

फुटबॉल टूर्नामेंट में प्रतिभाग कर रही यूके मास्टर्स स्पोर्ट्स टीम ने राज्यपाल से की भेंट

शिवाचार भेंट

► राज्यपाल नेशुभाकामानां देते हुए कहा कि हमें अपने मन और मरिष्टक को युगा रखने की आवश्यकता है।



में प्रतिभाग कर रही है।

राज्यपाल ने टीम को शुभकामानां

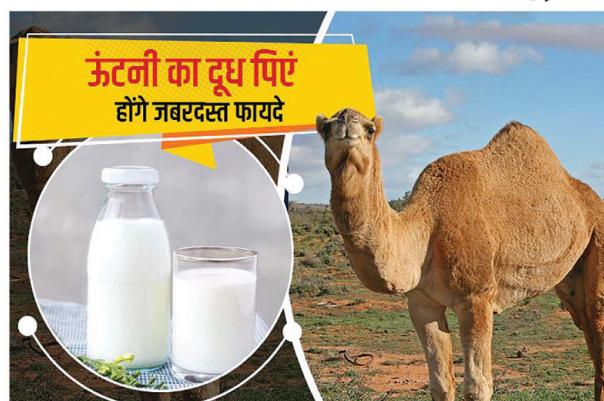
देते हुए कहा कि हमें अपने मन

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया नेपाल में आयोजित होने वाले फुटबॉल टूर्नामेंट में प्रतिभाग कर रही यूके मास्टर्स स्पोर्ट्स टीम ने शुक्रवार को राज्यपाल में राज्यपाल लैफिटेनेट जनरल गुरमीत सिंह (सेन) से शिवाचार भेंट की। नेपाल के पेंचवारी में 07 फरवरी से तीन दिवसीय 60 प्लस इंटरेशनल बैटरन फुटबॉल टूर्नामेंट आयोजित हो रहा है। इस टूर्नामें में कुल 06 टीमें प्रतिभाग करेंगी। उत्तराखण्ड से मास्टर्स स्पोर्ट्स टीम इस टूर्नामें

शरीर के लिए कमाल है ऊंटनी का दूध

क हते हैं कि गाय-भैंस या बकरी का दूध आपके संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए अच्छा होता है, लेकिन ऊंटनी का दूध पीने के फायदों के बारे में सुना है अगर नहीं, तो आइए हम आपको ऊंटनी का दूध पीने के फायदे बताते हैं।

दूध आपके संपूर्ण स्वास्थ्य को बेहतर रखने के लिए अच्छा माना जाता है, लेकिन ऊंटनी का दूध पीने के फायदों के बारे में सुना है अगर नहीं, तो आइए हम आपको ऊंटनी का दूध पीने के फायदे बताते हैं। जी हाँ ऊंटनी का दूध न सिर्फ़ आपको सेहनमद बनाता है, बल्कि आप किसी भीमारी से पीड़ित हैं, तो दूध के रूप में काम करता है। शायद आपको यकीन न हो, लेकिन इसका एक उदाहरण है— राजस्थान के टोक गांव में रस्ते वाले हुनरान बलि। जिसमें अपनी भीमारी में कई में मदद कर सकते हैं, क्योंकि ऊंटनी के दूध में सभी जरूरी पोषक तत्व जैसे- प्रोटीन, कैल्शियम, कार्बोहाइड्रेट, प्राकृतिक शुगर, फाइबर, लैक्टिक अम्ल, आयरन, मैनिंशियम, अल्फा हाइड्रोक्सिल अम्ल और कई विटामिन्स पाए जाते हैं। यह सभी पोषक तत्व शरीर को स्वस्थ और सुंदर रखने में मदद करते हैं। आइए हम आपको यहाँ सालों द्वारा पर लांबी रूपए खर्च किए, लेकिन किसी दोस्त की सलाह उपर जैसे- प्रोटीन, कैल्शियम,



पर उसने ऊंटनी का दूध पीना शुरू किया और उसकी भीमारी 1 महीने में ही असानी से कटने लगी। ऊंटनी के दूध में ऐसे शक्तिशाली पुणा होते हैं, जो आपकी कई जटिल बीमारियों की ठीक करने में मदद करते हैं। आइए हम आपको यहाँ ऊंटनी के दूध में सभी जरूरी पोषक तत्व जैसे- प्रोटीन, कैल्शियम,

