बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने विकास और विश्वेश्वरैया भवन का औचक निरीक्षण किया।

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
एक्शन इंडिया
वर्षः 14 अंकः 258 पृष्ठः 08
RNI : UTTHIN/2009/31653
actionindiaddn@gmail.com
उत्तराखण्ड संस्करण
दिल्ली - हरियाणा - हिमाचल प्रदेश - उत्तराखण्ड
RKB GROUP Rakesh Bhardwaj Group

पीएम ने 51 हजार युवाओं को दी नौकरी की सौगात

= रोजगार मेला युवाओं को सशक्त बनाने और देश के विकास में उनकी सक्रिय भागीदारी को मजबूत करने का समर्पित प्रयासः मोदी

नियुक्ति पत्र

8 सरकार की नीति महिलाओं के लिए नए दरवाजे खोलने की है
8 युवाओं को भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने मंगलवार को रोजगार मेला में वीडियो कॉन्फ्रेंस के माध्यम से 51000 युवाओं को नियुक्ति पत्र सौंपे। इस मौके पर प्रधानमंत्री ने कहा कि रोजगार मेला युवाओं को सशक्त बनाने और देश के विकास में उनकी सक्रिय भागीदारी को मजबूत करने के समर्पित प्रयास के रूप में सामने है। उन्होंने कहा कि नए संसद भवन से देश का नया भविष्य शुरू हुआ है। सरकार की नीति महिलाओं के लिए नए दरवाजे खोलने की है। प्रधानमंत्री ने नव नियुक्त युवाओं को भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि आप सभी ने कड़े परिश्रम से यह सफलता हासिल की है। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि आज हमारा देश ऐतिहासिक उपलब्धियों और फैसलों का साक्षी बन रहा है। कुछ दिन पहले ही नारी शक्ति वंदन अधिनियम के रूप में देश की आधी आबादी को बहुत बड़ी ताकत मिली है। 30 वर्ष से महिला आरक्षण का जो विषय लंबित था, वो अब रिकॉर्ड मतों के साथ दोनों सदन से पास हुआ है।

नई जेनरेशन अपने काम में तकनीक का इस्तेमाल बढ़ाएः देश ने तय किया है कि 2047 तक विकसित बनना है। अगले कुछ साल में हम दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी इकोनॉमी बनने वाले हैं। आप वो जेनरेशन हैं जो तकनीक के साथ बड़ी हुई है। आपको अपने काम में उस तकनीक का इस्तेमाल करना होगा।

तकनीकी बदलावों से आसान हुए सरकारी कामः तकनीकी बदलावों ने सरकारी काम को आसान बनाया है। पहले लोग रेलवे स्टेशन के बुकिंग काउंटर पर कतारों में खड़े होते थे।

भारत की कूटनीति ने नई ऊंचाईयां छुईं : पीएम मोदी

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने मंगलवार को कहा कि पिछले 30 दिनों में भारत की कूटनीति ने नई ऊंचाईयां छुई है। प्रधानमंत्री ने भारत मंडपम में जी 20 यूनिवर्सिटी कनेक्ट फिनाले कार्यक्रम को संबोधित किया। इस मौके पर प्रधानमंत्री ने भारत की जी 20 अध्यक्षता से जुड़ी चार पुस्तकों का भी विमोचन किया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री ने पिछले 30 दिनों का रिपोर्ट कार्ड प्रस्तुत किया। भारत की पहल पर अफ्रीकन यूनियन के जी 20 का सदस्य बनने और भारत के चंद्रयान और सोलर मिशन का जिक्र करते हुए प्रधानमंत्री ने कहा पिछले 30 दिन के घटनाक्रम पर एक नजर डालने से नए भारत की स्पीड और स्केल का पता चलता है। प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत के प्रयासों से 6 और देश ब्रिक्स समुदाय में शामिल हुए। उन्होंने कहा, "आप सभी को 23 अगस्त का दिन याद होगा। हर कोई इसके सफल होने के लिए प्रार्थना कर रहा था और फिर हर कोई खुशी से भर गया क्योंकि पूरी दुनिया ने हमारे देश की आवाज सुनी जब यह घोषणा की गई कि "भारत आगे बढ़ रहा है" द मून"।"

'सऊदी अरब भारत में 100 अरब डॉलर का करेगा निवेश'

"सऊदी अरब भारत में 100 अरब डॉलर का निवेश करने जा रहा है। पिछले 30 दिनों में मैंने 85 विश्व नेताओं के साथ बैठकें की हैं।" मोदी ने कहा कि जी 20 के आयोजन को भारत ने जिस ऊंचाई पर पहुंचा दिया है, उसे देखकर दुनिया बहुत चकित है। लेकिन मैं बिल्कुल हैरान नहीं हूं। क्योंकि जिस कार्यक्रम को सफल बनाने का बीड़ा आप जैसे युवा विद्यार्थी उठा लेते हैं, तो फिर उसका सफल होना तय है।
भारत युवा शक्ति द्वारा संचालित सकारात्मक परिवर्तनों का गवाह बन रहा है। जी20 यूनिवर्सिटी कनेक्ट फिनाले के दौरान ऊजार्वान युवाओं से जुड़कर खुशी हुई।

दिल्ली में अब तक की सबसे बड़ी चोरी

जंगपुरा स्थित शोरूम से 20 से 25 करोड़ की ज्वैलरी चोरी | इसमें 5-7 लाख रुपये नगद रकम | दिल्ली के जंगपुरा में है उमराव सिंह ज्वैलर्स का शोरूम | छत के जरिए स्ट्रांग रूम तक पहुंचे | दीवार तोड़कर पूरे शोरूम पर हाथ साफ

जंगपुरा के ज्वेलरी शोरूम से चोरों ने दीवार काटकर 25 करोड़ के जेवरात किए चोरी

धरपकड़ जारी

8 चोरों ने दीवार काटकर करीब 25 करोड़ रुपये के सोने व डायमंड के जेवरात चोरी कर लिए

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
देश की राजधानी दिल्ली में अब तक सबसे बड़ी चोरी होने का सनसनीखेज मामला सामने आया है। पॉश इलाके जंगपुरा में स्थित उमराव सिंह ज्वेलर्स के शोरूम में चोरों ने सेंध लगाकर वारदात को अंजाम दे दिया। चोरों ने दीवार काटकर करीब 25 करोड़ रुपये के सोने व डायमंड के जेवरात चोरी कर लिए। दिल्ली में अब तक की सबसे बड़ी चोरी होने से दिल्ली पुलिस समेत तमाम सुरक्षा एजेंसियों में हड़कंप मच गया। बताया जा रहा है कि चोर स्ट्रांग रूम की दीवार काटकर अंदर घुसे थे और वहां रखी सारी ज्वेलरी ले गए। निजामुद्दीन थाना पुलिस ने मामला दर्जकर जांच शुरू कर दी है। दक्षिण-पूर्व जिला पुलिस अधिकारियों के अनुसार, जंगपुरा में उमराव सिंह ज्वेलर्स शोरूम है। शोरूम के मालिक महावीर प्रसाद जैन ने बताया कि वह रविवार को देर शाम को शोरूम ठीक से बंद करके गए थे। जंगपुरा मार्केट सोमवार को बंद रहती है। वह मंगलवार सुबह शोरूम पर पहुंचे तो देखा कि शोरूम का दरवाजा खुला हुआ था। पूरा शोरूम खाली पड़ा था। चोरों ने शोरूम के सीसीटीवी कैमरे भी खराब कर दिए। पुलिस शोरूम के आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगाल रही है। उन्होंने बताया कि वह रविवार को दुकान बंद करके गए थे और मंगलवार की सुबह जब दुकान खोली तो उन्हें पूरी दुकान में धूल दिखाई दी। पता लगाने पर पता चला कि चोरों ने स्ट्रांग रूम की दीवार को तोड़कर उसमें घुसे थे। मालिक का कहना है कि करीब 20-25 करोड़ की ज्वेलरी चोरी हुई है। इसमें 5-7 लाख रुपये नकद भी बताए जा रहे हैं। शोरूम के सभी कर्मचारी मंगलवार सुबह ड्यूटी पर आए थे। बताया जा रहा है कि चोर छत का ताला तोड़कर स्ट्रांग रूम तक पहुंचे थे। मौके पर स्थानीय थाना की पुलिस टीमें व पीसीआर की टीमें पहुंच गईं। साथ ही क्राइम टीम को और फॉरेंसिक टीम को जांच के लिए बुलाया गया।

फास्ट न्यूज

जीएसटी परिषद की बैठक सात अक्टूबर को

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
माल एवं सेवा कर (जीएसटी) परिषद की अगली बैठक सात अक्टूबर को नई दिल्ली स्थित विज्ञान भवन में होगी। केंद्रीय वित्त मंत्री की अध्यक्षता में होने वाली इस बैठक में कई महत्वपूर्ण फैसले होने की संभावना है। जीएसटी परिषद ने एक्स पोस्ट पर दी जानकारी में बताया कि जीएसटी परिषद की 52वीं बैठक सात अक्टूबर, 2023 को राजधानी नई दिल्ली स्थित विज्ञान भवन में होगी। इस बैठक में ऑनलाइन गेमिंग कंपनियों पर लगने वाली जीएसटी दर सहित कई अहम मुद्दों पर चर्चा हो सकती है। इससे पहले जीएसटी परिषद की 51वीं बैठक 2 अगस्त को संपन्न हुई थी। इस बैठक में कैसिनो, घुड़दौड़ और ऑनलाइन गेमिंग पर जीएसटी दरों को लेकर परिषद ने फैसला लिया था। इन तीन मदों पर जीएसटी की दर 28 फीसदी निर्धारित की गई थी। जीएसटी परिषद की बैठक में राज्यों के वित्त मंत्री भी शामिल थे।

मणिपुर में जुलाई से लापता दो स्टूडेंट्स की हत्या

टीम एक्शन इंडिया/इंफाल
मणिपुर में जुलाई से लापता दो स्टूडेंट्स की हत्या कर दी गई है। दोनों के शव की फोटो सामने आई है। फोटो में दोनों की बॉडी जमीन पर पड़ी हुई नजर आ रही है। साथ ही लड़के का सिर कटा हुआ है। हालांकि दोनों के शव अभी तक नहीं मिले हैं। जुलाई में दोनों स्टूडेंट्स एक दुकान में लगे सीसीटीवी कैमरे में दिखाई दिए थे, लेकिन उसके बाद से उनका पता नहीं चल सका है। मुख्यमंत्री ऑफिस के सूत्रों ने बताया- सरकार ने कहा है कि जो भी दोषी हैं, उन पर कड़ी कार्रवाई की जाएगी। फिलहाल मामले की जांच सीबीआई कर रही है। लोगों से अपील की गई है कि मामले में संयम बरतें और जांच एजेंसियों को अपना काम करने दें। वहीं, मामले को लेकर इंफाल शहर में अन्य स्टूडेंट्स सड़क पर उतर गए और आंदोलन किया। सुरक्षाबलों ने उन्हें तितर-बितर करने के लिए आंसू गैस के गोले दागे। सूत्रों के मुताबिक, स्टूडेंट्स और सुरक्षाबलों के बीच हुई झड़प में 30 से ज्यादा स्टूडेंट्स घायल हो गए।

एशियन गेम्सः भारत की घुड़सवारी ड्रेसेज टीम ने जीता स्वर्ण

टीम एक्शन इंडिया/हांगझू
भारतीय घुड़सवारी ड्रेसेज टीम ने मंगलवार को एशियाई खेल 2023 में भारत के लिए तीसरा स्वर्ण पदक जीता। यह एशियाड में घुड़सवारी ड्रेसेज में भारत का पहला पोडियम फिनिश है। हृदय छेदा, दिव्यकृति सिंह, अनुष अग्रवाल और सुदीप्ति हजेला की भारतीय मिश्रित टीम ने घुड़सवारी ड्रेसेज में भारत के लिए स्वर्ण पदक जीता। इस प्रतियोगिता में 41 साल बाद भारत ने स्वर्ण जीता है। भारत ने कुल 209.205 अंकों के साथ स्वर्ण पदक जीता, जबकि चीन ने 204.882 अंकों के साथ रजत पदक पर कब्जा किया, वहीं हांगकांग (चीन) ने 204.852 अंकों के साथ कांस्य पदक पर कब्जा किया। इससे पहले आज नौकायन में भारत ने एक रजत सहित कुल तीन पदक जीते। भारतीय महिला नाविक 17 वर्षीय नेहा ठाकुर ने जहां लड़कियों की डिंगी- आईएलसीए 4 श्रेणी में रजत पदक जीता, वहीं, विष्णु सरवनन ने पुरुषों की डिंगी आईएलसीए7 स्पर्धा में 34 के स्कोर के साथ कांस्य पदक जीता, इसके बाद इबाद अली पुरुषों की विंडसर्फर आरएस:एक्स स्पर्धा में 52 के स्कोर के साथ तीसरे स्थान पर रहे। बता दें कि भारत ने अब तक इन खेलों में14 पदक अपने नाम कर लिये हैं।

'भारत दुनिया के सबसे प्रतिस्पर्धी विमानन बाजारों में से एक'

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
इंडिगो एयरलाइन के मुख्य कार्यपालक अधिकारी (सीईओ) पीटर एल्बर्स ने कहा कि भारत दुनिया के सबसे प्रतिस्पर्धी विमानन बाजारों में से एक है। पीटर एल्बर्स ने मंगलवार को यहां आयोजित अखिल भारतीय प्रबंधन संघ (एआईएमए) के सम्मेलन को संबोधित करते हुए यह बात कही। उन्होंने कहा कि भारतीय बाजार में काफी प्रतिस्पर्धा है।

आधार दुनिया की सबसे भरोसेमंद डिजिटल आईडी

मूडीज की रिपोर्ट खारिज की, रेटिंग एजेंसी ने सुरक्षा-गोपनीयता पर सवाल उठाए थे

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
भारत सरकार ने ग्लोबल रेटिंग एजेंसी मूडीज इन्वेस्टर्स सर्विस की रिपोर्ट को खारिज करते हुए आधार कार्ड को दुनिया का सबसे भरोसेमंद डिजिटल पहचान पत्र बताया है। मूडीज इन्वेस्टर्स ने जारी की गई अपनी रिपोर्ट में आधार से जुड़ी लोगों की सुरक्षा और गोपनीयता पर चिंता जाहिर की थी। रिपोर्ट में मनरेगा योजना का संदर्भ देते हुए कहा गया कि भारत के गर्म और उमस भरे क्लाइमेट में आधार के बायोमेट्रिक सिस्टम पर भरोसा नहीं किया जा सकता। कभी-कभी यह सही तरीके से काम नहीं करता। जिससे मजदूरों को सबसे ज्यादा परेशानी होती है। इलेक्ट्रॉनिक्स और आईटी मंत्रालय ने प्रेस रिलीज जारी किया और मूडीज के दावे को आधारहीन बताया। सरकार ने कहा कि यह रिपोर्ट बिना किसी सबूत के आधार पर तैयार की गई है। भारत के 100 करोड़ से ज्यादा लोग इस पर भरोसा करते हैं।

'रिपोर्ट में आधार संख्या के आंकड़े गलत'

इलेक्ट्रॉनिक्स और आईटी मंत्रालय ने बताया कि मूडीज की रिपोर्ट में किसी तरह के डेटा या रिसर्च का हवाला नहीं दिया गया है। तथ्यों का पता लगाने का प्रयास भी नहीं किया गया। रिपोर्ट में एकमात्र संदर्भ यूनीक आइडेंटिफिकेशन अथॉरिटी ऑफ इंडिया की वेबसाइट का है। वेबसाइट पर अब तक जारी किए गए आधार की संख्या दी गई है, जबकि रिपोर्ट में इनकी संख्या 120 करोड़ बताई गई है। यह आंकड़ा गलत है।

फार्मा-मेडटेक क्षेत्र में अनुसंधान एवं नवाचार को बढ़ावा देने से जुड़ी योजना की शुरूआत

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
केन्द्रीय मंत्री डॉ मनसुख मंडाविया ने मंगलवार को फार्मा-मेडटेक (फाइटोफार्मास्यूटिकल्स और चिकित्सा उपकरण) क्षेत्र में अनुसंधान एवं नवाचार को बढ़ावा (पीआरआईपी) योजना की शुरूआत की। योजना की शुरूआत के लिए मंगलवार को इंडिया इंटरनेशनल सेंटर में कार्यक्रम आयोजित किया गया। अपने संबोधन में रसायन एवं उर्वरक मंत्री ने योजना की शुरूआत के बाद कहा, आज एक ऐतिहासिक दिन है, फार्मा और चिकित्सा उपकरण क्षेत्र में आत्मनिर्भरता की यात्रा में एक महत्वपूर्ण मोड़ है। हमें भारतीय फार्मा और मेडटेक क्षेत्रों को लागत-आधारित से मूल्य-आधारित और नवाचार-आधारित उद्योग में बदलने की जरूरत है। योजना का उद्देश्य पारंपरिक दवाओं और फाइटोफार्मास्यूटिकल्स और चिकित्सा उपकरणों में अनुसंधान एवं विकास को प्रोत्साहित करना है। योजना से जुड़ी राष्ट्रीय नीति में तीन प्रमुख क्षेत्रों पर स्वदेशी रूप से विकसित अत्याधुनिक उत्पादों और प्रौद्योगिकियों के माध्यम से अनुसंधान एवं विकास को बढ़ावा देने की आवश्यकता को स्वीकार किया गया है।

वहीदा रहमान को मिलेगा प्रतिष्ठित दादा साहेब फाल्के पुरस्कार

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
दिग्गज अभिनेत्री वहीदा रहमान को वर्ष 2022 के दादा साहब फाल्के पुरस्कार के लिए चुना गया है। भारतीय सिनेमा में उनके योगदान की सराहना करते हुए केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण मंत्री अनुराग ठाकुर ने एक एक्स पोस्ट में उन्हें सिनेमा जगत के सबसे प्रतिष्ठित दादा साहब फाल्के लाइफटाइम अचीवमेंट पुरस्कार दिए जाने की घोषणा की। उन्हें बधाई देते हुए और उनके काम के प्रति सम्मान व्यक्त करते हुए केंद्रीय मंत्री ने कहा कि वे भारतीय सिनेमा की अग्रणी महिलाओं में से एक हैं। उन्हें इस लाइफटाइम अचीवमेंट पुरस्कार से सम्मानित किया जाना उनके लिए एक "ट्रिब्यूट" सरीखा है। उन्हें यह सम्मान ऐसे समय में दिया जा रहा है जब ऐतिहासिक नारी शक्ति वंदन अधिनियम संसद द्वारा पारित किया गया है। उन्होंने फिल्मों के बाद अपना जीवन परोपकार और समाज की भलाई को समर्पित कर दिया है। केन्द्रीय मंत्री ने कहा, वहीदा रहमान ने एक भारतीय नारी के समर्पण, प्रतिबद्धता और ताकत का उदाहरण दिया है, जो अपनी कड़ी मेहनत से पेशेवर उत्कृष्टता के उच्चतम स्तर को हासिल कर सकती है। उल्लेखनीय है कि वहीदा रहमान को हिंदी फिल्मों में उनकी भूमिकाओं के लिए समीक्षकों द्वारा सराहा गया है। उनकी प्रमुख फिल्में हैं : प्यासा, कागज के फूल, चौदहवीं का चांद, साहेब बीवी और गुलाम, गाइड, खामोशी। अपने 5 दशकों से अधिक के करियर में उन्होंने अपनी भूमिकाओं को बेहद खूबसूरती से निभाया है।

सम्मान

8 सिनेमा जगत के सबसे प्रतिष्ठित दादा साहब फाल्के लाइफटाइम अचीवमेंट पुरस्कार दिए जाने की घोषणा की

ज्ञानवापीः नियमित पूजा की मांग पर सुनवाई दो हफ्ते के लिए टली

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
सुप्रीम कोर्ट ने ज्ञानवापी परिसर में स्थित मां श्रृंगार गौरी की नियमित पूजा की मांग पर सुनवाई दो हफ्ते के लिए टाल दी है। चीफ जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली बेंच ने ये आदेश दिया। अंजुमन इंतजामियां कमेटी की तरफ से वकील हुजैफा अहमद ने कोर्ट से कहा कि सुप्रीम कोर्ट में इससे जुड़े दो और मामले लंबित हैं। ऐसे में तीनों मामलों की एक साथ सुनवाई की जाए।

जम्मू-कश्मीरः एक आतंकी, 8 अंडर-ग्राउंड वर्कर गिरफ्तार

हथियार बरामद

8 ऑपरेशन में पुलिस ने तीन आतंकी सहयोगियों को अरेस्ट किया। ये सभी आतंकी लश्कर-ए-तैयबा से जुड़े हैं

टीम एक्शन इंडिया/श्रीनगर
जम्मू-कश्मीर के बारामूला जिले में सुरक्षा बलों ने दो आतंकी मॉड्यूलों का पर्दाफाश किया। जिसमें एक ऑपरेशन में उन्होंने एक आतंकवादी और उसके 5 सहयोगियों को गिरफ्तार किया है। इनमें दो महिलाएं हैं। वहीं दूसरे ऑपरेशन में पुलिस ने तीन आतंकी सहयोगियों को अरेस्ट किया। ये सभी आतंकी संगठन लश्कर-ए-तैयबा से जुड़े हैं। पुलिस ने इनके पास से आपत्तिजनक सामग्री, हथियार और गोला-बारूद भी बरामद किया। जांच में पता चला है कि आतंकी और उसके साथियों को पाकिस्तान में बैठे आतंकी सरगना निर्देश दे रहे थे। ये सभी सीमा पार से हथियारों और गोला-बारूद की तस्करी करते थे। बारामूला में पुलिस को विश्वसनीय सूत्रों के माध्यम से पता चला कि एक व्यक्ति यासीन अहमद शाह बारामूला में अपने घर से लापता है।

मसले का हल हिन्द प्रशांत क्षेत्र (इंडो-पैसिफिक) में भारत शांति के साथ हर मसले का हल चाहता हैः मनोज पांडेय

'प्रशांत क्षेत्र में कुछ चुनौतियां, हम शांति से समाधान के पक्ष में'

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
हिन्द प्रशांत क्षेत्र (इंडो-पैसिफिक) में भारत शांति के साथ हर मसले का हल चाहता है। हम बल प्रयोग से बचने और अंतरराष्ट्रीय कानूनों के पालन पर जोर देते हैं। हम सभी देशों की संप्रभुता और अखंडता को बनाए रखना चाहते हैं। दिल्ली में 13वें इंडो-पैसिफिक आर्मी चीफ्स कॉन्फ्रेंस में भारत के थल सेना प्रमुख जनरल मनोज पांडेय ने मंगलवार को ये बाते कहीं। सेना और नेवी की यह दुनिया की सबसे बड़ी कांफ्रेंस है। मानेकशॉ सेंटर में 25 सितंबर से शुरू हुए इस कॉन्फ्रेंस में अमेरिका और कनाडा समेत 22 देशों के आर्मी चीफ 27 सितंबर तक रहेंगे। इंडो-पैसिफिक रिजन में चीन हमेशा से एकतरफा अधिकार जमाता रहा है। जनरल पांडेय ने चीन का नाम लिए बिना कहा- हम किसी भी तरह के विवाद का शंतिपूर्ण हल चाहते हैं। इसके लिए सभी देशों के बीच बातचीत होनी चाहिए। लड़ाई से इसका समाधान नहीं हो सकता। रिका के आर्मी चीफ जनरल रैंडी जॉर्ज ने कहा- दुनिया में युद्ध का तरीका बदल रहा है। कॉन्फ्रेंस में शामिल देशों के बीच सैन्य समेत हर स्तर पर सहयोग मजबूत करना होगा। एक-दूसरे के साथ विश्वास बढ़ाना होगा। हमारी एकता-प्रतिबद्धता से संबंध और गहरे होते चले जाएंगे।

चर्चा

8 दुनिया में युद्ध का तरीका बदल रहा है। देशों के बीच सैन्य समेत हर स्तर पर सहयोग मजबूत करना होगा

नेबरहुड फर्स्ट हमारी संस्कृतिः इस सम्मेलन में मंगलवार को रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने भी हिस्सा लिया। उन्होंने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा, 'नेबरहुड फर्स्ट', प्राचीन काल से ही हमारी संस्कृति की आधारशिला रही है। भारत का दृष्टिकोण इस क्षेत्र को इसकी 'एक्ट ईस्ट पॉलिसी' द्वारा परिभाषित किया गया है।

मित्र देशों के साथ मजबूत सैन्य साझेदारी बनाने की दिशा में भारत के प्रयास न केवल हमारे अपने राष्ट्रीय हितों की रक्षा करने बल्कि हम सभी के सामने आने वाली महत्वपूर्ण वैश्विक चुनौतियों का समाधान करने की हमारी प्रतिबद्धता को दर्शाते हैं।

सीएम का लंदन में प्रवासी भारतीयों ने किया पारंपरिक गीतों से स्वागत

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया
मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने ब्रिटेन में रहने वाले प्रवासी उत्तराखंडियों का साल में एक बार अपने प्रदेश आने का आह्वान किया है। धामी उत्तराखंड में दिसंबर में आयोजित होने वाले इन्वेटर्स समिट के मद्देनजर चार दिवसीय ब्रिटेन दौरे पर सोमवार को लंदन पहुंचे। लंदन पहुंचने पर प्रवासी भारतीयों और उत्तराखंड के लोगों ने पारंपरिक परिधान में गढ़वाली, कुमाऊंनी और जौनसारी लोकगीतों से स्वागत किया।
इस मौके पर धामी ने कहा कि उत्तराखंड देवभूमि होने के साथ

योग और आध्यात्मिक की भूमि है। उत्तराखंड देश की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत का प्रतीक भी है। हमें गर्व है कि हमारी जड़ें उत्तराखंड से जुड़ी हैं। मुख्यमंत्री ने लंदन में रह रहे समस्त प्रवासी उत्तराखंड के लोगों का आभार प्रकट किया। उन्होंने कहा कि यह उनका सौभाग्य है कि उत्तराखंड के मुख्य सेवक के रूप में उन्हें इन्वेटर्स समिट की बैठक के सिलसिले में शामिल होने के लिए लंदन आने का अवसर प्राप्त हुआ। आप सबकी बड़ी संख्या देखकर यह प्रतीत हो रहा है कि यूके में मिनी उत्तराखंड बसता है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में दुनिया में भारत का मान, सम्मान और स्वाभिमान बढ़ा है। आज विदेशों में एक भारत श्रेष्ठ भारत की परिकल्पना को मूर्त रूप दिया जा रहा है।
भारत विश्व गुरु बनने की दिशा में तेजी से बढ़ रहा है। हाल में ही चंद्रयान-3 का सफल प्रक्षेपण और चंद्रमा पर सेफ लैंडिंग इसका प्रत्यक्ष उदाहरण है।
धामी यहां प्रदेश सरकार के प्रतिनिधिमंडल के साथ पहुंचे हैं। यह प्रतिनिधिमंडल 29 सितंबर तक ब्रिटेन दौरे पर रहेगा। इस दौरान लंदन और बर्मिंघम में दुनिया के बड़े बिजनेस हाउस के प्रतिनिधियों से मुलाकात कर दिसंबर में होने वाले ग्लोबल इन्वेस्टर समिट के लिए न्योता दिया जाएगा। लंदन और बर्मिंघम में टूरिज्म, आईटी, एजूकेशन, हेल्थकेयर, फूड प्रोसेसिंग के अलावा ऑटोमोबिल इन्डस्ट्री के घरानों के साथ बैठकें की जाएंगी। प्रतिनिधिमंडल 27 सितंबर को बर्मिंघम में डब्ल्यूएमजी वार्बिक मैन्यूफेक्चरिंग ग्रुप के साथ बैठक करेगा। टीवीएस नॉर्टन ग्रुप के साथ उत्तराखंड में निवेश की सम्भावनाओं पर चर्चा होगी।

