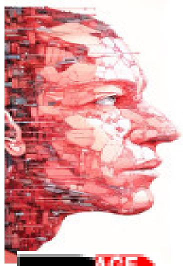
देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित
www.page3news.in
नगर संस्करण वर्ष 18 अंक: 221 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार–प्रवाह...
क्या है डीफफेक



पेज थ्री

देहरादून, रविवार, 10 दिसंबर 2023

मौसम | अधिकतम 20.0° | न्यूनतम 10.0°

66023.69

2 इजरायल ने गाजा में तेज किए हमले
7 फूले नहीं समा रहे रवि बिश्नोई

उत्तराखंड अब आगे बढ़ रहा : शाह

उत्तराखंड वैश्विक निवेशक सम्मेलन के समापन समारोह में केंद्रीय गृहमंत्री का किया गया जोरदार स्वागत

संवाददाता

देहरादून। केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह शनिवार को उत्तराखंड वैश्विक निवेशक सम्मेलन के समापन समारोह में पहुंचे। इस दौरान शाह का जोरदार स्वागत किया गया। सीएम धामी ने पहाड़ी टोपी पहनाकर गृहमंत्री का स्वागत किया। इसके बाद गृहमंत्री मंच पर पहुंचे और बाबा केदार और बदरीनाथ को प्रणाम कर अपनी बात की शुरुआत की। उन्होंने समारोह के सफल आयोजन के लिए मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी को बधाई दी। कहा कि आज समारोह का समापन नहीं शुभारंभ है। गृहमंत्री ने कहा कि उत्तराखंड ही एक ही स्थान है जहां देवीय शक्ति भी है और डेवलेपमेंट भी है और मुख्यमंत्री धामी ने इसके साथ परफार्मेंस भी जोड़ दी।

गृहमंत्री अमित शाह ने कहा कि सीएम धामी कहते हैं कि यहां कुदरत है...देव हैं...लेकिन मैं इसके साथ ये भी कहूंगा कि यहां भ्रष्टाचार मुक्त शासन भी है, जोकि इनवेस्टमेंट मुक्त निवेश के लिए भी जरूरी है। कहा कि पारदर्शिता उत्तराखंड का स्वभाव है। उन्होंने निवेशकों से कहा कि वह निश्चिंत होकर राज्य में निवेश करें, उन्हें भ्रष्टाचार नहीं मिलेगा।

गृहमंत्री अमित शाह ने कहा कि पूर्व प्रधानमंत्री अटल जी ने छोटे राज्यों की समृद्धि के लिए प्रयास किए और अब हम सबको मिलकर उन्हें आगे बढ़ाना है। कहा कि उत्तराखंड अब आगे बढ़ रहा है। जो तस्वीर हमारे सामने इस वक्त के उत्तराखंड की है वह यही बता रही है।

गृहमंत्री अमित शाह ने कहा कि डेस्टिनेशन उत्तराखंड की परिकल्पना की बात हो रही थी। मैं पहले उत्तराखंड आया था तब मैंने सीएम धामी से पूछा था कि आपने क्या लक्ष्य रखा है, तो उन्होंने मुझे बताया कि दो लाख करोड़ का। लेकिन आज साढ़े तीन लाख के एमओयू हो गए है। इसके लिए मैं पूरे उत्तराखंड प्रशासन को बधाई और शुभकामनाएं देना चाहते हूं। कहा कि आज का यह समारोह साढ़े तीन लाख के एमओयू के साथ नए उत्तराखंड की अनंत संभावनाओं को तराशने की शुरुआत की है।

उन्होंने कहा कि पीएम मोदी के नेतृत्व में पिछले एक दशक में देश तेजी से आगे बढ़ा है। पूरे देश में मल्टी डाइमेंशनल बदलाव आये हैं। इन वर्षों में 13.5 करोड़ लोग गरीबी रेखा से बाहर आये हैं।

सीएम धामी को दिया सिलक्यारा ऑपरेशन की सफलता का श्रेय

शाह ने सिलक्यारा सुरंग में फंसीं 41 जानें बचाने का श्रेय सीएम धामी को दिया। उन्होंने कहा कि लगातार भले ही हम मामले की मॉनिटिरिंग कर रहे थे, लेकिन असल में इसका श्रेय सीएम धामी को जाता है। पूरे देश की नजर इस मामले पर थी, और धामी सरकार ने जिस तरह से इस मामले का हल निकाला वह सभी ने देखा। उत्तराखण्ड को अलग राज्य बनाने का उद्देश्य यही था कि राज्य का तेजी से विकास हो। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में राज्य ने उल्लेखनीय प्रगति की है। अनेक महत्वपूर्ण इनीशिएटिव लिये गये हैं। यहां की चारधाम यात्रा व्यवस्था, इन्फ्रास्ट्रक्चर का विकास, सीमावर्ती क्षेत्रों के लिए बनाई गई योजना सराहनीय है।

गृह मंत्री के नेतृत्व में आंतरिक सुरक्षा है मजबूतः सीएम धामी

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केन्द्रीय गृह मंत्री अमित शाह का देवभूमि उत्तराखण्ड की जनता की ओर से स्वागत करते हुए कहा उनके नेतृत्व में आंतरिक सुरक्षा मजबूत होने के साथ ही सहकारिता क्षेत्र में भी भारत ''सहकार से समृद्धि'' के लक्ष्य की ओर तेजी से बढ़ रहा है, जिसके अंतर्गत देश के सभी पैक्स को कम्प्यूटरीकृत किया जा रहा है। केन्द्रीय सहकारिता मंत्री द्वारा अक्टूबर 2021 में पैक्स के कम्प्यूटरीकरण का कार्य देश में पहली बार उत्तराखंड से ही प्रारंभ किया गया था और आज राज्य में सभी समितियां कम्प्यूटरीकृत हो चुकी हैं। सिलक्यारा सुरंग में फंसे 41 श्रमवीरों को सकुशल बाहर निकालने में पीएम और गृहमंत्री का निरंतर सहयोग मिलता रहा।

संक्षिप्त समाचार

अमित शाह ने परमार्थ निकेतन में की गंगा आरती

संवाददाता देहरादून। केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह एवं मुख्यमंत्री धामी शनिवार को देहरादून में आयोजित उत्तराखंड ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट में प्रतिभाग करने के पश्चात ऋषिकेश स्थित परमार्थ निकेतन पहुंचे। परमार्थ निकेतन के परमाध्यक्ष स्वामी चिदानंद मुनि ने उनका स्वागत किया। केंद्रीय गृहमंत्री एवं मुख्यमंत्री गंगा पूजन एवं गंगा आरती में शामिल हुए तथा मां गंगा का आशीर्वाद प्राप्त कर देश व प्रदेश की खुशहाली की कामना की।

सांसद दानिश अली को बसपा ने किया निलंबित

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

लखनऊ। बहुजन समाजवादी पार्टी के सांसद दानिश अली को पार्टी ने निलंबित कर दिया, जिसके बाद सांसद दानिश अली ने अपनी पहली प्रतिक्रिया दी है। उन्होंने कहा कि वे मायावती के शुक्रगुजार रहेंगे कि उन्हें टिकट देकर लोकसभा का सदस्य बनने में मदद की। उनका आज का फैसला जरूर दुर्भाग्य होगा।

राम मंदिर का गर्भगृह बनकर तैयार

अयोध्या। अयोध्या में रामजन्मभूमि पर बन रहे भव्य राम मंदिर का निर्माण कार्य युद्ध स्तर पर चल रहा है। शनिवार को मंदिर के गर्भगृह की तस्वीरें श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट के महासचिव चंपत राय ने सोशल मीडिया पर शेयर की। उन्होंने सोशल मीडिया साइट एक्स पर लिखा कि प्रभु श्री रामलला का गर्भ गृह स्थान बनकर लगभग तैयार है। आपके साथ कुछ छायाचित्र साझा कर रहा हूं। अयोध्या में 22 जनवरी को प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है जिसकी तैयारियों को अंतिम रूप दिया जा रहा है।

लाइट फिटिंग का काम भी पूरा

लाइटिंग–फिटिंग का भी काम पूरा कर लिया गया है। वहीं, मकराना मार्बल से बनी फर्श पर अब खिसाई का काम चल रहा है। भूतल और पहली मंजिल का काम पूरा होने के लिए भवन निर्माण समिति ने 31 दिसंबर तक का लक्ष्य लिया गया है।

राज्य के चौमुखी विकास में मील का पत्थर साबित होगा समिट

संवाददाता

देहरादून। टूरिज्म और एविएशन क्षेत्र में राज्य की प्रगति और समृद्धि के विकास विषय पर आधारित द्वितीय सत्र आयोजित हुआ। सत्र में उत्तराखंड राज्य की टूरिज्म क्षेत्र में क्षमताओं के विकास, हिमालयी क्षेत्रों में पर्यटन विकास में एविएशन की भूमिका, एस्ट्रो टूरिज्म आदि विषयों पर विस्तार से चर्चा की गई।

पर्यटन मंत्री सतपाल महाराज ने कहा कि राज्य में आयोजित ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट उत्तराखंड के चौमुखी विकास में मील का पत्थर साबित होगा। जितने भी करार देश के विभिन्न संस्थानों ने राज्य सरकार एक साथ किए है, यह राज्य में रोजगार सृजन कर आर्थिकी को सशक्त करेगी। वही राज्य के साथ हुए सभी करार निवेशकों की राज्य में पारदर्शिता और सुशासन को दर्शाते है। आध्यात्मिक, एस्ट्रो, ईको, मेडिकल, धार्मिक, साहसिक पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए लगातार प्रयास जारी है। यहां आने वाले तीर्थयात्रियों की यात्रा सुलभ, सुगम और सरल हो, इसके लिए सरकार प्रतिबद्ध है।

आदि कैलाश और ओम पर्वत के निकट स्थित गुंजी को शिवनगरी के रूप में विकसित किया जा रहा है। भविष्य में कॉर्बेट के सीताबनी में टोटल एनिमल किंगडम के रूप में विकसित किए जाने की बात भी कही। उन्होंने कहा कि देश के साथ ही विदेशी लोग गंगा आरती, गुरुजनों से मिलने धर्म नगरी हरिद्वार आते है।

चर्चा

■गुंजी शिवनगरी, सीताबनी टोटल एनिमल किंगडम बनेगा : महाराज

टूरिज्म हब बन चुका उत्तराखंड

सचिव पर्यटन सचिन कुर्वे ने राज्य में बढ़ते पर्यटन अवसर पर विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि उत्तराखंड पर्यटन का राज्य की जीडीपी में लगभग 15 प्रतिशत योगदान है वही राष्ट्र की जीडीपी में 06 प्रतिशत की भागीदारी है। आज उत्तराखंड वैश्विक स्तर पर टूरिज्म हब बन चुका है।

Are you Planning to make a Website or already have ?
If yes, then we are here to serve you
What we do
Website Development
All type of Websites E-Commerce, Hotel Booking, Travel, Bus Ticket Booking, News Portal, Blogs, or as per client requirement.
Promotion & Branding
1. Website Promotion & Branding in any country (200+ Countries)
2. Social Media
3. Bulk SMS
Search Engine Optimisation
A-2-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.
Contact:
Gadoli Media Ventures
Shivam Market, 2nd Floor, Darshan Lal Chowk, Dehra Dun. I Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in

देश को मिली 343 अफसरों की फौज

संवाददाता

देहरादून। भारतीय सैन्य अकादमी (आईएमए) से शनिवार को 343 युवा अफसर देश सेवा के लिए सेना की मुख्यधारा में जुड़ गए। इसके साथ ही मित्र राष्ट्रों के 29 कैडेट्स भी पास आउट हुए। पासिंग आउट परेड की सलामी इस बार श्रीलंका के सीडीएस जनरल डॉ. शिवेंद्र सिल्वा ली।

परेड से पहले परिसर में सेना और बाहर पुलिस की कड़ी सुरक्षा व्यवस्था की गई। अकादमी के ऐतिहासिक चेटवुड भवन के सामने ड्रिल स्क्वायर पर सुबह आठ बजे परेड शुरू हुई। परेड के बाद पीपिंग सेरेमनी आयोजित की गई।

इसके बाद देश और विदेश के 372 कैडेट्स अफसर बनकर अपनी सेनाओं की मुख्य धारा में जुड़ गए। इनमें 343 अफसर भारतीय सेना को मिले। आईएमए की स्थापना के बाद से अब तक यहां से 65234 देशी एवं विदेशी कैडेट्स पास आउट हो चुके हैं। वहीं, आईएमए के नाम अब तक 2914 विदेशी कैडेट्स को ट्रेनिंग देने का गौरव जुड़ गया है। उत्तराखंड वीरों की भूमि है। होने वाले पीओपी में भी बड़ी संख्या में उत्तराखंड के युवा अफसर निकलते हैं।

श्रीलंका के सीडीएस ने ली परेड की सलामी

न्यूज डायरी

अल्पसंख्यकों पर अत्याचार से अमेरिका हुआ नाराज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वाशिंगटन। अमेरिका ने रविवार को आयोजित मानवाधिकार दिवस के अवसर पर अफगानिस्तान, चीन और ईरान जैसे कुछ देशों के दर्जनों पर मानवाधिकार हनन के आरोप में प्रतिबंध लगाने का फैसला किया है। इसके साथ ही अमेरिका ने उइगर मुसलमानों और अन्य अल्पसंख्यकों पर अत्याचार करने पर तीन चीनी कंपनियों से भी आयात करने पर रोक लगा दी है। अमेरिका ने चीन की तीन प्रमुख कंपनियों कोफको शुगर होल्डिंग, शिजुआन जिंगवेदा टेक्नालिजी ग्रुप और एनहुई शिन्या से आयात पर रोक लगा दी है। श्रम कानूनों की अनदेखी के चलते चीनी उत्पादक कंपनी से लेकर धागा बनाने वाली कंपनी तक को प्रतिबंधित किया गया है। इन तीन कंपनियों पर रोक लगाने के बाद से अमेरिका ने अब तक कुल 30 चीनी कंपनियों पर प्रतिबंध लगा दिया है। इसके अलावा, अमेरिकी वित्त विभाग ने शुक्रवार को मानवाधिकार हनन के आरोप में नौ देशों के बीस से अधिक लोगों पर प्रतिबंध लगाया है। इस बीच अमेरिकी विदेश विभाग ने रूस, इंडोनेशिया और चीन पर वीजा प्रतिबंध लगाया है। अफगानिस्तान में महिलाओं और लड़कियों के दमन पर तालिबान और चीन के शिनजियांग प्रांत में मानवाधिकार हनन की शिकायतों के चलते दो चीनी अधिकारियों पर भी प्रतिबंध लगा है।

