



भारत टाइम्स सजग

मानसून सत्र से पहले सर्वदली बैठक, सरकार ने सभी दलों से सहयोग की अपील की

नई दिल्ली (एजेंसी) नई दिल्ली। संसद के मानसून सत्र की शुरुआत से पहले केंद्र सरकार ने रविवार को सभी राजनीतिक दलों की सर्वदलीय बैठक बुलाई है। यह बैठक सुबह 11 बजे संसद भवन एनेक्सी के मुख्य समिति कक्ष में आयोजित होगी। बैठक में सरकार दोनों सदनों की कार्यवाही को सुचारु रूप से चलाने के लिए सभी दलों से सहयोग की अपील करेगी। संसद का मानसून सत्र 20 जुलाई से 13 अगस्त तक चलेगा। इस चार सप्ताह के सत्र में कुल 19 बैठकें निर्धारित हैं। केंद्रीय संसदीय कार्य मंत्री किरन रिजिजू ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'एक्स' पर जानकारी देते हुए बताया कि भारत सरकार की सिफारिश पर राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने संसद के दोनों सदनों का मानसून सत्र 20 जुलाई से 13 अगस्त , 2026 तक बुलाने को मंजूरी दे दी है। उन्होंने कहा कि यह सत्र राष्ट्रीय महत्व के मुद्दों पर सार्थक बहस, चर्चा और निर्णय के लिए आयोजित किया जा रहा है। इस बार संसद का गणित भी बदला हुआ नजर आ सकता है। तुणमूल कांग्रेस में आंतरिक मतभेद, डीएमके और कांग्रेस के बीच बड़ी दूरी तथा उद्धव ठाकरे गुट की शिवसेना से सांसदों के अलग होने का असर संसद की संरचना पर पड़ने की संभावना है। माना जा रहा है कि सत्तारूढ़ राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन(एनडीए) की संख्या बढ़ सकती है, जबकि विपक्षी इंडिया गठबंधन की ताकत घट सकती है। लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला तुणमूल कांग्रेस के 20 बागी सांसदों के एनसीपीआई में विलय और उद्धव ठाकरे गुट के छह सांसदों के एकनाथ शिंदे की शिवसेना में विलय को लेकर फैसला ले सकते हैं। वहीं , तमिलनाडु में कांग्रेस और टीवीके के बीच गठबंधन के बाद डीएमके ने लोकसभा अध्यक्ष को पत्र लिखकर अपने सांसदों के लिए कांग्रेस से अलग बैठने की व्यवस्था करने का अनुरोध किया है। सत्र के दौरान कई महत्वपूर्ण विधेयकों पर चर्चा होने की संभावना



है। इनमें महिलाओं के आरक्षण और परिसीमन से संबंधित 131वां संविधान संशोधन विधेयक को प्राथमिकता दिए जाने की उम्मीद है। सरकार 130वां संविधान संशोधन विधेयक भी पेश कर सकती है। इस प्रस्तावित विधेयक के तहत गंभीर अपराधों के मामलों में यदि कोई मुख्यमंत्री, मंत्री या प्रधानमंत्री लगातार 30 दिनों तक न्यायिक हिरासत या गिरफ्तारी में रहता है, तो उसका पद स्वतः समाप्त हो

जाएगा। इसके अलावा वन नेशन, वन इलेक्शन विधेयक, एफसीआरए संशोधन विधेयक, विकसित भारत शिक्षा अधिष्ठान विधेयक, एंटी-डोपिंग विधेयक, सुप्रीम कोर्ट के न्यायाधीशों की संख्या बढ़ाने संबंधी अध्यादेश को प्रतिस्थापित करने वा ला विधेयक तथा कॉरपोरेट कानून, सिक्योरिटीज मार्केट कोड और कोड ऑन जेजेज (केंद्रीय नियम) से जुड़े विधेयक भी संसद में पेश किए जा सकते हैं।

अभिजीत दीपके के अनशन का दूसरा दिन सोमवार को संसद मार्च की तैयारी

नई दिल्ली (एजेंसी) नई दिल्ली। कॉंग्रेस जनता पार्टी के संस्थापक अभिजीत दीपके का अपनी मांगों को लेकर शुरू किया गया अनिश्चितकालीन अनशन रविवार को दूसरे दिन भी जारी रहा। इस दौरान उन्होंने विरोध के इस शांतिपूर्ण माध्यम के प्रति अपने अनुभव साझा किए और अनशन कर रहे अन्य प्रदर्शनकारियों के प्रति सम्मान व्यक्त किया। अनशन के दूसरे दिन रविवार को अभिजीत दीपके ने कहा कि इस प्रक्रिया में शामिल होने के बाद ही उन्हें यह एहसास हुआ है कि भूख हड़ताल करना वास्तव में कितना कठिन कार्य है। उन्होंने दिल्ली के जंतर-मंतर पर पहले से आंदोलनरत अन्य छात्रों और सामाजिक कार्यकर्ताओं के प्रति एकजुटता प्रकट की। अपने बयान में दीपके ने कहा, 'मेरी भूख हड़ताल का आज दूसरा दिन है। अब मुझे पता चला है कि यह कितना मुश्किल कदम है। मैं सोनम सर(सोनम वांगचुक) और यहाँ भूख हड़ताल कर रहे सभी छात्रों को सलाम करता हूँ। मैं सोमवार को प्रस्तावित मार्च के लिए अपनी ऊर्जा बचा रहा हूँ। यह घटनाक्रम जंतर-मंतर पर चल रहे विरोध प्रदर्शनों के बीच सा मने आया है। इससे पहले सामाजिक कार्यकर्ता सोनम वांगचुक जंतर-मंतर



पर अनशन पर बैठे थे, जिन्हें शनिवार सुबह पुलिस प्रशासन द्वारा अस्पताल ले जाया गया था। उनके वाद अभिजीत दीपके ने अपनी मांगों को लेकर मोर्चा संभाला और अनिश्चितकालीन भूख हड़ताल पर बैठ गए। संसद मार्च की घोषणा: कॉंग्रेस जनता पार्टी की ओर से सोमवार (20 जुलाई) को एक संसद मार्च का प्रस्ताव रखा गया है।

राम मंदिर चंदा गबन मामले में निर्मोही अखाड़ा पहुंचा सुप्रीम कोर्ट, ट्रस्ट पुनर्गठन और आडिट की मांग

नई दिल्ली (एजेंसी) नई दिल्ली। अयोध्या के श्रीराम जन्मभूमि मंदिर से जुड़े कथित चंदा गबन मामले और



मंदिर प्रबंधन को लेकर निर्मोही अखाड़ा एक बार फिर सुप्रीम कोर्ट पहुंच गया है। अखाड़े ने श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट के पुनर्गठन, उसके वित्तीय लेनदेन की फॉरेंसिक ऑडिट और मंदिर प्रबंधन से जुड़े कई मुद्दों पर अदालत से निर्देश देने का आग्रह किया है। इस मामले से जुड़ी कुछ याचिकाओं पर विशेष जांच दल (एसआईटी) से जांच की

कोर्ट की पांच सदस्यीय संविधान पीठ ने अयोध्या भूमि विवाद पर फैसला सुनाने हुए केंद्र सरकार को राम मंदिर निर्माण के लिए ट्रस्ट बनाने का निर्देश दि या था। लेकिन, अखाड़े का दावा है कि फैसले की भावना के अनुरूप ट्रस्ट का गठन और संचालन नहीं किया गया है। श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट को एक सार्वजनिक ट्रस्ट के रूप में

पुनर्गठित किया जाए। साथ ही ट्रस्ट के सभी वित्तीय और संपत्ति संबंधी लेनदेन की स्वतंत्र फॉरेंसिक ऑडिट कराई जाए, ताकि किसी भी तरह की अनियमितता की निष्पक्ष जांच हो सके। निर्मोही अखाड़े ने हाल ही में राम मंदिर में श्रद्धालुओं द्वारा चढ़ाए गए दान और बहुमूल्य वस्तुओं के कथित गबन के आरोपों का भी उल्लेख किया है। अखाड़े का कहना है कि इन आरोपों की जांच के लिए राज्य सरकार ने एसआईटी का गठन किया है। ऐसे में ट्रस्ट के वित्तीय रिकॉर्ड और संपत्तियों की विस्तृत जांच भी जरूरी है। याचिका में यह भी कहा गया है कि ट्रस्ट में निर्मोही अखाड़े के लिए निर्धारित प्रतिनिधित्व उसकी परंपरा और नियमों के अनुसार नहीं दिया गया। अखाड़े ने महंत दिनेंद्र दास के नामांकन पर भी सवाल उठाते हुए कहा है कि उनका चयन निर्धारित प्रक्रिया के तहत नहीं हुआ। मूर्ति स्थापना के मुद्दे पर भी अखाड़े ने आपत्ति दर्ज कराई है। उसका कहना है कि गर्भगृह में नई मूर्ति की प्राण प्रतिष्ठा से मूल विवाद की स्थिति बदल गई है। इसलिए वर्ष 1950 और 1982 से स्थापित मूल विग्रहों को फिर से गर्भगृह में स्थापित करने का निर्देश दिया जाए। हालांकि , निर्मोही अखाड़े ने स्पष्ट किया है कि वह सुप्रीम कोर्ट के वर्ष 2019 के ऐतिहासिक फैसले को चुनौती नहीं दे रहा है। उसका उद्देश्य केवल फैसले के सही क्रियान्वयन, ट्रस्ट की जवाबदेही, पारदर्शिता और मंदिर प्रबंधन से जुड़े मुद्दों पर न्यायालय से आवश्यक निर्देश प्राप्त करना है।

सोनम वांगचुक की पत्नी गीतांजलि ने किया दिल्ली हाईकोर्ट का रुख, पति को निजी अस्पताल में शिफ्ट करने की मांग

नई दिल्ली (एजेंसी) सोनम वांगचुक को जंतर-मंतर पर धरनास्थल से अचानक दिल्ली के सफदरजंग अस्पताल में शिफ्ट किए जाने के खिलाफ उनकी पत्नी गीतांजलि अंगमो ने दिल्ली हाईकोर्ट का रुख किया है। उन्होंने सफदरजंग अस्पताल पर प्रश्न उठाते हुए दिल्ली हाईकोर्ट से याचिका पर तुरंत सुनवाई की अपील की। गीतांजलि अंगमो ने पति सोनम वांगचुक को सफदरजंग अस्पताल से किसी निजी अस्पताल में रेफर करने की मांग को लेकर दिल्ली हाईकोर्ट में याचिका दाखिल की है। गीतांजलि ने कहा कि उन्हें सफदरजंग अस्पताल पर भरोसा नहीं है। उन्होंने अपनी याचिका में कहा , को मनमाने ढंग से और मौलिक अधिकारों का उल्लंघन करते हुए पुलिस ने सोनम वांगचुक को जंतर-मंतर पर विरोध स्थल से उनकी सहमति के बिना जबरन हटा दिया और उन्हें सफदरजंग अस्पताल पहुंचा दिया। पुलिस ने हाईकोर्ट के आदेश का अनुचित और गलत लाभ उठाया। याचिका में कहा गया, "विरोध स्थल से हटाए जाने के समय सोनम वांगचुक के महत्वपूर्ण स्वास्थ्य पैरामीटर स्थिर थे और वे विरोध स्थल पर योग्य डॉक्टरों की देखरेख में थे। ऐसी अचानक और जबरन कार्रवाई की जरूरत वाली कोई चिकित्सा आपात स्थिति या अन्य परिस्थिति मौजूद नहीं थी। जबरन हटाया जाना न तो चिकित्सकीय रूप से आवश्यक था और न ही कानूनी रूप से उचित था। यह सोनम वांगचुक के मौलिक अधिकारों का स्पष्ट उल्लंघन है। उन्होंने आरोप लगाए कि बार-बार अनुरोध करने के बावजूद उन्हें सिर्फ चुनिंदा



जानकारी ही दी गई है। सोनम वांगचुक को दूसरे अस्पताल में शिफ्ट करने के परिवार के अनुरोध को भी ठुकरा दिया गया है। गीतांजलि अंगमो ने अपनी याचिका में पति सोनम वांगचुक की सेहत को लेकर चिंता व्यक्त की। उन्होंने कहा कि वह कथित मेडिकल इलाज के गुप्त और पूरी तरह से अपारदर्शी होने के कारण परेशान हैं। याचिका में यह भी आरोप लगाए गए हैं कि सोनम वांगचुक को परिवार की इच्छा के खिलाफ सफदरजंग अस्पताल में ही रखा गया है। उन्हें न तो अपने कानूनी सलाहकार से मिलने दिया जा रहा है और न ही उन डॉक्टरों से,

जो पिछले 20 दिनों से उनका इलाज कर रहे थे। उन्होंने कहा कि गिरफ्तारी या हिरासत का कोई कानूनी आदेश न होने के बावजूद ऐसा करना पूरी तरह से मनमाना है। गीतांजलि अंगमो ने कहा, "उन्हें हाईकोर्ट का रुख करना पड़ रहा है, ताकि वे उचित निर्देश प्राप्त कर सकें। इन निर्देशों का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि वे डॉक्टर, जो पिछले 20 दिनों से सोनम वांगचुक की जांच कर रहे थे और उनके कानूनी सलाहकार उनसे बिना किसी रोक-टोक के मिल सकें। उन्हें परिवार के अनुसार निजी अस्पताल में स्थानांतरित करने की अनुमति मिले।

अमेरिका के 7वें हमले के दौर के बाद ईरान का पलटवार, अमेरिकी बेस और ड्रोन डिपो को बनाया निशाना

तेहरान (एजेंसी)

ईरान और अमेरिका के बीच युद्ध लगातार जारी है. इसी सिलसिले में अमेरिका ने लगातार सातवीं बार ईरान पर निशाना साधा. अमेरिका का इन हमलों के पीछे का उद्देश्य ईरान की सेनाओं की शक्तियों को कम करना है.

वहीं , जवाबी कार्रवाई करते हुए ईरान ने भी अमेरिका पर निशाना साधा. जानकारी के मुताबिक ईरान ने शुक्रवार (स्थानीय समयानुसार) को कहा कि उसने बदले की कार्रवाई करते हुए जॉर्डन, कुवैत और बहरीन में अमेरिकी मिलिट्री ठिकानों को निशाना बनाया है. ये हमले अमेरिकी सेंट्रल कमांड (सैंटकॉम) (के ईरानी ठिकानों पर लगातार सातवीं रात हमले की घोषणा के कुछ घंटों बाद किए गए. हमलों की पुष्टि ईरान के सरकारी ब्रॉडकास्टर, इस्लामिक रिपब्लिक ऑफ ईरान ब्रॉडकास्टिंग ने ईरानी से ना और इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्प्स(आईआरजीसी)(का हवाला देते हुए बयानों के जरिए की.

ईरानी सेना के बयान के अनुसार, देश की सेना ने ऑपरेशन लाइटनिंग का 14वां चरण पूरा किया, जिसमें कुवैत और जॉर्डन में कई अमेरिकी मिलिट्री ठिकानों पर ड्रोन हमले किए गए. बयान में कहा गया है कि ईरानी ड्रोन ने अल-उदैरी कैप में एक गोला बारूद डिपो, कुवैत में अली अल-सलेम एयर बेस पर रेडक्वार्टर की इमारतों के साथ-साथ कई कम्युनिकेशन ब्रिज को निशाना बनाया गया . इसमें अल-उदैरी कैप अमेरिकी सैनिकों के लिए



एक अहम लॉजिस्टिक्स और फोर्स-सपोर्ट हब है, जबकि अली अल-सलेम एयर बेस को खाड़ी क्षेत्र में अमेरिकी एयर ऑपरेशन को सपोर्ट और कोऑर्डिनेट करने वाले सबसे बड़े सेंटर में से एक बताया गया.

ईरानी सेना ने आगे दावा किया कि इसी ऑपरेशन में जॉर्डन के अल-अजराक एयर बेस पर फ्यूल स्टोरेज टैंक पर हमला किया गया. इसमें बेस को एक जरूरी अमेरिकी मिलिट्री फैसिलिटी बताया गया, जिसका इस्तेमाल इसकी स्ट्रेटेजिक लो केशन और मिलिट्री इंफ्रास्ट्रक्चर की वजह से रीजनल ऑपरेशन के लिए किया जाता है. इसके अलावा, इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्प्स(हुक्रुवत) ने अपनी 25वीं घोषणा में ऑपरेशन

नम्बर 2 की 17वीं लहर की जिम्मेदारी लेते हुए कहा कि इसने बहरीन में एक अमेरिकी ड्रोन डिपो को निशाना बनाया था.

हुक्रुवत के अनुसार, इस ऑपरेशन में एक अमेरिकी अनमैन्ड एरियल व्हीकल स्टोरेज फैसिलिटी को नष्ट कर दिया गया. बड़ी संख्या में ड्रोन में आग लगा दी गई और कहा गया कि बैलिस्टिक मिसाइलों और दर्जनों ड्रोन ने बहरीन में मुख्य आर्टिफिशियल ई टेलिजेंस सेंटर पर हमला किया. आईआरजीसी ने कहा कि ये हमले रात में अमेरिका के हमलों के जवाब में किए गए थे, जिसमें उसने दावा किया कि पुलों को निशाना बनाया गया और ईरान में आम लोगों की मौत हुई.

बयान में यह भी चेतावनी दी गई कि अगर अमेरिका ईरान के ट्रांसपोर्ट इंफ्रास्ट्रक्चर पर हमला करता रहा, तो तेहरान उन देशों में अमेरिकी कंपनियों से जुड़े बड़े इंडस्ट्रियल , इन्फॉर्मेशन टेक्नोलॉजी और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एसेट्स को निशाना बनाएगा, जहां यूएस मिलिट्री बेस हैं. ईरान के हमले अमेरिकी सेना के ईरान के खिलाफ मिलिट्री हमलों का एक और दौर शुरू करने के कुछ घंटों बाद हुए हैं, जो लगातार सातवीं रात का ऑपरेशन है. वॉशिंगटन ने कहा कि इस कैपेन का मकसद ईरान की मिलिट्री क्षमताओं को और कम करना है.मोशल मीडिया एक्स पर पोस्ट शेयर करते हुए अमेरिकी सेंट्रल कमांड(सैंटकॉम) ने लिखा कि सैंटकॉम ने आज लगातार सातवीं रात 3बजे (स्थानीय समयानुसार) पर ईरान के खिलाफ हमलों का एक राउंड शुरू किया.

