हरियाणा सरकार

चिरायु- आयुष्मान भारत योजना का विस्तार

₹1.80 से ₹3 लाख तक की वार्षिक आय वाले परिवारों को भी मिलेगा ₹5 लाख तक का मुफ्त इलाज

मात्र ₹1500 वार्षिक अंशदान पर#

₹1.80 लाख तक की वार्षिक
आय वाले परिवारों को मिल रहा
₹5 लाख तक का मुफ्त इलाज

पंजीकरण# के लिए
पात्र लाभार्थी निकटतम कॉमन सर्विस सेंटर*
पर जा कर **₹1500 रुपये जमा कर सकते हैं**

खंड एवं हर नगर पालिका क्षेत्र में
विशेष कैंप भी लगाए जाएंगे

₹1.80 से ₹3 लाख तक की वार्षिक आय वाले परिवारों के लिए पंजीकरण की अवधि **15 अक्तूबर, 2023** तक बढ़ाई गई

https://chirayuayushmanharyana.in/ पर लाभार्थी कर सकते हैं आवेदन

अथवा

पंजीकरण के लिए क्यू आर कोड स्कैन करें

*इस सेवा के लिए मात्र शुल्क ₹15 अतिरिक्त

सूचना, लोक सम्पर्क, भाषा तथा संस्कृति विभाग, हरियाणा www.prharyana.gov.in | Follow us on @diprharyana

श्रीमद्भाग्वत कथा मानव को जीने की राह सिखाती है: राजीव जैन

टीम एक्शन इंडिया/सोनीपत
श्री मद्भाग्वत कथा मानव को जीने की राह सिखाती है, हमारी समस्याओं का समाधान करती है, भागवत कथाओं के आयोजनकताओं एवं श्रोताओं का कल्याण होता है, हमें भागवत श्रवण करके एक-एक श्लोक पर मनन करके जीवन में उतारना चाहिए तभी भागवत कथा का आयोजन सार्थक होगा। शिव शक्ति धाम द्वारा गीता भवन मंदिर के प्रांगण में आयोजित श्री मद्भागवत कथा में पहुंचकर मुख्यमंत्री के पूर्व मीडिया सलाहकार एवं वरिष्ठ भाजपा नेता राजीव जैन ने कहा कि हरियाणा प्रदेश एक धर्म क्षेत्र है और कुरुक्षेत्र में धर्म-अधर्म की लड़ाई लड़ी गई। इसलिए धार्मिक आयोजनों का लगातार होना इस प्रदेश की परंपरा में शामिल है। कथा व्यास गद्दी पर विराजमान परमश्रद्धेय पं0 गिरधर जी महाराज को

माल्यार्पण कर आशीर्वाद लिया। मंच पर महामंडेश्वर श्री श्री 1008 गुरु माँ अंजना देवी महाराज ने समृति चिह्न भेंट कर आशीर्वाद प्रदान किया।
उन्होंने कहा कि मातायें खाली समय में टी0वी0 सीरियलों को देखने की बजाये भागवत जैसे महान ग्रंथों को पढ़ें, इससे हमारा मानव जीवन सार्थक होगा। पिछले एक वर्ष में सोनीपत शहर में ही 70 से ज्यादा मद्भागवत कथाओं का आयोजन हो चुका है जिससे यह

शांति

8 कुरुक्षेत्र में धर्म-अधर्म की लड़ाई लड़ी गई। इसलिए धार्मिक आयोजनों का लगातार होना इस प्रदेश की परंपरा में शामिल है: जैन

साबित होता है कि सोनीपत एक धार्मिक नगरी बनने की ओर अग्रसर होती जा रही है। राजीव जैन ने कहा कि संत-महापुरुषों के आगमन एवं धार्मिक आयोजनों से ही हमारे समाज में भाईचारा, प्यार प्रेम कायम है अन्यथा आज भौतिकता के युग में भाई-भाई का दुश्मन है। उन्होंने भागवत भगवान के चरणों में सर्व समाज के कल्याण-उत्थान एवं सुख समृद्धि की कामना की।

जिले के 100 मेधावी विद्यार्थियों ने किया शैक्षिक भ्रमण: रविंद्र

टीम एक्शन इंडिया/ दिनेश नौताना
महेंद्रगढ़। शिक्षा विभाग के सौजन्य से 11वीं कक्षा के 50 छात्र एवं 50 छात्राओं ने पांच दिवसीय शैक्षिक भ्रमण किया। यह शैक्षिक भ्रमण 24 सितंबर से 28 सितंबर तक था, जिसमें विद्यार्थियों ने अमृतसर का स्वर्ण मंदिर, जलियांवाला बाग, अटारी बॉर्डर तथा पुष्पा साइंस सिटी कपूरथला में साइंस की महत्वपूर्ण जानकारियां बारीकी से टीचर के सहयोग के साथ प्राप्त की। जिसमें 3डी शो डायनासोर पार्क लेजर शो एवं फिजिक्स के प्रैक्टिकल जीव विज्ञान प्रैक्टिकल्स आधुनिक इसरो से संबंधित रोबोट क्लाइमेट चेंज शो तथा अन्य इसी प्रकार की अनेक गतिविधियों के माध्यम से विद्यार्थियों ने अपने विषय विशेषज्ञ एवं विषय के विषय की प्रवक्ताओं से काफी जानकारियां एकत्रित की उसके बाद धर्म नगरी कुरुक्षेत्र में टीम का स्वागत बहुत अच्छे से किया गया।

डीईईओ सुधीर ने किया स्कूलों का औचक निरीक्षण

टीम एक्शन इंडिया/अम्बाला (मनीष कुमार) जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी सुधीर कालड़ा ने आज खंड अंबाला छावनी के अंतर्गत पढ़ने वाले राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय कांवला क्लस्टर के चार स्कूलों क्रमशः राजकीय माध्यमिक विद्यालय सिंगावाला, राजकीय मॉडल संस्कृति प्राथमिक पाठशाला सिंगावाला, राजकीय माध्यमिक विद्यालय रतनगढ़ और राजकीय मॉडल संस्कृति प्राथमिक पाठशाला रतनगढ़ का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान अच्छा कार्य करने वाले शिक्षकों को प्रशंसा-पत्र और ढंग से कार्य न करने वाले शिक्षकों को लेटर ऑफ डिस्प्लैजर यानि अप्रसाद-पत्र दिया गया। राजकीय माध्यमिक विद्यालय सिंगावाला में पहुंचने पर अधिकारी ने पाया कि स्कूल के मुख्य द्वार पर ही विद्यालय स्टाफ के मोटरसाइकिल और स्कूटर इत्यादि खड़े हुए थे। जिस पर संज्ञान लेते हुए अधिकारी ने स्कूल मुखिया एवम् स्टॉफ को समुचित हिदायतें जारी की। इसके अतिरिक्त इस विद्यालय में पढ़ाई का वातावरण, अनुशासन और मिड डे मील आदि व्यवस्था ठीक पाई गई। राजकीय मॉडल संस्कृति प्राथमिक पाठशाला सिंगावाला में तीसरी कक्षा की अध्यापिका श्रीमती जसवीर कौर का कार्य बेहतरीन मिला। अधिकारी ने इस कक्षा के बच्चों से हिंदी की पुस्तक

जांचा परखा

8 शिक्षकों को प्रशंसा-पत्र और ढंग से कार्य न करने वाले शिक्षकों को लेटर ऑफ डिस्प्लैजर दिया गया

पढ़वा कर देखी और गणित के कुछ सवाल भी हल करवाए। बच्चों ने दोनों विषयों में बहुत अच्छा रेस्पॉन्स दिया। उन्होंने पाया कि दोनों विषयों में बच्चों की दक्षताएं वैसे ही हैं जैसे की शिक्षिका द्वारा अपनी शिक्षक संदर्शिका के कंपीटेंसी ट्रैकर में भरी गई थी। इस कक्षा में बच्चों का शैक्षणिक स्तर अच्छा मिलने पर जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी ने शिक्षिका जसवीर कौर को प्रशंसा-पत्र देकर पुरस्कृत किया। हालांकि इसी विद्यालय की कक्षा दूसरी में बच्चों का शैक्षणिक स्तर आशा के अनुरूप नहीं मिला। यहां तक कि संबंधित अध्यापक द्वारा अपनी शिक्षक संदर्शिका के कंपीटेंसी ट्रैकर में भी बच्चों की दक्षताएं ठीक से नहीं भरी हुई थी। जिस पर शिक्षा अधिकारी ने नाराजगी प्रकट की और संबंधित शिक्षक को अप्रसाद-पत्र जारी किया। तत्पश्चात जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी राजकीय माध्यमिक विद्यालय रतनगढ़ पहुंचे जहां बच्चों को मिड डे मील परोसा जा रहा था।

कादियान ने दुर्घटना में घायल दंपति व बच्चों को पहुंचाया अस्पताल

गन्नौर । मोई में बाबा जिंदा मोड़ के पास एक प्राइवेट स्कूल बस ने बाइक सवारों को टक्कर मार कर फरार हो गया। इस हादसे में बाइक सवार दर्पति व दो बच्चे सड़क पर गिरकर बुरी तरह से जख्मी हो गए। सड़क पर चोटिल दंपति व बच्चों को देखकर इस रास्ते से जा रहे मन्नत ग्रुप ऑफ होटल्स के चेयरमैन एवं समाजसेवी देवेंद्र कादियान ने अपनी गाड़ी रूकवा ली। मानवता का परिचय देते हुए कादियान ने चारों घायलों को उठवा कर अपनी गाड़ी में बैठाया और खानपुर मेडिकल कॉलेज पहुंचाया। फ्रैक्चर आने पर दंपति व एक बच्चे की हालत थोड़ी नाजूक बनी हुई है। वहीं, बाइक सवार की पहचान अनिल निवासी बजाना खुर्द के रूप में हुई है। बताया जा रहा है कि बच्चे को बुखार आने पर अनिल अपनी पत्नी व दो बच्चों को गन्नौर में डॉक्टर के पास लेकर जा रहा था।

पेंशन बहाली संघर्ष समिति महिला विंग का किया गठन

टीम एक्शन इंडिया/दलबीर मलिक/कुरुक्षेत्र
पेंशन बहाली संघर्ष समिति कुरुक्षेत्र के द्वारा 1 अक्टूबर को होने वाली दिल्ली रैली के लिए महिला मीटिंग का आयोजन किया गया। इस मीटिंग की अध्यक्षता राज्य महिला सह प्रभारी डॉक्टर मोनिका भारद्वाज की उपस्थिति में की गई। पेंशन बहाली संघर्ष समिति के जिला प्रधान नरेश फूले ने बताया की पेंशन का लक्ष्य प्राप्त करने के लिए महिलाओं की भागीदारी बेहद जरूरी है ।इसी उद्देश्य से आगामी रैली में महिलाओं की ज्यादा से ज्यादा भागीदारी करवाने के लिए इस मीटिंग का आयोजन करवाया गया है। जिला महासचिव महेंद्र शर्मा ने बताया कि इस मीटिंग में कुरुक्षेत्र के पांचो ब्लॉक से विभिन्न ब्लॉक, विभागों से बहनों ने बढ़-

चढ़कर भाग लिया ।राज्य सह प्रभारी मोनिका भारद्वाज ने बताया कि इस मीटिंग का उद्देश्य महिलाओं की सहभागिता बढ़ाना था। जिसके लिए पेंशन बहाली संघर्ष समिति में महिलाओं को कई औपचारिक पद देकर उन्हें अग्रिम पंक्ति की लड़ाई में शामिल किया गया।इस कड़ी में आगामी रैली के लिए जिला महिला प्रभारी कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय गैर शिक्षक कर्मचारी संघ की नवनिर्वाचित प्रधान राजवंत कोर को बनाया गया तथा डॉक्टर हरनीत कौर एसोसिएट प्रोफेसर लाडवा को वरिष्ठ उप प्रधान के पद पर मनोनीत किया गया इनके साथ ही तीन उप प्रधान भी मनोनीत किए गए जिसमें लाडवा ब्लॉक से रीना कुमारी, थानेसर ब्लॉक से माया देवी और इस्माइलाबाद और पेहवा ब्लॉक से गुरमीत कौर को प्रधान बनाया गया। आईटी सेल की जिम्मेदारी संयुक्त रूप से परवीन और म्युनिसिपालिटी कॉरपोरेशन से दुर्गेश को दी गई ।जिला महासचिव के पद के लिए

पेंशन जरूरी

8 जिला प्रधान नरेश फूले ने बताया की पेंशन का लक्ष्य प्राप्त करने के लिए महिलाओं की भागीदारी बेहद जरूरी

डिप्लोमा इंजीनियरिंग एसोसिएशन से जी पूजा शर्मा और शिक्षा विभाग से पूनम शर्मा को मनोनीत किया गया। इस मौके पर अनुपम ,माया ,कविता, सोनिया अग्रवाल, रेनू बाला स्वामी ,शर्मिष्ठा, किरण, विमला देवी और जिला कार्यकारिणी से अमरजीत पांचाल, नरेश जांगडा, यशपाल शर्मा इत्यादि मौजूद रहे ।सभी नवनियुक्त पदाधिकारियों से पुरानी पेंशन बहाली तक जोरदार संघर्ष करने का आश्वासन दिया।

अतिरिक्त उपायुक्त ने बाल सुधार ग्रह का किया निरीक्षण

टीम एक्शन इंडिया/अम्बाला (मनीष कुमार) अतिरिक्त उपायुक्त अपराजिता ने बाल सुधार गृह (ऑब्जवेशन होम) का दौरा करते हुए यहां पर बच्चों (जुविनाईलों)को दी जा रही सुविधाओं का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान अतिरिक्त उपायुक्त ने बाल सुधार गृह में जुविनाईलों को जो सुविधा उपलब्ध करवाई जा रही है उसकी सम्बन्धित अधिकारी से जानकारी हासिल की। उन्होंने इस मौके पर बाल सुधार गृह के सुपरीडैंट धर्मपाल से यहां पर कितने जुविनाईल रह है उस बारे

जानकारी ली तथा सुविधाओं बारे पूछा। अधीक्षक धर्मपाल ने अतिरिक्त उपायुक्त को बताया कि यहां पर बाल सुधार गृह में 50 जुविनाईल रह रहे हैं जिनमें 12 जिलों के जुविनाईलों को सैल्टर दिया गया है।
यहां पर रह रहे जुविनाईलों को रहने, खाने, पढने के साथ-साथ स्कील ट्रेनिंग व वैकेशनल ट्रेनिंग भी दी जा रही है।

आपदा प्रबंधन के क्षेत्र में सराहनीय कार्य करने वाले व्यक्ति पुरस्कार के लिए करें आवेदन: शांतनु

टीम एक्शन इण्डिया/कुरुक्षेत्र (दलबीर मलिक) उपायुक्त शांतनु शर्मा ने कहा कि राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण ने आपदा प्रबंधन के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने वाले नागरिकों और संस्थानों को वर्ष 2024 के सुभाष चंद्र बोस आपदा प्रबंधन पुरस्कार प्रदान करने के लिए ऑनलाइन आवेदन आमंत्रित किए हैं, जिसकी अंतिम तिथि 30 सितंबर है। वर्ष 2024 के लिए सुभाष चन्द्र बोस आपदा प्रबंधन पुरस्कार के लिए पात्र व्यक्ति एवं संस्थान 30 सितंबर तक ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। उपायुक्त शांतनु शर्मा ने कहा कि केंद्र सरकार ने आपदा

प्रबंधन के क्षेत्र में भारत में व्यक्तियों और संगठनों द्वारा दिए गए अमूल्य योगदान और निस्वार्थ सेवा को मान्यता देने तथा उन्हें सम्मानित करने के लिए सुभाष चंद्र बोस आपदा प्रबंधन पुरस्कार नामक एक वार्षिक पुरस्कार की स्थापना की है।

अध्यापकों ने मृतका के परिजनों की अर्थिक सहायता की

योगदान

8 मिड-डे-मील कुक मृतका के परिजनों की आर्थिक सहायता करने का निर्णय लिया

टीम एक्शन इण्डिया/ कुरुक्षेत्र/शाहाबाद (दलबीर मलिक) शाहाबाद ब्लॉक के एक सरकारी स्कूल में कार्यरत मिड-डे-मील कुक ऊषा रानी का कुछ दिन पूर्व निधन हो गया था। ऐसे में ब्लॉक के राजकीय स्कूलों के कुछ अध्यापकों एवं कुछ स्कूली

मुखियाओं ने बी.ई.ओ. डा. एस.एस.आहुजा की प्रेरणा से मिड-डे-मील कुक मृतका के परिजनों की आर्थिक सहायता करने का निर्णय लिया। मिड-डे-मील अकाऊंट एगज़िक्यूटिव वीरेंद्र वर्मा के सहयोग से एक दिन में ही अध्यापकों ने लगभग 32 हजार रूपए की राशि एकत्रित की। बी.ई.ओ. डा. एस.एस.आहुजा ने बताया कि प्राचार्य भीम सैन ने 20 हजार रूपए की राशि का चैक ऊषा रानी के पति रोशन लाल को दिया। इस अवसर पर डा. प्राचार्य बिजेंद्र सिंह, डा. दिनेश यादव, पवन कुमार, ए.बी.आर.सी. विष्णु एवं सुनीता उपस्थित थी।

स्कूली बच्चों की रैलियां फसल अवशेषों में आग ना लगाने का दे रही संदेश

टीम एक्शन इण्डिया/कुरुक्षेत्र (दलबीर मलिक) कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के उपनिदेशक डा. सुरेंद्र मलिक ने कहा कि जिले में सीआरएम स्कीम के माध्यम से विभिन्न कार्यक्रमों व शिविरों का आयोजन करके आमजन को फसल अवशेष प्रबंधन करने व फसल अवशेषों में आग ना लगाने के प्रति जागरूक किया जा रहा है। इसी कड़ी में स्कूली विद्यार्थियों को साथ लेकर कृषि विभाग के अधिकारी जागरूकता रैलियों का आयोजन कर गांवों में प्रचार-प्रसार करने का काम कर रहे है। अहम पहलू यह है कि स्कूली बच्चों की यह जन चेतना रैलियां किसानों व आमजन को फसल अवशेषों में आग ना लगाने और फसल अवशेषों का उचित प्रबंधन करने का संदेश देने का काम कर रही है।
डीडीए डा. सुरेंद्र मलिक ने कहा कि विभाग द्वारा शुक्रवार को गांव कमोदा, बारना, लाडवा, मेहरा, मलिकपुर सहित अन्य स्कूलों के विद्यार्थियों के माध्यम से फसल

जागरूक

8 आमजन को फसल अवशेष प्रबंधन करने व फसल अवशेषों में आग ना लगाने के प्रति जागरूक किया जा रहा

अवशेष प्रबंधन को लेकर जन चेतना रैलियां निकाली गई। स्कूली विद्यार्थियों की यह जन चेतना रैलियां गांव की प्रत्येक गली, मोहल्ले और चौपाल में पहुंची और आमजन को फसल अवशेषों में आग ना लगाने, फसल अवशेषों का उचित प्रबंधन करके आर्थिक लाभ उठाने, फसल अवशेषों में आग लगाने से पर्यावरण पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों के बारे में नारों, स्लोगनों, पोस्टरों आदि के माध्यम से जागरूक किया। इसके साथ-साथ शिविरों में कृषि विभाग के अधिकारी आमजन को कृषि विभाग की विभिन्न कृषि स्कीमों की जानकारी प्रदान करने का काम कर रहे है।

शहीद भगत सिंह जयंती पर सफाई पखवाड़ा मनाया

टीम एक्शन इंडिया/अम्बाला (मनीष कुमार) गृह एवं स्वास्थ्य मंत्री अनिल विज के निदेर्शानुसार शहीद भगत सिंह जयंती के अवसर पर स्वच्छता पखवाड़े के अंतर्गत वार्ड नं 25 में सफाई पखवाड़ा मनाया गया। इसके अंतर्गत नगर परिषद के सफाई कर्मचारियों ने वार्ड के पदाधिकारियों के साथ विभिन्न स्थानों पर सफाई कार्य किया व स्वच्छता का सन्देश दिया। गौरतलब है 9 साल पहले प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 2014 में स्वच्छता के लिए एक स्पष्ट संदेश देकर आह्वान किया था व देश मे विभिन्न क्षेत्रों के प्रबुद्ध नागरिको ने इसका स्वागत किया

और सक्रियता दिखाते हुए स्वच्छ भारत के लिए स्वामित्व लेने में अत्यधिक उत्साह दिखाया। परिणामस्वरूप स्वच्छता एक राष्ट्रीय स्वभाव परिवर्तन बन गया और अब हर किसी की जुबान पर स्वच्छ भारत मिशन अब एक दिनचर्या का अंग बन गया है इसके अंतर्गत भारतीय जनता पार्टी द्वारा दिनाँक 15 सितम्बर से 2 अक्टूबर तक सभी

सफाई कार्य

8 ागर परिषद के सफाई कर्मचारियों ने वार्ड के पदाधिकारियों के साथ विभिन्न स्थानों पर सफाई कार्य किया

स्थानों पर स्वच्छता पखवाड़ा मनाया जा रहा है। इस अवसर पर भाजपा वार्ड प्रधान नरेश अग्रवाल, मंडल सचिव करन अग्रवाल, शक्ति प्रमुख हैप्पी धीर, बूथ प्रधान अनिल बहल, पवन गुप्ता, सुमित अग्रवाल व वार्ड के कार्यकर्ता मौजूद रहे।

