सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-4 • 16 SEPTEMBER TO 22 SEPTEMBER 2022 • VOLUME-09 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

प्रेरणा

मेहनत करने से दरिद्रता नहीं रहती, धर्म करने से पाप नहीं रहता, मौन रहने से कलह नहीं होता...

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

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE

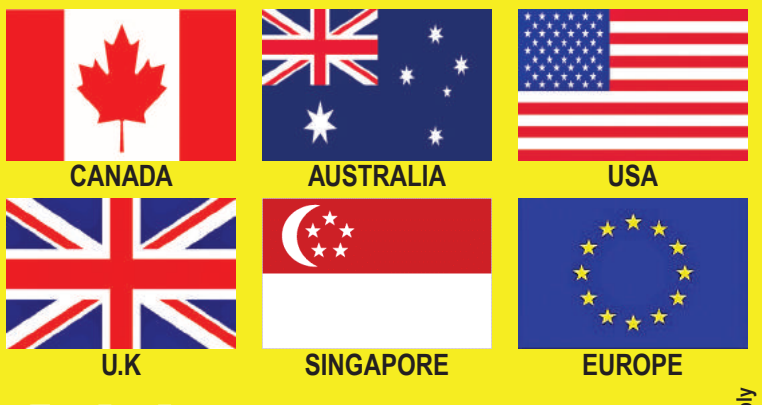
CONSULTING DESIGN TRAINING

ISO CERTIFIED 2015 COMPANY

✓ STUDY ✓ WORK ✓ SETTLE IN ABROAD

Low Filing Charges &
*Pay Money after the Visa

•IELTS •STUDY ABROAD



E-mail : hr@innovativetechin.com • Website : www.innovativetechin.com • FB/Innovativetechin • Contact : 9988115054 • 9317776663

REGIONAL OFFICE : S.C.O No. 10 Gopal Nagar, Near Batra Palace, Jal. HEAD OFFICE : S.C.O No. 21-22, Kuldip Lal Complex, Highway Plaza GT Road, Adjoining Lovely Professional University. Phagwara.

*T&C apply

एससीओ समिट : पीएम मोदी उज्बेकिस्तान पहुंचे, कई बड़े नेताओं से कर सकते हैं मुलाकात

मुंबई : प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एससीओ समिट में भाग लेने के लिए उज्बेकिस्तान पहुंच गए हैं। उज्बेकिस्तान के राष्ट्रपति के निमंत्रण पर पीएम मोदी एससीओ के राष्ट्राध्यक्षों की परिषद की बैठक में भाग लेने के लिए 15-16 सितंबर को समरकंद में होंगे। शंघाई शिखर सम्मेलन (एससीओ) में भाग लेने के लिए समरकंद रवाना होने से पहले प्रधानमंत्री मोदी ने बृहस्पतिवार को बयान भी जारी किया था जिसमें पीएम ने कहा कि वह समूह के अंदर मौजूदा मुद्दों, विस्तार और सहयोग को आगे बढ़ाने के बारे में विचारों के आदान-प्रदान को लेकर उत्सुक हैं।

प्रधानमंत्री मोदी शुक्रवार को रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन, चीनी राष्ट्रपति शी चिनफिंग और ईरानी नेता इब्राहिम रईसी सहित अन्य नेताओं के साथ एससीओ के वार्षिक शिखर सम्मेलन में शामिल होंगे. प्रधानमंत्री मोदी उज्बेकिस्तान के राष्ट्रपति शावकत मिर्जियोयेव के निमंत्रण पर वहां का दौरा कर रहे हैं। उज्बेकिस्तान एससीओ का मौजूदा अध्यक्ष है। एससीओ समिट में पीएम मोदी रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के साथ द्विपक्षीय बैठक करेंगे। इसके अलावा पीएम मोदी उज्बेकिस्तान के राष्ट्रपति के साथ द्विपक्षीय बैठक और ईरान के राष्ट्रपति इब्राहिम रईसी के साथ भी द्विपक्षीय बैठक करेंगे। पीएम मोदी की चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग के साथ किसी द्विपक्षीय बैठक या मुलाकात और पाकिस्तानी पीएम से मिलने पर अभी तक विदेश मंत्रालय ने कुछ नहीं कहा है। शुक्रवार 16 सितंबर को भारतीय समयनुसार सुबह 10 बजे के बाद एससीओ सदस्य देशों के प्रमुखों की बैठक होगी।

पीएम मोदी का समरकंद दौरा करीब 24 घंटे से भी कम वक्त का होगा. पीएम मोदी कल रात 10:15 बजे यानि अपने जन्मदिन की तारीख 17 सितंबर की शुरुआत से पहले दिल्ली लौट आएंगे।

क्या कहा पीएम मोदी ने?

पीएम मोदी ने रवाना होने से पहले एक बयान में कहा, "एससीओ शिखर सम्मेलन में, मैं मौजूदा, क्षेत्रीय और अंतरराष्ट्रीय मुद्दों, एससीओ के विस्तार एवं संगठन के भीतर बहुआयामी और परस्पर लाभकारी सहयोग को और गहरा करने के लिए विचारों के आदान-प्रदान को लेकर उत्सुक हूं।" उन्होंने कहा, "उज्बेक अध्यक्षता में व्यापार, अर्थव्यवस्था, संस्कृति और पर्यटन के क्षेत्रों में परस्पर सहयोग के लिए कई निर्णय लिए जाने की उम्मीद है।"

विधायकों की खरीद-फरोख्त मामले में कांग्रेस की चुप्पी पर 'आप' ने उठाए सवाल, कहा - 'कांग्रेस बीजेपी की बी-टीम'

• **जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़**

पंजाब में भाजपा नेताओं द्वारा 'आप' विधायकों को अप्रोच किए जाने के मामले में कांग्रेस पार्टी की चुप्पी पर आम आदमी पार्टी ने कांग्रेस पर सवाल उठाया है और कांग्रेस को भाजपा की 'बी-टीम' करार दिया। आप नेता और पंजाब के वित्त मंत्री हरपाल चीमा ने कहा कि कांग्रेस पार्टी गुप्त रूप से भगवा पार्टी के लिए काम कर रही है। इन सब का मकसद किसी भी तरह पंजाब की प्रगति और विकास को रोकना है।

गुरुवार को एक संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए

हरपाल चीमा ने कहा कि यह बेहद हास्यास्पद है कि कांग्रेस जो गोवा में ऑपरेशन लोटस का शिकार हो गई। बावजूद इसके भाजपा का विरोध करने के बजाय 'आप' से सबूत मांग रही है और हैरानी की बात है कि" कांग्रेस के किसी भी नेता ने भाजपा से सवाल पूछने की हिम्मत नहीं की,लेकिन हमसे खरीद-फरोख्त के सबूत मांग रहे हैं। उन्होंने कहा कि कांग्रेस अंदरखाते भाजपा का समर्थन कर रही है। पंजाब में कांग्रेस नेताओं की चुप्पी भाजपा के साथ उनके गठजोड़ को उजागर करती है। कांग्रेस अध्यक्ष सोनिया गांधी ईडी जांच का सामना कर रही हैं और उन्हें बचाने के लिए कांग्रेस भाजपा के खिलाफ कुछ भी बोलने से डर रही है। भाजपा के निर्देशानुसार अब कांग्रेस का एक ही मकसद है कि 'आप' को किसी तरह रोका जाए।

चीमा ने अकाली दल पर भी निशाना साधा और कहा कि शिरोमणि अकाली दल का लंबे समय से एनडीए के साथ गठबंधन था और अब वह फिर से भाजपा के साथ गठबंधन करना चाहता है। इसलिए अकाली नेता भाजपा के बयानों का समर्थन कर रहे हैं। यहां तक कि उन्होंने आप विधायकों को 25 करोड़ रुपये ऑफर करने और पंजाब में आप सरकार को गिराने की कोशिश करने की भाजपा की नापाक रणनीति पर भी आपत्ति नहीं जताई।

चीमा ने अकाली दल और कांग्रेस नेताओं को प्रदेश में भाजपा द्वारा आप विधायकों की खरीद-फरोख्त के सबूत मांगने के लिए कांग्रेस की आलोचना की और सवाल किया कि, "क्या कांग्रेस नेता आधिकारिक तौर पर भाजपा के प्रवक्ता बन गए हैं या वे भाजपा की तरह लोकतंत्र की हत्या करना चाहते हैं।"

मोदी सरकार को आड़े हाथ लेते हुए चीमा ने कहा कि भाजपा पंजाब में सीरियल किलर की तरह काम कर रही है और राष्ट्रीय विरोधी ताकतों के साथ मिलकर पंजाब में आप सरकार को गिराने का निरंतर प्रयास कर रही है,लेकिन उसके घटिया मंसूबे कभी कामयाब नही होंगे। हरपाल चीमा ने इन सारे मामलों की स्वतंत्र और निष्पक्ष जांच की मांग करते हुए कहा कि खरीद-फरोख्त मामले की जांच सुप्रीम कोर्ट के सिटिंग जज की निगरानी में हो।

पंजाबी सिंगर दलेर मेहंदी को मिली ज़मानत

जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

मानव तस्करी मामले में जेल में बंद बॉलीवुड के जाने-माने और मशहूर पंजाबी सिंगर दलेर

मेहंदी को पंजाब एवं हरियाणा हाईकोर्ट ने राहत दी है। पटियाला हाईकोर्ट द्वारा सुनाई गई सज़ा पर रोक लगाते हुए पंजाब और हारियाणा हाईकोर्ट ने दलेर मेहंदी ज़मानत याचिका मंजूरा कर ली है और उन्हें ज़मानत दे दी है। 14 जुलाई को दलेर मेंहदी को पटियाला पुलिस ने अरेस्ट किया था। पिछले तीन महीने से सलाखों के पीछे कैद दलेर मेहंदी आखिरकार अब बाहर आ सकेंगे।

टेनिस खिलाड़ी रोजर फेडरर ने सन्यास का किया ऐलान

मुंबई. दुनिया के महान टेनिस खिलाड़ी रोजर फेडरर ने संन्यास का ऐलान कर दिया है। ऐसे में रोजर फेडरर को उनके फैंस टेनिस के कोर्ट पर नहीं देख पाएंगे। सेरेना विलियम्स के बाद टेनिस फैंस के लिए इसे बड़ा झटका माना जा रहा है। रोजर फेडरर को दुनिया के महान टेनिस खिलाड़ियों में शुमार किया जाता है। इसके साथ ही उन्होंने कहा कि अगले सप्ताह होने वाले लेवर कप उनके करियर का आखिरी एटीपी टूर्नामेंट होगा।

