प्रेरणा
"असफलता सफलता का उल्टा नहीं, बल्कि उसका एक हिस्सा है।"

सच कहने की ताकत

जालंधर ब्रीज

साप्ताहिक समाचार पत्र

साप्ताहिक मौसम

दिन	अधिकतम	न्यूनतम
शुक्रवार	37°	21°
शनिवार	48°	29°
रविवार	47°	29°
सोमवार	48°	29°
मंगलवार	43°	26°
बुधवार	42°	27°
वीरवार	44°	28°

*आंकड़े आईएमडी के अनुसार

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-7 • 15 MAY TO 21 MAY 2026 • VOLUME 43 • 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

पंजाब में पारदर्शी तरीके से करवाई जाएगी एसआईआर : सीईओ

कहा- 25 जून से 24 जुलाई तक घर-घर जाकर बीएलओ भरवाएंगे फॉर्म

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब राज्य में मतदाता सूचियों की स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन को पूरी पारदर्शी तरीके से निपटाया जाएगा। यह प्रकटावा आज यहां मुख्य निर्वाचन अधिकारी पंजाब श्रीमती अनिंदिता मित्रा द्वारा किया गया। उन्होंने बताया कि भारत निर्वाचन आयोग द्वारा आज एक नोटिफिकेशन जारी करके पंजाब राज्य में मतदाता सूचियों की स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन करवाने के आदेश जारी किए गए हैं।

मुख्य निर्वाचन अधिकारी पंजाब अनिंदिता मित्रा ने बताया कि स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन (एसआईआर) के तहत पंजाब राज्य में 25 जून, 2026 से 24 जुलाई, 2026 तक बीएलओ घर-घर जाकर मतदाताओं के फॉर्म भरवाएंगे। इस कार्य के लिए 24453 बीएलओ, 2476 सुपरवाइजर, 117 ईआरओ और 234 एईआरओ समेत पूरा निर्वाचन अमला लगाया गया है। उन्होंने बताया कि प्रत्येक बीएलओ को औसतन 300 घर और 1200 मतदाता ही एसआईआर के लिए दिए गए हैं। उन्होंने बताया कि कार्यालय मुख्य निर्वाचन अधिकारी पंजाब द्वारा पंजाब राज्य में एसआईआर करवाने संबंधी सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। उन्होंने बताया कि एसआईआर संबंधी बीएलओ को प्रशिक्षण देने और अन्य तैयारियों संबंधी काम 15 जून, 2026 से 24 जून, 2026 तक किया जाएगा। उन्होंने कहा कि हमारा उद्देश्य हर योग्य नागरिक को मतदाता सूची में शामिल करना और अयोग्य व्यक्तियों को सूची से बाहर करना है। मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने कहा कि दोहरा वोट रखना भारत संविधान

के अनुसार अपराध है, जिसके लिए एक साल तक की कैद की सजा है।

मित्रा ने बताया कि सूबे के सभी मतदाताओं को एसआईआर के तहत फॉर्म भरना होगा। उन्होंने बताया कि कार्यालय मुख्य निर्वाचन अधिकारी पंजाब द्वारा की गई प्री-एसआईआर मैपिंग के तहत सूबे के 2 करोड़ 14 लाख 57 हजार 160 मतदाताओं में से 1 करोड़ 79 लाख 56 हजार 656 मतदाताओं की मैपिंग की जा चुकी है, जो कि कुल मतदाताओं का 83.69 फीसद बनता है। उन्होंने बताया कि पंजाब राज्य के ग्रामीण इलाकों में 89.58 फीसदी मैपिंग हो चुकी है, जबकि शहरी क्षेत्रों में 73 फीसदी मैपिंग का काम पूरा हो चुका है। उन्होंने बताया कि मतदाता सूचियों की स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन के लिए 1 जनवरी, 2003 को पात्रता तिथि निर्धारित की गई है। उन्होंने बताया कि पोलिंग स्टेशनों को युक्तिसंगत करने का कार्य 24-07-2026 तक किया जाएगा और मतदाता सूची का मसौदा 31-07-2026 को प्रकाशित किया जाएगा। मतदाता सूचियों संबंधी आपत्तियां और दावे 31-07-2026 से 30-08-2026 तक पेश किए जा सकते हैं। आपत्तियों और दावों का निपटारा 31-07-2026 से 28-09-2026 तक किया जाएगा। मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने बताया कि अंतिम मतदाता सूची का प्रकाशन 01-10-2026 को किया जाएगा।

भारत निर्वाचन आयोग ने 16 राज्यों और 3 केंद्र शासित प्रदेशों में एसआईआर का दिया निर्देश

नई दिल्ली (जालंधर ब्रीज). भारत निर्वाचन आयोग ने 16 राज्यों और 3 केंद्र शासित प्रदेशों में मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) का निर्देश दिया है। जनगणना के साथ चल रहे गृह सूचीकरण के लिए सामान्य फील्ड मशीनरी (जमीनी स्तर पर कार्य नियुक्त कर्मचारियों) को ध्यान में रखते हुए एसआईआर का तीसरा चरण निर्धारित किया गया है। तीसरे चरण में हिमाचल प्रदेश, जम्मू-कश्मीर और लद्दाख को छोड़ पूरे देश में मतदाता सूची विशेष गहन पुनरीक्षण लागू हो जाएगा। इन तीनों राज्यों/केंद्र शासित प्रदेशों में जनगणना का दूसरा चरण पूरा होने और ऊपरी इलाकों/बर्फ आच्छादित क्षेत्रों में मौसम की स्थिति को ध्यान में रखते हुए विशेष गहन पुनरीक्षण संचालित करने का कार्यक्रम बाद में घोषित किया जाएगा। तीसरे चरण के दौरान, 3.94 लाख से अधिक बूथ स्तरीय अधिकारी (बीएलओ) घर-घर जाकर 36.73 करोड़ मतदाताओं से संपर्क करेंगे। इनकी सहायता के लिए राजनीतिक दलों द्वारा गणना के दौरान नियुक्त किए गए 3.42 लाख बूथ स्तरीय एजेंट (बीएलए) भी मौजूद रहेंगे।

हम पंजाब से नशे का कलंक मिटा देंगे : सीएम मान

• **जालंधर ब्रीज.** बटाला

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा कि पंजाब सरकार हर हाल में प्रदेश से "नशे का कलंक" मिटाकर रहेगी। उन्होंने कहा कि चल रहे युद्ध नशियां विरुद्ध अभियान ने पहले ही नशा तस्करी नेटवर्क को बड़ा झटका दिया है, जिसके तहत सिर्फ 437 दिनों में 63,707 से अधिक नशा तस्करों को गिरफ्तार किया गया है और पंजाब भर में नशे के पैसे से बनी अवैध संपत्तियों को गिराया जा रहा है। बटाला में संत त्रिलोचन दास जी महाराज के 38वें गुरुगद्दी दिवस को

समर्पित नशा विरोधी जागरूकता कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा कि नशों और संगठित अपराध के खिलाफ लड़ाई अब जन आंदोलन बन गई है, जिसमें हर पंजाबी पंजाब सरकार के कंधे से कंधा मिलाकर खड़ा है।

मुख्यमंत्री ने पिछले 112 दिनों में गैंगस्टरों पर वार अभियान के तहत की गई कार्रवाइयों, महिलाओं और स्वास्थ्य सुरक्षा के लिए चल रहे कल्याणकारी कार्यों और प्रदेश में श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी की बेअदबी की घटनाओं पर रोक लगाने के लिए पंजाब सरकार द्वारा बनाए गए बेअदबी विरोधी सख्त कानून जैसी पहलकदमियों पर भी प्रकाश डाला।

मान ने कहा, "पंजाब सरकार द्वारा 'मांवां-धियां सतिकार योजना' शुरू की गई है, जिसके तहत अनुसूचित जाति की हर महिला को प्रति माह 1,500 रुपये और अन्य वर्गों की हर महिला को प्रति माह 1,000 रुपये मिलेंगे।" उन्होंने कहा कि यह राशि सीधे बैंक खातों में ट्रांसफर की जाएगी और पहले से सामाजिक सुरक्षा पेंशन प्राप्त कर रही महिलाएं भी इस योजना के लिए योग्य होंगी।

पंजाब सरकार भारतीय सेना के साथ पूरा सहयोग करने को वचनबद्ध : सीएम मान

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने पश्चिमी कमान के आर्मी कमांडर लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्रा सिंह से मुलाकात के दौरान पंजाब में मजबूत सिविल-मिलिट्री तालमेल की आवश्यकता पर जोर दिया, जिसमें दोनों पक्षों ने रणनीतिक रूप से महत्वपूर्ण सीमावर्ती राज्य पंजाब में सीमा प्रबंधन, आंतरिक सुरक्षा, राहत कार्यों और ऑपरेशनल तैयारियों के बारे में तालमेल मजबूत करने पर सहमति व्यक्त की। चंडीगढ़ में हुई इस बैठक में सीमावर्ती क्षेत्रों में चल रहे प्रोजेक्टों में तेजी लाने और उभरती सुरक्षा एवं अन्य चुनौतियों से निपटने के लिए समन्वित ढांचा विकसित करने पर भी ध्यान केंद्रित किया गया।

लेफ्टिनेंट जनरल पुष्पेंद्र सिंह द्वारा पश्चिमी सेना की कमान संभालने के बाद आर्मी कमांडर और मुख्यमंत्री के

बीच पहली मुलाकात के दौरान राष्ट्रीय महत्व के कई मुद्दों पर विस्तारपूर्वक विचार-विमर्श किया गया। दोनों पक्ष इस बात पर सहमत हुए कि सीमावर्ती क्षेत्रों में चल रहे सभी प्रोजेक्टों को पूरा करने को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जाएगी, ताकि ऑपरेशनल क्षमता को और बढ़ाया जा सके और राष्ट्रीय सुरक्षा बुनियादी ढांचे को मजबूत किया जा सके। पंजाब के रणनीतिक महत्व पर जोर देते हुए मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा, "पंजाब एक सीमावर्ती राज्य है, जिसकी लगभग 550 किलोमीटर अंतरराष्ट्रीय सीमा है और इसलिए इस क्षेत्र में सिविल-मिलिट्री सहयोग को और मजबूत करना बेहद महत्वपूर्ण है।"

यूपी के 22 जिलों में कुदरत का रौद्र रूप, 111 लोगों की मौत

लखनऊ. उत्तर प्रदेश में जहां आंधी, मलबा गिरने और बिजली गिरने जैसी घटनाओं में मरने वालों की संख्या बढ़कर 111 हो गई है। राजस्व सचिव और राहत आयुक्त डॉ. हृषिकेश भास्कर यशोद ने बताया कि पिछले 24 से 36 घंटों में बिजली गिरने और आंधी से संबंधित घटनाओं की समीक्षा के लिए जिला अधिकारियों के साथ बैठक की गई। राहत आयुक्त के अनुसार, मलबे और गिरे हुए पेड़ों के नीचे दबने से 107 लोगों की मौत हो गई, जबकि बिजली गिरने से चार लोगों की मौत हुई। इस आपदा में कुल 72 लोग घायल हुए। जिला मजिस्ट्रेटों को युद्धस्तर पर राहत और बचाव कार्य करने के निर्देश दिए गए हैं। राहत आयुक्त ने कहा कि सरकारी मानदंडों के अनुसार अनुग्रह राशि वितरण की प्रक्रिया शुरू हो गई है और इसकी निगरानी यहीं से की जा रही है। उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने प्रभावित क्षेत्रों में राहत कार्यों को तुरंत तेज करने के निर्देश दिए हैं। अधिकारियों ने यह भी बताया कि आपातकालीन हेल्पलाइन नंबर 1070 पर लगातार कॉल आ रहे हैं और तदनुसार कार्रवाई की जा रही है।

मान ने 12वीं कक्षा के टॉपर विद्यार्थियों को 50,000 रुपए नकद पुरस्कार देकर किया सम्मानित

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड (पीएसईबी) की 12वीं कक्षा की परीक्षा में 416 सरकारी स्कूलों ने 100 प्रतिशत पास प्रतिशत दर्ज कर एक नया कीर्तिमान स्थापित किया है। पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने 500 में 500 अंक हासिल कर अव्वल रहने वाली पंजाब की तीन बेटियों मानसा की सुपनीत कौर, लुधियाना की सुहानी चौहान और दिवांशी की भरपूर प्रशंसा करते हुए कहा कि लड़कियां शिक्षा के पुनरुत्थान का नेतृत्व कर रही हैं। सरकारी स्कूलों में शिक्षा के प्रति विश्वास को और मजबूत करते हुए, मेरिट सूची में शामिल 275 विद्यार्थियों में से 122 विद्यार्थी सरकारी स्कूलों के हैं। मान ने मानसा की सुपनीत कौर, लुधियाना की सुहानी चौहान और दिवांशी को 500 में 500 अंक प्राप्त

करने के लिए सम्मानित किया। मुख्यमंत्री ने इन विद्यार्थिनियों को उनकी शानदार उपलब्धि के लिए 50,000 रुपए की नकद पुरस्कार राशि देकर सम्मानित किया।

पीएम मोदी ने रूसी विदेश मंत्री लावरोव से की मुलाकात

नई दिल्ली. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को नई दिल्ली में ब्रिक्स विदेश मंत्रियों के शिखर सम्मेलन के दौरान ईरानी विदेश मंत्री अब्बास अराघची और रूसी विदेश मंत्री सर्गेई लावरोव से मुलाकात की। यह मुलाकात 14 से 15 मई तक राजधानी में आयोजित ब्रिक्स विदेश मंत्रियों और वरिष्ठ प्रतिनिधियों की दो दिवसीय बैठक के दौरान हुई। प्रधानमंत्री ने सदस्य और सहयोगी देशों के मंत्रियों और प्रतिनिधियों के

