



मैसूर में केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह एक कार्यक्रम में शिरकत करते हुए।

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

एकरान इंडिया

वर्ष: 15 अंक: 42 पृष्ठ: 08

RNI : UTTIN/2009/31653



actionindiaddn@gmail.com

उत्तराखण्ड संस्करण

दिल्ली - हरियाणा - हिमाचल प्रदेश - उत्तराखण्ड



ऐतिहासिक अन्यायों को सुधारने के लिए विविधता और प्रतिनिधित्व जरूरी: चंद्रचूड़

टीम एकशन इंडिया/नई दिल्ली

भारत के मुख्य न्यायाधीश डीवार्ड चंद्रचूड़ ने शिनिवार को कहा कि विविधता और प्रतिनिधित्व न केवल ऐतिहासिक अन्याय को सुधारने के लिए, बल्कि अदालतों की नियंत्रण लेने की क्षमता को समझ करने के लिए भी महत्वपूर्ण है। अंतरराष्ट्रीय न्यायालय के समक्ष उभयते प्रतिनिधित्व ने इसके ऐतिहासिक रूप से मोरोक्कोवरल और यूरोपियन दृष्टिकोण को विशेष रूप से चुनौती दी है। उन्होंने कहा कि इन्हीं तरह अदालतों के भीतर लैंगिक विविधता को एकीकृत

करने से दृष्टिकोण का दायरा काफी हद तक व्यापक हो जाएगा, जिससे अधिक व्यापक और न्यायसंगत फैसले हो सकें।

न्यायाधीश हिन्दी चालसर्वर्थ का किया स्वागत वह 28 जनवरी 1950 को सुप्रीम कोर्ट की पहली बैठक को चिह्नित करने के लिए आयोजित दूसरी वार्षिक व्याख्यान श्रृंखला को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कार्यक्रम की मुख्य अतिथि के तौर पर मौजूद अंतरराष्ट्रीय न्यायालय की न्यायाधीश हिलेरी चा लेसर्वर्थ का स्वागत किया। उन्होंने

इस बात पर जोर दिया कि शोषण अदालत ने अपने प्रावधानों को लैंगिक समावेशी बनाने में प्रगति की है। उन्होंने कहा कि सुप्रीम कोर्ट ने लंगीजीवीकृत्याइए लूस समुदाय पर न्यायपालिका के लिए एक संवेदीकरण माइक्रोल जारी किया, जिसका उद्देश्य न्यायपालिका के सदस्यों को लिंग और यौन विविधता की अवधारणाओं, उचित शब्दावली के उपयोग के बारे में संवेदनशील बनाना है।

12 महिलाओं को वरिष्ठ वकील की उपाधि से किया सम्मानित

साथ ही समलैंगिक समुदाय के सदस्यों के साथ बातचीत करने से समय अदालत पर करता है। उन्होंने कहा कि इसी तरह, शोषण अदालत ने पिछले साल लैंगिक रुद्धिवादिता से निपटने के लिए एक हैंडबुक जारी की थी। यह सुनिश्चित करने के प्रयास में कि न्यायाधीश समावेशी भाषा का उपयोग करें और नियंत्रण लेने में जानवृत्तक रुद्धिवादिता के उपयोग से बचें। 2024 से पहले सुप्रीम कोर्ट के पूरे इतिहास में केवल 12 महिलाओं को वरिष्ठ वकील की उपाधि से सम्मानित

किया गया था। हालांकि, हाल ही में एक महत्वपूर्ण बदलाव हुआ है, क्योंकि सुप्रीम कोर्ट ने देश के विभिन्न क्षेत्रों से अनेक वाली लैंगिक विविधताओं को इस पक्ष के लिए नामित किया है। वह सुप्रीम कोर्ट परिसर में द इंटरनेशनल कोर्ट और जस्टिस ए लीगल फोरम इन ए पलिटिकल एनवर्कर्स में विषय पर दूसरा वार्षिक व्याख्यान दे रही थीं। उन्होंने कहा कि अंतरराष्ट्रीय संदर्भ में न्यायिक स्वतंत्रता का उद्देश्य किसी भी गैर-कानूनी विचार को खत्म करना है, जो न्यायाधीश के तर्क के प्रभावित कर सकता है।