लेवर कप के बाद वह किसी भी ग्रैंड स्लैम या टूर इवेंट में हिस्सा नहीं लेंगे। सबसे ज्यादा ग्रैंड स्लैम का खिताब जीतने के मामले में रोजर फेडरर तीसरे नंबर पर हैं। उन्होंने अपने करियर में 20 ग्रैंड स्लैम का खिताब जीता है।

कंप्यूटर अध्यापकों को मिलेगा दीवाली का तोहफा

जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

स्कूल शिक्षा मंत्री हरजोत सिंह बैंस ने गुरूवार को यहां कहा कि पिकटस सोसायटी के अधीन काम करते रेगुलर कंप्यूटर अध्यापकों की

जायज माँगों को जल्द पूरा करते हुए दीवाली का तोहफ़ा दिया जायेगा। उन्होंने बताया कि पंजाब में मौजूदा समय 6640 कंप्यूटर अध्यापक सेवा निभा रहे हैं जिनकी सेवाओं को राज्य सरकार की तरफ से 2011 में रेगुलर कर दिया गया था। कंप्यूटर अध्यापकों की कुछ जायज माँगें उनके ध्यान में आई थीं जिस सम्बन्धी उन्होंने एक अर्ध सरकारी पत्र वित्त मंत्री को लिखा है जिसमें लम्बित माँगों को जल्द पूरा करने की सिफ़ारिश की गई है।

गैंगस्टर सुपारी लेकर, भ्रष्ट अधिकारी बिन मांगे देते हैं मौत

ट्रांसपोर्ट मंत्री के आदेशों की परवाह नहीं करते अधिकारी

• **जालंधर ब्रीज.** विशेष रिपोर्टर

पंजाब में हाईवे के ऊपर वाहन चालकों की ज़िन्दगी कितनी सुरक्षित है इस बात का अंदाज़ा इस बात से लगाया जा सकता है। बीते कुछ दिन पहले फगवाड़ा रोपड़ हाईवे पर हुए हादसे के बाद वायरल हुई वीडियो में देखा जा सकता है और इस प्रकार के हादसों को रोकने के लिए पंजाब की जनता ने आम आदमी पार्टी को विधान सभा चुनावों में 92 सीटें दिलवाकर उनकी सरकार बनवाई थी। परन्तु पिछले 6 महीने में सरकार में कार्य कर रहे ट्रांसपोर्ट विभाग के मंत्री लोगों को सड़क सुरक्षा मुहैया करवाने में विफल साबित हुए हैं।

ट्रांसपोर्ट व ट्रैफिक पुलिस विभाग

वहीं राज्य और राष्ट्रीय मार्ग पर ओवरलोडेड वाहनों का धड़ले से चलना और उन पर किसी भी तरह की कार्रवाई का न होना दाल में कुछ काला जैसा लगता है।

बता दें कि पिछले दिनी हुए हादसे में एक ही परिवार के पति-पत्नी समेत पुत्र की तेज रफ़्तार ओवरलोडेड वाहन के नीचे आने से मौत हो गई। उक्त दंपति अपनी बेटी को हॉस्टल छोड़ कर आ रहे थे।

पंजाब के हर जिले में ट्रांसपोर्ट एरिया भी अलग से बना हुआ है बावजूद इसके शहरों के अंदर नो एंट्री जोन में भी कई ओवरलोडेड वाहनों का आना-जाना आम बात है।

इन भारी-भरकम ओवरलोड वाहनों से राहगीरों, दोपहिया वाहनों और स्कूली बच्चों के साथ दुर्घटना जैसे अनहोनी का खतरा हमेशा बना रहता है।

रोड पर मौत बनकर बेपरवाह दौड़ते हैं ओवर लोडेड वाहन...ट्रांसपोर्ट व ट्रैफिक विभाग बेखबर...

जिक्रयोग्य है कि ट्रांसपोर्ट मंत्री द्वारा रोड सेफ्टी मीटिंग कुछ महीनों बाद आयोजित की जाती है जिसमें हाईवे अधिकारियों के साथ-साथ ट्रैफिक पुलिस विभाग के उच्च अधिकारी भी शामिल होते हैं। जिन्हें वह लोगों को सड़क सुरक्षा प्रदान करने के संबंधी निर्देश भी पारित करते है। वहीं हर बार की तरह मीटिंग की तस्वीर अगले दिन तमाम अख़बारों और अलग-अलग न्यूज़ चैनेलों में देखने को मिलती है।

लेकिन संबंधित विभाग व अधिकारी सड़क के बीच बने ब्लैक स्पॉट्स को दुरुस्त करने और ओवरलोडेड वाहनों को रोकने में नाकाम साबित हुए हैं। यहां जनता को रोड सेफ्टी मिले न मिले लेकिन इनके द्वारा रोड सेफ्टी मंथ हर साल मनाया जाता है।

गौरतलब है कि पंजाब में पिछले 6 महीनों से गैंगस्टर्स ने पंजाब पुलिस को उलझाया हुआ है। यहां आए दिन किसी न किसी कलाकारों, व्यापारियों को विदेश बैठे गैगस्टरों द्वारा गोली मारने की धमकियां दी जा रही है ऐसे में लोगों को जान का खतरा महसूस हो रहा है।

लेकिन पंजाब में ओवरलोडेड वाहन ट्रैफिक व्यवस्था के लिए जगह-जगह मौजूद ट्रैफिक अधिकारियों की मौजूदगी में न जाने कितने लोगों को बिन मांगी मौत दे रहे हैं। उन पर ट्रांसपोर्ट और पुलिस विभाग कार्रवाई करने की बजाय अपनी आंखे ही बंद कर लेता है।

अब आने वाले समय में देखना होगा की ट्रांसपोर्ट मंत्री ओवरलोडेड वाहनों के कारण हो रही मौतों को रोक पाएंगे या रोड सेफ्टी मीटिंग में सिर्फ फोटो खिचवाने और हादसा होने के बाद अफ़सोस ही करते देखे जाएंगे।

सीसीटीवी फुटेज में कैद सड़क पर वाहन के ऊपर गिरा ओवरलोडेड ट्रक...

घूमने के लिए हिमाचल का कसौली है बेहद शानदार जगह

कसौली उत्तर भारतीय राज्य हिमाचल प्रदेश का एक छोटा सा पहाड़ी शहर है। जहां आप बर्थडे सेलिब्रेशन और वीकेंड पर घूमने के लिए जा सकते हैं।

TRAVLING

यह छोटा सा हिल स्टेशन समय के ताने में रहता है जो कि 1 9वीं शताब्दी से है। कसौली (1 9 51 मीटर) की संकीर्ण सड़कें ढलान पर और नीचे झुकती हैं और कुछ भव्य भाग प्रदान करती हैं। सीधे नीचे पंजाब और हरियाणा के विशाल मैदानों का फैलाव फैलता है, जैसे अंधेरा गिरता है, चमकदार रोशनी का भव्य कालीन खोलना। कसौली में आने वाले स्थान हैं, बंदर बिंदु, बाबा बालक नाथ मंदिर, शिर्डी साईं बाबा मंदिर, चीर्स्ट और बैपटिस्ट चर्च और लॉरेंस स्कूल।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

कसौली उत्तर भारतीय राज्य हिमाचल प्रदेश का एक छोटा सा पहाड़ी शहर है। कसौली, हिमाचल प्रदेश के सोलन जिले में है, जो हर पहाड़ी प्रेमी का पसंदीदा स्पॉट है। पहाड़ी इलाके, हिमालय के खूबसूरत नजारे, माल रोड और भारतीय शैली की वास्तुकला का मिश्रण कसौली को पोस्टकार्ड जैसा लुक देते हैं। कसौली में घूमने के लिए मंकी पॉइंट, बैपटिस्ट चर्च और गुरुद्वारा श्री बालक नाथ मंदिर जैसी जगह को एक्सप्लोर कर सकते हैं।

इस जगह पर आप अपने दोस्तों के साथ चिल करने के लिए वीकेंड पर जा सकते हैं। इसके अलावा आप बर्थडे सेलिब्रेशन के लिए भी परिवार के साथ घूमने के लिए जा सकते हैं। यहां जानिए इस जगह पर पहुंचने के लिए बेस्ट तरीका-

फ्लाइट से कसौली कैसे पहुंचे

कसौली के सबसे पास हवाई अड्डा चंडीगढ़ है जोकि प्रमुख हवाई अड्डों से जुड़ा है जिसमें दिल्ली, मुंबई, अमृतसर, चेन्नई, श्रीनगर, कोलकाता जैसे सभी भारतीय शहर हैं। चंडीगढ़ के लिए रोजाना डोमेस्टिक फ्लाइट होती हैं। वहीं कसौली से ये लगभग 70 किमी दूर है। हवाई अड्डे से कसौली पहुंचने के लिए टैक्सी आसानी से मिल जाती हैं।

बाय रोड कसौली कैसे पहुंचे

दिल्ली, चंडीगढ़, सोलन, शिमला और अंबाला जैसी जगहों से कसौली अच्छी तरह जुड़ा हुआ है। इसके अलावा दिल्ली और चंडीगढ़ से कसौली के लिए लगातार बस चलती हैं। कई सुपर फास्ट और सुपर डीलक्स बसें हैं जो कसौली में रुकती हैं। ये बसें आम तौर पर चंडीगढ़ जो की कसौली से 50 किमी है, दिल्ली, 295 किमी, चैल 64 किमी और शिमला 84 किमी से चलती हैं।

ट्रेन से कसौली कैसे पहुंचे

कसौली का अपना कोई रेलवे स्टेशन नहीं है। हालांकि, सबसे पास कालका रेलवे स्टेशन है, जो कसौली से लगभग 40 किमी दूर है। कसौली पहुंचने के लिए कालका स्टेशन के बाहर से स्थानीय टैक्सी ली जा सकती हैं यहां लोकल ट्रांसपोर्ट की भरमार है यहां आसानी मिल जाता है।

SOCIAL+

ऐसे फेक फ्रेंड्स को दूर से ही कर दें 'नमस्ते'

आज की दुनिया में जिसके पास भी सच्चे दोस्त हैं, वे लोग बहुत ही लकी हैं। वहीं, इससे अलग कई दोस्त ऐसे होते हैं, जो सामने से बहुत अच्छे और सच्चे बनकर दिखाते हैं, लेकिन उनकी असलियत अलग होती है।

आज के समय में जिस तरह अच्छा सच्चा प्यार मिलना बहुत मुश्किल है, उससे भी कहीं ज्यादा मुश्किल है सच्चे दोस्त मिलना। सच्चे दोस्त न सिर्फ हमारी मेंटल हेल्थ के लिए बहुत अच्छे हैं बल्कि इसने लाइफ की उलझनें कुछ कम लगती हैं। आज की दुनिया में जिसके पास भी सच्चे दोस्त हैं, वे लोग बहुत ही लकी हैं। वहीं, इससे अलग कई दोस्त ऐसे होते हैं, जो सामने से बहुत अच्छे और सच्चे बनकर दिखाते हैं लेकिन असल में उन्हें सिर्फ फायदे से मतलब होता है। ऐसे में आपको वक्त रहते इन दोस्तों को पहचान लेना चाहिए।