जापान के पूर्व मंत्री ने अहमदाबाद-मुंबई बुलेट ट्रेन परियोजना पर उठाए सवाल

टोक्यो (एजेंसी)

जापान के पूर्व न्याय मंत्री हिदेकी माकिहारा ने अहमदाबाद से मुंबई के बीच जल्द दौड़ने वाली भारत की पहली बुलेट ट्रेन को लेकर चौंकाने वाला दावा किया है। उन्होंने

से व्यक्तिगत रूप से जुड़ा था और सबसे हैरान करने वाली बात अंतरराष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस और बातचीत के दौरान भारतीय पक्ष का अजीब व्यवहार था। वे अपने वादे पूरे नहीं करते थे, समझौता होने के बाद भी, पीछे

आगे न बढ़ पाने के लिए 100 प्रतिशत भारतीय पक्ष जिम्मेदार है।उन्होंने भारतीय शिकानसेन प्रोजेक्ट को विफल बताया है। लिखा कि जापान को सुरक्षा के लिए बहुत अहम सिग्नलिंग सिस्टम से बाहर रखा गया है।

दिल्ली में रहने वाले मेट्रो वाहन सलाहकर जापानी रेलवे इंजीनियर इसाओ त्सुजिमुरा ने लेख में भारत-जापान शिकानसेन प्रोजेक्ट यानी मुंबई-अहमदाबाद हार्ड-स्पीड रेल परियोजना से लेकर कुछ खुलासे किए हैं। उन्होंने बताया कि भारत की बुलेट ट्रेन परियोजना मूल जापानी शिकानसेन ब्लूप्रिंट से भटक गई है।

उन्होंने सिग्नलिंग प्रणाली पर सवाल उठाते हुए कहा कि भारत में परियोजना की प्रगति आसान नहीं लग रही है। परियोजना 2017 में शुरू हुई थी, जिसे 2023तक पूरा होना था।

इसाओ ने सबसे बड़ी चिंता परियोजना के लिए जापान की डीएस-एटीसी प्रणाली से हटकर यूरोपीय सिग्नलिंग प्रणाली ईटीसीएस-एल2 के उपयोग पर जताई है। इसाओ का कहना है कि सिग्नलिंग हार्ड-स्पीड ट्रेन की सुरक्षा की नींव है और जापान ने पिछले 60साल में रेल संचालन में विफलता से एक भी यात्री की मौत नहीं देखी है।

उन्होंने बताया कि जनवरी 2025में जापानी प्रौद्योगिकी को खारिज कर दिया गया और जापानी प्रधानमंत्री के दौरे से भी इसमें प्रगति नहीं हुई।

अमेरिका ने नागरिक ढांचे को निशाना बना अंतरराष्ट्रीय कानून का किया उल्लंघन: संयुक्त राष्ट्र में ईरान



तेहरान (एजेंसी)

संयुक्त राष्ट्र में ईरान ने के स्थायी प्रतिनिधि अमीर-सईद इरावानी ने अमेरिका पर ईरान के नागरिक बुनियादी ढांचे को निशाना बनाने का आरोप लगाते हुए संयुक्त राष्ट्र महासचिव एंटीनियो गुटेरेस को पत्र लिखा है। इरावानी ने पत्र में कहा कि अमेरिकी हमलों में बंदरगाहों, परिवहन नेटवर्क, संचार सुविधाओं, लॉजिस्टिक्स हब, रडार प्रतिष्ठानों , तटीय रक्षा प्रणालियों और अन्य ऐसे ढांचों को भारी नुकसान पहुंचाया गया, जो आम नागरिकों के जीवन और देश की अर्थव्यवस्था के संचालन के लिए महत्वपूर्ण हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि इन हमलों में हुई "मौतों" , घायलों, महत्वपूर्ण बुनियादी ढांचे को हुए नुकसान और पर्यावरणीय क्षति के लिए अमेरिका जिम्मेदार है।इरावानी ने अपने पत्र में यह भी कहा कि अमेरिका के ये हमले अंतरराष्ट्रीय का नृत् का उल्लंघन हैं और इनकी निरंतरता"अंतरराष्ट्रीय शांति एवं सुरक्षा, समुद्री नौवहन की स्वतंत्रता, क्षेत्रीय स्थिरता तथा फारस की खाड़ी और होर्मुज जलडमरूमध्य की सुरक्षा के लिए गंभीर खतरा पैदा कर रही है।ईरान के अधिकारियों ने दावा

किया है कि अमेरिका के एक हमले में देश के तटीय इलाके बून्जी गांव(जस्क काउंटी, होर्मुजगान प्रांत) स्थित समुद्री जल को साफ करने वाले (डिसेलिनेशन) संयंत्र के पंपों को नुकसान पहुंचा, जिससे आसपास के 20 गांवों में पेयजल आपूर्ति बाधित हो गई है।ईरान की अर्ध-सरकारी तस्नीम न्यूज एजेंसी के अनुसार, होर्मुजगान वाटर एंड वेस्टवॉटर कंपनी के प्रमुख हम्जेह पूर ने कहा कि इस हमले से लगभग 10.000 लोगों की पानी की आपूर्ति प्रभावित हुई है।पूर के मुताबिक, बून्जी डिसेलिनेशन प्लांट में समुद्र से पानी खींचने वाले पंपिंग स्टेशन और एक बिजली ट्रांसफॉर्मर पूरी तरह नष्ट हो गए। उन्होंने कहा कि प्रभावित गांवों में अब गंभीर जल संकट पैदा हो गया है और स्थानीय प्रशासन आपूर्ति बहाल करने के प्रयास कर रहा है।इस बीच इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्प्स (आईआरजीसी) ने दावा किया है कि उसने कुवैत और बहरीन में अमेरिकी ठिकानों पर मिसाइल हमले किए हैं। उसने बताया कि कुवैत के अल-अहमदी बंदरगाह पर अमेरिकी नौसेना के फ्यूल सपोर्ट पियर और बहरीन के शेख ईसा एयरबेस पर ड्रोन व मिसाइलों से हमला किया।

ईरान का दावा, जार्डन में तैनात कई अमेरिकी सैन्य-लड़ाकू विमानों और डरोन को तबाह किया



तेहरान (एजेंसी)

ईरान ने शुक्रवार को दावा किया कि उसने जॉर्डन में तैनात कई अमेरिकी सैन्य विमानों को निशाना बनाकर मिसाइल और ड्रोन हमला किया, जिसमें अमेरिका को बड़ा नुकसान हुआ है। ईरान की रिवोल्यूशनरी गार्ड कोर (आईआरजीसी) ने बताया कि उसने शुक्रवार दोपहर को रात भर हुए अमेरिकी हमलों को जवाब में अमेरिकी सैन्य विमानों पर बैलिस्टिक मिसाइल दागे थे। हमले में कई ईंधन भरने वाले विमान और लड़ाकू विमान नष्ट हो गए और कई अन्य को

गंभीर नुकसान पहुंचा है।

ईरान ने गिराए गए अमेरिकी सैन्य विमानों की संख्या का जिक्र नहीं किया है। अमेरिका ने भी अभी तक नुकसान की पुष्टि नहीं की है।हालांकि, ईरान के दावे से कुछ घंटे पहले, जॉर्डन की सेना ने घोषणा की कि उसने अपने क्षेत्र में 3ईरानी मिसाइलों को रोककर मार गिराया है और इसमें जानमाल की क्षति नहीं हुई।

इस बीच, आईआरजीसी ने जॉर्डनवासियों से देश में अमेरिकी हितों को निशाना बनाने का आग्रह किया है।

ईरान ने जॉर्डन के अलावा, मध्य पूर्व में कई जगह अमेरिकी और सहयोगी ठिकानों पर जवाबी हमले का दावा किया है। आईआरजीसी ने कहा कि उसने ओमान में अमेरिकी समुद्री निगरानी रडार स्थलों पर हमला किया। कुवैत-बहरीन में भी लक्ष्यों को निशाना बनाया।

उसने यह भी दावा किया कि ईरानीशहर में अपने सैनिकों के मारे जाने के प्रतिशोध में जॉर्डन सीमा के पास सीरिया के अल-तनफ में स्थित एक अमेरिकी विशेष अभियान कमान केंद्र पर भी हमला किया है।

रुस पर यूक्रेन का बड़ा हमला, मास्को के पास वेयरहाउस पर हमले में 7की मौत



मास्को (एजेंसी)

मास्को,18 जुलाई। यूक्रेन ने शनिवार तड़के रूस के कई इलाकों पर बड़े पैमाने पर ड्रोन हमले किए। रूसी अधिकारियों के अनुसार, मास्को से दक्षिण-पूर्व स्थित तांबोव क्षेत्र के कोटोव्स्क शहर में एक लॉजिस्टिक्स सेंटर पर हुए ड्रोन हमले में 7 कर्मचारियों की मौत हो गई, जबकि 24से 25लोग घायल हुए हैं। रिपोर्ट के अनुसार, तांबोव के गवर्नर येवगेनी पेर्विशोव ने बताया कि हमला रूस की सबसे बड़ी ऑनलाइन रिटेल कंपनी वाइल्डबेरीज के स्वामित्व वाले वेयरहाउस पर हुआ। उनके मुताबिक, सभी मृतक नाइट शिफ्ट में काम कर रहे थे।

गवर्नर ने दावा किया कि रूसी वायु रक्षा प्रणाली ने लक्ष्य तक पहुंचने से पहले 28यूक्रेनी ड्रोन मार गिराए। उन्होंने कहा कि यदि सभी ड्रोन अपने निशाने तक पहुंच जाते, तो नागरिक हताहतों की संख्या कहीं अधिक हो सकती थी। रिपोर्ट के अनुसार एक अलग घटना में ड्रोन हमले से एक तेल डिपो में आग लग गई। इसकी जानकारी माँस्को क्षेत्र के गवर्नर आंद्रैइ वोरोव्योव

ने दी। उन्होंने बताया कि ड्रोन के मलबे के गिरने से नोगोर्सक शहर के एक तेल डिपो में आग लग गई। उन्होंने बताया कि इस घटना में दो लोग घायल हुए हैं। एहतियात के तौर पर पास के एक मੈटरनिटी हॉस्पिटल को खाली करा लिया गया। हालांकि , तेल डिपो को हुए नुकसान की विस्तृत जानकारी अभी सामने नहीं आई है। यह डिपो हल्के पेट्रोलियम उत्पादों के भंडारण और वितरण के लिए इस्तेमाल किया जाता है। जानकारी के मुताबिक, इस डिपो में पेट्रोल, डीजल और केरोसीन का भंडारण किया जाता है। यहां कुल 24 स्टोरेज टैंक हैं, जिनकी संयुक्त भंडारण क्षमता लगभग 11,500घन मीटर(क्यूबिक मीटर) है। रूसी अधिकारियों के अनुसार, कोटोव्स्क स्थित लॉजिस्टिक्स सेंटर के वेयरहाउस में लगी आग पर काबू पा लिया गया है, जबकि मौके पर राहत और बचाव कार्य जारी है। 24फरवरी 2022से रूस और यूक्रेन के बीच संघर्ष जारी है।

युवा नशे से नहीं, खेल और शिदा से जुड़ें, तभी बनेगा विकसित भारत : सीएम नायब सिंह सैनी

करनाल (एजेंसी)

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने कहा कि नशे के खिलाफ लड़ाई केवल कानून-व्यवस्था का विषय नहीं , बल्कि समाज, संस्कार और मानवता की रक्षा का अभियान है। उन्होंने कहा कि नशा अनेक परिवारों को बर्बाद कर रहा है और युवाओं के भविष्य को अंधकार की ओर धकेल रहा है। ऐसे में इसे जनभागीदारी के माध्यम से जन आंदोलन का स्वरूप देना समय की आवश्यकता है। मुख्यमंत्री शनिवार को करनाल स्थित हरियाणा पुलिस अकादमी , मधुवन में आयोजित"एक पुलिस, एक संकल्प ड्रग्स मुक्त हरियाणा"कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में संबोधित कर रहे थे। हरियाणा पुलिस के सभी थाना प्रभारियों(एसएचओ) के साथ आयोजित इस संवाद कार्यक्रम का उद्देश्य प्रदेश को पूर्णतः नशामुक्त बनाने के संकल्प को और सुदृढ़ करना तथा इस दिशा में प्रभावी रणनीति तैयार करना था। सुपर-100 के 70 विद्यार्थियों को दी बधाई

मुख्यमंत्री ने नीट परीक्षा में सफलता प्राप्त करने वाले सुपर-100 कार्यक्रम के 70 विद्यार्थियों को बधाई देते हुए कहा कि इनका मेडिकल कॉलेजों में प्रवेश सुनिश्चित हुआ है। उन्होंने कहा कि इनमें अधिकांश विद्यार्थी आर्थिक रूप से कमजोर एवं साधारण परिवारों से हैं। उनकी सफलता सरकार द्वारा प्रतिभाशाली वि द्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा और बेहतर अवसर उपलब्ध कराने के प्रयासों का परिणाम है।

इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने पुलिस विभाग की त्रैमासिक पत्रिका का विमोचन भी किया। पत्रिका में विदेशों से प्रत्यर्पित कर भारत लाए गए अपराधियों सहित विभाग की प्रमुख उपलब्धियों और महत्वपूर्ण अभियानों का उल्लेख किया गया



है। हर थाना सामाजिक परिवर्तन का केंद्र बने मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रत्येक थाना केवल कानून-व्यवस्था बनाए रखने तक सीमित न रहे, बल्कि सामाजिक परिवर्तन का केंद्र बने। थाना प्रभारी अपने क्षेत्र के विद्यालयों, महाविद्यालयों, पंचायतों, स्वयंसेवी संस्थाओं, धार्मिक संगठनों और युवा मंडलों के साथ नियमित संवाद स्थापित करें तथा युवाओं को नशे और अपराध से दूर रहने के लिए प्रेरित करें। उन्होंने कहा कि आज नशे का कारोबार आधुनिक तकनीक, सोशल मीडिया और संगठित अपराध के माध्यम से युवाओं तक पहुंच रहा है। इसलिए

पुलिस को भी आधुनिक तकनीक के अनुरूप सजग, सक्रिय और सक्षम बनना होगा। केवल तस्करों की गिरफ्तारी पर्याप्त नहीं है, बल्कि पूरे नेटवर्क को ध्वस्त करना आवश्यक है। साथ ही पुलिस और जनता के बीच विश्वास को और मजबूत करना भी उतना ही जरूरी है।मुख्यमंत्री ने कहा कि नशे के विरुद्ध प्रभावी कार्रवाई के साथ-साथ जागरूकता, संवेदनशीलता और पुनर्वास पर भी समान रूप से ध्यान देना होगा। जब पुलिस, परिवार, शिक्षक, चिकित्सक , सामाजिक संगठन, मानुशक्ति और युवा शक्ति एकजुट होकर कार्य करेंगे, तभी नशा मुक्त हरियाणा का लक्ष्य साकार होगा। उन्होंने कहा कि हरियाणा के युवाओं को नशे से

दूर रखकर खेलों से जोड़ना सरकार की प्राथमिकता है। हरियाणा को खेलों का हब बनाना है, ताकि युवा नशे की गिरफ्त में आने के बजाय मैदान में उतरकर देश के लिए स्वर्ण पदक जीतें। स्वस्थ , अनुशासित और खेल संस्कृति से जुड़े युवा ही विकसित भारत के निर्माण की सबसे बड़ी शक्ति बनेंगे। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार जिला, उपमंडल , ब्लॉक, गांव और वार्ड स्तर तक नशा मुक्त टास्क फोर्स का गठन करेगी। इसमें जनप्रतिनिधियों, थाना प्रभारियों, स्वास्थ्य, शिक्षा एवं समाज कल्याण विभाग के अधिकारियों, स्वयंसेवी संस्थाओं, सामाजिक संगठनों, युवा एवं महिला मंडलों, केमिस्ट एसोसिएशन तथा समाज के प्रबुद्ध नागरिकों को शामिल किया जाएगा, ताकि नशे के खिलाफ व्यापक सामाजिक अभियान चलाया जा सके।उन्होंने थाना प्रभारियों से ईमानदारी , पारदर्शिता और संवेदनशीलता के साथ कार्य करने का आह्वान करते हुए कहा कि यदि प्रत्येक थाना प्रभारी यह संकल्प ले कि उसके क्षेत्र में नशे का कारोबार नहीं होने देगा, तो नशा माफिया के लिए हरियाणा में कोई स्थान नहीं बचेगा। उन्होंने कहा कि पुलिस की बर्दी सेवा, अनुशासन और राष्ट्रभक्ति का प्रतीक है तथा उसका सम्मान हर परिस्थिति में सर्वोपरि रहना चाहिए। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के विकसित भारत-2047के संकल्प को साकार करने के लिए युवाओं का स्वस्थ, जागरूक, नशामुक्त और खेलों से जुड़ा होना आवश्यक है। उन्होंने सभी पुलिस अधिकारियों से आह्वान किया कि वे'नशा मुक्त हरियाणा अभियान को जन-जन का अभियान बनाकर प्रदेश के उज्ज्वल भविष्य के निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाएं।

हरियाणा में ईवी चार्जिंग नेटवर्क के विस्तार में डिस्काम की उल्लेखनीय उपलब्धि:विक्रम सिंह

चंडीगढ़ (संवाददाता)

30जून तक 789ईवी चार्जिंग स्टेशन एवं पॉइंट स्थापित, वार्षिक लक्ष्य का 88प्रतिशत हासिल चंडीगढ़, । हरियाणा में इलेक्ट्रिक वाहनों(ईवी) को बढ़ावा देने की दिशा में बिजली वितरण निगमों ने बड़ी उपलब्धि हासिल की है। उत्तर हरियाणा बिजली वितरण



निगम (यूएचवीवीएन) एवं दक्षिण हरियाणा बिजली वितरण निगम(डीएचवीवीएन) द्वारा प्रदेशभर में ईवी चार्जिंग नेटवर्क का तेजी से विस्तार किया जा रहा है । यूएचवीवीएन एवं डीएचवीवीएन के प्रबंध निदेशक विक्रम सिंह के कहा कि 30 जून 2026तक प्रदेश में 789ईवी चार्जिंग स्टेशन एवं पॉइंट स्थापित किए जा चुके हैं, जो वर्ष 2026 के लिए निर्धारित 900 के लक्ष्य का लगभग 88प्रतिशत है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार की ई-मोबिलिटी नीति तथा स्वच्छ एवं हरित ऊर्जा को बढ़ावा देने की प्रतिबद्धता के अनुरूप पूरे प्रदेश में आधुनिक , सुलभ एवं विश्वसनीय ईवी चार्जिंग अवसंरचना विकसित की जा रही है। उन्होंने कहा कि चार्जिंग नेटवर्क के विस्तार से इलेक्ट्रिक वा हनों को अपनाने में तेजी आएगी, जीवाश्म ईंधनों पर निर्भरता कम होगी तथा कार्बन उत्सर्जन में कमी के माध्यम से पर्यावरण संरक्षण को भी मजबूती मिलेगी । उन्होंने कहा कि डिस्कॉम के विभिन्न परिचालन क्षेत्रों में लक्ष्य के अनुरूप उल्लेखनीय प्रगति दर्ज की गई है। गुरुग्राम में 380 के लक्ष्य के मुकाबले 336,फरीदाबाद में 60में से 49,मानेसर में 60 में से 54,सोनीपत में 150में से 126,करनाल में 100में से 89, पानीपत में 75में से 64तथा रोहतक में 75के लक्ष्य के मुकाबले 71ईवी चार्जिंग स्टेशन एवं पॉइंट स्थापित किए जा चुके हैं । उन्होंने सभी संबंधित अधिकारियों को शेष लक्ष्यों को निर्धारित समय-सीमा के भीतर पूरा करने के निर्देश दिए।

सोनम वांगचुक को जबरन प्रदर्शन स्थल से हटाना लोकतंत्र और संविधान पर सीधा प्रहार:राव नरेंद्र सिंह

चंडीगढ़ (संवाददाता)

हरियाणा प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष राव नरेंद्र सिंह ने लद्दाख के सामाजिक कार्यकर्ता सोनम



वांगचुक को प्रदर्शन स्थल से जबरन हटाए जाने की घटना की कड़ी निंदा करते हुए इसे लोकतंत्र और संविधान पर सीधा प्रहार बताया। उन्होंने कहा कि शांतिपूर्ण और लोकतांत्रिक तरीके से अपनी बात रखने का अधिकार प्रत्येक नागरिक को संविधान ने दिया है। ऐसे में प्रारंभिक कार्रवाई कर आंदोलन को दबाने का प्रयास लोकतांत्रिक मूल्यों के विपरीत है। राव नरेंद्र सिंह ने कहा कि पिछले 19 दिनों से सोनम वांगचुक का अनशन केवल एक व्यक्ति का आंदोलन नहीं है, बल्कि यह देश के लाखों छात्रों और युवाओं की उस पीड़ा का प्रतीक है, जो लगातार हो रहे पेपर लीक, परीक्षा प्रणाली की खामियों और जवाबदेही के अभाव के कारण अपने भविष्य को लेकर चिंतित हैं। उन्होंने कहा कि युवाओं का विश्वास किसी भी

लोकतांत्रिक व्यवस्था की सबसे बड़ी पूंजी होता है। सरकार का दायित्व है कि वह निष्पक्ष, पारदर्शी और विश्वसनीय परीक्षा व्यवस्था सुनिश्चित करे। जब बार-बार पेपर लीक की घटनाएं सामने आती हैं, परीक्षाओं की पारदर्शिता पर सवाल उठते हैं और दोषियों के खिलाफ प्रभावी कार्रवाई नहीं होती, तब सबसे अधिक नुकसान उन लाखों मेहनती विद्यार्थियों का होता है, जो वर्षों की मेहनत के बाद भी न्याय से वंचित रह जाते हैं। राव नरेंद्र सिंह ने कहा कि लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी लगातार छात्रों और युवाओं के अधिकारों की आवाज बुलंद कर रहे हैं। कांग्रेस पार्टी पूरे मामले में केंद्रीय शिक्षा मंत्री की जवाबदेही तय करने तथा उनके इस्तीफे की मांग कर रही है, ताकि परीक्षा प्रणाली में जनता का विश्वास पुनः स्थापित हो सके। उन्होंने कहा कि लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष श्री राहुल गांधी जी ने युवाओं एवं छात्रों की आवाज उठाने के उद्देश्य से राजस्थान के कोटा से"छात्रों की गुंज अभियान शुरू किया है। इसी कड़ी में बीते कल शुक्रवार को उत्तराखंड में भी उन्होंने छात्रों के साथ संवाद स्थापित किया और पेपर लीक तथा अन्य विषयों पर छात्रों जागरूक किया। राव नरेंद्र सिंह ने कहा कि कांग्रेस पार्टी पिछले डेढ़ महीने से छात्रों और युवाओं के साथ पूरी मजबूती से खड़ी है। जब तक पेपर लीक के दोषियों के खिलाफ खलत कार्रवाई नहीं होती और परीक्षा व्यवस्था में व्यापक एवं स्थायी सुधार लागू नहीं किए जाते, तब तक कांग्रेस का संघर्ष निरंतर जारी रहेगा।

12,800 से अधिक शैक्षणिक संस्थान तंबाकू-मुक्त घोषित:डा.सुमिता मिश्रा

चंडीगढ़ (संवाददाता)

चंडीगढ़। हरियाणा ने वित्तीय वर्ष 2025-26 की पहली दो तिमाहियों के दौरान राष्ट्रीय तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम(एनटीसीपी) के तहत उल्लेखनीय उपलब्धियां दर्ज की हैं, जिसने प्रभावी



प्रवर्तन , जागरूकता सृजन, नशा मुक्ति सेवाओं और सामुदायिक भागीदारी के माध्यम से एक तंबाकू-मुक्त समाज बनाने की अपनी प्रतिबद्धता को सुदृढ़ किया है। हरियाणा के स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग की अतिरिक्त मुख्य सचिव डॉ. सुमिता मिश्रा ने उपलब्धियों को साझा करते हुए कहा कि तंबाकू-मुक्त शैक्षणिक संस्थाएं (टीओएफईआई) दिशा-निर्देशों के तहत 12,865शैक्षणिक संस्थानों को तंबाकू-मुक्त घोषित किए जाने के साथ हरियाणा तंबाकू नियंत्रण में अग्रणी राज्यों में से एक बनकर उभरा है। उन्होंने आगे कहा कि राज्य ने राष्ट्रीय तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम के तहत तंबाकू नियंत्रण प्रतिज्ञाओं(शपथ) की संख्या के मामले में देश में दूसरा स्थान हासिल किया है, जो व्यापक जनभागीदारी और मजबूत अंतर-विभागीय समन्वय को दर्शाता है। उन्होंने यह भी जोड़ा कि सरकार तंबाकू-मुक्त गाँव बनाने की दिशा में भी तेजी से प्रगति कर रही है, जिसके तहत 1,128गाँवों को पहले ही तंबाकू-मुक्त घोषित किया जा चुका है, जो आने वाली पीढ़ियों को तंबाकू के हानिकारक प्रभावों से बचाने के लिए हरियाणा की प्रतिबद्धता को प्रदर्शित करता है।

