प्रेरणा
किसी का भला करके देखो,
हमेशा लाभ में रहोगे,
किसी पर दया करके देखो,
हमेशा याद में रहोगे !

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-5 • 01 DECEMBER TO 07 DECEMBER 2023 • VOLUME 19 • 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

सीएम ने पंजाब पुलिस और पीएफटीएए द्वारा करवाए सांस्कृतिक समागम गुलदस्ता- 2023 का किया उद्घाटन

मुख्यमंत्री ने बलिदान देने वाले पुलिस कर्मचारियों के परिवारों को सौंपे एक्स ग्रेशिया ग्रांट के चैक

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने आज यहाँ पुलिस कर्मचारियों के परिवारों की भलाई के लिए पंजाब पुलिस द्वारा पंजाबी फ़िल्म एंड टीवी ऐकटजऱ् एसोसिएशन (पीएफटीएए) के सहयोग से करवाए गए अपनी किस्म के पहले सांस्कृतिक समागम गुलदस्ता- 2023 का उद्घाटन किया। जनसभा को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि इस अहम पहल का उद्देश्य पंजाब पुलिस के जवानों के परिवारों की भलाई को सुनिश्चित बनाना है। उन्होंने कहा कि पंजाब पुलिस के जवान अपनी ड्यूटी पूरी निष्ठा से निभाते हैं और यह समागम इन बहादुर जवानों के परिवारों को समर्पित है। भगवंत सिंह मान ने पीएपी ग्राउंड में इस समागम का आयोजन करने के लिए सहयोग देने के लिए पीएफटीएए का धन्यवाद किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि इस समागम का उद्देश्य पुलिस कर्मचारियों के परिवारों को एकत्र कर मिलकर बैठने और समागम का आनंद उठाने का अवसर प्रदान करना है। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह बड़े गर्व और संतुष्टी की बात है कि राज्य के तीन करोड़ से अधिक लोगों के लिए आराम की नींद को सुनिश्चत बनाने के लिए 80,000 पुलिस कर्मचारी पूरी निष्ठा से अपनी ड्यूटी कर रहे हैं।

भगवंत सिंह मान ने कहा कि जब से उन्होंने पर संभाला है, उनकी सरकार पुलिस फोर्स के नवीनीकरण की तरफ विशेष ध्यान दे रही है। भगवंत सिंह मान ने कहा कि राज्य के कई जिलों में सीनियर पुलिस कप्तान के तौर पर महिला अधिकारी तैनात हैं और 10 से अधिक जिलों में महिला डिप्टी कमिश्नर हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने राज्य में 1450 और पुलिस कर्मचारियों की भर्ती करने के लिए भर्ती प्रक्रिया शुरू करने की मंज़ूरी दे दी है। उन्होंने कहा कि पुलिस में 1450 पुलिस कर्मचारियों की भर्ती ज़िला स्तर पर फोर्स के कामकाज को और अधिक सुचारू बनाएगी और राज्य में अमन- कानून को बरकरार रखने के साथ-साथ समाज विरोधी तत्वों पर नकेल कसने में भी सहायक होगी।

मुख्यमंत्री ने यह भी कहा कि राज्य सरकार द्वारा विद्यार्थियों को प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए प्रशिक्षण देने के लिए आठ अति-आधुनिक सैंटर खोले जा रहे हैं। इस मौके पर मुख्यमंत्री ने ड्यूटी के दौरान बलिदान देने वाले पुलिस कर्मचारियों के परिवारों को एक्स ग्रेशिया ग्रांट के चैक सौंपे।

लुधियाना एनकाउंटर : मारे गए गैंगस्टरों के संबंधों का पता लगाने के लिए एसआईटी का गठन

स्पैशल डीजीपी अर्पित शुक्ला ने राज्य से गैंगस्टरों, समाज विरोधी तत्वों और नशा तस्करों के सफाए के लिए पंजाब पुलिस की प्रतिबद्धता दोहराई

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

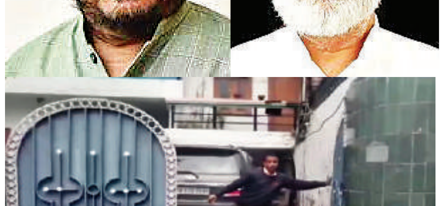
स्पैशल डायरैक्टर जनरल ऑफ पुलिस, कानून-व्यवस्था अर्पित शुक्ला ने आज यहाँ बताया कि पिछले दिनों लुधियाना में पुलिस मुठभेड़ के दौरान मारे गए दोनों गैंगस्टरों के अगले-पिछले संबंधों का पता लगाने के लिए डिप्टी कमिश्नर ऑफ पुलिस (ग्रामीण) जसकिरनजीत सिंह तेजा के नेतृत्व में विशेष जांच टीम (एस.आई.टी.) का गठन किया गया है। बताने योग्य है कि एडीसीपी इन्वेस्टिगेशन रुपिन्दर कौर सरां, एडीसीपी-2 सोहेल मीर और एसएचओ डेहलों इस एस.आई.टी. के मैंबर हैं। स्पैशल डीजीपी, जिनके साथ पुलिस कमिश्नर लुधियाना कुलदीप सिंह चाहल भी मौजूद थे, यहाँ पंजाब पुलिस हैडक्वाटर में प्रैस कॉन्फ्रेंस को संबोधित कर रहे थे। जानकारी के मुताबिक दोनों गैंगस्टरों की पहचान संजीव कुमार उर्फ संजू बाहमण (26) और शुभम उर्फ गोपी (26) के रूप में हुई है। यह दोनों गैंगस्टर लुधियाना के एक उद्योगपति पर गोलियाँ चलाने और लूट-पाट के मामले में वांछित थे, जिनको लुधियाना के दोराहा स्थित टिब्बा पुल के नज़दीक बुधवार शाम को हुए मुकाबले के दौरान पुलिस ने मार गिराया। इन गैंगस्टरों के पाँच साथी 26 नवंबर को लुधियाना पुलिस ने पहले ही गिरफ्तार कर लिए थे।

मुठभेड़ के दौरान हुई दो-तरफा गोलीबारी के दौरान ए.एस.आई. सुखदीप सिंह गोली लगने से जख़्मी हो गए थे। इस सम्बन्धी पुलिस ने थाना साहनेवाल में इंस्पेक्टर कुलवंत सिंह के बयानों के आधार पर आइपीसी की धारा 307, 332, 353 और 186 और आर्म्स एक्ट की धारा 25 और 27 के अंतर्गत एफआईआर नंबर 285 दर्ज की है।

स्पैशल डीजीपी अर्पित शुक्ला ने बताया कि मारे गए दोनों गैंगस्टरों का पुराना आपराधिक रिकॉर्ड है, जो पंजाब पुलिस को आर्म्स एक्ट, चोरी/डकैती और एनडीपीएस एक्ट से सम्बन्धित कई आपराधिक मामलों में वांछित थे। उन्होंने बताया कि पकड़े गए व्यक्तियों के पास से लुधियाना पुलिस ने कीया सैलटोस कार भी बरामद कर ली है, जो उक्त व्यक्तियों ने फैक्ट्री मालिक से छीनी थी।

पंजाब को सुरक्षित राज्य बनाने के लिए मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान की प्रतिबद्धता को दोहराते हुए स्पैशल डी.जी.पी. ने कहा कि पंजाब पुलिस राज्य से गैंगस्टरों, समाज विरोधी तत्वों और नशा तस्करों के ख़ात्मे के लिए सहृदय प्रयास कर रही है और किसी को भी राज्य की शांति और सद्भावना को भंग करने की इजाज़त नहीं दी जाएगी।

पूर्व मंत्रियों के आवास पर ईडी की छापेमारी, करीबियों पर भी कसा शिकंजा



अमलोह/होशियारपुर : पंजाब में पूर्व कांग्रेस सरकार में वन मंत्री रहे साधु सिंह धर्मसोत और संगत सिंह गिलजियां के घर पर ईडी ने सुबह-सुबह छापेमारी की है। सुबह ईडी की गाड़ियां और सेंट्रल रिजर्व फोर्स के जवान उनके घर पहुंच गए। ये छापेमारी साधु सिंह धर्मसोत व संगत सिंह गिलजियां के अलावा जंगलात विभाग के कुछ ठेकेदारों व उनके करीबियों के घर पर भी पड़ी। जालंधर से आई ईडी की टीम ने पूर्व मंत्री के अमलोह के वार्ड नंबर 6 में स्थित आवास पर छापेमारी की। जानकारी के मुताबक इस दौरान साधु सिंह धर्मसोत अपने आवास पर मौजूद नहीं थे। उनकी पत्नी और बेटा घर पर मौजूद थे। पूर्व मंत्री को पिछले साल भ्रष्टाचार के आरोप में गिरफ्तार किया गया था। काबिलेग़ौर है कि साधु सिंह धर्मसोत मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह की कांग्रेस सरकार में वन मंत्री रहे थे।

ईडी (प्रवर्तन निदेशालय) ने पंजाब में जिला होशियारपुर के टांडा में भी छापेमारी की। यह कार्रवाई पूर्व मंत्री संगत सिंह गिलजियां के घर पर हुई। ईडी वन विभाग में हुए करोड़ों रुपये के घोटाले से संबंधित दस्तावेज तलाश रही है। संगत सिंह गिलजियां घर में ही मौजूद थे। जानकारी के मुताबिक 12 से 13 लोग और कुछ महिला अधिकारी भी इस जांच में शामिल थी। जिक्रयोग्य है कि कुछ समय पहले संगत सिंह गिलजियां और उनके भतीजे दलजीत सिंह सेठी के खिलाफ वन विभाग में हुए करोड़ों रुपये के घोटाले संबंधी मामला दर्ज किया गया था। उसी मामले में गिलजियां के भतीजे दलजीत को गिरफ्तार भी किया गया। संगत सिंह गिलजियां कुछ समय तक फरार रहने के बाद अदालत में पेश हुए थे। इसके बाद उन्हें कुछ राहत भी मिली थी।

बिजली मंत्री ने शक्ति सदन में की चैकिंग, 'ज़ीरो पेंडेंसी' सुनिश्चित करने को कहा

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

बिजली मंत्री हरभजन सिंह ई.टी.ओ. ने वीरवार शाम को कर्मचारियों की हाज़िरी की चैकिंग के लिए पंजाब स्टेट पावर कॉरपोरेशन लिमिटेड (पीएसपीसीएल) के दफ़्तर,शक्ति सदन में अचानक निरीक्षण किया। बिजली मंत्री शाम को पीएसपीसीएल दफ़्तर पहुंचे और कर्मचारियों के हाज़िरी रजिस्टर की स्वयं जांच की। उन्होंने अलग-अलग शाखाओं में तैनात सभी कर्मचारियों को एक-एक कर बुलाया और उनकी जांच की। उन्होंने कहा अचानक जाँच का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि विभाग के कर्मचारी ड्यूटी पर मौजूद रहें। कर्मचारियों से ड्यूटी के दौरान पहचान पत्र पहनने को भी कहा।

हरभजन सिंह ने अधिकारियों को स्पष्ट कर दिया कि काम में किसी भी तरह की चूक नहीं होनी चाहिए और लोगों को अपना काम करने में कोई परेशानी नहीं होनी चाहिए।मंत्री ने उन्हें लोगों को उनके रोज़ना कार्यों को आसानी से पूरा करने में मदद करने के लिए भी प्रोत्साहित किया। मंत्री ने जीरो पेंडेंसी का लक्ष्य हासिल करने की बात कही।

गैंगस्टर जस्सा दो पिस्तौलों समेत काबू

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/जालंधर

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के सपनों के अनुसार पंजाब को सुरक्षित राज्य बनाने के लिए चलाई जा रही मुहिम के दौरान पंजाब पुलिस ने बड़ी सफलता हासिल करते हुए बदनाम गैंगस्टर करनजीत सिंह उर्फ जस्सा हैपोवाल, जो विदेशी गैंगस्टर राजेश कुमार उर्फ सोनू खत्री और जसप्रीत सिंह उर्फ जस्सा मोहनवालिया का संचालक है, को गिरफ्तार किया है। यह जानकारी आज यहाँ डायरैक्टर जनरल ऑफ पुलिस (डीजीपी) पंजाब गौरव यादव ने दी।