गाजा में युद्धविराम पर आया यूएन में प्रस्ताव, अमेरिका ने किया खारिज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) न्यूयॉर्क। संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद (यूएनएससी) में गाजा में संघर्ष विराम पर आया प्रस्ताव असफल हो गया है। इस प्रस्ताव को अमेरिका की तरफ से खारिज कर दिया गया है। यह प्रस्ताव तब आया जब यूएनएससी में महासचिव एंटोनियो गुटेरेस ने पहली बार संयुक्त राष्ट्र चार्टर के अनुच्छेद 99 को लागू किया। यह वह नियम है जो संयुक्त राष्ट्र प्रमुख को अंतरराष्ट्रीय शांति और सुरक्षा के लिए खतरे उठाने में सक्षम बनाता है। गुटारेसे ने गाजा में श्मानवीय तबाहीश की चेतावनी दी थी। ह्यूमन राइट्स वॉच, ऑक्सफैम और एमनेस्टी इंटरनेशनल जैसे संगठनों ने अमेरिका के कदम की निंदा की है। प्रस्ताव के पक्ष में 13 देश थे जिसमें तीन स्थायी सदस्य रूस, चीन और फ्रांस भी शामिल हैं। यूके वोटिंग से गायब रहा। रॉबर्ट वुड ने काउंसिल में यूएन की आलोचना की और कहा कि वह इजरायल में हमलों की निंदा करने में असफल रहा है। संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) समर्थित प्रस्ताव पर अमेरिका के यूएन में उप राजदूत रॉबर्ट वुड ने कहा कि सैन्य कार्रवाई रोकने से हमास को गाजा पर शासन जारी रखने की मंजूरी मिल जाएगी। साथ ही यह प्रस्ताव सिर्फ अगले युद्ध के लिए बीज बोने का काम करेगा। भारत की तरफ से आठ दिसंबर को हुई बहस में हिस्सा लिया गया था।

पीओके में चीन सीमा के पास भीषण हमले से डरा ड्रैगन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मुजफ्फराबाद। पाकिस्तान अधिकृत कश्मीर के पहाड़ों से घिरे गिलगित बाल्टिस्तान इलाके में चीन सीमा के पास पिछले दिनों भीषण आतंकी हमले ने जिनपिंग सरकार को दहशत में ला दिया है। पिछले सप्ताह बंदूकधारियों ने चीन और पाकिस्तान को जोड़ने वाले बेहद अहम काराकोरम हाइवे से जा रही एक यात्री बस पर जोरदार गोलीबारी करके 10 लोगों को मौत के घाट उतार दिया। मारे गए लोगों में पाकिस्तानी सैनिक भी शामिल हैं। यह हमला चीन की सीमा से मात्र 400 किमी की दूरी पर हुआ है जिससे ड्रैगन दशहत में आ गया है। दरअसल, चीन अपने ड्रीम प्रोजेक्ट बीआरआई के तहत सीपीईसी परियोजना को बना रहा है और उसने अब तक 50 अरब डॉलर का निवेश कंगाल पाकिस्तान में कर भी दिया है। काराकोरम हाइवे सीपीईसी परियोजना की लाइफलाइन है। इस हमले के बाद अब चीन का पाकिस्तान में सुरक्षा को लेकर डर और ज्यादा बढ़ गया है। देश के बलूचिस्तान प्रांत में पहले ही चीन के नागरिकों पर बलूचों और टीटीपी के कई जानलेवा हमले हो चुके हैं। वहीं विशेषज्ञ इस काराकोरम राजमार्ग को निशाना बनाने को लेकर चिंतित हैं, क्योंकि इसे पाकिस्तान–चीन के बीच संबंधों की धुरी के रूप में देखा जाता है। हाल ही में, दोनों देशों ने सीपीईसी के तहत राजमार्ग में विस्तार शामिल किया।

इजरायल ने गाजा में तेज किए हमले, हमास के 450 ठिकाने तबाह

युद्ध

खान यूनिस और उत्तरी गाजा के शहरों में इजरायल बरपा रहा कहर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

गाजा। इजरायल ने गाजा पर अब तक का सबसे बड़ा हमला किया है। इजरायली रक्षा बल (आइडीएफ) का दावा है कि उसने गाजा में बीते 24 घंटे में हमास आतंकियों के 450 ठिकानों को तबाह कर दिया है। गाजा में इतने बड़े हमले के बाद अमेरिका भी चिंतित हो उठा है। क्योंकि हर हमले में भारी संख्या में फलस्तीनी नागरिकों की भी मौत हो रही है।

हमास ने कहा कि इजरायली सेना के साथ उत्तर में गाजा शहर के शेजाइया जिले में और दक्षिण में खान यूनिस में सबसे तीव्र झड़पें हो रही थीं। इस दौरान इजरायली सैनिक एन्क्लेव के दूसरे सबसे बड़े शहर के केंद्र में पहुंच गए थे। इजरायल ने गाजा पट्टी पर अपने हमले को और अधिक तेज कर दिया है।

इजरायली सेना ने कहा कि उसने पिछले 24 घंटों में गाजा में जमीन, समुद्र और हवा से 450 से अधिक लक्ष्यों पर हमला किया है, जो पिछले सप्ताह संघर्ष विराम के बाद से सबसे बड़ा हमला है। इजरायल–हमास में चल रहे भीषण युद्ध के चलते गाजा के अधिकांश लोग अब विस्थापित हो गए हैं और किसी भी सहायता तक पहुंचने में असमर्थ हैं। अस्पतालों में भीड़ बढ़ गई है और भोजन खत्म हो गया है।

विस्थापितों की मदद कर रही संयुक्त राष्ट्र की मुख्य एजेंसी ने कहा कि समाज पूरी तरह से पतन के कगार पर है। इजरायल ने पहले कहा था कि उसके सैनिकों ने पिछले महीने अपने कार्यों को काफी हद तक पूरा कर लिया है, उन्होंने इस सप्ताह नया हमला शुरू किया है।

गाजा के स्वास्थ्य मंत्रालय ने इस हमले में 350 लोगों के मारे जाने की सूचना दी है। इसके साथ ही गाजा में गत दो महीने के इजरायली अभियान में मरने वालों की संख्या 17,170 से अधिक हो गई, जबकि हजारों लोग लापता हैं और माना जाता है कि वे मलबे में दबे हुए हैं।

फिलिस्तीन के स्वास्थ्य मंत्रालय ने बताया कि शुक्रवार को इजरायल के हमले से वेस्ट बैंक के तुबास में छह फलस्तीनी नागरिकों की मौत हो गई है। हमला दक्षिणी तुबास के अल–फरा शरणार्थी शिविर पर किया गया। वहीं, पत्रकारों का अंतरराष्ट्रीय संघ ने दावा किया कि इजरायल युद्ध में अब तक 68 पत्रकार मारे गए हैं।

इजरायली सेना के भीषण हमले से खान यूनिस और उत्तरी गाजा तबाह हो रहा है। शुक्रवार की सुबह दक्षिण में खान यूनिस, केंद्र में नुसीरात शिविर और उत्तर में गाजा शहर में अधिक हमले की सूचना मिली। अमेरिका ने कहा कि फलस्तीनी नागरिकों की रक्षा करने के इजरायल के वादे और जमीन पर वास्तविक परिणाम के बीच एक अंतर बना हुआ है।

पीएम मोदी रूस–भारत के संबंधों के मुख्य गारंटर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मॉस्को। रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने एक बार फिर पीएम मोदी की सराहना की है। राष्ट्रपति पुतिन ने पीएम मोदी को नीतियों के लिए सराहा। उन्होंने पीएम मोदी को रूस–भारत संबंधों का मुख्य गारंटर बताया। रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने भारत के राष्ट्रीय हितों की रक्षा के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की प्रशंसा की। उन्होंने कहा कि पीएम मोदी के द्वारा अपनाई गई नीति ही मुख्य गारंटर है। जो द्विपक्षीय संबंधों का उत्तरोत्तर विकास हो रहा है।

पुतिन ने रशिया कॉलिंग कार्यक्रम के दौरान यह बयान दिया। उन्होंने कहा कि वह कल्पना नहीं कर सकते कि मोदी को ऐसा कोई भी कार्य करने, कदम उठाने, निर्णय लेने के लिए डराया, धमकाया या मजबूर किया जा सकता है, जो भारत और भारतीयों के राष्ट्रीय हितों के विपरीत हो। रूस और भारत के बीच सभी क्षेत्रों में संबंध विकसित हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि वह पीएम मोदी पर गैर–मित्र देशों के कारण पड़ने वाले प्रभाव को समझ सकते हैं। रूसी समाचार एजेंसी तास के अनुसार, राष्ट्रपति पुतिन ने खुलासा किया कि उन्होंने और पीएम मोदी ने इस विषय पर कभी चर्चा तक नहीं की।

बता दें कि पुतिन ने घोषणा की थी कि वह 2024 में होने वाला अगला चुनाव भी लड़ेंगे।

सीरिया में आईएस के हमले में सात की मौत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) दश्मिक। सीरिया के दीर अल–जौर प्रांत में सैन्य स्थलों पर इस्लामिक स्टेट (आईएस) के हमले के दौरान सात सैनिक और सरकार समर्थक लड़ाके मारे गए, एक युद्ध निगरानीकर्ता ने शनिवार तड़के इसकी रिपोर्ट दी। सीरियन ऑब्जर्वेटरी फॉर ह्यूमन राइट्स के अनुसार, हमला दक्षिणी देर–अल–जौर में टी2 तेल स्टेशन के पूर्व में सैन्य ठिकानों पर किया गया था। रिपोर्ट के अनुसार, यूके स्थित वॉचडॉग ने इस साल अब तक ऐसे हमलों में मरने वालों की संख्या 594 बताई है, जिसमें 44 आईएस आतंकवादी, 385 सैनिक और सरकार समर्थक लड़ाके, साथ ही 165 नागरिक शामिल हैं। आईएस ने सीरिया में प्रमुख इलाके खो दिए हैं और उसके लड़ाकू समूहों को पूर्वी सीरिया के विशाल रेगिस्तानी क्षेत्र में पुनर्स्थापन और गुरिल्ला युद्ध का सहारा लेना पड़ा है।

भारतीय छात्रों पर पड़ी भारी मार पढ़ने के सपने पर संकट के बादल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

ओटावा। कनाडा ने इमीग्रेशन से जुड़े नियमों में महत्वपूर्ण बदलाव की घोषणा की है। इससे कनाडा में जाकर पढ़ाई की इच्छा रखने वाले लोगों पर असर पड़ेगा। आप्रवासन, शरणार्थी और नागरिकता मंत्री, मार्क मिलर ने कहा कि 1 जनवरी 2024 से छात्रों की न्यूनतम कॉस्ट ऑफ लिविंग वित्तीय आवश्यक्ता को 10 हजार कनाडाई डॉलर से बढ़ाकर 20,635 कनाडाई डॉलर कर दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि ऐसा यह सुनिश्चित करने के लिए किया जा रहा है कि देश में छात्रों को किसी भी वित्तीय कठिनाई का सामना न करना पड़े।

इस बदलाव का बड़ा असर

कनाडा ने अपने वीजा नियमों को कर दिया है सख्त

कनाडा जाकर पढ़ाई के इच्छुक भारतीय छात्रों पर पड़ेगा। द इंडियन एक्सप्रेस की रिपोर्ट के मुताबिक इन नए नियमों को लेकर मॉन्ट्रियल यूथ स्टूडेंट ऑर्गनाइजेशन के मनदीप ने चिंता व्यक्त की है। उन्होंने कहा, छात्र पहले से ही IELTS परीक्षाओं और कॉलेज की बढ़ी फीस और उच्च किराए के कारण तनाव में हैं। अंतर्राष्ट्रीय छात्रों के लिए शर्तों को आसान बनाने की जगह कनाडा की सरकार छात्रों के खर्चे के लिए बैंकों में जरूरी सिक्योरिटी राशि को दोगुना कर रही है।

मनदीप ने जोर देकर कहा, पहले यह न्यूनतम राशि 10 हजार कनाडाई डॉलर थी, जो अब दोगुनी से ज्यादा हो गई है। बैंक यह राशि जमा करने के बाद गारंटीड इन्वेस्टमेंट सर्टिफिकेट जारी करते हैं। वर्तमान में इस खाते से खर्च के आधार पर सिर्फ 670 डॉलर निकाले जा सकते हैं। हालांकि मुद्रास्फीति और संशोधित न्यूनतम सुरक्षा राशि में बढ़ोतरी को देखते हुए यह सीमा दोगुनी होने की संभावना है। लेकिन यह अतिरिक्त बोझ छात्रों को कनाडा में अपनी शिक्षा पाने से रोकेगा, क्योंकि वित्तीय संसाधन महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। एक अन्य मेंबर खुशपाल ग्रेवाल ने कहा, कॉलेज की फीस कम करने, किराए को नियंत्रित करने या सस्ता पब्लिक ट्रांसपोर्ट देने की जगह सरकार अंतरराष्ट्रीय छात्रों पर बोझ बढ़ा रही है।

किशोर बच्चे से रेप की कोशिश कर रहा था जामिया मस्जिद का मौलाना

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) इस्लामाबाद। पाकिस्तानी सेना के गढ़ रावलपिंडी शहर में जामिया मस्जिद के मदरसे के शिक्षक को 16 साल के लड़के के साथ यौन उत्पीड़न का प्रयास करने के आरोप में गिरफ्तार कर लिया गया। रावलपिंडी के नसीराबाद थाने में दर्ज एफआईआर के मुताबिक, रावलपिंडी के धोके गुजरान के एक निवासी ने बताया कि उनका 16 साल का बेटा पिछले दो साल से वेस्ट्रिज स्थित जामिया मस्जिद मुहम्मद में कुरान को याद करने के लिए जा रहा था। यहीं पर मौलाना ने हैवानियत करने की कोशिश की। पीड़ित बच्चे के पिता ने बताया कि बच्चा सामान्य था और उसने पिछले तीन महीनों तक अपनी पढ़ाई में काफी रुचि दिखाई थी। इसके बाद उसने अचानक से तनाव में दिखना शुरू कर दिया था। फिर 8 नवंबर को लड़का मदरसे से घर लौटने के बाद रोने लगा। पूछने पर बच्चे ने अपने पिता को बताया कि पिछले तीन महीनों से उसे उसके मदरसे के शिक्षक कारी उमर खट्टाब द्वारा दुर्व्यवहार और उत्पीड़न का शिकार बनाया जा रहा है।