छात्रों की आवाज, शिदा व्यवस्था में सुधार और जनहित के मुद्दे संसद में पूरी मजबूती से उठाएंगी कांग्रेस:कुमारी सैलजा



चंडीगढ़ (संवाददाता)

चंडीगढ़। सिरसा की सांसद, पूर्व केंद्रीय मंत्री, कांग्रेस की राष्ट्रीय महासचिव, कांग्रेस कार्यसमिति (सीडब्ल्यूसी) की सदस्य एवं उत्तराखंड की प्रभारी कुमारी सैलजा ने कहा कि देश में शिक्षा, युवाओं, किसानों , खिलाड़ियों और आम नागरिकों से जुड़े मुद्दों को दबाने का प्रयास लोकतांत्रिक मूल्यों के अनुरूप नहीं है। सांसद ने कहा कि लोकतंत्र में शांतिपूर्ण विरोध और जनभावनाओं को सम्मान मिलना चाहिए तथा सरकार को जनता के सवालों का जवाब देना चाहिए। कुमारी सैलजा ने कहा कि शिक्षा व्यवस्था से जुड़े गंभीर प्रश्नों, प्रतियोगी परीक्षाओं में अनियमितताओं तथा छा त्रों की चिंताओं को कांग्रेस पार्टी लगातार उठाती रही है। कोटा और देहरादून से शुरू हुई"छात्रों की गुंज अव

देशभर के युवाओं की भावना का प्रतीक बन चुकी है। कुमारी सैलजा ने कहा कि इन मुद्दों को संसद के आगामी मानसून सत्र में पूरी मजबूती के साथ उठाया जाएगा, ताकि सरकार जवाबदेह बने और शिक्षा व्यवस्था में आवश्यक सुधार सुनिश्चित हो सकें। सांसद ने कहा कि संसद में विपक्ष की भूमिका जनता की आवाज़ बनना है। कांग्रेस के सांसद लोकसभा और राज्यसभा दोनों सदनों में शिक्षा ,रोजगार, किसानों, महंगाई, कानून-व्यवस्था तथा अन्य जनहित के विषयों को प्रभावी ढंग से उठाएंगे। उन्हें विश्वास है कि इन विषयों पर सार्थक चर्चा होगी और सरकार को जवाब देना पड़ेगा। उत्तराखंड की प्रभारी कुमारी सैलजा ने कहा कि राज्य में कांग्रेस के कार्यक्रमों को जनता का व्यापक समर्थन मिल रहा है।

स्वच्छता को जन-आंदोलन बनाकर स्वच्छ और स्वस्थ हरियाणा का निर्माण करें:सुभाष चंद्र

सोनीपत (संवाददाता)

मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा शुरू किए गए'स्वच्छता से स्वागत अभियान के अंतर्गत रविवार को भारत मिशन हरियाणा के कार्यकारी वाइस चेयरमैन सुभाष चंद्र तथा नगर निगम मेयर राजीव जैन के नेतृत्व में नागरिकों के सहयोग से स्वच्छता श्रमदान कार्यक्रम का आयोजन किया गया। स्वच्छता अभियान की शुरुआत सुभाष चौक से की गई। इस दौरान स्वच्छता के प्रति जनभागीदारी का उत्साह देखने को मिला और सभी ने मिलकर सार्वजनिक स्थलों की सफाई कर स्वच्छता का संदेश दिया।

कार्यक्रम का शुभारंभ स्वच्छ भारत मिशन हरियाणा के कार्यकारी वाइस चेयरमैन सुभाष चंद्र तथा नगर निगम मेयर राजीव जैन ने स्वयं झाड़ू लगाकर किया। लगभग एक घंटे तक चले विशेष स्वच्छता अभियान के दौरान सुभाष चौक एवं आसपास के क्षेत्र की सफाई की गई तथा लोगों को अपने आसपास स्वच्छ वातावरण बनाए रखने के लिए प्रेरित किया गया। इस अवसर पर स्वच्छ भारत मिशन हरियाणा के कार्यकारी वाइस चेयरमैन सुभाष चंद्र ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा शुरू किया गया स्वच्छ भारत मिशन आज जन-आंदोलन का रूप ले चुका है। लोगों में स्वच्छता के प्रति पहले की अपेक्षा अधिक जागरूकता आई है और गांवों तथा शहरों में साफ-सफाई को जीवनशैली का हिस्सा बनाया जा रहा है। उन्होंने कहा कि स्वच्छ वातावरण से न केवल शहर सुंदर बनते हैं, बल्कि गंदगी से फैलने वाली अनेक बीमारियों पर भी प्रभावी नियंत्रण संभव



होता है। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी द्वारा शुरू किए गए'स्वच्छता से स्वागत अभियान की सराहना स्वयं प्रधानमंत्री भी कर चुके हैं। यह अभियान हरियाणा में जनभागीदारी के माध्यम से स्वच्छता को नई दिशा दे रहा है। उन्होंने बताया कि राज्य सरकार ग्रामीण क्षेत्रों में भी सफाई व्यवस्था को और अधिक सुदृढ़ बनाने के लिए सफाई कर्मचारियों की संख्या बढ़ाने तथा आवश्यक संसाधन उपलब्ध कराने की दिशा में कार्य कर रही है। नगर निगम मेयर राजीव जैन ने कहा कि स्वच्छ भारत मिशन केवल सरकारी अभियान नहीं, बल्कि प्रत्येक नागरिक का सामाजिक दायित्व है। उन्होंने कहा कि जब तक आमजन स्वेच्छा से इस अभियान से नहीं जुड़ेगे, तब तक स्थायी स्वच्छता का

लक्ष्य प्राप्त नहीं किया जा सकता। उन्होंने नागरिकों से अपने घर, गली, बाजार और सार्वजनिक स्थलों को स्वच्छ रखने तथा दूसरों को भी इसके लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री के नेतृत्व में हरियाणा स्वच्छता के क्षेत्र में निरंतर बेहतर प्रदर्शन कर रहा है और जनसहयोग से सोनीपत को भी प्रदेश के सबसे स्वच्छ शहरों में शामिल किया जाएगा। नगर निगम की संयुक्त आयुक्त मीतू धनखड़ ने कहा कि प्रत्येक नागरिक का कर्तव्य है कि वह शहर को स्वच्छ रखने में अपनी सक्रिय भागीदारी निभाए। उन्होंने लोगों से अपील की कि वे घरों और दुकानों का कचरा सड़क या नालियों में न फेंकें, बल्कि नगर निगम की कचरा संग्रहण गाड़ियों में ही डालें।

सम्राट शंकर के जादू शो ने मनोरंजन के साथ जन जागरूकता का दिया सशक्त संदेश

सोनीपत (संवाददाता)

सूचना , जनसंपर्क एवं भाषा विभाग, हरियाणा के सौजन्य से अमृतकाल (जागरूकता अभियान) के अंतर्गत जीवीएम गर्ल्स कॉलेज, सोनीपत में आयोजित विश्वविख्यात जादूगर सम्राट शंकर का चार दिवसीय भव्य जादू शो रविवार को सफलतापूर्वक संपन्न हो गया। चार दिनों तक चले इस विशेष आयोजन में प्रतिदिन दोपहर एवं सायंकाल को शो आयोजित किए गए, जिनमें जिले सहित आसपास के क्षेत्रों से पहुंचे लगभग पांच हजार दर्शकों ने भाग लेकर जादूई प्रस्तुतियों का भरपूर आनंद लिया। दर्शकों ने कार्यक्रम को मनोरंजन के साथ-साथ सामाजिक जागरूकता का प्रभावी माध्यम बताते हुए हरियाणा सरकार एवं सूचना , जनसंपर्क एवं भाषा विभाग की इस पहल की सराहना की। जादूगर सम्राट शंकर ने अपने अटूट एवं रोमांचकारी जादूई करतबों के माध्यम से बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ , जल संरक्षण, पर्यावरण संरक्षण, नशा मुक्त भारत, स्वच्छता, सड़क सुरक्षा, महिला सम्मान, सामाजिक समरसता तथा राष्ट्रीय एकता जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर प्रभावी संदेश दिए। दर्शकों ने कार्यक्रम के दौरान न केवल जादू की अद्भुत प्रस्तुतियों का आनंद लिया, बल्कि समाज और राष्ट्र हित से जुड़े संदेशों को भी गंभीरता से आत्मसात किया। कार्यक्रम के चारों दिनों में सोनीपत के विधायक निखिल मदान, नगर निगम चेयरमैन राजीव जैन, भाजपा के पूर्व प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बड़ौली, खरबोदा के विधायक पवन खरबोदा, राई की विधायक कृष्णा गहलावत तथा गवौर के विधायक



देवेंद्र कादियान ने मुख्य अतिथि के रूप में विभिन्न सत्रों में भाग लेकर कलाकारों का उत्साहवर्धन किया। सभी अतिथियों ने कहा कि मनोरंजन के साथ सामाजिक संदेश देने वाले ऐसे कार्यक्रम समाज में सकारात्मक बदलाव लाने का सशक्त माध्यम हैं और नई पीढ़ी को अच्छे संस्कार एवं सामाजिक जिम्मेदारियों के प्रति प्रेरित करते हैं। शो के दौरान बड़ी संख्या में उपस्थित विद्यार्थियों , महिलाओं, युवाओं एवं वरिष्ठ नागरिकों ने कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रमों से बड़ों और युवाओं को मनोरंजन के साथ-साथ सामाजिक जिम्मेदारियों, पर्यावरण संरक्षण, जल बचाने, नशे से दूर रहने और बेटियों के सम्मान जैसे महत्वपूर्ण विषयों की सहज एवं प्रभावी जानकारी मिलती है। उन्होंने कहा कि सरकार द्वारा

जन जागरूकता के लिए अपनाया गया यह अभिनव प्रयास अत्यंत सराहनीय है। दर्शकों ने विशेष रूप से मुख्यमंत्री श्री नायब सिंह सैनी का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि उनके नेतृत्व में प्रदेशभर में जन जागरूकता आधारित कार्यक्रमों का लगातार आयोजन किया जा रहा है, जिससे आमजन विशेषकर युवा पीढ़ी तक सामाजिक एवं राष्ट्रीय महत्व के संदेश प्रभावी ढंग से पहुंच रहे हैं। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री की प्रेरणा से आयोजित ऐसे कार्यक्रम हरियाणा में जागरूक , स्वस्थ और जिम्मेदार समाज के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। लोगों ने भविष्य में भी इस प्रकार के कार्यक्रम जिले में आयोजित किए जाने की मांग करते हुए मुख्यमंत्री का धन्यवाद व्यक्त किया।

भारत टेक्स 2026 बना वैश्विक टेक्सटाइल हब, मिले 14,300 करोड़ के निवेश प्रस्ताव

नई दिल्ली (एजेंसी)

भारत के प्रमुख टेक्सटाइल प्रदर्शनी कार्यक्रम भारत टेक्स 2026के तीसरे संस्करण में 130से अधिक देशों के 6.000से ज्यादा अंतरराष्ट्रीय खरीदारों और करीब 1.30लाख व्यापारिक आगंतुकों ने हिस्सा लि या। सरकार के अनुसार, इस आयोजन ने भारतीय पारंपरिक कला और टेक्सटाइल उद्योग को वैश्विक पहचान दि लाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

एक आधिकारिक बयान के मुताबिक, 1.6 मिलियन वर्ग फुट क्षेत्र में आयोजित इस प्रदर्शनी में 20.000 से अधिक टेक्सटाइल उत्पाद प्रदर्शित किए गए। यह आयोजन भारतीय विरासत, उद्योग, सतत विकास(सस्टेनेबिलिटी) और वैश्विक व्यापार का प्रमुख मंच बनकर उभरा।इस प्रदर्शनी में फाइबर, यार्न, फैब्रिक, अपैरल, होम टेक्सटाइल्स , टेक्निकल टेक्सटाइल्स, हैंडलूम और हैंडीक्राफ्ट्स सहित पूरे टेक्सटाइल वैल्यू चेन को शामिल किया गया।

आयोजन में बिहार की प्रसिद्ध टि कुली आर्ट भी आकर्षण का केंद्र रही, जो अपनी चमकदार रंगों और बारीक इनामेल वर्क के लिए जानी जाती है।

वहीं , करीब 120बुनकरों का प्रतिनिधित्व करने वाली निर्यातक हैंडलूम कोऑपरेटिव सोसाइटी लिमिटेड ने हैंडलूम एक्सपोर्ट प्रमोशन काउंसिल की ओर से उपलब्ध कराए गए रियायती स्टॉल के माध्यम से अपने घरेलू स्तर पर तैयार किए जाने वाले हैंडलूम उत्पादों को अंतरराष्ट्रीय खरी दारों के सामने पेश किया।इस आयोजन में भारत और विदेशों से प्रदर्शकों, खरीदारों, निवेशकों, नीति निर्माताओं और उद्योग जगत के प्रतिनिधियों ने हिस्सा लिया, जो भारतीय टेक्सटाइल सेक्टर में बढ़ते वैश्विक विश्वास को दर्शाता है। प्रदर्शनी में 1.600 से अधिक प्रदर्शक और 11.000 से ज्यादा खरीदार शामिल हुए।इस दौरान 28.000से अधिक बिजनेस-टू-बिजनेस(बी2बी)बैठकें आयोजित हुईं। साथ ही 100 से अधिक गवर्नमेंट-टू-गवर्नमेंट(जी2जी) और बिजनेस-टू-गवर्नमेंट



(बी2जी) बैठकें भी हुईं। इन बैठकों के जरिए 14,300करोड़ रुपए से अधिक के निवेश प्रस्ताव प्राप्त हुए। भारत टेक्स 2026के साथ-साथ दिल्ली स्थित नेशनल क्राफ्ट्स म्यूजियम में आयोजित इंडी हाट 2026ने भी भारत की हैंडलूम और हैंडीक्राफ्ट विरासत को वैश्विक मंच पर प्रदर्शित कि या। इस आयोजन में 48कारीगरों और बुनकरों के साथ 12 डिजाइन आधारित ब्रांड्स ने भाग लिया और क्षेत्रीय हस्तशिल्प को प्रमुखता से प्रस्तुत किया।

NSE सितंबर में ला सकता है 30000करोड़ का IPO, निवेशकों के लिए पैसे कमाने का सुनहरा मौका!



मुंबई (एजेंसी)

शेयर बाजार में निवेश करने वालों के लिए इस साल की सबसे बड़ी खबर सामने आ सकती है। देश का सबसे बड़ा स्टॉक एक्सचेंज नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (NSE) सितंबर में अपना करीब 30,000 करोड़ का IPO लॉन्च कर सकता है। अगर यह इश्यू तय समय पर आता है, तो यह भारत के इतिहास के सबसे बड़े आईपीओ में शामिल होगा। इस मेगा आईपीओ के जरिए निवेशकों को देश के सबसे बड़े स्टॉक एक्सचेंज में हिस्सेदारी खरीदने का मौका मिलेगा।

सूत्रों के मुताबिक, इस आईपीओ के बाद NSE की वैल्यू 5लाख करोड़ से ज्यादा आंकी जा सकती है। कंपनी जल्द ही देश-विदेश के निवेशकों के लिए रोड शो भी शुरू करेगी। यह आईपीओ पूरी तरह ऑफर फॉर सेल(OFS) होगा, यानी कंपनी नए शेयर जारी नहीं करेगी, बल्कि मौजूदा शेयरधारक अपनी हिस्सेदारी बेचेंगे।

कौन-कौन बेचेंगे अपनी हिस्सेदारी ड्राफ्ट दस्तावेज के अनुसार, इस आईपीओ में करीब 14.89करोड़ शेयर बेचे जाएंगे, जो NSE की कुल इक्विटी का लगभग 6फीसदी हिस्सा होगा। स्टेट बैंक ऑफ इंडिया(SBI) सबसे ज्यादा करीब 2.48 करोड़ शेयर बेचेगा। इसके अलावा MS Strategic(Mauritius) बैंक ऑफ बड़ौदा, GIC, न्यू इंडिया एश्योरेंस, नेशनल इश्योरेंस और

यूनाइटेड इंडिया इश्योरेंस जैसी संस्थाएं भी अपनी हिस्सेदारी घटाएंगी। हालांकि, एलआईसी, जो NSE की सबसे बड़ी शेयरधारक है और जिसके पास 10.72 फीसदी हिस्सेदारी है, इस आईपीओ में अपने शेयर नहीं बेचेगी। 2016से था निवेशकों को इंतजार NSE ने पहली बार 2016में अपना IPO लाने की योजना बनाई थी, लेकिन कुछ नियामकीय और गवर्नंस से जुड़े मामलों की वजह से इसे मंजूरी नहीं मिल सकी। इसके बाद एक्सचेंज ने अपने नियमों और गवर्नंस सिस्टम में कई सुधार किए। हाल ही में SEBI से आवश्यक मंजूरी मिलने के बाद अब IPO लॉन्च की तैयारी तेज हो गई है।

वित्तीय प्रदर्शन कैसा रहा वित्त वर्ष 2025-26में NSE का शुद्ध मुनाफा 15 फीसदी घटकर 10.302 करोड़ रहा, जबकि कुल आय भी थोड़ी कम हुई। हालांकि, मार्च तिमाही में कंपनी का प्रदर्शन बेहतर रहा। इस दौरान शुद्ध लाभ 8फीसदी बढ़कर 12.871 करोड़ पहुंच गया और कुल आय में 22फीसदी की बढ़ोतरी दर्ज की गई।

NSE भारत के सबसे मजबूत और भरोसेमंद वित्तीय संस्थानों में से एक है। ऐसे में इसका IPO निवेशकों के लिए एक बड़ा अवसर साबित हो सकता है।

सरकार का दावा: पीएम अजय योजना ने बदली लाखों लोगों की जिंदगी, हजारों गांव हुए आदर्श ग्राम

नई दिल्ली (एजेंसी)

्रधानमंत्री अनुसूचित जाति अभ्युदय योजना(पीएम-अजय) के तहत अनुसूचित जाति (एससी) समुदायों के सामाजिक और आर्थिक सशक्तिकरण को लगातार बढ़ावा दि या जा रहा है। सरकार के अनुसार, यह योजना गरीबी कम करने, आजीविका के अवसर बढ़ाने और बुनियादी ढांचे के विकास के जरिए एससी



समुदाय के जीवन स्तर में सुधार ला रही है। सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय ने शनिवार को जारी एक बयान में कहा कि सरकार की यह प्रमुख योजना टेक्नोलॉजी आधारित और परिणामोन्मुख(आउटकम ओरिएंटेड) कार्यप्रणाली के जरिए समावेशी विकास को बढ़ावा दे रही है। बयान के अनुसार, पीएम-अजय योजना के आदर्श ग्राम घटक के तहत देश भर के 47,316गांवों को शामिल किया गया है, जिससे अब तक 47लाख 59हजार 399नागरिकों को लाभ मिला है। मंत्रालय के एक वरिष्ठ अधिकारी ने बताया कि योजना के तहत अब तक 46.782 विकास कार्य पूरे किए जा चुके हैं, जबकि 24,133विलेज डेवलपमेंट प्लान(वीडीपी) तैयार किए गए हैं। इसके अलावा, 16,759गांवों को आदर्श ग्राम घोषित किया जा चुका है। इससे अनुसूचित जाति बहुल गांवों में बुनियादी ढांचे, मूलभूत सुविधाओं और जीवन स्तर में उल्लेखनीय सुधार हुआ है। मंत्रालय ने वित्त वर्ष 2026-27में तीन छात्रावास परियोजनाओं के निर्माण के लिए 22.50 करोड़ रुपए आवंटित किए हैं, जिनमें दो छात्रावास छात्राओं के लि ए हों गे। इन परियोजनाओं के माध्यम से 750 विद्यार्थियों को आवास सुविधा उपलब्ध कराई जाएगी।सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्री डॉ. वीरेन्द्र कुमार ने कहा कि पीएम-अजय योजना अनुसूचित जाति समुदाय के सामाजिक और आर्थिक अंतर को कम करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। यह योजना लखित हस्तक्षेपों और विभिन्न संस्थाओं के सहयोग से एससी समुदाय को सशक्त बनाने और समावेशी विकास को बढ़ावा देने का काम कर रही है।

इस हफ्ते सोना 2,200और चांदी करीब 4,900हुई सस्ती, जानिए नए भाव

नई दिल्ली (एजेंसी)

सर्फीा बाजार में इस सप्ताह सोने और चांदी की कीमतों में लगातार गिरावट दर्ज की गई। इंडिया बुलियन एंड ज्वेलर्स एसोसिएशन(आईबीजेए) के ताजा आंकड़ों के अनुसार, 24कैरेट सोना सप्ताहभर में 2,209प्रति 10ग्राम सस्ता होकर 1,41,159 प्रति 10 ग्राम पर आ गया। इससे पहले इसकी कीमत 1,43,368प्रति 10ग्राम थी।

इसी तरह, 22कैरेट सोने का भाव 1,31,325से घटकर 1,29,302प्रति 10ग्राम रह गया। वहीं, 18 कैरेट सोने की कीमत 1,07,526 से घटकर 1,05,869प्रति 10ग्राम दर्ज की गई।