महिलाएं आत्मनिर्भर होगीं तभी समाज समद्ध होगा : अनिता ममगांई

महिला आरक्षण बिल

8 -महिला आरक्षण बिल पारित होने पर विभिन्न समूह से जुड़ी महिलाओं ने प्रधानमंत्री का जताया आभार

ऋषिकेश
नगर निगम महापौर अनिता ममगांई ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में केन्द्र सरकार ने महिलाओं को तैंतीस प्रतिशत आरक्षण का तोहफा दिया है।
महिलाएं आत्मनिर्भर बने तो,परिवार व समाज समद्ध बनेगा। महापौर ने यह विचार महिलाओं के लिए ऐतिहासिक बिल पारित होने की खुशी में नगर निगम में प्रधानमंत्री का आभार व्यक्त करने पहुंची विभिन्न स्वयं सहायता समूह से जुड़ी महिलाओं को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। नगर निगम के स्वर्ण जयंती सभागार में आयोजित कार्यक्रम के दौरान महापौर ने कहा कि पृथक राज्य के रूप में निर्माण में महिलाओं का जहां अभूतपूर्व योगदान रहा है वही महिलाओं का सम्मान भी भाजपा की सरकारों ने ही किया है। प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में महिला सशक्तिकरण के लिए लोकसभा और विधानसभा में 33 प्रतिशत आरक्षण देने के लिए नारी शक्ति वंदन अधिनियम सदन में पारित किया है।अब महिलाएं सशक्त होगीं और देश की नीति निर्धारण में भागीदार बन सकेंगी। इस ऐतिहासिक बदलाव के बाद सक्रिय राजनीति में महिलाओं की भागीदारी बझ़.सकेगी।

महिला को जवानों से डूबने से बचाया

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया
उर्स मेले में पिरान कलियर आई एक महिला को गंगनहर में डूबते हुए गंगनहर घाट पर तैनात बीईजी और जल पुलिस के जवानों ने एक डूबने से बचा लिया।
सीलमपुर दिल्ली निवासी महिला जियारत करने के लिए आई हुई थी।
मंगलवार की सुबह महिला गंगनहर घाट पर नहाने के लिए पहुंची तो उसका पैर फिसल गया और वह पानी के तेज बहाव में बहने लगी। घाट पर तैनात जल पुलिस और बीईजी के जवानों ने मशक्कत कर महिला को गंगनहर से सकुशल बाहर निकाला और परिजनों को सपुर्द कर दिया।

नीरज फॉरेस्ट रिजॉर्ट के मालिक सहित चारों वांछित आरोपितों के ठिकानों पर छापे

धर-पकड़

8 पुलिस ने रिजॉर्ट के मालिक मिर्गी रोग डा. आरके गुप्ता सहित आरोपितों की धर पकड़ तेज कर दी है

ऋषिकेश/टीम एक्शन इंडिया
पांच दिन पूर्व पौड़ी जिले के लक्ष्मण झूला थाना अंतर्गत यमकेश्वर ब्लॉक गंगा भोगपुर स्थित चर्चित नीरज फॉरेस्ट रिजॉर्ट में अवैध कैसीनो के खुलासे के बाद पुलिस ने रिजॉर्ट के मालिक मिर्गी रोग डा. आरके गुप्ता सहित चारों वांछित आरोपितों की धर पकड़ तेज कर दी है, लेकिन पुलिस के पहुंचने से पहले ही

डॉक्टर फरार हो गया है। अन्य वांछित भी अभी पुलिस की पकड़ से दूर हैं। पुलिस उनके घरों पर डटी हुई है।
मंगलवार की सुबह लक्ष्मणझूला पुलिस ने हरिद्वार रोड स्थित डॉक्टर के क्लीनिक और आवास पर संयुक्त टीम बनाकर छापेमारी की, लेकिन डॉक्टर आरके गुप्ता पुलिस से पहुंचने से पहले ही फरार हो गया। इसके बाद से पुलिस क्लीनिक में ही डटी रही। जनपद की वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक श्वेता चौबे ने डॉक्टर की फरारी को गंभीरता से लिया है।
उल्लेखनीय है कि 21 सितंबर गुरुवार को यमकेश्वर ब्लॉक के गंगा भोगपुर मल्ला स्थित नीरज फॉरेस्ट रिजॉर्ट में कोटद्वार एडिशनल एसपी के नेतृत्व में लक्ष्मणझूला पुलिस ने रिजॉर्ट में छापेमारी कर कसीनो (जुआ) खेल रहे 28 जुआरियों और 4 महिला क्रू पीयर को गिरफ्तार किया था। इस मामले में रिजॉर्ट के स्वामी आरके गुप्ता, रिजॉर्ट मैनेजर साहिल ग्रोवर, फ्रंट मैनेजर तनुज गुप्ता और जुआरी गिरोह का सरगना दिल्ली निवासी विशाल सिंह पर भी संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर आरोपित बनाया गया था,जो वांछित थे।
इस मामले में जांच करने के बाद लक्ष्मणझूला पुलिस को कई अहम जानकारियां भी मिलीं। यही कारण है कि लक्ष्मणझूला पुलिस डॉक्टर आर के गुप्ता के ठिकानों पर छापेमारी कर उनकी गिरफ्तारी के लिए धर पकड़ के प्रयास तेज कर दिए हैं। इस मामले में गिरफ्तार 32 आरोपितों में उत्तराखंड पुलिस का कांस्टेबल विनीत कुमार भी शामिल था। जो कोतवाली ऋषिकेश में तैनात था। आरोपित कांस्टेबल विनीत कुमार को भी वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून अजय सिंह ने निलंबित करते हुए लाइन हाजिर कर दिया है।

संक्षिप्त खबरें

प्रतिबंध के बाद भी हो रहा गंगा के घाटों पर गणेश प्रतिमाओं का विसर्जन

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया
इन दिनों तीर्थनगरी में गणेशोत्सव की धूम है। गणेशोत्सव के दौरान गंगा में मूर्ति विसर्जन पर प्रशासन ने रोक लगाई हुई है। तीन स्थान प्रशासन ने मूर्ति विसर्जन के लिए निर्धारित किए हैं। इसके बावजूद गंगा घाटों पर खुलेआम मूर्ति विसर्जन किया जा रहा है।
बीते दो दिनों से मूर्तियों को गंगा में श्रद्धालुओं के समूह ने विसर्जित कर रहे हैं।
इस दौरान इन श्रद्धालुओं को रोकने वाला कोई नजर नहीं आया। नगर आयुक्त दयानंद सरस्वती ने बताया कि गंगा में मूर्ति विसर्जन को लेकर एनजीटी व हरिद्वार के जिला अधिकारी के सख्त निर्देश हैं कि हरिद्वार के गंगा घाट में मूर्ति विसर्जन ना किया जाए, इसके लिए नगर निगम ने बैरागी कैंप और वीआईपी घाट के समीप और कनखल पर यह प्वॉइंट्स बनाए हैं, जहां पर आयोजक गणपति की मूर्ति का विसर्जन कर सकते हैं।
उन्होंने कहा कि हमारे इन तीनों प्वॉइंट्स पर उचित लाइट और सभी व्यवस्थाएं की जा रही हैं, ताकि आयोजकों को किसी भी तरह की दिक्कत ना हो। नगर निगम ने तीन स्थानों पर गड्ढे बनाने थे, उसने वह कार्य कर दिया है। नगर मजिस्ट्रेट प्रेमलाल का कहना है कि जो भी मूर्ति विजर्सन के लिए स्वीकृति लेने आ रहा है हम उसकी जानकारी पुलिस को दे रहे हैं, जिससे वह इस पर नजर रख सकें कि कोई श्रद्धालु या श्रद्धालुओं का समूह गणेश की मूर्ति को गंगा में तो प्रवाहित तो नहीं कर रहा है। गौरतलब है कि जिला प्रशासन ने गणेश चतुर्थी के शुरू होने से पहले ही मूर्तियों को गंगा में विसर्जित करने से रोकने के लिए तैयारी कर ली थी। इसको लेकर बैठक भी की गई थी। इसके बाद नगर निगम ने अलग-अलग तीन स्थानों को चिन्हित कर मूर्ति विसर्जन के लिए गड्ढे भी बनाए थे, जिसमें श्रद्धालु मूर्तियों को विसर्जित कर सकते हैं। इसके बावजूद गंगा में मूर्तियों का विसर्जन किया जा रहा है।

पुलिस ने 6 नाबालिग बच्चों को बिजनौर जिले के नजीबाबाद रेलवे स्टेशन से किया बरामद

नई टिहरी/टीम एक्शन इंडिया
टिहरी पुलिस ने ढालवाला क्षेत्र के 6 नाबालिग बच्चों को उत्तर प्रदेश के बिजनौर जिले के नजीबाबाद रेलवे स्टेशन पर आरपीएफ की मदद से 12 घंटे के भीतर सकुशल बरामद कर परिजनों को सौंप दिया गया है। एसएसपी ने पुलिस टीम को 25 सौ रुपये का इनाम देने की घोषणा है। मंगलवार को टिहरी एसएसपी नवनीत सिंह भुल्लर ने बताया कि बीते सोमवार को इस्लाम मियां और बिजेंद्र सिंह निवासी ढालवाला ने सोमवार को ढाई बजे दोपहर थाना मुनि की रेती में अपने नाबालिग बच्चों के घर से गायब होने की सूचना दी। कुछ देर बाद ढालवाला के चार और लोगों ने अपने-अपने बच्चों की लापता होने की जानकारी दी। परिजनों ने बताया उनके बच्चे सुमन पार्क ढालवाला में खेलने गये थे, लेकिन काफी समय बीते जाने के बाद भी वह घर नहीं आ पाये हैं। एसएसपी ने मुनि की रेती थाना निरीक्षक रितेश शाह को तत्काल टीम गठित कर बच्चों के खोजबीन के निर्देश दिये।
पुलिस ने आसपास के सीसीटीवी फुटेजों को खगाला शुरू किया, जिसमें सभी 6 बच्चे ऋषिकेश रेलवे स्टेशन की ओर पैदल जाते दिखे। रेलवे स्टेशन के सीसीटीवी फुटेज में सभी बच्चे ऋषिकेश-प्रयागराज एक्सप्रेस में बैठते नजर आये।
पुलिस ने इसकी जानकारी हरिद्वार, नजीबाबाद, धामपुर आदि रेलवे स्टेशनों को दी। पुलिस की एक टीम नजीबाबाद के लिये रवाना की गई, सभी बच्चों को पुलिस ने नजीबाबाद रेलवे स्टेशन से आरपीएफ की मदद से सकुशल बरामद किया। पूछताछ में बच्चों ने बताया वह रेल देखने के लिये नाजीबाबाद आये हैं। बरामद बच्चों में आरुष (12),राजा(10),गोलू कुमार(14), अजीत(13), रोहित(10), लकी(8), सभी निवासी ढालवाला मुनिकीरेती के हैं।

भारतीय अध्यात्म के प्रतिनिधि बनने का समय : डॉ. चिन्मय

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया
देवसंस्कृति विश्वविद्यालय के प्रतिकुलपति डॉ. चिन्मय पण्ड्या ने कहा कि यह समय विषय परिस्थितियों से गुजर रहा है। एक ओर विनाशकारी अंधेरा दिख रहा है, तो वहीं दूसरी ओर भगवान महाकाल के सृजन सैनिक समाज को प्रकाशित करने में जुटे दिखाई दे रहे हैं।
यह समय भारतीय अध्यात्म के प्रतिनिधि बनकर समाज, विश्व को नई देने का सुनहरा अवसर है।
डॉ. पण्ड्या राजस्थान से आये पूर्ण समयदानी कार्यकर्ता प्रशिक्षण शिविर के समापन सत्र को संबोधित कर रहे थे। इस अवसर पर जयपुर, अलवर, राजसमंद, बारां, भीलवाड़ा, जोधपुर सहित राजस्थान के सभी जिलों के करीब चार सौ से अधिक पूर्ण समयदानी परिव्राजक उपस्थित रहे। प्रतिकुलपति डॉ. चिन्मय पण्ड्या ने कहा कि आचार्य श्रीराम शर्मा ने करोड़ों लोगों के दिलों को छुआ और उनमें सकारात्मक परिवर्तन किया है। ताकि वे युवाओं, नारियों एवं समाज के प्रत्येक वर्ग में सकारात्मक परिवर्तन के लिए कार्य कर सकें, जिससे परिवार, समाज व राष्ट्र का उत्थान हो। उन्होंने कहा कि यदि हरेक व्यक्ति को अपनी भूमिका का सही-सही भान हो जाय, तो उनका मानव जीवन में आना सार्थक हो सकेगा।
इससे पूर्व प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए व्यवस्थापक महेन्द्र शर्मा ने समाज के नवनिर्माण की तैयारी में जुटने का आह्वान किया। श्री शर्मा ने गायत्री परिवार के संस्थापक पं. श्रीराम शर्मा आचार्य के दिव्य स्वप्न मानव में देवत्व को उदय और धरती पर स्वर्ग के अवतरण जैसे अभियानों को तन, मन व धन से पूरा करने के लिए प्रेरित किया। राजस्थान जोन के समन्वयक इंजीनियर जयसिंह यादव ने राजस्थान के गाँव-गाँव में प्रज्ञा मण्डल, युवा मण्डल एवं महिला मण्डल का गठन कर समाज के प्रत्येक वर्ग को सभ्य व सुसंस्कृत बनाने की दिशा में कार्यक्रमों की रूपरेखा समझाई। शिविर समन्यक ने बताया कि पांच दिन तक चले इस प्रशिक्षण में शिविर में कुल चौदह सत्र हुए।

आपस में भिड़ीं कार, जमकर चले लात-घूसे

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया
बीती रात हाइवे पर दो कारों की आमने-सामने टकरा गई। इसके बाद दोनों कार सवार युवकों में जमकर मारपीट हुई, इससे हाइवे पर हंगामा हो गया।
रुड़की टॉकीज के पास देर रात हाइवे पर दो कारों की भिड़ंत हो गई। इसके बाद वहां हंगामा खड़ा हो गया और मौके पर लोगों की भारी भीड़ जमा हो गई। इससे हाइवे पर जाम लग गया। दोनों युवक काफी देर तक आपस में मारपीट करते रहे। इस बीच किसी ने सूचना पुलिस को दी। पुलिस के पहुंचने से पहले ही एक युवक अपनी कार मौके पर ही छोड़कर दूसरे युवक की कार लेकर फरार हो गया।

चोरी के सामान के साथ दो गिरफ्तार

पूछताछ

8 आरोपितों ने अपने नाम मेहरबान पुत्र हुसैन, फरमान पुत्र अय्यूब निवासीगण ग्राम धनपुरा जनपद हरिद्वार बताए।

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया
घर से चोरी के मामले में पुलिस ने दो आरोपितों को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपितों के पास से चोरी का सामान बरामद हुआ है। पुलिस ने चोरों की तलाश में सीसीटीवी खंगाले तथा मुखबिरों को सक्रिय किया। पुलिस ने मंगलवार को धनपुरा से दो आरोपितों को धर दबोचा। पुलिस पूछताछ में आरोपितों ने अपने नाम

मेहरबान पुत्र हुसैन, फरमान पुत्र अय्यूब निवासीगण ग्राम धनपुरा थाना पथरी जनपद हरिद्वार बताए। पुलिस ने आरोपितों की निशानदेही पर चोरी किया सामान बरामद कर लिया है। आरोपितों ने कुछ दिनों पूर्व धनपुरा में एक घर से सामान चोरी किए जाने की बात भी कबूली। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनका चालान कर दिया है।
गौरतलब है कि पथरी थाना क्षेत्र में 2 सितंबर को नसीम पुत्र हनीफ निवासी धनपुरा थाना पथरी के घर में घुसकर अज्ञात चोर घर में रखा सामान चोरी कर ले गए थे।

नैनबाग में यमुना नदी के किनारे कार गिरने से दो की मौत

नई टिहरी/टीम एक्शन इंडिया
नैनबाग तहसील के अंतर्गत दिल्ली यमुनोत्री हाइवे पर मरोड़ के पास एक कार यमुना नदी के किनारे गिरी मिली। कार में दो लोग मृत मिले हैं। बताया कार शनिवार रात से गायब चल रही थी।
एसडीआरएफ की टीम ने कड़ी मशक्कत के दो लोगों के शवों को सड़क मार्ग तक पहुंचाया।
नैनबाग चौकी प्रभारी प्रवीण कुमार ने बताया कि सोमवार शाम करीब साढ़े पांच बजे नैनबाग पुलिस चौकी, तहसील प्रशासन को सूचना मिली की दिल्ली यमुनोत्री हाइवे पर मरोड़ के पास एक कार यमुना नदी के किनारे गिरी है। कार के नदी के किनारे गिरे होने के कारण उत्तरकाशी जिले के बड़कोट से एसडीआरफ की टीम

को मौके पर बुलाया गया।
एसडीआरफ, पुलिस, तहसील नैनबाग की टीम ने कार दुर्घटना में मारे गये विजय वालिया (53) पुत्र रामचंद्र वालिया निवासी सेवालाकला थाना पेटलनगर देहरादून और पवन कपिल (65) पुत्र रतन लाल निवासी इंद्रलोक कॉलोनी जगदीपुर हरिद्वार के शव कड़ी मशक्कत के बाद सड़क तक पहुंचाया। पुलिस ने दोनों मृतकों का पंचनामा कर शवों को पोस्टमार्टम के हेतु नैनबाग पीएचसी में भिजवाया।
मौके पर मौजूद मृतक पवन कपिल के पुत्र अविनाश ने बताया कि शुक्रवार 22 सितंबर सुबह दोनों लोग यमुनोत्री की यात्रा पर गये थे, ।दोनों आपस में रिश्तेदार हैं। शनिवार रात करीब दस बजे संभवताः कार दुर्घटना ग्रस्त हुई है,क्योंकि उसके बाद किसी ने भी फोन रिसीव नहीं किया। मृतकों के परिजनों ने 24 सितंबर को देहरादून और हरिद्वार कोतवाली में गुमशुदगी दर्ज करवाई। पुलिस ने मोबाइल लोकेशन के आधार परिजनों को सूचना दी। इसके बाद परिजन उन्हें खोजते हुए नैनबाग मरोड़ के समीप पहुंचे, जहां कार यमुना नदी के किनारे गिरी हुई मिली।

सैनिक कल्याण मंत्री ने अशोक चक्र विजेता की 15वीं पुण्यतिथि पर किया नमन

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया
सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने मंगलवार को "अशोक चक्र" विजेता हवलदार बहादुर सिंह बोहरा की 15वीं पुण्यतिथि पर उनकी वीरता को नमन किया।
मंत्री गणेश जोशी मंगलवार को बिलासपुर कांडली स्थित उनके आवास पर पहुंचे। इस दौरान बलिदानी हवलदार बहादुर सिंह बोहरा की प्रतिमा पर पुष्पचक्र अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि दी।
मंत्री जोशी ने कहा कि बलिदानियों को कोई भी वापस नहीं ला सकता, लेकिन सरकार का दायित्व है कि बलिदानी और उनके परिजनों के प्रति सरकार कितनी गंभीर है।
उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में

मुख्यमंत्री धामी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार बलिदानियों के उत्थान और उनके कल्याण के लिए अनेकों योजनाएं संचालित की जा रही हैं। देहरादून में भव्य सैन्य धाम का निर्माण किया जा रहा है, जिसका निर्माण कार्य दिसंबर माह तक पूरा कर लिए जाएगा।
उन्होंने कहा कि देहरादून के न्यू कैंट रोड स्थित विजय कॉलोनी पुल पर बलिदानी द्वार निर्मित किया गया है। बलिदानी के सम्मान और उनके परिजनों के कल्याण के लिए राज्य सरकार निरंतर प्रयासरत हैं।
गौरतलब है कि हवलदार बहादुर सिंह बोहरा, अशोक चक्र भारतीय सेना के 10वीं बटालियन, पैराशूट रेजिमेंट के एक सैनिक थे, जो भारत के सर्वोच्च शांतिकालीन वीरता पुरस्कार अशोक चक्र से सम्मानित हैं। हवलदार बहादुर सिंह बोहरा जम्मू-कश्मीर के सामान्य इलाके लवंज में तलाशी अभियान के लिए तैनात एक हमले दल के दस्ते के कमांडर थे।
25 सितंबर 2008 को शाम 6.15 बजे उन्होंने आतंकवादियों के एक समूह को देखा और उन्हें रोकने के लिए तेजी से आगे बढ़े। इस दौरान वह भारी शत्रुतापूर्ण फायर की चपेट में आ गए। निडर होकर उन्होंने आतंकवादियों का सामना किया और उनमें से एक को मार डाला। हालांकि उन्हें गोली लगने से गंभीर चोटें आईं थी। युद्ध से पीछे न हटते हुए उन्होंने हमला जारी रखा और बेहद करीब से दो और आतंकवादियों को मार गिराया। इस प्रकार हवलदार बहादुर सिंह बोहरा ने सबसे विशिष्ट बहादुरी का प्रदर्शन किया और आतंकवादियों से लड़ने में देश के लिए सर्वोच्च बलिदान दिया।
उनका जन्म उत्तराखंड के पिथौरागढ़ जिले के एक सुदूर गांव रावलखेत में एक कुमाऊंनी राजपूत परिवार में हुआ था। वे 2 बड़ी बहनों और एक बड़े भाई के साथ 4 बच्चों में सबसे छोटे थे। उनके परिवार में पत्नी शांति बोहरा और 2 बेटियां मानसी और साक्षी हैं। इस मौके पर उत्तराखंड सब एरिया से कर्नल सुमित सूद, कर्नल आदित्य वाली, शहीद की पत्नी शांति बोहरा, वंदना बिष्ट, चंदन बिष्ट, नैन सिंह पवार, आशीष शर्मा, मंजु देऊपा आदि उपस्थित रहे।

गंगोत्री धाम में स्नान करते समय एक एक साधु गंगा में बहा

उत्तरकाशी/टीम एक्शन इंडिया
गंगोत्री धाम में स्नान करते समय एक साधु गंगा नदी में बह गया। सूचना पर एसडीआरएफ और पुलिस ने सर्च अभियान शुरू कर दिया है। 37 वर्षीय राम शंकर पुत्र जगदीश प्रसाद जिला सागर,मध्य प्रदेश मंगलवार सुबह स्नान करते समय नदी में बह गया। राम शंकर ने 5 वर्ष पहले संन्यास ले लिया था। वहां पर मौजूद यात्रियों ने बताया कि स्नान करते समय वह नदी की तेज धारा की चपेट में आकर बह गया। एसडीआरएफ और पुलिस का सर्च अभियान जारी है।

G20
[illegible]
निविदा सूचना
सं. 74-W/2/3/WA/Publication दिनांक 25.09.2023
[illegible] www.ireps.gov.in पर देखें।
टेंडर संख्या : 187-DRM-MB-23-24 दिनांक 23.09.2023
कार्य का नाम : [illegible] टेंडर क्लोजिंग दिनांक / समय : 17.10.2023 16.00, अनुमानित लागत : 3,99,99,990.84, धरोहर राशि : 3,50,000.00, बिडिंग स्टार्ट तिथि : 03.10.2023, ऑफर की वैधता : 60 दिन, कार्य पूर्ण करने की अवधि : 09 माह
टेंडर संख्या : 188-DRM-MB-23-24 दिनांक 23.09.2023
कार्य का नाम : [illegible] टेंडर क्लोजिंग दिनांक / समय : 17.10.2023 16.00, अनुमानित लागत : 3,99,99,990.84, धरोहर राशि : 3,50,000.00, बिडिंग स्टार्ट तिथि : 03.10.2023, ऑफर की वैधता : 60 दिन, कार्य पूर्ण करने की अवधि : 09 माह
2979/23
[illegible]

G20
उत्तर रेलवे
ई-निविदा सूचना
[illegible] ई टेंडर संख्या 221/S/4/2/HRD Lukas of ART/AMC/BTUM-4 [illegible] 16.10.2023 11.00AM [illegible] www.ireps.gov.in [illegible] through online payment [illegible]

कार्य का नाम	[illegible]		
निविदा टाइप	[illegible]	[illegible]	[illegible]
निविदा बंद होने की दिनांक एवं समय	16.10.2023 11.00 AM	[illegible]	22.09.2023 13:49
[illegible]	नहीं	[illegible]	N.A.
[illegible]	Rs. 2911490.70 [illegible]	[illegible]	O&F
धरोहर राशि	Rs.58300.00/-	[illegible]	60 दिन
निविदा मूल्य	Rs. 0.00/-	कार्य अवधि	36 माह
[illegible]	02.10.2023	[illegible]	18.10.2023 11.30 AM

संख्या:- 221/S/4/2/HRD Lukas of ART/AMC/BTUM-4 दिनांक: 25.09.2023 2983/23
[illegible]

जोशीमठ आपदा के बाद जनपदों के डेंजर जोन के लिए बनेगी सात सदस्यीय समिति

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया
उत्तराखंड के संसदीय कार्य और आवास मंत्री डॉ. प्रेमचंद अग्रवाल ने मंगलवार को बताया कि जोशीमठ में भूधंसाव की घटना के बाद अब सरकार प्रदेश के समस्त जनपदों के डेंजर जोन के लिए जिलाधिकारी की अध्यक्षता पर सात सदस्यीय समिति बनाने पर विचार कर रही है। यह समिति अपनी रिपोर्ट देगी, इसके बाद उन भवनों को सुरक्षित किया जाएगा। आवास मंत्री डा. प्रेमचंद अग्रवाल ने बताया कि धामी सरकार जोशीमठ आपदा के बाद राज्य के सभी जनपदों में वर्तमान में निर्मित ऐसे भवन जो भूकंप, भू-स्खलन,

विचार

8 इन सात सदस्यीय समिति में संबंधित विशेषज्ञ को सदस्य के रूप में नामांकित किया जा सकता है

भू-धंसाव, अतिवृष्टि आदि की दृष्टि से जोखिम भरे भवनों की श्रेणी में आते हैं। उन्हें चिन्हित कर सुरक्षित करने को मानक संचालन प्रक्रिया संबंधी प्रस्ताव पर विचार कर रही है। डा. अग्रवाल ने बताया कि समस्त जनपदों में भूकंप, भू-स्खलन, भू-धंसाव, अतिवृष्टि आदि जोखिम संभावित भवनों के चिन्हिकरण कर सुरक्षित करने को