उन्होंने बताया कि गैंगस्टर जस्सा हैपोवाल पिछले महीने जालंधर ग्रामीण के गाँव भोजोवाल में हुए एक माँ-बेटी के सनसनीखेज़ दोहरे कत्ल, जिसमें दोषी ने दोनों मृतक औरतों को आग लगाने से पहले उनके शरीर और चेहरे पर मिट्टी का तेल डाल दिया था, इसके अलावा अन्य घृणित अपराधों समेत कम से कम छह कत्ल मामलों में वांछित था।

पुलिस टीमों ने उसके कब्ज़े से .30 बोर और .32 बोर की दो पिस्तौलों समेत दो मैगज़ीनें और 10 जीवित कारतूस बरामद किए। इसके अलावा उसके बिना रजिस्ट्रेशन नंबर प्लेट वाले काले रंग के सपलैंडर मोटरसाईकल को भी ज़ब्त किया।

डीजीपी गौरव यादव ने कहा कि पुलिस को भरोसेयोग्य सूचना मिली थी कि जस्सा हैपोवाल अपने विदेशी हैंडलर के निर्देशों पर लक्षित हत्या की 3-4 घटनाओं को अंजाम देने की साजिश रच रहा है और अपने अगले टारगेट्स में से एक की रेकी करने जा रहा है, इस जानकारी पर कार्यवाही करते हुए काउन्टर इंटेलिजेंस जालंधर की टीमों ने योजनाबद्ध ढंग से जालंधर के बाहरवार उसके मोटरसाईकल को रोककर उसे गिरफ्तार कर लिया।

अधिक जानकारी साझा करते हुए एआईजी सीआई नवजोत सिंह माहल ने बताया कि पूछताछ के दौरान जस्सा हैपोवाल ने छह कत्ल मामलों और इरादत्न कत्ल, कार छीनने और वेस्टर्न यूनियनों को लूटने समेत अन्य आपराधिक मामलों में शामिल होने की बात स्वीकार की है। उन्होंने बताया कि इस मामले में आगे की जांच जारी है।

इस संबंधी एफआईआर नंबर 52 तारीख़ 30.11.2023 को भारतीय दंड संहिता (आईपीसी) की धारा 384, 153, 153ए और 120बी और आर्म्स एक्ट की धाराएं 25 और 25(7) के अंतर्गत थाना एसएसओसी अमृतसर में मामला दर्ज किया गया है।

एक उज्जवल भविष्य की ओर : भारत की जी-20 अध्यक्षता और एक नए बहुपक्षवाद की शुरुआत

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

भारत द्वारा जी-20 की अध्यक्षता ग्रहण करने के आज 365 दिन पूरे हो गए हैं। यह 'वसुधैव कुटुंबकम', 'वन अर्थ, वन फैमिली, वन फ्यूचर' की भावना को प्रतिबिंबित करने, इसके लिए पुनः प्रतिबद्ध होने और इसे जीवंत बनाने का क्षण है। जब पिछले वर्ष भारत को यह जिम्मेदारी मिली थी, तब विश्व विभिन्न चुनौतियों से जूझ रहा था: कोविड-19 महामारी से उबरने का प्रयास, बढ़ते जलवायु खतरे, वित्तीय अस्थिरता और विकासशील देशों में ऋण संकट, जैसी चुनौतियां दुनिया के सामने थीं। इसके अलावा, कमजोर होता मल्टीलैटरलइज्म यानी बहुपक्षवाद इन चुनौतियों को और गंभीर बना रहा था। बढ़ते हुए संघर्ष और प्रतिस्पर्धा के बीच, विभिन्न देशों में परस्पर सहयोग की भावना में कमी आई और इसका प्रभाव वैश्विक प्रगति पर पड़ा। जी-20 का अध्यक्ष बनने के बाद, भारत ने दुनिया के सामने जीडीपी-केंद्रित सोच से आगे बढ़कर मानव-केंद्रित प्रगति का विजन प्रस्तुत किया। भारत ने दुनिया को यह याद दिलाने प्रयास किया कि कौन सी चीजें हमें जोड़ती हैं। हमारा फोकस इस बात पर नहीं था कि कौन सी चीजें हमें विभाजित करती हैं। अंततः, भारत के इन प्रयासों का परिणाम आया, वैश्विक संवाद आगे बढ़ा और कुछ देशों के सीमित हितों के ऊपर कई देशों की आकांक्षाओं को महत्व दिया गया। जैसा कि हम जानते हैं, इसके लिए बहुपक्षवाद में मूलभूत सुधार की आवश्यकता थी। समावेशी, महत्वाकांक्षी, कार्रवाई-उन्मुख और निर्णायक - ये चार शब्द जी-20 के अध्यक्ष के रूप में भारत के दृष्टिकोण को परिभाषित करते हैं। नई दिल्ली लीडर्स डिक्लेरेशन (एनडीएलडी), जिसे सभी जी-20 सदस्यों द्वारा सर्वसम्मति से अपनाया गया है, इन सिद्धांतों पर कार्य करने की हमारी प्रतिबद्धता का प्रमाण है।

समावेश की भावना हमारी अध्यक्षता के केंद्र में रही है। जी-20 के स्थायी सदस्य के रूप में अफ्रीकी संघ (एयू) को शामिल करने से 55 अफ्रीकी देशों को इस समूह में जगह मिली है, जिससे इसका विस्तार वैश्विक आबादी के 80 प्रतिशत तक पहुंच गया है। इस सक्रिय कदम से वैश्विक चुनौतियों और अवसरों पर जी-20 में विस्तार से बातचीत को बढ़ावा मिला है।

समावेशिता की वजह से ही जी-20 में भारत के घरेलू दृष्टिकोण का भी प्रभाव दिखा। इस आयोजन ने लोक अध्यक्षता का स्वरूप ले लिया, जोकि दुनिया के सबसे बड़े लोकतंत्र होने की दृष्टि से बिल्कुल सही था। "जनभागीदारी" कार्यक्रमों के माध्यम से, जी-20 1.4 बिलियन नागरिकों तक पहुंचा और इस प्रक्रिया में सभी राज्यों एवं केन्द्र-शासित प्रदेशों (यूटी) को भागीदार के रूप में शामिल किया गया। भारत ने यह सुनिश्चित किया कि मुख्य विषयों पर अंतर्राष्ट्रीय समुदाय का ध्यान जी-20 के दायित्वों के अनुरूप विकास के व्यापक लक्ष्यों की ओर हो।

2030 के एजेंडे को ध्यान में रखते हुए भारत ने, सतत विकास लक्ष्य (एसडीजी) में तेजी लाने के लिए जी-20 का 2023 एक्शन प्लान पेश किया। इसके लिए भारत ने स्वास्थ्य, शिक्षा, लैंगिक समानता, पर्यावरणीय स्थिरता सहित परस्पर जुड़े मुद्दों पर एक व्यापक एक्शन ओरिएंटेड दृष्टिकोण अपनाया। इतने ज़्यादा संसाधन की आवश्यकता को देखते हुए जी-20 ने बेहतर, ज़्यादा विशाल और अधिक प्रभावकारी मल्टीलैटरल डेवलपमेंट बैंक के महत्व पर विशेष जोर दिया। इसके साथ-साथ भारत संयुक्त राष्ट्र में सुधारों को लागू करने, विशेष रूप से संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद जैसे प्रमुख संस्थानों के पुनर्गठन में अग्रणी भूमिका निभा रहा है, जिससे और भी अधिक न्यायसंगत वैश्विक व्यवस्था सुनिश्चित होगी। नई दिल्ली घोषणापत्र में महिला-पुरुष समानता को केंद्र में रखा गया, जिसकी परिणति अगले वर्ष महिलाओं के सशक्तिकरण पर एक विशेष वर्किंग ग्रुप के गठन के रूप में होगी।

विकसित भारत संकल्प यात्रा अभियान समावेशी विकास, आर्थिक विकास और ज्ञान-संचालित समाज बनाने के सरकार के दृष्टिकोण के अनुरूप है। आईईसी वैन, ऊना जिले में अपनी यात्रा शुरू करते हुए, समुदाय के साथ जुड़ने, चिंताओं को दूर करने और प्रमुख विकासात्मक पहलों को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभायेंगे।

-नरेन्द्र मोदी, प्रधानमंत्री, भारत

दूसरी तिमाही के जीडीपी आंकड़े भारतीय अर्थव्यवस्था की मजबूती और दमदार क्षमता को दर्शाते हैं : प्रधानमंत्री

प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने कहा है कि दूसरी तिमाही के जीडीपी आंकड़े वैश्विक स्तर पर परीक्षा की ऐसी घड़ी में भारतीय अर्थव्यवस्था की मजबूती और दमदार क्षमता को दर्शाते हैं। प्रधानमंत्री ने 'एक्स' पर पोस्ट किया, 'दूसरी तिमाही के जीडीपी आंकड़े वैश्विक स्तर पर परीक्षा की ऐसी घड़ी में भारतीय अर्थव्यवस्था की मजबूती और दमदार क्षमता को दर्शाते हैं। हम अधिक-से-अधिक अवसर सृजित करने, गरीबी का तेजी से उन्मूलन करने, और अपने देशवासियों के लिए 'जीवनयापन को और ज्यादा आसान' बनाने के लिए तेज गति से विकास सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध हैं।'

सद्गुरु ने बताया अच्छा दिन बिताने के लिए सुबह सबसे पहले क्या करें?

LESSON

सुबह उठते ही किया गया काम आपके पूरे दिन के मूड को बनाता या बिगाड़ता है। जिसकी वजह से आपका काम में मन लगता है और सारा दिन अच्छे से गुजरता है। तो जानें सद्गुरु का बताया सुबह करने वाला पहला काम

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

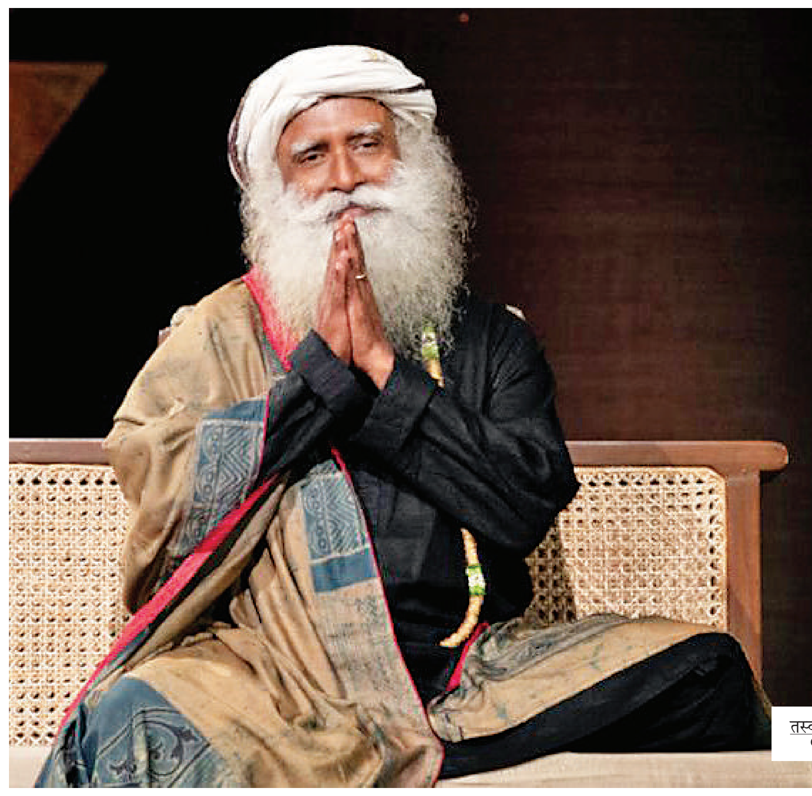
अक्सर आपने महसूस किया होगा अगर सुबह उठते ही आपका मूड किसी वजह से खराब हो जाता है तो पूरा दिन बेकार चला जाता है और सारे काम बिगड़ते हैं। ऐसे में सुबह उठते ही लोगों को पॉजिटिव सोचने की सलाह दी जाती है। इस बारे में सद्गुरु ने बताया कि पूरा दिन अच्छा बिताने के लिए सुबह सबसे पहले किया गया एक काम आपके सारे दिन को बना सकता है। सबसे खास बात कि इस काम में महज 20 सेकेंड लगते हैं। तो चलिए जानें सद्गुरु सुबह क्या करने के लिए बताते हैं।

