सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

नवरात्रि की शुभकामनाएं

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-3 • 07 OCTOBER TO 13 OCTOBER 2021 • VOLUME-12 • 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

✓ STUDY ✓ WORK ✓ SETTLE IN ABROAD

Low Filing Charges &
*Pay Money after the visa

•IELTS •STUDY ABROAD

CANADA AUSTRALIA USA U.K SINGAPORE EUROPE

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

पंजाब परिवहन विभाग की बड़ी कार्रवाई

बिना टैक्स चल रही निजी कंपनियों की 15 बसें ज़ब्त

परिवहन मंत्री ने कहा- विभाग के नियमों और शर्तों का उल्लंघन करने वाला कोई भी शख़्स बख़्शा नहीं जायेगा

चंडीगढ़. पंजाब के परिवहन विभाग ने आज राज्य में बिना टैक्स चल रही निजी कंपनियों की 15 बसें ज़ब्त कर लीं। इस संबंधी जानकारी देते हुए परिवहन मंत्री अमरिंदर सिंह राजा वड़िंग ने बताया कि निजी कंपनियों की बसों के बिना टैक्स चलने संबंधी निरंतर शिकायतें मिल रही थीं जिस कारण विभाग की विशेष जांच टीमें गठित करके इस कार्रवाई को अंजाम दिया गया। उन्होंने बताया कि राज्य के चार जिलों फरीदकोट, बठिंडा, अमृतसर और लुधियाना में विशेष जांच टीमों ने 15 बसें ज़ब्त की हैं। फरीदकोट में जुझार बस सर्विस की 2 बसों और न्यू दीप की 2 बसों को ज़ब्त किया गया है। इसी तरह ज़िला बठिंडा में न्यू दीप की 2 बसें, ओरबिट की 1 बस और राजधानी बस सर्विस की 1 बस, ज़िला अमृतसर में बाबा बूढ़ढा ट्रांसपोर्ट सर्विस की 2 बसें और ज़िला लुधियाना में ओरबिट बस की 1 बस, जुझार बस सर्विस की 2 बसें और लिबड़ा बस सर्विस की 1 बस और नागपाल बस सर्विस की 1 बस कब्ज़े में ली गई है।

परिवहन मंत्री ने कहा कि विभाग के नियमों और शर्तों का उल्लंघन करने वाले किसी भी शख़्स को बख़्शा नहीं जायेगा।

पारदर्शी समय-सारणी लागू करने का भरोसा

चंडीगढ़. पंजाब के समूह छोटे प्राईवेट बस ऑपरेटरों, टूरिस्ट, मिनी और स्कूल बस ऑपरेटरों और टैक्सी यूनियनों ने आज परिवहन मंत्री अमरिन्दर सिंह राजा वड़िंग के साथ बैठकों के लंबे दौर शुरु करके जहाँ कोविड-19 के समय के दौरान टैक्स से छूट की माँग की, वहीं बस मालिकों ने राज्य में चल रही बसों की समय-सारणी को दुरुस्त करने की ज़ोरदार माँग रखी, जिस पर मंत्री ने भरोसा दिया कि जल्द ही पारदर्शी और उचित समय-सारणी बनाई जाएगी। यहाँ पंजाब भवन में फरीदकोट से विधायक कुशलदीप सिंह ढिल्लों के नेतृत्व अधीन मिले छोटे बस ऑपरेटरों के साथ बैठक के दौरान राजा वड़िंग ने कहा कि वह भली-भांति अवगत हैं कि छोटी बस के उद्योग से डेढ़ लाख से अधिक व्यक्तियों का रोज़गार जुड़ा हुआ है और राज्य में करीब 90 प्रतिशत संख्या छोटे बस ऑपरेटरों की है। विभाग द्वारा अगले कुछ दिनों में टैक्स माफी के लिए किलोमीटर वाइज़ स्कीम बनायी जाएगी और इसके साथ-साथ विभाग द्वारा अमनैस्टी स्कीम में भी 31 मार्च, 2022 तक विस्तार करने सम्बन्धी विचार किया जाएगा।

लखीमपुर खीरी हिंसा : पीड़ितों को 50-50 लाख की मदद देगी पंजाब और छत्तीसगढ़ सरकार

लखनऊ. पंजाब और छत्तीसगढ़ की सरकारों ने उत्तर प्रदेश के लखीमपुर खीरी जिले में गत रविवार को हुई हिंसा में मारे गए किसानों के परिजन को 50-50 लाख रुपए की सहायता राशि देने का ऐलान किया है। पंजाब के मुख्यमंत्री चरणजीत सिंह चन्नी व छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने लखीमपुर खीरी हिंसा में मरे चार किसानों और एक पत्रकार के परिजन को 50-50 लाख रुपए की सहायता देने का ऐलान किया है। लेकिन इसमें गौर करने वाली बात ये है कि यूपी के लखीमपुर के किसान परिवार को मुआवजा देने की घोषणा करने वाले बघेल के खुद के राज्य में पिछले कुछ महीनों में ही कई किसानों ने आत्महत्या कर ली है।

पुलिस कर्मचारियों को पैतृक जिलों/यूनिटों में वापस रिपोर्ट करने के दिए आदेश

चंडीगढ़. उप मुख्यमंत्री सुखजिन्दर सिंह रंधावा के निर्देशों पर डायरैक्टर जनरल आफ पुलिस (डीजीपी) इकबाल प्रीत सिंह सहोता ने आज जिलों /यूनिटों के सभी पुलिस अधिकारियों को हुक्म दिया कि वह अनाधिकृत पुलिस कर्मचारियों को उनके पैतृक जिलों में तुरंत प्रभाव के साथ वापस भेजें।

पंजाब के सभी पुलिस कार्यालयों के मुखियों और पंजाब पुलिस विभाग से बाहर तैनात सभी अधिकारियों को जारी किये अपने आदेश में डीजीपी ने कहा कि यह देखने में आया है कि कुछ पुलिस अधिकारी /कर्मचारी एक जिले/यूनिट से दूसरे जिले/यूनिट में ट्रांसफर होने पर अपने निजी स्टाफ को अपनी तैनाती के पिछले स्थान से नये स्टेशन /यूनिट में अपने साथ ले जाते हैं।

आदेश में कहा गया है कि इससे कई प्रशासनिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है और इसको तुरंत बंद करने की ज़रूरत है। आदेशानुसार सभी अधिकारी /कर्मचारी, जो अलग -अलग रैंकों के पुलिस कर्मचारियों (सुरक्षा के अलावा) को बिना किसी अधिकार से एक ज़िला /यूनिट से दूसरे जिले में तैनाती / तबादले के समय अपने साथ ले गए हैं, को ऐसे सभी पुलिस कर्मचारियों को उनके पैतृक जिलों /यूनिटों में तुरंत भेजने के आदेश दिए गए हैं।

इस दौरान डीजीपी ने सम्बन्धित अधिकारियों /कर्मचारियों को इस सम्बन्ध में डीजीपी कार्यालय में रिपोर्ट भेजने के लिए भी कहा।

'भाजपा एकमात्र ऐसा राजनीतिक दल जहां एक कार्यकर्त्ता देश का प्रधानमंत्री'

चंडीगढ़. विपक्षी राजनीतिक दलों सहित कई समाजिक संगठनों के नेता अपनी-अपनी पार्टियों को अलविदा कह कर भाजपा में शामिल हो रहे हैं। इसी कड़ी में कांग्रेस, शिरोमणि अकाली दल, आम आदमी पार्टी तथा कई अन्य समाजिक तथा धार्मिक दलों के नेताओं में प्रदेश भाजपा मुख्यालय, सैक्टर 37-A चंडीगढ़ में प्रदेश भाजपा अध्यक्ष अश्वनी शर्मा की अध्यक्षता में भाजपा मुख्यालय चंडीगढ़ में आयोजित समागम के दौरान इन सभी को भाजपा परिवार में शामिल करवाया गया।

अश्वनी शर्मा ने इस अवसर पर संबोधित करते हुए जहाँ उनका पार्टी में शामिल होने पर स्वागत किया, वहीं कहा कि भाई-भतीजा वाद, सिफारिश को महत्व ना देते हुए जनता द्वारा ही अपने नेता का चयन किया जाता है, इस बात का प्रत्यक्ष प्रमाण है कि एक चाय बेचने वाला भाजपा का सदस्य देश का प्रधानमंत्री है. एक सन्यासी प्रदेश का मुख्यमंत्री और एक झुग्गी में रहने वाला मंत्री। शर्मा ने कहा कि भाजपा में शामिल हुए सभी लोग आने वाले विधानसभा चुनाव में

बढ़-चढ़ कर कार्य करेंगे और पार्टी की विचारधारा व केंद्र सरकार की नीतियों को लोगों तक पहुंचा कर पार्टी को और मजबूत करेंगे। इस अवसर पर संगठन महामंत्री दिनेश कुमार, प्रदेश भाजपा महासचिव जीवन गुप्ता, डॉ. सुभाष शर्मा, राजेश बागा, दयाल सिंह सोढ़ी, इन्द्रजीत सिंह आदि भी उपस्थित थे।

