

शरीर में यूरिक एसिड को गलाकर बाहर कर देता है कलौंजी

व्यूरिन के क्रिस्टल बनने लगते हैं माम, जोड़ों के दर्द से मिलता है छुटकारा

कई अध्ययनों से पता चला है कि कलौंजी किडनी के तुकसान पहुंचने से बचती है और यूरिक एसिड को कंट्रोल करती है। यूरिक एसिड रक्त में पाया जाने वाला एक अपशिष्ट उत्पाद है। यह तब बनता है जब शरीर व्यूरिन नामक रसायन को तोड़ता है।

अधिक शरीर यूरिक एसिड रक्त में घुल जाने हैं, किडनी उर्फ़े फिल्टर करके यूरिन के जरूर बाहर निकाल देती है। व्यूरिन से भरपूर भोजन और पेपर पदार्थ यूरिक एसिड के स्तर को बढ़ाते हैं।

डायरेट में कुछ खास तरह के फूड्स जैसे मीठा पेपर और मिट्टीयाँ, फ्रूट्स जैसे अधिक सेवन, अल्कोहल, मांस प्रत्यक्ष सेवन, हींग, स्कैलप्स, मसल्य, कॉडफिश, टून सहित कुछ समुद्री भोजन, रेड मीट का अधिक सेवन यूरिक एसिड को तोड़ता है।



यूरिक एसिड कंट्रोल करने में रामबाण इलाज है ये काला मसाला

जब शरीर में बहुत अधिक यूरिक एसिड रहता है, तो हाइपरयूरिसिमिया नामक स्थिति उत्पन्न हो जाती है। हाइपरयूरिसिमिया यूरिक एसिड (या यूरेट) के क्रिस्टल बनने का कारण बन सकता है। ये क्रिस्टल जोड़ों में जम सकते हैं और गिडिया का कारण बन सकते हैं। यह तब बहुत दर्दनाक हो सकता है। इसकी बजह से किडनी में पथरी हो सकती है।

डॉक्टर के मुताबिक यूरिक

हाई रहता है जो कालौंजी को अपनी डाइट में शामिल करें। कलौंजी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गण मौजूद होते हैं जो सूजन और गाउट के हमले को कंट्रोल करने में असरदार सहित होते हैं।

ये क्रिस्टल को लेने से गाउट के जोखिम को कम कर सकते हैं।

एक अध्ययन में रमेहीड गिडिया के 42 रोगियों को दो महीने तक रोजाना कलौंजी लेने को कहा गया। अध्ययन में शामिल जिन रोगियों ने कलौंजी का सेवन किया उन रोगियों को सूजन और दर्द से राहत मिली।

कलौंजी का सेवन कैसे करें

इन चमत्कारी बीज का सेवन कई तरह से किया जा सकता है। आप इसका सेवन खाने में शामिल करके आहार में गड़बड़ी के कारण और सलाद, सॉस, करी, अचार और सब्जियों में इस्तेमाल करके सकती है। कलौंजी में एन-ब्लिंडलाइड और बीटा-सेलिनिन नाम के दो कैथारंड होते हैं जो बिंब बढ़े हुए यूरिक एसिड को कंट्रोल करने में मदद करते हैं। ये नाइट्रिक ऑक्साइड के मुताबिक यूरिक

जिन लोगों का यूरिक एसिड

क्रिस्टल्स को हड्डियों में जमा होने से रोकते हैं और यूरिक एसिड को कंट्रोल करते हैं।

यदि आप गाउट से पीड़ित हैं और यूरिक एसिड बढ़ने के कारण योजड़ों में क्रिस्टल जमा हो रहे हैं तो आप कलौंजी का सेवन करें। कई अध्ययनों से पता चला है कि कलौंजी किडनी को तुकसान पहुंचाने से बचती है। किडनी स्टोन से बचाव करने के लिए आप कलौंजी के पाउडर को शहद और गर्म पानी के साथ मिलाकर किया उन रोगियों को सूजन और दर्द से राहत मिली।

