सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

प्रेरणा

"सपनों को पंख नहीं चाहिए,
बस आपका भरोसा
चाहिए।"

साप्ताहिक मौसम

दिन	अधिकतम	न्यूनतम
शुक्रवार	16°	6°
शनिवार	16 °	5°
रविवार	16°	6°
सोमवार	17°	5°
मंगलवार	18°	4°
बुधवार	19°	6°
वीरवार	18°	5°

*आंकड़े आईएमडी के अनुसार

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-7 • 09 JANUARY TO 15 JANUARY 2026 • VOLUME 25 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
CONSULTING DESIGN TRAINING
ISO CERTIFIED 2015 COMPANY
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

कोलकाता में ईडी की रेड पर बवाल सीएम पर सबूत मिटाने का आरोप

छापेमारी में दखल को लेकर ईडी पहुंची हाईकोर्ट

कोलकाता. प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने गुरुवार को पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी पर कोलकाता में चल रहे तलाशी अभियान के दौरान शीर्ष राजनीतिक परामर्श समूह आई-पीएसी के निदेशक प्रतीक जैन के आवास में घुसने और भौतिक दस्तावेजों और इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों सहित महत्वपूर्ण सबूत ले जाने का आरोप लगाया। ईडी ने एक बयान में कहा कि पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री और बड़ी संख्या में पुलिस अधिकारियों के आने तक उसकी टीम द्वारा तलाशी की कार्यवाही शांतिपूर्ण और पेशेवर तरीके से की जा रही थी। इस मामले में ईडी ने हाई कोर्ट का दरवाजा खटखटाया है जो आज इस मामले की सुनवाई कर सकता है।

ईडी के बयान के अनुसार ममता बनर्जी प्रतीक जैन के आवासीय परिसर में घुस गईं और भौतिक दस्तावेजों और इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों सहित महत्वपूर्ण सबूत ले गईं। इसके बाद मुख्यमंत्री का काफिला आई-पीएसी के कार्यालय परिसर की ओर बढ़ा, जहां से बनर्जी, उनके सहयोगियों और राज्य पुलिस कर्मियों ने जबरन भौतिक दस्तावेज और इलेक्ट्रॉनिक सबूत हटा दिए। ईडी ने कहा कि इन कार्रवाइयों के कारण पीएमएलए (मनी लॉन्ड्रिंग रोकथाम अधिनियम) के तहत चल रही जांच और कार्यवाही में बाधा उत्पन्न हुई है। एजेंसी ने आगे स्पष्ट किया कि "तलाशी साक्ष्य-आधारित है और किसी भी राजनीतिक

प्रतिष्ठान को लक्षित नहीं करती है। किसी भी पार्टी कार्यालय की तलाशी नहीं ली गई है। यह तलाशी किसी भी चुनाव से संबंधित नहीं है और मनी लॉन्ड्रिंग के खिलाफ नियमित कार्रवाई का हिस्सा है। पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री की कार्रवाई के बाद मचे हंगामे के मद्देनजर ईडी ने कहा कि तलाशी स्थापित कानूनी सुरक्षा उपायों के अनुसार ही की गई है।

एजेंसी ने यह भी बताया कि तलाशी केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) की कोलकाता इकाई द्वारा अनुप मजी और अन्य के खिलाफ दर्ज एफआईआर संख्या आरसी0102020ए0022 दिनांक 27 नवंबर, 2020 पर आधारित थी, जिसके लिए ईडी ने प्रवर्तन मामला सूचना रिपोर्ट (ईसीआईआर) ईसीआईआर/17/एचआईयू/2020 दिनांक 28 नवंबर, 2020 के माध्यम से दर्ज की थी। ईडी ने कहा कि जांच के दौरान यह खुलासा हुआ कि अनुप मजी के नेतृत्व वाला कोयला तस्करी गिरोह पश्चिम बंगाल के ईसीएल लीजहोल्ड क्षेत्रों से कोयला चुराता और अवैध रूप से उसका खनन करता था। इसके बाद, इस कोयले को पश्चिम बंगाल के बांकुरा, बर्धमान, पुरुलिया और अन्य जिलों में स्थित विभिन्न कारखानों और संयंत्रों में बेचा गया। जांच में पता चला कि इस कोयले का एक बड़ा हिस्सा शाकंभरी समूह की कंपनियों को बेचा गया था।

वहीं, ममता बनर्जी सार्वजनिक सड़क पर स्थित आई-पीएसी कार्यालय पहुंची और केंद्रीय एजेंसी पर पार्टी से संबंधित डेटा, लैपटॉप, मोबाइल फोन और रणनीतिक दस्तावेजों को गैरकानूनी रूप से जब्त करने का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि फोरेंसिक विशेषज्ञों ने छापेमारी के दौरान डेटा स्थानांतरित किया, इसे अपराध करार दिया और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह को बंगाल में तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) से लोकतांत्रिक तरीके से मुकाबला करने की चुनौती दी। मुख्यमंत्री ने स्पष्ट किया कि आई-पीएसी कोई निजी संगठन नहीं बल्कि अखिल भारतीय तृणमूल कांग्रेस (एआईटीसी) की अधिकृत टीम है। उन्होंने दावा किया कि ईडी ने मतदाता सूची के विशेष गहन संशोधन (एसआईआर) से संबंधित डेटा सहित पार्टी के संवेदनशील दस्तावेजों को जब्त कर लिया, जबकि टीएमसी एक पंजीकृत राजनीतिक दल है जो नियमित रूप से आयकर विवरण प्रस्तुत करता है।

पंजाब से सभी गैंगस्टरों और उनके नेटवर्क का होगा सफाया : अरविंद केजरीवाल

'युद्ध नशों के विरुद्ध' की तर्ज पर गैंगस्टरों के खिलाफ जंग छेड़ी जाएगी

• **जालंधर ब्रीज.** लुधियाना

एक मजबूत राजनीतिक संदेश देते हुए 'आप' के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल और पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने नव-निर्वाचित जिला परिषद और ब्लॉक समिति सदस्यों से मुलाकात की और जोर देकर कहा कि पंजाब डर, गुंडागर्दी और धांधली वाली चुनावी राजनीति के युग से निर्णायक रूप से बाहर आ चुका है। उन्होंने साथ ही यह घोषणा की कि आम आदमी पार्टी (आप) सरकार अब 'युद्ध नशों के विरुद्ध' की तर्ज पर गैंगस्टरों के खिलाफ बड़े स्तर पर जंग शुरू करेगी। लुधियाना में चुने हुए प्रतिनिधियों के एकत्रित सम्मेलन को संबोधित करते हुए 'आप' के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने कहा कि अगर 'आप' सत्ता का दुरुपयोग करना चाहती तो यह बहुत आसान था। अगर हम जबरदस्ती करना चाहते तो सब-डिविजनल मजिस्ट्रेट

(एस.डी.एम.) को बुलाकर अपने उम्मीदवार को निर्वाचित घोषित कर सकते थे। एक वोट को इधर-उधर करना कोई मुश्किल काम नहीं है, लेकिन हमने ऐसा नहीं किया। हम इस उद्देश्य से राजनीति में नहीं आए हैं। 'आप' जबरदस्ती, भ्रष्टाचार या गुंडागर्दी करने के लिए नहीं बनी है। अगर यही लक्ष्य होता तो हमारे और कांग्रेस, भाजपा या अकाली दल में क्या फर्क रह जाता। हम राजनीति बदलने, उसे साफ करने और जबरदस्ती व गुंडागर्दी को खत्म करने के लिए आए हैं।

पंजाब के व्यापारियों और दुकानदारों से की मुलाकात

मोहाली (जालंधर ब्रीज). एसएएस नगर में आयोजित पंजाब राज्य ट्रेडर्स कमीशन की पहली बैठक के दौरान आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल और पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने इस कमीशन को वर्षों से व्यापारियों के प्रति चली आ रही उपेक्षा और नौकरशाही द्वारा की जाने वाली परेशानियों को समाप्त करने की दिशा में एक निर्णायक कदम बताया। 'आप' प्रमुख ने कहा कि अब दुकानदारों को एक दफ्तर से दूसरे दफ्तर भटककर परेशान नहीं होना पड़ेगा, क्योंकि 'आप' सरकार ने प्रशासन को सीधे बाजारों तक पहुँचाने का फैसला किया है। इस पहल को पंजाब में व्यापारिक सुधारों के एक नए युग की शुरुआत बताते हुए अरविंद केजरीवाल ने कहा कि यह कमीशन टैक्स प्रणाली को आसान बनाएगा, टैक्स आतंकवाद को खत्म करेगा और अनावश्यक प्रक्रियागत अड़चनों को दूर करेगा। मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने इस बात को दोहराते हुए जोर दिया कि दुकानदार सच्चे देशभक्त हैं, जो अर्थव्यवस्था को गति देते हैं, और विश्वास जताया कि यह कमीशन पूरे प्रदेश के व्यापारियों की भलाई और सम्मान की निर्णायक रूप से रक्षा करेगा।

श्री अकाल तख्त साहिब के समक्ष एक विनम्र सिख के रूप में पेश होऊंगा : भगवंत मान

श्री अकाल तख्त साहिब से जुड़े मुद्दे पर भगवंत सिंह मान ने कहा कि वे सभी सबूतों के साथ तख्त साहिब के समक्ष अवश्य पेश होंगे और अनुरोध किया कि पूरी कार्यवाही का सभी चैनलों पर सीधा प्रसारण किया जाए। उन्होंने कहा, "मैं वहां मुख्यमंत्री के रूप में नहीं, बल्कि एक विनम्र सिख के रूप में पेश होऊंगा। श्री अकाल तख्त साहिब हर सिख के लिए पवित्र है और हमारे समुदाय का सबसे पवित्र स्थान है। भले ही उस दिन देश के राष्ट्रपति गुरु नानक देव विश्वविद्यालय, अमृतसर का दौरा करेंगे, फिर भी मैं श्री अकाल तख्त साहिब के समक्ष अपनी उपस्थिति सुनिश्चित करूंगा।" उन्होंने स्पष्ट रूप से कहा कि उनके लिए श्री अकाल तख्त साहिब सर्वोपरि हैं और वहां से प्राप्त किसी भी आदेश का सच्चे दिल से पालन किया जाएगा। भगवंत सिंह मान ने कहा, "श्री अकाल तख्त साहिब का आदेश मेरे और मेरे परिवार के लिए हमेशा सर्वोच्च था, है और रहेगा। यह एक अत्यंत सम्माननीय स्थान है, जहां से सिखों को शाश्वत शांति और शक्ति मिलती है।"

9 जनवरी को जिला जालंधर 'नो फ्लाइंग ज़ोन' घोषित

जालंधर (जालंधर ब्रीज). अतिरिक्त ज़िला मैजिस्ट्रेट -कम-अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (जनरल) अमनिंदर कौर ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता, 2023 की धारा 163 के तहत प्राप्त अधिकारों का प्रयोग करते हुए ज़िला जालंधर को "नो फ्लाइंग ज़ोन" घोषित किया है। अतिरिक्त ज़िला मैजिस्ट्रेट ने ज़िला जालंधर की सीमाओं के अंदर किसी भी प्रकार के सिविल रिमोट/पायलट एयर क्राफ्ट सिस्टम/ड्रोन/हेलीकॉप्टर (माननीय उप राष्ट्रपति जी के वी.वी.आई.पी. हेलीकॉप्टर/विमान को छोड़कर) आदि उड़ाने पर पाबंदी लगा दी है। यह आदेश दिनांक 09-01-2026 को सुबह 5:30 बजे से शाम 6:30 बजे तक लागू रहेगा। ज़िक्रयोग्य है कि भारत के माननीय उप-राष्ट्रपति 9 जनवरी को जालंधर के रास्ते एल.पी.यू. फगवाड़ा में पहुंच रहे हैं।

2000 रुपये रिश्वत लेते क्लर्क पकड़ा

जालंधर (जालंधर ब्रीज). पंजाब विजीलैंस ब्यूरो ने प्रदेश में भ्रष्टाचार के खिलाफ चल रही अपनी मुहिम के तहत नगर निगम, जालंधर की जल सप्लाई और सीवरेज शाखा में तैनात क्लर्क करुण धीर को 2000 रुपये रिश्वत लेते हुये रंगे हाथों काबू किया है। इसके अलावा दोषी के घर की तलाशी के दौरान विजीलैंस ब्यूरो टीम को 2.72 लाख रुपये बरामद हुए हैं। राज्य विजीलैंस ब्यूरो के प्रवक्ता ने कहा कि उक्त दोषी को राम नगर, जालंधर के एक निवासी द्वारा दर्ज करवाई गई शिकायत के आधार पर गिरफ्तार किया गया है। विजीलैंस ब्यूरो की टीम ने दोषी को दो सरकारी गवाहों की

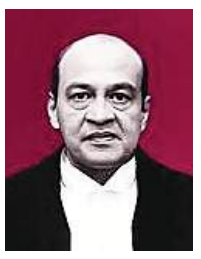
मौजूदगी में शिकायतकर्ता से 2000 रुपये रिश्वत लेते हुए गिरफ्तार कर लिया। इस संबंध में विजीलैंस ब्यूरो के थाना जालंधर में दोषी के खिलाफ भ्रष्टाचार रोकथाम कानून के तहत मामला दर्ज किया गया है और इस मामले की आगे की जांच जारी है।