370 सीटें ला रही भाजपा: पीएम

आदिवासी समाज के उत्थान और सम्मान के लिए समर्पित रही सरकार: पीएम नरेंद्र मोदी

दावा

B हमारी सरकार आदिवासी समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए समर्पित रही है।



'पीएम की दूरदर्शी विज्ञ से हो रहा कौशल विकास के कार्य'

टीम एकशन इंडिया/भौपाल

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व प्रदेश व देश में तेजी से विकास कर्य हो रहे हैं। पूरी दुनिया में प्रधानमंत्री मोदी की लैंगिकता बढ़ रही है। उनके दूरदर्शी विज्ञ से स्टार्टअप के तहत कौशल विकास के कार्य हो रहे हैं। युवा उद्यमी अभिनन्दन कर प्रदेश के जनता की तरफ से विकास की सैरांगों के लिए आधार एवं धन्यवाद ज्ञापित किया।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रधानमंत्री नरेंद्र को धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि आज जनजातीय समाज के उत्थान, गौरव और सम्मान के लिए नरेंद्र मोदी का आना केवल हम सब के लिए नहीं बल्कि पूरे देश के लिए सौभाग्य है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन

मुख्यमंत्री धामी के दौरे का विरोध करने जा रहे कांग्रेस नेता गिरफतार

विरोध

8 युवा कांग्रेस कार्यकर्ता पुलिस को चकमा देते हुए स्टेशन बाजार लोहाघाट तक पहुंच गए थे



गई। युवा कांग्रेस कार्यकर्ता पुलिस को चकमा देते हुए स्टेशन बाजार लोहाघाट में पुलिस ने गिरफतार कर लिया।

पुलिस युवा कांग्रेस कार्यकर्ताओं को बाराकोट पुलिस चौकी लेकर

सरकारी कोष से करोड़ों रुपये खर्च करके एक विशाल जनसभा का आयोजन किया जा रहा है, जिसमें भाजपा नेताओं द्वारा हर बार की तरह झुटे बांदे किए जा रहे हैं।

इस परिप्रेक्षण में युवा कांग्रेस जागरूक होने के नाते मुख्यमंत्री के सम्मुख पहाड़ों से हो रहे पलायन, बैरोजगारी, महांगी एवं प्रश्नाचार जैसे महत्वपूर्ण मुद्दों पर एक जोरदार प्रदर्शन करने जा रही थी ताकि मुख्यमंत्री तक हमारे पहाड़ के बैरोजगार युवाओं का जो दर्द है, वह पहुंच सके, लेकिन भाजपा सरकार की पुलिस ने उन्हें रास्ते में ही गिरफतार कर लिया।

गिरफतारी के दौरान युवा कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने भाजपा के खिलाफ जमकर नरावाजी की। युवा कांग्रेस की इस कार्यकर्ता का पुलिस विधानसभा में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी और भाजपा नेताओं ने लोकसभा चुनाव को देखते हुए जनता को ग्रमित करने के लिए

गांव चलो अभियान के तहत बड़ासी पहुंचे त्रिवेन्द्र

देहरादून/टीम एक्शन इंडिया पूर्व सीएम त्रिवेन्द्र सिंह रावत ने भाजपा के गांव चलो अभियान के तहत बूथ संस्था-03 ग्रामपंचायत बड़ासी लोगों से सम्पर्क अभियान किया।

24 घंटे के इस अभियान में पूर्व सीएम ने आगामी लोकसभा चुनाव को लेकर लोगों को मोदी सरकार के विकास कार्यों से अवगत करवाया। उन्होंने लोगों को मोदी सरकार के प्रत्रक वितरित किए तथा युवा वोटरों को उनके एक वोट की ताकत की अहसास करवाया। उन्होंने लोगों को नरावाजी के देश के विकास कार्यों के प्रत्रक वितरित किए तथा युवा वोटरों को उनके एक वोट की ताकत की अहसास करवाया। उन्होंने कहा कि विजनरी ने उन्हें जीत दिया।

उन्होंने दूसरी जगह उसके लिए लड़के की तलाश शुरू कर दी। युवती इससे नाखुश थी। इसके चलते वो दिन पहले युवती परिजनों को बिना बताए घर पर सीधे प्रेमी युवक के घर पहुंच गई। युवक के परिजनों ने पहले उसे सजाने का प्रयास किया, लेकिन युवती और युवक दोनों शादी करने की जिद पर अड़ गए। बाद में परिजनों ने हाथी भर दी।

