सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-6 • 20 JUNE TO 26 JUNE 2025 • VOLUME 47 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

प्रेरणा

"क्या फर्क पड़ेगा तुझे दुख के सागर में डूब जाने से
कल का सूरज तो अपने समय पर ही उगेगा।"

साप्ताहिक मौसम

दिन	अधिकतम	न्यूनतम
शुक्रवार	39°	29°
शनिवार	40°	30°
रविवार	37°	29°
सोमवार	36°	29°
मंगलवार	36°	30°
बुधवार	37°	30°
वीरवार	38°	29°

*आंकड़े आईएमडी के अनुसार

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
CONSULTING DESIGN TRAINING
ISO CERTIFIED 2015 COMPANY
CONFUSED ABOUT CAREER!
Unsure of what to do after 10th/12th/Graduation?
Whether to Study in India or Abroad?
What should I do after 10th-Science, Commerce or Arts?
Should I consider Computer or Mechanical Engineering?
What is better for me - MBA in Marketing or MBA in Finance?
Should I pursue Chartered Accountancy or Law after 12th?
Do I have the aptitude for Architecture and Designing?
Get Career Guidance from our Expert Career Counseling Team Free of Cost
E-mail : hr@innovativetechin.com • Website : www.innovativetechin.com • FB/Innovativetechin • Contact :9317776662, 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

सोरोका अस्पताल पर बमबारी से भड़के इजरायल ने दी ईरान को चेतावनी

'खामेनेई का अस्तित्व मिटा देंगे'

तेल अवीव. ईरान और इजरायल के बीच जंग सातवें दिन में प्रवेश कर गई। हर गुजरते दिन के साथ दोनों की तरफ से एक दूसरे पर किए जा रहे हमले भीषण होते जा रहे है। ईरानी मिसाइलों ने दक्षिणी इजराइल में एक प्रमुख चिकित्सा सुविधा और तेल अवीव में स्टॉक एक्सचेंज की इमारत को निशाना बनाया है। ईरान ने इजरायल के एक अस्पताल को निशाना बनाया। ईरान ने इजरायल पर लॉन्ग रेंज बैलेस्टिक मिसाइलें दागी और इससे इजरायल को नुकसान हो रहा है। ईरान ने इजरायल के सरोका अस्पताल को निशाना बनाया जिससे अफरा तफरी मच गई और लोग वहां से भागते दिखें। अस्पताल को भी इस हमले में नुकसान हुआ है।

वहीं, इजरायल ने इस हमले से पहले ईरान के न्यूक्लियर रिएक्टर्स और कई शहरों को निशाना बनाया। 40 फाइटर जेट्स से तेहरान समेत ईरान के कई शहरों पर हमला किया और अराक रिएक्टर पर बमबारी की जिसके बाद में ईरान कुछ इस अंदाज में सामने आया। जहां उसने तस्वीरें जारी कर दिखाई कि वो किस तरह की लॉन्ग रेंज बैलेस्टिक मिसाइलें इजरायल पर दाग रहा है और वो खुद पर हो रहे हमले का बदला ले रहा है। अस्पताल पर हमला देख इजरायल के पीएम बेंजामिन नेतन्याहू भड़क उठे हैं। वो तेहरान और उसके हुक्मरानों से बदला लेने की बात कर रहे हैं।

रिपोर्टों में कहा गया है कि इजराइल ने मध्य ईरान में अराक और खोंडब के निवासियों को जगह खाली करने की चेतावनी जारी की है। इस बीच, इजरायल और ईरान के बीच लड़ाई जारी रहने के दौरान अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने संकेत दिया है कि अमेरिका भी इस संघर्ष में शामिल हो सकता है। ट्रंप ने कहा, 'मैं ऐसा कर सकता हूं, मैं ऐसा नहीं भी कर सकता। मेरा मतलब है, कोई नहीं जानता कि मैं क्या करने जा रहा हूं'। डोनाल्ड ट्रंप ने व्हाइट हाउस के साउथ लॉन में संवाददाताओं से कहा, मध्य पूर्व में तनाव बढ़ने के बीच जब इजरायल ने तेहरान में सैन्य ठिकानों पर हवाई हमलों की जिम्मेदारी ली जिसमें ईरान का "आंतरिक सुरक्षा मुख्यालय" भी शामिल है। हमले के बाद इजरायल के रक्षा मंत्री इजरायल कैट्ज ने कहा कि कायर ईरानी तानाशाह एक बंकर

में छिपकर बैठा है और अब उसके खात्मे का समय आ गया है। उसका अस्तित्व तक मिटा देंगे।

उधर, ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला अली खामेनेई ने कहा है कि इजरायल की ओर से अमेरिका से मदद मांगना इस बात का संकेत है कि इजरायल कमजोर हो गया है। खामेनेई ने ईरान की जनता से अपील करते हुए कहा, 'मैं अपने प्यारे देश को बताना चाहूंगा कि अगर दुश्मन को यह एहसास हो जाए कि आप उनसे डरते हैं तो वे आपको छोड़ेंगे नहीं। आज तक आपने जिस तरह की हिम्मत दिखाई है उसे जारी रखें।'

वहीं, रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के विदेश नीति सलाहकार यूरी उशाकोव ने कहा कि पुतिन और चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने फोन पर बात कर ईरान पर इजरायली हमले की कड़ी निंदा की। उन्होंने इजरायल की कार्रवाई की निंदा करते हुए इसे संयुक्त राष्ट्र चार्टर का उल्लंघन बताया। रूस ने गुरुवार को ईरान-इजरायल युद्ध में सैन्य हस्तक्षेप के खिलाफ अमेरिका को चेतावनी दी। एक एजेंसी की रिपोर्ट के मुताबिक रूस के उप-विदेश मंत्री सर्गेई रयाबकोव ने कहा कि अगर अमेरिका ईरान के खिलाफ अपनी सेना भेजेगा तो हालात बिगड़ जाएंगे।

पुतिन की मध्यस्थता वाली पहल पर ट्रंप ने कहा- पहले खुद को संभाल लो

रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने अमेरिकी प्रेसिडेंट ट्रंप को ये सुझाव दे दिया कि रूस ईरान और इजरायल के बीच मध्यस्थता कराने के लिए तैयार है। हालांकि पुतिन के इस सुझाव पर ट्रंप ने अपने स्टाइल में बिना देरी किए जवाब दे दिया। ट्रंप ने पुतिन से कहा कि पहले अपना यूक्रेन वाला मामला सुलझाओ बाद में मीडिल ईस्ट की चिंता करना। ये बात खुद ट्रंप ने मीडिया से बातचीत के दौरान कही है। ट्रंप ने पुतिन के साथ अपनी बात का जिक्र करते हुए कहा कि रुस यूक्रेन वाला मामला वाकई बेवकूफी भरा है। अगर मैं राष्ट्रपति होता, तो ये कभी नहीं होता। मैंने कल ही उनसे बात की थी। उन्होंने कहा कि वो इजरायल-ईरान के बीच मध्यस्थता करने में मदद कर सकते हैं, तो मैंने कहा, मेरे लिए एक काम करो, पहले अपने मामले की मध्यस्थता करो।

ऑपरेशन सिंधु के तहत 110 भारतीय नागरिक ईरान से नई दिल्ली पहुंचे

नई दिल्ली. ईरान और इजरायल के बीच बढ़ते सैन्य संघर्ष के बीच ऑपरेशन सिंधु के तहत 110 भारतीय नागरिकों को लेकर पहली निकासी उड़ान गुरुवार को येरेवन, आर्मेनिया से नई दिल्ली पहुंची। भारत ने ऑपरेशन सिंधु की शुरुआत की जिसका उद्देश्य ईरान से भारतीय नागरिकों की सुरक्षा और निकासी सुनिश्चित करना था। विदेश मंत्रालय ने पुष्टि की है कि तेहरान में रहने वाले भारतीय छात्रों को भारतीय दूतावास के समन्वय के माध्यम से शहर से सुरक्षित रूप से निकाल लिया गया है। मंत्रालय ने अपने आधिकारिक संचार में कहा, 'भारतीय दूतावास द्वारा की गई व्यवस्था के माध्यम से सुरक्षा कारणों से तेहरान में भारतीय छात्रों को शहर से बाहर निकाल दिया गया है।'

'हमारे पड़ोस में ही आसमान से मिसाइलें गिर रही थीं, बमबारी हो रही थी।' यह कहना था युद्धग्रस्त ईरान से निकाले जाने के बाद गुरुवार को वतन लौटे एमबीबीएस छात्र मीर खलीफ का जिनकी लड़खड़ाती आवाज में वहां के भयावह हालात का डर साफ महसूस हो रहा था।

तकनीकी खराबी के कारण इंडिगो विमान की करवाई इमरजेंसी लैंडिंग

नई दिल्ली. दिल्ली से लेह जा रही इंडिगो की फ्लाइट (6ई 2006) को तकनीकी कारणों से इमरजेंसी लैंडिंग करानी पड़ी। समाचार एजेंसी की रिपोर्ट के अनुसार, विमान लेह पहुंचने के कुछ ही देर बाद वापस लौट आया और सुरक्षित तरीके से दिल्ली में उतर गया। विमान में चालक दल के सदस्यों सहित करीब 180 लोग सवार थे। विमान एयरबस ए320-251एन था। विमान चाकुला से वापस लौटा। विमान में चालक दल के सदस्यों सहित लगभग 180 लोग सवार थे, जो लेह पहुंचने के तुरंत बाद वापस लौट आया और दिल्ली में सुरक्षित उतर गया। सभी यात्री सुरक्षित बताए जा रहे हैं। फिलहाल, इंडिगो ने इस घटना के बारे में कोई आधिकारिक टिप्पणी जारी नहीं की है। बुधवार को इससे पहले, भुवनेश्वर से कोलकाता के लिए उड़ान भरने वाली इंडिगो फ्लाइट 6ई 6101 उड़ान भरने की तैयारी कर रही थी, तभी पायलट ने एयर ट्रैफिक कंट्रोल (एटीसी) को संदिग्ध तकनीकी गड़बड़ी के बारे में सूचित किया। तुरंत प्रतिक्रिया देते हुए एटीसी ने विमान को उड़ान रोकने और यात्रियों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए पार्किंग बे में लौटने का निर्देश दिया। विमान को तुरंत रनवे से वापस ले जाया गया और सभी यात्रियों को सुरक्षित रूप से उतार दिया गया। यात्रियों के बीच किसी तरह की चोट या घबराहट की कोई खबर नहीं है और एयरपोर्ट स्टाफ ने विमान से उतरने की प्रक्रिया में सहायता की।

बुधवार को रायपुर एयरपोर्ट पर तकनीकी खराबी के कारण तनावपूर्ण स्थिति पैदा हो गई, जब दिल्ली-रायपुर इंडिगो फ्लाइट के यात्री विमान के दरवाजे के जाम होने के कारण लैंडिंग के बाद लगभग 40 मिनट तक विमान के अंदर फंसे रहे।

पंजाब स्कूल शिक्षा विभाग ने 126 क्लर्कों को सीनियर सहायक के तौर पर दी पदोन्नति

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

अपने कार्यबल को और मज़बूती देते हुये पंजाब के स्कूल शिक्षा विभाग ने 126 क्लर्कों को सीनियर सहायक के तौर पर पदोन्नत किया है। यह फ़ैसला न सिर्फ़ प्रशासनिक कुशलता को बढ़ाएगा बल्कि कर्मचारियों को बेहतर सेवाएं प्रदान करने के लिए भी प्रेरित करेगा।

यहाँ जारी प्रैस बयान में पंजाब स्कूल शिक्षा मंत्री स. हरजोत सिंह बैंस ने कहा कि इन पदोन्नतियों से ज़िला शिक्षा अफसरों (डीईओ) के दफ्तरों और ज़िला शिक्षा और प्रशिक्षण संस्थाओं (डीआईईटीज़) में सीनियर सहायकों के सभी खाली पड़े पद भर जाएंगे, जो बेहतर शासन प्रदान करने की तरफ एक अहम कदम है।

पदोन्नत हुए कर्मचारियों को बधाई देते हुये स. हरजोत सिंह बैंस ने उनको इस मौके का लाभ उठाते हुये अपनी कारगुज़ारी को और बेहतर बनाने के लिए प्रेरित किया।

उन्होंने कहा कि उनको भरोसा है कि यह पदोन्नतियां स्टाफ को और भी बेहतर ढंग से सेवाएं प्रदान करने के लिए उत्साहित करेंगी। उन्होंने कहा कि कर्मचारियों को पदोन्नति देना और खाली पड़े पदों को भरना स्कूल शिक्षा विभाग की कार्य प्रक्रिया को और सुचारू बनाने और प्रशासनिक कुशलता को बढ़ाने सम्बन्धी समर्पित भावना को दर्शाता है।