साथ आधिकारिक ब्रिक्स पारिवारिक तस्वीर में भी भाग लिया। जयशंकर ने इंडोनेशिया के विदेश मंत्री सुगियोनो, दक्षिण अफ्रीका के विदेश मंत्री रोनाल्ड लामोला और इथियोपिया के विदेश मंत्री गेदियन तिमोथियोस हेसेबोन का भी स्वागत किया। संयुक्त अरब अमीरात के विदेश मंत्रालय में राज्य मंत्री खलीफा शाहीन अल मरार भी शिखर सम्मेलन में उपस्थित थे।

नीट यूजी पेपर लीक पर देश भर में बवाल

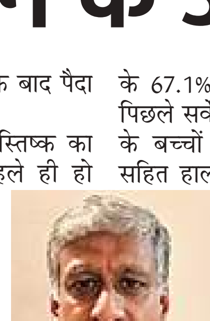
नई दिल्ली. परीक्षा पेपर लीक होने के आरोपों के बाद राष्ट्रीय राजधानी में छात्रों और संगठनों ने नीट-यूजी परीक्षा रद्द किए जाने के विरोध में अपना प्रदर्शन तेज कर दिया है, जिससे लोगों में गुस्सा और निराशा बढ़ती जा रही है। प्रदर्शनकारी राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी (एनटीए) के कार्यालय के बाहर जमा हुए और अपना असंतोष व्यक्त करते हुए अधिकारियों से जवाबदेही की मांग की। वैकल्पिक राजनीति के छात्रों के संगठन के एक प्रवक्ता ने बार-बार परीक्षा में गड़बड़ी के लिए मौजूदा प्रशासन की आलोचना करते हुए दावा किया कि भाजपा सरकार के कार्यकाल में यह चौथी या पांचवीं ऐसी घटना है। अधिकारियों ने बताया कि मामले में कथित संलिप्तता के आरोप में विभिन्न राज्यों से गिरफ्तार किये गए पांचों आरोपियों को सीबीआई मामलों के विशेष न्यायाधीश अजय गुप्ता की अदालत में पेश किया गया। उन्होंने बताया कि आरोपियों की पहचान नासिक (महाराष्ट्र) के

शुभम खैरनार, जयपुर (राजस्थान) के मांगीलाल बिवाल, विकास बिवाल और दिनेश बिवाल और गुरुग्राम (हरियाणा) के यश यादव के रूप में हुई है। सीबीआई खैरनार (30) की दो दिवसीय 'ट्रांजिट रिमांड' मुंबई की अदालत से प्राप्त करने के बाद दिल्ली लेकर आई है। महाराष्ट्र के नंदगांव निवासी खैरनार कथित तौर पर प्रश्नपत्र लीक में शामिल थे। सीबीआई ने इससे पहले मुंबई की अदालत में खैरनार की 'ट्रांजिट रिमांड' मांगते हुए दलील दी थी कि कई राज्यों के व्यक्तियों की संलिप्तता का संदेह है और हिरासत में लेकर पूछताछ की जरूरत है।

भारत के बच्चों को भोजन के अलावा भी और चीजों की आवश्यकता

जालंधर ब्रीज. कुछ समय पहले मेरे क्लिनिक में पांच साल की एक बच्ची लाई गई। वह अपनी उम्र के बच्चों की तुलना में विकास के कई चरणों में पीछे लग रही थी। उसकी बोलने की गति धीमी थी और वह अपने हमउम्र बच्चों जितनी सक्रिय या जुड़ी हुई नहीं दिख रही थी। उसके विकास के आकलन में वह तीन साल की बच्ची के स्तर पर पाई गई। उसकी मां बहुत चिंतित थीं। बच्ची बीमार नहीं थी। कोई ऐसी बीमारी या निदान नहीं था जो इसकी वजह समझा सके। लेकिन जब हमने कोविड-19 के पिछले दो वर्षों के बारे में बात की, तो तस्वीर साफ होने लगी। लंबे लॉकडाउन के कारण स्कूल बंद रहे, वह ज्यादातर समय घर पर रही, खेल की जगह स्क्रीन ने ले ली और भोजन पहले की तुलना में अधिक साधारण और सीमित हो गया। उन शांत वर्षों में उसके मस्तिष्क को वह सब नहीं मिल पाया जिसकी उसे बढ़ने के लिए जरूरत थी। वह कोई अपवाद नहीं थी। अलग-अलग क्लिनिकों में बाल रोग विशेषज्ञ और विकास विशेषज्ञ एक ही तरह की स्थिति देख रहे थे-ऐसे बच्चे जो शारीरिक रूप से स्वस्थ थे, लेकिन विकास में पीछे रह गए थे। यह वायरस की वजह से नहीं था, बल्कि उसके बाद पैदा हुई परिस्थितियों की वजह से था।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, मस्तिष्क का 90% विकास पांच वर्ष की आयु से पहले ही हो जाता है, जिससे प्रारंभिक वर्ष बच्चे के संज्ञानात्मक, भावनात्मक और सामाजिक भविष्य को आकार देने का सबसे बड़ा अवसर बन जाते हैं। इस दौरान बनने वाले तंत्रिका संबंध सीखने, भाषा, स्मृति और जीवन भर के लिए लचीलेपन को मजबूत करते हैं। इस अवधि में सही पोषण प्राप्त करना सबसे शक्तिशाली निवेशों में से एक है जो हम कर सकते हैं। आयरन, जिंक और सेलेनियम जैसे सूक्ष्म पोषक तत्व, जिन्हें अक्सर तंत्रिका पोषक तत्व कहा जाता है, स्वस्थ मस्तिष्क विकास और कार्य के लिए आवश्यक हैं। फिर भी आंकड़े एक चिंताजनक कहानी बयां करते हैं। अकेले आयरन की कमी भारत में पांच वर्ष से कम आयु के लगभग 50% बच्चों को प्रभावित करती है (एनएफएचएस-5)। पांच वर्ष से कम आयु के 67.1% बच्चों में एनीमिया दर्ज किया गया, जो पिछले सर्वेक्षण से अधिक है। 12-59 महीने की आयु के बच्चों के राष्ट्रीय स्तर पर प्रतिनिधि विश्लेषण सहित हाल के साक्ष्यों से पता चला है कि 60% से अधिक बच्चों में एनीमिया के साथ या उसके बिना सूक्ष्म पोषक तत्वों की कमी थी। यह अकेले हीमोग्लोबिन की संख्या से कहीं अधिक व्यापक पोषण संबंधी अंतर की ओर इशारा करता है।



डॉ. सरथ गोपालन
(लेखक, नई दिल्ली के मधुकर रेनबो चिल्ड्रन्स हॉस्पिटल में बाल चिकित्सा गैस्ट्रोएंटरोलॉजी के वरिष्ठ सलाहकार और न्यूट्रिशन सोसाइटी ऑफ इंडिया (एनएसआई) के अध्यक्ष हैं।)

डोकोसाहेक्सानोइक एसिड (डीएचए), एक ओमेगा-3 फैटी एसिड, मस्तिष्क की संरचना, स्मृति निर्माण और दृश्य विकास में सहायक होता है। कोलीन, एक अन्य आवश्यक पोषक तत्व, अब मस्तिष्क के विकास के लिए अनिवार्य माना जाता है। जब माताएं गर्भावस्था के दौरान कोलीन का सेवन करती हैं, तो यह स्वस्थ जीन गतिविधि और कोशिका संरचना, तथा मस्तिष्क के प्रमुख क्षेत्रों - जिनमें स्मृति और चिंतन के लिए जिम्मेदार क्षेत्र शामिल हैं - के विकास में सहायक होता है। ये पोषक तत्व बच्चे के आहार में वैकल्पिक नहीं हैं, बल्कि उनकी क्षमता के लिए मूलभूत हैं।

संवेदनशील देखभाल, मौखिक संवाद, स्पर्श संबंधी जुड़ाव और एक उत्तेजक वातावरण तंत्रिका तंत्र के लिए महत्वपूर्ण हैं और स्वस्थ मस्तिष्क संरचना के लिए आवश्यक हैं। प्रारंभिक बचपन के कार्यक्रम जो पोषण संबंधी सहायता और विकासात्मक उत्तेजना दोनों को एकीकृत करते हैं, ऐसे परिणाम देते हैं जो इनमें से कोई भी अकेले प्राप्त नहीं कर सकता। भारत की कार्यक्रम संरचना इस पर अमल करने के लिए अच्छी स्थिति में है। पोषण अभियान और पीएम पोषण जैसे कार्यक्रम पहले से ही देश भर में लाखों माताओं और छोटे बच्चों तक पहुंच रहे हैं। पोषण पखवाड़ा जैसी पहल पोषण के इर्द-गिर्द निरंतर, सामुदायिक स्तर पर लामबंदी की शक्ति को दर्शाती है। वितरण संरचना, जिसमें आंगनवाड़ी नेटवर्क, अग्रिम पंक्ति के कर्मचारी और सामुदायिक स्तर पर पहुँच शामिल है, स्थापित है। अब अवसर यह है कि इस ढांचे से मिलने वाले लाभों को और अधिक बढ़ाया जाए। विश्व स्वास्थ्य संगठन और यूनिसेफ के नर्चरिंग केयर फ्रेमवर्क को एकीकृत करना, जो पोषण, स्वास्थ्य, सुरक्षा, प्रारंभिक शिक्षा और देखभाल को एक सुसंगत इकाई में जोड़ता है, इस विकास के लिए एक स्पष्ट और वैज्ञानिक रोडमैप प्रदान करता है। यह लक्ष्य को केवल बच्चों को भोजन कराने से आगे बढ़ाकर उन्हें वास्तव में फलने-फूलने में मदद करने की ओर ले जाता है।

शुरुआती बचपन में पोषण किसी भी देश के लिए सबसे अधिक लाभ देने वाला निवेश है। जब बच्चों को उनके विकसित होते मस्तिष्क के लिए जरूरी सूक्ष्म पोषक तत्व, सही देखभाल का वातावरण और सही मानसिक व सामाजिक प्रोत्साहन मिलता है तो उसका लाभ पूरी जिंदगी मिलता है। ऐसे बच्चे बेहतर विद्यार्थी बनते हैं, आगे चलकर अधिक सक्षम और उत्पादक नागरिक बनते हैं, और समाज भी अधिक मजबूत और सक्षम बनता है। भारत के पास विकसित भारत का सपना है। उसके पास व्यवस्थाएं हैं। उसके पास विज्ञान है। अब जरूरत इस बात की है कि शुरुआती बचपन के पोषण को केवल कल्याणकारी योजना का हिस्सा न माना जाए, बल्कि उसे उस बुनियाद के रूप में देखा जाए, जिस पर बाकी सब कुछ टिका है।

भारत का 'तरबूज कैपिटल' धर्मपुरी, गर्मियों में पहुंचते हैं हजारों लोग

Travelling भारत में एक ऐसा शहर भी है जो अपने मीठे और रसदार तरबूजों के लिए बेहद मशहूर है। गर्मियों में यहां के खेतों में तरबूजों की भरमार देखने को मिलती है और लोग दूर-दूर से इन्हें खरीदने पहुंचते हैं...

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

गर्मी का मौसम आते ही तरबूज की डिमांड तेजी से बढ़ जाती है। इस मौसम में लोग शरीर को ठंडा और हाइड्रेट रखने के लिए खूब तरबूज खाते हैं। भारत में एक ऐसा शहर है जिसे 'Watermelon Capital of India' यानी 'भारत का तरबूज कैपिटल' कहा जाता है। यहां बड़े पैमाने पर तरबूज की खेती होती है और देश के कई हिस्सों में यहां से तरबूज भेजे जाते हैं। खास बात यह है कि यहां उगने वाले तरबूज अपने मीठे स्वाद, बड़े आकार और अच्छी क्वालिटी के लिए काफी मशहूर हैं।

महाराष्ट्र का Solapur भारत में तरबूज की खेती के लिए बेहद प्रसिद्ध है। यहां की जलवायु और मिट्टी तरबूज की खेती के लिए काफी अनुकूल मानी जाती है। गर्मियों के दौरान सोलापुर के खेतों में दूर-दूर तक फैले तरबूज देखने को मिलते हैं। यहां उगाए गए तरबूज सिर्फ महाराष्ट्र ही नहीं, बल्कि देश के कई राज्यों में सप्लाई किए जाते हैं।

सोलापुर में किसान आधुनिक तकनीकों के साथ तरबूज की खेती करते हैं, जिससे यहां की फसल की क्वालिटी काफी अच्छी होती है। यही वजह है कि इस शहर को 'Watermelon Capital of India' कहा जाने लगा।

- सोलापुर के तरबूज क्यों होते हैं खास?
- इनका स्वाद काफी मीठा होता है
- इनमें पानी की मात्रा ज्यादा होती है
- बड़े आकार के तरबूज यहां आसानी से मिल जाते हैं
- गर्म मौसम के कारण फसल अच्छी तैयार होती है

घूमने के लिए भी शानदार है सोलापुर : सोलापुर सिर्फ खेती के लिए ही नहीं, बल्कि घूमने के लिए भी एक अच्छा शहर माना जाता है। यहां कई धार्मिक और ऐतिहासिक जगहें मौजूद हैं।

सिद्धेश्वर मंदिर : शहर का प्रसिद्ध धार्मिक स्थल है, जहां बड़ी संख्या में श्रद्धालु आते हैं।

भुईकोट किला : इतिहास प्रेमियों के लिए आकर्षण का केंद्र है। यह किला अपनी पुरानी वास्तुकला के लिए जाना जाता है।

ग्रेट इंडियन बस्टर्ड सैंक्चुरी : प्रकृति और वन्यजीव प्रेमियों के लिए खास जगह मानी जाती है।

सोलापुर घूमने का सही समय : अगर आप सोलापुर घूमने का प्लान बना रहे हैं, तो अक्टूबर से मार्च का समय सबसे अच्छा माना जाता है। हालांकि, अगर आप तरबूज के खेत और गर्मियों का खास माहौल देखना चाहते हैं, तो अप्रैल और मई में यहां का नजारा अलग ही होता है।

कैसे पहुंचे सोलापुर?

