प्रेरणा

समय बहाकर ले जाता है
नाम और निशां
कोई 'हम' में रह जाता है
तो कोई 'अहम' में

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-6 • 10 JANUARY TO 16 JANUARY 2025 • VOLUME 25 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE

CONSULTING DESIGN TRAINING

ISO CERTIFIED 2015 COMPANY

✓ STUDY ✓ WORK ✓ SETTLE IN ABROAD

Low Filing Charges &
*Pay Money after the Visa

•IELTS •STUDY ABROAD

E-mail : hr@innovativetechin.com • Website : www.innovativetechin.com • FB/Innovativetechin • Contact : 9988115054 • 9317776663

REGIONAL OFFICE : S.C.O No. 10 Gopal Nagar, Near Batra Palace, Jal. HEAD OFFICE : S.C.O No. 21-22, Kuldip Lal Complex, Highway Plaza GT Road, Adjoining Lovely Professional University. Phagwara.

*T&C apply

ओडिशा में हो रहा 18वां प्रवासी भारतीय दिवस सम्मेलन

प्रवासी भारतीय एक्सप्रेस की पहली यात्रा को पीएम ने दिखाई हरी झंडी

- पीएम बोले- प्रवासी भारतीय दिवस भारत और उसके प्रवासियों के बीच संबंधों को प्रगाढ़ करने वाली एक संस्था बन चुकी है
- हम सिर्फ लोकतंत्र की जननी नहीं हैं; लोकतंत्र हमारे जीवन का अभिन्न अंग है

भुवनेश्वर. प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने गुरुवार को ओडिशा के भुवनेश्वर में 18वें प्रवासी भारतीय दिवस सम्मेलन का उद्घाटन किया। दुनिया के विभिन्न हिस्सों से आए सभी प्रतिनिधियों और प्रवासियों का स्वागत करते हुए मोदी ने विश्वास व्यक्त किया कि भविष्य में दुनिया भर में विभिन्न भारतीय प्रवासी कार्यक्रमों में यह उद्घाटन गीत बजाया जाएगा। प्रधानमंत्री ने ग्रैमी पुरस्कार विजेता कलाकार रिकी केज और उनकी टीम की शानदार प्रस्तुति के लिए उनकी सराहना की। इस गीत में भारतीय प्रवासियों की भावनाओं और संवेदनाओं को दर्शाया गया है। एक वीडियो संदेश में उत्साहपूर्ण और स्नेह से भरे शब्दों के लिए मुख्य अतिथि, त्रिनिदाद और टोबैगो की राष्ट्रपति क्रिस्टीन कार्ला कंगालू को धन्यवाद देते हुए प्रधानमंत्री ने कहा कि वह भारत की प्रगति के बारे में भी चर्चा कर रही थीं और उनके शब्दों ने कार्यक्रम में उपस्थित सभी लोगों पर प्रभाव डाला।

प्रधानमंत्री ने प्रवासी भारतीय एक्सप्रेस की पहली यात्रा को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। यह भारतीय प्रवासियों के लिए एक विशेष पर्यटक ट्रेन है, जो दिल्ली के निजामुद्दीन रेलवे स्टेशन से रवाना होगी और तीन सप्ताह की अवधि के लिए भारत में पर्यटन और धार्मिक महत्व के कई स्थलों की यात्रा कराएगी। प्रवासी भारतीय एक्सप्रेस का संचालन प्रवासी तीर्थ दर्शन योजना के अंतर्गत किया जाएगा।

प्रवासी भारतीय दिवस (पीबीडी) सम्मेलन भारत सरकार का प्रमुख कार्यक्रम है जो प्रवासी भारतीयों से जुड़ने और उन्हें एक-दूसरे के साथ वार्तालाप करने में सक्षम बनाने के लिए एक महत्वपूर्ण मंच प्रदान करता है। 18वें प्रवासी भारतीय दिवस सम्मेलन का आयोजन ओडिशा राज्य सरकार के साथ साझेदारी में 8 से 10 जनवरी 2025 तक भुवनेश्वर में किया जा रहा है। इस प्रवासी भारतीय दिवस सम्मेलन का विषय "विकसित भारत में प्रवासी भारतीयों का योगदान" है। 50 से अधिक विभिन्न देशों से बड़ी संख्या में प्रवासी भारतीयों ने पीबीडी सम्मेलन में भाग लेने के लिए पंजीकरण कराया है।

मोदी ने कहा कि कुछ ही दिनों में प्रयागराज में महाकुंभ का शुभारंभ हो जाएगा और मकर संक्रांति, लोहड़ी, पोंगल और माघ बिहु के त्यौहार भी आने वाले हैं। उन्होंने कहा कि प्रवासी भारतीय दिवस (पीबीडी) का यह संस्करण एक और कारण से विशेष है। उन्होंने कहा कि यह आयोजन अटल बिहारी वाजपेयी की जन्म शताब्दी के कुछ दिनों बाद आयोजित किया गया, जिनकी दूरदर्शिता प्रवासी भारतीय दिवस के लिए महत्वपूर्ण थी। उन्होंने कहा कि प्रवासी भारतीय दिवस, भारत और उसके प्रवासियों के बीच संबंधों को प्रगाढ़ करने वाली एक संस्था बन चुकी है। 21वीं सदी के भारत में विकास की असाधारण गति और व्यापकता का उल्लेख करते हुए प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत शीघ्र ही तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बन जाएगा।

इस अवसर पर ओडिशा के राज्यपाल डॉ. हरि बाबू कंभमपति, ओडिशा के मुख्यमंत्री मोहन चरण मांझी, केंद्रीय मंत्री एस. जयशंकर, अश्विनी वैष्णव, धर्मेंद्र प्रधान, केंद्रीय राज्य मंत्री जुएल ओराम और कार्यक्रम में अन्य गणमान्य व्यक्तियों में सुश्री शोभा करंदलाजे, कीर्ति वर्धन सिंह और पबित्रा मार्गेरिटा उपस्थित थे।

पुलिस अनुसंधान एवं विकास ब्यूरो की समीक्षा बैठक में अमित शाह ने कहा-

पुलिसिंग में आने वाली कठिनाइयों को चिन्हित कर उनका समाधान निकालने की दिशा में शोध करे

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह ने नई दिल्ली में पुलिस अनुसंधान एवं विकास ब्यूरो (बीपीआर एंड डी) के कामकाज की समीक्षा बैठक की अध्यक्षता की। बैठक में केन्द्रीय गृह सचिव गोविंद मोहन, बीपीआर एंड डी के महानिदेशक राजीव कुमार शर्मा सहित गृह मंत्रालय और वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे। गृह मंत्री ने बीपीआर एंड डी के छह प्रभागों के साथ-साथ क्षेत्रीय कार्यालयों (सीएपीटी भोपाल और सीडीटीआई) की उपलब्धियों, चल रहे कार्यों और भविष्य की रूपरेखा का अवलोकन किया। उन्होंने नए आपराधिक कानूनों के कार्यान्वयन की दिशा में बीपीआर एंड डी द्वारा किए गए प्रयासों और पहलों की भी विशेष समीक्षा की।

केन्द्रीय गृह मंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री

नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में बीपीआर एंड डी भारतीय पुलिस बलों को आवश्यक बौद्धिक, भौतिक और संगठनात्मक संसाधनों से युक्त करके पुलिसिंग के साथ-साथ आंतरिक सुरक्षा की चुनौतियों का सफलतापूर्वक सामना करने के लिए उन्हें स्मार्ट बलों में बदलने के लिए प्रतिबद्ध है।

बैठक में चर्चा के दौरान, केन्द्रीय गृह मंत्री ने कहा कि एनसीआरबी, जेल अधिकारियों व फोरेंसिक विशेषज्ञों के साथ मिलकर बीपीआर एंड डी, मोडुस ओपेरान्डी ब्यूरो में अपराधों की मोडुस ओपेरान्डी का विश्लेषण करे, जिससे अपराधों को रोकने में मदद मिल सके। उन्होंने कहा कि बीपीआर एंड डी जमीनी स्तर पर पुलिसिंग में आने वाली कठिनाइयों को चिन्हित कर उनका समाधान निकालने की दिशा में शोध करे।

अमित शाह ने शोध अध्ययनों और परियोजनाओं में अंतरराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त संस्थानों के साथ सहयोग सहित विभिन्न हितधारकों के योगदान के महत्व पर जोर दिया। उन्होंने पुलिस बलों को अधिकतम लाभ प्रदान करने के साथ-साथ पुलिस की सार्वजनिक छवि को बेहतर बनाने के लिए बीपीआर एंड डी की परियोजनाओं और अध्ययनों के साथ-साथ प्रकाशनों के दायरे के वैश्विक स्तर पर विस्तार और आउटरीच के निर्देश दिए।

अनाज खरीद पोर्टल से छेड़छाड़ के आरोप में चार गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

साइबर क्राइम के खिलाफ जारी अभियान के तहत पंजाब पुलिस के स्टेट साइबर क्राइम डिवीजन ने अनाज खरीद पोर्टल से छेड़छाड़ करने वाले चार व्यक्तियों को गिरफ्तार कर न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) पर भुगतान संबंधी धोखाधड़ी का पर्दाफाश किया है। वर्णनीय है कि उक्त आरोपी किसानों को की गई फसल की अदायगी को अपने खातों में ट्रांसफर करने के अपराध में शामिल थे। यह जानकारी आज यहां अतिरिक्त डायरेक्टर जनरल ऑफ पुलिस (एडीजीपी) साइबर क्राइम

डिवीजन वी. नीरजा ने दी।

गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों की पहचान मनीश, जसवीर सिंह, अंग्रेज सिंह और बलविंदर सिंह के रूप में हुई है। पुलिस टीमों ने धोखाधड़ी करने के लिए इस्तेमाल किए गए डिजिटल उपकरण और राउटर भी बरामद कर लिए हैं।

एडीजीपी वी. नीरजा ने बताया कि उक्त दआरोपी अत्याधुनिक तरीकों की मदद से किसानों के मोबाइल नंबरों को अपने मोबाइल नंबरों से बदलकर किसानों के खातों में आने वाली फसल की अदायगी को धोखे से अपने खातों में ट्रांसफर करते थे और फिर काम हो जाने के बाद किसानों के बैंक खाते की जानकारी को अपडेट कर देते थे। उन्होंने बताया कि घोटाले में शामिल अन्य दोषियों को पकड़ने के लिए राज्य स्तरीय कार्रवाई की जा रही है।

अरविंद केजरीवाल ने खेला जाट कार्ड, प्रवेश वर्मा ने किया पलटवार

नई दिल्ली. दिल्ली विधानसभा चुनाव से पहले आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल पर निशाना साधते हुए भारतीय जनता पार्टी के उम्मीदवार प्रवेश वर्मा ने कहा कि पूर्व मुख्यमंत्री ने कभी किसी गांव का दौरा नहीं किया और दिल्ली के किसी भी ग्रामीण को अपने 'शीश महल' में प्रवेश नहीं करने दिया। आप सरकार पर और हमला करते हुए वर्मा ने दावा किया कि केजरीवाल ने जाट आरक्षण का मुद्दा इसलिए उठाया क्योंकि उन्हें एहसास हुआ कि ग्रामीण दिल्ली उनके खिलाफ मतदान करने जा रही है। प्रवेश वर्मा ने कहा कि ये वही अरविंद केजरीवाल हैं जो कहते थे कि दिल्ली के गांवों में लोगों से बदबू आती है। यह वही अरविंद केजरीवाल हैं जिन्होंने दिल्ली के एक भी गांव के लोगों को अपने 'शीश महल' में घुसने नहीं दिया। यह वही अरविंद केजरीवाल हैं जो आज तक किसी भी मुद्दे पर किसी गांव में नहीं गए।

भाजपा नेता ने कहा कि आज, उन्हें लगा कि पूरी ग्रामीण दिल्ली आप के खिलाफ मतदान कर रही है - ग्रामीण दिल्ली में सिर्फ जाट ही नहीं बल्कि गुज्जर, यादव, त्यागी और राजपूत भी शामिल हैं, वे सभी एक सुर में कह रहे हैं कि उन्हें अरविंद केजरीवाल सरकार को उखाड़ फेंकना है। आज उन्हें जाटों की याद आ गई। उन्होंने जाटों के लिए कुछ किया होता तो चुनाव से 25 दिन पहले उन्हें जाटों की याद न आती।

