



अलग अंदाज में दिखे पीएम नरेंद्र मोदी,  
खुले जीप में जंगल सफारी के लिए मजे।

**फेक न्यूज पर रोक लगाने की  
जग्जरत: कानून मंत्री**

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली  
केंद्रीय कानून मंत्री किरण रिजु, ने  
रविवार को कहा कि फर्जी खबरों जैसी  
खबरों और गलतबाणी को निवारित  
करने के लिए नियमों में संशोधन परम्परा  
प्रक्रिया के जरिए किया गया है, लेकिन

इसे लागू करने से पहले काफी विचार-विमर्श की जरूरत है।

उहाँने कहा, हम पूरी चुनाव प्रक्रिया में कृष्ण संशोधन करने  
की ओर देख रहे हैं। मैं कार्ड प्रविद्धता नहीं दें रखता चाहूँकि

यह एक प्रामाण्य प्रक्रिया है जो चल रही है। इन्हिनें फेक  
चूना, झूठी खबर और गलत बयानों की परिवाहा ... ये सभी  
महत्वपूर्ण वीजें हैं, जिसपर लगाम लगाने की जरूरत है। इन्हीं  
मंत्रालय ने गुरुवार को सुनना प्रौद्योगिकी संशोधन  
में 2023 को अधिसूचित किया।

'बीजेपी से मुकाबला करने वाले  
गठबंधन के केंद्र में होनी चाहिए कांग्रेस'

टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली  
लोकसभा चुनाव को लैंकर राजसभा  
सासाद करिता सिखल ने कहा चुनाव दिया  
है। सिखल ने कहा कि बीजेपी के खिलाफ  
आगा चुनाव जीतने की कोशिश करने

और जीतने के लिए कांग्रेस को अन्य

राजनीतिक दलों के साथ गठबंधन का हिस्सा होना चाहिए।

सिखल ने रविवार को कहा कि बीजेपी भी  
गठबंधन के केंद्र में होना चाहिए, जो 2024 के आगे चुनावों  
में भारतीय जनता पार्टी का मुकाबला करेगा। उहाँने अगे  
कहा कि सभी विकासी दलों को एक मजबूत गठबंधन बनाने के  
लिए सदैव जीतनी होनी चाहिए।

विवारताराओं की आलोचना करने में साथबंधी बरतानी  
चाहिए। प्रमुख विकासी नेता सिखल ने भाजपा के नेतृत्व वाली  
केंद्र सरकार का विरोध करने वाले सभी राजनीतिक दलों से  
फहले एक साझा मंच लानेवाला का आझान किया।

'सरल भाषा में लोगों को न्याय  
दिलाना हमारा प्रमुख उद्देश'

टीम एक्शन इंडिया/जयपुर  
मुख्यमंत्री जीराज सिंह चौहान ने कहा  
कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी ने कई<sup>1</sup>  
पुराने कानून जिनकी कोई जरूरत भी  
नहीं थी, उन्हें खुल किया। उसी तरह  
प्रदेश में वीर वर्ष 1800 के बने बैकर

कानूनों ने जरूरत भी नहीं थी, उन्हें खुल करने का  
हमने काम किया है। इसके साथ आगे आम आदमी को दिलाना हमारा  
प्रमुख उद्देश है। मुख्यमंत्री चौहान रविवार को जवलपुर में  
महाविहार का विद्यालय के नए भवन के भौमिकान कार्यक्रम को  
संबोधित कर रहे थे। उहाँने कहा कि अप्रैल की अपानी महात्मा

है। लैंकन हम प्रदेश में रहते हैं, जहाँ की भाषा का  
उपयोग किया जाता है। हिंदी को बढ़ाने के लिए हमने प्रदेश में  
मॉडल की पढ़ाई और परीक्षा भी हिंदी में होती

'संस्कृति व राष्ट्रीयता से परिपूर्ण शिक्षा ही सार्थक'



स्थापना समारोह "अभ्युदय" को  
बताए मुख्य अधिकारी द्वारा  
रखे थे। उन्होंने कहा कि कोरोना से  
जब पूरी दुनिया पर्स थी तब भारत  
नई राष्ट्रीय शिक्षा नेतृत्व लेकर  
आया। यह नीति शिक्षा संस्थाओं के  
लिए अनेक सभावनाओं के द्वारा  
खोली गई। भारतीय मनोविज्ञान ने सदैव

**अभ्युदय**  
= समग्र व्यक्तिविकास के  
साथ विद्यार्थियों को शासन की  
योजनाओं की जानकारी देना भी  
शिक्षण संस्थाओं की जिम्मेदारी है।

इस बात पर जोर दिया गया है कि ज्ञान  
को बढ़ाव देने से भी अधिकारी किया जा  
सकता है। 20 युवाओं के समूह  
से अपनी मुलाकात का एक  
संस्मण सुनाते हुए मुख्यमंत्री ने  
कहा कि शिक्षण के दौरान ही  
विद्यार्थियों का शासन की योजनाओं  
की जानकारी दी जानी चाहिए।

