प्रेरणा

मित्रता आनंद को दोगुना और दुख को आधा कर देती है।

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-5 • 12 APRIL TO 18 APRIL 2024 • VOLUME 37 • 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

छुट्टी के दिन खोला स्कूल, बस दुर्घटना में 6 छात्रों की मौत; प्रिंसिपल सहित 3 गिरफ्तार

अस्पताल में भर्ती कराए 14 छात्रों को मिली छुट्टी, तीन की हालत गंभीर

चंडीगढ़. हरियाणा के महेंद्रगढ़ में स्कूल बस पलटने से छह बच्चों की मौत हो गई। स्कूल के प्रिंसिपल समेत तीन लोगों को इस घटना के सिलसिले में गिरफ्तार किया गया है। ड्राइवर कथित तौर पर बस के पेड़ से टकराने से ठीक पहले कूद गया था, उसे भी स्कूल सचिव के साथ हिरासत में ले लिया गया है। एक वरिष्ठ पुलिस अधिकारी के मुताबक ड्राइवर के मेडिकल परीक्षण में पुष्टि हुई है कि उसके खून में शराब मौजूद थी। दुर्घटना के बाद अस्पताल में भर्ती कराए गए 14 छात्रों को छुट्टी दे दी गई है लेकिन तीन की हालत गंभीर है।

कक्षा 4 से 10 तक के छात्र गुरुवार को जीएल पब्लिक स्कूल जा रहे थे, तभी उन्हें ले जा रही बस एक पेड़ से टकराकर पलट गई। बस स्कूल की थी और दस्तावेजों से पता चला कि बस का फिटनेस प्रमाणपत्र छह साल पहले 2018 में समाप्त हो गया था। मामले में राज्य सड़क परिवहन के एक अधिकारी को निलंबित कर दिया गया है।

राज्य की शिक्षा मंत्री सीमा त्रिखा ने कहा कि यह पता लगाने के लिए भी जांच की जा रही है कि ईद के दिन स्कूल में कक्षाएं क्यों आयोजित की जा रही थीं? स्कूल को आज खुला नहीं होना चाहिए था। एक कारण बताओ नोटिस जारी किया गया है और इसके अलावा निजी स्कूलों से स्व-शपथ पत्र लिया है। स्कूलों को एक हलफनामा देना होगा कि उनके द्वारा उपयोग किए जाने वाले परिवहन वाहन परिवहन नियमों का पालन कर रहे हैं।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने स्कूली बच्चों की मौत पर शोक व्यक्त किया. उन्होंने एक्स पर लिखा कि हरियाणा के महेंद्रगढ़ में हुआ बस हादसा बेहद दर्दनाक है। मेरी संवेदनाएं उन सभी परिवारों के साथ हैं, जिन्होंने हादसे में अपने बच्चों को खोया है। मैं सभी घायल बच्चों के शीघ्र स्वस्थ होने की कामना करता हूं। राज्य सरकार की देखरेख में स्थानीय प्रशासन पीड़ितों और उनके परिवारों को हर संभव सहायता प्रदान करने में लगा हुआ है।

अब सीबीआई ने किया के. कविता को गिरफ्तार

दिल्ली आबकारी नीति घोटाले को लेकर सीबीआई की एक टीम ने कविता से की थी करीब 7 घंटे तक पूछताछ

नई दिल्ली. आबकारी घोटाले में सीबीआई ने तेलंगाना के पूर्व सीएम केसीआर की बेटी के. कविता को गिरफ्तार किया है। के. कविता फिलहाल न्यायिक हिरासत में तिहाड़ जेल में बंद हैं। उनसे सीबीआई ने हाल ही में पूछताछ की थी। ईडी दिल्ली आबकारी घोटाले में पहले ही के. कविता को गिरफ्तार कर चुकी है।

इस मामले की जांच में कविता की एंट्री 1 दिसंबर 2022 को हुई। सीबीआई की एक टीम ने कविता से दिल्ली आबकारी नीति घोटाले को लेकर पूछताछ की थी। टीम ने करीब 7 घंटे तक उनसे पूछताछ की थी।

इसलिए ईडी ने किया था गिरफ्तार : बीआरएस नेता के. कविता दिल्ली शराब घोटाला केस में आरोपी हैं। इसी केस में अरविंद केजरीवाल भी गिरफ्तार हुए हैं। केजरीवाल से पहले ईडी ने के. कविता को गिरफ्तार किया था। ईडी की टीम ने के. कविता को इस मामले में दो समन जारी किए थे लेकिन उन्होंने इस पर ध्यान नहीं दिया। उन्होंने ईडी के इन समन को लेकर सुप्रीम कोर्ट में जमानत याचिका दायर की। हालांकि, सुप्रीम कोर्ट ने इस याचिका पर सुनवाई 19 मार्च 2024 के लिए टाल दी थी। इसी बीच ईडी की टीम ने 15 मार्च को के. कविता को गिरफ्तार कर लिया था।

ये है गिरफ्तारी की असली वजह : ईडी के मुताबिक, दिल्ली शराब नीति घोटाले में 'साउथ ग्रुप' भी शामिल था, जिसमें के. कविता ने अहम भूमिका निभाई थी। ईडी की मानें तो इस ग्रुप में हैदराबाद के व्यवसायी सरथ रेड्डी, वाईएसआर कांग्रेस सांसद मगुंटा श्रीनिवासुलु रेड्डी, उनके बेटे राघव मगुंटा रेड्डी भी शामिल थे। इतना ही नहीं इस कार्टेल की अगुआई व्यवसायी अरुण पिल्लई और अभिषेक बोइनपल्ली और एक चार्टर्ड अकाउंटेंट बुचीबाबू ने की थी।

ईडी ने पिछले साल पहली बार के कविता को आप के संचार प्रमुख विजय नायर के साथ कथित संबंध के मामले में समन भेजा था। आरोप हैं कि कविता लगातार नायर के संपर्क में थीं। विजय नायर नीतियों के निर्माण और कार्यान्वयन के दौरान शराब उद्योग के व्यवसायियों और राजनेताओं से जुड़ा था। विजय नायर को जांच एजेंसी ने दिल्ली की शराब नीति में कथित घोटाले के आरोप में गिरफ्तार किया था।

एसबीआई ने इलेक्टोरल बॉन्ड की डिटेल देने से किया इनकार

नई दिल्ली. भारतीय स्टेट बैंक (एसबीआई) ने आरटीआई अधिनियम के तहत चुनाव आयोग (ईसी) को दिए गए चुनावी बांड के विवरण का खुलासा करने से इनकार कर दिया है। यह दावा करते हुए कि यह प्रत्ययी क्षमता में रखी गई व्यक्तिगत जानकारी है, भले ही रिकॉर्ड उपलब्ध हैं। यह मानते हुए कि चुनावी बांड योजना असंवैधानिक और स्पष्ट रूप से मनमानी थी। सुप्रीम कोर्ट ने 15 फरवरी को एसबीआई को निर्देश दिया कि वह 12 अप्रैल, 2019 से खरीदे गए बांड का पूरा विवरण चुनाव आयोग को प्रस्तुत करे जो अपनी वेबसाइट पर जानकारी प्रकाशित करेगा।

11 मार्च को अदालत ने समय सीमा बढ़ाने की मांग करने वाली एसबीआई की याचिका खारिज कर दी और उसे 12 मार्च को व्यावसायिक घंटों के अंत तक चुनाव आयोग को चुनावी बांड के विवरण का खुलासा करने का आदेश दिया। आरटीआई कार्यकर्ता कमोडोर (सेवानिवृत्त) लोकेश बत्रा ने 13 मार्च को एसबीआई से संपर्क कर डिजिटल फॉर्म में चुनावी बांड का पूरा डेटा मांगा, जैसा कि सुप्रीम कोर्ट के आदेश

के बाद चुनाव आयोग को प्रदान किया गया था।

केंद्रीय सार्वजनिक सूचना अधिकारी और एसबीआई के उप महाप्रबंधक द्वारा दी गई प्रतिक्रिया में कहा गया कि बैंक ने सूचना का अधिकार (आरटीआई) अधिनियम के तहत दी गई दो छूट धाराओं का हवाला देते हुए जानकारी देने से इनकार कर दिया। धारा 8(1)(ई) जो प्रत्ययी क्षमता में रखे गए रिकॉर्ड से संबंधित है और धारा 8(1)(जे) जो अनुमति देती है। आपके द्वारा मांगी गई जानकारी में खरीददारों और राजनीतिक दलों का विवरण शामिल है और इसलिए, इसका खुलासा नहीं किया जा सकता है क्योंकि यह प्रत्ययी क्षमता में रखा गया है। जिसके प्रकटीकरण को आरटीआई अधिनियम की धारा 8 (1) (ई) और (जे) के तहत छूट दी गई है।

घूसख़ोरी के मामले में चंडीगढ़ पुलिस के उप निरीक्षक एवं सहायक उप निरीक्षक गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