लुधियाना पश्चिम सीट पर शाम 7 बजे तक लगभग 51.33% मतदान दर्ज

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब विधानसभा की 64-लुधियाना पश्चिम सीट के उपचुनाव के लिए गुरुवार को मतदान हुआ। मतदान निर्धारित समयानुसार सुबह 7 बजे शुरू हुआ और शांतिपूर्ण तथा सुचारू रूप से संपन्न हुआ। पंजाब के मुख्य निर्वाचन अधिकारी सिबिन सी ने बताया कि शाम 7:00 बजे तक अपलोड किए गए डेटा के अनुसार, लगभग 51.33% मतदान दर्ज किया गया है। एक नई पहल के अंतर्गत, मतदान डेटा पोलिंग स्टेशन पर प्रिजाइडिंग अधिकारियों द्वारा ईसीआई नेट ऐप पर अपलोड किया गया। उल्लेखनीय है कि मतदान प्रतिशत के ये आंकड़े अनुमानित हैं। निर्वाचन संचालन नियम, 1961 के नियम 49एस के तहत, प्रिजाइडिंग अधिकारियों ने फॉर्म 17सी – जिसमें मतों की वास्तविक गिनती दर्ज होती है – उन उम्मीदवारों के पोलिंग एजेंटों को दिया जो मतदान समाप्ति के समय पोलिंग बूथ पर उपस्थित थे। मतदान शुरू होने से पहले प्रत्येक पोलिंग बूथ पर ईवीएम मशीनों की मॉक ड्रिल करवाई गई, जो उम्मीदवारों द्वारा नियुक्त किए गए 578 एजेंटों की उपस्थिति में हुई।

राज्य में ट्रैफिक सैंसस करवाने के आदेश

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब के लोक निर्माण मंत्री हरभजन सिंह ईटीओ ने गुरुवार को राज्य में ट्रैफिक सैंसस करवाने के आदेश दिए हैं। उन्होंने अधिकारियों को हिदायत की कि राज्य की सड़कों पर 30 सितम्बर, 2025 तक ट्रैफ़िक सैंसस को मुकम्मल कर लिया जाये जोकि सड़कों की अपग्रेडशन और नए निर्माण को और तर्कसंगत बनाने में सहायक सिद्ध होगा। इसके इलावा ट्रैफ़िक सैंसस से सम्बन्धित डाटा के द्वारा सड़कों के नवनिर्माण, चौड़ीकरण और अन्य आवश्यक सुधारों के बारे जानकारी प्राप्त करके सड़क यातायात को और सुरक्षित बनाया जा सकेगा जिससे दुर्घटनाओं में होते कीमती जानमाल के नुकसान से भी बचाव होगा। यहाँ लोक निर्माण मंत्री स. हरभजन सिंह ई.टी.ओ. ने लोक निर्माण विभाग और पंजाब मंडी बोर्ड के अधिकारियों के साथ राज्य की सड़कों और पुलों को बेहतरीन बनाने के लिए किये जाने वाले कामों सम्बन्धी एक सांझी मीटिंग की अध्यक्षता की। मीटिंग में विभिन्न स्कीमों के अधीन और विशेष तौर पर लिंक सड़कों संबंधी प्रस्तावित और चल रहे कामों का जायज़ा लिया गया। इस मौके पर लोक निर्माण विभाग प्रशासनिक सचिव रवि भगत और पंजाब मंडीकरण बोर्ड के सचिव रामवीर के साथ-साथ विशेष सचिव हरगुनजीत कौर और विभागों के उच्च अधिकारी मौजूद थे। मुख्य इंजीनियर लोक निर्माण द्वारा बताया गया कि पीएमजीएसवाई स्कीम के अधीन एफ. डी. आर भाव फुल डेप्थ रिक्लेमेशन के द्वारा 581 कि.मी. लिंक सड़कों के निर्माण के टैंडर माँगे जा रहे हैं। नाबार्ड स्कीम के अधीन 281 करोड़ रुपए की लागत के साथ राज्य की मौजूदा ग्रामीण सड़कों के मज़बूतीकरण और नवनिर्माण के काम भी शुरू किये जा जा रहे हैं।

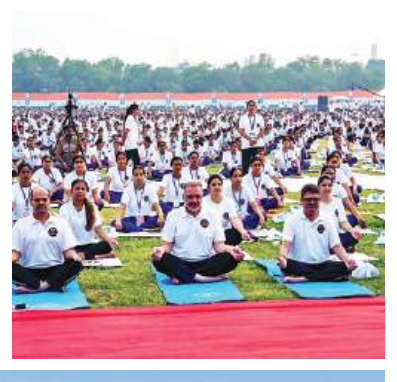
सीएम दी योगशाला प्रोग्राम में 21,000 से अधिक लोगों की भागीदारी ने बनाया नया रिकॉर्ड

स्वास्थ्य मंत्री डॉ. बलबीर सिंह ने योग को जीवन का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया, जालंधर के पीएपी ग्राउंड में योगाभ्यास कर राज्य स्तरीय 'सीएम दी योगशाला' प्रोग्राम का किया नेतृत्व

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

जालंधर शहर में गुरुवार को योग के प्रति भारी उत्साह देखा गया। सी.एम. दी योगशाला प्रोग्राम में 21,000 से अधिक योग प्रेमियों ने भाग लिया, जो योग से संबंधित एक ही कार्यक्रम में लोगों की उपस्थिति का नया रिकॉर्ड है। प्रोग्राम में 17,000 योग मैट की व्यवस्था की गई थी, लेकिन लोगों की भारी प्रतिक्रिया के कारण जनभागीदारी का आंकड़ा सभी की उम्मीदों से अधिक रहा। स्वस्थ और रंगला पंजाब के निर्माण के लिए स्वास्थ्य मंत्री डा.बलबीर सिंह ने गुरुवार को लोगों से योग को अपने दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया। पीएपी ग्राउंड में राज्य स्तरीय 'सी.एम.दी योगशाला' प्रोग्राम के दौरान उपस्थित जनसमूह को संबोधित करते हुए स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि इस भव्य कार्यक्रम में सभी वर्गों के लोगों को उत्साहपूर्वक भाग लेते देखना बहुत खुशी की बात है। उन्होंने कहा कि 'सी.एम.दी योगशाला' एक स्वस्थ और अधिक ऊर्जावान पंजाब के निर्माण की दिशा में एक कदम है। डॉ. बलबीर सिंह ने गर्व व्यक्त किया कि इस नेक कार्य में हजारों पंजाबी राज्य सरकार के साथ जुड़े है। उन्होंने कहा कि वह दिन दूर नहीं जब राज्य एक स्वस्थ और रंगला पंजाब के तौर पर अपना पुराना गौरव पुनः प्राप्त करेगा। डा. बलबीर सिंह जिनके साथ डिप्टी कमिश्नर डा.हिमांशु अग्रवाल और पुलिस कमिश्नर धनप्रीत कौर मौजूद थे ने कहा कि उन्हें 'सी.एम.दी योगशाला' के माध्यम से हजारों लोगों को सरकार के साथ जुड़ते हुए देखकर बहुत खुशी हो रही है। उन्होंने कहा कि यह पहल दो साल पहले मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान जी के नेतृत्व में जालंधर से शुरू की गई थी और वर्तमान में पूरे राज्य में रोजाना लगभग 3,200 योग कक्षाएं आयोजित की जा रही है, जिनके माध्यम से लगभग एक लाख लोग लाभ उठा रहे है। स्वास्थ्य मंत्री ने आगे कहा कि योग सिखाने के लिए प्रशिक्षित योग प्रशिक्षक नियुक्त किए गए है। उन्होंने सभी से अपील की कि वे पंजाब को सेहतमंद राज्य बनाने के लिए स्वस्थ और फिट रहने के लिए योग को अपने जीवन में शामिल करें। योग को शारीरिक और मानसिक तंदुरुस्ती के लिए वरदान बताते हुए स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि योगशालाएं पंजाबियों को स्वस्थ जीवन जीने में मदद कर रही है। स्वास्थ्य मंत्री ने जोर देकर कहा कि अच्छा स्वास्थ्य बनाए रखना और तनाव मुक्त रहना समय की जरूरत है, विशेषकर जब लोग अपने दैनिक जीवन में कई चुनौतियों का सामना करते है। डा.बलबीर सिंह ने कहा कि तनाव का बढ़ता स्तर बहुत चिंता का विषय है और इस समस्या से निपटने में योग महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। प्रोग्राम के दौरान स्वास्थ्य मंत्री ने घोषणा की कि सीएम दी योगशाला प्रोगाम का जल्द ही ग्रामीण क्षेत्रों में विस्तार किया जा रहा है।

इस अवसर पर मेयर जालंधर विनीत धीर, आप नेता नितिन कोहली और प्रिंसिपल प्रेम कुमार, स्वास्थ्य सचिव कुमार राहुल, चांसलर श्री गुरु रविदास आयुर्वेद विश्वविद्यालय होशियारपुर डा. संजीव सूद, डायरैक्टर राजिंदर सिंह रिहाल, अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक राज्य सशस्त्र पुलिस जालंधर एम.एफ.फारूकी, ए.डी.जी.पी. नरेश अरोड़ा, डी.आइ.जी.नवीन सिंगला आदि भी मौजूद रहे।



नेचर लवर्स के लिए बेहतरीन हैं कैंपिंग की ये जगह, मन भाएगा सुंदर नजारा

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

आजकल ज्यादातर लोग पहाड़ों पर छुट्टियां बिताने जाना पसंद करते हैं। ऐसे में कुछ लोग पहाड़ों पर कैंप लगाकर रहना पसंद करते हैं। कैंपिंग में एक अलग ही सुकून है। टेंट लगाकर खुले आसमान के नीचे रात गुजारना बेहद शानदार एक्सपीरियंस है खासकर उन लोगों के लिए जो प्रकृति प्रेमी हैं।

वैसे तो भारत में कई जगहों पर आप कैंपिंग का मजा ले सकते हैं। लेकिन अगर आप नेचर लवर हैं तो कुछ स्पेशल जगहों को एक्सप्लोर करना बनता है। नेचर लवर्स के लिए भारत में कैंपिंग की कई जगह हैं, जहां का सुंदर नजारा आपके मन जरूर भाएगा।

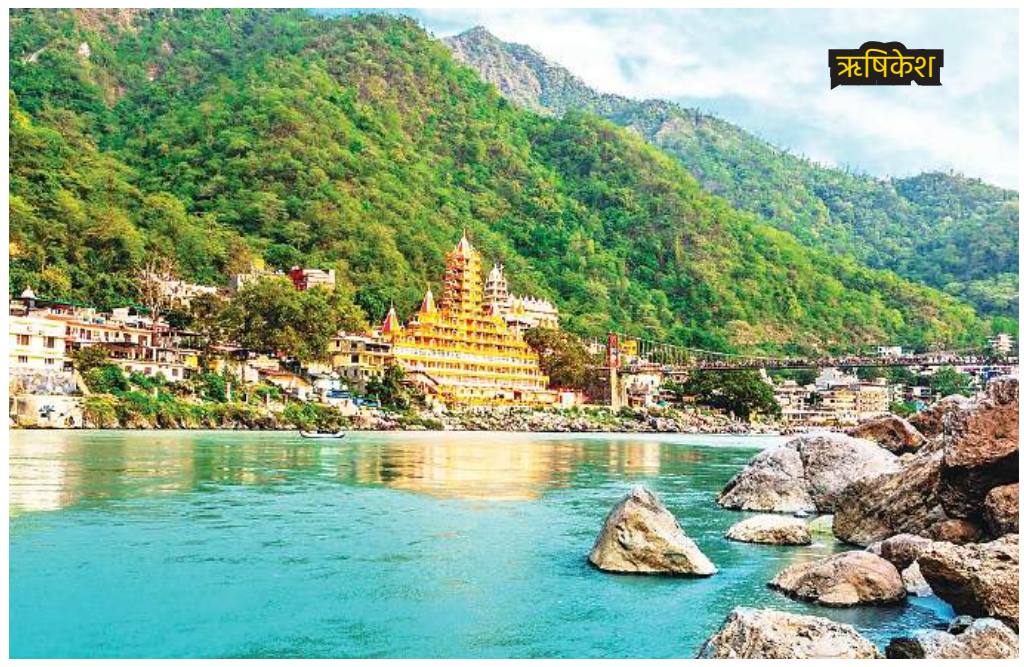
ऋषिकेश - ऋषिकेश को भारत के सबसे फेमस कैंपिंग डेस्टिनेशन में से एक माना जाता है। यहां पर कई तरह की कैंपिंग साइट्स हैं जो नेचर लवर्स के लिए बेस्ट हैं। कैंपिंग के दौरान आप ऐडवेंचर एक्टिविटी जैसे रिवर राफ्टिंग, ट्रेकिंग, बंजी जम्पिंग और फ्लाइंग फॉक्स का मजा ले सकते हैं। अगर आपका बजट कम है तो आप इस जगह पर कैंपिंग के ऑप्शन को चुनें।

स्पीति वैली - स्पीति वैली भारत में एक फेमस कैंपिंग डेस्टिनेशन में से एक है, जो हिमाचल प्रदेश के केलोंग जिले में स्थित है। ट्रेकिंग और ऐडवेंचर के शौकीन लोग इस जगह पर जाएं। अक्टूबर से दिसंबर और मार्च से जून तक का महीना यहां जाने के लिए सबसे अच्छा है।

