प्रेरणा
समय का उत्तम उपयोग करना सीखें क्योंकि विश्व के ज्यादातर सफल मनुष्यों ने इसी का प्रयोग किया है।

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-4 • 23 DECEMBER TO 29 DECEMBER 2022 • VOLUME-23 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
CONSULTING DESIGN TRAINING
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
ISO CERTIFIED 2015 COMPANY
✓ STUDY ✓ WORK ✓ SETTLE IN ABROAD
Low Filing Charges &
*Pay Money after the visa
•IELTS •STUDY ABROAD
CANADA AUSTRALIA USA
U.K SINGAPORE EUROPE
E-mail : hr@innovativetechin.com • Website : www.innovativetechin.com • FB/Innovativetechin • Contact : 9988115054 • 9317776663
REGIONAL OFFICE : S.C.O No. 10 Gopal Nagar, Near Batra Palace, Jal. HEAD OFFICE : S.C.O No. 21-22, Kuldip Lal Complex, Highway Plaza GT Road, Adjoining Lovely Professional University. Phagwara.
*T&C apply

कोरोना को लेकर पीएम मोदी ने की उच्च स्तरीय बैठक, दिए जरूरी दिशा-निर्देश

नई दिल्ली : प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को कोरोना वायरस को लेकर एक उच्च स्तरीय बैठक की। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की यह बैठक ऐसे समय में हुई है जब चीन सहित दुनिया के कई देशों में कोरोना वायरस के मामलों में बढ़ोतरी देखी जा रही है। यही कारण है कि भारत में भी कोरोना को लेकर सतर्कता बढ़ा दी गई है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपनी इस बैठक में साफ तौर पर कहा है कि कड़ी निगरानी रखने और सतर्कता की जरूरत है। प्रधानमंत्री मोदी ने कोविड-19 पर एक उच्च-स्तरीय बैठक में भीड़ भरे सार्वजनिक स्थानों पर मास्क पहनने, टेस्टिंग बढ़ाने और जीनोमिक सीक्वेंसिंग का आग्रह किया। इसके साथ ही उन्होंने कहा कि विशेष रूप से कमजोर और बुजुर्ग समूहों के लिए 'एहतियात खुराक' को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।

मोदी ने कोविड-19 पर समीक्षा बैठक में कहा कि जीनोम अनुक्रमण पर ध्यान केंद्रित करने के साथ मजबूत निगरानी की जरूरत है और इसकी जांच बढ़ाई जानी चाहिए। मोदी ने आत्मसंतोष को लेकर आगाह किया और कड़ी निगरानी की सलाह दी। पीएमओ का बयान में यह भी कहा गया है कि राज्यों को अस्पतालों के बुनियादी ढांचे की परिचालन तैयारियां सुनिश्चित करने की सलाह दी गई। प्रधानमंत्री ने मास्क पहनने सहित कोविड-उपयुक्त व्यवहार का पालन करने की सलाह दी। साथ ही साथ बुजुर्गों, संक्रमण की दृष्टि से संवेदनशील समूहों के लिए एहतियाती खुराक पर जोर दिया। उन्होंने अधिकारियों से कहा कि कोविड अभी खत्म नहीं हुआ है; विशेष रूप से अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डों पर निगरानी उपायों को मजबूत किया जाये।

मोदी ने राज्यों से कहा कि ऑक्सीजन सिलेंडर, वेंटीलेटर, कर्मचारियों सहित अस्पताल के बुनियादी ढांचे की तैयारी सुनिश्चित करने के लिए कोविड से संबंधित जरूरी सुविधाओं का 'ऑडिट' करें। वीडियो कांफ्रेंस के माध्यम से हुई इस बैठक में केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह, केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री मनसुख मांडविया और नागरिक विमानन मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया के अलावा स्वास्थ्य सचिव राजेश भूषण, गृह सचिव अजय कुमार भल्ला, नीति आयोग के मुख्य कार्यकारी अधिकारी परमेश्वरन अय्यर सहित स्वास्थ्य व गृह मंत्रालय के कई वरिष्ठ अधिकारी शामिल हुए। चीन, जापान, दक्षिण कोरिया, फ्रांस और अमरीका में कोविड के बढते मामलों को देखते हुए केंद्र सरकार सक्रिय हो गई है। इस सिलसिले में केंद्र सरकार ने बुधवार को एक समीक्षा बैठक की थी।

इससे पहले संसद में केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री मनसुख मांडविया ने बृहस्पतिवार को कहा कि कोरोना महामारी अभी खत्म नहीं हुई है, ऐसे में टीका लेने के साथ सभी को सतर्क रहना चाहिए तथा केंद्र सरकार ने महामारी को लेकर कभी राजनीति नहीं की है। उन्होंने कहा कि आने वाले त्योहार और नये साल के मद्देनजर राज्यों को सतर्क रहकर लोगों के बीच मास्क पहनने, हाथ धोने, साफ-सफाई और सामाजिक दूरी बनाकर रखने जैसे प्रोटोकाल के प्रति जागरुकता लाने की सलाह दी गयी है। मांडविया ने कहा कि पिछले तीन वर्ष में कोविड-19 ने वैश्विक स्वास्थ्य के लिए खतरा पैदा किया है जिससे हर देश प्रभावित हुआ है। पिछले कुछ समय में कुछ देशों में कोविड-19 के मामलों में वृद्धि दर्ज की गई है।

चीमा द्वारा द्विभाषी वाट्सऐप चैटबोट-कम-हेल्पलाइन 'ई-जीएसटी' लॉन्च

पंजाबी या अंग्रेज़ी में 9160500033 पर वाट्सऐप कर मिल सकेगी जीएसटी संबंधी जानकारी, वित्त मंत्री द्वारा कराधान विभाग की जिला-वार समीक्षा बैठक

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

वस्तु एवं सेवा कर (जीएसटी) सम्बन्धी करदाताओं के सवालों और मुद्दों के समाधान के लिए पंजाब के वित्त, आबकारी एवं कराधान मंत्री एडवोकेट हरपाल सिंह चीमा द्वारा आज एक द्विभाषी वाट्सऐप चैटबोट-कम- हेल्पलाइन नंबर 9160500033 जारी किया गया। कराधान विभाग की महीनावार ज़िला-स्तरीय समीक्षा बैठक के दौरान इस सेवा की शुरुआत करते हुए हरपाल सिंह चीमा ने कहा कि कोई भी व्यक्ति जी.एस.टी. के विभिन्न पहलुयों संबंधी जानकारी लेने के लिए पंजाबी या अंग्रेज़ी में इस चैटबोट पर वाट्सऐप कर सकता है। उन्होंने कहा कि यह पहल फीडबैक विधि को मज़बूत करने के साथ-साथ करदाताओं को सेवाओं की आपूर्ति को आसान बनाने की नीति के अंतर्गत शुरू की गई है।

इस चैटबोट पर उपलब्ध सुविधाओं संबंधी जानकारी देते हुए वित्त मंत्री ने कहा कि कोई भी नागरिक या व्यापारी 9160500033 पर वाट्सऐप द्वारा रजिस्ट्रेशन, रिटर्न, कम्पोजीशन, टैक्स भुगतान, ई-वे बिल, ई-इनवॉइस, इन्पुट टैक्स क्रेडिट, नागरिक से सम्बन्धित जानकारी, कार्यालय या अधिकारी संबंधी जानकारी, जीएसटी संबंधी आम जानकारी या सुझाव प्राप्त कर सकता है। उन्होंने कहा कि इस सेवा के द्वारा जी.एस.टी. पोर्टल से सम्बन्धित तकनीकी समस्याओं या शिकायतों संबंधी भी जानकारी प्राप्त की जा सकती है।

इस दौरान वित्त मंत्री ने कराधान विभाग की ज़िला स्तरीय कारगुज़ारी का जायज़ा भी लिया। अग्रणी जिलों की कारगुज़ारी की सराहना करते हुए स. चीमा ने ज़िला स्तरीय अधिकारियों को सलाह दी कि वह व्यक्तिगत रूप से एक दूसरे की कारगुज़ारी से सीखें, जिससे वह अपनी पेशे संबंधी गुणों को और अधिक निखार सकें। उन्होंने अधिकारियों को करदाताओं के प्रति विनम्रता वाली पहुँच अपनाने और करदाताओं को यकीन दिलाने के लिए कि विभाग उनकी सुविधा के लिए काम कर रहा है, नवीन उपायों को अपनाने के लिए कहा।

इस बैठक में सचिव कराधान विभाग अजोए शर्मा, कर कमिश्नर कमल किशोर यादव, अतिरिक्त कमिश्नर (ऑडिट) रवनीत खुराना और अतिरिक्त कमिश्नर (इन्वेस्टिगेशन) विराज एस. तिडके समेत प्रमुख शख्सियतें उपस्थित थीं।

कोटकपूरा में रिश्वत की दूसरी किस्त लेता एएसआई गिरफ्तार

• जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़

पंजाब विजिलेंस ब्यूरो ने थाना कोटकपूरा में तैनात एएसआई हरप्रीत सिंह को 5000 रुपये रिश्वत मांगने और लेने के आरोप में गिरफ्तार किया गया है। विजिलेंस ब्यूरो के प्रवक्ता ने बताया कि आरोपी एएसआई को शिकायतकर्ता मुनीश पाठक निवासी कोटकपूरा से 3000 रुपये रिश्वत लेते रंगे हाथों काबू किया गया है। उन्होंने बताया कि शिकायतकर्ता ने ब्यूरो को शिकायत दी थी कि उक्त पुलिस अधिकारी एक मामले में समझौता करवाने के बदले 5000 रुपये रिश्वत मांग रहा था। शिकायत में यह भी कहा गया कि आरोपी पुलिस अधिकारी उससे पहली किस्त के तौर पर 2000 रुपये रिश्वत ले चुका है। शिकायतकर्ता ने इस संबंध में बातचीत को सबूत के तौर पर रिकॉर्ड किया और मुख्यमंत्री की भ्रष्टाचार विरोधी हेल्पलाइन पर ऑनलाइन शिकायत दर्ज करवाई।

ब्यूरो ने शिकायत में लगाए आरोपों की जांच के बाद जाल बिछाया और आरोपी पुलिस अधिकारी को दो सरकारी गवाहों की मौजूदगी में दूसरी किस्त के तौर पर 3000 रुपये रिश्वत लेते रंगे हाथों काबू कर लिया। इस संबंध में ब्यूरो के थाना फिरोजपुर में मुकदमा दर्ज कर लिया गया है।

घबराने की जरूरत नहीं, सरकार पूरी तरह तैयार : केजरीवाल

नई दिल्ली. चीन सहित कई देशों में कोरोना वायरस के बढ़ते मामलों को लेकर भारत में भी सतर्कता बरती जा रही है। खुद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कोरोना वायरस की वर्तमान स्थिति को लेकर एक बड़ी बैठक की है। वहीं, दूसरी ओर दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने भी कोरोना वायरस की किसी भी स्थिति से निपटने के लिए बैठक की। बैठक के बाद अरविंद केजरीवाल ने साफ तौर पर कहा है कि फिलहाल घबराने की कोई जरूरत नहीं है। उन्होंने कहा कि सरकार किसी भी चुनौती से निपटने के लिए पूरी तरह से तैयार है। इसके अलावा दिल्ली में मास्क

