प्रेरणा

ज़िंदगी में सच के साथ हमेशा चलते रहिए तो वक्त आपके साथ अपने आप चलने लगेगा !

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-4 • 09 JUNE TO 15 JUNE 2023 • VOLUME 46 • 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

कैनेडा में सड़कों पर उतरे 700 भारतीय छात्र

टोरांटो. फर्जी प्रवेश पत्रों को लेकर कनाडा से निर्वासन का सामना कर रहे 700 भारतीय छात्रों को आश्वस्त करते हुए प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो ने कहा कि वे हर एक मामले को बारीकी से देखेंगे और धोखाधड़ी के शिकार लोगों को अपनी स्थिति बताने का अवसर मिलेगा। यह टिप्पणी ऐसे समय में आई है, जब सैकड़ों भारतीय छात्र कनाडा में सड़कों पर उतर रहे हैं। इनमें ज्यादातर पंजाब से हैं। छात्रों का कहना है कि उन्हें भारत में आव्रजन परामर्श एजेंसी द्वारा धोखा दिया गया है। एजेंसी ने उन्हें फर्जी दस्तावेज मुहैया कराए थे, इसके बारे में उन्हें कोई जानकारी नहीं थी।

कनाडा के पीएम ट्रूडो ने बुधवार को संसद में बहस के दौरान कहा कि हम अंतरराष्ट्रीय छात्रों के इस मामलों से अच्छी तरह वाकिफ हैं, जिन्हें फर्जी कॉलेज प्रवेश पत्रों को लेकर निष्कासन आदेशों का सामना करना पड़ रहा है। हमारा ध्यान छात्रों के साथ धोखाधड़ी करने वाले दोषियों की पहचान करने पर है। पीड़ित छात्रों की स्थिति पर सिख मूल के एनडीपी नेता जगमीत सिंह की चिंताओं का जवाब देते हुए कनाडा के प्रधानमंत्री ने कहा कि धोखाधड़ी के शिकार लोगों को अपनी स्थिति बताने और अपने मामले का समर्थन करने के लिए सबूत पेश करने का अवसर मिलेगा। पीएम ट्रूडो ने आगे कहा कि अंतरराष्ट्रीय छात्रों द्वारा हमारे देश दिए गए अपार योगदान को समझते हैं और हम पीड़ितों के सहयोग के लिए प्रतिबद्ध हैं। नेता जगमीत सिंह की पार्टी एनडीपी (एनडीपी) इन छात्रों के निष्कासन आदेशों को रद्द करने के लिए संसद में प्रस्ताव लाने की तैयारी कर रही है, साथ ही उनके लिए स्थायी निवास का मार्ग भी सुगम बना रही है।

छात्र 29 मई से मिसिसॉगा के एयरपोर्ट रोड पर, सीबीएसए के मुख्य कार्यालय के बाहर, 'निर्वासन के खिलाफ एकजुट हों', 'निर्वासन बंद करो' और 'हम न्याय चाहते हैं' बैनर लिए धरना जारी रखे हुए हैं।

विद्यार्थियों को कानूनी सहायता देंगे : धालीवाल

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

एनआरआई मंत्री कुलदीप सिंह धालीवाल ने कहा है कि मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली सरकार कैनेडा से जबरन वतन वापसी का सामना कर रहे 700 के करीब विद्यार्थियों को मुफ़्त कानूनी सहायता देगी। इन विद्यार्थियों में ज़्यादातर पंजाब से सम्बन्धित हैं और उनको कैनेडा में इमीग्रेशन कानूनों के माहिर वकीलों द्वारा सहायता दिलाई जायेगी। इसके साथ ही धालीवाल ने इन विद्यार्थियों का मसला हल करने के लिए कैनेडा के पंजाबी मूल के सभी एम. पीज़ को भी चिट्ठी लिखी है जिससे बच्चों का भविष्य सुरक्षित किया जा सके। स्थानीय पंजाब भवन में एनआरआई विभाग के साथ जुड़े पूरे पंजाब के सिवल और पुलिस अधिकारियों के साथ एक उच्च स्तरीय मीटिंग की अध्यक्षता करते हुये कुलदीप

सिंह धालीवाल ने कहा कि यह आम देखने में आया है कि ठग ट्रैवल एजेंटों के चंगुल में बहुत से पंजाबी फंस जाते हैं। बहुत से लोग जहाँ विदेशों में परेशान होते हैं वहीं कईयों का लाखों रुपया भी ख़राब हो जाता है।

उन्होंने सभी डिप्टी कमीशनरों और एस. एस. पीज़ को हिदायत की कि ट्रैवल एजेंटों और इमीग्रेशन एजेंसियों के कागज़ों की पड़ताल करके 10 जुलाई तक रिपोर्ट भेजी जाये। उन्होंने इस बात पर चिंता अभिव्यक्ति की कि बहुत से ट्रैवल एजेंट ग़ैर कानूनी तरीके से इमीग्रेशन का काम कर रहे हैं। धालीवाल ने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत मान ने व्यवस्था को सुधारने के लिए स्पष्ट निर्देश दिए हुए हैं। उन्होंने कहा कि यदि व्यवस्था पारदर्शी और साफ़- सुथरा होगी तो चोरी-चकारी और जालसाज़ी की गुंजाईश बिल्कुल कम होगी। उन्होंने कहा कि ठग और जाली ट्रैवल एजेंटों/ इम्मीग्रेशन एजेंसियों के ख़िलाफ़ जल्द पंजाब में विशेष मुहिम चलाई जायेगी जिससे कोई भी व्यक्ति मानवीय समगलिंग में शामिल न हो सके।

केवी जीरकपुर में जी-20 समिट इंडिया के तहत 'जनभागीदारी गतिविधियां'

नई दिल्ली. जैसा कि भारत जी20 प्रेसीडेंसी की मेजबानी कर रहा है, केन्द्रीय विद्यालय के-क्षेत्र, जीरकपुर को 1 से 15 जून 2023 तक "जनभागीदारी गतिविधियों" के तहत विभिन्न गतिविधियों , मुख्य रूप से मूलभूत साक्षरता और संख्यात्मकता सुनिश्चित करने पर, विशेष रूप से मिश्रित शिक्षा का संचालन करने के लिए एस.ए.एस नगर, मोहाली जिले के नोडल केवी के रूप में चुना गया है। गतिविधियों में एफएलएन, डिजिटल शिक्षा, जी-20, कहानी सुनाना, कठपुतली, रंगोली बनाना, कला और शिल्प, प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिताएं, 6 नुक्कड़ नाटक और तीन एफएलएन फिल्मों की स्क्रीनिंग पर समर कैंप/ कार्यशालाएं शामिल हैं।

केवी के-एरिया, ज़ीरकपुर कार्यक्रम को भव्य रूप से सफल बनाने में कोई कसर नहीं छोड़ रहा है। अब तक लगभग 2200 अभिभावकों को जी-20 के संबंध में ऑनलाइन माध्यम से जागरूक किया जा चुका है। कक्षा एक व बाहरवीं के छात्रों के लगभग 200 अभिभावकों को डिजिटल रूप से शिक्षित करके 'डिजिटल जागरूकता और साइबर सुरक्षा' पर एक कार्यशाला सफलतापूर्वक आयोजित की गई है। केवी, जेएनवी, पंजाब सरकार और पब्लिक स्कूलों सहित छह स्कूलों के प्रधानाध्यापकों और एचएम का एक कॉन्क्लेव आयोजित किया गया था, जिसमें एफएलएन के प्रभावी कार्यान्वयन पर ध्यान केंद्रित किया गया था और गतिविधियां 15 जून 2023 तक जारी रहेंगी।

15 जून 2023 को एक ऑफ़लाइन कार्यशाला प्रस्तावित है जिसमें लगभग 100 हितधारक भाग लेंगे। कक्षा 1-12 के विद्यार्थियों के लिए साइकिल रैली का आयोजन किया जाएगा। जी-20 की थीम पर रंगोली प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा।

स्मार्ट राशन डीपू जल्द शुरू किये जाएं : लाल चंद कटारूचक्क

ख़ाद्य, सिवल सप्लाई और उपभोक्ता मामले संबंधी मंत्री द्वारा स्मार्ट वेट मशीनों के टैंडर लाने के हुक्म

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

मुख्यमंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली राज्य सरकार सार्वजनिक वितरण प्रणाली को और असरदार बनाने के लिए पूर्ण तौर पर वचनबद्ध है। इसी के अंतर्गत ख़ाद्य, सिवल सप्लाईज़ और उपभोक्ता मामले संबंधी मंत्री लाल चंद कटारूचक्क की तरफ से अनाज भवन, चंडीगढ़ में इस प्रणाली के कामकाज की समीक्षा करने सम्बन्धी एक मीटिंग की गई।

मीटिंग के दौरान उनकी तरफ से यह निर्देश दिए गए कि स्मार्ट राशन डीपू जल्दी से जल्दी शुरू कर दिए जाएँ जिससे लाभार्थियों को निर्विघ्न ढंग से बनता राशन मुहैया करवाना यकीनी बनाया जा सके। इसके इलावा मंत्री ने राशन के वितरण में पारदर्शिता यकीनी बनाने के लिए स्मार्ट वेट मशीनों के टैंडर लाने के हुक्म भी दिए। इस मौके पर उनकी तरफ से निर्देश दिए गए कि

डीपू होल्डरों का लगभग 9 करोड़ रुपए का बकाया कमीशन तुरंत अदा किया जाये और चार सप्ताहों में इसकी स्टेटस रिपोर्ट दी जाये। उन्होंने भरोसा दिलाया कि बाकी रकम की अदायगी सम्बन्धी केंद्र सरकार के पास पहुँच की जायेगी।

इसके इलावा गेहूँ के वितरण में पारदर्शिता लाने के लिए हुक्म जारी किये गए कि हरेक राशन डीपू पर लाभार्थियों के बनते राशन की मात्रा पंजाबी और हिंदी भाषा में सहित हेल्पलाइन नंबर स्पष्ट तौर पर दर्शायी जाये जिससे प्रवासी लाभार्थियों को भी राशन मिलने में कोई दिक्कत न आए। मंत्री के संज्ञान में लाया गया कि सार्वजनिक वितरण प्रणाली को और प्रभावी बनाने के लिए हर डीपू पर स्मार्ट ई पोज़ मशीन उपलब्ध करवाने के लिए टैंडर प्रक्रिया आरंभ कर दी गई है। मंत्री ने आगे कहा कि सरकार उपभोक्ताओं के साथ-साथ डीपू होल्डरों के वाजिब हकों की रक्षा के लिए वचनबद्ध है।

इस मौके पर दूसरों के इलावा गुरकिरत किरपाल सिंह, सचिव, ख़ाद्य सिविल सप्लाईज़ और उपभोक्ता मामले, घनश्याम थोरी, डायरैक्टर ख़ाद्य, सिवल सप्लाईज़ और उपभोक्ता मामले उपस्थित थे।