हमेशा काम के वक्त याद करना

दोस्त एक-दूसरे की मदद करते हैं लेकिन इसका मतलब यह नहीं होता कि हमेशा काम के लिए ही दोस्तों को याद किया जाए और काम होते ही दोस्तों से बात भी नहीं की जाए।

हमेशा पैसे मांगने वाले दोस्त

कभी- कभी पैसों की जरूरत तो पड़ती ही है लेकिन अगर आपका दोस्त हमेशा आपको पैसों के लिए याद करता है, तो इसका मतलब यह है कि आप अपने दोस्त के लिए सिर्फ एटीएम कार्ड की तरह हैं।

पीठ पीछे बुराई करने वाला

सामने तो हर इंसान आपकी तारीफ ही करेगा लेकिन देखने वाली बात यह होती है कि आपका दोस्त आपकी पीठ पीछे आपके बारे में क्या कहता है। आपका मजाक उड़ाने वाले दोस्त कभी भी आपकी भलाई नहीं चाह सकते हैं।

आपकी अचीवमेंट से चिढ़ना

आपकी अचीवमेंट से चिढ़ने वाले दोस्त कभी भी आपके शुभचिंतक नहीं हो सकते हैं। दोस्त हमेशा आपको आगे बढ़ने के लिए मोटिवेट करते हैं लेकिन अगर आपकी कामयाबी को देखकर दोस्त चिढ़ते हैं, तो आपको समझ जाना चाहिए कि ऐसे लोग आपके दोस्त नहीं है।

फ्रेश और मीठा पाइनएप्पल खरीदने के लिए अपनाएं ये टिप्स

वजनदार अनानास ही खरीदें-

अनानास को खरीदने की सबसे पहली पहचान यह है कि आप उसे हाथों में उठाकर देखें। अगर अनानास वजन में भारी लग रहा है तो समझ जाएं कि यह पका होने के साथ अंदर से स्वाद में मीठा भी निकलने वाला है। वहीं अगर अनानास वजन में तो वो स्वाद में मीठा नहीं होगा और से भी कच्चा निकलेगा।

खुशबू से पहचानें-

अनानास खरीदते समय उसे हाथ में उठाकर उसकी खुशबू चेक करें। अगर अनानास से अच्छी महक आ रही है तो समझ जाएं कि अनानास पका हुआ है और स्वाद में भी मीठा निकलेगा। बिना खुशबू वाले अनानास को खरीदने से बचें।

अनानास के पत्तों को तोड़कर पहचानें-

अनानास ताजा और मीठा है कि नहीं यह पता करने के लिए उसके ऊपर लगे हुए पत्तों को तोड़कर चेक करें। पके हुए अनानास के पत्ते आसानी से टूट जाते हैं जबकि कच्चे अनानास के पत्ते आसानी से नहीं टूटते।

कहीं आपके घुटनों और एड़ियों में दर्द की वजह यूरिक एसिड तो नहीं? ये हैं लक्षण, कारण और इलाज

आज यूरिक एसिड युवा हो या बुजुर्ग दोनों के लिए बहुत गंभीर समस्या बन चुका है, जिसकी वजह से गठिया, जोड़ों में दर्द और आर्थराइटिस जैसे समस्याओं से लोग पीड़ित हैं। ऐसे में यह जानना जरूरी हो जाता है क्या है इसके वजहें...

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ

आज बदलती जीवनशैली और खानपान की खराब आदतें कई गंभीर रोगों को जन्म दे रही हैं। ऐसे ही एक रोग का नाम है यूरिक एसिड। जी हां, आज यूरिक एसिड युवा हो या बुजुर्ग दोनों के लिए बहुत गंभीर समस्या बन चुका है, जिसकी वजह से गठिया, जोड़ों में दर्द और आर्थराइटिस जैसे समस्याओं से लोग पीड़ित हैं। ऐसे में यह जानना जरूरी हो जाता है आखिर क्या है यूरिक एसिड, इसके लक्षण और बचाव के तरीके।

यूरिक एसिड क्या होता है?

यूरिक एसिड शरीर में पैदा होने वाला कचरा है। यह खाद्य पदार्थों के पाचन से उत्पन्न होता है और इसमें प्यूरिन होता है। जब शरीर में प्यूरिन टूटता है तो उससे यूरिक एसिड निकलता है। हमारे शरीर में किडनी यूरिक एसिड को फिल्टर करती है और फिर पेशाब के जरिए उसे शरीर से बाहर निकाल देती है। जब कोई व्यक्ति अपने भोजन में अधिक मात्रा में प्यूरिक का सेवन करता है और उसका शरीर यूरिक एसिड को उतनी तेजी से शरीर से बाहर नहीं धकेल पाता है तो शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा बढ़ने लगती है। ऐसा होने पर उस व्यक्ति के खून में यूरिक एसिड प्रवाह होने लगता है, जो शरीर के कई अंगों तक फैल जाता है।

यूरिक एसिड का ज्यादातर हिस्सा किडनियों के जरिए फिल्टर हो जाता है जो टॉयलेट के जरिए शरीर से बाहर आ जाता है, लेकिन अगर यूरिक एसिड शरीर में ज्यादा बन रहा है या किडनी फिल्टर नहीं कर पाती तो खून में यूरिक एसिड का लेवल बढ़ जाता है। बाद में यह हड्डियों के बीच में जमा हो जाता है और इससे गाउट की समस्या पैदा हो जाती है। यूरिक एसिड के बढ़ने से शरीर की मांसपेशियों में सूजन आ जाती है जिससे दर्द महसूस होता है और ये दर्द शरीर के किसी भी हिस्से में हो सकता है।

यूरिक एसिड बढ़ने के मुख्य कारण-

- √ खान-पान और लाइफस्टाइल में बदलाव यूरिक एसिड बढ़ने का सबसे बड़ा कारण है।
- √ ज्यादा वजन होने या मोटापे के कारण भी यूरिक एसिड की समस्या हो सकती है।
- √ तनाव के कराण भी शरीर में यूरिक एसिड इकट्ठा हो सकता है।
- √ रेड मीट, सी फूड, दाल, राजमा, मशरूम, गोभी, टमाटर, मटर, पनीर, भिंडी, अरबी और चावल खाने से भी यूरिक एसिड बढ़ता है।
- √ यदि किसी को किडनी की बीमारी है तो यूरिक एसिड बढ़ सकता है।
- √ डायबिटीज के मरीजों में भी यूरिक एसिड बढ़ने की समस्या होती है।
- √ हाइपोथायरायडिज्म यानी थायरायड कम होने की वजह से भी यूरिक एसिड की समस्या हो सकती है।

पान का पत्ता खाना भी लाभदायक

यूरिक एसिड बढ़ने के लक्षण-

- √ एड़ियों, उंगलियों और घुटनों में दर्द इसके लक्षण हो सकते हैं।
- √ यूरिक एसिड के क्रिस्टल जोड़ों में जमा हो जाते हैं, जिससे जोड़ों में सूजन महसूस होती है। इसे गाउट कहा जाता है।
- √ यूरिक एसिड में पेशाब से जुड़ी समस्याएं हो सकती हैं, किडनी में पथरी भी हो सकती है।
- √ यूरिक एसिड बढ़ जाने पर जोड़ों में असहनीय दर्द होता है और उठने-बैठने में परेशानी होती है।
- √ इसमें व्यक्ति ज्यादा जल्दी थकान भी महसूस करने लगता है।
- √ हाथ-पैर की उंगलियों में सूजन आ जाती है और भयंकर दर्द होता है।

यूरिक एसिड का इलाज -

- √ यूरिक एसिड का स्तर बढ़ने पर इसको नियंत्रित करने के लिए आपको अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- √ रोजाना सुबद 2 से 3 अखरोट खाएं। ऐसा करने से बढ़ा हुआ यूरिक एसिड धीरे-धीरे कम होने लगेगा।
- √ हाई फायबर फूड जैसे ओटमील, दलिया, बींस, ब्राउन राईस (ब्राउन चावल) खाने से यूरिक एसिड की ज्यादातर मात्रा एब्जॉर्ब हो जाएगी और उसका लेवल कम हो जाएगा।
- √ अजवाईन का सेवन रोजाना करें। इससे भी यूरिक एसिड की मात्रा कम होगी।
- √ बाहर का खाना खाने के शौकीन हैं तो तुरंत बंद कर दें और खान में फल, सब्जियां और फायबूर फूड शामिल करें।
- √ राजमा, छोले, अरबी, चावल, मैदा रेड मीट जैसी चीजें ना खाएं।

पनीर मखनी बिरयानी खाने वाला हर कोई पूछेगा रेसिपी का राज

FOOD+

इस डिश का नाम है पनीर मखनी बिरयानी। यह एक लाजवाब राइस रेसिपी है जिसे आप कभी भी अपने डिनर पार्टी के मेन्यू में शामिल कर सकते हैं। तो आइए देर किस बात की जानते हैं कैसे बनाई जाती है पनीर मखनी बिरयानी।

बिरयानी का नाम सुनते ही सबसे पहला ख्याल दिमाग में चिकन बिरयानी का आता है। लेकिन आप अगर वेजिटेरियन हैं और अपने वीकेंड को खास बनाने के लिए कुछ अच्छा सा रसोई में ट्राई करना चाहते हैं तो झटपट बनाएं पनीर मखनी बिरयानी। ये बिरयानी खाने में तो स्वादिष्ट है ही बनने में भी बेहद आसान होती है। तो आइए देर किस बात की जान लेते हैं कैसे बनाई जाती है यह टेस्टी पनीर मखनी बिरयानी।

पनीर मखनी बिरयानी बनाने के लिए सामग्री-

- √ 250 ग्राम पनीर के पीस (चकोर कटे हुए)
- √ 3 टेबल स्पून घी
- √ 2 टेबल स्पून साबुत मसालें
- √ 1 बड़ी प्याज, बारीक कटा हुआ
- √ 3 चम्मच मक्खन
- √ 2 कप टमाटर प्यूरी
- √ 2-3 हरी मिर्च
- √ 3-4 लहसुन
- √ 1 चम्मच अदरक , छिला हुआ
- √ 1 चम्मच हल्दी पाउडर
- √ 1 चम्मच जीरा-धनिया पाउडर
- √ 1 चम्मच तंदूरी मसाला
- √ 1/2 चम्मच इलायची पाउडर
- √ 1 चम्मच चीनी
- √ 1/4 कप काजू का पेस्ट
- √ 1/2 कप क्रीम
- √ नमक
- √ 6 कप बासमती चावल , उबला हुआ
- √ 1 कप प्याज, रोस्टेड
- √ 1/2 कप बादाम
- √ 1/2 कप मिंट और धनिया पत्ती