क्या जालंधर के नए पुलिस कमिश्नर ट्रैफिक विभाग में चल रही मनमानियों को रोक पाएंगे

• **जालंधर ब्रीज.** विशेष रिपोर्टर

पंजाब में सत्ता पक्ष और विपक्ष के विधायकों द्वारा पिछले 4.5 साल में पूर्व मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह की सरकार पर लोगों को किए गए वादे पूरे न करने के गंभीर आरोप लगाए गए थे। जिस पर दिल्ली स्थित हाई कमान द्वारा पंजाब में 2022 विधानसभा चुनावों से पहले मुख्यमंत्री के चेहरे को बदल कर सत्ता में आने से पहले लोगों से किए गए वादों को पूरा करने की जिम्मेदारी नए मुख्यमंत्री और मंत्रियों को सौंपी गई है।

जालंधर ब्रीज लंबे समय से जनहित से जुड़े मुद्दे प्रकाशित करके प्रशासन को जगाने का प्रयास कर रहा है। जिसमें जालंधर पुलिस कमिश्नरेट के अंतर्गत ट्रैफिक विभाग में कई सालों से शहर में चल रही त्रुटियों को हल करने में विफल साबित हो रहा है। विभाग में तैनात कुछ भ्रष्ट अधिकारी नेशनल हाईवे और शहर के अंदर अवैध ढंग से खड़े बड़े वाहनों पर मिलीभगत के कारण कोई करवाई नहीं कर रहे हैं।

दूसरी तरफ ओवरलोडेड वाहन शहर के अंदर और बाहर खुलेआम इनकी आंखों के सामने घूम रहे हैं। जिस कारण कई दोपहिया वाहन चालक इन बड़े वाहनों की चपेट में आकर अपनी जान गंवा चुके हैं।

जिक्रयोग्य है कि शहर के कई अंदरूनी चौकों में कुछ लोग बच्चों से भीख मंगवा कर उनका शोषण कर रहे हैं। जिस पर ट्रैफिक विभाग के अधिकारी और कर्मचारी इस गैंग को ढूढ़ने और बच्चों को इस जाल से निकालने के लिए कोई सुनियोजित ढंग से प्रयास नहीं किया जा रहा है।

गौरतलब है कि शहर के अंदर स्मार्ट सिटी का काम चलने के कारण शहर की कई प्रमुख सड़कों को खोदा गया है ऐसे में उक्त स्थानों पर ट्रैफिक डायवर्सन की कोई उचित व्यस्था न होने के कारण घंटों तक जाम लगा रहता है। जिस कारण पुलिस लाइन में कई सालों से बैठा मुख्य अधिकारी शहर में ट्रैफिक को सुचारु ढंग से चलाने में विफल साबित हुआ है।

सूत्रों से मिली जानकारी के मुताबिक इस अधिकारी का राजनीतिक लोगों के साथ घनिष्ठ सम्बन्ध होने का घमंड इस कदर चढ़ा हुआ है कि वह अपने कर्मचारियों को अभद्र भाषा बोलने से भी गुरेज नहीं करता।

बता दें पिछले कुछ महीनों से जालंधर में कई बार पुलिस कमिश्नर बदले जा चुके हैं जिस कारण यह उच्च अधिकारियों की नज़रों से बचता रहा है, पर इस अधिकारी की हरकतों की वजह से इसके साथ काम कर रहे अधिकारी भी अपने आप को लोगों से शिकायतें मिलने के कारण अपमानित महसूस कर रहे हैं।

अब आने वाला वक्त ही बताएगा कि क्या जालंधर के नए पुलिस कमिश्नर इस अफसर की ट्रैफिक विभाग में चल रही मनमानियों को रोक पाएंगे या इस अफसर की मनमानी ऐसे ही आगे जारी रहेगी। अगर सरकार सच में लोगों को ट्रैफिक समस्या से निजात दिलवाना चाहती है तो उन्हें इन जैसे अधिकारियों को जल्द बदल कर किसी सूझवान अधिकारी को लगाना होगा।

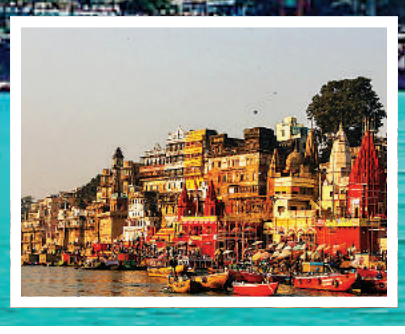
जालंधर ब्रीज विचार

शहर के हालात दिन प्रतिदिन बेहतर होने के बजाय बद्तर होते जा रहे हैं। कभी पंजाब की छवि संपन्न राज्यों में होती थी। आज हालात ऐसे हो गए हैं कि राज्य हर मामले में पिछड़ता जा रहा है। चाहे छोटे कारोबार हो या उद्योग भ्रष्ट पालीटिशियन और भ्रष्ट अधिकारियों की गलत नीतियों के कारण पूरी तरह बर्बाद हो चला है। समय रहते इस ओर ध्यान नहीं दिया गया तो वह दिन दूर नहीं जब इंडस्ट्री शब्द असलियत में सिर्फ किताबों में पढ़ने को मिले। इसलिए संबंधित राजनीतिक दलों और संबंधित अधिकारियों को पार्टी व अफसरशाही से उपर उठकर राज्य हित में कार्य करना चाहिए ताकि राज्य का गिरता स्तर सुधर पाए।

भारत की सबसे डिवाइन रिवर घाट, पारंपरिक आस्था

कवर स्टोरी

भारत में जो घाट हैं उनका इतिहास बहुत पुराना रहा है। इन डिवाइन घाट पर अगर आप एक बार जाते हैं तो आपका मन वहां बार-बार जाने का करने लगेगा। यही वहां की सबसे खूबसूरत बात है।



• **जालंधर ब्रीज.** रिपोर्टर

हर घाट अपने आप में बहुत ही खास होता है। उसकी खासियत उसके इतिहास में दफ्न होती है। भारत में मौजूद इन घाटों के बारे में अगर आप जानने की कोशिश करेंगे तो आपको वो सारी चीजें भी जानने को मिलेंगी जो केवल वहां पहुंचकर उन्हें देखने मात्र से नहीं मिलेंगी।

इन घाटों का इतिहास बहुत ही पुराना है, जो आपको एक अलग ही दुनिया में ले जाते हैं। आपके भीतर इनके बारे में जानने की इच्छा को जन्म देते हैं। आप इन जगहों पर घूमते हुए कभी भी बोरियत महसूस नहीं करेंगे।

आपको हर एक घाट एक अलग ही कहानी सुनाएगा और आप उनकी कहानियों को सुनकर उनके बारे में और ज्यादा जानने को इच्छुक होंगे। आज हम आपको कुछ ऐसे ही घाटों के बारे में यहां बताने जा रहे हैं, जो अपने आप में ही बेहद खास और अनोखे हैं। तो आइए जानते हैं इनके बारे में-

वाराणसी के घाट

अत्यंत पूजनीय, यहां वाराणसी के घाटों पर अनेक लोगों ने सांत्वना पाई है। घाट, समय के रूप में पुराने, आकर्षक सूरज उगने और सूर्यास्त के लिए अग्रिम पंक्ति की सीटें जैसी लगती हैं। जो लोग थोड़ा और अनुभव करना चाहते हैं, उनके लिए यहां नाव की सवारी जरूरी है।

हर की पौड़ी घाट, हरिद्वार

हरिद्वार में गंगा नदी के तट पर स्थित हर की पौड़ी घाट तीर्थयात्रियों के लिए सबसे लोकप्रिय स्थानों में से एक है। यहां बैठकर गंगा आरती देखना सबसे अच्छी चीजों में से एक है जो आप कर सकते हैं। हर की पौड़ी तकरीबन हमेशा लोगों से भरी रहती है, और वातावरण गहरा आध्यात्मिक है।

जेम्स प्रिंसेप घाट, कोलकाता

हेस्टिंग्स में फोर्ट विलियम के पास स्थित, जेम्स प्रिंसेप घाट एक खुशी वाली जगह है। हुगली नदी के दृश्य और विद्यासागर सेतु के नीचे, ये एक आकर्षक वातावरण बनाता है। ये शहर के सबसे आनंदमय मनोरंजन स्थलों में से एक है। नदी पर नावों को देखने से स्वयं पर चिकित्सीय प्रभाव पड़ता है।

वाई घाट, महाराष्ट्र

एक खूबसूरत मंदिर शहर, वाई में कुल सात घाट हैं। वाई में यहां कई मंदिर (100 से ज्यादा) हैं, जो निश्चित रूप से बहुत सारे पर्यटकों को आकर्षित करते हैं। यहां वाई में, आप कृष्णा नदी के तट पर घूम सकते हैं।

त्रिवेणी घाट, ऋषिकेश

ऋषिकेश का सबसे प्रसिद्ध घाट, यहीं पर आप अपने मन को शांत करने आते हैं। गंगा आरती यहां का एक बड़ा आकर्षण है, और कई लोग अपने पापों को धोने के लिए यहां के जल में स्नान करते हैं। पहाड़ियों से घिरा ये निश्चित रूप से एक खूबसूरत जगह है।

कितनी स्पीड पर कार चलाएं कि गाड़ी अच्छा माइलेज दे?

• **जालंधर ब्रीज.** नालेज रिपोर्टर

जब भी आप कार चलाते हैं तो स्पीड के लिए पावर की आवश्यकता होती है और यह भी कार माइलेज में अहम भूमिका निभाती है। साथ ही रोड लोड पावर टायर के फ्रीक्शन (जिन पर बार बार ब्रैक लगाने और व्हील बेयरिंग से असर पड़ता है), टायर के घूमने की स्पीड और हवा की डेंसिटी, फ्रोंट्रल एरिया आदि पर निर्भर करता है। यह जितना होता है, उतना ही फ्यूल का इस्तेमाल ज्यादा होता है। जैसे सिटी में कार चलाते हैं तो आप भले ही ज्यादा किलोमीटर नहीं जाते हैं, लेकिन बार बार ब्रैक आदि के इस्तेमाल से लोड पावर बढ़ जाता है।

किस स्पीड में चलानी चाहिए कार?

