देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित
www.page3news.in
नगर संस्करण वर्ष 19 अंकः 205 पृष्ठ : 8 मूल्यः एक रूपए

पेज थ्री

देहरादून, गुरूवार, 21 नवंबर 2024

विचार–प्रवाह...
अस्तित्व की लड़ाई

मौसम अधिकतम 25.0° न्यूनतम 12.0°

79924.77

2 हांगकांग में 45 लोगों को हुई सजा

7 हार्दिक पांड्या बने नंबर–1 ऑलराउंडर

सेना भर्ती में मची भगदड़

गेट तोड़कर भर्ती स्थल में घुसे युवा, दो घायल, एक हायर सेंटर रेफर

संवाददाता

पिथौरागढ़। पिथौरागढ़ में बुधवार को सेना भर्ती के दौरान 20 हजार से अधिक युवा गेट तोड़कर भर्ती स्थल में घुस गए। भीड़ को नियंत्रित करने के लिए जब लाठियां फटकारी तो भगदड़ मच गई। इस दौरान दो युवक घायल हो गए। इन युवकों को एंबुलेंस से जिला अस्पताल पिथौरागढ़ लाया गया। गंभीर रूप से घायल एक युवक युवराज(17) पुत्र सुभाष निवासी मेहताबनगर बुलंदशहर गंभीर रूप से घायल हो गया। घायल युवक का प्राथमिक उपचार करने के बाद हायर सेंटर रेफर कर दिया गया है। दूसरे घायल युवक मनीष के सिर में टांके लगे। मरहम पट्टी करने के बाद उसे छुट्टी दे दी गई।

भगदड़ के दौरान आर्मी का गेट भी टूट गया, जिसे फायर ब्रिगेड के वाहन से सहारा देकर रोका गया। भगदड़ मचने के दौरान पूरे स्थल पर युवाओं के जूते, फटे बैग बिखरे पड़े नजर आए।

प्रादेशिक सेना में अलग–अलग पदों के लिए सीमांत जिले पिथौरागढ़ में हो रही भर्ती ने कुमाऊं के चार जिलों की परिवहन व्यवस्थाओं को तार–तार कर दिया। मैदान वाले हल्द्वानी तक किसीतरह पहुंचने वाले अभ्यर्थियों को ढाई सौ किमी. दूर पिथौरागढ़ तक पहुंचने के संकट के आगे सारी व्यवस्थाएं फेल हो गईं।

वहीं, जब युवाओं को पिथौरागढ़ तक जाने के लिए वाहन नहीं मिले तो जान तक खतरे में डाल दी। युवाओं ने पिथौरागढ़ जाने वाले ट्रक, टैक्सी और बस किसी को भी नहीं छोड़ा। पीलीभीत चुंगी से पांच किमी दूर बस्तिया तक उनका राज रहा।

प्रादेशिक सेना की भर्ती में शामिल होने पहुंचे युवाओं को रहने के लिए ठिकाना नहीं मिला। होटल, स्कूल, रैन बसेरे पूरी तरह पैक रहे। ऐसे में युवाओं को खेतों में खुले आसमान के नीचे कड़ाके की ठंड में रात बितानी पड़ी। नगर सहित भर्ती स्थल के आसपास मंदिरों में कई युवाओं को रहना पड़ा। पिथौरागढ़ में सेना के देवकटिया मैदान जाजरदेवल में 12 नवंबर से 27 नवंबर तक प्रादेशिक सेना भर्ती चल रही है। भर्ती में शामिल होकर अपने सपने को पूरा करने के लिए देश के विभिन्न राज्यों से 10,000 से भी अधिक युवा पिथौरागढ़ पहुंचे।

अधिकारियों के छूटे पसीने

कानून व्यवस्था संभाले रखने में प्रशासन के अधिकारियों के पसीने छूट गए हैं। पिथौरागढ़ से दिल्ली, देहरादून जाने वाली बसों में यात्रियों को स्थान नहीं मिल पा रहा है। पिथौरागढ़ नगर के स्कूलों में तीन दिन का अवकाश घोषित करना पड़ा है।

छूटे अभ्यर्थी दानापुर, बिहार में होने वाली भर्ती में ले सकेंगे भाग

डीएम विनोद गोस्वामी ने बताया सेना की ओर से यूपी के युवाओं के लिए 26 नवंबर से एक दिसंबर तक दानापुर बिहार में भर्ती रैली आयोजित की जा रही है। यूपी के जो युवा पिथौरागढ़ भर्ती में शामिल नहीं हो पाए वे दानापुर भर्ती रैली में भाग ले सकेंगे। पुलिस–प्रशासन ने इस बाबत वाहन में लाउडस्पीकर से अनाउंस भी किया गया। पिथौरागढ़ में चल रही प्रादेशिक सेना भर्ती में शामिल होने के लिए वाहन न मिलने पर युवाओं ने गहरी नाराजगी जताई। युवा सुबह से ही वाहनों के इंतजार में रोडवेज स्टेशन पर खड़े रहे।

संक्षिप्त समाचार

भारत ने उठाया सुरक्षा परिषद में सुधार का मुद्दा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

वॉशिंगटन। संयुक्त राष्ट्र में भारत के स्थायी प्रतिनिधि पर्वतनेनी हरीश ने संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में सुधार ना होने पर नाराजगी का इजहार किया है। कोलंबिया विश्वविद्यालय में बोलते हुए हरीश ने स्थायी सदस्यों और प्रतिद्वंद्वी देशों के प्रतिरोध की ओर इशारा करते हुए कहा कि कुछ देश यूएनएससी के विस्तार में रोड़ा अटका रहे हैं, इससे ये संगठन आज भी 1945 की स्थिति में ही है।

पाकिस्तान सेना की चौकी पर हमला, 17 सैनिकों की मौत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज

इस्लामाबाद। पाकिस्तान में बुधवार को एक बड़ा आत्मघाती हमला हुआ। आतंकवादियों ने बुधवार को दोपहर 2 बजे के उत्तर–पश्चिम में एक चौकी को निशाना बनाया। आतंकवादियों द्वारा किए गए इस आत्मघाती हमले में 17 सैनिकों की मौत हो गई है। आतंकवादियों ने उत्तरी खैबर पख्तूनख्वा प्रांत में चौकी में विस्फोटकों से लदे वाहन को अंदर घुसा दिया।

एग्जिट पोल के नतीजों ने करा दी बीजेपी गठबंधन की बल्ले

महाराष्ट्र और झारखंड में बन रही भाजपा के नेतृत्व सरकार

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। महाराष्ट्र और झारखंड में विधानसभा चुनाव के लिए मतदान समाप्त हो गया है और अब एग्जिट पोल्स के नतीजे भी आने लगे हैं। महाराष्ट्र में ज्यादातर एग्जिट पोल्स ने भाजपा के नेतृत्व वाले महायुति गठबंधन को टाइट फाइट में बढ़त दिखाई है। वहीं झारखंड में भाजपा अपने दम पर बहुमत की ओर बढ़ रही है।

पीपल्स पल्स, मैट्रिज, पी–मार्क और न्यूज 24–पी मार्क के सर्वे में महायुति की महाराष्ट्र में सरकार बन रही है। पीपल्स पल्स के सर्वे का कहना है कि महाराष्ट्र में भाजपा गठबंधन को 182 सीटें मिल सकती हैं, जबकि कांग्रेस की लीडरशिप वाले महाविकास अघाड़ी को 97 सीटें ही मिलने का अनुमान है। वहीं अन्य के खाते में 9 सीटें जा सकती हैं। अब Matrize के सर्वे की बात करें तो उसने भाजपा गठबंधन को 150 से 170 सीटों का अनुमान जाहिर किया है। इस सर्वे ने एमवीए को 110 से 130 सीटें मिलने की बात कही है। इसके अलावा अन्य के खाते में 10 सीटें रखी गई हैं। इसी तरह पी–मार्क ने भी महायुति को 137 से 157 सीटें मिलने की बात कही है। पी–मार्क के अनुसार महाविकास अघाड़ी को 126 से 146 सीटें हासिल हो सकती है।

इस तरह पी–मार्क ने भाजपा गठबंधन को बढ़त दिखाई है, लेकिन सीटों का आंकड़ा देखें तो टाइट फाइट की स्थिति दिख रही है। अब न्यूज24–चाणक्य की बात करें तो भाजपा गठबंधन को बड़े बहुमत की ओर दिखाया गया है। इस सर्वे में भाजपा को 152–160 सीटें मिलने की भविष्यवाणी है।

झारखंड में भाजपा को स्पष्ट बहुमत

अब झारखंड की बात करें तो यहां भी भाजपा को स्पष्ट बहुमत का ही अनुमान है। डंजतप्रम के सर्वे में भाजपा और आजसू गठबंधन को 42 से 47 सीटें मिल सकती हैं। इसके अलावा कांग्रेस और झामुमो को 25 से 30 सीटें ही मिल सकती हैं। अन्य के खाते में 1 से 4 सीटें जा सकती हैं। पीपल्स पल्स के सर्वे में भी भाजपा को स्पष्ट बहुमत मिल रहा है। यहां भाजपा को 42 से 48 सीटें मिलने का अनुमान है और झामुमो के नेतृत्व वाले गठबंधन को 16 से 23 सीटें मिलने की बात कही गई है।

दांव पर है भाजपा के साथ कांग्रेस की भी विचारधारा

संवाददाता

देहरादून। केदारनाथ विधानसभा सीट पर सुबह आठ बजे से मतदान शुरू हुआ, जोकि शाम छह बजे तक जारी रहा। केदारनाथ विधानसभा उप चुनाव में शाम 5 बजे तक 58.25 प्रतिशत मतदान हो चुका है। मतदाताओं में उत्साह भी नजर आया। कांग्रेस प्रत्याशी मनोज रावत और भाजपा प्रत्याशी आशा नौटियाल ने अपना वोट डाल दिया है। 90875 मतदाता भाजपा, कांग्रेस सहित छह प्रत्याशियों के राजनीतिक जीवन का फैसला किया। इसमें 44919 पुरुष और 45956 महिला मतदाता अपने विधायक का चुनाव किया। मतदान के लिए 173 पोलिंग बूथ बनाए गए थे। केदारनाथ विस में महिला मतदाता हमेशा से निर्णायक रहे हैं। वर्ष 2002 से 2022 तक हुए विस चुनाव में महिला मतदाताओं की संख्या अधिक रही है।

केदारनाथ उपचुनाव सिर्फ एक विस सीट नहीं है। इस सीट पर प्रदेश में सत्तारूढ़ भाजपा की प्रतिष्ठा नहीं विचारधारा भी दांव पर है। वहीं कांग्रेस की चाहत केदारनाथ में जीत के साथ 2027 के लिए एक बड़ा संदेश देने की भी है।

उप चुनाव

■केदारनाथ विस उप चुनाव में शाम 5 बजे तक 58.25 प्रतिशत मतदान

मिथक दोहराएगा या फिर टूट जाएगा

हॉट सीट बनी केदारनाथ विधानसभा में महिला प्रत्याशी की जीत का मिथक भाजपा दोहराएगी या फिर कांग्रेस इसे फिर तोड़ने में कामयाब रहेगी। पिछले करीब तीन महीने से उपचुनाव की तैयारी में जुटे सियासी दलों की तैयारियों और प्रत्याशियों और उनके समर्थकों के लगातार 17 दिन तक किए धुआंधार प्रचार का फल किस दल की झोली में जाएगा, इसका खुलासा 23 नवंबर को मतगणना के बाद हो जाएगा।

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

यूपी उपचुनाव के एग्जिट पोल में बीजेपी को बढ़त

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

■ समाजवादी पार्टी को तीन से पांच सीटें मिलती दिख रही

नई दिल्ली। यूपी उपचुनाव में वोटिंग पूरी होने के बाद एग्जिट पोल भी आने लगे हैं। जी न्यूज आईसीपीएल एग्जिट पोल के अनुसार यूपी की नौ सीटों पर हुए उपचुनाव में भाजपा को बढ़त मिलती दिख रही है।

भाजपा नौ में से चार से छह सीटें जीत सकती है। वहीं समाजवादी पार्टी को तीन से पांच सीटें मिलती दिख रही हैं। हालांकि दोनों ओर से नौ में से नौ सीटें जीतने का दावा किया गया था। अब ऐसी स्थिति नहीं दिख रही है। फिलहाल नौ में से भाजपा के पास पांच और सपा के पास चार सीटें हैं। इस तरह से देखें तो अगर एग्जिट पोल ही रिजल्ट में परिवर्तित होते हैं तो भाजपा को अधिकतम एक सीट का फायदा हो रहा है।

जी न्यूज का दावा है कि उनसे इस बार एआई यानी आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का इस्तेमाल कर एग्जिट पोल किया है। सोशल मीडिया पर लगभग एक लाख पोस्ट और कमेंट के सेंटिमेंट के आधार पर एआई की मदद से उसने सर्वे किया है। इस सर्वे में कई सवाल लोगों से पूछे गए थे।

रूस की नई परमाणु नीति से क्यों सहमी दुनिया?

