सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

# जालंधर ब्रीज

**प्रेरणा**

संसार में कोई भी मनुष्य सर्वगुण संपन्न नहीं होता है, इसलिए कुछ कमियों को, नजरंदाज कर रिश्ते बनाए रखिए...

मास्क जरूरी, नहीं कोई मजबूरी

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-3 • 29 APRIL TO 05 MAY 2022 • VOLUME-40 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

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

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE

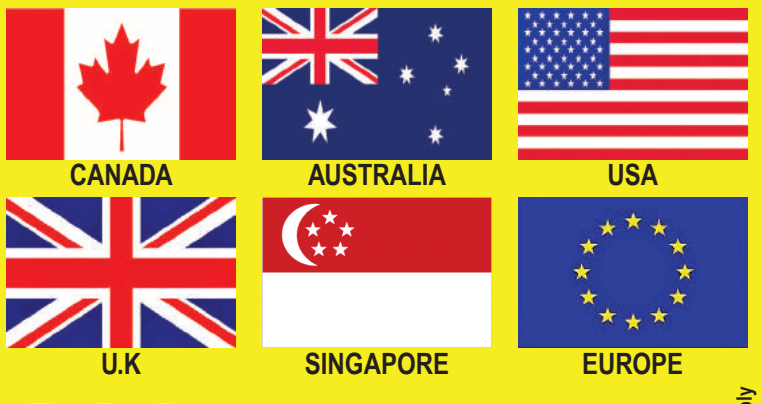
CONSULTING DESIGN TRAINING

ISO CERTIFIED 2015 COMPANY

✓ STUDY ✓ WORK ✓ SETTLE IN ABROAD

Low Filing Charges &
*Pay Money after the visa

•IELTS •STUDY ABROAD




E-mail : 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 विधानसभा भर्ती घोटाले की होगी जांच

## मंत्री हरजोत बैंस की शिकायत को बनाया जाएगा आधार

**चंडीगढ़.** पंजाब की आप सरकार ने अब एक बड़ा फैसला लिया है। पंजाब विधानसभा में भर्ती घोटाले को लेकर विधानसभा अध्यक्ष कुलतार संधवां इसकी जांच करेंगे। इस जांच में पंजाब सरकार के मंत्री हरजोत बैंस की शिकायत को आधार बनाया जाएगा। आम आदमी पार्टी ने विधानसभा चुनाव से पहले भी इस मुद्दो को उठाया था और आप नेता हरजोत बैंस ने पंजाब विधानसभा भर्ती के घोटाले का पर्दाफाश किया था, जिसमें आरोप लगाया गया था कि विधानसभा में पूर्व अध्यक्ष राणा केपी समेत कांग्रेसियों के करीबी लोगों की भर्ती की गई थी। हालांकि अब पंजाब सरकार

ने पिछले पांच साल में हुई भर्ती की जांच करने के आदेश दे दिए हैं। इस पर पंजाब विधानसभा अध्यक्ष कुलतार सिंह संधवां ने कहा कि उन्हें पर्यटन खनन एवं भूविज्ञान मंत्री हरजोत सिंह बैंस से शिकायत मिली है। अब इस भर्ती की अवैधता की जांच की जाएगी और कार्रवाई की जाएगी।

पंजाब सरकार ने कांग्रेस के शासन के पिछले पांच सालों में पंजाब विधानसभा में 154 लोगों की भर्ती की जांच का आदेश दिया है। बताया जाता है कि पंजाब विधानसभा के पूर्व स्पीकर की सिफारिश पर अधिकतम लोगों की भर्ती की गई थी। इसके साथ ही अन्य मंत्री और यहां तक कि विधानसभा के कर्मचारी भी लोगों को नौकरियों के लिए सिफारिश करने और उन्हें पंजाब विधानसभा में नियुक्त करने में पीछे नहीं थे।

## दिल्ली में पिछले 24 घंटे में आए 1490 नए मामले, दो की मौत

**नई दिल्ली.** दिल्ली में लगातार कोरोना वायरस के नए मामलों में बढ़ोतरी देखी जा रही है। बुधवार की तुलना में आज गुरुवार को दिल्ली में कोरोना की रफ्तार में बढ़ोतरी हुई है। बुधवार को राजधानी दिल्ली में कोरोना के 1367 नए मामले दर्ज किए गए थे जबकि आज 1490 नए मामले सामने आए हैं। पिछले 7 दिनों से दिल्ली में लगातार कोरोना वायरस के नए मामलों की संख्या 1000 से ऊपर की दिखाई दे रही है। फिलहाल दिल्ली में संक्रमण दर 4 फ़ीसदी से ऊपर बना हुआ है। दिल्ली में बढ़ रहे कोरोना वायरस के नए मामलों ने एक बार फिर से लोगों की टेंशन बढ़ा दी है। एक ओर जहां दिल्ली में नई लहर की आशंका दिखाई दे रही है तो वहीं अब भी एक्सपर्ट बहुत ज्यादा कुछ बोलने से बचते दिखाई दे रहे हैं। दिल्ली के स्वास्थ्य विभाग की ओर से जारी प्रेस विज्ञप्ति के मुताबिक के 24 घंटे में 1490 नए मामले सामने आए हैं जबकि 1070 लोग ठीक हुए है। पिछले 24 घंटे में दिल्ली में दो संक्रमितों की मौत हुई है। जबकि अब राष्ट्रीय राजधानी में सक्रिय मामलों की संख्या 5250 हो गई है। दिल्ली सरकार की ओर से इस बात का भी दावा किया जा रहा है कि पैनिक होने की जरूरत नहीं है। अभी भी अस्पताल में भर्ती होने वाले लोगों की संख्या काफी कम है। वैसे सरकार की ओर से यह भी दावा किया जा रहा है कि दिल्ली में बढ़ते कोरोना वायरस के मामलों को देखते हुए तैयारियां पूरी कर ली गई है।

# दिल्ली में 12 साल बाद अप्रैल महीने का सबसे गर्म दिन, गुरुग्राम में तापमान 45 डिग्री पार

**नई दिल्ली.** उत्तर-पश्चिम भारत में भीषण गर्मी के बीच दिल्ली में अधिकतम तापमान 43.5 डिग्री दर्ज किया गया, जो अप्रैल में 12 वर्षों में सबसे अधिक है। वहीं, गुरुग्राम तापमान 45 डिग्री पार कर गया, जो अप्रैल महीने में अब तक का सबसे ज्यादा तापमान है। दिल्ली में 18 अप्रैल, 2010 को अधिकतम तापमान 43.7 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया था। दिल्ली का अब तक का उच्चतम तापमान 29 अप्रैल, 1941 को 45.6 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया था। वहीं, भारतीय मौसम विज्ञान विभाग के मुताबिक, उत्तर पश्चिम भारत में भीषण गर्मी के बीच गुरुग्राम का अधिकतम तापमान गुरुवार को 45 डिग्री पार कर

गया। गुरुग्राम में अधिकतम तापमान 45.6 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। तापमान अप्रैल महीने में पहली बार इतना पहुंचा है।

बता दें, मौसम विभाग ने आज ही चेतावनी दी थी कि पांच राज्यों में "अब तक की सबसे भीष्ण गर्मी" पड़ेगी। राजस्थान, दिल्ली, हरियाणा, यूपी और ओडिशा के लिए लू की चेतावनी भी जारी की गई थी।

रिपोर्ट के मुताबिक, राजस्थान के अधिकांश हिस्सों में अधिकतम तापमान में पिछले दो तीन दिनों से वृद्धि दर्ज की जा रही है। राज्य के वनस्थली में बुधवार को सबसे अधिक 45.4 डिग्री सेल्सियस तापमान दर्ज किया गया जबकि बीकानेर-फलोदी में पारा 45.2 डिग्री रहा। जयपुर मौसम केन्द्र के निदेशक राधेश्याम शर्मा ने बताया कि राज्य के अधिकतर स्थानों पर अधिकतम तापमान 44 डिग्री सेल्सियस के आसपास दर्ज किया गया और राजस्थान में गर्मी के इस सत्र में तीसरे 'लू' का दौर बुधवार से शुरू हो गया है।

## शाहीन बाग में छापा, 50 किलो हेरोइन और 30 लाख कैश बरामद

**नई दिल्ली.** वैसे तो पिछले कई दिनों से शाहीन बाग सुर्खियों में है। जहां अवैध अतिक्रमण के खिलाफ कभी भी बुलडोजर चल सकता है। शाहीन बाग में नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो (एनसीबी) ने बड़ी कार्रवाई की है। जानकारी के मुताबिक नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो की दिल्ली शाखा ने शाहीन बाग के जामिया नगर से 50 किलो हेरोइन, 47 किलो संदिग्ध नारकोटिक्स, 30 लाख रुपये नकद के साथ कई अन्य चीजों को बरामद किया है। ये सारा सामान जूट के बैग और अन्य बैग में बांधा हुआ था।

दिल्ली उत्तरी क्षेत्र डीडीजी ज्ञानेश्वर सिंह ने बताया कि ये हेरोइन अफगनिस्तान से आई है और नकद हवाला चैनल से आया प्रतीत होता है। उन्होंने बताया कि अभी 1 व्यक्ति को गिरफ़्तार किया गया है। अभी तक की कार्रवाई से यह लगता है कि इसके पीछे एक अंतराष्ट्रीय संगठन का हाथ है और जल्द ही इसका पर्दाफाश करेंगे। सूत्रों की मानें तो इसके तार इंटरनेशल ड्रग सिंडीकेट से जुड़े हुए हैं।

# कमलनाथ ने कांग्रेस विधायक दल के नेता पद से दिया इस्तीफा

**भोपाल.** कांग्रेस के वरिष्ठ नेता कमलनाथ ने गुरुवार को मध्य प्रदेश विधानसभा में नेता

प्रतिपक्ष के पद से इस्तीफा दे दिया। उनके पास दो पद थे, जिसमें से एक पद उन्होंने पार्टी के 'एक व्यक्ति एक पद' सिद्धांत के तहत छोड़ दिया है। हालांकि, वह मध्य प्रदेश कांग्रेस इकाई के प्रमुख के तौर पर अपनी जिम्मेदारियां निभाते रहेंगे। मध्य प्रदेश में 2023 में विधानसभा चुनाव होने हैं। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के महासचिव के. सी. वेणुगोपाल ने गुरुवार को कमलनाथ को लिखे एक पत्र में कहा, 'कांग्रेस अध्यक्ष (सोनिया गांधी) ने कांग्रेस विधायक दल (सीएलपी) मध्य प्रदेश के नेता पद से आपका इस्तीफा तत्काल प्रभाव से स्वीकार कर लिया है।'

साथ ही पत्र में यह भी कहा गया कि सोनिया गांधी ने गोविंद सिंह को कांग्रेस विधायक दल का नया नेता नियुक्त किया है। गोविंद सिंह भिंड जिले के लहार से विधानसभा सदस्य हैं। डॉ. गोविंद सिंह पूर्व मंत्री और सात बार के विधायक हैं।

