देहरादून,पौड़ी-गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित
www.page3news.in
नगर संस्करण वर्ष 18 अंक: 260 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार-प्रवाह...
विवाद जारी रहेगा

पेज थ्री

देहरादून, गुरूवार, 25 जनवरी 2024

मौसम अधिकतम 16.0° न्यूनतम 9.0°

70370.55

2 अफ्रीका के उदय को लेकर आश्वस्त भारत

7 मैं वीजा ऑफिस में नहीं बैठा हूं

'एकला चलो रे' की राह पर दीदी

बंगाल में ममता बनर्जी अकेले लड़ेंगी लोकसभा चुनाव

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

कोलकाता। बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी की पार्टी टीएमसी भले ही आइएनडीआइए गठबंधन का हिस्सा है, मगर लोकसभा चुनाव में 'एकला चलो रे' के संकेत दे दिए हैं।। सीट बंटवारे को लेकर दोनों दलों के बीच जारी तनातनी के बीच टीएमसी पश्चिम बंगाल की सभी 42 सीटों पर अकेले लोकसभा चुनाव लड़ेगी।

पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने कहा, कांग्रेस पार्टी के साथ मेरी कोई चर्चा नहीं हुई। मैंने हमेशा कहा है कि बंगाल में हम अकेले लड़ेंगे। मुझे इस बात की चिंता नहीं है कि देश में क्या किया जाएगा, लेकिन हम एक धर्मनिरपेक्ष पार्टी हैं और बंगाल में हैं। हम अकेले ही भाजपा को हरा देंगे। मैं इंडिया गठबंधन का हिस्सा हूं। राहुल गांधी की न्याय यात्रा हमारे राज्य से गुजर रही है, लेकिन हमें इसके बारे में सूचित नहीं किया गया है।

पार्टी सूत्रों के अनुसार, टीएमसी के गढ़ बीरभूम जिले के पार्टी नेतृत्व के साथ मंगलवार को कालीघाट स्थित आवास पर बंद कमरे में संगठनात्मक बैठक के दौरान टीएमसी सुप्रीमो ममता ने पार्टी नेताओं से अकेले चुनाव लड़ने के लिए तैयार रहने को कहा था।

इससे पहले टीएमसी प्रमुख ममता बनर्जी ने सीट बंटवारे पर चर्चा में देरी के लिए कांग्रेस की आलोचना की थी। उन्होंने 10 से 12 लोकसभा सीटों की कांग्रेस की मांग को अनुचित बताया था। बता दें कि ममता बनर्जी की पार्टी ने राज्य में कांग्रेस को केवल दो सीट देने की पेशकश की थी।

पश्चिम बंगाल के बाद इंडिया गठबंधन को पंजाब से भी झटका लगा है। गठबंधन में शामिल आप की ओर से कहा गया है कि वह पंजाब में अकेले चुनाव लड़ेगी। पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान ने कहा कि पंजाब की सभी 13 सीटों पर आम आदमी पार्टी अकेले चुनाव लड़ेगी। दिल्ली में कांग्रेस और आप के बीच मीटिंग तो हुई लेकिन बात बनती नहीं दिख रही। दिल्ली में साथ मिलकर लड़ने पर ज्यादा दिक्कत नहीं थी लेकिन पंजाब में मामला अटक रहा था।

पंजाब में आप संगठन अकेले चुनाव लड़ने का प्रपोजल केजरीवाल को भी दे चुका था और यह माना जा रहा है कि वह भी अपनी सहमति दे चुके हैं। यानी एक ही दिन में गठबंधन को दो झटके लगे हैं।

अचानक ब्रेक लगाने से ममता के सिर में लगी चोट

पूर्वी बर्दधमान जिले में एक प्रशासनिक बैठक से लौटते समय मुख्यमंत्री ममता बनर्जी के माथे पर हल्की चोट लग गई। दरअसल, कार चालक ने अचानक से ब्रेक लगा दिया जिसकी वजह से मुख्यमंत्री चोटिल हो गईं। बुधवार को पूर्वी बर्दधमान के गोदार मैदान में ममता ने प्रशासनिक बैठक की। बैठक के बाद मुख्यमंत्री कोलकाता लौटने के लिए कार में बैठ गईं। सभा स्थल से जीटी रोड पर चढ़ते समय रास्ते में चालक ने अचानक ब्रेक मार दिया। उस झटके में मुख्यमंत्री के माथे पर चोट लग गई। हालांकि, ममता बिना गाड़ी रोके सीधे कोलकाता के लिए रवाना हो गईं।

टीएमसी के बिना गठबंधन की कल्पना नहीं: जयराम रमेश

ममता बनर्जी के इस फैसले से विपक्षी गठबंधन में खलबली मच गई है। कांग्रेस नेता जयराम रमेश ने कहा कि ममता बनर्जी के बिना गठबंधन की कल्पना नहीं। रास्ते में स्पीड ब्रेकर आते हैं। खरगे ने सभी दलों से बात की है और बातचीत की है। टीएमसी के बिना आईएनडीआईए की कल्पना नहीं। जयराम रमेश ने आगे कहा, ममता बनर्जी ने कहा कि हम बीजेपी को हराना चाहते हैं और हम बीजेपी को हराने के लिए कुछ भी करेंगे। वहीं, शिवसेना यूबीटी नेता आदित्य ठाकरे ने कहा कि ममता शेरनी की तरह लड़ी रही हैं। जेडीयू का बयान भी आ गया उसका कहना है कि क्षेत्रिय दलों के साथ नरम रूख रखे कांग्रेस।

संक्षिप्त समाचार

फिलहाल रामलला के दर्शन करने अयोध्या न जाएं

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने बुधवार को अपने कैबिनेट सहयोगियों से फिलहाल अयोध्या स्थित राम मंदिर जाने से परहेज करने की सलाह दी। बता दें कि प्रधानमंत्री मोदी की अध्यक्षता में कैबिनेट मंत्रियों की बैठक हुई। इस बैठक में प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि जनता को असुविधा न हो इसकी वजह से केंद्रिय मंत्री मार्च में अयोध्या का कार्यक्रम बनाएं।

एएसआई सर्वे की रिपोर्ट सार्वजनिक होगी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। वाराणसी में काशी विश्वनाथ मंदिर से सटी ज्ञानवापी मस्जिद की तीन महीने तक चली एएसआई रिपोर्ट सार्वजनिक की जाएगी। वाराणसी जिला जज की अदालत ने बुधवार को इस बारे में आदेश देते हुए कहा कि रिपोर्ट की कापी हिन्दू और मुस्लिम दोनों पक्षों को मिलेगी। एएसआई ने 18 दिसंबर को रिपोर्ट सील बंद लिफाफे में कोर्ट में दाखिल की थी।

कर्पूरी ठाकुर को भारत रत्न मिलने पर सियासत तेज

विपक्ष ने भाजपा की मंशा पर उठाए सवाल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

पटना। बिहार के पूर्व मुख्यमंत्री जननायक कर्पूरी ठाकुर को भारत रत्न देने की केंद्र सरकार की घोषणा के बाद अब बिहार से दलित नेता कांशीराम और राम मनोहर लोहिया के लिए भी भारत रत्न की मांग उठी है। राष्ट्रीय जनता दल के राष्ट्रीय अध्यक्ष व पूर्व केंद्रीय मंत्री लालू प्रसाद ने कहा है कि कांशीराम और राम मनोहर लोहिया जैसे नेताओं ने दलितों, पिछड़ों के साथ ही वंचितों को आवाज दी। ये दोनों नेता भारत रत्न के असल हकदार हैं।

लालू प्रसाद बुधवार को पटना के श्री कृष्ण मेमोरियल हॉल में आयोजित कर्पूरी जन्मशती समारोह को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कर्पूरी ठाकुर का जब बांस घाट पर अंतिम संस्कार हो रहा था उसे वक्त वहां उपस्थित उनके चाहने वालों दलित और पिछड़ों ने नारा बुलंद किया था की कर्पूरी के विचारों को दिल्ली तक पहुंचना है। लालू ने लोकसभा चुनाव के ठीक पहले कर्पूरी ठाकुर को भारत रत्न दिए जाने कि भाजपा की मंशा पर सवाल भी उठाए।

समारोह के दौरान लालू ने कर्पूरी ठाकुर के साथ अपनी राजनीति के शुरुआती दिनों को याद किया और उन्हें श्रद्धांजलि दी। इससे पहले समारोह को संबोधित करते हुए राजद के वरिष्ठ नेता और बिहार के उप मुख्यमंत्री तेजस्वी यादव ने कहा कर्पूरी ठाकुर को भारत रत्न देने की उनकी और उनकी पार्टी की मांग दशकों पुरानी है।

नीतीश कुमार ने परिवारवाद पर साधा निशाना

नीतीश कुमार ने कहा कि हमलोग कर्पूरी ठाकुर की प्रेरणा से काम कर रहे हैं। राज्यसभा सदस्य और कर्पूरी ठाकुर के बेटे रामनाथ ठाकुर की ओर इशारा करते हुए सीएम ने कहा कि कर्पूरी जी ने कभी अपने बेटे को आगे बढ़ाने का काम नहीं किया, उन्होंने कभी अपने परिवार को आगे नहीं बढ़ाया। वह सिद्धांत पर काम करते थे। अब नीतीश के इस बयान से साफ लग रहा है कि कहीं पर इशारा और कहीं पर निशाना है। नीतीश के बयान से आरजेडी से दूरी की भी अटकलें लगने लगी हैं।

अगले पांच दिनों तक उत्तर भारत में छाया रहेगा कोहरा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। पहाड़ों से लेकर मैदान में इन दिनों कड़ाके की ठंड पड़ रही है। इस बीच भारत मौसम विज्ञान विभाग ने कहा कि भारत मौसम विज्ञान विभाग (आईएमडी) ने बुधवार को कहा कि दो कमजोर पश्चिमी विक्षोभों के प्रभाव के तहत आज से 30 जनवरी तक पश्चिमी हिमालय क्षेत्र में हल्की बारिश बर्फबारी होने की संभावना है। आईएमडी ने आगे कहा कि अगले पांच दिनों के दौरान उत्तर भारत में घने से बहुत घने कोहरे की स्थिति बनी रहने की संभावना है, जबकि अगले दो दिनों के दौरान उत्तर भारत में ठंडे दिन से लेकर गंभीर ठंडे दिन की स्थिति बनी रहने और उसके बाद तीव्रता में कमी आने की संभावना है।

मौसम पूर्वानुमान एजेंसी ने आगे कहा कि पंजाब के अधिकांश हिस्सों, उत्तरी हरियाणा, उत्तर-पश्चिमी उत्तर प्रदेश के अलग-अलग इलाकों में न्यूनतम तापमान 3-6 डिग्री सेल्सियस के बीच है। जबकि दिल्ली, उत्तर प्रदेश, राजस्थान, मध्यप्रदेश, उप-हिमालयी पश्चिम बंगाल, सिक्किम और बिहार के कई हिस्सों में 7-10 डिग्री सेल्सियस। आईएमडी ने भविष्यवाणी की है कि बुधवार रात से रविवार सुबह के दौरान पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़ और उत्तर प्रदेश के कुछ हिस्सों में रात सुबह में कुछ घंटों के लिए घने से बहुत घने कोहरे की स्थिति बनी रहने की संभावना है।

अलर्ट

- पश्चिमी हिमालय क्षेत्र में आज से बर्फबारी की संभावना

इन हिस्सों में बनी रहेगी शीत लहर की स्थिति

आईएमडी ने कहा, पंजाब, हरियाणा और चंडीगढ़ के अलग-अलग हिस्सों में शीत लहर से गंभीर शीत लहर की स्थिति होने की संभावना है और अगले दो दिनों तक अलग-अलग हिस्सों में शीत लहर की स्थिति रहने की संभावना है।

Are you Planning to make a Website or already have ?
If yes, then we are here to serve you

What we do

Website Development
All type of Websites E-Commerce, Hotel Booking, Travel, Bus Ticket Booking, News Portal, Blogs, or as per client requirement.

Promotion & Branding
1. Website Promotion & Branding in any country (200+ Countries)
2. Social Media
3. Bulk SMS

Search Engine Optimisation
A-2-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.

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

ऑनलाइन गेमिंग करते समय सुरक्षित रहें!

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। गेमिंग ऐप्स के माध्यम से हाल ही में हुई धोखाधड़ी के जवाब में गृह मंत्रालय की साइबर विंग ने एक चेतावनी जारी कर लोगों से ऑनलाइन गेमिंग में सावधानी बरतने का आग्रह किया है।

गृह मंत्रालय की साइबर विंग के तहत काम करने वाले भारतीय साइबर अपराध समन्वय केंद्र (14सी) ने एक चेतावनी संदेश जारी किया – स्मार्ट खेलें, सुरक्षित खेलें ऑनलाइन गेमिंग के दौरान सुरक्षित रहें! संदेश के माध्यम से 14सी विंग ने लोगों से आग्रह किया कि ऑनलाइन ऐप्स केवल गूगल प्ले स्टोर, एप्पल स्टोर और आधिकारिक वेबसाइटों जैसे प्रामाणिक स्रोतों से ही डाउनलोड करें। 14सी ने यह भी सलाह दी कि वेबसाइट की वैधता सुनिश्चित करने के लिए गेम ऐप प्रकाशकों की जानकारी हमेशा जांचें। साइबर सुरक्षा विंग ने चेतावनी दी कि कभी भी गेम इन-ऐप खरीदारी और आकर्षक सब्सक्रिप्शन ऑफर के जाल में न फंसें। चैट या मंचों पर व्यक्तिगत जानकारी साझा करते समय सावधानी बरतने का सुझाव दिया है।