सुबह उठते ही नहीं करना चाहिए ये काम

सुबह सवेरे उठते ही बहुत सारे लोगों की आदत होती है मोबाइल चलाने की और मैसेज चेक करने की। लेकिन सद्गुरु कहते हैं कि सुबह नींद से उठने के बाद सबसे पहला काम आपका मोबाइल देखना नहीं होना चाहिए। इससे हो सकता है कि आप निगेटिविटी से भर जाएं। तो क्या करना चाहिए।

सद्गुरु ने कहा सुबह उठते ही सबसे पहला कौन सा काम करना चाहिए

सद्गुरु कहते हैं कि सुबह उठते ही सबसे पहले हमें मुस्कुराना चाहिए। ये मुस्कुराहट किसी को देखकर या किसी के लिए नहीं होती बल्कि ये मुस्कुराहट अपने भीतर से होनी चाहिए। जो आपको खुशी और सुकून दें। सद्गुरु कहते हैं कि इस काम में मात्र 20 सेकेंड लगते हैं। इसलिए हर दिन सुबह उठते ही सबसे पहले मोबाइल देखने के बजाय मुस्कुराना चाहिए।



तस्वीर साभार Google

LIFE STYLE

सुंदरता में चार चांद लगाती हैं एक्सेसरीज, स्टाइलिंग के लिए जानिए बेस्ट टिप्स

त्योहारों का मौका हो या फिर वेडिंग सीजन हो, इस दौरान ज्यादातर लोग पारंपरिक लुक पाने के लिए कपड़ों पर खर्च करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि एक्सेसरीज आपकी सुंदरता को बढ़ा सकती है।

तस्वीर साभार Google

चाहे कोई भी खास मौका हो, बिना सजे-संवरे मजा नहीं आता और जब बात त्योहारों या वेडिंग सीजन की हो, तो थोड़ी ज्यादा तैयारी करनी तो बनती है। आखिर इतने सारे दोस्तों-रिश्तेदारों से मिलने-मिलाने का मौका हमेशा तो नहीं मिल पाता। इसलिए दिल करता है कि जरा अच्छे से तैयार हुआ जाए। वेडिंग सीजन के लिए आपने भी अपनी ड्रेसेज को मौके के हिसाब से चुनना शुरू कर दिया होगा और मेकअप का कौन सा ट्रेंड आजमाना है, ये भी सोच ही लिया होगा। पर, एक्सेसरीज के बारे में भी कुछ सोचा है या नहीं? फैशन और ट्रेंड की जानकारी रखने वाले एक्सपर्ट्स की मानें तो आपकी ड्रेस भले ही डिजाइनर क्यों ना हो, लेकिन उसके साथ की एक्सेसरीज सही ना होने पर पूरा लुक फीका पड़ सकता है। अपना फेस्टिव लुक तैयार करते समय मैचिंग एक्सेसरीज को शामिल करना बिल्कुल ना भूलें। लेकिन जरूरी नहीं है कि हर ड्रेस के साथ आप नई ज्वेलरी और बैग ही खरीदें क्योंकि कुछ ऐसे सदाबहार स्टाइल हैं, जो कभी ट्रेंड से बाहर नहीं जाते और लगभग सभी तरह के आउटफिट्स के साथ बखूबी पहने जा सकते हैं।

हाथ भी लगेंगे खूबसूरत : गले और कानों की खूबसूरती का तो अच्छा ख्याल रख लिया, लेकिन हाथों की खूबसूरती के बारे में भी कुछ सोचा या नहीं? कांच, लाख और मैटल की चूड़ियों का ट्रेंड आजकल जोरों पर है और खास बात यह है कि आप अपनी ड्रेस के मैंचग कलर की चूड़ियों का सेट भी बनवा सकती हैं। इसके अतिरिक्त लटकन, कड़े और स्टोन जड़ित चूड़ियों का सेट भी काफी पसंद किया जा रहा है। लेकिन कुछ महिलाओं को चूड़ियां पहनना कम ही भाता है, तो उनके लिए खूबसूरत ब्रेसलेट और कड़े हैं ना! एक हाथ में ब्रेसलेट और दूसरे हाथ में स्टाइलिश घड़ी आपको स्टाइल दिवा बनाने के लिए काफी है। इतना ही नहीं, आजकल चूड़ियों पर भी स्टोन, थ्रेड और मिरर वर्क करके उन्हें और ज्यादा खूबसूरत बना दिया जाता है। साड़ी और लहंगे जैसे पारंपरिक परिधानों के साथ ऐसी चूड़ियां विशेष रूप से अच्छी लगती हैं।

स्टाइलिश केप जमाएगा रंग : केप एक ऐसी शानदार एक्सेसरीज है, जो आपके पूरे आउटफिट को अलग ही अंदाज देने के लिए काफी है। नेट से लेकर सिल्क तक अलग-अलग तरह के फैब्रिक में बने केप साड़ी, लहंगे से लेकर पार्टी गाउन तक हर तरीके की पोशाक पर पहने जा सकते हैं। आमतौर पर केप कोहनी से कुछ नीचे तक के होते हैं, लेकिन अब इनके डिजाइन में काफी बदलाव आ गया है और यह बहुत से कट्स और अंदाज में उपलब्ध हैं। यदि दुपट्टा लेने या कट स्लीव्स ड्रेस पहनने में आपको उलझन होती है, तो ये केप आपको जरूर पसंद आएंगे। वैसे भी सर्दियां आने लगी हैं। तो अपनी पार्टी वियर ड्रेस को शॉल या स्टोल से ढकने के बजाय सिल्क या ब्रोकेड से बने केप एक्सेसरीज के रूप में आजमाएं।

कैसा हो नेकलेस : अलग-अलग लंबाई और स्टाइल वाले नेकलेस आपके लुक को बहुत दिलचस्प बना सकते हैं क्योंकि किसी की भी नजर गले पर सबसे पहले पड़ती है। इसलिए लहंगे और साड़ी जैसे पारंपरिक परिधानों के साथ रानीहार, चोकर और कई लड़ियों वाली मोतियों की माला राजसी लुक देती है। ऐसे ही सलवार सूट या पजामी सूट के साथ कोई खूबसूरत सा मैंचग नेकपीस पहना जा सकता है। यदि गाउन या किसी वेस्टर्न ड्रेस की बात करें तो अलग-अलग लंबाई वाली नाजुक चेन, कोई छोटा पेंडेंट या लेदर चोकर आप पर बहुत शानदार लगेगा। (स्टाइलिस्ट लविषा नागपाल से बातचीत पर आधारित)

स्टेटमेंट ईयर्र रिंग्स का जादू : झुमकी, हूप्स, डैंगलर या टॉप्स... नाम चाहे जो हो लेकिन ईयर्रंग्स के बिना कोई भी लुक पूरा हो ही नहीं सकता। आप चाहे पारंपरिक साड़ी पहनें या कोई वेस्टर्न ड्रेस पहनें, यदि ईयर्र रंग का चुनाव सही ना हो तो तैयार होने की सारी मेहनत पर पानी फिर सकता है। इसलिए कानों की एक्सेसरीज का चुनाव समझदारी से करें। जैसे अनारकली सूट, शरारा, लहंगा और साड़ी के साथ चांदबाली बेहद आकर्षक लगेंगी। यदि बाली आपका स्टाइल नहीं, तो लाख की झुमकी भी पहन जा सकती हैं। लेकिन फ्यूजन या वेस्टर्न ड्रेसेज के साथ ईयररिंग्स भी जरा अलग स्टाइल के होने चाहिए। ऐसी ड्रेसेज के साथ बड़े-बड़े हूप्स, स्टड्स या ज्योमेट्रिक डिजाइन वाले गोल्ड और सिल्वर प्लेटेड ईयररिंग्स बहुत फबेंगे।

खूबसूरत क्लच और हैंड बैग : पहले महिलाएं एक हैंड बैग खरीदती थीं और बाजार जाने से लेकर शादी-ब्याह में जाने तक उसी से कम चला लेती थीं। अब पर्स को पूरे लुक में एक महत्वपूर्ण एक्सेसरीज के रूप में लिया जाता है, इसलिए बैग वो ही चुनें जो आपके आउटफिट के साथ पूरी तरह मेल खाता हो। मोती, कढाई और मिरर वर्क से सजे पोटली बैग आपके परिधान साड़ी और सूट जैसे आउटफिट्स के साथ बहुत अच्छे लगेंगे। यदि मिनिमल लुक आपकी पसंद है तो स्टेटमेंट क्लच आपके लुक को बिना किसी अतिरिक्त तामझाम के पूरा करने में मदद करेगा। इस बात का भी ख्याल रखें कि पर्स आपके व्यक्तित्व के अनुरूप ही हो ताकि उसे इस्तेमाल करने में आप असहज महसूस ना करें।

सर्दियों में बनाएं गोभी की 3 अलग तरह से सब्जी, उंगलिया चाटते रह जाएंगे लोग

सर्दियां आते ही बाजार में गोभी की भरमार हो जाती है। लेकिन हर दिन एक जैसी गोभी की सब्जी घरवाले पसंद नहीं करते। तो क्यों ना उससे शानदार डिशेज बनाई जाएं!

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

सर्दियों में बाजार में गोभी की भरमार रहती है। ऐसे में लगभग हर घर में गोभी का पराठा और सब्जी बनती है। लेकिन बच्चे अगर इस हेल्दी और टेस्टी सब्जी खाने के लिए मना कर चुके हैं। तो 3 अलग तरह से गोभी की सब्जी बनाकर तैयार करें। सब उंगलियां चाटकर खाते रह जाएंगे।

चेट्टिनाड स्टाइल गोभी

सामग्री : · कटी हुई गोभी : 2 कप · तेल : 1 चम्मच · राई : 1/2 चम्मच · हींग : चुटकी भर · करी पत्ता: 15 · जीरा : 2 म्मच · हल्दी पाउडर : 1/2 चम्मच · साबुत काली मिर्च : 1 चम्मच · सूखी लाल मिर्च : 2 · नमक : स्वादानुसार

विधि : कड़ाही में तेल गर्म करें और उसमें राई डालें। जब राई चटकने लगे तो उसमें करी पत्ता व हींग डालें। दस सेकेंड बाद कड़ाही में गोभी डालें और अच्छी तरह से मिलाएं। अब कड़ाही में हल्दी पाउडर और नमक डालकर मिलाएं। गोभी के ऊपर हल्का-सा पानी छिड़कें और मध्यम आंच पर गोभी को दस मिनट तक पकाएं। इस बीच ग्राइंडर में जीरा, काली मिर्च और सूखी लाल मिर्च डालकर पीस लें। दस मिनट बाद इस मिश्रण को कड़ाही में डालकर मिलाएं। दो मिनट बाद गैस ऑफ करें और परांठों के साथ सर्व करें।

मलाई गोभी बनाने की सामग्री

· कटी हुई गोभी : 2 कप · काजू : 1/4 कप · कोकोनट मिल्क : 1/4 कप · बारीक कटा प्याज : 1 · लहसुन : 2 कलियां · अदरक : 1 टुकड़ा · लौंग : 2 · तेजपत्ता : 1 · गरम मसाला पाउडर : 1/2 चम्मच · काली मिर्च पाउडर : 1/2 चम्मच · इलायची पाउडर : चुटकी भर · कसूरी मेथी : 2 चम्मच · कटी हुई हरी मिर्च : 1 · नमक: स्वादानुसार · तेल : 2 चम्मच