सीबीआई ने शिकायतकर्ता से रिश्वत स्वीकार करने से संबन्धित मामले में चंडीगढ़ पुलिस के उप निरीक्षक एवं सहायक उप निरीक्षकको पकड़ा। सीबीआई ने आरोपी सहायक उप निरीक्षक के विरुद्ध एक मामला दर्ज किया जिसमे आरोप है कि आरोपी ने शिकायतकर्ता को धमकी दी व एक शिकायत को बंद करने तथा शिकायतकर्ता के विरुद्ध प्राथमिकी दर्ज न करने के एवज में उनसे 1 लाख रु. की अवैध रिश्वत की मांग की। यह भी आरोप है कि परस्पर बातचीत पर रिश्वत की राशि 40,000 तय हुई एवं बाद में आरोपी आंशिक भुगतान के रूप में 10,000 रु. स्वीकार करने पर सहमत हो गया।

सीबीआई ने जाल बिछाया एवं आरोपी सहायक उप निरीक्षक को 10,000/-रु. की रिश्वत स्वीकार करने के दौरान रंगे हाथों पकड़ा। इसके बाद, आगे की ट्रैप कार्यवाही के क्रम में उक्त उप निरीक्षक को भी उक्त रिश्वत राशि स्वीकार करने के दौरान रंगे हाथों पकड़ा।

पीएम मोदी ने उत्तराखंड में गिनवाए कमज़ोर सरकार के नुकसान

कहा- आतंकियों को घर में घुसकर मारा जाता है क्योंकि भारत में मोदी की मजबूत सरकार है

देहरादून. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को उत्तराखंड के ऋषिकेश में रैली को संबोधित किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि आज भारत में मोदी की मजबूत सरकार है। इसलिए आतंकियों को घर में घुसकर मारा जाता है। ये गूंज इसलिए है क्योंकि देश के लोगों ने पूर्ण बहुमत वाली स्थिर सरकार का काम देखा है। आज देश में ऐसी सरकार है, जिसने बीते 10 सालों में भारत को पहले के मुकाबले कई गुना मजबूत कर दिया है। कमजोर और अस्थिर सरकार के नुकसान गिनाते हुए पीएम मोदी ने कहा कि जब-जब देश में कमजोर और अस्थिर सरकार रही है, तब-तब दुश्मनों ने फायदा उठाया है। जब भारत में कमजोर और अस्थिर सरकारें थीं, तब भारत में आतंकवाद ने पैर पसार लिए थे। कांग्रेस की कमजोर सरकार सीमाओं पर आधुनिक इंफ्रास्ट्रक्चर नहीं बना पाई। आज पूरी सीमा पर आधुनिक सड़कें बन रही हैं। आधुनिक सुरंगें बन रही हैं।

दुनिया से योग के लिए ऋषिकेश आते थे लोग : पीएम मोदी ने आगे कहा कि हमारी सरकार उत्तराखंड के सामर्थ्य का लगातार विस्तार करने में जुटी है। इसमें बहुत बड़ी भूमिक पर्यटन, यात्रा और यात्रा धामों की है। ऋषिकेश आसपास के कई राज्यों और वहां के लोगों के लिए पर्यटन का सबसे महत्वपूर्ण केंद्र है। एक जमाना था जब योग की पूरी दुनिया में धूम

नहीं थी तब भी दुनिया के कई लोग योग के लिए ऋषिकेश आया करते थे।

पीएम ने अमेरिका के एक किस्से का किया जिक्र : पीएम मोदी ने एक किस्से का जिक्र करते हुए बताया कि वे एक बार अमेरिका के सुदूर इलाके में गए हुए थे। वहां वह शाकाहारी खाना तलाश रहे थे। इस दौरान ही उन्हें एक छोटी सी दुकान दिखी, जिसमें एक अमेरिकी नागरिक था। उस शख्स के गले में रुद्राक्ष की मालाएं थीं। पीएम मोदी ने उसे अपनी परेशानी बताई। उसने पीएम मोदी से कहा कि वह भी शाकाहारी है। उसने थोड़ी ही देर में पीएम मोदी के लिए शाकाहारी खाने का बंदोबस्त कर दिया।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रोजगार की बात करते हुए कहा,'बीजेपी सरकार उत्तराखंड के पर्यटन को बढ़ावा देकर रोजगार के नए अवसर तैयार कर रही है। इसके लिए हमारा फोकस है कि उत्तराखंड के कोने-कोने तक पहुंचना आसान होना चाहिए। इसलिए हम रोडवेज, रेलवेज और एयरवेज की सुविधाएं बढ़ाते जा रहे हैं। उत्तराखंड के सीमावर्ती गांवों को कांग्रेस अंतिम गांव कहती थी।

हार्दिक-क्रुणाल पंड्या के साथ सौतेले भाई ने की धोखाधड़ी, गिरफ्तार

मुंबई. मुंबई इंडियंस के कप्तान हार्दिक पंड्या और क्रुणाल पंड्या के साथ करोड़ों रुपये की धोखाधड़ी हुई है। ये धोखाधड़ी पंड्या ब्रदर्स के साथ और किसी ने नहीं बल्कि, उनके सौतेले भाई वैभव पंड्या ने की है। अब वैभव पंड्या को मुंबई की इकोनॉमिक ऑफेंस विंग ने गिरफ्तार किया है। दोनों ही भाई इस समय आईपीएल 2024 में व्यस्त हैं।

आरोपी वैभव पंड्या, हार्दिक और क्रुणाल का सौतेला भाई है। साल 2021 में पंड्या ब्रदर्स के साथ मिलकर आरोपी वैभव ने पॉलिमर बिजनेस की एक कंपनी शुरू की थी। इस कंपनी में हार्दिक और क्रुणाल की हिस्सेदारी 40-40 फीसदी थी, वहीं वैभव की 20 प्रतिशत पार्टनरशिप थी।

पार्टनरशिप की शर्तों के मुताबिक कंपनी का मुनाफा हार्दिक और क्रुणाल और वैभव के बीच बंटना था। लेकिन आरोपी वैभव ने कंपनी के मुनाफे का पैसा हार्दिक और क्रुणाल को देने की बजाय एक अलग कंपनी बनाकर उसमें फायदे की रकम को ट्रांसफर कर दिया जिसके बाद पंड्या भाईयों को करीब 4.3 करोड़ रुपये का नुकसान हुआ है। शिकायत के आधार पर इकोनॉमिक ऑफेंस विंग ने वैभव पंड्या को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी वैभव को 5 दिन की पुलिस हिरासत में भेज दिया गया है।

पूर्व मंत्री मलूका के पुत्र और पूर्व आईएएस बहू भाजपा में शामिल

नई दिल्ली. शिरोमणि अकाली दल के दिग्गज नेता और बादल सरकार में मंत्री रहे सिकंदर सिंह मलूका की पूर्व आईएएस पुत्रवधू परमपाल कौर सिद्धू व पुत्र गुरप्रीत सिंह गुरुवार को भाजपा में शामिल हो गए। पिछले सप्ताह ही परमपाल कौर ने आईएएस की नौकरी से स्वैच्छिक सेवानिवृति ली थी। भाजपा उन्हें हाई प्रोफाइल बठिंडा संसदीय सीट से मैदान में उतारने की तैयारी में है, जहां से अकाली दल की वरिष्ठ नेता और तीन बार की सांसद हरसिमरत कौर बादल लगातार चौथी बार जीत के लिए चुनाव लड़ रही हैं।

हरसिमरत कौर शिरोमणि अकाली दल के अध्यक्ष सुखबीर बादल की पत्नी हैं। दूसरी तरफ, परमपाल कौर के पति गुरप्रीत सिंह बठिंडा जिला परिषद के अध्यक्ष हैं। परमपाल कौर व गुरप्रीत सिंह को केंद्रीय मंत्री हरदीप सिंह पुरी, पार्टी के राष्ट्रीय महासचिव विनोद तावड़े और पंजाब प्रभारी विजय रूपाणी ने भाजपा में शामिल कराया। भाजपा में शामिल होने के बाद पूर्व आईएएस अधिकारी परमपाल कौर ने कहा कि भाजपा को छोड़कर देश की किसी भी अन्य पार्टी के पास देश के लिए कोई दृष्टिकोण नहीं है। उन्होंने कहा कि भारत का पासपोर्ट दिन-ब-दिन मजबूत होता जा रहा है क्योंकि दुनिया प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भारत की ताकत को पहचान रही है, ऐसा पहले कभी नहीं हुआ था।

बता दें कि परमपाल कौर इसी साल अक्टूबर में सेवानिवृत होने वाली थीं लेकिन उन्होंने कुछ महीने पहले वीआरएस लेकर

राजनीति की राह पकड़ ली है। मलूका परिवार के करीबी सूत्रों के मुताबिक, उन्होंने पिछले सप्ताह ही वीआरएस के लिए आवेदन किया था जिसे मंगलवार को केंद्र सरकार ने स्वीकार कर लिया।