गृह मंत्रालय के साइबर विंग ने जारी किया अलर्ट

न्यूज डायरी

अफ्रीका के उदय को लेकर आश्वस्त है भारतः जयशंकर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) अबुजा (नाइजीरिया)। विदेश मंत्री एस जयशंकर ने मंगलवार को कहा कि भारत अफ्रीका के उदय को लेकर आश्वस्त है और जब तक इस महाद्वीप को उसका उचित स्थान नहीं मिल जाता तब तक दुनिया का पुनर्संतुलन नहीं होगा और बहुध्रुवीय स्थिति नहीं बनेगी। जयशंकर ने नाइजीरिया–भारत व्यापार परिषद (एनआइबीसी) को संबोधित करते हुए कहा कि नई वैश्विक व्यवस्था का पुनर्संतुलन और इसकी पुनर्व्यवस्था तभी होगी जब आर्थिक स्थिति इसके मूल में होगी यानी अफ्रीका का आर्थिक उत्थान होना चाहिए। उन्होंने कहा कि यह व्यवस्था स्पष्ट रूप से यह विकल्प पेश करती है क्योंकि दूसरों के लिए बाजार बनकर या केवल संसाधनों का प्रदाता बनकर वैश्विक व्यवस्था में ऊपर जाना बहुत कठिन है। जयशंकर ने कहा कि अफ्रीका का उदय हो रहा है और भारत उसके उदय को लेकर आश्वस्त है। उन्होंने कहा कि भारत को अफ्रीका के उदय पर इसलिए भरोसा है क्योंकि आज किसी भी वस्तुनिष्ठ आकलन के अनुसार जनसांख्यिकी के मामले में, संसाधनों के मामले में, महत्वाकांक्षा के मामले में अफ्रीका तेजी से आगे बढ़ रहा है। उन्होंने कहा कि यह कम समय में स्पष्ट रूप से बहुत अलग, अधिक सकारात्मक भविष्य की ओर ले जाता है। जयशंकर युगांडा में आयोजित गुटनिरपेक्ष आंदोलन शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेने के बाद नाइजीरिया पहुंचे।

सोमालिया में अमेरिका के एयरस्ट्राइक में अलकायदा से जुड़े तीन आतंकी मारे गए

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मोगादिशू। अमेरिकी सेना ने मंगलवार को सोमालिया में एयरस्ट्राइक कर दिया। हमले में अलकायदा से जुड़े अल–शबाब के तीन आतंकवादी मारे गए और कोई नागरिक हताहत नहीं हुआ। अमेरिकी अफ्रीका कमांड ने एक बयान में कहा कि हमले सोमालिया की सरकार के अनुरोध पर किए गए। रविवार को किसमायो के उत्तर–पूर्व में लगभग 35 किलोमीटर दूर एक इलाके में हमला किया गया। हमले में मारे गए लोगों की पहचान नहीं बताई गई है। आतंकी संगठन अल–शबाब की ओर से भी कोई प्रतिक्रिया नहीं आई है। बयान में कहा गया है कि अल–शबाब दुनिया में अलकायदा का सबसे बड़ा और सबसे सक्रिय नेटवर्क है। अल शबाब अमेरिकी बलों पर हमला करने और वाशिंगटन के सुरक्षा हितों को खतरे में डालने के फिराक में रहता है। आतंकवादी संगठन सोमालिया सरकार के खिलाफ 16 साल से विद्रोह चला रहे हैं। आतंकियों ने पड़ोसी देश केन्या में बड़े पैमाने पर हमलों को अंजाम दिया है। केन्याई सैनिक सोमालिया में एयू की शांति सेना का हिस्सा हैं और अल–शबाब के हमलों के साथ केन्याई सेना की उपस्थिति का बदला लेने की कसम खाई है।

संयुक्त राष्ट्र में भारत की दावेदारी को मिला अरबपति एलन मस्क का साथ

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) इस्लामाबाद। दुनिया के सबसे अमीर अरबपति और टेस्ला कार कंपनी के मालिक एलन मस्क ने संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में स्थायी सदस्यता देने के लिए भारत की दावेदारी का खुलकर समर्थन किया है। यही नहीं मस्क ने धरती पर अधिक आबादी वाले देश भारत के साथ हो रहे भेदभाव को लेकर दुनिया को जमकर सुना दिया। एलन मस्क ने कहा कि भारत को सुरक्षा परिषद की स्थायी सदस्यता नहीं देना बेतुका है। टेस्ला सीईओ के इस बयान के बाद पाकिस्तान में घबराहट बढ़ गई है। चीन के इशारे पर पाकिस्तान लंबे समय से भारत की दावेदारी का कड़ा विरोध कर रहा है। पाकिस्तान का कहना है कि भारत दुनिया के इस सबसे शक्तिशाली निकाय में स्थायी सदस्य बनने का हकदार नहीं है। वहीं एलन मस्क ने कहा कि दुनिया के शक्तिशाली देश अपनी पोजिशन को छोड़ना नहीं चाहते हैं। एलन मस्क ने अपने प्लेटफार्म एक्स पर लिखा, संयुक्त राष्ट्र के निकायों में समीक्षा की जरूरत है। समस्या यह है कि जिनके पास बहुत ज्यादा शक्ति है, वे इसे छोड़ना नहीं चाहते हैं। यह हास्यास्पद है कि धरती पर सबसे ज्यादा आबादी होने के बाद भी भारत को सुरक्षा परिषद में स्थायी सदस्यता नहीं दी गई है। मेरी राय है कि अफ्रीका को भी सामूहिक रूप से एक स्थायी सीट दी जानी चाहिए।

हेली ने ट्रंप की मानसिक क्षमता पर उठाए सवाल

चुनौती

हेली ने ट्रंप को स्टेज पर बहस करने की दी खुली चुनौती

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

वाशिंगटन। इसी साल नवंबर में अमेरिकी राष्ट्रपति चुनाव होने है। इस बीच भारतीय–अमेरिकी रिपब्लिकन राष्ट्रपति पद की उम्मीदवार निक्की हेली ने अपने पूर्व बॉस और पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प को स्टेज पर बहस करने की खुली चुनौती दी है। साथ ही न्यू हैम्पशायर प्राइमरी में हारने के बाद दौड़ में बने रहने की भी कसम खाई है। 52 वर्षीय हेली ने 77 वर्षीय ट्रम्प पर हमला बोला और उनकी मानसिक योग्यता पर सवाल उठाया।

नतीजे आने शुरू होने के बाद हेली ने अपने भाषण में कहा श्डोनाल्ड ट्रम्प ने मुझ पर 6 जनवरी को कैपिटल में सुरक्षा प्रदान नहीं करने का आरोप लगाया। मैं लंबे समय से 75 वर्ष से अधिक उम्र के राजनेताओं के लिए मानसिक योग्यता टेस्ट की मांग करती रही हूं। ट्रम्प ने दावा किया है कि

उनमें से एक टेस्ट में वह मुझसे बेहतर प्रदर्शन करेंगे। अगर वह ऐसा सोचते हैं तो उन्हें मेरे साथ बहस के मंच पर खड़े होने में कोई दिक्कत नहीं होनी चाहिए!

ट्रम्प ने न्यू हैम्पशायर रिपब्लिकन प्रेसिडेंशियल प्राइमरी में 53.1 प्रतिशत वोटों के साथ जीत हासिल की और भारतीय–अमेरिकी हेली 45.8 प्रतिशत के साथ पीछे रहीं। बता दें कि हेली ने उम्मीद से बेहतर प्रदर्शन किया लेकिन ट्रंप हेली से आगे चल रहे हैं।

इस बीच हेली ने अपने समर्थकों से कहा कि ट्रम्प के साथ, रिपब्लिकन लगभग हर प्रतिस्पर्धी चुनाव हार गए हैं। उन्होंने कहा, हम सीनेट हार गए। हम सदन हार गये। हमने व्हाइट हाउस खो दिया। हम 2018 में, 2020 में और 2022 में हारे। राजनीति में सबसे खराब रहस्य यह है कि डेमोक्रेट, ट्रम्प के खिलाफ कितनी बुरी तरह दौड़ना चाहते हैं। वे जानते हैं कि ट्रम्प देश में एकमात्र रिपब्लिकन हैं जिन्हें बाइडन हरा सकते हैं।

हेली ने कहा कि अगले दो महीनों में बीस से अधिक राज्यों के लाखों मतदाता अपनी बात रखेंगे। वहीं, अपने भाषण में ट्रंप ने अपने समर्थकों से कहा कि हेली को कभी नामांकन नहीं मिलेगा और अगर उन्हें नामांकन मिला तो उनके खिलाफ जांच की जाएगी।

तुर्किये ने नाटो में शामिल होने के स्वीडन के प्रस्ताव को दी मंजूरी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) अंकारा। तुर्किये के नेताओं ने मंगलवार को नाटो में स्वीडन की सदस्यता का समर्थन किया है। नाटो सैन्य संगठन में शामिल होने को लेकर स्वीडन के लिए एक बड़ी राहत देने वाली खबर है। तुर्किये के नेताओं ने स्वीडन के नाटो में शामिल होने को लेकर उसके पक्ष में मतदान किया। स्वीडन के प्रति नाटो का समर्थन आधिकारिक राजपत्र प्रकाशित होने के बाद प्रभावी होगा।

तुर्किये के समर्थन के बाद हंगरी तब एकमात्र नाटो सदस्य देश बन गया है जिसने स्वीडन के प्रस्ताव को मंजूरी नहीं दी है। नाटो–सदस्य तुर्की एक साल से अधिक समय से स्वीडन की सदस्यता में देरी कर रहा था, उसने देश पर उन समूहों के प्रति बहुत उदार होने का आरोप लगाया था जिन्हें अंकारा सुरक्षा के लिए खतरा मानता है। यह स्टॉकहोम से रियायतें मांग रहा है, जिसमें कुर्द आतंकवादियों और उस नेटवर्क के सदस्यों के प्रति सख्त रुख भी शामिल है, जिसे अंकारा 2016 में असफल तख्तापलट के लिए जिम्मेदार मानता है।

तुर्की की मुख्य विपक्षी पार्टी ने भी गठबंधन में स्वीडन की सदस्यता का समर्थन किया लेकिन एक केंद्र–दक्षिणपंथी पार्टी और देश की कुर्द समर्थक पार्टी उन पार्टियों में से थीं जिन्होंने इसका विरोध किया।

चांद पर जापान ने कर दिखाया ऐसा अनोखा कारनामा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) टोक्यो। जापान को चांद पर उतरने वाला पांचवां देश बन गया है। इसने चांद पर स्पेसक्राफ्ट की सॉफ्ट लैंडिंग कराकर इतिहास रच दिया है। लेकिन जापान ने अपनी इस लैंडिंग से अब तक के सभी स्पेसक्राफ्ट को पीछे छोड़ दिया है। जापान ने सटीक टेक्नोलॉजी का इस्तेमाल किया है। यह पहले के किसी भी मिशन की तुलना में अपने टार्गेट लैंडिंग साइट के बेहद करीब है। हालांकि यह मिशन सिर्फ 50 फीसदी ही कामयाब है, क्योंकि इसके सोलर पैनल पर सूर्य का प्रकाश नहीं पड़ रहा। इस कारण यह बिजली बनाने में सक्षम नहीं। टेलीमेट्री डेटा से पता चला है कि चंद्रमा की जांच के लिए जापान का लैंडर चंद्रमा की भूमध्य रेखा के दक्षिण में शियोली क्रेटर के पास अपने टार्गेट लैंडिंग साइट पर उतर गया।

म्यांमार की सेना ने तीन ब्रिगेडियर जनरलों को सुनाई मौत की सजा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

■ सेना पर आरोप है कि यह अपनी पोस्ट छोड़कर भागे

नाएप्यीडॉ। म्यांमार की सेना ने अपने तीन ब्रिगेडियर जनरलों को मौत की सजा सुनाई है। यह तीनों ब्रिगेडियर जनरल वह हैं, जिन्होंने उत्तरी शान के लौकई में ब्रदरहुड अलायंस के सामने आत्मसमर्पण कर दिया। रिपोर्ट्स के मुताबिक अन्य तीन ब्रिगेडियर जनरलों को आजीवन कारावास की सजा सुनाई गई है। 4 जनवरी को जुंटा के 200 से ज्यादा अधिकारियों समेत लगभग 2,400 सैनिकों ने चीन सीमा पर कोकांग में म्यांमार नेशनल डेमोक्रेटिक अलायंस आर्मी (डछक।) के सामने आत्मसमर्पण कर दिया। MNDAA ने सैनिकों और उनके 1600 रिश्तेदारों को वापस सेना के पास भेज दिया था। रिपोर्ट्स के मुताबिक लॉककाई मुख्यालय प्रमुख ब्रिगेडियर जनरल मो क्याव थू, कोकांग स्व–प्रशासित क्षेत्र के कार्यवाहक प्रमुख ब्रिगेडियर जनरल तुन तुन म्यिंट और डिवीजन 55 के कमांडर ब्रिगेडियर जनरल जॉ मायो विन को मौत की सजा सुनाई गई है। कथित तौर पर तीनों को यांगून की जेल में रखा गया है।

ब्रिगेडियर जनरल ए मिन ऊ, ब्रिगेडियर जनरल थाव जिन ऊ और ब्रिगेडियर जनरल जॉ लिन को आजीवन कारावास की सजा सुनाई गई है। सभी छह जनरलों पर सेना के कानून के तहत शर्मनाक तरीके से अपनी पोस्ट छोड़ने का आरोप लगा था। द इरावदी की रिपोर्ट के मुताबिक पूर्व सेना कप्तान काउंग थू विन ने बताया कि सेना उन सैनिकों को मौत की सजा देती थी, जो अपना पद छोड़ देते थे। जुंटा बॉस मिन आंग हलाइंग के पास सरेंडर करने वाले जनरलों को लेकर धैर्य नहीं है।

काउंग थू विन ने आगे कहा कि कठोर दंड देने का उद्देश्य दूसरे कमांडरों में आत्मसमर्पण न करने का डर पैदा करना है। लौक्कई की हार के बाद मिन आंग हलाइंग पर उनके समर्थक इस्तीफे का दबाव बना सकते हैं। क्योंकि 2021 में तख्तापलट के बाद लौक्कई सबसे बड़ी हार है।

वेनेजुएला में राष्ट्रपति निकोलस मादुरो को मारने की साजिश नाकाम

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) कराकस। वेनेजुएला की पुलिस और दूसरी एजेंसियों ने राष्ट्रपति निकोलस मादुरो की हत्या की साजिश में 32 लोगों को गिरफ्तार किया है। अमेरिका के समर्थन से हुई बताई गई इस साजिश में गिरफ्तार 32 लोगों में आम नागरिकों और सैनिक दोनों शामिल हैं। मादुरो के अटॉर्नी जनरल तारेक विलियम साब ने बताया है कि एक महीने की लंबी जांच के बाद ये गिरफ्तारियां की गई हैं। सभी ने योजनाओं के बारे में जानकारी कबूल की है और कई अहम खुलासे किए हैं। साब ने कहा कि साजिश के लिए मानवाधिकार कार्यकर्ताओं, पत्रकारों और निर्वासित सैनिकों सहित 11 अन्य लोगों के गिरफ्तारी वारंट भी जारी किए गए हैं, जिसमें रक्षा मंत्री व्लादिमीर पैडरिनो को भी निशाना बनाया गया था। राष्ट्रपति मादुरो ने अपने टेलीविजन कार्यक्रम में कहा, आतंकवाद, साजिश और देशद्रोह के लिए उनके खिलाफ अधिकतम सजा दी जानी चाहिए।

