

विचार-प्रवाह...

पहली बार पक्ष में
वोटिंग

मौसम

अधिकतम
20.0° न्यूनतम
11.0°

71109.58

2

पुतिन ने तोड़ा प्रोटोकॉल

7

भारतीय टीम से बहुत बड़ी गलती हुई

देहरादून, शुक्रवार, 29 दिसंबर 2023

पेज थ्री



आते ही कराएंगे जाति जनगणना

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नागपुर। कांग्रेस के 139वें स्थापना दिवस पर महाराष्ट्र के नागपुर में एक विशाल रैली को संबोधित करते हुए पार्टी के वरिष्ठ नेता राहुल गांधी ने कहा है कि केंद्र की सत्ता में आते ही कांग्रेस जाति जनगणना कराएगी। केंद्र की सत्ताधारी पार्टी बीजेपी पर हमला बोलते हुए उन्होंने कहा कि देश में बेरोजगारी पिछले 40 वर्षों में अपने उच्चतम बिंदु पर पहुंच गई है। गांधी ने कहा कि इस वक्त देश में दो विचारधाराओं की लड़ाई चल रही है।

'हैं तैयार हम' नामक कार्यक्रम में जहां कांग्रेस ने अगले साल के लोकसभा चुनावों के लिए अपने अभियान की शुरुआत की, वहीं अपने मंसूबों को लेकर तस्वीर साफ करने की कोशिश की कि उनका फोकस ओबीसी वोट बैंक से दूर नहीं हुआ है। रैली को

कांग्रेस के स्थापना दिवस पर नागपुर में गरजे राहुल

भाजपा में गुलामी का दावा

राहुल गांधी ने महाराष्ट्र के नागपुर में कांग्रेस की हैं तैयार हम रैली में दावा किया, बीजेपी के एक सांसद, जो पहले कांग्रेस में थे, उन्होंने मुझसे कहा कि बीजेपी में गुलामी चलती है। राहुल ने पूर्व कांग्रेसी नेता के हवाले से कहा, भाजपा में जो ऊपर से कहा जाता है, वो बिना सोचे समझे करना पड़ता है।

संबोधित करते हुए राहुल ने कहा, भाजपा में किसी को बोलने या पार्टी फोरम में सवाल उठाने का अधिकार नहीं है। उन्होंने कहा कि बीजेपी में हर छोटा-बड़ा नेता डरा हुआ है। राहुल ने कहा कि बीजेपी की विपरीत, उनकी पार्टी में एक कनिष्ठ कार्यकर्ता भी पार्टी के शीर्ष नेताओं पर सवाल उठा सकता है और उनसे असहमत हो



संघ और भाजपा पर बरसे राहुल

सकता है। राहुल ने कहा कि पिछले दिनों उनसे बीजेपी के एक सांसद डर-डरकर छिपते-छिपाते मिलने आए। उन्होंने कहा कि उस बीजेपी सांसद ने बताया कि पार्टी में बोलने की आजादी नहीं है, इसलिए घुटन महसूस होती है। गांधी ने कहा कि बकौल बीजेपी सांसद वह मन से कांग्रेस में हैं, जबकि

राहुल ने कहा कि कांग्रेस ने गरीबों, दलितों, महिलाओं के लिए ये लड़ाई लड़ी थी। उन्होंने कहा कि यही संघ की विचारधारा है, वे दलितों, गरीबों, महिलाओं के विरोधी हैं। वह आजादी से पहले के दौर में भारत को ले जाना चाहते हैं। लेकिन कांग्रेस उसके खिलाफ लड़ाई लड़ेगी और संवैधानिक संस्थानों को मजबूत करने के लिए लड़ाई लड़ेगी। कांग्रेस नेता ने कहा कि आज कुलपतियों की नियुक्ति योग्यता के आधार पर नहीं बल्कि इसलिए की जा रही है क्योंकि वे एक विशेष संगठन से हैं।

तन से बीजेपी में हैं। राहुल गांधी ने कहा कि कांग्रेस ने आजादी की लड़ाई के बाद लोगों के अधिकारों को सुनिश्चित किया था। संविधान के जरिए बराबर अधिकार दिया। एक वोट का बराबर अधिकार दिया। उन्होंने कहा, देश की लगाम जनता के हाथों में होनी चाहिए। जैसे देश पहले चलता था। वैसा नहीं होना चाहिए। हम

जनशक्ति की बात करते हैं। आजादी की लड़ाई देश की जनता ने लड़ी थी। राजाओं-महाराजाओं ने नहीं लड़ी थी। उनकी अंग्रेजों के साथ पार्टनरशिप थी। और लोग यह भूल जाते हैं। लोग सोचते हैं कि हमारी लड़ाई सिर्फ अंग्रेजों के साथ थी। यह बात गलत है क्योंकि वह लड़ाई उनके पार्टनर यानी राजा-महाराजाओं के साथ भी थी।

मल्लिकार्जुन खरगे ने बताया कांग्रेस का उद्देश्य

मल्लिकार्जुन खरगे ने सोशल मीडिया पर साझा किए एक पोस्ट में लिखा कि भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस का उद्देश्य जनता का कल्याण और देश के लोगों की प्रगति है। कांग्रेस, संसदीय लोकतंत्र पर आधारित भारत में विश्वास रखती है, जहां बिना किसी भेदभाव के सभी के लिए समान अवसर मौजूद हों। पार्टी ऐसा देश बनाना चाहती है, जहां संविधान में मौजूद राजनैतिक, आर्थिक और सामाजिक अधिकारों का पालन किया जाए। खरगे ने पोस्ट में लिखा कि हमें इस बात पर गर्व है कि बीते 138 सालों में हमने पूरी ईमानदारी से ऐसा भारत बनाने के लिए संघर्ष किया है। कांग्रेस के स्थापना दिवस के अवसर पर सभी भारतीयों को हार्दिक शुभकामनाएं।

संक्षिप्त समाचार

कोरोना को लेकर कर्नाटक सरकार अलर्ट मोड पर एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) बंगलुरु। कर्नाटक में कोरोना के मामले में लगातार इजाफा देखने को मिल रहा है। कोविड-19 मामलों में वृद्धि के मद्देनजर अब राज्य सरकार भी अलर्ट मोड पर आ गई है। सरकार ने गुरुवार को अधिकारियों को हिदायत देते हुए पॉजिटिव मामलों का पता लगाने के लिए टेस्ट बढ़ाने को कहा है। अधिकारियों को इसी के साथ आईसीयू का उपयोग करने और कोरोना के कारण होने वाली मौतों का ऑडिट करने जैसे उपाय अपनाने का निर्देश दिया गया है।

सीएम ने जनता से मुलाकात कर सुनी उनकी समस्याएं संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने गुरुवार को जनपद ऊधमसिंह नगर स्थित लोहियाहेड कैम्प कार्यालय में क्षेत्र की जनता से मुलाकात की तथा उनकी समस्याएं सुनी। मुख्यमंत्री ने समस्याओं के निस्तारण करने के निर्देश संबंधित अधिकारियों को दिए।

कतर में पूर्व नौसैनिकों को मिली मौत की सजा पर रेक फैसले के 63 दिन बाद आई राहत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। कतर की एक अदालत ने जासूसी के एक कथित मामले में भारतीय नौसेना के आठ पूर्व कर्मियों को बड़ी राहत दी है। विदेश मंत्रालय ने गुरुवार को बताया कि भारतीय नौसेना के आठ पूर्व कर्मियों को दी गई मौत की सजा को रोक दिया गया है।

बता दें जासूसी के एक कथित मामले में गिरफ्तार किए गए भारतीय नौसेना के आठ पूर्व कर्मियों को कतर की अदालत ने अक्टूबर में मौत की सजा दी थी। दोहा स्थित दहरा ग्लोबल के सभी कर्मचारियों, भारतीय नागरिकों को अगस्त 2022 में हिरासत में ले लिया गया था। भारत ने पिछले महीने मौत की सजा के खिलाफ कतर स्थित

अब आगे क्या होगा?

भारतीय विदेश मंत्रालय ने निर्णय के बाद कहा, मामले की शुरुआत से ही हम उनके साथ खड़े हैं। हम सभी उन्हें कानूनी सहायता देना जारी रखेंगे। इस मामले को कतर के अधिकारियों के समक्ष उठाया जाएगा। मंत्रालय ने कहा कि अभी विस्तृत फैसले का इंतजार है। अगले कदम पर फैसला लेने के लिए कानूनी टीम के साथ हम लगातार परिवार के सदस्यों के साथ संपर्क में हैं। गौरतलब है कि मामला पहली बार 30 अगस्त को सामने आया था।

अपीली अदालत का दरवाजा खटखटाया था।

26 अक्टूबर को कतर की राजधानी दोहा में अल दहरा कंपनी के आठ सेवानिवृत्त भारतीय कर्मचारियों को मौत की सजा सुनाई गई थी। यह फैसला कतर के कोर्ट ऑफ फर्स्ट इंस्टांस द्वारा सुनाया गया था। इन सभी पर पनडुब्बी कार्यक्रम पर कथित रूप से जासूसी करने का आरोप लगाया

गया था। रिपोर्ट्स के मुताबिक, सेवानिवृत्त होने के बाद ये सभी नौसैनिक कतर की निजी कंपनी दहरा ग्लोबल टेक्नोलॉजी एवं कंसल्टेंसी सर्विसेज में काम कर रहे थे। यह कंपनी कतरी एमिरी नौसेना को ट्रेनिंग और अन्य सेवाएं प्रदान करती है। कंपनी खुद को कतर रक्षा, सुरक्षा एवं अन्य सरकारी एजेंसी की स्थानीय भागीदार बताती है।

दिल्ली पहुंची जदयू की अंदरूनी खींचतान

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। जनता दल यूनाईटेड के अंदर चल रहे उठापटक के बीच मुख्यमंत्री नीतीश कुमार से मिलने पार्टी अध्यक्ष ललन सिंह पहुंचे हैं। बिहार भवन में दोनों नेताओं के बीच बातचीत हो रही है। इससे पहले मीडिया से बातचीत करते जदयू के राष्ट्रीय अध्यक्ष ललन सिंह ने अध्यक्ष पद से इस्तीफे की खबरों को खारिज करते हुए कहा, नीतीश कुमार हमारे सर्वोच्च नेता हैं। जदयू एक है और एक ही रहेगा। बताया जा रहा है कि दिल्ली में ही शाम चार से पांच बजे के बीच जदयू के केंद्रीय पदाधिकारियों की बैठक है। इसमें सीएम नीतीश कुमार और राष्ट्रीय अध्यक्ष ललन सिंह भी मौजूद रहेंगे।

वहीं, सीएम ने एनडीए में शामिल होने की अफवाहों के बारे में पूछे गए सवालों को भी टाल दिया। उनका ध्यान वरिष्ठ भाजपा नेता सुशील कुमार मोदी के दावे पर भी गया, जो पूर्व डिप्टी सीएम के रूप में ललन कुमार को करीब से जानते

शियासी उठापटक

ललन सिंह के इस्तीफे पर सस्पेंस बरकरार

नीतीश बोले- सब नॉर्मल है

बिहार के सीएम नीतीश कुमार ने दिल्ली में शुरू होने वाले दो दिवसीय पार्टी सम्मेलन से पहले अपनी पार्टी में बड़े संगठनात्मक बदलाव की अफवाहों के बारे में पूछे गए सवालों को टाल दिया। बता दें कि दिल्ली जाने से पहले सीएम नीतीश कुमार ने पत्रकारों से संक्षिप्त बातचीत में कहा कि ये बैठकें हर साल होती हैं। सब नॉर्मल है।

थे। गौरतलब है कि भाजपा नेता ने दावा किया कि नीतीश कुमार की एनडीए खेमे में संभावित वापसी के बारे में अटकलें जानबूझकर उनकी पार्टी के द्वारा फैलाई जा रही थीं, जो कि बिहार में ग्रैंड अलायंस पार्टनर्स राजद और कांग्रेस को नियंत्रण में रखने के उनके गेमप्लान का हिस्सा था।

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-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.