सात सदस्यीय समिति बनाने पर विचार कर रही है। उन्होंने बताया कि अपने-अपने जनपदों में जिलाधिकारी इस समिति की अध्यक्षता करेंगे, जबकि अन्य छह इसके सदस्य रहेंगे।
उन्होंने बताया कि जिलाधिकारी के अलावा इन छह सदस्यों में जिला स्तरीय विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष अथवा सचिव, संबंधित क्षेत्र के उपजिलाधिकारी, लोकनिर्माण विभाग अथवा सिंचाई विभाग के अधीक्षण अभियंता, सहायक भू-वैज्ञानिक (भूतत्व एवं खनिकर्म विभाग), आपदा न्यूनीकरण एवं प्रबंधन केंद्र के निदेशक अथवा उनके द्वारा नामित प्रतिनिधि और संबंधित नगर निकाय के अधिशासी अधिकारी रहेंगे।
इन सात सदस्यीय समिति में आवश्यकतानुसार कोई भी संबंधित विशेषज्ञ को आमंत्रित सदस्य के रूप में नामांकित किया जा सकता है। यह समिति प्रत्येक जनपद में ऐसे निर्मित भवन जो जोखिम संभावित भवनों की श्रेणी के अंतर्गत आते हैं। उन्होंने उदाहरण देते हुए बताया कि 30 डिग्री से अधिक ढाल पर निर्मित भवन, नदियों के अंतर्गत अथवा फ्लड जोन के अंतर्गत निर्मित भवन आदि ऐसे समस्त भवन जो असुरक्षित हों। ऐसे असुरक्षित भवनों का भी चिह्नीकरण किया जाएगा, जिन्हें रेट्रोफिटिंग से सुरक्षित किया जा सकता है। समिति इनके चिह्नीकरण के बाद आपदा न्यूनीकरण भवनों को सुरक्षित किये जाने के लिए आवश्यक कार्रवाई करेगी।

सामूहिक केशदान की घोषणा राजनैतिक अवसर की तलाश : मनवीर चौहान

अंकिता प्रकरण

8 कांग्रेस जनता का भरोसा खो चुकी है और अब प्रपंच के सहारे जनता के बीच जाने की तैयारी कर रही है

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया
भाजपा ने अंकिता प्रकरण को लेकर कांग्रेस के आरोप और सामूहिक केशदान की घोषणा को राजनैतिक अवसर की तलाश और एजेंडे का हिस्सा बताया है। प्रदेश मीडिया प्रभारी मनवीर चौहान ने मंगलवार को पार्टी मुख्यालय में पत्रकारों के सवालों का जवाब देते हुए कहा कि देवभूमि की बेटी के साथ हुई इस दुर्भाग्यपूर्ण घटना को लेकर हमारी सरकार द्वारा की गई कठोरतम

कार्रवाई और संगठन के संवेदनशील प्रयासों को लेकर जनमानस में संतोष एवं विश्वास का भाव है। हमारी कोशिशों में ईमानदारी और पारदर्शिता है। कांग्रेस इसे राजनैतिक अवसर पर देख रही है और इसके पीछे उसका एजेंडा है। कांग्रेस की बौखलाहट की वजह जनता का अंकिता प्रकरण मे उसे तवज्जो न देकर उसके कार्यक्रमों का बॉयकॉट करना भी है।
मनवीर ने कांग्रेस पर कटाक्ष करते हुए कहा कि दिल्ली से लेकर प्रदेश के नेता जो राज्य के मुद्दे पर कन्फ्यूज रहते हैं, वह भी अविवेकपूर्ण तर्क देकर मातृ शक्ति को केश उतारने के लिए उकसाते हैं। उन्होंने आने वाले दिनों में सामूहिक मुंडन की घोषणा पर पलटवार करते हुए कहा कि कांग्रेस जनता का भरोसा खो चुकी है और अब प्रपंच के सहारे जनता के बीच जाने की तैयारी कर रही है, जिसे जनता खारिज कर चुकी है। मुख्यमंत्री धामी के निर्देशों पर की गई कठोरतम कार्रवाई से पूर्णतया संतुष्ट है। साथ ही यह पूरा मामला न्यायालय में विचाराधीन है ऐसे में कांग्रेस का संविधान विरोधी रुख अपनाना दुर्भाग्यपूर्ण है।

संक्षिप्त खबरें

टोयोटा किर्लोस्कर मोटर ने अपने उत्तर क्षेत्रीय ग्रेट 4गुणा4 एक्सपेडिशन बाय टोयोटा के समापन की घोषणा की

देहरादून। टोयोटा किर्लोस्कर मोटर (टीकेएम) ने उत्तर क्षेत्र में अपने ग्रेट4गुणा4 एक्सपेडिशन बाय टोयोटा का सफलता पूर्वक समापन किया, जो रोमांचक ऑफ-रोड ऐडवेंचर के मिश्रण के साथ एक यादगार ड्राइव है। उत्तरी अभियान ग्रेट 4गुणा4 एक्सपेडिशन बाय टोयोटा की श्रृंखला में नवीनतम है जिसकी शुरूआत दक्षिण भारत में एक क्षेत्रीय अभियान के साथ हुई थी और पश्चिमी क्षेत्रीय अभियान के माध्यम से जारी रही। इस अभियान ने 4गुणा4 के उत्साहियों को लुभाया और यादगार अनुभव तैयार करने के प्रति टोयोटा की प्रतिबद्धता को प्रदर्शित किया। यह अनुभवात्मक ड्राइव 22 सितंबर से 24 सितंबर 2023 तक होशियारपुर के सुरम्य परिदृश्य में चला, जिसमें साहस और ऑफ-रोडिंग उत्कृष्टता की अदम्य भावना का प्रदर्शन किया गया जो टोयोटा की 4गुणा4 एसयूवी को परिभाषित करता है।
उत्कृष्ट 4गुणा4 एसयूवी का एक जोरदार काफिला रोमांचक साहसिक यात्रा पर निकल पड़ा था। इसमें प्रतिष्ठित हाइ लक्स, मशहूर एलसी 300, सर्वप्रिय फॉर्च्यूनर तथा अत्याधुनिक हाइ राडर एडब्ल्यूडी (ऑलव्हीलड्राइव) शामिल थे। ये सब टोयोटा 4गुणा4 एसयूवी, अपनी असाधारण ऑफ-रोड क्षमता और अत्याधुनिक तकनीक के लिए जानी जाती हैं और पूरी यात्रा के दौरान छाई रहीं, बेजोड़ प्रदर्शन रहा और पूरे ड्राइविंग अनुभव को उत्साह की एक ऊंची भावना से भर दिया। यह सब उत्पादकी ताकत उनकी विशिष्टता और विशेषताओं की बदौलत संभव हुआ। इसके अलावा, इस अभियान ने प्रतिभागियों के एक विविध समूह को एक जुट किया, जिसमें टोयोटा और अन्य एसयूवी ब्रांड की एक श्रृंखला शामिल थी, जिससे एक जीवंत और रोमांचक माहौल तैयार हुआ। अपनी मोटर स्पोर्ट विरासत के साथ टोयोटा अभी भी एक प्रेरणा के रूप में काम करना जारी रखे हुए है और जाने-माने क्यूडीआर(गुणवत्ता, स्थायित्व और विश्वसनीयता) वाले उत्पादों की श्रृंखला की पेशकश करता है, जिसने लाखों ग्राहकों का दिल जीत लिया है। मोटर स्पोर्ट्स उत्कृष्टता और ऑफ-रोड कौशल का यह मिश्रण टोयोटा के 4गुणा4 ऑटो उत्साहियों के प्रति अटूट समर्पण की आधारशिला बना हुआ है।

सर्वोकॉन सिस्टम्स लिमिटेड ने विस्तार योजना का ऐलान किया

देहरादून। सर्वोकॉन सिस्टम्स लिमिटेड भारत की प्रमुख बिजली संशोधन उपकरण और ट्रांसफार्मर निमार्ता कंपनी ने यूपी इंटरनेशनल ट्रेड शो 2023 के मौके पर एक महत्वपूर्ण घोषणा करने का मौका चुना है। कंपनी अब हापुड़, उत्तर प्रदेश में एक नई नवीनतम विनिर्माण सुविधा स्थापित करने के लिए एक बड़े पैमाने पर निवेश का चयन किया है, जिसमें 200 करोड़ रुपये से अधिक का निवेश हो रहा है। इस नई नवीनतम सुविधा के लिए मूल स्तंभ का शिलान्यास जल्द ही किया जाने वाला है, जो सर्वोकॉन के 35 साल के उद्घाटन के महत्वपूर्ण मील का पत्थर बताता है। नई विस्तार योजना से राज्य में 1600.रोजगार पैदा होंगे।
सर्वोकॉन सिस्टम्स लिमिटेड के संस्थापक और प्रबंध निदेशक हाजी कमरुद्दीन ने विस्तार और क्षमता में अपनी उत्साहज भावना व्यक्त की और बताया यह विस्तार सर्वोकॉन के सफर में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है। हमें इस नई नवीनतम विनिर्माण सुविधा का परिचय करके खुशी है, जिससे हमारी उत्पादन क्षमता को 220 किलोवोल्ट क्लास ट्रांसफार्मर्स तक निर्माण करने की समर्थना मिलेगी और पूरी तरह से घरेलू तौर पर सोलर पैनल निर्माण की जा सकेगी। सर्वोकॉन पर, हमारा अटल प्रतिबद्धता उत्कृष्टता के प्रति हमें प्रेरित करती है, और यह निवेश हमारे उद्घाटन ग्राहकों को उच्च गुणवत्ता वाले उत्पाद प्रदान करने के प्रति हमारी समर्पण को पुन: पुष्टि करता है।

टाइटन आई प्लस उत्तराखंड में 14 वर्ष तक के बच्चों की आंखों की जांच करेगा

देहरादून। नेत्र स्वास्थ्य के बारे में जागरूकता पैदा करने और बच्चों के सीखने के परिणामों में सुधार लाने के उद्देश्य से, टाइटन आई प्लस ने उत्तराखंड में 14 वर्ष तक के बच्चों के लिए नेत्र जांच कार्यक्रम की घोषणा की है। कंपनी उत्तराखंड क्षेत्र के देहरादून में 500 से अधिक छात्रों की स्क्रीनिंग करने की योजना बना रही है। उत्तराखंड नेत्र स्क्रीनिंग चैप्टर अखिल भारतीय नेत्र स्क्रीनिंग अभियान का हिस्सा है जिसका उद्देश्य भारत के 300 प्लस शहरों में 11000 प्लस स्कूलों तक पहुँचना है। विशेष रूप से कोविड-19 के कारण उच्च स्क्रीन एक्सपोजर के बाद बच्चों में मायोपिया बढ़ रहा है और यह कंपनी द्वारा ऐसी स्थितियों का बहुत पहले निदान करने में मदद करने का एक प्रयास है।
इसके साथ ही, टाइटन आईकेयर डिवीजन ने 14 साल से कम उम्र के बच्चों के लिए टाइटन आई प्लस डैश भी लॉन्च किया है, जहां बच्चे ड्राइंग, गायन, नृत्य, जादू जैसी अपनी प्रतिभा दिखाने के लिए किसी भी प्रारूप में अपनी प्रविष्टियां जमा कर सकते हैं। प्रतिभागी रुपये के शानदार पुरस्कार जीत सकते हैं। 1,00,000/- और भाग्यशाली विजेता को ब्रांड का चेहरा बनने का मौका भी मिलेगा।

अपहृत नाबालिग बरामद, आरोपित युवक गिरफ्तार

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया
सिडकुल पुलिस ने नाबालिग लड़की के अपहरण के मामले में आरोपित को गिरफ्तार करते हुए अपहृता को सकुशल बरामद कर लिया है। सिडकुल थाने में नाबालिग के परिजनों ने अपनी लड़की के अपहरण कर लिए जाने के संबंध में 17 जून को मुकदमा दर्ज कराया था।
पुलिस ने मंगलवार को आरोपित को सिडकुल थाना क्षेत्र के इन्द्रलोक तिराहे के पास टैम्पो स्टैण्ड से गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने आरोपित के पास से नाबालिग को भी सकुशल बरामद कर लिया है।

क्षतिग्रस्त थराली मोटर पुल का सुधारीकरण न होने से जनता में आक्रोश

अनदेखी

8 मंत्री और विधायक के आदेश के बाद भी पुल को ठीक करने का कार्य शुरू नहीं हो पा रहा है

गोपेश्वर/टीम एक्शन इंडिया
चमोली जिले की देवाल और थराली विकास खंड की जनता क्षतिग्रस्त पुल और सड़कों की दुर्दशा से बीते चार माह से परेशान है। मंत्री और विधायक के आदेश के बाद भी पुल को ठीक करने का कार्य शुरू नहीं हो पा रहा है। गौरतलब है कि ओवर लोडिंग के कारण थराली पिंडर नदी पर बने मोटर पुल के मध्य भाग में दरारें

आने से 26 मई से पुलिस प्रशासन ने सुरक्षा की दृष्टि इस पुल से माल वाहक वाहनों की आवाजाही पर प्रतिबंधित किया गया है, जिससे देवाल क्षेत्र की लाइफ लाइन कहे जाने वाली थराली-देवाल से क्षेत्र में आवश्यक सामग्री आना बंद हो गया है। 40 हजार की आबादी वाला पूरा क्षेत्र इससे प्रभावित है। क्षेत्र में माल वाहक 45 किलोमीटर की अतिरिक्त दूरी तय कर ग्वालदम-नंदकेशरी मोटर मार्ग से देवाल और थराली पहुंच रहे हैं। कुछ समय तक सड़क ठीक चली बरसात शुरू होते ही इस मार्ग पर वाहनों का दबाव बढ़ने के कारण सड़क का पूरा डामर उखड़ने लगा और जगह-जगह गड्ढे बनने से उनमें जलभराव हो गया, जिससे इस मार्ग पर वाहनों की आवाजाही परेशानी भरी होने लगी। 20 सितम्बर को सरकोट गांव के पास हल्द्वानी से देवाल खाद्य सामग्री लेकर आ रहा ट्रक रोड में धंस कर सड़क पर पलट गया। आक्रोशित ट्रक चालक और मालिकों ने लोडेड ट्रकों को सड़क पर खड़ा कर जाम लगाया। पुलिस ने आंदोलनकारी से वार्ता कर जाम खुलवाया। ट्रक चालकों और ट्रांसपोर्ट कम्पनी ने कहा कि जब तक मार्ग को गड्ढों और कीचड़ मुक्त नहीं किया जाता, जब तक इस मार्ग से आवाजाही नहीं करने की चेतावनी दी है।
लोनिवि मंत्री सतपाल महाराज ने सितंबर माह के प्रथम सप्ताह में थराली पुल का निरीक्षण करते हुए लोनिवि को शीघ्र ठीक करने के आदेश दिया था। क्षेत्रीय विधायक ने पुल और ग्वालदम नंदकेशरी मोटर सड़क का निरीक्षण कर विभाग को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए, लेकिन विभाग पर आदेशों का कोई असर नहीं हुआ है। अभी तक मोटर पुल और सड़क का सुधारीकरण शुरू नहीं होने से जनता में गहरी नाराजगी जताई है।

गहरी खाई में गिरी पर्यटकों की कार

दुर्घटना

8 नैनीताल-हल्द्वानी मार्ग पर दुर्घटना में दो महिलाओं और एक बच्ची सहित 4 पर्यटक घायल हो गये

नैनीताल/टीम एक्शन इंडिया
नैनीताल-हल्द्वानी मार्ग पर मंगलवार को दिल्ली के पर्यटकों को ले जा रही टैक्सी कार करीब 100 फिट गहरी खाई में गिरकर दुर्घटनाग्रस्त हो गयी। दुर्घटना में दो महिलाओं और एक बच्ची सहित 4 पर्यटक घायल हो गये। वहां से गुजर रहे जिला चिकित्सालय के एक चिकित्सक घायलों के लिये देवदूत साबित हुए। वह अपनी

कार से इन घायलों को हल्द्वानी के डॉ. सुशीला तिवारी चिकित्सालय ले गये।
दिल्ली का एक परिवार दो दिन पूर्व नैनीताल घूमने आया था। मंगलवार सुबह परिवार के लोग हल्द्वानी के लिये टैक्सी लेकर नगर से रवाना हुए। इस बीच सुबह करीब 10 बजे मुख्यालय से करीब 25 किलोमीटर दूर दोगांव से आगे भेड़िया पखाड़ के पास उन्हें ले जा रही टैक्सी अनियंत्रित होकर करीब 100 फिट गहरी खाई में जा गिरी।

सेवा योजना समिति गठित

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया
राइंका मालदेवता, देहरादून की राष्ट्रीय सेवा योजना सलाहकार समिति का मंगलवार को गठन किया गया। सलाहकार समिति के अध्यक्ष विद्यालय के प्रधानाचार्य ज्योति सिंह कठैत, सचिव कार्यक्रम अधिकारी संजीव सैनी एवं सदस्यगण में पंकज भार्गव, एमएस सजवाण, बीके मिश्रा, राजेन्द्र सिंह रावत, सरोजनी जवाड़ी, जयदीप सदस्य के रूप में चुने गए हैं।
समिति ने सर्वसम्मति से पौधरोपण कार्यक्रम की निरंतरता को कायम रखने, नशा मुक्ति, स्वच्छता जागरूकता, छात्र-छात्राओं के पठन पाठन की सतत प्रक्रिया एवं साक्षरता जैसे विषयों पर कार्य करने का निर्णय लिया है।

मांगों को लेकर आशा कार्यकत्रियों का हुजूम सड़कों पर उतरा, डीएम कार्यालय पर किया प्रदर्शन

गोपेश्वर/टीम एक्शन इंडिया
आशा फैसिलिटेटर संगठन, आशा स्वास्थ्य कार्यकत्री, आशा डिस्ट्रिक को-आर्डिनेटर और आशा ब्लॉक को-आर्डिनेटर संगठन की ओर से मंगलवार को चमोली जिला मुख्यालय गोपेश्वर की सड़कों पर अपनी मांगों को लेकर उतरीं।
जिलेभर से पहुंचीं आशा कार्यकत्रियों ने गोपीनाथ मंदिर से जिलाधिकारी कार्यालय तक जुलूस निकाल कर प्रदर्शन किया। जिलाधिकारी कार्यालय पहुंचने पर पुलिस ने उन्हें जिलाधिकारी कार्यालय के परिसर के अंदर जाने से रोकने का भरसक प्रयास किया, लेकिन महिला पुलिस न होने के कारण पुरुष जवानों को आशा कार्यकत्रियों को रोकने में काफी पसीना बहाना पड़ा। पुलिस के जवान आशाओं को रोकने में सफल न हो सके और आशाएं गेट को धक्का मार कर परिसर के अंदर घुस गई। वे सरकार और प्रशासन के विरोध में नारेबाजी करती रहीं। इस बीच एक आशा कार्यकत्री बेहोश भी हो गई थी। आशा कार्यकत्रियों का आरोप है कि जिलाधिकारी उनसे मिलने अपने चैंबर से बाहर नहीं आये जबकि आशाएं पूरे जिले भर से अपनी मांगों को लेकर डीएम को मिलनी पहुंचे थीं।
आशा फैसिलिटेटर संगठन की जिलाध्यक्ष किरन बिष्ट, सचिव मोनिका रौतेला, आशा स्वास्थ्य कार्यकत्री संगठन की अध्यक्ष विनीता पुरोहित, सचिव सुनीता राणा का कहना है कि उनका संगठन लंबे समय से अपनी मांगों को लेकर आंदोलन करता आ रहा है, लेकिन उनकी मांग नहीं सुनी जा रही है। इसी को लेकर प्रदेश स्तर पर आंदोलन का आह्वान किया गया था। उन्होंने कहा कि हमारी मांग है कि आशा फेसिलिटेटरों का 20 दिन का मोबिलिटी बढ़ा कर 30 दिन का किया जाए, क्षेत्र भ्रमण का यात्रा भत्ता दिया जाए, पीएलए बैठक का भत्ता बढ़ाया जाए, आशा कार्यकत्रियों को राज्य कर्मचारी घोषित किया जाए, पांच लाख का निशुल्क बीमा किया जाए, एक वर्ष में दो बार गणवेश भत्ता दिया जाए, आशा घरों का निर्माण किया जाए शामिल है।

बनबसा में हुआ प्रांतीय बौद्धिक और ज्ञान-विज्ञान मेला

बनबसा (चम्पावत)/टीम एक्शन इंडिया
प्रभाती लाल गोयल सरस्वती शिशु मंदिर में विद्या भारती के विद्यालयों के प्रांतीय बौद्धिक एवं ज्ञान-विज्ञान मेले का आयोजन हुआ। मेले में संभाग कुमाऊं मंडल के जन शिशु शिक्षा के तीनों संभाग पिथौरागढ़, नैनीताल और अल्मोड़ा के विद्या भारती विद्यालयों के छात्र-छात्राओं ने हिस्सा लिया। इस मौके पर हुई विभिन्न प्रतियोगिताओं में नैनीताल संभाग प्रथम, पिथौरागढ़ संभाग द्वितीय और अल्मोड़ा संभाग ने तृतीय स्थान हासिल किया।
बाहरी स्कूलों से आए छात्र-छात्राओं का तिलक लगाकर स्वागत किया गया। इस मौके पर

बच्चों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम पेश किए।
विद्या भारती के सह प्रदेश निरीक्षक ईश्वरी दत्त जोशी द्वारा प्रतियोगिताओं को शुरू करने का उद्घोष जारी हुआ। मेले का प्रथम चरण समाजसेवी मनोज मित्तल की अध्यक्षता में शुरू किया गया। मुख्य अतिथि व्यापार मंडल महामंत्री अभिषेक गोयल, विशिष्ट अतिथि केनरा बैंक के शाखा प्रबंधक महेश कापड़ी, समाजसेवी संदीप पाठक, विद्यालय के संरक्षक रमेश गोयल, विद्याभारती के सह प्रदेश निरीक्षक ईश्वरी दत्त जोशी, पिथौरागढ़ संभाग निरीक्षक राजेंद्र चंद, नैनीताल संभाग निरीक्षक मंगत गोस्टा और अल्मोड़ा संभाग निरीक्षक आलम सिंह उनियाल, प्रधानाचार्य कुंडल सिंह कार्की, प्रबंध समिति अध्यक्ष डॉ. जनक चंद, कैलाश थपियाल, व्यवस्थापक नारायण दत्त भट्ट आदि मौजूद थे।
संचालन सरस्वती शिशु मंदिर चोरगलिया के प्रधानाचार्य प्रकाश चंद्र परगाईं ने किया। कार्यक्रम में अतिथियों ने विभिन्न बौद्धिक प्रतियोगिताओं में प्रतिभाग करने वाले भैया बहनों को आशीर्वचन देते हुए उनको शुभकामनाएं दीं।

सड़कों को गड्ढा मुक्त करने के लिए 450 करोड़ रुपये जारी

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया
अपर मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने मंगलवार को बताया कि राज्य में सड़कों के पैचवर्क (गड्ढा मुक्त) के लिए इस वर्ष 450 करोड़ रुपये जारी कर दिए गए हैं। गढ़वाल मण्डल के जिलाधिकारियों को भी एसीएस ने सड़कों को गड्ढा मुक्त करने के लिए 1 अक्टूबर से 30 नवम्बर तक दो महीने का गहन अभियान चलाने की अवधि दी है। इसके साथ ही उन्होंने बताया कि पर्वतीय क्षेत्रों में क्रैश बैरियर लगाए जाने को लेकर शासन स्तर पर कार्रवाई पूरी हो चुकी है। सड़क सुरक्षा के लिए इस वर्ष 300 करोड़ रुपये का प्रावधान किया गया है। उन्होंने इस सम्बन्ध में

जिलाधिकारियों को जल्द से जल्द प्रस्ताव भेजने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने स्वास्थ्य विभाग को एम्स ऋषिकेश में पर्वतीय क्षेत्रों से आने वाले मरीजों की सहायता व सुविधा के लिए हेल्प डेस्क और जरूरतमंदों के आयुष्मान कार्ड बनाने में सहायता के लिए विशेष हेल्प डेस्क बनाने के लिए कार्रवाई करने के निर्देश दिए हैं। सचिवालय में समीक्षा बैठक के दौरान अपर मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने गढ़वाल मण्डल के जनपदों में चिकित्सा, पेयजल, शिक्षा, सड़कों व अन्य मूलभूत जन सुविधाओं को बेहतर बनाने के सम्बन्ध में जिलाधिकारियों को महत्वपूर्ण निर्देश दिए।
डेंगू के प्रकरणों का संज्ञान लेते हुए एसीएस राधा रतूड़ी ने जिलाधिकारियों को जिलों में डेंगू कण्ट्रोल रूम स्थापित करने के साथ ही जन जागरूकता व स्वच्छता अभियान पर विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए हैं। इसके साथ ही उन्होंने सभी जिलाधिकारियों एवं सीएमओ को अस्पतालों की व्यवस्थाओं को सुधारने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने जिलाधिकारियों को पीएमजीएसवाई योजना की नियमित समीक्षा के साथ ही इसमें जिला प्रशासन की सक्रिय भागीदारी की हिदायत दी है। एसीएस ने गढ़वाल मण्डल के जिलों विशेषकर चारधाम यात्रा मार्ग पर वेस्ट मैनेजमेण्ट में बेस्ट प्रैक्टिसेज को अपनाने के साथ ही इस पर त्वरित कार्रवाई के कड़े निर्देश दिए हैं। इसके साथ ही उन्होंने जिलाधिकारियों को सख्त हिदायत दी है यदि पर्वतीय क्षेत्रों में किसी भी स्थान पर टैम्परेरी ट्रॉली के उपयोग का मामला संज्ञान में आता है तो वहां पर ब्रिज बनाने का प्रस्ताव तत्काल शासन को भेजा जाए। उन्होंने जिलाधिकारियों को पर्यटक स्थलों विशेषकर चारधाम यात्रा रूट पर पार्किंग स्थल चिह्नित कर इस सम्बन्ध में प्रस्ताव बनाकर जल्द से जल्द आवास विभाग को भेजने के भी निर्देश दिए हैं।

वाणिज्य विभाग की प्रतियोगिताओं ने वंदना अव्वल

गोपेश्वर/टीम एक्शन इंडिया
कर्णप्रयाग महाविद्यालय के वाणिज्य विभाग की ओर से आयोजित लेखाकंन, अर्थशास्त्र और ई कामर्स पर आयोजित पोस्टर और मॉडल प्रतियोगिता में वंदना ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। मंगलवार को महाविद्यालय में आयोजित प्रतियोगिता में वंदना ने प्रथम, नीतिशा ने द्वितीय और संध्या कांडपाल ने तीसरा स्थान प्राप्त किया।
महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. केएल तलवाड़ ने प्रतियोगिता भाग लेने वाले समस्त छात्र-छात्राओं को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि अवसर मिलने पर ही प्रतिभाएं निखरती हैं, इसलिए प्रतिभाग करना महत्वपूर्ण होता है। इस मौके पर प्रभारी डा. हरीश चंद्र रतूड़ी, डा.रविंद्र कुमार, डा. नेतराम, डा. दीप सिंह, डा. हीना नौटियाल, डा. विजय कुमार आदि मौजूद थे।

