

-राइट विजन-

किसी भ्रम में पड़कर न बरतें कोरोना से बचाव के नियमों के प्रति लापरवाही : सैनी

● **सवाल** : जिमनास्टिक के प्रति आपकी रुचि कैसे बनी।

जवाब : रोहतक में जिमास्टिक कोच सरवीर सिंह के पास मेरे कई दोस्त सीखने जाते थे। जिन्हें देखकर मैं भी जाने लगा। कुछ समय बाद मुझे पुरस्कार मिलने लगे तो परिवार को काफी खुशी मिली। मेरे बड़े भाई ओमप्रकाश ने मुझे जिमानास्टिक में आगे बढ़ने की प्रेरणा दी।

● **सवाल** : उस दौरान आपने कौन-कौन से मुकाम हासिल किए।

जवाब : मैंने हरियाणा में एक साथ आठ गोल्ड मेडल हासिल किए थे। नेशनल में प्रदेश का प्रतिनिधित्व किया था। ऑल इंडिया यूनिवर्सिटी स्तर पर मैंने गोल्ड मेडल हासिल किए थे। एशियन गेम्स के कैंप में चोट लगने की वजह से नहीं जा पाया था। जिसके बाद मैं जिमनास्टिक कोच का डिप्लोमा करने चला गया।

● **सवाल** : आपने करियर की शुरुआत कैसे की।

जवाब : वर्ष 1983 में मैंने हरियाणा खेल विभाग, जींद में जूनियर कोच के पद पर ज्वाँइन किया था। वर्ष 1984 में मेरा तबादला

मरीजों की संख्या कम होने और वैक्सीन आने की सूचना से अनेक लोगों ने सरकार द्वारा जारी कोविड-19 गाइडलाइंस के प्रति लापरवाही बरतनी शुरू कर दी है। जोकि काफी खतरनाक साबित हो सकती है। क्योंकि वैक्सीन को आम लोगों तक पहुंचने में काफी समय लगेगा। वहीं दूसरी तरफ कोरोना का नया स्ट्रेन भी आ चुका है। नियमों के प्रति लापरवाही बरतकर हम अपने साथ दूसरों की जान को भी खतरे में डाल सकते हैं। यह कहना है खेल विभाग के सेवानिवृत्त डिप्टी डायरेक्टर एवं जिमनास्टिक कोच अशोक सैनी का। श्री सैनी के अनेक शिष्य देश का नाम रोशन कर चुके हैं। पेश है पायनियर के वरिष्ठ संवाददाता राजेश दास और अशोक सैनी की बातचीत के अंश :-

भिवानी में हो गया। वर्ष 1994 में फरीदाबाद आ गया। वर्ष 2014 में मुझे जिला खेल अधिकारी पलवल में तैनात किया गया। इस दौरान मैं मेवात और गुरुग्राम का भी खेल अधिकारी रहा। वर्ष 2017 में मुझे उप निदेशक खेल पदोन्नत कर खेल मुख्यालय चंडीगढ़ भेज दिया गया। उसी साल में 30 सितंबर को सेवानिवृत्त हो गया।

● **सवाल** : आपके शिष्य किस मुकाम पर पहुंच चुके हैं।

जवाब : कपिल शर्मा, जगदीश शर्मा, परमा शर्मा, जिले सिंह, राहुल सूर्यवंशी, जिलेसिंह समेत दर्जनों खिलाड़ी राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रदेश का नाम रोशन कर

चुके हैं। इनमें से कुछ कोच के रूप में तो कुछ सेना में सेवाएं दे रहे हैं। वहीं करीब 100 से ज्यादा खिलाड़ी तैयार कर काम कर रहे हैं। जिले सिंह टाइगर श्राफ को ट्रेनिंग दे चुके हैं।

● **सवाल** : क्या आपकी मदद से कोई जरूरतमंद खिलाड़ी मुकाम हासिल कर पाया है।

जवाब : वैसे तो अनेक खिलाड़ी हैं, लेकिन फरीदाबाद के एसी नगर का निवासी कृष्ण पटेल से मेरा काफी लगाव रहा है। कृष्ण के पिता मजदूर थे। मैं कृष्ण की स्कूल और कॉलेज की फीस भरने के साथ उसे जिमनास्टिक का प्रशिक्षण भी देता था।



जीवन परिचय

नाम	: अशोक सैनी
जन्मदिन	: 13 सितंबर 1959
पिता	: बनवारी लाल
माता	: विशन देवी
पत्नी	: इंदू सैनी
परिवार	: बेटे साहिल व ईवान
स्कूल	: 10वीं – जय हाई स्कूल, रोहतक
उच्चशिक्षा	: बीए, डिप्लोमा इन फिजिकल एजुकेशन, डिप्लोमा इन जिमनास्टिक कोच
रुचि	: समाजसेवा

वर्तमान में कृष्ण पटेल अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जिमनास्टिक एवं डॉस ट्रेनर का काम कर रहा है।

● **सवाल** : आप युवाओं को क्या संदेश देना चाहते हैं।

जवाब : जिमास्टिक मंदर गेम है। कम उम्र में जिमनास्टिक जरूर करनी चाहिए। इसके बाद अन्य खेलों की ओर रुख करना चाहिए। वर्तमान में जिमनास्टिक में रोजगार की ढेरों सम्भावनाएं भी हैं।

● **सवाल** : आपके कार्यकाल में

जिमनास्टिक में जिले की क्या स्थिति थी।

जवाब : मेरे आने से पहले यहां जिमनास्टिक नहीं थी। मैंने कड़ी मशक्कत के बाद करीब 100 से ज्यादा खिलाड़ी तैयार किए थे। जो प्रदेश, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जिले का नाम रोशन कर चुके हैं।

● **सवाल** : वर्तमान स्थिति में हम कोरोना से कैसे जीत सकते हैं।

जवाब : हमें मास्क सोशल, डिस्टेंसिंग और स्वच्छता का नियमित रूप से पालन करना होगा।

जांच में होगा साफ

आरटीआई कार्यकर्ता विष्णु गोयल ने बताया कि नगर निगम के भ्रष्ट अधिकारियों को नियमों के विरुद्ध प्रमोशन पर प्रमोशन देने की शिकायत उन्होंने सीएम विंडो और अन्य कई विभागों से की थी, लेकिन पिछले दिनों लंबे समय के बाद लोक आयुक्त ने शिकायत पर संज्ञान लेते हुए निगम से जवाब मांगा था। मामले की एक मार्च को लोकायुक्त में सुनवाई होनी है। यदि निष्पक्ष जांच हुई तो प्रमोशन घोटाला भी उजागर हो सकता है।

हासिल की है। विभाग ने निगम से डीम्ड यूनिवर्सिटी से डिग्री हासिल करने वाले अधिकारियों के नाम, जिस यूनिवर्सिटी डिग्री ली है, उसका नाम, यूनिवर्सिटी में एनरोलमेंट कराने की तारीख, एनरोलमेंट से पहले अनुमति देने वाले ऑथोरिटी का नाम और फाइनल परीक्षा पास करने की तारीख के बारे में पूछा है। शहरी स्थानीय निकाय द्वारा भेजा गया यह पत्र नगर निगम अधिकारियों को 28 अगस्त को मिल चुका है। विभाग ने निगम अधिकारियों को यह पूरा ब्योरा तीन सितंबर तक भेजने के आदेश दिए थे।

सूत्रों का दावा है कि निगम अधिकारियों ने सरकार के आदेशों की परवाह न करते हुए अभी तक रिकॉर्ड भेजने की कोई जरूरत महसूस नहीं की। यदि निगम ने प्रमोशन लेने वाले अधिकारियों का ब्योरा सरकार के पास भेज दिया तो अब प्रमोशन में हुए भ्रष्टाचार का राज पूरी तरह खुल जाएगा। इसी तरह निगम ने इससे संबंधित एक निगम अधिकारियों का ब्योरा मांगा है, जिन्होंने डीम्ड यूनिवर्सिटी से डिग्री





शहर का तापमान

● अधिकतम 27.05 डिग्री सेल्सियस

● न्यूनतम 07.02 डिग्री सेल्सियस



शहर में आज

► पुलिस द्वारा नेत्र जांच शिविर का आयोजन: सुबह 10 बजे
 ► गुरुगोबिंद सिंह जयंती को लेकर गुरुद्वारों में प्रभात फेरी: सुबह 5 बजे
 ► रविन्द्र फागना अकादमी में क्रिकेट मैच आयोजित: सुबह 9 बजे
 ► सेक्टर-12 में किसानों आंदोलन को लेकर धरना: सुबह 10 बजे
 ► सेक्टर-12 में पीटीआई टीचरों का धरन: सुबह 11 बजे

निवेश गुरु

वैश्विक स्तर पर देखें तो कई तरह के इनोवेशन हो रहे हैं या नई तकनीक आ रही है जो कि हमारे दैनिक जीवन पर असर डालती हैं। इन सबका निवेश के लिहाज से भी महत्व होता है। अभी की बात करें तो भारतीय शेयर बाजार में बहुत कम इनोवेटर लिस्टेड हैं। भारत भले ही 5वीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था हो, लेकिन यहां का मार्केट कैप करीब 2.1 लाख करोड़ डॉलर ही है। जबकि बाकी दुनिया का मार्केट कैप 90 लाख करोड़ डॉलर के करीब है। ऐसे में अगर आप भारत से बाहर ग्लोबल बाजारों में निवेश नहीं करते हैं तो इसका मतलब यह है कि आप उस अवसर को नजरअंदाज कर रहे हैं जो करीब 43 गुना ज्यादा है।

यूटीलिटी न्यूज

नि:शुल्क नेत्र जांच शिविर आज फरीदाबाद। पुलिस, सेंटर फॉर साइट आई हॉस्पिटल की सहायता से निशुल्क नेत्र जांच शिविर का आयोजन किया जा रहा है जिसमें हरियाणा पुलिस के कर्मचारियों के साथ-साथ आमजन भी अपने आंखों की जांच करवा सकेंगे। इस आयोजन में मुख्य अतिथि पुलिस उपायुक्त मुख्यालय डॉ अर्पित जैन व स्टू डॉक्टर श्रवण कुमार मौजूद होंगे। यह शिविर 20 जनवरी 2021 को सुबह 10 बजे से दोपहर 1.30 तक फरीदाबाद पुलिस लाइन में आयोजित किया जाएगा। इस शिविर में आंखों की निशुल्क जांच की जाएगी और आंखों की बीमारियों से बचाव के बारे में लोगों को जागरूक किया जाएगा। पुलिस उपायुक्त डॉ अर्पित जैन ने कहा कि प्रदूषण आंखों की बीमारियों का मुख्य कारण है जिससे आंखों में कई तरह की बीमारियां पैदा हो जाती हैं। इसलिए हरियाणा पुलिस के कर्मचारी व आमजन इसमें बढ़-चढ़कर भाग ले ताकि आपकी आंखों को बीमारियों से बचाया जा सके।

विवक न्यूज

छवि शर्मा रही बेस्ट आंगनबाड़ी वर्कर फरीदाबाद। बेस्ट आंगनबाड़ी वर्कर प्रतियोगिता का आयोजन महिला एवं बाल विकास विभाग की ओर से कराया गया। फरीदाबाद शहरी महिला एवं बाल विकास अधिकारी मीरा विम्बन की देखरेख में ब्लॉक स्तर पर प्रतियोगिता हुई, जिसमें आंगनबाड़ी वर्कर छवि शर्मा पहले स्थान पर रही। गुड्डी दूसरे और पूनम तीसरे स्थान पर रही। 15 जनवरी को जिला स्तर प्रतियोगिता सुपरबाइजर सुनीता दहिया की देखरेख में हुई। इसमें बसेलवा सर्कल की छवि शर्मा दूसरे स्थान पर रही। छवि शर्मा विभागीय कार्यों को मेहनत व लगन से समय पर पूरा करके देती हैं। उनका एक ही ध्येय होता है कि जो भी विभाग की ओर से जिम्मेदारी सौंपी जाए।

कंगाल नगर निगम : अधिकारियों की पदोन्नति और नियुक्ति पर विवाद

प्रमोशन घोटाले के मामले की एक मार्च को लोक आयुक्त में होगी सुनवाई

राजेश दास। फरीदाबाद

एक तरफ फरीदाबाद नगर निगम में एक के बाद एक करोड़ों रुपये के घोटाले उजागर हो रहे हैं। वहीं दूसरी तरफ स्थानीय निकाय विभाग द्वारा यहां तैनात अधिकारियों को कायदे कानून ताक पर रख कर प्रमोशन पर प्रमोशन दी जा रही है। निगम के कई अधिकारियों ने सरकार की अनुमति के बिना डिस्टेंस से डिग्री हासिल की है। डिस्टेंस की डिग्री को सुप्रीम कोर्ट पहले ही अमान्य घोषित कर चुका है। जिसके बाद यह अधिकारी एएमआईसीई लुधियाना की सदस्यता लेकर उसे डिग्री बताकर प्रमोशन ले रहे हैं। पिछले दिनों सरकार ने नगर निगम को पत्र भेज कर इन अधिकारियों का रिकॉर्ड मांगा था। जिसमें इन्हें दी गई प्रमोशन के आधार का ब्योरा मांगा गया था, लेकिन करीब पांच महीने का समय गुजर जाने के बाद निगम अधिकारियों ने रिकॉर्ड भेजने की जरूरत महसूस नहीं की। अधिकारियों के प्रमोशन की जांच लोकायुक्त में और घोटालों की जांच निगम और विजिलेंस में लंबित



प्रमोशन पर सवालिया निशान

नगर निगम अधिकारियों के प्रमोशन और सरकार की कार्यशैली पर कई तरह के सवाल खड़े हो रहे हैं। वर्र्षों से कायदे कानून को ताक पर रखकर निगम अधिकारियों को चंडीगढ़ में बैठे अधिकारियों द्वारा लगातार प्रमोशन पर प्रमोशन दी जा रही है। नियमों के विरुद्ध प्रमोशन लेने वाले कई अधिकारी तो सेवानिवृत्त भी हो चुके हैं। जबकि अनेक अधिकारी प्रमोशन लेकर उच्च पदों पर विराजमान हैं। सबसे बड़ा सवाल यह है कि यदि सरकार के पास इन अधिकारियों का रिकॉर्ड ही मौजूद नहीं था, तो सरकार ने किस आधार पर इन्हें प्रमोशन दिया। जबकि निगम के करीब 70 प्रतिशत अधिकारियों का प्रमोशन पहले ही हो चुकी है। प्रमोशन हासिल करने वाले ज्यादातर निगम अधिकारियों पर भ्रष्टाचार के आरोप लग चुके हैं। कई मामलों में तो जांच तक लंबित पड़ी हुई है। जबकि नियमों के मुताबिक भ्रष्टाचार का आरोप लगने के बाद जांच में क्लीन चिट मिलने से पहले अधिकारी को प्रमोशन नहीं दी जा सकती है, लेकिन चंडीगढ़ में बैठे आला अधिकारी निगम अधिकारियों को प्रमोशन पर प्रमोशन देकर भ्रष्टाचार को लगातार बढ़ावा दे रहे हैं।

जैसे तैनात करने के बावजूद अनुबंध के जेई आज भी निगम में कार्यरत हैं। **सरकार के आदेश ताक पर**



युवा सप्ताह में दी बच्चों को चित्रकला प्रतिभा निखार के लिए सामग्री



फरीदाबाद। राष्ट्रीय युवा सप्ताह के दौरान शहर की समाजसेवी संस्थाएं जिसमें जन्मा फाउंडेशन, संभारये फाउंडेशन और सोनू नव चेतना फाउंडेशन के सहयोग से शहर के अलग-अलग स्थानों पर स्थित बाल अनाथ आश्रम में बच्चों की चित्र प्रतिभा निखार की दिशा में लगभग 150 बच्चों को पेंसिल, खर, शॉर्प, 2 तरह के कलर, ड्रॉइंग शीट अदि दी गई। जन्मा फाउंडेशन अध्यक्ष हिमांशु भट्ट ने बताया प्रदेश में लगभग पूरे सप्ताह से युवाओं के प्रेरणास्रोत स्वामी विवेकानंद के जन्मोत्सव के अवसर अलग-अलग दिन भिन्न-भिन्न

कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता रहा है और आखिरी दिन हमने तिकोना पार्क स्थित बाल आश्रम व सेक्टर 15 स्थित कन्या गीता आश्रम में बच्चों को उनकी चित्र प्रतिभा निखार को ये जरूरी संसाधन देने का कार्य किया है। हिमांशु ने बताया कि युवा प्रगतिशील, प्रतिभावान हैं। संभारये फाउंडेशन के अध्यक्ष अभिषेक देशवाल ने बताया कि इस दिन को मनाने का मुख्य उद्देश्य युवा पीढ़ी को ये बताना है कि जिस तरह से स्वामी विवेकानंद ने अपने जीवन में सफलता हासिल की।

एथलेटिक्स खिलाड़ियों ने प्रदेश में किया जिले का नाम रोशन

पायनियर समाचार सेवा। फरीदाबाद

राज्य एथलेटिक्स प्रतियोगिता का आयोजन 16 से 17 जनवरी तक करनाल के कर्ण स्टेडियम में किया गया। जिला एथलेटिक संघ फरीदाबाद के कार्यकारी अध्यक्ष और मीडिया प्रभारी सत्यवीर धनखड़ ने बताया कि तीन स्वर्ण, पांच रजत और चार कांस्य पदक सहित कुल 12 पदक जीतकर एथलीट खिलाड़ियों ने फरीदाबाद जिले का नाम रोशन किया।

प्रतियोगिता के आखिरी दिन गोवर अत्री ने 1500 मीटर दौड़ में 4 मिनट 2 सेकेंड का समय देकर स्वर्ण पदक जीता। सौरव दहनिया ने 16 साल आयु वर्ग में 100 मीटर दौड़ में 11 सेकेंड 99 माइक्रोन का समय देकर रजत पदक अपने नाम किया। दीपक खुटेला ने ट्रिपल जंप में 13 मीटर 70 सेंटीमीटर की कूद लगाकर रजत पदक जीता। प्रंसिमान ने 10000 मीटर दौड़ में 31 मिनट 5 सेकेंड का समय देकर स्वर्ण पदक



जीता। जिले के सभी पदक विजेता खिलाड़ियों को एथलेटिक्स हरियाणा के महासचिव राजकुमार मित्रान, संयुक्त सचिव कुलदीप अहलावत, मुख्य चयनकर्ता यशपाल चोपड़ा, आयु जांच अधिकारी राजीव खत्री ने और प्रतियोगिता निदेशक जितेंद्र बांगर आने वाली राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में अच्छा प्रदर्शन करने का आशीर्वाद दिया।

सत्यवीर धनखड़ के द्वारा संघ जिला कार्यालय मच्छार में पदक विजेता खिलाड़ियों के लिए मान

सम्मान समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि फील्ड आर्चरी संघ हरियाणा के, अध्यक्ष जगदेव अत्री मोहना रहे। सभी खिलाड़ियों, जिला टीम कोच साजिद हुसैन और टीम मैनेजर धनराज मास्टर को क्रिट बैग प्रदान किए गए और सभी को चाय पाटी दी गई। जिला संघ सचिव एक्वोकेट ओमवीर सिंह ने सभी पदक विजेता खिलाड़ियों को भविष्य में आने वाली राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में अच्छा प्रदर्शन करने का आशीर्वाद प्रदान किया।

संक्षिप्त समाचार

किसानों के समर्थन में 21 को होगी ऐतिहासिक रैली



फरीदाबाद। महिला नेत्री जगजीत कौर पन्तू के नेतृत्व में एनआईटी 86 विधानसभा क्षेत्र के निवासी लगातार आंदोलन कर रहे किसानों के समर्थन आगे आ रहे हैं। इस दौरान कई रैली आयोजित की जा चुकी हैं। वहीं यह लोग लगातार पलवल में धरना देकर बैठे किसानों का हौसला बढ़ रहे हैं। 21 जनवरी को सैकड़ों लोग जगजीत कौर पन्तू के नेतृत्व में जवाहर कालोनी से पलवल के लिए रवाना होंगे। महिला नेत्री जगजीत कौर पन्तू ने कहा कि देश के अन्नदाता किसान केंद्र सरकार के तीन कृषि कानून को रद्द करने की मांग को लेकर कड़ुके सर्दी में लगातार धरना देकर बैठे हुए हैं, लेकिन सरकार उनकी सुनने के लिए तैयार नहीं है। ऐसे में अब लोग किसानों के समर्थन में आगे आ रहे हैं। पन्तू ने कहा कि रविवार को सैकड़ों युवा बाइक रैली निकाल कर पलवल पहुंचे थे। सोमवार को पलवल में धरनास्थल पर महिला किसानों के लिए महिला दिवस मनाया था। 21 जनवरी को जवाहर कालोनी से सैकड़ों लोग किसानों के समर्थन में रैली के रूप में पलवल पहुंचेंगे।

दा क्रिकेट गुरुकुल ने 180 रन से जीता मैच

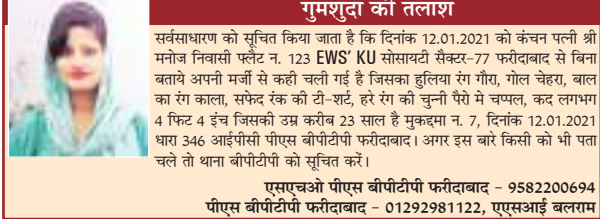


फरीदाबाद। पांचवें रविंद्र फागना अंडर-13 क्रिकेट टूर्नामेंट में दा क्रिकेट गुरुकुल ने स्पोर्ट्स लैंड किकेट अकादमी टीम को 180 रन से हराया। यह मुकामला रविंद्र फागना क्रिकेट अकादमी स्थित मैदान पर खेला गया। बीसीसीआई कोच धर्मेन्द्र फागना ने बताया यह मैच 40-40 ओवर का था। स्पोर्ट्स लैंड क्रिकेट अकादमी ने टॉस जीत कर पहले गेंदबाजी करने का निर्णय लिया। दा क्रिकेट गुरुकुल टीम ने 40 ओवर में 09 विकेट पर 209 रन बनाए। लक्ष्य नागर ने 49 रन, लोकेश बेनीवाल ने 36 रन और रितिक यादव ने 25 रन बनाए। स्पोर्ट्स लैंड क्रिकेट गेंदबाज हर्ष यादव, दक्ष और अर्नव ने 02-02 विकेट, सुखमीत सिंह और वेश ने 01-01 विकेट लिए। लक्ष्य का पीछा करते हुए स्पोर्ट्स लैंड क्रिकेट अकादमी टीम को 13.01 ओवर में 10 विकेट पर 29 रन ही बना सकी। आयुष ने 06 रन, हसीम ने 04 रन और दक्ष ने 2 रन बनाए। दा क्रिकेट गुरुकुल अकादमी की ओर से गेन्दबाजी करते हुए मोहित खटाना ने 05 विकेट, अमनदीप डागर और मोहित भाटी ने 02-02 विकेट, और अनुज भारद्वाज ने एक विकेट लिए। निक्की (एंपायर) के ने मैन ऑफ द मैच का पुरस्कार मोहित खटाना को दिया। मोहित खटाना ने चार ओवर में एक ओवर मिडल निकलाकर चार रन देकर पांच विकेट लिए।

शिक्षक संघ ने रिंतु चौधरी को सौंपा ज्ञापन



फरीदाबाद। राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ का प्रतिनिधिमंडल मंगलवार को अपनी तीन प्रमुख मांगों को लेकर जिला मौलिक शिक्षा अधिकारी रिंतु चौधरी से मिला। अधिकारी ने तीनों मांगों को जल्द ही पूरा कराने का आश्वासन दिया। जिला प्रधान विजय मुदगिल ने कहा कि 2017 में लगे अध्यापक जिनका कार्यकाल जिले में दो वर्ष तक संतोषजनक सेवा पूर्ण रहा है, उन्हें स्थाई किया जाए। दूसरा अंतर जिला स्थानांतर हुए अध्यापक जिन्होंने पुनः जिले में कार्य ग्रहण कर लिया था, उनका वेतन न निकलने से उनके सामने आर्थिक संकट पैदा हो गया है। घर का खर्चा चलाना मुश्किल हो गया है। उनका वेतन जल्दी से जल्दी निकाला जाए। तीसरी मांग जिन अध्यापकों को एलटीसी नहीं निकली है, उनका बजट जारी किया जाए। इस पर मौलिक अधिकारी ने पहली मांग को 26 जनवरी तक पूरा कराने के लिए कहा। दूसरी मांग के लिए साथ साथ पत्र जारी करवा दिया और तीसरी मांग को इसी महीने में पूरा करने का आश्वासन दिया। मौके पर शिक्षक संघ के संरक्षक संजीत डबास, महासचिव सुनील पाराशर, बल्लभगढ़ के उपप्रधान जयवीर भाटी, जिला प्रवक्ता संदीप दीक्षित, सचिव संदीप कौशिक, राज सिंह वर्मा, प्रवेश शरीर से बाहर होने लगते हैं।



हस्त मुद्रा योग, ज्योतिष एवं आध्यात्म
तनावग्रस्त रहने से उपग्र हो सकने वाली जानलेवा घातक बीमारियों को रोकने के बारे में!
 अगर हम लगातार तनाव में रहें तो हमारे शरीर का ऑक्सीजन स्तर निरन्तर कम हो – शरीर में अनेक घातक रोगों को उत्पन्न करने वाले सेल्स को पनपने का अवसर प्राप्त हो जाता है।
 श्री राम जय राम जय जय राम मंत्र संग ज्ञान हस्त मुद्रा में तर्जनी अंगुलियां जो वायु तत्व यानि ऑक्सीजन स्तर को बढ़ाने में सहायक हैं उन का अर्गन तत्व के प्रतीक अंगूठों – के संग – सतत
 अर्णों को ऑक्सीजन प्रयाप्त मात्रा में मिलने लग – तनाव से भी छुटकारा मिलता है!
 श्री नरानुसार, पट्टचक्र के om लं नमः om वं नमः om रं नमः om यं नमः om हं नमः
 प्रस्तुति : शिक्षाविद् डीसी चौधरी **नोट :-** विषय संबंधित अन्य जानकारी हासिल करने के लिए आप अपनी समस्या ई-मेल करंटिया pioneerhry@gmail.com पर भेजें।

बर्ड फ्लू : पक्षियों के शव मिलने से शहरवासियों में दहशत

अधिकारी बोले : पांच से अधिक पक्षियों के शव मिले तो करें कॉल

कविता। फरीदाबाद

देश के अन्य हिस्सों के साथ दिल्ली में भी बर्ड फ्लू के मामले सामने आ रहे हैं। शहर में मिल रहे मृत पक्षियों के शव देखकर लोग हैरान-परेशान होकर नगर निगम, स्वास्थ्य विभाग और मृत पशुओं को उठाने वाले विभागों में फोन कर रहे हैं, लेकिन सब जगह से निराशा हाथ लगने पर वह स्वयं ही



मरे हुए पक्षियों के शवों को गड्ढे में दबाने को मजबूर हैं।

तीन जगह मिले हैं शव

जिले में अब तक चार जगह मरे हुए 10 पक्षियों के शव मिल चुके हैं। गत सात जनवरी को 4-5 चौक पर दो बगुले और



एक चील का शव मिला। वहीं एनएच 4-5 चौक स्थित मीट मार्केट के पास 10 जनवरी को पांच बगुले मरे हुए मिले थे। 15 जनवरी को दरसिया गांव में एक कौवे का शव मिला था। मंगलवार (19 जनवरी) को एक कबूतर का शव सेक्टर-16 में मिला था। जिससे आसपास के लोगों में डर

का माहौल पैदा हो गया। लोगों ने एमडीएम से लेकर पशु पालन व जिला स्वास्थ्य विभाग सभी को फोन किया, लेकिन किसी ने भी ने मृत पक्षी के शव का क्या करना है, इसकी जानकारी नहीं दी। जिस पर लोगों ने पक्षियों के शवों को स्वयं ही गड्ढों में दबा दिया।

करें शिकायत

इस विषय में जब वन्य प्राणी संरक्षक विभाग के अधिकारी चरण सिंह ने बताया कि शहरवासियों को एक पक्षी मिलने से परेशान नहीं होना चाहिए। उन्होंने कहा कि बर्ड फ्लू की आशंका तब होती है। जब एक

सर्दी से मौत
चरण सिंह ने बताया कि पक्षियों के मरने की वजह ठंड भी हो सकती है। इन दिनों ठंड की वजह से पक्षी काफी मरते हैं। बर्ड फ्लू का खतरा अभी जिले में नहीं है। क्षेत्र में ठंड व अन्य किसी कारण से यदि मृगियों के बीमार होने व मरने का मामला सामने आता है तो इसकी सूचना पशु चिकित्सक को देनी चाहिए।

स्थान पर 5 से अधिक पक्षियों के शव एक साथ मिलें। उन्होंने बताया कि लोगों में डर का माहौल बना हुआ है। हालांकि उन्होंने शहर में बर्ड फ्लू जैसी किसी भी प्रकार की बीमारी फैलने की बात से इनकार किया है। उन्होंने कहा कि मरे हुए पशु पक्षियों को लेकर नियमित रूप से सैंपलिंग अभियान चलाया जाएगा।

खेल और खिलाड़ियों के विकास के लिए कार्य कर रही सरकार : किरन रिजिजू

मानव रचना शिक्षण संस्थान में केंद्रीय मंत्री ने अल्टीमेट खो-खो प्रशिक्षण शिविर का किया शुभारंभ

पायनियर समाचार सेवा। फरीदाबाद

केंद्रीय खेल राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) किरण रिजिजू ने कहा कि खेलों को आगे बढ़ाने के लिए हमें खिलाड़ियों को बेहतर माहौल व सुविधाएं देनी होंगी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भारत सरकार खेलों को आगे बढ़ाने के लिए लगातार यह कार्य कर रही है। केंद्रीय खेल राज्य मंत्री मंगलवार को मानव रचना शिक्षण संस्थान में 25 मीटर और 50 मीटर शूटिंग रेंज का उद्घाटन और विश्वस्तरीय अल्टीमेट खो-खो प्रशिक्षण शिविर का शुभारंभ करने के उपरांत पत्रकारों से बातचीत कर रहे थे।

केंद्रीय खेल राज्य मंत्री ने कहा कि मैं जिस समय रेडियो के माध्यम से खेलों को सुनाता था उस समय



बहुत ही गर्व होता था कि हमारे देश के खिलाड़ी व देश के लिए मेडल लेकर आ रहे हैं। वहीं जब मुझे खेल मंत्री बनाया गया तो मैंने भी जी-जान से खेल को आगे बढ़ाने के लिए हमेशा प्रयास किया।

उन्होंने मानव रचना शिक्षण संस्थान का बधाई देते हुए कहा कि संस्थान द्वारा इस तरह से और इतने बड़े स्तर पर वैज्ञानिक तरीकों से अल्टीमेट खो-खो लीग प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया जा रहा है और मुझे पूरा विश्वास है कि इसमें से कई खिलाड़ी निखर कर सामने आएंगे और देश विदेशों में अपना डंका