मसूरी - भारत में सबसे फेमस घूमने की जगहों में से एक मसूरी कैंपिंग के लिए अच्छी है। बर्फ से ढके पहाड़ों के शानदार नजारे और ट्रेकिंग के लिए ये जगह बहुत अच्छी है। अगर आप प्रकृति की खूबसूरती में आराम करना चाहते हैं और बड़े शहरों की हलचल से दूर जाना चाहते हैं तो यह जगह बेस्ट है।

चंद्रताल झील - हिमाचल प्रदेश में चंद्रताल झील कैंपिंग के लिए सबसे अच्छी जगहों में से एक है, जहां आप सुंदर नजारों से घिरे शानदार कैंपिंग का मजा ले सकते हैं। यहां से दिखने वाला नजारा आपको मंत्रमुग्ध कर सकता है।

Trevelling नेचर लवर है और हमेशा प्रकृति के बीच में रहना पसंद करते हैं तो आप कुछ जगहों को जरूर एक्सप्लोर करें। ये जगह कैंपिंग के लिए फेमस हैं। यहां जानिए नेचर लवर्स के लिए बेहतरीन कैंपिंग डेस्टिनेशन।



REDUCE BELLY FAT

पेट की गर्मी को दूर करने में मदद करेंगे ये प्राणायाम, जानें फायदे और करने का सही तरीका

पेट की गर्मी को कम करने के लिए 3 प्राणायाम की मदद ली जा सकती है। ये 3 प्राणायाम थेरेपी की तरह काम करके शरीर को ठंडा बनाए रखने के साथ गैस, एसिडिटी और पेट की जलन को कम करने में काफी कारगर माने गए हैं।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

भीषण गर्मी और धूप, शरीर के तापमान को तेजी से बढ़ाने का काम करती है। जिससे व्यक्ति को पाचन से जुड़ी समस्याएं जैसे जलन, अपच और पेट में गर्मी परेशान करने लगती है। इन समस्याओं से राहत पाने के लिए लोग अपनी डाइट में ठंडी तासीर वाली चीजें शामिल करते हैं। लेकिन शरीर को अंदर से ठंडा बनाए रखने के लिए यह उपाय काफी नहीं है। तेज धूप और लगातार पसीना निकलने से शरीर में डिहाइड्रेशन के साथ-साथ पेट की गर्मी भी बढ़ जाती है। योग विशेषज्ञों की मानें तो पेट की गर्मी को कम करने के लिए 3 प्राणायाम की मदद ली जा सकती है। ये 3 प्राणायाम थेरेपी की तरह काम करके शरीर को ठंडा बनाए रखने के साथ गैस, एसिडिटी और पेट की जलन को कम करने में काफी कारगर माने गए हैं।

अनुलोम-विलोम प्राणायाम

अनुलोम-विलोम प्राणायाम तनाव के साथ पेट की गर्मी को भी कम करने में मदद करता है। अनुलोम-विलोम करने के लिए सबसे पहले एक शांत जगह पर बैठकर अपनी दाहिनी नासिका को बंद करें और बाईं नासिका से सांस लें। फिर बाईं नासिका को बंद करें और दाहिनी से सांस छोड़ें। इस प्राणायाम को लगभग 5-10 मिनट करें।

चंद्रभेदी प्राणायाम

चंद्रभेदी प्राणायाम पेट की गर्मी को शांत करके शरीर को ठंडा बनाए रखने में मदद करता है। कम रक्तचाप वाले लोगों को इसे करने से बचना चाहिए। चंद्रभेदी प्राणायाम करने के लिए सबसे पहले दाहिनी नासिका को अंगूठे से बंद करके बाईं नासिका से धीरे-धीरे सांस लें। फिर बाईं नासिका को बंद करें और दाहिनी नासिका से सांस छोड़ें। यह प्रकिया लगभग 7 बार करें।

शीतली प्राणायाम

शीतली प्राणायाम पाचन स्वास्थ्य को बेहतर बनाए रखने के साथ अनिद्रा की समस्या को दूर करने, शरीर को भीतर से ठंडा बनाए रखने में मदद करता है। शीतली प्राणायाम को करने के लिए सबसे पहले जीभ को नली की तरह मोड़ते हुए उससे धीरे-धीरे सांस लें। अब मुंह बंद करें और नाक से धीरे-धीरे सांस छोड़ें। इस प्रकिया को 10 बार दोहराएं। इस बात का ध्यान रखें कि सर्दी-जुकाम या गले में खराश महसूस होने पर इस प्राणायाम को करने से बचें।

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

राजमा ऐसे बनाएंगे तो उंगलियां चाटते रह जाएंगे, ढाबे वालों की टिप्स नोट कर लें!

राजमा की ग्रेवी, उसका टेक्सचर और उसे सही समय तक पकाना बहुत जरूरी है, अगर उसका परफेक्ट टेस्ट चाहिए। चलिए आज जानते हैं कुछ सिंपल टिप्स, जिन्हें फॉलो कर के आप भी बना सकती हैं एकदम रेस्टोरेंट स्टाइल राजमा।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

राजमा का नाम सुनते ही मुंह में पानी आना लाजमी है। गरमा-गरम चावल हों या या पूड़ी-पराठे, ये हर किसी के साथ खूब टेस्टी लगते हैं। अब राजमा बनाने की रेसिपी तो सबकी अपनी अलग होती है लेकिन स्वाद तभी आता है, जब इन्हें ढंग से पकाया जाए। राजमा की ग्रेवी, उसका टेक्सचर और उसे सही समय तक पकाना बहुत जरूरी है, अगर उसका परफेक्ट टेस्ट चाहिए। यहीं अक्सर हम चूक कर देते हैं, जिससे घर पर बने राजमा में वो रेस्टोरेंट वाला स्वाद नहीं आ पाता। तो चलिए आज जानते हैं कुछ सिंपल टिप्स, जिन्हें फॉलो कर के आप भी बना सकती हैं एकदम परफेक्ट राजमा। ये कोई रॉकेट साइंस नहीं है बल्कि बहुत छोटी-छोटी बातें हैं जो आपको राजमा बनाते हुए ध्यान रखनी हैं।

राजमा हर बार बनेगा स्वादिष्ट

1 बिल्कुल बाजार जैसा मुलायम और गला हुआ राजमा बनाने के लिए उसे कम-से-कम आठ घंटे के लिए पानी में जरूर भिगोएं। इससे समझौता नहीं करें। आठ-नौ घंटे तक राजमा को पानी में भिगोने से वह भीतर से मुलायम हो जाता है और इससे उसे पकाने में लगने वाला समय कम हो जाता है।

2 राजमा को हमेशा प्रेशर कुकर में धीमी आंच पर उबालें। धीमी आंच पर राजमा न सिर्फ अच्छी तरह से गलता है बल्कि उसका आकार भी नहीं बिगड़ता है। तेज आंच से जहां कुछ राजमा अधपका रह जाता है, वहीं कुछ पूरी तरह से गल जाता है।

3 बेकिंग सोडा हमारी रसोई में कई तरीके से काम आता है। राजमा को उबालते वक्त उस पानी में एक-चौथाई चम्मच बेकिंग सोडा मिला दें। बेकिंग सोडा राजमा की ऊपरी परत को तोड़कर उसे जल्दी पकने में मदद करता है। पर, ध्यान रहे बेकिंग सोडा की ज्यादा मात्रा से राजमा पूरी तरह से गल जाएगा।

4 राजमा को अच्छी तरह से उबालने के लिए सही समय पर नमक डालने की ट्रिक मालूम होना भी जरूरी है। राजमा को पानी, हल्दी, दालचीनी और तेजपत्ता के साथ पहले उबाल लें और बिल्कुल अंत में उसमें नमक मिलाएं।

5 राजमा को उबालते वक्त उसमें थोड़ा-सा तेल मिलाने से न सिर्फ राजमा का स्वाद बेहतर होता है बल्कि राजमा के दाने कुकर की तल में चिपकते भी नहीं हैं। तेल राजमा के ऊपर एक परत बना देता है, जिससे उसकी नमी नहीं खोती और वह भीतर से मुलायम बना रहता है।

पेरेंटिंग से जुड़े 3 फेमस मिथक, जिन्हें सच मानकर परेशान रहते हैं ज्यादातर माता-पिता

जालंधर ब्रीज (फीचर) . बच्चों को एक अच्छी परवरिश देना, ज्यादातर सभी पेरेंट्स का सपना होता है। अपने इस सपने को पूरा करने के लिए वो कड़ी मेहनत के साथ समय-समय पर अपने बड़े-बुजुर्गों की सलाह लेने से भी पीछे नहीं रहते हैं। ऐसा करते हुए कई बार वो जाने-अनजाने कुछ ऐसे मिथकों को सच मान बैठते हैं, जिनका सच से दूर तक कोई वास्ता नहीं होता है। ऐसे पेरेंटिंग मिथक ना सिर्फ पेरेंट्स का आत्मविश्वास कमजोर करते हैं बल्कि उन्हें हर समय दूसरे पेरेंट्स से कमतर होने का अहसास भी करवाते रहते हैं।

अच्छे माता-पिता सब कुछ जानते हैं : बच्चे की परवरिश करते समय कई बार आप बहुत ज्यादा परेशान, निराश और खुद को पूरी तरह से खोया हुआ महसूस कर सकते हैं। जो कि एक नॉर्मल बात है। पेरेंटिंग से जुड़ा यह मिथक कि अच्छे माता-पिता पेरेंटिंग से जुड़ी हर बात बेहतर तरीके से जानते और समझते हैं, यह पूरी तरह गलत है। हो सकता है यह मिथक आपको परीक्षा में असफल होने जैसा अहसास करवा दे, जबकि आप वास्तव में एक बिल्कुल सामान्य काम कर रहे होते हैं।

बच्चों को देर तक गोद में लेने से वो बिगड़ जाते हैं : हर बार रोते हुए बच्चे को गोद में उठाने से वह बिगड़ सकता है, हो सकता है यह सलाह आपके बड़े-बुजुर्गों ने आपको भी आपके समय में दी हो लेकिन विज्ञान इस सलाह से बिल्कुल उलट बात करता है। मेडिकल साइंस की मानें तो रोते बच्चे को गोद में लेने से उसका माता-पिता के प्रति भावनात्मक बॉन्ड मजबूत बनने के साथ उसे सुरक्षा का अहसास होता है।

महंगे खिलौने बच्चों को होशियार बनाते हैं : पेरेंटिंग से जुड़ा यह मिथक माता-पिता के बीच काफी फेमस है। लेकिन इस बात का कोई सबूत नहीं है कि महंगे खिलौने बच्चों को होशियार बना सकते हैं। इस बात का खास ख्याल रखें कि छोटे बच्चे अलग-अलग चेहरे और चलती हुई चीजें देखना पसंद करते हैं। लोगों को देखने के लिए अपने बच्चे के साथ घूमना शुरू कीजिए। बच्चों के लिए खरीदे गए ब्लॉक और गेंदें उनकी कल्पना को बढ़ाते हैं और मोटर गाड़ी विकास पर काम करती हैं।

घर के बने वेजिटेरियन खाने से 10 किलो तक होगा वेट लॉस

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

Weight Loss Diet Plan वेट लॉस करना चाहते हैं लेकिन समझ नहीं आ रहा कि कहां से शुरू करें तो इस फिटनेस कोच के बताए वेजिटेरियन डाइट प्लान को फॉलो करें। घर के बने सिंपल खाने के साथ कैलोरी काउंट कर जरूरी प्रोटीन और मिनरल्स मिल जाते हैं।

घर का सिंपल खाना भी आपके वेट लॉस जर्नी को आसान बना सकता है। अगर आप सोचते हैं कि केवल अंडा और मीट से प्रोटीन इनटेक पूरा करना पड़ेगा तो इस फिटनेस कोच ने इस मिथ को तोड़ दिया है। इंस्टाग्राम पर द कॉन्शियस योगी नाम से वेट लॉस कोच ने घर के बने खाने और घर में ही वर्कआउट करके 20 किलो तक वजन घटाया है। और, अब वो फैंस के साथ 3 महीने में 10 किलो वजन घटाने के लिए कैलोरी काउंट का वेजिटेरियन मील प्लान शेयर किया है। इस वेजिटेरियन डाइट प्लान में 1650 कैलोरी, 112 ग्राम प्रोटीन, 163 ग्राम कार्बोहाइड्रेट और 65 ग्राम फैट शामिल है। साथ ही इसे दिनभर में ब्रेकफास्ट से लेकर लंच और डिनर में डिवाइड करके बताया गया है।

ब्रेकफास्ट में लें 292 कैलोरी

ब्रेकफास्ट में कम से कम 292 कैलोरी ली जानी चाहिए। जिससे दिनभर एनर्जी बनी रहे। इसके लिए 150 मिली दूध या दूध की चाय या दूध की कॉफी पिएं लेकिन बिना शक्कर।

