देहरादून,पौड़ी-गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित

www.page3news.in

नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 222 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार-प्रवाह...
डर का शासन

पेज थ्री

देहरादून, बुधवार, 11 दिसंबर 2024

मौसम अधिकतम 21.0° न्यूनतम 08.0°

82924.41

2 फिलीपींस में फटा ज्वालामुखी

7 कोहली करेंगे ब्रैडमैन के रिकॉर्ड की बराबरी

आसन का सम्मान करना सीखे विपक्ष

जगदीप धनखड़ के खिलाफ विपक्ष के अविश्वास प्रस्ताव पर किरेन रिजिजू का पलटवार

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। राज्यसभा के सभापति जगदीप धनखड़ के खिलाफ विपक्षी दलों द्वारा अविश्वास प्रस्ताव लाने के फैसले पर अब राजनीतिक गहमागहमी भी शुरू हो गई है। संसदीय कार्य मंत्री किरेन रिजिजू ने इसे लेकर विपक्ष पर निशाना साधते हुए कहा है कि बहुमत एनडीए के पास है। प्रस्ताव रद्द हो जाएगा। हम सुनिश्चित करेंगे कि इस तरह के एक्शन को स्वीकार न किया जाए। केंद्रीय संसदीय कार्यमंत्री किरेन रिजीजू ने उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ को हटाने के लिए विपक्षी गठबंधन 'इंडिया' द्वारा मंगलवार को नोटिस सौंपने के कदम को ''बेहद अफसोसजनक'' करार दिया। उन्होंने कहा कि सरकार को धनखड़ पर बहुत गर्व है।

रिजिजू ने कहा कि उपराष्ट्रपति और राज्यसभा के पदेन सभापति बहुत पेशेवर और निष्पक्ष हैं। रिजिजू ने कहा, विपक्ष ने आसन की गरिमा का अनादर किया है, चाहे वह राज्यसभा हो या लोकसभा। कांग्रेस पार्टी और उनके गठबंधन ने लगातार आसन के निर्देशों का पालन न करके गलत व्यवहार किया है।

पहली बार, विपक्षी गठबंधन 'इंडिया' (इंडियन डेवलपमेंटल इंक्लूसिव अलायंस) के दलों ने मंगलवार को राज्यसभा में धनखड़ को हटाने के लिए प्रस्ताव लाने के लिए नोटिस पेश किया। विपक्षी दलों ने उन पर उच्च सदन के सभापति के तौर पर ''पक्षपातपूर्ण'' आचरण करने का आरोप लगाया है। यदि प्रस्ताव पेश किया जाता है, तो इन दलों को इसे पारित कराने के लिए साधारण बहुमत की आवश्यकता होगी, लेकिन 243 सदस्यीय सदन में उनके पास अपेक्षित संख्या नहीं है।

इससे पहले राज्यसभा में मंगलवार को सरकार और विपक्ष ने सोरोस, अदाणी समेत कई के मुद्दों पर जोरदार हंगामा किया। इसके बाद उच्च सदन की कार्यवाही एक बार के स्थगन के बाद दिन भर के लिए स्थगित कर दी गई। राजग के सदस्यों ने कांग्रेस और उसके नेताओं पर विदेशी संगठनों, लोगों के माध्यम से देश की सरकार, अर्थव्यवस्था को अस्थिर करने की कोशिश का आरोप लगाया। वहीं, कांग्रेस के नेतृत्व में विपक्ष ने अदाणी समूह से जुड़ा मुद्दा उठाते हुए इस पर चर्चा कराने की मांग की।

विपक्ष के पास कोई और विकल्प नही: कांग्रेस

कांग्रेस नेतृत्व वाले विपक्ष ने मंगलवार को राज्यसभा सभापति जगदीप धनखड़ के खिलाफ अविश्वास प्रस्ताव पेश करने के लिए नोटिस दिया है। यह नोटिस राज्यसभा के महासचिव पीसी मोदी को सौंपा गया है। नोटिस पर करीब 60 सांसदों ने हस्ताक्षर किए हैं। कांग्रेस नेता जयराम रमेश ने कहा कि विपक्ष के पास इसके अलावा कोई विकल्प नहीं बचा था।

बहुमत है नहीं, फिर भी ला रहे अविश्वास प्रस्ताव

रिजीजू ने कहा कि उप राष्ट्रपति जगदीप धनखड़ जी एक साधारण पृष्ठभूमि से आते हैं। वे संसद के अंदर और बाहर हमेशा किसानों और लोगों के कल्याण की बात करते हैं। वे हमारा मार्गदर्शन करते हैं। हम उनका सम्मान करते हैं। रिजीजू ने कहा, जो नोटिस दिया गया है और उस पर जिन 60 सांसदों ने दस्तखत किए हैं। मैं उन 60 सांसदों के कदम की निंदा करता हूं। उनके पास बहुमत नहीं है फिर भी अविश्वास प्रस्ताव ला रहे है। एनडीए के पास बहुमत है और हम सभी को चेयरमैन पर भरोसा है। जिस तरह से वे सदन का मार्गदर्शन करते हैं, उससे हम खुश हैं।

यह है नियम

राज्यसभा के सभापति के खिलाफ संविधान के अनुच्छेद 67(बी) के अनुसार अविश्वास प्रस्ताव लाया जाता है। इसके तहत सभापति को राज्यसभा के सभी तत्कालीन सदस्यों के बहुमत से पारित प्रस्ताव और लोकसभा की सहमति से हटाया जा सकता है। मगर 14 दिन पहले नोटिस देना जरूरी है। बता दें कि इससे पहले अगस्त महीने में भी कांग्रेस समेत विपक्षी दलों ने सभापति के खिलाफ अविश्वास प्रस्ताव लाने की योजना बनाई थी। मगर बाद में किसी कारणवश इसे टाल दिया गया था। उन्होंने राज्यसभा के सभापति को एक मौका देने का फैसला किया था। संविधान के अनुच्छेद 67ठ में अविश्वास प्रस्ताव का जिक्र है।

संक्षिप्त समाचार

सीयूईटी यूजी में हुए कई बदलाव

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। सीयूईटी देने वाले छात्रों के लिए बेहतर, अधिक कुशल और अनुकूल वातावरण प्रदान करने के लिए परीक्षा प्रक्रिया में निरंतर सुधार के तहत यूजीसी ने एक बड़ा फैसला लिया है। यूजीसी ने सीयूईटी यूजी परीक्षा में कई बदलाव किए हैं, जोकि सत्र 2025 से देखने को मिलेंगे। यूजीसी प्रमुख जगदीश कुमार ने बताया कि छात्रों को कक्षा 12वीं में पढ़े गए विषयों की परवाह किए बिना किसी भी विषय में सीयूईटी-यूजी के लिए उपस्थित होने की अनुमति दी जाएगी।

लिंगायतों का विरोध-प्रदर्शन हुआ हिंसक

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज बेंगलुरु। कर्नाटक के बेलगावी में लिंगायतों के सबसे बड़े उप-संप्रदाय पंचमसाली समुदाय आरक्षण की मांग पर प्रदर्शन कर रहे हैं लेकिन मंगलवार को आंदोलन तब हिंसक हो गया, जब इस समुदाय के धार्मिक प्रमुख बसवजय मृत्युंजय स्वामीजी के नेतृत्व में प्रदर्शन कर रहे लोगों पर पुलिस ने लाठीचार्ज किया।

प्रदेश के सभी 95 ब्लॉकों में पहुंचेंगे अपर सचिव स्तर के अधिकारी

सीएम के निर्देश पर गांवों में रात्रि प्रवास कर स्थानीय लोगों से करेंगे संवाद

संवाददाता

देहरादून। डबल इंजन सरकार की योजनाओं का लाभ गांव के अंतिम छोर के व्यक्ति तक पहुंचाने के लिए प्रदेश सरकार कृतसंकल्प है। अब अपर सचिव स्तर के अधिकारी राज्य के हर विकासखंड में जाएंगे और राज्य एवं केंद्र सरकार की योजनाओं का स्थलीय निरीक्षण करेंगे। सभी अधिकारी विकासखंड के एक या दो गांवों में रात्रि प्रवास कर स्थानीय लोगों से भी संवाद करेंगे।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सभी विभागों को प्रदेश और केंद्र सरकार की कल्याणकारी योजनाओं का लाभ पात्र लोगों तक पहुंचाने के निर्देश दिए हैं। राज्य में गांवों के विकास का क्या हाल है, प्रदेश और केंद्र की ओर से संचालित विकास योजनाओं की क्या स्थिति है, स्थानीय लोगों की विशिष्ट समस्याएं क्या हैं, इसका जायजा लेने के लिए अपर सचिव स्तर के अधिकारी सभी 13 जिलों के 95 विकासखंडों में पहुंचेंगे और विकास योजनाओं का स्थलीय निरीक्षण करेंगे।

शासनादेश के अनुसार सभी अधिकारी विकास योजनाओं का निरीक्षण कर केंद्र और प्रदेश स्तर के ध्वजवाहक कार्यक्रमों व अन्य महत्वपूर्ण योजनाओं की समीक्षात्मक रिपोर्ट तैयार करने के साथ ही ब्लॉक स्तर पर होने वाली महत्वपूर्ण बैठकों में भी प्रतिभाग करेंगे।

केंद्र और प्रदेश की लाभार्थी परक योजनाओं का स्थलीय सत्यापन कर देखेंगे कि पात्र लोग लाभान्वित हो रहे हैं या नहीं। हम 'अंत्योदय एवं गरीब कल्याण' के संकल्प को सिद्धि की ओर ले जाने के लिए तत्पर हैं।

जनसमस्याओं पर शासन को देंगे रिपोर्टः सीएम

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा हमारी सरकार प्रदेश और केंद्र सरकार की कल्याणकारी योजनाओं का लाभ हर पात्र व्यक्ति तक पहुंचाने के लिए गंभीर है। विकास गांव के अंतिम छोर पर खड़े व्यक्ति तक पहुंचे, इसके लिए उच्च स्तरीय अधिकारियों को मॉनिटरिंग का जिम्मा दिया गया है। अपर सचिव स्तर के अधिकारी गांवों के प्रवास पर जाएंगे तो विकास की वस्तुस्थिति की पूरी जानकारी शासन को हो सकेगी। वरिष्ठ अधिकारियों के दूरस्थ गांवों का हाल जानने से विकास की योजनाएं भी गांवों की जरूरत के अनुसार बनाई जा सकेंगी।

अवैध बांग्लादेशियों पर कार्रवाई का आदेश

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली में अवैध रूप से रहने वाले बांग्लादेशियों पर एक्शन का आदेश दिया गया है। दिल्ली के उपराज्यपाल वीके सक्सेना की ओर से जारी लेटर में सख्त कार्रवाई की बात कही गई है। राजभवन की ओर से जारी आदेश में कहा गया कि दो महीने का विशेष अभियान चलाया जाए और अवैध रूप से रहने वाले बांग्लादेशियों पर कार्रवाई की जाए। इसमें अवैध रूप से सड़क, पार्क, फुटपाथ आदि में रहने वाले घुसपैठियों पर एक्शन का आदेश दिया गया है। इस संबंध में दो महीने का विशेष अभियान चलाने की योजना बनाई गई है, जिसके तहत अवैध बांग्लादेशी निवासियों की पहचान कर समयबद्ध तरीके से नियमों के तहत कार्रवाई की जाएगी। इस संबंध में साप्ताहिक रिपोर्ट भी उपराज्यपाल कार्यालय को भेजी जाएगी।

मुस्लिम प्रतिनिधिमंडल ने बांग्लादेश में हिंदुओं और अल्पसंख्यकों पर हो रहे हमलों का जिक्र किया। अवैध बांग्लादेशियों के खिलाफ ये अभियान तय समय पर होने की मांग भी की गई थी। इसी के बाद बाद दिल्ली एलजी ने अवैध रूप से बांग्लादेशियों पर कार्रवाई का आदेश दिया है।

एक्शन

■एलजी वीके सक्सेना का बड़ा एक्शन

मुस्लिम प्रतिनिधियों की मांग पर एक्शन

33 सम्मानित मौलाना और हजरत निजामुद्दीन दरगाह से जुड़े मुस्लिम प्रतिनिधियों की मांग के बाद दिल्ली एलजी वीके सक्सेना की ओर से ये आदेश जारी किया गया। मुस्लिम प्रतिनिधियों ने इससे पहले दिल्ली के उपराज्यपाल और पुलिस कमिश्नर को एक ज्ञापन सौंपा था। इसमें उन्होंने दिल्ली में अवैध रूप से रहने वाले बांग्लादेशियों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की मांग की थी।

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

भू-कानून पर अल्मोड़ा एवं नैनीताल के अलावा सभी जिलों से रिपोर्ट प्राप्त

संवाददाता

देहरादून। सशक्त भू-कानून के सम्बन्ध में सभी जिलाधिकारियों द्वारा तहसील स्तर पर सभी हितधारकों से की गई बैठकों की रिपोर्ट की अपडेट लेते हुए मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने प्रत्येक जिले में भू-कानून से सम्बन्धित सुझाव प्राप्त हुए एक सारगर्भित रिपोर्ट तत्काल शासन को भेजने के निर्देश दिए हैं।

■तहसील स्तर पर उपजिलाधिकारियों की भूमिका महत्वपूर्णः सीएस

सचिवालय में विडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से समस्त जिलाधिकारियों के साथ भू-कानून से सम्बन्धित बैठक लेते हुए सीएस राधा रतूड़ी जिलाधिकारियों को भू-कानून के सम्बन्ध शासन को भेजी जाने वाली रिपोर्ट/प्रपत्र में धरातल स्तर पर सभी हितधारकों जिनमें आम जनता, सामाजिक कार्यकर्ता, राज्य आन्दोलकारी, राजनैतिक कार्यकर्ता सहित सभी वर्गो के सुझावों को सम्मिलित करने के निर्देश दिए हैं। बैठक में जानकारी दी गई कि अल्मोड़ा एवं नैनीताल के अतिरिक्त सभी जिलों से रिपोर्ट प्राप्त हो चुकी है।

सीएस ने कहा कि बैठकों के आयोजन में तहसील स्तर पर उपजिलाधिकारियों की भूमिका महत्वपूर्ण हैं।