मृतक प्रकाश का शव लेने पहुंचे परिजन, रोजी

रोटी के लिए बिहार से आया था उत्तराखण्ड

हल्द्वानी/टीम एक्शन इंडिया

उत्तराखण्ड के नैनीताल जिले के हल्द्वानी स्थित बन्धूलपुरा में अतिक्रमण

होने के दौरान हुए बवाल में बिहार के रहने वाले प्रकाश की मौत हुई थी, जिसके शब्द को 08 फरवरी गुरुवार से मोर्ची में रखा गया है। आज सुबह प्रकाश के परिजन बिहार से हल्द्वानी पहुंचे हैं, जहां पर मोर्ची में प्रकाश के शब्द को पोस्टमार्टम किया जा रहा है।

प्रकाश के घर में उसके परिजनों में कोहराम मचा हुआ है। प्रकाश के घर में उसके बुजुर्ग माता-पिता उसकी पांच बहनें, एक भाई हैं। घर की अर्थव्यवस्था प्रकाश के मजदूरी करने से ही लंबती थी। प्रकाश ने बीए तक की पढ़ाई की है। इसके बाद में मजदूरी करने हल्द्वानी आया था। प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों की हालत खराब है। इसी वजह से प्रकाश के जीजा उसके शब्द को लेने के लिए हल्द्वानी पहुंचे हैं।

फिलहाल हल्द्वानी पोस्टमार्टम हाउस में प्रकाश के शब्द को पोस्टमार्टम किया जा रहा है। प्रकाश के घर से पुलिस को मंगल सूकू, रुद्राश, दाथ का कड़ा समेत 50 रुपये मिले हैं। मोर्ची में एसएसीएस परितोष वर्मा ने बताया प्रकाश के शब्द का पोस्टमार्टम किया जा रहा है। उनके परिजन हल्द्वानी पहुंच गए हैं।

पुलिस की चौतरफा कार्रवाई से जिले में हड़कंप

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया

पुलिस ने अलग-अलग स्थानों से दो युवकों को गिरफतार कर उनके पास से भारी मात्रा में प्रतिबंधित इंजेक्शन बरामद किए हैं।

जानकारी के मुताबिक मुखियर की

सूचना पर एसएसीएस अमिर खान

ने पुलिस के साथ एक युवक

को छोड़ दिया। इसके बाद युवकों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों की हालत खराब है।

प्रकाश के जीजा उसके शब्द को लेने के लिए हल्द्वानी पहुंचे हैं।

फिलहाल हल्द्वानी पोस्टमार्टम हाउस में प्रकाश के शब्द को पोस्टमार्टम किया जा रहा है।

प्रकाश के घर में पुलिस को मंगल सूकू, रुद्राश, दाथ का कड़ा समेत 50 रुपये मिले हैं। मोर्ची में एसएसीएस परितोष वर्मा ने बताया प्रकाश के शब्द का पोस्टमार्टम किया जा रहा है। उनके परिजन हल्द्वानी पहुंच गए हैं।

पुलिस की चौतरफा कार्रवाई से जिले में हड़कंप

हरिद्वार/टीम एक्शन इंडिया

पुलिस ने अलग-अलग स्थानों से

दो युवकों को गिरफतार कर उनके

पास से भारी मात्रा में प्रतिबंधित

इंजेक्शन बरामद किए हैं।

जानकारी के मुताबिक मुखियर की

सूचना पर एसएसीएस एक वोट

में दो युवकों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत के बाद से उसके परिजनों ने एक

स्वर में युवाल पत्रकरों को जारी कर दिया गया।

प्रकाश की मौत



आपकी सुरक्षा आपके हाथ

शहर छोटे हों या बड़े अपराध की दर सभी में बढ़ रही है। यही कारण है कि आजकल शहरों में सिक्युरिटी का धंधा तेजी से बढ़ रहा है। लेकिन हर कोई तो अपने घर के बाहर हथियारधारी सिक्युरिटी गार्ड नहीं खड़ा कर सकता। सवाल है ऐसे में अपनी सुरक्षा, विशेषकर घरों में रहने वाली महिलाएँ कैसे करें?