मिड मॉर्निंग स्नैक में 187 कैलोरी

वेट लॉस जर्नी में भूख का सॉल्यूशन जरूरी है। इसलिए ब्रेकफास्ट के बाद जब भूख लगे तो ग्रीक योगर्ट सौ ग्राम और 5-6 मिक्सड नट्स खाएं। ये आपको 187 कैलोरी देगा और आपका पेट भी भरेगा।

लंच में 630 कैलोरी

45 ग्राम रोटी या चावल और साथ में 150 ग्राम सब्जियां, 100 ग्राम पनीर भुर्जी, 30 ग्राम छोले और 5 ग्राम घी। शाम के स्नैक्स में 120 कैलोरी लें। जिसमे एक स्कूप व्हे प्रोटीन पाउडर और साथ में सौ ग्राम फल जिसमे सेब, तरबूज, अमरूद, चीकू या अंगूर खाएं।

डिनर में 385 कैलोरी

40 ग्राम चावल के साथ 150 ग्राम मिक्स्ड वेजिटेबल। साथ ही 40 ग्राम सोया चंक पुलाव और 5 ग्राम देसी घी। दिनभर में कैलोरी के साथ खाने की मात्रा का ख्याल रखकर आराम से वजन घटाया जा सकता है।

बीज से बाजार तक : किसान कल्याण को समर्पित सरकार

जालंधर ब्रीज. भारत एक कृषि प्रधान राष्ट्र है, जहां किसान केवल अन्नदाता नहीं, बल्कि देश की अर्थव्यवस्था और सामाजिक संरचना का एक मजबूत स्तंभ है। जब किसान मिट्टी को जोतता है तो वह सिर्फ फसल नहीं, बल्कि देश के करोड़ों नागरिकों के लिए जीवन और समृद्धि का बीज बोता है। कृषि क्षेत्र करोड़ों लोगों को आजीविका देता है। साथ ही, राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा और ग्रामीण विकास का प्रमुख आधार भी है। ऐसे में राष्ट्र की प्रगति के लिए हमारे किसान भाइयों-बहनों की उन्नति आवश्यक है।

आदरणीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के कुशल और दूरदर्शी नेतृत्व में केंद्र सरकार ने कृषि और किसान कल्याण को नीति-निर्माण की सर्वोच्च प्राथमिकता में स्थान दिया है। किसानों की मेहनत को उचित सम्मान मिले, उनकी फसल को सही दाम मिले और उनका जीवन खुशहाली से भरा हो, इसके लिए केंद्र सरकार संकल्पित है। आज संपूर्ण देश ऐसी नीतियों और प्रयासों का साक्षी बना है, जो किसानों की समृद्धि व आत्मनिर्भरता के लिए अटूट प्रतिबद्धता दर्शाते हैं।

प्रधानमंत्री जी के नेतृत्व में सरकार का हर कदम-हर योजना-हर निर्णय किसान कल्याण के लिए समर्पित है। बीते दशक में केंद्र सरकार ने किसान कल्याण के लिए ऐतिहासिक कदम उठाए हैं, जिनसे न केवल किसानों की आय बढ़ी, बल्कि उनका आत्मविश्वास भी सुदृढ़ हुआ है। चाहे न्यूनतम समर्थन मूल्य (MSP) में अभूतपूर्व वृद्धि हो, फसलों की खरीद में रिकॉर्ड बढ़ोतरी हो या तकनीकी नवाचारों के माध्यम से खेती को आधुनिक बनाने का प्रयास; केंद्र सरकार ने हर क्षेत्र में किसानों के लिए दिन-रात काम किया है। किसान हितैषी नीतियों, तकनीकी के उपयोग, नवाचार और बाज़ार तक सुगम पहुंच के माध्यम से भारत एक ऐसी कृषि व्यवस्था की ओर बढ़ रहा है, जो टिकाऊ, समावेशी और भविष्य उन्मुख हो।

पहले के समय में हमारे किसान फसल लागत से नाममात्र का लाभ कमा पाते थे, पर आदरणीय प्रधानमंत्री जी ने स्पष्ट नीति बनाई कि हर फसल पर उसकी लागत से ऊपर, कम से कम 50% मुनाफा सुनिश्चित होगा। आज खरीफ व रबी की प्रमुख फसलों के MSP में 1.8 से 3.3 गुना तक की वृद्धि की गई है। कभी धान का न्यूनतम समर्थन मूल्य 2013-14 में ₹1310 प्रति क्विंटल था, जो 2025-26 में बढ़कर ₹2369 हो गया है। इसी तरह ज्वार का MSP 1500 से बढ़कर 3699, बाजरा 1250 से 2775, रागी 1500 से 4886, मक्का 1310 से 2400, तूर (अरहर) 4300 से 8000, मूंग 4500 से 8768, उड़द 4300 से 7800, मूंगफली 4000 से 7263, सूरजमुखी बीज 3700 से 7721, सोयाबीन (पीला) 2560 से 5328, तिल 4500 से 9846, रामतिल 3500 से 9537, कपास 3700 से 7710 रुपये प्रति क्विंटल हो गया है। रबी फसलों में गेहूं का MSP 1400 से 2425, जौ 1100 से 1980, चना 3100 से 5650, मसूर 2950 से 6700, रेपसीड/सरसों 3050 से 5950, कुसुम्भ 3000 से 5940, पटसन 2400 से 5650 और कोपरा 5250 से 11582 रुपये प्रति क्विंटल तक बढ़ाया गया है। इन सभी फसलों के MSP में ऐतिहासिक वृद्धि हुई है, जिससे किसानों को उनकी मेहनत का पूरा दाम मिलना सुनिश्चित हुआ है।

किसानों की उपज का उचित दाम; मोदी सरकार की गारंटी

2004-14 के मुकाबले 2014-2025 के दौरान MSP पर खरीदी गई फसलों की मात्रा और भुगतान में भी रिकॉर्ड वृद्धि हुई है। धान की खरीद 45 करोड़ 90 लाख मीट्रिक टन से बढ़कर 76 करोड़ 8 लाख मीट्रिक टन (1.7 गुना), गेहूं 22 करोड़ 54 लाख से 33 करोड़ 37 लाख (1.4 गुना), दलहन 6 लाख 29 हजार से 1 करोड़ 80 लाख (28.6 गुना), तिलहन 47 लाख 75 हजार से 1 करोड़ 27 लाख (2.7 गुना), वाणिज्यिक फसलें 35 लाख 27 हजार से 80 लाख 83 हजार (2.3 गुना) और सभी MSP फसलें मिलाकर 69 करोड़ 87 लाख से 113 करोड़ 92 लाख मीट्रिक टन (1.6 गुना) हो गई हैं। किसानों को भुगतान की गई MSP राशि भी सभी फसलों के लिए 7 लाख 41 हजार करोड़ से बढ़कर 23 लाख 61 हजार करोड़ रुपये (3.2 गुना) हो गई है। धान के लिए 4 लाख 44 हजार करोड़ से 14 लाख 16 हजार करोड़ (3.2 गुना), गेहूं के लिए 2 लाख 56 हजार करोड़ से 5 लाख 65 हजार करोड़ (2.2 गुना), दलहन के लिए 19 सौ करोड़ से 98 हजार करोड़ (51 गुना), तिलहन के लिए 9 हजार करोड़ से 65 हजार करोड़ (7.1 गुना), वाणिज्यिक फसलों के लिए 26 हजार करोड़ से 1 लाख 33 हजार करोड़ (5 गुना) रुपये का भुगतान हुआ है। ये आंकड़े किसानों के प्रति मोदी सरकार की प्रतिबद्धता, किसानों की मेहनत का सम्मान और उनकी आर्थिक मजबूती का प्रमाण हैं।

प्रधानमंत्री जी के नेतृत्व में सरकार ने यह सुनिश्चित किया है कि दलहन, तिलहन और वाणिज्यिक फसलों जैसे तिल, मूंगफली और सूरजमुखी में भी रिकॉर्ड MSP वृद्धि हो, ताकि किसानों को फसल विविधता का लाभ मिले और उनकी आय में स्थिरता आए। केंद्र सरकार ने केवल MSP बढ़ाने तक ही खुद को सीमित नहीं रखा, बल्कि यह भी सुनिश्चित किया है कि यह लाभ सीधे किसानों के खाते में पहुंचे। प्रत्यक्ष लाभ अंतरण (DBT) के माध्यम से हमने पारदर्शिता और गति के साथ किसानों को उनकी मेहनत का पूरा दाम दिलाया है। यह एक ऐसी कृषि क्रांति है, जो हमारे किसान भाइयों-बहनों का जीवन व खेती की दशा-दिशा बदल रही है। अब किसान निश्चिंत होकर खेती करता है, क्योंकि उसे पता है कि उसकी फसल का उचित मूल्य व समय पर भुगतान सुनिश्चित मिलना है।

आज केंद्र सरकार बीज से बाजार तक, हर कदम पर किसानों के साथ खड़ी है। मृदा स्वास्थ्य कार्ड से किसानों को अपनी मिट्टी की सेहत जानने और सही फसल चुनने में मदद मिल रही है। प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना (PMFBY) प्राकृतिक आपदाओं से आर्थिक सुरक्षा दे रही है। ई-नाम के जरिए डिजिटल बाजार से जुड़कर किसानों को बेहतर दाम मिल रहा है। ड्रोन और स्मार्ट सिंचाई तकनीक खेती को आसान और आधुनिक बना रहे हैं। इसके साथ ही, प्राकृतिक खेती, फसल विविधीकरण, और कृषि यंत्रों पर अनुदान के माध्यम से हमने किसानों को आत्मनिर्भर बनाने का हरसंभव प्रयास किया है। सरकार ने किसानों को ब्याज सहायता के तहत किसान क्रेडिट कार्ड (KCC) के माध्यम से 3 लाख रुपये तक का अल्पकालिक ऋण 7% ब्याज पर उपलब्ध कराया है, समय से चुकाने पर 3% अतिरिक्त छूट मिलती है, जिससे प्रभावी ब्याज दर 4% रह जाती है। देश में 7.75 करोड़ से अधिक KCC खाते हैं, जिससे किसानों को सस्ता व सुलभ ऋण मिल रहा है। मृदा स्वास्थ्य कार्ड, ई-नाम, ड्रोन, स्मार्ट सिंचाई, प्राकृतिक खेती, कृषि यंत्रों पर अनुदान आदि के माध्यम से खेती को आधुनिक-टिकाऊ बनाया जा रहा है।

चना, मसूर, उड़द और अरहर जैसी फसलों की खरीद और भुगतान की व्यवस्था को और मजबूत किया गया है, ताकि किसानों को समय पर उसका पूरा हक मिले। प्रधानमंत्री अन्नदाता आय संरक्षण अभियान (PM-AASHA) के तहत मूल्य समर्थन योजना (PSS), मूल्य न्यूनता भुगतान योजना (PDPS), बाजार हस्तक्षेप योजना (MIS) और मूल्य स्थिरीकरण निधि (PSF) को लागू किया गया हैं। PSS के तहत दलहन, तिलहन व कोपरा की MSP पर खरीद सीधे किसानों से की जाती है। 2024-25 में सोयाबीन की 19.97 लाख मीट्रिक टन व मूंगफली की 17.73 लाख मीट्रिक टन खरीद की गई, जो अब तक की सबसे अधिक है। तूर, उड़द और मसूर की 100% खरीद सुनिश्चित की गई है, जिससे इन फसलों की खेती को बढ़ावा मिला है। PDPS के तहत तिलहन किसानों को MSP व बाजार मूल्य के अंतर की भरपाई सीधे उनके खाते में की जाती है।

राज्यों को खरीद के लिए पर्याप्त मात्रा स्वीकृत की गई है और आवश्यकता अनुसार समय-सीमा भी बढ़ाई जाती है।

सड़कें, जिन्होंने भारत के विकास की दिशा बदल दी...!

