सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

प्रेरणा

"आपकी चुपचाप की मेहनत एक दिन सबसे ऊँची आवाज़ बनेगी।"

साप्ताहिक मौसम

दिन	अधिकतम	न्यूनतम
शुक्रवार	30°	17°
शनिवार	31°	18°
रविवार	32°	18°
सोमवार	33°	19°
मंगलवार	34°	20°
बुधवार	35°	21°
वीरवार	35°	22°

*आंकड़े आईएमडी के अनुसार

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-7 • 03 APRIL TO 09 APRIL 2026 • VOLUME 37 • 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

भाजपा दफ्तर के बाहर हमले के लिए केंद्रीय गृह मंत्री जिम्मेदार : सीएम मान

बोले- अगर चंडीगढ़ में हुई घटना के लिए मुझे जिम्मेदार ठहराया जा रहा है तो केंद्र को चंडीगढ़ पंजाब सरकार को सौंप देना चाहिए

• **जालंधर ब्रीज.** संगरूर

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने चंडीगढ़ में भाजपा दफ्तर के बाहर हुए हमले के लिए केंद्र सरकार को जिम्मेदार ठहराते हुए कहा कि केंद्र के नियंत्रण में आने वाले केंद्र शासित प्रदेश को सियासी दुष्प्रचार का आधार बनाकर इस्तेमाल करना पूरी तरह गलत है। यह स्पष्ट करते हुए कि इस घटना की जिम्मेदारी पूरी तरह केंद्र सरकार की है, उन्होंने कहा कि अगर इस घटना को उन पर थोपने की कोशिश की जा रही है तो केंद्र को अपनी ड्यूटी से भागने की बजाय चंडीगढ़ को पंजाब सरकार के हवाले कर देना चाहिए। मान ने शासन मॉडलों के बीच बड़े अंतर का हवाला देते हुए कहा कि जहां 'आप' सरकार लोगों से वित्तीय बोझ घटा रही है, वहीं हिमाचल प्रदेश में कांग्रेस की अगुवाई वाली सरकार आम जनता पर गैर-वाजिब ढंग से एंट्री टैक्स का बोझ बढ़ा रही है। उन्होंने इस कदम को जन-विरोधी बताते हुए इसके हर स्तर पर सख्त विरोध का भरोसा दिया।

गांव चीमा में कम्युनिटी हेल्थ सेंटर लोक अर्पण करने के मौके पर मीडिया से बातचीत करते हुए पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा कि इस बात से हर कोई वाकिफ है कि चंडीगढ़ का प्रबंधन पंजाब के राज्यपाल द्वारा चलाया जाता है, फिर भी भाजपा की अगुवाई वाली केंद्र सरकार किसान आंदोलन, पंजाब यूनिवर्सिटी (पी.यू.) में आंदोलन या कोई भी ऐसा मुद्दा हो, भाजपा सारा दोष मेरे ऊपर थोपने को हमेशा तैयार रहती है।

कांग्रेस की अगुवाई वाली हिमाचल सरकार के एंट्री टैक्स लगाने के फैसले का विरोध करते हुए उन्होंने कहा कि एक तरफ 'आप' सरकार टोल टैक्स खत्म करके आम आदमी को राहत दे रही है, जबकि दूसरी तरफ ये लोग आम जनता पर अनाश्वयक टैक्स लगा रहे हैं। उन्होंने कहा कि यह कदम पूरी तरह गैर-वाजिब है और इसे किसी भी कीमत पर बर्दाश्त नहीं किया जाएगा तथा इसका हर स्तर पर जोरदार विरोध किया जाएगा।

सुरक्षा पंजाब पुलिस के पास थी : अश्वनी शर्मा

चंडीगढ़. पंजाब भाजपा हैडक्वार्टर में हैंड ग्रेनेड हमले में पार्टी के कार्यकारी प्रदेश प्रधान अश्वनी शर्मा ने सीएम भगवंत मान पर निशाना साधा। गुरुवार को पत्रकारों से बातचीत करते हुए अश्वनी शर्मा ने कहा कि पंजाब भाजपा हैडक्वार्टर की सुरक्षा की जिम्मेदारी पंजाब पुलिस के पास है साथ में सीआरपीएफ भी उनको सहयोग करती है, ऐसी स्थिति में मुख्यमंत्री अपनी जिम्मेदारी से पल्ला कैसे झाड़ सकते हैं। शर्मा ने कहा कि पंजाब और पंजाबी भाजपा की जान हैं। पंजाब में अमित शाह की रैली के बाद से विरोधी ताकतें बौखलाई हुई थीं इसलिए आतंकी हमले की साजिश रची गई।

उन्होंने कहा कि पंजाब में गैंगस्टरों और देश विरोधियों के हौसले बढ़ते जा रहे हैं। राज्य में बिगड़ती कानून व्यवस्था की आंच अब चंडीगढ़ तक पहुंचने लगी है। चार साल के भीतर पंजाब में वे ताकतें बहुत मजबूत हो गई हैं जो पंजाब को देश से अलग करना चाहती हैं। कबड्डी खिलाड़ी लगातार मारे जा रहे हैं। आम आदमी पार्टी और कांग्रेस के नेता गोलीबारी का शिकार हो रहे हैं। पंजाब सरकार बताए कि इन घटनाओं की जिम्मेदारी कौन लेगा। उन्होंने कहा कि बाबा साहब की मूर्ति को तोड़कर वीडियो वायरल कर दिया जाता है ताकि पंजाब में सामाजिक ताना-बाना बिगड़ जाए।

मान सरकार ने दूध खरीद की दरें बढ़ाईं

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने गुरुवार को मिल्कफेड पंजाब (वेरका) से जुड़े किसानों के लिए दूध की खरीद कीमतों में बड़े इजाफे की घोषणा की। यह ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूत करने और राज्य भर के डेयरी उत्पादकों के लिए बेहतर आय सुनिश्चित करने की दिशा में एक निर्णायक कदम है। पहली अप्रैल 2026 से लागू नई दरों से लाखों किसानों को सीधे लाभ मिलने की उम्मीद है, जबकि पूरे डेयरी क्षेत्र में कीमतों में व्यापक वृद्धि देखने को मिलेगी। मुख्यमंत्री कार्यालय ने कहा, "एक और बड़ी किसान-पक्षीय पहल के तहत मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार ने गुरुवार को मिल्कफेड पंजाब (वेरका ब्रांड) से जुड़े किसानों के लिए दूध की खरीद कीमत में वृद्धि का ऐलान किया है।" मुख्यमंत्री कार्यालय ने आगे कहा, "ये दरें पहली अप्रैल 2026 से लागू होंगी। इससे दूध की खरीद कीमत में 10 से 15 रुपये प्रति किलोग्राम फैट की बढ़ोतरी होगी। इस निर्णय का उद्देश्य डेयरी किसानों के लिए बेहतर आय सुनिश्चित करना, ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूत करना और पंजाब में सहकारी डेयरी ढांचे को सुदृढ़ करना है।" मिल्कफेड पंजाब परिवार का हिस्सा बने लगभग 2.5 लाख डेयरी किसानों को तुरंत बढ़ी हुई कीमतों का लाभ मिलेगा।

पश्चिमी एशिया में गहराया तेल संकट

होर्मुज को खुलवाने के लिए यूके के 'एक्शन प्लान' में भारत भी शामिल

नई दिल्ली. विदेश मंत्रालय ने गुरुवार को घोषणा की कि पश्चिम एशिया में जारी संघर्ष के मद्देनजर होर्मुज जलडमरूमध्य को फिर से खोलने के लिए ब्रिटेन द्वारा आयोजित बहुराष्ट्रीय वर्चुअल शिखर सम्मेलन में भारत भाग लेगा। मंत्रालय ने यह भी बताया कि लंदन ने नई दिल्ली को यह निमंत्रण भेजा है। मीडिया ब्रीफिंग में विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने कहा कि ब्रिटेन ने होर्मुज जलडमरूमध्य पर वार्ता के लिए भारत सहित कई देशों को आमंत्रित किया है। उन्होंने आगे बताया कि विदेश सचिव विक्रम मिसरी वार्ता में शामिल होंगे। ब्रिटेन द्वारा आयोजित एक आभासी शिखर सम्मेलन में लगभग 30 देशों का एक गठबंधन रणनीतिक रूप से महत्वपूर्ण होर्मुज जलडमरूमध्य को फिर से खोलने की योजनाओं पर चर्चा करने वाला है। इस बैठक में महत्वपूर्ण समुद्री मार्ग तक पहुंच बहाल करने के लिए राजनयिक और राजनीतिक विकल्पों पर विचार-विमर्श होने की उम्मीद है, हालांकि अमेरिका के इसमें भाग लेने की संभावना नहीं है।

हथियार तस्करी मॉड्यूल से जुड़े बिहार-आधारित हथियार सप्लायर सहित चार आरोपी काबू, 10 सेल्फ-लोडिंग हथियार बरामद

डीजीपी गौरव यादव ने कहा- गोल्डी ढिल्लों से जुड़े एक विरोधी अपराधी को निशाना बनाने की योजना बना रहे थे

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/पटियाला

पटियाला पुलिस ने अंतर-राज्यीय अवैध हथियार सप्लाई मॉड्यूल से जुड़े चार आरोपियों को 10 आधुनिक सेल्फ-लोडिंग हथियारों सहित गिरफ्तार कर इस मॉड्यूल का पर्दाफाश किया है। यह जानकारी पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव ने आज यहां दी। गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों की पहचान सौरभ कुमार निवासी गांव जारंग दीह, मुजफ्फरपुर (बिहार), साजन निवासी सोहाना (एसएएस नगर), अभिषेक उर्फ काका निवासी गुरदीप कॉलोनी अबलोवाल, पटियाला और इंद्रजीत सिंह उर्फ रोहित निवासी पुराना बिशन नगर, पटियाला के रूप में हुई है।

डीजीपी गौरव यादव ने बताया कि प्रारंभिक जांच में पता चला है कि गिरफ्तार आरोपी बिहार से देसी हथियार लाकर राज्य में आपराधिक गतिविधियों के लिए सप्लाई करते थे। उन्होंने कहा कि आगे की जांच में गैंगवार के संकेत भी मिले हैं, जिसके तहत इलाके में दबदबा कायम करने के लिए गोल्डी ढिल्लों नेटवर्क से जुड़े एक विरोधी अपराधी को निशाना बनाने की योजना बनाई जा रही थी। डीजीपी ने कहा कि मामले में आगे-पीछे के संबंध स्थापित करने के लिए जांच जारी है ताकि पूरे नेटवर्क को खत्म किया जा सके।

एसएसपी पटियाला वरुण शर्मा ने बताया कि एसपी इन्वेस्टिगेशन पटियाला गुरबंस सिंह बैंस और डीएसपी हरमन चीमा की निगरानी में सीआईए पटियाला यूनिट और एसएचओ शंभू ने कार्रवाई करते हुए चारों आरोपियों को गिरफ्तार किया।

इस संबंध में एफआईआर नंबर 50 दिनांक 01-04-2026 को पुलिस स्टेशन शंभू, पटियाला में बीएनएस की धारा 111 और आर्म्स एक्ट की धारा 25 के तहत मामला दर्ज किया गया है।

10,000 रुपये रिश्वत लेते एसडीओ को विजिलेंस ब्यूरो ने किया गिरफ्तार

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब विजिलेंस ब्यूरो ने राज्य में भ्रष्टाचार के खिलाफ चल रही मुहिम के दौरान पी.एस.पी.सी.एल. कार्यालय, सब-डिवीजन कुप कलां, जिला मलेरकोटला में तैनात उप-मंडल अधिकारी (एस.डी.ओ.) हरदीप सिंह को 10,000 रुपये रिश्वत लेते हुए रंगे हाथों गिरफ्तार किया है। राज्य विजिलेंस ब्यूरो के सरकारी प्रवक्ता ने बताया कि उक्त आरोपी को गांव भोगीवाल, जिला मलेरकोटला के एक निवासी द्वारा दर्ज कराई गई शिकायत के आधार पर गिरफ्तार किया गया है। प्रवक्ता ने कहा कि आरोपी एसडीओ हरदीप सिंह ने शिकायतकर्ता के घर की जांच की और उसे बताया कि उसके घर में अवैध बिजली मीटर लगे हुए हैं। इस संबंध में आरोपी एसडीओ ने इन बिजली मीटरों को चालू रखने के लिए शिकायतकर्ता से 10,000 रुपये रिश्वत की मांग की। इस संबंध में आरोपी के खिलाफ विजिलेंस ब्यूरो के थाना पटियाला में भ्रष्टाचार निरोधक कानून के तहत मामला दर्ज किया गया है और मामले की आगे की जांच जारी है।

आईपैक पर ईडी की बड़ी कार्रवाई, दिल्ली से बेंगलुरु तक छापेमारी

नई दिल्ली. प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने गुरुवार को पश्चिम बंगाल कोयला तस्करी मामले के सिलसिले में राजनीतिक परामर्श फर्म आई-पीएसी से जुड़े कई ठिकानों पर नए छापे मारे। अधिकारियों के अनुसार, पश्चिम बंगाल में कथित कोयला तस्करी और चोरी घोटाले की एजेंसी की चल रही जांच के तहत हैदराबाद, बेंगलुरु और दिल्ली में तलाशी अभियान चलाए गए। अधिकारियों ने बताया कि आई-पीएसी से जुड़े कई परिसरों में एक साथ तलाशी ली जा रही थी। इनमें ऋषि राज सिंह का बेंगलुरु स्थित आवास भी शामिल था, जिसकी तलाशी अभियान के दौरान ली गई। यह बताना महत्वपूर्ण है कि आई-पीएसी पश्चिम बंगाल की सत्तारूढ़ तृणमूल कांग्रेस को राजनीतिक परामर्श सेवाएं प्रदान करती है और पार्टी के आईटी और मीडिया संचालन का भी प्रबंधन करती है।

