



करंट क्राइम

सिर्फ सच...

03

• नई दिल्ली।। शुक्रवार 21 जून-2024

दिल्ली व गाजियाबाद से एक साथ प्रकाशित



सेवा, विकास और विश्वास राजू पांचाल (विश्वकर्मा)

श्रीमी संयोजक भाजपा, पश्चिमी उत्तर प्रदेश (लघु उद्योग प्रकोष्ठ) प्रदेश अध्यक्ष अखिल भारतीय विश्वकर्मा विदाव संघ, उत्तर प्रदेश

मैं हूं मोदी का परिवार

मेयर का ऐलान: अवैध पानी प्लाट, डेयरी संचालक, जल दोहन करने वालों पर सीलिंग के साथ लगेगा जुर्माना

निगम के अधिकारियों ने बाना लिया है कई दिनों का प्लान



गाजियाबाद, करंट क्राइम। भीषण गर्मी में पानी की महत्वता बढ़ गई है। इसी को लेकर नगर निगम जलद ही महापौर सुनीता दयाल करने वाले निर्देश पर जल दोहन करने वाले अवैध रूप से पानी के प्लाट, अवैध डेरी, औद्योगिक इकाइयों पर कार्रवाई की जाए।

इसके लिए गुरुवार को एक महत्वपूर्ण बैठक भी की गई है। जिसके बाद जानकारी मिली है कि शुक्रवार सुनीता दयाल ने बताया है कि जलकल विभाग, पशुचिकित्सा विभाग,

अब सख्त रुक अपना लिया है और अधिकारियों को निर्देश दिया है कि अवैध पानी के प्लाट, अवैध डेरी, औद्योगिक इकाइयों पर कार्रवाई की जाए।

जानकारी है कि गाजियाबाद शहर में लगातार भूजल स्थल गिर रहा है। इसको लेकर महापौर ने पर अभ्यान चलाएगा।

पानी गंदा करने वालों पर भी होगी कार्रवाई करंट क्राइम। महापौर सुनीता दयाल ने बैठक करते हुए जीएम जलाल के पीछे आनंद, लघु सिंचाई विभाग के अधिकारी अभियान हारिओम कुमार, अवैध अधियान शेष मणि यादव को निर्देश दिया है कि जल दोहन करने वाले और अवैध पानी की सालाई और उपयोग गंदे करने वालों के खिलाफ जुर्माना लगाने के साथ ही सीलिंग की कार्रवाई की जाए। साथ ही महापौर ने कहा है कि अवैध तरीके से पानी बेच रहे आरोग्य डेरी वाले रहे हैं, इनका गंदा गोबर नाले में जाता है। सीवर यांत्रिकी की समस्या होती है। साथ ही सबवर्सेल के माध्यम से जल दोहन करने वाले भी अधिकारियों की रडार पर आएंगे।

लघु सिंचाई विभाग समस्त टीम के साथ शुक्रवार को कई जगह सुनिश्चित की गई है, जहां अवैध डेरी पर भी सौंपे जाएं जाते हैं। साथ ही कुछ अवैध वाटर लाइंट भी सीलिंग की जाए। शुक्रवार की 11 बजे से शहर के पासंडा गांव, अशोकनगर, भोपुरा,

विजयनगर, लाजपत नगर, शालीमार गाँड़, झीलएफ कालोनी, गोविंदपुरम, नंगाराम और शहीद नगर इलाकों में नगर निगम की टीम पहुंचेंगी और नियमों के खिलाफ सीलिंग और जुर्माना लगाने की कार्रवाई की जाएंगी। उपर्युक्त सभी से जल दोहन करने वालों के खिलाफ सीलिंग और जुर्माना लगाने की कार्रवाई की जाएंगी।

निगम की 1702 दुकानों के मामले में व्यापारी मिले उपमुख्यमंत्री से

गाजियाबाद, करंट क्राइम। नगर निगम की 1702 दुकानों के किराए के मुद्रे को लेकर व्यापार मंडल का एक प्रतिनिधिमंडल ने लखनऊ में उपमुख्यमंत्री बृजेश पाटक से मुलाकात कर अपनी प्रेरणाओं से अवकाश कराया।