संभावना जताई जा रही है कि कांग्रेस भी बठिंडा सीट से अमृता वड़िंग को मैदान में उतार सकती है। अमृता पंजाब प्रदेश कांग्रेस कमेटी के चीफ अमरिंदर सिंह राजा वड़िंग की पत्नी हैं। राज्य की सत्ताधारी आम आदमी पार्टी पहले ही बठिंडा से पंजाब के कृषि मंत्री गुरमीत सिंह खुड्डियां को अपना उम्मीदवार घोषित कर चुकी है। वह भी क्षेत्र के एक बड़े राजनीतिक परिवार से ताल्लुक रखते हैं, यानी बठिंडा सीट पर इस बार लड़ाई चतुष्कोणीय और सियासी परिवारों के बीच होगी।

परमपाल कौर के इस्तीफे पर सीएम मान की चेतावनी

आईएएस परमपाल कौर सिद्धू के इस्तीफा देने और बीजेपी में शामिल होने पर पंजाब की

सियासत गरमा गई है। पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान ने उन्हें एक तरह से चेतावनी दी है कि आईएएस अधिकारी के रूप में परमपाल कौर का इस्तीफा राज्य सरकार ने स्वीकार नहीं किया है। उन्होंने अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर लिखा है कि आईएएस अधिकारी के रूप में परमपाल कौर जी का इस्तीफा पंजाब सरकार ने स्वीकार नहीं किया। बीबा जी को आईएएस बनने की इतनी जल्दी थी। कैसे छोड़ना है। कृपया समझें कि इस्तीफा कैसे देना है। वरना जिंदगी भर की कमाई खतरे में पड़ सकती है।

भाजपा में शामिल हुए जम्मू एवं कश्मीर के कांग्रेस नेता जहांजेब सिरवाल

नई दिल्ली. जम्मू एवं कश्मीर से ताल्लुक रखने वाले कांग्रेस के युवा नेता जहांजेब सिरवाल गुरुवार को भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) में शामिल हो गए। साल 2014 से कांग्रेस का हिस्सा रहे और हाल ही में मल्लिकार्जुन खरगे के नेतृत्व में अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी (एआईसीसी) के सदस्य नियुक्त गए सिरवाल ने कांग्रेस को 'लुप्त' होती मशीन बताया और इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन

(ईवीएम) जैसे मुद्दों के लिए भाजपा को दोषी ठहराने पर उसकी आलोचना की। उन्होंने कहा कि कांग्रेस के लिए बेहतर होगा कि वह अपने आंतरिक सुधारों पर ध्यान केंद्रित करे। भाजपा के वरिष्ठ नेता और केंद्रीय मंत्री हरदीप सिंह पुरी और राष्ट्रीय महासचिव विनोद तावड़े ने सिरवाल और कुछ अन्य नेताओं का पार्टी में स्वागत किया।

किसी नई जगह को करना चाहते हैं एक्सप्लोर तो जाएं इटावा

TRAVELLING

घूमने-फिरने का शौक रखने वाले लोग नई-नई जगहों को एक्सप्लोर करना पसंद करते हैं। ऐसे में आप उत्तर प्रदेश के इटावा शहर को घूमने के लिए जा सकते हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

सभी की अलग-अलग पसंद होती है। कई लोग नए शहरों की संस्कृति और खूबसूरती को एक्सप्लोर करना पसंद करते हैं तो वहीं कुछ लोग हमेशा कुछ चुनिंदा जगहों पर जाते हैं। अगर आप किसी नई जगह को एक्सप्लोर करने का सोच रहे हैं तो उत्तर प्रदेश के इटावा शहरा को एक्सप्लोर करने के लिए जा सकते हैं।

इटावा सफारी पार्क : उत्तर प्रदेश के इटावा में स्थित इटावा सफारी पार्क एक वन्यजीव सफारी पार्क है जो पर्यटकों को खूब पसंद आता है। यह 8 किलोमीटर की परिधि के साथ एशिया के सबसे बड़े मंदिरों में से एक है। यह राज्य की राजधानी लखनऊ से लगभग तीन घंटे की ड्राइव पर है।

पक्का तालाब : पक्का तालाब इटावा के प्रमुख स्थलों में से एक है। यहां पर तालाब के साथ-साथ एक अद्भुत फव्वारा भी है। इस फव्वारे को चालू करने पर एक आश्चर्यजनक दृश्य सामने आता है। इस जगहों को देखने जरूर जाएं।

कचौरा घाट : इटावा शहर में कचौरा घाट एक बेहद आकर्षक जगह है। कचौरा घाट में पुराने किले के खंडहर देखे जा सकते हैं। किले में रख-रखाव की कमी के कारण यह किला पूरी तरह ढह गया, लेकिन फिर भी इसे देखने के लिए लोग पहुंचते हैं।

श्री नीलकंठ मंदिर : श्री नीलकंठ मंदिर इटावा में एक प्रमुख हिंदू मंदिर है। यहां के स्थानीय लोग इस मंदिर को बहुत सम्मान देते हैं। यहां पर भगवान शिव की पूजा कर सकते हैं।

काली बाह मंदिर : इस मंदिर को लेकर कहा जाता है कि जब पुजारी हर दिन मंदिर का दरवाजा खोलते हैं तो अंदर ताजे फूल उनका इंतजार कर रहे होते हैं। मंदिर में देवी की मूर्ति को सभी की इच्छाओं को पूरा करने वाली देवी के रूप में देखा जाता है। नवरात्रि के दौरान माता के दर्शन पाने के लिए लोग यहां जरूर जाते हैं।

STYLE TIPS

कलर के ये कॉम्बिनेशन पूरे लुक को बना देते हैं क्लासी और रिच

अगर आप सिंपल कपड़े पहनकर हीरोइनों जैसा परफेक्ट लुक पाना चाहती हैं तो रंगों पर खास ध्यान दें। सही तरीके से मिक्स एंड मैच कर कपड़े पहनने से आप साधारण कपड़ों में भी अट्रैक्टिव दिखेंगी।

तस्वीर साभार Google

जालंधर ब्रीज (फीचर) . स्टाइलिश लुक के लिए कपड़ों को सही तरीके से पहनना जरूरी होता है। अक्सर हीरोइनों के सिंपल लुक भी काफी अट्रैक्टिव दिखते हैं। जिसका कारण है सही कलर काम्बिनेशन और परफेक्ट स्टाइल। अगर आप चाहती हैं हर मौके पर क्लासी और रिच लुक तो इन रंगों को आपस में मिक्स एंड मैच कर पहनें। ये काफी स्टाइलिश और महंगा लुक देते हैं। जानें कौन से हैं वो कलर कॉम्बिनेशन।

पर्पल पिंक और लेवेंडर- ट्राउजर, पैंट या फिर कुर्ता अगर आप पर्पल पिंक और लैवेंडर शेड को मिक्स एंड मैच कर पहनेंगी। ये लुक आपको ना केवल बहुत ही अट्रैक्टिव बनाएगा। बल्कि इस कलर कॉम्बिनेशन में आप काफी क्लासी दिखेंगी। वेस्टर्न ही नहीं इंडियन वियर में साड़ी और ब्लाउज का ये काम्बिनेशन भी बेहद खूबसूरत दिखेगा।

बीज एंड व्हाइट - अगर आप जींस और ट्राउजर को मिक्स एंड मैच करना चाहती हैं तो बीज कलर की पैंट के साथ व्हाइट शर्ट या टॉप काफी क्लासी और कैजुअल लुक देते हैं। वहीं ये लुक आपके कुर्ता और पैंट के साथ ही खूबसूरत तरीके से मैच करेगा।

पर्पल और व्हाइट -पर्पल और व्हाइट का कॉम्बिनेशन भी वेस्टर्न के साथ ही इंडियन साड़ी वियर में अट्रैक्टिव दिखता है। जिसे आप बेझिझक ट्राई कर सकती हैं।

यलो, ब्लैक एंड ग्रे - आप चाहें तो ब्लैक के साथ यलो और ग्रे कलर को मिक्स एंड मैच कर पहन सकती हैं। ये काफी स्टाइलिश दिखता है। खासतौर पर जब ट्राउजर, टॉप और ब्लेजर को मैच करना हो तो ये कलर कॉम्बिनेशन परफेक्ट लुक देगा।

ब्लू और पिंक - ब्लू और पिंक के कुछ शेड भी साथ में अच्छे लगते हैं। साथ में अगर आप एक और कलर को मिक्स करना चाहती हैं तो लैवेंडर कलर मिक्स कर लें। ये खूबसूरत लुक देता है।

चेहरे की सूजन और डार्क सर्कल को खत्म करेगा कॉफी फेस पैक

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

चेहरे की स्किन पर सूजन और ढीलापन उम्र के साथ दिखने लगता है। ऐसे में महंगे ट्रीटमेंट कराना हर किसी के बजट में नहीं होता। लेकिन घरेलू नुस्खे बड़े काम के होते हैं। जरूरत है बस इसे आजमाने की। कॉफी स्किन के लिए फायदेमंद होती है और इसका फेसपैक स्किन को जवां दिखाने में मदद करता है।