हमारी असली ताकत से अनजान है अमेरिका, ट्रंप के दावों पर ईरान ने दी चेतावनी

तेहरान. ईरानी सेना ने गुरुवार को अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप द्वारा राष्ट्र को संबोधित करते हुए दिए बयान पर कड़ा जवाब देते हुए चेतावनी दी कि यह संघर्ष तब तक जारी रहेगा जब तक वाशिंगटन को 'स्थायी अपमान, खेद और आत्मसमर्पण' का सामना नहीं करना पड़ता। यह जानकारी ईरानी सरकारी मीडिया प्रेस टीवी ने दी है। खातम अल-अनबिया केंद्रीय मुख्यालय के प्रवक्ता द्वारा जारी बयान के अनुसार, ईरान ने अमेरिकी दावों को खारिज करते हुए कहा कि ईरान के सैन्य ढांचे और क्षमताओं को नुकसान पहुंचाने के अमेरिकी दावे अधूरे हैं। प्रवक्ता ने आगे कहा कि वाशिंगटन इस्लामिक गणराज्य की 'विशाल रणनीतिक क्षमताओं' से अनभिज्ञ है और संघर्ष के दौरान तेहरान की मिसाइलों और ड्रोन लॉन्च करने की क्षमता को 'काफी हद तक कम' करने के ट्रम्प के दावों को भी खारिज कर दिया। ईरान का केंद्रीय खातम अल-अनबिया मुख्यालय ईरान की सर्वोच्च परिचालन कमान इकाई है जो ईरानी सेना और इस्लामिक क्रांति रक्षक कोर (आईआरजीसी) के बीच अभियानों का समन्वय करती है। प्रवक्ता ने अमेरिका पर आक्रामकता शुरू करने का आरोप लगाया और निरंतर जवाबी कार्रवाई की कसम खाई। उन्होंने कहा कि हमारे सम्मानित, प्रिय मुस्लिम राष्ट्र के विरुद्ध शुरू की गई आक्रामकता की कीमत आपको चुकानी होगी। युद्ध तब तक जारी रहेगा जब तक आपको स्थायी अपमान, पश्चाताप और आत्मसमर्पण का सामना नहीं करना पड़ता।

टीएमसी को उखाड़कर बंगाल की खाड़ी में फेंक दें : अमित शाह

कोलकाता. केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने गुरुवार को कोलकाता में एक राजनीतिक रैली को संबोधित करते हुए कहा कि हर किसी को बिना किसी डर के मतदान करना चाहिए ताकि टीएमसी को जड़ से उखाड़ फेंका जा सके और उसे बंगाल की खाड़ी में बहा दिया जा सके। उन्होंने आगे कहा कि इस बार किसी को डरने की जरूरत नहीं है क्योंकि कोई भी गुंडा पश्चिम बंगाल के मतदाताओं को नहीं रोक सकता। अमित शाह ने कोलकाता में एक चुनावी रैली में कहा कि इस बार किसी को डरने की जरूरत नहीं है; कोई गुंडा बंगाल के मतदाताओं को नहीं रोक सकता। हर किसी को बिना किसी डर के मतदान करना चाहिए ताकि टीएमसी को जड़ से उखाड़ फेंका जा सके और उसे बंगाल की खाड़ी में बहा दिया जा सके। उन्होंने कहा कि पश्चिम बंगाल में बदलाव आएगा। लेकिन आप भाबनीपुर में बदलाव चाहते हैं या नहीं? मैं यहां अपने उम्मीदवार सुवेंदु अधिकारी के लिए आपके वोटों की अपील करने आया हूं।

संवाद और सहयोग से भारत और रूस के संसदीय संबंध और प्रगाढ़ होंगे : लोक सभा अध्यक्ष

भारत-रूस संसदीय संवाद में आई तेजी: रूसी संसदीय शिष्टमंडल ने लोक सभा अध्यक्ष से भेंट की

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

रशियन फेडेरेशन की फेडरल एसेम्बली की फेडेरेशन काउंसिल के फर्स्ट डेप्युटी स्पीकर, महामहिम श्री व्लादिमिर याकुशेव के नेतृत्व में भारत यात्रा पर आए रूस के संसदीय शिष्टमंडल ने गुरुवार को संसद भवन में लोक सभा अध्यक्ष ओम बिरला से भेंट की। रूसी शिष्टमंडल का स्वागत करते हुए अध्यक्ष महोदय ने याकुशेव को फेडरेशन काउंसिल के संसदीय मैत्री समूह के अध्यक्ष के रूप में उनके चुनाव पर बधाई दी। उन्होंने उल्लेख किया कि यह चुनाव भारत के साथ संसदीय सहयोग बढ़ाने के प्रति रूस की निरंतर प्रतिबद्धता को दर्शाती है। इस बात पर जोर देते हुए कि संवाद और सहयोग से भारत और रूस के संसदीय संबंध और प्रगाढ़ होंगे, बिरला ने कहा कि दोनों देशों की साझेदारी परस्पर विश्वास पर आधारित है और समय की कसौटी पर खरी उतरी हैं। उन्होंने इस बात का उल्लेख किया कि भारत की स्वतंत्रता के बाद से, रूस इसके सबसे करीबी और विश्वसनीय भागीदारों में से एक रहा है, और दोनों देशों के लोगों के बीच मित्रता और सहयोग पूरे विश्व के लिए एक उदाहरण है।

बिरला ने दोनों देशों के बीच हाल ही में हुए उच्च स्तरीय संपर्क और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी तथा रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के बीच निरंतर संवाद का उल्लेख करते हुए कहा कि इन संवादों से द्विपक्षीय संबंध और मजबूत हुए हैं और सहयोग के नए मार्ग खुले हैं। दोनों पक्षों ने अंतर-संसदीय संघ (आईपीयू), ब्रिक्स संसदीय मंच और जी-20 जैसे बहुपक्षीय संसदीय मंचों पर सहयोग के महत्व को रेखांकित किया। अध्यक्ष महोदय ने वैश्विक चुनौतियों का सामूहिक रूप से समाधान करने के लिए सहयोग की भावना को और मजबूत करने की आवश्यकता पर बल दिया। चर्चा के दौरान रक्षा, व्यापार और आर्थिक सहयोग जैसे प्रमुख क्षेत्रों में द्विपक्षीय सहयोग पर भी प्रकाश डाला गया। अंतरिक्ष अनुसंधान, आर्टिफिशयल इंटेलिजेंस (एआई) और स्वच्छ ऊर्जा की पहचान उभरते क्षेत्रों के रूप में की गई जिनमें भविष्य के सहयोग की संभावना है। बिरला ने भारत और रूस के बीच मजबूत सांस्कृतिक संबंधों और दोनों देशों के लोगों के घनिष्ठ संबंधों का उल्लेख भी किया।

राघव चड्ढा को 'आप' ने राज्यसभा में डिप्टी लीडर के पद से हटाया, सदन में बोलने पर भी रोक

नई दिल्ली. आम आदमी पार्टी ने राघव चड्ढा को राज्यसभा में डिप्टी लीडर के पद से हटा दिया है। आप ने सांसद अशोक मित्तल को उच्च सदन राज्य सभा में पार्टी का डिप्टी लीडर चुना है। आम आदमी पार्टी ने राज्य सभा सचिवालय को एक पत्र भेजकर यह जानकारी दी। पिछले कुछ दिनों से राघव चड्ढा आप और उसके बड़े नेताओं से जुड़े बड़े मुद्दों पर चुप्पी साधे हुए थे। और अब पार्टी ने बड़ी कार्रवाई करते हुए उप नेता के पद से हटा दिया है।

पार्टी सूत्रों के मुताबिक, आप ने राज्य सभा सचिवालय से कहा है कि सांसद राघव चड्ढा को सदन में बोलने के लिए समय आवंटित ना किया जाए। पिछले हफ्ते आम आदमी पार्टी ने आगामी विधानसभा चुनावों के लिए अपने स्टार प्रचारकों की सूची से राघव चड्ढा को हटा दिया था। यह घटनाक्रम उस समय सामने आया, जब तीन दिन पहले चड्ढा ने मुंबई एयरपोर्ट पर 'उड़ान यात्री कैफे' की सराहना की थी जो महाराष्ट्र में एनडीए सरकार के तहत संचालित है।

उन्होंने ट्वीट किया, 'मैं मुंबई एयरपोर्ट पर 'उड़ान यात्री कैफे' गया और सिर्फ 10 रुपये में चाय पी। मैं दिल्ली के लिए फ्लाइट लेने वाला था और उससे पहले चाय पीना चाहता था। वहां कई यात्रियों से बात की, सभी खुश थे और एक ही बात कह रहे थे: जेब पर हल्का, अच्छी सेवा और पैसे की पूरी कीमत। एयरपोर्ट पर किफायती खाना संभव है और यह इसका प्रमाण है।'

दिल्ली की दूसरी साइड तो आपने देखी ही नहीं...हैं औरों से अलग

Travelling दिल्ली में घूमने वाली जगहों पर जाना चाहते हैं, तो ये रही 5 प्लेसेस जहां आपको एक से एक नई चीजें देखने को मिलेंगी। यहां फैमिली से लेकर दोस्तों तक के ग्रुप सब इस जगह पर आते हैं।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

दिल्ली में हर मूड के इंसान के लिए कुछ ना कुछ है, आप यहां इतिहास देख लें या यहां की संस्कृति सब कुछ एकदम अलग लगता है। दिल्ली केवल सैकड़ों साल पुराने किलों और इमारतों तक सीमित नहीं है, बल्कि यहां पक्षियों से भरे वेटलैंड्स, शांति-सुकून देने वाले पार्क और सलीके से बनाए गए गार्डन्स भी हैं, जो टूरिस्ट ही नहीं बल्कि लोकल लोगों को भी बार-बार खींच लाते हैं। दिल्ली को देखना चाहते हैं तो चलिए जानते हैं यहां की कुछ ऐसी जगहों के बारे में जो उसे दूसरे शहरों से अलग बनाती हैं।

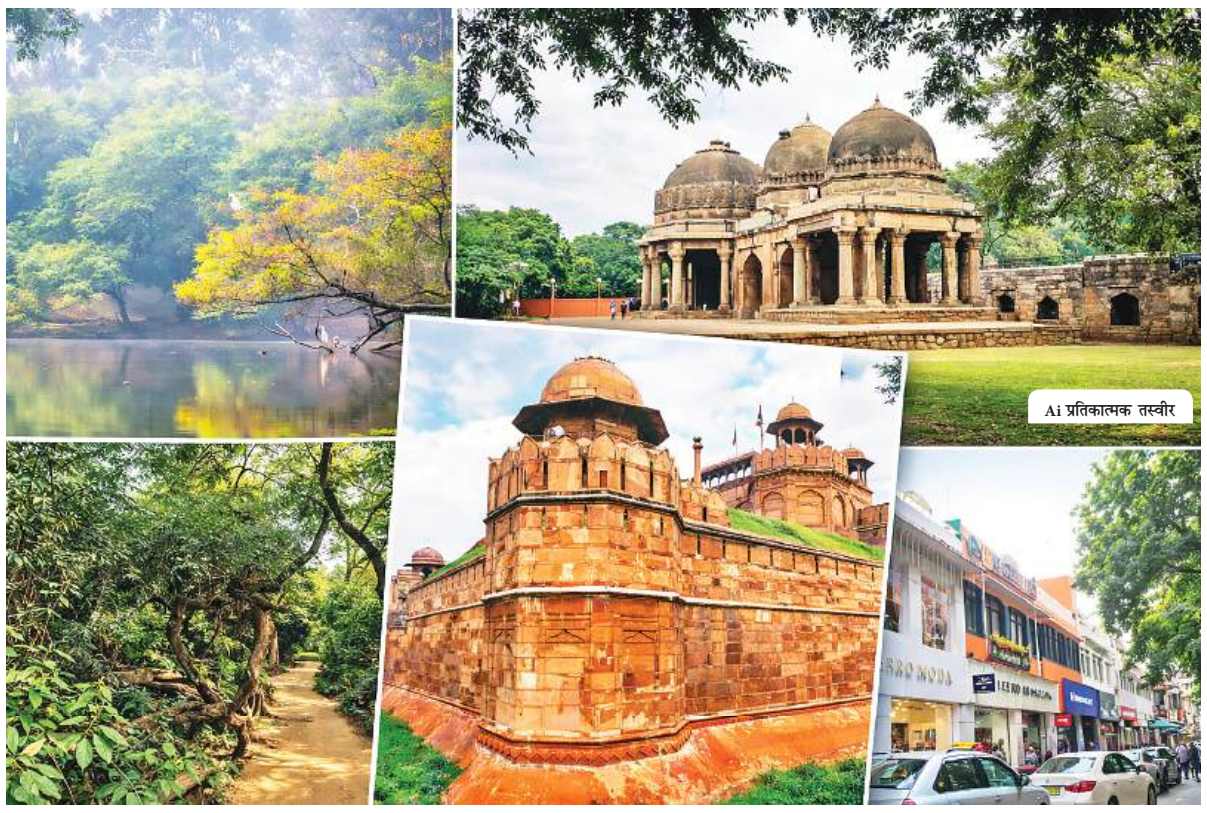
ओखला बर्ड सैंक्चुरी : अगर लगता है कि बर्ड वॉचिंग वाली जगहों पर देखने के लिए ज्यादा कुछ नहीं है, तो ओखला बर्ड सैंक्चुरी आपकी सोच बदल सकती है। ये शहर के बीच मौजूद एक खास वैटलैंड है, जहां कंक्रीट की इमारतों के बैकग्राउंड आपको हैरान कर देंगे। यमुना के फ्लडप्लेन्स में फैली इस सैंक्चुरी में 300 से ज्यादा तरह के पक्षी पाए जाते हैं, खासकर सर्दियों के मौसम में। यहां आप सुबह जा सकते हैं, क्योंकि इस दौरान माइग्रेटरी बड्र्स जैसे पेंटेड स्टॉर्क, पेल्किन और कई तरह के शिकारी पक्षी आसानी से दिख जाते हैं।