विजीलैंस ब्यूरो द्वारा कूड़ा उठाने वाले से 4000 रुपए रिश्वत लेता सैनेटरी इंस्पेक्टर काबू

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

राज्य में भ्रष्टाचार के ख़िलाफ़ शुरु की मुहिम के अंतर्गत पंजाब विजीलैंस ब्यूरो ने आज नगर निगम, लुधियाना ज़ोन- डी में तैनात सैनेटरी इंस्पेक्टर जतिन्दर विज्ज को 4000 रुपए रिश्वत लेते हुये काबू किया है। विजीलैंस ब्यूरो के प्रवक्ता ने बताया कि उक्त सैनेटरी इंस्पेक्टर को प्रेमी राम निवासी टावर कालोनी, नज़दीक अनाज मंडी, लुधियाना (जो मूल रूप में गाँव हिन्दबाठी, ज़िला दमो, मध्य प्रदेश का निवासी है) की शिकायत पर काबू किया गया है।

उन्होंने बताया कि उक्त शिकायतकर्ता ने विजीलैंस ब्यूरो के पास पहुँच करके दोष लगाया कि वह बस स्टैंड लुधियाना के नज़दीक कूड़ो के ढेर में से काँच की बोतलें, प्लास्टिक और लोहे का सामान इकट्ठा करता था और उक्त सैनेटरी इंस्पेक्टर उससे यह फ़ाल्तू सामान इकट्ठा करने बदले 15,000 रुपए प्रति महीना रिश्वत की माँग करता था। शिकायतकर्ता ने आगे बताया कि उक्त मुलजिम पहले ही उससे रिश्वत की पहली किश्त के तौर पर 8000 रुपए ले चुका है और अतिरिक्त पैसों की माँग कर रहा है।

प्रवक्ता ने बताया कि दोषों की प्राथमिक पड़ताल के उपरांत लुधियाना रेंज की विजीलैंस टीम ने जाल बिछाया और उक्त इंस्पेक्टर को दो सरकारी गवाहों की हाज़िरी में शिकायतकर्ता से रिश्वत की दूसरी किश्त के तौर पर 4000 रुपए लेते हुये मौके पर ही काबू कर लिया गया है। इस मामले में इस सैनेटरी इंस्पेक्टर के ख़िलाफ़ विजीलैंस ब्यूरो थाना लुधियाना रेंज में भ्रष्टाचार रोकथाम एक्ट के अंतर्गत केस दर्ज किया गया है। उसे कल स्थानीय अदालत में पेश किया जायेगा। उन्होंने बताया कि इस मामले की आगे जांच जारी है।

ये कैसा इश्क है जो देश से नहीं अपनी राजनीतिक सियासत से है? : स्मृति ईरानी

नई दिल्ली. कांग्रेस नेता राहुल गांधी लगातार भाजपा और आरएसएस पर देश में नफरत फैलाने का आरोप लगाते रहते हैं। भारत जोड़ो यात्रा के दौरान उन्होंने कहा था कि वह देश में 'मोहब्बत की दुकान' खोलने निकले हैं। इसके बाद से वह बार-बार इसका जिक्र करते हैं। हालांकि, भाजपा अक्सर उनपर पलटवार करती है। हाल में ही भाजपा अध्यक्ष जेपी नड्डा ने उनपर नफरत का मेगा शॉपिंग मॉल खोलने का आरोप लगाया था। अब राहुल गांधी पर केंद्रीय मंत्री स्मृति ईरानी का पलटवार हुआ है। राहुल गांधी के 'मोहब्बत की दुकान' वाले बयान पर केंद्रीय मंत्री स्मृति ईरानी ने कहा कि जब आप 'मोहब्बत' की बात करते हैं, तो क्या इसमें सिखों की हत्या शामिल है? जब आप 'मोहब्बत' की बात करते हैं, तो क्या इसमें राजस्थान में महिलाओं का अपहरण शामिल है? जब आप 'मोहब्बत' की बात करते हैं, तो क्या यह इसमें हिंदू जीवन शैली की निंदा करना शामिल है? उन्होंने कहा कि जब आप 'मोहब्बत' के बारे में बात करते हैं, तो क्या इसका मतलब उन लोगों के साथ साझेदारी करना है जो भारत को एक ठहराव में लाना चाहते हैं? जब आप 'मोहब्बत' की बात करते हैं, तो क्या वह 'मोहब्बत' आपको मजबूर करती है कि आप अपने ही लोकतंत्र के खिलाफ बाहरी हस्तक्षेप की मांग करें। उन्होंने

तंज कसते हुए कहा कि ये कैसा इश्क है जो देश से नहीं अपनी राजनीतिक सियासत से है?

स्मृति ईरानी ने मोदी सरकार के 9 साल पूरे होने पर कहा कि प्रधानमंत्री मोदी जी ने देश की हर आंगनवाड़ी को स्मार्ट फोन से जोड़ा और अब तक 11 लाख स्मार्ट फोन वितरित किए जा चुके हैं। उन्होंने कहा कि हमने पोषण ट्रैकर नामक एक व्यवस्था स्थापित की, जिसके चलते 9 करोड़ से अधिक लाभार्थी योजनाओं का लाभ उठा रहे हैं। उन्होंने कहा कि खुद को घोषणाओं तक सीमित रखने वाली कांग्रेस सरकार ने, महिला सुरक्षा के लिए एक भी ऑपरेशनल प्रोजेक्ट नहीं किया। आज हमारे 9 वर्षों के कार्यकाल में हमारे मंत्रालय ने, निर्भया फंड के अंतर्गत राज्य सरकारों और भारत सरकार के अन्य प्रकल्पों के साथ 12 हजार करोड़ के प्रोजेक्ट्स को upraise किया।

जींद में केजरीवाल और भगवंत मान ने की तिरंगा यात्रा

तिरंगा यात्रा एवं मेगा रोड़ शो में उमड़ा हजारों की संख्या में जनसैलाब, सीएम खट्टर पर साधा निशाना, जिस दिन आम आदमी पार्टी की सरकार होगी, 24 घंटे फ्री बिजली मिलेगी

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/जींद

आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक एवं दिल्ली मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल और पंजाब के मुख्यमंत्री सरदार भगवंत मान ने वीरवार को हरियाणा के जींद में तिरंगा यात्रा एवं मेगा रोड़ शो निकाला। तिरंगा यात्रा और रोड शो में में आम आदमी पार्टी के कार्यकर्ता और समर्थक जींद पहुंचे। इस दौरान पूरा शहर आम आदमी पार्टी के कार्यकर्ताओं और समर्थकों से भर गया। शहर के हर चौक चौराहे पर समर्थकों की भारी भीड़ रही। समर्थकों ने अरविंद केजरीवाल और भगवंत मान के स्वागत में शहर में जगह-जगह तोरण द्वार लगाए। वहीं राष्ट्रीय संगठन महामंत्री डॉ. संदीप पाठक भी रोड शो के लिए पहुंचे। तिरंगा यात्रा को लेकर पार्टी के

आप के प्रदेशाध्यक्ष डॉ सुशील गुप्ता, सीनियर वाइस प्रेसिडेंट अनुराग ढांडा, प्रदेश प्रचार समिति के अध्यक्ष डॉ. अशोक तंवर, राष्ट्रीय ज्वाइंट सेक्रेटरी मंत्री निर्मल सिंह और प्रदेश उपाध्यक्ष चित्रा सरवारा सहित अन्य वरिष्ठ नेता एक सप्ताह पहले से ही जींद में जुटे रहे। भारत माता की जय और इंकलाब के नारों के साथ जींद शहर आप मय हो गया। इसमें हजारों की संख्या में पहुंचे जनसैलाब ने सत्ता परिवर्तन का संकल्प लिया।

आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक और दिल्ली मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने भारत माता की जय के नारे के साथ अपना संबोधन शुरू किया। उन्होंने सीएम खट्टर पर निशाना साधते हुए कहा कि मैंने एक वीडियो देखा जिसमें एक किसान मुख्यमंत्री खट्टर से बिजली को 8 घंटे से 12 घंटे देने की बात कर रहा है। जिस पर खट्टर साहब कहते हैं कि नहीं होगी, नहीं होगी, नहीं होगी। उन्होंने कहा कि जिस दिन हरियाणा में आम आदमी पार्टी की सरकार होगी। उस दिन से हरियाणा में 24 घंटे फ्री बिजली मिलेगी। उन्होंने कहा कि ये पार्टियां भ्रष्टाचारी हैं, इसलिए 24 घंटे बिजली नहीं देती। इस बार सारे रिश्तेदार मिलकर झाड़ू चलाएंगे और इन भ्रष्टाचारी पार्टियों का सफाया करेंगे।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि हरियाणा में 25 साल कांग्रेस का राज रहा और 9 साल बीजेपी का राज रहा। उन्होंने कहा कि कोई एक काम बता दो, जिसे भाजपा ने किया हो या कांग्रेस ने किया हो। बिजली, पानी, सिंचाई की कोई सुविधा नहीं दी। स्कूल या अस्पताल भी नहीं बनवाया तो फिर क्यों इनको वोट दे रहे हो।

उन्होंने कहा कि अब तक मजबूरी थी कि कांग्रेस से नाराज होकर भाजपा को वोट दे दिए और भाजपा से नाराज होकर कांग्रेस को वोट दे दिए। अब तीसरा विकल्प आम आदमी पार्टी के रूप में लोगों के सामने आ गया है। अगर जनता उन्हें एक मौका दे देगी तो बच्चों को अच्छी शिक्षा देने का काम करेंगे। प्राइवेट स्कूलों की गुंडागर्दी खत्म कर देंगे।

आने वाले लॉन्ग वीकेंड्स पर बनाएं घूमने का प्लान, छुट्टी और बजट की वजह से नहीं होगा ट्रिप कैंसिल

TRAVELLING

आधा साल बीत चुका है, इस दौरान ना जाने आपने घूमने के कितने प्लान बनाए होंगे लेकिन छुट्टी और बजट की वजह से ये प्लान फ्लॉप हो गए हो। अब आने वाले लॉन्ग वीकेंड्स पर ट्रिप प्लान करें।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

आधा साल बीत चुका है, बीते हुए साल में कई ऐसे मौके आए होंगे जब आपने दोस्तों या फिर परिवार के सदस्यों के साथ घूमने की प्लानिंग की होगी। लेकिन ऑफिस से छुट्टी ना मिलने पर या फिर बजट की वजह से प्लान कैंसिल हो गई होगी। ऐसे में आपको घूमने की प्लानिंग लॉन्ग वीकेंड के दौरान करनी चाहिए। यहां हम बता रहे हैं जून से दिसंबर में आने वाले लॉन्ग वीकेंड के बारें में जब आप बजट फ्रेंडली जगहों पर घूमने के लिए जा सकते हैं।