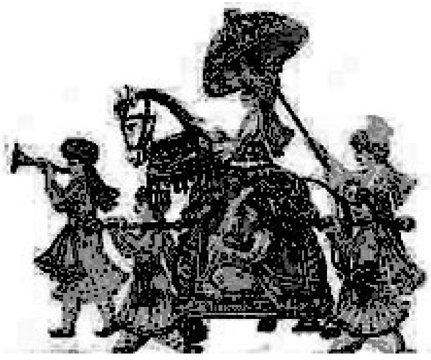
Page Three

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

लिंगानुपात संतुलन के लिए सामूहिक प्रयासों पर जोर

संकल्प

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के तत्वावधान में मनाया गया राष्ट्रीय बालिका दिवस

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। राष्ट्रीय बालिका दिवस' के अवसर पर राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के तत्वावधान में जनपद में हेल्थ एंड वेलनेस सेंटर, विद्यालयों सहित विभिन्न स्थानों पर आयोजित गोष्ठियों में लिंगानुपात संतुलन की दिशा में किए जा रहे सरकारी प्रयासों को सफल बनाने के लिए सामाजिक स्तर पर जागरूकता बढाने के लिए सामूहिक पहल पर जोर दिया गया। इस अवसर पर लिंगानुपात जागरूकता विषय पर आयोजित पोस्टर प्रतियोगिता के जूनियर वर्ग में वर्षा व सीनियर वर्ग में नितिशा.अव्वल रही।

अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. विमल सिंह गुसाईं ने अवगत कराया है 'बालिका दिवस' के आयोजन का मुख्य लक्ष्य लैंगिक असमानताओं को खत्म कर लिंग आधारित चुनौतियों के खात्में के लिए जागरूकता फैलाना, बालिका सशक्तिकरण व बालिकाओं को उनके

अधिकार प्रदान करने में सहयोग प्रदान करना है। इसी कड़ी में 'राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन' के तहत पीसीपीएनडीटी कार्यक्रम के अंतर्गत लिंगानुपात संतुलन, राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत लैंगिग भेदभाव रोकथाम एवं बालिका स्वास्थ्य तथा राष्ट्रीय बाल स्वास्थ्य कार्यक्रमों के अंतर्गत बाल स्वास्थ्य के बारे में जागरूकता हेतु 42 हेल्थ एंड वेलनेस सेंटर में तथा आरबीएसके की टीमों द्वारा प्रावि डुंगर, कोदिमा, जीआईसी स्वीली सेम व आंगनबाड़ी केंद्र बणसू में जागरूकता गोष्ठी का आयोजन किया गया।

वहीं, राउप्रावि खड़पतिया में 'बालिका दिवस' के मौके पर हेल्थ डे का आयोजन किया गया। इस अवसर पर काउंसलर आरकेएसके विपिन सेमवाल ने लिंगानुपात संतुलन के लिए सामाजिक, सांस्कृतिक व आर्थिक कारकों के प्रति जनमानस को जागरूक करने, स्वस्थ्य समाज के लिए लैंगिक भेदभाव को दूर करने के लिए सामाजिक जागरूकता की वकालत की। प्रधानाध्यापक विक्रम सिंह चौहान ने लिंगानुपात के घटने पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि स्थिति को भयावह होने से रोकने के लिए समय रहते लिंगानुपात संतुलन के लिए सामूहिक प्रयास करने होंगे।

जिला समन्वयक पीसीपीएनडीटी डॉ. मनवर सिंह रावत ने कहा कि घटते लिंगानुपात को कम करने उद्देश्य से गर्भधारण पूर्व और प्रसव पूर्व निदान तकनीक अधिनियम लागू किया गया है, जिसके अंतर्गत प्रसव पूर्व एवं गर्भस्थ शिशु के लिंग चयन प्रक्रिया को निषेध कर दिया गया है, भ्रूण के लिंग परीक्षण के लिए गर्भवती महिला को प्रेरित करना व दबाव डालना, लिंग जांच में सहयोगी बनना, लिंग जांच करना या करवाने को अपराध की श्रेणी में रखा गया है। विजेता प्रतिभागियों को प्रोत्साहन स्वरूप 'राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन' के सौजन्य से पुरस्कार प्रदान किए गए।

न्यूज डायरी

आज से दो दिवसीय जनपद भ्रमण पर रहेंगे मंत्री सौरभ बहुगुणा

संवाददाता रुद्रप्रयाग। जिला कार्यालय से प्राप्त सूचना के अनुसार प्रदेश के पशुपालन, दुग्ध विकास, मत्स्य पालन, गन्ना विकास एवं चीनी उद्योग, प्रोटोकॉल, कौशल विकास व सेवायोजन मंत्री सौरभ बहुगुणा आज से दो दिवसीय जनपद भ्रमण पर रहेंगे। निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार सौरभ बहुगुणा कल 25 जनवरी को प्रातः 7 बजे यमुना कॉलोनी, देहरादून से प्रस्थान कर अपराह्न 12 बजे जनपद रुद्रप्रयाग के गुलाबराय स्थित भाजपा कार्यालय में पहुंचेंगे। यहाँ 'नमो नवमतदाता सम्मेलन' में प्रतिभाग करेंगे। कार्यक्रम के पश्चात् दोपहर 2:30 बजे तिलणी स्थित होटल मोनाल पहुंचेंगे तथा रात्रि विश्राम यहीं करेंगे। शुक्रवार को प्रातः 10:40 बजे प्रस्थान कर 11 बजे गुलाबराय मैदान में गणतंत्र दिवस पर आयोजित 'ध्वजारोहण कार्यक्रम' में प्रतिभाग करेंगे। इसके पश्चात् अपराह्न 1 बजे यमुना कॉलोनी देहरादून हेतु प्रस्थान करेंगे।

कोटक सिक्योरिटीज ने लॉन्च किया ट्रेड फ्री प्रो प्लान

संवाददाता देहरादून। कोटक सिक्योरिटीज ने अपने कोटक निओ और कोटक स्टॉक ट्रेडर प्लेटफॉर्म पर व्यापारियों के लिए ट्रेड फ्री प्रो प्लान लॉन्च किया है। यह फीचर–पैक सब्सक्रिप्शन–आधारित प्लान 9.75 फीसदी सालाना पर पे लेटर, जिसे एमटीएफ भी कहा जाता है, प्रदान करता है। यूजर्स 1000 से ज्यादा स्टॉक ट्रेड कर सकते हैं और अपनी क्रय शक्ति को 4 गुना तक बढ़ा सकते हैं। पे लैटर सुविधा की अन्य मुख्य विशेषताओं में अनलिमिटेड होल्डिंग अवधि, पोजिशन बनाने और एमटीएफ रिसर्च अनुसंधान सिफारिशें पाने के लिए नकदी के बजाय कोलैटरल के रूप में किसी के शेयरों और ईटीएफ का उपयोग करने की क्षमता है।

एचडीएफसी बैंक ने साइबर धोखाधड़ी जागरूकता कार्यशालाओं के साथ शुरुआत की

संवाददाता। देहरादून। एचडीएफसी बैंक ने अपने लगातार जारी डिजिटल बैंकिंग जागरूकता अभियान के एक हिस्से के तौर पर, दिल्ली, उत्तर प्रदेश, राजस्थान, पंजाब, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश और जम्मू और कश्मीर में सुरक्षित बैंकिंग कार्यशालाओं की एक सीरीज का आयोजन किया। बैंक ने 2024 की शुरुआत 900 से अधिक ऐसी वर्कशॉप्स का आयोजन करके किया, जिसमें 28,000 से अधिक नागरिकों को सुरक्षित डिजिटल बैंकिंग प्रेक्टिसिज के बारे में जागरूक किया गया। इन जागरूकता सत्रों का उद्देश्य प्रतिभागियों को धोखेबाजों द्वारा उपयोग किए जाने वाले विभिन्न तौर–तरीकों और सुरक्षित बैंकिंग प्रेक्टिसिज के बारे में शिक्षित करना है जिनका उन्हें पालन करने की आवश्यकता है।

'वोट जैसा कुछ नहीं,वोट जरूर डालेंगे हम' पर की जाएगी प्रतियोगिता

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। राष्ट्रीय मतदाता दिवस के अवसर पर जनपद में वोट जैसा कुछ नहीं, वोट जरूर डालेंगे हम, पर आधारित प्रतियोगिताएं आयोजित की जाएंगी। इसके साथ ही समस्त शासकीय कार्यालयों में सामूहिक कार्यक्रम के रूप में राष्ट्रीय मतदाता दिवस की शपथ भी ली जाएगी। राष्ट्रीय मतदाता दिवस का मुख्य कार्यक्रम अटल उत्कृष्ट राजकीय इंटर कॉलेज रुद्रप्रयाग में मुख्य विकास अधिकारी नरेश कुमार की अध्यक्षता में आयोजित होगा।

सहायक जिला निर्वाचन अधिकारी धीरज कुमार ने उक्त आशय की जानकारी देते हुए अवगत कराया है कि भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशों के अनुपालन में आज से राष्ट्रीय मतदाता दिवस के अवसर पर जनपद में शिक्षण संस्थानों के माध्यम से वोट जैसा कुछ नहीं, वोट जरूर डालेंगे हम, पर आधारित प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा।

इसके साथ ही समस्त शासकीय कार्यालयों में कार्यरत अधिकारियों एवं कर्मचारियों द्वारा पूर्वाह्न 11 बजे राष्ट्रीय मतदाता दिवस की शपथ भी ली जाएगी। उन्होंने बताया कि जनपद का मुख्य कार्यक्रम मुख्य विकास अधिकारी की अध्यक्षता में राजकीय इंटरमीडिएट कॉलेज रुद्रप्रयाग में आयोजित किया जाएगा। उन्होंने कहा कि प्रातः 9 बजे राजकीय बालिका इंटर कॉलेज व राजकीय इंटर कॉलेज रुद्रप्रयाग में मतदाता जागरूकता रैली का आयोजन किया जाएगा।

खेल मैदान तक बाइक रैली का किया गया आयोजन

संवाददाता चमोली। मतदाता जागरूकता अभियान के अंतर्गत बुधवार को कलेक्ट्रेट परिसर से मंदिर मार्ग होते हुए खेल मैदान तक बाइक रैली का आयोजन किया गया। जिला निर्वाचन अधिकारीधजिलाधिकारी हिमांशु खुराना और नोडल स्वीप अभिनव शाह ने कलेक्ट्रेट परिसर से हरी झंडी दिखाकर रैली को रवाना किया। जिलाधिकारी ने बाइक रैली के माध्यम से मतदाताओं को अधिक संख्या में वोट देने की अपील की। भारत निर्वाचन आयोग के निर्देशों के क्रम में मतदान प्रतिशत बढ़ाने पर जोर दिया जा रहा है। बुधवार को स्वीप के तहत बाइक रैली के माध्यम से लोगों को मतदान के महत्व के बारे में जागरूक किया गया और मतदान हेतु प्रेरित किया गया। युवा मतदाता भारत का भाग्य विधाता। मतदाता जागरूकता रैली बडी संख्या में कार्मिकों ने प्रतिभाग किया।

लंबित प्रकरणों का त्वरित निस्तारण किया जाएः डीएम

डीएम ने की विभिन्न लंबित प्रकरणों की समीक्षा

संवाददाता चमोली। जिलाधिकारी हिमांशु खुराना ने बुधवार को रेल विकास निगम, बीआरओ तथा एनएचआईडीसीएल के अधिकारियों की बैठक लेते हुए विभिन्न लंबित प्रकरणों की समीक्षा की। उन्होंने निर्देशित किया कि तहसीलों से समन्वय स्थापित करते हुए भूमि अधिग्रहण, वन भूमि हस्तांतरण एवं अन्य लंबित प्रकरणों का त्वरित निस्तारण किया जाए और निर्माण कार्यो में तेजी लाते हुए शीघ्र पूरा किया जाए।

जिलाधिकारी ने रेल विकास निगम को एसडीएम पोखरी से समन्वय स्थापित करते हुए ग्राम सिंवाई, लंगाली व कोल्डा में अतिरिक्त अर्जित भूमि का अवशेष प्रतिकर का शीघ्र भुगतान करने के निर्देश दिए। लोनिवि को सुशीला देवी इंटर कॉलेज का संशोधित आंगणन उपलब्ध कराने को कहा। बीआरओ को पाण्डुकेश्वर, विनायक चट्टी में अधिग्रहित भूमि पर से शीघ्र कब्जा हटाने, मारवाडी–माणा और हेलंग जोशीमठ से दाखिल खारिज हेतु जोशीमठ तहसील प्रशासन से समन्वय करते हुए प्रकरण का निस्तारण करने के निर्देश दिए। विद्युत विभाग को विरही में पोल शिफ्ट कराने को कहा। जोशीमठ से मारवाडी सेतु तक मार्ग चौडीकरण हेतु जल एवं विद्युत लाइन को शिफ्ट कराने के निर्देश संबधित विभागों को दिए। सिमली–ग्वालदम राष्ट्रीय राजमार्ग पर बगोली नाले पर नवनिर्मित पुल के समरेखण में आने वाली नाप भूमि एवं स्थित संरचनाओं के स्थाई अधिग्रहण हेतु शीघ्र कार्रवाई की जाए।

एनएचआईडीसीएल को कमेडा से हेलंग तक बॉटलनेक वाले स्थानों पर चौड़ीकरण का कार्य शीघ्र पूरा करने के साथ ही भूस्खलन एवं भू–धसाव क्षेत्रों के ट्रीटमेंट शीघ्र कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। बैठक में अपर जिलाधिकारी डॉ अभिषेक त्रिपाठी, रेल विकास निगम महाप्रबंधक सूरज प्रकाश, बीआरओ के मेजर प्रतीक काले, जल संस्थान के सहायक अभियंता अरुण गुप्ता, तहसीलों से सभी एसडीएम सहित अन्य अधिकारी वर्चुअल माध्यम से उपस्थित रहे।