जालंधर ब्रीज . साल 2014 में जब नरेन्द्रए मोदी ने भारत के प्रधानमंत्री के रूप में शपथ ग्रहण की, उसी क्षण से भाजपा के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार बुनियादी ढांचे के विकास को सर्वोच्चू प्राथमिकता देती आई है। इस दिशा में, सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय बुनियादी ढांचे के विकास का केंद्र बिंदु बन गया। मोदी के नेतृत्व में इस मंत्रालय

जालंधर ब्रीज

नितिन गडकरी
(लेखक केंद्रीय सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्री हैं)

ने न केवल देश के आर्थिक विकास को गति दी है, बल्कि वर्ष 2014 से लेकर इन 11 वर्षों के दौरान इसे एक नया आयाम भी दिया है। पूर्ण हो चुके और बनने वाले दोनों प्रकार के राजमार्गों के निर्माण - ने देश के विकास की दिशा बदलने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। कुशल राजमार्ग, जलमार्ग और रेलवे, लॉजिस्टिक्सम की लागत में कमी ला सकते हैं और अर्थव्यवस्था को बढ़ावा दे सकते हैं। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी भारत को 'विश्वगुरु' बनाने का सपना देखते हैं। भारत दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था और 5 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था के रूप में उभरा है। इस सपने को साकार करने के लिए, हमें निर्यात बढ़ाने की जरूरत है, जिसकी बदौलत कृषि, सेवाओं और औद्योगिक क्षेत्रों में विकास को बढ़ावा देगा। पिछले 11 वर्षों में निर्मित सड़कों ने हमारी लॉजिस्टिक्सर की लागत को 16% से घटाकर 10% कर दिया है, और अगले वर्ष, हमारा लक्ष्य इसे और कम करके 9% पर लाना है। इससे हमारे निर्यात में वृद्धि होगी, हम अधिक प्रतिस्पर्धी बनेंगे, और भारत को 'विश्वगुरु' बनने की दिशा में और अधिक प्रबल रूप से आगे बढ़ने में मदद मिलेगी।

सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय देशभर में 25 नए ग्रीनफील्ड एक्सप्रेस हाईवे बना रहा है। बंदरगाहों को जोड़ने और धार्मिक पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए 3,000 किलोमीटर से अधिक राजमार्ग भी बनाए जा रहे हैं। धार्मिक पर्यटन को बढ़ावा देने की दिशा में सरकार के प्रयास भी आकार ले रहे हैं। 22,000 करोड़ रुपये की लागत से पूरी हुई बौद्ध सर्किट परियोजना ने दक्षिण एशिया, इंडोनेशिया, मलेशिया, चीन, सिंगापुर और जापान से भगवान बुद्ध की जन्मस्थली आने वाले पर्यटकों की संख्या में उल्लेखनीय वृद्धि की है। इसके साथ ही, चार धाम स्थलों - बद्रीनाथ, केदारनाथ, गंगोत्री और यमुनोत्री - पर जाने वाले तीर्थयात्रियों की संख्या तीन गुनी हो गई है। केदारनाथ को जोड़ने के लिए 12,000 करोड़ रुपये की लागत से रोपवे का निर्माण किया जा रहा है। कैलाश मानसरोवर को उत्तराखंड के पिथौरागढ़ से जोड़ने वाली सड़क का लगभग 90% काम पूरा हो चुका है। भारत में, खास तौर पर राष्ट्रीय राजधानी में, 'उड़ने वाली बसों' का सपना साकार होने की कगार पर है। इसमें हवा में उड़ने वाली बसें, फ्लैश-चार्जिंग इलेक्ट्रिक बसें और पहाड़ी क्षेत्रों के लिए उड़ने वाली डबल-डेकर बसें शामिल हैं। दिल्ली के धौला कुआं से मानेसर तक स्काईवे सिस्टम पर आधारित उड़ने वाली बस सेवा लगभग अपने अंतिम चरण में है। मुझे पूरा विश्वास है कि यह प्रयोग इस विशेष मार्ग पर यातायात जाम की स्थायी समस्या को हल करने में महत्वपूर्ण होगा।

नागपुर में जल्द ही पहली फ्लैश-चार्जिंग इलेक्ट्रिक बस लॉन्च की जाएगी। इसमें 135 सीटें, एग्जीक्यूटिव क्लास, सामने टीवी स्क्रीन और एयर होस्टेस जैसी बस होस्टेस होंगी। इस बस की अधिकतम गति 120 किमी/घंटा होगी और यह अपनी यात्रा को दोबारा शुरू करने से पहले पूरी तरह चार्ज होने के लिए हर 40 किमी पर सिर्फ़ 30 सेकंड के लिए रुकेगी।

ऐसा काम केवल दफ़्तर में बैठकर डीपीआर तैयार करने से नहीं हो सकता - इसके लिए जी-जान से प्रयास करने की ज़रूरत होती है!

सड़क निर्माण पर आईआईएम-बैंगलोर द्वारा हाल ही में किए गए एक अध्ययन से पता चला है कि राष्ट्रीय राजमार्ग (एनएच) निर्माण पर खर्च किए गए प्रत्येपक1 रुपये से भारत के सकल घरेलू उत्पाद में 3.21 रुपये की वृद्धि हुई है, जो 3.2 गुना का गुणक प्रभाव है। नतीजतन, घरेलू उत्पादन में 9% और कार की बिक्री में 10.4% की वृद्धि हुई है। सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय द्वारा किए गए काम ने न केवल आर्थिक गतिविधियों को बढ़ावा दिया है, बल्कि रोज़गार के कई अवसरों का भी सृजन किया है ।

कुछ ध्यान देने योग्य आँकड़े: 2014 में, भारत में केवल 91,000 किलोमीटर राष्ट्रीय राजमार्ग थे। 2024 तक, यह नेटवर्क लगभग 60% बढ़कर 1.46 लाख किलोमीटर हो गया है। सड़क निर्माण की दैनिक गति 12 किलोमीटर/दिन से बढ़कर 28-30 किलोमीटर/दिन हो गई है। 5.35 लाख करोड़ रुपये की महत्वाकांक्षी भारतमाला परियोजना के तहत, आर्थिक गलियारों, अंतर्राष्ट्रीय सीमा सड़कों और सीमा क्षेत्र कनेक्टिविटी सहित 65,000 किलोमीटर सड़कें बनाने का लक्ष्य है। यह योजना भारत की लॉजिस्टिक्स की लागत में और कमी लाने की दिशा में एक निर्णायक कदम है।

'गति शक्ति' और मल्टीमॉडल कनेक्टिविटी पहल सड़क, रेलवे, वायु, जलमार्ग और बंदरगाहों को एकल डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म में एकीकृत करती है, जिससे समय पर परियोजना पूर्ण होना सुनिश्चित होने में मदद मिली है।

भारत में तकनीकी वस्त्र का बढ़ता दायरा
एनटीटीएम और पीएलआई ने बदली तस्वीर

जालंधर ब्रीज . कुछ साल पहले, तकनीकी वस्त्रों को एक सीमित खंड के रूप में देखा जाता था। इसका दायरा सीमित था, इसमें कम निवेश किया जाता था और आयात पर यह बहुत अधिक निर्भर था लेकिन आज, यह भारत के औद्योगिक परिवर्तन के केंद्र में हैं। यह बदलाव आकस्मिक नहीं है। यह माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के सशक्त नेतृत्व में आत्मनिर्भर भारत के अनुरूप अपनाई गई रणनीति, नीतिगत दूरदर्शिता और

जालंधर ब्रीज

गिरिराज सिंह
(केंद्रीय कपड़ा मंत्री)

राष्ट्रीय प्रतिबद्धता का परिणाम है। चाहे कोविड-19 संकट के दौरान पीपीई उत्पादन को बढ़ाना हो, स्वदेशी सुरक्षात्मक गियर के साथ सशस्त्र बलों को सुसज्जित करना हो या ऑपरेशन सिंदूर जैसी कार्रवाई के लिए महत्वपूर्ण सामग्रियों की आपूर्ति करना हो, तकनीकी वस्त्रों ने राष्ट्रीय तैयारियों और औद्योगिक प्रगति के कारक के रूप में अपनी भूमिका का प्रदर्शन किया है।

श्रेष्ठ से रणनीतिक तक: नीतिगत अनिवार्यता : राष्ट्रीय तकनीकी वस्त्र मिशन (एनटीटीएम) की समीक्षा बैठक के दौरान एक महत्वपूर्ण क्षण तब आया, जब मुझे इसरो के तत्कालीन अध्यक्ष डॉ. एस. सोमनाथ से बातचीत करने का अवसर मिला। उन्होंने कार्बन फाइबर, अल्ट्रा-हाई मॉलिक्यूलर वेट पॉलीइथिलीन (UHMWPE) और नायलॉन 66 जैसे उच्च प्रदर्शन वाले एयरोस्पेस अनुप्रयोगों के लिए आवश्यक सामग्री की बढ़ती आवश्यकता को रेखांकित किया। उनका संदेश स्पष्ट था: भारत को इस क्षेत्र में दूसरों पर निर्भरता को कम करने के लिए और हमारी वैज्ञानिक उन्नति के अगले स्तर के मार्ग को प्रशस्त करने के लिए इन क्षेत्रों में स्वदेशी क्षमताओं का निर्माण करना चाहिए। इस बातचीत के दौरान प्रयोगशालाओं से लेकर लॉन्चपैड तक भारत की विकास गाथा में तकनीकी वस्त्रों के रणनीतिक महत्व को भी रेखांकित किया गया।

लैब से लेकर लॉन्चपैड व युद्ध के मैदान तक : रक्षा क्षेत्र ने भी इस परिवर्तन के रणनीतिक मूल्य को महसूस करना शुरू कर दिया है। उदाहरण के लिए हाल ही में हमारे सशस्त्र बलों द्वारा संचालित ऑपरेशन सिंदूर को लें, जहां सुरक्षात्मक कपड़ों और बैलिस्टिक गियर से लेकर छलावरण वाले कपड़ों और रासायनिक-जैविक सुरक्षा सूट तक तकनीकी वस्त्रों ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। चूंकि हमने घरेलू क्षमता निर्माण में जल्दी निवेश करना शुरू कर दिया था, इसलिए आज हम अपने रक्षा क्षेत्र को न केवल जनशक्ति के साथ, बल्कि वैश्विक मानकों को पूरा करने वाली सामग्री के साथ मदद पहुंचाने में सक्षम हैं, जिसे भारतीय धरती पर विकसित और निर्मित किया गया है।

तकनीकी वस्त्रों को समझें : तकनीकी वस्त्र वे विशेष प्रकार के कपड़े होते हैं, जो सौंदर्य की बजाय कार्यक्षमता के लिए बनाए जाते हैं जिन्हें अक्सर जीवन रक्षक या महत्वपूर्ण बुनियादी ढांचे के तहत कार्य करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। इनमें बुलेट-प्रतिरोधी जैकेट, अग्निरोधी वर्दी, सर्जिकल गाउन, किसानों के लिए एंटी-बैक्टीरियल शीट, सड़क-सुदृढ़ीकरण जियो-ग्रिड और बहुत कुछ शामिल हैं। यह क्षेत्र जियोटेक, मेडिटेक, प्रोटेक, एग्रोटेक और बिल्डटेक सहित 12 प्रमुख खंडों में फैला हुआ है। 2024 तक, भारत के तकनीकी वस्त्र बाजार का मूल्य 26 बिलियन अमरीकी डॉलर था। हम 2030 तक 40-45 बिलियन अमरीकी डॉलर को छूने की राह पर हैं, जो 10-12 प्रतिशत की आकर्षक वार्षिक दर से बढ़ रहा है। वैश्विक स्तर पर तकनीकी वस्त्र, कुल कपड़ा उत्पादन का लगभग 27 प्रतिशत है जबकि भारत में यह आंकड़ा केवल 11 प्रतिशत है। हालांकि सही दिशा में प्रयास करने से हम इस अंतर को तेज़ी से कम कर रहे हैं।

विकास को गति देने के लिए प्रमुख सरकारी पहल : इस क्षेत्र की वास्तविक क्षमता को उजागर करने के लिए, भारत सरकार ने दो प्रमुख पहलों- राष्ट्रीय तकनीकी वस्त्र मिशन (एनटीटीएम) और वस्त्रों के लिए उत्पादन आधारित प्रोत्साहन (पीएलआई) योजना के माध्यम से कुल 12,000 करोड़ रुपए का परिव्यय किया है। ये कार्यक्रम अलग-अलग काम करने के बजाय, साथ मिलकर, भारत को तकनीकी वस्त्रों के एक वैश्विक केंद्र के रूप में बदल रहे हैं। एनटीटीएम के तहत, हम अनुसंधान और नवाचार में केंद्रित निवेश को बढ़ावा दे रहे हैं। 510 करोड़ रुपए की सरकारी मदद के साथ कुल 168 उच्च-प्रभाव वाली परियोजनाओं को मंजूरी दी गई है। इनमें से कई पहले ही प्रयोगशाला से बाजार में आ चुकी हैं जिनमें फायर एंट्री सूट का विकास और भू-वस्त्रों के लिए परिपत्र बुनाई तकनीक शामिल हैं।

एनटीटीएम : नवाचार को बढ़ावा देना और कौशल प्रदान करना : आत्मनिर्भरता के दृष्टिकोण से प्रेरित, राष्ट्रीय तकनीकी वस्त्र मिशन नवाचार और कौशल विकास के लिए मजबूत नींव रख रहा है। वहीं 17 स्टार्टअप को ग्रेट (तकनीकी वस्त्रों में महत्वाकांक्षी नवप्रवर्तकों के लिए अनुसंधान और उद्यमिता के लिए अनुदान) योजना के तहत सहायता मिली है। 2,000 से अधिक छात्र 41 शीर्ष संस्थानों में तकनीकी वस्त्र पाठ्यक्रम कर रहे हैं जो 16 उद्योग-आधारित कौशल मॉड्यूल द्वारा समर्थित हैं और भविष्य के लिए तैयार कार्यबल को आकार दे रहे हैं।

मांग पैदा करना, वैश्विक उपस्थिति को बढ़ावा देना : मुख्य स्तंभ के रूप में बाजार विकास के साथ, एनटीटीएम घरेलू स्तर पर अपनाने के साथ-साथ वैश्विक पहुंच का भी विस्तार कर रहा है।

