सिटी मीडिया

वीरवार, 2 अप्रैल 2026

सुप्रीम कोर्ट ने पश्चिम बंगाल में 60 लाख में से 47 लाख आपत्तियां निपट जाने पर जताया संतोष

नई दिल्ली।(सिटी मीडिया) चुनावी राज्य पश्चिम बंगाल में चल रही मतदाता सूची सघन पुनरीक्षण प्रक्रिया में लगे न्यायिक अधिकारियों द्वारा 31 मार्च तक 47 लाख से ज्यादा आपत्तियां निपटा दिये जाने पर सुप्रीम कोर्ट ने संतोष और खुशी जताई।

कोलकाता हाई कोर्ट के मुख्य न्यायाधीश द्वारा सुप्रीम कोर्ट को भेजे गए पत्र में बताया गया है कि 60 लाख में से लगभग 47.4 लाख आपत्तियां निपटाई जा चुकी हैं और सात अप्रैल तक सारी आपत्तियां निपटा ली जाएंगी।

शीर्ष अदालत ने सभी आपत्तियां निपट जाने को ध्यान में रखते हुए मामले को सात अप्रैल को ही फिर सुनवाई के लिए लगाने का आदेश दिया है।

टीएमसी नेताओं की ओर से भारी संख्या में फार्म छह जमा कराने और नये मतदाताओं को जोड़े जाने का मुद्दा उठाने पर कोर्ट ने कहा कि ऐसा हमेशा होता है पर आप आपत्ति कर सकते हैं। यह मामला सुप्रीम कोर्ट के समक्ष विचाराधीन नहीं है और इस संबंध में ट्रिब्युनल के समक्ष आपत्ति कर सकते हैं।

कोलकाता हाई कोर्ट की ओर से शीर्ष अदालत को सूचित किया गया कि अपीलों पर सुनवाई के लिए 19 अपीलीय ट्रिब्युनलों के गठन की अधिसूचना जारी हो गई है। इन ट्रिब्युनलों में हाई कोर्ट के सेवानिवृत मुख्य न्यायाधीश या सेवानिवृत न्यायाधीश अपीलों का निपटारा करेंगे।

चुनाव आयोग और राज्य सरकार ने संयुक्त रूप से अपीलीय ट्रिब्युनलों के लिए उपयुक्त परिसरों का निरीक्षण किया और पाया कि श्यामा प्रसाद मुखर्जी जल एवं स्वच्छता संस्थान इसके लिए सबसे उपयुक्त है।

राष्ट्रपति ने ट्रांसजेंडर व्यक्तियों के संशोधन विधेयक को दी मंजूरी

नई दिल्ली:(सिटी मीडिया) ट्रांसजेंडर व्यक्तियों को शारीरिक क्षति पहुंचाने पर क्रमिक दंड का प्रावधान करने वाले संशोधन विधेयक को राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू की मंजूरी मिल गई है।

विपक्षी सांसदों ने ट्रांसजेंडर व्यक्ति (अधिकारों का संरक्षण) संशोधन विधेयक, 2026 की आलोचना करते हुए कहा कि इसमें समलैंगिक पुरुषों (गे) और समलैंगिक महिलाओं (लेस्बियन) को इसके दायरे से बाहर रखा गया है विधेयक में यह निर्धारित करने के लिए एक प्राधिकरण के गठन का प्रावधान किया गया है कि कोई व्यक्ति ट्रांसजेंडर है या नहीं। इस प्रावधान को लेकर भी विपक्ष ने आपत्ति जताई है।

कानून मंत्रालय की 30 मार्च की अधिसूचना के अनुसार, संशोधित कानून केंद्र सरकार द्वारा राजपत्र में अधिसूचना जारी कर निर्धारित की गई तिथि से लागू होगा। संसद के दोनों सदनों में हुई बहस के दौरान सरकार ने कहा कि विधेयक का उद्देश्य ट्रांसजेंडर व्यक्तियों की सुरक्षा करना है,

जबकि विपक्ष ने आरोप लगाया कि यह प्रस्तावित कानून आत्म-पहचान के अधिकार को सीमित करता है। विपक्ष ने विधेयक को व्यापक विचार-विमर्श के लिए स्थायी समिति को भेजने की मांग भी की। विधेयक में "ट्रांसजेंडर" शब्द की स्पष्ट परिभाषा देने और "विभिन्न यौन अभिविन्यास तथा स्व-परिकल्पित लैंगिक पहचान" को इसके दायरे से बाहर रखने का प्रस्ताव है।