वैसे तो जब भी कार चलाते हैं तो अगर आपको बार बार ब्रैक, क्लच आदि का इस्तेमाल नहीं करना पड़ता है तो कार का माइलेज बढ़ता है। लेकिन, ऐसा सिटी में संभव नहीं है। इसलिए माना जाता है कि अगर आप किसी शहर में कार चला रहे हैं तो 40-50 की स्पीड में गाड़ी चलानी चाहिए। लेकिन, अगर लंबे समय तक पांचवे गियर में गाड़ी चला रहे हैं तो आपको कार की स्पीड ज्यादा रखनी चाहिए। अगर आप हाइवे ड्राइव पर है और 80-90 की स्पीड में गाड़ी चला रही है तो स्पीड के आधार पर आपका माइलेज बढ़ जाएगा। अब इसका एक्सपेरिमेंट कार में लगे इलेक्ट्रॉनिक मीटर में भी देख सकते हैं।

किन गलतियों का रखें ध्यान

अगर आपकी कार की सर्विसिंग समय-समय पर नहीं होती है तो गाड़ी के अंदरूनी पार्ट्स में दिक्कतें आ सकती हैं। इसलिए गाड़ी हैवी चल सकती है। उस दौरान ईंधन की भी ज्यादा खपत होती है, जिससे माइलेज गिरता है। साथ ही गर्मियों में अक्सर लोग गाड़ी स्टार्ट करते ही तुरंत एसी चला देते हैं। उस वक्त इंजन ठंडा होता है और गाड़ी स्टार्ट करने पर एसी तुरंत चलाने से इंजन पर अतिरिक्त दवाब पड़ता है इससे माइलेज कम होता है। स्पीड के अनुसार गियर बदलें। इससे कार की माइलेज बढ़ेगी और इंजन से अनावश्यक आवाज नही आएगी।

सही कॉफी चुनने के 4 आसान और प्रभावी तरीके

हम कोई भी कॉफी आसानी से पी लेते हैं बगैर इस बारे में जाने कि वो अच्छी कॉफी है या बुरी। लेकिन इसके बारे में आपको बारीकी से जानना चाहिए और कुछ प्रभावी तरीकों पर गौर करना चाहिए...

• **जालंधर ब्रीज.** रिपोर्टर

कॉफी के प्यार के लिए सभी!

क्या आप उन लोगों में से एक हैं जो दिन की शुरुआत नहीं कर सकते हैं या तब तक बातचीत नहीं कर सकते जब तक कि आपके सिस्टम में कैफीन न हो जाए? वैसे आप अकेले नहीं हैं। ज्यादातर कॉफी प्रेमी अपने दिन की शुरुआत करने के लिए ऊर्जा के उस क्विक स्पाइक के लिए सुबह सबसे पहले अपने कुप्पा की कसम खाते हैं।

लेकिन आप सही कॉफी कैसे चुनते हैं जो आपके लिए काम करती है? आखिरकार, हम सभी की अपनी प्रायरिटीज होती हैं और हम अभी भी इस बात से सहमत होंगे कि सही कॉफी को कम करना सबसे बड़ी चुनौती है जिसका सामान्य रूप से कॉफी प्रेमियों का सामना करना पड़ता है।

बेहतरीन कॉफी चुनने के लिए इन टिप्स को फॉलो करें और जल्द ही आप हर घूंट का और भी ज्यादा लुत्फ उठाएंगे।

बेहतरीन बीन्स से बनी कॉफी चुनें

चाहे आप इंस्टेंट कॉफी का चयन कर रहे हों या रोस्ट और ग्राउंड माइक्रोलॉट, अपने कॉफी पाउडर में कॉफी बीन्स के टाईप्स और उनके मूल पर ध्यान देना महत्वपूर्ण है, क्योंकि इससे क्वालिटी और स्वाद पर बड़ा प्रभाव पड़ सकता है। रोबस्टा और अरेबिका इस समय बाजार में सबसे आम कॉमर्शियल कॉफी बीन्स हैं।

कई मेकर्स कॉफी बीन्स के कई मिक्सचर का इस्तेमाल करते हैं और उनका काढ़ा बनाते समय खास रोस्टिंग टेक्नीकों का पालन करते हैं। इसलिए सेम का हर एक कॉम्बिनेशन कॉफी को एक खास स्वाद और कैरेक्टर प्रदान करता है।

अपनी पसंद तय करने से पहले अलग-अलग स्वादों का नमूना लें

अपनी पसंद के हिसाब से सही कॉफी चुनने में न केवल आपकी पसंद के कॉफी पाउडर में बल्कि ब्रूइंग प्रोसेस में भी बहुत सारे टेस्टिंग और खामी शामिल हैं।

कई तरह के नए स्वादों और मिक्सचर्स को आजमाने के लिए तैयार रहें ताकि ये तय किया जा सके कि आपको किस तरह की हल्की या बोल्ड कॉफी पसंद है।

फैसला लेने का एक आसान तरीका कई तरह की कॉफी के पैकेज का नमूना लेना है क्योंकि ये उस स्वाद को निर्धारित करेगा जो आपको सबसे ज्यादा पसंद है। इंस्टेंट कॉफी का हर एक ब्रांड समय के साथ सुसंगत होता है।

हमेशा पैकेजिंग की जांच करें

ये महत्वपूर्ण है कि आप हमेशा पैकेजिंग की जांच करें ताकि ये सुनिश्चित हो सके कि आप क्वालिटी वाले कॉफी पाउडर का इस्तेमाल कर रहे हैं। हमेशा भुनने की तारीख की जांच करें ताकि आपको अंदाजा हो जाए कि फलियों को भुने हुए कितने दिन बीत चुके हैं।

एक्स्ट्रा कासनी के लिए अपने तत्काल कॉफी पाउडर की जांच करें क्योंकि ये एक महत्वपूर्ण स्वाद पहलू है। कॉफी के प्रति उत्साही आमतौर पर मजबूत स्वाद के लिए 100 फीसदी कॉफी का ऑप्शन चुन सकते हैं।

लेकिन अगर आप ऐसे व्यक्ति हैं जो कई स्वादों के साथ प्रयोग करना पसंद करते हैं, तो आप स्वाद वाली कॉफी का भी ऑप्शन चुन सकते हैं।

कॉफी पाउडर या क्र स्टिल

जब कॉफी चुनने की बात आती है तो एक महत्वपूर्ण पहलू ये है कि कॉफी पाउडर या क्रिस्टल का चयन करना है या नहीं। इन दोनों के बीच मुख्य अंतर उन्हें प्रोसेस्ड करने का तरीका है।

जबकि तत्काल कॉफी पाउडर स्प्रे सुखाने के जरिए बनाया जाता है, कॉफी क्रिस्टल फ्रीज सुखाने से बनाए जाते हैं। ये दोनों प्रोसेस अपनी स्वाद संरक्षण प्रक्रिया की वजह से क्वालिटी और स्वाद को बहुत प्रभावित करती हैं।

कॉफी क्रिस्टल हालांकि कॉफी के नेचुरल स्वाद और सुगंध को प्रीजर्व करने में बेहतर होने के लिए जाने जाते हैं, जिसके रिजल्ट के तौर पर बेहतर स्वाद मिलता है।

तो अब जब आपने सही कॉफी चुनने के बेहतरीन टिप्स सीख लिए हैं, तो शायद अगली बार जब आप कोई ऑप्शन चुनना चाहें तो आपको इतना खोया हुआ महसूस नहीं होगा। स्वादों की एक नई दुनिया के लिए खुलें जो आपने पहले कभी कॉफी में संभव नहीं सोचा था।

मॉर्निंग वॉक के समय न करें मोबाइल का इस्तेमाल, सेहत के लिए है नुकसानदायक

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ रिपोर्टर

आज के समय में हर व्यक्ति अपना अधिकतर समय मोबाइल के साथ बिताता है। छोटे बच्चों से लेकर बुजुर्गों तक हर किसी के जीवन में मोबाइल जरूरत है। ऑनलाइन क्लासेस से लेकर ऑफिस की ऑनलाइन मीटिंग तक, आज के समय में हम सभी अपनी निजी समय में लोगों से ज्यादा मोबाइल फोन महत्वपूर्ण मानते हैं।

आलम ये है कि सुबह उठने के बाद से रात को सोने तक हमारे हाथ में मोबाइल होता है। ये हमारे जीवन का अहम हिस्सा बन गया है। अगर आप जरूरत से ज्यादा मोबाइल का इस्तेमाल करते हैं तो सेहत के लिए नुकसानदायक है। आपने अक्सर लोगों को सुबह में मॉर्निंग वॉक पर जाते समय कान में हेडफोन और हाथों में मोबाइल चलाते देखा होगा। लेकिन क्या आप जानते हैं कि वॉक के दौरान मोबाइल का इस्तेमाल करना स्वास्थ्य के लिए नुकसानदायक होता है। आइए जानते हैं इसके बारे में...

