देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित | www.page3news.in | नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 276 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

# पेज थ्री

देहरादून, बुधवार, 12 फरवरी 2025

विचार–प्रवाह...
भारत की रणनीति

मौसम अधिकतम 23.0° न्यूनतम 9.0° | 82924.41 | 2 फांसी की सजा दिलाने की कोशिश | 7 केएल राहुल के साथ हो रही है नाइंसाफी

# एआई से नौकरियां नहीं जाएंगीः पीएम

## फ्रांस में एआई समिट में शामिल हुए प्रधानमंत्री मोदी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने मंगलवार को फ्रांस के राष्ट्रपति इमैनुएल मैक्रों के साथ कृत्रिम मेधा लेकर आयोजित शिखर सम्मेलन की सह–अध्यक्षता की। उन्होंने बताया कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस से नौकरियां नहीं जाएंगी, बल्कि नए तरह के अवसर पैदा होंगे। पीएम मोदी ने शिक्षा और खेती जैसे क्षेत्रों में एआई के इस्तेमाल की बात की। उन्होंने एआई के खतरों से निपटने के लिए वैश्विक सहयोग पर भी जोर दिया। इस दौरान उन्होंने एआई के लिए संचालन व्यवस्था और मानक स्थापित करने को लेकर सामूहिक वैश्विक प्रयासों का आह्वान किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि एआई पहले से ही हमारी अर्थव्यवस्था, सुरक्षा और समाज को नया आकार दे रहा है। हम अभी एआई युग के शुरुआती दौर में ही हैं, जो मानवता के मार्ग को आकार देगा।

प्रधानमंत्री ने कहा, संचालन व्यवस्था और मानकों को स्थापित करने के लिए सामूहिक वैश्विक प्रयासों की आवश्यकता है, जो हमारे साझा मूल्यों को बनाए रखें, जोखिमों को दूर करें और भरोसे का निर्माण करें।

पीएम मोदी ने एआई के दौर में लोगों को नए स्किल सिखने की जरूरत पर भी जोर दिया। उन्होंने कहा कि हमें एआई वाले भविष्य के लिए अपने लोगों को नई स्किल सिखाने में निवेश करना होगा। एआई लाखों लोगों की जिंदगी बदल सकता है। पीएम मोदी ने शिक्षा और खेती जैसे क्षेत्रों में एआई के फायदों का जिक्र किया।

प्रधानमंत्री ने कहा कि एआई एक ऐसी दुनिया बनाने में मदद कर सकता है जिसमें स्थायी ऊर्जा लक्ष्यों तक पहुंचने का सफर तेज हो। एआई के बढ़ते प्रभाव को देखते हुए पीएम मोदी ने सावधानी बरतने की भी बात कही। उन्होंने कहा कि एआई हमारी राजनीति, अर्थव्यवस्था, सुरक्षा और समाज को बदल रहा है। इसलिए जरूरी है कि हम मिलकर काम करें।

### एआई मानवता के लिए है मददगार

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस हमारी राजनीति, अर्थव्यवस्था, सुरक्षा और समाज को सकारात्मक तरीके से बदल रहा है। एआई मानवता के लिए मददगार है। यह समाज और सुरक्षा के लिहाज से बहुत जरूरी है।

### मशीनों की ताकत बढ़ना चिंता की बात नहीं

एआई समिट को संबोधित करते हुए पीएम मोदी ने कहा, एआई आज वक्त की जरूरत है। हमारे पास दुनिया का सबसे बड़ा टेलंट है। हम लोगों ने डाटा को सुरक्षित रखने की व्यवस्था की है। एआई का भविष्य काफी अच्छा है। कुछ लोग मशीनों की ताकत बढ़ने से चिंता में हैं लेकिन इसमें चिंता की कोई बात नहीं है। पीएम मोदी ने कहा, एआई से नई नौकरियों के अवसर पैदा होंगे। एआई कोड फॉर ह्यूमैनिटी लिख रहा है। एआई से लाखों लोगों की जिंदगियां बदल रही है। वक्त के साथ–साथ रोजगार का स्वरूप भी बदल रहा है। हमें एआई से रोजगार के संकट पर ध्यान देना होगा। इतिहास गवाह है तकनीक नौकरियां नहीं लेती।

### अमेरिकी उपराष्ट्रपति ने पीएम मोदी की जमकर तारीफ की

अमेरिकी उपराष्ट्रपति जेडी वेंस ने पीएम मोदी के स्पीच से सहमति जताई और इस बात की सराहना की कि क्या आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस इंसानों की जगह ले सकता है। जेडी वेंस ने कहा कि मैं प्रधानमंत्री मोदी की बात की सराहना करता हूं। मेरा मानना है कि एआई लोगों को सुविधा प्रदान करेगा और उन्हें अधिक उत्पादक बनाएगा। यह इंसानों की जगह नहीं लेगा। अमेरिकी उपराष्ट्रपति ने एक तर्क देते हुए कहा कि यह (एआई) कभी भी मनुष्यों की जगह नहीं ले सकेगा। एआई उद्योग के बहुत से नेता, जब कर्मचारियों की जगह लेने के डर की बात करते हैं, तो वे वास्तव में मुद्दे से चूक जाते हैं।

## संक्षिप्त समाचार

### अखनूर में एलओसी के पास आईईडी ब्लास्ट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज श्रीनगर। जम्मू–कश्मीर के अखनूर में एलओसी के पास मंगलवार को आईईडी ब्लास्ट होने से सेना के दो जवान बलिदान हो गए हैं जबकि एक गंभीर रूप से घायल हैं। ब्लास्ट के बाद तीनों को अस्पताल में उपचार के लिए भर्ती कराया गया था, जहां दो ने दम तोड़ दिया, जबकि एक का इलाज जारी है। ब्लास्ट के बाद इलाके की घेराबंदी कर दी गई है और तलाशी अभियाण चलाया गया है।

### बुरा फंसा समय रैना का इंडियाज गॉट लैटेंट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज नई दिल्ली। रणवीर इलाहबादिया की भद्दी कमेंट्स को लेकर जारी विवाद के बीच कॉमेडियन समय रैना के शो इंडियाज गॉट लैटेंट की मुश्किलें और बढ़ सकती हैं। महाराष्ट्र साइबर पुलिस ने समय रैना, इंडियाज गॉट लैटेंट शो के निर्माता बलराज घई और अन्य कई लोगों के खिलाफ एफआईआर दर्ज की है।

# देवभूमि, वीरभूमि के बाद खेलभूमि के रूप में स्थापित हो रहा उत्तराखंड

## सीएम ने कयाकिंग–कैनोइंग प्रतियोगिताओं के शुभारंभ अवसर पर किया प्रतिभाग

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मंगलवार को टिहरी झील कोटी कॉलोनी में 38वें राष्ट्रीय खेलों के अन्तर्गत आयोजित कयाकिंग–कैनोइंग प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया। उन्होंने 1000 मीटर हीट कयाकिंग मेन्स प्रतियोगिता में स्वर्ण, रजत एवं कांस्य पदक विजेताओं को मेडल पहनाकर एवं सोविनियर से सम्मानित किया। इस दौरान गीता धामी भी मौजूद रही। उक्त प्रतियोगिता में उत्तराखंड के प्रभात कुमार ने स्वर्ण पदक, एसएससीबी ने रजत तथा दिल्ली ने कांस्य पदक जीता।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखंड देवभूमि, वीरभूमि के बाद अब खेलभूमि के रूप में स्थापित हो रहा है। राज्य में 38वें राष्ट्रीय खेलों की मेजबानी करना पहला और सुखद अनुभव है। 28 जनवरी से 38वें राष्ट्रीय खेलों का भव्य आयोजन हो रहा है। सारी खेल प्रतियोगिताएं उत्तराखण्ड के 11 अलग–अलग स्थानों पर आयोजित की गई, खिलाड़ियों के लिए सारे खेल ट्रैक बनाये गये तथा कोई भी खेल उपकरण बाहर से नहीं लाये गये। जहां 37वें राष्ट्रीय खेलों में उत्तराखण्ड 25वें स्थान पर रहा था वहीं अब हमारा राज्य 38वें राष्ट्रीय खेलों में 7 स्थान पर है।

सीएम ने कहा कि टिहरी झील ऊर्जा उत्पादन के साथ ही पर्यटन और साहसिक खेलों के लिए अन्यन्त अनुकूल है। यह वाटर स्पोर्ट्स का बहुत बड़ा हब बनेगा। पहले भी राष्ट्रीय अर्नतराष्ट्रीय स्तर की खेल प्रतियोगिताएं आयोजित की गई हैं।

### प्रदेश हर क्षेत्र में आगे बढ़ रहा: सीएम

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश हर क्षेत्र में आगे बढ़ रहा है, प्रदेश को ड्रग्स फ्री करने का संकल्प लिया गया है, निश्चित ही यह दशक उत्तराखण्ड का दशक होगा। उन्होंने अन्य राज्यों से आये खिलाड़ियों एवं खेल प्रेमियों को देवभूमि उत्तराखण्ड के विभिन्न पर्यटक स्थलों का भ्रमण पर जाने की बात कही। उन्होंने खिलाड़ियों को बधाई देते हुए उनके उज्जवल भविष्य की कामना की।

# उत्तराखंड के यूसीसी प्रावधानों के खिलाफ एचसी में पीआईएल

संवाददाता

देहरादून। सुप्रीम कोर्ट के एक वकील ने उत्तराखंड की समान नागरिक संहिता के कुछ प्रावधानों पर रोक लगाने की मांग करते हुए उत्तराखंड उच्च न्यायालय में एक जनहित याचिका दायर की है। याचिकाकर्ता का कहना है कि यूसीसी कोड के विभिन्न प्रावधान राज्य के निवासियों के मौलिक अधिकारों का अतिक्रमण करते हैं और निजता के अधिकार और जीवन के अधिकार का उल्लंघन करते हैं। फिलहाल मामले की सुनवाई शुरू नहीं हुई है, इस मामले को अभी उच्च न्यायालय द्वारा सूचीबद्ध किया जाना है।

इस मामले में सर्वोच्च न्यायालय की अधिवक्ता और याचिकाकर्ता आरुषि गुप्ता ने यूसीसी कोड के भाग–1 विवाह और तलाक तथा भाग–3 लिव इन रिलेशनशिप के तहत प्रदान की गई विभिन्न धाराओं और संबंधित नियमों पर सवाल उठाए हैं और उन्हें असंवैधानिक करार दिया है। याचिकाकर्ता का कहना है कि यह कानून शादी–विवाह से संबंधित फैसला लेने और अपने साथी को चुनने में व्यक्तियों की स्वायत्तता के अधिकार को छीन लेता है। याचिका में कहा गया है कि कानून के कुछ प्रावधान अल्पसंख्यक समुदायों के लिए भेदभावपूर्ण हैं।

### विरोध

▪निवासियों के मौलिक अधिकारों का अतिक्रमण करते हैं यूसीसी कोड

अल्पसंख्यक समुदायों के लिए भेदभावपूर्ण

कोर्ट में याचिकाकर्ता का पक्ष रख रहे अधिवक्ता आयुष नेगी ने इस मामले में कहा, कानून के कुछ प्रावधान मनमाने ढंग से तैयार किए गए हैं और मुसलमानों तथा उनकी सदियों पुरानी प्रथाओं के साथ भेदभाव करते हैं।

# ईवीएम का डाटा डिलीट न करें

▪सुप्रीम कोर्ट का चुनाव आयोग को आदेश

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने मंगलवार को एक याचिका पर सुनवाई करते हुए आदेश दिया कि चुनाव के बाद ईवीएम का डाटा डिलीट न किया जाए। शीर्ष कोर्ट ने चुनाव आयोग से पूछा कि चुनावों के बाद ईवीएम का डाटा कैसे सुरक्षित रखा जाता है और प्रक्रिया क्या होती है। कोर्ट ने आदेश दिया कि फिलहाल ईवीएम से कोई भी डाटा डिलीट न किया जाए और न ही इसमें कोई नया डाटा डाला जाए।

सीजेआई संजीव खन्ना की अध्यक्षता वाली पीठ ने चुनाव आयोग से पूछा कि चुनावों के बाद ईवीएम की मेमोरी और माइक्रो कंट्रोलर को बर्न करने की प्रक्रिया क्या है। सीजेआई ने कहा, इसमें किसी तरह का विवाद नहीं है। अगर चुनाव हारने वाले उम्मीदवार को शंका हो कि ईवीएम के साथ छेड़छाड़ हो सकती है, तो इंजीनियर से स्पष्ट किया जा सकता है कि ईवीएम में छेड़छाड़ की गई है या नहीं।

Are you Planning to make a Website or already have ?
If yes, then we are here to serve you
What we do
Website Development
All type of Websites E-Commerce, Hotel Booking, Travel, Bus Ticket Booking, News Portal, Blogs, or as per client requirement.
Promotion & Branding
1. Website Promotion & Branding in any country (200+ Countries)
2. Social Media
3. Bulk SMS
Search Engine Optimisation
A-2-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.
Contact:
Gadoli Media Ventures
Shivam Market, 2nd Floor, Darshan Lal Chowk, Dehra Dun. | Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in