इस सप्ताह 24 कैरेट सोने का उच्चतम स्तर 13 जुलाई की सुबह 1,42,289 प्रति 10ग्राम रहा, जबकि 17 जुलाई की शाम इसका न्यूनतम स्तर 1,41,159प्रति 10ग्राम दर्ज किया गया।

चांदी की कीमतों में भी बड़ी गिरावट देखने को मिली। एक सप्ताह में चांदी 4,917प्रति किलोग्राम सस्ती होकर 2,20,390से घटकर 2,15,474प्रति किलोग्राम पर पहुंच गई। सप्ताह के दौरान चांदी का उच्चतम भाव 15जुलाई की सुबह 2,20,391 प्रति किलोग्राम और न्यूनतम भाव 17 जुलाई की शाम 2,15,474प्रति किलोग्राम दर्ज किया गया। आईबीजेए प्रतिदिन दो बार—सुबह और शाम—सोने और चांदी के ताजा भाव जारी करता



है, जिनके आधार पर देशभर के सर्फीा बाजार में कीमतों का आकलन किया जाता है। अंतरराष्ट्रीय बाजार की बात करें तो सोना करीब 4,000 डॉलर प्रति औंस और चांदी लगभग 57 डॉलर प्रति औंस के स्तर पर कारोबार कर रही है। बाजार विशेषज्ञों का मानना है कि वैश्विक आर्थिक अनिश्चितता , निवेशकों की बदलती रणनीति और अंतरराष्ट्रीय भू -राजनीतिक घटनाक्रम के चलते कीमती धातुओं की कीमतों में उतार-चढ़ाव देखने को मिल रहा है। ऐसे में आने वाले दिनों में भी सोना और चांदी की कीमतों में अस्थिरता बनी रह सकती है।

सिएट को बड़ा झटका, पहली तिमाही के खराब नतीजों के बाद शेयर में भारी गिरावट



मुंबई (एजेंसी)

टायर निर्माता कंपनी सिएट के शेयर शुक्रवार को सुबह के सत्र में 9प्रतिशत से अधिक फिसल गए। इसकी वजह अपनी की ओर से वित्त वर्ष 27 जून तिमाही में उच्च परिचालन लागत के कारण कमजोर नतीजे पेश करना है।

बाजार खुलने के साथ सिएट का शेयर शुरूआती कारोबार में ही पिछली क्लोजिंग 3,829.60रुपए के मुकाबले 9.3 प्रतिशत फिसलकर 3,471.10 रुपए पर पहुंच गया।

फिलहाल सुबह 10:47पर यह 7.33प्रतिशत की कमजोरी के साथ 3,548रुपए पर था।

कंपनी ने वित्त वर्ष 2026-27 की पहली तिमाही में समेकित शुद्ध लाभ में सालाना आधार पर 96 प्रतिशत की भारी गिरावट दर्ज की। कंपनी का मुनाफा घटकर 4करोड़ रुपए रह गया, जो पिछले वित्त वर्ष की समान तिमाही में 112करोड़ रुपए था।हालांकि , परिचालन से राजस्व सालाना आधार पर 22.4प्रतिशत बढ़कर 4,318 करोड़ रुपए हो गया, जो पिछले वर्ष की समान अवधि में 3,529 करोड़ रुपए था। यह विभिन्न कारोबारी क्षेत्रों में मजबूत मांग को दर्शाता है।

कंपनी के अनुसार, पश्चिम एशिया में जारी संघर्ष के कारण कच्चे माल की लागत बढ़ने से उसके मुनाफे पर दबाव पड़ा।कंपनी के प्रबंध निदेशक (एमडी) और मुख्य कार्यकारी अधिकारी(सीईओ) (अर्नब बनर्जी ने कहा कि इनपुट लागत में बढ़ोतरी के असर को आंशिक रूप से कम करने के लिए कंपनी ने चरणबद्ध तरीके से टायरों की कीमतें बढ़ाईं, जबकि मांग और बाजार हिस्सेदारी को भी बनाए रखा। उन्होंने कहा कि दूसरी तिमाही के दौरान भी कच्चे माल की कीमतें ऊंचे स्तर पर बनी रहने की संभावना है।

कंपनी का परिचालन प्रदर्शन भी दबाव में रहा। एबिटा सालाना आधार पर 5.7 प्रतिशत घटकर 365 करोड़ रुपए रह गया, जो एक साल पहले 387करोड़ रुपए था। वहीं, एबिटा मार्जिन घटकर 8.5प्रतिशत रह गया, जो पिछले वर्ष की समान अवधि में 11प्रतिशत था।

पिछले एक वर्ष में सिएट के शेयरों में करीब 8 प्रतिशत की गिरावट आई है, जिससे इसका प्रदर्शन व्यापक बाजार की तुलना में कमजोर रहा। पिछले छह महीनों में शेयर 8प्रतिशत से अधिक और इस वर्ष अब तक करीब 6प्रतिशत टूट चुका है।

पाकिस्तान में अब रोजाना तय होंगी पेट्रोल-डीजल की कीमतें, OGRA की वेबसाइट पर अपडेट होंगे भाव

इस्लामाबाद (एजेंसी)

पाकिस्तान में अब दैनिक आधार पर पेट्रोल और डीजल की कीमतें तय की जाएंगी। इस कदम का उद्देश्य पश्चिम एशिया में जारी संघर्ष के कारण तेल की कीमतों में होने वाले

कि मंत्रिमंडल ने कीमतें तय करने का काम तेल एवं गैस नियामकीय प्राधिकरण (OGRA) को सौंपने का फैसला किया है। OGRA की वेबसाइट पर अपडेट होंगे भाव तेल एवं गैस नियामकीय प्राधिकरण दैनिक



उतार-चढ़ाव से निपटना है। सरकार ने फरवरी के आखिर में मिडिल-ईस्ट में तनाव शुरू होने के बाद से ही कीमतों को साप्ताहिक आधार पर तय करना शुरू कर दिया था। पेट्रोलियम मंत्री अली परवेज मलिक ने सूचना मंत्री अताउल्लाह तारार के साथ शुक्रवार को ये घोषणा करते हुए कहा

आधार पर पेट्रोल और डीजल की कीमतें तय करेगा। OGRA न सिर्फ अपनी वेबसाइट पर ईंधन के वो भाव अपडेट करेगा, जिनका उपयोग कीमतें तय करने में किया जाता है, बल्कि उन कारकों के बारे में बताएगा, जिनकी वजह से हर पेट्रोल पंप पर हमें कीमतें दिखाई देती हैं। सरकार हर सप्ताह

तेल की कीमतें तय करती रही है, लेकिन कम ईंधन कीमतों का फायदा आम लोगों तक पहुंचाने में देरी के कारण उसे आलोचना का सामना करना पड़ा है।

सिस्टम को ज्यादा पारदर्शी बना रही है पाकिस्तानी सरकार पश्चिम एशिया में तनाव शुरू होने के बाद 7 -दिनों में कीमत संशोधन की प्रक्रिया अपनाई गई थी। इससे पहले, कीमत हर 15 दिन पर तय की जाती थी। मलिक ने कहा कि ये कदम सरकार के उस फैसले का हिस्सा है, जिसके तहत सिस्टम को ज्यादा पारदर्शी बनाया जा रहा है, ताकि लोग समझ सकें कि ईंधन की बढ़ती कीमतें क्यों जरूरी हैं। उन्होंने कहा कि दैनिक आधार पर कीमतों की घोषणा अंतरराष्ट्रीय बाजार में सात-दिनों के साप्ताहिक औसत के आधार पर की जाएगी।

आपणी तुर्किश पेट्रोलियम मंत्री ने कहा कि नियमन के दायरे से बाहर करने की दिशा में एक और कदम के तौर पर , देश में कीमतें अंतरराष्ट्रीय बाजार के अनुसार तय की जाएंगी, जिसके लिए किसी से सलाह लेने की जरूरत नहीं होगी। मलिक ने ऊर्जा उत्पादन बढ़ाने के लिए सरकार द्वारा उठाए गए कदमों का भी उल्लेख किया। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ की हाल की तुर्की यात्रा के बाद, तुर्किश पेट्रोलियम 20 साल के अंतराल के बाद पाकिस्तान में तेल और गैस उत्पादन के लिए अक्टूबर में आएगी।

Nvidia को पछाड़++Apple फिर से बनी दुनिया की सबसे मूल्यवान कंपनी

नई दिल्ली (एजेंसी)

Apple ने एक बार फिर से Nvidia को पीछे छोड़ते हुए दुनिया की सबसे वैल्युएबल कंपनी का तमगा हासिल कर लिया है। जून 2024 में Nvidia ने एप्पल को पीछे छोड़ते हुए दुनिया के दूसरे सबसे मूल्यवान कंपनी होने का गौरव प्राप्त किया था। एआई बूम की वजह से चिपमेकर कंपनी एप्पल पर भारी पड़ गई थी। Nvidia ने पिछले साल दुनिया की सबसे वैल्युएबल कंपनी होने का खिताब हासिल किया था।

दुनिया की सबसे मूल्यवान कंपनी शुक्रवार 17 जुलाई को एप्पल का मार्केट कैपिटल 4.88 ट्रिलियन डॉलर पर पहुंच गया। वहीं, Nvidia का मार्केट कैपिटल घटकर 4.86 ट्रिलियन डॉलर रह गया है। कंपनी के शेयर में 3.5 %की गिरावट दर्ज की गई। चिपमेकर कंपनी के मार्केट कैपिटल में यह बदलाव बड़े ग्लोबल टेक्नोलॉजी शिफ्ट की तरफ इशारा कर रहा है। पिछले साल जून से ही Nvidia दुनिया की सबसे मूल्यवान कंपनी बनी हुई थी। हालांकि, एप्पल और एनवीडिया के मार्केट कैपिटल में ज्यादा अंतर नहीं है। यह किसी भी क्षण बदल सकता है, लेकिन फिलहाल एप्पल ने दुनिया के सबसे मूल्यवान कंपनी होने गौरव प्राप्त कर लिया है।

Apple ने कैसे पलटा गेम AI बूम के बावजूद एप्पल ने Nvidia से मोस्ट वैल्युएबल कंपनी होने का खिताब छीन लिया है। इसकी मुख्य वजह निवेशकों ने एप्पल पर भरोसा जताया हुआ है। एआई बूम की वजह से आने वाले भविष्य में बड़ा वैल्यू क्रिएट होने की उम्मीद है। Nvidia पिछले एक साल से एआई बूम का डायरेक्ट बेंचिफिशियरी रहा है। खास तौर पर दुनियाभर में एआई इंफ्रास्ट्रक्चर खड़ा करने में एनवीडिया का बड़ा योगदान है।

शुरुआत में एआई मार्केट में एप्पल पिछड़ता हुआ नजर आ रहा था। क्यूंपरटिनो वेब्स टेक कंपनी ने किसी एआई मॉडल के डेवलपमेंट पर ध्यान नहीं दिया था। हालांकि, अब बदलाव का दौर शुरू हो गया है। एप्पल ने एआई इकोसिस्टम की सर्विस पर फोकस किया है। पिछले



साल टैरिफ और मुद्रास्फीति को लेकर बनी चिंताओं की वजह से एप्पल के शेयरों पर काफी दबाव पड़ा था। हालांकि, कंपनी के बिजनेस में कोई गिरावट नहीं आई।

iPhone की बिक्री में सुधार

iPhone की बिक्री में ग्लोबल लेवल पर लगातार सुधार हो रहा है। इसकी वजह से इस साल की शुरुआत से ही एप्पल के शेयरों में लगभग 20 प्रतिशत की वृद्धि देखी गई है। स्मार्टफोन के कंपोनेंट्स और मेमोरी कॉस्ट बढ़ने से एंड्रॉइड स्मार्टफोन बनाने वाली कंपनियां कीमतें बढ़ाने पर मजबूर हो गई। इसकी वजह से एप्पल के आईफोन की बिक्री में साल-दर-साल 24%का इजाफा देखने को मिला है।

स्वच्छ ऊर्जा के उपयोग को प्रोत्साहन विकासशील अर्थव्यवस्थाओं की प्रगति का व्यावहारिक रास्ता

वैश्विक स्तर पर बढ़ती अनिश्चितता, ऊर्जा की बढ़ती मांग और जलवायु से जुड़ी गंभीर चुनौतियों के इस दौर में, अंतरराष्ट्रीय समुदाय को ऐसी ऊर्जा प्रणालियों का निर्माण करने की जरूरत है जो स्वच्छ व अपेक्षाकृत अधिक सुरक्षित, सस्ती एवं भरोसेमंद होने के साथ-साथ विकासशील अर्थव्यवस्थाओं की विकास संबंधी जरूरतों तथा आर्थिक आकांक्षाओं के अनुरूप भी हों।

स्वच्छ ऊर्जा दरअसल ऊर्जा सुरक्षा, औद्योगिक विकास और दीर्घकालिक विकास की दृष्टि से तेजी से अहम होती जा रही है। यह ईंधन बाजार में आने वाले उतार-चढ़ाव से पैदा होने वाले जोखिमों को कम कर सकती है, ऊर्जा को अपेक्षाकृत अधिक सुलभ बना सकती है , रोजगार सृजित कर सकती है, घरेलू उद्योगों को मजबूत कर सकती है और देश को अपेक्षाकृत अधिक सुदृढ़ बना सकती है। फिर भी, स्वच्छ ऊर्जा की दिशा में आगे बढ़ने के रास्ते एक जैसे नहीं हो सकते। इन रास्तों को राष्ट्रीय परिस्थितियों, उपलब्ध संसाधनों और विकास की प्राथमिकताओं के हिसाब से निर्धारित कि या जाना चाहिए।

इसी बिंदु पर विकासशील अर्थव्यवस्थाओं के बीच आपसी सहयोग महत्वपूर्ण हो जाता है। ब्रिक्स के सदस्य देशों के बीच बेहतर सहयोग से स्वच्छ ऊर्जा को अपनाने की प्रक्रिया में तेजी लाने के साथ-साथ ऊर्जा सुरक्षा, स्थिरता और समावेशी विकास के साझा लक्ष्यों को भी आगे बढ़ाया जा सकता है।

भारत का अपना अनुभव यह बताता है कि स्वच्छ ऊर्जा की शुरुआत लोगों से ही होनी चाहिए।

पिछले दशक में, प्रधानमंत्री सहज बिजली हर घर योजना(सौभाग्य(के तहत लगभग 28.6मिलियन घरों को बिजली के कनेक्शन दिए गए। इससे सभी तक बिजली पहुंचाने का काम आगे बढ़ा और ग्रामीण व कम सुविधा वाले इलाकों में लो गों के जीवन स्तर में सुधार हुआ। प्रधानमंत्री उज्ज्वला योजना(पीएमयूवाई (के तहत महिलाओं को 1०5मिलियन से अधिक एलपीजी कनेक्शन दिए गए। इससे खाना पकाने के साफ-सुधरे तरीकों को बढ़ावा मिला, घर में सेहत बेहतर हुई और कठिन श्रम का बोझ कम हुआ।

ये पहल एक महत्वपूर्ण सिद्धांत को रेखांकित करती हैं: स्वच्छ ऊर्जा को अपनाने को केवल स्थापित मेगावाट या जोड़ी गई क्षमता के आधार पर नहीं मापा जा सकता, बल्कि इससे पैदा हुए अवसरों, सुदृढ़ हुई आजीविका और बेहतर हुए जीवन स्तर के आधार पर भी मापा जाना चाहिए।

लोगों को प्राथमिकता देने वाले इस दृष्टिकोण के साथ-साथ बड़े पैमाने पर काम और सहयोगी बुनियादी ढांचे की भी जरूरत है। भारत की स्वच्छ ऊर्जा की कहानी में नवीकरणीय ऊर्जा अहम हो गई है। लेकिन इसकी सफलता इसे समर्थन प्रदान करने वाली प्रणालियों पर निर्भर करती है। सौर और पवन ऊर्जा को तेजी से अपनाया जा सकता है, लेकिन इनकी पूरी क्षमता का लाभ तभी मिल पाएगा जब पारेषण(ट्रांसमिशन)(वितरण(डिस्ट्रीब्यूशन)(भंडारण(स्टोरेज(और ग्रिड प्रबंधन एकसाथ मिलकर काम करें।

भारत ने स्वच्छ ऊर्जा के विस्तार में सहायता प्रदान करने वाली प्रणालियों को मजबूत करने की दिशा में उल्लेखनीय प्रगति की है। पारेषण संबंधी बुनियादी ढांचे(ट्रांसमिशन इंफ्रास्ट्रक्चर(का निरंतर विस्तार हुआ है। इसके साथ-साथ ऊर्जा के भंडारण(एनर्जी स्टोरेज(और ग्रिड की सुदृढ़ता(ग्रिड फ्लेक्सिबिलिटी(के क्षेत्र में भी निवेश बढ़ा है। वितरण(डिस्ट्रीब्यूशन (संबंधी सुधारों और उन्नत ग्रिड तकनीक को अपनाने से एक ऐसी बेहतर एवं भरोसेमंद ऊर्जा प्रणाली बनाने में मदद मिली है, जो नवीकरणीय ऊर्जा की बढ़ती हिस्सेदारी को समन्वित करने में सक्षम है।

भारत की गैर-जीवाश्म ईंधन पर आधारित क्षमता अब 288 गीगावाट से अधिक हो गई है। बड़े पैमाने की परियोजनाओं के अलावा , वितरित नवीकरणीय ऊर्जा(डीआरई (प्रणालियां जैसे कि रूफटॉप सोलर, सोलर पंप, मिनी-ग्रिड और माइक्रो-ग्रिडग्रामीण और कम सुविधा वाले इलाकों में स्वच्छ ऊर्जा को और अधिक सुलभ बना रही हैं। ये प्रणालियां सिंचाई, कोल्ड स्टोरेज, स्कूलों, हेल्थकेयर सेंटरों तथा स्थानीय व्यवसायों को मदद पहुंचाने के साथ-साथ ग्रामीण आजीविका और स्थानीय आर्थिक सुदृढ़ता को भी बढ़ावा दे रही हैं।

वायुमण्डलीय ट्रैफिक जाम की चपेट में यूरोप

बात अचरज भरी लग सकती है पर सही मायने में देखा जाए तो यूरोप जिस तरह हीटवेब की चपेट में आया है, उसका बड़ा और प्रमुख कारण वायुमण्डलीय ट्रैफिक जाम है। यूरोपीय देश गंभीर हीटवेब की चपेट में हैं। इस तरह की हीटवेब का कारण ओमेगा ब्लॉक की स्थिति होती है। यूरोप के वायुमण्डल में हीट डोम बनने के कारण ऐसा हुआ है।

मौसम विज्ञानियों का मानना है कि सामान्य रूप से हवाएं पश्चिम से पूर्व की ओर बहते हुए आगे बढ़ती है। ओमेगा ब्लॉक की स्थिति में हवाएं उत्तर और दक्षिण की ओर मुड़कर ग्रीक शब्द ओमेगा का आकार बना लेती है और इस तरह वायुमण्डल में ट्रैफिक जाम के हालात हो जाते हैं। इससे आसमान साफ हो जाता है, गर्म हवाएं क्षेत्र विशेष में फंस जाती है और सूरज की किरणें सीधे उस इलाके में पड़ने लगती है। यह स्थिति तेज गर्मी और उसके असर के रूप में सामने आती है। इसी वजह से हीटवेब का असर अधिक हो जाता है। मौसम विज्ञानियों का मानना है कि सामान्यतः यह हालात दो-तीन दिन या सप्ताह तक रह सकते हैं पर इस बार यूरोप में यह दौर लंबा चला। इसमे इंग्लैण्ड, फ्रांस, इटली, जर्मनी सहित यूरोप के करीब 23 देश प्रभावित हैं।

आस्ट्रेलियाई नेशनल यूनिवर्सिटी और सि डनी यूनिवर्सिटी की नेचर पत्रिका में प्रकाशित रिपोर्ट के अनुसार वैज्ञानिकों ने छह बड़े हीटवेबों का अध्ययन किया है। जलवायु परिवर्तन, नमी बढ़ने, गगनचुंबी इमारतों में तापमान रोधक सामग्री का उपयोग ना के बराबर होने और सुविधा के नाम पर इलेक्ट्रॉनिक उत्पादों के अत्यधिक उपयोग से वातावरण प्रभावित हो रहा है। सामान्यतः यह माना जाता है कि अधिक गर्मी बच्चों-बुजुर्गों के लिए जानलेवा हो जाती है पर इस बार की हीटवेब अपना रौद्र रुप दिखा रही है। दरअसल , यूरोपवासी इतनी गर्मी के आदी भी नहीं हैं। इसके साथ हीटवेब का असर इतना अधिक है कि शरीर स्वयं अपने आपको

तापमान अनुकूल नहीं बना पा रहा है।

यूरोप में हीटवेब के चलते हालात इतने खराब हो गए कि सड़कों की डामर पिघल गई, रेल की पटरियां ट्रेड़ी-मेड़ी हो गईं। इससे हालात की गंभीरता को समझा जा सकता है। इसके कारण यातायात तक बाधित हो गया है। हीटवेब के कारण जंगलों में आग के समाचार आम हो रहे हैं तो विश्व स्वास्थ्य संगठन ने हालात के चलते चेतावनी जारी की है। यूरोपीय देशों में तापमान 40सेल्सियस से अधिक पहुंच गया और इससे जनजीवन बुरी तक प्रभावित हो गया है। देखा जाए तो यूरोप का मौसम संतुलन बिगड़ गया है।

