प्रेरणा
लक्ष्य के आधे रास्ते पर जाकर
कभी वापस न लौटें...
क्योंकि वापस जाने पर भी
आधा रास्ता पार करना पड़ता है..!

सच कहने की ताकत
साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-3 • 27 MAY TO 02 JUNE 2022 • VOLUME-44 • 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 : 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

सीएम ने ब्रिटेन के उच्चायुक्त के साथ की मुलाकात

मान ने की चंडीगढ़ से लंदन के बीच सीधी उड़ान की वकालत

• पंजाब और ब्रिटेन द्वारा कृषि, आईटी, खाद्य प्रसंस्करण, उच्च शिक्षा, खेल, सार्वजनिक परिवहन और बायोमास जैसे क्षेत्रों में सहयोग बढ़ाने पर सहमति

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब और ब्रिटेन ने आज कृषि, सूचना एवं प्रौद्यौगिकी (आई.टी.), खाद्य प्रसंस्करण, उच्च शिक्षा, खेल, सार्वजनिक परिवहन (इलेक्ट्रिक बसें) और बायोमास जैसे क्षेत्र में और अधिक सहयोग बढ़ाने की सहमति दी। गुरूवार को मुख्यमंत्री भगवंत मान की ब्रिटेन के उच्चायुक्त एलेक्स एलिस की मुख्यमंत्री के सरकारी आवास में हुई मुलाकात के दौरान लिया गया।

बैठक के दौरान इन क्षेत्रों में पंजाब और ब्रिटेन के बीच सहयोग की व्यापक संभावनाएं होने पर सहमति बनी। मुख्यमंत्री ने कहा कि पंजाब में निवेश करने के इच्छुक निवेशकों को सभी मंजूरियाँ सिंगल विन्डो ऑनलाइन सिस्टम के साथ मिलने को सुनिश्चित बनाया जाएगा। उन्होंने कहा कि पंजाब सरकार यह बात सुनिश्चित बनाएगी कि निवेशकों को पंजाब में निवेश करने में किसी भी तरह की दिक्कत का सामना ना करना पड़े।

लंदन के हीथ्रो हवाई अड्डे और चंडीगढ़ के बीच सीधी उड़ान होने का मुद्दा उठाते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि इससे ख़ास तौर पर पंजाब और साथ लगते तकरीबन पाँच राज्यों को फ़ायदा होगा। उन्होंने कहा कि यह उड़ान पंजाबियों के लिए पश्चिम के द्वार के तौर पर काम करेगी। भगवंत मान ने कहा कि कई एयरलाईनों के प्रबंधक उनके संपर्क में हैं और एक बार मंजूरी मिलने की देर है, यहाँ से उड़ानें शुरू हो जाएंगी। ब्रिटेन के उच्चायुक्त ने इस सम्बन्धी हर संभव सहयोग का मुख्यमंत्री को आश्वासन दिया।

मुख्यमंत्री द्वारा जर्मन निवेशकों को पंजाब में निवेश के लिए न्योता

पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान ने पंजाब को बहुत सारे अवसर प्रदान करने वाली धरती के रूप में पेश करते हुए राज्य में निवेश के लिए जर्मन निवेशकों को न्योता दिया। मुख्यमंत्री के सरकारी आवास पर गुरूवार सुबह मुलाकात के लिए पहुँचे जर्मन सफ़ारतखाने के मिनिस्टर इक्नॉमिक एंड ग्लोबल अफेयजर् डॉ. स्टीफन कोच और हैड एनर्जी इंडिया डॉ. विनफ्राईड डैम को भगवंत मान ने कहा कि इंजीनियरिंग, ऊर्जा और बायोमास और अन्य क्षेत्रों में जर्मनों की महारत की दुनिया कायल है। उन्होंने कहा कि पंजाब अन्य क्षेत्रों के साथ-साथ इन क्षेत्रों में निवेश के लिए जर्मनों के साथ सहयोग करने के लिए तैयार है। भगवंत मान ने कहा कि राज्य सरकार औद्योगिक विकास में पंजाब को अग्रणी राज्य के तौर पर उभारने के लिए प्रतिबद्ध है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने पहले ही एक ऐसा ढांचा बना लिया है, जिसके अंतर्गत राज्य में उद्योग लगाने के लिए सिंगल विंडो के द्वारा सभी मंजूरियाँ मिलेंगी और इन मंजूरियों में तेज़ी लाने के लिए एक विशेष नोडल अफ़सर नियुक्त किया गया है। उन्होंने कहा कि पंजाब में निवेश के इच्छुक निवेशक मंजूरी के लिए ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं और मंजूरियाँ तेज़ी से दी जाएंगी। भगवंत मान ने कहा कि बढिय़ा मौसम के हालात और अमन के साथ-साथ पंजाब में भ्रष्टाचार को बिल्कुल भी बर्दाश्त ना करने की नीति अपनाई जा रही है, जिसका निवेशकों को बड़े स्तर पर फ़ायदा मिल सकता है।

खट्टर, गौतम सहित कई दिग्गजों ने किया कार्यकर्ताओं का मार्गदर्शन

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

भारतीय जनता पार्टी पंजाब द्वारा प्रदेश भाजपा मुख्यालय चंडीगढ़ में प्रदेश अध्यक्ष अश्वनी शर्मा के अध्यक्षता में दो दिवसीय विशेष प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया, जिसका शुभारंभ भाजपा राष्ट्रीय महासचिव तथा पंजाब प्रभारी दुष्यंत गौतम ने किया। उनके साथ भाजपा राष्ट्रीय सचिव तथा प्रदेश सह-प्रभारी डॉ. नरेंदर सिंह रैना, हरियाणा के मुख्यमंत्री मनहोर लाल खट्टर, प्रदेश भाजपा महासचिव जीवन गुप्ता, डॉ. सुभाष शर्मा, राजेश बागा, दयाल सिंह सोढ़ी भी उपस्थित थे।

राष्ट्रीय नेतृत्व का भाजपा मुख्यालय पहुँचने पर प्रदेश अध्यक्ष अश्वनी शर्मा ने अपनी टीम के पदाधिकारियों सहित पुष्प-गुच्छ से स्वागत किया। प्रदेश भाजपा अध्यक्ष अश्वनी शर्मा ने आए हुए सभी अतिथियों का स्वागत करते हुए स्वागती भाषण दिया। यह प्रशिक्षण शिविर 27 मई को भी जारी रहेगा।

पंचायत मंत्री ने लुधियाना में 195 एकड़ ज़मीन करवाई कब्जा मुक्त

• जालंधर ब्रीज.लुधियाना

पंजाब सरकार के ग्रामीण विकास एवं पंचायत मंत्री स. कुलदीप सिंह धालीवाल द्वारा आज सरकारी ज़मीनों को नाजायज कब्ज़ों से मुक्त करवाने के लिए अपनी सरकार की दृढ़ प्रतिबद्धता को दोहराया है। उन्होंने कहा कि किसी भी नाजायज कब्ज़ाधारकों को बख़्शा नहीं जाएगा, भले ही वह कितना भी प्रभावशाली क्यों ना हो।

कैबिनेट मंत्री ने यह बात ज़िला लुधियाना के सिद्धवां बेट इलाके में पड़ते गाँव तलवंडी नौआबाद, वलीपुर खुर्द और वलीपुर कलां की 195 एकड़ 7 कनाल 3 मरले ज़मीन से नाजायज कब्ज़े के बाद पत्रकारों के साथ बातचीत करते हुए कही। इस मौके पर उनके साथ

विधायका सरवजीत कौर माणूके और हरदीप सिंह मुंडियां, आम आदमी पार्टी के सीनियर नेता अमनदीप सिंह मोही, डॉ. के.एन.एस. कंग, डायरैक्टर ग्रामीण विकास एवं पंचायत विभाग पंजाब गुरप्रीत सिंह खैहरा, अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (ग्रामीण विकास) अमित कुमार पंचाल, ज़िला विकास पंचायत अफ़सर संजीव कुमार के अलावा अन्य भी उपस्थित थे। उन्होंने ज़िला प्रशासन लुधियाना के यत्नों की भी सराहना की, जहाँ अब तक कुल 424 एकड़ (आज की 195 एकड़ 7 कनाल 3 मरले समेत) सरकारी ज़मीन को नाजायज कब्ज़ों से मुक्त करवाया गया है।

विनय कुमार सक्सेना बने दिल्ली के उपराज्यपाल

• विनय कुमार सक्सेना ने राज निवास में आयोजित एक समारोह में दिल्ली के 22वें उपराज्यपाल के तौर पर शपथ ग्रहण की। विनय कुमार सक्सेना को दिल्ली उच्च न्यायालय के कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश विपिन सांघी ने पद एवं गोपनीयता की शपथ दिलाई। दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल समारोह में शामिल हुए।

सहकारिता मंत्री 3 जून को गन्ना किसानों के साथ करेंगे मीटिंग

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

पंजाब के सहकारिता और वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने आज यहां अलग-अलग 16 किसान संगठनों के प्रतिनिधियों से बातचीत करते हुए कहा कि गन्ना किसानों के मसलों का निपटारा करने के लिए राज्य सरकार प्रयत्न कर रही है और 3 जून को उनकी मांगों के हल के लिए चण्डीगढ़ में बैठक रखी गई है, जिसमें अलग-अलग मसलों पर विचार करके हल यकीनी बनाया जाएगा। स्थानीय सर्कट हाऊस में किसान संगठनों के नेताओं से विस्तार से बातचीत के बाद सहकारिता मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने कहा कि पंजाब सरकार इन किसानों के सहकारी और निजी चीनी मीलों की तरफ लंबित बकाए भी जल्द से जल्द दिलाने के लिए प्रयास कर रही है।