संपादकीय

पर्यटन स्थलों का विकास

27 सितंबर को 'विश्व पर्यटन दिवस' है। हालांकि भारत अपना राष्ट्रीय पर्यटन दिवस 25 जनवरी को मनाता है। जानकारी देना चाहूंगा कि विश्व पर्यटन दिवस के दिन आज बहुत से देशों में अलग-अलग गतिविधियां, कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। मेले तक लगाये जाते हैं। पर्यटन किसी भी देश के विकास का साक्षी बनता है इसलिए हमें यह चाहिए कि हम विभिन्न पर्यटन स्थलों का विकास करके, उनका संरक्षण करके लोगों के आपसी संपर्क को बढ़ा कर मित्रता व आपसी सहयोग व सद्भाव को ज्यादा से ज्यादा बढ़ावा दें। जानकारी देना चाहूंगा कि किसी भी देश की अर्थव्यवस्था में पर्यटन का बड़ा योगदान होता है। पर्यटन स्थलों पर देश-विदेश से आने वाले विभिन्न पर्यटक विभिन्न परिवहन साधनों से लेकर होटल, रेस्तरां और पर्यटन स्थलों के टिकट पर व्यय करते हैं और देश को बड़ी आय या इनकम होती है। वास्तव में विदेशी पर्यटकों को अपने देश में आकर्षित करने और पर्यटन के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए हर वर्ष विश्व पर्यटन दिवस मनाया जाता है। बहरहाल, जानकारी देना चाहूंगा कि पिछले कुछ सालो में विश्व पर्यटन दिवस विभिन्न सरकारों, व्यवसायों और व्यक्तियों, विभिन्न संगठनों के लिए एक साथ आने और इस पर विस्तार से चर्चा करने का एक आवश्यक मंच बन गया है। पाठकों को जानकारी देना चाहूंगा कि पर्यटन आर्थिक विकास(इकोनोमिक डेवलपमेंट) का एक शक्तिशाली चालक है, जो दुनिया के विभिन्न देशों की जीडीपी में अपना महत्वपूर्ण व अभूतपूर्व योगदान देता है और लाखों नौकरियां भी पैदा करता है। वास्तव में, यह अंतर-सांस्कृतिक समझ को भी बढ़ावा देता है और विविध पृष्ठभूमि के लोगों को एक साथ लाकर शांति, सद्भाव और सौहार्द को भी बढ़ावा देता है।इसके अलावा, यह दिन पर्यटन उद्योग के सामने आने वाले महत्वपूर्ण मुद्दों को संबोधित करने के लिए एक मंच प्रदान करता है। पर्यटन उद्योग में अनेक प्रकार की चुनौतियाँ और अवसर है।वास्तव में, पर्यटन के महत्व को उजागर करने के लिए प्रतिवर्ष 27 सितंबर को विश्व पर्यटन दिवस के रूप में मनाया जाता है?। पर्यटन भी रोजगार का एक साधन है और पर्यटन दुनिया भर में रोजगार का सृजन करने और दुनिया भर के लाखों लोगों के लिए भविष्य बनाने में मदद करता है। जानकारी देना चाहूंगा कि पर्यटन रोजगार का ही सृजन नहीं करता है, अपितु यह(पर्यटन) वैश्विक रूप से, विभिन्न सामाजिक, सांस्कृतिक, राजनीतिक तथा आर्थिक मूल्यों को बढ़ाने में तथा आपसी समझ बढ़ाने में भी सहायता करता है। मनोरंजन का साधन तो यह है ही। जानकारी देना चाहूंगा कि प्रत्येक वर्ष विश्व पर्यटन दिवस के विषय की यूएनडब्ल्यूटीओ द्वारा कोई न कोई थीम रखी जाती है। पाठकों को जानकारी देना चाहूंगा कि वर्ष 2022 में जहां इसकी थीम 'पर्यटन पर पुनर्विचार' रखी गई थी और होस्ट इंडोनेशिया था। यहां यह भी उल्लेखनीय है कि कोरोना महामारी से पर्यटन को काफी नुकसान हुआ था, इस ओर अधिक ध्यान दिए जाने के लिए यह थीम तय की गई थी। इसी तरह से वर्ष 2021 की थीम 'समावेशी विकास के लिए पर्यटन' रखी गई थी और होस्ट आइवरी कोस्ट था। वर्ष 2020 में थीम 'पर्यटन और ग्रामीण विकास' रखी गई थी और होस्ट अर्जेंटीना, ब्राजील और सदस्य सहयोगी थे।

भाषा और संवाद के गिरते स्तर से आहत संसद

राजेश माहेश्वरी

> "इस निरंकुशता में भी संशोधन किया जाना चाहिए। शायद स्पीकर इस मामले को विशेषाधिकार समिति को भेजें, लेकिन ऐसे गालीबाज सांसद को तुरंत निलंबित किया जाना चाहिए था। जब कांग्रेस संसदीय दल के नेता अधीर रंजन चैधरी और विपक्ष के अन्य सांसदों के खिलाफ निलंबन की कार्रवाई की गई, तो तुरंत फैसला लिया गया। क्या रमेश बिधुड़ी को सत्ता पक्ष का सांसद होने के नाते ढील दी गई है और मुद्दे को शांत और ठंडा होने दिया जा रहा है? कारण कुछ भी हो, संसद के भीतर ये गालियां स्वीकार्य नहीं होनी चाहिए। भाजपा सांसद के एक मुस्लिम सांसद के प्रति धर्मसूचक शब्द का इस्तेमाल करने से पूरा राजनीतिक जगत हिल गया। ऐसे में तमिलनाडु सरकार के मंत्री द्वारा भारत के 80 फीसदी लोगों के धर्म को डेंगू, मलेरिया, कोरोना बताकर समूल नष्ट करने की बात कहने और लगातार दोहराए जाने के बाद तो पूरे देश को आंदोलित होना चाहिए था"

संसद का विशेष सत्र कई मायनों में ऐतिहासिक रहा। इस सत्र में नयी संसद में कामकाज की शुरूआत हुई तो वहीं बरसों से अटका पड़ा महिला आरक्षण विधेयक भारी बहुमत से पास हुआ। लेकिन इस सत्र में एक घटना ने लोकतंत्र के मंदिर की पवित्रता को भंग करने का काम किया। असल में दक्षिण दिल्ली के भाजपा सांसद रमेश बिधुड़ी ने उत्तर प्रदेश के बहुजन समाज पार्टी के सांसद दानिश अली के लिए जिन अपशब्दों का प्रयोग किया है, वह व्यवहार पूरी तरह अक्षम्य है। बिधूड़ी ने भाषा और संवाद की मयार्दा को तार-तार किया। इस मामले में जमकर राजनीति भी हो रही है। राहुल गांधी और अन्य दलों के नेता दानिष अली के समर्थन में सामने आए। कई विपक्षी सांसदों ने इसे श्विशेषाधिकार के उल्लंघनश का मामला बताते हुए स्पीकर से कार्रवाई की मांग रखी। इसी बीच, भाजपा सांसद निशिकांत दुबे ने बसपा सांसद दानिश अली सहित कई अन्य विपक्षी सांसदों के व्यवहार को गलत बताते हुए स्पीकर को पत्र लिख दिया। उन्होंने पूरे मामले की जांच के लिए एक ह्यजांच समितिह्न बनाने की मांग की है। बीजेपी सांसद निषिकांत दुबे का कहना है कि ह्यबिधूड़ी के पूरे भाषण के दौरान, उस दिन दानिश अली लगातार रनिंग कमेंट्री कर रहे थे और बिधूड़ी को परेशान करने और उन्हें उकसाने के उद्देश्य से सभी के प्रति अभद्र टिप्पणियां भी कर रहे थे, जिससे उनकी शांति और संयम खो जाए और वह सदन में सही तरीके से अपने विचार व्यक्त न कर पाएं। दुबे ने पत्र में कहा है, उन्होंने (दानिश अली) प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के खिलाफ बेहद आपत्तिजनक और निंदनीय टिप्पणी की, जिसे सुनकर कोई भी देशभक्त जनप्रतिनिधि अपनी शांति खोकर और उनके जाल में फंसकर अप्रिय बोल सकता था और उस दिन ऐसा ही हुआ। बीजेपी सांसद रमेश बिधूड़ी ने दानिश अली के धर्म को लेकर जिन शब्दों का उपयोग किया उन्हें असंसदीय मानकर कार्यवाही से निकाल दिया गया। लोकसभा अध्यक्ष ओमप्रकाश बिरला ने रमेश बिधूड़ी को कड़ी चेतावनी दी, वहीं भाजपा अध्यक्ष जगतप्रकाश नड्डा ने 15 दिन में जवाब मांगा है। बिधूड़ी ने गत दिवस पार्टी अध्यक्ष को अपना जवाब सौंप दिया है। संसद में रक्षा मंत्री राजनाथ

सिंह ने अपनी पार्टी के सांसद के अशोभनीय बयान के लिए माफी मांगने की सौजन्यता भी दिखाई। वहीं दानिश अली ने अध्यक्ष से मामले को विशेषाधिकार समिति में भेजने की अपील के साथ चेतावनी दी कि न्याय न मिलने पर वे सदस्यता छोड़ देंगे। लेकिन अब तक जो होता आया है उसके अनुसार मामला विशेषाधिकार समिति में जाएगा और रमेश बिधूड़ी के माफी मांग लेने पर उसका पटाक्षेप हो जाएगा। हाल ही में कांग्रेस नेता अधीर रंजन चैधरी द्वारा प्रधानमंत्री के बारे में की गई आपत्तिजनक टिप्पणियों के संदर्भ में भी यही देखने मिला। बावजूद इसके संसद या उसके बाहर ऐसी बातें कहने का अधिकार किसी को भी नहीं है। संविधान के अनुच्छेद 105 (2) के मुताबिक, संसद में कही गई बात को अदालत में चुनौती नहीं दी जा सकती। इस निरंकुशता में भी संशोधन किया जाना चाहिए। शायद स्पीकर इस मामले को विशेषाधिकार समिति को भेजें, लेकिन ऐसे गालीबाज सांसद को तुरंत निलंबित किया जाना चाहिए था। जब कांग्रेस संसदीय दल के नेता अधीर रंजन चैधरी और विपक्ष के अन्य सांसदों के खिलाफ निलंबन की कार्रवाई की गई, तो तुरंत फैसला लिया गया। क्या रमेश बिधुड़ी को सत्ता पक्ष का सांसद होने के नाते ढील दी गई है और मुद्दे को शांत और ठंडा होने दिया जा रहा है? कारण कुछ भी हो, संसद के भीतर ये गालियां स्वीकार्य नहीं होनी चाहिए। भाजपा सांसद के एक मुस्लिम सांसद के प्रति धर्मसूचक शब्द का इस्तेमाल करने से पूरा राजनीतिक जगत हिल गया। ऐसे में तमिलनाडु सरकार के मंत्री द्वारा भारत के 80 फीसदी लोगों के धर्म को डेंगू, मलेरिया, कोरोना बताकर समूल नष्ट करने की बात कहने और लगातार दोहराए जाने के बाद तो पूरे देश को आंदोलित होना चाहिए था। बजाय इसके कांग्रेस अध्यक्ष के बेटे तक ने सनातन विरोधी बयान का समर्थन कर डाला। उत्तर प्रदेश में समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष स्वामी प्रसाद मौर्य रामचरित मानस के बारे में अपमानजनक टिप्पणी करने के बावजूद पार्टी के पद पर हैं। बीते कुछ दिनों से वे हिंदू शब्द की बेहद निम्न स्तरीय व्याख्या कर रहे हैं किंतु समाजवादी पार्टी, बहुजन समाज पार्टी, कांग्रेस या अन्य किसी को उसमें कोई बुराई नजर नहीं आ रही। स्वामी प्रसाद की देखा सीखी बिहार में नीतीश सरकार के कुछ मंत्री भी निरंतर रामचरितमानस और सनातन धर्म पर घटिया टिप्पणियां कर रहे हैं, जिनको न मुख्यमंत्री रोक रहे हैं और न ही लालू प्रसाद यादव। कांग्रेस नेता राहुल गांधी 2019 के चुनाव में चौकीदार चोर का नारा किसके लिए लगवाते थे, ये सब जानते हैं। सभी मोदी चोर हैं जैसी टिप्पणी के लिए तो वे मानहानि के दोषी तक करार दिए गए। इसके अलावा वीर सावरकर के बारे में उनके सार्वजनिक बयान क्या एक राष्ट्रीय नेता की प्रतिष्ठा के अनुरूप थे ? यह विचारणीय विषय है कि ऐसी टिप्पणियां करके ये नेता राज्य की जनता को क्या संदेश दे रहे हैं? शायद नेता भूल गए कि आम जनता राजनीतिक नेतृत्व को रोल मॉडल मानती है। अपने सदाचरण के लिए महात्मा गांधी को राष्ट्रपिता, पं.जवाहर लाल नेहरू को चाचा नेहरू तथा कई अन्य राजनेताओं को इसी तर्ज पर आत्मीय संबोधन मिले, लेकिन मौजूदा दौर में कोई नेता आम आदमी से ऐसी आत्मीयता का हकदार नहीं दिखता। इसकी एकमात्र वजह नेताओं का आचरण और जीवनशैली है। इन्हीं हालात के चलते राजनीतिक क्षेत्र में दबंगों, कारोबारियों और अपराधियों का वर्चस्व बढ़ता जा रहा है क्योंकि अच्छी सोच रखने वाले लोग राजनीति को अपने लिए सही स्थान नहीं मानते। देश की लोकतांत्रिक व्यवस्था के लिए यह अच्छा संकेत नहीं है। देश के प्रधानमंत्री मोदी के लिए कांग्रेस नेताओं ने अनेक गालियों का इस्तेमाल किया है और वे अपशब्द इनसे भी ज्यादा अभद्र और अश्लील रहे हैं, लेकिन कांग्रेस को कुछ भी हासिल नहीं हुआ। इधर भाजपा सांसद ने बसपा सांसद को गालियां दीं, उधर हरियाणा के प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष उदयभान ने अकारण ही प्रधानमंत्री और राज्य के मुख्यमंत्री के लिए घोर अपमानजनक शब्दों का प्रयोग किया। क्या राजनीति इसी आधार पर की जा सकती है? इस हम्माम में सभी दलों के नेता डूबे हैं। उनके खिलाफ आज तक कोई कार्रवाई नहीं की गई, लिहाजा शक होता है कि बिधुड़ी के खिलाफ भी कुछ किया जाएगा। सनातन धर्म के बारे में द्रमुक अध्यक्ष स्टालिन के बेटे उदयनिधि द्वारा की जा रही अनर्गल टिप्पणियां यदि किसी अन्य धर्म के बारे में की गई होती तो उनका जीना दूभर हो जाता। कहने का आशय ये है कि अशालीन और अपमानजनक टिप्पणियों के विरुद्ध एक जैसी राय रखी जानी चाहिए। इसमें राजनीतिक लाभ और हानि की बजाय गुण-दोष के आधार पर फैसला किया जाना जरूरी है। जो गलत है वो गलत है, फिर चाहे उदयनिधि हों, स्वामी प्रसाद हों या फिर रमेश बिधूड़ी। भाजपा को चाहिए वह रमेश बिधूड़ी पर कड़ी कार्रवाई करे। लेकिन एक सांसद पर डंडा चला देने से सब कुछ ठीक हो जाएगा ये मानकर बैठ जाना निरी मूर्खता होगी। दरअसल, जब राजनीति वैचारिक आधार खो देती है, तब राजनीतिक कार्यकर्ता ऐसा आचरण करने लगते हैं। ये घटनाएं संकेत देती हैं कि राजनीति किस हद तक वैचारिक दीवालियेपन की शिकार हो चुकी है।

कविता

कैसे जख्म दिखाएं जमाने को

कैसे जख्म दिखाएँ जमाने को,
हमेशा जहर दिया दीवाने को।।

नादाँ न समझ पाया जमाने को,
हमेशा हमदर्द समझा जमाने को।

फरेब नहीं किया कभी किसी से,
मासूम,बूझ न पाया जमाने को।

बन्दीश थी प्यार पर दीवाने की,
इश्क में प्यारा पैगाम दिया जमाने को।

गजल,आशिकी, दिवानगी बेमानी है
आशिक है क्या समझेगा जमाने को।

आवारा मसीहा था दीवाना,मस्ताना,
आशिक की फिक्र ही कहाँ ,जमाने को।

इश्क नेमत है, बताओ जरा जमाने को,
मोहब्बत पाकीजा है समझा जरा जमाने को,

छोड आशिकी मनाले जमाने को,
बन जा बाहुबली,चला जमाने को।।

संजीव ठाकुर

त्वचा के ग्लो के लिए टोनर का उपयोग

शहनाज हुसैन

टोनर को हम अपने सौन्दर्य प्रसाधनों में सबसे कम अहमियत देते हैं क्योंकि अभी भी ज्यादातर महिलाएं इसके महत्व और उपयोग को लेकर जागरूक नहीं है जबकि टोनर दिन और रात में त्वचा के देखभाल में सबसे ज्यादा महत्वपूर्ण रोल अदा करता है / टोनर त्वचा की सफाई , नमी और पी एच स्तर के नियन्त्रण में मददगार साबित होता है / स्किन टोनर त्वचा को साफ कर पोर्स में फंसी गंदगी, मैल और अन्य अशुद्धियों को हटा देता है/ टोनर लगाने से स्किन हाइड्रेट रहती है/ टोनर के इस्तेमाल से रूखी त्वचा में नमी आती है/ टोनर आपकी त्वचा के पीएच लेवल के बैलेंस करने में मदद करता है/

चेहरा फेसवॉश करने के बाद आपकी त्वचा के रोम छिद्र खुल जाते हैं। इसलिए त्वचा पर कोई क्रीम या मॉइश्चराइजर लगाने से पहले टोनर का उपयोग करना चाहिए। टोनर त्वचा को गहराई से साफ करने के साथ.साथ त्वचा के पोर्स को टाइट करने में भी मदद कर सकता है तथा एक तरह का नैचरल लुब्रिकेंट होता जो आपकी त्वचा के प्रकृतिक तैलीय सन्तुलन बनाए रखने में मदद करता है / जब इसे नियमित रूप से उपयोग किया जाता हैए तो यह त्वचा में झुर्रियां, कील मुहांसों सहित त्वचा की कई समस्याओं को दूर कर देता है/ अगर आपने मेकअप किया है तो सबसे पहले मेकअप हटा लें और इसके बाद फेसवॉश से चेहरे को धो लें/ फेस की क्लीनिंग के बाद टोनर लगाएं / आपने मेकअप नहीं किया हुआ है तो आप फेसवॉश के बाद टोनर का इस्तेमाल कर लें/ इसके बाद आप कोई सीरम या फिर अपना मॉइस्चुराइजर लगा सकते हैं/ इसके बाद आप अपनी ब्यूटी क्रीम को अप्लाई करें/

बाजार से टोनर खरीदना कई बार न केवल महंगा साबित होता बल्कि उसकी गुणबत्ता को लेकर भी काफी सबाल देखने में मिलते हैं / हमारे

किचन में ही ऐसी कई चीजें मौजूद हैं जो टोनर का काम करती हैं और स्किन की खूबसूरती बढ़ाती हैं। गुलाब जल, खीरा, नींबू, खस जैसी सामग्री से आप घर पर ही टोनर बना सकती हैं। त्वचा को ताजा मुलायम बनाने के लिए ग्रीन टी, एप्पल साइडर विनेगर, आलू और टमाटर का भी उपयोग कर सकती हैं।

गुलाबजल और कच्चा दूध ऐसे स्किन टोनर हैं, जिनका उपयोग हर तरह की त्वचा पर किया जा सकता है / ये चीजें घर की दैनिक जरूरतों में भी उपयोग होती हैं। इसलिए आपको टोनर के लिए अलग से पैसे खर्च करने की जरूरत नहीं पड़ती है। ग्रीन टी टोनर त्वचा द्वारा उत्पादित सीबम को नियंत्रित करता है। यह स्किन को आयल फ्री बनाये रखता है। ग्रीन टी के एंटी बैक्टीरियल और एंटी इन्फ्लामेट्री गुण सूजन को कम करते हैं। ये मुंहासों को कंट्रोल करते हैंए जिससे साफ, बेदाग त्वचा मिलती है।

विचार

दुनिया में तेजी से बढ़ रहा है पर्यटन उद्योग

रमेश सर्राफ धमोरा

किसी भी देश की अर्थव्यवस्था में पर्यटन का बड़ा योगदान होता है। पर्यटन जिसे चिमनी विभिन्न उद्योग के नाम से भी जाना जाता हैं। आज भी लाखों लोगों को प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से रोजगार उपलब्ध करा रहा है। पर्यटन स्थलों पर देश-विदेश से आने वाले पर्यटक परिवहन साधनों से लेकर होटल, रेस्तरां और पर्यटन स्थलों के टिकट पर व्यय करते हैं। जिससे राजस्व की बढ़ोतरी होती है। घूमने का शौक रखने वाले नए-नए पर्यटन स्थलों की खोज में रहते हैं। पर्यटन को बढ़ावा देने, पर्यटकों को आकर्षित करने और जागरूकता बढ़ाने के लिए हर वर्ष विश्व पर्यटन दिवस मनाया जाता है। आज के समय में जहां हर देश की पहली जरूरत अर्थव्यवस्था को मजबूत करना है। वहीं आज पर्यटन के कारण कई देशों की अर्थव्यवस्था पर्यटन उद्योग के इर्द - गिर्द घूमती है। यूरोपिय देश, तटीय अफ्रीकी देश, पूर्वी एशियाई देश, कनाड़ा, आस्ट्रेलिया आदि ऐसे देश है। जहां पर पर्यटन उद्योग से प्राप्त आय वहां की अर्थव्यवस्था को मजबूती प्रदान करती है। पर्यटन सिर्फ हमारे जीवन में खुशियों के पल को वापस लागे में ही मदद नहीं करता है। बल्कि यह किसी भी देश के सांस्कृतिक, सामाजिक, राजनैतिक और आर्थिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। वैश्विक स्तर पर पर्यटन दिवस 27 सितंबर को मनाते हैं। पहली बार विश्व पर्यटन दिवस 1980 में मनाया गया था। इस दिन की शुरूआत संयुक्त राष्ट्र विश्व व्यापार संगठन ने की थी। 27 सितंबर के दिन विश्व पर्यटन दिवस मनाने की खास वजह थी। इसी दिन 1970 में संयुक्त राष्ट्र विश्व व्यापार संगठन को मान्यता मिली थी। संयुक्त राष्ट्र विश्व व्यापार संगठन की वर्षगांठ के दिन विश्व पर्यटन दिवस मनाने का फैसला लिया गया। पर्यटन दिवस को मनाने का उद्देश्य पर्यटन के जरिए रोजगार को बढ़ावा देने, लोगों को पर्यटन के प्रति जागरूक करने और अधिक से अधिक पर्यटन स्थलों के बारे में लोगों को जानकारी देना है। हर साल विश्व पर्यटन दिवस की मेजबानी दुनिया का कोई एक देश करता है। पिछले साल विश्व पर्यटन दिवस का मेजबानी इंडोनेशिया ने की थी। था। इस बार सऊदी अरब विश्व पर्यटन दिवस 2023 की मेजबानी कर रहा है। विश्व पर्यटन दिवस की एक खास थीम होती है। पिछले सात की थीम पर्यटन पर पुनर्विचार थी। कोरोना महामारी से पर्यटन को काफी नुकसान हुआ है। इस ओर अधिक ध्यान दिए जाने के लिए यह थीम तय की गई थी। इस वर्ष विश्व पर्यटन दिवस 2023 की थीम पर्यटन और हरित निवेश है। विश्व पर्यटन दिवस अंतरराष्ट्रीय स्तर पर टूरिज्म को बढ़ाने में मदद करता है। ताकि देशों को पर्यटन के लिहाज से एक दूसरे से जोड़ा जा सके। यात्रियों को अपने देश के अलावा विदेशी पर्यटक स्थलों के बारे में भी पता चले और वह दूसरे देश के पर्यटन के जरिए विदेशी संस्कृति को करीब से जान पाए। भारत दुनिया के उन चुनिंदा देशों में से है जहां कलात्मक, धार्मिक और प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर दर्शनीय स्थलों एवं कृतियों की कमी नहीं है। यही कारण है कि हजारों मील दूर रहने वाले विदेशी लोग भी पर्यटन के लिए यहां आने का लोभ छोड़ नहीं पाते हैं। यही नहीं देशी पर्यटक भी बड़ी तादाद में कश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक फैले देश के विभिन्न पर्यटन केंद्रों पर देखे जा सकते हैं। देश के लिए बहुमूल्य विदेशी मुद्रा की कमाई करने में पर्यटन उद्योग का अच्छा खासा महत्व है। विशेषज्ञों द्वारा संभावना जताई जा रही है कि आगामी दस वर्षों में पर्यटन आधारित अर्थव्यवस्था में भारत का स्थान विश्व में तीसरा हो जाएगा। देश में इस दौरान लगभग एक करोड़ नये रोजगाार का इस क्षेत्र में सृजन होने की उम्मीद है। वर्ल्ड ट्रेवल एंड टूरिज्म कौंसिल द्वारा जारी रिपोर्ट में इस आशय की संभावनाओं की ओर इशारा किया गया है। अभी देश में लगभग चार करोड़ लोग टूर एंड टूरिज्म इंडस्ट्री के माध्यम से प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्ष तौर पर आजीविका हासिल कर रहे हैं। देश की अर्थव्यवस्था के विभिन्न पहलुओं पर नजर रखने वालों का मानना है कि देश में उपलब्ध पर्यटन क्षमता का समुचित रूप से इस्तेमाल नहीं किया जा रहा है।

एक्शन इंडिया दैनिक

भगवान शंकर जी के ग्यारहवें रुद्रावतार हनुमान जी (मेंहदीपुर, श्री बाला जी) के संरक्षण में संचालित किया जाता है। समाचार-पत्र का यह अंक भी उन्हीं के चरणों में श्रद्धापूर्वक समर्पित है।

आरएनआई: UTTHIN / 2009 / 31653

स्वामी, मुद्रक एवं प्रकाशक, राकेश भारद्वाज द्वारा मारुतिनंदन प्रिंटर्स एंड पब्लिशर्स, ए-15, बड़ा बाग, जीटी करनाल रोड इन्डस्ट्रीयल एरिया, नई दिल्ली-33 से मुद्रित एवं 7/1 बल्लूपुर रोड, डॉ. टी पटनायक के सामने, कृष्णा नगर चौक के पास देहरादून, उत्तराखंड से प्रकाशित। एक्शन इंडिया में प्रकाशित लेखों में व्यक्त किये गये विचार एवं दृष्टिकोण संबंधित लेखक के हैं। संपादक या प्रकाशक का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है। किसी भी विवाद का न्यायिक क्षेत्र देहरादून ही होगा।

सम्पादक: रवि भारद्वाज (+919999889104)
actionindiaddn@gmail.com

वैधानिक सूचना

पाठकों को सलाह है कि एक्शन इंडिया, समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन के आधार पर कोई निर्णय लेने से पहले विज्ञापन में प्रकाशित उक्त उत्पाद या सेवा के बारे में आवश्यक जांच-पड़ताल कर लें। समाचार पत्र प्रबंधक किसी भी विज्ञापन में गुणवत्ता, सेवा आदि के विवरण के बारे में विज्ञापनदाता द्वारा किए गए दावे या उल्लेख की पुष्टि या समर्थन नहीं करता है। अत: समाचार पत्र उक्त विज्ञापनों के बारे में किसी प्रकार से उत्तरदायी नहीं होगा।

