ही घंटों में फ्रांस लौटने वाले हैं। उन्होंने कहा, "यह हमला और भी चौंका देने वाला है क्योंकि ये दोनों अधिकारी सिविल सोसायटी, खासकर ईरानी कलाकारों और वैज्ञानिकों को सपोर्ट करने वाले हमारे प्रोग्राम्स की देखरेख करते हैं।" बाद में अरागची ने बैरोट के साथ फोन पर बातचीत में विरोध जताया और कहा कि दोनों फ्रांसीसी राजनयिकों की असामान्य हरकतें राजनयिक नियमों के खिलाफ थीं और अस्वीकार्य थीं।

कतर ने पकड़े ईरान के 3 फाइटर पायलट, 6 महीने से कर रखा है कैद

Middle East में ईरान-अमेरिका में जारी संघर्ष के बीच बड़ी खबर आई है। दरअसल, ईरान की फ़ार्स न्यूज एजेंसी ने आज (शनिवार को) बताया कि कतर में अमेरिकी बेस पर हमला करते वक्त मार्च में ईरान के दो Su-24 फाइटर जेट गिराए जाने के बाद, कतरी सेना ने उनके 3 मिलिट्री पायलटों को दबोच लिया था। कतर ने अब तक तीनों पायलटों को ना तो आपस में मिलने दिया है और ना ही उनकी सेहत के बारे में कोई जानकारी दे रहा है। फ़ार्स न्यूज एजेंसी के मुताबिक, आम्ड फोर्स के जनरल

जिम्बाब्वे में फेरी पलटने से 72 लोगों की मौत, इनमें 18 बच्चे भी शामिल, 90 की जगह 153 लोगों को ले जा रही थी नाव



जिम्बाब्वे में इस हफ्ते करीबा झील पर एक ओवरलोडेड फेरी पलटने से 70 से ज्यादा लोगों की मौत हो गई, जिसमें अठारह बच्चे भी शामिल हैं। शनिवार को रेस्क्यू टीम ने कई अन्य यात्रियों की लाशें बरामद कीं। इसके बाद पुलिस ने 72 मौतों की पुष्टि की। यह फेरी मंगलवार को तेज लहरों में पलट गई थी। पुलिस ने कहा कि 26 और लाशें बरामद की गई हैं, जिससे मरने वालों की संख्या 72 हो गई है। इसी महीने की शुरुआत में इंडोनेशिया में भी बोट में आग लगने से बड़ा हादसा हुआ था।



इंडोनेशिया में भूकंप से 53 मौतें, अब तक 995 आफ्टरशॉक भी आए, लोग घर के बाहर रात बिताने को मजबूर



इंडोनेशिया के पूर्वी हिस्से में 7.7 तीव्रता के भूकंप के कारण अब तक 53 मौतें हो चुकी हैं। भूकंप के एक दिन बाद बचाव टीमों ने रविवार को छह और शव बरामद किए। वहीं, बेघर हुए हजारों लोगों में से कई ने झटकों के डर से रात बाहर बिताई। कैथोलिक द्वीप फ्लोरेस में भूकंप के कारण भूस्खलन हुआ था। रेस्क्यू टीमों ने यहां के छह इलाकों में मलबे में लोगों की तलाश की। इस दौरान विशेष ध्यान दिया गया, क्योंकि वहां पहुंचना मुश्किल था। सिक्का रीजेंसी की राजधानी मौमेरे में सर्च-एंड-रेस्क्यू ऑफिस के हेड फथुर रहमान ने कहा, "हमने ज्यादातर लैंडस्लाइड साफ कर दिए हैं और पहले से अलग-थलग पड़े गांवों की सड़कें फिर से खोल दी हैं, हालांकि कम्युनिकेशन में रुकावट और बिजली कटौती से सर्च के काम में रुकावट आ रही है।" ईस्ट नुसा तेंगारा प्रांत में 900 से ज्यादा घर तबाह हो गए और 450 और डैमेज हो गए, जिससे करीब 5,000 लोगों को टेम्परी शेल्टर में रहना पड़ रहा है। नेशनल डिजास्टर मैनेजमेंट एजेंसी के डिजास्टर प्रिवेंशन के चीफ अब्दुल मुहरी ने कहा कि अकेले फ्लोरेस इलाके में कम से कम 241 घर डैमेज हुए। अमेरिकी जियोलॉजिकल सर्वे ने कहा कि भूकंप

स्टाफ की 'Search Committee for the Missing' के कमांडर मोहम्मद बाघरजादेह ने कहा कि इन 3 पायलटों की पहचान जवाद सालेही, अब्दुल-मजीद दशितयन और इमरान बेहुशियन के रूप में हुई है। कतरी सेना पिछले 6 महीनों से इन तीनों को कैद में रखे हुए है। कमांडर मोहम्मद बाघरजादेह ने दावा किया कि कतर की सरकार ने अभी तक इन तीनों पायलटों को एक-दूसरे से मिलने, अपने परिजनों या इन मामले को देख रहे ईरानी अधिकारियों से संपर्क करने की अनुमति नहीं दी है। अब ईरानी

अधिकारी ने ये डिमांड की है कि 'इंटरनेशनल कमिटी ऑफ द रेड क्रॉस' को कतर की कैद में मौजूद पायलटों से मिलने की इजाजत दी जाए। 'फ़ार्स' की रिपोर्ट के मुताबिक, "तीसरे जिनेवा कन्वेंशन के अंतर्गत, इंटरनेशनल रेड क्रॉस को कतर में ईरानी पायलटों से जल्द से जल्द मिलना चाहिए, उनके स्वास्थ्य की जांच करनी चाहिए और उनकी रिहाई के लिए जरूरी हालात बनाने में सहायता करनी चाहिए।" हालांकि, ईरान के इस दावे पर कतर की तरफ से तुरंत कोई रिप्लायन नहीं आया है।



## खेल समाचार

### WTC 2025-27 की प्वाइंट्स टेबल में ऑस्ट्रेलिया पर मंडराया नंबर-1 की कुर्सी गंवाने का खतरा

ऑस्ट्रेलिया क्रिकेट टीम को टेस्ट फॉर्मेट में उसके घर पर हराना किसी भी टीम के लिए कभी आसान काम नहीं रहा है, लेकिन बांग्लादेश ने 16 अगस्त की सुबह जो कर दिया वह अब इतिहास के पन्नों में दर्ज हो चुका है। 23 साल के लंबे अंतराल के बाद ऑस्ट्रेलिया में टेस्ट सीरीज खेलने पहुंची बांग्लादेश की टीम ने डार्विन के मैदान पर खेले गए पहले मुकाबले को चार दिनों के अंदर ही खत्म करने के साथ उसे 9 विकेट से अपने नाम कर लिया। बांग्लादेश की इस जीत से वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप 2025-27 की प्वाइंट्स टेबल में टीमों की पोजीशन में तो कई बदलाव नहीं देखने को मिला है लेकिन कंगारू

### हॉकी वर्ल्ड कप: ड्रॉ रहा भारतीय महिला टीम का पहला मुकाबला, चीन को 2-2 की बराबरी पर रोका



एमस्टेलवीन। हॉकी वर्ल्ड कप 2026 के अपने पहले मैच में रविवार को भारतीय महिला टीम ने चीन के साथ 2-2 से ड्रॉ खेला। भारत के लिए नवनीत और दीपिका ने गोल दागे, जबकि चीन की तरफ से झांग यिंग और मा निंग ने एक-एक गोल किए। एमस्टेलवीन के वैगनर हॉकी स्टेडियम में खेले गए इस मुकाबले में ड्रॉ के साथ दोनों टीमों ने एक-एक अंक हासिल किया। मुकाबले में भारत ने अच्छी शुरुआत की। लालरेमिसायमी ने 5वें मिनट में टीम को पेनाल्टी कॉर्नर दिलाया। नवनीत ने शॉट लिया, लेकिन वह गोल नहीं कर सकीं। हालांकि, आठवें मिनट में उन्होंने नेहा के पास पर गोल करके खाता खोला, लेकिन इसके बाद पेरिस ओलंपिक सिल्वर मेडलिस्ट

### महिला टी20 एशिया कप के लिए पाकिस्तानी टीम का हुआ ऐलान, फातिमा सना संभालेंगी कप्तानी की जिम्मेदारी



महिला टी20 एशिया कप का आयोजन इस बार दुबई में हो रहा है जिसमें कुल 8 टीमें हिस्सा ले रही हैं, जिनको 4-4 के दो ग्रुप में बांटा गया है। इसमें एक नाम पाकिस्तान महिला क्रिकेट टीम का भी शामिल है जिनको टूर्नामेंट में ग्रुप-ए में भारतीय महिला टीम के साथ शामिल किया गया है। 28 अगस्त से शुरू होने वाले महिला टी20 एशिया कप को लेकर पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड ने 15 सदस्यीय महिला स्क्वाड का ऐलान कर दिया है, जिसमें फातिमा सना एकबार फिर से कप्तानी की जिम्मेदारी संभालते हुए दिखाई देंगी। फातिमा ने श्रीलंका दौरे पर खेली गई टी20 सीरीज में हिस्सा नहीं लिया था, जिसमें वह द हंड्रेड में बर्मीथम फीनिक्स की तरफ से उस समय खेलने गईं हुई थी। पाकिस्तानी महिला टीम को आगामी महिला टी20 एशिया कप में अपना पहला मुकाबला एक सितंबर को थाईलैंड महिला टीम के खिलाफ खेलना है, वहीं इसके बाद