स्ट्रीट लाइटें न लगाई तो धरना देंगे

संवाददाता हल्द्वानी। निवर्तमान पार्षदों ने बुधवार को नगर निगम कार्यालय में नगर आयुक्त पंकज उपाध्याय से मुलाकात कर उन्हें वार्डों में स्ट्रीट लाइटें लगाने को लेकर ज्ञापन सौंपा। कहा कि वार्ड 58, 59 और 60 में अब तक स्ट्रीट लाइटें नहीं लगाई जा सकी हैं। कहा कि जनता को जवाब देना भारी पड़ने लगा है। कहा कि अंधेरे में डूबी गलियों में राहगीरों को डर लगा रहता है। यदि जल्द इन वार्डों में स्ट्रीट लाइटें न लगाई गई तो नगर निगम में धरना दिया जाएगा। नगर आयुक्त ने उन्हें बताया कि वार्ड 57 में स्ट्रीट लाइटें लगाने का काम शुरू हो चुका है। जल्द ही अन्य में भी लाइटें लगाई जाएंगी। यहां मनोज जोशी, मनोज मठपाल, रईस अहमद, कंचन जोशी, फिरोज खान मौजूद रहे।

कोई भी इंसान खुद को बदलना नहीं चाहता, किसी को प्यार तो किसी को नफरत बदल देती है ! –अज्ञात।

विवाद जारी रहेगा

स्पीकर के फैसले का पहला नतीजा यह हुआ कि महाराष्ट्र के शिंदे मंत्रिमंडल के भविष्य को लेकर चल रही तमाम अटकलों पर विराम लग गया। स्पीकर ने कहा कि शिंदे की अगुआई वाली पार्टी ही असली शिवसेना है।

अनिल शर्मा।।

महाराष्ट्र में स्पीकर राहुल नार्वेकर ने विधायकों की अयोग्यता से जुड़े मामले में अपना फैसला दे दिया। राजनीतिक रूप से मामला संवेदनशील था। इसलिए विधानसभा के सेंट्रल हॉल में सुनाए गए फैसले का सीधा प्रसारण किया गया। इससे इस निर्णय के तार्किक आधारों को लोगों तक पहुंचाने में थोड़ी मदद भले ही मिली हो, लेकिन शिवसेना (उद्धव गुट) ने अस्वीकार करते हुए इसे सुप्रीम कोर्ट में चुनौती देने की घोषणा करने में देर नहीं की। स्पीकर के फैसले का पहला नतीजा यह हुआ कि महाराष्ट्र के शिंदे मंत्रिमंडल के भविष्य को लेकर चल रही तमाम अटकलों पर विराम लग गया। स्पीकर ने कहा कि शिंदे की अगुआई वाली पार्टी ही असली शिवसेना है। लिहाजा व्हिप के उल्लंघन, शिंदे और अन्य विधायकों की अयोग्यता से जुड़ी मांग भी खारिज हो गई। ऐसे में शिंदे के मुख्यमंत्रित्व को लेकर उठ रहे सवाल भी कम से कम फिलहाल के लिए समाप्त हो गए।

मगर शिवसेना में विभाजन से जुड़े इस राजनीतिक विवाद का निपटना अभी बाकी है। इसका पहला सबूत तो उसी समय मिल गया था, जब फैसला आने से पहले ही शिवसेना (उद्धव गुट) यह कहते हुए सुप्रीम कोर्ट पहुंच गई कि स्पीकर का मुख्यमंत्री से मिलना बताता है कि उनका फैसला निष्पक्ष नहीं होगा। फैसला आने के बाद भी इसे चुनौती देने की बात दोहराई गई। इससे स्पष्ट हो गया कि इस मामले पर परदा नहीं गिरा है और आगे सुप्रीम कोर्ट में दलीलें रखी जा सकती हैं।

चूंकि लोकसभा चुनावों के साथ ही महाराष्ट्र विधानसभा चुनाव भी इसी साल होने हैं, इसलिए इन तमाम वाद–विवाद की तार्किक परिणति आम जनता की अदालत में लोगों के वोट से ही होनी है। शिवसेना में विभाजन के बाद कौन सा धड़ा असली है, यह वास्तव में एक राजनीतिक सवाल है। इसलिए इसका निपटारा लोगों की अदालत में ही हो सकता है। जाहिर है, वही पार्टी असली मानी जाएगी जिसे महाराष्ट्र की जनता असली पार्टी मानेगी। यह बात चुनावों में वोटिंग मशीन के जरिए ही सामने आएगी।

शिवसेना के बाद एनसीपी भी विभाजन से गुजरी और उसका भी एक धड़ा अलग होकर मौजूदा सरकार का हिस्सा बना। वहां भी शरद पवार की अगुआई वाला हिस्सा खुद को मूल पार्टी बताते हुए इन विधायकों की अयोग्यता का सवाल उठा रहा है। जाहिर है, पक्ष–विपक्ष में सुनाए जाने वाले फैसले के बाद वह मामला भी आखिरी तौर पर चुनाव नतीजों से ही निपटेगा।

ऐसे में स्वाभाविक ही सबकी नजरें इस बात पर जमी हैं कि महाराष्ट्र में तमाम राजनीतिक धड़े चुनावी तैयारियों को कितने असरदार ढंग से अंजाम दे पा रहे हैं।

धर्म-दर्शन

अधिक प्रिय

अशोक वोहरा। राजा ने फिर उन्हें प्रणाम करते हुए पूछा– "महाराज! आज कौन सा बहीखाता आपने हाथों में लिया हुआ है? देव ने कहा– "राजन! आज के बहीखाते में उन लोगों का नाम लिखा है जो ईश्वर को सबसे अधिक प्रिय हैं ! राजा ने कहा– "कितने भाग्यशाली होंगे वे लोग ? निश्चित ही वे दिन रात भगवत–भजन में लीन रहते होंगे !! क्या इस पुस्तक में कोई मेरे राज्य का भी नागरिक है ? "

देव महाराज ने बहीखाता खोला , और ये क्या , पहले पन्ने पर पहला नाम राजा का ही था। राजा ने आश्चर्यचकित होकर पूछा– "महाराज, मेरा नाम इसमें कैसे लिखा हुआ है, मैं तो मंदिर भी कभी–कभार ही जाता हूँ? देव ने कहा– "राजन! इसमें आश्चर्य की क्या बात है? जो लोग निष्काम होकर संसार की सेवा करते हैं, जो लोग संसार के उपकार में अपना जीवन अर्पण करते हैं।

संपादकीय

वैकल्पिक सप्लाई चेन

भारत और चीन के बीच आर्थिक सहयोग बढ़ाते हुए यह देखा जा सकता है कि सप्लाई चेन को चीन से हटाने में भारत किस हद तक उपयोगी साबित हो सकता है। ताइवान से आर्थिक सहयोग भारत के लिए इस लिहाज से भी लाभदायक होगा कि ताइवान फिनिश्ड प्रॉडक्ट्स के बजाय महत्वपूर्ण अवयवों का निर्यात करता है। मतलब यह कि इससे भारत के स्मॉल स्केल इंडस्ट्री सेक्टर पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ने के आसार नहीं हैं। लंबे अर्से से भारत ने ताइवान से यह सोचकर दूरी बनाए रखी कि कहीं चीन को बुरा न लगे। इसका जवाब चीन ने भारतीय हितों को लगातार निशाना बनाकर दिया है। शायद वक्त आ गया है जब भारत को अपनी यह ऐतिहासिक झिझक छोड़कर ताइवान का हाथ थामना चाहिए और उसके साथ साझेदारी की नई, बेहतर पारी शुरू करनी चाहिए। भारत के सामने ताइवान के साथ अपने संबंधों को कई मोर्चों पर मजबूत बनाने का अच्छा मौका है। चाहे दोनों देशों के लोगों के संबंधों की बात हो या आर्थिक रिश्तों की और चाहे हाई एंड टेक्नॉलजी की बात हो या शिक्षा की– हर क्षेत्र में आगे बढ़ने की काफी संभावना है। भारत उन चंद देशों में शामिल है, जो ताइवान के लिए चीन पर अपनी निर्भरता कम करने में खासा मददगार साबित हो सकता है।

लाई हालांकि अतीत में ताइवानी स्वतंत्रता के पक्ष में बोलते रहे हैं, लेकिन हालिया जीत के बाद वह थोड़े संयत नजर आए। उन्होने चीन के साथ मिलकर काम करने की इच्छा भी जताई।

चीन को चुनौती

हर्ष वी पंत।।

चीनी कम्युनिस्ट पार्टी ताइवान को चीन में मिलाने को लेकर समय–समय पर बयानबाजी करती रही है। ऐसे में ताइवान की जनता अपने वोटिंग बिहेवियर से उसे बार–बार धता बताती रही है। इस बार भी ताइवानी मतदाताओं ने संप्रभुता समर्थक डेमोक्रेटिक प्रोग्रेसिव पार्टी के विलियम लाई को अपना नेता चुना है। चुनाव जीतने के बाद उन्होंने कहा कि वह यथास्थिति बनाए रखेंगे और चीनी खतरे से ताइवान को बचाएंगे। अगर पेइचिंग ने इन चुनावों को युद्ध और शांति में से एक चुनने का मौका बताया था और स्वतंत्रता पर लाई के विचारों की वजह से उन्हें गड़बड़ियां पैदा करने वाला करार दिया था तो ताइवानियों ने भी लाई को विजेता बनाकर अपना इरादा स्पष्ट कर दिया है। लाई हालांकि अतीत में ताइवानी स्वतंत्रता के पक्ष में बोलते रहे हैं, लेकिन हालिया जीत के बाद वह थोड़े संयत नजर आए। उन्होने चीन के साथ मिलकर काम करने की इच्छा भी जताई।

हालांकि राष्ट्रपति त्साई इंग–वेन के दो कार्यकाल और लाई की ताजा जीत के बाद ताइवान चीनी ख्वाहिशों के विरोध की राह पर काफी आगे बढ़ चुका है। चुनावों से ठीक पहले चीनी फौज ने चेतावनी जारी की थी कि वह ताइवान की स्वतंत्रता की किसी भी 'साजिश' को कुचल डालेगी। यही नहीं, चीन के ताइवानी मामलों के कार्यालय ने ताइवानी मतदाताओं को आगाह किया था कि वे सोच–समझ कर वोट दें। मतदाताओं ने इस धमकी का जवाब अपने लोकतांत्रिक मूल्यों का जश्न मनाकर दिया।

देखा जाए तो घरों की बढ़ती कीमतों, बेरोजगारी के ऊंचे होते स्तर और आर्थिक विकास की उम्मीद से कम रफ्तार के चलते देश में आर्थिक चिंताएं भी बढ़ रही हैं, लेकिन ताइवानी वोटरों ने लाई को जिताकर बताया है कि वे किसी भी सूरत में अपनी लोकतांत्रिक आकांक्षाएं नहीं छोड़ने वाले। वह भी तब, जबकि पेइचिंग ने अपनी दुष्प्रचार मुहिम के जरिए नेताओं को निशाना बनाने और सैन्य व आर्थिक दबावों के जरिए नतीजों को प्रभावित करने में कोई कोर–कसर बाकी नहीं रखी।

ताइवान और चीन के पुनर्मिलन को ऐतिहासिक रूप से अनिवार्य बताने वाले चीनी राष्ट्रपति शी चिनफिंग के लिए ये चुनाव नतीजे इस बात की चेतावनी है कि उनकी नीतियां और कारगुजारियां उलटे नतीजे देते हुए ऐसा माहौल बना रही हैं जिसमें उन्हें मिलने वाला झटका न्यू नॉर्मल माना जाने लगा है। हालांकि चीनी कम्युनिस्ट पार्टी ने ताइवान के नतीजों को यह कहते हुए खारिज कर दिया है कि वहां सत्तारूढ़ क्प्प्च् को जनमत की मुख्यधारा का समर्थन हासिल नहीं है।

ताइवान के नतीजे अब न केवल इस द्वीप को लेकर बल्कि पूरे हिंद प्रशांत क्षेत्र में चीन के सामरिक तेवर तय करेंगे। खासकर इसलिए क्योंकि चीन–अमेरिका रिश्ते भी बदलाव से गुजर रहे हैं। उथल–पुथल के लंबे दौर के बाद हाल के दिनों में अमेरिका और चीन के रिश्तों को स्थायित्व देने के कुछ प्रयास हुए हैं। हालांकि क्प्प्च् की लगातार तीसरी जीत के बाद इस रिश्ते के केंद्र में फिर से ताइवान का मसला आ गया है। अमेरिका से पूर्व वरिष्ठ ऑफिसरों का एक प्रतिनिधिमंडल दोनों देशों के भावी रिश्तों के स्वरूप पर बातचीत के लिए जल्दी ही ताइवान जाने वाला है।

सूडोकू बवाल-5381

★★★★☆ मध्यम

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

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

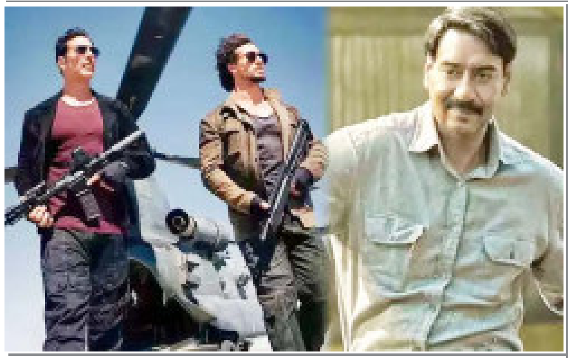
सूडोकू बवाल -5380 का हल

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

अपना ब्लॉग

क्षेत्रीय एकीकरण

मोहन। जब से राष्ट्रपति त्साई सत्ता में आईं, उन्होंने क्षेत्रीय एकीकरण को बढ़ावा देने के लिहाज से 'न्यू साउथ बाउंड पॉलिसी' पर जोर दिया। भारत की 'एक्ट ईस्ट पॉलिसी' के साथ इसका आसानी से तालमेल बनाया जा सकता है। अब राष्ट्रपति लाई के कार्यकाल में द्विपक्षीय संबंधों के मौजूदा ढांचे पर काम करते हुए इसे आगे बढ़ाना होगा। शुरुआत दोनों देशों के लोगों के बीच संपर्क बढ़ाने से की जा सकती है। भारत योग और आयुर्वेद सीखने के इच्छुक ज्यादा से ज्यादा ताइवानी युवाओं को स्कॉलरशिप मुहैया करा सकता है। दूसरी ओर, ताइवानी यूनिवर्सिटीज इंडियन स्टूडेंट्स के लिए बढ़िया एजुकेशनल डेस्टिनेशन हो सकती हैं। सदियों पहले चीनी भिक्षु शुआन चौंग बैद्ध धर्म के अध्ययन के लिए भारत आए थे। उनकी अस्थियां ताइवान के सन–मून टॅपल में रखी हैं। भारत और ताइवान मिलकर ताइवान के सन–मून टॅपल को बोध गया जैसे स्थानों से जोड़ते हुए बौद्ध टूरिज्म सर्किट बना सकते हैं।