उन्होंने कहा कि किसानों के अलग-अलग लम्बित मामलों के निपटारे के लिए 10 दिनों के अंदर-अंदर मुख्यमंत्री भगवंत मान के साथ भी विशेष बैठक करवाई जाएगी ताकि किसानों की मांगों को पूरा किया जा सके।

कमीशनखोरी बंद करनी है तो ऑन लाइन बिलिंग करे सरकार

• जालंधर ब्रीज. विशेष रिपोर्टर

इन दिनों नशा और भ्रष्टाचार की जड़ें लगभग पूरे पंजाब में फैल चुकी है। इसका अंदाजा सत्ता में काबिज मौजूदा सरकार को भी हो चुका है। यहां आए दिन पंजाब के विभिन्न जिलों से नशे की ओवर डोज से किसी न किसी नौजवान की मौत की घटनाएं सामने आ रही है। दूसरी ओर सरकारी विभाग में भ्रष्टाचार की बातें आम हो गई हैं जिस पर नकेल कसना मौजूदा सरकार के लिए आसान नहीं होगा।

ऐसे में सीएम भगवंत मान द्वारा पिछले दिनों अपने ही मंत्री डॉ. विजय सिंगला को कैबिनेट से बर्खास्त कर विभागीय टेंडर जारी करने के एवज में 1 प्रतिशत कमीशन (रिश्वत) मांगने के आरोप में भ्रष्टाचार का मुकदमा दायर कर गिरफ्तार करवाया गया है। साथ ही मुख्यमंत्री द्वारा पूरे पंजाब में पक्ष व विपक्ष के नेताओं के साथ-साथ सरकारी अधिकारियों को ऐसे कार्य में लिप्त पाए जाने पर सख्त से सख्त कार्रवाई की चेतावनी दी गई है और कहा गया कि पंजाब में भ्रष्टाचारियों से किसी भी कीमत में समझौता नहीं होगा। आम आदमी पार्टी का सबसे पहला काम भ्रष्टाचार को खत्म करना है।

बता दें कि सरकार की इस कार्रवाई के बाद उन तमाम नेताओं व सरकारी अधिकारियों की नींद उड़ गई है जिन्होंने अपनी कमीशन 2 या 3 प्रतिशत फिक्स की हुई है और ऐसा ही आदेश अपने अधीनस्थ मुलाजिमों के लिए भी लागू किया हुआ है कि किसी भी कार्य की फाइलें बिना कमीशन फिक्स किए उन तक न लाएं। ऐसे में संबंधित ठेकेदार को कमीशन देने के चक्कर में काम की क्वालिटी के साथ कंप्रोमाइज करना पड़ता है। ऐसे में कुछ ही महीनों के बाद किए गए निर्माण कार्यों में खामियां दिखनी शुरु हो जाती है।

गौरतलब है की पिछली सरकारों में कई जिलों के गांवों में सरपंच और शहरों में पार्षदों ने कुछ अधिकारियों की तरह हर सरकारी कार्य की फाइलों पर साइन करने के लिए कमीशन सेट किए हुए हैं।

सरकार को सरकारी बिलिंग प्रक्रिया को ऑनलाइन कर देना चाहिए जिससे पूरी तरह से पारदर्शिता बनी रहे और भ्रष्टाचार की कोई गुंजाइश न रहे। ऐसे में ठेकेदार अपनी फाइलों का स्टेटस ऑनलाइन चेक कर पाएंगे वहीं अधिकारियों की भी देरी संबंधी जवाबदेही होनी चाहिए। देश का हर सेक्टर ऑनलाइन हो गया है अथवा होने जा रहा है।

वित्तीय हालात को सुधारने के लिए निर्माण कार्यों की पेमेंट की अदायगी ई-बिलिंग के माध्यम से करे पंजाब सरकार

■ जालंधर से विजय कुमार की विशेष रिपोर्ट

पंजाब सरकार ई-बिलिंग के माध्यम से भ्रष्ट अफ़सरों पर कसे शिकंजा

पिछले अंक में प्रकाशित खबर की कटिंग

ऐसे में सरकारी कार्यों को भी पूरी तरह ऑनलाइन कर देना चाहिए ताकि मिलीभगत की गुंजाइश शेष न रहे। अब आने वाले दिनों में देखना होगा कि मंत्री के ऊपर की गई करवाई के बाद पंजाब में भ्रष्टाचार पर सरकार आगे भी लगाम लगा पाएगी या तथाकथित कमीशन सिस्टम बादस्तूर जारी रहेगा।

बच्चे करें विदेश यात्रा की जिद, तो इन जगहों पर घुमा सकते हैं

अगर आप एडवेंचर एक्टिविटीज के शौकीन हैं तो आप उत्तरकाशी में ट्रैकिंग के लिए जा सकते हैं। यहां ट्रैकिंग के दौरान आप सुंदर नजारों का लुत्फ उठा सकेंगे।

• **जालंधर ब्रीज.** रिपोर्टर

गर्मियों की छुट्टियों में अधिकतर लोग घूमने जाने का प्लान बनाते हैं। देश में ऐसी कई खूबसूरत जगहें जहां आप घूमने जा सकते हैं। इन्हीं में से एक उत्तराखंड का उत्तरकाशी है। ये अपनी प्राकृतिक सुंदरता के लिए मशहूर है। हर साल बड़ी संख्या में पर्यटक यहां घूमने के लिए आते हैं। अगर आप एडवेंचर एक्टिविटीज के शौकीन है तो आप यहां ट्रैकिंग के लिए जा सकते हैं। उत्तरकाशी के सीमांत मोरी ब्लॉक के सांकरी में इन दिनों ट्रैकिंग के शौकीन लोग पहुंच रहे हैं। आइए जानें आप यहां कैसे पहुंच सकते हैं। आप यहां दिए गए ट्रैकिंग के स्टेप फॉलो कर सकते हैं।

इन दिनों में उत्तरकाशी के सीमांत मोरी ब्लॉक के सांकरी में एडवेंचर एक्टिविटीज के शौकीन ट्रैकिंग के लिए पहुंच रहे हैं। सांकरी लगभग 25-30 ट्रैकिंग रूटों का बेस है। देहरादून से गाड़ी के मध्याम से आप यहां पहुंच सकते हैं। इसके बाद आपके पास 25-30 ट्रैक रूट खुले हैं। इसमें प्रसिद्ध हरकीदून, केदारकांठा, बाली पास, रूपिन पास, शाहस्त्र ताल जैसी कई जगहें शामिल हैं।

इस तरह पहुंचेंगे बाली पास

बाली पास लगभग 4950 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। आप यहां करीब 46 किलोमीटर पैदल ट्रैक के दौरान बर्फ से ढके बुग्यालों से लेकर ताल और पहाड़ियों के सुंदर नजारों का लुत्फ उठा सकते हैं।

सांकरी पहुंचने के बाद बाली पास ट्रैक पर सांकरी से 13 किलोमीटर का ट्रैक कर पहला पढ़ाव चिलुड़गड है जो कि 2600 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। यहां पहुंचने के बाद कैंपिंग होती है।

अगले दिन चिलुड़गड से 7 किलोमीटर का ट्रैक कर देवसु बुग्याल है जो की 3000 मीटर की ऊंचाई पर है।

देवसु बुग्याल पहुंचने पर आप बर्फ से ढकी पहाड़ियां, हिमालयन रेंज और गांव ओसला है। यहां देवसु बुग्याल में कैम्पिग होती है।

देवसु बुग्याल के बाद 12 किलोमीटर की दूरी तय कर आप रुनसारा ताला पहुंचते हैं। ये समुद्र तल से 3500 मीटर की ऊंचाई पर है। रुनसारा ताल एक प्राकृतिक ताल है। ये 12 महीने बर्फ से ढका रहता है। ये काला नाग पीक का बेस कैंप भी है।

रुनसारा ताल के बाद 07 किलोमीटर पर ओडरी पहुंचेंगे। ओडरी बाली पास का बेस कैंप है। इसकी ऊंचाई 4100 मीटर है। ओडरी पहुंचने के बाद यहां से बंदरपूछ पर्वत, स्वर्ग रोहणी, ब्लैक पीक आदि के नजारों का आनंद ले सकते हैं।

ओडरी के बाद 09 किलोमीटर पैदल ट्रैक कर आप बाली पास पहुंचेंगे। ये 4950 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। इसके बाद 11 किलोमीटर बाद यमनोत्री होते हुए जानकीचट्टी पहुचें।

FAMILY TRIP

KNOWLADGE

जापान में समय से पहले क्यों खिल रहे फूल, वैज्ञानिकों ने बताई यह वजह

चेरी ब्लॉसम फूलों के लिए मशहूर जापान के क्योटो शहर में समय से पहले ही फूल खिल रहे हैं। यहां समय से पहले ही बसंत ऋतु शुरु हो रही है। क्योटो (में चेरी ब्लॉसम के जो फूल अप्रैल और मई के बीच खिलते हैं वो अब अपने समय से 11 दिन पहले ही खिल जा रहे हैं। ऐसा क्यों हो रहा है, वैज्ञानिकों ने इसका पता लगाया। जानिए, इसकी वजह...

