

ट्रैवलर्स को जरूर पता होने चाहिए भारतीय रेलवे के ये 5 नियम



• जालंधर ब्रीज. फीचर

ट्रेन से यात्रा करना बच्चों से लेकर बड़ों तक को पसंद होता है। भारतीय रेलवे बहुत बड़ा रेल नेटवर्क है। जिसमें लाखों लोग रोजाना यात्रा करते हैं। ऐसे में इंडियन रेलवे के कुछ नियम है जिससे सभी यात्रियों को आरामदायक यात्रा करने का मौका मिलता है। अगर आप ट्रेन में यात्रा करते हैं तो आपको इन 5 भारतीय रेलवे नियमों के बारे में पता होना चाहिए।

- 1) ट्रेन में सामान ले जाने का नियम
- फ्लाइट की तरह ही भारतीय रेलवे में भी सामान ले जाने के नियम हैं? अगर आप एसी कोच से ट्रेन में यात्रा कर रहे हैं, तो आप 70 किलो सामान ले जा सकते हैं, स्लीपर क्लास में 40 किलो और सेकंड क्लास में 35 किलो सामान लेकर जा सकते हैं।
- 2) मिडिल बर्थ रूल
- अगर आपको ट्रेन में मिडिल बर्थ दी गई है। तो आप अपनी बर्थ पर रात 10 बजे से सुबह 6 बजे तक खोल सकते हैं। आप अपनी बर्थ पर इस टाइम से ज्यादा नहीं सो सकते।
- 3) वेटिंग लिस्ट टिकट ट्रेवल रूल
- वेटिंग लिस्ट वाली टिकट होने पर अक्सर लोग कंप्यूज रहते हैं कि इस टिकट से यात्रा कर सकते हैं या नहीं। वेटिंग लिस्ट टिकट के साथ आप ट्रेवल

TEVELLING भारतीय रेलवे में रोजाना लाखों लोग ट्रैवल करते हैं। लेकिन बहुत से लोग रेलवे के नियमों को नहीं जानते। अगर आप अक्सर ट्रेन में यात्रा करते हैं तो आपको भारतीय रेलवे के इन 5 बेसिक नियमों के बारे में जरूर जानना चाहिए।

- कर सकते हैं अगर इसे पीआरएस काउंटर से खरीदा है। वहीं वेटिंग की ई-टिकट होने पर ट्रेन में चढ़ने की इजाजत नहीं होती है क्योंकि रेलवे चार्ट तैयार होने के बाद अगर टिकट वेटिंग में ही रहती है तो वह अपने आप कैंसिल हो जाती है और टिकट के रुपये वापस आ जाते हैं।
- 4) भारतीय रेलवे का रात 10 बजे के बाद का नियम
- भारतीय रेलवे में टीटीई रात 10 बजे के बाद आपका टिकट चेक करने नहीं आ सकता। इसके अलावा रात में 10 बजे के बाद नाइट लाइट को छोड़कर सभी लाइटें बंद होनी चाहिए।
- 5) ट्रेन के दो स्टेशन पर चढ़ने के नियम
- अगर आप अपने निर्धारित बॉर्डिंग पॉइंट पर ट्रेन से चूक जाते हैं। तो वे तब तक ट्रेन में चढ़ सकते हैं जब तक कि वह दो रेलवे स्टेशन पार न कर लो।

WAKE UP

सुबह उठते ही अगर ये 7 काम कर लिया तो जीवनभर मोटिवेटेड रहेंगे

लाइफ में सफल होने के लिए पॉजिटिव विचारों के साथ ही मोटिवेशन की भी जरूरत होती है। अगर आप सुबह उठकर इन 7 कामों को करना शुरू कर देंगे तो कुछ ही दिनों में मन से मोटिवेशन फील करेंगे।



• जालंधर ब्रीज . फीचर

लाइफ में सफल होने के लिए मन में पॉजिटिव बातों और मोटिवेशन का होना जरूरी है। हमारे आसपास चाहे जितने भी पॉजिटिव लोग हों जो हमें मोटिवेट कर रहे हों लेकिन मन में अगर मोटिवेशन नहीं है तो आप आगे नहीं बढ़ सकते हैं। इसी बात का ठीक उल्टा भी हो सकता है कि अगर मन में आपके मोटिवेशन है तो आप कठिन परिस्थितियों से निकलकर सक्सेज हासिल कर लेंगे। अगर आप लगातार फेलियर का सामना कर रहे हैं या लाइफ में मोटिवेशन की कमी महसूस कर रहे तो सुबह उठने के साथ ही इन 7 कामों को करना शुरू कर दें। कुछ ही दिनों में आपके मन में पॉजिटिव सोच और मोटिवेशन आना शुरू हो जाएंगे।

मॉर्निंग हैबिट्स का मतलब केवल सुबह उठना ही नहीं बल्कि उसके साथ ये 7 तरह के काम करना भी है। तो चलिए जानें कैसे 7 मॉर्निंग हैबिट्स आपको मोटिवेशन दे सकते हैं।

दिन की शुरुआत भगवान को शुक्रिया कहने के साथ : अपने दिनभर के काम को याद कर सुबह उठना तो बहुत आसान है। लेकिन ये कामों की लिस्ट आपको बिना बिस्तर से उठे ही आलस और थकान से भर देती है। इसलिए सबसे पहले भगवान को थैंक्यू कहना शुरू करें। भगवान को बहुत छोटी सी बात के लिए भी ग्रेटीट्यूड जाहिर करें और धन्यवाद करें। ऐसा करने से आपके मन में पॉजिटिव एनर्जी का संचार होगा और मन में भारीपन नहीं लगेगा।

