सांध्य दैनिक
आर.एन.आई. नंबर MPBIL/2015/66535
*NewsPaper*NewsPortal*NewsChannel
डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट
सतर्क रहें-सजग रहें अभियान
www.dgr.co.in | www.detectivegroupreport.com
वर्ष : 11 अंक : 315 | इंदौर, मंगलवार 02 जून, 2026 | पेज : 8, मूल्य : 2 रुपए

मुख्यमंत्री सुगम परिवहन सेवा

इंदौर संभाग से शुरू होगा बस संचालन, सीएम यादव ने जारी किए निर्देश

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

भोपाल, एजेंसी। मुख्यमंत्री मोहन यादव ने सोमवार को मंत्रालय में मध्य प्रदेश यात्री परिवहन एंड इन्फ्रास्ट्रक्चर लिमिटेड के संचालक मंडल की बैठक ली। बैठक में बोर्ड के उपाध्यक्ष एवं परिवहन मंत्री उदय प्रताप सिंह और मुख्य सचिव अनुराग जैन सहित वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे। बोर्ड के प्रबंध संचालक मनीष सिंह ने बैठक में प्रजेंटेशन दिया। इसमें बताया गया कि प्रदेश को सात क्षेत्रों, इंदौर, उज्जैन, भोपाल, जबलपुर, सागर, ग्वालियर और रीवा में विभक्त किया जाएगा। बैठक में इन शहरों में पूर्व से क्रियाशील शहरी परिवहन के लिए कंपनियों के संबंध में जानकारी दी गई। बैठक में बताया गया कि पीएम ई-बस सेवा और मुख्यमंत्री सुगम परिवहन सेवा योजना में बसों का संचालन सबसे पहले इंदौर क्षेत्र से प्रारंभ किया जाएगा।

इंदौर क्षेत्र के तहत, इंदौर संभाग के समस्त जिले और इंदौर स्थित अटल इंदौर सिटी ट्रांसपोर्ट सर्विस लिमिटेड (एआईसीटीएसएल) अब संपूर्ण इंदौर संभाग से प्रारंभ होने वाली बसों के कार्यक्षेत्र में कार्य करेंगी। इंदौर से प्रदेश के अन्य जिलों को जोड़ने वाली इंटरसिटी मार्गों पर बसों का संचालन होगा। इंदौर शहर में सिटी बसों का संचालन, इंदौर संभाग के समीपवर्ती राज्यों महाराष्ट्र, गुजरात, राजस्थान एवं उत्तरप्रदेश जाने वाले अंतर्राज्यीय मार्गों पर अनुबंध अनुसार बसों का संचालन किया जाएगा। इसके साथ-साथ यह भी अवगत कराया गया कि पीएम ई-बस सेवा की 150 इलेक्ट्रिक बसों का संचालन भी इंदौर शहर में जुलाई माह से प्रारंभ किया जाना प्रस्तावित है। प्रबंध संचालक ने बैठक में बताया कि 7 क्षेत्रीय मुख्यालयों के 7 शहर से, प्रदेश के विभिन्न जिला मुख्यालयों तक जाने वाले कुल 620 मार्गों को चिन्हित किया गया है। इनमें कुल 2432 बसें संचालित होंगी। इसके तहत इंदौर क्षेत्र से प्रदेश के अन्य जिलों में कुल 121 मार्ग चिन्हित किए गए हैं। जिनमें 608 बसें संचालित की जाएंगी।

लोगों की सुविधा का रखा ध्यान- सात क्षेत्रीय मुख्यालय इंदौर, भोपाल, उज्जैन, ग्वालियर, सागर, जबलपुर और रीवा में मुख्यमंत्री सुगम परिवहन सेवा के तहत सिटी बसों का संचालन भी किया जाएगा। यह बसें आमजन की सुविधा हेतु शहर से आगे महत्वपूर्ण उप नगरीय क्षेत्रों तक भी जा सकेंगी। इस श्रेणी के सिटी रूट के तहत इंदौर में शहर के अंदर एवं उप नगरीय क्षेत्रों तक कुल 28 मार्ग चिन्हित किए गए हैं। इनमें लोगों की सुविधा के लिए 784 बसें (पीएम ई-बस सेवा की 150 बसों को मिलाकर) संचालित की जाएंगी। इंदौर क्षेत्र से महाराष्ट्र, गुजरात, राजस्थान एवं उत्तर प्रदेश राज्यों के लिए जाने वाली बसों के मार्ग अनुबंध अनुसार कुल 101 हैं।

भूमिहीन परिवारों को सौगात की तैयारी

मुफ्त रजिस्ट्री के साथ मिल सकता है जमीन का मालिकाना हक

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

भोपाल, एजेंसी। मुख्यमंत्री मोहन यादव की अध्यक्षता में मंगलवार को होने वाली कैबिनेट बैठक में ग्रामीण क्षेत्रों के भूमिहीन परिवारों के लिए महत्वपूर्ण निर्णय लिए जाने की संभावना है। सरकार स्वामित्व योजना के तहत लंबे समय से निवास कर रहे पात्र परिवारों को भूमि का वैधानिक अधिकार देने की दिशा में बड़ा कदम उठा सकती है। प्रस्तावित व्यवस्था के अनुसार पात्र हितग्राहियों को पट्टा प्रदान करने के साथ भूमि की रजिस्ट्री भी निशुल्क कराई जाएगी, जिसका पूरा खर्च राज्य सरकार वहन करेगी।

जानकारी के अनुसार ग्रामीण क्षेत्रों में वर्षों से निवासरत ऐसे परिवार, जिनके पास भूमि का वैध स्वामित्व नहीं है, उन्हें इस योजना का लाभ मिल सकेगा। केंद्र सरकार की स्वामित्व योजना के अंतर्गत इन परिवारों और उनके आवासों का सर्वेक्षण पहले ही कराया जा चुका है। अब राज्य सरकार सर्वे के आधार पर पात्र लोगों को कानूनी स्वामित्व प्रदान करने की तैयारी में है। इससे हजारों परिवारों को स्थायी आवासीय अधिकार मिलने का रास्ता साफ हो सकता है।

खरीफ सीजन की तैयारियों पर भी रहेगा फोकस

कैबिनेट बैठक में किसानों से जुड़े मुद्दों पर भी चर्चा होने की संभावना है। राज्य सरकार ने आगामी खरीफ सीजन को ध्यान में रखते हुए उर्वरकों की उपलब्धता और प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए उच्च स्तरीय समिति का गठन किया है। यह समिति किसानों को खाद की उपलब्धता, मूल्य नियंत्रण और बीमा योजना से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए सुझाव देगी। समिति में लोक निर्माण मंत्री राकेश सिंह, राजस्व मंत्री करण सिंह वर्मा, स्कूल शिक्षा मंत्री उदय प्रताप सिंह, किसान कल्याण एवं कृषि विकास मंत्री एदल सिंह कंषाना तथा सहकारिता मंत्री विश्वास कैलाश सारंग को शामिल किया गया है। कृषि उत्पादन आयुक्त को समिति का संयोजक बनाया गया है।

मानसून से पहले ही इंदौर में कई इलाकों में ब्लैकआउट

फाल्ट के कारण घंटों तक बिजली गुल

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट, (नप्र)

इंदौर में अब बिजली संकट भी गहराने लगा है। कई इलाकों में लगातार बिजली कटौती और ब्लैकआउट की स्थिति बन रही है। बढ़ते लोड, पुराने उपकरणों और रखरखाव की कमी के कारण लोगों को परेशान होना पड़ रहा है। सोमवार दोपहर मौसम का मिजाज अचानक बदल गया। तेज गर्मी के बीच आसमान में बादल छा गए और तेज हवाएं चलने लगीं। शहर के कई इलाकों में रिमझिम बारिश हुई। मौसम में आए इस बदलाव से लोगों को गर्मी से राहत मिली। कनाड़िया क्षेत्र में तेज हवाओं के कारण बवंडर भी देखने को मिला, जिससे आसपास धूल का गुबार उठ गया। तेज हवाओं के कारण शहर के विभिन्न हिस्सों में पेड़ उखड़ गए। वहीं खराब मौसम के चलते गोवा और बेंगलुरु से इंदौर आने वाली दो फ्लाइट को डायवर्ट करना पड़ा। मौसम विज्ञानियों के अनुसार मंगलवार को भी इंदौर सहित प्रदेश के कई हिस्सों में आंधी चलने और गरज-चमक के साथ वर्षा होने की संभावना है।

35 हजार से अधिक छात्रों, प्राध्यापकों ने सामूहिक योग कर बनाया विश्व रिकॉर्ड

● मालवांचल यूनिवर्सिटी में आयोजित योग महोत्सव में योग गुरु पद्मश्री डॉ. एच. आर. नागेंद्र सहित मंत्री श्री इंदरसिंह परमार, मंत्री श्री कैलाश विजयवर्गीय और मंत्री श्री तुलसीराम सिलावट ने छात्रों के साथ किया योगाभ्यास

प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के आह्वान पर आयुष मंत्रालय द्वारा 'योग महोत्सव' की तैयारियों के तहत मालवांचल यूनिवर्सिटी में आयोजित योग महोत्सव

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट, (नप्र)