बजाएंगे और देश का नाम विदेशों में गर्व से ऊंचा करेंगे। उन्होंने कहा कि हमेशा से ही मानव रचना शिक्षण संस्थान में खेल को बढ़ावा दिया जाता है, और यही वजह है कि कई छात्रों ने खेल के मैदान में अपना परचम लहराया है और मानव रचना शिक्षण संस्थान का सर गर्व से ऊंचा किया है जिसका उदाहरण आज मानव रचना शिक्षण संस्थान में अल्टीमेट खो-खो प्रशिक्षण शिविर उद्घाटन समारोह में नजर आया, इस मौके पर केंद्रीय खेल मंत्री किरण रिजिजू ने मशाल जलाकर अल्टीमेट खो-खो प्रशिक्षण लीग को हरी झंडी दिखाया।

मानव रचना में 25 मीटर और 50 मीटर शूटिंग रेंज का उद्घाटन किया

केंद्रीय खेल मंत्री किरन रिजिजू ने मानव रचना में 25 मीटर और 50 मीटर शूटिंग रेंज का उद्घाटन किया और खिलाड़ियों का मनोबल बढ़ाया। शूटिंग रेंज की खास बात यह है कि यह रेंज इलेक्ट्रॉनिक और मैनुअल दोनों ही तरह से बनाया गया है, जिसमें 10 लेन हैं। इलेक्ट्रॉनिक टारगेट और 0.22 हथियारों से लैस, यह रेंज सभी के लिए खुला है। अल्टीमेट खो-खो प्रशिक्षण शिविर की बात करें तो इसमें कुल 73 खिलाड़ी हिस्सा ले रहे हैं। उद्घाटन समारोह में खो-खो महासंघ के महासचिव सुधांशु मित्तल, मानव रचना शिक्षण संस्था के उपाध्यक्ष अमित भल्ल, भारतीय क्रिकेट टीम के पूर्व बल्लेबाज सुरेश रैना, ओलंपिक में दो पदक जीतने वाले एकमात्र पहलवान सुशील कुमार, भारतीय क्रिकेट टीम के तेज गेंदबाज मोहम्मद शमी भी उपस्थित रहे। खो-खो प्रदर्शनी मैच में केंद्रीय खेल मंत्री किरण रिजिजू और पूर्व क्रिकेटर सुरेश रैना की टीमों के बीच खो-खो मैच का आयोजन किया गया।

बीजेपी कार्यकर्ताओं ने फूंका कांग्रेस पार्टी का पुतला



पायनियर समाचार सेवा। फरीदाबाद

सेक्टर 12 स्थित लघु सचिवालय पर भारतीय जनता पार्टी फरीदाबाद के जिला अध्यक्ष गोपाल शर्मा के नेतृत्व में भाजपा कार्यकर्ताओं ने कांग्रेस पार्टी का पुतला दहन किया। जिला अध्यक्ष गोपाल शर्मा ने भारत सरकार द्वारा बनाए गए तीनों कृषि कानूनों के समर्थन में कानूनों में किए गए प्रावधानों की विस्तार से जानकारी दी। कांग्रेस द्वारा किए जा रहे दुष्प्रचार एवं गुरनाम सिंह चट्टनी पर मीडिया में एवं किसान नेताओं द्वारा ही लगाए गए आरोपों पर जिला अध्यक्ष ने कहा कि कुछ किसान नेता कांग्रेस के इशारे पर किसानों को भड़काने का काम कर रहे हैं। सरकार द्वारा बनाए गए तीनों कृषि कानून किसानों के हित में है। भाजपा की केंद्र व प्रदेश सरकार

किसान गरीब और मजदूरों को समर्पित होकर अंत्योदय की भावना के साथ काम कर रही हैं। इन कानूनों से अन्नदाता किसानों भाइयों को सशक्त किया जाएगा और उनकी आय को दोगुना किया जाएगा। जिला अध्यक्ष गोपाल शर्मा, जिला महामंत्री मूलचंद मित्तल व आरएन सिंह, बिजेंद्र नेहरा, हरेंद्र भड़ाना, संजीव भाटी, पुनीता झा, मुकेश अग्रवाल, हरीश खटाना, प्रवीण चौधरी, सुरेंद्र शर्मा, रिकू सैनी, राजकुमार वोहरा, राजन मुखर्जा, पंकज रामपाल, रविंद्र त्यागी, ओमप्रकाश रक्षवाल, प्रकाश वीर नागर, सचिन ठाकुर, पंकज सिंघला, विवेक मिश्रा, राज मदान, प्रिया सहलग, एडवोकेट प्रकाश वीर नागर, एडवोकेट संतराम शर्मा, प्रदीप शांडिल्य, एडवोकेट उमा सिंह, वंदना सिंह, मनीष छोकर आदि मौजूद रहे।

सोशल मीडिया पर वायरल झूठी खबरें खतरा : रचना

फरीदाबाद। सोशल मीडिया (फेसबुक और व्हाट्सएप) में आए दिन वायरल हो रही झूठी खबरें पत्रकारिता और समाज के लिए आज चुनौती बन चुकी है। पिछले कुछ सालों में सोशल मीडिया पर फैली झूठी खबरों की वजह से देश में कई जगहों पर दंगे भी हुए हैं। जब तक खबरों की सही प्रकार से मूल्यांकन नहीं किया जाएगा तब तक इस प्रकार की घटनाओं पर अंकुश लगाना संभव नहीं है।

यह बात डीएवी शताब्दी कॉलेज के जनसंचार विभाग अध्यक्ष एवं गूगल द्वारा सर्टिफाइड फैक्ट चैकर रचना कसाना ने राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (प्रचार विभाग) द्वारा ऑनलाइन कार्यशाला के दौरान व्यक्त किए। रचना कसाना ने कहा कि लोगों की सोच में बदलाव लाने के लिए आज सोशल मीडिया को एक हथियार के रूप में इस्तेमाल किया जा रहा है। सोशल मीडिया पर वायरल होने वाली झूठी फोटोस वीडियो की सत्यता की जांच किए बिना हम आगे फॉरवर्ड कर देते हैं। जिसके कारण अनेक बार समाज का वातावरण दूषित हो चुका है।

जेसी बोस छात्रों को देगा ब्याज मुक्त लोन

फरीदाबाद। वित्तीय कठिनाई के कारण फीस देने की असमर्थ विद्यार्थियों के लिए जेसी बोस विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय ने एक बार पुनः अनुटी पहल की है। इस सत्र से विवि ने ऐसे विद्यार्थियों के लिए ब्याज मुक्त सुलभ लोन की सुविधा शुरू की है और जरूरतमंद विद्यार्थियों से 25 जनवरी तक आवेदन आमंत्रित किए हैं। उल्लेखनीय है कि लोकडाउन के दौरान विश्वविद्यालय द्वारा आर्थिक रूप से कमजोर और जरूरतमंद विद्यार्थियों की सत प्रतिशत फीस की प्रतिपूर्ति करने की नीति जारी की गई थी, जिसके अंतर्गत 153 विद्यार्थियों ने वित्तीय लाभ उठाया। अब विवि ने नीति के अंतर्गत दायरे का विस्तार करने का निर्णय लिया है। कुलपति प्रो दिनेश कुमार ने बताया कि कोरोना महामारी के मद्देनजर विद्यार्थियों को वित्तीय राहत देने के लिए इस नीति की शुरुआत की गई थी, और इसके सफल कार्यान्वयन के बाद महसूस किया कि इस नीति का दायरा बढ़ाया जाये ताकि नियमित रूप से जरूरतमंद मेधावी विद्यार्थियों की मदद हो सके। अब विश्वविद्यालय द्वारा विद्यार्थियों को ब्याज मुक्त सुलभ लोन की व्यवस्था की गई है ताकि वे अपनी फीस का भुगतान कर सकें।

थैलासीमिया ग्रस्त बच्चों की कराई एमआरआई जांच



पायनियर समाचार सेवा। फरीदाबाद

फाउंडेशन अग्रेस्ट थैलासीमिया फरीदाबाद, पाहुजा ट्रस्ट फॉर ब्लड डिसऑर्डर व नेशनल थैलासीमिया वेलफेयर एसोसिएशन दिल्ली के संयोजक से 45 थैलासीमिया ग्रस्त बच्चों के निःशुल्क ब्लड टेस्ट व एमआरआई (टीट्यूटर) यह सब टेस्ट दिल्ली की प्रतिष्ठित एमआरआई टीट्यूटर सेंटर पर कराए गए।

यह टेस्ट काफी महंगा होता है जो बच्चों के लिए करवाना मुश्किल था। इस टेस्ट से पता चल जाता है की बच्चे के शरीर में कितना आयरन कौन कौन से अंग में जमा हो गया है। बच्चों को लगातार रक्त चढ़ाने से शरीर में आयरन की मात्रा बढ़ जाती है। जैसा की नाम से ही आयरन है तो ठोस ही

होगा। अगर यह बच्चों के हृदय लिवर किडनी पर जमा हो जाये तो ये नाजुक अंग ठीक से काम नहीं कर पाते। जैसा की फाउंडेशन अग्रेस्ट थैलासीमिया पिछले छब्बीस सालों से बच्चों की निःशुल्क सेवा में समर्पित है। फाउंडेशन अग्रेस्ट थैलासीमिया के सस्थापक महा सचिव रविंद्र डुडेजा ने बताया कि अगर अगर कुछ बच्चे अकाल मृत्यु को प्राप्त हुए हैं तो उसमे ज्यादा दोष उनके अधिभावकों व बच्चों का ही रहा है। हरीश रतरा, जेके भाटिया, पंकज चौधरी, अमरजीत सिंह अरोडा, नवनीत चावला, कृतिका डुडेजा, अंजलि अरोडा, अंजलि नागपाल, आरती रतरा, सिम्मी कुमार, जगदीश पंत, चांदनी रतरा, कमल अरोडा, राखी, अमन, शिवांगी शर्मा उपस्थित थे।

शरणार्थियों को आरएसएस दे रहा सद्भावना का संदेश



फरीदाबाद। पाकिस्तान से आए शरणार्थियों को राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ सर्वधर्म सामाजिक सद्भाव का संदेश देने में जुटा है। संघ विगत एक सप्ताह से एकता एवं सद्भावना मिलन कार्यक्रम चलाए हुए है। सामाजिक कार्यक्रम के अंतर्गत जरूरतमंद को कंबल, बिस्तर, गद्दे, कपड़े, मास्क-सैनटाइजर और आयुष काढ़ा वितरित किए गए।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ ने पाकिस्तान से आए शरणार्थियों की नंगला स्थित कॉलोनी में सामाजिक सद्भाव मिलन का आयोजन किया गया। संयोजक अरुण वालिया ने

बताया कि राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ फरीदाबाद पश्चिम के संचालक संजय के सानिध्य में सफल आयोजन किया गया। जिसमें सभी शरणार्थियों को कंबल बिस्तर, गद्दे, कपड़े, मास्क-सैनटाइजर और आयुष काढ़ा वितरित किए गए। बच्चों को आकर्षक उपहार भेंट स्वरूप दिए गए। मिलन का मुख्य उद्देश्य सर्वधर्म सामाजिक सद्भाव का संदेश और इन शरणार्थियों को अपनेपन का एहसास दिलाना था संघ चालक संजय, राष्ट्रीय सिख संगत के फरीदाबाद (एनसीआर) और संयोजक अरुण वालिया, भाविप की निधि जैन आदि मौजूद रहे।

सोलर एनर्जी सिस्टम स्मार्ट क्लास का किया उद्घाटन

पायनियर समाचार सेवा। फरीदाबाद

पुलिस आयुक्त ओपी सिंह ने स्थानीय ग्राम पाली स्थित दो स्कूलों में ग्राववाए गए सोलर एनर्जी सिस्टम स्मार्ट क्लास और सीसीटीवी निगरानी सिस्टम सहित अन्य कई विकास कार्यों का मुख्य अतिथि के रूप में पधार कर उद्घाटन किया।

कार्यक्रम आयोजक श्याम वीर भड़ाना ने मुख्य अतिथि पुलिस आयुक्त ओपी सिंह को फूल माला पहनाकर करके उनका स्वागत किया। पुलिस आयुक्त के साथ पुलिस उपायुक्त डॉ. अर्पित जैन भी प्रमुख रूप से उपस्थित थे। सिंह ने दोनों स्कूलों में पीपल का पौधा लगाकर पौधारोपण किया व क्लासरूम का दौरा किया। गर्ल्स स्कूल की छात्राओं ने पुलिस आयुक्त के स्वागत में करते हैं स्वागत आपका गीत गाया। राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय पाली के प्रांगण में आयोजित समारोह को संबोधित करते हुए सिंह ने बच्चों के उज्ज्वल भविष्य को कामना करते हुए कहा कि बच्चों को पूरी लगन व गंभीरता के साथ



सफलता हासिल करके अपने सामान्य ज्ञान को भी मजबूत बनाना चाहिए तभी कामयाबी उनके चरण चूमेगी। उन्होंने कहा कि बच्चों की जिस क्षेत्र में रुचि है उसी में और मेहनत करके सर्वश्रेष्ठ बनें। उन्होंने बच्चों को अपने क्षेत्र में सिद्धि प्राप्त करके अपनी वैल्यू क्रिएट करने और प्रॉब्लम सॉल्वर बनने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि बच्चे अपने आपको किसी से कम न आंके। हर ईंसान में किसी क्षेत्र में श्रेष्ठ होता है। इसलिए अपने आप पर विश्वास रखें और हुनर की पहचान करके उसमे

और निखार लाएं। पुलिस आयुक्त ने पढ़ाई के साथ-साथ समाज से सरोकार रखकर रिलेशन मैनेजमेंट बनाने पर जोर दिया और कहा कि अपने परिवार और साथियों से बातचीत करके किसी भी समस्या का हल निकाला जा सकता है। शिक्षकों को भी बच्चों में सवाल पूछने की प्रवृति को बढ़ाने के बारे में कहा गया जिससे उनमें दूसरे लोगों का नजरिया जानने में मदद मिल सके और उनमे ज्ञान का विस्तार हो सके। उन्होंने लोगों की भी तारीफ करते हुए कहा कि गांव के लोग शिक्षा को

बढ़ावा देने के लिए में विशेष योगदान दे रहे हैं और इसी के तहत स्कूल में सुविधाएं प्रदान किए हैं। उन्होंने गांव की प्रतिभाशाली मेडलिस्ट खिलाड़ी कुमारि किरण व खिलाड़ी लक्ष्य को भी सम्मानित किया। समारोह में उपस्थित छात्र राजू ने भगत सिंह की कविता गाकर समा बांध दिया जिससे खुश होकर पुलिस आयुक्त ने उसे प्रशंसा पत्र देकर समानित किया। ग्राम पाली के प्रमुख लोगों में शामिल गर्ल्स स्कूल प्राचार्य मंदीप कौर, बॉयज स्कूल की प्राचार्य दीप्ति यादव, नंदराम भड़ाना, टेकराम, सूबेदार दुलीचंद, नंबरदार राजवीर दयादंद, जसवीर चैयरमैन, राजवीर भड़ाना, नरेश, गोपिल कंजनी क प्रतिनिधि विवेक आदि अन्य लोगों ने भी मुख्य अतिथि ओपी सिंह को फूल मालाएं व पुष्पगुच्छ भेंट करके उनका स्वागत किया। एसपी बड़खल सुखवीर सिंह, डबुआ थाना प्रभारी संदीप कुमार, पाली चौकी प्रभारी ओमप्रकाश, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पाली के प्रभारी डॉ. राजेश सहित कई अन्य अधिकारियों सहित बड़ी तादाद में गांव के गणमान्य उपस्थित थे।

संक्षिप्त समाचार

कोरोना वैक्सीन लगवा सुरक्षित महसूस कर रहे स्वास्थ्य कर्मी



फरीदाबाद। कोरोना वैक्सीनेशन के तीसरे दिन 18 केंद्रों पर वैक्सीन लगाई गई। जिसमें 1480 के टॉरगेट पर 1251 स्वास्थ्य कर्मियों को ही वैक्सीन लगाई गई। वैक्सीन लगवाने वाले कर्मचारियों ने कहा कि वह कोरोना का टीका लगवाकर खुद को बेहद सुरक्षित महसूस कर रहे हैं। बीके अस्पताल में 110 के लक्ष्य में 106 कर्मचारियों को वैक्सीन लगाई गई। जिसमें कुछ स्वास्थ्य कर्मी ऐसे भी थे, जिनके मोबाइल पर संदेश नहीं आया, लेकिन उनकी एंटी के बाद उन्हें वैक्सीन लगाई गई। अल्फलाह मेडिकल कॉलेज में 60 में से 42 को, खेड़ी कला में 80 में से 62, एसीएम नगर में 80 में 46, कौराली में 50 में से 43, तिगांव में 30 में से 9, पार्क हॉस्पिटल में 80 में से 76, क्यूआरजी 100 में से 87, एसएसबी 90 में से 70, मेट्रो हॉस्पिटल 100 में से 84, फोर्टिज अस्पताल 120 में से 109, सर्वोदय सेक्टर-19 अस्पताल में 100 में से 90, सेक्टर-8 सर्वोदय में 80 में से 68, एशियन अस्पताल में 160 में से 150, ईएसआई सेक्टर-8 में 80 में से 61 और पीपीसी एनएच-3 में 12, सुप्रीम अस्पताल में 60 में 50 और प्रतापगढ़ यूपीएचसी में 100 में से 86 लोगों को वैक्सीन लगाई गई। वैक्सीन लगवाने वाले डॉ. मनीश दयाल, डॉ. राकेश, डॉ. जयपाल, डॉ. गजेन्द्र अधाना, आयुषमान भारत योजना से नियुक्त त्यागी, स्वास्थ्य विभाग में नैनात सुषमा, नीलम के अलावा महिपाल आदी ने पायनियर को बताया कि वैक्सीन लगवाकर वह स्वयं को सुरक्षित महसूस कर रहे हैं।

दुनिया में कोरोना सबसे पहले भारत में छरा : नागर



फरीदाबाद। तिगांव से भाजपा विधायक राजेश नागर का नहरपार स्थित अजय नगर में स्वागत हुआ। स्थानीय आरडब्ल्यूए ने विधायक को फूलमालाओं से लाद दिया और ढोल नगाड़ों के साथ अभिनंदन किया। विधायक राजेश नागर ने कहा कि आज भारत और हरियाणा में भाजपा की सरकारों हर घर विकास का रंग पहुंचाने में लगी हुई हैं। कोरोना महामारी पूरी दुनिया में सबसे पहले भारत में हारी है। यह बात रिकॉर्ड पर आ चुकी है। हमने सबसे ज्यादा किफायती और परखी हुई वैक्सीन बनाई है। जिसे दुनिया के अन्य देश भी हमसे मांग रहे हैं। विधायक ने कहा कि यह मोदी के कुशल नेतृत्व और भविष्य को भांपने की क्षमता के कारण ही संभव हुआ है। उन्होंने कहा कि आज दुनिया का सबसे बड़ा वैक्सीनेशन कार्यक्रम भारत में चल रहा है। जिसे बड़े संयोजित तरीके से चलाया जा रहा है। पूरे कोरोना काल में भारत में महामारी के दौर में भी कालाबाजारी नहीं हुई, यह भाजपा सरकारों की कुशलता को दिखाता है। आरडब्ल्यूए के अध्यक्ष धर्मंद सहित विनोद, नरेंद्र तिवारी, अजीत कुमार, सुभाष सक्सेना, रामकुमार, आरएच शर्मा, अनिल मिश्रा, सुभाष शर्मा, रामप्रसाद ठाकुर, सहाराम, लक्ष्मी महतो, सुरेंद्र गुप्ता, सुनील ठाकुर, रामचंद्र मिश्रा, कुलदीप गुप्ता, विरेंद्र, रामवीर सरदार, अजब चंदीला आदि प्रमुख रूप से मौजूद रहे।

पोषण के लिए किया जागरूक



फरीदाबाद। सही पोषण देश रोशन के नारे के साथ बूज मंडल की टीमों ने एनआईटी, फतेहपुर चंदेला, हँदिरा कॉलोनी और गांधी कॉलोनी में नुकड़ नाटकों के जरिए पोषण जागरूकता अभियान चलाया। टीमों ने लोगों को पोषण के सूत्र बताए और पोषक आहार लेने की शोषध भी दिखाई गई। साफ सफाई को अपनाने के लिए भी जागरूक किया। दोष भराई और अन्न प्राशन की रस्मों के बारे में भी बताया गया। आंगनवाड़ी सुपरवाइजर सिमता धीमान के साथ नीलम सिंह, तरुणा, पूनम, नीना, इंदु वधवा ने जागरूकता अभियान में सक्रिय भूमिका निभाई।

शहीद की मूर्ति का किया अनावरण



फरीदाबाद। शहीदों की चिताओं पर हर वर्ष लंगे मेले, बस एक यहीं निशा बाकी होगा, की बात को चरितार्थ करते हुए केंद्रीय राज्य मंत्री चौधरी कृष्णपाल गुर्जर ने कहा कि देश में भाजपा सरकार जय जवान, जय किसान की नीति को क्रियान्वित करने का काम कर रही है। कृष्णपाल गुर्जर मंगलवार को तिगांव के अधाना पट्टी में शहीद विरेन्द्र सिंह के मूर्ति के अनावरण अवसर पर उपस्थित जन समूह को सम्बोधित कर रहे थे। केंद्रीय राज्य मंत्री ने तिगांव में 40 लाख रुपये की धनराशि की लागत से सामुदायिक भवन और 10 लाख रुपये की धनराशि की लागत से बनाई गई चौपाल का लोकार्पण भी किया। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और प्रदेश में मुख्यमंत्री मनोहर लाल के नेतृत्व में सरकार हर वर्ग के हित में अनेक जनहितैषी कार्य करके अन्न मिसाल कायम कर रही है। कृष्णपाल गुर्जर ने शहीद विरेन्द्र सिंह पत्नी उमेश देवी और स्वतंत्रता सेनानी सुखपाल की धर्मपत्नी जग्गा देवी को सम्मानित भी किया। मौके पर चौधरी रुपसिंह नागर, बीजेपी महिला जिला अध्यक्ष राजबाला सरदाना, वाईएस चैयरमैन जगदीश अधाना, रिकू सरपंच, पप्पु सरपंच, देवेन्द्र सरपंच बदरौला, राकेश शर्मा सरपंच मंझावली, अशोक सरपंच मधवली, सन्जु चपराना, दुष्यंत नागर और डीपी नागर आदि मौजूद थे।

गुरु गोबिंद सिंह जयंति आज

फरीदाबाद। नववर्ष 2021 में सिखों के 10वें गुरु गोबिंद सिंह की जयंती आज शहर में श्रद्धा और धूमधाम से मनाई जाएगी। हिन्दी कैलेंडर के अनुसार, पौष मास के शुक्ल पक्ष की सप्तमी को गोबिंद सिंह जी का जन्म पटना साहिब में हुआ। धर्म की रक्षा के लिए अपने पूरे परिवार का बलिदान कर देने वाले गुरु गोबिंद सिंह जी ने खालसा पंथ की स्थापना की थी। गुरु गोबिंद सिंह जी सिख समुदाय के अंतिम गुरु हैं, उनके बाद से गुरु ग्रंथ साहिब ही स्थाई गुरु हो गए। प्रकाश पर्व के इस पावन अवसर पर आज शहर के गुरुद्वारों में अरदास की जाएगी। भजन, कीर्तन होगा है। इस दिन सिख समुदाय के लोग प्रभात फेरी निकालते हैं और गुरुद्वारों में मत्था टेकते हैं। नगर किर्तन निकाल कर गुरुद्वारों को सजाया जाता है।

ये हैं आंकड़े	
जिले में कुल जांच :	488662
अब तक पॉजिटिव :	46081
अब तक नैगेटिव :	440894
रिपोर्ट आनी शेष :	1687
ऑक्सीजन पर हैं :	8
वेंटिलेटर पर हैं :	2
अब तक मौत :	411
अब तक ठीक :	45373

कोरोना: 19 पॉजिटिव से आंकड़ा पहुंचा 46081



फरीदाबाद। जिले में जहां एक तरफ कोरोना के मरीजों की संख्या लगातार सामने आ रही है। वहीं दूसरी तरफ लोग नियमों के प्रति लापरवाही बरत रहे हैं। मंगलवार को 19 मरीज सामने आए हैं। जिससे कोविड-19 का आंकड़ा जिले में 46081 पर पहुंच गया। अभी 1687 मरीजों की जांच रिपोर्ट आनी बाकी है। दूसरी तरफ जिले में राहत की बात यह रही कि 16 मरीजों ने कोरोना की जंग जीत ली। जिससे जिले में कोविड-19 का रिकवरी रेट 98.5 प्रतिशत रहा।

यहां से पॉजिटिव

19 पॉजिटिव में सेक्टर-3 (2),

लक्कड़पुर (1), सेक्टर-15 (2), सेक्टर-14 (2), एनएच-5 (2), सेक्टर-17 (2), सेक्टर-16 (3), बड़खल (2), सेक्टर-56 (1), श्याम कॉलोनी (1) और एनए एरियों से 2 मरीज शामिल हैं।

अलॉटमेंट का मिली मजूरी
बैठक में 13 विकास कार्यों के टेंडर अलॉटमेंट को भी मंजूरी प्रदान की गई। इनमें गांव झाझसा में प्रधानाति धर्मशाला के पुनर्निर्माण के लिए 2 करोड़ 13 लाख रुपये, वाई-35 में सड़कों के निर्माण के लिए 1 करोड़ 72 लाख रुपये, सेक्टर-4 में स्ट्रीटमा लाइट ड्रेनेज के लिए 1 करोड़ 50 लाख रुपये तथा 1 करोड़ 53 लाख रुपये, अर्जुन नगर में मल्टीपुर्पज जल हॉल के लिए 2 करोड़ 49 लाख रुपये, हरसरू गांव के नजदीकी टेंडरलस तकनीकी से सीवर लाइन निर्माण के लिए 1 करोड़ 47 लाख रुपये, गांव टीकरी में ओल्ट एज होम के पुनर्निर्माण के लिए 1 करोड़ 68 लाख रुपये, गांव नाथपुर में बुस्टर स्टेशन एवं अंडरग्राउंड टैंक निर्माण के लिए 1 करोड़ 84 लाख रुपये, सेक्टर-52 में शेष बची सड़कों को परमत्त के लिए 1 करोड़ 49 लाख रुपये, जोन-2 क्षेत्र में बेहरत एवं शुद्ध पेजल आपूर्ति के लिए 2 करोड़ 41 लाख रुपये तथा जैकबपुर स्थित रविदास भवन के पुनर्निर्माण के लिए 1 करोड़ 92 लाख रुपये के टेंडर अलॉटमेंट शांति हैं।

वित्तीय एवं डिजिटल साक्षरता बैंकिंग के प्रति जागरूक किया

पलवल। सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक की शाखा मीरपुर कोराली ने विशेष कार्यक्रम का आयोजन कर वित्तीय साक्षरता व डिजिटल बैंकिंग की जानकारी दी। सर्व हरियाणा ग्रामीण बैंक पलवल क्षेत्र के क्षेत्रीय प्रबंधक सतीश कुमार, आकाश शाखा प्रबंधक मीरपुर कोराली उपस्थित थे। सतीश कुमार ने बताया कि आज की तकनीकी बैंकिंग के परिपेक्ष्य में वित्तीय साक्षरता और डिजिटल बैंकिंग की जानकारी ग्रामीण जनों के लिए बहुत अहम है। उन्होंने बैंक की विभिन्न जमा योजनाओं, बीएसबीडी, बचत, आवर्ती, सावधि, म्हारी लाडो आदि योजनाओं की जानकारी दी। सतीश कुमार ने आमजन को प्रधानमंत्री सामाजिक सुरक्षा योजनाओं, मोबाइल बैंकिंग, रुपये



ग्रामीणों को जागरूक करते बैंक अधिकारी।

कार्ड, इंटरनेट बैंकिंग, यूपीआई, भीम एप, डाटा सुरक्षा व गोपनीयता की जानकारी दी। सतीश कुमार ने ग्राहकों को बैंक की ऋण योजनाओं और एक मुश्त समझौता योजना की जानकारी भी दी। आमजन से बैंक की विभिन्न ग्राहक मैत्री योजनाओं का लाभ उठाने का आग्रह किया। शाखा प्रबंधक आकाश ने भी लोगों को वित्तीय साक्षरता व बैंक की विभिन्न योजनाओं के बारे में जानकारी दी।

नूंह में भाजपाइयों ने गुरनाम सिंह चढ़नी का पुतला फूंका

किसान नेता और कांग्रेस नेताओं की आंदोलन में मिलीभगत

दीपक कुमार। नूंह

जिला नूंह मुख्यालय पर मंगलवार को भाजपा नेताओं ने कांग्रेस व किसान नेता गुरनाम सिंह चढ़नी का पुतला फूंककर रोष प्रकट किया। किसान नेता और कांग्रेस नेताओं की आंदोलन में मिलीभगत के विरोध में भाजपा कार्यकर्ताओं ने नूंह में किसान नेता गुरनाम सिंह चढ़नी और कांग्रेस पार्टी का पुतला फूंक प्रदर्शन किया। मंगलवार सुबह सभी भाजपा नेता और कार्यकर्ता नूंह भाजपा कार्यालय पर एकत्रित हुए। इसके बाद भाजपा नेताओं व कार्यकर्ताओं ने पार्टी कार्यालय से पुराने डीसी निवास के सामने से होते हुए गोशाला रोड से नूंह के अड्डबर चौक पर पहुंचे और इकट्ठे होकर विरोध प्रदर्शन कर पुतला फूंका। मौके पर भाजपा जिला अध्यक्ष नरेंद्र पटेल व भाजपा ने कहा कि कांग्रेस और गुरनाम सिंह की साठगांठ



नूंह के अड्डबर चौक पर पुतला फुंकते भाजपा नेता और कार्यकर्ता।

उज्जर हो गई है। कांग्रेस और गुरनाम सिंह अपनी राजनीतिक महत्वाकांक्षाओं को पूरा करने के लिए भोले-भाले किसानों का इस्तेमाल करने से बाज नहीं आ रहे हैं।

किसान संयुक्त मोर्चा के पदाधिकारियों द्वारा गुरनाम सिंह से किनारा कर लेना बताता है कि कैसे गुरनाम सिंह किसानों का इस्तेमाल करके साठगांठ का खेल खेल रहे थे। इस मौके पर भाजपा नेत्री नोक्षम चौधरी, भाजपा जिला उपाध्यक्ष ताहिरा अजमत, जिला मीडिया