न्यूज डायरी

ट्रंप की टीम में एक और भारतीय की एंट्री, हरमीत ढिल्लों को मिली बड़ी जिम्मेदारी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। अमेरिका के नवनिर्वाचित राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप की टीम में भारतवंशी की धमक बढ़ती जा रही है। अब ट्रंप ने एक और भारतवंशी को अपनी नई कैबिनेट में बड़ी जिम्मेदारी दे दी है। ट्रंप ने भारतीय अमेरिकी वकील हरमीत के ढिल्लों को न्याय विभाग में नागरिक अधिकारों के लिए सहायक अटॉर्नी जनरल के रूप में नामित किया। डोनाल्ड ट्रंप ने इसको लेकर एक पोस्ट भी लिखा, उन्होंने कहा, मुझे अमेरिकी न्याय विभाग में नागरिक अधिकारों के लिए सहायक अटॉर्नी जनरल के रूप में हरमीत के ढिल्लों को नामित करते हुए खुशी हो रही है। अपने पूरे करियर के दौरान, हरमीत हमारी प्रतिष्ठित नागरिक स्वतंत्रता की रक्षा के लिए लगातार खड़ी रही हैं। हरमीत अमेरिका की टॉप वकीलों में से एक हैं। वह डार्टमाउथ कॉलेज और वर्जीनिया यूनिवर्सिटी लॉ स्कूल से स्नातक हैं। ट्रंप ने ये भी कहा, ढिल्लों ने मुक्त भाषण पर रोक लगाने के लिए तकनीकी कंपनियों को आड़े हाथों लिया, उन ईसाइयों का प्रतिनिधित्व किया जिन्हें कोविड–19 महामारी के दौरान एक साथ प्रार्थना करने से रोका गया था। डोनाल्ड ट्रंप ने आगे कहा कि हरमीत सिख समुदाय की एक सम्मानित सदस्य हैं। न्याय विभाग में हरमीत हमारे संवैधानिक अधिकारों की अथक रक्षक होंगी और हमारे नागरिक अधिकारों और चुनाव कानूनों को निष्पक्ष और दृढ़ता से लागू करेंगी। इसके बाद वकील हरमीत के ढिल्लों का भी जवाब सामने आया, उन्होंने जवाब में कहा, मैं नामांकित होने और ट्रम्प के अटॉर्नी जनरल चुने गए पाम बॉन्डी के नेतृत्व में वकीलों की एक अविश्वसनीय टीम का हिस्सा बनने के लिए बेहद सम्मानित महसूस कर रही हैं।

भगोड़े सीरियाई राष्ट्रपति असद के पास बेतहाशा दौलत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मॉस्को। सीरिया में लंबे समय तक शासन करने वाले बशर अल असद ने अपनी सरकार के तख्तापलट के बाद रूस में राजनीतिक शरण ली है। रूसी मीडिया ने बताया है कि असद और उनका परिवार मॉस्को में हैं। असद सीरिया के सबसे प्रभावशाली परिवारों में से एक से ताल्लुक रखते हैं। उनके 24 साल के शासन से पहले उनके पिता भी 30 साल राष्ट्रपति रह चुके हैं। असद सीरिया में चमकदमक वाली जिंदगी जीते थे, जो रूस में भी जारी रह सकती है। दावा है कि रूस में उनकी काफी संपत्ति है। ऐसे में उनका लग्जरी लाइफस्टाइल वहां भी जारी रहेगा। एक रिपोर्ट के मुताबिक, असद परिवार बेतहाशा दौलत का मालिक है और फैमिली के पास 200 टन तो सिर्फ सोना है। बशर असद फिलहाल अपनी पत्नी अस्मा, बेटी जैन और बेटों– हाफिज और करीम के साथ रूस में हैं। इजरायली वेबसाइट वायनेट की रिपोर्ट का दावा है कि असद परिवार की रूस में करीब दो अरब डॉलर की संपत्ति है। असद के मॉस्को में कई लग्जरी अपार्टमेंट भी हैं। ऐसे में सीरियाई राजनेता असद की दमिश्क के महलों की आलीशान जीवनशैली निर्वासन में भी जारी रह सकती है।

भारत के लिए दुश्मनी भुलाकर साथ आ गए रूस और यूक्रेन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मॉस्को। एक दूसरे के साथ करीब तीन वर्षों से भीषण युद्ध में उलझे रूस और यूक्रेन पहली बार किसी एक उद्देश्य के लिए साथ आए हैं, तो इसकी वजह भारत बना है। रूस और यूक्रेन ने भारतीय नौसेना के लिए एक युद्धपोत को बनाने के लिए एक ही समय पर काम किया। सोमवार को भारतीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह की शीर्ष स्तरीय मॉस्को यात्रा के दौरान इसे नई दिल्ली को सौंपा गया है। भारत ने 2016 में रूस को दो नौसैनिक जहाजों के लिए ऑर्डर दिया था। आईएनएस तुशिल उनमें से एक है। आईएनएस तुशिल क्रिवाक III श्रेणी का युद्धपोत है, जो एडवांस मिसाइल से लैस है। वर्तमान में भारतीय नौसेना ऐसे छह युद्धपोत का संचालन करती है। ये सभी रूस में बने हुए हैं। रूस में बनाए जा रहे दो युद्धपोतों के अलावा दो और जहाजों का निर्माण भारत में होना है। इनके गोवा शिपयार्ड में निर्मित होने की संभावना है। दिलचस्प बात ये है कि इन युद्धपोत में लगने वाले प्राथमिक इंजन यूक्रेन में बनाए जाते हैं। भारतीय नौसेना के बेड़े में मौजूद अधिकांश जहाज गैस टर्बाइन इंजन का इस्तेमाल करते हैं, जिसे यूक्रेनी कंपनी जोर्या–मैशप्रोक्ट बनाती है। समुद्री गैस टर्बाइन के उत्पादन में इस कंपनी को दुनिया में शीर्ष में गिना जाता है।

सीरिया पर इजरायल ने किया इतिहास का सबसे बड़ा हमला

रिपोर्ट

250 जगहों पर एयर स्ट्राइक, दमिश्क के करीब पहुंची नेतन्याहू की सेना

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

दमिश्क। गाजा और लेबनान पर तबाही मचाने के बाद इजरायल ने अब सीरिया पर कहर बरपाना शुरू कर दिया है। इजरायल ने सीरिया पर इतिहास का सबसे बड़ा हमला किया है। बशर अल असद के देश से भागने के बाद इजरायली वायुसेना ने पूरे सीरिया में भीषण बमबारी की है। लगभग 250 एयर स्ट्राइक में सीरियाई सैन्य अड्डों को तबाह कर दिया गया है।

इजरायल की पैदल सेना भी सीरिया में घुस चुकी है। इजरायली सैनिक सीरिया की राजधानी दमिश्क से लगभग 25 किलोमीटर दूर दक्षिण–पश्चिम क्षेत्र में पहुंच चुके हैं। रॉयटर्स ने सीरियाई सुरक्षा सूत्र के हवाले से बताया कि इजरायली सैनिक कताना तक पहुंच चुके हैं। यह इलाका गोलान हाइट्स के सीरियाई क्षेत्र से करीब 10 किमी दूर है। अल जजीरा ने अपनी रिपोर्ट में कहा कि इजरायल ने सीरिया पर इतिहास का सबसे बड़ा हमला किया है। इजरायल ने एयर स्ट्राइक में सीरियाई सेना के तीन एयरबेस और अन्य सामरिक अड्डों को तबाह कर दिया है।

एक इजरायली सुरक्षा सूत्र ने इजरायली आर्मी रेडियो को बताया कि इजरायल की सेना ने सीरिया में 250 से अधिक ठिकानों पर हमला किया है। इसमें कहा गया है कि यह देश की वायुसेना के इतिहास में सबसे बड़े हमलों में से एक है। इजरायल सीरिया की राजधानी दमिश्क पर लगातार हवाई हमला करने में जुटा है। हमले के बाद दमिश्क में कई स्थानों पर आग भी लगी। सीरियाई नागरिक सुरक्षा ने कहा कि इजरायल ने हमले में वैज्ञानिक अनुसंधान केंद्रों को निशाना बनाया है। इस बीच सोशल मीडिया पर दमिश्क में जहरीली गैस की अफवाह फैल गई। हालांकि नागरिक सुरक्षा ने स्पष्ट किया है कि ऐसा कुछ नहीं है।

इजरायल के प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू ने कहा कि दशकों पुराना समझौता टूट गया है। सीरियाई सैनिक पीछे हट चुके हैं। इस वजह से इजरायल का नियंत्रण आवश्यक हो गया है। उन्होंने कहा कि हम किसी भी शत्रुतापूर्ण ताकत को हमारी सीमा पर घुसने नहीं देंगे। इजरायली प्रधानमंत्री ने कहा कि सीरिया में बशर अल–असद के शासन के पतन के साथ मध्य पूर्व में एक नया अध्याय शुरू हो गया है। इजरायल अपने दुश्मनों को कदम दर कदम हरा रहा है। नेतन्याहू ने कहा कि सीरिया ने 1973 के योम किप्पुर युद्ध में उस पर हमला किया। उन्होंने सीरिया को ईरानी आतंका का अग्रिम मोर्चा बताया और कहा कि वह ईरान से हिजबुल्लाह तक हथियारों की पाइपलाइन थी। उन्होंने कहा कि गोलान पर इजरायल का कब्जा उसकी सुरक्षा और संप्रभुता की गारंटी देता है। उन्होंने कहा, श्गोलान हाइट्स हमेशा इजरायल का अभिन्न अंग रहेगा। नेतन्याहू ने दावा किया कि इजरायली ईरानी धुरी को खत्म करने के लिए व्यवस्थित तरीके से काम कर रहा है।

हयात तहरीर अल–शाम ने कर लिया है सीरिया पर कब्जा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज दमिश्क। सीरियाई गुट हयात तहरीर अल–शाम ने अलावी मुस्लिम समुदाय से आने वाले बशर अल असद को सत्ता से हटाते हुए राजधानी दमिश्क पर कब्जा कर लिया है। एचटीएस और उसके प्रमुख मोहम्मद अबू जुलानी का इतिहास अल कायदा और आईएसआईएस जैसे आतंकी संगठनों से जुड़ा है। ये गुट कट्टरपंथी सुन्नी सलाफी विचारधारा को मानता है। ऐसे में दमिश्क में कब्जे के बाद कई तरह के अंदेशे जाहिर किए गए। कहा गया कि एचटीएस लड़ाके सत्ता हथियाने के बाद शिया धार्मिक स्थलों को निशाना बना सकते हैं। ये डर दमिश्क की पैगंबर मोहम्मद की नवासी सैयदा जैनब की दरगाह के लिए भी था, जिसकी दुनियाभर के शिया मुसलमानों में बहुत मान्यता है। दमिश्क पर कब्जे के बाद सुन्नी लड़ाकों ने शिया धार्मिक स्थलों को कोई नुकसान नहीं पहुंचाया है। सैयदा जैनब दरगाह की सुरक्षा में तैनात इराकी शिया लड़ाकों ने बताया कि विद्रोहियों ने ना तो उनसे कोई लड़ाई की और ना ही सैयदा जैनब दरगाह को किसी तरह का नुकसान किया। विद्रोहियों ने इन लड़ाकों को बिना कुछ कहे इराक वापस लौटने दिया है। गृह युद्ध शुरू होने के बाद से इराक, लेबनान, अफगानिस्तान, ईरान, पाकिस्तान जैसे कई देशों से शिया लड़ाके इस धार्मिक स्थल की रक्षा में तैनात हैं।

फिलीपींस में फटा ज्वालामुखी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मनीला। फिलीपींस के कानलॉन ज्वालामुखी में भीषण विस्फोट हुआ। इस वजह से लगभग 87,000 लोगों को बाहर निकाला गया। इस विस्फोट से आसमान में हजारों मीटर तक राख का गुबार फैल गया। जिसे कई किलोमीटर दूर से देखा जा सकता है। फिलीपींस इंस्टीट्यूट ऑफ वोल्केनोलॉजी एंड सीस्मोलॉजी ने इसको लेकर चेतावनी जारी की है। ज्वालामुखी में थोड़ी देर के लिए विस्फोट हुआ था, जिसमें विशाल राख का ढेर और गैस और मलबे की अत्यधिक गर्म धाराएं पश्चिमी ढलानों से नीचे गिर रही थीं। मध्य नीग्रोस द्वीप पर माउंट कानलॉन के विस्फोट से कोई हताहत नहीं हुआ, लेकिन चेतावनी स्तर को एक स्तर बढ़ा दिया गया था, जिससे संकेत मिलता है कि आगे और अधिक विस्फोटक विस्फोट हो सकते हैं।

फ्रांस को लगा झटका, अफ्रीकी उपनिवेश से उखड़ रहे पांव

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

डाकर। अफ्रीकी महाद्वीप में फैले फ्रांस के दबदबे को बड़ा झटका लगा है। अफ्रीकी देशों ने फ्रांस के साथ अपने सैन्य संबंधों को खत्म करना शुरू कर दिया है, जो अफ्रीका के क्षेत्रीय गठबंधनों में व्यापक बदलाव का संकेत है। चाड के विदेश मंत्री अब्देरमन कौलमल्लाह ने 28 नवम्बर को घोषणा की, स्वतंत्रता के 66 साल बाद चाड गणराज्य के लिए अपनी पूर्ण संप्रभुता का दावा करने और राष्ट्रीय प्राथमिकताओं के अनुसार, अपनी रणनीतिक साझेदारी को फिर से परिभाषित करने का समय आ गया है।

चाड की इस घोषणा के साथ ही फ्रांस के अफ्रीका में अपने सबसे करीबी सैन्य सहियोगियों में से एक के साथ संबंध टूट गए। चाड ने जिस दिन यह

सेनेगल ने भी फ्रांस से सैन्य ठिकाने हटाने को कहा

घोषणा की उसी दिन सेनेगल के राष्ट्रपति बासिरो डियोमाये फे ने भी फ्रांस को झटका देते हुए देश से फ्रांसीसी सैन्य ठिकानों को हटाने को कहा। फेन ने कहा, सेनेगल एक स्वतंत्र और संप्रभु देश है। संप्रभुता किसी संप्रभु देश में सैन्य ठिकानों की उपस्थिति को स्वीकार नहीं करती है। ये घटनाक्रम फ्रांस और उसके पूर्व उपनिवेशों के बीच संबंधों में महत्वपूर्ण बदलाव का संकेत है, जो पेरिस के गिरते असर को दिखाता है। चाड में तैनात लगभग 1000 फ्रांसीसी सैनिकों के अब वापस जाने की उम्मीद है। पिछले कुछ वर्षों में माली, बुर्किना फासो और नाइजर में तख्तापलट के बाद वहां से भी फ्रांस की सैन्य वापसी हो रही है।