प्रवेश वर्मा के चुनाव लड़ने पर लगे रोक, सीईसी से मुलाकात के बाद बोले केजरीवाल

नई दिल्ली. आप प्रमुख अरविंद केजरीवाल और दिल्ली की सीएम आतिशी ने सीईसी राजीव कुमार से मुलाकात की। इसके बाद केजरीवाल ने कहा कि नई दिल्ली विधानसभा क्षेत्र में 15 दिसंबर से 7 जनवरी तक 22 दिनों में वोट रद्द कराने के लिए 5500 आवेदन आए हैं। उन्होंने दावा किया कि ये एप्लीकेशन फर्जी हैं। जब अधिकारियों ने मामले को संज्ञान में लिया और जिन लोगों के नाम पर वोट रद्द करने के लिए आवेदन दिये गये थे, उन्हें बुलाया गया तो उन्होंने बताया कि उनके नाम पर फर्जी आवेदन दिये गये हैं। केजरीवाल ने कहा कि बड़ा घोटाला चल रहा है। पिछले पंद्रह दिन में नए वोट के लिए 13 हजार आवेदन आए हैं। दूसरे राज्यों से लोगों

को लाकर फर्जी वोट बनाए जा रहे हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि नई दिल्ली विधानसभा क्षेत्र से बीजेपी उम्मीदवार प्रवेश वर्मा जॉब कैंप लगा रहे हैं, खुलेआम पैसे बांट रहे हैं। उन्होंने कहा कि ये चीजें चुनाव आयोग के नियमों और विनियमों के तहत भ्रष्ट आचरण के अंतर्गत आती हैं। प्रवेश वर्मा को चुनाव लड़ने से रोका जाना चाहिए और उनके घर पर छापा मारकर पता लगाया जाना चाहिए कि उनके घर पर कितना पैसा है।

इससे पहले दिल्ली की मुख्यमंत्री आतिशी ने मुख्यनिर्वाचन आयुक्त (सीईसी) राजीव कुमार को पत्र लिखकर नयी दिल्ली विधानसभा क्षेत्र में मतदाता सूची में कथित हेरफेर पर चर्चा के लिए मिलने का समय मांगा था। इस सीट से 'आप' प्रमुख अरविंद केजरीवाल विधानसभा चुनाव लड़ रहे हैं। यह आतिशी का पिछले तीन दिनों में इस मुद्दे पर सीईसी को लिखा गया दूसरा पत्र है।

50,000 रुपए रिश्वत लेने के आरोप में सहायक टाउन प्लानर व आर्किटेक्ट काबू

• **जालंधर ब्रीज.** पटियाला

पंजाब विजिलेंस ब्यूरो ने नगर निगम पटियाला के सहायक टाउन प्लानर (ए.टी.पी.) जसपाल सिंह और पटियाला के आर्किटेक्ट अनीश खन्ना को 50,000 रुपए रिश्वत लेते हुए रंगे हाथों काबू किया है। प्रवक्ता ने बताया कि उक्त आरोपियों को अशोक कुमार, निवासी पातड़ां, जिला पटियाला, द्वारा दर्ज करवाई गई शिकायत के आधार पर गिरफ्तार किया गया है।

उन्होंने आगे बताया कि शिकायतकर्ता ने विजिलेंस ब्यूरो को बताया कि उसके अस्पताल की इमारत का नक्शा पास करने के बदले आरोपी जसपाल सिंह ने आर्किटेक्ट अनीश खन्ना के माध्यम से 1 लाख रुपए रिश्वत की मांग की थी। शिकायतकर्ता ने यह भी बताया कि उक्त ए.टी.पी. पहले ही आर्किटेक्ट के जरिए 50,000 रुपए रिश्वत ले चुका था और बाकी राशि की मांग कर रहा था।

प्रवक्ता ने आगे बताया कि शिकायत की प्रारंभिक जांच के बाद विजिलेंस ब्यूरो की टीम ने जाल बिछाकर आरोपी आर्किटेक्ट को दो सरकारी गवाहों की उपस्थिति में शिकायतकर्ता से रिश्वत की दूसरी किस्त के रूप में 50,000 रुपए लेते हुए रंगे हाथों गिरफ्तार कर लिया। इसके बाद सहायक टाउन प्लानर (ए.टी.पी.) को भी गिरफ्तार कर लिया गया। दोनों आरोपियों के खिलाफ विजिलेंस ब्यूरो के थाना पटियाला रेंज में भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया है। प्रवक्ता ने बताया कि आरोपी को कल अदालत में पेश किया जाएगा और इस मामले की आगे की जांच जारी है।

1500 रुपए रिश्वत लेने के आरोप में गलाडा का क्लर्क गिरफ्तार

लुधियाना (जालंधर ब्रीज). पंजाब विजिलेंस ब्यूरो ने ग्रेटर लुधियाना एरिया डेवलपमेंट अथॉरिटी (गलाडा) लुधियाना में तैनात क्लर्क (फ्रंट डेस्क एग्जीक्यूटिव) अनिक्षा देवी को गूगल पे के माध्यम से 1500 रुपए की रिश्वत लेने के आरोप में गिरफ्तार किया है। राज्य विजिलेंस ब्यूरो के प्रवक्ता ने बताया कि दोषी अनिक्षा देवी, निवासी दशमेश नगर, गांव ईयाली खुर्द, लुधियाना, को अभिजीत सिंह वर्मा, निवासी न्यू दीप नगर, हेबोवाल कलां, लुधियाना की मुख्यमंत्री की भ्रष्टाचार विरोधी एक्शन लाइन पर दर्ज शिकायत की जांच के बाद गिरफ्तार किया गया है।

प्रवक्ता ने आगे बताया कि शिकायत की पुष्टि के दौरान, शिकायतकर्ता द्वारा पेश किए गए मौखिक और दस्तावेजी सबूतों की जांच में लगाए गए आरोप सही पाए गए। इसके बाद, आरोपी क्लर्क के खिलाफ भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम के तहत विजिलेंस ब्यूरो के थाना लुधियाना रेंज में मामला दर्ज किया गया है। प्रवक्ता ने बताया कि आरोपी को कल अदालत में पेश किया जाएगा और मामले की आगे की जांच जारी है।

एक देश एक चुनाव : राष्ट्र की आवश्यकता

सरकार की अगले पांच वर्षों में इसे सारे देश में लागू करने की है इच्छा

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

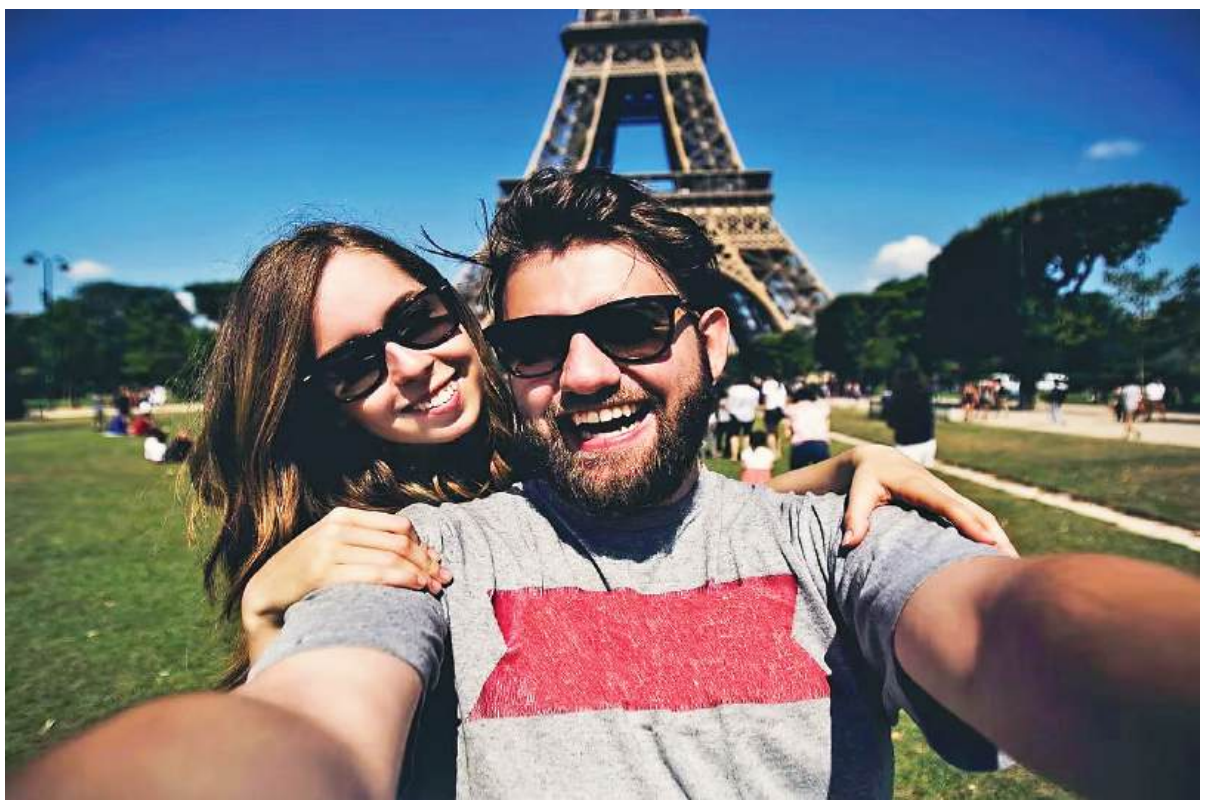
'एक देश एक चुनाव' पर बनी उच्च स्तरीय कमिटी की सिफारिशों को केन्द्रीय कैबिनेट ने मंजूर कर लिया है। हमारी सरकार की इच्छा अगले पांच वर्षों में इसे सारे देश में लागू करने की है। यह कोई राजनैतिक मुद्दा नहीं बल्कि राष्ट्र की महती आवश्यकता है। यह बात कानून एवं कार्मिक मामलों की स्थायी संसदीय समिति की रिपोर्ट 2015 में भी उजागर हुई है। इस पर नीति आयोग, विधि आयोग व चुनाव आयोग की पहल भी होती रही है। राष्ट्रपति के अभिभाषण से लेकर प्रधानमंत्री के अनेक वक्तव्यों में भी यह मुद्दा चर्चा के केंद्र में रहा है। 'एक देश एक चुनाव' की संभावनाओं पर विचार करने हेतु पूर्व राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद जी की अध्यक्षता में गठित आठ सदस्यीय समिति ने भी इस पर अपनी संस्तुति प्रदान की है, जिसे हमारी सरकार ने मान लिया है। हालाँकि इस प्रस्ताव का बीजारोपण सर्वप्रथम

1983 ई. में चुनाव आयोग ने किया था जिसे उस समय की सरकार ने निरस्त कर दिया था। फिर 1999 ई. में लॉ कमीशन ने इसका सुझाव दिया जिसपर 2002 में बाजपेयी सरकार द्वारा गठित संविधान समीक्षा आयोग या वेंकटचलईया समिति ने इसका व्यापक समर्थन किया। आगे 2014 में हमारी सरकार के सत्ता में आने के बाद यह मुद्दा चर्चा के केंद्र में आया जिसकी पूर्णाहुति है पूर्व राष्ट्रपति कोविंद जी ने नेतृत्व में बनी आठ सदस्यीय समिति की संस्तुति और इसपर केन्द्रीय केबिनेट की मंजूरी।

वन नेशन वन इलेक्शन से कर्मचारियों के मूल कृत्यों के निर्वहन में तीव्रता आएगी साथ ही लोगों के सार्वजनिक जीवन के व्यवधान में भी कमी आएगी। विदित है कि हमारे यहाँ चुनाव कराने हेतु शिक्षकों एवं सरकारी सेवा में कार्यरत कर्मचारियों की सेवा ली जाती है जिससे उनका मूल कार्य प्रभावित होता है। इतना ही नहीं चुनाव सुरक्षित हो तथा अवांछनीय तत्वों द्वारा इसे प्रभावित न किया जाए इसके लिए कुल मिलाकर लगभग डेढ़ करोड़ चुनावकर्मी और सुरक्षाबल की तैनाती की जाती है। इससे शिक्षा एवं सुरक्षा व्यवस्था पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है तथा देश के अन्य आवश्यक कामकाज भी प्रभावित होते हैं। चुनावों के कारण सख्त सुरक्षा इंतजाम की वजह से आवश्यक सेवाओं की आपूर्ति में खलल पड़ता है और महंगाई में इजाफा होता है। इस कारण यदि एक ही साथ यदि चुनाव हो तो यह मानव संसाधन के प्रयोग तथा लोक जीवन की सुगमता की दृष्टि से कहीं ज्यादा बेहतर विकल्प होगा। छोटे राजनैतिक दलों और निर्दलीय प्रत्याशियों को भी बार-बार चुनावी प्रचार और संसाधन की कमी जैसी चुनौती से निपटने में आसानी होगी और वो पूरी ताकत से जनता के मुद्दे को पटल पर लाने में सक्षम साबित होंगे। चुनावों की अधिकता वोटरों में अरुचि पैदा करती है और इससे मतदान प्रतिशत में कमी आने का खतरा बढ़ता है। जबकि पांच वर्ष में एकसाथ एकबार चुनाव होने से आम मतदाता में चुनावों के प्रति दिलचस्पी बढ़ेगी तथा वोटिंग प्रतिशत बढ़ाने में भी मदद मिलेगी।