विधेयक में कहा गया है कि ट्रांसजेंडर व्यक्ति में "विभिन्न यौन अभिविन्यास और स्व-परिकल्पित लैंगिक पहचान वाले व्यक्तियों को न तो शामिल किया जाएगा और न ही कभी शामिल किया गया है।"

गोवा के नाइटक्लब में 25 मौतों के आरोपी लूथरा ब्रदर्स को मिली जमानत

पणजी (सिटी मीडिया) गोवा के मापुसा की एक सत्र अदालत ने बिर्च बाय रोमियो लेन नाइटक्लब के मालिकों सौरभ लूथरा और गौरव लूथरा को जमानत दे दी। अदालत ने उन्हें 50,000 के निजी मुचलके और कुछ कड़ी शर्तों के साथ जमानत दी। हालांकि दोनों भाई जेल में ही रहेंगे क्योंकि उन्हें एक अन्य मामले में गिरफ्तार किया गया है

पिछले साल नाइटक्लब में भीषण आग लगने से कम से कम 25 लोगों की मौत हो गई थी। छह दिसंबर 2025 को अरपोरा विलेज में स्थित क्लब में आग लगने के कुछ ही घंटे बाद दोनों भाई थाईलैंड चले गए थे। उन्हें 17 दिसंबर को थाईलैंड से प्रत्यर्पित किया गया और फिर अनजुना पुलिस ने उन्हें गिरफ्तार कर लिया। आरोप है कि नाइटक्लब के लिए आवश्यक अनुमतियां नहीं ली गई थीं और विभिन्न सुरक्षा संबंधी नियमों का उल्लंघन किया गया था।

लूथरा बंधुओं के अधिवक्ता पराग राव ने बताया कि अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश द्विजप्ले पाटकर ने दोनों भाइयों को आग लगने से संबंधित मामले में जमानत दे दी। मापुसा पुलिस ने जालसाजी के मामले में दोनों भाइयों को हिरासत में लिया था। इस मामले में जमानत मिलने के बावजूद वे दूसरे मामले में जेल में रहेंगे। जांच में सामने आया था कि क्लब में सुरक्षा मानकों की अनदेखी की गई थी. आरोप है कि क्लब बिना आवश्यक नियमों के चलाया जा रहा था और फर्जी NOC के जरिए लाइसेंस हासिल किया गया था. पुलिस ने यह भी दावा किया था कि हादसे के बाद लूथरा ब्रदर्स देश छोड़कर थाईलैंड भाग गए

अमेरिका ईरान जंग से बहुत जल्दी बाहर निकल जाएगा, जरूरत पड़ी तो सिर्फ टारगेट हिट करेंगे- ट्रंप

अमेरिका (सिटी मीडिया) अमेरिका -ईरान जंग के बीच डोनाल्ड ट्रंप ने राष्ट्र के नाम संबोधन कर कहा कि अमेरिका ईरान से बहुत जल्दी बाहर निकल जाएगा। उन्होंने कहा कि अगर जरूरत पड़ी तो जरूरी जगहों पर हमला करके फिर वापस आ सकता है।

रॉयटर्स को फोन पर दिए इंटरव्यू में ट्रंप ने कहा, 'मैं आपको ठीक-ठीक तारीख नहीं बता सकता... हम बहुत जल्दी बाहर निकलने वाले हैं।' ट्रंप ने दावा किया कि ईरान के नए रिजीम के राष्ट्रपति ने सीजफायर यानी संघर्ष-विराम की मांग की है। लेकिन इसके साथ ही उन्होंने यह भी कहा कि होर्मुज स्ट्रेट खुलने तक हम हमले जारी रखेंगे। उनका यह ताजा बयान तब आया है जब कुछ घंटे पहले ही ट्रंप ने कहा है कि अमेरिका बहुत जल्द ईरान के खिलाफ चल रहे अपने सैन्य अभियान को खत्म कर सकता है। हालाँकि ईरान ने ट्रंप के इस ताजा दावे को भी खारिज कर दिया है। रॉयटर्स ने ईरान के सरकारी टीवी के हवाले से रिपोर्ट दी है कि ईरान के विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता ने कहा है