पनीर मखनी बिरयानी बनाने की विधि-

पनीर मखनी बिरयानी बनाने के लिए सबसे पहले घी में पनीर के पीस डालकर इसके ऊपर हल्के मसालें छिड़ककर साइड में रख दें। फिर उसी पैन में साबूत मसालें जैसे दालचीनी, लौंग, काली इलायची, हरी इलायची, काली मिर्च और जावित्री डालें।

इसके बाद इसमें प्याज, हरी मिर्च, अदरक और लहसुन को डालकर दो मिनट के लिए फ्राई करें। साथ ही इसमें टमाटर की प्यूरी डालकर हल्की आंच पर दस मिनट के लिए पकाएं। पक जाने के बाद इसमें काजू का पेस्ट और क्रीम डालें।

इसके अलावा पनीर मिक्स करें। हल्की आंच पर छह से आठ मिनट के लिए रखकर छोड़ दें।आखिर में एक तेल लगी प्लेट में पनीर और चावल को एक साथ रखें। फिर इसके ऊपर भुनी हुई प्याज, नट्स, मिंट और धनिया पत्ती डालकर 25 मिनट के लिए हल्की आंच पर फॉइल पेपर से ढक कर रख दें। गर्मा-गर्म सर्व करें।

भारतीय मत्स्यपालन

समृद्धि की ओर अग्रसर – डॉ. एल. मुरुगन

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

न सिर्फ सभ्यता के विकास के चक्र में, बल्कि सभी प्रमुख प्राचीन सभ्यताओं की कहानियों में भी 'मछली' का एक महत्वपूर्ण स्थान रहा है। हमारे पुराणों में भगवान विष्णु के पहले अवतार 'मत्स्यावतार' का उल्लेख है। प्राचीन तमिलनाडु के खूबसूरत संगम साहित्य में मछुआरों के जीवन और घुमावदार नावों (अकानानुरु) का विशद वर्णन है। सिंधु घाटी की खुदाई में मिले प्रमाण हमें प्राचीन भारत में व्यापक स्तर पर मत्स्यपालन के प्रसार की सराहना करने के लिए प्रेरित करते हैं। विस्तृत तटीयरेखाओं और विशाल नदियों वाला भारत मत्स्य संसाधनों के मामले में बेहद समृद्ध है। हमारी संस्कृति में शुरू से ही मछली और मछुआरों का एक केन्द्रीय स्थान रहा है।

आजादी के बाद भारत में मत्स्यपालन क्षेत्र का विकास विभिन्न राज्यों की पहल, प्राथमिकताओं और संसाधनों के अनुरूप अलग-अलग गति व दिशाओं में हुआ। केन्द्र सरकार की कम भागीदारी या उसके द्वारा अपर्याप्त निवेश (विभिन्न रिपोर्टों से यह संकेत मिलता है कि आजादी के बाद से लेकर 2014 तक केन्द्र सरकार की ओर से मत्स्यपालन क्षेत्र के लिए महज 3682 करोड़ रुपये की राशि आवंटित की गई थी) के कारण भारतीय मत्स्यपालन बेहद उपेक्षित रहा। बीमा, सुरक्षा किट, ऋण सुविधा, मछली पकड़ने के बाद की प्रक्रिया और विपणन के मामले में बेहद कम सहायता उपलब्ध होने के बावजूद, भारत के साहसी मछुआरे जर्जर नौकाओं पर सवार होकर समुद्र में अपना उद्यम जारी रखते रहे। आजादी के 67 साल बाद भी, करोड़ों भारतीयों के भोजन, पोषण और आजीविका का एक महत्वपूर्ण स्रोत माना जाने वाला यह क्षेत्र खुले समुद्र में बिना पतवार वाली एक नाव की तरह हो गया। यह क्षेत्र अनगिनत समस्याओं और अनंत बाधाओं से जूझ रहा था। 2014 में, भारत की जनता ने तत्कालीन सरकार के भ्रष्टाचार, नीतिगत निष्क्रियताओं से तंग आकर एक निर्णय लिया और मत्स्यपालन से जुड़े लोगों के दर्द एवं राष्ट्र की नब्ज को समझ सकने वाले नेता श्री नरेन्द्र मोदी के गतिशील नेतृत्व में केन्द्र में एक निर्णायक सरकार चुनी।

मोदीजी ने जो सबसे पहला और महत्वपूर्ण काम किया, वह यह था कि उन्होंने केन्द्र सरकार का ध्यान फिर से मत्स्यपालन क्षेत्र पर केन्द्रित किया। पिछले आठ वर्षों के दौरान कई अन्य पहलों के अलावा, नीली क्रांति योजना, मत्स्यपालन एवं जलीय कृषि अवसंरचना विकास कोष और प्रधानमंत्री मत्स्य संपदा योजना (पीएमएमएसवाई) के रूप में मत्स्यपालन के क्षेत्र में 32,000 करोड़ रुपये से अधिक का निवेश किया गया है।

इन कदमों ने 'सुधार, प्रदर्शन एवं बदलाव' के मंत्र का पालन करते हुए बाधाओं को दूर किया और मत्स्यपालन के क्षेत्र की बेड़ियों को खोल दिया। इससे भारत के मछली उत्पादन में अभूतपूर्व वृद्धि सुनिश्चित हुई। मछली का उत्पादन वित्तीय वर्ष 2014-15 में 102 लाख टन से बढ़कर वित्तीय वर्ष 2021-22 में 161 लाख टन हो गया। मोदी सरकार के पहले पांच वर्षों में मत्स्यपालन क्षेत्र औसतन 10 प्रतिशत की वार्षिक वृद्धि दर से बढ़ा, जबकि यह वृद्धि दर वित्तीय वर्ष 2009-10 से लेकर 2013-14 तक 5.27 प्रतिशत थी।अपने चुनावी वादे को पूरा करते हुए, प्रधानमंत्री श्री मोदी ने मत्स्यपालन क्षेत्र के अधिक केन्द्रित और समग्र विकास के लिए मत्स्यपालन, पशुपालन और डेयरी के लिए एक अलग मंत्रालय बनाया। वर्ष 2020 में, प्रधानमंत्री ने 'आत्मनिर्भर भारत' के एक भाग के रूप में, प्रधानमंत्री मत्स्य संपदा योजना (पीएमएमएसवाई) के माध्यम से भारतीय मत्स्यपालन के लिए अब तक के सबसे अधिक 20050 करोड़ रुपये के निवेश की घोषणा की। पीएमएमएसवाई भारतीय मत्स्यपालन को नई ऊंचाइयों पर ले जाने वाली मुख्य प्रेरक शक्ति साबित हो रही है। वर्ष 2024-25 तक इस योजना में मत्स्य उत्पादों के उत्पादन, उत्पादकता और निर्यात में तेजी से वृद्धि करने की परिकल्पना की गई है। इसमें मछली पकड़ने के बाद की प्रक्रिया में होने वाले नुकसान को काफी कम करने और

देश में मछली की खपत बढ़ाने की भी परिकल्पना की गई है।

विभिन्न सुधारों और पहलों की वजह से भारतीय मत्स्यपालन के क्षेत्र में मुख्य बुनियादी ढांचे का विकास और आधुनिकीकरण हुआ है। विशेषकर, मछली पकड़ने के नए बंदरगाहों/लैंडिंग केंद्रों की स्थापना, मछुआरों के मछली पकड़ने के पारंपरिक शिल्प का आधुनिकीकरण व मोटरीकरण, गहरे समुद्र में जाने वाले जहाज, मछली पकड़ने के बाद की सुविधाओं की व्यवस्था, कोल्ड चेन, साफ एवं स्वच्छ मछली बाजार, बर्फ के बक्से वाले दो पहिया वाहन और कई अन्य बातों को बढ़ावा मिला है। मछुआरों को बीमा कवर, वित्तीय सहायता और किसान क्रेडिट कार्ड की सुविधा भी प्रदान की गई है।

ईज ऑफ डूइंग बिजनेस को पूरी तत्परता से लागू किया जा रहा है। डिजिटल इंडिया ने आयात के लिए स्वच्छता परमिट (एसआईपी) प्राप्त करने में लगने वाले समय को 45 दिनों से घटाकर केवल 48 घंटे कर दिया है। स्वीकृत स्रोतों से एसपीएफ श्रिम्प ब्रूडस्टॉक के आयात के लिए एसआईपी की आवश्यकता को समाप्त कर दिया गया है, जिससे झींगा पालन से जुड़े सैकड़ों हैचरी को मदद मिली है। सरकार ने झींगा जलीय कृषि के लिए आवश्यक कई सामग्रियों पर लगने वाले आयात शुल्क को भी घटा दिया है, जिससे उनके निर्यात को बढ़ावा देने में मदद मिली है।

मछुआरे हमारे गौरव हैं। मोदी सरकार 'सेवा, सुशासन और गरीब कल्याण' के आदर्श वाक्य के साथ मछुआरों व महिलाओं के कल्याण एवं सशक्तिकरण के लिए लगातार काम कर रही है। मत्स्यपालन के क्षेत्र का विविधीकरण किया जा रहा है। अब, तमिलनाडु की महिलाएं समुद्री शैवाल की खेती कर रही हैं, जबकि लक्षद्वीप की महिलाएं कृत्रिम मत्स्यपालन को विकसित कर रही हैं। हमारे असमिया मछुआरे ब्रह्मपुत्र में रिवर रैंचिंग को विकसित कर सकते हैं। उधर, आंध्र प्रदेश के उद्यमी जलीय कृषि में ठोस परिणाम देते हुए प्रति बूंद पर अधिक उत्पादन हासिल करते हैं। कश्मीर घाटी की युवा महिला उद्यमी ठंडे पानी की ट्राउट इकाइयां स्थापित कर रही हैं। हरियाणा की लवणयुक्त भूमि का उपयोग मत्स्यपालन के लिए किया जा रहा है। इस प्रकार, बंजर भूमि को धन देने वाली भूमि में परिवर्तित किया जा रहा है।