चुनाव के दौरान 4.27 करोड़ वोटर प्रत्याशियों की किसिमत का फैसला करेंगे

**यूपी: निकाय चुनावों का ऐलान, 4 और 11 मई को वोटिंग**



टीम एक्शन इंडिया/लखनऊ  
उत्तर प्रदेश में निकाय चुनाव का ऐलान  
कर दिया है। 4 मई को निकाय  
चुनाव की शुरुआत हो जाएगी, जो  
सिर्फ दो चरणों में होगी। इसले चरण  
में 4 मई को वोटिंग होनी चाहिए।  
11 मई को दूसरे चरण का मतदान  
होगा। हर फेज में 9 मंडलों में  
चुनाव होगा। दो बोर्डों की गिनती  
13 मई को होगी। चुनाव के दौरान  
4.27 करोड़ वोटर प्रत्याशियों की  
किसित का फैसला करेंगे। चुनाव  
की घोषणा के साथ ही प्रेस में  
चुनाव आचार संहिता भी लागू कर  
दी गई है। रविवार को राज्य

नामांकन पत्रों का क्रय और जमा  
करने की तारीख पहले चरण के  
लिए 11 अप्रैल से 17 अप्रैल  
होगी। वहाँ दूसरे चरण के लिए 17  
अप्रैल से 24 अप्रैल तक होगी।  
निर्वाचन पत्रों की संवीक्षा पहले चरण  
के लिए 18 अप्रैल और दूसरे चरण के  
लिए 25 अप्रैल को होगी।

निर्वाचन आयोग ने प्रेस में निकाय  
चुनावों का ऐलान किया है। इसके  
तहत निर्वाचन अधिकारी पहले  
चरण की अधिसूचना 11 अप्रैल  
को और दूसरे चरण की अधिसूचना  
17 अप्रैल को जारी करेंगे।

नामांकन पत्रों का क्रय और जमा  
करने की तारीख पहले चरण के  
लिए 11 अप्रैल से 17 अप्रैल  
होगी। वहाँ दूसरे चरण के लिए 17  
अप्रैल से 24 अप्रैल तक होगी।  
निर्वाचन पत्रों की संवीक्षा पहले चरण  
के लिए 18 अप्रैल और दूसरे चरण के  
लिए 25 अप्रैल को होगी।

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

# एकरान इंडिया

वर्ष: 12 अंक: 98 पृष्ठ: 12



actionindiauna@gmail.com

हिमाचल संस्करण

दिल्ली - हरियाणा - हिमाचल प्रदेश - उत्तराखण्ड

RNI : HPHIN/2012/48072



## अबकी बार.... 3,000 पार

अलग अंदाज में दिखे पीएम मोदी, जंगल सफारी के लिए मजे, था टाइगर प्रोजेक्ट, भारत को मिली बड़ी सफलता; बाघों की संख्या पहुंची 3000

### प्रयास रंग लाई

= इंटरनेशनल बिंग कैट  
एलाइंस इस दिशा में बड़ी  
बिलियों के संरक्षण एवं  
रक्षण का एक प्रयास है

टीम एक्शन इंडिया/मैसूर  
प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने  
रविवार को कहा कि व्याच  
जीवन का संरक्षण एक  
यूनिवर्सल मुद्दा है। इंटरनेशनल  
बिंग कैट एलाइंस इस दिशा में  
बड़ी बिलियों के संरक्षण एवं  
रक्षण का एक प्रयास है।

यह एक प्रामाण्य प्रक्रिया है जो चल रही है। इन्हिनें फेक  
चूना, झूठी खबर और गलत बयानों की परिवाहा ... ये सभी  
महत्वपूर्ण वीजें हैं, जिसपर लगाम  
मंत्रालय ने गुरुवार को सुनना प्रौद्योगिकी  
संशोधन करने के लिए सूचित किया।



### आदिवासी समाज के जीवन से कुछ ना कुछ सीखना चाहिए : मोदी

टीम एक्शन

इंडिया/नई दिल्ली

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी रविवार को  
आदिवासी समाज के जीवन से बच्चे  
जीवन का संरक्षण एक

यूनिवर्सल मुद्दा है। इंटरनेशनल

बिंग कैट एलाइंस इस दिशा में  
बड़ी बिलियों के संरक्षण एवं  
रक्षण का एक प्रयास है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि 2019

में उहाँने ग्लोबल टाइगर

डेश में 3167 बाघ हैं।

प्रधानमंत्री ने कहा कि 2019

में उहाँने ग्लोबल टाइगर

डेश में 3167 बाघ हैं।

प्रधानमंत्री ने कहा कि 2019

में उहाँने ग्लोबल टाइगर

डेश में 3167 बाघ हैं।

प्रधानमंत्री ने कहा कि 2019

में उहाँने ग्लोबल टाइगर

डेश में 3167 बाघ हैं।

प्रधानमंत्री ने कहा कि 2019

में उहाँने ग्लोबल टाइगर

डेश में 3167 बाघ ह

# हिमाचल को सबसे प्रगतिशील व समृद्ध राज्यों में शुमार करने का लक्ष्य: मुख्यमंत्री

टीम एक्शन इंडिया/शिमला/चमन

शर्मा हिमाचल सोशल बॉडीज फेडरेशन द्वारा आज नहीं लिली में आयोजित स्वर्ण जर्जरी एवं हिमाचल का कार्यक्रम में मुख्यमंत्री ठाकुर सुखविंदर सिंह सुकरू बौरा और मुख्य अधिकारी शमिल हुए। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने कहा कि राष्ट्रीय राजधानी में प्रदेश की पहचान और संस्कृति को संरक्षित रखने में हिमाचलीयों का अमर योगदान है और इसके लिए वे बधाई के लिए हैं। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार प्रदेश के तीव्र विकास के लिए कर्तसंकल्प है और आगामी चार वर्षों में प्रदेश की अर्थव्यवस्था को पटरी पर लाने की दिशा में गम्भीरता से प्रयास किए जा रहे हैं। उन्होंने राज्य के बाहर रहने वाले हिमाचलीयों को प्रदेश का दौरा करने के लिए अमानित करते हुए कहा कि आगामी वर्षों में उन्हें सरकार की दूरदर्शी नीतियों और कार्यक्रमों के कारण प्रदेश की