मलाई गोभी बनाने की विधि

गोभी को नमक वाले गर्म पानी में डुबोकर छोड़ दें। काजू को आवश्यकतानुसार पानी के साथ ग्राइंडर में डालकर पीस लें। प्याज, अदरक, लहसुन व हरी मिर्च का पेस्ट तैयार कर लें। कड़ाही में तेल गर्म करें और उसमें लौंग व तेजपत्ता डालें। कुछ सेकेंड बाद प्याज वाला पेस्ट कड़ाही में डालें और अच्छी तरह से भून लें। गोभी को पानी से निकालकर कड़ाही में डालें और अच्छी तरह से मिलाएं। गरम मसाला, काली मिर्च पाउडर, नमक और एक कप पानी डालकर मिलाएं। कड़ाही को ढककर गोभी को 8 से 10 मिनट तक पकाएं। काजू वाला पेस्ट कड़ाही में डालकर मिलाएं। मध्यम आंच पर 2 मिनट तक पकाएं। कोकोनट मिल्क डालकर मिलाएं। जरूरत महसूस हो तो थोड़ा-सा पानी भी डालें। मध्यम आंच पर 5 मिनट तक पकाएं। कसूरी मेथी को हथेलियों के बीच मसलकर तैयार सब्जी में डालें। कटी हुई मिर्च से गार्निश कर सर्व करें।

बच्चे की सेहत के साथ नहीं करना खिलवाड़ तो रोजमर्रा की इन चीजों से हटा दें प्लास्टिक का इस्तेमाल

PARENTING

प्लास्टिक और उससे बने सामान न सिर्फ पर्यावरण के लिए नुकसानदेह हैं, बल्कि आपके बच्चे की सेहत के लिए भी। कैसे अपने बच्चे की जिंदगी से प्लास्टिक और उससे बने सामानों को करें दूर...

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

बच्चे भला कहां किसी की सुनते हैं? उन्हें कितना भी मना करो, वे मानते नहीं हैं। उनकी कई आदतों में से एक है, हर चीज को मुंह में ले लेना। फिर वह चीज चाहे प्लास्टिक की ही क्यों न हो! अधिकतर प्लास्टिक ऐसे बने होते हैं, जिन्हें रीसाइकल नहीं किया जा सकता। प्लास्टिक का कम प्रयोग आपके बच्चे की सुरक्षा के लिए भी अच्छा है और बेहतर पर्यावरण के निर्माण के लिए जरूरी भी। कैसे बच्चे के आसपास प्लास्टिक का इस्तेमाल कम करें

बच्चे का खाना : बच्चे के भोजन के लिए आप में से अधिकतर लोग प्लास्टिक के डिब्बे और बोतल का प्रयोग करते हैं। बच्चे का भोजन रखने के लिए एयरटाइट प्लास्टिक कंटेनर की जगह पर शीशे के जार का प्रयोग करना सही रहेगा।

बायोडिग्रेडेबल नैप्पी : डायपर का प्रयोग और उसे डिकंपोज होने में 500 साल से अधिक का समय लगता है? आप इसकी जगह कपड़े के बने नैप्पी का प्रयोग कर सकती हैं। यह रसायन मुक्त बैंबू फाइबर और सूती का बना होता है।

प्लास्टिक कटलरी का कम प्रयोग : प्लास्टिक कटलरी के बजाय बेहतर होगा कि आप स्टील की कटलरी का प्रयोग करें, जिसका इस्तेमाल आरामदायक भी है और सफाई करना भी आसान है।

डिस्पोजेबल कप और प्लेट नहीं : बाहर निकलने पर तो खासकर आप डिस्पोजेबल चीजों का प्रयोग करती हैं। बेहतर तो यह होगा कि आप स्टील के बर्तनों का प्रयोग करें। यदि आपको डिस्पोजेबल चीजों का प्रयोग करना ही है, तो कागज के बने डिस्पोजेबल चीजों का प्रयोग करें।

घर का बना खाना : अपने लाडले को बाहर का पैक किया खाना क्यों खिलाना? आप खुद को घर पर खाना बनाइए और बाहर वही लेकर जाइए। यह आपके नन्हे के लिए ज्यादा बढ़िया भोजन है, बजाय पैक किए खाने के। चाहें तो घर से फल भी ले जा सकती हैं। साथ ही बाहर से पानी की बोतल खरीदने की बजाय घर से पानी की बोतल लेकर जाएं।

प्लास्टिक के खिलौने नहीं : अब जब बाजार में लकड़ी के खिलौने के कई विकल्प मौजूद हैं, तो प्लास्टिक के खिलौने लेना बंद कर दीजिए। इको- फ्रेंडली कपड़े की बनी गेंदें भी बाजार में खूब मिलती हैं। अपने नन्हे- मुन्ने के लिए ऐसे खिलौने खरीदें और अपने बच्चे के लिए एक स्वस्थ और स्वच्छ पर्यावरण बनाने में अपना योगदान दे सकें।

TECH NECK. गर्दन में दर्द की शिकायत, कहीं आप भी तो नहीं 'टेक नेक' की शिकार?

• **जलंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

सारा दिन लैपटॉप और मोबाइल का इस्तेमाल। तकनीक का यह बढ़ता इस्तेमाल हमें सेहत से जुड़ी कई परेशानियां दे रहा है। ऐसी ही एक समस्या है, टेक नेक। कैसे इससे बचें, बता रही हैं एक्सपर्ट

उम्र बढ़ने के साथ जोड़ों में दर्द होना, फ्रोजन शोल्डर जैसी समस्याएं आम होती हैं। महिलाओं में यह स्थिति कई बार मेनोपॉज के बाद ही आने लगती है। लेकिन तकनीक पर बढ़ती निर्भरता ने कम उम्र में ही कुछ समस्याओं को जन्म देना शुरू कर दिया है, जो शायद हमारे जीवन में देर से आने वाली थीं। ऐसी ही एक समस्या है, टेक नेक। आपको याद होगा कि जब हम लिखते समय बहुत ज्यादा झुक जाते थे तो घरवाले और टीचर हमें पोस्चर सही करने की बात कहते थे। इस तरह से पढ़ते रहने पर हम गर्दन दर्द की शिकायत करने लगते थे। इसी तरह अब लगातार लैपटॉप के आगे काम करने वाले या ज्यादा फोन इस्तेमाल करने वाले अकसर गर्दन में दर्द की शिकायत करते हैं। यह समस्या आज आम होती जा रही है और इससे निपटने के तरीके जानना आपके लिए बेहद जरूरी है।

क्या है टेक नेक?

आज हम अपना जरूरत से ज्यादा समय कंप्यूटर और फोन के सामने काम करते हुए गुजार देते हैं। कई बार ऐसा करना हमारी मजबूरी होती है, तो कई बार लत। यहां तक कि इस वजह से छोटे बच्चों में भी गर्दन दर्द की शिकायत आने लगती है। दरअसल, लैपटॉप या मोबाइल की स्क्रीन देखते समय हम अकसर अपनी गर्दन आगे की ओर झुका लेते हैं। ऐसे में गर्दन की मांसपेशियों में तनाव आने लगता है। इसके साथ ही इसका असर रीढ़ की हड्डी पर भी पड़ता है। सर्दियों में ऐटमॉस्फेरिक प्रेशर बढ़ जाने से यह दर्द और बढ़ जाता है। इस वजह से हमारे शरीर में दर्द को महसूस करने वाले रिसेप्टर ज्यादा संवेदनशील हो जाते हैं। इसके अलावा एक जगह बैठे रहने के कारण शारीरिक श्रम कम होता जाता है और इससे शरीर में रक्त संचार भी धीमा पड़ता है। इस वजह से भी दर्द बढ़ जाता है। विटामिन-डी की कमी भी इस दर्द का बड़ा कारण है।

ये हैं संभावित परिणाम

सेहत के मामले में छोटी-सी लापरवाही भी बड़ी समस्या को न्योता दे सकती है। टेक नेक के साथ भी ऐसा ही कुछ है। अगर समय रहते इस समस्या को दूर न किया जाए तो इससे आपको लगातार सिर दर्द, रीढ़ की हड्डी से जुड़ी समस्याएं, गंभीर और तीखा दर्द, गर्दन पर उभार जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

सबसे पहले पोस्चर सुधारें

जब समस्या खराब पोस्चर की वजह से खड़ी हुई है, तो सबसे पहले उसे ही सुधारना होगा। सीधे बैठने की कोशिश करें। पोस्चर ठीक करने के लिए आप बेल्ट का सहारा भी ले सकती हैं। साथ ही भुजंग आसन, ब्रिज पोज, कैमल पोज जैसे योगासन भी मददगार साबित होंगे। पोस्चर सही होने के साथ ही आपको रीढ़ की समस्याओं में आराम मिलेगा। अगर पहले से हड्डियों या रीढ़ की समस्या से जूझ रही हैं तो चिकित्सक से सलाह लेकर ही यह आसन करें।

स्क्रीन टाइम घटाएं

अपने स्क्रीन टाइम को घटाएं। अगर आपको ऑफिस के काम की वजह से लगातार लैपटॉप के सामने बैठना पड़ता है, तो हर 45 मिनट के अंतराल में अपनी जगह से कुछ देर के लिए उठ जाएं और वहीं चल फिर लें। गर्दन की स्ट्रेंचग भी करें।

सिंकाई भी आएगी काम

गर्दन दर्द से राहत पाने के लिए आप सिंकाई का सहारा ले सकती हैं। गर्माहट से मांसपेशियों को राहत मिलती है। इसके लिए आप गर्म थैली से 10-15 मिनट तक गर्दन की सिंकाई कर सकती हैं। सिंकाई के साथ ही आप तिल के तेल से गर्दन की घुमावदार तरीके से मसाज कर सकती हैं।

पहचानें लक्षण

आपको टेक नेट की समस्या है, इसे पहचानने के लिए आपको कुछ लक्षणों पर गौर करना होगा। टेक नेक होने पर आपको सिर दर्द की शिकायत बनी रहेगी, साथ ही पीठ के ऊपरी हिस्से में अकड़न महसूस होगी। इसके साथ ही आपको जबड़े में भी समस्या महसूस हो सकती है। अगर टेक नेक है तो हाथों में झनझनाहट महसूस होने के साथ, ऐसा लगेगा जैसे हाथ सही से काम नहीं कर रहे हैं या उनमें कुछ भी भारी सामान उठाने की ताकत नहीं 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।*

राज्यपाल बनवारीलाल पुरोहित ने समावेशी विकास के लिए एक महत्वपूर्ण क्षण को चिह्नित करते हुए यूटी सचिवालय से विकसित भारत संकल्प यात्रा को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया

• **जालंधर ब्रीज** . चंडीगढ़

समावेशी विकास को बढ़ावा देने के उद्देश्य से एक राष्ट्रव्यापी पहल, विकसित भारत संकल्प यात्रा आज चंडीगढ़ के केंद्र में पहुंची, जो चल रहे आंदोलन में एक महत्वपूर्ण कदम है। पंजाब के माननीय राज्यपाल और यूटी चंडीगढ़ के प्रशासक बनवारीलाल पुरोहित ने इस परिवर्तनकारी अभियान की शुरुआत को चिह्नित करते हुए, चंडीगढ़ यूटी सचिवालय से एक सूचना, शिक्षा और संचार (आईईसी) वाहन को औपचारिक रूप से हरी झंडी दिखाई। उद्घाटन समारोह में प्रमुख गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे, जिनमें प्रशासक के सलाहकार श्री नितिन कुमार यादव, वित्त सचिव श्री विजय नामदेवराव ज़ादे और चंडीगढ़ प्रशासन और भारत सरकार के अन्य वरिष्ठ अधिकारी शामिल थे। एक उल्लेखनीय पहल में, प्रेस सूचना ब्यूरो के एडीजी राजेंदर चौधरी ने ज्ञान प्रसार को बढ़ावा देने में सरकारी एजेंसियों के बीच सहयोग को रेखांकित करते हुए, राज्यपाल बनवारीलाल पुरोहित को पुस्तकों का एक गुलदस्ता भेंट किया।सूचना, शिक्षा और संचार (आईईसी) वैन के भीतर लघु फिल्मों की एक विशेष स्क्रीनिंग के साथ कार्यक्रम ने एक ज्ञानवर्धक आयाम हासिल किया। इन फिल्मों ने महत्वपूर्ण विकासात्मक पहलों पर प्रकाश डालते हुए एक दृश्य कथा प्रदान की, और उपस्थित अधिकारियों और कर्मचारियों द्वारा इन्हें खूब सराहा गया। 15 नवंबर, 2023 को झारखंड के खूंटी से शुरू हुई, विकसित भारत संकल्प यात्रा अब सार्वभौमिक विकास के प्रतीक के रूप में विकसित हो गई है। यूटी सचिवालय की सीट से चंडीगढ़ लॉन्च, यह सुनिश्चित करने की दिशा में यात्रा में एक महत्वपूर्ण क्षण है कि सरकारी योजनाओं का लाभ प्रत्येक नागरिक को मिले।