## न्यूज डायरी

### बांग्लादेश में इस्लामिक कट्टरपंथियों के निशाने पर तस्लीमा नसरीन

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** ढाका। बांग्लादेश में मुख्य सलाहकार मोहम्मद यूनुस के नेतृत्व वाली अंतरिम सरकार खुलेआम चरमपंथियों का समर्थन कर रही है। कट्टरपंथी जिहादी पूरे देश में अपनी गतिविधियां को फैला रहे हैं। भारत में निर्वासन में रह रही बांग्लादेश की मशहूर लेखिका तस्लीमा नसरीन ने ये आरोप लगाया है। उनका बयान ढाका में आयोजित पुस्तक मेले में उनकी किताब लगाने को लेकर एक स्टॉल पर कट्टरपंथियों के हमले के बाद आया है। रिपोर्ट के अनुसार, सोमवार को अमर एकुशे पुस्तक मेले में सब्यसाची प्रकाशन के स्टॉल पर कट्टरपंथियों ने हमला किया था। बुक स्टॉल पर हमले का वीडियो वायरल हो रहा है, जिसे तस्लीमा नसरीन ने भी सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर शेयर किया है। उन्होंने लिखा, आज जिहादी मजहबी चरमपंथियों ने बांग्लादेश के पुस्तक मेले में प्रकाशक सब्यसाची के स्टॉल पर हमला किया। उनका अपराध मेरी किताब प्रकाशित करना था। प्रख्यात लेखिका ने आगे लिखा, पुस्तक मेले के अधिकारियों और स्थानीय स्टेशन की पुलिस ने मेरी किताब को हटाने का आदेश दिया। इसे हटाए जाने के बाद भी, चरमपंथियों ने हमला किया, स्टॉल पर तोड़फोड़ की और उसे बंद कर दिया। सरकार इन चरमपंथियों का समर्थन कर रही है और देश भर में जिहादी गतिविधियां फैल रही हैं।

### अमेरिका लौटे अफगान सेना के ब्लैक हॉक हेलीकॉप्टर तो भड़का तालिबान

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** इस्लामाबाद। अमेरिका ने कहा है कि वह अफगानिस्तान से अपने सभी हथियार वापस चाहता है। डोनाल्ड ट्रंप का कहना है कि अफगानिस्तान को मदद की शर्त अमेरिकी सेना के हथियारों की वापसी होगी। एक अनुमान के मुताबिक, साल 2021 में अमेरिकी सेना अफगानिस्तान छोड़कर लौटी थी तो उसके करीब सात अरब डॉलर के हथियार वहां रह गए थे। तालिबान के सत्ता पर कब्जा करने के बाद अमेरिका को काबुल छोड़ना पड़ा था, जिनका अमेरिका और अफगानिस्तान की सेना इस्तेमाल कर रही थी। इस मुद्दे पाकिस्तान के पत्रकार कामरान यूसुफ ने अपनी प्रतिक्रिया देते हुए कई दिलचस्प बातें बताई हैं। कामरान यूसुफ ने एक वीडियो शेयर करते हुए कहा कि अमेरिका के जो हथियार अफगानिस्तान में छूटे, उनकी कीमत सात अरब डॉलर से कहीं ज्यादा हो सकती है। इसमें छोटे हथियारों के साथ–साथ हेलीकॉप्टर और फाइटर जेट भी थे। हालांकि ज्यादातर जेट और हलीकॉप्टर उस वक्त अफगान पायलटों ने पड़ोसी देश उज्बेकिस्तान और तजाकिस्तान में उतार दिए थे ताकि ये तालिबान के हाथ ना पड़ें। डोनाल्ड ट्रंप ने अब इन हेलीकॉप्टरों की वापसी शुरू कर दी है। इस पर तालिबान खुश नहीं है। हाल ही में उज्बेकिस्तान से सात हेलीकॉप्टर बाकायदा तौर पर अमेरिका को दे दिए गए हैं।

### ब्रिटेन की सरकार ने भी ट्रंप की तरह शुरू किया प्रवासियों के खिलाफ अभियान

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** लंदन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के सख्त आप्रवासी विरोधी अभियान के बाद अब ब्रिटेन की लेबर सरकार भी उसी राह पर चलती दिखाई दे रही है। लेबर सरकार ने देश में अवैध रूप से काम करने वालों के खिलाफ बड़ा छापेमारी अभियान शुरू किया है। यह अभियान भारतीय रेस्टोरेंट, नेल बार, सुविधा स्टोर से लेकर कारों की धुलाई वाले केंद्रों तक फैल गया है, जो प्रवासी श्रमिकों को रोजगार देते हैं। इस अभियान को यूके–वाइड–ब्लिट्ज नाम दिया गया है। प्रधानमंत्री कीर स्टार्मर की सरकार पर अवैध प्रवासियों को लेक सख्ती बरतने को लेकर भारी दबाव है। ब्रिटेन अवैध अप्रवासियों को उनके देशों में वापस भेजने के लिए विशेष चार्टर उड़ानों का इस्तेमाल कर रहा है। स्टार्मर सरकार भी अब ट्रंप की तरह ही प्रवासियों को भेजने के लिए वीडियो फुटेज का सहारा ले रही है।

# फलस्तीनियों के पास नहीं होगा गाजा पट्टी में लौटने का अधिकार

**रिपोर्ट**

## हमास और सऊदी अरब ने खारिज किया ट्रंप का प्लान

फलस्तीनियों को जॉर्डन और मिस्र में बसाने की है योजना

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

वाशिंगटन। अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप पनामा शहर, कनाडा और ग्रीनलैंड के बाद अब गाजा पर कब्जा जमाना चाहते हैं। डोनाल्ड ट्रंप ने कहा कि गाजा पट्टी का पुनर्विकास किया जाएगा। इसे दोबारा बसाने में कई वर्ष लगेंगे। ट्रंप ने कहा कि हमारे प्रस्ताव के तहत फलस्तीनियों को गाजा पट्टी में लौटने का अधिकार नहीं होगा।

ट्रंप फलस्तीनियों को आसपास के देशों में बसाना चाहते हैं। यही वजह है कि उन्होंने कहा कि फलस्तीनियों को लेने के लिए जॉर्डन और मिस्र के साथ हम एक समझौता कर सकते हैं। अमेरिका दोनों देशों को हर साल अरबों डॉलर की मदद देता है। जब ट्रंप से पूछा गया कि क्या फलस्तीनियों को गाजा लौटने का अधिकार होगा तो उन्होंने कहा कि नहीं। उन्हें ऐसा नहीं करना चाहिए क्योंकि वहां उनके पास बेहतर आवास होंगे। मैं उनके लिए एक स्थायी जगह बनाने की बात कर रहा हूं। गाजा को फिर से रहने लायक बनाने में कई साल लगेंगे।

पिछले हफ्ते डोनाल्ड ट्रंप ने लगभग 22 लाख फलस्तीनियों को दोबारा बसाने का प्रस्ताव रखा। मगर अब पहली बार उन्होंने कहा कि फलस्तीनिया के पास गाजा लौटने का कोई अधिकार नहीं होगा। हालांकि गाजा के लोगों ने ट्रंप के प्रस्ताव को खारिज कर दिया है। हमास ने भी ट्रंप के बयान की आलोचना की। हमास के वरिष्ठ अधिकारी समी अबू जुहरी ने कहा कि ट्रंप का यह बयान कि फिलिस्तीनी गाजा में वापस नहीं लौट पाएंगे गैर–जिम्मेदाराना है। ट्रंप ने जब पिछले हफ्ते गाजा पट्टी पर कब्जे का प्लान साझा किया तो सऊदी अरब समेत कई सहयोगियों ने इसे खारिज कर दिया। हालांकि इजरायली प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू फलस्तीनियों को बसाने के प्रस्ताव की प्रशंसा कर चुके हैं। अमेरिका के विदेश मंत्री मार्को रुबियो भी कह चुके हैं कि गाजा पट्टी के पुनर्निर्माण तक फलस्तीनियों को कहीं और रहना होगा।

अमेरिकी विदेश मंत्री मार्को रुबियो इस सप्ताह के अंत में मध्य पूर्व की अपनी पहली यात्रा पर जाएंगे। इससे पहले रुबियो ने सोमवार को वाशिंगटन में मिस्र के विदेश मंत्री बद्र अब्देलती से मुलाकात की। दरअसल, मिस्र को डर है कि फलस्तीनियों को गाजा के साथ मिस्र की सीमा पार करने के लिए मजबूर किया जा सकता है।

## मिस्र ने चीन से खरीदा पाकिस्तान वाला फाइटर जेट जे–10सी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** काहिरा। भारत के दोस्त और मध्य पूर्व के अहम मुस्लिम देश मिस्र ने अपनी वायुसेना के लिए चीन में बने जे–10सी लड़ाकू जेट की पहली खेप हासिल की है। मिस्र को मिला ये फाइटर जेट हवा से हवा में मार करने वाली एडवांस मिसाइलों से लैस हो, जो दिखाई देने वाली सीमा से दूर जाकर लक्ष्यों को भेदने में सक्षम है। बुल्गारियन मिलिट्री डॉट कॉम ने अपनी रिपोर्ट में इसका खुलासा किया है। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर हुरिन नामक हैंडल ने एक तस्वीर साझा की है, जिसमें दो जे–10सीई लड़ाकू विमानों को दिखाया गया है। गौरतलब है कि भारत के प्रतिद्वंद्वी पाकिस्तान को भी चीन से ये विमान मिले हुए हैं।

हुरिन ने पहले भी मिस्र की चीन के साथ बढ़ती रक्षा नजदीकी के बारे में जानकारी दी थी। पिछले साल ही हुरिन ने चीनी रक्षा प्रदर्शनी का हवाला देते हुए मिस्र के जे–10सीई के संभावित अधिग्रहण के बारे में संकेत दिए थे। उस समय चीन ने निर्यात के लिए डिजाइन किया गया एक पूरी तरह से चालू जे–10सीई प्रदर्शित किया था। मिस्र जैसे विदेशी खरीदारों के लिए इसकी उपलब्धता के बारे में अटकलें लगाई गई थीं।

इजरायल ने गाजा में खो दी अपनी बढ़त

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** तेल अवीव। इजरायल और हमास के बीच हुए युद्धविराम समझौते में रुकावट आई है। हमास ने इजरायल पर युद्धविराम समझौते के उल्लंघन का आरोप लगाते हुए बंधकों की रिहाई रोक दी है। हमास का कहना है कि पिछले तीन हफ्ते में इजरायल ने बार–बार युद्धविराम समझौते की शर्त तोड़ी हैं। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के गाजा के लोगों को दूसरे देशों में बसाने के प्लान और हमास को नेस्तनाबूद करने धमकी देने के बीच ये घटनाक्रम हुआ है। फिलहाल इजरायल और हमास के बीच तनाव बढ़ गया है और युद्धविराम समझौता खतरे में पड़ गया है। एक्सपर्ट इसे इजरायल के लिए बेहतर संकेत नहीं मान रहे हैं। ट्रंप ने पिछले हफ्ते गाजा पुनर्वास योजना की घोषणा की थी।

# पाकिस्तान में मुझे फांसी की सजा दिलाने की कोशिश

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

■ मार्क जुकरबर्ग का खुलासा कहा– वहां जाने का प्लान नहीं

कैलिफोर्निया। मेटा के मुख्य कार्यकारी अधिकारी मार्क जुकरबर्ग ने एक बड़ा खुलासा किया है। उन्होंने बताया कि पाकिस्तान में उन्हें फांसी की सजा दिलाने की कोशिश की गई।

जुकरबर्ग ने यह भी कहा कि मेरा पाकिस्तान जाने का कोई प्लान नहीं है। इसलिए अधिक टेंशन नहीं लिया। मगर इस केस में अब क्या हो रहा है. इस बारे में मुझे कोई जानकारी नहीं है। दरअसल, मार्क जुकरबर्ग जो रोगन के साथ एक पॉडकास्ट में ईशनिंदा सामग्री से जुड़े मुकदमे पर पाकिस्तान में आने वाली कानूनी चुनौतियों पर अपनी बात रख रहे थे। इसी दौरान उन्होंने यह वाकया साझा किया। जुकरबर्ग ने कहा कि कई देशों में ऐसे कानून हैं, जिनसे हम असहमत हैं। उदाहरण के लिए एक समय ऐसा भी था जब कोई शख्स मुझे पाकिस्तान में मौत की सजा दिलाने की कोशिश कर रहा था। इसकी वजह यह थी कि किसी ने फेसबुक पर पैगंबर मोहम्मद साहब की एक फोटो साझा की थी।

शख्स का कहना था कि यह हमारी संस्कृति में ईशनिंदा है। उसने मुझ पर मुकदमा दायर किया। इसके बाद आपराधिक कार्यवाही शुरू हुई। जुकरबर्ग ने आगे कहा कि मुझे नहीं पता अब यह मामला कहां, क्योंकि मैं पाकिस्तान जाने की योजना नहीं बना रहा हूं। इसलिए मैं इसके बारे में अधिक चिंतित भी नहीं हूं।

जुकरबर्ग ने माना कि स्थिति चिंताजनक थी, खास तौर पर व्यक्तिगत सुरक्षा के मामले में। उन्होंने कहा कि यह थोड़ा परेशान करने वाला था। मैं सोच रहा था, ठीक है, ये लोग ऐसे हैं। यह अच्छा नहीं है अगर आप उस क्षेत्र के ऊपर से उड़ान भर रहे हैं। आप नहीं चाहेंगे कि आपका विमान पाकिस्तान के ऊपर से गुजरे। मार्क जुकरबर्ग ने टेक कंपनियों पर सरकारों के बढ़ते दखल को उजागर किया।