आईएफएल साइंस की रिपोर्ट में वैज्ञानिकों ने इसकी वजह जलवायु परिवर्तन को बताया है। उनका उनका कहना है, पौधे भी जलवायु परिवर्तन की मार से जूझ रहे हैं। इस पर रिसर्च करने वाले वैज्ञानिक वैज्ञानिक निकोस क्रिस्टिडिस कहते हैं, इंसान के कारण ही जलवायु परिवर्तन की यह स्थिति बनी है। शहरी क्षेत्रों में इसका असर दिखाई देने लगा है। समय से पहले खिले चेरी ब्लॉसम के फूल इसका उदाहरण है। इनमें कितना बदलाव दिखा, अब इसे समझते हैं।

क्रिस्टिडिस कहते हैं, जलवायु परिवर्तन के कारण फूलों के खिलने के समय पर सीधा असर पड़ा है। जो फूल अप्रैल और मई के बीच खिलते थे वो इस साल 1 अप्रैल को ही पूरी तरह से खिल चुके थे। पिछले साल यह फूल 26 मार्च को ही खिल गए थे। पिछले 1 हजार सालों के इतिहास में ऐसा पहली बार हुआ है। ऐसा कैसे हुआ, वैज्ञानिकों ने इसकी भी वजह बताई है।

शोधकर्ता क्रिस्टिडिस का कहना है, चेरी ब्लॉसम के फूल को खिलने के लिए लगातार तेज तापमान जरूरत होती है। जलवायु परिवर्तन के कारण समय से पहले ही तापमान में बढ़ोतरी दर्ज की गई है। अगर ऐसा होना जारी रहता है जो 11 दिन का असर देखा गया है वो बढ़कर 17 दिन तक पहुंच सकता है। इसलिए ग्रीनहाउस गैसों के उत्सर्जन में कमी लाने की जरूरत है।

जलवायु परिवर्तन का सबसे ज्यादा असर शहरी क्षेत्रों में दिखता है, इसलिए इसे समझने के लिए वैज्ञानिकों ने शहर और ग्रामीण दोनों जगह के तापमान की तुलना की। वैज्ञानिकों ने पाया कि शहर के बाहरी हिस्से में चेरी ब्लॉसम के फूल करीब पांच दिन पहले खिल रहे हैं। यानी शहर और गांव के फूल खिलने के समय में 6 दिन का अंतर देखा गया है।

कोलेजन से भरपूर फूड्स खाने त्वचा पर आएगा प्राकृतिक ग्लो

कोलेजन एक ऐसा प्रोटीन है जो त्वचा के लिए बहुत ही फायदेमंद है। ये त्वचा को जवां बनाए रखने का काम करता है। शरीर में कोलेजन की मात्रा बढ़ाने के लिए आप कई तरह के फूड्स डाइट में शामिल कर सकते हैं।

गर्मियों में तेज धूप के कारण त्वचा सुस्त और बेजान हो जाती है। ऐसे में त्वचा पर टैन जमा हो जाता है। इस कारण त्वचा संबंधित कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इसमें मुंहासे, झुर्रियां और रिंकल्स आदि शामिल हैं। सनबर्न और टैनिंग के कारण त्वचा का सारा ग्लो गायब हो जाता है। ग्लोइंग और निखरी त्वचा के लिए आप कई तरह के हेल्दी फूड्स डाइट में शामिल कर सकते हैं। ये फूड्स त्वचा को गहराई से पोषण देने का काम करते हैं। ऐसे में शरीर में कोलेजन प्रोटीन होना बहुत जरूरी है। ये प्रोटीन त्वचा को जवां और हेल्दी बनाए रखने में मदद करता है। ऐसे में आप कोलेजन से भरपूर कई तरह के फूड्स डाइट में शामिल कर सकते हैं।

आंवला

आंवला विटामिन सी से भरपूर होता है। इसके अलावा आप खट्टे फल में डाइट में शामिल कर सकते हैं। इसमें संतरा और नींबू जैसे फूड्स शामिल हैं। आंवले में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं। ये फ्री रेडिकल्स से होने वाले नुकसान से बचाते हैं। ये त्वचा को हेल्दी और ग्लोइंग बनाए रखते हैं। आंवला शरीर में कोलेजन की मात्रा बढ़ाने का काम करता है।

टमाटर

टमाटर में विटामिन सी भरपूर मात्रा में होता है। ये त्वचा को हेल्दी रखता है। टमाटर में लाइकोपीन होता है। ये त्वचा को हानिकारक यूवी किरणों से बचाता है। ये पिगमेंटेशन, झुर्रियों और फाइन लाइन्स को कम करता है। ये शरीर में कोलेजन बढ़ाने में मदद करता है। आप टमाटर का इस्तेमाल फेस पैक के रूप में भी कर सकते हैं।

टोफू

टोफू को सोया के दूध से बनाया जाता है। ये त्वचा के लिए बहुत फायदेमंद है। ये कोलेजन को बढ़ाने में मदद करता है। ये त्वचा को हेल्दी बनाए रखने का काम करता है।

मोरिंगा

मोरिंगा का एक सुपरफूड के रूप में जाना जाता है। ये विटामिन सी से भरपूर होता है। इसमें एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं। ये त्वचा के लिए बहुत फायदेमंद है। ये फ्री रेडिकल्स के नुकसान से त्वचा को बचाता है। ये खतरनाक यूवी किरणों से त्वचा को बचाने का काम करता है। ये शरीर में कोलेजन की मात्रा को बढ़ाता है।

सब्जा सीड्स

सब्जा के सीड्स ओमेगा-3 फैटी एसिड्स से भरपूर होते हैं। ये शरीर में कोलेजन की मात्रा को बढ़ाने का काम करते हैं। ये त्वचा के लिए बहुत ही फायदेमंद होते हैं।

शारीरिक-मानसिक फिटनेस के लिए बहुत आवश्यक है वॉकिंग

शरीर को स्वस्थ और फिट बनाए रखने के लिए नियमित रूप से योग और व्यायाम करने की सलाह दी जाती है। व्यायाम करने से शारीरिक सक्रियता बढ़ती है जिससे अंगों में रक्त का संचार ठीक रहने के साथ मांसपेशियां स्वस्थ बनी रहती हैं। हालांकि समय के अभाव में ज्यादातर लोगों के लिए रोजाना व्यायाम कर पाना थोड़ा कठिन हो जाता है, ऐसे लोगों के लिए नियमित रूप से वॉक करने की आदत बनाना भी बहुत फायदेमंद हो सकता है। वॉक करने या चलने की आदत, शरीर की लगभग सभी बड़ी मांसपेशियों में सक्रियता बढ़ाने के साथ फिटनेस को ठीक बनाए रखने में काफी मददगार है।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, मौजूदा समय की बीमारियों पर नजर डाली जाए तो ज्यादातर समस्याओं के लिए सेंडेंटरी लाइफस्टाइल यानी कि गतिहीन जीवनशैली को मुख्य कारक के तौर पर देखा जाता है। सेंडेंटरी लाइफस्टाइल की समस्याओं को दूर करने में रोजाना कुछ देर चलने की आदत आपके लिए बहुत लाभकारी हो सकती है। अध्ययनों में यहां तक भी कहा गया है कि रोजाना वॉक करने की आदत शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं को कम करने का भी अच्छा तरीका हो सकता है।

रोजाना वॉक की आदत के अन्य फायदे : शारीरिक गतिविधि का जिक्र आते ही इसे जटिल अभ्यास और जिम के व्यायाम से जोड़ दिया जाता है, हालांकि ऐसा आवश्यक नहीं है। रोजाना ब्रिस्क वॉक जैसे आसान अभ्यास भी आपको स्वस्थ जीवन जीने में मदद कर सकते हैं। रोजाना वॉक करने की आदत बनाकर आपको इस तरह के लाभ हो सकते हैं।

- स्वस्थ वजन बनाए रखने और शरीर की चर्बी कम करने में सहायक।
- हृदय रोग, स्ट्रोक, उच्च रक्तचाप, कैंसर और टाइप-2 डायबिटीज को नियंत्रित करने में मददगार।
- कार्डियोवैस्कुलर फिटनेस में सुधार करने में सहायक।
- हड्डियों और मांसपेशियों को मजबूती देता है।
- मांसपेशियों की सहनशक्ति में सुधार होता है।
- ऊर्जा का स्तर बढ़ता है।
- मूड, अनुभूति, स्मृति और नींद में सुधार होता है।
- शारीरिक संतुलन और समन्वय में बेहतर होता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली मजबूत होती है।

खूबसूरत और बेदाग त्वचा के लिए इस्तेमाल करें गुलाब जल

BEAUTY TIPS

गर्मियों में तेज धूप के कारण त्वचा बेजान और सुस्त हो जाती है। ऐसे में गुलाब जल का इस्तेमाल कर सकते हैं। ये त्वचा को हाइड्रेट रखने का काम करता है। ये त्वचा को कई अन्य तरीकों से भी फायदा पहुंचाता है।

गर्मियों के मौसम में तेज धूप और सन टैन के कारण त्वचा बेजान और सुस्त हो जाती है। ऐसे में हेल्दी त्वचा के लिए आप गुलाब जल का इस्तेमाल कर सकते हैं। आप टोनर के रूप में इसका इस्तेमाल कर सकते हैं। गुलाब जल गुलाब की पंखुड़ियों से तैयार किया जाता है। ये त्वचा पर प्राकृतिक रूप से निखारने लाने में मदद करता है। ये त्वचा संबंधित कई समस्याओं को दूर करता है। इसमें कील-मुंहासे और सूजन आदि शामिल हैं। आप इसका इस्तेमाल कई तरीकों से कर सकते हैं। आप टोनर, क्लींजर और फेस पैक में मिलाकर इसे त्वचा पर लगा सकते हैं। आइए जानें गुलाब जल त्वचा के लिए कितना फायदेमंद है।