रत्नावली समारोह 28 अक्टूबर से होगी शुरू: कुलपति प्रो. सोमनाथ

टीम एक्शन इण्डिया/कुरुक्षेत्र (दलबीर मलिक) कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के युवा एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम विभाग की ओर से आयोजित हरियाणा के कलाकारों का महाकुंभ जिसे रत्नावली के नाम से जाना जाता है का आयोजन 28 से 31 अक्टूबर तक किया जा रहा है। यह उद्घोषणा कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. सोमनाथ सचदेवा ने की। उन्होंने कहा कि रत्नावली समारोह हरियाणा ही नहीं अपितु पूरे विश्व में अपनी पहचान रखता है। रत्नावली के माध्यम से हरियाणा की अनेक विधाओं को जन्म मिला है। रत्नावली पूरे हरियाणा के कलाकारों को मंच तो प्रदान करता ही है इसके साथ-साथ उनमें प्रतियोगिता की भावना को भी जन्म देता है। युवा एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम विभाग के निदेशक डॉ. महासिंह पूनिया ने बताया कि रत्नावली समारोह इस वर्ष भी युवा कलाकारों के लिए विशेष आकर्षण का केन्द्र होगा।

विधायक सुभाष सुधा ने थानेसर अनाज मंडी में धान खरीद कार्य का लिया जायजा

टीम एक्शन इण्डिया/कुरुक्षेत्र (दलबीर मलिक)विधायक सुभाष सुधा ने कहा कि प्रदेश सरकार ने धान की खरीद कार्य 5 दिन पहले शुरू करके किसानों और व्यापारियों के हित में एक अच्छा निर्णय लिया है। इस निर्णय से किसानों की फसल को जल्दी खरीदा जाएगा और व्यापारियों को भी फायदा होगा। इस समय धान की खरीद का कार्य सुचारु रुप से चल रहा है। प्रशासन की तरफ से मंडियों में पुख्ता इंतजाम किए गए है।
विधायक सुभाष सुधा शुक्रवार को देर सायं थानेसर अनाज मंडी में धान खरीद कार्य का जायजा ले रहे थे। इससे पहले विधायक सुभाष सुधा, जिला परिषद के वाईस चेयरमैन डीपी चौधरी,

मार्किट कमेटी के सचिव हरजीत सिंह ने थानेसर अनाज मंडी का निरीक्षण किया और खरीद कार्य का जायजा लिया। इस दौरान विधायक ने धान की नमी और तोल कार्य को भी चैक किया।

राहत

8 प्रदेश सरकार ने धान की खरीद कार्य 5 दिन पहले शुरू करके किसानों और व्यापारियों के हित में एक अच्छा निर्णय लिया है

इसी के साथ ही विधायक ने आढ़तियों, किसानों और मजदूरों से बातचीत की।

विधायक ने पत्रकारों से बातचीत करते हुए कहा कि मंडियों में धान की खरीद का कार्य सुचारु रुप से चल रहा है, किसी को भी रतिभर भी परेशानी का सामना नहीं करना पड़ रहा है।
प्रशासन द्वारा मंडियों में पीने का पानी, बिजली, सफाई, शौचालय, बारदाना और अन्य तमाम व्यवस्थाओं के पुख्ता प्रबंध किए है।

उत्तर रेलवे
ई-नीलामी
वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक/कोचिंग, (ए.सी.ओ) उत्तर रेलवे मुरादाबाद मंडल के द्वारा विभिन्न स्टेशनों पर वाटर वेंडिंग मशीन के ठेके देने हेतु ई बोलियाँ www.ireps.gov.in पर दिनांक 16.10.2023 को आमंत्रित की जाती है, जिसकी विस्तृत जानकारी, नियम व शर्तें www.ireps.gov.in पर उपलब्ध है।
ग्राहकों की सेवा में मुस्कान के साथ 2038/23

संस्थापक : श्रद्धेय राकेश भारद्वाज | समूह संपादक : रवि भारद्वाज | देहरादून, शनिवार, 30 सितंबर 2023 ₹ 1 | www.actionindialive.com | facebook.com/actionindialive

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

एक्शन इंडिया

वर्ष: 14 अंक: 261 पृष्ठ: 08 | RNI : UTTHIN/2009/31653

actionindiaddn@gmail.com | उत्तराखण्ड संस्करण | दिल्ली - हरियाणा - हिमाचल प्रदेश - उत्तराखण्ड

RKB GROUP Rakesh Bhardwaj Group

हरियाणा के मुख्यंत्री मनोहर लाल खट्टर शहरी निकाय बोर्ड की अध्यक्षता करते हुए।

फास्ट न्यूज

'खुद-ब-खुद भारत में शामिल हो जाएगा पीओके'

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
गुलाम कश्मीर को लेकर केंद्रीय राज्य मंत्री वीके सिंह ने गुरुवार को बड़ा दावा किया। उन्होंने कहा कि गुलाम कश्मीर खुद-ब-खुद हमारे पास वापस आ जाएगा। दरअसल, गुलाम कश्मीर की जनता महंगाई, बिजली की बढ़ी हुई दरें, खाद्य संकट इत्यादि का सामना कर रही हैं और हाल ही में उन्होंने प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी से मदद की गुहार की थी। केंद्रीय राज्य मंत्री ने कहा कि पाकिस्तान में जिस तरह से चीजें चल रही हैं, जिस तरह से पाकिस्तान में विभिन्न ताकतें अपने ही लोगों के खिलाफ खड़ी हो गई हैं...बहुत बड़ा मंथन हो रहा है... मुझे ऐसा प्रतीत हो रहा है कि पाकिस्तान द्वारा बलपूर्वक कब्जे में लिया गया क्षेत्र अपने आप हमारे पास वापस आ जाएगा। इससे पहले गोरखपुर में वीके सिंह ने इसी तरह का बयान दिया था। उन्होंने कहा था कि कुछ समय बाद गुलाम कश्मीर अपने आप पास आ जाएगा। दरअसल, केंद्रीय राज्य मंत्री ने पत्रकारों द्वारा पूछे गए सवाल के साथ ही जवाब को भी दोहराया था। उस वक्त वीके सिंह से पूछा गया था कि गुलाम कश्मीर को लेकर सरकार क्या कुछ करने वाली है? इस पर उन्होंने जवाब दिया था कि घबराते क्यों हो, कुछ समय बाद गुलाम कश्मीर अपने आप पास आ जाएगा। वहीं, गुलाम कश्मीर के मुद्दे पर सार्वजनिक मंच पर विपक्षी नेताओं ने भी सरकार के समर्थन की बात कही है। शिवसेना (यूबीटी) नेता संजय राउत ने जनरल वीके सिंह के बयान पर एक दफा टिप्पणी करते हुए कहा था कि हमने हमेशा अखंड भारत का सपना देखा है। हम हमेशा कहते हैं- गुलाम कश्मीर हमारा है।

भारत में अफगान दूतावास का परिचालन बंद

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
भारत में अफगान दूतावास ने कथित तौर पर अपना परिचालन बंद करने के लिए एक पत्र जारी किया है और नई दिल्ली इसकी प्रामाणिकता की जांच कर रही है। इसकी जानकारी सूत्रों ने द्वारा सामने आई है। दूतावास का नेतृत्व राजदूत फरीद मामुंडजे ने किया है और पता चला है कि वह इस समय लंदन में हैं। मामुंडजे को पिछली अशरफ गनी सरकार ने नियुक्त किया था।

महिला आरक्षण बिलः राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू की मंजूरी

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
महिला आरक्षण बिल पर राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने अपने हस्ताक्षर कर दिए हैं। जिसके बाद अब यह विधेयक कानून बन गया है। भारत सरकार ने इस संबंध में गजट अधिसूचना जारी की है।
बता दें कि नारी शक्ति वंदन अधिनियम विधेयक को गुरुवार को उपराष्ट्रपति और राज्यसभा के सभापति जगदीप धनखड़ के हस्ताक्षर के बाद राष्ट्रपति के पास उनके अनुमोदन के लिए भेजा गया था।
इसी महीने की शुरूआत में संसद के विशेष सत्र के दौरान संविधान संशोधन विधेयक को लोकसभा और राज्यसभा ने सर्वसम्मति से पारित किया था। इसे नारी शक्ति वंदन अधिनियम के नाम से जाना जाएगा। इस विधेयक के जरिये लोकसभा और राज्य विधानसभाओं में महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण देने का प्रावधान किया गया है। हालांकि, महिलाओं को इसका लाभ जनगणना और परिसीमन (लोकसभा और विधानसभा निर्वाचन क्षेत्रों का पुनर्निर्धारण) की प्रक्रिया के बाद ही मिलेगा। नारी शक्ति वंदन अधिनियम लागू होने के बाद लोकसभा की 543 सीटों में से 181 सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित होंगी। यह आरक्षण 15 साल तक रहेगा।
इसके बाद संसद चाहे तो इसकी अवधि बढ़ा सकती है। आरक्षण सीधे चुने जाने वाले जनप्रतिनिधियों के लिए लागू होगा। यानी राज्यसभा और राज्यों की विधान परिषद दायरे में नहीं आएंगी।

लोकसभा और राज्यसभा में इस दिन हुआ था पारितः महिला आरक्षण से संबंधित 128वां संविधान संशोधन विधेयक 21 सितंबर को राज्यसभा में पारित किया गया था। बिल के पक्ष में 214 वोट पड़े, जबकि किसी ने भी बिल के खिलाफ वोट नहीं डाला था। इससे पहले 20 सितंबर को विधेयक को लोकसभा से मंजूरी मिल गई थी। लोकसभा ने भी इस बिल को दो तिहाई बहुमत के साथ पास किया था। इसके पक्ष में 454 और विरोध में दो वोट पड़े थे।

कानून बना

8 संसद के विशेष सत्र के दौरान संविधान संशोधन विधेयक को लोकसभा और राज्यसभा ने सर्वसम्मति से पारित किया था

अमल में लाने के लिए पूरी करनी होंगी ये शर्तेंः राष्ट्रपति की मंजूरी के बाद यह कानून भी बन गया है, लेकिन इसको अमल में लाने से पहले दो शर्तों को पूरा करना होगा। ये शर्तें जनगणना और परिसीमन की हैं जिन्हें पूरा करने में कई साल लग सकते हैं। नारी शक्ति वंदन कानून के प्रभावी होने की दो शर्तें रखी गईं हैं। इसके मुताबिक महिला आरक्षण कानून आगामी जनगणना के बाद लागू होगा। कानून बनने के बाद होने वाली जनगणना के बाद आरक्षण लागू करने के लिए नए सिरे से परिसीमन होगा। परिसीमन के आधार पर ही महिलाओं के लिए 33 फीसदी सीटें आरक्षित की जाएंगी।

सेना 400 हॉवित्जर तोपें खरीदेगी

= 48 किमी रेंज, माइनस 30 से 75 डिग्री तापमान में सटीक फायर कर सकती है

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
स्वदेशी रूप से डिजाइन और विकसित हथियार प्रणालियों को बढ़ावा देने के बड़े प्रयास के तहत सेना ने भारतीय कंपनियों से 400 होवित्जर तोपें खरीदने के लिए रक्षा मंत्रालय को एक प्रस्ताव भेजा है। इस खरीद पर 6,500 करोड़ रुपये से अधिक का खर्च आएगा। भारतीय सेना की तोपखाना रेजीमेंट 155 मिमी और 52 कैलिबर की खींचकर ले जा सकने वाली तोपों (टीजीएस) का उत्पादन करने के लिए भारतीय उद्योग की विशेषज्ञता का उपयोग करने की इच्छुक है।
उच्च स्तरीय बैठक में टीजीएस पर निर्णय ले सकती है सरकारः वरिष्ठ सैन्य अधिकारियों ने बताया कि सरकार जल्द ही एक उच्च स्तरीय बैठक में टीजीएस पर निर्णय ले सकती है। भारतीय सेना ने पहले ही 307 खींचकर ले जा सकने वाली अत्याधुनिक तोपों (एटीएजीएस) को खरीदने के साथ-साथ चीन और पाकिस्तान से लगती सीमाओं पर अपनी आवश्यकताओं के लिए माउंटेड गन सिस्टम के लिए एक टेंडर जारी कर दिया है। भारत में डिजाइन, विकसित और निर्मित होवित्जर का मतलब यह होगा कि यह हर तरह से पूरी तरह से भारतीय होगी।

स्वदेशी

8 भारत में डिजाइन, विकसित और होवित्जर का मतलब यह होगा कि यह हर तरह से पूरी तरह से भारतीय होगी

पिछले दशक में हुए हैं होवित्जर तोपों की खरीद के लिए चार अनुबंधः सेना चाहती है कि पुरानी बोफोर्स तोपों की तरह ये तोपें वजन में हल्की हों और ऊंचाई वाले इलाकों में तैनात करना आसान हो। पिछले दशक में 155 मिमी की होवित्जर तोपों की खरीद के लिए चार अनुबंध हुए हैं। इन तोपों को पहले ही सेना में शामिल किया जा चुका है और अधिक संख्या में रेजीमेंटों को इन तोपों से सुसज्जित किया जा रहा है। इनमें धनुष, शारंग, अल्ट्रा लाइट होवित्जर (यूएलएच) और के-9 वज्र सेल्फ प्रोपेल्ड गन शामिल हैं। धनुष तोपें बोफोर्स तोपों का इलेक्ट्रानिक अपग्रेड हैं, जबकि शारंग तोपों को 130 मिमी से 155 मिमी कैलिबर तक उन्नत किया गया है। सात रेजीमेंटों को पहले ही यूएलएच से सुसज्जित किया जा चुका है, जबकि पांच को सेल्फ प्रोपेल्ड गन से सुसज्जित किया गया है।

वायुसेना पर रूस-यूक्रेन संघर्ष का असर नहींः एयर मार्शल

टीम एक्शन इंडिया/भोपाल
वर्तमान रूस-यूक्रेन संघर्ष ने वैश्विक स्तर पर आपूर्ति श्रृंखला को प्रभावित किया है, लेकिन भारतीय वायुसेना में स्वदेशीकरण के कारण इसका असर नहीं हुआ है। हमारे पास अंतर्निहित क्षमताएं हैं। यह बात भारतीय वायुसेना के रखरखाव कमान प्रमुख एयर मार्शल विभास पांडे ने गुरुवार को भोपाल में समाचार एजेंसी एएनआइ से विशेष चर्चा में कही।
एचएएल निर्मित विमान है एसयू-30: उन्होंने कहा कि एसयू- 30 एक हिंदुस्तान एरोनाटिक्स लिमिटेड (एचएएल) निर्मित विमान है। समय के साथ एचएएल ने बहुत सारे उपकरण भी स्वदेशी बना लिए हैं, जिनकी एसयू -30 के संचालन के लिए विशेष रूप से दिन-प्रतिदिन के लिए आवश्यकता होती है। एचएएल और बीआरडी (बेस रिपेयर डिपो) में हुए स्वदेशीकरण के कारण हम पर रूस-यूक्रेन संघर्ष का बुरा प्रभाव नहीं पड़ा है।

यूपी के सीएम योगी आदित्यनाथ अधिकारियों संग मीटिंग करते हुए।

आठ प्रमुख उद्योगों का उत्पादन अगस्त महीने में 12.1 प्रतिशत बढ़ा

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
देश के आठ प्रमुख उद्योगों का उत्पादन अगस्त में सालाना आधार पर 12.1 प्रतिशत बढ़ा। जुलाई में यह आंकड़ा सालाना आधार पर 8 प्रतिशत था। सभी आठ कोर उद्योगों (सीमेंट, कोयला, कच्चा तेल, बिजली, उर्वरक, प्राकृतिक गैस, रिफाइनरी उत्पाद और इस्पात) के उत्पादन में अगस्त 2023 में पिछले साल के इसी महीने की तुलना में सकारात्मक वृद्धि दर्ज की गई। आंकड़ों के अनुसार अप्रैल से अगस्त के दौरान आईसीआई की संचयी वृद्धि दर 7.7 प्रतिशत रही।

एशियाई गेम्सः महिला हॉकी टीम की लगातार दूसरी जीत

टीम एक्शन इंडिया/हांगझोऊ
हांगझोऊ एशियाई खेलों में भारत महिला हॉकी टीम का विजयी सफर जारी है। पूल-ए के अपने दूसरे मैच में टीम इंडिया ने मलयेशिया को 6-0 से रौंद दिया। इस जीत के साथ सविता पूनिया की अगुआई वाली भारतीय महिला हॉकी टीम ने सेमीफाइनल में पहुंचने का अपना दावा मजबूत कर लिया है। भारत ने दो गोल पेनल्टी कॉर्नर पर ड्रैग फ्लिक से अर्जित किए, जबकि चार फील्ड गोल्स किए। भारत के लिए इस मैच में वैष्णवी, निशा, दीप ग्रेस इक्का, मोनिका, संगीता और लालरेमसियामी ने गोल दागे।
भारतीय टीम का शानदार फॉर्म जारीः भारतीय टीम ने अपने शानदार फॉर्म को दूसरे मैच में भी जारी रखा। टीम इंडिया ने पूल-ए के अपने पहले मैच में सिंगापुर को 13-0 से रौंदा था। अब टीम ने लगातार दूसरी जीत हासिल की।
वहीं, मलयेशिया ने अपने पहले पूल मैच में हॉन्गकॉन्ग को 8-0 से हराया था। भारत के ग्रुप में सिंगापुर और मलयेशिया के अलावा हॉन्गकॉन्ग और दक्षिण कोरिया है।

विजयी सफर

8 भारत महिला हॉकी टीम का विजयी सफर जारी है। टीम इंडिया ने मलयेशिया को 6-0 से रौंद दिया

अप्रैल-अगस्त में राजकोषीय घाटा 6.43 लाख करोड़ रुपये रहा

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
वित्त वर्ष 2023-24 की अप्रैल-अगस्त अवधि में भारत का राजकोषीय घाटा 6.43 लाख करोड़ रुपये था, जो 29 सितंबर को साझा किए गए सरकारी आंकड़ों के अनुसार वार्षिक लक्ष्य का 36 प्रतिशत है। एक साल पहले की समान अवधि में राजकोषीय घाटा 5.42 लाख करोड़ रुपये रहा था, जो वित्त वर्ष 23 के पूरे लक्ष्य का 32.6 प्रतिशत था। उल्लेखनीय है कि सरकार ने वित्त वर्ष 2024 के लिए 17.87 लाख करोड़ रुपये के राजकोषीय घाटे का लक्ष्य रखा है। अकेले अगस्त महीने में राजकोषीय घाटा 37,200 करोड़ रुपये रहा, जो एक साल पहले की समान अवधि में 2 लाख करोड़ रुपये था। आलोच्य महीने के दौरान राजस्व अधिशेष 17,800 करोड़ रुपये रहा जबकि पिछले साल की समान अवधि में 1.59 लाख रुपये का राजस्व घाटा हुआ था।

जल्द लांच होगी सब्सिडी वाली होम लोन योजनाः हरदीप

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
शहरों में रहने वाले आर्थिक रूप से कमजोर लोगों को घर उपलब्ध कराने के लिए केंद्र सरकार जल्द ही सस्ते होम लोन की एक योजना लेकर आ रही है। केंद्रीय आवास और शहरी मामलों के मंत्री हरदीप सिंह पुरी ने कहा कि सरकार योजना को अंतिम रूप देने के करीब है और इस संबंध में जल्द ही एलान करेंगे।
पीएम मोदी ने लाल किले की प्राचारी से किया था योजना का एलानः प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 15 अगस्त को लाल किले की प्राचारी से इस तरह की योजना का एलान किया था। पीएम मोदी ने अपने भाषण में कहा था सरकार एक नई आवास ऋण योजना लेकर आएगी, जिससे शहरों में रहने वाले वंचित लोगों को लाभ होगा। हम उन्हें ब्याज दरों में राहत के साथ बैंकों से कर्ज दिलाने में मदद करेंगे।

कम दरों पर होम लोन की होगी पेशकशः योजना के तहत कमजोर वर्ग के लोगों को कम दरों पर होम लोन की पेशकश की जाएगी और ब्याज में सब्सिडी का बोझ सरकार उठाएगी। मीडिया से बात करते हुए पुरी ने वैश्विक कच्चे तेल की बढ़ती कीमतों और खुदरा क्षेत्र पर पड़ने वाले इसके संभावित प्रभाव पर भी चर्चा की।

राहत मिलेगी

8 आर्थिक रूप से कमजोर लोगों को घर उपलब्ध कराने के लिए केंद्र सस्ते होम लोन की योजना लेकर आ रही

दो टूक अमेरिका-रूस संबंध, चीन-रूस संबंध, अमेरिका-चीन संबंध सहित हर बड़े रिश्तों में काफी अस्थिरता देखी गई है

कनाडा के साथ कई वर्षों से रहा है टकरावः एस जयशंकर

टीम एक्शन इंडिया/ वाशिंगटन
विदेश मंत्री डॉ. एस जयशंकर ने शुक्रवार को कहा कि पिछले 70 सालों के दौरान कई देशों के अंतरराष्ट्रीय संबंधों में काफी उतार चढ़ाव देखा गया है। अमेरिका-रूस संबंध, चीन-रूस संबंध, अमेरिका-चीन संबंध सहित हर बड़े रिश्तों में काफी अस्थिरता देखी गई है। उन्होंने भारत-रूस संबंध को बहुत ही असाधारण करार देते हुए कहा कि दोनों देशों के बीच संबंध बहुत ही स्थिर रहा है। **चरमपंथियों के प्रति उदार रवैया अपनाता है कनाडाः** वहीं, भारत-कनाडा विवाद पर विदेश मंत्री जयशंकर ने कहा कि कनाडा के साथ कई वर्षों से टकराव रहा है। हालांकि, पिछले कुछ वर्षों के दौरान इसमें बढ़ोतरी हुई है। उन्होंने कहा कि कनाडा अपने यहां आतंकवादियों, चरमपंथी लोगों के प्रति एक बहुत ही उदार रवैया अपनाता है, जो खुले तौर पर हिंसा का वकालत करते हैं। कनाडाई राजनीति की मजबूरियों के कारण उन्हें कनाडा में संचालन की जगह दी गई है। उन्होंने कहा कनाडा विवाद पर मैंने अमेरिका के राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार जैक सुलिवन और विदेश मंत्री एंटनी ब्लिंकन से बात की है। उन्होंने इस पूरी स्थिति पर अमेरिकी विचार और आकलन साझा किए।