Gadoli Media Ventures

Shivam Market, 2nd Floor, Darshan Lal Chowk, Dehra Dun. | Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in

कोहरा सड़क सुरक्षा पर भी भारी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। उन्नाव में कोहरे के कारण ट्रक से हुई टक्कर में बाइक सवार दो लोगों की जान चली गई और इसी के साथ देश में सड़क सुरक्षा की दो सबसे बड़ी चुनौतियां फिर से सामने आ गईं। कोहरे और खराब मौसम के कारण होने वाले हादसों और दोपहिया वाहन सवारों का जोखिम बढ़ गया।

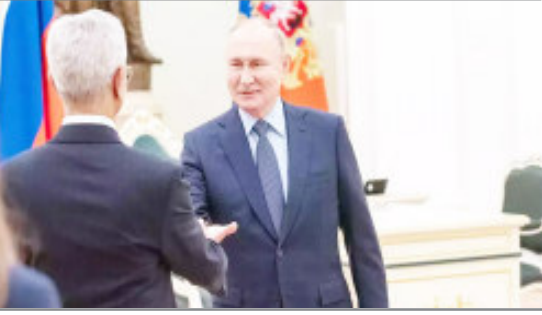
पिछले साल 14,000 से ज्यादा लोगों ने गंवाई जान

दिसंबर-जनवरी में देश के कई हिस्से, खासकर उत्तर-पूर्वी भारत का लगभग पूरा क्षेत्र कोहरे के कारण सड़क सुरक्षा के लिहाज से सबसे बड़ा जोखिम वाला इलाका बन जाता है। 2022 में 14 हजार से ज्यादा लोगों की जान केवल कोहरे के कारण सड़क हादसों में चली गई। अगर केवल दिसंबर

और जनवरी की बात की जाए तो ये दोनों महीने सबसे अधिक दुर्घटनाओं वाले माह में शामिल हैं।

सड़क परिवहन मंत्रालय की ओर से हाल में जारी की गई वार्षिक रिपोर्ट के मुताबिक, कोहरे और धुंध के कारण 2022 में 14,583 लोगों की जान गई। यह 2021 की तुलना में नौ प्रतिशत ज्यादा है। 15,597 लोग घायल भी हुए।

न्यूज डायरी



पुतिन ने पीएम मोदी के दूत के लिए तोड़ा प्रोटोकॉल

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज) मास्को। पीएम मोदी के निजी संदेश को लेकर रूस के बेहद अहम दौर पर पहुंचे भारतीय विदेश मंत्री एस जयशंकर का राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने जोरदार स्वागत किया है। यही नहीं पुतिन ने प्रोटोकॉल तोड़ते हुए भारतीय विदेश मंत्री के साथ आमने-सामने बेहद करीब बैठकर बातचीत की। इससे पहले राष्ट्रपति पुतिन ने फरवरी में भारत के राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकर अजीत डोवाल के साथ भी मुलाकात की थी। पुतिन के इस कदम को बहुत दुर्लभ माना जा रहा है। इससे पहले पुतिन कड़ा संदेश देने के लिए फ्रांस के राष्ट्रपति समेत दुनिया के कई राष्ट्राध्यक्षों से बहुत दूर बैठकर बातचीत कर चुके हैं जिसकी विश्वभर में काफी आलोचना भी हुई थी। इसी वजह से पुतिन के जयशंकर के साथ मुलाकात को भारत और रूस के बीच करीबी दोस्ती के रूप में देखा जा रहा है। जयशंकर ने पुतिन के साथ मुलाकात के दौरान उन्हें पीएम मोदी का निजी संदेश भी दिया। जयशंकर का यह 4 दिवसीय दौरा ऐसे समय पर हो रहा है जब पुतिन और मोदी के बीच हर साल होने वाली बैठक लगातार दूसरे साल नहीं हो पा रही है। पुतिन ने भारतीय प्रधानमंत्री को साल 2024 की शुरुआत में रूस आने का न्योता दिया जिसे भारत ने स्वीकार कर लिया है। पुतिन ने जयशंकर से कहा, हम इस बात से बेहद खुश होंगे कि पीएम मोदी रूस आएंगे। रूसी राष्ट्रपति ने कहा, हमारे पास वर्तमान मुद्दों पर बातचीत करने का अवसर होगा।

खालिस्तानी आतंकी हरदीप निज्जर के हत्यारों का जल्द होगा खुलासा

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज) ओटावा। कनाडा में रह रहे खालिस्तानी आतंकी हरदीप सिंह निज्जर की हत्या पर जल्द ही बड़ा खुलासा होने वाला है। कनाडा के पुलिस अधिकारियों का कहना है कि उन दो लोगों पर नजर रखी जा रही है, जिन पर अधिकारियों को ब्रिटिश कोलंबिया में उसकी गोली मारकर हत्या करने का संदेह है। द ग्लोब एंड मेल ने सूत्रों के हवाले से बताया कि अगले कुछ हफ्तों में पुलिस द्वारा इन हत्यारों के पकड़े जाने की भी उम्मीद है। कनाडाई मीडिया रिपोर्ट में कहा गया है कि तीन सूत्रों ने मीडिया प्रकाशन को बताया है कि सरे में निज्जर की गोली मारकर हत्या के बाद संदिग्ध हत्यारे कनाडा नहीं गए और महीनों से पुलिस की निगरानी में हैं। द ग्लोब एंड मेल की रिपोर्ट के अनुसार, रॉयल कैनेडियन माउंटेड पुलिस (आरसीएमपी) द्वारा आने वाले हफ्तों में गिरफ्तारियां करने और आरोप तय करने की उम्मीद है। द ग्लोब एंड मेल एक कनाडाई अखबार है जो पश्चिमी और मध्य कनाडा के पांच शहरों में प्रकाशित होता है। गौरतलब है कि कनाडा के प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो द्वारा इस साल की शुरुआत में कनाडा की धरती पर खालिस्तानी आतंकवादी हरदीप सिंह निज्जर की हत्या में भारत की संलिप्तता के आरोप लगाने के बाद भारत और कनाडा के बीच संबंध तनावपूर्ण हो गए हैं।

अमेरिका में भारतीय मूल के एक ही परिवार के 6 सदस्यों की मौत

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज) ह्यूस्टन। एक दुखद कार दुर्घटना में, अमेरिकी राज्य टेक्सास में दो बच्चों सहित भारतीय मूल के कम से कम छह परिवार के सदस्यों की मौत हो गई। इस घटना की जानकारी अधिकारियों ने दी। टेक्सास डिपार्टमेंट ऑफ पब्लिक सेफ्टी के अनुसार, दुर्घटना मंगलवार शाम को हुई जब फोर्टवर्थ के पास जॉनसन काउंटी के पास एक मिनीवैन और एक पिकअप ट्रक की आमने-सामने टक्कर हो गई। मिनीवैन में एक ही परिवार के सात लोग सवार थे और उनमें से केवल एक, 43 वर्षीय लोकेश पोटाबाथुला, गंभीर चोटों से बच गया। सुबह, डीपीएस ने मिनीवैन के चालक, इरविंग के 28 वर्षीय रुशल बैरी की पहचान मृतक पीड़ितों में से एक के रूप में की। वैन में अन्य पांच अल्फारेटा, जॉर्जिया से हैं 36 वर्षीय महिला, नवीना पोटाबाथुला, 64 वर्षीय व्यक्ति, नागेश्वरराव पोन्नाड, 60 वर्षीय महिला, सीतामहालक्ष्मी पोन्नाड, 10 वर्षीय लड़का, कृतिक पोटाबाथुला और 9 वर्षीय लड़की, निशिधा पोटाबाथुला। महावाणिज्य दूतावास ने कहा कि बुजुर्ग भारत से अपनी बेटी नवीना और पोते कार्तिक और निशिधा से मिलने आ रहे थे। डीपीएस पीड़ित के परिजनों की पहचान करने के लिए जॉर्जिया राज्य पुलिस के साथ काम कर रहा है।

किम जोंग उन ने सेना को दिए युद्ध की तैयारी तेज करने के आदेश

उत्तर कोरिया, रूस के साथ संबंधों का कर रहा विस्तार

आदेश

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज)

सियोल। साउथ कोरिया ने अमेरिका और उसके साथी अन्य देशों के खिलाफ जंग की तैयारी तेज कर दी है। तानाशाह किम जोंग उन ने सेना, हथियार बनाने वाली कंपनियों और परमाणु हथियारों वाले विभागों को आदेश दिया है कि वो जंग की तैयारियों को तेज कर दें। इसकी जानकारी राज्य मीडिया ने दी है। बता दें कि उत्तर कोरिया, रूस के साथ संबंधों का विस्तार कर रहा है। अमेरिका ने साउथ कोरिया पर रूस को सैन्य उपकरण की आपूर्ति करने का आरोप लगाया है।

रिपोर्ट के अनुसार, देश की सत्तारूढ़ पार्टी की एक महत्वपूर्ण बैठक में नए साल के लिए नीति निर्देशों को लेकर किम ने यह भी कहा कि प्योंगयांग साम्राज्यवाद विरोधी स्वतंत्र देशों के साथ रणनीतिक सहयोग का विस्तार करेगा। उत्तर कोरिया रूस के साथ



संबंधों का विस्तार कर रहा है, क्योंकि वाशिंगटन ने प्योंगयांग पर यूक्रेन के साथ युद्ध में उपयोग के लिए मास्को को सैन्य उपकरण की आपूर्ति करने का आरोप लगाया है, जबकि रूस उत्तर को अपनी सैन्य क्षमताओं को आगे बढ़ाने में मदद करने के लिए तकनीकी सहायता प्रदान करता है। केसीएनए ने कहा, उन्होंने (किम) युद्ध की तैयारियों को और तेज करने के लिए पीपुल्स आर्मी और युद्ध सामग्री उद्योग, परमाणु हथियार और नागरिक सुरक्षा क्षेत्रों के लिए उद्योग

कार्य निर्धारित किए हैं। गुरुवार को दक्षिण कोरिया के राष्ट्रपति यूं सुक येओल ने पूर्वी काउंटी येओनचिओन में एक अग्रिम पंक्ति की सैन्य इकाई का दौरा कर उसकी रक्षा मुद्रा का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने उत्तर कोरिया की ओर से कोई भी उकसावे की स्थिति में तत्काल जवाबी कार्रवाई करने का आह्वान किया। उन्होंने ... नए साल के लिए प्रमुख औद्योगिक क्षेत्रों में गतिशील रूप से आगे बढ़ने के महत्वपूर्ण कार्यों को स्पष्ट किया और

कृषि उत्पादन को उच्च स्तर पर स्थिर करने का आह्वान किया। हाल के दशकों में उत्तर को गंभीर भोजन की कमी का सामना करना पड़ा है, जिसमें 1990 के दशक का अकाल भी शामिल है, जो अक्सर प्राकृतिक आपदाओं के परिणामस्वरूप होता है।

अंतर्राष्ट्रीय विशेषज्ञों ने चेतावनी दी है कि कोविड-19 महामारी के दौरान सीमाएँ बंद होने से खाद्य सुरक्षा खराब हो गई है। मौसम की अनुकूल परिस्थितियों के कारण उत्तर कोरिया का फसल उत्पादन 2023 में साल-दर-साल बढ़ने का अनुमान है। लेकिन सियोल के एक अधिकारी ने कहा है कि यह राशि अभी भी देश की पुरानी खाद्य कमी को दूर करने के लिए आवश्यक मात्रा से काफी कम है। हाल के वर्षों में प्रमुख नीतिगत घोषणाएँ करने के लिए पार्टी और सरकारी अधिकारियों की दिनभर चलने वाली बैठक का उपयोग किया गया है।

पाकिस्तान में अपना साम्राज्य बनाना चाहता था टीटीपी

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज)

इस्लामाबाद। पाकिस्तान की सेना पर खूनी हमले कर रहे टीटीपी आतंकी देश के कबायली इलाके फाटा पर अपना कब्जा चाहते हैं। खुद पाकिस्तान के एक अधिकारी ने इसका खुलासा किया है। पाकिस्तान ने तालिबानी विदेश मंत्री के उस दावे को भी खारिज किया जिसमें उन्होंने कहा था कि पाकिस्तान टीटीपी के साथ डील से अंतिम समय पर पीछे हट गया था। इससे पहले तालिबानी विदेश मंत्री आमिर खान मुत्ताकी ने दावा किया था कि अगर पाकिस्तान फाटा को लेकर पीछे नहीं हटता तो साल 2022 में ही टीटीपी के साथ विवाद सुलझ जाता। दरअसल, टीटीपी आतंकी

फाटा पर कब्जा करके टीटीपी रणनीति पर आगे बढ़ना चाहते हैं जिस पर चलकर तालिबान ने अफगानिस्तान पर कब्जा किया था।

टीटीपी आतंकी पाकिस्तान की लोकतांत्रिक सरकार को हटकर उसकी जगह पर शरिया कानून से शासित व्यवस्था लागू करना चाहते हैं। यह व्यवस्था ठीक उसी तरह से होगी जैसे तालिबान की है। इसी वजह से पाकिस्तान की सेना डर गई और उसने फाटा पर टीटीपी के शासन को मंजूरी नहीं दी। पाकिस्तानी अधिकारी ने कहा कि टीटीपी की गैर वाजिब और असंवैधानिक मांग के कारण यह बातचीत रुक गई।



आईडीएफ की हमला पर कार्रवाई

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज) तेल अवीव। इजराइल रक्षा बलों ने गुरुवार को एक बयान में कहा कि उसने उत्तरी गाजा में रान्तिसी अस्पताल के नीचे और उसके आस-पास में कई किलोमीटर लंबी रणनीतिक सुरंगों के एक नेटवर्क को नष्ट कर दिया है। इसमें यह भी कहा गया है कि सुरंग नेटवर्क उसी क्षेत्र में रामा के फहराह स्कूल के पास से होकर गुजरा है। आईडीएफ ने कहा कि इस बात की स्पष्ट जानकारी थी कि दक्षिणी इजराइल में 7 अक्टूबर को हुए नरसंहार में 1,200 लोगों की हत्या करने, 3,000 से अधिक लोगों को घायल करने और 240 का अपहरण करने के तुरंत बाद हमला के आतंकवादी रान्तिसी अस्पताल पहुंचे थे। आईडीएफ के प्रवक्ता, रियर एडमिरल डैनियल हगारी ने 13 नवंबर को एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में मीडियाकर्मीयों को रान्तिसी अस्पताल के आसपास और नीचे सुरंग नेटवर्क के दृश्य फुटेज दिखाए थे।

अंजू ने कहा कि वह पाकिस्तान नहीं जाएगी बल्कि नसरुल्ला यहां आएगा

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारत से अपने फेसबुक वाले प्रेमी के लिए पाकिस्तान जाने वाली अंजू इस समय इंटरव्यू दे रही हैं। वह लगातार सुर्खियों में बनी हैं। अंजू ने एक टीवी चैनल को दिए इंटरव्यू में अपने पाकिस्तान जाने और नसरुल्ला से मुलाकात का पूरा किस्सा बयां किया। अंजू ने कहा कि अरविंद के साथ शादी के बाद से ही रिश्ते सही नहीं थे। 15 साल उन्होंने बहुत कुछ सहा और एडजस्ट करने की कोशिश की। अंजू ने कहा कि आज उनके घर वालों और दोस्तों सभी ने साथ छोड़ दिया है। कोई भी उनकी आज अच्छाई नहीं देख रहा, क्योंकि वह पाकिस्तान चली गई थीं। उन्होंने