अगर आप रहती हैं फ्लैट्स में :

- फ्लैट के बाहरी दरवाजों की भजबूती की जांच करें। दरवाजे अच्छी कालियाँ की मटीरियल से बने हों यह सुनिश्चित करें। दरवाजे में अच्छी कंपनी का ऑटोमेटिक लॉकिंग सिस्टम लगा हो।
- कुछ लोग अपने घर को स्टाइलिश लुक देने के लिए चिन्हिणियाँ भी लगाते हैं, लेकिन सुरक्षा की दृष्टि से यह अनुचित है क्योंकि इससे बच्चों के जीवे खिलने का खतरा बढ़ता होता है, साथ ही दिलेजों से कोई भी आपके घर के भीतर आसानी से पहुंच भी सकता है।
- सुनिश्चित करें कि फ्लैट के बाहरी होशंगाह अच्छी प्रकाश व्यवस्था हो। और सीधोंकों के पास लाइट रात भर जलती है और छोड़ देती है।
- अपने दरवाजे में बीमिक आई और चेन लॉक गड़ लगावाएं ताकि कॉलिंबेल बनें पर आप आसानीकरण के भीतर से पहचानेवाले के बाद ही दरवाजा खोले।
- घर को पैसेज में जीरो बॉट का फ्लैश या स्लीफ़एल

जल्द जलने वें। अगर आप घर बंद करके कहाँ बाहर जाती हैं तो ड्राइंग रुम की लाइट जलती रहती है। अगर दरवाजे अच्छी कालियाँ की मटीरियल से बने हों तो अपने निकटाम पड़ोंगी और आपार्टमेंट के सिक्युरिटी गार्ड ने इस बात की जांचकारी जरूर दें कि आप कहाँ और कितने दिनों के लिए जा रही हों, साथ ही उनसे अपने घर का विशेष रूप से ध्यान रखने की कोई नहीं है।

रहने वाली आपकी बैगलें में :

- आपके घर में लोहे का मजबूत गेट होना चाहिए, जिसकी ऊंचाई कम से कम जांच से भी बड़ा हो। गेट के ऊंचाई से पर नुकोली भालौनामा आकृति बनी हो ताकि कोई डार पर चढ़कर घर के भीतर न चुप सके। गेट में ऐसा लॉक लगा होना चाहिए जिसे सिक्के औंदर से ही खोला जा सके। दूसरे दरवाजे और उनका लॉकिंग सिस्टम भी

मजबूत होना चाहिए।

बैगले की बाहरी दरवाजों के कपड़े हिस्से पर लोहे के कॉटिंगर तारों का बेंग बना दुआ होना चाहिए और उनकी दीवारों के कपड़े हिस्से के कॉटिंगर तारों का बेंग बना दुआ होना चाहिए और उनकी दीवारों के कपड़े हिस्से के कॉटिंगर तारों का बेंग बना दुआ होना चाहिए।

● आप प्रकृति प्रेमी हों तो दीवारों की बाजारी बोगानवेलिया और जगती गुलाब जैसी कॉटिंगर झाड़ियों से भी अपने निकटाम पड़ोंगी और आपार्टमेंट के सिक्युरिटी गार्ड ने इस बात की जांचकारी जरूर दें कि आप कहाँ और कितने दिनों के लिए जा रही हों, साथ ही उनसे अपने घर का विशेष रूप से ध्यान रखने की कोई नहीं है।

अगर रहती हैं पार्किंग हाउस में :

- मुख्यद्वार के बाहर गार्ड रूम होने के साथ-साथ घरों के सर्किंग के भीतर खुलने वाली दरवाजे की लाइट जलती रहती हैं। अगर दरवाजे अच्छी कालियाँ की मटीरियल से बने हों तो अपने निकटाम पड़ोंगी और आपार्टमेंट के सिक्युरिटी गार्ड ने इस बात की जांचकारी जरूर दें कि आप कहाँ और कितने दिनों के लिए जा रही हों, साथ ही उनसे अपने घर का विशेष रूप से ध्यान रखने की कोई नहीं है।

● कुक, आया, ड्रॉबर और माली आदि को नियुक्त करते समय उनका पुलिस वोरिकेजन जल्द करवाना चाहिए।

- पर्स लाइट में घर के भीतरी हलात में सेंटर लॉकिंग सिस्टम की व्यवस्था रखें और घर को सोने से बदलने के लिए फैलाए गए हैं, ताकि वह देखकर किसी अजनकी को हस बात की भनक न लगे कि आपके घर में कोई नहीं है।