# यूपी में धार्मिक स्थलों से हटाए गए 17,000 से ज्यादा लाउडस्पीकर

**लखनऊ.** भले ही लाउडस्पीकर को लेकर विवाद महाराष्ट्र में शुरू हुआ। लेकिन उसका असर देश के अन्य हिस्सों में भी देखने को मिल रहा है। इन सबके बीच लाउडस्पीकर को लेकर उत्तर प्रदेश सरकार ने जो सख्ती दिखाई है उसका परिणाम भी अब देखने को मिल रहा है। उत्तर प्रदेश में अब तक 17000 लाउडस्पीकर को धार्मिक स्थलों से हटाया गया है जबकि 39,000 लाउडस्पीकरों की आवाज को नियंत्रित कर दिया गया है। उत्तर प्रदेश अतिरिक्त मुख्य सचिव (गृह) अवनीश कुमार अवस्थी ने बताया कि लगभग 39,000 लाउडस्पीकरों की आवाज़ कम कर दी गई है और लगभग 17,000 लाउडस्पीकर धार्मिक स्थलों से हटा दिए गए हैं। हमें सभी समुदायों के लोगों का समर्थन मिला है। हम राज्य में कानून व्यवस्था बनाए रखने के लिए सब कुछ कर रहे हैं।

वहीं प्रदेश के अपर पुलिस महानिदेशक (कानून-व्यवस्था) प्रशांत कुमार ने बताया कि अब तक 40,000 ऐसे प्रकरण हैं जिसमें लाउडस्पीकर की ध्वनि को कम किया गया है, 18,000 लाउडस्पीकर हटाए जा चुके हैं। इसमें सबसे बड़ी बात है कि लोगों ने मर्जी से ये किया है।

# गाड़ी को ऊपर तक भर दो, हमें पूछने वाला कोई नहीं

## शहर और हाइवे पर धड़ल्ले से चल रहे ओवरलोडिड वाहनों पर कोई नकेल नहीं, हादसे में जा चुकी है कई जानें

किसकी मर्जी से नो एंट्री जोन में शहर के अंदर आ रहे हैं बड़े वाहन, जांच का विषय

30 से 40 किमी. प्रति घंटे की रफ्तार से नो एंट्री जोन में दौड़ रहा ट्रक किसी भी अप्रिय घटना से नहीं किया जा सकता इंकार

जिला प्रशासकीय कंपलैक्स में हुई रोड सेफ्टी समिति की बैठक

पिछले अंक में प्रकाशित खबर की कटिंग

• (बाएं)जालंधर में पिछलों दिनों परिवहन मंत्री लालजीत भुल्लर द्वारा अवैध तरीके से चल रही बसों का चालान किया गया। (दाएं) दकोहा फाटक के समीप हाइवे पर ओवरलोडिड ट्रक ने अपना नियंत्रण खोया।

• **जालंधर ब्रीज.** विशेष रिपोर्टर

पंजाब में सड़क सुरक्षा का मुद्दा पिछले कई सालों से गंभीर बना हुआ है जिसका एक मुख्य कारण ओवरलोडेड वाहनों का शहर और उसके साथ लगते राष्ट्रीय राजमार्गों पर धड़ल्ले से चलना बताया जा रहा है। पिछले कई सालों से पंजाब की सत्ता में अकाली-भाजपा और कांग्रेस का शासन रहा है पर साल 2022 के हुए विधानसभा चुनाव में पहली बार आम आदमी पार्टी द्वारा पंजाब में सरकार बना कर पूरे देश और विदेश में बैठे लोगों को हैरान कर दिया गया। पिछले दिनों दिल्ली मॉडल की तर्ज पर पंजाब मॉडल बनाने के लिए दोनों राज्यों की सरकारों द्वारा एक नॉलेज शेयर एग्रीमेंट पर हस्ताक्षर किये गए है। जिसके अंतर्गत पंजाब और दिल्ली दोनों सरकारों अधिकारिक रूप से नॉलेज शेयर करेंगे और अपने अधिकारियों को एक-दूसरे के राज्यों में सीखने के लिए भेजा जाएगा। इस पर सीएम अरविंद केजरीवाल ने कहा कि दिल्ली के अच्छे काम पंजाब में जाएंगे और पंजाब के अच्छे काम दिल्ली में ये एंग्रीमेंट एक मिल का पत्थर साबित होगा।

यह कहना गलत नहीं होगा कि 75 सालों में कई राज्य सरकारों ने अच्छा काम किया, लेकिन कई राज्यों ने एक-दूसरे से सिखा नहीं बल्कि राजनीति में ही फंसे रहे।'

वहीं दूसरी तरफ पंजाब सरकार में नए बने मंत्री अपने विभागों में चल रहे कार्यों की चेकिंग के लिए हर रोज एक ज़िले से दूसरे ज़िले जा रहे हैं।

बता दें कि पिछले दिनों परिवहन मंत्री लालजीत भुल्लर द्वारा जालंधर रामा मंडी क्षेत्र में बसों को रोककर उनके परमिट की जांच की जिसके तहत जालंधर में कई प्राइवेट बसों के बिना परमिट चलने के चालान काटे गए। कई एसी बसों के मालिकों द्वारा बस की परमिट फीस और टैक्स न अदा किये जाने के कारण से न केवल चालान ही काटे गए बल्कि जिन एसी बसों का पूरा टैक्स जमा नहीं कराया गया था, उन्हें पूरा टैक्स जो 90,000 रुपए बनता है, जमा कराने के आदेश जारी किए गए। एक एसी बस का टैक्स 90,000 की बजाय केवल 60,000 रुपए ही जमा था, उसके ड्राइवर को उसी वक्त अपने मालिकों को बुला कर 30,000 रुपए और जमा करना को कहा गया। एक बस जिसके दस्तावेज़ भी पूरे नहीं थे, के ड्राइवर से कहा गया कि वह मालिक को बुलाएं और दस्तावेज़ पूरे करे और जब तक दस्तावेज़ पूरे नहीं होते, बस सडक़ पर नहीं आएगी और थाने में रहेगी।

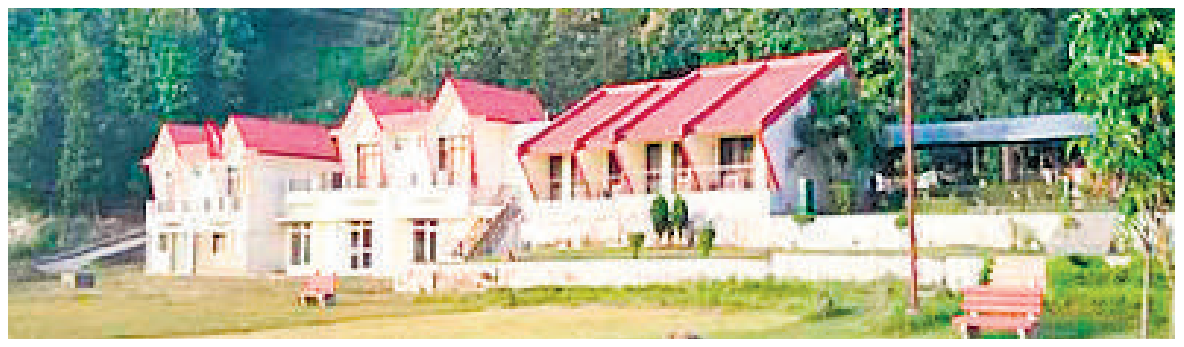
लेकिन शहर की सड़कों और राष्ट्रीय राज-मार्गों पर तय सीमा से ज्यादा सामान ले जा रहे वाहनों के ऊपर अभी तक मंत्री द्वारा ऐसी कोई भी कार्रवाई करते हुए नहीं देखा गया है।

जिक्रयोग्य है कि पिछले कई सालों से सड़क पर ओवरलोडिड वाहनों की संख्या में बढ़ोत्तरी हुई है और कई लोग रास्ते में इनके पलट जाने की वजह से अपनी जान गंवा चुके हैं, परन्तु परिवहन और पुलिस विभाग द्वारा इन पर कोई ठोस कार्रवाई नहीं की जाती और इन्हें सड़क पर मौत का तांडव करने के लिए छोड़ दिया जाता है।

गौरतलब है कि हर साल की तरह सरकार द्वारा रोड सेफ्टी के लिए जागरूकता अभियान चलाया जाता है जिसके तहत लोगों को दुपहिया वाहन के ऊपर हेलमेट पहनने से लेकर गाड़ी चालक को सड़क नियमों के साथ-साथ सीट बेल्ट अनिवार्य रूप से लगाने को कहा जाता है। परन्तु जो वाहन हर रोज किसी न किसी बहुमूल्य व्यक्ति की जान ले रहा है उसे रोकने में प्रशासन विफल साबित हो रहा है।

अब आने वाले दिनों में देखना होगा की परिवहन मंत्री अवैध रूप से चल रही बसों के साथ-साथ ओवरलोडिंग वाहनों के ऊपर कार्रवाई करते हुए कब देखे जाते हैं। जिससे लोगों को सड़क पर चलते समय इन वाहनों के कारण किसी तरह की दुर्घटना का शिकार न होना पड़े।

# प्रकृति से है प्यार तो घूमकर आएं हरियाणा का एकमात्र हिल स्टेशन, जहां के सुंदर नजारे मोह लेंगे आपका मन



• **जालंधर ब्रीज.** रिपोर्टर

आप उत्तराखंड, हिमाचल और दार्जिलिंग जैसी जगह पर कई बार पहाड़ों की सैर करके आएं होंगे, पर क्या आपने कभी हरियाणा के एकमात्र हिल स्टेशन का नाम सुना है। जी हां हरियाणा राज्य में एक मोरनी हिल स्टेशन है, जो यहां के आसपास के स्थानीय लोगों का एक फेवरेट टूरिस्ट स्पॉट है। अगर आप नेचर लवर हैं और अपने आस-पास प्रकृति से जुड़ी कोई जगह तलाश रहें हैं तो मोरनी हिल स्टेशन आपके लिए सबसे बेहतर विकल्प साबित हो सकता है। 3900 फीट से अधिक की ऊंचाई पर स्थित, मोरनी हिल्स चमकदार शिवालिक पर्वत श्रृंखला का हिस्सा है। भारत में शांत हिल स्टेशन अद्भुत वातावरण और मनभावन परिदृश्य के लिए प्रसिद्ध हैं। बादलों से भरे पहाड़ों के सुबह के परिदृश्य इस स्थान को दिल्ली के पास अन्य स्थानों से मेल खाते हुए अद्भुत बनाते हैं। यहां की बायोडायवर्सिटी किसी भी नेचर लवर का मन आसानी से मोह सकने में सक्षम है। मोरनी हिल्स के पास घूमने की कई जगहें हैं जिनमें पुराने गांव, विरासत घर और पवित्र स्थान शामिल हैं। हरियाणा का सबसे प्रसिद्ध हिल स्टेशन साल भर सैर-सपाटे और छुट्टियों के लिए एक आकर्षण भरी जगह है। चंडीगढ़ से करीब एक घंटे की दूरी पर चन्दन और देवदार के पेड़ों से युक्त आकर्षक क्षेत्रों के साथ मोरनी हिल्स आपका स्वागत करता है। पहाड़ी क्षेत्र और ऊबड़-खाबड़ वातावरण में सादे वनस्पतियों के मिश्रण के साथ यह स्थान असाधारण रूप से सुंदर और हरा-भरा है। मोरनी शहर 1220 मीटर या समुद्र तल से 3600 फीट की ऊंचाई पर स्थित है। शिवालिक पर्वतमाला के निचले स्तरों में व्यवस्थित, मोरनी अपने शांत वातावरण, उत्कृष्ट विस्तार और पक्षी देखने, ट्रैकिंग, रॉक क्लाइम्बिंग और एडवेंचर एक्टिविटी के साथ आपके घूमने के लिए एक परफेक्ट प्लेस है। यहां पहुंचने के लिए आपको चंडीगढ़ रेलवे स्टेशन या एयरपोर्ट सबसे नजदीक पड़ेगा। इसके अलावा अगर आप रोडवेज से आना चाहते हैं तो आप एनएच 73 से यहां पर आसानी से पहुंच सकते हैं।

KNOWLADGE

## हर दिन इंसान के दिमाग में आते हैं 4800 निगेटिव विचार... इनसे कैसे निपटें

क्वींस यूनिवर्सिटी की रिसर्च कहती है, इंसान के दिमाग में नकारात्मक विचार ज्यादा आने के कारण जीवन पर सीधा असर पड़ता है. जानिए, इन नकारात्मक विचारों को कैसे कम कर सकते हैं...