एससी आयोग द्वारा रूपनगर के एसपी तलब

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब राज्य अनुसूचित जाति आयोग ने रूपनगर से संबंधित एक मामले में आयोग के निर्देशों का पालन न किए जाने पर रूपनगर के एसपी को तलब किया है। पंजाब राज्य अनुसूचित जाति आयोग के चेयरमैन जसवीर सिंह गढ़ी ने बताया कि जिला होशियारपुर की तहसील गढ़शंकर के निकट सच्चखंड श्री खुरालगढ़ साहिब में स्थित चरण छोह गंगा, अमृत कुंड के प्रधान संत सुरिंदर दास द्वारा डी.एस.पी. नंगल अमनदीप सिंह के खिलाफ की गई शिकायत की जांच करवाकर तथ्यों एवं जानकारी की रिपोर्ट दो प्रतियों (एक मूल और एक फोटो कॉपी) में दिनांक 14-01-2026 को एस.पी. (डी) गुरदीप सिंह गोसल को आयोग कार्यालय में व्यक्तिगत रूप से उपस्थित होकर पेश करने के निर्देश दिए गए हैं।

जस्टिस वर्मा पर महाभियोग पर लोकसभा स्पीकर के फैसले को चुनौती वाली याचिका पर फैसला सुरक्षित

नई दिल्ली. सर्वोच्च न्यायालय ने इलाहाबाद उच्च न्यायालय के न्यायमूर्ति यशवंत वर्मा द्वारा दायर रिट याचिका पर फैसला सुरक्षित रख लिया। याचिका में लोकसभा अध्यक्ष के उस निर्णय को चुनौती दी गई है जिसमें उनके आधिकारिक आवास पर बेहिसाब नकदी मिलने के संबंध में उनके खिलाफ लाए गए महाभियोग प्रस्ताव पर न्यायाधीश (जांच) अधिनियम, 1968 के तहत जांच समिति गठित करने का आदेश दिया गया था। न्यायमूर्ति दीपांकर दत्ता और न्यायमूर्ति सतीश चंद्र शर्मा की पीठ ने इस मामले की सुनवाई की। कल, न्यायालय ने मौखिक रूप से टिप्पणी की कि लोकसभा अध्यक्ष द्वारा गठित जांच समिति में कुछ खामियां हैं, और न्यायालय इस बात पर विचार करेगा कि क्या ये खामियां इतनी गंभीर हैं कि कार्यवाही समाप्त करने की आवश्यकता हो। 16 दिसंबर, 2025 को न्यायालय ने रिट याचिका के संबंध में लोकसभा अध्यक्ष के कार्यालय को नोटिस जारी किया था।



सुप्रीम कोर्ट ने मौखिक रूप से कहा कि पहली नजर में जजेज (इंक्वायरी) ऐक्ट, 1968 के तहत लोकसभा अध्यक्ष द्वारा जस्टिस यशवंत वर्मा के खिलाफ भ्रष्टाचार के आरोपों की जांच के लिए बनी समिति पर कोई रोक नहीं है। भले ही इसी तरह का प्रस्ताव राज्यसभा में खारिज कर दिया गया हो।

भारतीय कृषि के समग्र विकास के लिए वैश्विक मंथन

बजट पूर्व बैठकों के क्रम में केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह ने किया अंतरराष्ट्रीय संस्थाओं के प्रतिनिधियों से संवाद

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

केंद्रीय कृषि एवं किसान कल्याण और ग्रामीण विकास मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने नई दिल्ली स्थित कृषि भवन में आज प्रमुख अंतरराष्ट्रीय और बहुपक्षीय विकास साझेदारों के साथ उच्चस्तरीय बैठक की। शिवराज सिंह बजट पूर्व लगातार बैठकें कर कृषि क्षेत्र से जुड़े सभी पक्षों से सीधा संवाद कर रहे हैं। बैठक में फूड एंड एग्रीकल्चर ऑर्गनाइजेशन, वर्ल्ड फूड प्रोग्राम, इंटरनेशनल फंड फॉर एग्रीकल्चरल डेवलपमेंट, वर्ल्ड बैंक, एशियन डेवलपमेंट बैंक, डॉइचे गेज़ेलशाफ्ट फ़्यूर इंटर्नैशियोनाले ज़ुसामेनआर्बाइट और जापान इंटरनेशनल कोऑपरेशन एजेंसी के प्रतिनिधि सहित विभिन्न संस्थानों के पदाधिकारी शामिल हुए। बैठक में केंद्रीय मंत्री चौहान ने कहा कि भारत की कृषि यात्रा खाद्य-अभाव से वैश्विक खाद्य आपूर्ति में महत्वपूर्ण योगदानकर्ता बनने तक पहुंची है और

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में आज देश कई प्रमुख कृषि उत्पादों का निर्यातक बन चुका है। उन्होंने स्पष्ट किया कि भारत ने खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने के बाद अब पोषण सुरक्षा और सतत आजीविका को अपनी प्राथमिकता बनाया है।

केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह ने कहा कि डिजिटल एग्रीकल्चर भारत की कृषि नीति का एक महत्वपूर्ण स्तंभ है और मंत्रालय इस दिशा में तेज़ी से आगे बढ़ रहा है। उन्होंने उल्लेख किया कि डिजिटल प्लेटफॉर्म, ई-नाम, डिजिटल फसल आकलन और टेक्नोलॉजी आधारित सेवाओं के माध्यम से कृषि को अधिक पारदर्शी, प्रभावी और किसान-केंद्रित बनाया जा रहा है। चौहान ने "पर ड्रॉप मोर क्रॉप" अभियान का उल्लेख करते हुए कहा कि सरकार जल संरक्षण और जल के अधिकतम उपयोग के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा कि माइक्रो-इरिगेशन, सिंचाई दक्षता बढ़ाने और जल-संरक्षण तकनीकों को अपनाने से किसानों की लागत घटेगी और उत्पादन में उल्लेखनीय वृद्धि होगी। चौहान ने कहा कि भारत कृषि क्षेत्र में अपने सफल अनुभवों और बेस्ट प्रैक्टिसेज को अन्य देशों के साथ साझा करने के लिए तैयार है, साथ ही वैश्विक नवाचारों से सीखकर उन्हें भारतीय परिस्थितियों के अनुरूप अपनाने पर जोर दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि इस प्रकार के संवाद परस्पर लाभकारी सहयोग, ज्ञान-साझेदारी और दीर्घकालिक नीति निर्माण के लिए अत्यंत उपयोगी हैं। केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने सभी संस्थानों के प्रतिनिधियों का धन्यवाद करते हुए आश्वासन दिया कि ऐसे संवाद भविष्य में भी नियमित रूप से जारी रहेंगे। उन्होंने कहा कि सरकार, अंतरराष्ट्रीय संस्थाओं, निजी क्षेत्र और किसानों के सामूहिक प्रयास से भारतीय कृषि को अधिक उत्पादक, टिकाऊ, प्रौद्योगिकी-समर्थ और किसान-हितैषी बनाने का लक्ष्य पूरी मजबूती के साथ आगे बढ़ाया जाएगा।

बैठक में संस्थानों के प्रतिनिधियों ने किसानों की आय और बढ़ाने, फसल उत्पादकता में सुधार, आधुनिक तकनीकों के उपयोग तथा कृषि क्षेत्र में नवाचार को बढ़ावा देने सहित विभिन्न सुझाव प्रस्तुत किए। चर्चा के प्रमुख बिंदु थे: छोटे किसानों के लिए बेहतर मार्केट एक्सेस और मूल्य संवर्धन, युवा और महिलाओं की भागीदारी बढ़ाना, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, डेटा एनालिटिक्स और उन्नत क्रॉप मॉनिटरिंग सिस्टम के माध्यम से फसलों की रीयल-टाइम निगरानी और जोखिम प्रबंधन। साथ ही हाई वैल्यू क्रॉप्स, ऑर्गेनिक और प्राकृतिक खेती पर जोर दिया गया। बैठक में हाई वैल्यू क्रॉप्स, ऑर्गेनिक फार्मिंग, प्राकृतिक खेती और टिकाऊ कृषि पद्धतियों को बढ़ावा देने पर विस्तार से चर्चा हुई। प्रतिनिधियों ने कहा कि सही नीतिगत समर्थन और तकनीकी सहयोग से इन क्षेत्रों में किसानों को बेहतर दाम मिल सकते हैं और कृषि को अधिक लाभकारी तथा पर्यावरण-अनुकूल बनाया जा सकता है। बैठक में केंद्रीय कृषि सचिव डॉ देवेश चतुर्वेदी, आईसीएआर के महानिदेशक डॉ. मांगीलाल जाट सहित मंत्रालय के वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे।

ट्रंप के इमिग्रेशन अधिकारी ने महिला को सरेआम गोली मारी

वाशिंगटन. ट्रंप प्रशासन द्वारा अमेरिका के एक प्रमुख शहर में चलाए जा रहे नवीनतम आव्रजन अभियान के दौरान आव्रजन और सीमा शुल्क प्रवर्तन अधिकारी ने मिनियापोलिस के एक मोटर चालक को गोली मारकर हत्या कर दी। संघीय अधिकारियों ने दावा किया कि यह गोलीबारी आत्मरक्षा का कार्य था, लेकिन शहर के मेयर ने इसे "लापरवाह" और अनावश्यक बताया। अलग-अलग जगहों से राहगीरों द्वारा बनाए गए और सोशल मीडिया पर पोस्ट किए गए वीडियो में एक अधिकारी सड़क के बीचोंबीच रुकी एक एसयूवी के पास आता है, ड्राइवर से दरवाजा खोलने की मांग करता है और हैंडल पकड़ लेता है। एसयूवी आगे बढ़ने लगती है और वाहन के सामने खड़ा एक अन्य आईसीई अधिकारी अपनी बंदूक निकालता है और तुरंत एसयूवी पर करीब से कम से कम दो गोलियां चलाता है। जैसे ही वाहन उसकी ओर बढ़ता है,

वह पीछे हट जाता है। वीडियो से यह स्पष्ट नहीं हो पाया कि वाहन अधिकारी से टकराया या नहीं। इसके बाद एसयूवी पास ही फुटपाथ पर खड़ी दो कारों से टकराती हुई तेजी से आगे बढ़ती है और फिर रुक जाती है। यह गोलीबारी ट्रंप प्रशासन के तहत अमेरिका के प्रमुख शहरों में चलाए जा रहे आव्रजन प्रवर्तन अभियानों की श्रृंखला में एक नाटकीय वृद्धि का संकेत है। 2024 से कुछ राज्यों में आव्रजन संबंधी कार्रवाई से जुड़ी यह कम से कम पांचवीं हत्या है।

2026 में खूब घूमने का प्लान है? देख लें कब-कब पड़ रही हैं लंबी छुट्टियां, आ जाएंगे मजे!

Travelling 2026 में कई ऐसे मौके मिल रहे हैं, जहां एक-दो दिन की छुट्टी लेकर आप तीन से पांच दिन तक का ट्रेवल प्लान कर सकते हैं। अगर 2025 में अपने ट्रैवल गोल्स पूरे हैं, तो ये लिस्ट देख लें...

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

2026 को अगर आप सच में घूमने-फिरने का साल बनाना चाहते हैं, तो उसकी शुरुआत सही प्लानिंग से करनी होगी। सिर्फ छुट्टियों का इंतजार करने से काम नहीं चलेगा, बल्कि यह समझना जरूरी है कि कब थोड़ी सी छुट्टी लेकर लंबा ब्रेक बनाया जा सकता है। अच्छी बात यह है कि 2026 में कई ऐसे मौके मिल रहे हैं, जहां एक-दो दिन की छुट्टी लेकर आप तीन से पांच दिन तक का ट्रेवल प्लान कर सकते हैं। आगे 2026 के कुछ लंबे वीकेंड्स को बताया गया है, आप चाहें तो उसी हिसाब से अपनी ट्रैवल प्लानिंग कर सकते है, जिससे आप अपनी इस साल को अच्छे से एंजॉय कर पाएंगे।

जनवरी : साल की शानदार शुरुआत

जनवरी 2026 में ही आपको ट्रिप प्लान करने के कई अच्छे मौके मिल सकते हैं। साल की शुरुआत न्यू ईयर से होती है, जहां 1 जनवरी की छुट्टी के साथ 2 जनवरी की छुट्टी लेकर और फिर शनिवार-रविवार जोड़कर चार दिन का ब्रेक बनता है। इसके बाद मकर संक्रांति के आसपास 14 जनवरी की छुट्टी है। अगर 15 और 16 जनवरी को छुट्टी ली जाए, तो शनिवार और रविवार मिलाकर आराम से घूमने का बढ़िया मौका बन सकता है। महीने के अंत में 23 जनवरी की छुट्टी लेकर 26 जनवरी तक लगातार चार दिन मिल जाते हैं, क्योंकि बीच में शनिवार-रविवार और गणतंत्र दिवस है।

मार्च में भी मिल सकते हैं कई ब्रेक : मार्च में होली की छुट्टी 4 तारीख को है। अगर 5 और 6 मार्च को छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ चार दिन का लंबा वीकेंड मिल सकता है। इसी महीने 19 मार्च को उगादी है। 20 मार्च की छुट्टी लेकर शनिवार और रविवार जोड़ने पर यह भी एक अच्छा छोटा ट्रिप प्लान करने का मौका बन सकता है।

अप्रैल में भी मिल सकता है घूमने का मौका : अप्रैल में 3 तारीख को गुड फ्राइडे है। इसके बाद शनिवार और रविवार हैं। यह तीन दिन का ब्रेक उन लोगों के लिए सही है, जो ज्यादा लंबी यात्रा नहीं करना चाहते और पास की जगहों पर घूमना चाहते हैं। आप चाहें तो 2 अप्रैल या 6 अप्रैल की छुट्टी लेकर इस ब्रेक को और भी लंबा कर सकते हैं।

