सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-7 • 13 MARCH TO 19 MARCH 2026 • VOLUME 34 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

प्रेरणा

"अगर कोई रास्ता नहीं दिख रहा—तो यकीन मानो, आप नया रास्ता बना रहे हो।"

साप्ताहिक मौसम

दिन	अधिकतम	न्यूनतम
शुक्रवार	30°	14°
शनिवार	31°	13°
रविवार	31°	13°
सोमवार	31°	13°
मंगलवार	32°	13°
बुधवार	29°	13°
वीरवार	31°	14°

*आंकड़े आईएमडी के अनुसार

एलपीजी संकट को लेकर पंजाब सरकार अलर्ट : भगवंत मान

कहा- सभी डीसी को निर्देश, गैस की कमी को लेकर अफवाह फैलाने वालों पर कड़ी कार्रवाई करें, खाड़ी देशों में युद्ध के चलते भारत में एलपीजी गैस संकट को लेकर तेजी से अफवाहें फैल रही हैं

• **जालंधर ब्रीज.** मोहाली

खाड़ी देशों में चल रहे युद्ध से जुड़ी चिंताओं और एलपीजी सिलेंडरों की संभावित कमी के बारे में फैल रही अफवाहों के मद्देनज़र मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा कि पंजाब सरकार पूरी तरह सतर्क है और स्थिति पर करीबी नजर रखी जा रही है, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि लोगों को आवश्यक वस्तुओं तक पहुंच के संबंध में किसी भी प्रकार की कठिनाई का सामना न करना पड़े। मुख्यमंत्री ने स्पष्ट किया कि सरकार किसी भी हालत में तनाव पैदा करने, जमाखोरी करने या उपभोक्ताओं के शोषण की अनुमति नहीं देगी।

मान ने कहा कि खाड़ी देशों में बढ़ते तनाव के कारण देशभर में एलपीजी की संभावित कमी के बारे में अफवाहें तेजी से फैल रही हैं, जिससे जनता में अनावश्यक चिंता और तनाव पैदा हो रहा है। उन्होंने कहा, 'खाड़ी देशों में युद्ध के कारण एलपीजी सिलेंडरों की कमी की अफवाहें फैलाई जा रही हैं। पंजाब सरकार पूरी तरह सतर्क है और स्थिति पर करीबी नजर रखी जा रही है। सभी डिप्टी कमिश्नरों को यह सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए हैं कि लोगों के लिए आवश्यक वस्तुओं की कोई कमी न आए और उन्हें किसी भी प्रकार की असुविधा का सामना न करना पड़े।' मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति में हेरफेर करने या कृत्रिम कमी पैदा करने की कोशिश करने वाले व्यक्तियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करेगी। उन्होंने कहा, 'यदि कोई भी आवश्यक वस्तुओं की जमाखोरी करके या कमी की अफवाहें फैलाकर लोगों को गुमराह करने की कोशिश करता है, तो उसके खिलाफ सख्त से सख्त कार्रवाई की जाएगी।' उन्होंने आगे कहा कि एलपीजी सिलेंडरों की कालाबाजारी या निर्धारित कीमत से अधिक पैसे वसूलने को किसी भी कीमत पर बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। अधिकारियों को बाजार पर कड़ी निगरानी रखने के निर्देश दिए गए हैं। मुख्यमंत्री ने कहा, 'यदि कोई भी एलपीजी सिलेंडरों की कालाबाजारी करने या निर्धारित कीमत से अधिक राशि वसूलने में शामिल पाया गया, तो उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी।'

मुख्यमंत्री ने 818 युवाओं को नियुक्ति पत्र सौंपे

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने 'मिशन रोजगार' पहल के तहत आज विभिन्न विभागों में भर्ती हुए 818 युवाओं को नियुक्ति पत्र सौंपे, जिससे पिछले चार वर्षों में पंजाब सरकार द्वारा दी गई सरकारी नौकरियों की संख्या बढ़कर 65,264 हो गई है। मान ने बताया कि इनमें बिजली विभाग में 459, स्थानीय निकाय विभाग में 215, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग में 129 तथा चिकित्सा शिक्षा एवं अनुसंधान विभाग में 15 प्रोफेसर और सहायक प्रोफेसर शामिल हैं। उन्होंने जोर देकर कहा कि पंजाब सरकार अब तक पूरे राज्य में युवाओं को 65,264 सरकारी नौकरियाँ दे चुकी है।

इन्फोसिस मोहाली में 2700 युवाओं को रूप से रोजगार देगी : सीएम भगवंत मान

मोहाली में इन्फोसिस के 286 करोड़ रुपये की लागत वाले नए कैंपस के शिलान्यास समारोह के बाद मुख्यमंत्री ने कहा कि यह परियोजना 2,700 युवाओं को सीधे रोजगार देगी, जबकि हजारों लोगों को अप्रत्यक्ष रूप से रोजगार के अवसर प्रदान करेगी। मुख्यमंत्री ने इस बात पर जोर दिया कि मार्च 2022 से अब तक पंजाब सरकार को 1.55 लाख करोड़ रुपये से अधिक के निवेश प्रस्ताव प्राप्त हो चुके हैं, जिनसे 5.44 लाख से अधिक युवाओं के लिए रोजगार के अवसर पैदा होंगे। उन्होंने आगे कहा कि मोहाली में 13 से 15 मार्च तक आयोजित होने वाला प्रगतिशील पंजाब निवेश सम्मेलन राज्य की औद्योगिक प्रगति के लिए एक ऐतिहासिक अवसर साबित होगा और आने वाले तीन दिन पंजाब के आर्थिक विकास की नई कहानी लिखेंगे।

केंद्रीय एजेंसियों के समन्वय से पंजाब पुलिस भगोड़े भुवनेश चोपड़ा को वापस लाई

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब पुलिस ने केंद्रीय एजेंसियों के सक्रिय सहयोग से कई जघन्य अपराधों में शामिल भगोड़े भुवनेश चोपड़ा उर्फ आशीष को कानून के दायरे में लाने के लिए मध्य एशियाई देश से निर्वासित करने के बाद सफलतापूर्वक गिरफ्तार कर लिया है। यह जानकारी आज यहां डायरैक्टर जनरल ऑफ पुलिस (डीजीपी) पंजाब गौरव यादव ने दी। उल्लेखनीय है कि मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के निर्देश पर गठित आंतरिक सुरक्षा विंग के तहत कार्य करने वाले नव स्थापित ओवरसीज फ्यूजिटिव ट्रैकिंग एंड एक्सट्रेडिशन सेल (ओएफटीईसी) ने इस कार्रवाई में अहम भूमिका निभाई है।

डीजीपी गौरव यादव ने कहा कि आरोपी

भुवनेश चोपड़ा की अंतरराष्ट्रीय गतिविधियों को ट्रैक करने और सीमित करने के लिए रैड नोटिस (रेड कॉर्नर नोटिस) और लुक-आउट सर्कुलर (एलओसी) जारी किया गया था। उन्होंने कहा, 'निरंतर अंतरराष्ट्रीय समन्वय के परिणामस्वरूप एक मध्य एशियाई देश में उसके ठिकाने का पता लगाया गया, जिसके बाद उसे (भुवनेश) देश निकाला दे दिया गया और नई दिल्ली के इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे पर पहुंचने पर उसे गिरफ्तार कर लिया गया।'

जानकारी के अनुसार फिरोजपुर का रहने वाला आरोपी भुवनेश चोपड़ा फिरोजपुर के सनसनीखेज तिहरे हत्याकांड और नशीले पदार्थों की तस्करी के कई मामलों सहित हाई-प्रोफाइल अपराधों के संबंध में वांछित था। आरोपी के खिलाफ फिरोजपुर, फाजिल्का और पटियाला जिलों में कम से कम नौ मामले दर्ज हैं।

पड़ोसी देशों को भी नहीं करेंगे माफ : ईरान

तेहरान. अमेरिका और इजराइल के साथ जारी युद्ध के बीच ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला मोजतबा खामेनेई ने पहला बयान जारी किया। ईरान के सर्वोच्च नेता ने कहा कि खाड़ी अरब पड़ोसी देशों पर हमले जारी रहेंगे। ईरान के सर्वोच्च नेता ने कहा कि होर्मुज जलडमरूमध्य को बंद करने वाले रणनीतिक लाभ का इस्तेमाल किया जाना चाहिए। ईरान के सर्वोच्च नेता ने मीनाब स्कूल हमले में मारे गए लोगों समेत 'शहीदों' का बदला लेने का संकल्प जताया। ईरान के शीर्ष नेता ने कहा कि हम दुश्मन से हर नुकसान का पूरा हिसाब लेंगे या हम उनके ठिकानों को उसी तरह तबाह कर देंगे।

ईरान के सर्वोच्च नेता ने खाड़ी अरब देशों से अमेरिकी ठिकानों को बंद करने का आह्वान किया और कहा कि अमेरिका द्वारा वादा की गई सुरक्षा झूठ के सिवा कुछ नहीं है। ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला मोजतबा खामेनेई ने कहा कि होर्मुज जलडमरूमध्य को बंद करने के दबाव का इस्तेमाल किया जाना चाहिए और खाड़ी अरब के पड़ोसियों पर ईरान के हमले जारी रहेंगे।

कंग ने लोकसभा में उठाया पंजाब के फसल विविधीकरण का मुद्दा

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

आम आदमी पार्टी (आप) के लोकसभा सदस्य मलविंदर सिंह कंग ने गुरुवार को लोकसभा में सप्लीमेंट्री ग्रांट की मांगों पर बोलते हुए पंजाब में कृषि और सिंचाई का मुद्दा ज़ोरदार तरीके से उठाया। उन्होंने अपील की कि केंद्र सरकार से राज्य में फसल विविधीकरण को बढ़ावा देने के लिए विशेष पैकेज और अतिरिक्त ग्रांट दी जाए। कंग ने देश की खाद्य सुरक्षा में पंजाब के ऐतिहासिक योगदान पर ज़ोर दिया। उन्होंने कहा कि ऐसे समय में जब भारत खाने की कमी से जूझ रहा था, जवाहरलाल नेहरू और प्रसिद्ध कृषि वैज्ञानिक एम.एस. स्वामीनाथन ने भारत में हरित क्रांति का नेतृत्व किया गया था, जिसमें पंजाब ने पूरे देश के लिए फ़ूड सिक्योरिटी पक्का करने में अहम भूमिका निभाई। उन्होंने कहा कि हरित क्रांति ने भारत को खाद्य सुरक्षा हासिल करने में मदद की और आज देश के पास अनाज सरप्लस है, लेकिन पंजाब को इस बदलाव का सबसे ज़्यादा नुकसान उठाना पड़ा है। कंग ने कहा कि पंजाब ने देश की खाद्य सुरक्षा में बहुत बड़ा योगदान दिया है, लेकिन इस मॉडल के वातावरण और स्वास्थ्य संबंधी नतीजे स्पष्ट दिखाई दे रहे हैं।

भारत में तेल की कोई कमी नहीं, अफवाहों पर ध्यान न दें : हरदीप सिंह पुरी

नई दिल्ली. पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस मंत्री हरदीप सिंह पुरी ने गुरुवार को कहा कि देश में ईंधन की कोई कमी नहीं है और भारत के पास पर्याप्त कच्चा तेल है। भारत की कच्चे तेल की आपूर्ति की स्थिति को सुरक्षित बताते हुए केंद्रीय मंत्री ने लोगों से अफवाहें न फैलाने और झूठी बातें गढ़ने से बचने का आग्रह किया। लोकसभा में बोलते हुए उन्होंने कहा कि आधुनिक ऊर्जा इतिहास में दुनिया ने कभी ऐसा संकट नहीं देखा है। भारत की कच्चे तेल की आपूर्ति की स्थिति सुरक्षित है, और सुरक्षित मात्रा होर्मुज जलडमरूमध्य से मिलने वाली मात्रा से कहीं अधिक है।

पुरी ने कहा कि संकट से पहले, भारत के कच्चे तेल के आयात का लगभग 45 प्रतिशत होर्मुज जलडमरूमध्य मार्ग से होकर गुजरता था। प्रधानमंत्री के उत्कृष्ट राजनयिक प्रयासों और सद्भावना के कारण, भारत ने उतनी मात्रा में कच्चा तेल सुरक्षित कर लिया है जितनी कि बाधित होर्मुज जलडमरूमध्य से उसी अवधि में मिल सकती थी। उन्होंने आगे कहा कि रिफाइनरियां अपनी पूरी क्षमता से काम कर रही हैं।

ईरानी चक्रव्यूह को भेदकर मुंबई पहुंचा ऑयल टैंकर

मुंबई. भारतीय नाविक द्वारा संचालित लाइबेरियाई ध्वज वाले टैंकर शेनलॉन्ग स्वेजमैक्स ने होर्मुज जलडमरूमध्य को सफलतापूर्वक पार किया और मुंबई बंदरगाह पर पहुंचा। यह संघर्ष शुरू होने के बाद भारत के लिए कच्चे तेल की पहली ऐसी खेप थी। 1 मार्च को रास तानूरा बंदरगाह से सऊदी अरब के 135,335 मीट्रिक टन कच्चे तेल से लदे इस जहाज ने 8 मार्च को जलडमरूमध्य से चुपके से प्रवेश किया और ट्रैकिंग रडार से कुछ समय के लिए ओझल हो गया, फिर 9 मार्च को दोबारा दिखाई दिया। यह पैंतरा संभवतः उन जलक्षेत्रों में पकड़े जाने से बचने के लिए अपनाया गया था जहां ईरान ने व्यापारिक जहाजों को निशाना बनाया है