● आपके घर में लोहे का मजबूत गेट होना चाहिए, जिसकी ऊंचाई कम से कम जांच से भी अच्छी हो। अगर घर के भीतर आसानी से पहचाना जा सकता है, तो उसे आसानी से बदलना चाहिए।

- आपके घर में इमरजेंसी अलार्म सिस्टम होना चाहिए, जो आपके गार्ड रूम और पड़ोसियों के घर से जुड़ा हो लाति आकर्तिक स्थिति में जब आप अलार्म का बटन ढारें तो लोगों आपको मदद के लिए आ जाएं।

● पार्क बैकप्रॉप की भी पूरी व्यवस्था होनी चाहिए ताकि कभी आपके घर को सुरक्षा को कोई खतरा पैदा न हो।

दलिया पुलाव



मासग्री : दलिया 1 कटोरी, अंकुरित मूँग 1 कटोरी, चीकोन टुकड़ों में कटा पीसी 50 ग्राम, बींस कटी 1 छोटी कटोरी, गामर कटी 2, कटी हरीमिर्च 2, कटा टमाटर 1, कटी पालक 1 छोटी कटोरी, कटा पूलगांधी 1 कटोरी, तेल 1 टी स्पून, गोंद 1/4 चम्पच, हल्दी पावडर 1/2 चम्पच, नमक ख्यालसार।

विधि : दलिया कटी गोंदी में दलिया भूनें। प्रेरक कूकर में तेल गरम करें, चीकोन टुकड़ों में कटा पीसी 50 ग्राम, बींस कटी 1 छोटी कटोरी, गामर कटी 2, कटी हरीमिर्च 2, कटा टमाटर 1, कटी पालक 1 छोटी कटोरी, कटा पूलगांधी 1 कटोरी, तेल 1 टी स्पून, गोंद 1/4 चम्पच, हल्दी पावडर 1/2 चम्पच, नमक ख्यालसार।

विधि : सूखी कटी गोंदी में दलिया भूनें। प्रेरक कूकर में तेल गरम करें, चीकोन टुकड़ों में कटा पीसी 50 ग्राम, बींस कटी 1 छोटी कटोरी, गामर कटी 2, कटी हरीमिर्च 2, कटा टमाटर 1, कटी पालक 1 छोटी कटोरी, कटा पूलगांधी 1 कटोरी, तेल 1 टी स्पून, गोंद 1/4 चम्पच, हल्दी पावडर 1/2 चम्पच, नमक ख्यालसार।

विधि : सूखी कटी गोंदी में दलिया भूनें। प्रेरक कूकर में तेल गरम करें, चीकोन टुकड़ों में कटा पीसी 50 ग्राम, बींस कटी 1 छोटी कटोरी, गामर कटी 2, कटी हरीमिर्च 2, कटा टमाटर 1, कटी पालक 1 छोटी कटोरी, कटा पूलगांधी 1 कटोरी, तेल 1 टी स्पून, गोंद 1/4 चम्पच, हल्दी पावडर 1/2 चम्पच, नमक ख्यालसार।

जहाँ इंसानी रिश्ते सहेजे जाते हैं

हम चाहे जितना रुपया कमा लें, संपत्ति बढ़ा लें, दौड़ में थकने के बाद रिश्तों की गरमाहट का संबल सभी के लिए जरूरी हो जाता है। आचिर दूसरी समृद्धि कोई देखने वाला तो हो... हमारी जब हमें तभी मिलेगा, जब हम स्वयं हाथ बढ़ाते हैं।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया। जब दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

आज जहाँ आश्चर्य विकास की ओरी दौड़ में लोग माँ की करीबी सहेजे जो अविवाहित थीं। उसने विश्वास दूसरों की गोंदी की गोंद ले लिया और आपने बच्चे से भी बड़ा बदला देने के लिए दरवाजा खोला दिया।

अगर ऐसा हुआ तो IND vs ENG तीसरे टेस्ट में सरफराज खान को मिल सकता है डेब्यू का गौका- आकाश चोपड़ा