राशन डिपों के नये लाइसेंस आवेदन अब पोर्टल से होंगे स्वीकार

नूंह। उपायुक्त धीरेन्द्र खड्गटा ने बताया कि खाद्य नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले विभाग द्वारा केंद्रीय सेवाओं और राशन डिपो के नये लाईसेंस जारी करने इत्यादि से संबंधित सेवाओं को सरल पोर्टल पर ऑनलाइन कर दिया गया है। इसके लिए पब्लिक डोमेन पर राशन डिपूओं से संबंधित सेवाओं के ऑनलाइन आवेदन हेतु सरल पोर्टल डब्ल्यूडब्ल्यू डब्ल्यू डॉट सरलहरियाणा डॉट जीओवी डॉट आईएन से जोड़ा गया है, जिससे उपभोक्ताओं के समय व धन की बचत होगी। उन्होंने नागरिकों से आग्रह करते हुए कहा कि सरकार द्वारा लागू की गई जनकल्याणकारी नीतियों व दी जा रही सेवाओं का ज्यादा से ज्यादा फायदा उठाएं।

बसों की कमी, जान जोखिम में डाल रहे यात्री

पायनियर समाचार सेवा-फिरोजपुर झिरका।

रोडवेज बसों की कमी और संचालन की नीति ठीक नहीं होने से आए दिन यात्रियों को जान जोखिम में डाल कर निजी वाहनों में यात्रा करने पर मजबूर होना पड़ रहा है। इसके पीछे सबसे बड़ा कारण विभाग की संचालन नीति है बसों के मुकाबले यात्रियों की संख्या ज्यादा है और दिन में बसें सड़कों पर कम ही फेरे लगाती हैं। परिवहन विभाग की मनमानी से आए दिन सरकारी खजाने को लाखों रुपये राजस्व का चूना लगाया जा रहा है।

फिरोजपुर झिरका के तीनों ओर राजस्थान सटा हुआ है। इसके अलावा स्थानीय लोगों का दिल्ली-गुडगांव जाने के मुकाबले हर कार्य के लिए अलवर आना-जाना लगा रहता है।

देखरेख के अभाव में जर्जर हो रहा पटवार घर

पटवारियों के नहीं बैठने से किसानों की समस्याओं का नहीं हो रहा समाधान

पायनियर समाचार सेवा। फिरोजपुर झिरका

तीन दशक पूर्व किसानों की जमीनी समस्याओं को निपटारा किए जाने के लिए बनाए गए पटवार घर में पटवारी नहीं बैठने से पटवार भवन जर्जर हो कर गिरने लगा है। यही नहीं बल्कि पटवार घर अवैध अतिक्रमण का शिकार भी हो चुका है।

सरकार की नीति व विभागों के मार्गदर्शन पर हमेशा सवाल उठते रहे हैं। पटवार घर जैसे अनेक भवन



रख-रखाव के अभाव में जर्जर हो चुके हैं। जबकि सरकार के खजाने से जनता की गाढ़े खून-पसीने की कमाई से लोगों की जन सुविधा के लिए करोड़ों रुपये की राशि खर्च कर सरकारी भूमि में इन भवनों का निर्माण कराया गया है। दिल्ली-अलवर मार्ग पर नगर पालिका की बेशकीमती भूमि पर पटवार घर का निर्माण 1992 में किया गया था। उस

समय राजस्व विभाग की ओर से सरकार को बताया गया था कि एक भवन के नीचे सभी पटवारियों के बैठने से किसानों की भूमि सम्बन्धित समस्याओं का निराकरण में तेजी आएगी।

ताहिर, जेकम, रामलाल, चरण सिंह, फखरू आदि किसानों ने कहा कि पटवार घर में पटवारी नहीं बैठने से जहां किसान परेशान हैं वहीं

रंजिश के चलते दो व्यक्तियों में झगड़ा, दिल्ली-अलवर मार्ग पर लगा जाम

फिरोजपुर-झिरका। सिध्रावट गांव के दो लोगों के बीच रंजिश को लेकर नई सब्जी मंडी के पास झगड़ा हो गया। झगड़ा इतना बढ़ गया कि अम्बेडकर चौक से लघु सचिवालय जाने वाली सड़क पर जाम लग गया। वहां लोगों के बीच-बचाव से झगड़ा सुलझाने के बाद बड़ी मुश्किल से सड़क पर लगा जाम खुलवाया गया। सिध्रावट गांव के दो परिवारों के बीच काफी दिनों से झगड़ा चल रहा है। मंगलवार को दोनों परिवारों के मुखिया नई सब्जी मंडी में आमने सामने हो गए। दोनों के बीच रंजिश को लेकर झगड़ा शुरू हो गया। झगड़ा बढ़ने पर भीड़ एकत्रित होने से अम्बेडकर चौक से लघुसचिवालय की ओर जाने वाले दिल्ली-अलवर मार्ग पर वाहनों का जाम लग गया। वाहनों के जाम लगने से दोनों ओर काफी भीड़ लग गई, आधे घंटे लगे जाम के बाद मौजूद लोगों ने दोनों व्यक्तियों के समर्थकों को समझाकर झगड़े का अंत किया गया, उसके बाद सड़क पर लगे जाम में फंसे वाहनों को दोनों ओर चलता किया गया।



बच्चों ने केसीएन वर्ल्ड स्कूल का भ्रमण किया



पलवल। हरियाणा स्कूल शिक्षा परियोजना परिषद पंचकूला के आदेशानुसार राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मंडकोला के नौवीं से 12वीं के छात्र-छात्राओं को मिलन पार्टनरशिप कार्यक्रम के तहत केसीएम वर्ल्ड स्कूल में ले जाया गया। प्रधानाचार्य जितेंद्र यादव व अन्य स्टाफ सदस्यों के साथ सभी बच्चे सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए, मास्क पहनकर इस कार्यक्रम में सम्मिलित हुए।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य ग्रामीण व शहरी विद्यालयों के छात्र-छात्राओं का आपसी वैचारिक मिलन है। जिसमें उन्हें आपस में एक-दूसरे के विचार शेयर करने, अपनी-अपनी रुचि व शौक बताने व अन्य गतिविधियों में भाग लेने का मौका मिलता है। मंडकोला के विद्यार्थियों ने केसीएम वर्ल्ड स्कूल में विद्यालय के मैनेजिंग डायरेक्टर अनिल भारद्वाज, प्राचार्या पारुल भारद्वाज, करियर काउंसलर नरेंद्र

संक्षिप्त समाचार

कॉलेज में शिक्षक विनिमय कार्यक्रम का आयोजन



पलवल। मंगलवार को जीजीडीएसडी कॉलेज, पलवल एवं डीएवी शताब्दी कॉलेज फरीदाबाद के रसायन विभाग द्वारा शिक्षक विनिमय कार्यक्र का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विभाग के लगभग 70 विद्यार्थियों ने अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को एक अलग परिवेश से परिचित कराना था। कार्यक्रम में जीजीडीएसडी कॉलेज पलवल के प्राध्यापक डॉ. रमन सैनी को डीएवी कॉलेज के विद्यार्थियों को संबोधित करने के लिए आमंत्रित किया। डीएवी कॉलेज की प्राध्यापिका सुजाता ने जीजीडीएसडी कॉलेज, पलवल के विद्यार्थियों के मार्गदर्शन के लिए आमंत्रण भेजा। ये कार्यक्रम ऑनलाइन प्रणाली के जरिए पूरा किया। कार्यक्रम का मुख्य केंद्र बिंदु विद्यार्थियों के वैज्ञानिक स्तर का विकास करना था। इस दौरान जीजीडीएसडी कॉलेज,पलवल के प्राध्यापक रमन ने विद्यार्थियों को वैज्ञानिक सोच एवं उससे जुड़े तथ्य बताए। उन्होंने अपने व्यक्तित्व में व्यवहार में वैज्ञानिक दृष्टिकोण अपनाने पर भी जोर दिया। प्रोफेसर सुजाता ने जीजीडीएसडी कॉलेज, पलवल के विद्यार्थियों को दैनिक कार्यों में रसायन शास्त्र का महत्व समझाया। कार्यक्रम का संचालन प्रो. वनिता सपरा ने इंटरनेट संचार के माध्यम से किया। जीजीडीएसडी कॉलेज के प्राचार्य डॉ. जीके सपरा ने बताया कि रसायन विभाग द्वारा उठाया गया ये कदम बड़ा ही प्रशंसनीय है व ऐसे कार्यक्रम शैक्षिक जीवन की वृद्धि में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं। उन्होंने विभागाध्यक्ष डॉ. अंजू को कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए बधाई दी। कार्यक्रम में विभाग के सभी प्राध्यापक डॉ. रुचि शर्मा, डॉ. वनिता सपरा एवं सभी विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़कर कर भाग लिया।

तावड़ में व्यापारी की हत्या से हड़कंप



तावड़। मंगलवार को शहर की नई अनाज मंडी में एक व्यापारी की हत्या होने से हड़कंप मच गया। हादसे की सूचना के बाद पुलिस मौके पर पहुंची और शव कब्जे में लेकर कार्रवाई में जुट गई। वीरेंद्र सिंह निवासी तावड़ ने बताया कि नगर की नई अनाज मंडी में आहत नंबर 60 पर उनके पिता किशन दत्त गुप्ता (80)अकेले ही रहते थे। बीती रात्रि पड़ोसी व्यापारी के माध्यम से उनके गोदाम का दरवाजा खुला होने की सूचना उन्हें मिली। जिसके बाद उनका पुत्र अनाज मंडी में गोदाम पर पहुंचा तो पिता किशन दत्त गुप्ता वहां से गायब थे। खोजबीन के बावजूद देर रात तक उनका कोई सुराग नहीं मिला। उन्होंने बताया कि मंगलवार तीन बजे के करीब गोदाम के अंदर वह गए तो प्लास्टिक कट्टों के बीच में खून से लथपथ उन का शव मिला। उन्होंने पुलिस को सूचित किया। घटना की सूचना मिलते ही शहर थाना प्रभारी ओमबीर सिंह के नेतृत्व में पुलिस मौके पर पहुंची। पुलिस ने मौके पर जांच की। व्यापारी किशन दत्त की गला घोट कर बेदर्दी से हत्या की गई थी। गोधम का फर्श भी खून से लथपथ था। मामले में हत्यारों का अभी कोई सुराग पुलिस के हाथ नहीं लगा है। नगर में व्यापारी की हत्या से अन्य व्यापारियों में भय व गुस्से का माहौल है। शहर थाना प्रभारी ओमबीर सिंह ने बताया कि मंगलवार तीन बजे के करीब खंड अनाज मंडी की आहत नंबर 60 के गोदाम में एक शव मिलने की सूचना उन्हें मिली थी। मृतक की पहचान व्यापारी किशन दत्त निवासी तावड़ के रूप में हुई है। पुलिस मामले की गहनता से जांच कर रही है। जल्दी ही इस हत्या की गुत्थी को सुलझा लिया जाएगा।

जल बचाने की कवायद शुरू, सक्षम युवा करेंगे लोगों को जागरूक

नूंह। नूंह जिले के नगीना खंड कार्यालय में मंगलवार को जन स्वास्थ्य विभाग द्वारा जल संरक्षण एवं स्वच्छता के प्रति एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें खंड के दर्जनों सक्षम युवाओं ने भाग लिया। मौके पर खंड कोआर्डिनेटर खुशींद अहमद ने बताया कि जल जीवन मिशन के माध्यम

से देश व प्रदेश सरकार ने इन दिनों जल संरक्षण एवं संस्था के मुद्दे पर जन सहभागिता अभियान चलाया हुआ है। अभियान के तहत जल संरक्षण सहयोगी संस्थाएं आमजन को जल की शुद्धता व उसके रख रखाव के बारे में जागरूक कर रही हैं। जूनियर इंजीनियर जेई अबरार ने सक्षम युवाओं को जल जीवन मिशन के प्रति जागरूक करते हुए कहा कि पेयजल की सुरक्षा व उसकी शुद्धता के प्रति आमजन को भी जागरूक किया जाए साथ ही साथ गांव वालों को पेयजल की महत्व व आवश्यकता पर बल देते हुए कहा कि जल के बिना जीवन अधूरा है यदि समय रहते हम जल का संरक्षण नहीं किया तो आने वाला भविष्य खतरे में है। उन्होंने कहा कि हमारी पृथ्वी पर पीने योग्य पानी बहुत कम बचा है और अगर हम इसके प्रति अभी से जागरूक नहीं हुए तो विश्व की एक तिहाई जनसंख्या 2050 में पानी के अभाव में दम तोड़ देगी समय रहते यदि हम सब प्रत्येक नागरिक इसके प्रति जागरूक होंगे और जल बचाने में अपनी जिम्मेदारी समझेंगे और आमजन को इसके प्रति सचेत करेंगे तब जाकर हम भविष्य में जो पीने योग्य पानी का संकट आने वाला है उससे बचा जा सकेगा। 80 प्रतिशत बीमारियां दूषित पेयजल से हो रही है इसके लिए शुद्ध पेयजल का होना बहुत जरूरी है विभाग द्वारा समय-समय पर पानी की टेस्टिंग की जाती है फिर भी जल को शुद्ध रखने में आप इसमें सहयोग करें। सक्षम युवा आदिल, नेहा, फरजाना व सीमा के अलावा अन्य सक्षम युवा मौजूद रहे।

पायनियर प्लासीफाइड

● **नाम परिवर्तन** ●

I, Sunil Adhana S/o Lekhraj R/o H.No. 54/2, Nambardar Mohalla Village Fattupura, Faridabad have changed my son name from Paras to Paras Adhana for all purposes.

● **बेदखली सूचना** ●

मैं, मोहिन्दर सिंह पुत्र श्री रामचन्द्र निवासी ग्राम महताना वह, व जिला सोनीपत ब्यान करता हूं कि मेरा सगा पुत्र सन्दीप व उसकी पत्नी योगिता मेरे कहने सुनने से बाहर है को अपनी चल अचल सम्पत्ति से बेदखल कर दिया है। भविष्य में इनसे लेनदेन करने वाला स्वयं जिम्मेदार होगा। मैं व मेरा परिवार नहीं।

● **बेदखली सूचना** ●

मैं रामबीर सिंह पुत्र देवकरण निवासी उठोन तावड़ जिला नूह अपने पुत्र विनोद कुमार को गलत आचरण के कारण, अपनी समस्त चल अचल संपत्ति से बेदखल कर संबंध विच्छेद करता हूं। भविष्य में वह स्वयं अपने कार्य का जिम्मेदार रहेगा।

मेवात की खबरों एवं विज्ञापन के लिए संपर्क करें

बेदखली सूचना, नाम परिवर्तन, गुमशुदगी, रस्म पगड़ी इत्यादि के विज्ञापन सस्ते दरों पर प्रकाशित करवाने के लिए पायनियर परिवार से जुड़िए

कासिम खान ब्यूरो प्रमुख नूंह (मेवात)

9050976800
9416103259
ओल्ड थाना पिनगवां के सामने मन्नी मार्केट पिनगवां, मेवात।

सीएमवाईके प्रिंटेक लिमिटेड के लिए मुद्रक एवं प्रकाशक प्रवीण मोहंती द्वारा सोका क्रिएशन प्राइवेट लिमिटेड, प्लाट नंबर 262 आईकेएल, सेक्टर-24, फरीदाबाद (हरियाणा) से प्रकाशित और बीएफएल इंफोटेक लिमिटेड, सी-9, सेक्टर-3, नोएडा -201301 (उ.प्र.) से मुद्रित। सम्पादक : चंदन मित्रा, स्थानीय सम्पादक : प्रवीण मोहंती। दूरभाष नंबर : (0129) 4195000। पी.आई.बी. एक्ट के अनुसार सभी विवादित समाचारों की जिम्मेदारी लेखक की होगी। पाठकों को सुझाव दिया जाता है कि इस अखबार के किसी भी विज्ञापन पर प्रतिक्रिया करने से पहले पूरी तहत उसके बारे में दिए गए दावों, शर्तों और तथ्यों की जांच कर लें। पायनियर पुरा के मुद्रक, प्रकाशक, सम्पादक या उसका कोई भी कर्मचारी विज्ञापनदाता द्वारा उनके किसी उत्पाद तथा सेवा हेतु किये गए किसी दावे की सच्चाई का आश्वासन या उत्तरदायित्व नहीं लेता है। ऐसे विज्ञापन के बाद किसी आर्थिक क्षति के लिए वे जिम्मेदार भी नहीं हैं।



अनिवासी भारतीय

ब्रिटेन व अमेरिका में दबदबा

कहा जाता है कि पश्चिमी दुनिया में अनिवासी भारतीयों का दबदबा है, फिर चाहे वे आप्रवासियों की पहली पीढ़ी से संबंधित हों अथवा तीसरी या चौथी पीढ़ी से। पश्चिमी देशों में उनका असर ‘भारतीय’ समुदाय की संख्या की तुलना में अधिक है। तमिल व जमैका मूल की महिला कमला हैरिस आंशिक रूप से भारतीय नस्ल की हैं। अपनी तमिल मां के बावजूद हैरिस स्वयं को ‘अश्वेत’ के रूप में परिभाषित करती हैं। वे संयुक्त राज्य अमेरिका के एक सर्वाधिक महत्वपूर्ण पद पर पहुंच रही हैं और बहुत से लोगों ने खुलेआम उनके बहुत जल्द संभावित राष्ट्रपति उम्मीदवार के रूप में आने की उम्मीद लगाई है। धाराप्रवाह संस्कृत व तमिल बोलने में सक्षम हैरिस भारतीय विदेश मंत्री एस. जयशंकर की दूर की रिश्तेदार हैं। हैरिस के अलावा भारतीय मूल के 20 से अधिक लोग बाइडेन-हैरिस प्रशासन में 20 जनवरी को अपनी भूमिका प्राप्त करेंगे। वे लगभग पूर्ण श्वेत ट्रंप प्रशासन तथा ओबामा प्रशासन से भी अलग होंगे जिसमें अभिनेता कलपन मोदी या ‘काल पेन’ भारतीय मूल का सर्वाधिक उल्लेखनीय चेहरा थे। हालांकि, पश्चिमी देशों में बड़े पद पर पहुंचने वाली हैरिस पहली भारतीय नहीं हैं। बोरिस जान्सन के कैबिनेट में भारतीय मूल के मंत्री हैं जिनमें चंसलर ऋषि सुनक व गृह सचिव प्रीति पटेल सर्वाधिक उल्लेखनीय हैं। भारत में हम लोग विदेशों में अपने बंधुओं की उपलब्धियों से प्रसन्न होते हैं, पर उनमें से अनेक ने इस पद पर पहुंचने के लिए संस्थागत नस्लवाद का सामना किया है। इस संबंध में हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि इनमें से अनेक लोग अपने भारतीय मूल पर भले ही गर्व करें, पर उनका अपने



मूल देश से कुछ लेनादेना नहीं है। यदि उनमें से किसी का संबंध भारतीय समाज के निचले दर्जे से रहा हो तो उनके मन में भारत की छवि खराब होगी और वे उसके प्रति शत्रुतापूर्ण दृष्टिकोण भी अपना सकते हैं। वास्तव में इस बात की पूरी संभावना है कि पश्चिमी दुनिया

में भारतीय मूल के राजनेता व नौकरशाह इस शक्ति का प्रयोग भारतीय नीति निर्माताओं पर दबाव डालने के लिए करें। वास्तव में अमेरिका में प्रमिला जयपाल जैसे लोगों ने ऐसा करने का प्रयास भी किया है। इसके साथ ही, वैश्विक राजनीति के कारण पश्चिमी दुनिया को भारत के निकट आने की आवश्यकता है क्योंकि चीन के खिलाफ मजबूती प्रदर्शित करना उनके लिए महत्वपूर्ण है। आस्ट्रेलिया, जापान, अमेरिका और भारत के बीच क्राइ गठबंधन एक यथार्थ है और इसका महत्व बना रहेगा। 2019 में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप का समर्थन हस्टन में किया था तथा ट्रंप को पिछले साल भारत यात्रा के लिए आमंत्रित किया था। इसके कुछ प्रभाव भारतीय नीति निर्माताओं पर पड़ सकते हैं। इस प्रकार अमेरिका में भारतीय मूल के लोगों की सफलताओं पर प्रसन्न होते हुए भी हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि कुछ यथार्थों की अनदेखी उचित नहीं होगी। अनेक भारतीय पश्चिमी दुनिया में पहुंचने पर ‘बेरेबंदी’ की मानसिकता का अनुभव करते हैं। यह स्थिति स्पष्ट रूप से सैन जोस, कैलीफोर्निया व एडिसन, न्यूजर्सी, आदि शहरों में दिखती है। भारत में हमें यह तथ्य अनदेखा नहीं करना चाहिए। यह भी सच है कि पश्चिमी दुनिया में भारतीयों की बहुत बड़ी संख्या केवल उच्च जातीय आप्रवासियों की नहीं है, बल्कि उनमें से अनेक अत्यधिक आत्मकेन्द्रित मानसिकता वाले हो सकते हैं। वास्तव में पश्चिमी समुदायों की तुलना में भारत में सामाजिक जातीय गतिशीलता ज्यादा आसान है। पश्चिम में प्रवास करने वाले समुदायों में यह ज्यादा कठिन है क्योंकि उनका सामाजिक ढांचा अतीत में जड़ें जमाए हो सकता है, जबकि भारत ने प्रगति कर ली है।

कौशल विकास पर ध्यान देना आवश्यक

नई शिक्षा नीति राष्ट्रीय प्राथमिकताओं व समकालीन यथार्थ के अनुरूप है। इसमें लंबे समय से अनदेखे किए जा रहे क्षेत्रों पर ध्यान दिया गया है।



ए. सूर्यप्रकाश
(लेखक लोकतांत्रिक अध्ययनों के विशेषज्ञ हैं)

दशकों तक हठधर्मिता के बाद शिक्षा क्षेत्र में केन्द्र सरकार तथा नीति निर्माताओं ने एक नई शिक्षा नीति-एनईपी पेश की है जो राष्ट्रीय प्राथमिकताओं तथा समकालीन यथार्थ के अनुरूप है। इसका कारण यह है कि नई नीति में तीन अत्यन्त महत्वपूर्ण क्षेत्रों पर ध्यान दिया गया है जिनकी लंबे समय से अनदेखी हो रही थी। ये हैं-समग्र एवं बहुविषयी शिक्षा, व्यावसायिक शिक्षा व कौशल संवर्धन तथा डिजिटल शिक्षा के माध्यम से अवसरों की समानता। केन्द्र ने अतीत में भी शिक्षा नीतियां बनाई हैं। लेकिन अतीत की अनेक अन्य चीजों की तरह ये नीतियां भी दूरदृष्टि, पैसे व प्रतिबद्धता के अभाव में निरर्थक सिद्ध हुई। अंततः वे कुछ खोखले शब्द बन कर रह गई तथा अतीत की चीजें बन गईं।

इनकी स्थिति अतीत की सरकारों द्वारा छपी गई अनेक चीजों जैसी बन गई। लेकिन इस बार चीजें अलग हैं क्योंकि शिक्षा के क्षेत्र में असली समस्याओं की पहचान के साथ ही उनसे निपटने का प्रयास किया गया है। इनमें बच्चों की शुरुआती शिक्षा, स्कूलों के पाठ्यक्रम व शिक्षाशास्त्र, भाषाई शिक्षा, समग्र व समन्वित शिक्षा, व्यावसायिक शिक्षा तथा भारतीय भाषाओं, कला व संस्कृति को बढ़ावा देना शामिल हैं। इस नीति के सभी आयामों को एक स्तंभ में समाहित करना कठिन है, इसलिए हमें अपने ध्यान कुछ आयामों जैसे, समग्र, बहुविषयी व व्यावसायिक शिक्षा पर देना चाहिए। एनईपी में तक्षशिला व नालन्दा जैसे विश्वविद्यालयों के बहुविषयी दृष्टिकोण की बात कही गई है जहां अच्छी शिक्षा का अर्थ 64 ‘कलाओं’ का ज्ञान देना था। इनमें गायन, पेंटिंग, रसायन, गणित, चिकित्सा, इंजीनियरिंग तथा बौद्धिगरी, वस्त्र निर्माण जैसे व्यावसायिक कौशलों के साथ संप्रेषण व बहस जैसे कौशल भी शामिल हैं। दूसरे शब्दों में यह समग्र ज्ञान था जो अपने आप में संपूर्ण व समग्र शिक्षा थी। यह व्यक्तियों को विभिन्न विषयों की मूलभूत समझदारी देने के साथ ही उनको शिक्षा के विभिन्न क्षेत्रों तथा जीवन की चुनौतियों के लिए तैयार करती थी। एनईपी के अनुसार, ‘विचार रह है कि रचनात्मक



मानव व्यवहार की सभी शाखाओं को कला समझना चाहिए जो विशिष्ट रूप से भारतीय मूल की हैं। इनमें गणित, विज्ञान, व्यावसायिक विषय, पेशेवर विषय तथा भावनात्मक कौशल शामिल हैं। इनको ‘भारतीय शिक्षा में वापस लाया जाना चाहिए और यही बात उस शिक्षा के बारे में सही है जो 21वीं शताब्दी के लिए आवश्यक है।’ यदि एनईपी का यह उद्देश्य कथन पूरी प्रतिबद्धता से लागू किया जाए तो देश में उच्च शिक्षा में क्रांतिकारी परिवर्तन होंगे, जबकि यह कला और विज्ञान विषयों के बीच दशकों से विभाजन के कारण बरबाद हो गई है, जैसे कि ये विषय एक दूसरे के दुश्मन हों। इस नीति को इतनी कसरत के साथ लागू किया जाता था कि परास्नातक व पीएचडी डिग्री धारक भी अपनी शिक्षा और दुनिया की समझदारी के बारे में अधुरेपन की भावना से ग्रस्त होते थे तथा इसके परिणामस्वरूप अपने पश्चिमी समकक्षों के बीच खो जाते थे जिनको समग्र शिक्षा का लाभ मिलता था। दुःख की बात है कि हमारे राजनेताओं, नौकरशाहों व शिक्षा विदों ने ऐसी नीति चला कर ज्ञान को खांचों में बांटा तथा छात्रों को कठोर विभागों में बांट कर उनको अपने उनको शिक्षा के विभिन्न क्षेत्रों तथा जीवन की चुनौतियों के लिए तैयार करती थी। एनईपी के अनुसार, ‘विचार रह है कि रचनात्मक

पहचान कर उनसे पूछा जाना चाहिए कि लाखों भारतीय छात्रों को इस विचारहीन खांचेबंदी में क्यों बांटा गया। दूसरा मुद्दा व्यावसायिक शिक्षा का है। स्वतंत्रता के बाद या शारीरिक परिश्रम वाले काम आदि कम शिक्षित लोगों के काम हैं जो औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थानों-आईटीआई से पास होते हैं। इनमें फैक्ट्री में लेथ मशीन चलाना या पिस्टर या र्टर्न होना, बुलडोजर या ऐसी ही बड़ी मशीन चलाना, बर्हईगरी, प्लंबिंग, आधारभूत बिजली का काम, आदि शामिल हैं। मध्यवर्गीय बच्चों को कालेजों में जाकर डिग्रियां प्राप्त करनी चाहिए जिनमें कौशल बहुत कम होता है तथा उनको ‘बाक्स वाला’ या निजी क्षेत्र में कार्यकारी या शिक्षक बनना चाहिए। उनमें से कम सौभाग्यशाली सरकारी क्लर्क बनेंगे, जबकि ज्यादा स्मार्ट सिविल सेवा परीक्षार्थे पास कर बाबू बनेंगे। इसके साथ ही ‘सुरक्षित’ सरकारी नौकरियां नौजवानों का अंतिम लक्ष्य बन गईं। इस व्यवस्था ने छात्रों के उद्यमिता कौशलों को प्रेरित नहीं किया या उनको नए अवसर पाने के लिए चुनौती नहीं दी। इस प्रकार थोड़े भाषा कौशल व अंग्रेजी में स्मार्ट छात्रों को अच्छी आमदनी के अवसर मिले, जबकि उद्योगों व विनिर्माण क्षेत्र चलाने में सक्षम असली कौशल वाले तथा देश के सकल

घरेलू उत्पाद-जीडीपी को बढ़ाने वाले लोगों, जैसे लेथ आपरेटरों व एलेक्ट्रीशियनों आदि को निचली श्रेणी में रखा गया। इनको कामगार वर्ग बताया गया। यह विकृति दशकों तक बनी रही क्योंकि भारतीय मध्य वर्ग ने घोषणा कर दी थी कि डिग्री प्रमाणपत्र उसके क्षेत्र तथा विवाह बाजार में प्रवेश के लिए जरूरी है। आईटीआई में तीन साल के प्रशिक्षण के बाद डिग्री बांटने के समय यह आसानी से देखा जा सकता है। अंततः नई शिक्षा नीति-एनईपी ने इस विसंगति पर गौर कर इसे समाप्त करने का प्रयास किया है। यह वास्तव में शर्म की बात है कि मध्य वर्ग की इस विकृत आदत ने कौशल-विहीन शिक्षा को आगे बढ़ाया और यह स्वतंत्रता के बाद 70 साल के बाद तक जारी रही। इसका हमें भारी खामियाजा भुगतना पड़ है। बारह पंचवर्षीय योजनाओं के बाद 19-24 वर्ष आयुवर्ग के भारतीय श्रमशक्ति के केवल पांच प्रतिशत हिस्से को ही औपचारिक व्यावसायिक शिक्षा मिली, जबकि यह प्रतिशत अमेरिका में 52, जर्मनी में 75 तथा दक्षिण कोरिया में 96 था। इसका अर्थ है कि सर्वाधिक विकसित देशों में व्यावसायिक शिक्षा प्राप्त नौजवानों का हिस्सा अधिक था, जबकि भारतीय मध्य वर्ग व नीति निर्माताओं में इसकी कमी थी। इसका कारण यह है कि व्यावसायिक शिक्षा को मुख्यतः आठवीं कक्षा

के बाद पढ़ाई छोड़ने वाले या कक्षा 11 व 12 के बाद उन छात्रों के लिए रखा गया जिन्होंने व्यावसायिक प्रशिक्षण का रास्ता चुना था। एनईपी के अनुसार, इसके परिणामस्वरूप ‘व्यावसायिक शिक्षा को मुख्यधारा शिक्षा की तुलना में कमतर समझा गया जिसका उद्देश्य वे छात्र थे जो मुख्यधारा शिक्षा के अयोग्य थे।’ एनईपी वह सामाजिक स्तर पदानुक्रम उलटाना चाहती है जिसका संबंध व्यावसायिक शिक्षा से है। अब योजना यह है कि स्कूली व उच्च शिक्षा क्षेत्र में 50 प्रतिशत छात्रों को 2025 तक व्यावसायिक शिक्षा दी जाए। व्यावसायिक शिक्षा वाले क्षेत्रों को स्नातक डिग्रियां पाने में सक्षम बनाया जा रहा है। वैकल्पिक रूप से स्नातक छात्र चार-वर्षीय बहुविषयी कार्यक्रमों में शामिल होकर अपनी डिग्रियों के साथ व्यावसायिक कौशल भी प्राप्त कर सकेंगे। संक्षेप में शिक्षा व्यवस्था में कुशल और योग्य प्रमाणपत्र प्राप्त करने वालों तथा अकुशल पर ‘पैक डिग्री वालों’ के बीच रंगभेद जैसी स्थिति समाप्त हो जाएगी। जिस दिन भारत में कुशल कामगारों को उनका उचित स्थान मिलेगा, उसी दिन भारत प्रगति की दिशा में लंबी छलांग लगाएगा। अब हमें सरकार व नीति निर्माताओं पर दबाव बनाए रख कर पूरी ईमानदारी और क्षमता के साथ एनईपी का क्रियान्वयन सुनिश्चित करना होगा।