एक देश एक चुनाव कोई अनूठा प्रयोग नहीं है कि इसका विरोध किया जाए, बल्कि इस प्रकार की प्रथा शुरूआती चार चुनावों में अपनाई जाती रही है। इसलिए जो भी दल इसकी व्यावहारिकता को लेकर संशय या विरोध जताते हैं उन्हें सन 1952, 1957, 1962 और 1967 के आम चुनावों को जरुर याद करना चाहिए, जिसमें लोकसभा और विधानसभाओं के चुनाव साथ-साथ करवाए गये थे।

2025 में फॉरेन जाने के लिए बजट फ्रेंडली हैं ये देश, कम खर्चे में कर सकते हैं सैर



TRAVELLING

घूमना फिरना सभी को खूब पसंद होता है। बात जब किसी विदेशी जगह पर घूमने की हो तो हर कोई इस असमंजस में रहता है कि वह कहा जाएं। ऐसे में आपको हम बता रहे हैं बजट फ्रेंडली फॉरेन प्लेसिस।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

घूमना-फिरना सभी को अच्छा लगता है। खासकर बात जब विदेश घूमने की हो तो अक्सर लोग सस्ते देशों को एक्सप्लोर करने के बारे में सोचते हैं। अगर आप आने वाले साल 2025 में किसी फॉरेन देश की यात्रा करना चाहते हैं तो हम आपको बजट फ्रेंडली फॉरेन देशों के बारे में बता रहे हैं। जहां पर आप अपने पार्टनर के साथ आसानी से घूमने जा सकते हैं।

1) वियतनाम

वियतनाम एक बेहद सुंदर देश है। यहां हलचल भरे शहर और शांत समुद्र किनारे देखकर मन खुश हो जाएगा। यहां का लोकल स्ट्रीट फूड फो और बन्ह मि काफी टेस्टी और किफायती है। इस जगह पर जाने के लिए फ्लाइट 15,000 से 20,000 के आसपास शुरू होती हैं। इसे अलावा आप अपने मुताबिक सस्ता खाना, ट्रैवल और ठहरने की जगह को चुनें।

2) श्रीलंका

प्राचीन समुद्र तटों, चाय बागानों और प्राचीन मंदिरों के लिए जाना जाने वाला श्रीलंका भारत के सबसे पास है। इसी के साथ ये बजट के अनुकूल भी है। यहां की फ्लाइट 12,000 से 18,000 रुपये है। बजट में ठहरना और लोकल ट्रांसपोर्ट यहां पर बहुत किफायती है। इसका रोजाना खर्च लगभग 3,000 से 6,000 आएगा।

3) नेपाल

नेपाल भी खूबसूरत विदेशी जगह है। ट्रैकिंग, आध्यात्मिक मठों और लुभावने पहाड़ी नजारों के लिए फेमस नेपाल तक सड़क या फ्लाइट से पहुंचना आसान है। नेपाल की फ्लाइट की 7,000 से10,000 के बीच मिल जाएगी। इस जगह पर ठहरने और खाने के साथ रोजाना का खर्च 4,000 से 6,500 तक आएगा।

4) थाईलैंड

थाईलैंड भी घूमने के लिए अच्छी जगह है। यहां की संस्कृति, स्ट्रीट फूड और द्वीप भारतीय यात्रियों को साल भर आकर्षित करते हैं। बैंकॉक, फुकेत और चियांग माई जैसी जगह फेमस जगहों की लिस्ट में शामिल हैं। यहां की फ्लाइट 12,000 से 18,000 रुपये से शुरू होती हैं। हॉस्टल और खाने का रोजाना खर्च यहां पर लगभग 5,000-7000 होगा।

5) इंडोनेशिया

ये जगह समुद्री किनारों, मंदिरों और नाइटलाइफ के लिए जानी जाती है। यहां पर बाली ऐसी जगह है जो कपल्स के बीच खूब फेमस है। यहां की फ्लाइट 20,000 से 25,000 रुपये तक होती हैं। किफायती रहने और खाने के लिए यहां लगभग 4,500 से 7,500 रुपये खर्च हो सकते हैं।

BEAUTY CARE

इन 5 अच्छी आदतों से करें दिन की शुरुआत, बॉडी कहेगी थैंक यू

डाइटिंग और व्यायाम वजन घटाने की आपकी मशक्कत में तो काम आएंगे ही, पर सुबह-सुबह की कुछ अच्छी आदतें भी इस कोशिश में काफी प्रभावी साबित हो सकती हैं। कौन-कौन सी हैं ये आदतें बता रही हैं एक्सपर्ट

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

इंटरनेट वजन घटाने और सेहतमंद रहने की जानकारी देने वाली सूचनाओं से अटा पड़ा है। कभी सोशल मीडिया पर वजन घटाने के नए-नए ट्रिक्स दिखने को मिलते हैं, तो कभी वजन घटाने और फिट हो जाने वाली सफलता की कहानियां देखकर या पढ़कर हम भौचक्क हो जाते हैं। पर, कई दफा ज्यादा जानकारी भी हमें पशोपेश में डाल देती है। यह सच है कि वजन को नियंत्रित रखने के लिए कैलोरी पर नजर रखना और शारीरिक रूप से सक्रिय रहना जरूरी है। पर, इन सबके साथ अपनी जीवनशैली में कुछ अच्छी आदतों को शामिल करके भी आप मोटापे के बढ़ते खतरे से खुद को बचा सकती हैं। सुबह की कौन-कौन सी आदतें वजन घटाने और फिट रहने में आपके लिए मददगार साबित हो सकती हैं,

गुनगुने पानी से शुरुआत

मोटापे की सबसे मुख्य वजह मेटाबॉलिज्म का धीमा होना है। अपने सुस्त पड़े मेटाबॉलिज्म को अगर आप दुरुस्त करना चाहती हैं, तो अपने सुबह की शुरुआत गुनगुने पानी से करें। सुबह उठने के बाद हर दिन एक से दो गिलास गुनगुना पानी पीने से मेटाबॉलिज्म धीमा नहीं पड़ता है। आयुर्वेद के मुताबिक गुनगुने पानी में नीबू का रस या फिर शहद मिलाकर पीने से मेटाबॉलिज्म और तेज होता है और वजन कम करने में मदद मिलती है।

व्यायाम से समझौता नहीं

हर दिन कम-से-कम 25 से 30 मिनट का व्यायाम शरीर को सेहतमंद रखने के लिए बहुत ज्यादा जरूरी है। सुबह की शुरुआत हल्के-फुल्के व्यायाम के साथ करने से न सिर्फ शरीर का लचीलापन बरकरार रहता है बल्कि शरीर में सकारात्मक ऊर्जा में भी इजाफा होता है। योग, दौड़ना, स्ट्रेचिंग या फिर जिम में व्यायाम... अपनी फिटनेस को बरकरार रखने के लिए इनमें से कुछ भी चुन सकती हैं, बस इस बात का ध्यान रखें कि जो करें, उसे नियमित रूप से करें।

सूरज की रोशनी का असर

हम सब की जिंदगी का अधिकांश हिस्सा अब घर के भीतर, स्क्रीन के सामने बीतने लगा है। इसके लिए कुछ हमारा काम जिम्मेदार है, तो कुछ स्क्रीन की हमारी बढ़ती लत। पर, क्या आप जानती हैं कि सेहतमंद रहने की विटामिन-डी बहुत ज्यादा महत्वपूर्ण है, जिसका सबसे बड़ा स्रोत सूरज की रोशनी है। सुबह के वक्त निकलने वाली सूरज की रोशनी विटामिन-डी के सबसे प्रभावी स्रोतों में से एक है। यह शरीर के साथ-साथ मन को भी सकारात्मक ऊर्जा से भर देता है। आप सुबह के वक्त पार्क में व्यायाम करते वक्त विटामिन-डी भी प्राप्त कर सकती हैं। खास बात यह है कि इन सबके साथ विटामिन-डी वजन घटाने में भी प्रभावी साबित होता है।

खाने की भी करें प्लानिंग

जो लोग हर दिन के अपने खाने की प्लानिंग करते हैं, वे ज्यादा मात्रा में पोषक तत्वों का सेवन कर पाते हैं। दरअसल, मेन्यू तय करके खाने से हम अपने पोषण के बारे में ज्यादा सतर्क रह पाते हैं। ऐसी स्थिति में सिर्फ पेट भरने की जगह पोषक तत्वों से भरपूर कम कैलोरी वाले खाद्य पदार्थों के सेवन को बढ़ावा मिलता है। ऐसी स्थिति में कैलोरी से भरपूर पैकेट बंद स्नैक्स पर हमारी निर्भरता कम होती चली जाती है, जिससे वजन बढ़ने का खतरा भी कम होता चला जाता है।

सुबह के नाश्ते से समझौता नहीं

अमूमन लोग सुबह का नाश्ता यह सोचकर नहीं करते हैं कि इससे उन्हें वजन घटाने में मदद मिलेगी। पर, सच्चाई यह है कि इसका न सिर्फ शरीर पर बल्कि वजन पर भी नकारात्मक असर पड़ता है। अपर्याप्त मात्रा में पोषण हमारे शरीर को भीतर से खोखला बना देता है। कई दफा लंबे समय तक भूखा रहने पर वजन कम होने की जगह बढ़ने लगता है। वहीं, लंबी अवधि तक भूखा रहने से ओवरईटिंग की आशंका भी बढ़ जाती है। लंबे समय तक भूखा रहने से शरीर में जरूरी पोषक तत्वों की कमी होने लगती है, जिसका संपूर्ण सेहत पर नकरात्मक असर पड़ता है।

डिस्क्लेमर : *यह लेख मात्र सामान्य जानकारी के लिए है। किसी भी प्रयोग से पहले विशेषज्ञ की राय अवश्य लें।*

नहीं चिपकेगा पास्ता, बस उबालते समय अपनाएं ये ट्रिक्स

घर पर बना पास्ता होता तो काफी फ्रेश है लेकिन कई बार ये चिपकने लगता है, जिसकी वजह से पास्ता का स्वाद खराब लगने लगते हैं। ऐसे में यहां कुछ ट्रिक्स हैं जो आपके काम आ सकती हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

बच्चों को पिज्जा-पास्ता खूब पसंद हेता है। पास्ता तो बच्चे टिफिन तक में ले जाना पसंद करते हैंलेकिन कई बार शिकायत रहती है कि पिज्जी चिपक जाता है, जिसकी वजह से स्वाद बिगड़ जाता है। ऐसे में आपको इसे उबालने का तरीका जानना चाहिए।यहां कुछ ट्रिक्स हैं जो आपका पास्ता उबालते समय अपनानी चाहिए। इन ट्रिक्स को अपनाकर पास्ता बहुत ज्यादा गलेगा नहीं और ना ही बनाने पर चिपकेगा। जानिए पास्ता उबालने की ट्रिक्स-

1 अगर बर्तन छोटा है और पानी कम है, तो पास्ता चिपकेगा ही। पास्ता या नूडल्स को उबालने के लिए एक बड़ा बर्तन लें। उसमें पास्ता या नूडल्स को पकने के दौरान इधर-उधर घूमने के लिए पर्याप्त जगह मिलेगी। जगह की कमी के कारण छोटे बर्तन में पास्ता में गांठें बन जाती हैं।

2 पास्ता उबालते वक्त पानी में नमक डालना न भूलें। यह पास्ता के स्वाद को बढ़ाता है और साथ ही नमक डालने से चिपचिपाहट कम होती है। 250-400 एमएल पानी में आधा छोटा चम्मच नमक डालें।

3 ज्यादा पकाना पास्ता और नूडल्स के चिपचिपे होने का एक मुख्य कारण है। पास्ता के पैकेट पर उसे पकाने के दिशा-निर्देश के मुताबिक उबालें। पास्ता को गर्म पानी में डालकर उसे 3-4 मिनट पकाएं। यदि पास्ता ज्यादा पका है, तो उसे ठंडे पानी से 2-3 बार धोएं।

4 पास्ता को तुरंत पानी से निकालकर सॉस में नहीं मिलाया जाता है। अगर आप भी ऐसा ही करती हैं, तो पास्ता को गर्म पानी से निकालकर उसमें थोड़ा-सा तेल डालें। तेल डालने के बाद पास्ता को धीरे से मिलाएं।

5 पास्ता का पानी स्टार्चयुक्त होता है और सॉस तैयार करते समय आपके काफी काम आ सकता है। सॉस में पास्ता का पानी डालने से न केवल स्वाद बढ़ता है, बल्कि पास्ता को मिलाने पर चिपकने से भी रोका जा सकता है। पानी निकालने से पहले लगभग एक कप पास्ता पानी बचाकर रखें।

बच्चों की परवरिश के लिए क्यों बेस्ट मानी जाती है पांडा पेरेंटिंग

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

सभी माता-पिता अपने बच्चों में बच्चों में खोया कॉन्फिडेंस वापस लौटाने के लिए आजकल पांडा पेरेंटिंग को काफी पसंद किया जा रहा है। पांडा पेरेंटिंग ना सिर्फ बच्चों को कॉन्फिडेंट बनाती है बल्कि माता-पिता के साथ उनका बॉन्ड भी मजबूत बनाए रखने में मदद करती है। आइए जानते हैं आखिर क्या है पांडा पेरेंटिंग और बच्चों के लिए इसके फायदे।

क्या है पांडा पेरेंटिंग?