इंदौर। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के आह्वान पर आयुष मंत्रालय द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियों के अंतर्गत देशभर में आयोजित किए जा रहे योग महोत्सव एवं काउंटडाउन कार्यक्रमों की श्रृंखला की शुरूआत हो गई है। इसी के तहत सोमवार को नेमावर रोड़ स्थित मालवांचल यूनिवर्सिटी इंदौर में सामूहिक योग महोत्सव का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में प्रधानमंत्री के योगगुरू एवं एस. व्यासा यूनिवर्सिटी के कुलगुरू पद्मश्री डॉ. एच. आर. नागेन्द्र, उच्च शिक्षा, तकनीकी शिक्षा एवं आयुष मंत्री श्री इंदरसिंह परमार, नगरीय प्रशासन एवं आवास मंत्री श्री कैलाश विजयवर्गीय, जल संसाधन मंत्री श्री तुलसीराम सिलावट, संस्थान के डायरेक्टर श्री सुरेश सिंह भदोरिया, डॉ. मयंक भदोरिया, डॉ. दीप्ति सिंह हाड़ा सहित अमलतास तथा इंडेक्स समूह संस्थानों के छात्र, नागरिक और सामाजिक संगठन आदि शामिल हुए।

कार्यक्रम में मालवांचल एवं अमलतास यूनिवर्सिटी के 35 हजार से अधिक विद्यार्थियों ने सामूहिक योग कर विश्व रिकॉर्ड बनाया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों के साथ योगगुरू पद्मश्री डॉ. एच. आर. नागेन्द्र, उच्च शिक्षा, तकनीकी शिक्षा एवं आयुष मंत्री श्री इंदरसिंह परमार, नगरीय प्रशासन एवं आवास मंत्री श्री कैलाश विजयवर्गीय, जल संसाधन मंत्री श्री तुलसीराम सिलावट, संस्थान के डायरेक्टर श्री सुरेश सिंह भदोरिया, डॉ. मयंक भदोरिया ने भी छात्रों के साथ सामूहिक योग किया।

इस मौके पर अपने संबोधन में योगगुरू पद्मश्री डॉ. एस. आर. नागेन्द्र ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की योग के प्रति रूचि और आस्था के चलते योग आज पूरी दुनिया में फैल गया है। भारत में 30 करोड़ लोग आज से जुड़े हैं और यह संख्या दिनों-दिन बढ़ती ही जा रही है। मध्यप्रदेश देश का हृदय स्थल है और इंदौर देश का सबसे स्वच्छ शहर है। हमें पूरे मध्यप्रदेश के नागरिकों को योग से जोड़ना है और प्रदेश के सभी विश्वविद्यालयों में योग पाठ्यक्रम को शामिल किया जाए। डॉ. नागेन्द्र ने कहा कि अब पश्चिम बंगाल में भी सांस्कृतिक जागरण हो गया। इस बार अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर एक बड़ा योग का कार्यक्रम कलकता में किया जाएगा। योग केवल आसन नहीं है बल्कि एक जीवन पद्धति है। योग करने से व्यक्ति स्वस्थ रहता है और उसके सम्पूर्ण व्यक्तित्व का विकास होता है। उल्लेखनीय है कि प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के दूरदर्शी नेतृत्व में वर्ष 2015 से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन विश्व स्तर पर निरंतर विस्तार प्राप्त कर रहा है। आज यह दिवस

190 से अधिक देशों में मनाया जा रहा है और लाखों लोग योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बना रहे हैं।

इस मौके पर प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के पूर्व दिए गए संदेश में कहा गया कि योग भारत की प्राचीन ज्ञान परम्परा का वह अमूल्य उपहार है जिसने सम्पूर्ण विश्व को समरसता और स्व से समष्टि तक की यात्रा का मार्ग दिखाया है। आज योग दुनिया के करोड़ों लोगों के सकारात्मक परिवर्तन का आधार बन रहा है। शरीर को स्वस्थ बनाने के साथ मन को स्थिरता, बुद्धि को स्पष्टता और जीवन को उद्देश्य प्रदान करने वाली योग एक जीवन पद्धति है। इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम 'योग फॉर हेल्दी एजिंग' है। योग हमें हर आयु में शारीरिक सक्रियता, मानसिक संतुलन और सकारात्मक दृष्टिकोण प्रदान कर उनके बीमारियों से बचाव और लड़ने में मदद करता है।

कार्यक्रम में प्राचार्य श्रीमती रेशमा खुराना ने बताया कि आज का यह योग महोत्सव संस्थान के 11 जोन में एक साथ किया गया, जिसमें मालवांचल, अमलतास एवं इंडेक्स संस्थान के 35 हजार से अधिक छात्र-छात्राओं ने सामूहिक योग किया। कार्यक्रम में योगगुरु पद्मश्री डॉ. एच. आर. नागेन्द्र की उपस्थिति में नगरीय प्रशासन मंत्री श्री कैलाश विजयवर्गीय द्वारा मालवांचल यूनिवर्सिटी के प्रमुख श्री भदोरिया को योग का विश्व रिकॉर्ड बनने पर प्रमाण-पत्र भेंट किया गया। इस मौके पर संस्थान के प्राध्यापक, विद्यार्थी एवं नागरिक बड़ी संख्या में उपस्थित थे। कार्यक्रम के पूर्व उच्च शिक्षा, तकनीकी शिक्षा एवं आयुष मंत्री श्री इंदरसिंह परमार ने मालवांचल यूनिवर्सिटी के प्रमुखों के साथ चर्चा कर संस्थान का अवलोकन किया।

कलेक्टर शिवम वर्मा के निर्देश पर आरटीओ का सघन चेकिंग अभियान, दो बसों पर एक लाख रुपये का जुर्माना

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट, (नप्र)

इंदौर। कलेक्टर श्री शिवम वर्मा के निर्देशानुसार संभागीय आरटीओ उड़नदस्ता, इंदौर द्वारा आज रेडिसन चौराहा, तीन इमली चौराहा एवं नेमावर रोड पर सुबह सघन वाहन चेकिंग अभियान चलाया गया। अभियान का नेतृत्व आरटीओ इंदौर एवं उड़नदस्ता प्रभारी द्वारा किया गया।

क्षेत्रीय परिवहन अधिकारी श्री प्रदीप शर्मा ने बताया कि चेकिंग के दौरान 50 से अधिक बसों की गहन जांच की गई। इस दौरान बसों में उपलब्ध इमरजेंसी गेट,

अग्निशामक यंत्र (फायर एक्सटिंग्विशर), फर्स्ट एड बॉक्स, आपातकालीन निकास व्यवस्था, वाहन के दस्तावेज, परमिट, फिटनेस, बीमा तथा अन्य सुरक्षा मानकों का परीक्षण किया गया, ताकि यात्रियों की सुरक्षा सुनिश्चित की जा सके। जांच के दौरान एक बस ललितपुर से इंदौर तक बिना वैध परमिट के यात्रियों का परिवहन करते हुए पाई गई। इस पर मौके पर ही चालानी कार्रवाई करते हुए 50 हजार रुपये का जुर्माना वसूल किया गया।

इसी प्रकार एक अन्य बस मुंबई से इंदौर के अस्थायी (टेम्परेरी) परमिट पर संचालित पाई गई, जबकि वह नागपुर से इंदौर तक यात्रियों का परिवहन कर रही थी। परमिट की शर्तों के उल्लंघन पर संबंधित बस के विरुद्ध भी कार्रवाई करते हुए 50 हजार रुपये का जुर्माना वसूला गया। अभियान के दौरान दो लोक परिवहन बसों के विरुद्ध कार्रवाई कर कुल एक लाख रुपये का राजस्व वसूल किया गया। आरटीओ अधिकारियों ने बस संचालकों को यात्री सुरक्षा संबंधी सभी नियमों एवं परमिट शर्तों का कड़ाई से पालन करने के निर्देश दिए तथा भविष्य में अनियमितता पाए जाने पर सख्त कार्रवाई की चेतावनी भी दी।

इस बार इंदौर का मुकाबला सूरत, नवी मुंबई और अहमदाबाद जैसे शहरों से

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट, (नप्र)

इंदौर। स्वच्छता रैंकिंग का सर्वे इंदौर में जारी है। बीते चार दिनों से टीम इंदौर के अलग-अलग क्षेत्रों में जाकर स्वच्छता का आकलन कर रही है, लेकिन इस बार सर्वे के दौरान भी अतिरिक्त स्वच्छता पर ज्यादा ध्यान नहीं दिया जा रहा है, जबकि बीते वर्षों में सर्वे के दौरान नगर निगम का अमला मुस्तैद रहता आया है। इस बार नागरिकों के फीडबैक में भी इंदौर दूसरे नंबर पर है। इस बार इंदौर का मुकाबला सूरत, नवी मुंबई और अहमदाबाद जैसे शहरों से है। ये शहर स्वच्छता प्रीमियर लीग में शामिल हैं और इनमें सफाई को लेकर कई नवाचार हुए हैं, जबकि इंदौर के प्रति भागीरथपुरा दूषित पेयजल कांड के कारण नकारात्मक माहौल बना है।