साधा निशाना

8 कनाडा अपने यहां आतंकवादियों, चरमपंथी लोगों के प्रति एक बहुत ही उदार रवैया अपनाता है

लगातार मजबूत हो रहा क्वाडः हिंद-प्रशांत और क्वाड पर बोलते हुए उन्होंने कहा कि पिछले छह वर्षों के दौरान क्वाड ने काफी वृद्धि हुई है। साल 2007 में पहली बार इसका प्रयास किया गया था। हालांकि, यह टिक नहीं पाया और ठंडे बस्ते में पड़ गया। हालांकि, साल 2017 में फिर से इसे पुनर्जीवित किया गया। उन्होंने कहा कि साल 2017 में यह अमेरिका में नौकरशाही स्तर पर किया गया, साल 2019 में यह एक मंत्री स्तरीय मंच बन गया। हालांकि, साल 2021 में यह यह एक राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री मंच बना और क्वाड लगातार मजबूत होता जा रहा है और हमें अगले साल भारत में शिखर सम्मेलन की मेजबानी करने का सौभाग्य मिलेगा।

राजद ने फिर खेला नया दांवः 'नीतीश को प्रधानमंत्री बनना चाहिए'

टीम एक्शन इंडिया/पटना
बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार को देश का अगला प्रधानमंत्री बनना चाहिए। विपक्षी दलों के एकजुट होकर आईएनडीआईए गठबंधन बनाने के बाद इस बात को जदयू के कई नेता अब तक कहते रहे हैं। परंतु, अब यह मांग लालू यादव के नेतृत्व वाली पार्टी राजद से भी उठने लगी है। राजद ने शुक्रवार को नीतीश कुमार को प्रधानमंत्री पद के योग्य बताया है। उसका कहना है कि बिहार के लोग नीतीश को प्रधानमंत्री पद पर देखना चाहते हैं। उनमें इसके लिए सभी योग्यताएं हैं।

राजद ने दिए समर्थन के संकेतः दरअसल, शुक्रवार को राजद कार्यालय में पत्रकारों से बातचीत के दौरान राजद के वरिष्ठ विधायक भाई वीरेंद्र ने इस तरह के संकेत दिए हैं। उन्होंने कहा है कि राज्य के लोग 2024 में मुख्यमंत्री नीतीश कुमार को प्रधानमंत्री के पद पर देखना चाहते हैं। यह हमारी भी निजी इच्छा है। नीतीश इस पद के योग्य हैं। उन्हें प्रधानमंत्री बनना ही चाहिए। बिहार से थे देश के पहले राष्ट्रपति उन्होंने कहा कि उन्हें नहीं पता कि विपक्षी दलों का गठबंधन नीतीश कुमार को प्रधानमंत्री पद के लिए प्रस्तावित करने जा रहा है या नहीं। लेकिन, देश को पहला राष्ट्रपति देने वाले राज्य को प्रधानमंत्री का पद मिलना ही चाहिए। उन्होंने दावा किया कि 2024 में केंद्र की सत्ता से भाजपा की विदाई होगी। हम सबने केंद्र की सत्ता से भाजपा को विदा करने का संकल्प लिया है।

संपादकीय

स्त्री पुरुष असमानता और महात्मा गांधी

स्त्री पुरुष में असमानता को लेकर गांधीजी के चिंतन में भारत की 85% **आ**बादी का ख्याल था। 1918 में मुंबई में आयजित भगिनी समाज की बैठक में दिया गया उनका उद्बोधन इन्हीं चिंताओं को व्यक्त करता है। गांधीजी चाहते थे कि स्त्रियाँ अपने कार्यों में पुरुषों की सहायता अवश्य लें, लेकिन स्त्री जाति की उन्नति के लिए स्वयं प्रयास करें।भारतीय समाज में स्त्रियों की अवनति का एक प्रमुख कारण सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक विषयों में पुरुष प्रधान व्यवस्था रही है ।स्मृति ग्रंथों में भी स्त्री का स्थान वर्ण व्यवस्था के अंतिम पायदान पर बैठे समुदाय के समान रखा गया है ।गांधी जी इस असमानता का एक कारण बाल विवाह तथा विधवाओं खासकर बाल विधवाओं पर लगे प्रतिबन्ध को मानते थे।वे स्मृतियों में वर्णित नियंत्रणों के अलावा दुरावस्था में जीवन यापन को विवश स्त्रियों में जागृति लाने देश की सभ्रांत महिलाओं का आह्वान करने से पीछे नहीं हटे और उन्होंने स्मृतियों में स्त्रियों के सम्बन्ध वर्णित ऐसे आख्यानों का कडा विरोध करते हुए उन्हें ब्रह्म वाक्य मानने से इनकार कर दिया।गांधीजी ने भारत में धर्म की बागडोर के सुरक्षित रहने में स्त्रियों के योगदान की सराहना करते हुए कहा कि नारी अपनी धार्मिक निष्ठा में पुरुषों से कहीं बढ़ चढ़कर रही है ।गांधीजी के अनुसार स्त्रियाँ पुरुषों की अपेक्षा अधिक विनम्र व दयालु होती हैं तथा वे मूक एवं गंभीर सहिष्णुता की प्रतीक रही हैं।लेकिन हिन्दू धर्मग्रंथों ने स्त्रियों पर अनेक आक्षेप किये जिसके कारण उनकी दुर्दशा हुई और वे पुरुषों के समान अधिकारों से वंचित कर दी गई।गांधीजी के अनुसार गांधीजी ने स्त्रियों को त्याग की मूर्ति माना और उनसे अपेक्षा की कि जैसा त्याग वे कुटुंब के लिए करती हैं वैसा ही त्याग देश के लिए करें। गांधीजी मानते थे कि स्त्री पुरुष की सहचारिणी है , उसकी मानसिक शक्ति पुरुष के समान ही है और उसे पुरुष की छोटी से छोटी प्रवृत्ति में भाग लेने का समान अधिकार है।वे पुरुष वर्ग को प्राप्त स्वतंत्रता से स्त्रियों को वंचित रखने के पक्ष में नहीं थे।साथ ही साथ वे स्त्री और पुरुष का दर्जा तो बराबरी का मानते थे ।पर दोनों एक हैं इसके बजाय वे दोनों की जोड़ी अपूर्व है, दोनों एक दूसरे के पूरक है और दोनों का काम एक दूसरे के बिना चल नहीं सकता है, ऐसा मानते थे। इस धारणा के समर्थन में उनका तर्क था कि आदिकाल से ही स्त्रियाँ सूत कातने और पुरुष बुनने का काम मिल जुलकर करते थे।गांधीजी का मानना था कि स्त्री अपने क्षेत्र में सर्वोपरि है और इसी कारण वे गृह व्यवस्था व अल्पायु बालकों की शिक्षा में स्त्रियों के वर्चस्व के हिमायती थे।गांधीजी और महिला अधिकारों के वर्तमान समर्थकों के बीच एक बड़ा मतभेद इन बिन्दुओं को लेकर है।

गांधीजी के विचार स्त्रियों की शिक्षा को लेकर स्पष्ट थे।ह्लविद्या के बिना मनुष्य का जीवन पशुवत है, विद्या के अभाव में स्त्रियाँ शुद्ध आत्मज्ञान से वंचित रह जाती हैं ।पढने लिखने से बुद्धि विकसित व तीव्र होती है और परोपकार करने की क्षमता बढ़ जाती है। इसीलिये पुरुषों ने स्त्रियों के शिक्षा संबंधी स्वाभाविक मानवीय अधिकार छीन लिए और इस कारण उनमें जागृति का अभाव है।गांधीजी के अनुसार स्त्रियों का कार्यक्षेत्र गृह व्यवस्था है और उन्हें नौकरियाँ खोजने या व्यापार करने की आवश्यकता नहीं है।

जो श्रद्धा से किया जाय, वह श्राद्ध है

किशन भावनानी

> "पितृपक्ष में तीन पीढ़ियों तक के पिता पक्ष के तथा तीन पीढ़ियों तक के माता पक्ष के पूर्वजों के लिए तर्पण किया जाता हैं। इन्हीं को पितर कहते हैं। दिव्य पितृ तर्पण, देव तर्पण, ऋषि तर्पण और दिव्य मनुष्य तर्पण के पश्चात ही स्व-पितृ तर्पण किया जाता है। भाद्रपद पूर्णिमा से आश्विन कृष्णपक्ष अमावस्या तक के सोलह दिनों को पितृपक्ष कहते हैं। जिस तिथि को माता-पिता का देहांत होता है, उसी तिथी को पितृपक्ष में उनका श्राद्ध किया जाता है। शास्त्रों के अनुसार पितृपक्ष में अपने पितरों के निमित्त जो अपनी शक्ति सामर्थ्य केअनुरूप शास्त्र विधि से श्रद्धापूर्वक श्राद्ध करता है, उसके सकल मनोरथ सिद्ध होते हैं और घर-परिवार, व्यवसाय तथा आजीविका में हमेशा उन्नति होती है। पितृ दोष के अनेक कारण होते हैं"

वैश्विक स्तरपर भारत मान्यताओं प्रथाओं परंपराओं और गहरी आध्यात्मिकता में आस्था रखने वाले देश के रूप में प्रसिद्ध है। अनेक कारणों में से यह भी एक कारण है की पूरी दुनियां से सैलानी भारत भ्रमण पर आते है जो इन प्रथाओं परंपराओं आध्यात्मिकता को देख उनसे प्रेरणा लेने की कोशिश करते हैं। आधुनिक विज्ञान के इस डिजिटल युग में जहां मानव चांद पर मानव कॉलोनी बनाने की ओर बढ़ गए हैं, सूर्य को अपनी मुट्ठी में लेने के प्रयास हो रहे हैं, मानव का स्थान अब रोबोट ले रहा है, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की दुनियां हदें पार कर रही है, वहीं भारत जैसा आस्था का प्रतीक देश अपनी परंपरागत आस्था शैली में 29 सितंबर से 14 अक्टूबर 2023 तक सच्चे मन से एवं श्रद्धा से श्राद्ध मनाकर अपने पूर्वजों का आशीर्वाद प्राप्त कर रहा है। मान्यता के अनुसार इस दौर में हमारे पूर्वज किसी न किसी रूप में धरती पर आते हैं और श्राद्ध को ग्रहण करहमें आशीर्वाद देते हैं। चूंकि यह 15 दिवसीय श्राद्ध शुरू हो गए हैं, इसलिए आज हम मीडिया में उपलब्ध जानकारी के सहयोग से इस आर्टिकल के माध्यम से, चर्चा करेंगे, श्रद्धया इदं श्राद्धम्? - जो श्रद्धा से किया जाय, वह श्राद्ध है।

साथियों बात अगर हम पितृपक्ष या श्राद्ध कीकरें तो,पितृपक्ष या श्राद्ध पक्ष भाद्रपद महीने की पूर्णिमा से शुरू होकर पितृमोक्षम अमावस्?या तक चलते हैं। 29 सितंबर से पितृ पक्ष शुरू हो गए है, जो कि 14 अक्?टूबर को खत्?म होगा। पितृपक्ष में अपने पूर्वजों को याद कर उनकी आत्?मा की शांति के लिए श्राद्ध किया जाता है. देश की प्रमुख जगहों जैसे हरिद्वार, गया आदि जाकर पिंडदान करने से पितृप्रसन्न होते हैं। पितृपक्ष में पूर्वजों की आत्मा की शांति के लिए पूरे विधि विधान से अनुष्ठान किए जाते हैं।पितृपक्ष में किए गए तर्पण से पूर्वजों का आशीर्वाद मिलता है और घर में हमेशा सुख-शांति बनी रहती ह। शास्त्रों के अनुसार, श्राद्ध के अनुष्ठानों का कड़ाई से पालन किया जाना चाहिए। श्रद्धया इदं श्राद्धम्? (जो श्रद्धा से किया जाय, वह श्राद्ध है।)

भावार्थ है, प्रेत और पित्तर के निमित्त, उनकी आत्मा की तृप्ति के लिए श्रद्धापूर्वक जो अर्पित किया जाए वह श्राद्ध है।हिन्दू धर्म में माता-पिता की सेवा को सबसे बड़ी पूजा माना गया है।

इसलिए हिंदू धर्म शास्त्रों में पितरों का उद्धार करने के लिए पुत्र की अनिवार्यता मानी गई हैं। जन्मदाता माता-पिता को मृत्यु उपरांत लोग विस्मृत न कर दें, इसलिए उनका श्राद्ध करने का विशेष विधान बताया गया है। भाद्रपद पूर्णिमा से आश्विन कृष्णपक्ष अमावस्या तक के सोलह दिनों को पितृपक्ष कहते हैं जिसमे हम अपने पूर्वजों की सेवा करते हैं।आश्विन कृष्ण प्रतिपदा से लेकर अमावस्या तक ब्रह्माण्ड की ऊर्जा तथा उस उर्जा के साथ पितृप्राण पृथ्वी पर व्याप्त रहता है। धार्मिक ग्रंथों में मृत्यु के बाद आत्मा की स्थिति का बड़ा सुन्दर और वैज्ञानिक विवेचन भी मिलता है। मृत्यु के बाद दशगात्र और षोडशी-सपिण्डन तक मृतव्यक्ति की प्रेत संज्ञा रहती है। पुराणों के अनुसार वह सूक्ष्म शरीर जो आत्मा भौतिक शरीर छोड़ने पर धारण करती है प्रेत होती है। प्रिय के अतिरेक की अवस्था प्रेत है क्यों की आत्मा जो सूक्ष्म शरीर धारण करती है तब भी उसके अन्दर मोह, माया भूख और प्यास का अतिरेक होता है। सपिण्डन के बाद वह प्रेत, पित्तरों में सम्मिलित हो जाता है। भारतीय धर्मग्रंथों के अनुसार मनुष्य पर तीन प्रकार के ऋण प्रमुख माने गए हैं- पितृ ऋण, देव ऋण तथा ऋषि ऋण। इनमें पितृ ऋण सर्वोपरि है। पितृ ऋण में पिता के अतिरिक्त माता तथा वे सब बुजुर्ग भी सम्मिलित हैं, जिन्होंने हमें अपना जीवन धारण करने तथा उसका विकास करने में सहयोग दिया।पितृपक्ष में हिन्दू लोग मन कर्म एवं वाणी से संयम काजीवन जीते हैं; पितरों को स्मरण करके जल चढाते हैंनिर्धनों एवं ब्राह्मणों को दान देते हैं। पितृपक्ष में प्रत्येक परिवार में मृत माता-पिता का श्राद्ध किया जाता है, परंतु गया श्राद्ध का विशेष महत्व है। वैसे तो इसका भी शास्त्रीय समय निश्चित है, परंतु गया सर्वकालेषु पिण्डं दधाद्विपक्षणं कहकर सदैव पिंडदान करने की अनुमति दे दी गई है। अर्थात जो अपने पितरों को तिल-मिश्रित जल की तीन तीन अंजलियाँ प्रदान करते हैं, उनके जन्म से तर्पण के दिन तक के पापों का नाश हो जाता है। हमारे हिंदू धर्म-दर्शन के अनुसार जिस प्रकार जिसका जन्म हुआ है, उसकी मृत्यु भी निश्चित हैउसी प्रकार जिसकी मृत्यु हुई है, उसका जन्म भी निश्चित है। ऐसे कुछ विरले ही होते हैं जिन्हें मोक्ष प्राप्ति हो जाती है। पितृपक्ष में तीन पीढ़ियों तक के पिता पक्ष के तथा तीन पीढ़ियों तक के माता पक्ष के पूर्वजों के लिए तर्पण किया जाता हैं। इन्हीं को पितर कहते हैं। दिव्य पितृ तर्पण, देव तर्पण, ऋषि तर्पण और दिव्य मनुष्य तर्पण के पश्चात ही स्व-पितृ तर्पण किया जाता है। भाद्रपद पूर्णिमा से आश्विन कृष्णपक्ष अमावस्या तक के सोलह दिनों को पितृपक्ष कहते हैं। जिस तिथि को माता-पिता का देहांत होता है, उसी तिथी को पितृपक्ष में उनका श्राद्ध किया जाता है। शास्त्रों के अनुसार पितृपक्ष में अपने पितरों के निमित्त जो अपनी शक्ति सामर्थ्य केअनुरूप शास्त्र विधि से श्रद्धापूर्वक श्राद्ध करता है, उसके सकल मनोरथ सिद्ध होते हैं और घर-परिवार, व्यवसाय तथा आजीविका में हमेशा उन्नति होती है। पितृ दोष के अनेक कारण होते हैं। परिवार में किसी की अकाल मृत्यु होने से, अपने माता-पिता आदि सम्मानीय जनों का अपमान करने से, मरने के बाद माता-पिता का उचित ढंग से क्रियाकर्मऔर श्राद्ध नहीं करने से, उनके निमित्त वार्षिक श्राद्ध आदि न करने से पितरों को दोष लगता है। इसके फलस्वरूपपरिवार में अशांति, वंश-वृद्धि में रूकावट, आकस्मिक बीमारी,संकट धन में बरकत न होना,सारी सुख सुविधाएँ होते भी मन असन्तुष्ट रहना आदि पितृ दोष हो सकते हैं। यदि परिवार के किसी सदस्य की अकाल मृत्यु हुई हो तो पितृ दोष के निवारण के लिए शास्त्रीय विधि के अनुसार उसकी आत्म शांति के लिए किसी पवित्र तीर्थ स्थान पर श्राद्ध करवाएँ अपने माता-पिता तथा अन्य ज्येष्ठ जनों का अपमान न करें। प्रतिवर्ष पितृपक्ष में अपने पूर्वजों का श्राद्ध, तर्पण अवश्य करें। यदि इन सभी क्रियाओं को करने के पश्चात पितृ दोष से मुक्ति न होती हो तो ऐसी स्थिति में किसी सुयोग्य कर्मनिष्ठ विद्वान ब्राह्मण से श्रीमद् भागवत पुराण की कथा करवायें। वैसे श्रीमद् भागवत पुराण की कथा कोई भी श्रद्धालु पुरुष अपने पितरों की आम शांति के लिए करवा सकता है। इससे विशेष पुण्य फल की प्राप्ति होती है। साथियों बात अगर हम हमारे पूर्वजों के हमारे आसपास होने के संकेतों की करें तो,(1) पितृ पक्ष में कौए का विशेष महत्व माना है. माना जाता है कि इन दिनों में पितर कौवों के रूप में धरती पर आते हैं और जल-अन्न ग्रहण करते हैं। पितृ पक्ष के दौरान अगर कौआ आपके घर में आकर भोजन ग्रहण करता है तो इसका मतलब है कि आपके पूर्वज आपके आसपास मौजूद हैं और आप पर उनकी दया दृष्टि है।(2)श्राद्ध के दिनों में अगरआपको अपने घर के आसपास अचानक से काला कुत्ता दिखाई देता है, तो यह आपके आसपास पितरों की मौजूदगी का संकेत हो सकता है. पितृ पक्ष के दौरान काले कुत्ते को पितरों का संदेशवाहक माना जाता है। इन दिनों में काले कुत्ते का दिखना एक शुभ संकेत माना जाता है. इसका मतलब है कि आपके पितृ आपसे प्रसन्न हैं।(3)पितृ पक्ष के दौरान आपको घर में बहुत सारी लाल चीटियां दिखाई दें तो यह भी पितरों के आसपास होने का संकेत है. माना गया है कि आपके पितृ चीटियों के रूप में आपसे मिलने आते हैं. ऐसे में आपको चीटियों को आटा खिलाना चाहिए।

कविता

दुःख कहने वाले तो मिल जाते
यहाँ हर कदम पर अपने पराये,
दौर आया मस्तीपसंद लोगों का
बांट सके दुःख कोई किसी का,
वो नामुमकिन हो चला है आज ।
रोते इंसान को देख लोग यहाँ
मस्ती में खिल्ली खूब उडाते हैं,
वक़्त हो जब विपरीत तो
अपने अपने से लगने वाले,
वो अपने भी शत्रु बन जाते है ।
सबमें दोष खोजने वाले और
दूसरों को बदलने की बात तो
बहुत करते हैं मस्ती में लोग किन्तु,
परिवर्तन खुद में लाने का
रत्ती भर भी नहीं करते प्रयास।
लफ़्ज तो चुभते रहते हैं अक्सर,
मस्ती में जो है आज हर शख्स बेखबर,
विश्वास टूटने पर जब व्यवहार में,
किसी की खामोशी चुभने लगे
तो संभल जाना ही है बेहतर !

