देहरादून,पौड़ी-गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित | www.page3news.in | नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 156 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार-प्रवाह...
विशेषज्ञों में मतभेद

पेज श्री

देहरादून, मंगलवार, 24 सितंबर 2024

मौसम अधिकतम 30.0° न्यूनतम 24.0°

79924.77

2 जवाब कैसे देना है...हम तय करेंगे

7 वापसी करना चाहते हैं हार्दिक पांड्या

इजरायल ने लेबनान पर की सबसे बड़ी एयर स्ट्राइक

182 से ज्यादा की मौत, 700 से ज्यादा घायल, कहा- हिज्बुल्लाह से जंग रहेगी जारी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

बेरुत। लेबनान में पेजर और वॉकी-टॉकी विस्फोट के बाद इजरायल ने अब हिजबुल्ला के साथ सीधे तौर पर युद्ध छेड़ दिया है। सोमवार को इजरायल ने हिजबुल्ला के ठिकानों पर भीषण हमले किए, जिसमें 182 से अधिक लोगों की मौत हो गई और 727 से अधिक घायल होने की खबर है। लेबनान के स्वास्थ्य मंत्रालय ने इसकी पुष्टि की। वहीं, इस हमले के बाद इजरायली सेना ने कहा कि उसने हिजबुल्ला आतंकवादी समूह के खिलाफ दबाव बढ़ाते हुए लेबनान में 300 ठिकानों पर हमला किया।

सेना ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर हमलों का पहले ही एलान कर दिया था। सेना प्रमुख लेफ्टिनेंट जनरल हर्जी हलेवी का बयान साझा करते हुए कहा था कि इजरायल अब लेबनान पर और हमले करने के लिए तैयार है।

यह हिजबुल्ला के खिलाफ लड़ाई के लगभग एक साल में हवाई हमलों की सबसे बड़ी जंग में से एक है। हलेवी और अन्य इजरायली नेताओं ने आने वाले दिनों में हिजबुल्ला के खिलाफ कड़ी कार्रवाई का वादा किया है।

इजरायल ने सोमवार को दक्षिणी लेबनान के निवासियों से अपने घरों को छोड़कर जाने को कहा था। इजरायल का का दावा है कि हिजबुल्ला ने यहीं पर अपने हथियार जमा किए हुए हैं।

इजराइल के सैन्य प्रवक्ता ने कहा कि वह बेका में हिजबुल्ला के ठिकानों पर हमला करने की तैयारी कर रहा है। हिजबुल्ला ने लेबनान की बेका घाटी के घरों में अपने हथियारों का जखीरा छुपाय हुआ है। नागरिकों को तुरंत वहां से निकल जाना चाहिए।

लेबनान के सूचना मंत्री जियाद मकरी ने कहा कि उनके मंत्रालय को इमारत को खाली करने का आदेश देने वाला एक कॉल आया था, लेकिन उन्होंने कहा कि मंत्रालय ऐसा कुछ नहीं करेगा। लेबनान की सरकारी मीडिया ने बताया कि सोमवार को लेबनान के बंदरगाह शहर बाइब्लोस के पूर्व में एक पहाड़ी पर रॉकेट गिरा। यह एक ऐसा क्षेत्र है, जहां पहले कभी हवाई हमले नहीं हुए। आईडीएफ ने हिजबुल्लाह पर लेबनान के कुछ हिस्सों में हर तीन से पांच घरों में हथियार छिपाने का आरोप लगाया है।

बेका घाटी में मचा कोहराम

इजरायल डिफेंस फोर्सेज (आईडीएफ) प्रवक्ता डैनियल हगरी ने सोमवार दोपहर को लेबनानी नागरिकों को बेका घाटी के इलाकों को खाली करने की चेतावनी दी। उन्होंने कहा कि इस जगह पर हिजबुल्लाह ने रॉकेट, ड्रोन और लंबी दूरी के रणनीतिक हथियार छिपा रखे हैं। बेका घाटी में हिजबुल्लाह के पास कई लंबी दूरी के रणनीतिक हथियार हैं, क्योंकि यह इजरायल की सीमा से दूर है, जिससे हथियारों के बारे में खुफिया जानकारी एकत्र करना और उन पर हमला करना अधिक कठिन हो जाता है। आईडीएफ की चेतावनी के बाद इस क्षेत्र में भगदड़ मच सकती है, हालांकि सेना ने यह नहीं कहा कि पूरे क्षेत्र को खाली किया जाना चाहिए, बल्कि उन आवासों पर ध्यान केंद्रित किया जहां हथियार छिपे हुए हैं।

लेबनान के पीएम ने की हमलों की निंदा

अल अरबिया की रिपोर्ट के अनुसार, लेबनान के प्रधानमंत्री नजीब मिकाती ने इजरायल के हमलों की निंदा की और उन्हें एक योजना का हिस्सा बताया है, जिसका उद्देश्य लेबनानी गांवों और कस्बों को नष्ट करना है। उन्होंने कहा कि इजरायल के हमले बेगुनाहों को मार रहे हैं और ये एक अपराध है। इजरायली मीडिया ने बताया कि हमलों से पहले आईडीएफ ने दक्षिणी लेबनानी नागरिकों को हिजबुल्लाह के ठिकानों से दूर रहने के लिए कहा था। सोमवार को लेबनान की राजधानी बेरूत और देश के अन्य क्षेत्रों में नागरिकों को टेक्स्ट संदेश और रिकॉर्ड किए गए संदेश मिले, जिनमें उनसे तुरंत अपने आवास खाली करने के लिए कहा गया।

संक्षिप्त समाचार

धामी सरकार की निगम, निकाय, प्राधिकरण कर्मचारियों को सौगात

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड की पुष्कर धामी सरकार ने राज्य कर्मियों की भांति निगमों, निकायों, प्राधिकरण इत्यादि में कार्यरत कर्मियों को 1 जनवरी 2024 से 4 प्रतिशत महंगाई भत्ते का लाभ देने का निर्णय लिया है। राजकीय कर्मचारियों की भांति बढ़े हुए 4 प्रतिशत मंहगाई भत्ते का भुगतान निगमों, निकायों, प्राधिकरणों, पंचायतों, स्वायत्तशासी संस्थाओं व उपक्रमों में सेवारत् व सेवानिवृत्त कार्मिकों को दिनांक 01 जनवरी, 2024 से प्रदान किया जायेगा।

मेरी रगों में कांग्रेस का खून, न्योता और नसीहत न दें

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। हरियाणा विधानसभा चुनावों के बीच कांग्रेस महासचिव और सिरसा से सांसद कुमारी सैलजा ने अपनी नाराजगी की खबरों के बीच दो टूक कहा है कि उनकी रगों में कांग्रेस का खून है और वह कांग्रेसी ही रहेंगी। उन्होंने कहा कि वह अगले दो-तीन दिनों में चुनाव प्रचार शुरू करेंगी।

अब वह नरेंद्र मोदी नहीं बचा, जिसकी 56 इंच की छाती थी

राहुल गांधी ने बोला पीएम नरेंद्र मोदी पर सीधा हमला

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

पुंछ। कांग्रेस सांसद राहुल गांधी ने सोमवार को जम्मू-कश्मीर के पुंछ में चुनावी रैली की। इस दौरान पीएम नरेंद्र मोदी पर उन्होंने सीधा हमला बोला और कहा कि अब वह बदल चुके हैं। राहुल गांधी ने कहा कि आज वह मोदी नहीं रह गए हैं, जो पहले हुआ करते थे। हमने उनको मनोवैज्ञानिक तौर पर खत्म कर दिया है। अब वह नरेंद्र मोदी नहीं बचा है, जिसे आप लोग पहले देखा करते थे। राहुल गांधी ने कहा, जो पहले नरेंद्र मोदी थे, 56 इंच की छाती वाले। आपको उनका चेहरा दूर से दिखता है, मैं तो संसद में सामने रहता हूं। साफ दिखता है कि पहले जो नरेंद्र मोदी थे, आज वह नहीं बचा है। आज विपक्ष जो करवाना चाहता है, हम वह करवा लेते हैं।

विपक्ष जो चाहता है करवा लेता है: राहुल गांधी

राहुल ने कहा कि इलेक्शन के दौरान नरेंद्र मोदी ने कहा कि मैं तो बायोलॉजिकल नहीं हूं। मेरी सीधा कनेक्शन ऊपर है। मैं तो सीधे भगवान से बात करता हूं। लेकिन अब इंडिया गठबंधन ने नरेंद्र मोदी को मनोवैज्ञानिक रूप से तोड़ दिया है। लोकसभा में नेता विपक्ष ने कहा, हमने यह काम नफरत से नहीं बल्कि मोहब्बत से यह किया है। हमने मोहब्बत के जरिए नफरत को हराया है।

वे कोई कानून लाते हैं तो हम उनके सामने खड़े हो जाते हैं और फिर वे नया कानून लाते हैं।

उन्होंने कहा कि ऐसा बहुत बार हुआ है कि यूनियन टेरिटरी को राज्य बनाया गया। कई बार राज्यों का बंटवारा हुआ और एक से दो राज्य बने। मगर ऐसा पहली बार हुआ कि एक राज्य को यूनियन टेरिटरी बनाया गया। आप जो हक है, वह आपसे छीना गया है। भारत के इतिहास में ऐसा पहली बार हुआ है। एक स्टेट से कहा गया कि आप अब राज्य नहीं रहेंगे बल्कि केंद्र शासित प्रदेश होंगे। पूरे देश में नरेंद्र मोदी ने बेरोजगारी फैला रखी है। सिर्फ 2 से तीन लोगों के लिए ये काम करते हैं। इन्होंने देश के 25 अरबपतियों का 16 लाख करोड़ रुपये का कर्ज माफ किया है। छोटे कारोबारियों को इन लोगों ने खत्म कर दिया है। नतीजा यह है कि हिन्दुस्तान में कहीं भी रोजगार नहीं है और यही हाल जम्मू-कश्मीर में भी है।

केजरीवाल की खाली कुर्सी पर छिड़ी जंग

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। क्मसीप छमू ब्ड ।जपीप आतिशी मार्लेना ने सोमवार को दिल्ली सचिवालय में पदभार संभाल लिया है। आतिशी ने दिल्ली की कमान संभालते ही एक बड़ा एलान कर दिया है। उन्होंने निर्णय लिया है कि वे अरविंद केजरीवाल के लिए मुख्यमंत्री की कुर्सी खाली रखेंगी। उन्होंने सीएम की मेज पर अपने लिए अलग कुर्सी लगवाई है। वहीं, भाजपा इसे मुख्यमंत्री पद का अपमान बता रही है। दिल्ली भाजपा अध्यक्ष वीरेंद्र सचदेवा ने कहा कि यह संविधान का अपमान है।

आतिशी का कहना है कि इस कुर्सी पर अरविंद केजरीवाल ही बैठेंगे। उन्होंने कहा कि केजरीवाल फिर से दिल्ली के सीएम बनेंगे और फिर केजरीवाल की इस कुर्सी पर बैठेंगे। आतिशी ने कहा आज मेरे मन में भी वही व्यथा है, जैसी भगवान राम जी के वनवास जाने पर भरत जी के मन में थी। उन्होंने भगवान राम की खड़ाऊं रखकर शासन चलाया था। भगवान राम हम सभी के आदर्श हैं और अरविंद केजरीवाल ने उनके दिखाए मार्ग पर चलते हुए दिल्लीवालों की सेवा की और मर्यादा का पालन करते हुए सीएम पद से इस्तीफा दे दिया। मुझे विश्वास है कि अब दिल्लीवाले केजरीवाल को विधानसभा चुनाव में प्रचंड बहुमत से विजयी बनाकर फिर से सीएम बनाएंगे।

घमासान

■आतिशी मार्लेना ने दिल्ली की कमान संभाली

ये संविधान का अपमान: बीजेपी

भाजपा नेताओं ने कहा, उनके पद संभालते ही राजनीतिक ड्रामा शुरू हो गया है। भाजपा नेता विजेंद्र गुप्ता ने कहा, आतिशी ने मुख्यमंत्री पद की गरिमा के साथ ही दिल्लीवासियों की भावनाओं को भी ठेस पहुंचाई हैं। अरविंद केजरीवाल को इस संबंध में अपनी स्थिति स्पष्ट करनी चाहिए। क्या वह इसी तरह से रिमोट कंट्रोल से दिल्ली सरकार चलाएंगे?

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

What we do

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

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

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

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

देश में होगी सेक्स एजुकेशन की शुरुआत?