इंदौर में स्वच्छता रैंकिंग का सर्वे करने वाली टीम उस समय आई है, जब शहर में जलसंकट छाया हुआ है। मोहन यादव भी रविवार को इंदौर में बैठक के दौरान अधिकारियों को जलसंकट दूर करने के निर्देश दे चुके हैं। जलसंकट के साथ स्वच्छता पर फोकस करना इस बार चुनौतीपूर्ण हो रहा है। इंदौर में स्वच्छता रैंकिंग का सर्वे करने वाली टीम उस समय आई है, जब शहर में जलसंकट छाया हुआ है। मोहन यादव भी रविवार को इंदौर में बैठक के दौरान अधिकारियों को जलसंकट दूर करने के निर्देश दे चुके हैं। जलसंकट के साथ स्वच्छता पर फोकस करना इस बार चुनौतीपूर्ण हो रहा है। सर्वेक्षण के लिए शहर की सड़कों के डिवाइडर पेंट किए गए हैं। सार्वजनिक स्थलों की भी सफाई की गई है। श्री-आर पद्धति पर शहर में गार्डन भी तैयार किए गए हैं। मापदंडों के अनुसार इस बार नगर निगम की जिम्मेदारी वाले क्षेत्र देपालपुर को भी साफ किया गया है। वहां भी नगर निगम का अमला जुटा हुआ है। बीते चार दिनों से सर्वे टीम सार्वजनिक शौचालयों, सड़कों की सफाई, सार्वजनिक स्थानों पर स्वच्छता सहित अन्य मापदंडों के आधार पर शहर की सफाई का आकलन कर रही है। दो दिन बाद सर्वे पूरा होने के बाद टीम लौट सकती है। इस वर्ष स्वच्छता सर्वेक्षण के लिए कुल 12,500 अंक निर्धारित किए गए हैं।जीरो डस्टबिन सिटी, ओडीएफ फ्री सिटी, डोर-टू-डोर कचरा कलेक्शन और कचरे के पृथक्करण (सेग्रिगेशन) के मामले में इंदौर आगे है, लेकिन कचरे के पुनः उपयोग (रीसाइक्लिंग एवं रिसोर्स रिकवरी) के मामले में अन्य शहरों ने बेहतर काम किया है। इंदौर लगातार आठ बार स्वच्छता रैंकिंग में प्रथम स्थान प्राप्त कर चुका है और पिछले वर्ष स्वच्छता प्रीमियर लीग में भी पुरस्कार हासिल कर चुका है।

मायके में रह रही महिला ने फांसी लगाकर की आत्महत्या

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट, (नप्र)

इंदौर। लसूड़िया थाना क्षेत्र में मायके में रह रही एक महिला ने फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। घटना के बाद परिवार में शोक का माहौल है। पुलिस ने मर्ग कायम कर मामले की जांच शुरू कर दी है।

पुलिस के अनुसार, स्कीम नंबर-136 निवासी दीपिका वाघला (32) पत्नी दिलीप वाघला ने अपने कमरे में फांसी लगा ली। परिजनों ने बताया कि दीपिका दोपहर में कमरे में आराम करने गई थी। रविवार देर शाम तक वह बाहर नहीं आई तो उसकी मां ने आवाज लगाई, लेकिन अंदर से कोई जवाब नहीं मिला। इसके बाद पिता और छोटी बहन कमरे के पास पहुंचे। काफी देर तक दरवाजा नहीं खुलने पर उन्होंने दरवाजे का लॉक तोड़ा। अंदर जाकर देखा तो दीपिका फंदे पर लटकी हुई थी। घटना की सूचना तत्काल पुलिस को दी गई।

परिजनों के मुताबिक दीपिका की शादी करीब 12 साल पहले अलीराजपुर में हुई थी। उसके पति एक एनजीओ में काम करते हैं। गर्मी की छुट्टियों के चलते वह करीब एक महीने पहले अपने तीन बच्चों के साथ इंदौर स्थित मायके आई थी। घटना के समय उसके बच्चे घर के बाहर खेल रहे थे। परिजनों ने किसी भी प्रकार का सुसाइड नोट मिलने से इनकार किया है। शुरुआती स्तर पर आत्महत्या के पीछे पारिवारिक कलह की आशंका जताई जा रही है, हालांकि परिजनों ने इस संबंध में खुलकर कुछ नहीं कहा है। घटना की सूचना मिलने के बाद अलीराजपुर से ससुराल पक्ष के लोग भी इंदौर पहुंच गए हैं। पुलिस का कहना है कि मृतका के मोबाइल फोन की जांच और परिजनों के बयान दर्ज करने के बाद ही आत्महत्या के कारणों की स्पष्ट जानकारी सामने आ सकेगी। फिलहाल मामले की जांच जारी है।

मेघदूत उपवन में पांच दिवसीय नि:शुल्क ऐरोबिक्स थैरेपी प्रशिक्षण शिविर सम्पन्न

शिविरार्थियों को प्रमाण पत्र वितरित

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट, (नप्र)

इंदौर। शहर की ख्यात फिटनेस एक्सपर्ट धीरज कौशल सर को ऐरोबिक्स में महारथ हासिल है और उन्होंने अपनी उम्र को पीछे छोड़ कर सभी में जबरदस्त जोश भरने का कार्य किया. ये बात आज एमएचडब्ल्यू फाउंडेशन संचालित एरोबिक्स क्लब मेघदूत द्वारा मेघदूत उपवन में आयोजित 5 दिवसीय निशुल्क प्रशिक्षण शिविर में मुख्य अतिथि के रूप में

इंदौर दिगंबर सामाजिक संसद के अध्यक्ष आनंद गौधा ने कही। शिविरार्थियों को धीरज कौशल सर ने नए स्टेप्स सिखाए और उनमें जोश भर दिया। आज मौसम सुहाना होने की वजह से वर्कआउट करने में सभी को अलग ही आनंद आया। ये जानकारी देते हुए एरोबिक्स क्लब मेघदूत के मुख्य प्रशिक्षक जितेंद्र मेश्राम और कोषाध्यक्ष राजिंदर भाटिया ने बताया कि आज समापन कार्यक्रम के मुख्य अतिथि समाजसेवी और दिगम्बर जैन सामाजिक संसद के अध्यक्ष आंनद गौधा थे विशेष अतिथि मीडिया प्रभारी प्रवीण जैन थे।। श्री गौधा ने शिविरार्थियों को प्रमाण पत्र वितरित किए। इस अवसर पर धीरज कौशल सर के साथ आई टीम को भी सम्मानित किया गया। धीरज कौशल सर का स्वागत एडमिन माया मेश्राम - आशा कोष्ठा ने किया। इस अवसर पर ट्रेनर्स छाया रसाल, नंदना पाल, मिष्टी चटर्जी, अंजलि राय के साथ विभा चंदेल,पूर्णिमा पाल,स्मिता ग्लांडे, प्रेमलता, पोरवाल, मीना गर्ग, मधु गौर, उत्तरा कोटियाल, सविता अग्रवाल, आशीष पुंडलिक, उज्ज्वल शैंडे सविता शैंडे, पंढरी नायक, संतोष श्रीवास, राकेश गुप्ता, ओमप्रकाश पाल, विजय गार्गव, शरद साकल्ले, मनीष पाल, मनीष शर्मा, संजय शर्मा सहित बड़ी संख्या में शिविरार्थियों ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। प्रथम

दिवस चन्दन बारी, दूसरे दिन श्रद्धा पंडित, तीसरे दिन तान्या रहेजा वाधवानी, चौथे दिन प्रिया गागरे ने मराठी अंग्रेजी धुनों से लेकर पंजाबी और फोक गीतों पर आकर्षक स्टेप्स सबको सिखाने के लिए जोश भर दिया। अंतिम दिन आज एरोबिक्स के ख्यात ट्रेनर धीरज कौशल सर ने सभी को बेहद आकर्षक अंदाज में एरोबिक्स सिखाया सर के साथ जिन नीलम जैन, पिंकी तिवारी, ऋषभ जैन, प्रिंस यादव भी शामिल हुए। एरोबिक्स क्लब मेघदूत एम एच डब्ल्यू फाउंडेशन द्वारा पिछले 14 वर्षों से निरंतर ऐरोबिक्स थेरेपी सिखाई जा रही है, जिसका लाभ बड़ी संख्या में लोगों को मिल रहा है।

इस अवसर पर बड़ी संख्या में शिविरार्थी उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन जितेंद्र जायसवाल ने किया और आभार डीएसपी शैलजा सिंह भदौरिया ने व्यक्त किया।

तीसरी मंजिल से गिरकर टाइल्स कारीगर की मौत

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट, (नप्र)

इंदौर। लसूड़िया थाना क्षेत्र में एक टाइल्स कारीगर की तीसरी मंजिल से गिरने के बाद मौत हो गई। घटना रविवार रात की बताई जा रही है। परिजनों ने मामले में साथियों पर लापरवाही के आरोप लगाए हैं, जबकि पुलिस पूरे घटनाक्रम की जांच कर रही है। जानकारी के अनुसार गोलू बड़ोले (32) पुत्र राजाराम बड़ोले निवासी वृंदावन कॉलोनी देवास नाका को रविवार देर रात उसका भाई अजय एमवाय अस्पताल लेकर पहुंचा था। अजय ने बताया कि गोलू टाइल्स लगाने का काम करता था और लसूड़िया क्षेत्र की एक निर्माणाधीन बिल्डिंग में काम कर रहा था। बताया जा रहा है कि रविवार रात काम के दौरान गोलू तीसरी मंजिल से सीढ़ियों के बीच बनी खाली जगह से नीचे गिर गया। घटना के बाद उसके साथ काम करने वाले मजदूरों ने परिजनों को इसकी सूचना दी। अस्पताल पहुंचने पर चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया। परिजनों के अनुसार गोलू मूल रूप से खरगोन जिले का निवासी था और रविवार को ही गांव से इंदौर आया था। गांव से लौटने के बाद वह सीधे काम पर चला गया था। परिवार में उसके चार भाई हैं।