दोनों ही समझ लो। मुझे वहां जो प्यार से नाम मिला है वह फातिमा है। बाकी में भारत की नागरिक हूँ। मैं भारत की बेटी हूँ, इसलिए आप मुझे अंजू कहकर बुला सकते हैं। अंजू ने नसरुल्ला के परिवार को लेकर भी खुलासा किया। उन्होंने कहा कि नसरुल्ला का परिवार काफी बड़ा है। उनके 4 भाई हैं, जिसमें वह सबसे छोटे हैं। नसरुल्ला का मेडिकल से जुड़ा काम है। अंजू ने कहा कि किसी को भी मेरे प्यार करने से दिक्कत नहीं थी। सभी को दिक्कत मेरे पाकिस्तान जाने से थी। मैं भारत की बेटी हूँ। मैं गलत नहीं हूँ। अंजू ने कहा कि उनका पाकिस्तान जाने का कोई प्लान नहीं है। अब नसरुल्ला को यहां बुलाएंगी।

कहा कि आज तक वह एक आज्ञाकारी बेटी की तरह रहीं। पहली बार उन्होंने दिल की आवाज सुनी और यह रिस्क लिया।

अंजू ने बच्चों को लेकर कहा कि वह चाहती तो बच्चों को साथ लेकर जा सकती थीं। लेकिन उनकी पढ़ाई और भविष्य खराब होता, इसलिए वह नहीं गईं। अंजू ने कहा कि मैं अपने बच्चों की मां और बाप दोनों हूँ। मैं उनके भविष्य के लिए जो भी अच्छा होगा वह करूंगी। अंजू से जब एंकर ने पूछा कि क्या वह अंजू से बात कर रहे हैं या पाकिस्तान की फातिमा से? इस पर उन्होंने कहा, शायद

तुर्की में भीषण सड़क हादसा, दुर्घटना में 11 लोगों की मौत

एजेसी (वेब वार्ता न्यूज) अंकारा। उत्तर-पश्चिमी तुर्की से एक भीषण सड़क हादसे की खबर सामने आ रही है। इस सड़क दुर्घटना में ग्यारह लोगों की मौत हो गई और 50 से अधिक घायल हो गए। स्थानीय मीडिया ने इसकी जानकारी दी। राज्य के स्वामित्व वाली अनादोलु समाचार एजेसी के अनुसार, दुर्घटना में साकार्या प्रांत के दगदिबी पड़ोस के पास उत्तरी मरमारा राजमार्ग पर तीन बसों और एक ट्रक सहित सात वाहन इस हादसे में शामिल थे। समाचार एजेसी अनादोलु में दी गयी जानकारी में यह बताया गया कि दुर्घटना का कारण अभी तक निर्धारित नहीं किया गया है। निजी समाचार चैनल ने कहा कि क्षेत्र घने कोहरे से ढका हुआ था और विजबिलिटी भी कम थी। साकार्या प्रांत के गवर्नर ने स्थानीय मीडिया को बताया कि 57 लोग घायल हुए हैं और उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया है।

Page Three

Classified

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

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

Matrimonial (Sunday Only)



अब मात्र रु. 20 प्रति शब्द

न्यूज डायरी

ट्रेकिंग मार्गों पर जाने वाले पर्यटकों का अनिवार्य पंजीकरण किया जाए: सीडीओ

संवाददाता चमोली। सर्दियों में बर्फबारी एवं प्राकृतिक आपदा से क्षति को कम करने के संबंध में पूर्व तैयारियों को लेकर मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह ने विभागों को आवश्यक दिशा निर्देश दिए हैं। उन्होंने वन अधिकारियों को निर्देशित किया कि वन क्षेत्रों में स्थित ट्रेक मार्गों पर जाने वाले पर्यटकों का अनिवार्य पंजीकरण कराते हुए इसकी सूचना जिला प्रशासन को भी उपलब्ध की जाए। पर्यटकों के पंजीकरण एवं ट्रेक मार्गों पर जाने की अनुमति प्रदान करने हेतु एसओपी तैयार की जाए। ताकि अपरिहार्य परिस्थितियों में पर्यटकों को रेस्क्यू किया जा सके। मुख्य विकास अधिकारी ने निर्देशित किया कि शीतकाल में सड़क, विद्युत, पेयजल, खाद्यान्न आपूर्ति, संचार सुविधाएं अवरूद्ध होने पर तत्काल बहाल की जाए।

पोषण में सुधार विषय पर आयोजित

निबंध प्रतियोगिता में सक्षम ने मारी बाजी

संवाददाता रुद्रप्रयाग। राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के तत्वावधान में जीआईसी अगस्त्यमुनि में आयोजित किशोर स्वास्थ्य दिवस में 37 किशोरों की बीएमआई, एनिमिया स्क्रीनिंग व यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य तथा पोषण सुधार को लेकर काउंसलिंग की गई। इस अवसर पर मादक पदार्थों के सेवन से बचाव विषय पर आयोजित पोस्टर प्रतियोगिता में अभिषेक अव्वल रहे। वहीं, पोषण में सुधार विषय पर आयोजित निबंध प्रतियोगिता में सक्षम ने बाजी मारी। प्रभारी चिकित्सा अधिकारी डॉ. विशाल वर्मा ने अवगत कराया कि राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत 10-19 आयु वर्ग के किशोर किशोरियों के स्वास्थ्य को लेकर राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम चलाया जा रहा है, जिसके अंतर्गत ब्लाक में वर्ष भर में 03 किशोर स्वास्थ्य दिवसों के आयोजन का लक्ष्य रखा गया था। इसी क्रम में जीआईसी अगस्त्यमुनि में तृतीय किशोर स्वास्थ्य दिवस का आयोजन किया गया। किशोर स्वास्थ्य दिवस के मौके पर 37 किशोर की बीएमआई, एनिमिया स्क्रीनिंग तथा काउंसलिंग की गई।

रिन्चू द्वारा सर्दियों में दो लाख कम्बल बांटे जायेंगे

संवाददाता रुद्रप्रयाग। अग्रणी डीकार्बनाइजेशन समाधान प्रदान करने वाली कंपनी, रिन्चू एनर्जी ग्लोबल पीएलसी ने 'गिपट वार्मथ' का 9वां संस्करण शुरू करने की घोषणा की है। यह कड़ाके की ठंड में समाज के वंचित वर्गों की सहायता करने की एक पहल है। इस साल, रिन्चू ने दिल्ली एनसीआर, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, गुजरात, ओडिशा और उत्तराखण्ड सहित विभिन्न राज्यों में 2,00,000 से अधिक कम्बल बाँटने के लिए स्थानीय प्रशासन का सहयोग लिया है। यह कम्बल वितरण अभियान जनवरी तक चलेगा।

विकसित भारत संकल्प यात्रा जनहितैषी योजनाओं पर केंद्रित

आयोजन

योजनाओं के प्रचार-प्रसार के लिए न्यायपंचायत स्तरीय बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन

संवाददाता

अल्मोड़ा। केंद्र सरकार द्वारा विकसित भारत संकल्प यात्रा जनहितैषी योजनाओं पर केंद्रित योजनाओं के प्रचार-प्रसार के सम्बन्ध में गुरुवार को विकास खण्ड धौलादेवी के दन्या बाजार रामलीला मैदान में न्यायपंचायत स्तरीय बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन सांसद अजय टम्टा की अध्यक्षता में आयोजित किया गया।

इस दौरान सांसद ने कहा कि केंद्र सरकार द्वारा विकसित भारत संकल्प यात्रा जनहितैषी योजनाओं पर केंद्रित है। उन्होंने कहा कि यात्रा के लिए ग्रामीण क्षेत्र तथा शहरी क्षेत्र की योजनाएं चिन्हित की गई हैं, इनमें स्वस्थ भारत मिशन, खाद्य सुरक्षा, गुणवत्ता शिक्षा, स्वास्थ्य सेवाएं, उचित पोषण, गरीबों के लिए आवास, वित्त पोषण सेवाओं और सामाजिक सुरक्षा से संबंधित योजनाएं शामिल हैं। योजनाओं की जानकारी और प्रचार-प्रसार के लिए



प्रत्येक जिले में ग्राम पंचायत तक यात्रा रथ पहुंच रहे हैं। उन्होंने अधिकारियों/धर्मचारियों को निर्देश दिए कि केंद्र व राज्य सरकार से जुड़ी जनकल्याणकारी योजनाओं को प्रत्येक गांव तक पहुंचाने के साथ ही योजनाओं से वंचित लोगों को योजनाओं का लाभ दिलाया जाना सुनिश्चित किया जाय। प्रधानमंत्री मोदी की गारंटी से जरूरत

मंदों की सभी प्रकार की बुनियादीसमस्याओं का त्वरित समाधान हो रहा है। पेयजल, शिक्षा, स्वास्थ्य, बिजली, खाद्यान्न सहित अनेक प्रकार की समस्याओं का निराकरण अब घर बैठे होने लगा है। सांसद ने कहा कि इस विकसित भारत संकल्प यात्रा के दौरान माननीय प्रधानमंत्री मोदी की गारंटी वाला वाहन हर गांव, हर पंचायत

में पहुंच रहा है जिसका मकसद विकसित भारत का निर्माण करना है। इस यात्रा का संकल्प 2047 तक भारत को हर प्रकार से विकसित करना है। जिसके लिए प्रमुख विभागों द्वारा सभी योजनाओं को जन-जन तक पहुंचाने के लिए मोदी की गारंटी के रूप में यह वाहन हमारे राज्य के कोने-कोने तक पहुंच रहा है। विकसित भारत संकल्प यात्रा के अंतर्गत राज्य में 63 हजार से भी अधिक प्रतिभागियों को अभी तक इसमें योजनाओं का लाभ मिल चुका है। विकसित भारत संकल्प यात्रा कार्यक्रम के अंतर्गत उज्ज्वला योजना, आयुष्मान भारत योजना, पीएम विश्वकर्मा योजना, उज्ज्वला योजना, स्वास्थ्य विभाग, बैंक का वित्तीय संस्थान, उद्योग, पीएम विश्वकर्मा, जल जीवन मिशन, कृषि, आधार/खाद्य आपूर्ति, प्रधानमंत्री आवास योजना से वंचित लोगों को इस योजना अंतर्गत योजनाओं से संतुष्ट करने का कार्य विकसित भारत संकल्प यात्रा कर रही है।

निर्माण कार्यों की जांच को प्रशासनिक मानेटरिंग टीम गठित करने की मांग

संवाददाता पुरोला। क्षेत्र पंचायत की बैठक में हकहककों को लेकर जन प्रतिनिधियों ने वनविभाग पर मनमानी एवं राजशाही के समय से दाह-संस्कार, शादी व्याह एवं गरीब परिवारों के लिए निजी मकानों, पशु शाला निर्माण को प्रकाष्ठ प्रदद अधिकारों पर कुठाराघात बताया।

बैठक में सिंचाई लघु सिंचाई, जलस्थान समेत तमाम निर्माण दाई संस्थाओं पर बगैर प्रतिनिधियों को विश्वास में न लेने ठेकेदारों के साथ मिली भगत करने पर आक्रोश जताया तथा सभी निर्माण कार्यों की गुणवत्ता की मानेटरिंग को प्रशासन की निगरानी में टीम गठित करने की मांग की। सिंचाई व लघु सिंचाई विभाग पर चर्चा करते हुए मठ प्रधान अरबिंद पंवार, करडा प्रधान अंकित रावत व धरम लाल आदि ने सिंचाई नहरों की बदहाली का मुद्दा उठाया तथा रोपाईं शुरू होने से दो माह पूर्व समय पर मरम्मत करने की मांग की वहीं पुरोला क्षेत्र में लघु सिंचाई की वर्षों से क्षतिग्रस्त सिंचाई गुलों की बदहाली मुद्दा उठाया।



जागरूक मतदाता बनने की दिलाई जा रही शपथ

संवाददाता रुद्रप्रयाग। लोकतंत्र को मजबूत करने और जन-जन में मतदान के प्रति जागरूकता पैदा करने के लिए जनपद में जिला निर्वाचन कार्यालय सुव्यवस्थित मतदाता शिक्षा एवं निर्वाचक सहभागिता कार्यक्रम (स्वीप) के तहत लगातार जागरूकता अभियान चला रहा है। जनपद के स्कूलों, कॉलेज, नगर पंचायतों एवं ग्रामीण क्षेत्रों में बीएलओ जागरूकता अभियान के तहत लोकतांत्रिक मूल्यों की जानकारी उपलब्ध करवा रहे हैं। साथ ही जागरूक मतदाता बनने की शपथ भी लोगों को दिलाई जा रही है। आगामी लोकसभा चुनाव में शत प्रतिशत मतदान के लिए स्वीप के तहत जनपद के स्कूल-कॉलेजों में लगातार जागरूकता अभियान चल रहा है।

डीएफओ, पर्यटन विभाग तथा ईको टूरिज्म से समन्वय करने के निर्देश

संवाददाता रुद्रप्रयाग। प्रदेश में शीत लहर के दृष्टिगत जनपदों में की गई तैयारियों एवं व्यवस्थाओं के संबंध में अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूडी ने सचिवालय देहरादून से वीसी के माध्यम से सभी जनपदों के संबंधित अधिकारियों द्वारा की गई तैयारियों की समीक्षा करते हुए जानकारी प्राप्त की। उन्होंने वीसी के माध्यम से सभी संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि शीतलहर के दृष्टिगत सभी जिलाधिकारी अपने-अपने जनपदों में सभी आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित कर लें।

उन्होंने विशेषरूप से निर्माणधीन स्थलों में रहने वाले जरूरतमंदों श्रमिकों के शीत लहर