देखभाल और रचनात्मक बदलाव

देखने को मिलेंगे। उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार ने आगामी दस वर्षों में हिमाचल को देश के सबसे प्रगतिशील और समृद्ध राज्यों में शुमार करने का लक्ष्य रखा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार का

पहला बजट सभी क्षेत्रों के समान विकास और विशेष रूप से ग्रामीण अर्थव्यवस्था के उत्थान पर केंद्रित है।

उन्होंने कहा कि सरकार सभी लोगों को हेलीपोर्ट से जोड़ने, कार्पोडा हवाई अड्डे के विस्तार, सड़कों की विस्थिति में सुधार सहित अन्य कई नवीन पहल कर रही हैं।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार का



पौंग में नहाने के दौरान युवक की ढूबने से मौत

## किन्नौर की प्रत्येक ग्राम पंचायत में लगाए जाएंगे विशेष शिविर: जगत सिंह नेगी

टीम एक्शन  
इंडिया/जिन्नौर/अनिल

राजस्व, बागवानी एवं जनजातीय विकास मंत्री जगत सिंह नेगी ने जिला किन्नौर के दुर्गम क्षेत्र बड़ा कम्बा का दौरा किया और जन समस्याएं सुनी। इस अवसर पर लोगों को संवेदित करते हुए प्रदेश सरकार को कहा कि जिला किन्नौर के प्रत्येक ग्राम पंचायत में विशेष शिविर लगाएं जायेंगे, जिसमें विभिन्न विभागों द्वारा चलाई जा रही योजनाओं वारे



संविधित अधिकारियों द्वारा जानकारी तथा प्रशिक्षण दिया जायेगा। राजस्व मंत्री ने कहा कि जिला किन्नौर जनजातीय क्षेत्र है जहाँ लोगों के प्रदेश सरकार महिलाओं के उत्थान के लिए प्रतिबद्ध हैं।

उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार ने

नगर निगम शिमला बुनावों

के लिए मेनिफेस्टो, लैंगल, और आवास समिति घोषित

टीम एक्शन

इंडिया/शिमला/चमन शर्मा भाजपा के नगर निगम चुनाव प्रभारी एवं पूर्व मंत्री सुखराम चौधरी ने गत दिवस नगर निगम चुनावों की विस्तृत विवादों के बारे में अधिक विवरण दिया।

उन्होंने बताया कि मेनिफेस्टो समिति के अध्यक्ष भाजपा के विरुद्ध नेता एवं पूर्व चेयरमैन गोपनी दत्त होंगे उनके साथ पूर्व चेयरमैन रूपण शर्मा, पूर्व पार्षद विवेक शर्मा, जिला प्रभारी डेजी ठाकुर, जिला अध्यक्ष जिनेंद्र थोटका, राजेश पुलिस स्टेशन हालूपुर में दी गई।

सचिन मित्र ने जिला की विवरणों के

प्रदेश सरकार को देखा

जिसके बारे में उन्होंने बताया कि

जिला की विवरण दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया गया है।

उन्होंने बताया कि जिला की विवरण

दिया

# फायर सीजन के लिए वन विभाग सोलन तैयार

## सेटेलाइट अलर्ट सिस्टम से रखी जाएगी जंगलों नजरः कुणाल

8 वन विभाग सोलन द्वारा चीड़ पतियों को सड़क किनारे हिस्सों से हटाया जा रहा है ताकि आज जंगलों तक ना पहुंचे

टीम एक्शन इंडिया/सोलन/मनीष गर्मी का सोजन शुरू हो चुका है और गर्मियों में जंगलों में आग लगने का सीजन भी शुरू होने वाला है इस बार कम बारिश के चलते सूखे की मार जंगलों तक भी पहुंची है ऐसे में कम बारिश के चलते जंगलों में आग लगने की अशका भी बन विभाग द्वारा इस बार अधिक जारी जा रही है इसको देखते हुए वन विभाग सोलन ने भी पूरी तैयारियां कर ली है।

आगजनी की घटनाओं से निपटने के लिए वन विभाग सोलन द्वारा चीड़ पतियों को सड़क किनारे हिस्सों से



हटाया जा रहा है ताकि आज जंगलों तक ना पहुंचे क्योंकि सोलन का अधिकारी जंगल चीड़ के पेड़ों से धिरा हुआ है ऐसे में आग लगने का ज्यादा खतरा इन पेड़ों से ही होता है।

टीम एक्शन इंडिया/सोलन/अंगरिश ने बताया की एक अप्रैल से फरिस्ट का फायर का सीजन स्टार्ट हो गया है, ऐसे में इसको लेकर जंगलों में फायर लाइन को व्यवस्थित किया जा रहा है।