लापरवाही बरतने वालों पर कड़ी कार्रवाई करें : डॉ. यादव

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

भोपाल, एजेंसी। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा है कि महिला एवं बाल विकास विभाग की योजनाओं के क्रियान्वयन में अधिक से अधिक जन भागीदारी और जवाबदेही सुनिश्चित की जाए। महिलाओं और बच्चों के कल्याण से संबंधित योजनाओं का अधिक से अधिक प्रचार हो। बच्चों और महिलाओं में पोषण स्तर को बेहतर करने के लिए संचालित गतिविधियों में स्वास्थ्य, स्कूल शिक्षा, पंचायत एवं ग्रामीण विकास सहित निजी अस्पतालों और संस्थाओं को भी जोड़ा जाए। इस दिशा में अन्य राज्यों और प्रदेश के जिलों में हो रहे सफल नवाचारों को अपनाने के लिए भी कार्ययोजना बनाई जाए। साथ ही मैदानी स्तर पर बेहतर कार्य करने वालों को प्रोत्साहित करें और लापरवाही बरतने वालों के विरूद्ध कड़ी कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने यह निर्देश सोमवार को मंत्रालय में हुई महिला एवं बाल विकास विभाग की समीक्षा बैठक में दिए। बैठक में महिला एवं बाल विकास मंत्री सुश्री निर्मला भूरिया, मुख्य सचिव श्री अनुराग जैन सहित वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे।

बैठक में बताया गया कि प्रदेश में 5 से 6 आयु वर्ग के 9 लाख 28 हजार बच्चों के लिए विद्यारंभ आयोजित कर उन्हें विद्यारंभ प्रमाण-पत्र उपलब्ध कराया गया और बच्चों का शाला में सुगम प्रवेश सुनिश्चित किया गया। प्रदेश के इस नवाचार को राष्ट्रीय स्तर पर विशेष सराहना मिली है। बाल देखरेख संस्थाओं द्वारा मुख्यमंत्री खेल एवं सांस्कृतिक महोत्सव के आयोजन की प्रक्रिया भी आरंभ की गई है।

सक्षम आंगनवाड़ी उन्नयन में मध्यप्रदेश देश में अग्रणी

बैठक में बताया गया कि सक्षम आंगनवाड़ी उन्नयन के अंतर्गत प्रदेश में एक साथ 12 हजार 670 मिनी केंद्रों को मुख्य आंगनवाड़ी के रूप में उन्नत कर मध्यप्रदेश देश में अग्रणी बना है। इस प्रकार की पहल में मध्यप्रदेश, देश के अग्रणी राज्यों में शामिल है। मुख्यमंत्री लाड़ली बहना योजना में जनवरी 2024 से मई 2026 तक प्रदेश की 01 करोड़ 25 लाख से अधिक पात्र बहनों को 47 हजार 775 करोड़ रुपये से अधिक की मासिक आर्थिक सहायता उपलब्ध कराई गई है। मुख्यमंत्री लाड़ली लक्ष्मी योजना के अंतर्गत मई 2026 तक 15 लाख 84 हजार बालिकाओं का पंजीयन कर 537 करोड़ रुपये से अधिक की छात्रवृत्ति वितरित की गई।

कामकाजी महिलाओं के लिए पीपीपी मोड पर हॉस्टल निर्माण की बनाएं कार्ययोजना

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि जिन औद्योगिक इकाइयों में महिला कर्मियों की संख्या अधिक है, उन इकाइयों में कामकाजी महिलाओं के लिए पीपीपी मोड पर हॉस्टल निर्माण की कार्ययोजना बनाई जाए। बैठक में बताया गया कि देवास, नर्मदापुरम, झाबुआ और सिंगरौली में वर्किंग वुमेन हॉस्टल का निर्माण प्रारंभ हो गया है। प्रताड़ित महिलाओं को सहायता उपलब्ध कराने के लिए पांढुर्णा, मऊगंज, मैहर, पेटलावद-झाबुआ, इंदौर के लसूड़िया और सांवेर एवं धार के मनावर और पीथमपुर में वन स्टॉप सेन्टर स्वीकृत किए गए हैं। चाइल्ड हेल्पलाइन अंतर्गत 51 जिला स्तरीय और 01 राज्य स्तरीय हेल्प सेंटर के माध्यम से 66 हजार से अधिक बच्चों को सहायता उपलब्ध कराई गई। जोखिम ग्रस्त बच्चों की मैपिंग के लिए 13 जिलों में प्रक्रिया जारी है।

महिला कांस्टेबल से बर्तन व्यापारी ने किया दुष्कर्म

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

हरदा, एजेंसी। महिला कांस्टेबल से भोपाल के बर्तन दुकान संचालक ने दुष्कर्म की वारदात को अंजाम दिया। इस मामले में रविवार देर रात पुलिस ने केस दर्ज किया। सोमवार को आरोपी को गिरफ्तार किया गया। आरोपी ने महिला के फोटो खींचकर उसे ब्लैकमेल भी किया और उससे रुपये वसूले। मामले में महिला थाना पुलिस ने भोपाल के बर्तन व्यवसायी को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपी को न्यायालय में पेश किया, जहां से उसे जेल भेज दिया गया।

पुलिस के अनुसार, महिला कांस्टेबल के पति का कुछ वर्ष पहले निधन हो गया था। इसके बाद वह अपने माता-पिता के साथ नर्मदापुरम संभाग में रहती थी। पिता के निधन के बाद उसका हरदा आना-जाना लगा रहता था। इसी दौरान ट्रेन यात्रा में उसकी पहचान छनेरा निवासी एक युवक से हुई, जो भोपाल में बर्तनों का व्यवसाय करता है। दोनों के बीच मोबाइल पर बातचीत शुरू हुई। युवक ने शादी का प्रस्ताव दिया। बाद में वह महिला को अपने भाई की शादी में भी ले गया, जहां परिवार के अन्य सदस्यों से भी मुलाकात कराई गई। पुलिस में दर्ज शिकायत के अनुसार, 3 अप्रैल को आरोपी महिला के किराए के मकान पर पहुंचा और उसके साथ संबंध बनाए। इसी दौरान उसने महिला की आपत्तिजनक तस्वीरें भी ले लीं। इसके बाद आरोपी का व्यवहार बदल गया। वह महिला पर शक करने लगा और उससे लगातार संपर्क करने का दबाव बनाने लगा। जब महिला ने बातचीत कम कर दी तो आरोपी ने तस्वीरें वायरल करने की धमकी दी। शिकायत के अनुसार, आरोपी ने महिला की आपत्तिजनक तस्वीरें उसके रिश्तेदार के मोबाइल पर भेज दीं। साथ ही सोशल मीडिया पर वायरल करने की धमकी देकर उस पर दबाव बनाया।

महिला ने शिकायत में बताया कि आरोपी ने तस्वीरें वायरल करने की धमकी देकर उससे करीब 4 लाख रुपये भी वसूल लिए। विरोध करने पर उसने मारपीट करने और वर्दी की बेल्ट से हमला करने की कोशिश भी की। महिला की शिकायत पर महिला थाना पुलिस ने आरोपी के खिलाफ दुष्कर्म सहित अन्य धाराओं में मामला दर्ज किया। पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर सोमवार को न्यायालय में पेश किया, जहां से उसे जेल भेज दिया गया। मामले की जांच जारी है।

वीडियो कोच बस में लगी आग

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

ग्वालियर, एजेंसी। इंदौर जा रही एक स्लीपर वीडियोकोच बस में रविवार रात आगरा-मुंबई नेशनल हाईवे पर पनिहार रेलवे स्टेशन के पास अचानक भीषण आग लग गई। चलती बस से आग की ऊंची लपटें उठती देख यात्रियों में अफरा-तफरी मच गई। घटना के समय बस में करीब 45 यात्री सवार थे। राहत की बात यह रही कि बस स्टाफ की सतर्कता और यात्रियों की सूझबूझ से समय रहते सभी को सुरक्षित बाहर निकाल लिया गया, जिससे बड़ा हादसा टल गया। घटना रविवार रात करीब 11 बजे की बताई जा रही है। बस रात 10 बजे ग्वालियर से इंदौर के लिए रवाना हुई थी। सूचना मिलते ही फायर ब्रिगेड और पुलिस की टीम मौके पर पहुंच गई और आग बुझाने का काम शुरू किया गया।

