सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-3 • 29 JULY TO 04 AUGUST 2021 • VOLUME-2 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

सुविचार

अगर जीवन में सफलता प्राप्त करनी है तो मेहनत पर विश्वास करें! किस्मत की आजमाईश तो जुए में होती हैं..

मास्क जरूरी, नहीं कोई मजबूरी

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

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE

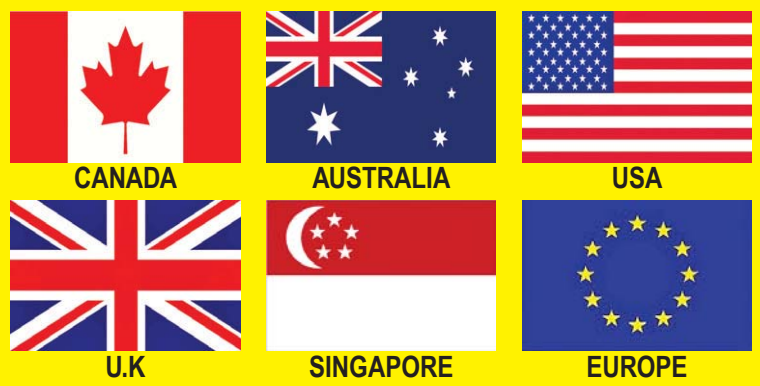
CONSULTING DESIGN TRAINING

ISO CERTIFIED 2015 COMPANY

✓ STUDY ✓ WORK ✓ SETTLE IN ABROAD

Low Filing Charges &
*Pay Money after the visa

•IELTS •STUDY ABROAD



E-mail : ankush@innovativetechin.com • hr@innovativetechin.com • Website : www.innovativetechin.com • FB/Innovativetechin • Contact : 9988115054 • 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

मुख्यमंत्री ने पीएसपीसीएल को सभी एकतरफा खरीद समझौते रद्द करने को कहा

बिजली की चरम मांग के समय खरा न उतरने का लिया गंभीर नोटिस

• चंडीगढ़.ब्यूरो

मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह ने पंजाब स्टेट पावर कार्पोरेशन लिमिटेड (पीएसपीसीएल) को उन प्राईवेट कंपनियों के साथ किये एकतरफा सभी बिजली खरीद समझौते (पीपीएज़) रद्द करने या फिर से देखने के लिए कहा है, जो कंपनियां धान की बिजाई और गर्मी के सीजन में बिजली की चरम मांग को पूरा करने के लिए पर्याप्त सप्लाई देने के लिए किये गए समझौतों पर खरा नहीं उतरीं। तलवंडी साबो पावर लिमिटिड, मानसा जो राज्य के सबसे बड़े निजी थर्मल प्लांटों में से एक है, की धान के मौजूदा सीजन दौरान बड़ी असफलता का गंभीर नोटिस लेते हुए मुख्यमंत्री ने पीएसपीसीएल को इसके

पीपीए रद्द करने के निर्देश दिए हैं क्योंकि यह समझौता कंपनी के हक में बहुत ज्यादा जाता है।

उन्होंने पीएसपीसीएल को यह भी कहा कि पिछली अकाली-भाजपा सरकार द्वारा विभिन्न स्वतंत्र बिजली उत्पादकों (आईपीपीज़) जो मूलभूत तौर पर राज्य की ख़ासकर धान की बिजाई और गर्मी के मौसम दौरान पैदा होती मांग को पूरा करने के लिए स्थापित किये गए थे, के साथ किये गए सभी बिजली खरीद समझौतों की जांच की जाये। उन्होंने पीएसपीसीएल को निर्देश दिए कि सभी एकतरफ़ा पीपीएज़ रद्द करें/फिर से जाँच की जाए जिनका राज्य को कोई फ़ायदा नहीं। मुख्यमंत्री ने कहा कि पीएसपीसीएल ने साल 2007 के बाद थर्मल/हाईड्रो के साथ 12 बिजली खरीद समझौते और सोलर /बायोमास के साथ लंबे समय के 122 समझौते किये थे जिससे राज्य की बिजली पैदावार सामर्थ्य को लगभग 13800 मेगावाट करके पंजाब को अतिरिक्त बिजली वाला राज्य बनाया जाये। हालांकि धान के सीजन के दौरान तलवंडी साबो थर्मल प्लांट के सभी तीनों ही यूनिट बिजली की मांग के शिखर के दौरान कुछ दिनों के लिए बिजली पैदा करने में नाकाम रहे। उन्होंने कहा कि तलवंडी साबो पावर लिमिटिड की एक यूनिट मार्च 2021 से नहीं चल सकी और दो यूनिट पिछले एक महीने से बिजली पैदा करने से असमर्थ रहे हैं। उन्होंने कहा कि इस समय तलवंडी साबो पावर लिमिटिड का सिर्फ़ एक यूनिट चल रहा है और इन कारणों से राज्य में बिजली की भारी कमी आई है।

पीएसपीसीएल ने पहले ही तलवंडी साबो पावर लिमिटिड को जुर्माना लगा कर नोटिस जारी कर दिया है परन्तु क्योंकि बिजली खरीद समझौते (पीपीए) एकतरफ़ा हैं, इसलिए लगाया गया जुर्माना थर्मल प्लांटों में ख़राबी होने के कारण हुए नुकसान के मुकाबले बहुत थोड़ा होगा।

प्रधानमंत्री आज देश के शिक्षण समुदाय को करेंगे संबोधित

नई दिल्ली. प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के तहत

सुधारों के एक वर्ष पूरा होने के उपलक्ष्य में 29 जुलाई 2021 को वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग द्वारा देशभर के शिक्षा व कौशल विकास के क्षेत्र में नीति निर्माताओं, छात्रों, शिक्षकों को संबोधित करेंगे। प्रधानमंत्री कार्यक्रम में एकेडमिक बैंक ऑफ क्रेडिट का शुभारंभ करेंगे जो उच्च शिक्षा में छात्रों के लिए कई प्रवेश और निकास का विकल्प प्रदान करेगा।

केंद्रिय मंत्रीमंडल ने डीआईसीजीसी अधिनियम में संशोधन को दी मंजूरी

नई दिल्ली. केंद्रीय मंत्रिमंडल ने बुधवार को डीआईसीजीसी अधिनियम में संशोधन के प्रस्ताव को मंजूरी दी। इसका उद्देश्य किसी संकट के कारण बैंक पर लेन-देन की पाबंदी लागू होने की स्थिति में उसके जमाकर्ताओं को समय पर सहायता सुनिश्चित करने के लिए 90 दिन के भीतर उन्हें पांच लाख रुपये तक की अपनी जमा राशि प्राप्त करने का अवसर सुनिश्चित करना है। पिछले साल सरकार ने पंजाब एवं महाराष्ट्र सहकारी (पीएमसी) बैंक जैसे संकटग्रस्त बैंकों के जमाकर्ताओं को सहायता देने के लिए जमा राशि पर बीमा आवरण को पांच

गुना बढ़ाकर पांच लाख रुपये कर दिया था।

पीएमसी बैंक के डूबने के बाद यस बैंक और लक्ष्मी विलास बैंक भी संकट आए, जिनका पुनर्गठन नियामक और सरकार द्वारा किया गया। जमा बीमा और ऋण गारंटी निगम (डीआईसीजीसी) अधिनियम, 1961 में संशोधन की घोषणा वित्त मंत्री ने आम बजट में की थी। वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने मंत्रिमंडल के इस निर्णय की जानकारी देते हुए कहा कि इस विधेयक को मौजूदा मानसून सत्र में पेश किए जाने की उम्मीद है। विधेयक के कानून बनने के बाद इससे उन हजारों जमाकर्ताओं को तत्काल राहत मिलेगी, जिन्होंने अपना धन पीएमसी बैंक और दूसरे छोटे सहकारी बैंकों में जमा किया था। मौजूदा प्रावधानों के अनुसार पांच लाख रुपये तक का जमा बीमा तब लागू होता है, जब किसी बैंक का लाइसेंस रद्द कर दिया जाता है और परिसमापन प्रक्रिया शुरू हो जाती है।

अमरनाथ गुफा के पास फटा बादल, सिंधु नदी का जलस्तर बढ़ा

जम्मू. जम्मू कश्मीर में लगातार बारिश हो रही है। बुधवार को अमरनाथ गुफा के पास अचानक बादल फटने से सिंधु नदी का जलस्तर बढ़ गया है। एसडीआरएफ की टीम वहां पहुंच गई है। हालांकि, यहां दो एसडीआरएफ टीमें पहले से मौजूद हैं। अमरनाथ यात्रा इस बार स्थगित है और जिस स्थान पर ये हादसा हुआ है, वहां अभी कोई भी यात्री मौजूद नहीं है। इससे पहले किश्तवाड़ जिले के

एक सुदूर गांव में तड़के साढ़े चार बजे बादल फटने से सात लोगों की मौत हो गई थी और 17 अन्य घायल हुए थे। इसके साथ ही कई मकानों, खड़ी फसलों और एक लघु पनबिजली संयंत्र को नुकसान पहुंचा था। जम्मू-कश्मीर प्रशासन के अधिकारी स्थितियों को लेकर सतर्क हो गए हैं। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने इस बारे में जम्मू-कश्मीर के एलजी मनोज सिन्हा से बात कर जानकारी ली है। उन्होंने बताया कि राहत कार्यों व स्थिति के सटीक आकलन के लिए एनडीआरएफ की टीमें वहां भेजी जा रही हैं। अधिकारियों ने बताया कि केंद्र शासित प्रदेश लद्दाख में कारगिल के विभिन्न क्षेत्रों में दो बादल फटने से एक लघु पनबिजली परियोजना, लगभग 12 मकान और खड़ी फसलों को नुकसान पहुंचा है।

पहले विधायक कहते थे हम गांव में कैसे जाएंगे अब शहर में पार्षदों को ये डर सताने लगा है

राजनीति में नया स्टंट! पहले 4 साल कुछ न करो...आखिर के साल में विकास कार्यों के नाम पर शहर उखाड़ दो

• **संभल कर चले :** जगह-जगह सड़कों का यही हाल है। जहां मुसाफिरों को दिक्कत हो रही है वहीं दुर्घटनाओं का भी खतरा है। फोटो : रवि

• **जालंधर ब्रीज.** विशेष रिपोर्टर

नगर निगम जालंधर

जहां संसद के मानसून सत्र में विपक्षी दलों द्वारा केंद्र की सरकार के खिलाफ नारेबाजी और धरना प्रदर्शन करके लोक सभा और राज्य सभा को नहीं चलने दिया जा रहा है जिसमें उनके द्वारा मुख्य मुद्दे तीनों कृषि बिलों को रद्द करवाने की मांग और पेगासस सॉफ्टवेयर द्वारा की जा रही जासूसी के खिलाफ आवाज उठाई जा रही है।