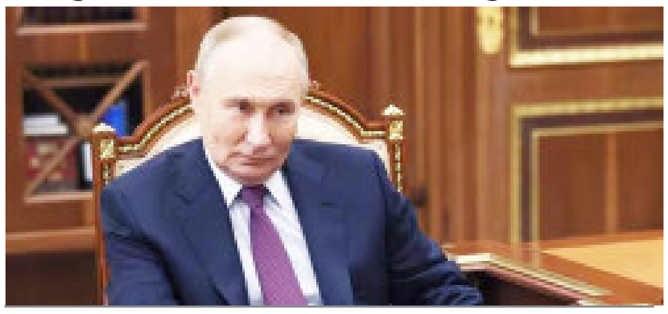
रिपोर्ट

छोटे युद्ध में भी रूस परमाणु हमले की कर रहा है बात

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

मॉस्को। रूसी राष्ट्रपति पुतिन ने देश के परमाणु नीति के एक अपडेट डॉक्यूमेंट को मंजूरी दे दी है। यह डॉक्यूमेंट उन परिस्थितियों को रेखांकित करता है जिनके तहत मॉस्को परमाणु हथियारों का इस्तेमाल कर सकता है। यह रूस की नीति में एक बड़े बदलाव को दिखाता है। इन बदलावों ने वैश्विक सुरक्षा को लेकर नए सिरे से चिंताएं पैदा कर दी हैं, खास तौर से तब जब यूक्रेन का युद्ध बढ़ता जा रहा है। डॉक्यूमेंट में घोषणा की गई है कि किसी भी परमाणु ताकत की ओर से समर्थित देश अगर रूस पर हमला करता है तो इसे उनके देश पर संयुक्त हमला माना जाएगा।

पुतिन की नई परमाणु नीति के मुताबिक रूस पर कोई भी बड़ा हवाई हमला परमाणु प्रतिक्रिया को जन्म दे सकता है। पुतिन ने परमाणु नीति में बदलाव रूस–यूक्रेन युद्ध के 1000वें



दिन पर किया है। साथ ही बदलाव ऐसे समय में किया गया है जब अमेरिकी राष्ट्रपति बाइडन ने यूक्रेन को अमेरिका की सप्लाई की हुई ।ज।ब्डै मिसाइलों के जरिए रूस में हमला करने की इजाजत दी है। मंगलवार को रूस ने यह भी दावा किया कि यूक्रेन ने छह एटीएसीएएमएस मिसाइलों से उसके ब्रांस्क क्षेत्र में हमला किया है।

नई परमाणु नीति के मुताबिक मॉस्को रूस या उसके सहयोगियों के खिलाफ परमाणु और सामूहिक विनाश के अन्य प्रकार के हथियारों के इस्तेमाल के जवाब में न्यूक्लियर हथियार चला सकता है। इसके अलावा उस स्थिति में भी परमाणु हथियार इस्तेमाल हो सकते हैं जहां रूस और बेलारूस के खिलाफ पारंपरिक हथियारों से होने वाले हमले में देश की संप्रभुता और क्षेत्रीय अखंडता को खतरा हो सकता है।

रूस या उसके सहयोगियों के क्षेत्र को निशाना बनाकर बैलिस्टिक मिसाइलों को लॉन्च किए जाने की विश्वसनीय जानकारी मिलने पर न्यूक्लियर हथियार इस्तेमाल किया जा सकता है। परमाणु हथियार या सामूहिक विनाश के अन्य हथियार रूस, उसके सहयोगियों या विदेशों में रूसी सैन्य इकाइयों पर हमले के लिए इस्तेमाल किए जाते हैं। अत्यंत महत्वपूर्ण रूसी सरकार या सैन्य सुविधाओं पर हमला जो रूस की जवाबी परमाणु–हमले की क्षमता को कमजोर कर सकता है। उस स्थिति में भी न्यूक्लियर हथियार इस्तेमाल हो सकते हैं। रणनीतिक और सामरिक विमानों, क्रूज मिसाइलों, ड्रोन, हाइपरसोनिक या अन्य उड़ान वाहनों के टेकऑफ या लॉन्च होने और उनके रूसी सीमा पार करने की जानकारी पर भी परमाणु हमला किया जा सकता है।

रूस का नया परमाणु सिद्धांत यूक्रेन युद्ध में नई अनिश्चितताओं को पैदा करता है। हालांकि इस नए दस्तावेज के बावजूद बाइडन प्रशासन के अधिकारियों ने रूस के परमाणु रुख में तुरंत कोई बदलाव नहीं देखा है। लेकिन नई नीति ने हर तरह के हमले के दौरान प्रतिक्रिया का रास्ता खोल दिया है।

न्यूज डायरी

परमाणु बम बनाने के करीब पहुंचा ईरान, खुफिया रिपोर्ट से दुनिया में मचा तहलका

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वियना। ईरान ने अपने संवर्धित यूरेनियम भंडार को हथियार बनाने के स्तर के करीब तक बढ़ा लिया है। वह अंतरराष्ट्रीय दबाव और मांगों को दरकिनार कर परमाणु हथियार बनाने की दिशा में तेजी से कदम बढ़ा रहा है। संयुक्त राष्ट्र की परमाणु निगरानी एजेंसी की एक गोपनीय रिपोर्ट से यह जानकारी सामने आई। अंतरराष्ट्रीय परमाणु ऊर्जा एजेंसी (आईएईए) की रिपोर्ट के अनुसार, 26 अक्टूबर तक ईरान के पास 60 प्रतिशत तक की शुद्धता का 182.3 किलोग्राम संवर्धित यूरेनियम है। अगस्त में आई पिछली रिपोर्ट के बाद उसके भंडार में 17.6 किलोग्राम की बढ़ोतरी हुई है। वह 60 प्रतिशत शुद्धता का संवर्धित यूरेनियम हथियार बनाने के स्तर 90 प्रतिशत से महज कुछ कदम दूर है। आईएईए ने अपनी रिपोर्ट में 26 अक्टूबर तक ईरान के पास संवर्धित यूरेनियम भंडार 6604 किलोग्राम होने का अनुमान जताया है। यह पिछली रिपोर्ट के बाद इस भंडार में 852.6 किलोग्राम की वृद्धि को दर्शाता है। अंतरराष्ट्रीय परमाणु ऊर्जा एजेंसी (आईएईए) की यह रिपोर्ट ऐसे समय में आई है जब ईरान और इजरायल के बीच तनाव चरम पर है। जानकारी के मुताबिक पिछले सप्ताह आईएईए प्रमुख राफेल मारियानो ग्रॉसी ने ईरान का दौरा किया था। इस दौरान ईरान ने 60 प्रतिशत तक संवर्धित यूरेनियम के अपने भंडार का विस्तार न करने का प्रस्ताव रखा था।

सुनीता विलियम्स और विल्मोर के सामने सेहत के बाद अब नया संकट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वॉशिंगटन। नासा के एस्ट्रोनॉट सुनीता विलियम्स और बुच विल्मोर को अपने अंतरिक्ष यान में खराबी के चलते इंटरनेशनल स्पेस स्टेशन (आईएसएस) में लंबे वक्त तक रहना पड़ रहा है। दोनों करीब पांच महीने से आईएसएस में हैं, ऐसे में कई तरह की चुनौतियां उनके सामने आ रही हैं। अंतरिक्ष यात्री स्पेस में पिज्जा, रोस्ट चिकन, झींगा कॉकटेल और ट्यूना जैसी डिश खाते हैं लेकिन हालिया दिनों में नासा की के स्पेस फूड सिस्टम्स लैबोरेट्री में बने फ्रैश भोजन की आपूर्ति कम हुई है। इससे सुनीता और बुच के सामने खाने का संकट खड़ा हो सकता है। ये इसलिए भी ज्यादा चिंताजनक है क्योंकि विलियम्स के स्वास्थ्य को लेकर भी फिक्र जताई जा रही है। स्टारलाइनर मिशन से जुड़े एक विशेषज्ञ ने न्यू यॉर्क पोस्ट को बताया कि आईएसएस को हर तीन महीने में केवल एक बार ताजे खाने की आपूर्ति मिलती है। हालांकि ताजा भोजन की सीमित मात्रा के बावजूद विशेषज्ञ ने आश्वासन दिया कि विलियम्स और विल्मोर का ध्यान रखा जा रहा है और उनके स्वास्थ्य के बारे में चिंतित नहीं होने की जरूरत नहीं है। उन्होंने कहा, शुरू में ताजा फल मिलते हैं लेकिन तीन महीने में वे खत्म हो जाते हैं और पैक फल या फ्रीज ड्राई हो जाते हैं। नासा के एक कर्मचारी ने हाल ही में कहा था कि सुनीता का वन बहुत कम हो गया है। वह हड्डियों का ढांचा बनती जा रही हैं। इसलिए उनका वन स्थिर करने और उसे बढ़ाने में उनकी मदद करना हमारी प्राथमिकता है।

ईरान की यूनिवर्सिटी में अंडरवियर में घूमने वाली स्टूडेंट पर आया अदालत का फैसला

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) तेहरान। ईरान की एक यूनिवर्सिटी के कैंपस में अपने कपड़े उतारकर चर्चा में आई छात्रा को अदालत ने रिहा कर दिया है। अदालत ने माना है कि उसने बीमारी की हालत में ऐसा किया, इसलिए उस पर मुकदमा नहीं चलाया जाना चाहिए। ईरान की अदालत ने मंगलवार को कहा कि तेहरान की यूनिवर्सिटी में अंडरवियर में घूमने वाली छात्रा के खिलाफ मुकदमा नहीं चलाया जाएगा। न्यायपालिका के प्रवक्ता असगर जहांगीर ने कहा, लड़की को अस्पताल भेजा गया था और डॉक्टरों ने पाया कि वह बीमार थी। यह ध्यान में रखते हुए उसे उसके परिवार को सौंप दिया गया और उसके खिलाफ कोई न्यायिक मामला दर्ज नहीं किया गया है।श अदालत ने उन रिपोर्ट्स को ठीक माना, जिनमें कहा गया है कि छात्रा पारिवारिक समस्याओं के चलते दिमागी तौर पर फिट नहीं थी। उसमें असामान्य व्यवहार के लक्षण उसके करीबी लोगों ने पहले भी देखे थे। इनमें उसके साथी छात्र भी शामिल थे। इस महीने, नवंबर की शुरुआत में छात्रा का एक वीडियो फुटेज वायरल हुआ था। इसमें उसे अंडरवियर में तेहरान की इस्लामिक आजाद विश्वविद्यालय में घूमते देखा गया था।

गाजा को मदद और यूक्रेन युद्ध खत्म करने पर जी–20 का जोर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज रियो डि जेनेरो। दुनिया की 20 प्रमुख अर्थव्यवस्थाओं के नेताओं ने एक संयुक्त घोषणा–पत्र में भुखमरी से लड़ने के लिए एक वैश्विक समझौते, युद्धग्रस्त गाजा के लिए अधिक सहायता और पश्चिम एशिया व यूक्रेन में युद्ध समाप्त करने का आह्वान किया। इस घोषणापत्र में सामान्य बातें अधिक हैं, लेकिन लक्ष्यों को कैसे प्राप्त किया जाए इस बारे में अधिक विवरण नहीं है।

संयुक्त बयान को जी–20 देशों का बड़ी संख्या में समर्थन मिला, लेकिन पूरी तरह सर्वसम्मति नहीं मिली। इसमें अरबपतियों पर ग्लोबल टैक्स लगाने और संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में सुधारों का भी आह्वान किया गया है। सम्मेलन की शुरुआत में विशेषज्ञों ने संदेह जताया था कि अमेरिका के आगामी डोनाल्ड ट्रंप प्रशासन की अनिश्चितता और पश्चिम एशिया व यूक्रेन में युद्धों से प्रभावित सम्मेलन में ब्राजील के राष्ट्रपति लुइज इनासियो लूला डी सिल्वा एकत्रित नेताओं को किसी भी समझौते पर पहुंचने के लिए राजी कर पाएंगे। अर्जेंटीना ने शुरुआती मसौदों की भाषा को चुनौती दी और वह एकमात्र देश था जिसने पूरे दस्तावेज का समर्थन नहीं किया। स्वतंत्र राजनीतिक सलाहकार और ब्राजील के पूर्व मंत्री थामस ट्रामैन ने कहा, एक ऐसा क्षण था जब कोई घोषणा नहीं होने का जोखिम था।

शिक्षा के सभी स्तरों पर लैंगिक समानता हासिल कर ली हैः यूएन में भारत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) बैंकाक। समानता के संवैधानिक सिद्धांत की बात करते हुए भारत ने मंगलवार को बैंकाक में यूएन मिस्टरल कांफ्रेंस आन वेमेन एम्पारमेंट में जारी बयान में कहा कि भारत ने शिक्षा के सभी स्तरों पर लैंगिक समानता हासिल कर ली है। इतना ही नहीं विश्व स्तर पर देखा जाए तो एसटीइएम (साइंस,टेक्नालाजी, इंजीनियरिंग और गणित) विषयों में महिलाओं का अनुपात भारत में सबसे अधिक है। महिलाओं की शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षा और सशक्तीकरण की दिशा में किये गए उपायों के सकारात्मक नतीजों का जिक्र करते हुए यह भी कहा कि गैर पारंपारिक सेक्टरों में महिला कार्यबल बढ़ाने, लैंगिक वेतन अंतर, लैंगिक डिजिटल विभाजन खतम करना प्राथमिकता है। भारत की ओर से महिला एवं बाल विकास मंत्रालय के संयुक्त सचिव प्रीतम बी. यशवंत ने लिंग आधारित भेदभाव खत्म करने और जेंडर एक्वेलिटी की प्रतिबद्धता के बीजिंग घोषणा समीक्षा प्रक्रिया में भारत का कंट्री स्टेटमेंट पेश किया।

भारतीय सांस्कृतिक मूल्यों को अपनाने के लिए दामाद ऋषि सुनक की प्रशंसा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। प्रसिद्ध लेखिका और राज्यसभा सांसद सुधा मूर्ति ने ब्रिटिश के पूर्व पीएम ऋषि सुनक की जमकर तारीफ की है। दरअसल, उन्होंने दीवाली समारोह में ब्रिटिश नागरिक के रूप में भारतीय सांस्कृतिक मूल्यों को अपनाने के लिए दामाद ऋषि सुनक की प्रशंसा की। उन्होंने पूर्व ब्रिटिश प्रधानमंत्री ऋषि सुनक की परवरिश को लेकर भी उनके माता–पिता की तारीफों के पुल बांधे हैं। इस कार्यक्रम में खुद ऋषि सुनक और उनकी पत्नी अक्षता मुर्ति भी मौजूद थीं।

इस कार्यक्रम के दौरान प्रख्यात लेखिका सुधा मूर्ति ने कहा, ष्मैं हमेशा मानती हूं कि जब आप विदेश में होते हैं, तो आपके माता–पिता को दो काम

सांस्कृतिक गतिविधियों को बढ़ावा देने की अपील

करने चाहिएरू एक तो अच्छी शिक्षा, जो आपको बदले में पंख देती है और आप कहीं भी उड़कर बस सकते हैंय दूसरा है बढ़िया संस्कृति, आपकी उत्पत्ति जो भारतीय मूल या जड़ें हैं जो आपको अपने माता–पिता के साथ भारतीय विद्या भवन में मिल सकती हैं।

आगे सुधा मूर्ति ने कहा कि मैं अपनी संबंधी और अच्छी मित्र उषा जी को बधाई देना चाहती हूं, जिन्होंने अपने बेटे पूर्व प्रधानमंत्री ऋषि सुनक को भारतीय संस्कृति से जुड़ने का एक बेहतरीन रास्ता दिया, फलस्वरूप वह एक गौरवान्वित ब्रिटिश नागरिक बने और उनमें अच्छे भारतीय सांस्कृतिक मूल्य स्थापित हुए। सुधा मूर्ति ने ब्रिटिश भारतीय समुदाय के लोगों से भारतीय विद्या भवन यूके की सांस्कृतिक गतिविधियों को बढ़ावा देने की अपील की है। इस दौरान उन्होंने कहा कि सभी अभिभावकों को अपने बच्चों को भारतीय संस्कृति को समझाने के लिए यहां भेजना चाहिए। ऐसा इसलिए क्योंकि जब आप बड़े हो जाते हैं तो अपनी जड़ों में वापस लौटते हैं। भारतीय विद्या भवन उसी कमी को पूरा करता है। इसलिए आपको उन्हें जीवित रखने के लिए हर तरह से मदद करनी चाहिए।

इस कार्यक्रम की शुरुआत वैदिक मंत्रोच्चार के साथ की गई थी। वहीं, इसमें सांस्कृतिक केंद्र की कई उपलब्धियों पर प्रकाश डालने का काम किया गया था।

कनाडा और अमेरिकी खुफिया एजेंसियों के निशाने पर पीएम मोदी!