हौज खास विलेज : अगर दोस्तों के साथ यादगार शाम बिताना चाहते हैं, तो हौज खास विलेज से बेहतर ऑप्शन मिलना काफी मुश्किल है। ये वो जगह है, जहां पुराने जमाने का इतिहास और आज की मॉडर्न लाइफस्टाइल एक साथ देखने को मिलती है। यहां 13वीं सदी का हौज (तालाब), कब्रें और मदरसे के खंडहर हैं, जो एक खूबसूरत झील को देखते हुए बनाए गए हैं। यहां कैफे, बूटीक शॉप्स और आर्ट स्पेसेज की भरमार है।

दिल्ली रिज जंगल ट्रेल : दिल्ली रिज को अक्सर शहर की ग्रीन लंग्स कहते हैं, यहां आते ही सच में खुलकर सांस लेने का एहसास होता है। यह जगह आपको कुछ देर के लिए शहर की भीड़-भाड़ और शोर से दूर जंगल जैसे माहौल में ले जाती है। सेंट्रल रिज और नॉर्थ रिज के आसपास के इलाके नेचर वॉक, बर्ड वॉचिंग और शांत ट्रेक के लिए काफी पसंद किए जाते हैं। यहां के जमीन और रास्ते थोड़े आपको ऑफबीट लगेंगे।

दिल्ली हाट : दिल्ली हाट राजधानी में घूमने वाली बेहतरीन जगहों में शामिल है। ये एक ऐसी एयर मार्केट है, जहां आपको भारत की कला, शिल्प और खाने की झलक एक ही जगह पर मिल जाती है। यहां अलग राज्यों से आए कारीगर अपनी दुकानें लगाते हैं, जिनमें हैंडलूम कपड़े, जूलरी, मिट्टी के बर्तन और लोक कला की चीजें मिलती हैं। खाने के शौकीनों के लिए भी ये जगह किसी जन्नत से कम नहीं। मोमोज, लिट्टी-चोखा, डोसा से लेकर कबाब तक हर राज्य के फेमस स्वाद यहां चखने को मिल जाएंगे।

लाल किला : लाल किला दिल्ली की पहचान और भारत के सबसे मजबूत ऐतिहासिक प्रतीकों में से एक है। ये यूनेस्को वर्ल्ड हेरिटेज साइट मुगल बादशाह शाहजहां द्वारा बनवाया गया था। इसकी ऊंची-ऊंची लाल पत्थर की दीवारों के


Ai प्रतिकात्मक तस्वीर

अंदर महल, दीवाने आम, दीवाने खास और म्यूजियम हैं, जो भारत के इतिहास के कई अहम किस्से बताते हैं।

LIFESTYLE

बोगनवेलिया का फूल उगाने के लिए कैसे तैयार करें मिट्टी? पॉटिंग सॉइल मिक्स बनाने का सही तरीका

अगर आपके बोगनवेलिया के पौधे में केवल हरी पत्तियां आ रही हैं और फूल गायब हैं तो इसकी सही पॉटिंग सॉइल मिक्स तैयार करने के बारे में जान लीजिए। गार्डनिंग एक्सपर्ट के मुताबिक, इस पौधे को ज्यादा पानी और खाद की जरूरत नहीं होती लेकिन सही मिट्टी का होना बहुत जरूरी है।

Ai प्रतिकात्मक तस्वीर

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

गर्मियों के मौसम में अगर कोई ऐसा पौधा है जो बिना ज्यादा नखरे दिखाए आपके बगीचे को फूलों से भर सकता है, तो वह बोगनवेलिया है। यह एक ऐसा पौधा है जिसे बहुत ज्यादा पानी या बहुत ज्यादा महंगी खाद की जरूरत नहीं होती है। लेकिन बोगनवेलिया में ढेरों फूल पाने के लिए सबसे ज्यादा जरूरी है उसके लिए सही पॉटिंग सॉइल मिक्स यानी मिट्टी तैयार करना।

अगर मिट्टी सही नहीं होगी, तो पौधे में केवल पत्तियां आएंगी, फूल नहीं। गार्डनिंग एक्सपर्ट सौरभ कुमार ने बोगनवेलिया के लिए एक ऐसा मिट्टी का मिश्रण बताया है, जिससे आपका गमला फूलों से लद जाएगा। अब अगर आप पूरी गर्मी बगीचे में ढेरों में बोगनवेलिया के फूल देखना चाहते हैं तो इस पॉटिंग सॉइल मिक्स के बारे में जान लीजिए।

सही अनुपात में मिट्टी और रेत का मिश्रण : बोगनवेलिया को सूखी और हल्की मिट्टी पसंद होती है। इसलिए सबसे पहले 40% सामान्य बगीचे की मिट्टी लें और उसमें 30% रेत मिलाएं। रेत मिलाने से मिट्टी भुरभुरी हो जाती है और पानी गमले में रुकता नहीं है। इसके साथ ही नमी को हल्का सा बनाए रखने के लिए इसमें 10% कोकोपीट का इस्तेमाल करें। इन तीनों को आपस में अच्छी तरह से मिला लें।

जैविक खाद और पोषक तत्व मिलाना : अब इस तैयार मिट्टी में 20% वर्मीकंपोस्ट या पुरानी गोबर की खाद मिलाएं। इसके बाद इसमें 20 ग्राम नीम खली मिलाएं जो पौधे की जड़ों को फंगस या कीड़ों से बचाएगी। आखिरी में 20 ग्राम बोन मील पाउडर मिलाएं। बोन मील में फास्फोरस और कैल्शियम प्रचुर मात्रा में होता है, जो बोगनवेलिया की जड़ों को मजबूत बनाता है और भविष्य में ज्यादा कलियां और फूल लाने में मदद करता है।

गमले के ड्रेनेज होल की तैयारी : बोगनवेलिया को जलभराव बिल्कुल पसंद नहीं है, इसलिए गमले के नीचे एक अच्छा ड्रेनेज सिस्टम होना चाहिए। मिट्टी भरने से पहले गमले के सबसे नीचे वाले छेद को दीये के टुकड़े या ठीकरी से ढक दें। इसके बाद जो छोटे कंकड़ और पत्थर आपने लिए थे, उनकी एक पतली परत गमले के सबसे नीचे बिछा दें। यह पत्थरों की परत एक्स्ट्रा पानी को तुरंत बाहर निकालने में मदद करेगी।

नर्सरी बैग से पौधे को सावधानी से निकालना : अब नर्सरी से लाए गए बोगनवेलिया के पौधे को उसके प्लास्टिक बैग से बहुत सावधानी से बाहर निकालें। ध्यान रहे कि पौधे की मुख्य मिट्टी का ढेला टूटना नहीं चाहिए और उसकी मुख्य जड़ों को नुकसान नहीं पहुंचना चाहिए। अगर नर्सरी की मिट्टी बहुत ज्यादा सख्त या चिकनी है, तो नीचे से हल्की सी मिट्टी खुरच कर ढीली कर सकते हैं।

गमले में पौधा रोपण करना : गमले में नीचे पत्थरों की परत के ऊपर थोड़ी तैयार की गई सॉइल मिक्स भरें। इसके बाद बोगनवेलिया के पौधे को गमले के बिल्कुल बीचो-बीच सीधा रखें। अब साइड्स से बची हुई जगह में तैयार की गई मिट्टी भरते जाएं। मिट्टी भरते समय गमले को हल्का थपथपाएं ताकि अंदर हवा के बुलबुले न रहें। ऊपर से गमले को 1-2 इंच खाली छोड़ दें।

पानी देना और सही जगह पर रखना : पौधा लगाने के बाद पहली बार गमले में भरपूर पानी डालें। आप देखेंगे कि पानी डालते ही वह मिट्टी को नमी देता हुआ नीचे के छेद से बाहर निकल जाएगा। ही एक परफेक्ट मिट्टी की पहचान है। इसके बाद पौधे को ऐसी जगह पर रखें जहां उसे दिन भर की कम से कम 6-8 घंटे की अच्छी और तेज धूप मिल सके। बोगनवेलिया धूप का पौधा है, इसे जितनी अच्छी धूप मिलेगी, उतने ही ढेरों रंग-बिरंगे फूल खिलेंगे।

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

क्या आपको भी हो जाता है लाटे और कैपेचीनो जैसे कॉफी नामों में कन्फ्यूजन? सीखें बोलने का सही तरीका

क्या आप कॉफी के नाम सही तरीके से बोल पाते हैं? कई बार हम कैफे में ऑर्डर करते समय गलत उच्चारण कर देते हैं। इस आर्टिकल में जानिए कॉफी के पॉपुलर नाम और उनका सही उच्चारण।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

आज के समय में कॉफी सिर्फ एक पेय नहीं, बल्कि एक पूरा अनुभव बन चुकी है। कैफे कल्चर के बढ़ते ट्रेंड के साथ लोग अलग-अलग तरह की कॉफी ट्राई करना पसंद करते हैं। लेकिन जब मेन्यू में Espresso, Latte, Cappuccino जैसे नाम दिखते हैं, तो अक्सर उनके सही उच्चारण को लेकर कन्फ्यूजन हो जाता है। कई बार लोग इन नामों को गलत बोल देते हैं, जिससे ऑर्डर देते समय झिझक भी महसूस होती है।

सही उच्चारण जानना ना सिर्फ आपके कॉन्फिडेंस को बढ़ाता है, बल्कि आपको एक स्मार्ट और अवेयर कॉफी लवर भी बनाता है। यहां हम आपको आसान भाषा में पॉपुलर कॉफी के नाम और उनके सही उच्चारण बता रहे हैं ताकि अगली बार जब आप कैफे जाएं, तो इन नामों को सही तरीके से बोलकर अपना ऑर्डर दें और प्रोफेशनल महसूस करें।

कॉफी के पॉपुलर नाम और बोलने का सही तरीका

सबसे पहले बात करते हैं Espresso (एस-प्रे-सो) की। कई लोग इसे 'एक्सप्रेसो' बोल देते हैं, जो गलत है। इसका सही उच्चारण 'एस्प्रेसो' होता है। यह एक स्ट्रॉन्ग कॉफी होती है जिसमें पानी कम और फ्लेवर ज्यादा होता है।

इसके बाद आता है Cappuccino (कै-पु-ची-नो)। इसे कई लोग 'कैप-यू-चीनो' बोलते हैं, लेकिन सही तरीका 'कैपेचीनो' है। इसमें कॉफी, दूध और फोम का अच्छा बैलेंस होता है।

अब बात करते हैं Latte (ला-टे) की। इसे अक्सर 'लेट' या 'लैटी' बोल दिया जाता है, लेकिन सही उच्चारण 'लाटे' है। यह कॉफी दूध के साथ बनाई जाती है और इसका स्वाद हल्का होता है।

Americano (अ-मे-री-का-नो) भी एक पॉपुलर कॉफी है। यह एस्प्रेसो में पानी मिलाकर बनाई जाती है। इसे 'अमेरिकानो' ही बोला जाता है, लेकिन ध्यान रखें कि इसका उच्चारण साफ और सही हो।

इसके अलावा Mocha (मो-का) का नाम भी काफी सुना जाता है। इसे कई लोग 'मोचा' कहते हैं, जो लगभग सही है लेकिन मोका ही सही उच्चारण माना जाता है। इसमें कॉफी और चॉकलेट का स्वाद मिलता है, इसलिए यह मीठी कॉफी पसंद करने वालों के लिए अच्छी होती है।

Macchiato (मा-कि-या-टो) का उच्चारण थोड़ा मुश्किल होता है। कई लोग इसे 'माकियाटो' बोलते हैं, लेकिन सही तरीका 'माक्कियातो' है। इसमें एस्प्रेसो के ऊपर थोड़ा दूध डाला जाता है।

Flat White (फ्लैट व्हाइट) का उच्चारण आसान है, लेकिन इसका स्वाद खास होता है। इसमें कॉफी और दूध का स्मूद मिक्स होता है।

Cold Brew (कोल्ड ब्रू) भी आजकल बहुत ट्रेंड में है। इसका नाम बोलना आसान है और यह ठंडी कॉफी का एक अलग तरीका है, जिसमें कॉफी को लंबे समय तक ठंडे पानी में रखा जाता है।

बच्चों को प्री स्कूल भेजना क्या घाटे का सौदा है? एक टीचर से जानें सही जवाब

PARENTING

जालंधर ब्रीज (फीचर) . बच्चों को स्कूल भेजने से पहले प्री स्कूल या प्ले स्कूल में भेजना काफी कॉमन हो गया है। बड़े शहरों में तो एकल फैमिली या अकेले रहने वाले पैरेंट्स अपने बच्चों को दो से ढाई साल की उम्र में प्री स्कूल में डाल देते हैं क्योंकि ज्यादातर पैरेंट्स वर्किंग होते हैं और उनके पास बच्चे को दिनभर संभालने का वक्त नहीं मिलता। लेकिन वो घर जहां पर बच्चे के ग्रैंड पैरेंट्स साथ होते हैं या फिर छोटे शहरों में जहां महिलाएं वर्किंग नहीं होती अक्सर वो बच्चों के प्ले या प्री स्कूल को स्किप कर देते हैं। उन्हें लगता है कि इतने छोटे बच्चे को घर से बाहर केवल 3 घंटे खेलने के लिए भेजना ठीक नहीं या फिर कई बार उन्हें ये फिजूलखर्ची भी लगती है। अगर किसी भी पैरेंट्स के मन में इस तरह के सवाल आते हैं तो उसका जवाब इस प्री स्कूल की टीचर से जरूर जान लें। **आखिर क्यों बच्चों को प्री स्कूल भेजना बच्चे की ग्रोथ से जुड़ा मामला है :** मन में सवाल उठता है कि बच्चे को प्री स्कूल क्यों भेजना चाहिए तो उसका जवाब बहुत सिंपल है। ये बच्चे की ग्रोथ और डेवलपमेंट के लिए अच्छा है। कुछ लोग का मानना है कि बच्चे को जब प्री या प्ले स्कूल में खिलाते ही हैं तो वो काम तो घर में भी बच्चे करते हैं। लेकिन बता दें कि बच्चे के घर और स्कूल में खेलने में बहुत अंतर होता है।