चेहरे की इन समस्याओं में काम करेगा कॉफी फेस पैक

- फेस की स्किन पर डेड स्किन हो रही
- स्किन में ढीलापन और झुर्रियां नजर आने लगीं
- स्किन में सूखापन और डिहाइड्रेशन हो रहा हो
- चेहरे पर अगर फीकापन और डलनेस नजर आ रही है।
- आंखों के नीचे हो रहे डार्क सर्कल को भी खत्म करने में कॉफी का फेस पैक मदद करता है।

कैसे लगाएं कॉफी का फेस पैक

चेहरे पर अगर फाइन लाइंस और झुर्रियां नजर आने लगी हैं। तो कैफीन स्किन के पोर्स को टाइट करने में मदद करता है। साथ ही स्किन को फ्रेशनेस देने में मदद करता है। कॉफी का फेस पैक लगाने के लिए एक चम्मच कॉफी ग्राउंड लें। इसमे एक चम्मच शहद को मिक्स करें। अब इस फेस पैक को चेहरे पर लगाकर हल्के हाथों से मसाज करें। करीब 20 मिनट के लिए छोड़ दें। फिर पानी से वॉश कर लें। शहद स्किन को अंदर से हाइड्रेट करने और मॉइश्चर देने में मदद करता है। साथ ही स्किन में चमक बरकरार रहेगी।

डिस्क्लेमर : *इस आर्टिकल में बताई विधि, तरीकों व दावों को केवल सुझाव के रूप में लें। इस तरह के किसी भी उपचार/दवा/डाइट और सुझाव पर अमल करने से पहले डॉक्टर या एक्सपर्ट से सलाह लें।*

तला-भुना खाने के बाद बॉडी डिटॉक्स करनी है तो डाइट चार्ट में शामिल करें ये फूड्स

त्योहार पर ऑयली, स्वीट जमकर खाया है तो अगले 15 दिन तक बॉडी को पूरी तरह से डिटॉक्स की जरूरत होगी। इसके लिए दिनभर का ये डाइट चार्ट जरूर आपकी मदद करेगा और वजन बढ़ने से रोकेगा।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

त्योहारों पर अक्सर फैमिली और फ्रेंड्स के साथ लोग ज्यादा खा लेते हैं। ऑयली, मीठा और तरह-तरह के पकवानों का स्वाद लेने से खुद को रोक नहीं पाते। लेकिन अगर आप त्योहारों के बाद बॉडी को डिटॉक्स करना जरूरी होता है। इसके लिए केवल डिटॉक्स ड्रिंक से काम नहीं चलेगा बल्कि ब्रेकफास्ट से लेकर डिनर में इन फूड्स को खाने से बॉडी सारे टॉक्सिस आसानी से निकाल पाएगी। तो चलिए जानें कौन से फूड्स को डिटॉक्स डाइट में शामिल करें

हल्दी वाली चाय : मॉर्निंग ड्रिंक के लिए टरमरिक टी बेस्ट है। इसे पीने से शरीर के टॉक्सिस को बाहर निकालने में मदद मिलेगी। हल्दी वाली चाय में थोड़ा सा अदरक मिला लें। ये चाय सूजन को खत्म करने के साथ ही लिवर को ठीक करने और डाइजेशन की समस्या को खत्म करेगी। साथ ही अदरक बॉडी डिटॉक्स करेगा।

मसूर दाल सूप : मसूर की दाल को हल्दी नमक के साथ पकाकर सूप तैयार करें। प्रोटीन, फाइबर और जरूरी पोषक तत्वों से भरपूर मसूर की दाल बॉडी को डिटॉक्स करने के लिए बेस्ट है। इसे आप दिन के किसी भी वक्त ब्रेकफास्ट से लेकर डिनर में खा सकती हैं।

वेजिटेबल खिचड़ी : डाइजेशन को सही करने के साथ ही सारे जरूर न्यूट्रिशन देने का काम करतेही वेजिटेबल खिचड़ी। लंच के टाइम आप इस खिचड़ी को आसानी से खा सकते हैं। ये बॉडी डिटॉक्स के प्रोसेस में मदद करेगी और वजन कंट्रोल करने में भी।

पालक दाल : लंच के टाइम भूख लगने पर पालक दाल खाएं। पालक में बॉडी को क्लींज करने के गुण होते हैं। एंटीऑक्सीडेंट्स और विटामिंस से भरपूर मूंग दाल के साथ पालक को पकाएं। प्रोटीन, फाइबर मिलने के साथ ही डाइजेशन के लिए भी अच्छा है। साथ ही बॉडी डिटॉक्स होगी।

काढ़ा पिएं : अदरक, दालचीनी, इलायची, सौंफ, काली मिर्च, तुलसी के पत्ते मिक्स कर काढ़ा तैयार करें। इस काढ़े को पीने से पाचन ठीक होगा और बॉडी रिलैक्स होगी। साथ ही बॉडी के अंदर डिटॉक्सिफिकेशन भी अच्छे से होगा।

इन रेसिपी को भी डाइट में शामिल करें, जिससे बॉडी अंदर से क्लीन हो जाए।

खीरे का रायता

धनिया-पुदीना की चटनी
वेजिटेबल फ्राई (शिमला मिर्च, ब्रोकली, गाजर)

नवजात शिशु को किस उम्र तक नहीं पिलाना चाहिए पानी, ये है वजह और नुकसान

PARENTING

अगर आपके मन को भी यही सवाल बार-बार परेशान करता रहता है तो आइए जानते हैं क्या है नवजात शिशु को पानी पिलाने के नियम और नियम ना फॉलो करने पर होते हैं क्या नुकसान

जालंधर ब्रीज (फीचर) . न्यूबॉर्न बेबी के लिए उसकी मां का दूध ही उसका पहला आहार होता है। नवजात अपने पोषण और विकास के लिए जन्म के पहले 6 महीने मां के दूध पर ही निर्भर रहता है। मां के दूध में 80 प्रतिशत पानी होता है, जो उसे उसके विकास के लिए जरुरी सभी पोषण और हाइड्रेशन प्रदान करता है। जिन मांओं को ब्रेस्ट मिल्क नहीं होता वो अपने बच्चे के लिए फॉर्मूला मिल्क का इस्तेमाल करती हैं। फॉर्मूला मिल्क पीने से भी बच्चे का शरीर हाइड्रेट बना रहता है। बावजूद इसके एक सवाल ज्यादातर हर नई मां के मन को परेशान करता है कि क्या गर्मियों में बच्चे की प्यास बुझाने के लिए उसे थोड़ा सा पानी पिलाया जा सकता है या नहीं।

नवजात शिशु को पानी देने की सही उम्र- नवजात शिशु जब तक पूरे 6 महीने का ना हो जाए, उसे ना तो पानी दें और न ही खाने के लिए कोई ठोस आहार। नवजात शिशु को कम से कम 6 महीने के बाद ही पानी पिलाना चाहिए। 6 महीने से पहले बच्चे अपनी मां का या फॉर्मूला मिल्क पीते हैं, जिससे उन्हें शरीर के लिए जरूरी सभी तरह के पोषक तत्व मिल जाते हैं। मां का दूध और फॉर्मूला मिल्क बच्चों को पर्याप्त मात्रा में पानी देते हैं। 6 महीने से पहले बच्चों को पानी देने से उसके विकास में बाधा आ सकती है।

पानी पिलाने का सही समय- विशेषज्ञों के मुताबिक जब बच्चा ठोस आहार खाना शुरू करता है, उस समय से बच्चे को पानी पिलाना शुरू कर सकते हैं। यही समय बच्चे को पानी पिलाने के लिए सही माना जाता है। इस उम्र में बच्चे सिप्पी कप से पानी पीना सीख सकते है। बच्चे को पानी पिलाने के लिए इस तरह के कप का इस्तेमाल करने से बच्चा ज्यादा पानी नहीं पीता है।

नवजात शिशु को पानी पिलाने के नुकसान-

नहीं मिलती एनर्जी - एक्सपर्ट के अनुसार, नवजात शिशु को सादा पानी पिलाने से बच्चे को किसी तरह की कोई एनर्जी नहीं मिलती है। साथ ही इसमें एम्प्टी कैलोरी भी होती है। 6 महीन से पहले के बच्चे को पानी पिलाना किसी भी तरह फायदेमंद नहीं है। ऐसा करने से बच्चे की ग्रोथ पर असर पड़ सकता है।

सिर्फ प्यास बुझाए- यह सिर्फ प्यास बुझाता है और कोई अन्य फायदा बच्चे को नहीं मिलता। इसलिए पानी देना कोई जरूरी नहीं है।

