प्रेरणा

"कठिनाइयों के हर
रास्तों से गुजरना
क्या पता किस मोड़ पर
कामयाबी मिल जाए।"

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-3 • 24 JUNE TO 30 JUNE 2022 • VOLUME-48 • 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

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE

✓ 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

महाराष्ट्र संकट : गुवाहाटी से सामने आया एक और नया वीडियो

समर्थक विधायकों से शिंदे बोले- एक राष्ट्रीय पार्टी मदद को तैयार

मुंबई. महाराष्ट्र में पॉलिटिकल ड्रामा कम होने का नाम नहीं ले रहा है। पिछले 3 दिनों से महाराष्ट्र की राजनीति काफी गर्म है। महाराष्ट्र की राजनीति को लेकर लगातार नए-नए कयास और बयानबाजी का भी दौर जारी है। महाराष्ट्र में राजनीतिक संकट शिवसेना में हुए बगावत के बाद से खड़ा हुआ है। शिवसेना में नंबर दो की हैसियत रखने वाले एकनाथ शिंदे ने उद्धव ठाकरे से बगावत करने के बाद अपने 40 से ज्यादा साथी विधायकों के साथ गुवाहाटी के एक होटल में हैं। शिवसेना की ओर से लगातार इन विधायकों से मुंबई लौटने और बातचीत के रास्ते के जरिए समाधान निकालने की अपील की जा रही है। बावजूद इसके बागी विधायक एकनाथ शिंदे पर अपना विश्वास दिखाते नजर आ रहे हैं।

शिवसेना की ओर से यह भी दावा किया जा रहा है कि जबरन इन विधायकों को होटल में बंद करके रखा गया है। हालांकि, अब एक नया वीडियो सामने आ गया है। गुवाहाटी के होटल में एकनाथ शिंदे अपने साथी विधायकों से बातचीत करते दिखाई दे रहे हैं। इस वीडियो में यह भी दिखाई दे रहा है कि एकनाथ शिंदे को साथी विधायकों का पूरा समर्थन हासिल है और कोई भी विधायक किसी दबाव में नहीं है। अपने साथी विधायकों से एकनाथ शिंदे ने यह भी कहते हुए दिखाई दे रहे हैं कि हमारी चिंताएं और खुशियां एक समान हैं। हम एकजुट हैं और जीत हमारी होगी। एक राष्ट्रीय पार्टी जो कि एक महाशक्ति है। उस पार्टी ने मुझसे कहा है कि आपने जो निर्णय लिया है, वह ऐतिहासिक है और हमें सुनिश्चित किया गया है कि जो भी मदद की जरूरत होगी, वह की जाएगी। एकनाथ शिंदे ने अपनी बात में किसी पार्टी का तो नाम नहीं लिया।

वर्तमान में शिंदे शिवसेना के 37 बागी विधायकों और नौ निर्दलीय विधायकों के साथ गुवाहाटी में डेरा डाले हुए हैं। शिंदे के कार्यालय की ओर से जारी बयान में कहा गया कि उन्हें सर्वसम्मति से फैसले लेने के लिए अधिकृत किया गया है। हालांकि, महाराष्ट्र विधानसभा के उपाध्यक्ष नरहरि जिरवाल ने कहा है कि उन्होंने बागी विधायक एकनाथ शिंदे की जगह अजय चौधरी को सदन में शिवसेना का विधायक दल का नेता नियुक्त किये जाने को मंजूरी दे दी है।

इस बीच, राज्य के मौजूदा राजनीतिक संकट में विपक्षी दल भाजपा की भूमिका के सवाल पर मुंबई में संवाददाताओं से बातचीत के दौरान उप मुख्यमंत्री अजित पवार ने कहा, 'अब तक, भाजपा कोई भी शीर्ष नेता सामने नजर नहीं आ रहा है।'

सरकार बचाने के लिए हर संभव प्रयास करेंगे : शरद पवार

गुरुवार को एनसीपी की एक बड़ी बैठक हुई जिसमें खुद एनसीपी प्रमुख शरद पवार मौजूद रहे। उन्होंने साफ तौर पर कहा कि बागी विधायकों को कीमत चुकानी होगी। इसके साथ ही बहुमत को लेकर जब सवाल पूछा गया तो उन्होंने कहा कि इसका फैसला विधानसभा में होगा। शरद पवार ने साफ तौर पर कहा कि जब विधायक मुंबई लौट आएंगे, तभी तस्वीर साफ हो पाएगी। उन्होंने यह भी कहा कि उधर सरकार ने काफी बढ़िया काम किया है। इसके साथ ही उन्होंने कहा कि महा विकास अघाड़ी ने मुख्यमंत्री उद्धव ठाकरे को समर्थन देने का फैसला किया है। एनसीपी प्रमुख शरद पवार ने कहा कि सब जानते हैं कि कैसे शिवसेना के बागी विधायकों को गुजरात और फिर असम ले जाया गया। हमें उनकी मदद करने वालों का नाम लेने की जरूरत नहीं है...असम सरकार उनकी मदद कर रही है। मुझे आगे किसी का नाम लेने की जरूरत नहीं है। उन्होंने कहा कि यह वक्त किसी की गलती निकालने के लिए नहीं है। सरकार बचाने के लिए हर संभव प्रयास करेंगे। एकनाथ शिंदे के बयान पर उन्होंने कहा कि इसके पीछे कौन है? हिंदुत्व को लेकर दिए जा रहे बयान पर शरद पवार ने कहा कि जो लोग आरोप लगा रहे हैं, वह ढाई साल तक कहां थे? ढाई साल तक इन्हें हिंदुत्व याद क्यों नहीं आई?

एनआईए के नए चीफ बने पंजाब के पूर्व डीजीपी दिनकर गुप्ता

नई दिल्ली. एनआईए को नया चीफ मिल गया है। नेशनल इन्वेस्टिगेटिंग एजेंसी के नए डायरेक्टर जनरल की पोस्ट पर कार्मिक मंत्रालय ने सीनियर आईपीएस अफसर दिनकर गुप्ता को नियुक्त कर दिया है। पंजाब के पूर्व पुलिस महानिदेशक दिनकर गुप्ता का कार्यकाल उनके रिटायरमेंट तक यानी मार्च 2024 तक रहेगा। गुप्ता 1987 बैच के पंजाब कॉडर के आईपीएस हैं। पंजाब में चरणजीत सिंह चन्नी सरकार में दिनकर गुप्ता को लेकर कई विवाद हुए थे। चन्नी ने उनको हटा दिया था। दिनकर गुप्ता कैप्टन सरकार के वक्त डीजीपी रहे। उनकी पत्नी विनी महाजन चीफ सेक्रेटरी थी। हालांकि जब कैप्टन की जगह चरणजीत चन्नी सीएम बने तो उन्हें हटाने की तैयारी शुरू हो गई। यह देख दिनकर गुप्ता छुट्टी पर चले गए। उन्होंने केंद्रीय डेपुटेशन के लिए अप्लाई कर दिया। वह छुट्टी से वापस लौटे तो महत्वपूर्ण पोस्टिंग नहीं दी गई।

कार्मिक मंत्रालय के आदेश में कहा गया है कि मंत्रिमंडल की नियुक्ति समिति ने दिनकर गुप्ता, आईपीएस को महानिदेशक, राष्ट्रीय जांच एजेंसी के रूप में 31.03.2024 तक नियुक्ति के लिए गृह मंत्रालय के प्रस्ताव को मंजूरी दे दी है। यानी उनकी सेवानिवृत्ति की तारीख या अगले आदेश तक, जो भी पहले हो।

4 एडीजीपी स्तर के अफसरों को डीजीपी पद पर तरक्की

पंजाब में चार एडीजीपी स्तर के अफसरों को डीजीपी पद पर तरक्की मिली है। इनमें शरद सत्य चौहान, हरप्रीत सिद्धू, गौरव यादव और कुलदीप सिंह शामिल हैं।

पुरानी सीरीज़ के फेंसी नंबर लगा कर घूम रहे वाहनों के चालान और जब्त करने के हुक्म

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब सरकार ने गुरुवार को एक अहम फैसला लेते हुए राज्य में रजिस्ट्रेशन मार्क स्टेट कोड पी. बी. और अन्य बाकी मार्क का हिस्सा दर्शाए मापदंड पर पूरा नहीं उतरते ऐसे सभी वाहनों के चालान और जब्त करने का हुक्म दिए हैं। यह हुक्म 12-06-1989 के बाद रजिस्ट्रेशन अथॉरिटी के पास रजिस्ट्रड करवाए गए सभी वाहनों पर लागू होगा। पंजाब सरकार की तरफ से एक्ट का उल्लंघन करके दिए गए इन फेंसी, अनाधिकृत नंबरों को सार्वजनिक नोटिस 30-12-2020 के द्वारा गैर-कानूनी मानते हुए रद्द कर दिया गया है। इसके साथ ही पंजाब के परिवहन विभाग की तरफ से इन फेंसी नंबरों को तुरंत 'वाहन' वेबसाईट पर भी ब्लॉक करने के हुक्म जारी कर दिए हैं।

पंजाब राज्य की स. भगवंत मान के नेतृत्व वाली राज्य सरकार की तरफ से लिए गए उक्त फैसले सम्बन्धी जानकारी देते पंजाब के परिवहन मंत्री लालजीत सिंह भुल्लर ने बताया की जिन वाहन चालकों की तरफ से पुराने फेंसी नंबर लगाए गए थे, वह पंजाब सरकार की तरफ से जारी पंजाब मोटर व्हीकल 1989 के नियम 42-ए के तहत जारी नोटिफिकेशन नंबर 10/51/2017/टी/1365 तारीख 10-12-2020 अनुसार नये फेंसी नंबर ले सकते हैं परंतु यह नंबर लेने के लिए मोटर व्हीकल 1988 के अधीन सम्बन्धित वाहन धारा 39, 41 (6) और 217 (डी) मोटर व्हीकल एक्ट के अधीन खरे उतरते हों।