## घर-द्वार पर मोबाइल पशु चिकित्सा सेवाएं बस एक फोन कॉल दूर

टीम एक्शन इंडिया/शिमला/चमन शर्मा कृषि पर आधारित हिमाचल की ग्रामीण अर्थव्यवस्था में पशुपालन एक प्रमुख चक्र है। प्रदेश में कुल पशुधन आज तक लगभग 44.10 लाख है और इनकी देखभाल प्रायःकरी ग्रामीण परिवार का एक अनिवार्य हिस्सा है। पशुधन की समय पर उचित देखभाल और पशुपालकों की आजीवनी के बाहरी विकास के द्वारा आज तक प्रदेश सरकार ने मोबाइल पशु चिकित्सा सेवाएं सुदृढ़ करने की दिशा में एक नई पहल की है।

8 प्रदेश सरकार ने मोबाइल पशु चिकित्सा सेवाएं सुदृढ़ करने की दिशा में एक नई पहल की है।

है। कई बार समय पर उपचार के अभाव में पशु बीमार होकर दम तोड़ देते हैं। ऐसे में प्रदेश में मोबाइल पशु चिकित्सा कर्तीनिक स्थापित करने का प्रस्ताव है और वह कर्तीनिक किसानों के घर-द्वार पर पशु चिकित्सा सेवाएं उपलब्ध करवायें। पशुपालन विभाग ने संजीवीनी परियोजना के लिए इंडसइंड बैंक की सहायक कंपनी भारत फ इन्डिशियल इन्डलूजन लिपिंग बौफ आईप्ल के साथ एक सम्पादक सेवाएं, टीकाकरण, कृत्रिम ग्राम्यान्वयन, निवारक देखभाल और पशुपालन से संबंधित सभी जनकारी घर-द्वार पर उपलब्ध होंगी। एकीकृत टेलीमेडिसिन और सेवा प्रबंधन मंच के माध्यम से स्थानीय विभाग की फील्ड पशु चिकित्सा सेवाओं को तैयार किया जाएगा। कॉल सेंटर मोबाइल पशु चिकित्सा कर्तीनिक कार्यक्रम के दौरान इन 50 मोबाइल पशु चिकित्सा एम्बुलेंस के साथ एकीकृत किया जाएगा। कॉल सेंटर मोबाइल पशु चिकित्सा कर्तीनिक वाहन और कार्यकर्ता पशुधन कर्तीनिक के बीच सम्बन्ध बनाएंगे। इससे पशु औथालामों तक जाने और बीमार पशुओं के लिए गुणवत्तापूर्ण दवाएं प्राप्त करने पर किसानों की अतिरिक्त खर्च व समय बच सकता।

पशु चिकित्सा सेवाओं में उपचाराम्बक सेवाएं, टीकाकरण, कृत्रिम ग्राम्यान्वयन, निवारक देखभाल और पशुपालन से संबंधित सभी जनकारी घर-द्वार पर उपलब्ध होंगी। एकीकृत टेलीमेडिसिन और सेवा प्रबंधन मंच के माध्यम से स्थानीय विभाग की फील्ड पशु चिकित्सा सेवाओं को तैयार किया जाएगा। यह लेटरफॉम मोबाइल फोन एप्लिकेशन के माध्यम से पशु चिकित्सा सेवाओं को तैयार किया जाएगा। यह लेटरफॉम मोबाइल फोन सेवा वितरण, निधारित दवाओं और कार्यक्रम से संबंधित किसानों को आपने भेजेंगा। मोबाइल ऐप सेवा वितरण, निधारित दवाओं और पशुओं को बीमारियों से संबंधित डेटा की दक्षता को भी टैक करेगा। पशु चिकित्सा सेवाओं के अलावा किसानों को उनके पशुओं के लिए पोषण देखभाल पर भी मार्गदर्शन प्रदान किया जाएगा।







बाजार में बिकने वाली कुछ सभ्यों-फलों और कुछ मसालों व सूखे मेवे में काफी बीमारियों को दूर करने के गुण छुपे हुए हैं। इनमें हाई ब्लडप्रेशर को कम करने में काफी गुण पाए गए हैं। इनको अपने जीवन में शामिल कर लें। हाई ब्लडप्रेशर से होने वाली सम्पूर्ण विश्व में हृदयाघात और दिल की बीमारियों का मुख्य कारण है।

ऐसा इसलिए क्योंकि यदि अधिक समय तक ब्लडप्रेशर का स्तर सामान्य से अधिक रहता है तो इसके कारण रक्त वाहिनियां कमज़ोर हो जाती हैं जिसके कारण खून के थक्के बन सकते हैं। ब्लडप्रेशर के अधिक होने से केवल हृदय पर ही प्रभाव नहीं पड़ता बल्कि इससे आपके मानिसक स्वास्थ्य पर भी बुरा प्रभाव पड़ता है। अभी भी हम में से अधिकांश लोग इस बीमारी के प्रति पूरी तरह सचेत नहीं हैं। हाई ब्लडप्रेशर वाले क्या करें और क्या नहीं क्योंकि इस बीमारी के प्रति लोगों में बहुत गलतफहमियां हैं अतः इस बीमारी के बारे में मूलभूत परंतु महत्वपूर्ण बातें जानकर आप अपनी और अपने प्रिय लोगों की मदद कर सकते हैं। इसके बारे में पूरी जानकारी रखें ताकि आप इसकी रोकथाम कर सकें या यदि आवश्यक हो तो इस गंभीर स्थिति का उपचार कर सकें।