चिंतन

मोटे अनाज विदेशी मेहमानों की थाली में परोसे जा रहे

विजय गर्ग

मोटे अनाजों पर यह कहावत पूरी तरह चरितार्थ होती है कि 'पुरुष बली नहीं होत है, समय होत बलवान ।' हरित क्रांति के दौर में जो मोटे अनाज गरीबों की थाली तक सिमट गए थे, आज वे विदेशी मेहमानों की थाली में परोसे जा रहे हैं। हाल में संपन्न जी-20 शिखर सम्मेलन और उसके पहले देश भर में हुई इस समूह की अन्य बैठकों में मेहमानों के स्वागत से लेकर होटल के खाने-पीने तक हर जगह देसी टच दिया गया। विदेशी नेताओं को मोटे अनाज जैसे ज्वार, बाजरा और रागी से बने पकवान परोसे गए। विदेशी मेहमानों ने मोटे अनाज से बने स्नैक का लुत्फ देसी चाय के साथ उठाया। इससे भारत के मोटे अनाजों की अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ब्रांडिंग भी हुई। मोटे अनाजों के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए 2023 को 'इंटरनेशनल ईयर आफ मिलेट्स' घोषित किया गया है। इससे पहले 2018 में भारत ने राष्ट्रीय स्तर पर मोटा अनाज वर्ष मनाया था। मिलेट्स में मोटे एवं छोटे दानों वाले अनाज शामिल होते हैं। प्रमुख मोटे अनाजों में ज्वार, बाजरा, रागी का नाम आता है तो वहीं छोटे अनाजों में कुटकी, कांगनी, कोदो और सावां शामिल हैं। इनमें कैल्शियम, आयरन और फाइबर समेत ढेरों पोषक तत्व पाए जाते हैं। इसीलिए मोटे अनाजों को सुपरफूड का दर्जा दिया गया है। आज मोटे अनाज आकर्षक पैकिंग में बड़े-बड़े शापिंग माल में बिक रहे हैं। दुनिया के कई देशों में इन अनाजों को बड़े चाव से खाया जाता है। पोषक तत्वों की भरपूर मौजूदगी और बीमारियों से लड़ने की अद्भुत क्षमता को देखते हुए मोटे अनाज देश की पोषण सुरक्षा के लिए महत्वपूर्ण हैं। इसीलिए चिकित्सा जगत मोटे अनाजों को भोजन में शामिल करने की पैरवी कर रहा है। अब सरकार ने भी मोटे अनाजों से बने प्रसंस्कृत उत्पादों को नाश्ते और भोजन की थाली में शामिल करने की योजना बनाई है। प्रसंस्कृत उत्पादों को स्थानीय लोगों की उम्र एवं स्वाद के अनुरूप बनाया जाएगा। उल्लेखनीय है कि देश की 42 प्रतिशत जनसंख्या का मुख्य आहार स्टार्च युक्त भोजन है और 60 करोड़ लोग गंभीर रूप से कुपोषित हैं।

पेट की थैली

डॉ. सुरेश कुमार

एक बार के लिए दोषी ने अपने पिता और पुत्र की ओर देखा और फिर जज कि ओर देखते हुए कहने लगा झ्र हाँ मैं मानता हूँ कि मैंने अपराध किया है। गैर-कानूनी तरीके से अपने बाप-दादा की जमीन अपने पिता और पुत्र की अनुमति के बिना बेचना अपराध है। किंतु मुझे ऐसा अपराध करने का कोई पछतावा नहीं है। यह अपराध न्यायसंगत है। मैंने जीवन में इससे भी बड़े कई अपराध किए हैं। उन अपराधों के लिए पछतावा है, लेकिन इसके लिए कतई नहीं। मेरी सबसे पहली गलती यह है कि मेरा जन्म निम्नवर्गीय परिवार में हुआ। दूसरी गलती यह कि मैने शादी की। अधिक संतानों को जन्म देकर तीसरी गलती की है। अपने पिता की कमजोर पड़ती आँखों का इलाज करवाने की बजाय उनसे जमीन के कागजात पर धोखे से हस्ताक्षर करवाये, यह मेरी चौथी गलती है। मेरी पाँचवीं गलती यह है कि मैंने इकलौते बेटे की ऊँची पढ़ाई के लिए कोई कसर नहीं छोड़ी। सोचा इसकी शादी बड़े घराने में होगी तो बेटियों की शादी के लिए दहेज की चिंता नहीं सताएगी। उसके चक्कर में बेटियों के साथ अन्याय कर बैठा। मेरी छठी गलती यह है कि मैंने दहेज देने की असमर्थता के चलते अपनी बड़ी बिटिया की शादी ऐसे कसाई से कर दी जो उसे हर दिन मारता-पीटता था। एक दिन वह चल बसा। अब बिटिया विधवा बनकर घर में बैठी है। सातवीं गलती यह है कि दूसरी बिटिया अपने पैरों पर खड़े होकर दो-चार पैसे क्या कमा रही थी कि मेरे मन में लालच पैदा हो गया। कहीं उसकी शादी हो गई तो घर में आने वाली आमदनी बंद न हो जाए। इसीलिए मैने कभी उसकी शादी नहीं की। मेरी आठवीं गलती यह है कि मेरी तीसरी बिटिया प्रेम विवाह करके घर छोड़कर चली गयी तो मैं दुखी होने के बजाय खुश होने लगा। सोचा किसी तरह बला टली। मैंने नवीं गलती अपनी चौथी बिटिया की पढ़ाई बंद करवाकर की है। वह पढ़ने में अव्वल है। बोर्ड परीक्षा में पूरे जिले में प्रथम आयी थी। मैंने उसकी पढ़ाई यह कहकर बंद करवा दी कि तुम कहीं ज्यादा पढ़-लिख लोगी तो तुम्हारे लिए पढ़ा-लिखा लड़का ढूँढ़ना होगा।

न्यूज़ फ्लैश

शहर की पानी निकासी दे रही जवाब, अधिकारी दौरे पर

खरखौदा/सोनीपत-सोमपाल सैनी
खरखौदा में मंगलवार को सोनीपत नगर निगम आयुक्त विश्राम कुमार मीणा व खरखौदा एसडीएम डॉ अनमोल ने शहर का दौरा किया। इस दौरान अधिकारियों के साथ पानी निकासी की व्यवस्था को जाना और इसके समाधान के आदेश दिए। उन्होंने कहा कि जिसकी जो जिम्मेदारी है उसे पूरी निष्ठा के साथ निभाने का काम करें, एक दूसरे पर जिम्मेदारी टालने का काम किसी भी विभाग का अधिकारी ना करे। आपको बता दे कि नगर निगम आयुक्त ने मंगलवार को खरखौदा का दौरा करते हुए पानी निकासी की व्यवस्था करने के साथ ही बनने वाली मुख्य सड़क के हिस्से, नालों की सफाई को लेकर स्थिति को जाना। इस दौरान शहर वासी भी मौके पर एकत्रित हो गए और उन्होंने सीवर लाइन के ब्लाक होने, नालों का लेवल नहीं होने, पानी निकासी ना होने से हो रही परेशानी उनके समक्ष रखते हुए समस्या के समाधान की मांग की। इस दौरान निगमायुक्त विश्राम कुमार मीणा ने शहर की समस्या को बारिकी से जानने के बाद कहा कि पानी निकासी की यह जो समस्या बनी हुई है उसका स्थायी किया जाए। जिसमें लोक निर्माण विभाग द्वारा बाईपास दिल्ली चौक से शिव चौक के पास तक छह सौ मीटर सीमेंटेड सड़क व नाला निर्माण, सांपला मार्ग पर बाईपास तक छह सौ मीटर सीमेंटेड सड़क व नाला निर्माण करवाया जाएगा। जन स्वास्थ्य विभाग अमृत-2 के तहत पानी निकासी की व्यवस्था करेगा और नगरपालिका नालों की सफाई करने का काम करेगी। निगमायुक्त का कहना है कि खरखौदा की पानी निकासी की समस्या गंभीर है। ग्रिवेंसिस कमेटी की बैठक में भी मुद्दा उठ चुका है। ऐसे में अधिकारी के साथ मिलकर इस पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है, ताकि समस्या को जड़ से खत्म किया जा सके। आदेश दिए गए हैं कि जहां पर लेवलिंग की जरूरत है वहां पर मशीनों से लेवल कर स्थायी समाधान की ओर बढ़ा जाए। इस दौरान नपा सचिव विनय कुमार, एसडीओ अनिल कुमार, एसडीओ अनिल चहल, एसडीओ सुदेश कुमारी सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

वी पेश करते हैं वी ऐप पर अनूठा ऑफर रीचार्ज एण्ड फ्लाय!

गुरुग्राम। त्योहारों के सीजन में खुशियों को और अधिक बढ़ाते हुए जाने-माने दूर संचार सेवा प्रदाता वी ने आज ईज माय ट्रिप के सहयोग से अपने प्रीपेड उपभोक्ताओं के लिए स्पेशल सेलेब्रेटरी ऑफर रीचार्ज एण्ड फ्लाय की घोषणा की है। इस प्रस्ताव के तहत 26 से 30 सितम्बर 2023 के बीच वी ऐप के जरिए रीचार्ज करने वाले वी के उपभोक्ताओं को हर घण्टे रु 5000 तक कीमत की एक मुफ्त डोमेस्टिक फ्लाईट टिकट जीतने का मौका मिलेगा, वैकल्पिक रूप से यूजर ज्यादा कीमत की फ्लाईट टिकट बुक कर रु 5000 का डिस्काउन्ट पा सकते हैं। साथ ही 5 दिनों की ऑफर की अवधि के दौरान उपभोक्ता इंटरनेट का अधिक लाभ उठा सकेंगे क्योंकि वी लेकर आए हैं वी ऐप के जरिए चुनिंदा रीचार्ज करने पर बिना किसी अतिरिक्त लागत के 50 जीबी तक डेटा के फायदे। इसके अलावा के वी के यूजर अन्य रिवॉर्ड्स के साथ-साथ फ्लाईट टिकट पर ईज माय ट्रिप द्वारा रु 400 तक के स्पेशल डिस्काउन्ट कूपन भी जीत सकते हैं। वी ऐप के जरिए जितने ज्यादा रीचार्ज किए जाएंगे, उतना ही फ्लाईट टिकट और अतिरिक्त डेटा जीतने की संभावना बढ़ती चली जाएगी। उपरोक्त ऑफर एक्सक्लुजिव रूप से वी ऐप पर उपलब्ध हैं।

वर्ल्ड हार्ट डे-पोषण सप्लीमेंट के साथ अपने ह्रदय स्वास्थ्य को नियंत्रित करें

गुरुग्राम। वर्ल्ड हार्ट डे पर, गतिहीन जीवन शैली, तंबाकू, आहार पैटर्न में बदलाव और समय पर निदान की कमी के कारण भारत में ह्रदय रोगों की बढ़ती चुनौतियों के प्रति संवेदनशीलता बढ़ाना महत्वपूर्ण है। डब्ल्यूएचओ की एक रिपोर्ट के अनुसार, वैश्विक स्तर पर दिल के दौरे से होने वाली 17.9 मिलियन मौतों में से लगभग पांचवां हिस्सा भारत का है। जबकि ह्रदय रोग के लिए उम्र, लिंग और आनुवंशिकी सहित कई जोखिम कारक हैं, लोग अपने जोखिम को कम करने के लिए कई कदम भी उठा सकते हैं, जैसे सक्रिय जीवनशैली बनाए रखना, सावधानीपूर्वक आहार विकल्प चुनना और पोषक तत्वों की खुराक लेना। ह्रदय स्वास्थ्य को समर्थित करने के लिए पोषण सप्लीमेंट्स के महत्व पर टिप्पणी करते हुए, डॉ. केंट ब्रैडली, हर्बलाइफ के मुख्य स्वास्थ्य और पोषण अधिकारी, ने कहा, "एक स्वस्थ आहार सामान्य रूप से ह्रदय स्वास्थ्य के लिए आधार होता है, और पोषण सप्लीमेंट्स आहार में किसी भी पोषणिक गैप को पूरा करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। जैसे कि ओमेगा-3 फैटी एसिड, कोएंजाइम क्यू10, और मैग्नीशियम एक सही तरह से काम करने वाले ह्रदय का समर्थन करते हैं। हमारी उच्च प्रशंसित हर्बलाइफलाइन कैप्सूल्स में ओमेगा-3 फैटी एसिड्स, जैसे कि ईपीए और डीएचए, समेत होते हैं, जो कोलेस्ट्रॉल और ट्राइग्लिसराइड स्तर को बनाए रखने के द्वारा ह्रदय रोगों के जोखिम को कम करने में मदद करते हैं।
हर्बलाइफ एक वैश्विक स्वास्थ्य और वेलनेस कंपनी है, और समुदाय दुनिया भर में पोषण आदतों को बेहतर बनाने के लिए मिश्रण स्वादिष्ट, विज्ञान समर्थित उत्पादों – जैसे कि भोजन की जगह लेने वाले शेक, प्रोटीन पाउडर, लक्षित सप्लीमेंट्स, ऊर्जा बूस्टर्स और आयुर्वेदिक पोषण – के साथ लोगों को मौजूदा जरूरी मैक्रो- और माइक्रो-पोषण जैसे प्रोटीन, वसा, विटामिन, और खनिजों के सही संतुलन को प्राप्त करने में मदद करते हैं। इन उत्पादों को व्यक्तिगत आवश्यकताओं और स्वाद को पूरा करने के लिए अनुकूलित किया जा सकता है।

गणपति की पूजा-अर्चना करने से पूरी होती है मनोकामनाएं : सरोज राठ

चेयरपर्सन सरोज राठी ने गणेश महोत्सव द्वारा शोभा यात्रा कार्यक्रम में की शिरकत

टीम एक्शन इंडिया/सिद्धार्थ राव, बहादुरगढ़
जटवाड़ा में माँ जगदंबे बाल सोसायटी की और से 11 वाँ विशाल श्री गणेश महोत्सव द्वारा शोभा यात्रा निकाली गई। जिसमे नगर परिषद चेयरपर्सन सरोज राठी ने शिरकत की। चेयरपर्सन सरोज राठी ने गणपति भगवान की पूजा अर्चना करने के बाद रिबन काट कर यात्रा का शुभारंभ किया और सभी बहादुरगढ़ वासियों की खुशहाल , खुश व और समृद्धि के लिए

भगवान श्री गणेश से मंगल कामना की। शोभा यात्रा कार्यक्रम में पहुंची चेयरपर्सन सरोज रमेश राठी का आयोजकों ने पटका पहनाकर स्वागत किया। इस अवसर पर चेयरपर्सन सरोज रमेश राठी ने श्रद्धालुओं को संबोधित करते हुए कहा कि गणपति जी की देशभर में पूजा अर्चना हो रही है। हर जगह गणपति बप्पा मोरया की गूंज सुनाई दे रही है। गणपति की पूजा अर्चना करने से ही एक सकारात्मक ऊर्जा हमारे अंदर पनपती है। मुझे सौभाग्य प्राप्त हुआ है कि मुझे भी गणपति उत्सव कार्यक्रम में शिरकत करने का मौका मिला। उन्होंने कहा कि अपनी संस्कृति व परंपरा को आगे बढ़ाते हुए हम त्यौहार मनाते हैं। यह बहुत अच्छी बात है। उन्होंने महिलाओं व आमजन को कहा कि वे बच्चों को हर त्यौहार व परंपरा के मनाने के पीछे की वजह को विस्तार से अवगत कराएं ताकि बच्चों में इसके प्रति जानकारी जरूर हो।
चेयरपर्सन सरोज रमेश राठी ने गणपति भगवान की पूजा अर्चना करते हुए कहा कि गणपति जी की पूजा अर्चना करने से ही सभी संकट दूर होते हैं और सभी की मनोकामनाएं पूरी होती है। उन्होंने गणपति जी के दरबार में मत्था टेक कर सर्वजन की भलाई व उनके स्वस्थ एवं समृद्ध जीवन की कामना भी की।

ढिल्लों जन सेवा ट्रस्ट के सौजन्य से लगा छठा निशुल्क नेत्र जांच शिविर

टीम एक्शन इंडिया/संजय शर्मा
नारनौल । मंगलवार को जन सेवा ट्रस्ट के माध्यम से एसपी कोठी के सामने ढिल्लो निवास पर आयोजित छठे निशुल्क निशुल्क नेत्र जांच शिविर कैंप में 890 लोगों ने अपनी आंखों को चेक करवाई तथा निशुल्क चिकित्सा कैंप का लाभ उठाया। इंदिरा गांधी आई हॉस्पिटल गुरुग्राम के द्वारा मोतियाबिंद के ऑपरेशन के तौर पर 110 लोगों को आज चिन्हित किया गया। वहीं आज प्रथम बैच के हिसाब से 35 लोगों को एसी बस में बैठाकर बस को आम आदमी पार्टी कार्यकर्ता रविंद्र सिंह मटरू व उनकी धर्मपत्नी दीपशिखा और उनके साथ आम आदमी पार्टी महिला जिला प्रधान ज्योति सैनी ने हरी झंडी दिखाकर बस को गुड़गांव हॉस्पिटल के लिए रवाना किया। इस मौके पर निशुल्क चिकित्सा कैंप का लाभ उठा चुके लाभार्थियों ने आज ढिल्लो निवास पहुंच कर मोतियाबिंद का ऑपरेशन करवाने वाले गाँव शहर के बुजुर्ग लोगों ने अस्पताल की व्यवस्थाओं के बारे में बताते हुए कहा कि आम आदमी पार्टी कार्यकर्ता रविंद्र सिंह मटरू के नेतृत्व में अस्पताल के द्वारा उनको शानदार सुविधाओं का लाभ दिया गया और बड़ी बारीकी से जांच कर उनकी आंखों का सफल ऑपरेशन अस्पताल के जाने-माने आई विशेषज्ञ टीम के द्वारा किया गया। इस अवसर पर आम आदमी पार्टी कार्यकर्ता रविंद्र सिंह मटरू ने बताया कि जन सेवा ट्रस्ट के सौजन्य से पाँच निशुल्क कैंप लगवाए गये हैं और निशुल्क कैंप के द्वारा 500 से ज्यादा लोगों का मोतिया बिंद का सफल ऑपरेशन करवा कर उनकी आंखें बनवा दी गई है और इसी क्रम में अगला निशुल्क नेत्र जांच शिविर कैंप 1 नवंबर को लगेगा।

खेड़ी तगा में मेरी माटी मेरा देश अभियान के तहत कलश में एकत्रित की घर-घर की मिट्टी

टीम एक्शन इंडिया/गन्नौर।
खेड़ी तगा मंगलवार को शहीदों व स्वतंत्रता सेनानियों की जय-जयकार से गूंज उठा। मौका था मेरी माटी मेरा देश अभियान के अंतर्गत अमृत कलश यात्रा के आयोजन का,

जिसमें लोगों ने उत्साहपूर्वक हिस्सा लिया। एसडीएम डा. निर्मल के निर्देशन में गन्नौर खंड में मेरी माटी मेरा देश अभियान में खेड़ी तगा गांव में अभियान चलाया गया, जिसका नेतृत्व सरपंच वेदप्रकाश कर रहे थे। अमृत कलश यात्रा में शामिल हुए ग्रामीणों ने जोरदार नारे लगाते हुए गांव को देशभक्ति के रंग से सराबोर कर दिया। सरपंच के भाई महेन्द्र सिंह रंगा ने कहा कि आजादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत आयोजित मेरी माटी मेरा देश अभियान शहीदों को समर्पित है। सरपंच वेदप्रकाश व ग्राम सचिव कुलदीप ने ग्रामीणों को पंच प्रण की शपथ दिलाई। उन्होंने ग्रामीणों को पर्यावरण संरक्षण के लिए विशेष रूप से प्रोत्साहित किया।

हनी स्पोर्ट्स एकेडमी दीपालपुर में रग्बी टीम का चयन 27 सितंबर को

राई। 37 वें राष्ट्रीय खेलों में भाग लेने वाली हरियाणा की रग्बी की टीम का चयन 27 सितंबर को होगा। हरियाणा राज्य रग्बी फुटबाल संघ के प्रधान सरविंदर डबास ने बताया की 25 अक्टूबर से 9 नवंबर तक गोवा में होने वाले खेलों के लिए ट्रायल हनी स्पोर्ट्स एकेडमी दीपालपुर, बहालगढ़ में आयोजित किया जाएगा। उन्होंने कहा कि सभी इच्छुक खिलाड़ी सुबह 8 बजे एकेडमी के ग्राउंड पर रिपोर्ट कर सकते हैं। सिलेक्शन ट्रायल में भाग लेने के लिए हरियाणा का स्थाई निवासी होना आवश्यक शर्त है। चयनित खिलाड़ियों का प्रशिक्षण शिविर लगाया जाएगा। सिलेक्टेड खिलाड़ियों में से प्रशिक्षण शिविर के दौरान की परफॉर्मेंस, उपस्थिति तथा पूर्व के प्रदर्शन को देखते हुए फाइनल सिलेक्शन किया जाएगा।

'सफलता के लिए शिक्षक अपने छात्रों में प्रेरणा की अधिक भावना विकसित करें'

टीम एक्शन इंडिया/गन्नौर।
रेलवे रोड पर अग्रवाल अस्पताल के पास स्थित एस आर के स्कील सैंटर में निशुल्क स्वास्थ्य जांच एवं भंडारे का आयोजन किया गया। शिविर का शुभारम्भ मन्नत ग्रुप आफ होटल्स के डायरेक्टर विरेन्द्र कादियान ने किया। नगरपालिका के चेयरमैन अरूण त्यागी ने सैंटर के छात्रों का मागर्दशन किया। विशिष्ठ अतिथि सुरेश कालरा, नवीन गुलिया राकेश, जसबीर अहलावत कुमार ने शिरकत की। कार्यक्रम में पहुंचने पर सैंटर के संचालक जोगिन्द्र राजपूत ने अतिथियों का स्वागत किया। विरेन्द्र कादियान ने संबोधित करते हुए कहा कि आज के युग में विभिन्न तरीके से लोग जन्मदिन मनाते है लेकिन सैंटर संचालक जोगेन्द्र द्वारा निशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर व

भंडारे का आयोजन करके सराहनीय कार्य किया है। शिविर में सिग्नस जे. के हिंदू अस्पताल से डा. विरेन्द्र के नेतृत्व में टीम ने अपनी सेवाएं दी। शिविर में सैंटर के 350 छात्र- छात्राओं के अलावा आसपास के दुकानदारों ने अपने स्वास्थय की जांच करवाई। कादियान ने संबोधित करते हुए कहा कि सफलता को प्रोत्साहित करना एक और तरीका है जिससे शिक्षक अपने छात्रों में प्रेरणा की अधिक भावना विकसित कर सकते हैं।

कांग्रेस तुष्टीकरण की राजनीतिके लिए किसी भी हद तक जा सकती है :नेहरा

भाजपा प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य आजाद सिंह नेहरा ने ग्रामीणों को पार्टी की नीतियों से कराया अवगत

टीम एक्शन इंडिया/गन्नौर।
भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य आजाद सिंह नेहरा ने गांव आहुलाना व अटायल मे जनसम्पर्क अभियान के तहत पार्टी की जनकल्याणकारी नीतियों की जानकारी ग्रामीणों को दी। अभियान के दौरान नेहरा ने 12 सितम्बर को गन्नौर विधान सभा के पन्ना प्रमुख सम्मेलन को सफल बनाने के लिए ग्रामीणों का आभार भी व्यक्त किया। नेहरा ने कहा कि कांग्रेस ने हमेशा तुष्टीकरण की राजनीति अपने स्वार्थ साधने के लिए किसी भी हद तक गिर सकती है। जिसका ताजा

उदाहरण विपक्षी गठबंधन है। कांग्रेस शासन के दौरान जब भी कोई विदेशी शासनाध्यक्ष भारत में आकर भाजपा के शासनकाल मे मोदी के नेतृत्व मे

निशाने पर कांग्रेस

8 गन्नौर विधान सभा के पन्ना प्रमुख सम्मेलन को सफल बनाने के लिए ग्रामीणों का आभार भी व्यक्त किया

वाराणसी हरिद्वार और प्रयागराज जैसे धार्मिक स्थलों पर गंगा आरती मे हिस्सा लेते है।
आज गठबंधन के नेता भारत विरोधी विदेशी ताकतों के प्रवक्ता की भूमिका निभाते नजर आते है। इस अवसर उन्होंने उक्त गांवों में चल रहे विकास कार्यों का भी जायजा लिया। ग्रामीणों ने कुछ समस्याएं भी नेहरा के समाने रखी। उन्होंने बताया कि ग्रामीणों की समस्याओं के बारे मे सम्बन्धित अधिकारी और विधायक निर्मल चौधरी को अवगत करा दिया है।
उन्होंने जल्द समाधान का भरोसा दिलाया है। इस अवसर पर सरपंच प्रतिनिधि अजीत सिंह आहुलाना ,कृष्ण खासा ,महासिह खासा ,सुखबीर, सुरेन्द्र पहल ,अटायल से पूर्व सरपंच इन्द्र सिंह, रामकुमार खासा व नीरज तोमर आदि उपस्थित रहे।

दातौली गांव में हत्या के मामले में आरोपीतों को गिरफ्तार कर लिया 1 दिन के रिमांड पर

खुलेंगे राज

8 पुलिस ने आरोपी को कोर्ट में पेश कर एक दिन के रिमांड पर लिया है। जबकि नाबालिक को कोर्ट में पेश कर बाल सुधार गृह भेज दिया

गन्नौर: दतौली में युवक की चाकुओ से गोद कर हत्या करने के मामले में क्राइम यूनिट गन्नौर की टीम ने दो आरोपितों को हिरासत में लिया है। आरोपी वंश दतौली का रहने वाला है। पुलिस ने आरोपी को कोर्ट में पेश कर एक दिन के रिमांड पर लिया है। जबकि नाबालिक को कोर्ट में पेश कर बाल सुधार गृह भेज दिया है। इस मामले में जानकारी देते हुए एसीपी गन्नौर गोरखपाल राणा ने बताया कि बीते दिनों दतौली में एक युवक की चाकुओ से गोद कर गांव के ही युवकों ने हत्या कर दी थी। जिसके बाद पुलिस ने परिजनों की शिकायत पर मामला दर्ज कर करते हुए दो आरोपियो को गिरफ्तार किया है। जिसमें एक नाबालिक है और दूसरा आरोपी वंश दतोली का रहने वाला है। जबकि इनका एक साथी अभी उपचारधीन है। पुछताछ करने पर आरोपी वंश ने बताया कि आपसी कहासुनी के चलते उस वारदात को अंजाम दिया है। इनकी पहले कहा सुनी हुई थी। जिसके चलते उन्होंने बदला लेने के लिए उसकी हत्या कर दी। पुलिस रिमांड के दौरान हथियार बरामद करने की कोशिश करेगी। इस मामले में जल्द ही अन्य आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

महिंद्रा ट्रक एंड बस ने हरियाणा के रेवाड़ी में किया अपनी 77वीं डीलरशिप का उद्घाटन