अपर मुख्य सचिव ने अधिकारियों द्वारा की गई तैयारियों की समीक्षा

से बचाव एवं राहत के लिए श्रम विभाग को तत्काल सभी व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। घने कोहरे के कारण होने वाली सड़क दुर्घटनाओं के दृष्टिगत ट्रैफिक एवं पुलिस विभाग को विशेषरूप से अलर्ट मोड पर रहने की हिदायत दी है। इसके साथ ही उन्होंने फायर डिपार्टमेंट को आग की घटनाओं को रोकने के लिए सभी तैयारियां पूरी करने के निर्देश दिए हैं।

जरूरतमंदों की मदद के लिए दान किये जाने वाले गर्म कपड़ों को एकत्रित एवं वितरित करने के लिए एसीएस श्रीमती रतूडी ने एक

पोर्टल बनाने के भी निर्देश आज की बैठक में दिए हैं।

राज्य में ट्रेकिंग के लिए आने वाले पर्यटकों की सुरक्षा को गम्भीरता से लेते हुए अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूडी ने उत्तराखण्ड में ट्रेकिंग एजेंसियों व कम्पनियों के रजिस्ट्रेशन की व्यवस्था को पुख्ता करने, प्रदेश में एक प्रभावी ट्रेकिंग पॉलिसी या एसओपी बनाने के साथ ही डीएफओ को ट्रेकिंग के लिए आने वाले पर्यटकों की जानकारी जिला प्रशासन एवं पुलिस विभाग के साथ अनिवार्यतः साझा करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने जिलाधिकारियों को भी इस सम्बन्ध में डीएफओ, पर्यटन विभाग तथा ईको टूरिज्म से समन्वय करने के निर्देश दिए हैं।

कांग्रेस की नीतियों को जन-जन तक पहुंचाने का आह्वान

संवाददाता भीमताल। कांग्रेस के स्थापना दिवस पर भीमताल कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने डाट स्थित सांस्कृतिक मंच में विचार गोष्ठी का आयोजन किया। मुख्य वक्ता नगर अध्यक्ष डीके डालाकोटी ने कांग्रेस के इतिहास पर प्रकाश डाला। साथ ही कांग्रेस के सिद्धांतों और नीतियों को जो जन-जन तक पहुंचाने का संकल्प लिया। डालाकोटी ने कहा आने वाले चुनावों में सभी कांग्रेस कार्यकर्ता अपने बूथ से कांग्रेस को प्रचंड मतां से विजय बनाने का कार्य करेंगे। कार्यकर्ताओं ने मिष्ठान वितरण भी किया। इस दौरान देवेन्द्र चनौतिया, जिला महासचिव भूपेंद्र कनौजिया, विधानसभा अध्यक्ष सूरज मेहरा, पंकज गिरी, नीरज कुमार, आशा आर्य, सीमा टम्टा, रीना आर्य, विपिन चंद्र सनवाल, गोपाल दत्त पलड़िया, खुशी राम, राम पाल सिंह गंगोला, देवेन्द्र फर्तवाल, नितिन दुमका, गुंजन रौतेला, पवन उप्रेती, जगदीश पांडे, शुभम नैनवाल, दीवान राम आदि मौजूद रहे।



पहली बार पक्ष में वोटिंग

तत्काल युद्धविराम की जरूरत से इनकार नहीं किया जा सकता। हमारा के हमलों में अब तक 1200 इस्राइली मारे जा चुके हैं और हजारों घायल हुए हैं। दूसरी ओर गाजा में 18000 फलस्तीनियों की मौत हो चुकी है।

अनुज सनवाल।।

गाजा में तत्काल युद्धविराम पर संयुक्त राष्ट्र महासभा में बुधवार को लाए गए प्रस्ताव के पक्ष में वोट देकर भारत ने अहम कूटनीतिक संदेश जरूर दिया है, लेकिन संतुलन बनाए रखने की अपनी नीति नहीं छोड़ी है। इस युद्ध को लेकर अंतरराष्ट्रीय जनमत कैसा रूप ले रहा है इसका अंदाजा संयुक्त राष्ट्र महासभा के प्रस्ताव पर हुई वोटिंग के आंकड़ों से हो जाता है। कुल 153 देशों ने प्रस्ताव के पक्ष में वोट दिया और 23 वोटिंग से अलग रहे। अमेरिका और इस्राइल सहित कुल 10 ही देश ऐसे रहे जिनका वोट प्रस्ताव के खिलाफ पड़ा।

7 अक्टूबर से शुरू हुई इस जंग में यह पहला मौका है जब भारत ने युद्धविराम के

किसी प्रस्ताव के पक्ष में वोट दिया है। उसके इस फैसले ने बहुतों को चौंकाया है। लेकिन युद्ध में जान-माल का जैसा नुकसान हो रहा है और मानवाधिकारों की जैसी धज्जियां उड़ रही हैं, उनके मद्देनजर तत्काल युद्धविराम की जरूरत से इनकार नहीं किया जा सकता। हमारा के हमलों में अब तक 1200 इस्राइली मारे जा चुके हैं और हजारों घायल हुए हैं। दूसरी ओर गाजा में 18000 फलस्तीनियों की मौत हो चुकी है।

हालांकि सुरक्षा परिषद के प्रस्तावों के विपरीत संयुक्त राष्ट्र महासभा के प्रस्ताव

कानूनी तौर पर बाध्यकारी नहीं होते, इसका इस्तेमाल इस प्रस्ताव के पारित होने से जमीनी हकीकत में तत्काल किसी बदलाव की उम्मीद नहीं की जा सकती। लेकिन प्रस्ताव के पक्ष में एकजुट देशों की बढ़ती संख्या और भारत जैसे देशों का भी छूटता साथ एक ऐसी बात है जिसे अधिक समय तक नजरअंदाज नहीं किया जा सकेगा। खुद अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडन ने भी वोटिंग शुरू होने के एन पहले चेतावनी दी कि गाजा पर जिस तरह से अंधाधुंध बम



बरसाए जा रहे हैं, उससे इस्राइल तेजी से अंतरराष्ट्रीय समर्थन खोता जा रहा है। इससे पहले भी अमेरिका कह चुका है कि इस्राइल को गाजा में मानवाधिकारों के उल्लंघन से बचने के लिए और प्रयास करने चाहिए। पहली नजर में ऐसा लग सकता है कि प्रस्ताव के पक्ष में वोट देकर भारत ने अपने रुख में बदलाव किया है, लेकिन बारीकी से देखें तो प्रस्ताव का समर्थन करते हुए भी भारत ने संतुलन का ध्यान रखा है। इसका सबूत यह है कि इस्राइल ने भी संयुक्त राष्ट्र के इस प्रस्ताव पर तो नाखुशी जाहिर की, लेकिन भारत के रुख की यह कहते हुए सराहना की है कि उसने इस पर प्रस्तावित दोनों संशोधनों का समर्थन किया, भले ही दोनों संशोधन नामंजूर हो गए।

रक्षाकवच

अशोक वोहरा। भगवान गवाह है

जिस दिन यह आ जाती है उस दिन मेरी बिक्री बढ़ जाती है और उस दिन परमात्मा स्वयं मुझ पर मेहरबान हो जाता है।

धर्म-दर्शन



ग्राहक की आंखों में आंसू आ गए, उसने आगे बढ़कर दुकानदार को गले लगा लिया और बिना किसी शिकायत के अपना सौदा खरीदकर खुशी खुशी चला गया। सच्चे दिल से अगर खुशी बांटना चाहे तो कोई न कोई तरीका मिल ही जाता है। परोपकार से बड़ा कोई धर्म नहीं। जलंधर तो युद्ध में चले गए और वृंदा व्रत का संकल्प लेकर पूजा में बैठ गई। उसकी इस सच्ची निष्ठा वाले पूजा अनुष्ठान और संकल्प की वजह से जलंधर इतना ताकतवर हो गया था। या फिर ऐसा कह लो कि वृन्दा की पूजा जलंधर की रक्षाकवच बन कर रक्षा कर रही थी जिस वजह से देवता उस से जीत नहीं पा रहे थे, सारे देवता जब हारने लगे तो सब देवता भगवान विष्णु जी के पास गए।

संपादकीय

कानून में देरी

यूरोपीय संघ का प्रस्तावित कानून भी 2025 से पहले लागू नहीं हो पाएगा। लेकिन क्या यह कानून दो साल बाद प्रासंगिक रह पाएगा? खासतौर पर एआई तकनीक में विस्फोटक विकास को देखते हुए। खुद यूरोपीय संघ ने इस कानून का जो ड्राफ्ट मसौदा 2021 में जारी किया था, उसमें जनरेटिव एआई खासकर चैटजीपीटी का कोई जिक्र नहीं था। चैटजीपीटी बीते साल 30 नवंबर को जारी हुआ, जिसने यूरोपीय संघ को मसौदे में बदलाव के लिए मजबूर कर दिया। क्या अब भी बताने की जरूरत है कि दो साल बाद एआई तकनीक और रेगुलेशन में कौन आगे रहेगा? एआई के इस लुभावने कारोबार पर दबदबे की होड़ में विकसित देश खासकर—अमेरिका, यूरोप और चीन और उनकी टेक्नॉलजी कंपनियां पीछे नहीं रहना चाहतीं। इसीलिए यूरोपीय संघ के अंदर भी एआई कानून बनाने को लेकर मतभेद थे। जर्मनी, फ्रांस जैसे देश नहीं चाहते कि एआई को लेकर कड़े कानून की वजह से उनकी कंपनियां पिछड़ जाएं। लेकिन उन पर सिविल सोसायटी और बौद्धिकों के एक वर्ग की ओर से एआई को रेगुलेट करने की मांग तेज हो रही थी, जिसे नजरअंदाज करना मुश्किल हो गया था।

युवा नोआ हरारी जैसे कई बुद्धिजीवियों को लगता है कि बेलगाम एआई के दुरुपयोग को समय रहते नियंत्रित नहीं किया गया तो यह मानव सभ्यता के भविष्य के लिए सबसे बड़ी दुर्घटना साबित हो सकती है।

जिंदगी पर एआई का असर

आनंद प्रधान।।

संयोग देखिए कि पिछले सप्ताह आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस खासकर Generative AI के सबसे चर्चित चौटबॉट—ChatGPT को बाजार में आए एक साल पूरे हुए। दूसरी ओर, यूरोपीय संघ के 27 देशों के बीच 37 घंटे की मेराथन बैठक के बाद शुक्रवार की रात एआई कानून के प्रावधानों पर सहमति बन गई। यह इस मायने में ऐतिहासिक घटना है कि यूरोपीय संघ पहला बड़ा और महत्वपूर्ण महादेश है, जिसने एआई से जुड़े खतरों को देखते हुए उसके गले में घंटी बांधने की पहल की है। पिछले एक साल में ChatGPT और उससे मिलते-जुलते जेनरेटिव एआई के कई और चैटबॉट ने जैसे दुनिया ही बदल दी है। राजनीति, कारोबार और शिक्षा से लेकर पुलिसिंग, स्वास्थ्य और आम जन-जीवन का शायद ही कोई क्षेत्र बचा है, जो एआई से प्रभावित नहीं हुआ है। ये चैटबॉट कई सीमाओं के बावजूद न सिर्फ इंसानी बुद्धि को टक्कर दे रहे हैं बल्कि अनेक इंसानी बौद्धिक कार्यों को सेकंड में पूरा कर रहे हैं।

जानि-मानी मैगजीन 'इकॉनमिस्ट' ने ChatGPT को 'वर्ष के शब्द' के खिताब से नवाजा है। लेकिन एआई जहां एक बड़े बदलाव वाली तकनीक के रूप में कई संभावनाओं के दरवाजे खोल रही है, वहीं इससे जुड़े खतरों को लेकर



घिंताएं भी बढ़ रही हैं। युवा नोआ हरारी जैसे कई बुद्धिजीवियों को लगता है कि बेलगाम एआई के दुरुपयोग को समय रहते नियंत्रित नहीं किया गया तो यह मानव सभ्यता के भविष्य के लिए सबसे बड़ी दुर्घटना साबित हो सकती है।

अगले साल अमेरिका, भारत, ब्रिटेन, इंडोनेशिया, मैक्सिको, ताइवान समेत दुनिया के कई बड़े और महत्वपूर्ण देशों में राष्ट्रपति या संसदीय चुनाव होने जा रहे हैं। इन्हें 'एआई चुनाव' कहा जा रहा है, जिसमें Generative एआई का बड़े पैमाने पर इस्तेमाल होगा। लेकिन उसके दुरुपयोग जैसे डीपफेक, अफवाहों की बमबारी और कॉन्सपिरेसी थिअरी को भायुक अपील के साथ टारगेट ऑडियंस तक पहुंचाने की आशंकाएं भी बढ़ती जा रही हैं। यह लोकतांत्रिक

प्रक्रिया को ध्वस्त कर सकता है। इसलिए यूरोपीय संघ का एआई को रेगुलेट करने के लिए कानून बनाने का फैसला महत्वपूर्ण है। दरअसल, इसके कई सदस्य उन चुनिंदा विकसित देशों में शामिल हैं, जहां की बड़ी टेक्नॉलजी कंपनियां ज्यादा से ज्यादा तेजतर्र और एडवांस एआई मशीन विकसित करने की वैश्विक होड़ में शामिल हैं। ये कंपनियां अमेरिका से लेकर यूरोप तक में एआई के नियमन को रोकने के लिए लॉबी कर रही हैं। उनकी दलील है कि इससे एआई के क्षेत्र में शोध, इनोवेशन और विकास पर नकारात्मक प्रभाव पड़ेगा। उनमें उसे कब्जाने की होड़ मची है। ब्लूमबर्ग इंटेलिजेंस की रिपोर्ट के मुताबिक, केवल Generative AI का कारोबार अगले दस सालों में सालाना औसतन 42 फीसदी की वृद्धि दर के साथ बढ़कर 2032 तक 1.3 खरब डॉलर का हो जाएगा।