मई में भी कर सकते हैं एंजॉय : मई की शुरुआत में 1 मई को लेबर डे है। अगर 30 अप्रैल को छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ चार दिन का ब्रेक बन जाता है। यह समय छोटी ट्रिप या परिवार के साथ आराम करने के लिए सही है।

जून में ले वेकेशन का मजा : जून में स्कूल की छुट्टियां ऑलरेडी रहती हैं। ऐसे में आप अपनी ऑफिस की छुट्टियां देखकर आराम से ट्रिप प्लान कर सकते हैं। जून में 26 तारीख को मुहर्रम है। अगर 25 जून को छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ चार दिन का ब्रेक मिल जाता है। यह समय उन जगहों के लिए अच्छा है, जहां गर्मी कम होती है।

अगस्त में भी है खूब छुट्टियां : अगस्त में 15 अगस्त की छुट्टी है। अगर 14 अगस्त को छुट्टी ली जाए, तो रविवार के साथ तीन दिन का ब्रेक बनता है। इसके अलावा 28 अगस्त को रक्षाबंधन है। अगर 31 अगस्त की छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ यह भी एक अच्छा लंबा वीकेंड बन जाता है।

सितंबर है त्योहारों के बीच आराम का समय : सितंबर में 4 तारीख को जन्माष्टमी है। अगर 3 सितंबर को छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ चार दिन का ब्रेक मिल सकता है। इसके अलावा 11 सितंबर की छुट्टी लेकर 14 सितंबर गणेश चतुर्थी तक भी अच्छा ब्रेक बनाया जा सकता है।

अक्टूबर में भी लें छुट्टियों का मजा : अक्टूबर में 2 अक्टूबर को गांधी जयंती है। अगर 1 अक्टूबर को छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ चार दिन का ब्रेक बनता है। इसके बाद 16 अक्टूबर की छुट्टी लेकर 19 अक्टूबर दशहरा तक लगातार चार दिन का ब्रेक मिल सकता हैं।

नवंबर में है दीवाली की धूम : नवंबर में 9 तारीख को दिवाली है। अगर 6 नवंबर की छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ यह भी एक बढ़िया लंबा वीकेंड बन जाता है, जिसे आप परिवार के साथ एंजॉय कर सकते हैं।

दिसंबर में साल का सुकून भरा अंत : दिसंबर में 25 तारीख को क्रिसमस है। अगर 24 दिसंबर की छुट्टी ली जाए, तो शनिवार-रविवार के साथ चार दिन का आरामदायक ब्रेक मिलता है। यह साल को अच्छे नोट पर खत्म करने का सही समय है।

PARENTING

सावधान! गैजेट्स की लत और बिगड़ता स्कूल शेड्यूल छीन रहा है आपके बच्चे की नींद, ये है डॉक्टर की सलाह

किशोर उम्र के बच्चों में बॉडी क्लॉक स्वाभाविक रूप से थोड़ा देर से सोने की होती है, लेकिन जल्दी स्कूल शुरू होने के कारण उन्हें पर्याप्त आराम मिलने से पहले ही उठना पड़ता है। जिससे पूरे हफ्ते बच्चे की नींद पूरी नहीं हो पाती है।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

बच्चों के शारीरिक और दिमागी विकास के लिए अच्छा भोजन ही नहीं बल्कि अच्छी नींद भी बेहद जरूरी होती है। लेकिन आजकल स्कूल के अनियमित समय, लंबे स्टडी ऑवर्स और मोबाइल, टैबलेट व गेमिंग डिवाइसेज पर बढ़ती निर्भरता के कारण बच्चों में नींद से जुड़ी समस्याएं तेजी से बढ़ रही हैं। मधुकर रेनबो चिल्ड्रेन हॉस्पिटल की बाल रोग विशेषज्ञ डॉ. मेधा कहती हैं कि आज बच्चों में अनिद्रा और बेचैन नींद जैसी स्लीप डिसऑर्डर्स आम देखे जा रहे हैं, जिनके पीछे दो बड़े आधुनिक कारण हैं-स्कूल का अनियमित समय और गैजेट्स का अत्यधिक इस्तेमाल। खासकर किशोर उम्र के बच्चों में बॉडी क्लॉक स्वाभाविक रूप से थोड़ा देर से सोने की होती है, लेकिन जल्दी स्कूल शुरू होने के कारण उन्हें पर्याप्त आराम मिलने से पहले ही उठना पड़ता है। जिससे पूरे हफ्ते बच्चे की नींद पूरी नहीं हो पाती है।

एक्सपर्ट की राय

सीके बिरला अस्पताल की पीडियाट्रिशियन डॉ. पूनम सिदाना कहती हैं कि वीकेंड पर बच्चे देर तक जागते हैं और नींद पूरी करने के लिए फिर देर से उठते हैं, जिससे 'सोशल जेटलैग' नाम की स्थिति बनती है। यह शरीर की प्राकृतिक सर्केडियन रिदम को और बिगाड़ देती है। इस समस्या को और बढ़ाने में सोने से ठीक पहले मोबाइल और टैबलेट जैसे गैजेट्स का इस्तेमाल मदद करता है। इनसे निकलने वाली ब्लू लाइट मेलाटोनिन हार्मोन के स्राव को रोक देती है, जो नींद शुरू होने का संकेत देता है।

बच्चे की नींद की गुणवत्ता खराब करते हैं ये 2 कारण

देर तक स्क्रीन देखने की लत

स्क्रीन से निकलने वाली ब्लू लाइट मेलाटोनिन नाम के हार्मोन को दबा देती है, जो शरीर को सोने के लिए तैयार करता है। जो बच्चे रात में देर तक स्क्रीन देखते हैं, उन्हें नींद आने में ज्यादा समय लगता है और उनकी नींद की गुणवत्ता भी खराब होती है। इसके अलावा अगर स्कूल का समय बहुत जल्दी हो, तो बच्चों को लगातार नींद की कमी का सामना करना पड़ता है।

अनियमित दिनचर्या

बच्चे की नींद पूरी ना होने के पीछे अनियमित दिनचर्या भी एक बड़ा कारण है। जब बच्चे हर दिन अलग-अलग समय पर सोते और उठते हैं, तो उनकी बॉडी क्लॉक कन्फ्यूज हो जाती है, जिससे हेल्दी स्लीप पैटर्न नहीं बन पाता है।

बच्चे की नींद पूरी ना होने के नुकसान

नींद पूरी ना होने के पीछे कारण चाहे जो भी हो, लेकिन बच्चों की याददाश्त, ध्यान लगाने की क्षमता, सीखने की शक्ति, भावनात्मक संतुलन और इम्यूनिटी पर बुरा असर डालता है। नतीजा, बच्चे ज्यादा चिड़चिड़े, बेचैन, घबराए हुए या हाइपरएक्टिव दिखाई दे सकते हैं। लंबे समय तक नींद की कमी मोटापा, हार्मोनल गड़बड़ी और पढ़ाई में कमजोर प्रदर्शन का कारण भी बन सकती है।

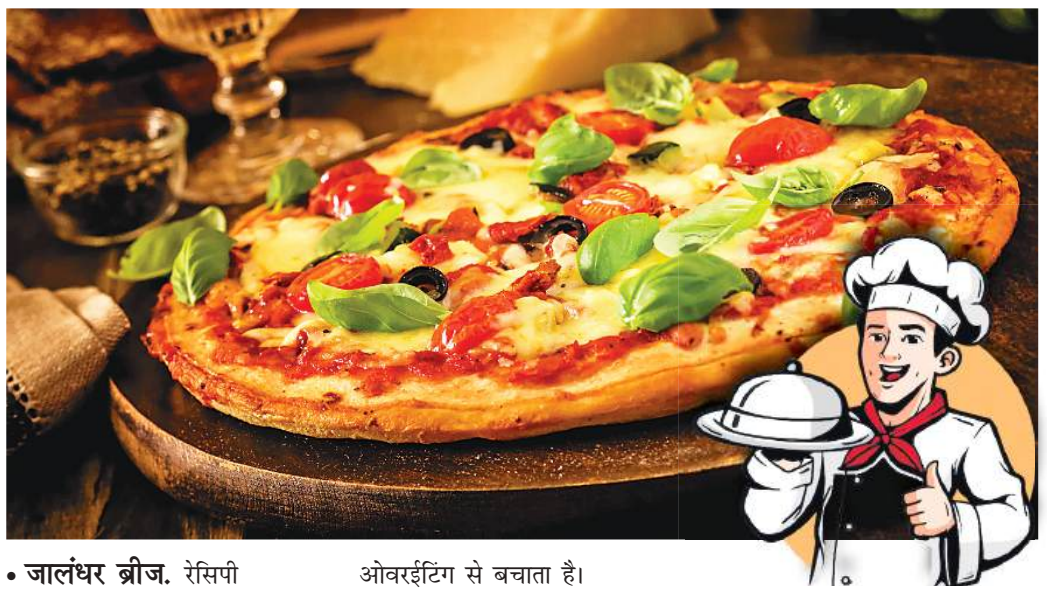
डॉक्टर की सलाह

डॉक्टर सलाह देते है कि कुछ आसान आदतें बच्चों की नींद में सुधार कर सकती हैं जैसे रोजाना एक तय समय पर ही सोने की आदत डालना, सोने से कम से कम एक घंटे पहले स्क्रीन बंद करना, शाम के समय तेज लाइट से बचना, कैफीन और मीठे ड्रिंक्स का सीमित सेवन और सोने से पहले किताब पढ़ने जैसी शांत गतिविधियां अपनाना। अच्छी नींद लेने वाला बच्चा ज्यादा ध्यान केंद्रित कर पाता है, भावनात्मक रूप से संतुलित रहता है और कुल मिलाकर ज्यादा स्वस्थ होता है।

डिस्क्लेमर : इस लेख के सुझाव सामान्य जानकारी के लिए हैं। इन सुझावों और जानकारी को किसी डॉक्टर या मेडिकल प्रोफेशनल की सलाह के तौर पर न लें। किसी भी बीमारी के लक्षणों की स्थिति में डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

स्मार्ट ईटिंग का नया ट्रेंड! हेल्दी और गिल्ट-फ्री पिज्जा की सिंपल रेसिपी

वजन घटाने के दौरान पिज्जा खाने का मन हो तो घबराइए नहीं। सही आटे, हेल्दी टॉपिंग्स और कम चीज से बना यह गिल्ट-फ्री पिज्जा स्वाद भी देगा और फिटनेस भी बनाए रखेगा।



• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

वजन घटाने के दौरान अक्सर पिज्जा जैसे फेवरेट फूड सबसे पहले लिस्ट से बाहर हो जाते हैं। वजह होती है मैदा, ज्यादा चीज, रिफाइंड ऑयल और हाई कैलोरी सॉस। लेकिन सही सामग्री और सही तरीके से बनाया गया पिज्जा वजन घटाने की डाइट में भी आराम से शामिल किया जा सकता है- बिना किसी गिल्ट के।

हेल्दी पिज्जा बेस कैसे बनाएं?

वजन घटाने के लिए पिज्जा बेस हाई फाइबर और लो-कैलोरी होना चाहिए। इसके लिए ओट्स, रागी या होल व्हीट सबसे बेहतर विकल्प हैं।

एक बाउल में 1 कप ओट्स का आटा, ½ कप दही, ½ चम्मच बेकिंग पाउडर और स्वादानुसार नमक मिलाएं। जरूरत अनुसार पानी डालकर सॉफ्ट डो तैयार करें। इस बेस में फाइबर अधिक होता है जो पेट को देर तक भरा रखता है और ओवरईटिंग से बचाता है।

बिना चीनी का हेल्दी पिज्जा सॉस

मार्केट में मिलने वाले सॉस में चीनी और प्रिजर्वेटिव्स होते हैं। घर पर सॉस बनाने के लिए 2 उबले टमाटरों की प्यूरी लें। पैन में 1 चम्मच ऑलिव ऑयल, थोड़ा सा लहसुन, नमक, काली मिर्च और मिक्स हर्ब्स डालकर हल्का पकाएं। यह सॉस लो-कैलोरी और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है।

चीज की सही मात्रा क्यों जरूरी है?

वजन घटाने के लिए चीज पूरी तरह बंद करना जरूरी नहीं, बस मात्रा कंट्रोल करें। लो-फैट मोजेरेला चीज या क्रम्बल किया हुआ पनीर सबसे बेहतर विकल्प है। ज्यादा चीज डालने से कैलोरी बढ़ती है और वजन घटाने की प्रक्रिया धीमी हो जाती है।

हेल्दी टॉपिंग्स चुनें

पिज्जा में रंगीन सब्जियां जैसे शिमला मिर्च, प्याज, टमाटर, मशरूम, ब्रोकली और जुकीनी डालें। ये सब्जियां फाइबर, विटामिन और मिनरल्स से भरपूर होती हैं और मेटाबॉलिज्म को सपोर्ट करती हैं।

बनाने का सही तरीका

तवे पर बेस को दोनों तरफ हल्का सेक लें। ऊपर से सॉस लगाएं, सब्जियां डालें और थोड़ा सा चीज छिड़कें। इसे ओवन में 180 डिग्री पर 10-12 मिनट बेक करें या ढककर धीमी आंच पर पकाएं।

क्यों है यह पिज्जा वजन घटाने के लिए सही?