बॉडी पॉश्चर खराब होता है

विशेषज्ञों के अनुसार, वॉक के दौरान हमारी स्पाइनल कोड बिल्कुल सीधी होनी चाहिए। लेकिन अगर वॉक के दौरान बार-बार मोबाइल चलाते है तो रीढ की हड्डी सही नहीं रहती है। ऐसा करने से आपका बॉडी पॉश्चर खराब हो सकता है।

मांसपेशियों में दर्द हो सकता है

मॉर्निंग वॉक के दौरान एक्सरसाइज करने से स्वस्थ और फिट रहते हैं। लेकिन एक हाथ में मोबाइल होने की वजह से हाथ एक मोशन में नहीं रहता है। ऐसा करने से मांसपेशियां असंतुलित हो जाती है और मसल पेन को बढ़ाने का कारण हो सकती है।

कमर दर्द की शिकायत

अगर आप मॉर्निंग वॉक पर मोबाइल देखते हुए चलते हैं तो आपकी गर्दन और पीठ में दर्द होने लगता है। इसकी वजह से हम एक ही पोजिशन में न चलकर बार- बार पॉश्चर बदलते रहते हैं। ऐसा करने से गर्दन और पीठ में दर्द और तनाव होने लगता है। इसका असर कमर पर पड़ता है।

वॉक से ध्यान भटकना

दरअसल वॉक करना के फायदा तब होता है जब मन और दिमाग शांत और एकाग्रता हों। लेकिन मोबाइल चलाते हुए वॉक करने से ध्यान भटकता है। इसकी वजह से वॉक करने का कोई फायदा नहीं मिलता है। जबकि नुकसान हो जाता है। इसलिए वॉक करते समय कोशिश करें कि फोन का इस्तेमाल बेहद जरूरी होने पर ही करें।

नॉलेज न्यूज

आपके छींकने का अंदाज बताता है कि आप कैसे व्यक्ति हैं... शांत, सहज हैं या फिर अटेंशन लेने वाले

छींक आना एक सामान्य प्रक्रिया है। जब हमारे शरीर में कोई बाहरी तत्व प्रवेश कर रहा होता है या प्रवेश कर जाता है तो उसे बाहर रोकने या निकालने के लिए हमें छींक आती है। छींक अक्सर बहुत तेज आती है। कई बार आप इसे दबाने की कोशिश करते हैं। कुछ लोग छींक के साथ सॉरी या एक्सक्यूज मी बोलते हैं। कुछ लोग हाथ, रुमाल या केहुनी से छींकते वक्त नाक-मुंह ढक लेते हैं। दरअसल छींकने का अंदाज भी आपकी पर्सनैलिटी के बारे में काफी कुछ बताता है। ब्रिटेन के प्रसिद्ध हाव-भाव विशेषज्ञ रॉबिन करमोड ने अपनी बुक 'स्पीक सो योर ऑडियंस विल लिसेन' में इसका खुलासा किया है। आइए जानते हैं इसके बारे में।

ब्रिटेन के प्रसिद्ध हाव-भाव विशेषज्ञ रॉबिन करमोड ने अपनी बुक 'स्पीक सो योर ऑडियंस विल लिसेन' में बताया है कि आपके छींकने के तरीके और व्यक्तित्व में कैसा संबंध है।

रॉबिन के मुताबिक कई लोग छींकने के दौरान काफी तेज आवाज निकालते हैं। ऐसे लोग हमेशा आकर्षण का केंद्र बने रहना चाहते हैं। दूसरों के बीच उन्हें अपनी अहमियत जताने में आनंद आता है।

धीमे से छींकने वाले लोग आत्मनियंत्रण में माहिर माने जाते हैं। वे नहीं चाहते कि उनकी वजह से लोगों को असुविधा हो, वे डिस्टर्ब हों। वे समाज में घुल-मिलकर रहने में यकीन करते हैं।

रॉबिन के मुताबिक कई लोग छींकने के दौरान काफी तेज आवाज निकालते हैं। ऐसे लोग हमेशा आकर्षण का केंद्र बने रहना चाहते हैं। दूसरों के बीच उन्हें अपनी अहमियत जताने में आनंद आता है।

छींक रोकने की कोशिश करने वाले लोग भी अंतर्मुखी होते हैं। ऐसे लोग भीड़भाड़ से दूर रहना पसंद करते हैं। आप उन्हें तवज्जों दें या न दें, वे अपने में मस्त रहते हैं।

सभी फोटो साभार Pexels

छींकने के साथ बहुत सारे लोग 'सॉरी' या 'एक्सक्यूज़ मी' बोलते हैं। ऐसे लोग अमूमन शांत, शालीन और अंतर्मुखी होते हैं। उन्हें दूसरों की जिंदगी में दखल देना पसंद नहीं होता।

ऑस्ट्रेलिया जाने के लिए विदेशी पर्यटकों को अगले साल तक करना होगा इंतजार, 2022 में ही मिलेगी एंट्री

ऑस्ट्रेलिया की सरकार ने कोरोना वायरस की रोकथाम के लिए नियमों को काफी सख्त कर दिया है। विदेशी पर्यटकों को यात्रा करने के लिए अगले साल तक इंतजार करना पड़ेगा।

ऑस्ट्रेलिया के प्रधानमंत्री स्कॉट मॉरिसन ने कहा है कि अंतरराष्ट्रीय पर्यटकों को देश में आने के लिए अगले साल तक इंतजार करना होगा। वहीं कार्य कुशल प्रवासियों और छात्रों को प्राथमिकता दी जाएगी। मॉरिसन ने कहा कि उम्मीद है देश में टीकाकरण का दायरा उस सीमा तक पहुंच जाएगा कि 16 साल या उससे अधिक उम्र के 80 प्रतिशत उन लोगों को प्रतिबंधों में ढील दी जा सकेगी, जिन्होंने वैक्सीन की दोनों डोज ले ली हैं।

इससे पहले बीते हफ्ते प्रधानमंत्री ने वैक्सीन ले चुके नागरिकों और स्थायी निवासियों को विदेश यात्रा करने की अनुमति देने की योजना का खाका पेश किया था। उन्होंने कहा कि ऑस्ट्रेलियाई नागरिकों के बाद अगली प्राथमिकता पर्यटकों के बजाय कार्य कुशल प्रवासियों और अंतरराष्ट्रीय छात्रों को दी जाएगी। कोरोना वायरस महामारी से जुड़े प्रतिबंधों के कारण द्वितीय विश्व युद्ध के बाद से ऑस्ट्रेलिया में आप्रवासन अपने सबसे निचले स्तर पर है। महामारी का प्रभाव देश के विश्वविद्यालयों पर भी पड़ा है, जो विदेशी छात्रों द्वारा दी जाने वाली फीस पर काफी हद तक निर्भर हैं।

पर्यटन इंडस्ट्री को हो रहा नुकसान

: मॉरिसन ने कहा, 'सरकार की अगली प्राथमिकता कुशल प्रवासियों से जुड़ी है, जो देश के लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं और जिन्हें वैक्सीन की दोनों डोज लग गई हैं। इसके साथ वो छात्र भी हमारे लिए जरूरी हैं, जो ऑस्ट्रेलिया में पहले से पढ़ाई कर रहे हैं या यहां पढ़ने के लिए आ रहे हैं। हम दूसरे देशों से लोगों को आने देंगे, लेकिन मेरे हिसाब से ऐसा अगले साल ही हो पाएगा।' ऑस्ट्रेलियाई पर्यटन निर्यात परिषद चाहता है कि विदेशी पर्यटक मार्च तक वापस आ जाएं। इस क्षेत्र ने महामारी से पहले अंतरराष्ट्रीय पर्यटकों से एक साल में 45 बिलियन ऑस्ट्रेलियाई डॉलर (33 बिलियन डॉलर) कमाए थे। लेकिन इस बार काफी नुकसान उठाना पड़ा है।

डेल्टा वेरिएंट का प्रकोप जारी : ऑस्ट्रेलिया के सिडनी शहर में जून महीने से कोरोना वायरस का डेल्टा वेरिएंट तेजी से फैल रहा है। जिसके चलते सरकार ने टीकाकरण की गति बढ़ा दी है और ज्यादा से ज्यादा लोगों को वैक्सीन लगाने की कोशिश हो रही है। विक्टोरिया राज्य में मंगलवार को कोविड-19 के रिकॉर्ड 1763 नए मामले दर्ज किए गए हैं। यहां एक दिन में चार मौत भी हुई हैं। यह ऑस्ट्रेलिया का दूसरा बड़ी आबादी वाला राज्य है। इससे पहले 10 सितंबर को न्यू साउथ वेल्स में 24 घंटे के भीतर रिकॉर्ड 1599 मामले सामने आए थे। सितंबर के मध्य से ऑस्ट्रेलिया के सबसे अधिक आबादी वाले राज्य के अस्पतालों में मरीजों के भर्ती होने की दर भी बढ़ी है।

फिक्स्ड या फ्लोटिंग रेट : आपके होम लोन के लिए कौन रहेगा ज्यादा सही

फ्लोटिंग रेट लोन का अर्थ होता है जिस पर रेपो रेट या मार्केट की ब्याज दर का असर पड़ता है। अगर रिजर्व बैंक रेपो रेट में बदलाव करता है तो फ्लोटिंग इंटरेस्ट रेट में भी बदलाव होता है। अगर मुकेश यह लोन लेते हैं तो रेपो रेट बढ़ने से उनकी ब्याज दर भी बढ़ेगी।