कि ईरान द्वारा सीजफायर की गुजारिश किए जाने के बारे में अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के बयान झूठे और बेबुनियाद हैं। वार्ता के दावों को ईरान द्वारा लगातार खारिज किए जाने के बावजूद ट्रंप ने ट्रुथ सोशल पर एक पोस्ट में लिखा है कि ईरान का नया नेता अपने पूर्ववर्ती नेताओं की तुलना में कम कट्टरपंथी और ज्यादा समझदार है। उन्होंने कहा, 'जब होर्मुज स्ट्रेट खुला, मुक्त और साफ हो जाएगा,

ईरान द्वारा खाड़ी देशों पर किए हमलों में अभी तक 8 भारतीयों की मौत

दिल्ली (सिटी मीडिया) ईरान द्वारा खाड़ी देशों पर किए जा रहे हमलों में अभी तक आठ भारतीयों की मौत हो चुकी है। यह जानकारी विदेश मंत्रालय द्वारा दी गई। विदेश मंत्रालय के मुताबिक, दूसरे महीने में पहुंचे खाड़ी संघर्ष में अब तक कुल 8 भारतीय नागरिकों की जान जा चुकी है, जबकि एक व्यक्ति लापता है।

एक अधिकारी ने बताया कि कुवैत में भारतीय दूतावास स्थानीय अधिकारियों के साथ मिलकर काम कर रहा है ताकि कुवैत में हुए हमले में जान गंवाने वाले एक भारतीय नागरिक के पार्थिव शरीर को वापस लाया जा सके। इस बीच, संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) में वायु रक्षा प्रणाली की तरफ से एक ड्रोन को हवा में नष्ट किए जाने के बाद उससे निकले छर्रे से एक भारतीय घायल हो गया।

कुवैत में विभिन्न कारणों से जान गंवाने वाले 20 भारतीय नागरिकों के पार्थिव शरीर केरल के कोचीन हवाईअड्डे पर पहुंचे।

इनमें तमिलनाडु के रामनाथपुरम जिले के मुथुकुलथुर निवासी संथानसेल्वम कृष्णन का शव भी शामिल था, जिनकी पानी संयंत्र पर ड्रोन हमले में मृत्यु हो गई थी। अधिकारियों ने बताया कि अन्य 19 व्यक्तियों की मृत्यु अलग-अलग घटनाओं में हुई थी, लेकिन पश्चिम एशिया में संघर्ष के कारण उनके पार्थिव शरीर को वापस लाने में देरी हुई।

पश्चिम एशिया में बढ़ते तनाव के बीच भारत और अजरबैजान के बीच कूटनीतिक स्तर पर अहम बातचीत हुई है।

आप पार्टी के पूर्व नेता एचएस फूलका भाजपा में शामिल

दिल्ली (सिटी मीडिया) सुप्रीम कोर्ट के वरिष्ठ अधिवक्ता और आम आदमी पार्टी (आप) के पूर्व नेता एचएस फूलका भाजपा में शामिल हो गए। उन्हें 1984 के सिख विरोधी दंगा पीड़ितों का प्रतिनिधित्व करने के लिए जाना जाता है।

उन्होंने केंद्रीय मंत्री हरदीप सिंह पुरी, दिल्ली के मंत्री मनजिंदर सिंह सिरसा, भाजपा महासचिव तरुण चुघ, पार्टी की पंजाब इकाई के प्रमुख सुनील जाखड़ और पार्टी के मुख्य प्रवक्ता अनिल बलूनी की उपस्थिति में पार्टी की सदस्यता ग्रहण की।

फूलका का भाजपा में स्वागत करते हुए पुरी ने कहा कि उनके शामिल होने से पार्टी और पंजाब में हमारे प्रयासों को मजबूती मिलेगी। उन्होंने फूलका के शामिल होने को न्याय और जवाबदेही के प्रति पार्टी की प्रतिबद्धता में एक महत्वपूर्ण योगदान बताया। फूलका ने कहा कि भाजपा ने दंगा पीड़ितों के लिए उनकी कानूनी लड़ाई में साथ दिया।

उन्होंने यह भी कहा कि आम आदमी पार्टी के शासन में पंजाब जिन चुनौतियों का सामना कर रहा है, उनका समाधान केवल प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली भाजपा ही कर सकती है। फूलका ने कहा, ह्यप्रधानमंत्री ने सिख मुद्दों में व्यक्तिगत रुचि दिखाई है। 1984 के दंगों पर मेरे काम के कारण उन्होंने हमेशा मेरे प्रयासों की सराहना की है।

