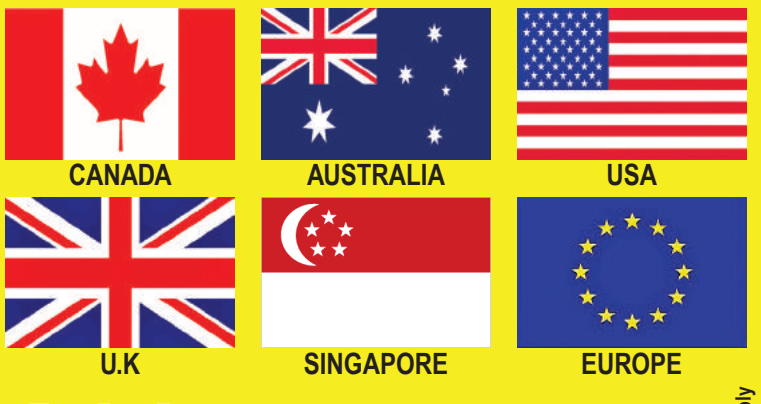
प्रेरणा
जिस तरह बूंद-बूंद से घड़ा भरता है, उसी तरह रोज थोड़ा-थोड़ा पढ़ने से सफलता प्राप्त होती है।

सच कहने की ताकत
साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

मास्क जरूरी, नहीं कोई मजबूरी



www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-3 • 06 MAY TO 12 MAY 2022 • VOLUME-41 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
CONSULTING | DESIGN | TRAINING
Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
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

हरियाणा पुलिस ने 3 आईईडीज़ व पिस्तौल समेत 4 व्यक्ति किए गिरफ्तार

डीजीपी वीके भावरा ने कहा- पंजाब पुलिस की टीमें पहले ही फाजिल्का से मुलजिमों का कर रही थीं पीछा

• **जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़**

एक संगठित और पूर्ण तालमेल भरपूर कार्यवाही के अंतर्गत, पंजाब पुलिस ने गुरूवार को दोषियों का 300 किलोमीटर से अधिक दूर तक पीछा करके और चार शक्की व्यक्तियों की गिरफ्तारी से एक संभावित आतंकवादी हमले को टालने में बड़ी सफलता हासिल की है। इन व्यक्तियों के पास से 3आईईडीज़ जो एक मैटलिक केस (2.5 किलो प्रत्येक) में पैक किये गए थे, 1 पिस्तौल और गोला-बारूद बरामद किया गया है। दोषियों की पहचान गुरप्रीत सिंह, अमनदीप सिंह और परमिन्दर सिंह तीनों निवासी गाँव विंजोके, ज़ीरा, फ़िरोज़पुर और लुधियाना के गाँव भट्टियां के भुपिन्दर सिंह के तौर पर हुई है। हरियाणा पुलिस ने उक्त व्यक्तियों को पंजाब पुलिस की सूचना पर करनाल से गिरफ्तार किया गया है।

इस सम्बन्धी जानकारी सांझा करते हुए डायरैक्टर जनरल ऑफ पुलिस (डीजीपी) पंजाब वी. के भावरा ने कहा कि केंद्रीय एजेंसी ने पहले एक इनपुट सांझा की थी कि फाजिल्का और फ़िरोज़पुर के सरहदी जिलों में कुछ शक्की व्यक्तियों के होने संबंधी जानकारी मिली थी, जिन पर पुलिस को शक है कि वह विस्फोटक सामग्री और हथियार लेजा सकते हैं। उन्होंने बताया कि उक्त जानकारी के बाद, कमांडैंट पीएपी हरकमलप्रीत सिंह खख और एस.एच.ओ. एस.एस.ओ.सी. फाजिल्का सतिन्दरदीप सिंह बराड़ के नेतृत्व वाली पुलिस टीमों से तरफ केंद्रीय एजेंसी की टीमों के साथ मिल कर इन शक्कियों को काबू करने के लिए बुधवार और गुरूवार की बीच का रात को छापेमारी की गई। इन टीमों ने सांझे तौर पर फ़िरोज़पुर, फाजिल्का, फरीदकोट और एसएएस नगर जिलों में शक्की टिकानों की पहचान की थी। डी.जी.पी. ने बताया कि शक्की व्यक्ति फ़िरोज़पुर के क्षेत्र में एक सफ़ेद रंग की इनोवा गाड़ी डीएल वीबी 7869 में घूमते पाये गए और पुलिस की तरफ से पीछा करने पर उन्होंने गाड़ी का रूख लुधियाना की ओर कर लिया।

उन्होंने कहा "जब शक्की व्यक्ति नेशनल हाईवे के रास्ते अम्बाला की तरफ आगे बढ़ने लगे, तो तत्काल कार्यवाही करते हुए पंजाब पुलिस ने हरियाणा पुलिस के साथ संपर्क बनाया जिसके अंतर्गत करनाल में वाहन को रोक कर मुलजिमों को आईईडी समेत गिरफ्तार किया गया।''

प्राथमिक पूछताछ के दौरान मुलजिमों ने कबूला कि वह पाकिस्तान स्थित गैंगस्टर से आतंकवादी बने हरविन्दर सिंह उर्फ रिन्दा के लिए काम करते थे। ज़िक्रयोग्य है कि रिन्दा जो कि पंजाब, चण्डीगढ़, महाराष्ट्र और हरियाणा में सक्रिय एक मशहूर गैंगस्टर है और पंजाब पुलिस को कत्ल, कंट्रैक्ट कीलिंग, डकैती, फिरौती और सनैचिंग जैसे कई घृणित अपराधों में वांछित है। बताने योग्य है कि करनाल के मधुबन पुलिस थाने में दर्ज की गई एफ.आई.आर. के मुताबिक ऐस.ऐस.ओ.सी. फाजिल्का के एस.एच.ओ. सतीन्द्र सिंह बराड़ ने हरियाणा पुलिस को सूचना दी थी कि एक सफ़ेद रंग की इनोवा कार शक्की रूप में विस्फोटक लेकर पंजाब से दिल्ली की तरफ जा रही है। जिसके उपरांत पुलिस की टीमों को वाया टोल प्लाज़ा और नाका लगाने के लिए भेजा गया और वाहनों की चैकिंग के दौरान मुलजिमों को गोला-बारूद समेत गिरफ्तार कर लिया गया।

कोविड खत्म होने के बाद लागू होगा सीएए : अमित शाह

कोलकाता. बंगाल के तीन दिवसीय दौरे पर आए केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने नागरिकता कानून को लागू करने को लेकर बड़ा बयान दिया है। अमित शाह ने पश्चिम बंगाल के सिलिगुड़ी में एक रैली को संबोधित करते हुए कहा कि कोविड महामारी खत्म होने के बाद नागरिकता संशोधन अधिनियम (सीएए) लागू किया जाएगा। अमित शाह ने कहा, "तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) अफवाह फैला रही है कि सीएए लागू नहीं होगा, लेकिन मैं आपको बता रहा हूं कि कोरोना

के बाद हम सीएए लागू करेंगे।" अमित शाह ने कहा कि सीएए हकीकत था, सीएए हकीकत है और सीएए हकीकत रहेगा। कुछ भी नहीं बदला है।

पश्चिम बंगाल उन राज्यों में से एक था जिसने सीएए के खिलाफ प्रस्ताव पारित किया था। केंद्रीय मंत्री ने बंगाल में हिंसा को लेकर मुख्यमंत्री ममता बनर्जी पर भी निशाना साधा और कहा कि दीदी ने बीरभूम में नौ लोगों को जिंदा जला दिया। शाह ने कहा, "ममता दीदी, आपको बंगाल के लोगों ने तीन बार चुना है और हमने सोचा था कि आप खुद को सुधारेंगे लेकिन आपने नहीं किया। मैं वादा करता हूं कि जब तक आप 'कट मनी' और हिंसा नहीं रोकेंगे, भाजपा इसके खिलाफ अपनी लड़ाई जारी रखेगी। शाह ने कहा कि चुनाव के बाद की हिंसा के बाद, मानवाधिकार आयोग ने कहा कि यहां कानून का शासन नहीं था, यहां केवल शासक का शासन था। 100 से अधिक हत्याएं, 1,829 घायल और टीएमसी के लोग 161 मामलों में शामिल थे। शाह पार्टी नेताओं का मनोबल बढ़ाने के लिए बंगाल के दौरे पर हैं। 6 मई को अमित शाह कूचबिहार के श्री बीघा कॉरिडोर पर बीएसएफ के कार्यक्रम में शामिल होंगे। दोपहर में गृह मंत्री कोलकाता पहुंचेंगे और पार्टी विधायकों और राज्य भाजपा के शीर्ष नेताओं के साथ बैठक करेंगे।

नगर निगम चुनाव के लिए आम आदमी पार्टी ने कसी कमर

चंडीगढ़. पंजाब में होने वाले आगामी नगर निगमों के चुनावों को लेकर आम आदमी पार्टी (आप) ने कमर कस ली है। गुरुवार को आम आदमी पार्टी पंजाब के प्रभारी जरनैल सिंह ने पार्टी के राज्य महासचिव हरचंद सिंह बरसट और पार्टी के पदाधिकारियों के साथ मीटिंग कर आगामी नगर निगम चुनावों की रणनीतियों पर चर्चा की। आम आदमी पार्टी के लिए इस चुनाव में और भी बेहतर मौका है। आप पंजाब के प्रभारी जरनैल सिंह ने कहा कि आम आदमी पार्टी निगम की सभी सीटों पर ईमानदार उम्मीदवार उतारेगी। आम जन की समस्याओं को लेकर सरकार गंभीर है और उनके स्थाई समाधान के लिए हर संभव प्रयास कर रही है।

