सच कहने की ताकत

जालंधर ब्रीज

साप्ताहिक समाचार पत्र

साप्ताहिक मौसम

दिन	अधिकतम	न्यूनतम
शुक्रवार	28°	24°
शनिवार	32°	25°
रविवार	32°	27°
सोमवार	33°	27°
मंगलवार	31°	26°
बुधवार	31°	26°
वीरवार	30°	26°

*आंकड़े आईएमडी के अनुसार

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-7 • 15 AUGUST TO 21 AUGUST 2025 • VOLUME 04 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

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

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE

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

79वें स्वतन्त्रता दिवस की पूर्व संध्या पर राष्ट्रपति का देश के नाम संदेश, कहा-

हमारे लिए हमारा संविधान और हमारा लोकतंत्र सबसे ऊपर

नई दिल्ली. भारत शुक्रवार 15 अगस्त को पूरे देशभक्ति के जोश के साथ अपना 79वाँ स्वतंत्रता दिवस मनाने की तैयारी कर रहा है। इस अवसर पर, राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू गुरुवार शाम को राष्ट्र के नाम अपना वार्षिक संबोधन दिया। स्वतंत्रता दिवस की पूर्व संध्या पर यह राष्ट्रपति मुर्मू का चौथा संबोधन है। अपने संबोधन के शुरूआत में उन्होंने कहा कि स्वतंत्रता दिवस की पूर्व संध्या पर आप सभी को हार्दिक शुभकामनाएँ। यह हम सभी के लिए गर्व की बात है कि स्वतंत्रता दिवस और गणतंत्र दिवस, हर भारतीय बड़े उत्साह के साथ मनाता है। ये दिन हमें विशेष रूप से हमारे गौरवशाली भारतीय होने की याद दिलाते हैं।

राष्ट्रपति ने कहा कि आज हमने विभाजन विभीषिका स्मृति दिवस मनाया। विभाजन के कारण भयावह हिंसा देखी गई और लाखों लोग विस्थापित होने के लिए मजबूर किए गए। आज हम इतिहास की गलतियों के शिकार हुए लोगों को श्रद्धांजलि अर्पित करते हैं।

हमारे संविधान में ऐसे चार मूल्यों का उल्लेख है जो हमारे लोकतंत्र को सुदृढ़ बनाए रखने वाले चार स्तंभ हैं। ये मूल्य हैं - न्याय, स्वतंत्रता, समता और बंधुता। ये हमारी सभ्यता के ऐसे सिद्धांत हैं जिन्हें हमने स्वाधीनता संग्राम के दौरान पुनः जीवंत बनाया। उन्होंने कहा कि भारत आत्मनिर्भर राष्ट्र बनने की राह पर है और पूरे आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ रहा है।

आज़ादी हासिल करने के बाद, हम ऐसे लोकतंत्र की राह पर चल पड़े जहाँ हर वयस्क को मताधिकार प्राप्त हुआ। दूसरे शब्दों में हम भारत के लोगों ने, अपने

भाग्य को खुद गढ़ने का अधिकार खुद को दिया। तमाम चुनौतियों के बावजूद, भारत के लोगों ने लोकतंत्र को सफलतापूर्वक अपनाया। हमारे लिए हमारा संविधान और हमारा लोकतंत्र सबसे ऊपर है।

पिछले वित्त वर्ष में 6.5 प्रतिशत की सकल-घरेलू-उत्पाद-वृद्धि-दर के साथ भारत, दुनिया की प्रमुख अर्थव्यवस्थाओं में सबसे तेजी से बढ़ने वाला देश है। वैश्विक अर्थव्यवस्था में व्याप्त समस्याओं के बावजूद, घरेलू मांग में तेजी से वृद्धि हो रही है। मुद्रास्फीति पर नियंत्रण बना हुआ है। निर्यात बढ़ रहा है। सभी प्रमुख संकेतक, अर्थव्यवस्था की मजबूत स्थिति को दर्शा रहे हैं। सरकार, गरीबों के लिए अनेक कल्याणकारी योजनाएं चला रही है। जो लोग गरीबी रेखा से ऊपर तो आ गए हैं लेकिन मजबूत स्थिति में नहीं हैं, उनको भी ऐसी योजनाओं की सुरक्षा उपलब्ध है ताकि वे फिर से गरीबी रेखा से नीचे न चले जाएं।

कश्मीर घाटी में रेल-संपर्क का शुभारंभ करना, एक प्रमुख उपलब्धि है। शेष भारत के साथ घाटी का रेल-संपर्क, उस क्षेत्र में व्यापार और पर्यटन को बढ़ावा देगा और नई आर्थिक संभावनाओं के द्वार खोलेगा। कश्मीर में, इंजीनियरिंग की यह असाधारण उपलब्धि, हमारे देश के लिए एक ऐतिहासिक मील पत्थर है।

सरकार यह मानती है कि जीवन की बुनियादी सुविधाओं पर, नागरिकों का हक बनता है। 'जल जीवन मिशन' के तहत ग्रामीण घरों में नल से जल पहुंचाने में प्रगति हो रही है।

अपने तरह की विश्व की सबसे बड़ी स्वास्थ्य-सेवा योजना, 'आयुष्मान भारत' के अंतर्गत, विभिन्न कदम उठाए गए हैं। उन प्रयासों के परिणाम-स्वरूप स्वास्थ्य-सेवा के क्षेत्र में, हम क्रांतिकारी बदलाव देख रहे हैं। इस योजना के तहत अब तक 55 करोड़ से अधिक लोगों को सुरक्षा-कवच प्रदान किया जा चुका है। सरकार ने 70 वर्ष और उससे अधिक आयु के सभी वरिष्ठ नागरिकों को इस योजना की सुविधा उपलब्ध करा दी है, चाहे उनकी आय कितनी भी हो।

इस डिजिटल युग में, यह स्वाभाविक है, कि भारत में सबसे अधिक प्रगति, सूचना प्रौद्योगिकी क्षेत्र में हुई है। लगभग सभी गांवों में 4जी मोबाइल कनेक्टिविटी उपलब्ध है। शेष कुछ हजार गांवों में भी यह सुविधा शीघ्र ही पहुंचा दी जाएगी।

इससे डिजिटल भुगतान तकनीकी को बड़े पैमाने पर अपनाना संभव हो पाया है। डिजिटल भुगतान के क्षेत्र में भारत, कम समय में ही, विश्व का अग्रणी देश बन गया है। इससे डायरेक्ट बैनेफिट ट्रांसफर को भी बढ़ावा मिला है, तथा लक्षित लाभार्थियों तक कल्याणकारी भुगतान बिना किसी रुकावट और लीकेज के पहुंचना सुनिश्चित हो रहा है। दुनिया में होने वाले कुल डिजिटल लेनदेन में से, आधे से अधिक लेनदेन भारत में होते हैं।

पंजाब सहकारी समितियां अधिनियम, 1961 में संशोधनों को मंजूरी

मुख्यमंत्री के नेतृत्व में हुई मंत्रिमंडल की बैठक में लिए गए महत्वपूर्ण फैसले

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब मंत्रिमंडल ने वीरवार को पंजाब सहकारी समितियां अधिनियम, 1961 में संशोधन को मंजूरी दे दी। मुख्यमंत्री कार्यालय के प्रवक्ता ने बताया कि इस संबंध में निर्णय आज यहां मुख्यमंत्री की अध्यक्षता में हुई मंत्रिमंडल की बैठक में लिया गया। मंत्रिमंडल ने पंजाब सहकारी समितियां अधिनियम, 1961 में संशोधन और कुछ श्रेणियों की सहकारी समितियों के लिए स्टांप शुल्क और पंजीकरण शुल्क में छूट को वापस लेने की मंजूरी दी। पंजाब सहकारी समितियां अधिनियम, 1961 के तहत अनिवार्य पंजीकरण के लिए छूट दी गई थी, जो मूल रूप से सहकारी संस्थाओं के विकास को सुचारू बनाने के लिए थी, लेकिन इससे ऐसी स्थिति उत्पन्न हो गई, जो संपत्ति के लेन-देन (विशेष रूप से शहरी हाउसिंग सोसायटियों में) को औपचारिक पंजीकरण या स्टांप शुल्क और पंजीकरण शुल्क के भुगतान के बिना होने की अनुमति देती थी। इससे गैर-पंजीकृत कब्जे, बेनामी लेन-देन और कानूनी रूप से जोखिम भरी अन्य व्यवस्थाओं को बढ़ावा मिला।

लैंड पूलिंग नीति 2025 की अधिसूचना वापस लेने पर सहमति

मंत्रिमंडल ने 4 जून 2025 को जारी लैंड पूलिंग नीति 2025 और इसके संबंधित संशोधनों के संबंध में आवास निर्माण और शहरी विकास विभाग की अधिसूचना को वापस लेने का भी निर्णय लिया है।

पंचायत विकास सचिव के पद सृजन को हरी झंडी

ग्रामीण क्षेत्रों के विकास को गति देने के लिए उचित कार्यकुशलता और निगरानी के माध्यम से, मंत्रिमंडल ने पंचायत सचिवों और ग्राम सेवकों (ग्राम विकास अधिकारियों) के कैडर को मिलाकर 'पंचायत विकास सचिव' के पद के सृजन को भी मंजूरी दे दी। इसके बाद, पूरे पंजाब में ग्रामीण विकास को तेज करने के लिए इन पदों के लिए एक राज्य स्तरीय कैडर का गठन किया जाएगा। मौजूदा पंचायत सचिवों के लिए एक 'डाइंग कैडर' बनाया जाएगा, जिन्हें उनके स्व-घोषणा पत्रों के आधार पर और उनकी वरिष्ठता के अनुसार, वरिष्ठता सूची में मौजूदा ग्राम सेवकों (वी.डी.ओ.) के बाद रखा जाएगा।

ऑनलाइन बेटिंग प्लेटफॉर्म पैरिमैच पर ईडी की कार्रवाई, 110 करोड़ रुपए फ्रीज

मुंबई. प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) मुंबई की टीम ने 12 अगस्त 2025 को एक बड़े ऑपरेशन में साइप्रस बेस्ड गैरकानूनी ऑनलाइन बेटिंग प्लेटफॉर्म पैरिमैच के खिलाफ देशभर में 17 जगहों पर छापेमारी की। ये सर्च मुंबई, दिल्ली, नोएडा, जयपुर, सूरत, मदुरै, कानपुर और हैदराबाद में की गई। इस कार्रवाई के दौरान लगभग 110 करोड़ की रकम, जो अलग-अलग बैंक अकाउंट्स में रखी थी और मनी लॉन्ड्रिंग के लिए इस्तेमाल हो रही थी उसे फ्रीज कर दिया गया। ईडी की जांच साइबर पुलिस स्टेशन, मुंबई की एफआईआर के आधार पर शुरू हुई थी। पैरिमैच डॉट कॉम पर आरोप था कि उसने ऑनलाइन बेटिंग के जरिए यूजर्स को हाई रिटर्न का लालच देकर ठगा और सिर्फ एक साल में 3000 करोड़ से ज्यादा का रेवेन्यू बनाया।