त्वचा पर ग्लो लाता है-गुलाब जल में स्किन व्हाइटनिंग गुण होते हैं। ये काले और लाल रंग के पैच को दूर करने में मदद करते हैं। ये त्वचा को प्राकृतिक ग्लो लाते हैं।

पीएच लेवल को संतुलित करता है- ये त्वचा के लिए पीएच लेवल को बनाए रखने का काम करता है। इससे मुंहासे और त्वचा संबंधित कई समस्याओं से छुटकारा मिलाता है। इसलिए गुलाब जल पीएच लेवल को संतुलित करने में अहम भूमिका निभाता है।

मुंहासे होने से रोकता है- गुलाब जल में एंटी बैक्टीरियल और एंटी इंफ्लेमेरी गुण होते हैं। ये कील-मुंहासों से त्वचा को बचाते हैं। मुंहासों के कारण होने वाली सूजन को कम करते हैं।

त्वचा को हाइड्रेटेड रखता है- गुलाब जल त्वचा की नमी को बनाए रखता है। ये त्वचा को हाइड्रेट रखता है। ये त्वचा को मॉइस्चराइज करने का काम करता है। गर्मियों में आप त्वचा को हाइड्रेटेड रखने के लिए गुलाब जल का इस्तेमाल कर सकते हैं।

झुर्रियों को कम करता है- बढ़ती उम्र के कारण त्वचा पर झुर्रियों का सामना करना पड़ता है। ऐसे में गुलाब जल का इस्तेमाल कर सकते हैं। ये झुर्रियों को होने से रोकता है। ये फाइन लाइन्स को कम करता है।

सनबर्न से बचाता है- गुलाब जल में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं। ये त्वचा को हानिकारक यूवी किरणों के नुकसान से बचाने में मदद करते हैं। गुलाब जल फ्री रेडिकल्स से होने वाले नुकसान से बचाता है। ये सनबर्न से राहत दिलाता है।

काले घेरों को कम करता है- बहुत से लोगों को आंखों के नीचे काले घेरों की समस्या का सामना करना पड़ता है। ऐसे में आप गुलाब जल का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसमें व्हाइटनिंग गुण होते हैं। ये आंखों के नीचे काले घेरों की समस्या से बचाने का काम करते हैं। आप गुलाब से कॉटन बॉल भिगोकर आंखों पर रख सकते हैं। इससे आंखों को काफी आराम भी मिलता है।

NEWS +

उपभोक्ताओं से जबरन सर्विस चार्ज नहीं ले सकते रेस्टोरेंट

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

रेस्टोरेंट ग्राहकों से जबरन सर्विस चार्ज नहीं वसूल सकते हैं। उपभोक्ता मामलों के विभाग ने इस संबंध में चेतावनी जारी की है। ऐसी शिकायतें मिल रही हैं कि रेस्टोरेंस ग्राहकों को जबरन सर्विस चार्ज देने के लिए मजबूर करते हैं। इन शिकायतों को देखते हुए उपभोक्ता मामलों के मंत्रालय ने 2 जून को भारतीय राष्ट्रीय रेस्तरां संघ (एनआरएआई) की बैठक बुलाई है।

मंत्रालय ने मीडिया रिपोर्ट और राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन (एनसीएच) पर ग्राहकों की ओर से दर्ज शिकायतों पर संज्ञान लेने के बाद यह बैठक बुलाई है। उपभोक्ता मामलों के सचिव रोहित कुमार सिंह ने भी एनआरएआई अध्यक्ष को पत्र लिखकर कहा है कि रेस्टोरेंट और भोजनालय ग्राहकों से गलत तरीके से सर्विस चार्ज ले रहे हैं, जबकि ऐसे किसी भी शुल्क का संग्रह 'स्वैच्छिक' है।

ग्राहकों पर दबाव डालकर किया जाता है गुमराह : उपभोक्ता मामलों के सचिव ने पत्र में यह भी कहा है कि ग्राहकों को सर्विस चार्ज का भुगतान करने के लिए मजबूर किया जाता है। यह शुल्क रेस्टोरेंट मनमाने तरीके से उच्च दरों पर तय करते हैं। उपभोक्ता जब बिल राशि से इस तरह के चार्ज को हटाने का अनुरोध करते हैं तो उन्हें गुमराह कर इस तरह के चार्ज को वैध ठहराने का प्रयास किया जाता है।

ग्राहकों के अधिकार का मामला, विस्तार से होगी जांच :

पत्र में यह भी कहा गया है कि यह मुद्दा उपभोक्ताओं को दैनिक आधार पर प्रभावित करता है। यह उनके अधिकारों का भी मामला है, इसलिए उपभोक्ता मामलों के विभाग ने इसे बारीकी और विस्तार से जांचने का फैसला किया है। उपभोक्ता मामलों का मंत्रालय दो जून को बुलाई गई बैठक में रेस्टोरेंट की ओर से किसी अन्य शुल्क या उसकी आड़ में सर्विस चार्ज को बिल में शामिल करने के मामले में उपभोक्ता शिकायतों पर चर्चा करेगा।

बाइडन का एलान : ताइवान पर हमला हुआ तो जापान के साथ चीन से निपटेंगे, भड़के ड्रैगन ने दी हिदायत

अब तक एक के बाद एक अमेरिकी प्रशासन ने एक चीन नीति के लिए सार्वजनिक रूप से प्रतिबद्धता जताते हुए ताइवान का समर्थन करने की भी रणनीति अपनाई है।

• **जालंधर ब्रीज.** दिल्ली

हैरान और नाराज बीजिंग ने गत दिनों राष्ट्रपति जो बाइडन के इस दावे की निंदा की कि अगर चीन स्व-शासित ताइवान पर हमला करता है तो अमेरिका जापान के साथ सैन्य रूप से हस्तक्षेप करेगा। यह चीनी राष्ट्रपति शी जिनपिंग की राष्ट्रीय एकीकरण की महत्वाकांक्षी योजना को प्रभावी रूप से खतरे में डालता है। चीनी मुख्य भूमि के साथ ताइवान का एकीकरण 68

वर्षीय शी का प्रमुख राजनीतिक उद्देश्य है, जिन्हें इस साल सत्ता में एक अभूतपूर्व तीसरे कार्यकाल के लिए सत्तारूढ़ कम्युनिस्ट पार्टी के पांच साल में एक बार होने वाली कांग्रेस द्वारा व्यापक रूप से समर्थन मिलने की उम्मीद है।

ताइवान को अपने देश में मिलाना चाहता है चीन : चीन ताइवान को एक ऐसे प्रांत के रूप में देखता है जिसे जरूरत पड़ने पर ताकत के जोर पर मुख्य भूमि (चीन) के साथ फिर से जोड़ा जाना चाहिए। अमेरिका का ताइवान के साथ कोई आधिकारिक राजनयिक संबंध नहीं है, लेकिन वह अपने ताइवान संबंध अधिनियम के तहत उसे हथियार बेचता है, जिसमें कहा गया है कि अमेरिका को द्वीप को अपनी रक्षा के लिए साधन उपलब्ध कराने चाहिए। साथ ही वॉशिंगटन चीन के साथ औपचारिक राजनयिक संबंध रखता है और बीजिंग की स्थिति को भी स्वीकार करता है कि केवल एक चीनी सरकार है। अब तक एक के बाद एक अमेरिकी प्रशासन ने एक चीन नीति के लिए सार्वजनिक रूप से प्रतिबद्धता जताते हुए ताइवान का समर्थन करने की भी रणनीति अपनाई है।

चीन ने की अमेरिका की निंदा : चीनी विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता वांग वेनबिन ने यहां एक मीडिया ब्रीफिंग में कहा कि हम अमेरिकी टिप्पणियों की निंदा करते हैं और इसे अस्वीकार करते हैं। गौरतलब है कि बाइडन ने जापान के प्रधानमंत्री फुमियो किशिदा के साथ संयुक्त संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए टोक्यो में अमेरिका की नई नीति को रेखांकित करते हुए कहा कि चीन को ताइवान पर जबरन कब्जा नहीं करने देने के लिए अमेरिका जापान और अन्य देशों के साथ खड़ा रहेगा। वांग ने दोहराया कि ताइवान चीनी क्षेत्र का एक अविभाज्य हिस्सा है और ताइवान का सवाल विशुद्ध रूप से चीन का आंतरिक मामला है, जिसमें कोई विदेशी हस्तक्षेप नहीं है।

चीन ने कहा, अपने सुरक्षा हितों की रक्षा के लिए सख्त कार्रवाई करेंगे : वेनबिन ने कहा, अपनी संप्रभुता और क्षेत्रीय अखंडता सहित चीन के मूल हितों से संबंधित मुद्दों पर समझौता या रियायत के लिए कोई जगह नहीं है, और चेतावनी दी कि चीन अपनी संप्रभुता और सुरक्षा हितों की रक्षा के लिए कड़ी कार्रवाई करेगा। हम अपनी बात पर अडिग रहेंगे। उन्होंने अमेरिका से एक चीन नीति का ईमानदारी से पालन करने का आग्रह किया, ताइवान को चीनी मुख्य भूमि के हिस्से के रूप में मान्यता देने और ताइवान सेना को गलत संदेश भेजने से परहेज करने को कहा। वांग ने बाइडन को यूक्रेन पर रूस के आक्रमण के समान ही चीन द्वारा ताइवान पर जबरन कब्जा करने की तुलना करने पर हैरानी जताई। वांग ने कहा कि ताइवान का सवाल और यूक्रेन का मुद्दा मौलिक रूप से भिन्न हैं। दोनों की तुलना करना बेतुका है।

