देहरादून,पौड़ी-गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित | www.page3news.in | नगर संस्करण वर्ष 18 अंक: 89 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार-प्रवाह...
सत्तारूढ़ खेमे में नाराजगी

पेज थ्री

देहरादून, शनिवार, 8 जुलाई 2023

मौसम अधिकतम 28.0° न्यूनतम 23.0° | 65280.45 | 2 तहव्वुर राणा पर अमेरिका ने उठाया कदम | 7 बुरे दिन अच्छे दिन बनाते है

अब सरकारी भूमि पर अतिक्रमण नहीं होगा आसान

धामी मंत्रिमंडल ने दी अध्यादेश को मंजूरी, अब अतिक्रमण पर सात से 10 वर्ष की जेल

संवाददाता

देहरादून। राज्य मंत्रिमंडल की बैठक शुक्रवार को सचिवालय में सम्पन्न हुई। राजकीय भूमि पर अतिक्रमण संज्ञेय व गैर जमानती अपराध अध्यादेश को कैबिनेट ने मंजूरी दी है। इसके तहत अब अतिक्रमण पर सात से 10 वर्ष का कारावास मिल सकता है। बैठक में 33 विषयों को मंजूरी मिली है जो कि इस प्रकार हैं।

मंत्रिमंडल की बैठक में लिए गए अहम निर्णयों में पर्यटन विभाग के अंतर्गत जार्ज एवरेस्ट स्टेट मसूरी को पीपीपी मोड पर दिया जाएगा। 15 साल के लिए दिया जाएगा लीज पर, 60 करोड़ की आय होगी। विद्यालय शिक्षा विभाग में मृतक संवर्ग में 2364 पदों पर आउट सोर्स से भरा जाएगा। बीपीएल परिवार को मिलने वाले तीन गैस सिलेंडर मुफ्त देने की योजना रहेगी जारी। वैकल्पिक ऊर्जा के अंतर्गत विद्युत नियामक आयोग के कुछ विषयों को विधानसभा में रखा जाएगा। वित्त विभाग के अंतर्गत लघु बचत योजना के कर्मचारियों को वित्त विभाग में समायोजित किया जाएगा। 31 कर्मचारी होंगे समायोजित। सहायक लेखा अधिकारी के पदों में पदोन्नति के लिए नियमावली बनेगी। प्रदेश भर में इसके तहत होगी पदोन्नति। वित्त विभाग में वन टाइम सेटलमेंट 2023-24 स्कीम को मिली कैबिनेट की मंजूरी। उत्तराखंड राज्य में माल एवम सेवा अधिकार में अपीलीय पीठ का हुआ गठन। देहरादून के आढ़त बाजार में सड़क चौड़ीकरण का विषय। बाजार शिफ्टिंग को ब्राह्मणवाला में सरकारी भूमि एमडीडीए को दी गई। आवास विभाग के अंतर्गत आढ़त बाजार के प्रभावितों के पुनर्वास के लिए बनी नीति। उत्तराखंड क्लीनिकल एस्टेब्लिसमेंट एक्ट में संशोधन को मिली मंजूरी। 50 बेड से कम के अस्पतालों को रजिस्ट्रेशन शुल्क में दी जाएगी छूट। राष्ट्रीय प्राकृतिक कृषि योजना में गैप फंडिंग को मुख्यमंत्री प्राकृतिक कृषि योजना को मंजूरी।

गंगा के किनारे पांच किमी कारीडोर में प्राकृतिक कृषि को बढ़ावा देने के लिए नमामि गंगे प्राकृतिक कृषि योजना को स्वीकृति। पर्यटन विभाग के पटेलनगर मुख्यालय में अब पीपीपी मोड में बनेगा बिजनेस होटल। परिवहन विभाग की नियमवाली में संशोधन। नगर एवं ग्राम नियोजन विभाग के ढांचे में पद सृजन को मंजूरी। ग्राम पंचायत अधिकारियों के ऊधम सिंह नगर में बढ़ाए पद। वित्त विभाग में केश मैनेजमेंट सेल बनाया गया, 11 पदों को मंजूरी। अफोर्डेबल, हाउसिंग और खेल गतिविधियों को लाने के लिए अब नई नियमावली की मंजूरी। मानसिक स्वास्थ्य देखरेख अधिनियम को मंजूरी, अब मानक हुए तय, नशा मुक्ति केंद्र पर कसी जाएगी नकेल।

2020 से पहले की लंबित चल रही योजनाओं की दें जानकारीः धामी

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केंद्र पोषित योजनाओं के उपयोग प्रमाण पत्र एवं अन्य आवश्यकताओं को पूर्ण करते हुए धनराशि अवमुक्त करने संबंधी प्रस्ताव केंद्र को भेजने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि 90 प्रतिशत केंद्रांश वाली जो योजनाएं वर्ष 2020 से पूर्व से लंबित हैं उनका भी पूर्ण ब्यौरा दिया जाए। मुख्यमंत्री ने सभी ग्राम पंचायतों को ओडीएफ प्लस की श्रेणी में लाने के लिए तेजी से कार्यवाही के भी निर्देश दिए हैं। गुरुवार को मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सचिवालय में उत्तराखंड को 2025 तक सशक्त राज्य बनाने के लक्ष्य की प्राप्ति के संबंध में ग्राम्य विकास व पंचायती राज विभाग की योजनाओं की समीक्षा की।

उत्पादों के विपणन के लिए बेहतर व्यवस्था करने के निर्देश

ग्राम्य विकास विभाग की समीक्षा करते हुए कहा कि उत्तराखंड के स्थानीय उत्पादों को बढ़ावा देने के साथ ही उत्पादों के विपणन के लिए बेहतर व्यवस्था करने के निर्देश दिए साथ ही इनकी आनलाइन मार्केटिंग पर भी जोर दिया। कहा कि जिन उत्पादों की अधिक मांग है, उनकी आपूर्ति के लिए सभी आवश्यक व्यवस्थाएं की जाएं। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि बैठकों में जो निर्णय लिए जा रहे हैं आगामी बैठक में उन निर्णयों के क्रियान्वयन के लिए उठाए गए कदमों की जानकारी दी जाए। कंप्यूटर विहीन ग्राम पंचायतों में कंप्यूटरीकरण की दिशा में तेजी से कदम बढ़ाए जाएं।

संक्षिप्त समाचार

ईडी ने मनीष सिसोदिया की 52 करोड़ रुपये की संपत्ति जब्त की

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। दिल्ली आबकारी नीति घोटाला मामले में आम आदमी पार्टी के नेता मनीष सिसोदिया समेत अन्य आरोपियों की संपत्ति कुर्क कर ली गई है। संपत्ति की कीमत 52.24 करोड़ रुपये है। संपत्ति को प्रवर्तन निदेशालय द्वारा कुर्क किया गया है। सिसोदिया के अलावा अमनदीप सिंह ढल्ल, राजेश जोशी, गौतम मल्होत्रा सहित अन्य आरोपियों की भी संपत्ति है।

सीबीआई ने 3 रेल कर्मचारियों को किया गिरफ्तार

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। केंद्रीय जांच ब्यूरो एजेंसी ने बालेश्वर जिले के बाहानगा में हुए ट्रेन हादसे के सिलसिले में तीन लोगों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार किए गए रेलवे कर्मचारियों की पहचान सीनियर सेक्शन इंजीनियर अरुण कुमार महंत, सेक्शन इंजीनियर मोहम्मद आमिर खान और टेक्नीशियन पप्पू कुमार के रूप में हुई है।

गुजरात हाईकोर्ट से राहुल गांधी को झटका

कांग्रेस बोली- न्याय नहीं हुआ, सुप्रीम कोर्ट जाएंगे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। मोदी सरनेम को लेकर विवादित टिप्पणी के मामले में गुजरात हाईकोर्ट से कांग्रेस नेता राहुल गांधी को झटका लगा है। हाईकोर्ट ने राहुल गांधी की पुनर्विचार याचिका को खारिज कर दिया है। हाईकोर्ट के फैसले पर कांग्रेस नेताओं की तरफ से प्रतिक्रिया आ रही हैं। कांग्रेस नेताओं ने फैसले पर निराशा जाहिर की है। कांग्रेस ने फैसले को सुप्रीम कोर्ट में चुनौती देने का भी फैसला किया है। कांग्रेस महासचिव केसी वेणुगोपाल ने बताया कि मानहानि मामले में राहुल गांधी की याचिका खारिज करने के फैसले को हम सुप्रीम कोर्ट में चुनौती देंगे।

न्याय नहीं हुआ: कर्नाटक के डिप्टी सीएम और कांग्रेस नेता डीके शिवकुमार ने हाईकोर्ट के फैसले को दुर्भाग्यपूर्ण बताया है। उन्होंने कहा कि न्याय नहीं हुई है। शिवकुमार ने आगे कहा कि यह लोकतंत्र की हत्या है। फिर भी, पूरा देश और विपक्षी दल राहुल गांधी के साथ खड़े हैं। राहुल एक महान नेता हैं जो पूरे देश को एकजुट करने के लिए लड़ रहे हैं। भाजपा इसे बर्दाश्त नहीं कर पा रही है।

सरकार पर साधा निशानाः प्रियंका ने कहा, अहंकारी सत्ता सच को दबाने के लिए हर हथकंडे आजमा रही है, जनता के हितों से जुड़े सवालों से भटकाने के लिए साम, दाम, दंड, भेद, छल, कपट सब अपना रही है। लेकिन, सत्य, सत्याग्रह, जनता की ताकत के सामने न तो सत्ता का अहंकार ज्यादा दिन टिकेगा और न ही सच्चाई पर झूठ का परदा।

दिल्ली में कांग्रेस कार्यकर्ताओं का प्रदर्शनः उधर, राहुल गांधी के खिलाफ आए फैसले से कांग्रेस कार्यकर्ताओं में भी नाराजगी है। दिल्ली में कांग्रेस दफ्तर के बाद पार्टी कार्यकर्ता जुटे हैं।

हाईकोर्ट ने अपने फैसले में क्या कहा?

न्यायमूर्ति हेमंत प्रच्छक ने अपने फैसले में कहा कि राहुल पहले से ही देशभर में 10 आपराधिक मामलों का सामना कर रहे हैं। न्यायमूर्ति ने ये भी कहा कि राहुल को दोषी ठहराने के लिए निचली अदालत का आदेश उचित और कानूनी था। निचली अदालत के फैसले में कुछ बदलने लायक नहीं है।

गरीब को स्वाभिमान मोदी की गारंटी हैः पीएम मोदी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

वाराणसी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शुक्रवार को अपने संसदीय क्षेत्र वाराणसी से पूर्वांचल को 12 हजार करोड़ से ज्यादा की सौगात दी। इस दौरान जनसभा को संबोधित करते हुए विपक्ष पर निशाना भी साधा। पीएम मोदी ने पिछले नौ साल में हुए कार्यों की तुलना पिछली सरकारों के समय हुए कार्यों से करते हुए कहा कि देश के संसाधनों पर वंचितों और गरीबों का सबसे बड़ा हक होता है। पहले रेहड़ी पटरी वालों को अपमान सहना पड़ता था। लेकिन अब ऐसा नहीं होता है। गरीब को स्वाभिमान मोदी की गारंटी है। वंचितों का अपमान अब बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।

पीएम मोदी ने कहा कि पहले बैंकों में केवल अमीरों की पहुंच होती थी। गरीब लोग सोचते थे कि पैसा ही नहीं है तो बैंक क्या करने जाएंगे। इस सोच को भी भाजपा सरकार ने बदल दिया है। बैंकों के दरवाजे हमने सभी के लिए खोल दिए हैं। 50 करोड़ जनधन खाते खोले गए हैं। मुद्रा योजना के तहत 50 हजार से दस लाख तक के ऋण बिना गारंटी दिए गए। इसमें सबसे अधिक लाभ गरीब, दलित, पिछड़े, आदिवासी और अल्पसंख्यक परिवारों से जुड़े लोगों को हुआ है। यही तो सामाजिक न्याय है। पीएम ने कहा कि वंचित समाज से ही आते हैं। इसलिए गरीब मां का बेटा मोदी इनका अपमान बर्दाश्त नहीं कर सकता।

निशाना

■पीएम ने पूर्वांचल को 12 हजार करोड़ से ज्यादा की दी सौगात

कांग्रेस पर जमकर साधा निशाना

कांग्रेस पर निशाना साधते हुए पीएम मोदी ने कहा कि जिन्होंने देश पर दशकों तक राज किया, उनके मूल में ही बेइमानी है। 2014 से पहले भ्रष्टाचारियों और परिवार वादियों की सरकार के दौरान ऐसे ही सरकार चलती थी। आज वही सिस्टम है। सरकार बदली है। नीयत बदली है तो सबकुछ बदला है।

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

What we do

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

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

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

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

अब भाजपा विधायकों में नाराजगी का दावा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

मुंबई। महाराष्ट्र की राजनीति में इन दिनों एनसीपी, कांग्रेस और शिवसेना में असंतोष की खूब चर्चा है। एनसीपी और शिवसेना में तो एक साल के अंदर दोफाड़ भी हो चुकी है।

इस बीच भाजपा में भी असंतोष का दावा बागी तेवर अपना चुकीं पंकजा मुंडे ने किया है। उन्होंने शुक्रवार को कांग्रेस जॉइन करने के कयासों को खारिज करते हुए कहा कि मैंने अपनी जिंदगी में कभी राहुल गांधी और सोनिया गांधी से मुलाकात नहीं की है। लेकिन मैं दो महीनों के लिए छुट्टी पर जा रही हूं। यही नहीं उन्होंने दावा किया कि राज्य में भाजपा के कई विधायक हैं, जो असंतुष्ट हैं पर वे बोलने से डर रहे हैं। पंकजा मुंडे ने कहा कि मुझे इग्नोर किया गया है और मैं दो महीने के लिए छुट्टी ले रही हूं।