महामारी काल में रेलवे की सराहनीय भूमिका



कोरोनावायरस महामारी के दौरान दक्षिण-मध्य रेलवे ने देश को दिखा दिया कि विपत्ति को अवसर में कैसे बदला जाता है।

राम आचार्य

(लेखक रेलवे बोर्ड के पूर्व सदस्य हैं)

कोविड-19 महामारी नी भले ही भारतीय अर्थव्यवस्था पर गंभीर असर डाला हो लेकिन दक्षिण मध्य रेलवे ने ऐसे अवसर पर श्रमिक विशेष ट्रेनें चलाकर हैदराबाद से हजारों की संख्या में प्रवासी श्रमिकों को बिहार, उत्तर प्रदेश और ओडिसा में शहरों व कस्बों तक पहुंचाने का काम किया। प्रवासी श्रमिकों को सैकड़ों किलोमीटर पैदल चल कर जाने को विवश करने के बजाए ट्रेन द्वारा उनके घरों तक पहुंचाने के लिए बढ़ती व देशव्यापी इच्छा को भांगकर उसके अनुरूप काम किया, जबकि पैदल चलकर जाने की प्रक्रिया में कुछ मजदूरों की मौत भी हो गई थी। ऐसे में दक्षिण मध्य रेलवे ने समयोचित कदम उठाया। उसने भूख से पीड़ित, गरीब तथा थके हुए श्रमिकों की मदद करने की पहल की जो टूटने के किनारे पर पहुंच गए थे। दक्षिण मध्य रेलवे ने 1 मई 2020 से हैदराबाद के निकट लिंगमपल्ली से झारखंड

में हतिया तक एक विशेष श्रमिक ट्रेन चलाई, उसके पश्चात तेलंगाना, महाराष्ट्र तथा आंध्र प्रदेश में स्थित अपने स्टेशनों से उत्तरी एवं उत्तर-पश्चिमी भारत के विविध स्टेशनों तक 242 विशेष श्रमिक ट्रेनें चलाईं। अगले दो महीनों के दौरान, दक्षिण मध्य रेलवे ने लगभग 3,13,500 यात्रियों को ट्रेन से भेजा और संचालनों के चरम पर, 43 श्रमिक विशेष ट्रेनें 12 घंटे के भीतर चलाई गईं।

कोरोना महामारी के तेज होते प्रसार के बीच, दक्षिण मध्य रेलवे (एससीआर) ने उन श्रमिकों के लिए सुरक्षित माहौल तैयार किया जो वापस अपने कस्बों व घरों को लौट रहे थे। दक्षिण मध्य रेलवे ने सामाजिक दूरी बनी रहना, सभी ट्रेनों को बार-बार सैनीटाइज करना तथा सभी को द्वारा हैंड सैनीटाइजर्स का इस्तेमाल किया जाना संपर्कहीन थर्मल स्कैनिंग तथा टिकट परीक्षण कर्मचारियों द्वारा कैमरों के द्वारा टिकट परीक्षण किया जाना सुनिश्चित किया। साथ में, स्टेशनों पर तैनात किए गए कर्मचारी पीपीई किटें, दस्ताने एवं चेहरे का सुरक्षा आवरण पहने रहते थे, यह सुनिश्चित करने के लिए कि वे और यात्री वायरस से बचे रहें। उन्होंने सह भी निश्चित किया कि यात्री मास्क पहनने तथा कोविड नियमों का पालन करें। यदि वे ऐसा नहीं करते तो अपने कस्बों व गांवों को लौटने वाले लोगों के लिए

परिणाम घातक हो जाते। मूल स्टेशन से चलने वाली ट्रेनों के लिए तथा स्टेशनों से होकर गुजरने वाली ट्रेनों के लिए रेलवे कैटरिंग एवं पर्यटन निगम एवं कुछ गैर सरकारी संगठनों की सहायता से विशेष अंतरालों पर खाद्य सामग्री का प्रबंध किया जाता था। जैसे कि कोविड-19 रोगाणु देश के लिए निबटने हेतु किसी संकट के तौर पर पर्याप्त नहीं था, कि 5 मई को त्रासद स्थिति पैदा हुई जब विजाग में गैस लीक होने की घटना हो गई। परिणामतः, उस शहर से होकर विशेष श्रमिक ट्रेनों समेत सभी ट्रेनों का आवागमन रोकना पड़ा, और उन्हें थोड़े विलंब के पश्चात वैकल्पिक मार्गों से भेजा गया।

हालांकि, एससीआर के लिए यात्री गाड़ियों को बंद करना अधिक संख्या में मालगाड़ियां एवं विशेष पार्सल ट्रेनें चलाने के लिए एक अवसर था, धन अर्जित करने के लिए, जब देवव्यापी स्तर पर सामान्य आर्थिक गतिविधियां ठप हो गई थीं। हैदराबाद के निकट काचीगुड़ा गुड्स शेड से से नई गुवाहाटी तक साप्ताहिक विशेष पार्सल ट्रेनें चलाई गईं जिनमें मछलियां, सूखे मछलियां, अंडे, नीबू, तेल, घी आदि चीजें भेजी जाती थीं। कोविड-19 महामारी ने रेलवे को नया माल लादकर शेड से भी अवसर प्रदान किया और उसने क्विंडा सी पोर्ट लिमिटेड की औद्योगिक नमक, नागिरेड्डीपल्ली से चावल, कडप्पा

से दालें, नागरसोल से प्याज, रेड्डीपालेम से सूखी मिर्चें व निजामाबाद से हल्दी लादकर भेजना प्रारम्भ किया। ये सभी चीजें बांग्लादेश भेजी जाती थीं। अखिल भारतीय रेल यातायात अपने चरम स्तर से घटकर आधा रह जाने से एससीआर को विशाल गोदावरी नदी पर बने सेतु की बड़े पैमाने पर मरम्मत करने का अवसर मिला। 1977 में बने सेतु की मरम्मत किया जाना आवश्यक था और व्यापक बदलाव भी, लेकिन ऐसे व्यस्त मार्ग पर लंबे समय तक यातायात बंद रखना असंभव था। महामारी के कारण मरम्मत का काम लगभग 43 वर्षों के अंतराल के बाद शुरू किया गया, जिसमें तीन किलोमीटर लंबे सेतु पर संपूर्ण ट्रेक का नवीनीकरण शामिल थाजिसके लिए 36 घंटों के लिए यातायात रोक देना अनिवार्य था। ट्रेक को स्थानापन्न करने का काम गहनता से परीक्षण किए जाने के उपरांत प्लासर क्विक रिलेडिंग प्रणाली मशीनों की मदद से किया गया, जबकि सड़क यातायात चलता रहा। इसी तरह, 1970 में काजीपट्ट में लकड़ी के स्लीपरो के साथ जो सीजर्स क्रासओवर्स बिछाए गए थे, 72 घंटे तक यातायात बंद करने की संभावना के कारण, जो महामारी से पूर्व सोच से भी परे था। इसी तरह, विजयवाड़ा यार्ड में, उत्तर-दक्षिण तथा पूर्व कोस्ट माल आवागमन के लिए उत्तरी व दक्षिणी छोरों पर लकड़ी के स्लीपर हटा करते थे। लाकडाउन के

दौरान उनके स्थान पर पीएससी स्लीपर बिछाए गए। कुल मिलाकर, 8,257 किलोमीटर के ट्रेक पर पेटेल चलकर गश्त की गई और स्लाइडिंगें पूरी की गईं। यात्रियों की संख्या में जबर्दस्त गिरावट आने की बदीला, अकोला-खंडवा उत्तर-दक्षिण लिंक के अकोला और अकोट के बीच 44 किलोमीटर ट्रेक को मीटर गेज से ब्रांड गेज में बदला गया और अस्तित्वमान 149 किलोमीटर लंबे एकल ट्रेक को दोहरे ट्रेक में बदला गया।

उसके संजाल में फैली 44 स्वास्थ्य इकाइयों एवं पांच बड़े अस्पतालों के साथ, एससीआर क्वारंटाइन केंद्रों जैसी बेहद अहम सुविधाएं मुहैया कराने में अहम भूमिका अदा कर सका, जिसमें 1,017 बिस्तर तीन स्पताह की अल्पावधि में उपलब्ध करा दिए गए। एससीआर की पुरातन कार्यशाला निजाम स्टेट रेलवे के काल की है जिसमें स्वचालित हैंड सैनीटाइजर डिस्पेंसर निर्मित किए गए, पैरों से चलाए जाने वाले नल तथा जल प्रशीतक लगाए गए। एससीआर के कर्मचारियों एवं यात्रियों को सुरक्षित रखते हुए ये कैंटीनों एवं मुख्यद्वारों जैसे सार्वजनिक स्थानों पर लगाए गए तथा एससीआर ने काफी सराहना अर्जित की। कोरोनावायरस महामारी के दौरान दक्षिण-मध्य रेलवे ने देश को दिखा दिया कि विपत्ति को अवसर में कैसे बदला जाता है।

आप की बात

महिलाओं पर भारी पड़ी महामारी

महामारी के बुरे प्रभावों में कार्यबल में गिसे वाली महिलाओं की संख्या पर चर्चा बहुत कम हुई है। बहुत सी महिलाएं, जिनकी नौकरियां चली गईं अथवा भारत तथा विश्व स्तर पर महामारी के दौरान नौकरी से अवकाश पर रहीं, अब उन्हें उपयुक्त रोजगार मिलने में कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। इसके अलावा, घरेलू नौकरों की अनुपलब्धता, घरेलू कामों का बोझ, देखभाल के काम एवं बच्चों की आनलाइन शिक्षा समेत बहुत से कारकों ने उन्हें महामारी के दौरान घरों पर रहने के लिए बाध्य कर दिया। अन्य कारकों ने भी अर्थव्यवस्था को अप्रत्याशित आघात पहुंचाया है जो अचानक अपने 30 प्रतिशत प्रतिबद्ध कार्यक्रम से वंचित हो गई है। इससे न केवल परिवारों की वित्तीय स्थिति प्रभावित हुई है बल्कि लैंगिक समानता को भी धक्का लगा है। भारत में विद्यमान निराश्रजनक लैंगिक समता परिदृश्य में महिलाओं के लिए वर्तमान माहौल में नौकरी पाना कठिन हो गया है। भारत में कोविड-19 से संपर्प के दौरान पॉप्यवरन सरोकार एवं प्राथमिकताएं पीछे छोड़ गईं क्योंकि सरकार ने अपना सारा दम घातक वायरस तथा देश पर पड़ने वाले इसके सामाजिक-आर्थिक प्रभावों से लड़ने में लगा दिया।

- **विशाल भारद्वाज**, वाराणसी

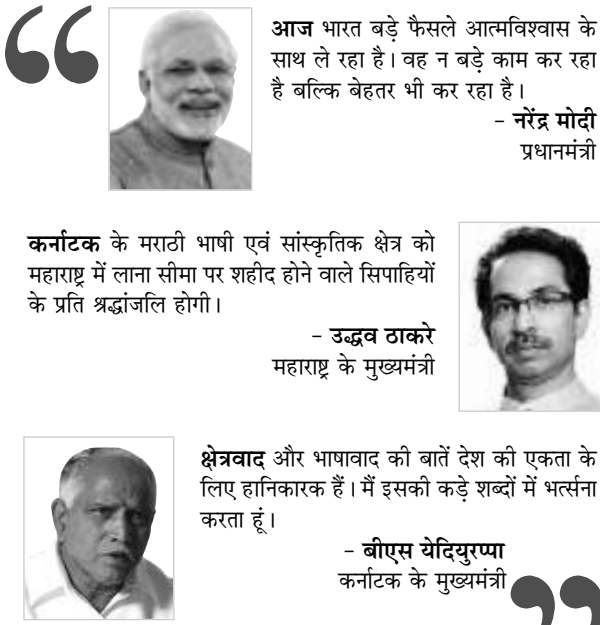
अमेरिका में बिगड़े हालात

अमेरिका में राष्ट्रपति चुनाव क्या हुए वहां हिंसा का माहौल कायम हो गया। कैपिटल हिल पर उन्मादियों के हमले और उसमें निर्दोष लोगों के मारे जाने से 20 जनवरी को होने वाली राष्ट्रपति पद की शपथ बाइडेन के लिए चुनौती बन गई है। लोगों का ताबड़तोड़ गोलियां और बंदूकें खरीदना किसी अनहोनी की आशंका जताता है। ट्रंप समर्थक जिस तरह से लामबंद हैं वह अमेरिकी शांति और व्यवस्था के लिए बुरा शगुन है। अब बाइडेन को अपनी ताकत दिखाना होगी ताकि वहां के नागरिक सुकून से रह सकें। 6 जनवरी को कैपिटल

- **अमृतलाल मारू**, दसई, मप्र

पाठक अपनी प्रतिक्रिया ई-मेल से pioneerhry@gmail.com पर भी भेज सकते हैं।

फरमाया



आज भारत बड़े फैसले आत्मविश्वास के साथ ले रहा है। वह न बड़े काम कर रहा है बल्कि बेहतर भी कर रहा है।

- **नरेंद्र मोदी**
प्रधानमंत्री

कर्नाटक के मराठी भाषी एवं सांस्कृतिक क्षेत्र को महाराष्ट्र में लाना सीमा पर शहीद होने वाले सिपाहियों के प्रति श्रद्धांजलि होगी।

- **उद्धव ठाकरे**
महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री



क्षेत्रवाद और भाषावाद की बातें देश की एकता के लिए हानिकारक हैं। मैं इसकी कड़े शब्दों में भर्त्सना करता हूँ।

- **बीएस येदियुरप्पा**
कर्नाटक के मुख्यमंत्री



सांक्षिप्त समाचार

जीबीटीएल कर्मचारियों की मांगों को लेकर प्रबंधन से मिली मजदूर सभा



भिवानी। मजदूर सभा सम्बंधित एटक की बैठक एटक के प्रदेश अध्यक्ष बलदेव घणघस की अध्यक्षता में आयोजित की गई। बैठक में सर्वप्रथम कृषि कानूनों को रद्द करवाने की मांग को लेकर आंदोलन कर रहे किसानों का समर्थन किया गया। इस आंदोलन के दौरान शहीद हुए किसानों की आत्मा की शांति के लिए दो मिनट का मौन रखा गया। बैठक में टीआईटी व जीबीटीएल में सुविधाओं पर चिंता व्यक्त की गई। इसके साथ ही मजदूरों की मांगों को लेकर जीबीटीएल प्रबंधन के साथ मजदूर सभा की बैठक आयोजित की गई। जिसमें कैंटीन सुचारु रूप से चालू करने, जनवरी माह में स्थानांतरण व नियमित किए जाने, एसपीएच में पूरी हाजिरी देने व अन्य मांगों को पूरा करनेकी मांग की गई। इन मांगों को प्रबंधन ने शीघ्र ही पूरा करने का आश्वासन दिया। इसके बाद आयोजित मजदूर सभा की बैठक में टीआईटी कालोनी में रहने वाले श्रमिकों ने एटक के प्रदेश अध्यक्ष बलदेव घणघस को बताया कि यहां टीआईटी कालोनी की हालत नारकीय बनी हुई है। यहां कालोनी की गलियों में न तो सफाई व न ही लोगों को पीने का पानी पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध नहीं हो पा रहा है। कालोनी में बने सार्वजनिक शौचालय जर्जर हालत में हैं। मिल से कई मजदूरों की आयु 60 वर्ष दिखाकर उनको जबरन सेवानिवृत्त किया जा रहा है।

नप के पूर्व चेयरमैन पचगामा ने नारियल तोड़ गली की आधारशिला

भिवानी। विकास के पथों में एक पड़ा और जोड़ नगर परिषद के पूर्व चेयरमैन व सैक्टर-1 के पार्षद विजय पचगांवा ने सैक्टर न्यू हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी में नारियल तोड़ कर गली की आधारशिला रखी। इस मौके पर उन्होंने कहा कि सैक्टर में विकास कार्यों की गति में कोई कमी नहीं आने दूंगा। पिछले कुछ दिनों से सैक्टर वासियों ने गली के नवीनीकरण की मांग को लेकर उनके समाने रखी थी। पचगांवा ने चार दिन पहले भी सैक्टर 13 में चली आ रही कूड़ा उठाने की समस्या को भी दूर करवाया। कई दिनों से संचार कालोनी रोड़ पर बने मकानों के सामने कूड़ा डाला जा रहा था। सैक्टर वासियों ने इस समस्या को श्री विजय पचगांवा के समक्ष रखा। उन्होंने इस समस्या पर अगले दिन अल सुबह ही सैक्टर वासियों को इस समस्या से निजात दिलवाई।

खेलों से शारीरिक के साथ मानसिक रूप से रह सकते हैं स्वस्थ : मांगेराम



यमुनानगर। यमुनानगर के गांव दामला में चल रहे क्रिकेट प्रतियोगिता में मंगलवार को वरिष्ठ कांग्रेसी नेता मांगेराम मारुपुर ने बतौर मुख्यातिथि शिरकात की। इस अवसर पर उन्होंने खिलाड़ियों से उनका परिचय प्राप्त किया। इस मौके पर उन्होंने कहा की खेलों के माध्यम से न सिर्फ मनुष्य शारीरिक रूप से स्वस्थ रह सकता हैए बल्कि अपने मानसिक तनाव को भी दूर कर सकता है। इसके साथ ही खेलों से सामाजिक बनेने में भी सहायता मिलती है और आत्मविश्वास में वृद्धि होती है। इसके साथ ही खेलों से ही अनुशासनए सहनशीलता और धैर्य जैसे गुणों का विकास भी होता है। इस मौके पर रजत कश्यपए शिवम कंबोजए रितिक एमनए उज्जवल एगुरप्रोत एअनिकेतए गोवर्ध सोनूए विशाल एभारत एसुशांत एजातिन आदि उपस्थित थे।

कांग्रेस किसानों को भड़काने का काम कर रही है: शंकर धूपड़

भिवानी। कांग्रेस ने कृषि बिलों को लेकर किसानों बरगलाने व भड़काने का काम किया है। यह बात भाजपा जिला अध्यक्ष शंकर धूपड़ ने कांग्रेस के विरोध में किए गए प्रदर्शन के दौरान उपस्थित कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए कही। उसके बाद घंटा घर पर कांग्रेस का पुतला फूंका। उन्होंने कहा कि जब कांग्रेस को राजनीति करनी है तो वह खुले काम करे। किसानों की आड़ में राजनैतिक रोटियां न सेके। उन्होंने कहा कि कांग्रेस झुठे मुद्दों को उठाकर किसानों को बरगलाने का काम कर रही है।



प्रेरणा

विकेश भारतीया
लेखक एवं मोटिवेशनल स्पीकर

जखम सबने खाए हैं, घाव भी गहरे हैं,
रात भी लंबी है , दिन भी ठहरे हैं,
अपनी जिम्मा खुद लेना होगा
इस देश के नेता तो बहरे हैं।

नई अनाज मंडी परिसर देशभक्ति के रंग से हुआ सराबोर

उपमंडल स्तरीय गणतंत्र दिवस समारोह की दमदार तैयारियों का हुआ आगाज

स्कूली छात्र-छात्राओं ने परेड में की कदमताल, सांस्कृतिक कार्यक्रमों की दी दमदार प्रस्तुतियां

रणवीर सिंह। सोनीपत

उपमंडल स्तर पर 26 जनवरी को नई अनाज मंडी में गणतंत्र दिवस समारोह धूमधाम से मनाया जाएगा, जिसमें बतौर मुख्य अतिथि एसडीएम सुंदरपाल ध्वजारोहण करेंगे। समारोह के सफल आयोजन के लिए तैयारियों का मंगलवार को आगाज हुआ, जिससे नई अनाज मंडी परिसर देशभक्ति के रंग से सराबोर हो उठा।



नई अनाज मंडी गवर्नर में गणतंत्र दिवस की रिसर्सल करते स्कूली विद्यार्थी।

सांस्कृतिक कार्यक्रमों के चयन के लिए गठित कमेटी सदस्यों प्रिंसीपल सतपाल वर्मा, सेवानिवृत्त प्रिंसीपल खेमकरण शर्मा तथा सरिता इत्यादि के निर्देशन में पहली रिसर्सल का आयोजन किया गया। इसकी शुरुआत परेड से की

गई, जिसमें छात्र-छात्राओं ने जोश के साथ कदमताल की। प्रयास इंटरनेशनल स्कूल के बेंड की धुनों पर मार्च पास्ट में सीसीएएस जैन वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की एनसीसी की टुकड़ी के नेतृत्व में बाल भारतीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय टेहा,

प्रयास इंटरनेशनल स्कूल, शाश्वत चेतना वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय तथा ज्ञानदीप वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय टेहा और राजकीय माडल संस्कृति वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। मार्च पास्ट के उपरांत पीटी शो का आयोजन किया गया, जिसमें विभिन्न विद्यालयों छात्र-छात्राओं ने प्रदर्शन किया। इसके पश्चात् सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुति दी गई, जिसकी शुरुआत राजकीय माडल संस्कृति स्कूल की छात्राओं ने समूह गायन से करते हुए शहीदों को इस प्रकार नमन किया-सलाम उन शहीदों को जो खो गये, वतन को जगाकर जो खुद सो गये। डीएवी स्कूल के विद्यार्थियों ने देशभक्ति से ओतप्रोत समूह गायन की प्रस्तुति दी- ऐ वतन आबाद रहे तू, मैं जहां रहूं याद रहे

तू। नव ज्योति शिक्षा सदन खुबडू भांवर के विद्यार्थियों ने नाट्य मंचन के माध्यम से पुलवामा हमले के शहीदों की श्रद्धांजलि दी। राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय दातौली की छात्राओं ने मनोहारी हरियाणवी समूह नृत्य की प्रस्तुति दी। इसके बाद प्रयास इंटरनेशनल स्कूल के विद्यार्थियों ने भी दमदार समूह नृत्य की प्रस्तुति दी। अंत में शाश्वत चेतना वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय की छात्राओं ने हरियाणवी समूह नृत्य की प्रस्तुति देते हुए कन्या भ्रूण हत्या पर कटाक्ष किया- आज गरभ म्हें चीख रही स बेटी हिंदुस्तान की, मतना मारै मात मेरी मैं बात करूँ तेरी शान की। इस मौके पर प्राध्यापिका प्रज्ञा शर्मा, सचिन शर्मा, अरूण गोस्वामी, सीमा शर्मा और नीलम आदि शिक्षकगण मौजूद थे।

साहिब-ए-कमाल के प्रकाश उत्सव पर सजाया महान नगर कीर्तन

सरबजोत दुग्गल। कुरुक्षेत्र

साहिब-ए-कमाल श्री गुरु गोविंद सिंह जी महाराज के प्रकाश उत्सव को समर्पित महान नगर कीर्तन ऐतिहासिक गुरुद्वारा साहिब पातशाही दसवीं से सजाया गया। श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी महाराज की छत्रछाया में सजाए गए महान नगर कीर्तन की अगुवाई पाम्परिक वेशभूषा में सजे पंज प्यारों ने की। इस दौरान फूलों से सजी श्री पालकी साहिब में विराजमान श्री गुरु ग्रंथ साहिब के समक्ष शोश नवाने के लिए संगत उमड़ पड़ी।

नगर कीर्तन के शुभारंभ से पहले सरबत के भले और दिल्ली में आंदोलनरत किसान भाईयों की सफलता के लिए गुरु चरणों में अरदास की गई। शुभारंभ अवसर पर एसजीपीसी कार्यकारिणी कमेटी मेंबर जथेदार हरभजन सिंह मसाना, शिरोमणि अकाली दल महिला विंग की हरियाणा प्रदेशाध्यक्ष बीबी रविंदर कौर अजराना, एसजीपीसी धर्म प्रचार कमेटी मेंबर तर्जिंदरपाल सिंह, शिरोमणि अकाली दल हरियाणा के प्रदेश प्रवक्ता कवलजीत सिंह अजराना, अंतरराष्ट्रीय गुरुबाणी कथावाचक ज्ञानी तेजपाल सिंह, एसजीपीसी सब ऑफिस सदस्यों सिंह सोढी, गुरुद्वारा बैकूट धाम सेवा ट्रस्ट के प्रधान जसबीर सिंह वडैच, प्रताप सिंह ने भी विशेष रूप से हाजिरी भरी। मैनेजर अमरिंदर सिंह ने सभी अतिथिगणों को सिरोंपा भेंट कर उनका अभिनंदन किया। नगर कीर्तन के आगे-आगे संगत ने सफाई करते हुए जल



नगर कीर्तन में हाजरी भरते जथेदार हरभजन सिंह मसाना, कवलजीत सिंह अजराना, डा.परमजीत सिंह सरोहा व अन्य।

मानव जाति को गुरुबाणी दिखाती है सद्मार्ग : हरभजन सिंह

दशमेश पिता श्री गुरु गोविंद सिंह महाराज के प्रकाश उत्सव की बधाई देते हुए एसजीपीसी कार्यकारिणी मेंबर जथेदार हरभजन सिंह मसाना ने कहा कि गुरुबाणी मानव जाति को सद्मार्ग दिखाती है। जीवन की हर समस्या का समाधान गुरुबाणी में मिलता है, जरूरत है बस उसे सच्ची श्रद्धा से सिमरन करने की। उन्होंने संगत से आह्वान किया कि वे अपने बच्चों को गुरु इतिहास और गुरुबाणी से जोड़ें, ताकि भविष्य में वे आदर्श नागरिक रूप में देश और कोम के लिए उन्नति का मार्ग प्रशस्त करने में सफल हों।

का छिड़काव कर सेवा भी की। जगह-जगह संगत ने स्टाल लगा कर फल, ब्रैड पकौड़े व चाय की सेवा करते हुए पुण्य कमाया। यह नगर कीर्तन गुरुद्वारा साहिब पातशाही दसवीं से शुरू होकर बिरला मंदिर, शास्त्री मार्केट, मौती चौक, शेख चहेली मकबरा, झांसा रोड, किला

सरबंसदानी और साहिबजादों से लें प्रेरणा : रघुजीत सिंह विर्क

एसजीपीसी के पूर्व वरिष्ठ उपप्रधान रघुजीत सिंह विर्क ने कहा कि सरबंसदानी श्री गुरु गोविंद सिंह महाराज ने देश, कोम और धर्म के लिए अपना परिवार न्योछावर कर दिया। उनके चारों साहिबजादों ने अपने पिता द्वारा दिखाए गए मार्ग पर चलते हुए जीवन बलिदान कर दुनिया के लिए अनोखी मिसाल पेश की। इसलिए हमें गुरु साहिब और उनके साहिबजादों के जीवन से प्रेरणा लेकर जीवन में आगे बढ़ना चाहिए। उन्होंने कहा कि हमें स्वयं को और अपने बच्चों को गुरुबाणी से जोड़ना चाहिए।

तेज प्रताप सिंह, रोटरी चौक, गुलजारी लाल नंदा मार्ग, कुटिया वाली गली, रेलवे रोड से होकर ऐतिहासिक गुरुद्वारा साहिब पातशाही छठी में पहुंचा। यहां पहुंचने पर संगत ने आतिशबाजी और पुष्प वर्षा से महान नगर कीर्तन का अभिनंदन किया।

कुरुक्षेत्र की महिलाओं ने किसान महिलाओं को भेंट किए कंबल

पार्यानिर समाचार सेवा। थानेसर

र्लोबल इवेंट्स ऑर्गेनाइजेशन ट्रस्ट के चेयरमैन, राष्ट्रीय पंजाबी महासभा के प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष तथा विभिन्न सामाजिक संस्थाओं से जुड़े एडवोकेट मधुसूदन बवेजा ने बताया कि मंगलवार को महिला कांग्रेस नेत्री निशी गुप्ता के नेतृत्व में कुरुक्षेत्र की उन किसान महिलाओं को सम्मानित किया। यह महिलाएं किसान भाइयों के लिए चाय, पानी तथा भोजन इत्यादि बनाने में सहयोग दे रही हैं। इस मौके पर किसान महिलाओं को कंबल देकर तथा माला पहनाकर सम्मानित किया गया। बवेजा ने कहा



कि ऐसे सदी के मौके पर किसान महिलाओं का साहस सम्मान योग्य है। इस मौके पर मीना सिंह, कमलेश धीमान, राजरानी, दुलारी, सत्या शर्मा तथा किसान मोर्चा के कुरुक्षेत्र के अध्यक्ष मधुसूदन बवेजा के साथ युवा कार्यकर्ता भी मौजूद रहे। निशी गुप्ता ने

महिला शारीरिक शिक्षकों ने सम्भाली धरने की कमान

कहा : जब तक नहीं मानी जाती मांगों धरना रहेगा जारी

भिवानी। हरियाणा शारीरिक शिक्षक संघर्ष के धरने पर शिक्षक तालमेल कमेटी के बैनर तले लघु सचिवालय के बाहर चल रहे धरने को महिला शारीरिक शिक्षक प्रवीण कुमारी, मीनू रानी, मुन्नी देवी कृष्णा, मुकेश कुमारी, नीतू रानी ने संयुक्त रूप से कहा कि हरियाणा सरकार महिलाओं के साथ भी अत्याचार करने से पीछे नहीं हट रही है।

सर्दी के मौसम में महिलाएं अपना कार्य छोड़कर अपनी बहाली को गृहार

लगाने धरने पर पहुंच रही हैं। वे अपने परिवार व बच्चों के साथ मिलकर दूर दराज क्षेत्रों से आकर बहाली को आवाज उठा रही हैं। भाजपा सरकार उनकी मांगे मानने की बजाए उनकी आवाज को दबा रही है। कहा कि एक तरफ तो सरकार बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ का नारा दे रही है, वहीं दूसरी ओर बेटीयों के साथ अन्याय किया जा रहा है। वे काफी मोर्चा से शिक्षा विभाग में अपनी सेवाएं दे रही थी, इसी दौरान सरकार ने उनको बाहर का रस्ता दिखा दिया है। जिसके चलते उनका पूरा परिवार सड़कों पर आ गया है। सरकार को उनके बारे में सोचना चाहिए और उनको समय रहते हुए शिक्षा विभाग में समयोजित करना चाहिए।