एक्सरसाइज करना शुरू करें : सुबह की शुरुआत एक्सरसाइज के साथ करें।

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

ताजी सब्जियां खरीदने के लिए अपनाएं ये टिप्स, नहीं होगी पैसों की बर्बादी



• जालंधर ब्रीज. रसिपी

कई बार बाजार में मिलने वाली सब्जियां दिखने में फ्रेश लगती है लेकिन जब उन्हें खरीदकर घर लाया जाता है तो काटने पर उनके खराब होने का पता चलता है। जिससे पैसे, समय और मूड तीनों खराब हो जाते हैं। ताजी और अच्छी सब्जी की पहचान करने के लिए थोड़ी सी समझदारी और सावधानी का होना जरूरी होता है। अगर आपको भी अच्छी फ्रेश सब्जियों की पहचान नहीं है तो ये किचन टिप्स आपकी मुश्किल को आसान बना सकते हैं। आइए जानते हैं गर्मियों के मौसम में सब्जियां खरीदते समय आपको किन जरूरी टिप्स को फॉलो करना...

फ्रेश सब्जी खरीदने के लिए रखें इन बातों का ख्याल

आलू - आलू खरीदते समय हमेशा इस बात का खास ख्याल रखें कि आलू का आकार गोल और दिखने में चमकदार होना चाहिए। हरे या काले धब्बों वाले आलू को खरीदने से बचें। इस तरह के आलू में टॉक्सिन मौजूद हो सकते हैं। इसके अलावा कटे हुए आलू को भी खरीदने से बचना चाहिए। इस तरह के आलू जल्दी खराब हो सकते हैं।

शिमला मिर्च - शिमला मिर्च खरीदते समय उसकी नीचे से शोप जरूर चेक करें। याद रखें, शिमला मिर्च की तीन गांठ उसके तीखा और अक्सर कड़वे होने और चार गांठ स्वाद में हल्का मीठा होने का संकेत देती है। इसके

अलावा हमेशा हल्के बड़े साइज की शिमला मिर्च खरीदें। साथ ही यह भी चेक करें कि शिमला मिर्च की सतह पर कोई छेद या वो गली हुई न हो।

लौकी - गर्मियों में लौकी की सब्जी ज्यादा खाई जाती है। ऐसे में इसकी फ्रेशनेस की पहचान करने के लिए लौकी खरीदते समय उसमें हल्का सा नाखून गड़ाएं। अगर नाखून आसानी से लौकी में चला जाए तो लौकी बढिया है। लेकिन लौकी की सतह अगर नाखून गड़ाने पर सख्त लगे तो मतलब लौकी पकी हुई है। इसके अलावा हल्के वजन की लौकी खरीदनी चाहिए, उसमें बीज नहीं निकलते हैं।

भिंडी - भिंडी खरीदते समय इस बात का ध्यान रखें कि वो छोटी और नर्म हो। ज्यादा बड़ी और कठोर भिंडी खाने में रेशेदार होती है। अच्छी भिंडी की पहचान करने के लिए एक भिंडी को हल्का सा तोड़कर देखें, अगर वह आसानी से टूट जाए तो वह ताजी और अच्छी है।

छेद या खराब ना हो सब्जी - अक्सर लोग जल्दबाजी में सब्जी खरीदते हैं, जिससे उसके खराब निकलने के चांस जल्दा बढ़ जाते हैं। दुकानदार ऐसे ग्राहकों को अपनी खराब सब्जी बेच देता है। ऐसे में इस नुकसान से बचने के लिए सब्जी खरीदते समय उसे चारों ओर से पलटकर ध्यान से जरूर देखें। सब्जी ऊपर से देखने में सही हो इसका मतलब यह नहीं होता की वह अच्छी सब्जी है। अगर कोई सब्जी किसी हिस्से से दबी हुई हो तो उसके जल्दी खराब होने का डर बना रहता है।

वेट लॉस के लिए जरूरत से ज्यादा खाते हैं खीरा, सेहत को हो सकते हैं नुकसान

• जालंधर ब्रीज. हेल्थ केयर

वेट लॉस मिशन को करना हो पूरा या गर्मियों में बॉडी को रखना हो कूल, सलाद की प्लेट में रखा खीरा अक्सर हर जरूरत को पूरा करता हुआ नजर आता है। खीरे में मौजूद पानी की मात्रा, फाइबर, विटामिन के, विटामिन सी, पोटेशियम, मैग्नीशियम और अन्य जरूरी पोषक तत्व शरीर को हाइड्रेट रखने के साथ पाचन को बेहतर बनाए रखने में मदद करते हैं। सेहत के लिए इतना फायदेमंद होने के बावजूद क्या आप जानते हैं खीरे का जरूरत से ज्यादा सेवन सेहत को फायदे की जगह नुकसान पहुंचाने लगता है।

पेट की समस्या

खीरे में कुकुर्बिटैसिन नामक तत्व होता है, जो ज्यादा मात्रा में खाने से पेट में गैस, पतली दस्त, सूजन या अपच की समस्या पैदा कर सकता है। जिन लोगों का पाचन तंत्र पहले से ही कमजोर है, उन्हें खीरे का ज्यादा सेवन नहीं करना चाहिए।