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) ओटावा। कनाडा ने अपनी जमीन पर खालिस्तानियों पर हमले के मामले में भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र की तरफ उंगली उठाई है। कनाडाई सुरक्षा एजेंसियों का मानना है कि नरेंद्र मोदी को ब्रिटिश कोलंबिया में खालिस्तानी हरदीप सिंह निज्जर की हत्या और इससे जुड़ी दूसरी साजिशों के बारे में पहले से जानकारी थी। कनाडा में भारत के विदेशी हस्तक्षेप अभियानों के खुफिया मूल्यांकन पर काम करने वाले एक वरिष्ठ राष्ट्रीय सुरक्षा अधिकारी ने ये दावा किया है। ग्लोब एंड मेल की रिपोर्ट के मुताबिक, अधिकारी ने कहा कि कनाडाई और अमेरिकी खुफिया ने खालिस्तानी निज्जर हत्या की कार्रवाई का संबंध भारत के गृह मंत्री अमित शाह से जोड़ा है। इस लूप में नरेंद्र मोदी के भरोसेमंद राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार अजीत डोभाल और विदेश मंत्री सुब्रह्मण्यम जयशंकर भी थे।

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

शौचालय विहीन परिवारों को चिन्हित कर लाभार्थियों को दें स्वीकृति पत्र

बैठक

19 नवंबर से 10 दिसंबर तक चलेगा विशेष स्वच्छता अभियान

संवाददाता

चमोली। शौचालय विहीन परिवारों, आंगनबाड़ी केंद्रों, विद्यालयों और स्वास्थ्य केंद्रों में स्वजल से शौचालय का निर्माण कराया जाएगा। यह अभियान 10 दिसंबर मानवाधिकार दिवस तक चलाया जाएगा। विश्व शौचालय दिवस के अवसर पर व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक शौचालयों में विशेष स्वच्छता अभियान संचालित करने को लेकर जिलाधिकारी संदीप तिवारी की अध्यक्षता में बुधवार को बैठक हुई। जिलाधिकारी ने निर्देशित किया कि शौचालय विहीन परिवारों का चिन्हित कर लाभार्थियों को स्वीकृति पत्र दिए जाए। स्कूल, आंगनबाड़ी एवं स्वास्थ्य केंद्रों में शौचालय की कमी का आकलन करते हुए इसका प्रस्ताव तैयार करें। ओडीएफ स्थिति को बनाए रखने में महत्वपूर्ण योगदान देने वाले स्वच्छता कार्यकर्ताओं, ग्राम पंचायतों और ब्लाक कर्मियों को सम्मानित किया जाए। सर्वश्रेष्ठ व्यक्तिगत घरेलू एवं सार्वजनिक शौचालय के चयन हेतु

प्रतियोगिता का आयोजन कर प्रत्येक स्तर पर सम्मानित किया जाए। ऐसे सार्वजनिक शौचालय जो उपयोग में नही है, उनको उपयोगी बनाया जाए।

परियोजना निदेशक आनंद सिंह ने बताया कि विश्व शौचालय दिवस के अवसर पर 19 नवंबर से 10 दिसंबर तक विशेष स्वच्छता अभियान के साथ ब्लाक स्तर से प्रत्येक गांव में शौचालय विहीन परिवारों का चयन करते हुए स्वजल कार्यालय को इसका प्रस्ताव उपलब्ध कराना होगा। जिला पंचायत राज अधिकारी के माध्यम से प्रत्येक ग्राम पंचायत से 02 सर्वश्रेष्ठ व्यक्तिगत घरेलू शौचालय का चयन करते हुए खंड विकास अधिकारी को उपलब्ध कराया जाएगा। सभी ग्राम पंचायतें पर रात्रि चौपाल का आयोजन कर शौचालय के महत्व को बताया जाएगा। खंड विकास अधिकारियों के माध्यम से ब्लॉक स्तर पर 03 सर्वश्रेष्ठ शौचालयों का चयन कर स्वजल कार्यालय को उपलब्ध कराया जाएगा। मुख्य चिकित्सा अधिकारी के माध्यम से सभी पीएचसी, सीएचसी, एएनएम सेंटर में अवस्थित शौचालयों में स्वच्छता एवं जलापूर्ति सुनिश्चित की जाएगी। मुख्य शिक्षा अधिकारी के माध्यम से सभी विद्यालयों में शौचालय के महत्व का प्रचार–प्रसार करने हेतु पोस्टर, स्लोगन, निबंध प्रतियोगिता का आयोजन के साथ ही जहां पर शौचालय की आवश्यकता है उसका प्रस्ताव स्वजल कार्यालय को उपलब्ध कराया जाएगा। जल संस्थान के माध्यम से जल जनित रोगों के संचरण कम करने के लिए जल परीक्षण एवं समस्त शौचालयों में जलापूर्ति सुनिश्चित की जाएगी।

जिला कार्यक्रम अधिकारी के माध्यम से जनपद की समस्त आंगनवाड़ी केंद्रों में शौचालय का प्रावधान सुनिश्चित किया जाएगा। परियोजना निदेशक ने भी खंड विकास अधिकारियों को निर्देशित किया कि 05 दिसंबर से पूर्व व्यक्तिगत घरेलू शौचालय हेतु पात्र लाभार्थियों की सूची एवं प्रत्येक ब्लाक से 03 सर्वश्रेष्ठ व्यक्गित घरेलू शौचालय की सूची मय फोटोग्राफ के साथ निर्धारित प्रारूप पर उपलब्ध कराना सुनिश्चित करें।

न्यूज डायरी

डीएम ने 38वें राष्ट्रीय खेलों की व्यवस्थाएं दुरुस्त करने के निर्देश दिए

संवाददाता हरिद्वार। डीएम कर्मेन्द्र सिंह ने बुधवार को जिला कार्यालय सभागार में बैठक में 38वें राष्ट्रीय खेलों की मेजबानी को भव्य और ऐतिहासिक बनाने के लिए सभी व्यवस्थाएं समय से पूरी करने के निर्देश दिए। कहा कि जनपद में आयोजित होने वाले खेलों के लिए सभी व्यवस्थाएं चाक–चौबंद की जाएं। तैयारियों में किसी भी प्रकार की चूक नहीं होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि रोडवेज तथा रेलवे स्टेशन के आसपास भी सफाई व्यवस्था दुरुस्त रखी जाए। खेल स्थलों एवं स्टेडियम को जोड़ने वाली सड़कों पर भी विशेष ध्यान दिया जाए। खिलाड़ियों के स्टेडियम आवागमन के लिए रूट चार्ट तैयार किया जाए। उन्होंने खेलों के सफल आयोजन के लिए उनकी अध्यक्षता में गठित 11 सदस्यीय सिटी कमेटी की बैठक शीघ्रता से आयोजित कराने के निर्देश दिए।

भरतपुर कौशल महोत्सव में 2,400 से अधिक युवाओं को नौकरी मिली

संवाददाता देहरादून। कौशल विकास और उद्यमशीलता मंत्रालय के तहत राष्ट्रीय कौशल विकास निगम ने आज भरतपुर कौशल महोत्सव के सफल समापन की घोषणा की, जहां 2,400 से अधिक युवाओं को विभिन्न सेक्टरों की दिग्गज कम्पनियों से नौकरी के ऑफर मिले। कौशल विकास और उद्यमशीलता मंत्रालय एवं शिक्षा मंत्रालय के राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) जयन्त चौधरी ने इस कार्यक्रम की अध्यक्षता की, जहां उन्होंने सफल उम्मीदवारों को व्यक्तिगत रूप से जॉब के ऑफर लेटर सौंपे। इस मेगा भर्ती अभियान को कॉर्पोरेट सेक्टर से जबरदस्त रिस्पॉन्स मिला, जिसमें 70 से अधिक उद्योग जगत के लीडरों ने इस पहल में सक्रिय रूप से भाग लिया। चौधरी ने भरतपुर की कौशल विकास योजना को प्रभावी ढंग से लागू करने में सामुदायिक भागीदारी के महत्व पर जोर दिया।

एचएंडएम ने अपनी रिटेल प्रेजेंस का विस्तार किया

संवाददाता देहरादून। एचएंडएम इंडिया, एक इंटरनेशनल फैशन रिटेलर जो टिकाऊ तरीके से सबसे अच्छी कीमत पर स्टाइल और गुणवत्ता के लिए जाना जाता है ने देहरादून में मॉल ऑफ देहरादून, मोहकमपुर में अपने दूसरे स्टोर का उद्घाटन किया है। यह नया स्टोर उत्तराखंड में एचएंडएम की उपस्थिति को मजबूत करता है। यह भारत में इसका 64वां स्थान है, जो देश भर में ग्राहकों के लिए सुलभ, उच्च गुणवत्ता वाले फैशन को लाने के लिए एच एंड एम की प्रतिबद्धता को मजबूत करता है। 1,252 वर्ग मीटर में फैला यह स्टोर सभी उम्र के ग्राहकों को प्रेरित करने के लिए डिजाइन किया गया एक मॉडर्न शॉपिंग अनुभव प्रदान करता है।

कार्यक्रमों और पुरस्कार वितरण के साथ गौचर मेले का हुआ समापन

संवाददाता चमोली। 72वें राजकीय औद्योगिक विकास एवं सांस्कृतिक मेला–2024 बुधवार को रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों और पुरस्कार वितरण के साथ समापन हो गया है। मेले का समापन नेता प्रतिपक्ष के प्रतिनिधि और बदरीनाथ विधायक लखपत बुटोला ने किया।

मेले में जहां मंच पर विभिन्न सांस्कृतिक दलों की ओर से लोकगीत, नृत्य और अन्य प्रस्तुतियां दी गई। वहीं दूसरी ओर जिला खेल विभाग की ओर से फुटबॉल और वॉलीबॉल प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। फुटबॉल प्रतियोगिता का फाइनल मुकाबला राजपुर 11 देहरादून एवं खिर्सू एफसी के बीच खेला गया। जिसमें निर्धारित समय तक दोनों ही टीमों की ओर से 1–1 गोल किया गया। जिसके बाद पेनाल्टी शूटआउट में राजपुर 11 देहरादून ने 4–3 से खिर्सू एफसी को पराजित कर मुकाबला जीता। वहीं वॉलीबाल प्रतियोगिता का अंतिम मुकाबला देवकोट चमोली और ब्रदर्स क्लब गौचर के बीच खेला गया। जिसमें देवकोट की टीम ने ब्रदर्स क्लब को पराजित कर खिताब अपने नाम किया। समापन के मौके पर फुटबॉल की विजेता और उपविजेता टीम को ट्रॉफी के साथ क्रमशः 51 हजार व 41 हजार का नगद पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। साथ ही वॉलीबॉल प्रतियोगिता के विजेता टीमों को ट्रॉफी के साथ ही विजेता टीम को 41 हजार और उपविजेता टीम को 31 हजार का नगद पुरस्कार प्रदान किया गया। मेले में उद्योग विभाग की ओर से स्थानीय उत्पादों के विपणन के लिए 40 स्टॉल लगाए गए थे।

जिला निर्वाचन अधिकारी ने महिला पिंक बूथ का किया निरीक्षण

संवाददाता रुद्रप्रयाग। 07–केदारनाथ विधान सभा उप निर्वाचन की प्रक्रिया शांतिपूर्ण ढंग से शुरू हो गई है। सुव्यवस्थित एवं शांतिपूर्ण मतदान संबंधी व्यवस्थाओं का जिला निर्वाचन अधिकारी सौरभ गहरवार ने विकास खंड अगस्त्यमुनि के राजकीय प्राथमिक विद्यालय चमेली एवं राजकीय बालिका इंटर कॉलेज अगस्त्यमुनि महिला पिंक बूथ का निरीक्षण किया। इस अवसर पर जिला निर्वाचन अधिकारी ने कहा कि उप निर्वाचन के महापर्व को लेकर सभी मतदाताओं से अपने मताधिकार का प्रयोग करने की अपील की गई है। उन्होंने बताया कि विधान सभा के अंतर्गत 04 ऐसे मतदान बूथ तैयार किए गए हैं जिनमें दिव्यांग, महिला बूथ, युवा व यूनिक बूथ शामिल हैं। साथ ही कुछ ऐसे मतदान बूथ हैं जो दूरस्थ स्थान पर हैं उन्हें भी विकसित किया गया है ताकि लोगों को उनका मताधिकार का अनिवार्य रूप से उपयोग करने के लिए जागरूक किया जा सके।

अधिकारियों को अधिक से अधिक लोगों को लाभान्वित करने के निर्देश

संवाददाता

■ सुदूरवर्ती क्षेत्रों में बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन

अल्मोड़ा। शासन की प्राथमिकता के तहत, ग्रामीण क्षेत्रों में जन समस्याओं का समाधान एवं विभिन्न योजनाओं की जानकारी प्रदान करने के उद्देश्य से विकासखंड धौलादेवी के राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय चगेंठी में बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन किया गया।

शिविर का शुभारंभ जागेश्वर विधानसभा के विधायक मोहन सिंह मेहरा, मुख्य विकास अधिकारी दिवेश शाशनी एवं समाज कल्याण अधिकारी अल्मोड़ा आराधना त्रिपाठी द्वारा दीप प्रज्वलित कर किया गया। इस अवसर पर विधायक जागेश्वर मोहन सिंह मेहरा एवं मुख्य विकास अधिकारी दिवेश शाशनी ने शिविर में लगाए गए विभिन्न विभागों के स्टॉल का निरीक्षण किया तथा अधिकारियों को अधिक से अधिक लोगों को लाभान्वित करने के निर्देश दिए। विधायक एवं मुख्य विकास अधिकारी ने कहा कि शासन की योजनाओं का लाभ हर नागरिक तक पहुंचना चाहिए। यह शिविर ग्रामीण क्षेत्रों में योजनाओं के प्रचार–प्रसार एवं लाभार्थियों तक उनका सीधा लाभ पहुंचाने का माध्यम है।