के उपयोग को लेकर उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार के दिशा निर्देशों का इंतजार है।

दिल्ली के सीएम ने अपने बयान में कहा कि चीन और कई अन्य देशों में कोविड के मामले बढ़ रहे हैं। इसका BF.7 वैरिएंट है। उन्होंने कहा कि हमारे पास दिल्ली में उस वैरिएंट का एक भी मामला नहीं है। इसलिए चिंता करने की कोई जरूरत नहीं है।

मनसुख मांडविया के पत्र का राहुल गांधी ने दिया जवाब

नई दिल्ली. दुनिया के कई हिस्सों में कोरोना वायरस का खतरा लगातार बढ़ता हुआ दिखाई दे रहा है। हाल में ही स्वास्थ्य मंत्री मनसुख मांडविया ने राहुल गांधी को एक पत्र लिखा था जिसमें उन्होंने राहुल गांधी से भारत जोड़ो यात्रा स्थगित करने की बात कही थी। अब इसी को लेकर राहुल गांधी की ओर से जवाब दिया गया है। कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने कहा कि बीजेपी का यह नया विचार है। उन्होंने मुझे पत्र लिखकर कहा कि कोरोना वायरस आ रहा है और यात्रा बंद कर दो। इसके साथ ही उन्होंने कहा कि यह सब यात्रा को रोकने का बहाना है। यह

भारत की सच्चाई से डरे हुए हैं। अपने बयान में राहुल गांधी ने कहा कि यह जो यात्रा है वह कश्मीर तक जाएगी। भाजपा पर निशाना साधते हुए उन्होंने कहा कि इन्होंने नया आईडिया निकाला है। मुझे चिट्ठी लिखी कि कोविड-19 फैल रहा है, यात्रा बंद करो। उन्होंने कहा कि अब देखिए यात्रा को रोकने के लिए बहाने बन रहे हैं।

पंजाब में कानून और व्यवस्था के मुद्दे पर सर्वदलीय बैठक बुलाए सरकार : कांग्रेस

• जालंधर ब्रीज.बठिंडा/श्री मुक्तसर साहिब

पंजाब कांग्रेस अध्यक्ष अमरिंदर सिंह राजा वड़िंग ने सरकार से राज्य में कानून और व्यवस्था की स्थिति को लेकर सर्वदलीय बैठक बुलाए जाने की मांग की है। वह देश विरोधी ताकतों पर भी बरसे, जो पंजाब की बहुत मुश्किल से हासिल की गई शांति को भंग करने का प्रयास कर रही हैं और युवाओं व मासूम लोगों को भड़काने की कोशिश में हैं। श्री मुक्तसर साहिब और बठिंडा में पत्रकारों के साथ अनौपचारिक बातचीत के दौरान वड़िंग ने, चिंता का विषय बन चुके पंजाब में सिलसिलेवार अपराधों और हत्याओं का जिक्र किया। जिससे लोगों में डर और भय की भावना फैल गई है।

उन्होंने जिक्र किया कि लुधियाना से प्रमुख उद्योगपतियों के एक शिष्टमंडल ने उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के साथ मुलाकात करके उनके राज्य में निवेश की संभावनाओं पर चर्चा की है, जो पंजाब में बिगड़ रही कानून व व्यवस्था की स्थिति से डरे हुए हैं। उन्होंने इस विषय पर चर्चा करने के लिए सर्वदलीय बैठक बुलाए जाने की सलाह देते हुए कहा कि हम लगातार कह रहे हैं कि इन्हें शासन चलाना नहीं आता। उन्होंने चेतावनी देते हुए कहा कि पंजाब को एक गैर तजुर्बेकार और नाकाबिल आम आदमी पार्टी की सरकार बर्बाद कर देगी।

एक न्यूज़ मैगजीन द्वारा कानून और व्यवस्था के मामले में सबसे बेहतर राज्य के लिए पंजाब को गुजरात के बाद दूसरे नंबर का दर्जा दिए जाने संबंधी एक सवाल के जवाब में प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष ने इसके आधार पर प्रश्न किया, जिन्होंने इस दौरान लगातार हो रही हत्याओं और लोगों से फिरौती मांगे जाने की घटनाओं का जिक्र भी किया। उन्होंने इस सर्वे का समर्थन करने को लेकर आप सरकार पर चुटकी ली, जबकि उसने पंजाब के शिक्षा मॉडल को लेकर सर्वो को नकार दिया था, जिसे कांग्रेस के शासनकाल में भारत में सर्वोच्च दर्जा मिला था। इससे पहले प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष ने शुभदीप सिंह बिट्टू को मुक्तसर जिला कांग्रेस अध्यक्ष और बाद में राजन गर्ग व खुशबाज जट्टाना को शहरी और देहाती जिला कांग्रेस कमेटियों बठिंडा के अध्यक्षों का पदभार सौंपा। उन्होंने भरोसा व्यक्त किया कि वे पार्टी और लोगो की उम्मीदों पर खरे उतरेंगे।

आप सांसद राघव चड्ढा ने चीन से आने वाली उड़ानों पर रोक लगाने और कोविड-19 की स्थिति पर संसद में चर्चा कराने की मांग की

कहा- प्रभावित देशों से आने वाले अंतरराष्ट्रीय यात्रियों के लिए एक अनिवार्य क्वारंटाइन की व्यवस्था हो

नई दिल्ली/चंडीगढ़ : आम आदमी पार्टी (आप) के वरिष्ठ नेता और राज्यसभा सांसद राघव चड्ढा ने गुरुवार को राज्यसभा की प्रक्रिया और कार्य संचालन के नियम 267 के तहत कार्य स्थगन का नोटिस दिया और चीन में लगातार बढ़ते कोरोना वायरस मामलों और भारत पर इसके प्रभाव पर चर्चा की मांग की। उन्होंने एशियाई देशों के माध्यम से चीन से भारत के लिए कनेक्टिंग उड़ानों पर तत्काल प्रतिबंध लगाने की भी मांग की और प्रभावित देशों के अंतरराष्ट्रीय यात्रियों के लिए अनिवार्य क्वारंटाइन की व्यवस्था की मांग की।

अपने लिखित नोटिस में राघव चड्ढा ने कहा कि चीन में ओमिक्रॉन के एक वैरिएंट और घातक कोरोना वायरस में खतरनाक वृद्धि देखी जा रही है। यह दस लाख से अधिक लोगों की मौत का कारण बना है। महामारी विज्ञानियों ने आने वाले महीनों के दौरान देश में वायरस की कम से कम तीन लहरों का अनुमान लगाया है।

राघव चड्ढा ने कहा कि वायरस ने पहले ही चीन में कहर बरपाया है, जिससे उसकी स्वास्थ्य प्रणाली अस्त-व्यस्त हो गई है। रिपोर्ट बताती है कि अस्पतालों में बेड नहीं हैं। दवाएं स्टॉक से बाहर चल रही है और शवगृहों में जगह नहीं है। महामारी से हुई तबाही के वीडियो सोशल मीडिया पर आ रहे हैं जो लोगों को चिंतित कर रहे हैं।

विनाशकारी दूसरी लहर के दौरान कोविड-19 की स्थिति से निपटने में कुप्रबंधन को लेकर भाजपा के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार पर निशाना साधते हुए उन्होंने कहा कि सरकार ने 2020

की शुरुआत और अंत में महामारी के शुरुआती संकेतों को नजरअंदाज किया जिसके कारण वायरस पूरे देश में अनियंत्रित फैल गया।

'आप' सांसद ने कहा कि नए वैरिएंट पर नज़र रखने में लापरवाही और चेतावनी के संकेतों की अनदेखी ने हमारे देश को दूसरी लहर में डुबो दिया जिससे हमारी स्वास्थ्य प्रणाली पूरी तरह से चरमरा गई और लाखों से अधिक भारतीयों की मौत हो गई।

चड्ढा ने चीन को प्रभावित करने वाले इस नए वैरिएंट के चार मामलों का भारत में पता चलने पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि दुनिया हाई अलर्ट पर है।

श्री आनंदपुर साहिब को 'हेरिटेज सिटी' का दर्जा मिले

राघव चड्ढा ने राज्यसभा में सिख इतिहास से जुड़े महत्वपूर्ण शहर श्री आनंदपुर साहिब के विकास का मुद्दा उठाया और इसे 'हेरिटेज सिटी का दर्जा देने की मांग की। गुरुवार को संसद में प्रश्नकाल के दौरान आप सांसद ने कहा कि यह मामला देश-दुनिया में बसे करोड़ों लोगों की आस्था से जुड़ा है। पंजाब के श्री आनंदपुर साहिब में स्थित तख्त श्री केसगढ़ साहिब वह पवित्र स्थान है जहां श्री गुरु गोबिंद सिंह जी ने 13 अप्रैल 1699 को खालसा पंथ का स्थापना की थी। हर साल यहां बड़ी संख्या में श्रद्धालु गुरु साहिब के दर्शन करने आते हैं। यहां होला मोहल्ला भी धूमधाम से मनाया जाता है जिसमें लाखों श्रद्धालु शामिल होते हैं। चड्ढा ने केंद्र सरकार से सवाल किया कि श्री आनंदपुर साहिब को 'हेरिटेज सिटी' का दर्जा देकर इसे विश्व प्रसिद्ध विरासत शहर बनाने के लिए विशेष फंड देकर सरकार इसके विकास के लिए क्या कदम उठा रही है? उनके सवाल के जवाब में केंद्रीय पर्यटन और संस्कृति मंत्री किशन रेड्डी ने आश्वासन दिया कि सरकार उनके प्रस्ताव पर ध्यान देगी।

भारत में प्यार का दुश्मन बना स्मार्टफोन! नई स्टडी में यह कैसी बात सामने आ गई

वीवो की "स्विच ऑफ" रिपोर्ट में यह खुलासा हुआ है कि जब कपल्स अपने फोन पर व्यस्त होते हैं और उनके पति या पत्नी कुछ पूछते हैं तो वे कभी-कभी चिढ़ जाते हैं।

SOCIAL MEDIA

• **जालंधर ब्रीज.** अवेयरनेस

क्या आपको भी ऐसा लगता है कि आपके पार्टनर आपके साथ समय बिताने से ज़्यादा फोन पर समय बिताते हैं? तो ऐसा महसूस करने वाले आप अकेले नहीं हैं। वीवो इंडिया ने साइबरमीडिया रिसर्च (सीएमआर) के सहयोग से विवाहित जोड़ों पर एक स्टडी की है। इस स्टडी में भारतीय जोड़ों के एक विशाल बहुमत (69%) ने स्वीकार किया कि वे अपने स्मार्टफोन से डिस्ट्रैक्ट होते हैं और इसी की वजह से अपने पार्टनर पर पर्याप्त ध्यान नहीं दे पाते हैं। इस स्टडी में और भी बातें सामने आई हैं, जिसके बारे में हम इस आर्टिकल में बात करने जा रहे हैं।