बच्चों की परवरिश करने के इस तरीके में माता-पिता बच्चों को अनुशासन में रखने के साथ उन्हें अपने फैसले खुद लेने की आजादी भी देते हैं। हालांकि ऐसा करते समय जरूरत पड़ने पर पेरेंट्स बच्चों की मदद करने के लिए हमेशा मौजूद भी रहते हैं। बता दें, पांडा पेरेंटिंग करने से बच्चे अपने जीवन की मुश्किलों को खुद हल करना सीख जाते हैं।

पांडा पेरेंटिंग के फायदे

पांडा पेरेंटिंग के दौरान माता-पिता अपने बच्चों का हर फैसला खुद ना करके उन्हें अपनी मुश्किलें खुद से सुलझाने के लिए कहते हैं। जिससे लाइफ में कोई भी मुश्किल आने पर बच्चा चिड़चिड़ापन और फ्रस्ट्रेशन महसूस नहीं करता है। उसे अपने इमोशंस खुद हैंडल करने आ जाते हैं।

आत्मविश्वास बढ़ता है

इस पेरेंटिंग स्टाइल के दौरान पेरेंट्स बच्चे को खुलकर बात करने की आजादी देते हैं। जिससे बच्चे का आत्मविश्वास बढ़ता है और उसे दूसरों से बात करते समय झिझक महसूस नहीं होती है।

लव बॉन्ड बनता है मजबूत

जब पेरेंट्स बच्चों को छोटा समझकर उनपर अपनी मर्जी नहीं थोपते हैं बल्कि उन्हें भी जिंदगी जीने की आजादी देते हैं। तो बच्चा स्ट्रेस महसूस किए बिना अपने पेरेंट्स के करीब आने लगता है। जिससे पेरेंट्स और बच्चे के बीच का रिश्ता भी मजबूत बनता है।

सेल्फ मोटिवेशन

पांडा पेरेंटिंग के दौरान सेल्फ मोटिवेशन को बढ़ावा मिलता है। ये बच्चे अपने लक्ष्य खुद बनाकर उन्हें हासिल करने की जिम्मेदारी भी खुद उठते हैं, उन्हें जीवन में सफल बनाती है।

कभी सोचा है क्यों लगती है महिलाओं को पुरुषों की तुलना में ज्यादा ठंड, जानते हैं बॉडी साइंस

HEALTH

महिलाओं को पुरुषों की तुलना में आखिर क्यों ज्यादा ठंड महसूस होती है। इसके लिए क्या सच में शरीर की बनावट जिम्मेदार होती है?

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

घर में हीटर चलाना या एसी का टेंपरेचर कम ज्यादा करने को लेकर अक्सर पति-पत्नी, भाई-बहन में झगड़े होते हैं। लेकिन कभी सोचा है कि आखिर क्यों हम लोग यानी महिलाओं को पुरुषों के मुकाबले ज्यादा ठंड लगती है। दरअसल, इसके लिए शरीर का साइंस जिम्मेदार होता है।

महिलाओं के शरीर में होती है कम मसल्स

मर्दों की तुलना में महिलाओं के शरीर में मसल्स कम होती है। भले ही दोनों का वजन एक बराबर हो लेकिन ज्यादातर महिलाओं में स्किन और मसल्स के बीच में फैट की मात्रा ज्यादा होती है। ब्लड वेसल्स से स्किन के बीच में दूरी होने की वजह से भी महिलाओं को ज्यादा ठंडक महसूस होती है।

मेटाबॉलिज्म रेट होता है कम

ज्यादातर महिलाओं की मेटाबॉलिज्म रेट काफी कम होती है। जिससे शरीर में गर्मी भी कम पैदा होती है और शरीर का तापमान कम होने पर ठंड भी ज्यादा लगती है।

महिलाओं में हार्मोन का इंबैलेंस जिम्मेदार होता है

महिलाओं में पीरियड्स की वजह से पूरे महीने हार्मोंस का बैलेंस बदलता रहता है। और, एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टेरोन हार्मोन बॉडी टेंपरेचर को कम ज्यादा करते हैं। एस्ट्रोजन के कारण ब्लड वेसल्स फैलती हैं और प्रोजेस्टेरोन ब्लड वेसल्स को कस कर रखता है। महिलाओं में प्रोजेस्टेरोन और एस्ट्रोजन का फैलाव इस तरह होता है कि बॉडी के कुछ अंगों को गर्म रखने के लिए उन जगहों पर कम ब्लड सर्कुलेट होता है। जिससे महिलाओं को ज्यादा ठंड लगती है।

शाह ने नई दिल्ली में सीबीआई का भारतपोल पोर्टल का शुभारंभ किया

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह ने आज नई दिल्ली के भारत मंडपम में केन्द्रीय अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) द्वारा विकसित भारतपोल पोर्टल का शुभारंभ किया। केन्द्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने पुरस्कार विजेता 35 सीबीआई अधिकारियों को पुलिस पदक भी प्रदान किए, जिन्हें विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पुलिस पदक और जांच में उत्कृष्टता के लिए केन्द्रीय गृह मंत्री पदक से सम्मानित किया गया है। इस अवसर पर केन्द्रीय गृह सचिव, निदेशक, सीबीआई और सचिव, DoPT सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

अपने संबोधन में केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में आज भारतपोल की शुरूआत के साथ अंतर्राष्ट्रीय इन्वेस्टिगेशन में भारत एक नए युग में प्रवेश कर रहा है। उन्होंने कहा कि भारतपोल के माध्यम से भारत की हर एजेंसी और पुलिस फोर्स बहुत सरलता के साथ इंटरपोल के साथ कनेक्ट कर जांच को गति दे सकेगी।

अमित शाह ने कहा कि वर्ष 2047 में देश आज़ादी की शताब्दी मनाएगा और इस काल को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी ने अमृतकाल कहा है। उन्होंने कहा कि देश की 140 करोड़ जनता ने स्पिरिट के साथ इस अमृतकाल को स्वीकार कर एक सामूहिक संकल्प लिया है कि आज़ादी की शताब्दी तक भारत विश्व में हर क्षेत्र में सर्वप्रथम होगा। उन्होंने कहा कि इस संकल्प को सिद्ध करने के कई पड़ाव हैं,, जिनमें 2027 तक भारत को विश्व की तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बनाना पहला कदम होगा। शाह ने कहा कि 2047 तक भारत को पूर्ण विकसित राष्ट्र बनाने का संकल्प चरितार्थ करने का कालखंड है। उन्होंने कहा कि ये अमृतकाल भारत के लिए एक स्वर्णिम अवसर है।

केन्द्रीय गृह मंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में एक साइंटिफिक रोडमैप और समयबद्ध कार्यक्रम के तहत रीजनल लीडर से ग्लोबल लीडर बनने की भारत की यात्रा को आकार मिला है और इस रास्ते पर हम आगे भी बढ़े हैं। उन्होंने कहा कि इस दिशा में आगे बढ़ते और वैश्विक चुनौतियों को ध्यान में रखते हुए हमें अपनी व्यवस्थाओं को अपग्रेड करना होगा और BHARATPOL इसी दिशा में एक कदम है।

अमित शाह ने कहा कि भारतपोलके 5 प्रमुख मॉड्यूल्स - Connect, INTERPOL Notices, References, Broadcast और Resources - के माध्यम से हमारी सभी कानून प्रवर्तन एजेंसियों को सहायता का एक तकनीकी मंच मिला है। उन्होंने कहा कि Connect के माध्यम से हमारी सभी कानून प्रवर्तन एजेंसियां अब एक प्रकार से इंटरपोल की National Central Bureau (NCB-New Delhi) बन जाएंगी। उन्होंने कहा कि इंटरपोल नोटिस के लिए अनुरोधों को जारी करने के लिए दूसरे देशों के और हमारे अनुरोधों पर हम तेज़ी से काम कर सकेंगे। शाह ने कहा कि कई सालों तक भारत में अपराध कर दुनिया के अन्य देशों में भाग जाने वाले अपराधी हमारे कानूनों की पकड़ से बाहर रहे हैं। उन्होंने कहा कि अब समय आ गया है कि आधुनिक व्यवस्थाओं का उपयोग कर कानून की पहुंच से बाहर रहे अपराधियों को हमारे कानून की गिरफ्त में लाया जाए।

अमित शाह ने कहा कि मोदी सरकार द्वारा लाए गए तीन नए आपराधिक कानूनों में Trial In Absentia का प्रावधान जोड़ा गया है, जिसके तहत एक न्यायिक प्रक्रिया सुनिश्चित कर कोर्ट के आदेश के साथ भगोड़े अपराधियों की अनुपस्थिति में उन पर केस चलाना सरल हो जाएगा। उन्होंने कहा कि इन अपराधियों को भारतीय अदालतों से सज़ा मिलने के बाद उन्हें विदेशों से भारत लाना सरल हो जाएगा। शाह ने कहा कि इस नए प्रावधान और भारतपोल के माध्यम से हमारी कानून प्रवर्तन एजेंसियों के लिए दुनिया के किसी भी कोने में छिपे अपराधियों को भारतीय न्याय प्रणाली के तहत सज़ा दिलाना बहुत सरल हो जाएगा। उन्होंने कहा कि इस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए सीबीआई को भारतपोल की शुरूआत के साथ-साथ इसकी ट्रेनिंग को नीचे तक पहुंचाने की भी ज़िम्मेदारी लेनी चाहिए, इससे हमारी व्यवस्थाएं लॉजिकल एंड तक पहुंचेंगी और पारदर्शिता, दक्षता और प्रभावशीलता को बढ़ाने में हमें फायदा मिलेगा।

केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री ने कहा कि ड्रग्स स्मगलिंग, हथियारों की स्मगलिंग, मानव तस्करी, सीमापार से होने वाले आतंकवाद जैसे अपराधों में ये नई व्यवस्था बहुत सहायता करेगी। उन्होंने कहा कि इस प्रकार के अपराधों के बारे में राज्यों की पुलिस फोर्स को, भारतपोल के नेटवर्क के माध्यम से 195 देशों की पुलिस के साथ जानकारी साझा कर उनका सहयोग प्राप्त करने में बहुत सहायता मिलेगी। शाह ने कहा कि इंटरपोल के सभी नोटिस के बारे में हमारी कानून प्रवर्तन एजेंसियों की जागरूकता बढ़ाने और इस व्यवस्था को इंस्टीट्यूशनलाइज़्ड करने की ज़रूरत है। उन्होंने कहा कि इससे सबसे बड़ा फायदा अंतर्राष्ट्रीय डेटा के उपयोग के संबंध में होगा, जिसके तहत हमारे युवा अधिकारियों के लिए 19 प्रकार के इंटरपोल के डेटाबेस हमारे पास एनालिसिस, अपराध रोकने की व्यवस्था खड़ी करने और अपराधियों को पकड़ने के लिए भी उपलब्ध होंगे। उन्होंने कहा कि इसके माध्यम से साइबर अपराध की नई चुनौतियों से भी हम बेहतर ढंग और तेज़ गति से निपट सकेंगे। उन्होंने कहा कि ये पूरी व्यवस्था युगांतरकारी और हमारी जांच को नए आयाम देने में सफल होगी।

भारत में इंटरपोल के लिए नेशनल सेंट्रल ब्यूरो (NCB-New Delhi) के रूप में सीबीआई, कानून प्रवर्तन एजेंसियों सहित देशभर की विभिन्न एजेंसियों के साथ मिलकर आपराधिक मामलों में अंतर्राष्ट्रीय सहयोग में मदद करता है। केंद्र, राज्य और केंद्रशासित प्रदेशों के स्तर पर यह समन्वय INTERPOL Liaison Officers (ILOs) के माध्यम से किया जाता है, जो अपने-अपने संगठनों में पुलिस अधीक्षकों, पुलिस आयुक्तों और शाखा प्रमुखों के स्तर पर Unit Officers (UOs) से जुड़े होते हैं। वर्तमान में, CBI, ILOs, और UOs के बीच संचार मुख्य रूप से पत्रों, ईमेल और फैक्स पर निर्भर है।

भारत भर में ईपीएफओ के सभी क्षेत्रीय कार्यालयों में केंद्रीकृत पेंशन भुगतान प्रणाली पूरी तरह लागू