प्रकृति के साथ अत्यधिक छेड़छाड़ का परिणाम समूचा विश्व भुगत रहा है। तापमान में बढ़ोतरी वैश्विक है पर यूरोप में इस बार हीटवेब के हालात अधिक गंभीर हो गये हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन की मानें तो हीटवेब के कारण यूरोप में एक तरह से हेल्थ इमरजेंसी के हालात बन गए और तेज गर्मी के कारण मौसम जनित बीमारियों और हीटवेब की चपेट में आने से बड़ी संख्या में लोगों को जीवन से हाथ धोना पड़ा है। प्रकृति की नाराजगी का असर अब गंभीरता से सामने आ रहा है। जनजीवन जहां अस्त-व्यस्त हो रहा है, वहीं विश्लेषकों की मानें तो यूरोपीय देशों की अर्थव्यवस्था पर आज के हालात में 11लाख करोड़ का असर पड़ने की आशंका है, वहीं साल 2०3० तक यूरोप को 61लाख करोड़ का नुकसान भुगतने के लिए तैयार रहना होगा।

सीधी-सी बात है कि यह प्राकृतिक प्रकोप एक दिन की देन नहीं है। हालात को देखते हुए यूरोपीय देशों में एयर कण्डीशनर जैसे उपकरणों की अत्यधिक मांग बढ़ी है। यहां तक कि इंग्लैण्ड में 300 फीसदी से अधिक तो फ्रांस में हजार फीसदी तक मांग बढ़ गई है। इसके साथ तापमान नियंत्रित करने वाले अन्य उपकरण फ्रीज आदि की मांग बढ़ी है। हीटवेब का असर जहां सीधे तौर पर स्वास्थ्य पर पड़ता है वहीं, पूरी इकोनॉमी को तहस-नहस करने या प्रभावित

भारत की 'पीएम सूर्य घर: मुफ्त बिजली योजनाO बड़े पैमाने पर इस दृष्टिकोण को दर्शाती है। इस योजना से अब तक लगभग 4 मिलियन परिवारों को लाभ हुआ है, जिससे उपभोक्ता अपेक्षाकृत अधिक विकेन्द्रीकृत एवं भागीदारी वाली ऊर्जा प्रणाली में योगदान देने वाले बन पाए हैं।

हालांकि, स्वच्छ ऊर्जा के विस्तार में वित्त पोषण सबसे अहम तत्वों में से एक बना रहेगा। कई विकासशील देशों में नवीकरणीय ऊर्जा के क्षेत्र में अपार संभावनाएं हैं, लेकिन इन संभावनाओं को बड़े पैमाने पर लागू करने तथा बैंक से ऋण पाने योग्य परियोजनाओं में बदलने हेतु सस्ती और दीर्घकालिक पूंजी की जरूरत होती है।

आने वाले वर्षों में नवीकरणीय ऊर्जा, वितरण संबंधी बुनियादी ढांचा, ग्रिड के आधुनिकीकरण, भंडारण प्रणाली और कम ऊर्जा खर्च करने वाली तकनीकों में निवेश बेहद जरूरी होगा। न्यू डेवलपमेंट बैंक जैसे संस्थान वित्त पोषण, तकनीक संबंधी साझेदारी और क्षमता विकास के जरिए विकासशील देशों की मदद करने में अहम भूमिका निभा सकते हैं।

स्वच्छ ऊर्जा से जुड़ी तकनीकों के लि ए सुदृढ़ एवं विविधतापूर्ण आपूर्ति श्रृंखला बनाना भी उतना ही महत्वपूर्ण है। विकासशील अर्थव्यवस्थाओं के लिए सुरक्षित, सस्ती और भरोसेमंद ऊर्जा प्रणालियां सुनिश्चित करने हेतु मैनुफैक्चरिंग, तकनीक, नवाचार और आपूर्ति श्रृंखला के क्षेत्रों में सहयोग बढ़ाना जरूरी होगा।

अब जबकि ब्रिक्स की भारत की अध्यक्षता आगे बढ़ रही है, सहयोग की एक ऐसी भविष्योन्मुखी रूपरेखा को मजबूत करने का अवसर है जो सामर्थ्य, बड़े पैमाने पर काम करने की क्षमता, विश्वसनीयता, तकनीक की सुलभता, सुदृढ़ आपूर्ति श्रृंखला और सतत विकास का समर्थन करे।

चुनौती सिर्फ स्वच्छ ऊर्जा की क्षमता को बढ़ाने की ही नहीं, बल्कि ऐसे ऊर्जा प्रणाली के निर्माण की भी है जो सबके लिए सुलभ, क़ियायती एवं भरोसेमंद होने के साथ-साथ दीर्घकालिक आर्थिक विकास और मानव विकास को कायम रखने में सक्षम हों।

□□□□

ऐसा नहीं है कि ओमेगा ब्लॉक पहली बार बन रहे हों बल्कि ओमेगा ब्लॉक पहले भी बनते रहे हैं पर एक ओर जिस तरह धरती का तापमान लगातार बढ़ता जा रहा है और जिस तरह ग्लेशियरों की पिघलने की गति तेज हुई और प्रदूषण का स्तर दिन-प्रतिदिन बढ़ता जा रहा है उसके गंभीर दुष्परिणाम सामने आने लगे हैं। अब ओमेगा ब्लॉक की अवधि बढ़ती जा रही है। इसका प्रभाव पहले से अधिक गंभीर रहा है। ऐसे में कहीं-ना-कहीं गंभीर प्रयास करने होंगे ताकि इस तरह के हालात ना हो।

करने में हीटवेब की भूमिका रहती है। स्वास्थ्य सेवाएं प्रभावित होने के साथ हीटवेब के कारण हालात सबकुछ ठहर जाने जैसे हो जाते हैं।ऐसा नहीं है कि ओमेगा ब्लॉक पहली बार बन रहे हों बल्कि ओमेगा ब्लॉक पहले भी बनते रहे हैं पर एक ओर जिस तरह धरती का तापमान लगातार बढ़ता जा रहा है और जिस तरह ग्लेशियरों की पिघलने की गति तेज हुई और प्रदूषण का स्तर दिन-प्रतिदिन बढ़ता जा रहा है उसके गंभीर दुष्परिणाम सामने आने लगे हैं। अब ओमेगा ब्लॉक की अवधि बढ़ती जा रही है। इसका प्रभाव पहले से अधिक गंभीर रहा है। ऐसे में कहीं-ना-कहीं गंभीर प्रयास करने होंगे ताकि इस तरह के हालात ना हो। हमें इस तरह के हालात बनाने होंगे जो प्रकृति अनुकूल हो। अन्यथा पृथ्वी पर जीवन को ही संकट में डालने की दिशा में हम तेजी से आगे बढ़ रहे हैं। यह मानव सभ्यता के लिए गंभीर चुनौती से कम नहीं है। वैज्ञानिक तो यहां तक कहते लगे हैं कि भविष्य में दो से तीन डिग्री ता पमान में बढ़ोतरी भी गंभीर संकट वाली होगी।

भारत टाइम्स सजग संपादकीय राम मंदिर:क्या व्यवस्था ठीक ठाक है

चढ़ावे में चोरी पकड़े जाने के बाद अब राम मंदिर के प्रबंधन में आमूल परिवर्तन करने की तैयारी है। ट्रस्ट में नए सदस्य आएंगे, ट्रस्ट की डीड में बदलाव हो गा क्योंकि वर्तमान bye-laws में किसी सीईओ की नियुक्ति का कोई प्रावधान नहीं हैं। ट्रस्ट डीड में बदलाव करके CEO की नियुक्ति का प्रावधान जोड़ा जाएगा। ट्रस्ट के अध्यक्ष, महासचिव और कोषाध्यक्ष के साथ साथ बाकी सदस्यों की जिम्मेदारियां भी तय की जाएंगी। चोरी के खुलासे के बाद स्टेट बैंक ऑफ इंडिया की लापरवाही भी सामने आई है। अब SBI के अलावा दूसरे बैंकों में भी चढ़ावे की रकम को रोटेशन के हिसाब से जमा करने की व्यवस्था की जाएगी। राम मंदिर के लिए सुप्रीम कोर्ट में लड़ने वाले वकील के• पारासरन राम मंदिर ट्रस्ट के फाउंडिंग ट्रस्टी हैं। ट्रस्ट के नियमों में बदलाव की जिम्मेदारी के• पारासरन को सौंपी गई है। पारासरन अपने सुझाव 22जुलाई को होने वाली ट्रस्ट की मीटिंग में रखेंगे। उसी मीटिंग में तीन सदस्यों की कमेटी मंदिर के CEO के लिए तीन नामों का सुझाव देगी। CEO के नाम का फैसला इसी बैठक में होगा। राम मंदिर ट्रस्ट ने सिंधी समाज को चांदी की 200ईंटों का रिकार्ड सबूतों के साथ भेज दिया है। बिधि सिंधी सेवा संगम के अन्तरराष्ट्रीय अध्यक्ष राजू मनवानी ने 200किलो चांदी की ईंटें 26जनवरी 2०21को चंपत राय को सौंपी थीं लेकिन चढ़ावा में चोरी की खबरों के बाद राजू मनवानी ने चांदी की ईंटों को लेकर भी आशंकाएं जताई थी।

ट्रस्ट के कोषाध्यक्ष गोविन्द देव गिरि ने शुक्रवार को सिंधी सेवा संगम को चांदी की इन ईंटों के बारे में पूरी जानकारी दी। गोविन्द देव गिरि ने बताया कि चांदी की सारी ईंटें सुरक्षित हैं, चढ़ावे के रजिस्टर में एंटी है, एक-एक किलो चांदी की दो सौ ईंटों को अगस्त 2०24में मिंट कॉरपोरेशन की हैदराबाद ब्रांच को भेजा गया था। वहां पर इन्हें गला कर 2०-2०किलो की चांदी की ईंटों में ढाला गया और अब ये अयोध्या में स्टेट बैंक की शाखा के लॉकर में सुरक्षित रखी हैं। राजू मनवानी ने राम मंदिर ट्रस्ट का आभार व्यक्त किया। राम मंदिर में अब CEO आ जाएगा, बैंक बदल जाएगा, विजिलेंस की व्यवस्था बढ़ा दी जाएगी, लूटने वालों से कैश की बरामदगी हो गई, चोरी के पैसे से खरीदी गई संपत्ति जब्त कर ली जाएगी, सोने की रामचरितमानस मिल गई, चांदी की सारी ईंटें सुरक्षित हैं। प्रभु राम के मंदिर में व्यवस्था पटरी पर आने लगी है। योगी आदित्यनाथ का प्रयास है कि अगले साल विधानसभा चुनाव में उनके विरोधी राम मंदिर में चोरी के मुद्दे का इस्तेमाल न कर पाएं।

क्या दलित वोटर्स मायावती से दूर हो रहे हैं
लम्बे वक्त के बाद बहुजन समाज पार्टी की सुप्रीमो मायावती सामने आईं। मायावती ने चन्द्रशेखर आजाद जैसे नेताओं को दलितों का दुश्मन बताया, कहा कि वोटों के चक्कर में कुछ लोग घड़ियाली आंसू बहाने दलितों के बीच पहुंच जाते हैं, उनके लिए करते तो कुछ नहीं, उल्टे गरीबों को कानूनी पचड़ों में फंसा कर गायब हो जाते हैं। सुद्धा था, मेरठ में दलित छात्रा ललितला गौतम की हत्या का। मेरठ के SSP ने भीम आर्मी के प्रदर्शनकारियों की पिटाई कर दी, उन्हें थप्पड़ मारे•,शुक्रवार को चन्द्रशेखर आजाद रावण दलित लड़की के परिवार से मिलने निकले, लेकिन पुलिस ने उन्हें रोक दिया। दो घंटे बाद पुलिस ने उन्हें मेरठ में घुसने की इजाजत दी।

चन्द्रशेखर ने मायावती को जवाब दिया, कहा, अगर मायावती को दलितों के दर्द का वाकई एहसास होता तो घर में बैठकर बयान न देतीं, मेरठ में पीड़ित परिवार से मिलतीं। मेरठ में यूपी की बेटी की हत्या दुखद और निंदनीय है। इस पर सियासत होना स्वाभाविक है। मायावती को लगता है कि दलित वोट उनके हाथ से खिसकने लगा है। उन्होंने इस मुद्दे को लेकर चंद्रशेखर आजाद पर वार किया, पर मायावती की समस्या ये है कि वो सिर्फ लिखा हुआ बयान पढ़कर काम चलाना चाहती हैं। अब वो पब्लिक के बीच दिखाई नहीं देतीं और लोगों को भी सड़कों पर प्रदर्शन करने के लिए मना कर रही हैं। उनकी इस कमी का फायदा दूसरे दलित नेता उठा रहे हैं लेकिन मायावती बदलने को तैयार नहीं हैं।

□□□□

कृषि यांत्रिकीकरण पर सब-मिशन: कृषि मशीनीकरण के माध्यम से उत्पादकता में वृद्धि

कृषि यांत्रिकीकरण पर सब-मिशन(एसएमएमएम (के माध्यम से पूरे देश में कृषि मशीनीकरण को बढ़ावा दिया जा रहा है, जिससे विशेष रूप से छोटे और सीमांत किसानों, महिला किसानों तथा सामाजिक रूप से वंचित वर्गों की आधुनिक कृषि मशीनों तक पहुंच सुनिश्चित हो रही है। कृषि मशीनीकरण में क्षेत्रीय असमानताओं को दूर करने के लिए विशेषकर पूर्वोत्तर राज्यों के साथ उन राज्यों एवं क्षेत्रों पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है, जहां कृषि यंत्रों का उपयोग अपेक्षाकृत कम है। योजना के शुरू होने से अब तक ९,4०4.47करोड़ रुपये की वित्तीय सहायता के माध्यम से देशभर के किसानों को 21.61लाख कृषि मशीनें उपलब्ध कराई जा चुकी हैं। इसके अलावा, 52.5करोड़ रुपये की सहायता से 4०,९18हेक्टेयर क्षेत्र में 40,928से अधिक ड्रोन प्रदर्शन आयोजित किए गए हैं। इन प्रदर्शनों ने किसानों के बीच आधुनिक कृषि प्रौद्योगिकियों के उपयोग को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

कृषि यांत्रिकीकरण के माध्यम से खेती को सुदृढ़ बनाना भारत में कृषि उत्पादकता बढ़ाने में मशीनीकरण की महत्वपूर्ण भूमिका है। इसके अंतर्गत फसल उत्पादन के पूरे चक्र में विभिन्न कृषि कार्यों के लिए एमशीनों, उपकरणों और आधुनिक तकनीकों का उपयोग किया जाता है। इनमें भूमि की तैयारी, बुआई, सिंचाई, फसल संरक्षण, कटाई एवं कटाई के बाद के प्रबंधन जैसे सभी प्रमुख कार्य शामिल हैं। कृषि मशीनीकरण से मानव और पशु श्रम पर निर्भरता कम होती है, जिससे कृषि कार्य समय पर, अधिक दक्षता व सटीकता के साथ पूरे किए जा सकते हैं। इसके परिणामस्वरूप उत्पादन लागत घटती है, श्रम उत्पादकता बढ़ती है, कृषि कार्यों की गुणवत्ता में सुधार होता है तथा किसानों की आय और खेती की समग्र उत्पादकता बढ़ाने में मदद मिलती है।

भारत में कृषि मशीनीकरण को बढ़ावा देने के उद्देश्य से वर्ष 2014-15में कृषि यांत्रिकीकरण पर सब-मिशन(एसएमएमएम (शुरू

किया गया। यह राष्ट्रीय कृषि विकास योजना(आरकेवीवाई(के तहत केंद्र प्रायोजित एक प्रमुख पहल है। इसका उद्देश्य आधुनिक कृषि मशीनों एवं उपकरणों का लाभ उन किसानों और क्षेत्रों तक पहुंचाना है, जहां कृषि मशीनीकरण का स्तर अभी भी अपेक्षाकृत कम है। इस योजना का विशेष ध्यान छोटे और सीमांत किसानों, महिला किसानों, अनुसूचित जाति(एससी(एवं अनुसूचित जनजाति(एसटी(के किसानों, किसान उत्पादक संगठनों(एफपीओ)(स्वयं सहायता समूहों(एसएचजी(तथा ग्रामीण उद्यमियों पर है। यह योजना कस्टम हायरिंग सेंटर(सीएचसी(की स्थापना को बढ़ावा देती है। ये ऐसे केंद्र हैं, जहां कृषि मशीनें, औजार और उपकरण उपलब्ध होते हैं, जिन्हें किसान किराए पर ले सकते हैं। यह योजना उच्च-प्रौद्योगिकी और महंगे कृषि उपकरणों के लिए हब स्थापित करने तथा कृषि मशीनरी के वितरण में भी सहायता प्रदान करती है। इसके तहत प्रदर्शन और क्षमता निर्माण संबंधी पहलों के माध्यम से जागरूकता बढ़ाई जाती है। उन क्षेत्रों पर विशेष ध्यान दिया जाता है, जहां कृषि मशीनीकरण का स्तर और कृषि शक्ति अपेक्षाकृत कम है। साथ ही, कस्टम हायरिंग सेंटरों के माध्यम से सस्ती किराया सेवाएं उपलब्ध कराकर छोटे जोत आकार और अधिक लागत जैसी चुनौतियों का समाधान किया जाता है। इसके अलावा, कृषि मशीनीकरण पर सब-मिशन के तहत कृषि मशीनरी के प्रदर्शन परीक्षण और प्रमाणन को भी सहायता प्रदान की जाती है। इससे जुड़े हितधारकों के बीच इनका उपयोग बढ़ाने के लिए सूचना, शिक्षा और संचार(आईईसी(गतिविधियां भी संघालित की जाती हैं।

वर्ष 20०7में शुरू की गई राष्ट्रीय कृषि विकास योजना(आरकेवीवाई(एक प्रमुख योजना है, जिसका उद्देश्य राज्यों को कृषि और संबद्ध क्षेत्रों में सार्वजनिक निवेश बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करना है। यह योजना राज्यों को स्थानीय आवश्यकताओं के अनुरूप परियोजनाओं की योजना बनाने और उन्हें लागू करने की पर्याप्त स्वतंत्रता और

अधिकार प्रदान करती है। इसके अंतर्गत फसल उत्पादन, बुनियादी ढांचे का विकास, कृषि मशीनीकरण तथा मूल्य संवर्धन जैसी विभिन्न गतिविधियां शामिल हैं। वर्ष 2017-18में इस योजना का पुनर्गठन कर इसे आरकेवीवाई-रफ्तार(कृषि एवं संबद्ध क्षेत्रों के कायाकल्प के लिए लाभकारी दृष्टिकोण(के रूप में लागू किया गया, जिसमें फसल-पूर्व और फसलोपरांत बुनियादी ढांचे को सुदृढ़ करने पर विशेष जोर दिया गया।खेती की उत्पादकता बढ़ाने के लिए एसएमएमएम के रणनीतिक स्तंभ

कृषि यांत्रिकीकरण पर सब-मिशन(एसएमएमएम (को आधुनिक कृषि उपकरणों तक पहुंच बेहतर बनाकर, श्रम की आवश्यकता कम करके और खेती की उत्पादकता बढ़ाकर समावेशी तथा कुशल कृषि मशीनीकरण को बढ़ावा देने के लिए बनाया गया है।प्रशिक्षण, परीक्षण, प्रदर्शन व फसल कटाई के बाद के कामों में मशीनीकरण को बढ़ावा देना: आधुनिक कृषि तकनीकों तक पहुंच बढ़ाकर कृषि उत्पादकता और कार्यकुशलता में वृद्धि करता है। साथ ही, कृषि मशीनीकरण को प्रोत्साहित करते हुए फसल कटाई के बाद प्रसंस्करण , भंडारण, मूल्य संवर्धन तथा फसल अवशेष प्रबंधन के लिए आवश्यक बुनियादी ढांचे को सुदृढ़ करता है।खेती-बाड़ी के यंत्रों और उपकरणों की खरीद के लिए आर्थिक मदद: यह योजना प्रत्यक्ष लाभ अंतरण(डीबीटी (प्रणाली के माध्यम से कृषि मशीनों के व्यक्तिगत स्वामित्व के लिए सब्सिडी प्रदान करती है। इसके तहत सामान्य श्रेणी के लाभार्थियों को कृषि मशीन की लागत का 4० प्रतिशत व अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, छोटे और सीमांत किसानों तथा पूर्वोत्तर राज्यों के लाभार्थियों को 50प्रतिशत तक की वित्तीय सहायता दी जाती है। इसके अलावा, छोटे एवं सीमांत किसानों को कस्टम हायरिंग सेंटर, स्वयं सहायता समूह और किसान उत्पादक संगठनों के माध्यम से ड्रोन सहित मशीनकृत कृषि सेवाओं के उपयोग के लिए प्रति हेक्टेयर 2,0०0रुपये की सहायता प्रदान की