स्टडी में ये बातें आईं सामने

स्टडी में शामिल 70% लोगो ने यह भी एक्सेप्ट किया कि जब वे अपने फोन पर व्यस्त होते हैं और उनके पति या पत्नी कुछ पूछते हैं तो वे कभी-कभी चिढ़ जाते हैं। इसके अलावा, 90% लोगो के लिए स्मार्टफोन आराम से समय बिताने का सबसे पसंदीदा तरीका है। 88% का दावा है कि फोन पर खाली समय बिताना उनके व्यवहार का एक हिस्सा बन चुका है। शायद यही वजह है कि लोग हर दिन स्मार्टफोन पर औसतन 4.7 घंटे बिता रहे हैं। अब बात पति और पत्नी की कि जाए तो दोनों में यह आंकड़ा समान है।

इतने लोग करना चाहते हैं सुधार

इनमें से 84% लोग अपने तरीके में सुधार करना चाहते हैं और अपने बेटर हाफ के साथ समय बिताना चाहते हैं। 66% लोगों ने यह भी स्वीकार किया कि ज्यादा स्मार्टफोन के उपयोग की वजह से उनके पति या पत्नी के साथ उनके संबंध कमजोर हो गए हैं। इससे यह पता चलता है कि लोग अपने जीवन पर फोन के ज्यादा इस्तेमाल के नकारात्मक प्रभाव को महसूस कर रहे हैं और वे इसमें सुधार भी करना चाहते हैं।

आदत से छुटकारा पाना मुश्किल

स्टडी दिखाती है कि आदत से छुटकारा पाना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। स्टडी से इस बात की पुष्टि होती है कि स्मार्टफोन लोगों के जीवन का एक अभिन्न अंग बन गए हैं, 84% लोगो ने कहा कि वे "उनके शरीर का हिस्सा बन गए हैं और उन्हें अलग नहीं किया जा सकता है।" 60% उत्तरदाताओं ने सहमति जताई कि स्मार्टफोन उन्हें अपने प्रियजनों के साथ जुड़े रहने में मदद कर रहे हैं। जबकि 59% ने माना कि स्मार्टफोन उनके ज्ञान में सुधार करते हैं। 58% ने कहा कि स्मार्टफोन ने खरीदारी को आसान बनाया है।

बच्चों पर सोशल मीडिया का प्रभाव

राहुल नाम का एक बच्चा था उसे सोशल मीडिया में प्रोफाइल बनाकर अपनी और अपने परिवार के सदस्यों की फोटो और वीडियो डालने में बहुत दिलचस्पी थी। लेकिन उसके सांथ एक समस्या थी कि अभी उसकी उम्र 18 वर्ष नहीं होने के कारण वह सोशल मीडिया प्लेटफार्म जैसे फेसबुक , इंस्टाग्राम , ट्विटर , यूट्यूब आदि पर अपने नाम का अकाउंट नहीं बना पा रहा था । उसने अपनी मम्मी को यह बात बतलाई। राहुल की मम्मी ने बिना सोच-विचार के राहुल की गलत जन्मतिथि डालकर उसका अकाउंट बनवा दिया।

अब राहुल प्रतिदिन अपनी और अपने परिवार की फोटो और वीडियो सोशल मीडिया पर डालने लगा। धीरे-धीरे राहुल अपने घर के अन्दर और घर के अंदर रखे सामान की फोटो भी सोशल मीडिया पर पोस्ट करने लगा। राहुल ने फेसबुक , इनस्टाग्राम और यूट्यूब पर अच्छी खासी फ्रेंड्स फालोइंग बढ़ा ली। परन्तु सोशल मीडिया पर उसके अधिकांश दोस्त ऐसे थे जिन्हें राहुल जानता भी नहीं था। एक दिन राहुल ने अपने घर में रखे गहनों और पैसों की फोटो सोशल मीडिया साइट्स पर पोस्ट कीं। उसके कुछ दिनों बाद राहुल के घर में चोरी हो गई और उसके घर में रखे सारे पैसे और गहने चोर चुरा कर ले गए।

जब राहुल के मम्मी-पापा को चोरी का पता लगा तो उन्होंने पुलिस में चोरी की शिकायत दर्ज करवाई। पुलिस ने काफी मेहनत की बाद चोरों को पकड़ लिया। जब चोरों से पूछताछ की गई तब उन्होंने बतलाया कि वे सोशल मीडिया पर राहुल के फ्रेंड थे और राहुल प्रतिदिन अपने घर की फोटो पोस्ट करता था । जिस दिन राहुल ने अपने घर में रखे पैसों और गहनों के पोस्ट डालीं तो उन्हें पता चल गया कि गहने किस कमरे में रखे हैं । राहुल प्रतिदिन अपने स्टेटस में यह बतलाता था कि आज उसके परिवार का कौन सा सदस्य किधर गया है। जिस दिन राहुल के घर में कोई नहीं था उस दिन चोर राहुल के घर में घुस गए और चोरी करके ले गए।

पुलिस ने जब राहुल से इस बारे में जानकारी ली तो राहुल ने बतलाया कि उसकी सोशल मीडिया की प्रोफाइल उसकी मम्मी ने बनाई थीं । पुलिस ने राहुल की मम्मी को समझाया कि इस प्रकार गलत जानकारी देकर बच्चों की सोशल मीडिया प्रोफाइल बनाना कानूनन गलत है और साइबर अपराध की श्रेणी में आता है । पुलिस चाहती तो राहुल की मम्मी पर भी कानूनी कार्यवाही कर सकती थी परन्तु पुलिस ने उन्हें समझाकर छोड़ दिया और चोरी का माल जप्त कर राहुल के मम्मी पापा को दिलवा दिया।

TRAVELLING TIPS

विंटर हॉलिडे पर मन की शांति के साथ करें ट्रिप प्लान, स्मार्ट ट्रैवल टिप्स

ट्रिप की प्लानिंग करना और लागू करना एक मुश्किल काम है।ऐसे में मन की शांति के लिए, और परेशानियों से बचने के लिए आप इन स्मार्ट ट्रैवल टिप्स को फॉलो कर सकते हैं।

बिजी लाइफ में कुछ दिन का ट्रिप मन को शांत कर सकता है। हालांकि अगर प्लानिंग सही न हो तो मन शांत करने वाला ट्रिप भी परेशान कर सकता है। समय, मौसम, टिकट-होटल बुकिंग जैसी चीजों को देखते हुए लोकेशन चुनना और ट्रैवल प्लान करना थोड़ा मुश्किल काम है। ये तब और भी ज्यादा मुश्किल लगता है जब आप किसी नई लोकेशन पर ट्रैवल के लिए जाते हैं। यहां कुछ टिप्स हैं जो आपके काम आ सकती हैं। विंटर हॉलिडे पर एक शांतिपूर्ण ट्रिप प्लान करने के लिए आप एक्सपर्ट द्वारा दी गई इन टिप्स को जरूर देखें।

प्री-बुक करें कैब

ट्रैवल करते समय एक बड़ी चिंता फ्लाइट या ट्रेन छूटना है। ऐसे में सबसे अच्छा तरीका हवाई अड्डे पर समय पर पहुंचने के लिए अपना ट्रांसपोर्ट का सही तरीका चुनें। पिक-अप और ड्रॉप-ऑफ सेवाएं यात्रियों के लिए बेस्ट हैं। ऐसा करना समय पर पहुंचना और किसी भी परेशानी से बचना आसान बनाता है।

खुद को रखें शांत

अपने ट्रैवल के दौरान नई जगहों की खोज करने से मेडिकल एमर्जेंसी हो सकती है। ऐसे में सुनिश्चित करें कि आप किसी भी आकस्मिकता को कवर करने के लिए अपनी दवाओं/प्राथमिक उपचार के साथ यात्रा कर रहे हैं। खासकर जब आप बच्चों के साथ ट्रैवल कर रहे हैं।

वैरिफाइड जानकारी लें

किसी भी यात्रा के लिए मौसम, सड़क की स्थिति, टैक्सी परिवहन, खाना आदि की जांच जरूरी होती है। यह सुनिश्चित करने के लिए सही स्रोत से जानकारी पाना बेहतर होता है।

नेम टैग

अधिकांश यात्रियों के पास एक जैसे ट्रैवल बैग होते हैं और सामान के भ्रम को खत्म करने के लिए सूटकेस में एक नाम कार्ड लगाएं। साथ ही महत्वपूर्ण दस्तावेजों के लिए हमेशा एक अलग पाउच रखें ताकि उन्हें आसानी से बाहर निकाला जा सके या वापस रखा जा सके और उन्हें खोने से बचाने के लिए वे हमेशा आपकी आंखों के सामने हों।

हेल्प के लिए पूछें

अपने ट्रैवल एजेंट या होटल से कहें कि वह आपको मोबाइल हेल्प ऐप की मदद दें ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि नए शहरों में सभी घटनाओं का ध्यान रखा जाए। इस तरह का ऐप मेडिकल एमर्जेंसी स्थिति में, सामान या दस्तावेज खो जाने पर, चोरी होने या किसी अन्य मदद के मामले में आपकी मदद कर सकता है, जिसकी आपको नए शहर में जरूरत हो सकती है।

स्नैक्स में कुछ टेस्टी खाने का है मन तो बनाएं पनीर शावरमा

शाम के नाश्ते में या फिर बच्चों के टिफिन के लिए आप कुछ टेस्टी बनाना चाहते हैं तो पनीर शावरमा बना सकते हैं। यहां सीखें इसे बनाने का सही तरीका।

शाम के नाश्ते में या फिर बच्चों के टिफिन में कुछ टेस्टी और हेल्दी बनाना चाहते हैं तो पनीर शावरमा बना कर सर्व कर सकते हैं। इसे बनाना आसान है। पनीर से कई तरह की चीजें तैयार की जा सकती हैं लेकिन ये काफी लाजवाब लगता है। इसी के साथ पनीर हेल्थ के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद होता है। पनीर शावरमा बनाने की आसान रेसिपी-

पनीर शावरमा बनाने के लिए आपको चाहिए...