### अमेरिका ने संयुक्त राष्ट्र में उठाया पाक में आतंक का मुद्दा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** वॉशिंगटन। अमेरिका ने आतंकवादी संगठन आईएसआईएस–खुरासान की पाकिस्तान और अफगानिस्तान में मौजूदगी और गतिविधियों पर चिंता जताई है। संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में अमेरिकी प्रतिनिधि ने कहा कि वॉशिंगटन आईएसआईएस–के में नई भर्ती और हमले करने की क्षमता को लेकर गंभीर रूप से चिंतित है, खासतौर से अफगानिस्तान और पाकिस्तान में जिस तरह से गुट भर्ती पर काम कर रहा है, वह परेशान करने वाला है। संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में आतंकवाद के मुद्दे पर एक अहम बैठक में अमेरिकी प्रतिनिधि ने ये कहा है। अमेरिका की ओर से संयुक्त राष्ट्र में कार्यवाहक राजदूत डोरोथी सिया ने सुरक्षा परिषद की ब्रीफिंग में कहा कि आईएसआईएस–क अब भी एक बड़ा खतरा है।

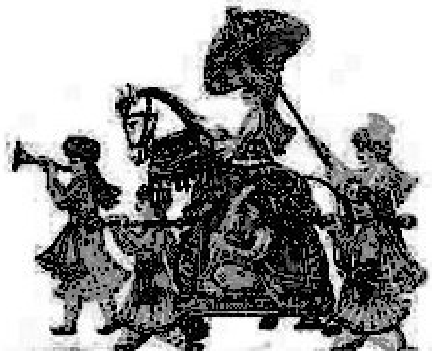
Page Three

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


# अधिकारियों को प्रशिक्षकों ने दी सुरक्षित इंटरनेट उपयोग की जानकारी

## सुरक्षित इंटरनेट दिवस पर एनआईसी ने आयोजित की साइबर सुरक्षा कार्यशाला

कार्यशाला

**संवाददाता**

चमोली। राष्ट्रीय सूचना विज्ञान केंद्र, चमोली की ओर से मंगलवार को अपर जिला अधिकारी विवेक प्रकाश की अध्यक्षता में सुरक्षित इंटरनेट दिवस पर साइबर सुरक्षा कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस दौरान विषय विषेशज्ञों ने जनपद के सभी विभागीय अधिकारियों को इंटरनेट के सुरक्षित उपयोग और साइबर अपराधों के विषय में विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने साइबर हमला होने पर उठाए जाने वाले प्राथमिक कदमों की भी जानकारी दी।

अपर जिला अधिकारी विवेक प्रकाश ने कहा कि वर्तमान में इंटरनेट दैनिक जीवन का अभिन्न हिस्सा हो गया है। इंटरनेट से कार्यालयी कार्यों के साथ बैंकिंग कार्य किए जा रहे हैं। ऐसे में प्रत्येक व्यक्ति को इंटरनेट के खतरों और उससे बचाव की पूरी जानकारी के साथ इंटरनेट उपयोग करना आवश्यक हो गया है। उन्होंने कार्यशाला में मौजूद अधिकारियों को इंटरनेट के उपयोग और बचाव को लेकर दिए जा रहे प्रशिक्षण को गंभीरता से लेने और जानकारी के उपयोग से साइबर अपराधों पर प्रभावी रोक लगाने की बात कही।

कार्यशाला में जिला सूचना विज्ञान अधिकारी विशेष चंद्रा ने कहा कि इंटरनेट के प्रसार से इन दिनों साइबर अपराध तेजी से बढने लगा है। जिससे बचने के लिये इंटरनेट का सुरक्षित उपयोग जरुरी है।

बताया कि वर्तमान में बैंकिंग फ्राड, इन्वेसटमेंट फ्राड के साथ अन्य प्रकार के साइबर फ्राड तेजी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में इंटरनेट का उपयोग सावधानी से करना जरुरी है। उन्होंने सुरक्षित इंटरनेट के उपयोग के लिए यूजर्स को ईमेल, सोशल मीडिया या बैंकिंग एकाउंट पर अलग–अलग पासवार्ड रखने, पासवर्ड सिक्वेंस नम्बर में न बनाने, मोबाइल में प्ले स्टोर से वैरिफाइड एप ही इंस्टाल करने, बिना वीपीएम के पब्लिक वाईफाई का उपयोग न करने, समय–समय पर पासवार्ड बदलने, मोबाइल या कम्प्यूटर से साफटवेयर अपडेट करने के साथ ही अज्ञात स्रोत से आने वाले लिंक का बिना जानकारी के क्लिक न करने की बात कही। कहा कि किसी ऑनलाइन शॉपिंग, इन्वेसटमेंट, लक्की ड्रा फ्राड जैसी सुविधा का उपयोग वैरिफाइड एप से ही करना चाहिए।

इस मौके पर उप जिलाधिकारी पोखरी अबरार अहमद, एसीएमओ डा. एमएस खाती, एसडीओ केदारनाथ वन प्रभाग मोहन सिंह, सुरेंद्र रावत, प्रदीप पंवार सहित सभी विभागीय अधिकारी मौजूद थे। साथ ही तहसील और ब्लॉक स्तर के अधिकारी वर्चुअल माध्यम से कार्यशाला में उपस्थित रहे।

## न्यूज डायरी

### डेयरी फार्मिंग एवं वर्मी कंपोस्ट बनाने का दिया जाएगा प्रशिक्षण

**संवाददाता** रुद्रप्रयाग। भारतीय स्टेट बैंक ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान द्वारा विकास खंड अगस्त्यमुनि की ग्राम पंचायत ग्वाड थापली में 'डेयरी फार्मिंग एवं वर्मी कंपोस्ट बनाने' का प्रशिक्षण दिया जाएगा। उक्त आशय की जानकारी देते हुए निदेशक आरसेटी केएस रावत ने अवगत कराया है कि विकास खंड अगस्त्यमुनि की ग्राम पंचायत ग्वाड थापली में एन आर एल एम द्वारा गठित स्वयं सहायता समूह की सदस्यों एवं ग्रामीणों को 13 फरवरी से 22 फरवरी, 2025 तक 10 दिवसीय प्रशिक्षण दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि उक्त प्रशिक्षण में ग्रामीणों को 'डेयरी फार्मिंग एवं वर्मी कंपोस्ट बनाने' का प्रशिक्षण दिया जाएगा। उन्होंने संबंधित जिला स्तरीय अधिकारियों से आयोजित होने वाले उक्त प्रशिक्षण में प्रतिभाग करते हुए प्रशिक्षणार्थियों का मार्गदर्शन करने की अपील की है।

### चारधाम यात्रा के लिए पंजीकरण हो लेकिन संख्या तय न की जाए

**संवाददाता** देहरादून। चारधाम के होटल कारोबारियों ने सरकार से चारधाम यात्रा के दौरान प्रतिदिन दर्शन के लिए यात्रियों की संख्या तय न करने का अनुरोध किया है। कारोबारियों ने कहा कि यात्रियों का पंजीकरण कराया जाए लेकिन दर्शन की लिमिट तय न की जाए। गंगोत्री, यमुनोत्री, केदारनाथ और बद्रीनाथ के होटल कारोबारियों की मंगलवार को अग्रवाल धर्मशाला में बैठक आयोजित हुई। जिसमें चारों धामों की होटल एसोसिएशन को मिलाकर देवभूमि चारधाम होटल एसोसिएशन का गठन करने का निर्णय लिया गया। नई एसोसिएशन में अध्यक्ष पद पर राजेश मेहता जबकि महामंत्री पद पर निखिलेश सेमवाल को चुना गया।

### टोयोटा किर्लोस्कर मोटर ने अपनी प्रतिबद्धता को फिर से मजबूत किया

**संवाददाता** देहरादून। टोयोटा किर्लोस्कर मोटर ने 11 से 14 फरवरी 2025 के दौरान दिल्ली में आयोजित होने वाले भारत ऊर्जा सप्ताह 2025 में अपनी भागीदारी दर्ज की। इसके तहत कंपनी ने 2047 तक ऊर्जा स्वतंत्रता और 2070 तक नेट जीरो के लिए भारत के दर्शन के प्रति अपनी प्रतिबद्धता दोहराई। इंडिया एनर्जी वीक–(भारत ऊर्जा सप्ताह, आईईडब्ल्यू) 2025 ऊर्जा आत्मनिर्भरता को साकार करने और कार्बन उत्सर्जन को कम करने के लिए व्यावहारिक और स्केलेबल स्वच्छ ऊर्जा समाधानों को प्रदर्शित करने के लिए एक महत्वपूर्ण मंच के रूप में काम करता है।

## रंवाई वंसोत्सव एवं विकास मेले का आगाज

**संवाददाता** पुरोला। रामा–कमल सिराई पट्टी की मुख्य रवांई बंशोतसव एवं विकास मेला बजार की जातर रविवार को क्षेत्र के ईष्ट देवता मटिया महासु ओडारू–जखंडी देव पालकियों की यात्रा,पूजा अर्चना के साथ शुरू हुई। 15 गांव के ईष्ट दोनों देवताओं की पालकियों को मंगलवार सुबह देवता के थान पुजेली गांव से सजा संवार कर कुमोला थोक व गांव–गांव से श्रद्धालुओं की भीड–ढोल नगाड़ों साथ मेला स्थल खेल मैदान कमल गंगा तट पर नगर पालिका की अगुवाई में नागराज मंदिर से होते हुए मेले में पहुंची।

देव डोलियों ने मेला स्थल पंहुचकर जंहा विशेष पूजा अर्चना व देव पश्चवाओं के आशीर्वाद के साथ मेले का रिबन काट कर विधिवत शुरुआत की गई।

पुरोला के रामा–कमल सिरांई पट्टी के 30 गांव की पौराणिक बजार की जातर का आयोजन सदियों से होता आ रहा है, पहले बजार की जातर का आयोजन समिति के माध्यम से तहसील परिसर में होता आया है व नगर पंचायत गठन के बाद से मेले का आयोजन नगर पंचायत कर रही है। दो सप्ताह तक चलने वाले मेले में दूरदराज गांव से आकर लोग जहां बहार से आये व्यापारियों की दुकानों से रोजमर्रा सामानों की खरिदारी करते हैं वहीं बच्चों–महिलाओं के लिये चरखी,मौत कुंआ,ऊंट की सवारी, आदि मनोरंजन का भी खुबआंनद उठाते हैं।

## डीएम ने किया पुलिस चौकी और पार्किंग निर्माण कार्यों का निरीक्षण

**संवाददाता** रुद्रप्रयाग। चारधाम यात्रा को सुव्यवस्थित संचालित करने के लिए जवाड़ी बाईपास पर बनाई जा रही पुलिस चौकी और जिला चिकित्सालय में बनाई जा रही पार्किंग के निर्माण कार्यों का जिलाधिकारी सौरभ गहरवार ने स्थलीय निरीक्षण किया। उन्होंने कार्यदायी संस्था आरडब्ल्यूडी (त्वि) को निर्माण कार्य शीघ्र पूर्ण करने के निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान जिलाधिकारी सबसे पहले जवाड़ी बाईपास पर निर्माणाधीन पुलिस चौकी पहुँचे और वहाँ बनाई जा रही पुलिस चौकी के निर्माण कार्यों का जायजा लिया। उन्होंने अधिशासी अभियंता आरडब्ल्यूडी को निर्देश दिए कि पुलिस चौकी का जो भी कार्य किया जाना है, उसे गुणवत्ता के साथ 15 मार्च तक अनिवार्य रूप से पूर्ण करना सुनिश्चित करें, जिससे कि चारधाम यात्रा संचालन में पुलिस को उचित व्यवस्था उपलब्ध हो सके और यात्रा को सुव्यवस्थित ढंग से संचालित किया जा सके।

# ऑनलाइन फ्रॉड से बचने के लिए किसी अनजान लिंक पर क्लिक न करें

**संवाददाता**

रुद्रप्रयाग। जिलाधिकारी सौरभ गहरवार के निर्देशानुसार एनआईसी रूम में सुरक्षित इंटरनेट दिवस के अवसर पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला की अध्यक्षता जिला सूचना विज्ञान अधिकारी दीप्ति चमोली द्वारा एनआईसी सभागार में की गई। कार्यशाला में जिले के विभिन्न विद्यालयों के छात्र–छात्राओं सहित कई विभागों के अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

कार्यशाला के दौरान जिला सूचना विज्ञान अधिकारी दीप्ति चमोली ने सभी प्रतिभागियों को सुरक्षित इंटरनेट उपयोग, साइबर ठगी, आर्टिफिशियल

**सुरक्षित इंटरनेट दिवस पर कार्यशाला आयोजित**

इंटेलिजेंस (एआई) तकनीक और साइबर सुरक्षा से जुड़े महत्वपूर्ण पहलुओं पर जागरूक किया। उन्होंने बताया कि आज के समय में इंटरनेट हमारी जीवनशैली का अभिन्न अंग बन चुका है, लेकिन इसके सुरक्षित उपयोग को लेकर सावधानी बरतना बेहद आवश्यक है। जिला सूचना विज्ञान अधिकारी दीप्ति चमोली ने छात्र–छात्राओं को इंटरनेट पर सुरक्षित सर्फिंग के गुर सिखाए। उन्होंने बताया कि वर्तमान समय में ऑनलाइन गेम्स के माध्यम से साइबर ठग बड़ी संख्या में बच्चों को अपने जाल में फंसा रहे हैं, जिससे वे न केवल आर्थिक नुकसान उठा रहे हैं, बल्कि मानसिक तनाव का भी शिकार हो रहे हैं। इस कारण कई बच्चे अपनी पढ़ाई से भी दूर हो रहे हैं। उन्होंने बच्चों को ऑनलाइन गेम्स से दूरी बनाए रखने की सलाह देते हुए कहा कि ऑनलाइन फ्रॉड से बचने के लिए किसी अनजान लिंक पर क्लिक न करें, अपनी व्यक्तिगत जानकारी किसी के साथ साझा न करें और संदिग्ध गतिविधियों की सूचना तुरंत परिजनों या पुलिस को दें।