पंकजा मुंडे बोलीं- मुंह खोलने से डर रहे

इस बारे में जब महाराष्ट्र के डिप्टी सीएम देवेंद्र फडणवीस से पूछा गया तो उन्होंने कहा कि हमारी पार्टी के बहुत से लोगों ने लंबे समय तक एनसीपी के खिलाफ लड़ाई लड़ी थी। इसलिए ये लोग तुरंत एनसीपी के साथ गठबंधन को स्वीकार नहीं कर सकते।

ब्रिक्स में नए देशों के स्वागत पर अड़े चीन और भारत

रिपोर्ट

क्यों ड्रैगन की विस्तार नीति के विरोध में हैं पीएम मोदी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)
बीजिंग। ब्रिक्स यानी ब्राजील, रूस, भारत, चीन और दक्षिण अफ्रीका वाला संगठन। अगले महीने दक्षिण अफ्रीका के जोहांसिबर्ग में संगठन का एक सम्मेलन होना है। चीन चाहता है कि इस संगठन में अर्जेंटीना, मिस्र, इंडोनेशिया, यूएई, सऊदी अरब, अल्जीरिया, बांग्लादेश और ईरान जैसे देशों को भी जगह मिले। लेकिन भारत और ब्राजील को इससे आपत्ति है। इस संगठन के विस्तार पर चर्चा के लिए एक मीटिंग शुरू हुई है जिसमें इसका विस्तार एजेंडे का मुख्य बिंदु है। चीन और भारत की तरफ से इसे बढ़ाने को लेकर अहम बयान दिए गए थे।

चीन की मंशा, भारत की चिंताः चीन ने पिछले साल कहा था कि उसकी मंशा नए सदस्यों को शामिल करने की है। मगर भारतीय विदेश मंत्री एस जयशंकर ने पिछले महीने कहा था कि इस प्रक्रिया पर अभी भी कार्य जारी है। उन्होंने कहा था कि मानदंडों और प्रक्रियाओं पर विचार–विमर्श की जरूरत है। ब्राजील की फंडाकाओ गेटुलियो वर्गास यूनिवर्सिटी में में एसोसिएट प्रोफेसर ओलिवर स्टुएनकेल ने कहा कि भारत की चिंता यह है कि इसका विस्ध्तार किस हद तक होगा। उनका कहना था कि अभी यह देखना होगा कि क्या उस दिशा में कोई महत्वपूर्ण कदम उठाया जाएगा या नहीं। चीन विस्तारित ब्रिक्स का सबसे मजबूत समर्थक है और उसके बाद रूस का नंबर है। इस बीच भारत और ब्राजील दोनों को ही चिंता है कि अगर इसका विस्तार हुआ तो वो एक बड़े समूह पर अपना प्रभाव खो देंगे।

नए सदस्ध्य होंगे चीन के खास!: स्टुएनकेल का कहना था कि संगठन के नए सदस्य बड़े पैमाने पर चीन के करीब होंगे न कि ब्राजील या भारत के। उन्होंने कहा कि इस ब्लॉक को पहले ही जी7 के शक्तिशाली समूह के एक विकल्प के तौर पर देखा जाता है। उनका कहना था कि इसका विस्तार हो या नहीं मगर पांच ब्रिक्स देशों का पहले ही अपना एक महत्वपूर्ण प्रभाव है। हार्वर्ड यूनिवर्सिटी में फेलो अनवर ने कहा कि पश्चिम की ओर भारत के हालिया झुकाव से ऐसा लगता है कि ब्रिक्स में एक बाहरी सदस्य है। इसके बाद बाकी सदस्यों के लिए इस संगठन के विस्तार में कोई समस्या नहीं होनी चाहिए। हाल के दिनों में, दिल्ली ने अमेरिका, जापान, ऑस्ट्रेलिया और यूरोपियन यूनियन के साथ आर्थिक, रक्षा और तकनीकी सहयोग को मजबूत किया है। साथ ही क्वाड में भी उसकी सक्रिय भूमिका है।

क्या है ब्रिक्सः ब्रिक्स को किसी समय दुनिया की उभरती अर्थव्यवस्थाओं के एक संगठन के तौर पर देखा जाता है था। इसकी स्ध्थापना का मकसद शांति, सुरक्षा, विकास और सहयोग को बढ़ावा देना है। यह संगठन दुनिया की 43 फीसदी आबादी, 26 फीसदी क्षेत्रफल और करीब 30 फीसदी वैश्विक अर्थव्यवस्था का प्रतिनिधित्व करता है।

न्यूज डायरी

ऑस्ट्रेलिया में भारतीय नर्सिंग छात्रा को प्रेमी ने दी दर्दनाक मौत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मेलबर्न। ऑस्ट्रेलिया से एक दर्दनाक खबर सामने आई है। यहां एक प्रेमी ने बदले की आग में 21 वर्षीय भारतीय नर्सिंग छात्रा का अपहरण कर उसे जिंदा दफना दिया। दफनाने से पहले आरोपी ने मृतका को कई जख्म भी दिए। जानकारी के अनुसार, मृतका जैसमीन को आरोपी अपहरण कर लगभग 650 किलोमीटर दूर ले गया और दक्षिण ऑस्ट्रेलिया राज्य के सुदूर फ्लिंडर्स रेंज में जिंदा दफना दिया। एक अदालत की सुनवाई के दौरान यह बात सामने आई। दरअसल, एडिलेड शहर की जैसमीन कौर की हत्या तारिकजोत सिंह ने मार्च 2021 में हत्या कर दी थी। कौर को 5 मार्च 2021 को उसके कार्यस्थल से अपहरण कर लिया गया था और एक कार में केबल से बांधकर 400 मील से अधिक दूरी पर ले जाया गया था। आरोपी ने कौर के गले पर कई चीरे भी लगाए थे, जिसके बाद उसे एक कब्र में दफना दिया। 6 मार्च को किसी समय कौर की मृत्यु हो गई। आरोपी तारिजोत हत्या के लिए बाद में दोषी ठहराया गया, लेकिन सुप्रीम कोर्ट में सजा सुनाए जाने के दौरान इसका भयानक विवरण सामने आया।

भारत और चीन के बीच अखाड़ा बना अफ्रीका, ड्रैगन की खजाने पर नजर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) जंजीबार। तंजानिया का एक छोटा सा टापू देश जंजीबार, पूर्वी मध्य अफ्रीका से इसकी दूरी करीब 35 किलोमीटर है। हिंद महासागर पर स्थित इस द्वीप की रणनीतिक अहमियत काफी ज्यादा है। भारत के विदेश मंत्री जयशंकर इस समय इस द्वीप के दौरे पर हैं। जंजीबार वह जगह है जिस पर चीन की भी नजरें हैं। न केवल जंजीबार बल्कि पूरा अफ्रीका ही इस समय चीन की लालच भरी निगाहों में शामिल हो गया है। इसकी वजह है यहां पर मौजूद वह खजाना जो न केवल चीन को बल्कि पूरी दुनिया को मालामाल कर सकता है। जयशंकर का तंजानिया दौरा भारत की तरफ से उठाया गया वह रणनीतिक कदम है जो यहां पर बढ़ते चीनी प्रभुत्व को कमजोर कर सकता है। अफ्रीका दुनिया की वह जगह है जहां पर दुनिया का 40 फीसदी सोना और 90 प्रतिशत तक क्रोमियम और प्लैटिनम मौजूद है। प्लैटिनम को व्हाइट गोल्ड भी कहते हैं।

मुंबई हमले के आरोपी आतंकी तहव्वुर राणा पर अमेरिका ने उठाया बड़ा कदम

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वॉशिंगटन। अमेरिका सरकार ने कैलिफोर्निया की एक अदालत से पाकिस्तानी मूल के कनाडाई व्यवसायी तहव्वुर राणा की ओर से दायर की गई बंदी प्रत्यक्षीकरण याचिका को अस्वीकार करने का आग्रह किया है। साथ ही दोहराया है कि उसे भारत प्रत्यर्पित किया जाना चाहिए, जहां वह 2008 के मुंबई आतंकवादी हमलों में संलिप्तता को लेकर वांछित है। अमेरिका की एक अदालत ने 62 वर्षीय राणा को भारत प्रत्यर्पित किए जाने की मई में मंजूरी दे दी थी। राणा इस समय लॉस एंजिलिस स्थित 'मेट्रोपोलिटन डिटेंशन सेंटर' में हिरासत में है। भारत ने प्रत्यर्पण के लिए राणा की अस्थायी गिरफ्तारी की मांग करते हुए 10 जून 2020 को शिकायत दर्ज कराई थी। अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन के प्रशासन ने राणा के भारत प्रत्यर्पण का समर्थन किया था और उसे मंजूरी दी थी।

खालिस्तानी आतंकी गुरपतवंत सिंह पन्नू ने दावा किया कि वह अभी जिंदा है

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) न्यूयॉक। अमेरिका में रह रहे खालिस्तानी आतंकी गुरपतवंत सिंह पन्नू ने दावा किया है कि वह अभी जिंदा है। इससे पहले सिख फॉर जस्टिस के संस्थापक पन्नू के कार हादसे में मारे जाने की खबरें आई थीं। अब पन्नू ने न्यूयॉर्क में संयुक्ध्त राष्ध्ट्र मुख्यालय के बाहर से एक वीडियो जारी करके कार हादसे की सभी अटकलों को खारिज किया है। उसने दावा किया है कि इस वीडियो को कल यानि 5 जुलाई को ही शूट किया गया है। यही नहीं आतंकी पन्नू ने एक बार फिर से कनाडा, ऑस्ट्रेलिया, अमेरिका और ब्रिटेन में भारतीय राजनयिकों को धमकी दी है। इस वीडियो में पन्नू को संयुक्त राष्ट्र मुख्यालय के बाहर दिखाई दे रहा है। उसने वीडियो में कहा कि मैं संयुक्त राष्ट्र के मुख्यालय के बाहर खड़ा हूं।

यूक्रेन के पश्चिमी कोने में भी बरस रहीं रूसी मिसाइलें

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)
कीव। यूक्रेन पर रूस के हमले लगातार जारी हैं। पूर्व से लेकर पश्चिम और राजधानी कीव तक, रूस की मिसाइलें पूरी यूक्रेन में बरस रही हैं। पश्चिमी यूक्रेन के शहर लवीव में रूसी मिसाइल से किए गए हमले में तीन लोग मारे गए और आठ लोग घायल हो गए। लवीव के मेयर ने गुरुवार को इसकी जानकारी दी। मेयर एंड्री सदोवयी ने कहा कि हमले वाली जगह पर करीब 60 अपार्टमेंट और 50 कारें क्षतिग्रस्त हो गई हैं। आपात सेवा के कर्मी मलबे में फंसे लोगों की तलाश कर रहे हैं। सदोवयी ने एक वीडियो मैसेज में कहा कि पिछले साल यूक्रेन पर रूस के आक्रमण की शुरुआत के बाद से लवीव के नागरिक बुनियादी ढांचे पर यह सबसे बड़ा हमला था। देश के पूर्वी हिस्से से हजारों लोग सुरक्षा की खातिर लवीव में शरण लिए हुए हैं। यूक्रेन और रूस ने विश्व के सबसे बड़े परमाणु संयंत्रों में से एक पर हमले की तैयारी करने का एक–दूसरे पर आरोप लगाया। हालांकि दोनों पक्षों में से किसी ने भी इस खतरे के अपने दावे के समर्थन में सबूत मुहैया नहीं कराए। यह परमाणु संयंत्र दक्षिण पूर्व यूक्रेन में है और इस पर रूसी सैनिकों का कब्जा है।

इस गांव में रहती हैं सिर्फ औरतें, पुरुषों के लिए है नो एंट्री

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नैरोबी। उत्तरी केन्या के सैमबुरु काउंटी का एक गांव उमोजा इसी की प्रतिनिधित्व करता है। यह एक ऐसा गांव है जहां सिर्फ महिलाएं रहती हैं। यह काफी हद तक अन्य आदिवासी बस्तियों जैसा ही दिखता है, बस एक फर्क है– यह गांव पुरुषों से शून्य है। उमोजा स्वाहिली भाषा का एक शब्द है जिसका इस्तेमाल श्एकताश के लिए किया जाता है जिसका कॉन्सेप्ट इस समुदाय के मूल में है। 1990 में लिंग–आधारित हिंसा से बचकर भागने वाली महिलाओं के लिए एक सुरक्षा शिविर के रूप में स्थापित, उमोजा गांव आज सभी उम्र की महिलाओं का घर है। लड़कियों और महिलाओं को सुरक्षित माहौल देने के लिए इस गांव में पुरुषों की एंट्री बैन है। उमोजा में ज्यादातर वे महिलाएं रहती हैं जिन्होंने यौन हिंसा और दुर्व्यवहार का सामना किया है, जिन्हें उनके परिवार वालों ने छोड़ दिया है।

अब तंजानिया में खुलेगा आईआईटी मद्रास का कैंपस

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

जंजीबार। तंजानिया की दो दिवसीय यात्रा पर जंजीबार पहुंचे विदेश मंत्री एस जयशंकर ने राष्ट्रपति डॉ. हुसैन अली मिविन्यी के साथ भारतीय नौसेना के जहाज त्रिशूल पर स्वागत समारोह में हिस्सा लिया। जयशंकर ने कहा कि आईएनएस त्रिशूल की यहां मौजूदगी भारत की सागर पहल के लिए प्रतिबद्धता जाहिर करती है। भारतीय नौसेना का जहाज त्रिशूल अभी तंजानिया में है।

जयशंकर ने गुरुवार को ट्वीट किया, जंजीबार के राष्ट्रपति डॉ. हुसैन अली मिविन्यी के साथ आईएनएस त्रिशूल पर स्वागत समारोह में हिस्सा लिया। वहां के स्पीकर, मंत्रियों, सांसदों और तंजानियाई सशस्त्र बलों के वरिष्ठ अधिकारियों एवं भारतीय समुदाय के लोगों का स्वागत किया।