बच्चे को स्कूल में खेलने के साथ डिसिप्लिन मेंटेन करना सिखाया जाता है : बच्चे को स्कूल में अपने हम उम्र दूसरे बच्चों के साथ इंटरैक्शन करने का मौका मिलता है। ग्रुप में काम करने, सोशल बिहेवियर सीखने का मौका मिलता है।

बच्चों को कोई रैंडम गेम नहीं खिलाया जाता। हमेशा गेम टीचर डिसाइड करती हैं। जिससे बच्चों को बहुत कुछ सीखने को मिलता है। छोटे बच्चों को खेल तय टाइम लिमिट में खेलना होता है जिससे उन्हें टाइम मैनेजमेंट सीखने में मदद होती है। एक के बाद दूसरे की बारी, आउट हो जाने के बाद गेम से बाहर हो जाना, बच्चों को बिहेवियर में धैर्य यानी पेशेंस सीखने का मौका मिलता है। बच्चों को ग्रुप एक्टीविटी कराई जाती है। जिससे बच्चों में सोशल स्किल डेवलप होती है।

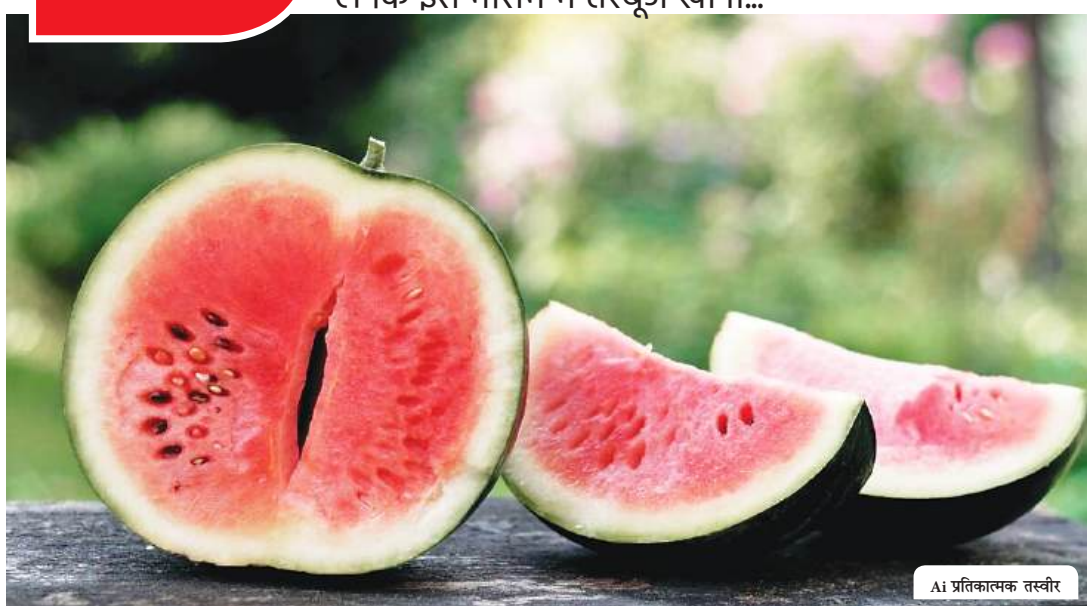
बच्चों में कॉन्फिडेंस लेवल डेवलप होता है। साथ ही गेम में जीतने पर जो प्राइज और तारीफ मिलती है। उससे बच्चों को मोटिवेशन मिलता है कि वो और भी ज्यादा अच्छे से चीजों को करें। जिससे बच्चे की फ्यूचर ग्रोथ डेवलप होती है।

यहीं नहीं बच्चा जब किसी बड़े स्कूल में पढ़ने के लिए जाता है तो उसे स्कूल में सेटल होने में ज्यादा समय नहीं लगता और वो आसानी से चीजों को सीख पाता है क्योंकि वो पहले से ही प्ले स्कूल में जाता है तो एनवायरमेंट बिल्कुल नया सा नहीं लगता और वो आसानी से सेटल हो पाता है।

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

मार्च-अप्रैल में तरबूज खाने की गलती ना करें! आयुर्वेद में बताया गया है सही समय

Health मार्केट में तरबूज खूब धड़ल्ले से बिक रहे और लोग इसे हेल्दी समझकर घर ला रहे। वहीं मार्च के बाद अप्रैल लगने वाला है और मौसम का मिजाज बदला हुआ ही है। तो जान लें कि इस मौसम में तरबूज खाना...


Ai प्रतिकात्मक तस्वीर

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

हेल्दी रहना है तो फ्रूट्स को खाना अच्छा हैबिट है। लेकिन एक्सपर्ट हमेशा सीजनल फ्रूट खाने की सलाह देते हैं। अब अगर आप मार्केट में मिल रहे तरबूज को सीजनल समझकर घर ला रहे और मार्च-अप्रैल के महीने में इसे खा रहे तो जरा संभल जाएं। आयुर्वेद में तरबूज खाने के लिए सही समय और ऋतु के बारे में बताया गया है। योगाचार्य उमंग ने बताया कि आखिर क्यों गर्मी की शुरुआत यानी मार्च-अप्रैल के महीने में तरबूज नहीं खाना चाहिए और साथ ही जानें तरबूज खाने का सही समय।

मार्च-अप्रैल में क्यों नहीं खाना चाहिए तरबूज : तरबूज को आयुर्वेद में शीतल और गुरु बोला गया है। यानि कि इसकी तासीर ठंडी होती है और ये डाइजेशन में भारी होता है। खाली पेट इस मौसम में तरबूज खाने से शरीर में आम बनता है। जिससे शरीर में सुस्ती, थकान और भारीपन होता है। तरबूज गर्मियों का फल है और जो तरबूज मार्केट में मिल रहा वो गर्मियों से पहले ही आ चुका है। इस फल को पचाने के लिए अभी आपका शरीर तैयार नहीं हुआ है। जिससे पाचन संबंधी दिक्कत दिखाई देने लगती है।

तरबूज है गर्मियों का फल : तरबूज गर्मियों का फल है। मतलब जब ज्येष्ठ महीना आधा बीत जाए यानी मई का महीना जब आधा बीत जाएं तब ही इस फल को खाएं। गर्मियों में तरबूज खाने से पेट शांत रहता है और शरीर हल्का लगता है।

डायबिटीज में हार्मफुल हो सकता है तरबूज : तरबूज को लाइटवेट और हेल्दी समझकर खाते हैं तो जानें कि साइंस इस बारे में क्या कहता है। साइंस में भी बताया गया है कि तरबूज का ग्लाइसेमिक इंडेक्स लगभग 72-80 के आसपास होता है। इसे खाने पर ये ब्लड शुगर को तेजी से बढ़ा सकता है। इसलिए डायबिटीज रोगियों को तरबूज खाने से पहले डॉक्टर से सलाह जरूर लेनी चाहिए।

गर्मियों में तरबूज खाते समय 3 बातों का रखें ध्यान : बस गर्मियों में भी तरबूज खाते वक्त इन 3 बातों का ध्यान रखना जरूरी होता है।

1 - तरबूज को हमेशा सुबह 11 बजे से लेकर शाम के 5 बजे के बीच ही खाएं। इस वक्त पर पेट की जठराग्नि बढ़ी हुई होती है और तरबूज ना केवल शरीर को शीतलता देता है बल्कि आसानी से पच भी जाता है।

2 - तरबूज को हमेशा अकेला ही खाएं। कभी भी किसी दूसरे फल, दूध, दही या किसी भारी भोजन के साथ भूलकर भी ना खाएं।

3 - तरबूज ग्रीष्म ऋतु का फल है तो जब आधी गर्मी निकल जाए यानी मई या ज्येष्ठ का आधा महीना निकल जाए उसके बाद ही खाएं। इन 3 नियमों को याद रखकर तरबूज खाएंगे तो ये फायदा ही पहुंचाएगा।

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

भारतीय शासन व्यवस्था की पटकथा फिर से लिख रहा है मिशन कर्मयोगी

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

कल्पना करें कि राजस्थान के दूरदराज के किसी कोने में जिला कलेक्टर को एक ऐसी महत्वाकांक्षी कल्याण योजना की जिम्मेदारी सौंपी जाती है जिसके बारे में उसकी जानकारी बहुत कम है। एक दशक पहले उसे जानकारी के लिए कहीं धूल खा रही किसी नियमावली का सहारा लेना होता। या फिर वह अपने किसी वरिष्ठ सहयोगी की तीन बैठकों और लंच के बाद खाली होने का इंतजार करता। उसकी उम्मीद उस प्रशिक्षण कार्यक्रम पर भी टिकी हो सकती थी जो शायद एक या दो साल में कभी आता। लेकिन आज वह अपने फोन के जरिए आईगॉट (इंटिग्रेटेड गवर्नमेंट ऑनलाइन ट्रेनिंग प्लेटफॉर्म) पर लॉग ऑन करता है। उसे मिनटों में ही अपनी जरूरत के अनुरूप एक सुव्यवस्थित कार्यकुशलता आधारित पाठ्यक्रम मिल जाता है। वह शाम तक सूचनाओं और आत्मविश्वास से लैस होकर योजना के लाभार्थियों की पहली बैठक की अध्यक्षता कर रहा होता है। यह बदलाव देखने में छोटा लग सकता है मगर हकीकत में किसी क्रांति से कम नहीं है।

चमक-दमक से दूर धैर्य के साथ पांच साल पहले शुरू किया गया मिशन कर्मयोगी एक क्रांति ला रहा है। यह नए भारत के लिए एक नई तरह के प्रशासनिक अधिकारी तैयार करने के उद्देश्य से चुपचाप काम कर रहा है।

इसके महत्व को समझने के लिए हमें पहले संदर्भ को जानना होगा। 2047 तक विकसित भारत के प्रधानमंत्री के निर्धारित लक्ष्य तक यूं ही नहीं पहुंचा जा सकता। इस मंजिल तक पहुंचने के लिए हमें भारत गणतंत्र को चलाने वाली संस्थाओं और व्यक्तियों के जरिए सावधानी से एक-एक कदम आगे बढ़ना होगा। इस यात्रा में सबसे महत्वपूर्ण पूंजी, प्रौद्योगिकी या नीति नहीं है। सबसे ज्यादा अहमियत उन लगभग 3.5 करोड़ प्रशिक्षित, उत्साही और नागरिक केंद्रित सरकारी कर्मियों की क्षमता की है जो हर सुबह उठ कर भारतीय शासन को संचालित करते हैं।

स्वतंत्र भारत के इतिहास में ज्यादातर समय क्षमता निर्माण का मॉडल सांयोगिक रहा है। किसी नौजवान अधिकारी को सेवा की शुरुआत के समय औपचारिक प्रशिक्षण दिया जाता था। फिर करियर के बीच में यदा-कदा उसे कुछ पाठ्यक्रमों में हिस्सा लेने का अवसर मिल सकता था। बाकी, उसे काम करते हुए और दूसरों को देख कर ही सीखना होता था। एक स्थिर और धीमी गति से आगे बढ़ते विश्व में यह काफी था। लेकिन कृत्रिम मेधा, जलवायु अवरोध, जनसांख्यिकीय दबाव और जबर्दस्त प्रौद्योगिकीय परिवर्तन के युग में यह सरासर नाकाफी है। प्रशासन के सामने चुनौतियां जिस रफ्तार से आती हैं उसके सामने प्रशिक्षण की पुरानी प्रणालियों की गति कहीं नहीं टिकती।

'मिशन कर्मयोगी' को इसी बेमेल स्थिति के समाधान के रूप में की गई थी। 2021 में शुरू किया गया यह मिशन—जिसे उसी वर्ष अप्रैल में स्थापित 'क्षमता निर्माण आयोग' द्वारा संस्थागत रूप से संचालित किया गया, एक सचमुच महत्वाकांक्षी लक्ष्य को पूरा करने के लिए आगे बढ़ा। भारतीय सिविल सेवाओं की सीखने की संस्कृति को, समय-समय पर होने वाली और केवल नियमों के पालन तक सीमित प्रक्रिया से बदलकर, एक निरंतर चलने वाली, भूमिका-आधारित और स्वयं-निर्देशित विकास यात्रा में रूपांतरित करना इसका मकसद है। जैसा कि आयोग इसका वर्णन करता है, यह बदलाव 'कर्मचारी'—यानी नियमों का पालन करने वाले एक पदाधिकारी से 'कर्मयोगी' बनने की ओर है: एक ऐसा लोक सेवक जो किसी उद्देश्य, सेवा-भाव और उत्कृष्टता से प्रेरित हो।

डॉ. जितेन्द्र सिंह
(केंद्रीय विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी राज्य मंत्री)