और चीन को छोड़कर अन्य देशों के तेल परिवहन पर प्रतिबंध लगा दिया है, जिससे दुनिया के लगभग 20 प्रतिशत कच्चे तेल का प्रवाह ठप हो गया है।

शेनलोंग शिपिंग लिमिटेड के स्वामित्व वाला और एथेंस स्थित डायनाकॉम टैंकर मैनेजमेंट द्वारा प्रबंधित शेनलोंग जहाज, ईरान पर अमेरिकी और इजरायली हमलों के बाद से जलडमरूमध्य में चल रहे तनावपूर्ण खेल का एक उदाहरण है। लॉयड्स लिस्ट इंटेलिजेंस और टैंकरट्रैकर्स जैसे समुद्री ट्रैकर्स ने 8 मार्च को जलडमरूमध्य के भीतर इसके अंतिम रात्रिकालीन सिग्नल की पुष्टि की; इसके बाद इसने अपने एआईएस ट्रांसपोंडर को निष्क्रिय कर दिया, जो जैमिंग और धमकियों के बीच एक आम रणनीति है, और फिर मुंबई के रास्ते में दोबारा दिखाई दिया। कप्तान सुखांत सिंह संधू के नेतृत्व में भारतीयों, पाकिस्तानियों और फिलिपिनो सहित 29 चालक दल के सदस्यों के साथ, टैंकर दोपहर 1:00 बजे जवाहर द्वीप पर पहुंचा और शाम 6:06 बजे तक बर्थिंग शुरू कर दी, जैसा कि मुंबई बंदरगाह प्राधिकरण के उप संरक्षक प्रवीण सिंह ने पुष्टि की है।

672 स्टाफ नर्सों की भर्ती का ऐलान

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). भगवंत मान सरकार ने सरकारी स्वास्थ्य संस्थानों में बेहतर सेवाएं प्रदान करने के लिए 672 स्टाफ नर्सों की भर्ती के लिए विज्ञापन जारी किया है। भर्ती से संबंधित यह विज्ञापन प्रमुख समाचार पत्रों में प्रकाशित किया गया है, जिसमें योग्य उम्मीदवारों को बाबा फरीद यूनिवर्सिटी ऑफ हेल्थ साइंसेज, फरीदकोट के आधिकारिक ऑनलाइन पोर्टल के माध्यम से आवेदन करना होगा। ऑनलाइन आवेदन पोर्टल 13 मार्च 2026 से 02 अप्रैल 2026 तक खुला रहेगा। इन पदों के लिए उम्मीदवार स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, पंजाब के अधीन अपनी आवेदन यूनिवर्सिटी की आधिकारिक वेबसाइट के माध्यम से जमा कर सकते हैं। यह भर्ती पहले स्वीकृत 406 स्टाफ नर्स पदों से अलग है, जिनमें से 275 पदों के लिए नियुक्ति आदेश पहले ही जारी किए जा चुके हैं। नियुक्त की गई इन नर्सों को पंजाब भर के विभिन्न सब-डिविजनल अस्पतालों और जिला अस्पतालों में तैनात किया गया है।

निवारक स्वास्थ्य देखभाल में अग्रणी भूमिका निभा रहा है योग

जालंधर ब्रीज. बीते दशक में योग को केवल पारंपरिक स्वास्थ्य पद्धति के रूप में ही नहीं सराहा गया, बल्कि उसे उत्तसरोत्तकर रूप से स्वास्थ्य और कल्याण के लिए साक्ष्य-आधारित दृष्टिकोण के रूप में भी पहचाना जाने लगा है। वैज्ञानिक अनुसंधान, डिजिटल नवाचार और वैश्विक सहयोग अब हमें योग को केवल भारत की सांस्कृतिक विरासत ही नहीं, बल्कि एक सशक्तक जन-स्वास्थ्य हस्तक्षेप समझने में भी मदद कर रहे हैं। मोरारजी देसाई राष्ट्री य योग संस्थान (एमडीएनआईवाई) को पारंपरिक चिकित्सा (योग) के लिए विश्व स्वास्थ्य संगठन के सहयोगी केंद्र के रूप में नामित किया गया है और योग अनुसंधान में भारत की नेतृत्वकारी भूमिका और भी मज़बूती प्रदान करते हुए वर्ष 2025-2029 के लिए इसे फिर से निमित किया गया है। यह पहचान गैर-संचारी रोग (एनसीडी) के लिए साक्ष्य-आधारित योग हस्त क्षेपों को बढ़ावा देने में संस्थावन की बढ़ती भूमिका को दिखाती है। इस पहल के प्रमुख साझेदारों में आयुष मंत्रालय, एम्से दिल्ली, लेडी हार्डिंग मेडिकल कॉलेज, केंद्रीय यूनानी चिकित्सा अनुसंधान परिषद, और इंस्टीट्यूट ऑफ़ न्यूक्लियर मेडिसिन एंड

प्रतापराव जाधव
(लेखक केंद्रीय आयुष राज्य मंत्री हैं)

एलाइड साइंसेज, दिल्ली शामिल हैं।

इन सहयोगों के माध्यम से केंद्र मधुमेह, मोटापा और तनाव से संबंधित विकारों जैसे गैर-संचारी रोगों के लिए योग-आधारित हस्तक्षेपों पर तकनीकी दिशानिर्देश विकसित कर रहा है और अनुसंधान को आगे बढ़ा रहा है। इन प्रयासों में अंतरराष्ट्रीय संगठन भी साझेदारी कर रहे हैं, जिससे योग की वैज्ञानिक आधारशिला और मजबूत हो रही है तथा निवारक स्वास्थ्य देखभाल के लिए व्यापक रूप से लागू किए जा सकने वाले, किफायती और साक्ष्य-समर्थित प्रभावी साधन के तौर पर योग की क्षमता प्रदर्शित हो रही है। संस्थागत स्तर पर एमडीएनआईवाई योग की वैज्ञानिक आधारशिला को मजबूती प्रदान करना जारी रखे हुए है। शरीर क्रिया विज्ञान, जैव रसायन, बायोमैकेनिक्स और मनोविज्ञान की अनुसंधान प्रयोगशालाओं के माध्यम से यह संस्थान योग के मनो-शारीरिक और जैव-रासायनिक प्रभावों, उम्र बढ़ने में इसकी भूमिका तथा जीवनशैली से जुड़े विकारों पर इसके प्रभाव का अध्ययन करता है। यह कार्य पारंपरिक ज्ञान को आधुनिक वैज्ञानिक प्रमाणों के साथ जोड़ने की दिशा में भारत की प्रतिबद्धता को दर्शाता है। डिजिटल प्लैटफॉर्मों ने योग की पहुँच को और अधिक बढ़ाया है, जिससे साक्ष्य-आधारित पद्धतियाँ सीधे लोगों के दैनिक जीवन का हिस्सा बन रही हैं। एम-योगा मोबाइल एप्लिकेशन और वाई-ब्रेक प्रोटोकॉल जैसे प्रयास यह दिखाते हैं कि योग की प्रामाणिकता और चिकित्सकीय महत्वि बनाए रखते हुए उसे बड़े स्तर पर पहुँचाया जा सकता है। विश्वह स्वास्थ्यि संगठन के सहयोग से विकसित किए गए एम-योगा प्लेटफॉर्म पर 1.1 लाख से अधिक डाउनलोड दर्ज किए जा चुके हैं, जो सुलभ डिजिटल वेलनेस टूल्स में बढ़ती रुचि को दर्शाता है। वहीं कार्यस्थल योग कार्यक्रम वाई-ब्रेक – जो काम के दौरान 5-10 मिनट का सरल योग ब्रेक है – से अब तक 33 लाख से अधिक सरकारी अधिकारियों को लाभ मिल चुका है।

इन पहलों से प्राप्त अनुसंधान निष्कर्ष और सहभागिता विश्लेषण अत्यंत उत्साहजनक हैं। वाई-ब्रेक अभ्यास से कुछ ही सप्ताहों में अनुभूत तनाव में लगभग 40 प्रतिशत तक कमी देखी गई है। अध्ययनों से यह भी पता चलता है कि इससे मानसिक सतर्कता, भावनात्मक दृढ़ता और निर्णय-क्षमता में सुधार होता है। इसके साथ-साथ कॉर्टिसोल स्तर जैसे शारीरिक संकेतकों में भी सकारात्मक परिवर्तन पाए गए हैं।

शारीरिक लाभों में गर्दन, कंधे और कमर के दर्द में कमी, श्वास अभ्यास से सांस लेने की क्षमता में सुधार और संपूर्ण जीवन शक्ति में वृद्धि शामिल हैं– ये परिणाम विशेषकर आज के निष्क्रिय, स्क्रीन-आधारित कार्यस्थलों में प्रासंगिक हैं। वाई-ब्रेक अभ्यास ने अनुपस्थिति में कमी लाने , कर्मचारियों के मनोबल में सुधार लाने, और कार्य-जीवन में स्वस्थ संतुलन कायम करने में भी योगदान दिया है, जो व्यक्तिगत और संगठनात्मक कल्याण दोनों को मजबूत बनाने की योग की क्षमता को दर्शाता है।

एमडीएनआईवाई और केंद्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद द्वारा संयुक्त रूप से आयोजित राष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा सम्मेलन-2026 के दौरान भी वैज्ञानिक प्रमाण के महत्व् पर जोर दिया गया। विशेषज्ञों ने यह रेखांकित किया कि सुदृढ़ अनुसंधान, अंतरविषयक सहयोग, और प्रभावी डिजिटल सहभागिता आधुनिक स्वास्थ्य देखभाल प्रणालियों में योग को एकीकृत करने और स्प्टऔ स्वास्थ्य परिणाम सुनिश्चित करने के लिए अनिवार्य हैं। ये घटनाक्रम योग के प्रति वैश्विक दृष्टिकोण में महत्वपूर्ण बदलाव को दर्शाते हैं। अब इसे केवल व्यक्तिगत कल्याण के अभ्यास के रूप में नहीं देखा जाता, बल्कि यह उत्तकरोत्तार रूप से जन-स्वास्थ्य, कौशल विकास और वेलनेस आधारित रोजगार के अवसरों के एक मार्ग के रूप में उभर रहा है। योग परंपरा को विज्ञान और प्रौद्योगिकी के साथ जोड़ते हुए ग्लोबल योग क्रांति की प्रेरक शक्ति के रूप में उभर रहा है तथा अंतरराष्ट्रीय वेलनेस क्षेत्र में भारत के नेतृत्व को और मजबूत कर रहा है। जैसे-जैसे हम 13 मार्च के करीब पहुँच रहे हैं, जो 21 जून को मनाए जाने वाले अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 100-दिन के काउंटडाउन का संकेत है, यह हमें इस बारे में सोचने का अवसर देता है कि किस प्रकार योग एक प्राचीन पद्धति से लेकर वैश्विक रूप से मान्यता प्राप्त, साक्ष्य-आधारित स्वास्थ्य और कल्याण मार्ग के रूप में विकसित हो गया है। ये सौ दिन हमें याद दिलाएं कि हम दैनिक योग अभ्यास शुरू करें या उसे नवीनीकृत करें, और अपने परिवार, मित्रों और समुदायों को योग को जीवन जीने का तरीका बनाने के लिए प्रेरित करें।

योग को दैनिक जीवन में शामिल करके, हम केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य को ही मजबूत नहीं करते, बल्कि सामूहिक कल्याण, संगठनात्मक दक्षता और सामाजिक समरसता को भी बढ़ावा देते हैं। आज, अनुसंधान, प्रौद्योगिकी और अंतरराष्ट्रीय सहयोग के माध्यम से, भारत योग की अनंत ज्ञान परंपरा को वैज्ञानिक रूप से प्रमाणित और सार्वभौमिक रूप से सुलभ मार्ग में बदलने का अगला निर्णायक कदम उठा रहा है, जो वैश्विक स्वास्थ्य, संतुलन और कल्याण के लिए मार्गदर्शक बन सकेगा।

चारधाम यात्रा के लिए उमड़े भक्त, पहले ही दिन सवा लाख रजिस्ट्रेशन; कब खुलेंगे कपाट

Travelling चारधाम यात्रा के लिए पहले दिन सवा लाख लोगों ने ऑनलाइन पंजीकरण कराया है। यह आंकड़ा पिछले साल पहले दिन हुए रजिस्ट्रेशन से 67 फीसदी कम हैं।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

चारधाम यात्रा के लिए पहले दिन 1.24 लाख लोगों ने ऑनलाइन पंजीकरण कराया है। यह आंकड़ा पिछले साल पहले दिन हुए रजिस्ट्रेशन से 67 फीसदी कम हैं। आज सबसे ज्यादा 42 हजार से ज्यादा रजिस्ट्रेशन केदारनाथ के लिए हुए हैं। यात्रा के लिए 17 अप्रैल से ऋषिकेश, हरिद्वार और विकासनगर में ऑफलाइन रजिस्ट्रेशन भी शुरू हो जाएंगे।