कार्यशाला के दौरान उन्होंने बुजुर्गों और अभिभावकों के सम्बद्ध में भी साइबर अपराधों से बचाव के तरीके बताए गए।

### यूजेनिक्स हेयर साइंसेज सबसे भरोसेमंद हेयर ट्रांसप्लांट ब्रांड

**संवाददाता** हरिद्वार। यूजेनिक्स हेयर साइंसेज ने हेयर रिस्टोरेशन में अपनी स्थिति को मजबूत किया है और यह क्रिकेट के दिग्गजों, अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ियों और बॉलीवुड हस्तियों के एक प्रतिष्ठित सर्कल द्वारा विश्वसनीय है। दिल्ली–एनसीआर, मुंबई, हैदराबाद और भुवनेश्वर में अत्याधुनिक क्लिनिक के साथ, यूजेनिक्स हेयर ट्रांसप्लांट सॉल्यूशन्स के लिए एक प्रमुख गंतव्य बन चुका है, जो वैज्ञानिक विशेषज्ञता को कला के साथ सहजता से जोड़ता है। क्रिकेट के आइकॉन मोहम्मद शमी, रवि शास्त्री, मोहम्मद अजहरुद्दीन और माइकल बेवेन ने यूजेनिक्स पर भरोसा जताया है, और उन्होंने इसके उन्नत हेयर ट्रांसप्लांट तकनीकों की ट्रांसफॉरमेटिव शक्ति का अनुभव किया है।

# भारत की रणनीति

**भारत इस मामले में फिलहाल रक्षात्मक रुख अपनाते हुए बढ़ता दिख रहा है। अगर भारत सिर्फ अमेरिका को आयात शुल्क में रियायत देता है तो वह विश्व व्यापार संगठन के नियमों के खिलाफ होगा। ये नियम कहते हैं कि सभी देशों के लिए टैरिफ समान होना चाहिए।**

रहीस सिंह।।

वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने बजट में टैक्स छूट के तोहफे से मध्य वर्ग को खुश कर दिया। इससे खपत में तेजी आने की उम्मीद बढ़ी है, लेकिन इसी बीच अमेरिकी राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप ने मेक्सिको और कनाडा पर 25 प्रतिशत और चीन पर 10 प्रतिशत आयात शुल्क लगाने की घोषणा कर जिस तरह के व्यापार युद्ध की शुरुआत की है, उसका असर भारत पर भी हो सकता है, जिससे उसकी मुश्किलें बढ़ सकती हैं।

ट्रंप की इन घोषणाओं के बाद इन देशों की ओर से जवाबी कदमों का ऐलान स्वाभाविक है। लेकिन सबसे बड़ी बात है कि ट्रंप इन देशों तक ही रुकने वाले नहीं हैं। यूरोप उनके अजेंडे पर पहले से ही रहा है। इससे अनिश्चितता पैदा हो रही है। देखना होगा कि यह सिलसिला किस तरफ और कितना आगे बढ़ता है।

भारत इस मामले में फिलहाल रक्षात्मक रुख अपनाते हुए बढ़ता दिख रहा है। इसकी ठोस वजहें भी हैं। माना जा रहा है कि ट्रंप भारत से ट्रेड सरप्लस कम करने को कह सकते हैं, लेकिन इस मामले में थोड़ी नरमी दिखाकर और अमेरिका से हथियार, तेल, गैस और कृषि उत्पादों की खरीद बढ़ाकर उन्हें शांत किया जा सकता है। यह इसलिए भी संभव दिखता है क्योंकि ट्रंप की प्राथमिकताएं अभी अलग हैं। लैटिन अमेरिका, चीन, यूरोपियन यूनियन और रूस से निपटना उनके अजेंडे में ऊपर है।

बावजूद इसके, भारत के लिए नरमी के इस रुख पर कायम रहना आसान नहीं होगा। अगर भारत सिर्फ अमेरिका को आयात शुल्क में रियायत देता है तो वह विश्व व्यापार संगठन के नियमों के खिलाफ होगा। ये नियम कहते हैं कि सभी देशों के लिए टैरिफ समान होना चाहिए। लेकिन अगर भारत सभी देशों को आयात शुल्क में छूट देता है तो आत्मनिर्भर भारत की ओर बढ़ने का लक्ष्य कमजोर होगा।

सबसे बड़ी बात यह है कि ट्रंप की अमेरिका फर्स्ट पॉलिसी के चलते जो व्यापार युद्ध शुरू होगा, उसका ग्लोबल इकॉनमी पर नकारात्मक असर होगा। इससे भारत में विदेशी निवेश का फ्लो कम हो सकता है, रुपये में और गिरावट आ सकती है। बजट से उपजा उत्साह अपनी जगह है, लेकिन आने वाली इन चुनौतियों के मद्देनजर अभी से तैयारी करनी होगी। स्वाभाविक ही, इसी हफ्ते रिजर्व बैंक की ओर से ब्याज दरों पर होने वाली घोषणाओं पर निगाहें टिक गई हैं।

## नर्मदा

धर्म-दर्शन

**अशोक वोहरा।** गंगे च यमुने चैव गोदावरि सरस्वति। नर्मदे सिन्धु कावेरि जलेस्मिन् सन्निधिं कुरु।। नर्मदा भारत की सात पवित्र नदियों में एक है। पुराणों में नर्मदा को गंगा के समान पवित्र माना गया है। पौराणिक आख्यान बताते हैं कि नर्मदा प्रलय के प्रभाव से मुक्त, अयोनिजा और कुमारी है। पृथ्वी पर नर्मदा ही ऐसी एकमात्र नदी है जिसकी परिक्रमा की जाती है। भारत की अन्य नदियों के विपरीत नर्मदा पूर्व से पश्चिम की ओर बहती है। इसका एक नाम रेवा भी है। नर्मदा के मानस पुत्र कहे जाने वाले और तीन बार नर्मदा की परिक्रमा करने वाले प्रख्यात चित्रकार, यात्रा वृत्तांतकार और वक्ता श्री अमृतलाल वेगड़ कहते हैं कि गंगा भले ही श्रेष्ठ है, ज्येष्ठ तो नर्मदा ही है।

## संपादकीय

### नीतियों का लक्ष्य

बाजार की पहुँच और गुणवत्ता मानकों को बढ़ाकर, नीतियों का लक्ष्य कृषि निर्यात को बढ़ाना होना चाहिए। डिजिटल भूमि रिकॉर्ड, एआई–संचालित सटीक खेती और वास्तविक समय मूल्य खोज उपकरणों का उपयोग करके कृषि मूल्य शृंखला में अक्षमताओं को कम करने में मदद मिल सकती है। इलेक्ट्रॉनिक राष्ट्रीय कृषि बाजार, या ई–एनएएम ने किसानों को भारतीय खरीदारों के साथ सीधे संपर्क में लाकर बेहतर कीमतों तक उनकी पहुँच को आसान बनाया है। कृषि क्षेत्र को मजबूत करने के लिए वित्तीय समावेशन, बाजार पहुँच और प्रौद्योगिकी एकीकरण पर ध्यान केंद्रित करना आवश्यक है। जबकि प्रधानमंत्री धन–धान्य कृषि योजना और बढ़ी हुई केसीसी सीमा जैसी पहल अल्पकालिक राहत प्रदान कर सकती हैं, संरचनात्मक बाजार के मुद्दों से निपटने के लिए एक अधिक व्यापक रणनीति की आवश्यकता होगी जिसमें टिकाऊ कृषि पद्धतियाँ और बेहतर बुनियादी ढाँचा शामिल हो।

डिजिटल सलाहकार सेवाओं और मृदा स्वास्थ्य निगरानी के माध्यम से धान किसानों के लिए लक्षित सहायता के परिणामस्वरूप तेलंगाना में फसल की पैदावार और बाजार की कीमतों में सुधार हुआ है।

# कृषि पर निर्भर भारत की अर्थव्यवस्था

प्रियंका सौरभ।।

बजट में प्रत्यक्ष सब्सिडी की तुलना में वित्तीय सहायता को अधिक प्राथमिकता दी गई है, जिससे यह सुनिश्चित होता है कि किसानों को सामान्य सब्सिडी के बजाय फसल–विशिष्ट और क्षेत्रीय आवश्यकताओं के आधार पर अनुरूप सहायता मिले। डिजिटल सलाहकार सेवाओं और मृदा स्वास्थ्य निगरानी के माध्यम से धान किसानों के लिए लक्षित सहायता के परिणामस्वरूप तेलंगाना में फसल की पैदावार और बाजार की कीमतों में सुधार हुआ है। छोटे और सीमांत किसानों को बड़ी ऋण राशि प्राप्त करने में सक्षम बनाकर, बढ़ी हुई केसीसी ऋण सीमा ने उन गैर–लाइसेंस प्राप्त साहूकारों पर उनकी निर्भरता को कम कर दिया है जो अत्यधिक ब्याज दरें लगाते हैं। किसानों को जल–कुशल और जलवायु–स्मार्ट खेती तकनीकों का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करके, धन–धान्य कृषि योजना अनियमित मानसून और जलवायु परिवर्तन से जुड़े जोखिमों को कम करती है।

भारत की अर्थव्यवस्था कृषि पर बहुत अधिक निर्भर करती है, लेकिन यह बाजार की

अक्षमताओं, खंडित भूमि जोतों और ऋण तक सीमित पहुँच जैसी संरचनात्मक समस्याओं का सामना करती है। किसानों की वित्तीय स्थिरता को मजबूत करने के लिए सबसे हालिया बजट में प्रधानमंत्री धन–धान्य कृषि योजना और किसान क्रेडिट कार्ड ऋण सीमा में वृद्धि जैसी पहल शामिल की गई थी। कृषि बाजारों में अक्षमताओं को दूर करने में की गई प्रगति की डिग्री उनके प्रदर्शन पर निर्भर करेगी। खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए, यह पहल टिकाऊ खेती के तरीकों और बेहतर खेती के तरीकों के माध्यम से कृषि उत्पादकता और जलवायु लचीलापन में सुधार करना चाहती है। महाराष्ट्र और कर्नाटक जैसे राज्यों ने तुलनीय कार्यक्रमों के तहत लागू ड्रिप सिंचाई और एआई–संचालित मृदा विश्लेषण जैसी सटीक खेती के तरीकों की बदौलत उत्पादकता में वृद्धि देखी है।

ऋण सीमा को 3 लाख से बढ़ाकर 5 लाख कर दिया गया है, जिससे किसानों को उर्वरक, बीज और समकालीन कृषि उपकरणों पर खर्च करने के लिए अधिक पैसा मिल रहा है। उच्च ऋण सीमा ने पंजाब और हरियाणा के छोटे किसानों के लिए मशीनी उपकरण खरीदना संभव बना दिया है, जिससे उत्पादकता बढ़ी है और मैनुअल श्रम पर निर्भरता कम हुई है। बजट में कम उत्पादकता वाले 100 जिलों को लक्षित किया गया है और बेहतर सिंचाई प्रणाली, उच्च उपज वाले बीज और बेहतर भंडारण बुनियादी ढांचे सहित उपज और लाभप्रदता को बढ़ावा देने के लिए क्षेत्र–विशिष्ट उपाय पेश किए गए हैं। सिंचाई और मृदा प्रबंधन में सुधार करके, गुजरात के सौराष्ट्र क्षेत्र में इसी तरह की जिला–केंद्रित रणनीति के परिणामस्वरूप कपास की उपज में उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। बजट में प्रत्यक्ष सब्सिडी की तुलना में वित्तीय सहायता को अधिक प्राथमिकता दी गई है, जिससे यह सुनिश्चित होता है कि किसानों को सामान्य सब्सिडी के बजाय फसल–विशिष्ट और क्षेत्रीय आवश्यकताओं के आधार पर अनुरूप सहायता मिले।

### अष्टयोग-5112

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 | | 1 | | 2 | |
| 3 | 29 | 6 | 37 | | 31 | 1 |
| | 2 | | | 5 | 6 | |
| 5 | 30 | 1 | 30 | 4 | 31 | 6 |
| | 6 | | | | 3 | 2 |
| 2 | 33 | 4 | 31 | 3 | 30 | 7 |
| | 1 | | 5 | | 4 | |

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

अष्टयोग 5111 का हल

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 6 | 1 | 4 | 2 | 3 | 5 |
| 2 | 28 | 4 | 33 | 7 | 35 | 4 |
| 1 | 2 | 5 | 6 | 4 | 7 | 3 |
| 5 | 28 | 3 | 38 | 6 | 34 | 1 |
| 4 | 2 | 6 | 3 | 5 | 1 | 7 |
| 3 | 31 | 2 | 31 | 1 | 30 | 6 |
| 6 | 1 | 7 | 4 | 3 | 5 | 2 |