मुकेश नाम के शख्स चंडीगढ़ में घर लेने का प्लान बना रहे हैं। उन्होंने बैंक में सभी कागजात जमा करा दिए हैं और उनकी इनकम और आर्थिक स्थिति के हिसाब से 50 लाख का लोन पास हो गया है। अब लोन लेने से पहले मुकेश एक फैसले पर फंसे हुए हैं। मुकेश सोच रहे हैं कि किस तरह का ब्याज उन्हें चुनना चाहिए। ब्याज चुकाने का मोड क्या रखना चाहिए। होम लोन पर चूंकि लंबे साल तक ब्याज देना होता है, इसलिए ब्याज का फैक्टर सबसे अहम होता है। आइए यहां जानते हैं कि दो तरह के लोन कौन होते हैं और मुकेश के लिए क्या सही रहेगा।

फिक्स्ड इंटरेस्ट रेट लोन

फिक्स्ड इंटरेस्ट रेट लोन में लोन लेने से पहले ही ब्याज की दर निश्चित कर दी जाती है। आपको पता होता है कि आपकी कितनी ईएमआई आएगी। मुकेश अगर यह लोन लेते हैं तो उन्हें पता होगा कि लोन चुकाने की पूरी अवधि यानी कि लोन टेन्योर में कितनी ईएमआई आएगी। मार्केट का इंटरेस्ट रेट (रेपो रेट) जो भी हो इस होम लोन के ब्याज की दर पर कोई असर नहीं होगा। इसलिए मुकेश चाहें तो वे पहले ही ईएमआई की गणना कर सकते हैं।

फ्लोटिंग इंटरेस्ट रेट

फ्लोटिंग रेट लोन का अर्थ होता है जिस पर रेपो रेट या मार्केट की ब्याज दर का असर पड़ता है। अगर रिजर्व बैंक रेपो रेट में बदलाव करता है तो फ्लोटिंग इंटरेस्ट रेट में भी बदलाव होता है। अगर मुकेश यह लोन लेते हैं तो रेपो रेट बढ़ने से उनकी ब्याज दर भी बढ़ेगी। रेपो रेट घटने पर ब्याज दर घटेगी। फ्लोटिंग रेट में बदलाव एक फिक्स पीरियड में होता है, हो सकता है यह तीन महीने में एक बार हो। यह बैंक की ओर से तय किए गए नियम पर निर्भर करता है। इसमें अगर ब्याज दर बदलती है तो ईएमआई बढ़ेगी या लोन की अवधि बढ़ेगी।

फिक्स्ड और फ्लोटिंग रेट लोन में अंतर

फिक्स्ड रेट होम लोन की दर फ्लोटिंग रेट लोन से ज्यादा होती है। मुकेश को लोन लेने से पहले इस अंतर को जान लेना चाहिए।

फ्लोटिंग रेट होम लोन में ब्याज दर भविष्य में घट और बढ़ सकती हैं। यह पूरी तरह से रिजर्व बैंक की ओर से तय रेपो रेट पर निर्भर करेगा। मुकेश अगर फिक्स्ड रेट पर होम लेते हैं और ब्याज दर आगे चलकर कम हो जाता है तो मुकेश को इसका फायदा नहीं मिलेगा।

अगर मुकेश को लगता है कि लोन लेते वक्त ब्याज की दर कम है तो वे फिक्स्ड रेट होम लोन ले सकते हैं ताकि कम ब्याज पर उधार मिल सके। इससे उन्हें पूरी अवधि में कम ब्याज चुकाना होगा। लेकिन अगर मुकेश को लगता है कि आगे चलकर लोन की दर घट-बढ़ सकती है तो उन्हें फ्लोटिंग रेट होम लोन लेना बेहतर होगा।

फ्लोटिंग रेट होम लोन पर सबसे बड़ी सुविधा प्रीपेमेंट पेनल्टी नहीं लगने वाली मिलती है। यानी कि मुकेश अगर बीच में लोन की बड़ी राशि लौटाना चाहते हैं तो उन्हें जुर्माना नहीं भरना होगा। मान लें कि उन्हें घर-परिवार या बॉन्ड, शेयर आदि से मोटा पैसा मिल जाए तो वे लोन का प्रीपेमेंट कर सकते हैं। मुकेश ने अगर फिक्स्ड रेट होम लोन लिया है तो वे फिक्स्ड अवधि से पहले लोन का प्रीपेमेंट करेंगे तो जुर्माना भरना होगा।

सरकार ने अक्टूबर-दिसंबर तिमाही के लिए जीपीएफ की ब्याज दरों का किया ऐलान

केंद्र सरकार ने अक्टूबर से दिसंबर 2021 तिमाही के लिए जनरल प्रोविडेंट फंड और इसी तरह के अन्य फंडों के लिए ब्याज दरों की घोषणा की है। जीपीएफ और इसी तरह के अन्य फंड सब्सक्राइबर, जो केंद्र सरकार के कर्मचारी हैं, उन्हें तीसरी तिमाही में 7.1 फीसदी रिटर्न मिलता रहेगा, क्योंकि केंद्र सरकार ने वित्त वर्ष 2021-22 की तीसरी तिमाही के लिए जीपीएफ ब्याज दर में कोई बदलाव नहीं किया है और यह 7.1 फीसदी बरकरार है। केंद्र सरकार ने पिछली तिमाही में भी जीपीएफ की ब्याज दर में कोई बदलाव नहीं किया था।

वित्त मंत्रालय में आर्थिक मामलों के विभाग के बजट डिविजन ने आज इस संबंध में अधिसूचना जारी की। बजट डिवीजन की अधिसूचना में कहा गया है कि यह घोषणा की जाती है कि वर्ष 2021-22 के दौरान, जनरल प्रोविडेंट फंड (जीपीएफ) और इसी तरह के अन्य फंड के ग्राहकों के जमा पर ब्याज दर 7.1 फीसदी होगी।

ये दर 1 अक्टूबर 2021 से लागू होगी।

छोटी बचत योजनाओं की भी ब्याज दर नहीं बदली : इससे पहले, केंद्र सरकार ने अक्टूबर से दिसंबर 2021 के लिए पब्लिक प्रोविडेंट फंड (पीपीएफ), एनएससी (नेशनल सेविंग सर्टिफिकेट), सुकन्या समृद्धि योजना (एसएसवाइ) और अन्य छोटी बचत योजनाओं की ब्याज दरों में कोई बदलाव नहीं किया था। चालू तिमाही के लिए पीपीएफ की ब्याज दर 7.1 फीसदी है।

हॉर्न की जगह सुनाई देगा मधुर संगीत! हो रही तैयारी

केंद्रीय परिवहन मंत्री नितिन गडकरी ने कहा कि वो एक ऐसा कानून लाने की योजना बना रहे हैं, जिसके तहत वाहनों के हॉर्न के रूप में केवल भारतीय वाद्ययंत्रों की आवाज का इस्तेमाल किया जा सके। नासिक में एक राजमार्ग के उद्घाटन समारोह में उन्होंने कहा कि वो एंबुलेंस और पुलिस की गाड़ियों की ओर से इस्तेमाल किए जाने वाले सायरन का भी अध्ययन कर रहे हैं और उन्हें आकाशवाणी पर बजाए जाने वाली अधिक कर्णप्रिय धुन में बदलने पर विचार कर रहे हैं।

गडकरी ने कहा कि उन्होंने लाल बत्ती खत्म कर दी है। उन्होंने कहा कि अब मैं इन सायरन को भी खत्म करना चाहता हूं। अब मैं एंबुलेंस और पुलिस की ओर से इस्तेमाल किए जाने वाले सायरन का अध्ययन कर रहा हूं। उन्होंने कहा कि एक कलाकार ने आकाशवाणी के लिए एक धुन बनाई और इसे सुबह-सुबह बजाया गया। मैं उस धुन को एंबुलेंस के लिए इस्तेमाल करने की सोच रहा हूं ताकि लोगों को अच्छा लगे। खासकर मंत्रियों के गुजरते समय सायरन का इस्तेमाल जोरदार आवाज में किया जाता है, जो बहुत परेशान करने वाला होता है। इससे कानों को भी नुकसान पहुंचता है।

गडकरी ने कहा कि मैं इसका अध्ययन कर रहा हूं और जल्द ही एक कानून बनाने की योजना बना रहा हूं कि सभी वाहनों के हॉर्न से भारतीय संगीत वाद्ययंत्रों की आवाज आए ताकि उन्हें सुनना कर्णप्रिय रहे, जैसे बांसुरी, तबला, वायलिन, हारमोनियम। केंद्रीय मंत्री ने कहा कि एक लाख करोड़ रुपए की लागत वाला नया मुंबई-दिल्ली राजमार्ग पहले से ही निर्माणाधीन है, लेकिन ये भिवंडी से होते हुए जवाहरलाल नेहरू पोर्ट ट्रस्ट-मुंबई की परिधि तक पहुंचता है।

गडकरी ने कहा कि मंत्रालय वसई क्रीक पर पहले से ही एक राजमार्ग का निर्माण कर रहा है। उन्होंने कहा कि महाराष्ट्र के तत्कालीन लोक निर्माण मंत्री के रूप में वो बांद्रा-वर्ली को वसई-विरार से नहीं जोड़ सके थे। उन्होंने कहा कि मैं समुद्र में एक पुल बनाने और इसे बांद्रा-वर्ली सी लिंक से जोड़ने की योजना बना रहा हूं और फिर नरीमन पॉइंट से दिल्ली के बीच की दूरी को कवर करने में 12 घंटे लगेंगे। ये वेस्टर्न एक्सप्रेस हाइवे पर यातायात को कम करेगा। उन्होंने कहा कि भारत में हर साल 5 लाख दुर्घटनाएं होती हैं जिसमें 1.5 लाख लोग मारे जाते हैं और लाखों लोग घायल होते हैं। उन्होंने कहा कि दुर्घटनाओं के कारण हम अपने सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) का 3 प्रतिशत गंवा देते हैं।