पाँच वर्षों के बाद, ये आंकड़े अत्यंत शिक्षाप्रद हैं। 'आईगॉट' (इंटीग्रेटेड गवर्नमेंट ऑनलाइन ट्रेनिंग) प्लेटफॉर्म पर अब 1.5 करोड़ से अधिक सरकारी अधिकारी सक्रिय शिक्षार्थी के रूप में जुड़े हैं — यह एक ऐसी संख्या है जो शुरुआत के समय काल्पनिक लगती थी। 4,600 से अधिक योग्यता-आधारित पाठ्यक्रमों के माध्यम से, इन अधिकारियों ने 8.3 करोड़ से अधिक पाठ्यक्रम पूरे किए हैं। अकेले पिछले 'राष्ट्रीय शिक्षण सप्ताह' के दौरान, भागीदारी के परिणामस्वरूप 4.5 मिलियन घंटे के पाठ्यक्रम नामांकन और 3.8 मिलियन घंटे की वास्तविक शिक्षा दर्ज की गई। ये केवल अमूर्त आंकड़े नहीं हैं। दर्ज किया गया प्रत्येक घंटा भारत में कहीं न कहीं एक लोक सेवक का प्रतिनिधित्व करता है — छत्तीसगढ़ में एक राजस्व निरीक्षक, पुणे में एक शहरी स्थानीय निकाय अधिकारी, मणिपुर में एक स्वास्थ्य कार्यकर्ता, ये सब अपने साथी नागरिकों की बेहतर सेवा करने के लिए अपनी क्षमता बढ़ा रहें हैं। जो बात आईगॉट प्लेटफॉर्म को वास्तव में परिवर्तनकारी बनाती है, वह केवल इसका पैमाना नहीं है, बल्कि इसकी 'पहुँच की संरचना' है। यह किसी भी समय और कहीं भी, स्मार्टफोन या डेस्कटॉप पर, कई भाषाओं में उपलब्ध है, और इसे शिक्षार्थी के पेशेवर प्रोफाइल के अनुसार बनाया गया है। पाठ्यक्रमों को हर तीन से छह महीने में अपडेट किया जाता है, जिससे यह सुनिश्चित होता है कि शासन में एआई टूल का उपयोग कैसे करें या नए वित्तीय नियमों को कैसे समझें, इससे संबंधित सामग्री वर्तमान और प्रासंगिक बनी रहे। दूसरे शब्दों में, यह प्लेटफॉर्म धूल फांकने वाली कोई डिजिटल लाइब्रेरी नहीं है — बल्कि यह सीखने का एक जीवंत और अनुकूलन योग्य तंत्र है। इस पर विचार कीजिए कि एक आदिवासी जिले की जूनियर आंगनवाड़ी कार्यकर्ता के लिए इसका क्या अर्थ है, जिसे उसकी अपनी भाषा में बाल पोषण मूल्यांकन के नवीनतम प्रोटोकॉल समझाने वाला एक मॉड्यूल प्राप्त होता है। उसे अपने ब्लॉक में किसी प्रशिक्षक के आने का इंतज़ार करने की ज़रूरत नहीं है। वह सीखती है, और कार्य करती है। यही इस मिशन का 'लोकतांत्रिक लाभांश' है।

क्षमता निर्माण आयोग, इस तंत्र के रणनीतिक संरक्षक के रूप में, एक साथ 'वास्तुकार' और 'संचालक' दोनों की भूमिका निभाता है। राष्ट्रीय नीति बनाने वाले एक सचिव से लेकर ग्राम स्तर पर इसे लागू करने वाले एक पंचायत पदाधिकारी तक, यह पहचान करता है कि सार्वजनिक भूमिकाओं के विशाल स्पेक्ट्रम में किन योग्यताओं की आवश्यकता है। यह सिविल सेवा प्रशिक्षण संस्थानों के लिए राष्ट्रीय मानक 2.0 ढांचे के माध्यम से देश के प्रशिक्षण संस्थानों के लिए गुणवत्ता मानक निर्धारित करता है, जिसके तहत देश भर के 200 से अधिक प्रशिक्षण संस्थान पहले ही मान्यता प्राप्त कर चुके हैं। यह राज्यों के साथ मिलकर काम करता है। सभी 30 राज्य और केंद्र शासित प्रदेश अब औपचारिक समझौता ज्ञापनों के माध्यम से जुड़ चुके हैं ताकि ऐसी विशिष्ट 'क्षमता निर्माण योजनाएं' तैयार की जा सकें जो कार्यबल की दक्षताओं को संगठनात्मक लक्ष्यों के साथ जोड़ती हैं। 'राष्ट्रीय कर्मयोगी जन सेवा कार्यक्रम' जैसी ऐतिहासिक पहलों के माध्यम से, इसने एक मिलियन से अधिक प्रमाणित अधिकारियों को बड़े पैमाने पर व्यवहार प्रशिक्षण दिया है, जो प्रत्येक नागरिक को अंतिम हितधारक के रूप में मानने की सूक्ष्म लेकिन महत्वपूर्ण कला है।

मिशन के इस अंतिम आयाम पर विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है, क्योंकि यह एक ऐसी चीज़ के बारे में है जिसे 'पूर्णता प्रमाण पत्र' या 'लॉग किए गए घंटों' में आसानी से नहीं मापा जा सकता। मिशन कर्मयोगी की सबसे गहरी आकांक्षाओं में से एक है—दृष्टिकोण में बदलाव। यह राज्य और नागरिक के बीच एक 'लेन-देन' वाले संबंध से हटकर 'नागरिक देवो भव' की भावना से परिभाषित संबंध की ओर एक आंदोलन है: नागरिक ईश्वर के समान है, वह सर्वोच्च अधिकारी है जिसके प्रति राज्य का सेवक जवाबदेह है। जब रेलवे काउंटरों, राजस्व कार्यालयों और स्वास्थ्य केंद्रों पर नागरिक-केंद्रित अधिकारियों को इसके तहत प्रशिक्षित किया गया और बाद में नागरिकों का सर्वेक्षण किया गया तो प्रतिक्रिया आश्चर्यजनक थी। उन्होंने बदलाव को महसूस किया। न केवल दक्षता में, बल्कि व्यवहार की आत्मीयता, तत्परता और बातचीत की मानवीय गुणवत्ता में भी। एक ऐसे युग में जब एआई प्रशासनिक कार्यों के विशाल हिस्सों को स्वचालित करने की चुनौती दे रहा है, यह मानवीय परत, जो सहानुभूतिपूर्ण, सांस्कृतिक रूप से जागरूक और स्थानीय जड़ों से जुड़ी है कोई फालतू चीज़ नहीं, बल्कि भारत के शासन की सर्वोच्च शक्ति है।

इस मिशन ने अपनी तकनीकी महत्वाकांक्षाओं के साथ-साथ भारत की बौद्धिक विरासत का सम्मान करने का भी एक सचेत प्रयास किया है।

लोको पायलटों के लिए बेहतर कार्य स्थितियों पर फोकस रेलवे में तेज़ भर्ती प्रक्रिया जारी : अश्विनी वैष्णव

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

केंद्रीय रेल, सूचना एवं प्रसारण तथा इलेक्ट्रॉनिकी एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्री अश्विनी वैष्णव ने राज्यसभा में एक लिखित उत्तर में कहा कि लोको पायलट भारतीय रेल परिवार के अहम स्तंभ हैं, जो यात्री और मालगाड़ियों के सुरक्षित व कुशल संचालन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उन्होंने स्पष्ट किया कि भारतीय रेल इनके लिए बेहतर कार्य परिस्थितियां सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है।

अश्वणी वैष्णव
(केंद्रीय रेल, सूचना व आईटी मंत्री)

मंत्री ने बताया कि रेलवे में सहायक लोको पायलटों की भर्ती नियमित रूप से की जा रही है। वर्ष 2024 में 18,799 पदों की अधिसूचना जारी हुई, जिनमें से 15,873 पदों पर नियुक्तियां हो चुकी हैं। वहीं 2025 में 9,970 पदों के लिए भर्ती प्रक्रिया जारी है और 2026 में 11,127 नई रिक्तियों की घोषणा की गई है।

भर्ती के व्यापक आंकड़ों पर नजर डालें तो 2004-05 से 2013-14 के बीच 4.11 लाख और 2014-15 से 2024-25 के दौरान 5.08 लाख भर्तियां की गईं। वर्ष 2025-26 में अब तक 43,230 नियुक्तियां हो चुकी हैं। रेलवे के अनुसार, इसके विशाल नेटवर्क और संचालन आवश्यकताओं के कारण रिक्तियों का उत्पन्न होना और भरना एक सतत प्रक्रिया है।

भर्ती प्रक्रिया को पारदर्शी बनाने के लिए रेलवे भर्ती बोर्ड द्वारा तकनीकी प्रणाली अपनाई गई है। मंत्री ने कहा कि अब तक किसी भी परीक्षा में पेपर लीक जैसी गड़बड़ी सामने नहीं आई है। वर्ष 2024 से ग्रुप 'सी' पदों के लिए वार्षिक भर्ती कैलेंडर भी लागू किया गया है, जिससे अभ्यर्थियों को अधिक अवसर और निश्चितता मिल रही है।

रेलवे ने 2024-26 के दौरान 1.54 लाख से अधिक रिक्त पदों को भरने की प्रक्रिया शुरू की है। साथ ही, लोको पायलटों की सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए 2800 से अधिक इंजनों में जलरहित मूत्रालय भी स्थापित किए जा चुके हैं, जिससे कार्य परिस्थितियों में सुधार हो रहा है।

होटल-रेस्तरां में 'एलपीजी शुल्क' वसूली पर सख्ती सीसीपीए ने जारी की एडवाइजरी

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

केंद्रीय उपभोक्ता संरक्षण प्राधिकरण (सीसीपीए) ने होटलों और रेस्तरां में "एलपीजी शुल्क", "गैस सरचार्ज" जैसे अतिरिक्त शुल्क वसूलने पर सख्त रुख अपनाते हुए इसे अनुचित व्यापार व्यवहार करार दिया है। प्राधिकरण ने स्पष्ट किया है कि ऐसे शुल्क डिफॉल्ट रूप से उपभोक्ताओं से नहीं वसूले जा सकते।

सीसीपीए के अनुसार, कई प्रतिष्ठान मेनू कीमत और टैक्स के अलावा अलग से ईंधन संबंधित शुल्क जोड़ रहे थे, जिससे पारदर्शिता की कमी और उपभोक्ताओं पर अतिरिक्त बोझ पड़ रहा था। नई एडवाइजरी में निर्देश दिया गया है कि मेनू में दिख रही कीमत ही अंतिम मानी जाएगी, जिसमें केवल लागू कर ही जोड़े जा सकते हैं।

प्राधिकरण ने कहा कि ईंधन, बिजली और अन्य संचालन खर्च व्यवसाय की लागत का हिस्सा हैं, जिन्हें अलग से वसूलना उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम, 2019 का उल्लंघन है। नियमों का उल्लंघन करने वाले होटलों और रेस्तरां पर सख्त कार्रवाई की चेतावनी दी गई है।

उपभोक्ताओं को सलाह दी गई है कि ऐसे मामलों में वे बिल से शुल्क हटाने की मांग करें या राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन पर शिकायत दर्ज कराएं। सीसीपीए ने साफ किया है कि उपभोक्ताओं के हितों की रक्षा के लिए इस तरह की प्रथाओं पर लगातार निगरानी रखी जाएगी।

केंद्र ने 8 राज्यों को 2,461 करोड़ से अधिक का अनुदान जारी किया

जालंधर ब्रीज (नई दिल्ली) . केंद्र सरकार ने पंद्रहवें वित्त आयोग के तहत आठ राज्यों को 2,461 करोड़ रुपये से अधिक की राशि जारी की है, जिससे ग्रामीण स्थानीय निकायों को मजबूती मिलेगी। यह अनुदान छत्तीसगढ़, गुजरात, मध्य प्रदेश, पंजाब, सिक्किम, हिमाचल प्रदेश, ओडिशा और त्रिपुरा को दिया गया है।

वित्त वर्ष 2025-26 के दौरान जारी इस राशि में बद्ध और गैर-बद्ध दोनों प्रकार के अनुदान शामिल हैं। पंजाब को 332.46 करोड़, मध्य प्रदेश को 943 करोड़ से अधिक और गुजरात को 763 करोड़ रुपये से ज्यादा की राशि आवंटित की गई है। अन्य राज्यों को भी उनकी पात्रता के अनुसार अनुदान जारी किया गया।

सरकार के अनुसार, इस फंड का उद्देश्य ग्रामीण पंचायतों को सशक्त बनाना और स्थानीय स्तर पर बुनियादी सुविधाओं में सुधार करना है। बद्ध अनुदान का उपयोग स्वच्छता, पेयजल, वर्षा जल संचयन और अपशिष्ट प्रबंधन जैसे कार्यों में किया जाएगा, जबकि गैर-बद्ध अनुदान स्थानीय जरूरतों के अनुसार खर्च किए जा सकेंगे।

यह राशि पंचायती राज मंत्रालय और जल शक्ति मंत्रालय की सिफारिश पर वित्त मंत्रालय द्वारा जारी की गई है। सरकार का कहना है कि इस पहल से ग्रामीण विकास को गति मिलेगी और पंचायत स्तर पर प्रशासनिक क्षमता मजबूत होगी।

सीजीएसटी लुधियाना कमिश्नरेट ने वित्तीय वर्ष 2025-26 में 8.5% राजस्व वृद्धि दर्ज की, 9,000 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार किया

जालंधर ब्रीज (लुधियाना) . सेंट्रल सीजीएसटी कमिश्नरेट लुधियाना ने कर प्रशासन में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर हासिल किया है, वित्तीय वर्ष 2025-26 के लिए मजबूत जीएसटी राजस्व (कैश) संग्रह 9,015 करोड़ रुपये की रिपोर्टिंग की है। यह उपलब्धि पिछले वित्तीय वर्ष (वित्तीय वर्ष 2024-25) में एकत्रित 8,311 करोड़ रुपये की तुलना में लगभग 8.50% की वृद्धि को दर्शाती है।

राजस्व में उछाल के साथ-साथ, कमिश्नरेट ने अपने करदाता आधार में भी पर्याप्त विस्तार देखा है, जो अब 1.34 लाख पर खड़ा है। यह वित्तीय वर्ष 2024-25 में दर्ज करदाता आधार से प्रभावशाली 10% की वृद्धि को चिह्नित करता है। चूंकि जीएसटी व्यवस्था का मूलभूत आधार स्व-मूल्यांकन पर भारी निर्भर करता है, राजस्व संग्रह और करदाता पंजीकरण दोनों में यह दोहरी वृद्धि क्षेत्र में बढ़ी हुई स्वैच्छिक अनुपालन और आर्थिक औपचारिकीकरण की मजबूत प्रतिबिंब है।