रेल मार्ग : सोलापुर रेलवे नेटवर्क (मुंबई, पुणे, हैदराबाद, बैंगलुरु) से अच्छी तरह जुड़ा हुआ है।

सड़क मार्ग : महाराष्ट्र और आसपास के राज्यों से यहां आसानी से पहुंचा जा सकता है।

हवाई मार्ग : सोलापुर एयरपोर्ट या फिर पुणे इंटरनेशनल एयरपोर्ट से सड़क मार्ग द्वारा यहां आसानी से पहुंचा जा सकता है।

ट्रैवल प्लान : महाराष्ट्र का सोलापुर सिर्फ एक शहर नहीं, बल्कि भारत की तरबूज खेती का बड़ा केंद्र माना जाता है। यहां के मीठे और रसदार तरबूज पूरे देश में पसंद किए जाते हैं। अगर आप गर्मियों में किसी अलग और दिलचस्प जगह घूमना चाहते हैं, तो सोलापुर आपके लिए एक शानदार विकल्प हो सकता है।

Ai प्रतिकात्मक तस्वीर

RICH GIRL MINDSET

कुछ लड़कियों के जीवन में पैसे की कमी क्यों नहीं होती? ये 7 सीक्रेट जान गईं, तो खिंची आएगी दौलत!

हर लड़की चाहती है कि उसकी जिंदगी में पैसों की कभी कमी न हो और फाइनेंशियल स्टेबिलिटी बनी रहे। लेकिन सिर्फ कुछ लड़कियों के पास हमेशा पैसे की फ्लो क्यों बना रहता है, इसकी वजह उनकी खास आदतें होती हैं।

Ai प्रतिकात्मक तस्वीर

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

हर लड़की एक अच्छा और सिक्योर फ्यूचर चाहती है, लेकिन सिर्फ चाहने से कुछ नहीं बदलता। असली फर्क तब आता है जब आप रिच गर्ल जैसी सोच और आदतें अपनाना शुरू करती हैं। सच यह है कि पैसा सिर्फ मेहनत से नहीं, बल्कि सही माइंडसेट और स्मार्ट आदतों से भी आता है। जो लड़कियां पैसों को लेकर पॉजिटिव रहती हैं, खुद को लगातार बेहतर बनाती हैं और अपने लाइफस्टाइल को डिसिप्लिन में रखती हैं, उनके पास मौके भी ज्यादा आते हैं। अगर आप भी चाहती हैं कि आपकी लाइफ में पैसों को लेकर स्ट्रेस कम और ग्रोथ ज्यादा हो, तो आपको अपनी कुछ डेली हैबिट्स बदलनी होंगी। चलिए जानते हैं आप कौन सी आदतें अपनाकर, मनी को अट्रैक्ट कर सकती हैं।

रिच गर्ल पैसों को लेकर कभी नेगेटिव बातें नहीं करतीं : एक स्मार्ट और कॉन्फिडेंट लड़की कभी मजाक में भी खुद को गरीब नहीं कहती। वह अपनी बातों में हमेशा पॉजिटिविटी रखती है। वह मानती है कि पैसा उसकी लाइफ में आ रहा है और वह उसे अट्रैक्ट कर सकती है। इसलिए आप भी अपनी भाषा बदलें। खुद से यह कहना शुरू करें कि आप अपनी इनकम बढ़ाने के रास्ते ढूंढ रही हैं और आप फाइनेंशियली स्ट्रॉन्ग बन रही हैं।

अपने प्लेस को क्लीन और क्लासी रखना : एक रिच माइंडसेट वाली लड़की अपने आसपास की जगह को साफ और सुंदर रखती है। उसे पता होता है कि अच्छा माहौल अच्छी सोच को बढ़ावा देता है। इसके लिए महंगी चीजें जरूरी नहीं होतीं।

आप अपने कमरे को साफ रख सकती हैं, कोई छोटा सा प्लांट लगा सकती हैं या अपनी स्टडी या वर्क टेबल को सलीके से सजा सकती हैं। इससे आपका मूड भी अच्छा रहेगा और आप ज्यादा प्रोडक्टिव महसूस करेंगी।

खुद को बेहतर बनाते रहना : एक ग्रोथ माइंडसेट वाली लड़की सीखना कभी बंद नहीं करती। वह रोज कुछ ना कुछ नया सीखने की कोशिश करती है। आप भी रोज कुछ समय अपने लिए निकालें। कोई अच्छी किताब पढ़ें, कोई पॉडकास्ट सुनें या कोई नई स्किल सीखें। यह आदत आपको बाकी लोगों से अलग बनाती है और आगे बढ़ने के मौके देती है।

वह अपने खर्च को कंट्रोल में रखती है : एक समझदार लड़की बिना सोचे समझे शॉपिंग नहीं करती। वह इमोशनल होकर पैसे खर्च नहीं करती बल्कि सोच-समझकर खर्च करती है। वह कम चीजें खरीदती है लेकिन अच्छी क्वालिटी की खरीदती है। इससे उसकी पर्सनैलिटी भी बेहतर दिखती है और पैसे भी बेकार खर्च नहीं होते।

वह अपने पैसों से भागती नहीं, उन्हें मैनेज करती है : रिच माइंडसेट वाली लड़की अपने बैंक बैलेंस को देखकर घबराती नहीं है। वह समय-समय पर अपना अकाउंट चेक करती है ताकि उसे अपनी फाइनेंशियल स्थिति का पता रहे। जब आप अपने पैसों का हिसाब रखना शुरू करती हैं तो आप ज्यादा जिम्मेदार बनती हैं और फाइनेंशियल डिसीजन भी बेहतर ले पाती हैं।

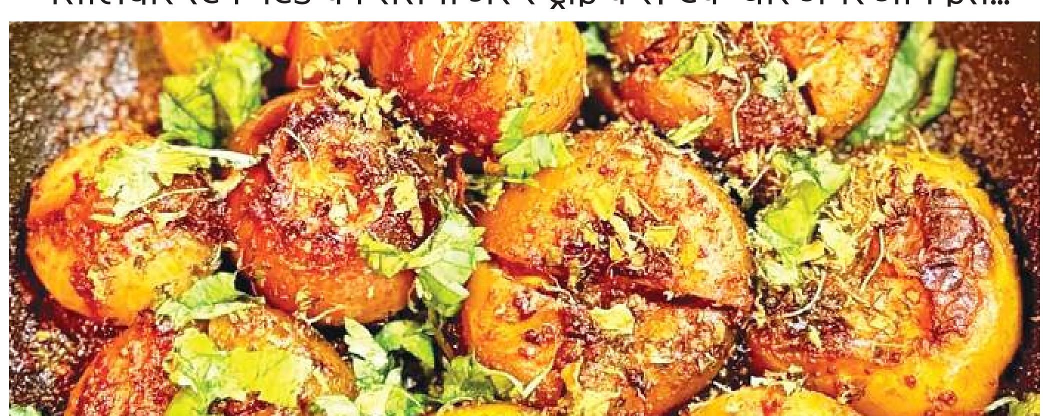
वह पैसों के बारे में स्मार्ट तरीके से सोचती है : एक कॉन्फिडेंट लड़की 'मैं यह नहीं खरीद सकती' कहने की बजाय यह सोचती है कि मैं इसे कैसे खरीद सकती हूँ। यह सोच उसे नए मौके तलाशने के लिए मोटिवेट करती है। वह अपनी स्किल बढ़ाने, एक्स्ट्रा इनकम के तरीके खोजने और अपने खर्च को बेहतर प्लान करने पर ध्यान देती है।

पैसे से डरने के बजाय उसे एंजॉय करें : एक रिच माइंडसेट वाली लड़की पैसे से डरती नहीं है। वह जानती है कि पैसा उसकी लाइफ को बेहतर बनाने का एक जरिया है। इसलिए वह पैसे को कमाने, बचाने और सही जगह खर्च करने में बैलेंस बनाना सीखती है। जब आप पैसे को सही नजर से देखती हैं तो आपके अंदर एक अलग कॉन्फिडेंस आ जाता है।

डिस्क्लेमर : इस लेख के सुझाव सामान्य जानकारी के लिए हैं। इन सुझावों और जानकारी को किसी प्रोफेशनल की सलाह के तौर पर न लें।

टिंडा देखकर नाक-भौं सिकोड़ते हैं बच्चे और बड़े? तो ट्राई करें स्टफ टिंडे की मसालेदार रेसिपी

टिंडे की सब्जी का नाम आते ही बच्चे और बड़े मुंह बनाने लगते हैं। अगर आपके घर में भी ऐसा ही होता है तो आ एक बार यहां बताई रेसिपी से मसालेदार स्टफ टिंडे की रेसिपी जरुर ट्राई करें। एक बार अगर आप इस...



• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

गर्मियों में आने वाली कुछ सब्जियां जैसे टिंडे,लौकी,कद्दू, तोरई को देखते ही बच्चे और बड़े मुंह बनाने लगते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि इन सब्जियों को बहुत ही सिंपल तरीके से बनाया जाता है। इन सब्जियों में टिंडे का स्वाद हल्का होता है, जो मसालों को अच्छी तरह सोख लेता है। इसमें पानी की मात्रा ज्यादा और कैलोरी बहुत कम होती है, जिससे यह आसानी से पच जाता है। इसे पकाने पर इसका गूदा नरम और रसीला हो जाता है। इसलिए इसे मसालेदार बनाने पर स्वाद अच्छा आता है। यहां हम मसाला स्टफ टिंडे की रेसिपी बता रहे हैं जिसे पराठे के साथ सर्व किया जा सकता है और ये स्वाद में भी काफी अच्छी लगती है।

स्टफ टिंडे बनाने की सामग्री

इस सब्जी को बनाने के लिए आपको चाहिए आधा किलो टिंडा, 6-7 - छोटे प्याज, दो छोटे चम्मच सरसों का तेल, 1/4 छोटा चम्मच हींग,एक छोटा चम्मच जीरा, कसूरी मेथी, ताजा हरा धनिया, एक छोटा चम्मच कश्मीरी लाल मिर्च पाउडर, आधा छोटा चम्मच हल्दी पाउडर, एक छोटा चम्मच धनिया पाउडर, एक छोटा चम्मच अमचूर पाउडर, एक छोटा चम्मच जीरा, एक छोटा चम्मच सौंफ, एक छोटा चम्मच हरा धनिया, दो-तीन कश्मीरी सूखी लाल मिर्च, सूखी लाल मिर्च को भूनकर पाउडर, अधा छोटा चम्मच काला नमक, स्वादानुसार नमक, एक से दो छोटे चम्मच सरसों का तेल और जरूरत के मुताबिक पानी।

मसालेदार स्टफ टिंडे बनाने की विधि

इसे बनाने के लिए टिंडे को धोकर छील लें और बीच में एक कट लगाएं और अलग रख दें। अब छोटे प्याज को भी छील लें और इस पर भी कट लगा लें। अब जीरा, सौंफ, हरा धनिया और सूखी लाल मिर्च को सूखा भूनकर मिक्सर पीसकर पाउडर बना लें। अब एक कटोरी में दो छोटे चम्मच सूखा मसाला, अधा छोटा चम्मच काला नमक, स्वादानुसार नमक, एक से दो छोटे चम्मच सरसों का तेल और जरूरत के मुताबिक पानी डालकर एक पेस्ट बना लें। अब टिंडे और प्याज दोनों की भरावन भरें। अब एक पैन में तेल, हींग, जीरा, मसाले का पेस्ट और टिंडे और प्याज डालें। अब बचा हुआ भुना मसाला छिड़कें और दोनों तरफ से पकने तक भूनें। बीच-बीच में चेक करते रहें और जरूरत पड़ने पर थोड़ा पानी छिड़कें। कसूरी मेथी और धनिया पत्ती से सजाएं और खाएं।

टिप

- सूखे मसाले को अच्छे से भूनने के बाद ही पीसें।
- स्टफ टिंडे के लिए देसी छोटे-छोटे टिंडे लें। ध्यान रखें कि ज्यादा बड़ा टिंडा पका हुआ हो सकता है, जिसकी सब्जी स्वाद में अच्छी नहीं बनती।
- प्याज भी छोटी वाली लें।

बच्चे को सफल बनाना है? सोने से पहले कहें ये 7 बातें

जालंधर ब्रीज (फीचर) . सोने से पहले का समय बच्चे के मन को शांत और रिलैक्स करने का सबसे अच्छा समय माना जाता है। ऐसे में अगर आप प्यार और भरोसे से भरी कुछ अच्छी बातें रात में सोने से पहले अपने बच्चे के कान में कहते हैं, तो इससे उसे इमोशनली सेफ फील होता है।

मेरा बच्चा बहुत समझदार है : बच्चा सोने लगे तो उसके कान में धीरे से बोले "मेरा बच्चा बहुत समझदार है"। इससे वह खुद को बेहतर समझने लगता है और नई चीजें सीखने में रुचि दिखाता है।

मेरा बच्चा एकदम स्वस्थ है : जाहिर है हर पेरेंट्स चाहते हैं कि उनका बच्चा हेल्दी रहे। रात मे जब बच्चा सोने लगे तो उसके कान मे कहें 'मेरा बच्चा एकदम स्वस्थ है'।

मेरा बच्चा बहुत सुंदर है : रात में सोते समय बच्चे के का में धीरे से कहें 'मेरा बच्चा बहुत सुंदर है'। जब बच्चा खुद को स्वीकार करना सीखता है, तो उसका आत्मविश्वास भी मजबूत होता है। इसलिए उसे प्यार से उसकी अहमियत महसूस कराएं।

मेरा बच्चा यशस्वी और तेजस्वी है : हर माता-पिता चाहते हैं कि उनका बच्चा आगे बढ़े और जीवन में अच्छा करे। बच्चे के लिए अच्छे शब्द बोलना उसे मोटिवेट करने का एक आसान तरीका हो सकता है। इसलिए रात में सोने से पहले बच्चे के कान में बोले 'मेरा बच्चा यशस्वी और तेजस्वी है'।

मेरा बच्चा दीर्घायु है : हेर पैरेंट्स की चाहत होती है कि उनका बच्चा हेल्दी और दीर्घायु रहे। जब आप उसके लिए दिल से अच्छी बातें बोलते हैं, तो उसमें आपका प्यार और दुआ दोनों शामिल होते हैं। ऐसा करने से आपका आपके बच्चे के साथ इमोशनल अटैचमेंट बढ़ेगा।