दिल्ली में कोरोना ने डराया, कल के मुकाबले दोगुने से ज्यादा आए नए केस

नई दिल्ली. दिल्ली में कोरोना के मामलों में एक बार फिर से बढ़ोतरी देखी जा रही है। पिछले 24 घंटे राष्ट्रीय राजधानी में 1934 मामले दर्ज किए गए। स्वास्थ्य विभाग की तरफ से रात के करीब आठ बजे जारी किए गए आंकड़ों के मुताबिक, संक्रमण दर 8.10 फिसदी दर्ज की गई। 24 घंटे में 23879 सैंपल की जांच की गई।

दिल्ली में नए मामलों के साथ कोरोना वायरस संक्रमण के कुल मामलों की संख्या बढ़कर 19,27,394 हो गई है और मृतक संख्या 26,242 पर बनी हुई है। शहर में बुधवार को 928 नए मामले आए थे और संक्रमण दर 7.08 प्रतिशत दर्ज की गई थी। वहीं मंगलवार को 7.22 प्रतिशत संक्रमण दर के साथ 1,383 नये मामले दर्ज किये गए थे। दिल्ली में महामारी के नए मामले कल के आंकड़ों के मुकाबले 108 प्रतिशत अधिक हैं।

चार फरवरी को राजधानी में 3.85 प्रतिशत संक्रमण दर के साथ 2,272 मामले सामने आए थे और 20 लोगों की मौत हो गई थी। स्वास्थ्य विभाग के अनुसार, शहर के अस्पतालों में 9,496 कोविड बिस्तरों में से केवल 265 पर ही मरीज हैं और एक दिन पहले यह आंकड़ा 263 बिस्तरों का था।

जालंधर ब्रीज द्वारा खबर प्रकाशित करने के बाद आखिर प्रशासन हरकत में आया

• जालंधर ब्रीज. विशेष रिपोर्टर

पिछले लंबे समय से जालंधर ब्रीज ने जनहित में लोगो की आवाज़ बनने का काम किया है। उसी लड़ीवार में बच्चों से भीख मंगवाकर उनको मूलभूत सुविधाओं जैसे की शिक्षा और खेलों से वंचित करने वाले गैंग को उजागर करने का प्रयास बड़े लंबे समय से किया जा रहा था। कई बार इस मुद्दे पर सम्बंधित इलाकों के थानेदारों द्वारा आनाकानी कर इस गैंग को मजबूत होने दिया गया परन्तु इस बार ऐसा न हो सका।

जालंधर ब्रीज में प्रकाशित खबर का संज्ञान प्रशासन को लेना पड़ा जिसके परिणामस्वरूप एडीसी जनरल मेजर अमित सरीन की ड्यूटी लगाई गयी। उनके द्वारा गठित की गयी टीम को खुद नेतृत्व करके इस गैंग से 10 बच्चों जिसमे 6 लड़कियों को जालंधर गाँधी वनिता आश्रम और चार लड़को को होशियारपुर चिल्डर्न होम भेजा गया।

ज़िक्रयोग्य है कि बच्चों को भारत के संविधान में अनुच्छेद 21ए के अंतर्गत राइट टू एजुकेशन जिसमे 6 साल से 14 साल की उम्र के बच्चों को मुफ्त पढ़ाई और अनुच्छेद 24 के अंतर्गत 14 साल से कम उम्र के बच्चे को किसी भी खतरनाक जगह पर काम करवाने पर सजा का प्रावधान है।

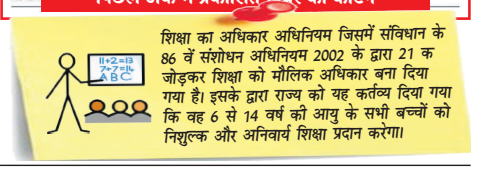
गौरतलब है कि मेजर अमित सरीन प्रशासन में सख्त निर्णय लेने के लिए भी जाने जाते है और उनके द्वारा नगर निगम में जॉइंट कमिश्नर के पद पर रहते कई गलत टेंडर रद्द किये गए और विभाग में हो रहे बड़े स्तर पर तेल चोरी को भी पकड़ा गया था। वहीं प्रमोशन होने के बाद नवांशहर में भी एडीसी पद पर कार्य करते समय उन्होंने अवैध कॉलोनियों के ऊपर सख्त कार्रवाई की थी।

गैंग तक पहुंचने की कोशिश जारी : एडीसी (ज)

एडीसी (ज) मेजर अमित सरीन ने जालंधर ब्रीज के पत्रकार को बताया कि उनकी टीम बच्चो की कॉउंसलिंग करके इस पूरे गैंग को चला रहे नेक्सस तक पहुंचने की कोशिश कर रही है जो दूसरे राज्यों से बच्चों को लाकर यहाँ सड़को पर भीख मंगवाने का काम कर रहे है।

बच्चों के लिए राइट टू एजुकेशन एंड फूड सिक्योरिटी कानून की उड़ रही धज्जियां

पिछले अंक में प्रकाशित ख़बर की कटिंग



शिक्षा का अधिकार अधिनियम जिसमें संविधान के 86 वें संशोधन अधिनियम 2002 के द्वारा 21 क जोड़कर शिक्षा को मौलिक अधिकार बना दिया गया है। इसके द्वारा राज्य को यह कर्तव्य दिया गया कि वह 6 से 14 वर्ष की आयु के सभी बच्चों को निशुल्क और अनिवार्य शिक्षा प्रदान करेगा।

सोलो ट्रिप कर रही महिला को इन बातों का रखना चाहिए खास ख्याल

• **जालंधर ब्रीज.** रिपोर्टर

पर्यटन और भ्रमण आजकल लोगों के लिए शौक के साथ ही दुनिया को जानने-समझने का जरिया भी बन गया है। कई लोगों ने तो इसे बकायदा रोजगार और करियर का जरिया भी बनाया है। यही नहीं अब महिलाएं भी बड़ी संख्या में अकेले पर्यटन पर निकल रही हैं और इसका आनंद ले रही हैं। देश हो या विदेश, युवतियां ही नहीं 50 और इससे अधिक वर्ष तक कि

SOLO TRIP GUIDE

महिलाएं भी अब ग्रुप्स में या अकेले भी सैर पर जाना पसंद करने लगी हैं। केवल फैमिली के साथ घूमना अब कोई शर्त नहीं रह गया है। यह रोजमर्रा के रूटीन से कुछ अलग करने से भी जुड़ा है और अपनी जिंदगी को अपने हिसाब से जीने से भी। दुनिया के वर्चुअल हो जाने की वजह से आजकल हालांकि जाने-आने, ठहरने, खाने आदि सम्बन्धी सुविधाएं भी सभी जगह उपलब्ध होती हैं और आसानी से पहुंच में भी होती हैं, लेकिन फिर भी कुछ बातों का ध्यान रखकर आप अपनी यात्रा को और खुशनुमा और आनंददायक बना सकती हैं।

सफर पर अकेले हों तो रखें इन बातों का ध्यान : जगह को चुनते समय ध्यान रखें। किसी भी पर्यटन स्थल को सिर्फ इसलिए न चुनें कि आपका कोई परिचित वहां गया था या फोटोग्राफ में वह जगह अच्छी दिखती है। इसकी बजाय ट्रिप से पहले पूरी स्टडी करें। क्या आपकी पसंद और सुविधा के लिहाज से वो जगह ठीक है। वहां जाने के लिए कौन सा मौसम ठीक रहेगा और सोलो ट्रैवलिंग के लिहाज से वहां क्या सुविधाएं मिल सकती हैं।

स्मार्ट वॉलेट जरूरी : लगेज को उतना ही भरें जितना आप उठा कर मुश्किल समय में भाग भी सकती हों। स्मार्ट वॉलेट से काम लें। मतलब कैश कम, कार्ड से काम ज्यादा लें। यदि आप विदेश जा रही हैं तो कुछ करंसी वहां की भी रखें और वहां के स्थानीय मोड़ ऑफ पेमेंट्स भी फोन में डाउनलोड करके रखें।

जगह के मुताबिक जरूरत की चीजें : आप चाहे बीच पर जाएं या पहाड़ पर, हर जगह पर मौसम और स्थिति के लिहाज से कुछ चीजों की जरूरत होती है। जैसे बीचवेयर या बर्फ में पहने जाने वाले बूट्स। ऐसे में अक्सर लोग इन्हें खरीदकर साथ ले जाते हैं। अगर आप एक्स्ट्रा लगेज और चीजें सम्भालने के झंझट से बचना चाहती हैं, तो उन जगहों पर बेस्ट किराए के साधनों की खोज पहले से करके रखें। इसके लिए स्थानीय होटल या दुकानों से भी राय ली जा सकती है। अगर आपको हाइजीन को लेकर चिंता है तो उक्त साधनों को एक दिन पहले से लेकर सेनेटाइज कर लें और फिर इस्तेमाल करें। बीच वेयर को तो आसानी से धोकर सुखाया जा सकता है।

मोबाइल में बैलेंस : अपनी मोबाइल सिम को जगह के हिसाब से प्रीपेड बैलेंस और डाटा के साथ तैयार रखें। कोशिश करें कि हर जगह का वाई फाई यूज़ न करना पड़े। अगर कहीं वाई फाई न भी हो तो आपका मोबाइल डाटा काम आ सकता है। इसके लिए सबसे बेहतर कनेक्टिविटी वाली सिम और प्लान चुनें।

ट्रैवल की जानकारी सोशल मीडिया पर न करें शेयर : अपने सोशल मीडिया अकाउंट को लेकर दो बातों की सतर्कता रखें। पहली यह कि आपके जाने और वापस आने की दिनांक और समय, आवागमन, होटल आदि की जानकारी यहाँ पहले से न डालें। डालना ही चाहें तो घूम कर आने के बाद डाल सकती हैं। फोटोग्राफ्स को लेकर भी यही बात ध्यान में रखें। दूसरे अगर आपके कोई अच्छे मित्र या परिचित सोशल मीडिया पर स्थानीय जगह से हैं तो उनसे ऑफलाइन उस जगह के बारे में राय जरूर लें।