कलौंजी का सेवन कैसे करें

इन चमत्कारी बीज का सेवन कई तरह से पता चला है। किडनी सूजन को कंट्रोल करती है, गाउट एटैक की गंभीरता को कम करने में मदद कर सकती है। कलौंजी में एन-ब्लिंडलाइड और बीटा-सेलिनिन नाम के दो कैथारंड होते हैं जो बिंब बढ़े हुए यूरिक एसिड को कंट्रोल करने में मदद करते हैं। ये नाइट्रिक ऑक्साइड

दोपहर में व्यायाम से मधुमेह रोगियों को मिल सकता है अधिक लाभ



हाउस्टल में फिजियोलॉजिस्ट और डायबिटीज का खतरा वैश्विक स्तर पर तेजी से बढ़ रहा है। डॉक्टर कहते हैं, लाइफस्टाइल और आहार में गड़बड़ी के कारण और सलाद, सॉस, करी, अचार और सब्जियों में इस्तेमाल करके सकती है। कलौंजी का सेवन करने के लिए एन-ब्लिंडलाइड और बीटा-सेलिनिन नाम के दो कैथारंड होते हैं जो बिंब बढ़े हुए यूरिक एसिड को कंट्रोल करने में मदद करते हैं। ये नाइट्रिक ऑक्साइड के मुताबिक यूरिक एसिड को हड्डियों में जमा होने से रोकते हैं और यूरिक एसिड को कंट्रोल करते हैं।

डायबिटीज का खतरा वैश्विक स्तर पर तेजी से बढ़ रहा है। डॉक्टर कहते हैं, लाइफस्टाइल और आहार में गड़बड़ी के कारण और सलाद, सॉस, करी, अचार और सब्जियों में इस्तेमाल करके सकती है। यह तो यह व्यायाम करने के साथ शरीरिक व्यायाम की नियमित आदत बनाए। कुछ अध्ययनों में पाया गया है कि यदि आप नियमित रूप से व्यायाम करते हैं तो इससे डायबिटीज की जटिलताओं के विकसित होने का जोखिम कम हो जाता है।

डायबिटीज वाले लोगों को कब व्यायाम करना चाहिए, इसको लेकर व्यायाम विशेषज्ञों ने विवेचित किया है। डायबिटीज रोगियों पर किंग ग्रा अध्ययन के आधार पर शोधकर्ताओं ने बताया कि यदि आप दोपहर के समय व्यायाम करते हैं तो इससे अधिकतम लाभ प्राप्त कर सकते हैं।

दोपहर में व्यायाम से मिल सकता है अधिक लाभ

जनन डायबिटीज केरेंट केरेंट में प्रकाशित रिपोर्ट में अध्ययनकर्ताओं को कहना है कि वैसे तो व्यायाम करना कभी भी लाभकारी हो सकता है पर मधुमेह के शिकार करने में बायोग्राफी के लिए कुछ प्रयोग किए जा सकते हैं, हालांकि आनुवांशिकताएँ जो जोखिम में इसे कम हो जाया जा सकती है।

एंटीऑक्सीडेंट वाली जीवे और अधिक खाएं। सब्जियों और फलों में बहुत सारे एंटीऑक्सीडेंट होते हैं जो वालों को सफेद होने से रोकते हैं।

इन कारणों के बारे में भी जानिए।

आनुवांशिकता के साथ कुछ और करकर भी हो सकते हैं जो समय से पहले आपके वालों के रंग को गायब कर देते हैं।

विटामिन बी 12 की कमी।

न्यू रो फा इ ब्रो मै टो सि स - आनुवांशिकता में मिली वाहिनीजों जो दूध, हड्डियों और त्वचा को प्रभावित करती हैं।

विटिलिगो की समस्या - इस स्थिति के कारण मेलानोनेसाइट्स (वालों के रोम के आधार पर कोशिकाएँ जो रंग पैदा करती हैं) आपना रंग देती हैं।