लेकिन पंजाब में कांग्रेस की सरकार है, बावजूद सत्तापक्ष के ही पार्षदों और विधायकों द्वारा अपनी ही पार्टी के किए जा रहे विकास कार्यों के खिलाफ आवाज बुलंद की जा रही है। पंजाब में 6 महीने बाद विधानसभा चुनाव है लेकिन कांग्रेस पार्टी में गुटबाजी सरेआम सामने आ रही है और उसको रोकने के लिए दिल्ली हाई कमान द्वारा काफी कोशिशें की जा रही हैं।

पिछले कुछ महीनों से सत्तापक्ष के विधायकों को लगने लगा है कि वह किस रिपोर्ट कार्ड को लेकर गांव में लोगों से वोट मांगने जाएंगे। क्यूंकि उनके द्वारा इलेक्शन से पहले किए गए वादे अभी तक पूरे नहीं हो पाएं हैं।

इसी तरह जालंधर शहर में भी पार्षदों को लगने लगा है कि नगर निगम में बैठे अफसरों द्वारा उनके कोई काम नहीं किए जा रहे हैं और लोगों द्वारा उनको पार्षद बनाया गया है। परन्तु दो दिन पहले हुई हाउस की मीटिंग में भी अफसरों द्वारा मीटिंग का बॉयकट किया गया और पार्षदों द्वारा मेयर और कमिश्नर समक्ष आवाज उठाई गई। अगर अफसरों द्वारा ऐसे ही उन्हें

• निगम हाउस में मेयर और कमिश्नर को घेरे सत्तापक्ष और विपक्ष के पार्षद।

अपमानित किया जाना है तो मीटिंग क्यों बुलाई जाती है।

कुछ साल पहले प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी द्वारा स्मार्ट सिटीज बनाने के लिए कुछ शहरों को चुना गया था जिसमें जालंधर शहर को स्मार्ट सिटी के अंतर्गत केंद्र और राज्य सरकार द्वारा फंड दिए जा रहे हैं। लेकिन विपक्ष और सत्तापक्ष के पार्षदों द्वारा स्मार्ट सिटी के फंड का दुरुपयोग को लेकर हाउस की मीटिंग में जमकर हंगामा किया गया और स्मार्ट सिटी के कार्य को घटिया तरीके से कराया जा रहा है और उन सब कार्यों को चेक करने के लिए निगम के पास कोई स्टाफ उपलब्ध नहीं है।

जिक्रयोग्य है कि स्मार्ट सिटी कार्य को छोड़ बाकी पूरे शहर में हल्की सी बारिश होने पर गंदे पानी की समस्या, सीवरेज जाम टूटी सड़कें और जगह-जगह कूड़े के डंप हर एक वार्ड के पार्षदों द्वारा मुख्य समस्या बताई गई है।

बता दें नगर निगम जालंधर इस वक़्त कॉन्ट्रैक्ट पर रखे मुलाज़िमों पर ही निर्भर है और पक्के न होने के कारण वह लोगों और पार्षदों की परवाह भी नहीं करते जिससे आने वाले 6 महीने सत्तापक्ष पार्टी के लिए चुनौतीपूर्ण होंगे।

गौरतलब है कि जबसे नवजोत सिंह सिद्धू को कांग्रेस का प्रधान बनाया गया है पार्टी के वर्कर समझ नहीं पा रहे हैं कि वह अपनी समस्याओं को लेकर किधर जाएं, पार्टी प्रधान या मुख्यमंत्री कार्यालय।

एक बड़ी समस्या यह भी देखने को मिल रही है पार्टियों की आपसी मतभेद, गुटबाजी के बीच जिन अधिकारियों पर शहर को स्मार्ट व समस्याओं को निपटारे की जिम्मेवारी है वे पीस कर रह गए हैं जिस कारण अगर कोई अधिकारी जनता के हित में कोई कार्य करना भी चाहे तो वह नहीं कर पा रहा है।

अब आने वाले दिनों में देखते हैं कि कांग्रेस पार्टी दोबारा सत्ता में आने के लिए गांवों में विधायकों और शहरों में पार्षदों के मुद्दों को हल करवा पाएगी या सिर्फ अंदरूनी झगड़ों में ही अपना कार्यकाल पूरा कर लेगी।

भारत की शानदार स्थान, जहां करवाई जाती है सबसे खतरनाक और मजेदार स्काइडाइविंग एक्टिविटी

अलीगढ़, उत्तर प्रदेश में

आमबी वैली महाराष्ट्र

मैसूर, कर्नाटक

पांडिचेरी, तमिलनाडु

हैदराबाद, तेलंगाना

दीसा, गुजरात

धाना, मध्य प्रदेश

• **जालंधर ब्रीज.** स्पेशल स्टोरी

स्काई डाइविंग रोमांच से भर देने वाला एक शानदार अनुभव है। अगर आप अपनी जिंदगी में कुछ ऐसा करना चाहते हैं, जो आपके उम्रभर साथ रहे, तो स्काई डाइविंग एक ऐसी गतिविधि है, जो आपको यकीनन एक यादगार अनुभव दे सकती है। इस लेख में आज हम आपको भारत की उन जगहों के बारे में बताने वाले हैं, जहां स्काई डाइविंग करवाई जाती है।

आमबी वैली महाराष्ट्र में स्काईडाइविंग

अगर आप एडवेंचर के दीवाने हैं और भारत में स्काइडाइविंग करना चाहते हैं, तो अपने जीवन के सबसे रोमांचक अनुभवों में से एक को जीने के लिए आमबी वैली जरूर जाएं। कई मुंबई वासी इस जगह पर सिर्फ और सिर्फ स्काई डाइविंग करने के लिए जाते हैं। यहां प्रशिक्षित अमेरिकी और यूरोपीय प्रशिक्षक होते हैं, जो हर स्काई डाइवर की सुरक्षा का विशेष ध्यान रखते हैं। यहां स्काई डाइविंग में 10,000 फीट उंचाई से की जाती है। सोमवार से गुरूवार यहां 25000 फीस होती है, तो वहीं शुक्रवार से रविवार 30,000 फीस होती है। स्काई डाइविंग करने का समय सुबह 8 बजे से रात 10 बजे तक है।

मैसूर, कर्नाटक में स्काईडाइविंग

मैसूर अपने खूबसूरत महल के अलावा स्काई डाइविंग एक्टिविटी के लिए भी जाना जाता है। 9000 से 10000 फीट की ऊंचाई से डाइव करने के बाद, आपको शहर का खूबसूरत नजारा देखने को मिलता है। ऐतिहासिक शहर को धीरे-धीरे दक्षिण में स्काईडाइविंग हब के रूप में पहचाना जाने लगा है। इसमें स्काईडाइवर के साथ दो प्रशिक्षक भी साथ में कूदते हैं। मैसूर कर्नाटक स्काइडाइविंग की फीस 35,000 रुपए है, तो वहीं एक्सेलरेटेड फ्री फॉल की फीस 25,000 रुपए है। स्काई डाइविंग करने का समय सुबह 7 बजे से रात 9 बजे तक है।

पांडिचेरी, तमिलनाडु में स्काईडाइविंग

कल्पना करें, जब आप ऊपर से सफेद रेत के समुद्र तटों और प्राचीन नीले पानी को ऊपर से देखेंगे, तो वाह क्या नजारा होगा! स्काइडाइविंग ऑपरेटर नियमित रूप से मौसम की स्थिति के आधार पर ही यहां कैंप आयोजित करते हैं।

आपको भारत में सर्वश्रेष्ठ स्काइडाइविंग का अनुभव कराने के लिए, ऑर्गनाइज़र टेंडम जम्प और स्टेटिक लाइन डाइविंग करवाते हैं। अगली बार जब भी इस लोकप्रिय पर्यटन स्थल पर घूमने का प्लान बनाएं, तो स्काई डाइविंग को अपनी लिस्ट में जरूर शामिल करें। स्काई डाइविंग करने की फीस 18,000 से 62,000 के बीच, साथ ही इस एक्टिविटी का समय सुबह 7 बजे से 9 बजे के बीच है।

हैदराबाद, तेलंगाना में स्काईडाइविंग

अगर आप पक्षी की तरह उड़ना चाहते हैं, हैदराबाद की स्काई डाइविंग आपके लिए खास साबित हो सकती है। ये सेशन शहर नागार्जुन सागर हवाई अड्डे के पास आयोजित होता है, जो हैदराबाद से 150 किमी दूर है। यहां पर स्टेटिक जंप 4000 फीट की ऊंचाई से कराई जाती है, इसमें लगभग डाइवर को लगभग तीन दिनों की ट्रेनिंग दी जाती है। अगर आप अपनी स्काई डाइविंग की वीडियो बनवाना चाहते हैं, उसके लिए 1000 का शुल्क अलग से लगता है। यहां स्काई डाइविंग की फीस 19,500 है, और यहां स्काई डाइविंग का समय सुबह 8:30 बजे से रात 10 बजे तक है।

दीसा, गुजरात में स्काईडाइविंग

भारत में स्काईडाइविंग की शुरुआत दीसा से ही हुई थी। गुजरात स्पोर्ट्स अथॉरिटी और इंडियन पैराशूटिंग फेडरेशन यहां कई स्काइडाइविंग कैंप और इवेंट आयोजित करते हैं। तो, रोमांच का अनुभव करने के लिए डीसा जरूर जाएं। यहां स्काई डाइविंग की फीस 16,500 से 37,500 के बीच है और समय सुबह 7 बजे से शुरू होता है।

अलीगढ़, उत्तर प्रदेश में स्काईडाइविंग

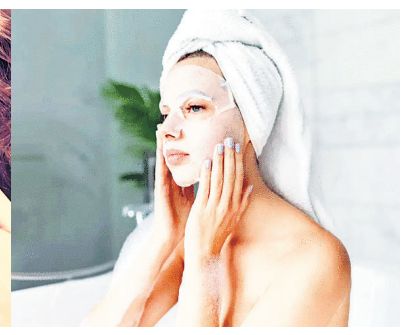
यदि आप राजधानी दिल्ली से हैं, तो स्काइडाइविंग एडवेंचर के लिए आप अलीगढ भी जा सकते हैं। स्काई डाइविंग के अलावा यहां पैराग्लाइडिंग भी करवाई जाती है। कोई भी एडवेंचर शुरू करने से पहले यहां हर तरह की एहतियात बरती जाती हैं, जिसमें सबसे पहले आपका पूरा बॉडी टेस्ट शामिल है। अलीगढ़ उत्तर प्रदेश स्काईडाइविंग की फीस 27025 रुपए है और समय सुबह 9 बजे से दोपहर के 12 बजे के बीच है।

धाना, मध्य प्रदेश स्काईडाइविंग

मध्य प्रदेश के सागर जिले में स्थित धाना शहर, जो भोपाल राजधानी से लगभग 186 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। अगर आपको स्काई डाइविंग करने का बेहद शौक है, तो ये जगह आपके लिए उपयुक्त है। यहां स्काई डाइविंग करने से पहले आधे घंटे के लिए प्रशिक्षण दिया जाता और फिर 4000 फीट की ऊंचाई से आपको छोड़ा जाता है। यहां स्काई डाइविंग करने का मूल्य 35,000 से 37,500 रुपए है।

खुद के लिए समय नहीं हैं? ये तरीके सिर्फ उनके लिए हैं, जिनके पास अपनी देखभाल का वक्त नहीं!