सभी वास्तविक और ईमानदार करदाताओं के लिए समान अवसर क्षेत्र सुनिश्चित करने के लिए, सेंट्रल सीजीएसटी कमिश्नरेट लुधियाना ने पूरे वित्तीय वर्ष भर सख्त प्रवर्तन और कर चोरी-रोधी कार्रवाइयों का सक्रिय रूप से पीछा किया है।

वित्तीय वर्ष 2025-26 के दौरान, कुल 296 मामले बुक किए गए जिनमें अनुमानित जीएसटी चोरी मूल्य लगभग 1662 करोड़ रुपये का शामिल है। यह पिछले वित्तीय वर्ष में बुक की गई चोरी के आंकड़ों की तुलना में लगभग 700% की उल्लेखनीय वृद्धि दर्ज करता है। परिणामस्वरूप, जीएसटी कानूनों के प्रावधानों के तहत जीएसटी चोरी में शामिल 20 व्यक्तियों को गिरफ्तार किया गया है। इन अपराधियों के खिलाफ आपराधिक अभियोजन भी शुरू किए गए हैं। कमिश्नरेट ने इस वित्तीय वर्ष में लगभग 106 करोड़ रुपये की वसूली की है जो पिछले वित्तीय वर्ष से 39% अधिक है। राजस्व हितों की रक्षा के लिए, विभाग ने कानून के अनुसार संपत्तियों के अस्थायी संलग्नक जैसी सक्रिय उपायों का सक्रिय रूप से पीछा किया है।

लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्र सिंह ने पश्चिमी कमान की कमान संभाली

• **जालंधर ब्रीज** . चंडीगढ़

लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्र सिंह ने 1 अप्रैल 2026 को पश्चिमी कमान के जनरल ऑफिसर कमांडिंग-इन-चीफ के रूप में कार्यभार संभाल लिया है। उन्होंने लेफ्टिनेंट जनरल मनोज कुमार कटियार का स्थान लिया है, जो 31 मार्च 2026 को एक गौरवपूर्ण कार्यकाल पूरा करने के बाद सेवानिवृत्त हुए। पैराशूट रेजिमेंट (स्पेशल फोर्सेस) के अधिकारी लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्र सिंह को दिसंबर 1987 में 4वीं बटालियन, द पैराशूट रेजिमेंट (स्पेशल फोर्सेस) में कमीशन मिला था।

वे भारतीय सैन्य अकादमी, देहरादून और लखनऊ विश्वविद्यालय के पूर्व छात्र हैं। लगभग चार दशकों के अपने करियर में उन्होंने कमान और स्टाफ से जुड़े अनेक महत्वपूर्ण पदों पर कार्य किया है। उन्होंने उत्तरी और पश्चिमी सीमाओं के उच्च-ऊंचाई और संवेदनशील क्षेत्रों में विभिन्न सैन्य फॉर्मेशन्स का नेतृत्व किया है। उनके ऑपरेशनल अनुभव में ऑपरेशन पवन में भागीदारी के साथ-साथ नियंत्रण रेखा और अंतरराष्ट्रीय सीमा पर कई बार काउंटर-इंसर्जेंसी अभियानों का अनुभव शामिल है।

वाइस चीफ ऑफ आर्मी स्टाफ के रूप में नियुक्ति से पहले, उन्होंने सेना मुख्यालय में महानिदेशक परिचालन लॉजिस्टिक्स (डीजीओएल) के रूप में कार्य किया, जहां उन्होंने ऑपरेशनल मोबिलिटी, लॉजिस्टिक्स एकीकरण और स्थायित्व क्षमताओं को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। वीसीओएएस के रूप में उन्होंने सेना की संरचना, क्षमता विकास और ऑपरेशनल प्रिपेयर्डनेस की तैयारी में महत्वपूर्ण योगदान दिया। उन्होंने कॉलेज ऑफ डिफेंस मैनेजमेंट, सिकंदराबाद से डिफेंस मैनेजमेंट कोर्स और भारतीय लोक प्रशासन संस्थान से एडवांस्ड प्रोफेशनल प्रोग्राम इन पब्लिक एडमिनिस्ट्रेशन किया है। उनके पास पंजाब विश्वविद्यालय से फिलॉसफी में मास्टर डिग्री है। उनकी उत्कृष्ट सेवा और वीरता के लिए उन्हें अति विशिष्ट सेवा मेडल और सेना मेडल (दो बार) से सम्मानित किया गया है।

कार्यभार संभालते हुए लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्र सिंह ने उच्च स्तर की परिचालन तैयारी बनाए रखने, इनोवेशन्स को बढ़ावा देने तथा सभी रैंकों के कल्याण और मनोबल सुनिश्चित करने के अपने संकल्प की पुनः पुष्टि की।

यह बदलाव नेतृत्व की निरंतरता और भारतीय सेना की ऑपरेशनल एक्सीलेंस तथा राष्ट्रीय सुरक्षा के प्रति अटूट प्रतिबद्धता को दर्शाता है। उनके नेतृत्व में पश्चिमी कमान बहु-क्षेत्रीय अभियानों, ड्रोन और काउंटर-ड्रोन जैसी उन्नत तकनीकों के समावेश, इंटेलिजेंस-ड्रिवन ऑपरेशन्स और इन्फ्रास्ट्रक्चर विकास पर ध्यान केंद्रित करती रहेगी, साथ ही नागरिक प्रशासन के साथ समन्वय बनाए रखेगी।

लड़कियों के लिए एक साधारण साटीका, सर्वाइकल कैंसर के उन्मूलन की दिशा में बहुत बड़ा कदम

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

प्रोफेसर हैराल्ड ज़ुर हाउज़ेन को 2008 में उनकी इस खोज के लिए नोबेल पुरस्कार मिला कि ह्यूमन पैपिलोमावायरस (एचपीवी) के हाई-रिस्क स्ट्रेन से लगातार होने वाला संक्रमण ही सर्वाइकल कैंसर का मूलभूत कारण है। यह दुनिया भर में रुग्णेता और मृत्यु का एक महत्वपूर्ण कारण है, लेकिन कम और निम्न-मध्यम आय वाले देशों (एलएमआईसी) में इसका प्रभाव अधिक है। उनकी इस खोज ने रोगनिरोधी टीकों के साथ-साथ संक्रमण फैलाने वाले एजेंट का पता लगाने वाले परीक्षणों के विकास का भी मार्ग प्रशस्त किया। एक दशक बाद, 2018 में, विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) ने सर्वाइकल कैंसर के उन्मूलन की दिशा में एक पहल की घोषणा की, और 17 नवंबर 2020 को इस संबंध में एक वैश्विक रणनीति औपचारिक रूप से शुरू की गई, जिसे भारत सहित 194 देशों ने समर्थन दिया।

कैंसर का उन्मूलन! वह भी कोई साधारण कैंसर नहीं, बल्कि सर्वाइकल कैंसर का उन्मूलन, जो अत्यधिक शारीरिक पीड़ा, भावनात्मक संघर्ष और आर्थिक कठिनाइयों का सबब है। भारत में महिलाओं में यह में दूसरा सबसे आम कैंसर है। हर साल इसके लगभग एक लाख नए मामले सामने आते हैं और इनमें से करीब आधे मामलों में मौत हो जाती है, जो दुनिया भर के कैंसर के बोझ का लगभग एक-चौथाई है। सर्वाइकल कैंसर में जीवन के खोए हुए वर्ष, अन्य कैंसरों की तुलना में अधिक होते हैं, क्योंकि पीड़ित महिलाएँ अपेक्षाकृत कम उम्र की होती हैं और परिवार व समाज महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही होती हैं। कैंसर विशेषज्ञ के रूप में, मैंने उनकी तकलीफों को करीब से देखा है.. ऐसी महिलाएँ जिनमें चौथी स्टेज में इस रोग का पता चला, उनमें यूरिनरी फिस्टुला विकसित हो चुका था और कंसल्टिंग रूम में उनके दाखिल होने से पहले ही बदबू आने लगती थी; ऐसी महिलाएँ जो रजोनिवृत्ति के बाद होने वाले रक्तस्राव का जिक्र करने में तब तक हिचकिचाती रहीं, जब तक कि बहू ने उनकी साड़ी पर दाग नहीं देख लिया; ऐसी महिलाएँ जो अत्यधिक सायटिक और कमर दर्द, मूत्रवाहिनी या यूरेटर में रुकावट और गुर्दे फेल होने जैसी स्थितियों से जूझ रही थीं... फिर कुछ अपेक्षाकृत भाग्यशाली महिलाएँ भी थीं, जिन्हेंज शुरुआती अवस्थाा ही इस रोग से ग्रसित होने के बारे में पता चल गया और जब यह बीमारी ठीक हो सकती थी, लेकिन सिर्फ़ रेडिकल सर्जरी या कीमो- और रेडिएशन थेरेपी से... ऐसे में गहन या एग्रेसिव सर्जरी का शरीर पर असर हुआ, लंबे समय तक चले रेडिएशन उपचार के कारण देखभाल करने वालों को पढ़ाई या काम से वंचित रहना पड़ा, और महंगी कीमो व इम्यूनोथेरेपी हुई... इसके अलावा, हमारे हरसंभव प्रयासों के बावजूद कुछ मामलों में कैंसर दोबारा लौट आया, जिसके लिए और भी जटिल प्रक्रियाओं, जैसे एक्सेंटरेशन सर्जरी और स्टोमा आदि की आवश्यकता पड़ी। हाँ, हम इलाज कर सकते थे, लक्षणों में राहत दे सकते थे, यहां तक कि हार्मोन रिप्लेसमेंट और अन्य सहायक देखभाल भी दे सकते थे, लेकिन इसकी शारीरिक, भावनात्मक और आर्थिक कीमत चुकानी होती।

नीरजा भटला
(प्रोफेसर एमेरिटस, राष्ट्रीय कैंसर संस्थान, झज्जर)

और भी दुखद बात यह थी कि इस बीमारी की रोकथाम की जा सकती थी। 1940 के दशक से ही पश्चिमी देशों में नियमित पैप स्मीयर जांच के माध्यम से द्वितीयक रोकथाम की व्यवस्था की गई थी, जिससे न केवल कैंसर का पता लगाया जा सकता था, बल्कि रोग की प्रारंभिक अवस्थानओं का भी पता लगाया जा सकता था। सर्वाइकल कैंसर की नेचुरल हिस्ट्री को एक सदी से अधिक समय से अच्छी तरह से दर्ज किया गया है। इसमें 10-15 वर्षों का लंबा प्रीकैंसरस चरण होता है, जिसे सर्वाइकल इंट्राअपिथीलियल नियोप्लासिया (सीआईएन) कहा जाता है, गर्भाशय ग्रीवा या सर्विक्स को ब्रश करके स्लाइड पर इकट्ठा की गई कोशिकाओं की माइक्रोस्कोप से जांच करके जिसका पता लगाया जा सकता है। इस अवस्थाि में इस रोग का उपचार सरल डे-केयर प्रक्रियाओं के जरिए आसानी से किया जा सकता है, जिनमें गर्भाशय निकालने की आवश्यकता नहीं होती। भारत और अन्य निम्न-मध्यम आय वाले देशों (एलएमआईसी) में हमारे पास इतनी बुनियादी सुविधाएँ और प्रशिक्षित जनशक्ति नहीं थी कि 30 वर्ष से अधिक आयु की सभी महिलाओं की जीवन में एक बार भी जांच की जा सके, जबकि हर 3 साल के अंतराल पर यह जांच कराने की सलाह दी गई थी। यहाँ तक कि अच्छे तृतीयक केंद्रों में भी प्रयोगशालाएँ प्रतिदिन सीमित संख्या में ही महिलाओं की जांच कर पाती थीं। देशभर में स्त्रीरोग विशेषज्ञों और पैथोलॉजिस्ट द्वारा नियमित रूप से आउटरीच कैंप आयोजित किए जाते थे, ताकि वंचितों की मदद की जा सके, लेकिन ये प्रयास समुद्र में एक बूंद के समान थे। यहाँ तक कि आज भी, विजुअल इंस्पे क्शमन (वीआईए) के माध्यम से राष्ट्रीय स्क्रीनिंग कार्यक्रम होने के बावजूद, स्क्रीनिंग कवरेज 5% से अधिक नहीं है, और जिन महिलाओं का टेस्टम पॉजिटिव पाया जाता है, उन्हें अस्पताल लाकर रोग की पुष्टि के लिए बायोप्सी और उपचार कराना भी बेहद कठिन होता है।

जनता कांग्रेस, भाजपा और अकालियों का 2027 में पूरी तरह सफाया कर देगी : सीएम मान

फाजिल्का में 283.99 करोड़ रुपये के विकास परियोजनाओं का शिलान्यास और उद्घाटन किया, जिससे सीमावर्ती क्षेत्र में बुनियादी ढांचे, सिंचाई और बेहतर संपर्क को मिलेगा बड़ा बढ़ावा

• **जालंधर ब्रीज.** फाजिल्का

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा कि राज्य के लोगों ने 2027 के विधानसभा चुनावों में कांग्रेस, भाजपा और अकाली दल का पूरी तरह सफाया करने का संकल्प लिया है। उन्होंने कहा कि राज्य के लोगों द्वारा दशकों से चली आ रही "लूट, झूठ और विश्वासघात" की राजनीति को अब निर्णायक रूप से नकार दिया जाएगा क्योंकि राज्य अब आम आदमी पार्टी (आप) के ईमानदार शासन और जन-कल्याणकारी विकास की ओर मजबूती से बढ़ रहा है। यहां 283.99 करोड़ रुपये की विभिन्न विकास परियोजनाओं के शिलान्यास और उद्घाटन के बाद मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा कि उन पारंपरिक पार्टियों का पंजाब में कोई भविष्य नहीं है, जिन्होंने बार-बार "पंजाब के साथ विश्वासघात"