रिलायंस ज्वेल्स के जगमगाते डायमंड कलेक्शन से 2021 को और ज्यादा खास बनाएं

पार्यानिर समाचार सेवा। गुरुग्राम

भारत के प्रमुख और विश्वसनीय ज्वेलरी ब्रांड, रिलायंस ज्वेल्स की गौरवशाली परम्परा रही है और यह खुशरा बाजार में अपनी हैसियत और उत्पाद नवाचार के साथ सबसे आगे है। नया साल अपनी रस्तार पकड़ रहा है और इस अवसर पर रिलायंस 'शैक्षणिक नेतृत्व' विषयक वेबगोष्ठी के दौरान व्यक्त किये। कुमार ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 को क्रियान्वित करने के लिए एक जगमगाते की जरूरत है, जो बिना शिक्षकों की सक्रिय भागीदारी के सम्भव नहीं है। उन्होंने भारतीय बौद्धिक सम्पदा को रोकने एवं उन्हें वापस लाने पर बल देते हुए कहा कि यह शिक्षा नीति न सिर्फ शैक्षणिक बदलाव लाने में सहायक सिद्ध होगी।

रिलायंस ज्वेल्स के डायमंड से सबसे अधिक लगाव होता है और अपने साज-सामान में डायमंड का एक जेवर रखना हर महिला की चाहत होती है। रिलायंस ज्वेल्स के पास ठीक वैसी ही अनूठी डायमंड ज्वेलरी है जिसे पहन कर आप और भी सुन्दर

एवं स्टाइलिश लगेंगी। रिलायंस ज्वेल्स महीन कारीगरी से तैयार मनमोहक जेवरों के कलेक्शन की प्रदर्शक के साथ हर स्त्री की अलग-अलग जरूरतों को पूरा करता है। इस कलेक्शन के सारे गहने आधुनिक हैं और पलक झपकते ही आपके परिधान में चार-चांद लगा देंगे। अपने पुराने जेवरों को आधुनिक स्टाइल के सुंदर और मनभावन जेवरों से बदलें जिनमें कान की बालियां, अंगुष्ठियां, कंगन, झुमके और हार सम्मिलित हैं। यह कलेक्शन पूरे भारत में रिलायंस ज्वेल्स की दुकानों पर उपलब्ध है।

यूपीएल ने सीआईआई-इंडस्ट्रीयल आईपी अवॉर्ड्स 2020 में बेस्ट पोर्टफोलियो अवार्ड जीता

पार्यानिर समाचार सेवा। हिसार /रोहतक

यूपीएल लिमिटेड ने छठवां सीआईआई इंडस्ट्रीयल इंटेलिक्चुअल प्रोपर्टी अवार्ड्स जीत लिये हैं। ये अवार्ड्स, अपने व्यवसाय एवं आर्थिक विकास को बढ़ाने के लिए सीआईआई इंडस्ट्रीयल आईपी अवार्ड्स के सम्मान समारोह के दौरान, डॉ. विशाल सोढा ने यूपीएल की ओर से यह पुरस्कार ग्रहण किया। उन्होंने बताया, यूपीएल में, हम प्राकृतिक संसाधनों के श्रेष्ठतम उपयोग और जलवायु परिवर्तन के लिए लचीलेपन को अपनाने हेतु टिकाऊ विकास के प्रति पूर्णतः समर्पित हैं। ये सभी बातें विसाए के लिए उत्पाद तैयार करने से सेवाएं उपलब्ध करने और दुनिया भर में आधुनिक कृषि - फार्मिंग 3.0 को गति देने में सहायता प्रदान करने की हमारी क्षमता का प्रमाण हैं। यूपीएल को किसानों की आवश्यकताओं को सर्वोपरि महत्व

उदाहरण में टिकाऊ उत्पाद जैसे कि जेबा और सेवाएं जैसे कि आदर्श फार्म सर्विसेज शामिल हैं, जो जमीनी स्तर पर सफल साबित हो चुके हैं। वरुंचुअल सीआईआई इंटरनेशनल कॉन्फ्रेंस ऑन आईपीआर एंड सीआईआई इंडस्ट्रीयल आईपी अवार्ड्स के सम्मान समारोह के दौरान, डॉ. विशाल सोढा ने यूपीएल की ओर से यह पुरस्कार ग्रहण किया। उन्होंने बताया, यूपीएल में, हम प्राकृतिक संसाधनों के श्रेष्ठतम उपयोग और जलवायु परिवर्तन के लिए लचीलेपन को अपनाने हेतु टिकाऊ विकास के प्रति पूर्णतः समर्पित हैं। ये सभी बातें विसाए के लिए उत्पाद तैयार करने से सेवाएं उपलब्ध करने और दुनिया भर में आधुनिक कृषि - फार्मिंग 3.0 को गति देने में सहायता प्रदान करने की हमारी क्षमता का प्रमाण हैं। यूपीएल को किसानों की आवश्यकताओं को सर्वोपरि महत्व

देने और उनकी जरूरतों के मुताबिक उत्पाद व सेवाएं विकसित करने का गर्व है। नवाचार पर हमारे निरंतर बल ने हमें हर वर्ष नये-नये उत्पादों को लॉन्च करने में हमारी मदद की है। यूपीएल के पास 1,500 से अधिक स्वीकृत पेटेंट्स हैं और इस के लिए 2,500 से अधिक आवेदन लॉबित हैं जो विभिन्न क्षेत्रों के किसानों की आवश्यकताएं पूरी करने में सक्षम हैं। सीआईआई-आईपी अवार्ड्स उद्देश्य, कंपनियों, संगठनों को बौद्धिक संपदा एवं इसके व्यवसायीकरण की संस्कृति का विकास करने, निजी उद्यमों की उपलब्धियों को सार्वजनिक क्षेत्र में लाने, देश-विदेश के शैक्षणिक एवं शोध संस्थानों के साथ संबंध कायम करने, सरकार को आईपी-केंद्रित पहलों के बारे में जागरूकी देने और इस तरह के उद्यमों को नीति-निर्माण की प्रक्रियाओं में शामिल करने हेतु प्रोत्साहित करना है।

ऑनलाइन राज्यस्तरीय बाल महोत्सव के माध्यम से परिषद ने रचा कीर्तिमान : संदीप सिंह

मुख्य अतिथि के रूप में खेलमंत्री संदीप सिंह ने की शिरकत

ऑनलाइन पायनियर समाचार सेवा। कुरुक्षेत्र

हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद द्वारा आयोजित ऑनलाइन राज्य स्तरीय बाल महोत्सव के तीसरे दिन के दूसरे सेशन में मुख्य अतिथि के रूप में खेल मंत्री संदीप सिंह ने शिरकत की। उन्होंने ऑनलाइन राज्य स्तरीय बाल महोत्सव की प्रस्तुतियों को देखकर बच्चों की प्रतिभा को



राज्य स्तरीय बाल महोत्सव में ऑनलाईन भाग लेते खेल मंत्री संदीप सिंह। सराहते हुए कहा कि प्रदेश के बच्चे अपने प्रतिभाओं के माध्यम से

परिषद् को बाल

कल्याण की

गतिविधियों के लिए

स्वैच्छिक कोष से 5

लाख की घोषणा की

मंच उपलब्ध करा रही है।

जो कि बेहद सराहनीय है। उन्होंने

ऑनलाइन राज्य स्तरीय बाल महोत्सव में लगभग 5 लाख बच्चों

के शिरकत करने को स्वर्णिम

उपलब्धि बताया। खेल मंत्री संदीप

सिंह ने हरियाणा राज्य बाल कल्याण

परिषद को बाल कल्याण की

गतिविधियों के लिए स्वैच्छिक कोष

से 5 लाख देने की घोषणा की।

हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद

के मानद महासचिव कृष्ण दुल ने

खेलमंत्री संदीप सिंह का ऑनलाइन

राज्य स्तरीय बाल महोत्सव में मुख्य

अतिथि के रूप में शिरकत करने के

लिए धन्यवाद किया और उन्हें स्मृति

चिह्न देकर सम्मानित किया। उन्होंने

कहा कि हरियाणा राज्य बाल

कल्याण परिषद भविष्य में भी इसी

तरह बच्चों की प्रतिभाओं को

निखारने के लिए मंच उपलब्ध

करवाती रहेगी। उन्होंने कहा कि

हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद

बाल कल्याण की गतिविधियों व

कार्यक्रमों को पूरी प्रतिबद्धता के

साथ करती रहेगी ताकि बाल

कल्याण के माध्यम से समाज व देश

का कल्याण हो सके।

पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस आज तक के उच्चतम स्तर पर : सुरजेवाला

पायनियर समाचार सेवा। चंडीगढ़

हरियाणा प्रदेश में लगातार बढ़ रहे पेट्रोल-डीजल व रसोई गैस दामों की निंदा करते हुए कांग्रेस के राष्ट्रीय महासचिव रणदीप सिंह सुरजेवाला ने कहा कि आसमान छूते टैंक्सों के कारण हरियाणा में पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस आज तक के उच्चतम स्तर पर हैं। केंद्र और प्रदेश की भाजपा सरकारों से हमारी मांग है की प्रदेशवासियों से पेट्रोल-डीजल-रसोई गैस के दामों में टैंक्सों के नाम पर हो रही लूट बंद हो और पेट्रोल-डीज़ल पर एक्साइज ड्यूटी और वैट दरें कांग्रेस शासन के समान कम करके महंगाई से पीड़ित जनता को तत्काल राहत प्रदान की जाए।

सुरजेवाला ने कहा कि एक ओर अंतर्राष्ट्रीय बाजार में कूड़ ऑयल के दाम कम होते जा रहे हैं, वहीं भाजपा सरकार के दौरान पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस के दामों में लगातार बढ़ोतरी हो रही है, जिससे पेट्रोल व डीजल के दाम प्रदेश में आजतक के शीर्ष स्तर पर पहुंच गए हैं, जिसका सीधा असर हरियाणा के किसान, आम जनता व ट्रांसपोर्टेर्स पर पड़ रहा है और महंगाई चरम पर पहुंच गई है। हरियाणा के फरीदाबाद में पेट्रोल की कीमत जहां 83 रुपये 65 पैसे प्रति

लीटर हो गई है,वहीं डीजल की

कीमत 76 रुपये 24 पैसे पर पहुंच गई

हैं, इसी प्रकार फतेहाबाद में पेट्रोल

की कीमत 84 रुपये 8 पैसे प्रति लीटर

और डीजल की कीमत 76 रुपये 62

पैसे पर पहुंच गई हैं। सुरजेवाला ने

बताया कि जब हरियाणा प्रदेश में

कांग्रेस ने 2014 में सरकार छोड़ी तो

पेट्रोल पर वैट 21 प्रतिशत था जो अब

भाजपा सरकार में बढ़कर 30 प्रतिशत

हो गया है।

डीज़ल पर वैट 9.24 प्रतिशत था,

जो अब बढ़कर 21.40 प्रतिशत हो

गया है, जिससे ख़ट्टर ने पिछले छह

साल में पचास हज़ार करोड़ से ज्यादा

वसूलें हैं। मोदी सरकार जब मई

2014 में सत्ता में आई तो पेट्रोल और

डीजल पर उत्पाद शुल्क केवल 9.20

रुपए प्रति लीटर और 3.46 रुपए प्रति

लीटर पर था, जिसमें भाजपा सरकार

द्वारा पेट्रोल पर 23.78 रुपए प्रति

लीटर और डीजल पर 28.37 रुपए

प्रति लीटर की बढ़ोतरी की गयी है,

जो यूपीए की तुलना में क्रमशः 258

और 820 प्रतिशत ज्यादा है।



संक्षिप्त समाचार

नशे के विरुद्ध निकाली पैदल जागरुकता यात्रा



कुरुक्षेत्र। प्रयास संस्था शाखा कुरुक्षेत्र द्वारा पेहवा में नशे के विरुद्ध प्रथम पैदल जागरुकता यात्रा निकाली गई। यह पैदल यात्रा पिहोवा चौक से आरंभ होकर बाजारों में लोगों को जागरूक करते हुए निकली। प्रयास संस्था शाखा कुरुक्षेत्र के कार्यकारी प्रधान एवं नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो हरियाणा के उप निरीक्षक डॉ. अशोक कुमार वर्मा के नेतृत्व में सभी लोगों को नशे के विरुद्ध जागरूक कर रहे थे। वे कह रहे थे चरस गांजा भुक्की अफीम का नशाए करता है जीवन को दुश्ग। हम सबकी एक ही मांग अब तो छोड़िए भुक्की भांग। नशा मुक्त हरियाणा जहां दूध दही का खाना। डॉ. अशोक कुमार वर्मा ने बताया कि प्रयास संस्था हरियाणा राज्य को नशा मुक्त करने के लिए नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो हरियाणा के प्रमुख अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक श्रीकांत जाधव के मार्गदर्शन प्रेरणा और नेतृव में लोगों को जागरूक करने में जुट गई है और नशे में ग्रस्त लोगों का उपचार भी करा रहे हैं। शिक्षक असलम खानए पुलिस के कर्मचारी और अन्य गणमान्य मौजूद रहे।

जेल मंत्री ने बच्चों की प्रतिभा को सराहा

चंडीगढ़। हरियाणा के बिजली मंत्री रणजीत सिंह ने आज हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद द्वारा आयोजित राज्यस्तरीय ऑनलाइन बाल महोत्सव में तीसरे दिन के दोपहर के सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। इस मौके पर उन्होंने ऑनलाइन राज्य स्तरीय बाल महोत्सव की प्रस्तुतियां देख बच्चों की प्रतिभा की सराहना की। उन्होंने कहा कि हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद द्वारा आयोजित राज्य स्तरीय बाल महोत्सव में लगभग पांच लाख बच्चों की प्रतिभागिता एक ऐतिहासिक एवं स्वर्णिम उपलब्धि है। रणजीत सिंह ने बाल कल्याण की गतिविधियों के लिए 5 लाख रुपये की राशि देने की घोषणा भी की। हरियाणा राज्य बाल कल्याण परिषद के मानद महासचिव कृष्ण दुल ने कार्यक्रम के मुख्य अतिथि रणजीत सिंह का कार्यक्रम में शिरकत करने के लिए आभार व्यक्त किया और उन्हें स्मृति चिह्न देकर सम्मानित भी किया। इस अवसर पर अडॉशन अधिकारी पूनम सूद, जून सूचना एवं जनसंपर्क अधिकारी प्रदीप दलाल, लक्ष्मण, सोमनाथ और श्रेयस भी उपस्थित थे।

सलपानी कलां के सरपंच को पितृशोक, अंतिम अरदस कल

कुरुक्षेत्र। गांव सलपानी कलां के सरपंच हरमनप्रीत सिंह बुटर के पिता महेंद्र सिंह बुटर का निधन हो गया है। उनके निधन पर एसजीपीसी कार्यकारिणी मेंबर जत्येदार हरभजन सिंह मसाना, धर्म प्रचार मेंबर जत्येदार तर्जिंदर पाल सिंह लाडवा, शिरोमणि अकाली दल हरियाणा के प्रदेश प्रवक्ता कवेलजोत सिंह अजनाना, एसजीपीसी सब ऑफिस प्रभारी परमजीत सिंह दुनियामाजरा, गुरुद्वारा श्री बैकुंठ धाम सेवा ट्रस्ट के चेयरमैन लखविंदर सिंह संधू, प्रधान जसबीर सिंह वडैच, हरपिंदर सिंह, सुरेंद्र सिंदू सहित विभिन्न सामाजिक, धार्मिक, शैक्षणिक एवं राजनीतिक संस्थाओं के पदाधिकारियों ने गहरा शोक प्रकट किया है। परिवार से मिली जानकारी के अनुसार दिवंगत की आत्मिक शांति के लिए अंतिम अरदस गुरुद्वारा साहिबजादा फतेह सिंह साहिबजादा जोरावर सिंह, माता गुजरी सलपानी कलां में 21 जनवरी को सुबह 11 बजे से दोपहर एक बजे होगी।

स्कूल में मनाया गुरु गोबिंद सिंह महाराज का प्रकाश उत्सव

थानेसर। श्रीमती केसरी देवी लोहिया जयराम पब्लिक स्कूल लोहार माजरा में दशमेश पिता गुरु गोबिंद सिंह महाराज का प्रकाश उत्सव श्रद्धाभाव से मनाया गया। गुरु गोबिंद सिंह महाराज के साहस और आदर्शों से विद्यार्थियों को ऑनलाइन अवगत करवाते हुए स्कूल की प्रिंसीपल अंजू अग्रवाल ने उनके जीवन पर प्रकाश डाल। उन्होंने बताया कि गुरु साहिब का जन्म पटना (बिहार) में हुआ था। पिता गुरु तेग बहादुर की मृत्यु के बाद वे नौ वर्ष की अल्पायु में ही सिखों के दसवें गुरु बने। प्रिंसीपल ने कहा कि वे एक महान योद्धा, कवि, भक्त और अध्यात्मिक गुरु थे। वर्ष 1699 में बैसाखी के दिन उन्होंने खालसा पंथ की स्थापना की, जो सिखों के इतिहास का सबसे महत्वपूर्ण दिन माना जाता है। गुरु गोबिंद सिंह महाराज सामाजिक न्याय के लिए हमेशा तत्पर रहे। उन्होंने अन्याय और अत्याचारों का डट कर विरोध किया। वे जहां विध्वंस की बलिदानों परंपरा में अद्वितीय थे, वहीं अपनी सहनशीलता, मिथुना, सौ यत्ता से अपने दुश्मन को परास्त करने में महारत रखते थे। संसार ऐसे महान गुरु का सदा ऋणी रहेगा। प्रभजीत विर्क, किरण गौड़, नीलम शर्मा, रंजना, मोनिका मेहता, मनीषा, अनु, किरन बाला, ममता, सिमरन, हरप्रीत, सीनू आदि अध्यापिकाएं भी मौजूद थीं।

स्वामी विवेकानंद संपूर्ण भारत के आदर्श : प्रो. कुलदीप

थानेसर। अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद ने युवा दिवस पखवाड़े के तहत विवेकानंद का मानवता संदेश विषय पर मेजर नितिन बाली गीता निकेतन विद्यालय में विचार संगोष्ठी का आयोजन किया। संगोष्ठी में मुख्य वक्ता राष्ट्रीय सिख संगत के प्रदेश महामंत्री एवं कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय पंजाबी विभाग के सहायक प्रोफेसर कुलदीप सिंह रहे एवं कार्यक्रम अध्यक्ष मेजर नितिन बाली गीता निकेतन विद्यालय के उप प्रधानाचार्य सुनील थे। प्रो. कुलदीप सिंह ने बताया स्वामी विवेकानंद संपूर्ण भारत के आदर्श थे। अगर सभी को जानना है तो विवेकानंद के बारे में पढ़ना चाहिए। देश के सभी युवाओं को विवेकानंद को आदर्श मान कर कार्य करना चाहिए। भारत युवाओं का देश है और देश को युवाओं से बहुत उम्मीद है। उप प्राचार्य सुनील कुमार ने कहा कि बाल काल से ही विद्यार्थियों में चरित्र विकास हेतु कार्यक्रम की आवश्यकता है। सभी विद्यार्थियों को बताया कि उन्हें स्वामी विवेकानंद जी के जीवन से प्रेरणा लेनी चाहिए। कार्यक्रम में मुख्य रूप से प्रांत सहमंत्री परमिश चौधरी, प्रांत सह मीडिया प्रमुख हिमांशु ठाकुर, जिला संयोजक विशाल सैनी, नगर सहमंत्री हर्ष वर्धन आदि मौजूद रहे।

संस्कारित बेटियां महकता घर आंगन : शालू त्यागी

रणबीर सिंह। सोनीपत

भारत विकास परिषद् गोविन्द शाखा

द्वारा महिला एवं बाल विकास प्रकल्प

के तहत राष्ट्रीय बालिका सप्ताह के

अंतर्गत आदर्श नगर स्थित एक निजी

स्कूल में बालिकाओं के बीच विभिन्न

प्रकार की सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं

का आयोजन किया गया।

भारत विकास परिषद गोविंद

शाखा की महिला प्रमुख शालू त्यागी

ने बताया कि संस्कारित बेटियां

महकता घर आंगन, राष्ट्र के उत्थान

में बेटी बढ़ाओ बेटी पढ़ाओ व

शिक्षित कन्या है वरदान विषयों पर स्क्रिप्ट, नृत्य नाटिका, भाषण आदि कार्यक्रम बेटियों के बीच आयोजित किए गए। जिसमें काफी बेटियों ने बढ़ चढ़ कर भाग लिया। कार्यक्रम में संजू, नैना, अंजलि, हिमांशी, स्नेहा, अंजलि-2, वरशिका, ज्योति, नेहा व खुशी आदि लड़कियों ने भाग लिया तथा बेटियों के ऊपर उत्कृष्ट प्रस्तुति पेश की। भारत विकास परिषद् की राष्ट्रीय कार्यकारिणी के दिशा निर्देशों के अनुसार महिला एवं बाल विकास प्रकल्प के तहत बेटी है तो सृष्टि है।

कुरुक्षेत्र में कोरोना के पाच नए मामले आए

कुरुक्षेत्र। जिला सिविल सर्जन डा. सुखबीर सिंह ने कहा कि कुरुक्षेत्र से 15 मरीजों को एक ही दिन में ठीक होने पर अस्पताल से डिस्चार्ज कर दिया गया है। कुरुक्षेत्र में कोरोना से संक्रमित 5 नए केस सामने आए है। इतना ही नहीं, कुरुक्षेत्र में कोरोना वायरस से संक्रमित अब तक 8571 मरीज ठीक होकर घर लौट गए है। अहम पहलू यह है कि अभी तक लिए गए 192995 में से 182868 सैम्पलों की रिपोर्ट नेगेटिव आ चुकी है। जिला सिविल सर्जन डा. सुखबीर सिंह ने कहा कि कुरुक्षेत्र में अलग-अलग जगहों से कोरोना संक्रमित 5 नए केस सामने आए हैं।

अहम मुद्दों पर हर महीने खंड शिक्षा अधिकारी से बैठक करने का लिया फैसला

पायनियर समाचार सेवा। थानेसर

राजकीय प्राथमिक शिक्षक संघ

थानेसर की नवगठित कार्यकारिणी

की बैठक राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक

विद्यालय में खण्ड प्रधान राजेश सैन

की अध्यक्षता में सम्पन्न हुई। बैठक में

सभी भी नव नियुक्त कार्यकारिणी सदस्य

उपस्थित रहे।

कार्यकारिणी के विस्तार बारे, खंड

शिक्षा अधिकारी से हर माह मीटिंग

करने, खण्ड स्तर से सम्बंधित मुद्दों

पर चर्चा करने जैसे अहम मुद्दों पर

भाजपा ने कमेटी चौक पर फूंका कांग्रेस का पुतला

किसानों को गुमराह कर रही है कांग्रेस : योगेन्द्र राणा

पायनियर समाचार सेवा । करनाल

भारतीय जनता पार्टी करनाल द्वारा

आज कमेटी चौक पर कांग्रेस का

पुतला फूंक जोरदार प्रदर्शन किया

गया। इस दौरान भाजपा नेताओं व

कार्यकर्ताओं ने कांग्रेस मुर्दाबाद के



नारे भी लगाए।जिला अध्यक्ष योगेन्द्र राणा ने कहा कि आज कांग्रेस देश को तोड़ने का काम कर रही है। कांग्रेस आज भी झुठ बोलकर भोले-भाले

किसानों को गुमराह कर रही है।

कांग्रेस ने अपने शासनकाल के दौरान

न तो कभी किसान हित में कोई कार्य

किया और न ही किसानों का भला

करने की कभी सोची। कांग्रेस ने हमेशा ही किसानों के नाम पर राजनीति की है।

जिला अध्यक्ष योगेन्द्र राणा ने

कहा कि कांग्रेस और चट्ढणी की

सांठ-गांठ जनता और किसानों के

सामने उजागर हो चुकी है। भाजपा ने

किसानों के हित में अनेक

कल्याणकारी योजनाएं लागू की हैं।

भाजपा ने ही पहली बार किसानों को

6000 रुपये की राशि सम्मान के रूप

में दी है।

बर्ड फ्लू से बचाव के लिए 36 रैपिड एक्शन टीमों का किया गठन : बराड़

बर्ड फ्लू बचाव के लिए गठित की कमेटी

पायनियर समाचार सेवा। कुरुक्षेत्र

उपायुक्त शरणदीप कौर बराड़ ने कहा कि

कुरुक्षेत्र जिला अभी तक बर्ड फ्लू से

सुरक्षित है। इस जिले में बर्ड फ्लू से बचाव

के लिए 36 रैपिड एक्शन टीमों का गठन

किया गया है। यह टीम लगातार कुरुक्षेत्र

के 249 पोलिट्री फार्म पर नजर रखे हुए हैं,

इन पोलिट्री फार्म में 38.68 लाख मुर्गियां

हैं। प्रशासन की तरफ से सभी मुर्गी पालकों

को बर्ड फ्लू से बचाव करने के लिए

गाईडलाईंस जारी कर दी गई है। उपायुक्त

शरणदीप कौर बराड़ मंगलवार को उपायुक्त

कार्यालय में बैठ फ्लू से बचाव को लेकर

गठित की गई कमेटी की बैठक को

सम्बोधित कर रही थी। इससे पहले



अधिकारियों को संबोधित करती उपायुक्त शरणदीप कौर बराड़।

पशुपालन विभाग की तरफ से डा. जसबीर

पवार ने बर्ड फ्लू को लेकर पशुपालन

विभाग की तरफ से किए गए प्रबंधों पर

रिपोर्ट प्रस्तुत करते हुए कहा कि कुरुक्षेत्र में

कुल 249 पोलिट्री फार्म हैं, जिसमें 114

लेयर फार्म हैं, इनमें 27.66 लाख बर्ड है,

133 बायलर फार्म हैं, इनमें 10.54 लाख

मुर्गियां हैं, इसी तरह 2 हेचरी फार्म में 48

हजार मुर्गियां हैं। इन 249 पोलिट्री फार्म में

से 101 थानेसर, 84 पिहोवा, 33 लाडवा

और 31 शाहबाद में हैं। इन सभी पोलिट्री

फार्म पर प्रशासन द्वारा गठित 36 रैपिड

एक्शन टीम में नजर रखे हुए हैं और इन टीमों

के सदस्य नियमित रूप से रिपोर्ट भेज रहे

हैं। इसके अलावा सरकार द्वारा प्रदेश

स्तरीय बर्ड फ्लू एच5एन8 की जांच के

लिए सोनीपत और राष्ट्रीय स्तर पर भोपाल

जालंधर में भी एक लैब का गठन किया

गया है। इसमें से भोपाल की बर्ड फ्लू की

नमूनों की जांच रिपोर्ट आने के बाद ही बर्ड

फ्लू की पुष्टि की जाएगी और बकायदा

नोटिफिकेशन जारी किया जाएगा। उपायुक्त

ने पशुपालन विभाग द्वारा किए गए प्रबंधों

के बाद अधिकारियों को आदेश दिए कि

सभी एसडीएम अपने-अपने क्षेत्र में मुर्गी

पालकों की नियमित रूप से बैठक लेंगे

और एक वॉट्स ग्रुप बनाकर नियमित रूप

से एक-दूसरे के सम्पर्क में रहेंगे। यह बर्ड

फ्लू बहुत तेजी के साथ फैलता है, इसलिए

प्रशासन की तरफ से पहले से ही पूरी

सतर्कता बरतनी होगी। अगर किसी क्षेत्र में

पोलिट्री फार्म में मुर्गियों की असमान्य मृत्यु

होती है उस क्षेत्र के एक किलोमीटर एरिया

तकनीकी समस्याएं कम टीकाकरण के कारण हो सकते हैं : विशेषज्ञ

दिल्ली में लगभग 3,600 स्वास्थ्य कर्मियों को टीके लगाए गए

एम्स में केवल 8 स्वास्थ्य कर्मियों ने टीके लगावाए

एजेंसी। नई दिल्ली

विशेषज्ञों का मानना है कि कोविड-19 टीकाकरण अभियान के पहले दिन टीके के प्रतिकूल प्रभाव के कुछ मामले सामने आने के बाद लोगों के आशंकित हैं और तकनीकी समस्याएं अभियान के दूसरे दिन टीका लगवाने वाले लोगों की संख्या में कमी के कुछ कारण हो सकते हैं। दिल्ली में लगभग 3,600 स्वास्थ्य कर्मियों को टीके लगाए गए। सुत्रों के मुताबिक, एम्स में केवल आठ स्वास्थ्य कर्मियों ने टीके लगवाए। अधिकारियों द्वारा बाद में साझा किए गए आंकड़ों के अनुसार, दिल्ली में दिन का लक्ष्य 8,136 टीके रखा गया था, इस प्रकार इसके केवल 44 प्रतिशत तक ही पहुंचा जा सका।

अधिकारियों ने सोमवार को बताया कि 26 व्यक्तियों में टीकाकरण के बाद प्रतिकूल प्रभाव (एईएफआई) के मामले सामने आए, जिनमें दो गंभीर मामले हैं और एक व्यक्ति को अस्पताल में भर्ती कराया गया। उन्होंने बताया कि एक दिन में पहले दिन दिल्ली में

माओवादियों से ज्यादा खतरनाक है भाजपा: ममता

एजेंसी। पुरुलिया (पश्चिम बंगाल)

पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने मंगलवार को भाजपा को माओवादियों से ज्यादा खतरनाक बताते हुए आरोप लगाया कि भगवा पार्टी चुनाव से पहले लोगों से झूठे वादे कर रही है। तुगमूल कांग्रेस की प्रमुख ने कहा कि राजनीति एक पवित्र विचारधारा और दर्शन है तथा कपड़ों की तरह रोज विचारधारा नहीं बदली जा सकती है।

राज्य में अप्रैल-मई में होने वाले विधानसभा चुनाव से पहले कई नेताओं ने तुगमूल कांग्रेस छोड़ दी है। कभी वामपंथ का गढ़ रहे पुरुलिया जिले में एक रैली को संबोधित करते हुए ममता ने कहा, भाजपा माओवादियों से भी ज्यादा खतरनाक है। उन्होंने कहा, भाजपा से जो जुड़ना चाहते हैं वो जा सकते हैं, लेकिन हम भगवा पार्टी के सामने कभी अपना

गोवा में नगर निकाय चुनाव तीन महीने के लिए स्थगित

पणजी। गोवा राज्य निर्वाचन आयोग ने पणजी नगर निगम, 11 नगरपालिका परिषदों के चुनाव और विभिन्न ग्राम पंचायतों के लिए होने वाले उपचुनाव तीन महीने के लिए स्थगित कर दिए हैं। इससे पहले, ये चुनाव पिछले साल 18 अक्टूबर को होने थे, लेकिन आयोग ने कोविड-19 महामारी के कारण इन्हें तीन महीने के लिए स्थगित कर दिया था।

आयोग ने सोमवार को जारी एक विज्ञप्ति में कहा कि 11 नगर पालिका परिषदों के चुनाव, पणजी शहर के निगम चुनाव, विभिन्न ग्राम पंचायतों के वार्डों के लिए उपचुनाव, और नावलिम (दक्षिण गोवा) जिला पंचायत निर्वाचन क्षेत्र के लिए चुनाव अप्रैल 2021 तक तीन महीने के लिए या अगस्त द्वारा निर्धारित चुनाव की अगली तारीख तक के लिए स्थगित किए जाते हैं।