इंसान के दिमाग में रोजाना 6 हजार विचार आते हैं। इनमें से 80 फीसदी यानी 4800 विचार नकारात्मक होते हैं। इन निगेटिव विचारों का असर इंसान के रोजमर्रा के कामों पर पड़ रहा है। यह दावा कनाडा की क्वींस यूनिवर्सिटी के शोधकर्ताओं ने रिसर्च में किया है। शोधकर्ताओं का पहली बार इस तरह की बात सामने आई है। रिसर्च के दौरान ब्रेन इमेजिंग तकनीक से यह समझने की कोशिश की गई कि एक समय समय में इंसान क्या और कितना सोच सकता है। उसके दिमाग में कितनी तरह के पैटर्न विकसित होते हैं। शोधकर्ताओं का कहना है, एक एक विचार का अंत होता है तो वहीं से दूसरे विचार की शुरुआत हो जाती है।

क्वींस यूनिवर्सिटी की रिसर्च कहती है, इंसान के दिमाग में नकारात्मक विचार ज्यादा आने के कारण जीवन पर सीधा असर पड़ता है। जानिए, इन नकारात्मक विचारों को कैसे कम कर सकते हैं।

### किसी अपने से खुलकर बात करें

जब भी मन में निगेटिव विचार आते हैं और इन्हें रोकने की कोशिश न की जाए तो ये अपनी जगह बनाने लगते हैं, इसलिए इससे निपटने के तरीकों पर विचार करना जरूरी है। जैसे- लगातार निगेटिव विचार आने पर इनके बारे में अपने दोस्तों से बात करें। रोजाना एक अपनी दिनचर्या से समय निकालकर अपने दोस्तों या अपनों से बात करें। इससे भी निगेटिव विचारों में कमी आती है और पहले से ज्यादा खुशी महसूस करते हैं।

### वो करें जो आपको पसंद है

दिमाग से निगेटिव विचारों को कम करने का सबसे अच्छा तरीका है आप वो करें जो करना पसंद है। जैसे- रोजाना समय निकालकर अपनी हॉबीज पर फोकस करें। गाने सुनना, पेंटिंग करना, बागवानी करना आदि। ऐसा करके आप खुश रहते हैं, व्यस्त रहते हैं और दिमाग में नकारात्मक विचार नहीं पनपते। दिमाग में सकारात्मक विचारों का दायरा बढ़ता है और एक नई स्किल को बढ़ावा मिलता है। ऐसा होने पर कॉन्फिडेंस भी बढ़ता है।

### मेडिटेशन से मन को करें शांत

अगर मन में आ रहे निगेटिव विचार नहीं रुक रहे हैं तो मेडिटेशन की मदद से मन को शांत कर सकते हैं। इससे तनाव और मानसिक थकान घटती है, नतीजा इंसान सुकून महसूस करता है। इस तरह निगेटिव विचार घटते हैं और सकारात्मक विचारों में बढ़ोतरी होती है। रिसर्च में भी यह साबित हो चुका है कि मेडिटेशन एकाग्रता को बढ़ाता है और इंसान के व्यवहार में सकारात्मक बदलाव नजर आता है। रोजाना 30 मिनट का योग और मेडिटेशन विचारों पर सकारात्मक असर छोड़ता है।

## पहली बार माता-पिता बनना, बच्चों की परवरिश किसी चुनौती से कम नहीं

*पहली बार माता-पिता बनना किसी चुनौती से कम नहीं होता, लेकिन उससे भी बड़ी चुनौती होता है उनकी परवरिश करना। जब आप माता-पिता बनते हैं तब आप हर दिन कुछ नया सीखते हैं। अपने बच्चों के साथ बड़े होते हैं उनकी समस्याओं को समझना शुरु करते हैं। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं एक्सपर्ट से बच्चों की आम समस्याओं के जवाब...*

**पहली** बार माता-पिता बनना किसी चुनौती से कम नहीं होता, लेकिन उससे भी बड़ी चुनौती होता है उनकी परवरिश करना। जब आप माता-पिता बनते हैं तब आप हर दिन कुछ नया सीखते हैं। अपने बच्चों के साथ बड़े होते हैं उनकी समस्याओं को समझना शुरु करते हैं। आजकल के समय में बच्चों को कई हेल्थ से जुड़ी समस्याएं होती हैं, जो आगे चलकर बीमारियों में तब्दील होनें में ज्यादा समय नहीं लगाती। यहां पाठकों द्वारा कुछ सवाल और एक्सपर्ट के जवाब। इनमें हमारे पाठकों ने बच्चों को होने वाली आम समस्याओं को लेकर सवाल पूछे हैं...

**सवाल**- मेरी बेटी 9 साल की है। पढ़ाई करने के बाद उसके सिर में हल्का दर्द शुरू हो जाता है। ऐसा पिछले कुछ दिनों से हो रहा है। प्लीज कोई समाधान बताएं?

**जवाब**- आपने बेटी की आंखों की जांच कराई या नहीं? अगर नहीं कराई है तो सबसे पहले आप बेटी की आंखों की जांच कराएं। कई बार आई साइट वीक होने पर ऐसी समस्या होती है। अगर उसकी आंखों की रोशनी ठीक है तो जरूर आपको एक बार चिकित्सक से संपर्क करना चाहिए। आप उसे हरी सब्जियां अधिक खिलाएं।

**सवाल**- मेरे बेटे की उम्र 12 साल है। वह गले में अकसर दर्द और खराश की शिकायत करता है। मैंने कई घरेलू उपाय अपनाए, लेकिन कोई आराम नहीं आ रहा है। कोई उपाय बताएं?

**जवाब**- कुछ बच्चों का गला बहुत ही सेंसिटिव होता है और कई बार टॉन्सिलाइटिस की वजह से ऐसी समस्याएं होती हैं। इसके लिए कोशिश करें कि आप बच्चे को सुबह उठने पर गुनगुना पानी पिलाएं। उसे फ्रिज का ठंडा पानी पीने के लिए ना दें। साथ ही उसे आइसक्रीम और ठंडी चीजें भी ना दें।

**सवाल**- मेरा बेटा 10 साल का

है। पिछले एक सप्ताह से खेलने के बाद उसके हाथ-पैरों में जकड़न होने लगती है। यह लक्षण किसी बीमारी के संकेत तो नहीं हैं? कोई उपाय बताएं।

**जवाब**- जैसा आप बता रही हैं कि यह समस्या पिछले एक सप्ताह से हो रही है। इससे ऐसा लग रहा है कि बच्चे ने लंबे समय बाद दोबारा खेलना शुरू किया है। अचानक ज्यादा वर्कआउट होने की वजह से उसके साथ इस तरह की दिक्कतें आ रही हैं। आप बच्चे को कैल्शियम और प्रोटीन वाली चीजें अधिक खिलाएं। दर्द अधिक होने पर उसकी थोड़ी-सी मालिश भी कर दें। इस तरह धीरे-धीरे बच्चे को राहत मिल जाएगी।

**सवाल**- मेरी बेटी की उम्र 7 साल है। वह अब भी रात में बिस्तर गीला कर देती है। मैं इससे बहुत परेशान हूं। कृपया कोई समाधान बताएं?

**जवाब**- यह समस्या काफी बच्चों में होती है। आजकल घरों में रात के समय एसी या कूलर चलता है, जिससे बच्चे को सोते हुए पता नहीं चलता और रात को यूरीन पास हो जाता है। इसलिए आप कोशिश करें कि बच्चे को सोने से 3 घंटे पहले खाना और पानी या फिर दूध, जो भी देना हो दे दें। उसके बाद कुछ भी ना दें। सोने से पहले उसकी यूरीन पास करने की आदत डेवेलप करवाएं। इससे उसकी आदत सुधर जाएगी।

**सवाल**- मेरा बेटा 4 साल का है। उसने अभी तक बोलना शुरू नहीं किया। वह किसी बात पर रिएक्ट भी नहीं करता है। बार-बार बुलाने पर ही सुनता है। लगता है जैसे उसे हमारी बातें समझ नहीं आ रही हैं या सुन नहीं पा रहा है। प्लीज बताइए कि मुझे क्या करना चाहिए?

**जवाब**- हालांकि कुछ बच्चे जल्दी बोलना शुरू करते हैं तो कुछ देर से बोलना शुरू करते हैं। लेकिन आप बता रही हैं कि वह बिल्कुल ही रिएक्ट नहीं करता है। ऐसे में आपको एक बार ईएनटी विशेषज्ञ से संपर्क करना चाहिए।

## बालों के हिसाब से चुनें हेयर ब्रश, क्या कहते हैं एक्सपर्ट

*आमतौर पर महिलाएं हेयर कॉम्ब करने के लिए किसी भी कंघी या ब्रश का इस्तेमाल कर लेती हैं। जबकि एक्सपर्ट्स के अनुसार हेयर टाइप के अनुसार ही हेयर ब्रश का सेलेक्शन किया जाना चाहिए। यहां हम आपको ब्रश सेलेक्ट करने के कुछ टिप्स बता रहे हैं...*

आमतौर पर महिलाएं हेयर कॉम्ब करने के लिए किसी भी कंघी या ब्रश का इस्तेमाल कर लेती हैं। जबकि एक्सपर्ट्स के अनुसार हेयर टाइप के अनुसार ही हेयर ब्रश का सेलेक्शन किया जाना चाहिए। ऐसा करने से बाल कम झड़ते हैं और हेयर स्टाइलिंग भी अच्छी तरह से होती है, जिससे अपीयरेंस बहुत अच्छा नजर आता है। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हेयर एक्सपर्ट अतिका अग्रवाल से बालों के मुताबिक हेयर ब्रश सेलेक्ट करने के टिप्स...