लेफ्टिनेंट जनरल धीरज सेठ बने सेना उप प्रमुख

दिल्ली (सिटी मीडिया)पिछले साल ऑपरेशन सिंदूर के दौरान दक्षिणी कमान का जिम्मा संभालने वाले लेफ्टिनेंट जनरल धीरज सेठ ने सेना के उप प्रमुख के रूप में पदभार ग्रहण किया।

वह लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्र सिंह का स्थान लेंगे। साउथ ब्लॉक के उद्यान में आयोजित एक समारोह में, ले.जनरल सेठ ने भारतीय सेना में महत्वपूर्ण नेतृत्व पद ग्रहण करते हुए सलामी गारद का निरीक्षण किया। खड़कवासला स्थित राष्ट्रीय रक्षा अकादमी के पूर्व-छात्र धीरज सेठ ने दिसंबर 1986 में बख्तरबंद कोर में कमीशन प्राप्त किया था। लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्र सिंह ने बुधवार को पश्चिमी कमान के जनरल ऑफिसर कमांडिंग-इन-चीफ के रूप में कार्यभार संभाला। उनके पूर्ववर्ती लेफ्टिनेंट जनरल मनोज कुमार कटियार 31 मार्च को सेवानिवृत्त हो गए थे। जम्मू-कश्मीर में एक स्वतंत्र बख्तरबंद ब्रिगेड के ब्रिगेड मेजर, अंगोला में संयुक्त राष्ट्र मिशन के संचालन अधिकारी, सेना मुख्यालय में सहायक सैन्य सचिव, दक्षिण पश्चिमी कमान मुख्यालय में ब्रिगेडियर जनरल स्टाफ आपरेशंस और अनुशासन, सहित कई महत्वपूर्ण रणनीतिक पदों पर काम करने का भी उन्हें अनुभव है।

सेठ ने हायर कमांड कोर्स और प्रतिष्ठित नेशनल डिफेंस कालेज में प्रशिक्षण प्राप्त करने के साथ ही पेरिस में कमांड एंड स्टाफ कोर्स में भी भाग लिया है।

विमान ईंधन की कीमतें बढ़ने का असर, इंडिगो ने अपनी सभी उड़ानों के लिए ईंधन शुल्क बढ़ाया

दिल्ली (सिटी मीडिया) पश्चिम एशिया संकट के कारण तेल विपणन कंपनियों द्वारा विमानन टरबाइन ईंधन (एटीएफ) की कीमतें बढ़ाने का असर दिखने लगा है। देश की सबसे बड़ी निजी एयरलाइन इंडिगो ने विमान ईंधन की कीमतों में वृद्धि के बाद दो अप्रैल से अपनी सभी घरेलू और अंतरराष्ट्रीय उड़ानों पर ईंधन शुल्क बढ़ाते हुए 275 रुपये से लेकर 10,000 रुपये तक का संशोधित ईंधन शुल्क लगाने की घोषणा की है।

इंडिगो ने एक बयान में कहा, "घरेलू उड़ानों के लिए दूरी के आधार पर संशोधित ईंधन शुल्क 275 रुपये से 950 रुपये के बीच होगा। इंडिगो ने अलग-अलग यात्रा दूरियों के हिसाब से अपने घरेलू ईंधन शुल्क को फिर से निर्धारित किया है। अंतरराष्ट्रीय उड़ानों के मामले में, दूरी के आधार पर ईंधन शुल्क 900 रुपये से लेकर 10,000 रुपये तक होगा।" इंडिगो के बयान में कहा गया, "अंतरराष्ट्रीय परिचालन के लिए पिछले महीने में एटीएफ की कीमतें दोगुनी से अधिक हो गई हैं, जिसके चलते इन मार्गों पर एयरलाइन की परिचालन लागत पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ा है।"

एयरलाइन ने कहा कि ये संशोधित शुल्क दो अप्रैल को रात 00:01 बजे से लागू होंगे। पश्चिम एशिया संकट के कारण ईंधन की कीमतों में आए उछाल के मद्देनजर एयरलाइन 14 मार्च से ही घरेलू और अंतरराष्ट्रीय उड़ानों के टिकटों पर 425 रुपये से 2,300 रुपये तक का ईंधन शुल्क वसूल रही थी। इंडिगो एयरलाइन की यह घोषणा उस दिन आई है, जब विमान ईंधन (एटीएफ) की कीमतों में संशोधन किया गया और सरकार ने घरेलू उड़ानों के लिए कीमतों में 25 प्रतिशत की बढ़ोतरी का फैसला किया।