उपमुख्यमंत्री ने तुरंत कार्रवाई करते हुए उच्च अधिकारियों को फोन किया और इस समस्या को जल्द से जल्द नियतरित करने के लिए कहा। साथ ही व्यापारियों को अश्वस्ति किया कि निगम की 1702 दुकानों के मामले में जो भी निर्णय होगा वह व्यापारियों के हित में होगा।



राकेश स्वामी, महानगर चेयरमैन सुरेश एवं युवा व्यापार मंडल के प्रदेश कोषाध्यक्ष शामिल रहे।

जब रुल लेकर आये एल वाले तो गधे लेकर आ गये फूल वाले

बारिश से पहले ही हो रहे हैं नगर निगम सीमा के सारे नाले साफ



गाजियाबाद, करंट क्राइम। मानसून से पहले ही नगर निगम अपनी सीमा में आने वाले सभी छोड़े बड़े नालों की सफाई करा रहा है। ये पहली बार हो रहा है जब नालों की सफाई की जिसका लाइन के लिए विचार हुआ और एफिक ये तब नियमों के कारणण पिर रेलवे लाइन की पीछे वाले नालों की सफाई तली आ रही हो रही है। जहां पहले तकनीकी समस्याएं आ जाती हैं तो उसे छोड़ दिया जाता है। लेकिन काम चल रहा है तो ऐसा भी सीन हो गया कि काम करने के लिए इसका बाकी यह देखने के लिए भेजा गया है।

संपादकीय तानाशाहों का गठजोड़

ज तरह से किम जोग खुद एयरपोर्ट पर उन्हें रिसीव करने के बाद उनके साथ एक ही गाड़ी में गेटर हाउस गए, उसे देखते हुए साफ़ है कि दोनों तरफ से आपसी करीबी को रेखांकित करने में कोई कसर बाकी नहीं रखी गई। 24 साल के अंतराल के बाद हुई रसीद प्रायद्वितीय लाइंसर पुतिन की उत्तर कोरिया यात्रा ने न सिर्फ़ चौंकाया है बल्कि अंतरराष्ट्रीय हल्कों में चिंता भी बढ़ाई है। इस यात्रा से दोनों देशों की करीबी बढ़ने के स्पष्ट संकेत मिले ही हैं, लेकिन ज्यादा बड़ा सवाल यह है कि इस करीबी से किस तरह के तात्कालिक और दूरगामी नितीजे सामने आ सकते हैं। पुतिन की यह यात्रा अंतरराष्ट्रीय हल्कों में बन रही इस धरण का गलत साबित करने की कोशिश के रूप में देखी जा रही है कि वह विश्व मंच पर अलग-थलग पड़ते जा रहे हैं। यात्रा ऐसे समय हुई है, जब कुछ ही दिन पहले इटली की देशों की शिखर बैठक हुई और उसके बाद रिवरटरलैंड में यूक्रेन शाति सम्मेलन में 80 देशों ने राजा बद्यान के रूप में किए गए शांति प्रस्ताव पर हस्ताक्षर किए। हालांकि भारत अपने संवतंत्र और संतुलित रुख को बरकरार रखते हुए उस प्रस्ताव को अलग रहा।