किया है। उन्होंने कहा कि 'आप' सरकार द्वारा शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार और बुनियादी ढांचे से जुड़े व्यापक कदम उठाए जा रहे हैं और यह राज्य सरकार द्वारा सुनिश्चित किया गया है कि जनता का एक-एक पैसा राजनीतिक परिवारों के निजी हितों के बजाय लोगों की भलाई पर ही खर्च हो।

जन सभा को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि पारंपरिक पार्टियां खोखले वादों से लोगों को गुमराह करती रही हैं, लेकिन अब पंजाब के लोग उनके "संदिग्ध चरित्र" से पूरी तरह परिचित हैं और एक बार फिर उन्हें सत्ता से बाहर का रास्ता दिखाएंगे। उन्होंने कहा, "पंजाब के लोग 2027 में कांग्रेस, भाजपा और अकालियों को राजनीति से पूरी तरह बाहर कर देंगे। ये पार्टियां लोगों को गुमराह करने के लिए हवा में किले बना रही हैं, लेकिन अब लोग इनके झांसे में नहीं आएंगे क्योंकि वे इनकी चालों से पूरी तरह परिचित हैं।"

'आप' सरकार की वचनबद्धता दोहराते हुए उन्होंने कहा कि इन पार्टियों ने लोगों की खून-पसीने की कमाई को बहुत बेरहमी से लूटा है और इसलिए उन्हें कभी भी माफ नहीं किया जाएगा। इसके उलट पंजाब सरकार समाज के हर वर्ग की भलाई के लिए लगातार काम कर रही है और एक-एक पैसे का समझदारी से उपयोग कर रही है।

मुख्यमंत्री ने गांव चीमा में संत अतर सिंह जी महाराज अस्पताल का किया उद्घाटन; 15 गांवों के 50 हजार निवासियों को मिलेगा लाभ

• **जालंधर ब्रीज.** संगरूर

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने गांव चीमा में संत अतर सिंह जी महाराज अस्पताल का उद्घाटन किया। उल्लेखनीय है कि 11.70 करोड़ रुपये की लागत से निर्मित और 30 बिस्तरों वाला यह अत्याधुनिक अस्पताल स्वास्थ्य सेवाओं के बुनियादी ढांचे के विस्तार के साथ-साथ पूरे क्षेत्र में हजारों लोगों को गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा सुविधाएं प्रदान करने के लिए शुरू किया जा रहा है। मुख्यमंत्री ने जोर देते हुए कहा कि यह अस्पताल न केवल 15 गांवों के लगभग 50 हजार निवासियों को लाभ पहुंचाएगा, बल्कि आसपास के क्षेत्रों की लगभग 35 से 40 हजार आबादी को भी

किफायती और गुणवत्तापूर्ण इलाज उपलब्ध कराएगा। अपने दौरे के दौरान मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने अस्पताल में उपलब्ध सुविधाओं का जमीनी स्तर पर जायजा लिया, मरीजों का हालचाल पूछा और उनके परिवारों से भी बातचीत की।

अस्पतालों की बदलती तस्वीर का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि पहले सुविधाओं की कमी के कारण मरीजों को अधिकतर संगरूर, पटियाला और लुधियाना रेफर किया जाता था, लेकिन अब मरीज स्थानीय स्तर पर ही आधुनिक मशीनों और समर्पित इमरजेंसी तथा जच्चा-बच्चा वार्डों से सुसज्जित इस अस्पताल में इलाज करवा सकेंगे। इस दौरान मुख्यमंत्री ने कहा, "संत बाबा अतर सिंह के नाम पर मेडिकल कॉलेज का काम भी जल्द शुरू किया जाएगा और राज्य सरकार ने इसके लिए सभी तैयारियों को अंतिम रूप दे दिया है। इसका उद्देश्य क्षेत्र में चिकित्सा शिक्षा को बढ़ावा देना और लोगों के लिए गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाएं सुनिश्चित करना है। इस परियोजना को तेजी से पूरा करने के लिए राज्य सरकार कोई कसर नहीं छोड़ेगी।

जालंधर के पीसीएस अधिकारी आदित्य गुप्ता द्वारा जूरिस्ट्स एंड सिविल सर्विसेज गोल्फ टूर्नामेंट में शानदार प्रदर्शन

एस.डी.एम. शाहकोट ने सी.जी.ए. द्वारा करवाए गए प्रतिष्ठित नॉर्थ इंडिया लेवल मुकाबले में ओवरऑल खिताब जीता

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

पीसीएस अधिकारी आदित्य गुप्ता, जो वर्तमान में उपमंडल मैजिस्ट्रेट शाहकोट और कमिश्नर जालंधर डिवीजन के स्टाफ ऑफिसर के तौर पर तैनात है, ने चंडीगढ़ गोल्फ क्लब में आयोजित जूरिस्ट्स एंड सिविल सर्विसेज गोल्फ टूर्नामेंट में ओवरऑल ट्रॉफी जीतकर जालंधर का नाम रोशन किया है। इस टूर्नामेंट में पंजाब, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश और चंडीगढ़ सहित उत्तरी भारत के राज्यों के 90 से अधिक सिविल और न्यायिक अधिकारियों ने भाग लिया। श्री गुप्ता ने अपने उत्कृष्ट प्रदर्शन के बल पर जीत हासिल की। उन्होंने सबसे बेहतरीन कुल स्कोर के साथ यह खिताब अपने नाम किया। उन्होंने हरियाणा के माननीय राज्यपाल अशीम कुमार घोष से विजेता ट्रॉफी प्राप्त की। राज्यपाल ने समारोह की अध्यक्षता भी की।

इस उपलब्धि के बाद एस.डी.एम. आदित्य गुप्ता ने डिवीजनल कमिश्नर जालंधर रामवीर, आई.ए.एस. और डिप्टी कमिश्नर जालंधर डा. हिमांशु अग्रवाल, आई.ए.एस. से मुलाकात की। दोनों अधिकारियों ने उन्हें इस शानदार उपलब्धि के लिए बधाई दी। एस.डी.एम. शाहकोट की सफलता की सराहना करते हुए अधिकारियों ने दैनिक जीवन में खेलों के महत्व पर जोर दिया।

उन्होंने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रहने के लिए किसी न किसी प्रकार की शारीरिक गतिविधि अवश्य अपनानी चाहिए।

ग्रेनेड हमलों और बाबा साहिब की बेअदबी के खिलाफ भाजपा वर्करों ने निकाला रोष मार्च

मनोरंजन कालिया ने कहा- भाजपा ने पंजाब के समाजीक सोहार्द, आपसी भाईचारे तथा अमन शांति पर पहरा दिया है और देती रहेगी

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

भारतीय जनता पार्टी जालंधर शहरी द्वारा गुरुवार को श्री राम चौक कंपनी बाग से लेकर भगवान वाल्मीकि चौक ज्योति चौक तक पंजाब सरकार के विरुद्ध एक विशाल रोष मार्च सैंकड़ों भाजपा कार्यकर्ताओं ने एकत्रित द्वारा निकाला गया।जिसमें भगवंत मान के नेतृत्व वाली फेल साबित हुई पंजाब सरकार की कार्य प्रणाली पर जमकर कार्यकर्ताओं द्वारा रोष प्रदर्शन किया गया जोकि कल 1 अप्रैल, 2026 को भारतीय जानता पार्टी के प्रदेश कार्यालय सेक्टर 37 चंडीगढ़ में लगभग शाम 5 बजे ग्रेनेड का ब्लास्ट हुआ। यह एक दुर्भाग्यपूर्ण घटना है परंतु सौभाग्य से यह ग्रेनेड ऑफिस के बाहरी दीवार से टकरा कर वही ब्लास्ट हुआ और जान का कोई नुकसान नहीं हुआ। यह बात जरूर है की बाहर पार्किंग में खड़े वाहनो को नुकसान हुआ। इस मौके पर मुख्य रूप से उपस्थित विशेष आमंत्रित सदस्य राष्ट्रीय कार्यकारिणी मनोरंजन कालिया ,प्रदेश महामंत्री राकेश राठौर ,पूर्व पूर्व संसदीय सचिव एवं प्रदेश उपाध्यक्ष कृष्ण देव भंडारी, पूर्व मुख्य संसदीय सचिव विधायक अविनाश चंद्र कलेर,पूर्व विधायक शीतल अंगुराल, पूर्व विधायक जगबीर बराड़, सरबजीत मक्कड़, कर्मजीत कौर चौधरी, अनिल सच्चर, पूर्व जिला अध्यक्ष रमन पब्बी,विपन सभरवाल, दीवान अमित अरोड़ा, जिला महामंत्री अशोक सरीन हिक्की, राजेश कपूर, अमरजीत सिंह गोल्डी,पार्षद रवि कुमार(लंबा पिंड),पार्षद गुरदीप सिंह फौजी, पार्षद तरविंदर सोई, पार्षद पति अमित सिंह संधा, पार्षद राजीव ढींगरा, पार्षद पति दर्शन भगत, पार्षद पुत्र कृष्ण मिनीया उपस्थित थे। रोष मार्च मे जिला उपाध्यक्ष मनीष विज, अश्विनी भंडारी जिला सचिव अमित भाटिया, हितेश स्याल, संजीव शर्मा मनी, हरजिंदर सिंह बाबू अरोड़ा, रविंदर धीर, संदीप कुमार, शाम शर्मा, डिंपी लुबाणा, अभी सिक्का, एवं अन्य कार्यकर्ता उपस्थित थे।

दलितों और मज़लूमों पर ज़ुल्म बर्दाश्त नहीं : जसवीर सिंह गढ़ी

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). पंजाब राज्य अनुसूचित जाति आयोग के चेयरमैन जसवीर सिंह गढ़ी ने पंजाब के विभिन्न जिलों में दलितों और मज़लूम वर्गों से जुड़ी अत्याचार की घटनाओं को गंभीरता से लेते हुए लगातार तीन स्व-मोटो नोटिस जारी किए हैं। उन्होंने चेतावनी देते हुए कहा कि यदि संबंधित विभागों के जिम्मेदार अधिकारी किसी भी जाति भेदभाव के मामले में लापरवाही करते पाए गए तो उनके खिलाफ भी अनुसूचित जाति और अनुसूचित जनजाति (अत्याचार निवारण) अधिनियम 1989 की धारा 4 के तहत कार्रवाई की जाएगी।

मंडियों में गेहूं की फसल की सरकारी खरीद शुरू, किसानों को हर मुमकिन मदद और मिलेंगी सुविधाएं : आप

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

आम आदमी पार्टी (आप) ने पंजाब की मंडियों में गेहूं की फसल की सरकारी खरीद शुरू होने पर किसानों को हर मुमकिन मदद और सुविधाएं देने का भरोसा दिया है। पार्टी नेताओं ने मुख्यमंत्री भगवंत मान की सरकार द्वारा पिछले चार सालों में कृषि के क्षेत्र में किए गए क्रांतिकारी सुधारों और मौजूदा खरीद सीजन की तैयारियों पर रोशनी डाली।

गुरुवार को एक प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते हुए किसान विंग के चेयरमैन महिंद्र सिंह सिद्धू ने कहा कि मान सरकार ने किसानों के लिए जो किया है, वह ऐतिहासिक है। उन्होंने बताया कि सरकार बिना किसी जाति या धर्म के भेदभाव के 600 यूनिट मुफ्त बिजली दे रही है, जिसका फायदा किसान परिवारों को भी मिल रहा है। उन्होंने कहा कि पहली बार किसानों को कृषि के लिए दिन में सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे तक बिना रुकावट बिजली मिल रही है, जिससे उन्हें रात में खेतों में नहीं जाना पड़ रहा है। इसके अलावा गांवों के सरकारी स्कूलों का रूप बदलने से किसानों और मजदूरों के बच्चे अब ऊंची शिक्षा हासिल कर बड़े अधिकारी बन रहे हैं।

सिद्धू ने आगे कहा कि किसान विंग को पंजाब की 1896 अनाज मंडियों और खरीद केंद्रों की खास जिम्मेदारी सौंपी गई है। किसान विंग के पदाधिकारी सरकारी अधिकारियों से मिलेंगे ताकि यह पक्का किया जा सके कि किसी भी किसान को अपनी फसल बेचने में कोई दिक्कत न हो।

शिशु रोग विभाग ने विश्व ऑटिज़्म जागरूकता दिवस 2026 मनाया

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

शिशु रोग विभाग, पीजीआईएमईआर चंडीगढ़ ने विश्व ऑटिज़्म जागरूकता दिवस 2026 को एक अर्थपूर्ण और समावेशी कार्यक्रम के रूप में मनाया, जिसने वैश्विक संदेश "ऑटिज़्म और मानवता - हर जीवन मूल्यवान है" को पुनः स्थापित किया। कार्यक्रम ने केवल जागरूकता ही नहीं, बल्कि मानव विविधता की समृद्धि और एक वास्तविक न्यूरो-इन्क्लूसिव समाज के निर्माण के महत्व को भी रेखांकित किया।

कार्यक्रम में डॉ. संजय जैन, डीन, पीजीआईएमईआर चंडीगढ़ मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। उन्होंने ऑटिज़्म के लिए प्रारंभिक पहचान, समावेशी शिक्षा, और बच्चों व उनके परिवारों के लिए सहायता प्रणालियों को मजबूत बनाने की आवश्यकता पर जोर दिया। इस अवसर पर बाल तंत्रिका-विशेषज्ञ, शिशु रोग विशेषज्ञ, मनोवैज्ञानिक, शिक्षकों, और समुदाय के साझेदारों सहित बहु-विषयक टीम की उपस्थिति ने ऑटिज़्म के लिए सहयोगात्मक देखभाल के महत्व को उजागर किया। मुख्य अतिथियों में अभा शर्मा जोशी, अध्यक्ष, रोटरी क्लब चंडीगढ़; चंडीगढ़ सिटिजन फ़ाउंडेशन (सीसीएफ) के प्रतिनिधि, कर्नल (डॉ.) देव के नेतृत्व में; प्रो. अंबुज, गवर्नमेंट कॉलेज; कविता दास, पूर्व प्राचार्य सेंट जॉन हाई स्कूल और वर्तमान में डायरेक्टर प्रिंसिपल, जीडी गोयंका स्कूल मोहाली; नेहा, प्राथमिक शिक्षक; तथा गीता, प्रमुख, विशेष प्रकोष्ठ, भावन विद्यालय शामिल रहे। रोटरैक्ट क्लब, एआईएमएस मोहाली के सदस्यों, रेज़िडेंट डॉक्टरों, नर्सिंग स्टाफ, मनोविज्ञान के छात्रों, अभिभावकों और समुदाय के सदस्यों की सक्रिय भागीदारी भी देखने को मिली।