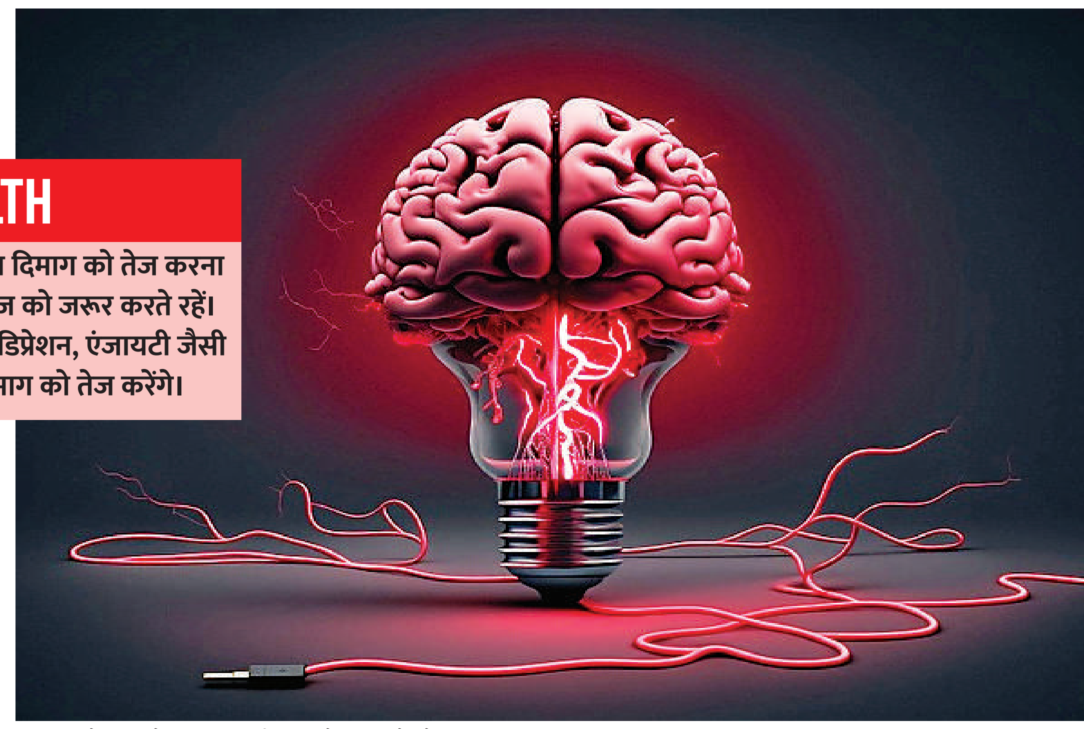
ग्रोथ कम करे- बच्चे को पानी देने से उसकी ग्रोथ पर असर पड़ सकता है। नवजात शिशु को अगर 6 महीने पहले से ही पानी देना शुरू कर दिया जाए तो वह दूध का सेवन कम करने लगता है, जिससे उसके शरीर में जरूरी पोषक तत्वों की कमी हो सकती है। जो भविष्य में बच्चे के विकास में बाधा बन सकता है। इतना ही नहीं ऐसा करने से बच्चे की किडनी पर भी बुरा असर पड़ सकता है।

ये ब्रेन एक्सरसाइज करें, बढ़ जाएगी याददाश्त

• **जलंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

HEALTH

उम्र बढ़ने के साथ अगर आप दिमाग को तेज करना चाहते हैं इन 6 एक्सरसाइज को जरूर करते रहें। ये बढ़ती उम्र के साथ स्ट्रेस, डिप्रेशन, एंजायटी जैसी समस्या को दूर कर दिमाग को तेज करेंगे।



फिजिकल हेल्थ का ध्यान रखने के लिए तो हर कोई एक्सरसाइज और वर्कआउट करता है। लेकिन फिजिकल हेल्थ के साथ ही मेंटल हेल्थ का ध्यान रखना भी जरूरी है। उम्र बढ़ने के साथ अक्सर याददाश्त कमजोर होने लगती है। लेकिन अगर आप इन खास एक्सरसाइज को समय रहते करना शुरू कर देंगे तो मेमोरी पावर को बढ़ाने में मदद मिलेगी। साथ ही दिमाग हेल्दी बना रहेगा। जानें वो कौन सी एक्सरसाइज हैं जो दिमाग को हेल्दी और तेज रखने में मदद करती हैं।

मेडिटेशन की प्रैक्टिस करें

मेडिटेशन करने से स्ट्रेस, एंजायटी और डिप्रेशन कम करने में मदद मिलती है। मेडिटेशन से दिमाग ने न्यूरल पथ क्लियर होते हैं। जिससे फोकस करने, किसी चीज को ऑब्जर्ब करने और मेंटल फ्लैक्सिबिलिटी में मदद मिलती है।

दूसरे हाथ को इस्तेमाल करें

हर इंसान एक हाथ फिर चाहे बांया हो या दांया सबसे ज्यादा इस्तेमाल करता है। अगर आप दिमाग को तेज करना चाहते हैं तो कम इस्तेमाल होने वाले हाथ को यूज करें। इस हाथ से डेली के काम जैसे ब्रश करना, खाना, लिखना करें। ऐसा करने से दिमाग के दोनों पार्ट्स एक्टिव होते हैं और आप ज्यादा क्रिएटिव तरीके से सोच सकते हैं।

बोर्ड गेम्स ट्राई करें

शतरंज जैसे बोर्ड गेम खेलने से बोरियत ही नहीं दूर होती बल्कि ये आपके दिमाग को भी तेज करने में मदद करता है। तर्क-वितर्क करने की क्षमता ज्यादा विकसित होती है। पजल गेम माइंड को शार्प बनाने और ज्यादा से ज्यादा समझने की क्षमता को विकसित करती है।

किताबें पढ़ें

नई और जानकारी वाली किताबें पढ़ने से दिमागी कसरत होती है। बुक रीडिंग से दिमाग नई जानकारियों को याद करने की कोशिश करता है। साथ ही स्ट्रेस, एंजायटी और डिप्रेशन भी घटता है।

न्यू स्किल सीखते रहें

अगर आप उम्र बढ़ने के साथ ही डिमेंशिया, अल्जाइमर जैसी समस्या से ग्रस्त नहीं होना चाहते हैं। तो नई स्किल सीखने में लापरवाही ना करें।

डिस्क्लेमर : *इस आर्टिकल में बताई विधि, तरीकों व दावों को केवल सुझाव के रूप में लें। इस तरह के किसी भी उपचार/दवा/डाइट और सुझाव पर अमल करने से पहले डॉक्टर या एक्सपर्ट से सलाह लें।*

सीबीआई ने शिशुओं की खरीद-फरोख्त में संलिप्त शिशु तस्करों के नेटवर्क का किया भंडाफोड़

7 स्थानों पर तलाशी ली गई; 3 बच्चों को बचाया गया एवं सात आरोपी गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) ने पूरे भारत में शिशुओं की खरीद-फरोख्त में संलिप्त शिशु तस्करों के एक नेटवर्क का भंडाफोड़ किया। इस अभियान के तहत, सीबीआई ने दिल्ली एवं हरियाणा में 07 स्थानों पर तलाशी ली। अभियान के दौरान मात्र 1.5 दिन तथा 15 दिन के दो शिशुओं(लड़के) एवं एक महीने की एक बच्ची(लड़की) को भी सीबीआई ने बचाया। तलाशी के दौरान, 5.5 लाख रु. नकद व अन्य दस्तावेज सहित आपत्तिजनक वस्तुएं बरामद की गई। सी.बी.आई ने 7 आरोपियों को भी गिरफ्तार किया।

सीबीआई ने भारतीय दंड संहिता के विभिन्न दंड प्रावधानों एवं किशोर न्याय (बच्चों की देखभाल व संरक्षण) अधिनियम 2015 के तहत 10 आरोपियों के विरुद्ध आपराधिक मामला दर्ज किया, जिसमें आरोप है कि शिशु तस्करों का एक नेटवर्क, गोद लेने के साथ-साथ अन्य अवैध उद्देश्यों के लिए भारत भर में शिशुओं की खरीद व बिक्री में संलिप्त है।

अब तक की जांच से पता चला है कि आरोपी विज्ञापन के माध्यम से, यथा फेसबुक पेज एवं व्हाट्सएप ग्रुप जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर भारत भर के निःसंतान दंपतियों से जुड़ते हैं जो बच्चे गोद लेने के इच्छुक हैं। वे कथित तौर पर वास्तविक माता-पिता के साथ-साथ सरोगेट माताओं से भी बच्चे खरीदते और उसके बाद नवजात बच्चों को 4 से 6 लाख प्रति बच्चे की कीमत पर बेचते। ये आरोपी कथित तौर पर गोद लेने से संबंधित फर्जी दस्तावेज बनाकर कई निःसंतान दंपतियों से लाखों रुपये की ठगी करने में भी संलिप्त हैं। आगे इस मामले में गहन जाँच जारी है।

अमेरिका में क्यों हो रही भारतीय छात्रों की मौत? इस साल अब तक 11 ने गंवाई जान

• **जालंधर ब्रीज** . वर्ल्ड न्यूज़

अमेरिका में भारतीय मूल के छात्रों की मौत का सिलसिला नहीं थम रहा है। दावा है कि इस साल अब तक भारतीय मूल के कम से कम 11 छात्रों की मौत हो चुकी है।