सरकार स्थितियों को पटरी पर लाने की कोशिश कर रही है

भारत ने संकट से घिरे श्रीलंका को भेजा 40,000 टन पेट्रोल, ईंधन की भारी कमी को कम करने में मिलेगी मदद

भारत ने ऋण सुविधा के तहत 40,000 टन डीजल की आपूर्ति के कुछ दिनों बाद श्रीलंका को लगभग 40,000 टन पेट्रोल भेजा है। भारत का उद्देश्य अपने सबसे खराब आर्थिक संकट से जूझ रहे कर्ज में डूबे इस द्वीपीय राष्ट्र (श्रीलंका) में ईंधन की भारी कमी को कम करने में मदद करना है।

फोटो साभार : पीटीआई

• **जालंधर ब्रीज.** वर्ल्ड न्यूज

भारत ने ऋण सुविधा के तहत 40,000 टन डीजल की आपूर्ति के कुछ दिनों बाद श्रीलंका को लगभग 40,000 टन पेट्रोल भेजा है। भारत का उद्देश्य अपने सबसे खराब आर्थिक संकट से जूझ रहे कर्ज में डूबे इस द्वीपीय राष्ट्र (श्रीलंका) में ईंधन की भारी कमी को कम करने में मदद करना है। भारत ने पड़ोसी देश को ईंधन आयात करने में मदद करने के लिए पिछले महीने 50 करोड़ डॉलर की अतिरिक्त ऋण सुविधा दी थी। श्रीलंका हाल के दिनों में अपने विदेशी मुद्रा भंडार में तेजी से गिरावट के बाद आयात के लिए भुगतान संकट से जूझ रहा है।

भारतीय उच्चायोग ने यहां एक ट्वीट में कहा कि प्रतिबद्धता पूरी हुई। भारतीय सहायता के तहत लगभग 40,000 टन पेट्रोल आज कोलंबो पहुंचा। भारत ने शनिवार को ऋण सुविधा के तहत श्रीलंका को 40,000 टन डीजल भेजा था।

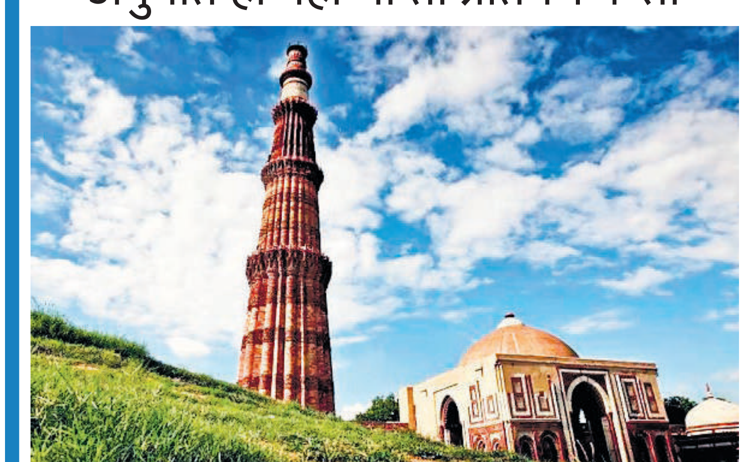
श्रीलंका में गैर-जरूरी कर्मचारियों को घर पर रहने को कहा गया

श्रीलंका सरकार ने पेट्रोल-डीजल की किल्लत को देखते हुए अपने गैर-जरूरी कर्मचारियों को घर पर रहने को कहा है। सांसदों ने संसद के अध्यक्ष से उन्हें होटलों में रहने की जगह देने को कहा है, क्योंकि वे परिवहन ईंधन के अभाव में अपने घर से संसद नहीं पहुंच पा रहे हैं।

इसके अलावा आपको बता दें कि भारत ने श्रीलंका को सुनिश्चित किया है कि मौजूदा आर्थिक संकट का असर श्रीलंका की धान की पैदावार पर न पड़े, इसके लिए भारत तुरंत 65 हजार मीट्रिक टन यूरिया की सप्लाई करेगा। श्रीलंका में धान की पैदावार दो सीजन में की जाती है। पहले सीजन के लिए बुवाई मई में शुरू हो जाती है। वहीं दूसरे सीजन में बुवाई सितंबर में शुरू होती है। सितंबर सीजन में धान की फसल पर असर पड़ने की वजह से सरकार के लिए मौजूदा सीजन में धान की फसल का उत्पादन बढ़ना काफी अहम हो गया है।

बता दें कि श्रीलंका फिलहाल अपनी आजादी के बाद के सबसे बड़े आर्थिक संकट से गुजर रहा है। देश में खाने पीने के सामान की किल्लत हो चुकी है। फिलहाल सरकार स्थितियों को पटरी पर लाने की कोशिश कर रही है जिसमें सबसे अहम है कि देश के खाद्यान्न उत्पादन पर कोई असर न पड़े। इसी वजह सीजन शुरू होने से पहले श्रीलंका सरकार ने जरूरी कदम उठाने शुरू कर दिए हैं। जिसमें से एक यूरिया की सप्लाई भी है।

कुतुब मीनार परिसर में नहीं पढ़ी जा सकेगी नमाज: एएसआई की सख्ती, कहा- कभी अनुमति ही नहीं थी तो प्रतिबंध कैसा



दिल्ली. एएसआई अधिकारियों ने साफ किया है कि एएसआई द्वारा संरक्षित स्मारक स्थल पर कानूनी तौर पर धार्मिक गतिविधि करने की अनुमति नहीं है। इससे पहले एएसआई ने ऐसा करने से मना नहीं किया था लेकिन अब फैसला लिया गया है कि फिलहाल किसी धार्मिक गतिविधि को अनुमति नहीं है।

दिल्ली स्थित कुतुब मीनार परिसर में अब नमाज नहीं पढ़ी जा सकेगी। भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण ने सख्ती दिखाते हुए साफ किया है कि कुतुब मानीर एक नॉन लिविंग मॉन्यूमेंट (निर्जीव स्मारक) है। इसके परिसर में धार्मिक गतिविधियों के लिए पहले से ही मनाही है।

एएसआई के अधिकारियों के मुताबिक देशभर में ऐसे अनगिनत निर्जीव स्मारक हैं, जहां पर पूजा-पाठ, नमाज पढ़ने की अनुमति नहीं है। इसके बावजूद कुतुब मीनार परिसर में नमाज पढ़ी जा रही थी। अब यहां नमाज पढ़ने वालों को ऐसा करने से मना किया गया है। पांच दिन से यहां नमाज बंद है।

एएसआई के अधिकारियों के मुताबिक बिना जानकारी के कुछ लोग कुतुब मीनार परिसर में नमाज पढ़ने की जिद कर रहे थे, ऐसे लोगों से अनुमति पत्र या इससे संबंधित दस्तावेज मांगा गया था। वे लोग कोई दस्तावेज नहीं दिखा पाए। उन्हें वापस भेज दिया गया।

अनुमति ही नहीं तो प्रतिबंध कैसा : एएसआई अधिकारियों ने साफ किया है कि एएसआई द्वारा संरक्षित स्मारक स्थल पर कानूनी तौर पर धार्मिक गतिविधि करने की अनुमति नहीं है। जब तक एएसआई ने किसी को ऐसा करने से नहीं मना किया और बात थी, लेकिन जब एएसआई ने फैसला कर लिया है, तो यहां धार्मिक गतिविधि करना गैरकानूनी है। ऐसा करने वालों के खिलाफ पुलिस कार्रवाई करेगी। इससे पहले फिरोजशाह कोटला स्मारक स्थल पर भी एएसआई ने नमाज पर रोक लगाई थी।

100 प्रभावशाली लोगों की लिस्ट में गौतम अडाणी, जेलेंस्की से लेकर पुतिन तक के नाम हैं शामिल

टाइम्स मैगजीन ने दुनिया के 100 सबसे प्रभावशाली लोगों की वार्षिक लिस्ट जारी की है। इसमें भारतीय बिजनेसमैन गौतम अडानी को जगह मिली है। इसके अलावा अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन और यूक्रेन के राष्ट्रपति व्लोदिमीर जेलेंस्की को भी जगह मिली है।

• **जालंधर ब्रीज.** वर्ल्ड न्यूज

उद्योगपति गौतम अडाणी और अधिवक्ता करूणा नंदी को 'टाइम' पत्रिका के 2022 के 100 सर्वाधिक प्रभावशाली लोगों की सूची में सोमवार को शामिल किया गया है। लिस्ट में अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन, यूक्रेन के राष्ट्रपति व्लोदिमीर जेलेंस्की, रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन, चीनी राष्ट्रपति शी चिनफिंग, यूरोपीय आयोग की अध्यक्ष उर्सुला वॉन डेर लेयेन, टेनिस खिलाड़ी राफेल नडाल, एप्पल के सीईओ टिम कुक और टीवी शो होस्ट ओपरा विनफ्रे के नाम शामिल हैं। इस लिस्ट को छह कैटेगरी में बांटा गया है। ये कैटेगरी आइकंस, पायनियर्स, टाइटंस, आर्टिस्ट्स, लीडर्स और इनोवेटर्स हैं।