मम्मा-पापा आपसे बहुत प्यार करते हैं : यूं तो हर पेरेंट्स अपने बच्चों को बहुत प्यार करते हैं लेकिन बच्चे को इसका एहसास दिलाना भी जरूरी है। कई बार माता-पिता प्यार तो बहुत करते हैं, लेकिन बोलकर जताते नहीं हैं। बच्चे के लिए यह सुनना बहुत जरूरी होता है कि उसके माता-पिता उसे कितना प्यार करते हैं। इससे बच्चा इमोशनली स्ट्रांग फील करता है।

मेरा बच्चा बहुत आज्ञाकारी है : बच्चे को बार-बार जिद्दी या शरारती कहने के बजाय उसके लिए अच्छे शब्दों का इस्तेमाल करें। रात में बच्चा जब सोने लगे तो उसके कान में धीरे से कहें कि मेरा बच्चा बहुत आज्ञाकारी है। जब आप उसे ऐसी पॉजिटिव बातें बोलते हैं तो वह भी धीरे-धीरे पॉजिटिव बिहेवियर करने लगता है।

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

काम की बात : गर्मियों में बढ़ी आई एलर्जी इन लक्षणों को न करें नजरअंदाज

Health गर्मियों में तेज धूप, धूल और गर्म हवा की वजह से आंखों में एलर्जी और संक्रमण की समस्या बढ़ सकती है। जानिए कौन-से लक्षण गंभीर हो सकते हैं और आंखों को सुरक्षित रखने के आसान उपाय।

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

गर्मियों का मौसम आंखों के लिए कई तरह की परेशानियां लेकर आता है। तेज धूप, गर्म हवा, धूल-मिट्टी और बढ़ता प्रदूषण आंखों को नुकसान पहुंचा सकता है। यही वजह है कि इस मौसम में आई एलर्जी, ड्राई आई, आंखों में जलन और रेडनेस जैसी समस्याएं तेजी से बढ़ने लगती हैं। कई लोग आंखों में खुजली, पानी आना या हल्की जलन को सामान्य समझकर नजरअंदाज कर देते हैं, लेकिन लगातार रहने वाले ये लक्षण किसी संक्रमण या गंभीर परेशानी का संकेत भी हो सकते हैं।

डॉ. के अनुसार, गर्मियों में UV किरणें और डिहाइड्रेशन आंखों की सुरक्षा परत को प्रभावित करते हैं, जिससे संक्रमण का खतरा बढ़ जाता है। इसलिए इस मौसम में आंखों की सही देखभाल करना बेहद जरूरी है ताकि एलर्जी और इन्फेक्शन जैसी समस्याओं से बचा जा सके।

गर्मियों में होने वाली आम आई प्रॉब्लम्स

- **ड्राई आई सिंड्रोम :** गर्मी और तेज हवा के कारण आंखों की नमी कम होने लगती है। इससे आंखों में सूखापन और जलन महसूस हो सकती है।
- **आई एलर्जी :** धूल, प्रदूषण और पोलन के संपर्क में आने से आंखों में खुजली, लालपन और पानी आने जैसी समस्याएं हो सकती हैं।
- **आई स्ट्रेन :** मोबाइल, लैपटॉप और टीवी का ज्यादा इस्तेमाल आंखों को थका सकता है। इससे सिरदर्द और आंखों में भारीपन महसूस हो सकता है।
- **कंजंक्टिवाइटिस :** गर्मियों में आंखों का संक्रमण तेजी से फैल सकता है। इसमें आंखें लाल हो जाती हैं और चिपचिपा डिस्चार्ज भी हो सकता है।
- इन लक्षणों को भूलकर भी ना करें इग्नोर
- आंखों में लगातार दर्द या तेज जलन
- आंखों का लाल होना
- आंखों में सूजन
- चिपचिपा डिस्चार्ज
- अचानक धुंधला दिखाई देना
- रोशनी से चुभन (फोटोफोबिया) महसूस होना
- आंखों की एलर्जी और संक्रमण के मुख्य कारण

Ai प्रतिकात्मक तस्वीर

- **धूल और प्रदूषण :** धूल-मिट्टी आंखों को इरिटेट करती है और एलर्जिक रिएक्शन बढ़ा सकती है।
- **UV किरणें :** तेज धूप और UV rays आंखों की सुरक्षा परत को कमजोर कर सकती हैं।
- **गंदे हाथों से आंख छूना :** बार-बार आंखों को छूने से संक्रमण फैलने का खतरा बढ़ जाता है।
- **दूषित पानी :** स्विमिंग पूल का क्लोरीन या गंदा पानी आंखों में जलन और इन्फेक्शन पैदा कर सकता है।
- गर्मियों में आंखों को सुरक्षित रखने के आसान उपाय
- धूप में निकलते समय सनग्लासेस पहनें
- आंखों को बार-बार ना रगड़ें
- चेहरा और आंखों को साफ रखें
- ठंडे पानी से आंखें धोते रहें
- गंदे हाथों से आंखों को ना छुएं
- धूल और प्रदूषण से बचें
- स्क्रीन टाइम कम करें
- पर्याप्त पानी पिएं
- डॉक्टर की सलाह से हाइड्रेटिंग आई ड्रॉप्स इस्तेमाल करें
- डाइट में शामिल करें ये चीजें
- गर्मी में हाई-वॉटर कंटेंट फूड्स आंखों के लिए फायदेमंद माने जाते हैं। खीरा, ककड़ी, संतरा, तरबूज आदि शरीर को हाइड्रेट रखने में मदद करते हैं।

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

बंगाल ने खुद को फिर से ढूंढ़ लिया

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

हावड़ा कभी एशिया का शेफील्ड कहलाता था। हुगली नदी के किनारे स्थित जूट मिलें इस उपमहाद्वीप के संगठित उद्योग का सबसे बड़ा केन्द्र हुआ करती थीं। कोलकाता भारत की वाणिज्यिक राजधानी हुआ करती थी। बिड़ला एवं टाटा घरानों के साथ-साथ आईटीसी, ब्रिटानिया, कोल इंडिया, हिंदुस्तान मोटर्स और गार्डन रीच शिपबिल्डर्स के मुख्यालय भी यहीं स्थित थे। बर्नपुर स्थित इस्को की स्थापना 1918 में हुई थी, जबकि दुर्गापुर इस्पात संयंत्र द्वितीय पंचवर्षीय योजना का हिस्सा था। वर्ष 1950-51 में, बंगाल ने देश के कुल मैन्यूफैक्चरिंग उत्पादन में लगभग 27 प्रतिशत हिस्से का योगदान किया था। मैं उस कलकत्ता को जानता था। विदेश सेवा में शामिल होने से पहले, मेरी शुरुआती नौकरियों में से एक इसी शहर में हिंदुस्तान लीवर में थी। कलकत्ता तब भी एक ऐसी जगह थी, जहां अपने संदूक के साथ आने वाला एक युवक इस बात के लिए आश्वस्त हो सकता था कि वह उस जगह पर आ गया है जहां से इस देश का वाणिज्य संचालित होता है। बत्तियां जलती रहीं। ट्रामें चलती रहीं। कंपनियों ने भर्तियां जारी रखीं।

डॉ. जितेन्द्र सिंह
(लेखक केन्द्रीय पेट्रोलियम एवं प्राकृतिक गैस मंत्री हैं)

जिस चीज को बनाने में एक सदी लगी थी, उसे आर्थिक कुप्रबंधन से कहीं बढ़कर सोची-समझी साजिश के जरिए ध्वस्त कर दिया गया। वाम मोर्चा ने 1977 में सत्ता संभाली। यह मोर्चा चौंतीस वर्षों तक सत्ता पर काबिज रहा। श्रमिक वर्ग के हितों की नारेबाजी का आड़ में, एक संगठित समानांतर राज्य ने जड़ें जमा लीं। मकान बनाने से लेकर दुकान चलाने, भट्टी स्थापित करने, परिवहन मार्ग को पंजीकृत कराने और पंचायत की बैठक आयोजित करने तक के लिए इजाजत लेनी होती थी। ये इजाजतें एक चंदे की एवज में मिलती थीं। कार्यकर्ता ये चंदा इकट्ठा करते थे। सत्तारूढ़ पार्टी में उसे अपने खाते में जमा करती थी। पूंजीपतियों को राज्य से निकाल बाहर करने वाली ट्रेड यूनियनबाजी इसका प्रत्यक्ष पहलू थी। जबरन वसूली से त्रस्त आम नागरिकों के वहां से निकल जाने की परिघटना तो खैर कैमरों में कैद ही नहीं हुई। वर्ष 2000 के दशक में, जब वाम मोर्चा ने खुद अपना रुख बदलने और टाटा मोटर्स को सिंगूर लाने की कोशिश की, तो विपक्ष में बैठी तृणमूल कांग्रेस ने भूख हड़ताल शुरू कर दी। परिणामस्वरूप, यह परियोजना 2008 में गुजरात चली गई। माफिया ने अपना चोला बदल लिया; वह खत्म नहीं हुआ।

वर्ष 2011 में, तृणमूल कांग्रेस 'परिवर्तन' के वादे पर सत्ता में आई। इसके बाद जो कुछ हुआ, वह नए रूप में पुरानी ही व्यवस्था के लौट आने जैसा था। चंदा, अब एवजी-रकम बन गया। कार्यकर्ता सिंडिकेट बन गए। राष्ट्रीय स्तर पर मैन्यूफैक्चरिंग में बंगाल की 27 प्रतिशत की हिस्सेदारी घटकर 5 प्रतिशत से भी नीचे आ गई है। कभी राष्ट्रीय औसत का 127 प्रतिशत रहने वाली, प्रति व्यक्ति आय लुढ़कर 84 प्रतिशत पर आ गई है। छह हजार से अधिक पंजीकृत कंपनियों ने अपने मुख्यालय कोलकाता से बाहर स्थानांतरित कर दिए हैं। कभी हावड़ा या साल्ट लेक में काम करने वाले बंगाल के बच्चे, अब बेंगलुरु, हैदराबाद और पुणे में रहते हैं। अपनी नौकरी और अपने पैसों को राज्य से बाहर जाता देखने वाले, मतदाताओं को अपना हिसाब बराबर करना था और उनके हाथ में हिसाब बराबर करने का जरिया एक मतपत्र ही था।

इस बदले के केन्द्र में महिलाओं से जुड़ा एक ऐसा रिकॉर्ड था, जिसका बचाव आजाद भारत के किसी भी सत्ताधारी को नहीं करना पड़ा। एक महिला मुख्यमंत्री के शासनकाल में राज्य की महिलाओं पर निर्मम अत्याचार हुए और उनकी हत्याएं हुईं। अगस्त 2024 में आरजी कर मेडिकल कॉलेज में एक स्नातकोत्तर प्रशिक्षु डॉक्टर के साथ बलात्कार हुआ और उसकी हत्या कर दी गई। रात भर घटनास्थल पर एक भीड़ द्वारा तोड़फोड़ की गई। कोलकाता पुलिस ने इस भीड़ को तितर-बितर करने की कोई कोशिश नहीं की। कलकत्ता उच्च न्यायालय ने इस निष्कर्ष के आधार पर जांच केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) को सौंपने का आदेश दिया कि कोलकाता पुलिस की जांच भरोसेमंद नहीं है। जूनियर डॉक्टरों की 42 दिनों की हड़ताल हुई। इस हड़ताल में कई महिला डॉक्टर शामिल रहीं।

जनवरी 2024 में, संदेशखाली की घटना हुई। सुंदरबन के एक द्वीप की महिलाएं तृणमूल के एक जिला परिषद सदस्य के खिलाफ सड़कों पर उतर आईं। तृणमूल का वह नेता पचपन दिनों तक फरार रहा। जबकि, राज्य की पुलिस चुपचाप बैठी रही और उसके खिलाफ कोई मामला दर्ज नहीं किया। कभी अपने आंदोलनों के दौरान 'परिवर्तन' की बात करने वाली, एक मुख्यमंत्री ने एक ऐसे शासन का नेतृत्व किया जिसमें उनके राज्य की महिलाओं को उनके ही कार्यकर्ताओं के खिलाफ अदालतों व केन्द्रीय एजेंसियों की शरण लेनी पड़ी और सड़कों पर उतरना पड़ा। यह बेहद निंदनीय है। और घोर अन्यायपूर्ण भी।

बंगाल की महिलाओं को जो पीड़ा सहनी पड़ी, उसकी बराबरी केवल राज्य के युवाओं द्वारा उठाए गए नुकसान से ही की जा सकती है। प्रवर्तन निदेशालय द्वारा की गई पहली छापेमारी की रात सॉल्ट लेक के एक बंद फ्लैट से 21 करोड़ रुपये नकद बरामद किए गए। संबंधित संपत्तियों से हुई बरामदगी के बाद कुल राशि 50 करोड़ रुपये से अधिक की हो गई। तत्कालीन कैबिनेट मंत्री पार्थ चटर्जी की गिरफ्तारी हुई। उन्होंने शिक्षा मंत्री के रूप में पश्चिम बंगाल स्कूल सेवा आयोग की अध्यक्षता की थी। अप्रैल 2024 में, कलकत्ता उच्च न्यायालय ने एक भर्ती के तहत 25 हजार सात सौ तिरपन शिक्षकों, ग्रुप-सी और ग्रुप-डी कर्मचारियों की नियुक्तियों को रद्द कर दिया।

मजदूरों की जिंदगी में एक नए सवेरे का आगाज़ हो रहा है- शिवराज सिंह चौहान

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

भारत के ग्रामीण विकास इतिहास में एक बड़ा मील का पत्थर स्थापित करते हुए केंद्र सरकार ने आज 11 मई 2026 को विकसित भारत-गारंटी फॉर रोजगार एंड आजीविका मिशन (ग्रामीण) यानी VB-G RAM G Act के क्रियान्वयन की अधिसूचना जारी कर दी है, जिसे 1 जुलाई 2026 से पूरे देश में लागू किया जाएगा। केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा कि यह कानून ग्रामीण गरीब, श्रमिक परिवारों, महिलाओं, स्वयं सहायता समूहों और किसानों के जीवन में नई आशा, अधिक आय सुरक्षा और गांवों में बड़े पैमाने पर टिकाऊ विकास कार्यों का मार्ग खोलेगा।

केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने आज भोपाल में मीडिया से चर्चा के दौरान बताया कि विकसित भारत जी-राम जी अधिनियम की अधिसूचना जारी कर दी गई है और 1 जुलाई से ग्रामीण क्षेत्र में रोजगार चाहने वाले मजदूर भाई-बहनों को अब साल में 100 नहीं, 125 दिन का रोजगार दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि बीच के समय में मनरेगा के सारे प्रावधान लागू रहेंगे और अधूरे काम 1 जुलाई के पहले तक मनरेगा के अंतर्गत ही पूरे किए जाएंगे। उन्होंने बताया कि राज्यों से व्यापक स्तर पर सलाह-मशविरा कर नियम बनाने की प्रक्रिया जारी है, लेकिन सरकार की चिंता यह है कि ट्रांजिशन पीरियड में कोई भी मजदूर भाई-बहन रोजगार से वंचित न हो, और इसकी संपूर्ण व्यवस्था कर दी गई है।

शिवराज सिंह चौहान
(केंद्रीय मंत्री)

शिवराज सिंह चौहान ने कहा कि विकसित भारत जी-राम जी के अंतर्गत अधिकांश राज्यों को अपेक्षित तैयारी के लिए अधिकतम छह माह का समय रहेगा। उन्होंने स्पष्ट किया कि यदि 1 जुलाई तक कोई राज्य अपेक्षित तैयारी नहीं कर पाया, तो 1 जुलाई के बाद कामों का फंडिंग पैटर्न विकसित भारत जी-राम जी योजना के अंतर्गत होगा।

शिवराज सिंह ने कहा कि योजना के तहत रोजगार देने के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में भारत सरकार ने अपने बजट में 95,000 करोड़ रु. से अधिक की राशि का प्रावधान किया है। उन्होंने कहा कि राज्यों ने भी अपने-अपने बजट में इसे लागू करने के लिए प्रावधान किया है और केंद्र व राज्यों की कुल राशि 1,51,000 करोड़ रु. से अधिक होगी।

केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह ने कहा कि मजदूरों को भुगतान DBT के माध्यम से उनके बैंक या डाकघर के खातों में किया जाएगा। कोशिश होगी कि तीन दिन के अंदर भुगतान हो, लेकिन अधिकतम 15 दिन के भीतर प्रक्रियाएं पूरी कर उनके खाते में पैसा पहुंच जाए। उन्होंने कहा कि 15 दिन के भीतर पैसा नहीं आने पर मजदूर भाई-बहन विलंबित भुगतान के पात्र होंगे और देरी से भुगतान करने पर अतिरिक्त राशि देनी पड़ेगी।

शिवराज सिंह ने कहा कि मांगने पर यदि रोजगार नहीं मिला, तो बेरोज़गारी भत्ता भी देना पड़ेगा। उन्होंने इसे मजदूरों के हित की व्यापक योजना बताते हुए कहा कि 1,51,000 करोड़ रु. से अधिक की सालाना धनराशि से गांवों में इंफ्रास्ट्रक्चर के काम बड़े पैमाने पर होंगे।

उन्होंने कहा कि जल संरक्षण, गांवों में अधोसंरचना, सड़क, पुल, पुलिया, स्कूल, आंगनवाड़ी भवन, खेतों से जुड़े जरूरी काम किए जा सकेंगे। आजीविका मूलक कार्यों के तहत स्वयं सहायता समूहों की दीदियों और एफपीओ के लिए वर्किंग शेड जैसी अधोसंरचनाएं भी बनाई जा सकेंगी। प्राकृतिक आपदाओं से बचाव के लिए नदी किनारे के गांवों या जलभराव वाले क्षेत्रों में रिटेनिंग वॉल जैसे कार्य भी इस योजना के अंतर्गत किए जा सकेंगे। उन्होंने कहा कि योजना के अंतर्गत काम करने वाले कर्मचारी साथियों को पर्याप्त और समय पर वेतन का भुगतान हो, इसके लिए प्रशासनिक व्यय को 6 प्रतिशत से बढ़ाकर 9 प्रतिशत कर दिया गया है।

केंद्रीय मंत्री चौहान ने विश्वास जताया कि मजदूरों की जिंदगी में एक नए सवेरे का आगाज़ हो रहा है और विकसित भारत के लिए विकसित गांव बनाने का संकल्प यह योजना पूरा करने में मील का पत्थर साबित होगी।

जस्टिस सूर्यकांत होंगे CU पंजाब के 11वें दीक्षांत समारोह के मुख्य अतिथि

कुलाधिपति प्रो. जगबीर सिंह करेंगे समारोह की अध्यक्षता

जालंधर ब्रीज (बठिंडा) .पंजाब केन्द्रीय विश्वविद्यालय का 11वां दीक्षांत समारोह 23 मई, 2026 को आयोजित किया जाएगा। भारत के माननीय मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में समारोह की गरिमा बढ़ाएंगे। पंजाब एवं हरियाणा उच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश माननीय न्यायमूर्ति शील नागू समारोह में विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहेंगे। दीक्षांत समारोह की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के माननीय कुलाधिपति प्रो. जगबीर सिंह करेंगे।

कुलपति प्रो. राघवेन्द्र प्रसाद तिवारी गणमान्य अतिथियों, विश्वविद्यालय के प्राधिकारियों, संकाय सदस्यों, विद्यार्थियों, अभिभावकों तथा आमंत्रित अतिथियों की गरिमामयी उपस्थिति में विद्यार्थियों को उपाधियाँ प्रदान करेंगे।

यह दीक्षांत समारोह विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों के शैक्षणिक जीवन का एक महत्वपूर्ण पड़ाव होगा, जिसमें स्नातकोत्तर एवं डॉक्टरेट कार्यक्रमों के विद्यार्थियों को उपाधियाँ प्रदान की जाएंगी।

विश्वविद्यालय प्रशासन ने 11वें दीक्षांत समारोह के सफल आयोजन हेतु व्यापक तैयारियाँ शुरू कर दी हैं। इस समारोह में प्रख्यात शिक्षाविदों, न्यायिक क्षेत्र से जुड़ी गणमान्य हस्तियों, प्रशासकों एवं अन्य प्रतिष्ठित व्यक्तियों की सहभागिता रहेगी।

आधार ऐप सर्टिफिकेट से होगा वेरिफिकेशन, UIDAI ने दी मान्यता

जालंधर ब्रीज (चंडीगढ़) . भारत सरकार के विशिष्ट पहचान प्राधिकरण (यूआईडीएआई) के क्षेत्रीय कार्यालय चंडीगढ़ ने सूचित किया है कि आधार ऐप के माध्यम से दिखाए गए, साझा किए गए और/या सत्यापित आधार प्रमाण-पत्र आधार नंबर धारक की पहचान स्थापित करने के लिए विधिक रूप से वैध हैं।

यूआईडीएआई द्वारा लॉन्च किया गया आधार ऐप आधार नंबर धारकों को मोबाइल उपकरणों के माध्यम से अपनी पहचान को सुरक्षित रूप से दिखाने, साझा करने और सत्यापित करने में सक्षम बनाता है। यह ऐप एंड्रॉयड और आईओएस प्लेटफॉर्म्स दोनों पर उपलब्ध है तथा निवासियों को पहचान सत्यापन का सुविधाजनक, पेपरलेस और सुरक्षित साधन प्रदान करता है।

आधार ऐप के माध्यम से ऑफलाइन सत्यापन चाहने वाली इकाई (ओवीएसई) के साथ पहचान विवरण साझा करते समय पूर्ण 12-अंकीय आधार नंबर हस्तांतरित नहीं किया जाता। निवासी अपनी आवश्यकता के अनुसार पूर्ण या आंशिक पहचान विवरण साझा करने का चयन कर सकते हैं, जिससे गोपनीयता और उपयोगकर्ता नियंत्रण में वृद्धि होती है। यूआईडीएआई ने स्पष्ट किया है कि आधार ऐप के माध्यम से साझा किए गए आधार प्रमाण-पत्र आधार पत्र, ई-आधार, मास्क्ड ई-आधार, आधार पीवीसी कार्ड और एम-आधार जैसे अन्य स्वीकृत आधार रूपों के समान ही वैधता रखते हैं। आधार को पहचान प्रमाण के रूप में स्वीकार करने वाले सभी मंत्रालयों, विभागों, राज्य सरकारों, स्वायत्त निकायों और अन्य एजेंसियों को आधार ऐप के माध्यम से साझा किए गए आधार प्रमाण-पत्रों को वैध पहचान प्रमाण के रूप में मान्यता देने तथा उचित निर्देश जारी करने का अनुरोध किया गया है।

क्षेत्रीय कार्यालय चंडीगढ़ ने पंजाब, हरियाणा, हिमाचल प्रदेश, जम्मू एवं कश्मीर, लद्दाख और चंडीगढ़ के निवासियों से डिजिटल आधार सत्यापन अपनाने का आग्रह किया है ताकि तेज, सुरक्षित और निर्बाध सेवा वितरण सुनिश्चित हो सके।

ईटानगर में पद्मश्री प्रो. डॉ. बी.के.एस. संजय का सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान, राज्यपाल से हुई सार्थक चर्चा

जालंधर ब्रीज : अरुणाचल प्रदेश प्रवास के दौरान प्रसिद्ध ऑर्थोपीडिक सर्जन, लेखक, सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान से जुड़े एवं एम्स गुवाहाटी के अध्यक्ष पद्म श्री प्रो. डॉ. बी. के. एस. संजय ने लोक भवन में अरुणाचल प्रदेश के माननीय राज्यपाल ले. जन. के. टी. परनाइक (सेवानिवृत्त) से शिष्टाचार भेंट की।

इस अवसर पर पद्म श्री प्रो. डॉ. संजय ने अपनी पुस्तक "भारत में सड़क दुर्घटनाएँ" राज्यपाल महोदय को भेंट की। भेंट के दौरान राज्यपाल महोदय से शिक्षा, स्वास्थ्य, राष्ट्रीय सुरक्षा, जन-जागरूकता एवं सड़क सुरक्षा जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर सार्थक संवाद हुआ। पद्म श्री प्रो. डॉ. संजय ने कहा कि माननीय राज्यपाल का दूरदर्शी व्यक्तित्व, राष्ट्रहित के प्रति उनकी प्रतिबद्धता तथा जनकल्याण के प्रति संवेदनशील दृष्टिकोण अत्यंत प्रेरणादायी है।

गौरतलब है कि संयुक्त राष्ट्र वैश्विक सड़क सुरक्षा सप्ताह 2026 के अवसर पर तथा अरुणाचल प्रदेश प्रवास के दौरान एम्स गुवाहाटी के अध्यक्ष, पद्म श्री प्रो. डॉ. बी. के. एस. संजय ने नॉर्थ ईस्टर्न रीजनल इंस्टिट्यूट ऑफ़ साइंस एंड टेक्नोलॉजी में सड़क सुरक्षा विषय पर व्याख्यान दिया। वहीं कल वे टोमो रिबा इंस्टिट्यूट ऑफ़ हेल्थ एंड मेडिकल साइंसेज एवं अरुणाचल लॉ अकैडमी में सड़क सुरक्षा विषय पर विशेष

व्याख्यान देंगे। उन्होंने कहा कि सड़क सुरक्षा किसी एक व्यक्ति की नहीं, बल्कि प्रत्येक नागरिक की जिम्मेदारी है। भारत में प्रतिवर्ष लाखों लोग सड़क दुर्घटनाओं का शिकार होते हैं, जिनमें बड़ी संख्या पैदल चलने वालों, साइकिल चालकों एवं दोपहिया वाहन उपयोगकर्ताओं की होती है।

उन्होंने कहा कि सड़क सुरक्षा को स्कूली पाठ्यक्रम का अभिन्न हिस्सा बनाया जाना चाहिए, क्योंकि आज के समय में वाहनों एवं परिवहन के बिना जीवन की कल्पना संभव नहीं है। उन्होंने कहा कि यदि बच्चों और युवाओं को प्रारंभिक स्तर से ही यातायात नियमों, नागरिक जिम्मेदारी एवं सुरक्षित सड़क व्यवहार के प्रति जागरूक किया जाए, तो बड़ी संख्या में सड़क दुर्घटनाओं को रोका जा सकता है तथा अनेक बहुमूल्य जीवन बचाए जा सकते हैं। नॉर्थ ईस्टर्न रीजनल इंस्टीट्यूट ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी में आयोजित इस कार्यक्रम का संयोजन डॉ. दिव्येंदु पाल, सह-प्राध्यापक, सिविल इंजीनियरिंग विभाग द्वारा किया गया।

सोमनाथ से सिंदूर तक : पुनरुत्थानशील भारत की भावना

जालंधर ब्रीज (नई दिल्ली) . 75 वर्ष पहले किया गया भव्य सोमनाथ मंदिर का पुनर्निर्माण और प्राण-प्रतिष्ठा भारत के सभ्यतागत गौरव की पुनर्स्थापना का निर्णायक क्षण था। इसने भारत की उस दृढ़ता और संकल्प को पुनः स्थापित किया, जो प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के 'विकसित भारत 2047' मिशन का मूल आधार है।

इस पवित्र उपलब्धि की 75वीं वर्षगांठ राष्ट्र को भारतीय सभ्यता की मजबूत नींव और शक्ति पर सर्वोच्च विश्वास प्रदान करती है, जो 1,000 वर्षों तक कट्टरपंथियों द्वारा मंदिर पर किए गए भीषण हमलों को झेलने के बाद भी और अधिक सशक्त होकर उभरी।

पीयूष गोयल
(लेखक केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री हैं।)