किश्तवाड़ में बादल फटने से भयंकर तबाही, अब तक 40 शव बरामद, 200 से ज्यादा लापता

जम्मू. जम्मू-कश्मीर के किश्तवाड़ के चोसिटी गाँव में गुरुवार को हुए भीषण बादल फटने से दो सीआईएसएफ जवानों समेत 40 से ज्यादा लोगों की मौत हो गई और 120 से ज़्यादा घायल हो गए। इस घटना के बाद अचानक बाढ़ आ गई और बड़े पैमाने पर तबाही मच गई। 200 से ज़्यादा लोग लापता हैं और बचाव दल जीवित बचे लोगों की तलाश में जुटे हैं। यह आपदा हिमालय स्थित माता चंडी मंदिर की मचैल माता यात्रा के मार्ग पर आई, जिससे तीर्थयात्रा मार्ग में अफरा-तफरी मच गई।

प्रधानमंत्री मोदी ने एक्स पर लिखा कि जम्मू-कश्मीर के किश्तवाड़ में बादल फटने और बाढ़ से प्रभावित सभी लोगों के प्रति मेरी संवेदनाएँ और प्रार्थनाएँ। स्थिति पर कड़ी नज़र रखी जा रही है। बचाव और राहत अभियान जारी है।

पंजाब पुलिस द्वारा एक और बीकेआई आतंकी मॉड्यूल का भंडाफोड़

चंडीगढ़/फिरोज़पुर (जालंधर ब्रीज). आजादी दिवस के शांतिपूर्ण समारोह को सुनिश्चित करने के लिए किए गए कड़े सुरक्षा प्रबंधों के बीच, काउंटर इंटेलिजेंस (सीआई) फिरोज़पुर ने बाबर खालसा इंटरनेशनल (बीकेआई) आतंकी मॉड्यूल के दो कार्यकर्ताओं को गिरफ्तार कर पाकिस्तान-आईएसआई समर्थित आतंकी हरविंदर रिंदा द्वारा रची जा रही बड़ी आतंकी साजिश को सफलतापूर्वक नाकाम कर दिया है। यह जानकारी आज यहां पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव ने दी। गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों की पहचान तरन तारन जिले के गांव भुल्लर निवासी हरप्रीत सिंह उर्फ प्रीत और अमृतसर जिले के गांव रामपुरा निवासी गुलशन सिंह उर्फ नंदू के रूप में हुई है। पुलिस टीमों ने उनके कब्जे से दो 86पी हैंड ग्रेनेड, एक 9एमएम पिस्तौल और पांच जिंदा कारतूस बरामद किए हैं।

लॉरेंस बिश्नोई गैंग के दो सदस्य गिरफ्तार

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब पुलिस की एंटी-गैंगस्टर टास्क फोर्स (ए जी टी एफ) ने पटियाला-अंबाला हाईवे के पास गांव शंभू के नजदीक लॉरेंस बिश्नोई गैंग के दो वांछित सदस्यों को गिरफ्तार किया है। पुलिस टीमों ने उनके कब्जे से ऑस्ट्रिया निर्मित 9 मिमी ग्लॉक पिस्टल और छह जिंदा कारतूस बरामद किए हैं। यह जानकारी आज यहां पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) पंजाब गौरव यादव ने दी। गिरफ्तार आरोपियों की पहचान अक्षय डेलू और अंकित बिश्नोई उर्फ कक्कड़, दोनों निवासी गांव खैरपुर, अबोहर, फाजिल्का के रूप में हुई है। गिरफ्तार आरोपी अपने विदेशी हैंडलरों अनमोल बिश्नोई और आरज़ू बिश्नोई के इशारों पर काम कर रहे थे।

पाकिस्तान में आतंकी अड्डे मिटाने वाले वायुसेना के 9 शेरों को वीर चक्र

नई दिल्ली. स्वतंत्रता दिवस के जश्न की शुरुआत के साथ ही केंद्र ने गुरुवार को ऑपरेशन सिंदूर के दौरान राष्ट्र की सेवा में उनके बहादुर योगदान के लिए नौ भारतीय वायु सेना अधिकारियों को वीर चक्र से सम्मानित किया। नौ भारतीय वायु सेना अधिकारियों को वीर चक्र से सम्मानित किया गया है, जिनमें लड़ाकू पायलट भी शामिल हैं, जिन्होंने पाकिस्तान के मुरीदके और बहावलपुर में आतंकवादी समूहों के मुख्यालयों और पड़ोसी देश की सैन्य संपत्तियों को निशाना बनाया था।

ग्रुप कैप्टन (जीपी) रणजीत सिंह सिद्धू, मनीष अरोड़ा, अनिमेष पाटनी, कुणाल कालरा, विंग कमांडर (डब्ल्यूजी सीडीआर) जॉय चंद्रा, स्क्वाड्रन लीडर (स्क्वाड्रन लीडर) सार्थक कुमार, सिद्धांत सिंह, रिजवान मलिक, फ्लाइट लेफ्टिनेंट (एफएलटी एलटी) अर्शवीर सिंह ठाकुर को वीर चक्र से सम्मानित किया गया है। भारतीय वायु सेना ने इस कार्रवाई में कम से कम छह पाकिस्तानी विमानों को मार गिराया है। वीर चक्र एक सैन्य वीरता पुरस्कार है जो युद्ध के नायकों को युद्ध के मैदान में उनके वीरतापूर्ण कार्यों के लिए दिया जाता है। यह परमवीर चक्र और महावीर चक्र के बाद तीसरा सबसे बड़ा पुरस्कार है।

ऑपरेशन सिन्दूर' के लिए बीएसएफ के 16 कर्मी वीरता पदक से सम्मानित

नई दिल्ली. ऑपरेशन सिंदूर के दौरान अद्वितीय वीरता और पराक्रम का प्रदर्शन करने के लिए सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) के सोलह कर्मियों को वीरता पदक से सम्मानित किया गया है। पदक विजेताओं में एक डिप्टी कमांडेंट रैंक का अधिकारी, दो सहायक कमांडेंट और एक इंस्पेक्टर शामिल हैं। सब इंस्पेक्टर व्यास देव, कांस्टेबल सुद्दी राभा, अभिषेक श्रीवास्तव सहायक कमांडेंट, कांस्टेबल भूपेंद्र बाजपेयी, कांस्टेबल राजन कुमार, कांस्टेबल बसवराज शिवप्पा सुनकड़ा, हेड कांस्टेबल बृज मोहन सिंह, कांस्टेबल देपेश्वर बर्मन, इंस्पेक्टर उदय वीर सिंह, रवींद्र राठौर, उप कमांडेंट, इंस्पेक्टर देवी लाल, हेड कांस्टेबल साहिब सिंह, कांस्टेबल कंवराज सिंह, एएसआई राजप्पा बीटी, कांस्टेबल मनोहर क्साल्क्सो, आलोक नेगी, सहायक कमांडेंट इत्यादि को सम्मानित किया गया।

स्वतंत्रता दिवस- 2025 के अवसर पर 1090 कार्मिकों को वीरता/सेवा पदक प्रदान किए

नई दिल्ली. स्वतंत्रता दिवस, 2025 के अवसर पर पुलिस, अग्निशमन, होम गार्ड और नागरिक रक्षा (एचजी एंड सीडी) तथा सुधारात्मक सेवाओं के कुल 1090 कर्मियों को वीरता और सेवा पदक से सम्मानित किया गया है।

233 कर्मियों को वीरता (जीएम) के लिए पदक से सम्मानित किया गया है, 99 कर्मियों को विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पदक (पीएसएम) से सम्मानित किया गया है और 758 कर्मियों को मेधावी सेवा (एमएसएम) के लिए पदक से सम्मानित किया है।

वीरता पदक (जीएम) को जीवन और संपत्ति को बचाने के लिए या अपराध को रोकने या अपराधियों को गिरफ्तार करने के लिए, क्रमशः वीरता के अति विशिष्ट कार्य और वीरता के विशिष्ट कार्य के आधार पर सम्मानित किया जाता है, संबंधित अधिकारी के दायित्वों और कर्तव्यों के संबंध में होने वाले जोखिम का अनुमान लगाया जाता है। 233 वीरता पुरस्कारों में से अधिकांश में, वामपंथी उग्रवाद से प्रभावित क्षेत्रों के 54 कर्मियों को, जम्मू और कश्मीर क्षेत्र के 152 कर्मियों को, पूर्वोत्तर के 03 कर्मियों को और अन्य क्षेत्रों के 24 कर्मियों को उनके वीरता कार्य के लिए सम्मानित किया जा रहा है।

वीरता पदक (जीएम):- वीरता (जीएम) के लिए 233 पदकों में से , 226 पुलिस कर्मियों, 06 अग्निशमन सेवा कर्मियों और 01 एचजी और सीडी व्यक्तिगत को क्रमशः वीरता पदक से सम्मानित किया गया है।

विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पदक (पीएसएम) सेवा में विशेष विशिष्ट रिकॉर्ड के लिए प्रदान किया जाता है और विशिष्ट सेवा पदक (एमएसएम) संसाधन और समर्पण की विशेषता वाले मूल्यवान सेवा के लिए सम्मानित किया जाता है।

विशिष्ट सेवा के लिए 99 राष्ट्रपति पदकों (पी एस एम) में से 89 को पुलिस सेवा, 05 को अग्निशमन सेवा, 03 को नागरिक रक्षा तथा होम गार्ड सेवा और 02 को सुधारात्मक सेवाओं के लिए सम्मानित किया गया है। मेधावी सेवा (एम एस एम) के लिए 758 पदकों में से, 635 को पुलिस सेवा, 51 को अग्निशमन सेवा, 41 को नागरिक रक्षा तथा होम गार्ड सेवा और 31 को सुधारात्मक सेवाओं के लिए सम्मानित किया गया है।

गृह मंत्रालय द्वारा पीएमडीएस और एमएमएस पुरस्कारों के लिए पंजाब पुलिस के अधिकारियों/कर्मचारियों के नामों की घोषणा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

भारत सरकार के गृह मंत्रालय ने 79वें स्वतंत्रता दिवस की पूर्व संध्या पर पंजाब पुलिस के उन अधिकारियों/कर्मचारियों के नामों की घोषणा की है, जिन्हें विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पदक (पीएमडीएस) और असाधारण सेवा के लिए पदक (एमएमएस) से सम्मानित किया जाएगा।

पंजाब पुलिस के प्रवक्ता ने बताया कि आईपीएस अधिकारी, अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक (एडीजीपी) स्टेट आर्म्ड पुलिस पंजाब एम. एफ. फारूकी और इंस्पेक्टर सुरेश कुमार, काउंटर इंटेलिजेंस, लुधियाना को विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पदक से सम्मानित किया जाएगा। इसी प्रकार एक आईपीएस अधिकारी, पुलिस महानिरीक्षक (आईजीपी) इंटेलिजेंस-II गुरदियल सिंह और एक पीपीएस अधिकारी, डीएसपी एसएसओसी अमृतसर गुरप्रीत सिंह उन 14 अधिकारियों/कर्मचारियों में शामिल हैं, जिन्हें असाधारण सेवा के लिए पदक से सम्मानित किया जाएगा। बाकी कर्मचारियों में इंस्पेक्टर सतिंदर कुमार, इंस्पेक्टर दीपक कुमार, इंस्पेक्टर जगदीप सिंह, इंस्पेक्टर तेजिंदरपाल सिंह, एसआई अमरीक सिंह, एसआई संजीव कुमार, एसआई अमृतपाल सिंह, एसआई अनिल कुमार, एसआई भूपिंदर सिंह, एएसआई जसविंदरजीत सिंह, एएसआई कुलदीप सिंह और एसआई कृष्ण कुमार शामिल हैं। पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव ने पुरस्कार विजेताओं को बधाई देते हुए, इन अधिकारियों/कर्मचारियों की सेवाओं को मान्यता देने और संपूर्ण पंजाब पुलिस बल का मनोबल बढ़ाने के लिए केंद्र सरकार और राज्य सरकार का धन्यवाद किया।

सड़क किनारे अलग-अलग रंग के मील के पत्थर, हर रंग में छिपा है एक सीक्रेट मतलब

Travelling

अलग-अलग रंग के ये मील के पत्थर आपका सफर बेहद आसान बना सकते हैं। तो अगली बार सफर को आसान बनाने के लिए सड़क किनारे गढ़े हुए पीला, हरा, सफेद या नारंगी रंग के मील के...