मुनीष भाटिया

एक भारत श्रेष्ठ भारत

डॉ. सौरभ मालवीय

भारत एक विशाल राष्ट्र है। इसका निर्माण सनातन संस्कृति से हुआ है। अनेक संस्कृतियां भारत रूपी गुलदान में विभिन्न प्रकार के पुष्पों की भांति रही हैं। इसका अर्थ यह है कि इन विभिन्न संस्कृतियों, भाषाओं, धर्मों एवं पंथों आदि ने इस देश के सांस्कृतिक सौन्दर्य में वृद्धि की है। यहां विविधता में भी एकता है। भारत शान्ति- प्रिय देश है। यह अहिंसा में विश्वास रखता है। परन्तु देश में गुलामी एवं संघर्षों के बाद आजादी से लेकर एक लंबे कालखंड तक ह्यबांटो और राज करोह्ल की नीति पर चलते हुए समाज, जाति, पंथ, मत, मजहब, खान-पान, वेशभूषा आदि के आधार पर विभाजन जारी रहा। इसके परिणाम स्वरूप देश की सांस्कृतिक प्रतिष्ठा पर गंभीर कुठाराघात हुआ। भारत में हिंदूकुश से हिंद महासागर तक फैली हुई सांस्कृतिक एकता छिन्न-भिन्न हो गई और इसका लाभ देशद्रोही शक्तियों ने उठाया। केंद्र की भाजपा सरकार देश को सांस्कृतिक रूप से सुदृढ़ करना चाहती है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने लौह पुरुष नाम से विख्यात सरदार वल्लभ भाई पटेल के 140वें जन्मदिन के अवसर पर 31 अक्टूबर, 2015 को शिक्षा मंत्रालय के अंतर्गत ह्यएक भारत श्रेष्ठ भारतह्ल पहल की घोषणा की थी। इस योजना की प्रेरणा सरदार वल्लभ भाई पटेल के जीवन दर्शन से ली गई है। देश की स्वतंत्रता और इसे गणराज्य बनाने में सरदार वल्लभ भाई पटेल की भी महत्वपूर्ण भूमिका रही है, जिसे भुलाया नहीं जा सकता है। उन्होंने स्वतंत्रता आन्दोलन के दौरान देश के विभिन्न राजघरानों को भारत से पृथक न होकर इसमें सम्मिलित होने के लिए तैयार किया था। उनकी सदैव से ही अभिलाषा थी कि एक भारत श्रेष्ठ भारत का निर्माण हो। उन्होंने आजीवन देश की एकता और अखंडता के लिए कार्य किया। उनका कहना था कि एकता के बिना जनशक्ति शक्ति नहीं है जब तक उसे ठीक तरह से सामंजस्य में ना लाया जाए और एकजुट ना किया जाए और तब यह आध्यात्मिक शक्ति बन जाती है। वे यह भी कहते थे कि यह हर एक नागरिक की जिम्मेदारी है कि वह यह अनुभव करे कि उसका देश स्वतंत्र है और उसकी स्वतंत्रता की रक्षा करना उसका कर्तव्य है। हर एक भारतीय को अब यह भूल जाना चाहिए कि वह एक राजपूत है, एक सिख या जाट है या अन्य कुछ है। उसे यह याद होना चाहिए कि वह एक भारतीय है और उसे इस देश में हर अधिकार है, पर कुछ जिम्मेदारियां भी हैं। वे कहते थे कि इस मिट्टी में कुछ अनूठा है, जो कई बाधाओं के बावजूद हमेशा महान आत्माओं का निवास रहा है।

इस योजना का उद्देश्य विभिन्न राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों की संस्कृति, परंपराओं और प्रथाओं का ज्ञान इस रचनात्मक कदम के परिणामस्वरूप राज्यों के बीच बेहतर समझ और बंधन को बढ़ावा देना है, जिससे भारत की एकता और अखंडता में वृद्धि हो। इस कार्यक्रम के माध्यम से विभिन्न राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों की संस्कृति, आदतों और परंपराओं का साझा ज्ञान राज्यों के बीच संबंध और समझ को बढ़ाकर देश की एकता और अखंडता में सुधार करना है।

विचार

जीवन को परिष्कृत करने का पवित्र माध्यम है किताबें

संजीव

महात्मा गांधी ने कहा है कि पुराने वस्त्र पहनों पर नई पुस्तकें खरीदो' उन्होंने यह भी कहा कि पुस्तकों का मूल्य रत्नों से अधिक है, क्योंकि पुस्तकें अंतःकरण को उज्जवल करती हैंऔर सच्चाई भी यही है कि पुस्तकें सुख और सच्चाईयों का भंडार होती है। जिन्होंने पुस्तके नहीं पढी हैं या जिन्हें पुस्तक पढ़ने में रूचि नहीं है वे जीवन की कई सच्चाईयों से अनभिज्ञ रह जाते हैं। पुस्तकें पढ़ने का सबसे बड़ा फायदा यह होता है कि हम जीवन की कठिन परिस्थितियों से जूझने की शक्ति से परिचित हो जाते हैं,और समस्या कितनी भी बड़ी हो हम उससे जीतकर निजात पा जाते हैं। कठिन से कठिन समय पर पुस्तकें हमारा मार्गदर्शन एवं दिग्दर्शन करती है। जिन मनीषियों ने पुस्तक लिखी है और जिन्हें पुस्तकें पढ़ने का शौक है उन्हें ज्ञानार्जन के लिए इधर-उधर भटकने की आवश्यकता नहीं होतीहैं। पूर्व राष्ट्रपति एपीजे कलाम साहब ने कहा है कि एक पुस्तक कई मित्रों के बराबर होती है और पुस्तकें सर्वश्रेष्ठ मित्र होती हैं। शिक्षाविद चार्ल्स विलियम इलियट ने कहा कि पुस्तके मित्रों में सबसे शांत व स्थिर हैं, वे सलाहकारों में सबसे सुलभ और बुद्धिमान होती हैं और शिक्षकों में सबसे धैर्यवान तथा श्रेष्ठ होती हैं। निसंदेह पुस्तकें ज्ञानार्जन करने मार्गदर्शन एवं परामर्श देने में में विशेष भूमिका निभाती है। पुस्तकें मनुष्य के मानसिक, सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक,नैतिक, चारित्रिक, व्यवसायिक एवं राजनीतिक विकास में अत्यंत सहायक एवं सफल मित्र की भूमिका निभाती है। प्राचीन काल से ही बच्चों तथा नौनिहालों के विकास के लिए पुस्तकें लिखे जाने का चलन तथा रिवाज रहा है। 'पंचतंत्र'तथा 'हितोपदेश' इसके बहुत बड़े उदाहरण हैं। पंचतंत्र,हितोपदेश में ज्ञानार्जन के लिए एवं संस्कृति सभ्यता और शिक्षा के उपयोग की बातें जो दैनिक जीवन में अत्यंत प्रभावशाली तथा उपयोगी होती है, लिखी गई हैं। और यही पुस्तकें इस देश की सभ्यता संस्कृति के संरक्षण तथा प्रचार प्रसार में अहम भूमिका निभाती आई है। इसी तरह की पुस्तकों ने ज्ञान का विस्तार भी किया है। विश्व की हर सभ्यता मे लेखन सामग्री का बड़ा ही महत्वपूर्ण योगदान रहा है। पुस्तकों के माध्यम से ही धर्म जाति संस्कृति एवं शिक्षा की मार्गदर्शिका से ही समाज आगे बढ़ा है। अच्छी किताबें अच्छे मार्गदर्शक तथा शिक्षित तथा अशिक्षित समाज को चेतना तथा सद्गुणों से संचारित करती है, व्यक्ति के अंदर मानसिक क्षमता का विकास भी होता है। ऐतिहासिक किताबें हमें इतिहास, धर्म, राजनीति, संस्कृति के अनेक पहलुओं से अवगत भी कराती है,जिससे व्यक्तित्व विकास में अत्यंत सहायता मिलती है। पुस्तकों के महत्व को देखते हुए डॉक्टर सर्वपल्ली राधाकृष्णन ने कहा कि पुस्तके वह साधन है जिसके माध्यम से हम विभिन्न संस्कृति एवं समाज के बीच सेतु का निर्माण कर सकते हैं। पुस्तके वह मित्र होती हैं जो हर परिस्थिति तत्काल में सहायक होती है, और यही कारण है कि अनेक लोग गुरुवाणी, हनुमान चालीसा अभी अपने पास रखते हैं। वर्तमान युग डिजिटल युग कहलाता है अब इलेक्ट्रॉनिक मीडिया में प्रिंट मीडिया के स्थान पर अपने पैर जमा लिए हैं। इस डिजिटल युग में इंटरनेट का महत्व काफी बढ़ गया है। पहले हम बचपन में चंदा मामा, नंदन, बालभारती और अन्य किताबों से ज्ञान से लेकर मनोरंजन तक प्राप्त करते थे। आज इंटरनेट के बढ़ते बाजार की दिशा में युवक पुस्तकों को विभिन्न साइटों मैं खंगाल कर पढ़ लेते हैं। अब डिजिटल किताबें भी आ गई है साथ ही डिजिटल लाइब्रेरी भी धीरे-धीरे विकसित हो रही है।

पर कई कंपनियां विविध किताबों को साइट पर प्रकाशित कर बच्चों के पढ़ने के लिए उपलब्ध करा रही हैं। इससे बड़ी संख्या में बच्चे पढ़ कर लाभान्वित हो रहे हैं। इस दिशा में भारत सरकार तथा राज्य सरकारों द्वारा डिजिटल कार्यक्रमों के अंतर्गत ई शिक्षा तथा ई पुस्तकों के पुस्तकालयों के माध्यम से उपलब्ध कराई जा रही पठन सामग्रियां बच्चों की जिज्ञासा को शांत करने का काम कर रही 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।

आरएनआईः 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।

सम्पादकः 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। अतः समाचार पत्र उक्त विज्ञापनों के बारे में किसी प्रकार से उत्तरदायी नहीं होगा।

चिंतन

'श्रद्धा' से ही फल देता है श्राद्ध !

डॉ० घनश्याम बादल

आश्विन मास की प्रतिपदा से शुरू श्राद्धपक्ष हिन्दुओं में आस्था व श्रद्धा के सथ मनाया जाता है। पुराणों में श्राद्ध के बारे में कहा भी गया है श्रद्धया एव सिद्धयति श्राद्धं अर्थात -श्राद्ध, श्रद्धा से ही सिद्ध होता है । अतः अपने पूर्वजों के प्रति श्रद्धा के प्रतीक हैं श्राद्ध ।

पितृपक्ष की कथाएं : पितृ पक्ष के महत्व को प्रतिपादित करती अनेक कथाओं में सबसे महत्वपूर्ण है भागीरथ द्वारा अपने चौसठ हजार पुरखों की मुक्ति के लिये कठोर तपस्या करके भगवान शिव को प्रसन्न करके गंगा को पृथ्वी पर लाकर उनका उद्धार करने की कथा सबसे ज्यादा प्रचलित है ।

वहीं श्रीराम द्वारा भी अपने पिता दशरथ की असामयिक मृत्यु के बाद महर्षि वशिष्ठ के निदेर्शानुसार उनका तर्पण किया गया था । महाभारत के युद्ध में जब सारे कौरव मारे गए तब श्री कृष्ण के सान्निध्य में युधिठिर द्वारा उनके तर्पण की कथा भी मिलती है ।

क्या है मान्यता ? :

कहते हैं कि जिस व्यक्ति का मृत्यु के पश्चात उपयुक्त विधि विधान से पिंडदान नहीं किया जाता उनकी आत्मा को मुक्ति नहीं मिलती इसलिए हिंदू हर हाल में पितृपक्ष को मनाते है। वहीं आस्थावान लोग इस माध्यम से दान पुण्य करने व ब्राह्मणों को खुश करके उनके आशीर्वाद लेने का माध्यम बताते हैं ।

खुश व तृप्त होते हैं पितर :

श्राद्ध पक्ष हमें इहलोक व परलोक दोनों के ही अस्तित्व का आभास कराता है । पौराणिक ग्रन्थों में कहा गया है कि श्राद्ध पक्ष में हमारे पितर वायवीय, अदृश्य रूप में पृथ्वी पर आते हैं और अपनी संतति को अपनी आत्मा की शांति के लिये पिंडदान व तर्पण करते हुये देखकर तृप्त व प्रसन्न हो पुनः मोक्षधाम को चले जाते हैं । श्राद्धपक्ष आश्विन मास के कृष्ण पक्ष की प्रतिपदा से शुरू होकर सर्व पितृविसर्जनी अमावस्या तक एक पखवाड़ा चलता है इसी वजह से इस कालक्रम को श्राद्धपक्ष के नाम से जाना भी जाता है।

श्राद्ध नहीं तो मुक्ति नहीं : तर्पण का अर्थ है तृप्त करना, माना जाता है कि पितर पृथ्वी पर आकर, अपने वंशजों को सुखी व प्रसन्न देखकर तृप्त होते हैं । कहा जाता है कि जिन पितरों का तर्पण सही तरीके से नहीं हो पाता, वें भटकते रहते हैं और प्रेत योनि को प्राप्त होकर सांसारिक लोगों को परेशान करते हैं । जो व्यक्ति निःसंतान ही मृत्यु को प्राप्त हो जाते हैं।

मुँह वाला मंत्री!

डॉ. सुरेश कुमार

कल कमाल हो गया। जनता ने पहली बार एक ऐसे मंत्री को देखा जो मुँह से बोलता था। चुनाव जीतने के बाद हाथ, पैर, आँख, नाक से बोलने वाले मंत्री अक्सर मुँह का इस्तेमाल सिर्फ रैलियों में करते हैं। किंतु इस मंत्री ने मुँह का इस्तेमाल कर अपने दल के साथ-साथ जनता को भी आश्चर्यचकित कर दिया। मीडिया ने भू-बकासुर, धनखाऊ और जनता की समस्याओं के प्रति चुप्पी साधने वाले इस कुंभकर्णी मंत्री के बारे में लाख कार्यक्रम चलाए, लेकिन यह मंत्री अंगद पैर की भांति सत्ता पर अड़ा रहा। मीडिया और जनता लाख चिल्लाते रहे लेकिन वह भीष्म प्रतिज्ञा की तरह चुप रहकर शांतचित्त बना रहा। पहले तो किसी को विश्वास नहीं हुआ कि भोजन के सिवाय सब कुछ डकारने वाले इस मंत्री का मुँह कैसे खुल गया!! दलाध्यक्ष ने कहा कि असंख्य गूँगे-बहरे मंत्रियों को संभाला जा सकता है, लेकिन एक अदद मुँह वाले मंत्रा को संभालना सबसे मुश्किल काम है। अक्सर बोलने वाला मंत्री गूँगे-बहरों के बीच कैंसर बनकर उन्हें भी यह रोग लगा देता है। इस बीमारी का कोई इलाज नहीं है, सिवाय दूर रहने के। सत्ता अक्सर लूटने में इतनी लिप्त रहती है कि उसे जनकल्याण भी एक बीमारी सी लगती है।

अचानक से मुँह खोलने वाले मंत्री जी ने पिछले दो दशक से लूटपाट का ऐसा कीर्तिमान बनाया कि सभी नवजात मंत्रियों के लिए वह आराध्य लूटपुरुष बन गया। पिछले दिनों वह एक सांस्कृतिक कार्यक्रम देखने के बहाने कठपुतली का तमाशा देख बैठा। उसने देखा कि बन्दर और मदारी के तमाशे में बन्दर मदारी को नचा रहा था। उसे अपनी याद हो आई। वह जनता को नचाने में सिद्धहस्त था। नेता जी के पास हमेशा नए नए आइडिया तैयार रहते थे। नई सरकार बनने पर उसने पानी-पूरी की तर्ज पर घोटाला-पूरी का स्टाल लगवाया था । कांट्रेक्टरों को उनके कार्यक्रमों का शिद्दत से इंतजार रहता था । उसने वादा कर रखा था कि अबकी जमीन पर भवन बनाए बिना जेबों में रुपयों का भवन बनायेगा। मंत्रियों के दल ने लोहे को लोहा और रुपए को रुपया काटने वाले फार्मूले की तर्ज पर मंत्री जी को पद से हटवा दिया।

आपदा प्रभावित 48 परिवारों को विस्थापन के लिए जारी की 96 लाख रुपये की प्रथम किस्त

टीम एक्शन इंडिया/गोपेश्वर। चमोली जिले में आपदा प्रभावित परिवारों के विस्थापन एवं पुनर्वास को लेकर शुक्रवार को जिलाधिकारी हिमांशु खुराना की अध्यक्षता में जिला स्तरीय पुनर्वास समिति की बैठक हुई। बैठक में जिले के आपदा प्रभावित 48 परिवारों के विस्थापन एवं पुनर्वास के लिए प्रथम किस्त के रूप में दो लाख प्रति परिवार की दर से 96 लाख धनराशि जारी करने की स्वीकृत दी गई। जिलाधिकारी ने संबंधित एसडीएम को निर्देशित किया कि प्रभावित परिवार के पुनर्वास वाले स्थानों पर बिजली, पानी, कनेक्टिविटी सहित अन्य मूलभूत सुविधाएं भी सुनिश्चित की जाए। विस्थापन एवं पुनर्वास के लिए जिन 48 परिवारों के

लिए धनराशि स्वीकृत की गई है, उसमें तहसील नंदानगर (घाट) के अंतर्गत कनोल गांव के 31 परिवार, तहसील कर्णप्रयाग के अंतर्गत ग्वाड गांव के तीन परिवार और तहसील थराली के अंतर्गत बेडगांव के पांच, सूना गांव के कुल्याडी तोक से तीन और बैनोली गांव के छह परिवार शामिल है। इन सभी परिवारों के विस्थापन एवं पुनर्वास के लिए प्रति परिवार 4.25 लाख की धनराशि दी जाएगी। जिसमें चार लाख भवन निर्माण, 10 हजार विस्थापन भत्ता तथा 15 हजार गौशाला निर्माण के लिए दिया जाएगा। जिला प्रशासन ने पहली किस्त के रूप में प्रति परिवार दो लाख की धनराशि जारी करने की स्वीकृत दे दी है। जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी ने बताया कि तहसीलों से 48 परिवारों के विस्थापन के लिए प्रस्ताव मिले थे। प्रभावित परिवारों के विस्थापन के लिए अभी शासन से एक करोड़ की धनराशि मिली है। जिसके सापेक्ष प्रत्येक

प्रस्ताव

8 जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी ने बताया कि तहसीलों से 48 परिवारों के विस्थापन के लिए प्रस्ताव मिले थे

परिवार को दो लाख की धनराशि प्रथम किस्त के रूप में जारी की जाएगी। बैठक में अपर जिलाधिकारी डॉ. अभिषेक त्रिपाठी, भूवैज्ञानिक डॉ. दीपक हटवाल, एसडीएम कमलेश मेहता, एसडीएम रविंद्र ज्वॉठा, तहसीलदार सुरेन्द्र देव, जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी एनके जोशी आदि उपस्थित थे।

देहरादून : पुष्पांजलि ग्रुप का डायरेक्टर राजपाल वालिया गिरफ्तार

टीम एक्शन इंडिया/देहरादून। उत्तराखंड एसटीएफ ने शातिर अपराधी और लोगों को ठगने वाले पुष्पांजलि ग्रुप के निदेशक राजपाल बालिया को गिरफ्तार किया है। उसे नैनीताल से गिरफ्तार किया गया है। उत्तराखंड पुलिस ने अब तक 48 शातिर अपराधियों को गिरफ्तार किया है। राजपाल बालिया लंबे अर्से से गिरफ्तारी से बच रहा था। उस पर 25 हजार रुपये के इनाम की घोषणा की गई थी। शुक्रवार को एसटीएफ एसएसपी आयुष अग्रवाल ने बताया कि जनपद देहरादून में पुष्पांजलि परियोजना के अंतर्गत आवासों में निवेश करने के नाम पर कई लोगों से करोड़ों की धोखाधड़ी करने के मामलों में दीपक मित्तल, राखी मित्तल एवं राजपाल बलिया आदि के विरुद्ध थाना डालनवाला में कई मुकदमे पंजीकृत हुए हैं। इन मामलों में मित्तल

दंपति के साथ-साथ पुष्पांजलि के परियोजना निदेशक राजपाल वालिया की गिरफ्तारी के काफी प्रयास किए जा रहे थे। ठिकाना बदलते रहने के कारण उसकी गिरफ्तारी नहीं हो पाई थी। उन्होंने बताया कि 29 सितम्बर को सूचना मिली कि राजपाल वालिया अपनी पत्नी शेफाली वालिया की जमानत के संबंध में नैनीताल आया हुआ है। इस सूचना पर राजपाल बालिया की गिरफ्तारी की गई है। पूछताछ में राजपाल बलिया ने बताया है कि वह अपनी गिरफ्तारी से बचने के लिए अपने किसी रिश्तेदार को किसी प्रकार से कोई फोन नहीं करता था यदि किसी से संपर्क करना हो तो किसी का भी फोन मांग कर संपर्क कर लेता था।

संक्षिप्त खबरें

जीवा ने खोला देहरादून में अपना नया स्टोर

देहरादून: प्रसिद्द चांदी के आभूषणों का ब्रांड जीवा, हिमालय की तलहटी में बसे खूबसूरत शहर देहरादून में अपने नवीनतम स्टोर के भव्य उद्घाटन की घोषणा की है। उत्तराखंड राज्य की राजधानी में अपना स्टोर खोलकर जीवा को बेहद खुशी हो रही है। देहरादून का समृद्ध गढ़वाल इतिहास और मनमोहक दृश्य पारंपरिक आकर्षण से भरपूर जीवा के समकालीन आभूषण डिजाइन के अनूठे संग्रह का जश्न मनाने के लिए एकदम सही पृष्ठभूमि प्रदान करते हैं। देहरादून में नया खुला जीवा स्टोर शहर के निवासियों और आगंतुकों को बढ़िया चांदी के आभूषणों का एक चुनिंदा संग्रह पेश करने का वादा करता है जो सुंदरता और समकालीन डिजाइन का प्रतीक है। शहर के शांत परिदृश्य और समृद्ध विरासत से घिरा, यह स्टोर आपको बढ़िया चांदी के आभूषणों की शाश्वत सुंदरता को देखने और खोजने के लिए आमंत्रित करता है। जीवा के संस्थापक, इशेंद्र अग्रवाल ने ओमनीचैनल दृष्टिकोण के प्रति अपना उत्साह व्यक्त करते हुए कहा, "ऐसी दुनिया में जहां डिजिटल और भौतिक अनुभव मिलते हैं, हम अपने ग्राहकों को दोनों का सहज मिश्रण प्रदान करने के लिए रोमांचित हैं।" यह दृष्टिकोण हमें आभूषण प्रेमियों के साथ सार्थक तरीकों से जुड़ने की अनुमति देता है, जिससे उन्हें ऑनलाइन और हमारे स्टोर दोनों में विविध प्रकार के विकल्प मिलते हैं।" जीवा देहरादून स्टोर का आधिकारिक उद्घाटन स्पेशल टास्क फोर्स के वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक (रराढ) आयुष अग्रवाल और उनकी पत्नी नेहा अग्रवाल द्वारा किया जाएगा। हम आपको भव्य उद्घाटन समारोह में शामिल होने के लिए हार्दिक रूप से आमंत्रित करते हैं, जहां पहले 100 ग्राहकों को मुफ्त चांदी के सिक्के मिलेंगे* (नियम एवं शर्तें लागू)। यह रोमांचक विस्तार जीवा की सफल सीरीज बी फंडिंग के बाद हुआ है, जिसमें प्रेमजी इन्वेस्ट से 270 करोड़ (डॉलर 35 मिलियन) का निवेश हासिल हुआ है। इस नए समर्थन के साथ, जीवा बढ़िया चांदी के आभूषण पूरे भारत में अपनी उपस्थिति बढ़ाने के मिशन पर है, और देहरादून स्टोर उस यात्रा में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है। जबकि वर्तमान में, जीवा की 85 प्रतिशत बिक्री ऑनलाइन चैनलों से होती है, ब्रांड ऑफलाइन स्टोर्स के माध्यम से भी अपने ग्राहकों तक पहुंचने के लिए प्रतिबद्ध है। इशेंद्र अग्रवाल द्वारा स्थापित, जीवा ने पिछले चार वर्षों में उल्लेखनीय सफलता का स्वाद चखा है। अभूतपूर्व पहलों के प्रति अपने शुरूआती जुनून का प्रदर्शन।