क्षय तृतीया पर 19 अप्रैल से चारधाम यात्रा शुरू हो रही है। मोबाइल ऐप Tourist Care Uttarakhand पर ऑनलाइन यात्रा पंजीकरण शुरू हो गए हैं। पहले दिन सबसे ज्यादा 42 हजार पंजीकरण केदारनाथ यात्रा के लिए हुए हैं। मंत्री सतपाल महाराज ने कहा कि चारधाम यात्रा की सभी तैयारियां पूरी कर ली हैं। 17 अप्रैल से ऋषिकेश, हरिद्वार और विकासनगर में 50 काउंटर पर ऑफलाइन पंजीकरण की सुविधा 24 घंटे उपलब्ध रहेगी। पंजीकरण सिर्फ आधार कार्ड के माध्यम से ही होंगे। जिनके पास आधार कार्ड नहीं होगा, वह ऑफलाइन काउंटर पर पंजीकरण करवा सकेंगे। विदेशी श्रद्धालु अपनी ई-मेल आईडी के माध्यम से पंजीकरण करवा पाएंगे।

क्या बोले पर्यटन मंत्री

उत्तराखंड के पर्यटन और धर्मस्व मंत्री सतपाल महाराज ने कहा कि कुशल प्रबंधन के कारण पिछले साल 56.31 लाख श्रद्धालुओं ने चारधाम के दर्शन किए थे। इस बार यह संख्या काफी ज्यादा रहेगी। धामों में विशेष प्रबंधन किए जा रहे हैं।

इस दिन खुलेंगे कपाट

- यमुनोत्री 19 अप्रैल
- गंगोत्री 19 अप्रैल
- केदारनाथ 22 अप्रैल
- बदरीनाथ 23 अप्रैल

एसओपी जारी होगी

यात्रा को सुरक्षित और सुगम बनाने के लिए सरकार एसओपी जारी करेगी। इसमें यात्रा को लेकर मानक तय किए जाएंगे। यात्रा के दौरान हर वाहन के ट्रिप कार्ड पर यात्रियों और ड्राइवर का पूरे ब्यौरे के साथ ही टूर आपरेटर या वाहन मालिक का नाम, मोबाइल नंबर और लाइसेंस नंबर दर्ज किया जाएगा। यात्रा में कुल 1800 बसें संचालित की जाएंगी।

GARDEN CARE

गर्मी में अपराजिता की बेल को फूलों से भरने के लिए क्या करें? माली ने बताया, समय पर करना होगा इस्तेमाल

नीले और सफेद फूलों वाली अपराजिता की बेल न केवल घर की सुंदरता बढ़ाती है, बल्कि इसको लेकर धार्मिक मान्यता भी है। हालांकि, कई बार सही जानकारी के अभाव में बेल गर्मियों में सूखने लगती है या इसमें फूल आने बंद हो जाते हैं। ऐसे में गार्डनिंग एक्सपर्ट ने कुछ टिप्स दिए हैं जो ढेरों फूल लाने में मदद करेंगे।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

नीले और सफेद फूलों वाली अपराजिता की बेल न केवल घर की शोभा बढ़ाती है, बल्कि इसे सुख-समृद्धि और सकारात्मक ऊर्जा का प्रतीक भी माना जाता है। हालांकि, अक्सर लोग शिकायत करते हैं कि गर्मी का मौसम आते ही उनकी बेल सूखने लगती है या उसमें फूल आना बंद हो जाते हैं। गार्डनिंग एक्सपर्ट्स के अनुसार, फरवरी और मार्च का समय इस पौधे की कायाकल्प के लिए सबसे अहम होता है।

अगर इस दौरान सही तरीके से कटाई-छंटाई, मिट्टी का बदलाव और पोषण पर ध्यान दिया जाए, तो पूरी गर्मी आपकी बेल फूलों से लदी रहेगी। ऐसे में हम आपको गार्डनिंग एक्सपर्ट द्वारा शेयर किए गए 6 असरदार टिप्स के बारे में बता रहे हैं। जिनमें प्रूनिंग से लेकर ह्यूमिक एसिड के इस्तेमाल तक की बारीकियां शामिल हैं।

नई ग्रोथ के लिए कटाई-छंटाई

फरवरी और मार्च का महीना अपराजिता की कायाकल्प के लिए सबसे बढ़िया है। इस समय बेल की हार्ड प्रूनिंग या सॉफ्ट प्रूनिंग जरूर करें। पुरानी, सूखी और पीली टहनियों को काट देने से पौधे को नई ऊर्जा मिलती है और वहां से नई शाखाएं निकलती हैं। जितनी ज्यादा शाखाएं होंगी, उतने ही अधिक फूल आएंगे। इसके साथ ही, अगर पौधा गमले में बहुत ज्यादा फैल गया है, तो रूट प्रूनिंग भी कर सकते हैं ताकि जड़ें फिर से सांस ले सकें।

सॉइल रिफ्रेशमेंट

अगर आपकी अपराजिता की बेल एक-दो साल पुरानी है और गमले में लगी है, तो इसकी मिट्टी बदलना बेहद जरूरी है। समय के साथ मिट्टी के पोषक तत्व खत्म हो जाते हैं और वह सख्त हो जाती है। गमले की ऊपरी 2-3 इंच की मिट्टी निकालकर नई खाद वाली मिट्टी भरें। इससे पौधे की जड़ों को नई ताकत मिलेगी और तेजी से विकास करेगा।

सिंचाई और शावरिंग का सही तरीका

गर्मियों में अपराजिता को नमी पसंद है, लेकिन ओवरवाटरिंग जड़ों को सड़ा सकती है। सिंचाई तभी करें जब मिट्टी की ऊपरी सतह सूखी दिखे। एक खास टिप है कि गर्मियों में शाम के समय स्प्रे बोतल से पौधे की पत्तियों पर शावरिंग करें। इससे धूल साफ होती है और पौधा हाइड्रेटेड रहता है, जिससे कलियां गिरने की समस्या कम हो जाती है।

धूप की जरूरत

अपराजिता एक धूप प्रेमी पौधा है। इसे दिन में कम से कम 5 से 6 घंटे की सीधी धूप मिलना जरूरी है। अगर आप इसे पूरी तरह छाया में रखेंगे, तो बेल तो लंबी हो जाएगी लेकिन उसमें फूल नहीं आएंगे। हालांकि, मई-जून की भीषण गर्मी में दोपहर की झुलसा देने वाली धूप से बचाने के लिए इसे नेट के नीचे या ऐसी जगह रख सकते हैं जहां सुबह की धूप मिले।

फर्टिलाइजर और सॉइल मिक्स

मिट्टी तैयार करते समय उसमें रेत और वर्मीकंपोस्ट का सही अनुपात रखें ताकि ड्रेनेज अच्छा रहे। एक्सपर्ट्स की मानें तो रिपोटिंग के समय सॉइल मिक्स में ह्यूमिक एसिड जरूर मिलाना चाहिए। यह मिट्टी की संरचना सुधारता है और जड़ों को पोषक तत्व सोखने में मदद करता है। महीने में एक बार गोबर की खाद या सरसों की खली का लिक्विड फर्टिलाइजर देना फूलों की संख्या बढ़ा देता है।

बेल को दें सही दिशा

अपराजिता एक क्लाइंबर यानी चढ़ने वाली बेल है। इसे बढ़ने के लिए किसी सहारे की जरूरत होती है। आप रस्सी, जाली या लकड़ी के डंडे का सहारा देकर इसे ऊपर की ओर चढ़ाएं। जब बेल को सहारा मिलता है, तो वह ज्यादा फैलती है और घनी होती है।

डिस्क्लेमर : इस लेख में किए गए दावे यूट्यूब वीडियो और इंटरनेट पर मिली जानकारी पर आधारित हैं। एनबीटी इसकी सत्यता और सटीकता जिम्मेदारी नहीं लेता है।

मिनटों में तैयार करें कुरकुरी जलेबी सीखिए इंस्टेंट रेसिपी

रसभरी जलेबियों का स्वाद लाजवाब लगता है। इसे घर पर बनाना थोड़ा मुश्किल इसलिए लगता है क्योंकि इसे बनाने की तैयारी पहले से करनी पड़ती है। ऐसे में यहां हम कुरकुरी जलेबी बनाने की इंस्टेंट रेसिपी बता रहे हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

मिठाइयों में जलेबी का स्वाद ज्यादातर लोगों को अच्छा लगता है। बहुत से लोग तो इसे रबड़ी के साथ खाना पसंद करते हैं तो कुछ इसे दूध में डालकर खाते हैं। जलेबी का कुरकुरा स्वाद सभी को फेवरिट होता है। इस स्वीट डिश को घर पर बहुत कम ही लोग बनाते हैं क्योंकि इसे बनाने के लिए थोड़ी मेहनत लगती है।

ट्रेडिशनल जलेबी बनाने के लिए एक रात पहले से तैयारी करनी पड़ती है क्योंकि जलेबी के बैटर को फर्मेंट होने के लिए काफी टाइम लगता है। लेकिन यहां हम जलेबी बनाने की इंस्टेंट रेसिपी बता रहे हैं। इस रेसिपी से मिनटों में कुरकुरी जलेबी बनकर तैयार हो सकती हैं।

जलेबी बनाने की सामग्री

इंस्टेंट जलेबी बनाने के लिए आपको एक कप मैदा, एक बड़ा चम्मच कॉर्नफ्लोर, थोड़ा नारंगी रंग, एक छोटा चम्मच ईनो या बेकिंग पाउडर, दो बड़े चम्मच दही, एक कप चीनी, आधा कप पानी, आधा छोटा चम्मच इलायची पाउडर, केसर के धागे और घी या तेल चाहिए।

जलेबी बनाने की सामग्री

जलेबी बनाने के लिए सबसे पहले चाशनी को तैयार करें। इसके लिए एक बड़े पैन में चीनी और पानी मिलाएं। फिर इसे तब तक उबालें जब तक हल्का न आ जाए। फिर इसमें इलायची पाउडर और केसर के रेशें डालें।

फिर एक कटोरे में मैदा, कॉर्नफ्लोर, दही और फूड कलर डालें और इसे लगभग आधा कप पानी के साथ फेंटें। जरूरत लगे तो आप पानी डाल सकते हैं लेकिन ध्यान रखें कि घोल पानी जैसा न हो बल्कि थोड़ा गाढ़ा हो। फिर जब आप जलेबी बनाने के लिए तैयार हो तो ईनो या बेकिंग पाउडर डालें। फिर मिक्स करें और इसे एक बोतल में डालें उसके ढक्कन पर एक छोटा छेद करें। फिर एक पैन में घी या तेल गर्म करें। फिर छोटी-छोटी जलेबी बनाएं। इन्हें दोनों तरफ से कुरकुरा और सुनहरा होने तक तलें। फिर गरमागरम जलेबियों को तुरंत गर्म चाशनी में डाल दें। कुछ सेकेंड के लिए भिगोएं और फिर निकाल लें।

कुछ बातों को रखें ध्यान

1) जलेबी बनाने के लिए तेल न ज्यादा तेज न कम गर्म होना चाहिए। इसे चेक करने के लिए पहले थोड़ा सा घोल डालें। अगर अवाज आए और जलेबी फूल जाएं तो समझ ले की तेल सही गर्म है।

2) अगर आप जलेबी का स्वाद अच्छा चाहते हैं तो इसे घी में तलें। या चाहें तो आधा तेले और आधा घी मिलाकर भी तल सकते हैं।

3) जलेबी बनाने के लिए आप केक की सजावट में इस्तेमाल होने वाली पाइपिन बैग भी ले सकते हैं।

PARENTING

भीड़ में खोने पर भी सुरक्षित रहेगा बच्चा अगर पैरेंट्स बताएंगे ये जरूरी नियम

जालंधर ब्रीज (फीचर) . भीड़भाड़ वाली जगहों पर बच्चा अगर पल भर को भी नजरों से ओझल हो जाए तो मन में बुरे ख्याल उठने लगते हैं। जाहिर है पेरेंट्स से बिछड़ने के बाद बच्चे भी पूरी तरह से घबरा जाते हैं। पेरेंटिंग एक्सपर्ट कहती हैं कि ऐसे हालात में घबराहट से ज्यादा जरूरी है पहले से की गई तैयारी। अगर बच्चे को कुछ आसान नियम सिखा दिए जाएं तो वह डरने के बजाय सही कदम उठा सकता है और जल्दी सुरक्षित मिल सकता है।

बच्चे को सिखाएं कि एक ही जगह रुककर इंतजार करे : अंबिका कहती हैं कि सबसे पहला और जरूरी नियम यह है कि बच्चा अगर भीड़ में अपने माता-पिता से अलग हो जाए, तो इधर-उधर भटकने की कोशिश न करे। वो जहां पर अपने पेरेंट्स से बिछड़ा है वही रुककर इंतजार करना चाहिए। जब बच्चा एक जगह रुकता है तो माता-पिता के लिए उसे ढूंढना आसान हो जाता है। वहीं अगर बच्चा लगातार इधर-उधर चलता रहेगा तो उसे ढूंढना मुश्किल हो सकता है।

केवल सही व्यक्ति से ही मदद मांगे : पेरेंटिंग एक्सपर्ट बच्चों को यह भी सिखाने की सलाह देती हैं कि वे हर किसी से मदद ना मांगें। अगर जरूरत पड़े तो ऐसे व्यक्ति से मदद मांगें जिसके साथ छोटे बच्चे हों या जो यूनिफॉर्म में हो, जैसे पुलिसकर्मी, सिक्योरिटी गार्ड या कोई सरकारी कर्मचारी। ऐसे लोग आमतौर पर मदद करने के लिए जिम्मेदार होते हैं और बच्चे को सुरक्षित तरीके से उसके माता-पिता तक पहुंचाने में हेल्प कर सकते हैं।