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। देश के मुख्य न्यायाधीश जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली खंडपीठ ने सोमवार को एक ऐतिहासिक फैसला सुनाते हुए कहा कि चाइल्ड पोर्नोग्राफी (अश्लील सामग्री) देखना और उसे डाउनलोड करना बाल यौन अपराध संरक्षण यानी पॉक्सो कानून और सूचना प्रौद्योगिकी कानून के तहत अपराध है।

■सरकार से सेक्स एजुकेशन प्रोग्राम लागू करने का आह्वान

इसके साथ ही सीजेआई चंद्रचूड़, जस्टिस जे बी पारदीवाला और जस्टिस मनोज मिश्रा की पीठ ने मद्रास हाई कोर्ट के उस आदेश को रद्द कर दिया जिसमें कहा गया था कि चाइल्ड पोर्नोग्राफी देखना और डाउनलोड करना पॉक्सो कानून और आईटी कानून के तहत अपराध नहीं है।

इसी फैसले में बेंच ने एक अहम टिप्पणी करते हुए केंद्र सरकार से देश भर में सेक्स एजुकेशन प्रोग्राम लागू करने का भी आह्वान किया है। कोर्ट ने कहा कि केंद्र सरकार स्वास्थ्य और यौन शिक्षा के लिए एक व्यापक कार्यक्रम या तंत्र तैयार करने के लिए एक विशेषज्ञ समिति का गठन करने पर विचार करे।

न्यूज डायरी

अगर चुनाव में मिली हार तो क्या करेंगे ट्रंप? पूर्व राष्ट्रपति ने कर दिया बड़ा ऐलान

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वॉशिंगटन। इस साल 5 नवंबर को अमेरिका में राष्ट्रपति चुनाव होना है। पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप की लड़ाई उपराष्ट्रपति कमला हैरिस से है। कई सर्वे के मुताबिक, दोनों नेताओं के बीच कांटे की टक्कर चल रही है। इसी बीच ट्रंप ने बताया कि अगर वो इस साल राष्ट्रपति चुनाव हार जाते हैं तो वो आगे क्या करेंगे। वो चौथी बार यानी साल 2029 के राष्ट्रपति पद के लिए चुनाव की रेस में शामिल होंगे या नहीं। ट्रंप ने कहा कि अगर वो इस बार चुनाव हार जाते हैं तो अगली बार यानी साल 2029 में राष्ट्रपति पद की रेस में शामिल नहीं होंगे। हालांकि, ट्रंप का मानना है कि वो इस बार राष्ट्रपति चुनाव जीत रहे हैं। बता दें कि इस बार ट्रंप को राष्ट्रपति चुनाव लड़ने के लिए वित्तीय संकट का सामना करना पड़ रहा है। अपनी वित्त को बढ़ावा देने के लिए, पूर्व अमेरिकी राष्ट्रपति ने अपने समर्थकों को कई प्रकार के सामान बेचने की ओर रुख किया है, जिनमें शामिल हैं चांदी के सिक्के प्रत्येक सिक्के की कीमत 100 डॉलर है, इन सिक्कों पर ट्रंप की प्रोफाइल और व्हाइट हाउस की तस्वीर है। वहीं, ट्रंप ने कुछ दिनों पहले कहा था कि अगर वो चुनाव हार जाते हैं तो कुछ हद तक इसके लिए यहूदी अमेरिकी मतदाता जिम्मेदार होंगे।

बांग्लादेश में भारतीय राजदूत ने बीएनपी नेतृत्व से मुलाकात की

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) ढाका। बांग्लादेश में शेख हसीना के पतन के बाद अब भारत ने विपक्षी पार्टियों को साधने पर काम शुरू कर दिया है। इसी सिलसिले में बांग्लादेश में भारत के उच्चायुक्त प्रणय वर्मा ने प्रमुख विपक्षी दल बांग्लादेश नेशनलिस्ट पार्टी के महासचिव मिर्जा फखरुल इस्लाम आलमगीर से मुलाकात की है। 5 अगस्त 2024 को शेख हसीना के देश छोड़ने के बाद बांग्लादेश में तैनात भारतीय राजनयिकों और बीएनपी नेतृत्व के बीच यह पहली बैठक है। खालिदा जिया की बीएनपी को शेख हसीना की कट्टर विरोधी माना जाता है। ढाका के गुलशन इलाके में मौजूद बीएनपी मुख्यालय में जब भारतीय उच्चायुक्त प्रणय वर्मा की कार ने प्रवेश किया तो उनके साथ उप–उच्चायुक्त प्रवीण बाधे भी मौजूद थे। बैठक के बाद मीडिया को जानकारी देते हुए मिर्जा फखरुल इस्लाम आलमगीर ने कहा, श्भारत बीएनपी के साथ संबंधों में सकारात्मक दृष्टिकोण लाना चाहता है। वे भारत में राजनीतिक दलों के साथ बीएनपी के संबंधों को भी मजबूत करने की कोशिश कर रहे हैं। रिपोर्ट के अनुसार, फखरुल ने पत्रकारों को बताया कि दोनों के बीच भारत–बांग्लादेश के संबंधों को गहरा किए जाने को लेकर चर्चा हुई। उन्होंने कहा, हमने जल बंटवारे और इस समस्या को हल करने की तत्काल आवश्यकता जैसे मुद्दों को उठाया।

भारत में स्थापित होगा पहला सेमीकंडक्टर फैब्रिकेशन प्लांट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वॉशिंगटन। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रविवार को जब न्यूयॉर्क में भारतीय–अमेरिकियों की सभा को संबोधित करते हुए कहा कि वह दिन दूर नहीं जब आप अमेरिका में भी मेड इन इंडिया चिप देखेंगे, तो हजारों लोगों से भरा हाल तालियों से गूंज उठा। पीएम मोदी सेमीकंडक्टर क्षेत्र में भारत की बढ़ती निर्माण क्षमता के बारे में बोल रहे थे। भारत ने अब तक पांच सेमी कंडक्टर इकाइयों को मंजूरी दी है, जिसमें 2 पर काम शुरू हो चुका है। इस बीच जानकारी सामने आई है कि भारत अपना पहला सेमीकंडक्टर फैब्रिकेशन प्लांट स्थापित करने जा रहा है, जो भारतीय रक्षा बलों के लिए बहुत महत्वपूर्ण साबित होगा। भारत की राष्ट्रीय सुरक्षा को बढ़ाने के लिए स्थापित होने वाले प्लांट के निर्माण में अमेरिकी सेना की सबसे आधुनिक शाखा यूएस स्पेस फोर्स मदद करने जा रही है। डेलावेयर में पीएम मोदी और अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडन के बीच द्विपक्षीय बैठक के बाद फैब प्लांट के बारे में जानकारी सामने आई है। बैठक के बाद जारी संयुक्त बयान के अनुसार, दोनों नेताओं ने सेमीकंडक्टर सुविधा की स्थापना की सराहना की और इसे भारत–अमेरिका सहयोग के लिए महत्वपूर्ण क्षण बताया। यह सेमीकंडक्टर प्लांट राष्ट्रीय सुरक्षा के लिए महत्वपूर्ण एडवांस सेंसिंग, कम्युनिकेशन और पावर इलेक्ट्रॉनिक्स पर ध्यान केंद्रित करेगा। प्लांट के जरिए भारतीय रक्षा बलों के साथ ही अमेरिकी सशस्त्र बलों और उसकी सहयोगी सेनाओं को सेमीकंडक्टर चिप्स की सप्लाई की जाएगी।

जवाब कैसे देना है...हम तय करेंगे, हम डरने वाले नहीं

रिपोर्ट

हिजबुल्लाह ने जंग के नए चरण का किया एलान

पेजर और वॉकी–टॉकी हमलों ने लेबनान के हिजबुल्लाह को दिया बड़ा झटका

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

बेरूत। हिजबुल्लाह ने इजरायल के खिलाफ नए चरण के जंग का एलान कर दिया है। संगठन का कहना है कि वह खराब से खराब स्थिति का सामना करने को तैयार है। मगर इजरायल की धमकियों के आगे झुकने वाला नहीं है। हिजबुल्लाह के उप प्रमुख नईम कासेम ने नए चरण की जंग का एलान किया है। लेबनान में हिजबुल्लाह के खिलाफ पेजर और वॉकी–टॉकी हमले के बाद पूर्ण युद्ध का खतरा बढ़ गया है।

हिजबुल्लाह के उप प्रमुख नईम कासेम ने एलान किया कि हम एक नए चरण की जंग में प्रवेश कर चुके हैं। इसका नाम खुला हिसाब–किताब है। गाजा में युद्ध विराम से ही सीमा पार से होने वाले हमलों पर रोक लगेगी। बेंजामिन नेतन्याहू ने स्पष्ट किया है कि उत्तरी इजरायल के विस्थापितों को दोबारा उनके घरों में लौटाना ही हमारा मकसद है। मगर हिजबुल्लाह के उप प्रमुख कासेम का कहना है कि उत्तर के निवासी वापस नहीं लौटेंगे, बल्कि विस्थापन बढ़ेगा और इजरायली समाधान उनकी दुर्दशा को बढ़ाएगा।

कासेम ने इजरायल से कहा, गाजा जाओ और युद्ध बंद करो और हमें धमकियों की आवश्यकता नहीं है। हम यह निर्धारित नहीं करेंगे कि आक्रामकता का जवाब कैसे देना है। हम नए चरण की जंग में प्रवेश कर चुके हैं। कासेम ने कहा कि इजरायल ने हमारे खिलाफ तीन दर्दनाक युद्ध अपराधों को अंजाम दिया। बर्बरता की हादें पार कर दी। ऐसा हमने कभी नहीं देखा। धमकियां हमें नहीं रोकेंगी। हम सबसे खतरनाक संभावनाओं से भी नहीं डरते हैं। सभी सैन्य संभावनाओं का सामना करने को भी तैयार हैं।

पिछले शुक्रवार को हिजबुल्लाह के राडवान ब्रिगेड की बैठक के दौरान इजरायली ने एयर स्ट्राइक की थी। इस हमले में हिजबुल्लाह कमांडर इब्राहिम अकील और महमूद हमद समेत कुल 50 लोगों की जान गई। रविवार को नईम कासेम ने दक्षिणी बेरूत में इब्राहिम अकील और महमूद हमद के अंतिम संस्कार में हिस्सा लिया।

हम आपसे सहमत, साथ मिलकर काम करेंगे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज नई दिल्ली। श्रीलंका में राष्ट्रपति चुनाव जीतने वाले अनुरा कुमारा दिसानायके ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का धन्यवाद किया। उन्होंने भारत के साथ काम करने की अपनी प्रतिबद्धता दोहराई। दिसानायके ने कहा कि हम क्षेत्रीय सहयोग बढ़ाने पर काम करेंगे। अनुरा कुमार दिसानायके ने सोमवार को श्रीलंका के राष्ट्रपति के रूप में शपथ ली। एक दिन पहले उन्होंने कर्ज में डूबे श्रीलंका के राष्ट्रपति चुनाव में बड़ी जीत हासिल की थी। अनुरा का संबंध मार्क्सवादी विचारधारा से है।

इससे पहले चुनाव जीतने पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अनुरा दिसानायके को बधाई दी थी। प्रधानमंत्री ने कहा था कि अनुरा दिसानायके को राष्ट्रपति चुनाव में जीत की बधाई। भारत की नेबरहुड फर्स्ट नीति और विजन सागर में श्रीलंका की विशेष जगह है। मैं अपने लोगों व पूरे क्षेत्र के लाभ की खातिर बहुमुखी सहयोग को और मजबूत करने के लिए आपके साथ मिलकर काम करने को उत्सुक हूं।

अनुरा कुमारा दिसानायके ने अपने आधिकारिक एक्स अकाउंट पर लिखा, प्रधानमंत्री मोदी, आपके दयालु शब्दों और समर्थन के लिए धन्यवाद। मैं हमारे देशों के बीच संबंधों को मजबूत करने की आपकी प्रतिबद्धता से सहमत हूं। हम साथ मिलकर अपने लोगों और पूरे क्षेत्र के लाभ के लिए सहयोग बढ़ाने की दिशा में काम कर सकते हैं।

पाकिस्तान में बड़ा आतंकी हमला

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) स्वात। पाकिस्तान में 11 देशों के राजनयिकों के काफिले में आतंकी हमला हुआ है। घटना रविवार की है। पाकिस्तान के खैबर पख्तूनख्वा के स्वात जिले से मालम जब्बा जा रहे विदेशी दूतों के काफिले की सुरक्षा कर रही पुलिस वैन को आतंकियों ने निशाना बनाया। आतंकवादियों ने रिमोट कंट्रोल बम से वैन को उड़ा दिया। धमाके में एक पुलिस अधिकारी की मौत हो गई। चार अन्य घायल है। घायलों को सैदु शरीफ के जिला अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घटनास्थल पर बड़ी संख्या में पुलिस बल तैनात हैं। जिला पुलिस अधिकारी जाहिदुल्ला खान के बताया कि यह हमला विदेशी राजनयिकों के एक समूह को निशाना बनाकर किया गया था। मृतक पुलिसकर्मी की पहचान बुरहान के रूप में हुई है। घायलों में एक सब–इंस्पेक्टर भी शामिल है। जिस वैन को निशाना बनाय गया है, वह काफिले में सबसे आगे थी।

संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में सुधार की मांग को क्वाड का मिला समर्थन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

अफ्रीका, एशिया, कैरिबियन देशों को मिले जगह

वॉशिंगटन। संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद (यूएनएससी) में सुधार का मुद्दा लंबे समय से दुनिया के सामने है। ये मामला अमेरिका में हालिया क्वाड समिट के दौरान भी उठा है। क्वाड नेताओं ने यूएनएससी की सीटें बढ़ाने और इस निकाय को ज्यादा जवाबदेह बनाने के लिए इसमें सुधार का आह्वान किया है। क्वाड नेताओं ने अफ्रीका, एशिया, लैटिन अमेरिका और कैरिबियन देशों को यूएनएससी में स्थायी सदस्यता का दिए जाने की मांग की है। भारत के लिए ये अहम है क्योंकि उसकी ओर से बीते कई वर्षों से यूएनएससी में स्थायी सीट की मांग की जा रही है।

क्वाड समिट के बाद कहा गया है कि हम संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में सुधार करेंगे। संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद की सदस्यता की स्थायी और गैर–स्थायी श्रेणियों में विस्तार के माध्यम से इसे और अधिक प्रतिनिधि, समावेशी, पारदर्शी, कुशल, प्रभावी, लोकतांत्रिक और जवाबदेह बनाने की तत्काल जरूरत है। स्थायी सीटों के इस विस्तार में अफ्रीका, एशिया, लैटिन अमेरिका और कैरेबियन का प्रतिनिधित्व शामिल होना चाहिए।

अमेरिका ने यूएनएससी में भारत की स्थायी सीट की मांग का भी समर्थन किया है। बाइडन ने प्रधानमंत्री मोदी से बैठक में कहा है कि अमेरिका भारत की महत्वपूर्ण आवाज को प्रतिबिंबित करने के लिए वैश्विक संस्थानों में सुधार की पहल का समर्थन करता है। इसमें संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में भारत की स्थायी सदस्यता भी शामिल है।

यूएनएससी में सुधार की मांग काफी वर्षों से की जा रही है। संयुक्त राष्ट्र महासभा ने नवंबर 2022 में सुरक्षा परिषद सुधार पर अपनी चर्चा समाप्त की थी। उस समय इसके सदस्य देश संयुक्त राष्ट्र की प्रासंगिकता बनाए रखने के लिए 15 सदस्यीय निकाय को आधुनिक बनाने पर सहमत हुए थे। यूएनएससी द्वारा रूस–यूक्रेन युद्ध को रोकने के लिए प्रस्ताव पारित करने में विफल रहने के बाद कुछ स्थायी सदस्यों के पास वीटो शक्ति पर भी सवाल उठाए गए थे।