एलिमिनेशन एसरिटी की समस्या वालों के इडेने से संबंधित है, पर इसके कारण भी आपके वालों को अलर्ट किया जाता है।

पर्याप्त खनिज प्राप्त करें। वालों के विकास और कोशिकाओं को स्वस्थ रखने में मिनरल्स की महत्वपूर्ण भूमिका होती है।

धूम्रपान न करें।

आहार से पर्याप्त मात्रा में विटामिन्स लें। आपके वालों को समस्या से बचाव करने के लिए विटामिन बी-12 आवश्यक है।

पर्याप्त खनिज प्राप्त करें। वालों के विकास और कोशिकाओं को स्वस्थ रखने में मिनरल्स की सहायता है।

धूम्रपान न करें। इस स्थिति से बचा जा सकता है।

* कब्जा न होने दें। रात को जल्दी भोजन करें। कब्जा की स्थिति देखभाल एवं उनकी विकास को होनी देता है। रक्तचाप को कम करना है और मासपेशनों को बढ़ावा देता है।

* सुध - शाम नवरत्न कल्पामृत मिलीलीटर को 3 गुने निवापा पर रखा जाए।

* सामान्य कमज़ोरी की स्थिति में रजवाडीप्राश या कोहिनूप्राश लेवें।

* नित्य कसरत करें। खुली हवा में घुमा करें।

* अच्छी जीवे और अच्छी खाना सुधारना।

हाइड्रेटेशन की जरूरत बढ़ावा देना।

गरिष्ठ भोजन, भोजन, तीखे मिर्च मसालेदार भोजन, बासी भोजन, वात वर्धक आहार-विचार का तापग करें। ताजा संतुलित कल्पामृत रस की गोली भोजन के बाद जीवा भाजी भी अपराह्न के बाद जीवा भाजी भी सिफारिश करना जल्दी भाजी हो।

हम अभी तक व्यायाम के समय से अधिकतम लाभ प्राप्त कर सकते हैं।

व्यायाम करना चाहिए।

जानवरों की जाने से बचना।

24 साल से राजधानी साफ कर रहे, अंदर एंट्री नहीं

नई दिल्ली, 2 अक्टूबर (एकस्वलूसिव डेस्क) 'राजधानी पर हर रोज़ मंत्री आते हैं। जब भी कोई वीआईपी मूवैंट होता है, तो हमें हाटा देते हैं। काम या तो उससे पहले करते हैं या बाद में करने देते हैं। 2 अक्टूबर काम, कोई भी बड़ा कार्यक्रम हो, हम सफाई करने वालों को शामिल नहीं किया जाता।'

ये ओमवीर हैं। ओमवीर कौन है, ये जानें से पहले मेहवा का अनुभव भी पढ़ लीजिए।

'मैंने कभी गांधीजी की समाधि नहीं देखी। मुझे तो ये भी नहीं पता था कि अंदर महात्मा गांधी की समाधि है। एक बार मैं खाना खाने अंदर जाने लगी, तो गांधी ने रोक दिया। बोला- तुम अंदर नहीं जा सकतीं। मैं पहांच नहीं हूं। इसलिए गांधी जी के बारे में ज्यादा नहीं जानती।'

आज गांधी जयंती है। गांधीजी कहते थे कि कोई फैसला करते वक्त सोचें कि उससे कातर में खड़े आखिरी व्यक्ति को किस तरह मदर मिलेंगे। ओमवीर और मेहवा कातर में खड़े आखिरी व्यक्ति ही हैं। दोनों में गांधी की गांधीजी की समाधि राजधानी पर सफाई का काम करते हैं।

गांधी जयंती पर तीन रिपोर्टर दिल्ली के राजधानी, वर्धा के सेवाग्राम और अहमदाबाद के सार्वभूती अश्रम गए। ये तीनों जगहें गांधीजी की जिंदगी से जुड़ी हैं और गांधीवाद का प्रतीक बन गई है।