अफ्रीकी देश के दो दिवसीय दौरे पर विदेश मंत्री एस जयशंकर

उन्होंने कहा, जंजीबार में आईएनएस त्रिशूल की मौजूदगी भारत की श्सागर पहलश संबंधी प्रतिबद्धता को दिखाती है। जयशंकर ने जंजीबार–तंजानिया में आईआईटी मद्रास का परिसर स्थापित करने के लिए भारत के शिक्षा मंत्रालय, आईआईटी मद्रास और तंजानिया के शिक्षा एवं व्यावसायिक प्रशिक्षण मंत्रालय के बीच सहमति पत्र (एमओयू) पर हस्ताक्षर करने के लिए आयोजित कार्यक्रम में भी हिस्सा लिया। विदेश मंत्री ने ट्वीट किया, आईआईटी मद्रास का जंजीबार परिसर स्थापित करने के समझौते पर हस्ताक्षर किए जाने का साक्षी बना। इस अवसर पर राष्ट्रपति डॉ. हुसैन अली मिविन्यी, अन्य मंत्रियों की उपस्थिति के लिए आभार।

विदेश मंत्री ने कहा कि यह ऐतिहासिक कदम वैश्विक दक्षिण क्षेत्र को लेकर भारत की प्रतिबद्धता को प्रदर्शित करता है। विदेश मंत्रालय ने कहा कि यह परिसर भारत और तंजानिया के बीच दीर्घकालिक मित्रता को प्रदर्शित करता है और अफ्रीका एवं वैश्विक दक्षिण क्षेत्र के लोगों के साथ सम्पर्क बढ़ाने को लेकर भारत के दृष्टिकोण को दर्शाता है।

नेपाल और भारत के बीच अग्निपथ भर्ती योजना पर विवाद

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) काठमांडू। नेपाल और भारत के बीच भारतीय सेना की अग्निपथ भर्ती योजना को लेकर विवाद चल रहा है। लिहाजा पिछले जून के बाद से तीसरी बार भी भारतीय सेना नेपाल से किसी गोरखा सैनिक की भर्ती नहीं करेगी। द प्रिंट की एक रिपोर्ट में इसकी जानकारी दी गई है। अगस्त 2022 में नेपाल सरकार ने अग्निपथ योजना के तहत भारतीय सेना की 43 बटालियन गोरखा रेजिमेंट के लिए नेपाली गोरखाओं की भर्ती रोक दी थी। नेपाल ने दावा किया कि यह योजना 1947 में नेपाल, भारत और यूके सरकारों के बीच हुए एक समझौते का उल्लंघन है। अग्निपथ भर्ती योजना की शुरुआत पिछले साल जून में हुई थी। इसके तहत सेना अधिकारी रैंक से नीचे के जवानों की भर्ती कर रही है। चार साल की सर्विस के बाद ये श्अग्निवीरश रिटायर हो जाएंगे और कुल भर्तियों में से केवल 25 प्रतिशत को ही नियमित किया जाएगा। गोरखाओं की प्रत्येक बटालियन में लगभग 60 प्रतिशत नेपाली हैं, जबकि बाकी भारतीय हैं।

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

नदियों के रौद्र रूप से बाल–बाल बची 25 लोगों की जिंदगी

मौसम

धारचूला में भूस्खलन, फंसे दर्जनों वाहन, बह गई टॉली

निर्मल भट्ट। विशेष रिपोर्ट।

पिथौरागढ़। सीमांत जनपद पिथौरागढ़ व सीमांत की तहसीलों मुंसयारी धारचूला डीडीहाट में गुरुवार देर रात्रि से शुरू हुई बारिश का कहर शुक्रवार देर रात्रि तक जारी रहा। पिथौरागढ़ जिले के टनकपुर–तवाघाट एनएच के पास धारचूला नयाबस्ती में भूस्खलन हुआ। पहाड़ी से बोल्डर और मलबा गिरने से सड़क बंद हो गई है। जिस कारण दोनों और दर्जनों वाहन और ग्रामीण फंसे हैं। कार्यदायी संस्था हिलवेज सड़क खोलने में लगी है। सड़क दोपहर तक खुलने की उम्मीद है। इसके अलावा मलबा आने से 18 से अधिक सड़कें बंद हैं।

जिले में जगह जगह हुई भारी बारिश के चलते पैदल चलने वाले राहगीरों को आवागमन करने में खासी दिक्कतों का सामना करना पडा। जिले में सडकों में घंटे पानी भरा रहा वही ऐसे में जिले के लोगों को आवागमन करने में खासी परेशानी होने के समाचार मिले है। धारचूला के दारमा घाटी में मूसलाधार बारिश से चल गांव को जोड़ने वाली धौली नदी किनारे लगी ट्राली बह गई है। इस वजह से 50 परिवारों का संपर्क कट गया है। बारिश से नालों के भी रौद्र रूप धारण करने से कीड़ा जड़ी दोहन करने गए 25 लोगों को जान जोखिम में डालकर गांव पहुंचना पड़ा।

नाले का जल स्तर बढ़ाः दारमा घाटी में बीते बृहस्पतिवार दोपहर मूसलाधार बारिश हुई। इस दौरान गांव को जोड़ने के लिए धौली नदी किनारे बनाई गई ट्राली मलबे के साथ बह गई। इस गांव में माइग्रेशन पर गए लगभग 50 परिवार फंस गए हैं। बता दें कि चल गांव के बीच में धौली नदी पड़ती है। इस नदी पर आवागमन के लिए पहले लोहे का पुल बनाया गया था। वर्ष 2013 की आपदा में यह पुल बह गया था। बरसात के समय यह नदी रौद्र रूप धारण कर लेती है। गांव के ममीरा चलाल ने बताया कि बृहस्पतिवार को भारी बारिश से गांव के समीप थोपा नाले का जल स्तर बढ़ गया है। कीड़ा जड़ी दोहन कर वापस आने वाले 25 लोगों को जान जोखिम में डालकर रस्सी के सहारे गांव पहुंचना पड़ा।

ग्राम प्रधान सरस्वती देवी और उप प्रधान दिनेश चलाल ने बताया कि 2013 की आपदा में लोहे का पुल बह गया था। शासन प्रशासन ने अब तक पुल नहीं बनाया है। हर साल इस तरह की परेशानी उठानी पड़ती है। ग्रामीणों को प्रवास पर आने और वापस लौटते समय दो बार लकड़ी का पुल बनाना पड़ता है। लकड़ी का पुल भी इस बार पहले ही बह गया है। लोगों ने प्रशासन से नदी में पक्का झूला पुल बनाने की मांग की है।

न्यूज डायरी :

मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने अधिकारियों की ली बैठक

संवाददाता बागेश्वर। बागेश्वर विधानसभा उप निर्वाचन की तैयारियों की समीक्षा करने टीम के साथ पहुंचे राज्य मुख्य निर्वाचन अधिकारी वी षणमुगम जिला मुख्यालय पहुँचे। उन्होंने विकास भवन सभागार में उप निर्वाचन की समीक्षा करते हुए कहा कि शीघ्र ही बागेश्वर (अजा) निर्वाचन क्षेत्र में उप निर्वाचन होना है, इसलिए सभी सामग्री के लिए टैंडर प्रक्रिया कर ली जाय। उन्होंने कहा कि निर्वाचक नामावलियों के प्रकाशन के साथ ही दिव्यांग मतदाताओं को चिन्हिकरण कर लिया जाय।मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने कहा कि नोडल अधिकारियों, जोनल व सेक्टर मजिस्ट्रेट के साथ ही कार्मिकों का डाटाबेस तैयार कर लें, व उनके प्रशिक्षण कार्यक्रम भी तय कर लिया जाय। उन्होंने कहा निर्वाचन के लिए रूट चार्ट, कम्युनिकेशन प्लांन, वाहन उपलब्धता सुनिश्चित कर ली जाय।

सहायक अभियंताओं के साथ अभद्रता से इंजीनियर नाराज

संवाददाता बागेश्वर। विकास कार्यों को कराने के दौरान लोनिवि के सहायक अभियंताओं के साथ हुई अभद्रता के विरोध में लोनिवि मिनिस्ट्रीयल एसोसिएशन ने कड़ी आपत्ति जताई है। नाराज कर्मचारियों ने संगठन के माध्यम से एकजुटता दिखाते हुए आरोपियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की। साथ ही विरोध में एक दिवसीय धरना दिया। यहां हुई सभा में संगठन के पदाधिकारियों ने आरोपियों के खिलाफ कार्रवाई कर भविष्य में किसी भी अभियंता से अनैतिक रूप से बत्तमीजी, गालीगलौच और अभद्रता करने वालों के खिलाफ उचित कार्रवाई की मांग की है। मिनिस्ट्रीयल कर्मी लोनिवि कार्यालय में एकत्रित हुए। यहां हुई सभा में कर्मियों ने कहा कि निर्माण खंड लोनिवि लोहाघाट में कार्यरत शिवकर चौरसिया व लोनिवि देहरादून में तैनात सहायक अभियंता अमित वर्मा के साथ कार्यालय स्थल में विभागीय कार्य करने के दौरान कुछ लोगों द्वारा अभद्रता की गई।

ग्रामवासियों से आवश्यक सतर्कता बरतने की अपील की गई

संवाददाता रुद्रप्रयाग। फलई गांव की 62 वर्षीय जानकी देवी पत्नी सते सिंह राणा 32 वर्षीय अपनी बहू के साथ रायड़ी और पावर प्रोजेक्ट के बीच लगे गांव के ही जंगल में चारापत्ती लेने गई थी इसी बीच वहां पहले से ही घात लगाए बैठे गुलदार ने महिलाओं पर हमला कर दिया था। उक्त घटना के बाद वन विभाग द्वारा प्रभावित क्षेत्र में दिन व रात्रि में गश्त हेतु जखोली रेंज के संबंधित कर्मचारी को तैनात कर दिया गया है। साथ ही विभाग द्वारा संबंधित ग्रामवासियों से आवश्यक सतर्कता बरतने की अपील भी की गई है।

परीक्षा केंद्रों में आवश्यक पुलिस बल की तैनाती की जाएगी

संवाददाता रुद्रप्रयाग। उत्तराखंड अधीनस्थ सेवा चयन आयोग द्वारा रविवार (9 जुलाई) को आयोजित होने वाली स्नातक स्तरीय की लिखित परीक्षा से संबंधित व्यवस्थाओं तथा परीक्षा के सफल संपादन हेतु शुक्रवार को अपर जिलाधिकारी दीपेंद्र सिंह नेगी की अध्यक्षता में बैठक आयोजित की गई।

जिला कार्यालय एनआईसी सभागार में आयोजित बैठक के दौरान अपर जिलाधिकारी ने केंद्र पर्यवेक्षकों व परीक्षा हेतु तैनात सभी संबंधित विभागीय अधिकारियों को आवश्यक दिशा–निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि परीक्षा के सफल संपादन के लिए आयोग द्वारा जारी गाइडलाइन का अनिवार्य रूप से पालन सुनिश्चित किया जाए। इसके साथ ही उन्होंने परीक्षा केंद्र में चौकिंग व फ्रिस्किंग के साथ–साथ शांति व्यवस्था बनाए रखने, परीक्षाओं की गोपनीयता व शुचिता से संचालन करने हेतु संबंधित विभागीय अधिकारियों को निर्देश दिए।

बैठक में उप जिलाधिकारी अपर्णा ढौंडियाल ने बताया कि सभी 09 परीक्षा केंद्रों पर परीक्षा अवधि में धारा–144 को प्रभावी किया गया है। पुलिस उपाधीक्षक प्रबोध कुमार घिल्डियाल ने जानकारी देते हुए कहा कि परीक्षा को शांतिपूर्ण संपन्न कराने के लिए परीक्षा केंद्रों में आवश्यक पुलिस बल की तैनाती की जाएगी। वहीं परीक्षा केंद्रों में जरूरी व्यवस्थाओं के संबंध में परीक्षा केंद्र पर्यवेक्षकों ने अपर जिलाधिकारी को अवगत कराया।

टीबी से सुरक्षा को लेकर आयोजित की गई कार्यशाला

संवाददाता रुद्रप्रयाग। टीबी मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत टीबी रोग के हर स्तर पर संक्रमण की आशंका के खात्में की दिशा में संचालित टीबी प्रिवेंटिव थेरेपी के प्रभावी क्रियान्वयन के लिए आयोजित कार्यशाला में सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारियों (सीएचओ) को क्षय रोगियों के संपर्क वाले व्यक्तियों की टीबी से सुरक्षा को लेकर संवेदीकृत किया गया। वरिष्ठ जिला क्षय अधिकारी डॉ. विमल सिंह गुसांई ने बताया कि राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन एवं जीत प्रोजेक्ट के संयुक्त तत्वावधान में सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र अगस्त्यमुनि सभागार में राष्ट्रीय क्षय उन्मूलन कार्यक्रम के अंतर्गत आयोजित कार्यशाला में सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारियों को टीबी प्रिवेंटिव थेरेपी के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी गई। बताया कि जनपद में टीबी रोगी के संपर्क वाले पांच वर्ष तक के सभी बच्चों को टीपीटी थेरेपी दी जाती है।

राहुल गांधी की सदस्यता समाप्त होने से केंद्र पर बौखलाए कांग्रेसी

संवाददाता बागेश्वर। गुजरात हाईकोर्टमें राहुल गांधी के लोकसभा सदस्यता स्थगित किए जाने के सम्बंध में दायर याचिका पर सुनवाई के दौरान कोई राहत नही मिलने से कांग्रेसी कार्यकर्ताओं में रोष दिखा। कांग्रेसी नेताओं ने जगह जगह केंद्र सरकार के विरुद्ध प्रदर्शन और पुतला दहन किया। वही न्यायालय से आज कांग्रेस नेता राहुल गांधी को राहत मिलने की उम्मीद लगाए कार्यकर्ताओं को न्यायालय से कोई राहत नही मिलने से कांग्रेसी नेताओं ने इसे लोकतंत्र की हत्या करार दिया।वही प्रधानमंत्री मोदी पर सत्ता की आड़ में विपक्षियों को प्रवर्तन निदेशालय (ईडी)द्वारा जांच कराकर गलत तरीके से फंसाए जाने का आरोप लगाया। कांग्रेस नेता राहुल गांधी की सांसद सदस्यता समाप्ति किये जाने पर नाराज कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने एसबीआई तिराहे पर एकत्र होकर केंद्र सरकार व नरेंद्र मोदी का पुतला दहन किया। आरोप लगाया कि केंद्र सरकार ने राहुल की लोकप्रियता को देखते हुए इस तरह का निर्णय लिया।