Page Three
Classified

Adds can be booked under these Categories : (all day publication)

Recruitment
Property
Business Opportunity
Vehicles
Announcements
Antiques & Collectables
Barter
Books
Computers
Domain Names
Education
Miscellaneous
Entertainment & Event
Hobbies & Interests
Services
Jewellery & Watches
Music
Obituary
Pets & Animals
Retail
Sales & Bargains
Health & Sports
Travel

Matrimonial (Sunday Only)

अब मात्र रु. 20 प्रति शब्द

हर वर्ग के लिए की जा रही अनेक योजनाएं संचालित

संकल्प यात्रा

विभिन्न विभागीय अधिकारियों ने ग्रामीणों को संचालित योजनाओं की विस्तार से दी जानकारी

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। विकसित भारत संकल्प यात्रा के तहत प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने केंद्र सरकार द्वारा विभिन्न योजनाओं से लाभान्वित हुए देशभर के अलग–अलग राज्यों के लाभार्थियों से सीधा संवाद किया। उन्होंने वर्चुअल के माध्यम से वर्ष–2047 तक भारत को विकसित राष्ट्र बनाने में सभी से सहयोग देने का आह्वान किया। वहीं विकसित भारत संकल्प यात्रा कार्यक्रम के तहत जनपद का मुख्य कार्यक्रम विकास खंड अगस्त्यमुनि की ग्राम पंचायत कोट में आयोजित किया गया। इस अवसर पर विभिन्न विभागीय अधिकारियों ने ग्रामीणों को सरकार द्वारा संचालित योजनाओं की विस्तार से जानकारी दी।

कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि के रूप में प्रतिभाग करते हुए विधायक रुद्रप्रयाग भरत सिंह चौधरी ने केंद्र व राज्य सरकार की उपलब्धियों की जानकारी देते हुए कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के कुशल नेतृत्व में देश निरंतर प्रगति के पथ पर अग्रसर है। उन्होंने कोट गांव में विकसित भारत संकल्प यात्रा के कार्यक्रम हेतु ग्रामीणों को बधाई दी। कहा कि केंद्र व राज्य सरकार द्वारा हर वर्ग के लिए अनेक योजनाएं संचालित की जा रही हैं। उन्होंने कहा कि मोदी जी के विजन–2047 तक देश को विकसित राष्ट्र बनाने में सभी का सहयोग आवश्यक है।

इस अवसर पर उन्होंने उपस्थित विभागीय अधिकारियों, कर्मचारियों एवं ग्रामीणों को विकसित भारत संकल्प की शपथ भी दिलाई।

ग्राम प्रधान कोट श्रीमती सुमन देवी की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में विभिन्न विभागों द्वारा संचालित योजनाओं की जानकारी से ग्रामीणों को अवगत कराया गया। मुख्य कृषि अधिकारी लोकेंद्र सिंह बिष्ट ने पीएम किसान सम्मान निधि, जैविक रसायन वितरण, कृषि संयत्र, किसान क्रेडिट कार्ड व इससे मिलने वाली ऋण सहित सिंचाई टैंक, सिंचाई पाइप, कृषि घेरबाड़ निर्माण, आत्मा योजना के तहत कृषकों हेतु की जाने वाली गतिविधियों आदि के बारे में विस्तार से जानकारी दी। वहीं ग्राम विकास अधिकारी अजय भट्ट ने ग्राम्य विकास विभाग की मुख्य योजनाओं मनरेगा, प्रधानमंत्री आवास योजना व राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन (एनआरएलएम) आदि की जानकारी से अवगत कराया। उद्योग विभाग के प्रतिनिधि सुनील भट्ट ने स्वरोजगार हेतु उद्योग विभाग द्वारा उपलब्ध कराए जाने वाले ऋण संबंधी प्रक्रिया, मिलने वाली सब्सिडी व अन्य आवश्यक जानकारियां साझा की। वहीं मुख्य अतिथियों का माल्यार्पण कर स्वागत किया गया। कार्यक्रम का संचालन किशन सिंह रावत ने किया।

कार्यक्रम से पूर्व ग्रामीणों को क्रीप कंपनी द्वारा ड्रोन के माध्यम से कृषि की रक्षा हेतु कीटनाशक दवा का छिड़काव करने का तरीका समझाया गया।

न्यूज डायरी

बाल श्रम के आरोप में सराफ और रिफाइनरी संचालक पर मुकदमा

संवाददाता हल्द्वानी। बालश्रम प्रवर्तन दल की टीम ने हल्द्वानी बाजार में छापामारी करते हुए तीन किशोरों को बालश्रम से मुक्त कराया है। वहीं बालश्रम करा रहे एक सर्राफ और रिफाइनरी संचालक के खिलाफ हल्द्वानी कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराया है। श्रम प्रवर्तन अधिकारी पूनम कांडपाल ने बताया कि शनिवार को श्रम प्रवर्तन की टीम ने पटेल चौक और बर्तन बाजार में छापामारी अभियान चलाया था। इस दौरान पटेल चौक स्थित एक ज्वेलर्स दुकान से एक नाबालिग बालश्रमिक को मुक्त कराया गया। वहीं ज्वेलर के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज कराई गई है। वहीं दूसरी कार्रवाई बर्तन बाजार स्थित एक रिफाइनरी पर की गई। यहां से प्रवर्तन की टीम ने दो नाबालिगों को मुक्त कराया। रिफाइनरी संचालक के खिलाफ बालश्रम एवं किशोर प्रतिषेध एवं विनियम अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कराया गया है।

रास्ता पूछने पर कार चालक को पीटा, रिपोर्ट दर्ज

संवाददाता हल्द्वानी। राजपुरा से गांधीनगर की तरफ जा रहे कार चालकों ने जब रास्ता पूछा तो तीन युवकों ने उनके साथ जमकर मारपीट की। चोटिल कार चालक के भाई की तहरीर पर अज्ञात युवकों के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज कराई गई है। राजपुरा वार्ड नंबर 12 निवासी रोहित कुमार ने पुलिस को दी तहरीर में बताया कि चार नवंबर की रात करीब 11रू30 बजे उनके भाई रोनित कुमार और नितिन कुमार गांधीनगर की तरफ कार से जा रहे थे। रोडवेज के पास खड़े तीन युवकों से उन्होंने रास्ता पूछा। किसी बात को लेकर तीनों युवकों ने कार चालकों से मारपीट व गाली–गलौज शुरू कर दी। झगड़े में आरोपियों ने जान से मारने की धमकी दी और फरार हो गए।

आरबीआई मौद्रिक नीति पर एचडीएफसी बैंक के मुख्य अर्थ शास्त्री का वक्तव्य

संवाददाता देहरादून। आरबीआई की नीति यथास्थिति थी क्योंकि केंद्रीय बैंक ने उम्मीद के मुताबिक अपनी नीति दर और रुख अपरिवर्तित रखा था। हालाँकि, आरबीआई पिछली नीति की तुलना में तरलता प्रबंधन पर कम आक्रामक लग रहा था जिसे तटस्थता की ओर बढ़ने के संकेत के रूप में देखा जा सकता है। इसका तात्पर्य यह है कि आरबीआई एक महत्वपूर्ण अधिशेष के खिलाफ कार्रवाई करने की संभावना रखता है, लेकिन यह भविष्य में बड़े घाटे का पक्ष भी नहीं ले सकता है। हम कर बहिर्प्रवाह के कारण तरलता पर निकट अवधि में कुछ गिरावट का दबाव देख रहे हैं, लेकिन उच्च सरकारी खर्च और विदेशी प्रवाह के कारण 2024 से शुरू होने वाली स्थिति अधिक आरामदायक होगी।

आयुष में निवेशकों को पूरा सहयोग करेगी सरकार: आर्या

संवाददाता देहरादून। कैबिनेट मंत्री रेखा आर्या ने आयुष क्षेत्र में निवेशकों का स्वागत करते हुए कहा कि सरकार उन्हें पूरा सहयोग करेगी। ग्लोबल इन्वेस्टर समिट के दूसरे भारत सरकार के आयुष सत्र को संबोधित करते हुए रेखा आर्या ने कहा कि आयुर्वेद के मनीषी आचार्य चरक की जन्मस्थली कोटद्वार के निकट स्थित चरेख डांडा है।

प्रदेश में आयुर्वेदिक शिक्षण संस्थान ऋषिकुल और गुरूकुल सौ साल से शिक्षण सेवाएं प्रदान कर रहे हैं। उन्होंने कहा क भारत सरकार के सहयोग से प्रदेश में 50 एवं 10 शैय्यायुक्त चिकित्सालयों की स्थापना की जा रही है। इससे पूर्व सचिव आयुष पंकज पांडेय ने कहा कि वैलनेस, आयुष शिक्षा तथा आयुष निर्माण क्षेत्र में 5800 करोड़ रुपए निवेश के एमओयू हो चुके हैं। इस सत्र में आयुष मंत्रालय के डिप्टी डायरेक्टर जनरल सत्यजीत पॉल, नेशनल होम्योपैथी कमीशन के चेयरमैन डॉ. अनिल खुराना, मुल्तानी फार्मास्यूटिकल्स के वाईस चौयरमेन अर्जुन मुल्तानी, महर्षि आयुर्वेद के निदेशक लक्ष्मण श्रीवास्तव, हिमालय वैलनेस के प्रेसिडेंट डॉ एस फारूख, चोलाइल के प्रबंध निदेशक डॉ प्रदीप चोलाइल, मुंबई से वरिष्ठ होम्योपैथिक विशेषज्ञ डॉ जसवंत पाटिल, एम्स ऋषिकेश निदेशक प्रो मीनू सिंह ने भी विचार व्यक्त किए। चोलाइल प्रा लि के प्रबंध निदेशक डॉ प्रदीप चोलाइल ने बताया कि वो 2007 से हरिद्वार में उत्पादन कर रहे हैं, लेकिन अब भी राज्य में कुछ क्षेत्रों में सुधार करना होगा।

भाजपा ने सांसद धीरज साहू व कांग्रेस का पुतला किया दहन

संवाददाता पुरोला। शनिवार को पुरोला भाजपा कार्यकर्ताओं ने झारखंड से कांग्रेस के राज्यसभा सांसद धीरज साहू के कई ठिकानों से 200 करोड़ से अधिक की नगदी पकड़े जाने पर भाजपा कार्यकर्ताओं ने पुरोला तिराहे पर सांसद धीरज साहू व कांग्रेस का पुतला दहन किया। शनिवार को भाजपा संगठन से जुड़े पदाधिकारियों व कार्यकर्ताओं ने पुरोला तिराहे पर सांसद धीरज साहू का पुतला दहन करते हुए नारेबाजी की। भाजपा के मंडल महामंत्री राजेश भण्डारी ने कहा कि कांग्रेस भ्रष्टाचार की जननी है। भाजपा के वरिष्ठ कार्यकर्ता राजपाल पंवार ने कहा कि कांग्रेस की गरीबों को शोषण की नीतियों के कारण ही आज हर व्यक्ति कॉग्रेस से दूरी बना रहे है। कांग्रेस की भृष्ट नीतियों के कारण ही देश के अधिकांश राज्यों में उन्हें हार का सामना करना पड़ा है।

उद्यमियों को बिजली कटौती व फिरौती जैसी समस्याओं से नहीं जूझना पड़ता: गणेश जोशी

आयोजित सत्र उत्तराखंड के पर्वतीय क्षेत्रों में निवेश करने के आह्वान के साथ संपन्न

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट में सहकारिता, खाद्य प्रसंस्करण, खेती बौर बागवानी सेक्टर में निवेश को लेकर आयोजित सत्र उत्तराखंड के पर्वतीय क्षेत्रों में अधिकाधिक निवेश करने के आह्वान के साथ संपन्न हुआ। इस सत्र में खाद्य प्रसंस्करण को केन्द्र में रखते हुए इससे जुड़े मुद्दों पर प्रमुखता से चर्चा हुई।

सहकारिता, खाद्य प्रसंस्करण, खेती बौर बागवानी सेक्टर में निवेश को लेकर आयोजित सत्र में बतौर प्रमुख वक्ता राज्य के कृषि मंत्री गणेश जोशी ने कहा कि उत्तराखंड में उद्यमियों को बिजली कटौती व फिरौती जैसी समस्याओं से नहीं जूझना पड़ता है। यहां पर निवेश के लिए बेहतर व अनुकूल माहौल है। कृषि एवं बागवानी क्षेत्र को प्रोत्साहित कर राज्य की आर्थिकी को मजबूत किया जा सकता है। उन्होंने कहा कि राज्य में सबसे उत्तम क्वालिटी के मिलेट उत्पादित होते हैं। राज्य सरकार ने मिलेट्स व ऑर्गेनिक उत्पादों को प्रोत्साहित करने के साथ ही बागवानी के विकास के लिए कारगर नीति बनाई है। उत्तराखंड देश में तीसरा सबसे बड़ा सेब उत्पादक राज्य है। वर्ष 2025 तक सेब उत्पादन को दोगुना करने का लक्ष्य तय किया गया है। जिसके लिए जल्द फल देने वाली प्रजाति के हाई–डेंसिटी वाले सेब बागानों की स्थापना को बढ़ावा दिया जा रहा है।

राज्य में बेमौसमी सब्जी, फलों एवं फूलों के उत्पादन के लिए पचास हजार पॉली हाऊस स्थापित कराए जा रहे हैं। जिसके चलते यहां पर फूड प्रोसेसिंग व उससे जुड़े क्षेत्र के विकास व निवेश की प्रुचर संभवनाएं हैं। कई उद्यमी इस सेक्टर में निवेश हेतु आगे आए हैं। सरकार उनको पूरा समर्थन व सहयोग देगी। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी स्वयं राज्य के ब्रांड एंबेसडर की भूमिका में दिखे हैं, जिसके बेहद सार्थक परिणाम सामने आए हैं। इससे राज्य और निवेशक दोनों को फायदा मिलना तय है। कार्यक्रम में सचिव सहकारिता डा. बी.वी.आर.सी. पुरूषोत्तम तथा सचिव कृषि दीपेन्द्र चौधरी ने भी विचार रखे।