- दही
- मिर्च पाउडर
- प्याज
- लहसुन
- चिली फ्लैक्स
- नमक
- जीरा पाउडर
- धनिया पाउडर
- काली मिर्च
- गरम मसाला
- हल्दी पाउडर
- नींबू का रस
- ऑलिव ऑयल
- पनीर
- रोस्टेड तिल
- नींबू का रस
- मेयोनेज
- प्याज
- टमाटर

कैसे बनाएं

- इसे बनाने के लिए सबसे पहले आपको पनीर मैरिनेड करना है। इसके लिए दही, मिर्च पाउडर, बारीक कटी हुई प्याज, बारीक कटा लहसुन, चिली फ्लैक्स, नमक, जीरा पाउडर, धनिया पाउडर, काली मिर्च, गरम मसाला, हल्दी पाउडर, नींबू का रस, ऑलिव ऑयल को अच्छे से मिक्स करें।
- फिर इसमें पनीर डालें और इसे कुछ देर मेरिनेट होने के लिए रख दें। इसे कम से कम 20 से 30 मिनट के लिए मेरिनेट करें।
- अब सॉस तैयार करें। इसके लिए तिल, लहसुन, काली मिर्च, नमक, ऑलिव ऑयल, नींबू का रस और मेयोनीज को अच्छे से मिक्स करें।
- अब एक रोटी लें फिर इस सॉस को अच्छे से फैलाएं। इसमे पर मैरिनेट किया हुआ पनीर रखें और फिर इस पर प्याज, शिमला मिर्च, टमाटर डालें और फिर रोटी के दोनों साइड्स को कवर करें। आप रोटी को सेक कर भी इस पर सब्जी और पनीर को रख सकते हैं।
- पनीर शावरमा तैयार है।

एलिगेंट लुक के लिए काम आएंगे ये आउटफिट आइडियाज, स्टाइलिश लगने के साथ नहीं लगेगी ठंड

जालंधर ब्रीज. क्रिसमस आने तक हर जगह ठंड बढ़ जाती है। ऐसे में क्रिसमस के लिए स्टाइलिंग करने में कभी-कभी हमें ठंड भी लग जाती है क्योंकि कुछ लोग स्टाइलिंग के चक्कर में गरम कपड़े नहीं पहनते और इससे उन्हें ठंड लग जाती है।

FASHION+

ऐसे में फैशन के साथ सिर्फ स्टाइल नहीं बल्कि कम्फर्ट भी जुड़ा हुआ है, आपको यह बात याद रखनी चाहिए। आप अगर क्रिसमस पार्टी में जा रहे हैं, तो इससे लिए आप इन स्टाइलिंग टिप्स को फॉलो कर सकते हैं। ये टिप्स ऐसे हैं, जिन्हें फॉलो करके न सिर्फ आप स्टाइलिश नजर आएंगे बल्कि इनसे आपको ठंड भी नहीं लगेगी।

कलरफुल ब्लेजर : सर्दियों के दिनों में कलरफुल विंटर ब्लेजर बहुत ही अच्छे लगते हैं। आपके लुक को एलिगेंट दिखाने में इतना खास रोल होता है। आप अपनी क्रिसमस ड्रेस के हिसाब से मिलते-जुलते कलर के ब्लेजर खरीद सकते हैं।

हाई नेक स्वेटर : हाई नेक स्वेटर में न सिर्फ आपके गले में ठंड नहीं लगती बल्कि स्टाइल के मामले में भी यह स्वेटर बहुत ही अच्छे होते हैं। आप मोटे नीटेड हाई नेक के स्वेटर पहन सकते हैं।

लॉन्ग कोट : लॉन्ग कोट भी विंटर स्टाइलिंग के हिसाब से बहुत अच्छे लगते हैं। आप अपनी क्रिसमस ड्रेस से मैच करते हुए लॉन्ग कोट पहन सकते हैं। इसके साथ एक स्कार्फ आपके लुक को और भी इम्प्रेसिव दिखाएगा।

नीटेड हैवी कार्डिगन : आपको अगर ब्लेजर या फिर लॉन्ग कोट पहनना पसंद नहीं है, तो आप मोटे नीटेड हैवी कार्डिगन भी पहन सकते हैं। इससे आप स्टाइलिश भी नजर आएंगे और आपको ठंड भी नहीं लगेगी।

हड्डियां रहेगी मजबूत, कीवी में है विटामिन्स का भरपूर खजाना

• **जलंधर ब्रीज.** हेल्थ

कीवी एक ऐसा फल है जिसे बहुत ही कम लोग खाते हैं। लेकिन क्या आपको पता है कि कीवी खाने से आप सेहतमंद रहते हैं। कीवी से कई बीमारियां ठीक हो जाती हैं।

ठंड के मौसम में हर कोई अपने आप का खास ख्याल रखता हैं। ठंड से बचना, गर्म तासीर वाली चीजें खाना इन सभी चीजों से सर्दी में ध्यान रखना जरुरी हो जाता है। ठंड के मौसम में तला-भुना खाने से शरीर को नुकसान होता है। इसी के साथ बाहर की चीजों खाने से शरीर पर बुरा प्रभाव पड़ता है। चेहरे पर मुंहासे, दाग-धब्बे आने लगते है। इसीलिए सर्दी हो या गर्मी हर मौसम में हमेशा शरीर को दुरुस्त रखने वाली चीजें

KIWI BENEFITS

खानी चाहिए। फलों की बात करें तो कीवी खाने से आपकी त्वचा में तो निखार आता ही है, इसके अलावा कीवी को खाने से हड्डियां भी मजबूत होती है।

ठंड के मौसम में हड्डियां रहेगी एकदम मजबूत

सर्दियों में अपनी हड्डियों की सेहत बनाए रखना जरुरी होता है। इसके लिए पोषक तत्वों को अवश्य लें। कीवी में सबसे ज्यादा फाइटोकेमिकल्स और विटामिन c होता हैं। यह त्वचा के लिए काफी फायदा करता है। जब हम कभी बीमार होते हैं तो डॉक्टर्स भी कीवी खाने की सलाह देते हैं। कीवी खाने से बच्चों से लेकर बुजुर्गों तक की हड्डियां मजबूत हो जाती हैं। इसीलिए सर्दियों में यह फल आपको सेहतमंद रखने के लिए काफी कारगार माना जाता है। जिन लोगों में हाई ब्लड प्रेशर जैसी समस्या रहती हैं उनके लिए दिन में दो या तीन बार कीवा खाना अच्छा रहता है।

कीवी में है विटामिन्स का भरपूर खजाना

यह फल ऐसा है कि इसमें खूब सारे विटामिन होते है। तभी तो कीवी को विटामिन और पोषक तत्वों का खजाना माना जाता है। इसे खाने से इंसान की इम्यूनिटी मजबूत होती है। वैसे तो यह फल थोड़ा मंहगा होता है, इसीलिए लोग इसे खरीदने से पहले दो बार सोचते जरुर हैं। लेकिन आपको बता दें कि यह फल आपको खई बीमारियों से दूर रखता है। कीवी को एक बेहतर इम्यूनिटी बूस्टर माना जाता है। साथ ही सर्दी में चोट लगने पर या फिर कोई घाव जल्दी से भरता नही हैं। इसके लिए अगर आप कीवी खाएंगे तो यह घाव को तेजी से भरता है। कीवी में नेचुरल कंपाउंड और एंटीबैक्टीरियल एंजेट्स घाव को तेजी से भरने के लिए कारगर माने जाते है।

केंद्रीय खेल मंत्री अनुराग सिंह ठाकुर ने भारतीय खेल प्राधिकरण (साई) के पटियाला केंद्र का दौरा किया, 300 बिस्तरों वाले नए छात्रावास का उद्घाटन किया

• **जालंधर ब्रीज.** पटियाला

केंद्रीय युवा मामले और खेल मंत्री, अनुराग सिंह ठाकुर ने शनिवार को पटियाला में भारतीय खेल प्राधिकरण (साई-SAI) के नेताजी सुभाष राष्ट्रीय खेल संस्थान (एनएसएनआईएस) का दौरा किया और 300 बिस्तर वाले एक नए छात्रावास का उद्घाटन किया, जिसके निर्माण में 26.77 करोड़ रुपये की लागत आई है।

खेल मंत्री ने भारत के महान हॉकी खिलाड़ी मेजर ध्यानचंद और स्प्रिंटर पीटी उषा को समर्पित छात्रावासों का भी उद्घाटन किया, जिन्हें कुल 5.25 करोड़ की लागत से पुनर्निर्मित और उन्नत किया गया है।

उद्घाटन के दौरान बोलते हुए ठाकुर ने कहा, "सरकार का प्रयास है कि एथलीटों को सर्वोत्तम संभव सुविधाएं प्रदान की जाएं। माननीय प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी जी ने हमेशा एथलीटों को सभी नीतियों के केंद्र में रखने के महत्व पर जोर दिया है। इस 300 बिस्तरों वाले छात्रावास की शुरुआत और पुराने छात्रावासों का उन्नयन इस दिशा में एक और कदम है, ताकि इस प्रतिष्ठित केंद्र में प्रशिक्षण ले रहे एथलीटों के रहने की सुविधाओं में सुधार हो।"

ठाकुर ने एनएसएनआईएस पटियाला में एकेडमिक कोर्स में पहली बार शामिल स्पोर्ट्स परफॉर्मेंस एनालिसिस कोर्स का भी उद्घाटन किया। इस पाठ्यक्रम के छात्रों के पहले बैच के साथ बातचीत करते हुए, ठाकुर ने कहा, "खेल विज्ञान और खेल प्रदर्शन विश्लेषण को शामिल करना एक एथलीट की वास्तविक क्षमता का आकलन करने के लिए बहुत महत्वपूर्ण है, जो अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में भारत के समग्र प्रदर्शन को बेहतर बनाने में बहुत सहायता कर सकता है।"

अपनी यात्रा के दौरान, खेल मंत्री ने 400 से अधिक एथलीटों और प्रशिक्षुओं के साथ बातचीत की और उन्हें खेलों पर ध्यान केंद्रित करने और देश को गौरवान्वित करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने एथलीटों से केंद्र में उपलब्ध सुविधाओं और वर्तमान व्यवस्था में सुधार के बारे में जानकारी मांगी।

इन वर्षों में साई पटियाला ने कई प्रसिद्ध एथलीट दिए हैं, जिन्होंने विश्व चैंपियनशिप और ओलंपिक पदक सहित देश के लिए कई पुरस्कार जीते हैं।

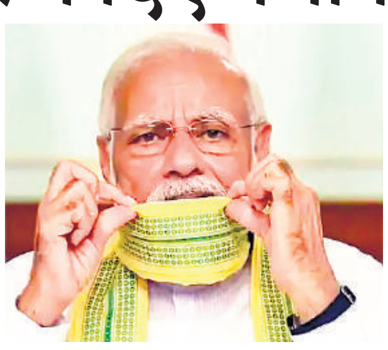
वर्ष 2021 में, साई पटियाला के एथलीटों ने राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिताओं में छह विषयों में कुल 72 पदक जीते। वर्ष 2022 में यह टैली बढ़कर 195 मेडल हो गई।

अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर, साई पटियाला के एथलीटों ने राष्ट्रमंडल चैंपियनशिप, यूरोपीय ओपन और जूनियर विश्व चैंपियनशिप जैसी प्रतियोगिताओं में 19 पदक जीते।

सावधान! कोरोना गया नहीं, चीन में आफत के बीच सरकार ने दिए बचाव के 5 मंत्र

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

चीन, अमेरिका और जापान जैसे देशों में कोरोना के मामलों में बीते कुछ सप्ताह में तेजी से इजाफा हो रहा है। इसके चलते दुनिया भर में चिंताएं बढ़ गई हैं। खासतौर पर चीन को लेकर भारत में टेंशन है, जो पड़ोसी देश है और वहां हाहाकार मचा हुआ है। मंगलवार को ही सरकार ने राज्यों को जीनोम सीक्वेंसिंग करने की सलाह दी थी। इसके अलावा जांच में भी तेजी लाने का फैसला लिया गया है। इस बीच बुधवार को हेल्थ मिनिस्टर मनसुख मांडविया ने कोरोना की समीक्षा को लेकर उच्च स्तरीय मीटिंग बुलाई। इस बैठक में फैसला हुआ कि हर सप्ताह कोरोना के हालात की समीक्षा की जाएगी। मीटिंग में शामिल नीति आयोग के सदस्य वीके पॉल ने कोरोना से निपटने के लिए तय उपायों के बारे में भी बाहर आकर जानकारी दी। उन्होंने कहा कि हमें चीन और अमेरिका के हालात को देखते हुए सतर्क रहने की जरूरत है। वीके पॉल ने इस दौरान कोरोना संकट से निपटने के लिए 5 मंत्र दिए।