जून _वैसे तो जून के महीने में छुट्टियां काफी कम होती हैं। इस साल जून के महीने में 29 तारीक को ईद है। इस दिन गुरुवार है। ऐसे में शुक्रवार की छुट्टी लेकर आप 4 दिन के लिए किसी अच्छी जगह पर घूमने के लिए जा सकते हैं। जून के महीने में चिपचिपाती गर्मी से छुटकारा पाने के लिए आप शिमला, मनाली, धर्मशाला, ऑली जैसी ठंड़ी जगहों पर जा सकते हैं।

जुलाई_ जुलाई के महीने में कोई लॉन्ग वीकेंड तो नहीं है, लेकिन इस महीनें में वन डे ट्रिप कर सकते हैं। अगर आप दिल्ली में हैं तो शुक्रवार की रात को मसूरी, ऋषिकेश, रानीखेत, डलहॉजी जैसी जगहों पर जा सकते हैं। यहां घूमने के लिए काफी कम जगह हैं। ऐसे में एक दिन का ट्रिप आसानी से हो सकता है।

अगस्त_अगस्त के महीने में 12 और 13 तारीक को वीकेंड है, अगर आप 14 तारीक की छुट्टी लेते हैं तो 15 को स्वतंत्रता दिवस है, ऐसे में आपको 4 दिन की छुट्टी आराम से मिल जाएगी। अगस्त के मौसम में घूमने के लिए आप लाहौल-स्पीती, फूलों की घाटी, मुन्नार, कोडाइकनाल और कुर्ग जा सकते हैं।

सितंबर _जन्माष्टमी 6 सितंबर को है इस दिन गुरुवार है। अगर आप 7 तारीक को शुक्रवार की छुट्टी लेते हैं तो आपको 4 दिन मिल सकते हैं। जिसमें घूमने की बढ़िया प्लानिंग हो सकती है। कलिम्पोंग, जीरो, दमन और दीव, कुन्नूर, श्रीनगर, पांडिचेरी, अमृतसर जा सकते हैं।

अक्टूबर _अक्टूबर में भी आप घूमने की प्लानिंग कर सकते हैं। इसके लिए 30 सितंबर और एक अक्टूबर को शनिवार-रविवार है। इसके बाद दो अक्टूबर को गांधी जयंती है और इस दिन मंडे है। ऐसे में आपको अक्टूबर में घूमनें के लिए भी 4 दिन मिलेंगे। इसके अलावा 21 और 22 को दूसरा वीकेंड है ऐसे में अगर आप 23 की छुट्टी लेते हैं तो 24 को दशहरा की छुट्टी भी है। ऐसे में आपको 4 छुट्टी मिलेंगी। इस महीने में आप बीर बिलिंग, आगरा, नैनीताल, मैसूर जिम कॉर्बेट जैसी जगहों पर जा सकते हैं।

नवंबर_नवंबर के महीने में दिवाली के आसपास घूमने की प्लानिंग कर सकते हैं। 25 और 26 को वीकेंड है, और 27 को गुरु नानक जयंती। ऐसे में आप 28 या फिर 24 की छुट्टी ले सकते हैं। इस महीने में आप गोवा, पुष्कर, ओरछा, मनाली जैसी जगहों पर जा सकते हैं।

दिसंबर _दिसंबर में 23 और 24 का वीकेंड है, वहीं 25 को क्रिसमस की छुट्टी है। चाहें तो 26 या फिर 22 की छुट्टी ले सकते हैं और एक बढ़िया ट्रिप पर जा सकते हैं। दिसंबर में घूमने के लिए जैसलमेर, कसोल, जयपुर, गोवा, केरल जैसी जगहों को घूमने के लिए जा सकते हैं।

FASHION+

कटआउट ड्रेस में मरमेड लग रहीं रकुल प्रीत सिंह, बीच वेकेशन पर दिखा गॉर्जियस लुक

मालदीव में छुट्टियां मना रहीं रकुल प्रीत सिंह अपनी फोटोज से फैंस को इंप्रेस कर ले रही हैं। बिकनी के बाद उनकी टाइट फिटिंग ड्रेस में फोटोज अट्रैक्टिव दिख रही हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

रकुल प्रीत सिंह इन दिनों मालदीव में वेकेशन एंज्वॉय कर रही हैं। वहीं अपने हॉट लुक से फैंस को इंप्रेस भी कर रही हैं। बिकनी से लेकर बीचवियर में उनका लुक काफी अट्रैक्टिव दिख रहा है। वहीं लेटेस्ट फोटोज में रकुल हॉट ऑरेंज शेड की कटआउट ड्रेस को पहनकर रेडी हैं। जिसमे उनकी स्लिम फिगर फैंस को दीवाना बना रही है।

ऑरेंज कट आउट ड्रेस में दिखीं मरमेड

रकुल प्रीत सिंह ने फैंस के लिए समुंदर किनारे से फोटोज शेयर की हैं। जिसमे वो ब्राइट ऑरेंज कलर की कटआउट ड्रेस में रेडी है। जिसकी हॉल्टर नेक डिजाइन और साइड स्लिट इसे और भी ज्यादा सेक्सी लुक दे रही है। वहीं गोल्डन ईयररिंग्स और उड़ते बाल रकुल को और भी ज्यादा गॉर्जियस बना रहे हैं।

प्रिंटेड जंपसूट है स्टाइलिश

बीच वेकेशन के लिए रकुल प्रीत सिंह का स्टाइल इंस्पायरिंग है। हॉल्टर नेक डिजाइन के इस प्रिंटेड जंपसूट में वो काफी अट्रैक्टिव दिख रही हैं। जिसे लड़कियां जरूर रीक्रिएट कर सकती हैं। हाई स्लीक बन, गोल्डन हूप्स और रिस्ट वॉच सिंपल एलिगेंट लुक देने के लिए काफी है।

ब्रेकफास्ट में बनाएं **अमृतसरी पनीर भुर्जी**, गार्लिक ब्रेड के साथ मिलेगा परफेक्ट टेस्ट

संडे को बच्चे-बड़े सब स्पेशल खाने की डिमांड करते हैं। ऐसे में आप ब्रंच में उन्हें अमृतसरी पनीर भुर्जी बनाकर खिला सकती हैं। इसका स्वाद रेस्टोरेंट स्टाइल खाने से कम नहीं लगेगा।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

वीकेंड पर बच्चे-बड़े सब कुछ स्पेशल खाने की डिमांड करते हैं। ऐसे में आप कम मेहनत में इस डिश को रेडी कर सकती हैं।

संडे ब्रंच के लिए ये रेसिपी बिल्कुल परफेक्ट है और इसका टेस्ट भी बिल्कुल रेस्टोरेंट स्टाइल होगा।

अमृतसरी पनीर भुर्जी और साथ में पाव या गार्लिक ब्रेड का कांबिनेशन बिल्कुल बाहर वाले खाने का फील देगा। तो बस फटाफट मिनटों में इस टेस्टी और आसान सी डिश को रेडी कर लें। ये है अमृतसरी पनीर भुर्जी बनाने की रेसिपी।

दही मसाला की लिए सामग्री

- दो चम्मच बेसन
- दो चम्मच लाल मिर्च पाउडर
- एक चम्मच हल्दी पाउडर
- एक चम्मच अमचूर पाउडर
- एक चम्मच धनिया पाउडर
- एक तिहाई कप दही
- आधा कप दूध
- तेल एक चम्मच

भुर्जी बनाने के लिए चाहिए

- पनीर 250 ग्राम
- बटर एक चम्मच
- दो प्याज बारीक कटे हुए
- बारीक कटा लहसुन अदरक एक चम्मच
- टमाटर बारीक कटा दो
- फ्रेश धनिया के पत्ते
- नमक स्वादानुसार
- बारीक कटा एक शिमला मिर्च

अमृतसरी पनीर भुर्जी बनाने की विधि

सबसे पहले दही का मसाला तैयार कर लें। इसे बनाने के लिए किसी बाउल में दी बेसन, लाल मिर्च, अमचूर पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर, धनिया पाउडर लें। इसमें दही और दूध मिलाकर अच्छी तरह से फेंट लें। अब तेल को गर्म कर इस मसाले के ऊपर डाल दें।

तैयार दही मसाला को किनाने रखें और पैन में बटर और तेल डालकर गर्म करें।

बच्चों के दांत आने के कितने दिन बाद टूथब्रश कराना है सही

PARENTING

बच्चों के दांत निकलने के साथ ही उनके मुंह और दांतों की साफ-सफाई बहुत जरूरी रहती है, नहीं तो दांतों के सड़ने का खतरा रहता है। इसलिए टूथब्रश करना सिखा देना चाहिए।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

बच्चों की ग्रोथ के साथ ही उनकी साफ-सफाई और हाइजीन की आदतों को भी रूटीन में बनाना जरूरी होता है। इस लिस्ट में सबसे जरूरी है ओरल हाइजीन। ओरल हाइजीन का कनेक्शन ओवरऑल हेल्थ से होता है। बच्चे के दांत और मुंह के कीटाणु ना केवल पेट में जाकर उसे बीमार बना सकते हैं। बल्कि इससे दांत भी खराब हो जाते हैं। इसलिए जरूरी है कि जानें कब से बच्चों को टूथब्रश की ट्रेनिंग देना जरूरी होता है।

बच्चे के दांत निकलने के साथ ही सफाई है जरूरी

आमतौर पर बच्चों के दांत 6 महीने के होने के साथ ही निकलने शुरू हो जाते हैं। बच्चों के इन दांतों की सफाई आप मुलायम कपड़े की मदद से कर सकती हैं। इससे दांतों के साथ ही मसूड़े और जीभ भी आसानी से साफ हो जाते हैं।

1 से डेढ़ साल के बच्चों_वहीं बच्चे जब एक से डेढ़ साल के बीच हों तो उनके लिए बिल्कुल सॉफ्ट ब्रिसल्स वाले टूथब्रश की मदद से दांतों को क्लीन करें। लेकिन टूथपेस्ट का इस्तेमाल ना करें। इससे दांतों में जमा गंदगी साफ हो जाएगी।

18 महीने के बाद_बच्चे जब डेढ़ साल के हो जाते हैं तो उसके बाद से लेकर करीब छह साल तक के बच्चों को मटर के आकार जितने टूथपेस्ट की मदद से दांतों को क्लीन करना चाहिए। ध्यान रहे कि टूथपेस्ट लो फ्लूरॉइड वाला हो।

6 साल के बाद_बच्चे जब 6 साल के हो जाएं तो उसके बाद उन्हें स्टैंडर्ट फ्लूरॉइड वाले टूथपेस्ट की मदद से टूथब्रश करवाना जरूरी होता है। फ्लूरॉइड दांतों में सड़न रोकने का सबसे जरूरी इंग्रीडिएंट्स है।

ओरल हाइजीन भी है जरूरी_टूथब्रश से दांतों को साफ करने के साथ ही बच्चों के मुंह की सफाई के लिए जीभ की क्लीनिंग भी जरूरी है। टंग क्लीनर की मदद से जीभ को जरूर साफ करें। बच्चा अगर छोटा है तो मुलायम कपड़े की मदद से जीभ को साफ करें। जिससे मुंह के बैक्टीरिया साफ हो जाएं।