का दूध प्रोटीन से भरपूर होने के साथ वजन में कम होता है, जिसका मतलब है कि यह आपको एकसदा बेटे को कम करने में और बैड कोलरस्ट्रॉल लेवल को कम करने में मदद करता है।

ऑटीज्म का रामबाण इलाज

ऊंटनी का दूध ऑटीज्म का रामबाण इलाज है। जी हाँ ऊंटनी का दूध पीने से ऑटीटिक लक्षणों पर रोक लगाने में मदद मिलती है। ऊंटनी के एक लीटर दूध में कम से कम 52 से 55 युनिट डंसुलिन की भाग्रा होती है, जो अन्य किसी पशु के दूध में नहीं पाई जाती। इसलिए कई गवां से इसका इस्तेमाल डायबीटीज को नियंत्रित करने के लिए किया जाता है, लेकिन इसके बारे में कम ही लोग जानते हैं।

मजबूत हड्डियों का सीक्रेट

ऊंटनी का दूध आपकी हड्डियों को मजबूत बनाने में मदद करता है, इस बात से इंकार नहीं किया जा सकता। इसमें मौजूद कैल्शियम हड्डियों को मजबूत प्रदान कर सकता है और जोड़ों के दर्द से परेशन लोगों को राहत दिला सकता है।

त्वचा के लिए बेहतर

ऊंटनी का दूध आपके खुन को सफ़ करने, लिपर को स्वस्थ रखने और पान को बढ़ावा देने के साथ आपकी त्वचा में निखार लाने में मदद करता है। ऊंटनी के दूध में अल्को हाइड्रोक्सिट अल्होत अल्होत होती है, जो त्वचा के लिए फायदेमंद होता है। यह आपकी त्वचा को सांपत्ति बनाने के साथ त्वचा पर झूर्झियाँ और फाइन लाइन्स को रोकता है।

एलर्जी में फायदेमंद

'1 करोड़ लोगों को मिलेगा रोजगार'

राज्यपाल के अभिभाषण के साथ ही यूपी के बजट सत्र का आगाज, विधानमंडल के दोनों सदनों को किया संबोधित

टीम एक्शन इंडिया/लखनऊ

राज्यपाल अनंदी बेन पटेल ने शुक्रवार को उत्तर प्रदेश विधान मंडल के दोनों सदनों को संबोधित किया। राज्यपाल के अभिभाषण के साथ ही बजट सत्र आरंभ हो गया। राज्यपाल ने अपने अभिभाषण की शुरुआत में विधानमंडल के सभी सदस्यों और प्रदेश वासियों के लिए सुख, शांति, समृद्धि और सम्पन्नता की कामना की। उन्होंने हाल ही में संपन्न हुए रामद्वादर के प्राण प्रतिष्ठा समरोह की विशेष तौर पर चर्चा करते हुए कहा कि भारत के इतिहास में वर्ष 2024 अधिकारीय समूति के रूप में दृढ़ हो गया है। श्रीमान जयभूमि मन्त्र के रूप में राष्ट्र मन्त्र की स्थापना भारत के सांस्कृतिक गौरव की पुनर्जीविता है।

1 करोड़ 10 लाख लोगों को मिलेगा
रोजगार: राज्यपाल ने प्रदेश सरकार द्वारा वर्ष 2018 से प्रदेश विवास के विशेष आयोजन की परम्परा की चर्चा की। उन्होंने किसान हितों के प्रति



'अयोध्या में गतिमान हैं करोड़ों की परियोजनाएं'

राज्यपाल ने अयोध्या में रामभक्तों की सुविधा और सुगम दर्शन के लिए प्रदेश सरकार की ओर से किये जा रहे प्रयोगी की चर्चा करते हुए कहा कि अयोध्या में अवस्थापन कार्य सम्पन्न करार गये हैं। आज अयोध्या जल-थल-नभ की बेहतरीन कनेक्टिविटी से सम्पन्न हो रही है। लगभग 31,000 करोड़ रुपये की विकास परियोजनाएं यहां गतिमान हैं। महाकुंभ में सेवा और सुविधा के लिए किये जा रहे उत्तम प्रबन्ध राज्यपाल ने प्रयागराज महाकुम्भ-2025 के संबंध में सदन को अवगत कराते हुए कहा कि सरकार द्वारा सभी संसाधण, स्नानार्थी, श्रद्धालुओं, कर्तव्यासियों और विश्व भर से आने वाले पर्यटकों, शोधार्थीयों, जिज्ञासुओं की सुरक्षा, सेवा और सुविधा के लिए उत्तम प्रबन्ध किए जा रहे हैं।