दर्शन करने आ रहे तीर्थ यात्रियों को उपलब्ध हो स्वच्छ पेयजल

राहुल गांधी द्वारा विपक्ष में मजबूती से देश हित के लिए आमजन को केंद्र सरकार की गलत नीतियों के खिलाफ विरोध करने के चलते मोदी सरकार द्वारा गलत तरीके से फंसाकर उनकी लोकसभा सदस्यता को समाप्त करवाया गया है। कांग्रेसी कार्यकर्ताओं ने प्रधानमंत्री मोदी की जुमलेबाजी और वाकपटुता से देशवासियों को भ्रमित कर हिटलरशाही से सत्ता चलाने का आरोप लगाया। देश को गुमराह कर गरीबी बेरोजगारी महंगाई दिलाकर देश के गरीबों को रोजी रोटी के लिए तरसा दिया है।

कहा कि प्रधानमंत्री मोदी द्वारा देशवासियों को हर खाते में 15 लाख के दावे का गरीबों को बेसब्री से इंतजार था जो केवल झूठा वायदा होकर रह गया। उन्होंने कहा कि मोदी कहते है तो करते है अब केवल शिगूफा तो फिर कैसे और किससे विश्वास करें इस मौके पर जिलाध्यक्ष भगवत डसीला, महिला कांग्रेस जिलाध्यक्ष गोपा धपोला, रंजीत दास, गोकुल, ललित गोस्वामी, आदि मौजूद रहे।

उत्तराखंड के पांचों सीटों पर लोकसभा चुनाव लड़ेगी आप

संवाददाता अल्मोड़ा। आम आदमी पार्टी (आप) आगामी 2024 के लोकसभा चुनाव में उत्तराखंड के पांचों सीटों पर चुनाव लड़ेगी। आप के प्रदेश प्रभारी बरिंदर गोयल और सह प्रभारी रोहित मेहरोलिया ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) मूलभूत सुविधाएं देने में विफल रही है। श्आपश दिल्ली और पंजाब की तर्ज पर उत्तराखंड में भी विकास कार्यों पर पंख लगाएगी। प्रदेश प्रभारी बरिंदर गोयल ने कहा कि जनता ने भाजपा को मौका दिया लेकिन हर मौके पर सरकार विफल रही है। गांव, शहर हर जगह लोग खुद को ठगा महसूस कर रहे हैं। उत्तराखंड के मुख्यमंत्री की विधानसभा वाले जिले चम्पावत में स्वास्थ्य सुविधाओं का भारी अभाव है। यहां के ग्रामीण स्वास्थ्य सुविधाओं को लेकर ग्रामीणों की फिल्म बनानी पड़ रही है, जिससे हालत दिखे और विकास कार्य हो सके।

अच्छे " और " सच्चे " रिश्ते न तो " खरीदे " जा सकते हैं न ही " उधार लिए जा सकते हैं ।
–अज्ञात।

विचार-प्रवाह

देहरादून, शनिवार, 8 जुलाई 2023

पेज थ्री
www.page3news.in

नई ऊंचाई देने को प्रतिबद्ध

इस यात्रा के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और मिस्र के राष्ट्रपति अल–सिसी का ऐतिहासिक सामरिक भागीदारी समझौते पर हस्ताक्षर करना और पीएम मोदी को मिस्र का सर्वोच्च सम्मान– ऑर्डर ऑफ द नाइल– प्रदान किया जाना दोनों देशों के इसी संकल्प के संकेत हैं।

आरती शाह।।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की बहुचर्चित और बहुप्रचारित अमेरिका यात्रा से लगा होने की वजह से उनके मिस्र दौरे को मीडिया में भले ही उस तरह की तवज्जो न मिल पाई हो, लेकिन यह यात्रा भी खासी अहम थी। न केवल दोनों देशों के आपसी रिश्तों के लिहाज से बल्कि अंतरराष्ट्रीय राजनीति के व्यापक समीकरणों के नजरिए से भी इस यात्रा के निहितार्थ गौर करने लायक हैं। ध्यान रहे, प्रधानमंत्री की इस यात्रा से पहले इसी साल मिस्र के राष्ट्रपति अल–सिसी गणतंत्र दिवस के मौके पर चीफ गेस्ट के रूप में मौजूद थे। उससे पहले सितंबर में भारत के रक्षा मंत्री और फिर अक्टूबर में विदेश मंत्री मिस्र की यात्रा पर गए थे। जाहिर है, पिछली सदी में गुटनिरपेक्ष आंदोलन में साथ–साथ लंबी पारी खेल चुके दोनों देश नई सदी में अपने रिश्तों को नई ऊंचाई देने को प्रतिबद्ध हैं। इस यात्रा के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और मिस्र के राष्ट्रपति अल–सिसी का ऐतिहासिक सामरिक भागीदारी समझौते पर हस्ताक्षर करना और पीएम मोदी को मिस्र का सर्वोच्च सम्मान– ऑर्डर ऑफ द नाइल– प्रदान किया जाना दोनों देशों के इसी संकल्प के संकेत हैं।

ऐसे संकेत और भी हैं। इसी साल सितंबर में भारत में होने वाले जी–20 शिखर सम्मेलन में मिस्र को विशेष अतिथि के रूप में आमंत्रित किया गया है। मिस्र ब्रिक्स का भी सदस्य बनना चाहता है और भारत इसमें भी उसका समर्थन कर रहा है। ये बातें दर्शाती हैं कि दोनों देश आने वाले दौर में आपसी सहयोग के फायदों को अच्छी तरह समझ रहे हैं। भारत जहां दुनिया की सबसे तेजी से बढ़ती अर्थव्यवस्थाओं में शामिल है और कोरोना महामारी के बाद यूक्रेन युद्ध के चलते चुनौतियों से जूझते मिस्र को सहारा दे सकता है, वहीं मिस्र भी अपने स्ट्रैटेजिक लोकेशन के चलते भारत के लिए कई तरह से मददगार हो सकता है। यह न केवल एशिया को अफ्रीका से जोड़ता है बल्कि स्वेज नहर के जरिए पूरे एशिया को भूमध्यसागर और यूरोप से जोड़ता है। यह 11 करोड़ की आबादी वाला सबसे बड़ा अरब देश है। मुस्लिम विश्व के सबसे प्रभावशाली देशों में शुमार होता है। इस बिंदु पर यह भी याद रखने की जरूरत है कि प्रधानमंत्री ने अफ्रीकन युनियन को जी–20 में जोड़ने का प्रस्ताव किया है। यह पहल न केवल अफ्रीकी देशों के साथ भारत के भावनात्मक जुड़ाव को मजबूती देगी बल्कि अंतरराष्ट्रीय राजनीति में भारत के प्रभाव में भी इजाफा करेगी। मिस्र के जरिए इन देशों तक पहुंच बनाना भारत के लिए आर्थिक और व्यापारिक सहयोग की नई संभावनाओं के द्वार खोल सकता है। ऐसे में जरूरी है कि मिस्र की प्रधानमंत्री की इस यात्रा को इस दौरान हुए एमओयू तक सीमित करके न देखा जाए। बेशक ये कृषि और पुरातत्व जैसे कुछ खास क्षेत्रों में सहयोग की ठोस जमीन तैयार करते हैं लेकिन दोनों देश सहयोग की जो संभावनाएं आगे देख रहे हैं, उन पर नजर बनाए रखना कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण है।

जन्मों के पाप

अशोक वोहरा।
भविष्य पुराण में ही बताया गया है कि शीशम, अर्जुन, जयंती, करवीर, बेल तथा पलाश के वृक्षों को लगाने से स्वर्ग की प्राप्ति होती है और रोपणकर्ता के तीन जन्मों के सभी पाप नष्ट हो जाते हैं। सौ वृक्षों का रोपण करना ब्रह्मारूप और हजार वृक्षों का रोपण करने वाला विष्णुरूप बन जाता है। अशोक वृक्ष के बारे में लिखा है कि इसके लगाने से शोक नहीं होता। अशोक वृक्ष को घर में लगाने से अन्य अशुभ वृक्षों का दोष समाप्त हो जाता है। बिल्व वृक्ष को श्रीवृक्ष भी कहते हैं। यह वृक्ष अति शुभ माना गया है। इसमें साक्षात लक्ष्मी का वास होता है तथा दीर्घ आयुष्य प्रदान करता है। इसी प्रकार वटवृक्ष के बारे में भी विस्तार से शास्त्रों में बताया गया है। वृक्षायुर्वेद में बताया गया है कि जो व्यक्ति दो वटवृक्षों का विधिवत रोपण करता है वह मृत्योपरांत शिवलोक को प्राप्त होता है।

संपादकीय

गलत परंपरा की शुरुआत

विदेश में घरेलू राजनीति की बात है, तो यह उचित नहीं। यह किसी को नहीं करनी चाहिए। लेकिन यह गलत परंपरा शुरू कहां से हुई? क्या 'अबकी बार–ट्रंप सरकार' का नारा अमेरिका जाकर लगाना एक बड़ा डिप्लोमेटिक मिसकैलकुलेशन नहीं था? इससे तो सही परंपरा की शुरुआत नहीं होगी। इसलिए विदेश में भारत का गंदा कपड़ा धोने का काम बंद करने के लिए पहल स्वयं सत्तारूढ़ दल की तरफ से होनी चाहिए। इसके आगे जाएं तो कुछ ही समय पहले अमेरिका में बीजेपी समर्थक एक जगह पर बुलडोजर का रोड शो निकाल रहे थे। वहां कुछ लोगों ने ऐतराज किया तो वहां की स्थानीय सरकार ने अपनी तरफ से पहलकदमी लेकर उसे बंद कराया। बुलडोजर क्या किसी विकास की निशानी है? क्या वे लोग अमेरिका में किसी विकास का प्रचार कर रहे थे, जिसके लिए वहां की सरकार को उसे रोकना पड़ा? बुलडोजर तो ज्यादा से ज्यादा आप अपराधियों के खिलाफ चला सकते हैं। लेकिन जब आप इसे इस रूप में प्रस्तुत करते हैं कि यह किसी समुदाय को सबक सिखाने की कार्रवाई है, तो सरकार को इस पर सोचना चाहिए। अगर ऐसा होगा तो विपक्ष का कोई व्यक्ति बाहर जाकर घरेलू बात नहीं करेगा।

राहुल गांधी के लिए 'पप्पू' नाम से बाकायदा अभियान चलाया गया। कई बार आधिकारिक तौर पर भी कहा गया है कि राहुल गांधी को भारत में कोई भी गंभीरता से नहीं लेता।

सत्तारूढ़ खेमे में नाराजगी

चंद्रभूषण।।

राहुल गांधी के अमेरिका और ब्रिटेन में दिए हुए कुछ बयानों से सत्तारूढ़ खेमे में नाराजगी है। यहां तक कि संवैधानिक पदों पर बैठे लोग भी नाम लेकर इसका विरोध करना जरूरी समझ रहे हैं। इस विरोध के दो आधार हैं। एक तो यह कि राहुल गांधी विदेश में जो बयान जारी कर रहे हैं, वे किसी खास राजनीतिक दल के विरोध तक सीमित नहीं हैं। संपूर्णता में देखें तो वह राष्ट्र का विरोध है, और इससे राहुल गांधी की राजनीति खत्म हो जाएगी। दूसरी बात यह कही जा रही है कि इन बयानों से देश का बहुत बड़ा नुकसान हो सकता है, जिसका सारा दोष कांग्रेस पर जाएगा। ये आधार थोड़े अजीब लगते हैं और इसकी वजह भी है।

राहुल की राजनीति का खत्म होना तो बीजेपी के लिए विशेष चिंता का विषय नहीं होना चाहिए, न उसके समर्थकों के लिए। उनकी राजनीति खत्म करने के लिए इस पक्ष की ओर से अब तक काफी प्रयास किए गए हैं। राहुल गांधी के लिए 'पप्पू' नाम से बाकायदा अभियान चलाया गया। कई बार आधिकारिक तौर पर भी कहा गया है कि राहुल गांधी को भारत में कोई भी गंभीरता से नहीं लेता। ऐसे में सवाल उठता है कि बीजेपी के अनुसार जिसे कोई गंभीरता से नहीं लेता, उसकी बात को खुद बीजेपी क्यों

इतनी गंभीरता से ले रही है? खासकर तब, जबकि वह किसी जिम्मेदार पद पर भी नहीं हैं। राहुल गांधी न तो सांसद हैं, न ही कांग्रेस के किसी जिम्मेदार पद पर हैं। बस एक ही चीज जुड़ी है राहुल गांधी के साथ कि वह कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष हैं। ऐसे में इतनी तवज्जो क्यों दी जा रही है उन्हें? वैसे बीजेपी समर्थकों की एक बात वाजिब है कि राहुल गांधी बाहर जाकर कह रहे हैं कि कुछेक कारणों से उन्हें संसद से बाहर कर दिया गया। राहुल गांधी पर फैसला भारत की एक अदालत ने सुनाया है, न कि सरकार ने। बहुत सारे लोगों को यह फैसला गलत लग सकता है और इसे चुनौती भी दी गई है। लेकिन यह कोई सरकारी फैसला नहीं है, यह अदालत का फैसला है। इस एक बात को छोड़ दें तो बाकी जो सारे मामले हैं, उनके बारे में ऐसा नहीं कहा जा सकता कि वे बनाए हुए मामले हैं या मिसरिप्रेजेंटेशन के मामले हैं। जो दिक्कतें और समस्याएं हैं, उन पर पहले से ही दुनिया में चर्चा होती रही है। राहुल गांधी ने उसे दोहराया भर है। मसलन यह कि भारत का मीडिया उस तरह से अभी नहीं काम कर पा रहा है, जैसा कि पहले करता था।