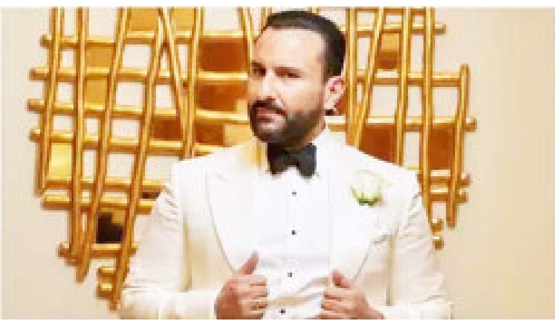
अजय देवगन की 5 फिल्में अगले 50 दिनों में होंगी रिलीज

पिछले साल अजय देवगन थिएटर से लगभग नदारद ही नजर आए। उनकी सिर्फ एक मूवी भोला रिलीज हुई, जिसे दर्शकों का मिला–जुला रिएक्शन मिला, लेकिन इस साल अजय बड़ा धमाका करने वाले हैं। अगले 50 दिनों में उनकी 1–2 नहीं पूरी 5 फिल्में रिलीज होने वाली है। दिलचस्प बात ये है कि अब तक कई बार पोस्टपोन हो चुकी मैदान की टक्कर अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ की बड़े मियां छोटे मियां से होगी। अजय देवगन की लॉन्ग अवेटेड मूवी मैदान अब रिलीज होने जा रही है। ये ईद में अप्रैल 2024 में सिनेमाघरों में दस्तक देगी। हालांकि, अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ की बड़े मियां छोटे मियां भी ईद के मौके पर ही रिलीज होने जा रही है। मैदान में अजय महान कोच सैयद अब्दुल रहीम की भूमिका निभा रहे हैं, जिन्हें इंडियन फुटबॉल के फाउंडर के रूप में जाना जाता है। सैयद अब्दुल रहीम ने 1950 से 1963 में अपनी आखिरी सांस तक भारतीय फुटबॉल टीम के कोच और मैनेजर के रूप में कार्य किया। फिल्म में प्रियामणि, गजराज राव और बंगाली एक्टर रुद्रनील घोष भी हैं। बड़े मियां छोटे मियां की बात करें तो इसमें सोनाक्षी सिन्हा और पृथ्वीराज सुकुमारन भी नजर आएंगे। फिल्म का टीजर 24 जनवरी को जारी किया जाएगा। टाइगर और अक्षय पहली बार साथ में काम करेंगे।

हनुमान ने मचाया बॉक्स ऑफिस की लंका में तूफान

शाहरुख खान की डंकी और प्रभास की फिल्म सलार के धमाल मचाने के बाद 2024 की शुरुआत बॉलीवुड और साउथ की कई फिल्मों से हुई है। इन दिनों महेश बाबू की गुंटूर करम, धनुष की कैप्टन मिलर के अलावा कटरीना की मेरी क्रिसमस और तेजा की हनुमान भी सिनेमाघरों में छाई हुई हैं। हालांकि, इन फिल्मों में से कुछ से ये उम्मीद की जा रही थी कि ये बॉक्स ऑफिस पर बम्पर कमाई करेगी लेकिन ऐसा कुछ हुआ नहीं। इन फिल्मों में से दो का हाल तो बहुत बुरा है जिनमें से एक कटरीना कैफ की मेरी क्रिसमस भी है। इन फिल्मों की रिपोर्ट क्या कह रही है। श्रीराम राघवन के निर्देशिन में बनी फिल्म मेरी क्रिसमस की बात करें तो इसमें कटरीना कैफ,विजय सेतुपति,अश्विनी कालसेकर,राधिका आप्टे,विनय पाठक,टीनू आनंद जैसे शानदार कलाकारों के बावजूद ये फिल्म अपना जादू चला पाने में कामयाब नहीं रही। इस फिल्म ने शुरुआत भी ढीली की और अब भी वही हाल है। फिल्म ने रविवार को केवल 1 करोड़ की कमाई की। इस फिल्म की कुल कमाई 43. 47 करोड़ की हो चुकी है।

सैफ अली खान अस्तपाल में भर्ती, हो रही सर्जरी

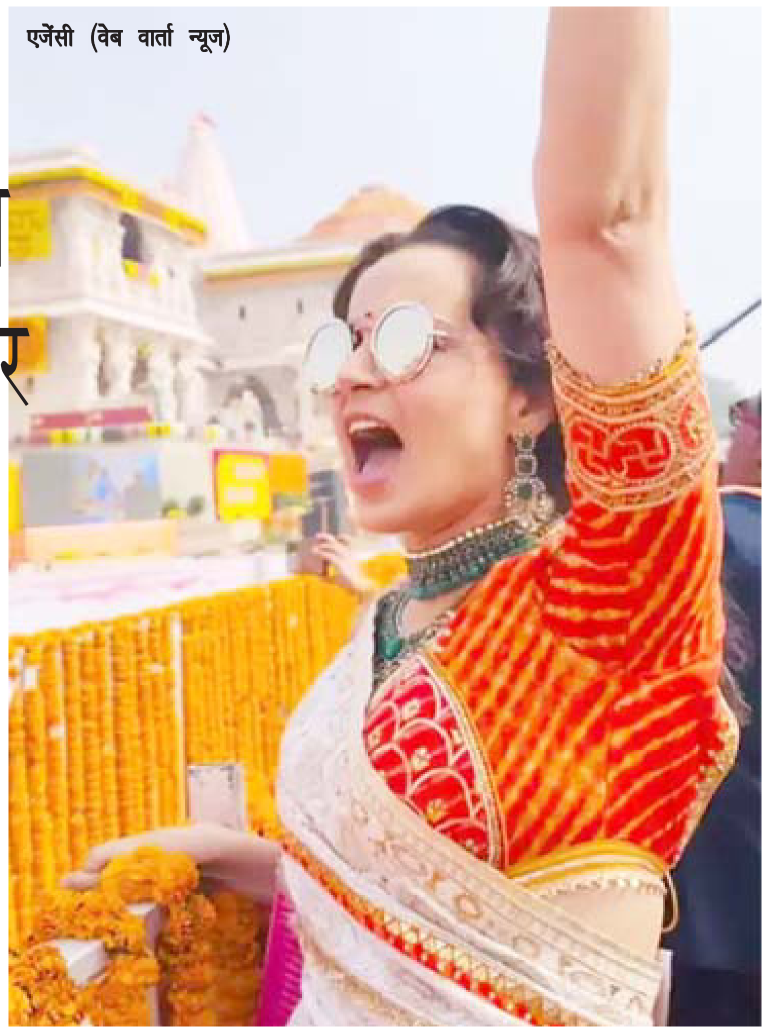


बॉलीवुड एक्टर सैफ अली खान को अस्पताल में भर्ती किया गया है। उन्हें सोमवार सुबह करीब 8 बजे कोकिलाबेन अस्पताल में भर्ती किया गया गया है, जहां उनके घुटने की सर्जरी हो रही है। बताया जा रहा है कि एक्टर के कंधे में भी फ्रैक्चर है। अस्पताल में सैफ से साथ उनकी पत्नी और बॉलीवुड एक्ट्रेस करीना कपूर खान भी मौजूद हैं। सैफ अली खान को घुटने और कंधे में चोट लगी है। हालांकि, यह सब कैसे हुआ इसकी कोई जानकारी सामने नहीं आई है। श्दैनिक भास्करश की रिपोर्ट के मुताबिक, उनके घुटने और कंधे में फ्रैक्चर है। एक्टर के घायल होने को लेकर खान परिवार से किसी ने अभी तक कोई अपडेट नहीं दिया है। सैफ अली खान इन दिनों साउथ की फिल्म 'देवारा' की शूटिंग में व्यस्त हैं। जूनियर NTR और जान्हवी कपूर की इस फिल्म्म में वह 'भहीरा' का किरदार निभा रहे हैं। ऐसे में समझा जा रहा है कि शूटिंग के वक्त ही उन्हें चोट लगी है, जिसके बाद अस्पताल में उनका इलाज चल रहा है। वैसे, यह पहली बार नहीं है, जब किसी फिल्म के सेट पर सैफ अली खान के साथ ऐसा हादसा हुआ हो। इससे पहले 2016 में फिल्म रंगून के सेट पर भी उनके अंगूठे में चोट लगी थी।

कंगना और राजपाल को झूमते बोले लोग दिल जीत लिया यार

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

इस वक्त देश ही नहीं दुनिया भर में राम नाम की गूंज सुनाई दे रही है। देश से बाहर मौजूद देशवासी इस एतिहासिक पल का लुत्फ टीवी चौनलों पर उठा रहे हैं और हर किसी के मुंह से इस वक्त जय श्री राम के नारे लगते दिख रहे हैं। वहीं अयोध्या में राम लल्ला के प्राण प्रतिष्ठा के मौके पर तमाम मेहमानों के साथ यहां बॉलीवुड के भी कई सितारे शामिल हुए। इस खास मौके पर अमिताभ बच्चन से लेकर जैकी श्रॉफ, रणबीर कपूर, आलिया भट्ट, कटरीना कैफ और विक्की कौशल जैसे सितारे शामिल हुए। हालांकि, मंदिर परिसर से जिन सितारों की झलकियां सबसे अधिक सोशल मीडिया पर छाई है उनमें कंगना रनौत का नाम शामिल है। हालांकि शिमला से राजपाल यादव का भी वीडियो लोगों को खूब पसंद आ रहा है।



सबसे अधिक चर्चा कंगना की

अयोध्या में भव्य राम मंदिर के प्राम प्रतिष्ठा में शरीक होने के लिए कंगना रनौत अपनी बहन रंगोली के साथ रविवार को ही पहुंच चुकी थीं। वैसे तो यहां बिग बी से लेकर रणबीर और आलिया से लेकर कटरीना–विक्की कौशल जैसे सितारे भी नजर आए, लेकिन सबसे अधिक चर्चा कंगना की हो रही है। इस खास मौके पर भारतीय परिधान में गहनों से सज–धजकर कंगना खुशी से झूमती नजर आईं। मंदिर में प्राण प्रतिष्ठा के वक्त जहां आसमान से हेलिकॉप्टर के जरिए फूल बरसाए जा

रहे थे वहीं कंगना जोर–जोर से चीखकर श्जय शअरी रामश के नारे लगाते दिख रही थीं।

लोगों ने कंगना के इस अंदाज की जमकर की तारीफ

कंगना के इस अंदाज की जमकर तारीफ कर रहे हैं। हालांकि कुछ लोग फनी कॉमेंट भी करते दिख रहे हैं। एक यूजर ने कहा है– ये इकलौती बॉलीवुड एक्टर हैं जो गर्व से और खुलकर हमारे धर्म और कल्चर को सपोर्ट करती हैं। वहीं एक ने कहा है– इनकी फिल्में चल नहीं रहीं, अब टिकट मांग रही हैं। एक ने कहा– मोदी जी पैसे कट कर देंगे कंगनी की इस ओवर एक्टिंग के लिए।

राम नाम का झंडा लेकर खूब नाचे राजपाल यादव

वहीं सोशल मीडिया पर कंगना के अलावा बॉलीवुड के कॉमेडियन एक्टर राजपाल यादव का भी वीडियो खूब छाया है।राजपाल यादव हाथ में राम नाम का झंडा लेकर राम लल्ला के भजन में डांस करते और झूमते दिखे। हालांकि यहां बता दें कि राजपाल यादव का ये वीडियो अयोध्या का नहीं बल्कि शिमला का है। शिमला में वह अपनी फिल्म की शूटिंग के लिए पहुंचे हैं। वहीं राम मंदिर के इस पावन अवसर पर खुशी से झूमते दिखे और लोगों ने कहा– राजपाल यादव ने दिल जीत लिया यार।

सब अपने फोन में बिजी हैं...बॉलीवुड सितारों का वीडियो वायरल

अयोध्या में बॉलीवुड सितारों का जमावड़ा देखने को मिला। आलिया भट्ट, रणबीर कपूर, विक्की कौशल, कटरीना कैफ, आयुष्मान खुराना सहित कई जाने–माने सितारे नजर आए। हालांकि, अब इनका एक वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें वे अपने फोन में बिजी नजर आ रहे हैं। ये बात लोगों को खटक रही है।

लंबे इंतजार के बाद आखिरकार 22 जनवरी को अयोध्या में राम मंदिर में राम लला विराजमान हो गए। इसके लिए भव्य कार्यक्रम आयोजित हुआ। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बॉलीवुड की कई जानी–मानी हस्तियों को इस ऐतिहासिक पल का साक्षी बनने के लिए न्योता भेजा था। जिसके बाद आलिया भट्ट, रणबीर कपूर, विक्की कौशल, कटरीना कैफ और माधुरी दीक्षित सहित कई स्टार्स अयोध्या पहुंचे, लेकिन उनका एक वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें सभी अपने–अपने फोन में बिजी नजर आ रहे हैं। इस पर यूजर्स ने जमकर रिएक्शन दिया है। सोशल मीडिया पर वायरल हो रहे इस वीडियो में राजकुमार हिरानी, आयुष्मान खुराना, विक्की कौशल, कटरीना कैफ, पति श्रीराम नेने के साथ माधुरी दीक्षित, आलिया भट्ट और रणबीर कपूर नजर आ रहे हैं। लेकिन इनमें से माधुरी, विक्की, कटरीना... सभी अपने–अपने फोन में खोए हुए नजर आए।

यूजर्स का ऐसा है रिएक्शन

ये वीडियो इंटरनेट पर वायरल हो रहा है। एक यूजर ने कॉमेंट किया, श्हर कोई अपने सेलफोन में बिजी है, बाकी बैठना मजबूरी है, वरना मूवी नहीं चलेगी। दूसरे ने लिखा, रणबीर और आलिया ने तो बीफ खाया था, इसलिए वे इस सेरेमनी में आना डिजर्व नहीं करते हैं। उन्होंने मीडिया के सामने स्वीकार किया था।

शाहरुख खान को इनवाइट करने का किया जिक्र

एक ने लिखा, शाहरुख खान जैसे जेंटलमैन छोड़कर रणबीर जैसे छपरी को बुलाया है। एक अन्य ने भी शाहरुख खान को इनवाइट करने की बात लिखी है।