समूची भर्ती प्रक्रिया को पारदर्शी और निष्पक्ष ढंग से पूरा किया जाएगा : भगवंत मान

अगले बजट में कई और जन-समर्थक पहल करने का किया ऐलान

• **जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़**

पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान ने आज 'आप' सरकार के 50 दिन पूरे होने पर बड़े स्तर पर भर्ती मुहिम चलाने का ऐलान करते हुए योग्य उम्मीदवारों को उनकी शैक्षिक योग्यता के मुताबिक केवल मेरिट के आधार पर नौकरियाँ देने की प्रतिबद्धता को दोहराया है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि समूची भर्ती प्रक्रिया पूरी तरह पारदर्शी और निष्पक्ष ढंग से पूरी की जाएगी। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि बड़े स्तर पर चल रही भर्ती मुहिम में सिफ़ारिश या रिश्वतखोरी को कोई जगह नहीं मिलेगी। एक वीडियो संदेश में मुख्यमंत्री ने आगे कहा कि 25 विभिन्न विभागों में 26,454 पदों के लिए भर्ती भ्रष्टाचार मुक्त और बिना किसी पक्षपात के की जाएगी। भगवंत मान ने आगे कहा कि राज्य सरकार ने पहले ही समाचार पत्रों में विस्तारपूर्वक विज्ञापन जारी कर दिया है, जिसमें शैक्षिक योग्यता के अनुसार आवेदन करने के इच्छुक उम्मीदवारों की सुविधा के लिए खाली पड़े पदों की संख्या, भर्ती एजेंसियाँ (पी.पी.एस.सी./एस.एस.एस.बी./तीसरा पक्ष/विभाग) और भर्ती के विवरण जानने के लिए विभागीय वेबसाइटों के लिंक शामिल किए गए हैं।

युवाओं के लिए रोजग़ार के बेशुमार अवसरों का वादा करते हुए भगवंत मान ने कहा कि राज्य सरकार जल्द ही सरकारी एवं निजी क्षेत्रों में और नौकरियाँ भी लेकर आएगी, जिससे युवाओं को सम्मान के साथ जीवन व्यतीत करने के लिए आजीविका कमाने के लिए सक्षम बनाया जा सके। मुख्यमंत्री ने उनकी सरकार द्वारा किए जाने वाले कई और जन-समर्थक पहलों का भी जिक्र किया, जिनका ऐलान विधानसभा के बजट सत्र के दौरान पेश होने वाले वार्षिक आम बजट 2022-23 में किया जाएगा।

प्रधानमंत्री आवास योजना : आम आदमी पार्टी की सरकार आने के बावजूद नहीं सुधरे हालात

नगर निगम जालंधर में लोगों को किश्तों के लिए करना पड़ रहा है मुसीबतों का सामना

• **जालंधर ब्रीज.** विशेष रिपोर्टर

केंद्र सरकार द्वारा साल 2015 में प्रधानमंत्री आवास योजना की शुरुआत मिनिस्ट्री ऑफ़ अर्बन हाउसिंग के अंतर्गत की गयी थी जिसका लक्ष्य समाज के कमजोर वर्गों को किफायती आवास प्रदान करना है। इस योजना में सरकार द्वारा आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के लोगों को अपना पक्का मकान बनाने के लिए 1.50 लाख रूपये की राशि केंद्र द्वारा राज्य सरकार के साथ मिल कर सीधा लाभार्थी के बैंक अकाउंट में ट्रांसफर की जा रही है। इस राशि को देने के लिए अर्बन लोकल बॉडी में कार्य कर रही नगर निगम और अन्य सरकारी संस्था में लाभार्थी को अपने दस्तावेजों के साथ आवेदन करना होता है जिसके बाद उन्हें पहली किश्त 50 हजार रुपए घर की नींव का स्तर पूरा होने पर, दूसरी किश्त 50 हज़ार रुपए लिंटल बीम तक कार्य पूरा होने पर, 20 हजार रुपए घर की छत डालने के बाद और आखिरी किश्त 30 हज़ार रुपए घर पूरा होने के बाद दी जाती है। परन्तु नगर निगम जालंधर में लोगों को सरकार द्वारा दी जाने वाली किश्तों को लेने के लिए कई मुसीबतों का सामना करना पड़ रहा है।

बता दें कि इस योजना के लाभार्थियों द्वारा बताया गया है कि उन्होंने संबंधित अधिकारियों से अपनी फाइल के बारे में जानने की जब भी कोशिश की तो उन्हें यह कह दिया जाता है कि आप की फाइल हमारे पास नहीं आई है, दोबारा अप्लाई करो। दूसरी ओर एक लाभार्थी द्वारा कहा गया कि हमें पहली किश्त आ गई है पर दूसरी किश्त आने में कई महीने तक लगा दिए जाते है। क्योंकि किश्त डालने से पहले नगर निगम के जूनियर इंजीनियर जिनमें से कुछ कांट्रेक्ट पर काम कर रहे हैं, द्वारा मौके पर दी गई फोटोग्राफ को चेक करके अपनी रिपोर्ट सबमिट करनी होती है जिसके बाद उनके खाते में पैसे डाले जाते हैं। लेकिन इस रिपोर्ट को सबमिट करने के लिए संबंधित अधिकारी कई महीने और कई बार तो साल तक लगा देते हैं। इस बारे में पड़ताल करने पर कई लाभार्थियों ने अपना नाम ना छापने की शर्त पर बताया है कि जब तक इससे संबंधित अधिकारी या कर्मचारी लाभार्थियों से मुंह मीठा करने के नाम पर रिश्वत नहीं ले लेते तब तक उनकी फाइल ऊपर तक नहीं जाती और उनका काम अधर में लटका रहता है या अधिकारी कर्मचारी टाल-मटोल करते रहते हैं। जिक्रयोग्य है की मजबूरी में कई लाभार्थियों ने अपने मकान तोड़ कर रहने के लिए किराये के घर लिए हुए हैं जिसका वे भारी भरकम किराया चुका रहे हैं। कइयों ने तो किश्त न मिलने की वजह से प्राइवेट फाइनेंसर से भारी भरकम ब्याज पर पैसे लिए हुए हैं जिसका ब्याज देना ही उनके लिए मुसीबत बना हुआ है। किश्तें लेट मिलने से उन्हें सामान भी महंगे भाव खरीदना पड़ता है।

गौरतलब है कि असिस्टेंट प्रोजेक्ट अफसर निर्मलजीत कौर से पूछे जाने पर जवाब मिला कि पहले इलेक्शन के चलते फंड्स नहीं दिए गए और अब 2 करोड़ के करीब जो फंड्स आते है वह दो दिन में ही खत्म हो जाते हैं जिस पर उन्हें यूटिलाइजेशन सर्टिफिकेट चंडीगढ़ भेज कर ही आगे फंड्स मिलते है। इसका कागजी प्रोसेस 7 से 10 दिन का होता है। परन्तु चंडीगढ़ लोकल बॉडी में इस प्रोजेक्ट के इंचार्ज बलदीप सिंह द्वारा साफ़ शब्दों में कहा गया कि फंड्स की कोई कमी नहीं है और उन्होंने फंड्स बढ़ाने के लिए निर्मलजीत कौर को डिमांड रेज की चिठ्ठी भेजने को कहा है। अब आने वाले दिनों में देखना होगा कि गरीब लाभार्थी जो पिछले कई सालों से अपना मकान शुरू और पूरा करने के सपने देख रहे हैं उनके सपने कब सच होंगे और सरकार द्वारा इस गंभीर मुद्दे पर ध्यान देकर इस विभाग पर किसी सीनियर अधिकारी के निरक्षण के अंतर्गत लोगों को आ रही मुश्किलों का हल कब तक करवाया जाएगा। इस सारे सिस्टम को ऑनलाइन कैसे किया जायेगा जिससे लाभार्थी ऑफिस में आकर अपनी फाइल पता कर सके कि किसके पास पड़ी है और कब उनके खाते में सरकार द्वारा दी जा रही राशि मिल पायेगी। जिससे फील्ड में कार्य कर रहे अधिकारियों की ज़िम्मेवारी भी तय हो सके।

• जालंधर नगर निगम कार्यालय में अपनी फाईलों व रुकी हुई किश्तों की जानकारी लेने के लिए एकत्रित हुए बुजुर्ग लाभार्थी।

महिलाएं अकेले ट्रैवल करते समय इन बातों का रखें खास ख्याल

एक सोलो ट्रिप कितनी मजेदार होती है, इसका अंदाजा आप तब तक नहीं लगा सकते जब तक आप अकेले घूम कर न आएं हों। जब महिलाओं के सोलो ट्रिप पर जानें की बात आती है तो हम अभी भी बहुत रुढ़िवादी है। अगर आप एक महिला हैं और अकेले घूमने जानें के बारे में सोच रही हैं, तो यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं कुछ ट्रैवलिंग टिप्स...

• **जालंधर ब्रीज.** रिपोर्टर

एक सोलो ट्रिप कितनी मजेदार होती है, इसका अंदाजा आप तब तक नहीं लगा सकते जब तक आप अकेले घूम कर न आएं हों। कई सारे लोग अब ग्रुप में घूमने के बजाए अकेले ट्रैवलिंग पर जाना पसंद करते हैं। लेकिन जब महिलाओं के सोलो ट्रिप पर जानें की बात आती है तो हम अभी भी बहुत रूढ़िवादी है। कई बार आप इसके बारे में सोचती हैं तो आप डर सकते हैं, लेकिन वास्तव में ये बहुत रोमांचक हो सकती है। अगर आप एक महिला हैं और अकेले घूमने जानें के बारे में सोच रही हैं, तो यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं कुछ ट्रैवलिंग टिप्स...