प्रधानमंत्री ने जी-7 शिखर सम्मेलन के अवसर पर प्रधानमंत्री मार्क कार्नी से मुलाकात की

जालंधर ब्रीज . प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने आज कैनानास्किस, अल्बर्टा में जी-7 शिखर सम्मेलन के अवसर पर कनाडा के प्रधानमंत्री मार्क कार्नी के साथ द्विपक्षीय बैठक की।

कनाडा में हाल ही में हुए आम चुनावों के बाद प्रधानमंत्री कार्नी के पदभार ग्रहण करने के बाद दोनों नेताओं के बीच यह पहली सीधी बातचीत थी। इस बैठक ने दोनों पक्षों को भारत-कनाडा संबंधों की वर्तमान स्थिति और भविष्य के बारे में स्पष्ट व खुले विचारों के साथ चर्चा करने का अवसर प्रदान किया।

दोनें नेताओं ने साझा लोकतांत्रिक मूल्यों, कानून के शासन के सम्मान और संप्रभुता व क्षेत्रीय अखंडता के सिद्धांतों को बनाए रखने की प्रतिबद्धता के आधार पर भारत-कनाडा संबंधों के महत्व पर बल दिया। उन्होंने चिंताओं और संवेदनशीलताओं के लिए आपसी सम्मान, लोगों के बीच मजबूत संबंधों और बढ़ती आर्थिक पूरकताओं पर आधारित रचनात्मक और संतुलित साझेदारी को आगे बढ़ाने की आवश्यकता पर बल दिया। इस बारे में, दोनों पक्ष संबंधों में स्थिरता बहाल करने के लिए संतुलित व रचनात्मक कदम उठाने पर सहमत हुए और इसकी शुरुआत एक-दूसरे

की राजधानियों में उच्चायुक्तों की शीघ्र वापसी से होगी। दोनों नेताओं ने विश्वास बहाली और संबंधों में गति लाने के लिए विभिन्न क्षेत्रों में वरिष्ठ मंत्रिस्तरीय और कार्य-स्तरीय संबंधों को फिर से शुरू करने के महत्व पर बल दिया।

नेताओं ने स्वच्छ ऊर्जा, डिजिटल परिवर्तन, कृत्रिम बुद्धिमत्ता, एलएनजी, खाद्य सुरक्षा, महत्वपूर्ण खनिज, उच्च शिक्षा, गतिशीलता और मजबूत आपूर्ति श्रृंखला जैसे क्षेत्रों में सहयोग के अवसरों पर चर्चा की। उन्होंने एक स्वतंत्र और खुले हिंद-प्रशांत को बढ़ावा देने में अपनी साझा रुचि व्यक्त की। नेताओं ने व्यापक आर्थिक भागीदारी समझौते (सीईपीए) का मार्ग प्रशस्त करने के उद्देश्य से प्रारंभिक प्रगति व्यापार समझौते (ईपीटीए) पर रुकी हुई वार्ता को फिर से शुरू करने पर भी चर्चा की। उन्होंने इस संबंध में आगे बढ़ने के लिए अपने-अपने अधिकारियों को कार्य सौंपने पर सहमति व्यक्त की। दोनों नेताओं ने माना कि जी-7 शिखर सम्मेलन में महत्वपूर्ण प्रगति हुई है और जलवायु कार्रवाई, समावेशी विकास व सतत विकास जैसी वैश्विक प्राथमिकताओं पर रचनात्मक रूप से मिलकर काम करने की इच्छा व्यक्त की।

नेताओं ने दोनों देशों के लोगों के बीच मजबूत संबंधों का उल्लेख करते हुए परस्पर लाभ के लिए इस जीवंत सेतु का फायदा उठाने पर सहमति व्यक्त की। दोनों नेताओं ने एक-दूसरे के संपर्क में रहने पर सहमति व्यक्त की और जल्द से जल्द फिर से मिलने की उम्मीद जताई।

प्रधानमंत्री और अमेरिका के राष्ट्रपति के बीच टेलीफोन पर हुई बातचीत पर विदेश सचिव विक्रम मिस्री का वक्तव्य

जालंधर ब्रीज . *प्रधानमंत्री मोदी और राष्ट्रपति ट्रंप की मुलाकात G7 summit की sidelines पर होनी तय थी। राष्ट्रपति ट्रंप को जल्दी वापस अमेरिका लौटना पड़ा, जिसके कारण यह मुलाकात नहीं हो पाई।*

इसके बाद, राष्ट्रपति ट्रंप के आग्रह पर आज दोनों लीडर्स की फोन पर बात हुई। बातचीत लगभग 35 मिनट चली। 22 अप्रैल को पहलगाम आतंकी हमले के बाद राष्ट्रपति ट्रंप ने फोन पर प्रधानमंत्री मोदी को शोक संवेदना प्रकट की थी। और आतंक के खिलाफ़ समर्थन व्यक्त किया था। उसके बाद दोनों लीडर्स की यह पहली बातचीत थी। इसलिए प्रधानमंत्री मोदी ने राष्ट्रपति ट्रंप से ऑपरेशन सिंदूर के बारे में विस्तार से बात की। प्रधानमंत्री मोदी ने राष्ट्रपति ट्रंप को स्पष्ट रूप से कहा कि 22 अप्रैल के बाद भारत ने आतंकवाद के खिलाफ कार्रवाई करने का अपना दृढ़ संकल्प पूरी दुनिया को बता दिया था।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि 6-7 मई की रात को भारत ने पाकिस्तान और पाकिस्तान occupied कश्मीर में सिर्फ़ आतंकी ठिकानों को ही निशाना बनाया था। भारत के एक्शन बहुत ही measured, precise, और non-escalatory थे। साथ ही, भारत ने यह भी स्पष्ट कर दिया था, कि पाकिस्तान की गोली का जवाब भारत गोले से देगा।

9 मई की रात को उपराष्ट्रपति Vance ने प्रधानमंत्री मोदी को फोन किया था। उपराष्ट्रपति Vance ने कहा था कि पाकिस्तान भारत पर बड़ा हमला कर सकता है। प्रधानमंत्री मोदी ने उन्हें साफ़ शब्दों में बताया था कि यदि ऐसा होता है, तो भारत पाकिस्तान को उससे भी बड़ा जवाब देगा।

9-10 मई की रात को पाकिस्तान के हमले का भारत ने बहुत सशक्त जवाब दिया, और पाकिस्तान की सेना को बहुत नुकसान पहुंचाया। उसके मिलिटरी एयरबेसस को inoperable बना दिया। भारत के मुहतोड़ जवाब के कारण पाकिस्तान को भारत से सैन्य कारवाई रोकने का आग्रह करना पड़ा।

प्रधानमंत्री मोदी ने राष्ट्रपति ट्रंप को स्पष्ट रूप से कहा कि इस पूरे घटनाक्रम के दौरान कभी भी, किसी भी स्तर पर, भारत-अमेरिका ट्रेड डील या अमरीका द्वारा भारत और पाकिस्तान के बीच मध्यस्थता जैसे विषयों पर बात नहीं हुई थी। सैन्य कारवाई रोकने की बात सीधे भारत और पाकिस्तान के बीच, दोनों सेनाओं की existing channels के माध्यम से हुई थी, और पाकिस्तान के ही आग्रह पर हुई थी। प्रधानमंत्री मोदी ने जोर दे कर कहा कि भारत ने न तो कभी मध्यस्थता स्वीकार की थी, न करता है, और न ही कभी करेगा। इस विषय पर भारत में पूर्ण रूप से राजनैतिक एकमत है। राष्ट्रपति ट्रम्प ने प्रधानमंत्री द्वारा विस्तार में बताई गई बातों को समझा और आतंकवाद के खिलाफ भारत की लडाई के प्रति समर्थन व्यक्त किया। प्रधानमंत्री मोदी ने यह भी कहा कि भारत अब आतंकवाद को proxy war नहीं, युद्ध के रूप में ही देखता है, और भारत का ऑपरेशन सिंदूर अभी भी जारी है। राष्ट्रपति ट्रंप ने प्रधानमंत्री मोदी से पूछा कि क्या वे कनाडा से वापसी में अमेरिका रुक कर जा सकते हैं। पूर्व-निर्धारित कार्यक्रमों के कारण, प्रधानमंत्री मोदी ने अपनी असमर्थता व्यक्त की।

दोनों लीडर्स ने तब तय किया कि वे निकट भविष्य में मिलने का प्रयास करेंगे। राष्ट्रपति ट्रंप और प्रधानमंत्री मोदी ने इजरायल-ईरान के बीच चल रहे संघर्ष पर भी चर्चा की। रूस-यूक्रेन conflict पर दोनों ने सहमति जतायी कि जल्द से जल्द शांति के लिए, दोनों पक्षों में सीधी बातचीत आवश्यक है, और इसके लिए प्रयास करते रहना चाहिए। indo-pacific क्षेत्र के संबंध में दोनों नेताओ ने अपने परिपेक्ष साझा किये। और इस क्षेत्र में QUAD की अहम भूमिका के प्रति समर्थन जताया। QUAD की अगली बैठक के लिए, प्रधानमंत्री मोदी ने राष्ट्रपति ट्रम्प को भारत यात्रा का निमंत्रण दिया। राष्ट्रपति ट्रम्प ने निमंत्रण स्वीकार करते हुए कहा कि वे भारत आने के लिए उत्सुक हैं।

सराफा बाजार कपूरथला में हुई चोरी का केस सुलझा

हिमाचल से पकड़े 4 आरोपी

चोरी के गहने खरीदने वाले दो सुनार भी गिरफ्तार, 8 लाख रुपये, तीन किलो चांदी और 4.5 तोला सोना बरामद

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

कपूरथला पुलिस ने सराफा बाजार, कपूरथला में हाल ही में हुई चोरी के मामले को सुलझा लिया है। एसएसपी कपूरथला श्री गौरव तूरा ने बताया कि इस मामले में चार आरोपियों को विभिन्न स्थानों से गिरफ्तार कर 8 लाख रुपये, 3 किलो चांदी, 4.5 तोला सोने के गहने और एक हुंडाई कार नंबर: पीबी 05 एडी 6468) बरामद की गई है। पुलिस लाइन में आयोजित प्रेस कॉन्फ्रेंस के दौरान उन्होंने बताया कि अजय कुमार, पुत्र लाल चंद, निवासी लाहौरी गेट, कपूरथला की दुकान में 8 जून को चोरी हुई थी, जिसके संबंध में थाना सिटी में मुकदमा नंबर 168 दर्ज किया गया था।

उन्होंने बताया कि इस मामले को सुलझाने के लिए प्रभजोत सिंह विर्क (उप पुलिस कप्तान), दीपकरन सिंह डीएसपी, परमिंदर सिंह (डीएसपी, तफ्तीश) की देखरेख में इंस्पेक्टर बिक्रमजीत सिंह मुख्य अधिकारी, थाना सिटी, इंस्पेक्टर जरनैल सिंह इंचार्ज, सीआईए और एएसआई चरनजीत सिंह की एक टीम गठित की गई, जिसने इस मामले के आरोपियों को पकड़ लिया। उन्होंने बताया कि टेक्निकल सेल की सहायता और मानव संसाधनों के माध्यम से मामले के मुख्य आरोपी जोनी उर्फ राजू, पुत्र मोहन लाल, निवासी मोहल्ला खटीक मंडी, थाना कैंट, जिला फिरोजपुर को हिमाचल प्रदेश के मंडी से हिरासत में लिया गया और पूछताछ की गई।

इसके आधार पर अमनदीप सिंह को 17 जून को कांगड़ा से गिरफ्तार किया गया और चोरी में इस्तेमाल की गई हुंडाई कार बरामद की गई। उन्होंने बताया कि पूछताछ में पता चला कि आरोपियों ने चोरी किया हुआ सोना और चांदी सुनार धर्मपाल उर्फ धर्मा, पुत्र रूपलाल, निवासी मल्लांवाला, जिला फिरोजपुर और सुनार राहुल शर्मा, पुत्र धर्मपाल, निवासी मल्लांवाला, जिला फिरोजपुर को बेचा था। इसके आधार पर इन दोनों को भी गिरफ्तार कर चोरी का सामान बरामद किया गया।

तफ्तीश के दौरान तीन अन्य व्यक्तियों को नामजद किया गया है। उल्लेखनीय है कि जोनी उर्फ राजू के खिलाफ विभिन्न जिलों में चोरी के 20 मामले पहले से दर्ज हैं। उन्होंने बताया कि आरोपियों को अदालत में पेश कर पुलिस रिमांड के दौरान पूछताछ की जाएगी, जिसके दौरान और खुलासे होने की संभावना है।

मानसून से पहले धोगडी रोड को वाहनों के आवागमन योग्य बनाने के निर्देश

एसडीएम ने किया मौके का दौरा, जल स्पलाई पाइपलाइन और सड़क परियोजनाओं की प्रगति की समीक्षा की