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ रिपोर्टर



काम का दबाव अधिक होने के कारण खुद के लिए समय नहीं निकाल पा रही हैं या फिर घर की जिम्मेदारी और बच्चों के कारण समय नहीं मिल पा रहा है तो आपको कुछ क्विक टिप्स जानने की जरूरत है। ताकि आप बिना अधिक समय लगाए और सही मैनेजमेंट के साथ अपनी सभी जिम्मेदारियां भी निभा सकें और अपनी त्वचा का ग्लो भी मेंटेन रख सकें।

बढ़ती हुई थ्रेडिंग : बढ़ी हुई थ्रेडिंग आपके लुक्स को सबसे पहले फीका बनाती है। इसलिए सबसे अच्छा तरीका होता है कि आप अपनी थ्रेडिंग को बढ़ने ही ना दें। जैसे ही कोई एक्स्ट्रा बाल दिखाई दे आप प्लकर से निकाल दें और जैसे ही बीच के शुरू के बालों की ग्रोथ हो आप इन्हें छोटी कैंची से काटकर एकसार कर दें।

बहुत व्यस्त रहने वाली महिलाओं के साथ सबसे बड़ी दिक्कत है कि उन्हें अपनी बेसिक ब्यूटी का खयाल रखने का समय भी नहीं मिल पाता। ऐसे में ये उम्मीद करना बेमानी है कि आप पार्लर जाने के लिए समय निकाल पाएं। हम आपकी इस समस्या को समझते हैं। इसलिए आपके लिए एक के बाद एक क्विक टिप्स लेकर आते हैं।

सबसे बड़ी दिक्कत है ये : बात करते हैं अपर लिप की। यह समस्या सीधे चेहरे पर दिखाई पड़ती है और बढ़ी हुई आइब्रो के बाद दूसरी ऐसी बड़ी दिक्कत होती है, जो आपके चेहरे की सुदंरता को कम करती है। कटोरी वैक्स और थ्रेडिंग के अलावा आप घरेलू नुस्खों से भी अपने अपर लिप के बाल हटा सकती हैं। इसके लिए ये विधि अपनाएं,

1 चम्मच गेहूं का आटा
आधा चम्मच हल्दी
दूध

तीनों चीजों को मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बना लें। जैसे गूथा हुआ आटा होता है। इस पेस्ट को होंठ के ऊपर उग रहे महीन बालों पर लगाएं। सूखने के बाद हल्का रगड़ते हुए हटा दें। जैसे ही महीन बाल निकलने शुरू हों। यह विधि अपना लें। आपको तुरंत लाभ मिलेगा।

वैक्सिंग की समस्या के आसान समाधान : जब पार्लर जाने का समय नहीं मिल पाता है तो हाथ और पैर के हेयर रिमूविंग का कोई तो समाधान खोजना होगा। तो इसका समाधान है कि आप एप्लिकेटर या वैक्स स्ट्रिप्स के जरिए अपने बालों को तभी निकाल दें जब ये थोड़ा-थोड़ा दिखने शुरू हो जाएं। क्योंकि इस स्थिति में बालों को निकालना भी आसान होता है और आपको ज्यादा समय भी नहीं लगता। मुश्किल से 20 मिनट में पूरे शरीर के अनचाहे बाल आप हटा सकती हैं।

नेल पेंट से बचें : नेल पेंट को बहुत अधिक मेंटेन करने की जरूरत पड़ती है। नहीं तो आधा-अधूरा लगा हुआ नेल पेंट आपके लुक को सुंदर दिखाने की जगह खराब करता है। अगर आप बहुत व्यस्त रहती हैं तो बेहतर रहेगा कि आप नेल पेंट लगाने से बचें। बल्कि इसकी जगह अपने हाथों की क्लीनिंग और मॉइश्चराइजेशन पर अधिक फोकस करें।

इस बात में कोई शक नहीं कि नेल पेंट लगाने से हाथ अधिक सुंदर और आकर्षक लगते हैं। लेकिन अगर आप इसे मेंटेन नहीं कर पाती हैं तो यह आपको लापरवाह और आलसी दिखाता है। क्योंकि आपको देखने वाला कोई भी व्यक्ति यह नहीं सोचेगा कि आपको व्यस्तता की वजह से समय नहीं मिला होगा। आप चाहें तो नेल्स की शाइन बढ़ाने के लिए ट्रांसपैरेंट नेलपेंट का उपयोग कर सकती हैं।

शीट मास्क है इजी विकल्प : हम हमेशा घरेलू फेस मास्क लगाने को प्राथमिकता देते हैं। लेकिन समय की कमी होने पर आप एकदम बेफिक्र होकर शीट मास्क का उपयोग कर सकती हैं।

क्योंकि इन्हें लगाने के लिए आपको किसी तैयारी की जरूरत नहीं होती है। बस खोलो और सीधे लगा लो। इसलिए त्वचा की देखभाल के लिए और स्किन का ग्लो मेंटेन करने के लिए शीट मास्क ।बेहतरीन विकल्प हैं। आप इनका उपयोग करें।

दिन में सोने वाले बच्चों के पेरेंट्स होते हैं खुशनसीब, लेकिन इस उम्र से दोपहर में झपकी लेना कर देते हैं बंद

बच्चे दिनभर खेलकूद करते हैं और जब उन्हें थकान महसूस होती है, तो वो थक कर सो जाते हैं। बच्चों के लिए सोने का कोई समय नहीं होता। उन्हें तो जब मन किया, सो जाते हैं। वहीं बच्चे के सोने पर मांएं घर के कई काम निपटा लेती हैं।

हालांकि, धीरे-धीरे बच्चा दिन में सोना कम कर देता है। यहां हम आपको बता रहे हैं कि बच्चे का स्लीपिंग पैटर्न कब बदलता है।

कब झपकी लेना बंद कर देते हैं : पेरेंट्स अक्सर ये मानते हैं कि बच्चे दिन में झपकी लिए बिना रात को अच्छी नींद ले सकते हैं लेकिन ये पूरा सच नहीं है। झपकी लिए बिना थकान से बच्चे चिड़चिड़े हो जाते हैं और उनका मूड भी खराब हो जाता है। कई बार वो रात को सोने से पहले ओवरएक्टिव भी हो जाते हैं। बच्चों का दिन में सोने का पैटर्न अलग-अलग हो सकता है। कुछ बच्चे इस आदत के जल्दी छोड़ देते हैं, तो वहीं कुछ बच्चे दिन में भी देर तक सोते रहते हैं।

इसमें बच्चे की उम्र, स्वास्थ्य स्थिति, एक्टिविटी लेवल और रात को सोने के समय से पता चलता है कि बच्चे को दिन में झपकी लेने की जरूरत है या नहीं।

थकान महसूस होती है : जो बच्चे अच्छी नींद नहीं ले पाते हैं, उन्हें दिनभर थकान महसूस होती रहती है। नींद की कमी की वजह से बच्चों को ज्यादा भूख लगती है जिससे मोटापा बढ़ जाता है। खासतौर पर छोटे बच्चों को मांसपेशियों के विकास के लिए नींद जरूरी होती है। थकान होने पर बच्चों में एनर्जी कम होने लगती है।

क्यों जरूरी है दिन में सोना : नैप टाइम (झपकी लेना) बच्चे के मानसिक और शारीरिक विकास के लिए जरूरी होता है। बच्चों को इससे निम्न लाभ मिलते हैं।

नैप से बच्चों के मानसिक और शारीरिक विकास में मदद मिलती है। इससे बच्चे दिन के समय एलर्ट रहते हैं और क्लास में ध्यान दे पाते हैं। दिन के समय सोने से बचचों की याद्दाश्त भी तेज होती है।

मूड होता है बेहतर : नींद का सीधा असर मूड पर पड़ता है और इससे आप खुशी महसूस करते हैं। दिन में न सोने से बच्चा चिड़चिड़ा हो सकता है और एक्टिव रहने का मन नहीं करता है। चीन में यूनिवर्सिटी ऑफ पेनिसिल्वेनिया के शोधकर्ताओं ने 3000 बच्चों पर रिसर्च कर के बताया कि जो बच्चे दिन में नैप लेते हैं, वो नैप न लेने वालों की तुलना में ज्यादा खुश रहते हैं।

काले धागे जैसे नन्हे कीड़े पिघला रहे हैं ग्लेशियर? वैज्ञानिकों के सामने बना हुआ है रहस्य

वॉशिंगटन. हमारी दुनिया एक से बढ़कर एक अजूबे से भरी हुई है। इंसान की पहुंच आज मंगल ग्रह से भी आगे है लेकिन धरती पर मिलने वाला एक नन्हा सा जीव रहस्य बना हुआ है।

ये हैं बर्फ में पाए जाने वाले कीड़े जिनके हाल ही में वॉशिंगटन के पैराडाइज ग्लेशियर में दिखने के बाद चर्चा तेज हो गई है कि कैसे इनकी बेहद कम स्टडी की जा सकी है। हालांकि, वॉशिंगटन स्टेट यूनिवर्सिटी के ग्लेशियर बायॉलजिस्ट स्कॉट हॉटलिंग अपने साथ पीटर विंबर्गर के साथ कई साल से इन्हें स्टडी कर रहे हैं।

महीन काले धागे जैसे दिखने वाले ये कीड़े ग्लेशियर जैसे ठंडे पर्यावरण में बर्फ में छिपे होते हैं। ये 0 डिग्री सेल्सियस पर आराम से रह लेते हैं लेकिन तापमान गिरने पर मर जाते हैं। काई और बैक्टीरिया खाने वाले ये कीड़े बिना कुछ खाए भी एक साल तक जीवित रह सकते हैं। अभी तक यह पता नहीं लगाया जा सका है कि ये बर्फ में पहुंचे कैसे और ऐसे हालात में ये बढ़ते कैसे रहते हैं।

इन्हें स्टडी करना इसलिए दिलचस्प है क्योंकि इस तरह के पर्यावरण में जीवन के रहस्यों को समझकर मंगल ग्रह जैसे जीवन के संभावित ठिकानों को समझने में मदद मिल सकती है। चिंता की बात यह है कि दुनियाभर के ग्लेशियर पिघल रहे हैं। अगर ये कीड़े बदलते पर्यावरण के साथ चल नहीं पाए, तो ये खत्म भी हो सकते हैं। हालांकि, स्कॉट को एक संभावना यह भी लगती है कि कहीं इन्हीं कीड़ों की वजह से ग्लेशियर्स की बर्फ तेजी से तो नहीं पिघल रही?