नए स्टार्ट-अप मत्स्यपालन के क्षेत्र में प्रतिभा, प्रौद्योगिकी, वित्त और उद्यमशीलता की भावना को आकर्षित कर रहे हैं और इस प्रकार एक मूक सामाजिक क्रांति भी ला रहे हैं। वर्तमान में भारतीय मत्स्यपालन का एक गौरवशाली उप-अध्याय जलीय कृषि के रूप में लिखा जा रहा है, जो भारत को वैश्विक स्तर पर झींगा के उत्पादन एवं निर्यात में अग्रणी बना रहा है। भारत जलीय कृषि का दूसरा सबसे बड़ा उत्पादक, मछली का तीसरा सबसे बड़ा उत्पादक और मछली एवं मछली से तैयार उत्पादों का चौथा सबसे बड़ा निर्यातक बनकर ब्रांड इंडिया को 'स्थानीय स्तर से वैश्विक स्तर' तक ले जा रहा है।बाधाओं को दूर करके, प्रौद्योगिकी का समावेश करके, कल्याण की प्रक्रिया को फिर से वास्तविक लाभार्थियों की ओर मोड़कर, उद्यमशीलता की भावना को प्रोत्साहित कर और महिलाओं को सशक्त बनाकर भारतीय मत्स्यपालन क्षेत्र उन बेड़ियों से मुक्त हो गया है जो इसे आजादी के बाद से छह दशकों से अधिक समय तक जकड़े हुए थी। 'सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास' के साथ मोदी सरकार के आठ साल ने भारतीय मत्स्यपालन की एक मजबूत नींव रखी है। आज, जब हम पीएमएमएसवाई की दूसरी वर्षगांठ मना रहे हैं, भारतीय मत्स्यपालन क्षेत्र ने भविष्य के सुनहरे दिनों की ओर अपने कदम बढ़ा दिए हैं। यहां से, इस क्षेत्र को हमारे मछुआरे भाइयों और बहनों के लिए अधिक आय और खुशी पैदा करते हुए बस आगे ही बढ़ते जाना है।

कोच ने अच्छी तरह समझा दिया कि लंबी दूरी तक दौड़ना है, तो झटके मारकर नहीं, लय में दौड़ो...

ज़ज्बा ऐसा कि नंगे पैर दौड़कर स्वर्ण पदक

वह जवान पहाड़ी वाले उस गांव में रहता था, जहां पहुंचना आसान नहीं था। मिट्टी के घरों वाले उस गांव को सड़क ने भी नहीं छुआ था। लोग पैदल चलते, दौड़ते हुए ही कहीं जाते-आते थे। उस जवान को भी आदत पड़ी हुई थी।

• **जालंधर ब्रीज.** स्टोरी

वह जवान पहाड़ी वाले उस गांव में रहता था, जहां पहुंचना आसान नहीं था। मिट्टी के घरों वाले उस गांव को सड़क ने भी नहीं छुआ था। लोग पैदल चलते, दौड़ते हुए ही कहीं जाते-आते थे। उस जवान को भी आदत पड़ी हुई थी। एक खास हॉकी वहां के लड़के खेलते थे, जिसमें विरोधी टीमों के गांवों में गोलपोस्ट होते थे, गोल करने के लिए गेंद को कुछ मील दूर तक ले जाना पड़ता था। खैर, उस जवान को काफी दिन बेरोजगार भी रहना पड़ा। अंतत: देश के राजा के गार्ड के रूप में बहाली हुई, तो जिंदगी थोड़ी सुधरी।

लेकिन तब भी घर से काम की जगह तक सफर दौड़ते हुए ही तय करना होता था। गार्ड्स के कोच ओनी निस्कैनन रोज उस जवान को सुल्ता से अदीस तक दौड़ते आते-जाते देखते थे। एक दिन अचानक उनके मन में ख्याल आया कि यह जवान रोज बीस किलोमीटर से ज्यादा दौड़ता आता-जाता है। पहाड़ी क्षेत्र में इतना दौड़ना आसान नहीं, लेकिन यह दौड़ता है और सबसे बड़ी बात इसमें थकान नहीं दिखती। अगर इसे मैराथन दौड़ाया जाए, तो कैसा हो? कुछ दिन और दौड़ते देखने के बाद निस्कैनन ने उस जवान से कहा, तुम गंभीरता से मैराथन पर ध्यान दो, इसमें बहुत कामयाब हो सकते हो। खेल प्रशिक्षक ओनी के बोलने का बड़ा असर हुआ, वह जवान सोचने लगा, क्या मैं भी मैराथन में भाग ले सकता हूं? दुनिया देख चुके विदेशी प्रशिक्षक जब कह रहे हैं, तो शायद उन्होंने कुछ देखा हो। उस जवान ने इसे चमत्कार ही माना कि कोच की नजर उस पर पड़ी।

खैर, कोच ने एक नहीं, बल्कि तीन जवानों को मैराथन के लिए चुना और प्रशिक्षण शुरू किया। उन्होंने लिखा है कि वे अच्छे लड़के थे। उन्हें सिखाना आसान था, लेकिन उनका खेल अनुभव नंगे पांव फुटबॉल खेलने तक सीमित था। 24 की अपेक्षाकृत पकी उम्र में उस जवान ने गंभीरता से दौड़ना शुरू किया।

उधर, 1956 के मेलबर्न ओलंपिक में भी इथियोपियाई एथलीटों ने भाग लिया था, लेकिन सफलता नहीं मिली थी।

अबेबे बिकिला ओलंपिक धावक

उसके बाद ओनी निस्कैनन ने अपने तीन खिलाड़ियों पर गंभीरता से काम शुरू किया। वह तीनों को लेकर अपने देश स्वीडन अपने घर आ गए। ओनी ने अपने परिवार को पहले ही बता दिया कि ये इथियोपियाई युवा भविष्य के महान धावक हैं। ओनी का विश्वास उस जवान के मन में भी संचारित हुआ। दौड़ने में सुधार की शुरुआत हुई। जोर लगाकर दौड़ने के बजाय आराम से दौड़ने की आदत पड़ी। कम से कम सांस लेते हुए, अपनी ऊर्जा को कम से कम खर्च करते दौड़ना शुरू हुआ। कोच ने अच्छी तरह समझा दिया कि लंबी दूरी तक दौड़ना है, तो झटके मारकर नहीं, लय में दौड़ो। समस्याएं तब भी कम नहीं थीं, देश के राजा ने कह दिया, इतने पतले लोग ओलंपिक में पदक कैसे जीतेंगे, लेकिन ओनी जानते थे कि उस जवान को हर हाल में सबसे आगे दौड़ने की आदत है।

आखिर वह दिन भी आया, जब रोम ओलंपिक 1960 में दौड़ना था। वहां भी बाधा खड़ी हो गई, जूते फिट नहीं आ रहे थे, तो खाली पैर दौड़ने का ही फैसला लेना पड़ा। मैराथन करीब 41 किलोमीटर की थी, लोग सोच में पड़ गए, इतनी लंबी दूरी कोई धावक खाली पैर कैसे पूरी कर पाएगा? पचास से अधिक धावकों ने दौड़ना शुरू किया। धीरे-धीरे वह जवान सभी धावकों से आगे निकलता गया, उसे लग रहा था कि पीछे से कोई धावक पूरी रफ्तार से आएगा, तो ऊर्जा को संजोए रखना होगा। वह पूरा जोर नहीं लगा रहा था, लेकिन तब भी रिकॉर्ड तोड़ते दौड़ रहा था। किसी ने उस धावक का नाम तक नहीं सुना था। दोपहर बाद शुरू हुई दौड़ अंधेरे में पूरी होने जा रही थी। एक पत्रकार ने उन पलों के बारे में लिखा, 'अचानक हम दूर एक छोटे से काफिले की रोशनी को टिमटिमाते देख रहे थे, तब वह भी बढ़ते आते दिखे, ...लयबद्ध ढंग से दृढ़ता के साथ दौड़ते चले आ रहे थे, एक ऐसे शहर की सड़क पर, जहां उनके पूर्वज कभी गुलाम थे।'

वाकई रोम की जमीन पर इतिहास बन गया। वह जवान अबेबे बिकिला ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीतने वाले पहले अश्वेत अफ्रीकी बने। उनकी जीत ने पूरे अफ्रीका में नई उमंग, उत्साह, बदलाव की हवाओं का संचार कर दिया। पूरा अश्वेत अफ्रीका आजादी व शानदार भविष्य के कगार पर आ खड़ा हुआ और अबेबे बिकिला इसके प्रतीक थे। गरीब और नंगे पांव, लेकिन विजयी।

बताते हैं कि स्वर्ण जीतने के बाद किसी ने पूछा कि आप थके नहीं दिखते, और कितना दौड़ लेते, तो बिकिला ने जवाब दिया, 'और दस-पंद्रह किलोमीटर।' वाकई, वह थके नहीं, अगली बार टोक्यो ओलंपिक में भी दौड़े और फिर स्वर्ण जीतकर साबित कर दिया कि कोच की खोज गलत नहीं थी।

पाकिस्तान को सैन्य सहायता को अमेरिका ने ठहराया जायज

बाइडन प्रशासन ने आठ सितंबर को पाकिस्तान को एफ-16 युद्धक विमानों के वास्ते 45 करोड़ डॉलर की मदद देने की मंजूरी दी थी। पिछले चार सालों में वाशिंगटन की ओर से इस्लामाबाद को दी गई यह पहली बड़ी सुरक्षा सहायता है।

• **जालंधर ब्रीज.** वर्ल्ड न्यूज

एफ-16 लड़ाकू विमान कार्यक्रम तहत अमेरिका ने पाकिस्तान के 45 करोड़ डॉलर की सैन्य सहायता को जायज कदम ठहराया है। अमेरिका ने कहा है कि सहायता अमेरिका और पाकिस्तान के बीच द्विपक्षीय संबंधों का अहम हिस्सा है। अमेरिकी सरकार ने कहा कि इन लड़ाकू विमानों के बेड़े से पाकिस्तान को आतंकवाद रोधी अभियान के संचालन में मदद मिलेगी।

दरअसल, बाइडन प्रशासन ने आठ सितंबर को पाकिस्तान को एफ-16 युद्धक विमानों के वास्ते 45 करोड़ डॉलर की मदद देने की मंजूरी दी थी। पिछले चार सालों में वाशिंगटन की ओर से इस्लामाबाद को दी गई यह पहली बड़ी सुरक्षा सहायता है। अमेरिकी विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता नेड प्राइस ने कहा कि हमने हाल ही में कांग्रेस (संसद) को अवगत कराया है कि हम पाकिस्तानी वायु सेना के एफ-16 विमानों की मरम्मत और रखरखाव के लिए 45 करोड़ डॉलर देने जा रहे हैं।