भारत में लॉन्च हुई बीएमडब्ल्यू आईएक्स1

देहरादून। पहली फुली इलेक्ट्रिक बीएमडब्ल्यू आईएक्स1 को आज भारत में लॉन्च किया गया है। इसके साथ कामयाब लग्जरी स्पोर्ट्स ऐक्टिविटी व्हीकल बीएमडब्ल्यू आईएक्स1 सेगमेंट में पहला वाहन है जो पेट्रोल और डीजल ड्राइवट्रेन के अलावा नया इलेक्ट्रिक अवतार ऑफर करता है। कंप्लीटली बिल्ट-इन यूनिट के रूप में उपलब्ध पहले फुली इलेक्ट्रिक बीएमडब्ल्यू आईएक्स1 को केवल शॉप.बीएमडब्ल्यू.इन पर ऑनलाइन बुक किया जा सकता है। डिलीवरीज अक्टूबर से शुरू होंगी।

श्री विक्रम पावाह बीएमडब्ल्यू प्रेसिडेंटए ग्रुप इंडियाए ने कहा कि सस्टेनेबिलिटी मोबिलिटी में प्रवर्तक के रूप में बीएमडब्ल्यू ग्रुप इंडिया का इलेक्ट्रिक ऑफेन्सिव समय से पहले आरंभ हो गया था। लग्जरी इलेक्ट्रिक कार मार्केट में हमारी सफलता और नेतृत्व की बुनियाद श्रेणी में सबसे विविधतापूर्ण इलेक्ट्रिक पोर्टफोलियो की शक्तिशाली प्रोडक्ट स्ट्रैटजी पर आधारित है। इस श्रृंखला में सबसे नया है बीएमडब्ल्यू आईएक्स1 का इलेक्ट्रिफिकेशन । यह अपने सेगमेंट की पहला एसएवी है जो ग्राहकों को चयन का अधिकार देती है ताकि वह अपनी पसंद की ड्राइवट्रेन चुन पाएं-चाहे पेट्रोल हो, डीजल हो, या फिर इलेक्ट्रिक। यह तथ्य कि प्रत्येक बीएमडब्ल्यू इलेक्ट्रिक कार एक कॉम्पलीमेंटरी वालबॉक्स चार्जर के साथ आती है और यह कि हमने दूसरे ब्रैंडों के ग्राहको के लिए भी 35 शहरों में अपने सर्वश्रेष्ठ फास्ट चार्जिंग नेटवर्क को खोला हैए जो बाजार में इलेक्ट्रिक को अपनाने की गति तेज करने की दिशा में एक कदम है। हम पहली फुली इलेक्ट्रिक बीएमडब्ल्यू आईएक्स1 जैसे सोच.विचार कर बनाए गए नवाचारी उत्पादों के साथ अपनी रेंज को सावधानीपूर्वक विस्तारित करते हुए इलेक्ट्रिक मोबिलिटी को लगातार बढ़ाते रहेंगे।

सोनी के विशेष रूप से "संगीत के लिए" निर्मित ताजातरीन डब्ल्यूएफ-1000एक्सएम5 ट्रूली वायरलेस ईयरबड्स के साथ बेहतरीन नॉइज कैंसिलिंग का आनंद लें

देहरादून। आज घोषित सोनी के डब्ल्यूएफ-1000एक्सएम5 ट्रू ली वायरलेस ईयरबड्स के साथ, उत्कृष्टता के एक नए स्तर का अनुभव करें। बहुप्रशंसित 1000एक्स श्रृंखला के बेहतरीन उत्पाद का प्रतिनिधित्व करते हुए, यह अत्याधुनिक मॉडल, परफेक्शन को पुनर्परिभाषित करता है और अद्वितीय बेहतरीन नॉइज कैंसलेशन (शोर हटाने की प्रक्रिया), उन्नत इमर्सिव साउंड का अनुभव और सोनी की अब तक की सबसे असाधारण कॉल क्वालिटी प्रदान करता है। अब आप खुद को अपने पसंदीदा संगीत में डुबो लें, क्योंकि डब्ल्यूएफ-1000एक्सएम5 आपके और आपकी धुनों के बीच एक सहज संबंध बनाता है। सोनी इंडिया के प्रबंध निदेशक, सुनील नय्यर ने इस लॉन्च के बारे में कहा कि डब्ल्यूएफ-1000एक्सएम5 ने ईयरबड्स की अवधारणा को पुनर्परिभाषित किया है। हमें यह घोषणा करते हुए गर्व हो रहा है कि हमारे ईयरबड्स में ऐसी विशेषताएं शामिल हैं।

कर्मचारियों की दिल्ली रैली को माले का पूर्ण समर्थन : कैलाश पाण्डेय

हल्द्वानी। भाकपा माले एक अक्टूबर को पुरानी पेंशन स्कीम की मांग पर दिल्ली के रामलीला मैदान में आयोजित देश भर के कर्मचारियों की रैली को पूर्ण समर्थन देती है। माले के नैनीताल जिला सचिव डॉ कैलाश पाण्डेय ने शुक्रवार को जारी बयान में यह बात कही। कैलाश पाण्डेय ने कहा कि देश में चल रही निजीकरण, कारपोरेटीकरण, छंटनी और न्यू पेंशन स्कीम के जरिये देश के कर्मचारियों पर किए जा रहे हमलों का भाकपा माले डट कर विरोध करती है। उन्होंने आरोप लगाते हुए कहा कि भाजपा जब भी सत्ता में आती है, हमेशा कर्मचारी विरोधी, किसान-मजदूर विरोधी फैसले लेती है। पाण्डेय ने कहा कि केन्द्र सरकार एक तरफ सरकारी व सार्वजनिक संस्थानों व संपत्तियों को कौड़ी के भाव कॉपोरेट को

शांतिकुंज में श्रद्धा पूर्वक मनाई गई माता भगवती देवी की पुण्यतिथि

टीम एक्शन इंडिया/हरिद्वार नारी जागरण की सूत्रधार अखिल विश्व गायत्री परिवार की संस्थापिका माता भगवती देवी शर्मा की 29वीं पुण्यतिथि श्रद्धापूर्वक मनाई गयी। इस अवसर पर शांतिकुंज के अंतेवासी कार्यकर्तागण एवं देश के विभिन्न क्षेत्रों से आये श्रद्धालुओं ने सामूहिक श्राद्धकर्म किया। आचार्यों ने माताजी के मातृत्व, कर्तृत्व एवं व्यक्तित्व को याद करते हुए उनके बताए सूत्रों को आत्मसात करने के लिए प्रेरित किया। अपने संदेश में अखिल विश्व गायत्री परिवार प्रमुख डॉ प्रणव पण्ड्या एवं संस्था की अधिष्ठात्री शैलदीदी ने कहा कि माताजी बाल्यावस्था से

ही नारियों के समान अधिकार के लिए काम करती रहीं। मानव मात्र के उत्थान के लिए उन्होंने विभिन्न रचनात्मक कार्यक्रमों को प्रारंभ किया और उसे गति दी। उन्होंने 1971 से नारी उत्थान एवं महिला सशक्तिकरण के लिए काम करना प्रारंभ कर दिया था। माताजी की प्रेरणा से शांतिकुंज में आज भी महिलाओं के लिए पौरोहित्य, संगीत, स्वावलंबन सहित विभिन्न गतिविधियां संचालित हो रही हैं। यहां से प्रशिक्षण लेने के बाद अब तक हजारों बहनें अपने परिवार को

श्राद्धकर्म

8 शांतिकुंज के अंतेवासी कार्यकर्तागण एवं देश के विभिन्न क्षेत्रों से आये श्रद्धालुओं ने सामूहिक श्राद्धकर्म किया

आर्थिक संबल प्रदान कर रही हैं। दूसरी ओर गायत्री तीर्थ शांतिकुंज में पितृपक्ष के प्रथम दिन पितृ कर्मों में निष्ठा रखने वाले 1500 से अधिक लोगों ने श्राद्ध संस्कार किया। शांतिकुंज के संस्कार शाला, माता भगवती हॉल एवं विश्वामित्र शैड में कुल नौ पारियों में श्राद्ध संस्कार सम्पन्न कराया गया।

भाजपा मंडल ने 15 शक्ति केंद्रों के संयोजक और प्रभारियों की सूची जारी की

टीम एक्शन इंडिया/ऋषिकेश। बूथ सशक्तिकरण अभियान के तहत भाजपा मंडल ऋषिकेश ने 15 शक्ति केंद्रों के शक्ति केंद्र संयोजक और प्रभारियों की सूची जारी की है। शुक्रवार को भाजपा के जिला कार्यालय में आयोजित बैठक में ऋषिकेश मंडल के विस्तारक और प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य मनोज जखमोला ने कहा कि सभी शक्ति केंद्र संयोजकों और प्रभारियों की जिम्मेदारी है कि वह अपने-अपने क्षेत्र को मजबूत करें। मनोज जखमोला ने कहा कि संयोजकों और प्रभारियों की जिम्मेदारी है कि वह प्रत्येक

व्यक्ति तक भाजपा की नीतियों को पहुंचाएं।

समाज के हर व्यक्ति की समस्याओं का निराकरण करें। इस अवसर पर भाजपा मंडल अध्यक्ष सुमित पंवार ने सभी शक्ति केंद्र संयोजक और प्रभारी को निर्देशित किया कि अपने-अपने शक्ति केन्द्रों को सबसे मजबूत शक्ति केंद्र के रूप में परिवर्तित करें।

त्रिवेणी घाट पर लोगों ने पितरों के लिए किया तर्पण

ऋषिकेश। श्राद्ध पूर्णिमा के अवसर पर तीर्थनगरी के त्रिवेणी घाट पर हजारों की संख्या में श्रद्धालुओं ने विधिवत पूजा अर्चना कर पितरों के लिए तर्पण किया। शुक्रवार की सुबह से ही श्रद्धालुओं ने गंगा स्नान कर विधि विधान से पितरों का स्मरण कर जलदान करते हुए तर्पण किया। तर्पण करके पितरों को भोग अर्पित करते हुए ब्राह्मणों को भोज कराया और उन्हें उपहार वितरित किए। पंडित चैतन्य शर्मा ने कहा कि श्रद्धा पूर्वक पितरों के नाम किए गए तर्पण और अनुष्ठान उनकी आत्माओं को शांति देता है। परंपराओं के अनुसार पितरों की आत्मिक शांति और मोक्ष के लिए तर्पण और श्राद्ध किया जाता है।

खेरीखुर्द में सड़क निर्माण कार्य के लिए किया भूमि पूजन

टीम एक्शन इंडिया/ऋषिकेश। क्षेत्रीय विधायक व मंत्री डॉ प्रेमचंद अग्रवाल ने ग्रामसभा श्यामपुर के खेरीखुर्द में 55.97 लाख रुपये की लागत से बनने वाले 0.815 किमी लंबे विभिन्न आंतरिक मार्गों का भूमि पूजन कर निर्माण शुरू कराया। इस दौरान डॉ अग्रवाल ने खेरीखुर्द के वार्ड संख्या 08 और 09 के लिए 20 स्ट्रीट लाइट्स देने की भी घोषणा की। खेरीखुर्द में आयोजित कार्यक्रम में भूमि पूजन कर मंत्री डॉ अग्रवाल ने कहा कि उनके कार्यकाल में ग्रामीण क्षेत्रों का चहुंमुखी विकास हुआ, जबकि पूर्व में यहां बिजली कनेक्शन तो थे, मगर लाइट नहीं आती थी। इसी तरह मुख्य मार्ग का अलावा आंतरिक सड़कें नहीं थी। डॉ अग्रवाल ने कहा कि उनके जनप्रतिनिधि बनने के बाद ग्रामीण क्षेत्रों की सूरत बदली है। ग्रामीण क्षेत्र भी अब शहरी क्षेत्रों की तरह दिखाई देते हैं। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास की भावना से कार्य करते हैं।

फर्जीवाड़ा: महिला ने रुपयों के लालच में गवाएं 5.48 लाख

टीम एक्शन इंडिया/रुद्रपुर: महिला को टेलीग्राम के आनलाइन ग्रुप में जुड़ना महंगा पड़ गया। ग्रुप में होटल रेटिंग करने के लिए रुपये मिलने के लालच में आकर वह 5.48 लाख रुपये गंवा बैठी। इसका पता चलते ही उसके होश उड़ गए। बाद में पीड़िता के पति ने पुलिस से शिकायत की। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

टेलीग्राम एप्लीकेशन में आनलाइन ग्रुप किया था ज्वाइन

पुलिस के मुताबिक, उत्तरायणी आवासीय कालोनी निवासी शशांक मित्तल पुत्र बृज मोहन अग्रवाल ने बताया कि उसकी पत्नी ने टेलीग्राम एप्लीकेशन में एक आनलाइन ग्रुप ज्वाइन किया था। ग्रुप में उसकी

पत्नी को रुपयों का लालच देकर यूजर आइडी बनाने के लिए 11300 रुपये जमा कराए गए। जिसके बाद यूआइडी बनाई गई और आनलाइन होटल को रेटिंग करने के लिए लालच में उसकी पत्नी से 22500 रुपये और जमा कराए गए। यही नहीं यूजर आइडी खाते में 43400 रुपये भी दिए गए।

रुपयों का लालच देकर कराए 548121 रुपये ट्रांसफर

आरोप है कि इसके बाद उसकी पत्नी को रुपयों का लालच देकर

जांच

8 बाद में पीड़िता के पति ने पुलिस से शिकायत की। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है

अलग-अलग किश्तों में तीन जून 2023 से सात जून 2023 के बीच 548121 रुपये ट्रांसफर कराए गए। बाद में उन्हें धोखाधड़ी का पता चला। शशांक मित्तल ने पुलिस से आनलाइन धोखाधड़ी करने वालों के खिलाफ कार्रवाई कर रुपये वापस दिलाने की मांग की है। थानाध्यक्ष राजेंद्र सिंह डांगी ने बताया कि अज्ञात साइबर ठगों पर केस दर्ज किया गया है।

बामनाथ मन्दिर परिसर में ग्रामीणों ने चलाया स्वच्छता अभियान

गोपेश्वर। चमोली जिले के पोखरी विकास खंड के बामनाथ मन्दिर में स्वच्छता पखवाड़े के तहत सहायक खंड विकास अधिकारी राजेंद्र बिष्ट के नेतृत्व में सेम सांकरी के ग्रामीणों ने शुक्रवार को क्षेत्र के पौराणिक मंदिर बामनाथ के परिसर में सफाई अभियान चलाया गया। यहां एकत्र कूड़े का भी निस्तारण किया गया। सहायक खंड विकास अधिकारी ने कहा कि स्वच्छता सेवा पखवाड़े के तहत बामनाथ मन्दिर में स्वच्छता अभियान चलाया गया। जिसमें ग्रामीणों ने भागीदारी निभाई। ग्राम प्रधान आनंद सिंह भंडारी ने भी ग्रामीणों से मंदिर परिसर में स्वच्छता बनाने में सहयोग करनी अपील की। साथ ही ग्रामीणों को स्वच्छता के होने वाले लाभ के बारे में भी बताया गया।

एनआइए ने बाजपुर के गन हाउस में मारा छापा

टीम एक्शन इंडिया/रुद्रपुर। खालिस्तानी आतंकियों को असलहे सप्लाई करने के मिले इनपुट के बाद एनआइए ने बाजपुर के गन हाउस में छापामार कार्रवाई की थी। जिसके बाद से ऊधम सिंह नगर में चल रहे गन हाउसों पर पुलिस और खुफिया विभाग नजर बनाए हुए है। इसके लिए गन हाउसों से होने वाली असलहे और कारतूस की बिक्री का पुलिस और खुफिया एजेंसियां हिसाब रखेगी।

तराई में 90 के दशक में खालिस्तानी आतंकियों का खौफ था। बाद में आतंकी गतिविधियां खत्म हो गई लेकिन बीते चार-पांच साल से एक बार फिर से तराई में खालिस्तानी आतंकी गतिविधियां सिर उठाने लगी है। इसके लिए वह गैंगस्टरों के संपर्क

में भी है। कई बार आतंकी जिले में भी पनाह ले चुके है।

एनआइए ने हथियार सप्लाई की सूचना के बाद मारा छापा

बीते बुधवार को एनआइए ने खालिस्तानी आतंकी को हथियार सप्लाई करने के इनपुट मिलने के बाद बाजपुर के धंसारा गांव में एक

रेड

8 ऊधम सिंह नगर में चल रहे गन हाउसों पर पुलिस और खुफिया विभाग नजर बनाए हुए है

गन हाउस स्वामी शकील अहमद के घर में छापा मारा। कई घंटे हुए पूछताछ के बाद टीम उसे अपने साथ ले गई और तीन असलहे भी कब्जे में लिए थे।

एनआइए की छापेमारी के बाद पुलिस व खुफिया एजेंसी सतर्क

जिले के बाजपुर थाना क्षेत्र के गन हाउस स्वामी के आतंकियों से मिलीभगत पर एनआइए की छापेमारी के बाद अब ऊधम सिंह नगर की पुलिस और खुफिया एजेंसियां सतर्क हो गई है। खुफिया एजेंसियां और पुलिस जिले में चल रहे गन हाउसों पर नजर रखे हुए है। साथ ही गन हाउसों से बेची जा रही गन और कारतूस के हिसाब किताब भी करेगी।

जिला प्रशासन देता है गन हाउस का लाइसेंस

एसएसपी डा. मंजूनाथ टीसी ने बताया कि गन हाउस का लाइसेंस जिला प्रशासन देता है। समय समय पर जिला प्रशासन की ओर से सत्यापन किया जाता है।

बाजपुर में गन हाउस स्वामी पर हुई एनएआइ की कार्रवाई के बाद पुलिस और खुफिया एजेंसियां गन हाउस पर नजर रखे हुए है।

वियतनाम लॉन्च : स्कोडा ऑटो ने अंतर्राष्ट्रीयकरण की प्रमुख उपलब्धि का जश्न मनाया

टीम एक्शन इंडिया/देहरादून। स्कोडा ऑटो ने आज वियतनामी बाजार में अपने प्रवेश के साथ अपनी अंतरराष्ट्रीयकरण रणनीति में एक महत्वपूर्ण कदम उठाया है। इस अवसर पर वियतनामी और चेक सरकारों के प्रतिनिधियों और स्कोडा के स्थानीय वितरण एवं उत्पादन सहयोगी, टीसी ग्रुप के साथ एक उत्सवी समारोह आयोजित किया गया। स्कोडा ऑटो ने अपने तेज विस्तार के लिए 30 साझीदारों का डीलर नेटवर्क तक करने और वर्ष 2030 तक वार्षिक 40,000 वाहनों की बिक्री का लक्ष्य हासिल करने की योजना बनाई है। कैरोक और कोडिएक के साथ पहले मॉडल को यूरोप से आयातित किया जाएगा। स्थानीय सीकेडी उत्पादन, जिसे अगले साल से आरम्भ करने की योजना है, का लक्ष्य भारत के साथ इस देश की निकटता के कारण सहकार्यों का लाभ उठाना है। स्कोडा वियतनाम को संभावनाशील आसियान क्षेत्र के लिए एक प्रवेशद्वार के रूप में देखती है। स्कोडा ऑटो के सीईओ, क्लाउस जेल्मर ने कहा कि हम वियतनाम की गतिशील अर्थव्यवस्था और इस तेज वृद्धिशील बाजार में ग्राहकों के एक नए समूह के साथ सहभागिता के लिए अत्यंत उत्साहित हैं। यह हमारी त्वरित अंतरराष्ट्रीयकरण रणनीति में अगला कदम भी है, जिससे आसियान क्षेत्र में हमारे ब्रैंड को मजबूती मिलती और भारत तथा यूरोप के हमारे दो प्रमुख बाजारों के बीच सहकार्य में तेजी आयेगी। तैयारियों के दौरान यह स्पष्ट हुआ है कि टीसी ग्रुप हमारे आकर्षक मॉडल पोर्टफोलियो के उत्पादन और बिक्री के लिए एक शानदार सहयोगी है। हमें मिल-जुल कर एक सफल भविष्य की शुरूआत करने की उम्मीयद है।

विक्रय और विपणन के लिए स्कोडा ऑटो के बोर्ड मेम्बर, मार्टिन जान ने कहा कि आज का दिन स्कोडा ऑटो के इतिहास में एक महत्वपूर्ण उपलब्धि का प्रतीक है।