पानी पर रोड, घर, बाजार... पानी पर बसने वाले इस शहर में और क्या होगा खास

पानी पर बसने वाला शहर'... यह सुनकर भले ही अजीब लगे, लेकिन यह बात सच है कि अब पानी पर एक शहर बसने वाला है और मार्केट, रोड, घर, खेती सब पानी पर ही होने वाली है।

• **जालंधर ब्रीज.** रिपोर्टर

सोचिए आपका घर पानी पर हो और आप हमेशा ही पानी पर रहें, आपको कैसा लगेगा। इतना ही नहीं, आपकी पूरी सोसायटी ही पानी पर बनी होगा, बच्चों के खेलने वाले पार्क से लेकर सड़क, मार्केट, खेती बाड़ी भी पानी पर होंगे। आप अंदाजा लगा सकते हैं कि आखिर वो किस तरह की सोसाइटी होगी, जिसमें ज्यादा दूर तक जाने के लिए आपको अपनी कार नहीं, बल्कि नाव स्टार्ट करनी होगी और आप नाव के जरिए कहीं और जा पाएंगे।

अब सवाल ये है कि आखिर ऐसी सिटी कहां बनने वाली है और वहां का जीवन कैसा होगा? साथ ही आखिर ये सिटी क्यों बनाई जा रही है और कितने लोग इस सिटी में रहेंगे? ऐसे में जानते हैं इन सभी सवालों के जवाब ताकि आपको भी इस प्रोजेक्ट के बारे में पता चल सके...।

इस सिटी में क्या होगा खास?

डीडब्ल्यू की एक रिपोर्ट के अनुसार, पानी पर तैरते हुए इस शहर में करीब 10 हजार लोग रह सकते हैं। यहां रहने वाले लोगों के लिए ग्रीन हाउस में कम पानी के साथ खेती भी की जाएगी। कहीं आने जाने के लिए ट्रांसपोर्ट व्यवस्था भी की जाएगी। रिपोर्ट के अनुसार, यहां शेयरिंग आधारित क्लाइमेट न्यूट्रल ट्रांसपोर्टेशन की व्यवस्था की जाएगी, जिसमें आधुनिक नावें शामिल हैं।

कैसे होंगे घर?

यहां खास तरह के बांस से घर बनाए जाएंगे। कंपनी ऐसा प्लान कर रही है कि यहां जितने भी घर बने वो खस कॉन्क्रीट की मदद से बने ताकि उस पर खारे पानी का कोई असर नहीं माना। आप सोच रहे होंगे पानी में बने घर जल्दी ही रहने योग्य नहीं रहेंगे, लेकिन ऐसा नहीं है। इन घरों में करीब 200 साल तक आराम से रहा जा सकता है।

क्यों बनाए जा रहे हैं ऐसे घर?

जलवायु परिवर्तन के कारण कई इलाकों में समुद्र का जलस्तर बढ़ता जा रहा है। कई इलाकों पर समंदर में डूबने का खतरा मंडरा रहा है। ऐसे में पानी पर शहर बसाने की योजना पर काम हो रहा है। इसमें उन लोगों के लिए अच्छा ऑप्शन होगा, जिन्हें क्लाइमेट चेंज की वजह से अपना घर बदलना पड़ रहा है। ऐसे में अब वे पानी पर रह सकेंगे ताकि उन्हें कोई दिक्कत ना हो।

कौन बसा रहा है ये शहर?

यह शहर फ्रेंच पॉलीनेसिया के सबसे बड़े आईलैंड ताहिती की एक कंपनी की ओर से बसाया जा रहा है। इस कंपनी का नाम ऑसिएनिक्स है, जो ऐसा शहर बसाने पर काम कर रहा है। खास बात ये है कि ये प्रोजेक्ट संयुक्त राष्ट्र से मिलकर पूरा किया जाएगा। इसमें संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास की आवधारणा की पालना की जाएगी।

पानी पर ही एक शहर बसने जा रहा है और जो लोग जलवायु परिवर्तन से परेशान हैं, वो वहां रह सकते हैं। (सभी प्रतीकात्मक फोटो)

डीसी के निर्देशों पर एसडीएम की तरफ से सेवा केन्द्रों की अचानक जांच

ज़्यादा काउंटर व डिस्प्ले बोर्ड लगाने की सिफारिश

जालंधर. डिप्टी कमिश्नर जालंधर घनश्याम थोरी के निर्देशों पर उप मंडल मैजिस्ट्रेट, फिल्लौर, शाहकोट और नकोदर की तरफ से उनके अधिकार क्षेत्र में पड़ते सेवा केन्द्रों की कार्य प्रणाली में और सुधार लाने के लिए अचानक जांच की गई। इससे सम्बन्धित और ज्यादा जानकारी देते हुए डिप्टी कमिश्नर घनश्याम थोरी ने बताया कि इस जांच का उद्देश्य इन सेवा केन्द्रों में यदि कोई कमियां पाई जाती हैं तो उनको ढूँढ कर काम को सुचारू ढंग से चलाना है। उनहोंने बताया कि उप मंडल मैजिस्टरेटों की तरफ से इन केन्द्रों में बुनियादी ढांचो के सुधार के लिए जिसमें फ़ाल्तू काउन्टर लगाने और आने वाले लोगों की सुविधा के लिए डिस्प्ले बोर्ड लगाने से सम्बन्धित सुझाव दिए गए हैं। उन्होंने कहा कि यह भी सलाह दी गई है कि टोकनों पर संभावित समय का ज़िक्र किया जाये जिससे लोगों को अपनी बारी का इन्तज़ार न

करना पड़े और वह दिए गए समय अनुसार ही काउन्टर ऊपर आते। थोरी ने आगे बताया कि सबंधित एस.डी.एमज की तरफ से जांच के दौरान यह भी सुझाव दिए हैं कि सेवा केन्द्रों की तरफ से जारी किये जाते टोकनों की संख्या को बढ़ाया जाये, आधार कार्ड से सबंधित सेवाओं के लिए काउन्टर खोले जाएँ और इन्तज़ार हाल में बैठने की सामर्थ्य को बढ़ाया जाये। उन्होंने बताया कि सेवा केन्द्रों की कार्य प्रणाली में अन्य सुधार लाने के लिए इन सुझावों पर पहल के आधार पर काम किया जायेगा।

डीसी ने जागरूकता वैन को दी हरी झंडी

पराली जलाने के रुझान के विरुद्ध अपनी लड़ाई को और तेज़ करते हुए डीसी घनश्याम थोरी ने किसानों को पराली जलाने के कारण वातावरण और स्वास्थ्य पर पड़ने वाले बुरे प्रभावों के बारे में जागरूक करने के प्रयास के अंतर्गत आज ज़िला प्रशासकीय कंपलैक्स से विशेष तौर पर तैयार तीन जागरूकता वैन को हरी झंडी दिखा कर रवाना किया गया। डीसी जिनके साथ मुख्य कृषि अधिकारी डा. सुरिन्दर सिंह, कृषि अधिकारी डा.नरेश गुलाटी भी मौजूद थे, ने कहा कि इन वैन में आडियो से संदेश चलाए जाएंगे, जिस के द्वारा पराली जलाने के बुरे प्रभावों के बारे लोगों को जागरूक किया जायेगा। इसके इलावा सभी ब्लाक में 90 जागरूकता पेंटिंग के साथ गाँवों में 900 बाल पेंटिंग बनाईं जाएंगी।

अधिकारियों को सेवाएं विश्वसनीय बनाने के दिए आदेश

डीसी थोरी ने आधिकारियों को आदेश दिए कि दफ़्तरों में आने वाले लोगों के लिए तुरंत और प्रभावशाली ढंग से सेवाओं को विश्वसनीय बनाया जाये। डिप्टी कमिश्नर ने सब रजिस्ट्रार और उप मंडल मैजिस्ट्रेट दफ़्तर नकोदर की जांच की और आधिकारियों को लोगों को रोज़ाना के कामों में बिना किसी देरी के सुविधाएं उपलब्ध करवाने के लिए प्रेरित किया। थोरी ने आधिकारियों को स्पष्ट बताया कि दफ़्तरी काम करवाने में लोगों को कोई परेशानी पेश नहीं आनी चाहिए। डिप्टी कमिश्नर ने कहा कि ज़ीरो प्रतिशत पैंडेंसी को बरकरार रखा जाये ,क्योंकि इसके साथ लोगों में सरकार के प्रति विश्वास में विस्तार होगा। राज्य सरकार लोग हित को मुख्य रखते हुए भलाई योजनाओं को लागू करने के लिए वचनबद्ध है। इस समय दफ़्तरों में आए लोगों के साथ बातचीत करते हुए काम सम्बन्धित फीड्ड बैक लेने के इलावा रिकार्ड और स्टाफ की हाज़िरी की जांच भी की गई।