पंजाब सरकार ने शिक्षा क्षेत्र में लिए क्रांतिकारी फैसले : डॉ. इशांक कुमार

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

विधानसभा क्षेत्र चब्बेवाल से विधायक डॉ. इशांक कुमार ने पी.एम. जवाहर नवोदय विद्यालय, फलाही में वार्षिक समागम के दौरान विद्यार्थियों को शिक्षा की महत्ता बताते हुए कहा कि पंजाब सरकार शिक्षा क्षेत्र में क्रांतिकारी फैसले ले रही है, जिससे राज्य के बच्चों को बेहतर शिक्षा देकर जीवन में बड़ी उपलब्धियां हासिल करने योग्य बनाया जा सके। प्रिंसिपल रंजू दुग्गल, स्कूल स्टाफ सहित विधायक डॉ. इशांक कुमार ने विद्यार्थियों और अभिभावकों को संबोधित करते हुए बताया कि भारत सरकार के सर्वेक्षण के अनुसार पंजाब के सरकारी स्कूल पढ़ाई के मामले में देश में पहले स्थान पर हैं।

उन्होंने कहा कि शिक्षा और स्वास्थ्य पंजाब सरकार के प्राथमिक क्षेत्र हैं, जिन पर मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान की नेतृत्व में विशेष ध्यान दिया जा रहा है। उन्होंने पी.एम. श्री जवाहर नवोदय विद्यालय को हर संभव मदद देने का भरोसा देते हुए विद्यार्थियों से मन लगाकर पढ़ाई करने, अपने सपनों को साकार करने और राज्य व देश का नाम रोशन करने की कामना की। इस दौरान प्रिंसिपल रंजू दुग्गल ने मुख्य अतिथि और अभिभावकों का स्वागत करते हुए वार्षिक गतिविधियों की रिपोर्ट पेश की, जिसमें विद्यार्थियों की पढ़ाई, खेल, एनसीसी, स्काउट-गाइड, सह-शिक्षा गतिविधियां और पी.एम. श्री फंड के तहत कराई गई गतिविधियों के बारे में बताया गया। विद्यालय की उपलब्धियों पर खुशी जाहिर करते हुए डॉ. इशांक कुमार ने बताया कि वे खुद एम.डी. की डिग्री के लिए पढ़ाई करते हुए एमएलए का चुनाव जीते और फिर पढ़ाई पूरी करके सफलता हासिल की।

डिप्टी कमिश्नर ने वोटरों से की बीएलओ को सहयोग देने की अपील

जालंधर (जालंधर ब्रीज). डिप्टी कमिश्नर-कम-जिला चुनाव अधिकारी डा. हिमांशु अग्रवाल ने भारत चुनाव आयोग के निर्देशों के अनुसार जिले में प्री-एसआईआर

गतिविधियों के तहत बीएलओ द्वारा घर-घर जाकर की जा रही वेरिफिकेशन में मतदाताओं से बीएलओ का सहयोग करने की अपील की है। डिप्टी कमिश्नर ने बताया कि भारत चुनाव आयोग से प्राप्त निर्देशों के अनुसार पंजाब में स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन (एसआईआर) अप्रैल माह में शुरू होने की संभावना है। इसलिए एसआईआर की प्री-गतिविधियों का काम चल रहा है, जिसमें मौजूदा मतदाता सूची के मतदाताओं का मिलान/मैपिंग 2003 की मतदाता सूची के साथ किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि इस काम के लिए विधानसभा चुनाव क्षेत्रों के बूथ लेवल अधिकारियों (बीएलओ) द्वारा अपने बूथों पर विशेष कैंप लगाए जा रहे है और घर-घर जाकर 2003 की मतदाता सूची का मिलान/मैपिंग करने के लिए वेरिफिकेशन किया जा रहा है।

डा. अग्रवाल ने समस्त मतदाताओं से भारत चुनाव आयोग के इस अहम कार्य में अपना सहयोग देने और स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन के दौरान बीएलओ को आवश्यक दस्तावेज उपलब्ध करवाने की अपील की। उन्होंने यह भी कहा कि यदि आवश्यक दस्तावेज उपलब्ध नहीं करवाए जाते तो मतदाता सूची से नाम काटा जा सकता है। इसलिए मौजूदा मतदाता सूची में अपने नाम की 2003 की मतदाता सूची के साथ मैपिंग करवाना सुनिश्चित बनाया जाए। उन्होंने कहा कि मतदाता अपनी 2003 की मतदाता सूची की डिटेल भारत चुनाव आयोग की वेबसाइट (ECINET) https://voters.eci.gov.in/ अथवा मुख्य चुनाव कार्यालय की वेबसाइट https://elections.punjab.gov.in/Election/Public/SearchEroll2003 पर सर्च कर सकते हैं। इसके अलावा मतदाता अधिक जानकारी/सुझाव/शिकायत के बारे में वोटर हेल्पलाइन टोल फ्री नंबर 1950 पर कॉल भी कर सकते है।

स्पोर्ट्स विंग स्कूल में डे-स्कॉलर खिलाड़ियों के दाखिले के लिए चयन ट्रायल कल से

जालंधर (जालंधर ब्रीज). खेल विभाग द्वारा सत्र 2026-27 के लिए स्पोर्ट्स विंग स्कूल (लड़के-लड़कियां) अंडर-14, 17 एवं 19 में होनहार डे-स्कॉलर खिलाड़ियों के दाखिले के लिए 4 अप्रैल 2026 से जिला जालंधर के विभिन्न स्थानों पर चयन ट्रायल करवाए जा रहे है। जिला जालंधर के खेल ट्रायल संबंधी जानकारी देते हुए जिला खेल अधिकारी गुरप्रीत सिंह ने बताया कि एथलेटिक्स के चयन ट्रायल 4 से 5 अप्रैल को और कुश्ती के 4 एवं 6 अप्रैल को स्पोर्ट्स स्कूल जालंधर में करवाए जाएंगे। इसी प्रकार जिम्नास्टिक, बॉक्सिंग और वॉलीबॉल के खेल ट्रायल 6 अप्रैल को स्पोर्ट्स स्कूल जालंधर में होंगे। उन्होंने आगे बताया कि बास्केटबॉल के चयन ट्रायल 4 एवं 6 अप्रैल को हंस राज स्टेडियम जालंधर में होंगे। इसी तरह हॉकी के ट्रायल 4 अप्रैल को सुरजीत हॉकी स्टेडियम बरलटन पार्क में, फुटबॉल के ट्रायल 4 से 6 अप्रैल को सरकारी सीनियर सेकेंडरी स्मार्ट स्कूल सोफी पिंड एवं वाई.एफ.सी. अकादमी रुड़का कलां में तथा 6 से 7 अप्रैल को संत बाबा भाग सिंह स्कूल जालंधर में होंगे। इसी प्रकार हैंडबॉल के ट्रायल 4 अप्रैल को हैंडबॉल कोचिंग सेंटर दुसांझ कलां, जालंधर में, वेटलिफ्टिंग के 4 एवं 6 अप्रैल को वेट लिफ्टिंग कोचिंग सेंटर, गुरु गोबिंद सिंह स्टेडियम, जालंधर में, क्रिकेट के 5 एवं 6 अप्रैल को क्रिकेट कोचिंग सेंटर सरकारी मॉडल स्कूल ऑफ एमिनेंस लाडोवाली रोड, जालंधर में तथा बैडमिंटन के 4 से 6 अप्रैल

को वाईएफसी अकादमी रुड़का कलां जालंधर में होंगे। इसके अलावा जूडो के खेल ट्रायल 4 एवं 5 अप्रैल को सरकारी मॉडल स्कूल ऑफ एमिनेंस लाडोवाली रोड जलंधर तथा 4 से 6 अप्रैल को सरकारी कन्या सीनियर सेकेंडरी स्कूल नेहरू गार्डन जालंधर में होंगे।

जिला खेल अधिकारी ने बताया कि स्पोर्ट्स विंगों के लिए खिलाड़ियों का जन्म अंडर-14 के लिए 1-1-2013, अंडर-17 के लिए 1-1-2010 और अंडर-19 के लिए 1-1-2008 या इसके बाद का होना चाहिए। खिलाड़ी द्वारा जिला स्तरीय मुकाबलों में पहली तीन स्थानों में से कोई एक पोजीशन प्राप्त की हो या उसने राज्य स्तरीय मुकाबलों में हिस्सा लिया हो। इसके अलावा ट्रायल के आधार पर नए खिलाड़ियों को भी विचार किया जा सकता है।

उन्होंने कहा कि योग्य खिलाड़ी उक्त तिथियों के अनुसार संबंधित ट्रायल स्थल पर सुबह 8 बजे रजिस्ट्रेशन के लिए रिपोर्ट कर सकते है। दाखिला फॉर्म निर्धारित तिथि को ट्रायल स्थल पर या इससे पहले जिला खेल अधिकारी जालंधर के दफ्तर से मुफ्त प्राप्त किए जा सकते हैं। ट्रायलों में भाग लेने वाले खिलाड़ियों को अपना जन्म प्रमाण-पत्र, आधार कार्ड और खेल उपलब्धियों के मूल प्रमाण-पत्र सहित फोटो कॉपियां तथा 2 ताजा पासपोर्ट साइज फोटोग्राफ लेकर आना सुनिश्चित बनाना चाहिए।

वित्तीय वर्ष 2025-26 में पंजाब के शुद्ध जीएसटी संग्रह में 12.52% की वृद्धि दर्ज: चीमा

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). मजबूत वित्तीय प्रबंधन और निरंतर आर्थिक सुधार को दर्शाते हुए, पंजाब के वित्त, आबकारी एवं कर मंत्री एडवोकेट हरपाल सिंह चीमा ने आज यहां वित्तीय वर्ष 2025-26 के लिए मार्च माह तक शुद्ध वस्तु एवं सेवा कर (जीएसटी) संग्रह में 12.52% की महत्वपूर्ण वृद्धि की घोषणा की। उन्होंने बताया कि राज्य ने मार्च 2026 में वर्ष-दर-वर्ष भी उल्लेखनीय वृद्धि दर्ज की है, जिसमें शुद्ध जीएसटी संग्रह मार्च 2025 के 1,913.82 करोड़ रुपये से बढ़कर 2,231.93 करोड़ रुपये हो गया है। यह 318.11 करोड़ रुपये की शुद्ध वृद्धि और 16.6% की बढ़ोतरी को दर्शाता है, जबकि मार्च में एसजीएसटी नकद संग्रह में 18% की मजबूत वृद्धि दर्ज की गई। लगभग 7% की राष्ट्रीय वृद्धि दर की तुलना में यह प्रदर्शन पंजाब को देश के सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाले बड़े राज्यों में शामिल करता है। चीमा ने कहा कि पंजाब ने पूरे वित्तीय वर्ष 2025-26 के दौरान लगातार और व्यापक राजस्व वृद्धि दर्ज की है। मार्च तक शुद्ध जीएसटी संग्रह 2024-25 के 23,642.08 करोड़ रुपये से बढ़कर 2025-26 में 26,601.12 करोड़ रुपये हो गया, जिसमें 2,959.04 करोड़ रुपये की ठोस वृद्धि दर्ज की गई।

टी20 रैंकिंग में भारतीय खिलाड़ियों का जलवा, टॉप 10 में 4 खिलाड़ी

स्पोर्ट्स डेस्क. भारत के आक्रामक बल्लेबाज अभिषेक शर्मा और ईशान किशन आईसीसी टी20 खिलाड़ियों की ताजा रैंकिंग में टॉप पर काबिज हैं। अभिषेक 875 अंक के साथ शीर्ष पर जबकि ईशान किशन 871 अंक के साथ दूसरे नंबर पर बने हुए हैं। तिलक वर्मा छठे और भारत के टी20 कप्तान सूर्यकुमार यादव सातवें स्थान पर हैं। वहीं इंग्लैंड के विकेटकीपर बल्लेबाज जोस बटलर आठवें और न्यूजीलैंड के टिम सीफर्ट नौवे स्थान पर हैं। 24 वर्षीय विकेटकीपर- बल्लेबाज कॉनर एस्टरहुइजन ने न्यूजीलैंड के खिलाफ हाल ही में खेले गए टी20 सीरीज में अपने अंतरराष्ट्रीय करियर की शुरुआत करते हुए प्रभाव छोड़ा। एस्टहुईजन ने पूरे सीजन में कुल 200 रन बनाए और प्लेयर ऑफ द सीरीज चुने गए।

वहीं गेंदबाजों की लिस्ट में अफगानिस्तान के स्पिनर राशिद खान टॉप पर बने हुए हैं। वहीं भारतीय स्पिनरों में वरुण चक्रवर्ती और तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह पांचवें स्थान पर हैं। टी20 ऑलराउंडर्स की लिस्ट में जिम्बाब्वे के कप्तान सिकंदर रजा अभी भी टॉप पर हैं। जबकि हार्दिक पंड्या दूसरे स्थान पर हैं। भारतीय टीम हाल ही में तीसरी बार वर्ल्ड कप चैंपियन बनी है। टीम ने फाइनल में न्यूजीलैंड को 96 रनों से हराकर जीत दर्ज की।

फोटो-बीसीसीआई

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.