दरअसल, ऐसा माना जाता है कि गाढ़े रंग की काई से बर्फ तेजी से पिघलती है। ये कीड़े भी काले रंग के हैं, इसलिए हो सकता है कि ये भी गर्मी सोख रहे हैं जिससे बर्फ पिघल रही है। हालांकि, अभी तक इन्हें लेकर कोई ठोस जानकारी नहीं मिल सकी है और ये कीड़े बर्फीली चोटियों का अनसुलझा सवाल बने हुए हैं।

बरसात में होने वाले फ्लू से बचने के उपाय खोज रही हैं आप?

गर्मी का मौसम लगभग जा चुका है और अब तो मौसम मिनट-मिनट में बदलने भी लगा है। हम बरसात के महीने में कदम रख चुके हैं, तो जाहिर सी बात है कि आप मौनसून की पहली बारिश का भी बड़े मन से इंतजार किया होगा। लेकिन इस दौरान आपको अपनी सेहत को ले कर थोड़ा चौकन्ना भी रहना होगा क्योंकि इस मौसम में ठंड और फ्लू बड़ी तेजी के साथ फैलते हैं। कुछ आसान से नुस्खे हैं, जिसे आजमा कर आप बरसात के मौसम में होने वाले फ्लू से खुद को और अपने परिवार को बचा सकती हैं।

1। हाथों को धोएं

हाथों को खाना खाने से पहले जरुर धोना चाहिये। अगर आप किसी जगह पर साबुन का प्रयोग नहीं कर पा रहे हैं, तो सेनिटाइजर का प्रयोग करें।

मुंह को बाहर हमेशा ढंक कर रखें

चाहे आपका दोस्त बीमार हो या फिर आप खुद, अपने चेहरे को रुमाल से या किसी कपड़े से ढंक कर रखें। इससे बीमारी एक दूसरे तक नहीं पहुंचेगी।

ठंडे खाद्य पदार्थ ना खाएं

इन दिनों आइस क्रीम, गोला, कोल्ड ड्रिंक या फिर कोई अन्या ठंडा खाद्य पदार्थ का सेवन ना करें। इस मौसम में वाइरल इंफेक्शन तुरंत फैलता है।

स्वस्थ भोजन खाएं

यदि आप इन दिनों स्वस्थ भोजन खाएंगी जिसमें हरी सब्जियां, प्रोटीन युक्त आहार, ताजे फल और साबुत अनाज शामिल रहेगा, तो आपका इम्यून सिस्टम और ज्यादा मजबूत बनेगा। इससे आप बुखार, कम और अन्य इंफेक्शन से बचे रहेंगे।

खूब पानी पियें

पानी एक सस्ता इलाज है जिससे आप फ्लू से बच सकती हैं। रिसर्च से पता चला है कि जो लोग लगभग 3 गिलास पानी पीते हैं उन्हें दर्द भरे गले और नाक जाम होने की शिकायत उन लोगों की तुलना में ज्यादा होती है जो दिनभर में 8 गिलास पानी पीते हैं।

गरम चाय पियें

बरसात के समय आपको कम से कम एक कप चाय जरुर पीनी चाहिये। अच्छा होगा कि आप चाय में अदरक और इलायची भी डाल लें तो। पर चाय के आदि मत बनियेगा। यह एक प्राकृतिक एंटीबायोटिक का काम करती है।

तनाव से दूर रहें

तनाव लेने से स्वास्थ्य को हानि पहुंच सकती है। इससे आपको फ्लू और भी तेजी से जकड़ लेगा। स्ट्रेस लेने से इम्यून सिस्टम कमजोर होने लगता है और आपके ठीक होने के चांस कम होते हैं।

धूम्रपान छोडें

स्मोकिंग करने से तो वैसे भी कई समस्याएं हो जाती हैं लेकिन सांस संबन्धि समस्या जैसे ब्रोंकाइटिस होने की समस्या सबसे ज्यादा रहती है। यह इम्यून सिस्टम को भी कमजोर बना देता है।

यूटीलिटी न्यूज

बजाज चेतक की इन 3 शहरों में शुरू हुई बुकिंग, महज 1 घंटे में 25 फीसदी तक हो जाता है चार्ज

नई दिल्ली. बजाज ऑटो ने अपने इलेक्ट्रिक स्कूटर की मैसूर, मेंगलोर और औरंगाबाद में बुकिंग शुरू कर दी है। इस इलेक्ट्रिक स्कूटर को बुक करने के लिए ग्राहकों को 2,000 रुपये की टोकन राशि देनी होगी। बता दें कि बेंगलुरु, पुणे और नागपुर में बजाज चेतक की बुकिंग पहले से ही शुरू हो चुकी है। बजाज का लक्ष्य है कि साल 2022 तक देश के 22 शहरों में इसकी बिक्री शुरू हो जाए। इससे पहले कंपनी की तरफ से घोषणा की गई थी कि बजाज चेतक इलेक्ट्रिक स्कूटर की चेन्नई और हैदराबाद में भी बिक्री होगी। ऐसे में अब जल्द इन शहरों में इसकी बुकिंग शुरू हो सकती है।

बता दें कि बजाज ऑटो ने इस साल अप्रैल महीने में अपने इलेक्ट्रिक स्कूटर की बुकिंग शुरू कर दी थी। हालांकि, तब केवल दो दिनों के लिए ही इसकी बुकिंग शुरू की गई थी। बजाज ने अपनी चेतक को भारतीय बाजार में 1 लाख रुपये की शुरुआती कीमत में लॉन्च किया था। यह इलेक्ट्रिक स्कूटर अर्बन और प्रिमियम जैसे दो वेरिएंट्स में आता है। एक बार फुल चार्ज करने पर यह इलेक्ट्रिक स्कूटर 95 किलोमीटर तक का रेंज देता है। यानी, फुल सिंगल चार्ज पर यह इलेक्ट्रिक स्कूटर बिना रुके 95 किलोमीटर तक का सफर तय करता है। हालांकि, इको मोड में इस स्कूटर में केवल 85 किलोमीटर का रेंज मिलता है।

इसमें रेट्रो लुक के साथ राउंड डीआरएल दिए गए हैं। इसमें ऑल डिजिटल इंस्ट्रूमेंट कलस्टर दिया गया है। इसे स्मार्टफोन से भी कनेक्ट किया जा सकता है, जहां रियर टाइम में ग्राहकों को सारी जानकारी मिलती है। यह इलेक्ट्रिक स्कूटर एक घंटे में 25 फीसदी तक चार्ज हो जाता है। वहीं, फुल चार्ज होने में इसे 5 घंटे का समय लगता है।

शानदार राइडिंग अनुभव के लिए इसमें सिटी और स्पोर्ट्स जैसे दो राइडिंग मोड्स दिए गए हैं। इसमें 4.1 किलोवॉट का इलेक्ट्रिक मोटर दिया गया है, जो 16 एनएम का पीक टॉर्क जेनरेट करता है। इसका इंजन ऑटोमैटिक ट्रांसमिशन से लैस है।

महज 24 घंटे में 1 लाख लोगों ने किया बुक, जानें इस इलेक्ट्रिक स्कूटर में ऐसा क्या है खास?

नई दिल्ली. ओला इलेक्ट्रिक स्कूटर भारत में लॉन्च के लिए तैयार है। सोशल मीडिया और ऑन लाइन इंटरनेट पर इसको लेकर कई दावे किए जा रहे हैं। इस इलेक्ट्रिक स्कूटर की लोकप्रियता का अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि, जैसे ही कंपनी ने इसकी बुकिंग शुरू की वैसे ही 24 घंटे के अंदर इसे 1 लाख ग्राहकों ने बुक कर लिया। ऐसे में आज हम आपको इस इलेक्ट्रिक स्कूटर से जुड़े कई छोटी बड़ी बातों के बारे में बताने जा रहे हैं। तो डालते हैं एक नजर...

बुकिंग के लिए कितना रुपये देने होंगे : इस इलेक्ट्रिक स्कूटर को ग्राहक ओला इलेक्ट्रिक की आधिकारिक वेबसाइट पर जाकर बुक कर सकते हैं। इसके लिए केवल 499 रुपये की टोकन राशि देनी होगी, जो पूरी तरह से रिफंडेबल है।

घर पर होगी स्कूटर की डिलीवरी : ओला इलेक्ट्रिक स्कूटर के लिए ग्राहकों को ओला आउटलेट पर जाने की जरूरत नहीं है। बल्कि, कंपनी इसे सीधे डोर स्टेप पर डिलीवर करेगी।

कितने कलर में आएगा इलेक्ट्रिक स्कूटर? : यह इलेक्ट्रिक स्कूटर भारतीय बाजार में कुल 10 कलर ऑप्शन में आएगा, जहां ग्राहक इसे रेड, ब्लू ऐंड येलो, पिंक, ग्लॉस, सिल्वर, ब्लैक, ग्रे, ब्लू जैसे कलर स्कीम के साथ खरीद सकेंगे। इसमें ग्राहकों को मैट और ग्लॉस दोनों का विकल्प मिलेगा।

बुकिंग करने वालों को पहले मिलेगी डिलीवरी : ओला इलेक्ट्रिक स्कूटर को बुक करने वाले ग्राहकों को डिलीवरी के दौरान पहले प्राथमिकता दी जाएगी।

कितना रेंज मिलेगा? : रिपोर्ट्स के मुताबिक इस इलेक्ट्रिक स्कूटर में 100 से 150 किलोमीटर तक का रेंज मिल सकता है। इसके अलावा इसमें रिमूवेबल लिथियम-ऑयन बैटरी दी जा सकती है।

क्या होंगे फीचर्स? : इस इलेक्ट्रिक स्कूटर में डिजिटल इंस्ट्रूमेंट कंसोल, क्लाउड कनेक्टिविटी, और अलॉय व्हील्स जैसे फीचर्स देखने को मिल सकते हैं। वहीं, बेहतर राइड के लिए इसके फ्रंट में टेलिस्कोपिक सस्पेंशन दिया जा सकता है। इसमें सेगमेंट का सबसे बड़ी अंडर सीट स्टोरेज मिलेगा।

कहां बन रहा है स्कूटर? : ओला इलेक्ट्रिक स्कूटर को तमिलनाडु में ओला इलेक्ट्रिक के प्लांट में बनाया जा रहा है। यह इंडस्ट्री के 4.0 स्टैंडर्ड्स को फॉलो करता है। इस प्रोडक्शन प्लांट में हर साल 1 करोड़ इलेक्ट्रिक स्कूटरों को बनाया जा सकता है। इसकी क्षमता फेज-1 में 20 लाख प्रति सालाना है। इस प्रोडक्शन प्लांट में 10 जनरल एसेंबली लाइन्स हैं, जिनकी मदद से हर 2 सेकंड में 1 इलेक्ट्रिक स्कूटर को रोल आउट किया जा सकता है। इसके अलावा इस प्रोडक्शन प्लांट में प्रति दिन 25,000 बैटरीज को बनाया जा सकता है।