लो ब्लड प्रेशर

खीरा में पोटेशियम प्रचुर मात्रा में मौजूद होता है, जो रक्तचाप को कंट्रोल करने में मदद करता है। लेकिन इसका जरूरत से ज्यादा सेवन ब्लड प्रेशर को लो करके हाइपरक्लेमिया जैसी स्वास्थ्य स्थितियों को ट्रिगर कर सकता है। जिससे सूजन, एंटेन, गैस और किडनी संबंधित समस्याएं हो सकती हैं।

पानी की अधिकता से असंतुलन

खीरे में 95 प्रतिशत पानी मौजूद होता है। इसका ज्यादा सेवन करने से शरीर में पानी की मात्रा बढ़ सकती है, जिससे इलेक्ट्रोलाइट असंतुलन हो सकता है।

एलर्जी की संभावना

कुछ लोगों को खीरे से एलर्जी हो सकती है, जिसके लक्षणों में खुजली, मुंह में जलन या त्वचा पर चकते शामिल हैं।

HEALTH

सेहत के लिए फायदेमंद होने के बावजूद क्या आप जानते हैं खीरे का जरूरत से ज्यादा सेवन सेहत को फायदे की जगह नुकसान पहुंचाने लगता है।



यूरिन से जुड़ी समस्या

खीरे में प्राकृतिक रूप से ड्युरेटिक (पेशाब बढ़ाने वाला) जैसा गुण मौजूद होता है। यदि किसी को बार-बार यूरिन आने की समस्या है, तो ऐसे लोगों को खीरे का सेवन सीमित मात्रा में करना चाहिए।

सलाह

खीरे को संतुलित मात्रा में खाएं (दिन में 1-2 मीडियम

आकार के खीरे खाना पर्याप्त होता है)। इसे खाने से पहले अच्छी तरह धो लें ताकि इस पर लगे कीटनाशक या बैक्टीरिया साफ हो जाएं। पाचन संबंधी समस्या होने पर खीरा रात को खाने से बचें। खीरा खाने के तुरंत बाद पानी पीने से बचना चाहिए।

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

सीबीएसई स्कूलों के प्रधानाचार्यों के लिए एक्सपोजर विजिट का हुआ आयोजन

• जालंधर ब्रीज . नई दिल्ली

सीबीएसई, नई दिल्ली के सहयोग से सीबीएसई स्कूलों के प्रधानाचार्यों के लिए एक एक्सपोजर विजिट का आयोजन किया गया। इस विजिट में पंजाब, हिमाचल प्रदेश, चंडीगढ़ और हरियाणा के प्रसिद्ध स्कूलों के प्रतिष्ठित प्रधानाचार्यों ने भाग लिया। यह कार्यशाला फुटवियर डिज़ाइन एंड डेवलपमेंट इंस्टीट्यूट (FDDI) द्वारा NEP 2020 के अनुरूप आयोजित की गई, जिसका उद्देश्य कौशल-आधारित शिक्षा और शैक्षणिक संस्थानों में एकीकृत दृष्टिकोण को बढ़ावा देना है। इस विजिट का मुख्य उद्देश्य शिक्षाविदों को फुटवियर, फैशन और रिटेल क्षेत्रों में उपलब्ध विकास और करियर के अवसरों के बारे में जानकारी प्रदान करना था।

प्रधानाचार्य सम्मेलन का उद्देश्य शिक्षकों को सर्वोत्तम प्रथाओं को साझा करने, नवीन शिक्षण विधियों पर चर्चा करने और शिक्षा क्षेत्र में आने वाली चुनौतियों का समाधान करने के लिए एक मंच प्रदान करना था। इस कार्यक्रम में तकनीकी सत्र, प्रयोगशाला

भ्रमण, प्रदर्शनी और इंटरएक्टिव चर्चाएं शामिल थीं।

कार्यक्रम में कुल 26 स्कूल प्रधानाचार्यों ने भाग लिया। मुख्य अतिथि के रूप में प्रीति सक्सेना, उप आयुक्त, केवी चंडीगढ़ क्षेत्र ने भाग लिया, जबकि प्राग्या सिंह, आईआरएस, कार्यकारी निदेशक, एफडीडीआई ने अध्यक्षता की। कार्यक्रम की शुरुआत दीप प्रचलन के साथ की गई। उद्घाटन सत्र में प्राग्या सिंह ने मुख्य अतिथि और प्रतिनिधियों का स्वागत किया। अपने स्वागत संबोधन में उन्होंने फुटवियर उद्योग को मजबूत बनाने में एफडीडीआई की भूमिका पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि इस उद्योग में विकास और करियर के लिए काफी संभावनाएं हैं और प्रशिक्षित लोगों की आवश्यकता है। उन्होंने यह भी कहा कि इस बैठक का उद्देश्य शिक्षा पद्धति और छात्रों के कौशल को प्रदर्शित करना है ताकि प्रधानाचार्य इसे अपने छात्रों के साथ साझा कर सकें।

मुख्य अतिथि प्रीति सक्सेना ने संबोधन



करते हुए कहा, "शिक्षा भविष्य का पासपोर्ट है, कल उन लोगों का होता है जो आज तैयार होते हैं।" उन्होंने NEP 2020 के छात्र विकास के लक्ष्य के पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि कौशल शिक्षा