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

आगामी मानसून सीजन के दौरान धोगडी रोड पर यातायात को सुचारू बनाने और असुविधा को दूर करने के लिए डिप्टी कमिश्नर डा. हिमांशु अग्रवाल ने जल आपूर्ति एवं सीवरेज बोर्ड और लोक निर्माण विभाग को बारिश से पहले धोगडी रोड को वाहनों के आवागमन योग्य बनाने के निर्देश दिए है। इन निर्देशों का उद्देश्य विशेष रूप से उद्योगों को सुविधा प्रदान करना है, जो सुचारू कनेक्टिविटी पर अत्यधिक निर्भर है। इन निर्देशों की पालना करते सब डिवीजनल मैजिस्ट्रेट

(एस.डी.एम.) शायरी मल्होत्रा ने गुरुवार को मौके पर जाकर अधिकारियों और उद्योग प्रतिनिधियों के साथ विस्तृत चर्चा की। उन्होंने औद्योगिक इकाइयों को आश्वासन दिया कि जिला प्रशासन उनकी समस्याओं, विशेष रूप से बरसात के मौसम में सुचारू यातायात से संबंधित समस्याओं को हल करने के लिए वचनबद्ध है।

एसडीएम ने कहा कि डिप्टी कमिश्नर ने मानसून शुरू होने से पहले धोगडी रोड को पूरी तरह से चलने योग्य बनाने पर जोर दिया है। यह सड़क सरफेस वाटर प्रोजेक्ट के तहत जलापूर्ति पाइपलाइन के लिए खोदी गई थी, जो अब इस पाइपलाइन को बिछाने के बाद निर्माणाधीन है। उन्होंने यह भी कहा कि डिप्टी कमिश्नर ने संबंधित विभागों को इस परियोजना की गति में तेजी लाने के निर्देश दिए है ताकि बारिश से पहले धोगडी सड़क को चालू किया जा सके। इसके अलावा, जिला प्रशासन ने अधिकारियों को नहर रोड (वैकल्पिक) को पक्का करने (पक्की सड़क बनाने) की प्रक्रिया शुरू करने के लिए भी कहा है, जिसका उपयोग बड़े पैमाने पर लोगों द्वारा किया जाता है। एस.डी.एम. ने उद्योग प्रतिनिधियों को आश्वासन दिया कि डिप्टी कमिश्नर के दिशा-निर्देशों के अनुसार, मानसून शुरू होने से पहले धोगडी रोड को प्राथमिकता के आधार पर वाहनों के आवागमन के लिए उपयुक्त बनाया जाएगा।

प्रताप बाजवा ने की एमएसपी पर मक्का फसल खरीदने की मांग

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब विधानसभा में विपक्ष के नेता प्रताप सिंह बाजवा ने न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) पर मक्का की फसल की खरीद सुनिश्चित करने में अक्षमता के लिए आम आदमी पार्टी के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार की आलोचना की। "मक्का की फसल के लिए एमएसपी 2025-26 के लिए 2400 रुपये प्रति क्विंटल है। हालांकि, राज्य भर के किसान निजी खिलाड़ियों को कम कीमतों पर अपनी उपज बेचने के लिए मजबूर हैं। नमी की अधिक मात्रा वाली मक्का फसलें मात्र 1300 रुपये प्रति क्विंटल की दर पर बेची जा रही हैं, जबकि सूखे मक्का की फसल 1900 रुपये प्रति क्विंटल की दर से बेची जा रही है।

कांग्रेस के वरिष्ठ नेता बाजवा ने कहा कि आप सरकार का 2022 में मुख्य विधानसभा चुनाव वादा एमएसपी पर मक्का फसलों की खरीद सुनिश्चित करना था। हालांकि, आप सरकार इस वादे को पूरा करने में बुरी तरह विफल रही क्योंकि वह अपने अन्य वादों से मुकर गई। पंजाब में आप के सत्ता में आने के बाद से मक्के की पैदावार कभी भी एमएसपी पर नहीं खरीदी गई।मक्के की पूरी फसल को एमएसपी पर तत्काल खरीदने की मांग करते हुए बाजवा ने कहा, 'ऐसा करने में विफल रहने से पंजाब सरकार के फसल विविधीकरण कार्यक्रम को झटका लगेगा।'

विपक्ष के नेता ने कहा कि सरकार को उन किसानों को मुआवजा देना चाहिए, जिन्होंने पहले ही अपनी मक्का फसलों को निजी खिलाड़ियों को संकटग्रस्त दरों पर बेच दिया है और नुकसान उठाया है।

मुख्यमंत्री भगवंत मान की सरकार पर अपनी जिम्मेदारियों से भागने का आरोप लगाते हुए बाजवा ने कहा कि पिछले वर्षों में सीएम ने किसानों को मूंग की फसल उगाने के लिए प्रोत्साहित किया और इसे एमएसपी पर खरीदने का वादा किया। हालांकि, उनकी सरकार ने कभी भी मूंग की पूरी फसल को एमएसपी पर खरीदने की जहमत नहीं उठाई। सीएम ने फिर से किसानों की पीठ में छुरा घोंपा है।

डॉ. चब्बेवाल व संत सीचेवाल ने लिया विकास योजनाओं का जायजा

'दिशा' मीटिंग में अधिकारियों को दिए व्यक्तिगत रूप से निगरानी के आदेश

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

होशियारपुर से लोकसभा सांसद डॉ. राजकुमार चब्बेवाल और राज्यसभा सांसद संत बाबा बलवीर सिंह सीचेवाल ने कपूरथला जिले में विकास कार्यों की प्रगति और जनकल्याण योजनाओं को जमीनी स्तर पर लागू करने का जायजा लिया। गुरुवार को यहां "दिशा" मीटिंग की अध्यक्षता करते हुए समिति के चेयरमैन डॉ. चब्बेवाल और को-चेयरमैन संत सीचेवाल ने कहा कि अधिकारी विकास कार्यों को समय पर पूरा करने के साथ-साथ कार्य की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान दें। उन्होंने कहा कि "लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना पंजाब सरकार का मुख्य एजेंडा है, जिसके लिए प्रशासन पूरे पुख्ता प्रबंध करे।" उन्होंने कहा कि कपूरथला में ऑक्सीजन सेंटर को शुरू किया जाए।

आम आदमी क्लीनिकों के प्रदर्शन की समीक्षा करते हुए उन्होंने कहा कि फगवाड़ा, कपूरथला और भुलत्थ में खुलने वाले तीन नए क्लीनिकों का काम जल्द पूरा किया जाए। उन्होंने कपूरथला सिविल अस्पताल में डायलिसिस मशीनों की संख्या बढ़ाने के आदेश दिए।

"दिशा" के को-चेयरमैन संत बाबा बलवीर सिंह सीचेवाल ने सुल्तानपुर लोधी सिविल अस्पताल में आईसीयू शुरू करने का मुद्दा उठाया। चेयरमैन डॉ. चब्बेवाल ने नशा छुड़ाऊ केंद्रों और 15 ओटी क्लीनिकों के प्रदर्शन की भी समीक्षा की। उन्होंने एमपी लैड के तहत जारी फंडों के उपयोग की समीक्षा की और फंडों के उचित उपयोग के लिए अधिकारियों को कार्यों की व्यक्तिगत रूप से निगरानी करने के आदेश दिए।

प्रशासनिक अधिकारियों ने बताया कि डॉ. चब्बेवाल द्वारा 11 कार्यों के लिए फंड जारी किए गए, जिनमें से 8 पर काम चल रहा है। राज्यसभा सांसद बाबा सीचेवाल द्वारा 73 कार्यों के लिए फंड जारी किए गए, जिनमें से 50 पूरे हो चुके हैं। इस अवसर पर राज्यसभा सांसद द्वारा गोद लिए गए गांव डल्ला में विकास कार्यों को तेजी से पूरा करने के निर्देश दिए गए।

कृषि क्षेत्र के प्रदर्शन की समीक्षा करते हुए सांसदों ने कहा कि "पंजाब सरकार द्वारा बरसाती मक्का की खेती को प्रोत्साहित करने के लिए कपूरथला को पायलट प्रोजेक्ट के रूप में चुना गया है, जिसके तहत 1500 एकड़ का लक्ष्य हासिल किया जाए।" इस अवसर पर डिप्टी कमिश्नर ने सरकारी योजनाओं को लागू करने के बारे में जानकारी दी। इस अवसर पर फगवाड़ा के मेयर रामपाल उपल, जिला योजना बोर्ड के अध्यक्ष ललित सकलानी, जिला अध्यक्ष आप सरबजीत सिंह लुबाना, नगर निगम कमिश्नर फगवाड़ा डॉ. अक्षिता गुप्ता, कपूरथला के कमिश्नर अनुपम कलर, अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (ज) नवनीत कौर बल, अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (विकास) वरिंदरपाल सिंह बाजवा व अन्य मौजूद थे।

नशे के विरुद्ध जंग में होशियारपुर बन रहा है अग्रणी जिला

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

पंजाब के स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री डॉ. बलबीर सिंह ने कहा कि 'युद्ध नशे के विरुद्ध' अभियान में होशियारपुर जिला पूरे राज्य में सबसे बेहतर प्रदर्शन कर रहा है। जिले के प्रशासनिक अधिकारियों, पुलिस विभाग और जनप्रतिनिधियों की साझा मेहनत से यह अभियान ज़मीनी स्तर पर सफलतापूर्वक चल रहा है। डॉ. बलबीर सिंह आज जिला प्रशासकीय कांप्लेक्स में रंगला पंजाब विकास स्कीम, डेंगू-चिकनगुनिया की रोकथाम और नशा विरोधी अभियान की समीक्षा बैठक के बाद पत्रकारों से बातचीत कर रहे थे। इस अवसर पर विधायक टांडा उड़मुड़ जसवीर सिंह राजा गिल, विधायक दसूहा करमबीर सिंह घुम्मण, डिप्टी कमिश्नर आशिका जैन, , एस.एस. पी संदीप कुमार मलिक, मेयर सुरिंदर कुमार, पंजाब इंडस्ट्रियल डेवलपमेंट बोर्ड के वाइस चेयरमैन डॉ. हरविंदर सिंह बख्शी सहित कई वरिष्ठ अधिकारी मौजूद थे। पत्रकारों से बातचीत में डॉ. बलबीर सिंह ने बताया कि बैठक से पहले उन्होंने होशियारपुर स्थित पुनर्वास केंद्र का दौरा किया, जहां बैडों की संख्या को तीन गुना बढ़ा दिया गया है। उन्होंने कहा कि मरीजों के इलाज के साथ-साथ योग, खेल गतिविधियों और रोजगारोन्मुखी प्रशिक्षण कार्यक्रमों से भी जोड़ा गया है। उनकी ट्रेंड काउंसलरों से काउंसलिंग की जाती है। उन्होंने केंद्र में दाखिल मरीजों को नशा छोड़ नई जिंदगी जीने के लिए प्रेरित किया। रंगला पंजाब स्कीम की बात करते हुए स्वास्थ्य मंत्री ने बताया कि इस योजना के अंतर्गत विधायक टांडा उड़मुड़ और विधायक दसूहा द्वारा विकास संबंधी परियोजनाओं की सूची बनाकर सरकार को सौंपी गई है।

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-1) की बैठक का आयोजन

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). केंद्रीय सरकारी कार्यालयों उपक्रमों एवं निगमों इत्यादि में राजभाषा का प्रयोग बढ़ाने के उद्देश्य से भारत सरकार द्वारा गठित चंडीगढ़ नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-1) की प्रथम छमाही बैठक चंडीगढ़ होटल शिवालिक व्यू, सैक्टर 17, चंडीगढ़ में आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता समिति अध्यक्ष आम्रपाली दास, प्रधान मुख्य आयकर आयुक्त, उत्तर-पश्चिम क्षेत्र, चंडीगढ़ ने की। बैठक में चंडीगढ़ स्थित केंद्रीय सरकारी कार्यालयों/निगमों, बोर्डों एवं उपक्रमों के लगभग 135 कार्यालयाध्यक्षों एवं वरिष्ठ अधिकारियों ने भाग लिया। बैठक में चंडीगढ़ स्थित केंद्रीय सरकारी कार्यालयों में हिंदी के प्रयोग की समीक्षा की गई तथा केंद्रीय सरकार द्वारा वर्ष 2025-26 के लिए रखे गए लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए विचार-विमर्श किया गया। सदस्य सचिव नीना मल्होत्रा उप निदेशक (रा. भा) बैठक में सूचित किया कि चंडीगढ़ स्थित केंद्रीय सरकारी कार्यालयों, उपक्रमों एवं निगमों के कार्मिकों के लिए इस वर्ष भी समिति द्वारा हिंदी निबंध, हिंदी शब्द ज्ञान, कंप्यूटर पर हिंदी टाइप, सामान्य हिंदी ज्ञान, स्व-रचित हिंदी काव्य पाठ, हिंदी अधिकारियों/अनुवादकों के लिए विविधा तथा पावर प्वाइंट प्रस्तुतिकरण इत्यादि हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा।