हमें उन लोगों से बात की, जो कई साल से सफाई के काम में जुटे हैं। जान कि गांधी के प्रतीकों के सबसे करीबी जिंदगी गुजार रहे इन लोगों की जिंदगी में कितना बदलाव आ आया है।

शुरूआत राजधानी पर राजधानी के पहले किरदार ओमवीर

पहले झाड़ू लगाने में शर्म आती थी, अब आता हो गई है।

राजधानी कैपस से कुछ कदम दूर एक पाक है। यहां महात्मा गांधी की बड़ी-बड़ी मूर्तियां लगी

10 घंटे काम, गुजारे लायक सैलरी, किस हाल में गांधीजी के 'आखिरी लोग'

वे 45 साल के ओमवीर सिंह 1999 से राजधानी पर काम कर रहे हैं। उनके पिता रेलवे में सफाईकर्मी थे। नौकरी से रिटायर हो गए, लेकिन कभी परमार्शदाता नहीं हो पाए। उनके 4 बेटे थे। गरीबी की बढ़ते से चारों स्कूल से आगे नहीं पढ़ पाए।

ओमवीर का परिवार उत्तर प्रदेश से है। पिता जवानी के दिनों में ही दिल्ली आ गए थे। ओमवीर और उनके भाइयों का जन्म और परवरिश दिल्ली में हुई। ओमवीर कभी अपने गांधी वापस नहीं गए।

वे बताते हैं, 'पाप बहुत गरीब थे। हम लोग मुश्किल से दो बक्त का खाना खा पाते थे। घर में मां, मेरा भाई और एक बहन थी। मैंने

10 बीं के बाद स्कूल छोड़ दिया।

मैंने कभी अपने साथ काम परिवार की अधिक स्थिति ऐसी नहीं की कि बाबू उसके बारे में बढ़ायी है।

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी उम्र 17 साल थी, जब वे मुझे नई दिल्ली रेलवे स्टेशन ले गए। मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'ओमवीर की पापस नहीं गई।

मैंने कभी अपने गांधी वापस नहीं करेंगे।'

'पिता जी मुझे अपने साथ काम पर ले जाने लगा। वे कबतरे थे, घर बैठने से अच्छा है कि मैं काम करूं। मेरी



पायलट बोले- तेरा-मेरा से नहीं मेरिट पर मिलेंगे टिकट

गठबंधन से इनकार, कहा- कांग्रेस अकेले सरकार बनाने में सक्षम, कार्यकर्ता सरकार बनाता है

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। कांग्रेस चार्किंग कमेटी के सदस्य सचिन पायलट ने कहा है कि इस बार तेरा-मेरा की जगह मेरिट पर टिकट दिए जाएंगे। इस बार टिकट आवर्तन शुद्ध रूप से मेरिट पर होगा और मेरिट पर होना ही चाहिए। यह तेरा-मेरा करें जो विवाद पैदा होता है उसको खत्म करें जो धरातल पर मजबूत है, जिनकी जीत की संभावना है, उसे आधार बनाकर टिकट बांटे जाएंगे। पार्टी बहुत जल्द अंतिम निर्णय लेगी। टिकटों पर लगातार चर्चा हो रही है। हमारे पर्यवेक्षक लगातार गांव-डायरियों में जा रहे हैं और कांग्रेस कार्यकर्ताओं का फीडबैक ले रहे हैं। पायलट प्रदेश कांग्रेस मुख्यालय में मीडिया से बातचीत कर रहे थे।

पायलट ने कहा- हमारी सबसे बड़ी पूँजी हमारे कार्यकर्ताओं की जगह अकेले लड़ने की पैरेंजी की है। सचिन पायलट ने राजस्थान में कांग्रेस के गठबंधन की जगह अकेले लड़ने की पैरेंजी की है। पायलट ने राजस्थान में गठबंधन की जरूरत ने कहा कि शुरूआत के पतन की शुरूआत।