शिक्षा नीति में लंबे समय से अनदेखी की गई है, जबकि महात्मा गांधी ने भी हर व्यक्ति में कौशल की आवश्यकता पर बल दिया था। व्यावसायिक और कौशल शिक्षा को मुख्यधारा में लाने की आवश्यकता है।



उन्होंने यह भी कहा कि विद्यालय शिक्षा के दौरान ही कौशल शिक्षा शुरू करना सबसे अच्छा समय है। इस कार्यक्रम में छात्रों द्वारा डिजाइन और विकसित किए गए फुटवियर, एसेसरीज और फैशन

परिधानों की प्रदर्शनी का आयोजन किया गया, जिसमें प्रधानाचार्य ने छात्रों के कार्यों की सराहना की। प्रदर्शनी के बाद तकनीकी सत्रों का आयोजन किया गया, जहां संकाय सदस्यों ने उद्योग के दृष्टिकोण, करियर के अवसरों और व्यावसायिक शिक्षा के महत्व पर चर्चा की। प्रधानाचार्यों ने विभिन्न प्रयोगशालाओं का दौरा किया, जैसे कि CAD/CAM, ड्रैपिंग, परिधान निर्माण, लॉस्टिंग, घटक और फिनिशिंग लैब। उन्होंने निर्माण प्रक्रिया और आधुनिक मशीनों व सॉफ्टवेयर के उपयोग का अवलोकन किया। अंत में एक विचार-विमर्श सत्र का आयोजन किया गया, जिसमें प्रधानाचार्यों और संकाय सदस्यों ने छात्रों के लाभ के लिए संभावित सहयोग और एकीकृत शैक्षणिक दृष्टिकोणों पर विचार-विमर्श किया। एफडीडीआई द्वारा आयोजित इस एक्सपोजर विजिट ने शैक्षणिक संस्थानों और उद्योग-उन्मुख शिक्षा के बीच मजबूत संबंध स्थापित करने के लिए एक अनूठा अवसर प्रदान किया। डॉ. पूजा सिंह ने आभार प्रदर्शन किया।

स्टार्टअप्स – भारत की नवाचार क्रांति का सुलगना

प्रयागराज संगम पर महाकुंभ की शानदार सफलता के बाद, अब विकास की तीन धाराओं – नवाचार, रोजगार सृजन और उद्यमिता के संगम का जश्न मनाने का समय आ गया है, जो प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की विकास और विरासत की कल्पना को जीवंत और उत्साहपूर्ण भारत के लिए आगे ले जाएगा।

ये तीनों धाराएँ 3 अप्रैल को स्टार्टअप महाकुंभ में समाहित होंगी। प्रयागराज में हुए विस्मयकारी आध्यात्मिक समायोजन की तरह, स्टार्टअप महाकुंभ का आयोजन भी भव्य और वैश्विक स्तर पर किया जा रहा है। इस कार्यक्रम में 3,000 से अधिक स्टार्टअप, 1,000 से अधिक निवेशक, 500 से अधिक वक्ता और दुनिया भर से 15,000 से अधिक प्रतिनिधि और व्यवसायी शामिल होंगे, जिसमें 50 से अधिक देशों की भागीदारी होगी। यह स्टार्टअप के लिए सहयोग, मार्गदर्शन, धन उपलब्ध कराने और नए बाजारों तक पहुंच का पता लगाने के लिए एक शक्तिशाली मंच होगा। समर्पित विशेषज्ञों की कक्षाएं, ज्ञान सत्र और नेटवर्किंग फ़ोरम के साथ, यह कार्यक्रम न केवल नवाचार को बढ़ावा देगा बल्कि उद्यमियों की अगली पीढ़ी को अपने स्वयं के उद्यम शुरू करने के लिए प्रेरित भी करेगा। साथ ही, इस वर्ष के महाकुंभ में, तीन-स्तरीय निवेशक-नेतृत्व वाली जूरी प्रक्रिया 50 करोड़ रुपये के पुरस्कार पूल के साथ भारत के सबसे बड़े निजी क्षेत्र द्वारा वित्त पोषित ग्रैंड इनोवेशन चैलेंज में 150 फाइनलिस्ट का चयन करेगी।

नवाचार – चाहे शतरंज का खेल हो या प्राचीन भारत में 'शून्य' की अवधारणा, या आज का यूपीआई, चंद्रयान और मंगलयान, नवाचार हमेशा से ही भारतीय डीएनए का हिस्सा रहा है। स्वस्थ अनुसंधान और विकास के माध्यम से प्राप्त नए विचार, नवीन वस्तुएं और सेवाएं भारत को 2047 तक विकसित देश बनने के अपने मिशन में आगे बढ़ाएंगी। उपयुक्त रूप से, इस कार्यक्रम का विषय स्टार्टअप इंडिया @2047 है।

पीएम मोदी की कल्पना – 2015



अब लगभग 1.7 लाख हो गई है। ये उद्यम फिन-टेक, डीप-टेक, एड-टेक, नैनो-टेक, बायो-टेक, स्पेस-टेक, एग्री-टेक और हेल्थ-टेक सहित 55 से अधिक क्षेत्रों में फैले हुए हैं, जो भारत को प्रमुख प्रौद्योगिकी-संचालित उद्यमिता के गढ़ के रूप में उभरने में मदद कर रहे हैं।