नोट : इस खबर में बताए गए सुझाव सामान्य जानकारी पर आधारित हैं। इसलिए किसी भी उपचार/दवा/डाइट को अमल करने से पहले डाक्टर या संबंधित एक्सपर्ट की सलाह जरूर लें।

पेट साफ होने के साथ हड्डियों को मिलेगी मजबूती, रात को दूध के साथ पिएं ये चीज

HEALTH CARE

रोजाना रात को सोने से पहले गर्म दुध में देसी घी मिलाकर पीने से बॉडी को काफी सारे फायदे पहुंचते हैं। अगर आप इन समस्याओं से जूझ रहे हैं तो इस आयुर्वेदिक उपाय को अपना सकते हैं।

• **जलंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

निरोगी जीवन जीना है तो सही आहार जरूरी है। इसलिए आयुर्वेद के कुछ नियम खानपान पर लागू करने की कोशिश करनी चाहिए। इसी में से एक है रोजाना रात को दूध पीना। दूध पीने से ना केवल बॉडी में कैल्शियम की कमी दूर होती है बल्कि ये शरीर के सारे जरूरी न्यूट्रिशन को पूरा करता है। ऐसे में दूध को स्किप करना सेहत के साथ खिलवाड़ करना हो सकता है। रोजाना रात को सोने से पहले दूध में अगर घी मिलाकर पीते हैं तो ये कुछ खास तरह के फायदे बॉडी को पहुंचाते हैं। तो चलिए जानें दूध में देसी घी मिलाकर पीने से कौन से फायदे होते हैं।

दूध में घी मिलाकर पीने की सलाह अक्सर घर की दादी-नानी प्रेग्नेंट महिलाओं को देती हैं। प्रेग्नेंसी के नौंवे महीने में दूध में घी मिलाकर पीने से डिलीवरी आसानी से हो जाती है। वहीं दूध में घी और भी हेल्थ बेनिफिट्स देता है।

कब्ज से राहत

अगर हर सुबह पेट साफ करने का स्ट्रगल करते हैं तो रात को सोने से पहले दूध में एक चम्मच देसी घी मिलाकर पी लें। ये आंतों में जाकर घी स्टूल को बाहर निकलने में मदद करता है।

डाइजेशन होता है आसान

रात को सोने से पहले गर्म दूध में एक चम्मच घी मिलाकर पीने से डाइजेशन बढ़ता है। घी दूध में मिक्स होकर बॉडी में जाता है तो मेटाबॉलिज्म इंप्रूव होता है और खाने के अंश टूटर तेजी से न्यूट्रिशन अब्जॉर्ब करते हैं। वहीं टॉक्सिस बॉडी से बाहर निकलने में मदद मिलती है।

अच्छी नींद में करता है मदद

गर्म दूध में देसी घी मिलाकर पीने से बॉडी मसल्स और नर्व्स को रिलैक्स मिलता है। वहीं खाने का डाइजेशन भी आसानी से हो जाता है। जिसकी वजह से गहरी नींद आने में मदद मिलती है।

इम्यूनिटी बूस्ट करता है

सर्दी-जुकाम होने पर गर्म दूध में घी मिलाकर पीने से इम्यूनिटी बूस्ट होती है और सर्दी-जुकाम से राहत मिलती है। हालांकि खांसी आने पर इसे ना देने में ही भलाई है। नहीं तो गले में खराश पैदा हो सकती है।

ज्वॉइंट्स पेन में आराम

देसी घी बॉडी में जाता है तो हड्डियों के जोड़ों की जकड़न को कम करता है। जिससे उनमे दर्द कम होता है। साथ ही दूध का कैल्शियम हड्डियों को मजबूती देने में भी मदद करता है।

नोट : इस खबर में बताए गए सुझाव सामान्य जानकारी पर आधारित हैं। इसलिए किसी भी उपचार/दवा/डाइट को अमल करने से पहले डाक्टर या संबंधित एक्सपर्ट की सलाह जरूर लें।

पर्यावरण दिवस पर विशेष

दैनिक जीवन में पर्यावरण का महत्व समझें

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/हिमाचल

हम हर वर्ष 5 जून को "विश्व पर्यावरण दिवस' मनाते हैं। आने वाले 21 जून को हम "विश्व योग दिवस' मनायेंगे, पर योग की आवश्यकता क्या एक दिन ही होती है ? स्वस्थ रहने के लिए तो नियमित दैनिक योगाभ्यास करना चाहिए प्रकार से पर्यावरण दिवस एक दिन मना कर हमारी जिम्मेदारी पूर्ण नहीं होती अपितु हम अपने दैनिक जीवन में पर्यावरण का महत्व समझें और पर्यावरण संरक्षण की पूरी कोशिश करें।

प्रेम कुमार धूमल
(पूर्व मुख्यमंत्री, हि.प्र.)

केवल औपचारिकता मात्र से हम अपना लक्ष्य प्राप्त नहीं कर सकते और लक्ष्य है क्या? जहां तक पर्यावरण संरक्षण की बात है तो यह लक्ष्य है कि यह ब्रहमाण्ड हमें जिस सुन्दर अवस्था में मिला था उससे अधिक सुन्दर बनाकर हम इसे आने वाली पीढ़ीयों के लिए छोड़ कर जायें। अगर अधिक सुन्दर न बना सकें तो कम से कम इसे खराब तो न करें। इसके लिए प्रत्येक नागरिक को देश, विश्व और आने वाली पीढ़ीयों के प्रति अपना योगदान क्रियात्मक तौर पर देना होगा। उदाहरण के तौर पर हर कोई मानता है कि पॉलीथीन और प्लास्टिक पर्यावरण के लिए बड़े घातक हैं। सरकारें कानून तो बना सकती हैं परन्तु उनको लागू करने में व्यक्ति का और समाज का योगदान अति आवश्यक है।

हम अक्सर यह चर्चा करते और सुनते हैं कि आने वाले समय में शुद्ध जल की बड़ी गम्भीर समस्या होगी और कई बार तो यह कहा जाता है कि तीसरा विश्व युद्ध पानी के लिए होगा। परन्तु क्या हम अपने दैनिक जीवन में जल बचाने का प्रयास करते हैं ? क्या प्रातः ब्रश करते समय या शेब करते हुये हम पानी का नल ब्यर्थ में चलता तो नहीं रहने देते ? नहाने में या अन्य उपयोग में थोड़ा थोड़ा पानी बचाना जल संरक्षण के प्रति हमारा योगदान हो सकता है ।

जल संरक्षण के लिए वर्षाजल का संचय करना अनिवार्य होना चाहिए। जल संरक्षण कार्यों के अनुश्रवण और मूल्यांकन करने हेतु एक राज्य स्तरीय टास्क फोर्स होनी चाहिए। सरकारी और गैर सरकारी भवनों, होटलों, उद्योगों में वर्षा जल को संग्रहण करने के लिए टैंक निर्मित होने चाहिए, यह अनिवार्य हो। इसके बिना किसी सरकारी अथवा गैर सरकारी भवन का नक्शा स्वीकृत नहीं होना चाहिए। पन–बिद्युत परियोजनाओं के लिए जब पानी डायवंट किया जाता है तब भी मुख्य नदी की पारस्थितिकी का रखरखाव ठीक प्रकार से करने के लिए 15 प्रतिशत पानी का बहाव मुख्य नदी में अनिवार्य हो।

जहां भी प्रोजैक्ट निर्माण हो भवन निर्माण हो या हो भवन निर्माण हो या सड़क निर्माण हो वहां पर पर्यावरण को संरक्षित रखने के लिए डंम्पिग साईट का चयन काम शुरू होने से पहले हो और पर्यावरण संरक्षण के लिए बताये गये कदमों को लागू करवाने की जिम्मेदारी स्थानीय प्रशासन के अधिकारियों और कर्मचारियों की हो और लापरवाही के मामले में उनकी व्यक्तिगत जिम्मेदारी मानी जाये। ग्रीन हाउस गैसों के उत्सर्जन में कमी लाने के लिए कोयले व अन्य ईंधन, जीवाश्न ईंधन के जलाने पर पूर्ण प्रतिबंध हो।

कुछ छोटे छोटे सुझाव हैं जो हम व्यक्तिगत, परिवारिक और सामाजिक तौर पर सहयोग कर के पर्यावरण संरक्षण में महत्वपूर्ण योगदान कर सकते हैं। जैसे हम स्वयं पॉलीथीन और प्लास्टिक के कैरी बैगज का उपयोग पूर्ण रूप से बन्द कर दें। "पॉलीथीन हटाओ, पर्यावरण बचाओ" अभियान को राष्ट्रीय स्तर तक गम्भीरता से लागू करके हम बड़ा योगदान कर सकते हैं।

हमने हिमाचल प्रदेश में सत्ता में रहते हुये यह करके दिखाया था। पॉलीथीन और प्लास्टिक के कचरे को एकत्रित करके सड़क निर्माण के कार्य में उपयोग किया । इसके लिये 21 अप्रैल 2011 को लोक प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए प्रधानमंत्री पुरस्कार हिमाचल प्रदेश को हमारी उत्कृष्ट पहल पर "हिमाचल प्रदेश में प्लास्टिक कचरे का स्थाई प्रबंध, संकल्पना से नीति तक" मिला था।

कार्बन तटस्था के लिए हमारा नारा हो :-
"हर नागिरक बने पर्यावरण प्रहरी प्रखर, पर्यावरण संरक्षण में विकास की डगर"

हमने बच्चों में प्राकृतिक संसाधनों के महत्व तथा पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता लाने हेतु "पर्यावरण संरक्षण संहिता" बनाई थी प्रातःकाल विद्यालय में प्रार्थना के बाद यह शपथ दिलाई जाती थी :-

नौ सूत्रीय पर्यावरण सरसम प्राकृतिक संसाधनों और पर्यावरण का प्रतिज्ञा करता/ करती हूं कि...