चीन जापान पर हमले की कर रहा है तैयारी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) टोक्यो। ताइवान को लेकर बढ़ रहे तनाव और सेनकाकू द्वीप पर विवाद के बीच चीन और जापान के रिश्ते रसातल में जाते दिख रहे हैं। दूसरे विश्वयुद्ध के बाद शांति की ओर बढ़ चुके जापान ने अब अपनी रक्षा के लिए खजाना खोल दिया है। जापान ने पिछले कई सालों की तरह से वर्ष 2024 के लिए भी भारी भरकम रक्षा बजट का ऐलान किया है। इससे चीन बौखलाया हुआ है।

जापान ने टॉमहॉक मिसाइल से लेकर एफ–35 फाइटर जेट को लेकर बड़ी प्लानिंग कर रखी है। जापान अपनी नौसेना को भी मजबूत कर रहा है। विशेषज्ञों का कहना है कि परमाणु हमले का सामना कर चुके जापान का यह डर यूं ही नहीं है। चीन जापान पर अचानक से हमला करने की तैयारी कर रहा है। चीन की सेना पीएलए को ताइवान विजय के लिए हवा और समुद्र में अपनी बादशाहत कायम करनी होगी।

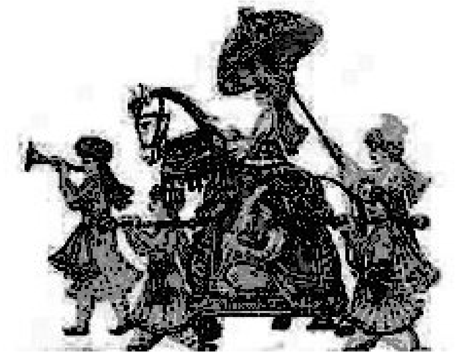
Page Three

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

माँगों का निस्तारण न होने पर उग्र आंदोलन की चेतावनी

धरना-प्रदर्शन

पीआरडी जवानों ने अपनी मांग को लेकर किया धरना-प्रदर्शन

संवाददाता

पुरोला। यमुना घाटी के तीनों विकासखण्ड के पीआरडी प्रशिक्षित जवानों ने अपनी मांग को लेकर सोमवार को मुख्य बाजार पुरोला में जुलुश प्रदर्शन कर तहसील में उपजिलाधिकारी देवानंद शर्मा के माध्यम से जिलाधिकारी को ज्ञापन प्रेषित किया।

पुरोला के मोरी बैंड के पास पुरोला,मोरी व नौगांव विकासखण्ड के पीआरडी जवान एकत्रित हुए जंहा से ढोल–बाजों के साथ अपनी मांगों को लेकर नारेबाजी करते हुए मुख्य बाजार होते हुए तहसील परिसर में पँहुचे तथा उपजिलाधिकारी देवानंद शर्मा के माध्यम से जिलाधिकारी को ज्ञापन प्रेषित कर शीघ्र कार्यवाही की मांग करने के साथ ही माँगो का निस्तारण न होने पर उग्र आंदोलन की चेतावनी दी।

पीआरडी जवानों ने ज्ञापन में कहा कि 1990 के दशक से पीआरडी के माध्यम से सेवा देते आ रहे हैं व अपने जीवन का अमूल्य समय व्यतीत कर दिया है इसी पर हम लोगों की रोजी–रोटी व परिवार का भरण पोषण निर्भर है लेकिन व्यवस्थाओं की कमी के कारण प्रशिक्षित पीआरडी जवानों को साल भर में कुछ ही माह सेवा पर रखा जा रहा है बाकी बिना प्रशिक्षण के लोगों को भर्ती किया जाता रहा है जो पीआरडी जवानों के साथ घोर अन्याय है। पीआरडी जवानों ने ज्ञापन में यह भी कहा है कि मान्य उच्च न्यायालय ने भी कई वर्ष पूर्व पीआरडी जवानों को सालभर रोजगार पर रखने को कहा था लेकिन सरकारों में पीआरडी जवानों की उपेक्षा की गई। पीआरडी जवानों ने ज्ञापन में उग्र आंदोलन की चेतवनी देते हुए शीघ्र संगठन की मांगों का निस्तारण करने की मांग की।

धरना–प्रदर्शन करने वालों में किशन सिंह,अनिल बसियाल, सायब लाल,शन्तलाल, सुरेश राणा,अरविंद सिंह,सचिन,वीरेंद्र सिंह,दशरथ सिंह,चंद किशोर,दिनेश,रणवीर सिंह,,हरिमोहन,बासुदेव, मुकेश व गोविंद चौहान आदि दर्जनों पीआरडी प्रशिक्षित जवान मौजूद थे।

न्यूज डायरी :

वन भूमि के चिन्हीकरण को लेकर आवश्यक दिशा निर्देश

संवाददाता चमोली। जिलाधिकारी संदीप तिवारी ने सोमवार को वन विभाग की समीक्षा बैठक ली। इस दौरान उन्होंने विभागीय अधिकारियों को जनपद में अवस्थित ऐसी वन भूमि, जिसके अन्तर्गत अभिज्ञात वन क्षेत्र, अवर्गीकृत वन भूमि या सामुदायिक वन भूमि के चिन्हीकरण को लेकर आवश्यक दिशा निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने सोमवार को जिला स्तरीय समिति की बैठक ली। इस दौरान उन्होंने समिति के सदस्यों को 25 अक्टूबर 1980 तक व उसके बाद सरकारी अभिलेखों में वन के रूप में दर्ज भूमि की सूचना तैयार करने के आदेश दिए। साथ ही उन्होंने संबंधित अधिकारियों को सूचना निर्धारित प्रारुप में एक सप्ताह के भीतर नोडल व प्रभारी वनाधिकारी को उपलब्ध कराने के निर्देश दिए।

काम के बहाने करते थे घरों की रेकी, एक घर से उड़ाए 2 लाख के गहने

संवाददाता सेलाकुई। मजदूरी का काम ढूंढने के बहाने घरों की रेकी कर थाना सेलाकुई अंतर्गत अटक फार्म में दो भाइयों के बंद घरों में सेंधमारी कर 2 लाख के गहनो समेत कीमती सामान चोरी करने व तोड़फोड़ करने वाले 3 अभियुक्तो को सेलाकुई पुलिस द्वारा कल रविवार को क्षेत्र के फायर सर्विस के पास सारना नदी के समीप से गिरफ्तार किया है। पकड़े गए तीनो अभियुक्तो उत्तरप्रदेश के रहने वाले है व शंकरपुर में किराए पर रहकर सेलाकुई में मजदूरी का काम करते है व नशे के आदी है। पकड़ा गया एक अभियुक्त मुजफ्फरनगर के नई मंडी थाने में चोरी, आर्म्स एक्ट में मुलजिम है व जेल भी जा चुका है। गिरफ्तार तीनो अभियुक्त वर्तमान में सेलाकुई के शंकरपुर क्षेत्र में रहते है। पूछताछ में अभियुक्तों ने बताया कि वह नशे के आदी है।

भारत की पहली इंटेलिजेंट सीयूवी एमजी विंडसर की कीमत 13,49,800 रुपये

संवाददाता देहरादून। जेएसडब्ल्यू एमजी मोटर इंडिया ने पिछले दिनों लॉन्च की गई एमजी विंडसर की कीमतों की घोषणा कर दी है। एमजी विंडसर की शुरुआती कीमत 13,49,800 रुपये (एक्स–शोरूम) रखी गई है। भारत की इस पहली इंटेलिजेंट सीयूवी में सेडान जैसा कंफर्ट और एसयूवी जैसा स्पेस, दोनों के फीचर्स मिलते हैं। यह कार ग्राहकों को एक शानदार बिजनेस–क्लास का अनुभव प्रदान करती है। सीयूवी को बेहद फ्यूचरिस्टिक एयरोडायनामिक डिजाइन, विशाल और शानदार इंटीरियर, भरोसेमंद सेफ्टी, स्मार्ट कनेक्टिविटी, ड्राइविंग कंफर्ट और कई सारे हाई–टेक फीचर्स के साथ पेश किया गया है। इसके साथ ही ईहब बाय एमजी ऐप का उपयोग करके सार्वजनिक चार्जर पर एक साल की निःशुल्क चार्जिंग जैसी सुविधा भी मिलती है। विंडसर चार रंगों में उपलब्ध है।

फर्जी नियुक्ति प्रमाण पत्र देकर ठगी करने वाला अभियुक्त गिरफ्तार

अर्जुन सिंह भंडारी

चमोली। जनपद पुलिस ने फर्जी नियुक्ति प्रमाण पत्र देकर नौकरी का झांसा देने वाले नटवर लाल को गिरफ्तार किया है। जानकारी के अनुसार शिकायतकर्ता राहुल सिंह पुत्र बाग सिंह निवासी बांसवाडा पोस्ट सेरा थाना नन्दानगर घाट ने थाने में शिकायत दर्ज करवाते हुए बताया कि प्रीतम सिंह नेगी पुत्र धन सिंह नेगी निवासी ग्राम सिमली थाना कर्णप्रयाग व मुकेश सती पुत्र अमलानन्द सती निवासी ग्राम कुन्तरी थाना नन्दानगर घाट ने आपराधिक षडयन्त्र रचकर उसकी पत्नी को सचिवालय में नौकरी दिलाने के नाम पर 7 लाख 35 हजार की धनराशि हडप कर उसकी पत्नी के व्हाटसएप पर फर्जी कूटरचित नियुक्ति पत्र भेजा है।

पुलिस कप्तान सर्वेश पंवार ने उक्त घटना की गहनता से विवेचना करने एवं अपराधियों के विरुद्ध आवश्यक कार्यवाही करने हेतु निर्देशित किया।उक्त अभियुक्तों की गिरफ्तारी हेतु पुलिस टीम गठित की गयी, गठित पुलिस टीम द्वारा कल रविवार को अभियुक्त प्रीतम सिंह नेगी को सिमली से गिरफ्तार किया गया। पुलिस उक्त मामले में मुकेश सती के संबंध में भी जानकारी जुटा रही है और उसके खिलाफ भी आवश्यक कार्रवाई करेगी। अभियुक्त के आपराधिक इतिहास की विस्तृत जानकारी प्राप्त करने का प्रयास कर रही है, ताकि भविष्य में और ठगी के मामलों को रोका जा सके।

जिलाधिकारी ने ली जिला गंगा संरक्षण समिति की मासिक बैठक

संवाददाता चमोली। जिलाधिकारी संदीप तिवारी ने सोमवार को जिला गंगा संरक्षण समिति की मासिक बैठक ली। जिसमें गंगा की सहायक नदियों के संरक्षण एवं प्रदूषण रहित बनाए जाने को लेकर किए जा रहे कार्यो की समीक्षा की गयी। उन्होंने कर्णप्रयाग में निर्माणाधीन 3 एसटीपी का एसडीएम, जल संस्थान, जल निगम व खनन अधिकारी को संयुक्त निरीक्षण करने एवं सारी कमियों का निराकरण करते हुए अक्टूबर प्रथम सप्ताह तक जल संस्थान को हस्तांतरित करने के निर्देश दिए। सभी ईओ को शत प्रतिशत डोर टू कूड़ा कलेक्शन करने व सूखे एवं गीले कूडे को अलग अलग निस्तारण करने के साथ ही कितना गीला कूड़ा एकत्र किया जा रहा और कितने का निस्तारण किया जा चुका है उसकी रिपोर्ट भेजने के निर्देश दिए। प्लास्टिक उपयोग पर प्रभावी रोक लगाने के लिए सभी ईओ नियमित चेकिंग करने के निर्देश दिए।

फिक्स्ड चार्जेस व कई प्रकार के चार्जेस ने उपभोक्ताओं का निकाला दम

संवाददाता।

■लाइन लॉस कम नहीं करवा पाए गवर्नर साहब

विकासनगर। सरकार द्वारा लगातार बिजली के दामों में की जा रही बेहताशा बढ़ोतरी को रोक पाने में नाकाम गवर्नर से इस्तीफे की मांग को लेकर जन संघर्ष मोर्चा कार्यकर्ताओं ने मोर्चा अध्यक्ष एवं जीएमवीएन के पूर्व उपाध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी के नेतृत्व में तहसील में घेराव/प्रदर्शन कर महामहिम राज्यपाल (उन्हीं को) को संबोधित ज्ञापन उप जिलाधिकारी, विकासनगर विनोद कुमार को सौंपा।

नेगी ने कहा कि प्रतिवर्ष लगभग 15 फीसदी लाइन लॉस में बिजली जाया हो रही है, जिसकी कीमत लगभग 1000–1500 करोड है ,लेकिन गवर्नर साहब इस लाइन लॉस को कम करने की दिशा में सरकार पर चाबुक चलाने में लाचार नजर आ रहा हैं, जिसकी वजह से जनता त्राहि–त्राहि कर रही है। नेगी ने कहा कि तीन –चार वर्ष से सरकार द्वारा लगातार बिजली के दामों में बढ़ोतरी की जा रही है तथा कुछ माह पूर्व फिर से बढ़ोतरी की गई है। सरकार द्वारा प्रतिमाह यूनिट स्लैब/प्रति किलोवाट फिक्स्ड चार्जेस निर्धारित किया गया है, जिसके नाम पर उपभोक्ताओं को लूटने का काम किया जा रहा है। नेगी ने कहा कि सरकार की नाकामी उपभोक्ताओं पर भारी पड़ रही है। गवर्नर साहब की लापरवाही एवं ढिंगामस्ती तथा कई बार मोर्चा द्वारा चेताने के बावजूद लाइन लॉस कम करने की दिशा में कोई भी ठोस कदम नहीं उठा पाए। निजी हित साधने के लिए सरकार मामले को अनसुना कर रही है ,जिसकी वजह से जनता का तेल निकल रहा है।

नेगी ने कहा कि 100 यूनिट तक रुपए 3.40 प्रति यूनिट, 200 यूनिट तक 4.90 एवं 200 से 400 यूनिट तक 6.70 तथा इसके ऊपर 7.35 प्रति यूनिट निर्धारित की गई है तथा इसी प्रकार फिक्स्ड चार्जेस 75 रुपए, 85/एवं 100 रुपए प्रति किलोवाट/प्रतिमाह निर्धारित किए गए हैं तथा इलेक्ट्रिसिटी ड्यूटी भी उपभोक्ताओं का कष्ट बढ़ा रही है। सरकार को चाहिए था कि फिक्स्ड चार्जेस न्यूनतम करने एवं 100 यूनिट के स्लैब के स्थान पर 150– 200 यूनिट का स्लैब निर्धारित करती।