बच्चे को दें कुछ जरूरी जानकारी : अंबिका अग्रवाल कहती हैं कि हर पेरेंट्स को बच्चों को यह भी सिखाना चाहिए कि अगर वे किसी से मदद मांगें तो अपना नाम साफ-साफ बताएं। साथ ही अपनी माता या पिता का नाम और उनका फोन नंबर भी बोलें। जब बच्चा आत्मविश्वास से यह जानकारी देता है, तो सामने वाला व्यक्ति तुरंत माता-पिता से संपर्क करने की कोशिश कर सकता है। इसलिए बच्चों को अपना परिचय बोलने की आदत बचपन से ही सिखाना जरूरी है।

कम से कम एक फोन नंबर याद होना चाहिए : पेरेंटिंग एक्सपर्ट कहती हैं कि हर बच्चे को अपने माता-पिता में से कम से कम एक का फोन नंबर याद होना चाहिए। इसे याद कराने का सबसे आसान तरीका है कि इसे गाने या कविता की तरह बार-बार दोहराया जाए। जब बच्चा इसे कई बार बोलता है तो नंबर उसकी याद में बैठ जाता है। इससे अगर बच्चा कहीं अलग हो जाए तो वह आसानी से किसी को नंबर बता सकता है।

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

स्प्रिंग सीजन में स्किन ज्यादा सेंसिटिव क्यों हो जाती है? डाइटीशियन ने बताए कारण

Health स्प्रिंग सीजन में कई लोगों को अचानक पिंपल्स, रेडनेस और स्किन एलर्जी की समस्या बढ़ने लगती है। डाइटीशियन दीप्ता नागपाल के अनुसार मौसम में बदलाव, बढ़ता पोलन और कुछ खाने की चीजें स्किन को ज्यादा सेंसिटिव बना सकती हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

स्प्रिंग सीजन यानी वसंत ऋतु को अक्सर फूलों के खिलने, हरियाली और सुहावने मौसम से जोड़ा जाता है। लेकिन कई लोगों के लिए यह मौसम स्किन की समस्याएं भी साथ लेकर आता है। इस समय अचानक पिंपल्स, रेडनेस, खुजली, एलर्जी या एक्जिमा जैसी दिक्कतें बढ़ने लगती हैं।

डाइटीशियन और क्रॉनिक डिजीज स्पेशलिस्ट दीप्ता नागपाल बताती हैं कि मार्च के आसपास मौसम में होने वाला बदलाव स्किन को ज्यादा सेंसिटिव बना सकता है। इस दौरान हवा में पोलन की मात्रा बढ़ जाती है, तापमान बदलता है और नमी का स्तर भी अलग हो जाता है। इन सभी कारणों से शरीर का इम्यून सिस्टम ज्यादा एक्टिव हो जाता है, जिससे स्किन में सूजन और एलर्जी की समस्या हो सकती है।

स्प्रिंग में स्किन क्यों हो जाती है ज्यादा सेंसिटिव : डायटीशियन के अनुसार, मार्च का महीना सर्दी से गर्मी की ओर जाने का समय होता है। इस बदलाव के दौरान हवा में पोलन ज्यादा होता है और मौसम बार-बार बदलता है। ऐसे में स्किन जल्दी रिएक्ट करने लगती है। इस समय कई लोगों को चेहरे पर लालपन, खुजली, पिंपल्स, एक्जिमा के पैच और आंखों के आसपास सूजन जैसी समस्याएं महसूस हो सकती हैं। अगर आपकी स्किन भी इस मौसम में ज्यादा रिएक्ट करती है तो यह सामान्य हो सकता है।

कुछ खाने की चीजें बढ़ा सकती हैं समस्या : डाइटीशियन के अनुसार, कुछ फूड्स ऐसे होते हैं जो इस समय स्किन की एलर्जी और ब्रेकआउट को बढ़ा सकते हैं। खासकर उन लोगों में जिनकी स्किन पहले से सेंसिटिव होती है। स्प्रिंग सीजन में इन चीजों का सेवन थोड़ा कम करना बेहतर हो सकता है :-

- फर्मेंटेड और ज्यादा समय तक रखे हुए फूड्स
- बचा हुआ या स्टोर किया हुआ खाना
- प्रोसेस्ड और पैकेज्ड फूड
- टमाटर और पालक (कुछ लोगों में)
- ज्यादा खट्टे फल
- चॉकलेट
- ज्यादा कैफीन
- शराब
- ज्यादा तला-भुना खाना

स्किन को शांत रखने के लिए क्या खाएं ?

कुछ फूड्स ऐसे भी होते हैं जो शरीर को संतुलित रखने और स्किन को शांत करने में मदद कर सकते हैं। डाइटीशियन इन चीजों को डाइट में शामिल करने की सलाह देती हैं :

- विटामिन c से भरपूर फूड्स
- सेब और प्याज
- ग्रीन टी
- हरी पत्तेदार सब्जियां
- रंग-बिरंगी सब्जियां
- हल्दी और अदरक
- नट्स और बीज

इसके अलावा दही जैसे प्रोबायोटिक फूड्स खाना, पर्याप्त पानी पीना और रोजाना समय पर खाना भी स्किन और शरीर के लिए फायदेमंद हो सकता है।

स्किन के लिए जरूरी लाइफस्टाइल टिप्स

स्प्रिंग सीजन में स्किन की देखभाल के लिए कुछ छोटी-छोटी आदतें भी बहुत मदद कर सकती हैं।

बाहर से आने के बाद चेहरा और हाथ धो लें
घर पहुंचकर कपड़े बदलें
बहुत ज्यादा गर्म पानी से नहाने से बचें
खुशबू वाले स्किनकेयर प्रोडक्ट्स कम इस्तेमाल करें
रोजाना मॉइश्चराइजर लगाएं

नोट : डाइटीशियन के अनुसार, इस मौसम में स्किन को कठोर ट्रीटमेंट की नहीं, बल्कि हल्की और संतुलित देखभाल की जरूरत होती है। सही खान-पान और अच्छी लाइफस्टाइल अपनाकर आप स्प्रिंग सीजन में भी अपनी स्किन को स्वस्थ रख सकते हैं। इसके अलावा किसी भी तरह की विशेष जानकारी के लिए अन्य एक्सपर्ट से उचित सलाह ले सकते हैं।

सार्वजनिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाना

किफायती और गुणवत्तापूर्ण जेनेरिक दवाओं के लिए जनऔषधि परियोजना का रणनीतिक विकास

• **जालंधर ब्रीज .** नई दिल्ली

जन औषधि सस्ती भी, भरोसेमंद भी,
सेहत की बात, बचत के साथ।

किसी राष्ट्र की प्रगति का असली पैमाना अक्सर इस बात से परिलक्षित होता है कि उसके नागरिक स्वास्थ्य सेवा जैसी बुनियादी आवश्यकताओं तक कितनी आसानी से पहुँच सकते हैं। दशकों तक, भारत के लाखों लोगों के स्वास्थ्य और आरोग्य के लिए दवाओं की उच्च लागत एक प्रमुख वित्तीय बाधा रही है। इस संदर्भ में, प्रधानमंत्री भारतीय जनऔषधि परियोजना (पीएमबीजेपी), प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में गुणवत्तापूर्ण जेनेरिक दवाओं को उनके ब्रांडेड समकक्षों की तुलना में काफी कम कीमत पर उपलब्ध कराने के उद्देश्य से शुरू की गई पहल है। यह परियोजना सार्वजनिक स्वास्थ्य देखभाल में एक महत्वपूर्ण कमी को दूर करके एक व्यापक और व्यवस्थित परिवर्तन लाने में सफल रही है।

वैश्विक स्तर पर, जेनेरिक दवाइयाँ सुलभ स्वास्थ्य देखभाल प्रणालियों की मूलभूत आधारशिला हैं। विश्व भर में चिकित्सकों द्वारा दी जाने वाली कुल दवाइयों में इनकी हिस्सेदारी लगभग 80-90% है और इसने आवश्यक दवाओं तक पहुँच बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। यद्यपि जेनेरिक दवाइयाँ पैकेज, लेबल और निष्क्रिय अवयव की दृष्टि से भिन्न हो सकती हैं, लेकिन अध्ययनों से पता चला है कि ये अंतर उनके चिकित्सीय प्रभाव पर असर नहीं डालते हैं। खुराक, सुरक्षा, क्षमता, गुणवत्ता और लक्षित उपयोग के संदर्भ में जेनेरिक दवाएं ब्रांडेड दवाओं की समकक्ष हैं तथा उत्पादन और गुणवत्ता के कठोर मानकों का समान रूप से पालन करती हैं।

पीएमबीजेपी केवल एक खुदरा-बिक्री कार्यक्रम नहीं है; यह भारत की स्वास्थ्य सेवा प्रणाली के संरचनात्मक सशक्तिकरण को दर्शाता है। यह इस साल के जनऔषधि सप्ताह के थीम में परिलक्षित होता है, "जन औषधि सस्ती भी, भरोसेमंद भी, सेहत की बात, बचत के साथ", यह थीम लाखों लाभार्थियों के साथ गहराई से प्रतिध्वनित होती है। 18,000 से अधिक जनऔषधि केंद्रों के तेजी से बढ़ते नेटवर्क के माध्यम से, योजना ने सुनिश्चित किया है कि दवाइयाँ बाजार दरों की तुलना में 50% से 80% तक की कम कीमतों पर उपलब्ध हों और सभी सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि वाले परिवारों को समर्थन प्रदान करती हों। क्षेत्र सर्वेक्षणों से पता चला है कि लाभार्थी लागत बचत और दवाइयों

जगत प्रकाश नड्डा
(लेखक केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण और रसायन एवं उर्वरक मंत्री हैं)

तक बेहतर पहुँच की सराहना करते हैं।

योजना का पैमाना इसके उत्पाद संग्रह से भी परिलक्षित होता है। जनऔषधि 2,110 दवाओं और 315 सर्जिकल उत्पादों का विस्तृत संग्रह पेश करता है, जो 29 विभिन्न चिकित्सीय क्षेत्रों को शामिल करती है। भारतीय औषधि एवं चिकित्सा उपकरण ब्यूरो (पीएमबीआई) के प्रत्यक्ष देखरेख में, संग्रह का विस्तार एक गतिशील, डेटा-संचालित प्रक्रिया है, जिसमें बाजार विश्लेषण, हितधारकों की भागीदारी और एक समर्पित विशेषज्ञ समिति की कठोर निगरानी शामिल हैं। इससे सुनिश्चित होता है कि योजना देश की बदलती स्वास्थ्य आवश्यकताओं और औषधीय मांगों के अनुरूप विकसित होती रहे।

कठोर नियामक निरीक्षण के साथ, भारतीय दवा कंपनियां 200 से अधिक देशों के लिए भरोसेमंद आपूर्तिकर्ता बन गई हैं, जिसमें अमेरिका, यूके और यूरोपीय संघ जैसे अत्यधिक विनियमित बाजार भी शामिल हैं। भारतीय दवा कंपनियां लैटिन अमेरिका, अफ्रीका और पूर्वी यूरोप जैसे उभरते बाजारों में भी विस्तार कर रही हैं।

यह उद्योग जैविक दवाओं के समान दवाओं (बायोसिमिलर), जैविक दवाओं के जेनेरिक प्रतिरूपों पर भी ध्यान केंद्रित कर रहा है, साथ ही जटिल जेनेरिक और विशेष दवाओं का उत्पादन करने के लिए अनुसंधान और विकास में भी अधिक निवेश कर रहा है। ये दूरदर्शी कार्यक्रम भारत को न केवल एक वैश्विक उत्पादन केंद्र के रूप में, बल्कि किफायती दवाओं के क्षेत्र में भविष्य के नवाचार अग्रणी देश के रूप में भी स्थापित करते हैं।

गुणवत्ता बनाम मूल्य पर बहस कभी- कभी सार्वजनिक धारणा को प्रभावित करती है। एक बहु-स्तरीय गुणवत्ता आश्वासन व्यवस्था के माध्यम से,पीएमबीजेपी ने इस मिथक को प्रभावी ढंग से तोड़ दिया है कि किफायती होना निर्माण मानकों में समझौते का संकेत देता है। दवाइयाँ डब्ल्यूएचओ-जीएमपी प्रमाणित निर्माताओं से खरीदी जाती हैं, जो वैश्विक उत्पादन मानकों का पालन सुनिश्चित करती हैं। नियम निर्धारित करते हैं कि फार्मेसी की शेल्फ तक पहुंचने से पहले दवा के हर बैच का राष्ट्रीय परीक्षण और अंशांकन प्रयोगशाला प्रत्यायन बोर्ड (एनएबीएल) द्वारा स्वीकृत प्रयोगशालाओं में सख्त सत्यापन होना आवश्यक है। ये दवाइयाँ औषधि एवं प्रसाधन सामग्री अधिनियम, 1940 के नियमों का पालन करती हैं और ब्रांडेड विकल्पों के सुरक्षा और प्रभावशीलता मानकों के अनुरूप हैं। गुणवत्ता सुनिश्चित करने के लिए खरीद से पहले सावधानीपूर्वक समीक्षा की जाती है और खरीद के बाद प्रयोगशाला में परीक्षण किया जाता है। परियोजना की कार्यान्वयन एजेंसी, पीएमबीआई नियमित रूप से दवाओं की गुणवत्ता की निगरानी और समीक्षा करती है, ताकि स्थापित विनियमों के पालन में कोई कोताही न होना सुनिश्चित किया जा सके।