यह पिज्जा हाई फाइबर, लो-फैट और न्यूट्रिएंट-डेंस है। यह क्रेविंग को कंट्रोल करता है, पेट लंबे समय तक भरा रखता है और वजन घटाने की जर्नी को आसान बनाता है।

बॉडी को शेप में लाने में मदद करते हैं ये 7 मूव्स, आधे घंटे में होगा फुल बॉडी वर्कआउट

जालंधर ब्रीज (फीचर) . शरीर को शेप में लाने के लिए एक्सरसाइज करना चाहते हैं। लेकिन समझ नहीं आता कि कहां से शुरू करें। बहुत सारी भागदौड़ करने या फिर जिम जाने का टाइम नही है तो योगाचार्य के बताए इन 7 मूव्स या आसन को करना शुरू कर दें। आधे घंटे में ही फुल बॉडी वर्कआउट होगा। ये आसन शरीर को फ्लैक्सिबल बनाने के साथ ही बेली फैट को भी टारगेट करते हैं। जिससे फैट लॉस आसान हो जाता है।

आसन 1 : योगाचार्य यदुवीर ने 7 आसन शेयर किए हैं। जिन्हें योगा मैट पर बैठकर करने से बेली फैट के साथ ही कमर, जांघ के फैट पर भी असर होता है। पहला आसन करने के लिए मैट पर पेट के बल लेट जाएं और भुजंगासन की मुद्रा बनाएं।

आसन 2 : वज्रासन की मुद्रा में बैठ जाए और दोनों हाथों को ऊपर की तरफ उठाएं। फिर शरीर को उठाएं और घुटने के बल खड़े हो जाएं। इस आसन को दो मिनट तक या 30-30 रीपिटिशन में करें।

आसन 3 : पैर के पंजों पर टिकाकर शरीर को आगे की तरफ झुकाएं और हथेलियों से टिका लें। फिर हाथों को मोड़कर कोहनी के सहारे शरीर को झुका हुआ ही टिकाएं। यानी की माउंटेन पोज बनाएं और फिर प्लैंक पोजीशन बनाएं। दोनों पोजीशन को साथ-साथ एक से दो मिनट के लिए रिपीट करें।

आसन 4 : चौथे आसान में वज्रासन की मुद्रा में बैठे और दोनों हाथों को आपस में बांधकर घुटने के बल खड़े हो जाएं और फिर से वज्रासन की मुद्रा बनाएं। इस आसन को को भी करीब 2 मिनट तक करें।

आसन 5 : योगा मैट पर लेट जाएं और दोनों पैर को सटाकर घुटने मोड़ लें। अब कमर से शरीर को उठाएं और हाथों को ऊपर की ओर ले जाएं। इस प्रोसेस को करीब दो मिनट तक करें। इस ब्रिज पोज को करने से महिलाओं के बेली फैट को कम होने में मदद मिलती है।

आसन 6 : लगातार इन आसनों को करने से हाथ-पैर के मसल्स लगातार इंगेज होते है और फैट लॉस करने में मदद मिलती है। छठवें आसन में ग्लूट ब्रिज पोज को बनाएं। इसके एडवांस लेवल के लिए हाथों को पीछे की तरफ करके कंधे का भार हाथों पर डालें।

आसन 7 : आखिरी और सांतवें आसन में भुजंगासन की मुद्रा बनाएं और फिर पीठ को मोड़ते हुए मंडुकासन की मुद्रा बनाएं। इन 7 आसन को एक के बाद एक लगातार करने से बॉडी को शेप में लाने में मदद मिलती है।

डिस्क्लेमर : *इस लेख में दी गई सूचना पूरी तरह सोशल मीडिया रील पर आधारित है। जालंधर ब्रीज इसकी सत्यता और सटीकता की जिम्मेदारी नहीं लेता है।*

बिना गिल्ट खाइए और फिट रहिए: डाइटीशियन हेल्दी फूड्स

Health हेल्दी खाना मतलब पसंदीदा चीजों से समझौता करना नहीं, बल्कि सही और पौष्टिक विकल्प चुनना है। डाइटीशियन के अनुसार, कुछ फूड्स ऐसे हैं जो स्वादिष्ट होने के साथ गिल्ट-फ्री और सेहत के लिए फायदेमंद भी होते हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

आज के समय में हेल्दी खाने का मतलब अक्सर लोगों के लिए बेस्वाद और सख़्त डाइट से जोड़ दिया जाता है। कई लोग यह मान लेते हैं कि फिट रहने के लिए अपनी पसंदीदा चीजों को पूरी तरह छोड़ना पड़ेगा। लेकिन डाइटीशियन की मानें तो स्वस्थ जीवनशैली का असली मतलब है स्मार्ट और पोषण से भरपूर विकल्प चुनना, ना कि खुद को भूखा रखना या हर चीज से दूरी बनाना। सही फूड चॉइस ना सिर्फ शरीर को जरूरी पोषण देती है, बल्कि मन को भी संतुष्टि का एहसास कराती है।

गिल्ट-फ्री ईटिंग यानी ऐसा भोजन जो स्वादिष्ट होने के साथ-साथ शरीर के लिए फायदेमंद भी हो। ताजे फल, साबुत अनाज, हेल्दी फैट्स और प्लांट-बेस्ड प्रोटीन जैसी चीजें ना सिर्फ एनर्जी बढ़ाती हैं बल्कि वजन कंट्रोल, बेहतर पाचन और ओवरऑल वेलनेस में भी मदद करती हैं। खास बात यह है कि ये फूड्स लंबे समय तक पेट भरा रखते हैं जिससे बार-बार अनहेल्दी स्नैकिंग से बचाव होता है। अगर आप भी बिना गिल्ट के खाना चाहते हैं और अपनी डेली डाइट को हेल्दी बनाना चाहते हैं, तो डाइटीशियन द्वारा सुझाए गए ये 10 फूड्स आपके लिए बेहतरीन विकल्प साबित हो सकते हैं।

ताजे फल : फल प्राकृतिक रूप से मीठे होते हैं और शरीर को हाइड्रेट रखते हैं। इनमें फाइबर, विटामिन और एंटीऑक्सिडेंट्स भरपूर होते हैं जो पाचन सुधारते हैं और मीठा खाने की क्रेविंग भी कम करते हैं।

क्विनोआ सलाद : क्विनोआ एक हाई-प्रोटीन ग्रेन है जो लंबे समय तक पेट भरा रखता है। यह एनर्जी लेवल बनाए रखने में मदद करता है और वजन कंट्रोल के लिए भी बेहतरीन विकल्प है।

डार्क चॉकलेट : डार्क चॉकलेट सीमित मात्रा में खाने से मीठा खाने की इच्छा शांत होती है। इसमें एंटीऑक्सिडेंट्स होते हैं जो मूड बेहतर करते हैं और दिल की सेहत के लिए भी अच्छे माने जाते हैं।

एवोकाडो टोस्ट : एवोकाडो में हेल्दी फैट्स और फाइबर होते हैं। यह आपको लंबे समय तक एनर्जेटिक रखता है और अनहेल्दी स्नैकिंग से बचाता है।

बेक्ड शकरकंद : शकरकंद पोषक तत्वों से भरपूर होता है। यह ब्लड शुगर को अचानक बढ़ने से रोकता है और पेट को देर तक भरा रखता है।

ओट्स पोरीज : ओट्स फाइबर से भरपूर और दिल के लिए फायदेमंद होते हैं। यह कोलेस्ट्रॉल कंट्रोल करने और पाचन सुधारने में मदद करता है।

हमस और वेजी स्टिक्स : यह प्रोटीन-रिच और क्रंची स्नैक है जो अनहेल्दी चिप्स का हेल्दी विकल्प बन सकता है और पेट भी अच्छे से भरता है।

स्प्राउट्स सलाद : स्प्राउट्स में प्लांट-बेस्ड प्रोटीन और माइक्रोन्यूट्रिएंट्स होते हैं जो इम्युनिटी और ओवरऑल हेल्थ को सपोर्ट करते हैं।

डिस्क्लेमर : *यह खबर सामान्य जानकारियों पर आधारित है। किसी भी तरह की विशेष जानकारी के लिए स्वास्थ्य विशेषज्ञ से उचित सलाह लें।*

अश्विनी वैष्णव ने कहा कि बुलेट ट्रेन मध्यम वर्ग के लोगों को सस्ती यात्रा का विकल्प प्रदान करेगी

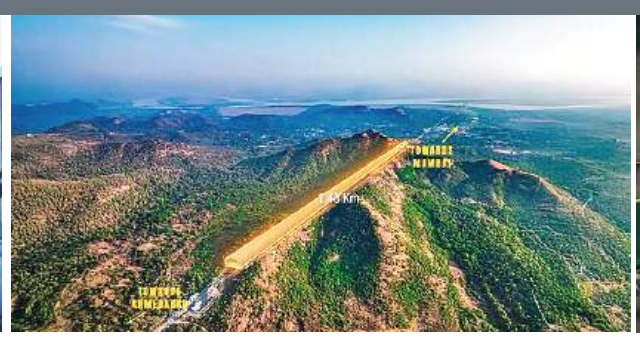
• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

केंद्रीय रेल, सूचना और प्रसारण तथा इलेक्ट्रॉनिकी और सूचना प्रौद्योगिकी मंत्री अश्विनी वैष्णव ने मुंबई-अहमदाबाद तीव्र गति बुलेट ट्रेन परियोजना के तहत महाराष्ट्र के पालघर में पहली पर्वतीय सुरंग निर्माण में उल्लेखनीय सफलता मिलने की घोषणा की। पालघर जिले में सबसे लंबी सुरंग में से एक, लगभग डेढ़ किलोमीटर लंबी पर्वतीय सुरंग-एमटी-5, विरार और बोइसर बुलेट ट्रेन स्टेशनों के बीच स्थित है।

एमटी-5 सुरंग की खुदाई दोनों सिरों से अत्याधुनिक ड्रिल और ब्लास्ट विधि से 18 महीने में पूरा किया गया। इस विधि से खुदाई में जमीन की वास्तविक समय में निगरानी हो सकती है और वास्तविक स्थल स्थिति के आधार पर शॉटक्रेट, रॉक बोल्ट और लैटिस गर्डर जैसे सहायक प्रणालियां प्रयुक्त की जा सकती है। सुरंग निर्माण के दौरान, वायु-संचार, अग्नि सुरक्षा उपाय और उचित प्रवेश और निकास व्यवस्था सहित सभी आवश्यक सुरक्षा सावधानियों का पालन किया गया।

इससे पहले, ठाणे और बांद्रा कुर्ला

बुलेट ट्रेन से मुंबई से अहमदाबाद की यात्रा सिर्फ 1 घंटा 58 मिनट में पूरी होगी



कॉम्प्लेक्स के बीच लगभग 5 किलोमीटर लंबी पहली भूमिगत सुरंग का निर्माण सितंबर 2025 में पूरा हुआ था। मुंबई-अहमदाबाद हाई स्पीड रेल परियोजना कुल 508 किलोमीटर लंबी है, जिसमें सुरंगों की कुल लंबाई 27 दशमलव 4 किलोमीटर है। इनमें से 21 किलोमीटर भूमिगत सुरंगें और 6 दशमलव 4 किलोमीटर सतही सुरंगें हैं। परियोजना में आठ पर्वतीय सुरंग भी शामिल हैं, जिनमें कुल 6 दशमलव 05 किलोमीटर से अधिक लंबाई वाली सात महाराष्ट्र में हैं। बुलेट परियोजना में 350 मीटर लंबी एक सुरंग गुजरात में स्थित है।

वैष्णव ने कहा कि बुलेट ट्रेन से रोजगार सृजित हो रहे हैं और इसके परिचालन के दौरान आर्थिक गतिविधियों को बढावा मिलेगा और अतिरिक्त अवसर उपलब्ध होंगे। रेल मंत्री ने कहा कि परियोजना पूरी होने पर मुंबई और अहमदाबाद के बीच यात्रा समय घटकर केवल 1 घंटा 58 मिनट रह जाएगा। इससे दो प्रमुख वाणिज्यिक केंद्रों की अर्थव्यवस्थाओं में सीधा संपर्क स्थापित होगा और वे एकीकृत हो जाएंगी।

वैष्णव ने कहा कि परियोजना कॉरिडोर से आर्थिक गतिविधियों को बढ़ावा मिलने, ज्ञान आदान-प्रदान और नए औद्योगिक और आईटी केंद्र विकसित होने की संभावना है। उन्होंने कहा कि इससे दीर्घकालिक आर्थिक लाभ के साथ ही मध्यम वर्ग की आरामदायक और सस्ते दर पर यात्रा आकांक्षाएं पूरी होंगी।

रेल मंत्री ने बल देकर कहा कि परियोजना पूरी होने के बाद, सड़क परिवहन की तुलना में कार्बन डाइऑक्साइड उत्सर्जन में लगभग 95 प्रतिशत की कमी आएगी।