पिता की इन गलतियों से अंधेरे में पड़ जाता है बच्चों का फ्यूचर

माता-पिता का दायित्व बच्चों को सही परवरिश करना होता है. छोटी सी गलती से बच्चों का जीवन बर्बाद हो सकता है. सही परवरिश बच्चों को सफलता के शिखर पर पहुंचा सकता है. खासकर बेटी की परवरिश के दौरान माता-पिता को कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए. आचार्य चाणक्य की नीति से जानते हैं

पाबंदी बेटी को परिवार की इज्जत माना जाता है. ऐसे में कई बार माता-पिता बेटी के सपनों को छोटा समझ उस पर पाबंदी लगा देते हैं. चाणक्य नीति के अनुसार कभी भी बेटी के सपनों पर पाबंदी नहीं लगाना चाहिए. उनकी पढ़ाई और करियर को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए. बेटियों को आगे बढ़ने का पूरा मौका देना चाहिए.

रोक-टोक करना ज्यादा छूट देना किसी के लिए भी सही नहीं होता है. लेकिन जरूरत से ज्यादा रोक-टोक करना भी गलता है. हर समय रोकना-टोकना ठीक नहीं होता है. ऐसा करने से आत्मविश्वास कम हो जाता है. बेटा हो या बेटी को खुद के फैसले लेने की आजादी दें.

शादी के दौरान बेटी की राय वैसे तो आज समाज में बदलाव देखने को मिल रहा है. अब लड़कियां अपनी मर्जी से शादी का फैसला ले रही हैं. लेकिन कुछ पिता आज भी अपनी बेटी की शादी तय करते समय उनकी राय नहीं लेते हैं. ज्यादातर लड़कियों पर शादी का रिश्ता थोपा जाता है. समजा के दबाव में आकर बेटी की जल्दी या बिना मर्जी की शादी करना गलत है. शादी के दौरान बेटी की राय जरूर लेनी चाहिए.

बेटी को डराकर रखना अधिकतर घरों में बेटी को डरा कर रखा जाता है. लेकिन ऐसा करना गलता है. बेटी के लिए घर का माहौल ऐसा होना चाहिए जिससे बेटी बिना डरे अपनी बात कह सके. डर की वजह से कई बार बेटियां अपनी बातों को छिपाने लग जाती है जो कि नुकसानकारी हो सकता है.

बदलते मौसम से लोगों की बिगड़ रही तबीयत करें ये उपाय

खांसी, बुखार और गले में खराश दिन के समय गर्मी और शाम के समय अचानक ठंडा मौसम होना आम बात है. इस तरह के बदलते मौसम से शरीर में कन्फ्यूजन होती है. जिस वजह से सर्दी, गले में खराश औ? बुखार की समस्या बढ़ने लगती है. तापमान में अचानक बदलाव की वजह से इम्यूनिटी भी कमजोर होने लगती है. इस मौसम के दौरान खास सावधानी रखनी चाहिए.

इम्यून सिस्टम कमजोर बदलते मौसम की वजह से इम्यून सिस्टम कमजोर होने लगता है. बदलते मौसम में लोग बुखार के साथ पेट से जुड़ी समस्या से परेशान हैं. दवा और आराम करने से बुखार ठीक हो सकता है.

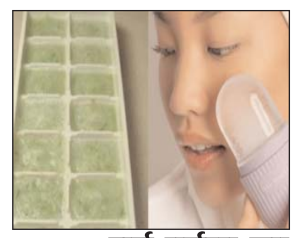
पानी का सेवन

बदलते मौसम में पर्याप्त मात्रा में पानी पीना चाहिए. कुछ लोग गर्मी लगने पर पानी पीते हैं, लेकिन शाम को ठंड लगने पर पानी पीना कम कर देते हैं. ऐसे में डिहाइड्रेशन की समस्या हो सकती है. बदलते मौसम में बीमारियों से बचाव के लिए हेल्दी और बैलेंस डाइट लें. ज्यादा ठंडी चीजों का सेवन करने से बचना चाहिए.