1. नीति आयोग की स्वास्थ्य समिति के सदस्य वीके पॉल ने कहा कि यह सीजन बुखार और जुकाम का होता है। ऐसे में यदि जुकाम या बुखार आता है तो फिर टेस्ट भी जरूर करा लें। मामूली लक्षण पाए जाने खुद को क्वारेंटाइन करें और नियमों का पालन करें।
2. उन्होंने सभी लोगों से बूस्टर डोज लेने की भी अपील की। पॉल ने कहा कि अब भी 27 से 28 फीसदी लोगों ने ही बूस्टर डोज ली है। हमारी अपील है कि जिन लोगों ने भी बूस्टर डोज नहीं ली है, वे इसे लगवा लें। इससे कोरोना की लहर यदि आती भी है तो उससे निपटने में मदद मिलेगी।
3. नीति आयोग की समिति के सदस्य ने कहा कि खास तौर पर बुजुर्ग और गंभीर बीमारियों के शिकार लोग पहले बूस्टर डोज ले लें। दरअसल कोरोना वैक्सीन से विकसित हुई इम्युनिटी कुछ महीनों में कमजोर पड़ने लगती है। ऐसे में बूस्टर डोज लेना कारगर हो सकता है।
4. उन्होंने कहा कि अब समय है कि हम फिर से एहतियात बरतना शुरू करें। वीके पॉल ने कहा कि भीड़ में मास्क जरूर लगाएं। सोशल डिस्टेंसिंग के नियमों का पालन करें।
5. इस बीच स्वास्थ्य मंत्रालय ने फैसला लिया है कि हर सप्ताह कोरोना के मामलों की समीक्षा को लेकर बैठक की जाएगी। इससे रियल टाइम अपडेट पर नजर रहेगी और उसके मुताबिक कदम तय किए जा सकेंगे। वीके पॉल ने कहा कि अभी उड़ानों पर किसी तरह के नियंत्रण को लेकर कोई फैसला नहीं लिया गया है।

इमरान खान को भी आ रही पीएम मोदी की याद, बोले- वह चाहें तो ठीक हो सकते हैं संबंध

• **जालंधर ब्रीज.** वर्ल्ड न्यूज

आर्थिक और सियासी संकट से जूझते पाकिस्तान को अब राजनीतिक गलियारों में भारत से ही उम्मीद नजर आ रह है। चुनाव से पहले जनता को लुभाने के लिए वहां के राजनेता बार-बार भारत और प्रधानमंत्री मोदी की बात करते हैं। विदेश मंत्री बिलावल जरदारी भुट्टो के पीएम मोदी और भारत पर की गई आपत्तिजनक टिप्पणी के बाद पूर्व प्रधानमंत्री इमरान खान ने भी भारत की बात की है। हालांकि उनका लहजा थोड़ा नरम दिखाई दिया। इमरान खान ने कहा कि वह भारत के साथ संबंध सुधारना चाहते थे लेकिन आरएसएस की विचारधारा और अनुच्छेद 370 को हटाया जाना आड़े आ गया।

विदेशी पत्रकारों से बात करते हुए पूर्व प्रधानमंत्री खान ने कहा कि सेना प्रमुख रिटायर्ड जनरल कमर जावेद बाजवा भी भारत और पाकिस्तान के बीच संबंध अच्छे करना चाहते थे। उन्होंने कहा, मैं चाहता था कि मेरे साढ़े तीन साल के

कार्यकाल में भारत के साथ संबंध बेहतर हों लेकिन जम्मू-कश्मीर से अनुच्छेद 370 हटाया जाना और आरएसएस की विचारधारा रोड़ा बन गई। इमरान खान ने कहा, हम चाहते थे कि भारत अपना फैसला वापस ले ले और फिर पाकिस्तान के साथ शांति वार्ता करे।

इमरान खान का इशारा पीएम मोदी की तरफ : खान ने कहा, हमें विश्वास है कि दक्षिणपंथी पार्टी का ही एक नेता चाहे तो यह विवाद खत्म हो सकता है। इमरान खान इशारों में प्रधानमंत्री मोदी की बात कर रहे थे। हालांकि इमरान खान ने सीधा पीएम मोदी का नाम नहीं लिया। बता दें कि जम्मू-कश्मीर में आतंकवाद के मुद्दे पर भारत सख्त है और पाकिस्तान लगातार घुसपैठिए भेजता है और आतंकवादियों को पनाह देता है।

साल 2016 में ही भारत औऱ पाकिस्तान के बीच एक बार फिर खटास आ गई थी। पठानकोट में पाकिस्तानी आतंकियों ने एयरबेस पर हमला किया था। इसके बाद टेंशन बढ़ गई थी। इसके बाद ही उरी में सेना के शिविर पर हमला कर दिया गया जिसके बाद भारत ने सर्जिकल स्ट्राइक करके पाकिस्तानी आतंकी ठिकानों को नेस्तनाबूत कर दिया। भारत सरकार ने जब जम्मू-कश्मीर से अनुच्छेद 370 हटाने का फैसला किया तो पाकिस्तान तिलमिला गया। लेकिन कर भी क्या कर सकता था। भारत के आंतरिक मामलों में सीधा दखल देना उसके वश में नहीं है।

भारत लगातार कहता है कि जब तक पाकिस्तान आतंकमुक्त महालौ नहीं बनाता और आतंकियों को पनाह देना बंद नहीं करता तबतक उससे बातचीत संभव नहीं है।

वित्तीय समावेशन- एक सफरनामा

समाज के कमजोर एवं कम आय वाले वर्गों जैसे बेसहारा तबकों को वित्तीय सेवाओं के साथ-साथ उनको समय पर और किफायती दरों पर पर्याप्त मात्रा में क्रेडिट सुलभ कराने को दुनिया-भर में आर्थिक विकास और गरीबी उन्मूलन की दिशा में एक प्रमुख प्रेरक तत्व माना जाता है। यदि समाज के कमजोर तबकों की पहुंच औपचारिक वित्त तक हो तो इससे रोजगार पैदा करने की गति को बल मिलेगा, आर्थिक आघात लगने की संभावना कम हो सकती है और इससे मानव पूंजी में किए जाने वाले निवेशों में भी इजाफा होगा। संयुक्त राष्ट्र के सत्रह सतत विकास लक्ष्यों (एसडीजी) में से सात लक्ष्यों में वित्तीय समावेशन को एक ऐसे सक्षमता कारक तत्व के रूप में शामिल किया गया है जिसकी बदौलत समाज के गरीब एवं उपेक्षित तबकों के जीवन स्तर में सुधार लाया जा सकता है।

वर्ष 2010 में जी-20 के देशों ने वित्तीय समावेशन के लक्ष्य को पूरा करने के लिए वैश्विक स्तर पर भागीदारी (जीपीएफआई) की जरूरत पर अपनी सहमति व्यक्त की थी जिसका उद्देश्य वित्तीय समावेशन पर आधारित एक संवाद शुरू करना था जिसके केंद्र में वंचित एवं जरूरतमंद लोग, सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यम हों। वर्ष 2011 में, जी-20 के नेताओं ने विप्रेषण की लागत को कम करने के मुद्दे पर अपनी प्रतिबद्धता प्रदर्शित की थी। वर्ष 2016 में डिजिटल वित्तीय समावेशन (डीएफआई) के संबंध में कुछ उच्चस्तरीय सिद्धांतों की रचना की गई थी ताकि उनसे मार्गदर्शन प्राप्त करते हुए सभी देश डिजिटल परिवर्तन के अपने मार्ग पर आगे बढ़ सकें। जीपीएफआई वित्तीय ग्राहक संरक्षण और वित्तीय साक्षरता के विभिन्न पहलुओं को ध्यान में रखते हुए डिजिटल वित्तीय समावेशन को सुविधाजनक बनाने और लघु और मध्यम उद्यमों को वित्त के विकल्प मुहैया कराने की दिशा में निरंतर प्रयास कर रहा है। वित्तीय समावेशन का अभियान प्रत्येक देश में अपनी तरह से सबसे अलग किस्म का रहा है, जिसे उस देश की राष्ट्रीय प्राथमिकताओं, सुधारों को लागू करने की उसकी संस्थागत क्षमता, वित्तीय बाजारों का विकास, भुगतान के बुनियादी ढांचे, वित्तीय क्षमता और वे सांस्कृतिक मान्यताएं रूपाकार देती हैं जिनसे लोगों का वित्तीय व्यवहार तय होता है। भारत में वित्तीय समावेशन की नीतियों के अंतर्गत बैंक शाखा नेटवर्क के विस्तार को उन क्षेत्रों तक ले जाना जहां बैंकिंग एवं वित्तीय सेवाएं नहीं पहुंची हैं या सीमित दायरों तक पहुंची हैं, समाज के ऐसे वर्गों को ऋण प्रवाह प्रदान करना जो क्रेडिट बाजारों की ऋण सुविधाओं से वंचित रह गए हैं, अग्रणी बैंक योजना का शुभारंभ, स्वयं सेवी समूहों और संयुक्त देयता समूहों (जेएलजी) को बढ़ावा देना, किसान क्रेडिट कार्ड (केसीसी) और बुनियादी

जालंधर ब्रीज

अजय सेठ
(इकोनोमिक अफेयर सेक्रेटरी)

माइकल देवव्रत पात्र
(आरबीआई डिप्टी गवर्नर)

बचत बैंक जमा खातों (बीएसबीडीए) की शुरुआत करना शामिल हैं जिसका उद्देश्य व्यापार प्रतिनिधियों के माध्यम से अंतिम व्यक्ति तक वित्तीय सेवाएं पहुंचाना है। प्रधान मंत्री जनधन योजना (पीएमजेडीवाई) कार्यक्रम का शुभारंभ एक ऐतिहासिक क्षण था जिसे प्रत्येक हाउसहोल्ड को और उसके बाद बैंकिंग सुविधाओं से रहित प्रत्येक वयस्क व्यक्ति को बैंक खातों तक पहुंच प्रदान करने के लिए प्रारंभ किया गया था। पीएमजेडीवाई की घोषणा प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने 15 अगस्त 2014 को अपने स्वतंत्रता दिवस के भाषण में की थी। 28 अगस्त 2014 को कार्यक्रम की शुरुआत करते हुए प्रधानमंत्री ने गरीबों के लिए इस अवसर को गरीबी के दुष्चक्र से मुक्ति का जश्न मनाने के उत्सव के रूप में वर्णित किया था। इस पहल को आगे बढ़ाते हुए, जेएएम (जनधन, आधार और मोबाइल) की त्रयी ने वित्तीय समावेशन के क्षेत्र में एक बड़ा बदलाव किया और सुविधाजनक, सुरक्षित, संरक्षित, पारदर्शी और किफायती तरीके से डिजिटल भुगतान को सर्वव्यापी बनाने के काम को सुगम बनाया। महामारी के दौरान जेएएम ईको-सिस्टम की सुदृढ़ता का परीक्षण हो गया था, जब 54 मंत्रालयों की 319 सरकारी योजनाओं के तहत 5.53 लाख करोड़ की धनराशि प्रत्यक्ष लाभ हस्तांतरण (डीबीटी) के माध्यम से कमजोर वर्गों को समय पर राहत के रूप में प्रदान की गई थी। जेएएम इको-सिस्टम के आधार पर देश ने लैंगिक अंतर को पाटने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम बढ़ाए हैं।