महाराष्ट्र के क्रिकेटर और होटल कारोबारी की एमपी में दर्दनाक मौत

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

बड़वानी, एजेंसी। प्रदेश के बड़वानी जिले में आगरा-मुंबई राष्ट्रीय राजमार्ग पर सोमवार सुबह एक भीषण सड़क हादसे में महाराष्ट्र के एक युवा क्रिकेटर और रेस्टोरेंट व्यवसायी की मौत हो गई, जबकि उनके दो साथी गंभीर रूप से घायल हो गए। हादसा इतना भयावह था कि तेज रफ्तार कार कई बार पलटने के बाद सामने से आ रहे ट्रक से जा टकराई और उसके परखच्चे उड़ गए।

सेंधवा ग्रामीण थाना प्रभारी ओपी सिंह चोगड़े ने बताया कि दुर्घटना जामली गांव के पास हुई। प्रारंभिक जांच में सामने आया है कि कार चालक को अचानक झपकी आ गई, जिससे वाहन

अनियंत्रित हो गया। कार डिवाइडर लांघकर दूसरी लेन में पहुंच गई और तीन से चार बार पलटते हुए सामने से आ रहे ट्रक से टकरा गई। हादसे में अनिकेत काले (28) और बद्रीनाथ नांगरे (30), दोनों निवासी संभाजीनगर (महाराष्ट्र), की मौत हो गई। घायल भूषण (25) निवासी पुणे तथा ओंकार (26) निवासी संभाजीनगर को सेंधवा के एक निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। चिकित्सकों के अनुसार दोनों की हालत फिलहाल स्थिर है। पुलिस के मुताबिक चारों दोस्त धार्मिक यात्रा पर निकले थे और मध्य प्रदेश सहित विभिन्न धार्मिक स्थलों के दर्शन करने के बाद लेह-लद्दाख जाने की योजना थी। लेकिन उनकी यह रोमांचक यात्रा बड़वानी जिले में दर्दनाक हादसे में बदल गई। जानकारी के अनुसार मृतक अनिकेत काले संभाजीनगर के क्लब क्रिकेट जगत का जाना-पहचाना चेहरा था और स्थानीय क्रिकेट प्रतियोगिताओं में सक्रिय भूमिका निभाता था। वहीं बद्रीनाथ नांगरे होटल और रेस्टोरेंट व्यवसाय से जुड़े थे तथा उनका बार और रेस्टोरेंट का कारोबार था। घायल भूषण मिनरल वाटर निर्माण व्यवसाय से जुड़े हैं, जबकि ओंकार मेडिकल स्टोर संचालक हैं।

पटवारी रिश्वत लेते रंगे हाथ गिरफ्तार

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

नरसिंहपुर, एजेंसी। जिले के गोटेगांव में लोकायुक्त जबलपुर की टीम ने सोमवार को एक पटवारी को 5 हजार रुपए की रिश्वत लेते हुए रंगे हाथ गिरफ्तार किया। पटवारी पर जमीन के नामांतरण के बदले 10 हजार रुपये मांगने का आरोप है। लोकायुक्त कार्यालय से मिली जानकारी के अनुसार, आवेदक संदीप कुमार सिंह (निवासी पड़रिया, गोटेगांव) ने शिकायत दर्ज कराई थी। उनकी माता ममता देवी ने ग्राम मुआर में 7 एकड़ भूमि खरीदी थी। इस भूमि के नामांतरण के लिए हल्का नंबर 41, ग्राम मुरदई के पटवारी घनश्याम गढ़वाल 10 हजार रुपए की रिश्वत मांग रहे थे।

कमर्शियल एलपीजी सिलेंडर 44 रुपए तक हुआ महंगा

● भोपाल में 3116, इंदौर में 3222

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

भोपाल, एजेंसी। कमर्शियल एलपीजी सिलेंडर की कीमतें आज से फिर बढ़ गई है। मध्य प्रदेश में यह 44 रुपए तक महंगा हुआ है। भोपाल में अब 3116.50 रुपए में सिलेंडर मिलेगा। वहीं, इंदौर में 3222.50 रुपए, जबलपुर में 3290 रुपए, ग्वालियर में 3338.50 रुपए और उज्जैन में 3250 रुपए कीमत हो गई है।

तीन महीने में रेट करीब 1300 रुपए तक बढ़े हैं। इससे पहले 1 मई को रेट बढ़े थे। सिलेंडर की कीमतें लगातार बढ़ने से खाना महंगा हो गया है। भोपाल में ही खाना 10 से 15 प्रतिशत तक महंगा हुआ है। जुलाई तक प्रदेश में 20 हजार से ज्यादा शादियां होनी हैं, ऐसे में आम लोगों की मुश्किलें बढ़ सकती हैं।

भोपाल होटल एवं रेस्टोरेंट संघ के अध्यक्ष तेजकुल पाल सिंह पाली ने बताया कि कमर्शियल गैस सिलेंडर के रेट लगातार बढ़ रहे हैं। यह पहले की तुलना में 60 प्रतिशत तक महंगा हो गया है। इस कारण खाना भी महंगा हो रहा है। पिछली बढ़ोतरी के बाद 10 से 15 प्रतिशत तक रेट बढ़े थे। आगे और बढ़ने की संभावना है। मध्य प्रदेश टेंट कैटर्स एसोसिएशन के रामबाबू शर्मा ने बताया, सिलेंडर के रेट बढ़ने से होटल और कैटर्स में 10 प्रतिशत तक कॉस्टिंग का फर्क पड़ा है। 500 लोगों के 5 लाख रुपए के खाने का बजट अब 45 से 50 हजार रुपए तक बढ़ चुका है। आगे भी ऐसे हालात बन सकते हैं।

संपादकीय

हिंद-प्रशांत की सुरक्षा और भारत-ऑस्ट्रेलिया जुगलबंदी

पश्चिम एशिया संकट और इंडो-पैसिफिक में बढ़ती चुनौतियों के बीच भारत-ऑस्ट्रेलिया ने समुद्री आवाजाही की स्वतंत्रता पर फोकस किया। भारत और ऑस्ट्रेलिया ने सोमवार को समुद्री और हवाई मार्गों पर बिना बाधा आवाजाही और बिना किसी रुकावट के समुद्री व्यापार के महत्व पर जोर दिया। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह और ऑस्ट्रेलिया के उप प्रधानमंत्री और रक्षा मंत्री रिचर्ड मार्ल्स के बीच हुई बैठक में इन मुद्दें पर चर्चा हुई। दोनों मंत्रियों ने मुक्त, खुले, शांतिपूर्ण, स्थिर और समृद्ध इंडो-पैसिफिक क्षेत्र को बनाए रखने के लिए क्षेत्रीय साझेदार देशों के साथ सहयोग बढ़ाने की अहमियत पर भी बात की। उन्होंने भारत और ऑस्ट्रेलिया के बीच डिफेंस इंडस्ट्री में सहयोग और साझेदारी के रणनीतिक महत्व पर भी जोर दिया और इस क्षेत्र में संबंधों को और मजबूत करने की जरूरत बताई। दोनों मंत्रियों ने ऑस्ट्रेलिया, भारत, जापान और अमेरिका के बीच हिंद-प्रशांत क्षेत्र में बढ़ते रणनीतिक समन्वय का स्वागत किया और समुद्री क्षेत्र जागरूकता बढ़ाने के लिए सहयोग मजबूत करने की प्रतिबद्धता दोहराई। राजनाथ सिंह और मार्ल्स ने क्वाड इंडो-पैसिफिक मैरीटाइम सर्विलांस कोलैबोरेशन (आईपीएमसीएस) पहल के लिए अपना मजबूत समर्थन जताया जिसे प्रारंभ में हिंद महासागर क्षेत्र में, साथ ही विषय विशेषज्ञों के आदान-प्रदान और अभ्यासों के माध्यम से लागू किया जाएगा।सिंह ने एक सोशल मीडिया पोस्ट में मार्ल्स के साथ अपनी मुलाकात को 'उत्कृष्ट' बताया। उन्होंने कहा, 'हमने द्विपक्षीय रक्षा सहयोग के पूरे दायरे की समीक्षा की और इसे और मजबूत करने के तरीकों पर चर्चा की। भारत-ऑस्ट्रेलिया रक्षा साझेदारी आने वाले वर्षों में स्थिर प्रगति करेगी।' बैठक के बाद राजनाथ सिंह और रिचर्ड मार्ल्स ने घोषणा की कि दोनों देश रक्षा सामग्री और रक्षा सेवाओं की आपूर्ति से संबंधित एक समझौता ज्ञापन तैयार करने की प्रक्रिया शुरू करेंगे। संयुक्त बयान में कहा गया कि दोनों मंत्रियों ने द्विपक्षीय समुद्री सुरक्षा सहयोग में हुई प्रगति और संयुक्त समुद्री सुरक्षा सहयोग रोडमैप को अंतिम रूप देने के प्रयासों पर विस्तार से चर्चा की।

Health is Wealth

शरीर दे रहा है Detox का संकेत?