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

सफर के दौरान आपने अक्सर सड़क किनारे एक जगह से दूसरी जगह के बीच की दूरी की जानकारी देने वाले सफेद-पीले रंग के माइलस्टोन गढ़े हुए देखें होंगे। अगर अब तक आप इन मील के पत्थरों को सिर्फ एक जगह से दूसरी जगह की दूरी की जानकारी देने वाले महज साधारण पत्थर समझ रहे थे तो आपको बता दें, सड़क किनारे लगे इन पत्थरों का इस्तेमाल इससे कहीं ज्यादा होता है। जी हां, अलग-अलग रंग के ये मील के पत्थर आपका सफर बेहद आसान बना सकते हैं। तो अगली बार सफर को आसान बनाने के लिए सड़क किनारे गढ़े हुए पीला, हरा, सफेद या नारंगी रंग के मील के पत्थरों का पूरा सीक्रेट समझकर ही बाहर निकलें।

पीले रंग के माइलस्टोन

सड़क किनारे बने हुए पीले रंग के माइलस्टोन का सीक्रेट यह है कि यात्रा करने वाला व्यक्ति किसी नेशनल हाइवे पर है। नेशनल हाइवे वो सड़कें हैं, जिनकी देखभाल की जिम्मेदारी केंद्र सरकार के अधीन आती है। इस तरह के हाइवे एक राज्य से दूसरे राज्य को जोड़ने का काम करते हैं।

हरे रंग के मील के पत्थर

राज्य सरकार के अधीन आने वाले हाइवे पर आपको हरे रंग के माइलस्टोन लगे हुए दिखाई देंगे। यह हाइवे एक जिले से दूसरे जिले को जोड़ने का काम करते हैं।

काले या सफेद रंग का माइलस्टोन

अगर सड़क किनारे काले या सफेद रंग के माइलस्टोन लगे हुए दिख जाएं तो समझ जाएं कि आप किसी बड़े जिले या शहर में है। इन सड़कों कि जिम्मेदारी नगर निगम के पास होती है।

नारंगी रंग का माइलस्टोन

अगर आपको सड़क किनारे नारंगी रंग का माइलस्टोन दिखता है, तो इसका मतलब है कि आप किसी गांव में हैं। इस तरह की सड़कों को प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के तहत बनाया जाता है।

FITNESS COACH

घंटों तक रील स्क्रॉल करने से ब्रेन पर होता है असर, जानिए स्क्रॉलिंग कैसे बनती है डिप्रेशन का कारण

फोन का इस्तेमाल करना और घंटों तक रील देखना ज्यादातर लोगों की आदत बन चुकी है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि इस आदत का असर आपके दिमाग पर भी हो सकता है। फिटनेस कोच से जानिए कैसे ये आदत डिप्रेशन का कारण बन सकती है।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

मोबाइल फोन हर किसी की लाइफ का एक अहम हिस्सा बन गया है। ज्यादातर लोगों का दिन फोन के साथ शुरू होता है और उसी के साथ खत्म होता है। बहुत से लोग तो फोन पर सिर्फ स्क्रॉलिंग करते हैं। अगर आप भी दिनभर में सबसे ज्यादा समय फोन पर रील स्क्रॉल करते हुए बिताते हैं तो फिटनेस कोच प्रियांक मेहता से जानें की कैसे ये आदत डिप्रेशन की वजह बन सकती है।

कैसे स्क्रॉलिंग बन सकती है डिप्रेशन का कारण

फिटनेस कोच बताते हैं कि सिर्फ 20 मिनट की स्क्रॉलिंग का असर ब्रेन के प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स की एक्टिविटी पर होता है। ये ब्रेन का वह हिस्सा है जो इमोशन और फैसला लेने को कंट्रोल करता है। एक्सपर्ट कहते हैं कि जब हम स्क्रॉल करते हैं तो हम फैसला नहीं कर पाते हैं कि कौन सी रील, क्या म्यूजिक, कैसा ट्रांजिशन, कैसा मोशन है, ये सबकुछ एल्गोरिदम पर डिपेंड करता है। ऐसे में दिमाग काम करने की जगह पूरी तरह से बंद हो जाता है।

फिटनेस कोच कहते हैं कि हर वीडियो एक अलग इमोशन पर असर करती है और इसके साथ ही लाइक, शेयर, कॉमेंट, स्किप, सेव करने जैसी एक्टिविटी एक साथ करने की वजह से निर्णय लेने का कॉग्निटिव अधिभार बढ़ जाता है। जिसकी वजह से दिमाग थकान महसूस करने लगता है और अति उत्तेजित हो जाता है। ऐसे में व्यक्ति को सिंपल एक्टिविटी जैसे टहलना और पढ़ना भी बोरिंग लगने लगता है।

क्या कहती है स्टडी

2022 की एक स्टडी कहती है कि जो लोग दिन में तीन घंटे से ज्यादा स्क्रॉल करते हैं, उनमें डिप्रेशन होने की संभावना 60% ज्यादा होती है।

क्या आप डिप्रेशन में हैं?

अगर आप भी रील स्क्रॉल करना पसंद करते हैं लेकिन एक्सपर्ट की बात सुनकर मन में ये सवाल आ रहा है कि क्या मैं डिप्रेशन में हूं तो इस पर एक्सपर्ट कहते हैं कि आपको कुछ साइन पर गौर करना होगा।

क्या हैं वह साइन

- चिंतित महसूस करना
- सोशल मीडिया पर खुद को दूसरों से कम्पेयर करना
- हमेशा खोए हुए रहना
- फैसले न ले पाना

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

रोज के खाने में स्वाद का जबरदस्त तड़का लगाएगी दही वाली मिर्च

रोज के खाने में स्वाद बढ़ाना चाहती हैं तो बनाकर रख लें दही वाली मिर्ची का अचार। जिसे बनाना बहुत आसान है और ये काफी कम समय में ही बनकर रेडी हो जाता है।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

रोजमर्रा की भागदौड़ भरी जिंदगी में घर का खाना कई बहुत ही सादा बनाकर तैयार करना होता है। जिसमे तेल, मसाले का इतना स्वाद पता नहीं चलता। ऐसे में घर के बच्चे और बड़े दोनों ही मुंह बनाते हैं तो उनके लिए अलग से तैयार कर दें चटपटी दही वाली मिर्च। जिसे खाने के बाद वो हर दिन इसे खाने की फरमाइश करेंगे और साथ में दाल-चावल जैसे सादे खाने को भी फटाफट चट कर जाएंगे। तो देर ना करें और नोट कर लें दही वाली मिर्च की मजेदार रेसिपी।

दही वाली मिर्च की सामग्री

- हरी बड़े आकार की मिर्च
- धनिया
- जीरा
- काली मिर्च
- कलौंजी
- हल्दी पाउडर
- कश्मीरी लाल मिर्च पाउडर
- एक कप दही
- नमक स्वादानुसार
- सौंफ
- सरसों का तेल
- हींग
- अमचूर पाउडर

दही वाली मिर्च बनाने की रेसिपी

- सबसे पहले सारी हरी मिर्च को धोकर पोंछ लें। जिससे सारा पानी सूख जाए
- अब इन मिर्च की डंठल को तोड़कर हटा दें।
- सारी मिर्चों को बीच से फाड़े लेकिन उन्हें पूरी तरह से दो भाग में ना करें। नीचे से थोड़ा जुड़ा रहने दें।
- अब सौंफ, धनिया, काली मिर्च और जीरा को दरदरा कूट लें।
- पैन या कड़ाही में सरसों का तेल डालकर गर्म करें।
- तेल के गर्म होते ही कलौंजी डालें। साथ ही हींग भी डाल दें।
- अब इस तेल में सारी हरी मिर्च डालें। साथ ही कुटे हुए मसाले को डालकर चलाएं और धीमी फ्लेम पर पकाएं।
- साथ में हल्दी पाउडर, कश्मीरी लाल मिर्च डाल दें।
- दही को अच्छी तरह से फेंटकर डालें और चलाते हुए पकाएं।
- नमक स्वादानुसार डालकर दो से तीन मिनट तक खोलकर ही पकने दें।
- सबसे आखिर में जब मिर्चियां थोड़ा सी गल जाए तो गैस की फ्लेम को बंद कर दें और,
- थोड़ा सा अमचूर पाउडर मिला दें।
- बस तैयार है चटपटी खट्टी तीखी दही वाली हरी मिर्च।

बिना डांटे-मारे बच्चों को अनुशासन में कैसे रखें? एक्सपर्ट की राय

जालंधर ब्रीज (फीचर) . बच्चों को अनुशासन सिखाना हर पेरेंट्स की जिम्मेदारी होती है, लेकिन इसके लिए डांटना, मारना या चिल्लाना जरूरी नहीं है। दरअसल, ये तरीके बच्चों पर नेगेटिव असर डाल सकते हैं, जिससे उनका बिहेवियर सुधरने के बजाय और बिगड़ सकता है। पेरेंटिंग एक्सपर्ट का कहना है कि बच्चों को प्यार और पॉजिटिव अप्रोच से भी अच्छी आदतें सिखाई जा सकती हैं। जब बच्चे को प्यार और पॉजिटिविटी के साथ चीजें समझाई जाती हैं, तो बिना किसी जबरदस्ती के बच्चा खुद सही रास्ते चुनता है और डिसिप्लिन में रहना सीखता है।