भारत से इन देशों में होगा निर्यात : भारत में बनने वाली ओला इलेक्ट्रिक स्कूटर का यूरोप, ब्रिटेन, लैटिन अमेरिका, एशिया पैसिफिक, ऑस्ट्रेलिया और न्यूजीलैंड में निर्यात किया जाएगा।

अफगानिस्तान में तालिबान ने खेली खून की होली 43 लोगों की हत्या की, कंधार में भीषण संग्राम

- अफगानिस्तान के 90 फीसदी इलाके पर कब्जा करने का दावा करने वाले तालिबान का खूनी खेल
- स्थानीय लोगों के मुताबिक तालिबान आतंकियों ने गजनी इलाके में 43 लोगों की हत्या कर दी है
- तालिबान के भीषण हमले के खौफ से हजारों की तादाद में आम नागरिक घर छोड़कर काबुल चले गए हैं

काबुल. अफगानिस्तान के 90 फीसदी इलाके पर कब्जा करने का दावा करने वाले तालिबान का खूनी खेल जारी है। स्थानीय लोगों के मुताबिक तालिबान आतंकियों ने गजनी में 43 लोगों की हत्या कर दी। इनमें सुरक्षा बल और आम नागरिक शामिल हैं। तालिबान के भीषण हमले के खौफ से हजारों की तादाद में आम नागरिक घर छोड़कर काबुल चले गए हैं जहां अभी सरकारी सेना का नियंत्रण है। तालिबान के खतरे को देखते अफगान सरकार ने कई इलाकों में रात का कर्फ्यू लगा दिया है।

गजनी से भागकर काबुल आए एक पिता ने बताया कि उसके दो बेटों को तालिबान ने गोली मार दिया। ये लोग न तो सरकारी कर्मचारी थे और न ही सुरक्षाकर्मी। गजनी की सिविल सोसायटी एक्टिविस्ट मीना नादेरी ने कहा, 'तालिबान आतंकी मालिस्तान जिले में घुसे और युद्धापराध किया। उन्होंने ऐसे लोगों की हत्या कर दी जो युद्ध नहीं लड़ रहे थे। तालिबान ने लोगों के घरों पर हमला किया और उन्हें लूट लिया। उन्होंने घरों को आग लगा दी।'

22 हजार अफगान परिवार भाग गए : मीना ने कहा, 'मालिस्तान जिले के केंद्र में तालिबान ने दुकानों को नष्ट कर दिया और उन्हें लूट लिया।' इस बीच तालिबान ने इस दावे को खारिज कर दिया है। इस बीच कंधार में तालिबान और अफगान सेना के बीच भीषण जंग की चपेट में आम नागरिक आ गए हैं। इसको देखते हुए 22 हजार अफगान परिवार भाग गए हैं। कंधार एक समय में तालिबान का गढ़ रहा है और यहां पर कब्जे के लिए तालिबान ने पूरी ताकत लगा दी है।

अभी कंधार शहर के बाहरी इलाके में जंग चल रही है। बताया जा रहा है कि पुलिस ने लापरवाही बरती जिसकी वजह से तालिबान इतना करीब आ गए। बता दें कि तालिबान आतंकवादियों ने ऐलान किया है कि अफगानिस्तान में तब तक शांति स्थापित नहीं हो सकती है जब तक कि देश के राष्ट्रपति अशरफ गनी सत्ता नहीं छोड़ देते हैं। तालिबान ने यह भी कहा कि वह सत्ता पर एकाधिकार नहीं चाहता है।

हम सत्ता पर एकाधिकार में विश्वास नहीं रखते: तालिबान : तालिबान ने कहा है कि गनी के हटने के बाद देश में बातबीच के जरिए नयी सरकार बनाना होगा। तालिबान के प्रवक्ता सुहेल शाहीन ने एक साक्षात्कार में यह बात कही। सुहैल शाहीन वार्ता दल के सदस्य भी हैं। प्रवक्ता ने कहा कि तालिबान उस वक्त हथियार डाल देगा जब गनी की सरकार चली जाएगी और ऐसी सरकार सत्ता संभालेगी जो संघर्ष में शामिल सभी पक्षों को मंजूर हो। शाहीन ने कहा,'मैं यह स्पष्ट करना चाहता हूं कि हम सत्ता पर एकाधिकार में विश्वास नहीं रखते क्योंकि कोई भी सरकार, जिसने अतीत में अफगानिस्तान में सत्ता पर एकाधिकार रखने मंशा की, वह सफल सरकार साबित नहीं हुई।'

अमेरिका के यूटा में रेतीला तूफान, 20 गाड़ियों के आपस में टकराने से कम से कम छह लोगों की मौत

कनोश (अमेरिका). अमेरिका के यूटा में रेतीले तूफान के कारण 20 वाहनों के एक-दूसरे टकराने से गत दिनों कम से कम छह लोगों की मौत हो गई।

'उटाह हाईवे पैट्रोल' ने एक समाचार विज्ञप्ति में बताया कि कनोश के निकट इंटरस्टेट 15 पर ये हादसे हुए, जिनमें छह लोगों की मौत हो गई। इसके अलावा गंभीर रूप से घायल कई लोगों को अस्पताल में भर्ती कराए जाने की खबर मिली है।

उसने बताया कि रेतीले तूफान के कारण दृश्यता स्तर कम होने जाने की वजह से वाहन आपस में टकरा गए। इंटरस्टेट 15 रविवार देर रात आंशिक रूप से बंद रहा। दुर्घटनास्थल के आस-पास यातायात को परिवर्तित किया गया। कनोश सॉल्ट लेक सिटी के दक्षिण में करीब 160 मील दूर स्थित है।

आर्जेंटीना में इंसान के लालच का शिकार हुई विशाल झील, गुलाबी हुआ पानी का रंग

ब्यूनस आयर्स. दुनियाभर में इंसानी लालच का शिकार हमारी प्रकृति को होना पड़ रहा है। ताजा मामला आर्जेंटीना का है जहां दक्षिणी पटागोनिया इलाके में एक विशाल झील का पूरा पानी ही गुलाबी हो गया। विशेषज्ञों और पर्यावरण कार्यकर्ताओं का कहना है कि इस झील के गुलाबी होने की वजह एक केमिकल है जिसका इस्तेमाल झींगा मछली को निर्यात करने के लिए किया जाता है।

विशेषज्ञों का कहना है कि इस झील के पानी का रंग सोडियम सल्फेट की वजह से हुआ है जो एक ऐंटी बैक्टिरियल प्रॉडक्ट है जिसका इस्तेमाल मछलियों की फैक्ट्री में किया जाता है। इसके अपशिष्ट पदार्थ को चूबूत नदी को प्रदूषित करने के लिए जिम्मेदार ठहराया जा रहा है। इसी नदी का पानी कोर्फो झील और पानी के अन्य स्रोतों में जाता है।

कंपनी की लापरवाही का शिकार हुई झील

स्थानीय लोग लंबे समय से शिकायत कर रहे हैं कि नदी और झील के आसपास कई पर्यावरण को नुकसान पहुंचाने वाली चीजें हो रही हैं लेकिन अब तक कोई एक्शन नहीं हुआ है। पर्यावरण कार्यकर्ता पाबलो लादा ने कहा कि जिन लोगों के पास पर्यावरण को बचाने की जिम्मेदारी है, वही लोगों को जहर दे रहे हैं। बताया जा रहा है कि यह झील पिछले हफ्ते गुलाबी हो गई थी।

लादा बताती हैं कुछ दिनों तक इस नदी का पानी गुलाबी ही था। वह पास के ही एक शहर में रहती हैं। पर्यावरण इंजीनियर फेडेरिको ने कहा कि यह पानी का रंग सोडियम सल्फेट की वजह से गुलाबी हुआ है। उन्होंने कहा कि कानून के मुताबिक मछलियों के अपशिष्ट पदार्थ को नदी या पानी में छोड़ने से पहले उसे साफ करना चाहिए। झील के पास स्थित कंपनी कानून का पालन नहीं कर रही है।

बलोच कार्यकर्ताओं का भारत से किया पाकिस्तान के अत्याचारों के खिलाफ आवाज उठाने का अनुरोध

लंदन. बलोच नैशनल मूवमेंट (बीएनएम) की ब्रिटेन इकाई और उससे जुड़े संगठनों ने भारत सरकार से पाकिस्तान के अत्याचारों के खिलाफ आवाज उठाई। संगठन ने बलूचिस्तान की आजादी के आंदोलन को सहयोग देने का आह्वान किया। लंदन में बलूच शहीद दिवस के मौके पर एक कार्यक्रम में बीएनएम के सदस्यों और वर्ल्ड सिंधी कांग्रेस और बलूच स्टूडेंट्स ऑर्गेनाइजेशन आजाद जैसे समूहों ने बलूचिस्तान की आजादी की लड़ाई में मारे गए लोगों को श्रद्धांजलि दी।

बलूचिस्तान में मानवाधिकार उल्लंघन पर जताया विरोध : कार्यकर्ताओं ने ब्रिटेन सरकार को संसाधन समृद्ध बलूचिस्तान में मानवाधिकारों के उल्लंघनों पर उसकी चुप्पी पर पाखंडी बताया। बलूच नैशनल मूवमेंट के विदेशी मामलों के प्रवक्ता हम्माल हैदर ने कहा, 'पाकिस्तान के सुरक्षा बलों ने पिछले 2 दशकों में 20,000 से अधिक बलूच लोगों को अगवा किया और कई की हत्या कर दी। भारत सरकार को हमारा संदेश यह है कि उसे पाकिस्तान के सुरक्षा बलों के अत्याचारों के खिलाफ अपनी आवाज उठानी चाहिए।'

बांग्लादेश की आजादी जैसी मदद की मांग : हम्माल हैदर ने बांग्लादेश की आजादी में भारत के योगदान को याद करते हुए बलूचिस्तान के लिए भी वही मांग दोहराई, उन्होंने कहा, 'भारत ने बांग्लादेश को आजाद कराने में महत्वपूर्ण भूमिका निभायी थी और अब उसे आगे आना चाहिए तथा पाकिस्तान से आजादी हासिल करने के हमारे आंदोलन को समर्थन देना चाहिए। पाकिस्तान इस्लामी आतंकवादियों को पाल रहा है और पूरे क्षेत्र को अस्थिर कर रहा है।'

बाढ़ का तांडव : महाराष्ट्र में 149 लोगों की मौत, 100 से ज्यादा लापता, गुजरात में 12 घंटे में 100 मिमी से अधिक बारिश