यूक्रेन युद्ध जिस तरह से लंबा खिंचता दिख रहा है उसमें उत्तर कोरिया के सहयोग को सख्त जुरूरत भी है। हालांकि दोनों पक्ष हाथियों के आदान-प्रदान की खुराकों का खड़न करते हैं, लेकिन दोनों ने कोरियोरिया रेस्ट्रेटिंग के पार्टनरशिप समझौता किया है जिसमें पुतिन की भी मुख्यिक किसी भी एक देश पर हालांकि होने की सूरत में दिखायी पहुंच रही है। लंबे समय से विश्व मंच पर अलगाव छैल रहे उत्तर कोरियाई शासक किम जोग उनके लिए भी संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद के एक स्थायी सदस्य रुस की करीबी काफ़ी माने रखती है। अतीत में रुस नैंथं कोरिया के ओवैद हाथियार कार्यक्रम की अन्युक्त राष्ट्र समर्पित जांच और उस पर लगे प्रतिबंधों का समर्थन कर रुका है लेकिन यूक्रेन युद्ध से उपर्युक्त जरूरतों और पश्चिमी देशों से बढ़ती दूरी के महेनजर उसके रुख में बदलाव आया है। मार्च में नैंथं कोरिया द्वारा सुरक्षा परिषद प्रतिबंधों के उल्लंघन की खटक जावे से जुड़े प्रस्ताव को रुस ने लीटी कर दिया।

ऐसे में रुस की ओर से मिलने वाली तानाशाही की सहायता उत्तर कोरियाई तानाशाह के मध्यूकों को कैसी दिशा देती, यह सवाल खबर के मन को रख रहा है। ध्यान रहे, अब तक चीन उत्तर कोरिया के समर्थन में खड़ा नजर आने वाला एकमात्र प्रमुख देश रहा है। हालांकि की मज़बूरियों में ही सही, पर तानाशाहों का जैसा गठजोड़ उभरता रखता है, उस पर सर्वत नजर रखने की जरूरत है।

सरकार ने मलावी, जिम्बाब्वे को 2,000 टन गैर-बायमती सफेद चावल के नियात की अनुमति दी

नई दिल्ली। सरकार ने दो अफ्रीकी देशों - मलावी और जिम्बाब्वे को चावल के नियात की अनुमति दी गई। डीजीपीएफटी ने कहा, 2,000 टन गैर-बायमती सफेद चावल के नियात की अनुमति दी गई। विदेश व्यापार महानिदेशालय (डीजीपीएफटी) ने एक अधिसूचना में कहा कि नियात को आइपीओ लाने की दिशा में अपेक्षित करते हैं। नेपाल, कोट दी राष्ट्रीय सहकारी आइपर, गिनी, मलेशिया, फिलिपीन्स और सेशेल्स जैसे देशों को ऐसे नियात की अनुमति दी गई। एनसीईएल एक बहु-राज्य संघ के रूप में समिति है।

इसे देश की कुछ प्रमुख सहकारी समितियों में द्वारा संयुक्त रूप से बढ़ावा दिया जाता है। इन समितियों में गया है, लेकिन अनुरोध पर कुछ देशों को उनकी खाद्य सुरक्षा जरूरतों को पूरा करने के लिए सरकार द्वारा दी गई अनुमति के मंजुरी है।

मलावी स्थलांद्र देश है, जबकि जिम्बाब्वे एक दक्षिण अफ्रीकी राष्ट्र है। जीसीएमएमएफ, भारतीय कृषक उत्तरक सहकारी लिमिटेड (इफकटी), कृषक भारतीय सहकारी लिमिटेड (कृभको), और भारतीय राष्ट्रीय कृषि विपणन संघ लिमिटेड (नेफेड) हैं। जीसीएमएमएफ को अमूल है। अधिसूचना के अनुसार, दोनों के नाम से जाना जाता है।

संपर्क : के-2, ए ब्लॉक, कॉर्मशियल मार्केट, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद
मो. : 9818606315 (हरीश कुमार)
8630290003 (विष्णु गुप्ता)

समाचार पत्र में किसी भी तरह के डिस्प्ले एवं वर्गीकृत विज्ञापन (खोया-पाया, संबंध-विच्छेद, कोर्ट नोटिस, जीडीए सूचना, नाम परिवर्तन) आदि के लिए निम्न फोन नंबर एवं पते पर संपर्क करें।

संपर्क : के-2, ए ब्लॉक, कॉर्मशियल मार्केट, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद
मो. : 9818606315 (हरीश कुमार)
8630290003 (विष्णु गुप्ता)