**स्ट्रेट हेयर :** स्ट्रेट हेयर आसानी से मैनेज हो जाते हैं। इन्हें संवारने के लिए ज्यादा परेशानी भी नहीं होती है। ऐसे हेयर टाइप के लिए आप किसी भी तरह का हेयर ब्रश चुन सकती हैं। लेकिन अगर आप अपने स्ट्रेट हेयर को और भी स्लीक लुक देना चाहती हैं, तो आप नेचुरल ब्रिसल्स वाले कॉम्ब चुन सकती हैं। इसके लिए फ्लैट हेयर ब्रश का भी यूज किया जा सकता है।

**कर्ली हेयर :** कर्ली हेयर मैनेज करना काफी मुश्किल होता है। ऐसे बाल ना जल्दी संवरते हैं और ना जल्दी सुलझते हैं। नॉर्मल हेयर ब्रश से कर्ली बालों को कॉम्ब करने से ये ज्यादा टूटते भी हैं। ऐसे में जरूरी है कि कर्ली हेयर को संवारने के लिए नायलॉन ब्रिसल्स वाले थोड़े चौड़े ओवल शेप वाले कुशन हेयर ब्रश सही रहते हैं। इससे आपके बाल आसानी से सुलझ जाएंगे। फ्रिंजी हेयर फ्रिंजी हेयर यानी ऐसे बाल जो बहुत ज्यादा उलझे और घुंघराले होते हैं। अगर आपके बाल ऐसे हैं तो आप हेयर ब्रश की जगह चौड़े दांत वाली कंघी का यूज करें। इससे आपके बालो के टूटने का डर भी कम रहेगा।

# सलाद के साथ कुछ नया करें ट्राई, ऐसे बनाएं रेसिपी

KNOW YOUR FOOD

**अगर आप अपनी सेहत के प्रति जागरुक हैं तो आपको अपने खाने में सलाद को शामिल जरूर करना चाहिए। सलाद इस बात को सुनिश्चित करता है कि आपको पर्याप्त मात्रा में विटामिन और मिनरल मिलें, जिससे आपको स्वस्थ शरीर और दिमाग बनाए रखने में मदद मिलती है। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं इटैलियन लैंटिल सलाद की रेसिपी, जिसे बनाने के लिए हमें चाहिए...**

*अगर आप अपनी सेहत के प्रति जागरुक हैं तो आपको अपने खाने में सलाद को शामिल जरूर करना चाहिए। सलाद इस बात को सुनिश्चित करता है कि आपको पर्याप्त मात्रा में विटामिन और मिनरल मिलें, जिससे आपको स्वस्थ शरीर और दिमाग बनाए रखने में मदद मिलती है। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं इटैलियन लैंटिल सलाद की रेसिपी, जिसे बनाने के लिए हमें चाहिए...*

आप अपने सलाद में गाजर, मूली, चुकंदर, प्याज, टमाटर, खीरा जैसी कई चीजें शामिल कर सकते हैं। इनके अलावा फ्रूट सलाद भी काफी फायदेमंद माना जाता है। लेकिन अगर डेली एक ही जैसी सलाद खाकर आप बोर हो गए हैं, तो आप सलाद के साथ कुछ नया ट्राय कर सकते हैं। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं इटैलियन लैंटिल सलाद की रेसिपी। इटैलियन लैंटिल सलाद आप आसानी से बना सकते हैं, इसे बनाने के लिए हमें चाहिए...

**सामग्री :** उबली साबुत मूंग दाल : डेढ़ कप,
बारीक कटे हरे प्याज : 2,
हरे अंगूर : 1/2 कप, काले अंगूर : 1/2 कप,
कटी लाल शिमला मिर्च : 1,
कटा खीरा : 1,
भुना बारीक कटा बादाम : 2 छोटे चम्मच,
नींबू का रस : 1/3 कप,
जैतून का तेल : 1/3 कप,
सेंधा नमक : स्वादानुसार,
कालीमिर्च पाउडर : 1/4 छोटा चम्मच,
बारीक कटा हरा धनिया : थोड़ा-सा,
तुलसी पत्ती : 1 छोटा चम्मच

**विधि :** सबसे पहले एक बड़े बाउल में उबली मूंग दाल, दोनों किस्म के अंगूर, खीरा, शिमला मिर्च, बादाम और एक चम्मच नीबू का रस डालकर अच्छी तरह से मिलाकर रख लें। अब ड्रेसिंग बनाने के लिए एक बाउल या कांच की छोटी बोतल में बाकी बचा नीबू का रस, जैतून का तेल, सेंधा नमक, कालीमिर्च पाउडर, तुलसी पत्ती डालकर अच्छी तरह मिक्स कर लें। तैयार ड्रेसिंग को सलाद वाले बाउल में डालकर अच्छी तरह से मिक्स कर लें। बारीक कटे हरे धनिए से सजाएं और सर्व करें।

NEWS +

## इंग्लैंड में खुला दुनिया का पहला 'वर्टिपोर्ट', बिना रन-वे वाला एयरपोर्ट!

*इंग्लैंड के कोवेंट्री शहर में दुनिया का पहला वर्टिकल एयरपोर्ट बनाया गया है. इसे अरबन एयर वन वर्टिपोर्ट का नाम दिया गया है. कितना अलग है यह वर्टिकल एयरपोर्ट, यहां किस तरह की सुविधाएं मिलेंगी?*

**इंग्लैंड** के कोवेंट्री शहर में दुनिया का पहला वर्टिकल एयरपोर्ट बनाया गया है। इसे अर्बन एयर वन वर्टिपोर्ट का नाम दिया गया है। इस अर्बन एयरपोर्ट के फाउंडर रिकी संधू का कहना है, जिस तरह कारों के लिए सड़कें, ट्रेन के लिए पटरियां और प्लेन के लिए एयरपोर्ट हैं, उसी तरह फ्लाइंग कार, टैक्सी और ई-वीटॉल के लिए वर्टिपोर्ट है। भविष्य में दुनियाभर में ऐसे वर्टिपोर्ट की संख्या बढ़ेगी। 2027 तक दुनियाभर में ऐसे 200 वर्टिकल एयरपोर्ट बनाए जाएंगे। इसके लिए तैयारियां भी शुरू कर दी गई हैं। लोगों के आवागमन और सामान की डिलीवरी को बेहतर और फास्ट बनाने के लिए इनका इस्तेमाल किया जाएगा।

**कितना खास है वर्टिपोर्ट?**

आमतौर पर एयरपोर्ट पर विमान के टेकऑफ और लैंडिंग के लिए लम्बे रन-वे का इस्तेमाल किया जाता है, लेकिन वर्टिपोर्ट पर ऐसा नहीं है। इस खास तरह के एयरपोर्ट का इस्तेमाल फ्लाइंग टैक्सी, फ्लाइंग कार्स, ड्रोन के लिए किया जाएगा। इस एयरपोर्ट पर इन सभी चीजों की लैंडिंग वर्टिकली होंगी। यानी ड्रोन हो या एयर टैक्सी सभी ऊपर से नीचे की तरफ सीधे उतरेंगे। इसलिए रन-वे की जरूरत नहीं पड़ेगी। इन सभी के उड़ने के लिए एयरपोर्ट की तरह एक सेंट्रलाइज पॉइंट बनाया गया है जिसे वर्टिपोर्ट कहा गया है। फाउंडर रिकी संधू का कहना है इस एयर वन वर्टिपोर्ट की ओपनिंग की अलग है। इसकी मदद से ट्रांसपोर्टेशन के क्षेत्र में बड़ा बदलाव आएगा। कार्बन का उत्सर्जन बढ़ेगा, शहरों के बीच जाम की स्थिति नहीं बनेगी और कनेक्टिविटी को बढ़ावा मिलेगा। लोग पहले से ज्यादा आरामदायक सफर कर सकेंगे।

**इसे बनाने के लिए कोवेंट्री शहर को ही क्यों चुना गया?**

एयर वन वर्टिपोर्ट को कोवेंट्री शहर में इसलिए बनाया गया है क्योंकि यह इंग्लैंड के सेंटर में है और यहां से दूसरे शहरों की एयर कनेक्टिविटी बेहतर और आसान होगी। यहां :से ज्यादातर दूसरे शहर 4 घंटे की दूरी पर हैं। 2027 तक जहां ऐसे वर्टिपोर्ट बनाए जाने हैं, उनमें वेस्ट मिडलैंड, लंदन, लॉस एंजलिस, ऑस्ट्रेलिया, साउथ कोरिया, फ्रांस, जर्मनी और साउथईस्ट एशिया शामिल हैं।

# कराची यूनिवर्सिटी में खुद को बम उड़ाने वाली शारी बलोच कौन, एक साथ उड़ाई चीन-पाक की नींद

• **जालंधर ब्रीज.** दिल्ली

पाकिस्तान की कराची यूनिवर्सिटी में आत्मघाती हमले को अंजाम देने वाली महिला की पहचान शारी बलोच के तौर पर हुई है। इस धमाके में तीन चीनी नागरिकों समेत चार लोगों की मौत हो गई है। महिला ने खुद को चीनी भाषा केंद्र के पास उस वक्त उड़ा लिया, जहां वहां से एक चीनी वैन गुजर रही थी। हमले की जिम्मेदारी बलूचिस्तान लिब्रेशन आर्मी (बीएलए) ने ली है। उसने कहा कि ये हमला उसकी पहली महिला फिदायीन ने किया है। बीएलए ने शारी बलोच की तस्वीर भी जारी की है। वहीं कानून प्रवर्तन एजेंसियों का कहना है कि शारी ने 2021 में दो महीने के लिए ईरान और अफगानिस्तान में बिजनेस ट्रिप की थी।

इस हमले के बाद से पाकिस्तान भी हैरानी में है। क्योंकि शारी बलोच काफी पढ़ी लिखी थी और उसके परिवार का बैकग्राउंड भी अच्छा है। पति डेंटिस्ट है, जबकि पिता सरकारी कर्मचारी रहे हैं। कराची के पुलिस प्रमुख गुलाम नबी मेमन ने पाकिस्तानी चैनल से बातचीत में कहा है, 'हमें जानकारी मिली है कि महिला आत्मघाती हमलावर शायद यूनिवर्सिटी की छात्रा थी।' इस हमले की एक सीसीटीवी फुटेज भी सामने आई है, जिसमें महिला हमलावर को काले रंग के बुर्के में देखा गया है। वह बम फटने से पहले एक बैग के साथ वैन के पास खड़ी थी।

**बीएलए की पहली महिला आत्मघाती हमलावर :** बीएलए का दावा है कि शारी संगठन की पहली महिला आत्मघाती हमलावर थी और इस हमले ने 'बलूच प्रतिरोध के इतिहास में एक और अध्याय जोड़ दिया है।' पाकिस्तानी अखबार एक्सप्रेस ट्रिब्यून ने कहा है कि हमलावर ने दोपहर 12:10 बजे ट्विटर पर अपने दोस्तों को गुडबाय कहा था। शारी के पति ने भी घटना पर प्रतिक्रिया दी है। उसकी पहचान हबीतन बाशिर बलोच के तौर पर हुई है। उसने एक अज्ञात स्थान से ट्वीट कर जानकारी दी है कि उसके दो बच्चे हैं। अफगानिस्तान के पत्रकार बाशिर अहमद ग्वाख ने हबीतन के ट्वीट को शेयर किया है।

**पति ने शारी बलोच के काम पर जताई खुशी :** शारी बलोच के पति ने ट्वीट में लिखा है, 'शारी जान, तुम्हारे निस्वार्थ काम से मैं अवाक हो गया हूं लेकिन मैं गर्व से झूम भी रहा हूं। महरोच और मीर हसन अब खुद पर गर्व करने वाले इंसानों की तरह बड़े होंगे, कि उनकी मां कितनी महान महिला थी। तुम हमारी जिंदगी का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बनी रहोगी।' हबीतन एक डेंटिस्ट होने के साथ ही लेक्चरार भी है। ग्वाख ने आगे शारी को लेकर भी जानकारी दी है। उन्होंने अपने ट्वीट में लिखा है, '30 साल की शारी ने दो साल पहले समूह ज्वाइन किया था और खुद को 'अपनी कुर्बानी देने के मिशन' के लिए समर्पित कर दिया था। उसके पास जूलॉजी में मास्टर्स की डिग्री थी और वो स्कूल में शिक्षिका के तौर पर पढ़ाते हुए खुद भी एमफिल की पढ़ाई कर रही थी।'

## प्री-आईपीओ प्लेसमेंट के जरिये एलआईसी जुटा सकती है 5630 करोड़ रुपये, एंकर इनवेस्टर के लिये 2 मई को खुलेगा इश्यू

**एलआईसी** के आईपीओ के लिये आम निवेशकों से लेकर खास निवेशकों तक के बीच काफी उत्साह है। मनीकंट्रोल की एक खबर के मुताबिक 21 हजार करोड़ रुपये के आईपीओ से पहले ही एलआईसी शेयरों के प्री-आईपीओ प्लेसमेंट के जरिये 5 हजार करोड़ रुपये जुटा सकती है। वहीं मीडिया में आई खबरों के मुताबिक एंकर इनवेस्टर पहले ही 13 हजार करोड़ रुपये से ज्यादा के निवेश की प्रतिबद्धता जता चुके हैं, यानि एलआईसी के द्वारा ऑफर शेयरों से दो गुना से ज्यादा शेयरों के लिए बड़े निवेशकों ने अपनी तैयारी की है। इससे संकेत मिल रहे हैं कि एलआईसी के आईपीओ को निवेशकों की तरफ से अच्छा रिस्पॉन्स मिल सकता है।