मुंबई. महाराष्ट्र के कुछ हिस्सों में बाढ़, भूस्खलन और बारिश से जुड़ी कई घटनाओं में अब तक करीब 149 लोगों की मौत हो चुकी है, जबकि 100 लोग लापता बताए जा रहे हैं।

जानकारी के मुताबिक इन घटनाओं में 50 लोग से ज्यादा लोग घायल भी हुए हैं।

मुख्यमंत्री उद्धव ठाकरे आज सतारा, सांगली और कोल्हापुर का हवाई सर्वेक्षण कर सकते हैं। इससे पूर्व ठाकरे ने रविवार को कोंकण क्षेत्र के रत्नागिरी जिले में भीषण बाढ़ से ग्रस्त चिपलून का दौरा किया था। स्थानीय लोगों ने मुख्यमंत्री के काफिले को रोका और उन्हें इलाके में बारिश के कहर से होने वाली समस्याओं के बारे में बताया। सांगली के बाढ़ प्रभावित इलाकों में सेना रेस्क्यू ऑपरेशन चला रही है। वालवा इलाके में एनडीआरएफ राहत बचाव के काम में जुटी है। अब तक सैकड़ों लोगों को सुरक्षित ठिकानों तक पहुंचाया जा चुका है, लेकिन बहुत सारे लोग अब भी मदद का इंतजार कर रहे हैं।

गुजरात में 12 घंटे में 100 मिमी से अधिक बारिश : गुजरात के कई हिस्सों में रविवार को भारी से बहुत भारी बारिश हुई, जिसके कारण सामान्य जनजीवन अस्त-व्यस्त हो गया। अधिकारियों के मुताबिक राज्य के 12 तालुकों में 12 घंटे की अवधि के दौरान 100 मिलीमीटर से अधिक बारिश हुई।

एसईओसी के मुताबिक बोटाद, दाहोद, पंचमहल, वडोदरा, अरावली और गिर सोमनाथ जिलों के क्षेत्रों में भी इस अवधि के दौरान भारी वर्षा हुई। राज्य के 251 तालुकों में से 197 तालुकों में इस दौरान बारिश हुई। राजकोट शहर में भारी बारिश होने से निचले इलाकों में जलभराव के कारण यातायात बाधित हो गया और लोगों को परेशानी का सामना करना पड़ा।

चीन में बारिश-बाढ़, अब तूफान की दस्तक, दहशत में लोग

पेइचिंग. चीन में भारी बारिश और बाढ़ से बेहाल जनता को अब समुद्री तूफान का सामना करना पड़ रहा है। पूर्वी झेजियांग प्रांत में रविवार को तूफान इन फा ने दस्तक दी है। इस तूफान के कारण भारी बारिश की चेतावनी जारी की गई है। जिसके बाद लोगों को नए इलाकों से सुरक्षित स्थानों पर भेजा जा रहा है। वहीं, हेनान प्रांत में भारी बारिश की वजह से आई अभूतपूर्व बाढ़ में मरने वालों की संख्या बढ़कर 63 हो गई है।

झेजियांग के कई इलाकों में भारी बारिश का अनुमान : झेजियांग के स्थानीय आपदा नियंत्रण मुख्यालय ने बताया कि तूफान ने झोउशान शहर के पुतुओ जिले में दोपहर करीब साढ़े 12 बजे दस्तक दी। यह इस साल आने वाला छठा तूफान है। मौसम विभाग के अधिकारियों ने पूर्वानुमान जताया है कि तूफान झेजियांग के जियाशिंग शहर और जियांगसू प्रांत के किडोंग शहर के बीच तटीय इलाकों में रविवार को दोबारा दस्तक देगा।

चीन के हेनान में बाढ़ से 63 की मौत : इस बीच, 21 जुलाई को हेनान प्रांत में आई अभूतपूर्व बाढ़ में मरने वालों की संख्या 63 हो गई है और पांच लोग अभी भी लापता है। मृतकों में 12 वे लोग शामिल हैं, जो प्रांतीय राजधानी झेंगझोउ में एक मेट्रो ट्रेन और एक सुरंग में पानी में भरने से उसमें डूब गए थे। चीन की सेना ने हेनान में 1,000 वर्षों में हुई सबसे भारी वर्षा के बाद नदी में बढ़ते पानी का रुख मोड़ने के लिए एक क्षतिग्रस्त बांध को उड़ा दिया।

हेनान में 30 लाख लोग बाढ़ से प्रभावित : प्रांतीय आपातकालीन प्रबंधन विभाग के अनुसार, हेनान प्रांत में मूसलाधार बारिश से लगभग 30 लाख लोग प्रभावित हुए हैं और कुल 376,000 स्थानीय निवासियों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाया गया है। सरकारी समाचार एजेंसी शिन्हुआ ने खबर दी है कि आठ हजार से ज्यादा सैन्य कर्मी झेंगझोउ शहर के खतरे वाले 10 विभिन्न स्थानों पर काम कर रहे हैं।

हेनान में राहत सामग्री पहुंचा रहा चीन : चीन में भीषण बाढ़ से बेहाल हेनान प्रांत के शिनजियांग शहर में रविवार को ट्रकों के जरिए लोगों के लिए भोजन सामग्री और पीने का पानी पहुंचाया गया। सैनिकों ने नदी की खाई को भरने के लिए रेत की बोरियां रखीं। हेनान प्रांत के जिन इलाकों में बाढ़ का पानी नीचे उतर रहा है, उन इलाकों में लोगों ने सड़कों से मलबा हटाने के अलावा फंसी हुई कारों को भी निकाला।

नदी में आई दरार को भरने के लिए सेना तैनात : ट्रकों के जरिए भोजन सामग्री और पीने के पानी समेत अन्य राहत सामग्री शिनजियांग के एक स्टेडियम में पहुंचाई गयी, जहां से यह राहत सामग्री बाढ़ प्रभावित लोगों में वितरित की गयी। शिनजियांग शहर हेनान प्रांत के प्रमुख शहर झेंगझोउ से करीब 65 किलोमीटर दूर है। अधिकारियों ने शनिवार को कुछ इलाकों में बाढ़ के पानी को कम करने के लिए जानबूझकर हेबी शहर के आसपास के इलाकों में पानी छोड़ा। शिनजियांग शहर की वेही नदी में 100 मीटर लंबी और आठ मीटर गहरी दरार को भरने के लिए सैनिक युद्धस्तर पर जुटे हुए हैं।

चीन को दो अरब डॉलर का नुकसान : राहत एवं बचाव कार्यों में जुटे हुए स्वयंसेवकों ने "गो शिनजियांग" के नारे लगाकर बाढ़ प्रभावित लोगों का उत्साह बढ़ाया। चीन की सरकारी समाचार एजेंसी शिन्हुआ की एक रिपोर्ट के मुताबिक हेनान प्रांत में बाढ़ के कारण 3800 से अधिक घर पूरी तरह क्षतिग्रस्त हुए हैं और 9,20,000 लोगों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाया गया है। बाढ़ के कारण दो अरब अमेरिकी डॉलर का नुकसान हुआ है।

जालंधर की ईशा ने जीता सोहनी मुस्कान व दूसरी रनर-अप का खिताब

पटियाला शहर की उत्तम रेज़ीडेंसी में प्रबंधक अमन वड़ैच की तरफ से जूनियर शाही मुटियार व शाही गबरु का मुकाबला करवाया गया। मुकाबले में गुरु नगर की रहने वाली ईशा ने खूबसूरत गीत गाकर दर्शकों को मंत्र-मुग्ध कर दिया व अपनी मुस्कान से सबका दिल जीत लिया। ईशा ने सोहनी मुस्कान एंव दूसरी रनर-अप का खिताब भी हासिल किया। इस मौके पर पॉलीवुड के मशहूर अभिनेता हौबी धालीवाल मौजूद थे।

प्रधानमंत्री से करतारपुर कॉरिडोर खोलने की मांग

• चंडीगढ़.ब्यूरो

मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह ने प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को कोविड की स्थिति में सुधार आने के मद्देनज़र करतारपुर कॉरिडोर फिर से खोलने की अपील की है जिससे लोग पाकिस्तान में स्थित ऐतिहासिक गुरूधाम के दर्शन-दीदार कर सकें। प्रधानमंत्री को लिखे पत्र में कैप्टन अमरिंदर सिंह ने कहा कि उनकी सरकार को कॉरिडोर का प्रयोग करने वाले श्रद्धालुओं की टेस्टिंग और टीकाकरण सहित कोविड-19 के प्रोटोकॉल के सही ढंग से पालन को यकीनी बनाने के लिए भारत सरकार के साथ मिलकर काम करने में ख़ुशी होगी। उन्होंने इस सम्बन्ध में प्रधानमंत्री की सकारात्मक प्रतिक्रिया की उम्मीद ज़ाहिर की। मुख्यमंत्री ने कहा कि कोविड के फैलने के कारण मार्च, 2020 में कॉरिडोर के द्वारा करतारपुर जाने वाले श्रद्धालुओं की यातायात को रोक दिया गया था। उन्होंने अपने पत्र में लिखा, 'पंजाब में कोविड-19 की स्थिति में पिछले एक महीने से काफ़ी सुधार होने के संकेत सामने आए हैं और मुझे आपके साथ यह बात साझा करते हुए ख़ुशी हो रही है कि लगभग एक साल के समय के बाद बीते दिन कोविड-19 से एक भी मौत नहीं हुई।' उन्होंने कहा कि बदले हुए हालात में स्वाभाविक है कि लोगों ने करतारपुर साहिब में गुरुद्वारा दरबार साहिब के दर्शनों की इच्छा फिर से ज़ाहिर की है।

मुख्यमंत्री ने आगे कहा कि, हम भाग्यशाली हैं कि नवंबर, 2019 में श्री गुरु नानक देव जी के 550वें प्रकाश पर्व के पवित्र अवसर पर करतारपुर कॉरिडोर खोला गया था।' उन्होंने कहा, 'यह कॉरिडोर खुलने से अंतरराष्ट्रीय सीमा से कुछ ही दूरी पर पाकिस्तान में स्थित करतारपुर में ऐतिहासिक गुरुद्वारा दरबार साहिब के 'खुले दर्शन दीदार' की लंबे समय से चली आ रही माँग पूरी करने में मदद मिली थी।'

जिले में 31 अगस्त तक करवाए जा सकते है रोजगार रजिस्ट्रेशन कार्ड रिन्यू

जालंधर. डिप्टी डायरैक्टर, जिला रोज़गार और कारोबार ब्यूरो जालंधर जसवंत राय ने बताया कि डायरैक्टर रोजगार उत्पति, कौशल विकास और प्रशिक्षण विभाग पंजाब के दिशा निर्देशों के अंतर्गत कोविड -19 कारण जो आवेदक 23 मार्च 2020 से राज्य में कर्फ़्यू लगाने कारण और दफ़्तर में पब्लिक डीलिंग बंद होने के कारण अपना रोजगार रजिस्ट्रेशन कार्ड रिन्यू नहीं करवा सके थे, वे आवेदक अब दफ़्तर में दोबारा पब्लिक डीलिंग शुरू होने के कारण दफ़्तर में आकर 31 अगस्त 2021 तक अपना कार्ड रिन्यू करवा सकते है। उन्होनें आगे बताया कि जो आवेदक 1 फरवरी 2020 से लेकर अब तक अपना कार्ड रिन्यू नहीं करवा सके, वह आवेदक अपना कार्ड रिन्यू करवाने के योग्य होगें।