सपा के टिकट घोषित होने पर कांग्रेस ने साधी चुप्पी



खीचतान

► इधर सपा के जिलाध्यक्ष डीपी यादव का कहना है कि सपा प्रदेश में 70 सीटें जीतेगी

टीम एक्शन इंडिया/लखनऊ
सपा की तरफ से संभल सीट के लिए टिकट घोषित होने के बाद कांग्रेस के प्रदेश स्तर के नेताओं ने चुप्पी साथ ली है लेकिन कांग्रेस अंकले लोकसभा चुनाव लड़ने की तैयारी कर रही है। सपा में मुरादाबाद मंडल ऐसा रहा, जहां 2019 लोकसभा चुनाव में भाजपा को एक सीट भी नहीं नहीं हुई। इसका मुख्य कारण सपा के साथ बसपा और रालोद का गठबंधन था। 2024 के लोकसभा चुनाव में सपा से बसपा अलग होकर चुनाव लड़ने की घोषणा कर चुकी है। सपा ने बसपा की जगह कांग्रेस और रालोद का गठबंधन बनाया है। लेकिन गठबंधन की बैठक से पहले सपा ने 16 लोकसभा सीटों पर प्रत्याशियों की घोषणा कर दी। इसमें मुरादाबाद मंडल की एक सीट संभल शामिल है। लोकसभा उपचुनाव में भाजपा ने किसी प्रकार रामपुर लोकसभा सीट पर जीत दर्ज की थी। सपा के प्रत्याशी घोषित होने पर कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष अजय राय का कहना है कि वह कुछ नहीं कर पाएगा।

प्लोटर टेस्ट से पहले जीतन राम मांझी फिर भटके



मांझी का खेल

► मुझे महागठबंधन के तरफ से सीएम का ऑफर मिला था, लेकिन मैंने उसे टुकरा दिया: मांझी

टीम एक्शन इंडिया/पटना
12 फरवरी को नीतीश सरकार के बहुमत साबित करने से पहले पूर्व मुख्यमंत्री जीतन राम मांझी ने बिहार की राजनीति में नहीं आशका सामने ला दी है। उन्होंने मत्रिमंडल में एक और मंत्री पद की दावेदारी की है।

उन्होंने कहा कि मैंने अमित शाह, नीतीश कुमार और नित्यानंद राय सहित अन्य नेताओं से बात की पैसा और पद नहीं तोला जा सकता है, इसलिए मैं एनडीए के साथ हूं। उपमुख्यमंत्री बनाने का दिया था और आमंत्रित हुए।

**THE PRINTING HUB
COMPLETE CTP UNIT
BASYS PRINT**



कांग्रेस कार्यकर्ता सम्मेलन

न्याय संकलन

दिनांक: 3, फरवरी 2024 | समय: मुबह 11.00 बजे

स्थान: रामलीला मैदान, जीता कॉलोनी

अरविंद सिंह लवली अध्यक्ष | दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी | राकेश त्यागी | विनय सिंहल

पाँच व्यायाय:

- युवा न्याय
- किसान न्याय
- जाती न्याय
- श्रमिक न्याय
- आगीदारी न्याय

दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी | राकेश त्यागी | विनय सिंहल

Corporate Office : A-15, G. T. Karnal Road, Industrial Area, Delhi-110033

Phone : +91-9999889104, +91-9250706656, +91-11-47502546

MARUTI
nandan printers

8 COLOUR
WEB OFFSET
MACHINE

Capacity : 36000 Copies per Hour
16 Broad Sheet Pages in One Go

बिहार में मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने राष्ट्रीय जनता दल का साथ छोड़ने के लिए मुख्यमंत्री पद से त्वागचर दे दिया। चूंकि हम के नेता जीतनराम मांझी के पास चार विधायक थे, इसलिए उन्होंने अपने पाले में लेने के लिए राष्ट्रीय जनता दल ने उनका साथ मांगा।

राजनीतिक जानकारों के अनुसार लालू प्रसाद यादव ने अपनी सरकार बनाने के लिए जीतन राम के बेटे संतोष मांझी को उपमुख्यमंत्री बनाने की पेशकश की थी, लेकिन जीतनराम मांझी इसके लिए तैयार नहीं हुए।