'टाइम' की दुनिया के 100 सबसे प्रभावशाली लोगों में चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने 13वीं बार जगह बनाई है। उनके अलावा पुतिन ने 10वीं बार, पुतिन ने सातवीं बार, बाइडेन ने पांचवीं बार जगह बनाई है। अडाणी को टाइटंस कैटेगरी में अमेरिकी होस्ट ओपरा विन्फ्रे और एप्पल के सीईओ टिम कुक जैसे लोगों के साथ जगह मिली है, वहीं, नंदी को लीडर्स कैटेगरी में स्थान मिला है। इस श्रेणी में व्लादिमीर पुतिन और यूक्रेन के राष्ट्रपति व्लादिमीर जेलेंस्की भी शामिल किए गए हैं।

'टाइम' ने अडानी के लिए क्या कहा : टाइम में अडाणी की प्रोफाइल में कहा गया है, 'अडाणी का एक समय में क्षेत्रीय रहा कारोबार अब हवाईअड्डों, निजी बंदरगाहों से लेकर उपभोक्ता वस्तुओं तक फैल गया है। अडाणी समूह विश्व की छठी बड़ी अर्थव्यवस्था की राष्ट्रीय स्तर की बड़ी कंपनी है, हालांकि लोगों की नजरों से दूर रहते हुए अडाणी खामोशी से अपना साम्राज्य बना रहे हैं।'

मौजूदा समय में अडानी 125 बिलियन डॉलर की संपत्ति के साथ दुनिया के पांचवें सबसे अमीर शख्स हैं। उन्होंने पिछले महीने दुनिया के चौथे सबसे अमीर शख्स बनने का रिकॉर्ड बनाया था। वह 'अडानी ग्रुप' के संस्थापक और चेयरपर्सन हैं। अडानी की इस साल की संपत्ति लगातार बढ़ रही है। सिर्फ 2022 में ही उनकी सम्पत्ति में 48.3 अरब डॉलर का इजाफा हुआ है, जबकि पिछले 2021 के अंत में उनकी संपत्ति 76.7 अरब डॉलर थी।

टोक्यो में राष्ट्रपति जो बाइडेन से मिले पीएम नरेंद्र मोदी कहा- दोनों देशों के बीच संबंध और मजबूत हुए

• **जालंधर ब्रीज.** वर्ल्ड न्यूज

जापान की यात्रा पर गए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन से द्विपक्षीय बैठक की। मुलाकात के दौरान पीएम मोदी ने अमेरिका के साथ गहरे होते संबंधों को लेकर कहा कि दोनों देशों के बीच संबंध और मजबूत हुए हैं और यह भारत-अमेरिका के बीच भरोसे का संबंध है तो वहीं अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडेन ने कहा कि मुझे खुशी है कि हम भारत-अमेरिका टीकाकरण कार्यक्रम का नवीनीकरण कर रहे हैं।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के साथ द्विपक्षीय वार्ता के दौरान अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडेन ने कहा, "भारत-अमेरिका साथ मिलकर बहुत कुछ कर सकते हैं और करेंगे। मैं भारत-अमेरिका सहयोग को दुनिया में सबसे करीबी बनाना चाहता हूं।" कोरोना काल में भारत की कोशिशों की सराहना करते हुए बाइडेन ने कहा कि भारत ने कोरोना काल में अच्छा काम किया है।

पीएम मोदी ने बाइडेन से मुलाकात के दौरान कहा, "आपसे मिलकर मुझे हमेशा खुशी होती है। हमारे बीच ट्रेड में लगातार विस्तार होता जा रहा है। हम टेक्नोलोजी और वैश्विक स्तर पर काम कर रहे हैं। मुझे विश्वास है भारत और अमेरिका की मित्रता ठोस बनी रहेगी।"

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और अमेरिका, जापान व ऑस्ट्रेलिया के नेताओं ने मंगलवार को टोक्यो में बहुपक्षीय सुरक्षा संवाद (क्वाड) की दूसरी सामने-सामने की बैठक में हिस्सा लिया, जिसमें वे हिंद-प्रशांत क्षेत्र के विकास तथा आपासी हित के वैश्विक मुद्दों पर विचारों का आदान-प्रदान करेंगे।

क्वाड शिखर सम्मेलन में मिले चारों देश के शीर्ष नेता : इससे पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने आज मंगलवार को टोक्यो में चार देशों के समूह चतुष्पक्षीय सुरक्षा संवाद (क्वाड) की आमने-सामने हुई दूसरी शिखर वार्ता में कहा कि इसके सदस्य देशों के बीच आपसी विश्वास और दृढ़ संकल्प न सिर्फ लोकतांत्रिक ताकतों को नई ऊर्जा दे रहा है, बल्कि एक स्वतंत्र, खुले और समावेशी हिंद-प्रशांत क्षेत्र की स्थापना को प्रोत्साहित भी कर रहा है। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि क्वाड हिंद-प्रशांत क्षेत्र के लिए एक रचनात्मक एजेंडे के साथ आगे बढ़ रहा है, जिससे "वैश्विक कल्याण की दिशा में काम करने वाली एक ताकत" के रूप में उसकी छवि और मजबूत होगी।

भारत, ऑस्ट्रेलिया, अमेरिका और जापान से बने क्वाड समूह के नेता यूक्रेन के खिलाफ रूसी आक्रमण और चीन के साथ प्रत्येक सदस्य देश के द्विपक्षीय संबंधों में लगातार आ रही गिरावट से उपजे भू-राजनीतिक समीकरणों के बीच जापान की राजधानी में मिल रहे हैं।

सबूत दें कैप्टन-रंधावा, मान करेंगे कार्रवाई

मलविंदर कंग ने कहा- जारी रहेगा मान सरकार का 'ऑपरेशन करप्शन फ्री पंजाब'

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब के पूर्व मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह और उपमुख्यमंत्री सुखजिंदर रंधावा के कांग्रेसी मंत्रियों के भ्रष्टाचार वाले बयान पर आम आदमी पार्टी(आप) पंजाब के मुख्य प्रवक्ता मलविंदर सिंह कंग ने कहा कि कैप्टन अमरिंदर सिंह और सुखजिंदर रंधावा पिछले कई दिनों से एक दूसरे पर आरोप लगा रहे हैं, लेकिन किसी के खिलाफ भ्रष्टाचार के कोई सबूत पेश नहीं कर रहे हैं। अगर उनके पास सच में पिछली सरकार के मंत्रियों के खिलाफ भ्रष्टाचार के कोई सबूत है, तो सार्वजनिक करें। वीरवार को पार्टी मुख्यालय में मीडिया को संबोधित करते हुए कंग ने पूर्व मुख्यमंत्री और उपमुख्यमंत्री पर सवाल उठाया और कहा कि आप सरकार के मुख्यमंत्री भगवंत मान के पास उनके मंत्री के भ्रष्टाचार का मामला पहुंचा तो उन्होंने तुरंत कार्रवाई की। मान ने अपने मंत्री को तुरंत बर्खास्त किया और जेल भी भेज दिया। अगर कैप्टन और रंधावा के पास अपने मंत्रियों के खिलाफ सबूत थे, तो उन्होंने उसपर कोई कार्रवाई क्यों नहीं की?

कंग ने कहा कि कांग्रेस के पंजाब प्रधान और पूर्व परिवहन मंत्री राजा वड़िंग और पूर्व वित्त मंत्री मनप्रीत बादल ने भी कहा था कि उनके विभाग में बड़े पैमाने पर भ्रष्टाचार हुए हैं, लेकिन पिछली सरकारों ने कोई कार्रवाई नहीं की। यह बेहद गंभीर और पंजाब के हित से जुड़ा मामला है, इसलिए एक दूसरे पर दोषारोपण करने के बजाए कैप्टन और रंधावा पंजाब पुलिस को भ्रष्टाचार के सबूत सौपें। मान सरकार उसपर तुरंत और सख्त कार्रवाई करेगी। कंग ने कहा कि कैप्टन अमरिंदर सिंह खुद को राष्ट्रभक्त कहते हैं। अगर वे सच में सच्चे राष्ट्रभक्त और पंजाब हितैषी हैं, तो आरोप-प्रतायारोप की राजनीति करने के बजाए वह मान सरकार के भ्रष्टाचार मुक्त पंजाब बनाने की मुहिम में सहयोग करें और भ्रष्टाचार के खिलाफ जो भी जानकारी उनके पास है, उसे साझा करें। मान सरकार में चाहे वर्तमान मंत्री-विधायक हो या पूर्व मंत्री या, अगर किसी के भी खिलाफ भ्रष्टाचार के सबूत मिलते हैं, तो वे बख्शे नहीं जाएंगे। सभी भ्रष्टाचारी लोगों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी।