# हाई बीपी हृदयाघात-दिल की बीमारियों का मुख्य कारण



## कैसे रखें अपना ध्यान

इसके कोई लक्षण नहीं : हाई ब्लडप्रेशर स्वास्थ्य की एक ऐसी समस्या है जिसके कोई लक्षण नहीं हैं। जो लोग इस बीमारी से ग्रसित हैं उन्हें यह बीमारी होने से पहले चेतावनी के कोई संकेत नहीं दिखते। परंतु कुछ मामलों में जब ब्लडप्रेशर बहुत अधिक बढ़ जाता है तो सिर दर्द, सांस लेने में परेशानी आदि तकलीफ होने लगती है।

इन लोगों को दिल की बीमारी होने की संभावना : जिन लोगों को हाई ब्लडप्रेशर की समस्या होती है उन्हें दिल की बीमारी होने की संभावना अधिक होती है। कई विशेषज्ञों ने हाई ब्लडप्रेशर को हाईटेंस्ट्रेच और जीवन के लिए घाटक कई बीमारियों का कारण माना है। यही कारण है कि हाईपरटेंशन को हल्के में नहीं लेना चाहिए तथा इसे नियंत्रित रखने के लिए इसकी समय-समय पर इसकी जांच को जानो चाहिए।

अल्कोहल न लें : कुछ अध्ययनों के अनुसार वे लोग जिनके परिवार में किसी को हाई ब्लडप्रेशर है तथा उनका वजन आवश्यकता से अधिक है, उन्हें यह तकलीफ होने की संभावना

अधिक होती है। इसके अलावा शारीरिक रूप से सक्रिय न होना, नियमित तौर पर बहुत अधिक अल्कोहल का सेवन करना भी यह बीमारी होने की संभावना बढ़ा जाती है।

भारत में प्रतिवर्ष लाखों मामले : हाल के वर्षों में हाईपरटेंशन से ग्रसित लोगों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। कुछ अध्ययनों से पता चला है कि भारत में प्रतिवर्ष लाखों मामले सामने आ रहे हैं। वास्तव में यह पूरे दिशों में सबसे अधिक आप बीमारी है तथा बहुत तेजी से बढ़ रही है।

इसको अनदेखा नहीं करना चाहिए ; ब्लडप्रेशर को सामान्य बनाए रखने के कई तरीके हैं। डॉक्टर द्वारा बताई ही अल्कोहल की संभावना वाले जोड़े जाना चाहिए। नमक कम खाना आदि के द्वारा ब्लडप्रेशर को सामान्य रखा जा सकता है। परंतु इस समस्या की अनदेखी करने से गंभीर घटणाएँ हो सकते हैं और यही कारण है कि आपको इस बीमारी की गंभीरता को अनदेखा नहीं करना चाहिए।

काली रस-ओलिव और दही : एक लोग को हाई ब्लडप्रेशर की समस्या होती है तो उसे बीमारी के लिए घाटक कई बीमारियों का कारण माना जाता है। यही कारण है कि हाईपरटेंशन को हल्के में नहीं लेना चाहिए तथा इसे नियंत्रित रखने के लिए इसकी समय-समय पर इसकी जांच को जानो चाहिए। अल्कोहल न लें : कुछ अध्ययनों के अनुसार वे लोग जिनके परिवार में किसी को हाई ब्लडप्रेशर है तथा उनका वजन आवश्यकता से अधिक है, उन्हें यह तकलीफ होने की संभावना



■ हाई ब्लडप्रेशर स्वास्थ्य की एक ऐसी समस्या है जिसके कोई लक्षण नहीं हैं।

■ जो लोग इस बीमारी से ग्रसित हैं उन्हें यह बीमारी होने से पहले चेतावनी के कोई संकेत नहीं दिखते।

■ नियमित तौर पर अधिक अल्कोहल का सेवन करना भी इस बीमारी के होने की संभावना बढ़ा देता है।

■ शारीरिक रूप से सक्रिय रहना, संतुलित आहार लेना, नमक कम खाना आदि के द्वारा ब्लडप्रेशर को सामान्य रखा जा सकता है।

# अदरक व दूध से सफेद बालों से पाएं छुटकारा

बहुत प्रदूषण का असर और तात्काल भरी जिंदगी के दबाव में अच्छे-अच्छे के बाल सफेद हो रहे हैं। दूसरा फास्ट फूड आपको बीमार कर आपके बालों का रंग डाढ़ा देता है। आम डाई और कलर से इन्हें कम करने की कोशिश कुछ भी दिलाने तक काम आती है बाद में किर सफेद बालों को देख लोग उस समस्या वही के बाल रहती है। क्योंकि कुछ समय बाद डाई या मेहंदी का कलर छूट जाता है और आपके बाल किर से सफेद हो जाते हैं। जबकि आपके बरेलू उपचार के जरिए सफेद बालों को जड़ से हटाने के बारे में आपको मदद हो सकती है। आपके बरेलू उपचार

1. अदरक-दूध : अदरक को पीसकर उसमें दूध मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बनाए। इस पेस्ट से आपने बालों में 10 से 15 मिनट तक स्थानिक फिल दिया भी ले। इसे सप्ताह में दो बार अपनाएं।

2. व्याज का रस : नहाने से 10 मिनट पहले व्याज के पीसकर डमका रस और गूंदों की बालों की जड़ों में लगाए। बालों को जड़ाना रुकावा और बाल काले होने की प्रक्रिया सुख होगी।