शिविर में शामिल विभाग समाज कल्याण विभाग महिला कल्याण विभाग राजस्व विभाग पेयजल विभाग विद्युत विभाग कृषि विभाग पशुपालन विभाग उद्यान विभाग श्रम विभाग समेत अन्य विभागों ने स्टॉल लगाए। महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास विभाग द्वारा मुख्यमंत्री महालक्ष्मी किट योजना के लाभार्थियों को किट वितरित की गई। इसके अतिरिक्त, मुख्य विकास अधिकारी ने विद्यालय के छात्र–छात्राओं और उपस्थित आमजन को नशा मुक्त भारत के लिए शपथ दिलाई। शिविर में स्वास्थ्य सेवाओं, पेंशन योजनाओं, प्रमाण पत्र जारी करने, स्वरोजगार योजनाओं, कृषि एवं उद्यान संबंधी जानकारियां और अन्य योजनाओं के आवेदन लिए गए।

इस दौरान उप जिलाधिकारी भनौली नंदन सिंह नगन्याल, समाजकल्याण अधिकारी आराधना त्रिपाठी, जिला कार्यक्रम अधिकारी पीताम्बर प्रसाद समेत अन्य अधिकारी एवं स्थानीय जनता उपस्थित रही।

ज्वालापुर स्थित वार्ड 36 में लोगों ने ली आप की सदस्यता

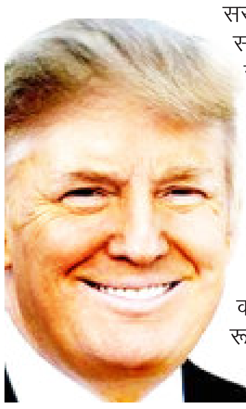
संवाददाता हरिद्वार। आम आदमी पार्टी ने ज्वालापुर के वार्ड 36 में नगर निकाय चुनाव की तैयारियों को लेकर एक बैठक की। बैठक वार्ड से आप के संभावित पार्षद प्रत्याशी आरिफ पीर के नेतृत्व में हुई। इस दौरान कई लोगों ने आप की सदस्यता भी ली। इस अवसर पर जिलाध्यक्ष संजय सैनी ने कहा कि इस वार्ड में लगातार मोहल्ला रिपेयर कैंप के माध्यम से कार्य करवाए जा रहे हैं। इससे इस वार्ड की जनता काफी प्रभावित हैं। इस दौरान सुल्ताना पीर, खुशनुदा, जुनैद, सादिक, साजिद, जाकिर हुसैन रशीदा, नूरजहां, फुरकान, रिहाना, सहरा बनो, शाहिना बानो, इमराना, रुखसाना बेगम, रोशन, रुखतार, शाइस्ता, रोना खान, चांद उस्मानी, परवीन, रिहाना, नसीम, रोशन जहां, शाहिस्ता, जरीना, आयशा आदि के पार्टी में शामिल होने का दावा किया गया।

भारत की अहमियत

ट्रंप के पहले कार्यकाल के दौरान चीन के साथ ट्रेड वॉर की पृष्ठभूमि में देखें तो यह संभावना निराधार नहीं है कि हिंद–प्रशांत में चीन की बढ़ी हुई आक्रामकता पर उनका रुख बाइडन सरकार के मुकाबले और कड़ा हो सकता है।

अनुज श्रीवास्तव।।

भारत और अमेरिका के आपसी रिश्ते अब उस अवस्था में नहीं रह गए हैं कि उन्हें किसी खास पार्टी या नेता की अगुआई वाली सरकार की दरकार हो। लेकिन इसके बावजूद अगर अमेरिका में डॉनल्ड ट्रंप का फिर से राष्ट्रपति चुना जाना द्विपक्षीय रिश्तों के लिहाज से एक उत्साहपूर्ण घटना मानी जा रही है, तो यह बेवजह नहीं है। दोनों देशों के रिश्तों के कई ऐसे पहलू हैं जहां वाइट हाउस में ट्रंप की मौजूदगी का प्रत्यक्ष प्रभाव पड़ने की उम्मीद की जा रही है। जब से यूक्रेन युद्ध शुरू हुआ है, भारत ने यह स्पष्ट नीति रखी है कि वह युद्ध के खिलाफ है, लेकिन रूस से अपनी पुरानी मित्रता पर कोई समझौता नहीं करने वाला। मोटे तौर पर सभी पक्षों ने भारत के इस रुख को स्वीकार भी किया है, लेकिन फिर भी बाइडन सरकार ने इस पर अपनी नाखुशी जताने का कोई मौका हाथ से जाने नहीं दिया। अब ट्रंप के आने के बाद इस मोर्चे पर राहत की उम्मीद कई वजहों से है। अव्वल तो खुद ट्रंप कह चुके हैं कि वह रूसी राष्ट्रपति पूतिन को पसंद करते हैं। दूसरी बात यूक्रेन युद्ध पर उनका घोषित रुख भी बाइडन से अलग रहा है।



ट्रंप के पहले कार्यकाल के दौरान चीन के साथ ट्रेड वॉर की पृष्ठभूमि में देखें तो यह संभावना निराधार नहीं है कि हिंद–प्रशांत में चीन की बढ़ी हुई आक्रामकता पर उनका रुख बाइडन सरकार के मुकाबले और कड़ा हो सकता है। दूसरे शब्दों में, उनकी नजर में भारत की अहमियत और ज्यादा होगी। हालांकि इसका नतीजा क्वॉड जैसे मंचों को सामरिक रूप देने पर जोर के रूप में भी आ सकता है, जिससे भारत इनकार करता रहा है।

चीन के प्रति ट्रंप के संभावित कड़े रुख के साइड इफेक्ट के रूप में भारत को बेहतर मौके मिलें तो यह कोई आश्चर्य की बात नहीं होगी। चीन से मुंह मोड़ने वाली कई कंपनियां भारत को विकल्प के रूप देख सकती हैं। वैसे भी ट्रंप के अगले कार्यकाल में अमेरिका और भारत के बीच रक्षा सहयोग बढ़ने की उम्मीद की जा रही है।

तमाम उम्मीदों के बीच ट्रंप के इस कार्यकाल को लेकर कुछ ठोस आशंकाएं भी हैं। सबसे बड़ा सवाल प्रवासियों पर उनके रुख को लेकर है। देखने वाली बात यह होगी कि उनकी सरकार अवैध प्रवासियों को ही निशाना बनाती है या वैध तौर पर आने वाले हाई स्किल्ड प्रफेशनल्स की राह को भी मुश्किल बनाती है।

बहरहाल, सबसे बड़ी बात यह है कि डॉनल्ड ट्रंप, पीएम मोदी और भारत को लेकर दोस्ती का भाव रखते हैं और नजरिया पॉजिटिव हो तो रिश्तों के दरम्यान आने वाले छोटी–मोटी बाधाएं यूं ही दूर होती रहती हैं।

अमन का एक्सीडेंट

धर्म-दर्शन

अशोक वोहरा। अमन के जिंदगी इसी तरह से बिल्कुल भी अच्छी तरह से चल रहे थे लेकिन उसकी जिंदगी में एक नया मोड़ आता है। एक दिन की बात है अमन का दोस्त अमन के घर में आता है और सुधा से कहता है कि भाभी भाभी अमन का एक्सीडेंट हो गया है। उसकी तबीयत भी बहुत खराब है बहुत ज्यादा चोट आई है फोन बहुत ज्यादा निकल रही है। मैंने उसे हॉस्पिटल में एडमिट करा दिया है अच्छा होगा कि आप लोग जाकर उससे मिलने है। सुधा और उसकी बेटी सुनीता जब वह अपने पापा से ले ले जाती है तो वह देखती है कि उसके पापा की तबीयत बहुत ज्यादा खराब है। सुधारो अपनी बेटी को देखकर अमन कहता है कि मेरी हालत बहुत ज्यादा खराब है मुझे नहीं लगता कि मैं जाना दिन जिंदा रह पाऊंगा।

...शेष कल

संपादकीय

पवार से आस

आघाड़ी में शरद पवार सबसे अनुभवी, परिपक्व और शानदार रणनीतिकार हैं। वह अपने बलबूते 60 से अधिक सीटें पा सकते हैं। लेकिन, केवल उनके बल पर महाविकास आघाड़ी सत्ता के करीब कितना पहुंच सकती है, यह सवाल है। छब्ब में फूट पड़ी, तब 41 विधायक अजित पवार अपने साथ ले गए। केवल 12 विधायक ही शरद पवार के साथ बचे थे। उन्होंने फिर से पार्टी संगठित की है। लोकसभा में अजित के मुकाबले उन्हें बहुत अधिक सफलता मिली। इससे अजित गुट के कई लोग अब फिर से शरद पवार के रास्ते पर हैं। उनके पुणे स्थित 'मोदीबाग' बंगले में नेताओं का आना–जाना बढ़ गया है। पाला बदलने के इच्छुक लोगों में अजित गुट, बीजेपी और कांग्रेस के कई नेताओं के भी नाम हैं। शिवसेना में फूट के बाद ठाकरे सेना में आई मायूसी अब दूर हो चुकी है। पिछले लोकसभा चुनाव में उसने शिंदे सेना से दो सीटें अधिक जीती हैं। उद्धव खुद महाविकास आघाड़ी की तरफ से सीएम पद का चेहरा बनना चाहते हैं, लेकिन कांग्रेस और शरद पवार ने उनकी मांग ठुकरा दी है। मुंबई, ठाणे, कोंकण में उद्धव सेना का दबदबा है।

मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे की शिवसेना को सत्ता में होने का लाभ मिलेगा। वह लगभग 70 सीटों पर लड़ सकती है। मंत्रिमंडल की पिछली दो-तीन बैठकों में शिंदे ने जिस गति से फैसले लिए, उससे उनकी छवि चमक चुकी है।

अस्तित्व की लड़ाई

गंगाधर ढोबले।।

महाराष्ट्र में चुनाव की घोषणा के साथ ही राजनीतिक हलचल और तेज हो चुकी है। छोटे–मोटे कोई 16 दल मैदान में हैं। इनमें से 6 प्रमुख दल दो गठबंधनों में बंटे हैं, जबकि बाकी 10 छोटे दलों का अपना अलग गठबंधन है। इसे तीसरी आघाड़ी कहा जाता है। इसमें से 7 तो दो बड़े गठबंधनों के साथ हो गए हैं, जबकि बचे 3 ने अपना अलग कुनबा बनाया है, जिसे परिवर्तन महाशक्ति आघाड़ी नाम दिया गया है। चौथा कुनबा भी है, जिसका नाम है वंचित आघाड़ी। भीमराव आंबेडकर के पोते प्रकाश इसके नेता हैं। उन्होंने ।प्डप्ड के ओवैसी के साथ हाथ मिलाया है। राज ठाकरे की महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना, महायुति की ओर झुकती नजर आ रही है।

इनमें से प्रमुख दो ही गठबंधन हैं, महायुति और महाविकास आघाड़ी। महायुति का नेतृत्व ठश्रच के पास है, जबकि महाविकास आघाड़ी में कांग्रेस सबसे बड़ा दल है। विभाजित शिवसेना और छब्ब के गुट इनके घटक दल हैं। इन दलों और उनके नेताओं के लिए यह चुनाव अस्तित्व की लड़ाई है। असली शिवसेना किसकी है, मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे की या उद्धव ठाकरे की, या असली छब्ब अजित पवार की या शरद पवार की, यह भी साबित होना है। बीजेपी के देवेंद्र फडणवीस और कांग्रेस के नाना पटोले के समक्ष भी अपने को साबित करने की चुनौती है। तीसरी या चौथी आघाड़ी के समक्ष कोई चुनौती नहीं, उन्हें तो हाजिरी लगाने के लिए चुनाव लड़ना है। कुल वोटिंग में उन्हें एक से 1.5: वोट ही मिलते रहे हैं।

बीजेपी के कोटे में लगभग 150 सीटें आ सकती हैं। पार्टी ने शत प्रतिशत जीत का लक्ष्य रखा है। इसका मतलब कि इस चुनाव में अधिकाधिक सीटें जीतना और 2029 में अपने बलबूते सरकार बनाने का लक्ष्य। इससे शिवसेना का शिंदे गुट और एनसीपी का अजित पवार गुट चौकन्ना हो गया है। बीजेपी के लिए भी ये दोनों गुट बोझ बनते लग रहे हैं। अजित पवार को लेकर संघ के लोग पहले से नाराज हैं। हरियाणा में बीजेपी–संघ के विशाल नेटवर्क ने हारती हुई बाजी पलट दी थी। वोटर्स तक सीधी पहुंच के लिए ऐसा ही नेटवर्क महाराष्ट्र में भी तैयार है। संघ ने अपने एक वरिष्ठ अधिकारी अतुल लिमये को जिम्मेदारी सौंपी है। अंचल से लेकर जिला, शहर और ग्राम स्तर तक उनकी बैठकें जारी हैं।

मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे की शिवसेना को सत्ता में होने का लाभ मिलेगा। वह लगभग 70 सीटों पर लड़ सकती है। मंत्रिमंडल की पिछली दो–तीन बैठकों में शिंदे ने जिस गति से फैसले लिए, उससे उनकी छवि चमक चुकी है। अंतिम बैठक में 10 मिनट में ही अजित पवार के उठकर चले जाने से साफ हो गया है कि उनकी कम चलती है। इस बैठक में 150 मिनट में रेवड़ियां बांटने वाले 50 से अधिक फैसलों से लोग चौंक गए। लाड़की बहीण (लाडली बहना) योजना, छोटे किसानों को मुफ्त बिजली, साल में तीन मुफ्त रसोई सिलिंडर, युवकों को अप्रेंटिस सहायता, लड़कियों को छात्रवृत्ति, मुंबई के पांच टोल नाकों पर टोल छूट वगैरह ऐसी रेवड़ियां हैं, जिन पर राज्य का सालाना कोई एक लाख करोड़ रुपये खर्च होगा।