विकसित भारत संकल्प यात्रा के बहुआयामी दृष्टिकोण का उद्देश्य सरकारी योजनाओं का लाभ समाज के सभी वर्गों तक पहुंचाना है। चंडीगढ़ के लिए नियोजित जमीनी गतिविधियों में लाभार्थियों के साथ इंटरैक्टिव सत्र, स्थानीय उपलब्धियों का जश्न, ऑन-द-स्पॉट क्विज़ प्रतियोगिताएं और स्वास्थ्य शिविर शामिल हैं, जो समावेशी विकास को बढ़ावा देने के व्यापक लक्ष्य के साथ संरेखित हैं। यात्रा के उद्देश्यों में स्वच्छता, वित्तीय सेवाओं, बिजली, आवास सहित कई अन्य महत्वपूर्ण क्षेत्रों के बारे में जागरूकता पैदा करना और कल्याणकारी योजना के लाभों के वितरण को सुविधाजनक बनाना शामिल है। प्रमुख योजनाओं में आयुष्मान भारत, पीएम गरीब कल्याण अन्न योजना और पीएम आवास योजना समेत अन्य योजनाएँ शामिल हैं। पारदर्शिता और वास्तविक समय डेटा कैप्चर पर जोर देने के साथ, चंडीगढ़ में तैनात आईईसी वाहन लगातार वाहनों की आवाजाही को ट्रैक करने और जमीनी स्तर की गतिविधियों को व्यवस्थित रूप से दस्तावेज करने के लिए सुसज्जित है। डेटा को इलेक्ट्रॉनिक्स और सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय के तहत डिजिटल इंडिया कॉर्पोरेशन द्वारा विकसित एक पोर्टल में निर्बाध रूप से एकीकृत किया जाएगा, जिससे वरिष्ठ अधिकारियों तक त्वरित पहुंच प्रदान की जाएगी।

जैसा कि विकसित भारत संकल्प यात्रा चंडीगढ़ में शुरू हो रही है, यह एक परिवर्तनकारी शक्ति का प्रतिनिधित्व करती है, जो यह सुनिश्चित करती है कि सरकारी पहल का प्रभाव न केवल सुना जाए बल्कि नागरिकों द्वारा गहराई से महसूस किया जाए।

'ये सफलता भावुक कर देने वाली है', उत्तरकाशी में 41 मजदूरों के रेस्क्यू पर बोले पीएम नरेंद्र मोदी

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

सुरंग में फंसे सभी 41 मजदूरों को 17 दिन बाद सुरक्षित बाहर निकाल लिया गया है। सीएम पुष्कर सिंह धामी ने माला पहनाकर इन मजूदरों का बाहर स्वागत किया। इसके बाद मेडिकल चेकअप के लिए इन मजदूरों को एंबुलेंस के जरिए अस्पताल ले जाया गया। पीएम मोदी भी इस रेस्क्यू ऑपरेशन को लेकर सीएम धामी से पल-पल की जानकारी ले रहे थे। मजदूरों के बाहर निकलने पर पीएम मोदी ने सभी को बधाई दी।

उत्तरकाशी की सिल्कयारा सुरंग में फंसे सभी 41 मजदूरों को 17 दिन बाद सुरक्षित बाहर निकाल लिया गया है। सीएम पुष्कर सिंह धामी ने माला पहनाकर इन मजूदरों का बाहर स्वागत किया। इसके बाद मेडिकल चेकअप के लिए इन मजदूरों को एंबुलेंस के जरिए अस्पताल ले जाया गया। पीएम मोदी भी इस रेस्क्यू ऑपरेशन को लेकर सीएम धामी से पल-पल की जानकारी ले रहे थे। मजदूरों के बाहर निकलने पर पीएम मोदी ने सभी को बधाई दी।

पीएम मोदी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर लिखा, "उत्तरकाशी में हमारे श्रमिक भाइयों के रेस्क्यू ऑपरेशन की सफलता हर किसी को भावुक कर देने वाली है। टनल में जो साथी फंसे हुए थे, उनसे मैं कहना चाहता हूं कि आपका साहस और धैर्य हर किसी को प्रेरित कर रहा है। मैं आप सभी की कुशलता और उत्तम स्वास्थ्य की कामना करता हूं।"

पीएम ने आगे कहा, "यह अत्यंत संतोष की बात है कि लंबे इंतजार के बाद अब हमारे ये साथी अपने प्रियजनों से मिलेंगे। इन सभी के परिजनों ने भी इस चुनौतीपूर्ण समय में जिस संयम और साहस का परिचय दिया है, उसकी जितनी भी सराहना की जाए वो कम है। मैं इस बचाव अभियान से जुड़े सभी लोगों के जज्बे को भी सलाम करता हूं। उनकी बहादुरी और संकल्प-शक्ति ने हमारे श्रमिक भाइयों को नया जीवन दिया है। इस मिशन में शामिल हर किसी ने मानवता और टीम वर्क की एक अद्भुत मिसाल कायम की है।"

- **यूपी के डिप्टी सीएम केशव प्रसाद मौर्य** ने कहा, "प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में नया भारत VVIP और श्रमिकों,अमीर और गरीब संकट में कोई भी हो सरकार साथ है,चाहे देश हो चाहे विदेश! टनल में फंसे मज़दूरों को सकुशल निकालने पर प्रधानमंत्री मोदी जी और मुख्यमंत्री धामी जी के साथ श्रमिकों और परिजनों को बधाई देता हूं!"
- **केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह** ने लिखा, "देश के लिए यह बड़ी खुशखबरी है कि उत्तरकाशी में एक सुरंग में फंसे हमारे सभी 41 श्रमिक भाइयों को सुरक्षित और सकुशल बचा लिया गया है। राष्ट्र सुरंग में इतने लंबे समय तक ऐसी चुनौतीपूर्ण स्थिति का सामना करने के उनके साहस को सलाम करता है। उन सभी लोगों और एजेंसियों को मेरा हार्दिक आभार जिन्होंने हमारे साथी नागरिकों की जान बचाने के लिए अथक प्रयास किए हैं"
- **असम के सीएम हिमंत बिस्वा सरमा** ने लिखा, "41 मजदूरों को बचाने के साथ #सिल्कयारा सुरंग बचाव अभियान सफलतापूर्वक समाप्त होने पर भारत ने राहत की सांस ली। पिछले 17 दिनों से पूरा देश उनकी सुरक्षित वापसी के लिए प्रार्थना कर रहा था, जिन्होंने उल्लेखनीय लचीलापन और साहस दिखाया।"
- **दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने कहा,** "NDRF, सेना एवं दूसरी तमाम एजेंसियों की मेहनत रंग लाई और उत्तराखंड की टनल में फँसे सभी मजदूरों को सकुशल बाहर निकाल लिया गया है। इस ऑपरेशन में लगे उन तमाम लोगों के प्रयासों और मेहनत को मैं सलाम करता हूं जिन्होंने दिन-रात एक करके इसे सफल बनाया। सभी देशवासियों की दुआएं काम आईं। मैं उन सभी मज़दूरों के धैर्य और जीवट को भी नमन करता हूं जिन्होंने विपरीत परिस्थितियों में एक दूसरे का साथ दिया और हौसला बढ़ाया। ये भारत के लोगों की एकता की जीत है।
- **कांग्रेस नेता कमलनाथ** ने कहा, "उत्तराखंड के उत्तरकाशी में कई दिन से सुरंग में फंसे मजदूर भाइयों के सकुशल बाहर निकलने का सिलसिला प्रारंभ हो गया है। पूरा देश उनके सकुशल बाहर

आने के लिए प्रार्थना कर रहा था। ईश्वर की असीम कृपा और राहत और बचाव दल के प्रयासों से यह सुखद सूचना हम सबको मिली है। मैं सभी श्रमिक भाइयों को बधाई देता हूं और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना करता हूं।
- **राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने कहा,** "मुझे यह जानकर राहत और खुशी महसूस हो रही है कि उत्तराखंड में एक सुरंग में फंसे सभी श्रमिकों को बचा लिया गया है। बचाव कार्य में बाधाओं का सामना करने के कारण 17 दिनों तक की उनकी पीड़ा मानवीय सहनशक्ति का प्रमाण रही है। राष्ट्र उनके लचीलेपन को सलाम करता है और अपने घरों से दूर, बड़े व्यक्तिगत जोखिम पर भी महत्वपूर्ण बुनियादी ढांचे के निर्माण के लिए उनका आभारी है। मैं उन टीमों और सभी विशेषज्ञों को बधाई देता हूं जिन्होंने इतिहास के सबसे कठिन बचाव अभियानों में से एक को पूरा करने के लिए अविश्वसनीय धैर्य और दृढ़ संकल्प के साथ काम किया है।"
- **उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़** ने एक्स पर लिखा, "उत्तराखंड की सुरंग में फंसे सभी मजदूरों के सफल बचाव के बारे में जानकर बहुत खुशी हुई। उनकी 17 दिनों की कठिन परीक्षा ने मानवीय सहनशक्ति, बेजोड़ लचीलेपन और उनके साथ खड़े रहने की राष्ट्र की प्रतिबद्धता में अदम्य विश्वास को प्रदर्शित किया। इस चुनौतीपूर्ण बचाव अभियान को धैर्य और दृढ़ संकल्प के साथ निष्पादित करने के लिए समर्पित टीमों और विशेषज्ञों को बधाई। सभी श्रमिकों के स्वस्थ एवं सुखी जीवन की कामना करता हूं।"
- **राहुल गांधी ने लिखा,** "उत्तरकाशी की सिलक्यारा सुरंग में फंसे श्रमिक भाइयों की सुरक्षित वापसी बहुत ही खुशी का समाचार है। उन्हें और उनके परिवारों को मेरी दिली बधाई। भारत का निर्माण करने वाले हमारे मज़दूर भाइयों की सुरक्षा सर्वोपरि है। इस मुश्किल अभियान को सफल बनाने वाले सभी जांबाज़ों को मेरा सलाम है।"
- **एम.के.स्टालिन ने कहा,** "यह सुनकर राहत मिली कि उत्तरकाशी सुरंग में फंसे सभी 41 मजदूरों को 17 चुनौतीपूर्ण दिनों के बाद सफलतापूर्वक बचा लिया गया है। सिल्कयारा सुरंग बचाव में उनके अथक प्रयासों के लिए बहादुर बचाव टीमों और रैट-होल खनिकों को हार्दिक आभार।"
- **झारखंड के सीएम हेमंत सोरेन** ने कहा, "हमारे 41 वीर श्रमिक उत्तराखंड में निर्माणाधीन सुरंग की अनिश्चितता, अंधकार और कपकाती ठंड को मात देकर 17 दिनों के बाद जंग जीतकर बाहर आये हैं। आप सभी की वीरता और साहस को सलाम। जिस दिन यह हादसा हुआ उस दिन दीपावली थी, मगर आपके परिवार के लिए आज दीपावली हुई है। आपके परिवार और समस्त देशवासियों के तटस्थ विश्वास और प्रार्थना को भी मैं नमन करता हूँ। इस ऐतिहासिक और साहसिक मुहिम को अंजाम देने में लगी सभी टीमों को हार्दिक धन्यवाद। देश के निर्माण में किसी भी श्रमिक की भूमिका को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। प्रकृति और समय का पहिया बार-बार बता रहा है कि हमारी नियत और नीति में श्रमिक सुरक्षा और कल्याण महत्वपूर्ण भूमिका में रहे।