ट्रैवलिंग डेस्टिनेशन को समझदारी के साथ चुनें : हम सभी को कुछ न कुछ पसंद होता है, किसी को शांत पहाड़ तो किसी को समंदर की लहरें। यह तय करना वास्तव में महत्वपूर्ण है कि आपको किस तरह की वेकेशन की आवश्यकता है क्योंकि यदि आप अकेले यात्रा कर रहे हैं तो आपको अपने आप को नियंत्रण में रखना होगा और यदि आप सही डेस्टिनेशन चुनती हैं जो आपके मूड से मेल खाता है तो आपके लिए अद्भुत काम कर सकता है। हमें यह समझने की जरूरत है कि अकेले यात्रा करने के लिए हर जगह सुरक्षित नहीं है, इसलिए अपनी घूमने की डेस्टिनेशन को सोच समझकर चुनें। कम सामान सफर आसान आप सही तरह से तभी घूम पाएंगी जब आप पूरी तरह से निश्चिंत हों। ज्यादा सामान के साथ ऐसा संभव नहीं है, इसलिए जितना सामान कम लेकर ट्रैवलिंग पर निकलेंगी उतना ही आप अपनी यात्रा का आनंद उठा पाएंगी। ऐसे मौके हो सकते हैं जब आपको अकेले ही अपना सामान उठाना पड़े, इसे हल्का रखना एक सुरक्षित विकल्प है। पहले एक सूची तैयार करें और फिर उन चीजों को पैक करें जिनके बिना आप ट्रैवल नहीं कर सकती। जरूरी सामान सावधानी से पैक करें और अपने बैग में ज्यादा स्टफिंग से बचें। अपनी सुरक्षा के लिए फर्स्ट एड किट और ब्लैक पेपर स्प्रे ले जाना न भूलें। यदि आप एक जैसे कपड़े पहनते हैं तो कोई आपको जज नहीं करेगा। शायद अकेले यात्रा का मजेदार हिस्सा यह है कि आपको इस बात की परवाह नहीं है कि आप क्या पहन रहे हैं।

अपने डॉक्यूमेंट, कार्ड्स और कैश को सुरक्षित रखें आप पर कोई नजर रखे हो सकता है इसलिए हमेशा अपने डॉक्यूमेंट्स और कार्ड्स का बैकअप रखें। अधिक सतर्क और जागरूक रहें क्योंकि यह एक बड़ी दुनिया है, जिसे आप पूरी तरह से नहीं जानते। आप अपने डॉक्यूमेंट्स हमेशा अपने होटल के कमरों के सुरक्षित लॉकर में रखें और घर पर किसी भी आपात स्थिति के लिए फोटो कॉपी का एक फ़ोल्डर रख सकते हैं। कार्ड के लिए, आप पासवर्ड बदलते रह सकते हैं क्योंकि उन्हें कुछ अतिरिक्त सुरक्षा की आवश्यकता होती है। आप अपने साथ कम मगर कैश जरूर रखें। यात्रा से पहले रहने की जगह बुक करें जब आप अपने लोगों के साथ रोड ट्रिप पर होते हैं तो आपको कार में सोने में कोई आपत्ति नहीं होती है, लेकिन जब अकेले यात्रा करने की बात आती है तो आपको थोड़ा सावधान रहना होगा क्योंकि कोई भी सड़क किनारे सोना नहीं चाहता। अपने बैग पैक करके बाहर निकलने से पहले अंतिम क्षण में भी अपने रहने की जगह बुक कर लें। अपने आप को आवास के बारे में दोगुना सुनिश्चित रखने से आप अंतिम क्षण में होने वाले पैनिक अटैक से बच सकते हैं।

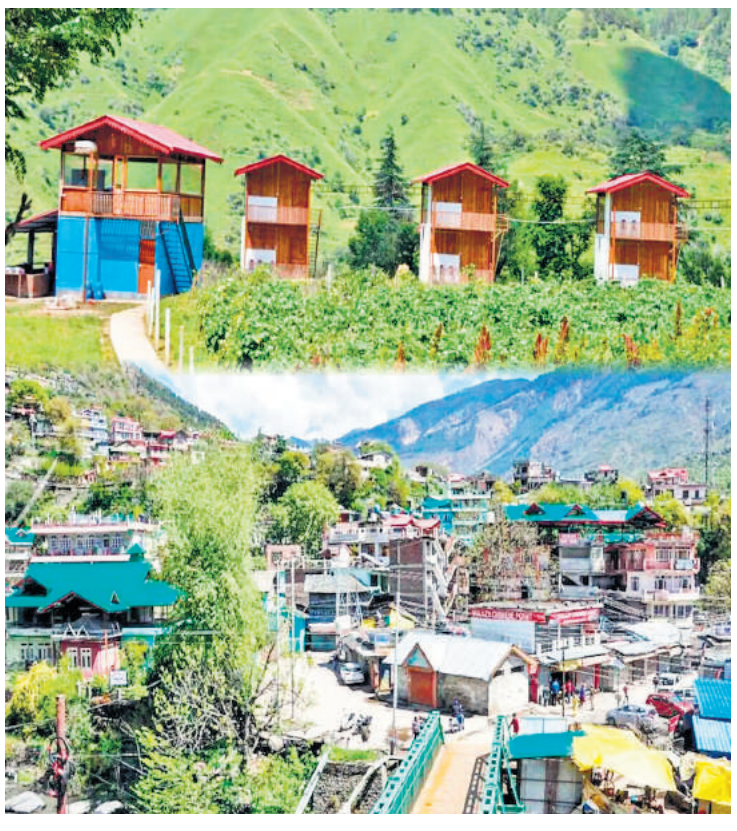
KNOWLADGE

भारत के इस गांव में विदेशियों की एंट्री पर है बैन, जानें इसके पीछे का कारण

उत्तराखंड में कई ऐसी जगहें हैं जहां पर प्रकृति का अद्भुत नजारा देखने को मिलता है। लेकिन उत्तराखंड में एक ऐसा भी गांव है जहां पर विदेशियों की एंट्री पर बैन है।

भारत में कई ऐसी खूबसूरत जगहें हैं, जहां हर साल लाखों की संख्या में विदेशी पर्यटक आते हैं। विदेशी पर्यटक खासकर भारतीय संस्कृति को देखने के लिए सबसे ज्यादा भारत आते हैं। भारत में यदि खूबसूरती की बात की बात की जाए तो सबसे पहला नंबर उत्तराखंड का आता है। उत्तराखंड में कई ऐसी जगहें हैं जहां पर प्रकृति का अद्भुत नजारा देखने को मिलता है। लेकिन उत्तराखंड में एक ऐसा भी गांव है जहां पर विदेशियों की एंट्री पर बैन है। कहा जाता है कि यदि कोई विदेश पर्यटक गांव में एंट्री की कोशिश करता है तो सुरक्षाबल अनके खिलाफ कार्रवाई करते हैं। जानकारी के लिए आपको बता दें कि उत्तराखंड का चकराता वह गांव है जिसमें विदेशियों की एट्री पर बैन है। क्योंकि चकराता गांव भारतीय सेना की छावनी हैं।

खबरों की मानें तो इस गांव को ब्रिटिश शासन के समय से ही सेना की छावनी बना दिया गया था। गांव के आस-पास सुरक्षाबलों की तैनाती रहती है। ब्रिटिश शासन के समय से ही इस गांव में एक पैदल सेना का अड्डा (इंफैन्ट्री बेस) मौजूद है। चकराता गांव अपनी खूबसूरती के लिए मशहूर है। यह गांव प्रदूषण मुक्त गांव है। चकराता गांव की आबादी की बात करें तो इस गांव की आबादी काफी कम है। हालांकि गांव में ठहरने के लिए करीब चार होटल मौजूद हैं। मीडिया रिपोर्ट के अनुसार, चकराता गांव को लोगों को जौनसार बावर के नाम से भी जाना जाता है। क्योंकि इस गांव में जौनसारी जाति के अधिक लोग रहते हैं। इस गांव के नजदीक घुमने की कई जगह हैं। गांव के पास ही टाइगर फॉल, देववन, चिरमिरी आदि स्थित हैं और यह जगह देखने में काफी खूबसूरत है। इस गांव में केवल भारत के लोग ही एंट्री कर सकते हैं। विदेशियों को इस गांव में प्रवेश की अनुमति नहीं है।



होनें लगी है भूलने की परेशानी, इन टिप्स के जरिए अपनी मेमोरी को बनाए स्ट्रॉन्ग

बढ़ती उम्र के साथ शरीर को कई सारी परेशानियां घेर लेती हैं, जिनमें से एक भूलने की बीमारी है। कभी घर की चाबी, कभी किसी का नाम, तो कभी राशन की लिस्ट रोजमर्रा के जीवन में जब हम ये चीजें भूलने लग जाते हैं, तो हमारी जिंदगी इससे बहुत प्रभावित होती है। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं कुछ टिप्स जिनके जरिए आप अपनी याद्दाश्त ठीक कर सकते हैं...

हर उम्र के लोग इस परेशानी से जूझते नजर आते हैं। अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में शारीरिक गतिविधियों को करें शामिल शारीरिक गतिविधि आपके मस्तिष्क सहित आपके पूरे शरीर में रक्त के प्रवाह को बढ़ाती है। यह आपकी याददाश्त को तेज रखने में मदद कर सकता है। अधिकांश स्वस्थ वयस्कों के लिए, स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग सप्ताह में कम से कम 150 मिनट की मीडियम एरोबिक एक्टिविटी या सप्ताह में 75 मिनट जोरदार एरोबिक एक्टिविटी की सलाह देता है। इसके अलावा अगर आपके पास इतना समय नहीं है तो आप हर दिन में 10 मिनट पैदल चल कर खुद को एक्टिव रख सकते हैं।

मेंटल एक्टिव रहें जिस तरह शारीरिक गतिविधि आपके शरीर को आकार में रखने में मदद करती है, उसी तरह मानसिक रूप से उत्तेजक गतिविधियां आपके मस्तिष्क को आकार में देने में मदद करती हैं - और मेमोरी लॉस को दूर रख सकती हैं। इसके लिए आप सुडोकू खेल सकते हैं। इसके अलावा आप वाहन चलाते हुए दूसरे रास्तों का भी प्रयोग करें, कोई म्यूजिक इंस्ट्रूमेंट बजाना सीखें। सोशल रहें सोशल कॉन्टैक्ट डिप्रेशन और स्ट्रेस को दूर करने में मदद करता है, जो दोनों मेमोरी लॉस के कारण बन सकते हैं। प्रियजनों, दोस्तों और अन्य लोगों के साथ मिलने के अवसरों की तलाश करें - खासकर यदि आप अकेले रहते हैं। ऑर्गेनाइज रहें यदि आपका घर अस्त-व्यस्त है और आपके नोट अस्त-व्यस्त हैं, तो आप चीजों को भूलने की अधिक संभावना रखते हैं। एक विशेष नोटबुक, कैलेंडर या इलेक्ट्रॉनिक योजनाकार में कार्यों, नियुक्तियों और अन्य घटनाओं को लिखें। इसके अलावा टू-डू लिस्ट का सहारा भी ले सकते हैं।