मनी कंट्रोल की रिपोर्ट के अनुसार एलआईसी प्राइस बैंड की ऊपरी स्तर के आधार पर प्री-आईपीओ प्लेसमेंट के जरिए 5630 करोड़ रुपये जुटा सकती है। एलआईसी ने आईपीओ के लिये 902-949 रुपये का प्राइस बैंड तय किया है। आईपीओ पूरी तरह से ऑफर फॉर सेल होगा जिसमें 22 करोड़ से ज्यादा शेयरों की बिक्री की जाएगी, एंकर इनवेस्टर के लिए 5।9 करोड़ शेयर रखे गये हैं। कर्मचारियों के लिये 1518 लाख शेयर जबकि पॉलिसी होल्डर के लिये 212 करोड़ शेयर रखे गए हैं। एंकर इनवेस्टर के लिये इश्यू 2 मई को खुलेगा। वहीं आईपीओ 4 मई से 9 मई के बीच खुला रहेगा। सूत्रों के मुताबिक, एलआईसी आईपीओ में 4 से 5 ग्लोबल एंकर निवेशक बोली लगा सकते हैं। इसके अलावा, घरेलू एंकर निवेशक भी आईपीओ में शामिल हो सकते हैं।

आईपीओ के जरिए सरकार सार्वजनिक क्षेत्र की कंपनी में अपनी 3।5 प्रतिशत हिस्सेदारी बेचेगी। इससे सरकार को 21,000 करोड़ रुपए मिलेंगे। आईपीओ के आधार पर एलआईसी का मूल्यांकन छह लाख करोड़ रुपए बैठता है। इश्यू साइज में लगातार कटौती की गई है, रूस यूक्रेन संकट की वजह से बिगड़े सेंटीमेंट्स को देखते हुए सरकार ने इश्यू साइज में कटौती की है। एंकर निवेशकों के लिए आईपीओ 2 मई को खुलेगा।

## पेट्रोल-डीजल की बढ़ती कीमतों पर पहली बार बोले पीएम मोदी, गैर-बीजेपी शासित राज्यों से कहा- अपने यहां कम करें टैक्स

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

कोरोना वायरस के देश में फिर से बढ़ते मामलों को देखते हुए राज्यों के मुख्यमंत्रियों के साथ बुलाई गई अहम बैठक में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पश्चिम बंगाल, महाराष्ट्र और केरल समेत कई गैर बीजेपी शासित राज्यों पर निशाना साधते हुए कहा कि वे पेट्रोल-डीजल की बढ़ती कीमतों का बोझ कम करने के लिए अपने यहां टैक्स कम करें। तेल की बढ़ती कीमतों पर पहली बार बोलते हुए पीएम मोदी ने कहा कि मेरी इन राज्यों से प्रार्थना है कि नंवबर में जो करना था, वो अब करें और वैट कम करके नागरिकों को इसका लाभ पहुंचाएं।

प्रधानमंत्री मोदी ने कोरोना संकट के बीच युद्ध के बाद बदले हालात पर कहा कि रूस और यूक्रेन के बीच युद्ध शुरू होने से जो परिस्थिति पैदा हुई है, जिससे सप्लाई चैन प्रभावित हुई है, ऐसे माहौल में दिनों-दिन चुनौतियां बढ़ती जा रही हैं। ये वैश्विक संकट अनेक चुनौतियां लेकर आ रहा है। ऐसे में केंद्र और राज्य के बीच तालमेल को और बढ़ाना अनिवार्य हो गया है। प्रधानमंत्री मोदी ने आज राज्यों के मुख्यमंत्रियों, केंद्र शासित प्रदेश के उपराज्यपालों और प्रशासकों के साथ वीडियो कांफ्रेंस के जरिए कोरोना महामारी की ताजा स्थिति की समीक्षा के बाद अपने संबोधन में यह बात कही।

कुछ राज्यों ने अपने यहां कम नहीं किया टैक्स: PM मोदी

पेट्रोल-डीजल की कीमतों में कमी नहीं करने के लिए कई राज्यों को निशाने पर लेते हुए पीएम मोदी ने कहा कि केंद्र सरकार ने पेट्रोल-डीजल की बढ़ती कीमत का बोझ कम करने के लिए एक्साइज ड्यूटी में पिछले नवंबर में कमी की थी। हमारी ओर से राज्यों से भी आग्रह किया गया था कि वो अपने यहां टैक्स कम करें। हालांकि कुछ राज्यों ने तो अपने यहां टैक्स कम कर दिया, लेकिन कुछ राज्यों ने अपने लोगों को इसका लाभ नहीं दिया गया।

**कई राज्यों ने केंद्र की बात नहीं मानी : पीएम मोदी**

गैर-बीजेपी शासित राज्यों पर निशाना साधते हुए प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि महाराष्ट्र, पश्चिम बंगाल, तेलंगाना, आंध्र प्रदेश, केरल, झारखंड और तमिलनाडु ने किसी न किसी कारण से केंद्र सरकार की बातों को नहीं माना और उन राज्य के नागरिकों पर बोझ पड़ता रहा। उन्होंने आगे कहा कि मेरी प्रार्थना है कि नंवबर में जो करना था, अब वैट कम करके आप नागरिकों को इसका लाभ पहुंचाएं। पीएम मोदी ने कहा कि बढ़ती गर्मी के समय में हम अलग-अलग स्थानों पर हम आग की बढ़ती हुई घटनाएं देख रहे हैं। पिछले साल कई अस्पतालों में आग लगी, वो बड़ी दर्दनाक स्थिति थी। मेरा सभी राज्यों से आग्रह है कि हम अभी से अस्पतालों का सेफ्टी ऑडित कराएं, सुरक्षा के इंतजाम पुख्ता करें।

### दुनिया की प्रमुख फसलों में से 87 पूरी तरह या आंशिक रूप से कीट परागणकों पर निर्भर हैं

# दुनियाभर में क्यों घट रही है कीट-पतंगों की संख्या? इसका प्रभाव इतना भयावह होगा कि हम-आप सोच भी नहीं सकते!

**जलवायु** परिवर्तन और आवास के नुकसान के दोहरे खतरों के कारण दुनियाभर में कीट-पतंगों की संख्या तेजी से घट रही है। यही हाल रहा तो कीट प्रजातियों को विनाशकारी गिरावट का सामना करना पड़ सकता है और इसका खामियाजा हम इंसानों कों भी भुगतना पड़ सकता है। कीट धरती पर पारिस्थितिकी तंत्र का बेहद अहम हिस्सा हैं और इनके अस्तित्व पर संकट आया तो खानपान से लेकर आजीविका तक इंसानों पर बेहद बुरा प्रभाव पड़ सकता है।

दरअसल, यूनिवर्सिटी कॉलेज लंदन के सेंटर फॉर बायोडायवर्सिटी एंड एनवायरनमेंट रिसर्च ने दुनिया भर में कीटों की गिरावट का सबसे बड़ा आकलन किया है। इसमें लगभग 6,000 स्थानों से 10 लाख नमूने लेकर, उनमें से तीन-चौथाई का आकलन किया गया तो परिणाम चौंकाने वाले आए।

**कीटों की संख्या में कमी चिंता का विषय :** कीटों की संख्या में भारी गिरावट आ रही है इसलिए यह तत्काल चिंता का विषय है। कीट जैव विविधता का नुकसान इन महत्वपूर्ण पारिस्थितिक कार्यों को खतरे में डाल सकता है, जिससे मानव आजीविका और खाद्य सुरक्षा को खतरा हो सकता है। फिर भी दुनिया के बड़े हिस्से में कीटों की गिरावट के वास्तविक पैमाने और प्रकृति के बारे में हमारे ज्ञान में अंतर है।

हम जो कुछ भी जानते हैं वह ग्रह के अधिक समशीतोष्ण क्षेत्रों, विशेष रूप से यूरोप और उत्तरी अमेरिका में एकत्र किए गए डेटा से आता है। उदाहरण के लिए, ग्रेट ब्रिटेन में परागणकों के व्यापक नुकसान की पहचान की गई है, पूरे यूरोप में तितलियों की संख्या में 30 से 50 प्रतिशत की गिरावट आई है। जर्मनी में उड़ने वाले कीड़ों के बायोमास में 76 प्रतिशत की कमी दर्ज की गई है।

**तत्काल क्या किया जा सकता है?** उष्णकटिबंधीय देशों को लेकर ऐसा माना जाता है कि दुनिया की अनुमानित 55 लाख प्रजातियों में से अधिकांश यहां पाई जाती हैं, जिसका अर्थ है कि यहां ग्रह की सबसे बड़ी बहुतायत में कीट जीवन हो सकता है जो हमें एहसास हुए बिना नष्ट भी हो सकता है। खेतों में कम रसायनों का उपयोग करके, फसलों की अधिक विविधता रखने और कुछ प्राकृतिक आवासों को संरक्षित करके कीड़ों पर निवास स्थान के नुकसान और जलवायु परिवर्तन के नकारात्मक प्रभावों को कम किया जा सकता है।

**रिसर्च में और क्या सामने आया?** यूसीएल के रिसर्चर्स टिम न्यूबॉल्ड और चार्ली ऑउथवेट के रिसर्च में काफी सारी जानकारियां सामने आईं। 29 प्रमुख कीट समूहों में से सबसे बड़े तितलियां/पतंगे, भृंग, मधुमक्खियां/ततैया/चींटियां और मक्खियां हैं। माना जाता है कि इनमें से प्रत्येक समूह में 10 लाख से अधिक प्रजातियां शामिल हैं। इतनी बड़ी संख्या की निगरानी करना न केवल लगभग असंभव है, बल्कि 80 प्रतिशत कीड़े अभी तक खोजे नहीं गए हैं, जिनमें से कई उष्णकटिबंधीय प्रजातियां हैं।

टिम और चार्ली का कहना है, "दुनिया भर में हमारे विश्लेषण से यह भी पता चलता है कि जलवायु-दबाव वाले क्षेत्रों में खेती की भूमि, जहां सबसे नजदीकी प्राकृतिक आवास खत्म हो गए हैं, में औसतन 63% कीड़े खो गए हैं, जबकि जहां इनके प्राकृतिक आवास बचे हुए हैं वहां 7% प्रजातियों का नाश हुआ है।"

**हम किस तरह प्रभावित हो सकते हैं?** माना जाता है कि दुनिया की प्रमुख फसलों में से 87 पूरी तरह या आंशिक रूप से कीट परागणकों पर निर्भर हैं, जिनमें से अधिकांश उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों में उगाई जाती हैं। उदाहरण के लिए, कोको मुख्य रूप से मिडज द्वारा परागित होता है। यह मक्खियों का एक समूह है, जो स्कॉटलैंड और उत्तरी गोलार्ध के अन्य हिस्सों में कैंपिंग ट्रिप के लिए कुख्यात है। वास्तव में, चॉकलेट बनाने के लिए आवश्यक कोको को परागित करने में मिडज एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