मुंबई-अहमदाबाद बुलेट ट्रेन परियोजना के तहत महाराष्ट्र में सात पर्वतीय सुरंगों पर काम चल रहा है। 820 मीटर लंबी एमटी-1 का 15 प्रतिशत निर्माण कार्य पूरा हो गया है, जबकि 228 मीटर लंबी एमटी-2 पर आरंभिक कार्य चल रहा है। 1,403 मीटर लंबी एमटी-3 का 35.5 प्रतिशत निर्माण कार्य पूरा हो गया है और 1,260 मीटर लंबी एमटी-4 के निर्माण का 31 प्रतिशत काम पूर्ण हुआ है। इन सभी पर्वतीय सुरंगों में सबसे लंबी 1,480 मीटर, लगभग डेढ़ किलोमीटर लंबी एमटी-5 में 2 जनवरी 2026 को दोनों सिरे से खुदाई द्वारा 55 प्रतिशत निर्माण कार्य पूरा करने में सफलता मिली है। साथ ही 454 मीटर लंबी एमटी-6 का 35 प्रतिशत और 417 मीटर लंबी एमटी-7 का 28 प्रतिशत निर्माण कार्य पूरा हुआ है। इस तरह महाराष्ट्र में कुल लगभग 6 किलोमीटर लंबाई में पर्वतीय सुरंगों का निर्माण हुआ है।

मुंबई-अहमदाबाद हाई-स्पीड रेल कॉरिडोर परियोजना लगभग 508 किलोमीटर लंबी है, जिसमें से 352 किलोमीटर गुजरात और दादरा एवं नगर हवेली में तथा 156 किलोमीटर महाराष्ट्र में स्थित है। यह रेल कॉरिडोर साबरमती, अहमदाबाद, आणंद, वडोदरा, भरूच, सूरत, बिलिमोरा, वापी, बोइसर, विरार, ठाणे और मुंबई जैसे प्रमुख शहरों को जोड़ेगा। भारतीय परिवहन अवसंरचना में यह परियोजना उल्लेखनीय परिवर्तनकारी उपलब्धि है।

राह-वीर : मानवता की रक्षा, कानून की सुरक्षा

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

सड़क दुर्घटना के दौरान हर पल महत्वपूर्ण होता है, विशेषकर उस महत्वपूर्ण 'गोल्डन आवर' में जब समय पर सहायता मिलने से किसी की जान बच सकती है। ऐसे क्षणों में आगे आने वाले लोगों का समर्थन और सुरक्षा करने के लिए, सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्रालय ने मोटर वाहन (संशोधन) अधिनियम, 2019 की धारा 134ए के तहत 2020 में गुड समैरिटन रूल्स अधिसूचित किए। ये नियम एक सरल विश्वास पर आधारित हैं - दुर्घटना पीड़ित की सहायता करने वाले किसी भी व्यक्ति को ऐसा करने से कभी डरना नहीं चाहिए। जो लोग साहस दिखाते हुए किसी घायल अजनबी को उठाकर, अक्सर उसका नाम भी जाने बिना, उसे निकटतम अस्पताल ले जाते हैं, उन्हें राह-वीर कहा जाता है।

किसी दुर्घटना पीड़ित की सहायता करने वाले नेक आदमी को कानूनी झंझटों में नहीं फंसाया जा सकता, उससे व्यक्तिगत जानकारी देने के लिए मजबूर नहीं किया जा सकता या उसे अनावश्यक रूप से हिरासत में नहीं लिया जा सकता है। उनकी सहायता करने की इच्छा का सम्मान किया जाता है और उनकी गरिमा और निजता की रक्षा की जाती है।

गोल्डन आवर में जीवन बचाना : कानून के अनुसार, गंभीर चोट लगने के बाद का पहला घंटा 'गोल्डन आवर' कहलाता है जो चिकित्सा सहायता के लिए सबसे महत्वपूर्ण समय होता है। इस अवधि के दौरान त्वरित सहायता से आजीवन विकलांगता, आघात और अनगिनत मौतों को रोका जा सकता है।

सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि राह-वीर बनने के लिए आपको चिकित्सा प्रशिक्षण की आवश्यकता नहीं है। आपको विशेष उपकरणों की भी आवश्यकता नहीं है। कभी-कभी, आपकी सहायता करने की इच्छा ही सबसे बड़ी सहायता होती है।

एक नेक आदमी बनना: आपको जानना चाहिए - क्या करें और क्या न करें

क्या करें : आपके अधिकार और जिम्मेदारियां

बिना किसी डर के सहायता करें: सद्भावना से कार्य करने पर आपको कानूनी रूप से नागरिक या आपराधिक दायित्व से सुरक्षा प्राप्त है।

यह जान लें कि आप गुमनाम रह

सकते हैं: जब तक आप गवाह बनना न चाहें, तब तक आपको व्यक्तिगत विवरण साझा करने की आवश्यकता नहीं है।

कृपया केवल एक बार ही पुलिस को बयान दे सकते हैं: यदि आप गवाह के रूप में स्वेच्छा से उपस्थित होते हैं तो आपकी सुविधानुसार किसी भी समय और स्थान पर आपसे एक बार पूछताछ की जा सकती है।

अस्पताल से रसीद अवश्य प्राप्त करें: आपको इस बात की साधारण पुष्टि प्राप्त करने का अधिकार है कि आप पीड़ित को उपचार के लिए लाए थे।

क्या न करें: वे मिथक जिन पर आपको विश्वास नहीं करना चाहिए

कानूनी चिंताओं के कारण संकोच न करें: यह प्रणाली राह-वीरों की रक्षा के लिए बनाई गई है।

अस्पताल में रुकने के लिए बाध्य महसूस न करें: एक बार मरीज को भर्ती कर लिया जाए तो आप जाने के लिए स्वतंत्र हैं।

इलाज के लिए भुगतान न करें: अस्पताल आपातकालीन देखभाल के लिए आपसे भुगतान की मांग नहीं कर सकते।

एफआईआर दर्ज कराने या गवाही देने के लिए खुद को बाध्य महसूस न करें: गवाह बनना आपकी व्यक्तिगत पसंद है।

यदि आप गुमनाम रहना पसंद करते हैं तो व्यक्तिगत विवरण प्रकट न करें: यह आपका अधिकार है।

अधिकारियों द्वारा हिरासत में लिए जाने की अनुमति न दें: इसकी अनुमति नहीं है।

हमें और अधिक राह-वीरों की आवश्यकता है : बेहतर सड़कों और बढ़ते बुनियादी ढांचे के बावजूद, भारत में सड़क दुर्घटनाओं में घायल होने और मरने वालों की संख्या में चिंताजनक वृद्धि हो रही है। इसके अलावा, भारत दुनिया में सबसे अधिक सड़क दुर्घटनाओं वाले देशों में से एक है। वास्तव में, माननीय केंद्रीय सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री श्री नितिन गडकरी ने कहा कि इन दुर्घटनाओं का आर्थिक प्रभाव बहुत बड़ा है जिससे देश को अपने सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) का लगभग 3 प्रतिशत नुकसान होता है। यह आईआईटी दिल्ली की एक रिपोर्ट में बताया गया है।

सड़कें लोगों को जोड़ने और अवसर पैदा करने के लिए होती हैं, फिर भी अक्सर वे दुखद, रोकी जा सकने वाली दुर्घटनाओं का कारण बन जाती हैं। इनमें से कई मौतें इसलिए नहीं होती कि सहायता संभव नहीं थी बल्कि इसलिए होती हैं क्योंकि सहायता समय पर नहीं पहुंच पाती। राहगीर अक्सर पुलिस की पूछताछ, अस्पताल की प्रक्रियाओं या कानूनी पेचीदगियों के डर से दुर्घटना पीड़ितों की सहायता करने में हिचकिचाते हैं। इस हिचकिचाहट के कारण ''गोल्डन आवर'' के कीमती मिनट बर्बाद हो जाते हैं, जब समय पर चिकित्सा देखभाल जीवन बचा सकती है।

राह-वीरों के लिए मान्यता और वित्तीय सहायता : 'राह-वीर' (नेक आदमी) योजना इन व्यक्तियों को वित्तीय मान्यता भी प्रदान करती है और उन्हें वास्तविक जीवन के नायकों के रूप में सम्मानित करती है जिन्होंने संकोच के बजाय करुणा को चुना।

इस योजना के तहत, जो भी व्यक्ति दुर्घटना पीड़ित को गोल्डन आवर के भीतर चिकित्सा सहायता दिलाने में मदद करता है, उसे 25,000 रुपये का पुरस्कार और प्रशंसा पत्र दिया जाता है। साथ ही, बहादुरी के ऐसे कार्यों को दोहराने पर साल में पांच बार तक यह सम्मान प्राप्त किया जा सकता है। इससे भी महत्वपूर्ण बात यह है कि यह योजना आत्मविश्वास, भरोसा और एक ऐसी संस्कृति को बढ़ावा देती है जहां सड़क पर दूसरों की सहायता करना एक साझा जिम्मेदारी और राष्ट्र के लिए गर्व होता है।

राह-वीर केवल एक योजना या नीति से कहीं बढ़कर है। यह साहस, सहानुभूति और सामूहिक जिम्मेदारी है।

अगली बार जब आप कोई दुर्घटना देखें, तो याद रखें: त्रासदी और जीवन के बीच आप ही एकमात्र उम्मीद हो सकते हैं। और किसी की जान बचाने के लिए आपको डॉक्टर होने की जरूरत नहीं है, बस इंसान होना जरूरी है।

मजबूत योजना और बजट प्रावधान के साथ हरियाणा ने ऐतिहासिक डिजिटल जनगणना 2027 की तैयारी शुरू की

• **जालंधर ब्रीज** . चंडीगढ़

हरियाणा सरकार ने जनगणना 2027 के लिए व्यापक तैयारियाँ औपचारिक रूप से शुरू कर दी हैं, जो राज्य में पहली बार पूरी तरह डिजिटल माध्यम से कराई जाएगी। राज्य स्तरीय जनगणना समन्वय समिति (SLCCC) की पहली बैठक की अध्यक्षता अनुराग रस्तोगी, मुख्य सचिव, हरियाणा ने की, जिसमें इस महत्वपूर्ण राष्ट्रीय अभ्यास के सुचारु एवं समयबद्ध संचालन हेतु विस्तृत प्रशासनिक, लॉजिस्टिक तथा परिचालन व्यवस्थाओं की समीक्षा की गई।

डेटा की शुद्धता, एकरूपता और विश्वसनीयता सुनिश्चित करने के लिए मुख्य सचिव ने कहा कि हरियाणा में सभी प्रशासनिक सीमाएँ फ्रीज़ कर दी गई हैं और जनगणना कार्य पूर्ण होने तक इनमें कोई परिवर्तन नहीं किया जाएगा। भारत सरकार के दिशा-निर्देशों के अनुरूप, जनगणना 2027 के चरण-I के अंतर्गत मकान सूचीकरण एवं आवास जनगणना 1 मई 2026 से प्रारंभ होगी। जिला स्तर पर तैयारियों को सुदृढ़ करने के लिए शीघ्र ही उपायुक्तों का एक-दिवसीय सम्मेलन आयोजित किया जाएगा, जिसमें प्रधान जनगणना अधिकारियों को समय-सीमाओं, दायित्वों तथा विस्तृत परिचालन योजना के प्रति संवेदनशील बनाया जाएगा। सूक्ष्म तैयारी के महत्व पर बल देते हुए मुख्य सचिव ने कहा कि सशक्त अंतर-विभागीय समन्वय और समय पर निर्णय-निर्माण जनगणना 2027 की सफलता की कुंजी होंगे तथा सभी विभागों से पूर्ण सहयोग का आह्वान किया। निरंतरता बनाए रखने और किसी भी व्यवधान से बचने के लिए यह निर्णय लिया गया है कि जनगणना अवधि के दौरान जनगणना कार्य से जुड़े अधिकारियों/कर्मचारियों का स्थानांतरण नहीं किया जाएगा और इस संबंध में आवश्यक निर्देश जारी किए जाएंगे। उन्होंने यह भी कहा कि जमीनी स्तर पर निकट निगरानी एवं समन्वय के लिए जनगणना 2027 को जिला-स्तरीय मासिक समीक्षा बैठकों के स्थायी एजेंडा में शामिल किया जाएगा।

प्रल्हाद जोशी और नितिन गडकरी ने स्वच्छ गतिशीलता को बढ़ावा देने के लिए हाइड्रोजन फ्यूल सेल वाहन में संयुक्त सवारी की

• ***जालंधर ब्रीज*** . *चंडीगढ़*

केंद्रीय नवीन और नवीकरणीय ऊर्जा मंत्री प्रल्हाद जोशी तथा केंद्रीय सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी ने आज टोयोटा मिराई फ्यूल सेल इलेक्ट्रिक वाहन (एफसीईवी) में संयुक्त सवारी की।

इस अवसर पर प्रल्हाद जोशी ने भारत मंडपम से नितिन गडकरी के आवास तक मिराई चलाई, जो देश में हरित हाइड्रोजन और स्वच्छ गतिशीलता को बढ़ावा देने के लिए सरकार की प्रतिबद्धता को रेखांकित करता है।

टोयोटा मिराई के बारे में : *टोयोटा 'मिराई', एक दूसरी पीढ़ी का हाइड्रोजन फ्यूल-सेल इलेक्ट्रिक वाहन (एफसीईवी), हाइड्रोजन और ऑक्सीजन के बीच रासायनिक प्रतिक्रिया से बिजली पैदा करता है, जिससे केवल जल वाष्प उप-उत्पाद के रूप में उत्सर्जित होता है। लगभग 650 किलोमीटर की ड्राइविंग रेंज और पांच मिनट से भी कम समय में ईंधन भरने की क्षमता के साथ यह दुनिया के सबसे उन्नत और कुशल शून्य-उत्सर्जन गतिशीलता समाधानों में से एक है।*

वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक जम्मू, उचित सिंघल को रेल मंत्री द्वारा ' अति विशिष्ट रेल सेवा पुरस्कार (AVRSP) 2025 से सम्मानित किया जाएगा