टीम की नंबर-1 पोजीशन पर खतरा जरूर अब मंडराते लगा है जिसपर पर वह इस संस्करण की शुरुआत होने से अब तक काबिज हैं। वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप 2025-27 की अंकतालिका को लेकर बात की जाए तो बांग्लादेश के खिलाफ मुकाबला गंवाने की वजह से ऑस्ट्रेलिया को उसके अंकों के प्रतिशत में नुकसान का सामना करना पड़ा है। ऑस्ट्रेलियाई टीम अभी भी पहली पोजीशन पर काबिज है जिसमें अब उसके अंकों का कुल प्रतिशत 77.78 हो गया है। वहीं दूसरे नंबर पर WTC 2025-27 की प्वाइंट्स टेबल में मौजूदा चैंपियन साउथ अफ्रीका की टीम है जिसके अभी कुल 75 अंक प्रतिशत हैं।

चीन ने बराबरी कर ली, जब भारत की शिल्पी डबास को सर्कल के अंदर फाउल के लिए पेनाल्टी स्ट्रोक मिला और झांग यिंग ने उसे गोल में बदल दिया। दीपिका ने 25वें मिनट में पेनल्टी कॉर्नर को गोल में बदला, जिसके बाद भारत ने एक बार फिर से बढ़त हासिल कर ली। सलीमा टेटे की कप्तानी वाली भारतीय टीम को 21वें मिनट में भी पेनाल्टी कॉर्नर मिला, लेकिन वे गोल नहीं कर पाए। हालांकि, चार मिनट बाद दीपिका ने दाईं ओर से तेजी से आगे बढ़ते हुए पेनाल्टी कॉर्नर हासिल किया और उसे गोल में बदल दिया। दीपिका के ड्रैग-फ्लिक से एक चीनी डिफेंडर को चोट लगने के बाद इस गोल को वीडियो अंपायर के पास भेजा गया; हालांकि, गोल को मान्यता दे दी गई।

उनका सामना 5 सितंबर को भारतीय महिला टीम से होगा। वहीं उनके स्क्वाड को लेकर बात की जाए तो उसमें कप्तान फातिमा सना के अलावा सादिया इकबाल और गुल फिरोजा की वापसी हुई है। सादिया को जहां श्रीलंका दौरे पर शामिल नहीं किया गया था, तो वहीं गुल फिरोजा टी20 सीरीज के लिए पाकिस्तानी महिला स्क्वाड का हिस्सा नहीं थी। एशिया कप 2026 के लिए पाकिस्तानी क्रिकेट बोर्ड ने रिजर्व खिलाड़ियों के नामों का भी ऐलान किया है जिसमें तस्मिया रुबाब, हुमना बिलाल, महाम अनीस, सदाफ शमास का नाम शामिल है। फातिमा सना (कप्तान), आयशा जफर, ईमान नसीर, एमान फातिमा, गुल फिरोजा, मोमिना रियासत, मुनीबा अली सिद्दीकी (विकेटकीपर), नजीहा अल्वी, नशरा संधू, सादिया इकबाल, सायरा जवीन, शावल जुल्फिकार, तूबा हसन, उम्म ए हानी, वहीदा अख्तर।

## आखिरी तीन बॉल पर चाहिए थे तीन रन, फिर जॉस बटलर की कप्तानी वाली टीम ने किया कमाल



आखिरी तीन बॉल पर टीम को तीन रन चाहिए हों, लेकिन इसके बाद भी दो बॉल शेष रहते हुए मैच जीत लिया गया हो, ऐसा कम ही दिखाई देता है, लेकिन ये करिश्मा द हंड्रेड टूर्नामेंट में देखने के लिए मिला है। इस लीग का फाइनल मुकाबला ट्रेट रॉकेट्स और मैनचेस्टर सुपर जायंट्स के बीच खेला गया। जॉस बटलर की कप्तानी में सुपर जायंट्स ने पहली बार इस खिताब को अपने नाम करने में सफलता हासिल की है। फाइनल मैच में कमाल का खेल देखने के लिए मिला। महिला हंड्रेड लीग का खिताब ट्रेट रॉकेट्स ने जीत लिया है। द हंड्रेड का फाइनल मैच ट्रेट रॉकेट्स और मैनचेस्टर सुपर जायंट्स के बीच खेला गया। पहले बल्लेबाजी करते हुए ट्रेट रॉकेट्स ने 100 बॉल पर 8 विकेट के नुकसान पर 158 रन बनाए। टीम के लिए कोई बल्लेबाज 50 का आंकड़ा भी नहीं छू पाई। एन्यूरिन

डोनाल्ड ने 19 बॉल पर 38 रनों की एक अच्छी पारी खेली। इसके बाद जब मैनचेस्टर सुपर जायंट्स की टीम रनों का पीछा करने के लिए उतरी तो टिम साइफर्ट ने 39 बॉल पर 72 रनों की धमाकेदार पारी खेली। हालांकि इसके बाद टीम की गाड़ी पटरी से उतर गई। जब 97 बॉल का खेल हो गया, तब टीम को आखिरी तीन बॉल पर तीन रन की जरूरत थी। मैच काफी हद तक फंसा हुआ नजर आ रहा है। 98वीं बॉल पर लियाम डॉसन ने छक्का लगाकर अपनी टीम को जीत दिला दी। ये पहली बार है, जब सुपर जायंट्स ने किसी टी20 टूर्नामेंट को अपने नाम किया है। ये आईपीएल की एलएसजी यानी लखनऊ सुपर जायंट्स की ही टीम है। मैनचेस्टर सुपर जायंट्स की टीम की कप्तान जॉस बटलर के हाथ में है और उन्होंने टीम को ट्रॉफी जिता दी। मैनचेस्टर सुपर जायंट्स की टीम साल 2022 और

2023 में रनरअप रही थी, लेकिन खिताब से एक कदम से चूक गई थी, लेकिन अब टीम ने इस सूखे को आखिरकार खत्म करने में सफलता हासिल कर ली है। जॉस बटलर इससे पहले टी20 विश्व कप का खिताब भी अपनी कप्तानी में टीम को जिता चुके हैं और अब एक और टी20 लीग जीत ली है। फाइनल मुकाबले में मैनचेस्टर सुपर जायंट्स की शुरुआत भी कुछ खास नहीं रही थी, लेकिन टिम साइफर्ट ने एक छोर संभालते हुए टीम की उम्मीदों को बनाए रखा। उनकी 39 गेंदों में 72 रन की शानदार पारी ने लक्ष्य का पीछा करने की नींव मजबूत की। हालांकि, उनके आउट होने के बाद मुकाबला अचानक रोमांचक मोड़ पर पहुंच गया और ट्रेट रॉकेट्स के गेंदबाजों ने दबाव बनाना शुरू कर दिया। 97 गेंदों का खेल पूरा होने के बाद मैनचेस्टर सुपर जायंट्स को जीत के लिए तीन गेंदों पर सिर्फ

तीन रन चाहिए थे। ऐसे समय में आमतौर पर बल्लेबाज जोखिम से बचते हुए मैच को सुरक्षित तरीके से खत्म करने की कोशिश करता है, लेकिन लियाम डॉसन ने 98वीं गेंद पर बड़ा शॉट खेलकर सीधे छक्का जड़ दिया। इस छक्के के साथ ही सुपर जायंट्स ने दो गेंद शेष रहते मुकाबला अपने नाम कर लिया। इस रोमांचक जीत के साथ मैनचेस्टर सुपर जायंट्स ने द हंड्रेड के इतिहास में अपना पहला खिताब हासिल किया। टीम इससे पहले 2022 और 2023 में फाइनल तक पहुंची थी, लेकिन दोनों मौकों पर उसे उपविजेता बनकर संतोष करना पड़ा था। इस बार टीम ने पिछले दोनों फाइनल की निराशा को पीछे छोड़ते हुए ट्रॉफी पर कब्जा जमाया। बटलर पहले भी अपनी कप्तानी में टी20 विश्व कप की ट्रॉफी जीत चुके हैं और अब द हंड्रेड का खिताब भी उनके नाम हो गया है।

### फुटबॉल से रिटायरमेंट लेने की तैयारी में क्रिस्टियानो रोनाल्डो? बोले- शायद मेरा आखिरी साल



फुटबॉल की दुनिया में एक युग के खत्म होने की आहट सुनाई देने लगी है। पांच बार के बैलन डी'ओर विजेता क्रिस्टियानो रोनाल्डो ने अपने संन्यास को लेकर अब तक का सबसे बड़ा संकेत दिया है। पुर्तगाल के दिग्गज फुटबॉलर ने कहा है कि मौजूदा सीजन बतौर खिलाड़ी उनका आखिरी साल हो सकता है। 41 साल के रोनाल्डो का अल नासर के साथ कॉन्ट्रैक्ट जून 2027 तक है। हालांकि, वह पहले भी कई बार मान चुके हैं कि उनका खेल करियर अपने अंतिम पड़ाव पर पहुंच रहा है, लेकिन उन्होंने कभी संन्यास की कोई निश्चित तारीख नहीं बताई थी। अब वोग को दिए इंटरव्यू में उन्होंने कहा कि यह शायद फुटबॉल में