ग्रिय पाटकों, आप भी हमें भेज सकते हैं अपनी लिखी हुई कविता, चुटकुले, विचार, आर्टिकल या शहर से जुड़ी हुई भी समस्या। हम उसे प्रमुखता से प्रकाशित करें।

करंट क्राइम

K-4, A-Block, Govindpuram Commercial Area, Near LG Showroom, Ghaziabad, MoU 09899655497
Email: currentcrimenews@gmail.com
Website: www.Currentcrimenews.com

रसायनी, मुद्रक, प्रकाशक व सम्पादक मनोज कुमार ने ए जी एस। पलिकेशन, एफ-23, सेक्टर-6, नोएडा-201301 (गोतमगढ़नगर) उत्तर प्रदेश से छपाकर कार्यालय 'करंट क्राइम' वी-2वी/295, जनकपुरी, नई दिल्ली-110058 से प्रकाशित किया। R.N.I.NO.DELHIN/2015/65364

सम्पादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाटी

संपादक : मनोज कुमार
संपादक : राकेश यादव, विवेक भाट



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

योग प्रकृति का बदलाव है

नियमित योग से जीवन में आती है सुख-शांति

टु नियमित में 21 जून के दिन अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाता है। दुनिया को योग सिखाने का श्रेष्ठ भी भारत को ही जाता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि हर साल 21 जून के दिन ही क्यों योग डे मनाया जाता है। क्योंकि किसी और दिन और महीने में इस दिन को नहीं मनाया जाता है? आज हम आपको 21 जून को योग डे मनाने के पीछे की बाज़ बताएंगे।

योग दिवस की शुरुआत

भारत से योग का संबंध सालों पुराना है। आप ये भी कहते हैं कि भारतीय संस्कृति और देवों में योग एक प्रमुख अंग है। आज जब पूरी दुनिया योग के अहमियत को समझ रही है, तो इसका श्रेष्ठ भारत के योगगुरुओं को जाता है। जिनके प्रयास से दुनियाभर में योग पहुंचा है। अब सवाल है कि योग दिवस की शुरुआत कैसे हुई थी? बता दें कि पहली बार 27 सितंबर 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा में भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपने भाषण में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने का प्रस्ताव रखा था। उसी वर्ष 11 दिसंबर 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा ने इस प्रस्ताव को

स्वीकृति देते हुए 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने की घोषणा की थी। बता दें कि इस प्रस्ताव को 177 देशों का समर्थन मिला था। जिसके बाद पहली बार दुनियाभर में योग दिवस 21 जून 2015 को मनाया गया था। इस दिन विश्व के लाखों लोगों ने सामूहिक रूप से योगाभ्यास किया था।

योग दिवस के लिए 21 जून ही क्यों

अब दूसरा सवाल है कि आखिर हर साल 21 जून के दिन ही क्यों योग दिवस मनाया जाता है। आखिर इस दिन को योग दिवस के लिए चुनने के पीछे की

वजह क्या है? जानकारी के मुताबिक योग दिवस मनाने के लिए 21 जून का ही दिन निर्धारित करने के पीछे एक खास वजह है। दरअसल 21 जून उत्तरी गोलार्ध में सबसे लंबा दिन होता है, जिसे गीष्म संक्रान्ति कहते हैं। यह दिन साल का सबसे लंबा दिन मना जाता है। गीष्म संक्रान्ति के बाद सूर्य दिविण्यान में प्रवेश करता है, जिसे योग और अध्यात्म के लिए महत्वपूर्ण माना जाता है। यहीं कारण है कि 21 जून को योग दिवस के रूप में मनाए जाने का फैसला लिया गया था।