गुजरात के शांत समुद्र तट पर स्थित यह मंदिर हर आक्रमण के बाद खंडहरों से अपनी पूरी भव्यता के साथ फिर उठ खड़ा हुआ। कई मायनों में इसका इतिहास भारत के अतीत का प्रतिबिंब है, जहाँ हमारे शांतिप्रिय लोगों ने अपनी आस्था, संस्कृति और विरासत पर हुए क्रूर हमलों के बाद फिर से मजबूती से वापसी की।

जैसा कि प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा, जिस प्रकार सोमनाथ को नष्ट करने के लिए बार-बार षड्यंत्र और प्रयास हुए, उसी प्रकार विदेशी आक्रमणकारियों ने सदियों तक भारत को समाप्त करने की कोशिश की। फिर भी न तो यह पूजनीय तीर्थ नष्ट हुआ और न ही भारत।

प्रधानमंत्री ने स्पष्ट किया कि सोमनाथ पर हमलों का उद्देश्य लूटपाट से ज़्यादा खतरनाक था। उन्होंने कहा, "यदि हमले केवल लूट के लिए होते, तो एक हजार वर्ष पहले हुई पहली बड़ी लूट के बाद ही रुक गए होते। लेकिन ऐसा नहीं हुआ। सोमनाथ की पवित्र मूर्ति को अपवित्र किया गया, मंदिर के स्वरूप को बार-बार बदला गया। और हमें यह सिखाया गया कि सोमनाथ को केवल लूट के लिए नष्ट किया गया था। घृणा, उत्पीड़न और आतंक का यह क्रूर इतिहास हमसे छिपाया गया।"

नेहरू का विरोध- स्वतंत्रता के बाद सरदार पटेल ने सोमनाथ के पुनर्निर्माण के मिशन का नेतृत्व किया। यह नवस्वतंत्र भारत में राष्ट्रीय आत्मविश्वास की प्रारंभिक अभिव्यक्तियों में से एक था। लेकिन इस प्रयास की राह में भी मुश्किलें आईं। भारत के प्रथम प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने इसके ऐतिहासिक लोकार्पण समारोह में तत्कालीन राष्ट्रपति डॉ. राजेंद्र प्रसाद के शामिल होने का औपचारिक तौर पर विरोध किया। इसके बावजूद राष्ट्रपति ने 11 मई 1951 को मंदिर का लोकार्पण किया।

चिंतन शिविर: भारतीय खेलों के भविष्य का साझा विज़न

जालंधर ब्रीज : दो चिंतन शिविरों का हिस्सा बनने का अवसर प्राप्त करने के बाद, मैं भरोसे के साथ कह सकता हूँ कि यह आज भारतीय खेल जगत की सबसे सामयिक और असरदार पहलों में से एक है। हम अपने राष्ट्र की खेल यात्रा के एक महत्वपूर्ण मोड़ पर हैं, एक ऐसा मोड़ जहाँ इरादा, निवेश और प्रेरणा अभूतपूर्व रूप से एक साथ मिल रहे हैं।

पिछले एक दशक में, नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में, भारत में खेल हाशिये से मुख्यधारा में आ गया है। इसके महत्व के प्रति भी साफ तौर पर राष्ट्रीय जागरूकता देखी जा सकती है, न केवल एक प्रतिस्पर्धी गतिविधि के रूप में, बल्कि स्वास्थ्य, अनुशासन और राष्ट्रीय गौरव के साधन के रूप में भी। आज, हम एक विशाल और विविध तंत्र देख रहे हैं, जहां राज्य सरकारें, गैर-सरकारी संगठन, निगम, संघ और ज़मीनी स्तर के संस्थान सभी मिलकर खेलों के विकास में सक्रिय रूप से योगदान दे रहे हैं।

पुलेला गोपीचंद
(लेखक भारतीय राष्ट्रीय बैडमिंटन टीम के मुख्य राष्ट्रीय कोच हैं)

चिंतन शिविर की सबसे बड़ी खूबी यह है कि यह सभी हितधारकों को एक साझा मंच पर लाता है। खेल अपने आप में कई क्षेत्रों से जुड़ा हुआ है, जिनमें विनिर्माण, मनोरंजन, फिटनेस, मीडिया और शिक्षा शामिल हैं। यह शिविर इन सभी क्षेत्रों को एक साथ लाने में मदद करता है, जिससे एक साझा दृष्टिकोण बनता है, जो दीर्घकालिक सफलता के लिए बेहद ज़रुरी है। यह देश के सामूहिक दृष्टिकोण को सामने लाता है और साथ ही विभिन्न राज्यों की सर्वोत्तम प्रथाओं को प्रदर्शित करता है, जिससे अनुकरण और नवाचार को भी प्रोत्साहन मिलता है।

चिंतन शिविर महज एक सम्मेलन से कहीं बढ़कर, एक शिक्षण तंत्र है। यह इसमें शामिल होने वाले लोगों को विचारों का आदान-प्रदान करने, चुनौतियों को समझने और मिलकर समाधान विकसित करने का अवसर देता है। यह एक शक्तिशाली प्रेरक के रूप में भी काम करता है, सफलता की तमाम कहानियों को सामने लाता है और इस विचार को और पुख्ता करता है कि भारत में खेल महज़ विशिष्ट पदकों तक ही सीमित नहीं है, बल्कि इसमें भागीदारी, समावेशिता और राष्ट्र निर्माण भी शामिल है।

फिट इंडिया मूवमेंट जैसी पहल, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन और साइक्लिंग प्रतियोगिताओं जैसी सामुदायिक गतिविधियों ने खेल के प्रति हमारे नज़रिए को नया रूप दिया है। आज के वक्त में जोर "सभी के लिए खेल" के साथ-साथ, उच्चतम स्तर पर उत्कृष्टता पर है।

सोमनाथ के 1000 वर्ष : आस्था, संकल्प और पुनर्जागरण की अनंत धारा

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

श्रीमद्भगवद्गीता के इस श्लोक में निहित भाव और भारतीय सभ्यता की सनातन चेतना का सबसे जीवंत स्वरूप गुजरात के काठियावाड़ क्षेत्र के दक्षिणी तट पर स्थित सोमनाथ मंदिर में दिखाई देता है। बारह ज्योतिर्लिंगों में प्रथम माने जाने वाले सोमनाथ ने इतिहास में अनेक आक्रमणों और विनाश को सहा, लेकिन हर बार फिर खड़ा हुआ और उसकी आरती, घंटियों और श्रद्धा की ध्वनि कभी थमी नहीं।

भारतीय इतिहास के हजारों वर्षों में सनातन धर्म ने कई तरह की चुनौतियों का सामना किया। राजनीतिक परिवर्तन, आक्रमण और सत्ता परिवर्तन के दौर में मंदिरों, मठों और ज्ञान केंद्रों को नुकसान पहुंचाया गया, उनकी संरचनाएं बदली गईं और उन्हें संरक्षण देने वाली व्यवस्थाएं भी प्रभावित हुईं। इसके बावजूद भारतीय आध्यात्मिक परंपरा न केवल जीवित रही, बल्कि समय के साथ स्वयं को पुनर्स्थापित भी करती रही। इसकी सबसे बड़ी शक्ति यही रही कि संस्थागत क्षति और राजनीतिक

॥ ॐ नमः शिवाय ॥

न हन्यते हन्यमाने शरीरे
(शरीर के नष्ट होने पर भी आत्मा नष्ट नहीं होती।)
— भगवद्गीता 2.20

अस्थिरता के बावजूद इसकी आत्मा कभी समाप्त नहीं हुई।

प्राचीन और मध्यकालीन भारत में मंदिर केवल पूजा के स्थल नहीं थे, बल्कि आर्थिक, सांस्कृतिक और सामाजिक जीवन के भी केंद्र थे। राजसत्ता से उनके गहरे संबंध के कारण वे युद्ध और संघर्ष के समय सबसे पहले निशाने पर आए। महमूद गजनवी द्वारा सोमनाथ पर किया गया आक्रमण इतिहास की सबसे चर्चित घटनाओं में से एक है। फारसी ग्रंथों में इसे विजय के रूप में प्रस्तुत किया गया, जबकि भारतीय परंपरा में इसे पीड़ा, संघर्ष और पुनर्निर्माण की कथा के रूप में याद किया गया। लेकिन ऐतिहासिक सत्य यह है कि सोमनाथ कभी श्रद्धा से विलुप्त नहीं हुआ। चालुक्य शासकों सहित अनेक राजाओं ने इसका पुनर्निर्माण कराया और यह निरंतर आस्था का केंद्र बना रहा। ऐसी अनेक घटनाएं भारत के अन्य हिस्सों में भी देखने को मिलती हैं।

सोमनाथ का इतिहास केवल एक आक्रमण की कहानी नहीं है। प्राचीन काल से ही प्रभास पाटन एक महान तीर्थभूमि रहा है। इसे विभिन्न ग्रंथों और परंपराओं में प्रभास-पट्टन, शिव-पट्टन और प्रभास-तीर्थ जैसे नामों से जाना गया। यहां तीन पवित्र नदियों का संगम होता है और यही वह स्थान माना जाता है जहां भगवान श्रीकृष्ण के देहत्याग के बाद उनका अंतिम संस्कार हुआ। निकट ही वैराग्य क्षेत्र और गोपी तालाब स्थित हैं, जहां से गोपी चंदन प्राप्त होता है। इस संपूर्ण क्षेत्र की यात्रा को भारतीय तीर्थ परंपरा में अत्यंत पवित्र माना गया है। काठियावाड़ और गुजरात की प्राचीन धरोहरों पर आधारित कई ऐतिहासिक अभिलेखों और पुरातात्विक रिपोर्टों में भी इस क्षेत्र का उल्लेख मिलता है। सोमनाथ भारत की समावेशी सांस्कृतिक परंपरा का भी प्रतीक है। यह शैव और वैष्णव परंपराओं के अद्भुत संगम का केंद्र है और हमें यह याद दिलाता है कि भारतीय संस्कृति हमेशा से बहुलतावादी और समावेशी रही है।

गजेन्द्र सिंह शेखावत
(लेखक केंद्रीय संस्कृति एवं पर्यटन मंत्री, भारत सरकार है)

स्वतंत्र भारत में सोमनाथ के पुनर्जागरण का आधुनिक अध्याय 12 नवंबर 1947, दीपावली के दिन आरंभ हुआ, जब देश के प्रथम उपप्रधानमंत्री और गृहमंत्री सरदार वल्लभभाई पटेल ने इस पवित्र स्थल का दौरा किया। विभाजन की पीड़ा के बीच सरदार पटेल ने सोमनाथ मंदिर के पुनर्निर्माण का संकल्प लिया। यह केवल एक मंदिर के पुनर्निर्माण का निर्णय नहीं था, बल्कि राष्ट्रीय चेतना को पुनर्जीवित करने का एक ऐतिहासिक प्रयास था। इसके बाद सोमनाथ को एक सांस्कृतिक और बौद्धिक केंद्र के रूप में विकसित करने की दिशा में कार्य प्रारंभ हुआ। 11 मई 1951 को भारत के प्रथम राष्ट्रपति डॉ. राजेंद्र प्रसाद की उपस्थिति में प्रातःकाल संपन्न हुई प्राण-प्रतिष्ठा ने पूरे राष्ट्र की सांस्कृतिक स्मृति और आत्मविश्वास को नई शक्ति प्रदान की।

आज जब भारत 'भारत@2047' की ओर बढ़ रहा है, तब सोमनाथ से जुड़े ये सभ्यतागत मूल्य और भी अधिक प्रासंगिक हो जाते हैं। तकनीकी बदलाव और वैश्विक अनिश्चितताओं के इस दौर में भारत दुनिया को यह संदेश देता है कि विकास का अर्थ करुणा को त्यागना नहीं है और शक्ति का अर्थ संयम को छोड़ देना नहीं है। सोमनाथ हमें सिखाता है कि सच्चा नेतृत्व केवल सामर्थ्य से नहीं, बल्कि स्मृति, विवेक और मानवीय मूल्यों के प्रति प्रतिबद्धता से निर्मित होता है। इसी दृष्टि से "सोमनाथ स्वाभिमान पर्व 2026-27" की परिकल्पना की गई है। यह वर्षभर चलने वाला राष्ट्रीय आयोजन सोमनाथ ज्योतिर्लिंग की आध्यात्मिक शक्ति, सांस्कृतिक निरंतरता और सभ्यतागत चेतना को समर्पित है। सदियों तक अनेक बार विध्वंस झेलने के बाद भी जिस प्रकार समाज के सामूहिक संकल्प से सोमनाथ पुनः स्थापित होता रहा, वह भारत की सांस्कृतिक आत्मशक्ति और राष्ट्रीय स्वाभिमान का जीवंत उदाहरण है।

8 से 11 जनवरी 2026 के बीच प्रारंभ हुए इस पर्व के माध्यम से दो महत्वपूर्ण ऐतिहासिक पड़ावों को स्मरण किया जा रहा है - 1026 में सोमनाथ पर हुए प्रथम दर्ज आक्रमण के एक हजार वर्ष और स्वतंत्रता के बाद 1951 में पुनर्निर्मित मंदिर के पुनः उद्घाटन के 75 वर्ष। इस आयोजन का उद्देश्य सोमनाथ को राष्ट्रीय एकता, सांस्कृतिक चेतना और सामूहिक स्मृति के प्रतीक के रूप में स्थापित करना है। 11 मई 2026 को आयोजित होने वाले प्रमुख राष्ट्रीय कार्यक्रम तक देशभर में यात्राएं, सांस्कृतिक आयोजन, संवाद, शैक्षिक कार्यक्रम और विभिन्न ज्योतिर्लिंगों, राज्यों, केंद्र शासित प्रदेशों, जिलों और शिवालयों में समन्वित गतिविधियां आयोजित की जाएंगी।