पीएजी (ऑडिट) पंजाब ने उत्साहपूर्ण वॉक-ए-थॉन के साथ तीसरा ऑडिट दिवस मनाया

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) कार्यालय, चंडीगढ़ ने बड़ी भागीदारी के साथ लेखापरीक्षा सप्ताह 2023 मनाया

• **जालंधर ब्रीज** . चंडीगढ़

प्रधान महालेखाकार (लेखापरीक्षा) पंजाब कार्यालय ने भारत के नियंत्रक एवं महालेखा परीक्षक संस्थान की ऐतिहासिक विरासत को याद करते हुए शनिवार को तीसरा लेखापरीक्षा दिवस मनाया। उत्सव का मुख्य आकर्षण ऑडिट सप्ताह 2023 उत्सव के हिस्से के रूप में आयोजित एक जीवंत वॉक-ए-थॉन था।

वॉक-ए-थॉन, सम्मानित मुख्य अतिथि, अंतर्राष्ट्रीय हॉकी खिलाड़ी और सर्वश्रेष्ठ गोलकीपर पुरस्कार विजेता श्री बलजीत सिंह डडवाल द्वारा हरी झंडी दिखाकर शांति कुंज-रोज़ गार्डन से ऑडिट भवन सेक्टर 17, चंडीगढ़ तक शुरू हुआ। इस कार्यक्रम में कार्यालय के समर्पित स्टाफ सदस्यों की सक्रिय भागीदारी देखी गई, जो सुशासन और पारदर्शिता के प्रति प्रतिबद्धता का उदाहरण पेश करते हुए बड़े जोश और उत्साह के साथ चले।

मुख्य अतिथि, बलजीत सिंह डडवाल ने कहा, "वॉक-ए-थॉन जैसी पहल के माध्यम से ऑडिट दिवस मनाने में प्रधान महालेखाकार (ऑडिट) पंजाब कार्यालय के समर्पण को देखकर खुशी होती है। ऐसे आयोजन न केवल फिटनेस को बढ़ावा देते हैं बल्कि शासन में पारदर्शिता के महत्व को उजागर भी करते हैं।" ऑडिट दिवस विशेष महत्व रखता है क्योंकि यह वह दिन है जब 16 नवंबर, 1860 को पहले महालेखा परीक्षक ने सीएजी कार्यालय का कार्यभार संभाला था। 1947 में स्वतंत्रता के बाद, भारत के सीएजी को एक संवैधानिक प्राधिकरण के रूप में स्थापित किया गया था, जिसने भारत के शासन परिदृश्य में महत्वपूर्ण योगदान दिया था। 'ऑडिट दिवस' इस ऐतिहासिक मील के पत्थर और देश की प्रगति पर भारत के नियंत्रक एवं महालेखा परीक्षक के स्थायी प्रभाव की वार्षिक अनुस्मारक के रूप में कार्य करता है।

ड्रोन तकनीक से नैनो यूरिया के छिड़काव सराहनीय कदम : आलोक शेखर

• **जालंधर ब्रीज** . मोहाली

मोहाली के कुर्दी गांव में विकसित भारत संकल्प यात्रा (वीबीएसवाई) के उद्घाटन के अवसर पर भारत सरकार के अतिरिक्त सचिव आलोक शेखर ने ड्रोन तकनीक से नैनो यूरिया के छिड़काव की सराहना की। उन्होंने इस तकनीक को कृषि के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण प्रगति के रूप में देखा और आगे बढ़कर कृषि पद्धतियों को उन्नत करने की संभावना बताई।

इस उद्घाटन कार्यक्रम में भारतीय खाद्य निगम (एफसीआई), नेशनल फर्टिलाइजर्स लिमिटेड (एनएफएल), नेशनल बैंक फॉर एग्रीकल्चर एंड रूरल डेवलपमेंट (नाबार्ड), बाल विकास परियोजना अधिकारी (सीडीपीओ), जल आपूर्ति, स्वच्छता, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण, ग्रामीण विकास, पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस, कृषि विभाग और अग्रणी बैंक समेत कई सरकारी विभागों का साथ था।

कार्यक्रम में लगभग 500 लोग शामिल हुए और उन्होंने विकसित भारत संकल्प यात्रा के सिद्धांतों के प्रति अपनी अटूट प्रतिबद्धता को दर्शाया। स्वास्थ्य विभाग, लीड बैंक, और सीडीपीओ द्वारा आयोजित जीवंत स्टॉल भी कार्यक्रम में शामिल थे। इस अवसर पर लाभार्थियों ने "मेरी कहानी मेरी जुबानी" के तहत जन कल्याणकारी योजनाओं से संबंधित अपनी कहानियां साझा कीं।

इस कार्यक्रम के दौरान ड्रोन तकनीक से नैनो यूरिया के छिड़काव का भी प्रदर्शन किया गया, जो विकासात्मक पहलों की खोज में प्रौद्योगिकी के निर्बाध एकीकरण को प्रदर्शित

करता है। विशेष अतिथि आलोक शेखर, भारत सरकार के अतिरिक्त सचिव ने ड्रोन तकनीक से छिड़काव के बारे में अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा, "यह तकनीकी अत्यंत उत्तम है और कृषि के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण प्रगति का प्रतीक है, आने वाले समय में यह कृषि पद्धतियों को उन्नत करने में कारगर साबित होगा।

विकसित भारत संकल्प यात्रा के अन्तर्गत 100 प्रतिशत लोगों को लाभान्वित किया या जाएगा : संयुक्त सचिव, भारत सरकार

• **जालंधर ब्रीज** . संघोल/बस्सी पठाना/फतेहगढ़ साहिब

केंद्रीय योजनाएं आम लोगों तक पहुंचे यह सुनिश्चित किया जाना चाहिए ताकि जरूरतमंद लोगों के जीवन स्तर में और सुधार हो सके, जिसके लिए केंद्र सरकार ने आज से "विकसित भारत संकल्प यात्रा" शुरू की है। यह विचार भारत सरकार की संयुक्त सचिव (आईएएस) सरिता चौहान ने राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय संघोल से "विकसित भारत संकल्प यात्रा" को हरी झंडी दिखाने के उपरांत व्यक्त किए।

सरिता चौहान ने कहा कि ''विकसित भारत संकल्प यात्रा'' अभियान के अंतर्गत भेजी गई जागरूकता वैनें फतेहगढ़ साहिब जिले के गांवों में जाकर लोगों को जागरूक करेंगी। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार ने 15 नवंबर को ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में केंद्र की प्रमुख योजनाओं और कार्यक्रमों को लाभार्थियों तक पहुंचाने के लिए एक अभियान शुरू किया है और यह यात्रा जनवरी में सम्पूर्ण होंगी।

सरिता चौहान ने कहा कि यह वैनें लोगों को स्वास्थ्य एवं अन्य विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी प्रदान करेंगी। इसके अतिरिक्त इन गांवों में मेडिकल कैंप भी लगाए जाएंगे। उन्होंने कहा कि आज संघोल में आयोजित कार्यक्रम के दौरान जहां लाभार्थियों के स्वास्थ्य बीमा आयुष्मान कार्ड बनाये गये, वहीं गैर संचारी रोगों एवं तपेदिक (टी.बी.) की जांच भी की गई। उन्होंने प्रशासन को इस अभियान को सफलतापूर्वक चलाने में कोई कसर बाकी नहीं छोड़ने के निर्देश भी दिये। उन्होंने कहा कि इस अभियान का मुख्य उद्देश्य समय पर स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध करवाने के साथ-साथ सरकारी स्वास्थ्य योजनाओं और अन्य कल्याणकारी योजनाओं को जमीनी स्तर तक पहुंचना और प्रचारित करना है ताकि कोई भी योग्य लाभार्थी योजनाओं के लाभ अर्जन से वंचित न रहे। उन्होंने लोगों को इस अभियान का अधिकाधिक लाभ उठाने की अपील की, ताकि सभी के लिए अच्छा स्वास्थ्य सुनिश्चित किया जा सके। इस अवसर पर जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी एवं लाभों के बारे में जानकारी सांझा करने के लिए विभिन्न विभागों द्वारा अपने-अपने बूथ भी स्थापित किए गए थें। भारत सरकार के संयुक्त सचिव ने अधिकारियों से उन लाभार्थियों का मार्गदर्शन करने को भी कहा जो अभी तक इन योजनाओं का लाभ लेने से वंचित रह गए हैं ताकि योजनाओं का लाभ उन तक पहुंच सके। इस अवसर पर लाभार्थियों ने अपने सुझाव और सफलता की कहानियां भी सांझा कीं। इस अवसर पर उपस्थित लोगों को 'हमारी संकल्प विकसित भारत' की शपथ भी दिलाई गई। इसके उपरांत स्कूली बच्चों के लिए प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता आयोजित की गई और एक नुक्कड़ नाटक भी प्रस्तुत किया गया। इस अवसर पर अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (जनरल) ईशा सिंगल ने बताया कि आज इन जागरूकता वैनों की ओर से खमाणों ब्लॉक के गांव संघोल और कालेवाल, बस्सी पठाना ब्लॉक के गांव रूपलहेड़ी, रसूलपुर और खानपुर तथा उसके उपरांत तथा सरहिंद ब्लॉक के गांव लोगोंमाजरी, जीवपुर , माधोपुर में लोगों को विभिन्न प्रचार माध्यमों से सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में जानकारी दी जा रही हैं। उन्होंने जिलावासियों से अपील की कि वह विकसित भारत संकल्प यात्रा के अन्तर्गत चलाई जा रही जागरूकता वैनों के माध्यम से उपलब्ध करवाई जा रही जानकारी का अधिक से अधिक लाभ उठायें ताकि शत-प्रतिशत (100 प्रतिशत) नागरिकों की भागीदारी से पूरे देश का विकास सुनिश्चित किया जा सके। इस अवसर पर अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (विकास) सुरिंदर सिंह धालीवाल, एसडीएम खमाणों मनरीत राणा, बी.डी.पी.ओ. खमाणों परमवीर कौर,, बीडीपीओ सरहिंद रमेश कुमार समेत अन्य अधिकारी उपस्थित रहे।