धूमधाम से मनाया 52वां दाउदकंडी विजय दिवस

संवाददाता हल्द्वानी। पूर्व सैनिकों ने 52वां दाउदकंडी विजय दिवस धूमधाम से मनाया। शनिवार को आयोजित कार्यक्रम में वर्ष 1971 में लड़े गए दाउदकंडी युद्ध की यादें एक बार फिर ताजा हो गईं। पूर्व सैनिकों ने बताया कि भारतीय जवानों ने अपनी वीरता और अदम्य साहस का परिचय देते हुए दाउदकंडी पर कब्जा कर बांग्लादेश से ढाका की तरफ जाने वाले मार्ग को खोलकर उस पर तिरंगा लहराया था। इसके बाद शहीदों को श्रद्धांजलि अर्पित करने के साथ कार्यक्रम को समाप्त किया। गैस गोदाम रोड स्थित एक सार्वजनिक भवन में 12 कुमाऊं सैनिक संगठन हल्द्वानी की ओर से कार्यक्रम हुआ। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि दाउदकंडी युद्ध के गवाह रहे पूर्व कर्नल केएस मेहता रहे। युद्ध के हीरो रहे पूर्व कर्नल केएस मेहता ने बताया कि 9 दिसंबर 1971 को दाउदकंडी बटालियन के शूरवीरों ने अपने शौर्य, साहस और बहादुरी का परिचय दिया। इस युद्ध में पल्टन ने दुश्मन के 85 जवान मार गिराए। 1312 जवानों को बंदी बनाया।

लगातार बढ़ता जा रहा दबाव

इन सबके पीछे यह भाव लगातार काम करता रहेगा कि यह राहत सिर्फ चार दिनों के लिए है। इसके ठीक बाद फिर वही हालात बन जाने हैं। हमास और इस्राइल दोनों पक्ष इस अवधि का इस्तेमाल अपनी तैयारियों को मजबूती देने के लिए करेंगे ताकि चार दिन के बाद और विनाशकारी युद्ध को अंजाम दे सकें?

अनुज सनवाल।।

पिछले डेढ़ महीने से जारी हमास–इस्राइल जंग में आखिर एक विराम आया, जब इस्राइली संसद ने बुधवार को युद्धविराम के समझौते को मंजूरी दे दी। हालांकि इस बीच इस युद्ध के कारण गाजा में 14,000 से ज्यादा नागरिक मारे जा चुके हैं और 2,700 अन्य लोग लापता हैं। इन लापता लोगों में अधिकांश के मलबों के नीचे आने की बात कही जा रही है, जिसका मतलब यह है कि लाशें भले न मिली हों, लेकिन उनके जिंदा बचे होने की कोई संभावना नहीं रह गई है। इतने बड़े नुकसान की कीमत पर हासिल यह युद्धविराम भी अस्थायी है। इसकी मियाद महज चार दिनों की है। इस दौरान हमास 50 बंधकों को रिहा करेगा जिनमें महिलाएं और बच्चे होंगे। बदले में इस्राइल की जेलों में बंद 150 फलस्तीनी छोड़े जाने हैं।

जाहिर है, इस युद्धविराम को संभव बनाने वाला सबसे बड़ा कारक वे 240 लोग हैं, जिन्हें 7 अक्टूबर के आंतकवादी हमले में हमास के हमलावर बंधक बना ले गए थे। इनमें इस्राइल के साथ 40 देशों के नागरिक शामिल हैं। इनकी सुरक्षित रिहाई का दबाव अलग–अलग देशों की सरकारों पर है। खुद इस्राइल में भी नेतन्याहू पर इसका दबाव लगातार बढ़ता जा रहा था। अगर इस समझौते से जुड़े तमाम पहलुओं पर सही ढंग से अमल हुआ तो न केवल दोनों तरफ से 200 लोग कैद से मुक्त होंगे बल्कि गाजा में चौबीसो घंटे बमों की बारिश झेल रहे लोग भी चार दिनों के लिए ही सही, पर राहत महसूस करेंगे। इस बीच उनके लिए मानवीय सहायता भी पहुंचेगी और ईंधन की कमी के चलते बंद पड़े अस्पताल दोबारा शुरू हो पाएंगे।

अफसोस और चिंता की बात यह होगी इन सबके पीछे यह भाव लगातार काम करता रहेगा कि यह राहत सिर्फ चार दिनों के लिए है। इसके ठीक बाद फिर वही हालात बन जाने हैं। क्या इसका मतलब यह है कि हमास और इस्राइल दोनों पक्ष इस अवधि का इस्तेमाल अपनी तैयारियों को मजबूती देने के लिए करेंगे ताकि चार दिन के बाद और विनाशकारी युद्ध को अंजाम दे सकें?

सारी संभावनाएं इसी ओर इशारा कर रही हैं। हालांकि ध्यान रहे, 50 बंधकों की रिहाई के बाद भी करीब 190 बंधक हमास के कब्जे में होंगे। इसी बात को ध्यान में रखते हुए इस्राइल ने कहा है कि वह इस अवधि के समाप्त होने के बाद भी हर दस बंधकों की रिहाई के बदले युद्धविराम को एक–एक दिन बढ़ाता रह सकता है। किसी भी उपाय से अगर युद्धविराम लंबा खिंचता है तो यह एक अच्छी बात होगी, लेकिन इसे काफी नहीं माना जा सकता। सवाल है कि 19 दिनों में सभी बंधकों के रिहा होने के बाद क्या होगा? जरूरत सिर्फ अपने लोगों को सुरक्षित निकालने की नहीं, यह समझने की है कि किसी भी तरफ के बेकसूर लोगों की जान जाना दुर्भाग्यपूर्ण है। इसलिए हमास के खात्मे के नाम पर गाजा में हो रहे जान–माल के नुकसान पर स्थायी रोक लगनी चाहिए।

जरा विचार करें

धर्म-दर्शन

अशोक वोहरा। बहुत कम लोगों का जवाब हां होगा३हम सभी अधिकतर बस दुरूख की शिकायत लेकर ही ईश्वर के पास गये हैं। जीवन जैसे सुंदर उपहार के लिए हमारे मन में कोई धन्यवाद नहीं है, लेकिन मुत्यु के लिए बड़ी शिकायत। सुख के लिए कोई धन्यवाद नहीं है, लेकिन दुरूख के लिए बहुत बड़ी शिकायत। जब भी हमने भगवान को पुकारा है तो कोई न कोई पीड़ा या दुरूख के लिए।

दुःख में सुमिरन सब करे सुख में करै न कोय।
जो सुख में सुमिरन करे दुःख काहे को होय।

कबीर दास जी कहते हैं कि दुःख के समय सभी भगवान को याद करते हैं, पर सुख में कोई भी भगवान को याद नहीं करता। यदि सुख में भी भगवान को याद किया जाए तो दुःख हो ही क्यों।

संपादकीय

बन सकता है कानून

केंद्रीय इलेक्ट्रॉनिक्स और टेक्नोलॉजी राज्य मंत्री राजीव चंद्रशेखर ने कहा है कि डीपफेक को रोकने के लिए नया कानून बनाया जा सकता है या मौजूदा नियमों में बदलाव किया जा सकता है, ताकि ये सुनिश्चित किया जा सके कि बड़े पैमाने पर डीपफेक या भ्रामक जानकारी पैदा न हो पाए। उन्होंने कहा कि इंटरनेट और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस सशक्तिकरण करने वाले हैं मगर इनका इस्तेमाल नुकसान पहुंचाने, समाज में टेंशन पैदा करने, अव्यवस्था पैदा करने और हिंसा फैलाने के लिए किया जा रहा है। सबसे अच्छा उपाय यह है कि अपनी पर्सनल जानकारी ऑनलाइन कम से कम शेयर करें। जब भी आप शहर से बाहर हों या जा रहे हों तो इसकी जानकारी ऑनलाइन न शेयर करें। कारण कि यह बात ऑनलाइन शेयर करने का मतलब है घर के बाहर यह बोर्ड लगाना कि हम घर पर नहीं हैं। जब हम असल दुनिया में ऐसा नहीं करते तो सोशल मीडिया पर भी क्यों करें। उन्होंने कहा कि डीपफेक भारतीय इंटरनेट यूजर्स के लिए एक बहुत ही जरूरी, स्पष्ट और वर्तमान खतरा है। इससे पहले पीएम भी जी20 की वर्चुअल मीटिंग में डीपफेक को खतरा बता चुके हैं।

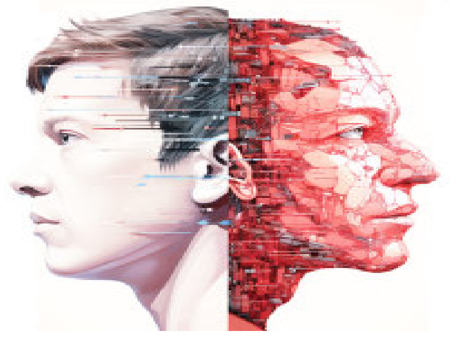
दिक्कत तब आती है जब सनसनीखेज बनाने के लिए ऐसा कंटेंट ऑनलाइन शेयर कर दिया जाता है या स्कैमर्स इस तरह के तस्वीर या विडियो से लोगों को टारगेट करने परेशान करने लगते हैं।

क्या है डीपफेक

पूनम बिष्ट।।

बोरियत दूर करने के लिए कई बार लोग स्मार्टफोन ऐप पर जाकर अपनी ही तस्वीर पर तरह–तरह के फिल्टर लगाकर शेयर करते हैं। दिक्कत तब होती है जब ऐसे फर्जी काम हम दूसरे की तस्वीरों या विडियो से करने लगते हैं। डीप फेक पर चर्चा इसी कारण छिड़ी है, क्योंकि यह फर्जी काम को भी असली की तरह बना देता है। डीपफेक का मतलब आसान भाषा में समझें तो किसी के शरीर पर किसी दूसरे का चेहरा दिखना। यह काम कई ऐप के जरिए लोग आमतौर पर मजे के लिए करते हैं। दिक्कत तब आती है जब सनसनीखेज बनाने के लिए ऐसा कंटेंट ऑनलाइन शेयर कर दिया जाता है या स्कैमर्स इस तरह के तस्वीर या विडियो से लोगों को टारगेट करने परेशान करने लगते हैं।

डीपफेक ऐप में दो तरह की एल्गोरिदम काम करती हैं। एक जेनरेटर यानी जो फर्जी कंटेंट जनरेट करे और दूसरा डिस्क्रिमिनेटर यानी जो उस फेक चीज को तब तक तराशता रहे जब तक कि वह एकदम असल न लगने लगे। ये दोनों मिलकर काम करते हैं और किसी भी असल तस्वीर के पैटर्न को समझते हैं और उनसे फेक बनाते हैं। जेनरेटर तस्वीर को कई ऐंगल से स्टडी करता है। फेक विडियो बनाते समय न सिर्फ विडियो को अलग–अलग ऐंगल से स्टडी किया जाता है बल्कि विडियो में इस्तेमाल आवाज, हावभाव, हरकत के पैटर्न को भी बारीकी से देखा जाता है। ये सारी जानकारी जेनरेटर डिस्क्रिमिनेटर को देता है और इसके आधार पर फर्जी तस्वीर बनाई जाती है। यह प्रक्रिया बार–बार रिपीट की जाती है ताकि एकदम असल जैसा कंटेंट बनकर निकले।



ये दो तरह से बनते हैं। किसी शख्स के ओरिजिनल विडियो का इस्तेमाल कर उसे ऐसा करते हुए या कहते हुए दिखाया जाए जो उसने असल में किया ही नहीं। या किसी दूसरे के विडियो में आप अपने टारगेट वाले शख्स का चेहरा लगा दें। इसे फेस स्वैप भी कहा जाता है। डीप फेक विडियो और तस्वीरें बनाने के लिए चर्चित हैं ये लेंसा एआईः यह ऐप काफी वायरल है। इसमें आप किसी दूसरे की तस्वीर या विडियो पर अपना चेहरा लगा सकते हो।

डीपफेक्स वेबः यह वेब सर्विस है जो वेब पर आपको डीपफेक विडियो बनाने में मदद देती है। यह विडियो या तस्वीर को स्टडी करने में चार घंटे तक लेता है और उसके बाद ट्रेंड मॉडल के जरिए चेहरे बदल देता है।

रीफेसः यह एक ऐप है जिसमें आपको अपनी तस्वीर कैप्चर कर उसे जीआईएफ में बदलने के लिए बस ऑप्शन सिलेक्ट करना होता है। कुछ सेकेंड में ही जीआईएफ में आपका चेहरा दिखने लगेगा।

माय हैरिटेजः यह आपकी पुरानी तस्वीरों को एनिमेट कर सकता है। इसके लिए आपको इस ऐप पर तस्वीर अपलोड करनी होती है और एनिमेट बटन को क्लिक करना होता है। यानी स्थिर तस्वीर अचानक हिलने–डुलने लगती है।

डीप फेस लैबः यह विंडो प्रोग्राम डीपफेक विडियो बनाने में मदद करता है। यह रिसर्चर्स और स्टूडेंट्स के लिए कंप्यूटर विजन को देखते हुए बनाया गया था। यह आसानी से किसी विडियो में दिख रहे इंसान का चेहरा बदल सकता है। तमाम ऐसे ऐप या एआई बॉट्स मौजूद हैं जो आपकी आवाज, विडियो या तस्वीर की नकल तैयार कर आपको चकमा दे सकते हैं। स्कैमर्स डीप फेक के जरिए वसूली, स्कैम, पैसों का घपला, फिशिंग मेल, फर्जी वेबसाइट, फर्जी पोस्ट, फर्जी प्रोफाइल, फर्जी कंस्यूमर रिव्यू, साइबर अटैक जैसे कई अपराध अंजाम दे सकते हैं।

सूडोकु बवाल-5265

★★★★☆ सरल

2	9		3	1			8	
3	6		2		7		9	
		7			6		2	1
	7		1					
1	3			4			7	2
					5		4	
6	2		4			9		
	5		6		9		1	8
	1			5	3		6	4

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं.
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3×3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृति न हो इसका विशेष ध्यान रखें.
- पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते.
- पहेली का केवल एक ही हल है.