बैग को रखें साथ : हवाई यात्रा हो या ट्रेन का सफर, अपने केबिन लगेज या छोटे बैग्स को हमेशा अपने साथ ज़िपलॉक करके ही रखें, खुला न छोड़ें। अन्यथा जरा सा ध्यान चूकने पर यह आपके लिए मुश्किल खड़ी कर सकता है।

जगह की पूरी जानकारी : जिस भी जगह जा रही हैं वहां के लोकल ट्रांसपोर्ट, लैंग्वेज और खान पान की पूरी जानकारी लें। कम से कम जरूरी शब्द जैसे हेल्प, बाथरूम, खाना, होटल, पुलिस स्टेशन आदि को लोकल लैंग्वेज में क्या कहते हैं यह ध्यान रखें। अपने खानपान की आदत (शाकाहारी-मांसाहारी) के हिसाब से उस जगह पर ऑप्शन ढूंढ कर रखें।

किसी अनजान पर न करें विश्वास : किसी पर भी आंख मूंदकर भरोसा न करें। खासकर किसी के घर पर रुकने, खाना खाने या लिफ्ट लेने जैसे मामलों में। अगर ऐसा करना भी पड़े तो अपने साथ बेसिक सुरक्षा उपकरण जैसे पेपर स्प्रे, छोटा चाकू आदि जरूर रखें और किसी भी जगह जाते समय लोकेशन व नाम आदि अपने परिवार से शेयर जरूर करें।

ट्रैवल से जुड़े दस्तावेज : देश से बाहर जाने की स्थिति में खसकर ट्रैवल इंश्योरेंस जरूर करवाएं। इससे आपको खुद से लेकर अपने सामान तक के लिए एक सुरक्षा कवच मिलेगा जो मुश्किल समय मे बहुत काम आएगा।

अपने सारे जरूरी कागज, जैसे वीज़ा, पासपोर्ट, आधार कार्ड आदि की कम से कम चार फोटोकॉपी करके अपने साथ ही एक पाउच में कैरी करें। ओरिजनल डॉक्युमेंट्स केवल जरूरत पड़ने पर ही दिखाएं और वापस अपने पास सुरक्षित रख लें। फ्लाइट, ट्रेन, बस, आदि छूटने पर एकदम हड़बड़ा न जाएं और न ही किसी पर भरोसा कर उसके साथ चल दें। इसकी बजाय एयरपोर्ट या रेलवे स्टेशन पर ही अधिकारियों से आगे के लिए जानकारी लें।

सतर्क रहें : किसी भी सुनसान जगह पर एकदम अकेले जाने की बजाय किसी ग्रुप के आस पास रहें और समय पर अपने होटल या टैक्सी, बस आदि पर पहुंच जाएं।

ग्रुप में या परिवार के साथ ट्रैवल करने पर आपको खुद को लेकर सतर्कता कम रखनी पड़ती है लेकिन अकेले रहने पर हर जिम्मेदारी खुद पर होती है। इसलिए पहले से पूरी प्लानिंग करें और सारे जरूरी सुरक्षा साधनों के साथ अपनी यात्रा का आनंद लें।

KNOWLEDGE+

योग और मेडिटेशन का फर्क जानते हैं आप, दोनों एक-दूसरे से इतना अलग हैं

योग और मेडिटेशन को लेकर ज़्यादातर लोग कंफ्यूज रहते हैं। उनके लगता है कि यह दोनों एक ही हैं, जबकि योग और मेडिटेशन में काफी अंतर है। द योग इंस्टीट्यूट की आधिकारिक वेबसाइट के मुताबिक, दोनों का कनेक्शन सांसों से है, लेकिन इनके फायदे और काम करने का तरीका अलग है। जानिए योग और मेडिटेशन में क्या अंतर है...

मेडिटेशन योग का ही एक हिस्सा है। योगा और मेडिटेशन में सबसे बड़ा अंतर है बॉडी के मूवमेंट का। योग के दौरान अलग-अलग आसनों के कारण बॉडी में मूवमेंट होता है, जबकि मेडिटेशन में ऐसा नहीं होता। मेडिटेशन यानी ध्यान लगाकर इंसान अपनी एनर्जी के जरिए किसी खास चीज, आवाज या सांस पर ध्यान केंद्रित करते हैं।

हमेशा योग करने के बाद मेडिटेशन करने की सलाह दी जाती है। विशेषज्ञ कहते हैं, योग के बाद शरीर में एक तरह का बाइब्रेशन पैदा होता है। शरीर को सामान्य स्थिति में लाने के लिए मेडिटेशन करने की सलाह दी जाती है। इस तरह मेडिटेशन पोस्ट योगासन प्रैक्टिस है।

मेडिटेशन काम कैसे करता है, अब इसे समझ लेते हैं। आसान भाषा में समझें तो इंसान का मन एक समय में कई बातें सोचता है, इससे उसके दिमाग की शांति भंग हो जाती है। वो शांति दोबारा पाने के लिए मेडिटेशन यानी ध्यान लगाने की सलाह दी जाती है। मेडिटेशन करने के लिए सुबह 4-5 बजे का समय सबसे बेहतर माना जाता है।

मेडिटेशन कई तरह से राहत पहुंचाता है, जैसे यह भूलने की आदत में सुधार लाता है, तनाव और बेचैनी को कम करता है और यह काफी हद तक नींद न आने की समस्या को दूर करने की कोशिश करता है।

मिक्स वेजिटेबल की सब्जी को बनाएं नारियल के साथ, स्वाद होगा लाजवाब

मिक्स वेजिटेबल की सब्जी तो आपने कई बार बनाई होगी। लेकिन हर बार उसी स्वाद से बोर हो गए हैं। तो इस बार मिक्स वेजिटेबल की सब्जी को नारियल के साथ कुछ अलग ट्विस्ट दें। साउथ इंडियन फूड में नारियल का सबसे ज्यादा इस्तेमाल होता है। आप भी सब्जी

को नारियल के साथ मिलाकर नया स्वाद पा सकते हैं। तो चलिए जानें कैसे तैयार होगी मिक्स वेजिटेबल की सब्जी नारियल के साथ।

मिक्स वेजिटेबल को बनाने की सामग्री : बींस, हरी मटर, गाजर, फूलगोभी, आलू, शिमला मिर्च और आप अपनी मनचाही सब्जियों को ले सकती हैं। साथ में दो से तीन कटे हुए प्याज, हरी मिर्च का पेस्ट, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर, तीन से चार टमाटर का पेस्ट, दही सौ ग्राम, नारियल का दूध सौ ग्राम।

मिक्स वेजिटेबल को बनाने की विधि : सबसे पहले बींस, गाजर, फूलगोभी, आलू, शिमला मिर्च और अपनी मनचाही सब्जियों को धोकर काट लें। फिर पानी में नमक डालकर गैस पर रखें और उबलने पर इन सारी सब्जियों को डाल दें। जिससे कि ये अच्छी तरह से पक जाएं। अब किसी कड़ाही में तेल गर्म करें। तेल गर्म हो जाए तो उसमे प्याज डालकर भूनें।

प्याज जब सुनहरा हो जाए तो इसमे टमाटर का पेस्ट डालें। जब टमाटर पककर तेल छोड़ दे तो फिर दही डाल दें। दही को फटने से बचाने के लिए लगातार चलाते रहें। इस मसाले के मिश्रण में हरी मिर्च का पेस्ट, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर डालकर भूनें। जब ये भुन जाए तो इसमे नारियल का दूध डालकर चलाएं। फिर सारी पकी हुई कटी सब्जियों को डालकर भूनें और हल्का सा ढंक दें। जिससे कि इन सारे मसालो की महक एक साथ हो जाए। सबसे आखिर में गरम मसाला, नमक और चीनी डालकर चलाएं। एक से दो मिनट पकाने के बाद गैस बंद कर दें।

बस रोटी या फिर चावल के साथ गर्मागर्म परोसें। नारियल के दूध को आप घर में ही निकाल सकती हैं। इसके लिए ताजे नारियल को लेकर कद्दूकस कर लें। फिर किसी मलमल के कपड़े में डालकर खूब निचोड़ लें। जिससे सारा नारियल का दूध निकलकर बर्तन में आ जाए।

लाल, नीला, हरा... ट्रेन के अलग-अलग रंग वाले डिब्बों का क्या मतलब है?

भारतीय रेलवे एशिया का दूसरा और दुनिया का चौथा सबसे बड़ा रेल नेटवर्क है। ट्रेन में सफर करते समय अलग-अलग रंग के कोच तो जरूर देखे होंगे, इन कोच यानी डिब्बों का रंग अलग-अलग क्यों हैं, कभी सोचा है। इसकी भी एक वजह है। पैसेंजर ट्रेन से लेकर सुपरफास्ट ट्रेन तक के रंग अलग-अलग क्यों होते हैं, जानिए इसके पीछे की वजह...