कोको का अधिकांश उत्पादन इंडोनेशिया, कोटे डी आइवर और घाना में होता है। अकेले इंडोनेशिया में कोको बीन्स का निर्यात प्रति वर्ष लगभग साढ़े सात करोड़ अमेरिकी डॉलर का है। अधिकांश कोको का उत्पादन बड़े बागान मालिकों के बजाय छोटे किसानों द्वारा किया जाता है और कई किसान अपनी आजीविका के लिए इस फसल पर निर्भर हैं।

कोको उत्पादन पहले से ही प्रतिकूल मौसम की घटनाओं से प्रभावित हो रहा है जो जलवायु परिवर्तन से जुड़े हो सकते हैं, गर्म तापमान और बदलते वर्षा पैटर्न कोको पौधों के विकास, परागण और बीज उत्पादन में परिवर्तन में शामिल हैं।

## बहुत जल्द और महंगा होगा खाने का तेल इंडोनेशिया का एडिबल ऑयल निर्यात पर बैन

*आने वाले दिनों में खाने का तेल और महंगा हो सकता है। दुनिया का टॉप पाम ऑयल प्रोड्यूसर इंडोनेशिया ने घरेलू कमी को कम करने और आसमान छूती कीमतों पर लगाम लगाने के लिए खाने के तेल और उसके कच्चे माल के निर्यात पर प्रतिबंध लगाने का फैसला किया है।*

फूड इंफ्लेशन सेगमेंट में ऑयल इंफ्लेशन में मार्च में 18.79 फीसदी की तेजी दर्ज की गई, जो फरवरी महीने में 16.4 फीसदी थी। रिजर्व बैंक के लिए फूड इंफ्लेशन गंभीर चिंता क विषय बन गया है। इंडोनेशिया के राष्ट्रपति जोको विडोडो एडिबल ऑयल और कच्चे माल के निर्यात पर बैन लगाने की घोषणा शुक्रवार को की। इससे एक दिन पहले राजधानी में सैकड़ों लोगों ने खाद्य वस्तुओं की महंगाई के विरोध में प्रदर्शन किया था।

**28 अप्रैल से ऑयल एक्सपोर्ट पर लगेगा बैन :** इंडोनेशिया ने 28 अप्रैल से अनिश्चितकाल के लिए पाम ऑयल और कच्चा माल एक्सपोर्ट बैन करने का फैसला किया है। विडोडो ने एक बयान में कहा, मैं इस नीति के कार्यान्वयन की निगरानी और मूल्यांकन जारी रखूंगा, ताकि देश में खाद्य तेल की उपलब्धता पर्याप्त मात्रा में और वाजिब कीमत पर बनी रहे।

**भारत सबसे बड़ा कंज्यूमर :** भारत दुनिया का सबसे बड़ा एडिबल ऑयल इंपोर्टर है। दुनिया में सबसे ज्यादा पाम ऑयल को खाने में इस्तेमाल किया जाता है। इंडोनेशिया सरकार की तरफ से उठाए गए इस फैसले का गंभीर असर हो सकता है। पाम ऑयल का भाव पहले से ही रिकॉर्ड स्तर पर है। दुनिया में इसकी डिमांड बढ़ रही है, जबकि प्रोडक्शन में इस साल कमी आई है। इंडोनेशिया और मलेशिया पाम ऑयल के दो बड़े उत्पादक हैं। जनवरी में भी इंडोनेशियल ने पाम ऑयल एक्सपोर्ट रोक दिया था जिसे मार्च में हटाया गया था।

**सूरजमुखी तेल की भी भारी किल्लत :** यूक्रेन क्राइसिस के कारण दुनिया में सूरजमुखी तेल की भारी किल्लत हो गई है। दुनिया में सूरजमुखी तेल का जितना निर्यात किया जाता है, उसका 76 फीसदी ब्लैक सागर के रास्ते से होता है। रूस ने यहां अवरोध पैदा कर दिया है। फरवरी से ही रूस की सेना यूक्रेन में है जिसके कारण आवाजाही बुरी तरह प्रभावित है।

# विश्वभर में अब जीना क्यों होता जा रहा है और महंगा

*जानकारी के अनुसार, विश्व के ज्यादातर देशों में महंगाई का कराण ईंधन की कीमतों में इजाफा होना है। दुनियाभर के विभिन्न देशों में जो महंगाई देखी जा रही है उसके पीछे की वजह पेट्रोल-डीजल का महंगा होना है।*

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

दुनिया में वर्तमान समय में महंगाई के कारण लोगों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। आज के इस दौर में घरेलू सामान से लेकर कंप्यूटर तक की कीमतें बढ़ती जा रही हैं। महंगाई में कोरोना वायरस महामारी की बड़ी भूमिका बताई जा रही है। कोविड के दौरान लगे लॉकडाउन और अन्य आर्थिक प्रतिबंधों की वजह से महंगाई बढ़ी है! मीडिया रिपोर्ट के अनुसार, एक विश्लेषण में उन कारकों की पड़ताल की गई है जोकि महंगाई के सबसे प्रत्यक्ष और प्रमुख कारण बन गए हैं। विश्वभर में अब जीना क्यों होता जा रहा है और महंगा जानकारी के अनुसार, विश्व के ज्यादातर देशों में महंगाई का कराण ईंधन की कीमतों में इजाफा होना है। दुनियाभर के विभिन्न देशों में जो महंगाई देखी जा रही है उसके पीछे की वजह पेट्रोल-डीजल का महंगा होना है। दुनियाभर के देशों में कोरोना वायरस महामारी के दौरान शुरुआत में ईंधन की मांग कम हो गई थी। लेकिन अब बाद में अमेरिका, ब्रिटेन, ईयू, एशिया के देशों के अलावा अन्य देशों में इसकी मांग बहुत तेजी से बढ़ी है। सभी घरेलू सामानों की कीमत इन दिनों आसमान छूने लगी हैं। कोरोना वायरस महामारी को फैलने से रोकने के लिए लगाए गए लॉकडाउन के दौरान ग्राहक घर में बैठा रहा और मार्केट बंद थे। मांग और स्पलाई बहुत ज्यादा कम हो गई थी। वहीं रेस्टोरेंट, खाने पीने से संबंधी उद्योग पूरी तरह से बंद हो गए थे। इसके अलावा कारखाने, कच्चे माल की स्पाई पूरी तरह से चौपट हो गई थी।

प्लास्टिक, कंक्रीट, स्टील आदि के दामों में खूब बढ़ोतरी देखने को मिली। नतीजा यह हुआ की हर चीज की मंहगी होने लग गई। बता दें कि ईंधन के दामें के कारण से ही नहीं विश्वभर में शिपिंग कंपनियों को कोरोना वायरस के दौरान एक बड़ी समस्या का सामना करना पड़ा था। लॉकडाउन लगने के कारण माल की ढुलाई पूरी तरह से बंद थी। लेकिन, कोरोना वायरस के केस कम होने के बाद जैसे ही लॉकडाउन खुला तो माल की ढुलाई तंत्र पर अधिक दबाव पड़ा गया। इसका सीधा दबाव रीटेलर पर पड़ा। महामारी की वजह से विश्व की कई अर्थव्यवस्थाएं तक चरमरा गईं। इसका सबसे अच्छा उदारण ब्रिटेन है। प्लेन में पायलट और को-पायलट को अलग-अलग खाना क्यों दिया जाता है, क्या आप जानते हैं? ब्रिटेन में बीते वर्ष के उत्तरार्द्ध में सप्लाई चेन चरमराने से अफरा तफरी की स्थिति बन गई थी। ऐसा केवल शिपिंग कंपनियों के साथ ही नहीं हवाई और सड़क परिवहन में भी हुआ था। कोरोना वायरस महामारी के दौरान लोगों का रोजगार छिन गया। लोगों को नौकरियां चली गईं। अब कंपनियों को कर्मचारी को भर्तियां करने में काफी परेशनियों का सामना करना पड़ रहा है। जिस वजह से अब भत्तों को को बढ़ाने की नौबत आ गई है। कामकारों की मांग बढ़ने की वजह से कंपनियां नए-नए ऑफर दे रही हैं। आने वालों दिनों में यह सब और बढ़ने वाला है। वहीं कामगारों की कमी फैक्ट्रियों के मालिकों पर भी दबाव बना रही है। इसका नतीजा महंगाई के रूप में ही देखने को मिल रहा है। बता दें कि विश्वभर में असीम मौसम की वजह से भी आर्थिक नुकसान का असर महंगाई पर हो रहा है। यही वजह है कि विश्वभर में जीना महंगा होता चला जा रहा है।

### 31 मई तक पंचायती ज़मीनों से 5000 एकड़ कब्जे छुड़ाने की मुहिम की शुरूआत

# पंचायत मंत्री की उपस्थिति में 29 एकड़ पंचायती ज़मीन से अवैध कब्जा हटाया

**चंडीगढ़.** पंजाब के ग्रामीण विकास एवं पंचायत मंत्री द्वारा राज्य भर में पंचायती ज़मीनों से अवैध कब्ज़े हटाने के आदेशों का पालन करते हुए आज मोहाली ज़िले से शुरुआत कर दी गई है। शिवालिक पहाडिय़ों की जड़ों में न्यू चण्डीगढ़ के बिल्कुल नज़दीक ब्लॉक माजरी के गाँव अभीपुर की करोड़ों रुपए की बेहद कीमती 29 एकड़ पंचायती ज़मीन का कब्ज़ा गाँव की पंचायत द्वारा ले लिया गया है। ग्रामीण विकास एवं पंचायत मंत्री, राजस्व विभाग और ग्रामीण विकास एवं पंचायत विभाग के वरिष्ठ अधिकारियों की हाजिऱी में पूरी कानूनी प्रक्रिया की पालना करते हुए कब्ज़ा लेने की यह कार्यवाही पूरी की गई। इस मौके पर कुलदीप धालीवाल ने

जानकारी साझा करते हुए बताया कि बिक्रम सिंह नामी व्यक्ति द्वारा 2007 से इस ज़मीन पर अवैध कब्ज़ा किया हुआ था। उन्होंने बताया कि क्लैकटर एस.ए.एस. नगर द्वारा इस ज़मीन से अवैध कब्ज़ा हटाने के लिए 2014 में आदेश जारी किए गए थे। परन्तु कुछ कानूनी अड़चनों के चलते विभाग के अधिकारी और पंचायत यह कब्ज़ा छुड़ा नहीं सके थे। पंचायत मंत्री ने बताया कि मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली सरकार बनते ही पहले महीने में यह बड़ी कार्यवाही करते हुए आज एस.ए.एस. नगर ज़िले की यह बेशकीमती ज़मीन से अवैध कब्ज़ा छुड़वा लिया गया है।

इसके साथ ही कुलदीप धालीवाल ने कहा कि आज पंचायती ज़मीनों से अवैध कब्ज़े छुड़ाने की मुहिम की शुरुआत हो गई है और 31 मई तक 5000 एकड़ ज़मीन से अवैध कब्ज़े हटाए जाएंगे। इसके उपरांत हर महीने लक्ष्य निर्धारित कर अवैध कब्ज़े हटाने की यह मुहिम लगातार जारी रहेगी। इसके साथ ही उन्होंने जस्टिस कुलदीप सिंह द्वारा अवैध कब्ज़ों वाली रिपोर्ट के बारे में पूछे गए सवाल के जवाब में कहा कि जल्द ही इस रिपोर्ट को जाँच कर बनती कार्यवाही पूरी की जाएगी। ग्रामीण विकास एवं पंचायत मंत्री ने इसके साथ ही कहा कि पंजाब सरकार राज्य की सभी पंचायती ज़मीनों से अवैध कब्ज़े हटाने के लिए प्रतिबद्ध है और बिना किसी भेदभाव के यह कब्ज़े हटाए जाएंगे और पंचायतों की ज़मीनें पंचायतों को सौंपी जाएंगी। उन्होंने कहा कि चाहे कोई रसूखदार हो या साधारण व्यक्ति किसी के पास भी अवैध कब्ज़े नहीं रहने दिए जाएंगे।