कंसल्टेंसी कंपनी प्राइस-हाउस कूपर्स के मुताबिक, एआई के बढ़ते इस्तेमाल से उत्पादकता और उपभोग में जो बढ़ोतरी होगी, उससे साल 2030 तक वैश्विक अर्थव्यवस्था में एआई का योगदान 15.7 खरब डॉलर तक पहुंच जाएगा। जो चीन और भारत की कुल मौजूदा जीडीपी से भी ज्यादा है। यही नहीं, सिर्फ एआई के कारण वर्ष 2030 तक दुनिया के कई विकसित देशों की ञ्चक में 26 फीसदी की बढ़ोतरी होने का अनुमान है।

अष्टयोग-5078						
1	3		4	5	7	
	25	7	32		36	
	2		6	3		4
3	31	6	32		33	
	5			1		7
5	37	5	31		30	
	5		3	2	7	

अष्टयोग 5077 का हल						
4	3	2	7	6	1	5
5	33	7	35	1	28	3
1	6	5	4	3	7	2
2	35	3	35	7	32	6
7	5	6	3	4	2	1
6	33	1	31	5	30	4
3	1	4	6	2	5	7

अपना ब्लॉग

चीन का डर

मोहन। कंपनियों ने अपनी सरकारों को समझा दिया है कि अगर उन्होंने एआई को रेगुलेट किया तो वे न सिर्फ अपने प्रतिद्वंद्वियों से पीछे रह जाएंगी बल्कि चीन इस दौड़ में बहुत आगे निकल जाएगा। इसलिए ब्रिटेन की पहल पर पिछले महीने अमेरिका, यूरोप, भारत और चीन की भागीदारी के साथ आयोजित एआई सुरक्षा शिखर सम्मेलन में वे AI के खतरों को रोकने के लिए अंतरराष्ट्रीय सहयोग के कोरे एलान से आगे नहीं बढ़ पाए। इसी तरह स्वीडन में बीते मई में अमेरिका और यूरोपीय संघ के बीच हुई बैठक में जल्द ही एआई के सुरक्षित विकास के लिए एक संयुक्त आचारसंहिता बनाने का एलान किया गया, जो आज तक जारी नहीं हो सका है। वैश्विक भू-राजनीति में दबदबे की होड़ और परस्पर अविश्वास के बीच एआई के रेगुलेशन पर बड़े और विकसित देश गंभीर नहीं हैं। यही कारण है कि अमेरिका से लेकर यूरोपीय संघ और भारत-चीन जैसी उभरती हुई अर्थव्यवस्थाओं में एआई को रेगुलेट करने की जरूरत से लेकर रेगुलेशन के मॉडल, प्रक्रिया और प्रावधानों तक पर बहस छिड़ी हुई है।





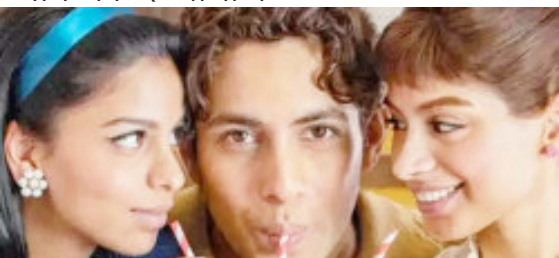
आखिरकार रुबीना दिलैक ने दिखाई जुड़वा बेटियों की पहली फोटो

बिग बॉस 14 की विनर रुबीना दिलैक ने अपनी जुड़वा बच्चियों की पहली झलक शेर की है। रुबीना दिलैक और अभिनव शुक्ला की बच्चियां एक महीने की हो चुकी हैं और इस खास मौके पर उन्होंने बच्चियों को दिखाई है। रुबीना ने ये भी बताया है कि उन्होंने अपनी दोनों बेटियों का नाम क्या रखा है। बच्चों की तस्वीरें शेर करते हुए उन्होंने घर में हुए हवन की भी झलकियां दिखाई हैं। बता दें कि 16 दिसंबर को रुबीना ने जुड़वा बेटियों को जन्म दिया था। रुबीना ने बेटियों के नामकरण पर इन तस्वीरों को शेर कर लिखा है, श्ये बताते हुए हमें काफी खुशी हो रही है कि हमारी बेटियां, जीवा और एधा आज एक महीने की हो गई हैं, गुरुपर्व के शुभ अवसर पर ब्रह्मांड ने हमें आशीर्वाद दिया। हमारी एंजल्स को अपनी तरफ से शुभकामनाएं भेजें। रुबीना ने बच्चे के नामकरण के मौके पर घर में हवन पूजा भी रखी थी, जिसकी तस्वीर भी उन्होंने शेर की है। इसके अलावा दोनों बच्चियों के नन्हें हाथों की झलक भी उन्होंने दिखाई है। बच्ची के एक हाथ में फूल की कली दिख रही है। रुबीना दिलैक ने अपने प्रेग्नेंसी पीरियड को काफी इंजॉय किया है। उन्होंने प्रेग्नेंसी के दौरान सोशल मीडिया पर पिछले दिनों अपने बेबी बम्प की कई तस्वीरें शेर की थीं। एक्ट्रेस ने प्रेग्नेंसी की पूरी जर्नी सोशल मीडिया पर शेर की थी। उन्होंने नौवें महीने में फैंस को बताया था कि वो जुड़वा बच्चों की मां बनने वाली हैं।

बाँबी देओल के गाने जमाल कुडू पर सनी देओल ने किया डांस

संदीप रेड्डी वांगा की फिल्म एनिमल लगातार इन दिनों चर्चा में हैं। इस फिल्म में बाँबी देओल के रोल को भी काफी पसंद किया गया था। इतना ही नहीं, उनके ऊपर फिल्माए गए गाने शजमाल कुडू ने भी खूब तहलका मचाया है। अब तक करोड़ों रील इस गाने पर बन चुकी है। तो अब बाँबी देओल के गाने का फितूर उनके बड़े भाई सनी देओल के सिर भी चढ़ चुका है। आइए दिखाते हैं सनी देओल का डांस वीडियो। क्रिसमस के मौके पर सनी देओल ने एक प्यारा सा डांस वीडियो शेर किया। उन्होंने भाई बाँबी देओल के गाने जमाल कुडू पर टेडी बियर लेकर डांस भी किया। उन्होंने ये भी कहा कि ये टेडी बियर उन्हें काफी पसंद है। साथ ही वह इस गाने का हुक स्टेप भी करते नजर आए। सनी देओल के वीडियो को देखने के बाद तमाम फैंस ने तो कमेंट किया ही। साथ ही उनकी को-एक्ट्रेस अमीषा पटेल ने भी रिप्लाइ किया। अमीषा ने कहा कि सनी देओल किसी भी टेडी बियर से कहीं ज्यादा क्यूट हैं।

मनोज बाजपेयी को पसंद नहीं आई सुहाना खान की द आर्चीज



एक्टर मनोज बाजपेयी ने कहा है कि उन्हें जोया अख्तर की फिल्म द आर्चीज बिल्कुल भी पसंद नहीं आई। हाल ही उन्होंने यह फिल्म बेटी के साथ बैठकर देखी थी। द आर्चीज 7 दिसंबर को ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटपिलक्स पर रिलीज हुई थी। इससे शाहरुख खान की बेटी सुहाना और अमिताभ बच्चन के नाती अगस्त्य नंदा ने एक्टिंग डेब्यू किया था। बोनी कपूर की बेटी खुशी की भी यह डेब्यू फिल्म थी। रिलीज होने पर द आर्चीज को मिला-जुला रिव्यू मिला था। हालांकि सुहाना खान और अगस्त्य नंदा की खूब तारीफ हुई थी। पर यह फिल्म मनोज बाजपेयी को बिल्कुल पसंद नहीं आई। उन्होंने इसकी वजह भी बताई है। मनोज बाजपेयी ने बताया कि उन्होंने बेटी के साथ बैठकर नेटपिलक्स पर द आर्चीज देखी थी। इसका एक्सपीरियंस कैसा रहा, इस बारे में एक्टर ने कहा, श्मेरी बेटी श्द आर्चीज देख रही थी। आजकल ज्यादातर बच्चे अंग्रेजी में बात करते हैं, इसलिए मैं उसे डांट रहा था कि तुम हिंदी बोला करो। मैंने उससे पूछा कि तुम्हें यह फिल्म कैसे अच्छी लग रही है? उसने कहा कि ठीक है। और तब तक मैं इस फिल्म को 50 मिनट तक देख चुका था। आपको यह कैसा लगा? उसने कहा, ठीक है, और तब तक, मैं इसे 50 मिनट तक देख चुका था।

आमिर खान की बेटी आइरा का प्री वेडिंग फंक्शन हुआ शुरू

आमिर खान की बेटी आइरा खान की शादी को बस कुछ ही गिने-चुने दिन बचे हैं। 3 जनवरी को आइरा अपने बॉयफ्रेंड नूपुर शिखरे संग शादी के बंधन में बंधने जा रही हैं। शादी से पहले दोनों के प्री वेडिंग फंक्शंस की शुरुआत हो चुकी है। इस प्री वेडिंग फंक्शंस की कई खूबसूरत तस्वीरें सामने आई हैं जिनमें सबकुछ बेहद ट्रिशनल नजर आ रहा है। इन झलकियों में होनेवाले दूल्हा और दुल्हन बेहद खुश नजर आ रहे हैं। आइरा की फ्रेंड और एक्ट्रेस मिथिला पालकर भी इस फंक्शन में मौजूद रहीं और उन्होंने भी कुछ झलकियां सोशल मीडिया पर पोस्ट की हैं। आइरा ने भी इंस्टाग्राम स्टोरी पर कई तस्वीरें और कुछ वीडियो भी शेर किए हैं।

कुछ वीडियो भी शेर किए

आइरा खान अगले साल की शुरुआत में 3 जनवरी को ही नूपुर शिखरे संग शादी रचाने जा रही हैं। आइरा एक मराठी फैमिली का हिस्सा बनने जा रही हैं और इसे लेकर काफी खुश हैं। आइरा अक्सर मराठी में बोलकर अपनी ये खुशी जाहिर भी करती हैं। आइरा ने प्री वेडिंग की इन तस्वीरों के बीच कुछ वीडियो भी शेर किए हैं।

मेहमानों ने केले के पत्तल पर खाया खाना

इन वीडियो में से एक वीडियो ऐसा है जिसमें सभी टेबल कुर्सी पर बैठकर केले के पत्तों पर खाना खा रहे हैं। इस दौरान वीडियो में आमिर खान की एक्स वाइफ किरण राव और



बेटा आजाद भी दिख रहा है।

एयरपोर्ट पर नूपुर का स्वागत

इसके अलावा एक वीडियो में एयरपोर्ट पर नूपुर के मुंबई पहुंचने की झलकियां हैं जिसे संभवतः कैमरे से आइरा ने खुद शूट किया है। नूपुर के चेहरे पर वो खुशियां साफ-साफ नजर आ रही हैं।

माता-पिता की मेहमानों से गुजारिश

हाल ही में आइरा और नूपुर की शादी का कार्ड सामने आया था जिसमें सबसे नीचे आमिर खान और उनकी पहली पत्नी रीना दत्ता का नाम था। वहीं इस कार्ड में मेहमानों से ये भी रिक्वेस्ट किया गया था कि वे दूल्हा और दुल्हन को सिर्फ आशीर्वाद दें, उनके लिए कुछ लेकर न आए।

गुपचुप शादी रचाने पर श्रुति हासन ने तोड़ी चुप्पी



मशहूर एक्ट्रेस श्रुति हासन इन दिनों अपनी फिल्म रसलारश को लेकर चर्चा में हैं। प्रभास संग उनकी ये फिल्म बॉक्स ऑफिस पर डंका बजा रही है। इस बीच श्रुति हासन अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर भी चर्चा में आ गईं। बीते दो दिन से गॉसिप्स चल रहे थे कि एक्ट्रेस ने गुपचुप शादी कर ली है। कमल हासन और सारिका की बेटी को लेकर कहा जा रहा था कि उन्होंने बॉयफ्रेंड शांतनु संग सीक्रेट शादी की है। अब इन सब खबरों पर खुद श्रुति हासन ने रिप्लाइ किया है।

हुआ ये था कि बॉलीवुड के बेस्ट फ्रेंड कहलाए जाने वाले अवत्रमणि उर्फ ओरी ने ही ऐसी बात कही थी कि श्रुति हासन और शांतनु हजारिका की शादी की बात शुरू हुई थी। ओरी ने रेटिड पर आस्क भी एनिथिंग का सेशन रखा। जहां उन्होंने एक जवाब में शांतनु को उनका पति बता दिया था। बस यही से एक्ट्रेस की गुपचुप शादी की बातें शुरू हो गई थी।

जो मुझे नहीं, वो जरा शांत बैठिए

श्रुति हासन ने इंस्टाग्राम पर पोस्ट करके इन अफवाहों को खारिज किया है। उन्होंने कहा, श्में शादीशुदा नहीं हूँ। जो हमेशा अपनी चीजों को लेकर इतना ओपन रहता है। भला ये सब कैसे छिपा सकता है। तो जो लोग मुझे नहीं जानते प्लीज शांत हो जाइए।

श्रुति हासन के बॉयफ्रेंड और रिलेशनशिप

कमल हासन की बेटी श्रुति हासन पिछले तीन साल से शांतनु हजारिका के साथ रिलेशनशिप में हैं। साल 2020 में दोनों का अफेयर शुरू हुआ था। वह हमेशा से ही अपने प्यार को लेकर मुखर रही हैं। आए दिन वह बॉयफ्रेंड संग तस्वीरें भी शेर करती हैं।

श्रुति हासन का एक्स बहयफ्रेंड

शांतनु से पहले श्रुति हासन लंदन के इतावली मूल के एक्टर माइकल कोर्सल को डेट कर रही थीं। मगर साल 2019 में दोनों का रिश्ता टूट गया। इस ब्रेकअप के कुछ दिन बाद वह शांतनु से मिली और दोनों को प्यार हो गया।