पिछले एक दशक में महिलाओं की जमा

राशि पुरुषों की तुलना में तेजी से बढ़ रही है1। समग्र प्रणाली के स्तर पर वित्तीय समावेशन, वित्तीय साक्षरता और उपभोक्ता संरक्षण सुनिश्चित करने के लिए वित्तीय क्षेत्र के सभी नियामकों द्वारा समन्वित दृष्टिकोण अपनाए जाने के संबंध में एक रोड मैप प्रदान करने के उद्देश्य से वित्तीय समावेशन हेतु राष्ट्रीय कार्यनीति (एनएसएफआई) 2019-24 और वित्तीय शिक्षण हेतु राष्ट्रीय कार्यनीति (एनएसएफई): 2020-25 की शुरुआत की गई है। भारतीय रिज़र्व बैंक (आरबीआई) द्वारा एक वित्तीय समावेशन (एफआई) सूचकांक विकसित किया गया है जो वित्तीय सेवाओं के सुरक्षित और संरक्षित उपयोग में सुधार और सतत वित्तीय समावेशन की उपलब्धि की गुणवत्ता में सुधार के लिए समावेशन प्रयासों के मांग पक्ष पर अधिक से अधिक केंद्रित कार्रवाई की आवश्यकता पर प्रकाश डालता है। भारत सूक्ष्म, लघु और मध्यम आकार के उद्यमों (एमएसएमई) को नकदी प्रवाह-आधारित उधार सहित ऋण देने के लिए डिजिटल सहमति के आधार पर वित्तीय डेटा साझा करने हेतु भारत एक विश्व स्तरीय भुगतान अवसंरचना विकसित करके, यूपीआई, आधार, जीएसटीएन, डिजिटल कॉमर्स के लिए ओपन नेटवर्क (ओएनडीसी) और डिजिटल की सुविधा के लिए अकाउंट एग्रीगेटर्स (एए) जैसे डिजिटल बुनियादी ढांचे का लाभ उठाकर 'लास्ट माइल कनेक्टिविटी' की समस्या को दूर करने में अग्रणी देश रहा है।

डिजिटलीकृत भूमि अभिलेखों को एकीकृत करने वाले फिनटेक सल्युशन्स किसानों को सुचारु रूप से ऋण की सुविधा प्रदान करते हैं। ग्राहकों की डिजिटल ऑनबोर्डिंग को बढ़ावा देने के लिए वीडियो आधारित ग्राहक पहचान प्रक्रिया (वी-सीआईपी) शुरू की गई है। खुदरा भुगतान, सीमा-पार भुगतान और एमएसएमई ऋण देने के लिए आरबीआई द्वारा नियामक सैंडबॉक्स समूह (रेग्युलेटरी सैंडबॉक्स को-हॉर्ट्स) स्थापित किए गए हैं जिसका उद्देश्य जिम्मेदार नवाचार को बढ़ावा देना है। यह उम्मीद की जाती है कि आगे चलकर यूपीआई, ई-केवाईसी और एए की त्रिमूर्ति के द्वारा सभी के लिए अपनी आवश्यकता के अनुरूप एवं समावेशी वित्तीय सेवाएं प्राप्त करने के क्षेत्र में अगली क्रांति की शुरुआत हो। 1 दिसंबर 2022 से भारत द्वारा जी-20 की अध्यक्षता ग्रहण करने के बाद से देश वैश्विक स्तर पर वित्तीय समावेशन पारिस्थितिकी तंत्र के आधार को गहरा बनाने के लिए डिजिटल सार्वजनिक अवसंरचना (डिजिटल पहचान, डिजिटल भुगतान और डेटा की डिजिटल सहमति-आधारित विनिमय) के महत्व को अपना मुखर समर्थन देने का प्रयास करेगा। लेन-देन की लागत और सूचना विषमता में कमी लाकर समावेशन के लिए पारंपरिक बाधाओं को दूर करके डिजिटल नवाचार वित्तीय समावेशन को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं, विशेष रूप से एमएसएमई और छोटे और सीमांत किसानों जैसे वंचित समूहों के मामले में।

प्यारी बेटियों की भूमि- भगवान का अपना देश, केरल; सहिष्णुता, प्रगति और हरियाली का प्रतीक है

साभार-गुगल

• **जालंधर ब्रीज.** केरल

केरल में एक महानगरीय और मिश्रित संस्कृति है। यह भारतीय संस्कृति का अभिन्न अंग है। केरल की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत, भारत के अन्य भागों और विदेशों के प्रभाव से सहस्राब्दियों में विकसित, आर्य और द्रविड़ संस्कृतियों का संगम है। केरल की संस्कृति एक व्यावहारिक उदाहरण है और पूरे राज्य में, लोगों के व्यवहार में दिखाई पड़ने वाली सहिष्णुता का प्रतीक है। केरल भारत के प्रमुख पर्यटन स्थलों में से एक है, जिसके प्रमुख आकर्षण; नारियल पेड़ों की कतार वाले रेतीले समुद्र तट, अनुप्रवाही जल, पहाड़ी स्थल, आयुर्वेदिक पर्यटन और उष्णकटिबंधीय प्राकृतिक सुन्दरता आदि हैं।

सदियों से विभिन्न समुदाय और धार्मिक समूह के लोग पूर्ण सद्भाव और आपसी समझ के साथ रहते हैं। लोग एक दूसरे की अच्छी चीजों को एक उदार दृष्टिकोण के साथ अपनी निरंतर समाजीकरण प्रक्रिया और लगातार विकसित होती समृद्ध संस्कृति के हिस्से के रूप में अपनाते हैं। परंपरा और आधुनिकता के मिश्रण को एकीकृत करने की यह परंपरा एक दूसरे को सहन करने और सम्मान देने का जीवंत उदाहरण है, जो विविधता में एकता के सर्वोच्च स्तर का प्रमाण देती है।

राज्य में सबसे अधिक यानि आधी से अधिक आबादी हिंदू धर्म का पालन करती है और इसके बाद इस्लाम और ईसाई धर्म के मानने वाले लोग हैं। केरल भारत के उन कुछ राज्यों में से एक है, जहां सभी धर्मों के लोग लगभग एकसमान पाक-कला साझा करते हैं। चावल प्रमुख खाद्य है, जिसे विभिन्न शाकाहारी और मांसाहारी व्यंजनों के साथ दिन के सभी समय खाया जाता है। माना जाता है कि केरल (केरलम) नाम; केरा (नारियल के पेड़) + आलम (भूमि या स्थान) से बना है।

कई राज्यों के विपरीत, केरल में शहरी-ग्रामीण विभाजन दिखाई नहीं देता है। केरल में लोग न केवल एक-दूसरे के साथ हैं, बल्कि प्रकृति के भी साथ हैं, जो पारिस्थितिक संतुलन को बनाए रखने में मदद करता है। राज्य के लोग, केरल को एक हरित प्रदेश बनाने के लिए "प्रदूषित करें और नष्ट हो जाएं; संरक्षण करें और फलें-फूलें" नारे को लागू करते हुए पर्यावरण संरक्षण में सुधार करने के साथ इसे सशक्त बना रहे हैं। केरल के लोगों में नागरिक बोध बहुत अधिक है। वे अपने व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन में स्वच्छता का हमेशा पालन करते हैं। लोग न केवल उच्च शिक्षित व सुसंस्कृत हैं, बल्कि राजनीतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक और आर्थिक स्तर पर बहुत सतर्क भी हैं तथा देश के नागरिकों के रूप में अपने अधिकारों और कर्तव्यों के प्रति पूरी तरह जागरूक हैं। आम तौर पर लोगों में पढ़ने के प्रति उत्साह और मीडिया, विशेष रूप से समाचार पत्रों को लेकर गहरा लगाव देखने को मिलता है।

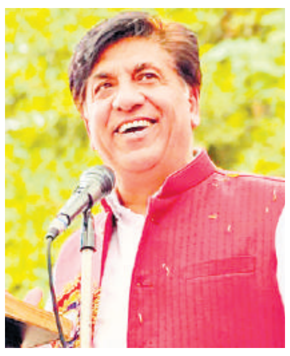
जमीनी स्तर पर, जहां तक शक्तियों के हस्तांतरण, सुगठित अवसंरचना और इसकी कार्यप्रणाली का सवाल है, केरल में लोकतंत्र अपने सबसे अच्छे रूप में है।

31 दिसंबर तक पंजाब के सभी ग्रामीण घरों को साफ़ पानी की सुविधा का लक्ष्य; 99.93 प्रतिशत काम पूरा

जिम्पा ने जल सप्लाई और सेनिटेशन विभाग के अफसरों और कर्मचारियों की सराहना की

• **जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़**

मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व में पंजाब सरकार के नाम जल्द एक बड़ी उपलब्धि जुड़ जायेगी। जल सप्लाई और सेनिटेशन विभाग की तरफ से 31 दिसंबर, 2022 तक पंजाब के सभी ग्रामीण घरों को पीने वाले पानी की पाईपों के द्वारा सप्लाई देने का लक्ष्य है। अब तक राज्य के 34.26 लाख ग्रामीण घरों में से 99.93 प्रतिशत घरों (34.24 लाख) को पीने वाले पानी की पाईपड सप्लाई दी जा चुकी है। सिर्फ़ 125 ढाणियां बाकी हैं और वहाँ भी यह सुविधा देने के लिए ज़ोर-शोर से काम चल रहा है। जल सप्लाई और सेनिटेशन मंत्री ब्रम शंकर जिम्पा ने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली सरकार पहले दिन से ही पंजाब निवासियों को प्राथमिक सहूलतें देने के लिए भरपूर यत्न कर रही है। सरकार का उद्देश्य भी यही है कि लोगों को मिलने वाली सुविधाओं के लिए किसी प्रकार की परेशानी का सामना न करना पड़े और सभी सुविधाएं घर बैठे मिलें।