सूडोकु बवाल -5264 का हल

3	9	7	5	1	4	6	8	2
1	2	8	6	9	3	4	5	7
6	4	5	2	8	7	1	3	9
5	7	3	4	6	9	2	1	8
2	1	9	7	5	8	3	4	6
4	8	6	3	2	1	7	9	5
9	3	2	8	4	6	5	7	1
7	6	1	9	3	5	8	2	4
8	5	4	1	7	2	9	6	3

अपना ब्लॉग

तो क्या करें इससे बचने के लिए

मोहन। डीप फेक इतना रियल लगता है कि यह पहचान पाना मुश्किल हो जाता है कि यह आवाज आपके जानने वाले की है या किसी बॉट की। असल में जो भी जानकारी हम ऑनलाइन शेयर कर रहे हैं, वह स्कैमर्स की मदद कर रही है। उस जानकारी का इस्तेमाल कर वे हमारे करीबियों की नकल तैयार कर सकते हैं। लॉस ऐंजिलिस असिस्टेंट एफबीआई डायरेक्टर डॉन ऑलवे ने एक जगह कहा है कि डीप फेक का इस्तेमाल वह इंसान भी आसानी से कर सकता है जिसे तकनीकी दुनिया की सीमित जानकारी हो। लोग कई वजह से एआई का इस्तेमाल करके किसी और की कॉपी तैयार कर सकते हैं। स्कैमर्स नकली आवाज का इस्तेमाल इस तरह कर सकते हैं कि आपको लगे कि आपका परिवार या दोस्त खतरे में हैं। ये डीप फेक का इस्तेमाल पैसा मांगने के लिए करते हैं। आपके बारे में जितनी ज्यादा जानकारी इनके पास रहेगी, उतना आसान होगा आपको झांसे में लेना। ऐसे में कुछ बातों का ध्यान रखना जरूरी है जैसे जब भी कोई संदिग्ध मामला सामने आए तो संबंधित जानने वाले के फोन नंबर पर कॉल करके असल स्थिति का पता किया जाए।

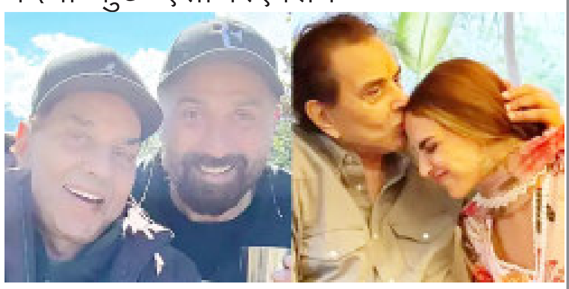
आमिर खान की बेटी आइरा का वेडिंग कार्ड देख घूमा फैंस का दिमाग

आमिर खान की बेटी आइरा 3 जनवरी को नूपुर शिखरे के साथ शादी के बंधन में बंधने वाली हैं। शादी की तैयारियां जोरों-शोरों से चल रही हैं। आइरा ने दोस्तों को अपना वेडिंग कार्ड भी भेज दिया है, जो चर्चा में है। दरअसल यह वेडिंग कार्ड एक पजल जैसा है, जिसे देख दोस्तों के साथ-साथ फैंस का भी दिमाग चकरा गया है। आइरा खान ने तय किया था कि वह अपनी सहेलियों को एक खास अंदाज में वेडिंग कार्ड भेजेंगी, और जो भी उसकी पजल सुलझाएगी, उनकी ब्राइड्समेड बनेगी। आइरा ने 7 दिसंबर को अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर वीडियो शेयर किया, जिसमें उन्होंने पजल के रूप में वेडिंग कार्ड मिलने पर दोस्तों का रिएक्शन कैप्चर किया था। यह काफी मजेदार है। आइरा ने दोस्तों को पजल के कस्टम मेड बॉक्स भेजे थे, जो उनके हर दोस्त के हिसाब से बनाए गए थे। दोस्तों को उन्हें भेजी गई पजल सुलझानी थी। लेकिन इसे सुलझाने में ही आइरा के दोस्तों की हालत खराब हो गई। दोस्तों के रिएक्शन वाला वीडियो इंस्टाग्राम पर शेयर कर आइरा खान ने लिखा है, श्यह मैं अप्रैल से करना चाह रही थी। देरी से अच्छा है कि अभी कर लें। दोस्तों मैं तुम सबसे बहुत प्यार करती हूं। क्या आप देख सकते हैं कि मेरी लाइफ में लोगों की कितनी वैराइटी है और भिन्न-भिन्न तरह के लोग हैं? पूरा वीडियो देखना और कुछ भी मिस मत करना। अब प्लीज कोई बैचलरेट वीडियो बनाओ, मेरा शादी का वीडियो एडिट करने का कोटा पूरा हो गया।

शादी से 7 दिन पहले कटरीना के मां-पापा से मिले थे विक्की कौशल

बॉलीवुड स्टार विक्की कौशल, जिन्हें उनकी हाल ही में रिलीज हुई फिल्म श्सैम बहादुरश के लिए काफी तारीफ मिली है। मेघना गुलजार के निर्देशन में बनी फिल्म सिनेमाघरों में इन दिनों चल रही है, हालांकि श्एनिमलश से क्लैश के चलते इसकी कमाई को भारी नुकसान हुआ है। खैर इस बीच विक्की कौशल करण जौहर के चैट शो में पहुंचे। जहां उन्होंने खुलासा किया कि कैसे उन्होंने बीवी को शादी से ठीक एक दिन पहले प्रपोज किया था। विक्की कौशल एक्ट्रेस कियारा आडवाणी के साथ स्ट्रीमिंग चैट शो श्कॉफी विद करणश के नए एपिसोड में पहुंचे। एपिसोड के दौरान, विक्की ने खुलासा किया कि उन्होंने अपनी पत्नी कटरीना कैफ को शादी से ठीक एक दिन पहले प्रपोज किया था। शो के होस्ट करण जौहर ने विक्की को ये कहने पर मजबूर किया कि उसने कब प्रपोज किया था। विक्की इस शरमा गए और खुलासा किया कि आखिरकार वह अपने दोस्तों और परिवारों के आने से पहले अपने होटल में शादी से एक रात पहले घुटनों के बल बैठकर कटरीना को प्रपोज करने में कामयाब रहे।

ईशा देओल का पोस्ट देख बॉबी ने दिया कुछ ऐसा रिएक्शन



बॉलीवुड में हीमैन कहे जानेवाले धर्मेन्द्र अपना 88वां बर्थडे मना रहे हैं। धर्मेन्द्रक का जन्म आज ही के दिन 8 दिसम्बर 1935 को एक पंजाबी फैमिली में हुआ था। उनका असली नाम धर्मेन्द्र केवल कृष्णन देओल है। लुधियाना के साहनेवाल गांव में जन्मे धर्मेंद्र ने साल 1960 में श्दिल भी तेरा और हम भी तेरेश से बॉलीवुड में कदम रखा और बताया जाता है कि उन्हें इस फिल्म को साइन करने के लिए मात्र 51 रुपये मिले थे। धर्मेन्द्र के जन्मदिन पर इंडस्ट्री से उनपर हर तरफ से प्यार बरस रहा है। इंडस्ट्री से उनके चाहने वालों के अलावा एक्टर के परिवार के सदस्यों और बच्चों ने भी जन्मदिन पर उनके लिए प्यार बरसाया है। धर्मेन्द्र के बर्थडे पर सनी दओल और ईशा देओल ने पापा के लिए पोस्ट किया है। ईशा देओल ने पापा को विश करते हुए कुछ प्यारी तस्वीरें शेयर की हैं। इन तस्वीरों में धर्मेन्द्र अपनी लाडली ईशा के माथे को चूमते दिख रहे हैं। ईशा देओल ने लिखा है, हैपी बर्थडे मेरे प्यारे पापा, लव यू। मैं आपके लिए प्रार्थना करती हूं कि आप हमेशा खुश रहिए, हेल्दी रहिए और मजबूत रहिए। आपको खूब सारा प्यार पापा। एशा के इस पोस्ट पर बॉबी देओल ने भी रिएक्ट किया है। बॉबी ने खूब सारे रेड हार्ट इमोजी पोस्ट की है।

अभिषेक को देखकर आंखें नचाती ऐश्वर्या का वीडियो वायरल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

इन दिनों अभिषेक बच्चन और ऐश्वर्या राय को लेकर खूब खबरें आ रही हैं। 16 साल की शादी के बाद अब ऐश्वर्या और अभिषेक बच्चन के अलग होने को लेकर खूब अफवाहें हैं। दरअसल एक इवेंट में अभिषेक बच्चन की उंगली में वेडिंग रिंग नहीं दिखी, जिससे इन खबरों को और हवा मिली। इसी के साथ लोगों मे ऐश्वर्या के पुराने इंटरव्यू को भी याद किया जिसमें उन्होंने कहा था कि रोज अभिषेक से उनकी लड़ाई होती है। हालांकि, ऐश ने ये भी कहा था कि उनकी लड़ाइयां हेल्दी होती हैं। इसी बीच अमिताभ बच्चन के भी ऐश्वर्या को सोशल मीडिया पर उन्हें अनफॉलो करने की खबर है।

अभिषेक के कानों में कुछ कहती दिखीं ऐश्वर्या

खैर अब एक वीडियो इस वक्त चर्चा में है जिसमें एक इवेंट पर बच्चन फैमिली एकसाथ दिख रही है। इस वीडियो को देख लोग कह रहे हैं कि ऐश्वर्या को अभिषेक के कानों में कुछ कहते देखकर जया उन्हें इग्नोर कर आगे बढ़ रही हैं। हालांकि, कोई लोगों ने पूरी फैमिली के साथ ऐश्वर्या को देखकर कहा है कि वो बेहद खुश दिख रही हैं। अभिषेक बच्चन और ऐश्वर्या राय बच्चन कथित तौर पर तलाक की खबरों के बीच ये वीडियो आग में घी का काम करती दिख रहा है। द आर्चीज के प्रीमियर पर फिल्मी सितारों की भीड़ के बीच अभिषेक और ऐश्वर्या भी अगस्त्य नंदा को अपना सपोर्ट देने के लिए इस इवेंट में शामिल हुए।

अभिषेक के कानों में कुछ कहती दिखीं ऐश्वर्या

अभिषेक और ऐश्वर्या का जो वीडियो सामने आया है उसमें दोनों एक-दूसरे से बातचीत करते नजर आ रहे हैं। उनके साथ उनकी बेटी आराध्या भी मौजूद थी, जो मां की तरह ही काले रंग के आउटफिट में नजर आईं। इसी वीडियो में ऐश्वर्या अभिषेक को देखकर उनकी तरफ नजरें घुमाती दिख रही हैं और फिर उनके कान में कुछ कहती दिख रहीं।

अमिताभ, जया और श्वेता ने ऐश और अभिषेक दोनों को इग्नोर किया

इसी बीच, वीडियो में जया बच्चन और श्वेता बच्चन अभिषेक और ऐश्वर्या के पास से गुजरती दिख रही हैं। इन्हें देखकर लोगों ने कहना शुरू कर दिया है अमिताभ, जया और श्वेता ने ऐश और अभिषेक दोनों को इग्नोर किया और आगे बढ़ गए हैं। वहीं कुछ लोगों का कहना है कि उन्हें इस वीडियो में ऐसा कुछ नहीं लग रहा और सब साथ में अच्छे लग रहे हैं। कुछ ने कहा है कि परिवार के साथ ऐश को इस तरह देखकर अच्छा लग रहा है। कुछ ने ये भी कहा है कि श्वेता अपने हसबैंड और ऐश्वर्या से दूर दिख रही हैं।

ऐश के वेडिंग रिंग की हो रही चर्चा

कुछ लोगों ने कहा है- ये सच है, ऐश ने वेडिंग रिंग नहीं पहनी है। एक और ने कहा- ओह माय गॉड, जस्ट नोटिस किया। एक ने कहा- हां मैंने कभी नहीं बिना रिंग के देखा था उन्हें, शादी के बाद वो फिल्मों में भी वो रिंग पहनी दिखी हैं।

16 साल की उम्र में इम्पोर्ट करवाई थी लग्जरी कार

सिनेमा के पर्दे पर सबको हंसाने वाले जूनियर महमूद अपने पीछे आंसुओं की धारा छोड़ इस दुनिया को अलविदा कह गए हैं। कैंसर की बीमारी के कारण उनका निधन हो गया। परिवार में अपने पीछे पत्नी, बेटों, बहू और पोते को बिलखता छोड़ गए जूनियर महमूद क्या थे, कहां से आए थे, जानिए उनके बारे में सबकुछ।

शुक्रवार की सुबह बॉलीवुड के लिए आंसुओं का सैलाब लेकर आई। पेट के कैंसर से जूझ रहे जूनियर महमूद आखिरकार हम सभी को अलविदा कह गए हैं। बीते कई महीनों से दर्द में जिंदगी बसर कर रहे जूनियर महमूद का देर रात 2 बजे निधन हो गया। वह स्टेज-4 कैंसर से पीडिघ्त थे। पूरी इंडस्ट्री जहां उनके मौत से सदमे में है, वहीं जूनियर महमूद अपने पीछे परिवार में पत्नी लता और दो बेटों, बहू और एक पोते को छोड़ गए हैं।

जूनियर महमूद का असली नाम और उम्र

जूनियर महमूद का असली नाम नईम सैय्यद था। उनका जन्म 15 नवंबर 1956 को हुआ था। वह 67 साल के थे। नवंबर 2023 में यह खबर आई कि जूनियर महमूद पेट के कैंसर से पीड़ित हैं। उन्हें स्टेज-4 कैंसर था। यह कैंसर पेट से उनके लिवर, फेफड़ों और आंत तक फैल गया था। उनके करीबी दोस्त और एक्टर मास्टर राजू ने बताया कि डॉक्टर्स ने यहां तक कह दिया था कि अब जूनियर महमूद के पास बहुत से बहुत 40 दिनों का वक्त है।