डेवलपमेंट रीइमेजिन्ड के नीति विश्लेषक ओविग्वे एगुएगु ने मिडिल ईस्ट आई को बताया कि दशकों तक फ्रांस ने स्थानीय अभिजात वर्ग के साथ घनिष्ठ संबंधों के माध्यम से अपना प्रभाव बनाए रखा। एगुएगु ने कहा, श्एक दशक से बढ़ते असंतोष के बाद पिछले तीन चार सालों में यह रिश्ता काफी तनाव में आ गया है।

साल 2013 में फ्रांस के तत्कालीन राष्ट्रपति फ्रांस्वा ओलांद को माली में ऑपरेशन सर्वल के लिए सम्मानित किया गया था। इस अभियान ने क्षेत्र में तबाही मचाने वाले आतंकवादी गुटों को पीछे धकेल दिया था। लेकिन आज 2024 आते–आते क्षेत्र में फ्रांस की विरासत नाटकीय रूप से खराब हो गई है।

डोनाल्ड ट्रंप ने कनाडाई पीएम ट्रूडो का उड़ाया मजाक

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वॉशिंगटन। कनाडा पर हमलावर रहन वाले अमेरिका के नवनिर्वाचित राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने कनाडाई प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो का मजाक उड़ाया है। डोनाल्ड ट्रंप ने जस्टिन ट्रूडो के साथ डिनर का जिक्र करते हुए कनाडाई प्रधानमंत्री को गवर्नर बता दिया। डोनाल्ड ट्रंप ने अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ट्रुथ सोशल पर एक पोस्ट में लिखा, श्ग्रेट स्टेट कनाडा के गवर्नर जस्टिन ट्रूडो के साथ डिनर करके बहुत अच्छा लगा।श ट्रंप का ये बयान तब आया है, जब उन्होंने कनाडा को अमेरिका का 51वां राज्य बन जाने की सलाह दी है। ट्रंप ने पोस्ट में आगे लिखा, मैं गवर्नर से दोबारा मिलने के लिए उत्सुक हूं, ताकि हम टैरिफ और व्यापार पर अपनी गहरी बातचीत को जारी रख सकें।

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

ऋण आवेदनों पर न लगाई जाए अनावश्यक आपत्ति

निर्देश

सीडीओ ने ली जिला स्तरीय पुनरीक्षण समिति की बैठक

लंबित ऋण आवेदनों का यथाशीघ्र निराकरण करने के दिए निर्देश

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। मुख्य विकास अधिकारी डॉ. जीएस खाती की अध्यक्षता में जिला स्तरीय पुनरीक्षण समिति (डीएलआरसी) की बैठक आयोजित की गई। इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी ने सभी बैंकों को निर्देशित करते हुए कहा कि ऋण हेतु बैंकों को प्राप्त हो रहे आवेदनों पर अनावश्यक आपत्ति न लगाई जाए। इसके साथ ही लंबित चल रहे आवेदनों का आगामी 15 दिनों में निस्तारण करना सुनिश्चित करें।

विकास भवन सभागार में आयोजित बैठक के दौरान मुख्य विकास अधिकारी ने सभी बैंकों की समीक्षा की। उन्होंने बैंक प्रबंधकों को स्पष्ट निर्देश देते हुए कहा कि सरकार द्वारा संचलित विभिन्न योजनाओं में दिए जाने वाले ऋण

को लेकर बैंक कोताही न बरतें। युवाओं द्वारा ऋण हेतु किए जा रहे आवेदन पत्रों पर अनावश्यक आपत्ति न लगाते हुए उन्हें स्वरोजगार से जोड़ने हेतु ऋण उपलब्ध कराएं।

इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी ने सरकारी योजनाओं की अद्यतन प्रगति की समीक्षा करते हुए बैंकों को आगामी 15 दिनों में सभी लंबित ऋण प्रकरणों का निस्तारण करने के निर्देश दिए। उन्होंने मुख्यमंत्री स्वरोजगार योजना सहित मुख्यमंत्री नैनो योजना, वीर चंद्र सिंह गढ़वाली पर्यटन योजना, होम स्टे योजना, पीएमईजीपी, एनआरएलएम, एनयूएलएम, पीएमएसवीए निधि, कृषि केसीसी, प्रधानमंत्री अनुसूचित जाति अभ्युदय आदि योजनाओं की गहनता से समीक्षा की। इसके अलावा ऋण जमा अनुपात को लेकर भी बैंक प्रबंधकों को आवश्यक निर्देश दिए।

उन्होंने बैठक में अनुपस्थित बैंक प्रतिनिधियों का स्पष्टीकरण करने के निर्देश दिए। साथ ही आगामी बैठक में सभी प्रकरणों का निस्तारण करने तथा पूर्ण जानकारी के साथ उपस्थित होने के भी निर्देश दिए। बैठक में अग्रणी बैंक प्रबंधक चतर सिंह ने मुख्य विकास अधिकारी द्वारा दिए गए दिशा–निर्देशों का अनुपालन सुनिश्चित करने हेतु सभी बैंकों को निर्देशित किया।

इस अवसर पर डीडीएम नाबार्ड श्रेयांश जोशी, आरबीआई से धीरज अरोड़ा परियोजना निदेशक विमल कुमार, जिला विकास अधिकारी अनीता पंवार, महाप्रबंधक जिला उद्योग केंद्र महेश प्रकाश, जिला समाज कल्याण अधिकारी सुनीता अरोड़ा, मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी आशीष रावत, निदेशक आरसेटी केएस रावत खंड विकास अधिकारी प्रवीण भट्ट सहित विभिन्न बैंकों के प्रतिनिधि मौजूद रहे।

न्यूज डायरी

नेताजी संघर्ष समिति ने मानव अधिकार दिवस पर किया गोष्ठी का आयोजन

संवाददाता देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति के कार्यालय कावली रोड पर मंगलवार को एक गोष्ठी का आयोजन मानव अधिकार दिवस के अवसर पर किया गया। गोष्ठी की अध्यक्षता समिति के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल ने की तथा संचालन समिति के प्रमुख महासचिव आरिफ वारसी ने किया। गोष्ठी में वक्ताओं ने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को अपने अधिकारों की जानकारी होनी चाहिए। प्रभात डंडरियाल और आरिफ वारसी ने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को चाहिए कि वह अपने अधिकारों का उपयोग जनहित में करें ना कि उसका दुरुपयोग करें। वक्ताओं ने कहा कि हमे आज जन जागरण अभियान चलाने की आवश्यकता है समय की मांग है कि आज हम जन जागरण अभियान चलाएं और प्रत्येक व्यक्ति को बताना चाहिए कि आपका अधिकार और उसके सदुपयोग कैसे करें। गोष्ठी में आरिफ वारसी,प्रभात डंडरियाल,प्रदीप कुकरेती, पारस यादव ,अतुल शर्मा, जय बिष्ट,दानिश नूर आदि उपस्थित रहे।

हेरिटेज एविएशन ने शुरू की पिथौरागढ़–अल्मोड़ा हेलीकॉप्टर सेवा

संवाददाता देहरादून। हेलीकॉप्टर सेवाओं में अग्रणी हेरिटेज एविएशन ने पिथौरागढ़–अल्मोड़ा–पिथौरागढ़ मार्ग पर दैनिक हेलीकॉप्टर सेवाओं की शुरुआत की है। यह पहल उत्तराखंड के दूरस्थ और सुंदर क्षेत्रों को बेहतर कनेक्टिविटी प्रदान करते हुए क्षेत्रीय यात्रा का अनुभव बदलने के उद्देश्य से शुरू की गई है। नए सेवा मार्ग का उद्देश्य निवासियों और पर्यटकों के लिए तेज, आरामदायक और कुशल यात्रा विकल्प प्रदान करना है, जो उत्तराखंड के सुरम्य दृश्यों का अनोखा हवाई अनुभव भी प्रदान करेगा। इस सेवा से यात्रा का समय काफी कम होगा, जिससे क्षेत्रीय पर्यटन और स्थानीय आर्थिक विकास को बढ़ावा मिलने की उम्मीद है। पिथौरागढ़, मुनस्यारी, और चंपावत के बाद अब अल्मोड़ा भी हेरिटेज एविएशन के नेटवर्क में शामिल हो गया है।

कोटक सिक्योरिटीज ने 2025 के लिए मार्केट आउटलुक जारी किया

संवाददाता देहरादून। कोटक सिक्योरिटीज लिमिटेड ने 2025 के लिए अपनी मार्केट आउटलुक रिपोर्ट जारी की। इस रिपोर्ट में मैक्रो–इकोनॉमिक दृष्टिकोण के साथ–साथ इक्विटी, कमोडिटी और करेंसी आउटलुक को भी शामिल किया गया है, जिन पर निवेशक आने वाले साल में ध्यान दे सकते हैं। कोटक सिक्योरिटीज के एमडी और सीईओ, श्रीपाल शाह ने कहा, भारत दुनिया की सबसे तेजी से बढ़ती प्रमुख अर्थव्यवस्थाओं में से एक के रूप में अपनी स्थिति बनाए हुए है, जो इसे वैश्विक निवेशकों के लिए एक आकर्षक निवेश स्थान बनाता है। हम भारत की दीर्घकालिक विकास क्षमता पर पूरा भरोसा करते हैं।

रुद्रप्रयाग जनपद की पहली पर्यावरण विकास समिति कनकचौरी गठित

संवाददाता रुद्रप्रयाग। जनपद की पहली पर्यावरण विकास समिति कार्तिकेय–कनकचौरी ग्राम पारिस्थितिकीय पर्यटन समिति का गठन कर दिया गया है। उप प्रभागीय वनाधिकारी डीएस पुंडीर की उपस्थिति में आयोजित बैठक में 07 सदस्यीय पर्यटन समिति का गठन किया गया है। समिति प्राकृतिक संसाधन, जैव–विविधता, पारिस्थितिकीय तंत्र की सुरक्षा करने के साथ ही पर्यावरण का संरक्षण करने का कार्य करेगी।

उप प्रभागीय वनाधिकारी डीएस पुंडीर ने बताया कि कार्तिक स्वामी, नैनादेवी आरक्षित संरक्षित वन क्षेत्र में पारिस्थितिकी पर्यटन के मध्यनजर तथा वनों की सुरक्षा एवं संवर्धन हेतु पर्यावरण विकास समिति का गठन किया गया है। समिति के द्वारा इको फ्रेंडली कार्य किये जायेगे एवं स्थानीय रोजगार के साथ साथ आजीविका संवर्धन के नए आयाम खुलेंगे। साथ ही बर्ड वाचिंग, ट्रेकिंग जैसे कार्य भी किए जाएंगे।

समिति के मुख्य उद्देश्य प्राकृतिक संसाधन, जैव–विविधता, पारिस्थितिकीय तंत्र की सुरक्षा करने के साथ ही पर्यावरण का संरक्षण करने का कार्य करने, सतत विकास तथा इको फ्रेंडली तंत्र को बढ़ावा देना, पारिस्थिकी पर्यटन के द्वारा स्थानीय आजीविका तथा रोजगार को बढ़ावा देना, पर्यावरण संरक्षण में सामुदायिक भागीदारी को सुनिश्चित करना, वन एवं वन्यजीव प्रबंधन में जन सहभागिता एवं भागीदारी सुनिश्चित करना, बर्ड वॉचिंग के द्वारा पारिस्थितिकीय पर्यटन को बढावा देना, स्थानीय लोगों को वृक्षारोपण एवं पर्यावरण संरक्षण हेतु प्रेरित करना आदि शामिल हैं।

रुद्रप्रयाग पुलिस ने चलाया जागरुकता अभियान

संवाददाता रुद्रप्रयाग। नशे के दुष्प्रभाव के बारे में जानकारी देने हेतु एस पी रुद्रप्रयाग द्वारा विशेष अभियान चलाया जा रहा है जिस क्रम में आज मंगलवार को निरीक्षक मनोज नेगी प्रभारी साइबर क्राइम एवं एंटी नारको टास्क फोर्स रुद्रप्रयाग द्वारा अटल उत्कृष्ट इंटर कॉलेज ऊखीमठ में छात्र–छात्राओं एवं टीचिंग स्टाफ को साइबर क्राइम और ड्रग्स के दुष्प्रभावों की जानकारी देकर जागरुक किया गया। ड्रग्स के दुष्प्रभावों के प्रति जागरुक करते हुए जीवन में कभी नशा न करने तथा नशे के दुष्प्रभावों तथा इसके सेवन से हमारे स्वास्थ्य एवं समाज पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों के सम्बन्ध में जागरुक करते हुए जीवन में कभी भी नशा न करने तथा इससे दूरी बनाने हेतु प्रेरित किया गया। इसके साथ ही साइबर क्राइम एवं साइबर सुरक्षा से जुड़ी हुई बातों से अवगत कराया। इस अवसर पर साइबर क्राइम और एंटी ड्रग्स से सम्बन्धित पम्पलेट और बुकलेट भी वितरित किए गए।

सर्वश्रेष्ठ सार्वजनिक एवं व्यक्तिगत शौचालय प्रतियोगिता के विजेताओं को किया गया सम्मानित

संवाददाता

चमोली। विश्व शौचालय दिवस के अवसर पर व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक शौचालयों में 19 नवंबर से 10 दिसंबर विशेष स्वच्छता अभियान चलाया गया। इस अभियान के अंतर्गत जनपद में शौचालय विहीन 477 परिवारों को स्वजल द्वारा शौचालय निर्माण हेतु चयन करने के साथ प्रोत्साहन धनराशि की स्वीकृति प्रदान की गई है। साथ ही स्वच्छता अभियान के तहत आयोजित प्रतियोगिता में सर्वश्रेष्ठ सार्वजनिक शौचालय में 03 गांव और व्यक्तिगत शौचालय में 05 लोगों को जनपद स्तर पर सम्मानित किया गया। विकास भवन सभागार में मंगलवार को आयोजित सम्मान समारोह कार्यक्रम में सहायक परियोजना निदेशक केके पंत ने सर्वश्रेष्ठ व्यक्तिगत और सार्वजनिक शौचालय के पुरस्कार से सभी विजेताओं को सम्मानित किया।