सूडोकु नवताल- 5360

★★★★☆ कठिन

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

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

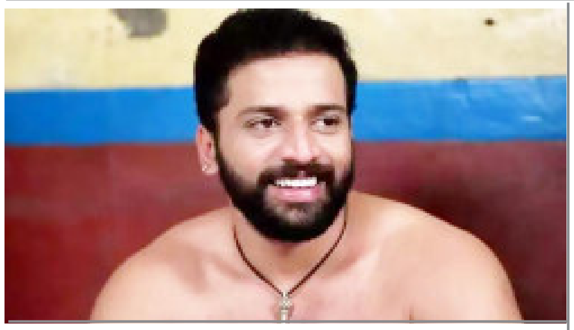
सूडोकु नवताल -5359 का हल

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

अपना ब्लॉग

हरियाणा का सबक

मोहन। लोकसभा चुनाव में महाराष्ट्र में कांग्रेस ने सर्वाधिक 13 सीटें जीती थीं। लेकिन सारा जोश और आत्मविश्वास हरियाणा में हार के साथ धुल गया। पार्टी को घटक दलों के साथ अधिक तालमेल से पेश आना होगा। गुटबाजी से बचना होगा। उसे शरद पवार जैसे परिपक्व दिग्गज के साथ मिलकर दांव–पेच बनाने होंगे। सही उम्मीदवारों का चयन मुख्य मुद्दा होगा। अजित पवार की बगावत से मतदाता खुश नहीं दिखते। संघ ने लोकसभा चुनाव में हार का ठीकरा अजित पवार पर फोड़ा है। महायुति में अब उनका दम घुट रहा है, लेकिन शरद पवार ने उनकी वापसी की राह बंद कर दी है। वह अपने गुट के लिए 55–60 सीटें मांग रहे हैं। इससे कम सीटें मिलीं तो पार्टी में ही फूट पड़ जाएगी। अजित खुद बारामती या शिरूर या अन्य किसी सुरक्षित सीट से लड़ सकते हैं। अजित के लिए अपना वजूद बनाए रखने का यही एक अवसर है। वहां शिंदे सेना के साथ उनकी सीधी टक्कर हो सकती है। उद्धव का स्वास्थ्य और कार्यकर्ताओं व नेताओं के साथ मेल–मिलाप की कमी उनका कमजोर पक्ष है।



डायरेक्टर पर गोली चलाने के आरोप में टीवी एक्टर थंडव राम हुए अरेस्ट

टीवी एक्टर तंदस्वरा जो इंडस्ट्री में थंडव राम के नाम से मशहूर हैं, उन्हें अरेस्ट कर लिया गया है। खबर है कि उन्होंने फिल्म डायरेक्टर भरत नवुंदा पर एक फिल्म को लेकर हुए विवाद के बाद कथित तौर पर गोली चला दी, जिसका काम फिलहाल बंद है। डायरेक्टर पर फायर के आरोप में उन्हें अरेस्ट कर लिया गया है। खबर है कि ये घटना सोमवार को बेंगलुरु में एक प्रड्यूसर के ऑफिस में हुई। एक्टर के खिलाफ भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस) की धारा 109 के तहत मामला दर्ज किया गया है, जो हत्या के प्रयास के अपराध से जुड़ा है। थंडव राम, जिन्होंने जोड़ी हक्की और भूमिगे बंधा भगवंता जैसे टेलिविजन शो में अहम भूमिकाएं निभाई हैं, उन्होंने कथित तौर पर मुगिलपेटे के डायरेक्टर नवुंदा को 6 लाख रुपये का भुगतान किया था। रिपोर्ट के मुताबिक, उन्होंने ये रकम कन्नड़–तेलुगु नाटक देवानामप्रिया में निवेश किया था, जिसमें वह मुख्य भूमिका निभाने वाले थे। फिल्म की शूटिंग दो साल से चल रही थी, लेकिन हाल ही में इसे रोक दिया गया, जिसके बाद तांडव राम ने नवुंदा से अपने पैसे मांगे। चर्चा हैं कि दोनों के बीच बहस के दौरान कथित तौर पर तांडव राम ने अपनी लाइसेंसी बंदूक से भरत पर गोली चला दी। हालांकि, अच्छी बात ये है कि गोली चूक गई और दीवार पर जा लगी।

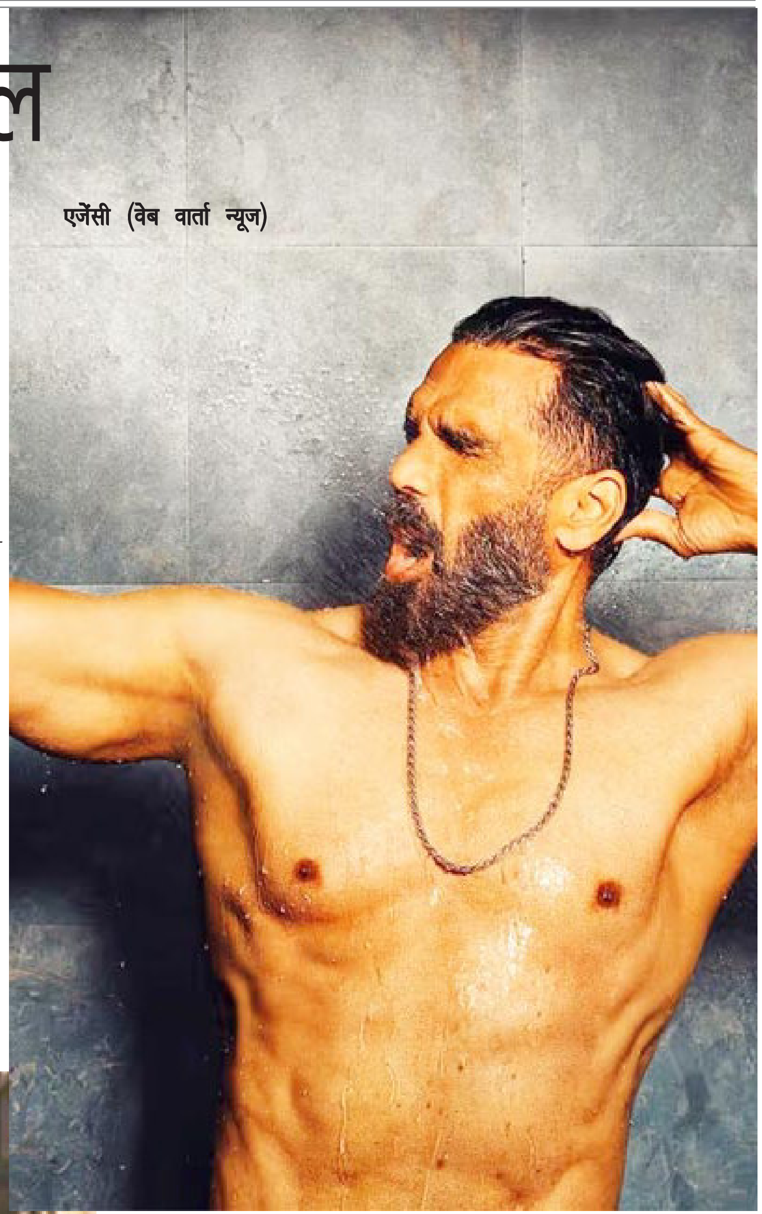
ऑल वी इमेजिन एज लाइट ने पीटा था डंका, नहीं मिल रहा ओटीटी प्लेटफॉर्म

फिल्ममेकर हंसल मेहता ने भारत में इंडिपेंडेंट सिनेमा के हालात को लेकर अपनी निराशा जाहिर की है। उन्होंने कहा है कि जिस दुनिया के सबसे बड़े फिल्म फेस्टिवल में से एक कान फिल्म फेस्टिवल में ग्रैंड प्रिक्स पुरस्कार जीतने वाली इस फिल्म ऑल वी इमेजिन एज लाइट को किसी भी मुख्य ओटीटी प्लेटफॉर्म पर जगह पाने के लिए जद्दोजहद करना पड़ रहा है। हंसल मेहता को जब ये पता लगा कि ऑल वी इमेजिन एज लाइट को कोई भी ओटीटी प्लेटफॉर्म नहीं खरीद रहा है तो उन्होंने एक पोस्ट शेयर किया। सोमवार को एक्स (पहले ट्विटर) पर हंसल ने द न्यू यॉर्कर के एक ट्वीट पर रिएक्शन दिया, जिसमें पायल कपाड़िया की फिल्म को साल की सबसे बेहतरीन फिल्मों में से एक कहा गया था। हंसल ने ट्वीट करते हुए कहा, श्और जो मैंने सुना है कि ये एक ऐसी फिल्म है जिसे कोई भी ओटीटी प्लेटफॉर्म नहीं खरीद रहा है। भारत में इंडिपेंडेंट फिल्में बनाने की कठोर सच्चाई। यह शानदार ऑल वी इमेजिन ऐज लाइट के लिए कोई देश नहीं है। उम्मीद है कि मैं गलत साबित होऊंगा।

मुनमुन सेन के पति और रिया–राइमा के पिता भरत देव का 83 की उम्र में निधन

एक्ट्रेस मुनमुन सेन के पति भरत देव बर्मन का 19 नवंबर को निधन हो गया। रिपोर्ट्स के मुताबिक, त्रिपुरा के शाही परिवार से ताल्लुक रखने वाले रिया और राइमा के पिता ने 83 की उम्र में कोलकाता के आवास पर अंतिम सांस ली है। तबीयत खराब होने के कारण ढकुरिया के एक प्राइवेट अस्पताल से एम्बुलेंस बुलाई गई थी। लेकिन दुर्भाग्यवश अस्पताल पहुंचने से पहले ही उन्होंने रास्ते में दम तोड़ दिया। उनके जाने से परिवार सदमे में है। हर कोई उनकी आत्मा की शांति की दुआ कर रहा है। मुनमुन सेन के पति भरत देव बर्मन त्रिपुरा के शाही परिवार के एक अहम सदस्य थे। उनकी मां इला देवी कूच बिहार की राजकुमारी और जयपुर की महारानी गायत्री देवी की बड़ी बहन थीं। भरत की दादी इंदिरा वडोदरा के महाराजा सेरजी राव गायकवाड़ तृतीय की इकलौती बेटी थीं। उन्होंने अभिनेत्री मुनमुन सेन से शादी की और अभिनेत्रियों राइमा सेन और रिया सेन के पिता हैं। मुनमुन सेन ने शादी और मां बनने के बाद अपने अभिनय करियर की शुरुआत की थी। उन्होंने श100 डेजश और शसिरिवेनेलाश सहित कई भाषाओं की फिल्मों के जरिए पॉप्युलैरिटी हासिल की थी और अपने पूरे करियर में 60 से ज्यादा फिल्मों और 40 टेलीविजन शोज में काम किया था।

64 साल के सुनील शेट्टी ने पानी में लगाई आग



एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

आजकल आपने वो लाइन जरूर सुनी होगी, जिसमें लोग कहते हैं कि उम्र तो सिर्फ नंबर है। इसका ताजा उदाहरण सुनील शेट्टी हैं। जिन्होंने इस लाइन को बिना कहे, साबित कर दिया है कि वाकई एज इज जस्ट अ नंबर। एक्टर ने इंस्टाग्राम पर अपनी दो लेटेस्ट तस्वीरें शेयर की हैं, जिसमें वह अपनी बॉडी फ्लॉन्ट कर रहे हैं। उनका शर्टलेस अवतार देख हर कोई उनकी तारीफ कर रहा है। इस उम्र में भी खुद को इतना मेनटेन रखने के लिए वाहवाही कर रहा है।

एब्स देख दंग हुए फैंस

एक्टर के दो बच्चे हैं। बेटी अथिया की शादी हो चुकी है और अब वह नाना भी बनने जा रहे हैं। वहीं, बेटा अहान भी बड़ा है। बस अभी कुंवारा है। मगर पिता होने के बावजूद, सुनील शेट्टी उनके बड़े भाई लगते हैं। 64 की उम्र में श्हेरा फेरीश के श्याम का ये अवतार देखकर हर कोई उनका दीवाना हो रहा है। लंबी–चौड़ी कद काठी को उन्होंने बूढ़ा नहीं होने दिया। उनके आगे तो अब रणवीर–ऋतिक भी फीके पड़ गए हैं।

सुनील शेट्टी का शर्टलेस अवतार

पहली तस्वीरें में सुनील शेट्टी शावर के नीचे नहा रहे हैं। उनके सिर पर से पानी नीचे आ रहा है और वह दोनों हाथों से बाल

को पीछे कर रहे हैं। वहीं, दूसरी तस्वीर में वह हैंड शावर से अपने ऊपर पानी डाल रहे हैं और पोज दे रहे हैं। इसमें उनके एब्स भी दिखाई दे रहे हैं, जिसे देखकर यकीन नहीं हो रहा कि वह 64 के हैं। कैप्शन में लिखा, अपने उम्र के मिथक को धो दीजिए।

सुनील शेट्टी की फैंस ने की

सुनील शेट्टी की फोटो देख हेयरस्टाइलिस्ट आलिम खान ने लिखा, पानी में आग। एक्टर के फैनपेज से लिखा गया, मैं तब भी जवान खा। मैं अब भी जवान हूं। एक यूजर ने लिखा, इस उम्र में ऐसी फिटनेस। एक ने लिखा, मैं आपकी फिटनेस को शब्दों में बयां नहीं कर सकता। एक्टर बख्तियार ने लिखा, अन्ना हम पर रहम करो। नील नितिन मुकेश ने लिखा, अलग ही लेवल की प्रेरणा है ये तो। भगवान भला करे आपका।

परिणीति और राघव ने प्रदूषण के बीच साइकिल से किया सैर–सपाटा

परिणीति चोपड़ा और राघव चड्ढा दिल्ली में साइकिल चलाते देखे गए। दिल्ली में इस समय प्रदूषण का स्तर काफी खराब है। बावजूद इसके दोनों ने साइकिल चलाते समय मास्क भी नहीं पहना था। यह देखकर लोग हैरान हैं और सोशल मीडिया पर उनकी वीडियो पर प्रतिक्रिया दे रहे हैं।

एक्ट्रेस परिणीति चोपड़ा ने पिछले साल सितंबर, 2023 में आम आदमी पार्टी के नेता राघव चड्ढा से शादी की थी और अब इस बात को सालभर से ज्यादा का समय हो रहा है। इन्हें अक्सर साथ देखा जाता है। सोशल मीडिया पर भी ये एक–दूसरे पर प्यार लुटाते हैं। अब ये दोनों दिल्ली की सड़कों पर साइकिल चलाते दिखाई दिए हैं। वो भी तब, जब प्रदूषण का स्तर एकदम खराब है। ऐसे में लोग इनके इस वीडियो पर चुटकी ले रहे हैं।

ये देख हर कोई हैरान

परिणीति चोपड़ा और राघव चड्ढा ने का वीडियो विरल भयानी ने शेयर किया है, जहां दोनों काले रंग के आउटफिट में राष्ट्रपति भवन के सामने से साइकिल चलाते दिखाई दे रहे हैं। इस दौरान दोनों ने मास्क भी नहीं लगाया है। ताजी हवा के चक्कर में ये प्रदूषण के बीच यूं दिखाई दिए हैं, मानो कुछ हुआ ही नहीं है। अब ये देख हर कोई हैरान है। वीडियो मंगलवार की सुबह का बताया जा रहा है।

परिणीति चोपड़ा और राघव चड्ढा ने चलाई साइकिल

कभी विदेश तो कभी मुंबई में रहने के बाद परिणीति अभी अपने ससुराल में पति के साथ वक्त गुजार रही हैं। उनका ये साइकलिंग वाला वीडियो देखकर एक यूजर ने लिखा, 700 एक्यूआई में बाहर ऐसे घूम रहे हैं। ये दोनों महान हैं। एक ने लिखा, जब एक आम आदमी इतने ज्यादा एक्यूआई में भी दिल्ली में अपनी बीवी के साथ साइकिल चला सकता है तो आप क्यों नहीं? एक ने कहा, इनको प्रदूषण में ही याद आया।श एक ने लिखा, ये सांस कैसे ले रहे हैं? एक ने पूछा, इनके कपड़े प्रदूषण से काले हो गए क्या?