सरकार स्टार्टअप्स को धन उपलब्ध कराने में सहायता देने के लिए भी सक्रिय रूप से पहल कर रही है। पिछले साल के बजट में हमारी सरकार ने कौशल टैक्स को समाप्त कर दिया था, इस कदम की नए उद्यमियों ने सराहना की थी। इस साल बजट में 10,000 करोड़ रुपये का नया फंड ऑफ फंड्स शुरू किया गया। नौकरियां और समाधान – सरकार द्वारा पंजीकृत स्टार्टअप ने 31 जनवरी, 2025 तक 17.69 लाख प्रत्यक्ष नौकरियां पैदा की हैं। इसके अलावा, वे वास्तविक दुनिया की चुनौतियों के लिए अत्याधुनिक समाधान प्रदान कर रहे हैं। गैर-आक्रामक, एआई-संचालित थर्मल इमेजिंग तकनीक के साथ

स्तन कैंसर का पता लगाने में क्रांतिकारी बदलाव; किसानों को सीधे खरीदारों से जोड़कर ग्रामीण व्यापार को सरल बनाना; कृषायती और कुशल भुगतान गेटवे समाधान प्रदान करना; कचरे को धन में बदलने वाले प्रभावशाली पर्यावरण-अनुकूल उत्पाद बनाना; हमारे साइबरस्पेस को सुरक्षित करना चुनौतियों के ऐसे कुछ उदाहरण हैं जिनका हमारे स्टार्टअप द्वारा भारत और दुनिया के लिए समाधान किया गया है। हमारे स्टार्टअप भी बहुत फूर्तीले और तेज-तर्रार हैं। कोविड-19 महामारी के दौरान, जिन स्टार्टअप ने मजबूत विश्लेषणात्मक समाधान, ड्रोन, दूरसंचार प्लेटफॉर्म आदि विकसित किए थे, उन्होंने संपर्क ट्रेसिंग, क्वारान्टाइन निगरानी और वॉर रूम के लिए डैशबोर्ड विकसित करने के लिए इन तकनीकों का लाभ उठाने के लिए तेजी से काम किया। पीपीई किट, वेंटिलेटर और सैंपल कलेक्शन उत्पादों और सेवाओं जैसे महत्वपूर्ण उपकरण बनाने में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका थी।

उद्यमशीलता संस्कृति – स्टार्टअप इंडिया पहल ने पूरे देश में उद्यमशीलता की मानसिकता को काफी हद तक बदल दिया है। जहाँ एक समय परिवार एक सुरक्षित नौकरी की तलाश में रहते थे, वहीं आज वे अपने युवा परिवार के सदस्यों के उद्यमशीलता के कारनामों को प्रोत्साहित करते हैं और उन पर गर्व करते हैं। यह हमारे ऊर्जावान युवाओं को नौकरी चाहने वालों के बजाय नौकरी देने वाले बनने के लिए प्रेरित कर रहा है। ऐसी ऊर्जा से पैदा हुए उद्यम नई ऊँचाइयों को छू रहे हैं। उद्योग के अनुमानों के अनुसार, एक बिलियन डॉलर से अधिक मूल्यांकन वाले भारतीय यूनिकॉर्न की संख्या 2016 से पहले 10 से भी कम थी जो आज बढ़कर 110 से अधिक हो गई है, जिनका सामूहिक मूल्य 385 बिलियन अमेरिकी डॉलर से अधिक है।

सार्वजनिक खरीद में सहायता – हमारी सरकार ने सरकारी ई-मार्केटप्लेस (जीईएम) में पात्र स्टार्टअप की विशेष प्रावधान किया है।

हंसा-3 (एनजी) ने भारत की विमानन आत्मनिर्भरता की उड़ान को शक्ति प्रदान की

भारत वर्तमान में वैश्विक स्तर पर तीसरा सबसे बड़ा घरेलू विमानन बाजार है। इस दशक के अंत तक, यह अनुमान है कि यह आश्चर्यजनक रूप से तीन सौ मिलियन घरेलू यात्रियों को सेवा प्रदान करेगा, जो वैश्विक विमानन क्षेत्र में एक प्रमुख शक्ति के रूप में इसकी स्थिति को मजबूत करेगा। यात्रियों की संख्या में यह तीव्र वृद्धि केवल एक विस्तारित विमानन उद्योग से कहीं अधिक की दर्शाती है – यह लाखों भारतीयों की बढ़ती आकांक्षाओं को दर्शाती है।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली सरकार भारत को अग्रणी राष्ट्रों में शामिल करने तथा वैश्विक मानकों पर खरा उतरने के लिए संकल्पबद्ध है तथा देश तेजी से बढ़ती विमानन आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए तैयार है, ऐसे में सबसे बड़ी आवश्यकता पायलटों की मांग है, जो इस विकास पथ को कायम रखने में एक महत्वपूर्ण घटक है। नागर विमानन मंत्रालय की हालिया रिपोर्टों के अनुसार, भारत में पायलटों की मांग अगले दो दशकों में कम से कम पांच गुना बढ़ने का अनुमान है, जो वर्तमान संख्या से कहीं अधिक है। मांग में यह वृद्धि भारत के नागर विमानन क्षेत्र में यात्री यातायात तथा विमान बेड़े के विस्तार में तेजी से वृद्धि के कारण है, जिसे नागर विमानन मंत्री के राममोहन नायडू द्वारा शुरू की गई दूरदर्शी पहलों से बल मिल रहा है। भारत में वर्तमान में 38 उड़ान प्रशिक्षण संभटन (एफटीओ) हैं। कुशल प्रशिक्षण संभटन (एफटीओ) हैं। कुशल पायलटों की बढ़ती मांग के साथ, देश में एक बड़ा तथा विश्वस्तरीय उड़ान प्रशिक्षण इको-सिस्टम विकसित करना महत्वपूर्ण है, जिसमें प्रशिक्षक विमानों की संख्या में आनुपातिक वृद्धि हो। वर्तमान में, भारत में छोटे नागरिक विमान बाजार पर बड़े पैमाने पर विदेशी कंपनियों का नियंत्रण है तथा घरेलू कंपनियों का इसमें कोई खास दबदबा नहीं है।