जानकारी

अंडे का सफेद भाग भी हो सकता है सेहत के लिए नुकसानदायक

क्या आप भी रोजाना अंडे खाते हैं? पोषक तत्वों से भरपूर होने के कारण अंडे को दुनियाभर में खाया जाता है और इससे सैकड़ों अलग-अलग तरह की डिशेज भी बनाई जाती हैं। आपने लोगों को यह भी कहते सुना होगा कि अंडे का पीला भाग (जर्दी) ज्यादा नहीं खाना चाहिए, क्योंकि ये शरीर में कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाता है। लोग अंडे के सफेद हिस्से को इसीलिए सुरक्षित मानते हैं क्योंकि इसमें फैट कम होता है और कैलोरीज भी कम होती हैं। मगर क्या आप जानते हैं कि अंडे का सफेद हिस्से का भी ज्यादा सेवन करना आपके लिए खतरनाक हो सकता है। जी हां, अंडे के सफेद हिस्से के कुछ दुष्प्रभाव होते हैं, जिनके बारे में आपको जरूर जानना चाहिए।

सल्मोना बैक्टीरिया बना सकता है बीमार

अंडे के सफेद भाग में एक खास बैक्टीरिया हो सकता है, जिसे सैलमोनेला कहते हैं। ये एक तरह का बैक्टीरिया है, जो आमतौर पर चिकन के आंतों में पाया जाता है, लेकिन कई बार ये बैक्टीरिया अंडे के अंदर भी मौजूद हो सकता है। अगर आप इस बैक्टीरिया से प्रभावित अंडे से बना हाफ फ्राई या कच्चा अंडा खाते हैं, तो ये आपको बीमार बना सकता है। इससे बचने का एक आसान तरीका ये है कि अंडे को हाई टेम्प्रेचर पर पकाएं या उबालें, जिससे ये बैक्टीरिया नष्ट हो जाए। अधकच्चे या कम पके अंडों में इस बैक्टीरिया के होने की संभावना बनी रहती है।

बायोटीन की हो सकती है कमी

कच्चे अंडे में एक अन्य बैक्टीरिया के पाए जाने की संभावना रहती है, जिसे एल्बुमेन (albumen) कहते हैं। ये बैक्टीरिया भी आपकी सेहत के लिए खतरनाक हो सकता है। अगर आप अंडे के सफेद भाग का सेवन कच्चा करते हैं, तो आपके शरीर में ये बैक्टीरिया प्रवेश कर सकता है। इस बैक्टीरिया का दुष्प्रभाव ये है कि ये आपके शरीर में मौजूद बायोटिन को नष्ट करने लगता है, जिसके कारण त्वचा संबंधी कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं और बाल झड़ना शुरू हो सकते हैं। बायोटिन एक जरूरी तत्व है जो हमारे शरीर में त्वचा और बालों की शोध के लिए जरूरी होता है।

हो सकती है एलर्जी

एल्बुमेन प्रोटीन के कारण कई लोगों को एलर्जी की समस्या भी हो सकती है। इस एलर्जी के कारण शरीर में पित्ती उछलना, त्वचा पर दाने निकलना, सूजन आना, मतली, सांस की घरघराहट, दस्त, उल्टी, खांसी, ऐंठन, छींक, आदि समस्याएं हो सकती हैं। इन लक्षणों के दिखने पर डॉक्टर से संपर्क करें, अन्यथा समस्या हो सकती है।

प्रोटीन की ज्यादा मात्रा खतरनाक

चिकित्सकों के अनुसार अगर आपको किडनी से जुड़ी किसी तरह की कोई समस्या है, तो ज्यादा मात्रा में प्रोटीन आपके लिए खतरनाक हो सकता है। जिन लोगों का ग्लोमरगुलर फिल्टरेशन रेट (जिस गति से किडनी खून को फिल्टर कर मूत्र को अलग करती है) कम है, उनके लिए अंडे का प्रोटीन से खतरनाक हो सकता है। जिन लोगों को किडनी से जुड़ी समस्या है उन्हें 0.6 से 0.8 ग्राम प्रोटीन से ज्यादा नहीं लेना चाहिए। अगर किडनी या लिवर से जुड़ी कोई समस्या है, तो अंडे खाने से पहले डॉक्टर की सलाह जरूर ले लें।

आपकी थाली ही आपको बना देती है डायबिटीज का शिकार

सही खान-पान स्वस्थ जीवन के लिए एक फिटनेस स्टोन के रूप में बहुत जरूरी है। यह हमारे शरीर की कोशिकाओं को शक्ति प्रदान कर हमें ऊर्जा प्रदान करने में मदद करता है। अगर हम अपने जीवन में खान-पान की अच्छी आदतों को शामिल करते हैं तो हम बेहतर जीवन हासिल कर सकते हैं, लेकिन अगर ऐसा नहीं होता तो हमें डायबिटीज और अन्य क्रोनिक डीजिज का शिकार होना पड़ सकता है। हालांकि, हमारे आस-पास सूचनाओं का भंडार है, लेकिन कभी-कभार यह समझना बहुत मुश्किल हो जाता है कि कौन से खाद्य पदार्थ हमारे लिए सही हैं और कौन से नहीं। कई ऐसे मिथक भी हैं, जो हमारी खान-पान की आदतों को बिगाड़ सकते हैं।

कैसी होती है डायबिटीज?

इससे पहले कि हम ऐसे कुछ खाद्य मिथकों के बारे में बात करें, उससे पहले डायबिटीज के बारे में मूल बातों को समझना बहुत जरूरी है। स्वस्थ शरीर के लिए हमें ऊर्जा की बहुत जरूरत होती है। यह ऊर्जा खाद्य पदार्थों से मिलने वाले ग्लूकोज से आती है, विशेषकर तब, जब यह हमारे पैनक्रियाज से इंसुलिन के रूप में टूटती है। जब शरीर इंसुलिन का प्रतिरोधी हो जाता है और हमारी दैनिक जरूरतों के अनुसार ग्लूकोज को नहीं तोड़ पाता है, तब वह स्थिति डायबिटीज का रूप ले लेती है।

हर सेकंड में होती है मौत

इंटरनेशनल डायबिटीज फेडरेशन के मुताबिक, हर एक सेकंड में डायबिटीज से होने वाली परेशानी के कारण एक व्यक्ति की मौत हो जाती है। भारत विश्व में डायबिटीज का केंद्र है, जहां रोजाना इस मर्ज के रोगियों की संख्या बढ़ती जा रही है।

डायबिटीज का प्रमुख कारण मोटापा

डॉ. ईसाक अब्बास का कहना है कि डायबिटीज एक क्रोनिक डिजीज है, जिसे दुनियाभर में लाखों लोग प्रभावित हैं। जब यह अपने अधिकतम स्तर पर होती है तो यह हमारे शरीर में किसी को भी प्रभावित कर सकती है। उन्होंने कहा कि इसका सबसे प्रमुख कारण है मोटापा या फिर जरूरत से ज्यादा वजन होना। हालांकि ये हमारे शरीर के अंदरूनी या बाहरी फैट दोनों से जुड़ा हुआ है। उन्होंने बताया कि डीगनट्स, मफिन, सीरियल और कैंडी जैसे प्रोसेस्ड फूड आपके पेट पर चर्बी को बढ़ा सकते हैं और आपको डायबिटीज का शिकार बना सकते हैं। इसी तरह स्पोर्ट और एनर्जी ड्रिंक भी आपके लिए नुकसानदेह हैं, क्योंकि ये भी मोटापे का कारण बनते हैं। इसलिए हमारे लिए सबसे जरूरी है कि हम प्रोसेस्ड फूड को सीमित करें और प्राकृतिक फूड को अपनी डाइट का हिस्सा बनाएं।

हेल्दी फैट का चुनाव करें

डॉ. ईसाक के मुताबिक, दूसरा सबसे बड़ा मिथ यह है कि फैट हमारा दुश्मन नहीं है। नट, ऑलिव ऑयल, फिश ऑयल, फ्लैक्स सीड और एवोकेडो से प्राप्त हेल्दी फैट हमारी कोशिकाओं को मजबूत बनाने का काम करते हैं। नट्स और बीज भी हेल्दी फैट का अच्छा स्रोत हैं। नट्स और बीज में ग्लाइसेमिक मात्रा कम होती है और एंटी-इंफ्लेमेटरी प्रभाव होता है, जो इंसुलिन प्रतिरोध के विकास को रोकने में मदद कर सकता है। लोगों के बीच यह मिथक है कि अनसैच्यूरेटेड फैट, हेल्दी फैट है जबकि सैच्यूरेटेड फैट, अनहेल्दी फैट।

हालांकि यह सच है कि अनसैच्यूरेटेड फैट, विशेष रूप से मछली (जैसे सैल्मन और टूना) और पौधों से प्राप्त होने वाला फैट हमारे लिए सबसे अच्छा होता है। हमें पूरी तरह से सैच्यूरेटेड फैट से बचने की आवश्यकता नहीं है। अच्छा नियंत्रण और संतुलन एक आदर्श तरीका है, जिससे हम अपनी डायबिटीज कंट्रोल कर सकते हैं और इसलिए हमें अपनी डाइट में डेयरी और रेड मीट शामिल कर सकते हैं।

नट्स और बीज को बनाएं अपनी प्लेट का हिस्सा

डॉ. ईसाक के मुताबिक, नट्स और बीज के बाद हमें अपनी प्लेट में शामिल करने की जरूरत है फल और सब्जियों की। फल अच्छे एंटी-ऑक्सीडेंट होते हैं और यह हमारी भूख को शांत करने के लिए पोषण से भरे होते हैं। दिन में तीन बार फलों का सेवन वास्तव में 18 फीसदी तक डायबिटीज के जोखिम को कम कर सकता है।

फलों के रंगों पर न जाएं

इसके अलावा हमें अक्सर गहरे रंग के फलों का सेवन करने की सलाह दी जाती है। यह भी एक आम खाद्य मिथक है। हमें अपनी डाइट के हिस्से के रूप में हमेशा ताजे फलों का सेवन करना चाहिए, लेकिन उनमें रंग की कमी को लेकर किसी प्रकार की बाधा नहीं होनी चाहिए। प्याज, लहसुन और मिर्च जैसी गैर-हरी सब्जियां डायबिटीज की रोकथाम की आवश्यक घटक हैं। इन खाद्य पदार्थों का ब्लड शुगर और फाइबर और फाइटोकेमिकल्स पर लगभग न के बराबर प्रभाव पड़ता है।

कार्ब पर नजर रखें

इसके साथ ही कार्ब पर भी ध्यान देना बहुत जरूरी है। कार्बोहाइड्रेट हमारे फिटनेस के सपने को तोड़ने का काम करता है। कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि हमें हमेशा अपने कार्ब स्रोतों पर ध्यान देना चाहिए। बीन्स और फलियां कार्ब की आदर्श स्रोत हैं, जिनमें ग्लाइसेमिक की मात्रा कम होती है। यह हमें प्रोटीन और घुलनशील फाइबर भी प्रदान करते हैं, जो हमारा पेट भरा रखने में मदद कर सकते हैं।

प्रोटीन के प्राकृतिक स्रोत अपनाएं

सबसे अंतिम मिथक है प्रोटीन पर हमारी निर्भरता। प्रोटीन हमारे शरीर के लिए बहुत जरूरी है, लेकिन इस पर निर्भर होना भी आपके शरीर के लिए नुकसानदेह साबित हो सकता है। दरअसल आपको प्रोटीन के प्राकृतिक स्रोतों पर ध्यान देना चाहिए। मछली, बीन्स, ऑर्गेनिक चिकन या टर्की, अंडे, डेयरी और फीका दही प्रोटीन के सबसे अच्छे स्रोत हैं। आप अपनी प्लेट में इन चीजों को शामिल कर डायबिटीज जैसी बीमारी से दूर रह सकते हैं।

डायबिटीज से छुटकारे के लिए बदलनी होंगी अपनी आदतें

डायबिटीज देश में तेजी से बढ़ने वाली बीमारियों में से एक है। एक शोध की मानें तो पिछले 25 बरस में इस बीमारी के मामलों में देश में 64 प्रतिशत का इजाफा हुआ है और विशेषज्ञ इस बढ़ोतरी को देश की आर्थिक प्रगति के साथ जोड़कर देख रहे हैं। इससे भी ज्यादा परेशान करने वाली बात यह है कि आने वाले छह बरसों में देश में इस बीमारी से पीड़ित मरीजों की संख्या 13.5 करोड़ से ज्यादा हो सकती है, जो वर्ष 2017 में 7.2 करोड़ थी। इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च, इंस्टीट्यूट फॉर हेल्थ मेट्रिक्स एंड एवैल्यूएशन और पब्लिक हेल्थ फाउंडेशन ऑफ इंडिया की एक रिपोर्ट के मुताबिक पिछले 25 बरस में भारत में डायबिटीज के मामलों में 64 प्रतिशत का इजाफा हुआ। अब विश्व बैंक की एक रिपोर्ट पर नजर डालें तो 1990 में भारत की प्रति व्यक्ति आय 24, 867 रुपए थी, जो 2016 में बढ़कर 1,09,000 हो गई। इसका सीधा अर्थ है कि खुशहाली बढ़ने के साथ-साथ मधुमेह के रोगी भी निरंतर बढ़ते जा रहे हैं। शोध के अनुसार साल 2017 में दुनिया के कुल डायबिटीज रोगियों का 49 प्रतिशत हिस्सा भारत में था और 2025 में जब यह आंकड़ा 13.5 करोड़ पर छूएगा तो देश की सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं पर एक बड़ा बोझ होने के साथ ही आर्थिक रूप से भी देश के समक्ष एक बड़ी चुनौती पेश करेगा, क्योंकि सरकार देश की एक बड़ी आबादी को मुफ्त स्वास्थ्य बीमा की सुविधा प्रदान कर रही है। सीनियर कंसल्टेंट, इंटरनल मेडिसिन, डॉ. गौरव जैन के अनुसार डायबिटीज में शरीर में इन्सुलिन बनने कि प्रक्रिया बाधित या कम हो जाती है। इन्सुलिन से शरीर को ऊर्जा मिलती है और इस प्रक्रिया के प्रभावित होने से शरीर के प्रमुख अंगों का संचालन बाधित होने लगता है। टाइप 1 डायबिटीज में हमारा शरीर में इन्सुलिन बनना बंद हो जाती है और मरीज को मुख्यतः इन्सुलिन वैरेपी पर आश्रित होना पड़ता है। टाइप 2 डायबिटीज में शरीर में इन्सुलिन के इस्तेमाल कि प्रक्रिया बाधित होती है। यह टाइप 1 से कम घातक होती है और आम है। इसमें दवाएं खाकर बीमारी को नियंत्रित रखा जा सकता है।

वहीं सीनियर एंडोक्रिनोलॉजिस्ट, डॉ. साकेत कालरा, ने एक सर्वे के हवाले से बताया कि राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली के प्राइवेट स्कूलों में पढ़ने वाले तकरीबन 30 फीसदी बच्चे मोटापे की चपेट में हैं, जिनमें से बहुत से बच्चे टी-डायबिटिक हाइपरटेंशन के भी शिकार थे। यह आने वाली पीढ़ियों की सेहत की हालत की बड़ी चिंताजनक तस्वीर है। उनका कहना है कि बच्चों की इस हालत के लिए बच्चों से ज्यादा उनके माता-पिता जिम्मेदार हैं, क्योंकि उनकी दिनचर्या और खान-पान की आदतें बच्चों को भी बीमारी के मुहाने पर ले आई हैं। डॉ. साकेत कालरा मानना है कि बच्चों पर किसी भी तरह की पाबंदी लगाने या उन्हें हिदायतें देने की बजाय अभिभावक स्वयं स्वस्थ आदतें अपनाएं। डॉ. निधि मल्होत्रा का कहना है कि यदि परिवार में किसी को डायबिटीज है तो बाकी सभी सदस्यों को सावधान होना होगा। हालांकि डायबिटीज होने पर इसकी दवा लेना आवश्यक है। मीठे का सेवन कम करने, खानपान और दिनचर्या में बदलाव और स्वस्थ जीवन शैली अपनाने के साथ ही दवा भी लेनी होगी अन्यथा यह बीमारी एक घुन की तरह मरीज के सारे शरीर को खोखला करती रहती है और अगर इस पर पूरी सावधानी से नजर न रखी जाए तो किडनी की समस्याएं, हृदयरोग, त्वचा संबंधी समस्याएं, आंखों की रोशनी का प्रभावित होना, सुनने में दिक्कत, पैरों की नसों पर प्रभाव और घाव जल्दी न भरने जैसी बहुत सी परेशानियां घेर सकती हैं।

टाईम पास

आज का राशिफल

मेष (चू चे चो ला ली लू ले लो आ): कुछ कार्य भी सिद्ध होंगे। स्वयं की भाग-दौड़ से यदि बना ही जाए तो अच्छा है। प्रियजनों से समागम का अवसर मिलेगा। अपने काम में सुविधा मिल जाने से प्रगति होगी। महत्वपूर्ण कार्य को समय पर बना लें तो अच्छा ही होगा। परामर्श व परिस्थिति सभी का सहयोग मिलेगा। शुभांक-2-6-8

वृष (इ उ ए ओ वा वी वू वे वो): कल का परिश्रम आज लाभ देगा। 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। धार्मिक आस्थाएं फलीभूत होंगी। सुख-आनंद कारक समय है। शुभांक-1-3-5

मिथुन (का की कू घ ङ छ के को हा): लाभदायक कार्यों की चेष्टाएं प्रबल होंगी। सक्रियता से अल्प लाभ का हर्ष होगा। कुछ महत्वपूर्ण कार्य बनाने के लिए भाग-दौड़ होगी। सुखद समय की अनुभूतियां प्रबल होंगी। मनोविनोद बढ़ेगा। व्ययाधिक्य का अवसर आ सकता है। कार्यों का लाभदायक परिणाम होगा। आध्यात्मिक रुचि बनेगी। शुभांक-3-6-7

कर्क (ही हू हे हो डा डी डू डे डो): कुछ पिछले संकट अब घिर उठ सकते हैं। निकट जनों के लिए अर्थव्यवस्था हेतु दौड़-दौड़ करना पड़ेगा। अपने संघर्ष में स्वयं को अकेला महसूस करेंगे। विशेष परिश्रम से ही अभिष्ट कार्य सिद्ध होंगे। कामकाज की व्यस्तता से सुख-आराम प्रभावित होगा। धर्म-कर्म के प्रति रुचि जागृत होगी। शुभांक-6-8-9

सिंह (मा मी मू मे मो टा टी टू टे): रुका हुआ लाभ आज प्राप्त हो सकता है। पूर्व नियोजित कार्यक्रम सरलता से संपन्न हो जाएंगे। जोखिम से दूर रहना ही बुद्धिमानी होगी। शुभ कार्यों की प्रवृत्ति बनेगी और शुभ समाचार भी मिलेंगे। किसी से कहा सुनी न हो यह ध्यान रहे। लाभकारी गतिविधियों में सक्रियता रहेगी। शुभांक-2-5-7

कन्या (टो पा पी पू ष ण ठ पे पो): ले देकर की जा रही काम की कोशिश ठीक नहीं। समय नकारात्मक परिणाम देने वाला बन रहा है। कार्यक्षेत्र में आगे बढ़ने में रुकावट का एहसास होगा। विरोधियों के सक्रिय होने की संभावना है। कारोबारी वाद को फिलहाल टालें। जो चल रहा है उसे सावधानीपूर्वक संभालें। यात्रा का योग है। शुभांक-2-5-7

तुला (रा री रु रे रो ता ती तू ते): विरोधियों के सक्रिय होने की संभावना है। ले देकर की जा रही काम की कोशिश ठीक नहीं। समय नकारात्मक परिणाम देने वाला बन रहा है। शुभ कार्यों में अड़चनें और परिवार के बुजुर्ग-जनों से मतभेद रहेगा। किसी से वाद-विवाद अथवा कहासुनी होने का भय रहेगा। शुभांक-2-5-6

वृश्चिक (तो ना नी नू ने नो य यी यू): कुछ आर्थिक चिंताएं भी कम होंगी। निर्योजित धन से लाभ होने लगेगा। घर के सदस्य मदद करेंगे और साथ ही आर्थिक बदहाली से भी मुक्ति मिलने लगेगी। बढ़ते घाटे से कुछ राहत मिलने लगेगी। समय का सदुपयोग करें। साधन और भोग-विलास के प्रचुर अवसर होंगे। शुभांक-2-6-8

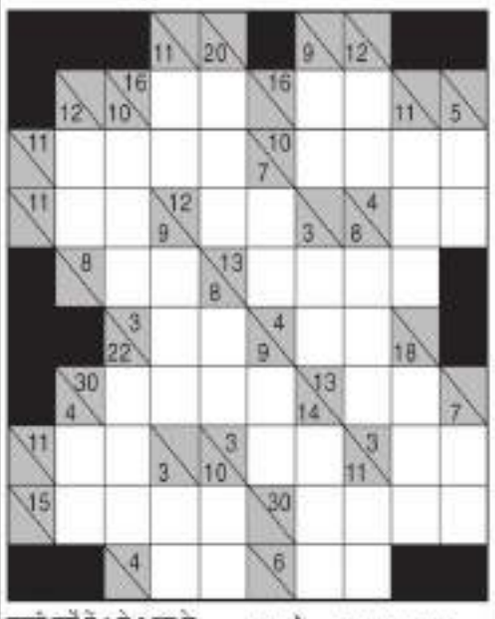
धनु (ये यो भा भी भू धा फा ढा भे): परिश्रम प्रयास से काम बनने की कोशिश लाभ देगी। पर प्रपंच में न पड़कर काम पर ध्यान दीजिए। कल का परिश्रम आज लाभ देगा। आलस्य का त्याग करें। कारोबारी काम में नवीन तालमेल और समन्वय बन जाएगा। जान-पहचान का दायरा बढ़ेगा। धन वृद्धि होगी। शुभांक-4-6-8

मकर (भो जा जी खी खू खे खो गा गी): जोखिम से दूर रहना ही बुद्धिमानी होगी। महत्वपूर्ण कार्य को समय पर बना लें तो अच्छा ही होगा। आय-व्यय की स्थिति समान रहेगी। कामकाज में आ रही बाधा दूर होगी। बाहरी और अंदरूनी सहयोग मिलता चला जाएगा। पर प्रपंच में न पड़कर अपने काम पर ध्यान दीजिए। शुभांक-5-7-9

कुंभ (गू गे गो सा सी सू से सो दा): लेन-देन में आ रही बाधा को दूर करने के प्रयास सफल होंगे। समाज में मान-सम्मान बढ़ेगा। दैनिक कार्य आसानी से पूरे होते रहेंगे। स्वास्थ्य उत्तम रहेगा। परिश्रम प्रयास से काम बनाने की कोशिश लाभ देगी। व्यापार व व्यवसाय में ध्यान देने से सफलता मिलेगी। नौकरी में सावधानीपूर्वक कार्य करें। शुभांक-4-6-7

मीन (दी दू थ झ ञ दे दो चा ची): अपनों का सहयोग प्राप्त होगा। पत्नी व संतान पक्ष से थोड़ी चिंता रहेगी। शारीरिक सुख के लिए व्यसनों का त्याग करें। पठन-पाठन में स्थिति कमजोर रहेगी। खान-पान में सावधानी रखें। व्यापार में प्रगति होगी। अपने अधीनस्थ लोगों से कम सहयोग मिलेगा। पत्नी-संतान पक्ष का सहयोग मिलेगा। शुभांक-5-7-9

काकुरो पहेली - 1853



खाली वर्गों में 1 से 9 तक के अंक लिखकर नीचे से ऊपर व दाएं से बाएं की जोड़ हल्के रंग के आधे वर्ग की संख्या से मेल खानी चाहिए, किसी भी अंक का उस जोड़ में पुनः उपयोग नहीं किया जा सकता.