जिन बातों पर सत्ता पक्ष को इतना क्षोभ है, वे सारी बातें राहुल गांधी ने किसी भाषण में या किसी एकतरफा बयान में लिखकर जारी नहीं की हैं। ये चीजें सवाल–जवाब के दौरान सामने आई हैं। इसमें ज्यादातर कांग्रेस और राहुल गांधी के समर्थक लोग ही आते हैं, लेकिन विरोधियों को भी आने से रोका नहीं जाता। इसीलिए अमेरिका में एक ऐसे ही आयोजन में कुछ खालिस्तानी तत्वों ने राहुल, इंदिरा गांधी, राजीव गांधी के खिलाफ नारे लगाए और उन्हें कोई नहीं रोक सका। जिन बातों पर सबसे ज्यादा ऐतराज है, उनमें सबसे ऊपर है भारत में अल्पसंख्यकों, दलितों और आदिवासियों को उत्पीड़ित बताया जाना। लेकिन ये खबरें राहुल गांधी के बयान देने से बहुत पहले से दुनिया भर के अखबारों में छप रही हैं। ऐसी खबरें भारत में भी खूब छपती हैं। इनको आधार बनाकर बाकायदा चुनाव जीते जाते हैं।

सुडोकु नवताल- 5347

***** कठिनतम

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

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं।
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3x3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।
- पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते।
- पहेली का केवल एक ही हल है।

सुडोकु नवताल -5346 का हल

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

अपना ब्लॉग

दुनिया के वित्तीय दायरे में एक बहुत बड़ा नाम

मोहन। यह सवाल दुनिया भर के मीडिया वॉचडॉग उठाते आ रहे हैं। अगर लोकतांत्रिक मानकों पर भारत का स्थान नीचे जा रहा है तो यह दूसरी संस्थाओं का उठाया मामला है। ऐसे ही भारत के वित्तीय तौर तरीकों में कुछ समस्या है, तो यह मसला सबसे पहले राहुल गांधी ने नहीं, बल्कि जॉर्ज सोरोस ने उठाया था। जॉर्ज सोरोस दुनिया के वित्तीय दायरे में एक बहुत बड़ा नाम है। सवाल–जवाब को आप भारत में नियंत्रित कर सकते हैं शायद, लेकिन विदेश में कोई राजनेता पब्लिक डोमेन में कुछ कहता है तो उस पर सवाल करने से किसी को रोका नहीं जा सकता। और कोई सवाल कर रहा है तो उसका जवाब भी मिलेगा। ऐसे में यह आपत्ति उचित नहीं लगती कि उन्होंने ऐसा क्यों कहा। यह कांग्रेस पार्टी की ओवरसीज शाखा की तरफ से किया गया आयोजन था। यह ब्रिटेन में भी हुआ था, अमेरिका में भी हुआ।

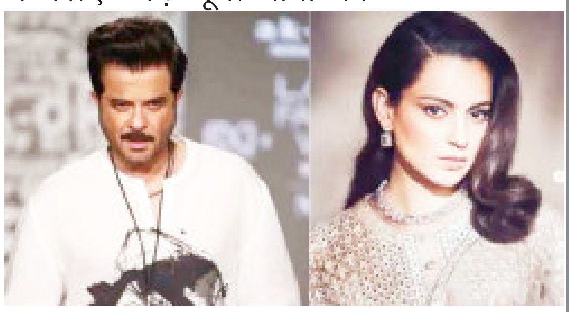
महज 13 साल की सुष्मिता सेन की बेटी अलीशा पर उठ रही उंगलियां

बॉलीवुड एक्ट्रेस सुष्मिता सेन ने सोशल मीडिया पर एक वीडियो शेयर किया। वो अपनी बेटी अलीशा के साथ पेरिस में हैं। इस प्यारे से वीडियो में मां–बेटी की बॉन्डिंग देख फैंस खुशी से झूम उठे, लेकिन कुछ ऐसे लोग भी हैं, जो 13 साल की अलीशा पर उंगलियां उठा रहे हैं, भद्दी–भद्दी बातें कर रहे हैं। आइये आपको दिखाते हैं कि आखिर इस वीडियो को देखने के बाद लोगों को क्या खटक रहा है! सुष्मिता सेन ने बेटी के साथ एक वीडियो शेयर किया। उन्होंने कैप्शन में लिखा, मैजिकल अलीशा। पढ़ाई के लिए विदेश जाने से पहले मेरी शोना का पेरिस–फ्रांस में पहला ट्रिप। कैसे समय उड़ जाता है... मैं हमेशा हमारे डांस को इंजॉय करूंगी। जैसे ही सुष्मिता ने ये वीडियो सोशल मीडिया पर शेयर किया, वैसे ही ये वायरल होने लगा। कुछ लोगों ने अलीशा के पहनावे पर उंगली उठाई। उनका कहना है कि छोटी–सी बच्ची इस तरह के कपड़े कैसे पहन सकती है! कुछ लोगों ने सुष्मिता को भी ताना मारा कि मां होकर बेटी को ऐसे कपड़े क्यों पहनने दिए। एक यूजर ने लिखा, सॉरी, लेकिन ये छोटी बच्ची अपना क्लीवेज क्यों दिखा रही है?

राजकुमार हीरानी संग बायोपिक में काम करेंगे आमिर खान

आमिर खान ने 2016 में फिल्म दंगल से तहलका मचा दिया था। फिल्म सुपरहिट रही थी। लेकिन तब से लेकर अब तक आमिर दंगल जैसी सफलता नहीं दोहरा पाए हैं। आमिर खान बड़े इरादों के साथ 2022 में लाल सिंह चड्ढा लेकर आए थे। लेकिन यह फिल्म बॉक्स ऑफिस पर इस कदर पिटी कि एक्टर ने एक्टिंग से दूरी बना ली। इससे पहले भी जो दो–तीन फिल्में आईं, उनका भी बुरा हश्र हुआ। ऐसे में अब आमिर खान फिल्मों के सिलेक्शन को लेकर बेहद सजग हो गए हैं। खबर है कि आमिर ने अब एक बार फिर 3 इडियट्स और पीके के डायरेक्टर राजकुमार हीरानी के साथ हाथ मिलाया है। रिपोर्ट्स के मुताबिक, दोनों एक बायोपिक पर साथ काम करेंगे। रिपोर्ट के मुताबिक, त्रानउंत भ्पतंदप ने हाल ही Aamir Khan को एक बायोपिक की स्क्रिप्ट सुनाई, जो एक्टर को बेहद पसंद आई है। राजकुमार हीरानी अभी Shah Rukh Khan के साथ डंकी कर रहे हैं। इसके बाद वह आमिर के साथ बायोपिक की शूटिंग शुरू कर सकते हैं। आमिर खान ने राजकुमार हीरानी की इस फिल्म में दिलचस्पी दिखाई है। राजकुमार हीरानी और आमिर ने 10 साल पहले पीके में साथ काम किया था। दोनों एक–दूसरे को बहुत पसंद करते हैं।

अनिल कपूर ने कहा था– कंगना रनौत के लिए छोड़ दूंगा बीवी को



अनिल कपूर का ये किस्सा तब का है जब वो करण जौहर के चैट शो कॉफी विद करणश में पहुंचे थे। इस शो में अनिल कपूर ने कहा था कि अगर उन्हें किसी एक महिला के लिए अपनी वाइफ सुनीता को छोड़ना पड़े तो वो कौन होंगी। इन दिनों करण के शो के पुराने किस्से खूब सुनने को मिल रहे हैं। ये किस्सा है अनिल कपूर और कंगना रनौत का। करण जौहर के शो पर अनिल कपूर और संजय दत्त पहुंचे थे और उनके साथ थीं कंगना रनौत। इस शो में करण जौहर सबसे पहले कंगना से सवाल करते नजर आ रहे हैं। वो पूछते हैं– क्या वो खुद पर काम करती हैं? कंगना– हां में जवाब देना शुरू करती हैं कि करण जौहर बीच में कहते हैं– मेरा कहने का मतलब दूसरे तरीके से है। कंगना झेंप जाती हैं और पूछती हैं– क्या आप जरा खुलकर बताएंगे कि क्या जानना चाह रहे आप? फिर वो उन्हें प्लास्टिक सर्जरी की तरफ इशारा करते हैं। इसके बाद बारी आती है अनिल कपूर की और करण जौहर ने उनसे पूछा कि अगर उन्हें अपनी वाइफ को छोड़कर किसी एक महिला को चुनना हो तो किन्हें चुनेंगे? अनिल कपूर ने इस सवाल का जवाब तुरंत दिया और कहा– वो कंगना होंगी।

पांच साल से मां बनने की कोशिश कर रहीं युविका चौधरी का छलका दर्द

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

एक्ट्रेस युविका चौधरी का लेटेस्ट इंटरव्यू में मां न बन पाने पर दुख छलका है। एक्ट्रेस का कहना है कि वह पांच साल से मां बनने की कोशिश कर रही हैं, पर कोई गुड न्यूज नहीं मिली है। युविका ने कहा कि अब उन्होंने सबकुछ भगवान के हाथों में छोड़ दिया है। युविका चौधरी ने 2018 में प्रिंस नरूला से शादी की थी। एक्ट्रेस के मुताबिक, वह तभी से फैमिली प्लानिंग कर रही हैं।

मां बनने की कर रही हैं कोशिश

युविका चौधरी और प्रिंस नरूला की गिनती टीवी के सबसे क्यूट और पॉपुलर कपल्स में की जाती है। दोनों की पहली मुलाकात बिग बॉस 9 में हुई थी। फिर प्रिंस नरूला ने 14 फरवरी 2018 में युविका को प्रपोज किया और उसी साल 12 अक्टूबर को शादी कर ली। शादी के बाद से ही युविका और प्रिंस नरूला बच्चे की प्लानिंग कर रहे हैं। युविका ने पैरेंटहुड के साथ–साथ प्रिंस नरूला संग रिश्ते पर बात की।

बच्चे को लेकर सोशल प्रेशर पर बोलीं युविका चौधरी

युविका चौधरी से जब बच्चे को लेकर सामाजिक दबाव के बारे में पूछा गया तो वह बोलीं, शादी से पहले लोग जिद करते हैं...

शादी करा लो। उसके बाद वो आपसे पूछते हैं, आप कब बच्चा पैदा कर रहे हैं। कोई नहीं पूछता कि डायमंड कब मिल रहा है। हम शादी के बाद से ही बच्चे की प्लानिंग कर रहे हैं। लेकिन यह भगवान के हाथ में है, और हम उनके प्लान पर सवाल नहीं उठाते हैं।

2020 में उड़ी थी युविका चौधरी की प्रेग्नेंसी की अफवाह

वहीं इससे पहले युविका चौधरी ने एक पुराने इंटरव्यू में कहा था कि कोरोनाकाल में प्रेग्नेंसी प्लान करना और बच्चे को जन्म देना बहुत डरावना है। उन्हें उन लोगों को देखकर हैरानी होती है, जो ऐसे वक्त में पैरेंट्स बन रहे हैं। युविका ने कहा था कि वह ऐसे लोगों को सलाम करती हैं क्योंकि कोरोना के बीच ऐसी स्थिति में प्रेगनेंट होना, बाहर निकलना और बच्चे का ख्याल रखना बहुत डरावना है। वहीं 2020 में युविका चौधरी की प्रेग्नेंसी की अफवाहें उड़ी थीं। तब एक्ट्रेस ने उनका खंडन करते हुए कहा था कि प्रेग्नेंसी जब होनी होगी, हो जाएगी।

दूसरी बार मां बनीं एवलिन शर्मा, रिवील किया प्यारा नाम

एक्ट्रेस एवलिन शर्मा ने बेटे को जन्म दिया है, और उसकी तस्वीर शेयर कर यह भी बताया है कि नाम क्या रखा है। एवलिन शर्मा ने 2021 में शादी की थी और उसी साल उन्होंने नवंबर में एक बेटी को जन्म दिया था। एवलिन शर्मा तस्वीर में बेटे को सीने से लगाए खुश नजर आ रही हैं।

रणबीर कपूर स्टारर ये जवानी है दीवानी में नजर आईं एक्ट्रेस एवलिन शर्मा दूसरी बार मां बन गई हैं। उन्होंने बेटे को जन्म दिया है। एवलिन शर्मा ने 6 जुलाई को सोशल मीडिया पर बेटे के साथ तस्वीर शेयर की, और उसका नाम भी बताया। एवलिन शर्मा एक प्यारी सी बेटी की भी मां हैं, जिसे उन्होंने 2021 में जन्म दिया था। बेटी का नाम एवलिन ने एवा रखा था।

तुषान भिंडी से एक निजी समारोह में की थी शादी

एवलिन शर्मा ने 15 मई 2021 में तुषान भिंडी से एक निजी समारोह में शादी की थी। उसी साल नवंबर में एक्ट्रेस ने प्यारी सी बेटी को जन्म दिया था। अब एवलिन शर्मा एक नन्हे राजकुमार की मां बनी हैं, और वह बेहद खुश हैं। एवलिन शर्मा ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर बेटे की तस्वीर शेयर की, जिसमें उसका चेहरा छुपा हुआ है, और वह सो रहा है।