पुरी तरह से आत्मनिर्भर होने के लिए हमारे देश को स्वदेशी नागरिक विमान विकास की आवश्यकता है। यह देश की विशेषज्ञता और क्षमताओं को प्रदर्शित

करेगा, जो भारत को एयरोस्पेस घटक निर्माण के लिए एक पसंदीदा गंतव्य के रूप में स्थापित करेगा। प्रारंभिक डिजाइन से लेकर अंतिम उत्पादन तक हर चरण में उत्कृष्टता प्राप्त करके इस तरह के प्रयास देश के विमानन उद्योग को काफी मजबूत करेंगे। हंसा-3 विमान, जिसका वाणिज्यिक नाम हंसा-3 (नई पीढ़ी) है, को वैज्ञानिक और औद्योगिक अनुसंधान परिषद-राष्ट्रीय एयरोस्पेस प्रयोगशालाओं (सीएसआईआर-एनएएल) द्वारा स्वदेशी



रूप से डिजाइन और विकसित किया गया है, जिसमें कई उन्नतियाँ हैं जो उड़ान समुदाय की ज़रूरतों को पूरा करती हैं। अत्याधुनिक ग्लास कॉकपिट, ईंधन-कुशल रोटैक्स 912 iSC3 स्पॉर्ट इंजन और 620 समुद्री मील की रेंज और सात घंटे की सहनशक्ति जैसे उन्नत प्रदर्शन मीट्रिक्स की विशेषता वाला यह विमान आधुनिक ट्रेनर विमान मानकों को फिर से परिभाषित करता है। प्रमुख प्रमाणपत्र प्राप्त करने के बाद, हंसा-3 (एनजी) अब दिन और रात के संचालन के लिए प्रमाणित है, साथ ही आईएफआर संचालन के लिए इसकी क्षमताओं को बढ़ाने के लिए और कदम उठाए गए हैं।

सीएसआईआर-एनएएल का हंसा-3 (एनजी) भारत की विमानन महत्वाकांक्षाओं को आगे बढ़ाने में एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है। यह इस दशक के अंत तक भारत को वैश्विक विमानन केंद्र के रूप में स्थापित करने और 2047 तक विकसित भारत के व्यापक लक्ष्य को प्राप्त करने के माननीय

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के दृष्टिकोण के साथ सहज रूप से संरेखित है।

सीएसआईआर-एनएएल का एक उद्योग भागीदार के साथ हाल ही में किया गया सहयोग हंसा-3 (एनजी) विमानों के उत्पादन में वृद्धि के साथ घरेलू और अंतर्राष्ट्रीय दोनों मांगों को पूरा करेगा। बंगलुरु में स्थापित होने वाली उत्पादन सुविधा सालाना 36 विमानों का निर्माण शुरू करेगी, जो बढ़ती ज़रूरतों को पूरा करने के लिए 72 इकाइयों तक बढ़ जाएगी। भारत के पहले ऑल-कम्पोजिट एयरफ्रेम विमान के रूप में, हंसा-3 (एनजी) एक गेम-चेंजर है, जो फ्लाईंग क्लबों को अगली पीढ़ी के पायलटों को प्रशिक्षित करने में सक्षम बनाता है और साथ ही शौकिया उड़ान की संस्कृति को भी बढ़ावा देता है। प्रशिक्षण से हटकर, हंसा-3 (एनजी) निगरानी, हवाई फोटोग्राफी, पर्यावरण निगरानी और अन्य जैसी भूमिकाओं के लिए अपार संभावनाएं रखता है। इसकी तेजाती से छोटे विमान विनिर्माण इको-सिस्टम को प्रोत्साहन मिलेगा, स्थानीय बुनियादी ढांचे को बढ़ावा मिलेगा और छोटे से मध्यम स्तर के उद्यमों को विमानन आपूर्ति श्रृंखला में योगदान करने में सक्षम बनाया जाएगा।

हंसा-3 (एनजी) माननीय प्रधानमंत्री के आत्मनिर्भर भारत के सपने को साकार करने की दिशा में भारत की प्रगति का प्रतीक है, जिसमें विमानन क्षेत्र देश के आत्मनिर्भरता आंदोलन में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। जैसे-जैसे हंसा-3 (एनजी) स्वयं को एक लागत प्रभावी और बहुआयामी प्रशिक्षक विमान के रूप में स्थापित करेगा, यह एयरोस्पेस विनिर्माण में वैश्विक स्तर पर प्रतिस्पर्धा करने के लिए भारत की तैयारी का भी संकेत देगा। सीएसआईआर-एनएएल और उद्योग भागीदार के बीच सहयोग केवल वर्तमान ज़रूरतों को पूरा करने के बारे में नहीं है, यह एक ऐसे भविष्य को आकार देने के बारे में है, जहां भारत विमानन, नवाचार और प्रौद्योगिकी में अग्रणी देश के रूप में उभरता है।