सबसे कॉमन रंग की बात करें तो नीले डिब्बे सबसे ज्यादा नजर आते हैं। इनहें इंटीग्रेटेड कोच कहते हैं। ऐसे कोच वाली ट्रेन की रफ्तार 70 से 140 किलोमीटर प्रति घंटा होती है। ये लोहे के बने होते हैं और इनमें एयरब्रेक लगे होते हैं। इसलिए इनका इस्तेमाल मेल एक्सप्रेस या सुपरफास्ट ट्रेनों में होता है।

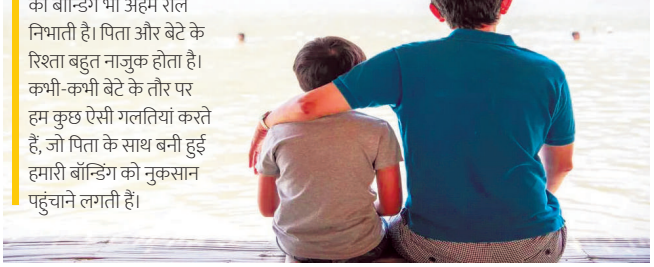
ट्रेन में लाल रंग के कोच का भी इस्तेमाल होता है। इन्हें लिंक हॉफमैन भी कहा जाता है। यह खास तरह के कोच होते हैं, जिन्हें जर्मनी में तैयार किया गया है। भारतीय रेलवे ने ऐसे कोच साल 2000 में भारत में आयात किए गए थे। वर्तमान में अब इनका निर्माण पंजाब के कपूरथला में किया जा रहा है।

लाल कोच एल्युमिनियम के बने होते हैं और दूसरे कोच के मुकाबले इनका वजन कम होता है। इनमें डिस्क ब्रेक लगी होती है। हल्के होने के कारण ये कोच 200 किलोमीटर प्रति घंटा की रफ्तार से चलती है। ऐसे लाल कोच राजधानी और शताब्दी जैसी ट्रेन में लगाए गए हैं ताकि ये तेज गति के साथ स्पीड तय कर सकें।

इसके अलावा ग्रीन कलर के भी कोच होते हैं। इन्हें भारतीय रेलवे की ट्रेन गरीब रथ में लगाया गया है। इस तरह अलग-अलग रंग के ट्रेन कोच का प्रयोग भी अलग-अलग तरह की ट्रेन के लिए किया जाता है।

ये गलतियां पिता और बेटे की बॉन्डिंग के लिए होती है खतरा

PARENTING



पिता बनना भी एक खूबसूरत अहसास है, लेकिन ये अपने साथ कई जिम्मेदारियां भी लेकर आता है। पिताबनने के बाद व्यक्ति का जीवन पूरा बदल जाता है और अधिकतर अपनी पूरी जिंदगी बच्चों की बेहतर परवरिश में गुजार देते हैं। पिता का रोल जीवन में इतना अहम होता है कि कोई भी परिवार उसके साए में खुद को सबसे ज्यादा सुरक्षित महसूस करता है। पिता के प्यार और बलिदान का कर्ज बच्चे चाहकर भी उतार नहीं पाते हैं। पिता के अथक प्रयासों और परिवार के प्रति लगन को देखते हैं हुए हर साल फादर्स डे सेलिब्रेट किया जाता है। हर साल जून के तीसरे रविवार को फादर्स डे के रूप में मनाया जाता है। एक पिता सभी के प्रति अपनी जिम्मेदारियां बराबर निभाता है, लेकिन बेटे के मामले में वह थोड़ा ज्यादा सतर्क हो जाता है।

जिस तरह मां और बेटी के बीच एक अलग बॉन्डिग होती है, उसी तरह पिता और बेटे के बीच की बॉन्डिग भी अहम रोल निभाती है। पिता और बेटे के रिश्ता बहुत नाजुक होता है। कभी-कभी बेटे के तौर पर हम कुछ ऐसी गलतियां करते हैं, जो पिता के साथ बनी हुई हमारी बॉन्डिग को नुकसान पहुंचाने लगती हैं। कहीं आप भी तो इन गलतियों को करके अपने पिता के सात अपना रिश्ता खराब तो नहीं कर रहे हैं। जानें इनके बारे में।।

ओवर स्मार्ट बनना : आजकल के बच्चे खासतौर पर बेटे अपने पिता से खुद को ज्यादा स्मार्ट समझने की गलती करते हैं। वे ये भूल जाते हैं कि उन्हीं हाथों ने चलना सिखाया है। हो सकता है कि तकनीकी तौर पर वे आपके जितने सक्षम न हो, लेकिन इसका ये मतलब नहीं है कि आप उन्हें कई मामलों में कुछ समझे ही नहीं। अगर वे किसी चीज को जानते नहीं हैं, तो उन्हें उसके बारे में समझाएं। ध्यान रहे कि इस दौरान उनके सम्मान को ठेस न पहुंचे।

फैसले थोपना : एक बेटा या बेटी अपने पैरों पर खड़े हो जाते हैं, तो वह फैसले लेने में सक्षम हो जाते हैं। पिता के लिए ये सिचुएशन किसी कामयाबी से कम नहीं होती। ऐसा देखा गया है कि कई बार बच्चे कामयाब होने के चलते पेरेंट्स को कुछ समझते नहीं हैं और वे अपने फैसले उनपर थोपने लगते हैं। आपकी ये गलती पिता के आत्मसम्मान को ठेस पहुंचा सकती है। माता-पिता के फैसले गलत हो सकते हैं, लेकिन उनकी निष्ठा नहीं। साथ ही उनका अनुभव आपको सही सलाह ही देता है।

टाइम न देना : बिजी होने के चलते ज्यादातर बच्चे या उनका बेटा अपने पिता का टाइम नहीं दे पाते हैं। अधिकतर मामलों में एक उम्र में आकर व्यक्ति खाली महसूस करता है और वह अपने बच्चों के साथ समय बिताने की कोशिश करता है। एक बेटे के तौर पर आपको अपने पिता को टाइम देना चाहिए। ऐसा न करने पर आपकी उनके साथ बॉन्डिग खराब हो सकती है। इस गलती से रिश्ते में खटास आ सकती और वह बिगड़ भी सकता है।

भारत को 5 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था बनाने में मदद करने के लिए इंफ्रास्ट्रक्चर सेक्टर को बढ़ावा

शासन का मुख्य आधार आर्थिक विकास करना और विकास के लाभों को सभी तक फैलाना है। जीवन की बेहतर गुणवत्ता और जीवन की सुगमता उन नीतियों का परिणाम है, जिनका उद्देश्य नए आर्थिक अवसरों के लिए सही परिस्थितियों का निर्माण करना है। उच्च आर्थिक विकास से सामाजिक विकास के लिए अधिक धन उपलब्ध होता है, जो अंततः हमें प्रगति और विकास के एक बेहतर चक्र में ले जाता है। हमारे सकल घरेलू उत्पाद के लिए 5 ट्रिलियन अमरीकी डॉलर का लक्ष्य एक महत्वाकांक्षी लक्ष्य है, और इसे प्राप्त करने की रणनीति विकास के लिए एक इको-सिस्टम बनाने के इर्द-गिर्द घूमती है, जिसकी नींव बुनियादी ढांचे के निर्माण और आत्म निर्भर भारत पर है।

हम आजादी के 75 साल का उत्सव : आजादी का अमृत महोत्सव मनाने के साथ-साथ, हमने एक महत्वाकांक्षी विकास यात्रा शुरू की है। 2014 से आर्थिक विकास को बढ़ावा देने के लिए बुनियादी ढांचे का विकास करना सरकार के प्रयासों केंद्र में रहा है। न केवल भौतिक बुनियादी ढांचे पर बल्कि डिजिटल बुनियादी ढांचे पर भी ध्यान केंद्रित किया गया है। यूपीआई पहल के माध्यम से बनाया गया डिजिटल बुनियादी ढांचा एक विलक्षण सफलता है।

आर्थिक विकास पर इसके गुणक प्रभाव के साथ भौतिक बुनियादी ढांचे का निर्माण भी उतना ही महत्वपूर्ण है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में सरकार इंफ्रास्ट्रक्चर में निवेश पर जोर दे रही है। बुनियादी ढांचे के निर्माण के लिए आवश्यक बड़े पैमाने पर निवेश को ध्यान में रखते हुए, सभी बुनियादी विकास परियोजनाओं का एक स्पष्ट रोडमैप तैयार करने का निर्णय लिया गया था, जिन्हें शुरू किया जाना था। नेशनल इन्फ्राट्रक्चर पाइपलाइन (एनआईपी) अस्तित्व में आई, जिसमें परियोजनाओं के लिए 111 लाख करोड़ रुपये के निवेश की आवश्यकता थी। हाल ही में शुरू किए गए गतिशक्ति कार्यक्रम के साथ एनआईपी बेहतर समन्वय और योजना के आधार पर पूर्ण दृष्टिकोण और समय पर वितरण सुनिश्चित करेगा। हमारे जैसे विविधता पूर्ण देश में बुनियादी ढांचे के विकास के लिए विस्तृत योजना और सुविधा की आवश्यकता है। भारतमाला कार्यक्रम ने हमें एकीकृत तरीके से राजमार्ग विकास का खाका दिया। इस कार्यक्रम में राष्ट्रीय राजमार्गों के 34,800 किलोमीटर के निर्माण की परिकल्पना की गई थी। यह कार्यक्रम कॉरिडोर-आधारित राष्ट्रीय राजमार्ग विकास का अनुसरण करता है, जो देश के 550 से अधिक जिलों को जोड़ता है और राष्ट्रीय राजमार्गों पर कुल मालढुलाई में इसका 70-80 प्रतिशत हिस्सा है।

ब्राउनफील्ड का विस्तार और राजमार्गों का सुधार एक महत्वपूर्ण उद्देश्य को पूरा करता है, लेकिन रसद लागत को कम करने के मामले में गेम चेंजर प्रमुख कार्गो मूल-गंतव्य केंद्रों को जोड़ने वाले नियंत्रित ग्रीनफील्ड एक्सप्रेसवे का निर्माण कर रहा है। नतीजतन, 3.6 लाख करोड़ रुपये की कुल पूंजीगत लागत पर भारतमाला चरण 1 के हिस्से के रूप में 5 प्रमुख एक्सप्रेसवे और 17 एक्सेस-नियंत्रित कॉरिडोर विकसित किए जा रहे हैं।

नितिन गडकरी
केंद्रीय सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्री

अब हमारे लिए भारतमाला कार्यक्रम के दूसरे चरण को शुरू करने का समय आ गया है, और देश भर के लोगों की अपेक्षाओं को देखते हुए हमारी उच्च स्तर की महत्वाकांक्षा है। राष्ट्रीय राजमार्गों के निर्माण की गति वित्त वर्ष 2009-10 से वित्त वर्ष 2013-14 तक औसतन 5,900 किमी प्रति वर्ष से लगभग दोगुनी होकर वित्त वर्ष 2014-15 से 11,000 किमी प्रति वर्ष हो गई है। इसी तरह, वित्त वर्ष 2014-15 के बाद से वार्षिक निर्माण की गति 1.8 गुना बढ़कर 9,000 किमी प्रति वर्ष हो गई है, जबकि वित्त वर्ष 2009-10 से वित्त वर्ष 2013-14 तक के बीच प्रति वर्ष 4,900 किमी का निर्माण किया गया था। रसद लागत को कम किया जाना चाहिए, और यह राजमार्गों के विकास से कुछ हद तक होता है, लेकिन यह राजमार्गों में निवेश से अधिकतम रिटर्न के लिए पर्याप्त नहीं है। मल्टीमॉडल लॉजिस्टिक्स पार्क (एमएमएलपी) पीएम गति शक्ति राष्ट्रीय मास्टर प्लान में निर्धारित विजन के अनुसार एकीकृत और कुशल परिवहन सुनिश्चित करने के लिए महत्वपूर्ण प्रवर्तक हैं।