जूनियर महमूद की आखिरी इच्छा

मास्टर राजू और दिग्गज कॉमेडियन जॉनी लीवर हर दिन जूनियर महमूद का हाल लेने पहुंच रहे थे। जॉनी लीवर ने उनके इलाज के खर्च में भी मदद की थी। जूनियर महमूद ने अपनी आखिरी इच्छा जाहिर कि थी कि वह अपने दोस्त जितेंद्र से मिलना चाहते हैं। इसके बाद जितेंद्र उनसे मिलने भी पहुंचे थे। एक्टर सचिन पिलगांवकर ने भी अपने दोस्त का आखिरी वक्त में हाल लिया था।

आखिरी वक्त में कैसी थी जूनियर महमूद की हालत

जितेंद्र ने बताया कि जब वह अपने दोस्त से मिलने पहुंचे तो उन्हें पहचान नहीं सके। यह दिल तोड़ने वाला था। परिवार ने बताया कि बीमारी के कारण जूनियर महमूद का 36 किलो वजन कम हो गया था। वह बहुत दर्द में जी रहे थे। वहां उनके साथ पत्नी और बच्चे भी थे। यह सब देखकर जितेंद्र का दिल पसीज गया और वह भावुक हो गए।

बुढ़ापे में कब्ज करता है बड़ा परेशान, ऐसा समाधान, जो खोल देगा सारी आंत

कब्ज के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी

यह समझ लें कि कब्ज बेशक आम तकलीफ है, लेकिन यह एजिंग का 'नार्मल' पहलू नहीं है। इसका मूल्यांकन और मैनेजमेंट के लिए डॉक्टरों से सलाह अवश्य लें। यदि एल्जाइमर या अन्य डिमेंशिया रोग से ग्रस्त कोई बुजुर्ग सामान्य से ज्यादा सक्रिय दिखे तो समझ लें कि वह कब्ज से पीड़ित हो सकते हैं। यदि आपको मल में खून या अन्य कोई लक्षण दिखाई दे, या मल का रंग काला हो और मल चिपचिपा दिखे, साथ में बिना किसी कारण वजन भी घट रहा हो, या कोई अन्य लक्षण दिखे तो इस बारे में सलाह अवश्य लें।

कब्ज की समस्या काफी आम है और जैसे–जैसे उम्र बढ़ती है, यह समस्या भी बढ़ने लगती है। एक्सपर्ट्स का माना है कि 65 साल से अधिक उम्र के करीब 65 प्रतिशत लोगों को कब्ज की शिकायत रहती है, और मल–संकुचन या तनाव आम लक्षण होता है। कब्ज की स्थिति में पेट भरा होने, ब्लोटिंग या कई बार पेट में दर्द का अहसास भी होता है। कुछ लोगों को इसकी वजह से भूख न लगने की शिकायत भी होती है।

आंत में कठोर मल फंस सकता है

लंबे समय तक कब्ज की वजह से श्फीकल इम्पैक्शनश की समस्या भी खड़ी हो सकती है। इस स्थिति में मलाशय या आंत में कठोर मल फंस जाता है। इस प्रकार की समस्याएं निम्न कारणों से हो सकती हैं या अधिक गंभीर भी बन सकती हैं: दवाओं के साइड इफेक्ट के कारण, पोषण में फाइबर कम होने, पानी की अपर्याप्त मात्रा, इलैक्ट्रोलाइट असंतुलन और हाइपोथाइरॉइडिज्म, न्यूरोलॉजिकल कंडीशन, डायबिटीज, इररीटेबल बाउल सिंड्रोम, पेल्विक फ्लोर डिस्फंक्शन, मनोवैज्ञानिक कारण, शारीरिक गतिविधियों का अत्यधिक अभाव, या मैकेनिकल अवरोध। ट्यूमर की वजह से भी यह समस्या खड़ी हो सकती है।

कब्ज का इलाज कैसे करें

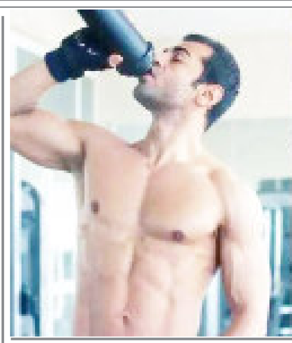
यदि संभव हो तो उन दवाओं की पहचान करें और उनका सेवन कम करें जिनके कारण कब्ज होती है। भोजन में रेशेदार पदार्थों की मात्रा और तरल पदार्थ बढ़ाएं। शौच का नियम बनाएं और नियमित रूप से शारीरिक गतिविधियां बढ़ाएं। यदि जरूरी हो तो स्पेश्यलिस्ट की सलाह से लैक्सेटिव का प्रयोग करें।

कब्ज की शिकायत पैदा बढ़ाने वाली दवाएं

कई ऐसी दवाएं होती हैं जो अधिक उम्र के लोगों में कब्ज की समस्या का कारण बनती हैं या पहले से मौजूद समस्या को और जटिल बना देती हैं, इनमें सेडेटिंग एंटीहिस्टमाइन्स, ओवरएक्टिव ब्लेडर में राहत के लिए ली जाने वाली दवाएं, मांसपेशियों को रिलैक्स करने वाली दवाएं, उल्टीध्जी मितलाना रोकने वाली दवाएं, ओपियेट पेनकिलर, कैल्शियम या आयरन सप्लीमेंट्स शामिल हैं।

एनीमा लेने से भी कब्ज में राहत मिलती है

यदि बार–बार एनीमा लेना पड़ रहा हो तो यह इस बात का इशारा है कि व्यक्ति को अपनी मल–त्याग की आदतों में सुधार करने की जरूरत है।



15 दिन में खत्म होगी कमजोरी, फौलादी बनेगी बॉडी, घुटनों में आएगी जान

क्या आपको हमेशा थकान और कमजोरी रहती है? क्या आप हमेशा सुस्त रहते हैं और आपके घुटनों में दर्द रहता है? क्या आप जिम जाते हैं और बाजार के महंगे प्रोटीन पाउडर खाकर भी आपकी बॉडी नहीं बन रही है? अगर आप इन तकलीफों से गुजर रहे हैं, तो आपको प्रोटीन सेवन करने का अपना तरीका बदलना होगा। फिटनेस एक्सपर्ट सोनू नागर का मानना है कि अगर आपको हमेशा कमजोरी रहती है, आपके शरीर में जान नहीं है या आपके घुटनों में हमेशा दर्द रहता है, तो आपको बाजार में मिलने वाले प्रोटीन पाउडर नहीं बल्कि घर में बने देसी प्रोटीन पाउडर को अपनी डाइट का हिस्सा बनाना चाहिए। एक्सपर्ट ने बताया है कि अप घर में देसी प्रोटीन कैसे बना सकते हैं और इसके क्या फायदे हैं। सबसे पहले चने को एक मिक्सी में डालकर अच्छी तरह मिक्स करके पतला पाउडर बना लें। इसे आम भाषा में चने का सत्तू कहा जाता है जोकि प्रोटीन, कैल्शियम और आयरन का तगड़ा स्रोत है। इस देसी पाउडर में केला, खजूर, गुड़ और दूध डालकर इसे मिक्स कर लें। आपका देसी प्रोटीन तैयार है। फिटनेस एक्सपर्ट ने बताया कि इस मिश्रण का सिर्फ 15 दिनों तक सेवन करने से आपको गजब के फायदे नजर आने लग जाएंगे। अगर आप कमजोरी से पीड़ित रहते हैं, तो आपको इसका सेवन जरूर करना चाहिए।

पूरी ठंड नहीं बढ़ेगा ब्लड प्रेशर, डायटीशियन की सलाह पर खाएं ड्राई फ्रूट्स

उच्च रक्तचाप या हाई ब्लड प्रेशर एक गंभीर समस्या है जिसका इलाज किया जाए, तो कई गंभीर जटिलताओं का कारण बन सकती है। इससे आपको कोरोनरी धमनी रोग, ट्रोक, हार्ट अटैक, किडनी डैमेज, पेरिफेरल आर्टरी डिजीज आदि का रिस्क हो सकता है। ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने के उपाय क्या हैं? रोजाना एक्सरसाइज करना और कम सोडियम वाले खाद्य पदार्थों का सेवन करने के साथ–साथ कुछ ड्राई फ्रूट्स का सेवन करने से आपको ब्लड प्रेशर को काबू रखने में मदद मिल सकती है। सर्दियों का मौसम जारी है और मौसम में ब्लड प्रेशर बढ़ने का सबसे ज्यादा खतरा होता है। न्यूट्रिशनिस्ट और डाइटीशियन शिखा अग्रवाल शर्मा के अनुसार, ठंड के मौसम में कुछ ड्राई फ्रूट्स को डाइट में शामिल करने से बीपी को आसानी से कंट्रोल किया जा सकता है। बादाम मैग्नीशियम का एक अच्छा स्रोत हैं, जो बीपी को कंट्रोल करने से जुड़ा एक मिनरल है। मैग्नीशियम रक्त वाहिकाओं को आराम देने में मदद करता है, जिससे रक्त प्रवाह बेहतर होता है।

रवींद्र जडेजा का फिटनेस और वर्कआउट रुटीन काफी शानदार

जब भी गेंद फील्ड पर रवींद्र जडेजा के पास जाती है तो बल्लेबाज रन लेने से पहले कई बार सोचता है। क्योंकि यह भारत के बेस्ट फील्डर में से एक हैं। जो अपने स्टेमिना और ताकत से लंबी दूरी भी पलक झपकते ही पार कर लेते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि इसके पीछे उनकी डाइट और फिटनेस रुटीन काफी महत्वपूर्ण है। रवींद्र जडेजा की सक्सेस के पीछे अनुशासित फिटनेस रुटीन है। वो कभी भी अपने खानपान और एक्सरसाइज से समझौता नहीं करते हैं। उनके रुटीन में स्ट्रेंथ और कार्डियो ट्रेनिंग को बराबर शामिल किया जाता है। आइए इस बारे में जानते हैं।

वार्म अप और कूल डाउन

टाइम्स ऑफ इंडिया की रिपोर्ट के मुताबिक, जडेजा अपना वर्कआउट वार्म अप से शुरू करके कूल डाउन से खत्म करते हैं। सबसे पहले 5–10 मिनट की हल्की जॉगिंग से बॉडी को वर्कआउट के लिए तैयार करते हैं। यह छोटा सा काम एक्सरसाइज के बाद स्मूथ रिकवरी में मदद करता है।

स्ट्रेंथ एक्सरसाइज

जडेजा लंबे चौके–छक्के मारने के लिए जाने जाते हैं। क्योंकि उनका शरीर काफी ताकतवर और मजबूत है। इसके लिए वो स्ट्रेंथ ट्रेनिंग में डंबल और बारबेल की मदद से कंपाउंड एक्सरसाइज करते हैं।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

इससे मसल्स मास और स्ट्रेंथ बढ़ती है।

कार्डियो

स्टेमिना बढ़ाने के लिए कार्डियो बहुत जरूरी है, इससे आपका वजन भी मेंटेन रहता है। रिपोर्ट के मुताबिक उनकी कार्डियो ट्रेनिंग में रनिंग, रस्सी कूदना और बॉक्सिंग शामिल होती हैं। ऐसी एक्सरसाइज आपका माइंड–बॉडी कनेक्शन मजबूत बनाती हैं।

बॉडीवेट और वेटलिफ्टिंग

बॉडीवेट और वेटलिफ्टिंग दो अलग–अलग विधा हैं। एक में सिर्फ अपने शरीर के भार की मदद से ट्रेनिंग की जाती है, जैसे पुश–अप्स, पुल–अप्स, फ्री स्क्वैट्स आदि। दूसरे में डंबल, बारबेल और केटलबेल आदि से मसल्स बढ़ाई जाती हैं।

ऐसी है डाइट

जडेजा की डाइट पोषक तत्वों से भरी होती है। उनकी डाइट में प्रोटीन, कॉम्लैक्स कार्ब्स, हेल्दी फैट्स का पूरा ध्यान रखा जाता है। उनका ब्रेकफास्ट हैवी और हेल्दी होता है, जिससे पूरे दिन के लिए जरूरी एनर्जी और स्ट्रेंथ मिल सके।

सर्दी में खांस–खांसकर निकल जाएगा फेफड़ों का दम

जैसे–जैसे सर्दियों में तापमान और आर्द्रता का स्तर गिरता है, वैसे ही रेस्पिरेटरी संबंधी समस्याओं वाले रोगियों को अपने लक्षणों में वृद्धि का अनुभव हो सकता है। ठंडी और शुष्क हवा नाजुक रेस्पिरेटरी सिस्टम पर महत्वपूर्ण प्रभाव डाल सकती है, जिससे लोगों को असुविधा, जलन और अन्य संभावित जटिलताएं हो सकती हैं। सर्दियों में प्रभावी निवारक उपायों को अपनाना और श्वसन स्थितियों के प्रबंधन के लिए इन प्रभावों के पीछे की चीजों को समझना महत्वपूर्ण है। डॉ. मोदी ने कहा कि फेफड़ों के स्वास्थ्य पर ठंडी और शुष्क हवा के प्रभाव को कम करने के लिए, श्वसन संबंधी समस्याओं वाले व्यक्तियों को खासकर सर्दियों के महीनों में सक्रिय उपाय करने चाहिए जैसे ठंड के मौसम में बाहर निकलते समय मुंह और नाक को ढ़कने के लिए स्कार्फ या मास्क पहनें। घर के अंदर नमी के स्तर को बढ़ाने के लिए ह्यूमिडिफायर का उपयोग करें, खासकर शयनकक्षों और रहने वाले क्षेत्रों में। वायुमार्ग को नम रखने और सूखापन कम करने के लिए खूब सारे तरल पदार्थ पिएं। जोखिम को कम करने के लिए घर के वातावरण से धूल, फफूंदी और अन्य एलर्जी को हटा दें। श्वसन स्थितियों को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने के लिए निर्धारित दवाओं और उपचार योजनाओं का परिश्रमपूर्वक पालन करें। अपने डॉक्टर से नियमित परामर्श श्वसन स्थितियों की निगरानी करने और आवश्यकतानुसार उपचार योजनाओं को समायोजित करने में मदद मिल सकती है।