उनका आखिरी साल है और वह एक शानदार विरासत छोड़ना चाहते हैं। रोनाल्डो ने पिछले साल नवंबर में भी कहा था कि वह एक या दो साल और खेल सकते हैं। उन्होंने यह भी साफ किया था कि 2026 का वर्ल्ड कप उनके करियर का आखिरी वर्ल्ड कप होगा। पिछले महीने स्पेन के खिलाफ हार के बाद पुर्तगाल फीफा वर्ल्ड कप 2026 से बाहर हो गया था। हालांकि, तब रोनाल्डो ने यह बताने से इनकार कर दिया था कि वह पूरी तरह फुटबॉल को कब अलविदा कहेंगे। रोनाल्डो ने बताया कि उन्होंने फुटबॉल के बाद की ज़िंदगी को लेकर पहले से योजना बनानी शुरू कर दी है। अब वह अपने परिवार के साथ ज्यादा समय

बिताना चाहते हैं और मैदान से बाहर की ज़िंदगी का आनंद लेना चाहते हैं। उन्होंने कहा कि फुटबॉल छोड़ने के बाद ज़िंदगी में पैदा होने वाले खालीपन को कई अलग-अलग गतिविधियों से भरना होगा। रोनाल्डो ने यात्रा करने, पैडल खेलने और देखने जैसी चीजों का जिक्र करते हुए कहा कि वह अपनी उपलब्धियों का आनंद लेना चाहते हैं। उन्होंने कहा कि पिछले 25 साल उनके लिए त्याग और कड़ी मेहनत से भरे रहे हैं। ऐसे में अब ज़िंदगी के दूसरे पहलुओं को समय देना भी जरूरी है। रोनाल्डो के इस बयान से इस साल उनके रिटायरमेंट का साफ संकेत मिल रहा है। रोनाल्डो ने स्पोंसिंग सीपी से अपने करियर की शुरुआत की थी।

### ऋषभ पंत ने फिर दोहराई वही पुरानी गलती, खराब शॉट खेलकर गंवाया विकेट

भारत और श्रीलंका के बीच सीरीज का पहला टेस्ट मैच गाले इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में खेला जा रहा है। टीम के विकेटकीपर-बल्लेबाज ऋषभ पंत एक बार फिर अच्छी शुरुआत का फायदा उठाने में नाकाम रहे और खराब शॉट खेलकर आउट हुए। देवदत्त पडिक्कल के साथ दूसरे दिन बल्लेबाजी करने उतरे पंत शुरुआत में अच्छी लय में दिखाई दिए। पंत के बल्ले से रन आ रहे थे और वह क्रीज पर सेट भी दिख रहे थे। हालांकि, बड़ा शॉट लगाने की चाहत में पंत अपना विकेट तोहफे में देकर चलते बने। 39 के स्कोर पर केशरा नुवानथा की गेंद



पर पंत ने आगे बढ़कर छक्का लगाने के इरादे से हवाई शॉट खेला, लेकिन गेंद और बल्ले का अच्छा संपर्क नहीं हुआ और बॉल बैट का भारी किनारा लेकर फील्डर के हाथों में चली गई। पवेलियन लौटते समय पंत खुद अपने शॉट से निराश नजर आए। हालांकि, यह पहला मौका नहीं है कि

जब पंत इस तरह का खराब शॉट खेलकर पवेलियन लौटे हैं। अच्छी शुरुआत करने के बाद बड़ा शॉट खेलने की जल्दबाजी में पंत अक्सर अपना विकेट गंवा देते हैं। हालांकि, देवदत्त पडिक्कल ने अपनी शानदार बल्लेबाजी से टेस्ट के दूसरे दिन हर किसी को प्रभावित किया।

### महिला हंड्रेड में ट्रेट रॉकेट्स का धमाका, सनराइजर्स लीड्स को 8 विकेट से रौंदकर पहली बार बनी चैंपियन



एश्ले गार्डनर की कप्तानी में ट्रेट रॉकेट्स ने लॉर्ड्स में खेले गए महिला हंड्रेड के फाइनल में सनराइजर्स लीड्स को एकतरफा अंदाज में 8 विकेट से हराकर पहली बार खिताब अपने नाम कर लिया। पहले गेंदबाजी करते हुए रॉकेट्स ने सनराइजर्स को महज 91 रन पर समेट दिया और फिर 46 गेंद बाकी रहते लक्ष्य हासिल कर लिया। लीग स्टेज में 8 में से 7 मुकाबले जीतने वाली ट्रेट रॉकेट्स ने फाइनल में भी अपने फेवरेट होने की वजह साबित कर दी। सनराइजर्स की टीम पूरे मैच में दबाव से बाहर नहीं निकल सकी। सनराइजर्स लीड्स की शुरुआत बेहद खराब रही। फोएबे लिचफील्ड ने पारी की शुरुआत में सामंथा बेट्स के खिलाफ चौका और छक्का लगाकर कुछ उम्मीद जगाई, लेकिन किम गथ ने लगातार गेंदों पर बायरनी स्मिथ और लॉरेन विनफील्ड-हिल को आउट कर दिया।लिचफील्ड भी ज्यादा देर नहीं टिक सकीं और सनराइजर्स का स्कोर 24/3 हो गया। इसके बाद एनाबेल सदरलैंड और भारतीय ऑलराउंडर दीपि शर्मा ने पारी को संभालने की कोशिश की। दोनों ने 32 रन की अहम साझेदारी कर टीम को मुश्किल

स्थिति से बाहर निकालने का प्रयास किया। हालांकि, दीपि के बोलड होते ही सनराइजर्स की पारी फिर लड़खड़ा गई। चार गेंद बाद जॉर्जिया एडम्स ने सदरलैंड को स्टंप कर दिया। इसके तीन गेंद बाद जेस जोनासन रन आउट होकर खाता भी नहीं खोल सकीं। इसके बाद विकेटों का सिलसिला थमा नहीं। सामंथा बेट्स भी जल्द लौट गईं। डेनियल गिब्सन ने चार चौकों की मदद से टीम के स्कोर को 100 के करीब पहुंचाने की कोशिश की, लेकिन रॉकेट्स के गेंदबाज लगातार विकेट निकालते रहे और पूरी टीम 91 रन पर ऑलआउट हो गई। 92 रन के छोटे लक्ष्य का पीछा करने उतरी ट्रेट रॉकेट्स की सलामी जोड़ी ने शुरुआत से ही आक्रामक रुख अपनाया। सोंफिया डंकली ने केट क्रॉस की गेंद को डीप मिडविकेट के ऊपर से छक्के के लिए भेजा और फिर जेस जोनासन के खिलाफ भी स्ट्रॉंग स्वीप लगाकर गेंद बाउंड्री के बाहर पहुंचा दी। बेथ मूनी ने भी कासिडी मैकार्थी के खिलाफ लगातार दो चौके जड़कर अपना खाता खोला। एलिमिनेटर की प्लेयर ऑफ द मैच हन्ना बेकर भी रॉकेट्स की बल्लेबाजों को रोक नहीं सकीं।

### हॉकी वर्ल्ड कप में टीम इंडिया ने किया शानदार आगाज, वेल्स को 3-1 के अंतर से दी मात

भारतीय हॉकी टीम ने बेल्जियम और नीदरलैंड की संयुक्त मेजबानी में खेले जा रहे हॉकी वर्ल्ड कप में जीत के साथ आगाज करते हुए अपने अभियान की शानदार शुरुआत की है। पूल-डी में शामिल भारतीय टीम का 15 अगस्त को पहला मैच वेल्स की टीम के खिलाफ था, जिसमें उन्होंने इस मैच को 3-1 के अंतर से अपने नाम किया। टीम इंडिया ने पहले 2 क्वार्टर में ही 2-0 की

बढ़त बना ली थी, जिसके बाद मुकाबला खत्म होने तक अपने दबाव को बरकरार रखा हुआ था। भारतीय टीम के लिए इस मैच में जीत दिलाने में अहम भूमिका कप्तान हरमनप्रीत सिंह ने निभाई जो दो गोल करने में कामयाब रहे। वेल्स के खिलाफ मुकाबले की शुरुआत होने के साथ भारतीय टीम की तरफ से पहले क्वार्टर के 7वें मिनट में सुमित ने गोल करने के साथ 1-0 की बढ़त दिला दी।

इसके बाद 10वें मिनट में कप्तान हरमनप्रीत सिंह ने शानदार ड्रैग-फ्लिक से गोल करते हुए बढ़त को 2-0 पहुंचा दिया। पहले हाफ का खेल खत्म होने पर भारतीय टीम मुकाबले में 2-0 से आगे थी। वहीं दूसरे क्वार्टर में टीम इंडिया ने थोड़ा सुरक्षात्मक रुखा अपनाया और ना कोई गोल किया ना ही वेल्स की टीम को मैच में खाता खोलने का मौका दिया।

### हॉकी वर्ल्ड कप में भारतीय महिला टीम का दमदार आगाज, ओलंपिक सिल्वर मेडलिस्ट चीन को 2-2 पर रोका



हॉकी वर्ल्ड कप के अपने पहले ही मुकाबले में भारतीय महिला टीम ने बता दिया कि इस बार उसकी नजरें सिर्फ हिस्सा लेने पर नहीं, बल्कि बड़ी टीमों को चुनौती देने पर हैं। कप्तान सलीमा टेटे की अगुवाई वाली भारतीय टीम ने 16 अगस्त को एमस्टेलवीन के वैगनर हॉकी स्टेडियम में मौजूदा ओलंपिक सिल्वर मेडलिस्ट चीन को 2-2 की बराबरी पर रोककर टूर्नामेंट का शानदार आगाज किया। भारत की ओर से नवनीत और दीपिका ने गोल दागे। मुकाबले में भारतीय टीम ने दो बार बढ़त बनाई, लेकिन चीन ने हर बार वापसी करते हुए स्कोर बराबर कर दिया। आखिरी क्वार्टर में दोनों टीमों ने निर्णायक