एक आईटी-संचालित वितरण नेटवर्क, जिसे पांच अत्याधुनिक भंडार गृहों और देशभर के में 41 विशेष वितरकों का समर्थन प्राप्त है, ने सुनिश्चित किया है कि आपूर्ति श्रृंखला व्यवधानों के खिलाफ सुदृढ़ बनी रहे।

तीन स्तंभों - पहुँच, गुणवत्ता और सस्ती कीमत - पर ध्यान केंद्रित करके, पीएमबीजेपी ने लाखों लोगों के चिकित्सा खर्च को काफी हद तक कम कर दिया है। निरंतर संस्थागत समर्थन, लोगों की बढ़ती जागरूकता और अवसंरचनात्मक सुधारों के साथ, हर जिले में जनऔषधि केंद्र का सपना अब दूर की आकांक्षा नहीं, बल्कि यह ठोस रूप ले चुका है और वास्तविकता के करीब है।

'विकसित भारत @2047' दृष्टि के तहत मुख्य ध्यान इस बात पर है कि हर किसी के लिए एक सुदृढ़, न्यायसंगत और किफायती स्वास्थ्य सेवा प्रणाली बनाई जाए। इसमें बेहतर अस्पताल, कम चिकित्सा खर्च, उपचार तक आसान पहुंच और सस्ती दवाओं की उपलब्धता शामिल हैं। बहु-क्षेत्रीय सहयोगों के जरिये, पीएमबीजेपी ने यह साबित किया है कि सही संस्थागत दृष्टि के साथ, स्वास्थ्य सेवा उच्च गुणवत्ता युक्त और सार्वभौमिक रूप से सुलभ दोनों हो सकती है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में सरकार यह सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है कि यह परियोजना प्रगति करती रहे और किफायती स्वास्थ्य सेवा के वैश्विक मॉडल के रूप में अपनी स्थिति को निरंतर बनाए रखे।

देखभाल से जुड़ी अर्थव्यवस्था

महिलाओं के नेतृत्व वाले विकास की संरचनात्मक बुनियाद

• **जालंधर ब्रीज .** नई दिल्ली

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस मनाते हुए, हम न सिर्फ भारत की महिलाओं की उपलब्धियों, बल्कि उनकी दृढ़ता, पालन-पोषणकारी, दृढ़ निश्चयी और परिवर्तनकारी अदम्य भावनाओं का भी सम्मान करते हैं। महिला दिवस महज कैलेंडर की एक तारीख भर नहीं है, बल्कि यह इस बात की पुष्टि है कि भारत की विकास यात्रा में महिलाओं की भूमिका परिधि में नहीं, बल्कि केंद्र में रही है। हमारी महिलाएँ केवल संस्थानों और बोर्डरूम तक सीमित नहीं हैं; वे आंगनों, खेतों, प्रयोगशालाओं, कक्षाओं, सुरक्षा बलों और प्रशासनिक तंत्र में नेतृत्व का एक नया अध्याय रच रही हैं।

अन्नपूर्णा देवी
(भारत सरकार की केंद्रीय महिला एवं बाल विकास मंत्री हैं)

उच्च शिक्षा में महिलाओं की भागीदारी लगातार बढ़ रही है। विज्ञान, प्रौद्योगिकी, इंजीनियरिंग और गणित (STEM) के क्षेत्रों में वे नई पहचान गढ़ रही हैं। रक्षा सेवाओं में महिला अधिकारी विशिष्ट सेवाएँ दे रही हैं- लड़ाकू विमान उड़ाने से लेकर राष्ट्रीय रक्षा अकादमी में प्रशिक्षण प्राप्त करने तक, वे नए क्षितिज का विस्तार कर रही हैं।

समूचे ग्रामीण भारत में स्वयं सहायता समूहों से जुड़ी करोड़ों महिलाएँ स्थानीय अर्थव्यवस्था को सशक्त बना रही हैं। वे आर्थिक स्वतन्त्रता की नींव पर सामूहिक समृद्धि का सृजन कर रही हैं। पंचायती राज संस्थाओं में महिलाओं का प्रतिनिधित्व वैश्विक स्तर पर नए मानक स्थापित कर रहा है। यह साबित करता है कि जमीनी स्तर का नेतृत्व समावेशी और प्रभावशाली, दोनों ही है। वैश्विक खेल मंच पर, उत्कृष्टता और दृढ़ता का प्रदर्शन करते हुए भारतीय महिलाएँ लगातार देश को गौरवान्वित कर रही हैं।

इतिहास साक्षी है कि भारतीय नारी का सामर्थ्य कोई नई बात नहीं है। रानी लक्ष्मीबाई ने निडर होकर अपने देश की रक्षा की। सावित्रीबाई फुले ने सामाजिक रूढ़ियों को चुनौती देकर बेटियों की शिक्षा में अग्रणी भूमिका निभाई। देवी अहिल्याबाई होलकर ने बुद्धिमत्ता एवं करुणा से जन कल्याण को शासन के केन्द्र में रखा। नीतिगत सुधार और दृढ़ संकल्प की उनकी विरासत आज भी हमारा मार्गदर्शन कर रही है।

आज, यह अमिट विरासत सभी क्षेत्रों में महिलाओं की भागीदारी को मजबूत करने के निरंतर प्रयासों में परिलक्षित होती है। माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में, महिलाओं को केवल लाभार्थी के रूप में नहीं, बल्कि विकास की अग्रदूत के रूप में मान्यता दी गई है। "महिला-नेतृत्व वाला विकास" आज एक सशक्त नीतिगत-दृष्टि है, जो बजट, कार्यक्रमों और संस्थागत सुधारों में परिलक्षित होती है। महिला दिवस हमें याद दिलाता है कि उत्सव को बदलाव के रूप में साकार करना होगा। प्रत्येक महिला- चाहे वह किसी निगम का नेतृत्व करती हो, वर्दी में सेवा करती हो, खेत में पसीना बहाती हो, छोटा उद्यम चलाती हो या घर पर अपने परिवार का भरण-पोषण करती हो, मोदी सरकार उसका अभिनंदन करती है।

हमारी प्राचीन सभ्यतागत परंपरा में नारी शक्ति का सम्मान केवल शब्दों तक सीमित नहीं है, यह हमारे अस्तित्व का मूल आधार है। वह परंपरा की धरोहर को सहेजती है और बदलाव की बयार को नेतृत्व देती है। उसके व्यक्तित्व में करुणा का सागर भी है और साहस का अडिग शिखर भी; वह जहाँ एक ओर नैतिक मूल्यों की मर्यादा में बंधी है, वहीं दूसरी ओर अपने सपनों को उड़ान देने के लिए उतनी ही महत्त्वाकांक्षी भी है। बहुआयामी भूमिकाओं को एक साथ साधने का उसका कौशल सदियों से भारतीय नारी की जीवन-शैली का अभिन्न हिस्सा रहा है। वह अपनी जिम्मेदारियों को सहज भाव से ओढ़ती है, धैर्य के साथ परिवार की नींव को सींचती है और अपने 'शांत नेतृत्व' से समाज को एक नई दिशा और शक्ति प्रदान करती है।

समाज की हर दृश्यमान उपलब्धि के पीछे एक आधारशक्ति अनवरत कार्य करती है-'देखभाल की अर्थव्यवस्था' (Care Economy)। यह वह मौन ऊर्जा है जो भारत के अस्तित्व को हर पल संबल प्रदान करती है। यह उस माँ का समर्पण है, जो सूर्योदय से पूर्व अपनों के लिए चूल्हा सुलगाती है और फिर जीविका की चुनौतियों की ओर निकल पड़ती है। यह उस पत्नी की अटूट निष्ठा है, जो कठिन से कठिन समय में भी परिवार की नींव को दरकने नहीं देती। यह उस बेटी का निःस्वार्थ भाव है, जो दिनभर की थकान के बाद भी रात के पहर अपने वृद्ध माता-पिता के सिरहाने बैठती है। यह शक्ति किसी यश या प्रशंसा की आकांक्षी नहीं है; वह तो बस कर्तव्य की उस अविरल धारा की तरह है, जो बिना शोर मचाए सृजन करती रहती है।

ऐतिहासिक रूप से, महिलाओं के योगदान का एक विशाल हिस्सा- विशेषकर अवैतनिक देखभाल (Unpaid Care), अनौपचारिक श्रम और सामुदायिक सेवा- पारंपरिक आर्थिक गणनाओं की परिधि से बाहर रहा है। किंतु इस हकीकत को पहचानते हुए,मोदी सरकार ने हमेशा देखभाल के इस 'अदृश्य पहलू' को कम करने, उसे सामाजिक मान्यता देने और उसके न्यायसंगत पुनर्वितरण पर बल दिया है। सरकार का दृष्टिकोण देखभाल से जुड़ी सेवाओं को पेशेवर स्वरूप प्रदान कर उन्हें समावेशी विकास के एक नए 'इंजन' के रूप में रूपांतरित करना है। भारत में महिला श्रम शक्ति सहभागिता दर (FLFPR) में उल्लेखनीय वृद्धि हुई है, जो 2017-18 में 23.3 प्रतिशत से बढ़कर 2023-24 में 41.7 प्रतिशत हो गई है। यह आंकड़ा भारतीय महिलाओं की बढ़ती आकांक्षाओं और आर्थिक गतिविधियों में उनके बढ़ते प्रभुत्व का सूचक है। सवैतनिक कार्यों में महिलाओं की यह भागीदारी न केवल घरेलू समृद्धि का आधार बनती है, बल्कि राष्ट्रीय उत्पादकता को भी नई ऊंचाइयों पर ले जाती है।

आर्थिक सर्वेक्षण इस वास्तविकता को रेखांकित करता है कि यदि हम 'अवैतनिक देखभाल' के बोझ को कम कर सकें और इन सेवाओं को एक व्यावसायिक स्वरूप प्रदान करें, तो महिला रोजगार के परिदृश्य में एक क्रांतिकारी बदलाव आएगा। भारतीय 'केयर इकोनॉमी' वर्तमान में ही लाखों लोगों की आजीविका का संबल है, और आने वाले दशक में इसमें रोजगार सृजन की अपार संभावनाएँ हैं। यही कारण है कि केंद्रीय बजट 2026-27 में 'केयर इकोनॉमी' को सुदृढ़ करने पर विशेष बल दिया गया है। 'महिलाओं के नेतृत्व में विकास' (Women-led Development) के प्रति हमारी अटूट प्रतिबद्धता ऐतिहासिक 'जेंडर बजट' में स्पष्ट झलकती है, जिसका आवंटन अब तक के उच्चतम स्तर-5 लाख करोड़ रुपये से अधिक पर पहुँच गया है। सरकार के समग्र दृष्टिकोण के अंतर्गत, हम 1.5 लाख देखभालकर्ताओं के कौशल विकास में निवेश कर रहे हैं, कामकाजी महिला छात्रावासों का विस्तार कर रहे हैं और आंगनवाड़ी केंद्रों को आधुनिक बनाकर प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल सुनिश्चित कर रहे हैं। साथ ही, स्वास्थ्य एवं पोषण प्रणालियों के समन्वय को भी सशक्त किया जा रहा है। ये सभी प्रयास एक स्पष्ट राजनीतिक और नैतिक प्रतिबद्धता को दर्शाते हैं- जब महिलाओं को आवश्यक सहयोग और मंच मिलता है, तो संपूर्ण अर्थव्यवस्था की गति तीव्र हो जाती है। सामाजिक सुरक्षा संहिता और व्यावसायिक सुरक्षा, स्वास्थ्य एवं कार्य स्थिति संहिता जैसे वैधानिक ढांचे शिशु देखभाल केंद्रों और श्रमिक कल्याण के प्रावधानों को सुदृढ़ करते हैं। ये सुधार एक गहरे सिद्धांत को प्रतिपादित करते हैं- शिशु देखभाल सहायता कोई गौण विकल्प या सुविधा मात्र नहीं, बल्कि यह आर्थिक न्याय का एक अनिवार्य संरचनात्मक आधार है।

पंजाब के युवाओं को कौशल विकास और रोजगार से जोड़ने की दिशा में पंजाब केन्द्रीय विश्वविद्यालय का बड़ा कदम

• **जालंधर ब्रीज .** बठिंडा

युवाओं में कौशल आधारित शिक्षा को बढ़ावा देने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए पंजाब केन्द्रीय विश्वविद्यालय (सीयू पंजाब), बठिंडा ने राष्ट्रीय कौशल योग्यता ढांचा (एनएसक्यूएफ) के अनुरूप छह नए कौशल विकास पाठ्यक्रम शुरू किए हैं। इन पाठ्यक्रमों को कौशल विकास एवं उद्यमिता मंत्रालय, भारत सरकार के अंतर्गत राष्ट्रीय व्यावसायिक शिक्षा एवं प्रशिक्षण परिषद (एनसीवीईटी) द्वारा अनुमोदित किया गया है।