अधिकारियों को दिए शेष समस्याओं का निराकरण करने के निर्देश

संवाददाता रुद्रप्रयाग। जिलाधिकारी सौरभ गहरवार की अध्यक्षता में विकास भवन सभागार में जनसंवाद जनता मिलन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर विभिन्न विभागों से संबंधित कुल 36 शिकायतें दर्ज की गई। इनमें 19 शिकायतों का मौके पर ही निराकरण किया गया जबकि शेष शिकायतों का निस्तारण करने के लिए संबंधित विभागों को प्रेषित किया गया। आयोजित जनता मिलन कार्यक्रम में कान्दी निवासी बलवीर लाल ने बीते माह केदारानाथ में अतिवृष्टि के चलते उनकी दुकान बह जाने एवं बेटे के पैर में चोट लगने की जानकारी देते हुए मुआवजे की मांग की। ग्राम पंचायत डुंगर प्रधान महिपाल सिंह ने बताया कि उनकी ग्राम सभा के पंचायत भवन एवं प्राथमिक विद्यालय की स्थिति जीर्ण शीर्ण हो गई है। पंचायत भवन में लगातार शादी सहित अन्य सामुदायिक कार्यक्रम होते हैं जबकि स्कूल में भी नियमित पढ़ाई हो रही है।

विशेषज्ञों में मतभेद

झारखंड सरकार ने इस मामले में समीक्षा और पुनर्विचार की प्रक्रिया शुरू करने की बात कही है। फिजिकल टेस्ट के मानकों में बदलाव पर भी विचार किया जा रहा है। ध्यान रहे, आसपास के राज्यों में भी पुलिस, अर्धसैनिक बलों में भर्ती के लिए फिजिकल टेस्ट के मानक अलग-अलग हैं।

अनुज श्रीवास्तव।।

झारखंड में एक्साइज कॉन्स्टेबलों की भर्ती के लिए फिटनेस टेस्ट के दौरान हुई 12 युवकों की मौत न सिर्फ दुखद बल्कि चिंताजनक भी है। भर्ती प्रक्रिया पर रोक लगा दी गई है, लेकिन यह काफी नहीं। इस गंभीर घटना के पीछे काम कर रहे सभी संभावित वजहों की गहराई से पड़ताल करने की जरूरत है।

फिटनेस टेस्ट के दौरान हुई इन मौतों ने पूरे देश को हैरान कर दिया। हालांकि इस तरह की भर्तियों में फिटनेस टेस्ट के दौरान प्रतिभागियों के बेहोश होने या इक्का-दुक्का मामलों में मौत की भी खबरें आती रही हैं, लेकिन इतने बड़े पैमाने पर पहली बार ऐसी घटना हुई है। मृतकों की संख्या तो ज्यादा है ही, अलग-अलग केंद्रों पर करीब 400 प्रतिभागी बेहोश हो गए। ये सभी 25 साल के आसपास के युवा हैं। किसी भी रूप में इसे सामान्य घटना के तौर पर नहीं देखा जा सकता।

इसकी संभावित वजहों को लेकर विशेषज्ञों की कोई एक राय सामने नहीं आ रही। लेकिन धूप, मौसम, तनाव, पहले से किसी तरह की बीमारी आदि जितने भी संभावित कारण बताए जा रहे हैं, उनमें कोई नई बात नहीं है। ऐसी तमाम भर्तियों में कमोबेश उन सभी वजहों की भूमिका होती ही है। लेकिन हर बार इतनी बड़ी संख्या में प्रतिभागियों की तबीयत नहीं बिगड़ती। जाहिर है, इस नजरिये से पूरे मामले की जांच करनी चाहिए।

कोविड महामारी के रूप में एक नई वजह इस बार जरूर मौजूद है, जिस पर चर्चा भी हो रही है। इस बीच हमारे आसपास पूरी तरह स्वस्थ दिखने वाले यंग लोगों की अचानक मौत की घटनाएं भी इस संदेह को बढ़ाती हैं कि कोविड ने हममें से ज्यादातर के शरीर को अंदर से कुछ इस तरह कमजोर कर दिया है कि हम उससे पहले जैसी ऊर्जा की उम्मीद नहीं कर सकते। मगर इस तरह के निष्कर्ष संदेहों और अनुमानों के आधार पर नहीं निकाले जा सकते।

झारखंड सरकार ने इस मामले में समीक्षा और पुनर्विचार की प्रक्रिया शुरू करने की बात कही है। फिजिकल टेस्ट के मानकों में बदलाव पर भी विचार किया जा रहा है। ध्यान रहे, आसपास के राज्यों में भी पुलिस, अर्धसैनिक बलों में भर्ती के लिए फिजिकल टेस्ट के मानक अलग-अलग हैं। लेकिन मौजूदा हालात में इस मसले को राष्ट्रीय संदर्भ में देखने की जरूरत है। अगर कोविड से इसका कोई संबंध हुआ तो जाहिर है उसके निहितार्थ भी पूरे देश में होंगे। ऐसे में जरूरी है कि अन्य किसी राज्य में इस तरह की घटना की आशंका न बचे, इसके लिए राष्ट्रीय स्तर पर पहल की जानी चाहिए।

मंदिर के बाहर

अशोक वोहरा।
कुछ दूर आगे आने के बाद, भोलाराम को एक गाँव के किनारे, पहाड़ी के ऊपर, छोटा सा मंदिर दिखाई देता है। भोलाराम को अचानक उस मंदिर में जाने का विचार आता हैद्य वह अपनी कावड़ लेकर, मंदिर की तरफ जाने लगता है। मंदिर थोड़ा ऊँचाई पर था। उसे ऊपर चढ़ने में परेशानी हो रही थी, लेकिन भोलाराम पेड़ की शाखाएँ, पकड़कर मंदिर के द्वार तक, पहुँच जाता है और अपनी कावड़ को, मंदिर के बाहर रखकर, अंदर प्रवेश कर जाता है। अंदर पहुँचते ही, उसे एक साधु ध्यान में बैठे हुए दिखाई देते हैं। भोलाराम की आहट से, उनकी आंखें खुल जाती है। वह भोलाराम को, उसके नाम से बुलाते हुए कहते हैं कि, "भोलाराम लाओ पानी मुझे दे दो। मुझे बहुत प्यास लगी है।

....शेष कल

संपादकीय

रूस से मिला सहयोग

परमाणु पनडुब्बी बनाने में भारत को अमेरिका या किसी पश्चिमी देश से सहयोग नहीं मिल सकता था, लेकिन इसके संचालन में रूस से अहम तकनीकी मदद मिली है। अरिहंत और अरिघाट के विकास में रूसी इंजिनियरों का काफी सहयोग मिला है। रूस अपनी दो परमाणु पनडुब्बियां भी भारत को लीज पर दे चुका है। 1989 में उसने पहली बार चार्ली वर्ग की पनडुब्बी दी थी, जिसका नाम चक्र-1 रखा गया था। इसका लीज समाप्त होने के बाद अकुला वर्ग की दूसरी परमाणु पनडुब्बी दस साल के लीज पर दी। अब रूस से दस साल के लीज पर एक और परमाणु पनडुब्बी लेने की बात चल रही है। भारत को डीजल चालित पनडुब्बी के बेड़े का तेजी से विस्तार करने की जरूरत है क्योंकि भारत के पारंपरिक पनडुब्बी बेड़े में फिलहाल 16 डीजल पनडुब्बियां ही हैं। फ्रांसीसी स्कॉरपीन वर्ग की अब तक मिली पांच पनडुब्बियों (छठी और अंतिम का निर्माण मुंबई में चल रहा है) के अलावा सभी पनडुब्बियां रिटायर होने की उम्र में हैं। इसलिए भारत को जल्द ही अपना पारंपरिक डीजल पनडुब्बी बेड़ा बढ़ाने का फैसला करना होगा।

इसकी मौजूदगी मात्र से दुश्मन देश भारत पर परमाणु हमला तो क्या पूर्ण स्तर का पारंपरिक युद्ध छेड़ने से भी हिचकेंगे। दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि परमाणु पनडुब्बियां अपनी ताकत की बदौलत शांति बनाए रखने के काम आएंगी।

जवाबी हमले की स्वतंत्रता

रंजीत कुमार।

परमाणु मिसाइलों से लैस दूसरी स्वदेशी परमाणु पनडुब्बी अरिघाट के भारतीय नौसेना में पिछले हफ्ते शामिल हो जाने के बाद भारत को वह ब्रह्मास्त्र मिल गया है, जिसे शायद ही कभी चलाने की जरूरत पड़े। समुद्र की तलहटी में महीनों चुपचाप विचरण करने की क्षमता वाली परमाणु पनडुब्बी के रूप में इसकी मौजूदगी यह सुनिश्चित करेगी कि भारत पर कोई भी देश परमाणु हमला न कर पाए।

परमाणु पनडुब्बियों के विकास में मिली इस असाधारण कामयाबी से विश्व सामरिक जगत में भारत का दबदबा बढ़ेगा। आठ साल पहले 2016 में भारतीय नौसेना में परमाणु बिजली से चालित पहली पनडुब्बी आईएनएस अरिहंत को शामिल किया गया था। आईएनएस अरिघाट, अरिहंत से अधिक क्षमतावान है। इसमें साढ़े तीन हजार किलोमीटर तक मार करने वाली चार परमाणु बैलिस्टिक मिसाइलें लोड की जा सकती हैं।

युद्ध की स्थिति में यह पनडुब्बी दुश्मन के समुद्र तट के काफी करीब छुपकर बैठ सकती है और दुश्मन के अहम ठिकानों पर वार कर सकती है। ऐसा हमला करने का निर्देश अरिघाट के कमांडर को तब मिलेगा, जब भारत पर परमाणु हमला हुआ हो और भारतीय सेनाएं

अपनी जमीन आधारित अग्नि बैलिस्टिक मिसाइल या फिर राफेल या सुखोई-30 विमानों से दुश्मन पर परमाणु बम गिराने की स्थिति में न हों।

परमाणु पनडुब्बी हासिल कर भारत ने परमाणु त्रिकोण यानी न्यूक्लियर ट्रायड की क्षमता को और मजबूत किया है। इसकी मौजूदगी मात्र से दुश्मन देश भारत पर परमाणु हमला तो क्या पूर्ण स्तर का पारंपरिक युद्ध छेड़ने से भी हिचकेंगे। दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि परमाणु पनडुब्बियां अपनी ताकत की बदौलत शांति बनाए रखने के काम आएंगी। भारत ने दुश्मन में खौफ पैदा करने के लिए वैसे तो अग्नि बैलिस्टिक मिसाइलें तैनात की हैं और वायुसेना के लड़ाकू विमानों को भी परमाणु बम गिराने के लिए तैयार रखा है, लेकिन समुद्र आधारित परमाणु मिसाइलों की जरूरत इसलिए थी कि देश सेकंड स्ट्राइक यानी जवाबी हमला करने की स्थिति में हमेशा बना रहे। मई, 1998 में दूसरी बार परमाणु परीक्षण करने के बाद भारत ने दुनिया को आश्वस्त किया था कि वह किसी भी देश पर पहले परमाणु हमला नहीं करेगा। लेकिन यह भी स्पष्ट कर दिया गया था कि यदि किसी ने उस पर परमाणु हमला किया तो वह दुश्मन पर महाविनाशकारी हमला करने को स्वतंत्र होगा।

अरिघाट हासिल करने के बाद भारत उन चुनिंदा देशों- अमेरिका, फ्रांस, रूस, चीन- के क्लब में शामिल हो गया है, जो परमाणु त्रिकोण की ताकत रखते हैं। शायद यह भी एक वजह है कि पूर्वी लद्दाख की सीमाओं पर 50 हजार से अधिक सैनिकों की पिछले चार वर्षों से तैनाती जारी रहने के बावजूद चीन के साथ खुला युद्ध शुरू नहीं हुआ है क्योंकि इसकी अंतिम परिणति परमाणु मिसाइलों के इस्तेमाल के रूप में हो सकती है। अमेरिका की करीब 70 और चीन की करीब एक दर्जन परमाणु पनडुब्बी क्षमता के मद्देनजर भारत ने भी परमाणु पनडुब्बियों के संचालन की न्यूनतम क्षमता हासिल करने का लक्ष्य रखा है।

सूडोकू नवताल-5319

★★★★☆ मध्यम

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

- 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।
- दोनों का केवल एक ही हल है।

सूडोकू नवताल -5318 का हल

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

अपना ब्लॉग

बढ़ाना होगा बेड़ा

मोहन। सदी की शुरुआत में भारत ने तय किया था कि नौसेना के पास 2030 तक न्यूनतम 24 पनडुब्बियां होनी चाहिए। लेकिन नई डीजल पनडुब्बियां शामिल करने का कोई फैसला नहीं लिया गया है और पुरानी 12 डीजल पनडुब्बियां अगले कुछ सालों के भीतर रिटायर करनी होंगी। परमाणु पनडुब्बी अरिघाट के शामिल होने से कुछ राहत मिलेगी लेकिन हिंद महासागर की समुचित चौकसी के लिए पनडुब्बी बेड़ा बढ़ाने की जरूरत इसलिए है कि भारत के समुद्री इलाके में चीनी नौसेना की हलचल पिछले कुछ सालों से काफी बढ़ गई है। इसके तहत भारतीय नौसेना को करीब छह महीने बाद तीसरी परमाणु पनडुब्बी अरिदमन मिलेगी। चौथी परमाणु पनडुब्बी का निर्माण भी चल रहा है। तुलनात्मक रूप में भारत का परमाणु पनडुब्बी बेड़ा काफी छोटा होगा, लेकिन दुश्मनों से निपटने के लिए फिलहाल इसे काफी माना जा रहा है।