गोल के लिए पूरा जोर लगाया, लेकिन किसी को सफलता नहीं मिली और मुकाबला ड्रॉ पर खत्म हुआ। इससे पहले भारतीय मेन्स टीम ने वेल्स को हराकर टूर्नामेंट में जीत से अपने अभियान का आगाज किया। भारत ने मुकाबले की शुरुआत आक्रामक अंदाज में की। पांचवें मिनट में लालरेमिसायमी ने भारत के लिए पेनल्टी कॉर्नर हासिल किया। नवनीत ने शॉट लिया, लेकिन चीन के डिफेंस ने उसे रोक दिया। हालांकि, तीन मिनट बाद भारत ने अपना खाता खोल दिया। आठवें मिनट में नेहा के शानदार पास पर नवनीत ने गेंद को गोल में पहुंचाकर भारत को 1-0 की बढ़त दिला दी। भारत की बढ़त

ज्यादा देर नहीं टिक सकी। शिल्पी दहिया पर सर्कल के अंदर फाउल का आरोप लगा और चीन को पेनल्टी स्ट्रोक मिला। झांग यिंग ने इस मौके को भुनाते हुए स्कोर 1-1 कर दिया। दूसरे क्वार्टर में भारत ने फिर दबाव बनाना शुरू किया। 21वें मिनट में भारत को पेनल्टी कॉर्नर मिला, लेकिन टीम उसे गोल में नहीं बदल सकी। इसके चार मिनट बाद दीपिका ने दाईं ओर से शानदार मूव बनाया और भारत को एक और पेनल्टी कॉर्नर दिलाया। दीपिका ने इस बार कोई गलती नहीं की और अपने ड्रैग-फ्लिक से गेंद को गोल के अंदर पहुंचा दिया। दूसरे हाफ में चीन ने अपने खेल की रफ्तार बढ़ा दी।

## क्या कैंसर अचानक होता है? अगर आपके मन में भी उठता है ये सवाल, तो डॉक्टर से जानें सही जवाब

कैंसर ऐसी बीमारी है जिसे समझना अभी भी आम लोगों के लिए मुश्किल है। कई बार हेल्दी और फिट लोगों को अचानक से तीसरी और चौथी स्टेज का कैंसर हो जाता है। ऐसे में हर व्यक्ति के मन में सवाल आता है कि क्या कैंसर अचानक होता है? सच्चाई यह है कि कैंसर एक दिन में नहीं होता बल्कि हमारे शरीर में कोशिकाओं में धीरे-धीरे होने वाले असामान्य बदलावों से विकसित होता है। डॉक्टर अश्वत मलिक (सीनियर कंसल्टेंट-हेड एंड नेक ऑन्कोलॉजि, अपोलो हॉस्पिटल्स, दिल्ली) ने बताया समय-समय पर कैंसर की स्क्रीनिंग खतरे से आपको बचा सकती है। कैंसर



का कोई भी लक्षण नजर आए तो तुरंत डॉक्टर से सलाह लें। समय पर सही इलाज मिलने से कैंसर से बचने की संभावना काफी बढ़ जाती है। डॉक्टर अश्वत मलिक ने

बताया कि सबसे पहले आपका जानना जरूरी है कि कैंसर होता है। डॉक्टर्स की मानें तो कैंसर एक ऐसी बीमारी है जिसमें शरीर की कुछ कोशिकाएं अनियंत्रित रूप

से बढ़ने लगती हैं। ये कोशिकाएं एक ट्यूमर (Tumor) का रूप ले लेती हैं और धीरे-धीरे शरीर के अन्य हिस्सों में ये कोशिकाएं फैल जाती है। हालांकि ऐसा जरूरी

नहीं है कि हर ट्यूमर कैंसर हो, कई बार कुछ ट्यूमर नॉन कैंसरस होते हैं। आम लोगों के मन में ये सवाल सबसे ज्यादा आता है कि आखिर कैंसर क्यों होता है। किन वजहों से इंसान कैंसर की चपेट में आता है। डॉक्टर्स की मानें तो कैंसर का कोई एक कारण नहीं है। ये आपकी लाइफस्टाइल, जैविक और आनुवंशिक कारणों से जुड़ा हो सकता है। इतना ही नहीं बढ़ती उम्र की वजह से भी कैंसर का खतरा होता है। उम्र के साथ कुछ कोशिकाओं में बदलाव आने लगता है, जो कैंसर के जोखिम को बढ़ाती हैं। इसके अलावा अगर परिवार में किसी को कैंसर रहा है।

## गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिस्ट ने बताया क्या है इस्तेमाल का सही तरीका

काँफी का सेवन लोग आमतौर पर सुबह के समय नींद दूर करने या एनर्जी बूस्ट करने के लिए पीते हैं। क्लिनिकल स्टडीज के मुताबिक, काँफी के अंदर एक हजार से ज्यादा कॉम्प्लेक्स बायोएक्टिव कम्पाउंड होते हैं। जब आप बिना चीनी और दूध के इसका सेवन करते हैं तो इससे आपकी लिवर को कई फायदे मिल सकते हैं। दरअसल, लिवर

की सफाई के लिए लोग डिटॉक्स ड्रिंक का सेवन करते हैं। लेकिन अगर आप फैटी लिवर के मरीज हैं तो काँफी का सेवन इसे रिवर्स कर सकता है। गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिस्ट डॉक्टर शुभम वात्स्य ने अपने यू ट्यूब पेज पर वीडियो शेयर करते हुए बताया है कि ब्लैक काँफी के फायदे और सेवन का सही तरीका बताया है।

फैटी लिवर करता है कंट्रोल: जब आप ब्लैक काँफी पीते हैं तब ये कॉम्प्लेक्स बायोएक्टिव कम्पाउंड जैसे क्लोरोजेनिक एसिड और पॉलीफेनोल्स लिवर तक पहुंचकर ऑक्सिडेटिव तनाव को कम करते हैं और फैट जमने की प्रक्रिया को रोकते हैं, और लिवर की कोशिकाओं को नुकसान से बचाते हैं।

लिवर की सूजन को करता है कंट्रोल: बिना चीनी और क्रीम वाली ब्लैक काँफी लिवर की सूजन और फैट को कम करने में मददगार होती है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट और कैफीन लिवर एंजाइम को सुधारते हैं और फाइब्रोसिस के खतरे को धीमा करते हैं। लिवर एंजाइम को रेगुलेट करने में मददगार: ब्लैक काँफी मरीजों

को एसजीपीटी (SGPT) या एसजीओटी (SGOT) एंजाइम के स्तर को नियंत्रित करने में सहायक हो सकती है। ये लिवर के मेटाबॉलिक लोड्स को भी कंट्रोल करता है। बता दें दो से तीन कप काँफी में 300 से 400 मिलीग्राम कैफीन होता है। इससे ज्यादा आपको काँफी का सेवन नहीं करना चाहिए।

## मीट से ज्यादा इन सब्जियों में होता है प्रोटीन, शरीर को फिट रखने के लिए वेजिटेरियन लोग जरूर खाएं



प्रोटीन हमारे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए जरूरी है। मांसपेशियों को मजबूत बनाने और वजन घटाने के लिए प्रोटीन की जरूरत होती है। नॉनवेज में काफी मात्रा में प्रोटीन पाया जाता है, वहीं दूसरी ओर वेजिटेरियन लोग प्रोटीन का सोर्स खोजते रहते हैं। ज्यादातर शाकाहारी लोगों के प्रोटीन में प्रोटीन की मात्रा कम होने लगती है। क्योंकि सब्जियों में मीट की तुलना में कम प्रोटीन होता है। हालांकि आप कुछ प्लांट बेस्ड सब्जियां और अनाज डाइट में शामिल कर प्रोटीन की कमी को दूर कर सकते हैं। शाकाहारी लोगों के लिए बीन्स, मटर, नट्स, बीज, साबुत अनाज जैसी कई चीजें हैं जो प्रोटीन की कमी को दूर करती हैं। सब्जियां खाकर भी शरीर में प्रोटीन की कमी को पूरा किया जा सकता है। प्रोटीन के लिए आप डाइट में भुट्टा, ब्रोकोली, एस्पिरास, ब्रसल स्पाउट, फलियां, काले सेम, चना, मूंग, मटर, सोयाबीन, मूंगफली, सोया उत्पाद जैसे टोफू खा सकते हैं। शाकाहारी लोगों के लिए नट्स भी प्रोटीन का अच्छा सोर्स है। इसके लिए आप बादाम, पिस्ता, काजू, अखरोट, सीड्स, कद्दू के बीज, सूरजमुखी