• **जालंधर ब्रीज** . जम्मू

वर्ष 2025 में रेलवे में उनके उत्कृष्ट कार्य और समर्पण के लिए, वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक जम्मू, उचित सिंघल को माननीय रेल मंत्री, अश्विनी वैष्णव द्वारा ' अति विशिष्ट रेल सेवा पुरस्कार (AVRSP) 2025 से सम्मानित किया जाएगा। यह पुरस्कार उन्हें वर्ष 2025 के दौरान जम्मू मंडल में वाणिज्यिक और यात्री सेवाओं में अभूतपूर्व सुधार और नवाचार लाने के लिए दिया जा रहा है।

2025 में जम्मू डिवीजन के गठन के बाद, उचित सिंघल ने 23 मार्च, 2025 को वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक जम्मू, का कार्यभार संभाला। उनकी कड़ी मेहनत और नेतृत्व में, जम्मू मंडल में यात्री

सुविधाओं और परिचालन दक्षता में महत्वपूर्ण सुधार किए गए। जम्मू डिवीजन की उपलब्धियों में उनके महत्वपूर्ण योगदान में उधमपुर-श्रीनगर-बारामूला रेल लिंक (USBRL) लाइन का सफल संचालन, यात्री सुविधाओं का उन्नयन और राजस्व सृजन शामिल है, जिसने रेलवे सेवाओं को पुनर्जीवित किया है। '' अति विशिष्ट रेल सेवा पुरस्कार (AVRSP) 2025' समारोह 9 जनवरी को दिल्ली के यशोभूमि कन्वेंशन सेंटर में आयोजित किया जाएगा। देश भर के विभिन्न रेलवे जोन और विभागों के लगभग 100 उत्कृष्ट कर्मचारियों को सम्मानित किया जाएगा। यह जम्मू मंडल के लिए गर्व का क्षण होगा, जो राष्ट्र निर्माण में रेलवे कर्मचारियों की महत्वपूर्ण भूमिका को दर्शाता है।

अपनी खुशी व्यक्त करते हुए, उचित सिंघल ने कहा, "यह पूरे जम्मू डिवीजन की ईमानदारी और कड़ी मेहनत का परिणाम है। जो यात्रियों के आराम, सुरक्षा और सुविधा के लिए उच्चतम स्तर पर किए गए समर्पित प्रयासों को मान्यता देता है। यह मंडल के सभी कर्मचारियों के असाधारण योगदान से संभव हुआ है, जिन्होंने डिवीजन में अपनी सर्वश्रेष्ठ सेवाएं दी हैं।"

बड़े पैमाने पर अवसंरचना का विकास : विकसित भारत की डगर पर अग्रसर भारत

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

जीडीपी को बढ़ावा देने, रोजगार के अवसरों का सृजन करने और अर्थव्यवस्था पर गुणक प्रभाव डालने में अवसंरचना पर व्यय के विशिष्ट महत्व को पहचानते हुए केंद्र सरकार ने पिछले एक दशक में बुनियादी ढाँचे से संबंधित पूंजीगत व्यय में उल्लेखनीय वृद्धि की है। यह व्यय वर्ष 2014-15 में लगभग 2 ट्रिलियन रुपये से पाँच गुना से भी अधिक बढ़कर वर्ष 2024-25 में 11.1 ट्रिलियन रुपये हो गया। हाल के रुझान इंगित करते हैं कि बुनियादी ढाँचे से संबंधित पूंजीगत व्यय में 38 प्रतिशत से अधिक की वार्षिक दर से वृद्धि हो रही है, जिसमें भौतिक और डिजिटल दोनों प्रकार के ढाँचागत नेटवर्क के विकास पर स्पष्ट रूप से ध्यान केंद्रित किया गया है।

बड़े पैमाने पर किए गए इन आवंटनों का पूरा लाभ प्राप्त करने के लिए यह आवश्यक है कि बुनियादी ढाँचे से संबंधित परियोजनाएँ समयबद्ध रूप से और कुशल गति से आगे बढ़ें तथा उनमें समय और लागत की अधिकता न हो। निर्माण की लंबी अवधि के कारण ऐसी परियोजनाओं के लिए न केवल पर्याप्त और निरंतर वित्तपोषण की आवश्यकता होती है,

सुमिता डावरा
केंद्रीय श्रम सचिव और विशेष सचिव (लॉजिस्टिक्स)

बल्कि भूमि अधिग्रहण, पर्यावरणीय स्वीकृतियों तथा सामाजिक-आर्थिक पहलुओं से संबंधित अनुमतियों के समय पर मिलने पर भी निर्भर रहना पड़ता है । इन स्वीकृतियों में अनेक नियामक प्राधिकरणों, स्थानीय निकायों और जिला-स्तरीय प्रशासन की भागीदारी होती है, जिससे परियोजना के सफल क्रियान्वयन के लिए तालमेल और समय पर निर्णय लेना महत्वपूर्ण हो जाता है। ढाँचागत परियोजनाओं के लिए प्रभावी समन्वय और समय पर स्वीकृतियाँ मिलना सुनिश्चित करने के उद्देश्य से भारत सरकार ने वर्ष 2015 में प्रगति (प्रो-एक्टिव गवर्नेंस एंड टाइमली इम्प्लीमेंटेशन) पोर्टल की शुरुआत की। प्रगति एक डिजिटल प्लेटफॉर्म है, जो बड़े पैमाने की ढाँचागत परियोजनाओं की वास्तविक समय में निगरानी करता है तथा कार्यान्वयन एजेंसियों, मंत्रालयों, राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों से इलेक्ट्रॉनिक माध्यम से अद्यतन जानकारी प्राप्त करता है। प्रधानमंत्री हर महीने उच्च-स्तरीय समन्वय बैठकों की अध्यक्षता करते हैं, जिनमें कार्यान्वयन में विलंब का सामना कर रही परियोजनाओं का चयन किया जाता है, मंत्रालयों, राज्यों और अन्य संबंधित प्राधिकरणों के साथ सीधे संवाद कर बाधाओं की पहचान की जाती है तथा उनके समाधान के लिए स्पष्ट दिशा-निर्देश जारी किए जाते हैं।

इस प्रकार, प्रगति पोर्टल एक ऐसे तंत्र के रूप में कार्य करता है, जो समय और लागत में वृद्धि का सामना कर रही लंबित परियोजनाओं को गति प्रदान करता है—उदाहरण के तौर पर, नगर निगम से भूमि स्वीकृति न मिलने के कारण किसी मेट्रो रेल परियोजना का वर्षों तक विलंबित रहना, अथवा किसी बड़ी गैस पाइपलाइन परियोजना का कई विविध राज्यों में भूमि संबंधी अड़चनों से जूझना, अथवा लंबे समय से पर्यावरणीय स्वीकृति की प्रतीक्षा कर रही परियोजनाएँ आदि। 31 दिसंबर 2025 को प्रधानमंत्री ने प्रगति की 50वीं बैठक की अध्यक्षता की। इस एकल बैठक में 40,000 करोड़ रुपये के कुल निवेश वाली पाँच महत्वपूर्ण ढाँचागत परियोजनाओं की समीक्षा की गई। कुल मिलाकर, प्रगति तंत्र के माध्यम से अब तक कुल 85 ट्रिलियन रुपये मूल्य की अटकी हुई परियोजनाओं को शीघ्रता से आगे बढ़ाने में सहायता मिली है।

प्रगति के अनुभव से प्राप्त जानकारी—विशेष रूप से ऐसी बाधाएँ जो बार-बार उत्पन्न होती हैं और परियोजनाओं की पूर्णता में देरी और अक्सर लागत में वृद्धि का कारण बनती हैं—को ध्यान में रखते हुए, भारत सरकार ने अक्टूबर 2021 में पीएम गति शक्ति (पीएमजीएस) राष्ट्रीय मास्टर प्लान (एनएमपी) की शुरुआत की।

रोजगार गारंटी में सुधार : भावनाओं के बजाय तथ्यों पर आधारित हो बहस

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

लोकतंत्र में लोकनीति पर सार्वजनिक बहस स्वाभाविक ही नहीं, बल्कि जरूरी भी है। आजीविकाओं (खास तौर से ग्रामीण परिवारों के लिए) को आकार देने वाले कानूनों की कड़ाई से समीक्षा की ही जानी चाहिए। लेकिन इस तरह की समीक्षा नए कानून के प्रावधानों के सावधानी पूर्वक अध्ययन पर आधारित होनी चाहिए। यह पिछले फ्रेमवर्क से निकाले गए अनुमानों या नुकसान के भय पर आधारित नहीं होनी चाहिए। मगर विकसित भारत-गारंटी फॉर रोजगार एंड आजीविका मिशन (ग्रामीण) कानून 2025 की ज्यादातर आलोचनाएं इस जाल में फंस जाती हैं। इनमें जल्दबाजी में पिछली नाकामियों का विश्लेषण कर उनका ठीकरा सुधार पर ही फोड़ दिया जाता है।

दो दशक पहले बनाए गए रोजगार गारंटी कानून ने ग्रामीण आय को स्थिर करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई और संकट के वक्त सुरक्षा प्रदान की। कोविड की वैश्विक महामारी जैसे संकट के समय में इसके योगदान को स्वीकार किया गया है। लेकिन समय के साथ अनुभव से इसकी दीर्घकालिक ढांचागत कमियां भी उजागर हुई हैं। मजदूरी के भुगतान में बार-बार देरी हो रही थी। प्रक्रियात्मक अवरोधों ने बेरोजगारी भत्ते को अप्रभावी बना दिया था। विभिन्न राज्यों में इस योजना तक पहुंच में काफी अंतर था। प्रशासनिक क्षमता असमान थी तथा फर्जी जॉब कार्ड, उपस्थिति के रजिस्टर में हेरफेर और खराब गुणवत्ता वाली संपदाओं के सृजन से बड़े पैमाने पर धन की बर्बादी हुई। ये छोटी नहीं, बल्कि प्रक्रियात्मक खामियां थीं। इसलिए मुख्य मुद्दा यह नहीं है कि क्या सुधार की जरूरत थी। मुद्दा यह है कि क्या नए फ्रेमवर्क में इन खामियों को सार्थक ढंग से दूर किया गया है।

शैलेश कुमार सिंह
(सचिव, ग्रामीण विकास विभाग, भारत सरकार)

आम दावा है कि नए कानून में बुनियादी कमियां तो बनीं रहीं और समूची बहस को संक्षिप्ताक्षरों की होड़ में समेट दिया गया। लेकिन हकीकत में इसका उलट ही सच के ज्यादा करीब है। नया कानून डिलीवरी की उन कमियों को दूर करने पर केंद्रित है जिनकी वजह से पिछले फ्रेमवर्क की विश्वसनीयता को नुकसान पहुंचा था। कमजोर परंपरागत प्रणालियों की जगह सत्यापित कामगार पंजीकरण ने ले ली है। देरी के लिए स्वतः मुआवजे के प्रावधान के साथ मजदूरी भुगतान की वैधानिक समय सीमाएं तय की गई हैं। अयोग्यता के उन प्रक्रियात्मक प्रावधानों को खत्म कर दिया गया है जिनकी वजह से बेरोजगारी भत्ता अप्रभावी बन गया था। स्पष्ट समयसीमा और जवाबदेही के साथ शिकायत निवारण को मजबूत किया गया है। ये दिखावटी बदलाव नहीं हैं। ये उन खामियों को दूर करते हैं जिनसे कामगारों का विश्वास टूटता था।

एक अन्य आलोचना यह है कि रोजगार गारंटी को खत्म कर दिया गया है। इनके अनुसार नई योजना में पुरानी कमजोरियां बनी हुई हैं। इस तरह की आलोचना सही नहीं है। वेतन रोजगार के कानूनी अधिकार को बरकरार और न्यायसंगत रखा गया है। सबसे महत्वपूर्ण बात तो यह कि रोजगार की वैधानिक पात्रता को 100 दिनों से बढ़ाते हुए 125 दिन कर दिया गया है। बदलाव क्रियान्वयन की संरचना में किया गया है। पुराने कानून का मॉडल टुकड़ों में बंटा हुआ और प्रतिक्रियात्मक था। यह अक्सर संकट शुरू हो जाने के बाद ही हरकत में आता था। नए कानून का फ्रेमवर्क योजनाबद्ध और लागू करने योग्य है। इसे पूर्वानुमान के आधार पर कार्य सौंपे जाने के लिए डिजाइन किया गया है। वैधानिक सुधार के जरिए क्रियान्वयन की नाकामियों को दूर किए जाने को दोहराव नहीं, बल्कि संशोधन माना जाना चाहिए।

बिहार और उत्तर प्रदेश जैसे अधिक गरीब आबादी वाले राज्यों को पहले के फ्रेमवर्क के तहत सबसे कम लाभ मिलने के सम्बन्ध में जो चिंताएं जताई गईं हैं।

जालंधर प्रशासन द्वारा श्री गुरू रविदास महाराज जी के प्रकाश उत्सव समागमों की तैयारियां

धार्मिक संगठनों के पदाधिकारियों के साथ बैठक की, आवश्यक प्रबंधों के लिए विभिन्न विभागों के अधिकारियों को जिम्मेदारियां सौंपी, पुख्ता इंतजाम समय पर सुनिश्चित करने के निर्देश