उन्होंने कहा कि पंजाब के कई इलाकों में लोगों को पीने वाले साफ़ पानी की किल्लत का सामना करना पड़ रहा था परन्तु पंजाब सरकार ने अब तकरीबन सभी ग्रामीण घरों में पाईपों के द्वारा साफ़ पानी पहुँचा दिया है। उन्होंने इस कार्य के लिए जल सप्लाई और सेनिटेशन विभाग के अधिकारियों और कर्मचारियों की खुले दिल से सराहना भी की है। उधर विभाग के प्रमुख मुहम्मद इशफाक ने सम्बन्धित अफसरों को निर्देश दिए हैं कि जिन कुछेक घरों में पीने वाले पानी की पाईपड सप्लाई अभी नहीं पहुँची, वहाँ यह सुविधा 31 दिसंबर, 2022 तक पहुंचायी जाये जिससे पंजाब साल 2023 में सभी ग्रामीण घरों को पीने वाले पानी की पाईपों के द्वारा सप्लाई देने वाला राज्य कहलवा सके। उन्होंने कहा कि हम मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व अधीन 31 दिसंबर, 2022 तक राज्य में 100 प्रतिशत जल सप्लाई का लक्ष्य पूरा करने के लिए पूरी तरह यत्नशील हैं जबकि राष्ट्रीय लक्ष्य 2024 का है।

काबिलेगौर है कि इसी साल नयी दिल्ली के विज्ञान भवन में 'स्वच्छ भारत दिवस' पर पंजाब के 15 जिलों को 'हर घर जल सर्टिफिकेट' से सम्मानित किया जा चुका है। साल 2023-24 में जल सप्लाई और सेनिटेशन विभाग की तरफ से 622 करोड़ रुपए की लागत से 1050 गाँवों में मौजूदा जल सप्लाई का स्तर ऊँचा उठाने के लिए काम शुरू करने की भी योजना है।

मान सरकार की एक और उपलब्धि; कांग्रेस सरकार द्वारा घटाये पदों को किया दोगुना

लालजीत सिंह भुल्लर ने कहा- 418 वैटरनरी अधिकारियों की भर्ती प्रक्रिया मुकम्मल

• **जालंधर ब्रीज.चंडीगढ़**

पंजाब के युवाओं को रोज़गार के अधिक से अधिक अवसर प्रदान करने की अपनी प्रतिबद्धता के तहत मुख्यमंत्री भगवंत मान की सरकार ने एक और उपलब्धि हासिल करते हुये पिछली सरकार द्वारा पशु पालन विभाग में वैटरनरी अधिकारियों के घटाये गये पदों को दोगुना करके 418 कर दिया है। इन पदों पर भर्ती प्रक्रिया मुकम्मल कर ली गई है और जल्द ही योग्य उम्मीदवारों को नियुक्ति पत्र दे दिए जाएंगे। पशु पालन मंत्री लालजीत सिंह भुल्लर ने बताया कि पशु पालन विभाग में वैटरनरी अधिकारियों के 353 पदों को पिछली कांग्रेस सरकार

ने घटाकर 200 कर दिया था जिस कारण विभाग का काम प्रभावित होना लाज़िमी था। उन्होंने बताया कि मान सरकार ने राज्य में सत्ता संभालते ही इन पदों सम्बन्धी केस को विचारा और इन पदों को 200 से बढ़ाकर 418 किया गया।

कैबिनेट मंत्री ने बताया कि वैटरनरी अधिकारियों के इन पदों पर पंजाब लोक सेवा आयोग (पी.पी.एस.सी.) द्वारा भर्ती प्रक्रिया मुकम्मल कर ली गई है और जल्द ही योग्य उम्मीदवारों को नियुक्ति पत्र दे दिए जाएंगे। पशु पालन मंत्री ने बताया कि हाल ही में पशु पालन विभाग में 152 वैटरनरी इंस्पेक्टरों (वी.आई.) की भर्ती की गई है, जो अलग-अलग ज़िलों में तैनात होकर अपना काम कर रहे हैं। इसी तरह विभाग द्वारा 60 और वैटरनरी इंस्पेक्टरों की भर्ती के लिए विज्ञापन जारी किया गया है। इन पदों की भर्ती प्रक्रिया जल्द से जल्द मुकम्मल करने सम्बन्धी अधिकारियों को पहले ही निर्देश दिए गए हैं।

प्रिंसीपल्स के अंतरराष्ट्रीय प्रशिक्षण के लिए आवेदन संबंधी पोर्टल खोला : हरजोत सिंह बैंस

पहले दौर में दो समूह सिंगापुर की नामवर संस्थाओं में लेंगे प्रशिक्षण

• **जालंधर ब्रीज.एसएएस नगर**

पंजाब सरकार द्वारा राज्य के सरकारी स्कूलों में पढ़ने वाले विद्यार्थियों को अंतरराष्ट्रीय स्तर की शिक्षा व्यवस्था मुहैया करवाने के वायदे को पूरा करते हुए सिंगापुर की नामवर संस्थाएं प्रिंसिपल्ज़ अकैडमी एंड नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ एजुकेशन में प्रशिक्षण दिलाने का फ़ैसला लिया गया है। इस सम्बन्धी जानकारी देते हुए पंजाब के स्कूल शिक्षा मंत्री हरजोत सिंह बैंस ने बताया कि राज्य सरकार के इस फ़ैसले के अनुसार पहले दौर में प्रधानाचार्यों के दो समूह सिंगापुर की नामवर संस्थाएं प्रिंसिपल्ज़ अकैडमी एंड नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ एजुकेशन में प्रशिक्षण के लिए भेजे जा रहे हैं। बैंस ने कहा

कि प्रशिक्षण में भेजे जाने वाले प्रधानाचार्य के चयन की विधि पूरी तरह से पारदर्शी होगी और प्रशिक्षण लेने के इच्छुक प्रधानाचार्य शिक्षा विभाग के पोर्टल पर आज से ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। यह पोर्टल 26 दिसंबर तक खुला रहेगा।

उन्होंने बताया कि पंजाब के सरकारी स्कूलों में 24 दिसंबर, 2022 को करवाई जा रही अभिभावक-अध्यापक भेंट के लिए पंजाब के मुख्यमंत्री स. भगवंत मान द्वारा अपना वीडियो संदेश जारी कर सरकारी स्कूलों के विद्यार्थियों, अध्यापकों और अभिभावकों को जागरूक करने का प्रयास दिखाता है कि पंजाब सरकार स्कूली शिक्षा की बेहतरी के लिए संजीदा है। इस अवसर पर उनके साथ वरिन्दर कुमार शर्मा डायरैक्टर जनरल स्कूल शिक्षा और तेजदीप सिंह सैनी डायरैक्टर शिक्षा विभाग पंजाब भी उपस्थित थे। बैंस ने समूह शिक्षा अधिकारियों और स्कूल प्रमुखों को प्रेरित करते हुए कहा कि 24 दिसंबर को होने वाली अभिभावक-अध्यापक भेंट नया कीर्तिमान स्थापित करेगी, जहाँ पंजाब सरकार के स्कूली शिक्षा को बेहतर बनाने के लिए किए जाने वाले प्रयासों की चर्चा होगी।

नकोदर में शिकायत निवारण कैंप का आयोजन

एडीसी ने सुनी लोगों की समस्याएं

कैंप के दौरान संपत्तियों के 95 इंतकाल, 25 मनरेगा जॉब कार्ड और 10 यूडीआईडी मौके पर जारी

• **जालंधर ब्रीज.नकोदर**

पंजाब सरकार के निर्देश पर जिला प्रशासन द्वारा आम लोगों की शिकायतों को सुनने के लिए गुरुवार को डिप्टी कमिशनर जसप्रीत सिंह के नेतृत्व में स्थानीय तहसील परिसर में शिकायत निवारण कैंप का आयोजन किया गया। अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर (ज) मेजर अमित महाजन ने कैंप में पहुंचे लोगों की शिकायतों को सुनने के बाद संबंधित अधिकारियों को तत्काल समस्याओं का समाधान करने का निर्देश दिया। इस अवसर पर अतिरिक्त डिप्टी (विकास) वीरेंद्रपाल सिंह बाजवा, मुख्यमंत्री के फील्ड ऑफिसर रणदीप सिंह हीर भी उपस्थित थे। कैंप के दौरान लोगों के 13 आवेदन प्राप्त हुए, जिन्हें तत्काल समाधान के लिए संबंधित विभागों के अधिकारियों को सौंपा गया। अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर ने सभी विभागों के अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि कैंप के दौरान प्राप्त शिकायतों का तत्काल निपटारा कर उनको राहत दी जाए। इस कैंप के दौरान आज मनरेगा जॉब कार्ड के लिए 61 आवेदन प्राप्त हुए और मौके पर 25 व्यक्तियों को कार्ड जारी किए गए। वृद्धावस्था एवं अन्य वित्तीय सहायता योजनाओं के तहत 25 आवेदन पत्र प्राप्त हुए तथा 10 हितग्राहियों को मौके पर स्वीकृति पत्र जारी किए गए। यूडीआई कार्ड के लिए 22 आवेदन प्राप्त हुए और 10 कार्ड मौके पर जारी कर दिए गए।

पोर्टल पर प्राप्त शिकायतों का तुरंत किया जाए निपटारा : कोमल मित्तल

• **जालंधर ब्रीज.होशियारपुर**

डिप्टी कमिश्नर कोमल मित्तल ने जिले के सभी विभागों के प्रमुखों को हिदायत देते हुए कहा कि वे अपने-अपने पोर्टल पर प्राप्त शिकायतों का तुरंत निपटारा करें और रोजाना पी.जी.आर.एस पोर्टल पर प्राप्त होने वाली शिकायतों को चैक उसका निपटारा यकीनी बनाए। उन्होंने कहा कि पूरे प्रदेश में 19 से 25 दिसंबर तक सुशासन सप्ताह(गुड गर्वनेंस वीक) मनाया जा रहा है, जिसके अंतर्गत होशियारपुर में जिला स्तर पर अलग-अलग कैंप लगाकर जहां लोगों को ज्यादा से ज्यादा सेवाएं दी जा रही है वहीं उनकी शिकायतों का भी पहल के आधार पर निपटारा किया जा रहा है।

डिप्टी कमिश्नर ने कहा कि सार्वजनिक शिकायत प्रणाली(पी.जी.आर.एस) पोर्टल पर पैंडिंग शिकायतों का निपटारा 12 घंटों के अंदर करना यकीनी बनाया जाए। उन्होंने सरकारी विभागों के जिला अधिकारियों को आम लोगों की ओर से पी.जी.आर.एस. पोर्टल के माध्यम से भेजी जाती अलग-अलग तरह की शिकायतें समयबद्ध तरीके से हल करने संबंधी सख्त शब्दों में निर्देश दिए हैं। कोमल मित्तल ने कहा कि यदि किसी विभाग के पास किसी अन्य विभाग की शिकायत शिकायतकर्ता की ओर से गलती से आनलाइन भेजी जाती है तो उस शिकायत को संबंधित विभाग को भेजा जाए ताकि शिकायतकर्ता की शिकायत का समय पर निपटारा किया जा सके।