3. नारियल-नींबू च करीपत्ता : नारियल तेल में थोड़ा सा नींबू का रस और

करी पत्ता मिलाकर इसे तब तक गर्म करें जब तक करी पत्ता काला न हो जाए। नहाने के 10 मिनट पहले इससे रोज बालों में मालिनि करें।

4. काली चिर्च-दही : एक चमच काली चिर्च में आधा कप दही मिलाकर सिर की मसाज करें।

5. बादाम के तेल में आंवले का रस : बादाम के तेल में आंवले का रस मिलाकर लगातार लगाने से बाल काले होते हैं।

6. गाय का ची : हाफ्टे में दो बार गाय के ची से सिर पर मसाज करें।

7. लौंगी का रस-ओलिव और दही : लौंगी के रस में ओलिव या तिल के तेल मिलाएं और सिर में लगाएं।

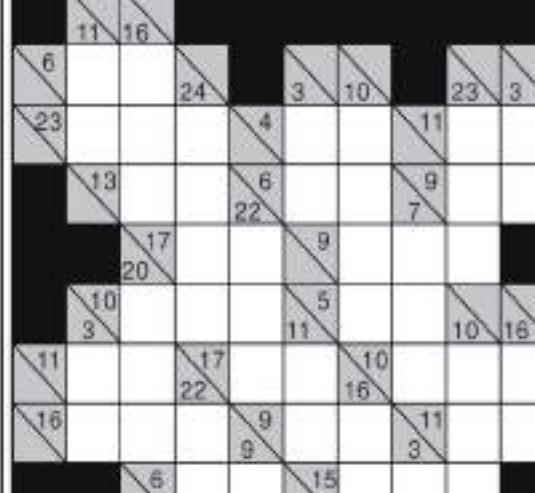
8. बेंदी-दही : बेंदी पॉटिडर और दही को समान मात्रा में मिलाकर बालों में मसाज करें। हाफ्टे में एक बार ये करें।

9. बैंके टी-काफी : बैंके टी या कौफी के पानी से बाल थोने से बालों का रंग गहरा होता है।

10. एलोवेरा जेल-नींबू रस : एलोवेरा जेल में नींबू का रस मिलाकर पेस्ट बना लें। इस पेस्ट की बालों में लगाएं।

# टाईम पास

## काकुरो पहेली - 4021



## काकुरो - 4020 का हल



## किंग वर्ग पहेली- 4021



## आवंते से दाढ़े-

1. फलीवाला, जलावा जलावा की फिल्म-३  
2. देवारी, बाली बाली की 'मीले' रोंगे-२,३  
3. 'बिल्ले बेल्ले लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
4. फिल्म 'लोकल' के लोकल क्लॉक्स के लोकल लोंगे-२,३  
5. फिल्म 'लोकल' में लोकल लोंगे के लोकल लोंगे-२,३  
6. लोकल लोंगे की 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
7. लोकल लोंगे की 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
8. लोकल लोंगे की 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
9. लोकल लोंगे की 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
10. लोकल लोंगे की 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
11. लोकल लोंगे की 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
12. लोकल लोंगे की 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
13. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
14. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
15. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
16. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
17. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
18. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
19. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
20. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
21. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
22. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
23. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
24. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
25. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
26. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
27. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
28. 'लोकल लोंगे' लोंगे जलावा जलावा की फिल्म-३  
29. 'लोकल लोंगे' लोंग



सीबीआई ने कोचर दंपति के खिलाफ आरोपपत्र दायर किया, वेणुगोपाल धूत को भी आरोपी बनाया

नई दिल्ली। केंद्रीय अन्वेषण व्यापार (सीबीआई) ने 3,250 करोड़ रुपये के ज्ञान शोधात्मक मामले में असीमीआईआई और एक की पूर्व प्रब्रह्म निदेशक (एपडे) और मुख्य कार्यकारी अधिकारी (सीईओ) चंदा कोचर, उनके पति दीपक कोचर और वीडियोकॉन समूह के संस्थानिक वेणुगोपाल धूत के खिलाफ आरोपपत्र दायर किया है। अधिकारियों ने यह बताया है कि वाताया कि ज्ञान एवंवी ने भारतीय डॉ साहित (आईईटी) की घाटा 120-वीं (आरोपित संस्थान) और 409 (विद्यालय का आरोपित हन) तथा भ्रष्टाचार योग्यान अधिनियम के प्रावधानों के तहाँ आरोपपत्र दायर किया है। अधिकारियों के अनुसार, सीबीआई ने नी इकाइयों को नामनद किया है, जिनमें कार्यविधान और व्यवस्था शामिल हैं। उन्होंने कहा कि इसीसीआईसीआई बैंक से चंदा कोचर के खिलाफ मुकदमा चलाने की मंजूरी की अनिवार्य अवश्यकता के बिना सीबीआई मुंबई की एक विशेष अवश्यकता के समझ अपनी अंतिम परिपोष अवश्यक करने के लिए आगे बढ़ी है। अधिकारियों के युक्तिक, मंजूरी के लिए बैंक को एक वर्ष भेजा गया था, लेकिन उसके ज्ञानवाल की इंतजार है। अम तौर पर, विशेष अवश्यक आरोपपत्र का संज्ञान लेने के लिए आगे बढ़ने से फ़हले मंजूरी की इंतजार करती है और बाद में पात्र होने पर मुकदमा खुल करती है। अधिकारियों ने बताया कि सीबीआई की विशेष अवश्यकता ने आरोपपत्र पर अपील तक संज्ञान नहीं लिया गया है। उन्होंने कहा कि मुकदमा चलाने की मंजूरी से इनकार के मामले में भ्रष्टाचार निरोधक अधिनियम के प्रावधान लागू नहीं होगे। एंजेसी कोचर दंपति और धूत को छिले साल दिसंबर में गिरफतार किया था।