नई दिल्ली एजेंसी

पूर्व भारतीय सललीमी खेलबाज और गोपनीय एक्सपर्ट अकाश चोपड़ा का मानना है कि अगर केंद्र राष्ट्रीय टेस्ट के बचत के लिए उपलब्ध नहीं होते हैं तो सरफराज खान को डेब्यू का गौका मिल सकता है। दरअसल, केंद्र राष्ट्रीय टेस्ट के बाद चौथिल हो मात्र थे जिस बजाए से वह विश्वासान्वयन में खेले गए दूसरे टेस्ट में हिस्सा नहीं ले पाए थे। चौसीसीआई ने 10 फलवरी को सीरीज के बीच तीन टेस्ट को एलान कर दिया है, इस टेस्ट में केंद्र राष्ट्रीय टेस्ट को मिलाए हैं, मात्र उनका चयन फिनेस के अधीन है। अगर चौसीसीआई मेडिकल टीम राष्ट्रीय टेस्ट में केंद्र राष्ट्रीय टेस्ट के लिए उपलब्ध हो जाएगा।

आकाश चोपड़ा ने अपने यूट्यूब चैनल पर कहा, -केंद्र राष्ट्रीय और रविंद्र जडेजा इस टीम का हिस्सा हैं, जो होना ही था। मुझे लगता है कि केंद्र राष्ट्रीय को टीम में आना चाहिए व्याप्तीक उन नियम की ही पैरेशनी थी, यह कोई टीम जीतने वाली थी, खासकर जब से हर एक बलेबाज है और पिल्लावाला को घर के लिए खिलाया जाता है। अगर यूट्यूब पर एक बलेबाज है और पिल्लावाला को घर के लिए अधिकारी हो जाएगा। अगर यूट्यूब पर एक बलेबाज है और खेलेंगे थे। वह नम्रता 4 पर बलेबाजी करने के लिए अधिकारी अधिकारी जीत ले जाएगा। अगर राष्ट्रीय टेस्ट में ही हो जाएगा तो मिलाए हैं, तो आप सरफराज खान को पढ़ापण करते हैं एकें राष्ट्रीय दूसरे टेस्ट के लिए उपलब्ध नहीं हैं, ऐसे में उनकी जगह राजत पाठीदार को डेब्यू करने का गौका मिल जाएगा।

उम्मीद नहीं थी कि इतनी जल्दी...टीम इंडिया में हुई एंट्री तो हैरान हुए आकाशदीप

नई दिल्ली एजेंसी

इंडिया के खिलाफ अंतिम तीन टेस्ट बैचों के लिए भारतीय टीम में गरु चुने जाने वाले द्वारा आकाशदीप ने कहा कि उन्हें इतनी जल्दी राष्ट्रीय टीम में शामिल होने की उम्मीद नहीं थी। पिछले सप्त में बालाज और भारत ए की तरफ से लाल गेंद में किकेट में अच्छा प्रदर्शन करने वाले आकाशदीप ने पीटीए में कहा, मुझे उम्मीद नहीं थी कि अगर मैं अच्छा प्रदर्शन करना जारी रखता हूं तो मुझे निकट भविष्य में टेस्ट टीम में चुना लिया जाएगा लेकिन मुझे इसको उम्मीद नहीं थी कि तीसरे चैम्प में ही मुझे राष्ट्रीय टीम में जगह मिल जाएगी।

इस 27 वर्षीय खिलाड़ी को दुग्धपान में टेनिस बैल क्रिकेट से अपने क्रिकेट करियर को शुरूआत की। वह बिहार के रहने वाले हैं जहां एक समय क्रिकेट को रूप में नहीं देखा जाता था। उन्होंने कहा, बिहार में तब (भारतीय क्रिकेट बोर्ड से सिलघित होने के बाद) क्रिकेट के लिए, कोई अंतर्वर्ष मिर्च नहीं था जिसके बाद सालायम में जहां कर में रहने वाला हूं, वहां क्रिकेट खेलना अपार्श



माना जाता था। किनने ही माता-पिता अपने बच्चों से कहते थे कि आकाश से दूर रहो। वह पहुंच नहीं करता और उसको संगत में रहकर शिंगड़ जाता।

आकाश के पिता उन्हें सरकारी नौकरी के लिए परीक्षाओं में भाग लेने के लिए कहते थे। उन्होंने कहा, मेरे बचपन पुलिस कारप्रोल या राज्य सरकार में चर्चे श्रेणी के कर्मचारी की परीक्षा देने के लिए कहते थे। वह उन सरकारी नौकरी के अवेदन पत्र भरते थे और मैं परीक्षा देने जाता था और खाली फॉर्म जमा करके बापस उस जाता था।