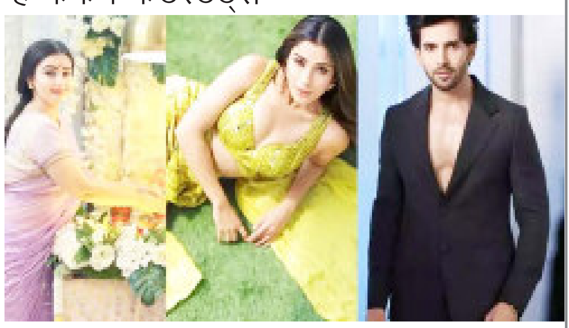
जयम रवि ने सिंगर केनिशा फ्रांसिस संग अफेयर की खबरों पर तोड़ी चुप्पी

जब से तमिल एक्टर जयम रवि ने पत्नी आरती से अलग होने का ऐलान किया है, तभी से खबरें आ रही हैं कि उनका सिंगर केनिशा फ्रांसिस के साथ गुपचुप अफेयर चल रहा है। दोनों के अफेयर के चर्चे फिल्मी गलियारों में आग की तरह फैल गए हैं। अब जयम रवि ने केनिशा फ्रांसिस संग अफेयर की खबरों पर चुप्पी तोड़ी है। जयम रवि ने मीडिया से कहा, श्मैं केवल एक ही बात कहना चाहूंगा कि जियो और जीने दो। मेरे निजी मामलों में किसी को मत घसीटो। निजी जीवन को निजी जीवन ही रहने दो। एक्टर ने आगे कहा, श्केनिशा ने 600 से अधिक स्टेज शोज में गाने गाए हैं। वह एक हीलर हैं, जिन्होंने कई लोगों की मदद की है। वह एक लाइसेंस होल्डर साइकोलॉजिस्ट हैं। मैं भविष्य में उनके साथ एक हीलिंग सेंटर शुरू करने की योजना बना रहा हूं। कृपया मेरे और उनके बारे में अफवाहें न फैलाएं। मालूम हो कि कुछ हफ्ते पहले ही जयम रवि ने अचानक ही पत्नी से तलाक का ऐलान कर दिया था। इस पर एक्टर की पत्नी आरती ने हैरानी जताई थी। एक पोस्ट में उन्होंने कहा था कि उन्हें जयम के इस कदम के बारे में कुछ नहीं पता और यह एकतरफा फैसला है। प्रोफेशनल फ्रंट की बात करें, तो जयम रवि फिल्म श्ब्रदरश की रिलीज का इंतजार कर रहे हैं, जिसे एम राजेश ने डायरेक्ट किया है।

सुरक्षा जवानों से घिरकर दुबई से मुंबई लौटे सलमान खान

नीली शर्ट और काली पैंट पहने सलमान को एयरपोर्ट पर देखा गया। अपने आस-पास के भारी तनाव के बावजूद, जब वह अपनी लग्जरी कार की ओर बढ़ रहे थे तो वह शांत दिख रहे थे। हालांकि वह पपाराजी के लिए पोज देने के लिए नहीं रुके, लेकिन शटरबग्स ने कड़ी सुरक्षा मौजूदगी के बीच स्टार की एक झलक देखी। सलमान खान को उनके पिता सलीम खान को मुंबई में धमकी मिलने के बाद पहली बार देखा गया। घर में गंभीर स्थिति के बावजूद, सलमान ने अपना काम जारी रखा और काम के लिए दुबई चले गए। दुबई मॉल में, उन्हें नीले रंग की कॉलर वाली शर्ट और चश्मा पहने, बैगी पैंट और ग्रे बेरेट के साथ देखा गया। जब वह भीड़ के बीच से निकल रहे थे तो सुरक्षाकर्मियों के एक काफिले ने उन्हें घेर लिया, उनके साथ उनके बॉडीगार्ड शेरा भी थे। इस बीच, मुंबई पुलिस ने लॉरेंस बिश्नोई के नाम का जिक्र करते हुए सलीम खान को धमकी देने वाली बुर्का पहने महिला की गिरफ्तारी की पुष्टि की है।

शहजादा धामी से नायरा बनर्जी तक, ये हैं कंफर्म कंटेस्टेंट्स



रियलिटी शो बिग बॉस 18 के मेकर्स ने हाल ही में 18वें सीजन का टीजर जारी किया है। अब, हमारे पास बिग बॉस के सभी फैंस के लिए एक अपडेट है। इंडस्ट्री के कई लोकप्रिय चेहरों के सलमान खान के रियलिटी शो में भाग लेने की पुष्टि की गई है। शहजादा धामी, नायरा बनर्जी, चाहत पांडे और अविनाश मिश्रा जैसे टेलीविजन स्टार्स बिग बॉस सीजन 18 में आने वाले हैं। जबकि इस रियलिटी शो में भाग लेने के लिए कई नामों से संपर्क किया जा रहा है। इनमें से इन चार नामों की पुष्टि की गई है। रिपोर्ट के मुताबिक, शहजादा धामी, नायरा बनर्जी, चाहत पांडे और अविनाश मिश्रा टीवी जगत के जाने-माने चेहरों में से एक रहे हैं। उनके लाखों फैंस हैं। जहां शहजादा को आखिरी बार ये रिश्ता क्या कहलाता है में देखा गया था, वहीं नायरा बनर्जी को रोहित शेट्टी के हिट स्टंट रियलिटी शो खतरों के खिलाड़ी 13 में देखा गया था। दूसरी ओर, चाहत पांडे नाथ-कृष्ण और गौरी की कहानी में अपने सीन्स को पूरा कर रही हैं और जल्द ही बिग बॉस 18 में दिखाई देंगी। अविनाश मिश्रा के बारे में बात करें तो, एक्टर को आखिरी बार मीठा खट्टा प्यार हमारा में देखा गया था। बता दें कि अविनाश और चाहत अपने पिछले दो शो नाथ और दुर्गा - माता की छायाश के बाद बिग बॉस में तीसरी बार फिर से साथ आएंगे।

अंकिता-विक्की का रोमांस देख बोले लोग-प्यार का फालूदा बना दिया

अंकिता लोखंडे इन वक्त हसबैंड विक्की जैन के साथ वेकेशन पर जॉर्जिया में हैं। जॉर्जिया की खूबसूरती का लुत्फ उठाते हुए उन्होंने तस्वीरें शेयर की हैं। इन तस्वीरों में अंकिता छुट्टियों के पलों को जमककर इंजॉय करती दिख रही हैं। अंकिता लोखंडे ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म इंस्टाग्राम पर अपनी यात्रा के कुछ अनमोल पलों को शेयर किया, जिसमें जॉर्जिया की खूबसूरत झलकियां दिखाई गई हैं। एक तस्वीर में अंकिता अपने पति विक्की जैन की गोद में बैठी दिख रही हैं। उनकी जोड़ी इन तस्वीरों में बहुत खूबसूरत लग रही हैं।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

दोस्तों के साथ जॉर्जिया में छुट्टियां मना रहे

अंकिता और विक्की की जोड़ी टीवी एक्टर्स कनिका मान, हेली शाह, रोहन मेहरा, चेतना पांडे और रिया शर्मा के साथ जॉर्जिया में छुट्टियां मना रही है। खबर है कि वे एक अपकमिंग प्रोजेक्ट की शूटिंग कर रहे हैं।

लोगों ने कहा- बिग बॉस में क्यों इतना लड़ते रहते थे दोनों?

इन तस्वीरों को देखकर लोगों ने कहा है- इतना प्यार है, बिग बॉस में क्यों इतना लड़ते रहते थे दोनों? बेकार में बिग बॉस में जाकर अपने प्यार का फालूदा बना लिया। अब ये सब देखकर भरोसा ही नहीं होता। एक और ने कहा- बिग बॉस के झगड़े के बाद लाफ्टर शेफ में आप दोनों का फनी साइड दिखा, अच्छा लगा।

लाफ्टर शेफ्स में खूब हो रही है मस्ती

अंकिता और विक्की रिएलिटी शो बिग बॉस 17 के बाद से काफी चर्चा में हैं। इन दिनों वे लाफ्टर शेफ्स-अनलिमिटेड एंटरटेनमेंट में नजर आ रहे हैं। इस शो में कृष्णा अभिषेक, राहुल वैद्य, करण कुंद्रा, निया शर्मा, जन्नत जुबैर रहमानी, रीम शेख, सुदेश लहरी और कश्मीरा शाह भी हैं। इसे भारती सिंह होस्ट करती हैं और शेफ हरपाल सिंह सोखी जज करते हैं और यह कलर्स पर प्रसारित होता है।

पवित्र रिश्ता में अर्चना के किरदार से मिली पहचान

अंकिता ने 2009 में श्पवित्र रिश्ताश में अर्चना की भूमिका से एक्टिंग की शुरुआत की। इस शो में दिवंगत एक्टर सुशांत सिंह राजपूत ने मानव की भूमिका निभाई थी।

कंगना रनौत की फिल्म से बॉलीवुड में शुरुआत

अंकिता एक थी नायिका, झलक दिखला जा 4 और कॉमेडी सर्कस का नया दौर का भी हिस्सा रही हैं। अंकिता ने 2019 में ऐतिहासिक बायोग्राफिकल एक्शन ड्रामा मणिकर्णिकाः द क्वीन ऑफ झांसी से बॉलीवुड में डेब्यू किया, जो झांसी की रानी लक्ष्मीबाई के जीवन पर आधारित है। कृष जगरलामुदी और कंगना रनौत द्वारा निर्देशित इस फिल्म में कंगना ने मुख्य भूमिका निभाई थी। वह बागी 3 और द लास्ट कॉफी जैसी फिल्मों में नजर आ चुकी हैं।

बिजनेसमैन विक्की के साथ शादी के बंधन में बंधी

39 वर्षीय अंकिता को आखिरी बार विनायक दामोदर सावरकर के जीवन पर आधारित फिल्म स्वातंर्त्य वीर सावरकर में देखा गया था। इसका निर्देशन, सह-लेखन और सह-निर्माण रणदीप हुड्डा ने किया है, जिन्होंने मुख्य भूमिका भी निभाई है। अंकिता साल 2021 में 14 दिसंबर को मुंबई में एक पारंपरिक समारोह के दौरान बिजनेसमैन विक्की के साथ शादी के बंधन में बंधी थीं।

करण जौहर नेटफ्लिक्स के साथ बिग बजट वेब सीरीज बनाएंगे

करण जौहर अब ओटीटी की दुनिया में कदम रखने जा रहे हैं। करण जौहर नेटफ्लिक्स के साथ बिग बजट वेब सीरीज बनाएंगे। वेब सीरीज की कास्टिंग शुरू हो चुकी है और यह साल 2026 में रिलीज होगी।

करण जौहर देश के उन टॉप फिल्ममेकर्स में से एक हैं, जिनके साथ हर एक्टर और एक्ट्रेस काम करना चाहती है। कई ब्लॉकबस्टर फिल्में दे चुके करण जौहर अभी तक बिग स्क्रीन के लिए फिल्में बनाते रहे हैं, पर अब वह ओटीटी की दुनिया में डेब्यू करने जा रहे हैं। अब वह भी संजय लीला भंसाली की तरह ओटीटी के लिए एक धांसू वेब सीरीज डायरेक्ट करेंगे।

नजर आएंगे कई नामी स्टार्स

रिपोर्ट के मुताबिक, यह बड़े बजट की वेब सीरीज होगी और इसे नेटफ्लिक्स के लिए बनाया जाएगा। सोर्स के मुताबिक, इस वेब सीरीज का सब्जेक्ट Karan Johar के दिल के काफी करीब है। इसमें भारतीय सिनेमा की मंझी हुई टॉप हीरोइनें नजर आएंगी।

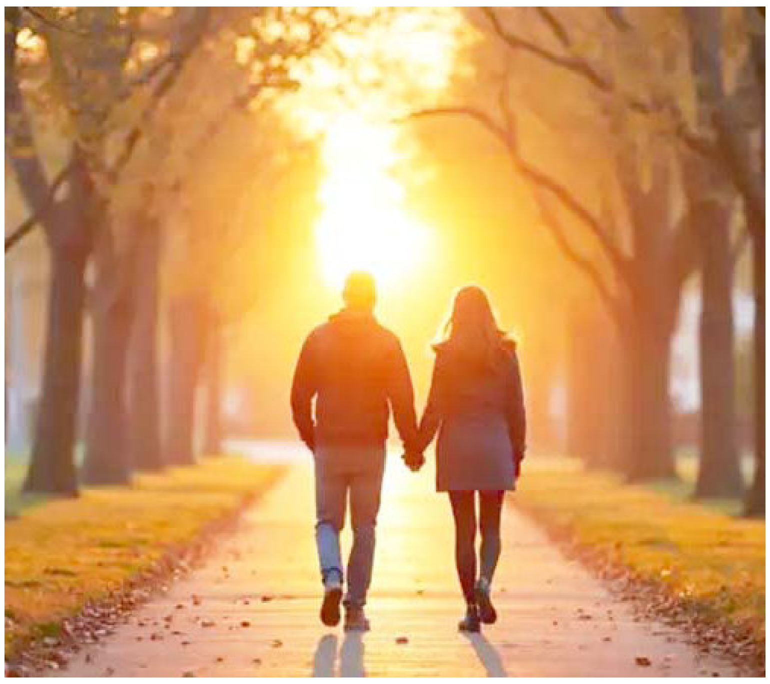
स्क्रिप्ट फाइनल, 2025 में शूटिंग शुरू

अभी इस वेब सीरीज का नाम फाइनल नहीं किया गया है, पर स्क्रिप्ट लॉक हो चुकी है। मेकर्स की कोशिश है कि इसकी शूटिंग साल 2025 में शुरू हो जाए। रिपोर्ट के मुताबिक, करण जौहर अपनी टीम के साथ इस विषय पर बड़े स्तर पर काम कर रहे हैं। वह डिजिटल की दुनिया में अपनी शुरुआत करने को लेकर बेहद एक्साइटेड हैं।

बड़े स्टार्स होंगे वेब सीरीज का हिस्सा, 2026 में रिलीज

अब इस वेब सीरीज के लिए कास्टिंग शुरू हो चुकी है। कोशिश है कि इसके लिए मशहूर और जाने-माने स्टार्स को साइन किया जाए। बताया जा रहा है कि इस वेब सीरीज को साल 2026 में रिलीज किया जाएगा। करण जौहर एक और शो में बिजी हैं, जिसका नाम द ट्रेटर्स है। फिलहाल इसकी शूटिंग सूर्यगढ़ में चल रही है और इसे प्राइम वीडियो पर स्ट्रीम किया जाएगा। करण इसे होस्ट करेंगे।