प्राइस ने कहा, पाकिस्तान कई मामलों में हमारा एक महत्वपूर्ण साझेदार है। वह आतंकवाद के खिलाफ जंग में हमारा एक अहम साझेदार है। हम अपनी नीति के तहत अमेरिका में निर्मित उपकरणों की मरम्मत और रखरखाव के लिए सहायता उपलब्ध कराते हैं। उन्होंने कहा, पाकिस्तान का एफ-16 कार्यक्रम अमेरिका-पाकिस्तान के द्विपक्षीय संबंधों का एक अहम हिस्सा है और इस मदद से पाकिस्तान को एफ-16 बेड़े की मरम्मत के लिए सहायता मिलेगी, जिससे वह आतंकवाद के वर्तमान और भविष्य के खतरों से निपट सकेगा।

गूगल पर दो लाख करोड़ रुपये क्षतिपूर्ति का केस, एकाधिकार के दुरुपयोग का आरोप

• **जालंधर ब्रीज.वर्ल्ड न्यूज**

ऑनलाइन विज्ञापनों के लिए गूगल के माध्यम एडटेक (एडवरटाइजर टेक्नोलॉजी) से प्रतिस्पर्धा को नुकसान पहुंचाने के आरोप में यूनाइटेड किंगडम और नीदरलैंड में दो मुकदमे दायर हुए हैं। इनमें 2,540 करोड़ डॉलर यानी करीब दो लाख करोड़ रुपये क्षतिपूर्ति का दावा किया गया है। दोनों देशों के प्रकाशकों के अनुसार गूगल द्वारा एकाधिकार के दुरुपयोग और गलत नीतियों की वजह से उन्हें विज्ञापनों से होने वाली आय में भारी नुकसान हुआ।

गूगल की एडटेक नीतियों की यूरोपीय संघ और यूके पहले से जांच कर रहे हैं। पिछले साल फ्रांस के प्रतिस्पर्धा आयोग ने मोबाइल एप और वेबसाइटों पर विज्ञापन के लिए गूगल को एड-सर्वरों के एकाधिकार के दुरुपयोग का दोषी माना था। उस पर करीब 1,700 करोड़ रुपये का जुर्माना भी लगाया था। इस जुर्माने की वजह बने तथ्यों का गूगल ने विरोध नहीं किया। इस केस में शिकायतकर्ताओं की ओर से लड़ने वाली लॉ फर्म जेराडिन पार्टनर्स ने ही अब दोनों ताजा मुकदमों को लिया है। नीदरलैंड में दायर मुकदमे में पूरे यूरोपीय संघ के प्रकाशक साथ आए हैं। वहीं गूगल ने इन मुकदमों को काल्पनिक धारणा पर आधारित और अवसरवादिता बताया। उसने कहा कि गूगल एडटेक ने अहम विज्ञापन प्लेटफॉर्म के रूप में सेवाएं दी, लाखों वेबसाइट्स व एप्स को बढ़ाने में सहायता की। वह पूरी ताकत से यह मुकदमे लड़ेगा।

2014 से जारी गलत नीतियां

लॉ फर्म का आरोप है कि गूगल ने प्रकाशकों के एड-सर्वर और एड-एक्सचेंज का दुरुपयोग किया। यह काम वह 2014 से कर रहा है। इस प्रतिस्पर्धा विरोधी गतिविधि से प्रकाशकों को भारी नुकसान हुआ। खासतौर पर स्थानीय और राष्ट्रीय समाचार मीडिया ने यह नुकसान सहा, जो हमारे समाज में अहम भूमिका निभाते हैं। अब समय आ गया है कि गूगल अपनी गलतियों की जिम्मेदारी स्वीकार कर क्षतिपूर्ति चुकाए।

क्या है एडटेक?

गूगल के अनुसार एडटेक डिजिटल विज्ञापन खरीदने-बेचने, मैनेज करने और उन्हें कई मानकों पर मापने में मदद करता है। यह एक जटिल अल्गोरिथम उपयोग करता है। उसका दावा है कि इससे विज्ञापनदाता सीधे ग्राहक तक पहुंचते हैं, वेबसाइट्स पर 'इंप्रेशन' खरीदते और ऑडियंस चुनते हैं। इंप्रेशन यानी विज्ञापन कितने लोगों ने देखा, क्लिक किया। जानकारों का मानना है कि गूगल एडटेक से विज्ञापनों को पूर्णत: नियंत्रित करता है, जो प्रतिस्पर्धा के नियमों के खिलाफ है।

टेक कंपनियों पर कॉपीराइट के मामले

फ्रांस में प्रतिस्पर्धा आयोग ने गूगल पर करोड़ों के जुर्माने लगाए क्योंकि उसने प्रकाशकों से उनके कंटेंट के स्निपेट उपयोग के बदले कॉपीराइट फीस का भुगतान नहीं किया।

यूरोप में उत्पादों की कीमतों के तुलनात्मक विश्लेषण की सेवा दे रही 'प्राइस रनर' ने गूगल पर हजारों करोड़ रुपये की क्षतिपूर्ति का दावा किया। आरोप है कि गूगल ने प्रतिस्पर्धा मामले में आदेश का अनुपालन न करके नुकसान पहुंचाया।

2019 में गूगल के एडटेक की आयरलैंड के डाटा प्रोटेक्शन आयोग ने जांच शुरू की, यहां निजी डाटा की चोरी और दुरुपयोग के आरोपों की जांच हो रही है। मेटा पर यूके में यूजर्स ने क्षतिपूर्ति के लिए मुकदमा किया है। आरोप है कि मेटा ने फेसबुक उपयोग करने देने के बदले उनसे अनुचित शर्तें मनवाई, निजी डाटा हासिल किया।

पंचायती फंडों में गबन : बीडीपीओ सहित 3 पंचायत सचिवों पर केस दर्ज, दो गिरफ्तार

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब विजीलैंस ब्यूरो ने गुरूवार को ग्राम पंचायत मनावा ज़िला तरन तारन की ज़मीन चकोते पर देने सम्बन्धी पिछले दो सालों में चकोतो की रकम 8,85,000 रुपए कम वसूली दिखाकर पंचायती फंडों में फ्रॉड और गबन करने के दोषों के अंतर्गत तत्कालीन बी. डी. पी. ओ., सहित तीन पंचायत सचिवों के ख़िलाफ़ मुकद्दमा दर्ज करके दो पंचायत सचिवों को गिरफ़्तार किया है।

विजीलैंस ब्यूरो के प्रवक्ता ने बताया कि इस मामले में ब्यूरो ने दोषी लाल सिंह, एसईपीओ, चार्ज बीडीपीओ वलटोहा, ग्राम पंचायत मनावा के पंचायत सचिव राजबीर सिंह, ग्राम विकास अफसरों (वीडीओ) परमजीत सिंह और सारज सिंह के ख़िलाफ़ मुकद्दमा नंबर 16, तारीख़ 14. 09. 2022, जुर्म अधीन धारा 406, 409, 420, 468, 471 और 120-बी, आई. पी. सी. और 13(1) (ए), 13 (2) भ्रष्टाचार रोकथाम कानून के अंतर्गत थाना विजीलैंस ब्यूरो, अमृतसर में मामला दर्ज करके आगे कार्यवाही शुरू कर दी है।

रिश्वत लेते राजस्व पटवारी रंगे हाथों काबू

पंजाब विजीलैंस ब्यूरो ने आज ज़िला गुरदासपुर के राजस्व हलका बटाला सरकी में तैनात राजस्व पटवारी को 4500 रुपए रिश्वत लेते रंगे हाथों काबू किया है। विजीलैंस ब्यूरो के प्रवक्ता ने बताया कि पटवारी जसवंत सिंह को गुरदीप कौर निवासी महिता चौक ज़िला गुरदासपुर की शिकायत पर गिरफ़्तार किया गया है। शिकायतकर्ता महिला ने दोष लगाया है कि उक्त पटवारी उसके पति की मौत के उपरांत उसके नाम पर ज़मीन का इंतकाल करने के बदले रिश्वत माँग रहा था।

रजिस्ट्री क्लर्क और चौकीदार 2000 रुपए रिश्वत लेते काबू

पंजाब विजीलैंस ब्यूरो ने मानसा की तहसील झुनीर में तैनात रजिस्ट्री क्लर्क गुरप्रकाश सिंह और चौकीदार मंगत सिंह को 2000 रुपए रिश्वत लेते हुये रंगे हाथों काबू किया है। विजीलैंस ब्यूरो के सरकारी प्रवक्ता ने बताया कि दोनों को बहादर सिंह निवासी गाँव बुर्ज भलाई के, मानसा की शिकायत पर गिरफ्तार किया है। रजिस्ट्री क्लर्क को भी गिरफ्तार कर लिया है व दोनों के ख़िलाफ़ भ्रष्टाचार रोकथाम एक्ट के अंतर्गत बठिंडा में मुकदमा दर्ज किया है।

स्थानीय निकाय मंत्री निज्जर आज आएंगे होशियारपुर : डीसी

जालंधर ब्रीज.होशियारपुर

डीसी-कम-कमिश्नर नगर निगम संदीप हंस ने बताया कि 16 सितंबर को स्थानीय निकाय मंत्री डा. इंदरबीर सिंह निज्जर होशियारपुर

शहर आ रहे हैं। कैबिनेट मंत्री नगर निगम कार्यालय में अधिकारियों व कर्मचारियों के साथ बैठक करेंगे। वे नगर निगम की ओर से जन हित में लावारिस पशुओं को पकडऩे के लिए खरीदी गई काउ कैचिंग व्हीकल को भी जनता को समर्पित करेंगे। डीसी ने बताया कि कैबिनेट मंत्री लोगों को निरंतर पानी की सुविधा देने के लिए वार्ड नंबर 27 में लगाए ट्यूबवेल का भी उद्घाटन करेंगे व रैली को संबोधित करेंगे।

केंद्रीय जेल में कैदियों व हवालातियों को मिला परिवार से आमने-सामने मुलाकात का सुनहरी मौका

• जालंधर ब्रीज.होशियारपुर

जेल में बंद कैदियों व हवालातियों के लिए पंजाब सरकार की ओर से आज अच्छे आचरण वाले कैदियों व हवालातियों को 1 घंटे के लिए उनके अपने परिवार के 5 सदस्यों के साथ आमने-सामने बातचीत करने का मौका दिया गया।

इस दौरान सी.जे.एम-कम-सचिव जिला कानूनी सेवाएं अथारिटी अपराजिता जोशी ने विशेष तौर पर शिरकत की। केंद्रीय जेल के सुपरिडैंट अनुराग कुमार आजाद ने बताया कि पंजाब सरकार की ओर से आज 15 जेलों में बंद कैदियों व हवालातियों में से जेल विभाग की शर्ते पूरी करने वाले कुछ