जाती है।किराये पर मशीनें देने के लिए 'फार्म मशीनरी बैंक ')एफएमबी(बनाना: यह योजना एसएचजी, एफपीओ और स्थानीय संस्थाओं को कृषि मशीनें खरीदने के लिए 80से 90प्रतिशत तक की वित्तीय सहायता प्रदान कर कृषि मशीनीकरण को बढ़ावा देती है। सीएचसी की स्थापना के लिए 250लाख रुपये तक की परियोजनाओं पर कुल लागत का 40प्रतिशत वित्तीय सहायता प्रदान की जाती है, जबकि एफएमबी की स्थापना के लिए 30 लाख रुपये तक की परियोजनाओं पर 80प्रतिशत वित्तीय सहायता उपलब्ध कराई जाती है।हाई-टेक और ज्यादा उत्पादकता वाले इक्विपमेंट हब बनाना: कार्यकुशलता बढ़ाने तथा महंगी और उन्नत कृषि मशीनों तक किसानों की पहुंच आसान बनाने के लिए फसल-विशिष्ट कार्यों हेतु उन्नत एवं उच्च क्षमता वाली कृषि मशी नरी से सुसज्जित केंद्रों की स्थापना करना सुनिश्चित किया गया है। पूर्वोत्तर क्षेत्र(एनईआर (में कृषि यांत्रिकीकरण को बढ़ावा देना: पूर्वोत्तर राज्यों की क्षेत्रीय आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए विशेष सहायता प्रदान की जाती है। इसके तहत लघु कृषि मशीनों पर 1०0 प्रतिशत तक की सब्सिडी तथा फार्म मशीनरी बैंक की स्थापना के लिए 95 प्रतिशत तक की वित्तीय सहायता उपलब्ध कराई जाती है।

एसएमएमएम के तहत वर्ष 2014-15से 2025-26तक ९,404.47 करोड़ रुपये की केंद्रीय सहायता से देशभर के किसानों को 21.61 लाख कृषि मशीनें उपलब्ध कराई गईं। इसके अलावा, योजना के अंतर्गत 27.5५4 कस्टम हायरिंग सेंटर, 646 हाई-टेक हब तथा 25.608 फार्म मशीनरी बैंक स्थापित करने में सहायता प्रदान की गई। योजना के तहत कृषि मशीनों के व्यक्तिगत स्वामित्व वाले लाभार्थियों की संख्या वर्ष 2020-21 में 2.०7 लाख से बढ़कर वर्ष 2024-25में 2.32लाख हो गई, जो कृषि मशीनीकरण के विस्तार और योजना की बढ़ती पहुंच को दर्शाती है।

स्वामी, प्रकाशक राजेश त्यागी एवं मुद्रक अभिन्य कुमार द्वारा अभी प्रिटिंग प्रेस 17, जी प्लोर, नियर पीठ बाजार पुलिसा जगजीतपुर, कनखल, हरिद्वार, उत्तराखंड 2494०8 से मुद्रित कर 1030, सेक्टर 18, ब्लाक ई, ओमेक्स सिटी, सोनीपत, हरियाणा-131029 से प्रकाशित किया। संपादक: राजेश त्यागी 925०993497

पूल नूडल्स से की जा सकती है कसरत, मिल सकते हैं कई फायदे

पूल नूडल्स एक प्रकार का एक्सरसाइज उपकरण है, जिसका इस्तेमाल पानी में किया जाता है। यह उपकरण न केवल मजेदार है, बल्कि सेहत के लिए भी बहुत फायदेमंद है। पूल नूडल्स का उपयोग करके आप अलग-अलग प्रकार की एक्सरसाइज कर सकते हैं, जो आपके शरीर को मजबूत और फिट बना सकती हैं। आइए जानते हैं कि पूल नूडल्स का उपयोग करके कौन-कौन सी एक्सरसाइज की जा सकती हैं और इनके क्या-क्या फायदे हैं।

दिल और फेफड़ों को मजबूत बनाने में सहायक

पूल नूडल्स का उपयोग करके आप दिल और सांस की एक्सरसाइज कर सकते हैं, जो आपके दिल और फेफड़ों को मजबूत बनाती हैं। पानी में की जाने वाली यह एक्सरसाइज शरीर के पूरे हिस्से पर असर डालती है और आपको तेजी से फिट बनाती है। इसके अलावा यह एक्सरसाइज आपके शरीर की सहनशक्ति को भी बढ़ाती है, जिससे आप लंबे समय तक बिना थके एक्सरसाइज कर सकते हैं। इससे आपका शरीर तंदुरुस्त और सक्रिय रहता है।

मांसपेशियों को मजबूती प्रदान कर सकती है

पूल नूडल्स का उपयोग करके आप अलग-अलग प्रकार की ताकत बढ़ाने वाली एक्सरसाइज कर सकते हैं, जो आपकी मांसपेशियों को मजबूत बनाती हैं। इसके लिए आप नूडल्स को पकड़कर खींचने वाली एक्सरसाइज कर



सकते हैं, जिससे आपकी बाजू, पीठ और कंधे मजबूत होते हैं। इसके अलावा आप नूडल्स को ऊपर-नीचे करके भी अपनी मांसपेशियों को टोन कर सकते हैं। इससे आपकी मांसपेशियां मजबूत होती हैं और शरीर की ताकत भी बढ़ती है।

शरीर को लचीला बनाने में मददगार

पूल नूडल्स की मदद से आप अपने शरीर को लचीला बना सकते हैं। इसके लिए आप नूडल्स को पकड़कर झुकने वाली एक्सरसाइज कर सकते हैं, जिससे आपकी पीठ, पैर और कंधे की लचीलापन बढ़ती है। इसके अलावा आप नूडल्स को दोनों हाथों से पकड़कर घुमाने वाली एक्सरसाइज भी कर सकते हैं, जिससे आपकी हाथों की लचीलापन बढ़ती है। इससे आपकी शरीर की सभी प्रमुख मांसपेशियां मजबूत होती हैं और लचीला रहता है।

तनाव को कम करने में है कारगर

पूल नूडल्स की मदद से आप तनाव मुक्त हो सकते हैं। इसके लिए आप पानी में तैरते हुए नूडल्स पर बैठकर पीछे की ओर झुकने वाली एक्सरसाइज कर सकते हैं, जिससे आपका मन शांत होता है। इसके अलावा आप नूडल्स को पकड़कर धीरे-धीरे ऊपर-नीचे करने वाली एक्सरसाइज भी कर सकते हैं, जिससे आपका शरीर आराम महसूस करता है। इससे आपके मानसिक स्वास्थ्य में भी सुधार होता है और आप अधिक तरोताजा महसूस करते हैं।

प्रोटीन, फाइबर और कैल्शियम से भरपूर नाश्ता, 1 कटोरी खाने से दोपहर तक पेट भरा रहेगा

दिन की शुरुआत आपको प्रोटीन, फाइबर, कैल्शियम और विटामिन से भरपूर चीजों के साथ करनी चाहिए। इसके लिए



दाल , दलिया और मखाने वाला ये नाश्ता बनाकर खाएं। सुबह जब नाश्ता बनाने के लिए समय की कमी होती है तो ये आसानी से बनने वाला नाश्ता आपके लिए सुपरहेल्दी साबित हो सकता है। इस नाश्ते को 1 कटोरी खाने से ही आपका पेट दोपहर तक भरा रहेगा। इस नाश्ते को दूध के साथ पकाकर बनाया जाता है। मीठे के लिए भी हेल्दी विकल्प जैसे गुड़ या जैगरी पाउडर का इस्तेमाल किया जा रहा है। तो चलिए बिना देरी किए फटाफट नोट कर लीजिए हेल्दी नाश्ते की रेसिपी।

पहला स्टेप- आधा कटोरी बादाम यानि गिनती में करीब 20 बादाम लें और उन्हें रातभर पानी में भिगो दें। 2-3 बड़े चम्मच खसखस लें और उसे भी पानी में डालकर रातभर के लिए भिगो दें। अब बादाम को छीलकर खसखस के साथ थोड़ा दूध या पानी डालकर बारीक पीस लें।

प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पादों का उपयोग करने से मिल सकते हैंये फायदे

आजकल बाजार में प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पादों की भरमार है। ये उत्पाद न केवल त्वचा की देखभाल करते हैं, बल्कि पर्यावरण के लिए भी अच्छे होते हैं। इनका उपयोग करने से त्वचा को प्राकृतिक पोषण मिलता है और हानिकारक रसायनों से बचाव होता है। इस लेख में हम जानेंगे कि प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पादों का उपयोग कैसे फायदेमंद हो सकता है और इन्हें अपनी दिनचर्या में कैसे शामिल किया जा सकता है।

रसायनों से मुक्त होते हैं

प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पादों में हानिकारक रसायनों की मात्रा बहुत कम होती है या बिल्कुल नहीं होती। इससे आपकी त्वचा को नुकसान पहुंचने का खतरा नहीं रहता।

रसायनों वाले उत्पादों से त्वचा पर जलन, खुजली या एलर्जी हो सकती है। इसलिए प्राकृतिक और जैविक उत्पादों का चयन करना बेहतर होता है।

ये उत्पाद आपकी त्वचा को प्राकृतिक रूप से पोषण देते हैं और उसे स्वस्थ बनाए रखते हैं, जिससे आपकी त्वचा चमकदार और निखरी हुई दिखती है।

पर्यावरण के लिए अनुकूल

प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पाद पर्यावरण के लिए भी अच्छे होते हैं। इनमें किसी भी प्रकार के हा निकारक रसायन का उपयोग नहीं किया जाता, जिससे पर्यावरण को नुकसान नहीं पहुंचता।

इसके अलावा इन उत्पादों के निर्माण में प्राकृतिक संसाधनों का उपयोग किया जाता है, जो पर्यावरण की सुरक्षा में मदद करता है। ये उत्पाद आसानी से प्रकृति में घुल जाते हैं और इनके अपशिष्टों को प्रकृति द्वारा आसानी से अवशोषित किया जा सकता है।

त्वचा को प्राकृतिक पोषण

प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पाद आपकी त्वचा को प्राकृतिक पोषण प्रदान करते हैं।

इनमें विटामिन्स, मिनरल्स और एंटीऑक्सीडेंट्स जैसे गुण होते हैं, जो त्वचा को स्वस्थ रखते हैं। इन उत्पादों का नियमित उपयोग करने से आपकी त्वचा की चमक बढ़ती है और वह निखरी हुई दिखती है।

इसके अलावा ये उत्पाद त्वचा की प्राकृतिक नमी को बनाए रखते हैं, जिससे आपकी त्वचा मुलायम और चमकदार दिखती है।



संवेदनशील त्वचा के लिए सुरक्षित

संवेदनशील त्वचा वालों के लिए प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पाद सबसे अच्छा विकल्प होते हैं। इनमें कि सी भी प्रकार के हानिकारक रसायन नहीं होते, जिससे संवेदनशील त्वचा पर जलन या खुजली नहीं होती।

इन उत्पादों का उपयोग करने से संवेदनशील त्वचा को ठंडक मिलती है और वह स्वस्थ रहती है। प्राकृतिक तत्वों से भरपूर ये उत्पाद त्वचा की प्राकृतिक नमी को बनाए रखते हैं, जिससे आपकी त्वचा मुलायम और चमकदार दिखती है।

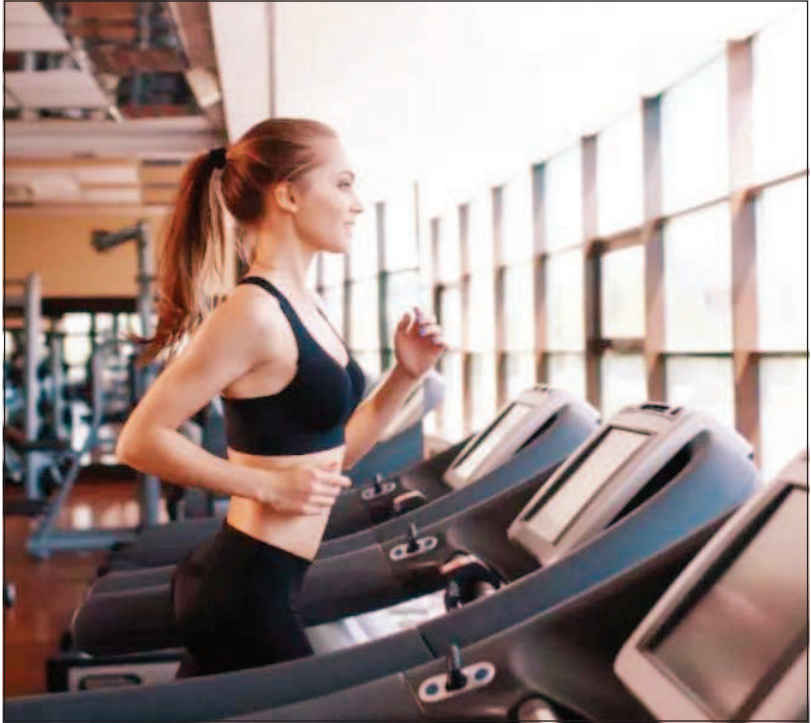
प्राकृतिक और जैविक स्किन केयर उत्पाद लंबे समय तक प्रभावी रहते हैं। इनके उपयोग से आपको तुरंत परिणाम मिलते हैं, जो आपकी त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाते हैं।

इन उत्पादों का नियमित उपयोग करने से आपकी त्वचा की सेहत में सुधार होता है और वह निखरी हुई दिखती है। प्राकृतिक तत्वों से भरपूर ये उत्पाद त्वचा को गहराई से पोषण देते हैं, जिससे आपकी त्वचा मुलायम और चमकदार दिखती है।

फिटनेस ट्रेनर ने बताए 3 कार्डियो एक्सरसाइज जो फैट बर्न करने में हो सकते हैं कारगर, जानें आपके लिए क्या है बेस्ट

आज के समय में वजन घटाना काफी चैलेंजिंग हो चुका है। लोगों को समझ नहीं आता कि किस तरह वजन घटाया जाए। लेकिन फिटनेस ट्रेनर हेलेना हैम्स्टर ने हाल ही में अपने इंस्टाग्राम पर एक पोस्ट शेयर

जा सकता है। हैम्स्टर का कहना है कि अगर आप 30मिनट तक ये एक्सरसाइज करते हैं, तो दौड़ने से 390कैलोरी, इनक्लाइन वॉकिंग से 150 कैलोरी और स्टेयरमास्टर का इस्तेमाल करने से 240कैलोरी बर्न होती हैं।



किया है और बताया है कि तेजी से फैट कैसे कम कर सकते हैं। आपको बता दें कि बेट लॉस में कार्डियो एक्सरसाइज बेहद कारगर साबित होता है। ऐसे में फिटनेस ट्रेनर का मानना है कि आपको अपने हिसाब से कार्डियो वर्कआउट चुनना चाहिए। इंस्टाग्राम पर सेयर इस वीडियो में उन्हें ट्रेडमिल पर दौड़ते , इनक्लाइन वॉकिंग करते और स्टेयरमास्टर का इस्तेमाल करते हुए देखा

लेकिन इस बात का ध्यान रहें कि ये बाहरी फैट कम करते हैं। शरीर के अंदरूनी फैट को कम नहीं करता। हेल्थ एक्सपर्ट के अनुसार, फैट कम करने का मतलब सिर्फ कैलोरी बर्न करना नहीं है बल्कि ऐसी सही एक्टिविटी चुनना है जो आपकी रोज़मर्रा की ज़िंदगी में फिट बैठे और सही तरह के फैट को टारगेट करे। उन्होंने जो कार्डियो एक्सरसाइज बताए हैं उनमें रनिंग, इनक्लाइन वॉकिंग

और स्टेयरमास्टर शामिल है।

रनिंग के फायदे

30मिनट में लगभग 150कैलोरी बर्न करता है।

रनिंग अंगों के आस-पास जमे फैट को टारगेट करता है।

ये एक ऐसा वर्कआउट है जिसके बाद रिकवरी की जरूरत नहीं होती। इसे रोज़ाना किया जा सकता है।

यह उन लोगों के लिए सबसे अच्छा है जो कम समय में तेज़ी से कैलोरी बर्न करना चाहते हैं और जिनका स्टेमिना पहले से ही अच्छा है।

इनक्लाइन वॉकिंग के फायदे

30मिनट में लगभग 150कैलोरी बर्न होती है।

यह सीधे विसरल फैट को टारगेट करता है। इसे हर ऐज ग्रुप के लोग अपनी डेली रूटीन में शामिल कर सकते हैं।

स्टेयरमास्टर के फायदे

30मिनट में लगभग 240कैलोरी बर्न होती है।

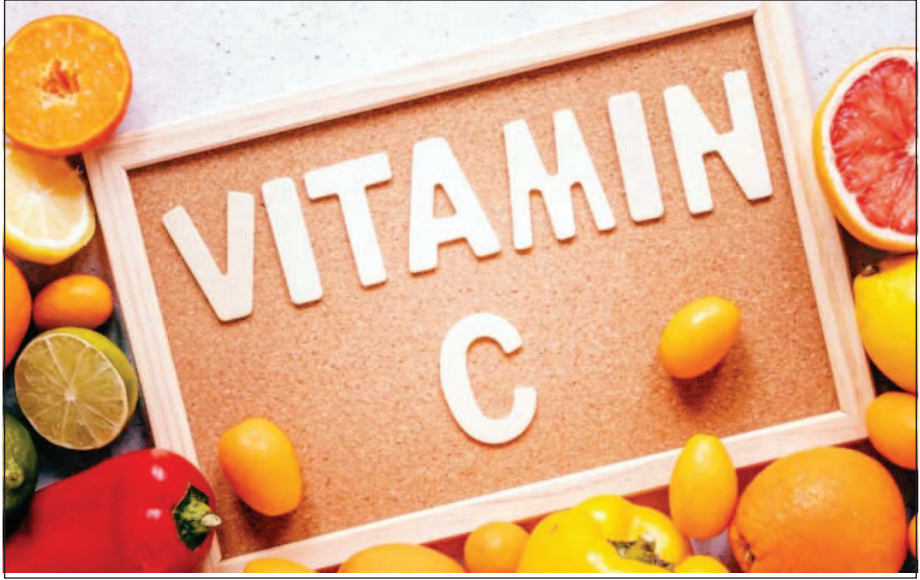
स्टोर किए गए ग्लाइकोजन का भरपूर इस्तेमाल करता है और फैट बर्न करने में मदद करता है।

यह उन लोगों के लिए बेस्ट वर्कआउट है जो कैलोरी बर्न करने और फैट को टारगेट करने के बीच संतुलन चाहते हैं।

आपके लिए क्या है बेस्ट

अगर आपके पास समय कम है और आप ज्यादा से ज्यादा कैलोरी बर्न करना चाहते हैं , तो रनिंग आपके लिए बेस्ट ऑप्शन हो सकता है। वहीं अगर आपका मुख्य उद्देश्य पेट की चर्बी को कम करना है, तो इनक्लाइन वॉकिंग बेस्ट ऑप्शन हो सकता है। और अगर आप वीच का कोई रास्ता चाहते हैं, तो स्टेयरमास्टर भी चुन सकते हैं।

मानसून में नहीं पड़ना चाहते हैं बीमार तो डाइट में शामिल करें विटामिन सी से भरपूर ये फूड्स, कम होगा वायरल इन्फेक्शन का खतरा



मानसून का मौसम भीषण गर्मी से राहत तो दिलाता है, लेकिन अपने साथ कई तरह की बीमारियां और वायरल इन्फेक्शन भी लेकर आता है। इस मौसम में हवा में नमी बढ़ने के कारण बैक्टीरिया और वायरस तेजी से पनपते हैं, जिससे सर्दी-खांसी, जुकाम, फ्लू और पेट की गड़बड़ी जैसी समस्याएं आम हो जाती हैं। ऐसे में खुद को सेहतमंद रखने का सबसे अच्छा तरीका है अपनी इम्यूनिटी को मजबूत बनाना। इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए विटामिन सी को सबसे असरदार माना जाता है। यह एक पावरफुल एंटीऑक्सीडेंट है जो व्हाइट ब्लड सेल्स के निर्माण में मदद करती है और शरीर को संक्रमण से बचाती हैं। ऐसे में मा नसून में वायरल इन्फेक्शन के खतरे को कम करने के लिए आपको अपनी डाइट में विटामिन सी से भरपूर इन फूड्स को शामिल कर सकते हैं।

1.खट्टे फल

नींबू, संतरा, मौसमी और चकोतरा विटामिन सी के बेहतरीन स्रोत हैं। सुबह के समय गुनगुने पानी में नींबू का रस मिलाकर पीना या दिन में एक संतरा खाना आपकी विटामिन सी की जरूरत को पूरा कर सकता है। ये फल न सिर्फ संक्रमण से लड़ते हैं बल्कि

पाचन क्रिया को भी दुरुस्त रखते हैं।

2.आंवला

आयुर्वेद में आंवला को सुपरफूड माना गया है। इसमें किसी भी अन्य खट्टे फल की तुलना में 20 गुना अधिक विटामिन सी होता है। मानसून में रोजाना एक आंवला खाने या इसका जूस पीने से न सिर्फ इम्यूनिटी मजबूत होती है, बल्कि यह टॉक्सिन्स को शरीर से बाहर निकालने में भी मदद करता है।

3.अमरूद

अक्सर लोग सोचते हैं कि केवल खट्टे फलों में ही विटामिन सी होता है, लेकिन अमरूद में संतरे से भी कहीं ज्यादा विटामिन सी पाया जाता है। इसके अलावा, इसमें डाइटरी फाइबर भरपूर मात्रा में होता है, जो मानसून के दौरान होने वाली पेट की समस्याओं से राहत दिलाता है।

4.कीवी

कीवी एक ऐसा फल है जो पोषक तत्वों का पावरहाउस है। एक छोटे कीवी में ही आपकी दिनभर की जरूरत का विटामिन सी मिल जाता है। यह शरीर में सूजन को कम करता है और वायरल इन्फेक्शन से बचाता है।