इस तरह से वॉक करने से हो सकते हैं कई नुकसान



पार्टनर के साथ वॉक करने के फायदे

यदि आप पार्टनर के साथ वॉक पर जाते हैं तो आपके पास कोई ऐसा होता है जो आपको मोटिवेट करता है। खासतौर पर अगर आपने नई शुरुआत की है तो आपके सफर को आसान बनाने में मदद मिलती है यानि आपका पार्टनर आपको अपने अनुभवों से गाइड कर सकता है। इसके अलावा यदि आपका पार्टनर रेगुलर और कॉन्फिडेंट है तो इसका फायदा आपको भी मिलेगा।

सुबह-शाम पैदल चलने से मांसपेशियां और हड्डियां मजबूत होती हैं। इसके अलावा इसका अच्छा असर मेंटल हेल्थ पर भी पड़ता है, लेकिन व०क करने के भी कुछ नियम होते हैं जिसकी जानकारी होना बेहद जरूरी है।

बुजुर्गों के लिए कौन सा वहृक सुरक्षित

रोजाना वॉक करने के साथ सुरक्षा भी जरूरी है। अधिक उम्र वाले लोगों को हमेशा पार्टनर के साथ ही वॉक करना चाहिए। इससे वे सुरक्षित महसूस करेंगे और बिना किसी के डर के वॉक कर सकते हैं।

बढ़ता है कॉन्फिडेंसः खुली हवा में सैर करने से शारीरिक रूप से हम बेहतर महसूस करते हैं साथ ही हमारी मेंटल हेल्थ पर भी इसका अच्छा असर पड़ता है। अगर आप किसी दोस्त या फिर अपने पार्टनर के साथ वॉक करते हैं तो इससे आपके बीच का बॉन्ड और भी मजबूत होता है और आप लोगों से आसानी से कनेक्ट भी कर पाते हैं। कुछ लोगों के लिए एक्सरसाइज करना बेहद कठिन होता है, ऐसे में यदि आप किसी के साथ वॉक कर रहे हैं तो इससे आपकी बोरियत कम होगी और आपका समय भी आसानी से कट जाएगा।

इन बातों का रखें ध्यानः पार्टनर के साथ वॉक करते समय आपको कुछ बातों का विशेष ध्यान रखने की जरूरत होती है। सबसे पहले चलते समय ज्यादा बातें करने से बचें क्योंकि इससे आपकी सांस फूलने लगेगी और आप जल्दी थक भी जाएंगे। ज्यादा बातें करने से आप ठीक तरह से फोकस नहीं कर पाएंगे और आपको अपने एक्सरसाइज से वो फायदा नहीं मिलेगा जो मिलना चाहिए। इसके साथ ही आपको अपने पार्टनर की स्पीड भी मैच करना होगा जो थोड़ा कठिन भी हो सकता है।

अकेले वॉक करनाः एक्सपर्ट्स के अनुसार अकेले वॉक करने का ज्यादा फायदा होता है। अकेले आप पूरे फोकस के साथ वॉक करते हैं और इससे आपके दिमाग पर ज्यादा अच्छा असर पड़ता है। पार्टनर के साथ वॉक करना कई बार आपकी मुश्किलें बढ़ा सकता है। अक्सर कुछ लोग बातें करने के लिए अपनी स्पीड कम कर देते हैं और सेहत के लिहाज से यह तरीका बिलकुल भी सही नहीं होता है। अगर आप अच्छी सेहत का आनंद उठाना चाहते हैं तो आपको इन बातों का ध्यान जरूर रखना चाहिए।

शराब से ज्यादा खतरनाक है गलत तरीके से खाया हुआ बादाम

बादाम खाने से प्रोटीन, फाइबर, हेल्दी फैट, विटामिन ई, मैंगनीज, मैग्नीशियम जैसे ताकतवर न्यूट्रिएंट मिलते हैं। यह दिमाग तेज करने के लिए खाया जाता है। याददाश्त तेज रखने के लिए बच्चों को खिलाया जाता है। दूसरी तरफ शराब एक हानिकारक ड्रिंक है जिसकी एक बूंद भी कई तरह के कैंसर कर सकती है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि गलत तरीके से खाया गया बादाम शराब से भी ज्यादा खतरनाक साबित हो सकता है। सद्गुरु जग्गी वासुदेव ने कर्ली टेल्स को दिए एक इंटरव्यू में बताया था कि बादाम को सही तरीके से खाना चाहिए। इसमें कैंसरजनित पदार्थ होते हैं, जो सक्रिय हो सकते हैं और कैंसर बन सकते हैं। इस जानकारी की कमी से बहुत बड़े पैमाने पर कैंसर का खतरा हो सकता है। इसलिए आपको बादाम खाने का सही तरीका पता होना चाहिए। बादाम एक बीज है जिसके अंदर पेड़ बनने की क्षमता होती है। कुदरत ने इस प्रक्रिया को सही रखने के लिए बीजों के अंदर खासियत दी है। इनके अंदर कार्सिनोजेनिक केमिकल होता है, जो बादाम को भिगोते ही ऊपर आ जाता है। एनसीबीआई पर मौजूद शोध कहता है कि बादाम जैसे नट्स के अंदर ।थ्स-।ज्व्गप्छ ठ1 होता है जिसे लिवर कार्सिनोजेनिक कहते हैं। इसे लिवर के कैंसर से जोड़कर देखा जाता है। हालांकि यह खतरा बहुत ज्यादा और लंबे समय तक कच्चे बादाम खाने से हो सकता है। जहां कुछ एक्सपर्ट कच्चा बादाम खाने से कैंसर का खतरा मानते हैं।

शरीर को विटामिन–मिनरल की खान बना देंगे लड्डू, मांस भी चढ़ेगा

भारत में लड्डू का एक लंबा इतिहास है। ठंड में शरीर को गर्म रखने से लेकर पहलवानों की ताकत के पीछे यह सीक्रेट रहा है। भारत एक अकेला ऐसा देश है जहां कई तरह के लड्डू बनाकर खाए जाते हैं। मेहमानों को परोसने से लेकर बेवक्त लगने वाली भूख को शांत करने के लिए यह फेवरेट फूड है। हमारी दादी–नानी ऐसी–ऐसी सामग्रियों को मिलाकर लड्डू बनाती थी कि नाश्ते में एक खाने के बाद पूरे दिन पेट भरा रहता था। घर में बने लड्डू स्वाद के अलावा पोषण का खजाना होते हैं। इन्हें बनाने के लिए बेसन, नारियल, रागी, बादाम, काजू, अखरोट, अलसी जैसे कई सारे सुपरफूड इस्तेमाल किए जाते हैं। इन्हें खाने से शरीर को सारे जरूरी पोषक तत्व मिलते हैं। देसी लड़कों और लड़कियों की ताकत का स्त्रोत अभी भी इन्हीं लड्डू को कह सकते हैं। शरीर के कुपोषण, कमजोरी, स्टेमिना की कमी और मांस की कमी को दूर करने के लिए 5 लड्डू खा सकते हैं। हल्के–हल्के मीठे बेसन के लड्डू कई सारे फायदे देते हैं। क्योंकि चनों से बना बेसन विटामिन और मिनरल्स का खजाना होता है।

गलत वक्त पर ग्रीन टी पीने से फायदे की जगह होगा नुकसान

ग्रीन टी पीने के एक नहीं बल्कि कई फायदे होते हैं। बॉडी को शेप में रखने से लेकर दिल के रोगों से बचाव करने में ग्रीन टी सहायक होती है। एक्सपर्ट्स के अनुसार ग्रीन टी मेटाबॉलिज्म को बूस्ट करती है। रोजाना ग्रीन टी पीने से व्यक्ति काफी एक्टिव रहता है। ग्रीन टी पीने से न सिर्फ हमारी सेहत अच्छी रहती है बल्कि इसका असर हमारी स्किन पर भी पड़ता है और हेल्दी व ग्लोइंग नजर आती है। हालांकि केवल इसे पीने मात्र से ही इसके फायदे नहीं मिलते हैं क्योंकि इसे पीने का भी सही तरीका और समय होता है जो शायद ज्यादातर लोगों को मालूम नहीं है। जिस तरह हर चीज के केवल फायदे नहीं बल्कि कुछ नुकसान भी होते हैं ठीक उसी तरह ग्रीन टी का सेवन गलत तरीके से करने पर फायदे की जगह नुकसान हो सकते हैं। ग्रीन टी में कई सारे पोषक तत्व पाए जाते हैं। इसमें सोडियम, पोटेशियम, जिंक, कॉपर, प्रोटीन, आयरन, विटामिन बी6 कैफीन आदि होता है। ब्रेन हेल्थ के लिए भी ग्रीन टी को काफी फायदेमंद माना जाता है। इससे बॉडी के अलावा दिमाग भी रिलैक्स रहता है। रोजाना इसे पीने से स्ट्रेस कम होता है और घबराहट से भी राहत मिलती है। ग्रीन टी में पाए जाने वाला एंटीऑक्सीडेंट मेटाबॉलिज्म को बूस्ट करने का काम करते हैं। ऐसे में मेटाबोलिज्म बढ़ने से वेट लॉस होता है। ग्रीन टी पीने से ज्यादा भूख नहीं लगती है।

ताजे लाल अनार से होता है किडनी स्टोन का परमानेंट इलाज

अनार को खून बढ़ाने के लिए खाया जाता है। यह लाल फल हीमोग्लोबिना बढ़ाता है। मगर बहुत कम लोग जानते हैं कि ताजे लाल अनार का इस्तेमाल करके किडनी स्टोन को हमेशा के लिए खत्म किया जा सकता है। गुर्दे की पथरी एक गंभीर समस्या है जिसकी वजह से पेशाब करने में काफी दिक्कत होती है। कई बार भयानक दर्द का सामना करना पड़ता है और यूटीआई इंफेक्शन का खतरा बना रहता है।

खरीदने के लिए ऐसे चुनें

अनार खरीदते वक्त काफी ध्यान रखना पड़ता है। क्योंकि कई सारे फल बाहर से लाल दिखते हैं मगर अंदर से दानों का रंग फीका लाल होता है। असल में अनार की ताकत इसके लाल रंग में छिपी होती है जो कि एंथोसायनिन के कारण होता है। जानते हैं कि किडनी स्टोन से छुटकारा पाने के लिए कैसे खाना चाहिए और ताजे अनार को चुनने का तरीका क्या है?

लाल अनार के फायदे

एंथोसायनिन के कारण अनार का लाल रंग होता है। यह कंपाउंड कई सारे हेल्थ बेनिफिट्स देते हैं। टाइप 2 डायबिटीज, न्यूरोलॉजिकल डिजीज और कार्डियोवैस्कुलर डिजीज का खतरा कम करने में इनकी खास भूमिका होती है। इनमें लाभदायक एंटीइंफ्लामेटरी और एंटीऑक्सीडेंट प्रॉपर्टीज भी होती हैं।

किडनी स्टोन का नेचुरल इलाज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

अनार आपकी यूरिनरी हेल्थ के लिए हेल्दी होता है। कई सारी स्टडी में अनार एक्सट्रैक्ट से किडनी स्टोन को रोकने में मदद देखी गई है। एक स्टडी बताती है कि अनार से बार–बार गुर्दे की पथरी नहीं बनती। एक टेस्ट ट्यूब स्टडी कहती है कि इसका एक्सट्रैक्ट लेने से खून में ऑक्सालेट, कैल्शियम और फॉस्फेट जमता नहीं है जो कि पथरी का प्रमुख कारण है।

पथरी तोड़ने की दवा है अनार का जूस

अगर आप सर्जरी के बिना गुर्दे की पथरी से बचने के लिए अनार खा रहे हैं तो इसका सही तरीका जान लें। आपको अनार के बीजों की जरूरत नहीं है, बस इसका रस चाहिए। इसे आप घर पर जूस बना लें और बीजों को न खाएं। ऐसा करने से काफी आराम मिलेगा।

ज्यादा परफॉर्मेंस और स्टेमिना

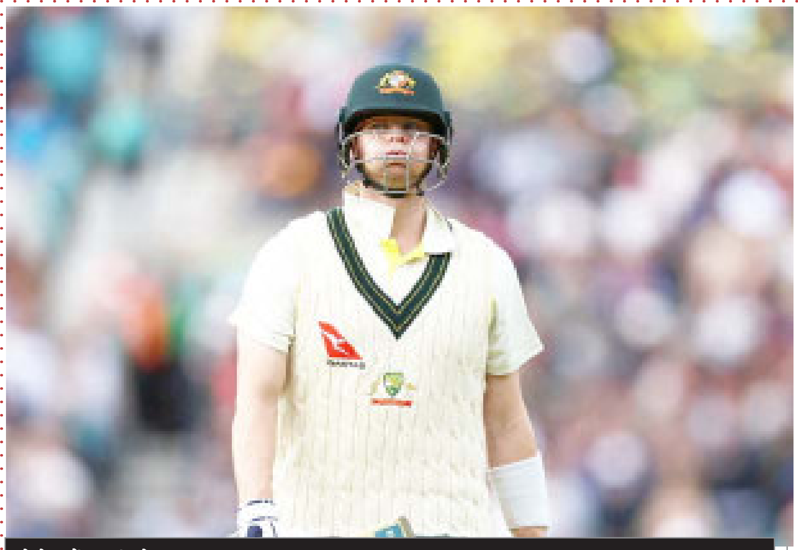
अगर आपकी एथलीट परफॉर्मेंस और स्टेमिना कम है तो अनार खाएं। यह आपकी मसल्स रिकवरी को बढ़ाती है। यह शरीर की एंड्यूरेंस पावर सुधारता है। साथ ही खून में ऑक्सीजन बढ़ने से जल्दी थकावट नहीं होती। स्टेमिना सुधारने के लिए इस फल का सेवन जरूर करें।

दिमाग की इंफ्लामेशन कम

अनार के अंदर ellagitannin नाम का एंटीऑक्सीडेंट होता है। यह बॉडी इंफ्लामेशन कम करने के लिए मशहूर है। इंफ्लामेशन के कारण दिमाग की सेल्स कमजोर हो जाती हैं और फंक्शन घट जाता है। अनार से ब्रेन फंक्शन को बढ़ाया जा सकता है।

ताजा लाल अनार कैसे चुनें?