मंगलवार को ही 25 साल के मोहम्मद अब्दुल अरफात अमेरिका के क्लीवलैंड शहर में मृत पाए गए। अरफात क्लीवलैंड यूनिवर्सिटी से आईटी में मास्टर्स की पढ़ाई करने गए थे। अरफात लगभग एक महीने से लापता थे और उन्हें ढूंढने के लिए सर्च ऑपरेशन चलाया जा रहा था।

रिपोर्ट के मुताबिक, अरफात 5 मार्च को अपने घर से निकला था और फिर वापस नहीं लौटा। आखिरी बार उसने परिवार वालों से 7 मार्च को बात की थी। उनके पिता ने बताया कि 19 मार्च को एक फोन आया था, जिसने अरफात को छोड़ने के लिए 1,200 डॉलर की फिरौती मांगी थी।

अचानक बढ़ती ऐसी घटनाओं से अमेरिका में रह रहे भारतीय और भारतवंशियों में डर का माहौल है। इस बीच फाउंडेशन फॉर इंडिया एंड इंडियन डायस्पोरा स्टडीज एफआईआईडीएस ने इन घटनाओं का विश्लेषण कर मौतों के संभावित कारणों का पता लगाने की कोशिश की है।

बोस्टन में रह रहीं लक्ष्मी थलांकी ने 10 मौतों का डेटा एनालिसिस कर न्यूज एजेंसी पीटीआई को बताया कि भारतीय छात्रों की मौतों की बढ़ती घटनाएं चिंताजनक और संदिग्ध हैं।

फाउंडेशन ने बताया कि भारतीय छात्रों की मौत की वजह संदिग्ध गोलीबारी या किडनैपिंग के अलावा सुसाइड के लिए उकसाने वाला मानसिक तनाव और हिंसक अपराध तक शामिल हैं। इसके अलावा छात्रों को हाइपोथर्मिया जैसी बातों का भी नहीं पता है, जो उनकी मौत के कारणों में से एक है।

पिछले हफ्ते ही ओहायो में भारतीय छात्र उमा सत्य साई गद्दे की भी मौत हो गई थी। पुलिस इसकी जांच कर रही है। पिछले महीने 34 साल के क्लासिकल डांसर अमरनाथ घोष की सेंट लुई में गोली मारकर हत्या कर दी गई थी।

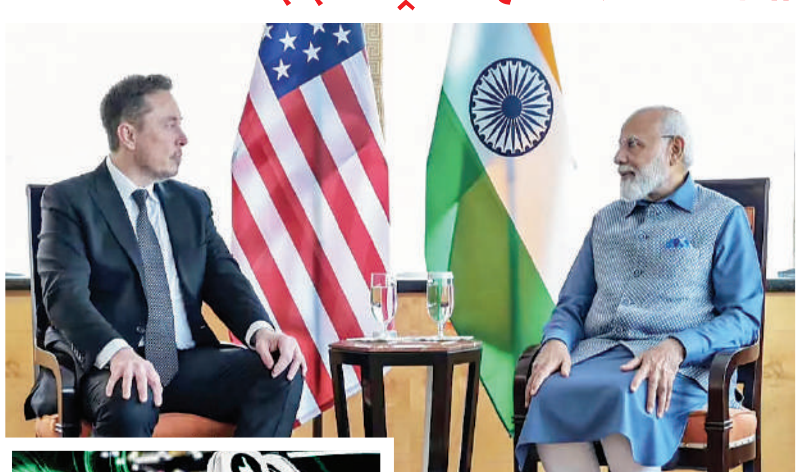
मंगलवार को एफआईआईडीएस ने स्टेट डिपार्टमेंट, जस्टिस डिपार्टमेंट, एजुकेशन डिपार्टमेंट, यूनिवर्सिटीज, स्टूडेंट ऑर्गनाइजेशन के साथ-साथ भारतीय-अमेरिकी समुदाय को इन मौतों को लेकर कुछ सिफारिशें सौंपी हैं।

फाउंडेशन ने बताया कि जब से संदिग्ध मौतों की घटनाएं बढ़ी हैं, तब से भारतीय अमेरिकी समुदाय के लोगों के आसपास हेट क्राइम की घटनाएं भी बढ़ी हैं। खासकर क्लीवलैंड, इलिनोइस और इंडियाना स्टेट में।

एलन मस्क आ रहे हैं भारत, पीएम मोदी से करेंगे मुलाकात, अंबानी के साथ भी बड़ी डील की तैयारी!

मस्क की भारत यात्रा से पहले सरकार ने की नई इलेक्ट्रिक वाहन नीति की घोषणा

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली



इलेक्ट्रिक कार बनाने वाली अमेरिकी कंपनी टेस्ला के सीईओ एलन मस्क इसी महीने भारत आ रहे हैं। अपनी भारत यात्रा के दौरान वह प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी से मुलाकात करेंगे। खबर है कि एलन मस्क देश में निवेश और एक नई फैक्ट्री खोलने की योजना की भी घोषणा कर सकते हैं।

क्या है डिटेल?

समाचार एजेंसी की एक रिपोर्ट के अनुसार, अरबपति मस्क अप्रैल लास्ट वीक में नई दिल्ली में पीएम मोदी से मुलाकात करेंगे। इस दौरान उनके साथ अन्य अधिकारी भी होंगे। सूत्र ने कहा कि महीने के तीसरे सप्ताह में होने वाली यात्रा के दौरान मस्क के साथ कंपनी के अन्य अधिकारी भी आ सकते हैं। मस्क के दौरे की पुष्टि करने के लिए टेस्ला को एक ईमेल भेजा गया था, जिसका फिलहाल कोई जवाब नहीं आया है। बता दें कि पिछले साल जून में मस्क ने मोदी की अमेरिकी यात्रा के दौरान उनसे मुलाकात की थी। उस समय मस्क ने कहा था कि उन्होंने 2024 में भारत की यात्रा करने की योजना बनाई है। साथ ही उन्होंने विश्वास जताया था कि टेस्ला जल्द ही भारतीय बाजार में प्रवेश करेगी।

उनकी आगामी भारत यात्रा से कुछ सप्ताह पहले सरकार ने एक नई इलेक्ट्रिक वाहन नीति की घोषणा की है। इसके तहत देश में न्यूनतम 50 करोड़ डॉलर के निवेश के साथ विनिर्माण इकाइयां स्थापित करने वाली कंपनियों को आयात शुल्क में रियायतें दी जाएंगी। इस कदम का उद्देश्य टेस्ला जैसी प्रमुख वैश्विक कंपनियों को आकर्षित करना है।

अंबानी के साथ मिलकर करेंगे कारोबार!

वहीं, हिंदू बिजनेस लाइन की एक रिपोर्ट के मुताबिक, टेस्ला संभावित संयुक्त उद्यम के लिए मुकेश अंबानी के नेतृत्व वाली रिलायंस इंडस्ट्रीज के साथ भी बातचीत कर रही है। बातचीत अभी शुरुआती फेज में है और इसकी चर्चा एक महीने से अधिक समय से चल रही है। बात दें कि इलेक्ट्रिक वाहन कंपनी टेस्ला भारत में एक मैन्युफैक्चरर फैसिलिटी स्थापित करना चाहती है। बता दें कि हाल ही में मस्क ने कहा था कि भारत में इलेक्ट्रिक कारें होनी चाहिए जैसे कि दूसरे देश में इलेक्ट्रिक कारें हैं।

'हर काम देश के नाम'

भारतीय सेना और सीमा सुरक्षा बल द्वारा मुख्यालय पश्चिमी कमान में समन्वय सम्मेलन आयोजित

• **जालंधर ब्रीज** . चंडीगढ़

भारतीय सेना और सीमा सुरक्षा बल द्वारा पश्चिमी कमान मुख्यालय में आज एक समन्वय सम्मेलन आयोजित किया गया। सम्मेलन में पश्चिमी कमान के वरिष्ठ सैन्य अधिकारी के अलावा सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) मुख्यालय के वरिष्ठ अधिकारियों, विशेष महानिदेशक बीएसएफ (पश्चिमी कमान), मुख्यालय पंजाब और जम्मू फ्रंटियर्स और सेक्टर कमांडरों ने भी भाग लिया।

सम्मेलन को लेफ्टिनेंट जनरल मनोज कुमार कटियार, जनरल ऑफिसर इन कमांड (जीओसी-इन-सी), पश्चिमी कमान और श्री योगेश बहादुर खुरानिया, विशेष महानिदेशक, बीएसएफ (पश्चिमी कमान) ने संबोधित किया। एजेंडे में दोनों सैन्य बलों के बीच तालमेल को और बढ़ाने के लिए परिचालन संबंधी मुद्दों पर चर्चा शामिल थी।

प्रशिक्षण, उपकरण प्रोफ़ाइल और सीमा प्रबंधन की चुनौतियों के सामान्य मुद्दों पे भी सक्रिय तालमेल बढ़ाने पर विचार-विमर्श किया गया। अंतरराष्ट्रीय सीमा पर ड्रोन घुसपैठ को रोकने के लिए एक प्रभावी काउंटर ड्रोन ग्रिड की स्थापना के मुद्दे पर भी चर्चा की गई। दुश्मन के नापाक मंसूबों को परास्त करने के लिए संयुक्त सुरक्षा बल संस्कृति विकसित करने का महत्व, संयुक्त कौशल उपयोग और सहयोग की भावना को जारी रखने पर संयुक्त रूप से सहमति व्यक्त की गई।

लोकतंत्र हमारे जीन में, मुस्लिमों से दुर्व्यवहार पर विदेशी मीडिया से इंटरव्यू में बोले पीएम मोदी

• पीएम मोदी ने कहा कि ऐसे आरोप कुछ लोगों की सामान्य बातें हैं, जो अपने बुलबुले के बाहर के लोगों से मिलने की जहमत नहीं उठाते...