पायलट ने कहा- कांग्रेस पार्टी कार्यकर्ताओं को साध रही है और कहां छोटा-मोटा कोर्स करेकर राजस्थान करना है तो लगातार कर रहे हैं। पायलट ने राजस्थान में गठबंधन की जरूरत कर रहा है। नौजवानों कार्यकर्ताओं की अभिलाषा है वह तब संभव होगा जब सरकार दोबारा बाहर आए। यहां चुनाव जीतने के बाद 2024 का लोकसभा चुनाव होगा, वहां पर हम बहुमत लेकर सरकार बाहर आए। और जीवंतों की बीच में चुनाव होता है। यहां चुनाव जीतने में कांग्रेस इतनी मजबूत है कि अपने दम पर पूर्ण बहुमत की सरकार बना सकती है।

युवाओं को पिछली बार से ज्यादा टिकट

युवाओं को मौका देने के सवाल पर पायलट ने कहा- जब फाइनल

पायलट ने कहा- कांग्रेस पार्टी कार्यकर्ताओं को साध रही है और कहां छोटा-मोटा कोर्स करेकर राजस्थान करना है तो लगातार कर रहे हैं। पायलट ने राजस्थान में गठबंधन की जरूरत कर रहा है। नौजवानों कार्यकर्ताओं की अभिलाषा है वह तब संभव होगा जब सरकार दोबारा बाहर आए। यहां चुनाव जीतने के बाद 2024 का लोकसभा चुनाव होगा, वहां पर हम बहुमत लेकर सरकार बाहर आए। और जीवंतों की बीच में चुनाव होता है। यहां चुनाव जीतने में कांग्रेस इतनी मजबूत है कि अपने दम पर पूर्ण बहुमत की सरकार बना सकती है।

युवाओं को बारे-बारे से ज्यादा टिकट

युवाओं को मौका देने के सवाल पर पायलट ने कहा- जब फाइनल

पार्टी की निर्णायक भूमिका में वसुंधरा राजे'

देवीसिंह बोले- पूर्व सीएम को केंद्र से पूरी तवज्ज्ञ मिली, कांग्रेस 10 सीटों पर सिमटेगी



भाजपा में शामिल हुए पूर्व मंत्री देवी सिंह भाटी बाड़िमर बोले। भाटी बीजेपी में शामिल होने से पहले वसुंधरा राजे को सीएम चेहरा धोया करने की पैरेंजी लगातार कर रहे थे।

उन्होंने कहा है कि चुनावों में किसी भी राज्य में पार्टी सीएम चेहरा धोया नहीं कर रही है। मुझे ऐसा लगा कि केंद्रीय नेतृत्व से पूरी तरह सहयोग मिल रहा है। उन्होंने आगे भी हर तरफ मार्गीक भूमिका में रखा जाएगा और उनका सहयोग लिया जाएगा। उन्होंने कहा- कांग्रेस 10 से ज्यादा सीट नहीं जीत पाएगी।

बत दें कि देवी सिंह भाटी 2 अक्टूबर को बाड़िमर में भाराती राजनीतिक दिवागत तिरंशेह चौकान के श्राद्ध कार्यक्रम में शामिल होने पहुंचे।

मीडिया से बातचीत करते हुए कहा कि किसी भी पार्टी से जुड़ना चाहता है उन सबको जोड़े। तब शायद उन्होंने मुझे लेकर भी उचित समझा तब उन्होंने कहा और मैंने

मेघवाल) मतभेद था। यह टिकट दी गई तो हम पार्टी में नहीं रहेंगे। जब पार्टी ने टिकट तय कर लिया तो फिर मैं पार्टी से अलग हो गया। उन्होंने कहा- शादी में रूठ भाइयों को एक जाजम पर बैठते हैं तो तो अच्छा वातावरण बनता है।

भाजपा सरकार बनाने के सवाल पर गृहीत है। केंद्रीय नेतृत्व ने भी आशान किया कि आप से कोई भी भाजपा के चौरायां को बदलना चाहिए। उन्होंने कहा- चुनाव जीतने की अपीली तरफ से अलग हो गया।