'पॉजिटिव रिइन्फोर्समेंट' की तकनीक अपनाएं : जब बच्चा कोई अच्छा काम करता है, जैसे समय पर होमवर्क करना, किसी की मदद करना या झूठ ना बोलना, तो उसकी तारीफ जरूर करें। 'तुमने काम बहुत अच्छा किया', 'मुझे तुम पर गर्व है'; जैसे छोटे-छोटे शब्द बच्चों के मन पर गहरा असर डालते हैं। पेरेंटिंग एक्सपर्ट कहती हैं कि बच्चे वही व्यवहार दोहराते हैं, जिससे उन्हें प्यार और सराहना मिलती है। इसलिए जब बच्चा कुछ भी अच्छा काम करे तो उसे इग्नोर ना करें, बल्कि तुरंत पॉजिटिव अटेंशन दें।

खुद समझने का मौका दें, जबरदस्ती ना करें :न बच्चों को किसी चीज को खुद समझने का मौका दें। उदाहरण के लिए, अगर बाहर ठंड है और बच्चा स्वेटर नहीं पहनना चाहता, तो जबरदस्ती करने की बजाय प्यार से कहें 'बाहर काफी ठंड है, अब तुम खुद तय करो कि स्वेटर पहनना है या नहीं'। इससे बच्चे खुद निर्णय लेना सीखते हैं और जिम्मेदारी भी समझते हैं। एक्सपर्ट कहती हैं कि इस तरह बच्चे अपने फैसलों से सीखते हैं, जो उनके फ्यूचर के लिए बेहद जरूरी है।

'रीडायरेक्शन' से बच्चों का ध्यान बदलें : अगर आपका बच्चा कोई शरारत कर रहा है या गुस्सा दिखा रहा है, तो उसे डांटने के बजाय उसका ध्यान किसी और क्रिएटिव एक्टिविटी की ओर मोड़ें। आप उसे ड्राइंग, पेंटिंग या ब्लॉक खेलने का ऑप्शन दे सकते हैं। इससे बच्चे का व्यवहार बदलता है और वह धीरे-धीरे बेहतर विकल्प चुनना सीखता है। एक्सपर्ट कहती हैं कि बच्चों का ध्यान नेगेटिव बिहेवियर से हटाकर पॉजिटिव एक्टिविटी की तरफ ले जाने से बच्चों को यह समझ में आता है कि कौन सा बिहेवियर सही है और कौन सा गलत है।

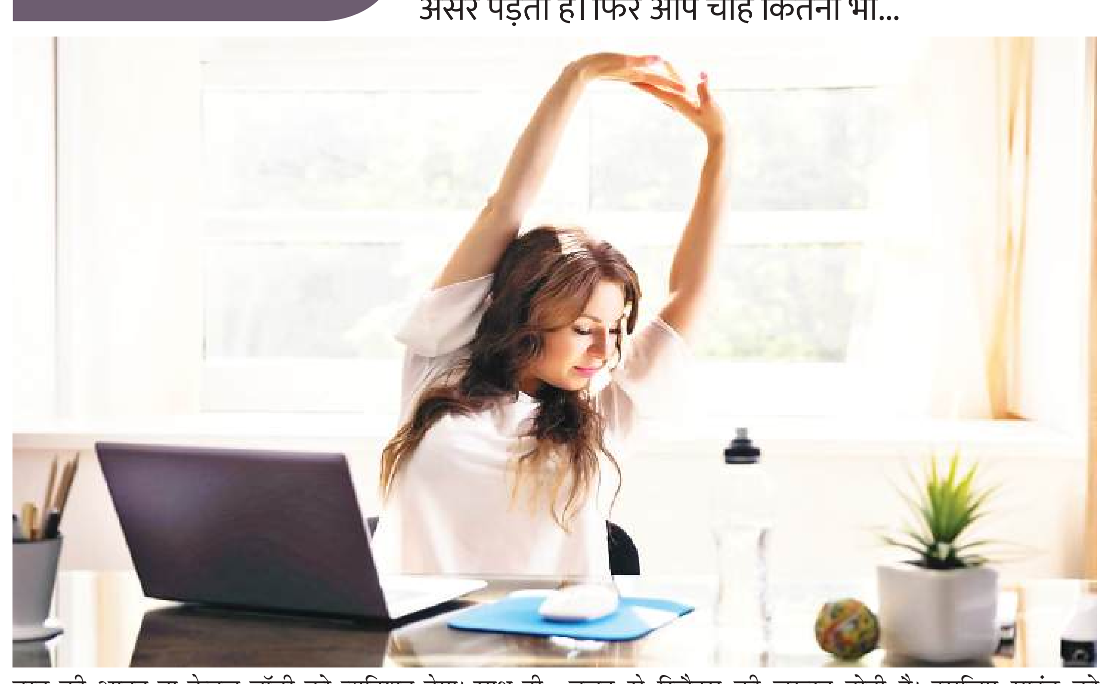
'टाइम इन' का इस्तेमाल करें, 'टाइम आउट' नहीं : जब बच्चा बार-बार गलत व्यवहार करे, तो उसे अकेले छोड़ने के बजाय उसके इमोशंस को समझने की कोशिश करें।

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

9-5 सीटिंग जॉब वालों के लिए दिल के डॉक्टर ने बताई हैबिट जो हेल्दी रखेगी

Health

दिन के 9 से 10 घंटे लगातार बैठ कर काम करते हैं। खासतौर पर जब आप एक भी बार ब्रेक नहीं लेते हो और नॉनस्टाप बैठकर काम करते हो, तो इससे सेहत पर निगेटिव असर पड़ता है। फिर आप चाहे कितना भी...



• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

दिन के 8-9 घंटे लगातार बैठकर जॉब करने वालों की सेहत पर डेस्क जॉब का बहुत बुरा असर पड़ता है। खासतौर पर वो लोग जो लगातार सीट पर बैठकर घंटों काम करते रहते हैं और बीच में ब्रेक लेने का भी टाइम नहीं मिलता। यहां तक कि लंच भी वहीं बैठकर करना और एक कदम भी ना चलना। इस तरह की जॉब का दिल की सेहत पर काफी निगेटिव इम्पैक्ट होता है। लेकिन दिल के डॉक्टर जेरेमी लंदन ने दिल की सेहत को दुरुस्त रखने के लिए कुछ तरीके बताए हैं।

क्या एक्सरसाइज से घंटों बैठने के रिस्क को कम किया जा सकता है?

काफी सारे लोगों को लगता है कि घंटों बैठने के बाद वर्कआउट करने या एक्टिव रहने से सब ठीक हो जाएगा। लेकिन डॉक्टर जेरेमी ने 2015 की स्टडी के बारे में बताया है कि मात्र एक एक्सरसाइज की मदद से घंटों बैठने के रिस्क को पूरी तरह कम नहीं किया जा सकता। भले ही एक्ससाइज करते हों लेकिन लगातार घंटों बैठने की वजह से टाइप 2 डायबिटीज, मेटाबॉलिक सिंड्रोम, कॉर्डियोवस्कुलर डिसीज का खतरा बना ही रहता है।

इन 4 तरीकों से डेस्क जॉब में हेल्दी रह सकते हैं : अपनी हेल्थ को जॉब की वजह से खराब नहीं करना चाहते हैं तो कुछ सिंपल सी आदतों को जरूर शामिल करें। जिससे काम के साथ ही हेल्थ के साथ समझौता ना करना पड़ेगा। काम के बीच में भी अपनी हेल्थ के साथ कॉम्प्रोमाइज ना करें। रोजमर्रा के रूटीन में डॉक्टर जेरेमी की शेयर हैबिट को शामिल करें।

हर घंटे वॉक करें : काम के बीच में कुर्सी से उठने का मौका तक नहीं मिलता। लेकिन हर 30-60 मिनट के बीच उठे और लगभग दो से तीन मिनट तक वॉक करें। इसके साथ ही 10 एयर स्क्वाट करें। स्क्वाट करने से कॉर्टिसोल लेवल कम होता है और ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है।

खुद का लंच रेडी करें : अपना लंच खुद से पैक करें और सप्ताह में दो से तीन बार खुद ही तैयार करें। इस तरह की आदत ना केवल बॉडी को न्यूट्रिशन देगा। साथ ही प्रोसेस्ड और अनहेल्दी फूड से खुद को बचा पाएंगे।

हाइड्रेट रहना है जरूरी : शरीर में अगर पानी की कमी है और बॉडी डिहाइड्रेट हो रही है तो उसमे फोकस की कमी और थकान की फीलिंग ज्यादा होती है। इसलिए पानी की एक बोतल हमेशा पास रखें। जिसे दिनभर पीते रहें। प्यास महसूस ना होने पर भी पानी को इग्नोर नहीं करना चाहिए।

ब्रेक है जरूरी : दिमाग को लगातार काम करने की वजह से रिलैक्स की जरूरत होती है। इसलिए माइंड को ब्रेक दें। ब्रीदिंग एक्सरसाइज करें या फिर काम वाली जगह को छोड़कर बाहर चले जाएं। इस तरह का काम माइंड को रिसेट करने में मदद करेगा। साथ ही नर्वस सिस्टम भी रीसेट होगा।

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

CEA ने चुनाव लड़ने वाले उम्मीदवारों और बहु-राज्य सहकारी समितियों के लिए आचार संहिता बनाने से संबंधित मामलों पर चर्चा की

• जालंधर ब्रीज . नई दिल्ली

सहकारी चुनाव प्राधिकरण (CEA) ने नई दिल्ली में राज्य सहकारी चुनाव प्राधिकरणों के साथ अपनी पहली परामर्शदात्री बैठक आयोजित की। बैठक का उद्देश्य राज्य सहकारी चुनाव प्राधिकरणों के साथ संवाद का एक तंत्र विकसित करना है ताकि सहकारी निकायों में स्वतंत्र और निष्पक्ष तरीके से चुनाव संपन्न हों और प्रक्रिया अधिक पारदर्शी हो। बैठक की अध्यक्षता सहकारी चुनाव प्राधिकरण के अध्यक्ष देवेंद्र कुमार सिंह ने की, जिसमें ओडिशा, बिहार, तमिलनाडु, तेलंगाना और महाराष्ट्र के राज्य चुनाव आयुक्तों ने भाग लिया।

बैठक में सहकारिता मंत्रालय के संयुक्त सचिव आनंद कुमार झा, CEA के उपाध्यक्ष आर. के. गुप्ता और सहकारिता लोकपाल आलोक अग्रवाल ने भी भाग लिया । अवसर पर सहकारी चुनाव प्राधिकरण के अध्यक्ष देवेंद्र कुमार सिंह ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व और केंद्रीय गृह मंत्री एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह के मार्गदर्शन में, सरकार ने सहकारिता के क्षेत्र में अनेक सुधार किये हैं, जिसमें सहकारी चुनाव प्राधिकरण की स्थापना भी शामिल है। सहकारी चुनाव प्राधिकरण ने मार्च 2024 से अब तक 159 चुनाव संपन्न कराए हैं और आने वाले समय में 69अन्य सहकारी चुनाव कराने की प्रक्रिया जारी है। सहकारी चुनाव प्राधिकरण को बहु-राज्य सहकारी समिति अधिनियम, 2002 की धारा 45 और 2023 में इसके संशोधन द्वारा प्रदत्त केंद्र की शक्तियों का प्रयोग करते हुए 11 मार्च 2024 को अधिसूचित किया गया था। देवेंद्र कुमार सिंह ने कहा कि 2025 को अंतर्राष्ट्रीय सहकारिता वर्ष के रूप में मनाया जा रहा है और सरकार द्वारा सहकारी क्षेत्र के विकास के प्रति अपनी प्रतिबद्धता दर्शाते हुए कई सुधार किए गए हैंउन्होंने कहा कि सहकारी समितियों में चुनाव प्रक्रिया को सुव्यवस्थित और पारदर्शी बनाने की आवश्यकता है ताकि सहकारी समितियों के चुनाव स्वतंत्र और निष्पक्ष हों सके। सहकारी चुनाव प्राधिकरण के अध्यक्ष ने कहा कि सहकारी चुनावों के लिए मानक नियमावली और आचार संहिता की आवश्यकता है।