इस मौके पर पंचायत विभाग के डायरैक्टर गुरप्रीत सिंह खैहरा, डिप्टी डायरैक्टर जुगिन्दर कुमार, नायब तहसीलदार माजरी दीपक भारद्वाज, डी.डी.पी.ओ एस.ए.एस नगर बलजिन्दर सिंह गरेवाल, बी.डी.ओ माजरी ब्लॉक जसप्रीत कौर और सरपंच गाँव अभीपुर जसपाल कौर भी मौजूद थे।

# इंडियन ऑयल ने सरकारी अस्पताल को अति आधुनिक एंबुलैंस की भेंट

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

इंडियन आईल ने सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं को बढावा देने के लिए विशेष प्रयास किया है जिसके अंर्तगत इंडियन आईल ने अति आधुनिक एंबुलैंस सरकारी अस्पताल फगवाड़ा को दान की है। डिप्टी कमिशनर विशेष सारंगल के नेतृत्व में एक अति आधुनिक एंबुलैंस सरकारी अस्पताल फगवाड़ा को भेंट की गई है। इस मौके पर डीसी सारंगल ने एंबुलैंस की चाबी सिविल सर्जन डा. गुरिन्दरबीर कौर को सौंपी । डिप्टी कमिशनर ने इंडियन आईल के मुख्य जनरल मैनेजर प्रमोद चिली, डिप्टी जनरल मैनेजर नीरज कुमार सिंह और अन्य को इस एंबुलैंस के लिए धन्यवाद किया और कहा कि ज़िला प्रशासन के लोगों को स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने में यह एंबुलैंस बहुत मददगार साबित होगी। इंडियन आईल के आधिकारियों ने बताया कि लगभग 13.50 लाख रुपए की यह एंबुलैंस पूरी ए.सी., लगातार आक्सीजन स्पलाई करने वाली है, जो कि सरकारी अस्पताल फगवाड़ा के अंतर्गत नजदीकी गाँवों को सेवा प्रदान करेगी। इस अवसर पर डिप्टी जनरल मैनेजर जसजीत सिंह, लखविन्दर सिंह आपरेशन मैनेजर, डा. कमल किशोर एस.एम.ओ. फगवाड़ा और अन्य उपस्थित थे।

# अत्याधिक गर्मी के कारण पंजाब में 40% से अधिक बिजली की खप्त बढ़ी : जीवन ज्योत कौर

### विधायका ने कहा- सीएम के आदेश के बाद रोपड़ थर्मल प्लांट की इकाई हुई शुरू

**चंडीगढ़ :** आम आदमी पार्टी (आप) पंजाब की नेता और अमृतसर पूर्व से विधायक जीवन ज्योत कौर ने पंजाब में मौजूदा बिजली संकट के लिए पिछली कांग्रेस और अकाली दल की सरकारों को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा कि पिछली सरकारों की नाकामी और उनके द्वारा लिए गए निजी व स्वार्थी फैसलों की भारी कीमत आज पंजाब की जनता को चुकानी पड़ रही है। गुरुवार को पार्टी मुख्यालय से जारी एक बयान में विधायक जीवन ज्योत कौर ने कहा कि पिछले 75 सालों से सरकारों ने बिजली व्यवस्था खराब बनाए रखी,थर्मल प्लांट की हालत बदतर की। लेकिन भगवंत मान के नेतृत्व वाली आम आदमी पार्टी की सरकार इस स्थिति से निपटने के लिए अथक प्रयास कर रही है। सीएम भगवंत मान के आदेश के बाद रोपड़ थर्मल प्लांट की बंद इकाई को दोबारा शुरू किया गया है। तलवंडी थर्मल प्लांट की प्रभावित इकाई भी जल्द शुरू होगी।

आप विधायक ने कहा कि सीएम

भगवंत मान खुद पूरे मामले की निगरानी कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि पंजाब में आम आदमी सरकार इस मुद्दे को जल्द से जल्द हल करने के लिए प्रतिबद्ध है और इस क्षेत्र से संबंधित सभी समस्याओं से निपटने और उसमें सुधार के लिए टीम काम कर रही है ताकि पिछली सरकारों के जनविरोधी फैसलों के कारण पैदा हुए बिजली संकट को खत्म किया जाए। उन्होंने कहा कि न केवल पंजाब बल्कि पूरा देश अभी बिजली संकट से जूझ रहा है। पिछले एक सप्ताह में देश में गहराए बिजली सकंट के करण 623 मीलियन यूनिट की कमी पाई गई थी।

पंजाब में आम आदमी पार्टी की सरकार धान के मौसम में पर्याप्त बिजली आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए लगातार काम कर रही है। इसको लेकर मुख्यमंत्री भगवंत मान और बिजली मंत्री हरभजन सिंह ईटीओ ने केंद्रीय बिजली मंत्री राज कुमार सिंह के साथ मीटिंग की है। उन्होंने कहा कि इस मुद्दे को हल करना सरकार की प्राथमिकता में है और भविष्य में राज्य में बिजली के कमी न हो, यह सुनिश्चित करने के लिए थर्मल प्लांटों की स्थिति में बड़े पैमाने पर सुधार किया जाएगा।

# पंजाब सरकार ने 20 कल्याण बोर्ड किए भंग

**चंडीगढ़.** पंजाब के सामाजिक न्याय, अधिकारता एवं अल्पसंख्यक मंत्री डॉ. बलजीत कौर ने आज बताया कि मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार ने तत्काल प्रभाव से 20 कल्याण बोर्डों को भंग करने का निर्णय लिया है। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि जल्द ही उनकी सरकार इन बोर्डों के नए

अधिकारियों की नियुक्ति करेगी। डॉ. बलजीत कौर ने बताया कि इन कल्याण बोर्डों में कम्बोज वैलफेयर बोर्ड, बाज़ीगर और टपरीवास वैलफेयर बोर्ड, ब्राह्मण वैलफेयर बोर्ड, खतरी अरोड़ा वैलफेयर बोर्ड, दलित वैलफेयर बोर्ड, राय सिख वैलफेयर बोर्ड, राजपूत कल्याण वैलफेयर बोर्ड, विमुक्त जाति वैलफेयर बोर्ड, प्रजापत वैलफेयर बोर्ड, सैनी वैलफेयर बोर्ड, रामगढिया वैलफेयर बोर्ड, अग्रवाल वैलफेयर बोर्ड, गुर्जर वैलफेयर बोर्ड, बैरागी वैलफेयर बोर्ड, स्वर्णकार वैलफेयर बोर्ड, सैन वैलफेयर बोर्ड, पंजाब मुस्लिम वैलफेयर बोर्ड, प्रवासी वैलफेयर बोर्ड, कनौजिया वैलफेयर बोर्ड और मसीह भलाई बोर्ड को तत्काल प्रभाव से भंग कर दिया गया है।

# सीएचसी बस्ती गुजां में अल्ट्रासाउंड मशीन का शुभारंभ

### विधायक शीतल अंगुराल व सिविल सर्जन रंजीत सिंह ने किया उद्घाटन

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

शहरी सीएचसी स्वास्थ्य विभाग ने गुरुवार को बस्ती गुजां में स्वास्थ्य सुविधा को बढ़ाने के लिए अल्ट्रासाउंड स्कैन मशीन लगाई। जालंधर (पश्चिम) विधानसभा क्षेत्र के विधायक शीतल अंगुराल और सिविल सर्जन जालंधर डॉ. रंजीत सिंह ने इसका उद्घाटन किया और स्कैनिंग सेवाओं का शुभारंभ किया।

सिविल सर्जन जालंधर डॉ. रणजीत सिंह ने बताया कि यह स्कैन मशीन स्व. डॉ. जीएस गिल, पूर्व आईएमए प्रधान पंजाब की याद में उनके परिवार द्वारा भेंट की गई है। उन्होंने कहा कि मरीज 200 रुपये में निर्धारत सरकारी रेट पर अपनी स्कैन करवा सकते हैं जबकि गर्भवती औरतों की स्कैन मुफ्त की जाएगी। इसके लिए विशेष

तौर पर रेडियोलॉजिसट की ड्यूटी लगाई गई है। उन्होंने कहा कि मरीज सरकारी दर से अपना स्कैन करा सकते हैं। विधायक शीतल अंगुराल ने स्वास्थ्य विभाग और डोनर परिवार के इस कदम की सराहना की। उन्होंने कहा कि शहरी सीएचसी में स्कैनिंग मशीन लगाने से उनके क्षेत्र के लोगों को काफी लाभ मिलेगा। उन्होंने कहा कि अब क्षेत्र के लोगों को स्कैनिंग के लिए दूर नहीं जाना पड़ेगा और उन्हें यह सुविधा अस्पताल के अंदर ही मिल जाएगी। इस अवसर पर उन्होंने अस्पताल का निरीक्षण भी किया।

# पंजाब के फैसलों में केजरीवाल के हस्तक्षेप से 'आप' का असली चेहरा हुआ बेनकाब : अश्वनी शर्मा

**चंडीगढ़.** पंजाब में आम आदमी पार्टी की सरकार को "कठपुतली" करार देते हुए प्रदेश भाजपा अध्यक्ष अश्वनी शर्मा ने पार्टी मुख्यालय में कहा

कि केजरीवाल पंजाब में भगवंत मान को मुख्यमंत्री नहीं बल्कि अपनी कठपुतली बना कर दिल्ली से शासन चला रहे हैं। केजरीवाल द्वारा पंजाब को हाईजैक करके भगवंत मान को सचमुच हंसी का पात्र बना दिया गया है। अश्वनी शर्मा ने इस बात पर अफसोस जताते हुए कि पंजाब के चुनावी इतिहास में राज्य कभी भी किसी अन्य राज्य के मुख्यमंत्री के अधीन नहीं हुआ और राज्य में राजनीतिक दल और नौकरशाह ही शासन करते आए हैं और वो इसमें सक्षम हैं। पंजाब की नौकरशाही और आम आदमी पार्टी द्वारा चुने गए विधायक और मंत्रियों के लिए इतना अपमानजनक है कि दिल्ली के साथ 'ज्ञान समझौते' पर हस्ताक्षर किए जा रहे हैं। शर्मा ने कहा कि इससे पूरे राज्य में प्रशासनिक कर्मचारियों का मनोबल टूट जाएगा। यदि नेता प्रशासनिक कर्मचारियों को उचित सम्मान नहीं देते हैं तो राज्य कुशलतापूर्वक से नहीं चलते हैं।

# डिप्टी कमिशनर ने स्मार्ट सिटी प्रोजैक्ट संबंधी दिए आदेश

### * सीवरेज की सफ़ाई के लिए जैटिंग मशीनें खरीदने के प्रस्ताव भेजने के निर्देश
### * इंटैगरेटिड कमांड कंट्रोल सैंटर और सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट की स्थापना का भी लिया जायज़ा