भजन गायक कन्हैया मित्तल के कार्यक्रम से पहले हंगामा

जालंधर : जालंधर में श्री कष्ट निवारण बालाजी मंदिर कमेटी की ओर से आयोजित होने वाले बालाजी संकीर्तन कार्यक्रम को लेकर बुधवार रात को हंगामा हो गया जिसके बाद पुलिस ने कार्यक्रम की तैयारियों को रुकवा दिया। श्रद्धालुओं, भाजपा नेताओं और मंदिर कमेटी के सदस्यों ने इसका जमकर विरोध प्रदर्शन किया और आखिर में पुलिस को मानना पड़ा। प्राप्त जानकारी के अनुसार 14 मई यानी गुरुवार को साईं दास स्कूल मैदान में बालाजी संकीर्तन कार्यक्रम का आयोजित किया जाना था जिसमें प्रसिद्ध भजन गायक कन्हैया मित्तल के पहुंचने की घोषणा की गई थी। कार्यक्रम को लेकर मैदान में सजावट, टेंट व रोशनी का काम चल रहा था। इसी दौरान रात के समय पुलिस मौके पर पहुंची और तैयारियां रुकवा दीं।

बताया यह जा रहा है कि दो थानों से पहुंचे पुलिस अधिकारियों ने कार्यक्रम को लेकर आपत्ति जताई और आयोजकों को काम रोकने के लिए कहा जिसके कारण वहां मौजूद लोगों में नाराजगी फैल गई। हिंदू संगठनों का गुस्सा इतना भड़क गया कि सभी ने पुलिस स्टेशन नंबर दो का रुख कर लिया।

आयोजकों ने कड़ा विरोध जताते हुए कहा कि इस आयोजन से लाखों लोगों की आस्था जुड़ी हुई है। उन्होंने सवाल उठाया कि जब आयोजकों के पास फायर ब्रिगेड विभाग, बिजली विभाग और नगर निगम सहित अन्य जरूरी अनुमतियां

मौजूद हैं तो फिर तैयारियां क्यों रुकवाई जा रही हैं। आयोजकों ने आरोप लगाया कि सरकार अपने चहेते नेताओं को खुश करने के लिए हिंदुओं की धार्मिक भावनाओं के साथ खिलवाड़ कर रही है। उन्होंने कहा कि यदि हिंदू समाज इस अन्याय के खिलाफ आवाज नहीं उठाएगा तो यह गलत परंपरा बन जाएगी।

मंदिर कमेटी के सदस्यों ने भी साफ कहा कि यदि मैदान में कार्यक्रम करने की अनुमति नहीं दी गई तो श्रद्धालु सड़क पर बैठकर भजन कीर्तन करेंगे। कमेटी ने शहरवासियों से सुबह बड़ी संख्या में कार्यक्रम स्थल पर पहुंचने की अपील की। इस विवाद के बीच भाजपा नेता केडी भंडारी, शीतल अंगुराल और पूर्व मंत्री मनोरंजन कालिया भी मौके पर पहुंचे।

धर्म के नाम पर राजनीति नहीं करनी चाहिए : मोहिंदर भगत

जालंधर (जालंधर ब्रीज) : पंजाब के बागवानी, स्वतंत्रता सेनानी और रक्षा सेवाएं भलाई मंत्री मोहिंदर भगत ने शहर में एक धार्मिक समागम के मुद्दे को राजनीतिक रंग देने की निंदा करते हुए कहा कि किसी को भी धर्म के नाम पर राजनीति नहीं करनी चाहिए। यहां सर्किट हाउस में पंजाब के पर्यटन और सांस्कृतिक मामलों के विभाग के सलाहकार दीपक बाली, मेयर विनीत धीर तथा अन्य व्यक्तित्वों के साथ प्रेस कॉन्फ्रेंस करते हुए कैबिनेट मंत्री ने कहा कि पंजाब महान गुरुओं, पीरों और संतों की धरती है और साझीवाली की मिसाल है। उन्होंने कहा कि धर्म के नाम पर फूट डालने की कोशिश करने वालों का धर्म से कोई संबंध नहीं है। उन्होंने कहा कि किसी भी धर्म को किसी एक पार्टी से जोड़ना छोटी सोच की निशानी है। उन्होंने कहा कि सभी धर्मों का सम्मान करते हुए धार्मिक समागम सबको मिलजुल कर श्रद्धा भावना से मनाने चाहिए।

पर्यटन और सांस्कृतिक मामलों के विभाग के सलाहकार दीपक बाली ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी सनातन के नाम पर हल्की राजनीति कर रही है। उन्होंने कहा कि पंजाब को तोड़ने के लिए भाजपा एंटी पंजाब एजेंडा चला रही

है, जिसे किसी भी कीमत पर कामयाब नहीं होने दिया जाएगा। उन्होंने स्पष्ट किया कि पुलिस धार्मिक प्रोग्राम रोकने के लिए नहीं, बल्कि दस्तावेजों में कमी-पेशी को पूरा करवाने के लिए गई थी। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री श्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार धर्म के नाम पर पंजाब को बांटने की भाजपा की कोशिशों को सफल नहीं होने देगी। उन्होंने कहा कि पहली बार परशुराम जयंती भगवंत मान सरकार के कार्यकाल में मनाई गई। इसके अलावा पठानकोट में पहली बार नव संवत राजकीय स्तर का समागम भी करवाया गया। इसके अलावा राज्य सरकार द्वारा श्री राम तीर्थ में करीब 25 करोड़ के कार्य भी शुरू किए जा रहे हैं।

म्यूनिसिपल चुनावों के लिए अब तक 218 नामांकन पत्र प्राप्त हुए

जालंधर में गुरुवार को 17 नामांकन दाखिल

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर/चंडीगढ़

राज्य चुनाव आयोग, पंजाब ने बताया कि म्यूनिसिपल आम चुनाव, 2026 के लिए 14.05.2026 तक नगर निगमों, नगर परिषदों और नगर पंचायतों हेतु कुल 218 नामांकन पत्र प्राप्त हुए हैं। वहीं, राज्य चुनाव आयोग द्वारा जारी शेड्यूल के अनुसार जालंधर जिले में 5 नगर कौंसिलों और 2 नगर पंचायतों के लिए नामांकन भरने के आज दूसरे दिन कुल 17 नामांकन प्राप्त हुए है। अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (ग्रामीण विकास)-कम-अतिरिक्त जिला चुनाव अधिकारी, जालंधर दिव्या पी. ने इस संबंध में अधिक जानकारी देते हुए बताया कि नगर कौंसिल आदमपुर के लिए 3, नगर कौंसिल नकोदर के लिए 4 और नगर कौंसिल फिल्लौर के लिए 10 नामांकन प्राप्त हुए है। जबकि नगर कौंसिल करतारपुर और नूरमहल तथा नगर पंचायत लोहियां खास और महितपुर के लिए कोई नामांकन प्राप्त नहीं हुआ।

उन्होंने बताया कि उम्मीदवार 16 मई 2026 तक सुबह 11 बजे से दोपहर बाद 3 बजे तक अपने नामांकन पत्र दाखिल कर सकते है। उन्होंने बताया कि नामांकन पत्रों की जांच 18 मई 2026 को होगी और 19 मई 2026 दोपहर बाद 3 बजे तक उम्मीदवार कागज वापिस ले सकेंगे। बता दें कि नगर कौंसिल आदमपुर के 13 वार्डों, करतारपुर के 15, नकोदर के 17, नूरमहल के 13, नगर कौंसिल फिल्लौर के 15 वार्डों तथा नगर पंचायत लोहियां खास और महितपुर के 13-13 वार्डों के लिए वोटिंग 26 मई 2026 को सुबह 8 बजे से शाम 5 बजे तक होगी। वोटों की गिनती 29 मई 2026 को होगी।

21 चोरीशुदा मोटरसाइकिल और एक कार समेत दो आरोपी गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

कपूरथला पुलिस ने समाज विरोधी तत्वों के खिलाफ चल रही विशेष मुहिम के तहत बड़ी कार्रवाई करते हुए 21 चोरीशुदा मोटरसाइकिल और एक मारुति कार सहित दो युवकों को गिरफ्तार किया है। वरिष्ठ पुलिस कप्तान कपूरथला गौरव तूरा ने जानकारी देते हुए बताया कि पुलिस कप्तान (इन्वेस्टिगेशन) हरिंदर सिंह गिल, उप पुलिस कप्तान डॉ. शीतल सिंह, एएसआई रमन कुमार इंचार्ज सीआईए कपूरथला और इंस्पेक्टर अमनदीप कुमार को विशेष निर्देश जारी किए गए थे।

इन्हीं निर्देशों के तहत सीआईए कपूरथला और थाना सिटी कपूरथला पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरोपी रवि कुमार पुत्र स्वर्णजीत निवासी चूहड़वाल थाना सिटी कपूरथला को कंजली रोड स्थित गंदे नाले के पास से चोरीशुदा बिना नंबर प्लेट वाली काले रंग की प्लैटिना मोटरसाइकिल सहित गिरफ्तार किया। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ थाना सदर कपूरथला में मुकदमा नंबर 160 दिनांक 14 मई 2026 को धारा 303(2) और 317(2) बीएनएस के तहत मामला दर्ज किया। पूछताछ के दौरान आरोपी की निशानदेही पर 14 चोरीशुदा मोटरसाइकिल बरामद की गईं, जिनमें 10 स्प्लेंडर, 2 डिस्कवर और 2 प्लैटिना

मोटरसाइकिल शामिल हैं। इसके अलावा एक सिल्वर रंग की मारुति कार नंबर पीबी 02 एएस 2070 भी बरामद की गई।

एक अन्य मामले में थाना सिटी कपूरथला पुलिस ने तकनीकी सहायता और ह्यूमन सोर्स के आधार पर राजविंदर सिंह उर्फ राजू पुत्र गुरनाम सिंह निवासी गांव बूत थाना सुबानपुर को गिरफ्तार किया। आरोपी के कब्जे से चोरी की गई स्प्लेंडर मोटरसाइकिल बरामद की गई। पूछताछ के दौरान उसकी निशानदेही पर 5 अन्य चोरीशुदा स्प्लेंडर मोटरसाइकिल भी बरामद हुईं। पुलिस के अनुसार दोनों आरोपियों को अदालत में पेश कर पुलिस रिमांड हासिल किया जाएगा, ताकि पूछताछ के दौरान और भी महत्वपूर्ण खुलासे हो सकें।

अंगद दीप सोहल सर्वसम्मति से बने तरनतारन जिला परिषद के चेयरमैन

• **जालंधर ब्रीज.** तरनतारन

आम आदमी पार्टी (आप) के नेता अंगद दीप सिंह सोहल सर्वसम्मति से तरनतारन ज़िला परिषद के चेयरमैन चुने गए हैं। इस ऐतिहासिक चुनाव में खेमकरण विधानसभा क्षेत्र से विधायक सरवन सिंह धुन भी खास तौर पर मौजूद थे।

इस मौके पर चेयरमैन सोहल ने भगवंत मान सरकार की विकास नीति पर भरोसा जताया और कहा कि जिला परिषद के चुनावों में परिषद के सभी सदस्यों ने आम आदमी पार्टी को जिताकर सरकार द्वारा किए जा रहे कामों पर अपनी मुहर लगाई है। इस जीत के लिए उन्होंने मुख्यमंत्री भगवंत मान और पार्टी की पूरी लीडरशिप को धन्यवाद दिया और कहा कि वे इलाके के विकास के लिए दिन-रात काम करेंगे।

सोहल ने कहा कि उनकी पहली प्राथमिकता गांवों में विकास के कामों को और तेज़ करना और ग्रामीण इंफ्रास्ट्रक्चर को मज़बूत करना होगा। इस मौके पर पार्टी के दूसरे नेता और ज़िला परिषद के नए चुने गए सदस्य बड़ी संख्या में मौजूद थे।

10 दिवसीय विशेष अभियान के दौरान प्रदेश भर में 74,000 से अधिक दोपहिया वाहनों की की चेकिंग

अभियान के दौरान 20,982 चालान काटे और 461 वाहन जब्त किए

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब पुलिस ने 10 दिवसीय दोपहिया वाहन विशेष जांच अभियान चलाया, जिसके परिणामस्वरूप प्रदेश भर में 74,000 से अधिक वाहनों की चेकिंग की गई। डायरेक्टर जनरल ऑफ पुलिस (डीजीपी) पंजाब गौरव यादव के निर्देशों पर चलाए गए इस अभियान में बिना नंबर प्लेटों या छेड़छाड़ वाली नंबर प्लेटों वाले मोटरसाइकिलों और स्कूटरों की चेकिंग की गई। इस अभियान का उद्देश्य आपराधिक गतिविधियों में अज्ञात वाहनों के उपयोग को रोकना है।

स्पेशल डायरेक्टर जनरल ऑफ पुलिस (स्पेशल डीजीपी) कानून व्यवस्था प्रवीण सिन्हा ने बताया कि अधिकांश अपराधों में पहचान से बचने के लिए ऐसे मोटरसाइकिलों का उपयोग किया जाता है। पुलिस टीमों ने कुल 74,776 दोपहिया वाहनों की चेकिंग की, जिनमें से गुम या छेड़छाड़ वाली नंबर प्लेटों, बिना वैध दस्तावेजों या संदिग्ध उपयोग जैसी विभिन्न उल्लंघनाओं के तहत 20,982 वाहनों के चालान काटे गए और 461 वाहनों को जब्त किया गया। स्पेशल डीजीपी प्रवीण सिन्हा, जो इस राज्य स्तरीय अभियान की व्यक्तिगत रूप से निगरानी कर रहे थे, ने सभी सीपी/एसएसपी को अपने-अपने अधिकार क्षेत्रों में नाके लगाने के निर्देश दिए थे। पुलिस कर्मियों को कानून का पालन करने वाले नागरिकों को परेशान किए बिना, पेशेवर तरीके से जांच करने के निर्देश दिए गए थे।