ग्राम पंचायत, ब्लाक स्तर पर आयोजित चयन प्रतियोगिता के बाद जिला स्तर पर व्यक्तिगत शौचालय में सर्वश्रेष्ठ शौचालय का प्रथम पुरस्कार ग्राम पंचायत पोखनी के बद्री सिंह, द्वितीय पुरस्कार ग्राम पंचायत चोटिंग के चन्द्र सिंह और तृतीय पुरस्कार ग्राम पंचायत दिवाधार के सते सिंह को दिया गया। जबकि ग्राम पंचायत सेराविजयपुर के प्रेम बल्लभ और धारकोट के गजेंद्र सिंह को सांत्वना पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

बांग्लादेश में हिन्दुओं पर हो रहे अत्याचार से आक्रोश

संवाददाता हरिद्वार। बांग्लादेश में हिन्दुओं के साथ किए जा रहे अत्याचार के खिलाफ मंगलवार को विभिन्न संगठनों और संत समाज ने जनआक्रोश रैली निकाली। रैली में शामिल लोगों ने बांग्लादेश के खिलाफ प्रदर्शन कर हिन्दुओं पर हो रहे अत्याचार को बंद करने की मांग की। इस दौरान विभिन्न संगठनों के पदाधिकारियों ने राष्ट्रपति और यूएनओ के नाम ज्ञापन भेजकर हिन्दुओं का उत्पीड़न तत्काल प्रभाव से रोकने की मांग की। जनाक्रोश रैली में स्वास्थ्य मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने भी हिस्सा लिया। जन आक्रोश रैली ऋषिकुल मैदान से शुरू होकर हरकी पैड़ी तक पहुंची। इसमें हजारों की संख्या में लोग शामिल हुए। रैली को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने कहा कि बांग्लादेश में हिन्दुओं के साथ काफी अत्याचार हो रहे हैं।

डर का शासन

समाज के एक बड़े तबके में पुलिस के लिए आदर नहीं, डर का भाव है। उसे थाने में जाकर अपनी बात कहने से डर लगता है। हम बात करते हैं कि आम जन पुलिस के साथ सहयोग करें, लेकिन ऐसा कैसे हो सकता है, जब तक कि आम जन का पुलिस पर भरोसा ही नहीं होगा।

अनुज श्रीवास्तव।।

सुप्रीम कोर्ट ने एक याचिका पर सुनवाई करते हुए यूपी पुलिस को जैसी कड़ी फटकार लगाई है, उससे जाहिर होता है कि मर्ज पुराना है और गंभीर भी। देश की शीर्ष अदालत को अगर यहां तक कहना पड़े कि पुलिस पावर का आनंद ले रही है और उसे संवेदनशील होने की जरूरत है, तो इसका मतलब कि खाकी उन अपेक्षाओं पर खरी नहीं उतर पा रही, जिसके लिए उसे इतनी शक्तियां दी गई हैं। अदालत की टिप्पणी फिर से याद दिला रही है कि देश में पुलिस सिस्टम में सुधार की कितनी जरूरत है।

समाज के एक बड़े तबके में पुलिस के लिए आदर नहीं, डर का भाव है। उसे थाने में जाकर अपनी बात कहने से डर लगता है। हम बात करते हैं कि आम जन पुलिस के साथ सहयोग करें, लेकिन ऐसा कैसे हो सकता है, जब तक कि आम जन का पुलिस पर भरोसा ही नहीं होगा। इसकी वजह है पुलिसिया कार्यप्रणाली, जो अभी तक औपनिवेशिक मानसिकता में जकड़ी दिखाई देती है। और इसकी वजह से कानून नहीं, डर का शासन ज्यादा दिखता है।

सवाल यह भी है कि पुलिस इस मानसिकता से निकलेगी कैसे, जबकि उसकी बुनियाद में अब भी 1861 का वही पुलिस एक्ट है, जो अंग्रेजों ने हिंदुस्तानियों पर राज करने के लिए बनाया था। डेढ़ सौ बरस से ज्यादा हो गए और इस दौरान देश–समाज ने इतनी तरक्की कर ली, लेकिन उसकी तुलना में पुलिस सिस्टम वहीं ठहरा हुआ लगता है। कहने को सिस्टम में सुधार के लिए 1977 में नेशनल पुलिस कमिशन बना, रिबेरो समिति, पद्मनाभैया समिति, मलिमथ समिति आई, लेकिन किसी के भी सुझावों पर पूरी तरह अमल नहीं किया गया।

सुप्रीम कोर्ट ने एक याचिका पर सुनवाई करते हुए 2006 में पुलिस सुधारों के लिए कुछ दिशा–निर्देश दिए थे। इसमें कहा गया था कि स्टेट सिक्योरिटी कमिशन का गठन हो और डीजीपी समेत दूसरे अफसरों को भी कम से कम दो साल का मौका मिले। इनका मकसद यह था कि पुलिस को राजनीतिक दबाव से निकाला जाए, ताकि वह स्वतंत्र रूप से काम कर सके। कहने की जरूरत नहीं कि इन पर अमल नहीं हुआ।

मार्च 2023 में सरकार ने संसद में जानकारी दी थी कि देश में प्रति एक लाख आबादी पर औसतन केवल 152. 80 पुलिसकर्मी हैं। यूपी में तो यह आंकड़ा और भी कम था, महज 133. 86। इस बात से इनकार नहीं किया जा सकता कि पूरे देश की पुलिस दबाव में है। सीनियर्स का प्रेशर, काम के घंटे, छुट्टियों की कमी– कुल मिलाकर यह स्थिति उस डिपार्टमेंट के लिए सही नहीं कही जा सकती, जिस पर सुरक्षा जैसी अहम जिम्मेदारी है। हम यह तो सोच रहे हैं कि पुलिस सुधर जाए, लेकिन यह भी सोचना होगा कि उनके काम का माहौल सुधरे। दोनों चीजें साथ होंगी, तभी परिणाम बेहतर मिलेगा।

किसान की फसल

धर्म-दर्शन

अशोक वोहरा। बहुत पुराने दिनों की बात है एक गांव में शिवराम नामक एक आदमी अपनी पत्नी के साथ रहा करता था। वैसे तो शिव राम एक किसान था लेकिन उस साल उस गांव में बारिश ना होने के कारण सभी किसान की फसलें सूख गई थी जिस कारण से खेत में फसल उगाने के लिए कोई साधन नहीं था। इस कारण से उनके जिंदगी काफी हताश और निराश चल रही थी लेकिन उनके पास एक हाथ से चलाने वाला ठेला था जिसको वह दूसरों की समान को ढ़ोने के लिए उपयोग करता था। वही ठेला से उसका घर का खर्चा चल रहा था। शिवराम की पत्नी का नाम गंगा थी वह एक बहुत ज्यादा भक्ति में लीन रहने वाली औरत थी और हमेशा भगवान शिव भगवान ब्रह्मा तथा अन्य प्रकार के भगवानों को हमेशा याद करती रहती थी। ...शेष कल

संपादकीय

अलग-अलग रणनीति

यूक्रेन की कोशिश हर कीमत पर रूस का इत्मीनान तोड़ने, चुनिंदा अधिकारियों की हत्या करके उसे बेचौन बनाए रखने और बड़े पैमाने के ड्रोन हमलों के जरिये इन्फ्रास्ट्रक्चर का पूरा इस्तेमाल उसे न करने देने की है। रूस के लिए सबसे बड़ी चुनौती अभी कुर्स्क से यूक्रेन का कब्जा हटाना है, जिसके लिए घेरेबंदी के ख्याल से उसने 11 हजार उत्तर कोरियाई समेत कुल 50 हजार सैनिक जुटा रखे हैं। कहा जा रहा है कि इस खास इलाके में यूक्रेनी फौजियों को किसी भी सूरत में रूस के घेरे में न पड़ने देने और इसके लिए लंबी रेंज की मिसाइलें आजमाने की छूट बाइडन ने यूक्रेन को अभी ही दे रखी है। रूस द्वारा यूक्रेन पर किए गए हमले को एकबारगी कोई भी सही नहीं ठहरा सकता, लेकिन लड़ाई अगर कभी खत्म होनी है तो किसी बिंदु पर इसके लिए माहौल बनाने की शुरुआत करनी ही होगी। ट्रंप की जीत के बाद दुनिया में इस लड़ाई के खत्म होने का जो सकारात्मक माहौल बना था, वह हफ्ते भर में मटियामेट हो गया है।

शायद जाते–जाते अपनी छाप छोड़कर जाने का मन बना चुके राष्ट्रपति जो बाइडन ने यूक्रेन को रूस की मुख्यभूमि पर लंबी दूरी वाली अमेरिकी मिसाइलें दागने की इजाजत दे दी।

एटमी वॉर का डर

चंद्रभूषण।।

यूक्रेन में लड़ाई के 1000 दिन पूरे होने के बाद भी शांति के कोई आसार नहीं दिख रहे। लग रहा था कि अमेरिका में डेमोक्रेटिक पार्टी की हार के बाद बातचीत की स्थितियां बनाने की पहल शुरू हो जाएगी, लेकिन हुआ उलटा। शायद जाते–जाते अपनी छाप छोड़कर जाने का मन बना चुके राष्ट्रपति जो बाइडन ने यूक्रेन को रूस की मुख्यभूमि पर लंबी दूरी वाली अमेरिकी मिसाइलें दागने की इजाजत दे दी। इससे रूस में माहौल अचानक बदल गया है।

क्राइमिया में एक रूसी नौसैनिक अधिकारी की हत्या को बहाना बनाकर रूस ने यूक्रेन पर नए सिरे से मिसाइलों और ड्रोन की बरसात कर दी है। दूसरे, उसने अपने न्यूक्लियर डॉक्ट्रिन में जो बदलाव किया है, उसके मुताबिक किसी गैर–एटमी ताकत द्वारा रूसी जमीन पर पारंपरिक हथियारों से किए गए हमलों के जवाब में भी एटमी हथियारों का इस्तेमाल किया जा सकता है, बशर्ते यह हमला किसी एटमी ताकत की मदद से किया गया हो।

इस बदलाव के दायरे में उसने अपने पड़ोसी मुल्क बेलारूस को भी रखा है, जहां अभी उसकी एटमी मिसाइलें तैनात हैं। यानी ऐसा कोई हमला बेलारूस पर होने की स्थिति में भी एटमी हथियार चलाए जा सकते हैं। नैटो देशों

को यकीन है कि रूस ऐसा कुछ नहीं करेगा। इतना सब कुछ हो जाने, नैटो देशों द्वारा यूक्रेन को हथियारों की इतनी बड़ी सहायता दिए जाने, कुर्स्क प्रांत के 1 हजार वर्ग किलोमीटर इलाके पर यूक्रेन का कब्जा हो जाने के बावजूद ऐसा कोई काम उसने अब तक नहीं किया तो अब क्या करेगा। लेकिन, लगभग सारे ही नैटो देशों में हुए आम चुनावों में सत्तारूढ़ दल का बुरी तरह मुंह की खाना यह बता रहा है कि इन देशों की जनता अपने शासकों के रवैये से सहमत नहीं है।

दुनिया भर की लड़ाइयों में चौधरी बनने को उतावले पश्चिमी नेता अपने घर की इस लड़ाई में यह कला भूल ही गए लगते हैं। पिछले साल तक उन्हें यकीन था कि 1980 के दशक वाले अफगानिस्तान की तरह यूक्रेन में भी रूस को घिसाव–थकाव की लड़ाई में फंसाकर मैदान छोड़कर भागने पर मजबूर कर दिया जाएगा। लेकिन, अभी उनकी यह उम्मीद जवाब देती हुई जान पड़ती है। नतीजा यह कि इस बार की सर्दियों में यूक्रेन को लड़ाई में टिकाए रखना नैटो के लिए बहुत बड़ी चुनौती हो गया है।

डॉनल्ड ट्रंप के सत्ता संभालने के बाद दोनों पक्षों के बीच बातचीत शुरू होती है तो इसे रूस विरोधी खेमे की ताकतवर स्थिति भले न कहा जा सके, लेकिन घुटने टेक देने जैसा भी नहीं माना जाएगा। नैटो खेमा अभी इस एक लक्ष्य को सामने रखकर ही आगे बढ़ रहा है। 20 जनवरी 2025 को ट्रंप द्वारा अमेरिका के राष्ट्रपति पद की शपथ लेने तक बाइडन और उनके सहयोगी यूरोपीय राष्ट्राध्यक्ष यह चाहेंगे कि कुर्स्क की एक हजार वर्ग किलोमीटर जमीन पर यूक्रेन का कब्जा बना रहे, और यूक्रेन के पूर्वी मोर्चे पर रणनीतिक महत्व वाले पोक्रोव्स्क शहर पर रूसियों का कब्जा न होने पाए।

अष्टयोग-5046

	6	1		2		3
7	32	5	31	3	30	1
4				7		
	22	2	40	6	39	
	3			5		
1	34	6	37		28	
	5			1	2	4

प्रस्तुत खेल सुडोकू व जोड़ की पद्धति का मिश्रण है. खड़ी व आड़ी पंक्तियों में 1से 7 तक के अंक लिखने अनिवार्य हैं. गहरे काले वर्ग में लिखी संख्या चारों और के 8 वर्गों की संख्या का कुल योग होगी. सीधी अथवा आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के अंक होना अनिवार्य है.