1. मैं. सभी प्रकार के जीव जन्तुओं का सम्मान करूँगा/करुँगी।
2. मैं. वन. वनस्पति एवं वृक्षों का संरक्षण एवं संवर्धन करूंगा/करूंगी तथा यह भी सुनिश्चित करूँगा/करुँगी कि गैर–आवश्यक कार्यों हेतू कागज़ का कम से कम प्रयोग हो ।
3. मैं. हमेशा जल संरक्षण में भागीदार रहूंगा/ रहूँगी तथा यह भी सुनिश्चित करूँगा / करुँगी कि पानी का दुरूपयोग न हो।
4. मैं. उर्जा संरक्षण में अपना योगदान दूंगा दूंगी तथा बिजली और इससे चलने वाले उपकरणों को आवश्यकता अनुसार ही उपयोग करूँगा/करूँगी।
5. मै. प्लासटिक के लिफाफों का प्रयोग कभी नहीं करूँगा /करुँगी तथा अपने परिजनों एवं अडोस–पड़ोस को भी कपड़े / जूट से बने थैलों का प्रयोग करने हेतू प्रेरित करूँगा/ करुँगी ।
6. मैं. डिस्पोजेवल वस्तुओं जैसे कि कप. प्लेट. चम्मच आदि का प्रयोग नहीं करूँगा /करुँगी।
7. आम जनता और सफाई कर्मचारियों को सूखे पत्तों कूड़ा–कबाड़ को जलाने की बजाए इससे जैविक खाद बनाने के लिए प्रेरित करूंगा / करुँगी ·
8. मैं. स्वयं सड़कों, बाग–बगीचों, आसपास, पहाड़ों–ढलानों, नदियों, नालों, बाबड़ियों, कुओं आदि में किसी प्रकार का कूड़ा–कचरा नहीं फेकूंगा/ फेकूंगी तथा औरों को भी कूड़े–कचरे को कूड़ेदान या चिन्हित स्थानों में डालने के लिए प्रेरित करूँगा /करुँगी।
9. मैं. स्वयं तथा अपने परिजनों से अनुरोध करूँगा/करुँगी कि वे घर के कूड़े–कबरे को अलग–अलग करने के बाद ही सफाई कर्मचारियों को दें।
10. पर्यावरण संरक्षण संहिता का पालन करूँगा/ करूँगी तथा गर्व से कहता/कहती कि मैं नी त्वच्छ. हरित और सुन्दर हिमाचल के निर्माण में भागीदार हूँ।

"भारतीय हिमालय हिम खण्ड, जलवायु परिवर्तन" परिवर्तन" पर चर्चा करने के लिए हिमालयी क्षेत्रों के मुख्यमंत्रियों का एक सम्मेलन किया था जिसमें भारत सरकार के पर्यावरण मंत्री भी शामिल हुये थे।

"शिमला घोषणा पत्र" में निम्नलिखित बातें कहीं गई थीं :-

1. हिमालयन सतत् विकास मंच की स्थापना।
2.अनुसंधान का नीति निर्धारण में उपयोग करना। पारिस्थितिकी सेवाओं के लिए भुगतान ।
3. सतत् विकास के लिए जल संसाधनों का प्रबंधन । शहरीकरण की चुनौतियां।
4. हरित परिवहन।
5. आजीविका पर जलवायु परिवर्तन के प्रभावों से निपटना।
6. उर्जा सुरक्षा का विकेन्द्रीकरण ।
7. पर्यावरण के अनुकूल पर्यटन और तीर्थ स्थलों के विकास का प्रबंध।
8. हरित उद्योग।
9. हरित रोजगार सृजन।
10. बृक्षारोपण अधिक से अधिक हो क्योंकि कार्बन को खत्म करने के लिए वन सबसे बड़ा साधन हैं। वैसे तो पेपरलैस कार्यालय की चर्चा और प्रयास हर तरफ हैं, फिर भी जब तक शत प्रतिशत यह प्रयास लागू नहीं होता तब तक वेस्ट पेपर कागज) को रिसाईकल करके कार्यालयों में पुनः प्रयोग किया जा सकता है।

पर्यटन क्षेत्रों में आने वाले पर्यटकों को पर्यावरण के प्रति जागरूक करने हेतु एक पर्यटक आचार संहिता लागू की जानी चाहिए ताकि उनका योगदान भी सुनिश्चित हो । हर व्यक्ति अपनी आने वाली पीढ़ी के लिए अधिक से अधिक धन संसाधन छोड़ कर जाना चाहता है। जिस प्रकार से पर्यावरण दूषित हो रहा है ग्रीन हाउस गैसों का उत्सर्जन बढ़ रहा है, ग्लेशियर पिघल रहे हैं, तथाकथित विकसित देश प्रदूषण फैला रहे हैं उन परिस्थितियों को देखते हुये आने वाली पीढ़ी के लिये हमारी सबसे बड़ी विरासत एक सुन्दर, स्वच्छ, कार्बन न्यूट्रल पर्यावरण उसके लिए छोड़ कर जाना होगी । "महात्मा गान्धी ने कहा था कि प्रकृति ने हमारी आवश्यकता अनुसार उपयोग के लिये पर्याप्त दिया है पर लोभ के लिए नहीं" । इसलिए आवश्यकता के अनुसार प्राकृतिक संसाधनों का दोहन करें, शोषण नहीं।

केंद्र सरकार के 9 साल- सेवा, सुशासन और गरीब कल्याण को रहे समर्पित

एडीसी ने कहा-सकारात्मक गतिविधियों की जागरूकता में मीडिया की अहम भूमिका

• एडीजी राजेन्द्र चौधरी बोले, मीडिया विकासात्मक पत्रकारिता पर रखे भ्रामक खबरों के सत्यापन के लिए PIB Fact Check की सुविधा के इस्तेमाल पर बल दिया

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

केंद्र सरकार के 9 साल–सेवा सुशासन और गरीब कल्याण को समर्पित रहे हैं। विकासात्मक रूप से आमजन तक को लाभांवित करने की दिशा में उठाए गए कदमों की विस्तृत जानकारी देने के उद्देश्य से मंगलवार को रेवाड़ी जिला मुख्यालय पर प्रेस इंर्फोमेशन ब्यूरो चंडीगढ़ की ओर से मीडिया कार्यशाला के तहत वार्तालाप कार्यक्रम का आयोजन हुआ। वार्तालाप में रेवाड़ी के एडीसी स्वप्निल रविंद्र पाटिल बतौर मुख्यातिथि उपस्थित हुए जबकि कार्यशाला की अध्यक्षता पीआईबी चंडीगढ़ के अतिरिक्त महानिदेशक राजेन्द्र चौधरी ने की। कार्यशाला में एसडीएम बावल जितेंद्र कुमार, डीआईपीआरओ दिनेश कुमार व भाजपा प्रदेश प्रवक्ता वंदना पोपली बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित रहे। वार्तालाप का उद्देश्य पीआईबी और जिला और उप जिला स्तर पर काम करने वाले पत्रकारों के बीच सीधा संपर्क स्थापित करना था।

वार्तालाप में अतिरिक्त महानिदेशक (क्षेत्र) पीआईबी चंडीगढ़ राजेन्द्र चौधरी ने कहा कि सूचना के प्रसार के लिए मीडिया सबसे शक्तिशाली साधन है। खोजी पत्रकारिता पर ध्यान केंद्रित करने के अलावा, मीडिया को विकास पत्रकारिता पर भी ध्यान देना चाहिए और जमीन से सफल और सकारात्मक कहानियों पर ध्यान केंद्रित करने का प्रयास करना चाहिए। उन्होंने विभिन्न मुद्दों पर रिपोर्टिंग से पहले पत्रकारों के लिए मीडिया नैतिकता और आचार संहिता पर भी जोर दिया। उन्होंने यह भी कहा कि महिलाएं सभी मोर्चों पर आगे बढ़ रही हैं और आने वाले समय में यह क्षेत्र मीडिया के साथ–साथ अन्य क्षेत्रों में महिलाओं की अधिक सक्रिय भागीदारी का गवाह बनेगा। इस अवसर पर श्री चौधरी ने 9 साल सेवा, सुशासन और गरीब कल्याण के तहत विभिन्न योजनाओं पर एक प्रस्तुति पेश की ।

एडीसी स्वप्रिल रविंद्र पाटिल ने वार्तालाप के दौरान पीआईबी चंडीगढ़ के प्रयासों की सराहना की, जिसे उन्होंने मीडिया और सरकार के बीच संवाद के लिए सबसे अच्छा मंच करार दिया। उन्होंने कहा कि लोकतंत्र का चौथा स्तंभ होने के नाते मीडिया सरकार की आंख और कान के रूप में कार्य करता है और जमीनी स्तर पर सरकार की योजनाओं और कार्यक्रमों के क्रियान्वयन के संबंध में आवश्यक प्रतिक्रिया प्राप्त करने और चिंताओं को दूर करने के लिए इस तरह का समन्वय आवश्यक है। उन्होंने यह भी कहा कि मीडिया दोधारी तलवार की तरह काम करता है और यह मीडिया पर निर्भर है कि वह सकारात्मक और विकासात्मक कहानियों को जन–जन तक पहुंचाए या नहीं और मीडिया को रचनात्मक रिपोर्टिंग के लिए खुद का इस्तेमाल करना चाहिए। उन्होंने कहा कि सकारात्मक गतिविधियों की जागरूकता में मीडिया की अहम भूमिका है। उन्होंने हाल ही में हरियाणा उदय आउटरीच कार्यक्रम के बारे में भी विस्तार से जानकारी मीडिया के साथ साझा की।

रिर्सास पर्सन के रूप में वक्ताओं ने रखे विचार :

केंद्रीय विश्वविद्यालय हरियाणा के जेएमसी विभाग के अध्यक्ष डा.अशोक शर्मा ने सोशल मीडिया पर एक बहुत ही व्यावहारिक सत्र प्रस्तुत किया और कहा कि सोशल मीडिया मुख्यधारा के मीडिया के साथ दर्शकों के एकीकरण के माध्यम से सामाजिक विकास को बढ़ावा देता है। उन्होंने यह भी कहा कि प्रामाणिक जानकारी को जन–जन तक पहुंचाने के लिए सोशल मीडिया का जिम्मेदारी से उपयोग किया जाना चाहिए। डा. अशोक कुमार ने सूचना की गुणवत्ता पर जोर दिया, जिससे दुनिया के लिए गुणवत्तापूर्ण लोग और जागरूक नागरिक बन सकते हैं। केवल मीडिया साक्षर लोग ही फेक न्यूज और गलत सूचना के खिलाफ लड़ सकते हैं। विश्वसनीय और प्रामाणिक सूचना और मीडिया प्लेटफॉर्म ही लोकतंत्र को मजबूत कर सकते हैं।

जिला सूचना एवं जनसंपर्क अधिकारी रेवाड़ी दिनेश कुमार ने प्रेस सूचना ब्यूरो के प्रयास की सराहना की और कहा कि ज्यादातर मीडिया घटनाओं के कवरेज में शामिल होने के विपरीत, आज पीआईबी ने उन्हें इवेंट का स्टार बनने का अवसर दिया है और ऐसा बेहतर समन्वय के लिए क्षेत्र में मीडिया कार्यशालाओं की नियमित रूप से मदद की जानी चाहिए। उन्होंने विभाग की ओर से लोक शैली में भजन पार्टी के माध्यम से ग्रामीण परिवेश तक सरकार की नीतियों को पहुंचाने बारे विस्तार से जानकारी दी।