रोजगार मेले की 11वीं किश्त के तहत 51,000 नियुक्ति पत्र वितरित किये

पीजी गवर्नमेंट गर्ल्स कॉलेज, चंडीगढ़ में रोजगार मेला आयोजित किया गया

• जालंधर ब्रीज. चंडीगढ़

रोजगार मेला आज पीजी गवर्नमेंट गर्ल्स कॉलेज, सेक्टर 42 चंडीगढ़ में वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि भारत सरकार के केंद्रीय वाणिज्य और उद्योग राज्य मंत्री सोम प्रकाश थे। रोज़गार मेला कार्यक्रमों की 11वीं किश्त आज देश भर में 37 स्थानों पर आयोजित की गई, जिसे प्रधान मंत्री द्वारा वस्तुतः लॉन्च किया गया। उन्होंने युवाओं को संबोधित किया और लाईव प्रसारण के माध्यम से सभी नव नियुक्त व्यक्तियों को बधाई दी। इस अवसर पर राजेश पुरी, मुख्य आयुक्त, सीजीएसटी जोन चंडीगढ़ और हीर भगत नेगी, सीजीएसटी आयुक्तालय, चंडीगढ़ भी उपस्थित थे। सभा को संबोधित करते हुए केंद्रीय वाणिज्य और उद्योग राज्य मंत्री, भारत सरकार, सोम प्रकाश ने नव चयनित रंगरूटों को नियुक्ति पत्र सौंपे। उन्होंने सरकारी क्षेत्र में दस लाख नौकरियां उपलब्ध कराने की सरकार की प्रतिबद्धता दोहराई। उन्होंने यह भी कहा कि नई भर्तियां भारत को एक उज्जवल और आशाजनक भविष्य की ओर आगे बढ़ाने में बहुत महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी। उन्होंने यह भी कहा कि देश ने पिछले नौ वर्षों में अभूतपूर्व प्रगति की है। इस कार्यक्रम में वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से सरकारी विभागों और संगठनों में नए भर्ती हुए लोगों को लगभग 51,000 नियुक्ति पत्रों का वितरण किया गया। प्रधानमंत्री ने नवनियुक्त कर्मचारियों को हार्दिक बधाई दी और कहा कि इससे न केवल नियुक्त कर्मचारियों बल्कि देश भर के लाखों परिवारों में भी आशा की नई किरण आएगी। इसके अलावा, उन्होंने रोजगार मेलों के नियमित आयोजन पर जोर देकर रोजगार सृजन के प्रति सरकार के समर्पण पर प्रकाश डाला, जिससे यह सुनिश्चित हो सके कि भविष्य में अधिक परिवारों को सरकारी नौकरियों में नियुक्त किया जाएगा।

प्रधानमंत्री ने इस बात पर जोर दिया कि आवर्ती रोजगार मेले वर्तमान सरकार की एक विशिष्ट विशेषता बन गए हैं, जो 10 लाख सरकारी नौकरियां प्रदान करने और युवाओं को देश के 'विकसित भारत' के सपने को साकार करने के लिए पर्याप्त अवसर प्रदान करने के अपने संकल्प को साकार करने की सरकार की प्रतिबद्धता को दर्शाते हैं। यह रोजगार सृजन को सर्वोच्च प्राथमिकता देने की प्रधानमंत्री की प्रतिबद्धता को पूरा करने की दिशा में एक बड़ा कदम है।

माई भागो इंस्टीट्यूट द्वारा एनडीए प्रैपरेट्री विंग के दूसरे बैच के लिए आवेदनों की मांग

• जालंधर ब्रीज. चंडीगढ़

माई भागो आम्र्ड फोर्सिज़ प्रैपरेट्री इंस्टीट्यूट (ए.एफ.पी.आई.) फॉर गलर्ज़, एस.ए.एस. नगर (मोहाली) ने नेशनल डिफेंस अकैडमी (एन.डी.ए.) के प्रैपरेट्री विंग के दूसरे बैच के लिए ली जाने वाली दाख़िला परीक्षा के लिए आवेदन पत्रों की माँग की है।

माँई भागो ए.एफ.पी.आई. के डायरैक्टर मेजर जनरल जे.एस. संधु (सेवामुक्त) ने बताया कि इच्छुक उम्मीदवार 25 दिसंबर, 2023 तक ऑनलाइन पोर्टल http://recruitment-portal.in पर अपने आप को रजिस्टर करवा सकते हैं। मुख्यमंत्री स. भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार इस कोर्स के द्वारा राज्य की महिलाओं के हथियारबंद सेनाओं में कमिश्न्ड अफसरों के तौर पर भर्ती होने के सपनों को साकार करने का अवसर प्रदान करके उनको और अधिक सशक्त बना रही है। एनडीए प्रैपरेट्री कोर्स के लिए अप्लाई करने के लिए पंजाब की रहने वाली लड़कियाँ, जो 2024 में अपनी 10वीं की परीक्षा पास करेंगी और 11वीं कक्षा में पढ़ रही लड़कियाँ भी इस शर्त के साथ अप्लाई कर सकतीं हैं कि उनकी जन्म तिथि 2 जुलाई, 2007 से पहले की नहीं होनी चाहिए।

मान सरकार पंजाब के लिए लगातार ऐतिहासिक फैसले ले रही : आप

मलविंदर सिंह कंग ने कहा- जीएसटी अमेंडमेंट बिल से पंजाब का राजस्व बढ़ेगा और लोगों को भी खरीदारी करने में सहूलियतें मिलेंगी

• जालंधर ब्रीज. चंडीगढ़

आम आदमी पार्टी(आप) ने विधान सभा सेशन में ले गए जीएसटी अमेंडमेंट बिल की तारीफ करते हुए कहा कि मान सरकार पंजाब को आर्थिक तौर पर मजबूत करने के लिए लगातार ऐतिहासिक फैसला ले रही है। आने वाले दिनों में इसके अच्छे नतीजे देखने को मिलेंगे। वीरवार को चंडीगढ़ पार्टी मुख्यालय में मीडिया को संबोधित करते हुए आप पंजाब के मुख्य प्रवक्ता मलविंदर सिंह कंग ने कहा कि जीएसटी अमेंडमेंट बिल से पंजाब का राजस्व बढ़ेगा और लोगों को भी पंजाब से बाहर खरीदारी करने में सहूलियतें मिलेंगी।

कंग ने कहा कि अब पंजाब के लोग राज्य से बाहर सामान खरीदने के लिए अगर 03 कोड का इस्तेमाल करेंगे तो उसका टैक्स पंजाब सरकार के खाते में आएगा। उन्होंने पंजाबियों से अपील की पंजाब से बाहर खरीदारी करने के लिए 03 कोड का इस्तेमाल जरूर करें।

कंग ने मान सरकार के वन टाइम सेटलमेंट स्कीम(ओटीएस) के फैसले की भी तारीफ की और कहा कि यह काफी सराहनीय कदम है। इस स्कीम के तहत करीब 95 प्रतिशत पेंडिंग मामले का समाधान हो जाएगा। योजना के तहत एक लाख तक के पुराने बिलों पर पूरा टैक्स, पूरा ब्याज और पेनल्टी माफ होगी। वहीं एक लाख से एक करोड़ तक के पेंडिंग बिलों में 50% टैक्स और 100 प्रतिशत ब्याज और जुर्माना माफ होंगे। अभी तक सरकार के पास कुल 61805 ऐसे मामले आए हैं।

उन्होंने कहा कि इस कदम से पंजाब के छोटे व्यापारियों को काफी सहूलियतें मिलेगी और सरकार का भी टैक्स कलेक्शन बढ़ेगा। उन्होंने कहा कि मान सरकार ऐसे फैसले लेकर लगातार छोटे व्यापारियों को टैक्स देने के लिए प्रोत्साहित कर रही है जिसके कारण पंजाब सरकार के टैक्स कलेक्शन में काफी वृद्धि हो रही है।

सरकार द्वारा अलग-अलग पदों के लिए विभागीय परीक्षा 11 से

• जालंधर ब्रीज. चंडीगढ़

सहायक कमिश्नरों, अतिरिक्त सहायक कमिश्नर/तहसीलदारों और अन्य विभागों के अधिकारियों की आगे की विभागीय परीक्षा 11 दिसंबर, 2023 से 15 दिसंबर, 2023 तक होगी। पंजाब सरकार के सरकारी प्रवक्ता ने बताया कि जो अधिकारी परीक्षा में शामिल होना चाहते हैं, वह 01 दिसंबर, 2023 तक अपने विभागों के द्वारा पर्सोनल विभाग के सचिव और सचिव, विभागीय परीक्षा समिति (पी.सी.एस. शाखा), पंजाब सिविल सचिवालय, चंडीगढ़ को अपने आवेदन भेज सकते हैं।

उन्होंने कहा कि सीधे तौर पर भेजे गए आवेदन को किसी भी स्थिति में विचारा नहीं जायेगा, अधूरे आवेदन रद्द किए जाएंगे और कोई रोल नंबर जारी नहीं किया जायेगा, जिसके लिए सम्बन्धित आवेदनकर्ता ज़िम्मेदार होगा। उन्होंने आगे कहा कि जिस उम्मीदवार को 07 दिसंबर, 2023 तक परीक्षाओं के लिए अपना रोल नंबर नहीं मिलता, वह ई-मेल (supdt.pcs@punjab.gov.in) या टैलिफ़ोन (0172-2740553) (पी.बी.एक्स.-4648) के ज़रिये पी.सी.एस. शाखा से संपर्क कर सकता है।

भारत रुकेगा नहीं, भारत थमेगा नहीं : अनुराग ठाकुर

2047 तक भारत को विकसित राष्ट्र बनाने के लिए कृतसंकल्पित

• जालंधर ब्रीज. ऊना

केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण मंत्री श्री अनुराग सिंह ठाकुर ने आज ऊना जिले में विकसित भारत संकल्प यात्रा अभियान के तहत सूचना, शिक्षा और संचार (आईईसी) वैन का उद्घाटन किया। जिला परिषद भवन में आयोजित यह शुभारंभ क्षेत्रीय विकास और जन जागरूकता की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। यह आयोजन 'ड्रोन दीदी' योजना के राष्ट्रव्यापी लॉन्च के साथ हुआ, जिसका उद्देश्य स्वयं सहायता समूहों की महिलाओं को ड्रोन संचालन कौशल प्रदान करना है। ये कौशल, ड्रोन के उपयोग के माध्यम से कृषि क्षेत्रों में कीटनाशकों और यूरिया की डिलीवरी को बदल देंगे। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने अपने संबोधन के दौरान देश के विकास और गरीबों के कल्याण के लिए सभी योजनाओं की सफलता सुनिश्चित करने के लिए विकसित भारत संकल्प यात्रा को जन आंदोलन में बदलने के महत्व पर जोर दिया था।

इस दौरान मीडिया कर्मियों से वार्तालाप करते हुए अनुराग सिंह ठाकुर ने विकसित भारत संकल्प यात्रा की जानकारी देते हुए बताया, "आदरणीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने 2047 तक विकसित भारत का लक्ष्य देश समक्ष रखा है, जिसमें हर भारतवासी पूरे मनोयोग से अपना योगदान सुनिश्चित कर रहा है। आज अपने संसदीय क्षेत्र के ऊना में विकसित भारत संकल्प यात्रा कार्यक्रम के दौरान आदरणीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व व नीतियों से शुरू हुई विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं के लाभार्थियों से भेंट कर उनके अनुभवों को जाना एवं वैन्स को हरी झंडी दिखाई। हम 2047 से पहले भारत को एक विकसित राष्ट्र बनाएंगे। मोदी जी की गारंटी की गाड़ी 2 लाख 69 हजार पंचायतों में जाकर लोगों को भारत सरकार की योजनाओं की जानकारी और लाभ सुनिश्चित करेंगी। ये यात्रा विश्वास और संकल्प कराएगी कि विकसित भारत बनाने में प्रत्येक भारतवासी का योगदान होगा। युवा, किसान, महिला, गरीब, उद्यमी, प्रत्येक वर्ग मिलकर विकसित भारत बनाएगा।

सरकारी आईटीआई होशियारपुर में लगा स्टैम सैल रजिस्ट्रेशन कैंप

• जालंधर ब्रीज. होशियारपुर

डिप्टी कमिश्नर कोमल मित्तल के निर्देशों पर सरकारी आई.टी.आई में नौवां स्टैम सैल रजिस्ट्रेशन कैंप आयोजित किया गया। प्रोजैक्ट के कन्वीनर नरेश गुप्ता ने बताया कि अर्जुन वीर फाउंडेशन के जसलीन गरचा ने विद्यार्थियों को स्टेम सैल रजिस्ट्रेशन प्रोजैक्ट के बारे में विस्तार से जानकारी दी और समझाया कि किस तरह रजिस्ट्रेशन के माध्यम से हम किसी भी जरुरतमंद बीमार व्यक्ति को स्वस्थ करने में अपना योगदान दे सकते हैं। इस मौके पर कार्यकारी प्रिंसिपल गुरनाम सिंह, ट्रेनिंग अधिकारी गुरदेव सिंह, प्लेसमेंट इंचार्ज अश्वनी कुमार गांधी, प्रोफेसर जगदीप सिंह के अलावा कालेज के अन्य स्टाफ सदस्य मौजूद थे।