लौकी का जूस निकालने के बाद बचे हुए मिश्रण से बनाएं पराठा, एकदम स्वादिष्ट बनेगा

लौकी पेट और पाचन के लिए बेहतरीन सब्जी है। लौकी में भरपूर पानी और फाइबर होता है। लौकी की सब्जी, लौकी का रायता और लोग लौकी का जूस बनाकर पीते हैं। आयुर्वेद में लौ की के जूस को सेहत के लिए बरदान माना जाता है। आप बाजार से ताजा लौकी खरीदकर ले आएँ और उसे एक बार काटकर चेक

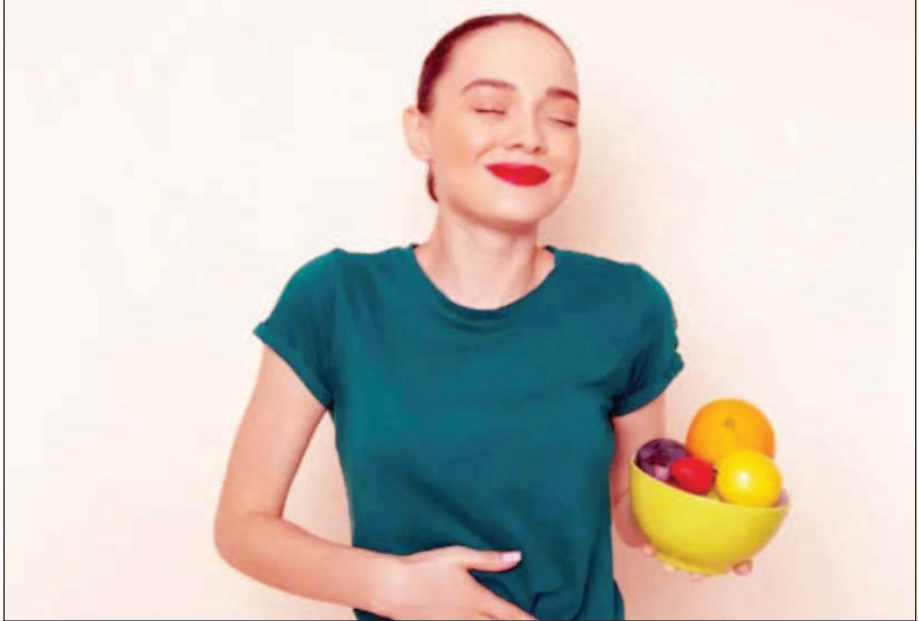


कर लें। अगर लौकी में किसी तरह का कड़वापन नहीं है तो आप इसका जूस निकाल सकते हैं। घर पर बिना मिक्सी के भी लौकी का जूस निकाला जा सकता है। अब जूस निकालने के बाद बची लौकी का स्वादिष्ट पराठा बनाकर खा सकते हैं। जी हाँ लौकी का पराठा खाने में बहुत स्वादिष्ट लगता है। इससे खाने में फाइबर की मात्रा बढ़ जाती है। तो चलिए बिना देरी किए फटाफट नोट कर लें लौकी जूस बनाने की रेसिपी और बची हुई लौकी से लौकी का पराठा बनाने की रेसिपी।

सबसे पहले लौकी को अच्छी तरह से धो लें और फिर इसे चाकू की मदद से छील लें। अब एक कद्दूकस लें और लौकी को कद्दूकस कर लें। लौकी को मीडियम या बारीक साइड वाले छेद से कद्दूकस करें। इससे लौकी में ज्यादा जूस निकलेगा। अब सारी लौकी कद्दूकस कर लें और एक मसलिन का या कोई पतला सूती कपड़ा लें। इस कपड़े को किसी बाउल के ऊपर रखें और कपड़े में कद्दूकस की गई लौकी डालें। अब कपड़े को बंद करके लौकी को अच्छी तरह से निचोड़ दें। लौकी का सारी जूस मिनटों में निकल जाएगा। लौकी को अच्छी तरह से टाइट करके पूरा जूस निकाल दें। तैयार है लोकी का जूस इसे आप सुबह-सुबह पी लें।

पहला तरीका- अब जो बची हुई लौकी यानि लौकी का जो फाइबर बचा है उसे किसी प्लेट में निकाल लें। इसमें बारीक कटा हरा धनिया, बारीक कटी हरी मिर्च, नमक, धनिया पाउडर, चाट मसाला , थोड़ी बारीक पिसी लाल मिर्च का पाउडर मिलाएं। पराठे की स्टर्फिंग तैयार है।

मानसून में कंट्रोल हो सकती है पेट से जुड़ी समस्याएं, बस डाइट में शामिल करें हेल्दी फूड्स



मानसून का मौसम भीषण गर्मी से राहत तो लाता है, लेकिन अपने साथ कई तरह की बीमारियां भी लेकर आता है। इस मौसम में हवा में नमी बढ़ने के कारण बैक्टीरिया और वायरस तेजी से पनपते हैं, जिसका सीधा असर हमारे पाचन तंत्र पर पड़ता है। अक्सर लोग इस मौसम में ब्लोटिंग, एसिडिटी, फूड पॉइजनिंग और अपच जैसी समस्याओं से परेशान रहते हैं। अगर आप भी मानसून में पेट की गड़बड़ी से जूझते हैं, तो आपको दवाओं के बजाय अपनी डाइट में थोड़ा सा बदलाव करके आप इन समस्याओं को आसानी से कंट्रोल कर सकते हैं। चलिए जानते हैं डाइट में कौन सा फूड्स शामिल करना चाहिए।

1.अदरक

अदरक में एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं, जो पाचन क्रिया को दुरुस्त रखते हैं। मानसून में रोजाना अदरक की चाय या गुनगुने पानी में अदरक का रस मिलाकर पीने से पेट दर्द, गैस और मरोड़ जैसी समस्याओं में तुरंत आराम मिलता है।

2.दही और छाछ

पेट के लिए प्रोबायोटिक्स का सेवन बेहद जरूरी है। दही और छाछ में मौजूद गुड़ बैक्टीरिया आंतों को स्वस्थ रखते हैं और खाना को पचाने में मदद करते हैं। हालांकि, ध्यान रखें कि मानसून में रात के समय दही खाने से बचें। इसे दोपहर के वक्त अपनी डाइट में शामिल करें।

3.पुदीना

पुदीना अपनी ठंडक और औषधीय गुणों के लिए जाना जाता है। यह पेट की मांसपेशियों को आराम देता है और एसिडिटी व ब्लोटिंग को कम करता है। ऐसे में आप अपनी डाइट में पुदीने की चटनी, पुदीना पानी या इसे नींबू पानी में मिलाकर पी सकते हैं।

4.उबली और गिल्ड सब्जियां

इस मौसम में कच्ची सब्जियां या सलाद खाने से बचना चाहिए, क्योंकि उनमें बैक्टीरिया होने का खतरा ज्यादा होता है। इसकी जगह लौकी, तोरई, कद्दू और टिंडा जैसी हल्की सब्जियों को अच्छी तरह धोकर, उबालकर या सूप के रूप में लें।

राम कपूर को पसंद करने की खबरों पर माधुरी गोवर ने दी सफाई, बोलीं हमारे बीच खास रिश्ता, घंटो होती थी बातचीत



रियलिटी शो लॉक अप: सच या सजा में अभिनेत्री माधुरी गोवर और अभिनेता राम कपूर के बीच काफी अच्छी बॉन्डिंग देखने को मिली , जिसके बाद कुछ लोगों ने यह कयास लगाना शुरू कर दिया कि शायद माधुरी राम कपूर को पसंद करने लगी हैं। अब शो से बाहर आने के बाद माधुरी ने इन सभी चर्चाओं पर खुलकर बात की है और कहा कि उनके और राम कपूर के बीच सिर्फ एक खास दोस्ती थी, जिसमें लंबी बातचीत, सीखने और एक-दूसरे को समझने का रिश्ता शामिल था। माधुरी गोवर ने राम कपूर को लेकर चल रही खबरों पर प्रतिक्रिया दी। उन्होंने इन बातों को खारिज करते हुए कहा कि ऐसी चर्चाएं सिर्फ गलतफहमी की वजह से शुरू हुई। हम दोनों के बीच एक बहुत अच्छा और अलग तरह का जुड़ाव था। शो के दौरान मैं राम कपूर से इंडस्ट्री, जिंदगी और उनके अनुभवों को लेकर लगातार सवाल पूछा करती थी। माधुरी ने कहा, राम कपूर और मेरा बहुत अच्छा और खास बॉन्ड था। हमारे बेड एक-दूसरे के सामने थे, इसलिए बातचीत का मौका ज्यादा मिलता था। मैं सबसे ज्यादा सवाल पूछने वाली इंसान थी। मैं उनसे इंडस्ट्री , जिंदगी और कई चीजों को लेकर बहुत सारे सवाल करती थी और वह हर सवाल का धैर्य से जवाब देते थे।

उन्होंने कहा, दर्शकों ने शो में हमारी बातचीत का सिर्फ एक छोटा हिस्सा देखा, जबकि असल में हम दोनों के बीच कई घंटे तक लंबी बातें होती थीं। राम कपूर ने हमेशा मेरी बातों को ध्यान से सुना और हर सवाल का जवाब देने की कोशिश की। माधुरी गोवर ने बताया कि राम कपूर के साथ उनकी बातचीत सिर्फ मनोरंजन तक सीमित नहीं थी, बल्कि वह उनके अनुभवों से सीखने की कोशिश करती थी। उन्होंने राम कपूर को इंडस्ट्री का अनुभवी कलाकार बताते हुए कहा कि उनके पास साझा करने के लिए बहुत कुछ है। बता दें कि माधुरी गोवर लॉक अप: सच या सजा के दूसरे सीजन से बाहर होने वाली हालिया कंटेस्टेंट हैं। शो के दौरान उनकी और राम कपूर की बातचीत दर्शकों को काफी पसंद आई थी। नेटफिल्क्स पर प्रसारित हो रहे इस रियलिटी शो में आकांक्षा चौधरी, योगेश रावत , राम कपूर, श्रेया कालरा, शिवांगी जोशी , हर्षद चोपड़ा, सूफी मोतीवाला, धीरज धूपर और वरुण यादव उर्फ लैला जैसे कंटेस्टेंट नजर आ रहे हैं। इस शो को अभिनेत्री-निर्देशक फराह खान और अभिनेता रितेश देशमुख होस्ट कर रहे हैं।

धमाल 4 का धमाकेदार प्रदर्शन 7वें दिन भी रहा जारी, अब 100करोड़ी बनने को तैयार| अल्फा और वेलकम टू द जंगल का बुरा हाल



अजय देवगन की फिल्म धमाल 4 बॉक्स ऑफिस पर रिलीज के 7दिन पूरे कर चुकी है। वीकेंड पर धमाकेदार प्रदर्शन करने के बाद, ये कारोबारी दिनों में भी ताबड़तोड़ कारोबार कर रही है और निर्माताओं की झोली को भरने में कोई कसर नहीं छोड़ रही। फिल्म भारत में अपनी कमाई से 100 करोड़ के क्लब में कदम रखने के लिए पूरी तरह तैयार है। वहीं विश्व स्तर पर इसने 132 करोड़ रुपये से ज्यादा कमाई कर दिखाई है।वैकनिल्क के मुताबिक , इसने रिलीज के 7वें दिन 6करोड़ रुपये का नेट कारोबार किया है।इससे पहले, फिल्म ने 6वें दिन 6.75 करोड़ , 5वें दिन 9.50 करोड़ और चौथे दिन 8.75 करोड़ रुपये का कारोबार किया था।इस तरह धमाल 4ने अब तक कुल 96 करोड़

रुपये का नेट कारोबार कर लिया और ये 100 करोड़ी बनने से बस एक कदम दूर है। फिल्म में रितेश देशमुख, अरशद वारसी और जावेद जाफरी जैसे कलाकार भी मौजूद हैं। आलिया भट्ट अभिनीत फिल्म अल्फा दू सरे ही सप्ताह में सबसे बुरे दौर से गुजर रही है। इसने 14वें दिन भी 60 लाख रुपये कमाए और बॉक्स ऑफिस पर अब तक कुल 56.40 करोड़ रुपये से ज्यादा कमाई कर दिखाई है।वैकनिल्क के बाबंबी देओल और अनिल कपूर जैसे कलाकार होने के बावजूद फिल्म दर्शकों को लुभाने में नाकामयाब रही। दूसरी ओर, अक्षय कुमार की वेलकम टू द जंगल ने 21वें दिन महज 59लाख कमाए।

सनी देओल की बटवारा 1947 बाक्स आफिस पर मचाएगी धमाल, निर्माताओं ने बनाई ये योजना



सनी देओल की फिल्म बटवारा 1947 का इंतजार हर कोई कर रहा है। अगले महीने यह फिल्म सिनेमाघरों में धमाका करने के लिए तैयार है, लेकिन उससे पहले निर्माताओं ने तगड़ी योजना बनाई है। आमिर खान के प्रोडक्शन द्वारा निर्मित इस फिल्म के प्रमोशन के लिए टीम देश के 12बड़े शहरों में जाएगी। इसे फिल्म की सबसे बड़ी राष्ट्रवापी प्रचार पहल के रूप में बताया जा रहा है। इसका मकसद फिल्म के प्रति दर्शकों में उत्सुकता जगाना है।खबरों के अनुसार, निर्माता दर्शकों के सामने कलाकारों और रचनात्मक टीम को लाने की योजना बना रहे हैं। बताया जा रहा है कि दौरे के दौरान, फिल्म के कलाकार और टीम कई स्थानों का दौरा करते हुए फैस से बातचीत करेंगे और फिल्म से जुड़े प्रचार कार्यक्रमों में भाग लेंगे।

निर्माताओं का मानना है कि इस व्यापक दौरे से दर्शक फिल्म की उस कहानी से और गहराई से जुड़ सकेंगे जिसे वे हर भारतीय के लिए जानना जरूरी मानते हैं। बटवारा 1947 का टीजर और पोस्टर पहले ही जारी हो चुके हैं और दर्शकों से सकारात्मक प्रतिक्रिया हासिल कर चुके हैं। फिल्म में सनी के अलावा, प्रीति जिंटा मुख्य किरदार में नजर आएंगी। बैयाजी सुपरहिट (2018)के बाद, ये बॉलीवुड में उनकी वापसी का प्रतीक है। इसके अलावा, शबाना आजमी, अली फजल, करण देओल और अभिमन्यु सिंह भी फिल्म का अहम हिस्सा हैं। राजकुमार संतोषी के निर्देशन में बनी ये फिल्म 14अगस्त, 2026को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

धमाल 4के आगे लेनिन का भी वर्ल्डवाइड बजा डंका, अखिल अक्किनेनी के करियर का बना इतना बड़ा रिकार्ड

अखिल अक्किनेनी की लेटेस्ट तेलुगु रिलीज, लेनिन को दर्शकों से खूब प्यार मिल रहा है और इसकी पहले वीक की परफॉर्मेंस



काफी शानदार है. इस फिल्म से अखिल ने तीन साल के ब्रेक के बाद बड़े पर्दे पर वापसी की है. गौरतलब है कि उनकी पिछली फिल्म एजेंट साल 2023में आई थी और ये बॉक्स ऑफिस पर ठंडी साबित हुई थी. फिर फिल्म रिलीज होने के कुछ ही टाइम बाद, एक्टर को चोट भी लग गई थी, जिससे उबरने में उन्हें काफी समय लगा. इसलिए , अभिनेता को अपनी अगली फिल्म लाने में 3साल लग गए . लंबे ब्रेक के बावजूद अखिल ने बड़े पर्जे पर धमाकेदार कमबैक किया है. इस फिल्म से उन्होंने वर्ल्डवाइड एक बड़ा रिकॉर्ड भी अपने नाम कर लिया है. अखिल अक्किनेनी की लेटेस्ट तेलुगु रिलीज, लेनिन को दर्शकों से खूब प्यार मिल रहा है और इसकी पहले वीक की परफॉर्मेंस काफी शानदार है. इस फिल्म से अखिल ने तीन साल के ब्रेक के बाद बड़े पर्दे पर वापसी की है. गौरतलब है कि उनकी पिछली फिल्म एजेंट साल 2023में आई थी और ये बॉक्स ऑफिस पर ठंडी साबित हुई थी. फिर फिल्म रिलीज होने के कुछ ही टाइम बाद, एक्टर को चोट भी लग गई थी, जिससे उबरने में उन्हें काफी समय लगा. इसलिए , अभिनेता को अपनी अगली फिल्म लाने में 3साल लग गए . लंबे ब्रेक के बावजूद अखिल ने बड़े पर्जे पर धमाकेदार कमबैक किया है. इस फिल्म से उन्होंने वर्ल्डवाइड एक बड़ा रिकॉर्ड भी अपने नाम कर लिया है. तेलुगु कमर्शियल ड्रामा लेनिन ने दुनिया भर में बॉक्स ऑफिस पर एक हफ्ता पूरा कर लिया है. पहले वीक के एंड तक, फिल्म ने दुनिया भर में 50 करोड़ रुपये की कमाई का आंकड़ा पार कर लिया है.

इस हफ्ते ने ऐसा इक्का चलाया कि धमाल ही मच गया: संजीदा शेख



अभिनेत्री संजीदा शेख इन दिनों अपनी फिल्म धमाल-4और इक्का की रिलीज का लुफ्त उठा रही हैं। अभिनेत्री ने सोशल मीडिया पोस्ट के जरिए बताया कि उन्होंने कभी नहीं सोचा था कि अलग-अलग समय पर बनी फिल्में एक ही दिन रिलीज हो जाएंगी। अभिनेत्री ने इंस्टाग्राम पर एक वीडियो पोस्ट किया, जिसमें उन्होंने इस खास पल को अनोखा बताया। अभिनेत्री संजीदा शेख ने शब्दों से खेलते हुए लिखा, इस हफ्ते ने ऐसा इक्का चलाया कि धमाल ही मच गया। क्या शानदार और यादगार हफ्ता रहा। किस्मत भी कभी-कभी बहुत खूबसूरत तरीके से चीजों को जोड़ देती है। अलग-अलग समय पर शूट की गई धमाल 4और इक्का एक ही दिन रिलीज होंगी, ऐसा मैंने कभी नहीं सोचा था। अभी भी इस एहसास को महसूस कर रही हूं। दर्शकों द्वारा मिले प्यार , खुशी और सम्मान के लिए मेरे पास शब्द नहीं हैं। मैं अभी इस प्यार को पूरी तरह महसूस करने की कोशिश कर रही हूं। आप सभी के प्यार और होसला बढ़ाने के लिए दिल से धन्यवाद। आपका प्यार मुझे और बेहतर काम करने की प्रेरणा देता है। शुक्रिया। फिल्म धमाल-4 में संजीदा शेख अहम भूमिका में नजर आ रही हैं। फिल्म में वह अरशद वारसी (आदि) और जावेद जाफरी(मानव) की जोड़ी वाली तीसरी टोली का हिस्सा हैं, जहां वह भाभी (आदि की पत्नी) का किरदार निभा रही हैं।इंद्र कुमार के डायरेक्शन में बनी इस फिल्म में अजय देवान, रितेश देशमुख, रवि किशन, संजय मिश्रा, उपेंद्र लिमये, अंजलि आनंद और ईशा गुप्ता जैसे कलाकार नजर आ रहे हैं। नेटफिल्क्स की फिल्म इक्का एक हाई स्टेज लीगल थ्रिलर में संजीदा शेख ने गौरी(शौर्यमान की पत्नी) की भूमिका निभाई है। फिल्म में उनके किरदार को कहानी के अनुसार अहम, लेकिन सीमित स्क्रीन स्पेस वाला बताया गया है। धमाल-4 और इक्का दोनों ही फिल्में 10जुलाई को दुनियाभर में रिलीज हुईं। कॉमेडी ड्रामा थिएटर में आई, जबकि एक्शन थ्रिलर का प्रीमियर ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफिल्क्स पर हुआ।

खुशाली कुमार ने दुल्हनिया ले आएंगी को बताया अपने करियर का खास किरदार, निर्देशक बोले हटकर अंदाज में होगी दुल्हन

अभिनेत्री खुशाली कुमार अपनी आने वाली फिल्म दुल्हनिया ले आएंगी को लेकर काफी चर्चा में है। फिल्म के फर्स्ट लुक से उन्होंने लोगों का ध्यान अपनी ओर खींचा है। इस कड़ी में उन्होंने अपने लुक और किरदार के बारे में विस्तार से बताया। खुशाली कुमार ने कहा, जैसे ही मैंने इस फिल्म की कहानी सुनी , मुझे लगा कि यह किरदार मेरे लिए ही बना है। मेरा किरदार कोई साधारण दुल्हन नहीं है, बल्कि उसका व्यक्तित्व बहुत मजबूत है। वह अपने फैसले खुद लेती है, अपने दिल की बात खुलकर कहती है और किसी भी बात को छुपाकर नहीं रखती। यह किरदार बहादुर भी है, भावनात्मक भी है और अपने अंदाज में जीने वाली है, और यही बात मुझे इस फिल्म की तरफ खींच लाई। उन्होंने कहा, फिल्म का जो फर्स्ट लुक सामने आया है, वह सिर्फ शुरुआत है और असली कहानी इससे कहीं ज्यादा दिलचस्प है। मेरे किरदार में कई परतें हैं, जिन्हें दर्शक फिल्म के साथ धीरे-धीरे समझ पाएंगे। मुझे उम्मीद है कि दर्शक इस दुल्हन के अलग और अनोखे अंदाज को जरूर पसंद करेंगे।