दांतों के बीच फंसी गंदगी आएगी बाहर, मोती सी चमकेगी बत्तीसी



गम हेल्थ के लिए फायदेमंद

मसूड़ों से खून आना, मसूड़ों में दर्द और सूजन होना आम ओरल प्रॉब्लम्स हैं। नमक का पानी मसूड़ों की सूजन और दर्द को कम करने में मदद करता है। नमक में एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-सेप्टिक प्रॉपर्टीज होती हैं। इसलिए यह मसूड़ों से खून आने की समस्या के लिए कारगर उपचार है। इसके लिए आपको एक गिलास हल्के गर्म पानी में नमक मिलाकर कुल्ला करें। इसे दिन में दो से तीन बार दोहराएं।

अपने दांतों को साफ करके मुंह का स्वास्थ्य सही रखा जा सकता है। इसके लिए आप घर में ही होममेड माउथवॉश बना सकते हैं, जो कि मुंह की पूरी सफाई करेगा और इंफेक्शन से बचाएगा। आइए इसकी विधि जानते हैं।

ओरल हेल्थ को बनाए रखने के लिए दो बार ब्रश करना ही काफी नहीं। इसके अलावा, मसूड़ों का स्वास्थ्य, जीभ की सफाई और मुंह के कोनों में फंसे खाने की सफाई करना भी जरूरी है, नहीं तो ये चीजें मुंह के स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं का कारण बन सकती हैं।

किचन में तैयार करें माउथवॉश नींबू को निचोड़कर उसका रस निकालें और एक चुटकी नमक के साथ एक गिलास पानी में घोल लें। मुंह की बदबू को दूर करने के लिए इस पानी से दिनभर में दो से तीन बार कुल्ला करें।

मुंह की सफाई का रखें ध्यान नींबू और नमक दोनों में एंटीबैक्टीरियल गुण पाया जाता है। इसका सेवन मुंह से आने वाली बदबू की समस्या से निजात दिलाता है। मुंह से बदबू आने की समस्या ओरल हेल्थ से जुड़े अन्य रोगों का लक्षण भी हो सकती है। इसलिए जब यह समस्या घरेलू उपचार के जरिए न ठीक हो, तो डेंटिस्ट की सलाह लें।

मुंह की बदबू से बचाव के टिप्स ब्रश करने का सही तरीका अपनाएं। जब लगे कि टूथब्रश के ब्रिसल्स मुड़ने लगे हैं, तो समझ लें कि ब्रश बदलने का समय आ गया है।

बिना शुगर वाली च्युइंग गम चबाने से दांतों की सफाई में मदद मिलती है। अगर आप खाना खाने के बाद ब्रश नहीं कर पाती हैं, तो आप इस उपाय को अपना सकती हैं। इससे मुंह में सलाइवा प्रोडक्शन यानी लार बढ़ाने में भी मदद मिलती है। केफीन और चाय का सेवन कम कर दें। कॉफी दांतों के रंग को डार्क करती है। खूब सारा पानी पिएं।



सिर से पैर तक भर जाएगा अमिनो एसिड, कमजोरी-थकान होगी दूर

प्रोटीन के लिए लोग सप्लीमेंट, चिकन, मटन, अंडे के पीछे भागते हैं। आप इन चीजों के बिना भी प्रोटीन पा सकते हैं और पैसे बचा सकते हैं। आपको इनसे सस्ती और पौष्टिक सब्जियों में भरपूर ताकत मिल जाएगी। एक औसतन स्वस्थ व्यक्ति को इतने ही प्रोटीन की जरूरत होती है, जिससे वो कमजोरी आने से रोक सके। प्रोटीन क्या है और इसका काम? प्रोटीन एक मैक्रो न्यूट्रिएंट है जिसकी शरीर को बहुत ज्यादा जरूरत होती है। यह कई तरह के अमिनो एसिड से बना होता है, इसलिए पचने के बाद इसी रूप में टूट जाता है और बाँड़ी सेल्स इस्तेमाल कर लेती हैं। सब्जियों और फलियों से प्रोटीन के साथ फाइबर, विटामिन, मिनरल्स और लो कैलोरी मिलती है। जिस वजह से यह चिकन-मटन से बेहतर माना जा सकता है। लोबिया राजमा और सोयाबीन का भाई लगता है और प्रोटीन के मामले में भी वैसा ही है। इसके अंदर प्रोटीन के साथ फाइबर, हेल्दी कार्ब्स, आयरन, सोडियम मिलता है। कुछ रिपोर्ट इसमें कैल्शियम, मैग्नीशियम, विटामिन ए, पोटैशियम के ट्रेस होने की बात भी कहते हैं। अगर आपको लैक्टोज इनटॉलरेंस है और दूध-पनीर नहीं खा सकते हैं तो टेम्पे और टोफू का सेवन करें। यह सोयाबीन से तैयार किए जाते हैं और अच्छी खासी मात्रा में ताकत के पोषक तत्व देते हैं। आपको जानकर हैरानी होगी कि यह पनीर जैसे दिखते हैं और उसके सारे फायदे देते हैं। क्या आपने कभी कच्ची और हरी सोयाबीन खाई है। ये ताकत और मजबूती का भंडार है। इसे फलियों की तरह बनाकर आराम से खाया जाता है।

शरीर को कंकाल होने से बचाना है तो खाना शुरू करें ये चीजें

शरीर को स्वस्थ रखने और उसके बेहतर कामकाज के लिए आयरन, कैल्शियम और प्रोटीन की तरह विटामिन बी12 की भी सख्त जरूरत होती है। इसकी कमी के बिना शरीर कमजोर और बीमार हो सकता है। भारत में रुपों और महिलाओं दोनों में विटामिन बी12 की कमी एक साइलेंट महामारी के रूप में उभर रही है। इसका सबसे बड़ा कारण खाने-पीने और रहने-सहन से जुड़ी खराब आदतें हैं। विटामिन बी12 क्या है? विटामिन बी12 को कोबालामिन भी कहा जाता है। यह रेड ब्लड सेल्स बनाने, डीएनए बनाने और न्यूरोलॉजिकल हेल्थ के लिए जरूरी है। इसकी कमी से कई प्रकार के लक्षण और स्वास्थ्य संबंधी जटिलताएं हो सकती हैं, जिनमें हल्की थकान और कमजोरी से लेकर गंभीर तंत्रिका संबंधी विकार और एनीमिया तक शामिल हैं। विटामिन बी12 की कमी के कारण शरीर में कई संकेत और लक्षण महसूस हो सकते हैं जिनमें थकान, कमजोरी, सुन्नता, झुनझुनी संवेदनाएं और संज्ञानात्मक कठिनाइयां शामिल हैं।

12 महीने से पहले का शहद को हाथ भी न लगाएं



माना जाता है कि अगर आपका खान-पान बढ़िया है, तो बीमार होने और लंबा जीवन जीने के चांस बढ़ जाते हैं। इस बात को मेडिकल भी मानता है। आप क्या खाते-पीते हैं, इससे तय होता है कि आप कितने बीमार होंगे, आपका शरीर कितना मजबूत होगा और आप कितने साल जी सकते हैं। अधिकतर संक्रमण और बीमारियां आपके खाने-पीने की आदतों से जुड़ी हुई हैं। तेजी से वजन बढ़ना, इम्यूनिटी कमजोर होना, जल्दी से डायबिटीज, कैंसर, हाई बीपी और थायराइड जैसी घातक बीमारियों की चपेट में आना, सब कुछ की बड़ी जड़ आपके खाने की गलत आदतें हैं। सेंटर फॉर डिजीज ने रोजाना खाए-पिए जाने वाले कुछ खाद्य पदार्थों को सेहत के लिए बहुत ज्यादा खतरनाक माना है। सीडीसी के अनुसार, जब तक आपका बच्चा 12 महीने का न हो जाए, तब तक उसे शहद न दें। इसकी वजह यह है कि शहद बोटुलिज्म नामक गंभीर फूड पॉइजनिंग का कारण बन सकता है। इस उम्र से पहले अपने बच्चे को शहद न चटाएं। संस्था का मानना है कि आपको एडेड शुगर वाले फूड्स और ड्रिंक्स से बचना चाहिए। आपको मीठे पेय पदार्थ, डेजर्ट, मीठी चीजें जैसे आइसक्रीम, पेस्ट्री और कूकीज आदि का कम सेवन करना चाहिए। इनके अलावा मफिन, फ्लेवर्ड योगर्ट आदि का भी सेवन न करें। खासकर अपने बच्चों को इन चीजों से दूर रखें।

याददाश्त तेज करने की गारंटी है, कंप्यूटर से भी तेज कर देगा दिमाग

अगर आपको भूलने की बीमारी है तो उसे बहुत आसानी से दूर किया जा सकता है। यह समस्या अक्सर बुढ़ापे में देखने को मिलती थी मगर आजकल जवान लोगों का दिमाग भी सुस्त हो गया है। दिमाग की इस कमजोरी को दूर करने के लिए 5 काम करने चाहिए। न्यूरोलॉजिस्ट और हेल्थ कोच डॉ. प्रियंका शेरवत ने दिमाग के लिए 5 हेल्थ टिप्स बताए हैं। यह टिप्स काफी असरदार हैं और शार्प ब्रेन के लिए बहुत महत्वपूर्ण भी हैं। डॉ. ने बताया कि इनमें से पांचवा काम सबसे बढ़िया रिजल्ट दिखाता है।

रिवीजन

तेज याददाश्त के लिए रिवीजन जरूरी होता है। आप किसी चीज या जानकारी को बार-बार दोहराते हैं तो उसके ज्यादा समय तक याद रहने की संभावना बढ़ जाती है। डॉ. प्रियंका ने बताया जितनी बार आप किसी चीज को रिपीट करते हैं आपके सिनेप्सिस उतने मजबूत हो जाते हैं।

म्यूजिक

म्यूजिक का मेमोरी पर बहुत शानदार असर पड़ता है और कई शोध इस बात की पुष्टि करते हैं। हार्वर्ड के मुताबिक म्यूजिक सुनने या परफॉर्म करने पर दिमाग का वो हिस्सा एक्टिवेट होता है जो मेमोरी, इमोशन, स्पीड और रिवाइड को कंट्रोल करता है।



एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)



नई स्किल सीखना

जब कोई भी नई स्किल सीखी जाती है तो दिमाग में नए सिनेप्सिस, नए एक्शन पोटेन्शियल और नए कनेक्शन बनते हैं। यह आपकी याददाश्त और दिमाग के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। यही कारण है कि बच्चों का दिमाग काफी तेज होता है क्योंकि वो रोजाना कुछ न कुछ नया सीख रहे होते हैं।

सेंसेज

सेंसेज आपकी इंद्रियों को कहा जाता है। जितना संभव हो सके आपको अपने सारे संसेज का इस्तेमाल करना चाहिए, जिसमें आंख, कान, नाक, स्वाद और स्पर्श आते हैं। उदाहरण के लिए अगर आप किसी सिलेक्स को याद कर रहे हैं तो उसे बोल-बोलकर करें। ऐसे आप आंख, मुंह और कान का इस्तेमाल कर पाएंगे और लंबे समय तक पढ़ाई याद रख सकते हैं।

मेडिटेशन

मेडिटेशन करने से दिमाग शांत और रिलैक्स होता है। यह तनाव और चिंता को मिटाने का काम करता है। लेकिन कुछ शोध में देखा गया है कि जो लोग रोजाना 20 मिनट मेडिटेशन करते हैं उनकी मेमोरी पावर ज्यादा होती है। यह दिमाग की शक्ति बढ़ाने का पक्का तरीका है।



शतक जड़कर गैरी कर्स्टन के क्लब में मारी एंड्री

डीन एल्गर ने सेंचुरियन में पहली सेंचुरी ठोकी। वहीं, एल्गर भारत के खिलाफ अपनी सरजमीं पर टेस्ट शतक लगाने वाले दक्षिण अफ्रीका के तीसरे सलामी बल्लेबाज बन गए हैं। उनसे पहले गैरी कर्स्टन और हर्शल गिब्स ने ये कमाल किया था। भारत के खिलाफ साउथ अफ्रीका की पहली पारी में एल्गर ने शानदार बल्लेबाजी की और वह दूसरे दिन के खेल समाप्त तक 140 रन बनाकर नाबाद वापस लौटे।

डीन एल्गर ने विदाई टेस्ट सीरीज को बनाया यादगार

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारत और साउथ अफ्रीका के बीच सेंचुरियन में पहले टेस्ट के दूसरे दिन के खेल में भारत 245 रन बनाकर ऑलआउट हुआ। वहीं, साउथ अफ्रीका की टीम की तरफ से पहली पारी में डीन एल्गर ने शानदार शतक जमाया और टीम को मजबूती दिलाई। दूसरे दिन के खेल समाप्त होने तक साउथ अफ्रीका ने भारत पर 11 रन की बढ़त बना ली है। डीन एल्गर ने 141 गेंदों का सामना करते हुए शतक जमाया और उन्होंने एक बड़ा मुकाम हासिल किया। अगर बात करें सेंचुरियन में भारत और साउथ अफ्रीका के बीच खेले जा रहे पहले टेस्ट मैच के दूसरे दिन की तो साउथ अफ्रीका के बल्लेबाजों ने शानदार प्रदर्शन किया। दूसरे दिन के खेल की शुरुआत में भारतीय टीम के एल राहुल की शतकीय पारी के दम से पहली पारी में 245 रन पर ऑलआउट हो गई। इसके जवाब में साउथ अफ्रीका की टीम ने दूसरे दिन के खेल समाप्त तक 5 विकेट के नुकसान पर 256 रन बना लिए हैं। अफ्रीकी टीम भारत से 11 रन आगे हैं। साउथ अफ्रीका के अनुभवी सलामी बल्लेबाज डीन एल्गर ने चौके के साथ अपने 150 रन पूरे किए हैं। वह शानदार लय में नजर आ रहे हैं।