राष्ट्रीय वायरल हेपेटाइटिस नियंत्रण कार्यक्रम के तहत संगोष्ठी करवाई

जालंधर. अगर किसी बीमारी का समय रहते पता चल जाए तो गंभीर होने से पहले उसका इलाज संभव है। स्वास्थ्य विभाग समय-समय पर विभिन्न प्रकार की बीमारियों के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए गतिविधियों का आयोजन करता है। राष्ट्रीय वायरल हेपेटाइटिस नियंत्रण कार्यक्रम के तहत विश्व हेपेटाइटिस दिवस के अवसर पर सिविल सर्जन जालंधर डॉ. बलवंत सिंह के निर्देशन में बुधवार को शहीद बाबू लाभ सिंह मेमोरियल सिविल अस्पताल जालंधर के एमसीएच का उद्घाटन किया गया। केंद्र में गोष्ठी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर जिला परिवार कल्याण अधिकारी डॉ. रमन गुप्ता, जिला महामारी विज्ञानी आदित्य पाल सिंह, डॉ. शोभना बंसल, जिला समूह शिक्षा एवं सूचना अधिकारी कृपाल सिंह झाली, उप एमईआईओ परमजीत कौर, बीईई राकेश सिंह, बीईई मानव शर्मा, बीसीसी समन्वयक नीरज शर्मा, एलएचवी सतविंदर कौर मौजूद रहीं।

• जालंधर. एसएसपी नवीन सिंगला जालंधर (देहाती) ने बुधवार को आईजी पुलिस जालंधर रेंज कौसतव शर्मा के नेतृत्व में जालंधर (देहाती) के समूह गज़टिड अधिकारियों के साथ जनरल मीटिंग की। इस दौरान आईजी पुलिस द्वारा आरएसएस ब्रांचों, नाम चर्चा घर, निरंकारी भवनों/धार्मिक डेरों, एयर फोर्स स्टेशन आदमपुर, रेलवे स्टेशनों, बस स्टेंड, बैंकों, करेंसी चेस्ट व मनी एक्सचेंजों की सुरक्षा को पुख्ता बनाने के लिए ठोस उपाय करने संबंधी निर्देश दिए गए।

बढ़िया काम करने पर 88 कर्मचारियों को किया सम्मानित

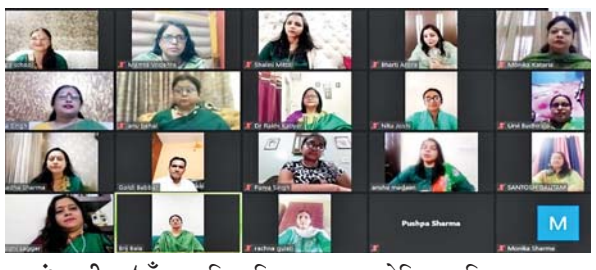
• जालंधर.रिपोर्टर

डिप्टी कमिश्नर घनश्याम थोरी ने बुद्धवार को कोविड -19 महामारी दौरान शानदार प्रर्दशन करने पर डाटा सैल के 88 कर्मचारियों को सम्मानित किया। इन कर्मचारियों को प्रशंसा पत्र सौंपते हुए डिप्टी कमिश्नर ने जिले में कोविड -19 प्रबंधन दौरान निभाई सेवाओं की प्रशंसा की। उन्होनें आगे कहा कि चाहे काटैक्ट ट्रेसिंग, सैंपलिंग, टीकाकरण या कोई अन्य कार्य हो, महामारी दौरान प्रत्येक कर्मचारी फ्रंट फुट पर रहा है। उन्होनं आगे कहा कि इन फ्रंट लाईन योद्धाओं के ठोस प्रयत्नों से ज़िला दूसरी लहर पर काबू पाने में कामयाब रहा।

ज़िला स्तरीय समिति ने सभी 40 बच्चों को पैंशन व अन्य लाभ देने को मंज़ूरी दी

डीसी घनश्याम थोरी के नेतृत्व वाली जिला स्तरीय समिति की तरफ से बुधवार को उन सभी 40 कोविड -19 प्रभावित बच्चों को पैनशन लाभ प्रदान करने को मंजूर दी गई, जिन्होनें कोरोना वायरस महामारी कारण अपने माता-पिता में से किसी एक या दोनों को खो दिया है। एक समीक्षा बैठक की अध्यक्षता करते हुए डीसी ने आधिकारियों को कहा कि सरकार की कल्याण योजनाओं अधीन सभी बच्चों की कवरेज को यकीनी बनाया जाए। ऐसे बच्चे ग्रैजुएशन तक मुफ़्त शिक्षा, स्मार्ट राशन कार्ड योजना अधीन लाभ, सरबत् स्वास्थ्य बीमा योजना, उनके पारिवारिक सदस्यों के लिए रोज़गार के अवसरों और 1500 रुपए की महीनावार पैनशन के हकदार है।

गूँज : अभिव्यक्ति भावों की काव्य गोष्ठी



जालंधर ब्रीज. 'गूँज: अभिव्यक्ति भावों की' साहित्यिक संस्था की ओर से मासिक ऑनलाइन काव्य गोष्ठी का आयोजन करवाया गया,जिसका इस बार का विषय रहा 'सावन मन भावन' कार्यक्रम का प्रारम्भ गोल्डी बब्बर द्वारा माँ सरस्वती की वंदना से किया गया।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि रही वडोदरा से डॉक्टर राखी सिंह कटियार , जो पिछले 25 वर्षों से लेखन की दुनिया में जाना माना नाम हैं। मंच संचालन का सफल आयोजन किया गया डॉक्टर मोनिका शर्मा द्वारा। गोष्ठी में पंजाब के विभिन्न शहरों से तकरीबन 20 कवयित्रियों , यथा राधा शर्मा, निधि सग्गर,ममता जैन , ममता वडेहरा, अल्का शर्मा, अनु बहल, सोनिया बुद्धिराजा, रचना गुलाटी, अंशु मदान, मोनिका कटारिया, बृजबाला, भारती अरोड़ा, पुष्पा, श्रद्धा शुक्ला, नीतू जोशी,सविता खोसला, संतोष गौतम, शालिनी मित्तल, पूर्वान्शी सिंह ने भाग लिया, जिसमें सावन विषय के सभी पहलुओं से संबंधित कविताएँ प्रस्तुत की गईं। किसी ने अपने पिया को याद किया तो किसी ने मायके को।

मुख्य अतिथि राखी कटियार ने भी सबकी कविताओं पर मंझे हुए शब्दों में समीक्षा की व भगवान शंकर को अर्पित करते हुए अपनी रचना प्रस्तुत की। संस्थापिका पूर्वा सिंह ने बेहतरीन काव्य प्रस्तुति के लिए व मुख्य अतिथि का धन्यवाद कर कार्यक्रम का समापन किया।

बाल कविता

सुहानी ऋतु...

लेखिका
राधा

यह एक शिक्षाप्रद बाल कविता है। वर्षा ऋतु को ऋतुओं की रानी कहा जाता है। इस ऋतु में गर्मी से संतप्त हुई धरती को राहत मिलती है। इसी के संदर्भ में यह कविता लिखी है जिसमें पानी को बचाने का संदेश भी दिया गया है।

गर्मी के संताप को हरने
प्राणियों में नवजीवन भरने
देखो सुहानी ऋतु है आई।
देखो वर्षा ऋतु है आई।
भीगे आंगन, भीगे चौबारे
भीगे वन उपवन भी सारे
भीगी चीना, भीगी मीना,
भीगे चुन्नु- मुन्नू गुन्नू प्यारे
सबके चेहरों पर खुशियां लाने
देखो सुहानी ऋतु है आई।
देखो वर्षा ऋतु है आई।
सरसर- सरसर हवा चली है,
कागज की फिर नाव चली है
ठुमक-ठुमक कर छाता नाचा,
छूट हाथों से वह भी भागा
तालाबों के किनारे देखो
मेंढ़कों ने है चौपाल सजाई,
देखो सुहानी ऋतु है आई।
देखो वर्षा ऋतु है आई।
शिव मंदिर में धूम मची है
शिव पूजन की होड़ लगी है
बिलपत्तों से सजाकर थाल
भक्त हो रहे दर्शनों से निहाल
सबकी मनोकामना करने को पूर्ण
देखो सुहानी ऋतु है आई।
देखो वर्षा ऋतु है आई।
पीपल के फिर पेड़ सजे हैं
सावन के फिर झूले पड़े हैं
मेघाच्छन्न हुआ आकाश सारा
तीज में गूँजा संसार सारा
कृष्ण जन्म की याद दिलाने
देखो सुहानी ऋतु है आई।
देखो वर्षा ऋतु है आई।
आओ हम तुम भी मिलकर
संग पवन के गीत गाएं
वर्षाजल का संरक्षण करके
अपने भविष्य को बचाएं
मिलकर कदम बढ़ाने को
देखो सुहानी ऋतु है आई।
देखो वर्षा ऋतु है आई॥

SPORTS PLANET स्पोर्ट्स प्लेनेट

मीराबाई की 'चांदी' : रेल मंत्रालय देगा दो करोड़ रुपये, सिल्वर गर्ल ने देशवासियों के नाम किया मेडल

नई दिल्ली. ओलिपिंक में इतिहास रचने वाली वेटलिफ्टर मीराबाई चानू का स्वदेश पहुंचते ही स्वागत हुआ। खेल मंत्रालय की ओर से आयोजित किए गए इस कार्यक्रम में खेल मंत्री अनुराग ठाकुर, खेल राज्य मंत्री निशिथ प्रामाणिक के साथ किरेन रिजिजू, सर्बानंद सोनोवाल और जी कृष्ण रेड्डी जैसे अन्य केन्द्रीय मंत्री थे।

रिजिजू और सोनोवाल पहले खेल मंत्री रह चुके है। ओलिंपिक से चंद हफ्ते पहले यह जिम्मेदारी अनुराग ठाकुर को सौंप दी गई। अनुराग ठाकुर ने ट्विटर पर एक तस्वीर शेयर की है। पोज देते हुए कैप्शन में लिखा है, हमारा विक्टरी पंच। ठाकुर ने हिमाचली टोपी, शॉल पहनाकर चानू और उनके कोच को सम्मानित किया।