अच्छी नींद लें नींद आपकी यादों को मजबूत करने में आपकी मदद करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है, इसलिए आप उन्हें याद कर सकते हैं। पर्याप्त नींद लेना प्राथमिकता बनाएं। अधिकांश वयस्कों को दिन में सात से नौ घंटे की नींद की आवश्यकता होती है। स्वस्थ आहार लें एक स्वस्थ आहार आपके मस्तिष्क के लिए उतना ही अच्छा हो सकता है जितना कि आपके दिल के लिए। फल, सब्जियां और साबुत अनाज खाएं। मछली, बीन्स और त्वचा रहित पोल्ट्री जैसे कम वसा वाले प्रोटीन स्रोत चुनें। आप जो पीते हैं वह भी मायने रखता है। बहुत अधिक शराब और नशीली दवाओं का सेवन से भ्रम और स्मृति हानि हो सकती है। क्रोनिक कंडीशन को मैनेज करें डिप्रेशन, हाई ब्लडप्रेशर, हाई कोलेस्ट्रॉल, डायबिटीज, मोटापा और कम सुनाई देने जैसी चिकित्सीय स्थितियों के लिए अपने डॉक्टर की सलाह का पालन करें। जितना बेहतर आप अपना ख्याल रखेंगे, आपकी याददाश्त उतनी ही बेहतर होगी। इसके अलावा, नियमित रूप से अपने डॉक्टर से अपनी दवाओं की समीक्षा करें। विभिन्न दवाएं स्मृति को प्रभावित कर सकती हैं।

घर पर चाहते हैं सैलून वाला ग्लोइंग लुक तो फॉलो करें स्टेप्स

हम सभी अच्छी और चमकदार स्किन चाहते हैं, तो कुछ आसान चीजों के साथ शुरुआत कर सकते हैं।

क्लीन : हम मूल बातें से शुरू करते हैं। आपको सबसे पहले अपने चेहरे से पसीने, तेल, गंदगी और मेकअप को साफ करना होगा। ऐसा करने के लिए, आप या तो रेडीमेड फेस वाश का उपयोग कर सकते हैं या आप घर पर एक साधारण क्लीन्ज़र बनाकर इस्तेमाल में ला सकते हैं।

स्क्रब : अगला कदम अपने चेहरे को धीरे से साफ करना है। इसके लिए आप अपनी स्किन के मुताबिक बाजार में उपलब्ध स्क्रब का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके अलावा अगर आप चाहें तो घर पर नेचुरल चीजों के साथ भी स्क्रब तैयार करके प्रयोग में ला सकते हैं। टोन स्क्रबिंग त्वचा की कुछ सेल्स को हटा देगा और आपके चेहरे पर दाग-धब्बे और लाल बना देता है। इससे बचने के लिए स्क्रबिंग के तुरंत बाद टोनर लगाएं।

टोनर : पहले से तैयार रखें। आप बाजार या घर पर टोनर बना कर अपना चेहरा टोन कर सकती हैं। टोनर लगाने में देरी न करें, क्योंकि यह इस संपूर्ण घरेलू सौंदर्य दिनचर्या के सबसे महत्वपूर्ण घटकों में से एक है।

फेस-पैक : अगला कदम फेस पैक लगाना है। बाजार में आपको कई अच्छे रेडीमेड फेस पैक मिल जाएंगे। इसके अलावा आप अपने स्किन टाइप के अनुसार घर पर भी फेस मास्क तैयार करके अप्लाई कर सकते हैं।

मॉइस्चराइजर : यदि आप अपनी त्वचा को ठीक से हाइड्रेट नहीं करते हैं तो घर पर आपका सैलून लुक अधूरा रह जाएगा। इसलिए ब्यूटी ट्रीटमेंट के बाद सुनिश्चित करें कि आप अपने चेहरे को अच्छी तरह से मॉइस्चराइज़ करें। एक अच्छे मॉइस्चराइज़र का प्रयोग करें जो आपकी त्वचा के प्रकार के अनुकूल हो। अपने हाथों को गोलाकार गति में घुमाते हुए त्वचा में मॉइस्चराइजर की मालिश करें। तब तक मालिश करें जब तक लोशन पूरी तरह से आपकी त्वचा में समा न जाए।

टेस्टी और न्यूट्रीशस खाने का है मन तो ऐसे बनाएं रशियन सलाद

RUSSIAN SALAD

आमतौर पर सलाद के रूप में खीरा, गाजर, मूली, टमाटर जैसी सब्जियों को काटकर सर्व किया जाता है। लेकिन आप चाहें तो इनके साथ कुछ स्पेशल टाइप के टेस्टी-न्यूट्रीशस सलाद भी तैयार कर सकती हैं। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं रशियन सलाद की रेसिपी...

गर्मियों के मौसम में हमारा शरीर के लिए भारी और तला-भुना खाना पचा पाना मुश्किल होता है। इस मौसम में शरीर के लिए कुछ हल्का खाना पर्याप्त होता है। लेकिन हल्के खाने के साथ-साथ हमें न्यूट्रिशंस का भी ध्यान रखना होता है। ज्यादातर घरों में खाने की जिम्मेदारी महिलाओं पर होती हैं। उन्हें सबके टेस्ट और हेल्थ दोनों का ध्यान रखना होता है। आप खीरा, प्याज, टमाटर और चुकंदर जैसी कई चीजें सलाद में काटते ही होंगी। लेकिन अगर आप रोज-रोज के इस सलाद से बोर हो गईं है तो इसमें कुछ नया टेस्टी और न्यूट्रीशस ट्राई कर सकती हैं। यहां हम आपके लिए लेकर आएं हैं रशियन सलाद की रेसिपी, जिसे खाकर सभी आपके दीवाने हो जाएंगे।

सामग्री

कटे आलू : 2 मीडियम साइज के, बारीक कटा हुआ खीरा : 2, बारीक कटी हुई गाजर : 1, कॉर्न : 1/2 कप, बारीक कटी फ्रेंच बींस : 5-6, मटर के दाने : 1/2 कप, बीज निकला कटा टमाटर : 1, कटा केला : 1, कटा सेब : 1, कटा अनानास : 1/2 कप, अनार के दाने : 2 बड़े चम्मच, मेयोनीज : 1/2 कप, फ्रेश क्रीम : 1/4 कप, पिसी चीनी: 2 छोटे चम्मच, कालीमिर्च पाउडर : 1/2 छोटा चम्मच, नींबू का रस : 1 छोटा चम्मच, नमक : स्वादानुसार, बारीक कटा पुदीना : थोड़ा-सा

विधि

सबसे पहले आलू, गाजर, कॉर्न, मटर, बींस को भाप में हल्का-सा पकाकर ठंडा करके एक तरफ रख लें। अब ड्रेसिंग बनाने के लिए एक बड़ा-सा बाउल लें। उसमे मेयोनीज और क्रीम डालकर कुछ सेकेंड तक फेंट लें और फिर इसके अंदर पिसी चीनी, कालीमिर्च पाउडर, पुदीना, नमक और नीबू का रस डालकर उसे क्रीमी टेक्सचर आने तक या एक मिनट तक कांटे की मदद से फेंट लें। अब तैयार ड्रेसिंग के अंदर स्टीम की हुई सारी सब्जियां, कटा खीरा, टमाटर, सारे फल डालकर एक चम्मच की हेल्प से हल्के हाथों से अच्छी तरह से मिक्स कर लें। इसे अब एक घंटे के लिए फ्रिज में रखें। ठंडा-ठंडा रशियन सलाद सर्व करें।

NEWS +

सरकार पेश करेगी इंडियन ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म, एमाजोन और वालमार्ट को मिलेगी कड़ी टक्कर

ओएनडीसी के लॉन्च के साथ, सरकार का टारगेट इलेक्ट्रॉनिक नेटवर्क के माध्यम से गुड्स एंड सर्विसेज के एक्सचेंज के लिए एक ओपन प्लेटफॉर्म को बढ़ावा देना है।

भारत में अमेजन और वालमार्ट जैसी यूएस-आधारित ई-कॉमर्स कंपनियों के प्रभाव को खत्म करने के लिए भारत सरकार डिजिटल कॉमर्स के लिए एक ओपन नेटवर्क लॉन्च करने के लिए पूरी तरह तैयार है। नया ओएनडीसी प्लेटफॉर्म खरीदारों और सेलर को एक-दूसरे के साथ इंटरेक्ट करने और ऑनलाइन ट्रांजेक्शन करने की सुविधा देगा। ओएनडीसी प्लेटफार्म को लॉन्च एमाजोन और वॉलमार्ट के कुछ फ्लिपकार्ट के डोमेस्टिक सेलर्स पर भारत के एंटीट्रस्ट बॉडी छापे को देखते हुए आया है। कंपनी पर नियमों का उल्लंघन करने का आरोप लगाया गया था। ओएनडीसी के लॉन्च के साथ, सरकार का टारगेट इलेक्ट्रॉनिक नेटवर्क के माध्यम से गुड्स एंड सर्विसेज के एक्सचेंज के लिए एक ओपन प्लेटफॉर्म को बढ़ावा देना है।

जानकारी के मुताबिक, ओपन नेटवर्क प्लेटफॉर्म दिल्ली एनसीआर, बेंगलुरु, भोपाल, शिलांग और कोयंबटूर सहित पांच शहरों में लॉन्च किया जाएगा। बाद में इसका विस्तार दूसरे शहरों में किया जाएगा। रॉयटर्स की रिपोर्ट के अनुसार, मोदी सरकार और उसके प्रमुख समर्थकों ने लंबे समय से तर्क दिया है कि अमेजन और फ्लिपकार्ट केवल कुछ बड़े सेलर को ही बेनेफिट करते हैं। हालांकि, कंपनियों ने हमेशा यह सुनिश्चित किया है कि वे भारत सरकार के निर्धारित कानूनों का पालन करें।

एमाजोन और फ्लिपकार्ट को मिलेगी कड़ी टक्कर : हालांकि, एमाजोन और फ्लिपकार्ट ने अभी तक सरकार के ओएनडीसी प्लेटफॉर्म पर प्रतिक्रिया नहीं दी है। रिपोर्ट में कहा गया है कि भारत की ओएनडीसी प्लान का टारगेट 30 मिलियन सेलर और 10 मिलियन मरचेंट्स को ऑनलाइन जोड़ना है। इस प्लेटफॉर्म के जरिए सरकार का टारगेट, अगस्त तक कम से कम 100 शहरों और कस्बों को कवर करने की योजना है। सरकार खरीदारों और सेलर्स के लिए लोकल भाषा में ऐप्स पर ध्यान केंद्रित करेगी।