वहीं फिल्म के निर्देशक आकाशदिव्य लामा ने भी इस फिल्म को लेकर अपनी सोच साझा की। उन्होंने कहा, दुल्हनिया ले आएंगी एक ऐसी कहानी है जो परिवार, रिश्तों और उनके बीच की उलझनों को सजेदार अंदाज में दिखाती है। आज के समय में रिश्तों की जटिलताएं बढ़ गई हैं, और इस फिल्म में उन्हीं भावनाओं को एक मनोरंजक रूप में पेश किया गया है। निर्देशक ने कहा, फिल्म की सबसे बड़ी खासियत इसका मुख्य किरदार है, यानी दुल्हना। यह दुल्हन पारंपरिक सोच से



बिल्कुल अलग है। उसमें आत्मविश्वास है, थोड़ी शरारत है और वह कई बार दर्शकों को चौंका भी देती है। यह फिल्म हर उम्र के दर्शकों को जोड़ने की क्षमता रखती है क्योंकि इसमें हंसी, भावनाएं और परिवार का मेल है। फिल्म के पहले पोस्टर की बात करें तो

उसमें खुशाली कुमार दुल्हन के अवतार में नजर आ रही हैं। उन्होंने ब्राइडल लहंगा पहना हुआ है, लेकिन उसके साथ सनग्लासेस लगाए हुए हैं। यह कॉम्बिनेशन ही फिल्म के किरदार की खासियत को दर्शाता है कि यह दुल्हन साधारण नहीं है, बल्कि अपने अंदाज में जीने वाली लड़की है।

टी20टीम के भविष्य पर मिताली राज की राय शेफाली और जेमिमा को बताया कप्तानी का मजबूत दावेदार

नई दिल्ली (एजेंसी) भारतीय महिला क्रिकेट टीम की पूर्व कप्तान मिताली राज ने टी20प्रारूप में टीम के भविष्य के नेतृत्व को लेकर अपनी राय जाहिर करते हुए शेफाली वर्मा और जेमिमा रोड्रिग्स को कप्तानी का मजबूत विकल्प बताया है। उन्होंने कहा कि दोनों खिलाड़ी भविष्य में हरमनप्रीत कौर की जगह टीम की कप्तान संभालने की क्षमता रखती हैं। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर एक प्रशंसक के सवाल का जवाब देते हुए मिताली ने स्पष्ट किया कि उन्होंने मौजूदा उपकप्तान स्मृति मंधाना की जगह शेफाली का नाम इसलिए लिया क्योंकि वह टी20 टीम के भविष्य को ध्यान में रखकर सोच रही थीं। मिताली के अनुसार, शेफाली अभी युवा हैं, उनका स्ट्राइक रेट शानदार है, जरूरत पड़ने पर गेंदबाजी भी कर सकती हैं और 2019से लगातार भारतीय टी20टीम का हिस्सा हैं। उन्होंने कहा कि नेतृत्व की क्षमता समय और अनुभव के साथ मैदान पर विकसित होती है। मिताली राज ने जेमिमा रोड्रिग्स की भी खुलकर सराहना की। उन्होंने कहा कि जेमिमा भले ही हालिया टी20 विश्व कप में उम्मीद के मुताबिक प्रदर्शन नहीं कर सकीं, लेकिन इससे उनकी क्षमता

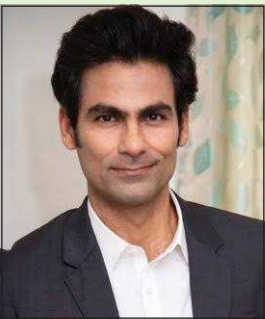


पर सवाल नहीं उठाए जा सकते। उन्होंने जेमिमा को टीम के लिए निस्वार्थ भाव से खेलने वाली

खिलाड़ी बताया और कहा कि उनकी बेहतरीन फील्डिंग हर मैच में टीम के कई रन बचाती है,

जिसका अक्सर उल्लेख नहीं होता।
=स्मृति मंधाना पर भी जताया भरोसा=
मिताली ने यह भी स्पष्ट किया कि उन्हें स्मृति मंधाना की नेतृत्व क्षमता पर कोई संदेह नहीं है। उनके मुताबिक, स्मृति लंबे प्रारूप यानी टेस्ट और वनडे क्रिकेट में भारतीय टीम की कप्तानी के लिए उपयुक्त विकल्प हैं।
22 वर्षीय शेफाली वर्मा अब तक भारत के लिए 111 टी20 अंतरराष्ट्रीय मैच खेल चुकी हैं, जबकि 25 वर्षीय जेमिमा रोड्रिग्स के नाम 131 टी20 मुकाबले दर्ज हैं। दोनों खिलाड़ी हाल ही में महिला वनडे विश्व कप 2025जीतने वाली भारतीय टीम का भी हिस्सा रही हैं।
भारतीय महिला टीम हाल ही में टी20विश्व कप 2026में ग्रुप चरण से बाहर हो गई थी। 2018से टी20टीम की कप्तानी संभाल रहीं हरमनप्रीत कौर अब तक भारत को इस प्रारूप में विश्व विजेता नहीं बना सकी हैं। ऐसे में टीम के भविष्य के नेतृत्व को लेकर चर्चाएं तेज हो गई हैं। हालांकि फिलहाल हरमनप्रीत कौर ही भारतीय टीम की कप्तान हैं और उनसे आगामी महिला एशिया कप तथा जापान में होने वाले एशियन गेम्स में टीम का नेतृत्व करने की उम्मीद है।

कैफ बोले विश्व कप में कोहली-रोहित जैसे खिलाड़ियों के अनुभव की जरूरत
नई दिल्ली (एजेंसी)



रोहित शर्मा के भविष्य को लेकर चल रही तमाम तरह की अटकलों के बीच भारत के पूर्व बल्लेबाज मोहम्मद कैफ ने भारतीय बल्लेबाज का समर्थन किया है। कैफ का मानना है कि रोहित-कोहली के अनुभव की जरूरत भारतीय टीम को अगले साल होने वाले वनडे विश्व कप में पड़ेगी।कैफ ने'क्रिकबज' के साथ बात करते हुए कहा, 2027 का फेज काफी महत्वपूर्ण होगा। लोग रोहित शर्मा और विराट कोहली को लेकर बातें कर रहे हैं, क्योंकि यह विश्व कप आसान नहीं होगा। कंडिशन अलग होंगी, पिच में बाउंस होगा, जिसको देखते हुए भारत को इन दोनों खिलाड़ियों की जरूरत पड़ेगी। हमें उनकी जाहिर तौर पर आवश्यकता है। यह दोनों खिलाड़ी जितने ज्यादा मैच खेलेंगे उतना ही अधिक अच्छी फॉर्म में रहेंगे।कैफ ने अर्जेंटीना फुटबॉल टीम के कप्तान लियोनेल मेसी का उदाहरण देते हुए कोहली-रोहित की अहमियत समझाई। उन्होंने कहा, मेसी 39साल के हैं और उनकी टीम फीफा वर्ल्ड कप 2026के फाइनल में पहुंच गई है। उन्होंने सेमीफाइनल में कोई गोल नहीं किया, लेकिन दो असिस्ट जरूर किए। अनुभव यही चीज लेकर आता है। जब आपके पास युवा खिलाड़ी होते हैं, जो काम को अंजाम दे सकते हैं, तो ऐसे में अनुभवी प्लेयर्स उन्हें गाइड करने और उनके लिए मौका बनाने में मदद करते हैं। मेसी जैसे अर्जेंटीना के लिए भूमिका निभा रहे हैं, वैसे ही वर्ल्ड कप में विराट कोहली और रोहित शर्मा भारत के लिए अहम रोल निभाएंगे।

हाकी विश्व कप के लिए भारतीय महिला टीम तैयार, सलीमा टेटे करेंगी नेतृत्व



नई दिल्ली (एजेंसी) हॉकी इंडिया ने एफआईएच महिला विश्व कप 2026के लिए भारत की 20 सदस्यीय टीम का ऐलान कर दिया है। टीम की कप्तान सलीमा टेटे के हाथों में सौंपी गई है। भारतीय महिला हॉकी टीम के हेड कोच स्योर्ड मारिजने ने चुनी गई टीम को बेहद संतुलित बताया है। विश्व कप का आयोजन 15से 30 अगस्त के बीच होना है। टूर्नामेंट की मेजबानी नीदरलैंड और बेल्जियम मिलकर करेंगे। बेंगलुरु में नेशनल कैंप में ट्रेनिंग कर रही इस टीम में अनुभवी खिलाड़ियों और होनहार युवा खिलाड़ियों का मिश्रण है। इन युवा खिलाड़ियों ने हाल के इंटरनेशनल टूर्नामेंट्स में सभी को प्रभावित किया है, खासकर पिछले महीने न्यूजीलैंड में हुए एफआईएच नेशंस कप में टीम का प्रदर्शन दमदार रहा था और भारत ने बिना कोई मैच हारे खिताब पर कब्जा जमाया था। टीम में सविता और बिचू देवी खारीबम को गोलकीपर के तौर पर शामिल किया गया है, जबकि डिफेंस यूनिट में इशिका चौधरी, सुशीला चानू पुखरामबम, लालथंतलुंगी, ज्योति और शिल्पी डबास शामिल हैं। मिडफील्ड में कप्तान सलीमा के साथ निक्की प्रधान, साक्षी राणा, सुनेलिता टोप्पो, नेहा और दीपिका सोरेंग को रखा गया है। वहीं, फॉरवर्ड लाइन में लालरेम्मियामी, रतुजा दादासो पिसल , नवनीत कौर, दीपिका, इशिका, बलजीत कौर और ब्यूटी डुंगडुंग को जगह दी गई है।

विश्व कप के लिए चुनी गई टीम को लेकर बातचीत करते हुए कोच मारिजाने ने कहा, हमने खिलाड़ियों का एक संतुलित ग्रुप चुना है जो इस गर्मी में आने वाली बड़ी चुनौतियों के लिए तैयार है। टीम ने टूर्नामेंट से पहले कड़ी मेहनत की है और हमें इस ग्रुप की काबिलियत पर भरोसा है। हम दुनिया की बेहतरीन टीमों के खिलाफ खेलने और सबसे बड़े मंच पर शानदार प्रदर्शन करने के लिए उत्साहित हैं। भारतीय टीम को चीन, इंग्लैंड और साउथ अफ्रीका के साथ प्ल डी में रखा गया है। टीम अपने सभी पूल-स्टेज मैच नीदरलैंड के एमस्टेलवीन में वागेनर हॉकी स्टेडियम में खेलेगी। भारतीय टीम अपने अभियान की शुरुआत 16अगस्त को चीन के खिलाफ करेगी, इसके बाद 18अगस्त को साउथ अफ्रीका और 20अगस्त को इंग्लैंड के खिलाफ मैच खेलेगी। एफआईएच हॉकी महिला विश्व कप 2026के लिए भारत की 20 सदस्यीय टीम: गोलकीपर: सविता, बिचू देवी खारीबम डिफेंडर : इशिका चौधरी, सुशीला चानू पुखरामबम, लालथंतलुंगी, ज्योति, शिल्पी डबास मिडफील्डर : निक्की प्रधान, साक्षी राणा, सुनेलिता टोप्पो, सलीमा टेटे(कप्तान) नेहा, दीपिका सोरेंग फॉरवर्ड : लालरेम्मियामी, रतुजा दादासो पिसल, नवनीत कौर, दीपिका, इशिका, बलजीत कौर, ब्यूटी डुंगडुंग

ग्लोबल टैलेंट तैयार करने के लिए असम में बढ़ाया जा रहा स्पोर्ट्स इंफ्रास्ट्रक्चर और ट्रेनिंग सपोर्ट:हिमंता सरमा

गुवाहाटी (एजेंसी) असम के मुख्यमंत्री हिमंता बिस्वा सरमा ने शुक्रवार को कहा कि राज्य सरकार खेल के बुनियादी ढांचे, ट्रेनिंग सुविधाओं और उपकरणों में लगातार निवेश कर रही है, ताकि युवा खिलाड़ी अपनी क्षमता को पहचान सकें और सबसे ऊंचे स्तर पर मुकाबला कर सकें।सोशल मीडिया पर एक पोस्ट में मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार का ध्यान खेल प्रतिभाओं को निखारने के लिए ऐसा माहौल बनाने पर है, जिससे खिलाड़ी जमीनी स्तर से अंतरराष्ट्रीय स्तर तक आगे बढ़ सकें। मुख्यमंत्री सरमा ने कहा, हम खेल प्रतिभाओं को निखारने और उन्हें वैश्विक मंच पर अपने सपने पूरे करने में मदद करने के लिए अपने युवाओं में निवेश कर रहे हैं। यह काम बुनियादी ढांचे, प्रशिक्षण और उपकरणों में मदद के जरिए किया जा रहा है। सरकार की चल रही पहलों का जिक्र करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य भर में खेल के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने के मकसद से शुरू की गई कई परियोजनाओं के जरिए असम का खेल का सफर स्थानीय मैदानों से वैश्विक मंच तक जारी है। मुख्यमंत्री सरमा द्वारा दी गई जानकारी के अनुसार , सरकार एथलीटों को वैज्ञानिक कोचिंग और चोट के इलाज की सुविधाएं देने के लिए तीन शहरों में 'हार्ड परफॉर्मेंस स्पोर्ट्स ट्रेनिंग और रीहैबिलिटेशन सेंटर' बना रही है। राज्य सरकार सभी विधानसभा क्षेत्रों में युवा क्लबों को खेल का सामान भी उपलब्ध करा रही है। इसका मकसद जमीनी स्तर पर खेलों में भागीदारी को बढ़ावा देना और ग्रामीण व शहरी इलाकों से होनहार प्रतिभाओं की पहचान करना है। प्रमुख इंफ्रास्ट्रक्चर प्रो जेक्ट्स में सरकार राधा गोविंद बरुआ स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स का



फिर से विकास कर रही है और अमीनगांव स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स में एक ओपन स्टेडियम बना रही है।अपर असम में खेल सुविधाओं को बेहतर बनाने और बड़े खेल आयोजनों की मेजबानी करने के लिए डिब्रूगढ़ में खानिकर स्टेडियम का विस्तार भी किया जा रहा है। इसके अलावा, इस खेल में क्षेत्र की पारंपरिक मजबूती को बढ़ावा देने और ऐसे एथलीट तैयार करने के लिए सोनारी में एक आर्चरी अकादमी बनाई जा रही है, जो राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में राज्य और देश का प्रतिनिधित्व कर सके। मुख्यमंत्री ने बार-बार इस बात पर जोर दिया है कि खेल विकास राज्य की युवा सशक्तीकरण रणनीति का एक अहम हिस्सा है। सरकार असम से एथलीटों की एक मजबूत पाइपलाइन तैयार करने के लिए आधुनिक इंफ्रास्ट्रक्चर, अच्छी कोचिंग और खेल संसाधनों तक बेहतर पहुंच पर ध्यान दे रही है।

विश्व कप हार के बाद बेलिंगहम ने लिखा इमोशनल पोस्ट, प्रशंसकों को दिया धन्यवाद



अटलांटा (एजेंसी) इंग्लैंड के फीफा वर्ल्ड कप 2026से बाहर होने के बाद टीम के स्टार खिलाड़ी जूड बेलिंगहम ने भावुक पोस्ट लिखा है। इंग्लैंड को सेमीफाइनल मुकाबले में अर्जेंटीना के खिलाफ 1-2 से हार का सामना करना पड़ा था। बेलिंगहम ने अपने भावुक पोस्ट में सभी समर्थकों को उनके अविश्वसनीय समर्थन के लिए धन्यवाद दिया। इस निराशाजनक हार के एक दिन बाद, बेलिंगहम ने सोशल मीडिया पर उन सभी फैस का शुक्रिया अदा किया जिन्होंने अमेरिका आकर टीम का समर्थन किया। उन्होंने सभी से भरोसा बनाए रखने की अपील भी की।बेलिंगहम ने अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'इंस्टाग्राम' पर लिखा, वीते कुछ हफ्तों और कल के दिन को शब्दों में बयां करना आसान नहीं है। कंसंस में हमारे ड्राइवर ने

जो बात कही, उसने हमारी भावनाओं को पूरी तरह व्यक्त कर दिया। मैं उन सभी लोगों का दिल से धन्यवाद देना चाहता हूं जिन्होंने घर से हमारा हौसला बढ़ाया और अपनी मेहनत की कमाई खर्च कर अमेरिका आकर हमारा समर्थन किया। हमारे देश के लोगों के बीच जो एकता और प्यार इस अभियान के दौरान देखने को मिला, उसे यहीं खत्म नहीं होने देना चाहिए। अगर हम इसी तरह बेहतरीन खिलाड़ियों में से एक रहे। इस मिडफील्डर ने टूर्नामेंट में बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए 7 गोल दागे, जिसमें नॉर्वे के खिलाफ क्वार्टर फाइनल में मैच जिताने वाले दो गोल शामिल रहे। नॉर्वे के खिलाफ बेलिंगहम ने दो गोल की बदौलत इंग्लैंड ने चौथी बार सेमीफाइनल में जगह बनाई थी। राउंड ऑफ 16 में मेक्सिको के खिलाफ भी बेलिंगहम ने दो गोल किए थे।

क्रिकेट जगत ने खोया महान आलराउंडर, सर गारफील्ड सोबर्स के निधन पर सचिन और विराट ने दी श्रद्धांजलि
नई दिल्ली (एजेंसी)



वेस्टइंडीज के महान क्रिकेटर और दुनिया के सर्वकालिक श्रेष्ठ ऑलराउंडरों में शामिल सर गारफील्ड सोबर्स का 89वर्ष की आयु में निधन हो गया। उनके निधन से अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट जगत में

शोक की लहर है। भारत के दिग्गज बल्लेबाज सचिन तेंदुलकर और विराट कोहली ने भी सोशल मीडिया के माध्यम से उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। सचिन तेंदुलकर ने कहा कि सर गारफील्ड सोबर्स के निधन की खबर पर विश्वास करना बेहद कठिन है। उन्होंने 2003क्रिकेट विश्व कप के उस यादगार पल को याद किया, जब सोबर्स ने उन्हें 'प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट' का पुरस्कार प्रदान किया था। सचिन ने कहा कि सोबर्स हमेशा सेही, विनम्र और प्रेरणादायक व्यक्तित्व रहे तथा उनके साथ बिताए पल हमेशा स्मरणीय रहेंगे। विराट कोहली ने भी सर गारफील्ड सोबर्स को श्रद्धांजलि देते हुए कहा कि उन्होंने अपने शानदार करियर से जो विरासत छोड़ी है, उसे आने वाली पीढ़ियां हमेशा याद रखेंगी। उन्होंने सोबर्स को क्रिकेट इतिहास के सबसे महान खिलाड़ियों में से एक बताया। सर गारफील्ड सोबर्स ने वेस्टइंडीज के लिए 93 टेस्ट मैचों में 8,032रन बनाए। उनका बल्लेबाजी औसत 57.78रहा। उन्होंने अपने करियर में 26शतक, 30अर्धशतक, दो दोहरे शतक और एक तिहरा शतक लगाया। उनका नाबाद 365रन का स्कोर लंबे समय तक टेस्ट क्रिकेट का विश्व रिकॉर्ड रहा।

रोहित शर्मा के संन्यास की अटकलें तेज, बल्लेबाजी कोच ने कहा हिटमैन पर कोई दबाव नहीं



लंदन (एजेंसी) इंग्लैंड के खिलाफ तीन मैचों की वनडे सीरीज के दूसरे मुकाबले में भारतीय कप्तान रोहित शर्मा एक बार फिर बड़ी पारी खेलने में नाकाम रहे। कार्डिफ में खेले गए मैच में उन्होंने 47 गेंदों पर 26 रन बनाए। उनके जल्दी आउट होने के बाद एक बार फिर उनके भविष्य और संभावित संन्यास को लेकर चर्चाएं तेज हो गई हैं। सोशल मीडिया और कुछ मीडिया रिपोर्टों में दावा किया जा रहा है कि 19जुलाई को लॉर्ड्स में खेला जाने वाला तीसरा वनडे रोहित शर्मा के अंतरराष्ट्रीय करियर का आखिरी मुकाबला हो सकता है। हालांकि, भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड या स्वयं रोहित शर्मा की ओर से इस संबंध में कोई आधिकारिक घोषणा नहीं की गई है।दूसरे वनडे में भारत को चार विकेट से हार का सामना करना पड़ा। मैच के बाद प्रेस कॉन्फ्रेंस में टीम इंडिया के बल्लेबाजी कोच सितांशु कोटक ने रोहित शर्मा के फॉर्म और उन पर बढ़ते दबाव को लेकर पृष्ठ गए

सवाल का जवाब दिया। कोटक ने कहा, रोहित शर्मा जैसे अनुभवी और बड़े खिलाड़ी पर किसी तरह का दबाव नहीं हो सकता। ऐसे खिलाड़ी इस तरह की चर्चाओं से प्रभावित नहीं होते। शुरुआती दो मैचों में उनके बल्ले से रन नहीं निकले, लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि वह संघर्ष कर रहे हैं। क्रिकेट में कई बार बल्लेबाज अपनी लय हासिल करने में थोड़ा समय लेते हैं। उन्होंने आगे कहा कि कार्डिफ की पिच पर दोहरा उछाल था, जिससे बल्लेबाजी करना आसान नहीं था और इसका असर कई बल्लेबाजों के प्रदर्शन पर भी देखने को मिला। इस बीच, पीटीआई की एक रिपोर्ट में दावा किया गया है कि 2027वनडे विश्व कप की तैयारियों को देखते हुए चयन समिति ने रोहित शर्मा को भविष्य की योजनाओं के बारे में जानकारी दी है। हालांकि , इस संबंध में भी क्लष्टट्ठ की ओर से कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं की गई है।