पीएम मोदी के दूरदर्शी नेतृत्व में किसान कल्याण की योजनाओं पर लक्ष्यबद्ध किया जा रहा है कार्य- शिवराज सिंह

'हर काम देश के नाम' अग्रिवीर भर्ती के लिए पंजीकरण की अंतिम तिथि 25 अप्रैल तक बढ़ाई गई

जालंधर ब्रीज (अंबाला/चंडीगढ़) . हरियाणा, हिमाचल, दिल्ली और चंडीगढ़ की महिला उम्मीदवारों से अगिनवीर भर्ती के आवेदन आमंत्रित भर्ती योजना के तहत वर्ष 2025-26 किए गए हैं। विशेष रूप से, पुरुष उम्मीदवार दो ट्रेडों के लिए आवेदन कर सकते हैं, और चयन किसी भी श्रेणी में उनके सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन के आधार पर निर्धारित किया जाएगा। यह सलाह दी जाती है कि उम्मीदवार पंजीकरण के लिए अंतिम तिथि की प्रतीक्षा न करें और https://www.joinindianarmy.nic.in पर अपना पंजीकरण करवाएं।



हरियाणा के छह जिलों अंबाला, कैथल, कुरुक्षेत्र, करनाल, यमुनानगर, पंचकुला और केंद्र शासित प्रदेश चंडीगढ़ के पुरुष उम्मीदवारों और

भारतीय रिजर्व बैंक, चंडीगढ़ द्वारा आईटीबीपी जवानों के लिए काव्य संध्या का आयोजन



जालंधर ब्रीज (चंडीगढ़) . भारतीय रिजर्व बैंक, चंडीगढ़ कार्यालय द्वारा आईटीबीपी (भारत-तिब्बत सीमा पुलिस) जवानों के सम्मान में एक भव्य काव्य संध्या का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम की अध्यक्षता क्षेत्रीय निदेशक विवेक श्रीवास्तव ने की, जबकि मुख्य अतिथि के रूप में आईटीबीपी वेस्टर्न कमांड के अपर महानिदेशक संजय चौधरी उपस्थित रहे। इस विशेष अवसर पर रंजीत सिंह राणा (डीआईजी), विजय देशवाल (डीआईजी), सीरम दुबे (कमांडेंट) एवं अशोक शर्मा (डंपुटी कमांडेंट) सहित कई अन्य अधिकारी और जवान भी शामिल हुए।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए अपर महानिदेशक संजय चौधरी ने भारतीय रिजर्व बैंक को इस आयोजन के लिए

धन्यवाद दिया और कार्यक्रम की सराहना की। क्षेत्रीय निदेशक विवेक श्रीवास्तव ने अपने संबोधन में आईटीबीपी के जवानों के समर्पण और निस्वार्थ सेवा की सराहना की। उन्होंने कहा कि सुरक्षा बलों की दृढ़ता और प्रतिबद्धता से ही देश सुरक्षित है, और उनके प्रति सम्मान व्यक्त करना समाज का कर्तव्य है।

इस काव्य संध्या में सुप्रसिद्ध कवि पद्मश्री डॉ. सुरेंद्र दुबे, अशोक चरण एवं डॉ. तिथ्या ने अपने हास्य-व्यंग्य और प्रेरणादायक रचनाओं से उपस्थित जनसमूह को मंत्रमुग्ध कर दिया। कार्यक्रम का समापन धन्यवाद ज्ञापन और भोज के साथ हुआ। यह आयोजन जवानों के मनोबल को ऊंचा करने और साहित्य के माध्यम से उन्हें आनंद प्रदान करने के उद्देश्य से किया गया था।

पीएम मोदी के दूरदर्शी नेतृत्व में किसान कल्याण की योजनाओं पर लक्ष्यबद्ध किया जा रहा है कार्य- शिवराज सिंह

जालंधर ब्रीज (काठमांडू (नेपाल)/नई दिल्ली) . केंद्रीय कृषि एवं किसान कल्याण तथा ग्रामीण विकास मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने आज नेपाल के काठमांडू में तीसरी बिस्मटेक कृषि मंत्रिस्तरीय बैठक (BAMM) में भारत का नेतृत्व किया। इसमें भारत, बांग्लादेश, भूटान, नेपाल, म्यांमार, थाईलैंड और श्रीलंका जैसे बिस्मटेक देशों के कृषि मंत्रियों और वरिष्ठ कृषि अधिकारियों ने भाग लिया। इस बैठक ने कृषि विकास के क्षेत्र में अधिक क्षेत्रीय सहयोग का अवसर प्रदान किया है।

पिछले एक दशक में, बिस्मटेक बंगाल की खाड़ी क्षेत्र में क्षेत्रीय विकास, संपर्क और आर्थिक प्रगति को बढ़ावा देने के लिए एक महत्वपूर्ण मंच के रूप में उभरा है। "कृषि और खाद्य सुरक्षा" बिस्मटेक के सहयोग के