शिक्षा विभाग से डा.ज्योत्स्ना यादव ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के बारे में बताया कि यह नीति 21वीं सदी के विद्यार्थियों के आकांक्षात्मक लक्ष्यों के साथ व्यावसायिक शिक्षा के सभी पहलुओं को संशोधित और नया रूप दे रही है। उप सिविल सर्जन डा.अशोक कुमार ने वार्तालाप के दौरान रेवाड़ी में स्वास्थ्य विभाग की योजनाओं से अवगत कराया। उन्होंने कहा कि इस योजना के कारण लोगों को संस्थागत प्रसव का विकल्प चुनने के लिए प्रोत्साहित किया गया है। सीयू हरियाणा की डा. मोना शर्मा ने वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण, जलवायु परिवर्तन के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए मीडिया की भूमिका पर जोर दिया। उन्होंने उल्लेख किया कि मीडिया को पर्यावरण की रक्षा और संरक्षण के लिए सतत विकास लक्ष्यों को उजागर करना चाहिए। उन्होंने बताया कि बीट प्लास्टिक पॉल्यूशन पर्यावरण दिवस 2023 का विषय है। चूंकि प्लास्टिक प्रदूषण एक वैश्विक समस्या है, इसलिए इसे हल करने के लिए एक वैश्विक दृष्टिकोण की आवश्यकता है।

अहमद खान , फील्ड प्रचार अधिकारी, पीआईबी चंडीगढ़ ने मीडिया और अतिथियों का स्वागत किया और धन्यवाद प्रस्ताव प्रस्तुत किया। प्रिंट मीडिया, सोशल मीडिया और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया के 60 से अधिक पत्रकारों ने कार्यशाला में भाग लिया और अपने अनुभव साझा किए और विभिन्न मुद्दों पर इनपुट प्रदान किए। उन्होंने बताया कि 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। तकनीकी सत्रों के बाद इंटरैक्टिव प्रश्न–उत्तर सत्र हुआ। पत्रकारों ने अपने विचार व्यक्त किए, और रचनात्मक फ़ीडबैक प्रदान की। पत्रकारों ने कार्यशाला आयोजित करने के लिए पीआईबी को भी धन्यवाद दिया और उम्मीद जताई कि भविष्य में इस तरह की और कार्यशालाएं आयोजित की जाएंगी।

अनुराग सिंह ठाकुर और योगी आदित्यनाथ ने वाराणसी में खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स 2022 के समापन समारोह में लिया हिस्सा

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

केंद्रीय युवा कार्यक्रम और खेल मंत्री श्री अनुराग सिंह ठाकुर, उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ और केंद्रीय राज्य मंत्री गृह एवं खेल निशीथ प्रमाणिक ने वाराणसी में खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स उत्तर प्रदेश 2022 के समापन समारोह में हिस्सा लिया।

इस अवसर पर अनुराग सिंह ठाकुर ने कहा कि आज मुझे बहुत संतुष्टि मिली है कि हमारे प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी की परिकल्पना के अनुरूप खेलो इंडिया अभियान ने एक क्रांति का रूप ले लिया है। खेलो इंडिया गेम्स एक भारत श्रेष्ठ भारत की भावना से आयोजित किए जाता हैं जहां विविध पृष्ठभूमि के एथलीट भाग लेते हैं और एक मंच पर अपनी विविधता साझा करते हैं।

यह खेल की उत्कृष्टता और राष्ट्र की सेवा में अनुशासित, समर्पित तथा कर्त्तव्य–केंद्रित युवाओं के निर्माण से संबंधित है। खेल इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स खेलों में देश के अंदर प्रतिभा की पहचान का सबसे बड़ा मंच बन गया हैं। उन्होंने बताया कि इस प्रतियोगिता में पहले स्थान पर पंजाब यूनिवर्सिटी, दूसरे स्थान पर गुरुनानक देव यूनिवर्सिटी, अमृतसर और तीसरे स्थान पर कर्नाटक के जैन यूनिवर्सिटी रही।

केंद्रीय युवा कार्यक्रम और खेल मंत्री ने कहा कि गर्मी व मुश्किल समय में योगी जी के प्रभावी नेतृत्व में उत्तर प्रदेश ने खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स 2022 में शानदार आयोजन किया है। इसके लिए उनको और उनकी टीम को भारत सरकार की ओर से धन्यवाद देता हूं।

खेल मंत्री अनुराग ठाकुर ने कहा कि खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स देश के हर सामाजिक पृष्ठभूमि से आने वाले युवाओं के लिए प्रदर्शन करने का बेहतरीन माध्यम बना है। उन्होंने बंगाल की कुंडू, उड़ीसा की रग्बी खिलाड़ी निर्मला राव, मछली विक्रेता के पुत्र रग्बी खिलाड़ी भरत चौहान, वाराणसी के वॉलीबॉल खिलाड़ी श्रेयांश और त्रिपुरा की जूडो खिलाड़ी स्मिता डे का उदाहरण दिया और कहा कि यह सभी सामान्य परिवार से हैं लेकिन बेहतरीन प्रदर्शन करने के लिए विपरीत परिस्थितियां इनके आड़े नहीं आई है।

अनुराग सिंह ठाकुर ने कहा कि भारत वर्तमान में सभी क्षेत्रों में शानदार प्रदर्शन कर रहा है तो खेल में कैसे पीछे रह सकता है। अंतरराष्ट्रीय स्पर्धाओं में भारत का पदक दिन–ब–दिन बढ़ता जा रहा है। यह संभव प्रधानमंत्री के नेतृत्व में खिलाड़ियों को हर तरह की सुविधाएं उपलब्ध कराने और उनका मनोबल बढ़ाने के कारण हुआ है। कार्यक्रम के दौरान उड़ीसा में हुए रेल हादसे के दौरान मारे गए लोगों के प्रति श्रद्धांजलि अर्पित किया गया।

पृष्ठभूमि : प्रधानमंत्री ने देश में खेल की संस्कृति को और विकसित करने तथा देश के युवाओं को खेलों के लिए प्रोत्साहित करने पर बहुत ध्यान दिया है। सरकार द्वारा उदीयमान् खिलाड़ियों को सहयोग देने के लिए विभिन्न योजनाएं शुरू की गई हैं और देश में खेल के इकोसिस्टम को मजबूत करने के प्रयास किए गए हैं। खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स का आयोजन इसी दिशा में एक और शानदार कदम है।

इस वर्ष खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स के तीसरे संस्करण का आयोजन 25 मई से 3 जून तक उत्तर प्रदेश में किया गया। ये खेल प्रतियोगिताएं वाराणसी, गोरखपुर, लखनऊ और गौतम बुद्ध नगर में आयोजित हुई। इन खेलों में 200 से अधिक विश्वविद्यालयों के 4750 से अधिक एथलीट भाग लिया और 21 प्रतियोगिताओं में प्रतिस्पर्धा किया। खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स के इस संस्करण का शुभांकर जीतू, यूपी के राजकीय पशु बारहसिंघा को बनाया गया है।

नाबार्ड द्वारा नये प्रोजेक्टों के लिए 919 करोड़ की मंजूरी

वित्तीय वर्ष 2022-23 के दौरान पंजाब द्वारा नाबार्ड से सहायता प्राप्त ग्रामीण बुनियादी ढांचा प्रोजेक्टों के अंतर्गत 800 करोड़ रुपए का रिकार्ड प्रयोग

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब के वित्त, योजना, आबकारी और कराधान मंत्री एडवोकेट हरपाल सिंह चीमा ने आज यहाँ कहा कि राज्य ने अपनी कारगुज़ारी में भारी सुधार करते हुये वित्तीय वर्ष 2022-23 के दौरान नेशनल बैंक फार एग्रीकल्चर एंड रुरल् डिवैल्पमैंट (नाबार्ड) द्वारा सहायता प्राप्त चल रहे ग्रामीण बुनियादी ढांचे के प्रोजेक्टों के लिए 800 करोड़ रुपए के फंडों का रिकार्ड प्रयोग किया। यहाँ पंजाब भवन में नाबार्ड से सहायता प्राप्त प्रोजेक्टों की समीक्षा करने के लिए उच्च ताकती कमेटी की मीटिंग की अध्यक्षता करते हुये वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने वित्तीय वर्ष 2022- 2023 के दौरान चल रहे प्रोजेक्टों के उच्चतम-प्रयोग को यकीनी बनाने के लिए वित्त विभाग और नाबार्ड की भूमिका की सराहना की।

पंजाब राज्य के लिए अब तक के सबसे अधिक 919 करोड़ रुपए के नये प्रोजेक्टों को मंज़ूरी देने के लिए नाबार्ड का धन्यवाद करते हुये वित्त मंत्री ने राज्य की अच्छी कारगुज़ारी और ग्रामीण बुनियादी ढांचे को बेहतर बनाने के लिए फंडों के बेहतरीन प्रयोग के मद्देनज़र नाबार्ड टीम को वित्तीय वर्ष 2023-24 (आरआईडीएफ - XXIX) के नये प्रोजेक्टों के लिए राज्य की अलाटमैंट को बढ़ा कर 1500 करोड़ रुपए करने की अपील की। इस मौके पर वित्त मंत्री ने ग्रामीण आर्थिकता के समूचे विकास के लिए इस वर्ष सड़कों और पुल, सिंचाई, पीने वाले पानी और सेनिटेशन, शिक्षा, नवीकरणीय ऊर्जा, सेहत, हुनर विकास, गोदामों, बाग़बानी और भू संरक्षण आदि क्षेत्रों के प्रोजेक्टों के लिए पहल के आधार पर फंड देने की ज़रूरत पर ज़ोर दिया। नाबार्ड द्वारा ग्रामीण बुनियादी ढांचा विकास फंड (आरआईएफडी) के अंतर्गत प्राप्त फंडों के साथ चल रहे अलग- अलग प्रोजेक्टों की प्रगति का जायज़ा लेते हुये वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा ने सभी प्रशासकीय विभागों को हिदायत की कि वे नाबार्ड से उपलब्ध फंडों की अधिकतम प्रयोग पर ध्यान केंद्रित करने के साथ-साथ इन प्रोजेक्टों को लागू करने की गति को तेज करें जिससे इनको जल्दी से जल्दी मुकम्मल करके राज्य के ग्रामीण क्षेत्र के लोगों को लाभ पहुँचाया जा सके।

मीटिंग में अतिरिक्त मुख्य सचिव विकास श्री के. ए. पी. सिन्हा, प्रमुख सचिव वित्त श्री अजोए कुमार सिन्हा, सचिव वित्त श्रीमती गरिमा सिंह, और प्रमुख सचिव, सचिव, प्रशासनिक विभागों के मुखियों और चीफ़ जनरल मैनेजर श्री रघुनाथ बी. के नेतृत्व अधीन नाबार्ड की टीम शामिल हुई।

विकास के एजेंडे पर काम कर रही है पंजाब सरकार : ब्रम शंकर जिंपा

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

कैबिनेट मंत्री ब्रम शंकर जिंपा ने कहा कि मुख्य मंत्री भगवंत मान के नेतृत्व में पंजाब सरकार प्रदेश में सिर्फ विकास के एजेंडे पर कार्य कर रही हैं और मात्र एक वर्ष में हर जिले की जरुरत को ध्यान में रखते हुए वहां पर विकास कार्य करवाए गए हैं, जो कि अपने आप में एक मिसाल है। वे गांव आदमवाल में 57.64 लाख रुपए की लागत से विकास कार्यों की शुरुआत करवाने के दौरान गांव वासियों को संबोधित कर रहे थे। इस मौके पर मेयर सुरिंदर कुमार, सीनियर डिप्टी मेयर प्रवीन सैनी, दी होशियारपुर सैंट्रल कोऑपरेटिव बैंक के चेयरमैन विक्रम शर्मा भी मौजूद थे।