अष्टयोग 5045 का हल

4	3	2	5	1	7	6
1	28	6	29	4	30	2
5	4	3	6	2	1	7
2	36	7	38	6	25	3
6	5	4	7	3	2	1
7	33	5	36	5	33	4
3	2	1	4	7	6	5

Jagratidaur.com, Bangalore

अपना ब्लॉग

मौसम की चुनौती

मोहन। रूस और यूक्रेन में लंबे अरसे से जाड़ों का सामान्य जीवन भी बिजली पर बुरी तरह निर्भर हो गया है। अगले दो महीनों में कुर्स्क और पोक्रोव्स्क की लड़ाइयों का नतीजा हथियारों से ज्यादा इस बात पर निर्भर करेगा कि अपने फौजियों के लिए बिजली की उचित सप्लाई कौन–सा पक्ष सुनिश्चित कर पाता है। इस पक्ष को ध्यान में रखते हुए रूसियों ने यूक्रेन का बिजली ढांचा नष्ट करने के साथ–साथ दोनों मोर्चों पर आमने–सामने की लड़ाई में न जाने का फैसला किया है। रूस ने न केवल चीन और भारत के बड़े बाजारों में अपने प्राकृतिक संसाधनों को खपाकर लड़ाई के लिए भरपूर पूंजी का इंतजाम किया, बल्कि लंबे समय से पश्चिमी प्रतिबंधों का सामना कर रहे ईरान और उत्तर कोरिया जैसे पूर्वी देशों से हथियारों और सैनिकों का सहयोग भी लिया है।

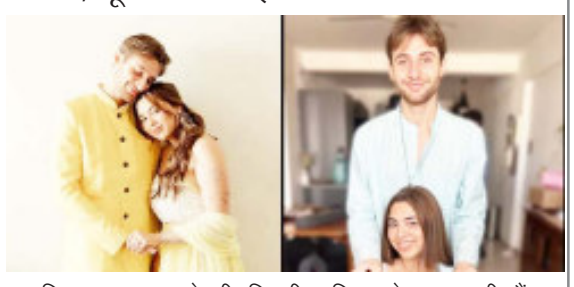
फ्रांसीसी डायरेक्टर क्रिस्टोफ रग्गिया पर एक्ट्रेस ने लगाया यौन शोषण का आरोप

फ्रांसीसी फिल्म डायरेक्टर क्रिस्टोफ रग्गिया के लिए मुश्किलें खड़ी हो गई हैं। उन पर सोमवार, 9 दिसंबर को एक्ट्रेस एडेल हेनेल के साथ यौन शोषण करने के आरोप में ट्रायल चलाया जाएगा। बताया जा रहा है कि जब ये घटना हुई थी तो एक्ट्रेस महज 12 साल की थीं। और डायरेक्टर 36 साल के थे। एक्ट्रेस ने उन पर 2001 में द डेविल्स फिल्म में काम करने के दौरान गलत तरह से छूने का आरोप लगाया था। एक्ट्रेस की तरफ से डायरेक्टर पर लगे यौन शोषण के आरोप के बाद कहा जा रहा है कि ये यह फ्रांसीसी सिनेमा में सामने आने वाले पहले #MeToo मामलों में से एक है। हेनेल ने सबसे पहला आरोप 2019 में सबके सामने लगाया था कि उन्होंने अपना आपा खो दिया था। उन्हें क्रू मेंबर्स और परिवार से अलग कर दिया था। साथ ही उन्होंने डायरेक्टर पर को–स्टार के साथ एक अजीब सीन करने के लिए दबाव बनाया था। हालांकि क्रिस्टोफ रग्गिया ने इन आरोपों से इनकार किया है। हालांकि अगर आरोप साबित होता है तो उन्हें 10 साल से ज्यादा की जेल और 150,000 यूरो का जुर्माना भी हो सकता है। उनके वकील फैनी ने न्यूज एजेंसी रॉयटर्स से इस बारे में कमेंट करने से इनकार कर दिया है। हेनेल फ्रांस में रुडमज्वव मूवमेंट का पहला फेमस चेहरा बन गई हैं। हालांकि इस आंदोलन को संयुक्त राज्य अमेरिका की तुलना में बहुत ही कम रिस्पॉन्स मिल रहा है।

पुष्पा 2 की सुनामी में बह गईं 13 फिल्में, हिंदी बेल्ट की कमाई में रचा इतिहास

बॉक्स ऑफिस पर इस वक्त अल्लू अर्जुन स्टारर मूवी पुष्पा 2 ने राज किया हुआ है। कमाई के मामले में इस मूवी ने जमकर गदर मचाया, जो रिलीज के 4 दिन के बाद भी थमने का नाम नहीं ले रहा है। नॉन हॉलिडे में रिलीज के बावजूद पुष्पा–द रूल ने ऐतिहासिक कलेक्शन कर के दिखाया है। पुष्पा 2 की बंपर कमाई में सबसे बड़ा योगदान हिंदी बेल्ट का रहा। इस आधार पर हम आपको बताने जा रहे हैं कि अल्लू अर्जुन और रश्मिका मंदाना की इस मूवी ने सबसे तेज हिंदी वर्जन में 300 करोड़ की कमाई के मामले इतिहास रचा दिया है। रिलीज के चौथे दिन कमाई के मामले में पुष्पा 2 ने जमकर गर्दा उड़ाया है। मेकर्स के मुताबिक पहले रविवार को अल्लू अर्जुन की इस मूवी ने सभी भाषाओं को मिलाकार 530 करोड़ का कलेक्शन कर लिया है। हिंदी वर्जन में इस मूवी 86 करोड़ की मोटी रकम छापी है, जो पिछले तीन दिनों की तुलना में सर्वाधिक है। इस आधार पर सिर्फ और हिंदी भाषा में पुष्पा– द रूल का नेट बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 300 करोड़ के पार पहुंच गया है।

आलिया ने हाथों में रचाई पिया के नाम की मेहंदी, यूनिक डिजाइन ने खींचा सबका ध्यान



आलिया कश्यप भले ही फिल्मी दुनिया से दूर रहती हैं, लेकिन वह अक्सर लाइमलाइट में आ ही जाती हैं। कभी वह अपने रोमांटिक रिलेशनशिप को लेकर सुर्खियां बटोरती हैं तो कभी अपने बयान के लिए लोगों का ध्यान खींचती हैं। इन दिनों आलिया अपनी शादी को लेकर चर्चा में हैं। जल्द ही वह दुल्हनिया बनने वाली हैं। आलिया कश्यप ने काफी सालों से विदेशी ब्वॉयफ्रेंड शेन ग्रेगोइरे को डेट कर रही हैं। शेन और आलिया ने पिछले साल ही सगाई की थी और अब कपल शादी के बंधन में बंधने जा रहा है। शादी हिंदू रीति–रिवाज से हो रही है। 8 दिसंबर से वेडिंग फंक्शन भी शुरू हो गए हैं। आलिया कश्यप की हल्दी सेरेमनी थी जिसकी झलकियां सोशल मीडिया पर छाई रहीं। अब आलिया ने पिया के नाम की मेहंदी लगाई लेकिन पिया का नाम या दूल्हा–दुल्हन की इमेज की बजाय कुछ और ही डिजाइन बनवाया है। इंस्टाग्राम अकाउंट पर आलिया कश्यप की मेहंदी आर्टिस्ट ने मेहंदी की फोटोज शेयर की हैं। दो तस्वीरों में आलिया हाथों में मेहंदी लगवाती हुई नजर आ रही हैं। वहीं, एक तस्वीर में आलिया और उनके होने वाले पति शेन अपने हाथों में लगी मेहंदी को फ्लॉन्ट कर रहे हैं। आलिया ने अपने एक हाथ डॉगी और दूसरे हाथ में बिल्ली की इमेज बनवाई है।

भगवान राम का किरदार निभाना था रणबीर के लिए सपना

बॉलीवुड एक्टर रणबीर कपूर की एनिमल फिल्म ने बड़े पर्दे पर धमाल मचाया। इसमें उनके अभिनय को दर्शकों ने खूब पसंद किया। वहीं, अब आने वाले दिनों में अभिनेता कई बड़ी फिल्मों में नजर आएंगे। उनकी मोस्ट अवेटेड मूवीज की लिस्ट में रामायण का नाम भी शामिल है। नितेश तिवारी की निर्देशित रामायण को दो पार्ट में रिलीज किया जाएगा। इस फिल्म में रणबीर भगवान राम की भूमिका में बड़े पर्दे पर नजर आने वाले हैं। फिल्म में अपने रोल के बारे में रणबीर कपूर ने खुलकर बात की है।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

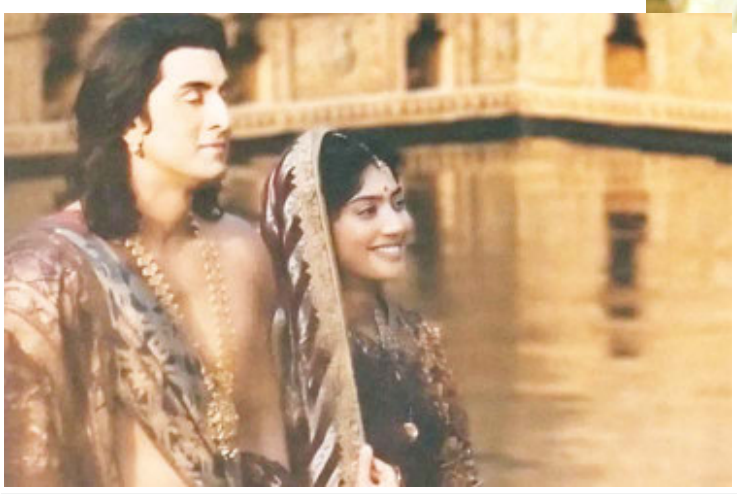
रामायण फिल्म दो पार्ट में होगी रिलीज

रणबीर कपूर ने रेड सी फिल्म फेस्टिवल में एक सत्र के दौरान नितेश तिवारी के निर्देशन में बन रही रामायण फिल्म के बारे में बात की। उन्होंने जानकारी दी कि रामायण का पहला पार्ट बन चुका है। इसके बाद अब वह दूसरे पार्ट की शूटिंग शुरू करने वाले हैं।

राम बनने का बचपन से सपना था

रामायण फिल्म में काम करने को लेकर रणबीर एक्साइडेट हैं। उन्होंने बताया, श्मैं इस समय रामायण फिल्म पर काम कर रहा हूं, जो एक अच्छी कहानी है। मैं उस कहानी का हिस्सा बनकर बहुत खुश हूं। भगवान राम की भूमिका निभाना मेरे लिए एक सपना है।

काम करने को लेकर काफी उत्साहित



अभिनेता ने फिल्म के बारे में बताया कि यह एक ऐसी फिल्म है, जिसमें सभी जरूरी तत्व हैं। यह कहानी भारतीय संस्कृति, परिवार और पति–पत्नी के रिश्ते के बारे में काफी कुछ सिखाती है। मैं इसमें काम करने को लेकर काफी उत्साहित हूं। फिल्म के पहले पार्ट की शूटिंग पूरी हो चुकी है, और अब इसके दूसरे पार्ट की शूटिंग शुरू की जाएगी।

कब रिलीज होगी रामायण फिल्म?

रामायाण फिल्म का इंतजार करने वाले लोगों के मन में सबसे बड़ा सवाल होगा कि यह कब रिलीज होगी? दरअसल, फिल्म के प्रोड्यूसर नमित मल्होत्रा ने बीते महीन एक्स पर पोस्ट शेयर कर जानकारी दी थी कि फिल्म का पहला पार्ट दिवाली 2026 में रिलीज किया जाएगा और रामायण फिल्म का दूसरा पार्ट दिवाली 2027 में सिनेमाघरों में दस्तक देगा। रणबीर के साथ सीता के किरादर में एक्ट्रेस साई पल्लवी को देखा जाएगा।

'द गर्लफ्रेंड' के टीजर में विजय देवरकोंडा की आवाज

रश्मिका मंदाना की आने वाली फिल्म द गर्लफ्रेंड के टीजर से पहले एक्ट्रेस ने कुछ झलकियां दिखाई हैं। विजय देवरकोंडा ने इस टीजर के लिए अपनी आवाज दी है। रश्मिका ने फिल्म को अपना श्बेबी प्रोजेक्टश बताया है। इसके अलावा, रश्मिका श्छावाश और सलमान खान की श्सिकंदरश में भी नजर आएंगी।

मुझे पता है कि हमने आपको लंबा इंतजार करवाया

रश्मिका मंदाना ने सोशल मीडया पर वीडियो शेयर किया है। हालांकि ये वीडियो हिंदी में नहीं है। रश्मिका मे लिखा है, फाइनली बेबी प्रॉजेक्ट आप सबसे मिलने के लिए तैयार है। मुझे पता है कि हमने आपको लंबा इंतजार करवाया है, लेकिन अब फाइनली ये आ गया है। इस वीडियो में रश्मिका की ढेर सारी झलकियां हैं और कहीं न कहीं ये कहानी उनके रिश्ते की इमोशनल या फिर टॉक्सिक जर्नी है। इन झलकियों में रश्मिका के फेशियल एक्सप्रेशंस बदलते दिख रहे हैं और उनके चेहरे पर दर्द, गुस्सा, बदला सबकुछ दिख रहा है।

रश्मिका मंदाना के खास दोस्त देवरकोंडा अपनी आवाज देंगे

बताया जा रहा है कि फिल्म के टीजर के लिए रश्मिका मंदाना के खास दोस्त देवरकोंडा अपनी आवाज देंगे। फिल्म मेकर राहुल रविंद्रन की द गर्लफ्रेंड का एक टीजर हाल ही में मलयालम सहित पांच भाषाओं में जारी किया गया था।

सातवीं किताब पढ़ रही हैं रश्मिका

नेशनल क्रश रह चुकीं रश्मिका मंदाना सोशल मीडिया पर एक्टिव रहती हैं और अक्सर एक से बढ़कर एक पोस्ट शेयर कर फैंस का मनोरंजन करती रहती हैं। रश्मिका ने अपने एक पोस्ट में बताया था कि उन्हें किताबों का शौक है और उन्हें पढ़ना पसंद है। रश्मिका ने इंस्टाग्राम पर बेस्ट सेलिंग लेखिका एना हुआंग की किताब किंग ऑफ रॉथ की फोटो शेयर की। उन्होंने बताया था कि वह सातवीं किताब पढ़ रही हैं।

रश्मिका के पास ऐतिहासिक ड्रामा श्छावाश भी है

वर्कफ्रंट की बात करें तो रश्मिका मंदाना अपनी हालिया फिल्म पुष्पाः द रूल की रिलीज को लेकर छाई हुई हैं। अल्लू अर्जुन स्टारर इस फिल्म का निर्देशन सुकुमार ने किया है। पुष्पा 2 में रश्मिका और अल्लू अर्जुन के साथ फहाद फासिल भी अहम रोल में हैं।

गलत तरीके से बादाम खा रहे 90 प्रतिशत लोग, तभी नहीं मिल रही ताकत

अगर आप बादाम खाते हैं फिर भी हड्डियों में कमजोरी की समस्या से जूझ रहे हैं, तो इसका मतलब है कि आप अब तक गलत तरीके से बादाम खा रहे हैं। न्यूट्रिशनिस्ट और डाइटीशियन शिखा अग्रवाल शर्मा के अनुसार, अधिकतर लोग यह गलती कर देते हैं। शिखा आपको हड्डियों में कैल्शियम की मात्रा बढ़ाने के लिए आपको बादाम खाने का सही तरीका बता रही हैं।

बादाम को भिगोकर दूध के साथ खाएं

अगर आप अब तक सिर्फ कच्चे बादाम खा रहे थे, तो आप बड़ी गलती कर रहे थे। शरीर में कैल्शियम की मात्रा बढ़ाने के लिए आपको भिगोए हुए बादाम खाने चाहिए। रातभर बादाम भिगोकर रखें, सुबह इसका छिलका उतारकर पीस लें और दूध के साथ मिलाकर खाएं। भिगोने से इन्हें पचाना आसान होता है और पोषक तत्व बेहतर तरीके से अवशोषित होते हैं।

बादाम में कितना कैल्शियम होता है?