जालंधर ब्रीज (नई दिल्ली) . पेंशन सेवाओं के विस्तार की दिशा में एक ऐतिहासिक कदम उठाते हुए, ईपीएफओ ने दिसंबर 2024 में कर्मचारी पेंशन योजना 1995 के अंतर्गत नई केंद्रीकृत पेंशन भुगतान प्रणाली (सीपीपीएस) को देश भर में लागू करने का काम पूरा कर लिया है। दिसंबर 2024 के लिए ईपीएफओ के सभी 122 पेंशन वितरण क्षेत्रीय कार्यालयों से संबंधित 68 लाख से अधिक पेंशनभोगियों को लगभग 1570 करोड़ रुपये की पेंशन राशि वितरित की गई।

केंद्रीयकृत पेंशन भुगतान प्रणाली (सीपीपीएस) का पहला पायलट अक्टूबर, 2024 में करनाल, जम्मू और श्रीनगर क्षेत्रीय कार्यालयों में सफलतापूर्वक पूरा किया गया। इसमें 49,000 से अधिक ईपीएस पेंशनभोगियों को लगभग 11 करोड़ रुपये की पेंशन राशि वितरित की गई। दूसरा पायलट नवंबर, 2024 में 24 क्षेत्रीय कार्यालयों में शुरू किया गया, जिसमें 9.3 लाख से अधिक पेंशनभोगियों को लगभग 213 करोड़ रुपये की पेंशन राशि वितरित की गई। सफल कार्यान्वयन की घोषणा करते हुए, केंद्रीय मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया ने कहा, "ईपीएफओ के सभी क्षेत्रीय कार्यालयों में केंद्रीकृत पेंशन भुगतान प्रणाली (सीपीपीएस) का पूरी तरह कार्यान्वयन एक ऐतिहासिक उपलब्धि है। यह परिवर्तनकारी पहल पेंशनभोगियों को देश में कहीं भी, किसी भी बैंक, किसी भी शाखा से अपनी पेंशन को सहजता से प्राप्त करने में सक्षम बनाती है। यह भौतिक सत्यापन की प्रणालियों की आवश्यकता को समाप्त करता है और पेंशन संवितरण प्रक्रिया को सरल बनाता है। सीपीपीएस ईपीएफओ सेवाओं को आधुनिक बनाने और हमारे पेंशनभोगियों के लिए सुविधा, पारदर्शिता और दक्षता सुनिश्चित करने की हमारी प्रतिबद्धता का प्रमाण है। इस रोलआउट के साथ, हम एक तकनीक-सक्षम और सदस्य-केंद्रित ईपीएफओ के दृष्टिकोण के साथ तालमेल रखते हुए, पेंशन सेवा वितरण में एक नया मानदंड स्थापित कर रहे हैं।"

सीपीपीएस मौजूदा पेंशन वितरण प्रणाली से एक आदर्श बदलाव है जो विकेंद्रीकृत है, जिसमें ईपीएफओ का प्रत्येक क्षेत्रीय/क्षेत्रीय कार्यालय केवल 3-4 बैंकों के साथ अलग-अलग समझौते करता है। सीपीपीएस में, न केवल पेंशनभोगी किसी भी बैंक से पेंशन ले सकेगा, बल्कि पेंशनभोगियों को पेंशन शुरू होने के समय किसी भी सत्यापन के लिए बैंक जाने की आवश्यकता नहीं होगी और पेंशन जारी होने पर तुरंत जमा हो जाएगी।

जनवरी 2025 से सीपीपीएस प्रणाली पूरे भारत में पेंशन का वितरण सुनिश्चित करेगी, और पेंशन भुगतान आदेश (पीपीओ) को एक कार्यालय से दूसरे कार्यालय में स्थानांतरित करने की आवश्यकता नहीं होगी, भले ही पेंशनभोगी एक स्थान से दूसरे स्थान पर चले जाएं या अपना बैंक या शाखा बदल लें। यह उन पेंशनभोगियों के लिए एक बड़ी राहत होगी जो सेवानिवृत्ति के बाद अपने गृहनगर चले जाते हैं।

ईपीएफओ ईपीएस पेंशनभोगियों के लिए सेवाओं में सुधार की दिशा में लगातार काम कर रहा है और नई सीपीपीएस प्रणाली इस दिशा में एक बड़ा सुधार है।

ब्रिगेडियर वी.एस.चौहान ने चंडीगढ़ एनसीसी ग्रुप कमांडर का पदभार संभाला

जालंधर ब्रीज (चंडीगढ़) . ब्रिगेडियर वी.एस. चौहान ने ब्रिगेडियर हरप्रीत सिंह के स्थान पर एनसीसी ग्रुप चंडीगढ़ के ग्रुप कमांडर का पदभार संभाला है, जो 31 दिसंबर, 2024 को सेवानिवृत्त हुए हैं ।

ब्रिगेडियर वी.एस. चौहान को पैराशूट रेजिमेंट की 5वीं बटालियन (विशेष बल) में कमीशन किया गया था और कमीशन मिलने पर उन्हें भारतीय सैन्य अकादमी से प्रतिष्ठित स्वॉर्ड ऑफ ऑनर से सम्मानित किया गया था। जम्मू-कश्मीर में आतंकवाद विरोधी अभियानों में उनके योगदान के लिए उन्हें युद्ध सेवा पदक (वाईएसएम) से भी सम्मानित किया गया।

ब्रिगेडियर चौहान के पास व्यापक अनुभव है। उन्होंने डोडा जिले में 10 राष्ट्रीय राइफल्स बटालियन और उच्च ऊंचाई वाले क्षेत्र में नियंत्रण रेखा पर एक ब्रिगेड की कमान संभाली थी । उन्होंने सेना मुख्यालय में सीबीआरएन अनुभाग में निदेशक के तौर पर आपदा आकलन और सामरिक संचालन का भी काम किया है और भारत के दो राष्ट्रपति - डॉ शंकर दयाल शर्मा और केआर नारायणन के एडीसी के रूप में भी कार्य किया है। वह अमेरिकी सेना के जॉन एफ कैनेडी स्पेशल वारफेयर सेंटर के एक प्रतिष्ठित पूर्व छात्र भी हैं।

ब्रिगेडियर चौहान अब एनसीसी ग्रुप चंडीगढ़ में एयर स्क्वाड्रन और नौसेना इकाई सहित 4 इकाईयों का नेतृत्व करेंगे। यह ग्रुप 54 कॉलेजों और स्कूलों के 5,000 से अधिक कैडेटों को प्रशिक्षित करता है। छत्तीसगढ़ के रायपुर में एनसीसी ग्रुप कमांडर के रूप में ब्रिगेडियर चौहान का पिछला अनुभव उनकी नई भूमिका में बहुत लाभकारी होगा।

कार्यभार संभालने के बाद ब्रिगेडियर चौहान ने एनसीसी से संबंधित मुद्दों पर चर्चा करने और बेहतर सहयोग के लिए तालमेल के उद्देश्य से यूटी चंडीगढ़ के सलाहकार राजीव वर्मा के साथ एक औपचारिक मुलाकात भी की।

अश्विनी वैष्णव ने वर्ष 2025 के लिए भारत सरकार के कैलेंडर का अनावरण किया

• **'जनभागीदारी से जनकल्याण' थीम पर, परिवर्तनकारी शासन के दशक का जश्न**

जालंधर ब्रीज (नई दिल्ली) . भारत सरकार ने परिवर्तनकारी शासन को रेखांकित करते हुए वर्ष 2025 के कैलेंडर के लिए जनभागीदारी से जनकल्याण (सार्वजनिक भागीदारी के माध्यम से सार्वजनिक कल्याण) को मुख्य थीम के रूप में चुना है। रेल भवन में आज कैलेंडर का अनावरण करते हुए, केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण, रेलवे और इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्री अश्विनी वैष्णव ने पिछले एक दशक में विभिन्न क्षेत्रों में परिवर्तनकारी शासन के स्पष्ट प्रभाव पर प्रकाश डाला। उन्होंने गरीबों के कल्याण में सुधार, महिलाओं का सशक्तीकरण और देश में बुनियादी ढांचे के विकास को आगे बढ़ाने में परिवर्तनकारी शासन की भूमिका पर जोर दिया।

इस कार्यक्रम में केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण तथा संसदीय कार्य राज्य मंत्री डॉ. एल. मुरुगन, सूचना एवं प्रसारण सचिव संजय जाजू, पत्र सूचना ब्यूरो के प्रधान महानिदेशक धीरेंद्र ओझा और केंद्रीय संचार ब्यूरो के महानिदेशक योगेश बावेजा भी उपस्थित थे।

कैलेंडर में केंद्र सरकार की भागीदारीपूर्ण दृष्टिकोण पर प्रकाश डाला गया है। कैलेंडर

में चित्रों के माध्यम से देश की विकास यात्रा की दिशा तय की गई है। यह भागीदारीपूर्ण शासन के महत्व को भी रेखांकित करता है जो प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में सरकार का मूल उद्देश्य है। यह इस बात पर जोर देता है कि हमारे देश की ताकत उसके लोगों की सामूहिक ऊर्जा और प्रयासों में निहित है। स्वच्छ भारत मिशन जैसे कार्यक्रमों से, जिसने स्वच्छता को एक राष्ट्रव्यापी आंदोलन में बदल दिया, आयुष्मान भारत जैसी पहलों तक, जिसने 68 करोड़ से अधिक लाभार्थियों को स्वास्थ्य सेवा प्रदान की है, सरकारी योजनाओं की सफलता के लिए नागरिक भागीदारी मुख्य रही है।

भारत सरकार के 2025 कैलेंडर की मुख्य बातें : कैलेंडर की शुरुआत आदर्श वाक्य 'सर्वेषां मंगलं भूयात्' यानी सभी का कल्याण से होती है। इसके बाद कृषि, महिला सशक्तीकरण, युवा और राष्ट्र की प्रगति में क्षमता में क्षेत्रीय प्रगति पर प्रकाश डाला गया है। अन्न का वधर्न हो यानी अधिक खाद्यान्न उत्पादन, शक्ति रूपेण संस्थिता का मंत्र महिलाओं को शक्ति कहकर राष्ट्र निर्माण में योगदान देना और युवाओं को उठकर, जागकर और ज्ञान प्राप्त करके ज्ञान प्राप्त करने का आह्वान करना, कैलेंडर के पहले चार महीनों में परिलक्षित होता है।

बुनियादी ढांचे के लिए, कैलेंडर "राष्ट्र समृद्धि में पनपता है" के मंत्र को दर्शाता है। यह स्वच्छता पर भी जोर देता है जैसा कि मई के महीने में "आंतरिक शुद्धता बाहरी स्वच्छता की ओर ले जाती है" के आदर्श वाक्य के माध्यम से परिलक्षित होता है। जुलाई कैलेंडर "व्यायाम स्वास्थ्य के लिए सबसे सुरक्षित नुस्खा है" के आदर्श वाक्य पर आधारित है, जबकि स्वतंत्रता दिवस महीने की थीम एक स्वस्थ जीवन शैली के माध्यम से सौ साल लंबे जीवन की कामना करती है।

भारत सरकार के कैलेंडर के बारे में : भारत सरकार का कैलेंडर पिछले कुछ वर्षों में सार्वजनिक संचार का एक अभिन्न अंग बन गया है, जो एक ऐसे माध्यम के रूप में विकसित हो रहा है जो केवल तारीखों से कहीं अधिक संचार करता है। यह सरकार के प्रमुख कार्यक्रमों, पहलों और उपलब्धियों पर प्रकाश डालता है, जो भारत द्वारा की गई सामूहिक प्रगति के एक प्रेरणादायक अनुस्मारक के रूप में कार्य करता है। भारत सरकार का वर्ष 2025 कैलेंडर पारंपरिक ज्ञान प्रणाली को परिवर्तनकारी शासन के मंत्र के रूप में स्वीकार करता है, जो देश की प्रगति को आगे बढ़ाता है।

भारत के डिजिटल भविष्य का नया स्वरुप : डेटा सुरक्षा के लिए नागरिक-केंद्रित दृष्टिकोण

"जब हम वैश्विक भविष्य के बारे में बात करते हैं, तो मानव-केंद्रित दृष्टिकोण सबसे महत्वपूर्ण होना चाहिए।" हाल ही में संयुक्त राष्ट्र के 'भविष्य के शिखर सम्मेलन' में हमारे माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के ये शब्द, लोगों को पहले रखने के भारत के दृष्टिकोण को दर्शाते हैं। इस दर्शन ने डिजिटल व्यक्तिगत डेटा संरक्षण (डीपीडीपी) नियम, 2025 के मसौदे को आकार देने में हमारे प्रयासों का मार्गदर्शन किया है। अंतिम रूप दिए जाने के बाद, डिजिटल व्यक्तिगत डेटा संरक्षण अधिनियम, 2023 को लागू हो जाएगा, जो नागरिकों के व्यक्तिगत डेटा सुरक्षा के अधिकार की रक्षा के लिए हमारी प्रतिबद्धता को रेखांकित करेगा।