इस बैठक में चुनाव लड़ने वाले उम्मीदवारों और बहु-राज्य सहकारी समितियों के लिए आचार संहिता तैयार करने, चुनाव लड़ने वाले उम्मीदवारों द्वारा खर्च की अधिकतम सीमा तय करने, निर्वाचन अधिकारियों के लिए पुस्तिका प्रकाशित करने, राष्ट्रीय सहकारी समितियों के सदस्य सहकारी समितियों के प्रतिनिधियों का चुनाव करने और राज्य से प्राप्त अन्य एजेंडे पर चर्चा की गई। भाग लेने वाले राज्य सहकारी चुनाव प्राधिकरणों ने सहकारी चुनावों में इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन की शुरुआत के प्रस्ताव को भी एजेंडे में शामिल किया । देवेन्द्र कुमार सिंह ने सदस्यों की शेयर पूंजी, प्रत्याशियों के लिए चुनाव चिन्ह तथा सहकारी चुनावों में अमिट स्याही के प्रयोग से संबंधित मामलों पर भी चर्चा की तथा राज्यों से सुझाव आमंत्रित किए। CEA ने सहकारी चुनावों में सुधार प्रक्रिया को आगे बढ़ाने के लिए हर तीन महीने में परामर्शदात्री समिति की बैठक आयोजित करने का निर्णय लिया।

इस बैठक में राज्यों से, ओडिशा के राज्य चुनाव आयुक्त (श्रीकांत प्रुस्ती, राज्य सहकारी चुनाव आयोग), बिहार (गिरीश शंकर, बिहार राज्य चुनाव प्राधिकरण और कुमार शांत रक्षित, सलाहकार, बिहार राज्य चुनाव आयोग), तमिलनाडु (तिरु दयानंद कटारिया, आयुक्त, तमिलनाडु राज्य सहकारी समिति चुनाव आयोग), महाराष्ट्र (अनिल महादेव कवाडे, राज्य सहकारी चुनाव प्राधिकरण, महाराष्ट्र राज्य और अशोक गाडे, महाराष्ट्र राज्य चुनाव प्राधिकरण) और तेलंगाना (श्रीविनास राव, आयुक्त, तेलंगाना सहकारी चुनाव प्राधिकरण) के प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया ।

अमित शाह ने 'हर घर तिरंगा' अभियान के तहत नई दिल्ली स्थित अपने आवास पर तिरंगा फहराया

नई दिल्ली : X प्लेटफॉर्म पर एक पोस्ट में केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह ने कहा कि "आज #HarGharTiranga अभियान के अंतर्गत अपने आवास पर तिरंगा फहराया। मोदी जी के नेतृत्व में शुरू हुआ 'हर घर तिरंगा' अभियान आज देश को एकता के सूत्र में पिरोने और राष्ट्रप्रेम की भावना को और भी प्रबल बनाने वाला जन-अभियान बन गया है। यह अभियान दर्शाता है कि असंख्य स्वतंत्रता सेनानियों ने अपने त्याग, तप और समर्पण से जिस आजाद भारत का सपना साकार किया था, उसे विकसित और सर्वश्रेष्ठ बनाने के लिए 140 करोड़ देशवासी संकल्पित हैं।"

चित्रकार निलेश रविंद्र वेडे को राष्ट्रीय पुरस्कार से सम्मानित किया

• जालंधर ब्रीज . मुंबई

मुंबई के चित्रकार निलेश रविंद्र वेडे को उनकी पेंटिंग "I, Me and Myself" के लिए प्रतिष्ठित राष्ट्रीय पुरस्कार से सम्मानित किया गया है। यह घोषणा भारत सरकार के संस्कृति मंत्रालय के अंतर्गत ललित कला अकादमी द्वारा आयोजित 64वीं राष्ट्रीय कला प्रदर्शनी में की गई। वेडे को पहले ही सम्मानित किया जा चुका है और जल्द ही राष्ट्रपति भवन में भारत के राष्ट्रपति के हाथों औपचारिक रूप से यह पुरस्कार प्रदान किया जाएगा।

देशभर से भेजी गई 5,922 कलाकृतियों में से वेडे की पेंटिंग को चयनित किया गया, जो इस पुरस्कार की प्रतिस्पर्धा और प्रतिष्ठा दोनों को दर्शाता है।

ललित कला अकादमी के 71वें स्थापना दिवस और प्रदर्शनी के दौरान, वेडे को पद्म भूषण मूर्तिकार राम वी. सुतार और भारत सरकार के संस्कृति व पर्यटन मंत्री गजेंद्र सिंह शेखावत ने सम्मानित किया। इस अवसर पर संस्कृति मंत्रालय के सचिव विवेक अग्रवाल, अतिरिक्त सचिव अमिता प्रसाद साराभाई और ललित कला अकादमी की उपाध्यक्ष डॉ. नंदलाल ठाकुर भी उपस्थित थे।

वेडे ने एक विशिष्ट शैली विकसित की है, जो मानवीय भावनाओं की गहराई में उतरती है। उनकी पेंटिंग्स में अतियथार्थवादी (Surreal) चित्रों और पाठ्य तत्वों का मेल होता है, जो प्रतीक और रूपक के माध्यम से यथार्थ और कल्पना को एक साथ बुनती हैं। दार्शनिक विचारों से प्रेरित, उनके कार्य दर्शकों को भावनात्मक और बौद्धिक दोनों स्तरों पर जुड़ने का अवसर देते हैं।

इससे पहले, वेडे को संस्कृति मंत्रालय से छात्रवृत्ति और प्रफुल्ला दहनुकर फाउंडेशन से राज्य स्तरीय पुरस्कार मिल चुका है। उन्होंने छह एकल प्रदर्शनी आयोजित की हैं और 30 से अधिक समूह प्रदर्शनियों में भाग लिया है, जिनमें प्रसिद्ध जहांगीर आर्ट गैलरी भी शामिल है, और कई अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रदर्शित हुई हैं। उन्हें 30 से अधिक राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय कला शिविरों में आमंत्रित किया जा चुका है। उनके कार्यों की सराहना कला समीक्षकों के साथ-साथ देश-विदेश के दर्शकों ने भी की है।

उनकी पेंटिंग्स कई प्रमुख व्यक्तियों और संस्थानों के संग्रह का हिस्सा हैं, जिनमें डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम, सलमान खान, आमिर खान, जैकी श्रॉफ, सुभाष घई, ऋतिक रोशन, सोनाक्षी सिन्हा, महेश मांजरेकर, अनुपम खेर, अतुल अग्निहोत्री, हर्ष गोयंका, बोनी कपूर, आरिफ जकारिया, वर्ल्ड ट्रेड सेंटर पुणे, डाबर लिमिटेड, फेबर-कास्टेल सहित कई अन्य नाम शामिल हैं।

यह राष्ट्रीय पुरस्कार निलेश रविंद्र वेडे की भारतीय कला जगत में प्रतिष्ठा को और ऊँचाई देता है और उनके रचनात्मक दृष्टिकोण, तकनीकी कौशल व भारत की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत में उनके सार्थक योगदान को मान्यता प्रदान करता है।

पीएम ने संसद सदस्यों के लिए नई दिल्ली के बीकेएस मार्ग पर स्थित बहुमंजिला फ्लैटों का उद्घाटन किया

• जालंधर ब्रीज . नई दिल्ली

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने आज बाबा खड़क सिंह (बीकेएस) मार्ग, नई दिल्ली में संसद सदस्यों के लिए टाइप-VII के नवनिर्मित बहुमंजिला 184 फ्लैटों का उद्घाटन किया।

प्रधानमंत्री ने आवासीय परिसर में सिंदूर का एक पौधा भी लगाया और परियोजना के निर्माण में लगे श्रमजीवियों से बातचीत की।

इस कार्यक्रम में लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला; केंद्रीय आवास एवं शहरी कार्य और विद्युत मंत्री मनोहर लाल; केंद्रीय संसदीय कार्य एवं अल्पसंख्यक कार्य मंत्री किरेन रिजिजू; लोकसभा आवास समिति के अध्यक्ष डॉ. महेश शर्मा; संसद सदस्य और अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

इस अवसर पर, उपस्थित जनसमूह को संबोधित करते हुए लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला ने नए आवासीय परिसर के उद्घाटन और संसद सदस्यों एवं आम जनता हेतु विश्वस्तरीय अवसंरचना विकसित करने की निरंतर प्रतिबद्धता के लिए माननीय प्रधानमंत्री का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि इन आवासों के पूरा होने से अब संसद भवन के निकट लोकसभा सदस्यों के लिए पर्याप्त आवास उपलब्धता सुनिश्चित हो गई है, जिससे वे अधिक कुशलता से काम कर सकेंगे और बिना देरी के आवंटन से अपने संसदीय कर्तव्यों पर ध्यान केंद्रित कर सकेंगे।

बिरला ने इस बात पर प्रकाश डाला कि प्रधानमंत्री के नेतृत्व में पिछले ग्यारह वर्षों में कई महत्वपूर्ण बदलाव हुए हैं, जिनमें नए संसद भवन का समय पर निर्माण, कर्तव्य पथ पर नेताजी सुभाष चंद्र बोस की प्रतिमा की स्थापना तथा राष्ट्रीय समर स्मारक, पुलिस स्मारक, भारत मंडपम, यशोभूमि और कर्तव्य भवन जैसी ऐतिहासिक सार्वजनिक अवसंरचना का विकास शामिल हैं।

लोकसभा अध्यक्ष ने कहा कि प्रधानमंत्री के विज़न से प्रेरित होकर, पिछले ग्यारह वर्षों में लोकसभा सदस्यों के लिए 344 नए आवास बनाए गए हैं। उन्होंने कहा कि नवनिर्मित परिसर में कोसी, कृष्णा, गोदावरी और हुगली नाम के चार भवन भारत की सांस्कृतिक समृद्धि, विविधता और एकता के प्रतीक हैं। नियमित निगरानी और आधुनिक निर्माण तकनीक का उपयोग करके निर्मित यह परियोजना लगभग 46 करोड़ रुपये की बचत के साथ समय से पहले पूरी हुई है।

उन्होंने लोकसभा सचिवालय, आवास एवं शहरी कार्य मंत्रालय, सीपीडब्ल्यूडी और उन इंजीनियरों व कर्मचारियों की सराहना की, जिनके समर्पित प्रयासों से परियोजना समय पर पूरी हुई।