टोक्यो में अगले महीने होगी पीएम मोदी और राष्ट्रपति बाइडेन की मुलाकात, चीन की चुनौती से निपटने पर चर्चा करेंगें दोनों नेता

क्वाड समूह में ऑस्ट्रेलिया, भारत, जापान और अमेरिका शामिल हैं। इसका मुख्य मकसद हिंद-प्रशांत में चीन की चुनौती से निपटना है।

• **जालंधर ब्रीज.** दिल्ली

अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन अगले महीने दक्षिण कोरिया और जापान जाएंगे। बाइडेन टोक्यो में क्वाड (चतुष्पक्षीय सुरक्षा संवाद) शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेंगे। टोक्यो में वह भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से भी मुलाकात करेंगे। माना जा रहा है कि दोनों नेता व्यक्तिगत रूप से चीन से निपटने पर चर्चा करेंगे। व्हाइट हाउस ने यह जानकारी दी। बाइडेन 20 से 24 मई के बीच दक्षिण कोरिया और जापान की यात्रा करेंगे। व्हाइट हाउस की प्रेस सचिव जेन साकी ने कहा, यह यात्रा स्वतंत्र एवं मुक्त हिंद-प्रशांत के लिए बाइडेन-हैरिस प्रशासन की प्रतिबद्धता को और प्रगाढ़ करेगी। कमला हैरिस अमेरिका की उपराष्ट्रपति हैं।

बाइडन दक्षिण कोरिया के राष्ट्रपति यूं सुक येओल और जापान के प्रधानमंत्री किशिदा फुमिओ के साथ द्विपक्षीय बैठकें करेंगे। साकी ने कहा, ये नेता हमारे महत्वपूर्ण सुरक्षा संबंधों को गहरा करने, आर्थिक संबंधों को बढ़ाने और हमारे निकट सहयोग को विस्तार देने के अवसरों पर चर्चा करेंगे। टोक्यो में राष्ट्रपति बाइडन क्वाड के नेताओं से भी मुलाकात करेंगे। इस यात्रा के संबंध अन्य जानकारी जल्द साझा की जाएगी। क्वाड समूह में ऑस्ट्रेलिया, भारत, जापान और अमेरिका शामिल हैं। इसका मुख्य मकसद हिंद-प्रशांत में चीन की चुनौती से निपटना है।

चीन से होने वाले खतरे को नहीं भूला अमेरिका : अमेरिका ने क्वाड शिखर सम्मेलन के अगले महीने आयोजन करने के ऐलान के साथ दिखा दिया है कि भले ही यूक्रेन में युद्ध चल रहा है। लेकिन उसका ध्यान अभी भी हिंद-प्रशांत पर टिका हुआ है। अमेरिका ने स्पष्ट कर दिया है कि ये चीन से होने वाले खतरे को नहीं भूला है और यूक्रेन के साथ-साथ चीन भी उसके लिए एक प्रमुख एजेंडा है। हालांकि, अभी तक क्वाड शिखर सम्मेलन का एजेंडा तय नहीं हो पाया है। यहां गौर करने वाली बात ये है कि क्वाड की पहचान चीन को रोकने वाली शक्ति के तौर पर होती है। लेकिन भारत का मानना है कि चार देशों के इस समूह के जरिए हिंद-प्रशांत में कानून के जरिए शासन चलता है।

क्या है क्वाड?

हिंद महासागर में आई सुनामी के बाद भारत, जापान, ऑस्ट्रेलिया और अमेरिका ने एक अनौपचारिक गठबंधन बनाया। इसका मकसद आपदा राहत प्रयासों में सहयोग करना रहा। 2007 में जापान के तत्कालीन प्रधानमंत्री शिंजो आबे ने इसे चतुष्पक्षीय सुरक्षा संवाद या क्वाड का औपचारिक रूप दिया। 2017 में चीन से खतरे का सामना करने के बाद, क्वाड ने एक नियम-आधारित अंतरराष्ट्रीय व्यवस्था स्थापित करने के लिए निर्धारित एक मैकेनिज्म बनाकर अपने उद्देश्यों का विस्तार किया।

क्वाड भारत के लिए चीनी प्रभाव का मुकाबला करने, कोविड के बाद की कूटनीति बढ़ाने, हिंद महासागर में सुरक्षा प्रदान करने और एक नियम-आधारित बहुध्रुवीय दुनिया को हासिल करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

मस्क सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म को बोलने की स्वतंत्रता का स्थान बनाने के लिए खरीद रहे हैं

ट्विटर खरीदने के लिए पैसा जुटा रहे एलन मस्क, टेस्ला के 44 लाख शेयर्स को लगभग चार अरब डॉलर में बेचा

टेस्ला के निवेशकों को यह आशंका है कि ट्विटर के कारण एलन मस्क का ध्यान टेस्ला से भटक जाएगा और इस इलेक्ट्रिक कार कंपनी के संचालन में उनकी दिलचस्पी कम हो जाएगी।

इलेक्ट्रिक कार निर्माता टेस्ला के सीईओ एलन मस्क ने कंपनी के 44 लाख शेयर्स को 3199 बिलियन डॉलर (3,05,14,52,25,000 रुपये) में बेच दिया है। ब्लूमबर्ग ने फॉर्म 4 की फाइलिंग का हवाला देते हुए इसकी जानकारी दी है। इसने बताया, 'लगातार दो ट्रांजेक्शन की तारीखों पर होने वाले सभी 138 व्यक्तिगत लेनदेन को कवर करने के लिए फॉर्म 4 को पांच फाइलिंग में बांटा गया है।' फाइलिंग के तुरंत बाद मस्क ने एक ट्वीट किया, जिसमें उन्होंने कहा, 'आज के बाद आगे के लिए टेस्ला के शेयर बेचने की कोई योजना नहीं है।' फाइलिंग के मुताबिक, अब कंपनी में एलन मस्क की हिस्सेदारी 216 फीसदी रह गई है।

इस बात की जानकारी ऐसे समय पर आई है, जब एलन मस्क ने ट्विटर को 44 बिलियन डॉलर में खरीद लिया है। इस खबर के सामने आने के बाद से ही व्यापार जगत में खलखली मची हुई है। सोशल मीडिया की दिग्गज कंपनियों में से एक की कमान अब दुनिया के सबसे अमीर शख्स के हाथों में आ गई है। फोर्ब्स के मुताबिक, एलन मस्क की नेटवर्थ 268 बिलियन डॉलर है। सौदे के हिस्से के रूप में, मस्क ने कहा कि वह 21 अरब डॉलर की इक्विटी प्रतिबद्धता प्रदान करेंगे। वहीं, 26 अप्रैल को टेस्ला के शेयर में 12 फीसदी की गिरावट हुई थी, जो सितंबर 2020 के बाद सबसे बड़ी गिरावट है। गुरुवार को कंपनी का स्टॉक 877151 डॉलर पर बंद हुआ।

ट्विटर की खरीद के लिए बेचे शेयर्स : विश्लेषकों का कहना है कि टेस्ला के निवेशकों को यह आशंका है कि ट्विटर के कारण मस्क का ध्यान टेस्ला से भटक जाएगा और इस इलेक्ट्रिक कार कंपनी के संचालन में उनकी दिलचस्पी कम हो जाएगी। ट्विटर की खरीद के लिए धन जुटाने की खातिर यह कदम उठाया है। इस बात की भी उम्मीद जताई जा रही है कि एलन मस्क ट्विटर के अधिग्रहण के लिए भुगतान के लिए बैंकों के एक समूह से 2515 बिलियन डॉलर का उधार लेंगे। हालांकि, अभी टेस्ला के स्टॉक को बेचकर कुछ पैसों का जुगाड़ उन्होंने कर लिया है। 54120 डॉलर प्रति शेयर पर ट्विटर को खरीदने का ऐलान इस हफ्ते की शुरुआत में किया गया था।

मस्क ने ट्विटर खरीदने की बताई वजह : वहीं, ट्विटर को खरीदने का ऐलान करने के बाद एलन मस्क ने कहा कि वह सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म को बोलने की स्वतंत्रता का स्थान बनाने के लिए खरीद रहे हैं। हालांकि यह सोशल नेटवर्किंग प्लेटफॉर्म पहले भी इस रास्ते से गुजर चुका है लेकिन कोई खास सफलता नहीं मिली। ट्विटर के एक अधिकारी ने एक दशक पहले अभिव्यक्ति की अदम्य स्वतंत्रता के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को रेखांकित करते हुए कंपनी को बोलने की आजादी वाली पार्टी की बोलने की आजादी वाली शाखा करार दिया था। लेकिन बाद के घटनाक्रमों से बोलने की आजादी वाले दावे को लेकर परीक्षा की घड़ी आ गयी जब दमनकारी शासकों ने ट्विटर यूजर्स पर कार्रवाई शुरू की और खासतौर पर अरब स्प्रिंग के मद्देनजर ऐसे मामले सामने आये।

ट्विटर के बाद अब कोका-कोला की कंपनी खरीदेंगे एलन मस्क! कहा- फिर से कोकिन डालकर बेची जाएगी ड्रिंक्स

दुनिया के सबसे अमीर व्यक्ति एलन मस्क ने ट्विटर को खरीद लिया। इसके बाद से ही ये खबर दुनियाभर में सुर्खियां बटोर रही हैं। वहीं, अब मस्क ने इशारा किया है कि वह दुनिया एक और बड़ी कंपनी को खरीदने जा रहे हैं। दरअसल, एलन मस्क ने गुरुवार को ट्वीट किया, वह अब कोका-कोला को खरीदेंगे और उसमें फिर से कोकिन को डालना शुरू कर देंगे। उनके इस ट्वीट के बाद सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ट्विटर पर ट्वीट्स की बाढ़ आ गई। जल्द ही ट्विटर पर कोका-कोला ट्रेंड भी होने लगा। महज तीन घंटे में ही मस्क के ट्वीट को 16 लाख से ज्यादा लोगों ने लाइक किया है, जबकि 218 लाख से ज्यादा लोगों ने उसे रिट्वीट किया है।