परिणीति चोपड़ा को मां से मिला था तोहफा

परिणीति चोपड़ा की मां रीना चोपड़ा ने उन्हें शादी की सालगिरह पर हाथ से बनाई हुई एक पेंटिंग दी थी, जिसमें एक्ट्रेस और राघव ने एक–दूसरे का हाथ थामा था। औ वह फोटो सगाई के दौरान की थी। इसे एक्ट्रेस ने इंस्टाग्राम पर शेयर किया था। और राघव चड्ढा ने रिएक्ट किया था और सासू–मां के हुनर की तारीफ की थी।

लगातार 40 दिन पका केला खाते ही दूर होंगी समस्या

वजन बढ़ाने के लिए नाश्ते में ऐसे खाएं केला
एक से दो पके हुए केले में थोड़ा सा देसी घी और थोड़ी सी धागे वाली मिश्री मिलाकर रोजाना सुबह नाश्ते के समय खाना शुरू करें तो अगले 40–45 दिन में आपका वजन बढ़ने लगेगा। अत्यधिक वजन की तरह जरूरत से कम वजन होना भी नुकसानदायक है। इसकी वजह से कमजोरी, सांस फूलना व चक्कर आने जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

शरीर की कमजोरी दूर करने के लिए केला खाना फायदेमंद है। इसकी मदद से आप 3 समस्याओं को दूर कर सकते हैं। इन फायदों के बारे में आयुर्वेदिक डॉक्टर ने जानकारी दी है। मगर आपको केले को कुछ चीजों के साथ उपयोग करना है, आइए इसके बारे में जानते हैं।

केला एक सुपरफूड है, जिसमें पूरे शरीर के लिए फायदेमंद न्यूट्रिएंट्स होते हैं। यह फल ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने में मदद करता है, जो कि दिल को हेल्दी रखने के लिए आवश्यक है। कई एक्सपर्ट्स मानते हैं कि केला खाकर आपका मूड बेहतर रहता है और मेंटल हेल्थ में सुधार होता है।

लेकिन आप केला खाने के 3 लाभ के बारे में नहीं जानते होंगे। आयुर्वेदिक डॉ. रोबिन शर्मा ने बताया कि अगर 40–45 दिन तक लगातार पका हुआ केला खाने से 3 समस्याएं दूर हो जाती हैं। यह कमजोरी का बढ़िया उपाय है। आइए इन फायदों के बारे में जानते हैं।

छाले और दस्त की समस्या
डॉक्टर ने बताया कि अगर आपको मुंह में बार–बार छाले होना या बार–बार दस्त लगने की समस्या है तो उसका भी उपाय किया जा सकता है। इसके लिए दही के अंदर केला मिलाकर खाएं। आपको पहले या दूसरे दिन में ही केला खाने का फायदा दिखने लगेगा।

व्हाइट डिस्चार्ज में फायदेमंद
जिन महिलाओं को कमजोरी की वजह से ल्यूकोरिया हो रहा है तो वो रोजाना एक से दो पके हुए केले के अंदर ६ ागे वाली मिश्री का पाउडर छिड़कर खाएं। इसके सेवन से कमजोरी और ल्यूकोरिया दोनों में लाभ मिलता है। ल्यूकोरिया की वजह से महिलाओं को व्हाइट डिस्चार्ज की समस्या होने लगती है।

किस लेवल पर हेल्दी इंसान के फेफड़े भी हो सकते हैं खराब?

एक्यूआई को अलग–अलग लेवल पर बांटा गया है। जिसके साइड इफेक्ट भी अलग–अलग होते हैं। कुछ लोगों के लिए एक्यूआई का एक लेवल ज्यादा होना भी हानिकारक है। इसलिए यह जानना जरूरी है कि घर के अंदर का एक्यूआई कैसे चेक किया जा सकता है और उसके लिए क्या उपाय कर सकते हैं। साथ ही एक्यूआई के हर लेवल के कौन से खतरे होते हैं? जब हवा पीएम10, पीएम2.5, कार्बन डाइऑक्साइड, सल्फर आदि प्रदूषित पदार्थ हद से ज्यादा हो जाते हैं तो उसे खराब एक्यूआई माना जाता है। इन प्रदूषित पदार्थों की हवा में मौजूदगी का पता करने के लिए एक पोर्टेबल एयर क्वालिटी मॉनिटर आता है। जिसका उपयोग करके आप घर के अंदर का एक्यूआई पता कर सकते हैं। एक्यूआई के 6 लेवल होते हैं, जिसमें से 0–50 के बीच एक्यूआई नॉर्मल माना जाता है। इसके बाद 51–100 के बीच ठीक ठाक, 101–200 के बीच प्रदूषित, 201 से 300 के बीच खराब, 301 से 400 के बीच बहुत खराब और 401 से 500 या उससे ऊपर जानलेवा माना जाता है। 301 से 400 एक्यूआई में लंबे समय तक सांस लेने वालों को रेस्पिरेटरी बीमारी हो सकती है। फेफड़ों और दिल के मरीजों को ये दिक्कत काफी गंभीर हो सकती है। 401 से 500 के बीच एक्यूआई में हेल्दी लोगों का रेस्पिरेटरी सिस्टम भी खराब हो सकता है।

40 की उम्र में दिखना है 20 जैसा तो एक अंग को रखें हेल्दी

हर कोई चाहता है कि वो ज्यादा समय तक जवान दिखता रहे। लेकिन अनहेल्दी डाइट और लाइफस्टाइल के कारण जवानी में ही बुढ़ापे जैसा महसूस होने लगता है। इस समस्या से बचने के लिए एक्सपर्ट्स ने कुछ काम बताए हैं जिससे जवानी जैसा स्वास्थ्य रखा जा सकता है। न्यूट्रिशनिस्ट श्वेता जे पांचाल ने कहा कि अगर 40 की उम्र में 20 साल जैसा दिखना है तो एक ऑर्गन के ऊपर आपको बहुत काम करना पड़ेगा। यह ऑर्गन आपकी स्केलेटल मसल्स मास है यानी आपके शरीर पर मौजूद मसल्स। चाहे महिला हो या पुरुष, आपको स्ट्रेंथ ट्रेनिंग जरूर करनी चाहिए। आप इसके लिए हफ्ते में 3–4 दिन का इस्तेमाल कर सकते हैं और शुरुआत में 30 मिनट के वक्त से शुरू करें। इतनी स्ट्रेंथ ट्रेनिंग करना मसल्स मास बढ़ाने के लिए काफी है। हालांकि अगर आपको कमर दर्द, जोड़ों का दर्द जैसी दिक्कत है तो एक्सपर्ट की सलाह लें। स्केलेटल मसल्स मास बढ़ाने के लिए प्रोटीन इनटेक बढ़ाएं। सामान्य शाकाहारी या इंडियन डाइट से पर्याप्त प्रोटीन लेना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। इसलिए ध्यान रखें कि आपकी हर मील में प्रोटीन फूड्स और उनकी मात्रा सही हो। मसल्स मास बढ़ाने के लिए पर्याप्त आराम करना भी जरूरी है। बहुत से लोग यह बात भूल जाते हैं और नींद से समझौता कर लेते हैं।

सर्दियों में साइनस की समस्या कर सकती है आपको परेशान

सर्दी के मौसम में ठंडा हवा और ड्राई एनवायरनमेंट के कारण कई बार साइनस की समस्या बढ़ सकती है। यदि बलगम का जमाव अधिक हो जाए और नाक के अंदर की झिल्ली में सूजन आ जाए तो साइनस की समस्या पैदा हो सकती है। आमतौर पर यह एलर्जी, ठंड या किसी इन्फेक्शन के कारण होता है। साइनस की वजह से अक्सर सिरदर्द, नाक बंद, खांसी, जुकाम, सांस लेने में समस्या या चेहरे पर दर्द जैसे समस्याएं हो सकती हैं। ठंडी में साइनस से बचने के लिए कुछ घरेलू उपाय अपनी जा सकते हैं। हर्बल चाय पीने से न केवल साइनस की समस्या कम होती है बल्कि हमारे शरीर की इम्युनिटी भी मजबूत होती है। हल्दी में करक्यूमिन मौजूद होता है, जो साइनस की वजह से होने वाले सूजन को कम करता है। वहीं दालचीनी में एंटीबैक्टीरियल गुण मौजूद होते हैं, जो किसी भी प्रकार के इंफेक्शन से हमें बचाते हैं। हल्दी और दालचीनी एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होते हैं। इस हर्बल चाय को बनाने के लिए एक कप पानी में एक टुकड़ा दालचीनी और आधा चम्मच हल्दी पाउडर डालकर 5 मिनट उबालें। फिर इसे छानकर इसे गरमा गरम पिएं। स्वाद के लिए आप इसमें शहद या नींबू का रस मिला सकते हैं।

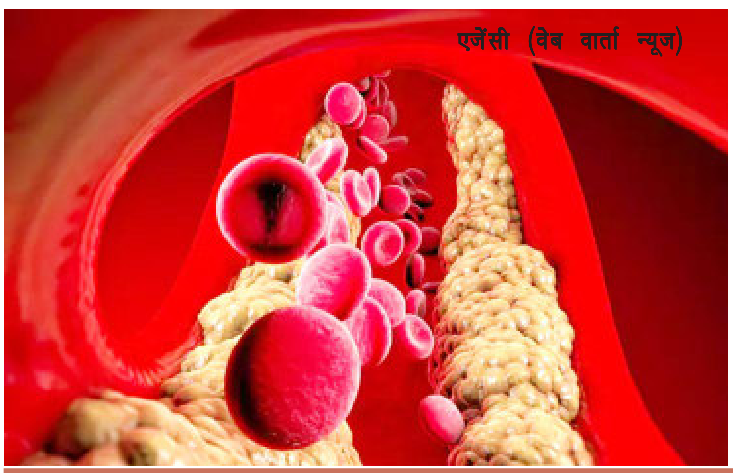
मरियल शरीर पर चढ़ेगा मांस, खाने में नहीं होगी प्रोटीन की कमी

थकान, कमजोरी, हाथ–पैरों का सुन्न होना कमजोरी की निशानी है। कुछ लोग तो इतने कमजोर होते हैं कि उनकी पसलियां दिखने लगती हैं। ऐसे लोग कितना भी जिम जाकर एक्सरसाइज कर लें, लेकिन शरीर तबतक तगड़ा नहीं बनता, जबतक खाने में पर्याप्त प्रोटीन न जोड़ा जाए। अब लोगों को परेशानी रहती है कि वेट गेन के लिए शाकाहारी खाने में प्रोटीन नहीं मिलता, लेकिन ऐसा कुछ नहीं है।

जल्दी तगड़ा बनने का नंबर 1 उपाय
कई सारे वेजिटेरियन फूड्स आपको बेहतरीन मात्रा में प्रोटीन देते हैं, जिसमें से एक सोयाबीन है। सोयाबीन की सबसे खास बात यह है कि इससे बनने वाले कई सारी चीजें हैं जो बराबर प्रोटीन देती हैं जैसे सोया मिल्क, टोफू, टेम्पेह आदि। इसलिए इसे खाने से बोरियत भी नहीं होगी। सोयाबीन खाने से प्रोटीन के अलावा भी कई सारे पोषक तत्व मिलते हैं।

हाई प्रोटीन फूड
सोयाबीन एक हाई प्रोटीन फूड है। यह आपकी मसल्स को बढ़ाने में मदद करता है। इसका सेवन आपकी स्ट्रेंथ और स्टेमिना में बढ़ोतरी भी करता है। इसकी कमी से बालों के साथ स्किन भी डैमेज हो सकती है। सोयाबीन में मौजूद प्रोटीन आपकी दैनिक जरूरत को पूरा करने के लिए पर्याप्त है।

कब्ज का इलाज



सोयाबीन के अंदर सॉल्यूबल और इनसॉल्यूबल दोनों प्रकार के फाइबर होते हैं। यह आपके पाचन को सुधारते हैं। साथ ही मल को आंतों से निकालने में भूमिका निभाते हैं। जिन लोगों को कब्ज की दिक्कत है, उन्हें इसका सेवन करना चाहिए।

गंदा कोलेस्ट्रॉल होगा कम
नसों में मौजूद गंदा कोलेस्ट्रॉल कंट्रोल करने वाले फूड में सोयाबीन को शामिल किया जाता है। इसमें फाइबर होता है जो गंदे कोलेस्ट्रॉल को आंतों से ही बाहर निकालने में मदद करता है। साथ ही इसके अनसैचुरेटेड फैट्स एचडील को बढ़ाते हैं जो एलडीएल को कंट्रोल करने का काम करते हैं।

मेनोपहज में फायदेमंद
मेनोपॉज में एक उम्र के बाद महिलाओं के पीरियड्स रुक जाते हैं। इसके साथ कुछ असामान्य लक्षण आते हैं जो काफी तकलीफ दे सकते हैं। इन तकलीफों को मिटाने के लिए सोयाबीन खानी चाहिए। इसके अंदर मौजूद फाइटोएस्ट्रोजन महिलाओं के एस्ट्रोजन हॉर्मोन की तरह काम करते हैं जो मेनोपॉज के लक्षणों को कम करते हैं।

एक दिन में कितनी सोयाबीन खाएं और कैसे?
सोयाबीन खाने का बढ़िया तरीका उसे उबालना है। आप इसमें हल्का नमक, मिर्च डालकर सलाद बनाकर खा सकते हैं। बैटरहेल्थ चौनल के मुताबिक सोयाबीन में आइसोफ्लेवोन होते हैं, जिसकी शरीर को एक दिन में 30 से 50 उह जरूरत होती है। इसके लिए आप आधा कम सोयाबीन खा सकते हैं।

सोयाबीन के न्यूट्रिएंट्स
- प्रोटीन
- फाइभर
- पॉलीअनसैचुरेटेड फैट्स
- विटामिन के1
- फोलेट
- कॉपर
- मैंगनीज
- फॉस्फोरस
- थियामिन, आदि