यह पहल विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. राघवेंद्र प्रसाद तिवारी के दूरदर्शी नेतृत्व में शुरू की गई है, जिसका उद्देश्य युवाओं को रोजगारोन्मुख कौशल से सुसज्जित करना और माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा परिकल्पित "आत्मनिर्भर भारत" और "विकसित भारत" के राष्ट्रीय विज़न को साकार करने में योगदान देना है। इससे पहले विश्वविद्यालय को एनसीवीईटी द्वारा "डीम्ड अवार्डिंग बॉडी - ड्यूल स्टेटस" प्रदान किया गया था, जिसके अंतर्गत विश्वविद्यालय कौशल आधारित प्रशिक्षण कार्यक्रम संचालित करने, मूल्यांकन करने और सफल अभ्यर्थियों को राष्ट्रीय स्तर पर मान्यता प्राप्त प्रमाणपत्र प्रदान करने के लिए अधिकृत है। विश्वविद्यालय ने परिसर में छह नए कौशल विकास पाठ्यक्रमों की शुरुआत की घोषणा की है, जिनकी कक्षाएं अप्रैल 2026 से आरंभ होंगी।

इन पाठ्यक्रमों में फंडामेंटल्स ऑफ कंप्यूटर्स (120 घंटे), इंट्रोडक्शन टू टैली ऑपरेशंस एंड जीएसटी कैलकुलेशंस (120 घंटे), बायोमेडिकल वेस्ट मैनेजमेंट फॉर नर्सिंग एंड पैरामेडिकल स्टाफ (30 घंटे), असिस्टेंट कारपेंटर (40 घंटे), हेल्पर इलेक्ट्रीशियन (270 घंटे) तथा एसेंशियल्स ऑफ रेफ्रिजरेशन एंड एयर कंडीशनिंग (15 घंटे) शामिल हैं। इन पाठ्यक्रमों में प्रवेश प्रक्रिया शुरू हो चुकी है और इच्छुक अभ्यर्थी विश्वविद्यालय की आधिकारिक वेबसाइट www.cup.edu.in के माध्यम से ऑनलाइन पंजीकरण कर सकते हैं। कुलपति प्रो. राघवेंद्र प्रसाद तिवारी ने कहा कि इन पाठ्यक्रमों की शुरुआत विश्वविद्यालय की कौशल आधारित शिक्षा को बढ़ावा देने और युवाओं की रोजगार क्षमता बढ़ाने की प्रतिबद्धता को दर्शाती है। उन्होंने कहा कि इन कार्यक्रमों के माध्यम से विद्यार्थियों को व्यावहारिक प्रशिक्षण और उद्योग से संबंधित दक्षताएं प्रदान की जाएंगी, जिससे वे रोजगार प्राप्त करने या स्वरोजगार के अवसरों का लाभ उठाने में सक्षम बनेंगे। उन्होंने यह भी बताया कि सभी छह पाठ्यक्रम अत्यंत नाममात्र शुल्क पर उपलब्ध होंगे, ताकि अधिक से अधिक इच्छुक युवा इसका लाभ उठा सकें। कुलसचिव डॉ. विजय शर्मा ने बताया कि ये पाठ्यक्रम उद्योग की आवश्यकताओं के अनुरूप व्यावहारिक प्रशिक्षण और अनुभव प्रदान करके युवाओं की रोजगार क्षमता को बढ़ाने के लिए तैयार किए गए हैं। उन्होंने कहा कि इन कार्यक्रमों से विशेष रूप से ग्रामीण क्षेत्रों के वे युवा लाभान्वित होंगे जिनकी आयु 15 वर्ष या उससे अधिक है और जिन्होंने आठवीं, दसवीं या बारहवीं कक्षा उत्तीर्ण की है तथा वर्तमान में बेरोजगार हैं।

पंजाब केन्द्रीय विश्वविद्यालय एक प्रतिष्ठित उच्च शिक्षण संस्थान है, जो गुणवत्तापूर्ण शिक्षा और शोध में उत्कृष्टता के लिए जाना जाता है। विश्वविद्यालय मानविकी, सामाजिक विज्ञान, विज्ञान, विधि, प्रबंधन और कंप्यूटर विज्ञान सहित विभिन्न विषयों में स्नातक, स्नातकोत्तर और डॉक्टरेट स्तर पर 100 से अधिक शैक्षणिक कार्यक्रम संचालित करता है। इन एनसीवीईटी अनुमोदित कौशल विकास कार्यक्रमों की शुरुआत विश्वविद्यालय के कौशल विकास, उद्यमिता और समावेशी विकास को बढ़ावा देने के प्रयासों में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है। इस पहल के माध्यम से सीयू पंजाब युवाओं को व्यावहारिक दक्षताओं से सशक्त बनाते हुए एक कुशल, आत्मनिर्भर और सक्षम कार्यबल के निर्माण के राष्ट्रीय लक्ष्य को साकार करने की दिशा में महत्वपूर्ण योगदान दे रहा है।

निफ्ट नवीन तकनीक, कौशल आधारित एवं रोजगारपरक शिक्षा के क्षेत्र में लगातार आगे बढ़ रहा, एफडीडीआई फुटवियर एवं लेदर के क्षेत्र में रोजगार की अपार संभावनाएं : अनिल कुमार

जालंधर ब्रीज (चंड़ीगढ़/जोधपुर). पीआईबी चंडीगढ़ के पत्रकार प्रतिनिधिमंडल ने आज जोधपुर में भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान जोधपुर (आईआईटी जोधपुर), राष्ट्रीय फैशन प्रौद्योगिकी संस्थान (निफ्ट) और फुटवियर डिजाइन एंड डेवलपमेंट इंस्टीट्यूट (एफडीडीआई) का दौरा किया। इस दौरान प्रतिनिधिमंडल ने आईआईटी के शोध पारितंत्र, नवाचार पहलों तथा उच्च शिक्षा और प्रौद्योगिकी विकास से जुड़े उत्कृष्ट प्रयासों के बारे में जानकारी प्राप्त की।

दौरे की शुरुआत मीडिया प्रतिनिधिमंडल के आगमन और पंजीकरण के साथ हुई, जिसके बाद आईआईटी जोधपुर के नेतृत्व के साथ एक स्वागत एवं परिचयात्मक सत्र आयोजित किया गया। इस अवसर पर आईआईटी जोधपुर के निदेशक प्रो. अविनाश कुमार अग्रवाल ने मीडिया प्रतिनिधिमंडल को संबोधित करते हुए संस्थान की दृष्टि, शैक्षणिक कार्यक्रमों तथा अत्याधुनिक शोध, प्रौद्योगिकी विकास और राष्ट्र निर्माण में संस्थान के बढ़ते योगदान के बारे में विस्तार से जानकारी दी।

इस सत्र में संस्थान के विभिन्न संकायों के डीन भी उपस्थित रहे और उन्होंने पत्रकारों को विभिन्न शैक्षणिक एवं अनुसंधान गतिविधियों के बारे में अवगत कराया। प्रो. अग्रवाल ने बताया कि आईआईटी जोधपुर विज्ञान, प्रौद्योगिकी और नवाचार के क्षेत्र में निरंतर नए आयाम स्थापित कर रहा है। उन्होंने बताया कि संस्थान विभिन्न राष्ट्रीय संस्थानों, उद्योगों तथा सरकारी विभागों के साथ सहयोग के माध्यम से कई महत्वपूर्ण परियोजनाओं पर कार्य कर रहा है। इन सहयोगात्मक प्रयासों के माध्यम से अनुसंधान, तकनीकी विकास तथा नवाचार को बढ़ावा देने के लिए अनेक महत्वपूर्ण कदम उठाए गए हैं, जिससे समाज और उद्योग दोनों को लाभ मिल रहा है। दौरे के दौरान प्रतिनिधिमंडल ने स्कूल ऑफ डिजाइन का भ्रमण किया, जहां उन्हें अंतर्विषयक डिजाइन शिक्षा, नवाचार आधारित शिक्षण पद्धतियों तथा सामाजिक और तकनीकी चुनौतियों के समाधान से जुड़े प्रोजेक्ट्स के बारे में जानकारी दी गई।

पत्रकार प्रतिनिधिमंडल ने जोधपुर सिटी नॉलेज एंड इनोवेशन फाउंडेशन (जेसीकेआईएफ) का भी दौरा किया, जहां उन्हें क्षेत्र में उद्यमिता, स्टार्टअप इनक्यूबेशन तथा नवाचार आधारित पारितंत्र को बढ़ावा देने से जुड़ी विभिन्न पहलों के बारे में बताया गया।

आयकर विभाग द्वारा महिला सशक्तिकरण एवं लैंगिक संवेदनशीलता पर संगोष्ठी

• **जालंधर ब्रीज .** चंडीगढ़

प्रधान आयकर आयुक्त, रिव्यू यूनिट-1, चंडीगढ़ के तत्वावधान में आयकर विभाग के अधिकारियों एवं कर्मचारियों के लिए महिला सशक्तिकरण और लैंगिक संवेदनशीलता विषय पर एक संगोष्ठी का आयोजन आयकर भवन, सेक्टर-17, चंडीगढ़ की 5वीं मंजिल पर किया गया।

इस कार्यक्रम की मुख्य अतिथि शकोमल जोगपाल, आईआरएस, मुख्य आयकर आयुक्त (ओएसडी) थीं। मुख्य वक्ता प्रोफेसर राजेश कुमार चंदर, अध्यक्ष, महिला अध्ययन एवं विकास केंद्र, पंजाब विश्वविद्यालय, चंडीगढ़ ने "महिलाओं के विरुद्ध हिंसा" विषय पर विस्तृत व्याख्यान दिया। अपने संबोधन में उन्होंने इसके कारणों, प्रभावों तथा रोकथाम के उपायों पर प्रकाश डाला। उन्होंने लैंगिक समावेशी विकास पर भी चर्चा की तथा भारत में महिलाओं के आर्थिक, शैक्षिक, कानूनी, सामाजिक और राजनीतिक सशक्तिकरण से संबंधित अंतर-राज्यीय शोध विश्लेषण प्रस्तुत किया।

प्रधान आयकर आयुक्त (रिव्यू यूनिट) चंडीगढ़ के कार्यालय के अधिकारियों और कर्मचारियों ने कार्यक्रम में उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम का संचालन पूनम राय, आईआरएस द्वारा किया गया। कार्यक्रम का समापन कोमल जोगपाल के नेतृत्व में केक-कटिंग समारोह तथा समूह फोटोग्राफ के साथ हुआ। इस अवसर पर सभी महिला अधिकारियों और कर्मचारियों को उनके महत्वपूर्ण योगदान के प्रति सम्मान स्वरूप स्मृति-चिह्न भेंट किए गए, जिससे लैंगिक समानता और समावेशी कार्य-संस्कृति को बढ़ावा देने का संदेश दिया गया।

उत्सव के अंतर्गत प्रधान आयकर आयुक्त (रिव्यू यूनिट), चंडीगढ़ के कार्यालय में एक सहभागी टैलेंट शो का भी आयोजन किया गया, जिसमें अधिकारियों और कर्मचारियों द्वारा बनाई गई पेंटिंग्स और चित्रों की प्रदर्शनी तथा एक सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किया गया। यह आयोजन अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में किया गया।

एलजीपी संकट को लेकर अमन अरोड़ा का केंद्र सरकार पर तीखा हमला

कहा- उत्पादन में गिरावट, खपत और आयात बढ़ने से 'आत्मनिर्भर' दावे का हुआ पर्दाफाश

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

कैबिनेट मंत्री और आम आदमी पार्टी के प्रदेश प्रधान अमन अरोड़ा ने भाजपा के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार पर तीखा हमला करते हुए इसे विदेशी और घरेलू मामलों में 'पूरी तरह विफल' करार दिया। सरकारी दावों और जमीनी हकीकत के बीच स्पष्ट अंतर को उजागर करते हुए उन्होंने कहा कि भारत को "विश्व गुरु" और "आत्मनिर्भर" बनाने के दोनों वादे खोखले साबित हुए हैं।

पंजाब विधानसभा में खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति मंत्री लाल चंद कटारूचक्क द्वारा पेश किए गए निंदा प्रस्ताव में भाग लेते हुए अमन अरोड़ा ने आज के अखबारों में सामने आ रहे विरोधाभास की ओर ध्यान दिलाया। उन्होंने कहा, 'अखबारों में एक ओर गैस एजेंसियों के बाहर किलोमीटर लंबी कतारों की खबरें थीं, हजारों होटल बंद होने की कगार पर पहुंच चुके हैं, अनगिनत शादियां रद्द हो रही हैं और हमारी माताएं-बहनें अपनी रसोई को लेकर चिंतित हैं। वहीं दूसरी ओर भारत सरकार का 'आपका घर हमारी पहली प्राथमिकता' शीर्षक के तहत पूरे पन्ने का विज्ञापन छपा हुआ था, जो केवल लोगों को दिलासा देने की कोशिश जैसा लगता है। असलियत यह है कि ऐसा विज्ञापन जारी करके उन्होंने खुद स्वीकार किया है कि स्थिति गंभीर है और दिन-प्रतिदिन और गंभीर होती जा रही है।'

केंद्र की कूटनीतिक विफलता पर बाजवा का हमला

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष प्रताप सिंह बाजवा ने गुरुवार को विधानसभा सत्र के दौरान देश और पंजाब में बढ़ते एलपीजी संकट का मुद्दा उठाया और कहा कि मौजूदा वैश्विक परिस्थितियाँ आम लोगों के लिए स्थिति को और गंभीर बना सकती हैं। सदन में बोलते हुए बाजवा ने कहा कि पंजाब के कई हिस्सों में एलपीजी सिलेंडरों की कमी और अनियमित आपूर्ति के कारण लोगों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि खासकर मध्यम वर्ग और आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों पर इसका सबसे अधिक असर पड़ा है। कई उपभोक्ताओं को लंबे समय तक इंतजार करना पड़ रहा है, जबकि गैस वितरक भी मांग पूरी करने में संघर्ष कर रहे हैं।