इन लक्षणों को बिल्कुल न करें नजरअंदाज

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी, गलत खानपान और बढ़ता प्रदूषण हमारे शरीर पर गहरा असर डाल रहे हैं। हमारा शरीर खुद ही टॉक्सिन्स (हानिकारक तत्वों) को बाहर निकालने का काम करता है, लेकिन जब इनकी मात्रा बढ़ जाती है, तो शरीर को बाहर से मदद की जरूरत पड़ती है। यही स्थिति "डिटॉक्स की जरूरत" कहलाती है। अगर आप भी अक्सर थकान, पेट की समस्या या स्किन से जुड़ी दिक्कतों का सामना कर रहे हैं, तो यह संकेत हो सकता है कि आपका शरीर डिटॉक्स मांग रहा है। इन संकेतों को बिल्कुल न नजरअंदाज करें।

सुबह उठते ही थकावट महसूस होना

अगर आप पूरी रात 7–8 घंटे की अच्छी नींद लेने के बाद भी सुबह उठते ही थकावट और कमजोरी महसूस करते हैं, तो इसे सामान्य मानकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। यह संकेत हो सकता है कि आपके शरीर में टॉक्सिन्स का स्तर बढ़ रहा है, जिससे लिवर और पाचन तंत्र पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है। जब शरीर ठीक से डिटॉक्स नहीं कर पाता, तो इसका असर आपकी एनर्जी लेवल पर पड़ता है और आप दिनभर सुस्ती, थकान और कमजोरी महसूस कर सकते हैं।

पेट का फूलना और लगातार गैस बनना

अगर आपका पेट अक्सर फूला हुआ महसूस होता है, बार-बार गैस बनती है या कब्ज जैसी समस्या लगातार बनी रहती है, तो यह साफ संकेत है कि आपका पाचन तंत्र ठीक से काम नहीं कर रहा है। जब लिवर और आंतें सही तरीके से भोजन को पचा नहीं पातीं, तो खाना पूरी तरह टूट नहीं पाता और शरीर में अपशिष्ट (टॉक्सिन्स) जमा होने लगते हैं। इसका असर न सिर्फ पेट की सेहत पर पड़ता है, बल्कि पूरे शरीर में भारीपन, बेचैनी और असहजता भी महसूस होने लगती है।

चेहरे पर अचानक दाने और डल स्किन

अगर स्किन केयर रूटीन फॉलो करने के बाद भी आपके चेहरे पर अचानक दाने, पिंपल्स या मुंहासे निकल रहे हैं और त्वचा की प्राकृतिक चमक कम हो गई है, तो यह केवल बाहरी समस्या नहीं हो सकती। यह इस बात का संकेत हो सकता है कि आपका शरीर अंदर से पूरी तरह साफ नहीं हो पा रहा है। जब लिवर खून को ठीक से डिटॉक्स नहीं कर पाता, तो शरीर में मौजूद टॉक्सिन्स बाहर निकलने के लिए त्वचा का सहारा लेते हैं, जिससे चेहरे पर डलनेस, दाने और अन्य स्किन प्रॉब्लम्स दिखाई देने लगती हैं।

डाइटिंग के बावजूद वजन कम न होना

अगर आप डाइटिंग कर रहे हैं, कम कैलोरी ले रहे हैं और नियमित रूप से एक्सरसाइज भी कर रहे हैं, फिर भी आपका वजन कम नहीं हो रहा है, तो यह संकेत हो सकता है कि शरीर में टॉक्सिन्स का स्तर बढ़ा हुआ है। जब शरीर में हानिकारक तत्व जमा हो जाते हैं, तो यह मेटाबॉलिज्म को धीमा कर देते हैं, जिससे फैट बर्निंग की प्रक्रिया प्रभावित होती है। ऐसे में शरीर की ऊर्जा सही तरीके से खर्च नहीं हो पाती और वजन कम होने की बजाय स्थिर या बढ़ा हुआ भी रह सकता है।

शरीर को डिटॉक्स करने के आसान घरेलू उपाय

1. सुबह गुनगुना पानी पिएंः रोज सुबह खाली पेट गुनगुने पानी में नींबू का रस और थोड़ा शहद मिलाकर पीने से लिवर साफ करने में मदद मिलती है और पाचन बेहतर होता है।
2. हरी सब्जियों और जूस का सेवन करेंः खीरा, पुदीना, धनिया और पालक का जूस हफ्ते में 2–3 बार पीना शरीर से टॉक्सिन्स बाहर निकालने में मदद करता है और खून को साफ करता है।
3. प्रोसेस्ड फूड से दूरी बनाएंः कुछ दिनों के लिए पैकेट बंद खाना, ज्यादा मीठा और तली-भुनी चीजों से बचें। यह शरीर को प्राकृतिक रूप से रिकवर करने का समय देता है।
4. पर्याप्त पानी पिएंः दिन में कम से कम 3–4 लीटर पानी जरूर पिएं ताकि शरीर के टॉक्सिन्स यूरिन के जरिए आसानी से बाहर निकल सकें।
5. अगर आप ऊपर बताए गए लक्षणों को लगातार महसूस कर रहे हैं, तो यह संकेत हो सकता है कि आपका शरीर डिटॉक्स की मांग कर रहा है। सही खानपान, पर्याप्त पानी और हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाकर आप अपने शरीर को फिर से स्वस्थ और ऊर्जावान बना सकते हैं।

New Delhi

जैसे गोदा गया था सूर्या, अब दिल्ली में 17 साल के अभिषेक को उसी तरह घेरकर मार डाला

नई दिल्ली, (एजेंसी) उत्तर-पूर्वी दिल्ली के थाना न्यू उस्मानपुर इलाके में सोमवार रात अज्ञात लोगों ने चाकू से हमला कर 17 वर्षीय नाबालिग की हत्या कर दी। पुलिस के अनुसार, रात करीब साढ़े 10 बजे न्यू उस्मानपुर थाने को घटना की सूचना मिली थी। पुलिस टीम जब मौके पर पहुंची तो 17 साल का एक लड़का जमीन पर पड़ा हुआ मिला, जिसकी मौत हो चुकी थी। पुलिस ने शव को पोस्टमॉर्टम के लिए भेजकर जांच शुरू कर दी है। बता दें कि, इससे पहले शाम को इसी इलाके में हुई गोलीबारी के दौरान 12 साल का एक लड़का

घायल हो गया था।

पुलिस के एक अधिकारी ने बताया कि फॉरेंसिक टीम ने घटनास्थल का मुआयना किया और जरूरी सबूत इकट्ठा किए। अधिकारी के मुताबिक, इस संबंध में न्यू उस्मानपुर थाने में भारतीय न्याय संहिता की धारा 103(1) (हत्या) के तहत मामला दर्ज किया जा रहा है। पुलिस ने बताया कि मामले में पुलिस टीम को महत्वपूर्ण सुराग मिले हैं और अपराध में शामिल आरोपियों को जल्द से जल्द पकड़ने के लिए कई टीमें तैनात की गई हैं।

डीसीपी राहुल अलवाल ने बताया कि इस घटना के संबंध में न्यू उस्मानपुर थाने में BNS की धारा 103(1) के तहत एक मामला दर्ज किया जा रहा है। आगे की जांच जारी है।

New Delhi

6,015 करोड़ का बैंक घोटाले में आरकॉम के पूर्व एमडी अमिताभ झुनझुनवाला को CBI ने किया गिरफ्तार!

नई दिल्ली, (एजेंसी) सीबीआई ने एसबीआई के नेतृत्व वाले बैंकों के समूह को 6,000 करोड़ रुपए से अधिक का नुकसान पहुंचाने के आरोप में रिलायंस कम्युनिकेशन ग्रुप के शीर्ष अधिकारी अमिताभ झुनझुनवाला को गिरफ्तार किया है।

सीबीआई ने सोमवार को जानकारी देते हुए बयान में कहा कि वह उस समय रिलायंस कम्युनिकेशन ग्रुप के ग्रुप मैनेजिंग डायरेक्टर थे और कॉर्पोरेट फाइनेंस, बैंकिंग और फंड मैनेजमेंट जैसे महत्वपूर्ण कार्यों का नियंत्रण संभाल रहे थे।

अमिताभ झुनझुनवाला ने लोन और एडवांस के लिए बैंक के वरिष्ठ अधिकारियों से समन्वय किया। उनके निर्देशों के आधार पर, बैंकों से प्राप्त लोन का प्रबंधन या उपयोग आरकॉम समूह के अन्य अधिकारियों द्वारा किया गया। आरोप है कि लोन के दुरुपयोग के कारण बैंकों को अनुचित नुकसान उठाना पड़ा। जांच एजेंसी ने आगे कहा कि विभिन्न बैंकों से लोन प्राप्त करने में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका थी। कंपनी द्वारा लोन चुकाने में विफल रहने के कारण खाते एनपीए बन गए हैं। इसके लिए वे रिलायंस कम्युनिकेशंस ग्रुप की कंपनियों के प्रवर्तकों से निर्देश प्राप्त कर रहे थे। केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) ने स्टेट बैंक ऑफ इंडिया से प्राप्त शिकायत के आधार पर रिलायंस कम्युनिकेशंस लिमिटेड और अनिल डी. अंबानी के खिलाफ यह एफआईआर दर्ज की है।

Uttarpradesh

वाराणसी एयरपोर्ट पर बड़ा ड्रग्स रैकेट बेनकाब, 19 करोड़ का गांजा जब्त, 6 थाई नागरिक गिरफ्तार