एक आत्मनिर्भर आवासीय परिसर के रूप में डिजाइन की गई इस परियोजना में हरित प्रौद्योगिकियों का उपयोग किया गया है और यह गृह 3-स्टार रेटिंग मानकों और राष्ट्रीय भवन संहिता (एनबीसी) 2016 का पालन करती है। इसकी विशेषताओं में ऊर्जा-कुशल प्रणालियाँ, पावर बैकअप, नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन, प्रभावी अपशिष्ट प्रबंधन, भूकंपरोधी संरचनाएँ, दिव्यांगजन-अनुकूल सुविधाएँ और मजबूत सुरक्षा प्रणालियाँ शामिल हैं। प्रत्येक इकाई आवासीय और कार्यालय उद्देश्यों के लिए पर्याप्त जगह प्रदान करती है, साथ ही कार्यालय क्षेत्र, कर्मचारियों के आवास और सामुदायिक केंद्र जैसी अतिरिक्त सुविधाएँ भी प्रदान करती है।

राज्य स्तरीय बैंकर्स समिति, पंजाब की 173वीं बैठक चंडीगढ़ में आयोजित हुई

• जालंधर ब्रीज . चंडीगढ़

राज्य स्तरीय बैंकर्स समिति (SLBC), पंजाब की 173वीं बैठक का आयोजन होटल माउंट व्यू, सेक्टर-10, चंडीगढ़ में पंजाब नेशनल बैंक के कार्यपालक निदेशक एम. परमशिवम की अध्यक्षता में किया गया। बैठक में जून 2025 तिमाही तक की प्रगति की समीक्षा की गई।

बैठक में अतिरिक्त मुख्य सचिव (वित्त), पंजाब सरकार आलोक शेखर, क्षेत्रीय निदेशक, भारतीय रिज़र्व बैंक चंडीगढ़ विवेक श्रीवास्तव, मुख्य महाप्रबंधक, नाबार्ड विनोद कुमार आर्य, महाप्रबंधक एवं संयोजक, SLBC पंजाब परमेश कुमार तथा महाप्रबंधक, भारतीय रिज़र्व बैंक चंडीगढ़ पंकज सेतिया ने भाग लिया।बैठक में महाप्रबंधक एवं संयोजक, SLBC पंजाब परमेश कुमार ने अवगत कराया कि भारत सरकार के वित्तीय सेवाएं विभाग, वित्त मंत्रालय, नई दिल्ली द्वारा वित्तीय समावेशन अभियान के अंतर्गत सभी पात्र लोगों को जोड़ने के उद्देश्य से 01 जुलाई 2025 से 30 सितंबर 2025 तक ग्राम पंचायत स्तर पर विशेष पंजीकरण अभियान चलाया जा रहा है। अब तक 5801 ग्राम पंचायतों में शिविर आयोजित किए जा चुके हैं।

कार्यपालक निदेशक, पंजाब नेशनल बैंक एम. परमशिवम ने बताया कि जून तिमाही में वार्षिक ऋण योजना के अंतर्गत ₹1,02,808 करोड़ का ऋण वितरण किया गया है, जो वार्षिक लक्ष्यों का 48% है। उन्होंने इस उपलब्धि के लिए सभी बैंकों को बधाई दी। पंजाब का ऋण-जमा अनुपात 62.34% है, जो राष्ट्रीय लक्ष्य (60%) से अधिक है। उन्होंने इसे और बढ़ाने की आवश्यकता पर बल दिया। उन्होंने यह भी बताया कि अब तक 179 लाख लोगों को सामाजिक सुरक्षा बीमा योजनाओं से जोड़ा जा चुका है –

- प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना (PMSBY): ₹20 वार्षिक प्रीमियम पर 2 लाख रुपये का दुर्घटना बीमा (18-70 वर्ष)
- प्रधानमंत्री जीवन ज्योति बीमा योजना (PMJJBY): ₹436 वार्षिक प्रीमियम पर 2 लाख रुपये का जीवन बीमा (18-50 वर्ष)
- अटल पेंशन योजना (APY): 60 वर्ष की आयु के बाद ₹1,000-₹5,000 मासिक पेंशन का प्रावधान (18-40 वर्ष के लिए पात्रता)

अतिरिक्त मुख्य सचिव (वित्त), पंजाब सरकार आलोक शेखर ने सभी बैंकों से आह्वान किया कि वे सरकारी योजनाओं में सक्रिय भागीदारी निभाएँ और वित्तीय जागरूकता के लिए गाँवों में शिविर लगाएँ। क्षेत्रीय निदेशक, भारतीय रिज़र्व बैंक चंडीगढ़ विवेक श्रीवास्तव ने वित्तीय समावेशन अभियान के अंतर्गत पुनः-KYC पर बल दिया ताकि किसी भी खाते के लेन-देन में कठिनाई न हो। महाप्रबंधक, भारतीय रिज़र्व बैंक चंडीगढ़ पंकज सेतिया ने डिजिटल लेन-देन को बढ़ावा देने पर जोर दिया, जबकि मुख्य महाप्रबंधक, नाबार्ड विनोद कुमार आर्य ने कृषि क्षेत्र में ऋण प्रवाह बढ़ाने की आवश्यकता पर बल दिया।

बैठक में उप महाप्रबंधक, SLBC पंजाब रामकिशोर मीना ने विस्तृत एजेंडा प्रस्तुत किया। इस अवसर पर सभी बैंकों के वरिष्ठ अधिकारी, अग्रणी जिला प्रबंधक और विभिन्न सरकारी विभागों के प्रतिनिधि उपस्थित रहे।

स्पैशल डीजीपी शशि प्रभा के नेतृत्व में रेलवे स्टेशनों पर चलाया कासो अभियान

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

स्वतंत्रता दिवस के मद्देनजर सुरक्षा प्रबंधों को मजबूत करने के लिए हुए, जालंधर कमिश्नरेट पुलिस द्वारा विशेष डीजीपी रेलवे शशि प्रभा द्विवेदी के नेतृत्व में, जालंधर पुलिस कमिश्नर धनप्रीत कौर, ज्वाईंट पुलिस कमिश्नर संदीप शर्मा और अन्य सीनियर पुलिस अधिकारियों के साथ सिटी रेलवे स्टेशन और कैंट रेलवे स्टेशन पर विशेष कासो ऑपरेशन चलाया गया। यह कार्यवाही राज्य-स्तरीय सुरक्षा व्यवस्था का हिस्सा है, ताकि स्वतंत्रता दिवस को सुरक्षित और शांतिपूर्ण तरीके से मनाया जा सके।

इस ऑपरेशन के तहत कुल 290 पुलिस कर्मियों को तैनात किया गया, जिनमें एंटी-सबोटेज टीमों, एंटी-रायट पुलिस और रेलवे प्रोटेक्शन फोर्स द्वारा किया गया। टीमें आधुनिक तलाशी उपकरणों से लैस थी, जिनमें मेटल डिटेक्टर, हैंडहेल्ड स्कैनर और अन्य विशेष उपकरण शामिल थे। सुरक्षा जांचों में सीसीटीवी सिस्टम की विस्तृत जांच, शक्की व्यक्तियों की पहचान ,पूछताछ, और यात्री सामान और सामान की गहन जांच शामिल थी। विशेष डी.जी.पी. ने शक्की व्यक्तियों और वस्तुओं की कड़ी जांच पर जोर दिया और तैनात टीमों को चौबीसों घंटे सतर्कता बनाए रखने का निर्देश दिया।

कासो ऑपरेशन के बाद, पुलिस लाइंस जालंधर में विशेष डी.जी.पी. रेलवे और जालंधर पुलिस कमिश्नर के नेतृत्व में उच्च स्तरीय समीक्षा बैठक की गई, जिसकी वर्तमान सुरक्षा स्थिति प्रबंधों, सार्वजनिक स्थानों पर सुरक्षा उपायों की समीक्षा की गई और कानून-व्यवस्था को सख्ती से लागू करने के निर्देश दिए गए।

स्वतंत्रता दिवस के मद्देनज़र पंजाब के ज़िलों में वरिष्ठ अधिकारी करेंगे सुरक्षा प्रबंधों की निगरानी

युद्ध नशों विरुद्ध मुहिम के 166वें दिन 4.8 किलोग्राम हेरोइन, 4.9 लाख रुपए ड्रग मनी समेत 84 तस्कर गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के निर्देशानुसार, स्वतंत्रता दिवस के शांतिपूर्ण आयोजन को सुनिश्चित करने के लिए सुरक्षा प्रबंधों को और मज़बूत बनाया गया है। इसके तहत, प्रत्येक पुलिस ज़िले में स्पेशल डीजीपी, एडीजीपी और आईजी स्तर के वरिष्ठ पुलिस अधिकारी तैनात किए गए हैं, जो अपने-अपने ज़िलों में सभी पुलिस व सुरक्षा व्यवस्थाओं की व्यक्तिगत रूप से निगरानी करेंगे।

पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव के निर्देशों के अनुसार, ये वरिष्ठ अधिकारी फुल ड्रेस रिहर्सल के दौरान अधिकारियों व बलों को ब्रीफ करने के साथ-साथ, ज़िलों में चल रहे आतंकवाद-रोधी अभियानों की समीक्षा करेंगे, अन्य सभी आयोजनों की सुरक्षा सुनिश्चित करेंगे और आवश्यक निवारक उपायों को लागू करेंगे। स्पेशल डीजीपी अर्पित शुक्ला, जो पटियाला में सुरक्षा प्रबंधों की देखरेख करेंगे, ने कहा कि पंजाब पुलिस स्वतंत्रता दिवस के सुचारू और शांतिपूर्ण आयोजन के लिए पूरी तरह तैयार है। उन्होंने बताया कि राज्यभर में सुरक्षा कड़ी कर दी गई है और सभी फील्ड

यूनिटों को हाई अलर्ट पर रहने के निर्देश दिए गए हैं। उन्होंने आगे कहा कि पखवाड़े के लिए चलाए जा रहे विशेष अभियानों के अंतर्गत, पुलिस टीमों ने आज लगातार दूसरे दिन भी भीड़-भाड़ वाले और संवेदनशील स्थानों पर तलाशी अभियान चलाया। इन टीमों ने राज्यभर के होटलों/सरायों, रेलवे स्टेशनों, बस अड्डों, बाज़ारों, शॉपिंग मॉलों और सार्वजनिक पार्कों की व्यापक जांच की।