देश भर में रसद क्षेत्र में अक्षमताओं को दूर करने के लिए 35 रणनीतिक स्थानों (जैसे जोगीघोपा, नागपुर, चेन्नई, इंदौर, बेंगलुरु आदि) में एमएमएलपी विकसित किए जा रहे हैं। ये 35 एमएमएलपी देश के 50 प्रतिशत से अधिक सड़क द्वारा माल ढुलाई की जरूरतों को पूरा करेंगे। 2014 से वामपंथी उग्रवाद प्रभावित जिलों में राजमार्गों के विकास पर भी विशेष ध्यान दिया गया है। उदाहरण के लिए, रायपुर और विशाखापत्तनम के बीच एक ग्रीनफील्ड कॉरिडोर छत्तीसगढ़, ओडिशा और आंध्र प्रदेश के पिछड़े जिलों से गुजरते हुए विकसित किया जा रहा है। श्रीनगर-लेह सड़क पर 14.96 किमी की जोजिला सुरंग लद्दाख में बालटाल (सोनमर्ग) और मीनामार्ग के बीच की दूरी को 40 किमी से घटाकर 13 किमी तक कम कर देगी और यात्रा में लगने वाले समय को तीन घंटे से घटाकर 15 मिनट कर देगी।

बुनियादी ढांचे के विकास के लिए बड़े पैमाने पर निवेश की आवश्यकता है। राष्ट्रीय मुद्रीकरण पाइपलाइन के हिस्से के रूप में, भारतीय राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण (एनएचएआई) ने सड़क परियोजनाओं के मुद्रीकरण के लिए अपना आई एनवीआईटी लॉन्च किया है। परिसंपत्तियों की लंबी अवधि की प्रकृति को ध्यान में रखते हुए, आईएनवीआईटी की इकाइयों को अंतरराष्ट्रीय और घरेलू संस्थागत निवेशकों के साथ रखा गया था। 5 सड़कों वाले शुरुआती पोर्टफोलियो में विदेशी निवेशकों से 50 प्रतिशत निवेश के साथ 8,000 करोड़ रुपये जुटाए गए।

अंत में सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि बुनियादी ढांचे का विकास करते हुए पर्यावरण की रक्षा करना एक अच्छा संतुलनकारी कार्य है। मेरा दृष्टिकोण परिस्थितियों का सामना करते हुए पर्यावरण की रक्षा करने की ओर झुकना है। राजमार्गों के किनारे वृक्षारोपण की प्रगति की मेरे द्वारा व्यक्तिगत रूप से समीक्षा की जाती है। सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय ने पर्यावरण के सतत विकास के लिए राष्ट्रीय राजमार्गों के साथ ग्रीन कॉरिडोर विकसित करने के उद्देश्य से सितंबर 2015 में ग्रीन कॉरिडोर और प्रख्यापित हरित राजमार्ग (वृक्षारोपण, प्रत्यारोपण, सौंदर्यीकरण और रखरखाव) नीति विकसित करने की आवश्यकता और महत्व को महसूस किया। इस नीति के बाद के वर्षों में 2016-17 से 2020-21 तक 2 करोड़ से अधिक पौधे लगाए गए हैं।

2021-2022 में नवंबर तक, राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण द्वारा कुल 63 लाख से अधिक नए पौधे लगाए गए हैं, जिसमें 27.5 लाख पौधे सड़कों के किनारे लगाए गए हैं, जबकि सड़कों के बीच 35.6 लाख नए पौधे लगाए गए हैं। इसके अलावा, क्षेत्र निरीक्षण के पारंपरिक तरीकों के साथ-साथ ड्रोन वीडियोग्राफी और जियो टैगिंग की नवीनतम तकनीक का उपयोग करके वृक्षारोपण की बारीकी से निगरानी की जाती है। इस प्रक्रिया में हमने राजमार्ग निर्माण की दर के संदर्भ में कुछ विश्व रिकॉर्ड बनाए, जो कई अन्य देशों के बीच 37 किलोमीटर प्रति दिन की दर से दुनिया में सर्वाधिक है।

प्रधानमंत्री मोदी के आह्वान पर दुनिया के सभी देशों ने अपनाया योग : अनुराग सिंह ठाकुर

• टिहरा सुजानपुर

केंद्रीय युवा मामले और खेल व सूचना एवं प्रसारण मंत्री अनुराग सिंह ठाकुर ने कहा कि योग भारत के प्राचीन इतिहास और परंपराओं का एक अमूल्य उपहार है। उन्होंने कहा कि यह मन और शरीर की एकता का प्रतीक है तथा विचार और क्रिया, संयम और पूर्ति, मनुष्य और प्रकृति के बीच सामंजस्य व स्वास्थ्य और कल्याण के लिए एक समग्र दृष्टिकोण है। स्वस्थ तन व मन के निर्माण के लिए युवाओं और विभिन्न वर्गों के लोगों से 365 दिनों तक योग को अपनाने का आह्वान किया।

उन्होंने कहा कि स्वस्थ व्यक्ति स्वस्थ परिवार का निर्माण करते हैं जो बदले में स्वस्थ समाज का निर्माण करते हैं और अंततः यही बात स्वस्थ भारत के निर्माण में सहायक सिद्ध होगी। केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण, युवा मामले और खेल मंत्री अनुराग सिंह ठाकुर ने कहा है कि वर्ष 2014 में देश की बागडोर संभालते ही प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने संयुक्त राष्ट्र महासभा को भारत की प्राचीन पद्धति योग का महत्व समझाया और दुनिया से इसे अपनाने की अपील की। उनके आह्वान पर दुनिया के सभी देशों ने इसे अपनाया और 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने का संकल्प लिया।

उन्होंने कहा कि योग के साथ-साथ भारत शतरंज का भी जन्मदाता रहा है तथा इस वर्ष चैस ओलंपियाड की मेजबानी भी भारत ही कर रहा है। 28 जुलाई से आरंभ होने वाली चैस ओलंपियाड में लगभग 188 देशों के खिलाड़ी भाग लेंगे। उन्होंने बताया कि पहली बार चैस ओलंपियाड टॉर्च रिले की शुरुआत की गई है और भविष्य में भी हर चैस ओलंपियाड के लिए इस टॉर्च रिले की शुरुआत भारत से ही की जाएगी।

सूचना और प्रसारण मंत्रालय के प्रकाशन विभाग द्वारा प्रकाशित इन चित्रात्मक पुस्तकों में योगासनों को समझाने के लिए कुछ लेखों के साथ चित्रों की एक श्रृंखला के माध्यम से विभिन्न योगासनों की व्याख्या की गई है। प्रधानमंत्री ने भी मैसूर पैलेस ग्राउंड से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2022 समारोह का नेतृत्व किया जिसमें योग द्वारा उत्साहित हजारों लोगों ने हिस्सा लिया व योगाभ्यास किया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के संदेश का सीधा प्रसारण दूरदर्शन के माध्यम से किया गया जिसमें उन्होंने युवाओं और सभी आयु वर्ग के लोगों से स्वस्थ शरीर, मन और आत्मा के साथ स्वस्थ जीवन के लिए योग के अमूल्य उपहार को अपनाने का आह्वान किया। केंद्रीय शिक्षा, कौशल विकास और उद्यमिता मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने कांगड़ा जिले में स्थित कांगड़ा किले से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम का नेतृत्व किया। केंद्रीय वित्त राज्य मंत्री पंकज चौधरी ने मंडी जिले की पराशर झील से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह का नेतृत्व किया। इसी तरह, केंद्रीय खेल और गृह राज्यमंत्री निसिथ प्रमाणिक ने हिमाचल प्रदेश में लेह-मनाली राजमार्ग पर हिमालय के पूर्वी पीर पंजाल रेंज में रोहतांग दर्रे के नीचे बनी अटल सुरंग से समारोह का नेतृत्व किया।

अपर महानिदेशक, पत्र सूचना कार्यालय, चंडीगढ़, राजिंदर चौधरी, उपायुक्त हमीरपुर, देबश्वेता बनिक, नेहरू युवा केंद्र संगठन के राज्य निदेशक सैमसन मसीह पत्र सूचना कार्यालय, केन्द्रीय संचार ब्युरो, हमीरपुर जिला प्रशासन और नेहरू युवा केंद्र संगठन के ओर से मुख्य अधिकारियों के तौर पर योग सत्र में भाग लेने वालों में शामिल थे जिन्होंने सुजानपुर में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह के सुचारू संचालन के लिए उपयुक्त व्यवस्था व सुविधा मुहैया कारवाई।

"योग दुनिया को भारत की देन है" : कर्णेश शर्मा

• अमृतसर

देश भारत की आजादी के 75वें वर्ष के दौरान आजादी का अमृत महोत्सव मना रहा है। भारत सरकार के आयुष मंत्रालय द्वारा 21 जून, 2022 को अंतर्राष्ट्रीय दिवस योग के 8वें संस्करण के अवलोकन के लिए 75 प्रतिष्ठित स्थलों का चयन किया गया था। पंजाब राज्य के अमृतसर में अटारी इन 75 प्रतिष्ठित स्थलों की सूची में शामिल है; और, हॉकी स्टार ओलंपियन बलविंदर सिंह ने यहां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह में भाग लिया।