रेल मंत्री ने घोषित किया दो करोड़ का इनाम : मंत्री अश्विनी वैष्णव ने भी मीराबाई का स्वागत किया। इस दौरान उन्होंने दो करोड़ रुपये की इनामी राशि के अलावा प्रमोशन का भी एलान किया। बताते चलें कि मीराबाई को स्पोर्ट्स कोटे से रेलवे की कर्मचारी हैं। इस मौके पर मीरा बाई के कोच विजय शर्मा ने कहा कि यह तो सिर्फ शुरुआत है अब आने वाले समय में भारतीय खिलाड़ी और पदक जीतेंगे।

देशवासियों के नाम किया मेडल : खेल मंत्रालय द्वारा आयोजित सम्मान समारोह में मीराबाई ने कहा, 'मैं इस पदक को भारतवासियों को समर्पित करना चाहती हूं। यह पदक मैं उन सबको समर्पित करती हूं जिन्होंने मेरी हौसला अफजाई की, जिन्होंने मेरे लिये प्रार्थना की। मैं प्रधानमंत्री और खेल मंत्री को शुक्रिया बोलना चाहूंगी। उन्होंने मुझे बहुत कम समय में अभ्यास के लिए अमेरिका भेजा था। सभी तैयारियों को एक दिन में पूरा किया गया था।'

खत्म किया 21 साल का सूखा : मणिपुर की इस खिलाड़ी ने 49 किग्रा वर्ग में कुल 202 किग्रा (87 किग्रा+115 किग्रा) भार उठाकर शनिवार को रजत पदक हासिल किया था, इससे पहले भारोत्तोलन में 2000 सिडनी ओलिंपिक में कर्णम मल्लेश्वरी ने कांस्य पदक जीता था।

पीवी सिंधु की आसान जीत, हॉन्ग-कॉन्ग की चीयूंगा नगन को सीधे गेमों में दी पटखनी

नई दिल्ली. पीवी सिंधु ने रियो ओलिंपिक में रजत पदक अपने नाम किया था और पूरे देश को उम्मीद है कि वह टोक्यो ओलिंपिक में भी पदक अपने नाम करेंगी।

रियो ओलिंपिक-2016 की रजत पदक विजेता भारत की पीवी सिंधु ने टोक्यो ओलिंपिक-2020 में अपना शानदार खेल जारी रखा है। सिंधु खेलों के महाकुंभ में अपने दूसरे मैच में जीत हासिल करने में सफ रही हैं। ग्रुप-जे के मैच में सिंधु के सामने थीं हॉन्ग कॉन्ग की चीयूंगा नगन थी। दोनों खिलाड़ियों के बीच बुधवार को जो मैच खेला गया उसमें सिंधु ने 21-9, 21-16 से अपने नाम कर लिया है। सिंधु को इस मैच को जीतने के लिए 35 मिनट का समय लगा। इस जीत के साथ ही सिंधु प्री क्वार्टर फाइनल में पहुंच गई हैं।

TOKYO 2020

सिंधु से भारत को टोक्यो ओलिंपिक में पदक की उम्मीद है। बैडमिंटन वह देश की इकलौती खिलाड़ी हैं जो इन ओलिंपिक खेलों में पदक की मजबूत दावेदार के रूप में देखी जा रही हैं। इस तरफ सिंधु अभी तक आसानी से आगे बढ़ रही हैं। अपने पहले मैच में सिंधु ने इजरायल की पोलिकारपोवा कसेनिया को 21-7, 21-10 से मात दे खेलों का शानदार आगाज किया था और अब दूसरे मैच में भी उन्होंने शानदार खेल दिखाते हुए आसानी से जीत हासिल की।

आसान रही जीत : सिंधु के लिए यह जीत आसान रही। पहले गेम में चेयुंग सिंधु के सामने टिक नहीं पाई और कमजोर नजर आईं। सिंधु ने इस गेम में अपनी विपक्षी को दोहरी संख्या में भी नहीं पहुंचने दिया। महज 15 मिनट में सिंधु ने पहला गेम अपने नाम किया। इसके बाद दूसरे गेम में जरूर चेयुंग से टक्कर मिली लेकिन यह टक्कर इतनी कड़ी नहीं थी कि सिंधु मैच हार जाएं। सिंधु ने शुरुआत में 2-0 की बढ़ेत ले ली थी लेकिन चेयुंग ने वापसी करते हुए अंकों के अंतर को कम किया और स्कोर 8-9 कर लिया। इसके बाद यह खिलाड़ी ब्रेक में 11-10 के स्कोर के साथ गईं। ब्रेक के बाद सिंधु ने वापसी करते हुए स्कोर 11-11 किया और फिर 17-14 की बढ़त ले ली। यहां से उन्हों जीत हासिल करने में ज्यादा परेशानी नहीं हुई।

डेनमार्क की खिलाड़ी से होगा सामना : इस जीत के साथ ही सिंधु ने प्री-क्वार्टर फाइनल में प्रवेश कर लिया है। विश्व की नंबर-7 खिलाड़ी सिंधु प्री क्वार्टर फाइनल में डेनमार्क की मिया ब्लिचफेल्ट के खिलाफ कोर्ट पर उतरेंगी। उन्होंने ग्रुप-I में टॉप किया है। सिंधु को डेनमार्क की खिलाड़ी पर 4-1 की बढ़त हासिल है। मिया सिर्फ एक ही बार मौजूदा विश्व चैंपियन सिंधु से जीत सकी हैं और यह जीत उन्हें इसी साल थाईलैंड ओपन में मिली थी।

अजीबोगरीब : मोरक्कन मुक्केबाज ने विरोधी बॉक्सर का कान काटा, जजों ने दिखाया बाहर का रास्ता

तोक्यो. मोरक्को के एक हैवीवेट मुक्केबाज (91 किग्रा) ने तोक्यो ओलिंपिक में अपने शुरुआती मुकाबले में न्यूजीलैंड के प्रतिद्वंद्वी के कान को काटने की कोशिश की।यूनुस बल्ला ने तीसरे दौर के मुकाबले में माइक टायसन की तरह रिंग डेविड न्याका के कान के पास काटने की कोशिश की।

यूनुस को जजों के सर्वसम्मत निर्णय से हार का सामना करना पड़ा और न्याका क्वार्टर फाइनल में पहुंच गए। यूनुस ने हालांकि माउथ गार्ड (दांतों को चोट से बचाने वाला कवच) पहना था, जिस कारण न्याका के कान के पास उनके दांतों का निशान नहीं बना।

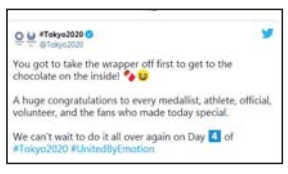
न्याका ने कहा, 'वह पूरी तरह से काटने में सफल नहीं हुआ। मेरी किस्मत अच्छी थी कि उसने माउथगार्ड पहना था और यह उतना गंभीर नहीं था। मुझे लगता है वह मेरी गाल पर काटना चाहता था।'

रेफरी हालांकि इस घटना को नहीं देख सकें जिससे यूनुस को बाउट के दौरान दंडित नहीं किया गया था। यह टेलीविजन कैमरे की पकड़ में आ गया। टायसन ने 1997 में इवांडर होलीफील्ड के कान को दो बार काटा था। इस घटना ने काफी सुर्खियां बटोरी थी।

दांतों से मेडल काटने पर खिलाड़ियों को मनाही, 'कचरे' से बने हैं तोक्यो ओलिंपिक के पदक

तोक्यो. खेलों की अपनी एक परम्परा है। कल्चर है, इतिहास है, जिसे सदियों से हर ऐथलीट फॉलो करते आ रहा है। पोडियम पर खड़े होकर मुस्कुराते हुए मेडल काटना भी इसी का एक हिस्सा है। मगर तोक्यो में जारी ओलिंपिक खेलों के दौरान अब आयोजकों ने ऐसा न करने की हिदायत दी है। आखिर क्या है पूरा मामला आइए समझते हैं...

इलेक्ट्रॉनिक कचरे से बनाए गए मेडल : दरअसल, अपनी टेक्नोलॉजी के लिए विख्यात जापान ने इस ओलिंपिक में कई नए प्रयोग किए है। इसी सिलसिले में मेडल्स भी इलेक्ट्रॉनिक कचरे को रिसाइकिल करके बनाए गए हैं। यहां इलेक्ट्रॉनिक कचरे से आशय खराब मोबाइल फोन, लैपटॉप समेत दूसरे डिवाइस से हैं, जिन्हें खुद जापान के नागरिकों ने दान किया है। इसी से ओलिंपिक के लिए पांच हजार गोल्ड, सिल्वर और ब्रॉन्ज मेडल बनाए गए।



'हमें पता है आप फिर भी करेंगे' : तोक्यो ओलिंपिक आयोजन समिति ने एक अमरीकी ऐथलीट की तस्वीर के साथ ट्वीट किया। साथ ही लिखा, 'हम यह स्पष्ट करना चाहते हैं कि तोक्यो ओलिंपिक के मेडल मुंह में नहीं रखे जा सकते। हमारे स्वर्ण, रजत और कांस्य पदक इलेक्ट्रॉनिक रिसाइकल डिवाइस से बने हैं। इसलिए आपको इन्हें काटने की जरूरत नहीं, लेकिन हमें पता है कि आप फिर भी करेंगे।' ट्वीट के बाद एक मजाकिया स्माइली भी है।

खिलाड़ी दांतों से क्यों काटते हैं मेडल? : मेडल जीतने के बाद एथलीट फोटोग्राफर्स के निवेदन पर ऐसा करते हैं, इससे वह पोज यादगार बन जाता है, लेकिन क्या सिर्फ यही वजह है कि ऐथलीट अपने राष्ट्रगान की धुन पर गर्व से इतराने के साथ मेडल चबा देते हैं या फिर कारण कुछ और है।

काफी पुरानी है परम्परा : दरअसल, इसका लंबा इतिहास रहा है। चूंकि सोना मुलायम धातु है, ऐसे में इसे काटकर इसकी शुद्धता को परखा जाता है। किसी जमाने में लोग सोने को दांतों से काटकर पता लगाते थे कि गोल्ड खरा है या उस पर परत चढ़ाई गई है। बावजूद इसके ओलिंपिक खिलाड़ियों के गोल्ड मेडल पर किसी तरह का कोई निशान काटने के बाद भी नहीं पड़ता है क्योंकि उसमें सोने की मात्रा काफी कम होती है।

Printed, Published & Owner by ATUL SHARMA & Printed at SARANGLE PRINTERS, BASTI GUZAN JALANDHAR (PUNJAB) and Published from ATUL SHARMA, NN453 GOPAL NAGAR JALANDHAR (PUNJAB)
Editor : ATUL SHARMA*
*Responsible for selection of News under the PRB ACT. PUNHIN/2019/77863, All Rights Reserved. Reproduction in whole or in Part without permission is prohibited. All disputes shall be settled at Jalandhar jurisdiction only.