स्पेशल डीजीपी ने जनता से मोटर वाहन अधिनियम का सख्ती से पालन करने और अपने वाहन पर हाई-सिक्योरिटी रजिस्ट्रेशन प्लेटें (एचएसआरपी) लगाना सुनिश्चित करने के लिए कहा। इस दौरान, 'गैंगस्टरों ते वार' अभियान को 114वें दिन भी जारी रखते हुए पुलिस टीमों ने छह हथियारों सहित 292 व्यक्तियों को गिरफ्तार किया, जिससे अभियान की शुरुआत से अब तक कुल गिरफ्तारियों की संख्या 29,111 हो गई। इसके अलावा, 116 व्यक्तियों के खिलाफ एहतियाती कार्रवाई की गई है, जबकि 41 व्यक्तियों को पूछताछ और जांच के बाद छोड़ दिया गया। पुलिस टीमों ने कार्रवाई के दौरान 14 फरार अपराधियों (पीओ) को भी गिरफ्तार किया है।

चुनावों से ठीक पहले एसआईआर क्यों : वड़िंग

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब कांग्रेस के अध्यक्ष अमरिंदर सिंह राजा वडिंग ने आज पंजाब में स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन (एसआईआर) अभियान के समय को लेकर सवाल उठाए हैं, जबकि राज्य में विधानसभा चुनावों के लिए दस महीने से भी कम समय बचा है। भारतीय चुनाव आयोग द्वारा इस संबंध में किए गए ऐलान पर प्रतिक्रिया देते हुए वड़िंग ने कहा कि पंजाब में चुनावों के बाद भी यह प्रक्रिया करवाई जा सकती थी ताकि लोगों को यह भरोसा रहे कि इसके पीछे कोई छिपा हुआ एजेंडा नहीं है। उन्होंने कहा, "बिहार और पश्चिम बंगाल के चुनावों ने यह बात पूरी तरह स्पष्ट कर दी है कि केंद्र की भारतीय जनता पार्टी सरकार, एक आज्ञाकारी चुनाव आयोग की मदद से, मतदाता सूचियों की स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन (एसआईआर) जैसी धोखाधड़ी वाली प्रक्रिया के जरिए चुनाव परिणामों को अपने पक्ष में मोड़ सकती है।" उन्होंने कहा कि पंजाब में दस महीनों से भी कम समय में चुनाव होने हैं, संभव है इससे भी पहले हो जाएं। उन्होंने सवाल किया कि "फिर यहां यह अभियान चलाने की इतनी जल्दबाजी क्यों है?" पीसीसी अध्यक्ष ने पूछा कि जब उत्तर प्रदेश और गोवा जैसे राज्यों में यह एसआईआर अभियान छह महीने पहले ही करवाया जा चुका है और वे राज्य भी पंजाब के साथ ही चुनावों की ओर बढ़ रहे हैं, तो पंजाब में यह अभ्यास उस समय क्यों नहीं किया गया।

उन्होंने बताया कि बंगाल के मामले में 27 लाख वास्तविक मतदाताओं को वोट देने के अधिकार से वंचित कर दिया गया था। "क्योंकि पर्याप्त समय नहीं था, इसलिए मतदाता सूची में नाम शामिल करने के लिए की गई अपीलों का चुनावों से पहले निपटारा नहीं हो पाया। वे अपने मतदान के अधिकार से वंचित रह गए," उन्होंने कहा और चेतावनी दी कि पंजाब में यही प्रक्रिया दोहराई न जाए। उन्होंने कहा, "भारतीय चुनाव आयोग पंजाब में भी यही अभ्यास दोहराना चाहता है।" उन्होंने आगे कहा, "हमें पूरा विश्वास है कि हम उनकी इस साजिश को नाकाम करेंगे।" उन्होंने बताया कि पार्टी ने अपने सभी नेताओं और कार्यकर्ताओं से कहा है कि इस कथित धोखाधड़ी वाली एसआईआर प्रक्रिया के दौरान किसी भी वास्तविक मतदाता को वोट देने के अधिकार से वंचित न होने दिया जाए।

वड़िंग ने राज्य की अन्य राजनीतिक पार्टियों से भी अपील की कि वे अपनी राजनीतिक असहमतियों को एक तरफ रखकर यह सुनिश्चित करें कि चुनावों से ठीक पहले पंजाब के मतदाताओं को मतदान के अधिकार से वंचित न किया जाए, क्योंकि भाजपा को शक है कि पंजाबी उसे वोट नहीं देंगे। उन्होंने कहा, "आइए हम यह संकल्प लें कि जो कुछ बिहार और बंगाल में हुआ, वह पंजाब में नहीं होने देंगे।"

पंजाब को किसी हाल में बंगाल नहीं बनने देंगे : राजेश कपूर

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

कल रात आम आदमी पार्टी सरकार के दबाव में काम कर रही पंजाब पुलिस द्वारा साईं दास स्कूल ग्राउंड, जालंधर में होने जा रहे धार्मिक कार्यक्रम श्री बालाजी की चौकी को रोकने का जो शर्मनाक प्रयास किया गया, उससे पंजाब की जनता के सामने यह स्पष्ट हो गया है कि आम आदमी पार्टी पंजाब में पुलिस के दबाव और डर का माहौल बनाकर बंगाल जैसे हालात पैदा करना चाहती है। लेकिन भारतीय जनता पार्टी का एक-एक कार्यकर्ता एकजुट होकर ऐसे किसी भी प्रयास को सफल नहीं होने देगा। धार्मिक आस्था, जनभावनाओं और लोकतांत्रिक अधिकारों की रक्षा के लिए भाजपा कार्यकर्ता हमेशा डटकर खड़े रहेंगे। भारतीय जनता पार्टी, जालंधर के महासचिव राजेश कपूर ने कहा कि जालंधर के सभी कार्यकर्ताओं और जालंधरवासियों का हृदय से धन्यवाद करता हूँ जिन्होंने जनहित और धर्महित में बहुत कम समय में एकजुट होकर इस कार्यक्रम को सफल करवाने के लिए पुलिस प्रशासन को झुकने पर मजबूर किया।

डेंगू जागरूकता अभियान हेतु वालंटियर्स को दिया प्रशिक्षण

होशियारपुर (जालंधर ब्रीज). डिप्टी कमिश्नर आशिका जैन के नेतृत्व में जिले में डेंगू रोकथाम एवं जागरूकता अभियान को प्रभावी ढंग से संचालित करने के उद्देश्य से वीरवार को डिजिटल लाइब्रेरी, जोधामल रोड, होशियारपुर में विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में विभिन्न गैर सरकारी संगठनों (एनजीओ) के प्रतिनिधियों एवं रेडक्रॉस से जुड़े वालंटियर्स को घर-घर जाकर डेंगू जागरूकता एवं सर्वे अभियान चलाने संबंधी आवश्यक जानकारी दी गई।

प्रशिक्षण कार्यक्रम के दौरान ज़िला एपिडेमियोलॉजिस्ट डॉ. जगदीप ने वालंटियर्स को डेंगू के लक्षण, बचाव उपाय, मच्छरों के प्रजनन स्थलों की पहचान तथा लोगों को जागरूक करने के प्रभावी तरीकों के बारे में विस्तार से जानकारी प्रदान की। उन्होंने बताया कि जिले के विभिन्न क्षेत्रों में घर-घर जाकर सर्वे किया जाएगा तथा लोगों को साफ-सफाई बनाए रखने, पानी जमा न होने देने और समय-समय पर स्वास्थ्य विभाग द्वारा जारी निर्देशों का पालन करने के लिए प्रेरित किया जाएगा। डॉ. जगदीप ने कहा कि डेंगू जैसी मौसमी बीमारियों की रोकथाम के लिए जनभागीदारी बेहद आवश्यक है।

कई बड़े नेता 'आप में शामिल

फरीदकोट (जालंधर ब्रीज). आम आदमी पार्टी (आप) ने फरीदकोट में भाजपा, अकाली दल और कांग्रेस को बड़ा झटका दिया है। गुरुवार को इन पार्टियों के कई सीनियर नेताओं ने 'आप' की जनहितकारी नीतियों और मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व में किए जा रहे विकास कार्यों से प्रभावित होकर अपनी पुरानी पार्टियों को अलविदा कह दिया और 'आप' में शामिल हो गए। विधायक गुरदीत सिंह सेखों ने इन सभी नेताओं को औपचारिक रूप से पार्टी में स्वागत किया।

पार्टी में शामिल होने वाले खास नेताओं में नरिंदरपाल सिंह निंदा (मौजूदा प्रधान, नगर कौंसिल फरीदकोट), अमित कुमार 'जुगनू' जैन (कार्यकारी प्रधान जिला कांग्रेस कमेटी फरीदकोट, सचिव पंजाब प्रदेश कांग्रेस कमेटी और ब्लॉक प्रधान), नवीन अरोड़ा (जिला उप प्रधान भारतीय जनता पार्टी और विधानसभा इंचार्ज हल्का फरीदकोट) और सुखजिंदर सिंह 'सुखी' भलवान (जिला प्रधान शिरोमणि अकाली दल संयुक्त, फरीदकोट) शामिल हैं।

श्रीलंका ट्राई सीरीज के लिए टीम इंडिया की घोषणा

फोटो-आईपीएल

बाएं हाथ के बल्लेबाज तिलक वर्मा कप्तान; वैभव सूर्यवंशी को भी मिला मौका

स्पोर्ट्स डेस्क. बीसीसीआई ने गुरुवार को श्रीलंका की सरजमीं पर होने वाली ट्राई सीरीज के लिए इंडिया-ए का स्क्वॉड जारी कर दिया है। 15 सदस्यीय टीम में बाएं हाथ के बल्लेबाज तिलक वर्मा को कप्तान बनाया गया है। स्क्वॉड में वैभव सूर्यवंशी को भी मौका दिया गया है। वहीं उपकप्तानी की जिम्मेदारी रियान पराग को सौंपी गई है।

बता दें कि ट्राॅई सीरीज की शुरुआत 09 जून से होगी। इस ट्राई सीरीज में इंडिया-ए, अफगानिस्तान-ए और श्रीलंका-ए की टीमें शामिल होंगी। सीरीज श्रीलंका की मेजबानी में खेली जाएगी। बीसीसीआई की रिलीज में बताया गया कि व्हाइट बॉल सीरीज के अलावा इंडिया-ए और श्रीलंका श्रीलंका-ए के बीच 2 दो-दिवसीय मैच खेले जाएंगे, जिसके लिए इंडिया-ए का स्क्वॉड बाद में जारी किया जाएगा। ट्राई सीरीज के सभी मैच दांबुला में खेले जाएंगे। मल्टी-डे रेड बॉल मैच गाले में होंगे। प्लेइंग इलेवन में तिलक वर्मा (कप्तान), प्रियांश आर्य, वैभव सूर्यवंशी, रियान पराग (उप-कप्तान), आयुष बडोनी, निशांत सिंधु, हर्ष दुबे, सूर्यांश शेडगे, प्रभसिमरन सिंह (विकेटकीपर), कुमार कुशाग्र (विकेटकीपर), विप्रज निगम, यश ठाकुर, युद्धवीर सिंह, अंशुल कंबोज, अरशद खान शामिल हैं। इस ट्राई सीरीज में सभी की नजरें 15 वर्षीय भारतीय बल्लेबाज वैभव सूर्यवंशी पर होंगी।

ट्रॉई सीरीज का शेड्यूल

पहला मैच (09 जून): इंडिया-ए बनाम श्रीलंका-ए
दूसरा मैच (11 जून): इंडिया-ए बनाम अफगानिस्तान-ए
तीसरा मैच (13 जून): अफगानिस्तान-ए बनाम श्रीलंका-ए
चौथा मैच (15 जून): इंडिया-ए बनाम श्रीलंका-ए
पांचवां मैच (17 जून): इंडिया-ए बनाम अफगानिस्तान-ए
छठा मैच (19 जून): अफगानिस्तान-ए बनाम श्रीलंका-ए
फाइनल (21 जून): फाइनल

मान सरकार ने एंटी-गैंगस्टर टास्क फोर्स बनाकर ऑर्गेनाइज्ड क्राइम की कमर तोड़ दी : हरपाल चीमा

चंडीगढ़ (जालंधर ब्रीज). भाजपा की केंद्र सरकार पर तीखा हमला करते हुए आम आदमी पार्टी के सीनियर नेता और पंजाब के वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने कहा कि भाजपा शासन वाले राज्यों में क्राइम, गैंगस्टर और लॉ एंड ऑर्डर की हालत लंबे समय से खराब हो गई है। नेशनल क्राइम रिकॉर्ड्स ब्यूरो (एनसीआरबी) के डेटा का हवाला देते हुए, मंत्री ने कहा कि ये आंकड़े भाजपा राज का "असली चेहरा" दिखाते हैं, जहाँ नफरत, डर और हिंसा का इस्तेमाल सत्ता पाने और बनाए रखने के लिए राजनीतिक हथियार के तौर पर किया जा रहा है। गुरुवार को एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में हरपाल सिंह चीमा ने कहा कि दिल्ली, जहाँ भाजपा ने हाल ही में एजेंसियों और दिल्ली पुलिस का गलत इस्तेमाल करके सत्ता हथिया ली है, 1602 प्रति लाख आबादी के क्राइम रेट के साथ देश के क्राइम चार्ट में सबसे ऊपर है। गुजरात, जहाँ भाजपा ने लगभग 30 साल तक राज किया है, वहाँ क्राइम रेट 806, हरियाणा में 739.2, मणिपुर में 627.8, मध्य प्रदेश में 570.3, महाराष्ट्र में 470.4, ओडिशा में 431.2, राजस्थान में 390.4 और चंडीगढ़ में 338.9 है। इसके उलट, पंजाब का क्राइम रेट 227.1 बहुत कम है, जो साफ तौर पर साबित करता है कि भगवंत मान की पंजाब सरकार ने क्राइम और गैंगस्टर नेटवर्क को कामयाबी से कंट्रोल किया है।

कैबिनेट मंत्री ने कहा कि भाजपा जहां भी जाती है, वहां लॉ एंड ऑर्डर सिस्टम खत्म हो जाता है। भाजपा राजनीतिक सत्ता पाने के लिए नफरत फैलाती है, लोगों को बांटती है और डर का माहौल बनाती है। यही वजह है कि पूरे देश में क्राइम तेजी से बढ़ रहा है।

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.