महाराजा रणजीत सिंह एएफपीआई के सात कैडेट एनडीए से पास-आउट

इंस्टीट्यूट की सफलता की प्रतिशतता बढ़ कर देश में सबसे अधिक 54.89 फीसदी हुई

• जालंधर ब्रीज. चंडीगढ़

महाराजा रणजीत सिंह आम्र्ड फोर्सिज़ प्रैपरेट्री इंस्टीट्यूट (एम.आर.एस.ए.एफ.पी.आई) एस.ए.एस. नगर (मोहाली) के सात कैडेट आज नेशनल डिफेंस अकैडमी (एन.डी.ए.) पुणे से पास-आउट हुए हैं। इसकी पासिंग आउट परेड का निरीक्षण भारत के राष्ट्रपति और आम्र्ड फोर्सिज़ के सुप्रीम कमांडर द्रौपदी मुर्मू द्वारा किया गया। तीन साल के सख़्त प्रशिक्षण के बाद यह सात कैडेट प्रथम परमार, शिव कुमार, क्रितिन गुप्ता, साहिलदीप सिंह, साहिलप्रीत सिंह, उत्तम मलिक और भरत शर्मा अब अलग-अलग सर्विस ट्रेनिंग अकैडमियां ज्वाइन करेंगे और एक साल बाद यह कैडेट कमिश्न्ड अफ़सर के तौर पर अपनी सेवाएं निभाएंगे। इंडियन मिलिट्री अकैडमी (आईएमए), देहरादून से ग्रेजुएशन के उपरांत महाराजा रणजीत सिंह प्रैपरेट्री इंस्टीट्यूट के 7वें कोर्स के चार कैडेट 9 दिसंबर, 2023 को भारतीय फ़ौज में कमिश्न्ड अफ़सर के तौर पर नियुक्त होंगे।

महाराजा रणजीत सिंह ए.एफ.पी.आई. के डायरैक्टर मेजर जनरल अजय एच. चौहान (वी. एस.एम.) ने कहा कि अब इंस्टीट्यूट के 12 कैडेट अलग-अलग सर्विस ट्रेनिंग अकैडमियों से अपने कॉल-अप लैटरज़ का इन्तज़ार कर रहे हैं। इसके अलावा जल्द ही 37 कैडेटों की सर्विसिज सिलैक्शन बोर्ड (एस.एस.बी.) द्वारा इंटरव्यू की जायेगी। इंस्टीट्यूट का नया कोर्स अप्रैल 2024 में शुरू होगा, जिसका विज्ञापन प्रकाशित कर दिया गया है।

पलवल से विकसित भारत संकल्प यात्रा में शामिल हुए केंद्रीय मंत्री कृष्णपाल गुर्जर

• जालंधर ब्रीज. हरियाणा

पलवल जिले के असावता गांव से विकसित भारत संकल्प यात्रा का शुभारंभ हरियाणा के विकास के लिए एक ऐतिहासिक क्षण है। इस कार्यक्रम में केंद्रीय मंत्री कृष्णपाल गुर्जर उपस्थित थे।

राष्ट्रव्यापी कार्यक्रम के हिस्से के रूप में, माननीय प्रधान मंत्री ने वीडियो कॉन्फ्रेंस के माध्यम से राष्ट्र के लिए दो परिवर्तनकारी स्वास्थ्य देखभाल और सशक्तिकरण पहल का अनावरण किया। इन पहलों की घोषणा प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने इस वर्ष अपने स्वतंत्रता दिवस भाषण के दौरान की थी।

प्रधानमंत्री मोदी ने जन औषधि केंद्रों की संख्या 10,000 से बढ़ाकर 25,000 करने के उद्देश्य से एक राष्ट्रव्यापी कार्यक्रम का उद्घाटन किया। यह पहल पूरे देश में नागरिकों के लिए स्वास्थ्य देखभाल की पहुंच और सामर्थ्य बढ़ाने के लिए एक रणनीतिक कदम है। प्रधान मंत्री ने गांवों में जन औषधि केंद्रों की देखरेख करने वाले स्वयंसेवकों को इन योजनाओं के निर्बाध कार्यान्वयन को सुनिश्चित करने का निर्देश दिया, जो आवश्यक स्वास्थ्य सेवाओं के साथ समाज के हर कोने तक पहुंचने की सरकार की प्रतिबद्धता को रेखांकित करता है।

पानीपत में टेक्सटाइल उद्योगपतियों के साथ मानक मंथन का आयोजन

• जालंधर ब्रीज. पानीपत

बीआईएस के हरियाणा शाखा कार्यालय ने पानीपत में 29 नवंबर, 2023 को टेक्सटाइल फ्लोर कवरिंग, विशेष रूप से हैंड-नॉटेड सिल्क कार्पेट (आईएस 14566:2023), और सिंथेटिक यार्न से बने कार्पेट टाइल्स (आईएस 17479:2023) के लिए भारतीय मानकों पर एक मानक मंथन का आयोजन किया। यह कार्यक्रम कॉन्फ्रेंस हॉल, पानीपत इंस्टीट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी में हुआ, और इसमें 50 से अधिक व्यक्तियों ने भाग लिया, जिसमें टेक्सटाइल इंडस्ट्रीज के प्रतिनिधि, परीक्षण प्रयोगशालाओं के अधिकारी, शिक्षाविदों और टेक्सटाइल इंजीनियरिंग के प्रोफ़ेसर शामिल थे।

कार्यक्रम में पीआईईटी समूह के अध्यक्ष श्री हरिओम तायल; पानीपत डायर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष नितिन अरोड़ा; हरियाणा कारपेट मैनुफैक्चरर संघ के अध्यक्ष श्री अनिल मित्तल; इंडस्ट्रियल एस्टेट एसोसिएशन, पानीपत के अध्यक्ष एचएम धम्मू और पीआईईटी के टेक्सटाइल इंजीनियरिंग विभाग के प्रमुख एस धमीजा भी उपस्थित थे। कार्यक्रम की शुरुआत बीआईएस के हरियाणा शाखा कार्यालय के प्रमुख श्री सौरभ तिवारी द्वारा एक परिचयात्मक सत्र के साथ हुई, जहां कार्यक्रम के उद्देश्यों को रेखांकित किया गया।

मान द्वारा भाजपा के बारे में अभद्र भाषा का प्रयोग शर्मनाक : अनिल सरीन

• जालंधर ब्रीज. जालंधर

पिछले दिनों पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान द्वारा विधानसभा में भारतीय जनता पार्टी को लेकर की गई आपत्तिजनक टिप्पणी की बीजेपी की पंजाब इकाई ने कड़ी निंदा की है, इस मुद्दे को लेकर भाजपा के प्रदेश महासचिव अनिल सरीन द्वारा जालंधर में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस का आयोजन किया गया, जिसमें उन्होंने मुख्यमंत्री भगवंत मान को घेरा और इसे बेहद निंदनीय बताया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत मान ने कल विधानसभा में जो घटिया शब्द कहे हैं, वह मुख्यमंत्री की कुर्सी को बिल्कुल भी शोभा नहीं देते। उन्होंने कहा कि सीएम भगवंत मान ने इन दिनों गली-गांव के 'नेता' की तरह तू-तड़ाक की भाषा पर उतर आए है। वे पूरी तरह से भूल गए हैं कि वे कॉमेडी सर्कस नहीं बल्कि सरकार चला रहे हैं। उन्होंने मुख्यमंत्री भगवंत मान की केंद्र की भाजपा सरकार पर पंजाब से पक्षपात करने के आरोपों को सिरे से खारिज करते हुए कहा कि उनके ये आरोप न सिर्फ हास्यास्पद हैं बल्कि बेबुनियाद भी हैं।

टी20 विश्व कप 2024 : क्वालिफाई कर युगांडा ने रचा इतिहास, जिम्बाब्वे बाहर

आईसीसी. टी20 वर्ल्ड कप 2024 के लिए सभी 20 टीमें तय हो चुकी हैं। इसी कड़ी में युगांडा की टीम ने इतिहास रचते हुए वेस्टइंडीज और यूएसए में खेले जाने वाले टी20 वर्ल्ड कप 2024 के लिए क्वालिफाई करने वाली अफ्रीका क्षेत्र की दूसरी टीम है। दूसरी ओर, जिम्बाब्वे टीम इस लिस्ट से बाहर हो गई है। वो लगातार दूसरी बार वर्ल्ड कप में जगह बनाने से चूक गई है।

जिम्बाब्वे को टी20 वर्ल्ड कप में जगह बनाने की किसी भी उम्मीद के लिए युगांडा पर रवांडा की जीत के लिए प्रार्थना करनी पड़ी। युगांडा ने टूर्नामेंट के अपने आखिरी गेम में रवांडा को केवल 65 रनों पर ढेर कर दिया और केवल 8.1 ओवर में नौ विकेट शेष रहते लक्ष्य हासिल कर 6 मैचों में प्रतियोगिता की अपनी पांचवीं जीत दर्ज की है।

जिम्बाब्वे को टी20 वर्ल्ड कप में जगह बनाने के लिए युगांडा पर रवांडा की जीत की जरूरत थी। लेकिन युगांडा ने टूर्नामेंट के अपने अंतिम मैच में रवांडा को केवल 65 रनों पर ढेर कर दिया और केवल 8.1 ओवर में 9 विकेट शेष रहते लक्ष्य हासिल कर 6 मैचों में प्रतियोगिता की अपनी पांचवीं जीत हासिल की।

टी20 वर्ल्ड कप के लिए लाइन-अप की अब पुष्टि हो गई है। जिसमें वेस्टइंडीज और संयुक्त राज्य अमेरिका मेजबान होने के कारण क्वालिफाई कर रहे हैं। जबकि टी20 वर्ल्ड कप 2022 की टॉप 8 टीमों ने भी टूर्नामेंट में जगह बनाई है। अफगानिस्तान और बांग्लादेश ने टी20 रैंकिंग के आधार पर क्वालिफाई किया।

क्वालिफाई करने वाली टीमें

वेस्टइंडीज, अमेरिका, ऑस्ट्रेलिया, इंग्लैंड, भारत, नीदरलैंड, न्यूजीलैंड, पाकिस्तान, दक्षिण अफ्रीका, श्रीलंका, अफगानिस्तान, बांग्लादेश, आयरलैंड, स्कॉटलैंड, पापुआ न्यू गिनी, कनाडा, नेपाल, ओमान, नामीबिया, युगांडा।

रेल डिब्बा कारखाना में सेवानिवृत्ति और पदोन्नति समारोह का आयोजन

• जालंधर ब्रीज. कपूरथला

रेल डिब्बा कारखाना, कपूरथला ने नवम्बर माह से हर महीने सेवानिवृत्त होने वाले कर्मचारियों के सेवानिवृत्ति पत्र सौंपने के साथ उसी दिन उनकी जगह पदोन्नत होने वाले कर्मचारियों को पदोन्नति आदेश सौंपे जाने की नई पहल शुरू की हैं। इसके अंतर्गत आज सेवानिवृत्ति और पदोन्नति समारोह का आयोजन किया गया। समारोह की अध्यक्षता आरसीएफ के महाप्रबंधक एस श्रीनिवास ने की। आरसीएफ के तकनीकी प्रशिक्षण केंद्र में आयोजित इस समारोह में 16 कर्मचारियों एवं 2 अधिकारियों को उनकी रिटायरमेंट पर उन्हें उनके सेवानिवृत्त बकाया सहित पेंशन के कागज़ात महाप्रबंधक द्वारा सौंपे गए तथा 29 कर्मचारियों को पदोन्नति पत्र वितरित किए गए। आरसीएफ में जब कोई अधिकारी/कर्मचारी सेवानिवृत्त होगा, तो उसकी जगह पदोन्नति के लिए क्रमबद्ध अगले कर्मचारी को उसका पदोन्नति पत्र सेवानिवृत हो रहे सीनियर कर्मचारी द्वारा अंतिम कार्य दिवस पर सौंपा जाएगा।

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.