सशक्तिकरण का एक नया युग : भारतीय नागरिक डीपीडीपी नियम, 2025 के केंद्र में है। डेटा के बढ़ते वर्चस्व वाली दुनिया में, हमारा मानना है कि व्यक्तियों को शासन की रूपरेखा के केंद्र में रखना अनिवार्य है। ये नियम नागरिकों को कई अधिकारों से सशक्त बनाते हैं, जैसे सूचना आधारित सहमति, डेटा मिटाने की सुविधा और डिजिटल रूप में नामांकित व्यक्ति को नियुक्त करने की क्षमता, आदि। नागरिक अब उल्लंघनों या अनधिकृत डेटा उपयोग के सामने असहाय महसूस नहीं करेंगे। उनके पास अपनी डिजिटल पहचान को प्रभावी ढंग से सुरक्षित और प्रबंधित करने के लिए उपकरण होंगे।

नियमों को सरलता और स्पष्टता के साथ तैयार किया गया है, यह सुनिश्चित किया गया है कि प्रत्येक भारतीय, चाहे उनके पास तकनीकी ज्ञान कुछ भी हो, अपने अधिकारों को समझ सकता है और उनका प्रयोग कर सकता है। सहमति स्पष्ट शब्दों में मांगी जाती है तथा नागरिकों को अंग्रेजी या संविधान में सूचीबद्ध 22 भारतीय भाषाओं में से किसी में भी जानकारी प्रदान करना अनिवार्य किया गया है, यह रूपरेखा समावेशिता के प्रति हमारी प्रतिबद्धता को दर्शाती है।

बच्चों की सुरक्षा : डिजिटल युग में बच्चों को विशेष देखभाल की आवश्यकता है। इसे मान्यता देते हुए, नियम नाबालिगों के व्यक्तिगत डेटा को संसाधित करने के लिए माता-पिता या अभिभावक की सत्यापन योग्य सहमति को अनिवार्य बनाते हैं। अतिरिक्त सुरक्षा उपाय बच्चों को शोषण, अनधिकृत प्रोफाइल बनाने और अन्य डिजिटल नुकसान से बचाव सुनिश्चित करते हैं। ये प्रावधान भविष्य की पीढ़ी के लिए एक सुरक्षित डिजिटल परिदृश्य बनाने के प्रति हमारे समर्पण को दर्शाते हैं।

विनियमन के साथ विकास का संतुलन : भारत की डिजिटल अर्थव्यवस्था एक वैश्विक सफलता की गाथा रही है और हम इस गति को बनाए रखने के प्रति दृढ़ हैं। हमारी रूपरेखा, डिजिटल अर्थव्यवस्था में नवाचार को सक्षम करते हुए नागरिकों

जालंधर ब्रीज

अश्विनी वैष्णव
(लेखक केंद्रीय इलेक्ट्रॉनिक्स और सूचना प्रौद्योगिकी, सूचना और प्रसारण तथा रेलवे मंत्री हैं।)

के लिए व्यक्तिगत डेटा सुरक्षा सुनिश्चित करती है। विनियमन पर बहुत अधिक जोर देने वाले कुछ अंतरराष्ट्रीय प्रारूपों के विपरीत, हमारा दृष्टिकोण व्यावहारिक और विकासोन्मुखी है। यह संतुलन सुनिश्चित करता है कि नागरिकों की सुरक्षा की जाए और नवाचार भावना को दबाया न जाए, जो हमारे स्टार्टअप और व्यवसायों को प्रेरित करती है।

छोटे व्यवसायों और स्टार्टअप के लिए अनुपालन बोझ कम हो जाएगा। हितधारकों की अलग-अलग क्षमताओं को ध्यान में रखते हुए, नियमों को वर्गीकृत जिम्मेदारियों के साथ डिज़ाइन किया गया है। डेटा विश्वास के मूल्यांकन के आधार पर, बड़ी कंपनियों के पास उच्च दायित्व होंगे, जो विकास को बाधित किए बिना जवाबदेही सुनिश्चित करेंगे।

डिजिटल-प्रथम दर्शन : इन नियमों के मूल में "डिजाइन से डिजिटल" दर्शन है। डेटा सुरक्षा बोर्ड मुख्य रूप से एक डिजिटल कार्यालय के रूप में कार्य करेगा, जिसे शिकायतों का समाधान करने और अनुपालन लागू करने का काम सौंपा गया है। प्रौद्योगिकी का लाभ उठाकर, हम दक्षता, पारदर्शिता और गति सुनिश्चित करते हैं। नागरिक शारीरिक उपस्थिति के बिना भी शिकायत दर्ज कर सकते हैं, प्रगति की निगरानी कर सकते हैं और समाधान प्राप्त कर सकते हैं।

यह डिजिटल-प्रथम दृष्टिकोण सहमति व्यवस्था और डेटा प्रबंधन कार्य तक फैला हुआ है। प्रक्रियाओं को सुव्यवस्थित करके, हम बड़ी कंपनियों के लिए अनुपालन करना और नागरिकों के लिए जुड़ना आसान बनाते हैं, जिससे प्रणाली में विश्वास बढ़ता है।

समावेशी दृष्टिकोण : इन नियमों की यात्रा उनके अभिप्राय जितनी ही समावेशी रही है। डिजिटल व्यक्तिगत डेटा संरक्षण अधिनियम, 2023 के सिद्धांतों पर आधारित, मसौदा नियम विभिन्न हितधारकों से एकत्र किए गए व्यापक इनपुट और वैश्विक सर्वोत्तम तौर-तरीकों के अध्ययन का परिणाम है।

नागरिकों, व्यवसायों और नागरिक समाज से प्रतिक्रिया और सुझाव आमंत्रित करते हुए, हमने सार्वजनिक परामर्श के लिए 45-दिनों की अवधि निर्धारित की है। यह जुड़ाव सामूहिक ज्ञान और भागीदारीपूर्ण नीति निर्माण के महत्व में हमारे विश्वास का प्रमाण है, जबकि यह सुनिश्चित करना है कि यह व्यवस्था न केवल मजबूत हो, बल्कि हमारे सामाजिक-आर्थिक परिदृश्य की अनूठी चुनौतियों के अनुकूल भी हो।

यह सुनिश्चित करने के लिए कि नागरिक अपने अधिकारों और जिम्मेदारियों के बारे में जागरूक हैं, नागरिकों को उनके व्यक्तिगत डेटा से जुड़े अधिकारों के बारे में शिक्षित करने के लिए व्यापक जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा।

भविष्य के लिए एक विजन : इन नियमों की शुरुआत के साथ, हम न केवल वर्तमान चुनौतियों का समाधान कर रहे हैं बल्कि एक सुरक्षित और अभिनव डिजिटल भविष्य की आधारशिला भी रख रहे हैं। डिजिटल व्यक्तिगत डेटा संरक्षण नियम, 2025 का मसौदा वैश्विक डेटा शासन मानदंडों को आकार देने में भारत के नेतृत्व को प्रतिबिंबित करता है। नागरिकों को केंद्र में रखते हुए, नवाचार के लिए अनुकूल वातावरण को बढ़ावा देकर, हम एक मिसाल कायम कर रहे हैं, जिसका दुनिया अनुसरण कर सकती है।

हमारी प्रतिबद्धता स्पष्ट है: इस डिजिटल युग में प्रत्येक भारतीय को सुरक्षित, सशक्त और सक्षम बनाना। मैं प्रत्येक नागरिक, व्यवसाय और नागरिक समाज समूह को परामर्श अवधि के दौरान टिप्पणियाँ और सुझाव साझा करके इस संवाद में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करता हूँ। आइए हम सब मिलकर इन नियमों को परिष्कृत करें ताकि एक ऐसी व्यवस्था तैयार हो सके, जो वास्तव में एक सुरक्षित, समावेशी और संपन्न डिजिटल भारत की आकांक्षाओं का प्रतिनिधित्व करती हो।

दुबई से संचालित पाकिस्तान आधारित हथियार तस्करी रैकेट का भंडाफोड़; तीन पिस्तौल समेत एक गिरफ्तार

भगोड़ा तस्कर मनजोत सिंह पाकिस्तान आधारित तस्करों के संपर्क में था और दुबई से इस मॉड्यूल को चला रहा था: डीजीपी गौरव यादव

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/अमृतसर

पंजाब को सुरक्षित राज्य बनाने के लिए चलाए जा रहे अभियान के तहत एक बड़ी सफलता में, काउंटर इंटेलिजेंस (सीआई) अमृतसर ने हथियारों की तस्करी में शामिल एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर दुबई स्थित भगोड़ा तस्कर मनजोत सिंह उर्फ मन्नू द्वारा संचालित और पाकिस्तान समर्थित हथियार तस्करी रैकेट का भंडाफोड़ किया है। यह जानकारी आज पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव ने दी।

उन्होंने बताया कि गिरफ्तार व्यक्ति की पहचान गुरप्रीत सिंह उर्फ काका के रूप में हुई है, जो तरनतारन के गांव हवेलियां का निवासी है और इस समय अमृतसर ग्रामीण के गांव सैदपुर में रह रहा है। पुलिस टीमों ने उसके कब्जे से तीन अत्याधुनिक पिस्तौलें बरामद की हैं, जिनमें 9 एमएम की दो गलोक और एक .30 बोर चीनी पिस्तौल शामिल है। इसके अलावा, चार जिंदा कारतूस और उसका ग्रे रंग का होंडा एक्टिवा स्कूटर (पीबी 02ईएफ 2599) भी जब्त कर लिया गया है।

डीजीपी गौरव यादव ने बताया कि पुलिस को यह विश्वसनीय सूचना मिली थी कि दुबई में स्थित भारतीय मूल का व्यक्ति मनजोत सिंह उर्फ मन्नू अपने भारत स्थित साथियों की मदद से पाकिस्तान के रास्ते हथियारों की तस्करी का रैकेट चला रहा है। सीआई अमृतसर की टीम ने कार्रवाई शुरू की और आरोपी गुरप्रीत सिंह को गांव राम तीर्थ से गांव खुरमणियां, अमृतसर जाने वाली लिंक रोड पर विशेष नाका लगाकर उस समय गिरफ्तार कर लिया जब वह हथियारों की खेप पहुंचाने जा रहा था। उन्होंने बताया कि प्रारंभिक जांच से पता चला है कि मनजोत सिंह इस नेटवर्क का मुख्य सरगना है, जो पाकिस्तान स्थित तस्करों से संपर्क करने के लिए एन्क्रिप्टेड एप्स का उपयोग कर रहा था। उन्होंने आगे बताया कि गिरफ्तार आरोपी ड्रोन के माध्यम से सीमा पार से फेंकी गई हथियारों की खेप को प्राप्त कर मनजोत के निर्देश पर पंजाब के विभिन्न शहरों में गैंगस्टरों को सप्लाई करता था। उल्लेखनीय है कि आरोपी मनजोत 2022 में तरनतारन के थाना सराय अमानत खां में दर्ज एनडीपीएस मामले में पंजाब पुलिस को वांछित है। इसके अलावा, गिरफ्तार आरोपी गुरप्रीत सिंह भी थाना सराय अमानत खां में एनडीपीएस एक्ट के तहत दर्ज आपराधिक मामले का सामना कर रहा है। डीजीपी ने कहा कि पुलिस टीमों ने उसके एक साथी की भी पहचान कर ली है और उसे पकड़ने के लिए छापेमारी की जा रही है। उन्होंने आगे कहा कि इस मामले से जुड़े अन्य पहलुओं की जांच जारी है।

उल्लेखनीय है कि इस संबंध में थाना स्टेट स्पेशल ऑपरेशन सेल (एसएसओसी), अमृतसर में आर्म्स एक्ट की धारा 25 और 25(1)(ए) तथा भारतीय दंड संहिता (आईपीसी) एक्ट की धारा 61(2) के तहत एफआईआर नंबर 1, दिनांक 08.01.2025 दर्ज की गई है।

नगर निगम में भी दल बदल कानून लागू हो : अनिल सच्चर

जालंधर (जालंधर ब्रीज). भारतीय जनता पार्टी पंजाब के पूर्व सचिव अनिल सच्चर ने कहा पार्लियामेंट और विधानसभा की तरह दल बदल कानून लोकल बॉडी में भी लागू होना चाहिए ताकि जो लोगों ने जिस पार्टी के उम्मीदवार को फतवा दिया है उसे पार्षद बनाया है अगर वह पार्टी बदलते हैं तो उसे दोबारा वार्ड से चुनाव लड़कर आना चाहिए जिस पार्टी में वह जाना चाहते हैं उन्हें उस चुनाव चिन्ह दोबारा चुनाव लड़ना चाहिए लोकल बॉडी में भी ऐसा कानून बनना चाहिए ताकि चुने हुए पार्षद दल बदल कर आम जनता के साथ साथ उसे राजनीतिक पार्टी के साथ भी धोखा ना कर सके जिसके चुनाव चिन्ह पर वह चुनाव जीतकर पार्षद बने हैं।