14 मार्च को भाजपा की विशाल 'बदलाव रैली' पंजाब में नए राजनीतिक अध्याय की शुरुआत : कैंथ

जालंधर (जालंधर ब्रीज). भारतीय जनता पार्टी 14 मार्च 2026 को मोगा के किल्ली चहल में एक विशाल 'बदलाव रैली' आयोजित करने जा रही है, जो पंजाब की राजनीति में सकारात्मक परिवर्तन और विकास की नई दिशा का संदेश देगी। इस रैली को भारत सरकार के गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह मुख्य रूप से संबोधित करेंगे। रैली की तैयारियों को लेकर भाजपा पंजाब के प्रदेश अध्यक्ष सुनील जाखड़, कार्यकारी अध्यक्ष अश्विनी शर्मा तथा संगठन मंत्री श्रीनिवासुलु प्रदेश के विभिन्न जिलों में जाकर कार्यकर्ताओं को सक्रिय और उत्साहित कर रहे हैं। भारतीय जनता पार्टी अनुसूचित जाति मोर्चा के उपाध्यक्ष परमजीत सिंह कैंथ ने कहा कि यह रैली केवल एक राजनीतिक कार्यक्रम नहीं, बल्कि पंजाब में सुशासन, पारदर्शिता और तेज़ विकास के संकल्प का जन-आंदोलन बनेगी। उन्होंने कहा कि अमित शाह की मौजूदगी से पार्टी कार्यकर्ताओं, युवाओं और समर्थकों में नया जोश पैदा होगा और संगठनात्मक मजबूती और बढ़ेगी।

प्रगतिशील पंजाब निवेशक सम्मेलन 13 से 15 मार्च तक मोहाली में

संजीव अरोड़ा ने कहा- निवेश कार्यक्रम में यूके, जापान और दक्षिण कोरिया पर केंद्रित 89 विशेष सत्रभी शामिल होंगे

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

उद्योग एवं वाणिज्य, निवेश प्रोत्साहन, बिजली तथा स्थानीय निकायों से संबंधित कैबिनेट मंत्री संजिव अरोड़ा ने घोषणा की कि प्रगतिशील पंजाब निवेशक सम्मेलन 2026 13 से 15 मार्च तक प्लाक्षा यूनिवर्सिटी, एसएएस नगर (मोहाली) में आयोजित किया जाएगा। यह सम्मेलन पंजाब को निवेश और नवाचार के लिए एक प्रमुख केंद्र के रूप में स्थापित करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम साबित होगा। प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते हुए मंत्री ने कहा कि यह सम्मेलन भारत और विश्व भर के निवेशकों, उद्योगपतियों और नीति निर्माताओं को पंजाब में उपलब्ध व्यापक निवेश अवसरों को प्रदर्शित करने के लिए एक महत्वपूर्ण मंच प्रदान करेगा। प्रेस कॉन्फ्रेंस में बोलते हुए संजीव अरोड़ा ने बताया कि इस सम्मेलन में कुल 89 सत्र आयोजित किए जाएंगे और यह राज्य में अब तक आयोजित सबसे व्यापक निवेश कार्यक्रमों में से एक होगा। उन्होंने कहा कि इस सम्मेलन में यूनाइटेड किंगडम, जापान और दक्षिण कोरिया पर केंद्रित विशेष सत्र आयोजित किए जाएंगे। इसके साथ ही एक समर्पित एमएसएमई सत्र भी आयोजित होगा। सेक्टोरल इंडस्ट्री कमेटियों की बैठकों के अलावा उभरते हुए आईटी हब के रूप में मोहाली की भूमिका, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस तथा विभिन्न औद्योगिक क्षेत्रों से संबंधित विशेष सत्र भी आयोजित किए जाएंगे।

सम्मेलन के दौरान एक औद्योगिक प्रदर्शनी भी लगाई जाएगी, जिसमें पंजाब के उद्योगों द्वारा तैयार उत्पादों और नवाचारों को प्रदर्शित किया जाएगा।

गगनदीप सिंह काकू आहलूवालिया ने खादी बोर्ड के चेयरमैन का पद संभाला

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब खादी एवं ग्रामोद्योग बोर्ड के नव-नियुक्त चेयरमैन श्री गगनदीप सिंह काकू आहलूवालिया ने आज चंडीगढ़ स्थित बोर्ड के मुख्य कार्यालय में अपना पदभार संभाल लिया। इस अवसर पर राजबीर सिंह घुम्मण (ओएसडी, मुख्यमंत्री पंजाब), मोहिंदर भगत (कैबिनेट मंत्री), इंदरजीत कौर मान (विधायक नकोदर), दिनेश ढल्ल, नितिन कोहली, महाराज बंसी दास, बाबा परगट नाथ, वनीत धीर (मेयर), मंगल सिंह बस्सी (स्टेट चेयरमैन, पंजाब एग्रो), अब्दुल बारी सलमानी (स्टेट चेयरमैन, मुस्लिम विकास बोर्ड), काउंसलर दीपक शारदा, समाजसेवी मास्टर गौरव, रोबिन सांपला, करण मली, नरवैल कंग, काउंसलर अमित ढल्ल, जगदीश समराए, सतनाम सिंह, बब्बू थापर, चेयरमैन लखवीर सिंह, जसवीर सिंह, पूजा सिंह और हरपाल सिंह चड्ढा, वाइस चेयरमैन पवन हंस सहित बोर्ड के अधिकारी, कर्मचारी तथा विभिन्न सामाजिक, धार्मिक और राजनीतिक हस्तियां भी विशेष रूप से उपस्थित रहीं।

इस अवसर पर संबोधित करते हुए चेयरमैन गगनदीप सिंह काकू आहलूवालिया ने कहा कि भगवंत सिंह मान के नेतृत्व में पंजाब में खादी और ग्रामोद्योग क्षेत्र को नई दिशा मिली है। उन्होंने कहा कि यह क्षेत्र ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूत करने के साथ-साथ युवाओं के लिए बड़े पैमाने पर रोजगार के अवसर पैदा करता है।

खैहरा द्वारा स्पीकर, मंत्रियों और 'आप' विधायकों को 'बंधुआ मजदूर' कहना संविधान और जनादेश का अपमान : चीमा

पंजाब विधानसभा ने विधायक सुखपाल सिंह खैहरा के खिलाफ विशेषाधिकार हनन का मामला प्रिविलेज कमेटी को सौंपने का प्रस्ताव पारित किया

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब विधानसभा ने बड़े बहुमत से कांग्रेस विधायक सुखपाल सिंह खैहरा के खिलाफ विशेषाधिकार हनन (ब्रीच ऑफ प्रिविलेज) का मामला प्रिविलेज कमेटी को सौंपने के लिए प्रस्ताव पारित किया। कैबिनेट मंत्री हरपाल सिंह चीमा द्वारा पेश किए गए इस प्रस्ताव में विधायक के हालिया अपमानजनक बयानों और गैर-संसदीय व्यवहार का उल्लेख किया गया है, जिसे सदन ने अपने निर्वाचित सदस्यों, संविधान और जनता का सीधा अपमान माना। प्रस्ताव की पृष्ठभूमि के बारे में बताते हुए कैबिनेट मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने कहा, "अनुशासनात्मक कार्रवाई की मांग विधायक सुखपाल सिंह खैहरा द्वारा 10 मार्च 2026 को की गई सोशल मीडिया पोस्टों से उठी है। इन सार्वजनिक बयानों में उन्होंने स्पीकर, कैबिनेट मंत्रियों और आम आदमी पार्टी के विधायकों को 'बंधुआ मजदूर' कहा था।" सदन में प्रस्ताव पेश करते हुए उन्होंने कहा, "ऐसी शब्दावली संवैधानिक रूप से चुने हुए प्रतिनिधियों की गरिमा को ठेस पहुंचाती है और लोगों द्वारा दिए गए जनादेश का अपमान करती है। यह मामला 11 मार्च 2026 को और गंभीर हो गया जब विधायक सुखपाल सिंह खैहरा को सदन में अपने बयानों पर स्पष्टीकरण देने और माफी मांगने का अवसर दिया गया, लेकिन उन्होंने अपने शब्द वापस लेने से साफ इनकार कर दिया।" प्रस्ताव में यह भी उल्लेख किया गया कि 11 मार्च को विपक्ष के वॉकआउट के दौरान सदन से बाहर जाते समय सुखपाल सिंह खैहरा द्वारा किए गए बेहद आपत्तिजनक इशारों की कड़ी निंदा की गई।

इस व्यवहार को विधानसभा की मर्यादा के विपरीत बताते हुए वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने आगे कहा, "इन इशारों में संसदीय मर्यादा की पूरी तरह कमी थी और इन कार्रवाइयों को सुखपाल सिंह खैहरा के साथ मौजूद कांग्रेस विधायकों ने भी देखा। कुछ विधायक सोशल मीडिया पर ध्यान आकर्षित करने, मनोरंजन पैदा करने और संभवतः अपनी व्यूअरशिप से पैसा कमाने के लिए ऐसी शब्दावली और ड्रामेबाज़ी का इस्तेमाल कर संविधान की ली गई शपथ से समझौता कर रहे हो सकते हैं।" सदन की गरिमा की रक्षा के लिए कार्रवाई की मांग करते हुए वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने कहा, "पेशेवर सीमाओं को दृढ़ता से स्थापित करने और विधानसभा की पवित्रता को बनाए रखने के लिए, मैं सदन से अपील करता हूं कि इस मामले की व्यापक जांच की जिम्मेदारी प्रिविलेज कमेटी को सौंपने का प्रस्ताव पारित किया जाए।"

फुटवियर डिजाइनिंग पर दो दिवसीय कार्यशाला का आयोजन

जालंधर (जालंधर ब्रीज). भारत सरकार के डीपीआईआईटी के तत्वावधान में, सीएसआईआर-सीएलआरआई ने जालंधर स्थित क्षेत्रीय केंद्र में फुटवियर डिजाइनिंग पर दो दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला का उद्देश्य अखिल भारतीय फुटवियर और संबंधित उत्पादों के डिजाइन संबंधी ज्ञान को बढ़ावा देना था। जालंधर फुटवियर क्लस्टर से लगभग 25 प्रतिभागियों ने कार्यशाला में भाग लिया।

कार्यक्रम के दौरान, प्रतिभागियों को फुटवियर डिजाइनिंग में प्रयुक्त बुनियादी और उन्नत अवधारणाओं, तकनीकों और उपकरणों से परिचित कराया गया। प्रशिक्षण कार्यक्रम का संचालन वरिष्ठ वैज्ञानिकों डॉ. पी. सुधाकरा, डॉ. सुरेश कुमार, सी. एम. राजेश और भरत कुमार केसाथ-साथ तकनीकी स्टाफ रजनीश कुमार और राज कुमार द्वारा किया गया। प्रतिभागियों ने कार्यशाला से अत्यधिक संतुष्टि व्यक्त की और सत्रों के माध्यम से प्राप्त व्यावहारिक अंतर्दृष्टि और ज्ञान की सराहना की।

31 मार्च तक छुट्टियों व शनिवार-रविवार को भी खुली रहेंगी नगर निगम की शाखाएं

होशियारपुर (जालंधर ब्रीज). नगर निगम होशियारपुर की कमिश्नर ज्योति बाला मट्टू ने बताया कि शहरवासियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए नगर निगम की प्रॉपर्टी टैक्स, रेंट तथा वाटर सप्लाई शाखाएं 31 मार्च 2026 तक सभी सरकारी छुट्टियों तथा आने वाले शनिवार और रविवार को भी खुली रहेंगी। उन्होंने बताया कि इन शाखाओं का समय सुबह 11 बजे से दोपहर 3 बजे तक रहेगा, ताकि शहरवासी आसानी से अपने बकाया बिल और टैक्स जमा करवा सकें। नगर निगम कमिश्नर ने कहा कि जिन शहरवासियों के प्रॉपर्टी टैक्स, वाटर सप्लाई व सीवरेज बिल या रेंट बकाया हैं, वे 31 मार्च 2026 तक कार्यदिवसों के साथ-साथ सरकारी छुट्टियों तथा शनिवार-रविवार को भी नगर निगम कार्यालय पहुंचकर अपना बनता टैक्स, बिल और रेंट जमा करवा सकते हैं।

जिले में पीसी-पीएनडीटी एक्ट की पालना सुनिश्चित करने के लिए ठोस कदम उठाए जाएँ : सिविल सर्जन