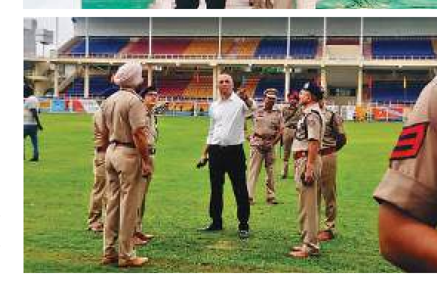
इसके अतिरिक्त, नशा विरोधी घेराबंदी और तलाशी अभियान (सीएएसओ) को 166वें दिन भी जारी रखते हुए, पुलिस ने 399 स्थानों पर छापेमारी की। इस कार्रवाई के दौरान 52 एफआईआर दर्ज कर 84 नशा तस्करों को गिरफ्तार किया गया। इस प्रकार, पिछले 166 दिनों में कुल 25,806 नशा तस्करों को गिरफ्तार किया जा चुका है। स्पेशल डीजीपी ने बताया कि इस छापेमारी में गिरफ्तार आरोपियों के कब्ज़े से 4.8 किलोग्राम हेरोइन, 40 किलोग्राम भूकी और 4.90 लाख रुपए की ड्रग मनी बरामद हुई है।

श्री गुरु गोबिंद सिंह स्टेडियम में होने वाले स्वतंत्रता दिवस समारोह की सुरक्षा व्यवस्थाओं का किया निरीक्षण

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

एडीजीपी (एन.आर.आई.) आर.के. जसवाल, पुलिस कमिश्नर जालंधर धनप्रीत कौर और सीनियर पुलिस अधिकारियों के नेतृत्व में कमिश्नरेट पुलिस जालंधर ने गुरु गोबिंद सिंह स्पोर्ट्स स्टेडियम में सुरक्षा व्यवस्था की समीक्षा की। यह कार्रवाई देश के सबसे महत्वपूर्ण दिन को सुरक्षित, औपचारिक और उचित ढंग से मनाने के लिए की गई।

निरीक्षण के दौरान, एडीजीपी आर.के. जसवाल ने सीनियर अधिकारियों के साथ वी.आई.पी. क्षेत्र, ऑडिटोरियम, परेड ग्राउंड, आस-पास की ऊंची इमारतों और निर्धारित पार्किंग स्थलों का व्यक्तिगत रूप से निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान प्रवेश और बाहर द्वारों और आस-पास के सरकारी/सार्वजनिक स्थलों का भी निरीक्षण किया गया, ताकि सुरक्षा को और पुख्ता किया जा सके। प्रवेश और बाहर द्वारों पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है, ताकि जनता की आवाजाही सुचारू रहे और अनधिकृत प्रवेश को रोका जा सके। उन्होंने स्टेडियम के अंदर या बाहर, मौके पर तैनात पुलिस कर्मियों को सतर्क रहने और हर घंटे जांच करने के आदेश दिए। सुरक्षा व्यवस्था के निरीक्षण के दौरान विशेष मेटल डिटेक्टर, हैंडहेल्ड स्कैनर और अन्य आधुनिक उपकरणों का; इस्तेमाल किया गया, ताकि पूरी तरह से सुरक्षित व्यवस्था सुनिश्चित की जा सके। सुरक्षा निरीक्षण के बाद, एडीजीपी आर.के.



जसवाल ने जालंधर पुलिस कमिश्नरेट के सीनियर पुलिस अधिकारियों के साथ एक विशेष बैठक की, जिसमें सुरक्षा संबंधी आवश्यक निर्देश दिए गए।

सीनियर पुलिस अधिकारियों ने लोगों से राष्ट्रीय पर्व के दौरान पुलिस का सहयोग करने और किसी भी संदिग्ध गतिविधि या अज्ञात वस्तु की सूचना तुरंत पुलिस हेल्पलाइन 112 पर देने की अपील की। इन पुख्ता सुरक्षा व्यवस्थाओं के साथ, कमिश्नरेट पुलिस जालंधर ने यह सुनिश्चित किया है कि जिले में 79वां स्वतंत्रता दिवस पूरे उत्साह और श्रद्धा के साथ मनाया जाएगा।

कमिश्नरेट पुलिस जालंधर ने चंद घंटों में सुलझाया हत्याकांड, 4 गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

पुलिस कमिश्नर धनप्रीत कौर के नेतृत्व में कमिश्नरेट पुलिस द्वारा ज्वाइंट पुलिस कमिश्नर संदीप कुमार शर्मा, एडीसीपी आकर्षि जैन और एसीपी नॉर्थ आतिश भाटिया की निगरानी में कमिश्नरेट पुलिस जालंधर को एक बड़ी कामयाबी मिली है। 12 अगस्त की रात नागरा फाटक के पास न्यू गुरु नानक नगर में हुई हत्या का मामला चंद घंटों में सुलझा लिया गया। थाना डिवीजन नंबर 1 की पुलिस टीम ने चार आरोपियों को गिरफ्तार कर वारदात में इस्तेमाल हथियार भी बरामद कर लिए है।

पुलिस कमिश्नर ने बताया कि मुकदमा नंबर 147 तिथि 13 अगस्त को धारा 103(1), 109, 191(3), 190, 324(4) भारतीय दंड संहिता (आईपीसी) 2023 की और आर्म्स एक्ट की धारा 25-54-59 के तहत थाना डिवीजन नंबर 1, जालंधर में दर्ज किया गया है। यह मामला शिकायतकर्ता जगीरी पुत्र प्यारा लाल, निवासी अशोक नगर, जालंधर के बयान पर दर्ज किया गया है। शिकायतकर्ता के अनुसार, 12 अगस्त की रात को उसका बेटा गुरप्रीत सिंह उर्फ गोपी नागरा फाटक के पास अपने रिश्तेदार के घर गया था, लेकिन वह घर नहीं लौटा। चिंतित होकर, शिकायतकर्ता अपने छोटे बेटे सागर के साथ उसे ढूंढने गया और देखा कि कुछ लोग पास में खड़े हैं। उनमें से एक ने गुरप्रीत सिंह के सिर पर दराती (तेज धार वाला हथियार) से वार किया,

जबकि अन्य ने भी उस पर हथियारों से हमला किया। राइफल से 4-5 गोलियां चलाई गईं, जिससे अन्य रिश्तेदार घायल हो गए। गुरप्रीत सिंह को तुरंत अस्पताल ले जाया गया, जहां इलाज के दौरान उनकी मौत हो गई।

पुलिस टीम ने तुरंत कार्रवाई करते हुए सीसीटीवी फुटेज, तकनीकी सहायता और खुफिया सूत्रों का उपयोग करके अपराधियों की पहचान की। कुछ ही घंटों में, चार आरोपियों इंद्रजीत सिंह उर्फ काका महाराजा गार्डन जालंधर (उम्र 19 वर्ष), मक्को उर्फ सौरव निवासी विवेकानंद पार्क जालंधर (उम्र लगभग 23 वर्ष), सैमसन उर्फ बॉबी पुत्र डैनियल निवासी विवेकानंद पार्क जालंधर (उम्र लगभग 25 वर्ष) और इंद्रजीत सिंह निहंग निवासी रविदास नगर जिंदा रोड जालंधर (उम्र लगभग 35 वर्ष) को कार से एक राइफल और तीन खाली कारतूस के साथ गिरफ्तार कर लिया गया।

4 पुलिस अधिकारी मुख्यमंत्री रक्षक पदक से होंगे सम्मानित

- 15 अधिकारियों/कर्मचारियों को ड्यूटी के प्रति उत्कृष्ट समर्पण के लिए मुख्यमंत्री मेडल से सम्मानित किया जाएगा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब सरकार की सिफारिशों पर राज्यपाल ने स्वतंत्रता दिवस-2025 के अवसर पर मुख्यमंत्री रक्षक पदक पुरस्कार और ड्यूटी के प्रति उत्कृष्ट समर्पण के लिए मुख्यमंत्री मेडल से सम्मानित करने हेतु पंजाब पुलिस अधिकारियों/कर्मचारियों के नामों की घोषणा की है। सहायक सब-इंस्पेक्टर (एएसआई) राजिंदर सिंह, एएसआई नरिंदर सिंह, वरिष्ठ कांस्टेबल जसवंत सिंह और वरिष्ठ कांस्टेबल हरपाल कौर को मुख्यमंत्री रक्षक पदक पुरस्कार के लिए नामित किया गया है। ड्यूटी के प्रति उत्कृष्ट समर्पण के लिए मुख्यमंत्री मेडल के

लिए चुने गए 15 अधिकारियों/कर्मचारियों में थाना कीरतपुर साहिब के एसएचओ इंस्पेक्टर जतिन कपूर, सीआईए अमृतसर सिटी के इंचार्ज इंस्पेक्टर अमोलकदीप सिंह काहलों, युवा सांझ कार्यक्रम पंजाब की इंचार्ज इंस्पेक्टर नवनीत कौर, इंटेलिजेंस विंग से इंस्पेक्टर प्रभजीत कुमार, एसआई लवदीप सिंह, एसआई गुरमेल सिंह, एसआई डिंपल कुमार, एसआई सुखचैन सिंह, एसआई सतविंदर सिंह, एएसआई हरजिंदर सिंह, एएसआई संदीप सिंह, एचसी संदीप सिंह, एचसी अकबल सिंह, एचसी करमबीर सिंह और एचसी जगजीत सिंह शामिल हैं।

जिला प्रशासन हर वक्त सतर्क, बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में पुख्ता प्रबंध : डीसी आशिका जैन

• **जालंधर ब्रीज.** टांडा/मुकेरियां

जिला प्रशासन होशियारपुर की ओर से बाढ़ जैसी आपात स्थितियों से निपटने के लिए पुख्ता और प्रभावी प्रबंध किए गए हैं। डिप्टी कमिश्नर आशिका जैन ने वीरवार को टांडा, दसूहा और मुकेरियां के बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों का व्यापक दौरा कर स्थिति का जायजा लिया। उन्होंने साफ शब्दों में कहा कि जिला प्रशासन 24 घंटे सतर्क है और प्रत्येक प्रभावित क्षेत्र में आवश्यक संसाधन व सुविधाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं। सबसे पहले उन्होंने विधायक टांडा की मौजूदगी में उन्होंने रड़ा मंड, मियाणी मंड, गांव अबदुल्लापुर व ब्यास किनारे बने धुस्सी बांध का का जायजा लिया। इसके बाद उन्होंने मुकेरियां के गांव मोतला व मेहताबपुर का भी निरीक्षण किया।

इस मौके पर एसएसपी संदीप कुमार मलिक,

एडीसी (ग्रामीण विकास) निकास कुमार तथा ड्रेनेज, स्वास्थ्य, पुलिस और अन्य विभागों के अधिकारी मौजूद रहे। विधायक उड़मुड़ टांडा जसवीर सिंह राजा गिल ने कहा कि जिला प्रशासन के अधिकारी मौके पर मौजूद रहकर निगरानी कर रहे हैं और सरकार की ओर से सभी आवश्यक प्रबंध सुनिश्चित किए जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि प्राकृतिक आपदा पर किसी का नियंत्रण नहीं होता, लेकिन पंजाब सरकार की प्राथमिकता है कि किसी भी नागरिक को असुविधा न हो और राहत सामग्री समय पर पहुंचे।