पंजाब-हरियाणा के प्रतिष्ठित स्मारकों पर होगा 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण (एएसआई), चंडीगढ़ मंडल, संस्कृति मंत्रालय के तत्वावधान में 21 जून, 2025 को पंजाब और हरियाणा के प्रमुख ऐतिहासिक स्थलों पर 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (आईडीवाई) का आयोजन करेगा। कार्यक्रम शनिवार को सुबह 6:00 बजे से 7:45 बजे तक मनाया जाएगा। इसकी शुरुआत प्रधानमंत्री के संबोधन के सीधे प्रसारण से होगी, जिसके बाद सभी प्रतिभागियों के लिए योग सत्र आयोजित किया जाएगा। योग दिवस का आयोजन स्वास्थ्य और कल्याण के लिए एक समग्र दृष्टिकोण के रूप में योग को प्रोत्साहन देने की वैश्विक विषयवस्तु के अनुरूप है। एएसआई इस ऐतिहासिक वर्ष की स्मृति में पांच विरासत स्मारकों पर योग सत्र का आयोजन करेगा। इसमें से चार स्थान पंजाब में और एक हरियाणा में होगा। ये सभी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 समारोहों के लिए संस्कृति मंत्रालय द्वारा चयनित 100 प्रतिष्ठित स्थलों में से हैं।

स्थान और कार्यक्रम की मुख्य विशेषताएं : 1.बठिंडा किला, बठिंडा, पंजाब। मुख्य अतिथि: अमरजीत मेहता, अध्यक्ष, पंजाब क्रिकेट एसोसिएशन। सहयोग: आर्ट ऑफ लिविंग, बठिंडा चैप्टर। नोडल अधिकारी: डॉ. अर्किता प्रधान, उप अधीक्षण पुरातत्वविद्, एएसआई, चंडीगढ़ मंडल। 2. शमशेर खान का मकबरा, बटाला, जिला गुरदासपुर, पंजाब। मुख्य अतिथि: अमंशेर सिंह (शेरी कलसी), एम.एल.ए., बटाला। सहयोग: दृष्टि कल्याण संगठन और भारतीय योग संस्थान। नोडल अधिकारी: एम.सी. शर्मा, सहायक अधीक्षण पुरातत्व अभियंता, एएसआई। 3.महाराजा रणजीत सिंह किला, फिल्लौर, जिला जालंधर, पंजाब। मुख्य अतिथि: परमजीत सिंह, पीपीएस, एसएसपी, पंजाब पुलिस। सहयोग: पंजाब पुलिस अकादमी, फिल्लौर किला। नोडल अधिकारी: ममता पांगटे, उप अधीक्षण पुरातत्व रसायन विज्ञान, एएसआई, चंडीगढ़।

4. जलियांवाला बाग राष्ट्रीय स्मारक, अमृतसर, पंजाब। मुख्य अतिथि: डॉ. अजय गुप्ता, विधायक। सहयोग: ब्रह्माकुमारी संगठन। नोडल अधिकारी: कामेई अथोइलू काबुई, अधीक्षण पुरातत्वविद्, एएसआई, चंडीगढ़ मंडल। 5. जर्जर किला (पृथ्वीराज चौहान का किला), हांसी, जिला हिसार, हरियाणा। मुख्य अतिथि: विनोद भयाना, विधायक, हांसी और प्रवीण ऐलावादी, अध्यक्ष, नगर समिति, हांसी। नोडल अधिकारी: अनुराग लोहचब, वरिष्ठ संरक्षण सहायक, एएसआई। एएसआई स्थानीय नागरिकों, छात्रों, सरकारी अधिकारियों, संगठनों के सदस्यों और आम जनता को इन ऐतिहासिक स्थलों पर आयोजित होने वाले समारोह में भाग लेने के लिए आमंत्रित करता है। यह पहल योग के शाश्वत ज्ञान को दुनिया के साथ साझा करने के लिए भारत की प्रतिबद्धता की पुष्टि करती है और सांस्कृतिक विरासत के संरक्षण के साथ स्वास्थ्य को जोड़ती है।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 के तहत मॉडल जेल चंडीगढ़ में आउटडोर योग सत्र करवाया

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). ग्यारहवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 के उपलक्ष्य में, राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान, पंचकूला (आयुष मंत्रालय, भारत सरकार) द्वारा जन-जागरूकता और स्वस्थ जीवनशैली को बढ़ावा देने के उद्देश्य से एक विशेष आउटडोर योग अभ्यास सत्र का आयोजन मॉडल जेल, चंडीगढ़ में किया गया। यह आयोजन 18 जून 2025, बुधवार को "योग से सुधार, जीवन में बदलाव" की भावना के तहत संपन्न हुआ। इस वर्ष की थीम "योग फॉर वन अर्थ, वन हैल्थ" को ध्यान में रखते हुए आयोजित इस सत्र में कॉमन योगा प्रोटोकॉल के अंतर्गत जेल के कैदियों को योगाभ्यास कराया गया, जिसमें शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता पर विशेष जोर दिया गया।

इस प्रेरणादायक कार्यक्रम का आयोजन भारतीय योग संघ के सहयोग से किया गया तथा इसे टीम एनआईए पंचकूला के डॉ. गौरव कुमार गर्ग (आईवाईडी समन्वयक), प्रो. प्रहलाद रघु, और डॉ. सुनीता यादव ने कुशलतापूर्वक संपन्न कराया। कार्यक्रम की संकल्पना और मार्गदर्शन संस्थान के कुलपति प्रोफेसर संजीव शर्मा, डीन प्रोफेसर गुलाब पमनानी (अकादमिक एवं प्रशासनिक), और डीन प्रभारी प्रोफेसर सतीश गंधर्व के नेतृत्व में किया गया। यह सत्र जेल के बंदियों के लिए योग के माध्यम से आत्मअनुशासन, मानसिक शांति और शारीरिक सशक्तिकरण का संदेश लेकर आया।

मुख्य योग दिवस कार्यक्रम 21 जून को: अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 का मुख्य आयोजन 21 जून को प्रातः 6:00 बजे से 8:00 बजे तक राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान, पंचकूला के परिसर में किया जाएगा। इस अवसर पर सैकड़ों प्रतिभागियों द्वारा सामूहिक योगाभ्यास किया जाएगा और कई गणमान्य अतिथि भी कार्यक्रम की शोभा बढ़ाएंगे। सभी नागरिकों से आग्रह है कि वे इस कार्यक्रम में सक्रिय भागीदारी करें, योग को अपने जीवन का हिस्सा बनाएं और "स्वस्थ भारत" के निर्माण में सहभागी बनें।

'युद्ध नशों विरुद्ध' के 110वें दिन पंजाब पुलिस द्वारा 132 नशा तस्कर गिरफ़्तार

1.08 किलो हेरोइन और 87 हज़ार की ड्रग मनी बरामद

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

'युद्ध नशों विरुद्ध' के 110वें दिन पंजाब पुलिस ने गुरुवार को 132 नशा तस्करों को गिरफ़्तार करके उनके कब्ज़े में से 1.08 किलो हेरोइन और 87, 540 रुपए की ड्रग मनी बरामद की है। इससे सिर्फ़ 110 दिनों के अंदर गिरफ़्तार किये गए कुल नशा तस्करों की संख्या 18,236 हो गई है। यह आपरेशन डायरैक्टर जनरल आफ पुलिस (डीजीपी) गौरव यादव के निर्देशों पर राज्य के सभी 28 जिलों में एक ही समय चलाया गया। स्पैशल डीजीपी कानून और व्यवस्था अर्पित शुक्ला ने बताया कि 96 गज़टिड अधिकारियों की निगरानी अधीन 1500 से अधिक पुलिस कर्मचारियों की शमूलियत वाली 220 से अधिक पुलिस टीमों ने राज्य भर में 544 स्थानों पर छापेमारी की, जिसके चलते राज्य भर में 100 एफआईआरज़ दर्ज की गई। उन्होंने आगे कहा कि दिन भर चले इस आपरेशन के दौरान पुलिस टीमों ने 571 शक्की व्यक्तियों की जांच भी की। पंजाब सरकार द्वारा राज्य में से नशों के ख़ात्मे के लिए तीन-आयामी रणनीति - इनफोरसमैंट, डी-एडिकशन और प्रीवैंशन (ईडीपी) - लागू की गई है और पंजाब पुलिस ने इस रणनीति के हिस्से के तौर पर 67 व्यक्तियों को नशा छोड़ने और पुनर्वास का इलाज लेने के लिए राज़ी किया है।

भारत-इंग्लैंड के बीच पांच मैचों की टेस्ट सीरीज आज से

गिल ने कहा- मैं एक बल्लेबाज के तौर पर खेलना चाहता हूं

टेस्ट सीरीज शुरू होने से पहले भारतीय टीम के कप्तान ने की प्रेस कॉन्फ्रेंस

स्पोर्ट्स डेस्क. भारत और इंग्लैंड के बीच पांच मैचों की टेस्ट सीरीज शुक्रवार, 20 जून से शुरू होने वाली है। इंग्लैंड के खिलाफ टेस्ट सीरीज के शुरू होने से पहले भारतीय टीम के कप्तान शुभमन गिल ने प्रेस कॉन्फ्रेंस की। इंग्लैंड के खिलाफ सीरीज से पहले भारतीय टेस्ट टीम क कप्तान शुभमन गिल ने मीडिया से बात करते हुए कहा कि 'जब इस सीरीज में एक बल्लेबाज के तौर पर खेलने जाऊंगा तो नहीं चाहता कि ये सोचूं कि मैं इस टीम का कप्तान हूं, क्योंकि इससे आपके ऊपर एक अलग प्रेशर होता है'। गिल ने आगे कहा कि 'मैं एक बल्लेबाज के तौर पर ही खेलना चाहता हूं और विपक्षी टीम पर हावी पड़ना चाहता हूं। ये भी चाहता हूं कि मैं इस सीरीज का नंबर वन बल्लेबाज बनूं'। शुभमन गिल ने प्रेस कॉन्फ्रेंस में बताया कि 'हमें अपने सीनियर से पिछले पांच-दस सालों में दो ब्लू प्रिंट मिला है कि हमें किसी भी देश में जाकर जीत सकते हैं। हमारी कोशिश इसी ब्लू प्रिंट को फॉलो करने की कोशिश रहेगी'। गिल ने आगे कहा कि 'अगर आपकी टीम में माहौल अच्छा है और खिलाड़ियों को पता है कि उनका गेम में रोल क्या है। अगर हम इसे टीम में बनाने में कामयाब होते हैं, तो हम इंग्लैंड सीरीज और इस पूरे डब्ल्यूटीसी सीजन में कामयाब हो सकते हैं'।

दरअसल, भारतीय टीम 7 जून से इंग्लैंड दौरे के लिए पहुंच गई है। ये सीरीज 20 जून से शुरू होकर 4 अगस्त तक चलेगी। भारतीय टीम की कमान शुभमन गिल के हाथों में है। गिल ने सीरीज जीतने को लेकर कहा कि 'जैसे कि हमारी नई टीम है तो हमारे पास हासिल करने के लिए बहुत कुछ है, लेकिन कुछ भी खोने का हमारे ऊपर कोई दवाब नहीं है'।

फोटो-बीसीसीआई

राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय द्वारा 80वें दौर का सर्वेक्षण 1 जुलाई से शुरू करने की घोषणा

मोहाली (जालंधर ब्रीज). सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय के अंतर्गत राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय (एनएसओ), फील्ड ऑपरेशन्स डिवीजन घरेलू पर्यटन व्यय सर्वेक्षण (डीटीईएस) और राष्ट्रीय पारिवारिक यात्रा सर्वेक्षण (एनएचटीएस) पर केंद्रित सामाजिक-आर्थिक (एसई) सर्वेक्षण के 80वें दौर को शुरू करने जा रहा है। यह सर्वेक्षण 1 जुलाई 2025 से 30 जून 2026 तक आयोजित किया जाएगा। इस संबंध में, क्षेत्रीय कार्यालय (आरओ) - मोहाली पीबी(एस) के लिए केंद्रीय और राज्य सरकार दोनों संस्थाओं के क्षेत्रीय अधिकारियों और अधिकारियों के लिए एक तीन दिवसीय क्षेत्रीय प्रशिक्षण सम्मेलन गुरुवार को होटल कैंडी, फेज 11, मोहाली में शुरू हुआ। इस प्रशिक्षण का उद्देश्य क्षेत्रीय कर्मचारियों को सर्वेक्षण की अवधारणाओं, परिभाषाओं और कार्यप्रणाली की पूरी समझ प्रदान करना है।

जालंधर के कपूरथला रोड़ पर वरियाणा के नजदीक से एक पालतू कुत्ता नवाब गायब हो गया है। अगर कोई भी जानकारी मिलती है तो इसके मालिक आदित्य गुप्ता से इस नंबर 77172-71777 पर संपर्क किया जा सकता है। उन्होंने कुत्ते को ढूंढने वाले को 21000 रूपए ईनाम देने का ऐलान किया 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. 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.