बेटे को सीने से चिपकाए एवलिन शर्मा ने दी बड़ी स्माइल

तस्वीर में एवलिन ने बेटे को सीने से चिपकाया हुआ है, और वह सेल्फी लेते हुए स्माइल कर रही हैं। तस्वीर के साथ एवलिन शर्मा ने गुड न्यूज देते हुए प्यारा सा पोस्ट भी लिखा है। एवलिन ने लिखा है, श्कभी नहीं सोचा था कि जन्म देने के बाद इतना अच्छा महसूस होगा। मैं इतनी खुश हूं कि छत पर खड़े होकर गा सकती हूं। हमारे बेबी बॉय आर्डन को हैलो कहिए।श

एवलिन शर्मा ने जनवरी में अनाउंस की थी प्रेग्नेंसी

एवलिन शर्मा ने 17 जनवरी 2023 में अपनी दूसरी प्रेग्नेंसी अनाउंस की थी। तब उन्होंने बेबी बंप फ्लॉन्ट करते हुए कुछ तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर की थीं। वहीं 19 नवंबर 2021 में उन्होंने पहले बच्चे के जन्म की गुड न्यूज फैन्स के साथ शेयर की थी। तब उन्होंने बेटी की बेहद प्यारी तस्वीर फैन्स के साथ शेयर की थी। तस्वीर के साथ एवलिन ने यह भी बताया था कि उन्होंने बेटी का नाम एवा रानिया भिंडी रखा है।

बहुत संभलकर अपनाएं वेट लॉस के ये टिप्स

शुरुआत से करें वेट ट्रेनिंग
वेट लॉस के लिए शुरुआत से ही वेट ट्रेनिंग पर ध्यान दें। यह मसल्स लॉस होने से बचाती है और मेटाबॉलिज्म पर इसका असर अगले 48 घंटे तक रहता है। इसलिए कार्डियो से पहले वेट ट्रेनिंग जरूर करें।

अगर वजन कम करने के सारे नुस्खे फेल हो चुके हैं, तो एक बार ये 4 काम करके देखें। शरीर की सारी चर्बी तेजी से घटने लगेगी।

वजन बढ़ने से डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर, हाई कोलेस्ट्रॉल का खतरा भी बढ़ जाता है। साथ में यह समस्या दिल की बीमारी, कैंसर, लिवर की बीमारी जैसे साइलेंट किलर को भी दावत देती है। अगर आप वेट लॉस करना चाहते हैं तो इस आर्टिकल में दिए 4 टिप्स अपना सकते हैं। वेट लॉस के ये टिप्स एक हफ्ते में ही बहुत सारा वजन घटा सकते हैं। इसलिए मशहूर फिटनेस कोच मुकेश गहलोत ने एक-एक टिप्स अपनाने की सलाह दी है। उन्होंने बताया कि ये 4 उपाय करने से एक महीने में 2 से 4 किलोग्राम फैट आराम से कम कर सकते हैं। साथ ही आपकी मसल्स भी बढ़ने लगती है।

पहले हफ्ते में छोड़ दें चीनी
सबसे पहले आपको टेबल शुगर पर लगाम लगानी है। शुरुआत में आर्टिफिशियल चीनी खाना पूरी तरह बंद कर दें। क्योंकि, शरीर इसे फैट बनाकर स्टोर कर लेता है और पेट की चर्बी तेजी से बढ़ने लगती है।

दूसरे हफ्ते में छोड़ दें जंक फूड
चीनी छोड़ने के बाद आपको जंक फूड को बंद करना है। इन फूड्स में पोषण बिल्कुल नहीं होता है और रिफाइंड कार्ब्स, शुगर और खतरनाक टॉक्सिन होते हैं। जो मेटाबॉलिज्म खराब करके वजन बढ़ाने लगते हैं।

तीसरे हफ्ते में कम करें हेल्दी कार्ब्स
एनर्जी के लिए हेल्दी कार्ब्स की जरूरत होती है। लेकिन तीसरे हफ्ते में इसे डाइट में थोड़ा कम करना है। रोटी, चावल, आलू, ओट्स को कम खाएं और इसके साथ प्रोटीन के लीन सोर्स बढ़ाने हैं। ध्यान रखें वेज प्रोटीन फूड्स के साथ हेल्दी फैट्स बढ़ाने की जरूरत नहीं है। लेकिन नॉन वेज प्रोटीन फूड के साथ नट्स, ऑलिव ऑयल, मस्टर्ड ऑयल आदि का सेवन करें।

हमेशा के लिए मूड खराब कर देती हैं चीज, दिमाग पर चढ़ा रहता है गुस्सा

अगर आप ये समझते हैं कि सिर्फ भावनाएं या घटनाएं ही मेंटल हेल्थ को प्रभावित करती हैं तो आप गलत सोच रहे हैं। क्योंकि, आपकी डाइट का इस पर बहुत बड़ा असर होता है। कुछ खाद्य पदार्थ खाने से आपका मूड व बिहेवियर हमेशा के लिए खराब हो जाता है। नेशनल सेंटर फॉर बायोटेक्नोलॉजी इंफॉर्मेशन पर 2020 में एक शोध पब्लिश हुआ था। जिसमें डाइट और डिप्रेशन के लक्षणों के बीच गहरा संबंध देखा गया था। अनहेल्दी फूड खाने से मेंटल हेल्थ खराब हो जाती है और व्यक्ति अक्सर उदासी, बेसहारा, गुस्सा, चिड़चिड़ा रहता है। फलों में विटामिन-मिनरल्स के साथ फाइबर होता है। जो उन्हें ज्यादा स्वास्थ्यवर्धक बनाता है। लेकिन जूस में फाइबर के अलावा, कुछ पोषण के साथ शुगर और पानी होता है। जो ब्लड शुगर को उठा सकता है और फिर नीचे आने पर गुस्सा व भूखा छोड़ देता है। ब्रेकफास्ट में अधिकतर लोग व्हाइट ब्रेड टोस्ट खाते हैं। यह फूड बहुत ज्यादा प्रोसेस्ड होता है और तुरंत ब्लड शुगर में घुल जाता है। इसके बाद जब ब्लड ग्लूकोज नीचे आता है तो मूड को खराब कर देता है। बाजार से मिलने वाली टोमैटो कैचअप में शुगर और आर्टिफिशियल चीजें होती हैं। इसका रोजाना सेवन मेंटल हेल्थ के लिए काफी खतरनाक है और डिप्रेशन के लक्षण दिख सकते हैं।

साइंटिस्ट ने कहा इस वक्त कभी ना खाएं मट्ठी-नमक पारे, होगा बुरा हाल

हमारी लाइफस्टाइल इतनी बिगड़ गई है कि यह संपूर्ण भोजन से ज्यादा स्नैक पर टिकी हुई है। कई बार तो लोग पूरी डाइट की जगह सिर्फ स्नैक खाकर काम चला लेते हैं। वहीं कुछ लोग देर रात काम करते हुए या टाइम पास करते हुए स्नैक खाते रहते हैं। उत्तर भारत में मट्ठी, नमक पारे, नमकीन, चिप्स, लड्डू जैसे स्नैक काफी पसंद किए जाते हैं। लेकिन अब न्यूट्रिशन साइंटिस्ट ने ये सभी स्नैक्स खाने का गलत वक्त बताया है। इस आर्टिकल में इसके साथ कुछ हेल्दी स्नैक के बारे में भी जानेंगे, जिन्हें रात में भूख लगने पर खा सकते हैं। रिपोर्ट के मुताबिक, डॉ. साराह बेरी ने न्यूट्रिशन पॉडकास्ट 'वम पर बताया कि हमारे अधिकतर स्नैक प्रोसेस्ड और अनहेल्दी होते हैं। इन्हें शाम 6 बजे के बाद या रात 9 बजे भी खाने से स्वास्थ्य को भारी नुकसान पहुंच सकता है। इन ग्लूटेन फ्री फूड्स से फाइबर, कैल्शियम मिलता है।

प्लेटलेट्स खत्म होने से काफी पहले दिख जाते हैं लक्षण

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

कब्ज एक गंभीर समस्या है जिससे बहुत से लोग परेशान रहते हैं। अगर समय रहते इसका इलाज न किया जाए तो यह पुरानी समस्या बन सकती है। इससे आपको बवासीर, फिशर और भगंदर सहित गुदा कैंसर होने का जोखिम बढ़ सकता है। जाहिर है कब्ज होने पर मल सख्त हो जाता है और आंतों में फंसकर रह जाता है।

कब्ज के लक्षण क्या हैं?
कब्ज होने पर आपको एक हफ्ते में तीन बार से कम मल त्याग हो सकता है, मल कठोर, सूखा या गांठदार हो सकता है, मल आंतों में फंसा रह सकता है, जिसे त्यागना कठिन या दर्दनाक हो। ऐसे लक्षण दिखने पर आपको तुरंत डॉक्टर से मिलना चाहिए। कब्ज के लिए आप कुछ घरेलू उपाय भी आजमा सकते हैं, जो काफी असरदार होते हैं। डॉक्टर विनोद शर्मा आपको कब्ज को हमेशा के लिए खत्म करने के कुछ देसी नुस्खे बता रहे हैं, जो आंतों में जमी गंदगी को बाहर निकाल फेंकेंगे।

कब्ज का घरेलू इलाज
एक गिलास गर्म पानी लें और उसमें थोड़े चिया के बीज और थोड़ा शहद मिक्स कर लें। इसे सुबह खाली पेट पिएं और उसके बाद तीन से चार खजूर खा लें। ऐसा करने से आपको कब्ज से राहत मिल सकती है।

कब्ज का परमानेंट इलाज
एक गिलास गर्म पानी लें और उसमें एक एक चम्मच नीम्बू का रस और आधा चम्मच नमक मिक्स कर दें। कब्ज से छुटकारा पाने के लिए इस मिश्रण को रोजाना सुबह खाली पेट लें।

पपीता और सौंफ
कब्ज के छुटकारा पाने के लिए आपको रोजाना सुबह खाली पेट पपीता खाना चाहिए। पपीते में भारी मात्रा में फाइबर पाए जाते हैं, जो पेट की गंदगी निकालते हैं। इसके अलावा सौंफ का सेवन भी पेट के लिए फायदेमंद होता है।

खूब पानी पिएं
कब्ज होने पर मल अधिक कठोर हो जाता है। यही वजह है कि एक्सपर्ट इससे राहत पाने के लिए रोजाना 5-6 गिलास पानी पीने की सलाह देते हैं। आपको रोजाना कम से कम इतना पानी पीना चाहिए।

दूध और कैस्टर ऑयल
कब्ज और आंतों की समस्या से छुटकारा पाने के लिए आपको दूध और कैस्टर ऑयल का इस्तेमाल करना चाहिए। इसके लिए आप एक गिलास गर्म दूध लें और उसमें एक चम्मच कैस्टर ऑयल मिक्स कर लें और इसे रात को सोते समय पी लें। ठीक इसी तरह दूध में शहद मिलाकर भी पी सकते हैं।

दूध-दही पचाने में होती है परेशानी? लैक्टोज इंटॉलरेंस का इलाज

डेयरी उत्पाद इंटॉलरेंस या लैक्टोज इंटॉलरेंस शब्द का उपयोग किसी व्यक्ति द्वारा दूध और डेयरी उत्पादों के उपयोग के बाद होने वाली पाचन समस्याओं के लिए किया जाता है। लैक्टोज इंटॉलरेंस दूध और दूध उत्पादों को पचाने के लिए आवश्यक एंजाइम लैक्टोज नहीं होने या कमी के कारण होती है। जन्म के समय सभी दूध पचा सकते हैं। एक साल की उम्र के बाद, हममें से कुछ लोगों में लैक्टेज की कमी होने लगती है। लैक्टोज इंटॉलरेंस वालों को यह समस्या दूध या दूध उत्पादों के सेवन के 90 मिनट से 2 घंटे के भीतर हो सकती है। इस स्थिति में कुछ सामान्य लक्षण जैसे पेट की परेशानी, सूजन और उल्टी आदि महसूस हो सकते हैं। भारत में लैक्टोज इंटॉलरेंस की समस्या अधिक है। मुंबई स्थित एसएल रहेजा हॉस्पिटल में चेयरमैन-इंस्टीट्यूट ऑफ डाइजेस्टिव एंड लिवर केयर डॉ. विनय धीर आपको इस समस्या का इलाज बता रहे हैं। लैक्टोज इंटॉलरेंस का ब्रेथ टेक्निक या एंडोस्कोपिक बायोप्सी के माध्यम से किया जाता है। इसमें व्यक्ति को 2 घंटे तक हर 15 मिनट में एक ट्यूब में सांस लेने की आवश्यकता होती है। इसके बाद सांस में हाइड्रोजन की मात्रा की गणना की जाती है, जिससे स्थिति का निदान करने में मदद मिलती है।

नितीश राणा ने आईपीएल 2023 में कैसा प्रदर्शन किया

याद हो कि कोलकाता नाइटराइडर्स के नियमित कप्तान श्रेयस अय्यर पीठ में चोट के कारण आईपीएल 2023 से बाहर हो गए थे। नितीश राणा को कार्यवाहक कप्तान बनाया गया था। आक्रामक बल्लेबाज ने टीम के लिए कुछ प्रभावी पारियां खेली। उन्होंने तीन अर्धशतक जमाए। राणा ने 14 मैचों में 31.76 की औसत से 413 रन बनाए। वो केकेआर के दूसरे सर्वश्रेष्ठ रन स्कोरर रहे।

बुरे दिन अच्छे दिन बनाते है

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारत और वेस्टइंडीज के बीच पांच टी20 इंटरनेशनल मैचों की सीरीज 3 अगस्त से शुरू होगी। बीसीसीआई ने बुधवार को इस सीरीज के लिए भारतीय टीम की घोषणा की, जिसमें नितीश राणा को जगह नहीं मिली। जहां तिलक वर्मा और यशस्वी जायसवाल को पहली बार मौका मिला, वहीं नितीश राणा की अनदेखी की गई। नितीश राणा ने चयनकर्ताओं द्वारा नजरअंदाज किए जाने के बाद एक पोस्ट के जरिये अपना दर्द बयां किया है। नितीश राणा ने ट्वीट किया, बुरे दिन अच्छे दिन बनाते हैं। याद दिला दें कि नितीश राणा ने दो टी20 इंटरनेशनल और एक वनडे में भारत का प्रतिनिधित्व किया है। उन्हें जुलाई 2021 में भारत के श्रीलंका दौरे पर चुना गया था। राणा प्रभावित नहीं कर सके और तब से सफेद गेंद स्क्वाड से बाहर हैं। वैसे, 29 साल के नितीश राणा का टी20 क्रिकेट में अच्छा रिकॉर्ड है। बाएं हाथ के बल्लेबाज ने 164 पारियों में 29.08 की औसत से 4275 रन बनाए हैं। उन्होंने एक शतक और 28 अर्धशतक जमाए।