न्यूज डायरी



स्टीव स्मिथ-मिचेल मार्श की जोड़ी ने पाकिस्तानी गेंदबाजों की तोड़ी कमर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। ऑस्ट्रेलिया और पाकिस्तान के बीच बॉक्सिंग डे टेस्ट का तीसरे दिन का खेल खत्म हो गया है। दिन की शुरुआत पाकिस्तान की पारी के साथ हुई। दूसरे दिन पाकिस्तान की टीम अपने 6 विकेट गंवा चुकी थी। ऐसे में पाकिस्तान की पहली पारी 264 रन पर सिमट गई। ऑस्ट्रेलिया ने पहली पारी में 318 रन बनाए थे। ऐसे में ऑस्ट्रेलिया को पहली पारी में 54 रन की बढ़त हासिल हुई। पाकिस्तान की तरफ से तीसरे दिन आमेर जमाल ने सबसे ज्यादा 33 रन बनाए। शाहीन अफरीदी ने भी 21 बनाए। इससे पहले पाकिस्तान के दो बल्लेबाजों ने अर्धशतक जड़े। ऐसे में ऑस्ट्रेलियाई गेंदबाजों की ओर से कप्तान कमिस ने पांच विकेट चटकाए। इसके अलावा नाथन लियोन ने 4 विकेट और जोश हेजलवुड ने 1 विकेट अपने नाम करके पाकिस्तानी बल्लेबाज को पवेलियन भेजा। तीसरे दिन का खेल खत्म होने तक ऑस्ट्रेलिया ने 6 विकेट गंवाकर 187 रन बना लिए हैं। ऑस्ट्रेलिया की ओर से दूसरी पारी में अब तक स्टीव स्मिथ ने अपने करियर के 50वें टेस्ट की दूसरी पारी में 50 रन बनाते हुए अर्धशतक जड़ा। इसके अलावा मिचेल मार्श ने सबसे ज्यादा 96 रन बनाए। हालांकि वे अपने शतक से चूक गए। मार्श और स्मिथ ने पांचवें विकेट के लिए 153 रन की दमदार साझेदारी की। इसके बाद मार्श पवेलियन लौट गए। पाकिस्तान के गेंदबाजों ने तीसरे दिन शाहीन शाह अफरीदी और मीर हमजा ने 3-3 विकेट चटकाए। ऑस्ट्रेलिया ने अब तक दूसरी पारी के साथ 241 रन की बढ़त हासिल कर ली है।

विकेटकीपर बल्लेबाज ओपनर लिटन दास ने इतिहास रचा है

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। बांग्लादेश की टीम न्यूजीलैंड के खिलाफ टी20 मैचों की सीरीज खेल रही है। बांग्लादेश ने पहले टी20 में टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी करने का फैसला किया। इस बीच बांग्लादेश के विकेटकीपर बल्लेबाज ओपनर लिटन दास ने इतिहास रचा है। बांग्लादेश के विकेटकीपर बल्लेबाज अब टी20 में तीसरे सबसे ज्यादा रन बनाने वाले खिलाड़ी बन गए हैं। लिटन ने पूर्व कप्तान तमिम इकबाल का रिकॉर्ड तोड़ते हुए अब सबसे बड़ा स्कोर बनाने वाले तीसरे बल्लेबाज बन गए हैं। लिटन ने 24.11 की ओसत से 74 टी20 मैचों में 130.48 स्ट्राइक रेट से अब तक 1712 रन बनाए हैं। अब लिटन से पहले केवल शाकिब अल हसन और महमदुल्लाह हैं, जिन्होंने टी20 में उनसे ज्यादा स्कोर बनाया है। शाकिब ने 2382 रन बनाए हैं। इसके अलावा महमदुल्लाह ने 2122 रन बनाए हैं। बांग्लादेश के खिलाफ न्यूजीलैंड के खिलाफ पहले टी20 में 36 गेंदों में 42 रन बनाए और यह मुकाम हासिल किया। उन्होंने इस मैच में बांग्लादेश की तरफ से सबसे ज्यादा रन बनाए। उनकी इस पारी ने बांग्लादेश को 135 रन का टारगेट हासिल करने में मदद की और सीरीज में 1-0 से बढ़त हासिल की। बांग्लादेश की ओर से लिटन के अलावा सौम्या सरकार ने 22 रन बनाए। इसके अलावा कोई बल्लेबाज 20 रन का आंकड़ा पार नहीं कर सका।

शमी ने कहा कि हमने पूरे वर्ल्ड कप और फाइनल में सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन किया

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। वनडे वर्ल्ड कप में भारत को ऑस्ट्रेलिया से फाइनल मैच में हार का सामना करना पड़ा। इस बीच अब वर्ल्ड में सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले तेज भारतीय गेंदबाज मोहम्मद शमी ने विश्व कप की हार पर पहली बार खुलकर बात की। शमी ने विश्व कप में ऑस्ट्रेलिया के हाथों मिली हार को निराशाजनक बताया और कहा कि इस हार से निराश हूँ। शमी ने कहा कि भारत ने पूरे टूर्नामेंट में अपनी लय जारी रखी और फाइनल में भी बेहतरीन प्रदर्शन किया। तेज गेंदबाज ने कहा कि मैं यह नहीं बता सकता कि फाइनल में कहां चूक हुई। शमी ने कहा कि भारत की हार पर पूरा देश निराश हो था। हमने जो लय बनाई थी उसे अंत तक जारी रखने और फाइनल जीतने की पूरी कोशिश की, लेकिन हमसे कहां चूक हुई इस पर कोई सफाई नहीं दे सकती है। बता दें कि हाल ही में शमी दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ दो मैचों की टेस्ट सीरीज से बाहर हो गए हैं। शमी का सीरीज में खेलना बीसीसीआई की मेडिकल फिटनेस पर निर्भर था। ऐसे में शमी इस सीरीज में अब नहीं खेल रहे हैं। इसके साथ ही शमी ने वर्ल्ड कप में शानदार प्रदर्शन करते हुए सबसे ज्यादा 24 विकेट अपने नाम किए। हालांकि शमी को पहले 4 मैचों में टीम में जगह नहीं दी गई थी।

भारतीय टीम से बहुत बड़ी गलती हुई

क्रिकेट

रोहित शर्मा की कप्तानी पर बरस पड़े रवि शास्त्री, रणनीति पर भी उठाए सवाल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

सेंचुरियन। सेंचुरियन में खेले जा रहे साउथ अफ्रीका और भारत के बीच पहले टेस्ट में रोहित सेना की शुरुआत इतनी खास नहीं रही थी। लगातार विकेट गिर रहे थे। कोई भारतीय बल्लेबाज पिच पर टिक नहीं पा रहा था। हालांकि इसके बाद केएल राहुल ने भारतीय पारी की कमान संभाली और दमदार शतक ठोक डाला। उन्होंने 137 बॉल में 14 चौके और 4 छक्कों की मदद से 101 रन बनाए। उनके शतक के बदौलत टीम इंडिया 245 रन के स्कोर तक पहुंच गई थी। इसके बाद गेंदबाजी में भी अच्छी शुरुआत की। पहला विकेट भारत ने एडन मार्करम के रूप में 11 रन पर ले लिया था। हालांकि उसके बाद लंच हो गया था और लंच के बाद ही भारतीय टीम से बहुत बड़ी



गलती हुई, ऐसा पूर्व कोच रवि शास्त्री को लगता है। दरअसल, लंच के बाद रोहित शर्मा ने शार्दुल ठाकुर और प्रसिद्ध कृष्णा से गेंदबाजी करवाई, जो शास्त्री के सिर के ऊपर से गई। भारतीय क्रिकेट टीम के पूर्व कोच रवि शास्त्री ने कमेंट्री के दौरान कहा,

किसी भी बल्लेबाजी क्रम में, ये दोनों (शार्दुल और प्रसिद्ध) (लंच के बाद) गेंदबाजी करने वाले अंतिम विकल्प होते। शास्त्री ने आगे कहा, शयं कुछ ऐसा है जिस पर हमने कई बार चर्चा की है जब मैं कोच था। अक्सर हमने सत्र की शुरुआत में सर्वश्रेष्ठ दो गेंदबाजों के साथ की थी। अगर आप पीछे मुड़कर देखेंगे, तो भारत को लगेगा कि वह खेल के पहले आधे घंटे में एक बड़ी चाल चूक गए, जिन दो गेंदबाजों के साथ शुरुआत की, यह रणनीतिक रूप से एक बड़ी गलती थी। साउथ अफ्रीका के लिए अपनी आखिरी टेस्ट सीरीज खेल रहे डीन एल्गर का बल्ला जमकर बोल रहा है। उन्होंने भारतीय गेंदबाजों की जमकर धुनाई की और शतक ठोक डाला। इतना ही नहीं बल्कि वह अब भी नाबाद हैं और उन्होंने अपने 150 रन भी पूरे कर लिए हैं। वह 200 रन के नजदीक हैं।

जो तारीफ कर रहे, वो कल तक गाली दे रहे थे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

सेंचुरियन। भारतीय टीम के विकेटकीपर बल्लेबाज केएल राहुल ने सेंचुरियन में गजब शतक ठोका और अपने आलोचकों का मुंह बंद कर दिया। वहीं दूसरे दिन का खेल खत्म होने के बाद जब उनसे पूछा गया कि क्या आप कभी ऐसे ट्रॉल्स का जवाब नहीं देते जो आपकी आलोचना करते समय निर्दयी और कभी-कभी लाइन क्रॉस कर देते हैं?

इसका जवाब देते हुए राहुल ने कहा, ऐसा करने से मुझे क्या हासिल होगा? लोगों को जो बोलना होगा बोलेंगे। अगर आप एक पब्लिक परफॉर्मर हैं, तो आलोचना से दूर रहने के लिए प्रदर्शन ही आपका एकमात्र तरीका है। केएल राहुल ने आगे कहा,

शतकवीर केएल राहुल का छलका दर्द

सोशल मीडिया के बारे में, आप इससे जितना दूर रहेंगे, उतना ही खुश होंगे।

केएल राहुल ने दिग्गज सुनील गावस्कर द्वारा उनकी तारीफ करने पर कहा, शरारत उन्होंने (गावस्कर) ऐसा कहा है, तो यह एक बड़ी प्रशंसा है। राहुल ने कहा कि, चोट के कारण खेल से दूर रहने से उन्हें अपने व्यक्तित्व पर काम करने में मदद मिली। जब आप इंटरनेशनल क्रिकेट खेलते हैं, तो आपको न केवल एक खिलाड़ी के रूप में चैलेंज होते हो बल्कि एक व्यक्ति के रूप में भी आपको चैलेंज किया जाता है क्योंकि आपके पास एक पर्सनेलिटी है। इसलिए, जब मैं खेल से दूर था, तो मैंने एक व्यक्ति

के रूप में खुद पर काम किया। जाहिर है, मेरी मदद करने के लिए लोग थे।

केएल राहुल ने आगे अपने बयान में इस बात का भी जिक्र किया कि सोशल मीडिया पर आलोचनात्मक कमेंट्स का प्रभाव पड़ता है। लेकिन आपको पता होना चाहिए कि लाइन कहां ड्रॉ करनी है। उन्होंने कहा, शर्जा आज मेरी प्रशंसा कर रहे हैं, वह कुछ महीने पहले मुझे गाली दे रहे थे। जो कोई भी कहता है कि वह सोशल मीडिया पर प्रतिक्रियाओं से प्रभावित नहीं है, वह झूठ बोल रहा है। लेकिन आप जितना दूर रहेंगे, आपकी मानसिकता के लिए उतना ही अच्छा होगा।

साउथ अफ्रीका इस वक्त खेल में आगे चल रही है। वहीं राहुल ने कहा कि इस पिच पर बल्लेबाजी करना आसान हो गया है।

भारत में अपने अंतरराष्ट्रीय मैच खेलना चाहती है अफगान टीम

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) सेंचुरियन। अफगानिस्तान क्रिकेट बोर्ड (एसीबी) भारत में फिर से अपने टूर्नामेंट आयोजित कराने के लिए भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) के संपर्क में है। इससे पहले एसीबी अपने टूर्नामेंट भारत में लखनऊ, ग्रेटर नोएडा और देहरादून में आयोजित कर चुका है। हालांकि पिछले साल से उसने अपनी मेजबानी वाले अंतरराष्ट्रीय मैच संयुक्त अरब अमीरात में खेले हैं। 2021 के अगस्त में अफगानिस्तान में तालिबान का प्रभुत्व हो गया था और इसके बाद से एसीबी ने अपना रुख बदला था। पिछले साल नवंबर में एसीबी ने यूएई में अगले पांच साल तक अपनी घरेलू सीरीज कराने का करार किया था, लेकिन अब उसका मन फिर बदला हुआ नजर आ रहा है। एसीबी के सूत्रों के अनुसार अफगानिस्तान क्रिकेट टीम को अगले साल टी-20 विश्व कप के बाद जुलाई में बांग्लादेश के विरुद्ध टेस्ट और सीमित ओवरों के क्रिकेट की सीरीज खेलनी है।



संक्षिप्त समाचार

श्रद्धा पूर्वक मनाया गया छोटे साहिबजादे व माता गुजर कौर का शहीदी दिवस

संवाददाता देहरादून। गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा आडल बाजार में साहिबजादा बाबा जोरावर सिंह, बाबा फतेह सिंह व माता गुजर कौर जी के शहीदी दिवस पर विशेष दीवान सजाया गया। प्रातः नितनेम के पश्चात हजुरी रागी कंवरपाल सिंह ने आसा दी वार का शबद पहिला मरण कबूल जीवण की छडि आस व मन रे कउन कुमत तै लीनी का गायन किया। कार्यक्रम में विशेष रूप से गुरुद्वारा साहिब जी के हैंड ग्रंथी ज्ञानी शमशेर सिंह ने कहा कि गुरु गोविन्द सिंह जी के छोटे साहिबजादों ने सुबा सरहेंद की गुलामी नहीं स्वीकार की। हमें सबको अपने धर्म में पके रहने की शिक्षा दी, हंसते हुए दीवार में चिनवा कर देश धर्म के लिए शहादत दी। विंटेज कार रैली से दिया पर्यटन का संदेश