1 औंस (लगभग 28 ग्राम या लगभग 23 कच्चे बादाम) में 76 मिलीग्राम कैल्शियम होता है। इसी तरह 1 चम्मच बादाम मक्खन में लगभग 43 मिलीग्राम कैल्शियम होता है। फोर्टिफाइड बादाम दूध 1 कप (240 मि।ली।) में 300:450 मिलीग्राम कैल्शियम हो सकता है।

बादाम और खजूर की एनर्जी बॉल्स

बादाम को खजूर, तिल (जो कैल्शियम से भरपूर है) और थोड़ा सा नारियल के साथ ब्लेंड करें। इससे कैल्शियम युक्त पोषक स्नैक्स बनाएं। दूसरा तरीका यह है कि भुने हुए बादाम को पीसकर पाउडर बना लें। इस पाउडर का 1 चम्मच गर्म दूध या पानी में मिलाएं और पिएं। बादाम को विटामिन डी स्रोतों जैसे अंडे, मशरूम, या फोर्टिफाइड सीरियल्स के साथ खाएं। विटामिन डी कैल्शियम को शरीर में बेहतर तरीके से अवशोषित करने में मदद करता है।

भोजन में बादाम शामिल करें

सलाद, ओटमील या दही पर कटे हुए बादाम छिड़कें, इससे कैल्शियम का स्तर बढ़ता है। बादाम को करी, चावल के व्यंजन, या बेक किए हुए सामान जैसे मफिन और कुकीज में मिलाएं।

बादाम का दूध और मक्खन

1 कप भिगोए हुए बादाम को 2–3 कप पानी के साथ ब्लेंड करें, फिर इसे छान लें। बादाम के दूध को सीधे पी सकते हैं या स्मूदी, सीरियल, या चाय में मिला सकते हैं। ऐसा करने से आपको ज्यादा कैल्शियम मिल सकता है। आप घर में बादाम का मक्खन बना सकते हैं या बाजार से ले सकते हैं। कैल्शियम की मात्रा बढ़ाने के लिए बादाम मक्खन को होल–ग्रेन ब्रेड पर लगाएं या इसे सेब या केले जैसे फलों के साथ खाएं। इसे स्मूदी या डेसर्ट में बेस के रूप में इस्तेमाल करें।

शहद और लहसुन की जोड़ी सेहत को दे सकती है कई फायदे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

प्रकृति ने हमें हेल्दी और खूबसूरत रहने के लिए कई तोहफे दिए हैं। इनमें से दो सबसे शक्तिशाली चीजें हैं शहद और लहसुन। आपको जानकर हैरानी होगी कि सर्दियों के मौसम में जब हम अक्सर बीमारियों से घिर जाते हैं, तब ये दोनों ही चीजें हमारे लिए वरदान साबित हो सकती हैं। जी हां, सर्दियों में कई लोग खांसी–जुकाम, गले की खराश और त्वचा के रूखापन जैसी समस्याओं से जूझते रहते हैं। इन समस्याओं का कारण अक्सर बदलते मौसम के कारण शरीर की इम्युनिटी में कमी आना होता है। ऐसे में, शहद और लहसुन दोनों ही नेचुरल एंटीबायोटिक और एंटीऑक्सीडेंट हैं जो हमारी इम्युनिटी को बढ़ाते हैं और बीमारियों से लड़ने में भी मदद करते हैं। लहसुन में एलिसिन नामक कंपाउंड पाया जाता है जो बैक्टीरिया, वायरस और फंगस को मारने में असरदार होता है।

क्यों सर्दियों में जरूर खाना चाहिए लहसुन?

तापमान के गिरावट के साथ आने वाली परेशानियों से निपटने के लिए लहसुन आपका सबसे अच्छा दोस्त साबित हो सकता है। इसका तीखा स्वाद न सिर्फ आपके खाने को स्वादिष्ट बनाता है, बल्कि इसके अंदर मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स शरीर को फ्री रेडिकल्स से होने वाले नुकसान से भी बचाते हैं। लहसुन में पाया जाने वाला एलिसिन नामक तत्व खराब कोलेस्ट्रॉल को कम करने, खून के थक्कों को बनने से रोकने और यहां तक कि कैंसर से लड़ने में भी मदद करता है। यही वजह है कि लहसुन को अक्सर एंटी–कैंसर सुपरफूड कहा जाता है।

सर्दियों में शहद खाना क्यों है फायदेमंद?

शहद में भरपूर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट्स, शरीर के लिए जरूरी एंजाइम्स और कई तरह के न्यूट्रिएंट्स जैसे आयरन, जिंक और कैल्शियम होते हैं। इन पोषक तत्वों से न सिर्फ आपका वजन कम होता है, बल्कि आपकी एनर्जी भी बढ़ती है और कोलेस्ट्रॉल भी कंट्रोल में रहता है। अगर शहद को फैक्ट्री में प्रोसेस नहीं किया गया है, तो इसमें विटामिन बी कॉम्प्लेक्स भी भरपूर मात्रा में होता है, जो त्वचा और बालों के लिए भी बहुत फायदेमंद है।

लहसुन और शहद मिलाकर खाने से क्या होगा?

लहसुन और शहद दोनों ही घरेलू नुस्खों के लिए जाने जाते हैं। इन दोनों को मिलाकर खाने से सेहत से जुड़े कई फायदे मिल सकते हैं। लहसुन में एंटीबैक्टीरियल और एंटीवायरल गुण होते हैं जो सर्दी–जुकाम से लड़ने में मदद करते हैं। शहद में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं जो शरीर को फ्री रेडिकल्स से बचाते हैं। दोनों को मिलाकर खाने से पाचन में सुधार होता है, इम्युनिटी बढ़ती है और हार्ट हेल्थ भी बेहतर होती है।

कैसे खाएं लहसुन और शहद?

लहसुन और शहद, दोनों ही घरेलू नुस्खों के मामले में फेमस हैं और इनके मिले–जुले फायदे कई बीमारियों से लड़ने में मदद कर सकते हैं, लेकिन इनका सेवन किस तरह किया जाए, यह जानना जरूरी है। रात को सोने से पहले, एक–दो लहसुन की कलियों को छीलकर पीस लें। इसे एक चम्मच शुद्ध शहद में मिलाकर एक कांच के जार में रख दें। आप सुबह खाली पेट इस मिश्रण को खा सकते हैं या फिर आप चाहें तो इसे गुनगुने पानी के साथ भी ले सकते हैं। इस नुस्खे को कम से कम एक महीने तक नियमित रूप से करें।

क्यों है यह तरीका सबसे अच्छा?

रात भर भिगोने से लहसुन का तीखापन कम हो जाता है और शहद इसके स्वाद को मीठा बनाता है। खाली पेट इन दोनों चीजों को खाने से शरीर इस मिश्रण के पोषक तत्वों को ज्यादा आसानी से अब्जॉर्ब कर लेता है।

इन बातों का रखें ख्याल

प्रोसेस्ड शहद के बजाय शुद्ध शहद का ही इस्तेमाल करें। अगर आपको लहसुन या शहद से एलर्जी है तो इसे खाने से बचें। किसी भी गंभीर बीमारी के लिए डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

बाजरे की रोटी संग बिल्कुल न खाएं ये चीज, पहुंच सकता है बड़ा नुकसान

बाजरे की रोटी कुछ चीजों के साथ नहीं खानी चाहिए। क्योंकि इसकी तासीर और गुण इन खाद्य पदार्थों के साथ तालमेल नहीं बिठा पाते हैं। जिसकी वजह से आपको एसिडिटी, कब्ज, पेट दर्द, अफारा और न जाने कितनी दिक्कतें हो सकती हैं। बाजारे की तासीर गर्म होती है। इसकी रोटी खाने से शरीर को गर्माहट मिलती है। इसलिए इसके साथ दूसरी गर्म तासीर वाली चीजों का सेवन न करें। इसके कारण पेट में जलन, मुंहासे–दाने, एसिडिटी, पेट दर्द, दस्त जैसी दिक्कतें हो सकती हैं। चिकन–मटन, तिल आदि चीजें भी गर्म तासीर की होती हैं। छोले और राजमा हाई प्रोटीन देते हैं। लेकिन इसी के साथ यह पचने में काफी भारी होते हैं। इसके साथ उड़द दाल भी देर से पचती है। जिन लोगों को पाचन कमजोर है, वो इन चीजों के साथ बाजरे की रोटी खाने से बचें। क्योंकि बाजरे में भी काफी फाइबर होता है। मेडलाइन प्लस के मुताबिक डाइट में बहुत ज्यादा फाइबर लेने से पेट की गैस, ब्लोटिंग, पेट में क्रैम्प की दिक्कत हो सकती है। जिस तरह बाजरा पचाने में टाइम लगता है, उसी तरह तला भुना भोजन भी शरीर में देर से पचता है। इन दोनों का मिक्सचर डायजेशन के लिए नुकसानदायक हो सकता है। इसलिए आपको इसे खाने से बचना चाहिए। बाजरे की रोटी वैसे तो किसी भी वक्त खाई जा सकती है। लेकिन इसे सुबह व दोपहर में खाना बेहतर है।

सर्दियों में बोन सूप पीने से शरीर को अंदर से मिलती है गर्माहट

बोन सूप यानी हड्डियों का शोरबा एक ऐसा पौष्टिक व्यंजन है जिसे अलग–अलग तरह के जानवरों की हड्डियों को पानी और कुछ खास मसालों के साथ उबालकर बनाया जाता है। यह सूप न सिर्फ स्वादिष्ट होता है बल्कि इसमें कई पोषक तत्व भी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। इसे बनाने के लिए आमतौर पर बकरे और चिकन का इस्तेमाल किया जाता है, लेकिन आप अपनी पसंद के मुताबिक इसे किसी अन्य जानवर की हड्डियों की मदद से भी तैयार कर सकते हैं। हड्डियों के इस शोरबे में प्रोटीन, कैल्शियम, मैग्नीशियम, फॉस्फोरस, कोलेजन और कई अन्य जरूरी पोषक तत्व पाए जाते हैं जो शरीर को कई तरह से फायदा पहुंचाते हैं। नियमित रूप से बोन सूप का सेवन करने से पाचन तंत्र मजबूत होता है, जोड़ों का दर्द कम होता है, इम्युनिटी मजबूत होती है और सिर्फ इतना ही नहीं बल्कि इसे रेगुलर पीने से आपकी स्किन भी हेल्दी रहती है।

सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होते हैं आंवला और चुंकदर

चुकंदर और आंवला, दोनों ही पोषक तत्वों से भरपूर फूड आइटम्स हैं। सर्दी के मौसम में इन दोनों को ही खाना आपकी सेहत के लिए काफी फायदेमंद होता है। इसलिए इन दोनों को मिलाकर बनाया गया जूस न केवल स्वादिष्ट होता है, बल्कि सेहत के लिए भी बेहद फायदेमंद साबित हो सकता है। आइए जानते हैं कि 30 दिनों तक चुकंदर और आंवला जूस पीने से हमें क्या–क्या फायदे मिल सकते हैं। कब्ज और अपच– चुकंदर और आंवला दोनों ही फाइबर से भरपूर होते हैं, जो पाचन को बेहतर बनाते हैं। यह कब्ज और अपच जैसी समस्याओं से राहत दिलाने में मदद करता है। डाइजेस्टिव एंजाइम्स– आंवला डाइजेस्टिव एंजाइम्स के उत्पादन को बढ़ावा देता है, जिससे खाना आसानी से पच जाता है। विटामिन–सी– आंवला विटामिन–सी का एक बेहतरीन स्रोत है, जो इम्यून पावर को बढ़ाता है। एंटीऑक्सीडेंट्स– चुकंदर और आंवला दोनों में एंटीऑक्सीडेंट्सभरपूर मात्रा में पाए जाते हैं, जो शरीर को फ्री रेडिकल से बचाते हैं। ब्लड प्रेशर कंट्रोल– चुकंदर में नाइट्रेट्स पाए जाते हैं, जो ब्लड प्रेशर को कम करने में मदद करते हैं। चुकंदर और आंवला दोनों ही कम कैलोरी वाले फूड्स हैं, जो वजन घटाने में मदद करते हैं। आंवला में आयरन होता है, जो एनीमिया से बचाता है। आंवला दांतों और हड्डियों को मजबूत बनाने में मदद करता है। इनमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स त्वचा को जवां बनाए रखने में मदद करते हैं। चुकंदर और आंवला दोनों ही त्वचा को ग्लोइंग बनाने में मदद करते हैं।

मोहम्मद सिराज का कार कलेक्शन

मोहम्मद सिराज के पास गाड़ियों का शानदार कलेक्शन है। उन्होंने ऑस्ट्रेलिया के दौरे से लौटने के बाद एक बीएमडब्ल्यू सेडान खरीदी थी। आनंद महिंद्रा ने उन्हें ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ गाबा टेस्ट में शानदार प्रदर्शन करने के लिए आभार व्यक्त करने के लिए एक महिंद्रा थार गिफ्ट में दी थी। सिराज ने अपना पहला आईपीएल चौक मिलने के बाद एक टोयोटा कोरोला भी खरीदी थी।