इस महीने करीब 10,000 सफ़ाई सेवक रेगुलर किये जाएंगे: राज कुमार वेरका

जालंधर. पंजाब के सामाजिक न्याय, अधिकारता और अल्पसंख्यक और डाक्टरी शिक्षा और खोज मंत्री श्री राज कुमार वेरका ने आज ऐलान किया कि पंजाब सरकार की तरफ से जल्दी ही राज्य में लगभग 10,000 सफ़ाई सेवकों की सेवाओं को रेगुलर किया जायेगा, जिससे सम्बन्धित प्रक्रिया पहले ही शुरू की जा चुकी है। कैबिनेट मंत्री के तौर पर कार्यभार संभालने के बाद डा.राज कुमार वेरका, जो बुद्धवार शाम को यहाँ सर्कट हाऊस पहुँचे थे, ने शांतिपूर्वक विरोध कर रहे किसानों पर'तालिबानी हमले'के द्वारा देश के लोकतंत्र का गला घोटने के लिए उत्तर प्रदेश सरकार की सख़्त आलोचना की। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी, प्रियंका गांधी, पंजाब के मुख्य मंत्री चरणजीत सिंह चन्नी और पार्टी के अन्य सीनियर नेताओं के नेतृत्व में एक वफद मृतकों

और ज़ख़्मियों के परिवारों के लिए इंसाफ़ की आवाज़ बुलंद करने के लिए लखीमपुर खीरी पहुँचा है। पंजाब सरकार की तरफ से मृतकों के परिवारों की हर संभव सहायता की जा रही है और इस के इलावा मृतक किसानों के परिवारों को 50 –50 लाख रुपए की वित्तीय सहायता भी दी जा रही है।

नये वोटरों की रजिस्ट्रेशन शुरू

चंडीगढ़. पंजाब में आने वाले विधानसभा चुनाव 2022 के लिए चुनाव आयुक्त भारत सरकार की हिदायतों के अनुसार मुख्य चुनाव अधिकारी पंजाब डॉ. एस. करुणा राजू द्वारा नये वोटरों की रजिस्ट्रेशन की मुहिम चलाई गई है, जिसके अंतर्गत 18-19 सालों के नौजवान जो कि वोट बनाने के योग्य हो गए हैं और उनका वोट नहीं बना, वह अपना वोट बनाने के लिए http://

www.voteportal.ecl.gov.in/ और http://www.nvsp.in/ पर रजिस्टर करवाएं और यदि उनके वोट का रजिस्ट्रेशन हो चुका है तो वह e-EPIC डाउनलोड करें। मुख्य चुनाव अधिकारी, पंजाब द्वारा परिवहन विभाग के साथ मिलकर यह सुविधा भी दी गई है कि जो नौजवान अपने ड्राइविंग लाइसेंस बनाने हेतु ड्राइविंग टैस्ट देने के लिए टेस्टिंग सैंटरों पर आते हैं, उनको रजिस्टर करने के लिए विशेष तौर पर जहाँ लर्निंग लाइसेंस की फोटो होती है वहां खाली पड़े काऊंटरों पर वोटर रजिस्टर करने के लिए परिवहन विभाग द्वारा स्टाफ तैनात कर दिया गया है।

नकोदर पुलिस ने दो नशा तस्कर पकड़े

जालंधर. थाना सिटी नकोदर के मुख्य अफसर अमन सैनी की टीम ने एनडीपीएस एक्ट के तहत दो नशा तस्करों को गिरफ्तार किया है। उप पुलिस कप्तान सब-डिवीज़न नकोदर लखविंदर सिंह ने बताया कि 5 अक्तूबर को जीत सिंह समेत साथी कर्मचारियों को भट्ठे के नज़दीक मोटरसाईकिल सवार दो नौजवानों को शक के आधार पर रोका तो उनसे 6 ग्राम हेरोइन बरामद हुई। 4 ग्राम हेरोइन पोलीकारप सोरेग ते 2 ग्राम हेरोइन रोबिन मसीह से बरामद हुई। पुलिस ने 6 अक्तूबर को दोनों को अदालत में पेश कर इनका एक दिन का रिमांड हासिल किया है।

नशीली गोलियों के साथ नौजवान गिरफ्तार

जालंधर. इसी तरह स्पेशल आप्रेशन यूनिट कमिश्नरेट जालंधर की टीम ने कार्रवाई करते हुए नशीली गोलियों के साथ एक नौजवान को गिरफ्तार किया है। स्पेशल यूनिट कमिश्नरेट जालंधर की टीम ने गुरुद्वारा साहिब हरनामदासपुरा के नज़दीक एक नौजवान के हाथों में काले रंग का लिफाफा पकड़े देखा जिसकी शक के आधार पर जांच की गई तो उससे नशीली गोलियों के 10-10 गोलियों वाले 100 पत्ते बरामद हुए। आरोपी की पहचान अमन पुत्र जगीर सिंह वासी वाल्मीकि मुहल्ला नज़दीक गुरद्वारा सिंह सभा चौगिटी जालंधर के तौर पर हुई है।

कस्टम कमिश्नरेट ने 'खादी दिवस' मनाया

लुधियाना. भारत की आजादी के 75 वर्ष को लेकर मनाये जा रहे 'आजादी का अमृत महोत्सव' के एक भाग के रूप में कस्टम कमिश्नरेट साहनेवाल, लुधियाना ने महात्मा गांधी के खादी व ग्राम उद्योग उत्पादों को लोगों में प्रोत्साहित करने संबंधी योगदान को श्रद्धांजलि देने के लिए खादी दिवस मनाया।

इस सम्बंध में कस्टम हाऊस के परिसर मे खादी व ग्राम उद्योग प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। खादी और ग्राम उद्योग को स्वै निर्भरता और ग्रामीण भारत के विकास को मजबूती के राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के सपने को पूरा करने के लिए ये आयोजन किया गया। अधिकारियों और स्टाफ ने राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि दी। कमिश्नर वृन्दाब गोहिल ने खादी ग्राम उद्योग उत्पादों, जो स्वै सम्मान व स्वै निर्भरता के प्रतीक है, का उपयोग करने के लिए अधिकारियों व स्टाफ को प्रोत्साहित किया। अधिकारी, स्टाफ और दर्शक खादी वस्तुएं खरीदने के लिए बेहद उत्सुक दिखाई दिए।

इस अवसर पर आजादी संघर्ष विषय पर इंटर स्कूल पेन्टिग प्रतियोगिता भी करवाई गई जिसमें सरकारी सीनियर सैकेंडरी स्मार्ट स्कूल लडक़े व लड़कियां साहनेवाल के अलावा उमेदपुर टिब्बा, पावा और धरोर स्कूलों के बच्चों ने भी हिस्सा लिया।

सरकारी सीनियर सैकेंडरी स्मार्ट स्कूल की छात्राओं दमनप्रीत कौर और शीतल कुमारी ने क्रमश: पहला व दूसरा स्थान जबकि लडक़ों के साहनेवाल स्कूल के राहुल ने प्रतियोगिता में तीसरा स्थान हासिल किया। कमिश्रर वृन्दाब गोहिल ने विजेताओं को ट्राफियां व पुरस्कार दिए। महात्मा गांधी की स्वच्छता, आत्मनिर्भर भारत और खादी की दूरदृष्टि पर जागरूकता पैदा करने के लिए भाग लेने वालों को खादी व ग्रामोद्योग उत्पादों की स्वच्छता किटस भी बांटी गई।

एडीसी ने राजस्व विभाग की कारगुजारी का लिया जायज़ा

कपूरथला. अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर फगवाड़ा राजीव वर्मा की तरफ से राजस्व विभाग के आधिकारियों के साथ बैठक की गई, जिस दौरान उन्होनें माल आधिकारियों की कारगुज़ारी का जायज़ा लिया और रिकवरी में तेज़ी लाने के आदेश दिए। उन्होंने कहा कि माल अदालतों में कोविड कारण बकाया पड़े मामलों के निपटारे के लिए भी विशेष यत्न किये जाए और अधिकारी लगातार अदालतें लगाएं। इसके इलावा हाईकोर्ट और दूसरे अदालतों में बकाया पड़े मामलों के बारे में सभी तहसीलदारों और नायब तहसीलदारों को सूचियां सौंपने के भी निर्देश दिए है, जिससे ऐसे मामलों की सभ्यक ढंग से पैरवी की जा सके। अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर ने जिले में चल रहे 20 सेवा केन्द्रों के काम के जायज़े लेने उपरांत कहा कि पंजाब सरकार की तरफ से पिछले दिनों में शुरू की सेवाओं के बारे में लोगों को जागरूक किया जाये। बैठक दौरान एस.डी.एम कपूरथला डा. जै इन्दर सिंह, एस.डी.एम फगवाड़ा कुलप्रीत सिंह, एस.डी.एम सुल्तानपुर रणजीत सिंह, ज़िला माल अधिकारी गुरमीत सिंह मान, सुपरडैंट सतबीर सिंह और सभी तहसीलदार और नायब तहसीलदार उपस्थित थे।

स्पोर्ट्स प्लेनेट

9 मैचों में महज 1 अर्धशतक, कप्तान रोहित शर्मा बोले- मैंने ईशान किशन पर भरोसा किया

ईशान ने राजस्थान के खिलाफ ताबड़तोड़ पारी खेल नाबाद 50 रन बनाए, जिसकी बदौलत अपनी टीम को जीत दिलाने में अहम भूमिका निभाई।