वाराणसी, (एजेंसी) उत्तर प्रदेश के वाराणसी में लाल बहादुर शास्त्री इंटरनेशनल एयरपोर्ट पर कस्टम अधिकारियों को बड़ी कामयाबी मिली है. कस्टम विभाग ने छह थाईलैंड के नागरिकों को गिरफ्तार किया है, जिनमें तीन महिलाएं भी शामिल हैं. इन विदेशी नागरिकों के पास से भारी मात्रा में 'हाइड्रोपोनिक गांजा' बरामद किया गया है. जानकारी के मुताबिक अंतरराष्ट्रीय बाजार में इस जब्त किए गए गांजे की कीमत 19 करोड़ रुपये से ज्यादा आंकी गई है. कस्टम और पुलिस अधिकारियों ने सोमवार को इस बड़ी कार्रवाई की जानकारी साझा की. उन्होंने बताया कि ये कार्रवाई शनिवार को की गई थी, जब ये सभी आरोपी बैंकॉक से एयर इंडिया एक्सप्रेस की उड़ान (IX-215) के जरिए वाराणसी पहुंचे थे. एयरपोर्ट पर रूटीन चेकिंग और स्क्रीनिंग के दौरान इन यात्रियों की गतिविधियों पर संदेह हुआ. इसके बाद कस्टम अफसरों ने उन्हें रोक लिया और उनके सामान की तलाशी ली. जांच करने पर उनके ट्रॉली बैग के अंदर से 19.7 किलोग्राम हाइड्रोपोनिक गांजा बरामद हुआ. तस्करों ने इस प्रतिबंधित नशीले पदार्थ को छिपाने के लिए प्लास्टिक के पैकेटों का

Uttarpradesh

गीता ज्ञान के नाम पर नशा देकर कई युवतियों से यौन शोषण, मथुरा से आईआईटीयन बाबा गिरफ्तार

मथुरा, (एजेंसी) यूपी के मथुरा में एक सनसनीखेज घटनाक्रम के तहत गीता ज्ञान के नाम पर युवतियों को नशीला पदार्थ खिलाकर यौन शोषण के आरोप में एक आईआईटीयन साधु वेश धारी बाबा को गिरफ्तार किया गया है। गोवर्धन के राधाकुंड क्षेत्र में गत दिनों उसने छत्तीसगढ़ की युवती से रेप का प्रयास किया। इसका मुकदमा दर्ज होने पर पुलिस ने उसके यहां से दो युवतियों को मुक्त करा उनके घरवालों को सौंप दिया है।

पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार मूल रूप से फोरदा (उड़ीसा) निवासी अभिषेक मिश्रा द्वारा गीता ज्ञान के नाम पर नशीली दवा खिलाकर युवतियों के साथ यौन शोषण किया जाता था। उसने आईआईटी रुड़की से बीटेक किया था।

उसके अभिभावक अब भुवनेश्वर में रहते हैं। अभिषेक कुछ वर्षों पूर्व राधाकुंड में आकर रहने लगा। आरोप है कि वह ऑनलाइन प्रवचन कर युवतियों को फंसाता था और उनका ब्रेनवाश कर देता था। इस बीच में उन्हें नशीले पदार्थ का सेवन करा यौन शोषण भी करता था।

खेल

कौन हैं कुशल भुर्तेल?: नेपाल के बल्लेबाज ने एक ओवर में जड़े छह छक्के, युवराज-पोलार्ड की फहरिस्त में हुए शामिल

सिंगापुर, (एजेंसी) नेपाल के स्टार बल्लेबाज कुशल भुर्तेल ने एशियन गेम्स क्वालिफायर में ऐसा कारनामा कर दिखाया, जिसने उन्हें क्रिकेट इतिहास की खास सूची में शामिल कर दिया। सिंगापुर नेशनल क्रिकेट ग्राउंड पर चीन के खिलाफ खेले गए मुकाबले में भुर्तेल ने एक ही ओवर की छह वैध गेंदों पर लगातार छह छक्के जड़ दिए। उन्होंने चीन के बाएं हाथ के स्पिनर चेन झुओ यूए के ओवर में यह उपलब्धि हासिल की। इसके साथ ही वह टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में एक ओवर में छह छक्के लगाने वाले दुनिया के सिर्फ छठे खिलाड़ी बन गए।

कुशल भुर्तेल नेपाल क्रिकेट टीम के प्रमुख सलामी बल्लेबाजों में गिने जाते हैं। 1997 में जन्मे भुर्तेल अपनी आक्रामक बल्लेबाजी के लिए जाने जाते हैं और पिछले कुछ वर्षों में नेपाल क्रिकेट के सबसे भरोसेमंद खिलाड़ियों में शामिल रहे हैं।

उन्होंने 2021 में अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में खास पहचान बनाई, जब लगातार मैचों में शानदार प्रदर्शन कर नेपाल को कई महत्वपूर्ण जीत दिलाईं। दाएं हाथ के बल्लेबाज भुर्तेल सीमित ओवरों के क्रिकेट में तेज रन बनाने की क्षमता रखते हैं और नेपाल की बल्लेबाजी इकाई की रीढ़ माने जाते हैं।

टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में एक ओवर में छह छक्के लगाने का कारनामा सबसे पहले भारतीय दिग्गज युवराज सिंह ने 2007 टी20 विश्व कप में इंग्लैंड के गेंदबाज स्टुअर्ट ब्रॉड के खिलाफ किया था। अब भुर्तेल का नाम इस विशिष्ट सूची में शामिल हो गया है, जिसमें कीरोन पोलार्ड, दीपेंद्र सिंह एयरी, डेरियस विसर और मनन बशीर जैसे खिलाड़ी भी शामिल हैं। दिलचस्प बात यह है कि भुर्तेल यह उपलब्धि हासिल करने वाले नेपाल के दूसरे बल्लेबाज हैं। उनसे पहले उनके साथी खिलाड़ी दीपेंद्र सिंह ऐरी ने 2024 में कतर के खिलाफ एक ओवर में छह छक्के लगाए थे।

छह छक्कों के इस धमाके के अलावा भुर्तेल ने पूरे मैच में चीन के गेंदबाजों की जमकर धुनाई की। उन्होंने सिर्फ 43 गेंदों में 129 रन की विस्फोटक पारी खेली और नेपाल को 20 ओवर में 313/2 के विशाल स्कोर तक पहुंचाया। यह टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में नेपाल का दूसरा सबसे बड़ा स्कोर भी रहा।

भुर्तेल की तूफानी बल्लेबाजी की बदौलत मिले 314 रन के लक्ष्य का पीछा करते हुए चीन की टीम पूरी तरह दबाव में दिखी। चीनी बल्लेबाज नेपाली गेंदबाजों के सामने टिक नहीं सके और पूरी टीम सिर्फ 92 रन पर सिमट गई। इस तरह नेपाल ने 221 रन के बड़े अंतर से जीत दर्ज कर एशियन गेम्स क्वालिफायर का शानदार आगाज किया। इस जीत के नायक कुशल भुर्तेल रहे, जिनकी रिकॉर्डतोड़ पारी लंबे समय तक क्रिकेट प्रशंसकों को याद रहेगी।

सिनेमा

इस आतंकवाद को जड़ से उखाड़ना जरूरी... सूर्या हत्याकांड पर देवोलीना का यूपी सीएम को ट्वीट- मां-बाप को फांसी हो

यूपी के गाजियाबाद में हुए सनसनीखेज सूर्या चौहान हत्याकांड पर अब टीवी एक्ट्रेस देवोलीना भट्टाचार्जी का ट्वीट चर्चा में है। देवो ने सूर्या की हत्या का वीडियो रीशेयर करते हुए हत्यारे के परिवार तक को सजा दिलाने की बात लिखी है। उन्होंने लिखा है कि मां-बाप को भी फांसी हो। बता दें कि गाजियाबाद की खोड़ा कॉलोनी में सूर्या की चाकू से गोदकर बेरहमी से हत्या कर दी गई थी। झगड़ा मामूली बात पर था। एक आरोपी असद को इनकाउंटर में मार गिराया जा चुका है। बाकी लोगों को गिरफ्तार कर लिया गया है। देवोलीना ने अपने ट्वीट में उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ को टैग किया है। सूर्या हत्याकांड पर देवोलीना ने सीएम योगी को टैग करते हुए ट्वीट किया है, इस आतंकवाद को जड़ से उखाड़ फेंकना जरूरी है... घटिया सोच, घटिया परवरिश और घटिया संस्कार... मां-बाप सहित सबको फांसी दे देनी चाहिए। रेयर टु रेयरेस्ट कोई सजा है तो इन सबको परिवार सहित मिलनी चाहिए। देवोलीना के ट्वीट पर एक शख्स का कमेंट दिख रहा है, मैडम इसके परिवार की क्या गलती है, इसमें मतलब तेरे घर में कोई भी कुछ करेगा तो तेरे को भी उसकी सजा देने का, जरा लिख रही है तो सही से लिख, जो गलत है उसको बोल, सबको मत ले, जाहिल।

Highlights

1. How are Indian cities making cycling safer with dedicated tracks?
2. Canara HSBC Life Insurance CEO shares his 5 am success routine
3. Korean skincare trends may not suit everyone: Dermatologist
4. Free IIT-backed online classes open for govt school students
5. AirTrunk to invest ₹2 lakh crore for data centre in Maharashtra
6. Vijay will be black & white: Tamil Nadu CM as he reveals why he wears suits

Sensex, Nifty open in the red as US-Iran war rages on, hopes of peace dim

NEW DElHI, (Agency). Indian benchmark equity indices opened lower on Tuesday, extending their recent losing streak amid persistent concerns over the ongoing conflict in the Middle East, rising crude oil prices, and continued foreign investor selling.