सूजन और डार्क सर्कल्स को कम करने के लिए घर पर बनाएं इस 1 खास चीज का आइस क्यूब, स्किन रहेगी अंदर से हाइड्रेट

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी, अनहेल्दी चीजों और ज्यादा स्क्रीन टाइम की वजह से स्किन से जुड़ी कई समस्याओं का सामना भी करना पड़ता है. अधिक लोगों की शिकायत होती है कि आंखों के आसपास सूजन और डार्क सर्कल्स हो जाते हैं, अगर आप भी महंगे ब्यूटी प्रोडक्ट्स और ट्रीटमेंट्स को छोड़कर घरेलू चीजों से सूजन और डार्क सर्कल्स को कम करना चाहते है, तो आप 1 खास चीज का आइस क्यूब बनाकर लगा सकते हैं. ये काफी बेहतर असर देता है और आपके लिए भी ये काफी ज्यादा फायदेमंद होता है. आइए आपको बताते हैं कैसे आप इसको घर पर बनाकर लगा सकती हैं.

खीरे के आइस क्यूब्स के फायदे



डार्क सर्कल्स कम अगर आप आंखों के नीचे वाले काले घेरे से परेशान हैं और आप इससे छुटकारा पाना चाहते हैं, तो आप खीरे के आइस क्यूब्स को बनाकर रख सकते है. इसको आपको रोजाना आंखों के नीचे लगाना है और फिर धीरे-धीरे कम कर सकते हैं.

सूजन को कम खीरे के आइस क्यूब्स चेहरे की सूजन को कम करने का भी काम करता है और आपकी स्किन को भी खिला-खिला रखता है. आपको इसको जरूर बनाना चाहिए. ये आपके बड़े ही काम आने वाला है

टाइट और स्मूद अगर आप अपनी स्किन को ढीली से टाइट बनाना चाहते हैं, तो आप खीरे के आइस क्यूब्स को रोजाना अपने चेहरे पर लगा सकती हैं. इसको रोजाना लगाने से आपका चेहरा काफी ज्यादा साफ और सॉफ्ट नजर आएगा.

फ्रेश और यंग खीरे के आइस क्यूब्स से स्किन अगर आप साफ करती हैं, तो चेहरा काफी ज्यादा यंग और फ्रेश नजर आएगा. सुबह या रात में इसे लगाने से स्किन में नई जान आ जाती है और आपकी स्किन काफी ज्यादा निखरती हुई भी नजर आएगी.

स्किन को हाइड्रेट खीरा आपकी स्किन को हाइड्रेट रखने का काम करती हैं. आपको रोजाना सुबह उठकर और रात में सोने से पहले इसके आइस क्यूब्स को लगाना चाहिए.

बुढ़ापे में गिरने और फिसलने का रहता है खतरा, घर पर ऐसे करे बुजुर्गों की देखभाल

बुजुर्गों के गिरने फिसलने पर इन गंभीर चोट लगने का रहता है खतरा- 60 साल के बाद शरीर की हड्डियां बहुत ही कमजोर हो जाती हैं ऐसे अगर कोई शख्स गिरता या फिसलता है तो उनकी सेहत पर एक बड़ा संकट आन पड़ता है, जिससे जांघ में फ्रैक्चर, चोट और यहां तक कि भयावह सिर और मस्तिष्क आघात का डर रहता है। इसलिए जरूरी हो जाता है कि कुछ एहतियाती उपाय घर में किए जाएं. ताकि बुजुर्गों की सही ढंग से देखभाल की जा सके। इसी से संबंधित आज हम आपको कुछ ऐसे एहतियात के बारे में बताएंगे जिन्हें फॉलो कर आप भी अपने घर के बुजुर्गों को इन जोखिमों से बचा सकेंगे।

फ्लोर- घर के फ्लोर पर अगर कोई ढीला कार्पेट या फटा हुआ कालीन बिछा है तो उसे हटा दें,इसके लिए ढीले कार्पेट के किनारों को जमीन से बांधें। जगह को जहां तक संभव हो सके खुला रखें, और यह भी ध्यान रखें कि हॉल, सीढ़ियों में लाइट, अच्छी तरह रोशन हो। इसके लिए घर में सीढ़ी होने की सूरत में बिजली का बल्ब ऑन करके रखे, नन-स्लीप फुटवेयर को ही पहनें।

बाथरूम- अगर आपके घर में बुजुर्ग हैं तो घर में बाथरूम का सही तरीके से मैनेज होना बहुत जरूरी है। इसके लिए सबसे पहले ध्यान रखें कि बाथरूम हमेशा सुखा रहे, कभी भी बाथरूम गिला न हो ऐस में फिसलने का डर अधिक रहता है। इसके अलावा बाथरूम में ज्यादा सामान बिखरा न हो।