अटारी-वाघा की भारत पाकिस्तान सीमा पर कार्यक्रम का स्थान दुनिया भर में इस वर्ष के अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम को दर्शाता है, जो 'मानवता के लिए योग' है। इस अवसर पर श. कर्णेश शर्मा, आईएएस ने सभा से बात की और कहा, "योग दुनिया को भारत का उपहार है। यह समय है कि हर भारतीय इसे अपने दैनिक शासन में अपनाए।" ओलंपियन बलविंदर सिंह ने भी संदेश का समर्थन किया।

प्रधानमंत्री ने 21 जून, 2022 को मैसूर पैलेस ग्राउंड से योग दिवस समारोह का नेतृत्व किया। लगभग पंद्रह हजार योग उत्साही लोगों ने भाग लिया और योग किया। यह कार्यक्रम संसद सदस्यों, कर्नाटक सरकार के विभागों, मंत्रियों, गणमान्य व्यक्तियों, श्रद्धेय योग गुरुओं और संस्थानों के समर्थन से आयोजित किया गया था और निस्संदेह एक बड़ी सफलता थी।

अपने ट्वीट में, माननीय प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने ट्वीट किया था, 'कल 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाया जाएगा। आइए हम 'योग फॉर ह्यूमैनिटी' की थीम से प्रेरित होकर इस योग दिवस को सफल बनाएं और योग को और लोकप्रिय बनाएं।" आज के समारोह उस आह्वान के जवाब में एक शानदार सफलता दर्शाते हैं।

इस वर्ष की थीम दुनिया के सामने आने वाली भू-राजनीतिक समस्याओं पर विचार करती है। यह दिन 'गार्जियन रिंग' कार्यक्रम का भी साक्षी था, जिसमें विदेशों में भारतीय मिशनों द्वारा आयोजित किए जा रहे सभी कार्यक्रमों की स्ट्रीमिंग देखी गई, जो दुनिया के पूर्वी हिस्से से शुरू होकर पश्चिम की ओर बढ़ते हुए 16 बार सूर्य की गति के साथ-साथ चल रहे थे। क्षेत्र। अद्वितीय 'रिले' कार्यक्रम में लगभग 80 देशों ने भाग लिया।

एंटी करप्पशन हेल्पलाइन ने घूसखोरों पर कसा शिकंजा,28 एफ. आई. आर. दर्ज़, अब तक 45 व्यक्ति किए गिरफ्तार

• जालंधर ब्रीज. चंडीगढ़

भ्रष्टाचार को कतई बर्दाश्त न करने की रणनीति के अंतर्गत मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार ने अपने कार्यकाल के थोड़े समय में अब तक 45 सरकारी अधिकारियों/कर्मचारियों और अन्यों को घूसखोरी के दोष के तहत काबू किया है।

पद संभालने के पहले दिन ही मुख्यमंत्री ने लोगों के साथ भ्रष्टाचार मुक्त, पारदर्शी और साफ- सुथरा प्रशासन देने का वायदा किया था और इसके लिए कई कदम उठाए गए हैं। उन्होंने भ्रष्टाचार के ख़िलाफ शिकायतें दर्ज करवाने के लिए लोगों की सुविधा के लिए वटसऐप आधारित एक भ्रष्टाचार विरोधी हेल्पलाइन नंबर भी जारी किया था। यह हेल्पलाइन वरदान साबित हुयी है क्योंकि लोग इसका प्रयोग भ्रष्टाचार की जड़ काटने के लिए प्रभावी तरीके स्वरूप कर रहे हैं।

इस नंबर पर मिली प्रमाणिक शिकायतों के आधार पर पंजाब पुलिस ने भ्रष्ट अधिकारियों/कर्मचारियों और अन्य दोषियों के खिलाफ 28 एफ.आई.आर. दर्ज़ की हैं। मुख्यमंत्री की हिदायतों पर विजीलैंस ने अब तक पुलिस के एक सब-इंस्पेक्टर, आठ सहायक सब-इंस्पेक्टरों, तीन हवलदारों, एक सिपाही, होमगार्ड के एक जवान, दो पटवारियों, एक क्लर्क, एक नंबरदार, पंजाब स्कूल शिक्षा बोर्ड के एक डाटा एंट्री ऑपरेटर, सरकारी आई. टी. आई. एस.ए.एस. नगर के एक प्रिंसिपल, एक मेडिकल अफसर, एक डिवीजनल वन अफसर और जुडिशियल विभाग के सम्मन भेजने वाले स्टाफ के एक मेंबर को गिरफ्तार किया है। इसी तरह माइनिंग केस में 17 व्यक्ति, पटवारियों के चार सहायकों और एक वन ठेकेदार को भ्रष्ट गतिविधियों में शामिल होने के दोष के तहत पकड़ा गया है। पुलिस ने 21 जून, 2022 तक भ्रष्टाचार के दोषों के तहत कुल 45 व्यक्तियों को काबू किया है।

Details of FIRs

FIRs registered	28
Persons arrested/bailed out	45

Details of arrested/bailed out/absconding accused persons as on 21st June, 2022

Sr.No.	Department	Designation	No of persons arrested/bailed out
1.	Civilians	17/Civilians in Mining Case, 4/Assistant to Patwari, Forest Contractor,	22
2.	Punjab Police	1/SI, 8/ASI, 3/HC, 1/CT, 1/PHG	14
3.	Revenue Department	2/Patwari, Clerk, Nambardar	4
4.	Punjab State Education Board	Data entry operator	1
5.	Department of Technical Education Punjab	Principal, Govt ITI, SAS Nagar	1
6.	Health Department	Medical officer	1
7.	Forest Department	DFO	1
8.	Judicial Department	Summon server staff	1
	Total arrested		45
	Accused Absconding		08

इस दौरान मुख्यमंत्री ने कहा की यह तो अभी शुरुआत हुयी है और भ्रष्ट अफसरों और कर्मचारियों को बाहर का रास्ता दिखा कर समूची व्यवस्था को साफ किया जायेगा। उन्होंने कहा की लोगों को साफ- सुथरा, कारगर और पारदर्शी सरकार देने के लिए शासन में से भ्रष्टाचार को जड़ से खत्म करने में कोई कसर बाकी नहीं छोड़ी जायेगी। भगवंत मान ने कहा की लोगों ने उनके कंधों पर बहुत बड़ी जिम्मेदारी डाली है, जिस कारण पारदर्शी और जवाबदेह प्रशासन देकर लोगों की उम्मीदों पर खरा उतरना उनका फर्ज बनता है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि यह लामिसाल कार्यवाही यह दर्शाती है कि राज्य सरकार लोगों को भ्रष्टाचार मुक्त शासन देने के प्रति वचनबद्ध है। उन्होंने कहा की भ्रष्टाचार विरोधी जंग उसी समय खत्म होगी, जब राज्य में से इसका मुकम्मल तौर पर सफाया हो जायेगा परन्तु इसके लिए लोगों का सक्रिय सहयोग बहुत जरूरी है। इस नेक कार्य के लिए लोगों के सहयोग की मांग करते हुये भगवंत मान ने लोगों को पंजाब को भ्रष्टाचार मुक्त राज्य बनाने के लिए बढ़-चढ़ कर राज्य सरकार का सहयोग करने का न्यौता दिया।

पीएम मोदी ने धारा 370 एवं 35A हटाकर डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी के सपने को किया साकार : राकेश राठौर

डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी के जीवन से प्रेरणा लेकर हर युवा को राष्ट्रहित में कार्य करना होगा: सुशील शर्मा

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

भारतीय जनता पार्टी जिला जालंधर (शहरी) के अध्यक्ष सुशील शर्मा की अध्यक्षता में आज पार्टी कार्यालय सर्कुलर रोड नजदीक (शीतला माता मंदिर) में भारतीय जनसंघ के संस्थापक, राजनीतिज्ञ, महान शिक्षाविद, प्रखर राष्ट्रवादी चिंतक, एवं राष्ट्रीय एकता को मजबूत करने वाले डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी का बलिदान दिवस बड़ी श्रद्धा के साथ मनाया गया। जिसमें मुख्य रुप से उपस्थित जालंधर शहर के पूर्व मेयर एवं भाजपा पंजाब प्रदेश के उपाध्यक्ष राकेश राठौर, प्रदेश अनुशासनात्मक कमेटी के चेयरमैन विनोद शर्मा, पूर्व जिला अध्यक्ष रमन पब्बी, सुभाष सूद, रमेश शर्मा, अरुण बजाज ,जिला महामंत्री राजीव ढींगरा, भगवंत प्रभाकर,व अन्य कार्यकर्ता एवं पदाधिकारी उपस्थित थे इस कार्यक्रम में उपस्थित सभी लोगों ने डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धासुमन भेंट किए। भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष राकेश राठौर ने कहा कि डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी ने अपना पूरा जीवन भारत मां की धरती के लिए समर्पित कर दिया था।उन्होंने कहा कि डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी ने अपना पूरा जीवन अखंड भारत बनाने के लिए समर्पित कर दिया। जिसे आज प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व गृह मंत्री अमित शाह ने जम्मू कश्मीर से धारा 370 और 35ए हटाने के बाद उनके सपने को पूरा किया। राठौर ने बताया कि डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी ने कहा था कि भारत में एक देश में दो निशान दो विधान एवं दो प्रधान नहीं चलेंगे।

उन्होंने भारतीय संसद में तत्कालीन प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू को कहा था कि या तो मैं संविधान की रक्षा करूंगा नहीं तो अपने प्राण दे दूंगा हुआ भी यही डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी पर बिना जम्मू-कश्मीर गए उन्हें शेख अब्दुल्ला की सरकार ने गिरफ्तार किया उन्होंने कहा कि मैं इस देश का सांसद हूं मुझे अपने देश में कहीं जाने से आप कैसे रोक सकते हैं उन्हें गिरफ्तार किया गया गिरफ्तारी के कुछ ही दिनों बाद उन्हें मृत घोषित किया गया। राकेश राठौर ने कहा की डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी अखंड भारत के लिए बलिदान देने वाले पहले भारतीय थे जो जन संघ के अध्यक्ष के रूप में वहां गए थे 23 जून को उनकी शहादत को हम सभी भारत वासी कभी भुला नहीं सकते।