ध्रुव जुरेल ऑस्ट्रेलिया में खेल सकते हैं अपना पहला टेस्ट

कुछ दिन पहले भारत ए और ऑस्ट्रेलिया ए के बीच मुकाबला खेला गया था। इस मैच में युवा विकेटकीपर बल्लेबाज ध्रुव जुरेल ने अपनी बल्लेबाजी से सबको काफी इम्प्रेस किया था। जुरेल पर्थ टेस्ट में विकेटकीपर के रूप में नहीं बल्कि प्रोपर बैटर के रूप में खेलते हुए नजर आ सकते हैं। उनको मिडल ऑर्डर में सरफराज खान की जगह मौका मिल सकता है।

सरफराज खान ने ऐसा क्या किया जिससे जमीन पर गिर गए पंत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। ऑस्ट्रेलिया और भारत के बीच 5 मैच की रोमांचक बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी का पहला टेस्ट मैच 22 नवंबर से ऑप्टस क्रिकेट स्टेडियम में खेला जाएगा। उससे पहले टीम इंडिया जमकर प्रैक्टिस कर रही है और नेट्स में खूब पसीना बहा रही है। भारतीय टीम जीत के साथ इस बड़ी सीरीज का आगाज करना चाहेगी। वहीं अब भारत के प्रैक्टिस सेशन से एक वीडियो सामने आया है, जिसमें सरफराज खान, विराट कोहली, ऋषभ पंत और ध्रुव जुरेल नजर आ रहे हैं। सरफराज एक ऐसा ब्लंडर करते हैं, जिससे अन्य तीनों प्लेयर्स खूब हंसते हैं। दरअसल, सोशल मीडिया पर सामने आई वीडियो में सरफराज, विराट, पंत और जुरेल कैचिंग प्रैक्टिस कर रहे है। एक आसान सा कैच सरफराज खान की ओर आता है,जिसे खान पकड़ नहीं पाते। उनके हाथ से बॉल निकल जाती है। यह देख विराट कोहली, ऋषभ पंत और ध्रुव जुरेल हंसने लगते हैं। पंत तो हंसते-हंसते मैदान पर ही गिर जाते हैं। इसके अलावा विराट कोहली और ध्रुव जुरेल भी अपनी हंसी पर काबू नहीं कर पाते। भारतीय टीम के पूर्व कप्तान और दिग्गज बल्लेबाज विराट कोहली इस वक्त खराब फॉर्म से गुजर रहे हैं।

हार्दिक पांड्या बने टी20 के नंबर-1 ऑलराउंडर

क्रिकेट

आईसीसी टी20 रैंकिंग में तिलक वर्मा ने 69 स्थानों की लगाई लंबी छलांग

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारतीय टीम के स्टार ऑलराउंडर हार्दिक पांड्या ने एक बार फिर से आईसीसी टी20। ऑलराउंडर की रैंकिंग में पहला स्थान हासिल कर लिया। हार्दिक पांड्या ने लियाम लिविंगस्टन को पछाड़कर नंबर-1 का टैग अपन नाम किया। उनके अलावा युवा बल्लेबाज तिलक वर्मा ने टॉप-10 में अपनी एंट्री की। तिलक वर्मा ने साउथ अफ्रीका के खिलाफ टी20। इंटरनेशनल सीरीज में लगातार दो शतक जड़े थे, जिसके बाद उन्हें रैंकिंग में तगड़ा फायदा मिला हैं। तिलक वर्मा ने 69 स्थानों की लंबी छलांग लगाई है।

दरअसल, हार्दिक पांड्या ने टी20। ऑलराउंडर में शीर्ष स्थान हासिल करने के लिए इंग्लैंड के लियाम लिविंगस्टोन और नेपाल के दीपेंद्र सिंह ऐरी को पीछे छोड़ दिया हैं।

दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ खेली गई चार मैचों की टी20। सीरीज में हार्दिक ने बल्ले और गेंद दोनों से अहम योगदान दिया और उनके इस प्रदर्शन के बाद ही ये बड़ा इनाम मिला है।

बता दें कि भारतीय टीम ने साउथ अफ्रीका को चार मैचों की टी20। सीरीज में 3-1 से मात दी। इस जीत में हार्दिक पांड्या का अहम रोल रहा, जिन्होंने दूसरे मैच में नाबाद 39 रन बनाए। ये रन उस वक्त निकले जब टीम इंडिया मुश्किल स्थिति में थी। हालांकि, भारत वह मैच हार गया। इसके बाद आखिरी टी20। मैच में तीन ओवरों में 1/8 के उनके किफायती स्पैल ने भारत के लिए श्रृंखला जीत सुनिश्चित की।

तिलक वर्मा ने साउथ अफ्रीका के खिलाफ बल्ले से शानदार प्रदर्शन किया। तिलक वर्मा को भारत-साउथ अफ्रीका टी20। सीरीज के बाद प्लेयर ऑफ द सीरीज से नवाजा गया। तिलक ने बल्ले से दो शतक जड़े और पूरी सीरीज में 280 रन बनाए। तिलक वर्मा को इस सीरीज में दमदार प्रदर्शन करने का फायदा मिला। आईसीसी रैंकिंग में तिलक वर्मा ने 69 स्थानों की लंबी छलांग लगाई और तीसरे स्थान पर पहुंचे। टी20 इंटरनेशनल बैटर्स रैंकिंग में दूसरे स्थान पर फिल साल्ट है, जबकि पहले नंबर पर ऑस्ट्रेलिया के ट्रेविस हेड शुमार हैं। भारतीय टीम के विकेटकीपर बल्लेबाज संजू सैमसन ने दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ टी20। सीरीज में दो शतक लगाए, जिसके बाद वह बैटर्स रैंकिंग में 17 स्थान ऊपर चढ़कर 22वें स्थान पर पहुंच गए हैं, जबकि ट्रिस्टन स्टब्स (तीन पायदान ऊपर 23वें स्थान पर) पहुंच गए।

गेंदबाजों की होगी चांदी या बल्लेबाज मार जाएंगे बाजी ?

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

पर्थ। भारत और ऑस्ट्रेलिया के बीच शुक्रवार से रोमांचक बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी शुरू होने वाली है। पहला टेस्ट पर्थ के ऑप्टस क्रिकेट स्टेडियम में खेला जाएगा। इस मैच के लिए काफी ज्यादा हाइप है। फैंस से लेकर खिलाड़ी हर कोई पर्थ टेस्ट के लिए एक्साइटेड है। टीम इंडिया के लिए पहले टेस्ट से पहले थोड़ी परेशानी जरूर बड़ी हैं।

कप्तान रोहित शर्मा हाल ही में दूसरी बार पिता बने हैं, जिसके चलते वह इस वक्त मुंबई में ही हैं। ऐसे में उनका पहले टेस्ट से पहले अब टीम के साथ जुड़ना लगभग नामुमकिन है। दूसरी ओर स्टार टॉप ऑर्डर बल्लेबाज शुभमन गिल भी चोटिल होकर सीरीज के

■22 नवंबर से शुरू हो रहा पर्थ में पहला टेस्ट

पहले मैच से बाहर हो गए। इन सबके बावजूद टीम इंडिया फोकस कर पर्थ टेस्ट जीतके सीरीज का अच्छा आगाज करना चाहेगी। आखिर कैसा खेलेगी ऑप्टस स्टेडियम की पिच, आइये जानते हैं।

पर्थ के ऑप्टस क्रिकेट स्टेडियम की पिच तेज गेंदबाजों के लिए काफी मददगार साबित होगी। वहां का बाउंस और तेज रफ्तार गेंदबाजों के हक में रहेगा। वहीं ऐसा कहा जा रहा है कि पहले टेस्ट मैच के दौरान ओवरकास्ट कंडीशन रह सकती हैं, जिसके चलते तेज गेंदबाजों को और भी ज्यादा मदद मिल सकती है। बल्लेबाज इस पिच पर संघर्ष करते नजर आ सकते हैं। उनको बहुत ध्यानपूर्वक इस पिच पर बल्लेबाजी करनी होगी।

पर्थ के इस मैदान पर अब तक कुल 4 मैच खेले गए हैं, चारों ही मुकाबले पहले बल्लेबाजी करने वाली टीम ने जीते हैं। यह आंकड़े दर्शाते हैं कि जैसे-जैसे खेल आगे बढ़ता जाएगा। वैसे-वैसे पिच बल्लेबाजी के लिए और भी ज्यादा मुश्किल होती जाएगी। ऐसे में जो भी टीम टॉस जीतेगी वह पहले बल्लेबाजी करने को देख सकती है। आइये आपको बताते हैं चारों पारियों के ऑप्टस स्टेडियम में एवरेज स्कोर के बारे में।

आत्मविश्वास सबसे ज्यादा मायने रखता हैः बुमराह

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारत और ऑस्ट्रेलिया के बीच 5 टेस्ट मैचों की सीरीज का 22 नवंबर से आगाज होगा। कप्तान रोहित शर्मा बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी का पहला मैच मिस कर सकते हैं। ऐसे में अनुभवी तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह पहले टेस्ट में भारतीय टीम की कमान संभालते नजर आ सकते हैं। रोहित शर्मा हाल ही में दूसरी बार पापा बने हैं। ऐसे में वह अभी अपने परिवार के साथ समय बिता रहे हैं। सीरीज की शुरुआत से पहले जसप्रीत बुमराह ने कहा कि किसी भी परिस्थिति में आत्मविश्वास सबसे ज्यादा मायने रखता है। हाल ही में न्यूजीलैंड ने भारतीय टीम को घर पर टेस्ट सीरीज में हराया था। अगर टीम इंडिया बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी में अच्छा प्रदर्शन करती है तो विश्व टेस्ट चैंपियनशिप का फाइनल खेल सकती है। सीरीज में सभी की निगाहें जसप्रीत बुमराह पर रहने वाली हैं।

न्यूज डायरी

शोएब अख्तर ने विराट कोहली को लेकर दिया चौंकाने वाला बयान

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। चैंपियंस ट्रॉफी 2025 की मेजबानी पाकिस्तान के पास है, लेकिन बीसीसीआई ने भारतीय टीम के पाकिस्तान जाने को लेकर साफ इनकार किया है। भारतीय बोर्ड ने सुरक्षा का हवाला देते हुए टीम इंडिया के पाकिस्तान दौरे की मंजूरी नहीं दी है। इसके बाद पाकिस्तान की मेजबानी पर खतरा मंडरा रहा है। बीसीसीआई ने टूर्नामेंट हाइब्रिड मॉडल के तहत खेलने की मांग की है, यानी कि पाकिस्तान की बजाय भारतीय टीम अपने मैच किसी और देश में खेल सकता है, जबकि बाकी टीमें पाकिस्तान में ही मैच खेलेगी। अगर चैंपियंस ट्रॉफी की मेजबानी पाकिस्तान नहीं करता तो दक्षिण अफ्रीका को मेजबानी जिम्मेदारी मिल सकती है। हालांकि, पीसीबी की ओर से लगातार टूर्नामेंट की मेजबानी को लेकर अलग-अलग बयान सामने आ रहे हैं। इस कड़ी में पाकिस्तान के पूर्व तेज गेंदबाज शोएब अख्तर के बयान ने मामले ने तूल पकड़ा। शोएब ने एनडीटीवी स्पोर्ट्स से बातचीत के दौरान कहा कि भारत और पाकिस्तान के बीच पर्दे के पीछे बातचीत जरूर हो रही होगी। हमें उम्मीद बनाए रखनी चाहिए। यह सच है कि आईसीसी की 95-98 प्रतिशत स्पॉन्सरशिप भारत से आती है। ऐसे में कोई न कोई समाधान निकाला जाएगा। अख्तर ने आगे कहा कि पूरा फैसला सरकार पर निर्भर करता है। बीसीसीआई के हाथ में कुछ नहीं है। विराट कोहली भी पाकिस्तान आना चाहते हैं। पाकिस्तान भी कोहली को अपने देश में खेलते हुए देखना चाहता है।

सचिन तेंदुलकर अपनी पत्नी अंजलि और बेटी सारा संग वोट डालने गए

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। महान क्रिकेटर सचिन तेंदुलकर ने मुंबई में बुधवार सुबह अपने परिवार के साथ मतदान किया। 20 नवंबर को तेंदुलकर सुबह सवेरे पोलिंग बूथ पहुंचे। इस दौरान उनके साथ उनकी वाइफ अंजलि और बेटी सारा नजर आई, जिसका वीडियो वायरल हो रहा है। सचिन तेंदुलकर मतदाताओं से आगे बढ़कर वोट देने की अपील भी करते दिखे। मतदान के बाद सचिन, अंजलि और सारा ने अपनी स्याही लगी उंगली भी दिखाई। इसका वीडियो भी सामने आया है। दरअसल, महान क्रिकेटर सचिन तेंदुलकर मुंबई के बांद्रा वेस्ट सेंटर पर वोट डालने पहुंचे। इस दौरान उनके साथ पत्नी अंजलि और बेटी सारा तेंदुलकर भी नजर आईं। सचिन को देखकर फैंस उनसे मिलने के लिए बेताब नजर आए। इस दौरान वोट डालने के बाद न्यूज एजेंसी एएनआई से बातचीत करते हुए सचिन ने कहा कि मैं पिछले कुछ समय से भारत के चुनाव आयोग का प्रतीक रहा हूं। मैं जो संदेश दे रहा हूं, वह है वोट देना। यह हमारी जिम्मेदारी है। मैं सभी से आग्रह करता हूं कि वे बाहर आकर वोट करें। बता दें कि सचिन तेंदुलकर चुनाव आयोग (इलेक्शन कमीशन) के श्नेशनल आइकनश हैं। सचिन तेंदुलकर के अलावा कई बॉलीवुड एक्टर्स और फिल्म निर्माताओ ने भी आज सुबह मुंबई में मतदान किया, जिसमें फरहान अख्तर और जोया अख्तर को भी बांद्रा के एक मतदान केंद्र पर वोट डालते हुए जाते हुए देखा गया, जिसके बाद उन्होंने भी गर्व से अपनी स्याही लगी उंगलियां दिखाई।