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

डिप्टी कमिशनर कपूरथला विशेष सारंगल ने स्मार्ट सिटी सुल्तानपुर लोधी के अलग -अलग प्रोजैक्टों के साथ सबंधित विभागीय आधिकारियों को कहा है कि वह गुरू की नगरी में चल रहे प्रोजैक्टों के काम में तेज़ी लाए, जिससे धार्मिक पर्यटन को बढावा मिल सके। आज यहाँ स्मार्ट सिटी के साथ सबंधित अलग -अलग प्रोजैक्टों जिसमें मुख्य तौर पर सीवरेज़ ट्रीटमेंट प्लांट की स्थापना, पेढा द्वारा सौर ऊर्जा के कामों, 3 स्मार्ट स्कूलों, आंगणवाड़ी, इंटैगरेटिड कमांड कंट्रोल सैंटर, पवित्र बेई के किनारों के सुन्दरीकरण के इलावा सुल्तानपुर लोधी को कपूरथला के साथ जोड़ती सड़क बारस्ता रेल कोच फैक्ट्री और फत्तूढींगा को मुंडी मोड तक चौड़ा करने के काम का जायज़ा लिया।

डिप्टी कमिशनर ने अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर जनरल अदित्या उप्पल और एस.डी.एम. रणदीप सिंह को कहा कि वह अलग -अलग प्रोजैक्टों को समय पर पूरा करने के लिए निजी तौर पर काम की निगरानी करे। डीसी ने कहा कि इंटैगरेटिड कमांड कंट्रोल सैंटर के अंतर्गत शहर की सुरक्षा के लिए सी.सी.टी.वी. कैमरे लगाने और उनको केंद्रीय कंट्रोल के साथ जोड़ने के काम में सबंधित तेज़ी लाए।

इसके इलावा उन्होंने लोक निर्माण विभाग और शिक्षा विभाग को कहा कि वह 3सरकारी स्मार्ट स्कूलों की स्थापना जिसमें सुल्तानपुर लोधी शहर के लड़कियों और लड़कों के सरकारी स्कूल भी शामिल हैं, के काम को तेज़ी के साथ करने के लिए तालमेल बढ़ाने पर ज़ोर दिया। डीसी ने यह भी कहा कि सुल्तानपुर लोधी की तरफ सड़क रास्ते यातायात को और बढिया करने के लिए सुल्तानपुर लोधी से डडविंडी और सुल्तानपुर लोधी से मुंडी मोड़ तक सड़क को 4मार्गीय करने के काम की गति बढाई जाए, जिससे गुरू की नगरी आने वाली संगत को सुविधा मिलेगी। उन्होंने शहर की सफ़ाई और सीवरेज की सफ़ाई के लिए नगर कौंसिल को कहा कि वह जैटिंग मशीनों और साजो समान के लिए तुरंत प्रस्ताव भेजे। इसके इलावा पेढा के आधिकारियों ने जानकारी दी कि सौर ऊर्जा के पैनल स्थापित करने के बाद उनकी बिजली ग्रिड के साथ सिन्क्रोनाइजेशन (ग्रिड के साथ जोड़ना) हो गई है। इस मौके अलग -अलग विभागों के अधिकारी भी उपस्थित थे।

# अंतिम चुनौती पर विजय

संयुक्त राष्ट्र द्वारा अपनाए गए एसडीजी-7 लक्ष्यों के तहत निर्धारित प्रमुख परिणामों में एक है - 2030 तक ऊर्जा पहुंच सुनिश्चित करना। ऊर्जा की कमी का लोगों के जीवन की गुणवत्ता पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। रोजगार के लिए आर्थिक अवसरों को कम करने के अलावा, ऊर्जा उपलब्धता में कमी स्वास्थ्य और शिक्षा क्षेत्रों में ऐसे सामाजिक परिणामों की ओर ले जाती है, जिन्हें अच्छा नहीं कहा जा सकता। ऊर्जा पहुंच का अभाव समाज के कमजोर वर्गों को सबसे अधिक प्रभावित करता है। घरों में बिजली आपूर्ति की कमी, लैंगिक असमानता से संबंधित प्रभावों के अलावा, महिलाओं को अधिक कड़ी मेहनत के लिए बाध्य करती है तथा दुनिया के शेष हिस्सों से गैर-विद्युतीकृत आबादी के संपर्क को काट देती है।

2014 तक, भारत में कुल 18,374 गांवों में बिजली नहीं पहुंची थी। 15 अगस्त, 2015 को, भारत के प्रधानमंत्री ने लाल किले की प्राचीर से 1000 दिनों के भीतर देश भर में शेष गैर-विद्युतीकृत गांवों को विद्युतीकृत करने का संकल्प लिया। दीन दयाल उपाध्याय ग्राम ज्योति योजना (डीडीयूजीजेवाई) के तहत एक चुनौतीपूर्ण समय सीमा के भीतर इसे पूरा करना एक विशाल कार्य था। देश के बिजली क्षेत्र द्वारा महीनों के दृढ़ प्रयासों के बाद, 28 अप्रैल 2018 को, मणिपुर के चट्टान वाले पहाड़ों में बसे एक छोटे से गांव, लीसांग में बिजली के पहले बल्ब की रोशनी के साथ, भारत ने 100 शत-प्रतिशत ग्राम विद्युतीकरण के ऐतिहासिक लक्ष्य को हासिल किया।

इस विद्युतीकरण की कहानी को केवल संख्या के आधार पर व्यक्त नहीं किया जा सकता, बल्कि यह धैर्य और परिश्रम के साथ दुर्गम बाधाओं पर विजय प्राप्त करने की कहानी है। ग्रामीण विद्युतीकरण के अंतिम चरण में सबसे दुर्गम इलाके- रेगिस्तान, पर्वत श्रृंखलाएं, नदियां और वामपंथी उग्रवाद प्रभावित क्षेत्र- शामिल थे। भारत जैसे विशाल और विविधता वाले देश के अंधेरे कोनों में बिजली पहुंचाना, एक महान कार्य था। देश के कोने-कोने को रोशन करने के संकल्प के साथ, इस कार्य को पूरा करने के लिए एक देशव्यापी 'टीम पावर' का औपचारिक रूप से गठन किया गया। पारदर्शिता और जवाबदेही सुनिश्चित करने के लिए एक नयी निगरानी प्रणाली विकसित की गई। प्रक्रिया की शुरू से अंत तक निगरानी की गई और सर्वेक्षण, सरकारी खरीद, अवसंरचना निर्माण एवं बिजली-आपूर्ति समेत प्रत्येक विवरण पर ध्यान केन्द्रित किया गया। उन गांवों को विद्युतीकृत करने के लिए अभिनव ऑफ-ग्रिड समाधानों का उपयोग किया गया, जो राष्ट्रीय ग्रिड से नहीं जुड़े थे। कई दूर-दराज के इलाके सड़क मार्ग से भी नहीं जुड़े थे। कई क्षेत्रों में, भारतीय वायु सेना की मदद से गांवों के विद्युतीकरण के लिए आवश्यक उपकरण पहुंचाए गए। यह केंद्र और राज्यों की विभिन्न संस्थाओं और एजेंसियों के बीच निर्बाध सहयोग का एक आदर्श उदाहरण था।

भारत की लगभग दो तिहाई जनसंख्या ग्रामीण क्षेत्रों में निवास करती है। हालांकि, बुनियादी सुविधाओं तक बढ़ती पहुंच के साथ और ग्रामीण भारत के बदलते परिदृश्य को देखते हुए, ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों के बीच का अंतर धीरे-धीरे समाप्त होता जा रहा है। बिजली के घरेलू उपकरण, टेलीविजन और मोबाइल के उपयोग समेत आधुनिक सुविधाएं अब शहरी क्षेत्रों तक ही सीमित नहीं हैं। बच्चे पढ़ाई के लिए दिन के उजाले पर निर्भर नहीं रहते। ग्रामीण इलाकों के विकास पर निरंतर ध्यान देने के साथ, हमारे गांव मुख्यधारा से तेजी से जुड़ रहे हैं।

डीडीयूजीजेवाई की सफलता ने घरेलू विद्युतीकरण योजना- सौभाग्य की शुरुआत करने का मार्ग प्रशस्त किया, जिसका उद्देश्य हर घर को विद्युतीकृत करना है। अंतर्राष्ट्रीय ऊर्जा एजेंसी (आईईए) भारत के ग्रामीण विद्युतीकरण कार्यक्रम को सफलता की एक स्पष्ट कहानी के रूप में पेश करती है और अपने प्रकाशन "एनर्जी एक्सेस आउटलुक 2017" में इसे ऊर्जा पहुंच के उज्ज्वल प्रतीक के रूप में रेखांकित करती है। हम 'आजादी का अमृत महोत्सव'- भारत की आजादी के 75 साल, मना रहे हैं, हमें प्रत्येक उपलब्धि को, अंत्योदय के लक्ष्य को हासिल करने के क्रम में भारत द्वारा उठाये गए एक और कदम के रूप में देखना चाहिए।

**लेखक-विशाल कपूर**
**संयुक्त सचिव, विद्युत मंत्रालय**

# विराट कोहली को युवराज सिंह ने दी सलाह, बताया- कैसे मिल सकती है खोई हुई फॉर्म

**मुंबई.** आईपीएल 15 में विराट कोहली की फॉर्म कुछ ख़ास नहीं रही है। वो लगातार रन बनाने के लिए जूझ रहे है। जिसके बाद अब उनके समर्थन में युवराज सिंह उतर आए हैं और उन्होंने कोहली को फॉर्म में हासिल करने को लेकर कुछ जरूरी टिप्स दिए हैं।

विराट कोहली की फॉर्म को लेकर बात करते हुए युवराज सिंह ने कहा कि जिस तरह की फॉर्म में है वो, उससे जाहिर हैं कि वो भी खुश नहीं होंगे। हमने उन्हें शतक पर शतक बनाते हुए देखना है। उन्होंने अपने लिए एक बेंच मार्क सेट कर रखा है। उन्हें एक बार फिर से युवा विराट कोहली को देखना होगा। उन्हें एक बार फिर से फ्री होकर खेलने की जरूरत है। अगर वो ये बदलाव कर लेते हैं तो वो एक बार फिर से पहले जैसे बन सकते हैं।

उन्होंने खुद को साबित किया है और वो एक मजबूत वर्क एथिक्स में विश्वास करते हैं।' रवि शास्त्री ने भी उन्हें ब्रेक लेने की सलाह दी थी। इस दौरान उन्होंने कहा था कि कोहली को इस समय आईपीएल से भी ब्रेक लेने की जरूरत है। अगर वो अपने करियर को और ज्यादा लंबा करना चाहते हैं तो उन्हें इस समय क्रिकेट से ब्रेक लेना होगा। उनके अलावा केविन पीटरसन ने भी कोहली को ब्रेक लेने की सलाह दी थी। उन्होंने कहा था कि कोहली को कुछ समय के लिए

फोटो स्रोत- ट्विटर

ब्रेक लेना चाहिए। इस दौरान उन्हें सोशल मीडिया से भी दूर रहना होगा। अगर वो ऐसा करते हैं तो वो एक बार फिर से वापसी कर सकेंगे।

## सेंट्रल टाऊन में चोरी की वारदात को अंजाम देने वाला गिरफ्तार

**• थाना-3 की पुलिस ने चोरी की वारदातें करने वाले आरोपी को हरप्रीत सिंह उर्फ हैप्पी पुत्र परमजीत सिंह निवासी रानीपुर कंबोआ फगवाड़ा को गिरफ्तार किया है। पूछताछ के दौरान जिन दुकानदारों को चोरी किया हुआ सोना बेचा था, उनको भी गिरफ्तार कर लिया गया है। इनके कब्जे से चोरी किया हुआ सोना और नकदी बरामद की गई है। एसीपी सुखजिंदर सिंह, थाना प्रभारी परमदीन खान ने बताया कि 16 अप्रैल 2022 सेंट्रल टाऊन में चोरों ने एक घर में चोरी की वारदात को अंजाम दिया था।**

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.