■ Jagrutidaur.com, Bangalore

## अपना ब्लॉग

### जलवायु परिवर्तन

**मोहन।** धन–धान्य कृषि योजना जलवायु–लचीली खेती और उच्च उपज वाले बीजों को प्रोत्साहित करती है, जो जलवायु परिवर्तन के सामने खाद्य सुरक्षा बनाए रखने के लिए आवश्यक हैं। सूखा–प्रतिरोधी और उच्च उपज वाले बीजों की उपलब्धता पंजाब और हरियाणा जैसे राज्यों में उत्पादन को स्थिर कर सकती है जहाँ अप्रत्याशित मानसून पैदावार को प्रभावित करता है। अनावश्यक खर्च को कम करना और अधिक प्रभावी संसाधन आवंटन को बढ़ावा देना सामान्य सब्सिडी के बजाय लक्षित ऋण सहायता पर ध्यान केंद्रित करने का लक्ष्य है। अत्यधिक उर्वरक सब्सिडी के विपरीत, जो इनपुट बाजार को विकृत करती है, पीएम–किसान के तहत प्रत्यक्ष नकद हस्तांतरण ने किसानों की आय सुरक्षा को बढ़ाया है। अधिक ऋण उपलब्ध होने से, किसान सिंचाई प्रणाली, भंडारण सुविधाएं और आधुनिक उपकरण खरीद सकते हैं, जो कटाई के बाद के नुकसान को कम करता है और उत्पादन को बढ़ाता है।

## रणवीर अल्लाहबादिया ने इंडियाज गॉट लेटेंट के लिए माफी मांगी

यूट्यूबर रणवीर अल्लाहबादिया, सोशल मीडिया इन्फ्लुएंसर अपूर्व मखीजा, कॉमेडियन समय रैना और शो इंडियाज गॉट लेटेंट के आयोजकों के खिलाफ शिकायत दर्ज कराई गई है। शो में कथित तौर पर अभद्र भाषा का इस्तेमाल करने के आरोप में मुंबई कमिश्नर और महाराष्ट्र महिला आयोग में शिकायत दर्ज कराई गई है और इनके खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की गई है। वहीं, इन सबके बीच रणवीर ने माफी भी मांगी है और समय की भी चैट वायरल हो रही है, जिसमें वह कॉमेडी का असल मतलब समझा रहे हैं। रणवीर अल्लाहबादिया ने एक्स हैंडल पर वीडियो शेयर कर लिखा, मुझे वो नहीं कहना चाहिए था जो मैंने इंडियाज गॉट लेटेंट पर कहा। आई एम सॉरी। इसके साथ ही वीडियो में वह कहते दिखाई दे रहे हैं, मैंने जो कमेंट किया वो सही भी नहीं था और मजाकिया भी नहीं था। कॉमेडी मेरी खासियत नहीं है। मैं सिर्फ सॉरी कहने आया हूं। आप में से कई लोगों ने पूछा कि क्या मैं अपने प्लेटफॉर्म को ऐसे इस्तेमाल करना चाहता हूं। नहीं मैं ऐसे नहीं इस्तेमाल करूंगा। मैं यहां कोई सफाई देने नहीं आया हूं। मैं बस माफी मांगने आया हूं। मुझे पर्सनली फैसला लेने में भूल हुई और ये सही नहीं था।

## टॉम क्रूज का खुलासा– प्लेन से उल्टा लटके–लटके हो गए बेहोश

हॉलीवुड सुपरस्टार टॉम क्रूज 62 साल के हैं। इस जुलाई में वह 63 साल के भी हो जाएंगे। लेकिन जब बात एक्शन करने की बात आती हैं, तो वह इस उम्र में भी नए–नवेले एक्टर्स को मात देते हैं। अपनी ब्लॉकस्टर फ्रेंचाइज मिशनः इम्पॉसिबल में वह मौत को धता बताकर कई खतरनाक स्टंट कर चुके हैं। अब जब मिशनः इम्पॉसिबल–फाइनल रेकनिंग की रिलीज की तैयारियां हो रही हैं, टॉम क्रूज ने एक दिलचस्प खुलासा किया है। एक्टर ने बताया है कि कैसे इस फिल्म की शूटिंग के दौरान वह विमान से उल्टा लटके थे और इस दौरान बेहोश भी हो गए थे। मिशनः इम्पॉसिबल–फाइनल रेकनिंग इसी साल 23 मई 2025 में रिलीज होने वाली है। टॉम क्रूज ने बताया, जब आप 120 से 130 मील प्रति घंटे की रफ्तार में, हवाई जहाज से अपना चेहरा बाहर निकालते हैं, तो आपको ऑक्सीजन नहीं मिल रही होती है।

## ममता कुलकर्णी का किन्नर अखाड़े के महामंडलेश्वर पद से इस्तीफा

बॉलीवुड एक्ट्रेस रहीं ममता कुलकर्णी ने सोमवार को किन्नर अखाड़े के महामंडलेश्वर पद से इस्तीफा दे दिया है। ये खबर तब आई है, जब कुछ दिनों पहले ही उन्हें इस पद से निष्कासित कर दिया गया था। उनके साथ लक्ष्मी नारायण त्रिपाठी को भी आचार्य महामंडलेश्वर के पद से हटा दिया गया था। ये कार्रवाई किन्नर अखाड़े के संस्थापक अजय दास ने की थी। ममता कुलकर्णी ने इंस्टाग्राम पर वीडियो शेयर कर किन्नर अखाड़े के महामंडलेश्वर पद से इस्तीफे का ऐलान किया है। वो कह रही हैं, श्मैं महामंडलेश्वर यमाई ममता नंद गिरी, मैं इस पोस्ट से इस्तीफा दे रही हूं। आज किन्नर अखाड़े या दोनों अखाड़ों में बीच में जो मुझे लेकर महामंडलेश्वर की उपाधि घोषित करने के बीच में जो प्रॉब्लम्स हो रही हैं, मैं एक साध्वी थी 25 साल से और मैं साध्वी ही रहूंगी। ममता ने आगे कहा, श्ये महामंडलेश्वर का जो सम्मान मुझे दिया गया था, वो एक प्रकार का वो सम्मान होता है, जिसने 25 साल स्विमिंग किया हो, उसको महामंडलेश्वर ये कहना कि आज के बाद तुम उस स्विमिंग का जो बच्चे आएंगे, उनको ज्ञान देती जाना, इसलिए वो पदवी होती है। लेकिन ये कुछ लोगों के लिए आपत्तिजनक हो गया कि जिसने 25 साल तप किया, बॉलीवुड तो 25 साल मैंने छोड़ा, मैं अपने आप गायब हुई, वर्ना मेकअप से, बॉलीवुड से इतना दूर कौन रहता है!

# सुपरस्टार अजित कुमार का फिर हुआ एक्सीडेंट, बाल–बाल बचे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

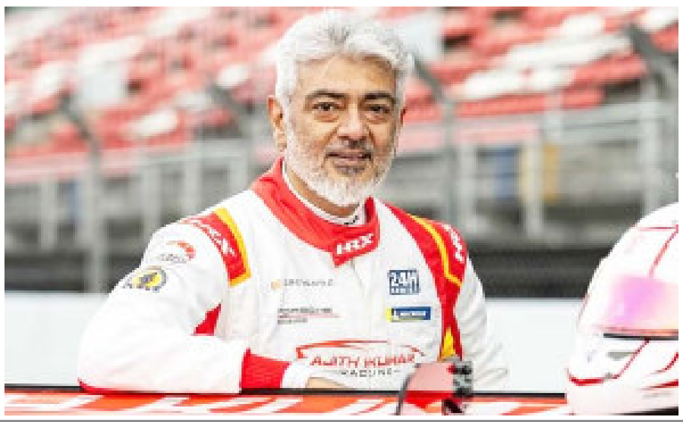
*तमिल सुपरस्टार अजित कुमार जहां बॉक्स ऑफिस पर फिल्म विदामुयार्ची से धूम मचा रहे हैं, वहीं रेसिंग ट्रैक पर वह एक बार फिर दुर्घटना का शिकार हो गए हैं। हालांकि, वह स–कुशल हैं और अपने रेसिंग करियर में एक और अध्याय जोड़ने के लिए पूरे जुनून से आगे बढ़ रहे हैं। अजित, पुर्तगाल में एक मोटरस्पोर्ट इवेंट में हिस्सा लेने वाले हैं। खबर है कि इसी के प्रैक्टिस सेशन यानी अभ्यास सत्र के दौरान उनकी कार एक गंभीर दुर्घटना की शिकार हो गई, हालांकि वह इसमें सुरक्षित बच गए। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, एस्टोरिल में होने वाले रेसिंग इवेंट के लिए हाल ही अजित कुमार प्रैक्टिस सेशन में हिस्सा ले रहे थे। उनकी कार रेसिंग ट्रैक पर ही दुर्घटनाग्रस्त हो गई। खुशकिस्मती रही कि उन्हें जल्दी से बचा लिया गया और वे बिना किसी चोट के कार से बाहर निकल आए।*

**एक्टर बोले- यह मामूली दुर्घटना**

हालांकि, बाद में एक्टर ने इस घटना को मामूली दुर्घटना बताया, क्योंकि इसमें कोई भी घायल नहीं हुआ। एक्टर ने उन लोगों के प्रति आभार व्यक्त किया, जिन्होंने उनकी सलामती के लिए दुआ मांगी। उन्होंने फैंस से कहा है कि वह उम्मीदों पर खरा उतरेंगे और उनकी टीम एक बार फिर से शानदार प्रदर्शन करेगी।

**पुर्तगाल रेस को लेकर एक्साइटेड हैं अजित कुमार**

अजित कुमार ने बताया कि वह इस रेस को लेकर काफी एक्साइटेड हैं, क्योंकि यह वही सर्किट है, जिस पर फॉर्मूला 1 के दिग्गज एर्टन सीना ने अपनी पहली जीत दर्ज की थी। ट्रैक



की चुनौतियों को स्वीकार करते हुए अजित ने कहा, हमारी टाइमिंग में सुधार हुआ है। मुझे यह देखकर वाकई बहुत खुशी होती है कि अब लोग इस स्पोर्ट्स में भी दिलचपी दिखा रहे हैं।

**जनवरी में दुबई रेस से पहले भी हुआ था एक्सीडेंट**

बहरहाल, इस दुर्घटना के बावजूद, उनकी टीम ने क्वालीफाइंग राउंड के लिए कार तैयार कर ली है, ताकि अजित इवेंट में हिस्सा ले सके। यह हाल ही में अजित की दूसरी दुर्घटना है। इससे पहले जनवरी में, दुबई 24एच रेस के लिए प्रैक्टिस सेशन के दौरान भी उनकी कार डिवाइडर से टकरा गई थी। तब उनकी कार ट्रैक पर संतुलन खोकर कई बार घूम गई थी। इस घटना का एक वीडियो भी वायरल हुआ था। किस्मत से, एक्टर तब भी सुरक्षित बच गए थे।

**रेस में अजित कुमार को मिला स्पिरिट ऑफ द रेस सम्मान**

अजित कुमार ने 24एच दुबई 2025 रेस में शानदार प्रदर्शन करते हुए जीत हासिल की। उनकी टीम, अजित कुमार रेसिंग बाई बास कोएटेन ने 991 श्रेणी में तीसरा स्थान हासिल किया। एक्टर कैटेगरी में स्पिरिट ऑफ द रेस सम्मान भी मिला।

**पहले वीकेंड में विदामुयार्ची ने कमाए शानदार 108 करोड़**

वैसे, जानकारी के लिए बता दें कि मगिज थिरुमेनी के डायरेक्शन में बनी अजित कुमार की विदामुयार्ची ने 4 दिनों के फर्स्ट वीकेंड में देश में 62.25 करोड़ रुपये का नेट कलेक्शन और वर्ल्डवाइड 108. 50 करोड़ रुपये का ग्रॉस कलेक्शन कर लिया है। फिल्म में अजित कुमार के साथ तृषा कृष्णन, अर्जुन सरजा, रेजिना कैसांड्रा और आरव भी प्रमुख भूमिकाओं में हैं।

# फलक नाज 5 दिनों से अस्पताल में भर्ती, सर्जरी के बाद शेयर की फोटो

*एक्ट्रेस फलक नाज की तबीयत खराब होने पर उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया। वहां उनकी अपेंडिक्स की सर्जरी हुई। उन्होंने इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर अपनी हेल्थ अपडेट दी और महिलाओं को समय–समय पर टेस्ट करवाने की सलाह दी।*

एक्ट्रेस फलक नाज की हाल ही में तबीयत खराब हुई थी। जिसके बाद उनको अस्पताल में भर्ती कराया गया था। अब एक्ट्रेस ने फैंस को इंस्टाग्राम पर अपनी लेटेस्ट हेल्थ अपडेट दी है। बताया है कि उनकी अपेंडिक्स की सर्जरी हुई है। इस पोस्ट में उन्होंने महिलाओं को बार–बार अपने टेस्ट करवाने की सलाह दी है और लंबा–चौड़ा मैसेज लिखा है। बताया है कि उन्होंने गंभीर दर्द को नजरअंदाज किया और नतीजन अस्पताल में एडमिट होना पड़ा।

**पोस्ट कर महिलाओं को दे दी सलाह**

फलक नाज ने सर्दरी के बाद अस्पताल के बिस्तर पर लेटी हुई अपनी कुछ फोटोज इंस्टाग्राम पर शेयर कीं। इसके साथ हेल्थ अपडेट दिया और बचाया कि वह पांच दिनों से एडमिट हैं। उन्होंने लिखा, पिछले पांच दिन मेरे लिए काफी उतार–चढ़ाव से भरे रहे हैं। सर्जरी के बाद अस्पताल के बेड पर लेटे रहने में मुझे वाकई लाइफ और जीने का एहसास हुआ है।