जबतक खेल का आनंद उठा रही हैं तब तक खेलना जारी रखेंगी

क्रिकेट

शिखा पांडे का टीम से कटा पत्ता तो कैमरे के सामने फूट-फूटकर रोईं

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। बांग्लादेश दौरे पर सीमित ओवर सीरीज के लिए कुछ समय पहले भारतीय महिला क्रिकेट टीम की घोषणा हुई, जिसमें अनुभवी तेज गेंदबाज शिखा पांडे का नाम नदारद था। भारतीय टीम का काफी व्यस्त कार्यक्रम रहने वाला है और ऐसे में पांडे का नाम नहीं होने पर काफी लोगों को हैरानी हुई।

शिखा पांडे भारत की अनुभवी खिलाड़ियों में से एक हैं और दिल्ली कैपिटल्स के साथ डब्ल्यूपीएल का उद्घाटन सीजन उनके लिए शानदार रहा। दिल्ली कैपिटल्स की टीम रनर्स–अप रही और शिखा पांडे उस टीम की सबसे ज्यादा विकेट लेने वाली गेंदबाज रहीं। वैसे, यह पहला मौका नहीं है जब शिखा पांडे बिना कारण जाने भारतीय टीम से बाहर हुई हो। पहले भी उन्हें बिना कुछ बताए राष्ट्रीय टीम से बाहर किया गया।

दाएं हाथ की तेज गेंदबाज की इस साल दक्षिण अफ्रीका में टी20 वर्ल्ड कप के लिए भारतीय टीम में वापसी हुई थी। इसके बाद शिखा पांडे को केंद्रीय अनुबंध से बाहर कर दिया गया। फिर बांग्लादेश में वनडे और टी20 इंटरनेशनल सीरीज के लिए शिखा पांडे को भारतीय टीम में नहीं चुना गया। भारतीय तेज गेंदबाज ने पूर्व हेड कोच डब्ल्यूवी रमन से स्पोर्ट्स्टार के इंटरव्यू में कहा कि अगर वो कहे कि निराश या गुस्सा नहीं है तो वो इंसान नहीं हैं।

शिखा पांडे ने क्या कहा?: 34 साल की शिखा पांडे ने कहा, आप जितनी मेहनत कर रहे हैं, उसका नतीजा नहीं मिलता तो मुश्किल होती है। मुझे विश्वास है कि मुझे नहीं सेलेक्ट करने का कोई कारण होगा, लेकिन मुझे नहीं पता। मेरे हाथ में है कड़ी मेहनत करना और मेरा कड़ी मेहनत पर अटूट विश्वास है। जब तक मैं मानसिक और शारीरिक रूप से फिट हूं, तब तक कड़ी मेहनत करती रहूंगी। शिखा पांडे ने 120 अंतरराष्ट्रीय मैचों में भारतीय टीम का प्रतिनिधित्व किया। वर्ल्ड कप 2022 में शिखा पांडे को नहीं चुना गया था, जिस फैसले की काफी आलोचना हुई थी। इस साल दक्षिण अफ्रीका में हुए टी20 वर्ल्ड कप में पांडे भारतीय टीम का हिस्सा थीं। पांडे ने मुश्किल समय में अच्छे मेंटर्स का महत्व बताया और उन्होंने साथ ही डब्ल्यूवी रमन का शुक्रिया अदा किया। पांडे ने कहा, जब मुझे टीम से बाहर किया गया, तब मैंने सोचा कि क्रिकेट से दूरी बनाना सही रहेगा। तब सलाह दी गई कि वह भावनात्मक समय है और मुझे अपने आप को समय देने की जरुरत है। आपको भी लगा कि मेरे अंदर काफी क्रिकेट बची है। मुझे तब तक खेलना है जब तक इसका आनंद ले रही हूं।

वर्ल्ड कप से ठीक पहले कप्तान ने ही ले लिया रिटायरमेंट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। वनडे वर्ल्ड कप 2023 भारत की मेजबानी में अक्टूबर–नवंबर में खेला जाएगा। इस महाकुंभ को होने में सिर्फ 3 महीने बचे हैं और तभी एक चौंकाने वाला मामला सामने आया है। बांग्लादेश के एकदिवसीय कप्तान तमीम इकबाल ने अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास ले लिया है।

इससे उनके 16 साल के अंतरराष्ट्रीय करियर का अचानक अंत हो गया है। पत्रकारों की भीड़ से घिरे तमीम बेहद भावुक थे और बात करते हुए फूट–फूटकर रोने लगे। उन्होंने यह फैसला तीन वनडे मैचों की सीरीज में अफगानिस्तान से शर्मनाक तरीके से हारने के बाद किया है। इसके बाद उनकी कप्तानी की आलोचना हो रही थी। सोशल मीडिया पर फैंस काफी गुस्से में दिख रहे थे।

16 साल के अंतरराष्ट्रीय करियर का अचानक हो गया अंत

बांग्लादेश क्रिकेट बोर्ड ने उत्तराधिकारी का नाम नहीं बताया है, लेकिन शाकिब अल हसन टी20 और लिटन दास टेस्ट कप्तान हैं। संभव है कि इन दोनों में से किसी को एक वनडे की जिम्मेदारी मिले। 34 वर्षीय तमीम ने पिछले साल लगभग इसी समय टी20 इंटरनेशनल से संन्यास ले लिया था, जकि उनका आखिरी टेस्ट अप्रैल में आयरलैंड के खिलाफ था। तमीम ने फरवरी 2007 में अपने वनडे डेब्यू के साथ अपने अंतरराष्ट्रीय करियर की शुरुआत की। वेस्टइंडीज में विश्व कप में भारत के खिलाफ बांग्लादेश की प्रतिष्ठित जीत में मैच विनिंग अर्धशतक बनाया था। वह अपने देश के लिए सबसे अधिक वनडे रन (8313) और शतक (14) बनाने का रिकॉर्ड रखते हैं। मौजूदा क्रिकेटरों में विराट कोहली और रोहित शर्मा के बाद तीसरे सबसे ज्यादा रन बनाने वाले खिलाड़ी हैं। टेस्ट बल्लेबाज के रूप में तमीम ने 70 मैचों में 10 शतकों के साथ 38.89 की औसत से 5134 रन बनाए। यह किसी भी बांग्लादेशी बल्लेबाज की ओर से बनाए गए दूसरे सबसे अधिक रन हैं। एकदिवसीय कप्तान के रूप में तमीम का जीत प्रतिशत मशरफे मुर्तजा से थोड़ा अधिक है, जिन्हें बांग्लादेश का सबसे महान कप्तान माना जाता है। तमीम ने कप्तान के रूप में 37 वनडे मैचों में से 21 जीते हैं, जबकि उन्होंने बांग्लादेश को वनडे सुपर लीग में तीसरे स्थान पर पहुंचाया।

मैं कोई बनावटी बोल नहीं बोलताः अश्विन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारत के सबसे बड़े मैच में से एक विश्व टेस्ट चैंपियनशिप (डब्ल्यूटीसी) फाइनल 2023 में विश्व के नंबर 1 टेस्ट गेंदबाज रविचंद्रन अश्विन को मुकाबले से बाहर करना का कोई फायदा नहीं हुआ।महान भारतीय बल्लेबाज सुनील गावस्कर ने इस फैसले की कड़ी आलोचना की थी और मिड–डे में अपने कॉलम में भी लिखा था कि वह अश्विन के साथ हुए व्यवहार से हैरान हैं। 2020 में स्पोर्ट्स्टार के लिए एक कॉलम में सुनील गावस्कर ने बिना किसी से डरे हुए बड़ा बयान दिया था। गावस्कर ने लिखा था कि बहुत लंबे समय से अश्विन अपनी गेंदबाजी क्षमता के लिए नहीं, जिस पर कुछ मूर्ख लोगों को संदेह होगा, बल्कि साफ बात करने और बैठकों में सबके सामने अपनी बात रखना का नुकसान उठा रहे हैं, जहां ज्यादातर लोग सहमति न होने पर भी सिर्फ सिर हिलाते हैं। अगर अश्विन एक मैच में विकेट नहीं लेंगे तो उन्हें टीम से बाहर कर दिया जाता है जबकि स्थापित बल्लेबाजों के साथ ऐसा नहीं होता है। यह भारतीय क्रिकेट है।

न्यूज डायरी

एशिया कप से पहले बदल गई पूरी पीसीबी, 4 महीने के लिए मिला नया अध्यक्ष

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) इस्लामाबाद। पाकिस्तान सरकार ने जाका अशरफ की अध्यक्षता में अगले चार महीने के लिए दस सदस्यीय नई पीसीबी प्रबंधन समिति का गठन किया है। समिति की पहली बैठक लाहौर में गुरुवार को होगी। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड के अध्यक्ष पद पर अशरफ का काबिज होना तय था लेकिन पीसीबी ने देश भर की कई अदालतों में चुनौती मिलने के बाद अध्यक्ष पद का चुनाव स्थगित कर दिया। सरकार ने पीसीबी चुनाव आयुक्त अहमद शहजाद फारूक राणा को हटाकर सुप्रीम कोर्ट के वकील महमूद इकबाल खाकवानी को उनकी जगह नियुक्त किया। पीसीबी अध्यक्ष पद का चुनाव 26 जून को स्थगित कर दिया गया था जब बलूचिस्तान हाई कोर्ट ने पीसीबी प्रबंधन समिति के पूर्व सदस्य गुल मुहम्मद काकर की याचिका स्वीकार करके सुनवाई की तारीख 17 जुलाई मुकर्रर की। पूर्व अध्यक्ष नजम सेठी ने चुनावी दौड़ से बाहर होने से पहले दस सदस्यीय संचालक बोर्ड का गठन किया था जिसमें प्रधानमंत्री शाहबाज शरीफ द्वारा सीधे नामित दो सदस्य भी थे।

बाढ़ में डूबे पाकिस्तान में वहाब रियाज की बदतमीजी तो देखिए

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। पाकिस्तानी क्रिकेटर वो सबकुछ कर सकते हैं, जिससे दुनिया हैरान हो जाए। इसका ताजा उदाहरण एक वायरल वीडियो में देखने को मिला। पाकिस्तानी तेज गेंदबाज वहाब रियाज बारिश के पानी से भरे लाहौर की सड़कों अपनी तेज रफ्तार वाली कार से स्टंट करते नजर आए। इसके बाद एक अन्य वीडियो में वह सड़क पर उतरकर तफरी मारते नजर आ रहे हैं। वह सड़क पर भरे पानी के बीच अपनी गाड़ी को तेज रफ्तार से चलाते हैं, जिससे कार के बगल में चल रहे लोगों के ऊपर गंदा पानी जाता दिख रहा है। उनकी इस हरकत पर पाकिस्तान के लोग इतने खफा हैं कि सोशल मीडिया जमकर ट्रोल कर रहे हैं। वायरल वीडियो में पाकिस्तान का तेज गेंदबाज अजीब तरह से इधर–उधर घूमते नजर आ रहा है। यह बात उनके चाहने वालों को पसंद नहीं आई। एक यूजर ने तो लिखा– लाहौर में भरे पानी में अपनी इज्जत ढूंढते वहाब रियाज। वीडियो को उनके ही किसी साथी ने कार के अंदर और बाहर शूट किए हैं। बता दें कि पाकिस्तान में पिछले कुछ दिनों से जबरदस्त बारिश हुई है। पूरा पाकिस्तान बाढ़ की चपेट में है।

जैकसन सिंह कुंवैत ने भारत छोड़ ओढ़ा मेइती ध्वज, विवाद होने पर ऐसे झाड़ा पल्ला

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय फुटबॉल टीम के मणिपुर के खिलाड़ी जैकसन सिंह कुंवैत के खिलाफ सैफ चैंपियनशिप फाइनल में भारत की जीत के बाद अपना व्यक्तिगत पदक लेने के दौरान मेइती ध्वज ओढ़कर विवाद में फंस गए हैं। फीफा 2017 अंडर–17 विश्व कप में गोल के साथ भारत के लिए फीफा आयु वर्ग टूर्नामेंट में गोल करने वाले पहले भारतीय 22 साल के डिफेंसिव मिडफील्डर जैकसन ने हालांकि कहा है कि वह ऐसा करके किसी की भावनाओं को ठेस नहीं पहुंचाना चाहते थे। जैकसन ने जिस ध्वज में स्वयं को लपेटा उसे कांगलेपाक का ध्वज या सलाई तारेत ध्वज कहा जाता है। यह एक आयताकार सात रंग का ध्वज है जो प्राचीन मणिपुर की मेइती जाति के सात कबीले राजवंशों का प्रतिनिधित्व करता है। मई में मणिपुर में मेइती और कुकी समुदाय के बीच जातीय झड़पें हुईं जिसके कारण भारत सरकार को क्षेत्र में शांति बहाल करने के लिए सेना तैनात करनी पड़ी।