बंदियों का चुनाव किया गया था, जिसमें वे अपने परिवार के 5 सदस्यों से आमने-सामने बैठकर बातचीत कर पाएं। उन्होंने कहा कि इस अभियान से बाकी कैदियों व हवालातियों के अंदर भी यह जज्बा पैदा होगा और वह अपने आचरण को साफ करने के लिए प्रेरित होंगे ताकि भविष्य में अपने पारिवारिक सदस्यों के साथ आमने-सामने मुलाकात कर सकें।

पंजाब के 10 जिलों में सभी ग्रामीण घरों में साफ़ और सुरक्षित पानी की सुविधा मुहैया : जिम्पा

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब के 10 जिलों ने 'जल जीवन मिशन-हर घर जल' के अंतर्गत सभी ग्रामीण घरों को साफ़ और सुरक्षित पानी की सुविधा मुहैया करवाने में देश के अग्रणी राज्यों की सूची में अपना नाम दर्ज करवाया है। इस गौरवमयी उपलब्धि पर जल सप्लाई और सेनिटेशन मंत्री ब्रम शंकर जिम्पा ने विभाग के सभी इंजीनियरों और अन्य अधिकारियों/ कर्मचारियों को बधाई पेश की है। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत मान के

नेतृत्व वाली सरकार सभी पंजाब निवासियों की प्राथमिक ज़रूरतों की पूर्ति के लिए उचित और सार्थक यत्न कर रही है।

स्थानीय महात्मा गांधी राज्य लोक प्रशासन संस्थान में 55वें इंजीनियर दिवस के अवसर पर करवाए समागम के दौरान बोलते हुये जिम्पा ने कहा कि किसी भी राज्य की तरक्की में वहाँ के इंजीनियरों की बहुत बड़ी भूमिका होती है और राष्ट्रीय स्तर पर पंजाब का नाम चमकाने में जल सप्लाई और सेनिटेशन विभाग के सभी अधिकारियों/ कर्मचारियों की तरफ से डाले योगदान के लिए वह बधाई पेश करते हैं। पाईपों के द्वारा 100 प्रतिशत ग्रामीण जनसंख्या को घरों में साफ़ पानी पहुँचाने वाले 10 ज़िले बरनाला, फरीदकोट, फतेहगढ़ साहिब, गुरदासपुर, जालंधर, कपूरथला, मलेरकोटला, मुक्तसर, पठानकोट और एसएएस नगर हैं। इन जिलों के कुल 11 लाख 55 हज़ार 725 घरों को पाईपों के द्वारा नलों के ज़रिये साफ़ और सुरक्षित पानी मुहैया करवाया गया है।

इंजीनियर दिवस पर बोलते हुये जिम्पा ने कहा कि इंजीनियरों के समर्पण और ज्ञान के कारण ही दुनिया में बहुत सी नयी खोजें हुई हैं जिसने मानव जीवन को आसान बना दिया है। उन्होंने कहा कि कुदरती स्रोतों के उत्तम प्रयोग करने के लिए अलग- अलग क्षेत्रों के इंजीनियर सख़्त मेहनत करते हैं।

पराली के प्रबंधन में पंजाब और दिल्ली सरकार की सांझी बड़ी पहल

पंजाब में पूसा बायो डी- कम्पोज़र का 5000 एकड़ में पायलट प्रोजैक्ट किया जायेगा : धालीवाल

• जालंधर ब्रीज.नई दिल्ली/ चंडीगढ़

धान की पराली के प्रबंधन और किसानों को हर संभव मदद देने के लिए निरंतर यत्न कर रही पंजाब सरकार के यत्नों को उस समय पर बड़ी सफलता मिली जब पराली के प्रबंधन में पंजाब और दिल्ली सरकार की सांझी बड़ी पहल स्वरूप पंजाब में पूसा बायो डी कम्पोज़र का 5000 एकड़ में पायलट प्राजैकट करने का

फ़ैसला किया गया। पंजाब के कृषि मंत्री कुलदीप सिंह धालीवाल ने प्रैस बयान के द्वारा जानकारी सांझी करते हुए बताया कि इस सम्बन्धी कल देर रात नयी दिल्ली में उच्च स्तरीय मीटिंगें की गई। पहले वह नईं दिल्ली में पराली से होने वाले प्रदूषण के लिए रोकने के लिए इसके प्रबंधन सम्बन्धी दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविन्द केजरीवाल को भी मिले और इस सम्बन्धी दिल्ली के मुख्यमंत्री की तरफ से पूर्ण मदद का भरोसा दिया गया है। इसके उपरांत इस सम्बन्धी दिल्ली के कृषि मंत्री गोपाल राय के साथ भी मुलाकात की। यह प्रोजेक्ट दोनों राज्यों की सरकार की तरफ से मिल कर पंजाब में किया जायेगा।

कुलदीप धालीवाल ने कहा कि पंजाब सरकार की तरफ से धान की पराली से होने वाले प्रदूषण को रोकने के लिए पूरी तैयारियाँ कर ली गई हैं जिसके अंतर्गत जागरूक टीमें, चौकसी टीमों का प्रचार मुहिम और कृषि यंत्रों पर सब्सिडी मुहैया करवाना शामिल है।

जच्चा-बच्चा सेहत सेवाओं का ऑनलाईन रिकार्ड रखने की दी जरूरी हिदायतें

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

सेहत विभाग जालंधर द्वारा जच्चा-बच्चा सेहत सेवाओं से संबंधित डाटा का ऑनलाईन रिकार्ड रखने की व्यवस्था को और बेहतर करने के उद्देश्य से गुरूवार को जिला परिवार कल्याण अधिकारी डॉ. रमन गुप्ता द्वारा जालंधर (अर्बन) की एएनएमज़ के साथ मीटिंग की गई। इस मौके पर उन्होंने जच्चा-बच्चा सेहत सेवाओं के तहत लोगों को दी जा रही सेहत सेवाओं का कार्य अनमोल ऐप द्वारा सुचारू ढंग से करने के लिए एएनएमज़ को प्रेरित किया।

मीटिंग के दौरान डॉ. रमन गुप्ता द्वारा एएनएमज़ को अनमोल एप पर जच्चा-बच्चा सेहत सेवाओं का ऑनलाईन रिकार्ड रखने संबंधी जरूरी हिदायतें दी गईं। उन्होंने कहा कि ऐप द्वारा नवजन्मे बच्चों की रूटीन इम्यूनाइजेशन, हाई रिस्क प्रेग्नेंसी की पहचान करने, अनीमिया से ग्रस्त गर्भवती औरतों व कम वज़न वाले नवजातों की पहचान करने की सुविधा मिलेगी। इसके साथ ही गर्भवती औरतोँ के ऐँटीनेटल, पोसटनेटल चेकअप व प्रसव संबंधी जानकारी को ट्रैक करना भी आसान होगा जो सेहत विभाग द्वारा लोगों तक जच्चा-बच्चा सेहत सेवाओं का लाभ और भी तेजी से व प्रभावशाली ढंग के साथ पहुंचाने में सहायक होगा। इस मौके पर स्टेट हैड क्वार्टर चंडीगढ़ से विशेष तौर पर पहुंचे एचएमआईएस डिवीज़नल कॉआर्डीनेटर मोहित ग्रोवर द्वारा एएनएमज़ को टैब पर अनमोल ऐप अपडेट करने गी प्रक्रिया समझाई गई।

20 सितंबर को भाई घनैया जी मानव सेवा दिवस पर रक्तदान कैंप का आयोजन

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

20 सितंबर को भाई घनैयाजी मानव सेवा दिवस के अवसर पर प्रशासन द्वारा स्थानीय मेहरचंद पालिटैक्निक कालेज में रक्तदान कैंप लगाया जाएगा,साथ ही भाई घनैया जी के जीवन पर सैमीनार आयोजित होगा और छात्रों को प्राथमिक उपचार का प्रशिक्षण भी दिया जाएगा। इस संबंध में स्थानीय जिला प्रशासकीय परिसर में गैर सरकारी संगठनों के प्रतिनिधियों एवं अधिकारियों के साथ बैठक के दौरान अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर (ज) मेजर अमित सरीन ने संबंधित अधिकारियों को डियूटी सौंपते हुए सभी आवश्यक प्रबंध समय पर सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। कार्यक्रम की जानकारी देते हुए उन्होंने कहा कि इस अवसर पर भाई घनैया जी के जीवन पर सैमीनार आयोजित करने के साथ सिविल अस्पताल के डॉक्टरों की टीम द्वारा रक्तदान कैंप भी लगाया जाएगा, जिसमें आई.टी.आई. कालेजों के छात्र-छात्राएं शामिल होंगे, जिन्हें नेत्रदान और शरीर दान के बारे में भी जागरूक किया जाएगा।

अतिरिक्त डिप्टी ने आगे कहा कि रैड क्रॉस के मास्टर ट्रेनर इस दौरान प्राथमिक चिकित्सा पर एक प्रशिक्षण सैशन भी आयोजित करेंगे, जिसमें छात्रों को किसी जरूरतमंद को प्राथमिक सहायता देने के बारे में विस्तृत जानकारी दी जाएगी।इसके अलावा रैड क्रॉस सोसायटी की ओर से जरूरतमंदों को व्हीलचेयर भी मुहैया करवाई जाएगी। उन्होंने स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों और जिला रैड क्रास सोसायटी के अधिकारियों को इस संबंध में आवश्यक प्रबंध समय पर सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।

डीसी ने जिले में चल रहे विभिन्न विकास कार्यों की प्रगति का जायज़ा लिया

• जालंधर ब्रीज.जालंधर

डीसी जसप्रीत सिंह ने गुरुवार को जिले में चल रहे विभिन्न विकास कार्यों की प्रगति का जायज़ा लिया और अधिकारियों को निर्धारित समय सीमा का सख्ती से पालन करते हुए योजनाओं को समय पर पूरा करने के निर्देश दिए। डिप्टी कमिश्नर ने स्थानीय जिला प्रशासकीय परिसर में विभिन्न विभागों के अधिकारियों के साथ बैठक दौरान मौजूदा स्तरीय पानी प्रोजेक्ट की वर्तमान स्थिति की समीक्षा की और संबंधित अधिकारियों को कार्य में तेजी लाने के निर्देश दिए ताकि परियोजना को समय पर पूरा कर लोगों को 24x7 आपूर्ति की सुविधा दी जा सके । सीवेज ट्रीटमेंट प्लांट के कार्य की समीक्षा करते हुए डिप्टी कमिश्नर ने एस.टी.पी. करतारपुर के कार्य में लाई गई तेज़ी पर संतोष व्यक्त किया। उन्होंने भोगपुर और डेरा बलां में बनने वाले सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट की समस्याओं का समाधान कर कार्य में तेजी लाने को कहा।उन्होंने कहा कि एक अन्य महत्वपूर्ण परियोजना, कला संघिया ड्रेन में और सुधार के लिए डिजाइन में शोध किया गया है, जिसे इसी महीने मंजूरी दी जाएगी। बैठक के दौरान अवैध कॉलोनियों और उसके अनुपचारित सीवरेज़ के मुद्दे पर भी चर्चा की गई। विभिन्न राजमार्ग परियोजनाओं की प्रगति का जायजा लेते हुए डिप्टी कमिश्नर ने कहा कि दिल्ली-कटरा एक्सप्रेसवे के तहत जालंधर में 100 प्रतिशत भूमि अधिग्रहण की प्रक्रिया को पूरा कर भारतीय राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण को सौंप दिया गया है और लगभग 80% जालंधर बाईपास परियोजना के तहत जमीन पर कब्जा कर लिया गया है।