ताजा अनार खरीदने का सही तरीका उसका वजन तोलना है। भारी वजन के अनार में जूस काफी होता है। आप गहरे लाल रंग का अनार चुनें और एकदम गोल फल को लेने से बचें। यह कच्चा हो सकता है। अनार को हल्के हाथ से दबाकर देखें और सख्त फ्रूट खरीदें। ध्यान रखें कि इसका छिलका टूटा या दागदार न हो।



ऐसे हैं आंकड़े

दोनों खिलाड़ियों के अगर आंकड़े देखे जाएं तो टेस्ट मैचों में पांच पारियों में दोनों आमने–सामने हुए हैं। स्मिथ ने बुमराह के खिलाफ 114 गेंदों का सामना किया है और 52 रन बनाए हैं। बुमराह के खिलाफ स्मिथ का औसत 52 का है जबकि बुमराह का स्ट्राइक रेट 114 का है। बुमराह इस समय बेहतरीन लय में हैं। उन्होंने हाल ही में चेन्नई में खेले गए पहले टेस्ट मैच में बांग्लादेश के खिलाफ शानदार गेंदबाजी की थी और पहली पारी में चार विकेट झटके थे।

बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी से पहले ही फूले स्टीव स्मिथ के हाथ-पैर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। इस साल के अंत में भारत को ऑस्ट्रेलिया का दौरा करना है। टीम इंडिया ने अपने पिछले दो दौरों पर ऑस्ट्रेलिया को उसके घर में टेस्ट सीरीज में मात दी है। इस बार रोहित शर्मा की कप्तानी वाली टीम इंडिया ऑस्ट्रेलिया में फिर टेस्ट सीरीज में जीत पटखनी दे हैट्रिक लगाना चाहेगी। ऑस्ट्रेलियाई टीम भी इस बात को जानती है कि भारत इस काम को करने में सक्षम है। टीम के दिग्गज बल्लेबाज स्टीव स्मिथ ने तो पहले ही भारत के सामने घुटने टेक दिए हैं। स्मिथ को भारत को एक गेंदबाज का डर सता रहा है। वह उस गेंदबाज को सबसे बड़ी चुनौती मान रहे हैं। स्मिथ ने कहा है कि भारत के तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह का सामना करना उनके लिए चुनौती होगा। उन्होंने बुमराह की जमकर तारीफ की है। स्मिथ ने कहा कि बुमराह मौजूदा समय में तीनों फॉर्मेट में सबसे बेहतरीन गेंदबाज हैं। उन्होंने कहा कि बुमराह चाहे नई गेंद से गेंदबाजी करें या पुरानी गेंद से, वह असरदार रहते हैं। स्मिथ ने स्टार स्पोर्ट्स द्वारा जारी किए गए एक वीडियो में कहा, ष्वह शानदार गेंदबाज हैं। चाहे वह पुरानी गेंद से गेंदबाजी कर रहे हों या नई गेंद से। उनके पास गजब की स्किल्स हैं। वह महान गेंदबाज हैं।

6 साल बाद टेस्ट क्रिकेट में वापसी करना चाहते हैं हार्दिक पांड्या

क्रिकेट

क्रिकेट के सबसे लंबे फॉर्मेट में जल्द ही करेंगे कमबैक!

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारतीय टीम के स्टार ऑलराउंडर हार्दिक पांड्या टेस्ट क्रिकेट में वापसी करना चाहते हैं। हार्दिक पांड्या का हाल ही में एक वीडियो तेजी से सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है, जिसमें रेड बॉल के लिए हार्दिक कड़ी मेहनत करते हुए नजर आ रहे हैं। बता दें कि हार्दिक पांड्या के साथ फिटनेस की समस्या रहती है और इसी वजह से बीसीसीआई उन्हें टेस्ट क्रिकेट में मौका नहीं देता।

उन्होंने भारत के लिए आखिरी टेस्ट 6 साल पहले 2018 में इंग्लैंड के खिलाफ खेला था। भारत के लिए खेले 11 टेस्ट में उनके नाम 17 विकेट और 532 रन हैं। 2018 के बाद ही हार्दिक फर्स्ट क्लास क्रिकेट में भी नजर नहीं आए हैं। साल 2018 में उन्होंने मुंबई के खिलाफ

रणजी ट्रॉफी मुकाबला खेला था। इसके बाद अब 6 साल बाद हार्दिक टेस्ट में वापसी करने के लिए कड़ी मेहनत कर रहे हैं।

दरअसल, हार्दिक पांड्या हाल ही में लंदन में थे, जहां उन्होंने आईपीएल में गुजरात टाइटंस के सहायक कोच नईम अमीन की निगरानी में माइटली विलो क्रिकेट एकेडमी में ट्रेनिंग में हिस्सा लिया। वायरल वीडियो में पांड्या को रेड बॉल क्रिकेट से ट्रेनिंग करते हुए देखा जा रहा है। ये वीडियो नईम अमीन ने अपने इंस्टाग्राम पर शेयर की है।

उन्होंने वीडियो के कैप्शन में लिखा है कि पिछले कुछ हफ्तों में हार्दिक के साथ काम करना कितना शानदार अनुभव रहा। हमने कई चीजों पर काम किया और मैं भविष्य में उनकी प्रगति देखने के लिए उत्साहित हूं। मैंने जितने भी हाई–प्रोफाइल खिलाड़ियों के साथ काम किया है, मैं हार्दिक की बहुत सराहना करता हूं कि उन्होंने अपने खेल पर इनपुट देने के लिए मुझ पर भरोसा किया है। बहुत बढ़िया, और शुभकामनाएं, भाई!

दरअसल, हार्दिक पांड्या और नताशा स्टानकोविच ने आपसी सहमति से तलाक का फैसला लिया। तलाक के बाद नताशा अगस्त्य को लेकर अपने घर चले गई थी। इसके बाद अब नताशा बेटे के साथ वापस मुंबई आई और बेटे अगस्तय से मिलकर हार्दिक की खुशी का ठिकाना नहीं रहा। हाल ही में एक वीडियो वायरल हुआ था जिसमें हार्दिक बेटे अगस्त्य को गोद में लिए नजर आए।

बांग्लादेश को हराने के लिए रोहित शर्मा ने लिया जादू का सहारा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारतीय टीम ने चेन्नई में खेले गए पहले टेस्ट मैच में बांग्लादेश को 280 रनों के विशाल अंतर से हरा दिया। इस जीत के बाद भारत दो मैचों की टेस्ट सीरीज में 1–0 से आगे हो गया है। भारत की इस जीत के कई हीरो रहे, लेकिन सोशल मीडिया पर एक वीडियो सामने आया है जिसमें टीम के कप्तान रोहित शर्मा जादू–टोना करते दिखाई दे रहे हैं।

रोहित इस मैच में बल्ले से पूरी तरह से फेल रहे। दोनों पारियों में उनका बल्ला नहीं चला। हालांकि, कप्तानी में रोहित ने अच्छा किया और टीम को जीत दिलाई, लेकिन उनका स्टंप के साथ जादू करना इस समय चर्चा का विषय बना हुआ है। रोहित का सोशल मीडिया

पर जो वीडियो वायरल हो रहा है उसमें वह ओवर में छोर बदलने के दौरान स्टंप के पास आते हैं और गल्लियां बदलने लगते हैं। वह काफी देर तक ऐसा करते हैं और फिर स्लिप में चले जाते हैं। इसके बाद वह मुंह से हाथों पर फूंक मार स्टंप की तरफ फेंक देते हैं जैसे कोई जादूगर करता है। हालांकि,रोहित ये सब मस्ती में कर रहे थे।

वैसे क्रिकेट में कई बार ये टोटका देखने को मिला है कि फील्डिंग टीम को विकेट नहीं मिल रहा तो उसके खिलाड़ी ने गल्लियां उठाकर अदला–बदली कर दी और फिर टीम को विकेट मिल गया। इंग्लैंड के पूर्व तेज गेंदबाज स्टुअर्ट ब्रॉड कई बार मैदान पर ऐसा करते देखे गए हैं और सफल भी रहे हैं।

भारत और बांग्लादेश के बीच दूसरा टेस्ट मैच 27 सितंबर से कानपुर के ग्रीन पार्क स्टेडियम में खेला जाएगा। इस मैच को जीत भारत सीरीज अपने नाम करने की कोशिश करेगा। इस मैच में रोहित की नजरें बड़ी पारी खेलने पर होंगी। सिर्फ रोहित ही नहीं, इस मैच में विराट कोहली पर भी नजरें होंगी। दोनों का बल्ला चेन्नई टेस्ट में फेल रहा था।

फील्डर चूका तो बल्लेबाज ही मार बैठा स्टंप में गेंद!

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) शारजाह। अफगानिस्तान और साउथ अफ्रीका के बीच वनडे सीरीज का तीसरा मैच भी एकतरफा रहा। शुरुआती दो मैच अफगानिस्तान ने एकतरफा अपने नाम किया था, जबकि तीसरे मैच में साउथ अफ्रीका ने गजब का खेल दिखाया और अफगानिस्तान को 7 विकेट से हराया। साउथ अफ्रीका ने अफगानिस्तान को 169 रनों पर ऑल आउट किया और 33 ओवरों में 170 रन बनाते हुए मैच जीत लिया। मैच में अफगानिस्तान पहले बैटिंग कर रही थी। इस दौरान एक ऐसा हादसा हुआ, जिससे हर कोई हैरान कर दिया है। रहमत शाह 9वें ओवर में अजीबोगरीब ढंग से आउट हुए। दरअसल, साउथ अफ्रीकी पेसर लुंगी एंगिडी ने फुल लेंथ गेंद की, जिस पर रहमतुल्लाह गुरबाज ने बैक टू द बॉलर खेल बैठे। एंगिडी ने फुर्ती दिखाते हुए गेंद पकड़ने की कोशिश की, लेकिन नाकाम रहे। यह अपने आप में क्रिकेट इतिहास का सबसे अजीबोगरीब रन आउट है।

न्यूज डायरी

ऋषभ पंत ने बताया बांग्लादेश के लिए फील्डिंग सेट करने का कारण

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। चेन्नई में खेले गए पहले टेस्ट मैच में भारत ने बांग्लादेश को 280 रनों के विशाल अंतर से हरा दिया। इस जीत में भारत के विकेटकीपर–बल्लेबाज ऋषभ पंत ने अहम किरदार निभाया। पंत ने शानदार शतक जमाया जिसके कारण उनकी खूब चर्चा हुई, लेकिन एक और वजह रही जिसके चलते पंत का नाम जोर–शोर से लिया गया। पंत बल्लेबाजी करते हुए बांग्लादेश की फ्कष्फ्तानीक करने लगे थे। अब पंत ने बताया कि उन्होंने ऐसा क्यों किया। पंत ने पहली पारी में अच्छी शुरुआत की, लेकिन वह उसे बड़े स्कोर में तब्दील नहीं कर सके थे। बाएं हाथ का ये बल्लेबाज 39 रन बनाकर आउट हो गया था। दूसरी पारी में पंत ने मौके का पूरा फायदा उठाया और शतक ठोका जो उनके टेस्ट करियर का छठा शतक था। इसी दौरान पंत बांग्लादेश के लिए फील्डिंग सेट करते हुए नजर आए थे। मैच के बाद सबा करीम ने पंत से इस बारे में सवाल किया। सबा करीम ने पूछा, ष्तस्कीन अहमद जब गेंदबाजी कर रहे थे तब आप उनके लिए फील्डिंग सेट क्यों कर रहे थे। बांग्लादेश के कप्तान आप हैं या शांतो? तस्कीन ने आपकी बात भी मान ली थी, ऐसा क्यों? इस पर पंत ने कहा, अजय भाई (अजय जडेजा) से जब भी मैदान के बाहर बात होती है तो यही कहते हैं कि क्रिकेट को कैसे बेहतर बनाया जा सकता है, चाहे अपनी टीम से खेलें या दूसरी टीम से।

श्रीलंका ने मोबइल नंबर की तरह बिखेर दिए विकेट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) गॉल। बाएं हाथ के स्पिनर प्रबाथ जयसूर्या के दूसरी पारी में पांच विकेट और मैच में नौ विकेट की मदद से श्रीलंका ने सोमवार को यहां पहले क्रिकेट टेस्ट में न्यूजीलैंड को 63 रन से हरा दिया। श्रीलंका के 275 रन के लक्ष्य का पीछा करते हुए न्यूजीलैंड को अंतिम दिन जीत के लिए 68 रन की दरकार थी जबकि उसके सिर्फ दो विकेट शेष थे। मेहमान टीम ने हालांकि 3.4 ओवर में चार रन जोड़कर अपने बाकी बचे दो विकेट भी गंवा दिए और उसकी पारी 211 रन पर सिमट गई। नाबाद बल्लेबाज रचिन रविंद्र (92) अपने स्कोर में सिर्फ एक रन और जोड़कर जयसूर्या की गेंद पर पगबाधा हो गए। रविंद्र ने 168 गेंद की अपनी पारी में नौ चौके और एक छक्का मारा। जयसूर्या ने अगले ओवर में विलियम ओरोर्के को खाता खोले बिना बोल्ड करके श्रीलंका को जीत दिलाई और टेस्ट क्रिकेट में आठवीं बार पारी में पांच या इससे अधिक विकेट चटकाए। रविंद्र शतक से चूक गए लेकिन उनके 92 रन गॉल में न्यूजीलैंड की ओर से सर्वश्रेष्ठ स्कोर है। उन्होंने रोस टेलर को पीछे छोड़ा जिन्होंने 86 रन बनाए थे। न्यूजीलैंड ने गॉल में अपने पांचों टेस्ट गंवाए हैं और इस दौरान उसका कोई बल्लेबाज शतक नहीं लगा पाया। इस जीत से श्रीलंका विश्व टेस्ट चैंपियनशिप तालिका में तीसरे स्थान पर पहुंच गया है।