धोनी ने बाइक पर गार्ड को दी लिफ्ट, वीडियो को देख पागल हो गए फैंस

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। अजीत अगरकर के चीफ सेलेक्टर बनने के एक दिन बाद भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड ने वेस्टइंडीज दौरे पर पांच टी20 इंटरनेशनल मैचों की सीरीज के लिए भारतीय टीम की घोषणा की। यशस्वी जायसवाल और तिलक वर्मा को पहली बार भारतीय टीम में शामिल किया गया। मगर आईपीएल में धमाकेदार प्रदर्शन के कारण फैंस के चहेते बने रिंकू सिंह को नजरअंदाज किया गया। आईपीएल 2023 में अपने प्रदर्शन से काफी प्रभावित किया था। रिंकू सिंह ने कई मौकों पर बेहतरीन बल्लेबाजी की और तब से भारतीय टीम में उन्हें शामिल करने की मांग जोरों पर थी।

बीआरओ के एडीजी हरेन्द्र कुमार ने शिष्टाचार भेंट करते हुए सीएम धामी।

संक्षिप्त समाचार

कारगिल शहीद सुरेन्द्र नेगी को पुण्यतिथि पर किया याद

संवाददाता देहरादून। कारगिल युद्ध में शहीद सुरेन्द्र सिंह नेगी की 24 वीं पुण्यतिथि पर गायत्री चेतना केन्द्र बड़ोवाला में शहीद की पुण्यात्मा की स्मृति में हवन यज्ञ एवं एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। जिसमें वक्ताओं ने शहीद सुरेन्द्र सिंह नेगी से जुड़े संस्मरणों का वर्णन किया। आसपास के लोगों ने बड़ी संख्या में पहुंचकर शहीद की प्रतिमा पर माल्यार्पण किया। शहीद के माता पिता ने भी बेटे की प्रतिमा पर हार चढ़ाए। मौके पर ट्रस्टी राधाकृष्ण सेमवाल, दिनेश चंद्र मैखुरी, जयराम, सूर्यप्रकाश ने विचार व्यक्त किए।

स्वीडन के पीएम का पुतला फूंका

संवाददाता देहरादून। स्वीडन में एक व्यक्ति द्वारा धार्मिक ग्रंथ कुरान की बेअदबी के विरोध में मुस्लिम युवा संगठन के बैनर तले समुदाय के लोगों ने स्वीडन के प्रधानमंत्री का पुतला फूंका। जुमे की नमाज के बाद तहसील चौक पर समुदाय के लोग इकठ्ठा हुए और धार्मिक ग्रंथ को जलाए जाने पर रोष जताया। इसके लिए कठोर कानून बनाने की मांग उठाई। इस दौरान संगठन अध्यक्ष नवाज कुरैशी, बिलाल अहमद, शादाब कुरैशी, अमान कुरैशी, जीशान अली, नाजिम कुरैशी, आहद, अफसर अहमद, फरमान, लालू, आरिफ, बाली, एजाज कुरैशी, शुएब, रज्जाक आदि मौजूद रहे।

सीएम ने लेफ्टिनेंट जनरल ए.के सिंह से की भेंट

संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से शुक्रवार को सचिवालय में लेफ्टिनेंट जनरल ए.के सिंह, जनरल ऑफिसर कमांडिंग इन चीफ दक्षिणी कमान ने शिष्टाचार भेंट की। वहीं मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से शुक्रवार को मुख्यमंत्री आवास में बीआरओ के एडीजी हरेन्द्र कुमार ने शिष्टाचार भेंट की।

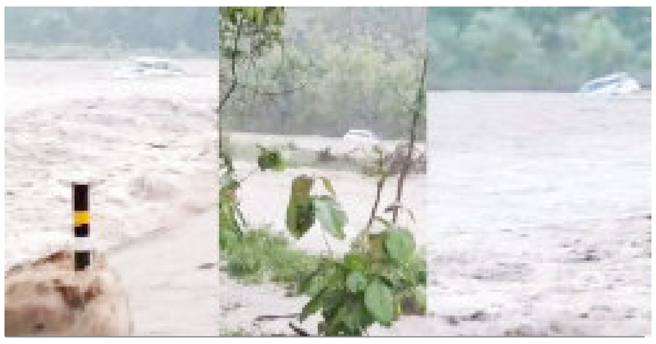
जरूरतमंद बालिकाओं को निशुल्क कंप्यूटर प्रशिक्षण दिया

संवाददाता ऋषिकेश। निकुंज धर्मार्थ सेवा ट्रस्ट ने कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम में तीन माह तक चले निशुल्क कंप्यूटर प्रशिक्षण के 10 प्रशिक्षणार्थियों को प्रमाण पत्र वितरित किए गए। शुक्रवार को मायाकुंड में निकुंज धर्मार्थ सेवा ट्रस्ट द्वारा कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि ज्योतिषाचार्य शकुंतला बेलवाल ने ट्रस्ट द्वारा संचालित तीन माह के कंप्यूटर प्रशिक्षण पाने वाली बालिका व महिलाओं को प्रमाण पत्र बांटे। कहा कि मायाकुंड क्षेत्र में चले इस प्रशिक्षण सत्र में 10 लोगों को प्रशिक्षण दिया गया है।

भारी बारिश से उत्तराखंड के कुमाऊं में बाढ़ जैसे हालात

मौसम

■ नैनीताल के शेर नाले में खिलौने की तरह बही पर्यटकों की कार



संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के कुमाऊं में शुक्रवार को बारिश ने जनजीवन अस्तव्यस्त कर दिया। बारिश से कई जगहों पर बाढ़ जैसे हालत पैदा हो गए हैं। नैनीताल में चोरगलिया का शेर नाला बारिश के बाद ऊफान पर आ गया। जिसमें नाला पार कर रहे लखीमपुर खीरी के पर्यटकों की कार पानी के तेज बहाव में खिलौनी की तरह बह गई। गनीमत रही कि जैसे ही तीनों कार सवार बाहर निकले तब कार बही। वरना बड़ा हादसा हो सकता था। जिसके बाद पुलिस ने यहां वाहनों की आवाजाही रोक दी है।

उधर, बारिश के कारण, चंपावत, रुद्रपुर और हल्द्वानी समेत अन्य जगहों पर बस्तियों में पानी भर गया। रुद्रपुर में कल्याणी नदी में पानी बढ़ गया। जिससे नदी से सटे स्थानों में जलभराव होने से बाढ़ जैसे हालात हो गए। वहीं पिथौरागढ़ जिले के टनकपुर–तवाघाट एनएच के पास धारचूला नयाबस्ती में भूस्खलन हुआ। पहाड़ी से बोल्डर और मलबा गिरने से सड़क बंद हो गई है। जिस कारण दोनों और दर्जनों वाहन और ग्रामीण फंसे हैं।

मौसम विभाग के भारी बारिश के अलर्ट को देखते हुए कुमाऊं के अल्मोड़ा, चंपावत, बागेश्वर, नैनीताल जिलों में शुक्रवार को पहली से 12वीं तक के सभी शासकीय, अशासकीय, निजी विद्यालयों स्कूल और आंगनबाड़ी केंद्रों को बंद रखा गया। जीबी पंत कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय के मौसम वैज्ञानिक डॉ. आरके सिंह ने बताया कि मानसून उत्तराखंड में पूरी तरह से सक्रिय हो चुका है। इसके चलते पिछले हल्की से मध्यम बारिश आगे भी जारी रहेगी। शनिवार को भी तराई में बादल छाए रहेंगे और हल्की से मध्यम बारिश की संभावना है।

10 सड़कें बंद, 40 हजार की आबादी सीधे प्रभावित: अल्मोड़ा जिले में बारिश का दौर जारी है। बारिश से मुख्यालय को जोड़ने वाली 10 सड़कें बंद है। जिससे 40 हजार से अधिक की आबादी सीधे प्रभावित हो रही है। वहीं संबंधित विभाग बंद मोटर मार्गों को खोलने में जुटे हुए है।

शुक्रवार को भी जिले के सभी 11 ब्लाकों में बारिश का दौर जारी रहा। बारिश से जगह–जगह पहाड़ी से भूस्खलन का हुआ। जिससे दस ग्रामीण क्षेत्रों को जोड़ने वाली सड़कें बंद रहीं। जिससे पिपना, चमकना, दरमान, मंथाग, जैती, चारपाथी, खूंट, ताड़ीखेत, काकड़ीघाट आदि के ग्रामीण खासे प्रभावित रहे। रानीखेत, अल्मोड़ा में सबसे अधिक बारिश दर्ज की गई। बारिश से आम जनजीवन खासा प्रभावित हुआ है। नदियों का जल स्तर भी बढ़ गया है। प्रशासन ने नदी किनारे क्षेत्रों में रहने वाले लोगों को अलर्ट रहने को कहा है। सभी विभागीय अधिकारी अलर्ट मोड में हैं।

सावधानी बरतने के सम्बन्ध में निर्देश जारी

सचिव आपदा प्रबंधन डॉ रंजीत कुमार सिन्हा के निर्देश पर राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र की ओर से जिलाधिकारी हरिद्वार, नैनीताल तथा पिथौरागढ़ को वर्षा के कारण उत्तराखण्ड राज्य के संबंधित जनपदों में नदियों के जल स्तर में हो रही वृद्धि की संभावना को देखते हुए सावधानी बरतने के सम्बन्ध में निर्देश जारी किए गए हैं। केन्द्रीय जल आयोग कार्यालय अधिशासी अभियन्ता हिमालयी गंगा मण्डल, हरिद्वार से प्राप्त दैनिक जल स्तर एवं पूर्वानुमान दिनांक 07.07.2023 के क्रम में बाणगंगा (रायसी) हरिद्वार, धौलीगंगा (कनज्योति) पिथौरागढ़ एवं कोसी (बेतालघाट) नैनीताल नदियों में जलस्तर में हो रही वृद्धि के दृष्टिगत अपने–अपने जनपदों में निम्न सावधानियां बरतने हेतु प्रत्येक स्तर पर तत्परता एवं सुरक्षा बनाये रखते हुए आवागमन में नियंत्रण रखने, किसी भी आपदा/दुर्घटना की स्थिति में त्वरित स्थलीय कार्यवाही करते हुए सूचनाओं का तत्काल आदान–प्रदान करें।

जल स्रोतों का संवर्द्धन कर भविष्य के लिए सुरक्षित किया जाएगा पानी

निर्देश

■एससी पंत ने संभाला एमडी जल निगम का कार्यभार

■जल जीवन मिशन, नमामि गंगे के कार्यों को तय समय सीमा के भीतर पूरा करने के दिए निर्देश

सीएम के ड्रीम प्रोजेक्ट नदी जोड़ो पर विशेष फोकस

एमडी पंत ने बताया कि राज्य की नदियों के बेहतर प्रबंधन और सूखी नदियों को जीवंत करने को नदी जोड़ो परियोजना पर विशेष फोकस किया जाएगा। चमोली पिंडर नदी के पानी को अल्मोड़ा कोसी नदी तक पहुंचाने की दिशा में विशेष प्रयास किए जाएंगे। इस योजना पर मिशन मोड में काम होगा।

संवाददाता

देहरादून। एमडी जल निगम सुरेश चंद्र पंत ने शुक्रवार को मुख्यालय में जाकर विधिवत कामकाज संभाला। उन्होंने अफसरों को ग्राउंड जीरो पर जाकर काम करने के निर्देश दिए। नई पेयजल योजनाओं को तय समय के भीतर पूरा करने के साथ ही जल स्रोतों के संवर्धन पर अधिक जोर दिया। मोहिनी रोड स्थित निगम मुख्यालय में कार्यभार ग्रहण करने के बाद एमडी एससी पंत ने कहा कि इस समय जल निगम के सामने जल जीवन मिशन की योजनाओं को तय समय के भीतर पूरा कराने की बड़ी चुनौती है। लोगों के घरों तक शत प्रतिशत नल से जल सुनिश्चित कराना है। इसके लिए सभी इंजीनियरों को मिशन मोड पर काम करना होगा। न सिर्फ नई योजनाओं पर तेजी से काम करना है, बल्कि योजनाओं में पानी कायम रहे, इसके लिए स्रोत संवर्धन पर भी काम करना होगा। ताकि भविष्य में पेयजल योजनाओं में पानी की कमी का संकट न खड़ा हो।

कहा कि नमामि गंगे, केएफडब्ल्यू से जुड़े हरिद्वार, ऋषिकेश की सीवर, पानी की योजनाओं को तय समय पूरा कराया जाएगा। जायका प्रोजेक्ट के जरिए राज्य के 38 पहाड़ी शहरों में पेयजल आपूर्ति मजबूत करने से जुड़ी औपचारिकताओं को भी जल्द पूरा किया जाएगा। जल निगम को भवन निर्माण के क्षेत्र में राज्य की मजबूत कार्यदायी संस्था के रूप में स्थापित किया जाएगा। इस अवसर पर डिप्लोमा इंजीनियर्स महासंघ अध्यक्ष रामकुमार, अजय बेलवाल ने भी एमडी पद पर कार्यभार ग्रहण करने पर बधाई दी।

कांग्रेस नेताओं ने कई जगह सरकार के खिलाफ किया प्रदर्शन

संवाददाता देहरादून। कांग्रेस नेता राहुल गांधी को मानहानि मामले में मिली सजा गुजरात हाईकोर्ट से भी बरकार रहने की सूचना मिलने पर, कांग्रेस नेताओं ने शुक्रवार को प्रदेश में कई जगह सरकार के खिलाफ प्रदर्शन किया। प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा के नेतृत्व में नेताओं ने कांग्रेस भवन के निकट क्वालिटी चौक पर जमा होकर, केंद्र सरकार के खिलाफ नारेबाजी की। इस मौके पर करन महरा ने कहा कि राहुल गांधी को सरकार की आलोचना करने की सजा मिली है। ईडी, सीबीआई जैसी एजेंसियों का दुरुपयोग करके विपक्ष और आलोचकों का दमन किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी लगातार सीमा पर चीन का अतिक्रमण, अडानी मामला उठाकर सरकार को घेर रहे हैं, इसलिए उनकी संसद सदस्यता समाप्त की गई है। उन्होंने कहा कि पूरे देश की जनता इसके खिलाफ राहुल गांधी के साथ खड़ी है।

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