प्रमुख क्षेत्रों में से एक है। यह क्षेत्रीय कृषि सहयोग को आकार देने वाली सर्वोच्च निर्णय लेने वाली संस्था BAMM की तीसरी बैठक थी। पहला BAMM 12 जुलाई 2019 को म्यांमार में हुआ, उसके बाद दूसरा BAMM 10 नवंबर 2022 को भारत में हुआ। तीसरे BAMM के दौरान, कृषि मंत्रियों ने मत्स्य पालन और पशुधन सहयोग सहित बिस्मटेक कृषि क्षेत्र को और अधिक गति प्रदान करने के तरीकों और साधनों पर विचार-विमर्श किया।



तीसरे स्थान पर है। इसके अतिरिक्त, आरंभिक सार्वजनिक निगम (आईपीओ) गतिविधियों में वृद्धि हुई है, इस वर्ष 23 स्टार्टअप्स पब्लिक लिस्टिंग की तैयारी कर रहे हैं, जो भारतीय नवाचार में निवेशकों के विश्वास को दर्शाता है। इसके अलावा, टियर 2 और टियर 3 शहर कृषि, स्वास्थ्य सेवा और शिक्षा में स्थानीय चुनौतियों से निपटते हुए उद्यमशीलता से संबंधित गतिविधि केंद्रों के रूप में उभर रहे हैं। यह विकेंद्रीकरण एक अशाजनक प्रवृत्ति है, जो इकोसिस्टम की समावेशिता और उसकी संभावनाओं को रेखांकित करती है।

गोयल द्वारा रेखांकित चुनौतियाँ – इन

उपलब्धियों के बावजूद, गोयल की आलोचना उन महत्वपूर्ण कमियों की ओर इंगित करती है, जिन्हें दूर किए जाने की आवश्यकता है। अनेक स्टार्टअप्स डीप-टेक जैसे परिवर्तनकारी क्षेत्रों में नवाचार करने के बजाय मौजूदा व्यवसाय मॉडल की नकल करने पर ध्यान केंद्रित करते हैं। उदाहरण के लिए, यद्यपि चीनी स्टार्टअप्स सेमीकंडक्टर और ईवी प्रौद्योगिकियों में वैश्विक स्तर पर अग्रणी हैं, वहीं भारतीय स्टार्टअप्स अक्सर किराने के सामान की तत्काल डिलीवरी या विशिष्ट उपभोक्ता उत्पादों को प्राथमिकता देते हैं। इस दृष्टिकोण से सीमित दीर्घकालिक आर्थिक मूल्य वाले व्यवसायों का सृजन होने का खतरा है। गोयल ने प्रतिभा पलायन या ब्रेन ड्रेन के बारे में भी चिंता जाहिर की, जहां नवोन्मेषी विचारों को कम कीमत पर विदेशी कंपनियों को बेचा जाता है। घरेलू नवाचार के लिए मजबूत समर्थन के बिना, भारत के समक्ष अपनी मौजूदगी पूंजी को अपने वैश्विक प्रतिस्पर्धियों के लिए गवां देने का जोखिम मौजूद है।

आत्मविश्लेषण और जवाबदेही – मंत्री

महोदय का यह वक्तव्य स्टार्टअप इकोसिस्टम के बारे में कही जाने वाली सामान्य बातों से हटकर एक स्वागत योग्य कदम है। उन्होंने बिना किसी लाग-लपेट के अपनी बात को स्पष्ट रूप से रखने का विकल्प चुना। उनकी इस स्पष्ट आलोचना को निंदा के रूप में नहीं, बल्कि भारत के प्रतिभाशाली युवाओं के लिए रचनात्मक चुनौती के रूप में- उन्हें सौम्य रूप से प्रेरित किए जाने के रूप में देखा जाना चाहिए।

स्टार्टअप इकोसिस्टम के भीतर आत्मविश्लेषण और जवाबदेही की संस्कृति को बढ़ावा देने की दिशा में वरिष्ठ मंत्रियों के ऐसे वक्तव्य महत्वपूर्ण हैं। यद्यपि यूनिकॉर्न वेल्यूएशन और वित्त पोषण संबंधी उपलब्धियों को लेकर मिल रही प्रशंसा का आनंद लेना आसान है, लेकिन वास्तविक प्रगति प्रणालीगत खामियों को दूर करने और दीर्घकालिक आर्थिक मूल्य बनाने वाले व्यवसायों का निर्माण करने में निहित है। गोयल की टिप्पणियाँ संस्थापकों और निवेशकों के लिए अपनी प्राथमिकताओं पर पुनर्विचार करने और अपने प्रयासों को राष्ट्रीय लक्ष्यों के साथ संरेखित करने की चेतावनी का कार्य करती है।

Printed, Published & Owner by ATUL SHARMA & Printed at DB Corp Ltd, Near Subhanpur Bus Stand, Hamira, Kapurthala-144802(Punjab) and Published from ATUL SHARMA, NN453 GOPAL NAGAR JALANDHAR (PUNJAB)
Editor : ATUL SHARMA*
*Responsible for selection of News under the PRB ACT. PUNJIN/2019/77863, All Rights Reserved. Reproduction in whole or in Part without permission is prohibited. All disputes shall be settled at Jalandhar jurisdiction only.