नेटवर्थ के मामले में किसी से कम नहीं मोहम्मद सिराज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय क्रिकेट टीम के अनुभवी तेज तर्रार गेंदबाज मोहम्मद सिराज आज कल सुर्खियों में छाए हुए हैं। वह लगातार अपनी तेज गेंदबाजी से सबका दिल जीतते आ रहे हैं। फिलहाल, सिराज ऑस्ट्रेलिया में हैं और बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी खेल रहे हैं। उनकी हाल ही में एडिलेड पिंक बॉल टेस्ट में ट्रैविस हेड से कहासुनी हुई थी। इसके चलते वह और ज्यादा लाइमलाइट में हैं। हालांकि सिराज पिछले कुछ समय से इंडियन क्रिकेट में बड़ा नाम बनते जा रहे हैं। आइये, ऐसे में एक बार उनकी नेटवर्थ पर नजर डालते हैं। मोहम्मद सिराज की 2024 तक टोटल नेटवर्थ लगभग 7 मिलियन डॉलर यानी 57 करोड़ रुपये होने का अनुमान है। उनकी कमाई का अहम जरिया बीसीसीआई का एनुअल कॉन्ट्रैक्ट, मैच फीस, आईपीएल सैलरी और ब्रांड एंडोर्समेंट है।

मोहम्मद सिराज को 2023 में रॉयल चौलेंजर्स बेंगलुरु द्वारा 7 करोड़ में रिटेन किया गया था। उसके बाद वह 2024 तक सेम सैलरी पर थे। हालांकि आईपीएल 2025 के मेगा ऑक्शन में गुरजात टाइटंस ने उन्हें 12.25 करोड़ रुपये की मोटी रकम देकर खरीदा है। इससे जरूर उनकी नेटवर्थ में और बढ़ोतरी होगी। 2017 से 2024 तक आईपीएल से सिराज ने 27 करोड़ रुपये कमाए हैं।

गाबा में खेला जाएगा भारत और ऑस्ट्रेलिया के बीच अब तीसरा मैच

क्रिकेट

भारत-ऑस्ट्रेलिया मैच से होगी फैंस का नींद हराम

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

एडिलेड। आईसीसी विश्व टेस्ट चौंपियनशिप 2025 सत्र को लेकर आखिरी सीरीज खेल रही टीम इंडिया का अगला मैच ऑस्ट्रेलिया से ब्रिस्बेन में 14 दिसंबर से है। भारतीय टीम ने बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ पर्थ में जीत हासिल की थी, जबकि एडिलेड डे–नाइट टेस्ट में उसे हार मिली। इस तरह से 5 मैचों की सीरीज फिलहाल 1–1 से बराबर है। भारतीय टीम के पास दूसरे मैच के बाद काफी समय है। वह न केवल तैयारियों में जुटी हुई होगी, बल्कि उन गलतियों को भी ठीक करने की कोशिश करेगी, जो उससे एडिलेड में हुईं। डब्ल्यूटीसी फाइनल दांव पर है तो टीम इंडिया चाहेगी कि बचे हुए सीरीज के सभी 3 मैच उसके नाम रहे।

भारत और ऑस्ट्रेलिया के बीच मुकाबला ब्रिस्बेन के मशहूर गाबा स्टेडियम में खेला जाएगा। यह मुकाबला भारतीय समयानुसार, सुबह 5 बजकर 50 मिनट पर शुरू होगा। इसका मतलब यह है कि टॉस टाइम 5 बजकर 20 मिनट है। इससे पहले जो मैच खेले गए उनका समय भारतीय समयानुसार ऐसा था कि फैंस आसानी से खेल का लुत्फ उठा सकते थे, लेकिन अब उन्हें मैच को देखने के लिए नींद खराब करनी होगी। संभव है कि जब तक वह सोकर उठें तब तक ढेर सारे रन बन गए हों या फिर ढेर सारे विकेट गिर गए हों।

'साइड स्ट्रेन' से उबर रहे ऑस्ट्रेलिया के फास्ट बॉलर जोश हेजलवुड ने सोमवार को एडिलेड ओवल में दो पूरे स्पेल बॉलिंग करने के बाद कहा कि अगले 24 घंटे में यह पता चल जाएगा कि वह भारत के खिलाफ तीसरे टेस्ट मैच में खेल पाएंगे या नहीं। हेजलवुड चोटिल होने के कारण एडिलेड में हुए पिंक बॉल टेस्ट में नहीं खेल पाए थे। ऑस्ट्रेलिया ने यह मैच तीसरे दिन ही 10 विकेट से जीत लिया था। इससे हेजलवुड को मैच की परिस्थितियों में गेंदबाजी करने का मौका मिला।

हेजलवुड ने कहा,'मेरा तीसरे टेस्ट मैच में खेलना अगले 24 घंटे में मेरी फिटनेस की प्रगति पर निर्भर करेगा। निश्चित तौर पर दो स्पेल बॉलिंग करना काफी अंतर पैदा करते हैं। अभी कुछ छोटी–छोटी चीजें हैं जिन पर प्रगति हासिल करना बाकी है लेकिन अगले 24 घंटे महत्वपूर्ण हैं। अगले दिन फिर से गेंदबाजी करना और यह सोचना महत्वपूर्ण है कि मैं फिर से गेंदबाजी करने के लिए तैयार हूं।'

विराट कोहली करेंगे डॉन ब्रैडमैन के 76 साल पुराने रिकॉर्ड की बराबरी

■ जो एडिलेड में नहीं हुआ वो ब्रिस्बेन में होकर रहेगा!

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारतीय टीम के स्टार बल्लेबाज विराट कोहली ने पर्थ टेस्ट मैच की दूसरी पारी में जब शतक जमाया था तो उन्होंने ऑस्ट्रेलिया के महान बल्लेबाज डॉन ब्रैडमैन को पीछे कर दिया था। कोहली का ये टेस्ट क्रिकेट में 30वां शतक था जबिक ब्रैडमैन के 29 शतक हैं। एडिलेड में भी कोहली से इस महान बल्लेबाज के एक बड़े रिकॉर्ड की बराबरी करने की उम्मीद थी, लेकिन ऐसा हो नहीं पाया। अब नजरें 14 दिसंबर से ब्रिस्बेन में खेले जाने वाले तीसरे टेस्ट मैच पर टिकी हैं।

कोहली ब्रिस्बेन के गाबा मैदान पर ब्रैडमैन के बड़े रिकॉर्ड की बराबरी कर सकते हैं और इसके लिए उन्हें चाहिए एक शतक। कोहली जिस तरह के बल्लेबाज हैं उसे देख शतक उनके लिए मुश्किल नहीं लगता। पर्थ टेस्ट मैच में मुश्किल हालात में उन्होंने सैकड़ा बनाया था। टीम इंडिया के फैंस उम्मीद करेंगे की गाबा में भी कोहली के बल्ले से शतक निकले।

कोहली अगर ब्रिस्बेन में शतक बनाते हैं तो वह ब्रैडमैन के 76 साल पुराने रिकॉर्ड की बराबरी कर लेंगे। ब्रैडमैन के नाम विदेशी टीम के घर में सबसे ज्यादा इंटरनेशनल शतक जमाने का रिकॉर्ड है। दाएं हाथ के इस महान बल्लेबाज ने 1930 से 1948 तक इंग्लैंड की जमीन पर उसी के खिलाफ कुल 11 शतक जमाए हैं। ब्रैडमैन ने 19 मैचों में इतने शतक जमाए थे। 76 साल से उनके इस रिकॉर्ड के बराबर कोई भी नहीं पहुंचा है। कोहली ने ऑस्ट्रेलियाई जमीन पर कुल 43 इंटरनेशनल मैच खेले हैं और 10 शतक जमाए हैं। एक और शतक उन्हें ब्रैडमैन के बराबर पहुंचा सकता है। इस मामले में जैक हॉब्स, सचिन तेंदुलकर के साथ संयुक्त रूप से तीसरे नंबर पर हैं। जैक ने ऑस्ट्रेलियाई जमीन पर नौ इंटरनेशनल शतक जमाए हैं।

वहीं सचिन ने भी श्रीलंकाई जमीन पर नौ सैकड़े ठोके हैं। वेस्टइंडीज के महान बल्लेबाज विवियन रिचर्ड्स ने इंग्लैंड में कुल आठ शतक लगाए हैं। गावस्कर का नाम भी इस लिस्ट में है। उन्होंने वेस्टइंडीज की जमीन पर सात शतक जमाए हैं। कोहली जानते हैं कि गाबा टेस्ट भारत के लिए काफी अहम है क्योंकि इस मैच में हार भारत को सीरीज में पीछे कर देगी साथ ही उसके आईसीसी वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप खेलने के अरमानों पर भी पानी फेर देगी।

आईसीसी डब्ल्यूटीसी फाइनल की जंग हुई रोचक

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। आईसीसी वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप 2019 से शुरू हुई थी। बीते दो संस्करणों में टीम इंडिया फाइनल में पहुंची है। दोनों बार उसे फाइनल में जाने में परेशानी नहीं हुई थी। हालांकि, इस बार टीम इंडिया का फाइनल में जाना काफी मुश्किल लग रहा है। इस बार उसे कड़ी टक्कर मिल रही है। भारत को हाल ही में ऑस्ट्रेलिया के हाथों एडिलेड टेस्ट मैच में हार का सामना करना पड़ा था। वहीं दूसरी तरफ साउथ अफ्रीका ने श्रीलंका को हरा दिया जिससे वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप के फाइनल की जंग रोचक हो गई है। भारत ने पर्थ टेस्ट मैच में जीत हासिल की थी। उसे एडिलेड में भी जीत चाहिए थी जो उसे मिली नहीं। वहीं दूसरी तरफ साउथ अफ्रीका ने श्रीलंका को दो मैचों की टेस्ट सीरीज में हरा दिया जिसके बाद भारत का रास्ता मुश्किल हो गया। इस समय देखा जाए तो साउथ अफ्रीका 10 मैचों में छह जीत, तीन हार और एक ड्रॉ के साथ 76 अंक लेकर पहले नंबर पर है।

न्यूज डायरी

भारतीय फैन ने सैंडपेपर दिखाकर ऑस्ट्रेलिया के जख्मों पर छिड़का नमक

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। एडिलेड ओवल स्टेडियम में भारतीय फैन को अपनी एक हरकत की सजा मिली। भारत और ऑस्ट्रेलिया के बीच खेले गए दूसरे टेस्ट मैच में टीम इंडिया को 10 विकेट से हार का सामना करना पड़ा। इस मैच में मिली जीत के साथ ऑस्ट्रेलियाई टीम ने सीरीज को 1–1 की बराबरी पर पहुंचा दिया है। जहां भारतीय टीम को 10 विकेट से करारी शिकस्त का सामना करना पड़ा, तो वहीं, एक भारतीय फैन ने कुछ ऐसा किया जिससे ऑस्ट्रेलियाई टीम के जख्म ताजा हो गए। सोशल मीडिया पर एक वीडियो खूब वायरल हो रहा है, जिसमें इंडियन फैन सैंडपेपर दिखाकर कंगारुओं के जले पर नकम छिड़क रहा हैं। आइए जानते दरअसल, सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें ऑस्ट्रेलियाई सुरक्षाकर्मी एक भारतीय फैन को पकड़कर स्टेडियम से बाहर निकाल रहे हैं। यह एडिलेड टेस्ट के दौरान का मामला है। जब इंडियन फैन को स्टेडियम से बाहर निकाला जा रहा था, तो वह सैंडपेपर दिखाते हुए रहा। वीडियो में देखा जा रहा है कि इंडियन फैन ने 'सैंडपेपर' का एक टुकड़ा दिखाकर साल 2018 के ऑस्ट्रेलिया के चर्चित बॉल टेम्परिंग विवाद की यादों को फिर से ताजा किया। साल 2018 में केपटाउन में ऑस्ट्रेलिया और दक्षिण अफ्रीका के बीच खेला गया टेस्ट मैच कभी नहीं मीटने वाला है। इस दौरान ऑस्ट्रेलियाई खिलाड़ी कैमरून बैनक्राफ्ट ने बॉल टेम्परिंग की थी। उन्होंने बॉल पर सैंडपेपर रगड़ा था और उनकी ये पूरी हरकत कैमरे में कैद हो गई थी।

रोहित शर्मा को ओपनिंग में फिर से देखना चाहते हैं शास्त्री और गावस्कर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) एडिलेड। पूर्व भारतीय क्रिकेटर रवि शास्त्री और सुनील गावस्कर चाहते हैं कि कप्तान रोहित शर्मा फिर से पारी की शुरुआत करें ताकि वह आक्रामक और प्रभावशाली बन सकें। पहले टेस्ट में नहीं खेलने वाले रोहित पिंक बॉल टेस्ट में छठे नंबर पर उतरे क्योंकि उनकी अनुपस्थिति में लोकेश राहुल ने सीरीज के पहले मैच में शीर्ष क्रम में अच्छा प्रदर्शन किया। हालांकि भारतीय कप्तान इस क्रम पर श्बहुत नरमश दिखे और उन्होंने भारत की 10 विकेट की हार के दौरान तीन और छह रन की पारियां खेली। शास्त्री ने कहा, यही कारण है कि मैं उन्हें शीर्ष पर देखना चाहता हूं। यहीं पर वह आक्रामक हो सकते हैं। बस उनकी बॉडी लैंग्वेज देखकर लगा कि वह थोड़े ज्यादा शांत थे। तथ्य यह है कि उन्होंने रन नहीं बनाए। मुझे नहीं लगता कि मैदान पर वह ज्यादा सक्रिय थे। मैं बस उन्हें मैच में अधिक जुड़ा हुआ और अधिक उत्साहित देखना चाहता था। राहुल ने पहले टेस्ट की दूसरी पारी में साथी सलामी बल्लेबाज और शतकवीर यशस्वी जायसवाल के साथ 201 रन की साझेदारी की। उन्होंने टेस्ट में 26 और 77 रन बनाए। वह हालांकि दूसरे मैच में अपनी फॉर्म को दोहराने में विफल रहे। राहुल के अवसर का लाभ उठाने में विफल होने के बाद पूर्व भारतीय कप्तान गावस्कर ने रोहित को उनके सलामी बल्लेबाज के स्थान पर आने को कहा।