**ब्रोकरेज कंपनी ने अर्थिक वृद्धि दर अनुमान को घटाकर 5.3 फीसदी किया, आरबीआई ने लगाया था अलग अनुमान**

नई दिल्ली। जापानी ब्रोकरेज कंपनी नोमुरा ने कहा कि असीमीआई वर्ष 2024 के लिए आर्थिक वृद्धि दर 6.5 फीसदी रखने का अनुमान 'बहुत आशावादी' है। अक्टूबर, 2023 से व्याज दर में कटौती का सिलसिला खुल रहा सकता है।

नोमुरा ने कहा कि वैश्विक अर्थिक अनिश्चितताओं व अन्य चुनौतियों के बीच आरबीआई का यह अनुमान बहुत आशावादी है। ब्रोकरेज कंपनी ने चालू वित्त वर्ष में वृद्धि दर के घटकर 5.3 फीसदी रखने का अनुमान जताया है। अरबीआई के वृद्धि पूछानीमान में एक फैसलों से ज्यादा की कमी की आशंका जाती है। एंजेसी ब्रोकरेज वैश्विक वृद्धि वर्ष भरें भौतिक नीति में सख्ती के प्रभावों को इसके लिए जिम्मेदार बताया है।

पीछे स्टूट गया महागांड़ का सबसे बाहर दौ

नोमुरा ने महागांड़ संबंधी आरबीआई के पूर्वानुमान से सहमति जाती है कल, सकल मुद्रासंबंधी का सबसे बुरा दौर पीछे स्टूट चुका है। इसांतर केंद्रीय बैंक जून की भौतिक समीक्षा बैठक में भी ऐसी दर में वृद्धि पर रोक जारी रख सकता है। हलांकि, जून के बाद महागांड़ के लाख से थोड़ा ऊपरी रहने और आर्थिक वृद्धि पर उसका असर पड़ने की आशंका भी जाती है।

सर्वे: खात्यावस्तुओं में नरसी से 6 फीसदी के नीये आकारी है खुदारा महागांड़, कच्चा तेल बढ़ा सकता है टिक्टर्ड

नई दिल्ली। खाने-पीने की वस्तुओं के दाम घटाने से मार्च, 2023 में खुदारा महागांड़ 6 फीसदी से कम रह सकती है। खुदारा कीमतों पर अधिकारी (सीबीआई) महागांड़ प्रिले दो महीने से लगातार आरबीआई के 6 फीसदी से स्वेच्छावनक वार्षे में भी रही है। रोटीस की ओर करते गए एस्ट्रेंजर्स में अर्थव्यापिकों ने कहा, खुदारा महागांड़ में लगातार आर्थी हिस्सेदारी रखने वाले खाद्य बस्तुओं की महागांड़ में सकलियों के दाम पटने के कारण सुधार होने की उम्मीद है। हलांकि, अनाज की कीमतों में बढ़ोतारी से खुदारा महागांड़ में कमी की सीमित रह सकती है। इसके बावजूद सामीआई महागांड़ 5.80 फीसदी रह सकती है। सरकार मार्च के लिए खुदारा महागांड़ के आंकड़े 12 अप्रैल, 2023 को जारी कर सकती है। इसमें पहले फरवरी, 2023 में खुदारा महागांड़ 6.44 फीसदी और जनवरी में 6.52 फीसदी रही थी। 39 अर्थव्यापिकों के बीच कराए गए सर्वे में कहा गया है कि मार्च में खुदारा महागांड़ 5.40 से 6.40 फीसदी के दायरे में रह सकती है।

बरीनी रिफाइनरी ने अवश्यक नियन्त्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में पता चलता है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बरीनी रिफाइनरी ने यूट्रोल और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी, और इथेनोल मिश्रित यूट्रोल, रिफाइनरी की ऊर्जा दक्षता के बारे में जिसमें भी अनिवार्य हो रही है। इसके अलावा परिचालन उपलब्धता घटकर, और वर्कअल थर्मल परिस्थितियां, पावर लाइट में इथेन की खपत एवं विशेष जल खपत के पैरामीटर पर भी बेहतरीन प्रदर्शन किया।

# उत्पादन में रिकॉर्ड बनाने के साथ सामुदायिक पहल में भी आगे बढ़ रहा है बरीनी रिफाइनरी

बैंगलुरु। आजादी के बाद देश में सबसे पहले बिल्डिंग वित्तीय स्थापित होने वाली रिफाइनरी ने वित्तीय वर्ष 2022-23 में पेट्रोलिनम पदार्थों के उत्पादन विपरीत 58 वर्ष का रिकॉर्ड तोड़ दिया है। बल्कि, सामुदायिक विकास पहल की दिशा में भी तेजी से आगे बढ़ रही है।