बहलीवुड सितारों का लगा मेला

सोमवार को अयोध्या में हुए राम लला के प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम में अमिताभ बच्चन, अभिषेक बच्चन, हेमा मालिनी, रजनीकांत, चिरंजीवी, राम चरण जैसी हस्तियां भी शामिल हुईं।

मांसपेशियों को सिकोड़ देगी कोलेजन की कमी हड्डियां हो जाएंगी नाजुक

कोलेजन आपके शरीर में सबसे प्रचुर मात्रा में पाया जाने वाला प्रोटीन है। यह आपके शरीर के कुल प्रोटीन का लगभग 30 प्रतिशत है। कोलेजन आपके शरीर की त्वचा, मांसपेशियों, हड्डियों, टेंडन और लिगामेंट्स और अन्य कनेक्टिव टिश्यू में प्राइमरी बिल्डिंग ब्लॉक है। यह आपके अंगों, रक्त वाहिकाओं और आंतों की परत में भी पाया जाता है।

प्रोटीन अमीनो एसिड से बनते हैं। कोलेजन बनाने वाले मुख्य अमीनो एसिड प्रोलाइन, ग्लाइसिन और हाइड्रॉक्सीप्रोलाइन हैं। कोलेजन का सबसे बड़ा काम आपके पूरे शरीर को संरचना, शक्ति और समर्थन देना है। यह त्वचा में फाइब्रोब्लास्ट बनने में मदद करना, जो नई कोशिकाओं को बढ़ने में मदद करता है। न्यूट्रिशनिस्ट बत्रा आपको बता रही हैं कि कोलेजन बढ़ाने के लिए आपको किन–किन चीजों का सेवन करना चाहिए।

खट्टे फल: आपको कोलेजन की मात्रा बढ़ाने के लिए विटामिन सी से भरपूर फलों का सेवन करना चाहिए। संतरा, नींबू, सेब और अनानास जैसे खट्टे फल कोलेजन उत्पादन और त्वचा के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक हैं।

हड्डियों का सूप: अगर आप ऊपर बताए लक्षण महसूस हो रहे हैं, तो आपको अपनी डाइट में हड्डियों का सूप शामिल करना चाहिए। इसके सेवन से त्वचा, जोड़ों और आंत के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद मिलती है।

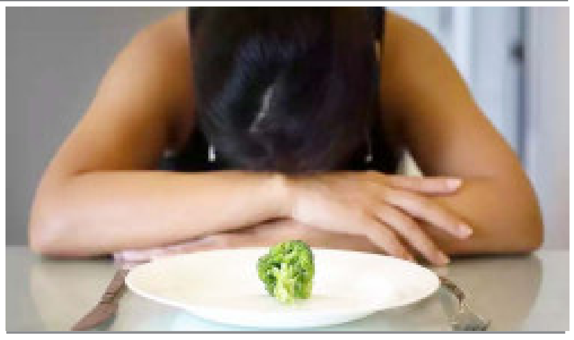
बेरीज: बेरीज की कैटोगरी में कई फल आते हैं और इन्हें विटामिन सी का भंडार कहा जाता है। यह एंटीऑक्सीडेंट से भी भरपूर होते हैं, जो स्किन को डैमेज से ओने से बचाने और कोलेजन लेवल बढ़ाने में मदद करते हैं।

मछली: सैल्मन जैसी मछली में मौजूद ओमेगा–3 फैटी एसिड आपकी त्वचा को बेहतर बनाने में मदद करता है। यह तत्व दिल को स्वस्थ रखने में भी सहायक है।

लहसुन: लहसुन में सल्फर की अच्छी मात्रा होती है, जो कोलेजन बनाने और त्वचा की संरचना को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। लहसुन के सेवन से दिल को स्वस्थ रखा जा सकता है।

कोलेजन की कमी से होने वाले नुकसान

- त्वचा झुर्रीदार, रूखी या ढीली हो सकती है
- आपकी आंखों और चेहरे अंदर धंस सकता है
- मांसपेशियों का सिकुड़ना, कमजोर होना और मांसपेशियों में दर्द होना
- कार्टिलेज घिस जाने के कारण जोड़ों का दर्द या ऑस्टियोआर्थराइटिस
- जोड़ों के डैमेज होने से कठोरता के कारण मोबिलिटी का नुकसान
- आपके पाचन तंत्र की परत के पतले होने के कारण गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल समस्याएं, ब्लड फ्लो कम होना



ठंड में वेट लॉस की ये गलती करने से बैठ जाएगा शरीर

शरीर का फालतू वजन कई सारी बीमारियों की वजह बनता है। डायबिटीज, दिल की बीमारी, लिवर रोग और किडनी की खराबी के पीछे भी मोटापा को देखा गया है। यह आपकी पर्सनालिटी का भी सबसे बड़ा दुश्मन है। इसलिए किसी भी कीमत पर इसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। वेट लॉस के दौरान किसी एक्सपर्ट की देखरेख जरूरी होनी चाहिए। क्योंकि आयुर्वेदिक डॉ. वरालक्ष्मी के मुताबिक ठंड में वजन कम करने से पेट को काफी नुकसान पहुंच सकता है। वेट लॉस करने के लिए कम खाना या खुद को भूखा रखना होता है जो सर्दी के सीजन में सही नहीं है। डॉ. वरालक्ष्मी ने बताया कि सर्दी में शरीर को गर्म रखने के लिए चर्बी की जरूरत होती है। दूसरी तरफ इस मौसम में खुद को भूखा रखना अप्राकृतिक है। क्योंकि पेट की पाचक अग्नि काफी तेज होती है और उसे खाने की जरूरत होती है। डायजेस्टिव सिस्टम के अंदर कई सारे अंग हैं जो मशीनों की तरह दिन–रात काम में लगे रहते हैं। पेट के अंदर बनने वाला एसिड सर्दी में इतना तेज होता है कि खाना ना मिलने पर सारे टिश्यू को नुकसान पहुंच सकता है। यह आपके गट की अंदरुनी म्यूकस लेयर को भी नहीं छोड़ेगा। अगर करना ही है तो गर्म अदरक की चाय पीएं जल्दी खाना खाएं और अगली सुबह तक कुछ ना खाएं, मेंटल फास्ट करें और दौड़ना जैसी एक्सरसाइज करें।

पेट की फालतू चर्बी घोल देंगे ये हरे पत्ते, डायबिटीज भी रहेगी कंट्रोल

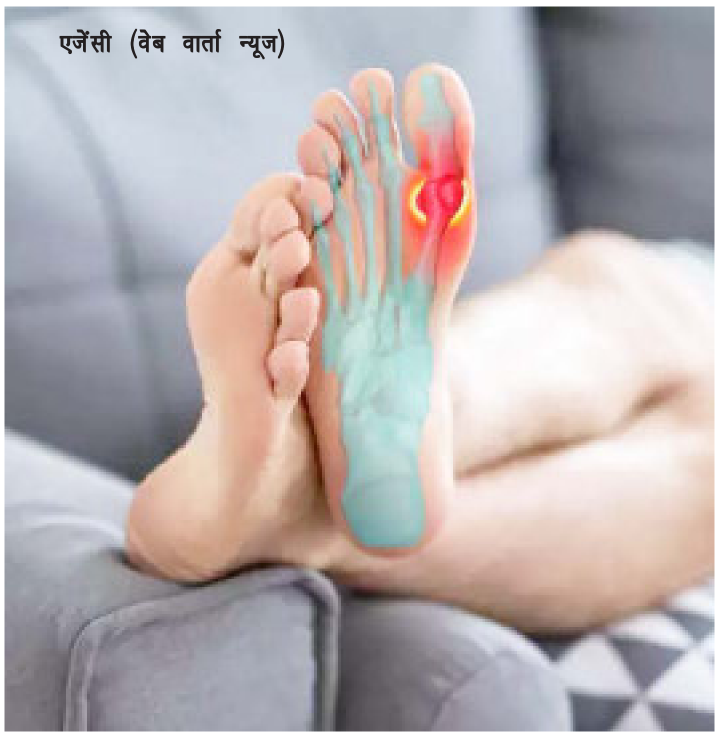
फल खाने से सेहत को अनगिनत फायदे मिलते हैं। अलग–अलग फलों के अलग–अलग गुण और पोषक तत्व होते हैं। अक्सर सेब, आम, संतरा और केला जैसे फलों के फायदों की बात होती है लेकिन अमरूद के गुणों और फायदों के बारे में बहुत कम लोग जानते हैं। क्या आप जानते हैं कि यह सस्ता फल विभिन्न पोषक तत्वों का भंडार है। अमरूद एंटीऑक्सिडेंट, विटामिन सी, पोटेशियम और फाइबर जैसे पोषक तत्वों से भर है। अमरूद के सेवन से डायबिटीज, मोटापा, कब्ज, बवासीर, हृदय रोग जैसी रोगों की रोकथाम में मदद मिलती है। कमाल की बात यह है कि अमरूद की तरह इसके पत्ते भी शक्तिशाली तत्वों का खजाना हैं। अमरूद की पत्तियां वजन घटाने से लेकर डायबिटीज जैसे कई बीमारियों से बचाने में भी मदद करती हैं। अगर आप मोटापे से जूझ रहे हैं और वजन कम करने चाहते हैं या आप डायबिटीज के मरीज हैं और ब्लड शुगर को कंट्रोल रखना चाहते हैं, तो आपको अमरूद के साथ–साथ इसके पत्तों का भी सेवन शुरू कर देना चाहिए। अमरूद की पत्तियों में कई औषधीय गुण होते हैं।

चिकन जितनी ताकत देती है ये काली दाल, दूध में खाने से बढ़ेगा मांस

दालों में प्रोटीन लबालब भरा होता है। बस इसके लिए आपको इसे खाने का सही तरीका आना चाहिए। शाकाहारी लोग उड़द की दाल से मांस और ताकत बढ़ा सकते हैं। लेकिन इसका सही तरीका नहीं जानते और कुछ तो इसे खा भी नहीं सकते। क्योंकि इसे हजम कर पाना बहुत मुश्किल काम है और बहुत बढ़िया पाचन चाहिए। संस्कृत में उड़द की दाल को माष कहा जाता है। आयुर्वेदिक डॉक्टर रोबिन शर्मा इसे शाकाहारियों के लिए चिकन–मटन से ज्यादा ताकतवर चीज मानते हैं। वो कहते हैं कि इसके आगे बाजार में मिलने वाले हजारों रुपए के प्रोटीन के डिब्बे भी फेल हैं। शरीर की कमजोरी दूर करने के लिए 50 ग्राम के करीब उड़द की दाल की जरूरत होगी। डॉ. रोबिन ने बताया कि यह उपाय पुरुषों के स्पर्म काउंट को रॉकेट की स्पीड से बढ़ाएगा। उनकी फर्टिलिटी पावर को इंप्रूव करता है। इससे महिलाओं की फर्टिलिटी पावर भी बढ़ाती है। जिन महिलाओं को सफेद पानी या ल्यूकोरिया की समस्या है, उनके लिए यह किसी वरदान से कम नहीं है। उड़द की दाल का पाचन बहुत भारी होता है। इस वजह से कई आयुर्वेदाचार्य इसे दूध के साथ खाना गलत मानते हैं। लेकिन अगर आपने इसे हजम कर लिया तो आपकी ताकत का कोई मुकाबला नहीं कर सकता। खराब या कमजोर पाचन वाले लोगों को यह काफी दिक्कत कर सकता है।

यूरिक एसिड को तेजी से बढ़ाते हैं प्रोटीन फूड

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)



यूरिक एसिड बढ़ने से गठिया का खतरा बढ़ जाता है। यह गुर्दे की पथरी का कारण भी बन सकता है। ताकत बढ़ाने वाले प्रोटीन फूड भी इसका लेवल हाई कर सकते हैं। इसे कम करना चाहते हैं तो इन फूड्स का सेवन करें। हाई यूरिक एसिड बढ़ने से कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पड़ता है। मसलन, हाथ–पैर में सूजन, दर्द, चलने फिरने में परेशानी वगैरह। हालांकि इस बीमारी के बढ़ने के कई कारण हो सकते हैं लेकिन इसकी खास वजह गलत खानपान होती है।

प्रोटीन फूड कैसे बढ़ाते हैं यूरिक एसिड

प्रोटीन मेटाबॉलिज्म के बाद यूरिक एसिड बनता है तो उसकी काफी मात्रा यूरिन में ही निकल जाती है। अगर किसी कारण से यूरिन में यूरिक एसिड की कम मात्रा निकलने लगती है, तो उसका लेवल ब्लड में बढ़ जाता है। अगर किसी पेशेंट को किडनी की बीमारी हो तो उनका भी यूरिक एसिड शरीर में ही रुक जाता है और ब्लड में इसके लेवल को बढ़ा देता है।

यूरिक एसिड लेवल बढ़ने का कारण

- कम पानी पीना
- एल्कोहल लेना
- अत्यधिक प्रोटीन डाइट लेना
- जेनेटिक आदि

इन कुछ कारणों से यूरिक एसिड का उत्पादन ज्यादा होने लगता है, जो कि किडनी के द्वारा फिल्टर प्रक्रिया में नहीं निकल पाता है और ब्लड में यूरिक एसिड की मात्रा को बढ़ा देता है।

यूरिक एसिड बढ़ने से क्या होता है?