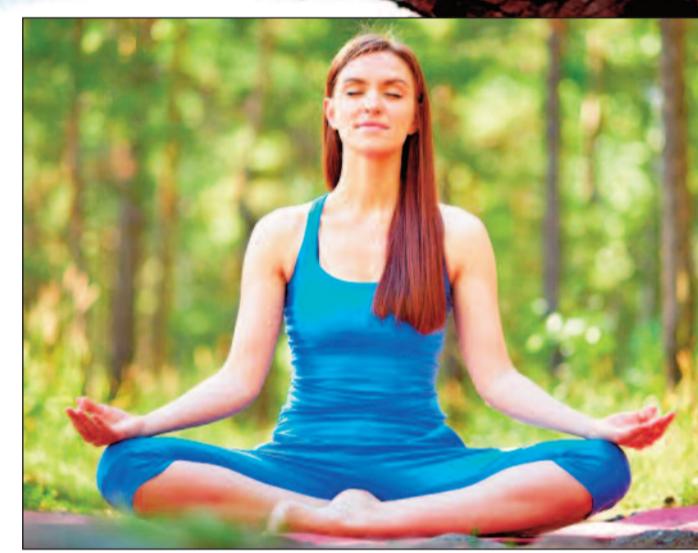
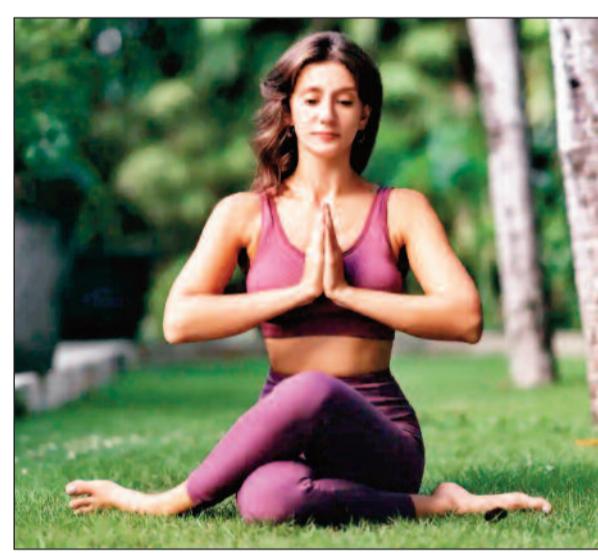
दिवस की थीम महिलाओं पर आधारित है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 की थीम 'महिला सशक्तिकरण के लिए योग' है।



पिछले 9 सालों में पीएम मोदी ने कहां-कहां मनाया योग दिवस

पि छठे 9 साल से लगातार पीएम नरेंद्र मोदी योग दिवस के कार्यक्रम में हिस्सा लेते रहे हैं। इस साल वो श्रीनगर में डल झील के किनारे योग करेंगे। योग प्राचीन काल से भारत की संस्कृति का हिस्सा रहा है। युगों-युगों से योग का अभ्यास भारत में होता रहा है। पुनर्जन्म में ऋषि अपिसों के साथ 84 देशों के गणमान्य व्यक्तियों के साथ-साथ 35,985 लोगों में योगासन किया था। इसके बाद 2016 में पीएम ने चंडीगढ़, 2017 में देहरादून, 2018 में रांची, 2019 में लखनऊ में अयोध्या योग सत्र का नेतृत्व किया था। योग के महत्व को समझने के उद्देश्य से हर साल 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाता है। हर साल दुनियाभर के तमाम देशों के बीच अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का अंतर्राष्ट्रीय भारत करता है। पिछले 9 साल से लगातार पीएम नरेंद्र मोदी योग दिवस के कार्यक्रम में हिस्सा लेते रहे हैं। इस साल वो श्रीनगर में डल झील के किनारे योग करेंगे। आइए आपको पिछले 9 सालों में पीएम मोदी ने कहां-कहां योग दिवस मनाया है।

पहला योग दिवस 21 जून 2015 में मनाया गया था। पीएम नरेंद्र मोदी ने



योग से सभी उम्र के लोगों को शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य की प्राप्ति

योग से सभी उम्र के लोगों के लिए

ग सभी उम्र के लोगों के लिए शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य