उन्होंने कहा- शादी में रूठ भाइयों को एक जाजम पर बैठते हैं तो तो अच्छा वातावरण बनता है।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

जयपुर, 2 अक्टूबर (एजेंसियां)। पूर्व मंत्री अरुण चतुर्वेदी भारतीयों के सामने धर्मन नहीं। उन्होंने कहा कि विवाह की गई।

ज



मोदी सरकार तेलंगाना के समग्र विकास के लिए प्रतिबद्ध



**तेलंगाना में ₹ 8000 करोड़
की विद्युत, रेल और स्वास्थ्य परियोजनाओं का
राष्ट्र को समर्पण, शिलान्यास और शुभारंभ**

राष्ट्र को समर्पण

एनटीपीसी तेलंगाना सुपर थर्मल पावर प्रोजेक्ट

इकाई 1: 800 मेगावाट, अनुमानित लागत: ₹ 6000 करोड़

- अल्ट्रा-सुपरक्रिटिकल तकनीक पर आधारित पिटहेड प्लांट, ~ 42% की उच्च दक्षता के साथ, विशिष्ट कोयला खपत और CO₂ उत्सर्जन में कमी
- 85% आवंटन के साथ तेलंगाना के लिए सस्ती बिजली

मनोहराबाद-सिद्धीपेट नई रेल लाइन

लंबाई: 76 किमी., अनुमानित लागत: ₹ 1200 करोड़

- यात्रियों और माल दुलाई दोनों के लिए सुरक्षित, तेज और किफायती परिवहन की सुविधा
- क्षेत्र में सामाजिक-आर्थिक विकास, पर्यटन और कृषि-अर्थव्यवस्था को बढ़ावा

धर्माबाद-मनोहराबाद और महबूबनगर-कर्नूल रेलखंड विद्युतीकरण

लंबाई: 348 किमी., अनुमानित लागत: ₹ 305 करोड़

- हैंदराबाद से तिरुपति, चेन्नई और बैंगलोर जैसे महत्वपूर्ण शहरों के साथ केनेकिटिविटी
- बेहतर स्पीड के साथ पर्यावरण अनुकूल साधन

शुभारंभ

सिद्धीपेट-सिकन्दराबाद-सिद्धीपेट रेल सेवा

- रेल केनेकिटिविटी को मजबूत करना, जन आकांक्षाओं को पूरा करना
- मेडक और सिद्धीपेट जिले के नए क्षेत्रों को पहली बार रेल से जोड़ा गया है

शिलान्यास

तेलंगाना में 20 क्रिटिकल केयर ब्लॉक

50 / 100 बेड, अनुमानित लागत: ₹ 516 करोड़

- PM-ABHIM के तहत सार्वजनिक स्वास्थ्य सुविधाओं से संबंधित बुनियादी ढांचे का विकास
- जिला स्तर पर रोगियों को क्रिटिकल केयर सेवाओं की उपलब्धता

श्री नरेन्द्र मोदी

प्रधानमंत्री

के कर कमलों द्वारा

गरिमामयी उपस्थिति

डा. तमिलिसाई सौंदराराजन

राज्यपाल, तेलंगाना

श्री के. चन्द्रशेखर राव

मुख्यमंत्री, तेलंगाना

श्री अश्विनी वैष्णव

केंद्रीय मंत्री, रेल, संचार,
इलेक्ट्रॉनिक्स और सूचना प्रौद्योगिकी

श्री आर. के. सिंह

केंद्रीय मंत्री, विद्युत
नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा

डॉ. मनसुख मांडविया

केंद्रीय मंत्री, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण,
रसायन एवं उर्वरक

श्री जी. किशन रेड्डी

केंद्रीय मंत्री, संस्कृति
पर्यटन, पूर्वोत्तर क्षेत्र विकास

मंगलवार, 3 अक्टूबर 2023, दोपहर 1:00 बजे स्थान – गिरराज राजकीय डिग्री कॉलेज, निजामाबाद, तेलंगाना