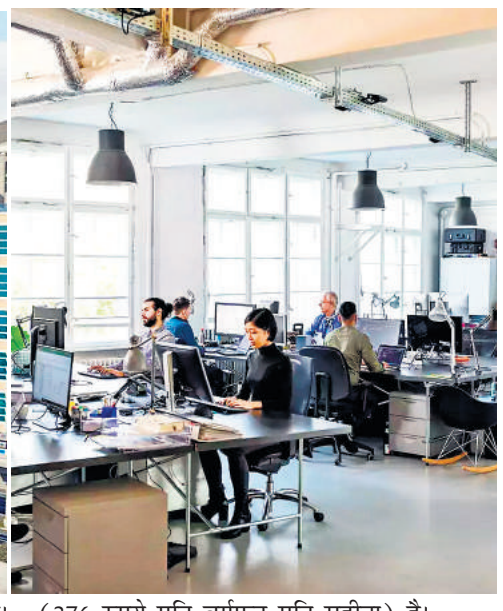
ट्विटर पर फ्री स्पीच को बढ़ावा देने में यकीन रखते हैं मस्क : वहीं, एलन मस्क और ट्विटर के बीच हुए समझौते के तहत वह ट्विटर को नीचा दिखाने वाला या उसका अपमान करने वाला कोई ट्वीट नहीं कर सकते हैं। यही वजह है कि अब दुनिया के सबसे अमीर व्यक्ति मस्क इन दिनों ट्विटर पर ढेर सारी बातें कर रहे हैं, जिसमें ये भी शामिल है कि ट्विटर को कैसा होना चाहिए। मस्क का मानना है कि ट्विटर को फ्री स्पीच को बढ़ावा देना चाहिए। लेकिन ये उस देश के कानून के तहत होना चाहिए, जहां से ट्वीट किया जा रहा है। उनका कहना है कि कंपनी को राजनीतिक रूप से तटस्थ होना चाहिए। सुरक्षा को लेकर मस्क चाहते हैं कि ट्विटर डीएम के पास सिग्नल की तरह एंड-टू-एंड एन्क्रिप्शन हो, ताकि कोई भी पर्सनल मैसेज की जासूसी या उसे हैक न किया जा सके।

कोका-कोला खरीदना नहीं होगा आसान : दूसरी ओर, अगर कोका-कोला की बात करें तो मस्क ने एक बात स्पष्ट कर दी है। वह ये है कि अगर मस्क अटलांटा स्थित कंपनी को खरीदते हैं, तो कोका-कोला की ऑरिजनल रेसिपी का इस्तेमाल फिर से किया जाएगा और इसके जरिए ही ड्रिंक्स को तैयार किया जाएगा। ऑरिजनल रेसिपी में कोकिन का इस्तेमाल किया जाता था। वहीं, ब्लूमबर्ग ने कहा, 'कोका-कोला के आगे ट्विटर कुछ भी नहीं है, क्योंकि कंपनी की मार्केट कैप 284 बिलियन डॉलर है। वहीं एलन मस्क की नेट वर्थ 253 बिलियन डॉलर है। हालांकि मस्क अपने करीबी प्रतिद्वंद्वी जेफ बेजोस से कोसों दूर आगे खड़े हैं। बेजोस की नेट वर्थ 162 बिलियन डॉलर है।'

कार्यालय किराये के मामले में दिल्ली-NCR एशिया में नौंवा सबसे महंगा बाजार, पहले नंबर पर हांगकांग

प्रमुख कार्यालय स्थलों के किराये के मामले में दिल्ली-NCR एशिया-प्रशांत क्षेत्र में नौंवें स्थान पर है। यहां ऐसे स्थलों का सालाना किराया 601.1 डॉलर प्रति वर्गफुट है।

• **जालंधर ब्रीज। जालंधर**



प्रमुख कार्यालय स्थलों के किराये के मामले में दिल्ली-NCR एशिया-प्रशांत क्षेत्र में नौंवें स्थान पर है। यहां ऐसे स्थलों का सालाना किराया 601.1 डॉलर प्रति वर्गफुट है। अंतरराष्ट्रीय संपत्ति परामर्शदाता कंपनी नाइट फ्रैंक इंडिया ने साल 2022 की पहली तिमाही के लिए एशिया-प्रशांत प्रमुख कार्यालय किराया सूचकांक जारी किया है। इसमें क्षेत्र के 23 शहरों में किराये की जानकारी जुटाई गई है।

इस सूचकांक के मुताबिक, हांगकांग 186 डॉलर प्रति वर्गफुट किराये के साथ पहले स्थान पर मौजूद है। वहीं, 105 डॉलर प्रति वर्गफुट किराये के साथ सिंगापुर दूसरे स्थान पर, 101.2 डॉलर के साथ टोक्यो तीसरे स्थान पर, 98.6 डॉलर के साथ सिडनी चौथे स्थान पर और 84.8 डॉलर प्रति वर्गफुट किराये के साथ बीजिंग पांचवें स्थान पर है।

नाइट फ्रैंक ने कहा है कि हांगकांग एशिया का सबसे महंगा कार्यालय बाजार बना हुआ है। दिल्ली-एनसीआर नौंवा सबसे महंगा बाजार है, जहां किराया 62 डॉलर प्रति वर्गफुट प्रति साल (376 रुपये प्रति वर्गफुट प्रति महीना) है।

मुंबई लिस्ट में 15वें नंबर पर मौजूद : मुंबई में किराया 50.9 डॉलर प्रति वर्गफुट प्रतिवर्ष, बेंगलुरु 26.7 डॉलर प्रति वर्गफुट प्रतिवर्ष के साथ क्रमश: 15वें और 21वें स्थान पर हैं।

नाइट फ्रैंक इंडिया के अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक शिशिर बैजल ने कहा कि कोविड संबंधी पाबंदियों के हटने के बाद से भारत के कार्यालय बाजार परिदृश्य में सुधार आना शुरू हो चुका है। उन्होंने कहा कि अब ज्यादा कंपनियां अपने कर्मचारियों को कार्यालय बुला रही हैं।

इसके अलावा आपको बता दें कि हाउसिंग सेक्टर धीरे धीरे महामारी के असर से बाहर निकलने लगा है, वहीं सेक्टर में मौजूदा वित्त वर्ष के दौरान स्थिरता आने का अनुमान है। क्रेडिट रेटिंग एजेंसी इक्रा (ICRA) ने जानकारी दी है कि उसने रिहायशी संपत्तियों के लिये आउटलुक की समीक्षा की है और मौजूदा वित्त वर्ष के लिये आउटलुक को नकारात्मक से स्थिर कर दिया है, रेटिंग एजेंसी के मुताबिक आउटलुक को अपग्रेड करने की मुख्य वजह मांग में बढ़त है। देश के कई हिस्सों में घरों की मांग में धीरे धीरे सुधार देखने को मिल रही है। वहीं क्रेडिट रेटिंग एजेंसी ने कहा कि इस साल घरों की कीमतों में बढ़त होने की उम्मीद है। वहीं, घर कर्ज भी महंगे हो सकते हैं।

महाराजा जस्सा सिंह रामगढ़िया के जन्म दिवस राज्य स्तरीय समारोह पर मशहूर शख्सियतों का सम्मान

भगवंत मान ने भूजल बचाने के लिए पंजाब निवासियों का मांगा सहयोग

• जालंधर ब्रीज.लुधियाना

पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान ने पंजाब की हवा, पानी और धरती को बचाने का न्योता देते हुये किसानों को रिवायती फ़सली चक्र से बाहर निकल कर थोड़े समय में तैयार होने और कम पानी के प्रयोग वाली वैकल्पिक फसलें बीजने का न्योता दिया है। गुरुवार को यहाँ पंजाब कृषि यूनिवर्सिटी, लुधियाना के डॉ. मनमोहन सिंह ऑडीटोरियम में राज्य स्तरीय समागम के मौके पर महाराजा जस्सा सिंह रामगढ़िया के जन्म दिवस पर श्रद्धा और सम्मान भेंट करते हुये कहा कि भूजल को बचाने के लिए वह बीते कई दिनों से लगातार कृषि माहिरों के साथ विचार विमर्श कर रहे हैं क्योंकि यह नाजुक मसला सीधे तौर पर हमारी आने वाली पीढ़ियों के भविष्य से जुड़ा हुआ है जिस कारण इस स्थिति को

लेकर हम सभी ही चिंतित हैं।

मुख्यमंत्री ने कहा कि पुरानी सरकारों के नेताओं की तरफ से सत्ता में आकर अपने निजी फायदों के लिए ही फ़ैसले लिए गए थे परन्तु अब उनकी सरकार आए को अभी 50 दिन ही हुए हैं, जिस दौरान कई जन हितैषी फ़ैसले लिए गए हैं। उन्होंने कहा कि पुराने नेताओं में इच्छा शक्ति की कमी के कारण हमारे बहुत से नौजवान सरकारी नौकरियाँ से वंचित रह गए हैं। उन्होंने कहा कि हमारी सरकार ने आते ही 26 हज़ार से अधिक नौकरियों की सरकारी भर्ती के लिए इश्तिहार जारी कर दिया है। मुख्यमंत्री ने महाराजा जस्सा सिंह रामगढ़िया के जन्म दिवस के मौके पर श्रद्धा और सम्मान भेंट करते हुये कहा कि सिक्खी, बहादुरी, जोश और ज़ुल्म के ख़िलाफ़ लड़ना उनको विरासत में मिला था। उन्होंने कहा कि गुरू नानक साहब जी से लेकर महान सिख जरनैल हमेशा ज़ुल्म के ख़िलाफ़ लड़ते रहे और पीढ़ितों का साथ देते रहे। इसके साथ ही उन्होंने कहा कि परन्तु आज के समय की त्रासदी है कि पिछले कई दशकों से सत्ता में रहने वाले हमारे अपनों ने ही हम पर ज़ुल्म ढहाए हैं और पंजाब को लूटा है।

इस मौके पर रामगढ़िया भाईचारे से सम्बन्धित मशहूर सख्शियतें जिनमें पंजाबी लोक गायक सुरिन्दर छिन्दा, समाज सेवक और उद्योगपति अमरीक सिंह घड़ियाल (गांव रकबा), समाज सेवीं और बरनाला इंडस्ट्रीज के मालिक कुलवंत सिंह लोटे, शिक्षा शास्त्री प्रिंसिपल चमकौर सिंह, प्रसिद्ध विद्वान और शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के पूर्व डायरेक्टर अनुराग सिंह और नौजवान उद्योगपति सन्दीप कौर रिआत को इस मौके पर विशेष तौर पर सम्मानित किया।