ट्रंप ने यूरोप और ब्राजील पर से यात्रा प्रतिबंध हटाएं

एजेंसी। वाशिंगटन

अमेरिका के निवर्तमान राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने सोमवार को एक कार्याकारी आदेश जारी करते हुए यूरोपीय देशों और ब्राजील पर से यात्रा प्रतिबंध हटा दिए हैं। ट्रंप प्रशासन ने कोविड-19 वैश्विक महामारी के महेनकर यह प्रतिबंध लगाए थे। चीन और ईरान पर लगे ये प्रतिबंध अब भी जारी रहेंगे। ट्रंप ने एक कार्यकारी आदेश में कहा कि वह यूरोपीय संघ, ब्रिटेन, आयरलैंड गणराज्य और ब्राजील पर लागू प्रतिबंधों को हटा रहे हैं। वहीं चीन और ईरान पर प्रतिबंध जारी रहेंगे। उन्होंने कहा कि रोग नियंत्रण एवं रोकथाम केंद्र (सीडीसी) के 12 जनवरी को विदेश से आने वाले सभी यात्रियों के कोविड-19 न होने की पुष्टि

वाली रिपोर्ट या संक्रमण मुक्त होने के दस्तावेजों को पेश करने के निर्देश के बाद इस संबंध में निर्णय किया गया। ट्रंप ने कहा कि यूरोपीय संघ, ब्रिटेन, आयरलैंड और ब्राजील 12 जनवरी 2021 को जारी किए गए सीडीसी के आदेश के क्रियान्वयन में सहयोग करेगा और यह सुनिश्चित करेंगे कि जांच रिपोर्ट सटीक हों। उन्होंने कहा कि चीन और ईरान के बारे में यह नहीं कहा जा सकता। ट्रंप ने कहा, अपने क्षेत्रों में वैश्विक महामारी से निपटने के तरीके, पादरक्षिता की कमी और अभी तक वायरस के खिलाफ लड़ाई में उनका अमेरिका के साथ पूरी तरह से सहयोग न करना, इस बात को लेकर संदेह उत्पन्न करता है कि वे सीडीसी के 12 जनवरी को विदेश से आने वाले सभी यात्रियों के कोविड-19 न होने की पुष्टि

निरगानी के लिए एक ऑनलाइन प्लेटफॉर्म

को-विन कोविड-19 टीका वितरण की निगरानी के लिए एक ऑनलाइन प्लेटफॉर्म है। एलएनजेपी अस्पताल के चिकित्सा निदेशक सुरेश कुमार ने कहा, हमारे अस्पताल में ऐप में कुछ गड़बड़ियां थीं। हमें अभियान के दौरान यह संख्या बढ़ने की उम्मीद है। भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद के पूर्व महानिदेशक एन के गांगुली ने कहा कि धीरे-धीरे यह संख्या बढ़ेगी क्योंकि लोग टीकों के बारे में पूरी तरह से अवगत होना चाहते हैं।

अस्पताल के चिकित्सा निदेशक बी एल शेखाल ने कहा, हां, एईएफआई के मामलों ने लोगों के दिमाग पर प्रभाव डाला है और इसको लेकर फैली आशंका कम टीकाकरण का कारण हो सकती है। लेकिन, हम अपने कुछ अन्य कारण भी हैं। और, आखिरकार यह एक स्वेच्छिक कार्य है, इसलिए लोग अपनी पसंद से यह निर्णय लेते हैं। लेकिन, हम अपने अस्पताल के सभी विभाग प्रमुखों के माध्यम से स्वास्थ्य कर्मियों तक पहुंचने को कोशिश कर रहे हैं, ताकि उनका आत्मविश्वास बढ़ाया जा सके।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने बताया कि दिल्ली सरकार द्वारा संचालित एलएनजेपी अस्पताल में अधिकारियों द्वारा साझा किए गए आंकड़ों के अनुसार, केवल 12 स्वास्थ्य कर्मियों को सोमवार को टीका लगाया गया, जबकि पहले दिन 32 स्वास्थ्य कर्मियों

आयुर्वेद के परम्परागत ज्ञान का आधुनिकीकरण किया जाए: मिश्र

जयपुर। राजस्थान के राज्यपाल कलराज मिश्र ने चरक संहिता, सुश्रुत संहिता और कश्यप संहिता में उपलब्ध आयुर्वेद ज्ञान के आधुनिकीकरण के प्रयास किए जाने पर जोर देते हुए हिंदी में इस ज्ञान के प्रसार की आवश्यकता जताई है। उन्होंने कहा कि आयुर्वेद में शल्य चिकित्सा, हृदय रोगों तथा शरीर की समस्त बीमारियों के उपचार का महत्वपूर्ण उल्लेख है। मिश्र मंगलवार को सर्वपल्ली राधाकृष्णन राजस्थान आयुर्वेद विश्वविद्यालय जोधपुर के चौथे दशोत्सव समारोह को ऑनलाइन संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि कोरोना महामारी की कठिन परिस्थितियों में परम्परागत भारतीय जीवनशैली और आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति ने बेहद महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। उन्होंने कहा कि समाज के ऐसे लोग जो महंगी चिकित्सा प्राप्त करने में सक्षम नहीं हैं, आयुर्वेद के तहत उन्हें अधिकधिक लाभान्वित किए जाने की आवश्यकता है।

महाराष्ट्र के गृहमंत्री अनिल देशमुख ने मंगलवार को कहा कि केंद्र को रिपब्लिक टीवी के प्रधान संपादक अर्णब गोस्वामी और ब्रॉडकास्ट ऑर्डिंएस रिसर्च काउंसिल के पूर्व प्रमुख पाथी दासगुप्ता के बीच बालाकोट हवाई हमले के सिलसिले में हुए कथित चैट का संज्ञान लेना चाहिए। उन्होंने संवाददाताओं से कहा कि यह मामला गंभीर है क्योंकि यह राष्ट्रीय सुरक्षा से जुड़ा मामला है।

मंत्री का यह बयान कांग्रेस की

महाराष्ट्र इकाई के एक प्रतिनिधिमंडल द्वारा उनसे मुलाकात करने के बाद आया है। प्रदेश कांग्रेस प्रवक्ता सचिन सावंत की अगुवाई में कांग्रेस का एक प्रतिनिधिमंडल देशमुख से मिला था। देशमुख ने कहा, यह गंभीर मुद्दा है। यह राष्ट्रीय सुरक्षा का मुद्दा है। केंद्र को निश्चित ही उसका संज्ञान लेने की

योगी ने लागू कर रखा है

यूपी में अधोषित आपत्तिकाल : सोमनाथ सुलतानपुर (यूपी)। आम आदमी पार्टी के विधायक व दिल्ली सरकार के पूर्व मंत्री सोमनाथ भारती ने मंगलवार को सुलतानपुर की अमहट जेल से रिहा होने के बाद कहा कि उत्तर प्रदेश में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने अधोषित आपत्तिकाल कर रखा है, ये कांग्रेस से भी आगे हैं पत्रकारों से बातचीत में उन्होंने कहा, आज लगभग 200 घंटे बाद मुझे रिहा किया गया है, मैं योगी जी से कहना चाहता हूं कि यदि मुझे 200 दिन भी जेल में रखें तो भी मैं उत्तर प्रदेश के घर-घर, मोहल्ले में जाकर केजरीवाल मांडल गर्वर्से, शिक्षा, पानी, स्वास्थ्य, बिजली,भारती ने कहा कि लोकतंत्र के अंदर हिंसा का कोई स्थान नहीं है। उन्होंने कहा कि राजनैतिक लड़ाई राजनैतिक रूप से होनी चाहिए, न कि झूठी एफआईआर व पुलिस का सहयोग लेकर, उसके पीछे छुकर।

एजेंसियों द्वारा इनके निष्पादन, इन्हें लागू करने की समय सीमा और इनके अर्पक्षित परिणामों को शामिल किया गया है। बयान के अनुसार, कार्य सूची के इस मसौदे को 10 सितंबर, 2020 को राज्य/केंद्रशासित प्रदेशों / स्वायत्त निकायों के साथ साझा किया गया था, ताकि 12 अक्टूबर 2020 तक वे इस पर अपनी प्रतिक्रिया दे सके। मंत्रालय ने बताया, इस विभाग के स्वायत्त निकायों और 31 राज्यों तथा केंद्र शासित प्रदेशों ने कार्य सूची पर 7177 सुझाव / प्रतिक्रिया दीं। इनका विवेचरण विशेषज्ञ समूहों द्वारा किया गया और कार्यान्वयन योजना के अंतिम संस्करण में महत्वपूर्ण सुझावों को शामिल किया गया। मंत्रालय के अनुसार, दस्तावेज को अंतिम रूप दिया जा रहा है और जल्द ही इसे जारी कर दिया जाएगा।

संगठन मार्थाज टेबल में आयोजित कार्यक्रम ने 1950 और 60 के दशक में अश्वेतों के अधिकारों के लिए अहिंसक प्रदर्शन किए थे। हैरिस ने कहा, हमने पहले भी चर्चा की है। जो (बिडेन) ने टीकाकरण, कामकाजी लोगों और परिवारों को रहत देने के लिए योजना बताई है। बहुत कुछ करना है। कुछ लोग

भाजपा अध्यक्ष नड्डा ने कांग्रेसी नेता राहुल पर

चीन, किसान, कोविड–19 से जुड़े मुद्दों पर भ्रम फैलाने का आरोप लगाया

एजेंसी। नई दिल्ली

भाजपा अध्यक्ष जेपी नड्डा ने मंगलवार को पूर्व कांग्रेस अध्यक्ष राहुल गांधी पर पलटवार करते हुए चीन, कृषि कानूनों और कोविड-19 के मुद्दों पर भ्रम फैलाने का आरोप लगाया। चीन द्वारा अरुणाचल प्रदेश में एक गांव बनाने संबंधी खबरों का हवाला देते हुए राहुल गांधी ने राष्ट्रीय सुरक्षा के मुद्दे पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की सरकार पर सवाल उठाए थे।

नड्डा ने सिलसिलेवार ट्वीट कर कहा, राहुल गांधी, उनका परिवार और कांग्रेस कब चीन पर झूठ बोलना बंद करेगी? क्या वह इस बात से इनकार कर सकते हैं कि अरुणाचल प्रदेश की जिस जमीन का वह जिक्र कर रहे हैं, वहां सहित हजारों किलोमीटर जमीन चीन को किसी और ने नहीं बल्कि पंडित नेहरू ने भेंट कर दी थी? कांग्रेस की समझ अक्सर क्यों घुटने टेक देती है? भाजपा अध्यक्ष ने राहुल गांधी पर किसानों को उकसाने और गुमराह करने का आरोप लगाते हुए पूछा कि कांग्रेस-नीत संयुक्त प्रगतिशील गठबंधन की सरकार ने स्वामीनाथन आयोग की रिपोर्ट को सालों तक क्यों अटका रखा था और



न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) भी नहीं बढ़ाया। उन्होंने पूछा, कांग्रेस की सरकारों के दौरान किसान दशकों तक गरीब क्यों रहा? जब वह विपक्ष में होते हैं तभी क्या उन्हें किसानों के प्रति सहानुभूति महसूस होती है।

नड्डा ने कहा कि अब चूंकि राहुल गांधी अपनी मासिक छुट्टी से लौट आए हैं, वह उनसे कुछ सवाल पूछना चाहते हैं। उन्होंने पूछा, क्या राहुल गांधी का चीन की कम्युनिस्ट पार्टी और चीन से समझौता पत्र रद्द करने का कोई इरादा है? क्या वह अपने परिवार नियंत्रित न्यासों को चीन से मिले उदार दानों को वापस करने का इरादा रखते हैं? या उनकी नीतियां और परिपाटियां चीनी उन्सों और समझौता पत्र से शासित होती रहेंगी?

दवा कंपनियों से 1.55 करोड़ वसूले तेलंगाना पीसीबी: एनजीटी **नई दिल्ली।** राष्ट्रीय हति अधिकरण (एनजीटी) ने तेलंगाना प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (पीसीबी) को आदेश दिया है कि वह राज्य में प्रदूषण फैलाने वाली दवा कंपनियों से जुर्माने के तौर पर 1.55 करोड़ रुपये वसूल करे। एनजीटी अध्यक्ष न्यायमूर्ति आदर्श कुमार गोयल की अध्यक्षता वाली पीट ने राज्य पीसीबी से कहा कि वह कंपनियों से यह राशि वसूले और भुगतान नहीं करने वाली कंपनियों को बंद करने समेत उनके खिलाफ बलपूर्वक कार्रवाई करें। एक समिति ने सभी दवा निर्माता कंपनियों पर एक साल और श्री कार्तिकेय फार्मा पर छह माह के लिए पर्यावरणीय सुआवका लागू करने की सिफारिश की थी, जिसके बाद एनजीटी ने यह आदेश पारित किया। पीट ने कहा, यह औद्योगिक क्षेत्र प्रदूषित है और ये उद्योग रेड श्रेणी के उद्योगों में आते हैं।

जलवायु परिवर्तन से दक्षिण भारत में बदल सकता है वर्षा का स्वरूप: अध्ययन

नई दिल्ली। भविष्य में जलवायु परिवर्तन से उष्णकटिबंधीय वर्षा पट्टी (पृथ्वी की भूमध्य रेखा के पास भारी वर्षा की एक संकीर्ण पट्टी) के असमान स्थानांतरण से भारत के कई हिस्सों में बाढ़ आने का सिलसिला बढ़ने की आशंका है। पत्रिका नेचर क्लाइमेट चेंज में प्रकाशित एक अध्ययन में इस बात को लेकर सचेत किया गया है।

इसके तहत 27 अत्याधुनिक जलवायु मॉडल का अध्ययन किया गया और भविष्य के उस परिदृश्य को लेकर उष्णकटिबंधीय वर्षा पट्टी की प्रतिक्रिया को मापा गया, जिसमें मौजूदा सदी के अंत तक ग्रीनहाउस गैसों का उत्सर्जन लगातार बढ़ रहा है। इस अध्ययन के अनुसार, पूर्वी

अफ्रीका और हिंद महासागर के ऊपर उष्णकटिबंधीय वर्षा पट्टी के उत्तर की ओर स्थानांतरित होने से दक्षिण भारत में बाढ़ की तीव्रता बढ़ सकती है और इससे 2100 तक वैश्विक जल विविधता और खाद्य सुरक्षा प्रभावित हो सकती है। अमेरिका स्थित युनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया (यूसी) के वैज्ञानिक इस अध्ययन में शामिल थे।

उन्होंने कहा कि वर्षा पट्टी में यह बड़ा बदलाव जलवायु परिवर्तन के वैश्विक असर संबंधी पहले के अध्ययनों में सामने नहीं आया था। उन्होंने कहा कि जलवायु परिवर्तन के कारण एशिया और उत्तरी अटलांटिक महासागर में तापमान बढ़ा है।

हैरिस ने कहा, हमने पहले भी चर्चा की है। जो (बिडेन) ने टीकाकरण, कामकाजी लोगों और परिवारों को रहत देने के लिए योजना बताई है। बहुत कुछ करना है। कुछ लोग

कहते हैं कि हमारा महात्वाकांक्षी लक्ष्य है। लेकिन हमारा मानना ​​है कि कड़ी मेहनत और अमेरिकी संसद के सदस्यों की मदद से हम लोग इसे कर पाएंगे। उन्होंने कहा, मैं अमेरिका की अगली उपराष्ट्रपति के तौर पर शपथ लेने का इंतजार कर रहा हूं। मैं फख्र के

देश-विदेश 9

संक्षिप्त समाचार

टाटा मोटर्स को 2020 में मिले 98 पेटेंट

नई दिल्ली। वाहन निर्माता कंपनी टाटा मोटर्स ने मंगलवार को कहा कि इंजीनियरिंग उत्कृष्टता और नवाचार के तेज प्रयासों के फलस्वरूप उसे 2020 में 98 पेटेंट प्राप्त हुए। कंपनी ने एक बयान में कहा कि ये पेटेंट मुख्य रूप से सेस (कनेक्टेड, इलेक्ट्रीफायेड, सरस्टेनेबल, सेफ) वाहनों से संबंधित हैं। इन पेटेंट में वाहनों के इलेक्ट्रॉनिक्स में सुधार, ध्वनि कंपन और कठोरता, पारंपरिक व उन्नत पावरट्रेन सिस्टम समेत औद्योगिक डिजाइन, कंपोराइट आदि की व्यापक श्रेणियां शामिल हैं। टाटा मोटर्स के मुख्य प्रौद्योगिकी अधिकारी राजेंद्र पेटकर ने कहा, टाटा मोटर्स का उद्योग जगत में मानक बनने के लिए नवाचारों को पेश करने का एक समृद्ध इतिहास है। हम अपनी प्रतिभाशाली टीम को नए सिरे से सोचने और चुनौती देने के लिए प्रोत्साहित करते हैं।

डीटीसी से मिला 700 लो फ्लोर एसी बस का ठेका

नई दिल्ली। जेबीएम ऑटो लिमिटेड को दिल्ली परिवहन निगम (डीटीसी) से 700 लो-फ्लोर एसी बसों की आपूर्ति का ठेका मिला है। कंपनी ने मंगलवार को इसकी जानकारी दी। कंपनी ने एक बयान में कहा कि इस ठेके के तहत वह डीटीसी को संपूर्ण सड़क-6 उत्सर्जन मानक के अनुकूल 700 लो-फ्लोर एसी बसों की आपूर्ति करेगी। ये बसें सीएनजी से चलने वाली होंगी। कंपनी ने कहा कि डीटीसी को जिन सिटीलाइफ बसों की आपूर्ति की जाएगी, उनमें स्मार्टकार्ड टिकटिंग सिस्टम, रियल टाइम पैसेंजर इंफॉर्मेशन सिस्टम (पीआईएस), ईंटीलजेंट ट्रांसपोर्ट मैनेजमेंट सिस्टम (आईटीएमएस), ऑटोमैटिक बस व्हीकल लोकेशन सिस्टम और सीसीटीवी कैमरा जैसी आधुनिक सुविधाओं होंगी। कंपनी ने कहा कि इन बसों की आपूर्ति अगले वित्त वर्ष में की जाएगी।

डुंजो ने मृगल, लाइटबॉक्स, अन्य से वार करेड़ डॉलर जुटाए

नई दिल्ली। स्थानीय वाणिज्य मंच डुंजो ने मंगलवार को कहा कि उसने मृगल, लाइटबॉक्स और अन्य से वार करेड़ डॉलर (करीब 292.7 करोड़ रुपये) जुटाए हैं। कंपनी ने एक बयान में बताया कि वित्त पोषण के ताजा दौर में मृगल, लाइटबॉक्स, एगोल्वेंस, हाना फाईनैशियल इन्वेस्टमेंट, एलजीटी लाइटस्टेन एग्साइड और अल्टेरिया सहित कई पुराने और नए निवेशक शामिल हुए। डुंजो ने कहा कि वह आने वाले वर्षों में मुंबई, चेन्नई और पुणे में अपनी प्लेबुक को तैनात करने पर ध्यान केंद्रित करेगा। डुंजो की बिब्री इस समय आयोजना 10 करोड़ डॉलर है।

व्यापार संभावनाओं को रेखांकित करने लिए प्रदर्शनी

न्यूरॉक। अमेरिकी कारोबारियों के लिए भारत में व्यापार संभावनाओं को रेखांकित करने वाली प्रदर्शनी ईंडिया सब कॉन्ट्रिब्यूटि एक्सपो 2021 से पहले एक वर्चुअल मंच में प्रमुख वक्ताओं ने कहा कि कोरोना वायरस महामारी के चलते दोनों देशों के लिए साथ मिलकर काम करने और भरोसेमंद आपूर्ति श्रृंखला तैयार करने के नए अवसर तैयार हुए हैं। उत्तरी अमेरिका पर खासतौर से ध्यान देने वाले इंडिया सब कॉन्ट्रिब्यूटि एक्सपो 2021 का आयोजन 16 से 19 फरवरी के दौरान आभासी रूप से किया जा रहा है। इस प्रदर्शनी में भारत के कारोबारियों और कनाडा, मैक्सिको तथा अमेरिका के खरीदारों को साथ लाया जाएगा। प्रदर्शनी से पहले भारत सरकार के अधिकारियों, राजनयिकों और उद्योग जगत की हस्तियों ने व्यापार और निवेश के क्षेत्र में अमेरिका और भारत के बीच अवसरों को रेखांकित किया। इस कार्यक्रम का आयोजन इंजीनियरिंग निर्यात संवर्धन परिषद (ईईपीसी) ने सोमवार को किया।

सकारात्मक सोच वाले लोगों से प्रेरणा लींजिए: नूई

वाशिंगटन। पेप्सिको की पूर्व सीईओ इंद्रा नूई ने अमेरिका में भारतीय छात्रों को सलाह दी है कि बड़े पद की वजह से किसी को अपना आदर्श न मानें, बल्कि उन लोगों से प्रेरणा लें तो नकारात्मकता के बीच भी सकारात्मक पहलू खोज लेते हैं। पिछले सप्ताह एंक्वेसी ऑफ ईंडिया स्टूडेंट्स हब के एक कार्यक्रम में 65 वर्षीय भारतीय-अमेरिकी कारोबारी दिग्गज ने वीडियो कॉन्फ्रेंस के दौरान कहा, जो आपसे उच्च स्थिति में हो, सिर्फ उन लोगों से प्रेरणा न लींजिए, जो लोग संकट को दिलचस्प तरीके से संभाल सकते हैं, उनसे आपको प्रेरणा लेनी चाहिए। स्टूडेंट्स हब, भारतीय दूतावास की एक पहल है, जिसका मकसद अमेरिका में पढ़ रहे भारतीय छात्रों को भारत के विकास के साथ जोड़ना है। इसके जरिए छात्र आपस में और दूतावास के साथ जुड़ सकते हैं।

अर्जेंटीना और चिली में 6.4 तीव्रता का भूकंप

सैंटियागो (चिली)। मध्य चिली की सीमा से सटे उत्तरपश्चिम अर्जेंटीना में शक्तिशाली भूकंप आया, हालांकि इससे जान माल के किसी प्रकार के नुकसान की फिलहाल कोई खबर नहीं मिली है। भूकंप चिली में भी महसूस किया गया। भूकंप के कारण इलाके में बिजली गुल हो गई। अमेरिका के भूगर्भीय सर्वेक्षण विभाग ने बताया कि सोमवार रात को आए भूकंप की तीव्रता 6.4 मापी गई और इसका केंद्र प्ोसिंटो से 27.6 किमी दूर दक्षिण पश्चिम में था। भूकंप 14 किलोमीटर की गहराई पर आया। भूकंप के पहले झटके के दौरान पौने एक घंटे बाद दूसरा झटका महसूस किया गया जिसकी तीव्रता 5.0 तीव्रता मापी गई।

वार से पांव दिन में अस्पताल से मिलेगी छुट्टी: नाइक

पणजी। एक सप्ताह पहले हादसे में घायल हुए केंद्रीय आयुष मंत्री श्रीपद नाइक ने मंगलवार को कहा कि उनकी स्थिति अब बेहतर है और उन्हें चार से पांच दिन में गोवा मेडिकल कॉलेज सह अस्पताल (जीएमसीएच) से छुट्टी मिल जाएगी। केंद्रीय रक्षा राज्यमंत्री और आयुष मंत्री 68 वर्षीय नाइक पड़ोसी राज्य कर्नाटक से गोवा लौटते समय सड़क दुर्घटना का शिकार हो गए थे और उन्हें 12 जनवरी को अस्पताल में भर्ती कराया गया था। एजेंसी से बातचीत के दौरान नाइक ने कहा कि भगवान की कृपा और सभी के आशीर्वाद से उनकी स्थिति में सुधार हो रहा है।

दो इनामी महिला नक्सली गिरफ्तार

बीजापुर (छत्तीसगढ़)। छत्तीसगढ़ के नक्सल प्रभावित बीजापुर जिले में सुरक्षा बलों ने दो इनामी महिला नक्सलियों को गिरफ्तार किया है। बीजापुर जिले के पुलिस अधिकारियों ने मंगलवार को बताया कि जिले के गंगालूर और पामेड़ थाना क्षेत्र में दो महिला नक्सलियों को गिरफ्तार किया गया है। पुलिस अधिकारियों ने बताया कि जिले में नक्सल विरोधी अभियान के तहत सोमवार को गंगालूर थाना क्षेत्र में सुरक्षा बलों को गश्त पर खाना किया गया था।

साथ सिर बुलंद कर वहां जाऊंगी और शपथ ग्रहण में हिस्सा लूंगी।

कमला हैरिस और उनके पति डगलस एमर्हॉफ सोमवार को एनाकोस्टिया में मार्थाज टेबल के कार्यक्रम में मौजूद थे। इस दौरान उन्होंने ने लोगों के लिए खाद्य सामग्री पैक किया। हैरिस ने कहा, हम लोग यहां सेवा कर रहे कार्यकर्ताओं की मदद के लिए आए हैं। डे ऑफ सर्विस के मौके पर यहां जैक एंड जिल से कई स्कूली छात्र आए हैं। इस दिन हम लोग डॉ. मार्टिन लूथर जूनियर को श्रद्धांजलि देते हैं और उनके योगदान को याद करते हैं। वर्ष 1994 में संसद ने मार्टिन लूथर किंग हॉलिडे को राष्ट्रीय सेवा दिवस के तौर पर मान्यता दी थी। वर्ष 2009 में तत्कालीन नवनिर्वाचित राष्ट्रपति ओबामा ने राष्ट्रीय सेवा दिवस के मौके पर आयोजित कार्यक्रम में अमेरिका के सभी लोगों से हिस्सा लेने का आह्वान किया था।

नोएडा के लाखों परिवारों को मिली बड़ी राहत

वॉटर और सीवर चार्ज पर 50 फीसदी तक छूट, गांव वालों को भी मिलेगा फायदा

पायनियर समाचार सेवा। नोएडा

सोमवार को नोएडा विकास प्राधिकरण के बोर्ड की 201वीं बैठक का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता उत्तर प्रदेश के औद्योगिक विकास आयुक्त और प्राधिकरण के चेयरमैन आलोक टंडन ने की।

प्राधिकरण ने शहर की सामाजिक संस्थाओं की ओर से दिए गए ज्ञापन पत्र पर संज्ञान लेते हुए वॉटर और सीवर चार्जस पर लगने वाले पेनल्टी व ब्याज को कम करने का प्रस्ताव बोर्ड के सामने रखा। जिसे मंजूरी दे दी गई है। इस प्रस्ताव के तहत पेनल्टी और ब्याज पर 50 फीसदी तक की राहत शहर के लोगों को मिलेगी। प्राधिकरण अफसरों का कहना है कि इससे नोएडा के शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में लाखों आवंटियों को बड़ा फायदा होगा। प्राधिकरण की ओर से जारी



नोएडा विकास प्राधिकरण की बोर्ड बैठक में अधिकारियों संग चर्चा करते उत्तर प्रदेश औद्योगिक विकास आयुक्त और प्राधिकरण चेयरमैन आलोक टंडन।

किए गए बयान में बताया गया है कि औद्योगिक संगठनों और जन सामान्य की मांग पर 3 माह के लिए एमनेस्टी स्कीम का प्रस्ताव बोर्ड के सामने रखा

गया था जिसे मंजूरी मिल गई है। अगर कोई आवंटी 31 दिसंबर 2020 तक की जल प्रभार राशि 31 जनवरी तक जमा करता है तो उसे ब्याज पर

40 प्रतिशत छूट दी जाएगी। 1 फरवरी से 28 फरवरी के बीच धनराशि जमा करने पर 30 प्रतिशत छूट मिलेगी। वहीं 1 मार्च से 31 मार्च तक पैसा

जमा करने वालों को 20 प्रतिशत की छूट दी जाएगी। प्राधिकरण की ओर से बताया गया है कि जिन लोगों ने अवैध रूप से जल और सीवर का उपयोग किया है, उन्हें भी दंड और ब्याज में राहत दी गई है। कम से कम 30 दिसंबर 2014 से स्थाई जल शुल्क लागू किया जाएगा। इस राशि पर लगने वाला ब्याज और पेनल्टी में 40 प्रतिशत की छूट दे दी गई है।

इकोनामिक वीकर सेक्शन, लोअर इनकम ग्रुप श्रमिक कुंज और ग्रामीण क्षेत्रों में वाटर और सीवर कनेक्शन के बकायेदारों को 50 प्रतिशत की छूट दी गई है। जिन आवंटियों ने जल और सीवर का कनेक्शन अभी तक नहीं लिया है, उन्हें कब्जा प्रमाण पत्र की तारीख से लेकर कनेक्शन लेने तक की तारीख तक का पूरा शुल्क जमा करना होगा। इस प्रस्ताव को बोर्ड ने मंजूरी दे दी है।

ग्रेनो वेस्ट में फरवरी से मिलेगा गंगाजल

नोएडा। ग्रेटर नोएडा शहर के लोगों का दस वर्षों का इंतजार खत्म होने वाला है। शहर में अगले महीने से गंगाजल की आपूर्ति शुरू हो जाएगी। पहले ग्रेटर नोएडा और फिर ग्रेटर नोएडा वेस्ट को गंगाजल मिलेगा। इससे शहर में पेयजल की गुणवत्ता सुधरेगी। साथ ही शहर में पानी की आपूर्ति का वक्त भी बढेगा।

अभी सुबह और शाम 6 घंटे पानी मिलता है। इसे बढ़ाकर 12 घंटे करने की योजना है। करीब 10 साल से अटकी गंगाजल परियोजना के तीसरे चरण का काम पूरा होने वाला है। प्राधिकरण ने इसके लिए 38 करोड़ रुपये के पिछले साल टेंडर जारी किए थे। इस रकम से एक जोनल जलाशय और आठ जलाशय के अधूरे काम पूरे किए गए हैं। साथ ही बिजली से जुड़े काम भी हो गए हैं। करीब 350 करोड़ रुपये की लागत वाली इस परियोजना के तहत गाजियाबाद के देहरा गांव में गंगनहर से ग्रेनो तक पाइपलाइन बनाई गई है।

भूमाफिया से छीनकर रक्षा मंत्रालय के नाम दर्ज की जमीन

पायनियर समाचार सेवा। नोएडा

गौतमबुद्धनगर जिला प्रशासन ने सोमवार को भूमाफिया के खिलाफ बड़ी कार्रवाई की है। नोएडा में करीब 400 करोड़ रुपए की जमीन भूमाफि या से छीनकर वायुसेना को लौटाई गई है। दरअसल, नोएडा के यमुना खादर क्षेत्र में वायु सेना की जमीन पर करीब 70 वर्षों से कब्जा था। यहां वायु सेना की फायरिंग और बोम्बिंग रेंज पर माफिया ने कब्जा करके फार्म हाउस बसा दिए थे। सैकड़ों लोगों को धोखाधड़ी के जरिए फार्म हाउस बेचे गए थे। इलाहाबाद हाईकोर्ट के आदेश पर शुरू हुई यह कार्यवाही करीब 7 वर्ष में पूरी हुई है।