के बीज, तिल, चिया सीड्स, पटसन के बीज, साबुत अनाज को डाइट का हिस्सा बना सकते हैं। डाइट में जो भी अनाज शामिल करते हैं उससे भी शरीर को प्रोटीन मिलता है। इसके लिए आप गेहूं, किनोआ, चावल, बाजरा, जई, रागी जैसे अनाज को शामिल कर सकते हैं। बाजरा हाई प्रोटीन डाइट है। इसके अलावा दालों में भी प्रोटीन की अच्छी मात्रा पाई जाती है। खासतौर से अरहर की दाल हाई प्रोटीन वाली होती है। इसके अलावा शाकाहारी डाइट में दूध, दही, पनीर और छाछ जैसे डेयरी उत्पाद भी प्रोटीन की जरूरत पूरी करने में मदद कर सकते हैं। खासतौर पर पनीर और ग्रीक योगर्ट जैसे विकल्पों में प्रोटीन की मात्रा अपेक्षाकृत अच्छी होती है। इन्हें नारते, लंच या शाम के स्नैक के रूप में डाइट में शामिल किया जा सकता है। सोयाबीन और इससे बने खाद्य पदार्थ शाकाहारी लोगों के लिए प्रोटीन के अच्छे विकल्प माने जाते हैं। सोया चंक्स, टोफू और टेम्पेह को सब्जियों या सलाद के साथ खाया जा सकता है। इनमें मौजूद प्रोटीन मांसपेशियों की मरम्मत और शरीर की रोजमर्रा की जरूरतों को पूरा करने में मदद करता है।

## इस बीमारी के मरीजों के लिए फायदेमंद है काजू, जानें कब और कैसे करें सेवन

ऑस्टियोपोरोसिस एक ऐसी बीमारी है जिसमें हड्डियां अंदर से कमजोर हो जाती हैं और अपने आप टूटने लगती है। इस बीमारी की शुरुआत असल में तब होती है जब हड्डियों का घनत्व कम होने लगता है। ऐसी स्थिति में काजू खाना फायदेमंद हो सकता है और इसमें पाए जाने वाली कई चीजें हड्डियों को अंदर से सेहतमंद रखने में मदद कर सकती हैं। ये न सिर्फ हड्डियों का घनत्व बढ़ाते हैं बल्कि, ये कई चीजों को और बढ़ावा देते हैं जो कि हड्डियों के कामकाज को बेहतर बनाए रखने के लिए जरूरी है। तो, आइए जानते हैं ऑस्टियोपोरोसिस में काजू खाने के फायदे। ऑस्टियोपोरोसिस में काजू खाने के फायदे कई हैं। सबसे पहले तो ये कॉपर से भरपूर है जो कि बोनो मिनरल डेंसिटी बढ़ाने के लिए जरूरी है। इसकी कमी से ऑस्टियोपोरोसिस के खतरे

को कम करने में मदद मिलती है और इस बीमारी से बचाव होता है। कैल्शियम और मैग्नीज से भरपूर काजू हड्डियों के लिए फायदेमंद है। काजू में मौजूद मैग्नीशियम हड्डियों के निर्माण के लिए जरूरी है क्योंकि यह हड्डियों में कैल्शियम के अवशोषण में मदद करता है। मैग्नीज, काजू में पाया जाने वाला एक अन्य खनिज है जो कि कॉपर के साथ मिलकर ऑस्टियोपोरोसिस को रोकने में मदद कर सकता है। कॉपर हमारे शरीर के प्रमुख संरचनात्मक घटकों कोलेजन और इलास्टिन के रखरखाव में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। दरअसल, जब शरीर में कॉपर की कमी होती है हड्डियों के टिशूज बहुत जल्दी खराब होते हैं। इससे कई प्रकार की समस्याएं हो सकती हैं, जैसे जोड़ों का काम न करना। ऑस्टियोपोरोसिस में आपको काजू वाला दूध पीना चाहिए।

## पैंक्रियाज में सूजन आने से हो सकते हैं डायबिटीज के शिकार

कुछ ऑर्गन ऐसे होते हैं जिनका फिटनेस टेस्ट करना तो दूर हमारा उसपर ध्यान तक नहीं जाता। ऐसा ही एक ऑर्गन है पैंक्रियाज जो बाँड़ी फंक्शन में अहम रोल प्ले करता है। इस ऑर्गन में गड़बड़ी आपको मोटापा और शुगर जैसी खतरनाक बीमारी का मरीज बना सकती है। पैंक्रियाज के दो जरूरी काम होते हैं, पहला पाचन दुरुस्त रखने के लिए एंजाइम रिलीज करना और दूसरा इंसुलिन हार्मोन बनाकर शरीर में शुगर लेवल कंट्रोल रखना। लेकिन जब गलत खानपान,गॉल ब्लैडर में स्टोन या बाँड़ी में ज्यादा कैल्शियम जमा होने की वजह से पैंक्रियाज में सूजन आ जाती है तो थकान, एसिडिटी, कब्ज और ओबेसिटी

जैसी तमाम दिक्कतें होने लगती हैं। पैंक्रियाज में सूजन का सबसे ज्यादा असर ब्लड शुगर लेवल पर पड़ता है, क्योंकि पैंक्रियाज शरीर के लिए जरूरी इंसुलिन नहीं बना पाता और इंसुलिन की कमी से ब्लड में ग्लूकोज बढ़ने से मरीज डायबिटिक हो जाता है। यही नहीं अगर पैंक्रियाज में सूजन लगातार बनी रहे तो पैनक्रिएटिक कैंसर तक हो सकता है। इस कैंसर से दुनियाभर में हर 1 लाख लोगों में 12 लोग जान गंवा देते हैं। 80 से 85 फीसदी मरीज में पैनक्रिएटिक कैंसर का पता एडवांस स्टेज में जाकर चल पाता है, जिनमें करीब 15% लोग 4-5 साल से ज्यादा नहीं जी पाते।

## कार्डियक अरेस्ट से कैसे बचें, जानिए अचानक से रुक जाए दिल की धड़कन तो कैसे बचाएं जान



अनियमित दिनचर्या और डाइट में बरती गई लापरवाही जानलेवा हो सकती है। जी हां पिछले कुछ समय में सडन कार्डियक अरेस्ट के मामले तेजी से बढ़े हैं। हार्ट अटैक और कार्डियक अरेस्ट की बड़ी वजह हमारी खराब होती लाइफस्टाइल बन रही है। Cardiac Arrest हार्ट अटैक से काफी अलग है हालांकि आम लोग दोनों को एक जैसा ही मानते हैं। शराद हॉस्पिटल के इंटरनल मेडिसिन डिपार्टमेंट के प्रोफेसर डॉ भुमेश त्यागी के मुताबित कार्डियक अरेस्ट में हार्ट अचानक काम करना बंद कर देता है। इसके कई कारण हो सकते हैं जैसे अनियमित हार्ट रिदम, Elec-

trocution और ट्रॉमा जैसे कई कारण हो सकते हैं। कार्डियक अरेस्ट एक इलेक्ट्रिकल समस्या है जो हार्ट की पंपिंग क्रिया को रोक देती है। अगर समय पर इलाज और सीपीआर मिल जाए तो मरीज की जान बचाई जा सकती है। कुछ बातों का ख्याल रखने से कार्डियक अरेस्ट के खतरे को कम किया जा सकता है। नियमित व्यायाम करें- आजकल फिटनेस कम होने के कारण कई बीमारियां शरीर में पैदा होने लगी हैं। मोटापे के वजह से डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर और हार्ट संबंधी बीमारियों के मरीज तेजी से बढ़ रहे हैं। ये समस्याएं शरीर में कार्डियक

अरेस्ट की वजह बन सकती है। इसलिए रोजाना कोई न कोई एक्सरसाइज जरूर करें। हेल्दी डाइट- स्वस्थ रहने के लिए डाइट का खास ख्याल रखें। खाने में ज्यादा से ज्यादा फल, सब्जियां, साबुत अनाज, लीन प्रोटीन और हेल्दी फैट्स को शामिल करें। डाइट से आपकी सेहत पर सीधा असर पड़ता है। इसलिए क्या खा रहे हैं इसका ख्याल जरूर रखें। स्वस्थ वजन रखें- मोटापा यानि बीमारियों की शुरुआत, इसीलिए डॉक्टर्स वजन को कंट्रोल करने की सलाह देते हैं। अधिक वजन या मोटापा होने से हृदय रोग और कार्डियक अरेस्ट का खतरा बढ़ जाता

है। ओबेसिटी के मरीज को हार्ट अटैक, कार्डियक अरेस्ट और दूसरी बीमारियों का खतरा ज्यादा रहता है। स्मॉकिंग छोड़ दें- धूम्रपान करने से न सिर्फ फेफड़े खराब होते हैं बल्कि इससे हार्ट से जुड़ी समस्याएं भी होती है। धूम्रपान करने से कार्डियर अरेस्ट का खतरा बढ़ता है वहीं कैंसर जैसी खतरनाक बीमारियां पैदा होती हैं। इसलिए धूम्रपान की लत छोड़ दें और शराब भी बहुत कम पिएं। तनाव को दूर रखें- भागदौड़ भरी जिंदगी में लोगों को तनाव की समस्या काफी परेशान करने लगी है। इसलिए किसी भी तरह अपने तनाव को कंट्रोल रखें।

## दिखने लगे शरीर में ये लक्षण तो बंद कर दें Vitamin C, ज्यादा सेवन हो सकता है नुकसानदेह!

विटामिन सी (vitamin c) सेहत के लिए कई प्रकार से जरूरी है। ये इम्युनिटी बूस्टर है जो आपको कई बीमारियों से बचाता है। तो, ये स्किन के लिए भी जरूरी है जो कि लंबे समय तक आपके काम आ सकता है। पर ज्यादा विटामिन सी का सेवन फायदे की जगह नुकसान भी हो सकता है। कैसे, जानते हैं विटामिन सी के इन नुकसानों (vitamin C side effects) के बारे में विस्तार से। क्योंकि ये विटामिन की अधिकता कई अंगों को प्रभावित कर सकती है और नुकसान को वजह हो सकती है। विटामिन सी ज्यादा होने से शरीर में उल्टी और डायरिया की स्थिति हो जाती है। दरअसल, विटामिन सी यानी एस्कॉर्बिक एसिड (ascorbic acid) एक पानी में घुलनशील विटामिन है । यह आपके शरीर को आयरन अवशोषित करने में भी मदद करता है। क्योंकि आपका