मुंबई. आईपीएल-2021 में राजस्थान रॉयल्स के खिलाफ मिली 8 विकेट से जीत के बाद मुंबई इंडियंस प्लेऑफ की दौड़ में बनी हुई है। इस शानदार जीत से कप्तान रोहित शर्मा बेहद खुश हैं। इस मुकाबले में सलामी बल्लेबाज ईशान किशन ने 25 गेंदों में 50 रन की पारी खेली। इस दौरान उन्होंने 3 छक्के और 5 चौके जड़े। ईशान ने इस सीजन 9 पारियों में 19.62 की औसत से महज 14 रन ही बनाए हैं, लेकिन अहम मुकाबले में उनका बल्ला चल पड़ा, जिसने खुद रोहित शर्मा को प्रभावित किया है। मैच के बाद रोहित शर्मा ने कहा कि रन नहीं बनाने और कुछ मैचों से ईशान किशन के बाहर रहने के बावजूद उन्होंने कभी इस विकेटकीपर-बल्लेबाज की की क्षमता पर भरोसा नहीं खोया।

• ईशान किशन और रोहित शर्मा

रोहित ने कहा, "हम यहां वो करने आए जो हमें करना था। हमारे लिए दो अंक काफी महत्वपूर्ण थे। हमने जैसे ही राजस्थान को 90 रनों पर समेटा हमारे पास इस मैच को जल्द ही खत्म करने का मौका था। मैच को जीतना जरूरी था। हमने स्वतंत्र होकर बल्लेबाजी की और शुरूआत अच्छी की। यह हमारे लिए एक अच्छा मुकाबला रहा।"

उन्होंने कहा, "ईशान कुछ मैचों के बाद खेल रहे थे और मैंने जोखिम लिया था। हमें उनकी क्षमता पता है और हम चाहते थे कि वह कुछ समय गुजारें और ऐसा ही उन्होंने किया। हमने जेम्स नीशम की गेंदबाजी का आनंद लिया। वह एक मजबूत इंसान हैं।"

रोहित ने कहा, "जब आप रडार में होते हैं तो आपको अपना काम करने की जरूरत होती है। सभी गेंदबाज साथ आए और हमारे लिए बेहतर किया। मुझे लगता है कि इस टूर्नामेंट में कोई भी टीम किसी को हराने की क्षमता रखती है। कोलकाता नाइट राइडर्स हमारे सामने खेल रहा है और हमें पता है क्या करना है।"

3 दिग्गज खिलाड़ी जिन्होंने आईपीएल में अभी तक नहीं ली एंट्री, नाम सुनकर रह जाएंगे हैरान

नई दिल्ली. आईपीएल में चाहे युवा खिलाड़ी हो या कोई इंटरनेशनल क्रिकेट टीम का खिलाड़ी हो, सभी में रेस लगी रहती है कि वह अच्छा प्रदर्शन करके नाम कमाए। आईपीएल 2021 ने दुनिया की बहुत सी टीमों को कई बेहतरीन खिलाड़ी दिए हैं। इंटरनेशनल क्रिकेट के कई बेहतरीन खिलाड़ी भी इसमें खेलते हैं, लेकिन 3 ऐसे खिलाड़ी भी हैं जो आईपीएल में नहीं खेले हैं और इंटरनेशनल क्रिकेट में अपने देश के लिए बेहतरीन प्रदर्शन कर चुके हैं।

जो रुट | स्टुअर्ट ब्रॉड | तमीम इकबाल

जो रुट : इंग्लैंड क्रिकेट टीम के बेहतरीन बल्लेबाज जो रुट आज तक आईपीएल का हिस्सा नहीं रहे हैं। जो रुट इंग्लैंड की तरफ से T20 क्रिकेट खेलते आए हैं, लेकिन आज तक उन्होंने आईपीएल में हिस्सा नहीं लिया है। जो रुट के अलावा दुनिया भर में अपनी बल्लेबाजी से लोहा मनवा चुके विराट कोहली, केन विलियम्सन और स्टीव स्मिथ तक आईपीएल में खेलते हैं। जो रुट टेस्ट क्रिकेट के नंबर-1 बैट्समैन हैं।

स्टुअर्ट ब्रॉड : इंग्लैंड के टॉप गेंदबाजों में से एक स्टुअर्ट ब्रॉड भी आज तक आईपीएल में शामिल नहीं हुए हैं। इंग्लैंड की तरफ से टी20 में खेलते हुए ब्रॉड ने 56 मुकाबलों में 65 विकेट अपने नाम किए हैं। टेस्ट क्रिकेट में ब्रॉड अलग ही रूप में दिखाए देते हैं और उन्होंने बड़े बड़े दिग्गज बल्लेबाजों को आउट किया है। हालांकि, पिछले 6 साल से ब्रॉड टी20 से हटे हुए हैं।

तमीम इकबाल : बांग्लादेश क्रिकेट टीम के सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाजों में से एक तमीम इकबाल भी आज तक आईपीएल नहीं खेले हैं। तमीम ने बांग्लादेश के लिए क्रिकेट के तीनों प्रारूपों में शतक भी लगाया है। देश के लिए खेलते हुए इकबाल के तीनों फॉर्मेट में 14000 से ज्यादा रन है और टी20 की बात करें तो उन्होंने 1700 से ज्यादा रन बनाए हैं।

'हिटमैन' का एक और रिकॉर्ड, ऐसा करने वाले एशिया के पहले बल्लेबाज

नई दिल्ली. मुंबई इंडियंस के कप्तान रोहित शर्मा ने एक खास रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया है। राजस्थान रॉयल्स के खिलाफ बल्लेबाजी करने उतरे रोहित शर्मा ने 2 छक्के जड़े और दूसरा छक्का जड़ते ही उन्होंने 400 या उससे ज्यादा छक्के जड़ने का रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया। रोहित एशिया के पहले बल्लेबाज हैं जिन्होंने टी20 में 400 छक्के लगाए हैं।

रोहित शर्मा ने ओवरऑल टी20 करियर का राजस्थान के खिलाफ 355वां मुकाबला खेला जिसमें उन्होंने 400 छक्कों का रिकॉर्ड अपने नाम किया। हालांकि, राजस्थान के खिलाफ उनकी पारी अच्छी नहीं रही। रोहित ने 13 गेंदों में

22 रन बनाए और आउट हो गए। इसमें उन्होंने 2 छक्के और 1 चौका लगाया।

दुनिया में 7वें स्थान पर आते हैं 'हिटमैन' : पूरी दुनिया में रोहित शर्मा छक्के लगाने वाली सूची में सातवें स्थान पर आते हैं। रोहित के नाम टी20 में 400 छक्के हो गए हैं। इस लिस्ट में पहले नंबर पर टी20 किंग वेस्टइंडीज के क्रिस गेल आते हैं जिनके नाम टी20 में 1000 से भी ज्यादा छक्के हैं। इसके बाद वेस्टइंडीज के ही कीरोन पोलार्ड आते हैं जो आईपीएल में मुंबई इंडियंस की तरफ से खेलते हैं। तीसरे नंबर पर भी वेस्टइंडीज के ऑलराउंडर आंद्रे रसेल हैं। चौथे और पांचवें नंबर पर न्यूजीलैंड के ब्रैंडन मैकलम और ऑस्ट्रेलिया के शेन वॉटसन आते हैं जबकि छठे स्थान पर दक्षिण अफ्रीका के एबी डिविलियर्स हैं।

मुंबई ने राजस्थान के खिलाफ मुकाबला जीतकर अपनी प्लेऑफ की उम्मीदों को कायम रखा है। मुंबई के कप्तान रोहित शर्मा ने टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी का फैसला किया और राजस्थान को 90 रनों पर रोक दिया। मुंबई ने आसानी से रन चेज करते हुए मुकाबला अपने नाम कर लिया।

देश के लिए खेले 4 विश्व कप, एना पीटरसन ने संन्यास लेकर फैंस को चौंकाया

न्यूजीलैंड. न्यूजीलैंड की ऑलराउंडर एना पीटरसन ने अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास की घोषणा कर दी है। इसी के साथ एना पीटरसन के 9 साल लंबे करियर को विराम मिला। एना ने 1 मार्च 2012 को इंग्लैंड के खिलाफ वनडे मैच के साथ अंतर्राष्ट्रीय करियर की शुरुआत की थी। इसके बाद इस महिला खिलाड़ी ने एक आईसीसी क्रिकेट विश्व कप और तीन टी20 विश्व कप खेले।

एना ने न्यूजीलैंड की ओर से 32 वनडे मैचों की 21 पारियों में 279 रन बनाए, जबकि 33 टी20 मुकाबलों में उन्होंने 92 रन अपने नाम किए। वहीं बात अगर गेंदबाजी की करें, तो एना पीटरसन ने 27 एकदिवसीय फॉर्मेट में 27 विकेट और टी20 में 18 शिकार किए।

संन्यास की घोषणा करते हुए एना ने कहा, "मैंने व्हाइट फर्न्स के लिए खेलने और न्यूजीलैंड का प्रतिनिधित्व

करने के हर मिनट को पसंद किया है। मेरे परिवार, दोस्तों, कोचों, टीम के साथियों और मेरे अंतरराष्ट्रीय करियर में मेरी मदद करने वाले सभी लोगों के लिए बहुत-बहुत धन्यवाद।"

उन्होंने कहा, "व्हाइट फर्न्स की एक विशेष टीम संस्कृति है और मुझे टीम में कुछ आजीवन संबंध बनाने का सौभाग्य मिला है, जबकि मुझे दुनियाभर के खिलाड़ियों से मिलने और प्रतिस्पर्धा करने का भी आनंद मिला है।"

हालांकि, एना पीटरसन घरेलू क्रिकेट खेलना जारी रखेंगी जहां वह ऑकलैंड हार्ट्स का प्रतिनिधित्व करेंगी। वह नॉर्थ हार्बर रग्बी में महिलाओं और लड़कियों के लिए रग्बी मैनेजर के रूप में भी काम करेंगी।

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.