शिक्षा मंत्री मीत हेअर द्वारा मोहाली के स्कूलों का दौरा

• जालंधर ब्रीज. चंडीगढ़

शिक्षा मंत्री गुरमीत सिंह मीत हेअर द्वारा आज एस.ए.एस. नगर जिले के विभिन्न स्कूलों का दौरा किया गया। मीत हेअर ने कहा कि शिक्षा क्षेत्र राज्य सरकार का प्राथमिक विषय है और राज्य की स्कूली शिक्षा को ज़मीनी स्तर पर मज़बूत करने के लिए जमीनी स्तर पर फीडबैक लेने के लिए स्कूलों के दौरे किये जा रहे हैं जहाँ बुनियादी ढांचा देखने के साथ-साथ अध्यापकों और विद्यार्थियों के विचार सुने जा रहे हैं। इसी कड़ी के अंतर्गत आज एस.ए.एस. नगर जिले के तीन स्कूलों के दौरे किये गए हैं।

शिक्षा मंत्री ने सबसे पहला खरड़ ब्लॉक के सरकारी सीनियर सेकंडरी स्कूल निआं शहर बडाला का दौरा किया गया। इसके उपरांत शिक्षा मंत्री ने डेराबस्सी हलके के विधायक कुलजीत सिंह रंधावा के साथ सरकारी प्राईमरी स्कूल खेड़ी जाटां का दौरा किया। मीत हेअर ने खरड़ ब्लॉक के सरकारी हाई स्कूल रसन हेड़ी का दौरा भी किया। शिक्षा मंत्री द्वारा स्कूल स्टाफ और विद्यार्थियों के साथ बातचीत की गई।

पंजाब में पंचायती ज़मीनों से कब्जे हर हाल में छुड़वाए जाएंगे : धालीवाल

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

पंजाब के ग्रामीण विकास एवं पंचायत मंत्री कुलदीप सिंह धालीवाल ने आज यहाँ गाँवों में पंचायती और अन्य सरकारी ज़मीनों को नाजायज कब्ज़ों से मुक्त करवाने की वचनबद्धता दोहराते हुये कहा कि पंचायती ज़मीनों से हर हाल नाजायज कब्ज़े छुड़वाए जाएंगे चाहे इन ज़मीनों पर गलत ढंग से काबिज़ लोग कितने भी रसूखदार क्यों न हों। पंचायती ज़मीनों पर नाजायज कब्ज़ों के विरुद्ध आम आदमी पार्टी की सरकार की तरफ से मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व में शुरू की मुहिम सम्बन्धी पंचायत मंत्री कुलदीप सिंह धालीवाल ने बताया कि अब तक राज्य भर में 100 एकड़ से अधिक क्षेत्रफल से नाजायज कब्ज़े खाली करवाए जा चुके हैं। उन्होंने बताया कि

पिछले कुछ दिनों के दौरान ग्रामीण विकास एवं पंचायत विभाग की तरफ से पंजाब में 79 एकड़ 01 कनाल ज़मीन कब्ज़ा मुक्त करवाई गई है जिसमें 62 एकड़ अकेली जालंधर डिविज़न से सबंधित है।

उन्होंने बताया कि विभाग की टीम की तरफ से ज़िला प्रशासन के सहयोग से आज ब्लॉक भोगपुर के गाँव बुलोवाल में 22 एकड़ पंचायती ज़मीन से नाजायज कब्ज़ा छुड़वाया गया। उन्होंने बताया कि यह ज़मीन पूर्व डिप्टी कमिशनर की तरफ से 1987 से अपने कब्ज़े अधीन ली गई थी जो कि पूर्व अधिकारी की मौत के उपरांत उसके परिवार की तरफ से इस्तेमाल की जा रही थी। उन्होंने बताया कि अगामी दिनों में नाजायज कब्ज़े छुड़वाने के आंकड़े सैंकड़े एकड़ों को गिनती पार कर जाएंगे क्योंकि पंजाब सरकार इन ज़मीनों को कब्ज़ा मुक्त करवाने के लिए हर अपेक्षित प्रयास अमल में ला रही है।

50 दिनों में इतने काम किसी सरकार ने नहीं किए

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

आम आदमी पार्टी (आप) ने मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार के 50 दिन पूरे होने पर मान सरकार का रिपोर्ट कार्ड पेश किया और उनके कार्यों को अभूतपूर्व करार दिया। वीरवार को पार्टी मुख्यालय में संयुक्त प्रेस कॉन्फ्रैंस कर 'आप' विधायक जीवनज्योत कौर, अमृतपाल सिंह सुखानंद, दविंदर सिंह लाडी और पार्टी के मुख्य प्रवक्ता मालविंदर सिंह कंग ने कहा कि मान सरकार ने अपने 50 दिनों के कार्यकाल में नौजवानों को रोजगार, आमलोगों की सुरक्षा और भ्रष्टाचार मुक्त शासन सुनिश्चित किया है। इतने कम समय में इतने महत्वपूर्ण काम पंजाब ही नहीं, देश के किसी भी राज्यों की सरकार ने आज तक नहीं किया है। अमृतसर पूर्व

से आप विधायक जीवनज्योत कौर ने मुख्यमंत्री भगवंत मान की तारीफ करते हुए मीडिया से कहा कि पंजाब के नौजवानों को पंजाब में ही अच्छी शिक्षा और रोजगार के पर्याप्त अवसर उपलब्ध हो सके इस दिशा में मान सरकार तेजी से काम कर रही है। मात्र डेढ़ महीने में उन्होंने पंजाब सरकार के विभिन्न विभागों में 26000 से ज्यादा नौकरी की रिक्तियों की घोषणा की है। 75 सालों में पहली बार पंजाब के आम लोग महसूस कर रहे हैं कि आप की सरकार उनकी खुद की सरकार है।

300 यूनिट मुफ्त बिजली देना तो दूर, पैसे देकर भी तीन घंटे मिलनी हुई मुश्किल : राजेश बागा

जालंधर. भगवंत मान सरकार द्वारा पंजाब के शहरों और गाँवों में लगाए जा रहे 12 से 14 घंटे के बिजली कटों से परेशान जनता तथा किसानों की आवाज़ मुख्यमंत्री भगवंत मान तथा उनकी सरकार के कानों तक पहुँचाने लिए प्रदेश भाजपा अध्यक्ष अश्वनी शर्मा के आह्वान पर प्रदेश भर में भाजपा कार्यकर्ता जनता के हकों के लिए सड़कों पर उतर कर संघर्ष कर रहे हैं।

इसी कड़ी में भारतीय जनता पार्टी जिला जालंधर के अध्यक्ष सुशील शर्मा की अध्यक्षता में भाजपा कार्यकर्ताओं ने डिप्टी कमिश्नर कार्यालय के बाहर नारेबाजी करते हुए भगवंत मान सरकार के विरुद्ध धरना दिया। राजेश बागा ने इस अवसर पर मीडिया से बात करते हुए कहा कि 300 यूनिट प्रति महीना मुफ्त बिजली देने का वादा करने वाले

मुख्यमंत्री भगवंत मान जनता को निर्विघन या मुफ्त बिजली देना तो दूर, जो मिल रही थी उसे भी छीन लिया है। जनता को पैसे देकर भी बिजली नहीं मिल रही है। शहरों और गाँवों में 12 से 14 घंटे के लंबे-लंबे बिजली के कट लग रहे हैं। इस अवसर पर मुख्य रूप से उपस्थित भाजपा प्रदेश महामंत्री राजेश बागा, प्रदेश उपाध्यक्ष राकेश राठौर, प्रदेश सचिव अनिल सच्चर, पूर्व विधायक एवं मुख्य संसदीय सचिव कृष्णदेव भंडारी, महेंद्र भगत, सुरिंदर महे, सरबजीत सिंह मक्कड़, विनोद शर्मा, रमन पब्बी, सुभाष सूद, अमरजीत सिंह अमरी, सुदर्शन सोबती, सतीश कपूर, राकेश गोयल, सनी शर्मा, पुनीत शुक्ला, राजीव ढींगरा, सतनाम बिट्टा, हरमिंदर सिंह काहलो, बालकृष्ण बाली, कुलवंत शर्मा, राक्सी उप्पल,राजेश कपूर, मनीष विज, अमित भाटिया, अजय चोपड़ा, नीरज गुप्ता, तेजेंद्र वालिया,नितिन बहरोल, भूपेंद्र कुमार, बलजीत प्रिंस आदि उपस्थित थे।

प्रदेश में युद्ध स्तर पर करवाए जा रहे हैं विकास कार्य : ब्रम शंकर जिंपा

• कैबिनेट मंत्री ने 46.65 लाख रुपए की लागत से वार्ड नंबर 22, 23 व 26 में विकास कार्यो की करवाई शुरुआत

• जालंधर ब्रीज.होशियारपुर

कैबिनेट मंत्री ब्रम शंकर जिंपा ने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत मान जी के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार ने आते ही पूरे प्रदेश में युद्ध स्तर पर विकास कार्य शुरु करवा दिए हैं, जिससे लोगों को काफी सुविधा मिल रही है। उन्होंने कहा कि सरकार की प्राथमिकता है कि लोगों तक जल्द से जल्द बुनियादी सुविधाएं पहुंचाई जा सके। वे 46.65 लाख रुपए की लागत से वार्ड नंबर 22, 23 व 26 में अलग-अलग विकास कार्यों की शुरुआत के दौरान लोगों को संबोधित कर रहे थे। इस दौरान उन्होंने वार्ड नंबर 22 में 15.86 लाख रुपए

की लागत से गलियों का निर्माण, वार्ड नंबर 23 के मोहल्ला न्यू मंडी गोकल नगर में 16.72 लाख रुपए व वार्ड नंबर 26 के मोहल्ला मिलाप नगर में 14.07 लाख रुपए की लागत से पार्कों में विकास कार्यों की शुरुआत करवाई।