**फलक ने दर्द को अनदेखा किया**

फलक नाज ने आगे लिखा, मैं सभी महिलाओं से कहना चाहता हूं कि हम अक्सर शरीर के दर्द को सहन कर लेते हैं लेकिन उस पर गौर करना चाहिए। मैंने हाल ही में अपेंडिसाइटिस की सर्जरी करवाई थी और सर्जरी के बाद पाया कि वो नॉर्मल बात नहीं थी। मैं हमेशा से ही दर्द को अनदेखा करती रही। मैं इसे पीरियड्स के दौरान होने वाले दर्द और ओवुलेशन की दिक्कत बताती रही।

**फलक नाज ने महिलाओं को दी सलाह**

फलक नाज ने महिलाओ को समय–समय पर अल्ट्रासाउंज करवाने की सलाह दी। उन्होंने कहा कि ये उनके लिए सबक था, जिससे उन्होंने सीखा है कि हेल्थ को प्राथमिकता देनी चाहिए। उन्होंने कहा कि इस सर्जरी को सहन करने और जिंदा रहने में कामयाब होने वालों के लिए उनके मन में सम्मान है। यह वाकई उनके लिए आसान नहीं था।

# घर में बनाएं काली गोलियां, 10 दिन में खत्म हो जाएगी बवासीर

*बवासीर एक गंभीर बीमारी है जिससे बहुत से लोग पीड़ित रहते हैं, यह एक दर्दनाक समस्या है जिसका इलाज बहुत जरूरी है क्योंकि इसे नजरअंदाज करने से यह भगंदर या फिशर बन जाती है जिसमें सर्जरी की जरूरत पड़ती है।*

बवासीर के मस्से दर्दनाक होते हैं और वो छिल भी सकते हैं और खून आ सकता है। जब यह दवाओं से नहीं सूखते हैं, तो इन्हें कटवाने के लिए सर्जरी की जरूरत होती है। यह एक लंबी प्रक्रिया है। इन्हें सूखाने के लिए आप घरेलू नुस्खा भी आजमा सकते हैं। हकीम सादिक हुसैन सैफी आपको बवासीर के लिए घरेलू इलाज बता रहे हैं, जिससे आपको सिर्फ 8 से 10 दिनों में आराम आ सकता है।

**नुस्खा तैयार करने के लिए आपको क्या चाहिए**
डॉक्टर ने बताया कि बारहमासी नाम से एक झाड़ होता है जिस पर दो तरह के चमेली के फूल लगते हैं जिनमें खुशबू नहीं होती है। इसमें दो रंग के सफेद और लाल रंग के फूल आते हैं। आपको इस झाड़ के पत्ते लेने हैं। इसके अलावा काली मिर्च चाहिए।

**कैसे तैयार करें नुस्खा**
आपको इस झाड़ के कम से कम 50 पत्ते लेने हैं। इसके साथ 10 ग्राम काली मिर्च लें। दोनों चीजों को अच्छी तरह पीस लें। इसके बाद थोड़ा पानी डालकर छोटी–छोटी गोली बना लें।

**कैसे करें सेवन**
डॉक्टर ने बताया कि अगर आप कब्ज, एसिडिटी और बवासीर से जल्दी राहत पाना चाहते हैं, तो इन गोलियों का सेवन करें। इन्हें खाने का सही समय है सुबह है। सुबह उठकर दो गोलियों का सेवन करें। इसके एक घंटे बाद तक आप किसी भी चीज का सेवन न करें।

**खूनी बवासीर के लिए उपाय**
डॉक्टर ने बताया कि अगर आपकी बवासीर गंभीर है यानी खुनी है, तो आप बारहमासी झाड़ की गुलाबी वाला पौधा जिसे सदाबहार का पौधा भी कहा जाता है को इस्तेमाल कर सकते हैं।

**बादी बवासीर में**
डॉक्टर ने बताया कि अगर आपको बादी बवासीर है यानी आपको गुदे वाले हिस्से में बाहर की तरह मस्से हैं और उनमें खून नहीं आता है, तो आप सफेद फूल वाली झाड़ का इस्तेमाल करें। इसे भी वैसे ही इस्तेमाल करें। डॉक्टर ने बताया कि इस नुस्खे से आपको 8 से 10 दिन के अंदर आराम आ जाएगा और आपको सर्जरी की भी जरूरत नहीं पड़ेगी।

## सिर्फ 40 दिन में खत्म होगी शुगर, लिख लें डायबिटीज का देसी नुस्खा

दुर्भाग्यवश डायबिटीज का कोई परमानेंट इलाज नहीं है इसे बस कंट्रोल किया जा सकता है और लक्षणों पर काबू पाया जा सकता है। डायबिटीज के डायबिटीज के लिए आप घरेलू उपाय भी ट्राई कर सकते हैं। राजस्थान के फेमस वैद्य जगदीश सुमन आपको ब्लड शुगर खत्म करने का एक देसी नुस्खा बता रहे है। वैद्य ने बताया कि डायबिटीज के लिए मरीजों के लिए यह देसी नुस्खा बहुत ज्यादा असरदार है। इसके इस्तेमाल करने से गारंटी के साथ सिर्फ 40 दिन के भीतर शुगर खत्म हो जाएगा। अध्ययन के अनुसार, तुम्बा फल की डायबिटीज रोकने की क्षमता की जांच करने वाले अध्ययनों से पता चला है कि इसमें ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करने और इंसुलिन रेसिस्टेंट में सुधार करने की क्षमता है। तुम्बा का पौधा एक औषधीय पौधा है, जो रेगिस्तानी इलाकों में उगता है। इसके फल, जड़, पत्ते, और बीज सभी औषधीय गुणों से भरपूर होते हैं। सूखी अदरक यानी सौंठ डायबिटीज से पीड़ित लोगों में ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करने में मदद कर सकती है। यह एक प्राकृतिक उपचार है जिसका सेवन सीमित मात्रा में किया जा सकता है। अदरक में एंटी डायबिटिक गुण होते हैं।

## किचन में रोजाना इस्तेमाल होने वाली ये चीजें, तुरंत बना लें दूरी

प्लास्टिक का इस्तेमाल इतना आम है कि कई सरकारों के प्रयास के बाद भी यह पूरी तरीके से कभी बंद नहीं हो पाती। प्लास्टिक की बोतल में पानी पीते हैं। प्लास्टिक के डब्बे में खाना स्टोर करते हैं लेकिन यह हमारे लिए बेहद ही खतरनाक साबित हो सकता है। प्लास्टिक में बिस्फेनॉल ए और फथैलेट्स केमिकल्स पाए जाते हैं। गरम खाने को या गर्म पानी को प्लास्टिक की कंटेनर में रखा जाए तो लो डेंसिटी प्लास्टिक के केमिकल्स भोजन में मिल सकते हैं। कई बार उपयोग की गई प्लास्टिक की बोतलें बैक्टीरिया का घर बन जाती हैं, जो स्वास्थ्य के लिए काफी हानिकारक है। आजकल व्यस्त लाइफस्टाइल की वजह से लोग रेडी टू ईट प्रोसैस्ड फूड आइटम्स का अधिक इस्तेमाल करने लगे हैं लेकिन यह खाद्य पदार्थ हम धीरे–धीरे हमारे सेहत को नुकसान पहुंचता है। डिब्बा बंद खाद्य पदार्थों में आर्टिफिशियल फ्लेवर्स, प्रिजर्वेटिव्स जैसे केमिकल्स होते हैं। यह शरीर में टॉक्सिंस बढ़ाते हैं और कैंसर का खतरा भी बढ़ता है प्रोसेस्ड मीट में नाइट्रेट और नाइट्राइड होते हैं।

## गैस और ब्लोटिंग की समस्या को कहें अलविदा, तगड़ा होगा गट हेल्थ

ब्लोटिंग का मतलब है पेट में भारीपन, सूजन या गैस की समस्या होना। यह आमतौर पर खराब खाने की आदत, तेल या प्रोसेस्ड फूड खाने, कम पानी पीने और पाचन तंत्र के ठीक से काम ना करने की वजह से हो सकता है। इसे ठीक करने के लिए कुछ खास पेय पदार्थ अपने डाइट में शामिल करना चाहिए, जो पेट को ठंडक पहुंचाते हैं। पाचन क्रिया को मजबूत बनाते हैं और गट हेल्थ को बेहतर बनाएंगे। अजवाइन को आयुर्वेद में बहुत ही महत्वपूर्ण औषधि बताया गया है। यह एंटीबैक्टीरियल और एंटी इन्फ्लेमेटरी गुणों से भरपूर होता है। पेट में होने वाली सूजन और ब्लोटिंग की समस्या से राहत दिलाने में यह मदद करता है। यह पाचन को मजबूत बनाता है और गैस की समस्या से छुटकारा दिलाता है। एक गिलास पानी में एक चम्मच अजवाइन डालकर रात भर के लिए भिगोकर रख दें। सुबह खाली पेट इसे छानकर पिएं तो ब्लोटिंग की समस्या से राहत मिलेगी। दही और छाछ खाने में स्वादिष्ट होने के साथ–साथ पेट को स्वस्थ रखने में भी मदद करते हैं। इसमें प्रोबायोटिक्स मौजूद होते हैं, जो हमारे गट हेल्थ में सुधार करते हैं। रोज खाना खाने के साथ एक कटोरी दही खाएं।

# कोलेस्ट्रॉल से ज्यादा घातक है अमोनिया, इन लक्षण न करें नजरअंदाज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

*जिस तरह कोलेस्ट्रॉल, यूरिक एसिड और शुगर का स्तर बढ़ना सेहत के लिए नुकसानदायक होता है, उसी तरह खून में अमोनिया का बढ़ना भी खतरनाक हो सकता है। इसे मेडिकल भाषा में हाइपरअमोनमिया कहते हैं। अमोनिया खून की नसों और रीढ़ की हड्डी के लिए विषैला होता है। इसे एनएच3 के नाम से भी जाना जाता है। अमोनिया शरीर में एक अपशिष्ट पदार्थ है, जो आंतों में तब बनता है जब हम प्रोटीन को पचाते हैं। आमतौर पर, लिवर इस अमोनिया को फिल्टर कर पेशाब के जरिए बाहर निकाल देता है। लेकिन अगर लिवर ठीक से काम नहीं कर पाता, तो अमोनिया खून में जमा होने लगता है, जिससे गंभीर समस्याएं हो सकती हैं।*

**खून में अमोनिया का स्तर बढ़ने के कारण**
*लिवर की बीमारियांः* जब लिवर सही से काम नहीं करता, तो अमोनिया खून में जमा हो सकता है।
*किडनी या लिवर फेलियरः* इन समस्याओं में शरीर अपशिष्ट पदार्थों को बाहर नहीं निकाल पाता।
*जेनेटिक कारणः* कुछ लोगों में जन्म से ही अमोनिया का स्तर बढ़ने की संभावना अधिक होती है।
*खान–पानः* प्याज, सोयाबीन, चिप्स, सलामी और मक्खन जैसे खाद्य पदार्थों में अमोनिया अधिक मात्रा में पाया जाता है।

**अमोनिया बढ़ने के लक्षण**
अगर अमोनिया शरीर से बाहर नहीं निकल पाता और खून में जमा हो जाता है, तो निम्न लक्षण दिखाई दे सकते हैं जैसे सिरदर्द, मतली या उल्टी, चिड़चिड़ापन, बोलने और संतुलन बनाने में कठिनाई, व्यवहार में बदलाव, दौरे पड़ना, नींद न आना और कोमा (गंभीर मामलों में)।

**डॉक्टर से संपर्क करें**
अगर आपको लिवर या किडनी से जुड़ी कोई समस्या है या ऊपर बताए गए लक्षण महसूस होते हैं, तो तुरंत डॉक्टर से जांच करवाएं। यह एक गंभीर स्थिति हो सकती है, जिसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।

**प्रोबायोटिक्स का सेवन करें**
प्रोबायोटिक्स अच्छे बैक्टीरिया होते हैं, जो पाचन में मदद करते हैं और शरीर को स्वस्थ रखते हैं। ये अमोनिया को तेजी से तोड़ने और बाहर निकालने में मदद करते हैं। दही, केफिर और सॉरक्रॉट जैसे किण्वित खाद्य पदार्थ खाएं।

**एनिमल प्रोटीन से बचें**
रेड मीट अमोनिया का स्तर तेजी से बढ़ा सकता है। इसकी बजाय हल्का मांस (जैसे चिकन) खा सकते हैं, लेकिन इसे भी सीमित मात्रा में लें।

**प्लांट-बेस्ड फूड को अपनाएं**
बीन्स और दाल जैसे पौधों से मिलने वाले प्रोटीन धीरे–धीरे पचते हैं, जिससे अमोनिया का स्तर तेजी से नहीं बढ़ता।

**जिंक से भरपूर चीजें खाएं**
जिंक शरीर में अमोनिया को कम करने में मदद करता है। लिवर की बीमारियों में जिंक की कमी हो सकती है। जिंक युक्त भोजन दृ कद्दू के बीज, मूंगफली, पालक और मशरूम खाएं। डॉक्टर की सलाह से जिंक सप्लीमेंट भी ले सकते हैं।