भारतीय दौरे से पहले ऑस्ट्रेलिया ने बदला कप्तान

उप कप्तान बनने पर मैक्ग्रा का बयान

मैक्ग्रा ने कहा, 'हीली और मैं लंबे समय से एक साथ खेल रहे है। हम अपनी–अपनी नेतृत्व शैली को अच्छी तरह से जानते हैं। मैं अपने समूह का नेतृत्व करने में उनकी मदद करने के लिए उत्सुक हूं क्योंकि हम एक व्यस्त, लेकिन रोमांचक अंतरराष्ट्रीय कार्यक्रम की ओर बढ़ रहे हैं। क्रिकेट ऑस्ट्रेलिया (सीए) बोर्ड की बैठक में हीली और मैक्ग्रा की नियुक्तियों को मंजूरी दी गई। ऑस्ट्रेलिया के कप्तान के रूप में भारत दौरे के बाद हीली का पहला बड़ा काम अगले साल बांग्लादेश में होने वाला टी20 विश्व कप होगा।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। दिग्गज मेग लैनिंग के संन्यास लेने के बाद एलिसा हीली को ऑस्ट्रेलिया महिला क्रिकेट टीम की सभी प्रारूपों का कप्तान नियुक्त किया गया है। वह इस महीने भारत दौरे से अपनी नई भूमिका शुरू करेंगी। ऑस्ट्रेलिया की टीम 21 दिसंबर से मुंबई में एक टेस्ट, तीन वनडे और इतने ही टी20 मैचों की सीरीज के लिए भारत का दौरा करेगी। हीली ने इससे पहले जून से इंग्लैंड, आयरलैंड और वेस्टइंडीज के खिलाफ सीरीज में ऑस्ट्रेलिया का नेतृत्व किया था। एडिलेड स्ट्राइकर्स को महिला बिग बैश लीग में लगातार दो खिताब दिलाने वाली ऑलराउंडर तहलिया मैकग्रा को टीम का उपकप्तान नियुक्त किया गया है। 33 साल की हीली पिछले कुछ समय से शानदार लय में है। हीली इससे पहली टीम की उपकप्तान थी। हीली ने नई भूमिका मिलने के बाद कहा कि वह ऑस्ट्रेलिया के झंडे को ऊंचा रखने के लिए जो भी करना होगा वह करेंगी। क्रिकेट ऑस्ट्रेलिया की वेबसाइट 'क्रिकेट डॉट कॉम डॉट एयू से हीली ने कहा, 'मैं कप्तान की भूमिका स्वीकार करके सम्मानित महसूस कर रही हूं। मैं हमारी टीम का नेतृत्व करने के अवसर के लिए आभारी हूं। मैंने वास्तव में पिछले कुछ महीनों में खिलाड़ियों के समर्थन का लुत्फ उठाया है।'

न्यूज डायरी

तेज गेंदबाज करेंगे विस्फोटक या बल्ले से होगा धमाल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) डरबन। भारतीय टीम के दक्षिण अफ्रीका दौरे की शुरुआत टी20 सीरीज के साथ हो रही है। पहला मैच रविवार 10 दिसंबर को डरबन के किंग्समीड क्रिकेट स्टेडियम में खेला जाएगा।भारतीय टीम एक बार फिर सूर्यकुमार यादव की कप्तानी में युवा खिलाड़ियों के साथ मैदान पर उतरेगी। ऑस्ट्रेलिया सीरीज में आराम करने वाले शुभमन गिल और रविंद्र जडेजा की वापसी हो रही है। वहीं दक्षिण अफ्रीका की कप्तानी एडेन मार्करम कर रहे हैं। भारत और साउथ अफ्रीका के मैच से पहले सबसे बड़ा सवाल यही है कि डरबन की पिच कैसी होगी। डरबन की पिच दुनिया की सबसे तेज पिचों में मानी जाती है। यहां तेज गेंदबाजों का बोलबाला रहता है। लेकिन रन भी खूब बनते हैं। अगस्त–सितंबर में यहां साउथ अफ्रीका और ऑस्ट्रेलिया के बीच तीन टी20 मैच खेले गए थे। इसमें तीन बार टीमें ने 190 से ज्यादा का स्कोर बनाया। इस मैच में पहले खेलने वाली टीम 180 रन बना देती है तो वह विनिंग टोटल होगा। यहां पहले खेलने वाली टीम का टी20 में औसत टोटल 153 रन है। भारत और साउथ अफ्रीका के पहले टी20 मैच में बारिश का साया है। रविवार को डरबन में पूरे दिन बारिश की संभावना 60 से 70 प्रतिशत के बीच है।

टी20 सीरीज से पहले ही साउथ अफ्रीका को लगा बड़ा झटका

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारत के खिलाफ टी20 सीरीज से पहले ही साउथ अफ्रीका को बड़ा झटका लगा। दक्षिण अफ्रीका के तेज गेंदबाज लुंगी एनगिडी टखने में मोच के कारण भारत के खिलाफ तीन मैचों की टी201 सीरीज से बाहर हो गए हैं। लुंगी एनगिडी मेडिकल टीम की देख रेख में रहेंगे।`भारत और साउथ अफ्रीका के बीच 10 दिसंबर से टी20 सीरीज खेली जानी है। टीम इंडिया, साउथ अफ्रीका पहुंच गई है। सीरीज का पहला मुकाबला डरबन में खेला जाना है। इस सीरीज की शुरुआत से पहले ही साउथ अफ्रीका के लिए एक बुरी खबर सामने आई है। तेज गेंदबाज लुंगी एनगिडी बाएं टखने में मोच के कारण टी20 सीरीज से बाहर हो गए हैं। लुंगी एनगिडी का भारत के खिलाफ दो टेस्ट मैचों की सीरीज में खेलना संदिग्ध मना जा रहा है। लुंगी एनगिडी के चोटिल होने के बाद तेज गेंदबाज ब्यूरन हेंड्रिक्स को टीम में शामिल किया गया है। इसके अलावा टीम में ओटनील बार्टमैन, नांद्रे बर्गर, गेराल्ड कोएत्जी और लिजाद विलियम्स भी मौजूद हैं। इस सीरीज के लिए दक्षिण अफ्रीका के सर्वश्रेष्ठ तेज गेंदबाज कगिसो रबाडा को आराम दिया गया है। ऐसा माना जा रहा है कि लुंगी एनगिडी के बाहर होने से साउथ अफ्रीका की गेंदबाजी कमजोर हो गई है। बता दें कि भारत के दौरे की शुरुआत डरबन से होगी।

गंभीर ने कोहली–नवीन के बीच हुई नोकझोंक को लेकर अपनी बात रखी है

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। आईपीएल 2023 में विराट कोहली और नवीन उल हक के बीच हुई जोरदार झड़प तो याद ही होगी आपको। सही समझे हैं आप हम उसी नोकझोंक की बात कर रहे हैं, जिसमें लखनऊ सुपर जायंट्स के मेंटोर रहे गौतम गंभीर भी कूद पड़े थे। नवीन के बाद कोहली की गंभीर से भी तीखी बहस हुई थी और मामले ने काफी तूल पकड़ा था। इस पूरे विवाद पर पहली बार गौतम गंभीर ने खुलकर अपने भड़ास निकाली है। दरसअल, मैच के दौरान झड़प नवीन उल हक और विराट कोहली के बीच हुई थी, लेकिन मैच खत्म होने के बाद इस लड़ाई में गंभीर भी कूद पड़े थे। एएनआई के पॉडकास्ट पर बातचीत करते हुए गंभीर ने इस विवाद को लेकर खुलकर अपनी बात रखी। उन्होंने कहा, मेंटोर के तौर पर मेरे रहते हुए कोई भी आकर मेरे प्लेयर पर हावी नहीं हो सकता है। मेरी धारणा एकदम अलग है। जब तक मैच चल रहा है, तब तक मुझे दखल देने का कोई अधिकार नहीं है। गंभीर ने आगे कहा, हालांकि मैच खत्म होने के बाद अगर कोई मेरे खिलाड़ी से भिड़ता है, तो अपने प्लेयर को डिफेंड करना का मेरा हक बनता है। गौरतलब कि कोहली और गंभीर के बीच मैदान पर ही तीखी नोकझोंक हुई थी और खिलाड़ियों और स्टाफ मेंबर्स को बीच–बचाव के लिए आना पड़ा था। हालांकि, विराट कोहली और नवीन उल हक के बीच का विवाद वर्ल्ड कप 2023 में खत्म हो गया। नवीन ने बताया था कि विराट ने उनसे कहा था कि इस विवाद को चलिए खत्म करते हैं।

आईसीसी रैंकिग में नंबर–1 बनने पर फूले नहीं समा रहे रवि बिश्नोई

क्रिकेट

बीसीसीआई ने जारी किया है बिश्नोई का एक वीडियो

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। आईसीसी द्वारा हाल ही में जारी की गई पुरुष टी20 रैंकिंग में नंबर 1 गेंदबाज बनने के बाद युवा भारतीय स्पिनर रवि बिश्नोई फूले नहीं समा रहे हैं। वर्ल्ड कप के बाद भारत ने ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ टी20 सीरीज में 4–1 से जीत हासिल की और बिश्नोई को इसमें प्लेयर ऑफ द सीरीज का अवॉर्ड दिया गया। फरवरी 2022 में वेस्टइंडीज के खिलाफ डेब्यू करने के बाद बिश्नोई ने 21 टी20 मैचों में कुल 34 विकेट लिए है।

बीसीसीआई द्वारा पोस्ट किए गए एक वीडियो में बिश्नोई ने कहा कि ष्यह एक खास एहसास है। मैंने कभी सपने में भी नंबर एक गेंदबाज बनने के बारे में नहीं सोचा था, लेकिन अब मैं नंबर एक पर हूं तो मुझे अच्छा महसूस हो रहा है और मैं उम्मीद करता हूं कि यह प्रदर्शन जारी रखूंगा और टीम को जीत दिलाने में मदद करूंगा।

बिश्नोई ने आगे कहा कि मैंने 15 फरवरी को डेब्यू किया था और इस सफर में उतार–चढ़ाव आए, लेकिन पिछला 1–1.5 साल अच्छा रहा है, क्योंकि मुझे कुछ अच्छे मैच खेलने का मौका मिला। इस दौरान मैंने एशियाई खेलों में और एशिया कप में भी खेला।

बिश्नोई ने आगे कहा कि मुझे अवसर मिले हैं और जब मुझे अवसर मिलेंगे तो मुझे अच्छा खेलने की उम्मीद है। यह पिछले पांच सालों की मेहनत का फल है। अब तक सब कुछ अच्छा रहा है और मैं इसका आनंद ले रहा है। बिश्नोई ने पहली बार दक्षिण अफ्रीका के खेले गए आईसीसी पुरुष अंडर 19 विश्व कप 2020 में लोगों का ध्यान अपनी तरफ आकर्षित किया था। जब उन्होंने किसी भी खिलाड़ी के मुकाबले टूर्नामेंट में सबसे ज्यादा 17 विकेट लिए थे और भारत इसमें बांग्लादेश के बाद रनर–अप रहा था।

एनाबेल सदरलैंड पर हुई पैसों की बारिश, दिल्ली कैपिटल्स ने खरीदा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। महिला प्रीमियर लीग 2024 का ऑक्शन मुंबई में आयोजित किया गया है। पहले राउंड की नीलामी में ऑस्ट्रेलिया की युवा ऑलराउंडर खिलाड़ी एनाबेल सदरलैंड महंगी खिलाड़ी बनीं। उन्हें दिल्ली कैपिटल्स ने 2 करोड़ रुपये में अपनी टीम का हिस्सा बनाया। पहले सीजन में वह गुजरात जायंट्स का हिस्सा थीं।

गौरतलब हो कि एनाबेल सदरलैंड महिला बिग बैश लीग में मेलबर्न स्टार्स के लिए खेलते हुए 23 विकेट लिए और 288 रन बनाए। इस ऑलराउंडर का इकॉनमी रेट सिर्फ 7.13 का रहा। इस ऑलराउंडर का जन्म 12 अक्टूबर 2001 को हुआ था और महज 22 साल की उम्र में उन्होंने

घरेलू और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर दमदार प्रदर्शन से अपनी पहचान बनाई।

एक ऑलराउंडर के रूप में सदरलैंड अपनी दाएं हाथ की बल्लेबाजी और दाएं हाथ की मध्यम–तेज गेंदबाजी से मैदान पर बहुमुखी प्रतिभा करती हैं। सदरलैंड का घरेलू करियर काफी कम उम्र में शुरू हुआ, जब उन्होंने महज 15 साल की उम्र में मेलबर्न रेनेगेड्स के लिए डेब्यू किया। वह महिला बिग बैश लीग में हिस्सा लेने वाली सबसे कम उम्र की खिलाड़ी बनीं।

अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सदरलैंड ने 2020 में टी20 के जरिए किया। 2020 टी20 वर्ल्ड कप सहित सभी तीन प्रारूपों में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है। उनके अंतरराष्ट्रीय आंकड़े प्रभावशाली हैं, महिला वनडे अंतरराष्ट्रीय में नाबाद 109 और महिला टेस्ट में 137 में उनका हाईस्कोर है।

बता दें कि वह क्रिकेट ऑस्ट्रेलिया के पूर्व सीईओ और विक्टोरिया के हरफनमौला खिलाड़ी जेम्स सदरलैंड की बेटी हैं। विक्टोरिया पुरुष और मेलबर्न रेनेगेड्स के हरफनमौला खिलाड़ी विल सदरलैंड की बहन हैं। महिला प्रीमियर लीग के उद्घाटन सीजन में वह गुजरात जायंट्स का हिस्सा थीं।

द्रविड़ ने टी20 बॉस रिंकू सिंह को दिया गुरुमंत्र

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) डरबन। भारत के मध्यक्रम के बल्लेबाज रिंकू सिंह का मानना है कि दक्षिण अफ्रीकी पिचों की अतिरिक्त रफ्तार और उछाल को देखते हुए अतिरिक्त प्रयास और अभ्यास की जरूरत होगी । भारतीय टीम के पहले अभ्यास सत्र के बाद दक्षिण अफ्रीका की पिच के बारे में रिंकू ने कहा ,'मैने जब यहां बल्लेबाजी की तो भारतीय विकेटों की तुलना में अधिक उछाल लगा।' उन्होंने कहा, 'रफ्तार अधिक है लिहाजा तेज गेंदबाजी के खिलाफ अधिक अभ्यास करना होगा।' भारतीय टीम दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ पहला टी20 मैच रविवार को खेलेगी। रिंकू पांचवें या छठे नंबर पर बल्लेबाजी के लिये उतरेंगे । उन्होंने कहा कि मुख्य कोच राहुल द्रविड़ ने उन्हें स्वाभाविक खेल दिखाने के लिये कहा है। उन्होने बीसीसीआई टीवी से कहा ,'पहले सत्र का मैने बहुत मजा लिया क्योंकि मौसम अच्छा था। राहुल द्रविड़ सर के साथ खेलने का मौका मिलना सुखद अहसास था। उन्होंने मुझे कहा कि अपने अंदाज में बल्लेबाजी करता रहूं और खुद पर भरोसा बनाये रखूं।