जालंधर में एक साल के लिए ठेके के आधार पर होगी पटवारियों की भर्ती

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

ज़िला प्रशासन की तरफ से जालंधर में ठेके के आधार पर माल पटवारियों के 221 खाली पद भरने के लिए सेवामुक्त पटवारियों /कानूगो से अवेदनो की माँग की गई है। डिप्टी कमिशनर घनश्याम थोरी ने बताया कि यह पूरी भर्ती 31 जुलाई 2023 तक एक साल के लिए होगी और योग्य आवेदक 9 जून तक अपने आवेदन दे सकते हैं। उन्होंने बताया कि चुने गए उम्मीदवारों को 25,000 रुपए प्रति महीना फिक्स तनख़्वाह दी जायेगी, और इस पद के लिए अप्लाई करने की अधिक से अधिक आयु 64 साल है और आवेदक के विरुद्ध कोई अपराधिक केस या विभागीय जांच पैंडिंग नहीं होनी चाहिए। यह नियुक्तियाँ सिर्फ़ ग्रामीण क्षेत्रों के लिए की जाएंगी और चुने गए पटवारी को माल रिकार्ड में सीधी पहुँच के द्वारा तबदीली करने का अधिकार नहीं होगा और वह अपने सम्बन्धित ए.ऐस.ऐम /डी.ऐस.ऐम. के द्वारा ही काम करेंगे। डिप्टी कमिशनर ने आगे बताया कि योग्य सेवामुक्त पटवारी/कानूनगो 9 जून, 2022 को शाम 5 बजे तक कानूनगो शाखा में अपने आवेदन जमा करवा सकते हैं।

डीजी वसुधा गुप्ता ने जालंधर में की आईएमपीसी की बैठक की अध्यक्षता

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

आज जालंधर के सर्किट हाउस में पत्र सूचना कार्यालय, जालंधर द्वारा एक इंटर मीडिया प्रचार समन्वय समिति (आईएमपीसीसी) की मेजबानी की गई। बैठक में केंद्रीय आलू अनुसंधान केंद्र, क्षेत्रीय पासपोर्ट कार्यालय के कर्मचारी, भविष्य निधि संगठन, सीएपीएफ, केंद्रीय जीएसटी आयुक्तालय, बीएसएफ, राष्ट्रीय सांख्यिकी संगठन और दूरदर्शन सहित क्षेत्र के विभिन्न विभागों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया। बैठक की अध्यक्षता महानिदेशक, पत्र सूचना कार्यालय, दिल्ली वसुधा गुप्ता ने की, जिन्होंने अपनी परिचयात्मक टिप्पणी में बताया कि पत्र सूचना कार्यालय (पीआईबी) भारत सरकार की नोडल एजेंसी है, जिसे सरकारी नीतियों, कार्यक्रमों, पहलों और उपलब्धियों पर प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया को सूचना प्रसारित करने का अधिकार है। राजेंद्र चौधरी, अपर महानिदेशक, पीआईबी चंडीगढ़ ने इसका समर्थन किया। बैठक में फर्जी खबरों और विभिन्न सरकारी संगठनों द्वारा इसे कैसे लड़ा जा सकता है, इस बारे में कुछ उपयोगी चर्चा भी हुई।

सी-पायट में पंजाब पुलिस की भर्ती के लिए शारीरिक प्रशिक्षण 1 जून से

कपूरथला. पंजाब सरकार की तरफ से पुलिस में भरी जा रही 10314 पदों के लिए सी-पायट कैंप, थेह कांजला में कांस्टेबल के पदो के लिए शारीरिक प्रशिक्षण शुरू हो गया है। कैंप इंचार्ज ने बताया कि इच्छुक लड़के प्रशिक्षण के लिए तारीख़ 27 मई से सुबह 9बजे से 12 बजे तक सी -पायट कैंप में आ कर अपनी रजिस्ट्रेशन करवा सकते हैं। युवा अपने साथ बारहवीं का सर्टिफिकेट, आधार कार्ड, पासपोर्ट सायज़ फोटो, जाति और पंजाब के निवासी का सर्टिफिकेट की फोटो स्टेट कापी साथ ले कर आए। प्रशिक्षण दौरान युवाओं को रहने और खाना पंजाब सरकार की तरफ से मुफ़्त मुहैया करवाया जाएगा। युवाओं का प्रशिक्षण पहली जून से शुरू होगा।

अतिरिक्त ज़िला मैजिस्ट्रेट द्वारा धारा 144 अधीन अलग-अलग आदेश जारी

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

जालंधर अतिरिक्त ज़िला मैजिस्ट्रेट(ज) मेजर अमित सरीन द्वारा चार्ज संभालने के बाद फ़ौजदारी विवरण संहिता की धारा 144 अधीन प्राप्त हुए अधिकारों का प्रयोग करते हुए ज़िला जालंधर (देहाती) की सीमा अंदर नैशनल हाईवे और स्टेट हाईवे पर स्थित मैरिज पेलेस /होटल वालों की तरफ से नैशनल हाईवे /स्टेट हाईवे पर गाड़ीयों की पार्किंग सड़कों के पर /किनारे पर पार्किंग, शादी / और समागम दौरान सड़क पर पटाख़े चलाने, पैलेस /होटलों अंदर और बाहर फायर करने पर पाबंदी लगा दी है।

जालंधर अतिरिक्त ज़िला मैजिस्ट्रेट(ज) ने एक अन्य आदेश के द्वारा ज़िला जालंधर (देहाती) की सीमा अंदर बैंक और पेट्रोल पंप पर सी.सी. टी.वी.कैमरे लगाना अनिवार्य किया है और साथ ही सी.सी. टी.वी.कैमरे की रिकॉर्डिंग 7 दिनों के लिए सुरक्षित रखने के आदेश जारी किये है।

जालंधर अतिरिक्त ज़िला मैजिस्ट्रेट(ज) ने एक अन्य आदेश के द्वारा ड्रोन्स के कारण बढ़ रहे खतरे को देखते हुए सिविल एयरपोर्ट आदमपुर के आस पास नो ड्रोन जोन घोषित किया है जिससे एयरपोर्ट के आस पास किसी तरह के ड्रोन्स के साथ साथ अन्य ऐसे किसी उपकरण को उड़ाने पर पाबंदी लगा दी है। यह आदेश 24 जुलाई 2022 तक लागू रहेगा।

पब्लिक डिलिंग के कामों को पहल दें इम्परूवमेंट ट्रस्ट के अधिकारी : डीसी

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

डिप्टी कमिशनर -कम -चेयरमैन जालंधर इम्परूवमैंट ट्रस्ट (जे.आई.टी.) घनश्याम थोरी ने आज जे.आई.टी. दफ़्तर की अचानक चैकिंग की, जहाँ उन्होंने सभी अधिकारियों को पब्लिक डिलिंग के कामों को पहल देने के आदेश दिए, क्योंकि कुल 120 गुम हुई फाइलों में से 112 फाइलें पहले ही मिल चुकी है । दफ़्तरी रिकार्ड में रखने के इलावा चीफ़ विजीलैंस दफ़्तर की तरफ से भी अधिक से अधिक फाइलें वापस कर दी गई है, जो जांच के उदेशय से पहले अपने कब्ज़े में ली गई थी। ट्रस्ट के दफ़्तर में जे.आई.टी. के कर्मचारियों के साथ बैठक की अध्यक्षता करते डिप्टी कमिशनर ने कहा कि उनकी तरफ से नियमित तौर पर इस दफ़्तर के कामकाज की निगरानी की जाएगी और दफ़्तर में अपने काम करवाने के लिए आने वाले लोगों को परेशान करने वालों से सख़्ती से निपटा जाएगा। डिप्टी कमिशनर, जिनके साथ अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर (शहरी विकास) आशिका जैन भी मौजूद थे, ने बताया कि रिकार्ड कीपर के बयान अनुसार 112 फाइलें बरामद की जा चुकी है, जो पहले गायब हो गई थी।

इसी तरह चीफ़ विजीलैंस दफ़्तर से कुल 77 फाइलें प्राप्त हुई हैं, जो कि जांच के उदेशय से ली गई थी। उन्होंने बताया कि इस दफ़्तर में तुरंत प्रभाव के साथ पब्लिक डिलिंग फिर शुरू की जानी चाहिए और किसी को भी 'गुम हुई फाइल 'कारण वापस नहीं जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि इन 77 फाइलों में 8 गुम हुई फाइलें भी शामिल है। इस मौके कार्यसाधक अधिकारी राजेश कुमार और जालंधर इम्परूवमैंट ट्रस्ट के अन्य अधिकारी भी मौजूद थे।

देश की आजादी का 75वां अमृत महोत्सव

31 को मोदी कल्याणकारी योजनाओं के लाभार्थियों से करेंगे बातचीत : संदीप हंस

• जालंधर ब्रीज.होशियारपुर

डिप्टी कमिश्नर संदीप हंस ने बताया कि देश की आजादी के 75वें अमृत महोत्सव के अंतर्गत प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी 31 मई को विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं के लाभार्थियों से वर्चूअल माध्यम से बातचीत करेंगे। उन्होंने बताया कि इस संबंधी जिला स्तरीय कार्यक्रम डी.ए.वी कालेज आफ एजुकेशन के आडिटोरियम में रखा गया है, जिसमें विभिन्न योजनाओं से जुड़े जिले के लाभार्थी हिस्सा लेंगे। वे आज जिला प्रशासकीय कांप्लेक्स में जिला स्तर पर करवाए जाने वाले कार्यक्रम की तैयारियों के प्रबंधों का जायजा लेने के दौरान अधिकारियों को संबोधित कर रहे थे। इस दौरान उनके साथ अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर(विकास) श्री दरबारा सिंह भी मौजूद थे।

डिप्टी कमिश्नर ने बताया कि आयोजित वर्चूअल कार्यक्रम में प्रधानमंत्री इन योजनाओं के प्रभाव का आकलन करने के साथ-साथ इनको और बेहतर बनाने के लिए लाभार्थियों से सुझाव भी लेंगे। उन्होंने बताया कि आजादी का अमृत महोत्सव भारत की आजादी की 75वीं वर्षगांठ के उपलक्ष्य में सरकार द्वारा आयोजित कार्यक्रमों की एक श्रृंखला है और जन भागीदारी की भावना से महोत्सव को जन उत्सव के रुप में मनाया जा रहा है।