शरीर विटामिन सी का निर्माण या भंडारण नहीं करता है, लेकिन जब आप इसका ज्यादा सेवन करने लगते हैं तो शरीर में ये डायरिया जैसी स्थिति का कारण बन जाती है। इससे उल्टी जैसी दिक्कत होती है। विटामिन सी का ज्यादा सेवन शरीर में एसिडिक जूस को बढ़ाता है जिससे सीने में जलन और सिर दर्द जैसी समस्या होने लगती है। इसकी वजह से पेट के लेयर्स को भी नुकसान होने लगता है जिससे दिक्कत और बढ़ जाती है। इससे आपको लंबे समय तक GERD (gastroesophageal reflux disease) की समस्या हो सकती है। पेट में अकड़न और दर्द के पीछे विटामिन सा की अधिकता हो सकती है। इसकी वजह से पाचन एंजाइम्स असंतुलित हो सकते हैं जिससे पेट में अकड़न व दर्द की समस्या बढ़ सकती है।

## सिर्फ एक कटोरी दलिया खाने से सेहत को मिलेंगे ताबड़तोड़ कई फायदे

दलिया एक ऐसा भोजन है जिसका सेवन स्वास्थ्य के लिए कई तरह से फायदेमंद होता है। विटामिन और प्रोटीन से भरपूर दलिया का सेवन करने से आप कई बीमारियों से दूर रहेंगे। किसी भी मोटे अनाज के दानेदार चूरे को दलिया कहते हैं । भारत में ज्यादातर दलिया गेहूं से बनाया जाता है लेकिन आप मक्का, ज्वार और बाजरा से भी दलिया बना सकते हैं। दलिया में मौजूद पोषक तत्व जैसी लो कैलोरी, फाइबर, कैल्शियम, मैग्नीशियम, फास्फोरस, थायमिन, फोलेट, पोटेशियम, कार्बोहाइड्रेट, ज़िंक, मिनरल्स, विटामिन और आयरन आपको हेल्दी और स्वस्थ

बनाते हैं। सिर्फ एक कटोरी दलिया का सेवन करने से आपकी सेहत को क्या क्या फायदे हो सकते हैं चलिए हम आपको बताते हैं। वजन होगा कम: अगर आपका वजन बहुत तेजी से बढ़ रहा है या काम नहीं हो रहा है तो अपनी डाइट में आप दलिया जरूर शामिल करें। दलिया फाइबर से भरपूर होता है और वजन को कम करने में मदद करता है। दरअसल इसके सेवन से लंबे समय तक भूख नहीं लगती है। डायबिटीज कंट्रोल: दलिया में लो ग्लाइसेमिक इंडेक्स पाया जाता है जो डायबिटीज के मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद है।

## पैरों में दिखती हैं नीली-नीली नसें, जान लें क्या है ये बीमारी



कुछ लोगों के पैरों में नसें उभरने लगती है। इन उभरी हुई नसों का रंग नीला और बैंगनी दिखाई देने लगता है। इसे वेरिकोज वेन्स कहते हैं। ये समस्या शरीर के निचले हिस्से या पैरों की नसों में होती है। नसों में सूजन आ जाती है और रंग गहरा होने लगता है। इसकी वजह लंबे समय तक खड़े रहना या देर तक चलना होता है। इसलिए आप इस बीमारी के बारे में जान लें कि इसके लक्षण, कारण और इलाज क्या है? ज्यादा देर तक खड़े रहना- अगर आपकी ऐसी नैकरी या काम है जिसमें आपको ज्यादा देर तक खड़े रहना पड़ता है तो आपको ये समस्या हो सकती है। इसमें पैरों में सूजन आने लगती हैं। ज्यादा वजन- ज्यादा वजह भी इस समस्या का कारण बन सकता है। अगर आपका वजन ज्यादा है और खड़े रहकर काम करते हैं तो इससे नसों पर दबाव पड़ता है, जिसकी वजह से ब्लड फ्लो धीमा हो जाता है और नसें सूज जाती हैं। पैरों पर ज्यादा जोर पड़ना- जब पैरों या शरीर के निचले हिस्से पर ज्यादा जोर पड़ता है, तो खून जमने लगता है। ऐसी स्थिति में नसों में सूजन आने लगती है। हाई ब्लड प्रेशर, मोटापा या प्रेगनेंट महिलाओं के साथ ऐसा हो सकता है। अनुवांशिक कारण- कई बार ये बीमारी परिवार में किसी को होती है तो अगली पीढ़ी के लोगों में भी हो सकती है।

# डायबिटीज में फायदेमंद है परवल की सब्जी, ब्लड शुगर और सूजन को करती है कम

आजकल परवल (Parwal) की सब्जी का सीजन है। मार्केट में आपको ये हरी सब्जी आसानी से मिल जाएगी। ज्यादातर लोग परवल की सब्जी खाना पसंद करते हैं। कुछ जगहों पर परवल को पटोल भी कहा जाता है। इसकी भुजिया या ग्रेवी वाली सब्जी बनाई जाती है। परवल में विटामिन ए, विटामिन बी1, विटामिन बी2 और विटामिन सी की अच्छी मात्रा पाई जाती है। परवल की सब्जी डायबिटीज के मरीजों के लिए भी फायदेमंद मानी जाती है। इसे खाने से ब्लड शुगर को कम करने में मदद मिलती है। जानिए हरी परवल की सब्जी में कौन से गुण पाए जाते हैं और इसके फायदे क्या है?

डायबिटीज में फायदेमंद- परवल की सब्जी को डायबिटीज में फायदेमंद माना गया है। पटोल के पत्तों का साग या फिर सब्जी खाने से ब्लड शुगर लेवल कम होने लगता है और शरीर से सूजन भी घट जाती है। पेट के लिए फायदेमंद- परवल खान से डाइजैस्टिव हेल्थ में सुधार आता है। परवल में भरपूर हेल्दी फाइबर होता है जिससे डाइजेशन मजबूत होता है। फाइबर की अच्छी मात्रा होने से कब्ज की समस्या से भी राहत मिलती है। गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल डिसऑर्डर में भी परवल खाने से फायदा मिलता है। वजन घटाने में मदद- परवल ऐसी सब्जी है जो कैलोरी और फैट में लो है। वजन

घटाने के लिए परवल का इस्तेमाल किया जा सकता है। इसमें पाया जाने वाला फाइबर इंग्रीडिएंट वेट लोस जर्नी को आसान बनाता है और इसे खाने से लंबे समय तक भूख नहीं लगती है। हार्ट के लिए फायदेमंद- हार्ट के लिए भी परवल फायदेमंद सब्जी है। इसमें पाए जाने वाले एंटीऑक्सिडेंट और पॉलीफेनॉल ऑक्सिडेटिव स्ट्रेस को कम करते हैं। इससे पोटेशियम और मैग्नीशियम का अच्छा सोर्स है जो ब्लड प्रेशर को कंट्रोल रखता है। परवल में मौजूद पोषक तत्व शरीर के लिए कई तरह से फायदेमंद हो सकते हैं। इसमें

फाइबर के साथ विभिन्न विटामिन और मिनरल पाए जाते हैं, इसलिए इसे संतुलित डाइट का हिस्सा बनाया जा सकता है। हालांकि किसी भी एक सब्जी को किसी बीमारी का इलाज मानने के बजाय इसे नियमित और विविध आहार के हिस्से के रूप में लेना बेहतर है। कुल मिलाकर, परवल एक कम कैलोरी और फाइबर युक्त सब्जी है, जिसे मौसम के दौरान अपनी डाइट में शामिल किया जा सकता है। डायबिटीज, वजन या ब्लड प्रेशर जैसी स्थितियों में इसे संतुलित भोजन का हिस्सा बनाया जा सकता है, लेकिन किसी बीमारी के इलाज के लिए केवल परवल या इसके पत्तों पर निर्भर नहीं रहना चाहिए।



## यूपी-बिहार-झारखंड समेत 10 राज्यों में मूसलाधार बारिश की चेतावनी

नई दिल्ली। देश के कई राज्यों में आज भी झमाझम बारिश के आसार नजर आ रहे हैं। मौसम विभाग (IMD) ने सोमवार को देश के कई हिस्सों में भारी बारिश की चेतावनी दी है। गंगा के मैदानी इलाकों वाले पश्चिम बंगाल और उत्तरी ओडिशा में बहुत ज्यादा बारिश होने की संभावना है। उत्तर प्रदेश, झारखंड, बिहार, हिमाचल प्रदेश, जम्मू-कश्मीर, उत्तराखंड और पूर्वोत्तर के कुछ हिस्सों में भी भारी बारिश की उम्मीद है।