प्री-प्राइमरी विंग और सभी प्राइवेट प्ले-वे स्कूलों की रजिस्ट्रेशन अनिवार्य

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

पंजाब सरकार के समाजिक सुरक्षा और महिला व बाल विकास विभाग ने प्राइवेट स्कूलों/संस्थानों/प्ले-वे स्कूलों को, जो प्रारंभिक बाल देखभाल एवं शिक्षा जो कि अर्ली चाइल्डहुड केयर एंड एजुकेशन-ई.सी.ई के क्षेत्र में कार्य कर रहे हैं का अनिवार्य रूप से रजिस्ट्रेशन कराने के लिए नोटिफिकेशन जारी किया है।

जिला कार्यक्रम अधिकारी हरदीप कौर ने जानकारी देते हुए बताया कि पंजाब राज्य में 3 से 6 वर्ष के बच्चों के लिए कार्यरत संस्थानों का रजिस्ट्रेशन शुरू किया गया है। इन संस्थानों को अनिवार्य रूप से रजिस्ट्रेशन कराना होगा। इसके लिए इच्छुक संस्थान कार्यालय जिला प्रोग्राम अधिकारी, होशियारपुर या संबंधित सीडीपीओ (बाल विकास प्रोजेक्ट अधिकारी) से संपर्क कर आवेदन फॉर्म संख्या 1 प्राप्त कर सकते हैं। उन्होंने बताया कि रजिस्ट्रेश प्रक्रिया के दौरान किसी भी प्रकार की समस्या होने पर जिला प्रोग्राम अधिकारी होशियारपुर या संबंधित ब्लॉक के सीडीपीओ से संपर्क किया जा सकता है।

हरदीप कौर ने कहा कि जिले में स्थित सभी प्राइवेट स्कूल/संस्थान/प्ले-वे स्कूलों की नियमित जांच की जाएगी। यदि कोई भी स्कूल या संस्था सरकारी नीति और मापदंडों का पालन करने में विफल रहती है, तो उनके संचालन पर प्रतिबंध लगाया जाएगा। उन्होंने बताया कि यह कदम बच्चों के सर्वांगीण विकास को सुनिश्चित करने और शिक्षा के प्रारंभिक स्तर पर गुणवत्ता को बनाए रखने के लिए उठाया गया है। उन्होंने सभी संबंधित संस्थानों से अपील है कि वे निर्धारित समय सीमा में अपना रजिस्ट्रेशन सुनिश्चित करें।

पंजाब में जन-केंद्रित स्थानीय शासन का एक नया युग शुरू हुआ: अमन अरोड़ा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

आम आदमी पार्टी (आप) पंजाब ने पंजाब के विभिन्न क्षेत्रों में नगर परिषद में शानदार जीत दर्ज की है। आप उम्मीदवारों को सर्वसम्मति से आधा दर्जन से ज्यादा नगर परिषदों में अध्यक्ष, वरिष्ठ उपाध्यक्ष और उपाध्यक्ष के रूप में चुना गया है। नगर परिषद चीमा (सुनाम) में बलजिंदर कौर को अध्यक्ष, अंजू बाला को वरिष्ठ उपाध्यक्ष और मनप्रीत सिंह को उपाध्यक्ष चुना गया। वहीं नगर परिषद मल्लांवाला (ज़ीरा) में करमजीत कौर को अध्यक्ष, रितु कक्कड़ को वरिष्ठ उपाध्यक्ष और धर्म सिंह को उपाध्यक्ष चुना गया।

नगर काउंसिल नरोट जैमल सिंह (भोआ) में बबली कुमार अध्यक्ष बने और मनीषा महाजन और माया देवी क्रमश: वरिष्ठ उपाध्यक्ष और उपाध्यक्ष चुनी गईं। नगर काउंसिल घनौर में मनदीप कौर को अध्यक्ष, अंकित सूद को वरिष्ठ उपाध्यक्ष और रवि कुमार को उपाध्यक्ष चुना गया। नगर परिषद घग्गा में अध्यक्ष मिट्ठू सिंह, वरिष्ठ उपाध्यक्ष शक्ति गोयल और उपाध्यक्ष जसवंत सिंह होंगे।

नगर कौंसिल सनौर में प्रदीप जोशन को अध्यक्ष नरिंदर सिंह तखर को सीनियर उपाध्यक्ष और कंवलजीत कौर को उपाध्यक्ष चुना गया। नगर परिषद देवी गढ़ में अध्यक्ष सविंदर कौर धंजू, वरिष्ठ उपाध्यक्ष लखवीर सिंह लक्खी और उपाध्यक्ष अमरजीत कौर होंगी। आप पंजाब के अध्यक्ष अमन अरोड़ा ने खुशी जाहिर की और सभी नवनिर्वाचित अध्यक्षों और उपाध्यक्षों को बधाई दी और इस सफलता का श्रेय आप सुप्रीमो अरविंद केजरीवाल और पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व व उनकी दूरदर्शिता को दिया।

आप पंजाब अध्यक्ष ने कहा कि चीमा नगर परिषद में आप उम्मीदवारों का सर्वसम्मति से चुना जाना पंजाब में जन-केंद्रित शासन के एक नए युग की शुरुआत है। यह जीत आम आदमी पार्टी की पारदर्शी और विकासोन्मुख नीतियों में लोगों द्वारा जताए गए भरोसे को दर्शाती है। अमन अरोड़ा ने आश्वासन दिया कि नवनिर्वाचित टीम स्थानीय मुद्दों का संबोधित करेगी और यह सुनिश्चित करेगी स्थानीय निवासियों के कल्याण और आकांक्षाएं पूरी हो।

बाल अधिकार आयोग द्वारा सरकारी व प्राईवेट स्कूलों का समय बदलने की सिफारिश

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग के चेयरमैन कंवरदीप सिंह ने कड़ाके की सर्दी और घने कोहरे को ध्यान में रखते हुए स्कूल के बच्चों की सुविधा के लिए सरकारी और प्राइवेट स्कूलों का समय बदलने की पंजाब स्कूल शिक्षा विभाग को सिफारिश की है।

पंजाब राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग के चेयरमैन कंवरदीप सिंह ने जानकारी देते हुए बताया कि इस समय राज्य में कड़ाके की ठंड और घने कोहरे के कारण स्कूल जाने वाले बच्चों को भारी कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। इसके अलावा, अत्यधिक ठंड के कारण छोटे बच्चे स्कूल आने से परहेज कर रहे हैं। उन्होंने स्कूली बच्चों की सुविधा के लिए पंजाब स्कूल शिक्षा विभाग को 31 जनवरी तक सरकारी और निजी स्कूलों के खुलने का समय सुबह 10 बजे करने की सिफारिश की गई है। उन्होंने यह भी कहा कि पिछले दो दिनों में घने कोहरे के कारण स्कूली बसों के दुर्घटनाओं की घटनाएं सामने आई हैं। ऐसी किसी भी अप्रिय घटना से बचने के लिए आयोग ने यह निर्णय लिया है।

1419 नए आंगनवाड़ी केंद्र व 3000 वर्कर व हेल्पर भर्ती किए जाएंगे

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब सरकार द्वारा बच्चों और महिलाओं के सर्वांगीण विकास के लिए 1419 आंगनवाड़ी केंद्र बनाए जाएंगे। 200 करोड़ रुपये की लागत से नए आंगनवाड़ी केंद्रों का निर्माण किया जाएगा और पुराने केंद्रों के ढांचे को बेहतर बनाया जा रहा है। यह जानकारी सामाजिक सुरक्षा, महिला और बाल विकास मंत्री डॉ. बलजीत कौर ने दी।

पंजाब भवन में आयोजित एक प्रेस कॉन्फ्रेंस के दौरान कैबिनेट मंत्री डॉ. बलजीत कौर ने कहा कि राज्य की महिलाओं और बच्चों के संपूर्ण विकास के लिए नए आंगनवाड़ी केंद्रों का निर्माण, मौजूदा केंद्रों का उन्नयन, सैनिटेशन सुविधाओं का प्रबंधन और आंगनवाड़ी केंद्रों में फर्नीचर आदि की व्यवस्था की जा रही है। उन्होंने कहा कि बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए आंगनवाड़ी केंद्रों में बाला प्रिंटिंग भी करवाई जाएगी।

कैबिनेट मंत्री ने बताया कि इस योजना के तहत पहले चरण में 1000 आंगनवाड़ी केंद्रों का निर्माण किया जा रहा है। केंद्रों के निर्माण के अलावा पंजाब सरकार राज्यभर में 350 मौजूदा आंगनवाड़ी केंद्रों को अपग्रेड कर रही है।

एक सवाल का जवाब देते हुए मंत्री ने बताया कि जल्द ही 3000 आंगनवाड़ी वर्करों और हेल्परों की भर्ती की जाएगी। उन्होंने बताया कि पिछले साल भी पूरी तरह मेरिट पर 5000 आंगनवाड़ी वर्करों और हेल्परों की भर्ती की गई थी।

आटे की बढ़ती कीमत से लोग परेशान, जरूरी कदम उठाए सरकार : बाजवा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

आटे की बढ़ती कीमत के चलते, पंजाब विधानसभा में विपक्ष के नेता प्रताप सिंह बाजवा ने गुरुवार को आम आदमी पार्टी (आप) के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार को बढ़ती महंगाई को कम करने के लिए कदम उठाने का आह्वान किया, जो लोगों के नियमित जीवन में वित्तीय तनाव पैदा कर रही है। इसमें कोई संदेह नहीं है कि राज्य में सार्वजनिक वितरण प्रणाली (पीडीएस) के माध्यम से लगभग 1.54 करोड़ लाभार्थियों को गेहूं दिया जाता है, फिर भी पूरी आबादी इस योजना के दायरे में नहीं आती है। इस बीच, विशेष रूप से मध्यम वर्ग गेहूं और गेहूं के आटे की कीमतों में भारी वृद्धि का खामियाजा भुगत रहा है। ऐसी गंभीर स्थिति में उनके लिए अपनी जरूरतें पूरी करना मुश्किल हो गया है।'

कांग्रेस के वरिष्ठ नेता बाजवा ने कहा कि लोग इस समय 3600 से 3700 रुपये प्रति क्विंटल गेहूं का आटा खरीदने को मजबूर हैं, हालांकि, आने वाले दिनों में इसके 3800 रुपये तक जाने की उम्मीद है। पिछले साल मई में गेहूं का आटा 2650 रुपये में मिल रहा था। गेहूं की कीमत में अचानक वृद्धि के साथ, गेहूं से बने आइटम जैसे ब्रेड, बिस्कुट और अन्य बेकरी उत्पाद उपभोक्ताओं की पहुंच से बाहर हो गए हैं। उन्होंने कहा, 'पुलिस और प्रशासन सहित राज्य मशीनरी को हरकत में आना चाहिए। उन्हें जांच करनी चाहिए कि जमाखोर स्थिति को बढ़ा रहे हैं या नहीं। सरकार को लोगों के जीवन में वित्तीय तनाव को कम करने पर काम करना चाहिए।

कादियां के विधायक बाजवा ने कहा कि केवल गेहूं के आटे ने ही मध्यम वर्ग के रोजमर्रा के जीवन को प्रभावित नहीं किया है, बल्कि सब्जियों और दालों सहित अन्य खाद्य पदार्थों में बढ़ती महंगाई ने भी जीवन को अस्त-व्यस्त कर दिया है।

इंप्रूवमेंट ट्रस्ट द्वारा आवंटित भूमि के दुरुपयोग पर स्कूल की प्रबंध समिति के विरुद्ध एफआईआर दर्ज

शिकायत मिलने के बाद सांसद अरोड़ा के हस्तक्षेप से शुरू हुई थी जांच

• **जालंधर ब्रीज.** लुधियाना

इंप्रूवमेंट ट्रस्ट, लुधियाना द्वारा दायर की गई शिकायत पर न्यू हायर सेकेंडरी स्कूल, सिविल लाइंस, लुधियाना की प्रबंध समिति के खिलाफ पुलिस डिवीजन नंबर 5 में एफआईआर (धारा 173 बीएनएनएस के तहत) दर्ज की गई है। शिकायत पहले पुलिस कमिश्नर, लुधियाना को दी गई थी। बाद में, शिकायत को एसएचओ, पुलिस डिवीजन नंबर 5, लुधियाना को मार्क किया गया, जिसके बाद स्कूल प्रबंध समिति के खिलाफ आईपीसी की धारा 420 और 120-बी के तहत एफआईआर (नंबर 0009 दिनांक 08 जनवरी, 2025) दर्ज की गई है।