**ट्राई सीरीज का हाल**

चैंपियंस ट्रॉफी 2025 से पहले पाकिस्तान में ट्राई सीरीज खेली जा रही है। सीरीज के पहले मैच में न्यूजीलैंड ने पाकिस्तान को 78 रन से हराया था। दूसरे मुकाबले में न्यूजीलैंड ने साउथ अफ्रीका को 6 विकेट से शिकस्त दी थी। पाकिस्तान और साउथ अफ्रीका के बीच तीसरा मुकाबला 12 फरवरी को खेला जाएगा। साथ ही फाइनल मैच 14 फरवरी को होगा। यह मैच कराची के नेशनल स्टेडियम में खेला जाएगा।

## केन विलियमसन ने कोहली को दिया गहरा जख्म

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। पाकिस्तान, न्यूजीलैंड और साउथ अफ्रीका के बीच ट्राई सीरीज खेली जा रही है। न्यूजीलैंड और साउथ अफ्रीका के बीच खेले गए मैच में केन विलियमसन ने विराट कोहली को गहरा जख्म दिया। मुकाबले में केन विलियमसन ने 113 गेंदों का सामना किया और 133 रन बनाए। अपनी इस पारी में उन्होंने 13 चौके और 2 छक्के लगाए। इसके साथ ही उन्होंने विराट कोहली का बड़ा रिकॉर्ड तोड़ दिया। न्यूजीलैंड ने इस मैच को 6 विकेट से जीता। न्यूजीलैंड के बल्लेबाज केन विलियमसन 7,000 वनडे रन बनाने वाले दूसरे सबसे तेज क्रिकेटर बन गए हैं। केन ने 159वीं वनडे पारी में इस मुकाम को हासिल किया। इससे पहले विराट कोहली ने 161 पारियों में यह उपलब्धि हासिल की थी। वनडे में सबसे तेज 7000 रन बनाने का रिकॉर्ड दक्षिण अफ्रीका के हाशिम अमला के नाम है। उन्होंने सिर्फ 150 पारियों में यह उपलब्धि हासिल की थी। 2 मैच जीतकर न्यूजीलैंड टीम पहले ही फाइनल में अपनी जगह बना चुकी है।

# केएल राहुल के साथ हो रही है नाइंसाफी

**क्रिकेट**

### कृष्णामाचारी श्रीकांत ने गंभीर को खूब सुनाई खरी-खोटी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। भारतीय टीम के पूर्व ओपनर बैटर कृष्णामाचारी श्रीकांत ने टीम मैनेजमेंट को केएल राहुल की बैटिंग पोजीशन बदलने पर भड़ास निकाली। केएल राहुल ने नंबर 5 पर वनडे विश्व कप 2023 में शानदार प्रदर्शन किया था, लेकिन इसके बाद से उनकी बैटिंग पोजीशन में बदलाव हो रहा है।

इंग्लैंड के खिलाफ खेली जा रही वनडे सीरीज में राहुल को नंबर 6 पर भेजा जा रहा है। उनकी पोजीशन पर अक्षर को मौका मिल रहा है। इस फैसले से नाखुश होकर कृष्णामाचारी श्रीकांत खुश नजर नहीं आ रहे हैं और इसको लेकर उन्होंने कोच गौतम गंभीर को भी खूब खरी-खोटी सुनाई। दरअसल, श्रीकांत ने कहा, श्रेयस अय्यर अच्छी

फॉर्म में हैं, जो भारत के लिए एक अच्छी बात है, लेकिन मुझे केएल राहुल के लिए बहुत अफसोस होता है। अक्षर जरूर 30-40 रन बना रहे हैं, लेकिन जो कुछ भी केएल के साथ हो रहा है, वह सही नहीं है। उनके रिकॉर्ड को देखिए, उन्होंने नंबर-5 पर शानदार प्रदर्शन किया है, एक शानदार रिकॉर्ड के साथ। मुझे नहीं पता कि टीम प्रबंधन उनकी स्थिति के बारे में क्या सोच रहा है। अगर वह नंबर 6 या 7 पर बैटिंग करते हैं तो वह 6 या 7 रन ही बनाते हैं। यह अन्याय है।

श्रीकांत ने गौतम गंभीर पर निशाना साधते हुए कहा, गंभीर जो तुम कर रहे हो वह सही नहीं हैं। हां, परिस्थिति के अनुसार, भारत अक्षर को नंबर 5 पर भेज सकता है, लेकिन एक स्थायी रणनीति नहीं हो सकती। अगर तुम बदलाव ऐसे ही करते रहोगे, तो तुम जानते हो कि क्या होगा, एक अहम मैच होगा जहां सब कुछ बिखर जाएगा, मुझे अक्षर से कोई दिक्कत नहीं, वह अपने मौकों का पूरा फायदा उठा रहा है, लेकिन अगर तुम राहुल को क्रम में नीचे धकेल रहे हो फिर पंत को नंबर 6 पर खिलाओ। राहुल के आत्मविश्वास को कमजोर क्यों करना? वह एक खिलाड़ी है जिसने विश्व क्रिकेट में शानदार प्रदर्शन किया है।

बता दें कि केएल राहुल इंग्लैंड के खिलाफ खेली जा रही वनडे सीरीज के दोनों मुकाबलों में बल्लेबाजी और विकेटकीपिंग से प्रभावित नहीं कर पाए।

# बिना प्रैक्टिस नरेंद्र मोदी स्टेडियम में उतरेगी रोहित सेना

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

अहमदाबाद। पहले दो मैच में आसान जीत से उत्साह से लबरेज भारतीय टीम इंग्लैंड के खिलाफ होने वाले तीसरे और अंतिम एक दिवसीय अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट मैच में अपनी लय बरकरार रखकर क्लीन स्वीप करने के इरादे से मैदान पर उतरेगी। इस मैच में हालांकि विराट कोहली पर निगाह रहेगी जिनके पास चैंपियंस ट्रॉफी से पहले फॉर्म हासिल करने का यह आखिरी मौका होगा। भारत पहले दो मैच चार विकेट के समान अंतर से जीत कर पहले ही सीरीज अपने नाम कर चुका है। रोहित शर्मा की अगुवाई वाली टीम अब उस नरेंद्र मोदी स्टेडियम में खेलने के लिए उतरेगी जहां उसे वनडे विश्व कप 2023 के फाइनल में हार का सामना

■यही मिली थी विश्व कप फाइनल में दिल तोड़ने वाली हार

करना पड़ा था। यह कहने की जरूरत नहीं है कि भारतीय टीम चैंपियंस ट्रॉफी से पहले कोहली की फॉर्म को लेकर चिंतित होगी। आठ टीमों के बीच खेले जाने वाली चैंपियंस ट्रॉफी 19 फरवरी से पाकिस्तान और दुबई में शुरू होगी। भारत अपने सभी मैच दुबई में खेलेगा। भारत अपना पहला मैच 20 फरवरी को बांग्लादेश के खिलाफ खेलेगा और 23 फरवरी को अपने चिर प्रतिद्वंद्वी पाकिस्तान का सामना करेगा।

कप्तान रोहित शर्मा ने दूसरे वनडे में 90 गेंद पर 119 रन बनाकर फॉर्म में वापसी की जो भारत के लिए अच्छे संकेत हैं। कोहली अपने इस साथी से प्रेरणा लेकर यहां बड़ी पारी खेलना चाहेंगे। कोहली पूरी तरह से लय में नहीं दिख रहे हैं लेकिन वह इतनी देर तक क्रीज पर नहीं टिके हैं कि खुद को बड़ी पारी खेलने का मौका दे सकें। कोहली का बल्ला अगर चल जाता है तो यह स्टार बल्लेबाज वनडे क्रिकेट में 14000 रन बनाने वाला तीसरा खिलाड़ी बन सकता है। कोहली को इस मुकाम पर पहुंचने के लिए केवल 89 रन की जरूरत है।

भारत ने अभी तक तीनों विभाग में अच्छा प्रदर्शन किया है। स्पिनर वरुण चक्रवर्ती को टीम में शामिल करने और तेज गेंदबाज मोहम्मद शमी की वापसी से भारत का गेंदबाजी आक्रमण मजबूत हुआ है। शमी की सफल वापसी से निश्चित तौर पर भारतीय टीम प्रबंधन को राहत मिली होगी।

## मुझे लगता है कि मैं दावेदार हूं: ठाकुर

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** कोलकाता। भारत की मौजूदा योजनाओं का हिस्सा नहीं होने के बावजूद तेज गेंदबाज ऑलराउंडर शार्दुल ठाकुर अपनी संभावनाओं को लेकर आशावादी हैं और उन्होंने हरियाणा के खिलाफ रणजी ट्रॉफी क्वार्टर फाइनल में मुंबई के लिए एक और शानदार प्रदर्शन के बाद जोर देते हुए कहा कि वह 'हमेशा दावेदारी में हैं'। उन्होंने कहा, 'लेकिन एक बार जब मैं मैदान पर उतरता हूं तो मेरा पूरा ध्यान मैच पर होता है - चाहे वह क्लब क्रिकेट हो, रणजी ट्रॉफी हो, आईपीएल हो या भारत के लिए खेलना हो। मेरे लिए हर क्रिकेट मैच एक जैसा होता है, चाहे वह किसी भी स्तर का हो।' भारत के लिए नए विश्व टेस्ट चौम्पियनशिप चक्र की शुरुआत जून-जुलाई में इंग्लैंड दौरे से होगी और शार्दुल को दौर के लिए टीम में वापसी की उम्मीद है।

## न्यूज डायरी

### 14 फरवरी से होगा डब्ल्यूपीएल तीसरे सीजन का आगाज

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। इंतजार की घड़ियां खत्म होने वाली हैं। कुछ ही दिनों में महिला प्रीमियर लीग 2025 का आगाज होने जा रहा है। 14 फरवरी, शुक्रवार से लीग के तीसरे सीजन का आगाज होगा और फाइनल 15 मार्च को खेला जाएगा। पहले मैच में डिफेंडिंग चैंपियन रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु का सामना गुजरात जायंट्स से होगा। तीसरे सीजन के सभी मैच 4 वेन्यू पर खेले जाएंगे। मुकाबले वडोदरा, बेंगलुरु, लखनऊ और मुंबई में होंगे। तीसरे सीजन में ग्रुप स्टेज में 20 मैच खेले जाएंगे। इसके बाद दो नॉकआउट गेम होंगे। डब्ल्यूपीएल 2025 राउंड-रॉबिन फॉर्मेट में खेला जाएगा। जिसके बाद नॉकआउट स्टेज होगा। पांच टीमों में से प्रत्येक टीम राउंड-रॉबिन स्टेज के दौरान दो बार अन्य टीमों का सामना करेगी। जीतने वाली टीम को 2 अंक मिलेंगे। अगर कोई मैच रद्द हो जाता है, तो दोनों टीमों को एक-एक अंक मिलेगा। राउंड-रॉबिन स्टेज के बाद अंक तालिका में टॉप पर रहने वाली टीम फाइनल में सीधे एंट्री करेगी। वहीं दूसरे और तीसरे स्थान पर रहने वाली टीमें एलिमिनेटर मैच खेलेंगी। एलिमिनेटर की विनर टीम फाइनल में जगह बनाएगी।

### उत्तर प्रदेश की जूनियर टीम में नेट बॉलर को सीधे मैच खिलाने पर बवाल

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** लखनऊ। उत्तर प्रदेश क्रिकेट एसोसिएशन (यूपीसीए) एक बार फिर सुर्खियों में है। आरोप हैं कि यूपीसीए की जूनियर चयन समिति के अध्यक्ष प्रशांत गुप्ता ने एक नेट बॉलर को समिति के अन्य सदस्यों को जानकारी दिए बिना ही टीम में शामिल करके मैच खिला दिया था। इसको लेकर चयन समिति के दो सदस्यों ने यूपीसीए के सचिव अरविंद श्रीवास्तव को मेल भी किया जिसके बाद सचिव ने प्रशांत गुप्ता से स्पष्टीकरण मांगा है। अरविंद श्रीवास्तव ने 23 जनवरी को प्रशांत गुप्ता को एक पत्र लिखा जो दैनिक जागरण के पास मौजूद है। प्रशांत को संबोधित पत्र में लिखा है कि 17 जनवरी को भेजे गए पत्र का आपने जवाब नहीं दिया है। आपने बाकी चयनकर्ताओं से बात किए बिना नेट बालर मोनू कुमार को अंडर-16 के सेमीफाइनल मैच की टीम में शामिल कर लिया। इसको लेकर दो अन्य चयनकर्ताओं कपिल पांडेय और नासिर अली के ईमेल मुझे प्राप्त हुए जिसमें उन्होंने कहा है कि उनसे इसको लेकर सहमति नहीं ली गई थी और न ही इस संबंध में चयन समिति की कोई बैठक हुई थी। पिछले माह 22 जनवरी को प्रशांत गुप्ता को यूपीसीए के कमला क्लब कार्यालय में उपस्थित होने के लिए कहा गया था, लेकिन वह नहीं पहुंचे। नोटिस में यूपीसीए के सचिव अरोवद श्रीवास्तव ने प्रशांत गुप्ता के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की बात कही है।