संवाददाता देहरादून। परिवहन विभाग की ओर से विंटेज लाइन कारनिवाल-2023 के तहत विंटेज कार रैली का आयोजन किया गया। रैली के माध्यम से पर्यटन को बढ़ावा देने का संदेश दिया गया। काबीना मंत्री गणेश जोशी ने फ्लैग ऑफ कर रैली को रवाना किया। रैली मसूरी डायवर्टन से शुरू हुई, जो मसूरी माल रोड के बाद विंटेज लाइन कारनिवाल में पहुंची। मंत्री गणेश जोशी ने कहा कि 2013 की आपदा के बाद उत्तराखंड में पर्यटन कारोबार ठप हो गया था। ऐसे में मसूरी में विंटेज लाइन कारनिवाल की शुरुआत की गई। एआरटीओ राजेंद्र विराटिया ने बताया कि रैली में दस कार शामिल हुई हैं।

वुशू में उत्तराखंड की मेधा, स्मिता, ज्योति की जीत
संवाददाता देहरादून। खेले इंडिया महिला बुशू लीग नार्थ जोन चैंपियनशिप के सब जूनियर के 27 किलोग्राम वर्ग में उत्तराखंड की मेधा भट्ट ने पंजाब की खिलाड़ी प्रकशिता को हराकर अगले राउंड में प्रवेश कर लिया है। दून में परेड ग्राउंड स्थित मल्टीपरपज हॉल में दूसरे दिन गुरुवार को विभिन्न इवेंट हुए। जियांशु इवेंट में दिल्ली की शुभद्रा ने स्वर्ण पदक, हरिणाया की आराध्या ने रजत पदक जीता। ओलंपियन मनीष रावत ने खिलाड़ियों की हौसलाअफजाई की।

वित्तीय वर्ष 23 में भारतपे के राजस्व में 182 प्रतिशत की वृद्धि
संवाददाता देहरादून। फिनटेक के क्षेत्र में भारत की अग्रणी फर्म, भारतपे ने वित्तीय वर्ष 2023 के लिए अपने वित्तीय प्रदर्शन की घोषणा की, जिसमें व्यावसायिक क्षेत्रों में हुई वृद्धि और रणनीतिक प्रगति को दिखाया गया है। फिनटेक फर्म का जो रेवेन्यु वित्त वर्ष 2022 में 321 करोड़ रुपये था वह बढ़कर वित्त वर्ष 2023 में 904 करोड़ रुपये हो गया यानि कि ओपरेशन से रेवेन्यु में 182 प्रतिशत की वृद्धि हुई।

तत्काल एक प्रभावी ट्रेकिंग पॉलिसी एवं एसओपी बनाने की हिदायत

निर्देश

संवाददाता

देहरादून। राज्य में ट्रेकिंग के लिए आने वाले पर्यटकों की सुरक्षा को गम्भीरता से लेते हुए अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने उत्तराखण्ड में ट्रेकिंग एजेंसियों व कम्पनियों के रजिस्ट्रेशन की व्यवस्था को पुख्ता करने, प्रदेश में एक प्रभावी ट्रेकिंग पॉलिसी या एसओपी बनाने के साथ ही डीएफओ को ट्रेकिंग के लिए आने वाले पर्यटकों की जानकारी जिला प्रशासन एवं पुलिस विभाग के साथ अनिवार्यतः साझा करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने जिलाधिकारियों को भी इस सम्बन्ध में डीएफओ, पर्यटन विभाग तथा ईको टूरिज्म से समन्वय करने के निर्देश दिए हैं।

श्रीमती राधा रतूड़ी ने स्पष्ट किया है कि समय पर ट्रेकिंग एसओपी प्रभावी न होने की दशा में प्रदेश में आने वाले ट्रेकर्स की

■ एसीएस श्रीमती राधा रतूड़ी ने शीत लहर के सम्बन्ध में प्रशासन की तैयारियों की समीक्षा की



सुरक्षा में किसी भी प्रकार की लापरवाही की घटना के लिए वन विभाग को सीधे तौर पर उत्तरदायी ठहराया जाएगा एवं कार्यवाही की जाएगी। एसीएस ने वन विभाग को सख्त हिदायत दी है कि ट्रेकिंग एजेंसियों के लिए भी एक टोस एसओपी के साथ ही ट्रेकर्स के लिए पुख्ता सुरक्षा मापदण्ड, बीमा, प्रशिक्षित गाइड्स, स्नो इक्वपमेन्ट्स, हेल्थ सर्टिफिकेट, बेसिक मेडिसिन की तत्काल व्यवस्था को लागू किया जाए। सचिवालय में प्रदेश में शीत लहर के सम्बन्ध में प्रशासन की तैयारियों की समीक्षा के दौरान अपर

मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने विशेषरूप से निर्माणधीन स्थलों में रहने वाले जरूरतमंदों श्रमिकों के शीत लहर से बचाव एवं राहत के लिए श्रम विभाग को तत्काल सभी व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। घने कोहरे के कारण होने वाली सड़क दुर्घटनाओं के दृष्टिगत एसीएस ने हरिद्वार तथा उधमसिंह नगर जिलों में ट्रेफिक एवं पुलिस विभाग को विशेषरूप से अलर्ट मोड पर रहने की हिदायत दी है। इसके साथ ही उन्होंने फायर डिपार्टमेंट को आग की घटनाओं को रोकने के लिए सभी तैयारियां पूरी करने के

निर्देश दिए हैं। जरूरतमंदों की मदद के लिए दान किये जाने वाले गर्म कपड़ों को एकत्रित एवं वितरित करने के लिए एसीएस श्रीमती रतूड़ी ने एक पोर्टल बनाने के भी निर्देश आज की बैठक में दिए हैं।

बैठक में अपर मुख्य सचिव द्वारा लोक निर्माण विभाग को सड़कों की कनेक्टिविटी बनाए रखने, जेसीबी की व्यवस्था करने, सड़कों से पाला हटाने के लिए परम्परागत उपायों के साथ नए समाधानों पर कार्य करने निर्देश दिए गए। इस दौरान सभी जनपदों को सार्वजनिक स्थानों पर अलाव जलाने की व्यवस्था एवं कम्बलों के वितरण, अस्थाई रैनबसेरो में बिजली, पानी, बिस्तर एवं साफ-सफाई की व्यवस्था करने, इस सम्बन्ध में पृथक से नोडल अधिकारी नामित करने, सभी जनपदों में खाद्य आपूर्ति, पेयजल एवं ईंधन की जनवरी माह के अन्त तक के लिये पर्याप्त मात्रा में भंडारण करने, चिकित्सा स्वास्थ्य हेतु आपातकालीन सेवाओं की व्यवस्था सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए।

चम्पावत के लिए की गई घोषणाओं के क्रियान्वयन की समीक्षा

संवाददाता देहरादून। अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने मुख्यमंत्री जी द्वारा की गई घोषणाओं के क्रियान्वयन को जल्द से जल्द पूरा करने के लिए त्वरित कार्यवाही एवं प्रक्रियाओं के सरलीकरण पर बल दिया है। इसके साथ ही उन्होंने सभी विभागों को घोषणाओं के क्रियान्वयनधर्षित की अद्यतन स्थिति घोषणा पोर्टल पर अपडेट करने के निर्देश दिए। सचिवालय में मुख्यमंत्री जी द्वारा विधान सभा क्षेत्र चम्पावत हेतु की गई घोषणाओं के क्रियान्वयन की समीक्षा के दौरान एसीएस श्रीमती रतूड़ी ने लोक निर्माण विभाग, शहरी विकास, पर्यटन, विद्यालयी शिक्षा, सिंचाई, धर्मस्व एवं संस्कृति, चिकित्सा एवं स्वास्थ्य, ग्रामीण निर्माण, सूचना प्रौद्योगिकी, वन, राजस्व, गृह, आपदा प्रबन्धन, ऊर्जा, आवास, उच्च शिक्षा, कृषि एवं कृषक कल्याण, परिवहन, समाज कल्याण, सूचना, सैनिक कल्याण, युवा कल्याण, नागरिक उडडयन, खेल, औद्योगिक विकास विभाग के तहत की गई घोषणाओं की प्रगति की समीक्षा की।

उक्रांद ने स्थायी राजधानी गैरसँण को लेकर बनाया दबाव

मांग

■ सीएम को पत्र लिख कर राज्य से जुड़े विषयों पर जल्द फैसला लेने की मांग

■ जंगली जानवरों से खाली होते पहाड़ों की समस्याओं को जल्द किया जाए दूर

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड क्रांति दल ने मूल निवास 1950 और भू कानून के साथ ही स्थायी राजधानी गैरसँण को लेकर भी दबाव तेज कर दिया है। उक्रांद ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी को ज्ञापन भेज जल्द उक्रांद केन्द्रीय कार्यकारिणी में पास हुए

बाहर से आने वाले वाहनों पर लगाये ग्रीन टेक्स

उत्तराखंड में बाहर से आने वाले वाहनों पर ग्रीन टेक्स लगाया जाए। बाहरी निजी वाहनों के संचालन पर रोक लगायी जाए। पर्यावरण बचाने को घर घर फ्री गैस सिलेंडर पहुंचाए जाएं। बंदरों और सूअरों से किसानों को मुक्ति दी जाए। धार्मिक स्थलों के नाम पर कॉरिडोर बना कर राज्य की संस्कृति को खत्म न किया जाए। लैंड बैंक के नाम पर स्थानीय लोगों की जमीनों को हड़प न जाए।

प्रस्तावों को पर कार्रवाई की मांग की।

केंद्रीय कार्यालय प्रभारी सुनील ध्यानी ने सीएम को भेजे ज्ञापन में कहा कि केंद्रीय कार्यकारिणी की बैठक में राज्य के कई ज्वलंत मुद्दों पर गहन विचार मंथन किया गया। राज्य की जनता से जुड़े अहम प्रस्तावों को पास किया गया। अब सरकार को भी चाहिए कि वो जनहित से जुड़े इन प्रस्तावों

को जल्द से जल्द पास करे। इसके लिए सबसे पहले स्थायी राजधानी गैरसँण के मुद्दे का हल निकाला जाए। तत्काल सरकार स्थायी राजधानी गैरसँण घोषित करे।

कहा कि सामूहिक फल पट्टी विकसित की जाए। चकबंदी लागू हो। सौर ऊर्जा को प्रोत्साहित किया जाए। ऊन उद्योग को विकसित किया जाए। भ्रष्टाचारों

की जांच की जाए। खनिजों की खोज करते हुए वैज्ञानिक तरीके से संतुलित दोहन हो। पहाड़ों पर अस्पताल बनाए जाएं। पहाड़ों पर शिक्षा व्यवस्था को मजबूत करने को हर ब्लॉक में एक बॉडिंग स्कूल बनाया जाए। स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत किया जाए।

प्रदेश में 72 नए शहरों का निर्माण किया जाए। 300 यूनिट फ्री बिजली की व्यवस्था को सुनिश्चित किया जाए। किसानों को भी मुफ्त सिंचाई की सुविधा दी जाए। बड़े बांधों की बजाय बहते पानी पर छोटे बांध बनाए जाएं। सीमांत क्षेत्रों को जोड़ते हुए पर्यटन बढ़ाने को धारचूला से यमुनोत्री को सड़क निर्माण कर जोड़ा जाए।

पेयजल के निजीकरण के खिलाफ आंदोलन का ऐलान

संवाददाता देहरादून। पेयजल सप्लाई सिस्टम को निजी हाथों में देने के खिलाफ कर्मचारियों ने आंदोलन का ऐलान कर दिया है। इसके लिए दोनों पेयजल एजेंसियों जल संस्थान और जल निगम के कर्मचारी संगठन एकजुट हो गए हैं। योजनाओं का संचालन निजी हाथों में देने के खिलाफ आंदोलन की रणनीति बनाई गई। पेयजल निगम के कमला नगर कार्यालय में हुई बैठक में जल संस्थान कर्मचारी संगठन और जल निगम कर्मचारी संघ के पदाधिकारियों की संयुक्त बैठक हुई। बैठक में एडीबी फंडिंग एजेंसी को पेयजल और सीवरेज योजनाओं के निर्माण और उनके संचालन का जिम्मा देने का तीखा विरोध किया गया। कर्मचारी संगठन के महामंत्री रमेश बिजौला ने कहा कि सरकार की अपनी एजेंसियां होने के बावजूद 18 साल के लिए पूरा काम निजी हाथों में देने का निर्णय समझ से परे है।

In a Digital World Why To wait for a Howker

Supporting Devices

All Apple Touch Phones & Tablets
All Android Touch Phones & Tablets
All Window & BlackBerry Touch Phones 10+

Visit Us at <https://www.page3news.co>

Read News
Watch News Channel

Scan This Code

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के. प्रिंटर्स, 74/9, आराध, देहरादून
से मुद्रित
व जाखन जोहड़ी रोड,
पी.ओ.-राजपुर, देहरादून से प्रकाशित।
संपादक: प्रदीप चौधरी

सिटी कार्यालय:
शिवम् मार्केट, द्वितीय तल
दर्शनलाल चौक, देहरादून।

(M) 9319700701
pagethreedaily@gmail.com
आर.एन.आई.नं०
UTTHIN/2005/15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून ही मान्य होगा।