कपिल के शो में पहुंचे नवजोत सिंह सिद्धू, हरभजन सिंह भी पत्नी के साथ आए नजर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। पूर्व भारतीय क्रिकेटर नवजोत सिंह सिद्धू हाल ही में अपनी पत्नी नवजोत कौर के साथ द ग्रेट इंडियन कपिल शर्मा शो में पहुंचे थे। शो में पूर्व भारतीय स्पिनर हरभजन सिंह भी अपनी पत्नी गीता के साथ आए थे। इस दौरान सभी ने खूब मस्ती की। शो पर हरभजन सिंह ने नवजोत सिंह सिद्धू को लेकर बड़ा खुलासा किया। भज्जी ने शो पर नवजोत सिंह सिद्धू के क्रश का नाम बताया। दरअसल, शो के दौरान कपिल शर्मा ने पूछा कि क्रिकेटर्स और एक्ट्रेस की जबरदस्त केमिस्ट्री देखने को मिलती है, तो क्या सिद्धू पाजी को किसी पर क्रश नहीं हुआ? सिद्धू इस सवाल का जवाब दे पाते, इससे पहले हरभजन सिंह ने ही बता किया कि उन्हें करिश्मा कपूर कितनी पसंद थीं। हरभजन ने कहा, हम पुणे में खेल रहे थे, उसी समय करिश्मा कपूर का सुंदर-सुंदरा गाना रिलीज हुआ था। मैच में अचानक 1 चौका जड़ने के बाद पाजी उठे और बॉलिंग एंड पर खड़े संदीप शर्मा से जाकर बोले- लोलो बेहद खूबसूरत है बेटे। नवजोत सिंह सिद्धू को करिश्मा काफी पसंद थीं।

पेज थ्री देहरादून

हमारा दून

संक्षिप्त समाचार

प्राकृतिक और जैविक खेती का प्रशिक्षण दिया

संवाददाता देहरादून। रिंग रोड किसान भवन में बुधवार को जिला गंगा संरक्षण समिति और मुख्य कृषि अधिकारी देहरादून की ओर से प्राकृतिक और जैविक खेती को लेकर एक दिवसीय कार्यशाला आयोजित की गई। इसमें देहरादून जिले 80 किसानों और कर्मचारियों ने हिस्सा लिया। मुख्य कृषि अधिकारी देवेंद्र सिंह के अलावा कृषि वैज्ञानिक डॉ.विजेता, डॉ. संजय कुमार राठी, प्रगतिशील कृषक दीपक उपाध्याय, ओम प्रकाश लखेड़ा, राजेंद्र सिंह सोलंकी, प्रताप सिंह, रक्षा देवी, सुनीता नौटियाल, पालाराम, कृषि भूमि संरक्षण अधिकारी अशोक गिरी, कृषि रक्षा अधिकारी शशि जुयाल, किसान यूनियन के प्रदेश अध्यक्ष धर्मेंद्र सिंह मौजूद रहे।

शीशमबाड़ा में डंप कूड़े का निस्तारण करवाए नगर निगम

संवाददाता देहरादून। नगर निगम की ओर से बुधवार को सेलाकुई के शीशमबाड़ा स्थित कूड़ा निस्तारण प्लांट के मामले में एनजीटी में अपना पक्ष रखा गया। एनजीटी ने निगम को प्लांट परिसर में डंप कूड़े का निस्तारण करवाने के निर्देश दिए। मार्च माह में निगम को कार्य की प्रगति रिपोर्ट सौंपनी है। इसके अलावा रिस्पना नदी में फ्लड प्लेन जोन के आसपास अवैध निर्माण की फाइनल रिपोर्ट सौंपने के आदेश दिए हैं। नगर आयुक्त गौरव कुमार ने बताया कि प्लांट परिसर में जो पुराना चार लाख 22 हजार मीट्रिक टन कूड़ा डंप है, उसका निस्तारण करवाने को टेंडर प्रक्रिया पूरी हो गई है। स्मार्ट सिटी लिमिटेड को वर्क ऑर्डर जारी करने को कहा गया है। इसके अलावा प्लांट को अपग्रेड करने के लिए कुछ नई मशीनें स्थापित की जा रही हैं।

शहर के विकास में योगदान पर मंथन

संवाददाता देहरादून। प्रगति विहार धर्मपुर के कम्युनिटी हॉल में प्रकाश विहार, प्रगति विहार रेजीडेंट वेलफेयर एसोसिएशन की संयुक्त बैठक में शहर के विकास पर योगदान पर मंथन किया गया। कॉलोनी की समस्या पर भी चर्चा हुई। भाजपा नेता प्रकाश सुमन ध्यानी ने शहर के विकास के लिए भाजपा मिलकर काम करने का आह्वान किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता पूर्व प्रधानाचार्य मनोहर सिंह रावत, संचालन एमपी उनियाल ने किया।

टेबिल टेनिस अभ्यास सत्र शुरू किया जाए

संवाददाता देहरादून। दून के वयोवृद्ध टेबल टेनिस खिलाड़ियों ने निदेशक खेल विभाग को पत्र लिखकर परेड ग्राउंड में वयोवृद्ध टेबिल टेनिस खिलाड़ियों के लिए अभ्यास सत्र शुरू करने की मांग की है। वयोवृद्ध टेबल टेनिस खिलाड़ियों ने कहा कि परेड ग्राउंड स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स में राष्ट्रीय खेलों की तैयारियों को लेकर खिलाड़ियों के ठहरने के लिए खेल हॉल को निर्धारित किया है।

उत्तराखंड ने स्वच्छ भारत मिशन के तहत दर्ज की एक और उपलब्धि

उपलब्धि

■ सार्वजनिक शौचालयों की साफ सफाई में उत्तराखंड को मिला तीसरा पुरस्कार

संवाददाता

देहरादून। सार्वजनिक शौचालयों के रख–रखाव और स्वच्छता के लिए केंद्र सरकार की ओर से आयोजित 'क्लीन टॉयलेट चैलेंज – 2023' प्रतियोगिता में उत्तराखंड को देश के सभी राज्यों के बीच तीसरा स्थान प्राप्त हुआ है।

केंद्रीय आवासन और शहरी विकास मंत्रालय के अधीन संचालित स्वच्छ भारत मिशन (शहरी) की ओर से देशभर में सार्वजनिक शौचालयों की संख्या बढ़ाने के साथ ही सार्वजनिक शौचालयों की स्वच्छता पर भी जोर दिया जा रहा है। इसके तहत सार्वजनिक शौचालयों को चालू हालत में रखने, इन तक पहुंच को आसान बनाने के साथ ही साफ सफाई और सुरक्षा पर फोकस किया जा रहा है।

इसके लिए, गत वर्ष मिशन की ओर से क्लीन टॉयलेट चौलेंज – 2023 प्रतियोगिता आयोजित की गई थी। जिसमें विभिन्न राज्यों से प्राप्त आवेदनों के बाद उत्तराखंड को सौ से अधिक निकायों वाले राज्यों की सूची में तीसरा स्थान प्राप्त हुआ है। इस लिस्ट में गुजरात प्रथम और उड़ीसा दूसरे स्थान पर रहा है। सर्वे में शामिल उत्तराखंड के लगभग 40 प्रतिशत पब्लिक टॉयलेट स्वच्छता और सुरक्षा के उच्चतम कोटि के मानकों पर खरे उतरे हैं। उत्तराखंड में कुल 2553 सार्वजनिक शौचालय सीट हैं, जो ज्यादातर शहरी निकाय, यात्रा मार्ग, तीर्थस्थलों, पर्यटन स्थलों पर मौजूद हैं। सचिव शहरी विकास नितेश झा के अनुसार सार्वजनिक शौचालयों की स्वच्छता के लिए, सभी निकायों को खासकर निर्देश दिए गए हैं, साथ ही सार्वजनिक शौचालयों की संख्या भी बढ़ाई जा रही है।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी ने स्वच्छ भारत मिशन, के जरिए देश वासियों में स्वच्छता के प्रति जागरुकता पैदा की है। प्रदेश सरकार भी स्वच्छता अभियान मिशन मोड पर संचालित कर रही है, शहरी विकास विभाग सार्वजनिक शौचालयों के रख रखाव के लिए निश्चित तौर पर प्रशंसा का पात्र है।

-पुष्कर सिंह धामी
मुख्यमंत्री।

बदरीनाथ यात्रा समापन के बाद चलाया धाम में सफाई अभियान

संवाददाता देहरादून। नगर पंचायत बदरीनाथ ने बदरीनाथ के कपाट बंद होने के बाद धाम में दो दिवसीय गहन स्वच्छता अभियान चलाया। इस दौरान पंचायत की ओर से विभिन्न स्थानों से डेढ़ टन अजैविक कचरे का संग्रहण किया है। जबकि पूरे यात्रा काल के दौरान अजैविक कचरे का निस्तारण कर 8 लाख की आय अर्जित की है।

नगर पंचायत की इस वर्ष बदरीनाथ नगर क्षेत्र के साथ ही मंदिर में सफाई की जिम्मेदारी निभाई गई। ऐसे में इस वर्ष बद्रीनाथ मंदिर के कपाट बंद होने के बाद यहां नगर पंचायत की ओर से 50 पर्यावरण मित्रों की तैनाती गहन स्वच्छता अभियान चलाया गया। अभियान के दौरान पंचायत की ओर से बद्रीनाथ मंदिर परिसर के साथ ही ब्रह्म कपाल, आस्था पथ, तप्त कुंड, मुख्य बाजार के साथ

■सफाई अभियान के दौरान डेढ़ टन अजैविक कचरे का पंचायत ने किया संग्रहण

माणा गांव में भी सफाई अभियान चलाया गया। जिससे पर्यावरण मित्रों की ओर से डेढ़ टन अजैविक कचरे का संग्रहण किया किया है।

वहीं इस वर्ष पूरे यात्रा काल में नगर पंचायत बदरीनाथ की ओर से यात्रा काल के दौरान 180.70 टन कूड़े का संग्रहण किया। जिसमें से पंचायत की ओर से 110.97 टन कचरे का विपणन कर 8 लाख की आय अर्जित की गई है। इसके साथ पंचायत की ओर से 29.82 लाख की आय माणा पार्किंग, 1.03 करोड़ ईको शुल्क, 28 लाख की आय हैलीकाप्टर संचालन और 8 लाख की आय यूजेज

चार्जेज के माध्यम से की है।

बदरीनाथ धाम में नगर पंचायत को इस वर्ष नगर क्षेत्र के साथ मंदिर परिसर में भी सफाई व्यवस्था का जिम्मा सौंपा गया था। ऐसे में यात्रा समाप्त होने के बाद पंचायत की ओर से दो दिनों तक बदरीनाथ धाम के साथ ही माणा गांव में गहन सफाई अभियान चला कर डेढ़ टन अजैविक कचरा एकत्रित किया गया है। वहीं यात्रा काल में 110.97 अजैविक कचरे का विपणन कर 8 लाख की आय अर्जित की गई है।

केंद्र की यूपीएस योजना उत्तराखंड में न की जाए लागू

मांग

■ एनएमओपीएस ने पुरानी पेंशन बहाली को बनाया दबाव

■अपर मुख्य सचिव वित्त आनंद बर्द्धन को ज्ञापन सौंपा

संवाददाता

देहरादून। पुरानी पेंशन बहाली राष्ट्रीय आंदोलन (एनएमओपीएस) ने उत्तराखंड में केंद्र सरकार की नई यूनिफाईड पेंशन योजना (यूपीएस) को लागू न किए जाने को दबाव बनाया। अपर मुख्य सचिव वित्त आनंद बर्द्धन को ज्ञापन सौंप पुरानी पेंशन योजना को बहाल किए जाने पर जोर दिया।

संगठन के प्रदेश अध्यक्ष जीतमणि पैन्यूली ने कहा कि नई पेंशन योजना और यूनिफाईड पेंशन योजना के स्थान पर पुरानी पेंशन योजना योजना को ही लागू किया जाए। यूनिफाईड पेंशन योजना को एक अप्रैल 2025 से लागू किए जाने की बात की जा रही है। सभी राज्यों को इसे लागू किए जाने की सलाह दी गई है।

ये योजना भी कर्मचारियों के लिए नुकसानदायक है।

यूपीएस योजना में कर्मचारियों द्वारा अपने वेतन से कटौती कर अंशदान के रूप में जमा की गयी 10 प्रतिशत की राशि को कर्मचारियों को वापस नहीं किया जाएगा। पहले पुरानी पेंशन व्यवस्था में यह राशि जीपीएफ में जमा होती थी। जो रिटायरमेंट या नौकरी में रहते हुए भी कर्मचारी को वापस होती थी।

ओपीएस में राज्य में 20 वर्ष की सेवा पूरी करने के बाद पेंशन का प्रावधान था। अब इसे बढ़ा कर 25 वर्ष किया गया है। उत्तराखंड में नौकरी की अधिकतम आयु 42 वर्ष है। ऐसे में कर्मचारी 18 से 24 साल ही नौकरी कर पाता है। इस स्थिति में कोई भी कर्मचारी यूपीएस योजना का लाभ नहीं ले पाएगा।

ज्ञापन देने वालों में शांतनु शर्मा, सूर्य सिंह पंवार, पुष्कर राज बहुगुणा, सुनील गोसाईं, उर्मिला द्विवेदी, एसएस चौहान, अनिल पंवार, दिनेश सिंह, शरद टम्टा, अनीता भंडारी, हर्षवर्धन जमलोकी मौजूद रहे।

एक राज्य में तीन व्यवस्था

महासचिव मुकेश रतूड़ी ने कहा कि एक राज्य में पेंशन की तीन तरह की व्यवस्था हो जाएगी। कुछ कर्मचारियों को पुरानी पेंशन का लाभ मिल रहा है। कुछ को नई पेंशन योजना का लाभ मिल रहा है। कुछ को भविष्य में यूपीएस का लाभ मिलेगा। ये एक तरह से कर्मचारियों के साथ मजाक है। यूपीएस में कर्मचारियों को ग्रेज्युटी का भी नुकसान तय है।

250 मेगावाट की पहली यूनिट राष्ट्रीय ग्रिड से जुड़ी

संवाददाता ऋषिकेश। विद्युत उत्पादन के क्षेत्र में टीएचडीसी इंडिया लिमिटेड ने बड़ी उपलब्धि हासिल की है। कंपनी ने स्पीड पंप स्टोरेज प्लांट (पीएसपी) की पहली 250 मेगावाट यूनिट का राष्ट्रीय ग्रिड के साथ सफल सिंक्रानाइजेश कर दिया है। सफलता को कंपनी ने देश में अक्षय ऊर्जा के बुनियादी ढांचे के विकास में महत्वपूर्ण कदम बताया है। टीएचडीसीआईएल के सीएमडी आरके विश्नोई की मौजूदगी में टिहरी में 1000 मेगावाट की परियोजना में यह सिंक्रोनाइजेशन बीती 19 नवंबर शाम पांच बजे हुआ। उन्होंने कामयाबी पर पीएसपी की टीम की हौसला अफजाई की। कहा कि राष्ट्रीय ग्रिड की क्षमता बढ़ाने में यह सिंक्रोनाइजेशन अहम साबित होगा। सीएमडी ने कहा कि देश के नवीकरणीय ऊर्जा के बुनियादी ढांचे को सुदृढ बनाने में कंपनी के सहयोग करने की प्रतिबद्धता का यह प्रमाण भी है।

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

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

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