नोएडा के नंगला नंगली और नंगली साकपुर गांवों में हुए वायु सेना भूमि घोटाले में कार्रवाई सोमवार को अंजाम तक पहुंच गई है। प्रशासन ने वायु सेना की 161 एकड़ भूमि रक्षा

सर्वेक्षण में जिले को अत्वल लाने में जुटे प्रधानाचार्य

स्वच्छता रैंकिंग के लिए गाजियाबाद में अभियान चलाने का फैसला

पायनियर समाचार सेवा। गाजियाबाद

स्वच्छता सर्वेक्षण में नेशनल व स्टेट लेवल पर गाजियाबाद को रैंकिंग में अत्वल लाने के लिए गाजियाबाद नगर निगम ने महानगर के सभी स्कूलों के प्रधानाचार्यों को एक मंच पर जुटाकर पूरे जिले में अभियान शुरू करने का फैसला किया है।

स्कूलों के प्रधानाचार्यों ने भी नगर निगम अधिकारियों को भरोसा दिलाया कि इस बार गाजियाबाद को स्वच्छता सर्वेक्षण 2021 में प्रथम रैंकिंग दिलाने के अभियान में कोई कमी नहीं छोड़ी जायेगी।

युवक ने होटल में गोली मारकर की खुदकुशी

नोएडा। सेक्टर-24 थाना क्षेत्र के सेक्टर-53 स्थित एक होटल में ठहरे एक युवक ने कथित तौर पर खुद को गोली मारकर आत्महत्या कर ली।

सहायक पुलिस आयुक्त रजनीश वर्मा ने बताया कि बागपत का अमित धामा (21) सेक्टर-24 थाना क्षेत्र के सेक्टर-53 स्थित एक होटल में रिवरार रात ठहरने आया था। उसने अपने गांव के रहने वाले प्रिंस नाम के एक युवक के पहचान पत्र से कमपा बुक करवाया था। एसीपी ने बताया कि सोमवार को अमित का शव कमरे में पड़ा मिला। मौके पर पहुंची पुलिस जांच की तो पता चला कि अमित ने देशी तमंचे से खुद को गोली मारकर आत्महत्या कर ली।

मिसाल : मुस्लिम समुदाय ने कराया हिंदू युवक का अंतिम संस्कार

15 साल से मुरादनगर में रहा रहा था मृतक, शव लेने से रिश्तेदारों ने कर दिया था इनकार

पायनियर समाचार सेवा। गाजियाबाद

जिले में हिंदू-मुस्लिम एकता को मिसाल देखने को मिली है। दरअसल, मुरादनगर में रविवार को हिंदू धर्म के एक अनाथ व्यक्ति का निधन हो गया था। जिसके बाद मुस्लिम समुदाय के लोगों ने मिलकर उसका अंतिम संस्कार किया। मुस्लिम युवकों के इस कार्य की हर ओर सराहना हो रही है।

मुरादनगर कब्जा हिंदू-मुस्लिम एकता के लिए जाना जाता है। सभी धर्मों के लोग आपस में मिलजुल कर रहते हैं। इसीलिए मुरादनगर के इतिहास में आज तक हिंदू-मुस्लिम के बीच किसी भी तरीके का गतिरोध नहीं हुआ है। मुरादनगर में हिंदू-मुस्लिम भाईचारे की एक और मिसाल देखने को मिली है जो हिंदू धर्म के एक अनाथ व्यक्ति को मौत हो जाने के बाद मुस्लिम समुदाय के लोगों ने उसका अंतिम संस्कार किया।



हिन्दू युवक का अंतिम संस्कार करते मुस्लिम समुदाय के लोग।

सभासद जुनैद चौधरी ने बताया कि मृतक भगवान दास उर्फ कन्हू मुरादनगर के चुंगी नंबर 3 पर तकरीबन 15 साल से रह रहे थे। जिनका कोई भी सहारा नहीं था। भगवान दास पिछले 2-3 दिन से बीमार चल रहे थे। जिनकी रविवार को मृत्यु हो गई थी। पोस्टमार्टम हाउस से बाँड़ी आने के बाद

डेयरी संचालक को गोली मारने वाले धरे गए

पुरानी रंजिश में दिया था वारदात को अंजाम

पायनियर समाचार सेवा। गाजियाबाद

तीन दिन पूर्व मुरादनगर थाना क्षेत्र के सहविस्वा में एक युवक को गोली मारने के मामले में पुलिस ने नामजद दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने उनके कब्जे से घटना में इस्तेमाल किया गया तमंचा भी बरामद कर लिया है। पुलिस का कहना है कि पुरानी रंजिश का बदला लेने के लिए युवक को गोली मारी गई थी।

बता दें कि मुरादनगर शहर की सहविस्वा कॉलोनी निवासी सरफराज उर्फ टिकू पुत्र मुन्ना परिवार सहित रहता है। यह भैसों का दूध बेचकर अपने परिवार का पालन पोषण करता है। शनिवार की सुबह वह घर से कुछ दूरी पर ही गोबर डालने जा रहा था। इसी दौरान घात लगाए खड़े युवकों ने



मुरादनगर पुलिस की गिरफ्त में डेयरी संचालक को गोली मारने के आरोपी।

उसको रोककर गोली मार दी थी। गंभीर हालत में युवक को अस्पताल में भर्ती कराया गया था। इस मामले में पुलिस ने नामजद रिपोर्ट दर्ज कर आरोपियों की तलाश शुरू कर दी थी। बताया गया है कि युवक की हालत अभी भी गंभीर बनी हुई है।

थाना प्रभारी अमित कुमार ने बताया कि पुलिस को सूचना मिली कि सहविस्वा स्कूल के पास गोली

अभिभावकों ने निकाला पैदल मार्च

गाजियाबाद। फीस जमा न होने पर बच्चों को परीक्षाओं से रोके जाने के विरोध में दूसरे दिन भी संजयनगर के डीडीपीएस स्कूल गेट पर अभिभावकों ने प्रदर्शन किया। मंगलवार को हुए प्रदर्शन में गाजियाबाद पेरेंट्स एसोसिएशन के नेतृत्व में अभिभावकों ने स्कूल प्रबंधन के खिलाफ प्रदर्शन करते हुए जिला मुख्यालय तक पैदल मार्च निकाला।बता दें कि सोमवार को भी अभिभावकों ने स्कूल गेट पर प्रदर्शन किया था। अभिभावकों ने बताया कि कोरोना काल के कारण लगे लॉकडाउन की वजह से नौकरी, कारोबार सब ठप पड़ा था इसलिए बच्चों की फीस जमा नहीं करा पाए थे। इसके बावजूद पहले स्कूल ने बच्चों की ऑनलाइन क्लास बंद कर दी थी और जब बच्चे परीक्षा देने स्कूल पहुंचे तो उन्हें बाहर निकाल दिया और परीक्षा में नहीं बैठने दिया गया।

अज्ञात शख्स का शव बरामद

नोएडा। जिले के सेक्टर-39 थाना क्षेत्र के सेक्टर-44 स्थित शिव मंदिर के पास सोमवार रात एक अज्ञात व्यक्ति का शव बरामद हुआ। थाना सेक्टर-39 के प्रभारी निरीक्षक आजाद सिंह तोमर ने बताया कि सोमवार रात पुलिस को सूचना मिली थी कि सेक्टर- 44 के मंदिर के पास झाड़ियों में एक व्यक्ति का शव पड़ा है। उन्होंने बताया कि पुलिस ने मौके पर पहुंच शव को कब्जे में लिया और उसे पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया गया है।

गाजियाबाद को मिलेगी एक और थाने की सौगात

पायनियर समाचार सेवा। गाजियाबाद

जिले को गणतंत्र दिवस पर एक और नया थाने की सौगात मिलने जा रही है। शहर के सबसे संवेदनशील इलाके नन्दग्राम को नये थाने के रूप में सुजित कर दिया जायेगा। थाने को बनाने के लिए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक कलानिधि नैथानी ने चार लाख रुपए का फन्ड भी स्वीकृत कर दिया गया है। यह थाना निगम की जमीन पर बनाया जा रहा है। इस संबंध में एक औपचारिक पत्र भी नगर निगम कार्यालय को स्वीकृति के लिए भेज दिया गया है।

नन्दग्राम थाने की रूप रेखा को तैयार करने और वहां मौजूदा स्ट्रक्चर को देखने के लिए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक कलानिधि नैथानी ने अपने एक्सपर्ट स्टाफ के साथ निरीक्षण किया और आवश्यक दिशा-निर्देश भी जारी किए। उन्होंने बताया कि जहां यह थाना बनाया जा रहा है वहां पहले से ही एक पुलिस चौकी मौजूद है। जिसका विस्तार कर उसे नन्दग्राम थाने का रूप दिया जायेगा।



नन्दग्राम में नए थाने के निर्माण के सिलसिले में निरीक्षण करने पहुंचे एसएसपी कलानिधि नैथानी।

पुलिस कप्तान नैथानी ने बताया कि इस थाना परिसर में हवालात, मैस ,रिशोफन, मालखाना व स्टाफ के लिए निवास स्थान बनाये जाने की योजना है। क्षेत्राधिकारी द्वितीय को नोडल अधिकारी बनाया गया है। पुलिस कप्तान का कहना है कि थाना परिसर को तैयार करने के लिए क्षेत्राधिकारी द्वितीय को भवन निर्माण एवं मरम्मत के लिए निर्देश जारी कर दिए गय हैं।



परिसमन में गड़बड़ी नहीं की जाएगी बर्दाश्त :रालोद गाजियाबाद। गाजियाबाद। राष्ट्रीय लोक दल के क्षेत्रीय अध्यक्ष यशवीर सिंह ने यहां कहा कि सत्ताधारी दल नगर पालिका परिसमन में गड़बड़ी कर रहा है ताकि आने वाले विधानसभा चुनाव में उनकी जीत का जातिगत व क्षेत्रीय समीकरण बन सके। जिस पर राष्ट्रीय लोकदल पूरी नजर रखे हुए हैं। यदि इस गड़बड़ी को नहीं रोका गया तो राष्ट्रीय लोक दल आंदोलन करेगा। मंगलवार को एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में उन्होंने अजय प्रमुख को राष्ट्रीय लोक दल के जिला अध्यक्ष बनाने की घोषणा की और पत्रकारों को संबोधित किया। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि केंद्र की भाजपा सरकार जनहित में काम नहीं कर रही है बल्कि जन विरोधी कार्य में लित है। सरकार ने सारी हडें पार कर दी हैं। यहां तक कि वह परिसीमन में भी गड़बड़ी करने से बाज नहीं आ रही है। जिसके शिकायतें राष्ट्रीय लोक दल को लगातार मिल रही है। राष्ट्रीय लोक दल इस पर बराबर नजर रखे हुए हैं।

नोएडा/गाजियाबाद

राशिफल ज्योतिष गुरु राजेश जी		
मेघ	वृष	
आज के दिन कामयाबी मिलेगी। मान-सम्मान में बढ़ोतरी होगी। समय पर जिम्मेदारी पूरी कर पाएंगे। बुजुर्गों को सेहत संबंधी परेशानी हो सकती है। धन से जुड़ी परेशानी दूर हो सकती है। जीवनसाथी के साथ प्यार पढ़ेगा। कार्यस्थल पर नई जानकारी मिलेगी। विवाद दूर होंगे। जमीन-जायदाद के मामले आगे बढ़ेंगे। रुके हुए कार्य आगे बढ़ेंगे। युवा वर्ग को नौकरी मिल सकती है। छात्रों का पढ़ाई में मन लगेगा।	शत्रु पक्ष से सतर्क रहें। आपको आज नुकसान हो सकता है। दफ्तर में ज्यादा जिम्मेदारी रहेगी। स्थानांतरण की सूचना मिल सकती है। नया प्रोजेक्ट शुरू कर पाएंगे। मित्रों से मदद मिलेगी। लेनदेन के दौरान विवाद की आशंका है। जीवनसाथी के साथ धार्मिक यात्रा पर जा सकते हैं। बुजुर्गों को सेहत संबंधी परेशानी हो सकती है। बोलचाल पर काबू रखें। आज अप्रिय खबर मिल सकती है।	
भाग्यांक: 8 विशेष: गाय को चारा खिलाएं।	भाग्यांक: 7 विशेष: सीधे हाथ की कलाई पर हरे रंग का धागा बांधे।	

मिथुन	कर्क	
धन-संपत्ति में इजाफा होगा। पैतृक संपत्ति में हिस्सा मिल सकता है। छात्रों को काफी मेहनत करना होगा। सामाजिक कार्यों में हिस्सा लेंगे। आमदनी के नए स्रोत मिलेंगे। पुरानी दिक्कतें दूर होने की उम्मीद है। किसी बुद्धिजीवी से मुलाकात के बाद खुद के स्वभाव में परिवर्तन लाने का प्रयास करेंगे। सकारात्मक रहेंगे। खर्च पर नियंत्रण रख पाएंगे। परिजनों का साथ मिलेगा। वाहन चलाते समय सावधान रहें।	परिवार के किसी जरूरतमंद की मदद करेंगे। आर्थिक सुधरेगी। निवेश के अवसर मिल सकते हैं। धन लाभ होगा। आमदनी के नए स्रोत मिलेंगे। पुरानी दिक्कतें दूर होने की उम्मीद है। बुजुर्गों के अनुभवों का लाभ मिलेगा। रिश्तेदारों के साथ चर्चा होगी। कुंवारों के लिए रिश्ते की सूचना आ सकती है। एकांत में रहना पसंद करेंगे। अनजान लोगों से दूरी बनाकर रखें। मकान खरीद सकते हैं।	
भाग्यांक: 3 विशेष: बुध के मंत्र का जाप करें।	भाग्यांक: 6 विशेष: मंदिर में गणेश जी को फूल अर्पित करें।	

सिंह	कन्या	
दुर्घटना से हानि संभव है। आज काफी सतर्क रहना होगा। किसी को अपनी गोपनीय बात न बताएं। परिजनों के साथ मधुरता रहेगी। आर्थिक स्थिति में सुधार होगा। रुकी हुई रकम वापस मिलने की उम्मीद है। नौकरीपेशा लोगों के सहयोगियों से मदद मिलेगी। नए काम से लाभ होगा। इलाज में ज्यादा खर्च हो सकता है। जीवनसाथी को उपहार देंगे। संतान पक्ष की समस्या दूर होगी। छात्रों को लाभ होगा।	कॅरियर में बदलाव पर विचार कर सकते हैं। दफ्तर में किसी से मतभेद होने की आशंका है। आज तनाव में रहेंगे। पुरानी बीमारी उभर सकती है। इलाज के लिए लापरवाही न बरतें। परिवार के लोगों का सहयोग मिलेगा। कारोबार की स्थिति अच्छी रहेगी। लेनदेन करते समय सावधान रहें। कीमती सामानों की सुरक्षा करेंगे। छात्रों का पढ़ाई में मन लगेगा, दिक्कतें दूर होंगी। कानूनी मामले आगे बढ़ेंगे।	
भाग्यांकः 2 विशेष: गणेश जी के 12 नामों का उच्चारण करें।	भाग्यांक: 3 विशेष: तुलसी के पौधे में जल डालें।	

तुला	वृश्चिक	
आज खुशखबरी मिलेगी। रुका हुआ कार्य पूरा होगा। आज काफी प्रेरान रहेंगे। कार्यस्थल पर खुशखबरी मिलेगी। धन लाभ होगा। जिम्मेदारी पूरी करने में आसुर्य न करें। बुजुर्गों का आशीर्वाद मिलेगा। यात्रा पर जा सकते हैं। निवेश से लाभ होगा। जीवनसाथी के साथ घूमने जाएंगे। बच्चों के साथ समय बिता सकते हैं। सेहत ठीक रहेगी। जरूरी फैसले लेने में जल्दबाजी न करें। ऑफिस में माहौल खुशनुमा रहेगा।	आज का दिन भागदौड़ से भरा रहेगा। पारिवारिक व सामाजिक जिम्मेदारियां पूरी करनी पड़ सकती है। घर में सदस्यों की तबियत बिगड़ने के कारण चिंतित रहेंगे। तू, ना ,नी, नू, ने, नो, या, यी, यू,) होगा। सामाजिक स्थिति मजबूत होगी। मान-सम्मान पढ़ेगा। अपनों का साथ मिलेगा। व्यवसाय में लाभ होगा। शासकीय कार्य आगे बढ़ेंगे। धन लाभ हो सकता है। रिश्तेदारों के व्यवहार से कुछ ठेस लग सकती है। दफ्तर में नई सूचना मिलेगी।	
भाग्यांक: 5 विशेष: हरे रंग का रमाल जेब में रखें।	भाग्यांक: 7 विशेष: खाने में गुड़ और शहद का प्रयोग करें।	

धनु	मकर	
स्वास्थ्य को लेकर परेशान रहेंगे। खानपान का ध्यान रखें। जीवनसाथी के साथ यात्रा पर जा सकते हैं। आर्थिक स्थिति मजबूत होगी। खुशखबरी मिल सकती है। फोल्ड में कार्य करने वालों को नए अवसर मिलेंगे। ऑफिस में आज अफसर आपकी सराहना करेंगे। मित्रों का मदद कर पाएंगे। विद्यार्थियों को पढ़ाई के लिए काफी परिश्रम करना होगा। समय पर जिम्मेदारी पूरी कर पाएंगे।	आज का दिन आपके लिए अच्छा रहेगा। दंपति धार्मिक कार्यों में हिस्सा लेंगे। परिवार में सुख-समृद्धि बनी रहेगी। दफ्तर में ज्यादा काम रहेगा। थकान महसूस करेंगे। स्वास्थ्य की स्थिति ठीक रहेगी। बड़े बुजुर्गों की सलाह काम आएगी। किसी कष्ट से मुक्ति मिलेगी। वाहन आदि खरीद सकते हैं। कामकाज अच्छा चलेगा। अचानक किसी मित्र से मुलाकात होने की संभावना है। धन लाभ होगा। जोखिम न लें।	
भाग्यांक: 4 विशेष: घर से निकलने से पहले शहद का सेवन करें।	भाग्यांक: 9 विशेष: भगवान गणेश जी के लड्डू का भोग लगाएं।	

कुंभ	मीन	
आज कार्य आसानी से होंगे। जीवनसाथी की मदद मिलेगी। व्यवसाय की स्थिति ठीक रहेगी। अचानक धन लाभ हो सकता है। लेनदेन में सा, सी, सू, से, सो ,रा) सामना कर सकते हैं। रुकी हुई रकम वापस मिलने में संदेह है। आज किसी कार्य को शुरू करने का फैसला ले सकते हैं। जातकों को आज बातचीत करते समय काफी सतर्क रहना होगा। विरोधियों की वजह से किसी मुसीबत में फंस सकते हैं।	आज का दिन उलझन में बीतेगा। पैतृक संपत्ति परिवार में कलह, तनाव का माहौल रहेगा। निर्णय ले पाने में असमर्थ रहेंगे। युवा अपने भविष्य के लिए चिंतित हो सकते हैं। कारोवारियों को लाभ होगा। कर्ज की रकम वापस मिल सकती है। निवेश के नए प्रस्ताव को फिलहाल टाल दें। बुजुर्गों की मदद मिलेगी। मित्रों के साथ बाहर जा सकते हैं। संतान पक्ष से खुशखबरी मिलेगी। रिश्तेदारों से मुलाकात होगी।	
भाग्यांक: 2 विशेष: विधवा आश्रम में जाकर कुछ दान कर दें।	भाग्यांक: 9 विशेष: भगवान गणेश जी के लड्डू का भोग लगाएं।	

मेरी जिंदगी का सबसे बड़ा पल : ऋषभ पंत

एजेंसी। ब्रिसबेन

भारत की आस्ट्रेलिया के खिलाफ चौथे टेस्ट मैच की जीत में अहम भूमिका निभाने वाले ऋषभ पंत ने इस ऐतिहासिक जीत को अपनी जिंदगी का सबसे बड़ा पल करार दिया। पंत ने पांचवें दिन चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में नाबाद 89 रन बनाए, जिससे भारत ने तीन विकेट से जीत दर्ज करके श्रृंखला 2-1 से अपने नाम की। उन्होंने मैच के बाद कहा, यह मेरी जिंदगी का सबसे बड़ा क्षण है और मुझे खुशी है कि जब मैं नहीं खेल रहा था तब भी सहयोगी स्टाफ और मेरे साथियों ने मेरा समर्थन किया। भारत ने वनडे और टी-20 श्रृंखला में

विराट कोहली की अनुपस्थिति में टीम की अगुवाई कर रहे रहाणे ने कहा, यह जीत हमारे लिए काफी मायने रखती है। मैं नहीं जानता कि इसका कैसे वर्णन करना है, लेकिन हमारे खिलाड़ियों ने एडीलेड टेस्ट के बाद जज्बा और प्रतिबद्धता दिखाई। मुझे वास्तव में प्रत्येक खिलाड़ी पर गर्व है। रहाणे ने अपनी 24 रन की पारी के दौरान तेजी दिखाई और उन्होंने कहा कि यह रणनीति का हिस्सा था। उन्होंने कहा, मैंने और पुजार ने बात की वह सामान्य तरीके से खेलता रहेगा और मैं रन बनाने का जिम्मा उठाऊंगा। पुजारा को श्रेय जाता है। जिस तरह से उसने दबाव झेला वह शानदार था। आखिर में ऋषभ और वाशिंगटन ने बहुत अच्छी बल्लेबाजी की। रहाणे ने इसके साथ ही कहा कि खिलाड़ियों के चोटिल होने के कारण टीम में लिए

भी नहीं खिलाया था। इसके अलावा टेस्ट श्रृंखला के शुरू में भी उन्हें नजरअंदाज किया गया। उन्होंने सिडनी में 97 रन की

यह जीत हमारे लिए काफी मायने रखती है: रहाणे

गए वाशिंगटन सुंदर की मौजूदगी से टीम को संतुलन मिला। उन्होंने कहा, बीस विकेट लेना महत्वपूर्ण था और इसलिए हम पांच गेंदबाजों के साथ उतरे। रविंद्र जडेजा की जगह पर सुंदर ने टीम को संतुलन प्रदान किया। मोहम्मद सिराज ने दो और नवदीप सैनी ने एक टेस्ट खेला था इसलिए यह अनुभवहीन आक्रमण था, लेकिन हमारे गेंदबाजों ने जो जज्बा दिखाया वह शानदार था। आस्ट्रेलिया के कप्तान टिम पेन ने स्वीकार किया कि भारतीय टीम ने उन्हें हर विभाग में मात दी। उन्होंने कहा, हम यहां श्रृंखला जीतने के लिए आए थे, लेकिन हमें भारत की अनुशासित और कड़ी टीम से हार मिली। वह श्रृंखला में जीत की हकदार थी। हमें कई चीजों पर गौर करने की जरूरत है। हमें एक बेहतर टीम ने हराया।

जोरदार पारी खेली और फिर यहां अपना जलवा दिखाया। पंत ने कहा, यह स्विनल श्रृंखला रही। टीम प्रबंधन ने हमेशा मेरा

मैच जीतना चाहता हूं और आज मैंने ऐसा किया। पिच पर पड़ी दरारों के बारे में पंत ने कहा, यह पांचवें दिन की पिच थी और गेंद थोड़ा टर्न ले रही थी। मुझे लगता है कि मैंने अपने शॉट खेलने में अनुशासन दिखाया। भारतीय कप्तान अजिंक्य रहाणे ने भी अपने युवा साथियों की जमकर तारीफ की।

ऐतिहासिक जीत युवा ब्रिगेड ने गाबा में आस्ट्रेलिया का मानमर्दन कर जीती श्रृंखला

एजेंसी। ब्रिसबेन

अपने दो युवा बल्लेबाजों शुभमन गिल और ऋषभ पंत की आकर्षक अर्धशतकीय पारियों के दम पर भारत ने मंगलवार को यहां चौथे और अंतिम टेस्ट क्रिकेट मैच में तीन विकेट से ऐतिहासिक जीत दर्ज करके श्रृंखला अपने नाम करने के साथ आस्ट्रेलिया की गाबा में 32 वर्षों से चली आ रही बादशाहत भी खत्म कर दी। भारत ने एडीलेड में पहला टेस्ट मैच गंवाने के बाद शानदार वापसी की और आस्ट्रेलिया को उसकी सरजमीं पर लगातार दूसरी बार श्रृंखला में 2-1 से हराकर बोर्डर-गावस्कर ट्रॉफी अपने पास बरकरार रखी। भारत ने यह जीत तब दर्ज की, जबकि उसके कई शीर्ष खिलाड़ी चोटिल होने या अन्य कारणों से टीम में नहीं थे।

गिल शतक से चूक गए, लेकिन उन्होंने 91 रन की प्रवाहमय पारी खेली जबकि पंत ने आक्रामकता और रक्षण की अच्छी मिसाल पेश करके नाबाद 89 रन बनाए। भारत के सामने 328 रन का लक्ष्य था और उसने सात विकेट पर 329 रन बनाकर गाबा में अपनी पहली जीत दर्ज की। इन सबके बीच चेतेश्वर पुजारा की 211 गेंदों पर खेली गई 56 रन की पारी खेलकर फिर से अपना जुझारूपन दिखाया। उन्होंने अपने इन दोनों युवा साथियों को खुलकर खेलने का मौका दिया। पुजारा ने गिल के साथ 240 गेंदों पर 114 और पंत के साथ 141 गेंदों पर 61 रन की उपयोगी साझेदारियों की। आस्ट्रेलिया ने इससे पहले गाबा में आखिरी टेस्ट मैच 1988 में वेस्टइंडीज के खिलाफ गंवाया था। इसके बाद से उसे इस मैदान पर कभी हार नहीं मिली थी। यह कुल पांचवां और आस्ट्रेलिया के खिलाफ तीसरा अवसर है, जबकि भारत ने पहला टेस्ट

पंत ने तोड़ा पूर्व कप्तान धोनी का रिकार्ड सबसे तेज 1000 टेस्ट रन बनाने वाले भारतीय विकेटकीपर बने

ब्रिसबेन। आस्ट्रेलिया के खिलाफ चौथे और आखिरी क्रिकेट टेस्ट में भारत की जीत के नायकों में रन ऋषभ पंत ने महेंद्र सिंह धोनी का रिकार्ड तोड़ दिया और वह सबसे तेज 1000 टेस्ट रन बनाने वाले भारतीय विकेटकीपर बन गए। पंत ने यह आंकड़ा 27वर्षी पारी में छुआ जबकि धोनी ने 32 टेस्ट पारियों में 1000 रन पूरे किए थे।

पंत ने चौथे टेस्ट के पांचवें और आखिरी दिन यह रन पूरे किए। वह 89 रन बनाकर नाबाद रहे। भारत ने यह श्रृंखला 2-1 से जीती। इससे पहले सिडनी में तीसरे टेस्ट में भी पंत ने 97 रन की पारी खेली थी जिसे भारत ने ड्रं



कराया था। इंग्लैंड के खिलाफ 2018 में टेस्ट क्रिकेट में पदार्पण करने वाले पंत इंग्लैंड और आस्ट्रेलिया में शतक जमाने वाले भारत के अकेले विकेटकीपर बल्लेबाज हैं। पिछली बार 2018-19 के आस्ट्रेलिया दौर पर भी उन्होंने सिडनी में नाबाद 159 रन बनाए थे जो उनका सर्वोच्च टेस्ट स्कोर है। अब तक वह 16 टेस्ट में 1088 रन बना चुके हैं जिसमें दो शतक और चार अर्धशतक शामिल हैं।

भारत विश्व टेस्ट चैंपियनशिप तालिका में शीर्ष पर पहुंचा

दुबई। ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ गाबा के मैदान पर चौथे टेस्ट में तीन विकेट की रोमांचक जीत के साथ श्रृंखला की 2-1 से अपने नाम करने वाली भारतीय टीम अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) विश्व टेस्ट चैंपियनशिप (डब्ल्यूटीसी) की तालिका में शीर्ष पर पहुंच गई है। इस जीत के साथ भारतीय टीम के नाम 430 अंक हो गए हैं जो न्यूजीलैंड (420) और ऑस्ट्रेलिया (332) से अधिक हैं। आईसीसी ने ट्वीट किया, गाबा में कड़े मुकाबले में मिली जीत के बाद, भारत आईसीसी विश्व टेस्ट चैंपियनशिप तालिका में पहले स्थान पर पहुंच गया। ऑस्ट्रेलिया तीसरे स्थान पर थिक्टे गया। भारत ने डब्ल्यूटीसी शुरू होने के बाद पांच श्रृंखला में 13 मैच खेले हैं।

इससे बढ़कर कुछ नहीं, 36 रन पर सिमटने के बाद यह जीत अवास्तविक : शास्त्री

एजेंसी। ब्रिसबेन

भारतीय टीम के मुख्य कोच रवि शास्त्री ने फिटनेस समस्याओं से जूझ रही अपनी टीम को आस्ट्रेलिया पर टेस्ट श्रृंखला में जीत पर प्रसन्नता जताते हुए कहा कि एडीलेड में टेस्ट क्रिकेट में अपने न्यूनतम स्कोर 36 रन पर सिमटने के बाद यह अवास्तविक लगता है। शास्त्री ने आस्ट्रेलिया के इस दौर को अपना अब तक का सबसे कठिन दौर बताया।

उन्होंने कहा, यह सबसे कठिन दौर था। इससे बढ़कर कुछ नहीं। 36 रन पर आउट होने के बाद यह अवास्तविक लगता है। भारत ने आखिरी टेस्ट तीन विकेट से जीतकर श्रृंखला 2-1 से अपने नाम की। कोच



ने कहा, पराजित होना अलग बात है लेकिन हार मानना हमारे शब्दकोष में नहीं है। भारतीय टीम ने 328 रन का रिकार्ड लक्ष्य हासिल करके बोर्डर-गावस्कर ट्रॉफी अपने पास रखी। शास्त्री ने कहा कि क्रिकेट जगह इस प्रदर्शन को लंबे समय तक याद रखेगा। ऋषभ पंत की 89 रन की नाबाद पारी के दम पर भारत ने 32 बरस बाद आस्ट्रेलिया को गाबा के किले पर धूल चटाई। विकेट के पीछे खराब प्रदर्शन के लिए आलोचना झेलने वाले पंत का बचाव करते हुए शास्त्री ने कहा, पंत जब से

मैदान पर उतरा, उसकी नजरें लक्ष्य पर ही थीं। वह स्कोर बोर्ड देख रहा था।

उन्होंने कहा, वह अच्छा श्रोता है। एक कोच किसी का स्वाभाविक खेल नहीं बदल सकता लेकिन आक्रामकता और सजगता के बीच संतुलन बिटाना होता है। आप गैर जिम्मेदार नहीं हो सकते। ऋषभ ने यह सीख लिया है। शास्त्री ने कहा कि सिडनी टेस्ट में 97 रन बनाने वाला पंत अगर टिक जाता तो भारत वह मैच भी जीत सकता था। उन्होंने कहा, वह सिडनी में भी जीत दिला देता अगर क्रीज पर कुछ देर और टिक गया होता। इस बार उसने सुनिश्चित किया कि अंत तक डटे रहना है। जब अच्छी विकेटक्रींपा नहीं करता तो उसकी आलोचना होती है लेकिन वह इस तरह से मैच जिता सकता है।