बेड- घर में बुजुर्गों की बेहतरीन देखभाल के लिए उनका बेड बहुत उंचा न हो, कोशिश करे कि उनका बेड ग्राउंड फ्लोर हो इसके साथ ही बिस्तर से करीब लैंप को रखे जहां से पहुंचना आसान हो, फोन को बिस्तर के पास रखा जाना चाहिए, रात की लाइटिंग हो ताकि बुजुर्ग शख्स खड़ा होने पर देख सके।

किचन- रात में किचन को क्लोज करने से पहले खाने-पीने का सामना निचले स्तर पर रखें, पानी का प्रबंध करके सोए, इसके अलावा किचन में स्टेप टूल को हटाकर कुर्सी का ही इस्तेमाल करें।

गुलाब जल में फिटकरी मिलाकर लगाना स्किन के लिए है फायदेमंद

स्किन को टाइट और ग्लोइंग बनाता है गुलाब जल स्किन को हाइड्रेट और फ्रेश बनाता है. वहीं फिटकरी स्किन को टाइट करता है. फटकरी लगाने से स्किन पर कसाव आता है जिससे स्किन पर ग्लो आता है. नेचुरल ग्लो के लिए आप इस पानी का इस्तेमाल 3 से 4 दिन में एक बार कर सकते हैं.

पिंपल और एक्ने फिटकरी में एंटी बैक्टीरियल गुण होते हैं जो कि पिंपल पैदा करने वाले बैक्टीरिया को कम करते हैं. गुलाब जल स्किन की रेडनेस को कम स्किन को रिलैक्स करता है. अगर आप पिंपल और एक्ने की समस्या से परेशान हैं तो हफ्ते में 2 बार इस पानी का इस्तेमाल कर सकते हैं.

गुलाब जल और फिटकरी का यूज कैसे करें 1 चम्मच गुलाब जल लें इसमें एक चुटकी पीसी हुई फिटकरी मिलाएं. इसके बाद कॉटन से इसे चेहरे पर लगाएं. 10 से 15 मिनट बाद साफ पानी से चेहरा धो लें. इस मिश्रण को लगाने से स्किन ड्राई हो सकती है. हफ्ते में इस पानी का इस्तेमाल 2 बार ही करना चाहिए. जिन लोगों की स्किन पहले से ही ड्राई हैं उन्हें इस पानी को लगाने से स्किन पर एलर्जी और जलन हो सकती है. सेंसिटिव स्किन के लोग भी बिना एक्सपर्ट की सलाह इस पानी का इस्तेमाल ना करें.

हंसना मना है

- एक लडकी ज्योतिषी के पास गई। लडकी-बाबा मेरे दो प्रेमी है मेरी शादी किससे होगी। कौन होगा वह किस्मत वाला। ज्योतिषी पहले वाले से तेरी शादी होगी और दूसरा किस्मत वाला कहलाएगा।
- डॉक्टर- कैसे हो? शराब पीना बंद किया या नहीं? मरीज- जी डॉक्टर साहब, छोड़ दिया है, बस कोई ज्यादा रिक्वेस्ट करता है तो पी लेता हूं. डॉक्टर- बहुत बढ़िया. यह तुम्हारे साथ कौन भाई साहब हैं मरीज- जी, इनको रिक्वेस्ट करने के लिए रखा हुआ है।
- एक आदमी के फोन पर अनजान नंबर से कॉल आया। लड़की - क्या आप शादीशुदा हैं? आदमी - नहीं, पर आप कौन हो । लड़की - तुम्हारी बीवी, आज घर आना फिर बताउंगी। थोड़ी देर बाद फिर अनजान नंबर से कॉल आया । लड़की - क्या आप शादीशुदा हो ? आदमी - हाँ, पर आप कौन ? लड़की - तुम्हारी गर्लफ्रेंड, धोकेबाज । आदमी - सॉरी यार, मुझे लगा मेरी बीवी है। लड़की - बीवी ही हूँ कुत्ते, आज तो बस तू घर आजा।

चटपटा खाने का मन है तो घर पर फटाफट से बनाएं बंगाली स्टाइल टेस्टी झालमुड़ी

अगर आपको काफी ज्यादा भूख लगी है और कुछ ना कुछ टेस्टी खाना चाहते हैं, तो आपके लिए बंगाल की मशहूर झालमुड़ी एकदम बेस्ट रहेगी. इसको बनाने की चीजों आपको अपने किचन में ही आसानी से मिल जाएगी. अगर आप भी ट्राई करना चाहते हैं,