टीम एक्शन इंडिया/रोहतक
महिंद्रा ट्रक एंड बस डिविजन (एमटीबीडी) ने वित्त वर्ष '23 में कारोबार की मात्रा में साल-दर-साल के आधार पर 50% से अधिक की वृद्धि दर्ज करने के बाद, आज हरियाणा के रेवाड़ी में अपनी नई, अत्याधुनिक डीलरशिप, मेसर्स ग्लोबल ऑटोमार्ट प्रा. लिमिटेड का उद्घाटन किया। महिंद्रा एंड महिंद्रा लिमिटेड में वाणिज्यिक वाहन खंड के व्यवसाय प्रमुख, श्री जलज गुप्ता ने इस मौके पर कहा, ह्लएमटीबीडी, भारतीय वाणिज्यिक वाहन (सीवी - कमर्शियल व्हीकल) बाजार में एक मजबूत ताकत बनने की राह पर है। हम सीवी उद्योग में कुछ क्षेत्रों और कुछ बाजारों में पहले से ही नंबर 3 खिलाड़ी हैं। अब हमारा लक्ष्य है, सभी भौगोलिक क्षेत्रों और खंडों में अपनी स्थिति को और मजबूत करना।

आयुष विभाग ने लगाया स्वास्थ्य जांच शिविर

शिविर में स्कूल के बच्चों को संतुलित आहार के प्रति किया जागरूक

टीम एक्शन इंडिया/गन्नौर।
राष्ट्रीय पोषण माह अभियान के तहत मंगलवार को आयुष विभाग राजकीय मिडल स्कूल गन्नौर मंडी में द्वारा स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। जांच शिविर में एएमओ डा. बलविन्द्र एचएमओ डा. पुनीत गांधी, आयुर्वैदिक डिस्पैंशर कमेलश, होमोपैथिक डिस्पैंशर मीना आदि के नेतृत्व में आयुर्वैदिक और

होम्योपैथिक की निशुल्क दवाईयां वितरित करने के साथ साथ योग सहायकों द्वारा योग क्रियांए भी करवाई गई। डा. पुनीत गांधी ने बताया कि जांच शिविर में स्कूलीं विद्यार्थियों को खाने में हमेशा संतुलित आहार लेने के प्रति जागरूक करने के साथ साथ उन्हें ज्यादा से ज्यादा तरल पदार्थ, हरी सब्जी, फल, दूध, दही जैसे पोष्टिक आहार लेने के लिए प्रेरित किया। जांच शिविर में 197 बच्चों को विभिन्न प्रकार के रोगों के लिए औषधियाँ दी गई। इस मौके पर योग सहायक सीमा, प्रोमिला, मीनाक्षी आदि मौजूद थे।

शिक्षा के माध्यम से बनाया जा सकता है समृद्ध भारत : कुलपति

किसी भी राष्ट्र के विकास में शिक्षा का अहम योगदान होता है: कुलपति प्रो. प्रकाश सिंह

टीम एक्शन इंडिया/सोनीपत/
दीनबंधु छोटू राम विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय,मुरथल के कुलपति प्रो. प्रकाश सिंह ने कहा कि किसी भी राष्ट्र के विकास में शिक्षा का अहम योगदान होता है। शिक्षा के माध्यम से ही देश को समृद्ध बनाया जा सकता है। उन्होंने कहा कि देश को विकसित बनाने में विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी का अहम योगदान होता है। हम सब मिलकर समृद्ध भारत बनाएगें।
डीसीआरयूएसटी,मुरथल के दीनदयाल उपाध्याय के सभागार में जी 20 यूनिवर्सिटी कनेक्ट फिनाले में ऑनलाइन माध्यम से कुलपति

प्रो.श्रीप्रकाश सिंह के नेतृत्व में रजिस्ट्रार प्रो.सुरेश कुमार व छात्र कल्याण अधिष्ठाता प्रो.सुखदीप सिंह , शिक्षकों व विद्यार्थियों ने भाग लिया। कुलपति प्रो.सिंह ने कहा कि प्राचीन काल में देश की शिक्षा व्यवस्था के कारण ही हमारा देश समृद्ध था। राष्ट्र को विकसित बनाने में शिक्षा का अहम योगदान होता है। देश में नई शिक्षा नीति के माध्यम से व्यापक परिवर्तन किया गया है, ताकि विद्यार्थी शिक्षा ग्रहण करने के साथ ही साथ रोजगार देने वाले बने। उन्होंने कहा कि 2047 में देश को विकसित बनाने में विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी का अहम योगदान होगा। वर्तमान समय में वही राष्ट्र विकसित देशों की श्रेणी में शामिल हैं जिन्होंने शोध, नवाचार पर विशेष ध्यान दिया है। हमारा देश इस पथ पर निरंतर अग्रसर है। कुलपति प्रो.सिंह ने कहा कि हमारे देश विश्व का सबसे युवा देश हैं ,क्योंकि विश्व में सबसे ज्यादा युवा हमारा देश में हैं। हमारे देश के युवाओं में किसी भी प्रतिभा की कमी नहीं है, यही कारण है कि वैश्विक स्तर प्रतिष्ठित कंपनियों में हमारे देश का युवा नेतृत्व कर रहा है। आज का युवा आने वाले कल में भारत देश का नेतृत्व करेगा।

समस्या का शीघ्र समाधान नहीं हुआ तो पुनः आन्दोलन का सहारा लेगी संघर्ष समिति

टीम एक्शन इंडिया/संजय शर्मा
नारनौल। मण्डी अटेली अण्डरपास निर्माण संघर्ष समिति संचालक डॉ राजेन्द्र प्रसाद खरब ने आज उत्तर पश्चिम रेलवे जयपुर के उच्च अधिकारियों से फाटक नंबर 30 अटेली मण्डी अण्डरपास निर्माण कार्य में हो रही देरी के बारे में टेलिफोनिक वार्ता की. और कार्य की प्रगति के बारे जानकारी प्राप्त की। डीआरएम जयपुर ने अवगत कराया कि कुछ और शेष प्रशासनिक प्रकिया पूरी की जा रही है और प्रशासनिक प्रकिया पूरी होते ही अति शीघ्र अण्डरपास निर्माण का शेष कार्य पूरा कर दिया जाएगा। चीफ इन्जिनियर के.जी.अग्रवाल ने बताया कि अक्टूबर माह में शेष निर्माण कार्य शुरू कर दिया जाएगा। संघर्ष समिति संचालक डॉ राजेन्द्र प्रसाद ने अधिकारियों को अवगत कराया कि लोगों को भारी परेशानी हो रही है। यदि ग्रामीणों की इस समस्या का शीघ्र समाधान नहीं हुआ तो संघर्ष समिति को पुनः आन्दोलन का सहारा लिया जाएगा। जिसकी समस्त जुम्मेवारी रेलवे प्रशासन की होगी।
संघर्ष समिति का मानना है कि यह निमार्ण कार्य जनहित में करवाया जाना बेहद जरूरी है। इस अण्डरपास के बनने से एक ओर अनाज मंडी, बस स्टैंड, रेलवे स्टेशन, ब्लाक कार्यालय, तहसील कार्यालय, दोनों वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, दोनों महाविद्यालय, सभी बैंकों में, ट्रैजेरी तथा बाजार जाने वाले को सुविधा होगी। डा राजेन्द्र प्रसाद खरब ने बताया कि तोबडा. गांव के नागरिकों को ट्रैक के दूसरी ओर स्थित श्मशान घाट में अन्तिम शवयात्रा में शामिल होने वाले ग्रामीणों को सदैव दुर्घटना व हादसा होने का डर रहता है। इसलिए जनहित में फाटक नंबर 30 अटेली मण्डी अण्डरपास निर्माण कार्य जल्द से जल्द पूरा किया जाए।

जानकारी

अगर तनाव को रखना है दूर तो डाइट में शामिल करें ये पांच सुपर फूड

आज हर दूसरा व्यक्ति किसी न किसी बात को लेकर तनाव में रहता है। अगर कहा जाए कि व्यक्ति के तनाव के पीछे समस्याओं से ज्यादा उसका खान-पान जिम्मेदार है तो शायद कुछ गलत नहीं होगा। जी हां, आजकल लोग पोषण से ज्यादा स्वाद के लिए भोजन करते हैं। जबकि व्यक्ति का आहार ऐसा होना चाहिए, जो उसके शारीरिक विकास के साथ-साथ उसके मानसिक पोषण का भी ध्यान रखें। ऐसा इसलिए, क्योंकि आप जिस तरह का भोजन करेंगे, वैसी ही आपकी दिमागी सेहत होगी। तो आइए आपको बताते हैं, 5 ऐसे सुपर फूड जो आपकी दिमागी सेहत का ध्यान रखते हुए आपको स्ट्रेस से रखेंगे कोसों दूर।

खूब पानी पीएं

आपको तनाव दूर करने के लिए सबसे पहले पानी पीने की आदत डालनी होगी। व्यक्ति को दिनभर में कम से कम 8 गिलास पानी पीना चाहिए। ऐसा करने से शरीर में डिहाइड्रेशन की समस्या नहीं होती है। हाल ही में हुए एक शोध में भी यह पाया गया कि डिहाइड्रेशन व्यक्ति के मेंटल कॉन्सेंट्रेशन लेवल को बिगाड़ देता है।

सुबह का नाश्ता न भूलें

सुबह का नाश्ता शरीर के मेटाबॉलिज्म को बनाए रखने का काम करता है। सेहत से जुड़े एक शोध में बताया गया है कि जो लोग सुबह का नाश्ता किसी भी वजह से मिस नहीं करते हैं उनमें न करने वालों की तुलना में डिप्रेशन की संभावना 30 प्रतिशत तक कम होती है।

विटामिन डी

विटामिन डी दिमाग और शरीर दोनों को पोषण देने का काम करता है। जिसकी वजह से व्यक्ति को डिप्रेशन यानि मानसिक परेशानियों का सामना नहीं करना पड़ता। मनोविशेषज्ञों ने पाया है कि विटामिन डी जिन लोगों में कम होता है, उनमें डिप्रेशन ज्यादा पाया जाता है। जबकि इसकी जरूरतभर भर मात्रा लेने वाले लोगों में डिप्रेशन कम होता है। विटामिन डी का सबसे अच्छा स्रोत सूरज की किरणें हैं। हफ्ते में दो बार 30 मिनट सूरज के सामने खड़े रहने से आपको इसका लाभ मिल सकेगा।

ओमेगा 3

मूड लिफ्टिंग से परेशान लोगों को अपनी डाइट में ऐसी चीजों को शामिल करना चाहिए, जिसमें ओमेगा 3 फैटी एसिड पाया जाता हो। ओमेगा 3 फैटी एसिड अवसाद के इलाज के लिए कारगर है। ये न व्यक्ति का अवसाद दूर करता है बल्कि अस्थमा और गठिया को भी ठीक करने का काम करता है। मछली, अखरोट, अलसी के बीज, ऑलिव ऑयल और गाढ़े हरे रंग की पत्तेदार सब्जियों में ओमेगा 3 फैटी एसिड काफी मात्रा में पाया जाता है।

कैफीन की मात्रा कम करें

तनाव को लाइफ से दूर भगाने के लिए आपको कैफिन से दोस्ती तोड़नी होगी, जी हां कैफीन उन लोगों में पैनिक अटैक की संभावना को बढ़ा देती है, जिनको ऐंग्जाइटी डिसऑर्डर है।

आप में से कई ऐसे लोग होंगे, जिनका ऐसा मानना है कि वह कितना भी भोजन कर लें, लेकिन उनका शरीर पतला का पतला ही है। दुबले-पतले शरीर को मोटा बनाने के लिए कई तरह के उपाय करने के बाद भी अगर आप इसमें सफल नहीं हो पा रहे हैं, तो आपके लिए आज कुछ आसान उपाय बताने जा रहे हैं, जिसके नियमित प्रयोग से आपका वजन जरूर बढ़ेगा और आपको दुबले पतले शरीर से छुटकारा भी मिलेगा।

कैलोरी के साथ उच्च मात्रा में प्रोटीन भी लें

सिर्फ कैलोरी ही आपके वजन को बढ़ाने में मदद नहीं करती। वजन को बढ़ाने के लिए सही मात्रा में प्रोटीन लेना भी बेहद जरूरी है। अंडा, मीट, मछली, चिकन, दाल, अंकुरित अनाज और डेरी उत्पाद की प्रोटीन से शरीर समृद्ध होता है। प्रोटीन में एमिनो एसिड होता है, जो आपकी मांसपेशियों के लिए बेहद फायदेमंद है। ये आहार आपकी मांसपेशियों को टोन और बढ़ाने के लिए बेहद लाभदायक है।

स्वस्थ वसा

अच्छा वसा मांसपेशियों के विकास और हॉर्मोन्स के उत्पादन के लिए बेहद जरूरी है, जैसे टेस्टोस्टेरोन। ये मांसपेशियों के विकास और मजबूती के लिए बेहद आवश्यक है। ये मेटाबोलिक के स्तर को बढ़ाती है और इससे शरीर में बेकार वसा निकलने लगता है और अच्छा वसा जमा होता जाता है। अच्छा वसा नट्स, हरी सब्जियों, सल्मोन, अलसी के तेल, एवोकाडो के तेल और अन्य बीज से मिलता है।

वजन बढ़ाने वाले सप्लीमेंट्स

कुछ मामलों में, डाइट और व्यायाम आपकी उम्मीदों को पूरा नहीं कर पाते और इस तरह आपका वजन वहीं का वहीं रह जाता है। इसलिए वजन को बढ़ाने के लिए दूसरा विकल्प आप चुन सकते हैं - अपने आहार के साथ साथ सप्लीमेंट्स का भी सेवन करें, जैसे प्रोटीन पाउडर जिसे आप अपने दूध में मिलाकर पी सकते हैं। ये सप्लीमेंट्स मांसपेशियों और वजन को बढ़ाने में मदद करते हैं।

योग: योग कई समस्याओं का इलाज करता है, जैसे तनाव, बेकार मेटाबोलिज्म और स्टामिना की कमी आदि। ये आपके वजन को बढ़ाने में भी बेहद फायदेमंद है। कई योगासन को करने से आपकी भूख बढ़ती है जैसे सर्वांगासन और पवनमुक्तासन। ये आपके पेट से संबंधित समस्याओं को ठीक करते हैं और भूख को बढ़ाते हैं।

व्यायाम: कमजोर मांसपेशियों में वसा जमा होने से न ही ये मजबूत होती है, बल्कि इनमें मांस भी बढ़ता है। इसके अलावा कुछ व्यायाम भी हैं जो आपकी मांसपेशियों को बढ़ाने में मदद करेंगे।

- हर दिन दो चम्मच च्यवनप्राश खाने से आपके शरिर को रोगों से लड़ने की क्षमता बढ़ती है, तब आप जो भी भोजन करेंगे उसका सार्थक असर आपके शरिर पर पड़ेगा।
- पाचन तंत्र को बेहतर बनाने के लिए मुलेठी का प्रयोग लाभदायक होता है, अगर आपका पाचन तंत्र बेहतर होगा तब आप जो भी भोजन करेंगे वो बेहतर तरीके से पचेगा और आपके शरिर पर इसका सार्थक असर होगा।
- इसके अलावा शतावरी का प्रयोग भी पाचन तंत्र के लिए बेहतर होता, जो आपको जल्दी मोटा होने भी मदद करेगा।
- अश्वगंधा का दो चम्मच चूर्ण एक चम्मच मक्खन के साथ मिलाकर रात को सोने से पहले लेने से बेहद फायदा होता है। इसका इस्तेमाल लंबाई बढ़ाने में भी फायदेमंद साबित होता है।
- सूखी अंजीर और किशमिश को शाम में पानी में डालकर छोड़ दे और इसका सेवन सुबह करें, कुछ ही दिनों के नियमित प्रयोग से आपको जरूर लाभ होगा।
- एक गिलास दूध के साथ एक आम खाएं, अगर दिन में ऐसा दो-तीन बार करते हैं तो आपको इसका सार्थक असर सप्ताह भर में ही देखने को मिलेगा।

हालांकि, ध्यान रखें कि बीएमआई स्केल के साथ कई समस्याएं भी होती है, जो केवल वजन और ऊंचाई पर आधारित होती है। यह मांसपेशियों से संबंधित नहीं होता है। कुछ लोग स्वाभाविक रूप से बहुत पतले होते हैं, लेकिन फिर भी स्वस्थ होते हैं। इस पैमाने के अनुसार वजन कम होने का मतलब यह नहीं है कि आपको स्वास्थ्य समस्या है।

कम वजन की समस्या 2-3 गुना लड़कियों और महिलाओं में होना अधिक आम है।

सामान्य से कम वजन होने के कारण

कई चिकित्सीय स्थितियां हैं जो अस्वास्थ्यकर वजन घटाने का कारण होती हैं। उनमें से कुछ इस प्रकार है-

आहार-संबंधी विकार: इसमें एनोरेक्सिया नर्वोसा की स्थिति हो सकती है, जो गंभीर मानसिक बीमारी है। इसमें व्यक्ति की अपने शरीर, भोजन और खाने की आदतों के बारे में सोचने-समझने की क्षमता बदल जाती है।

थायरायड संबंधी समस्याएं: हाइपर थायरायडिज्म (थाइरॉइड हार्मोन की अधिक मात्रा) होने से चयापचय को बढ़ावा मिलता है और अस्वास्थ्यकर वजन घटने का कारण बन सकता है।

सीलियक रोग: सीलियक रोग में ग्लूटन गेहूं में पाये जाने वाली प्रोटीन) खाने से छोटी आंतों को नुकसान होता है। इस बीमारी से ग्रस्त अधिकांश लोग यह नहीं जानते कि उन्हें ये बीमारी है।

डायबिटीज अनियंत्रित: डायबिटीज (मुख्य रूप से टाइप 1) से भी वजन कम हो जाता है।

कैंसर : कैंसर ट्यूमर अक्सर बड़ी मात्रा में कैलोरी बर्न करते हैं और इसके कारण बहुत अधिक वजन कम हो जाता है।

संक्रमण: कुछ संक्रमण बहुत अधिक वजन कम कर सकते हैं। इनमें परजीवी, टीबी और एचआईवी-एड्स संक्रमण प्रमुख है। यदि आपका भी वजन कम है, तो आपको डॉक्टर के पास जाना चाहिए। यदि आपने हाल ही में बिना कोशिश किए काफी वजन कम किया है तो उपर्युक्त स्थितियां गौर करने योग्य है।

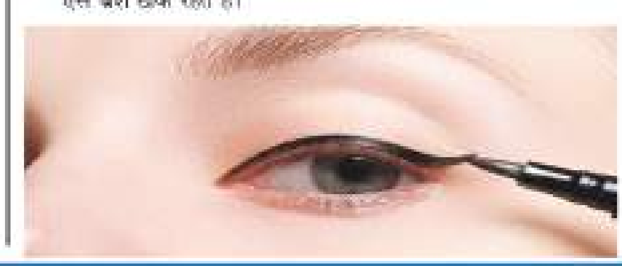
सुझाव

आईलाइनर लगाना भी एक कला है

रखें इन बातों का ध्यान

खूबसूरत दिखने के लिए हल्का सा काजल ही यूं तो काफी होता है, मगर अवसर और पहनावे को देखते हुए कई बार आंखों को आकर्षक दिखाने के लिए अतिरिक्त मेकअप करने की जरूरत होती है। ऐसे में काजल के बाद याद आता है आईलाइनर। मगर इसे इस्तेमाल करना इतना आसान नहीं है। इसके लिए कुछ बातों का ध्यान रखें-

- आंखों का मेकअप चेहरे का लुक बदल देता है। काजल के बाद अगर आईलाइनर लगा लिया जाए तो आंखें बोल उठती हैं। आजकल आईलाइनर के कई ट्रेंड्स हैं, जो लड़कियों और महिलाओं के बीच पसंद किए जा रहे हैं। रोजाना भले ही ब्लैक आईलाइनर लगाती हों, मगर बात जब पार्टी या फंक्शन की आती है तो ज्यादातर लड़कियां कलर आईलाइनर ही लगाना पसंद करती हैं। हालांकि रंग कोई भी हो इसमें सबसे ज्यादा जरूरी है कि आईलाइनर लगाया कैसे गया है। इसलिए कुछ बातों का ध्यान रखें-
- **पलकों के कोने से लगाएं:** आईलाइनर लगाते समय उसे पलकों के बाहरी कोने से लगाना शुरू करें, क्योंकि अंदर के कोने से लाइनर लगाते समय वह मोटी बन सकती है, जिससे चेहरे का लुक बिगड़ सकता है।
- **पेंसिल है बेहतर:** लिक्विड के बजाय कलर या ब्लैक आईलाइनर लगाने के लिए पेंसिल का उपयोग किया जा सकता है। इससे भी आपको पार्टी या फंक्शन में ग्लैमरस लुक मिल सकेगा। ग्लिटर हो तो ऐसा हल्के पेस्टल शेड्स गहरी और लाइट स्किन टोन के साथ मिक्स हो जाते हैं। इसलिए लाइट शेड वाले ग्लिटरी आईलाइनर का ही चुनाव करें।
- ब्लैक या रंग-बिरंगे आईलाइनर हमेशा स्किन टोन के हिसाब से लगाएं। इससे रंगत और निखर जाती है। ब्रश का ध्यान रखें आईलाइनर के लिए ब्रश के इस्तेमाल में सावधानी बरतनी चाहिए। इसके लिए एंगल्ड या फ्लैट लाइनर ब्रश सही रहते हैं। ब्लैक और कलर्ड लाइनर, दोनों के लिए ऐसे ब्रश ठीक रहते हैं।



टाईम पास

आज का राशिफल

मेष (चू चे चो ला ली लू ले लो आ): मन प्रसन्न बना रहेगा। अचल संपत्ति की खरीद अथवा कृषि उद्यम में रुचि पैदा होगी। परिवार के साथ मनोरंजनिक स्थल की यात्रा होगी। आपसी प्रेम-भाव में बढ़ोतरी होगी। भविष्य की योजनाओं पर विचार विमर्श होगा। अपनों का सहयोग प्राप्त होगा। सभी का सहयोग मिलेगा। शुभांक-1-3-5

वृष (इ उ ए ओ वा वी वू वे वो): दिन-भर का माहौल आडंबरपूर्ण और व्ययकारी होगा। वरिष्ठ लोगों से कहासुनी के कारण तनाव पैदा हो सकता है। संयमित भाषा का इस्तेमाल करें। कुछ कार्यक्रम बदलने होंगे। आवेश में आकर किये गए कार्यों का ग्लान, अवसाद होगा। उतावलेपन से बचें। प्रेमभाव बढ़ेगा। शुभांक-3-6-9

मिथुन (का की कू घ ङ छ के को हा): घर के सदस्य मदद करेंगे और साथ ही आर्थिक बदहाली से भी मुक्ति मिलने लगेगी। प्रियजनों से समागम का अवसर मिलेगा। मनोरथ सिद्धि का योग है। अवरुद्ध कार्य संपन्न हो जाएंगे। सभा-सोसायटी में सम्मान मिलेगा। पद-प्रतिष्ठा बढ़ने के लिए कुछ सामाजिक कार्य संपन्न होंगे। शुभांक-5-6-7

कर्क (ही हू हे हो डा डी डू डे डो): सामाजिक कार्य संपन्न होंगे। प्रेमभाव बढ़ेगा। आमोद-प्रमोद का दिन होगा और व्यावसायिक प्रगति भी होगी। स्वास्थ्य और जीवन स्तर में सुधार की अपेक्षा रहेगी। ज्ञान-विज्ञान की वृद्धि होगी और सज्जनों का साथ भी रहेगा। स्त्री-संतान पक्ष का सहयोग मिलेगा। शुभांक-3-5-7

सिंह (मा मी मू मे मो टा टी टू टे): कुछ कार्य भी सिद्ध होंगे। व्यर्थ की भाग-दौड़ से यदि बचा ही जाए तो अच्छा है। प्रियजनों से समागम का अवसर मिलेगा। अवरुद्ध कार्य संपन्न हो जाएंगे। महत्वपूर्ण कार्य को समय पर बना लें तो अच्छा ही होगा। भाई-बहनों का प्रेम बढ़ेगा। स्वविवेक से कार्य करें। दुर्लभ स्वप्न साकार होंगे। शुभांक-3-5-7

कन्या (टो पा पी पू ष ण ठ पे पो): आशा और उत्साह के कारण सक्रियता बढ़ेगी। आगे बढ़ने के अवसर लाभकारी सिद्ध हो रहे हैं। कुछ आर्थिक संकोच पैदा हो सकते हैं। कोई प्रिय वस्तु अथवा नवीन वस्त्राभूषण प्राप्त होंगे। सभा-गोष्ठियों में मान-सम्मान बढ़ेगा। धार्मिक आस्थाएं फलीभूत होंगी। स्त्री पक्ष का सहयोग मिलेगा शुभांक-2-5-7

तुला (रा री रू रे रो ता ती तू ते): व्यापार में स्थिति नरम रहेगी। शत्रुभय, चिंता, संतान को कष्ट, अपव्यय के कारण बनेंगे। भ्रातृपक्ष में विरोध होने की संभावना है। आय-व्यय समान रहेगा। स्वास्थ्य उत्तम रहेगा। व्यर्थ प्रपंच में समय नहीं गंवाकर अपने काम पर ध्यान दीजिए। मेल-मिलाप से कोशिश सफल होगी। शुभांक-2-4-6

वृश्चिक (तो ना नी नू ने नो या यी यू): कामकाज में आ रहा अवरोध दूर होकर प्रगति का रास्ता मिल जाएगा। मान-सम्मान में वृद्धि होगी। लम्बे कार्य के लिए रास्ते बना लेंगे। अपने हित के काम सुबह-सवेरे ही निपटा लें क्योंकि आगे कामकाज सीमित तौर पर ही बन पाएंगे। स्वास्थ्य का पाया भी कमजोर बना रहेगा। शुभांक-3-6-9

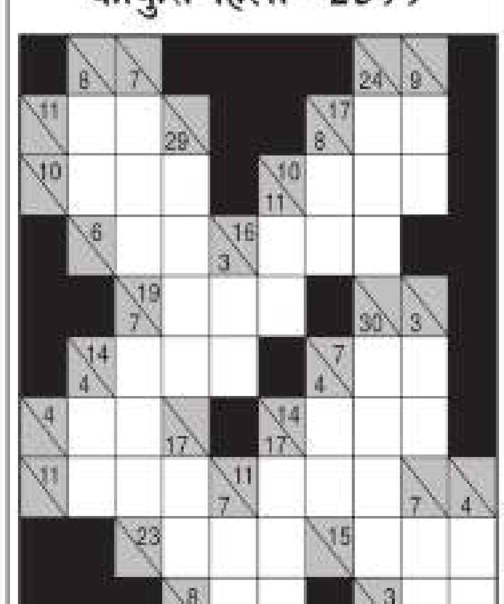
धनु (ये यो भा भी भू धा फा ढा भे): यात्रा प्रवास का सार्थक परिणाम मिलेगा। मेल-मिलाप से काम बनाने की कोशिश लाभ देगी। अपने काम में सुविधा मिल जाने से प्रगति होगी। समाज में मान-सम्मान बढ़ेगा। नवीन जिम्मेदारी बढ़ने के आसार रहेंगे। अपने काम को प्राथमिकता से करें चिंतनीय वातावरण से मुक्ति मिलेगी। शुभांक-4-6-8

मकर (भो जा जी खी खू खे खो गा गी): मेहमानों का आगमन होगा। राजकीय कार्यों से लाभ। पैतृक सम्पत्ति से लाभ। नैतिक दायरे में रहें। मेहमानों का आगमन होगा। पुरानी गलती का पश्चाताप होगा। विद्यार्थियों को लाभ। दाम्पत्य जीवन सुखद रहेगा। वाहन चालन में सावधानी बरतें। आय के अच्छे योग बनेंगे। सफलता मिलेगी। शुभांक-3-6-8

कुंभ (गू गे गो सा सी सू से सो दा): परिवारजन का सहयोग व समन्वय काम को बनाना आसान करेगा। समाज में मान-सम्मान बढ़ेगा। आय-व्यय की स्थिति समान रहेगी। शैक्षणिक कार्य आसानी से पूरे होते रहेंगे। स्वास्थ्य उत्तम रहेगा। व्यापार व व्यवसाय में ध्यान देने से सफलता मिलेगी। ज्ञानार्जन का वातावरण बनेगा। सफलता मिलेगी। शुभांक-3-6-8

मीन (दी दू थ झ ञ दे दो चा ची): अपनों का सहयोग प्राप्त होगा। शिक्षा में आशानुकूल कार्य होने में संदेह है। व्यापार व व्यवसाय में स्थिति उत्तम रहेगी। नौकरी में पदोन्नति की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें तो ज्यादा उत्तम है। शारीरिक सुख के लिए व्यसनों का त्याग करें। इच्छित कार्य सफल होंगे। सुख-आनंद कारक समय है। शुभांक-2-4-6

काकुरो पहेली - 2599



खाली वर्गों में 1 से 9 तक के अंक लिखकर नीचे से ऊपर व दाएं से बाएं की ओर जोड़ हल करें।

उदाहरण:

काकुरो - 2598 का हल

लॉफिंग जोन

एक घर से पति-पत्नी के हँसने की कुछ ज्यादा ही आवाजें आती रहती थीं। मोहल्ले के कई लोग एकत्र होकर उनके यहाँ खुशहाली का राज जानने को पहुँचे।

मोहल्ले वालों की जिज्ञासा को शांत करते हुए पति बोला- बहुत सरल है, हमारे यहाँ मेरी बीवी बेलन, चिमटा आदि फेंककर मारती है। हम लट्ठमार होली खेलते हैं...! अगर मुझे लग जाता है तो वो हँसती और नहीं लगता है तो मैं हँसता हूँ।

□ □ □

एक बार रीमा बन-ठनकर पिक्चर देखने जा रही थी। तभी एक सहेली मिल गई। रीमा का ठाठ-बाट देखकर बोली- 'अ...हा...आ हाथों में हीरों की चूड़ियाँ, कानों में हीरे के टॉप्स, गले में हीरों का हार, यह बनारसी साड़ी क्यों, क्या तुम्हारे पति ने नौकरी कर ली है?'