इस मौके पर जिला विकास व पंचायत अधिकारी अजय कुमार, जिला खाद्य व आपूर्ति कंट्रोलर रेनू बाला वर्मा, एल.डी.एम. तरसेम सिंह, मुख्य कृषि अधिकारी डा. सतनाम सिंह के अलावा अलग-अलग विभागों के अधिकारी भी मौजूद थे।

लोक निर्माण मंत्री ने 22 एस.डी.ईज़ को सौंपे नियुक्ति पत्र

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब सरकार द्वारा राज्य के नौजवानों को रोजग़ार मुहैया करवाने की नीति के अंतर्गत 22 नौजवानों को लोक निर्माण विभाग में एस.डी.ईज़ के पद के लिए नियुक्ति पत्र सौंपे गए हैं। पंजाब के लोक निर्माण मंत्री स. हरभजन सिंह ई.टी.ओ. ने आज यहाँ पंजाब भवन में नव-नियुक्त एस.डी.ओज़ को नियुक्ति पत्र सौंपने के बाद कहा कि पंजाब सरकार राज्य के अधिक से अधिक नौजवानों को रोजग़ार मुहैया करवाने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने आशा अभिव्यक्त की कि नई नौकरियाँ हासिल करने वाले नौजवान नयी तकनीकों के साथ पढ़ाई करके आए हैं जोकि विभाग और राज्य के लिए रचनात्मक सिद्ध होंगी। उन्होंने कहा कि नये एस.डी.ईज़ की भर्ती के साथ पी.डब्ल्यू विभाग के कामों/प्रोजेक्टों में और तेज़ी आएगी और विभागीय क्षमता में वृद्धि होगी। उन्होंने नव नियुक्त एस.डी.ईज़ को सरकारी सेवा ईमानदारी और मेहनत से करने की नसीहत दी। उन्होंने नियुक्ति हासिल करने वाले नौजवानों के साथ बातचीत करते हुए ख़ुशी ज़ाहिर की कि उन्होंने साल 2012 में अपनी बतौर ई.टी.ओ. की नौकरी का नियुक्ति पत्र भी पंजाब भवन में ही प्राप्त किया था।

बिजली मंत्री ने कहा कि नव नियुक्त एस.डी.ईज़ को सरकार की ज़रूरत के अनुसार स्टेशन अलॉटमैंट किये जाएंगे। उन्होंने कहा कि नये एस.डी.ईज़ को दो महीने का प्रशिक्षण भी दिया जाएगा।

शिक्षा मंत्री ने 23 लाभार्थियों को तरस के आधार पर नियुक्ति पत्र दिए

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

शिक्षा मंत्री गुरमीत सिंह मीत हेयर ने 23 लाभार्थियों को तरस के आधार पर शिक्षा विभाग में नौकरी के नियुक्ति पत्र दिए। इनमें 7 क्लर्क, 4 एस.एल.ए., 9 सेवादार और 3 चौकीदार शामिल हैं।

आज पंजाब भवन में शिक्षा मंत्री मीत हेयर ने तरस के आधार पर नियुक्ति पत्र देते समय लाभार्थियों को प्रेरित करते हुए कहा कि मुख्यमंत्री पंजाब भगवंत मान जी द्वारा विभाग की ओर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। आप सबको विभाग में कार्य करने का यह मौका आप के परिवार की दिवंगत सख्शियत के कारण विभागीय नियमों के अनुसार बहुत कम समय के अंदर ही मिला है। दिवंगत पारिवारिक मैंबर की कमी तो पूरी नहीं हो सकती परन्तु विभाग द्वारा कम समय के अंदर यह नियुक्ति पत्र देकर परिवारों को मदद देने की विनम्र कोशिश की गई है। उन्होंने इस मौके पर नये नियुक्त हुए कर्मचारियों को उज्जवल भविष्य और तंदुरुस्त जीवन के लिए शुभकामनाएँ दीं।

मीत हेयर ने भारतीय क्रिकेट टीम में चुने गए अरशदीप सिंह की हौसला अफ़जाई

खेल मंत्री ने अरशदीप सिंह व उसके परिवार की रात्रि भोज पर की मेज़बानी

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

तेज़ गेंदबाज को भविष्य के लिए दीं शुभकामनाएं

पंजाब के खेल मंत्री गुरमीत सिंह मीत हेयर ने भारतीय क्रिकेट टीम में चुने गए पंजाब के तेज़ गेंदबाज अरशदीप सिंह की हौसला अफ़ज़ाई के लिए उसे निजी तौर पर मिलकर मुख्यमंत्री भगवंत मान की ओर से बधाई दी। पंजाब भवन चण्डीगढ़ में अरशदीप सिंह और उसके परिवार के लिए आयोजित रात्रि भोज के अवसर पर खेल मंत्री ने कहा कि अरशदीप सिंह का भारतीय क्रिकेट टीम में चयन होने से राज्य के लाखों नौजवानों को आगे बढ़ने की प्रेरणा मिलेगी। उन्होंने कहा कि पंजाब सरकार को ऐसे युवाओं पर गर्व है जिन्होंने अपनी कड़ी मेहनत और कठोर साधना के द्वारा अपने जीवन में ख्याति हासिल की है।

खेल मंत्री मीत हेयर अरशदीप के बचपन से क्रिकेट के साथ जुड़ने, परिवार के समर्थन और संघर्ष की कहानी सुनकर बहुत प्रभावित हुए। उन्होंने कहा कि अपने जीवन में की गई मेहनत कभी बेकार नहीं जाती। मीत हेयर ने अरशदीप सिंह को बताया कि जब वह छोटे थे तो वह ख़ुद भी क्रिकेटर बनना चाहते थे और अब भी वह क्रिकेट खेल में बहुत रुचि रखते हैं जिसके लिए कभी-कभी मौका मिलने पर क्रिकेट भी खेल लेते हैं।

खेल मंत्री ने कहा कि अब क्रिकेट खेल में बड़े स्तर पर पंजाब के नयी उम्र के खिलाड़ी आगे आ रहे हैं। उन्होंने आशा जताई कि रणजी ट्रॉफी में पंजाब और भी बेहतर प्रदर्शन करेगा। पंजाब सरकार खेल को जमीनी स्तर पर मज़बूत करने के लिए प्रयास कर रही है ताकि पंजाब एक बार फिर खेल के क्षेत्र में देश का अगुआ राज्य बने। इस अवसर पर मीत हेयर ने अरशदीप सिंह को शॉल भेंटकर सम्मानित भी किया। इस अवसर पर अरशदीप सिंह के पारिवारिक सदस्य और प्रशिक्षक भी मौजूद थे।

क्रिकेटर अरविंद अबरोल व आकाश राठौर पीसीए अपैक्स कौंसिल के सदस्य बने

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

पंजाब क्रिकेट एसोसिएशन की ए जी एम में जालंधर के 2 पूर्व क्रिकेटरों अरविंद अबरोल व आकाश राठौर को पंजाब क्रिकेट एसोसिएशन अपैक्स कौंसिल का सदस्य बनाया गया है। पंजाब क्रिकेट एसोसिएशन के पूर्व कार्यकारी अध्यक्ष राकेश राठौर ने जालंधर के क्रिकेटरो की नियुक्ति का स्वागत करते हुए कहा कि इन नियुक्तियों से जालंधर के क्रिकेट खिलाड़ियों का संम्मान बढ़ा है। उन्होंने आशा प्रकट की कि नवनियुक्त दोनों सदस्य क्रिकेट के क्षेत्र में सक्रिय रहते हुए खेल, खेल मैदान व खिलाड़ियों के सर्वपक्षीय विकास में अपनी सक्रिय भूमिका निभाएंगे।

विजीलैंस ने रिश्वत लेता हुआ एएसआई रंगे हाथों दबोचा

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब विजीलैंस ब्यूरो ने आज आर्थिक अपराध शाखा, जालंधर में तैनात ए.एस.आई. चरणजीत सिंह को 40,000 रुपए की रिश्वत लेते हुए रंगे हाथों काबू कर लिया। विजीलैंस ब्यूरो के प्रवक्ता ने बताया कि उक्त ए.एस.आई. को शिकायतकर्ता मुकेश कुमार निवासी न्यू किचलू नगर, लुधियाना की शिकायत पर पकड़ा है। शिकायतकर्ता ने विजीलैंस ब्यूरो के पास पहुँच कर अपनी शिकायत में बताया कि एक पुलिस शिकायत में उसकी मदद करने के बदले उक्त ए.एस.आई. द्वारा एक लाख रुपए रिश्वत की माँग की गई है परन्तु सौदा 40,000 रुपए में तय हुआ है।

विजीलैंस द्वारा शिकायत की पड़ताल के उपरांत उक्त दोषी ए.एस.आई. को दो सरकारी गवाहों की हाजिऱी में 40,000 रुपए की रिश्वत लेते हुए मौके पर ही पकड़ लिया गया। प्रवक्ता ने बताया कि उक्त दोषी के ख़िलाफ़ भ्रष्टाचार रोकथाम कानून की विभिन्न धाराओं के अंतर्गत विजीलैंस ब्यूरो के थाना जालंधर में मुकदमा दर्ज करके अगली कार्रवाई आरंभ कर दी गई है।

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