पीठ दर्द से राहत

पीठ के निचले हिस्से में दर्द से पीड़ित लोगों में दर्द को कम करने और शारीरिक स्वास्थ्य करने के लिए योग बुनियादी स्ट्रेचिंग जितना ही अच्छा है। तो योग आपेक्षा उत्तराकांड के एक अधिकारि अंग बन सकता है और सभावित रूप से उपचार को तेज कर सकता है।

योग चिकित्सक रोगियों के साथ मिलकर काम कर सकता है और उत्तराकंड के लिए व्यक्तिगत योजनाएँ बना सकता है जो उनके बाहर आये और अपने योग दिवस के लिए व्यक्तिगत उपचार के रूप में सुझाता है।

पीठ के निचले हिस्से में दर्द से पीड़ित लोगों के कोमल, सूजे हुए जोड़ों की परेशानी में कुछ राहत मिलती है।

हृदय स्वास्थ्य को लान

नियमित योग अभ्यास तनाव और शरीर में सूजन के स्राव को कम कर सकता है, जिससे दिल स्वस्थ रहता है। हृदय रोग में योगदान देने वाले कई कारक, जिनमें उच्च रक्तचाप और अधिक वजन शामिल हैं।

लोगों ने योग को शारीरिक स्वास्थ्य के लिए व्यक्तिगत उपचार के रूप में सुझाता है।

शरीर से पहा चलता है कि नियमित रूप से सोते समय योग करने से आपको सही मानसिकता प्राप्त करने और अपने शरीर को सोने और सोते रहने के लिए तैयार करने में मदद मिल सकती है।

लोग-अप-द-वॉल पोज़ :

योगी बांध और दीवार के सहायता से उपचार के लिए व्यक्ति को बैठने की ओर लोगों से दूर, धीरे से दूर और मुड़े और अपने पैरों को दीवार के सहारे टिकाएं। अपनी पीठ को जमीन पर टिकाएं और अपने बैठने की हड्डियों को दीवार के पास रखें। आप इस स्थिति में 5 से 15 मिनट तक रह सकते हैं।

स्वस्थ योग व्यक्ति को अंतर्राष्ट्रीय भारत के लिए अच्छी नींद में सहायक है।

शवासन (शवसन) :

अपने अंगों को शरीर से दूर, धीरे से फैलाकर लेट जाएं, हथेलियाँ ऊपर की ओर हों। गहरी सोस लेते हुए अपने घुटनों को थोड़ा मोड़कर रखें।

योग आपको एक स्वास्थ्य

संगृदाय से जोड़ता है

योग कश्ताओं में भाग लेने से अकेलेपन से राहत मिलती है और और तापमान के सहारा के लिए माहौल मिलता है। यहाँ तक कि एक-एक सत्र के दौरान शीर्षी और अंगों को बैठने की हड्डियों को दीवार के पास रखें। आप इस स्थिति में 5 से 15 मिनट तक रह सकते हैं।

योग आपको एक स्वास्थ्य

संगृदाय से जोड़ता है

योग कश्ताओं में भाग लेने से अकेलेपन से राहत मिलती है और और तापमान के सहारा के लिए माहौल मिलता है। यहाँ तक कि एक-एक सत्र के दौरान शीर्षी और अंगों को बैठने की हड्डियों को दीवार के पास रखें। आप इस स्थिति में 5 से 15 मिनट तक रह सकते हैं।

योग आपको एक स्वास्थ्य

संगृदाय से जोड़ता है

योग कश्ताओं में भाग लेने से अकेलेपन से राहत मिलती है और और तापमान के सहारा के लिए माहौल मिलता है। यहाँ तक कि एक-एक सत्र के दौरान शीर्षी और अंगों को बैठने की हड्डियों को दीवार के पास रखें। आप इस स्थिति में 5 से 15 मिनट तक रह सकते हैं।

योग आपको एक स्वास्थ्य

संगृदाय से जोड़ता है

योग कश्ताओं में भाग लेने से अकेलेपन से राहत मिलती है और और तापमान के सहारा के लिए माहौल मिलता है। यहाँ तक कि एक-एक सत्र के दौरान शीर्षी और अंगों को बैठने की हड्डियों को दीवार के पास रखें। आप इस स्थिति में 5 से 15 मिनट तक रह सकते हैं।