रीमा बोली- 'नहीं गीता, मैंने पति बदल लिया है।'

□ □ □

चमन (नरेश से)- सुना है तुमने एक उपन्यास लिखा है?

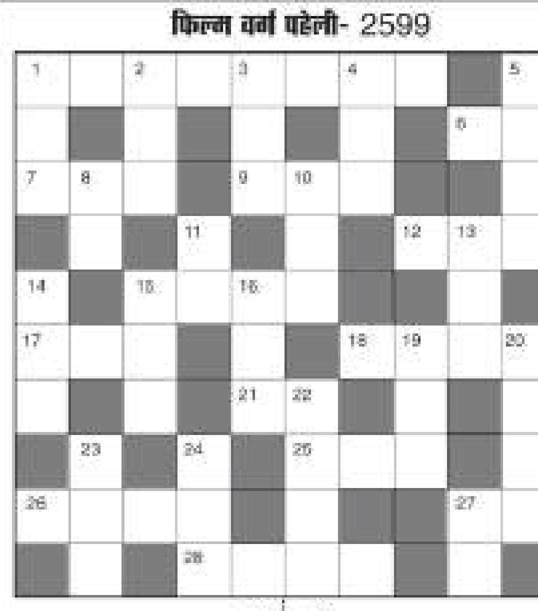
नरेश- हाँ! एक बहुत अच्छा उपन्यास लिखा तो है।

चमन- कुछ बिके भी है?

नरेश- हाँ, बिके है न..। इस उपन्यास को प्रकाशित करने में मेरी अँगूठी, स्कूटर, बीवी की चूड़ियाँ और मंगलसूत्र जैसी कई चीजें बिक गई है।

□ □ □

फिल्म वर्ग पहेली- 2599



बायें से दायें:-

१. 'तुमें और क्या' गीत वाली राजेंद्र कुमार, साधना की फिल्म-२,२,१,२
६. अमिताभ, जया भादुड़ी की 'मैं ने कहा फूलों से' गीत वाली फिल्म-२
७. 'दिल्ली की सर्दी' गीत वाली अजय देवगन, अभिषेक बच्चन, बिपाशा बसु की फिल्म-३
९. संजयदत्त, विवेक मुशरान, मनीषा कोइराला की 'आँखों में नींदें ना' गीत वाली फिल्म-३
१२. 'मार अंदाजी में कुत्तिए' गीत वाली मनोज बाजपेयी, उर्मिला की फिल्म-३
१५. अजय देवगन, अमीषा की 'जो चाहे गिरा दिया' गीत वाली फिल्म-४
१७. 'मैं निकला गड्डी लेके' गीत वाली सनी देओल, अमीषा पटेल की फिल्म-३
१८. मनोजकुमार, आशा की 'ले आ गई उनकी' गीत वाली फिल्म-१,२
२१. 'फरमाइश करो हैं' गीत वाली नाना पाटेकर, पुरु राजकुमार, अनुपमा वर्मा की फिल्म-२
२५. 'पल दो पल' में किशनकुमार के साथ नायिका कौन थी?-३
२६. 'छोड़ दे जवानी में' गीत वाली राजेश खन्ना, सखी की फिल्म-४
२७. कमल सदाना, दिव्या की 'दिल चीज़ के देख' गीत वाली फिल्म-२
२८. 'एक लड़की दिल ले गई' गीत वाली शम्मीकुमार, नंदा की फिल्म-२,२

ऊपर से नीचे:-

१. सुनील, सुस्मिता, नम्रता की 'दोस्ती हो गई है' गीत वाली फिल्म-३
२. 'बोल गोरी बोल' गीत वाली सुनीलदत्त, नूतन की फिल्म-३
३. फिल्म 'बाबुल' में दिलीपकुमार के साथ नायिका कौन थी-३
४. 'यार ओ यार इश्क ने मारा' गीत वाली अमिताभ, मौसमी की फिल्म-३
५. धर्मेन्द्र, जीनत अमान की 'हम बेवफा हरगिज न थे' गीत वाली फिल्म-४
८. फिल्म 'शारदा' में राज कपूर के साथ नायिका कौन थी?-२
१०. ऋषिकपूर, श्रीदेवी की फिल्म-३
११. 'खोया है तूने जो' गीत वाली सारा अली, सौरे कार्तिक की फिल्म-२
१३. 'बिनाई चुन चुन' गीत वाली फिल्म-३
१४. फरदीन खान, उर्मिला की फिल्म-३
१५. जसोद चौधरी, मोतीलाल, साधना की 'ओ सजना बरखा बहार' गीत वाली फिल्म-३
१६. संजयदत्त, नम्रता शिरोडकर की 'मेरी दुनिया है' गीत वाली फिल्म-३
१९. 'जीने की तमन्ना हो' गीत वाली फिल्म-३
२०. पी. जयराम की 'आया है चंदा रात आधी' गीत वाली फिल्म-४
२२. 'नाजुक सी कली थी' गीत वाली अजय, मनीषा, करिश्मा की फिल्म-४
२३. 'दिल बंजारी कबूतर' गीतवाली फिल्म-३
२४. नवीन निश्चल, आशा की फिल्म-३
२७. फिल्म 'क्रोध' में सुनील शेट्टी के साथ नायिका कौन थी-२

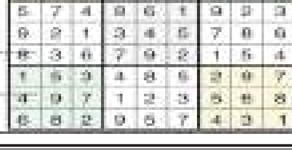
फिल्म वर्ग पहेली- 2598

सूडोकु -2599

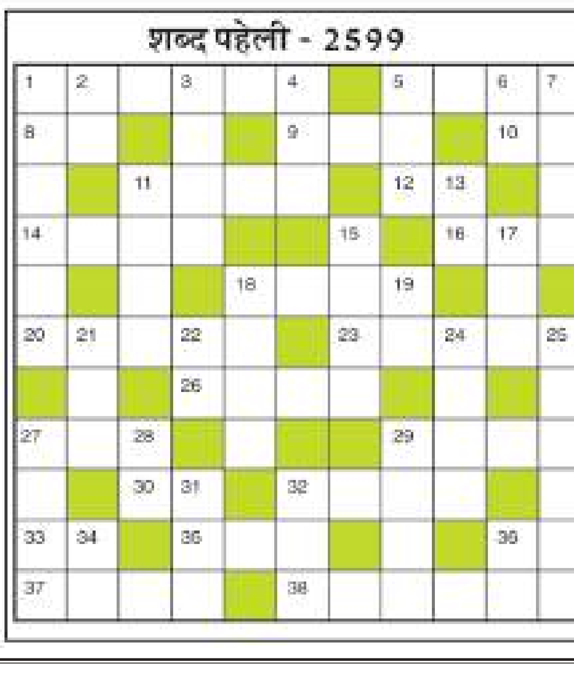
				1			6	
					5			
2		3	9			8		
6							5	
			8		3			
	1							4
		7			1	3		9
			2					
	5			6				

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक आने चाहिए।
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरने हैं।
- पहले से मौजूद अंकों को बदला नहीं जा सकता।
- पहेली का केवल एक ही हल है।

सूडोकु -2598 का हल



शब्द पहेली - 2599



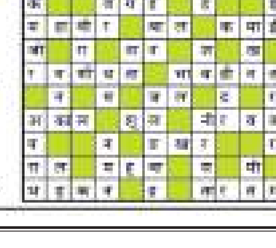
बाएँ से दाएँ

1. पवनपुत्र, हनुमान-3,3
5. मजार-4
8. बगीचा (अंग्रेजी में-2)
9. तहजीब, तमीज-3
10. रस्म, तेज-2
11. पलंग-4
12. ईसाई साध्वी-2
14. इंकार करना-4
16. उत्तम, आदर्शवादी-3
18. रोमांच, उद्वेग-4
20. पागलपन, सनक-5
23. पालन-पोषण-5
26. आनंद लेना-2,2
27. बेईमानी, अमानत में खयानत-3
29. अप्रधान, गौण-4
30. ठाठ-बाट-2
32. अति काला, एक प्रकार की लकड़ी-4
33. रहस्य-2
35. गरुड़ जो रावण से लड़ा था-3
36. कमरा, रूम-2
37. जल में रहने वाला-4
38. धर्म के उपदेश देनेवाला-6

ऊपर से नीचे

1. पलायन करने वाला-6
2. जंगल-2
3. दांत से छोटे टुकड़े करना-4
4. जिज्ञासा, शोध-3
5. घर, भवन-3
6. भाड़ी गाड़ी-2
7. चौबीस घंटे का समय-4
11. परीक्षण करना-4
13. भीगा हुआ-2
15. खोजना-4
17. उपस्थिति-3
18. रोमांच, उद्वेग-4
19. संपत्ति-2
21. उचित, सही-3
22. पंख, पराया-2
24. देश निर्वासन-4
25. अंगरक्षक-3,3
27. हाथी-4
28. पद, पक्ष-2
29. अनुसार, समान-4
31. निगाह, दृष्टि-3
32. हथियार-3
34. पानी, नीर-2
36. सिगरेट का धुआं खींचना, मुद्रा-2

शब्द पहेली -2598 का हल



सुब्रतो कप : झारखंड और हरियाणा के बीच होगा खिताबी मुकाबला

नई दिल्ली। 62वें सुब्रतो कप जूनियर गर्ल्स इंटरनेशनल फुटबॉल टूर्नामेंट का फाइनल गत चैंपियन झारखंड और पूर्व चैंपियन हरियाणा के बीच खेला जाएगा। डॉ. बीआर अम्बेडकर स्टेडियम में शाम 4 बजे खेले जाने वाले फाइनल का सीधा प्रसारण डीडी स्पोर्ट्स चैनल पर किया जाएगा। फाइनल में एयर मार्शल ऐपी सिंह पीवीएसएम, एवीएसएम, वायु सेना के उप प्रमुख मुख्य अतिथि होंगे। लाइव स्ट्रीमिंग स्पोर्ट्स-कास्ट इंडिया यूट्यूब चैनल पर होगी। गत चैंपियन सेंट पैट्रिक गुमला, झारखंड ने दूसरे सेमीफाइनल में होम मिशन स्कूल, आइजोल, मिजोरम को 2-0 से हराकर फाइनल में अपनी जगह पक्की की। बिनीता होरो और अल्फा कंडुलना ने गोल किया। पहले सेमीफाइनल में जीएसएसएस अलखपुरा, भिवानी, हरियाणा ने स्कूल ऑफ साइंस, थौबल, मणिपुर को हराकर फाइनल में अपनी जगह पक्की की।

तलवारबाजी : शानदार शुरूआत के बाद क्वार्टर फाइनल में हारी भवानी देवी

हांगझोउ। भारत की स्टार तलवारबाज भवानी देवी ने एशियाई खेलों में महिलाओं की साबरे स्पर्धा में शानदार शुरुआत की लेकिन क्वार्टर फाइनल में चीन की याकी शाओ से 7-15 से हार गई। एशियाई खेलों में पहले पदक से एक जीत दूर रही ओलंपियन भवानी देवी ने क्वार्टर फाइनल के पहले चरण में अच्छी शुरुआत की। उनकी चीनी प्रतिद्वंद्वी ने हालांकि तीन के मुकाबले सात टच के जरिए 8-3 की बढ़त बना ली। दूसरे चरण में भवानी ने चार बार और उसे छुआ लेकिन वह नाकाफी था।

नॉकआउट और में 15 टच तक पहले पहुंचने वाला विजयी होता है और शाओ ने दूसरे चरण में आसानी से इस आंकड़े को छुआ। तलवारबाजी में सेमीफाइनल में पहुंचने पर कांस्य पक्का हो जाता है लेकिन भवानी देवी की किस्मत खराब थी कि उनका सामना क्वार्टर फाइनल में ही 2018 एशियाई खेलों की रजत पदक विजेता से हो गया। इससे पहले वह अपने पूल में शीर्ष पर रहकर प्री क्वार्टर फाइनल में पहुंची थी। भवानी देवी ने अपने पांचों प्रतिद्वंद्वियों को मात देकर पूल में पहला स्थान हासिल किया। उन्होंने पहले सिंगापुर की जूलियट जो मिन हेंग को 5-2 से हराया। उसके बाद सऊदी अरब की अलहस्ना अलअम्माद को 5-1 से मात दी। एशियाई चैम्पियनशिप कांस्य पदक विजेता भवानी ने कारिना डोसपे को 5-3 से हराने के बाद उज्बेकिस्तान की जेनब दायिबेकोवा और बांग्लादेश की रुकसाना खातून को 5-1 के अंतर से हराया। भवानी ने प्री क्वार्टर फाइनल में थाईलैंड की टी फोंकाउ को 15-9 से हराया था। भारत अब एपी महिला और पुरुष फॉइल टीम वर्ग में खेलेगा।

बाथरूम में टेनिस स्टार Beatriz Haddad Maia के साथ हुआ हादसा, 2 ऊंगलियों पर लगा कट

ब्राजीलिया। ब्राजीलियाई टेनिस स्टार बीट्रिज हद्दाद मैया को बाथरूम में शॉवर लेते वक्त एक अजीब दुर्घटना का शिकार होना पड़ा जिसकी वजह से उन्होंने ग्वाडलाजारा ओपन से नाम वापस ले लिया है। बीट्रिज को टूर्नामेंट के राउंड ऑफ 64 में डेनिएल कोलिन्स के खिलाफ खेलना था लेकिन इससे पहले वह हादसे का शिकार हो गई। हादसा तब हुआ जब टेनिस स्टार अपने बाथरूम में थी। वह शॉवर से बाहर निकल रही थी, तभी शॉवर बॉक्स टूटकर ग्लास पर गिर गया। इससे कांच के टुकड़े बीट्रिज के हाथों पर लग गए। सौभाग्य से वह ठीक है, लेकिन 27 वर्षीया ने माना कि हादसा और भी बुरा हो सकता था।

बीट्रिज ने एक इंस्टाग्राम पोस्ट में लिखा- पिछली रात रविवार को होटल में शॉवर से बाहर निकलते समय और शॉवर बॉक्स खोलते ही दरवाजा खुल गया और मेरे शरीर के कुछ हिस्सों को नुकसान पहुंचा दिया। मुझे टांके लगवाने के लिए ग्वाडलाजारा के अस्पताल ले जाना पड़ा। बीट्रिज ने लिखा- दुर्भाग्य से मैं मेक्सिको में नहीं खेल पाऊंगी। डर के अलावा मैं ठीक हूं, यह कुछ अधिक गंभीर हो सकता है। मुझे घावों को ठीक करने और वर्ष के अंत में वापसी करने के लिए कुछ दिनों की आवश्यकता होगी। मैं सभी के स्नेह और अच्छे भावों की सराहना करती हूं।

टेनिस सितारा के फैंस ने उनका हौसला भी बढ़ाया। एक प्रशंसक ने लिखा- आशा है कि आप शीघ्र स्वस्थ होंगे ! जबकि एक अन्य ने लिखा- वाह, क्या डर है, लेकिन खुशी है कि यह गंभीर नहीं था। आप निश्चित रूप से पूरी ताकत के साथ वापस आएंगी।

एशियाई खेल टेनिस : अंकिता रैना महिला एकल के क्वार्टर फाइनल में

हांगझू। भारतीय स्टार महिला टेनिस खिलाड़ी अंकिता रैना ने मंगलवार को एशियाई खेलों में महिला एकल वर्ग के क्वार्टर फाइनल में प्रवेश कर लिया है। अंकिता ने प्री क्वार्टरफाइनल में हांगकांग की आदित्य पी करुणारत्ने को 6-1, 6-2 से हराकर क्वार्टर फाइनल में जगह बनाई। इससे पहले रैना ने अपने दूसरे दौर के मैच में उज्बेकिस्तान की 17 वर्षीय सबरीना ओलिमजोनोवा को 6-0, 6-0 से हराकर अंतिम 16 में जगह बनाई थी। यह मुकाबला सिर्फ 51 मिनट तक चला था।

अंकिता रैना एशियाई खेलों के मिश्रित युगल में भी हिस्सा ले रही हैं। मिश्रित युगल में उन्होंने यूकी भांबरी के साथ जोड़ी बनाई है और दोनों खिलाड़ी आज पाकिस्तान के खिलाफ अपना मैच खेलेंगे।

एशियाई खेल स्क्वैश : भारतीय महिला टीम ने पाकिस्तान को 3-0 से हराया

गझू। भारतीय स्क्वैश महिला टीम ने एशियाई खेलों के पूल बी के अपने पहले मैच में पाकिस्तान को 3-0 से हराकर अगले दौर में प्रवेश किया। इस मुकाबले के पहले मैच में भारतीय खिलाड़ी अनाहत सिंह का सामना पाकिस्तान की सादिया गुल से हुआ। अनाहत ने इस मैच में सादिया को 3-0 (11-5,11-6,11-3) से हराकर भारत को 1-0 से आगे कर दिया।

दूसरे मैच में जोशना चिनप्पा का सामना सादिक नूर अल हुदा से हुआ, जोशना ने यह मैच आसानी से 3-0 (11-2,11-5.11-7) से जीतकर भारत को 2-0 से आगे कर दिया। तीसरे मैच में तान्वी खन्ना ने एजाज नूर अल एन को 3-0 (11-3,11-6,11-2) से ही हराकर भारत को 3-0 से जीत दिला दी।

संशोधित-एशियाई खेल : भारतीय पुरूष हॉकी टीम ने सिंगापुर को 16-1 से दी करारी शिकस्त

हांगझू। हांगझू, 26 सितंबर (हि.स.)। भारतीय पुरुष हॉकी टीम मंगलवार को हांगझू में 19वें एशियाई खेलों में अपना विजयी अभियान जारी रखते हुए अपने दूसरे मैच में सिंगापुर को 16-1 से करारी शिकस्त दी। इससे पहले भारतीय टीम ने अपने अभियान की शानदार शुरुआत करते हुए रविवार को शुरुआती मैच में उज्बेकिस्तान को 16-0 से हराया था। सिंगापुर के खिलाफ मैच में भारत की तरफ से कप्तान हरमनप्रीत सिंह ने चार और मनदीप सिंह ने तीन गोल किया, जबकि वरुण और अभिषेक ने दो-दो गोल किये। इनके अलावा ललित उपाध्याय, गुरजंत सिंह, अमित रोहिदास, शमशेर सिंह और सुमित ने 1-1 गोल किया, जबकि सिंगापुर की तरफ से एकमात्र गोल मुहम्मद ने किया।

इस मैच के 12वें मिनट में मनदीप सिंह ने भारत को बढ़त दिला दी। गुरजंत ने डी में मनदीप को एक सटीक पास दिया और उन्होंने इसे गोल में बदलकर भारत को 1-0 की बढ़त दिला दी। मैच के 15वें मिनट में ललित उपाध्याय ने गोल कर भारत की बढ़त दोगुनी कर दी। सुखजीत के पास पर ललित ने दाएं कोने से बेहतरीन गोल किया। मैच का तीसरा गोल 21वें मिनट में आया, जब गुरजंत सिंह ने मनदीप के बेहतरीन पास पर गोल कर भारत की बढ़त 3-0 कर दी। अगले ही मिनट में सुमित ने गोल कर भारत की बढ़त 4-0 कर दी।मैच के 23वें मिनट में भारत को पेनल्टी कॉर्नर मिला और कप्तान हरमनप्रीत सिंह ने इसे गोल में बदलकर भारत की बढ़त 5-0 कर दी। मध्यांतर से ठीक पहले भारत को एक और पेनल्टीकॉर्नर मिला और इस बार अमित रोहिदास ने गोल कर भारत की बढ़त 6-0 कर दी। मध्यांतर तक भारतीय टीम 6-0 से आगे रही। मध्यांतर के बाद भी भारतीय टीम आक्रामक रही। मैच के 37वें मिनट में भारत को एक और पेनल्टी कॉर्नर मिला और इस बार मनदीप सिंह ने गोल कर भारत की बढ़त 7-0 कर दी। अगले ही मिनट में शमशेर सिंह ने एक और गोल कर भारत की बढ़त 8-0 कर दी। 40वें मिनट में भारतीय टीम को एक और पेनल्टी मिली और हरमनप्रीत ने मैच का अपना दूसरा गोल करते हुए भारत के लिए नौवां गोल किया। हरमनप्रीत यहीं नहीं रुके, इस गोल के तुरंत बाद उन्होंने अपनी हैट्रिक पूरी करते हुए भारत को 10-0 से आगे कर दिया।

पाकिस्तान के कप्तान बाबर आजम ने किया ट्रैफिक नियमों का उल्लंघन, लगा जुर्माना

लाहौर। पाकिस्तान के कप्तान बाबर आजम पर ट्रैफिक पुलिस ने सोमवार को ड्राइविंग लाइसेंस नहीं होने और लेन उल्लंघन के लिए जुर्माना लगाया है। ट्रैफिक पुलिस के अनुसार राष्ट्रीय क्रिकेट टीम के कप्तान पर 17 सितंबर को लाहौर के गुलबर्ग में 2,000 रुपए का जुर्माना लगाया गया था। पुलिस अधिकारियों ने कहा कि बाबर को पहले लेन उल्लंघन के लिए रोका गया था, लेकिन जब उससे पूछताछ की गई तो पता चला कि वह बिना लाइसेंस के गाड़ी चला रहे थे।

राष्ट्रीय टीम के कप्तान अगले महीने भारत में होने वाले क्रिकेट विश्व कप में पाकिस्तान टीम का नेतृत्व करने की तैयारी कर रहे हैं। भारत सरकार द्वारा वीजा जारी करने में देरी के कारण टीम को अनिश्चित स्थिति का सामना करना पड़ रहा था। हालांकि विश्व कप में पाकिस्तान की भागीदारी को लेकर अनिश्चितता समाप्त हो गई क्योंकि भारत ने आखिरकार पाकिस्तान टीम को वीजा जारी कर दिया। आईसीसी की यह पुष्टि वीजा जारी करने की प्रक्रिया में देरी की शिकायतों के बाद आई है। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) ने शासी निकाय को पत्र लिखकर वीजा में देरी की शिकायत की थी, जिसमें कहा गया था कि इससे सीमा पार शोपीस इवेंट के लिए टीम की तैयारी बाधित हुई थी। आईसीसी के एक प्रवक्ता ने बिना अधिक जानकारी दिए रॉयटर्स को बताया, 'पाकिस्तानी टीम को वीजा जारी कर दिया गया है।' पीसीबी के प्रवक्ता उमर फारूक ने रॉयटर्स से पुष्टि की कि उन्हें इस्लामाबाद में भारतीय उच्चायोग से अपने पासपोर्ट लेने के लिए कहा गया है। भारत और पाकिस्तान के बीच खराब राजनीतिक संबंधों के कारण द्विपक्षीय क्रिकेट को निलंबित कर दिया है और केवल विश्व कप और एशिया कप जैसे बहु-टीम आयोजनों में एक-दूसरे के साथ खेलते हैं।

जिस तरह से वह शुरुआत को बड़े स्कोर में बदल रहा है वह शानदार है : श्रेयस अय्यर

नई दिल्ली। दूसरे वनडे में ऑस्ट्रेलिया पर भारत की अविश्वसनीय 99 रन की जीत के बाद श्रेयस अय्यर ने खुलकर बात की और हाल के दिनों में 50 ओवर के प्रारूप में अविश्वसनीय प्रदर्शन के लिए शुभमन गिल की सराहना की। सलामी बल्लेबाज ने इंदौर में दूसरे वनडे में कंगारुओं के खिलाफ एक बार फिर जोरदार शतक लगाया और श्रेयस के साथ 200 रन की साझेदारी करके भारत को 399 रन बनाने में मदद की। भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) द्वारा जारी एक वीडियो में गिल ने अय्यर की भी प्रशंसा की और कहा कि मुंबई में जन्मे क्रिकेटर ने क्रीज पर आने के बाद गति बदल दी।

गिल ने मैच के बाद कहा, 'जिस तरह से वह आए और कार्यभार संभाला उसने हमारे लिए गति बदल दी।' श्रेयस ने जवाब देते हुए कहा कि गिल विपरीत छोर से मंत्रमुग्ध लग रहे थे। सलामी बल्लेबाज ने 97 गेंदों पर 104 रन बनाए और इसके साथ ही इस कैलेंडर वर्ष में उनके नाम अब 1230 रन हो गए हैं। उन्होंने यह भी प्रार्थना की कि गिल इसी गति को जारी रखें और राष्ट्रीय टीम के लिए मैच जीतते रहें। अय्यर ने कहा, 'वह पूरे समय सनसनीखेज रहा है। जिस तरह से वह शुरुआत को बड़े स्कोर में बदल रहा है वह वाकई शानदार है। विपरीत छोर से उसे स्ट्रोक्स खेलते देखना मंत्रमुग्ध कर देने वाला था। मुझे उम्मीद है कि वह इस यात्रा को जारी रखेंगे और भारत के लिए मैच जीतते रहेंगे। इस बीच अय्यर को उनके अविश्वसनीय शतक के लिए प्लेयर ऑफ द मैच चुना गया। ऑस्ट्रेलिया की बात करें तो उन्होंने मैथ्यू शॉर्ट और स्टीवन स्मिथ के रूप में दो विकेट जल्दी खो दिए। डेविड वार्नर ने बाद में कुछ गति लाने की कोशिश की और अर्धशतक लगाया, लेकिन रविचंद्रन अश्विन ने उनका विकेट ले लिया। उन्होंने रवींद्र जड़ेजा के साथ मिलकर तीन-तीन विकेट लिए।