शरीर में यूरिक एसिड बढ़ने से हमारे जोड़ों में दर्द होने लगता है, जिसे गाउटी आर्थराइटिस भी कहा जाता है। इससे मरीज को हर समय बुखार जैसा महसूस होता है। बुखार आने पर जब हम जांच करवाते हैं, तब उसमें यूरिक एसिड की बड़ी मात्रा का पता चलता है। यह भी देखा गया है कि जिन लोगों में यूरिक एसिड की मात्रा बढ़ जाती है या हर समय बढ़ी रहती है, उन लोगों में कार्डिएक डिजीज होने का खतरा भी बढ़ जाता है। साथ ही डायबिटीज होने के चांसेस भी इन पेशेंट्स में ज्यादा होते हैं।

हाई प्रोटीन फूड न खाएं

रेड मीट, सी–फूड्स, दालें, कटहल और किशमिश खाने से परहेज करें, क्योंकि इनमें फ्रक्टोज होता है। प्यूरीन युक्त खाद्य पदार्थ जिसमें मछली, शंख और अन्य समुद्री भोजन शामिल हैं न खाएं। अंगूर खाने से परहेज करें।

यूरिक एसिड घटाने वाले फूड

- केला
- सेब
- चेरी
- कॉफी
- खट्टे फल

भावुक हुए शास्त्री

रवि शास्त्री को लाइफटाइम अचीवमेंट अवॉर्ड से नवाजा गया

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। पूर्व भारतीय क्रिकेटर, वर्ल्ड कप विजेता, नेशनल टीम के मुख्य कोच और कमेंटेटर रवि शास्त्री को हैदराबाद में बीसीसीआई की ओर से लाइफटाइम अचीवमेंट अवॉर्ड से नवाजा गया। शास्त्री 40 सालों से अधिक समय से क्रिकेट के साथ जुड़े हैं। इस बीच हर्ष भोगले ने उनसे सवाल करते हुए अब तक के सबसे बेहतरीन पल के बारे में पूछा, जो उन्हें कही भी खुश कर सकता है। शास्त्री ने अपने करियर में कई बेहतरीन पलों को देखा है। शास्त्री ने कहा कि ष्मुझे लगता है, किसी एक को चुनना मुश्किल होगा। लेकिन मैं बहुत जल्दी बताऊंगा। मेलबर्न में 1985 में लॉर्ड्स पाकिस्तान के खिलाफ फाइनल एक खास बात थी। 1983 में लॉर्ड्स की बालकनी में भारत की वर्ल्ड कप में जीत अहम पल था। वेस्टइंडीज में शतक और ऑस्ट्रेलिया में दोहरा शतक भी अहम था। इसके अलावा कमेंट्री करते हुए 2011 विश्व कप फाइनल में जब एमएस ने उस गेंद पर छक्का लगाया था। इसके अलावा 2007 में भारत की टी20 विश्व कप में जीत। ऑस्ट्रेलिया में एक के बाद एक जीत अहम थी, लेकिन अगर आप मुझे पूछे कि सोने पर सुहागा क्या था। गाबा में आखिरि दिन जब ऋषभ पंत हमें जीत के साथ घर लेकर आए थे।

मैं खिलाड़ियों को धन्यवाद देता हूं। शास्त्री इस अवॉर्ड को लेते हुए भावुक हो गए थे। उन्होंने कहा कि यह काफी बड़ा पल है। मैंने 17 साल की उम्र में खेलने शुरु किया था और 30 साल में संन्यास लिया था। बीसीसीआई हमेशा मेरे साथ मौजूद रहा। मैंने पिछले 40 सालों में बीसीसीआई को बढ़ते हुए देखा है और वर्ल्ड क्रिकेट में एक अहम बोर्ड बना है। यह मेरे लिए काफी खास पल है।

मैं वीजा ऑफिस में नहीं बैठा हूं: रोहित शर्मा

क्रिकेट

शोएब बशीर को भारत का वीजा नहीं मिलने पर भारतीय कप्तान का सामने आया रिएक्शन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारत और इंग्लैंड के बीच पांच मैचों की टेस्ट सीरीज का आगाज 25 जनवरी से होने जा रहा है। इस सीरीज का पहला मुकाबला हैदराबाद के राजीव गांधी स्टेडियम में खेला जाएगा। भारत के खिलाफ इस सीरीज के लिए इंग्लैंड के स्पिनर शोएब बशीर को भारत का वीजा नहीं मिला है, जिस वजह से वह इंग्लैंड वापस लौट गए हैं।

शोएब बशीर को भारत का वीजा नहीं मिलने पर इंग्लिश टीम के कप्तान बेन स्टोक्स भी काफी परेशान है। वहीं, भारत के कप्तान रोहित शर्मा ने प्रेस कॉन्फ्रेंस के दौरान शोएब के वापस घर लौटने पर मजेदार जवाब दिया है, जिससे जानकर हर कोई अपनी हंसी नहीं रोक पा रहा हैं। दरअसल, 20

साल के शोएब बशीर ने इंग्लैंड में घरेली क्रिकेट में 18 मैच खेले हैं, जिसमें उन्होंने कुल 17 विकेट लिए हैं। शोएब इंग्लिश काउंटी में समरसेट के लिए खेलते हैं और वह अबू धामी में टीम के साथ थे, लेकिन वह भारत का वीजा नहीं मिलने की वजह से हैदराबाद नहीं पहुंच पाए। इस बीच

कप्तान रोहित शर्मा ने प्रेस कॉन्फ्रेंस के दौरान शोएब को लेकर पूछे गए सवाल का मजेदार जवाब दिया।

रोहित ने कहा कि मैं शोएब का दर्द समझ सकता हूं, लेकिन मैं वीजा ऑफिस में नहीं बैठा जो सारी जानकारी आपको दे पाऊं, लेकिन मुझे उम्मीद है कि उन्हें जल्द से जल्द ही वीजा

मिल जाएगा और हमारे देश में वह काफी इंजॉय करेंगे। इंग्लैंड टीम के कप्तान बेन स्टोक्स ने शोएब बशीर के भारत का वीजा नहीं मिलने पर निराशा जाहिर की है। उन्होंने कहा है कि मुझे इस तरह की सिचुवेशन पसंद नहीं है। शोएब का पहला अनुभव था, जब वह इंग्लैंड की टेस्ट टीम में शामिल हुए।

बेन स्टोक्स ने आगे कहा कि बतौर कप्तान मुझे ये देखकर काफी निराशाजनक लगता है। हमने दिसंबर महीने के बीच में टीम की घोषणा की थी और अब बशीर को यहां आने के लिए वीजा नहीं मिल रहा है। वह ऐसा करने वाला पहला क्रिकेटर नहीं है। मैंने बहुत से लोगों के साथ खेला है, जिनके साथ भी वहीं समस्याएं हुई। मुझे यह निराशाजनक लगता है कि हमने एक खिलाड़ी को चुना और वह वीजा मुद्दों के चलते हमारे साथ नहीं है।

अब विश्व कप में हिंदुस्तान के खिलाफ ही खेलेंगे 3 भारतीय!

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। आईसीसी टी20 वर्ल्ड कप 2024 का आयोजन इस बार यूएसए और वेस्टइंडीज में होने वाला है। 2 जून को विश्व कप का पहला मुकाबला यूएसए और कनाडा के बीच खेला जाएगा। वहीं भारतीय टीम होस्ट नेशन अमेरिका यानी यूएसए के साथ 12 जून को खेलेगी। यह मैच काफी ज्यादा रोमांचक होने वाला है, क्योंकि इस मुकाबले में भारत के खिलाफ भारत के ही 3 खिलाड़ी खेलते हुए नजर आ सकते हैं। बता दें कि उन खिलाड़ियों ने भारत को एक समय वर्ल्ड चौंपियन बनाया था। आखिर कौन हैं यह सूरमा आइये जानते हैं।

भारत को अपनी कप्तानी में अंडर 19 वर्ल्ड कप जिताने वाले

■आयोजन इस बार यूएसए और वेस्टइंडीज में होने वाला है

उनमुक्त चंद लगभग हर कोई जानता है। वह कमाल के बल्लेबाज थे। उन्होंने अपनी कप्तानी में 2012 में भारत को अंडर 19 विश्व कप जिताने के साथ–साथ बल्ले से भी आग उगली थी। वह दिल्ली से थे और उन्हें अगला विराट कोहली कहा जाता था। लेकिन चंद विश्व कप के बाद आईपीएल, डोमेस्टिक क्रिकेट में अच्छा प्रदर्शन नहीं कर पाए। वहीं इंजरी ने भी उनके आगे बढ़ने में बाधा डाली।

भारत के लिए खेलने का एक भी मौका ना मिलने की वजह से उनमुक्त ने भारतीय क्रिकेट से संन्यास ले लिया और यूएसए जाने का फैसला किया। वहीं अब उनमुक्त मार्च में यूएसए की नेशनल टीम के लिए खेलने के लिए क्वालिफाई हो जाएंगे। वह भारत के खिलाफ वर्ल्ड कप में खेलते हुए नजर आ सकते हैं।

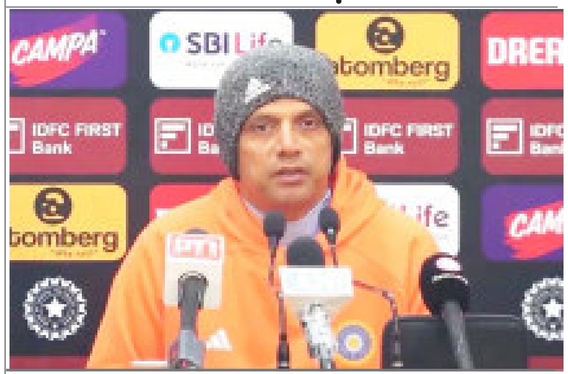
स्मित पटेल 2012 अंडर 19 वर्ल्ड कप विनिंग भारतीय टीम का हिस्सा थे। उन्होंने 6 मैचों में 178 रन बनाए थे। हालांकि विश्व कप के बाद उन्हें इतना खेलने का मौका नहीं मिला। इसके चलते वह यूएसए शिफ्ट हो गए थे और उन्होंने भारतीय क्रिकेट से संन्यास ले लिया था। वह वर्ल्ड कप में भारत के खिलाफ खेल सकते हैं।

हरमीत सिंह भी 2012 अंडर 19 भारतीय वर्ल्ड कप विनिंग टीम का हिस्सा थे। उन्होंने टूर्नामेंट में 167 रन बनाने के साथ–साथ 5 विकेट लिए थे। हालांकि हरमीत भी ज्यादा मौके ना मिलने की वजह से यूएसए शिफ्ट हो गए थे।

भारतीय टीम ने खोज लिया विराट कोहली का विकल्प

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टीम 25 जनवरी से इंग्लैंड के खिलाफ घरेलू जमीन पर पांच मैचों की सीरीज खेलने जा रही है। इस बीच रजत पाटीदार को इंग्लैंड के खिलाफ सीरीज के लिए टीम इंडिया में जगह दी गई है। 30 साल के मध्य प्रदेश के बल्लेबाज को विराट कोहली की गैरमौजूदगी में टीम में जगह दी गई है। दरअसल विराट कोहली ने निजी कारणों के कारण पहले दो टेस्ट से अपना नाम वापस ले लिया है। इन दिनों पाटीदार शानदार फॉर्म में हैं। उन्होंने पिछले हफ्ते अहमदाबाद में इंग्लैंड लायंस के खिलाफ 151 रन बनाए थे। पाटीदार ने लायंस के खिलाफ प्रैक्टिस मैच में भी 111 रन बनाए थे। हाल ही में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ सीरीज में रजत पाटीदार टीम ए का हिस्सा थे। पाटीदार ने बीसीसीआई के नमन पुरस्कार में हिस्सा लिया। पाटीदार ने दिसंबर में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ वनडे मैच में अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में डेब्यू किया।

न्यूज डायरी



भारतीय कोच द्रविड़ ने इंग्लैंड की बैजबाल शैली पर बड़ा बयान दिया

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय कोच द्रविड़ ने कहा कि इंग्लैंड की ष्बैजबालश शैली के जवाब में हमारे बल्लेबाज अति आक्रामक रवैया नहीं अपनाएंगे। हम परिस्थितियों के अनुसार खेलेंगे। हमारी बल्लेबाजी क्रम के शीर्ष छह सात बल्लेबाज में ज्यादातर ऐसे है, जिनका खेल नैसर्गिक रूप से सकारात्मक खेल है। ऐसे में हम कुछ बदलाव करने से बचना चाहेंगे। मैं हालांकि अपने बल्लेबाजों से अति रक्षात्मक खेल की उम्मीद नहीं कर रहा हूं। अगर दोनों के बीच हेड टू हेड मुकाबलों की बात करें तो 174 टेस्ट में जीत और 177 टेस्ट में हार के साथ भारतीय टीम इस सीरीज में उतरेगी। अगर भारत ये सीरीज 4–0 या 5–0 से जीतने में सफल रहता है तो 92 वर्षों के टेस्ट इतिहास में उसके नाम पहली बार हार से ज्यादा जीत हो जाएगी। 11 विकेट लेने के साथ ही जेम्स एंडरसन भारत के विरुद्ध 150 टेस्ट विकेट भी पूरे कर लेंगे। अगर वह 23 विकेट ले लेते हैं तो वह 1000 अंतरराष्ट्रीय विकेट लेने वाले पहले तेज गेंदबाज बन जाएंगे।

सूर्यकुमार यादव बने साल 2023 के लिए टी20 क्रिकेटर ऑफ द ईयर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टीम के स्टार बल्लेबाज सूर्यकुमार यादव को आईसीसी ने साल 2023 के लिए मेंस टी20आई क्रिकेटर ऑफ द ईयर का अवॉर्ड दिया। सूर्यकुमार यादव ने ये अवॉर्ड लगातार दूसरी बार अपने नाम किया। बता दें कि टी20 रैंकिंग में टॉप पर विराजमान सूर्या ने साल 2023 में बल्ले से रनों की बरसात की थी, जिसका अब आईसीसी ने उन्हें इनाम दिया हैं। दरअसल, साल 2023 में सूर्यकुमार यादव ने 48 की औसत से रन बनाए और उनका स्ट्राइक रेट इस दौरान 155 का था। साल 2021 में टी20 इंटरनेशनल में डेब्यू करने वाले सूर्या ने बेहद ही कम समय में अपने प्रदर्शन से हर किसी को खूब इंप्रेस किया। इंग्लैंड के खिलाफ सूर्यकुमार यादव ने अपने टी20इंटरनेशनल डेब्यू मैच में छक्का लगाकर ही अपनी काबिलियत का नजारा पूरी दुनिया को दिखा दिया था। इ सके बाद उन्होंने कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा। अब आईसीसी ने उन्हें साल 2023 के टी20आई क्रिकेटर ऑफ द ईयर से नवाजा। बता दें कि इस अवॉर्ड के लिए कुल 4 खिलाड़ी नॉमिनेट थे, जिसमें जिम्बाब्वे के सिकंदर रजा, युगांडा के अल्पेश रामजानी और न्यूजीलैंड के मार्क चौपमैन का नाम शामिल था, लेकिन इन सभी खिलाड़ियों को पीछे छोड़कर सूर्या ने बाजी मारी और ये अवॉर्ड अपने नाम कर लिया। साल 2023 में सूर्यकुमार यादव को टी20आई के लिए भारत की कप्तानी भी दी गई। हार्दिक पांड्या के चोटिल होने की वजह से सूर्या को ये जिम्मेदारी मिली। ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ सूर्या ने 42 गेंदों में 80 रन बनाए और साउथ अफ्रीका के खिलाफ उन्होंने 36 गेंदों पर 56 रन बनाए।