कैबिनेट मंत्री ने बताया कि गांव आदमवाल में 5.19 लाख रुपए पीने के पानी, 5.19 लाख रुपए गंदे पानी के निकास, 5.92 लाख रुपए गलियों व नालियों, 16.34 लाख रुपए छप्पड़ के विकास व 25 लाख रुपए कम्यूनिटी हाल पर खर्च किए जाएंगे। उन्होंने कहा कि गांव के छप्पड़ को थापर माडल के माध्यम से विकसित किया जा रहा है ताकि इसके पानी का कहीं न कहीं प्रयोग किया जा सके।

ब्रम शंकर जिंपा ने कहा कि पिछले एक वर्ष में जहां करीब 30 हजार लोगों को रोजगार मुहैया करवाया गया है वहीं लोगों के स्वास्थ्य की चिंता करते हुए उनके घरों के नजदीक आम आदमी क्लीनिक खोले गए हैं, जहां दवाई व टैस्ट नि:शुल्क किए जा रहे हैं।

बैंक पढ़े लिखे बेरोजगारों को अधिक से अधिक कर्ज देकर बनाए मजबूत: डिप्टी कमिश्नर

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

बैंक विभिन्न कर्जा योजनाओं के माध्यम से नौजवानों को मजबूत बनाने के लिए पढ़े लिखे बेरोजगार नौजवानों को अधिक से अधिक ऋण प्रदान करें ताकि वे सशक्त हो सकें। यह विचार डिप्टी कमिश्नर कोमल मित्तल ने आज जिले के लीड बैंक की ओर से जिले के बैंकों के कामकाज का जायजा लेने संबंधी जिला सलाहकार कमेटी और जिला स्तरीय समीक्षा कमेटी की बैठक में रखे। उन्होंने इस दौरान बैंकों को सी.डी रेशो बढ़ाने की जरु रत के संबंध में निर्देश देते हुए बैंको को इस दिशा में ध्यान देने के लिए कहा। डीसी ने बताया कि जिले के विभिन्न बैंकों द्वारा कर्जा योजना वर्ष 2022-23 के अंतर्गत मार्च 2023 तक कुल 12700 करोड़ रु पए कर्ज के तौर पर दिए गए जबकि लक्ष्य 17568 करोड़ रु पए का था। इसमें से प्राथमिकता क्षेत्र को 10352 करोड़ रु पए के कर्जे दिए गए जबकि गैर प्राथमिकता क्षेत्र में 2347 करोड़ रु पए के कर्जे दिए गए। प्राथमिकता क्षेत्र में 8577 करोड़ रु पए कृषि के लिए 1479 करोड़ रु पए गैर कृषि क्षेत्र के लिए और 296 करोड़ रु पए अन्य प्राथमिकता क्षेत्र को कर्जे के तौर पर दिए गए।

कोमल मित्तल ने ने बैंको को अधिक से अधिक स्वयं सहायता समूहों को ऋण प्रदान करने पर जोर दिया। उन्होंने बैंकों को अलग-अलग स्कीमों के बारे में लोगों को जानकारी देने तथा कृषि व लघु उद्योग, सेवा क्षेत्र, सरकारी प्रोग्रामों जैसे कि प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम, राष्ट्रीय शहरी आजीविका मिशन, डेयरी टाई-अप योजना, प्रधानमंत्री स्व निधि प्रोग्राम के अंतर्गत कर्जे देने की प्रक्रिया में तेजी लाने के लिए भी कहा।

डॉ. बी.आर.अम्बेदकर स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ मैडीकल साइंसेज के निर्माण में तेजी लाने के आदेश

गुणवत्ता यकीनी बनाते हुए समयबद्ध ढंग से काम करवाने के लिए कहा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

मुख्यमंत्री के अतिरिक्त मुख्य सचिव (ए.सी.एस) ए. वेणु प्रसाद ने अधिकारियों को हिदायत की कि एस.ए.एस. नगर में डॉ. बी.आर.अम्बेदकर स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ मैडीकल साइंसेज के निर्माण कार्य में तेजी लाने में कोई कसर बाकी न छोड़ी जाए।

वीरवार को अपने कार्यालय में बैठक की अध्यक्षता करते हुए अतिरिक्त मुख्य सचिव ने कहा कि पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान की सोच अनुसार बन रहा यह इंस्टीट्यूट राज्य को मैडीकल शिक्षा के गढ़ के तौर पर उभारेगा। उन्होंने कहा कि यह मानक संस्था एक तरफ विद्यार्थियों को मानक मैडीकल शिक्षा मुहैया करवाने में सहायक होगी, दूसरी तरफ विद्यार्थियों को विश्व स्तरीय मैडीकल सुविधाएं मुहैया करवाएगी। श्री वेनू प्रसाद ने कहा कि बाबा फरीद यूनिवर्सिटी ऑफ मैडीकल साइंसेज, फरीदकोट से मान्यता प्राप्त डॉ. बी. आर. अम्बेदकर स्टेट इंस्टीट्यूट ऑफ मैडीकल साइंसेज में रेगुलर कक्षाएं जल्द शुरू होंगी। मुख्यमंत्री के अतिरिक्त मुख्य सचिव ने कहा कि यह अत्याधुनिक इंस्टीट्यूट 28 एकड़ ज़मीन में बनेगा और यह आधुनिक सुविधाओं और प्रौद्यौगिकी के साथ लैस होगा। उन्होंने कहा कि कालेज की जगह और नक्शे को पहले ही अंतिम रूप दिया जा चुका है और इस प्रतिष्ठित प्रोजैक्ट का काम जल्द शुरू होगा।

मुख्य सचिव ने कहा कि इस कालेज में दूसरे राज्यों से बड़ी संख्या में विद्यार्थी शिक्षा हासिल करने के लिए आएंगे, इसलिए कालेज के साथ उच्च दर्जे की सुविधाओं वाले हॉस्टल का निर्माण भी किया जाएगा। उन्होंने उम्मीद ज़ाहिर की कि इच्छुक विद्यार्थियों को मैडीकल शिक्षा के लिए विदेश जाने की जरुरत नहीं पड़ेगी।

किसानों को गुणवत्तापूर्ण खाद, बीज और दवाईयों की बिक्री सुनिश्चित की जाए : डीसी

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

डिप्टी कमिश्नर कपूरथला कैप्टन करनैल सिंह के निर्देश पर ज़िले के किसानों को गुणवत्तापूर्ण इनपुटस उपलब्ध करवाने के उद्देश्य के तहत मुख्य कृषि अधिकारी डॉ. बलबीर चंद और जिला प्रशासन के अधिकारियों द्वारा कपूरथला के डीलरों का औचक निरीक्षण किया गया। डॉ. बलबीर चंद ने चैकिंग के दौरान डीलरों को निर्देश दिए कि किसानों को खाद, बीज और दवा बेचते समय कोई टैगिंग न की जाए और यदि ऐसा कोई मामला सामने आता है तो उसके खिलाफ अधिनियम के तहत सख्त कार्रवाई की जाएगी।

उन्होंने यह भी निर्देश दिया कि किसानों द्वारा खरीदे गए खाद, बीज और दवाओं के बिल अवश्य दें। उन्होंने डीलरों से कहा कि वे जनहित ध्यान में रखते हुए किसानों को कोई भी अनधिकृत सामग्री न बेची जाए और खाद नियंत्रण आदेश, 1985, की इनसैकटीसाईड, एक्ट 1968 और रूल्स 1971, सीट एक्ट, 1966 और सीड़ कंट्रोल आदेश की विभिन्न धाराओं की पालना को सुनिश्चित किया जाये।

कमिश्नर नगर निगम द्वारा प्रॉपर्टी टैक्स शाखा को नया कार्यालय अलाट

• **जालंधर ब्रीज.** फगवाड़ा

नगर निगम कमिश्नर डॉ. नयन जस्सल द्वारा प्रॉपर्टी टैक्स शाखा को नगर निगम फगवाड़ा में नया कार्यालय अलाट किया गया है। यह कार्यालय फगवाड़ा नगर निगम के मीटिंग हॉल के बैक साईड बनाया गया है। इस कार्यालय में प्रॉपर्टी टैक्स जमा करने के लिए 2 विंडो काउंटर स्थापित किए जाएंगे।

कमिश्नर नगर निगम फगवाड़ा डॉ. नयन जस्सल ने कहा कि फगवाड़ा वासियों को हर तरह की सुविधा उपलब्ध कराने के लिए नगर निगम फगवाड़ा प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा कि पुरानी बिल्डिग में प्रॉपर्टी टैक्स जमा कराने आने वाले लोगों के लिए जगह कम थी और बड़ी संख्या में टैक्स जमा कराने आने वाले लोगों को परेशानीयों का सामना करना पड़ता था। उन्होंने कहा कि इस समस्या के समाधान के लिए यह नया कार्यालय अलाट किया गया है। उन्होंने कहा कि इस कार्यालय में जनता को प्रॉपर्टी टैक्स से संबंधित सभी सेवाएं एक ही छत के नीचे मिलेंगी। उन्होंने टैक्स शाखा के अधिकारियों व कर्मचारियों को जल्द से जल्द इस नए कार्यालय में शिफ्ट होने को कहा गया है।

टैक्स शाखा के सुपरडंट अमित कालिया ने शाखा को नया कार्यालय अलाट करने के लिए कमिश्नर और इंजीनियरिंग शाखा का धन्यवाद किया। इस अवसर पर निगरान इंजीनियर श्री शाम लाल गुप्ता, जे.ई. कंवरपाल सिंह, विवेक शर्मा और सुरिंदरपाल भी मौजूद थे।

पार्ट टाइम उर्दू अध्यापक के पद के लिए आवेदनों की मांग

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

जिला भाषा दफ्तर ने उर्दू भाषा प्रशिक्षण के लिए अंशकालिक/पार्ट टाइम उर्दू शिक्षक के पद के लिए आवेदनों की मांग की है। जिला भाषा दफ्तर के प्रवक्ता ने बताया कि जिला भाषा दफ्तर 1 जुलाई 2023 से उर्दू प्रशिक्षण के लिए कक्षाए शुरू कर रहा है, जिसके लिए दफ्तर में अंशकालिक/पार्ट टाइम योग्य अध्यापक की आवश्यकता है। उम्मीदवार की कम से कम योग्यता एमए उर्दू होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि रोजाना एक घंटे की क्लास होगी और चुने गए उम्मीदवार को 8000 रुपये प्रति माह वेतन दिया जाएगा। उन्होंने आगे कहा कि इच्छुक उम्मीदवार अपना आवेदन पत्र 22 जून 2023 तक दफ्तर जिला भाषा अधिकारी कमरा नं. 215, दूसरी मंजिल जिला प्रशासकीय परिसर जालंधर में मैन्युअल तौर पर भेज सकते है। उन्होंने यह भी बताया कि प्राप्त आवेदनों को आगे की कार्रवाई के लिए डायरैक्टर भाषा विभाग को भेजा जाएगा।