नगर निगम की तरफ से जागरूकता रैली 17 को, कमिशनर की तरफ से अधिक से अधिक लोगों को भाग लेने का न्योता

• जालंधर ब्रीज.कपूरथला

नगर निगम कपूरथला की तरफ से लोगों को स्वच्छता के प्रति जागरूक करने और जन भागीदारी बढ़ाने के उद्देश्य से 17 सितंबर को "इंडियन स्वछता लीग" अधीन एक रैली का आयोजन किया जा रहा है। नगर निगम कमिशनर अनुपम कलेर ने कहा कि स्वच्छता सुनिश्चित करने के लिए निगम द्वारा किए जा रहे प्रयासों में लोगों को भागीदार बनाने के लिए 17 सितंबर को सुबह 8 बजे रैली निकाली जाएगी, जिसमें लोग ऑनलाइन भाग लेने के लिए www.mygov.in/swachhyouthrally/ पर रजिस्ट्रेशन भी करवा सकते हैं। उन्होंने कहा कि सैनिक स्कूल कपूरथला के गेट से यह रैली सुबह 8 बजे शुरू होकर शहर की विभिन्न सड़कों से गुजरते हुए शालीमार बाग में खत्म होगी, जिसमें प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण, प्लास्टिक का प्रयोग न करने, उचित कचरा प्रबंधन आदि के बारे में जागरूक किया जाएगा ।

उन्होंने कहा कि गैर सरकारी संगठनों, स्वयं सहायता समूहों, युवा क्लबों, समाज सेवा और धार्मिक संगठनों के अलावा एनसीसी कैडेट और नेहरू युवा केंद्र से जुड़े क्लबों के सदस्य रैली में भाग लेंगे।

इसके अलावा जिले के उच्च प्रशासनिक अधिकारी व कर्मचारी भी रैली में शामिल होंगे। उन्होंने नगर निगम के अधिकारियों को रैली में भाग लेने वाले लोगों, विशेष तौर पर छात्रों की रिफरेशमैंट के प्रबंध सुनिश्चित करने के लिए कहा। उन्होंने लोगों से इस रैली में अधिक से अधिक भाग लेने की अपील की, ताकि कपूरथला शहर को स्वच्छ रखा जा सके और पर्यावरण संरक्षण में प्रत्येक नागरिक की भूमिका सुनिश्चित की जा सके।

अगली विभागीय परीक्षा के लिए आवेदन भेजने की आखिरी तारीख़ 30

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

सहायक कमिशनरों, अतिरिक्त सहायक कमिशनरों/ तहसीलदारों और अन्य विभागों के अधिकारियों की अगली विभागीय परीक्षा 17-10-2022 से 21-10-2022 तक होगी। एक सरकारी प्रवक्ता ने बताया कि जो अधिकारी उक्त परीक्षा में शामिल होना चाहते हैं, वे अपनी आवेदन सचिव, पंजाब सरकार, परसोनल विभाग और सचिव, विभागीय परीक्षा कमेटी (पी. सी. एस. शाखा), पंजाब सिविल सचिवालय, चंडीगढ़ को 30.09.2022 तक प्रोफार्मे के ज़रिये अलग तौर पर अपने विभागों के द्वारा भेजें।

किसी भी स्थिति में प्रत्यक्ष तौर पर भेजे आवेदनों पर विचार नहीं किया जायेगा। अधूरे आवेदनों को रद्द कर दिया जायेगा और कोई रोल नंबर जारी नहीं किया जायेगा जिसके लिए सम्बन्धित आवेदक ज़िम्मेदार होगा।

भारत-पाकिस्तान के बीच विश्वकप मैच के सभी टिकट बिके : आईसीसी

दुबई. भारत और पाकिस्तान के बीच 23 अक्टूबर को मेलबर्न क्रिकेट ग्राउंड (एमसीजी) पर होने वाले आईसीसी टी20 विश्व कप मैच के सभी टिकट बिक गए हैं। टी20 विश्व कप 16 अक्टूबर से आस्ट्रेलिया में शुरू होगा जिसमें भारत और पाकिस्तान का मुकाबला आकर्षण का केंद्र बना हुआ है। अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) के अनुसार इस प्रतियोगिता के लिए अभी तक पांच लाख से अधिक प्रशंसकों ने टिकट खरीदे हैं। इनमें भारत और पाकिस्तान का मैच भी शामिल है जिसके सभी टिकट बिक चुके हैं। आईसीसी की विज्ञप्ति के अनुसार,'' खड़े होकर मैच देखने के लिए अतिरिक्त टिकटों की व्यवस्था की गई जो बिक्री के लिए रखे जाने के बाद मिनटों में ही बिक गए।'' इसमें कहा गया है,'' प्रतियोगिता से पहले आधिकारिक बिक्री केंद्र शुरू किया जाएगा, जहां प्रशंसक अंकित मूल्य पर टिकटों का आदान-प्रदान कर सकते हैं।''

• फोटो- बीसीसीआई

आईसीसी ने कहा,'' टी20 विश्व कप में 16 अंतरराष्ट्रीय टीमों के मैच देखने के लिए 82 विभिन्न देशों के प्रशंसकों ने टिकट खरीदे हैं।

आईसीसी महिला टी20 विश्व कप 2020 के बाद यह पहला अवसर होगा जबकि आईसीसी की किसी प्रतियोगिता में स्टेडियम खचाखच भरे होंगे। तब एमसीजी में खेले गए फाइनल मैच में 86,174 दर्शक स्टेडियम में मौजूद थे।'' क्रिकेट की सर्वोच्च संस्था ने कहा,'' इसके अलावा सिडनी में 27 अक्टूबर को दक्षिण अफ्रीका और बांग्लादेश तथा भारत और ग्रुप ए के उपविजेता के बीच में होने वाले मैचों के भी सभी टिकट बिक गए हैं।'' आईसीसी ने कहा,'' आस्ट्रेलिया और न्यूजीलैंड के बीच 22 अक्टूबर को सिडनी में,पाकिस्तान और ग्रुप ए के उपविजेता तथा भारत और दक्षिण अफ्रीका के बीच पर्थ में 30 अक्टूबर और पाकिस्तान एवं दक्षिण अफ्रीका के बीच तीन नवंबर को सिडनी में होने वाले सुपर 12 के मैचों के कुछ टिकट ही बचे हुए हैं।

जल्द शुरू होगी ईटीटी अध्यापकों की भर्ती

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब सरकार के स्कूल शिक्षा विभाग में ईटीटी पदों के लिए जल्द भर्ती प्रक्रिया शुरू की जा रही है। यह प्रगटावा स्कूल शिक्षा विभाग के प्रवक्ता की तरफ से किया गया। प्रवक्ता ने बताया कि कुछ अदालती मामलों के कारण ईटीटी अध्यापकों की भर्ती देरी हो गई है परन्तु शिक्षा विभाग की तरफ से पूरी नेकदिली से इन मामलों की पैरवी की जा रही है। इसके इलावा अब शिक्षा विभाग की तरफ से ईटीटी अध्यापकों की भर्ती सम्बन्धी नियमों में भी संशोधन कर दिया गया है जिस कारण विभाग ईटीटी अध्यापकों की भर्ती प्रक्रिया जल्द ही शुरू करने जा रहा है। उन्होंने बताया कि कुछ शरारती तत्व जानबूझ कर नौजवानों को गलत रास्ते पर लगा कर विभाग को धरने-प्रदर्षन की धमकियां भी दिला रहे हैं। प्रवक्ता ने समूह नौजवानों से अपील की कि वे किसी की भी बातों में न आएं।

26,000 से अधिक सरकारी नौकरियों की भर्ती प्रक्रिया में तेजी लाने की हिदायतें

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब के मुख्य सचिव विजय कुमार जंजूआ ने विभिन्न विभागों के उच्च अधिकारियों के साथ मीटिंग करते हुये सरकारी नौकरियों की भर्ती प्रक्रिया में तेज़ी लाने पर ज़ोर दिया है। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली सरकार पहले दिन से ही पंजाब के नौजवानों के लिए रोज़गार के बहुत से मौके पैदा कर रही है। नौजवानों को विदेशों में जाने से रोकने के लिए मुख्यमंत्री की तरफ से अधिक से अधिक नौजवानों को पंजाब में ही रोज़गार मुहैया करवाने के लक्ष्य की प्राप्ति के लिए मुख्य सचिव ने सभी विभागों को समय पर भर्ती मुकम्मल करने की हिदायतें दीं। उन्होंने कहा कि जिन भी विभागों में भर्ती प्रक्रिया चल रही है, उसे समय पर मुकम्मल करने की तरफ विशेष ध्यान दिया जाये जिससे अधिक से अधिक लड़के- लड़कियों को रोज़गार के मौके प्रदान किये जा सकें। उन्होंने हिदायतें की कि सारी भर्ती प्रक्रिया पारदर्शी तरीके से पूरी की जाये।

मीटिंग के दौरान मुख्य सचिव को बताया गया कि अलग-अलग 24 विभागों में 26 हज़ार 454 पदों के लिए भर्ती प्रक्रिया चल रही है। जिन विभागों में भर्ती की जानी है उनमें गृह विभाग (पुलिस), स्कूली शिक्षा (अध्यापकों की भर्ती), सेहत, बिजली, तकनीकी शिक्षा, वित्त विभाग, ग्रामीण विकास, सहकारी विभाग और जल सप्लाई विभाग प्रमुख हैं।

मुख्य सचिव ने कहा कि नयी भर्ती से जहाँ नौजवान लड़के-लड़कियों को रोज़गार मिलेगा वहीं प्रशासनिक स्तर पर भी सरकार की कारगुज़ारी और अच्छी होगी। नयी भर्ती से सरकारी कामकाज में और ज्यादा तेज़ी आयेगी। जिन विभागों में भर्ती सम्बन्धित कोई नुक्ता विचारनीय था, मुख्य सचिव ने उसका मौके पर ही हल निकाल कर अधिकारियों को समयबद्ध भर्ती करने के निर्देश जारी किये।

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.