### लोगों का जीवन बदलने गौतम गंभीर ने बहुत पहले लिया था बड़ा फैसला

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। भारत और इंग्लैंड के बीच तीन मैचों की वनडे सीरीज के तीसरे और अंतिम मैच के दौरान अहमदाबाद में अंग दान करें, जीवन बचाएं जागरूकता अभियान शुरू किया जाएगा लेकिन शायद ही ये किसी को पता हो कि भारतीय टीम के मुख्य कोच गौतम गंभीर इस अभियान में पहले ही योगदान दे चुके हैं। गंभीर जब क्रिकेट खेलते थे तभी उन्होंने एक संस्था को आंख, दिल, लीवर और किडनी जैसे जरूरी अंग दान देने का संकल्प लिया था। आईसीसी चेयरमैन जय शाह ने बताया कि 12 फरवरी को अहमदाबाद में भारत और इंग्लैंड के बीच तीसरे वनडे के अवसर पर हम अंग दान करें, जीवन बचाएं नामक जागरूकता अभियान शुरू कर रहे हैं। जय शाह ने कहा कि खेल में लोगों को प्रेरित करने, जोड़ने और मैदान से बाहर भी सकारात्मक प्रभाव डालने की ताकत होती है। इस पहल के माध्यम से हम सभी से अनुरोध करते हैं कि वे सबसे बड़ा उपहार देने की दिशा में एक कदम बढ़ाएं - जीवनदान। एक संकल्प, एक निर्णय, कई जिंदगियां बचा सकता है। आइए, हम सब मिलकर बदलाव लाने में योगदान दें।

पेज थ्री देहरादून

ड्रॉप आउट बालिकाओं को स्कूल, स्नातक, स्नातकोत्तर करवाएगा जिला प्रशासन।

देहरादून, बुधवार, 12 फरवरी 2025 पेज 8

हमारा दून

## संक्षिप्त समाचार

**सीएम ने प्रसिद्ध हास्य कलाकार घन्ना भाई के निधन पर दुःख व्यक्त किया**

**संवाददाता** देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने उत्तराखंड के प्रसिद्ध हास्य कलाकार घनानंद 'घन्ना भाई' के निधन पर दुःख व्यक्त किया। उन्होंने दिवंगत आत्मा की शांति और शोक संतप्त परिजनों व समर्थकों को यह असीम कष्ट सहने की ईश्वर से कामना की है। मुख्यमंत्री ने कहा कि घनानंद जी की सरलता, मृदुता और अद्वितीय अभिनय शैली ने लोगों को न केवल हंसाया, बल्कि जीवन के कई महत्वपूर्ण पहलुओं को एक अलग दृष्टिकोण से देखने का नजरिया दिया। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड के फिल्म जगत और अभिनय के क्षेत्र में घनानंद के योगदान को कभी भुलाया नहीं जा सकेगा। वे सदैव हमारे दिलों में जीवित रहेंगे।

**सीएम ने संत रविदास जयंती की शुभकामनाएं दी**

**संवाददाता** देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने प्रदेशवासियों को संत रविदास जयंती की शुभकामनाएं दी हैं। इस अवसर पर जारी अपने संदेश में मुख्यमंत्री ने कहा कि संत रविदास की गणना महान संतों में की जाती है। उन्होंने जीवनपर्यंत मानव सेवा को लक्ष्य बनाए रखा, समानता और एकता का संदेश दिया। संत रविदास जी ने अपनी शिक्षाओं में जाति, धर्म और वर्ग के भेदभाव से मुक्त हो मानवता की सेवा करने का संदेश दिया है।

**13 फरवरी को वनाग्नि नियंत्रण पर मॉक ड्रिल**

**संवाददाता** देहरादून। उत्तराखण्ड में वनाग्नि नियंत्रण पर पीएमओ कार्यालय के निर्देश पर राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण, गृह मंत्रालय, भारत सरकार और उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के संयुक्त तत्वावधान में आगामी 13 फरवरी को आयोजित की जा रही मॉक ड्रिल को लेकर मंगलवार को टेबल टॉप एक्सरसाइज आयोजित की गई। मॉक ड्रिल का उद्देश्य है असल आपदा के समय कोई भी गैप्स न रहें।

# सीएम ने चकरपुर स्टेडियम में बॉक्सिंग छात्रावास बनाने की घोषणा की

**शुभारंभ**

■ मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने किया राष्ट्रीय मलखंब प्रतियोगिता का शुभारंभ

**संवाददाता**

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह ने 38वें राष्ट्रीय खेल में वन चेतना केन्द्र, स्पोर्ट्स स्टेडियम, चकरपुर, खटीमा में मलखंब प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। मुख्यमंत्री ने इस अवसर पर चकरपुर स्टेडियम में बॉक्सिंग छात्रावास बनाने की घोषणा की।

मुख्यमंत्री ने 38वें राष्ट्रीय खेलों के अंतर्गत मलखंब प्रतियोगिता के शुभारंभ अवसर पर देश के कोने-कोने से पधारे सभी प्रतिभागियों एवं खेल प्रेमियों का स्वागत करते हुए कहा कि चकरपुर के इस नवनिर्मित स्टेडियम में 38वें राष्ट्रीय खेलों के अंतर्गत आयोजित इस मलखंब प्रतियोगिता में सभी के बीच उपस्थित होकर उन्हें हर्ष की अनुभूति हो रही है। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड को राष्ट्रीय स्तर पर खेलभूमि के रूप में स्थापित करने के उद्देश्य से इस बार के राष्ट्रीय खेलों का भव्य आयोजन हमारे प्रदेश में हो रहा है।

इस आयोजन से न केवल हमारे खिलाड़ियों को अपना उत्कृष्ट प्रदर्शन दिखाने का अवसर मिल रहा है, बल्कि प्रदेश का स्पोर्ट्स इंफ्रास्ट्रक्चर भी मजबूत हुआ है। इसी क्रम में चकरपुर के इस स्टेडियम को 16 करोड़ रुपये से अधिक की लागत से विश्वस्तरीय खेल सुविधाओं से युक्त किया गया है, जो हमारे युवाओं को विभिन्न खेलों में उत्कृष्टता प्राप्त करने में सहायता प्रदान करेगा।

इस बार के राष्ट्रीय खेलों में उत्तराखंड के खिलाड़ियों ने अब तक 19 स्वर्ण पदकों के साथ पहली बार 81 मेडल लाने में सफलता प्राप्त की है। मुख्यमंत्री ने 38वें राष्ट्रीय खेल बॉक्सिंग में गोल्ड मेडल विजेता कपिल पोखरिया , वेटलिफ्टिंग में कांस्य पदक विजेता विवेक पांडे,रजत पदक विजेता अमन, फुटबॉल में रजत पदक विजेता अजय बिष्ट व बीच हैंडबॉल में रजत पदक विजेता अमन जोशी को सम्मानित किया।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में आज भारत के पारंपरिक खेलों को न केवल सम्मान की दृष्टि से देखा जाने लगा है, बल्कि उन्हें वैश्विक पहचान भी मिल रही है। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार द्वारा 2036 के ओलंपिक खेलों की मेजबानी के लिए भेजे गए प्रस्ताव में हमारे पारंपरिक खेलों जैसे कबड्डी, खो-खो और योग आदि को ओलंपिक में शामिल करने के प्रयास भी किए हैं। उत्तराखंड में आयोजित हो रहे 38वें राष्ट्रीय खेलों में पहली बार योग और मलखंभ जैसे हमारे पारंपरिक खेलों को भी शामिल किया गया है। मलखंब केवल एक खेल नहीं, बल्कि शारीरिक दक्षता, मानसिक एकाग्रता, संतुलन और आत्मसंयम का अद्भुत संगम है, ये हमारे भारत की एक ऐसी प्राचीन विरासत है, जिसे संजोकर रखना हम सभी का कर्तव्य है। मलखंब योग, कुश्ती और जिम्नास्टिक का एक ऐसा अद्भुत मिश्रण है, जिसमें शरीर, मन और आत्मा के संतुलन को साधने की अद्वितीय क्षमता है, यही कारण है कि आधुनिक खेलों के बीच भी इसकी अपनी एक विशिष्ट पहचान बनी हुई है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार प्रदेश में पारंपरिक खेलों को बढ़ावा देने के लिए भविष्य में भी इसी प्रकार कार्य करती रहेगी।

**अंतरराष्ट्रीय मंचों पर भारत का प्रतिनिधित्व करेंगे खिलाड़ी**

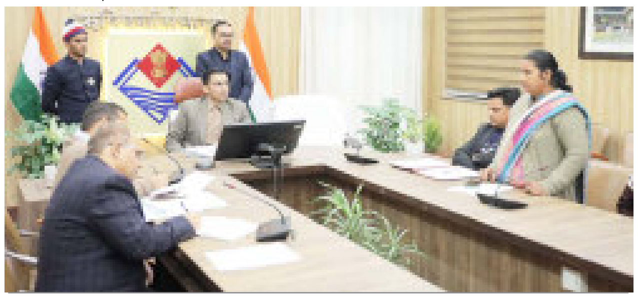
सीएम ने आशा व्यक्त की कि कई खिलाड़ी आने वाले समय में अंतरराष्ट्रीय मंचों पर भारत का प्रतिनिधित्व करेंगे और मलखंभ की हमारी इस प्राचीन विरासत को विश्व स्तर पर ले जाने वाले सारथी बनेंगे।

# सुद्धोवाला वाईन एवं बीयर शॉप का लाइसेन्स निरस्त

**फैसला**

■आखिर डीएम ने फिर लिया जनभावना के पक्ष में सख्त डिसिजन

**संवाददाता**



देहरादून। जिलाधिकारी सविन बसंल ने विदेशी मदिरा व वाइन के फुटकर बिक्री के लिए निर्गत प्रीमियम रिटेल वेण्डस शॉपिग मॉल्स डिपार्टमेन्टल स्टोर लाईसेन्स संख्या- 84/2024-25 25-10-2024 जो ए-3 चकराता रोड़, सुद्धोवाला में स्थित यूअर डेली बास्केट डिपार्टमेंट स्टोर, देहरादून का लाइसेन्स को आबकारी अधिनियम 1910 की धारा 34 एवं 59 में प्रदान की गई शक्तियों का प्रयोग करते हुए तत्काल प्रभाव से निरस्त करते हुए जिला आबकारी अधिकारी तत्काल आवश्यक कार्यवाही सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं।

डीएम ने माननीय न्यायालय के निर्देशानुसार ग्राम सुद्धोवाला के समीप वाईन एवं शॉप को बन्द किये जाने की सुनवाई के सम्बन्ध में पक्ष एवं विपक्ष दोनों को सुना। ग्रामीणों का कहना है कि आस पास है शिक्षण संस्थान डिपार्टमेंटल स्टोर में शराब की दुकान होने से छात्र/छात्राए प्रभावित हो रहें तथा आसपास के लोग भी परेशान है।

इस प्रकरण में स्थानीय लोग महिला, बुजुर्ग लम्बे समय से धरने पर थे, डीएम के इस सख्त निर्णय से क्षेत्रवासियों में खुशी है तथा प्रशासन पर विश्वास बढ़ा है। सुनवाई में स्वीकृत स्थान एवं वर्तमान परिस्थिति में विचलन की भी बात आई थी।

ग्रामीणों ने मानकों के उल्लंघन का भी आरोप लगाते हुए झूठे मुकदमें फसाने की आशंका जताई। वहीं दूसरे पक्ष अपनी सफाई देते हुए समस्त औपचारिकताएं पूर्ण करते हुए लाईसेंस प्राप्त किया है तथा जहां पर डिपार्टमेंटल स्टोर है वह सम्पति कमिर्शियल है तथा एमडीडीए से स्वीकृत है।

**निर्धन, असहाय, अनाथ बालिकाओं के पंख लगाएगा प्रशासन**

**संवाददाता** देहरादून। डीएम सविन बंसल ने गरीब अनाथ असहाय बालिकाओं स्नातक, स्नातकोत्तर एवं कौशल शिक्षा की जिम्मेदारी उठाते बालिकाओं को स्वावलंबी बनाने की दिशा में कार्य कर रहे हैं। इसके लिए डीएम ने बालिकाओं की शैक्षणिक भविष्य संवारने के लिए जनपद में प्रोजेक्ट 'नंदा-सुनंदा' शुरू किया है, जिसमें बालिकाओं के चयन के लिए बहुविशयक समिति बनाई है, जिससे चयन निष्पक्ष, पारदर्शी एवं वास्तविक हो। इस योजना हेतु 30 बालिकाओं को चिन्हित कर लिया गया है, जिनमें 6 बालिकाओं की अभिलेख की औपचारिकता पूर्ण कर ली गई है, जिन्हें डीएम जल्द ही चौक वितरित करेंगे।

जिलाधिकारी के 'प्रोजेक्ट नंदा-सुनंदा' से जिले की गरीब, अनाथ एवं असहाय तथा अन्य विषम परिस्थितियों में अध्ययन कर रही बालिकाओं को न्यूनतम् स्नातक स्तर तक शिक्षित करने एवं कौशल शिक्षा प्रदान करते हुए रोजगार से जोड़ा जाएगा।

**एलीट एलीवेटर्स ने पेश कीं नई एक्स300 और एक्स300 प्लस होम लिफ्ट्स**

**संवाददाता** देहरादून। प्रीमियम होम लिफ्ट सेगमेंट में प्रमुख ग्लोबल लीडर, एलीट एलीवेटर्स ने अपने अत्याधुनिक एक्स300 और एक्स300 प्लस होम लिफ्ट्स लॉन्च की हैं। ये नए प्रोडक्ट्स लक्जरी, उन्नत तकनीक और सस्टेनेबिलिटी का अनोखा संयोजन हैं, जो आधुनिक होम मोबिलिटी को एक नई दिशा प्रदान करते हैं।

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।