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

लोकसभा चुनावों से ठीक पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अमेरिकी साप्ताहिक पत्रिका 'न्यूजवीक' को इंटरव्यू दिया है। इसमें उन्होंने लोकतंत्र से लेकर प्रेस की आजादी, अल्पसंख्यकों की स्थिति और भारत-चीन समेत तमाम मुद्दों पर बातचीत की। इंदिरा गांधी के बाद वह देश के ऐसे दूसरे प्रधानमंत्री बने हैं जिसे न्यूजवीक मैग्जीन ने अपने कवर पेज पर स्थान दिया है।

'न्यूजवीक' पत्रिका के संपादकों के साथ बातचीत में पीएम मोदी ने विपक्ष के उन आरोपों को खारिज कर दिया, जिसमें कहा गया है कि देश में लोकतंत्र खतरे में है और लोगों को बोलने तक की आजादी नहीं है। प्रधानमंत्री ने कहा, "भारत और पश्चिम में कुछ लोग हैं, जिन्होंने भारत के लोगों के साथ अपनी विचार प्रक्रियाओं, भावनाओं और आकांक्षाओं को खो दिया है। ये लोग अलग दुनिया में रहते हैं और वे मीडिया की स्वतंत्रता कम होने के संदिग्ध दावों के साथ अपनी असंगति को आम लोगों के साथ जोड़कर देखते हैं।"

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत में सिर्फ इसलिए लोकतंत्र नहीं है क्योंकि ऐसा संविधान कहता है बल्कि हमारे जीन में लोकतंत्र है। उन्होंने कहा, "भारत लोकतंत्र की जननी है। चाहे वह तमिलनाडु का उत्तरामेरूर हो, जहां आप 1100 से 1200 साल पहले के भारत के लोकतांत्रिक मूल्यों के बारे में शिलालेख देख सकते हैं, या फिर हमारे धर्मग्रंथ हों, जहां सलाहकार निकायों द्वारा राजनीतिक शक्ति का प्रयोग करने के व्यापक उदाहरण हैं।

धार्मिक अल्पसंख्यकों के साथ दुर्व्यवहार के आरोपों पर निशाना साधते हुए, पीएम मोदी ने कहा कि ऐसे आरोप कुछ लोगों की सामान्य बातें हैं, जो अपने बुलबुले के बाहर के लोगों से मिलने की जहमत नहीं उठाते। प्रधानमंत्री ने कहा, "यहां तक कि भारत के अल्पसंख्यक भी अब इस कथन को स्वीकार नहीं करते हैं। सभी धर्मों के अल्पसंख्यक, चाहे वे मुस्लिम हों, ईसाई हों, बौद्ध हों, सिख हों या जैन या पारसी जैसे सूक्ष्म-अल्पसंख्यक हों, सभी भारत भारत में खुशी से रह रहे हैं और फल-फूल रहे हैं।" प्रधानमंत्री मोदी ने कहा, "हमारे देश में पहली बार हमारी सरकार एक अद्वितीय दृष्टिकोण लेकर आई है, जिसमें सरकारी योजनाएं किसी विशेष समुदाय या विशेष भू-भाग से संबंधित लोगों के समूह तक ही सीमित नहीं हैं, बल्कि उसमें सभी को समावेशित किया गया है।" पीएम ने कहा कि उनकी सरकार सबका साथ, सबका विकास और सबका विश्वास की धारणा पर काम कर रही है।

प्रधानमंत्री ने अनुच्छेद 370 हटने पर जम्मू-कश्मीर के लोगों की जिंदगी में क्या बदलाव आए हैं, उस पर भी खुलकर बात की। इसके अलावा भारत-चीन सीमा विवाद पर भी बात की। पीएम ने चीन और भारत के बाच द्विपक्षीय संबंधों को सामान्य बनाने के लिए सीमा पर लंबे समय से चले आ रहे गतिरोध के तत्काल खत्म करने की जरूरत पर बल दिया है। प्रधानमंत्री ने चीन और भारत के संबंधों को अहम और खास बताया है।

ईद पर इजरायल ने बिछा दीं लाशें, गाजा में रमजान के आखिरी दिन भी फिलिस्तीनियों का कत्लेआम

• पिछले 24 घंटों में 122 फिलिस्तीनी मारे गए और 56 घायल हो गए। 7 अक्टूबर से अब तक हमले में कम से कम 33,482 फिलिस्तीनी मारे गए हैं और 76,049 घायल हुए हैं।

• **जालंधर ब्रीज** . वर्ल्ड न्यूज़

गाजा में ईद-उल-फितर पर शोक की लहर दौड़ रही है। लोग इधर-उधर जान बचाकर भागने को मजबूर हैं तो कई के मलबे में दबे होने की आशंका है। ईद-उल-फितर के मौके पर इजरायल ने रात भर बीच गाजा में अपार्टमेंट इमारतों पर बमबारी कर कई लोगों को मार डाला। मीडिया रिपोर्टों के मुताबिक, इन हमलों में एक ही परिवार के 14 सदस्यों की मौत हो गई है। फिलिस्तीनी अधिकारियों के अनुसार, गाजा में ईद-उल-फितर पर इजरायल के सैन्य हमले का साया रहा। पिछले 24 घंटों में 122 फिलिस्तीनी मारे गए और 56 घायल हो गए। न्यूज एजेंसी ने मंत्रालय के हवाले से बताया कि 7 अक्टूबर से अब तक हमले में कम से कम 33,482 फिलिस्तीनी मारे गए हैं और 76,049 घायल हुए हैं।

ईद पर भी इजरायल ने गाजा में फिलिस्तीनियों पर तरस नहीं खायी और बमों की बौछार कर 122 लाशें बिछा दीं। रमजान के आखिरी दिन गाजा शरणार्थी शिविरों पर हुए इजरायल के हवाई हमलों में हमास चीफ इस्माइल हानिया का परिवार तबाह हो गया है। अल जजीरा की एक रिपोर्ट में कहा गया है कि ताजा इजरायली हमलों में हमास चीफ हानिया के कम से कम तीन बेटे और तीन पोते मारे गए हैं। ईद-उल-फितर खुशी का त्योहार है। यह त्योहार रमजान के महीने के अंत में मनाया जाता है, जब मुस्लिम समुदाय ने एक महीने तक रोजे रखकर खुदा की इबादत की है। गाजा अधिकारियों के अनुसार, हवाई हमलों में जबालिया और नुसीरात शहरों को निशाना बनाया गया, जिसमें अबू यूसुफ परिवार के 14 सदस्य मारे गए। गाजा के सरकारी मीडिया कार्यालय ने नुसीरात में हमले को "नरसंहार" बताया। अधिकारियों ने हवाई हमलों की निंदा करते हुए कहा कि ईद का आम तौर पर खुशी भरा जश्न अब दुख, शोक में बदल गया है।

उन्होंने कहा कि मलबा हटाने के लिए उपयुक्त मशीनरी और अन्य टूल नहीं हैं जिसके चलते कई शव अंदर ही दबे हैं। गाजा में लोगों को भीषण बमबारी के बीच रमजान और ईद का त्योहार मनाने को मजबूर होना पड़ा है। गाजा की स्वास्थ्य प्रणाली बुरी तरह चरमरा गई है और 23 लाख आबादी में से अधिकांश लोग अपने घरों से जबरन विस्थापित होने के बाद तंबू में रह रहे हैं।

हमास के नेता हानिया ने इजराइल पर अपने तीन बेटों की हत्या का आरोप लगाया : हमास के नेता इस्माइल हानिया ने इजराइल पर बदले की भावना से उनके तीन बेटों की हत्या का आरोप लगाया है। हानिया ने बुधवार को अल-जजीरा सेटेलाइट चैनल को दिए साक्षात्कार में मौतों की पुष्टि की और कहा कि उनके बेटे यरूशलम और अल-अक्सा मस्जिद को आजाद कराने की राह में शहीद हो गए।" हानिया ने फोन पर दिए साक्षात्कार में कहा, "दुश्मन बदले और कत्लेआम की भावना के साथ आगे बढ़ रहा है और वह किसी मानक या कानून को कोई महत्व नहीं देता।" इस्माइल हानिया कतर में निर्वासन में रहते हैं, जहां अल-जजीरा का मुख्यालय है। उन्होंने कहा कि इन हत्याओं से हमास पर रुख नरम करने के लिए दबाव नहीं बनाया जा सकता।