मौसम विभाग ने बताया कि उत्तर-पश्चिम बंगाल की खाड़ी और उससे सटे पश्चिम बंगाल-उत्तरी ओडिशा तटों पर कम दबाव का क्षेत्र बना है। इसके अस्सर से अगले 2 दिनों में गंगा के मैदानी इलाकों वाले पश्चिम बंगाल, ओडिशा, छत्तीसगढ़ और झारखंड में भारी से बहुत भारी बारिश होने की संभावना है। मानसून ट्रफ़ (monsoon trough) के अपनी सामान्य स्थिति से उत्तर की ओर होने के कारण उत्तर प्रदेश में अगले 3-4 दिनों तक कहीं-कहीं भारी से बहुत भारी बारिश हो सकती है। अगले 2-3 दिनों में असम, मेघालय समेत पूर्वोत्तर भारत में भारी बारिश होने की संभावना है।

## केरल में BJP को बड़ा झटका, एक्टर देवन ने भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष पद और पार्टी से दिया इस्तीफा



इस वक्त की बड़ी खबर केरल से सामने आ रही है, जहां राज्य में बीजेपी को बड़ा झटका लगा है। यहां एक्टर एस. देवन ने रविवार को कनाचिकुलंगरा देवी मंदिर में आयोजित एक कार्यक्रम के दौरान केरल BJP के उपाध्यक्ष पद और पार्टी की प्राथमिक सदस्यता से इस्तीफा देने की घोषणा की। उन्होंने मंदिर के कार्यक्रम में अपना भाषण खत्म करते हुए यह घोषणा की। इस कार्यक्रम में श्री नारायण धर्म

परिपालन योगम के महासचिव वेल्लापल्ली नटेशन और BJP नेता बी. राधाकृष्ण मेनन भी मौजूद थे। बीजेपी के प्रदेश उपाध्यक्ष पद से इस्तीफा देते हुए देवन ने कहा, “मैं जिस राजनीति में यकीन करता हूं, वह श्री नारायण गुरु के आदर्शों, सिद्धांतों और कार्यक्रमों पर आधारित है। केरल में बीजेपी से जुड़ने के बाद पिछले 5 सालों में मुझे एहसास हुआ है कि मैं उस रास्ते पर नहीं चल पाया। मुझे लगा कि मेरी राजनीतिक सोच

अलग थी, और मुझे इसका पक्का यकीन हो गया। मैंने अपना इस्तीफा लिख दिया है और उपाध्यक्ष पद के साथ-साथ भारतीय जनता पार्टी की प्राथमिक सदस्यता भी छोड़ रहा हूं।” सभा को संबोधित करते हुए देवन ने कहा कि उन्होंने 2004 और 2006 में चुनाव लड़ा था, लेकिन दोनों बार हार गए। हालांकि बीजेपी नेता बी. राधाकृष्ण मेनन ने देवन के इस्तीफे की घोषणा के लिए मंदिर के कार्यक्रम को चुनने पर नाराजगी जताई।

## हैदराबाद की यूनिवर्सिटी में NSUI-ABVP में झड़प, 7 छात्र घायल; पुलिस ने दोनों ग्रुप्स के खिलाफ दर्ज किया केस



तेलंगाना के हैदराबाद में इंग्लिश एंड फ़ॉरेन लैंग्वेज यूनिवर्सिटी (EFLU) कैंपस में NSUI और ABVP से जुड़े स्टूडेंट्स के बीच झड़प हो गई, जिसमें कम से कम 7 स्टूडेंट घायल हो गए। इस मामले पुलिस ने केस दर्ज कर लिया है। बता दें कि यह झड़प बीते 14 अगस्त को हुई थी। इससे एक दिन पहले ABVP से जुड़े स्टूडेंट्स ने महिला हॉस्टल में विरोध प्रदर्शन किया था, जिसके दौरान दोनों स्टूडेंट्स ग्रुप्स के कार्यकर्ताओं के बीच बहस हुई थी। NSUI ने ABVP

सदस्यों पर आरोप लगाया कि उन्होंने एक स्टूडेंट के खिलाफ जातिसूचक टिप्पणियां कीं और EFLU छात्र संघ के उपाध्यक्ष के साथ मारपीट की। उन्होंने यह भी आरोप लगाया कि ABVP मेंबरस के एक ग्रुप ने उनके सदस्यों पर लाठियों और कांच की बोतलों से अटैक किया, जिससे कई छात्र गंभीर तौर पर घायल हो गए। हालांकि, ABVP की EFLU यूनिट के मुताबिक, बीते 13 अगस्त को एक वार्डन ने हॉस्टल में रहने की इजाजत मांगने वाली 2 छात्राओं से बदतमीजी

से बात की और उनके बारे में कुछ आपत्तिजनक बातें कही थीं। ABVP का दावा है कि उसके मेंबरस ने यह मुद्दा उठाया और स्टूडेंट्स के समर्थन में शांतिपूर्ण विरोध-प्रदर्शन किया। साथ ही, ABVP ने हॉस्टल में बुनियादी सुविधाओं जैसे- साफ वॉशरूम और पीने के सुरक्षित पानी को लेकर भी चिंताएं ज़ाहिर कीं। ABVP का आरोप है कि विरोध प्रदर्शन में NSUI के मेंबरस ने बहस और अपशब्दों का प्रयोग कर शांतिपूर्ण प्रदर्शन में बाधा डालने का प्रयास किया।

## हरसिमरत कौर ने की सुखबीर बादल पर हमले की NIA जांच की मांग, गृह मंत्री अमित शाह को लिखी चिट्ठी

हरसिमरत कौर ने अमित शाह को खत लिखकर SAD चीफ सुखबीर सिंह बादल पर हुए अटैक की NIA जांच की डिमांड की है।



शिरोमणि अकाली दल की सांसद हरसिमरत कौर ने केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह को चिट्ठी लिखकर महाराष्ट्र के नांदेड में SAD चीफ सुखबीर सिंह बादल पर हुए हमले की NIA जांच की मांग की है। हरसिमरत कौर ने लिखा कि 2024 में भी सुखबीर बादल पर जानलेवा हमला हुआ था। दो बार हत्या की कोशिश बेहद चिंताजनक है। साथ ही आशंका जताई है कि यह हमला

किसी गहरी अंतर-राज्यीय या अंतराष्ट्रीय साजिश का हिस्सा भी हो सकता है, जिसकी जांच होनी चाहिए। दोनों हमले पवित्र गुरुधरों में तब हुए जब एक समर्पित सिख धार्मिक सेवा में लगा हुआ था। पंजाब पुलिस और पंजाब सरकार को कई प्रश्नों के उत्तर देने होंगे क्योंकि दोनों हमलों के बीच एक स्पष्ट पैटर्न दिखाई देता है। बार-बार हो रहे इन हमलों का उद्देश्य

दुनिया भर में पंजाब की छवि को नुकसान पहुंचाना और सिख समुदाय को बदनाम करना लगता है। हरसिमरत कौर ने आगे लिखा कि इन हमलों की गंभीरता, पैटर्न और हालात को देखते हुए NIA से गहन जांच की जरूरत है। हरसिमरत कौर बादल ने अपने पति और पार्टी चीफ सुखबीर सिंह बादल पर हुए अटैक पर बीते शनिवार को भी बात की। हरसिमरत कौर ने इसे “सुनियोजित राजनीतिक साजिश” बताते हुए कहा कि इसके पीछे जो भी है, उसको सिख नहीं कह सकते। बता दें कि महाराष्ट्र के नांदेड़ के बाहरी इलाके में मौजूद एक गुरुद्वारे के भीतर बीते गुरुवार को निहंग समुदाय के एक सदस्य ने ‘कृपाण’ से सुखबीर बादल पर हमला कर दिया था। इस अटैक में सुखबीर बादल के दाहिने हाथ में

चोटें आई थीं। इस हमले के बाद हमलावर को गिरफ्तार कर लिया गया था। गौरतलब है कि पंजाब के खन्ना में गोवा मुक्ति आंदोलन के नेता करनैल सिंह इसरू की याद में हुए कार्यक्रम में भाषण देते हुए पूर्व केंद्रीय मंत्री हरसिमरत कौर बादल अपने पति पर हुए अटैक का जिक्र करते हुए इमोशनल हो गई थीं। हरसिमरत कौर ने कहा, “मुझे माफ करें, मैं आज बहुत इमोशनल हूं क्योंकि पिछले 48 घंटे मेरे और मेरी फैमिली के लिए बहुत मुश्किल रहे हैं। आज मुझे यहां नहीं होना था, सुखबीर बादल को यहां होना था। लेकिन देखिए उनके साथ क्या हुआ।” हरसिमरत कौर ने गृह मंत्री को लिखे पत्र में कहा कि सुखबीर सिंह बादल पर लगातार दो बार हुए हमलों को केवल अलग-अलग घटनाओं के रूप में नहीं देखा

जाना चाहिए। उनके मुताबिक, दोनों घटनाओं में कुछ समान परिस्थितियां नजर आती हैं और इसी वजह से इसकी व्यापक जांच जरूरी है। उन्होंने केंद्रीय एजेंसियों के स्तर पर मामले की पड़ताल कराए जाने की मांग की है। उन्होंने कहा कि दोनों हमले ऐसे समय और स्थान पर हुए, जब सुखबीर सिंह बादल धार्मिक सेवा से जुड़े दायित्व निभा रहे थे। ऐसे में घटनाओं की गंभीरता और संवेदनशीलता और बढ़ जाती है। हरसिमरत कौर ने आशंका जताई कि हमलों के पीछे किसी बड़े नेटवर्क या साजिश की भूमिका हो सकती है और इसकी जांच के लिए सभी संभावित पहलुओं को शामिल किया जाना चाहिए। हरसिमरत कौर ने पंजाब पुलिस और राज्य सरकार से भी सवाल किए हैं।