शानदार कप्तानी रहाणे: हरभजन

हरभजन सिंह ने रहाणे की तारीफ करते हुए लिखा, शानदार कप्तानी रहाणे मुझे लगता है कि यह किसी श्रृंखला की सबसे बड़ी जीत है। कई बड़े खिलाड़ियों के बिना भी आप सब ने दिखाया कि कैसे खेलना चाहिए। बधाई। अपनी जर्सी पर 17 नंबर का इस्तेमाल करने वाले दक्षिण अफ्रीका के पूर्व खिलाड़ी एबी डिविलियर्स ने भी पंत की तारीफ की जिनकी जर्सी पर भी 17 नंबर अंकित रहता है, क्या शानदार टेस्ट मैच, भारतीय क्रिकेट में गजब की गहराई है। ऋषभ पंत बेहतरीन अंक 17, शानदार खेले युवा खिलाड़ी। टेस्ट क्रिकेट अपने सर्वश्रेष्ठ स्तर पर। इंग्लैंड के पूर्व दिग्गज केविन पीटरसन ने लिखा, भारत की ऑस्ट्रेलिया में इस शानदार जीत में सबसे अच्छी बात यह थी कि टेस्ट मैच ब्रिसबेन में खेला गया था। यह शहर इतने अच्छे मैच की मेजबानी के लायक नहीं है। बहुत हंसी आ रही है। पंत क्रिकेट के मामले में ऑस्ट्रेलिया में काफी बड़े हो गए हैं। दिग्गज स्पिनर शेन वार्न ने लिखा, भारतीय क्रिकेट टीम को बधाई, यह ऑस्ट्रेलिया की धरती पर सेबेन अच्छी श्रृंखला जीत में से। पूरी टीम के 36 के लिए आउट होने के बाद बड़े खिलाड़ियों के बिना इस टीम ने शानदार जज्बा चरित्र, लचीलापन, साहस और विश्वास दिखाया है।

करोड़ रुपये का बोनस देने की घोषणा की। यह जीत किसी कीमत से परे है। दौरे पर गए सभी खिलाड़ियों ने शानदार खेल दिखाया। ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ कई

सिंधू-श्रीकांत की प्रभावी शुरुआत समीर ने किया उलटफेर

एजेंसी। बैंकांक

भारत के चोटी के खिलाड़ियों पीवी सिंधू और किदांबी श्रीकांत ने टोयोटा थाईलैंड ओपन सुपर 1000 बैडमिंटन टूर्नामेंट में मंगलवार को यहां पहले दौर में सीधे गेम में जीत दर्ज की, जबकि समीर वर्मा ने दुनिया के दसवें नंबर के खिलाड़ी ली जि जिया को हराकर उलटफेर कर दिया। एक सप्ताह पहले एशियाई चरण की पहली प्रतियोगिता में डेनमार्क की मिया ब्लिचफील्ड से पहले दौर में हारने के बाद विश्व चैंपियन सिंधू ने दूसरे टूर्नामेंट के शुरू में विश्व में 12वें नंबर की थाई खिलाड़ी बुसानन ऑंगबमरांगफान को महिला एकल मैच में 21-17, 21-13 से हराया।

सिंधू ने मैच के बाद कहा, यह अच्छा मैच था और मैं बहुत खुश हूं। यह जीत मेरे लिए बहुत महत्वपूर्ण थी क्योंकि पिछले सप्ताह के टूर्नामेंट में मैं पहले दौर में हार गई थी। इस जीत से सिंधू का बुसानन के खिलाफ रिकार्ड



11-1 हो गया है। भारतीय खिलाड़ी केवल एक बार 2019 में हांगकांग ओपन में थाई खिलाड़ी से हारी थी। सिंधू अगले दौर में कोरिया की सुंग जी ह्यून और सोनिया चिया के बीच होने वाले मैच की विजेता से भिड़ेगी। पुरुष एकल में विश्व के पूर्व नंबर एक खिलाड़ी श्रीकांत ने थाईलैंड के सिटीकोम थम्मासिन को 37 मिनट में 21-11, 21-11 से पराजित किया। श्रीकांत पिछले टूर्नामेंट में पिंडली की मांसपेशियों में खिंचाव के कारण दूसरे दौर से हट गए थे लेकिन अब लगता है कि वह फिट हो गए हैं। दुनिया के 31वें नंबर के विश्व खिलाड़ी समीर ने आठवीं वरीयता प्राप्त ली को 18.21, 27.25, 21.19 से हराया।



तेंदुलकर, गांगुली की अगुवाई में खेल जगत ने भारतीय टीम की तारीफ की

एजेंसी। नई दिल्ली

महान बल्लेबाज सचिन तेंदुलकर और बीसीसीआई अध्यक्ष सौरव गांगुली की अगुवाई में खेल जगत ने ऑस्ट्रेलिया में जज्बे और धैर्य का अमूर्त प्रदर्शन कर चार मैचों की टेस्ट श्रृंखला की 2-1 से अपने नाम करने वाली भारतीय टीम की तारीफ की। भारतीय टीम एडीलेड श्रृंखला के पहले मैच में शर्मनाक हार के बाद कप्तान विराट कोहली और कई अन्य अनुभवी खिलाड़ियों की गैरमौजूदगी में शानदार वापसी करते हुए ब्रिसबेन में चौथे टेस्ट में तीन विकेट की जीत के साथ बोर्डर-गावस्कर ट्रॉफी को अपने पास बरकरार रखने में सफल रही।

तेंदुलकर ने कहा कि टीम को हर सत्र में नया नायक मिला। उन्होंने दिव्यर पर लिखा, हर बार जब हमारे हौसले को टेस



पहुंची, हमने संघर्ष किया टक्कर दी। हमने निडर लेकिन बेपरवाही से नहीं, क्रिकेट खेलने का आत्मविश्वास दिखाया। चोटों और अनिश्चितताओं का जज्बा और



आत्मविश्वास के साथ सामना किया। यह सबसे बड़ी श्रृंखला जीत में से एक है। भारत को बधाई। पूर्व कप्तान गांगुली ने ट्वीट किया, एक उल्लेखनीय जीत,

हम विश्वकप जीते हैं लेकिन ये विशेष है: सहवाग

अपने ट्वीट के जरिए चीजों को मजकिया अंदाज में लिखने के लिए जाने जाने वाले पूर्व सलामी बल्लेबाज वीरेंद्र सहवाग ने एक टुक के फोटो के साथ लिखा, खुशी के मारे पागल। यह नया भारत है। घर में घुसकर मारता है। एडीलेड में जो हुआ उसके बाद इन युवाओं ने हमें जीवन भर आनंद दिया है। हम विश्व कप जीते हैं लेकिन यह विशेष है। यही कारण है कि पंत काफी खास है। इस श्रृंखला से पहले भारत की 4-0 से हार की भविष्यवाणी करने वाले इंग्लैंड के पूर्व कप्तान माइकल वान ने ट्वीट किया, टेस्ट में सर्वकालिक महान जीत। भारत ने शानदार प्रदर्शन किया। आपने अगले साल होने वाली एशेज श्रृंखला के लिए इंग्लैंड को रास्ता दिखा दिया। उन्होंने दूसरे ट्वीट में कहा, ऐसा लग रहा है कि भारत से मेरे लिए कई ट्वीट आ रहे हैं। टेस्ट में भारत के लिए सबसे अधिक विकेट लेने वाले पूर्व लेग स्पिनर अनिल कुंबले ने भारतीय टीम को बधाई देते हुए कहा, जज्बा और कौशल के शानदार प्रदर्शन के लिए टीम इंडिया को बहुत-बहुत बधाई। एक अदभुत टेस्ट श्रृंखला कर सही परिणाम। उम्मीद है कि इससे टेस्ट मैच को चार दिन की करने की चर्चा का थोड़ी देर के लिए अंत होगा।

ऑस्ट्रेलिया जाकर इस तरह से एक टेस्ट श्रृंखला जीतने के लिए भारतीय क्रिकेट के इतिहास में हमेशा के लिए याद किया जाएगा। बीसीसीआई ने टीम को पांच

शानदार कप्तानी रहाणे: हरभजन

हरभजन सिंह ने रहाणे की तारीफ करते हुए लिखा, शानदार कप्तानी रहाणे मुझे लगता है कि यह किसी श्रृंखला की सबसे बड़ी जीत है। कई बड़े खिलाड़ियों के बिना भी आप सब ने दिखाया कि कैसे खेलना चाहिए। बधाई। अपनी जर्सी पर 17 नंबर का इस्तेमाल करने वाले दक्षिण अफ्रीका के पूर्व खिलाड़ी एबी डिविलियर्स ने भी पंत की तारीफ की जिनकी जर्सी पर भी 17 नंबर अंकित रहता है, क्या शानदार टेस्ट मैच, भारतीय क्रिकेट में गजब की गहराई है। ऋषभ पंत बेहतरीन अंक 17, शानदार खेले युवा खिलाड़ी। टेस्ट क्रिकेट अपने सर्वश्रेष्ठ स्तर पर। इंग्लैंड के पूर्व दिग्गज केविन पीटरसन ने लिखा, भारत की ऑस्ट्रेलिया में इस शानदार जीत में सबसे अच्छी बात यह थी कि टेस्ट मैच ब्रिसबेन में खेला गया था। यह शहर इतने अच्छे मैच की मेजबानी के लायक नहीं है। बहुत हंसी आ रही है। पंत क्रिकेट के मामले में ऑस्ट्रेलिया में काफी बड़े हो गए हैं। दिग्गज स्पिनर शेन वार्न ने लिखा, भारतीय क्रिकेट टीम को बधाई, यह ऑस्ट्रेलिया की धरती पर सेबेन अच्छी श्रृंखला जीत में से। पूरी टीम के 36 के लिए आउट होने के बाद बड़े खिलाड़ियों के बिना इस टीम ने शानदार जज्बा चरित्र, लचीलापन, साहस और विश्वास दिखाया है।

करोड़ रुपये का बोनस देने की घोषणा की। यह जीत किसी कीमत से परे है। दौरे पर गए सभी खिलाड़ियों ने शानदार खेल दिखाया। ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ कई

उन्होंने ट्वीट किया, श्रृंखला में टीम इंडिया की लिए ऐतिहासिक जीत। गिल और पंत जैसे युवाओं ने तब प्रदर्शन किया जब इसकी सबसे ज्यादा जरूरत थी। रवि शास्त्री और सहयोगी स्टाफ की मेहनत को मेरा सलाम। इस टीम पर गर्व है, ऐसे लंबे समय में एक बार होता है। उन्होंने एक अन्य ट्वीट में कहा, रहाणे ने टीम का शानदार नेतृत्व किया। युवाओं को काफी आत्मविश्वास दिया और पुजारा ने एक बार फिर अपना जुझारूपन दिखाया। युवा गेंदबाजी आक्रमण का भी शानदार योगदान। चोट के कारण ब्रिसबेन टेस्ट के अंतिम 11 से बाहर से रविचंद्रन अश्विन ने दिव्यर पर लिखा, माफी चाहता हूं कि यहां नहीं खेल सका, लेकिन हमारी मेजबानी और कुछ मुश्किल क्रिकेट के लिए शुक्रिया। हम इस श्रृंखला को हमेशा याद रखेंगे।

ब्रेकफास्ट से जुड़ी ये पांच गलतियां बनती हैं बढ़ते वजन का कारण

अक्सर लोग नाश्ते में चाय व कॉफी का सेवन करते हैं। मगर अधिक मात्रा में कैफीन से भरपूर ड्रिंक का सेवन करने से डीहाइड्रेशन होने का खतरा बढ़ता है। ऐसे में इसकी जगह पर आप शेक, स्मूद, दूध या नींबू पानी का सेवन कर सकते हैं।

दिनभर काम करने के लिए शरीर को ऊर्जा की आवश्यकता होती है जिसके लिए अपनी दिनचर्या में ब्रेकफास्ट को शामिल करना बहुत जरूरी है। ब्रेकफास्ट आपके शरीर को एनर्जी प्रदान करता है। लेकिन इसके साथ यह जानना भी जरूरी है कि आप ब्रेकफास्ट के दौरान क्या ग्रहण कर रहे हैं। जी हां, ब्रेकफास्ट से जुड़ी कुछ गलतियों की वजह से आपका वजन बढ़ने लगता है जो कि सेहत के लिए अच्छी बात नहीं है। इसलिए आज हम आपको कुछ जरूरी बातों की जानकारी देने जा रहे हैं जिसे ब्रेकफास्ट के दौरान ध्यान में रखा जाना चाहिए।

नाश्ते में कैफीन का सेवन
अक्सर लोग नाश्ते में चाय व कॉफी का सेवन करते हैं। मगर अधिक मात्रा में कैफीन से भरपूर ड्रिंक का सेवन करने से डीहाइड्रेशन होने का खतरा बढ़ता है। ऐसे में इसकी जगह पर आप शेक, स्मूद, दूध या नींबू पानी का सेवन कर सकते हैं।

ये चीजें हेल्दी होने से शरीर को तंदुस्त रखने के साथ दिनभर एनर्जेटिक रखने में मदद करेगी। साथ ही इससे पेट लंबे समय तक भरा रहेगा। ऐसे में वेट भी कंट्रोल रहेगा।

सिर्फ जूस पीना गलत



अगर आप वजन कम करने के लिए नाश्ते में सिर्फ जूस पीते हैं तो अपनी इस आदत को तुरंत हटा लें। असल में, जूस में फाइबरन होने से यह जल्दी पच जाता है। ऐसे में आपको थोड़े ही समय में दोबारा भूख लग सकती है। साथ ही पैकड जूस में चीनी की मात्रा अधिक व पोषक तत्वों की कमी होने से यह सेहत को नुकसान पहुंचाने का काम करते हैं। इसके जगह पर ब्रेकफास्ट में अमरूद, सेब, केला, मौसमी फल, वैजिटेबल जूस आदि शामिल



मैग्नीशियम
अगर शरीर में मैग्नीशियम की कमी हो, तो हड्डियों में क्षरण की समस्या हो सकती है। इसको दूर करने के लिए आप आप बादाम, नाशपाती, हरी सब्जियां, दाल, अंडुरित अनाज का सेवन कर सकते हैं। इसके अलावा विटामिन-सी भी हमारे शरीर के लिए जरूरी होता है। ये कोलाजोन को मजबूती देने वाले कर्नेक्टिव उतकों के विकास में योगदान देता है। इसके लिए आप नींबू, टमाटर, मौसमी, आंवला, संतरा, कीवी, ब्रोकली और अमरूद का सेवन कर सकते हैं।

ओमेगा-3
हड्डियों को मजबूत बनाने में ओमेगा-3 फैटी एसिड भी काफी अहम होता है। इसके लिए आप अखरोट, सोया उत्पाद, अलसी का सेवन कर सकते हैं। इसके अलावा विटामिन-के हमारे शरीर में ऑस्टियोकैलसिन नाम के प्रोटीन के उत्पादन की क्षमता बढ़ाता है। इसके लिए आप ब्रोकली, परवल, अंडा, पालक व हरी सब्जियां, पतागोभी और भिंडी खा सकते हैं। ऐसा करने से आपकी हड्डियों को मजबूत होने में काफी मदद मिल सकती है।



एंजाइटी डिसऑर्डर के कई रूप हो सकते हैं। ये सामान्य एंजाइटी डिसऑर्डर भी हो सकता है और कहीं ज्यादा गंभीर पैनिक डिसऑर्डर भी हो सकता है, जिसे कंट्रोल नहीं किया जा सकता है।

आम आदमी की ज़िंदगी में किसी खास मौके पर या ज़िंदगी में अचानक किसी बदलाव के आने पर नर्वस हो जाना सामान्य सी बात है। अमेरिका के करीब 40

मिलियन लोग एंजाइटी डिसऑर्डर की समस्या से जूझ रहे हैं। बता दें कि एंजाइटी डिसऑर्डर की समस्या वक्त-बेवक्त होने वाली सामान्य चिंता या डर से बड़ी समस्या है। एंजाइटी डिसऑर्डर से परेशान लोग इस समस्या से निजात पाने के लिए कई उपाय अपना सकते हैं। इन उपायों की मदद से वह एंजाइटी को कम या नियंत्रित कर सकते हैं। इन उपायों में टॉक थेरेपी या मेडिटेशन करना भी शामिल है। लेकिन टेशन/स्ट्रेस/चिंता और एंजाइटी से छुटकारा पाने के लिए कुछ अन्य उपायों को भी अपनाया जा सकता है।

एंजाइटी डिसऑर्डर के प्रकार

एंजाइटी डिसऑर्डर के कई रूप हो सकते हैं। ये सामान्य एंजाइटी डिसऑर्डर भी हो सकता है और कहीं ज्यादा गंभीर पैनिक डिसऑर्डर भी हो सकता है, जिसे कंट्रोल नहीं किया जा सकता है। पैनिक डिसऑर्डर में आप खुद से ही सिलसिलेवार तरीके से डर सकते हैं। हार्ट बीट ऊपर-नीचे हो सकती है। कई बार कंपकंपी लगना और पसीना निकलना जैसे लक्षण भी हो सकते हैं।

खुद को बदलने से बनेगी बात

एंजाइटी से छुटकारा पाने का सबसे अच्छा उपाय हेल्दी लाइफस्टाइल को अपनाना है। हेल्दी लाइफस्टाइल में संतुलित आहार खाना, कम मात्रा में अल्कोहल और कैफीन का सेवन करना और खुद के लिए वक्त निकालना शामिल है। इसके अलावा इन उपायों को उस वक्त अपनाना चाहिए जब एंजाइटी की समस्या ने ज़िंदगी में दखल देना बस शुरू ही किया हो।

एंजाइटी डिसऑर्डर से निजात पाया जा सकता है, लेकिन इसे बिल्कुल भी हल्के में नहीं लेना चाहिए। अगर कोई लक्षण नज़र आए तो फौरन डॉक्टरी सलाह लें और इलाज के लिए किसी प्रॉफेशनल डॉक्टर को दिखाएं। डिप्रेशन या एंजाइटी का इलाज दवा, काउंसलिंग या मिले-जुले इस्तेमाल से बेहद आसानी से किया जा सकता है।

साइकोथेरेपी का इस्तेमाल करें :

सात उपाय जो दे सकते हैं एंजाइटी से राहत

एंजाइटी से बचने के कुछ उपाय

आज के बारे में सोचें : एंजाइटी का शिकार इंसान ज्यादातर भविष्य की चिंताओं को लेकर परेशान रहता है। इसलिए भविष्य की चिंताओं को दरकिनार करते हुए आज के बारे में सोचना शुरू कर दें। खुद से पूछें, क्या आज होने जा रहा है? क्या मैं सुरक्षित हूं? क्या मुझे अभी से कुछ करने की जरूरत है? अगर नहीं, तो एक टाइम निश्चित कीजिए और रोज खुद से पूछिए कि क्या अभी से मुझे कुछ करने की वाकई जरूरत है? धीरे-धीरे आप पाएंगे कि आपके पास सिर्फ वही चिंताएं बाकी रह गई हैं, जिनके लिए आपको वाकई फिक्रमंद होने की जरूरत है। गैरजरूरी चिंताएं धीरे-धीरे आपसे किनारा कर लेंगी।

परिस्थिति पर फिर से सोचें : बेचैनी और घबराहट का हमला होने पर अक्सर इंसान सोचना शुरू कर देता है कि या तो उसे हार्टअटैक पड़ने जा रहा है या फिर वह मर रहा है। ऐसी हालत में जरूरत मजबूत इच्छाशक्ति के साथ खुद को संभालने की है। खुद को यकीन दिलाएं कि मुझ पर जो पैनिक अटैक हुआ है वह मुझे नुकसान नहीं पहुंचा सकता। ये थोड़ी देर के लिए ही है और मुझे इसके लिए कुछ भी करने की जरूरत नहीं है। कई बार एंजाइटी डिसऑर्डर के मरीज को ऐसा महसूस होता है जैसे थोड़ी ही देर में उसकी जान चली जाएगी। खुद को यकीन दिलाइए कि आपकी बाँड़ी हील हो रही है। शरीर बीमारी से लड़ रहा है आप

आप साइकोथेरेपी की मदद ले सकते है। एंजाइटी को दूर करने में साइकोथेरेपी बहुत कारगर साबित हुई है। इस थेरेपी में मन पर नियंत्रण करना सिखाया जाता है। समय पर पाबंद रहें और हर काम मन लगाकर करें।
रोगी को अकेला न छोड़ें : अगर कोई व्यक्ति एंजाइटी या डिप्रेशन से जूझ रहा है तो आपकी कोशिश होनी चाहिए कि आप उसे अकेला न छोड़ें। पूरी नींद लें क्योंकि

आप साइकोथेरेपी की मदद ले सकते है। एंजाइटी को दूर करने में साइकोथेरेपी बहुत कारगर साबित हुई है। इस थेरेपी में मन पर नियंत्रण करना सिखाया जाता है। समय पर पाबंद रहें और हर काम मन लगाकर करें।
रोगी को अकेला न छोड़ें : अगर कोई व्यक्ति एंजाइटी या डिप्रेशन से जूझ रहा है तो आपकी कोशिश होनी चाहिए कि आप उसे अकेला न छोड़ें। पूरी नींद लें क्योंकि

आप साइकोथेरेपी की मदद ले सकते है। एंजाइटी को दूर करने में साइकोथेरेपी बहुत कारगर साबित हुई है। इस थेरेपी में मन पर नियंत्रण करना सिखाया जाता है। समय पर पाबंद रहें और हर काम मन लगाकर करें।

पहले से ज्यादा स्वस्थ होते जा रहे हैं।

लंबी सांस खींचें और छोड़ें :

एंजाइटी का हमला होने पर लंबी सांसें लेना हमें शांत रखने में मदद करता है। सांस लेने के सही तरीके के बारे में आप हमारे इस आर्टिकल की मदद ले सकते हैं। इस दौरान जरूरी नहीं है कि आप गिनकर सांस लें। सिर्फ लंबी सांस लेने और छोड़ने पर ध्यान दें। यह आपकी बेचैनी को कम करने और दिमाग को फिर से ध्यान केंद्रित करने में मदद करेगा।

अपनाएं ट्रिपल रूल : जब भी आप बेचैन होने लगें, अपने आसपास देखिए और उन तीन चीजों का नाम लें जिन्हें आप देख रहे हों। उन तीन आवाजों का नाम लें जिन्हें आप सुन पा रहे हों। इसके बाद अंत में अपने शरीर के तीन अंगों टखने, अंगुलियों और हाथों को क्रमशः हिलाइए। अक्सर बेचैनी होने पर लोगों की सोचने की रफ्तार बहुत तेज हो जाती है। लोगों की भावनाएं और यादें बहुत तेज रफ्तार से बदलने लगती हैं। ऐसी हालत में ट्रिपल रूल दिमाग को शांत करने और एक चीज पर ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है।

खुद को व्यस्त करें : जब भी आपको बेचैनी महसूस हो, खुद को व्यस्त करने की कोशिश करें। कुछ भी करें लेकिन खाली न बैठें। जैसे खड़े हो जाएं, टहलना शुरू करें। अपनी मेज पर पड़ा हुआ कोई बेकार कागज उठाकर गोला

आधी-अधुरी नींद भी एंजाइटी का कारण बन सकती है।

स्वस्थ आहार खाएं : भरेपूरे और ताजे फल, सब्जियां, साबुत अनाज और फैट वाले आहार का सेवन करें। इसके अलावा आपना भोजन नियमित समय पर खाएं और पूरा खाएं, भोजन छोड़ें नहीं। इसके अलावा बाहर का भोजन, जैसे जंक फूड या तले हुए भोजन से परहेज करें।

आधी-अधुरी नींद भी एंजाइटी का कारण बन सकती है।

आप साइकोथेरेपी की मदद ले सकते है। एंजाइटी को दूर करने में साइकोथेरेपी बहुत कारगर साबित हुई है। इस थेरेपी में मन पर नियंत्रण करना सिखाया जाता है। समय पर पाबंद रहें और हर काम मन लगाकर करें।

बनाएं और डस्टबिन में फेंक दें। कुछ भी करें, जो दिल में आए वो करें। इससे जो बात आपके विचारों पर हावी हो रही है उसे रोकने के लिए आपको एक रास्ता मिलेगा। थोड़ी ही देर में आप अपने विचारों पर कंट्रोल वापस पा सकेंगे।

दिमाग को कंट्रोल करें : जैसे ही हमारे दिमाग में बेचैन करने वाले ख्याल आते हैं। शरीर सबसे पहले ऊपरी हिस्से को बचाने के बारे में सोचता है, जहां हमारा हृदय और गुर्दे स्थित हैं। बेचैनी की स्थिति को दिमाग पर नियंत्रण पाकर कंट्रोल किया जा सकता है। दिमाग को शारीरिक स्थिति से भी संकेत दिया जा सकता है कि सब कुछ ठीक है। इसका सबसे अच्छा तरीका है कि आराम से बैठ जाएं। कंधों को फैला लें। अपनी पीठ को कुर्सी या सोफे की पीठ पर टिकाकर रखें और पैरों को फैला लें। थोड़ी ही देर में इस पोश्चर से दिमाग को संकेत जाने लगता है कि सब कुछ ठीक है और दिमाग वाकई नकारात्मक ख्याल को उखाड़ फेंकता है।

अपने दोस्तों से करें बातें : बेचैनी की स्थिति में आपके दोस्त सच्चे साथी बनकर आपकी मदद कर सकते हैं। अपने दोस्तों या परिवार के सदस्यों को कॉल करें या एसएमएस करें। उनसे अपनी हर तकलीफ शेयर करें। दिल खोलकर अपनी बात कहें। यकीन जानिए कि थोड़ी ही देर में आप खुद को बेहतर महसूस करना शुरू कर देंगे।

भोजन करने का एक समय बनाएं : किसी भी वक्त भोजन करने की आदत है, तो फौरन इस आदत को बदलें। अनियमित समय पर भोजन करने का असर सीधा मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। एंजाइटी भी इन्हीं में से एक है, इसलिए किसी भी कीमत पर भोजन से समझौता न करें।

संगीत सुनें : संगीत स्ट्रेस को न सिर्फ कम करता है बल्कि खत्म कर देता है।

लक्षण
एंजाइटी डिसऑर्डर कई प्रकार के होते हैं, लेकिन उनके कुछ सामान्य लक्षण हैं।

कारण
लोगों के परिवार में पहले से ही मानसिक स्वास्थ्य संबंधी इतिहास रहा है, संभावना है कि उन्हें कभी भी एंजाइटी डिसऑर्डर हो सकता है। उदाहरण के लिए ओसीडी, जो एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी में आता है।

पर्सनैलिटी संबंधी डिसऑर्डर: कुछ लोग हर चीज को बिल्कुल सही तरीके से करना चाहते हैं, जिन्हें सोसाइटी परफेक्टनिस्ट भी कहती है, लेकिन यह एक बहुत बड़ी समस्या बन सकती है क्योंकि यह ज़रूरी नहीं कि चीजें उनके हिसाब से हों और जब ऐसा नहीं होता तो वह दिमागी तौर पर चिंता पाल लेते हैं।

वर्तमान समय का आहार और दिनचर्या कुछ ऐसी हो गई है कि शरीर को पूरा पोषण नहीं मिल पाता हैं और सेहत से जुड़ी कई परेशानियों का सामना करना पड़ता हैं। खासतौर से शाकाहारी भोजन करने वाले लोगों को ज्यादा दिक्कतें आती हैं। कमजोर हड्डियां वर्तमान में बड़ी परेशानी बन रही हैं जिसके चलते बार-बार फ्रैक्चर और दर्द की समस्या पनपती हैं। ऐसे में आपको अपने आहार में ऐसी चीजों को शामिल करने की जरूरत होती हैं जो आपको हड्डियों को मजबूती प्रदान करें।

कैल्शियम
हड्डियों को मजबूत करने के लिए सबसे जरूरी है कैल्शियम। सालमन मछली, डेयरी उत्पाद, बादाम, शलजम, बादाम और चीज ऑमलेट द्वारा ये प्राप्त किया जा सकता है। इसके लिए सुबह नाश्ते में दही में बादाम और अंजीर मिलाकर खाए जा सकते हैं। हड्डियों तक कैल्शियम को विटामिन-डी पहुंचाता है। इसके लिए दूध-दही, अंडे का पीला भाग, अंकुरित अनाज और संतरे का जूस आदि का सेवन किया जा सकता है। धूप लेने से विटामिन-डी प्राप्त होता है, जिससे हड्डियां मजबूत रहती है। इसलिए रोजाना धूप लेनी चाहिए।

पोटेशियम
पोटेशियम के स्तर में कमी लाने वाले एसिड को निष्क्रिय करता है। इसके लिए आप आलू, पालक, केला, मशरूम, नारियल पानी समेत खट्टे फल खा सकते हैं। इससे आपके शरीर को पोटेशियम मिल सकेगा। इसके अलावा हड्डियों के लिए प्रोटीन भी काफी जरूरी होता है। इसके लिए आप अंकुरित अनाज, दाल, अंडा, कलेजी, पालक आदि खा सकते हैं। इनके सेवन से आपको प्रोटीन की कमी नहीं होगी और आपकी हड्डियों को मजबूत रहने में मदद मिल सकती है।

मैग्नीशियम
अगर शरीर में मैग्नीशियम की कमी हो, तो हड्डियों में क्षरण की समस्या हो सकती है। इसको दूर करने के लिए आप आप बादाम, नाशपाती, हरी सब्जियां, दाल, अंडुरित अनाज का सेवन कर सकते हैं। इसके अलावा विटामिन-सी भी हमारे शरीर के लिए जरूरी होता है। ये कोलाजोन को मजबूती देने वाले कर्नेक्टिव उतकों के विकास में योगदान देता है। इसके लिए आप नींबू, टमाटर, मौसमी, आंवला, संतरा, कीवी, ब्रोकली और अमरूद का सेवन कर सकते हैं।

ओमेगा-3
हड्डियों को मजबूत बनाने में ओमेगा-3 फैटी एसिड भी काफी अहम होता है। इसके लिए आप अखरोट, सोया उत्पाद, अलसी का सेवन कर सकते हैं। इसके अलावा विटामिन-के हमारे शरीर में ऑस्टियोकैलसिन नाम के प्रोटीन के उत्पादन की क्षमता बढ़ाता है। इसके लिए आप ब्रोकली, परवल, अंडा, पालक व हरी सब्जियां, पतागोभी और भिंडी खा सकते हैं। ऐसा करने से आपकी हड्डियों को मजबूत होने में काफी मदद मिल सकती है।