बंगाली स्टाइल टेस्टी झालमुड़ी सामग्री अगर आप घर पर ही बंगाली स्टाइल टेस्टी झालमुड़ी को घर पर बनाना चाहते हैं, तो आपको कुछ सामग्री की जरूरत होती है जैसे- मुरमुरे, उबले हुए आलू, टमाटर, प्याज, जीरा पाउडर, भुने चने, धनिया पत्ती, नींबू का रस, मसाला मिर्च पाउडर ये आपके पास होना चाहिए.

बंगाली स्टाइल टेस्टी झालमुड़ी को घर पर बनाने की विधि बंगाली स्टाइल टेस्टी झालमुड़ी को घर पर अगर आप बनाना चाहते हैं, तो सबसे पहले आपको आलू, टमाटर, प्याज को अच्छे से बारीक करके कट कर लेना है और फिर इसको धो देना है. सभी चीजों को आपको एक बाउल में रखना है और फिर उसमें मूंगफली, भुने हुए चने, कटे हुए उबले आलू, नारियल के टुकड़े और नींबू का रस इन सभी को मिलाकर अच्छे से मिक्स कर लेना है. मुरमुरे को भी आपको डालकर मिला देना है. इसमें ही ऊपर से अब आपको सरसों का तेल, नमक, लाल मिर्च पाउडर, जीरा पाउडर और काला नमक को भी आपको मिला देना है. हरा धनिया ऊपर से डाल सकते हैं. ये खाने में काफी ज्यादा टेस्टी और मजेदार होता है. इसको खाने के बाद आपको बड़ा ही मजा आने वाला है. आप इसको कभी भी बनाकर खा सकते हैं.

विवाह- शगुन स्कीम
बुकिंग शुरू है
प्रधानमंत्री मोदी जी की प्रेरणा से
शगुन की 11/21 आईटम केवल

डबल बेड+ 2 गद्दे+2 पिल्लो+बेडशीट+ पिलो कवर 1	~~18000/-~~ 16000/-
डबल बेड+ ड्रेसिंग टेबल+ अलमारी+ 2 गद्दे+ बेड शीट + 2 पिल्लो +2 कुर्सी+टेबल	~~36500/-~~ 25000/-
डबल बेड+सोफा सेट (3+1+1)+ ड्रेसिंग टेबल +1 टेबल+ 2 गद्दे+ बेडशीट+2 पिल्लो+ LED/ + LED स्टैंड/सिलाई मशीन या पंखा	~~45500/-~~ 35000/-
डबल बेड+ सोफा सेट + ड्रेसिंग टेबल +सेंटर टेबल + 2 गद्दे + बैड शीट+2 पिल्लो+ LED+कूलर/अलमारी आदि	~~65000/-~~ 55000/-
डबल बेड+ सोफा सेट + ड्रेसिंग टेबल + सेंटर टेबल + 2 गद्दे + बैड शीट + 2 पिल्लो+ LED+कूलर+अलमारी+फ्रिज/वाशिंग मशीन + डिनर सेट+सिलाई मशीन+पंखा+ 4 कुर्सियां+ प्लास्टिक टेबल आदि	~~96500/-~~ 78000/-

समय : सुबह 10 से रात 8 बजे तक, रविवार को सुबह 10 से सांय 5 बजे तक
गुरु कृपा फर्नीचर
बैंक ऑफ बडौदा के सामने, कोर्ट रोड, अं/शहर
BAJAJ FINSERV 6,8,10 आसान किश्तों पर भी खरीदें
संपर्क करें- 94163-16869
30/4-29/5

मुद्रक तथा प्रकाशक नरेंद्र सिंह भाटिया द्वारा स्वामी नरेंद्र सिंह भाटिया के पक्ष में सिटी मीडिया वेब प्रिंटिंग प्रेस 1425 बादशाही बाग अंबाला शहर से मुद्रित तथा सिटी मीडिया कार्यालय मानव चौक हिसार रोड अंबाला शहर से प्रकाशित,संपादक नरेंद्र सिंह भाटिया रजिस्ट्रेशन नंबर 71215/98, पोस्टल नंबर एचआर/50/2008-10, फोन नंबर 94165-33033