कार्यपालक एवं रिफाइनरी ने वित्तीय वर्ष 2022-23 में प्रमुख अपक. ज्ञान शोधात्मक विकास के उत्पादन के लिए आगे बढ़ी है। अधिकारियों के युक्तिक, मंजूरी के लिए बैंक को एक वर्ष भेजा गया था, लेकिन उसके ज्ञान विकास के उत्पादन के लिए आगे बढ़ी है। अधिकारियों के युक्तिक, मंजूरी के लिए बैंक को एक वर्ष भेजा गया था, लेकिन उसके ज्ञान विकास के उत्पादन के लिए आगे बढ़ी है। अ



वार्ल्सटन ओपन के सेमीफाइनल में पहुंची जेसिका पेगुला, बैलिंग वेनिंगिक से होगा सानाना

चार्ल्सटन। विश्व के तीसरे नबर की महिला टेनिस खिलाड़ी जेसिका पेगुला ने चार्ल्सटन ओपन के सेमीफाइनल में प्रवेश कर दिया है। जेसिका ने ड्राटर प्रॉफेशनल में 33वें नबर की खिलाड़ी पात्रता बर्डेस के 6-3, 6-6 (6) से हायकर सीज़न के अपने चौथे सेमीफाइनल में प्रवेश किया। यह मुकाबला 1 घंटे 41 मिनट तक चला। चार्ल्सटन में नबर 1 खेलता प्राप्त पेगुला का स्थाना सेमीफाइनल में गत चौथे विप्रियन बैलिंग वेनिंगिक से होगा। बैनिंग ने एकत्रिता एलेक्जेंड्रो को 6-3, 6-3 से हायकर सेमीफाइनल में प्रवेश किया। जीत के बाद पेगुला ने कहा, युझे है कि मुझे अंत में जीत मिली। परिस्थितियां बास्तव में मुश्किल होने लाई थीं। मुझे पता था कि कुछ अर्थिंग होने वाली है, इसलिए मुझे खुशी है कि मैं इससे बाहर निकलने में सफल थीं, खिलाड़ी सोधे संटोष में बैलिंग के खिलाफ़ सेमीफाइनल मुकाबले को लेकर पेगुला ने हाहा, बैलिंग खास्त में कठिन खिलाड़ी है। मुझे लगता है कि पिछली बार जब मैंने उनके खिलाड़ी खेला था, तब से लेकर अब तक मैंने अपने खेल में बहुत सुधार किया है।

**लगातार 3 मैच हारा दिल्ली, डेविड वॉर्नर बोले-उसने तो हमें गुटिकल ने डाल दिया**

गुवाहाटी। दिल्ली कैपिटल्स के कानान डेविड वॉर्नर ने कहा की ट्रॉट बॉल के पाले और ओवर में दो विकेट इटकने ने अंत तेज़ दिया जिससे उनकी टीम को यहां इडिलन प्रीमियर लीग में भी राजस्थान रॉयल्स के हाथों 57 रन की हार झेलनी पड़ी। बॉल (39 रन देकर तीन विकेट) ने लगातार मैंगें पर पूछी साथ और मनोज घाड़ के विकेट गंवा दिये जिससे दिल्ली कैपिटल्स 200 रन के लक्ष्य का पूछा करते हुए इंडिक्ट पर 142 रन ही बन सकी और उसे लगातार तीसरी हार का सामने करना पड़ा।

वॉर्नर ने मैच के बाद कहा, “ट्रॉट बॉल पाकरण में कितना अच्छा गेंदबाज है, उससे वह ब्रेय

नहीं ले सकता, उससे ब्रेट जानपर गेंदबाजी की। वहां आठवर 200 रन के लक्ष्य करते हुए इंडिक्ट पर 142 रन ही बन सकी और उसे लगातार तीसरी हार का सामने करना पड़ा। वॉर्नर ने मैच के बाद कहा, “ट्रॉट बॉल पाकरण में कितना अच्छा गेंदबाज है, उससे वह ब्रेय नहीं ले सकता, उससे ब्रेट जानपर गेंदबाजी की। वहां आठवर 200 रन के लक्ष्य करते हुए इंडिक्ट पर 142 रन ही बन सकी और उसे लगातार तीसरी हार का सामने करना पड़ा।”

**विश्व शतरंज चौथियनशिप का हुआ आगाज, नेपोमनिशी और डिंग में कौन बनेगा विजेता**

अस्ताना, कज़ाकिस्तान। विश्व शतरंज चौथियनशिप का अंतर्राष्ट्रीय उद्घाटन हो गया है। और इसके साथ ही अब आने वाले 22 दिन में दुनिया को नया विश्व शतरंज चौथियन भी मिल जाएगा। रूस के यान नेपोमनिशी चौन के लिए लॉरेन के बीच 9 अप्रैल को



विश्व शतरंज चौथियनशिप का पहला मुकाबला खेला जाएगा। नेपोमनिशी जहां एक बार विश्व चौथियनशिप खेल चुके हैं तो डिंग के लिए यह बहुला भी है। डोनेनिंग कार्यक्रम में गोंगो की चौथियनशिप एक गेंदबाज के माध्यम से किया गया और रूस यान नेपोमनिशी अब पहले राउंड में सफेद मोहरों से शुरूआत करेंगे। 14 राउंड का यह कलासिकल मुकाबला 29 अप्रैल तक खेला जाएगा और परिणाम नहीं निकलने पर 30 अप्रैल को टाईब्रेक खेला जाएगा।