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

सिविल सर्जन डॉ. राजेश गर्ग की अगुवाई में जिले में पीसी-पीएनडीटी एक्ट को सख्ती से लागू करने की प्रतिबद्धता के तहत गुरुवार को सिविल सर्जन कार्यालय में जिला एडवाइजरी कमेटी की बैठक आयोजित की गई। इस दौरान सिविल सर्जन ने स्वास्थ्य अधिकारियों को जिले में लिंग अनुपात में और सुधार लाने तथा प्री-कन्सेप्शन और प्री-नेटल डायग्नोस्टिक तकनीक एक्ट की सख्ती से पालना सुनिश्चित करने के लिए उचित कदम उठाने के निर्देश दिए। सिविल सर्जन डॉ. राजेश गर्ग ने जानकारी देते हुए बताया कि 5 नए स्कैन सेंटरों की ओर से रजिस्ट्रेशन के लिए आवेदन प्राप्त हुए थे। आवश्यक दस्तावेज पूरे होने और कमेटी सदस्यों द्वारा जांच किए जाने के बाद सहमति मिलने पर उन्हें नए रजिस्ट्रेशन की मंजूरी दे दी गई। इसके अलावा एक स्कैन सेंटर द्वारा रजिस्ट्रेशन रिन्यूअल के लिए आवेदन दिया गया था, जिसे दस्तावेजों की जांच के बाद आवश्यक प्रक्रिया पूरी होने पर कमेटी द्वारा मंजूरी प्रदान कर दी गई। सिविल सर्जन ने कहा कि भ्रूण हत्या एक सामाजिक बुराई है और इसे समाप्त करने के लिए समाज के हर वर्ग को अपना सहयोग देना चाहिए। उन्होंने कहा कि भ्रूण के लिंग की जांच करवाना या करना गैरकानूनी है और इस अपराध में दोषी पाए जाने वालों के खिलाफ पीसी-पीएनडीटी एक्ट के तहत सख्त कार्रवाई की जाएगी।

बंगा रोड सड़क का निर्माण जल्द शुरू होने जा रहा है: डॉ. राज

फगवाड़ा के लोगों की पलाही रोड सड़क के निर्माण की मांग पूरी, अब बंगा रोड की बारी

• **जालंधर ब्रीज.** फगवाड़ा

आम आदमी पार्टी के लोकसभा में उप नेता व होशियारपुर संसदीय क्षेत्र से सांसद डॉ राज कुमार चब्बेवाल के अथक प्रयासों से फगवाड़ा की मुख्य बंगा रोड सड़क का निर्माण कार्य बहुत जल्द शुरू होने जा रहा है। इसके लिए बाकायदा 3.88 करोड़ रुपए पास हो चुके है और सभी कागजी कार्रवाई भी मुक्कमल हो चुकी हैं। अब काम भी जल्द शुरु होने जा रहा है। सांसद डॉ राज कुमार चब्बेवाल ने कहा कि फगवाड़ा विधानसभा क्षेत्र के लोगों ने उनके पास पलाही रोड व बंगा रोड सड़क के निर्माण की मांग रखी थी। फगवाड़ा वासियों की इस मांग को उन्होंने तत्काल पूरा करते हुए पहले पलाही रोड सड़क का निर्माण शुरू करवाया। 2.60 किलोमीटर लंबी इस सड़क पर 1.50 करोड़ रुपए खर्च किये गए और सड़क का निर्माण कार्य मुकम्मल हो चुका है। अब बंगा रोड की मुख्य सड़क का निर्माण कार्य भी जल्द शुरू होने जा रहा है। सांसद डॉ राज ने कहा कि होशियारपुर संसदीय हलके के विकास में कोई कसर बाकी नही रहेगी। सांसद डॉ राज ने कहा कि संसदीय हलके के लोगों के लिए उनके घर के दरवाजे 24 घंटे खुले हैं, वे जब चाहे अपनी किसी भी समस्या को लेकर उनसे मिल सकते है। उनका प्रयास रहेगा कि तत्काल समस्या का समाधान करें।

सांसद डॉ. राज कुमार चब्बेवाल ने बिना किसी का नाम लिए विरोधी पार्टियों के नेताओं पर तंज कसते हुए कहा कि प्रदेश में पूर्व में कांग्रेस और अकाली- भाजपा की सरकार रही, इन सरकारों में फगवाड़ा के नेता विधायक व मंत्री भी रहे, लेकिन किसी ने भी पलाही रोड व बंगा रोड की मुख्य सड़क की तरफ ध्यान नही दिया न ही इसपर काम किया, अब जो लोग यह मुद्दा उठा रहे हैं।

बंगाल सैपर्स द्वारा वज्रा सैनिक इंस्टीट्यूट में एक्स सर्विसमैन रैली 18 मार्च को

जालंधर (जालंधर ब्रीज). जिला रक्षा सेवाएं भलाई अधिकारी कमांडर बलजिंदर सिंह विर्क ने जानकारी साझा करते हुए बताया कि बंगाल सैपर्स द्वारा पूर्व सैनिकों, वीर नारियों तथा उनके परिवारों की भलाई के लिए वेटरनर्स आउटरीच प्रोग्राम के तहत 18 मार्च 2026 को सुबह 9 बजे से दोपहर 2.30 बजे तक वज्रा सैनिक इंस्टीट्यूट, जालंधर कैंट में पूर्व एक्स सर्विसमैन रैली आयोजित की जा रही है। उन्होंने बताया कि इस रैली में बंगाल इंजीनियर ग्रुप एवं सेंटर के डिप्टी कमांडेंट उमेश राणा विशेष तौर पर शामिल होंगे। रैली में बंगाल सैपर्स द्वारा पूर्व सैनिकों, वीर नारियों तथा उनके आश्रितों की पेंशन, पार्ट-2 ऑर्डर, स्पर्श, एक्स सर्विसमैन कंट्रीब्यूटरी हेल्थ स्कीम (ईसीएसएच), पेंशन वितरण, बैंकिंग आधार कार्ड तथा मैडिकल से जुड़े सभी मामलों का मौके पर ही समाधान किया जाएगा।

पुलिस कमिश्नर द्वारा आवाज प्रदूषण की रोकथाम संबंधी आदेश जारी

जालंधर (जालंधर ब्रीज). पुलिस कमिश्नर धनप्रीत कौर द्वारा भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता, 2023 की धारा 163 के तहत प्राप्त अधिकारों का उपयोग करते हुए शोर प्रदूषण की रोकथाम के मद्देनजर पब्लिक इमरजेंसी को छोड़कर साइलेंस जोनों या आवासीय क्षेत्रों के अंदर रात 10 बजे से सुबह 6 बजे तक हॉर्न बजाने पर पाबंदी लगा दी गई है। सुप्रीम कोर्ट के आदेशों के हवाले से पुलिस कमिश्नर द्वारा जारी आदेशों के अनुसार सार्वजनिक स्थानों की सीमा पर आवाज का स्तर, जहां लाउड स्पीकर या पब्लिक एड्रेस सिस्टम या कोई भी आवाज पैदा करने वाला स्रोत इस्तेमाल किया जा रहा है, क्षेत्र के लिए निर्धारित आवाज मानकों के अनुसार रखने के निर्देश दिए गए है। आदेशों के अनुसार कोई भी व्यक्ति रात 10 बजे से सुबह 6 बजे के दौरान (केवल पब्लिक इमरजेंसी के) ढोल या भोंपू, आवाज पैदा करने वाला कोई यंत्र, साउंड एम्पलीफायर तथा मैरिज पैलेसों और होटलों में डीजे आदि नहीं बजाएगा। इसी तरह निजी मालिकी वाले साउंड सिस्टम या आवाज पैदा करने वाले यंत्र का शोर का स्तर निजी स्थान की सीमा क्षेत्र के लिए तय शोर मानकों से 5 डी.बी.(ए) अधिक नहीं होगा। आदेशों में यह भी कहा गया है कि म्यूजिक सिस्टम वाले वाहनों के मामले में यह सुनिश्चित बनाया जाना चाहिए कि म्यूजिक सिस्टम के माध्यम से पैदा होने वाली आवाज दिन के किसी भी समय वाहन से बाहर न सुनाई दे। यदि इन आदेशों का उल्लंघन पाया जाता है तो ऐसा करने वाले साउंड सिस्टम जब्त कर लिए जाएंगे। यह आदेश 8.5.2026 तक लागू रहेगा।

आईसीसी ने प्राइज मनी का किया बंटवारा

स्पोर्ट्स डेस्क. आईसीसी ने टी20 वर्ल्ड कप 2026 के लिए अपनी प्राइज मनी में इजाफा किया है। इंटरनेशनल क्रिकेट काउंसिल द्वारा इस टूर्नामेंट की प्राइज मनी के विभाजन की विस्तृत जानकारी शेयर की गई है। इस जानकारी के मुताबिक तकरीबन 103.8 करोड़ रुपये यानी 11.25 मिलियन यूएस डॉलर की इनामी राशि का बंटवारा किया गया है। आईसीसी ने भारत समेत 20 टीमों को धनराशि बांटी।

विजेता भारतीय टीम को सबसे ज्यादा तकरीबन 2.6 मिलियन यूएस डॉलर यानी 24.3 करोड़ रुपये मिले हैं। वहीं भारत के अलावा रनर अप न्यूजीलैंड, सेमीफाइनल में हारने वाली साउथ अफ्रीका की टीम को भी 11 मिलियन यूएस डॉलर से ज्यादा की राशि मिली है। दरअसल, ये राशि प्रत्येक टीम के राउंड वाइज जगह बनाने और प्रत्येक मैच जीतने के हिसाब से बांटी गई है। वहीं प्रत्येक मैच जीतने के लिए एक टीम को 26 लाख रुपये मिले हैं। वहीं जो टीम एक भी मैच नहीं जीता पाई और उन्होंने टूर्नामेंट में हिस्सा लिया, जैसे कनाडा, नामीबिया और ओमान, उन्हें भी 2.25 लाख यूएस डॉलर यानी तकरीबन 2 करोड़ से ज्यादा रुपये मिले हैं। इसका मतलब है कि कोई भी टीम टी20 वर्ल्ड कप से खाली हाथ नहीं लौटी है।

फोटो-बीसीसीआई

इन टीमों को मिली धनराशि

भारत- 24,35,91,556.84 करोड़ रुपये
न्यूजीलैंड- 13,12,99,817.87 करोड़ रुपये
साउथ अफ्रीका- 9,28,04,399.66 करोड़ रुपये
इंग्लैंड- 8,99,29,206.34 करोड़ रुपये
वेस्टइंडीज- 4,96,76,684,53 करोड़ रुपये
पाकिस्तान- 4,82,39,087.87 करोड़ रुपये
जिम्बाब्वे-4,53,63,894.56 करोड़ रुपये
श्रीलंका- 4,39,26,390.19 करोड़ रुपये
यूएसए- 2,85,92,087.38 करोड़ रुपये
ऑस्ट्रेलिया- 2,85,92,087.38 करोड़ रुपये
अफगानिस्तान- 2,85,92,087.38 करोड़ रुपये
स्कॉटलैंड- 2,57,16,894.06 करोड़ रुपये
आयरलैंड- 2,50,77,972.47 करोड़ रुपये
इटली- 2,36,40,375.81 करोड़ रुपये
नीदरलैंड्स- 2,36,40,375.81 करोड़ रुपये
यूएई- 2,36,40,375.81करोड़ रुपये
नेपाल- 2,36,40,375.81 करोड़ रुपये
कनाडा- 2,07,65,182.50 करोड़ रुपये
नामीबिया- 2,07,65,182.50 करोड़ रुपये
ओमान- 2,07,65,182.50 करोड़ रुपये

पीआई-टॉक्समेट 2026 के दूसरे दिन एआई और कम्प्यूटेशनल दृष्टिकोण रहे मुख्य आकर्षण

• **जालंधर ब्रीज.** मोहाली

पीआई-टॉक्समेट 2026 सम्मलेन सह कार्यशाला 'फार्माकोइन्फॉर्मेटिक्स: टॉक्सिसिटी एंड मेटाबोलिज्म' के दूसरे दिन का मुख्य फोकस ड्रग सेफ्टी, मेटाबोलिज्म तथा टॉक्सिकोलॉजी को समझने में कम्प्यूटेशनल तकनीकों और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की बढ़ती भूमिका पर रहा। तकनीकी सत्रों में डॉ. पीवी भारतम, डॉ. एमई सोभिया, डॉ. शशि भूषण पंडित, डॉ. राजेन्द्र कुमार, डॉ. मोनिका शर्मा तथा डॉ. ओम सिलाकरी ने व्याख्यान प्रस्तुत किए। इन व्याख्यानों में फार्माकोइन्फॉर्मेटिक्स में प्रगति, एआई-आधारित ड्रग डिज़ाइन, मेटाबोलिज्म में एंजाइम के व्यवहार तथा रसायनों और ड्रग सुरक्षा का आकलन करने के लिए कम्प्यूटेशनल विधियों पर चर्चा की गई। वक्ताओं ने बताया कि डेटा-आधारित मॉडल और कम्प्यूटेशनल टूल्स किस प्रकार संभावित विषाक्त प्रभावों की भविष्यवाणी करने और औषध खोज प्रक्रिया को तेज़ करने में शोधकर्ताओं की सहायता कर रहे हैं। दोपहर के सत्र में पोस्टर प्रेजेंटेशन आयोजित किया गया, जिसमें देशभर के विभिन्न संस्थानों से आए 32 प्रतिभागियों ने फार्माकोइन्फॉर्मेटिक्स, कम्प्यूटेशनल टॉक्सिकोलॉजी और ड्रग मेटाबोलिज्म से संबंधित अपने शोध कार्य प्रस्तुत किए। इस सत्र ने युवा शोधकर्ताओं और स्नातकोत्तर छात्रों को अपने वैज्ञानिक निष्कर्ष साझा करने तथा क्षेत्र के विशेषज्ञों के साथ संवाद करने का अवसर प्रदान किया।

फैकल्टी सदस्यों और आमंत्रित वैज्ञानिकों के एक पैनल ने पोस्टरों का मूल्यांकन किया और प्रतिभागियों के साथ उनके शोध की कार्यप्रणाली, परिणामों और भविष्य की संभावनाओं पर चर्चा की।

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.