अनिल कुंबले ने जताया पूर्व मुख्यमंत्री एसएम कृष्णा के निधन पर दुख

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टीम के पूर्व कप्तान और कोच अनिल कुंबले इस समय दुखी हैं। उन्होंने सरेआम अपना ये दुख व्यक्त किया है। कुंबले कर्नाटक के पूर्व मुख्यमंत्री एसएम कृष्णा के निधन से दुखी हैं। उन्होंने इसे राज्य की बड़ी क्षति बताया है। कृष्णा का मंगलवार सुबह निधन हो गया। वह 92 साल के थे और लंबे समय से बीमारी से जूझ रहे थे। कुंबले भी कर्नाटक के रहने वाले हैं और यहीं से घरेलू क्रिकेट खेलते थे। कुंबले ने कहा कि कृष्णा ने कर्नाटक के विकास में अहम रोल निभाया है और आज राज्य जिस स्थिति में उसमें कृष्णा का अहम रोल रहा है। कई दिग्गजों ने उनके निधन पर शोक व्यक्त किया है। कुंबले ने पत्रकारों से बात करते हुए कहा, ष्कृष्णा का जाना कर्नाटक का बहुत बड़ा नुकसान है। मुख्यमंत्री के तौर पर उनके योगदान को उनके कार्यकाल से ज्यादा समय तक याद रखा जाएगा। बेंगलुरू से सिलीकॉन वेली, इसे यहां तक पहुंचाना अपने आप में एक बड़ा योगदान है। इसे हमेशा याद रखा जाएगा। कृष्णा अगस्त से अस्पताल में भर्ती थे। राज्य के उपमुख्यमंत्री और उनके लंबे समय के दोस्त डी शिवकुमार ने कहा कि पूर्व मुख्यमंत्री का अंतिम संस्कार बुधवार को उनके गृह नगर मंद्या जिले में किया जाएगा।

संक्षिप्त समाचार

सीएम से सैनिक स्कूल घोड़ाखाल से आये विद्यार्थियों ने की भेंट

संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से मंगलवार को मुख्यमंत्री आवास में सैनिक स्कूल घोड़ाखाल से शैक्षिक भ्रमण के लिए आये विद्यार्थियों ने भेंट की। मुख्यमंत्री ने सभी विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना करते हुए कहा कि जिस भी क्षेत्र में कार्य करें पूरा मन लगाकर करें। जीवन में समय का सबसे अधिक महत्व होता है, इसलिए समय का सदुपयोग करना जरूरी है। सैनिक स्कूल घोड़ाखाल के विद्यार्थियों ने कहा कि वे दो दिन के शैक्षिक भ्रमण के लिए आये है। मुख्यमंत्री आवास के बाद वे आईएमए भी जायेंगे।

दून को बालश्रम एवं भिक्षावृत्तिमुक्त बनाने को डीएम प्रतिबद्ध

संवाददाता देहरादून। जिलाधिकारी सविन बसंल के निर्देशन में भिक्षावृत्ति पर निरंतर प्रहार किया जा रहा है। आज भिक्षावृत्ति में लिप्त दो बालिकाओं को काली मंदिर सेलाकुई से भिक्षावृत्ति रेस्क्यू टीम देहरादून द्वारा रेस्क्यू किया गया बच्चों कि जीडी व मेडिकल करवा कर बाल कल्याण समिति के समक्ष प्रस्तुत किया गया बालिकाओं को राजकीय शिशु सदन में रखवाया गया।

धस्माना ने कानून–व्यवस्था पर डीजीपी से जताई नाराजगी

संवाददाता देहरादून। जीएमएस रोड पर बुजुर्ग की नृशंस हत्या को लेकर कांग्रेस के प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने चिंता जताई है। उन्होंने कहा कि अपराधियों पर पुलिस का भय खत्म हो गया है। आए दिन दून समेत पूरे प्रदेश में इस तरह की घटनाएं हो रही हैं। उन्होंने इस मामले में डीजीपी को फोन कर देहरादून में अकेले रह रहे बुजुर्गों की सुरक्षा की की मांग उठाई। धस्माना मंगलवार को जीएमएस रोड के अलकनंदा एनक्लेव गए। यहां मंगलवार शाम को ओएनजीसी के रिटायर इंजीनियर अशोक कुमार गर्ग की हत्या कर दी गई थी। धस्माना ने मृतक अशोक कुमार के परिजनों को सांत्वना दी। धस्माना ने बताया कि इसके बाद प्राचीन शिव बावड़ी मंदिर ओल्ड राजपुर में चोरी की सूचना मिली।

सुदूरवर्ती प्रशिक्षण कार्यक्रम का किया गया आयोजन

संवाददाता देहरादून।''डॉ, रघुनंदन सिंह टोलिया, उत्तराखण्ड प्रशासन अकादमी, नैनीताल'' द्वारा महानिदेशक, बीपी पाण्डेय के निर्देशन में जनपद देहरादून हेतु सुदूरवर्ती प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मंगलवार को आयोजित एक दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का उद्घाटन मुख्य अतिथि, मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह एवं मुख्य वक्ता योगेश भट्ट, राज्य सूचना आयुक्त, उत्तराखण्ड, एवं विक्रम सिंह, परियोजना निदेशक, डीआरडीए, देहरादून द्वारा किया गया।

आगामी चारधाम यात्रा के लिए अभी से पूरा प्लान बनाकर करें कार्य: सीएम

बैठक

- शीतकालीन यात्रा पर आने वाले श्रद्धालुओं को जीएमवीएन के होटलों में ठहरने पर किराये में 25 प्रतिशत छूट प्रदान की जायेगी
- सुविधाओं के दृष्टिगत धामों की कैरिंग कैपिसिटी बढ़ाने की दिशा में भी प्रयास किये जाए

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मंगलवार को सचिवालय में बैठक लेते हुए कहा कि केदारनाथ, बद्रीनाथ, गंगोत्री और यमुनोत्री के शीतकालीन प्रवास स्थलों की यात्रा पर आने वाले श्रद्धालुओं को जीएमवीएन के होटलों में किराये पर 25 प्रतिशत की छूट प्रदान की जायेगी। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिये कि शीतकालीन यात्रा स्थलों के लिए सभी आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित की जाए। इस यात्रा के लिए विभिन्न माध्यमों से विभिन्न राज्यों में व्यापक स्तर पर प्रचार–प्रसार भी किया जाए। उन्होंने कहा कि शीतकालीन यात्रा राज्य की आर्थिकी को बढ़ाने में भी गेम चेंजर साबित होगी। पंच बद्री और पंच केदार के साथ ही शीतकालीन यात्रा प्रवास के आस–पास के प्रमुख स्थलों को विकसित करने के भी मुख्यमंत्री ने

अधिकारियों को निर्देश दिये हैं।

आगामी चारधाम यात्रा की तैयारियों को लेकर मुख्यमंत्री ने संबधित जिलाधिकारियों को निर्देश दिये हैं कि इस बार चारधाम यात्रा में जिन चुनौतियों का सामना करना पड़ा और उनका उचित समाधान कैसे किया जा सकता है, इस पर एक सप्ताह में शासन को रिपोर्ट प्रेषित करें। चारधाम यात्रा मार्गों पर प्रमुख आबादी वाले क्षेत्रों और होटलों के आस–पास सुव्यवस्थित पार्किंग बनाने के निर्देश भी मुख्यमंत्री ने दिये हैं। उन्होंने कहा कि चारधाम यात्रा राज्य के मान और सम्मान से जुड़ी यात्रा है। यात्रा को सुविधायुक्त बनाना और श्रद्धालुओं को हर संभव सुविधा उपलब्ध कराना हम सबकी सामूहिक जिम्मेदारी है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि चारधाम यात्रा में श्रद्धालुओं की संख्या में हर साल तेजी से वृद्धि हो रही है। चारों धामों में जुटाई गई अवस्थापना विकास की सुविधाओं के दृष्टिगत कैरिंग कैपिसिटी बढ़ाने की दिशा में कार्य किये जाएं। चारधामों के आस–पास के प्रमुख पौराणिक स्थलों को विकसित किया जाए और उनका व्यापक प्रचार–प्रसार भी किया जाए। चारधाम यात्रा मार्गों में सड़क, पेयजल, स्वच्छता, स्वास्थ्य सुविधाओं और अन्य मूलभूत सुविधाओं पर विशेष ध्यान दिया जाए। यमुनोत्री के दर्शन के लिए वैकल्पिक मार्ग पर भी कार्य किया जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि सुव्यवस्थित चारधाम यात्रा के लिए स्टेक होल्डरों के साथ शासन स्तर पर बैठक की जाए। स्टेक होल्डरों से सुझाव लेकर यात्रा प्रबंधन के लिए जो अच्छा हो सकता है, वह किया जाए।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हरिद्वार में होने वाले आगामी अर्द्धकुंभ के लिए अभी से तैयारियां शुरू की जाए। यह बड़ा आयोजन होता है, इस आयोजन को भव्य बनाने के लिए अभी से हर क्षेत्र में कार्य किये जाएं। मुख्यमंत्री ने कहा कि गंगा कॉरिडोर और शारदा कॉरिडोर पर भी तेजी से कार्य किये जाएं। पूर्णागिरी और कैंची धाम में दर्शनार्थियों की सुविधा के दृष्टिगत वैकल्पिक मार्गों की दिशा में कार्य किया जाए और दुर्घटनाओं को रोकने के लिए प्रभावी कार्ययोजना के साथ कार्य किए जाएं। आगामी नंदा देवी राजजात यात्रा के दृष्टिगत भी तैयारियां शुरू की जाए।

आगन्तुकों को सम्मान और उपहार में स्थानीय उत्पाद प्रदान करें

मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिये कि प्रदेश में आने वाले आगंतुकों और महानुभावों को सम्मान और उपहार में उत्तराखण्ड के स्थानीय उत्पाद ही प्रदान किये जाएं। इससे वोकल फॉर लोकल को भी बढ़ावा मिलेगा और हमारे स्थानीय उत्पादों को व्यापक स्तर पर अलग पहचान मिलेगी।

वर्ल्ड आयुर्वेद कांग्रेस: नया रिकॉर्ड बना सकता है उत्तराखंड

आरोग्य एक्सपो

- 12 दिसंबर से आरंभ हो रहा महा आयोजन, 15 दिसंबर तक चलेगा

संवाददाता

देहरादून। वर्ल्ड आयुर्वेद कांग्रेस एवं आरोग्य एक्सपो–2024 में उत्तराखंड नया रिकॉर्ड बना सकता है। आयुर्वेद के इस महाकुंभ के लिए हो रहे रजिस्ट्रेशन से ऐसे संकेत उभर रहे हैं। अभी तक साढ़े छह हजार रजिस्ट्रेशन हो चुके हैं। कार्यक्रम 12 दिसंबर से शुरू होना है। पिछले वर्ष गोवा में आयोजित इस आयोजन के नौवें संस्करण में सबसे ज्यादा 5102 डेलीगेट्स पहुंचे थे। जिस हिसाब से रजिस्ट्रेशन हुए हैं, उसके मुताबिक ही डेलीगेट्स की उपस्थिति रहने पर उत्तराखंड के नाम एक उपलब्धि दर्ज होना तय है।

उत्तराखंड आयुष की धरती है। हमारा सौभाग्य है कि उत्तराखंड में आयुर्वेद का यह विश्व स्तरीय आयोजन हो रहा है। मुझे उम्मीद है कि विषय विशेषज्ञों के विचार मंथन से आयुर्वेद के क्षेत्र में पूरे विश्व को जगाने का काम करेगा।

–पुष्कर सिंह धामी, मुख्यमंत्री।

वर्ष 2002 से वर्ल्ड आयुर्वेद कांग्रेस के आयोजन हो रहे हैं। इस बार मेजबानी का अवसर उत्तराखंड को मिला है। अब तक के इस आयोजन के सफर में डेलीगेट्स की संख्या बढ़ती–घटती रही है। मगर रजिस्ट्रेशन को पैमाना माने, तो उत्तराखंड के लिए अच्छी तस्वीर दिखाई दे रही है। देवभूमि उत्तराखंड आने में डेलीगेट्स की दिलचस्पी नजर आ रही है। आयुष सचिव रविनाथ रामन के अनुसार अभी तक साढ़े छह हजार रजिस्ट्रेशन हो चुके हैं। इस महा आयोजन की तैयारी जोरों पर है और इसे अभूतपूर्व बनाने की पूरी कोशिश की जा रही है।

वर्ल्ड आयुर्वेद कांग्रेस एवं आरोग्य एक्सपो–2024 में देशों की संख्या और प्रतिनिधियों पर भी उत्तराखंड की नजर है। पिछले वर्ष गोवा में आयोजित इस आयोजन में सबसे ज्यादा 53 देशों ने भागीदारी की थी। विदेशी प्रतिनिधियों की संख्या भी पिछले वर्ष ही सबसे ज्यादा रही थी और 295 विदेशी प्रतिनिधि आयोजन का हिस्सा बने थे। इस बार उत्तराखंड 54 से ज्यादा देशों के प्रतिनिधित्व की उम्मीद कर रहा है। इसी तरह, विदेशी प्रतिनिधियों की संख्या को लेकर भी निगाहें टिकी हैं।

लाभार्थियों और ग्राम प्रधानों को किया गया सम्मानित

संवाददाता देहरादून। ,विश्व मानवाधिकार दिवस के अवसर पर मुख्य मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह ने विकास भवन देहरादून में 5 व्यक्तिगत शौचालय के लाभार्थियों तथा 3 निर्वतमान ग्राम प्रधानों को सम्मानित किया गया। सर्वप्रथम परियोजना प्रबन्धक स्वजल द्वारा अवगत कराया गया कि विगत वर्षों की भांति इस वर्ष भी सुरक्षित स्वच्छ शौचालयों के उपयोग, स्वच्छता की प्रांसगिकता एवं उन तक पहुंच बनाने में जन–जागरूकता के उद्देश्य से विश्व शौचालय दिवस् 2024 इस वर्ष दिनांक 19 नवम्बर 2024 से 'मानवाधिकार दिवस' 10 दिसम्बर 2024 तक अभियान के रूप में संचालित किया गया है। इस अभियान का मुख्य उद्देश्य सभी व्यक्तिगत और सामुदायिक शौचालयों तक पहुंच, उपयोग और स्थिरता बढाने के लिये व्यक्तिगत शौचालयों और सामुदायिक शौचालयों को सौन्दर्यकृत पेन्टिंग के माध्यम से आर्कषक बनाये जाने के लिये प्रोत्साहित करना था ।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के प्रिंटर्स,74/9,आराघर,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.नं0
UTTHIN\2005\15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून ही मान्य होगा।