## सीएम योगी की पाती, कहा- ‘युवा शक्ति ही विकसित उत्तर प्रदेश की सबसे बड़ी पूंजी, राष्ट्रनिर्माण में निभाएं भूमिका’

उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने प्रदेशवासियों के नाम पाती लिखी है। सीएम योगी ने अपनी पाती में ‘हर घर तिरंगा’ यात्रा का जिक्र किया है। साथ ही युवा साथियों से कहा कि आत्मनिर्माण से राष्ट्रनिर्माण का महती दायित्व आपके कंधों पर है। आपकी ऊर्जा, प्रतिभा, अनुशासन एवं संकल्प से ही विकसित उत्तर प्रदेश के निर्माण का लक्ष्य साकार होगा। यही युवा शक्ति उत्तर प्रदेश की सबसे बड़ी पूंजी है। सीएम योगी ने पाती में आगे लिखा, ‘मेरे सम्मानित प्रदेशवासियों, उत्तर प्रदेश में पांच करोड़ घरों में तिरंगा फहराने के महायज्ञ की आज पूर्णाहुति हो रही है। ‘हर घर तिरंगा’ महा-अभियान में उत्साह एवं उमंग के साथ सहभागी बने आप सभी प्रदेशवासियों को हृदय से बधाई एवं शुभकामनाएं। प्रदेश का नवसामर्थ्य जब विभिन्न क्षेत्रों में उपलब्धियों के रूप में झलकता है, तो मन हर्षित हो उठता है।’ सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर पाती को शेयर करते हुए सीएम

योगी ने लिखा, ‘जब संकल्प का कोई विकल्प नहीं रह जाता, तभी असंभव लक्ष्य भी सिद्ध हो पाते हैं। स्वतंत्रता दिवस हमें सदैव उन वीरों के ऐसे ही संकल्पों का स्मरण कराता है, जो देश के लिए हंसते-हंसते शहीद हो गए। बाबू बंधू सिंह, ठाकुर रोशन सिंह एवं पंडित राम प्रसाद ‘बिस्मिल’ जैसे मां भारती के अनेक वीर सपूतों ने युवावस्था में ही अपना सर्वस्व राष्ट्र को समर्पित कर दिया।’ सीएम योगी ने कहा, ‘किशोरावस्था और युवावस्था जीवन का एक स्वर्णिम दौर है। तरुणाई अंगड़ाई लेती है और सपने आकार लेते हैं। व्यक्तित्व का निर्माण होता है तथा कुछ कर गुजरने की लालसा बलवती होती है। यही समय तय करता है कि हमारी ऊर्जा और सामर्थ्य केवल हमारे अपने भविष्य को आकार देंगे या समाज और राष्ट्र के भविष्य को भी नई दिशा देंगे।’ सीएम योगी ने कहा, ‘हमारा गौरवशाली इतिहास ऐसे अनेक दृष्टांतों से परिपूर्ण है,

जब भारतीय विभूतियों ने उम्र की सीमाओं से परे जाकर देश और दुनिया को मार्ग दिखाया। आदि शंकराचार्य ने अल्पायु में ही भारत की आध्यात्मिक चेतना को एक सूत्र में पिरो दिया। स्वामी विवेकानंद ने युवावस्था में ही भारत की सांस्कृतिक और आध्यात्मिक शक्ति का संदेश विश्व मंच तक पहुंचाया। इनका जीवन सिखाता है कि उम्र छोटी हो सकती है, लेकिन संकल्प और सामर्थ्य बड़ा होना चाहिए।’ सीएम योगी ने पाती में लिखा, ‘जब मैं 26 साल की अवस्था में पहली बार लोकसभा के लिए निर्वाचित हुआ और सार्वजनिक जीवन का व्रत लिया, तब से अब तक मेरे सामने भी राष्ट्रसेवा एवं जनसेवा के यही आदर्श सर्वोपरि रहे हैं। आज प्रदेश सरकार युवाओं को आगे बढ़ने के लिए हरसंभव अवसर प्रदान कर रही है। विगत साढ़े 9 सालों में शिक्षा, कौशल विकास, रोजगार, स्वरोजगार और खेल के क्षेत्र में अनेक अवसर उपलब्ध कराए गए हैं।

## ‘माफी मांगे कांग्रेस नेतृत्व’, रविशंकर प्रसाद ने वंदे मातरम् के अपमान पर सोनिया गांधी को घेरा



जिस तरीके से स्वतंत्रता दिवस के दिन कांग्रेस मुख्यालय में वंदे मातरम् के गायन पर विवाद को लेकर घमासान हो रहा है, उसके बाद से बीजेपी, कांग्रेस पर लगातार हमलावर नजर आ रही है। इस बीच, BJP सांसद रविशंकर प्रसाद ने कहा कि वंदे मातरम् का अपमान लगातार कांग्रेस नेतृत्व की तरफ से किया जा रहा है। नक्सलवाद और दिमागी नक्सलियों की बात पर भी रविशंकर प्रसाद ने कांग्रेस को घेरा। जानें रविशंकर प्रसाद ने क्या-क्या कहा। रविशंकर प्रसाद ने कहा कि पत्रकारों को याद दिलाना चाहेंगे कि मनमोहन सिंह की सरकार में माओवादियों ने 76 बीएसएफ और सीआरपीएफ के जवानों का कत्ल किया था तो इन्होंने कहा कि मैं बातचीत करने को तैयार हूं। और जेएनयू में एक कार्यक्रम हुआ था

जहां, जिन लोगों ने हमला किया था उनके स्वागत की योजना थी। बीजेपी सांसद रविशंकर प्रसाद बोले कि वंदे मातरम् वाले मामले की बात करें तो सोनिया गांधी वीीडियो में चिल्लाती दिख रही हैं कि सिर्फ एक स्टैंजा गाना था, ये पूरा क्यों गा रहे हैं। तो जब चोरी पकड़ी गई, उनकी डांट भी पकड़ी गई, तो कहा जा रहा है कि मल्लिकार्जुन खड्गे के लिए कुर्सी की व्यवस्था की जा रही थी। लेकिन वो कुर्सी कहीं दिखाई नहीं पड़ रही है। रविशंकर प्रसाद ने आगे कहा कि जो पार्टी आजादी के आंदोलन की अगुवाई की बात करती है, उसका आज का नेतृत्व वंदे मातरम् का तिरस्कार करे, इससे बड़ी घृणित बात कोई नहीं हो सकती है। उनको माफी मांगनी चाहिए। इसका कोई जस्टिफिकेशन

नहीं है। गौरतलब है कि वंदे मातरम् के रचयिता बंकिम चंद्र चटर्जी के वंशज सुमित्रो चटर्जी ने भी सोनिया गांधी को लेटर लिखकर वंदे मातरम् के गाने को लेकर हुए विवाद पर अपना दुख जताया है। अपने खत में सुमित्रो चटर्जी ने वंदे मातरम् गाने में रुकावट डालने की कोशिश की ‘पेटिहासिक गलती को बेशर्मी से दोहराना’ बता दिया है। उन्होंने कहा कि वंदे मातरम् देश के स्वतंत्रता आंदोलन और राष्ट्रीय चेतना से गहराई से जुड़ा हुआ है। ऐसे में इसके गायन को लेकर किसी भी प्रकार की आपत्ति या व्यवधान को लेकर लोगों की भावनाएं स्वाभाविक रूप से जुड़ जाती हैं। उन्होंने कांग्रेस के पुराने रुख और माओवादी हिंसा से जुड़े मामलों का उल्लेख करते हुए पार्टी की नीतियों पर सवाल उठाए।

## बारिश के बीच अचानक धंस गया नेशनल हाईवे का बड़ा हिस्सा, तीन ट्रक खाई में समा गए



ओडिशा के केंद्रपड़ा जिले में लगातार हो रही भारी बारिश के बीच राष्ट्रीय राजमार्ग-53 पर बड़ा हादसा हो गया। पारादीप-चण्डीखोल के बीच मार्गाधार्ई के नीलाचल बाजार के पास हाईवे का हाल ही में बनाया गया हिस्सा अचानक धंस गया। सड़क धंसने के बाद वहां से गुजर रहे तीन ट्रक पलट गए और सड़क किनारे की जमीन की ओर जा गिरे। घटना के समय हाईवे पर निर्माण कार्य भी चल रहा था। सड़क का

नया हिस्सा धंसने के बाद मौके पर अफरा-तफरी की स्थिति बन गई और इस हिस्से से वाहनों की आवाजाही प्रभावित हुई। बताया जा रहा है कि लगातार बारिश के बीच नीलाचल बाजार के पास NH-53 के नए बने हिस्से में अचानक धंसाव शुरू हुआ। देखते ही देखते सड़क का एक हिस्सा नीचे बैठ गया। मौके से सामने आई तस्वीरों में सड़क के धंसे हुए हिस्से को देखा जा सकता है। सड़क के नीचे की

जमीन भी प्रभावित दिखाई दे रही है। इसी दौरान तीन ट्रक असंतुलित होकर पलट गए और सड़क के किनारे जा गिरे। जिस हिस्से में सड़क धंसी, वहां हाईवे का निर्माण कार्य चल रहा था। सड़क का हिस्सा नया बनाया गया था और निर्माण से जुड़े काम जारी थे। लगातार बारिश के बीच सड़क के अचानक धंसने से हाईवे की मजबूती और निर्माण की स्थिति को लेकर सवाल उठने लगे हैं।