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

जिला प्रशासन जालंधर द्वारा सतगुरू रविदास महाराज जी के प्रकाश उत्सव समागमों की तैयारियां शुरू कर दी गई हैं। डिप्टी कमिश्नर डा. हिमांशु अग्रवाल की अध्यक्षता में आज जिला प्रशासकीय कॉम्प्लेक्स में विभिन्न धार्मिक संगठनों के साथ बैठक की गई। इस मौके पर पंजाब सफाई कर्मचारी कमिशन के चेयरमैन चंदन ग्रेवाल, एसएसपी हरविंदर सिंह विर्क और स्टीफन क्लेयर विशेष रूप से मौजूद थे। डिप्टी कमिश्नर ने कहा कि सतगुरू रविदास महाराज जी के 1 फरवरी को प्रकाश दिवस और 31 जनवरी को निकाली जाने वाली शोभा यात्रा के दौरान जिला प्रशासन द्वारा उचित ढंग से इंतजाम सुनिश्चित किए जाएंगे। उन्होंने समागमों को निर्विघ्न और सुव्यवस्थित ढंग से मनाने के लिए संबंधित विभागों को निर्देश जारी किए।

उन्होंने अधिकारियों को विभिन्न जिम्मेदारियां सौंपते हुए व्यक्तिगत तौर पर पूरे प्रबंधों की निगरानी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए, ताकि समागमों में शामिल होने वाले श्रद्धालुओं को किसी प्रकार की दिक्कत न आए। डिप्टी कमिश्नर ने कहा कि जिला प्रशासन प्रकाश उत्सव समागमों के सुचारू प्रबंधों के अलावा शोभा यात्रा के दौरान श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए पुख्ता प्रबंध सुनिश्चित करने के लिए वचनबद्ध है। डा. अग्रवाल ने शोभा यात्रा के दौरान श्रद्धालुओं की सुरक्षा के मद्देनजर पुलिस विभाग को पुख्ता सुरक्षा प्रबंध सुनिश्चित करने के लिए महिला पुलिस कर्मियों समेत आवश्यक संख्या में पुलिस कर्मी तैनात करने के निर्देश दिए। इसके साथ ही ट्रैफिक के वैकल्पिक रूट, वाहनों की उचित पार्किंग भी सुनिश्चित करने को कहा। उन्होंने निर्देश दिए कि आवागमन के रूटों संबंधी व्यापक योजना पहले ही तैयार करके इस संबंधी लोगों को अवगत करवाया जाए, ताकि लोग बदले गए आवागमन के रूटों से अच्छी तरह परिचित हो सकें। डा. अग्रवाल ने नगर निगम जालंधर को शोभा यात्रा के रूट पर साफ-सफाई, चौकों की सजावट, मोबाइल टॉयलेट्स के अलावा पीने का साफ पानी, फायर टेंडर सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

इसी तरह स्वास्थ्य विभाग को शोभा यात्रा के दौरान दवाइयां और एम्बुलेंसें समेत मेडिकल टीमों की तैनाती करने की हिदायत की। उन्होंने पावरकॉम के अधिकारियों को समागमों के दौरान निर्विघ्न बिजली सप्लाई सुनिश्चित करने के निर्देश भी दिए। डिप्टी कमिश्नर ने संबंधित अधिकारियों को अपनी ड्यूटी पूरी तत्परता से निभाने की हिदायत की। उन्होंने कहा कि इस काम में किसी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। एसएसपी जलंधर (देहाती) हरविंदर सिंह विर्क ने प्रकाश उत्सव समागमों के मद्देनजर देहाती पुलिस द्वारा उचित पार्किंग, सुरक्षा और सुचारू ट्रैफिक व्यवस्था सुनिश्चित करने का भरोसा दिलाया। उन्होंने कहा कि श्रद्धालुओं को सुरक्षा और आवागमन पक्ष से कोई मुश्किल नहीं आने दी जाएगी। पंजाब सफाई कर्मचारी कमिशन के चेयरमैन चंदन ग्रेवाल ने कहा कि सतगुरू रविदास महाराज जी के प्रकाश उत्सव समागमों को पूरी श्रद्धा से मनाया जाएगा, जिसके लिए पुख्ता प्रबंध सुनिश्चित करने में कोई कसर बाकी नहीं रहने दी जाएगी। उन्होंने कहा कि प्रकाश उत्सव समागमों और शोभा यात्रा में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं की आमद के मद्देनजर व्यापक प्रबंध किए जाएंगे। इस मौके पर अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (शहरी विकास) जसबीर सिंह, कमिश्नर नगर निगम संदीप रिशी, डीसीपी मनप्रीत सिंह, एसडीएम रणदीप सिंह हीर और एसडीएम शायरी मलहोत्रा, सहायक कमिश्नर (यू.टी.) मुकिलन आर, सहायक कमिश्नर (ज) रोहित जिंदल, विभिन्न विभागों के अधिकारी, स्टीफन क्लेयर समेत विभिन्न धार्मिक संगठनों के पदाधिकारी और प्रतिनिधि मौजूद थे।

एडीसी ने लिया जिला स्तरीय गणतंत्र दिवस समारोह की तैयारियों का जायजा

डिप्टी कमिश्नर फहराएंगे राष्ट्रीय ध्वज, 24 जनवरी को होगी फुल ड्रेस रिहर्सल

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (ज) नवनीत कौर बल द्वारा आज जिला प्रशासकीय कॉम्प्लेक्स में गुरु नानक स्टेडियम कपूरथला में 26 जनवरी को गणतंत्र दिवस के जिला स्तरीय समारोह संबंधी सभी विभागों के अधिकारियों के साथ मीटिंग की गई। उन्होंने कहा कि 26 जनवरी को गणतंत्र दिवस के अवसर पर राष्ट्रीय ध्वज फहराने की रस्म डिप्टी कमिश्नर कपूरथला श्री अमित कुमार पंचाल द्वारा अदा की जाएगी। उन्होंने अधिकारियों/कर्मचारियों को सौंपी गई ड्यूटी को पूरी ईमानदारी और तन्मयता के साथ निभाने के निर्देश दिए। उन्होंने बताया कि गणतंत्र दिवस संबंधी रिहर्सलें 19 जनवरी से शुरू होंगी तथा 24 जनवरी को फुल ड्रेस रिहर्सल होगी। उन्होंने बताया कि पंजाब पुलिस, अर्ध-सैनिक बलों तथा एन.सी.सी. कैडेटों द्वारा शानदार मार्च पास्ट किया जाएगा तथा विभिन्न स्कूलों के बच्चों द्वारा पी.टी. शो तथा देश भक्ति को दर्शाते हुए सांस्कृतिक प्रोग्राम पेश किया जाएगा।

एडीसी ने कहा कि विभिन्न विभागों द्वारा की गई प्रगति को दर्शाने वाली झांकियां भी पेश की जाएंगी। उन्होंने आगे बताया कि गणतंत्र दिवस के अवसर पर स्वतंत्रता संग्रामी तथा विभिन्न क्षेत्रों में विशेष उपलब्धियां हासिल करने वाली शख्सियतों को सम्मानित किया जाएगा। इस अवसर पर सभी विभागों के अधिकारी/कर्मचारी उपस्थित थे।

दुर्घटनाओं पर लगाम के लिए जिला प्रशासन सख्त : आरटीओ

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

डिप्टी कमिश्नर आशिका जैन के निर्देशों पर जिला सड़क सुरक्षा कमेटी की अध्यक्षता में एक महत्वपूर्ण बैठक का आयोजन किया गया। इस बैठक में आरटीओ अमनदीप कौर की ओर से राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा माह 2026 को प्रभावी ढंग से मनाने को लेकर सभी संबंधित विभागों को स्पष्ट दिशा-निर्देश जारी किए गए। इस दौरान उनके साथ एसडीएम होशियारपुर गुरसिमरनजीत कौर भी मौजूद थे। क्षेत्रीय परिवहन अधिकारी (आरटीओ) अमनदीप कौर ने जानकारी देते हुए बताया कि राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा माह के दौरान सड़क दुर्घटनाओं में कमी लाने, आम जनता में यातायात नियमों के प्रति जागरूकता बढ़ाने तथा सुरक्षित ड्राइविंग को प्रोत्साहित करने के लिए विभिन्न गतिविधियां आयोजित की जाएंगी। उन्होंने कहा कि सभी विभाग आपसी समन्वय के साथ कार्य करें ताकि अभियान को धरातल पर सफल बनाया जा सके।

आरटीओ अमनदीप कौर ने बताया कि गुरुवार को विशेष अभियान के तहत वाहनों में रिफ्लेक्टर लगाए गए, ताकि धुंध और रात के समय दृश्यता बढ़ाई जा सके और दुर्घटनाओं की संभावनाओं को कम किया जा सके। आरटीओ ने वाहन चालकों से अपील की कि वे अपने वाहनों में रिफ्लेक्टर अवश्य लगवाएं, हेलमेट और सीट बेल्ट का प्रयोग करें तथा यातायात नियमों का सख्ती से पालन करें। आरटीओ ने कहा कि सड़क सुरक्षा एक साझा जिम्मेदारी है और सभी नागरिकों के सहयोग से ही सुरक्षित सड़कें सुनिश्चित की जा सकती हैं।

पुलिस कमिश्नर ने जारी किए जिले में विभिन्न पाबंदियों के आदेश

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

पुलिस कमिश्नर जालंधर धनप्रीत कौर ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता, 2023 की धारा 163 के तहत प्राप्त अधिकारों का प्रयोग करते4 हुए कमिश्नरेट पुलिस जालंधर की सीमा के अंदर किसी भी प्रकार का हथियार जैसे बेसबॉल, तेजधार वाले हथियार, नुकीले हथियार या कोई भी जानलेवा हथियार वाहन में रखकर चलाने पर प्रतिबंध लगा दिया है। इसी तरह कमिश्नरेट पुलिस जालंधर की सीमा के अंदर किसी भी प्रकार का जुलूस निकालने, किसी समागम/जुलूस में हथियार लेकर चलने, पांच या पांच से अधिक व्यक्तियों की एकत्रता तथा नारेबाजी करने पर भी पाबंदी लगाई है। पुलिस कमिश्नर द्वारा एक अन्य आदेश के माध्यम से कमिश्नरेट जालंधर की सीमा के अंदर आने वाले सभी मैरिज पैलेस/होटलों के बैंक्वेट हॉलों, विवाह-शादियों के कार्यक्रमों तथा अन्य सामाजिक कार्यक्रमों में जनता द्वारा हथियार लेकर जाने पर प्रतिबंध लगाया गया है तथा मैरिज पैलेसों तथा बैंक्वेट हॉलों के मालिकों को निर्देश दिया गया है कि वे मैरिज पैलेसों/बैंक्वेट हॉलों में सीसीटीवी कैमरे लगाने के जिम्मेदार होंगे।

पुलिस कमिश्नर द्वारा जारी एक अन्य आदेश के अनुसार मकान मालिक घरों में किरायेदार तथा पी.जी. मालिक, पी.जी. तथा आम लोग घरों में नौकर तथा अन्य कामगारों को अपने निकटतम पंजाब पुलिस के सांझ केंद्र में जानकारी दिए बिना नहीं रखेंगे।

एक अन्य आदेश के माध्यम से पुलिस कमिश्नरेट के क्षेत्र में सभी पटाखों के निर्माताओं/डीलरों को निर्देश दिया गया है कि पटाखों के पैकेटों पर आवाज का स्तर (डेसिबल में) छपा होना अनिवार्य है। पुलिस कमिश्नर द्वारा जारी एक अन्य आदेश के अनुसार कोई भी होटल/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय आदि के मालिक/प्रबंधक किसी भी व्यक्ति/यात्री को उसकी पहचान किए बिना नहीं ठहराएंगे। होटल/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय आदि में ठहरने वाले प्रत्येक व्यक्ति/यात्री का वैध फोटो पहचान पत्र, जो सक्षम अधिकारी द्वारा उसे जारी किया गया हो, की उस व्यक्ति/यात्री द्वारा स्व-प्रमाणित फोटो कॉपी रिकॉर्ड के रूप में रखेंगे तथा व्यक्ति/यात्री का मोबाइल नंबर सत्यापित करने के अलावा ठहरने वाले व्यक्ति/यात्री का रिकॉर्ड दिए गए प्रोफार्मा में रजिस्टर पर मेंटेन करेंगे। होटल/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय आदि में ठहरे व्यक्तियों/यात्रियों संबंधी जानकारी रोजाना सुबह 10 बजे संबंधित मुख्य अधिकारी थाना को भेजेंगे तथा ठहरे व्यक्तियों/यात्रियों संबंधी रजिस्टर में दर्ज रिकॉर्ड को प्रत्येक सोमवार को संबंधित मुख्य अधिकारी थाना से सत्यापित करवाएंगे तथा आवश्यकता पड़ने पर रिकॉर्ड पुलिस को उपलब्ध करवाएंगे।

इसके अलावा जब भी कोई विदेशी व्यक्ति किसी होटल/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय में ठहरता है तो इस संबंधी सूचना इंचार्ज फॉरेनर्स रजिस्ट्रेशन ऑफिस, दफ्तर कमिश्नर पुलिस, जालंधर को दी जाए। इसके अलावा प्रत्येक होटल/रेस्तरां/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय के कॉरिडोर, लिफ्ट, रिसेप्शन काउंटर तथा मुख्य प्रवेश द्वार पर सी.सी.टी.वी. कैमरे लगाए जाएं। यदि कोई संदिग्ध व्यक्ति होटल/रेस्तरां/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय में ठहरता/आता है, जो किसी पुलिस केस में वांछित है या किसी होटल/रेस्तरां/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय में ठहरे/आए व्यक्ति/यात्री को किसी अन्य राज्य/जिले की पुलिस द्वारा गिरफ्तार किया जाता है तो होटल/रेस्तरां/मोटल/गेस्ट हाउस तथा सराय का मालिक/प्रबंधक तुरंत इसकी सूचना संबंधित थाने/पुलिस कंट्रोल रूम को देने के जिम्मेदार होंगे। उक्त सभी आदेश 9 जनवरी 2026 से 8 मार्च 2026 तक लागू रहेंगे।