पंजाब की वॉल्वो बसों में यात्रियों को मिलेगा अब पीने वाला पानी

पंजाब रोडवेज़ की तरफ से पंजाब से दिल्ली हवाई अड्डे के लिए शुरू की गई वॉल्वो बस सेवा को लोगों की तरफ से भरपूर समर्थन

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब सरकार की तरफ से आज एक अहम फैसला लेते हुए पंजाब राज्य की वॉल्वो बसों में यात्रियों को अब पीने वाले पानी की बोतल मुहैया करवाने का फैसला लिया गया है। पंजाब राज्य की भगवंत मान के नेतृत्व वाली सरकार की तरफ से राज्य निवासियों की सुविधा के लिए पंजाब राज्य से दिल्ली हवाई अड्डे के लिए शुरू की गई वॉल्वो बस सर्विस को भरपूर समर्थन मिल रहा है। इस रूट पर वॉल्वो बस प्रति किलोमीटर 100 रुपए के करीब हासिल कर रही है।

मुख्यमंत्री पंजाब स. भगवंत मान के दिशा-निर्देशों अनुसार पंजाब रोडवेज़ को फिर से पटरी पर लाने के लिए भरपूर यत्न किये जा रहे हैं। इस सम्बन्धी जानकारी देते हुये परिवहन मंत्री लालजीत सिंह भुल्लर ने बताया की राज्य में बसों के टाइम टेबल को यथावत लागू करने के हुक्म जारी किये गए हैं और इसमें किसी भी तरह की छेड़छाड़ बर्दाश्त नहीं की जायेगी। टाइम टेबल के लागू होने से बस सेवा में दिन प्रतिदिन सुधार हो रहा है और साथ ही गैर-कानूनी तौर पर कुछ लोगों की तरफ से चलायी जा रही बस सेवा पर भी रोक लगी है।

गुरूवार को हुई मीटिंग में उपस्थित पंजाब रोडवेज़ के जीएम और रीजनल ट्रांसपोर्ट अथॉरिटी को हिदायत की गई कि वह नाजायज तौर पर चल रही बस सेवा को राज्य में से पूर्ण तौर पर खत्म करने के लिए चैकिंग की कार्यवाही को और कारगर बनाने की दिशा में सांझे तौर पर कार्यवाही अमल में लाएं। उन्होंने कहा कि जनरल मैनेजर (जीएम) को हिदायत की कि वह प्रति किलोमीटर माईलेज़ में और सुधार लाने के साथ-साथ राज्य में सरकारी बसों में से तेल चोरी की घटनाओं को रोकने के लिए पायलट प्रोजैक्ट शुरू किया जाये। इसके साथ ही राज्य में वी.टी.एस सिस्टम को भी तय समय पर लागू करने को यकीनी बनाने की हिदायत की जिससे राज्य में गैर-कानूनी तौर पर चल रही बसों को पूरी तरह बंद किया जा सके।

इस मौके पर उन्होंने अधिकारियों को हिदायत की टाइम टेबल के स्लॉट में रोटेशन विधि अपनायी जाये जिससे सबको समान मौके मिल सकें। मीटिंग में दूसरों के अलावा विकास गर्ग, सचिव, परिवहन विभाग, प्रदीप सबरवाल, अमनदीप कौर डायरैक्टर स्टेट ट्रांसपोर्ट और विमल कुमार सेतिया उपस्थित थे।

200 नशीली गोलियों के साथ तस्कर पकड़ा

जालंधर ब्रीज.फगवाड़ा

फगवाड़ा पुलिस को गुरुवार को बड़ी सफलता मिली। चहेरू चौकी इंचार्ज एएसआई गुरदीप सिंह को गुप्त सूचना मिली की एक तस्कर 200 नशीली गोलियां लवली यूनिवर्सिटी के लॉ गेट के पास खुलेआम बेच रहा है। एएसआई गुरदीप सिंह ने तुरंत कार्रवाई करते हुए तस्कर को पकड़ लिया जिसकी पहचान जसविंदर कुमार पुत्र मीत राम निवासी संतोखपुरा (फगवाड़ा) के रूप में हुई। इसके बाद मुकदमा दर्ज कर जसविंदर कुमार को अदालत में पेश किया गया।

पुलिस कमिशनर ने अधिकारियों को लंबित आवेदनों का निपटारा करने में तेजी लाने के दिए निर्देश

भ्रष्टाचार खिलाफ अपनाई जा रही है जीरो टालरैंस

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

पुलिस कमिशनर गुरशरण सिंह संधू ने गुरुवार को अधिकारियों को पुलिस कमिशनरेट की अलग-अलग शाखाओं में लंबित आवेदनों के निपटारे में तेजी लाने और लोगों को समय पर सेवाएं सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। पुलिस कमिशनर ने विभिन्न शाखाओं के प्रमुखों से बैठक की अध्यक्षता करते हुए कहा कि पुलिस प्रशासन जालंधर के लोगों की सेवा के लिए प्रतिबद्ध है और लोगों को सेवाएं प्रदान करने में किसी भी तरह की देरी को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। उन्होंने सीनियर अधिकारियों से आवेदनों के निपटाने की प्रक्रिया पर व्यक्तिगत तौर पर नजर रखने को कहा ताकि लोगों को पुलिस अधिकारियों के दफ्तरों या थानों में किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े। उन्होंने अधिकारियों से आम जनता के आवेदनों में अनुचित देरी का कारण दर्ज करने को भी कहा। पुलिस कमिशनर ने कहा कि भ्रष्टाचार के खिलाफ जीरो टॉलरेंस को अपनाया जा रहा है और भ्रष्ट गतिविधियों में शामिल किसी भी व्यक्ति को छोडा नहीं जाएगा। इस मौके पर ज्वाइंट सीपी नवनीत बैंस, डी.सी.पी. (हैडक्वाटर) वत्सला गुप्ता, एडीसीपी (हैडक्वाटर) आदित्य आदि उपस्थित थे।

स्मार्ट विलेज अभियान के अधीन किए विकास कार्यों का निरीक्षण करने के आदेश

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

डीसी घनश्याम थोरी ने उपयोगिता प्रमाण पत्र (यूसी) जमा करने में हो रही देरी को संज्ञान में लेते हुए कहा कि आने वाले दिनों में सभी चल रहे विकास कार्यो की समीक्षा की जाएगी। डिप्टी कमिशनर ने कहा कि वह और अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर (विकास) वीरेंद्र पाल सिंह बाजवा स्मार्ट विलेज अभियान (एसवीसी) के अधीन जिले में किए जा रहे कार्यो की समीक्षा के लिए व्यक्तिगत रूप से साईट का दौरा करेंगे।

जिला प्रशासकीय परिसर में स्मार्ट विलेज अभियान की स्थिति की समीक्षा के लिए आयोजित बैठक की अध्यक्षता करते हुए डीसी ने कहा कि एसवीसी फेज-I के दौरान 43.17 करोड़ रुपये की लागत से जिले में कुल 962 विकास कार्य शुरू किए थे और इन कामों के लिए खर्च की ग्रांट के उपयोग सर्टीफिकेट जमा करवाए गए है। इसी प्रकार एसवीसी फेज-2 के अधीन जिले में 3086 विकास कार्यों के लिए 159.75 करोड़ रुपये जारी किए गए है। उन्होंने आदमपुर फ्लाईओवर, आदमपुर एयरपोर्ट रोड, भोगपुर-करतारपुर सीवरेज योजनाओं में हुई प्रगति की भी समीक्षा की और संबंधित अधिकारियों को निर्माण कार्य में तेजी लाने के लिए ठेकेदारों द्वारा प्रतिदिन साइटों का दौरा करने के निर्देश दिए। इस अवसर पर अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर वीरेंद्र पाल सिंह बाजवा व मेजर अमित सरीन, एसडीएम बलबीर राज सिंह, लाल विश्वास बैंस और रणदीप सिंह हीर, सहायक कमिशनर हरजिंदर सिंह जस्सल, पंकज बंसल आदि उपस्थित थे।

डेंगू का प्रसार रोकने के लिए लोगों से माँगा सहयोग

डिप्टी कमिशनर घनश्याम थोरी ने आज नगर निगम, स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों और नगर परिषदों के कार्यकारी अधिकारियों को आने वाले दिनों में डेंगू के प्रसार को रोकने के लिए ठोस कदम उठाने के निर्देश दिए। उन्होंने अधिकारियों को उन लोगों का चालान करने के भी निर्देश दिए, जिनके घरों में डेंगू मच्छर का लारवा पाया जाए। डिप्टी कमिशनर ने विभिन्न विभागों के साथ बैठक की अध्यक्षता करते हुए कहा कि प्रशासन शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में डेंगू की रोकथाम के लिए हर संभव उपाय करेगा। उन्होंने कहा कि पहले लोगों को पानी, बर्तन, टिन, बोतल, फ्रिज, कूलर, टायर, पानी के कंटेनर और बर्ड फीडर सहित मच्छरों के संभावित प्रजनन स्थलों के बारे में जागरूक किया जाना चाहिए और बाद में यदि वे ध्यान न दें तो उनके चालान किए जाए।