खुद की सुंदरता से ही परेशान, 18 साल की चेस ब्यूटी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। शतरंज की जटिल और पेचिदगी भरी दुनिया में दिव्या देशमुख सनसनी बनकर उभरी हैं, जिन्होंने चेस ओलंपियाड में गोल्ड मेडल जीतने वाली भारतीय महिला टीम के लिए अहम योगदान दिया। 9 दिसंबर, 2005 को महाराष्ट्र के नागपुर में जन्मीं दिव्या की कहानी सिर्फ शतरंज की बिसात पर महारत हासिल करने की नहीं बल्कि चुनौतियों और रूढ़ियों को तोड़ने की है। 18 साल की दिव्या देशमुख अद्वितीय दृढ़ संकल्प के साथ शतरंज की बिसात पर अपने मोहरे बढ़ाती हैं। 9 दिसंबर 2005 को महाराष्ट्र की उपराजधानी नागपुर में पैदा हुईं दिव्या के परिवार में डॉक्टर्स की भरमार है। पांच साल की उम्र में पहली बार पिता के साथ शतरंज खेलने वाली दिव्या ने कब इस खेल को बतौर करियर चुन लिया, उन्हें भी पता नहीं लगा। सिर्फ सात साल की उम्र में अपना पहला राष्ट्रीय पुरस्कार जीतना और एशियाई स्कूल शतरंज चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक हासिल करना उनकी अहम शुरुआती उपलब्धियों में से एक है। ये युवा ऐतिहासिक FIDE ऑनलाइन शतरंज ओलंपियाड 2020 की विजेता टीम का हिस्सा थी और 2021में भारत की 21वीं महिला ग्रैंडमास्टर बन गईं। एशियन यूथ शतरंज चैंपियनशिप, कॉमनवेल्थ गेम्स, टाटा स्टील इंडिया शतरंज चैंपियनशिप के महिला रैपिड वर्ग में जीत के साथ दिव्या देशमुख भारत की उभरती सनसनी बन चुकीं हैं।

बिजली के दामों को कम करने में नाकाम गवर्नर से इस्तीफा देने को दहाड़ा मोर्चा।

हमारा दून

संक्षिप्त समाचार

बिना रजिस्ट्रेशन चल रहे वृद्धाश्रमों पर राज्यपाल सख्त

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड में कई वृद्धाश्रम बिना रजिस्ट्रेशन के चलाए जा रहे हैं। राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग के विशेष पर्यवेक्षक बालकृष्ण गोयल ने राज्य के भ्रमण के दौरान कई स्थानों पर यह विसंगति पाई। सोमवार को राजभवन में राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) से मुलाकात के गोयल ने यह जानकारी राज्यपाल को भी दी। राज्यपाल ने गोयल की रिपोर्ट पर चिंता जताई। कहा कि इसे गंभीरता से लिया गया है। आयोग के सुझावों पर कार्यवाही की जाएगी। मुलाकात के दौरान गोयल ने राज्यपाल को बताया कि राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग के दिशा–निर्देश उन्होंने उत्तराखण्ड के कई जिलों का भ्रमण किया। इस दौरान वृद्धाश्रमों, बाल गृहों, जेल और स्कूलों का संबंधित अधिकारियों के साथ निरीक्षण किया गया।

ट्रायल को ली कार आरोपी लेकर हुआ फरार

संवाददाता देहरादून। ट्रायल के लिए मांगकर ली कार को लेकर एक आरोपी फरार हो गया। मामले में पटेलनगर थाना पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। इंस्पेक्टर पटेलनगर केके लुंठी ने बताया कि अब्दुल कादिर माजरा में राजधानी कार बाजार नाम से दुकान चलाते हैं। वह पुरानी कारें बेचते है। कादिर के यहां 20 सितंबर को एक व्यक्ति कार खरीदने के बहाने आया। उसने खुद को पास के मोहल्ले का निवासी बताया। अब्दुल कादिर के गैराज में बिक्री के लिए खड़ी एक व्यक्ति की 2022 मॉडल आई–20 कार देखी। पहले उसने खुद चलाई। फिर कहा कि वह अपनी पत्नी, जो पटेलनगर में डॉक्टर है को वाहन ट्रायल दिलाने के लिए सिर्फ दो मिनट के लिए कार लेकर जा रहा है। इसके बाद आरोपी वापस नहीं लौटा। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

फुटबॉल में अहमदाबाद और मुंबई का जीत से आगाज

संवाददाता देहरादून। केंद्रीय विद्यालय संगठन की राष्ट्रीय खेलकूद प्रतियोगिता की फुटबॉल स्पर्धा में अहमदाबाद और मुंबई ने जीत के साथ आगाज किया। पीएम श्री केंद्रीय विद्यालय भारतीय सैन्य अकादमी देहरादून में मुख्य अतिथि ब्रिगेडियर सुदेश कुमार सिंह ने सोमवार को प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। इस दौरान विभिन्न सांस्कृतिक प्रस्तुतियां हुई। ब्रिगेडियर सुदेश कुमार ने कहा कि वर्तमान में बालिकाएं खेलों के साथ हर मैदान में मजबूत हो रही हैं। इस प्रकार के खेल प्रतियोगिताओं से बच्चों का शारीरिक और मानसिक दोनों ही विकास होता है। इस दौरान बैंड की धुन पर एनसीसी कैडेट्स और 13 संभागों से आए खिलाड़ियों ने मार्च पास्ट कर सलामी दी।

प्रदेश में शिक्षा से वंचित दिव्यांग बच्चों की गणना के निर्देश

बैठक

■ एसडीजी इण्डेक्स 2023–24 के तहत विभिन्न इण्डेक्स में सुधार के सम्बन्ध में नियोजन विभाग के साथ सीएस ने की बैठक

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने एसडीजी इण्डेक्स 2023–24 के तहत उत्तराखण्ड में मातृ मृत्यु दर में सुधार के लिए स्वास्थ्य विभाग को 104 के माध्यम से एएनएम द्वारा गर्भवती महिलाओं की एएनसी (प्रसव पूर्व देखभाल) के लिए की जाने विजिट की ट्रैकिंग के निर्देश दिए हैं। मुख्य सचिव ने हरिद्वार एवं उधम सिंह नगर में मातृ मृत्यु दर में सुधार के लिए विशेष प्रयास करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने स्वास्थ्य विभाग को मिशन मोड में कार्य करते हुए प्रदेशभर में गर्भवती महिलाओं की ट्रैकिंग, एएनसी, एनिमिया की स्थिति पर गैर सरकारी स्वास्थ्य संगठनों के साथ कार्य करते हुए जल्द एक एक्शन प्लान बनाने के निर्देश दिए हैं। इसके साथ ही सीएस राधा रतूड़ी ने स्कूली शिक्षा में दिव्यांग बच्चों की भागीदारी में सुधार के लिए प्रदेश में शिक्षा से वंचित दिव्यांग बच्चों की गणना के निर्देश देते हुए उनके लिए प्रशिक्षित शिक्षकों की व्यवस्था के लिए एनआईवीएच सहित चार प्रमुख राष्ट्रीय संस्थानों की सहायता लेने के निर्देश दिए हैं।

मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने एसडीजी इण्डेक्स के तहत निजी क्षेत्र में प्रबन्धकीय पदों में महिलाओं की भागीदारी के बढ़ाने के लक्ष्य के सम्बन्ध में श्रम विभाग को नोडल बनाते हुए इस सम्बन्ध में सर्वेक्षण व डेटा एकत्रित करने के निर्देश दिए हैं। महिलाओं के प्रति घरलू हिंसा के मामलों पर मुख्य सचिव ने पुलिस विभाग को महिला हेल्प डेस्क पर आने वाली प्रताड़ित महिलाओं को सेफ हाउस में रखने तथा उनके अभिभावकों की काउसिंग की व्यवस्था के निर्देश दिए हैं। मुख्य सचिव ने राज्य में आत्महत्या के मामलों के सम्बन्ध में पुलिस विभाग को आयु के अनुसार आत्महत्या के आंकड़ों की जानकारी एकत्रित करने के निर्देश दिए हैं ताकि टारगेटेड अप्रोच के साथ इस दिशा में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की व्यवस्था की जा सके। अनुसूचित जातियों के खिलाफ हिंसा के मामलों में मुख्य सचिव ने प्रभावी जांच एवं ससमय क्षतिपूर्ति वितरण के निर्देश दिए हैं। सड़क दुर्घटनाओं के मामलों में नियंत्रण के सम्बन्ध में मुख्य सचिव ने परिवहन विभाग को नोडल बनाते हुए ब्लैक स्पॉट, क्रैश बैरियर से सम्बन्धित डेटा एकत्रित करने के निर्देश दिए हैं।

सचिवालय में एसडीजी इण्डेक्स 2023–24 के तहत विभिन्न इण्डेक्स में सुधार के सम्बन्ध में नियोजन विभाग के साथ मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी की अध्यक्षता में आयोजित समीक्षा बैठक में सचिव श्री आर मीनाक्षी सुन्दरम, डा0 आर राजेश कुमार सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

संविदा कर्मचारियों के नियमितीकरण को 30 को रैली

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड में संविदा कर्मचारियों के नियमितीकरण की मांग को लेकर उत्तराखंड राज्य निगम कर्मचारी अधिकारी महासंघ के बैनर तले देहरादून में 30 सितंबर को महारैली निकाली जाएगी। महासंघ ने सोमवार को मुख्य सचिव राधा रतूड़ी को ज्ञापन सौंप नियमितीकरण नियमावली में उपनल कर्मचारियों को भी शामिल किए जाने की मांग की।

महासंघ अध्यक्ष दिनेश गोसाईं ने कहा कि राज्य में दैनिक, संविदा, विशेष श्रेणी, उपनल, पीटीसी के माध्यम से हजारों की संख्या में कर्मचारी कार्यरत हैं। इन सभी कर्मचारियों को नियमितीकरण के दायरे में लाया जाए। किसी भी आउटसोर्स कर्मचारियों को भी इस दायरे में लाने से न छोड़ा जाए। कहा कि शासन स्तर पर हमेशा निगम कर्मियों के साथ भेदभाव बरता जाता है। निगम कर्मियों की समस्याओं पर हीलाहवाली बरती जाती है। महासचिव बीएस रावत ने कहा कि शासन स्तर पर विधिवत वार्ता नहीं की गई। संविदा कर्मियों को न्याय दिलाने को 30 सितंबर को महारैली निकाल आक्रोश प्रकट किया जाएगा।

मुफ्त सिलेंडर योजना का बजट जारी न होने पर मंत्री नाराज

समीक्षा

■खाद्य मंत्री ने की पोषित योजनाओं एवं अन्य गतिमान योजनाओं व कार्यक्रम की समीक्षा

संवाददाता

देहरादून। खाद्य मंत्री रेखा आर्या ने सोमवार को विधानसभा स्थित सभागार कक्ष में प्रदेश में चल रही केन्द्र एवं राज्य पोषित योजनाओं एवं अन्य गतिमान विभागीय योजनाओं व कार्यक्रमों के संबंध में समीक्षा की।

मंत्री ने कहा कि खाद्य विभाग द्वारा अंत्योदय, पीएचएस कार्ड धारकों एवं राज्य खाद्य योजना के कार्ड धारकों को नियमित रूप से पीडीए सिस्टम द्वारा दिये जा रहे खाद्यानों जैसे चावल, गेहूं तथा मुफ्त गैस रिफिलिंग की सुविधा प्रदान की जा रही है।

खाद्य मंत्री ने मुफ्त गैस रिफिलिंग के लिए विभाग द्वारा अभी तक बजट जारी नहीं किये जाने पर सख्त नाराजगी जताते हुए कहा कि शीघ्र ही इस संबंध में प्रस्ताव तैयार कर आगामी कैबिनेट में प्रस्तुत किया जाए जिससे प्रदेश के लगभग 1 लाख 84 हजार परिवार मुफ्त गैस रिफिलिंग योजना से लाभान्वित होते रहें। उन्होंने मुख्यमंत्री नमक पोषण योजना की प्रगति पर संतोष जताते हुए कहा कि कार्ड धारकों द्वारा इस योजना का पोषण एवं दरों के लिहाज से समुचित लाभ लिया जा रहा है। मंत्री ने भारत सरकार की डोर स्टेप डिलिवरी योजना की समीक्षा करते हुए कहा कि मैदानी जनपदों में लगभग 99 प्रतिशत डोर स्टेप डिलिवरी योजना का कार्य निरंतर रूप से संचालित हो रहा है जबकि पिथौरागढ़ को छोड़कर अन्य पहाड़ी जनपदों में डोर स्टेप डिलिवरी योजना का कार्य लगभग पूर्ण हो चुका है। उन्होंने सितंबर माह के अन्त तक पिथौरागढ़ जनपद में भी डोर स्टेप डिलिवरी का कार्य पूर्ण करने हेतु अधिकारियों को निर्देशित किया।

खाद्य मंत्री ने आगामी खरीफ विपणन सत्र 2024–25 में धान खरीद की व्यवस्थाओं की भी समीक्षा की।

भाजपा 25 सितम्बर को चलाएगी सदस्यता महाअभियान

संवाददाता देहरादून। भाजपा अपनी सदस्यता अभियान को 25 सितम्बर को गति प्रदान करने के लिए सदस्यता महाअभियान चलाएगी। इस दिन राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के चिंतक और भारतीय जनसंघ के अध्यक्ष पंडित दीनदयाल उपाध्याय जन्मदिवस को धूमधाम से मनाएगी और अपनी सदस्यता संख्या के लक्ष्य के करीब पहुंचने का प्रयास करेगी। भाजपा का सदस्यता अभियान यूं तो दस नवंबर तक चलाया जाना है। लेकिन पार्टी ने इसे अनुशासित रुप से संचालित करने के लिए प्रत्येक विधायक, प्रदेश, मंडल व अन्य स्तरों पर पदाधिकारियों के लक्ष्य तय किए हैं। दून महानगर की पूरी टीम को सदस्य संख्या का लक्ष्य करीब तीन लाख दिया गया है। जिसमें महानगर इकाई अभी तक एक लाख सदस्य बना चुकी है। पार्टी के बायलॉज के अनुसार, हर छह साल बाद सदस्यता समाप्त होने पर नए सदस्य बनाने का प्रावधान है।

In a Digital World Why To wait for a Howker

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

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

Scan This Code

Read News
Watch News Channel

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

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

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