एफआईआर में आरोप लगाया गया है कि इंप्रूवमेंट ट्रस्ट, लुधियाना द्वारा रियायती दरों पर स्कूल चलाने के लिए 4.71 एकड़ (1.59 और 3.12 एकड़) की जमीन आवंटित की गई थी। लेकिन मौजूदा स्कूल प्रबंधन ने आवंटन की शर्तों के खिलाफ जाकर स्कूल की जगह को कई हिस्सों में बांट दिया और अवैध रूप से जमीन दूसरे लोगों को हस्तांतरित कर दी। इस तरह जमीन का बंटवारा कर उसे व्यावसायिक उद्देश्यों के लिए इस्तेमाल किया गया। एफआईआर के अनुसार जमीन हस्तांतरित करने के बाद अलग-अलग लोगों को ऊंचे किराए पर जमीन का कब्जा दे दिया गया। इंप्रूवमेंट ट्रस्ट लुधियाना द्वारा स्कूल के पक्ष में किए गए सेल डीड में छेड़छाड़/काट-छांट पाई गई। ऐसे में स्कूल की प्रबंधक कमेटी के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है।

इससे पहले गत वर्ष में लुधियाना के डिप्टी कमिश्नर ऑफिस ने लुधियाना से सांसद (राज्यसभा) संजीव अरोड़ा के हस्तक्षेप से स्थानीय न्यू हाई स्कूल की प्रबंधक कमेटी के खिलाफ जांच शुरू की थी। डिप्टी कमिश्नर ऑफिस ने 3 सदस्यीय जांच कमेटी गठित कर डीसी ऑफिस को पूरी निर्णायक रिपोर्ट सौंपने के निर्देश दिए थे।

अरोड़ा ने 1 अगस्त, 2024 को लुधियाना के डिप्टी कमिश्नर को पत्र लिखकर बताया कि न्यू हाई स्कूल एलुमनी एसोसिएशन जिसे राकेश भारती मित्तल (एयरटेल ग्रुप) और ओंकार सिंह पाहवा (एवन साइकिल्स ग्रुप) जैसे सम्मानित सदस्यों का समर्थन प्राप्त है, द्वारा उनके ध्यान में लाया गया है कि न्यू हाई स्कूल (सिविल लाइन्स और सराभा नगर, लुधियाना) कभी पंजाब का एक प्रमुख संस्थान था, सुनील दत्त मड़िया के नेतृत्व वाली वर्तमान प्रबंधन समिति के तहत प्रतिष्ठा और परिचालन अखंडता में काफी गिरावट आई है। ऐसे गंभीर आरोप हैं कि समिति व्यक्तिगत व्यावसायिक लाभ के लिए स्कूल की संपत्तियों का दुरुपयोग कर रही है, जिससे गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के स्कूल के प्राथमिक उद्देश्य पर हानिकारक प्रभाव पड़ रहा है।

पिछले सितंबर में न्यू हाई स्कूल एलुमनाई एसोसिएशन के बैनर तले आयोजित न्यू हाई स्कूल के दूसरे ग्रैंड रीयूनियन फंक्शन के दौरान भी यह मामला उठाया गया था। इस मुद्दे को अन्य लोगों के अलावा न्यू हाई स्कूल एलुमनाई एसोसिएशन के अध्यक्ष राजेश गर्ग ने भी उठाया था और जवाब में अरोड़ा ने एसोसिएशन के सदस्यों को अपना पूरा समर्थन देने का आश्वासन दिया था। इस बीच, अरोड़ा ने आज डिप्टी कमिश्नर जितेंद्र जोरवाल और पुलिस कमिश्नर कुलदीप सिंह चहल की इस मामले को सुलझाने और उचित कार्रवाई करने के लिए सराहना की है।

कृषि बुनियादी ढांचे के विकास में पंजाब सबसे आगे : मोहिदर भगत

पंजाब के बैंकों ने अब तक 20,000 से अधिक कृषि प्रोजेक्ट किए मंजूर

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब सरकार कृषि के बुनियादी ढांचे के विकास के लिए तेज़ी से काम कर रही है। इसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए बागवानी मंत्री मोहिदर भगत के मार्गदर्शन में पंजाब ने एआईएफ योजना के तहत 20,000 से अधिक कृषि प्रोजेक्ट्स को मंजूरी देकर पूरे भारत में अग्रणी स्थान प्राप्त किया है। बागवानी मंत्री मोहिदर भगत ने बताया कि भारत में कृषि बुनियादी ढांचे के विकास के लिए मंजूर प्रोजेक्ट्स की संख्या में पंजाब लगातार शीर्ष स्थान पर बना हुआ है। श्री भगत ने शीर्ष 5 राज्यों का उल्लेख करते हुए कहा कि अब तक पंजाब के बैंकों द्वारा 7,670 करोड़ रुपए की लागत वाले 20,024 कृषि प्रोजेक्ट मंजूर किए गए हैं, जबकि मध्य प्रदेश ने 11,135, महाराष्ट्र ने 9,611, तमिलनाडु ने 7,323 और उत्तर प्रदेश ने 7,058 प्रोजेक्ट मंजूर किए हैं। उन्होंने कहा कि पंजाब में कृषि बुनियादी ढांचे के विकास के लिए केंद्रीय कृषि अवसंरचना कोष (एआईएफ) योजना को बागवानी विभाग द्वारा प्रभावी ढंग से लागू किया जा रहा है, ताकि राज्य की कृषि का विकास हो सके और किसानों को आर्थिक रूप से और मजबूत बनाया जा सके।

उन्होंने बताया कि एआईएफ योजना को लागू करने के लिए पंजाब का बागवानी विभाग राज्य नोडल एजेंसी के रूप में काम कर रहा है। उन्होंने कहा कि योजना को और बेहतर तरीके से लागू करने के लिए बागवानी विभाग ने व्हाट्सएप हेल्पलाइन नंबर 9056092906 जारी किया है। इस नंबर पर मैसेज भेजकर कोई भी व्यक्ति इस योजना के बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त कर सकता है।

'पंजाब इलेक्शन क्विज-2025' में अधिक से अधिक भाग ले नौजवान

होशियारपुर (जालंधर ब्रीज). जिला स्वीप नोडल अधिकारी अंकुर शर्मा ने आज जिले के सभी विधान सभा क्षेत्रों के स्वीप नोडल अधिकारियों से बैठक करते हुए उन्हें राष्ट्रीय वोटर दिवस को समर्पित 'पंजाब इलेक्शन क्विज-2025' में सक्रिय रुप से भाग लेने के लिए कहा। उन्होंने सभी प्रतिभागियों को अपील करते हुए कहा कि रजिस्ट्रेशन के साथ वैध दस्तावेज जमा करना अनिवार्य है। बिना वैध दस्तावेजों के रजिस्ट्रेशन अस्वीकार कर दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि लोकतंत्र में लोगों की अधिक से अधिक भागीदारी सुनिश्चित करने और उन्हें मतदान के महत्व के बारे में जागरूक करने के लिए मुख्य निर्वाचन अधिकारी (सीईओ) पंजाब की ओर से 'राष्ट्रीय मतदाता दिवस' को समर्पित 'पंजाब इलेक्शन क्विज-2025' आयोजित करवाई जा रही है। अंकुर शर्मा ने बताया कि ऑनलाइन और ऑफलाइन दोनों तरह से प्रतियोगिताएं आयोजित की जा रही है। ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन 17 जनवरी 2025 तक किया जा सकता है। ऑनलाइन चुनाव क्विज प्रतियोगिता 19 जनवरी 2025 को तथा राज्य स्तरीय ऑफलाइन प्रतियोगिता 24 जनवरी 2025 को आयोजित की जाएगी।

स्नातकों के लिए दीक्षांत समारोह की मेजबानी करेगा एफडीडीआई बनूड़

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). भारत सरकार के वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय के तहत राष्ट्रीय महत्व का एक प्रतिष्ठित संस्थान, फुटवियर डिज़ाइन एंड डेवलपमेंट इंस्टीट्यूट (एफडीडीआई), बनूड़, 2023 और 2024 के स्नातक बैचों के लिए अपने दीक्षांत समारोह की मेजबानी करने के लिए तैयार है। यह कार्यक्रम 10 जनवरी को होने वाला है। एफडीडीआई बनूड़ की कार्यकारी निदेशक सुश्री प्रज्ञा सिंह ने बताया कि पंजाब के माननीय राज्यपाल और चंडीगढ़ के प्रशासक श्री गुलाब चंद कटारिया इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहेंगे। वे 128 स्नातकों को डिग्री प्रदान करेंगे। इसके अतिरिक्त, कर्नल पंकज सिन्हा विशेष अतिथि के रूप में इस कार्यक्रम में शामिल होंगे, जो संस्थान और इसके छात्रों के लिए इस मील के पत्थर के महत्व को बढ़ाएगा। एफडीडीआई, जो रिटेल, फुटवियर, फैशन और लेदर गुड्स में अपने पेशेवर, उद्योग-केंद्रित पाठ्यक्रमों के लिए जाना जाता है, स्नातक और स्नातकोत्तर कार्यक्रमों की पेशकश करने वाला एक अग्रणी संस्थान बना हुआ है। इसके स्नातकों की अत्यधिक मांग है, जो प्रतिस्पर्धी वेतन पैकेज के साथ बहुराष्ट्रीय और राष्ट्रीय दोनों कंपनियों में लगातार प्लेसमेंट प्राप्त कर रहे हैं।

आईसीसी ने जारी की टेस्ट क्रिकेट की ताजा रैंकिंग

पंत टॉप-10 में, कोहली व रोहित को हुआ नुकसान

स्पोर्ट्स डेस्क. आईसीसी ने टेस्ट क्रिकेट की ताजा रैंकिंग जारी की। बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी में खराब प्रदर्शन के बाद विराट कोहली, रोहित शर्मा और शुभमन गिल की टेस्ट बैटिंग रैंकिंग काफी नीचे आ गई है। केएल राहुल को भी बड़ा नुकसान हुआ है। हालांकि, सिडनी टेस्ट में 40 और 61 रन की पारी खेलने वाले ऋषभ पंत की एंट्री टॉप-10 में हो गई है।

वहीं शुभमन गिल और विराट कोहली को 3-3 स्थान का नुकसान हुआ है। रोहित शर्मा टॉप-40 से बाहर हो गए हैं। केएल राहुल टॉप-50 से बाहर हो गए हैं। सिडनी टेस्ट से पहले पंत 12वें नंबर पर थे। वह 9वें नंबर पर पहुंच गए हैं। उनके अलावा यशस्वी जायसवाल टॉप-10 में अन्य बल्लेबाज हैं। यशस्वी जायसवाल नंबर 4 पर हैं। इन दोनों खिलाड़ियों के अलावा टॉप-20 में कोई अन्य भारतीय

फोटो-बीसीसीआई

बल्लेबाज नहीं है। सिडनी टेस्ट से पहले विराट कोहली 24वें नंबर पर थे। अब वह 27वें नंबर पर पहुंच गए हैं। इसी तरह गिल 20वें से 23वें नंबर पर खिसक गए हैं। सिडनी टेस्ट न खेलने वाले रोहित शर्मा को 2 स्थान का नुकसान हुआ है। वह 42वें नंबर पर पहुंच गए हैं। राहुल को 11 स्थान का नुकसान हुआ है। वह 41वें से 52वें नंबर पर पहुंच गए हैं। जबकि रविंद्र जडेजा को भी 2 रैंक का नुकसान हुआ है। वे 51वें नंबर पर आ गए हैं।

वहीं सिडनी टेस्ट में प्लेयर ऑफ द मैच रहे स्कॉट बोलैंड 29 स्थान की छलांग लगाई और टॉप-10 में जगह बना ली। वह रविंद्र जडेजा के साथ नंबर 9 पर बने हुए हैं। ऑस्ट्रेलिया के कप्तान पैट कमिंस नंबर 2 पर पहुंच गए हैं। बुमराह टॉप पर बने हुए हैं जबकि साउथ अफ्रीका के कगिसो रबाडा नंबर 3 पर पहुंच गए हैं। इस बीच आईसीसी ने भारत-ऑस्ट्रेलिया टेस्ट सीरीज की पिचों की रेटिंग जारी की है।

Printed, Published & Owner by ATUL SHARMA & Printed at SARANGLE PRINTERS, BASTI GUZAN JALANDHAR (PUNJAB) and Published from ATUL SHARMA, NN453 GOPAL NAGAR JALANDHAR (PUNJAB)
Editor : ATUL SHARMA*
*Responsible for selection of News under the PRB ACT. PUNHIN/2019/77863, All Rights Reserved. Reproduction in whole or in Part without permission is prohibited. All disputes shall be settled at Jalandhar jurisdiction only.