एसएमओ डॉ. मनिंदर सिंह भसीन ने 9 महीने में दूरबीन से 200 ऑपरेशन कर बनाया रिकॉर्ड

खन्ना (जालंधर ब्रीज). पंजाब सरकार की ओर से पूरे राज्य में चलाई जा रही हेल्थ क्रांति आज ज़मीनी स्तर पर बड़े बदलाव लेकर आई है। जहां एक तरफ सरकारी अस्पतालों की हालत और सुविधाएं बेहतर हुई हैं, वहीं दूसरी तरफ आम लोगों को अब उच्च स्तर का इलाज पूरी तरह मुफ्त मिल रहा है। इस हेल्थ क्रांति का एक बेहतरीन उदाहरण खन्ना का सरकारी अस्पताल बनकर सामने आया है, जहां एसएमओ डॉ. मनिंदर सिंह भसीन ने नया कीर्तिमान स्थापित किया है।

खन्ना सरकारी अस्पताल में पिछले नौ महीनों के दौरान एसएमओ डॉ. मनिंदर सिंह भसीन ने पित्ते की पथरी के 200 सफल लेप्रोस्कोपिक (दूरबीन) ऑपरेशन किए हैं, जो अपने आप में एक रिकॉर्ड माना जा रहा है। इसके अलावा पूरे साल 2025 के दौरान अस्पताल में कुल 281 ऑपरेशन किए गए, जिनमें से 200 ऑपरेशन दूरबीन तकनीक से किए गए। दूरबीन सर्जरी की डबल सेंचुरी पूरी होने पर खन्ना सरकारी अस्पताल में खुशी का माहौल देखने को मिला। इस मौके पर डॉक्टरों, नर्सों और अन्य स्टाफ ने केक काटकर इस उपलब्धि का जश्न मनाया। स्टाफ ने इस सफलता का श्रेय टीमवर्क और पंजाब सरकार की सहयोगी नीतियों को दिया।

भ्रूण हत्या को जड़ से समाप्त करने के लिए स्वास्थ्य विभाग गंभीर : सिविल सर्जन

जालंधर (जालंधर ब्रीज). जिले में पी.सी.-पी.एन.डी.टी. अधिनियम को सख्ती से लागू करने की प्रतिबद्धता को ध्यान में रखते हुए सिविल सर्जन जालंधर डॉ. राजेश गर्ग के नेतृत्व में गुरुवार को सिविल सर्जन कार्यालय में जिला सलाहकार समिति (पी.सी.-पी.एन.डी.टी.) की बैठक आयोजित की गई। बैठक के दौरान सिविल सर्जन डॉ. राजेश गर्ग ने जानकारी देते हुए बताया कि पांच नए स्कैन केंद्रों द्वारा नई पंजीकरण के लिए आवेदन प्राप्त हुए थे। पी.सी.-पी.एन.डी.टी. अधिनियम के अंतर्गत जिनके आवश्यक दस्तावेज पूर्ण पाए गए, उन्हें जिला सलाहकार समिति के सदस्यों की सहमति से स्वीकृति प्रदान की गई। इसके अतिरिक्त, छह स्कैन केंद्रों द्वारा अपने केंद्रों की पंजीकरण नवीनीकरण हेतु भी आवेदन प्राप्त हुए थे। बैठक के दौरान जिला सलाहकार समिति के सभी सदस्यों की सहमति से इन छह केंद्रों के आवेदनों पर विचार करते हुए

नवीनीकरण की अनुमति प्रदान की गई। सिविल सर्जन ने कहा कि जिले में पी.सी.-पी.एन.डी.टी. अधिनियम को सख्ती से लागू किया जा रहा है। भ्रूण के लिंग की जांच करवाना या करना गैरकानूनी है और इस अपराध में संलिप्त पाए जाने वाले दोषियों के विरुद्ध पी.सी.-पी.एन.डी.टी. अधिनियम के अंतर्गत कड़ी कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने कहा कि भ्रूण हत्या को रोकने के लिए स्वास्थ्य विभाग पूरी तरह गंभीर है। यह एक सामाजिक बुराई है और इसे समाप्त करने के लिए समाज के हर वर्ग का सहयोग आवश्यक है।

पूर्व मंत्री ने अकाली दल व 'आप' के नेताओं को कांग्रेस में शामिल कराया

मोहाली (जालंधर ब्रीज). पंजाब के पूर्व स्वास्थ्य मंत्री और वरिष्ठ कांग्रेस नेता बलबीर सिंह सिद्धू ने मोहाली में कई प्रमुख परिवारों को कांग्रेस पार्टी में शामिल कराया। इस अवसर पर टकसाली अकाली परिवार से पूर्व शिक्षा बोर्ड अध्यक्ष गुरदीप सिंह ढिल्लों, लांडरां कॉलेज के पूर्व अध्यक्ष करनदीप सिंह ढिल्लों, पूर्व महासचिव रणजीत सिंह मान, पूर्व महासचिव हरबंस सिंह ढोलोवाल, एडवोकेट सुरिंदर सिंह चहल, कंवर सिंह गिल, भूपिंदर शर्मा, सुजलपुरी तथा आम आदमी पार्टी से मनिंदर सिंह बिट्टू कांग्रेस में शामिल हुए। सभा को संबोधित करते हुए सिद्धू ने कहा कि इन शामिलों से कांग्रेस पार्टी और अधिक मजबूत होगी। सिद्धू ने मोहाली में कांग्रेस सरकार के कार्यकाल के दौरान किए गए विकास कार्यों को भी याद दिलाया। मौजूदा पंजाब सरकार पर निशाना साधते हुए सिद्धू ने कहा कि यह मामला सिर्फ इमारतों या आंकड़ों का नहीं, बल्कि सिस्टम की कार्यप्रणाली का है।

संचार साथी पोर्टल : दूरसंचार धोखाधड़ी के खिलाफ नागरिकों को सशक्त बनाना

मोहाली (जालंधर ब्रीज). दूरसंचार विभाग (डीओटी), संचार मंत्रालय, पंजाब लाइसेंस्ड सर्विस एरिया (एलएसए) ने सेक्टर 70, मोहाली में टेलीकॉम एक्सचेंज बिल्डिंग में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस आयोजित की, ताकि इसके नागरिक-केंद्रित डिजिटल पहलों पर प्रकाश डाला जाए, जिसमें संचार साथी पोर्टल पर विशेष ध्यान दिया गया। प्रेस कॉन्फ्रेंस की अध्यक्षता अनिल कुमार रंजन, अतिरिक्त महानिदेशक (दूरसंचार), पंजाब एलएसए ने की और इसमें प्रसार भारती, पीआईबी चंडीगढ़, ऑल इंडिया रेडियो, डीडी न्यूज, फास्टवे और अन्य प्रमुख मीडिया संगठनों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया।

ब्रीफिंग का केंद्र बिंदु संचार साथी की भूमिका पर था, जो दूरसंचार सुरक्षा को मजबूत करने, दूरसंचार-संबंधित धोखाधड़ी को रोकने, और नागरिकों को दूरसंचार संसाधनों के दुरुपयोग की रिपोर्ट करने के लिए सशक्त बनाने में है। रंजन ने संचार साथी से संबंधित जानकारी के

व्यापक प्रसार की आवश्यकता पर जोर दिया ताकि अधिक नागरिक विभाग की डिजिटल सुरक्षा पहलों से लाभान्वित हो सकें और उभरती दूरसंचार और साइबर खतरों से खुद को सुरक्षित रख सकें।

कार्यक्रम की शुरुआत बलविंदर सिंह, उप महानिदेशक (प्रशासन) के मुख्य भाषण से हुई, जिन्होंने दूरसंचार विभाग, पंजाब एलएसए के कार्यप्रणाली का अवलोकन प्रदान किया, और सुरक्षित तथा विश्वसनीय दूरसंचार सेवाओं को सुनिश्चित करने में इसकी भूमिका पर चर्चा की।

सफल सर्जरी के बावजूद न्यूजीलैंड के खिलाफ पहले तीन मैच नहीं खेल सकेंगे तिलक वर्मा

स्पोर्ट्स डेस्क. स्टार बल्लेबाज तिलक वर्मा सर्जरी के कारण आगामी टी20 सीरीज के शुरुआती तीन मैचों से बाहर हो गए हैं। बीसीसीआई ने गुरुवार को बयान जारी किया। भारत के स्टार बल्लेबाज तिलक वर्मा न्यूजीलैंड के खिलाफ आगामी टी20 सीरीज के शुरुआती तीन मैचों से बाहर हो गए हैं।

मंगलवार को राजकोट में बंगाल के खिलाफ विजय हजारे ट्रॉफी मुकाबले के बाद दर्द की शिकायत के बाद भारतीय बल्लेबाज तिलक वर्मा के पेट के निचले हिस्से (लोअर एबडोमन) में सर्जरी की गई है। जिसके कारण वह शुरुआती मैच नहीं खेलेंगे। वहीं अंतिम दो मैचों में तिलक की उपलब्धता उनकी रिकवरी और ट्रेनिंग प्रगति पर निर्भर करेगी। तिलक को राजकोट

में तेज दर्द की शिकायत के बाद अस्पताल ले जाया गया। वह विजय हजारे ट्रॉफी वनडे चैंपियनशिप के लिए हैदराबाद टीम के साथ राजकोट में हैं। भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई) के एक अधिकारी ने बताया कि विजय हजारे टूर्नामेंट के लिए हैदराबाद की टीम के साथ राजकोट में खेल रहे तिलक वर्मा ने अपने अंडकोष में तेज दर्द की शिकायत की। उन्हें तुरंत ही गोकुल अस्पताल ले जाया गया, जहां स्कैन करने पर अंडकोष में मरोड़ (अचानक तेज दर्द) का पता चला और तत्काल सर्जरी करने की सलाह दी गई। उन्होंने कहा कि हमने अपने विशेषज्ञों से राय ली और वे भी इस बात से सहमत थे। तिलक की सर्जरी सफल रही और अब वह ठीक है। चिकित्सा पैनल के साथ चर्चा के बाद जैसे ही हमें उनके स्वास्थ्य में सुधार और खेल में उनकी वापसी के संभावित समय के बारे में जानकारी मिलेगी, हम आपको सूचित कर देंगे।

'आप' ने मनरेगा को खत्म करने के विरोध में नाभा में केंद्र के खिलाफ किया प्रदर्शन, पीएम मोदी का फूंका पुतला

महिलाओं समेत सैकड़ों मनरेगा मजदूरों ने प्रदर्शन में लिया हिस्सा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/नाभा

आम आदमी पार्टी (आप) ने नाभा के पटियाला गेट पर भाजपा की अगुवाई वाली केंद्र सरकार द्वारा मनरेगा योजना को योजनाबद्ध तरीके से खत्म करने के विरोध में विशाल प्रदर्शन किया। सैकड़ों मनरेगा मजदूरों ने सड़कों पर उतरकर केंद्र के खिलाफ नारेबाजी की और रोजगार गारंटी योजना में गरीब विरोधी नीतिगत बदलावों के विरोध में अपना गुस्सा जाहिर करने के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का पुतला फूंका। मीडिया से बातचीत करते हुए आप विधायक गुरदेव सिंह देव मान ने कहा कि केंद्र अगर चाहे तो मनरेगा का नाम बदल

सकता है, लेकिन इसकी नीति और मंशा में पूर्ण बदलाव अस्वीकार्य है। देव मान ने कहा कि मोदी सरकार ने मनरेगा की आत्मा ही बदल दी है। इसकी नई नीतियों का मकसद गरीबों को कुचलना, उनकी रोजी-रोटी का गला घोंटना और उन्हें और गरीबी में धकेलना है। उन्होंने केंद्र पर उन लोगों के साथ धोखा करने का आरोप लगाया जिन्होंने अपनी कड़ी मेहनत से देश को बनाया है। उन्होंने कहा कि सड़कों और खेतों से लेकर ऊंची इमारतों तक, सुइयों से लेकर जहाजों तक, यह देश मजदूरों ने बनाया है। फिर भी आज उन्हीं मजदूरों पर हमले हो रहे हैं। जिन्होंने 1947 से गरीबों की वोटें लेकर सरकारें बनाईं, वे अब उन्हें सजाएं दे रहे हैं।

विधायक ने केंद्र के मनरेगा फंडिंग का 40 फीसदी बोझ राज्यों पर डालने के फैसले का भी कड़ा विरोध करते हुए इसे "पूरी तरह से गैर-वाजिब और संघवाद विरोधी" करार दिया। उन्होंने कहा कि राज्य यह अतिरिक्त बोझ कैसे झेलेंगे? यह संघीय ढांचे पर सीधा हमला है और कल्याणकारी योजनाओं को कमजोर करने की कोशिश है। देव मान ने पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान का विधानसभा का विशेष सत्र बुलाने और मनरेगा के हक में एकजुट होकर आवाज उठाने के लिए धन्यवाद किया।

Printed, Published & Owner by ATUL SHARMA & Printed at DB Corp Ltd, J7 NEAR BUS STAND SUBHANPUR (HAMIRA), KAPURTHALA, PUNJAB - 144808, 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.