डीसी ने शिक्षा योजनाओं प्रभावी ढंग से लागू करने पर दिया ज़ोर

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

डिप्टी डा. हिमांशु अग्रवाल ने शिक्षा विभाग के अधिकारियों और विभिन्न स्कूलों/कॉलेजों के प्रिंसिपल के साथ बैठक के दौरान शैक्षणिक संस्थानों में शिक्षा संबंधी योजनाओं के और अधिक प्रभावी क्रियान्वयन पर ज़ोर दिया। यहां जिला प्रशासकीय परिसर में, डिप्टी कमिश्नर ने अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (शहरी विकास) जसबीर सिंह के साथ बैठक की अध्यक्षता की और कहा कि सरकार द्वारा चलाई जा रही शिक्षा योजनाओं का उद्देश्य प्रत्येक छात्र को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करना है। उन्होंने कहा कि पंजाब सरकार ने 'पंजाब शिक्षा क्रांति' के तहत सरकारी स्कूलों में बड़ी संख्या में विकास कार्य किए है, फिर भी यदि किसी स्कूल में किसी सुविधा की आवश्यकता है, तो उनके ध्यान में लाया जाए ताकि उसे जल्द से जल्द उपलब्ध करवाया जा सके। डा. अग्रवाल ने शिक्षा विभाग के अधिकारियों को स्कूलों में स्वच्छ एवं सुरक्षित वातावरण, स्वच्छ पेयजल सुविधा व अन्य आवश्यक सुविधाओं की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि यदि किसी स्कूल में कमरों आदि की स्थिति खराब है तो संबंधित विभाग से समन्वय स्थापित कर उसे असुरक्षित घोषित करने की प्रक्रिया शीघ्र पूरी की जाए ताकि उक्त स्थान पर नया निर्माण करवाया जा सके।

स्कूलों में स्वच्छ एवं सुरक्षित जल की उपलब्धता पर बल देते हुए उन्होंने कहा कि स्कूलों में पानी की टंकियों की नियमित सफाई करवाई जाए ताकि विद्यार्थियों को जल जनित बीमारियों से बचाया जा सके। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों का स्वास्थ्य हम सभी की प्राथमिकता होनी चाहिए।

लोगों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाने में जुटी एसडीआरएफ

सुल्तानपुर लोधी (जालंधर ब्रीज). सुल्तानपुर लोधी क्षेत्र के कुछ गांवों में ब्यास नदी का जलस्तर बढ़ने के कारण उत्पन्न हालातों के मद्देनजर लोगों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाने के लिए एसडीआरएफ की टीमें कार्य कर रही हैं। डिप्टी कमिश्नर अमित कुमार पंचाल ने कहा कि एसडीआरएफ को जलस्तर बढ़ने से पहले ही तैनात करके अलर्ट पर रखा गया था। उन्होंने बताया कि एसडीआरएफ के टीम कमांडर इंस्पेक्टर दीपक के नेतृत्व में टीमें जिला प्रशासन की मदद से लोगों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचा रही हैं। इसके अलावा, सूखा राशन, पशुओं के लिए साइलेज और पीने का पानी भी नावों के माध्यम से जरूरतमंदों के घरों तक पहुंचाया जा रहा है। उन्होंने निचले क्षेत्रों में रहने वाले लोगों से अपील की कि वे तुरंत जिला प्रशासन द्वारा बनाए गए राहत कैंपों में पहुंचें।

पुलिस ने तस्कर गुरनाम सिंह को हिरासत में लेने के आदेशों को लागू किया

सख्त निगरानी के लिए केंद्रीय जेल बठिंडा भेजा: एसएसपी कपूरथला गौरव तूरा

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

पंजाब में नशा तस्करी की समस्या के खात्मे के लिए जारी मुहिम 'युद्ध नशों विरुद्ध' के दौरान एक और महत्वपूर्ण मील का पत्थर हासिल करते हुए, एंटी-नारकोटिक्स टास्क फोर्स (एएनटीएफ) पंजाब और कपूरथला पुलिस ने नारकोटिक्स ड्रग्स एंड साइकोट्रॉपिक सब्सटांसेज़ (पीआईटी-एनडीपीएस) एक्ट के विशेष प्रावधानों का उपयोग करते हुए, सुल्तानपुर लोधी, कपूरथला के गांव सैंचा के निवासी कुख्यात नशा तस्कर गुरनाम सिंह को निवारक हिरासत में लेने के आदेश सफलतापूर्वक लागू किए हैं। यह जानकारी आज यहां पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव ने दी। उल्लेखनीय है कि निवारक हिरासत के ये आदेश पी आई टी एन डी पी एस एक्ट की धारा 3 के तहत सक्षम प्राधिकरण द्वारा जारी किए गए हैं। पी आई टी एन डी पी एस एक्ट की धारा 3 ऐसे खतरनाक नशा तस्करों को नशीले पदार्थों या नशीली दवाओं की गैर-कानूनी तस्करी में शामिल होने से रोकने के लिए निवारक हिरासत में लेने का अधिकार देती है।

डीजीपी गौरव यादव ने कहा कि आरोपी गुरनाम सिंह नशा तस्करी में सक्रिय रूप से शामिल था और उसके खिलाफ एन डी पी एस एक्ट के तहत कमर्शियल क्वांटिटी से जुड़े तीन मामले दर्ज हैं। उन्होंने कहा कि यह कार्रवाई इलाके में नशा तस्करी की कड़ी को तोड़ने में मदद करेगी। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक (एसएसपी) कपूरथला गौरव तूरा ने बताया कि आरोपी गुरनाम के खिलाफ दर्ज तीन एन डी पी एस मामलों में से, उसे एक मामले में दोषी भी ठहराया गया था, जिसमें जून 2016 में उसे 250 ग्राम हेरोइन के साथ गिरफ्तार किया गया था।

चौथी बार आईसीसी प्लेयर ऑफ द मंथ जीतने वाले पहले पुरुष खिलाड़ी बने शुभमन गिल

स्पोर्ट्स डेस्क. भारत के टेस्ट कप्तान शुभमन गिल को जुलाई महीने के लिए मेंस क्रिकेट में आईसीसी प्लेयर ऑफ द मंथ चुना गया। गिल ने इंग्लैंड में जुलाई में खेले गए तीन टेस्ट मैचों में 94.50 की औसत से 567 रन बनाए। वह चौथी बार प्लेयर ऑफ द मंथ अवॉर्ड जीतने वाले पहले पुरुष खिलाड़ी बने। इससे पहले उन्हें जनवरी 2023, सितंबर 2023 और फरवरी 2025 में आईसीसी प्लेयर ऑफ द मंथ चुना गया था। महिला क्रिकेट में ऐश गार्डनर और हेले मैथ्यूज ने चार-चार बार ये अवॉर्ड जीता है।

गिल ने इंग्लैंड के खिलाफ बर्मिंघम में खेले गए दूसरे टेस्ट मैच में 430 रन बनाए थे। किसी भी टेस्ट मैच में ये दूसरा सबसे बड़ा व्यक्तिगत स्कोर था। उसी टेस्ट मैच में उनके 269 और 161 रनों की पारी के

फोटो-बीसीसीआई

बदौलत सीरीज 1-1 से बराबर हो गई थी। मैनचेस्टर में खेले गए चौथे टेस्ट मैच की दूसरी पारी में उन्होंने 103 रनों की उपयोगी पारी खेलकर मैच ड्रॉ कराने और सीरीज को जिंदा रखने में मदद की।

गिल के अलावा जुलाई में प्लेयर ऑफ द मंथ बनने की रेस में इंग्लैंड के कप्तान बेन स्टोक्स और साउथ अफ्रीका के ऑलराउंडर वियान मुल्डर थे। गिल ने चौथी बार प्लेयर ऑफ द मंथ बनने पर कहा कि जुलाई के लिए आईसीसी प्लेयर ऑफ द मंथ चुने जाने पर बहुत अच्छा लग रहा है। इस बार ये और भी ज्यादा मायने रखता है क्योंकि ये अवॉर्ड मुझे कप्तान के रूप में मेरी पहली टेस्ट सीरीज के प्रदर्शन के लिए मिला है। गिल ने कहा कि बर्मिंघम में लगाया गया दोहरा शतक निश्चित रूप से मेरे लिए हमेशा यादगार रहेगा। ये मेरे इंग्लैंड दौरे के सबसे यादगार पलों में से एक होगा। इंग्लैंड के खिलाफ टेस्ट सीरीज कप्तान के रूप में मेरे लिए सीखने का एक अनुभव रही और दोनों टीमों ने बेहतरीन प्रदर्शन किए। मुझे यकीन है कि दोनों टीमों के खिलाड़ी लंबे समय तक इस सीरीज को याद रखेंगे।

'हर घर तिरंगा' अभियान के तहत पीआईबी ने चलाया विशेष अभियान

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

देश की आज़ादी की 79वीं वर्षगांठ के अवसर पर आज़ादी का अमृत महोत्सव के तहत शुरू किए गए 'हर घर तिरंगा' अभियान को पूरे देश में भरपूर समर्थन मिल रहा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में चलाए जा रहे इस अभियान में हर देशवासी उत्साह से भाग ले रहा है। इसी क्रम में बुधवार को भारत सरकार के सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय के पत्र सूचना कार्यालय, जालंधर द्वारा 'हर घर तिरंगा' अभियान के तहत तिरंगा फहराया गया।

इस अवसर पर पीआईबी जालंधर के प्रमुख गुरमीत सिंह

ने कहा कि इस पहल का मुख्य उद्देश्य लोगों में राष्ट्रीय तिरंगे के प्रति भावना को और गहरा करना है। जब हर घर पर तिरंगा फहराया जाएगा, तो यह हमें हमारी साझी पहचान और देश के प्रति कर्तव्यों की याद दिलाएगा। इस मौके पर सूचना सहायक सुखदीप सिंह ने कहा कि हमारा देश तभी तेज़ी से प्रगति करेगा, जब सभी देशवासियों के भीतर एकता की भावना गहराई से विकसित होगी, और 'हर घर तिरंगा' अभियान इसमें महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है।

आम आदमी क्लीनिकों के लिए मेडिकल अधिकारियों का इंटरव्यू

जालंधर (जालंधर ब्रीज). आम आदमी क्लीनिकों के लिए मेडिकल अधिकारियों का इंटरव्यू सिविल सर्जन कार्यालय, जालंधर में आयोजित किया गया। यह इंटरव्यू सिविल सर्जन जालंधर डॉ. गुरमीत लाल की अध्यक्षता में पूरी पारदर्शिता के साथ लिया गया। इंटरव्यू के लिए नियुक्त

तीन सदस्यीय समिति में सहायक सिविल सर्जन डॉ. ज्योति फुकेला और जिला परिवार कल्याण अधिकारी डॉ. रमन गुप्ता भी शामिल थे। सिविल सर्जन डॉ. गुरमीत लाल ने बताया कि आम आदमी क्लीनिकों के मेडिकल अधिकारियों की रिक्तियों के लिए मेरिट सूची तैयार करने के उद्देश्य से यह इंटरव्यू प्रक्रिया आयोजित की गई। उन्होंने बताया कि स्वास्थ्य विभाग द्वारा नियुक्त टीमों ने काउंसलिंग के दौरान उम्मीदवारों के मूल दस्तावेजों की जांच की और पूरी प्रक्रिया सुचारू रूप से संपन्न हुई।

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.