ऑस्ट्रेलिया के लिए गेंदबाजी बनी सिरदर्द, पिछले 5 मैचों में 4 बार बन चुका 300+ स्कोर

इंदौर। 5 अक्टूबर को शुरू होने से क्रिकेट विश्व कप से पहले ऑस्ट्रेलिया के गेंदबाजों का लचर प्रदर्शन टीम प्रबंधन के लिए चिंता का सबब बना हुआ है। हाल में संपन्न दक्षिण अफ्रीका सीरीज और भारत के खिलाफ पिछले 2 मैचों में आस्ट्रेलिया गेंदबाजों का प्रदर्शन औसत रहा है। रविवार को इंदौर में भारतीय बल्लेबाजों ने उनकी जमकर पिटाई की और ऑस्ट्रेलिया को लगातार 5वीं बार वनडे में हार का सामना करना पड़ा। टॉस हारकर पहले बल्लेबाजी करते हुए भारत ने 5 विकेट पर 399 रनों का पहाड़ खड़ा कर दिया। इससे पहले साउथ अफ्रीका ने लगातार वनडे मैचों में 416, 338 और 315 के स्कोर बनाए थे। इन 4 मैचों में से तीन में खेले शॉन ऐबट ने भारत के खिलाफ दूसरे वनडे में 10 ओवर में 91 रन खर्च किए थे। ऐबट ने कहा कि हमने एग्जिक्यूशन में लगातार गलतियां की हैं। यह कहना आसान है कि हम ऐसी हार से सीखेंगे और खुद को बेहतर बनाएंगे, लेकिन हमें एग्जिक्युट बेहतर करना ही होगा। हमने साउथ अफ्रीका में और आज भी, जब भी चूक की, तब हमें बड़ी मार पड़ी। ऑस्ट्रेलिया के बचाव में कहा जा सकता है कि इन मैचों में एक बार भी उनकी पहली पसंद के गेंदबाज साथ नहीं खेले हैं। हालांकि विश्व कप से पहले केवल एक और वनडे और 2 और अभ्यास मैचों से पहले, और वह भी चेन्नई में मेजबान भारत के विरुद्ध मैच से पहले एक चिंता का विषय है। ऑस्ट्रेलिया के प्रबंधन ने विश्व कप से पहले थकान से अपने खिलाड़ियों को बचाने की बात की है, लेकिन एक दूसरा पहलू है कि शायद कुछ खिलाड़ी तैयार भी ना हों। ग्रोइन इंजरी से परेशान मिचेल स्टार्क पिछले 7 वनडे नहीं खेल पाए हैं लेकिन बुधवार को आखिरी मैच में वह खेलने की उम्मीद रख रहें हैं। चोटों और पितृत्व अवकाश के चलते ग्लेन मैक्सवेल और ऐश्टन एगार भी अनुपलब्ध रहे है और फिलहाल दोनों के फिटनेस को लेकर कोई स्पष्टता नहीं है। इंदौर में पैट कमिंस और मिचेल मार्श दोनों को आराम दिया गया था। कमिंस हाल ही में कलाई के चोट से लौटे थे और सीरीज से पहले तीनों मैच खेलने की उम्मीद जता रहे थे। मार्श ने पिछले छह लगातार मैच खेले थे लेकिन एक में भी गेंदबाजी नहीं की थी। विश्व कप स्क्वॉड में दो बैक-अप तेज गेंदबाज, स्पेंसर जॉनसन और नेथन एलिस के फिटनेस को लेकर भी चिंताएं बनी हैं। हैमस्ट्रिंग में तकलीफ के चलते जॉनसन इंदौर में वनडे डेब्यू पर केवल 8 ओवर कर पाए थे। हालांकि 315 या उससे अधिक रन लुटाए गए मैचों में से अधिकतर मैचों में जॉश हेजलवुड और ऐडम जैम्पा खेले हैं। हेजलवुड ने इंदौर में सम्मानजनक गेंदबाजी की लेकिन साउथ अफ्रीका में 2 बार अपने करियर के सबसे महंगे स्पेल डाले। जैम्पा ने इन मैचों में 8.33 प्रति ओवर की इकॉनमी से गेंदबाजी की और सेंचुरियन में रिकॉर्ड 0/113 का फिगर अपने नाम किया। इनके अलावा ऐबट, कैमरन ग्रीन और मार्कस स्टॉयनिस सब विश्व कप स्क्वॉड का हिस्सा रहे हैं।

'वह समय की बर्बादी कर रहे हैं', आसिफ ने विश्व कप से पहले बाबर आजम एंड कंपनी पर साधा निशाना

लाहौर। पाकिस्तान के पूर्व तेज गेंदबाज मोहम्मद आसिफ ने हाल ही में आगामी आईसीसी विश्व कप 2023 के लिए चुनी गई टीम का आकलन करते हुए राष्ट्रीय पुरुष क्रिकेट टीम और उसके कप्तान बाबर आजम के बारे में कुछ चौंकाने वाली टिप्पणी की है। आसिफ ने बाबर आजम की बल्लेबाजी क्षमता की खुलेआम आलोचना की है और इसे चिंता का विषय बताया है। इसके अलावा उन्होंने सलमान आगा के प्रदर्शन पर निराशा व्यक्त की है और इसे अनुत्पादक और मूल्यवान समय की बर्बादी बताया है।

उन्होंने कहा, 'मैं आज भी टी20 क्रिकेट में बाबर आजम को मेडेन ओवर फेंक सकता हूं, अगर आप उन्हें अच्छी गेंद फेंकोगे तो वह गेंद को हिट नहीं कर सकते।' आसिफ ने ट्विटर पर कहा, अभी हमारे पास बाबर आजम को कप्तान बनाने के लिए कोई विकल्प नहीं है। शाहिद अफरीदी को कप्तान बनाने की कोशिश कर रहे हैं, लेकिन यह आसान नहीं है।' उन्होंने कहा, 'मैंने बाबर आजम को ट्रायल में केवल दो गेंदों का सामना करने के बाद चुना था, आप उनके पिता से पूछ सकते हैं कि मैंने बाबर को अंडर ट्रायल में चुना था। मैं उन्हें उच्च रेटिंग देता हूं, वह देश के सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाजों में से एक है लेकिन वह पावरप्ले में डॉट्स गेंदें खेलते हैं और रिज़वान पर दबाव डालते हैं। उन्होंने पाकिस्तान के मौजूदा गेंदबाजी आक्रमण के लिए औसत रेटिंग भी प्रदान की जिसका नेतृत्व हसन अली, शादाब खान, मोहम्मद वसीम और सलमान आगा के साथ शाहीन शाह अफरीदी और हारिस रऊफ कर रहे हैं। उन्होंने कहा, 'हमारी टीम में सभी औसत गेंदबाज हैं, कोई भी विशेष नहीं है। मैं आगा सलमान को खिलाड़ी नहीं मानता, वह समय की बर्बादी करता है। वह जितने रन बनाता है, मैं भी उतने रन बना सकता हूं। वह तभी रन बनाता है जब पाकिस्तान एक टीम के रूप में पहले ही काफी रन बना चुका होता है।

उन्होंने कहा, हसन अली लॉबी का हिस्सा हैं, वह बाबर आजम और अन्य खिलाड़ियों के साथ खाना खाते हैं। वह टीम में हैं क्योंकि वह लॉबी का हिस्सा हैं, जब हम भी खेलते थे तो ऐसा ही होता था। एक लॉबी बाहर के खिलाड़ी का चयन नहीं करती है।

हम इंग्लैंड को हरा सकते हैं, अंतिम वनडे मैच से पहले बोले आयरलैंड के बल्लेबाज हैरी टेक्टर

इंदौर। हैरी टेक्टर का मानना है कि अगर आयरलैंड के पुरुष कल अपनी तीन दिवसीय एक दिवसीय अंतर्राष्ट्रीय (वनडे) श्रृंखला के अंतिम मैच में अपना सर्वश्रेष्ठ क्रिकेट खेल सकें तो वे इंग्लैंड को हरा सकते हैं और श्रृंखला बराबर कर सकते हैं। 23 वर्षीय टेक्टर हाल ही में जारी आईसीसी वनडे बल्लेबाजी रैंकिंग में छठे स्थान पर हैं। शनिवार को हेडिंग्ले में दूसरे वनडे में वह 39 रन बनाकर विल जैक्स के बेहतरीन कैच का शिकार बने। हैरी कल ब्रिस्टल के सीट यूनिक स्टेडियम में अपना 40वां वनडे मैच खेलेंगे। शनिवार के खेल को देखते हुए हैरी का कहना है कि आयरलैंड को बेहतर बल्लेबाजी करने की जरूरत है। उन्होंने कहा, 'यह एक अजीब खेल था। स्कोरलाइन ने शायद इसे पहले की तुलना में अधिक करीब बना दिया था, लेकिन आप जानते हैं कि क्रेग यंग, जोश (लिटिल) और बैरी (मैक्कार्थी) ने निचले क्रम में इतनी अच्छी बल्लेबाजी की, जो वास्तव में हमारे लिए उत्साहजनक था, लेकिन अंततः हम ऐसा करते। बेहतर बल्लेबाजी करना और लंबे समय तक खेल में बने रहना पसंद है और आप जानते हैं, उम्मीद है कि हम कल उन गलतियों को सुधार सकेंगे। मैं निश्चित रूप से सोचता हूं कि अगर हम अपना सर्वश्रेष्ठ क्रिकेट खेलें, तो हम कल इंग्लैंड को हरा सकते हैं और निश्चित रूप से हमारा ध्यान इसी पर है।' शनिवार को अपने विकेट गंवाने पर हैरी ने कहा, 'सच कहूं तो, यह एक शानदार कैच था। मैं उस पर छक्का मारने की कोशिश कर रहा था और वह बल्ले के किनारे से लगकर हवा में थोड़ा ऊपर चली गई और अंत में यह एक अच्छा कैच था। अंदर जाना और फिर आउट होना निराशाजनक है, लेकिन यही क्रिकेट की प्रकृति है। आप कभी-कभी खराब शॉट खेलेंगे या शॉट लगाने से चूक जाएंगे, लेकिन उम्मीद है कि आप इससे सीखेंगे और फिर से प्रयास करेंगे।'हैरी का दिन का औसत 50.06 है। खेल के इतिहास में केवल 13 खिलाड़ियों को बेहतर वनडे औसत मिला है। वह उन आंकड़ों को कैसे देखते हैं और वह अपनी वनडे सफलता को किस आधार पर देखते हैं।

ACTION INDIA
एक्शन इंडिया
RKB GROUP
Rakesh Bhardwaj Group

फास्ट न्यूज

राजस्थान खेल युवा महोत्सव 1 अक्टूबर से होगा

जयपुर: राजस्थान युवा बोर्ड के अध्यक्ष सीताराम लांबा ने कहा कि राजस्थान खेल युवा महोत्सव 1 अक्टूबर से 3 अक्टूबर तक सवाई मानसिंह स्टेडियम में मनाया जाएगा। इस महोत्सव का मुख्य उद्देश्य राज्य के प्रतिभाशाली युवा कलाकारों की खोज करना और उन्हें प्रशिक्षण एवं सुविधा देकर राष्ट्रीय स्तर पर उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए तैयार करना है। लांबा मंगलवार को सवाई मानसिंह स्टेडियम में महोत्सव के उद्घाटन समारोह के संबंध में आयोजित प्रेस कान्फ्रेंस को संबोधित कर रहे थे। लांबा ने बताया कि एक अक्टूबर को समारोह के उद्घाटन के लिए मुख्यमंत्री अशोक गहलोत को आमंत्रित किया गया है। इस अवसर पर उन्होंने राजस्थान युवा बोर्ड का लोगो भी जारी किया। उन्होंने बताया कि इस महोत्सव में सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन भी किया जायेगा। 2 अक्टूबर को प्रसिद्ध गायक सुखविंदर सिंह अपनी प्रस्तुति देंगे। करीब 15 हजार युवा इस महोत्सव में भाग लेंगे। महोत्सव में नृत्य, वाद-विवाद, योग, मार्शल-आर्ट, चित्रकला आदि प्रतियोगिता भी आयोजित की जाएगी। लांबा ने प्रदेशवासियों से आह्वान किया कि वे ज्यादा से ज्यादा संख्या में महोत्सव में भाग ले। उन्होंने कहा कि इस महोत्सव में विजेताओं को नकद पुरस्कार प्रमाण पत्र एवं कला रत्न पुरस्कार दिए जाएंगे। इस अवसर पर युवा मामले एवं खेल विभाग के उपाध्यक्ष सुशील पारीक, उप शासन सचिव सुन्दर लाल, सचिव राजस्थान राज्य क्रीडा परिषद सोहन लाल चौधरी एवं सचिव राजस्थान युवा बोर्ड कैलाश चन्द पहाड़िया मौजूद रहें।

दुनिया के बड़े आर्थिक प्लेयर के रूप में उभर रहा भारत : शेखावत

जयपुर: केन्द्रीय जलशक्ति मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत ने कहा कि भारत आर्थिक मोर्चे पर निरंतर प्रगति करते हुए नए आर्थिक प्लेयर के रूप में उभर रहा है। देश में विदेशी निवेश बढ़ रहा है। आधारभूत ढांचे में निवेश के कारण प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप में लाखों रोजगार सृजित हो रहा है। भारत प्रगति के पथ पर अग्रसर हो रहा है। शेखावत मंगलवार को केन्द्र सरकार की ओर से आयोजित रोजगार मेले को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि अर्थव्यवस्था जिस गति से बढ़ रही है। उससे रोजगार का सृजन हो रहा है। हाईड्रोजन फ्यूल, स्पेस हो या मोबाइल मैन्युफैक्चरिंग इन सेक्टरों में रोजगार मिल रहा है। शेखावत ने कहा कि देश में सरकार के अलावा भी रोजगार के अवसर नित्य प्रतिदिन मिले। देश की अर्थव्यवस्था को आगे बढ़ाने के साथ देश में पूंजीगत व्यय को बढ़ाकर प्रधानमंत्री ने देश में एक नए रोजगार सृजन की परिभाषा लिखी है। जिस दिशा में और जिस गति से भारत अब आगे बढ़ रहा है, एक तरफ विश्व उसे देखकर विस्मृत है, दूसरी तरफ भारत अब विकसित भारत बनेगा ये धीरे-धीरे पूरा विश्व स्वीकार करने लगा है। मेले में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने ऑनलाइन जुड़कर शिरकत की। मेले में देश भर में विभिन्न केन्द्रीय विभागों और मंत्रालयों में 51 हजार युवाओं को नियुक्ति पत्र सौंपे गए। शेखावत ने कहा कि युवाओं के सपनों को उड़ान देने के लिए सरकार ने मंच दिया। देश में एक लाख से ज्यादा स्टार्ट अप हैं।

पत्र सूचना और केंद्रीय संचार ब्यूरो ने हिंदी पखवाड़े का आयोजन किया

टीम एक्शन इंडिया/चंडीगढ़
हिंदी भाषा के विस्तार और प्रचार के लिए पत्र सूचना कार्यालय चंडीगढ और केंद्रीय संचार ब्यूरो चंडीगढ़ ने सम्मेलन कक्ष में हिन्दी पखवाड़े का आयोजन किया। राजभाषा विभाग चंडीगढ़ से सहायक निदेशक अरविंद कुमार और जानी मानी शिक्षिका धानेश्वरी शर्मा मुख्य अतिथि के रुप में शामिल हुए।
पत्र सूचना कार्यालय व केंद्रीय संचार ब्यूरो चंडीगढ़ ने कई प्रतियोगिताएं करवाई जिसमें कार्यालय के कर्मचारियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया। पत्र सूचना कार्यालय चंडीगढ़ द्वारा आयोजित भाषण प्रतियोगिता में प्रथम स्थान धर्म सिंह ने, द्वितीय स्थान दुर्गावती ने और तृतीय स्थान पवन कुमार ने हासिल किया। प्रोत्साहन पुरस्कार हिमांशी को व अन्य कर्मचारियों की श्रेणी में प्रथम दीपक को और द्वितीय स्थान रिंकू जी को प्राप्त हुआ। पत्र सूचना कार्यालय चंडीगढ़ द्वारा आयोजित हिंदी लेखन प्रतियोगिता में प्रथम स्थान सुधीर ने, द्वितीय स्थान धर्म सिंह ने और तृतीय स्थान पर पवन कुमार हासिल किया। साथ ही प्रोत्साहन पुरस्कार तनवीर खिलजी को दिया गया। अन्य कर्मचारियों की श्रेणी में प्रथम स्थान रिंकू जी को और द्वितीय स्थान दिनेश जी को। केंद्रीय संचार ब्यूरो चंडीगढ़ द्वारा आयोजित हिंदी लेखन प्रतियोगिता में प्रथम स्थान क्षेत्रीय प्रचार सहायक रूस ने, द्वितीय स्थान तकनीकी सहायक कमल रावत ने और तृतीय स्थान पर कार्यालय सहायक राम अकबाल हासिल किया। साथ ही प्रोत्साहन पुरस्कार बहुउद्देश्य कर्मचारी सचिन कुमार को दिया गया।
केंद्रीय संचार ब्यूरो चंडीगढ़ द्वारा आयोजित भाषण प्रतियोगिता में प्रथम स्थान क्षेत्रीय प्रचार सहायक रूस ने, द्वितीय स्थान तकनीकी सहायक कमल रावत ने और तृतीय स्थान बहुउद्देश्य कर्मचारी सचिन कुमार ने हासिल किया।
मुख्य अतिथि ने विजेताओं को बधाई देते हुए कहा कि हमें अंग्रेजी भाषा के जिन शब्दों का ज्ञान ना हो तो हम उन शब्दों को राजभाषा की वेबसाइट पर देख सकते हैं। साथ ही कार्यलय ज्यादा से ज्यादा काम हिंदी में करने के लिए प्रोत्साहित किया। अपर महानिदेशक महोदय राजिंद्र चौधरी ने अपने सम्बोधन में कहा कि हमें कार्यलय में काम हिंदी में तो करना चाहिए लेकिन वो काम त्रुटिहीन हिंदी में हो उस पर भी ध्यान देना चाहिए। धन्यवाद प्रस्ताव पेश करते हुए निदेशक महोदय विवेक वैभव जी ने राजभाषा विभाग से आए अधिकारी और सभी प्रतिभागियों का कार्यक्रम में शामिल होने पर धन्यवाद किया। पत्र सूचना कार्यालय चंडीगढ में कार्यक्रम की रूपरेखा क्षेत्रिय प्रचार अधिकारी वाटिका चंद्रा ने की। मंच का संचालन सहायक निदेशक बलजीत सिंह ग्रेवाल ने किया। इस मौके पर पत्र सूचना कार्यालय चंडीगढ और केंद्रीय संचार ब्यूरो चंडीगढ़ के समस्त अधिकारीगण और कर्मचारीगण मौजूद रहे।

सीएम नीतीश ने विकास भवन का किया निरीक्षण

टीम एक्शन इंडिया/पटना
मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने मंगलवार को विकास और विश्वेश्वरैया भवन का औचक निरीक्षण किया। नीतीश कुमार शिक्षा मंत्री चन्द्रशेखर, गन्ना उद्योग मंत्री आलोक कुमार मेहता, उद्योग मंत्री समीर कुमार महासेठ, परिवहन मंत्री शीला कुमारी, कृषि मंत्री कुमार सर्वजीत के कार्यालय पहुंचे, जहां कोई भी मंत्री कार्यालय कक्ष में मौजूद नहीं था। हालांकि, मद्यनिषेध, उत्पाद एवं निबंधन मंत्री सुनील कुमार कार्यालय कक्ष में तुरंत ही पहुंचे थे। जब मुख्यमंत्री उनके कक्ष में खड़े थे तभी भवन निर्माण मंत्री ने कार्यालय में प्रवेश किए।
मुख्यमंत्री ने शिक्षा मंत्री को फोन लगवाया और पूछा कि अभी तक कार्यालय क्यों नहीं पहुंचे हैं। सभी को साढ़े नौ बजे तक कार्यालय पहुंचना है। मंत्रियों के समय पर कार्यालय नहीं पहुंचने पर मुख्यमंत्री ने नाराजगी जताई। यही नहीं मुख्यमंत्री के निरीक्षण के दौरान स्वास्थ्य विभाग एवं पथ निर्माण विभाग के अपर मुख्य सचिव प्रत्यय अमृत, सहकारिता विभाग के अपर मुख्य सचिव दीपक कुमार सिंह, कृषि एवं परिवहन विभाग के सचिव संजय कुमार अग्रवाल, स्वास्थ्य विभाग के सचिव संजय कुमार सिंह अपने कक्ष में नदारद मिले। शिक्षा विभाग के सचिव वैद्यनाथ यादव भी कार्यालय में नहीं थे। इन सभी की अनुपस्थिति पर मुख्यमंत्री ने नाराजगी व्यक्त की। उद्योग विभाग के अपर मुख्य सचिव संदीप पौण्ड्रिक, भवन निर्माण विभाग के सचिव कुमार रवि अपने कार्यालय में उपस्थित थे। शिक्षा विभाग के अपर मुख्य सचिव केके पाठक भी कक्ष में नहीं थे। वे

लगाई फटकार

8 नदारद मिले मंत्री और सचिव, मंत्रियों के समय पर कार्यालय नहीं पहुंचने पर मुख्यमंत्री ने नाराजगी जताई

'केन्द्रीय जलशक्ति मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत रोजगार मेले में युवाओं को नियुक्ति पत्र सौंपते हुए।

क्रिप्टो करेंसी मार्केट में रौनक, बिटकॉइन-एथेरियम में उछाल

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
क्रिप्टो करेंसी मार्केट में तेजी का रुख बना हुआ है। मार्केट कैप के लिहाज से टॉप-10 में शामिल क्रिप्टो करेंसीज में से सिर्फ 1 आभासी मुद्रा ही गिरावट के साथ रेड जोन में नजर आ रही है जबकि शेष 9 आभासी मुद्राएं आज बढ़त के साथ ग्रीन जोन में बनी हुई हैं। दुनिया की सबसे बड़ी क्रिप्टो करेंसी बिटकॉइन में भी आज तेजी का रुख बना हुआ है। इसके साथ ही आज क्रिप्टो मार्केट में बिटकॉइन की हिस्सेदारी भी बढ़ी है। भारत में क्रिप्टो करेंसी का कारोबार करने के लिए अधिकृत एजेंसी कॉइन मार्केट कैप से मिली जानकारी के मुताबिक भारतीय समय के हिसाब से आज शाम 5 बजे तक बिटकॉइन 0.54 प्रतिशत की तेजी के साथ 26,229.20 डॉलर यानी 21.85 लाख रुपये के स्तर पर कारोबार कर रहा था।
इसी तरह दुनिया की दूसरी सबसे बड़ी क्रिप्टो करेंसी एथेरियम की कीमत भी आज 1.11 प्रतिशत की मजबूती के साथ उछल कर 1,588.15 डॉलर के स्तर पर आ गई थी।

विवाद से विश्वास-एक योजना में एमएसएमई के 256 करोड़ के दावे मंजूरी

नई दिल्ली: केंद्र सरकार ने विवाद समाधान योजना विवाद से विश्वास-एक के तहत सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यमों (एमएसएमई) के 256 करोड़ रुपये के रिफंड से जुड़े 10 हजार से अधिक दावों को स्वीकार कर लिया है। इसकी शुरूआत सरकारी ई-मार्केटप्लेस (जीईएम) पोर्टल के जरिए की गई थी। वित्त मंत्रालय ने जारी बयान में कहा कि भारत सरकार के विभिन्न मंत्रालयों और विभागों ने विवाद से विश्वास-एक योजना के तहत एमएसएमई के 10 हजार से ज्यादा दावों को स्वीकार कर लिया है।

अशोक गहलोत वीडियो कांफ्रेंसिंग के जरिये राऊज एवेन्यू कोर्ट में पेश हुए

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
केंद्रीय मंत्री गजेंद्र सिंह शेखावत की ओर से दर्ज मानहानि मामले में राजस्थान के मुख्यमंत्री अशोक गहलोत मंगलवार को दिल्ली के राऊज एवेन्यू कोर्ट में वीडियो कांफ्रेंसिंग के जरिये पेश हुए। एडिशनल मेट्रोपोलिटन मजिस्ट्रेट हरजीत सिंह जसपाल ने मामले की अगली सुनवाई 6 अक्टूबर को करने का आदेश दिया। सुनवाई के दौरान अशोक गहलोत के अलावा आज इस मामले में शिकायतकर्ता गजेंद्र सिंह शेखावत वीडियो कांफ्रेंसिंग के जरिये मौजूद थे। आज आज अशोक गहलोत की ओर से पेश वकील रमेश गुप्ता ने हाई कोर्ट में लंबित केस से जुड़े दस्तावेज रिकॉर्ड पर लेने की मांग की। उन्होंने कहा कि उनकी मंशा मामले में देरी करने की कतई नहीं है। वे चाहते हैं कि अपराध प्रक्रिया संहिता की धारा 251 के तहत उन्हें सुना जाए। गहलोत के वकील रमेश गुप्ता ने 25 सितंबर को हाई कोर्ट में लंबित केस से जुड़े दस्तावेज पेश करने की मांग की थी।

सरकार को घेरा

कांग्रेस ने छत्तीसगढ़ से किए वादे नहीं किए पूरेः भाजपा

भाजपा लाई 'कठघरे में कांग्रेस' आरोपपत्र

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने कांग्रेस के नेतृत्व वाली छत्तीसगढ़ सरकार पर हमला बोला है। पार्टी ने छत्तीसगढ़ सरकार के खिलाफ कठघरे में कांग्रेस नाम से 400 पन्नों का आरोपपत्र (चार्जशीट) जारी किया है। भाजपा नेता संबित पात्रा ने मंगलवार को पत्रकार वार्ता में कहा कि 5 राज्यों में चुनाव होने वाले हैं। कांग्रेस हमेशा की तरह झूठे वादे कर रही है। कांग्रेस को आईना दिखाने के लिए वे 400 पन्नों का आरोप पत्र लेकर आए हैं। राहुल गांधी के 316 वादे ऐसे हैं, जिन्हें छत्तीसगढ़ की कांग्रेस सरकार ने पूरा नहीं किया है। प्रधानमंत्री ने किसानों के लिए किसान सम्मान निधि योजना प्रारंभ की। छत्तीसगढ़ के लाखों किसान इस योजना के अंतर्गत पंजीकृत हुए लेकिन राज्य सरकार ने उस सूची का सत्यापन नहीं किया। इसके कारण छत्तीसगढ़ के लाखों किसानों को सालाना 6 हजार रुपये नहीं मिल पा रहे हैं। उन्होंने कहा कि मोदी सरकार ने नक्सलवाद को समाप्त करने का काम किया लेकिन नक्सलियों को बढ़ावा और नक्सलियों के माध्यम से भाजपा कार्यकताओं की हत्या भी छत्तीसगढ़ सरकार ने करवाई है। कांग्रेस सरकार नक्सलियों के साथ कदम से कदम मिलाकर चल रही है।