इस मौके पर विधायक गढ़शंकर जय कृष्ण रोढ़ी, वार्ड पार्षद जगरुप सिंह, मनमीत कौर व हरविंदर सिंह भी मौजूद थे। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि प्रदेश में आम आदमी पार्टी की सरकार आने से लोगों में आशा की एक नई उम्मीद जगी है। उन्होंने कहा कि पंजाब सरकार जनता की हर जायज मांग को पूरा करने के लिए वचनबद्ध है और प्रदेश में नई ऊर्जा के साथ विकास करवाने में कोई कमी नहीं छोड़ी जाएगी। इस मौके पर वरिंदर शर्मा बिंदू, सुमेश सोनी, वरिंदर वैद के अलावा अन्य मोहल्ला निवासी मौजूद थे।

दफ्तरी कामों में भ्रष्टाचार सहन नहीं : विधायक, डीसी

* कहा- सभी विधानसभा हलकों में एक मोहल्ला क्लीनिक बनाया जाएगा

• जालंधर ब्रीज.जालन्धर

विधायक शीतल अंगुराल, रमन अरोड़ा, बलकार सिंह और डिप्टी कमिशनर घनश्याम थोरी ने आज अलग -अलग विभागों के आधिकारियों को लोगों के लिए पारदरशी, ज़िम्मेदार, जवाबदेह और आसान पहुँच वाला प्रशासन यकीनी बनाने की निर्देश देते कहा कि दफ़्तरी कामों में किसी स्तर पर भ्रष्टाचार को सहन नहीं किया जायेगा।विधायकों और डिप्टी कमिशनर , जिन के साथ पुलिस कमिशनर गुरप्रीत सिंह तूर भी मौजूद थे, ने आधिकारियों को दफ़्तरों के कामकाज में और कार्य कुशलता में ओर सुधार को यकीनी बनाने के निर्देश दिए जिससे लोगों को सरकारी दफ़्तरों में किसी किस्म की मुश्किल का सामना न करना पड़े। उन्होंने आधिकारियों को कहा कि वह बिना किसी राजनैतिक दबाव, डर-भय से संजीदगी और

द्यानतदारी के साथ अपनी ड्यूटी निभाने जिससे लोगों को पंजाब सरकार की तरफ से मुहैया करवाई जा रही सुविधाओं का अधिक से अधिक लाभ दिया जा सके।

उन्होंने आगे बताया कि ज़िलो के सधी विधान सभा हलके में एक मोहल्ला क्लीनिक बनाया जायेगा। इस उद्देश्य के लिए उन्होंने सम्बन्धित आधिकारियों को ऐसे स्थान की पहचान करने के लिए कहा, जहाँ अधिक से अधिक लोगों को इस मोहल्ला क्लीनिक का लाभ मिलना यकीनी बनाया जा सके। उन्होंने इस अवसर पर स्वास्थ्य विभाग के आधिकारियों को सिविल अस्पताल में इलाज सुविधा अन्य बेहतर और सुविधाजनक बनाने के लिए कहा जिससे अस्पताल में इलाज के लिए आने वाले लोगों को कोई दिक्कत पेश न आए। विधायकों की तरफ से इस मौके सिविल अस्पताल में डिप्टी कमिशनर के निर्देशों पर चलाए गए सफ़ाई अभ्यान की प्रशंसा भी की गई। पुलिस कमिश्नर गुरप्रीत सिंह तूर ने शहर में कानून व्यवस्था कायम रखें का भरोसा देते कहा कि शहर में यदि कहीं नशों की बिक्री का कोई मामला सामने आता है तो तुरंत कार्यवाही अमल में लाई जायेगी। जालंधर को नशा मुक्त बनाने में कोई कमी बाकी नहीं छोड़ी जायेगी।

इस अवसर पर नगर निगम कमिश्नर दीपशिखा शर्मा, एडीसी (शहरी विकास) आशिका जैन, एडीसी (विकास) वरिन्दर पाल सिंह बाजवा, समूह एस.डी. ऐम., ज़िला राजस्व अफ़सर जी.ऐस. बैनीपाल, आर.टी.ए. राजीव वर्मा, सिविल सर्जन डा. रणजीत सिंह, स्टेट महिला प्रधान राजविन्दर कौर और अलग-अलग विभागों के प्रमुख उपस्थित थे।

1.22 लाख से अधिक इंतकाल कर जालंधर सबसे आगे

डीसी घनश्याम थोरी ने आज बताया कि ज़िला जालंधर ने निर्धारित समय सीमा अंदर जायदादों के अधिक से अधिक इंतकालों को यकीनी बनाते और राज्य में सबसे कम बकाया दर को कायम रखते राज्य भर में अग्रणी स्थान प्राप्त किया है। यहाँ ज़िला प्रशासकीय कंपलैक्स में माल आधिकारियों के साथ समीक्षा बैठक दौरान डिप्टी कमिशनर घनश्याम थोरी ने बताया कि जिले में 1,22,898 इंतकाल किए गए है, जिनमें से सिर्फ़ 1802 इंतकाल सिस्टम में बकाया है, जो कि कुल मामलों का 1.47 प्रतिशत है। डिप्टी कमिशनर ने आधिकारियों को कहा कि बहुत से बकाया इंतकाल समय सीमा के अंदर है, जिनका 45 दिनों के समय अंदर निपटारा करना यकीनी बनाया जाए।

जडेजा की खराब फॉर्म से चिंतित नहीं सीएसके के कोच फ्लेमिंग

पुणे. चेन्नई सुपर किंग्स (सीएसके) के कोच स्टीफन फ्लेमिंग रविंद्र जडेजा की फॉर्म के बारे में ज्यादा चिंतित नहीं हैं लेकिन कहा कि आगे टीम देखेगी कि इस स्टार आल रांउडर के लिये बल्लेबाजी क्रम में कौन सा स्थान उपयुक्त रहेगा। इस सत्र के 10 मैचों में जडेजा ने अभी तक 19.33 के औसत से महज 116 रन बनाये हैं जबकि 7.52 के इकोनोमी रेट से पांच विकेट झटके हैं। बुधवार को जडेजा तीन रन पर आउट हो गये जिसमें सीएसके को रॉयल चैलेंजर्स बेंगलोर से 13 रन से हार का सामना करना पड़ा जो उसकी सातवीं पराजय थी। फ्लेमिंग ने वर्चुअल प्रेस कांफ्रेंस में कहा, ''नहीं, मैं चिंतित नहीं हूं। टी20 मैच मुश्किल हो सकते हैं और जब आप पांचवें या छठे स्थान पर बल्लेबाजी कर रहे तो आपको लय हासिल करने के लिये ज्यादा समय नहीं मिलता। ''

उन्होंने कहा, ''हम देखेंगे कि आगे कौन सा बल्लेबाजी क्रम उसके लिये कारगर होगा। लेकिन मैं उसकी फॉर्म को लेकर चिंतित नहीं हूं। '' खराब फॉर्म में चल रहे जडेजा ने अपने खेल पर ध्यान लगाने के लिये पिछले हफ्ते कप्तानी फिर महेंद्र सिंह धोनी को सौंप दी थी। सीएसके के 10 मैचों में महज छह अंक हैं और टीम लगभग टूर्नामेंट से बाहर हो गयी है और फ्लेमिंग ने स्वीकार किया कि वे सभी विभाग में कमजोर रहे। उन्होंने कहा, ''कभी कभार हमारा क्षेत्ररक्षण और कैच छोड़ना चिंता का विषय है।

हमारे ज्यादातर मैच करीबी रहे, हम उनमें जीतने के सचमुच करीब थे। '' फ्लेमिंग ने कहा, ''हमसे मैच छीन गये या फिर हम लक्ष्य तक नहीं पहुंच सके। लेकिन टूर्नामेंट में आम तौर पर यही हाल रहा। सभी तीनों विभाग में हम कमतर रहे। '' उन्होंने कहा, ''हमारे कुछ गेंदबाज भी नहीं थे, आपको पता ही है लेकिन हम कमतर रहे। ''

मुख्य खिलाड़ियों की चोटों का सीएसके पर काफी असर पड़ा है जिसमें दीपक चाहर सबसे महत्वपूर्ण खिलाड़ी हैं जो पीठ की चोट के कारण पूरे सत्र से बाहर हो गये। मोईन अली भी ट्रेनिंग में लगी चोट के कारण कुछ मैच नहीं खेल पाये।

फोटो- ट्विटर

भूमि हस्तांतरण में मदद के लिए पटवारी को भेजा धन्यवाद पत्र

जालंधर. भूमि हस्तांतरण में मदद के लिए एक सेवानिवृत्त नौसेना अधिकारी ने भोगपुर तहसील दफ्तर में तैनात पटवारी हरिंदर सिंह को धन्यवाद पत्र ई-मेल किया है। दरअसल नौसेना अधिकारी कैप्टन जेएस रंधावा का पैतृक गांव नंगल फिदा है जो जालंधर की भोगपुर तहसील के तहत पड़ता है। उन्होंने ई-मेल में लिखा है कि पटवारी हरिंदर सिंह से वह 22 अप्रैल को मिले तो उन्होंने भूमि हस्तंतारण के लिए जरूरी मार्गदर्शन किया। उन्होंने कहा कि पूरे दफ्तर में तैनात कमर्चारियों की मदद से उन्हें दो दिनों में नई फर्द मिल गई। उन्हें सरकारी फीस के अलावा कोई और पैसा भी नहीं देना पड़ा जिस के लिए उन्होंने आभार व्यक्त किया।

मतलब प्रस्त

ना जाने क्यों आज भी दिल डरता है
जिसकी गवाही हर दिन भरता है
हर तरफ से नाराज खबरें सुनने को मिलती है
कोई ना कोई शख्स रोज मरता है
इस दौर में हर चीज हुई है महंगी
आदमी खरीदने से भी कतराता है
जहां में लालच-सा होकर रहता है
कोई भी दर्द ना सुनना चाहता है
किसे हाल सुनाऊं अपने दिल का
सुनकर हर कोई मजाक उड़ाता है
अब छोड़ तू बात कर दिन कटी की
हमदर्द कोई भी नजर नहीं आता है
मतलब परस्त हो गई है यह दुनिया
फकीरा अब किसे ढूंढता फिरता है
ना जाने क्यों आज भी दिल डरता है
जिसकी गवाही हर दिन भरता है।

लेखक- विनोद फकीरा, स्टेट अवार्डी

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.