The BSE Sensex opened at 73,878.22, down 389.12 points or 0.52 per cent, while the NSE Nifty 50 slipped 153.45 points, or 0.66 per cent, to 23,229.15 in early trade.

The weak opening came after GIFT Nifty futures had signalled a negative start, indicating that investors remained cautious amid global and domestic headwinds.

Investor sentiment has been under pressure due to the prolonged conflict in the Middle East and uncertainty surrounding efforts to reach a diplomatic resolution. Brent crude futures hovered around

$94 per barrel after talks between the United States and Iran remained stalled, keeping energy prices elevated.

Higher crude prices are a major concern for India, one of the world's largest oil importers, as they can push up inflation, increase import costs and weigh on economic growth.

The market has already witnessed significant weakness in recent sessions. The Nifty 50 has declined about 2.7 per cent over the last four trading sessions, while the Sensex has fallen nearly 2.9 per cent during the same period.

Foreign institutional investors (FIIs) remained net sellers on Monday, offloading equities worth ₹3,912 crore, according to provisional exchange data. Overseas investors have withdrawn around $26.4 billion from Indian equities so far in 2026, surpassing the record annual outflow of $18.91 billion seen in 2025. Analysts say sustained selling by foreign investors has added pressure on domestic markets and the rupee.

India's factory output grows 4.9% in April

NEW DElHI, (Agency). India's new Index of Industrial Production (IIP) series will track items such as Monazite and credit and debit cards with magnetic strips, drop products such as kerosene and sewing machines, and introduce an entirely new sub-sector for water supply, sewerage and waste management. The revised series also gives greater weight to intermediate goods than primary goods. Reflecting these quantitative and qualitative changes, the new IIP series shows stronger industrial growth over the past three years than the previous series, in line with manufacturing growth trends seen in the revised GDP series

released on February 27.

The National Statistics Office (NSO) released the new IIP series, India's official high-frequency gauge of industrial activity, on Monday. The latest revision is the tenth such update and shifts the base year to 2022-23 from 2011-12.

As for the latest data point, IIP grew 4.9% in April 2026, up from 3.2% in March, suggesting limited disruption to industrial activity from the ongoing conflict in West Asia.

The back series released along with the new index shows that industrial growth rate was faster in 2023-24, 2024-25 and 2025-26 than previously estimated. The revised series shows IIP growth of 6.7%, 6.4%, and 4.3% in those years compared with 5.9%, 4.1%, and 4.1%, respectively, under the old series. To be sure, a higher growth rate does not mean just statistical jugglery in the IIP numbers. The new series has seen significant qualitative changes at both macro and granular level.

शादी का झांसा देकर शिक्षिका से दुष्कर्म

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

इंदौर। लसूड़िया थाना क्षेत्र में एक निजी स्कूल की शिक्षिका ने युवक पर शादी का झांसा देकर दुष्कर्म का आरोप लगाया है। पुलिस ने पीड़िता की शिकायत पर मामला दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी है।

लसूड़िया पुलिस के अनुसार एक युवती की शिकायत पर विभूम मिश्रा निवासी वृंदावन हीराबाग के खिलाफ दुष्कर्म का प्रकरण दर्ज किया गया है। शिकायत में युवती ने बताया कि जुलाई 2025 में उसकी पहचान इंस्टाग्राम के माध्यम से विभूम मिश्रा से हुई थी। दोनों के बीच बातचीत शुरू हुई और धीरे-धीरे दोस्ती हो गई। जनवरी 2026 में दोनों की इंदौर में पहली मुलाकात हुई। इस दौरान आरोपी ने युवती से कहा कि वे दोनों एक ही समाज से हैं और वह उससे प्रेम करता है तथा शादी करना चाहता है। पीड़िता के अनुसार आरोपी के विवाह प्रस्ताव को स्वीकार करने के बाद दोनों के बीच मुलाकातों का सिलसिला शुरू हो गया।

फरवरी 2026 में आरोपी उसे वृंदावन हीराबाग स्थित अपने फ्लैट पर ले गया, जहां शादी का भरोसा दिलाकर उसके साथ शारीरिक संबंध बनाए। युवती का आरोप है कि इसके बाद भी आरोपी ने कई बार शादी का आश्वासन देकर उसके साथ संबंध बनाए। पीड़िता ने पुलिस को बताया कि कुछ समय बाद जब उसने आरोपी से शादी की बात आगे बढ़ाने और परिवार से चर्चा करने के लिए कहा, तो उसका व्यवहार बदल गया। एक रेस्टोरेंट में मुलाकात के दौरान आरोपी ने कथित तौर पर कहा कि उनके बीच जो कुछ हुआ उसे भूल जाना चाहिए, क्योंकि वह अब शादी नहीं कर सकता। इसके बाद आरोपी अपने गृह नगर पिपरिया चला गया और वापस नहीं लौटा। पीड़िता का कहना है कि उसने कई बार फोन और अन्य माध्यमों से संपर्क करने की कोशिश की, लेकिन आरोपी ने बातचीत बंद कर दी। आखिरकार युवती लसूड़िया थाने पहुंची और पूरे घटनाक्रम की शिकायत दर्ज कराई। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ दुष्कर्म सहित संबंधित धाराओं में मामला दर्ज कर लिया है। पुलिस अधिकारियों के अनुसार आरोपी की गिरफ्तारी के लिए टीम रवाना कर दी गई है और मामले की जांच जारी है।

गर्लफ्रेंड के बाद दोस्तों में चले चाकू

@ डिटेक्टिव ग्रुप रिपोर्ट

इंदौर। एमआईजी इलाके में एक दिन पहले एक युवती पर तीन युवतियों द्वारा चाकू से हमला किए जाने के बाद अब उनके दोस्तों के बीच भी चाकूबाजी की घटना सामने आई है। दोनों मामलों में पुलिस ने एफआईआर दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। एमआईजी पुलिस ने विक्की बड़ोदे और तरुण बनोड़िया के खिलाफ चाकूबाजी का मामला दर्ज किया है। रविवार को दोनों के बीच एबी रोड स्थित एक कैफे के सामने विवाद हुआ, जिसके दौरान चाकू चलाए गए। पुलिस के मुताबिक, एक दिन पहले ही एमआईजी क्षेत्र में सरपंच कैफे पर आरूषि नाम की युवती पर वैष्णवी, नेहा और अच्छू ने हमला किया था। इसी विवाद को लेकर उनके दोस्तों के बीच सोमवार को झगड़ा हो गया। पुलिस ने दोनों घायलों का मेडिकल करवाने के बाद दोनों पक्षों पर केस दर्ज किया है। वहीं, लसूड़िया थाना क्षेत्र में फर्स्ट ईयर के छात्र आर्यन मुकाती पर चाकू से हमला किए जाने का मामला सामने आया है। पुलिस ने उज्जवल प्रजापत, शंकर शेखावत, शत्रु और अन्य आरोपियों के खिलाफ एफआईआर दर्ज की है। आर्यन के मुताबिक, रेनेसा कॉलेज में पढ़ने वाली एक कॉमन महिला मित्र को लेकर उज्जवल से उसकी कहासुनी हुई थी। इसी बात को लेकर उज्जवल ने उसे बातचीत के लिए बुलाया। वहां पहुंचने पर दोनों के बीच विवाद बढ़ गया और उज्जवल अपशब्द कहने लगा। इसी दौरान उसके दोस्त शंकर ने चाकू से आर्यन के गले पर हमला कर दिया। बाद में दोस्तों ने बीच-बचाव कर उसे नजदीकी अस्पताल पहुंचाया। पुलिस ने बयान दर्ज करने के बाद मामले में कार्वाई शुरू कर दी है।

स्वामी, मुद्रक एवं प्रकाशक - पुष्पेंद्र पुष्प द्वारा पंकज प्रिंटर्स एंड पैकेजिंग एलयूएन-22, सेक्टर एफ, सांवेर रोड, इंडस्ट्रीयल एरिया, इंदौर से मुद्रित एवं इंडस्ट्री हाउस 15 ए.बी. रोड, ओल्ड पलासिया, इंदौर (म.प्र.) से प्रकाशित। ■ आर.एन.आई. नंबर MPBIL/2015/66535
■ डाक पंजीयन : एमपी/आईडीसी/1600/2023-2025 ■ प्रधान संपादक - पुष्पेन्द्र पुष्प, ■ फोन : 7312433667, मो.नं. 9826044334 ■ पीआरबी एक्ट के तहत समाचार चयन के लिए जिम्मेदार। ■ न्याय क्षेत्र इंदौर रहेगा।
इस समाचार पत्र में प्रकाशित विभिन्न समाचार, सूचनाएं, आलेख एवं विचार लेखकों के अपने है तथा विभिन्न समाचार एजेंसियों एवं स्त्रोतों से प्राप्त किए गए हैं अतः इनसे प्रकाशक, संपादक एवं मुद्रक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है- संपादक