उदाहरणत:

काकुरो - 1852 का हल

लॉफिंग ज़ोन

प्रेमिका (प्रेमी से)- नरेश, आप जुआ मत खेला करो, जुएँ में अगर आदमी एक दिन जीतता है तो दूसरे दिन हारता भी है।

नरेश- तो ठीक है! तुम्हें घबराने की कोई जरूरत नहीं। आज से मैं एक दिन छोड़कर जुआ खेला करूँगा!

□ □ □

एक रईसजादी ने दो घोड़े खरीदे। उन दोनों घोड़ों की अलग-अलग पहचान के लिए अंतर कैसे रखा जाए, इस बाबद उसने अपने पड़ोसी से पूछा। पड़ोसी ने सुझाया कि एक घोड़े की पूँछ काट दो।

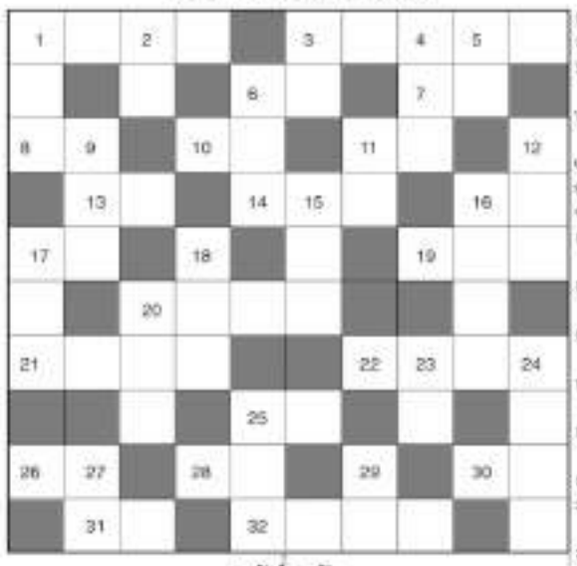
उसने पूँछ काट दी, लेकिन दूसरे दिन दूसरे घोड़े की पूँछ एक झाड़ी में फँस गई और काटनी पड़ी। अब दोनों घोड़े पूँछ कटे हो गए थे। फिर पहचान की समस्या आ खड़ी हुई। उसने फिर पड़ोसी से राय ली।

पड़ोसी ने कहा कि एक घोड़े का एक कान काट दो, लेकिन दूसरे दिन दूसरे घोड़े का कान खेत के चारों तरफ लगी तार फेंसिंग में उलझ कर कट गया।

उसने सुझाया कि उनकी ऊँचाई नाप लो। रईसजादी ने घोड़ों की ऊँचाई नापकर पड़ोसी को बताई- 'सफेद घोड़ा काले घोड़े से दो इंच ऊँचा है।'

□ □ □

फिल्म वर्ग पहेली- 1853



बायें से दायें:-

१. शाहरुख, जूही की 'चाँद तारे तोड़ लाऊँ' गीत वाली फिल्म-२,२
३. 'इस दीवाने राहों के' गीत वाली तस्वीर, आमिर, सोनाली की फिल्म-५
६. गोविंदा, नीलम की 'मैं तो हूँ सबका मेरा ना कोई' गीत वाली फिल्म-२
७. संजय कपूर, माधुरी की फिल्म-२
८. 'वादा' के निर्देशक कौन हैं-२
१०. अमिताभ, फरदीन खान, करीना कपूर की फिल्म-२
११. बेबस तलपदे, नाना की 'ये हौसला कैसे झुके' गीत वाली फिल्म-२
१३. अनिल कपूर, श्रीदेवी की फिल्म-२
१४. प्रदीपकुमार, कल्पना की 'जिस दिल में बसा था प्यार' गीत वाली फिल्म-३
१६. 'मुझे तेरे जैसी लड़की' गीत वाली डिनो मारिया, विपाशा की फिल्म-२
१७. अमिताभ, अजय, ऐश्वर्या की 'दिल डूबा नीली' गीत वाली फिल्म-२
१९. फिल्म 'कुछ कुछ होता है' में काजोल के किरदार का नाम था-३
२०. ऋषिकपूर, जयाप्रदा की फिल्म-४
२१. 'दुनिया ने सुन ली है घुंगरू से' गीत वाली धर्मेन्द्र, हेमा की फिल्म-४
२२. जीतेंद्र, नीतूसिंह की 'कोई रोको ना दीवाने को' गीत वाली फिल्म-४
२५. अमिताभ, जया भादुड़ी की फिल्म-२
२६. राजेश खन्ना, मुमताज की 'गोरे रंग पे ना इतना गुमान' गीत वाली फिल्म-२
२८. 'दिलवालों के दिल का' गीत वाली मनोज वाजपेयी, रवीना की फिल्म-२
३०. 'ऐ लो प्यार के दिन' गीत वाली मनी, सुनील, मेलिना की फिल्म-२
३१. संजय, कुमार गौरव, पूनम 'अमीरों की शाम गरीबों' गीतवाली फिल्म-२
३२. 'फिर से आये बदल' गीत वाली संजीव, शर्मिला, वहीदा की फिल्म-४

ऊपर से नीचे:-

१. दिलीपकुमार, मीनाकुमारी की फिल्म-३
२. 'मैं शायर तो नहीं' गीत वाली फिल्म-२
३. 'तू मेरे पास भी' गीत वाली डी. चक्रवर्ती, मनोज वाजपेयी, उर्मिला की फिल्म-२
४. अमिताभ बच्चन, संजीव कुमार, शर्मिला टैगोर की फिल्म-३
५. अरविंद स्वामी, मधु की फिल्म-२
६. 'तेरी गलियों में ना' गीत वाली फिल्म-३
९. राजेंद्र कुमार, साहिदा रहमान की फिल्म-३
११. राजेश खन्ना, अमीता को 'दांतों तले दबा कर होंठ' गीत वाली फिल्म-२
१२. 'अगर हमारा रास्ता' गीत वाली अजय, सुचरन, बेबी शामली, श्रुति की फिल्म-३
१५. कमल हासन, शाहरुख, रानी की 'चढ़ो पंडित जी' गीत वाली फिल्म-१,२
१६. 'मेरे संग संग आया' गीत वाली धर्मेन्द्र, राजेश खन्ना, विनोद, हेमा की फिल्म-४
१७. जॉनअब्राहम, प्रजेश तीरथी, जूही, शिल्पा की 'मेरा मन भैरव' गीत वाली फिल्म-३
१८. प्रेमनाथ, बीना राय की फिल्म-३
२०. राजेश, फिरोजखान, शर्मिला की 'जीवन से भरी तेरी आँखें' गीत वाली फिल्म-३
२३. 'सुबह सुबह जब' गीत वाली फिल्म-२
२४. शशिकपूर, शर्मिला टैगोर की फिल्म-२,२
२५. 'सावन का महीना पवन करे' गीत वाली फिल्म-३
२७. 'मुझे से दोस्ती करोगे' में करीना कपूर के किरदार का नाम था-२
२९. 'तेरे प्यार बिना के मोला हूँ' गीत वाली फिल्म-२

फिल्म वर्ग पहेली- 1852

सूडोकु -1853

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

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

सूडोकु -1852 का हल

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

शब्द पहेली - 1853

बाएँ से दाएँ

1.मूर्ख,बुद्धिहीन-4
3.रुई की फसल-3
5.वंश,खानदान-2
6.आह,पीड़ा भरी ध्वनि-3
7.बी,इच्छा,चित्त-2
9.पहनना-3
11.दास,नौकर,सेवक-5
14.अग्नि,आग-3
16.चयनित,स्वीकृत-4
17.जाति,संप्रदाय-2
18.उस समय-2
19.आदत,व्यवहार-4
23.माला का मोती-3
24.लालन-पालन-5
27.पूर्णिमा-3
28.वश,अधीन-2
30.खबर देने वाला-3
31.खदान,माइन-2
32.आश्रय,पनाह-3
33.संपत्ति-4

ऊपर से नीचे

1.घोड़े के पांव में लगने वाला लोहे का टुकड़ा-2
2.धारा के बीच में,अधर में-2,2
3.आफत,आपदा-3
4.एक समान-2
5.गृहपति,चांसलर-4
6.दाना-2
8.प्रतिकृति,प्रतिरूप-3
10.रोकर धनराशि-3
12.प्रेम ,आसक्ति-3
13.तीर,बल-2
15.भाग्य,तकदीर-3
17.जंबुल,जांब-3
18.देशज,परेशानी-3
20.काया,बदन-2
21.उन्नता-3
22.नाश होने योग्य-4
23.साम्राज्ञी,रानी-3
25.रमण करने योग्य-4
26.अदा,चौंचला-3
27.पुड़ी,पोलपापा-2
29.पिता की बहन-2
31.उर्वरक,गाय के गोबर से बना पदार्थ जो खेत में डाला जाता है-2

शब्द पहेली -1852 का हल

एशियाई खेल स्क्वैश: भारतीय महिला टीम ने जीता कांस्य

हांगझू। एशियाई खेलों में शुक्रवार को भारतीय महिला स्क्वैश टीम ने कांस्य पदक जीता। महिला टीम सेमीफाइनल में भारत को हांगकांग (चीन) के हाथों 3-0 से हार का सामना करना पड़ा। भारत ने 2018 संस्करण में रजत पदक जीता था। सेमीफाइनल मुकाबले में पहले महिला एकल मुकाबले में तन्वी खन्ना का सामना चैन सिन युक से हुआ। चैन ने यह मुकाबला 0-3 (6-11, 7-11, 3-11) से जीतकर अपनी टीम को 1-0 की बढ़त दिला दी। हालांकि, अनुभवी जोशना चिनप्पा ने हो त्जे लोक के खिलाफ दूसरा मुकाबला 3-2 (7-11, 11-7, 9-11, 11-6, 11-8) से जीतकर भारत को 1-1 से बराबरी दिलाई। निर्णायक एकल मुकाबले में, 15 वर्षीय अनाहत सिंह का मुकाबला 29 वर्षीय ली का यी हुआ। ली ने इस मुकाबले में अनाहत को 0-3 (8-11, 7-11, 10-12) से हराकर हांगकांग को 3-0 से जीत दिला दी और इसी के साथ भारतीय महिला टीम ने कांस्य पदक अपने नाम किया।

एशियाई खेल: भारतीय महिला बैडमिंटन टीम का सफर समाप्त, क्वार्टरफाइनल में थाईलैंड ने 3-0 से हराया

हांगझू। एशियाई खेलों में शुक्रवार को भारतीय महिला बैडमिंटन टीम का सफर समाप्त हो गया। बैडमिंटन महिला टीम क्वार्टरफाइनल में भारतीय टीम को थाईलैंड से 3-0 से हार का सामना करना पड़ा। महिला टीम क्वार्टरफाइनल के पहले मुकाबले में पीवी सिंधु का सामना पोर्नपावी चोचुवोंग से हुआ। चोचुवोंग ने यह मुकाबला 14-21, 21-15, 21-14 से जीता। यह मैच 67 मिनट तक चला।इसके बाद शुरुआती एकल में पी वी सिंधु की पोर्नपावी चोचुवोंग से हार के बाद, ट्रीसा जॉली और गायत्री गोपीचंद का युगल में सामान जोंगकोलफान किट्टीथाराकुल और रविंडा प्राजोंगजई से हुआ।थाई जोड़ी ने भारतीय जोड़ी को केवल 20 मिनट में 21-19, 21-5 से हराकर थाईलैंड को मुकाबले में 2-0 से आगे कर दिया। तीसरे मुकाबले में अश्मिता चालिहा का सामना बुसानन ओंगबामरुंगफान से हुआ। बुसानन ने अश्मिता को 44 मिनट तक चले मुकाबले में 21-9, 21-16 से हराकर थाईलैंड को 3-0 से जीत दिलाई और अपने देश को सेमीफाइनल में पहुंचाया।

प्रैक्टिस मैच से पहले घर लौटे टेम्बा बावुमा, प्रबंधन बोला- निजी कारण है

तिरुवनंतपुरम । दक्षिण अफ्रीका को गुरुवार को झटका लगा जब उसकी एकदिवसीय अंतरराष्ट्रीय टीम के कप्तान तेम्बा बावुमा आईसीसी क्रिकेट विश्व कप में टीम के 2 अभ्यास मैच से पूर्व निजी कारणों से भारत से स्वदेश लौट गए। दक्षिण अफ्रीका को अपने पहले अभ्यास मैच में 29 सितंबर का अफगानिस्तान जबकि दूसरे अभ्यास मैच में 2 अक्टूबर को न्यूजीलैंड से भिड़ना है। दक्षिण अफ्रीका क्रिकेट के सोशल मीडिया हैंडल पर अपडेट के अनुसार बावुमा निजी कारणों से दक्षिण अफ्रीका लौट गए हैं। बावुमा की गैरमौजूदगी में टी20 कप्तान ऐडन मार्कराम दो अभ्यास मैच में टीम की अगुआई करेंगे। बावुमा के विश्व कप के पहले मैच से पूर्व टीम से जुड़ने की संभावना है। दक्षिण अफ्रीका विश्व कप में अपने अभियान की शुरुआत नयी दिल्ली में सात अक्टूबर को श्रीलंका के खिलाफ करेगा।

एशियाई खेल : पलक को स्वर्ण, ईशा को रजत से निशानेबाजों ने पदकों की बौछार की

हांगझोउ। पलक गुलिया और ईशल स्पर्धा में ऐतिहासिक प्रदर्शन करते हुए क्रमशः स्वर्ण और रजत पदक जीते। दोनों ने एक दूसरे को कड़ी चुनौती देते हुए शीर्ष दो स्थान हासिल किए। 17 वर्ष की पलक ने स्वर्ण और ईशा ने रजत पदक जीता। भारत ने इस एशियाई खेलों में निशानेबाजी में 6 स्वर्ण समेत 17 पदक जीत लिए हैं। पाकिस्तान की तलत किश्माला को कांस्य पदक मिला।

पलक का यह अंतरराष्ट्रीय स्पर्धा में पहला व्यक्तिगत पदक है। उसने फाइनल में 242.1 स्कोर किया जो एशियाई खेलों में रिकॉर्ड है। बुधवार को 25 मीटर पिस्टल में व्यक्तिगत रजत जीतने वाली ईशा 10 मीटर एयर पिस्टल रजत जीतने वाली टीम का भी हिस्सा थी। ईशा ने व्यक्तिगत फाइनल में 239.7 स्कोर किया।

पुरुषों की 50 मीटर राइफल थ्री पोजिशंस में भारत ने विश्व रिकॉर्ड के साथ स्वर्ण पदक जीता। ऐश्वर्य प्रताप सिंह तोमर (591), स्वप्निल कुसाले (591) और अखिल श्योराण (587) टीम में थे जिन्होंने चीनी चुनौती से पार पाते हुए 1769 स्कोर किया। चीन 1763 अंक लेकर दूसरे स्थान पर रहा जबकि दक्षिण कोरिया को कांस्य पदक मिला। ऐश्वर्य और स्वप्निल ने क्वालीफिकेशन में पहले और दूसरे स्थान पर रहकर व्यक्तिगत वर्ग के फाइनल में भी प्रवेश कर लिया।

अखिल पांचवें स्थान पर रहते हुए भी फाइनल में जगह नहीं बना सके क्योंकि आठ टीमों के फाइनल में एक देश से दो ही प्रतियोगी भाग ले सकते हैं। अगले साल पेरिस ओलंपिक में पदक उम्मीद स्वप्निल ने क्वालीफिकेशन में एशियाई रिकॉर्ड तोड़ते हुए 591 स्कोर किया। ऐश्वर्य का भी यही स्कोर था लेकिन इनर 10 ज्यादा मारने के कारण स्वप्निल शीर्ष रहे। महिला 10 मीटर एयर पिस्टल टीम वर्ग में 18 वर्ष की ईशा (579), पलक (577) और दिव्या टीएस (575) का कुल स्कोर 1731 रहा। चीन ने 1736 अंक लेकर स्वर्ण पदक जीता जो एशियाई खेलों का रिकॉर्ड भी है । चीनी ताइपै को कांस्य पदक मिला। ईशा ने महिलाओं की 25 मीटर पिस्टल स्पर्धा में रजत भी जीता है। वहीं ईशा, मनु भाकर और रिदम सांगवान ने टीम स्पर्धा में स्वर्ण पदक जीता था।

एशियाई खेल: मनिका बत्रा टेबल टेनिस क्वार्टरफाइनल में पहुंचने वाली पहली भारतीय एकल खिलाड़ी बनीं

हांगझू। शीर्ष भारतीय पैडलर मनिका बत्रा शुक्रवार को हांगझू में चल रहे एशियाई खेलों में महिला टेबल टेनिस प्रतियोगिता के क्वार्टर फाइनल में पहुंच गईं। उन्होंने अपने 16वें राउंड के मैच में थाईलैंड की सुथासिनी सॉवेटाबुट को 4-2 (11-7, 6-11, 12-10, 11-13, 12-10, 11-6) से हराया। पहले चार रोमांचक सेटों के बाद, जिससे स्कोर 2-2 से बराबर हो गया, बत्रा ने अगले दो सेटों में सुथासिनी को हराकर जीत पक्की कर ली। वह टेबल टेनिस में एशियाई खेलों के क्वार्टरफाइनल में जगह बनाने वाली पहली भारतीय एकल खिलाड़ी बन गई हैं। वह अंतिम चार में जगह बनाने और एक सुनिश्चित पदक के लिए वांग यिडी से भिड़ेंगी।

दूसरी ओर, पुरुषों की प्रतियोगिता में, अनुभवी अचंता शरथ कमल-साथियान ज्ञानसेकरन और मानुष उत्पलभाई शाह व मानव विकास ठक्कर के राउंड 16 मैचों में परिणाम विपरीत रहे। अचंता-साथिया चीन के फैन जेंडॉन्ग और वांग चुकिन से 0-3 (5-11, 4-11, 7-11) से हार गए। मानुष और मानव ने सिंगापुर के येव एन कोएन पैंग और इजाक क्वेक योंग को कड़े मुकाबले में 3-2 (3-11, 11-9, 11-6, 5-11, 11-8) से हराया। उनकी अगली लड़ाई क्वार्टर में शीर्ष वरीयता प्राप्त वूजिन जांग और जोंगहून लिम से होगी। श्रीजा अकुला-दीया चितले और सुतीर्था मुखर्जी-अहिका मुखर्जी आज बाद में 16 महिला युगल मैचों के अपने संबंधित दौर में खेलेंगी। साथियान और अचंता पुरुष एकल प्रतियोगिता में अपने-अपने राउंड 16 मैच भी खेलेंगे। टेनिस प्रतियोगिताएं 2 अक्टूबर को समाप्त होंगी।

राजकोट में रोहित शर्मा का आईफोन हुआ चोरी

राजकोट। राजकोट के सौराष्ट्र क्रिकेट एसोसिएशन स्टेडियम में हाल ही में समाप्त हुई भारत-ऑस्ट्रेलिया के बीच श्रृंखला के तीसरे वनडे मैच से पहले टीम इंडिया के कप्तान रोहित शर्मा ने अपना आईफोन खो दिया था। विशेष रूप से हिटमैन का फोन तब गायब हो गया जब अनुभवी सलामी बल्लेबाज तीसरे वनडे से पहले नेट्स में अभ्यास कर रहे थे। रिपोर्ट के मुताबिक रोहित का फोन गायब होने की खबर तेजी से इंटरनेट पर वायरल हो गई। हालांकि, इस विषय ने कप्तान को ज्यादा परेशान नहीं किया क्योंकि उन्होंने अंतिम वनडे में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ अपनी क्लास का प्रदर्शन किया।

रोहित सीरीज के पहले दो वनडे में नहीं खेल पाए थे लेकिन राजकोट में आखिरी वनडे के लिए लौटे और मुकाबले में सनसनीखेज प्रदर्शन किया। भारत के मैच हारने के बावजूद रोहित ने अपना प्रभाव जाहिर करना सुनिश्चित किया। 353 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी भारत ने केवल 286 रन बनाए रोहित 57 गेंदों में 81 रनों के स्कोर के साथ भारत के लिए सबसे अधिक रन बनाए। हालांकि यह पर्याप्त नहीं था क्योंकि ऑस्ट्रेलिया ने 66 रनों से खेल जीत लिया।

ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ 50 ओवरों की श्रृंखला समाप्त करने के बाद टीम इंडिया आगामी वनडे विश्व कप 2023 के लिए कमर कस रही है। पहली बार पूरी तरह से इस प्रतिष्ठित वैश्विक आयोजन की मेजबानी करते हुए टीम के पास बेजोड़ घरेलू समर्थन होगा। गौर करने वाली बात यह भी है कि वनडे विश्व कप की शुरुआत से पहले भारत क्रमशः 30 सितंबर और 3 अक्टूबर को इंग्लैंड और नीदरलैंड के खिलाफ दो अभ्यास मैचों में प्रतिस्पर्धा करेगा। इसके अलावा 8 अक्टूबर को चेन्नई के एमए चिदंबरम स्टेडियम में अपने विश्व कप अभियान की शुरुआत करने के लिए ऑस्ट्रेलिया से भिड़ेंगे।

रविचंद्रन अश्विन की विश्व कप के लिए Team India में वापसी, ICC ने किया कंफर्म

हैदराबाद। आईसीसी वनडे विश्व कप 2023 के लिए रोहित शर्मा की अगुवाई वाली भारतीय टीम की अंतिम घोषणा हो गई है। बीसीसीआई प्रबंधन ने इस महीने की शुरुआत में अस्थायी टीम की घोषणा की थी। आईसीसी टूर्नामेंट के लिए अंतिम टीम जमा करने की अंतिम तिथि 28 सितंबर थी। सो, निश्चित दिन रविचंद्रन अश्विन के फैंस के लिए अच्छी खबर लेकर आया है। अश्विन को अक्षर पटेल की जगह 15 सदस्यीय टीम में शामिल कर लिया गया है। पटेल फिलहाल क्वाड्रिसेप्स में खिंचाव के कारण टीम से बाहर हैं और वह इससे उभर नहीं पाए हैं। रिपोर्टों से पता चला है कि भारत के चेन्नई के एमए चिदंबरम स्टेडियम में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ अपना अभियान शुरू करने से पहले पटेल के फिट होने की संभावना है। हालांकि ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ हाल ही में खत्म हुई वनडे सीरीज में अश्विन के प्रदर्शन ने चयनकर्ताओं का काम मुश्किल कर दिया था। 37 वर्षीय अश्विन अपनी गेंदबाजी में विभिन्ना के कारण चर्चा बटोर कर ले गए थे।

भारत विश्व कप टीम

रोहित शर्मा (कप्तान), हार्दिक पंड्या (उप-कप्तान), शुबमन गिल, विराट कोहली, श्रेयस अय्यर, केएल राहुल, रवींद्र जडेजा, शार्दुल ठाकुर, जसप्रीत बुमराह, मोहम्मद सिराज, कुलदीप यादव, मोहम्मद शमी, रविचंद्रन अश्विन इशान किशन, सूर्यकुमार यादव। ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ पहले 2 वनडे में अच्छा प्रदर्शन करने के कारण पूर्व क्रिकेटर सुनील गावस्कर ने भी अश्विन की तारीफ की थी। उन्होंने कहा- जिस तरह से उन्होंने पिछले 2 मैचों में गेंदबाजी की है, मुझे लगता है कि उन्होंने विश्व कप के लिए जगह बना ली है। यदि अक्षर पटेल की फिटनेस पर जरा भी संदेह है तो उसे सावधान रहने की जरूरत है। अगर टीम प्रबंधन को लगता है कि वे अक्षर के साथ यह मौका नहीं ले सकते क्योंकि आगे विश्व कप है तो अश्विन को लिया जा सकता है।

एशियाई खेल: ऐश्वर्य प्रताप सिंह ने पुरुषों की 50 मीटर राइफल 3पी स्पर्धा में जीता रजत

हांगझू। भारतीय निशानेबाज ऐश्वर्य प्रताप सिंह तोमर ने एशियाई खेलों में निशानेबाजी में देश का शानदार प्रदर्शन जारी रखते हुए शुक्रवार को पुरुषों की 50 मीटर राइफल 3 पोजीशन व्यक्तिगत फाइनल में रजत पदक जीता। ऐश्वर्य ने कुल 459.7 अंकों के साथ रजत पदक हासिल किया। कुल 460.6 अंकों के साथ स्वर्ण पदक चीन के लिंशु डु को मिला, जो एशियाई खेलों का एक नया रिकॉर्ड है। चीन के जियामिंग तियान ने 448.3 अंकों के साथ कांस्य पदक जीता।एशियाई खेलों में निशानेबाजी में यह भारत का 18वां पदक है, जो इस खेल की महाद्वीपीय स्पर्धा में देश का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन जारी है।

अब भारत के पास खेलों में आठ स्वर्ण, 12 रजत और 12 कांस्य पदक के साथ 32 पदक हो गए हैं। हांगझू में ऐश्वर्य का यह चौथा पदक है। वहीं, स्वप्निल, जो पूरे फाइनल में आगे चल रहे थे और स्वर्ण पदक की ओर बढ़ रहे थे, ने 7.6 शॉट लगाकर महंगी गलती की और एक ही शॉट में पहले से पांचवें स्थान पर खिसक गए। महाराष्ट्र के 28 वर्षीय निशानेबाज ने शॉट्स में 10.5 और 10.1 का स्कोर दर्ज किया, लेकिन यह बहुत कम था। ऐश्वर्य की शुरुआत बेहद खराब रही, उन्होंने नी सीरीज 1 में दो सब-10 और 8.6 का स्कोर दर्ज किया।

मध्य प्रदेश शूटिंग अकादमी के निशानेबाज ऐश्वर्य ने सीरीज 2 में हाई 10 के सेट के साथ वापसी करते हुए 52.0 अंक जुटाए। इससे पहले, 17 वर्षीय पलक ने शुक्रवार को 10 मीटर एयर पिस्टल महिला व्यक्तिगत फाइनल में स्वर्ण पदक जबकि 18 वर्षीय ईशा सिंह ने रजत पदक हासिल किया था।242.1 अंकों के व्यक्तिगत स्कोर के साथ, पलक ने न केवल स्वर्ण पदक जीता, बल्कि 2018 से चीन के रिकॉर्ड को पीछे छोड़ते हुए, अपनी श्रेणी में एक नया एशियाई खेलों का रिकॉर्ड भी स्थापित किया। ईशा ने 239.7 अंकों के साथ रजत पदक जीता और इन खेलों में अपने चौथे पदक के साथ हांगझू में एक निशानेबाज के रूप में अपना अविश्वसनीय प्रदर्शन जारी रखा।

अद्वैत पेज, साजन प्रकाश ने 200 मीटर बैकस्ट्रोक, बटरफ्लाई स्पर्धा के फाइनल में किया प्रवेश

हांगझू। भारतीय तैराक अद्वैत पेज और साजन प्रकाश ने शुक्रवार को हांगझू में चल रहे एशियाई खेलों में पुरुषों की 200 मीटर बैकस्ट्रोक और पुरुषों की 200 मीटर बटरफ्लाई स्पर्धा के फाइनल में जगह बना ली है। पुरुषों की 200 मीटर बैकस्ट्रोक में, 2:03.01 के समय के साथ, अपना नया व्यक्तिगत सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हुए, अद्वैत सातवें स्थान पर रहते हुए फाइनल के लिए क्वालीफाई करने वाले शीर्ष आठ तैराकों की सूची में आने में कामयाब रहे। हालांकि, श्रीहरि 2:07.19 के समय के साथ 14वें स्थान पर रहे।

साजन ने भी पुरुषों की 200 मीटर बटरफ्लाई प्रतियोगिता के फाइनल में जगह बनाई, जिसमें वह 1:58.40 के समय के साथ छठे स्थान पर रहे, वह टेबल टॉपर जापान के टोमोरू होंडा से केवल 5.10 सेकंड पीछे थे, जिन्होंने एक नया एशियाई खेल रिकॉर्ड भी स्थापित किया।

अनीश गौड़ा हालांकि हीट में 13वें स्थान पर रहे और फाइनल में जगह पक्की नहीं कर सके।

50 मीटर महिला बटरफ्लाई में, नीना वेंकटेश ने 27.80 सेकंड का समय निकालकर हीट में 14वां स्थान हासिल किया, जो उनके लिए फाइनल में पहुंचने के लिए पर्याप्त नहीं था, लेकिन उन्हें एक नया राष्ट्रीय रिकॉर्ड स्थापित करने में मदद करने के लिए पर्याप्त था।पुरुषों की 400 मीटर फ्रीस्टाइल स्पर्धा में, आर्यन नेहरा और कुशाग्र रावत फाइनल में जगह बनाने में असफल रहे क्योंकि वे शीर्ष आठ प्रतियोगियों से बाहर रहे। महिलाओं की 4×100 मीटर मेडले रिले में, भारतीय टीम 4:23.46 समय के साथ नौवें स्थान पर रही।

पीसीबी प्रमुख ने खड़ा किया विवाद, वायरल वीडियो में भारत को बताया 'दुश्मन मुल्क'

नई दिल्ली। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) प्रबंधन समिति के अध्यक्ष जका अशरफ ने 5 अक्टूबर से शुरू होने वाले आईसीसी क्रिकेट विश्व कप 2023 के लिए पाकिस्तान टीम की भारत यात्रा के बीच एक और विवाद खड़ा कर दिया है।

सोशल मीडिया पर वायरल एक वीडियो में, जका को खिलाड़ियों के टूर्नामेंट के लिए दुश्मन मुल्क (दुश्मन देश) जाने के बारे में बात करते हुए सुना गया था, जबकि वह खिलाड़ियों के लिए पीसीबी के नए अनुबंध के बारे में मीडिया को संबोधित कर रहे थे। उनकी यह टिप्पणी कथित तौर पर भारत पर लक्षित थी। वायरल वीडियो में अशरफ ने कहा, 'हमने प्यार और स्नेह से अपने खिलाड़ियों को ये कॉन्ट्रैक्ट दिए, पाकिस्तान के इतिहास में कभी भी खिलाड़ियों को इतनी बड़ी रकम नहीं दी गई। मेरा मकसद खिलाड़ियों का मनोबल ऊंचा रखना था।' वे प्रतियोगिताओं के लिए दुश्मन देश ('दुश्मन मुल्क') जाते हैं। टूर्नामेंट से पहले हैदराबाद में भारत में पाकिस्तान के खिलाड़ियों द्वारा किए गए गर्मजोशी भरे स्वागत के बीच जका अशरफ द्वारा की गई इन टिप्पणियों ने भारतीय और पाकिस्तान दोनों क्रिकेट प्रशंसकों को नाराज कर दिया है, कई लोगों ने सोशल मीडिया पर जका के बयानों के खिलाफ अपना गुस्सा व्यक्त किया है। कई पाकिस्तानी नेटिज़न्स ने जका के बयान की आलोचना की।पाकिस्तान की टीम आज हैदराबाद में न्यूजीलैंड के खिलाफ अपना पहला अभ्यास मैच खेलेगी। इसके बाद 3 अक्टूबर को ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ एक और अभ्यास मैच होगा। पाकिस्तान अपने विश्व कप अभियान की शुरुआत 6 अक्टूबर से नीदरलैंड के खिलाफ करेगा। पाकिस्तान टीमः बाबर आजम (कप्तान), शादाब खान, फखर जमान, इमाम-उल-हक, अब्दुल्ला शफीक, मोहम्मद रिजवान, सऊद शकील, इफ्तिखार अहमद, सलमान अली आगा, मोहम्मद नवाज, उसामा मीर, हारिस रऊफ, हसन अली, शाहीन अफरीदी, मोहम्मद वसीम।

अभिषेक के 2 गोल की मदद से भारत ने जापान के खिलाफ 4-2 से जीत दर्ज की

हांग्जो । युवा स्ट्राइकर अभिषेक के 2 गोल की मदद से भारत ने गत चैंपियन जापान को 4-2 से हराकर अपनी लगातार तीसरी जीत दर्ज की। एशियाई खेलों की पुरुष हॉकी प्रतियोगिता का सेमीफाइनल गुरुवार को यहां खेला जाएगा। भारत के लिए अभिषेक (13वें, 48वें मिनट) ने दो फील्ड गोल किए, जबकि मंदीप सिंह (24वें) और अमित रोहिदास (34वें) ने भी गोल किए। जापान ने चौथे और अंतिम क्वार्टर के अंतिम पांच मिनट में वापसी की और जेनकी मितानी (57वें) और रयोसी काटो (60) के माध्यम से दो त्वरित गोल करके हार का अंतर कम कर दिया। भारत शनिवार को अपने अगले पूल ए मैच में चिर प्रतिद्वंद्वी पाकिस्तान से खेलेगा।

दुनिया की तीसरे नंबर की भारतीय टीम ने मैच के अधिकांश समय में अपना दबदबा बनाए रखा और गेंद पर कब्जा बनाए रखा। भारतीय टीम को पांचवें मिनट में ही पहला पेनल्टी कॉर्नर मिल गया था लेकिन कप्तान हरमनप्रीत सिंह की फ्लिक बाहर चली गई। जापान को 12वें मिनट में पेनल्टी कॉर्नर मिला जिसे गोलकीपर कृष्ण बहादुर पाठक ने बचा लिया। इसके बाद अभिषेक ने रिवर्स स्टिक से गोल करके भारत को बढ़त दिला दी। भारत ने 24वें मिनट में मनदीप की मदद से अपनी बढ़त दोगुनी कर दी, जिन्होंने नीलकांता के पास को सफलतापूर्वक गोल में धकेल दिया।

भारत को जल्द ही बैक-टू-बैक पेनल्टी कॉर्नर मिले, जिनमें से दूसरे में रोहिदास ने एक शक्तिशाली ड्रैग-फ्लिक के साथ गोल दाग दिया। तीसरा क्वार्टर समाप्त होने तक भारत खतरनाक दिख रहा था और अधिक गोल की तलाश में जापानी डिफेंस पर लगातार दबाव बना रहा था। अंतिम क्वार्टर के तीन मिनट में भारत ने स्कोर 4-0 कर दिया जब अभिषेक ने मंदीप के साथ मिलकर दिन का अपना दूसरा गोल किया। जापान ने खेल के आखिरी पांच मिनट में 2 तेज गोल दागे लेकिन तब तक देरी हो गई थी।

ACTION INDIA

एक्शन इंडिया

Front Page - 2 एक्शन इंडिया ▸ देहरादून ▸ 30 सितंबर 2023 ▸ पृष्ठ 08 ▸ आरएनआई: UTTHIN / 2009 / 31653

RKB GROUP Rakesh Bhardwaj Group

धूमधाम से मनाया गया प्रसिद्ध समाजसेवी हेमराज बंसल का जन्मदिन

क्षेत्र की नामचीन हस्तियों ने हेमराज बंसल को दी जन्मदिन की बधाई

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली बाहरी दिल्ली की जानी- मानी सामाजिक शख्शियत और मेन बाजार मर्चेंट्स एसोसिएशन के प्रधान प्रमुख समाजसेवी हेमराज बंसल का जन्मदिन बड़े धूमधाम से मनाया गया। इस मौके पर उन्हें बधाई देने वालों का तांता लगा रहा। सोशल मीडिया सहित अन्य माध्यमों के अलावा व्यक्तिगत तौर पर भी बंसल निवास पर हेमराज बंसल को जन्मदिन की बधाई देने वालों का ताँता लगा रहा। इस दौरान क्षेत्र की नामचीन हस्तियां शामिल रही। कोई बुके लेकर हेमराज बंसल को जन्मदिन की बधाई देने के लिए आया तो कोई केक लेकर। समाजसेवी, हर दिल अजीज हेमराज बंसल को बधाई देने के लिए मानो सैलाब सा उमड़ा पड़ा। इस मौके पर प्रसिद्ध गौसेवी राजेंद्र सिंघल ने कहा हेमराज बंसल क्षेत्र के प्रमुख समाजसेवी व्यक्तियों में से एक हैं। मृदभाषी हेमराज बंसल हर किसी के सुख-दुख में शामिल होते हैं। उनकी नजर में इंसानीयत सबसे बड़ी चीज है और यही बात हेमराज बंसल को दूसरों से अलग बनाती है। कोरोना काल के दौरान जब सभी अपने घरों में बैठे थे तो उम्र के इस पड़ाव में भी हेमराज बंसल अपने संगठन के साथियों संग लोगों की मदद करते हुए दिखाई दे रहे थे।

ये लोग रहे मौजूद: अंकु बिजय भगत, श्री निवास वर्मा ज्वेलर्स एसोसिएशन प्रधान, प्रमुख गौ सेवक राजेंद्र सिंघल, वीरेंद्र कौशिक प्रधान जनहित फेडरेशन ऑफ नरेला, अनिल आर्य वाइस चेयरमैन मेन बाजार मर्चेंट्स एसोसिएशन, योगी, राजपाल आर्य संरक्षक आर्य समाज नरेला, एक्शन इंडिया के समूह संपादक रवि भारद्वाज, जे पी बागेश्वर, एसीपी सुरेश कौशिक, संजय बन्सल चेयरमैन नरेला चेतना मंच, मोहित गुप्ता महासचिव नरेला चेतना मंच, आनन्द खत्री वाइस चेयरमैन नरेला चेतना मंच, नरेश खत्री प्रमुख समाजसेवी, विजय भारद्वाज बाँकनेर मेन बाजार मर्चेंट्स एसोसिएशन के साथ-साथ क्षेत्र के लोगों ने हेमराज बंसल को जन्मदिन की बधाई दी।

जहांगीरपुरी: प्रभु गणेश सभी के जीवन में खुशियां लाये: अजीत यादव

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली बादली विधानसभा क्षेत्र के विधायक अजेश यादव के नेतृत्व में भलस्वा वार्ड के अंतर्गत आने वाले मेट्रो अपार्टमेंट में अनंत गणेश चतुर्थी के शुभ अवसर पर भलस्वा वार्ड के निगम पार्षद अजीत यादव कई गणेश उत्सवों में शामिल हुए और प्रभु का आशीर्वाद लिया।

सच्चे मन से करें प्रभु की भक्ति: भलस्वा वार्ड के निगम पार्षद अजीत यादव ने कहा कि सभी को सच्चे मन से प्रभु की आराधना करनी चाहिए, जो भक्त सच्चे मन से प्रभु की आराधना करता है प्रभु उसकी अवश्य ही सुनते है। इस मौके पर निगम पार्षद अजीत यादव ने भगवान श्री गणेश जी का आशीर्वाद लेते हुए क्षेत्रवासियों को सुख, समृद्धि और अच्छे स्वास्थ्य के लिए प्रार्थना की। इस दौरान भगवान श्री गणेश जी की आरती और भंडारे का भी आयोजन भी किया गया।

नांगलोई: पेड़-पौधों से हैं वायु और वायु से हैं आयु: हेमलता वरूण

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली पर्यावरण का हमारे जीवन में महत्वपूर्ण स्थान है, इसे बचाना हम सबकी नैतिक जिम्मेवारी है। आजकल वातावरण बहुत प्रदूषित हो गया है, जिसके चलते भीषण गर्मी, दूषित हवा, प्रदूषण व बीमारियां फैल रही हैं। इसलिए वातावरण को शुद्ध बनाए रखने के लिए सभी को योगदान देना चाहिए। ऐसा कहना हैं नांगलोई विधानसभा क्षेत्र में सुता फाउंडेशन के संस्थापिका व संचालिका हेमलता वरूण का। वहीं हेमलता ने प्रकृति और पर्यावरण को लेकर जागरूक करते हुए कहा कि पौधों का होना अत्यंत जरूरी है लेकिन दुख की बात यह कि हम पौधे रोपित करने की

बजाय वृक्ष कटाव की तरफ बढ़ रहे हैं, जो कि भविष्य के लिए घातक है इसी के चलते पर्यावरण असंतुलित हो रहा है।

प्रकृति का वरदान हैं पेड़-पौधे: आज तापमान में तेजी से बदलाव का असर सिर्फ इंसानों पर ही नहीं पृथ्वी पर रह रहे सभी जीवों के लिए बड़ा खतरा बन गया है। यही वजह है कि कई जीव-जन्तु विलुप्त हो रहे हैं। साथ ही लोग भी सांस से जुड़े कई तरह के रोगों से लेकर कैंसर जैसी घातक व गंभीर बीमारियों से जूझ रहें हैं।

ज्ञान की बातें

सभी को पौधारोपण करना चाहिए और पेड़-पौधे की रक्षा परिवार की तरह करनी चाहिए: हेमलता वरूण

जहांगीरपुरी: धूमधाम से मनाया गया डॉ. विपिन पिव्हाल का जन्मदिन

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली वीआईपी फांउडेशन के अध्यक्ष डॉ. विपिन पिव्हाल का जन्मदिन बड़ी ही धूमधाम से मनाया गया। सुबह से ही उनको बधाई देने वालो तांता लगा रहा। उनको बधाई देने वालों में मुख्य रूप से भाजपा दिल्ली प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य मंदिर प्रकोष्ट रूपेश मेहरा, आदर्श नगर विधानसभा क्षेत्र से अरूणोदय गुप्ता, दिल्ली प्रदेश किसान मोर्चा के मंत्री व पूर्व निगम प्रत्याशी भाजपा मंगत राम शर्मा, मंडल महामंत्री इन्द्रजीत मुखी, हरीओम साहू, वीर वाल्मीकि योद्धा राष्ट्रीय अध्यक्ष दीपक बागड़ी, जगदीश महाराज जी केन्द्रीय कार्यकारिणी सदस्य भावाधस, पंकज पिव्हाल अध्यक्ष गर्ल्स सेवर एनजीओ, नीरज युवा नेता, सतेन्द्र, कपिल ढ़ीका, विक्की, गौरव, गौतम, पंकज यादव, वंश, हर्ष वर्मा, यश कुमार, राजा भाई, तुषार सहित कई गणमान्य लोग मौजूद रहे। इस अवसर पर आये हुए गणमान्य लोगों ने डॉ. विपिन पिव्हाल को जन्मदिन की बधाई दी। इस मौके पर डॉ. विपिन पिव्हाल ने कहा कि जिन लोगों ने मुझे जन्मदिन की बधाई दी है, मैं उन सभी का तहेदिल से धन्यवाद करता हूं।