मोहन सिंह रावत 'गांववासी' के निधन पर शोक जताते हुए सीएम धामी।

हमारा दून

संक्षिप्त समाचार

सीएम ने मोहन सिंह रावत 'गांववासी' के निधन पर जताया शोक

संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भाजपा कार्यालय, देहरादून पहुंचकर पूर्व कैबिनेट मंत्री एवं वरिष्ठ भाजपा नेता मोहन सिंह रावत 'गांववासी' के पार्थिव शरीर पर पुष्प अर्पित कर भावपूर्ण श्रद्धांजलि दी। मुख्यमंत्री ने कहा कि मोहन सिंह रावत 'गांववासी' का निधन भाजपा परिवार के लिए अपूरणीय क्षति है। उन्होंने दिवंगत आत्मा की शांति और शोक संतप्त परिजनों को धैर्य प्रदान करने की ईश्वर से कामना की है।

पुलिस पर झोंका फायर, जवाबी कार्रवाई में बदमाश घायल

संवाददाता देहरादून। रिलायंस लूट मामले में गिरफ्तार हुए एक बदमाश ने पुलिस पर फायर झोंक दिया। जवाबी कार्रवाई में पुलिस को भी गोली चलानी पड़ी, जो बदमाश के पैर में लग गई। आरोपी के कब्जे से एक पिस्टल बरामद हुई है। फिलहाल उसे एक निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया। उसपर दो लाख रुपये का ईनाम घोषित था। शनिवार को वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून अजय सिंह और एसएसपी एसटीएफ आयुष अग्रवाल ने संयुक्त प्रेसवार्ता कर इसका खुलासा किया। उन्होंने बताया कि राजपुर रोड पर रिलायंस के ज्वैलरी शोरूम में डकैती के मामले में अभी तक आठ बदमाश गिरफ्तार हो चुके हैं। जबकि चार फरार आरोपियों की तलाश में पुलिस और एसटीएफ विभिन्न प्रांतों में दबिश दे रहे हैं।

जल्द घोषित किया जाए गन्ना मूल्य

संवाददाता ऋषिकेश। पेराई सत्र शुरू होने के 15 दिन बाद भी गन्ना मूल्य घोषित नहीं किए जाने पर डोईवाला के किसानों ने नाराजगी जताई है। उन्होंने चीनी मिल प्रशासन से जल्द गन्ना मूल्य घोषित करने और भुगतान करने की मांग की। शनिवार को संयुक्त किसान मोर्चा व किसान सभा डोईवाला के सदस्य डोईवाला चीनी मिल पहुंचे। वहां उन्होंने केन मैनेजर दीक्षित से मुलाकात कर समस्याएं बताई। किसान सभा के अध्यक्ष बलवीर सिंह ने कहा कि चीनी मिल में पेराई सत्र की शुरुआत हुए 15 दिन गुजर गए हैं, लेकिन अभी तक गन्ना मूल्य घोषित नहीं किया गया।

श्री दिगंबर जैन पंचायती मंदिर का स्थापना दिवस मनाया

संवाददाता ऋषिकेश। श्री दिगंबर जैन पंचायती मंदिर ऋषिकेश का 22 वां स्थापना दिवस धूमधाम से मनाया गया। स्थापना दिवस पर धार्मिक कार्यक्रमों का आयोजन हुआ। जैन भजन संध्या में श्रद्धालुओं ने भजनों का आनंद उठाया। शनिवार को हरिद्वार मार्ग स्थित श्री दिगंबर जैन पंचायती मंदिर में धार्मिक अनुष्ठान हुआ। जिसमें सामूहिक प्रक्षालन, शांति धारा एवं नवग्रह विधान किया गया। जैन भजन संध्या में भजनों की प्रस्तुति दी गई।

राज्य गठन के बाद उत्तराखंड ने तेजी से प्रगति की: केंद्रीय भारी उद्योग मंत्री

इन्वेस्टर्स समिट

- ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के दूसरे दिन इंफ्रास्ट्रक्चर सेक्टोरल सत्र का हुआ आयोजन
- इंडस्ट्री एक्सपर्ट्स ने साझा किए विचार, सरकार के आयोजन से नजर आए अभिभूत

संवाददाता

देहरादून। ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के दूसरे दिन शनिवार को इंफ्रास्ट्रक्चर सेक्टोरल सत्र का आयोजन किया गया जिसमें केंद्रीय भारी उद्योग मंत्री महेंद्र नाथ पांडेय ने बतौर मुख्य अतिथि शामिल हुए। केंद्रीय भारी उद्योग मंत्री महेंद्र नाथ पांडेय ने अपने उद्बोधन में कहा कि उत्तराखंड से मेरा पुराना रिश्ता रहा है। उन्होंने कहा कि हमारी पार्टी हमेशा से छोटे राज्यों की पक्षधर रही है। श्रधेय पूर्व प्रधानमंत्री स्व. अटल जी के कार्यकाल में तीन राज्यों का निर्माण इसी उद्देश्य से किया गया कि यह राज्य भी विकास में भागीदार बने। उन्होंने कहा कि अलग राज्य गठन के बाद उत्तराखंड ने तेजी से प्रगति की है।

उन्होंने कहा कि लोकतांत्रिक भारत का सबसे स्वर्णिम युग कोई है तो वो हमारे यशस्वी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का है। वे एक तपस्वी प्रधानमंत्री हैं, उनके मार्ग–दर्शन में केदारनाथ में जो जीर्णोद्धार कार्य हुए वे एक तपस्वी प्रधानमंत्री ही करा सकता है। जब केदारनाथ में आपदा आई तो मोदी जी यहां सबसे पहले पहुँचे थे।

केंद्रीय मंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री जी ने कहा था यह दशक उत्तराखंड का होगा और आज ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के जरिये यह चरितार्थ हो रहा है। उन्होंने कहा कि पिछले दिनों कुछ ऐसी परिस्थितियां बनी की हमारे 41 श्रमिक भाई सिल्क्यारा में सुरंग में फंस गए लेकिन उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी और केंद्र ने जिस तरह से यहां दिन–रात काम कर सभी श्रमिकों को सकुशल बाहर निकाला ऐसा उदाहरण दुनिया में और कहीं नहीं मिलता है। उन्होंने उद्यमियों का आह्वान किया कि वे यहां आएं और निवेश करें।

केंद्रीय मंत्री ने कहा कि बुनियादी ढांचे के विकास पर केंद्र सरकार का पूरा ध्यान केंद्रित है। इंफ्रास्ट्रक्चर के लिए बजट में 33 प्रतिशत की वृद्धि की गई है। उन्होंने कहा कि जो आत्मविश्वास हमारे प्रधानमंत्री जी में है, वो और किसी में नहीं है। हाल में हुए विधानसभा चुनाव के नतीजे भी यह दर्शाते हैं कि देश में मोदी का विकल्प कोई नहीं है। आज ग्रामीण कनेक्टिविटी के क्षेत्र में अभूतपूर्व कार्य हो रहे हैं। 2014 से अब तक 103 लाख ग्रामीण सड़कों का निर्माण किया जा चुका है। आयुष्मान योजना से करोड़ो लोग लाभान्वित हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि उनके मंत्रालय ने 17 प्रोडक्ट लिंक इनीशेटीव स्कीम प्रारंभ की है, साथ ही उत्तराखंड सरकार ने भी इंडस्ट्री फ्रेंडली नीतियां लाई हैं। उन्होंने उद्यमियों से इन नीतियों का लाभ उत्तराखंड में उठाने की अपील की।

अपर मुख्य सचिव आनंद वर्धन ने कहा कि उत्तराखंड में इंफ्रास्ट्रक्चर सुविधाओं का चमकदार भविष्य है। उन्होंने कहा इस क्षेत्र में रोजगार की भी अपार संभावनाएं हैं और इस क्षेत्र में अभी उत्तराखंड तेजी से प्रगति कर रहा है। इसके सबसे बड़े उदाहरण चारधाम यात्रा मार्ग प्रोजेक्ट, दिल्ली–देहरादून इकनोमिक कॉरिडोर आदि हैं। उन्होंने बताया कि राज्य सरकार की ओर से उद्योगों की सहूलियत के लिए विभिन्न नई नीतियां लाई गई हैं और पुरानी नीतियों में भी उद्योगों की जरूरत के लिहाज से बदलाव किए गए हैं। यह तमाम नीतियां आने वाले समय में उत्तराखंड की खुशहाली की वजह बनेंगे। उन्होंने उद्यमियों का आह्वान किया कि वे आएं और उत्तराखंड में निवेश कर हमारी विकास की इस यात्रा में भागीदार बनें। इस अवसर पर मुख्यमंत्री के सचिव विनय शंकर पांडेय, महानिदेशक उद्योग रोहित मीणा आदि उपस्थित रहे।

अधिक से अधिक निवेश करने की अपील

उत्तराखंड के वित्त व शहरी विकास एवं आवास मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने कहा कि उत्तराखंड जैसी शुद्ध आबोहवा, कानून व्यवस्था और कहीं नहीं है। उन्होंने उद्यमियों से उत्तराखंड में अधिक से अधिक निवेश करने की अपील की।

उत्तराखंड डेस्टिनेशन स्टार्ट अप हब के रूप में हो रहा विकसित

चर्चा

- स्टार्टअप की ग्रोथ पर चौथा सत्र हुआ आयोजित

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में स्टार्टअप की ग्रोथ के अवसर पर चौथा सत्र आयोजित हुआ। कौशल विकास और सेवायोजन मंत्री डॉ सौरभ बहुगुणा ने उपस्थित निवेशकों और स्टार्ट अप उद्यमियों को संबोधित करते हुए कहा कि आज उत्तराखंड डेस्टिनेशन स्टार्ट अप हब के रूप में विकसित हो रहा है। युवाओं के लिए रोजगार प्रदाता के रूप में उभरने के पर्याप्त अवसर है। इसके लिए सरकार ने उद्योग नीति 2023 को निवेशकों

और उद्यमियों के अनुरूप बनाया है जिससे निवेशकों के साथ ही स्टार्टअप शुरू करने वाले युवाओं को वित्तीय और मार्गदर्शन मिलता रहे।

उन्होंने कहा कि राज्य सरकार की प्राथमिकता है की 10 पहाड़ी जिलों में फोकस कर विकास किया जाए। आज उत्तराखंड स्टार्ट अप के क्षेत्र में देश के पांच शीर्ष राज्यों में शुमार हो गया है। जहां 2016 में राज्य में मात्र 04 स्टार्ट अप थे वही आज राज्य ने 950 स्टार्ट अप की संख्या को पार कर दिया है। इनमें से कई स्टार्ट अप अपनी बुलंदियों पर पहुंचकर नए स्टार्ट अप की भी मदद कर रहे है। नई स्टार्ट अप पॉलिसी 2023 के तहत नए इनक्यूबेशन सेंटर खोलने पर 01 करोड़ तक का सहयोग किया जायेगा वही अवस्थित इनक्यूबेशन सेंटर के विस्तार हेतु 50 लाख तक का सहयोग भी मिलेगा।

सरकार ने ड्रोन के प्रोमशन और प्रयोग की पॉलिसी 2023, डाटा सेंटर उत्तराखंड सर्विस सेक्टर पॉलिसी 2023, आईटी, आईटीईइस उत्तराखंड सर्विस सेक्टर पॉलिसी 2023 को हाल ही में बनाया है। हमें विश्वास है कि समस्त निवेशकों और उद्यमियों को राज्य में सिंगल विंडो क्लीयरेंस से आसानी होगी। उन्होंने निवेशकों को किसी भी प्रकार की समस्या आने पर शासन प्रशासन द्वारा हर संभव सहयोग का भरोसा भी दिलाया। उत्तराखंड किस तरह हब के रूप में विकसित हो रहा है, इस पर पैनलिस्ट ने विस्तार से चर्चा की।

उत्तराखंड का 71 प्रतिशत भूभाग वनों से आच्छादित हैः वन मंत्री

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट में समृद्ध जैव विविधता से परिपूर्ण और विपुल वन संपदा वाले उत्तराखंड राज्य में इकोनॉमी और इकोलॉजी का बेहतर समन्वय व संतुलन कायम रखते हुए वन एवं इससे जुड़े सेक्टर्स में निवेश को प्रोत्साहित करने पर जोर दिया गया। आयोजित विशेष सत्र में कहा गया कि वन एवं इससे जुड़े सेक्टर्स राज्य के सामाजिक–आर्थिक विकास का प्रमुख जरिया बनने की पूरी सामर्थ्य रखते हैं। जलवायु परिवर्तन व कार्बन उत्सर्जन की वैश्विक चुनौतियों को नियंत्रित करने में भी यह सेक्टर महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है। लिहाजा राज्य में वन सेक्टर में होने वाला पूंजी निवेश देश और दुनिया के लिए भी उपयोगी साबित होगा। उत्तराखंड ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के वन एवं इससे जुड़े सेक्टर्स पर निवेश की संभावनाओं पर परिचर्चा के लिए आयोजित सत्र की अध्यक्षता करते हुए राज्य के वन मंत्री सुबोध उनियाल ने कहा कि उत्तराखंड का 71 प्रतिशत भूभाग वनों से आच्छादित है।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के प्रिटर्स,74/9,आराघर,देहरादून से मुद्रित
व जाखन जोहड़ी रोड, पी.ओ–राजपुर, देहरादून से प्रकाशित।
संपादकः प्रदीप चौधरी

सिटी कार्यालयः
शिवम् मार्केट, द्वितीय तल दर्शनलाल चौक, देहरादून।

(M) 9319700701
pagethreedaily@gmail.com
आर.एन.आई.नं0
UTTHIN\2005\15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून ही मान्य होगा।