जालंधर में 2700 युवाओं को दिया जा रहा है निःशुल्क कौशल प्रशिक्षण

विभिन्न व्यवसाय/क्षेत्रों में अधिक से अधिक युवाओं को कौशल और पेशेवर बनाने के उदेशय से जिला प्रशासन जिले भर में विभिन्न कौशल विकास कोर्सों में 2700 से अधिक युवाओं को प्रशिक्षण दे रहा है। डीसी घनश्याम थोरी ने बताया कि ग्रामीण विकास मंत्रालय द्वारा प्रायोजित दीन दयाल उपाध्याय ग्रामीण कौशल योजना के तहत इस समय जिले में 10 ट्रेनिंग पार्टनर सैंटर चलाए जा रहे है। जिनमें 1500 के करीब शिक्षार्थी अलग-अलग कोर्स में प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे है। इसी प्रकार आवास एवं शहरी विकास मंत्रालय के अंतर्गत दीनदयाल अंतोदिया योजना-राष्ट्रीय शहरी आजीविका मिशन के तहत कुल 5 प्रशिक्षण भागीदार केंद्र चलाए जा रहे है, जिसमें लगभग 1200 प्रशिक्षक विभिन्न कोर्स में कौशल प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे है। डीसी ने कहा कि कौशल कोर्स में स्वास्थ्य देखभाल, खाना पकाने, फैशन डिजाइनिंग मिल ऑपरेटर, नर्सिंग, सीएनसी ऑपरेटर, फूड प्रोसेसिंग, कस्टमर केयर मैनेजर, मल्टी कुजीन कुक आदि शामिल है। घनश्याम थोरी ने आगे कहा कि दीन दयाल उपाध्याय ग्रामीण कौशल योजना के तहत 15-35 वर्ष के गरीब परिवार का कोई भी ग्रामीण युवा कौशल प्रशिक्षण प्राप्त कर सकता है। राष्ट्रीय शहरी आजीविका मिशन के तहत 3 लाख रुपये से कम वार्षिक आय वाले 18-35 वर्ष के गरीब परिवारों के शहरी युवा प्रशिक्षण लेने के योग्य है। इन दोनों योजनाओं के तहत प्रशिक्षण लेने वालों को मुफ्त वर्दी, किताबें और प्रशिक्षण सामग्री उपलब्ध कराने के अलावा परिवहन और प्लेसमेंट में भी सहायता प्रदान की जाती है। जानकारी के लिए पंजाब स्किल डेवलपमेंट मिशन के जिला प्रबंधक सूरज क्लेयर से 98786-60673 पर संपर्क करें।

डीसी ने स्मार्ट सिटी कामों को जल्द पूरा करने के दिए आदेश

प्रोजैक्ट सुल्तानपुर लोधी को धार्मिक तीर्थस्थल के तौर पर करेगा विकसित

• जालंधर ब्रीज.कपूरथला

डिप्टी कमिशनर कपूरथला विशेष सारंगल ने अलग-अलग विभागों के अधिकारियों को पवित्र शहर सुल्तानपुर लोधी में स्मार्ट सिटी योजना के काम को बडे स्तर पर करने के निर्देश दिए, ताकि पवित्र शहर को तीर्थस्थल के तौर पर विकसित कर बडी संख्या में आने वाले श्रद्धालुओं को सुविधाएं प्रदान की जा सकें। डिप्टी कमिशनर के साथ अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर (शहरी विकास) अनुपम क्लेर, उप मंडल मैजिस्ट्रेट रणदीप सिंह ने अधिकारियों को कहा कि योजना के तहत एसटीपी, सेफ सिटी, स्मार्ट स्कूल, डडविंडी से सुल्तानपुर लोधी फोर लेन रोड जैसे काम किए जाने है और सुल्तानपुर लोधी से मुंडी मोड़ रोड, सोलर प्लांट की स्थापना, किला सराय के रख-रखाव आदि का काम शामिल है को समय पर पूरा करने के साथ निजी तौर पर निगरानी की जाए।

डडविंडी-सुल्तानपुर लोधी रोड जो कि 26.14 करोड़ रुपये की लागत से और सुल्तानपुर लोधी से मुंडी मोड़ रोड 74.11 करोड़ रुपये की लागत से चार मार्गीय होगा के बारे में डिप्टी कमिशनर पीडब्ल्यूडी के अधिकारियों से इस योजना को पहल देने को कहा, क्योंकि यह पवित्र शहर में आने वाले लाखों श्रद्धालुओं के लिए वरदान साबित होगा। डिप्टी कमिशनर ने पंजाब स्टेट पावर

कॉरपोरेशन लिमिटेड के अधिकारियों को सड़कों को चौड़ा करने से पहले सभी बिजली के खंभों को हटाने के लिए कहा। डिप्टी कमिशनर ने सीवरेज बोर्ड के अधिकारियों को निर्देश दिए कि सीवेज ट्रीटमेंट प्लांट के काम में तेजी लाई जाए. उन्होंने कहा कि यह काम मार्च 2023 तक पूरा किया जाना है। सेफ सिटी प्रोजैक्ट के अधीन इंटीग्रेटेड कमांड कंट्रोल सेंटर (आईसीसीसी) की बात करते हुए डिप्टी कमिशनर ने पीडब्ल्यूडी अधिकारियों को अगले छह महीने में काम पूरा करने की बात कही । बता दें कि इस योजना के लिए टैंडर पहले ही खोले जा चुके है, जिसमें सुरक्षा कारणों से शहर पर कड़ी नजर रखने के लिए सीसीटीवी कैमरे लगाना शामिल है जिसे संगठित कंट्रोल रूम से जोडा जाएगा। स्मार्ट सिटी योजना अधीन सुल्तानपुर लोधी में 14 करोड़ रुपये की लागत से 4 स्कूल जिनमें सरकारी स्कूल (लड़के), सरकारी कन्या स्कूल, जिला प्राईमरी स्कूल और बोर्डिंग स्कूल शामिल है को स्मार्ट स्कूल के रूप में स्थापित किया जाएगा।

रोहित शर्मा ने इंटरनेशनल क्रिकेट में 15 साल किए पूरे, फैंस के नाम लिखा संदेश

मुंबई. टीम इंडिया के कप्तान रोहित शर्मा ने इंटरनेशनल क्रिकेट में 15 साल पूरे कर लिए हैं। रोहित शर्मा ने 23 जून 2007 को पहली बार टीम इंडिया की जर्सी पहनी थी. टीम इंडिया के साथ 15 साल के सफर को रोहित शर्मा ने शानदार बताया है। रोहित शर्मा ने इस मौके पर उन सभी लोगों को शुक्रिया कहा जिन्होंने इस मुश्किल सफर को तय करने में उनका साथ दिया। रोहित शर्मा ने एक बेहद ही खास पोस्ट लिखते हुए कहा, 'आज में इंटरनेशनल क्रिकेट में 15 साल पूरे कर चुका हूं। आज ही के दिन 15 साल पहले मैंने इंडिया के लिए डेब्यू किया था। क्या शानदार सफर रहा है। ऐसा

फोटो-बीसीसीआई

सफर जिसे में याद करके सारी जिंदगी खुश हो सकता हूं।'

रोहित शर्मा ने आगे लिखा, 'मैं आज उन सभी लोगों का शुक्रिया अदा करना चाहता हूं जो इस सफर में मेरा साथ रहे. उन लोगों का मैं हमेशा शुक्रगुजार रहूंगा जिन्होंने मुझे वैसा प्लेयर बनने में मदद की जैसा आज मैं हूं।' रोहित शर्मा ने कहा, 'क्रिकेट को प्यार करने वाले, फैंस का प्यार और सपोर्ट ही हमें टीम को आगे ले जाने में मदद करता है। आप लोगों की वजह से ही हम बड़ी से बड़ी मुश्किल पार करने में कामयाब हो जाते हैं।' बता दें कि तीनों ही फॉर्मेट में फिलहाल विराट कोहली के बाद रोहित शर्मा टीम इंडिया के बेस्ट बल्लेबाज हैं। रोहित शर्मा इंटरनेशनल क्रिकेट में 15 हजार से ज्यादा रन बना चुके हैं। इतना ही नहीं रोहित शर्मा दुनिया के अकेले ऐसे खिलाड़ी हैं जिन्होंने वनडे क्रिकेट में तीन दोहरे शतक जड़े हैं। रोहित शर्मा की बल्लेबाज में असल बदलाव ओपनर बनने के बाद आया और फिर उन्होंने कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा।

तरस के आधार पर नियुक्ति पत्र सौंपे

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब के मुख्यमंत्री श्री भगवंत मान द्वारा तरस के आधार पर रोज़गार से जुड़े मुद्दों के तत्काल समाधान संबंधी दिशा-निर्देशों का पालन करते हुए आज सामाजिक सुरक्षा एवं महिला व बाल विकास विभाग में दो युवाओं को तरस के आधार पर नियुक्ति पत्र दिए गए। सेवादार मंदीप विरदी को बाल विकास प्राजैक्ट अफ़सर कार्यालय फिल्लौर और सेवादार नरिंदर कुमार को ज़िला प्रोग्राम अफ़सर कार्यालय एसबीएस नगर में तैनात किया गया है। सामाजिक सुरक्षा एवं महिला व बाल विकास मंत्री डॉ. बलजीत कौर ने दोनों कर्मचारियों को नियुक्ति पत्र सौंपे। उन्होंने नवनियुक्त कर्मचारियों को बधाई देते हुए उन्हें समर्पण भावना एवं ईमानदारी से काम करने के लिए कहा।

सिविल सर्जन ने रक्त दान करने वालों को किया सम्मानित

• जालंधर ब्रीज.कपूरथला

विश्व रक्तदान दिवस पर जिला ट्रेनिग सैंटर में एक समारोह का आयोजन किया गया। समारोह के दौरान सिविल सर्जन कपूरथला डा.गुरिंदरबीर कौर ने रक्तदान करने वालों को सम्मानित भी किया गया और पहुँचे हुए लोगों को रक्तदान के लिए आम जनता को प्रेरित करने की शपथ दिलाई गई। समारोह को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि हर स्वस्थ व्यक्ति तीन महीने में एक बार भी रक्तदान कर इस अभियान में योगदान दे सकता है और दूसरों की जान बचाने में अहम भूमिका निभा सकता है। सिविल सर्जन ने सभी गणमान्य व्यक्तियों को ट्रॉफी देकर सम्मानित किया। डा. प्रेम कुमार बीटीओ ने सहयोग के लिए सभी संगठनों का धन्यवाद किया गया। इस अवसर पर डीएमसी डा. संदीप भोला, एसएमओ डा. संदीप धवन, डीडीएचओ कपिल डोगरा सहित रक्तदाताओं एवं सामाजिक संस्थाओं के गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

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.