जिला स्तरीय समीक्षा/कंसलटेटिव समिति की बैठक

कर्ज आवेदन बिना देरी निपटाने के निर्देश

• **जालंधर ब्रीज.कपूरथला**

बैंकों की प्रगति की समीक्षा के लिए आज ए.डी.सी(विकास) परमजीत कौर की अध्यक्षता में जिला प्रशासकीय परिसर के मीटिंग हाल में जिला स्तरीय समीक्षा/कंसलटेटिव समिति की बैठक हुई, जिसमें सभी बैंकों के जिला को-आडीनेटरों ने भाग लिया। बैठक के दौरान अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर (विकास) ने उपस्थित अधिकारियों को निर्देश दिए कि सभी बैंक ऋण देकर कमजोर, गरीब एवं जरूरतमंद परिवारों को बिना देरी कर्ज देने की व्यवस्था सुनिश्चित करे। उन्होंने कहा कि सभी बैंक यह सुनिश्चित करें कि डेयरी किसानों के लिए किसान क्रेडिट कार्ड, स्वयं सहायता समूह क्रेडिट लिंकेज, प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम और प्रधानमंत्री स्वनिधि योजना जैसी सरकार प्रायोजित योजनाओं का लाभ अधिक से अधिक जरूरतमंद लोगों तक पहुंचे।

इस अवसर पर नाबार्ड ने वित्तीय वर्ष 2023-24 के लिए जिले की संभावी कर्ज योजना (पीएलपी) भी जारी की। अतिरिक्त डिप्टी कमिशनर ने कहा कि सरकार द्वारा चलाई जा रही जन कल्याणकारी योजनाओं को ध्यान में रखते हुए ऋण आवेदनों को बिना देरी निपटाया जाए। उन्होंने बैंकों को एटीएम की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए अच्छी गुणवत्ता वाले सीसीटीवी कैमरे लगाने के निर्देश दिए।

उन्होंने बैंक अधिकारियों से कहा कि ज्वाइंट लायबिलिटी ग्रुप (जेएलजी) और स्वयं सहायता समूह (एसएचजी) के माध्यम से महिलाओं, खेती करने वाले मजदूरों, कम जमीन वाले किसानों को ऋण उपलब्ध करवाने के विशेष प्रयास किए जाएं। इस अवसर पर जिला मैनेजर पीपी सिरोहा, एलडीओ विशाल सहित विभिन्न बैंकों के अन्य अधिकारी/कर्मचारी उपस्थित थे।

वार्ड नंबर 50 और 32 की 6 सड़को का निर्माण कार्य आरंभ

• **जालंधर ब्रीज.लुधियाना**

हल्का दक्षिणी से विधायिका राजिंदरपाल कौर छिन्ना ने बीते दिन वार्ड 50 के ढोलेवाल अंतर्गत आते इलाके प्रभात नगर गली नंबर 2,3 और विश्वकर्मा कॉलोनी की गली नंबर 12,13,14,15 में सड़कों का निर्माण कार्य आरम्भ करवाया गया। जिसमे उन्होंने बताया इलाके की यह सड़को की हालत बहुत ही खराब थी जिससे इलाका निवासियों और राहगीरों को निकलने में परेशानी का सामना करना पड़ता था परन्तु उनकी समस्या को देखते हुए उपरोक्त 6 सड़कों को बनवाने का कार्य आरम्भ करवा दिया गया है और जल्द ही यह सड़के तैयार हो जाएंगी। इस मौके पर आम आदमी पार्टी वार्ड नंबर 50 के सेवक चेतन थापर ने कहा कि पिछले 10 सालों से वार्ड का विनाश ही होता आया है, 10 साल बाद विकास की बारी आई है।

इस मौके पर पीए हरप्रीत सिंह, चेतन थापर, तरक्की लाल, संजीव कुमार, हरविंदर सिंह, निर्मल सिंह, हरजीत सिंह, मनजीत सिंह, अश्वनी शर्मा, अमनप्रीत सिंह, दलजीत सिंह, सुखविंदर सिंह, सनी, वनीत शर्मा, अमनदीप सिंह, सुखविंदर सिंह, हरपाल मनदीप, सुभाष कुमार, विजय कुमार, गोविंद कुमार, गुरप्रीत सिंह, गौरव गुप्ता, राजू राजपूत, राजीव कुमार, रिशु शर्मा, प्रिंस शर्मा आदि मौजूद थे।

सूचना प्रसार में मीडिया की भूमिका सर्वोपरि : एडीजी राजिंदर चौधरी

• **जालंधर ब्रीज.तरनतारन**

"सूचना प्रसार में मीडिया की भूमिका सर्वोपरि है। यह सरकार को फीडबैक इकट्ठा करने में भी मदद करता है जो मौजूदा योजनाओं और नीतियों को बेहतर बनाने में मदद करता है", अतिरिक्त महानिदेशक, पीआईबी चंडीगढ़ श्री राजिंदर चौधरी ने आज तरनतारन में पत्र सूचना ब्यूरो (पीआईबी) चंडीगढ़ द्वारा आयोजित मीडिया कार्यशाला "वार्तालाप" में भाग लेते हुए कहा। कार्यशाला का आयोजन आम नागरिकों के कल्याण के लिए केंद्र सरकार की विभिन्न योजनाओं के बारे में पत्रकारों को जागरूक करने के लिए किया गया था। "वार्तालाप" शीर्षक वाली यह कार्यशाला सूचना और प्रसारण मंत्रालय की मीडिया आउटरीच रणनीति का हिस्सा है और सरकार के बारे में प्रामाणिक जानकारी के साथ पत्रकारों को सशक्त बनाकर जनता और सरकार के बीच एक सेतु के रूप में कार्य करने के लिए संकल्पित है। योजनाएं और नीतियां। हमारे दैनिक जीवन में बाजरे के उपयोग को बढ़ाने और 'अंतर्राष्ट्रीय बाजरा वर्ष' के आगमन को उजागर करने के प्रयास में, पीआईबी चंडीगढ़ ने इस कार्यक्रम में बाजरे की रोटी और मिक्स बाजरा खिचड़ी की भी व्यवस्था की थी।

एडीजी चौधरी ने बातचीत के दौरान सुझाव दिया कि पत्रकारों को विभिन्न सरकारी एजेंसियों द्वारा साझा की गई जानकारी को बढ़ाना चाहिए और जनता के बीच विकास के संदेश को प्रसारित करने में मदद करनी चाहिए। उन्होंने पीआईबी फैक्ट चेक के बारे में भी बात की, जो सूचना और प्रसारण मंत्रालय की पीआईबी और अन्य संबद्ध मीडिया इकाइयों के कामकाज के बारे में एक विस्तृत प्रस्तुति देते हुए फर्जी खबरों को नकारने में मदद कर सकता है। आज के समय में सोशल मीडिया के महत्व पर जोर देते हुए उन्होंने कहा, "सोशल मीडिया अब सूचना प्रसार के लिए एक अत्यंत शक्तिशाली उपकरण है। हालांकि, हमें सतर्क रहना चाहिए और केवल सत्यापित जानकारी ही साझा करनी चाहिए।"

भारत की मजबूत पकड़, बांग्लादेश 227 पर ऑल आउट

बांग्लादेश की ओर से सबसे ज्यादा रन मोमिनुल हक ने बनाए

मुंबई. भारत और बांग्लादेश के बीच आज दूसरा टेस्ट मुकाबला ढाका में खेला जा रहा है। बांग्लादेश के कप्तान शाकिब अल हसन ने टॉस जीता और पहले बल्लेबाजी करने का फैसला लिया। पहले दिन के खेल समाप्त होने तक बांग्लादेश के 227 रनों के जवाब में भारत ने बिना कोई विकेट खोए 19 रन बना लिए थे। टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करने उतरी बांग्लादेश की टीम संघर्षपूर्ण बल्लेबाजी की बदौलत 227 रन बनाने में कामयाब रही। बांग्लादेश को पहला झटका 39 रनों पर लगा था, जब जाकिर हसन को जयदेव उनादकट ने

कप्तान केएल राहुल के हाथों कैच आउट कराया था। इसके बाद बांग्लादेश की विकेट लगातार अंतराल गिरती रही। बांग्लादेश की ओर से सबसे ज्यादा रन मोमिनुल हक ने बनाए हैं।

तीसरे नंबर पर बल्लेबाजी करने उतरे मोमिनुल हक ने 157 गेंदों में 84 रनों की पारी खेली जिसमें 12 चौके और 1 छक्के शामिल हैं। उन्हें रविचंद्रन अश्विन ने ऋषभ पंत के हाथों कैच आउट कराया। बांग्लादेश की बात करें तो कप्तान शाकिब अल हसन ने 16 रनों की पारी खेली। मुशफिकुर रहीम ने 26 रन बनाए, वहीं लिटन दास में 25 रनों की पारी खेली। भारत की ओर से उमेश यादव और रविचंद्रन अश्विन को 4-4 सफलताएं हासिल हुईं। उमेश यादव ने 15 ओवर की गेंदबाजी में 4 मेडन डालें और 25 रन देकर चार सफलताएं हासिल की। रविचंद्रन अश्विन की बात करें तो 21.5 ओवर की गेंदबाजी में उन्होंने 78 रन देकर 4 विकेट हासिल किए। दो सफलताएं 12 वर्षों के बाद टेस्ट क्रिकेट में वापसी कर रहे जयदेव उनादकट को हासिल हुईं। भारत ने बांग्लादेश को पहली पारी में 227 रन पर समेटने के बाद स्टंप तक बिना विकेट गंवाये 19 रन बना लिये थे।

कृषि विभाग ने मशीनों पर सब्सिडी के लिए ऑनलाइन आवेदन की मांग की, 50 फीसदी तक मिलेगी सब्सिडी

• **जालंधर ब्रीज.कपूरथला**

डिप्टी कमिश्नर कपूरथला विशेष सारंगल ने बताया कि पंजाब सरकार राज्य में फसल विविधता को बढ़ावा देने के उद्देश्य से कृषि एवं किसान कल्याण विभाग पंजाब ने मशीनों पर सबसिडी उपलब्ध करवाने के लिए आनलाइन पोर्टल agromachinerypb.com पर 03 जनवरी 2023 तक आवेदनों की मांग की है। उन्होंने कहा कि इन मशीनों में मुख्य तौर पर मैनुअल/बैटरी : नैप सैक स्प्रेयर, फारेज बेलर, मल्टी क्राप प्लांटर (20 एचपी से कम क्षमता वाले ट्रैक्टर के लिए), पावर नैप सैक स्प्रेयर, मिलेट मिल, फारेज हारवेस्टर, ट्रैक्टर चालक स्प्रेयर, आयल मिल और नुमैटिक प्लांटर शामिल है।

अनुसूचित जाति/महिला/छोटे एवं मध्यम किसानों के लिए सब्सिडी की दर 50 प्रतिशत और अन्य किसानों के लिए 40 प्रतिशत होगी। अधिक जानकारी के लिए मुख्य कृषि अधिकारी कपूरथला के मोबाइल नंबर 98158-36724 पर संपर्क किया जा सकता है और किसान किसी भी सलाह के लिए किसान कॉल सेंटर के टोल फ्री नंबर 1800-180-1551 पर भी संपर्क कर सकते है।

रियांशी, चंडीगढ़
माता : सोनिया,
पिता : गौरव कुमार,

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.