रविचंद्रन अश्विन 10 विकेट लेते ही पूरा करेंगे 500 टेस्ट विकेट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) हैदराबाद। भारतीय टीम जब इंग्लैंड के खिलाफ टेस्ट सीरीज का पहला मैच खेलने उतरेगी तो देसी सितारों की निगाहें रिकॉर्डो पर गड़ी हुई होंगी। भारतीय पिचें स्पिनर फ्रेंडली हैं तो उसे देखते हुए भी अगर मैच जल्दी खत्म हो तो हैरानी नहीं होनी चाहिए। विराट कोहली की गैर मौजूदगी में जहां हर किसी की नजरें रोहित शर्मा पर हैं तो शुभमन गिल, श्रेयस अय्यर, केएल राहुल के पास हीरो बनने का बड़ा मौका है। दूसरी ओर, भारतीय धाकड़ ऑफ स्पिनर रविचंद्रन अश्विन 10 विकेट लेते ही टेस्ट क्रिकेट में 500 विकेट लेने वाले गेंदबाजों की खास लिस्ट में शामिल हो जाएंगे। रोहित शर्मा के नेतृत्व वाली भारतीय टीम का लक्ष्य घर पर अपनी लगातार तीसरी टेस्ट सीरीज जीत हासिल करना है। 5 मैचों में अगर भारत फतह करने में कामयाब होता है तो अश्विन का अहम रोल होगा। आर. अश्विन इतिहास रचने की कगार पर हैं। उन्हें टेस्ट क्रिकेट में एक विशिष्ट रिकॉर्ड हासिल करने के लिए सिर्फ 10 और विकेटों की जरूरत है। अनुभवी स्पिनर के नाम 95 टेस्ट में 490 विकेट हैं। अगर वह 500 टेस्ट विकेट पूरा करते हैं तो महान अनिल कुंबले के बाद ऐसा करने वाले दूसरे भारतीय गेंदबाज बन जाएंगे। भारत के पूर्व कप्तान अनिल कुंबले के पास टेस्ट में भारत की ओर से सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले गेंदबाज का रिकॉर्ड दर्ज है।

हमारा दून

संक्षिप्त समाचार

अतिक्रमण मुक्त अभियान के दौरान हटाये गए अवैध होर्डिंग्स

संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा अतिक्रमण पर प्रभावी कार्यवाई के निर्देश दिए हैं। जिलाधिकारी श्रीमती सोनिका के निर्देशन में अतिक्रमणमुक्त अभियान के अन्तर्गत टीमों द्वारा अतिक्रमण हटाने की कार्यवाही की जा रही है। आज आईएसबीटी, से क्लेमेन्टाउन, धर्मपुर माता मन्दिर रोड, हरिद्वार रोड रिस्पना आदि स्थानों से अतिक्रमण हटाने की कार्यवाई की गई। अतिक्रमण मुक्त अभियान के दौरान अवैध होर्डिंग्स भी हटाये गए। नगर निगम ने 58 चालान करते हुए रुपए 64100 के अर्थदंड की कार्यवाई की गई, पुलिस द्वारा लगभग 33 चालान करते हुए, रुपए 18200 के अर्थदंड की कार्यवाई की गई। इसी प्रकार आरटीओ द्वारा लगभग 09 चालान करते हुए रुपए 4500 के अर्थदंड की कार्यवाई की गई।

डीएवी के 12 एनएससीसी कैडेट का गणतंत्र दिवस परेड में चयन

संवाददाता देहरादून। डीएवी पीजी कालेज के एनसीसी कैडेटों ने एक बार फिर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है। कालेज के 12 कैडेटों का चयन गणतंत्र दिवस परेड के लिए हुआ है। कालेज के प्राचार्य डा. एसके सिंह ने सभी को बधाई दी है। उन्होंने बताया कि प्रधानमंत्री रैली के दौरान होने वाले सांस्कृतिक आयोजन के लिए भी कालेज के कैडेट सूरज मनवाल,सुशांत बडोला,दीपक सिंह बिष्ट और विकेंद्र सिंह सामंत का चयन हुआ है। महाविद्यालय के एनसीसी प्रभारी मेजर अतुल सिंह ने कहा कि ये कालेज के लिए गौरवपूर्ण क्षण है।

इन्फोगैन ने दिनेश वेणुगोपाल को मुख्य कार्यकारी अधिकारी के रूप में नियुक्त किया

संवाददाता देहरादून। मानव–केंद्रित डिजिटल प्लेटफॉर्म और सॉफ्टवेयर इंजीनियरिंग सेवाओं में सिलिकॉन वैली–मुख्यालय वाली अग्रणी कंपनी इन्फोगैन ने दिनेश वेणुगोपाल को अपना मुख्य कार्यकारी अधिकारी नियुक्त करने की घोषणा की, जो 8 फरवरी, 2024 से प्रभावी होगा। अयान मुखर्जी 2021 में मुख्य कार्यकारी अधिकारी बनने से पहले 2018 में मुख्य परिचालन अधिकारी के रूप में इन्फोगैन में शामिल हुए थे, अब उनका स्थान दिनेश लेंगे।

एमेजॉन पर अभिषेक तिवारी का प्रेरणादायक सफर

संवाददाता देहरादून। राष्ट्र की सेवा में वर्षों तक समर्पित रहने के बाद, सैन्य दिग्गज ज्यादातर नए क्षेत्रों में पूर्ण समर्पण के साथ अपने विविध कौशल को आजमाते हैं। नेतृत्व करने की क्षमता, मानसिक मजबूती और दबाव में समस्या सुलझाने का कौशल किसी भी क्षेत्र के लिए वरदान साबित होता है। इसी क्षमता को पहचानते हुए, एमेजॉन ने वर्ष 2019 में एक सैन्य कार्यक्रम शुरू किया।

अपनी सभी बेटियों की सुरक्षा के लिए सरकार पूरी तरह से कटिबद्ध

सम्मान

■ मुख्यमंत्री ने राष्ट्रीय बालिका दिवस पर मेधावी बालिकाओं को किया सम्मानित

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने राष्ट्रीय बालिका दिवस के अवसर पर मुख्यमंत्री आवास स्थित मुख्य सेवक सदन में 'मेधावी बालिका शिक्षा प्रोत्साहन' कार्यक्रम के तहत मेधावी बालिकाओं को सम्मानित किया। जनपद स्तर पर इंटरमीडिएट और हाईस्कूल में प्रत्येक जनपद से प्रथम तीन स्थान प्राप्त करने वाली बालिकाओं और विकासखण्ड स्तर पर प्रथम स्थान प्राप्त करने वाली बालिकाओं को प्रशस्ति पत्र और स्मार्ट फोन देकर पुरस्कृत किया गया। राष्ट्रीय बालिका दिवस पर वर्ष 2022 और 2023 की टॉपर 318 बालिकाओं को पुरस्कृत किया गया। मुख्यमंत्री ने इस अवसर पर महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास विभाग का 'परिवर्तन पोर्टल' लॉन्च किया और बालिका निकेतन, देहरादून की बालिकाओं को

चन्द्रयान की अनुकृति भी भेंट की। मुख्यमंत्री ने प्रदेश की सभी बेटियों को राष्ट्रीय बालिका दिवस की शुभकामना देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में केन्द्र और राज्य सरकार द्वारा महिला सशक्तिकरण की दिशा में अनेक प्रयास किये जा रहे हैं। प्रदेश की अपनी सभी बेटियों की सुरक्षा के लिए सरकार पूरी तरह से कटिबद्ध हैं। हमारी बेटियों के साथ अन्याय करने वालों की उत्तराखण्ड और हमारे समाज में कोई जगह नहीं है। उन्होंने कहा कि प्रदेश का मुख्य सेवक होने के नाते प्रदेश की किसी भी बेटी का अपमान उनका अपमान है। ऐसा करने वालों के खिलाफ वे कठोरतम कार्रवाई करने से कभी पीछे नहीं हटेंगे। उन्होंने कहा कि हमारी बेटियां हमारी शान, मान और अभिमान हैं। महान वीरांगना तीलू रौतेली से प्रारंभ होने वाली हमारे प्रदेश की वीर नारियों की सूची में टिंचरी माई, गौरा देवी, चन्द्रप्रभा ऐतवाल, गंगोत्री गर्ब्याल और बछेंद्री पाल जी तक ऐसे अनेकों नाम हैं, जिन्होंने हर चुनौती को छोटा साबित करते हुए कुप्रथाओं को तोड़ने और आत्म सम्मान से जीवन जीने की राह समाज को दिखाई है। उसी परंपरा को आगे बढ़ाते हुए आज हमारी बेटियों ने हर क्षेत्र में अपना एक अलग मुकाम बनाया है और प्रदेश का नाम रोशन किया है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में केंद्र और राज्य सरकार द्वारा प्रारंभ की गई विभिन्न योजनाएं हमारी बेटियों को और अधिक आत्मनिर्भर और सशक्त बनाने में सहयोग प्रदान कर रही हैं। राज्य सरकार ने हाल ही में सरकारी नौकरियों में महिलाओं को 30 प्रतिशत आरक्षण देने का फैसला लिया है। पहले पहाड़ में बेटियों के जीवन का दूसरा नाम ही संघर्ष था, लेकिन अब दृश्य बदल रहा है और हमारे सीमान्त गांवों की बेटियां भी अपने सपनों को साकार कर रही हैं। आज पीएम मोदी के नेतृत्व में 'बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ' के मूलमंत्र को लेकर राज्य सरकार ने भी बेटियों के जन्म से लेकर उनकी शिक्षा, स्वास्थ्य और कौशल विकास तक के लिए विभिन्न योजनाएं प्रारंभ की हैं जिनमें महालक्ष्मी किट योजना, खुशियों की सवारी योजना, नंदा गौरा योजना, मुख्यमंत्री आंचल अमृत योजना, मुख्यमंत्री महिला पोषण जैसी योजनाएं शामिल हैं। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार का प्रयास है कि उत्तराखंड की हर बेटी सशक्त हो, सबल हो और प्रदेश के समग्र विकास में बराबर की भागीदार हो।

बालिकाओं के प्रति लोगों का दृष्टिकोण बदल रहाः आर्या

महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास मंत्री श्रीमती रेखा आर्या ने पुरस्कार प्राप्त करने वाली सभी बालिकाओं को शुभकामना देते हुए कहा कि आज बालिकाओं के प्रति लोगों का दृष्टिकोण बदल रहा है। आज बेटियां किसी भी क्षेत्र में लड़कों से कम नहीं हैं। उन्होंने कहा कि बेटियों को आत्मनिर्भर और स्वावलंबी बनाने के लिए केन्द्र एवं राज्य सरकार द्वारा निरंतर प्रयास किये जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि हर क्षेत्र में बेटियां नये कीर्तिमान स्थापित कर रही हैं। उन्होंने कहा कि लोहाघाट में गर्ल्स स्पोर्ट्स कॉलेज खोला जा रहा है।

थम नहीं रहा वन्य जीवों का आतंक

आतंक

■हाथियों ने किसानों की फसलों को रौंदकर किया तबाह

संवाददाता

डोईवाला। वन क्षेत्र से सटे इलाकों में वन्य जीवों का आतंक थम नहीं रहा है। आए दिन वन्य जीव आबादी क्षेत्रों में घुसकर उत्पात मचा रहे हैं। बड़कोट रेंज के समीप लालतप्पड़ में बीती रात हाथियों ने किसानों की फसलों को रौंदकर तबाह कर किया। देर रात बड़कोट रेंज से निकलकर हाथियों का झुंड लालतप्पड़ में घुस आया। यहां हाथियों ने किसानों की आलू की फसल को

नुकसान पहुंचाया।

स्थानीय किसान गगनदीप सिंह ने बताया कि जब किसानों ने खेतों में घुसे हाथियों को भगाने की कोशिश की, तो हाथियों का झुंड आबादी क्षेत्र की ओर आ गया। इससे कुछ लोगों ने छतों पर चढ़कर अपनी जान बचाई। इस बीच हाथियों ने शिखरानंद जोशी की कालनंदी एग्रो बायोटेक फर्म की दीवार भी तोड़ दी।

हाथियों की आबादी क्षेत्र में घुसपैठ से ग्रामीणों में भारी आक्रोश है। ग्रामीणों ने वन विभाग से जंगल किनारे इलेक्ट्रिक फेंसिंग वायर लगाए जाने और खाई खोदे जाने के साथ ही पीड़ित किसानों को उचित मुआवजा दिए जाने की मांग की। मांग करने वालों में गगनदीप सिंह, शालू देवी, रेनू चौधरी आदि मौजूद रहे। उधर, वन बीट अधिकारी अभिषेक राठौर ने बताया कि सूचना मिलने पर उन्होंने लालतप्पड़ क्षेत्र का मुआयना किया। किसानों को उनकी फसलों के नुकसान का मुआवजा दिलवाया जाएगा। क्षेत्र में गश्त बढ़ा दी गई है। इलेक्ट्रिक फेंसिंग वायर लगाने का प्रस्ताव भेजा गया है।

ईवीएम से चुनाव के विरोध में उतरे संगठन

संवाददाता देहरादून। मसूरी में बुधवार को विभिन्न राजनैतिक दलों और सामाजिक संगठनों ने सामूहिक रूप से शहीद भगत सिंह चौक पर ईवीएम से चुनाव के विरोध में प्रदर्शन किया। साथ ही निर्वाचन आयोग से देश में बैलेट पेपर के जरिए चुनाव कराने की मांग की। शहीद भगत सिंह चौक पर ईवीएम से मतदान के विरोध में हुए प्रदर्शन के दौरान वक्ताओं ने ईवीएम मशीनों को लेकर कई सवाल उठाए। अमेरिका, इंग्लैंड में भी ईवीएम के बजाए चुनाव बैलेट पेपर से होते हैं। ऐसे में सवाल उठाता है कि भारत निर्वाचन आयोग ईवीएम से ही क्यों चुनाव करवाना चाहता है। आम आदमी पार्टी के जिला प्रवक्ता प्रकाश राणा ने कहा कि ईवीएम मशीन में प्रोग्रामिंग की जाती है, ऐसे में इसमें फेरबदल करना संभव है। छावनी के पूर्व उपाध्यक्ष व कांग्रेस उपाध्यक्ष महेश चंद ने कहा कि ईवीएम का विरोध प्रदर्शन विभिन्न राजनैतिक दलों ने मिल कर किया है।

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।
संपादकः प्रदीप चौधरी

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

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