बाजवा ने केजरीवाल और मान से चन्नी का अपमान करने के लिए माफी मांगने को कहा

भगवंत मान के कान में फुसफुसाने के बाद केजरीवाल ने दलित समुदाय से पंजाब के पूर्व मुख्यमंत्री चरणजीत सिंह चन्नी का अपमान किया: विपक्ष के नेता

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब में विपक्ष के नेता प्रताप सिंह बाजवा ने गुरुवार को पंजाब विधानसभा चुनाव प्रचार के दौरान दलित समुदाय से ताल्लुक रखने वाले पूर्व मुख्यमंत्री चरणजीत सिंह चन्नी का अपमान करने के लिए पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान और आम आदमी पार्टी (आप) के प्रमुख अरविंद केजरीवाल से बिना शर्त माफी की मांग की।

एक वीडियो का हवाला देते हुए उन्होंने कहा, "दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने पूर्व मुख्यमंत्री चरणजीत सिंह चन्नी के बारे में बहुत अपमानजनक और अनैतिक टिप्पणी की जब वह (केजरीवाल) पंजाब में 2022 के विधानसभा चुनावों के लिए प्रचार कर रहे थे।

वीडियो में केजरीवाल को यह कहते हुए सुना जा सकता है "क्या रिश्ता करना है चन्नी साहिब को। केजरीवाल ने यह बात तब कही जब भगवंत मान ने केजरीवाल के कान में कुछ फुसफुसाया, जिससे ऐसा लगता है कि भगवंत मान चाहते हैं कि केजरीवाल किसी दलित मुख्यमंत्री के बारे में इस तरह की अनुचित भाषा का इस्तेमाल करें। बाजवा ने कहा कि पंजाब के लोग इन टिप्पणियों की गहराई को जानते हैं। पंजाबी यह भी जानते हैं कि कैसे कुछ घृणित लोग अपने विरोधियों का अपमान करने के लिए इस तरह की टिप्पणियों का उपयोग करते हैं।

उन्होंने कहा, 'क्या वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा को तब ये शब्द परेशान करने वाले नहीं लगे थे? क्या चीमा ने दलित मुख्यमंत्री के बारे में इस तरह की अपमानजनक टिप्पणी के लिए दोनों से माफी मांगने के लिए कहा था? वित्त मंत्री चीमा, जो खुद को दलित अधिकारों का ध्वजवाहक मानते हैं, बेहतर तरीके से समझा सकते हैं। बाजवा ने कहा कि कांग्रेस पार्टी इस संबंध में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और राष्ट्रीय अनुसूचित जाति आयोग को पत्र लिखेगी।

विपक्ष के नेता ने कहा कि एक विवाहित व्यक्ति के लिए दूसरी शादी के बारे में बोलना कितना शर्मनाक है। यह भगवंत मान और अरविंद केजरीवाल की सामंती मानसिकता को भी दर्शाता है - दोनों उच्च जाति समुदायों से संबंधित हैं - क्योंकि उन्होंने उपरोक्त शब्दों के साथ एक दलित व्यक्ति का अपमान किया। वीडियो में वित्त मंत्री हरपाल सिंह चीमा भी इन भद्दे कमेंट्स पर हंसते नजर आ रहे हैं।

जीएम जिला उद्योग केंद्र ने किया एडीसी का स्वागत

• जीएम जिला उद्योग केंद्र अरुण कुमार ने नवनियुक्त अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर(सामान्य) राहुल चाबा का उनके कार्यालय जाकर स्वागत किया। उन्हें जिला उद्योग केंद्र की ओर से किए जा रहे कार्यों से अवगत करवाया और भरोसा दिलाया कि पंजाब सरकार के निर्देशों पर जिला उद्योग केंद्र की ओर से उद्योगों को प्रोत्साहित करने में कोई कमी नहीं छोड़ी जाएगी।

हेरोइन व ड्रग मनी समेत चार गिरफ्तार

• सीआईए स्टाफ कमिशनरेट जालंधर की टीम ने चार दोषियों को डेढ किलोग्राम हेरोइन, 53000 ड्रग मनी, स्विफ्ट कार, इलेक्ट्रिक कंडा व एक देसी कट्टा पिसतौल 315 बोर समेत एक जिंदा रोंद 315 बोर समेत गिरफ्तार किया है। चारों को पुलिस ने टी-प्वाइंट रेलवे कालोनी रोड गुरू नानकपुरा रोड जालंधर से गिरफ्तार किया है।

नंगल फ्लाईओवर संबंधी 14 जून को होगी लोक निर्माण मंत्री की अध्यक्षता अधीन मीटिंग : हरजोत सिंह बैंस

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

नंगल फ्लाईओवर की प्रगति सम्बन्धी अगली मीटिंग 14 जून, 2023 को लोक निर्माण मंत्री स. हरभजन सिंह की अध्यक्षता अधीन होगी। पंजाब के कैबिनेट मंत्री हरजोत सिंह बैंस की अध्यक्षता में आज पंजाब सिवल सचिवालय में नंगल फ्लाईओवर के काम सम्बन्धी साप्ताहिक समीक्षा की गई।

मीटिंग में भारतीय रेलवे, लोक निर्माण विभाग पंजाब, भाखड़ा ब्यास मैनेजमेंट बोर्ड, नगर कौंसिल नंगल, स्थानीय प्रशासन के अधिकारी और निर्माण करने वाली कंपनी के अधिकारी उपस्थित थे। रेलवे के अधिकारियों ने कैबिनेट मंत्री को भरोसा दिलाया कि भविष्य में नंगल फ्लाईओवर के निर्माण सम्बन्धित हर तरह की मंज़ूरी पहल के आधार पर दी जायेगी। कैबिनेट मंत्री की तरफ से मीटिंग के दौरान निर्माण कंपनी के अधिकारियों को चेतावनी दी कि यदि अब फ्लाईओवर के निर्माण में तय समय-सीमा की पालना न की तो वह कंपनी के ख़िलाफ़ भारत सरकार के राजमार्ग विभाग और रेलवे को पत्र लिख कर भविष्य में कोई ठेका न देने और कंपनी को ब्लैक लिस्ट करने के बारे लिखेंगे। मीटिंग के दौरान. बैंस ने नगर कौंसिल नंगल और बी. बी. एम. बी. के अधिकारियों को हिदायत की कि नंगल शहर की सड़कों की मुरम्मत तुरंत की जाये।

एक सप्ताह की देरी से केरल पहुंचा मॉनसून

नई दिल्ली. दक्षिण-पश्चिम मॉनसून ने अपने निर्धारित समय से एक सप्ताह की देरी के बाद गुरुवार को आखिरकार भारत में दस्तक दे ही दी। मौसम विभाग ने मॉनसून के केरल में पहुंचने की घोषणा कर दी है है। मौसम विज्ञानियों ने इससे पहले कहा था कि चक्रवात 'बिपरजॉय' मॉनसून को प्रभावित कर रहा है और केरल में इसका शुरुआत 'मामूली' होगी लेकिन इसके बावजूद इस साल करीब एक सप्ताह की देरी से मॉनसून केरल पहुंच ही गया है।

मौसम विभाग ने गुरुवार को एक बयान में कहा, 'दक्षिण पश्चिम मॉनसून आज आठ जून को केरल पहुंच गया।' बयान में कहा गया है, 'मॉनसून दक्षिण अरब सागर के शेष हिस्सों और मध्य अरब सागर के कुछ हिस्सों तथा समूचे लक्षद्वीप क्षेत्र, केरल के अधिकतर क्षेत्र, दक्षिण तमिलनाडु के अधिकतर हिस्सों, कोमोरिन क्षेत्र के शेष हिस्सों, मन्नार की खाड़ी और दक्षिण पश्चिम, मध्य एवं उत्तर पूर्व बंगाल की खाड़ी के कुछ हिस्सों की ओर बढ़ रहा है।'

आईसीसी वर्ल्ड टेस्ट क्रिकेट चैंपियनशिप फाइनल का पहला दिन रहा ऑस्ट्रेलिया बल्लेबाजों के नाम

लंदन. लंदन में खेले जा रहे भारत और ऑस्ट्रेलिया के टेस्ट चैंपियनशिप में पहला सेशन भारत ने 73 रनों पर तीन विकट झटका कर अपने नाम कर लिया था लेकिन ट्रेविस हेड और स्टीव स्मिथ की 251 रनो की सांझेदारी ने पहले दिन के खेल को ऑस्ट्रेलिया बल्लेबाजों के नाम किया। भारतीय गेंदबाजों में मोहम्मद सिराज ही ट्रेविस हेड को छोटी गेंदों पर परेशान करते दिखे दूसरी तरफ देखा जाए बाकी गेंदबाजों ने अनुशासनहीनता होकर आउटसाइड दा विकेट और ओवरपीच गेंदों पर दोनों बल्लेबाजों को रन मशीन बनने का अवसर दिया।

रविंदर जडेजा की बाये हाथ की ऑफ स्पिन गेंदबाजी भी कुछ ज़्यादा ना कर पायी पहले ही ओवर से स्टीव स्मिथ ने स्टेप डाउन कर खेलना शुरू कर जडेजा को लेह नहीं पकड़ने दी। भारतीय टीम के बोलिंग कोच पारस महमब्रे द्वारा आश्विन को चैंपियन बॉलर तो बताया गया परंतु स्थिति के हिसाब से 4 तेज़ गेंदबाज खिलाना ही कैप्टन द्वारा सही समझा गया और दूसरे दिन के खेल में गेंदबाज़ों द्वारा दूसरी नयी गेंद से लेह पकड़ने का भरोसा जताया।

ट्राविस हेड द्वारा प्रेस वार्ता में बताया गया की वह बल्लेबाज़ी के दौरान साथी बल्लेबाज़ के साथ कम बात करते है और पिछले कुछ हफ्ते से प्रैक्टिस सेशंस में काफी मेहनत कर रहे जिस कारण आज वो अच्छा खेल पाए और ट्रेविस द्वारा विकेट पर गेंद का निचे रहने पर संघर्ष करने का भी जीकर किया और ऑस्ट्रेलिया बल्लेबाजों ने 85 ओवर में 327 रन पर 3 विकेट ग्वाकर पहले दिन का खेल खत्म किया। अब देखना होगा की क्या भारतीय गेंदबाज़ कल ऑस्ट्रेलिया बल्लेबाजों को पहले दिन मिली भारी सफलता के बावजूद मैच में वापसी कर सकते है के नहीं।

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.