योग आपको एक स्वास्थ्य

संगृदाय से जोड़ता है

योग कश्ताओं में भाग लेने से अकेलेपन से राहत मिलती है और और तापमान के सहारा के लिए माहौल मिलता है। यहाँ तक कि एक-एक सत्र के दौरान शीर्षी और अंगों को बैठने की हड्डियों को दीवार के पास रखें। आप इस स्थिति में 5 से 15 मिनट तक रह सकते हैं।

योग आपको एक स्वास्थ्य

संगृदाय से जोड़ता है

योग कश्ताओं में भाग लेने से अकेलेपन से राहत मिलती है और और तापमान के सहारा के लिए माहौल मिलता है। यहाँ तक कि एक-एक सत्र के दौरान शीर्षी और अंगों को बैठने की हड्डियों को दीवार के पास रखें। आप इस स्थिति में 5 से 15 मिनट तक रह सकते हैं।

कितने प्रकार के होते हैं योगासन

लोहा व्यापार मंडल के सौजन्य से लोहा मंडी में लगा आधार कार्ड कैंप



गाजियाबाद, करंट क्राइम। लोहा मंडी में आधार कार्ड, आय प्रमाण पत्र और राशन कार्ड बनाने का निःशुल्क कैंप लगाया गया। श्री जैन ने बताया कि कैंप में सुधार चंद्र बंसल की अनुभवी टीम द्वारा सैकड़ों की संख्या में मजदूरों और श्रमिकों को जागरूक किया गया। साथ ही श्रमिकों को अध्यकारी डॉ. संजोव तथा समस्त जोनल प्रभारियों की बैठक में कर अधिकारी भी शामिल हुए। बैठक में बड़े बकायेदारों को टारगेट बनाते हुए, हाउस टैक्स वसूली रफतार से करने की योजना बनाई गई। बैठक में जोनल प्रभारी मोहन नगर आरपी सिंह, जोनल प्रभारी विजयनगर विवेक त्रिपाठी, वसुंधरा जोनल प्रभारी एस के राय, कवनर जोनल प्रभारी राजवीर सिंह, सिटी के जोनल प्रभारी अंदर गुना उपस्थित रहे।

कवनर जैन अंतर्गत कार्यक्रम तय किया गया कुछ लोगों ने राशन कार्ड पर कम राशन प्राप्त मिलने की भी शिकायत की। इस अवसर पर अतुल कुमार जैन के अलावा अंबरेश जैन, राजीव मंगल, अनुराग अग्रवाल, विकास लालकुआ और रेणु जैन उपस्थित रहे।

सील किए गए ऑडिटोरियम के अंदर अब भी 50 से ज्यादा वाहन बंद, नौकरीपेश लोगों की परेशानी बढ़ी



गाजियाबाद करंट क्राइम। नगर निगम द्वारा बुधवार को नेहरू नगर स्थित पंडित दीनदयाल उपाध्याय ऑडिटोरियम को सील किया गया है, सील किए गए ऑडिटोरियम के अंदर वाहन रह गए थे, जिनमें से कुछ वाहनों के ऑडिटोरियम के दरवाजे खोलकर बाहर निकला गया था, लेकिन अभी भी उसमें 50 से अधिक वाहन बंद हैं, जिस कारण नौकरीपेश लोगों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने ऑडिटोरियम के दरवाजे खोलकर वाहनों को बाहर निकलावाने की मांग महापौर सुनीता दयाल से की है।

नगर निगम ने पंडित दीनदयाल उपाध्याय ऑडिटोरियम को 15 साल के लिए किए गए विवरों के अनुसार दिया था। भाजपा नेता अशोक नारायण के पास ढेका है, उन्होंने किए गए विवरों की धनराशि जमा नहीं की तब बुधवार को नगर निगम की टीम ने ऑडिटोरियम को सील कर