लोक सभा मतदान 2024 : मुख्य निर्वाचन अधिकारी द्वारा पीएएमएस की शुरुआत

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

निष्पक्ष और सुचारू चुनाव अमल को यकीनी बनाने के लिए पंजाब के मुख्य निर्वाचन अधिकारी सिबिन सी द्वारा आज यहाँ अपने दफ़्तर में लोक सभा चुनाव 2024 के लिए पोल ऐक्टिविटी मैनेजमेंट सिस्टम (पी. ए. एम. एस.) की शुरुआत की गई।

ज़िक्रयोग्य है कि 2022 विधान सभा मतदान के दौरान पी. ए. एम. एस. ने अलग-अलग चुनाव प्रोग्रामों जैसे कि पोल पार्टियों की गतिविधियां, मोक पोल, वोटिंग प्रक्रिया शुरू और बंद होने, शाम 6 बजे पंक्ति में खड़े वोटरों की संख्या, जमा करवाई गई सामग्री आदि की निगरानी में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। यह प्रणाली एक समर्पित मोबाइल एप्लीकेशन के प्रयोग के ज़रिये सैक्टर मैजिस्ट्रेटों द्वारा सभी पोलिंग स्टेशनों में अलग-अलग गतिविधियों की रियल टाईम मॉनिटरिंग के लिए और ज्यादा मददगार सिद्ध हुई। सिबिन सी ने बताया कि लोक सभा चुनाव 2024 के मद्देनज़र पी. ए. एम. एस. को और भी कारगर बनाया गया है, जो चुनाव प्रक्रिया के दौरान पारदर्शिता को यकीनी बनाते हुये मतदान से सम्बन्धित अलग- अलग गतिविधियों के प्रबंधन में अहम भूमिका निभाएगा। उन्होंने आगे बताया कि रियल-टाईम अपडेट्स के लिए ऐंडरायड और आई. ओ. एस. प्लेटफार्मों के लिए मोबाइल ऐपलीकेशनें विकसित की गई हैं। इसके इलावा एप्लीकेशन और सरवर के दरमियान प्रभावी तालमेल को यकीनी बनाने के लिए एक टोकन-आधारित एकसैस ऐलगोरिदम भी लागू किया गया है। जी. पी. एस. कोआर्डीनेटस का प्रयोग करते यह एप्लीकेशन डिसपैच प्रक्रिया के दौरान पार्टियों की हलचल पर बारीकी से नज़र रखती है और हर कदम पर पारदर्शिता और जवाबदेही को यकानी बनाती है।

स्वीप प्रोग्राम के अधीन कम पोलिंग वाले क्षेत्रों में चलाया वोटर जागरूकता अभियान

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

लोकसभा चुनाव-2024 के दौरान वोटरों की अधिक से अधिक भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए जिला प्रशासन द्वारा स्वीप कार्यक्रम के तहत जिले भर में विभिन्न जागरूकता गतिविधियां करवाई जा रही है। इसी अभियान के तहत आज पिछले विधानसभा क्षेत्र करतारपुर के कम पोलिंग वाले इलाकों में वोटर जागरूकता अभियान चलाया गया, इस दौरान स्वीप टीम के सदस्यों ने लोगों को वोटिंग के महत्व और बिना किसी डर या लालच के अपने मताधिकार का प्रयोग करने के लिए प्रेरित किया गया।

स्वीप टीमों ने आज गांव कुराली, बडाला और धीरपुर के कम पोलिंग वाले क्षेत्रों का दौरा कर लोगों को चुनाव में सक्रिय भागीदारी के लिए प्रेरित किया। स्वीप नोडल अधिकारी निर्वाचन क्षेत्र करतारपुर डा. रणजोध सिंह ने कहा कि विधानसभा क्षेत्र के ऐसे इलाकों में जाकर लोगों को चुनाव प्रक्रिया में अधिक से अधिक भागीदारी के लिए प्रेरित किया जा रहा है। इस मौके पर हरबंस लाल व स्वीप टीम के अन्य सदस्य भी मौजूद रहे।

'लोकतंत्र की जागो' निकाल कर मतदाताओं को मतदान करने का किया आह्वान

• **जालंधर ब्रीज.** गढ़दीवाला

होशियारपुर जिले में लोगों को मतदान करने एवं वोट बनाने के प्रति जागरूक करने हेतु विभिन्न जागरूकता कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं। इसी कड़ी के अन्तर्गत विधानसभा उड़मुड़ के गांव रूपोवाल में एक अनोखी पहल की गई, जिसके अंतर्गत गांव में 'लोकतंत्र की जागो' निकाली गई। गांव के आसपास एक बहुत बड़ा और पुराना बरगद का पेड़ है और उसके आस पास बने बड़े चबूतरे पर लोगों का एकत्रीकरण किया गया। इस दौरान गांव के करीब 500 लोग एकत्र हुए। इस जागो में मुख्य अतिथि के तौर पर जिला निर्वाचन अधिकारी कोमल मित्तल व विशेष अतिथि के तौर पर एस.डी.एम टांडा व्योम भारद्वाज ने शिरकत की। डिप्टी कमिश्नर-कम-जिला निर्वाचन अधिकारी कोमल मित्तल ने समूह जिलावासियों को लोकतंत्र के सबसे बड़े त्योहार पर अपने मताधिकार का प्रयोग करने का आह्वान किया। इस अवसर पर जिला स्वीप नोडल अधिकारी प्रीत कोहली एवं सहायक नोडल अधिकारी अंकुर शर्मा ने भी ग्रामीणों को मतदान करने के लिए जागरूक किया।

डिप्टी कमिश्नर ने रामनवमी शोभा यात्रा की तैयारियों का लिया जायजा

श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए सभी व्यवस्थाएँ समय पर सुनिश्चित करने के निर्देश

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

राम नवमी वाले दिन 17 अप्रैल को निकाली जाने वाली शोभा यात्रा को लेकर जिला प्रशासन द्वारा की गयी व्यवस्थाओं का जायजा लेते हुए डिप्टी कमिश्नर डा. हिमांशु अग्रवाल ने विभिन्न विभागों के अधिकारियों को जिम्मेदारियां सौंपी। आज यहां जिला प्रशासकीय परिसर में विभिन्न विभागों के अधिकारियों और श्री राम नवमी उत्सव समिति के प्रतिनिधियों के साथ बैठक के दौरान डिप्टी कमिश्नर ने अधिकारियों को शोभा यात्रा के दौरान श्रद्धालुओं के आगमन और सुविधा के लिए समय पर व्यवस्था सुनिश्चित करने के निर्देश दिए ताकि किसी भी समस्या का सामना न करना पड़े। शोभा यात्रा श्री राम चौक, भगवान वाल्मीकी चौक, बस्ती अड्डा, पटेल चौक, माई हीरा गेट, टांडा चौक, होशियारपुर अड्डा चौक, शहीद भगत सिंह चौक, मिलाप चौक से होते हुए हिंद समाचार ग्राउंड पहुंचेगी।

डा. अग्रवाल ने संबंधित अधिकारियों को सफाई, सजावट, एंबुलेंस, मैडीकल टीम और महिला डॉक्टरों की तैनाती, दवाइयां, सड़कों पर पानी का छिड़काव, पीने के पानी की व्यवस्था, मोबाइल शौचालय, फायर ब्रिगेड, निर्बाध बिजली आपूर्ति, रोशनी की समय पर व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने को कहा। उन्होंने पुलिस विभाग को शोभा यात्रा के दौरान सुरक्षा, सुचारू यातायात व्यवस्था, महिला पुलिस की तैनाती, बैरिकेडिंग और पर्याप्त पार्किंग सुनिश्चित करने का भी निर्देश दिया। डिप्टी कमिश्नर ने अधिकारियों को पूरी व्यवस्था की व्यक्तिगत निगरानी सुनिश्चित करने को कहा। उन्होंने श्री राम नवमी उत्सव समिति के प्रतिनिधियों को आश्वासन दिया कि शोभा यात्रा के संबंध में जिला प्रशासन द्वारा उचित व्यवस्था की जाएगी, जिसके लिए विभिन्न विभागों को जिम्मेदारियां सौंपी गई है।

इस अवसर पर ज्वाईंट पुलिस कमिश्नर संदीप शर्मा, अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर(ज) मेजर डा. अमित महाजन, एसडीएम जय इंद्र सिंह और बलबीर राज सिंह, जालंधर नगर निगम के संयुक्त कमिश्नर पुनीत शर्मा और विभिन्न विभागों के अधिकारी भी उपस्थित थे।

एटीएम से छेड़छाड़ के कुछ ही घंटों के भीतर मास्टरमाइंड गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

पुलिस कमिश्नर स्वपन शर्मा के नेतृत्व में जालंधर कमिश्नरेट पुलिस ने एटीएम से छेड़छाड़ के रहस्यमय मामले को कुछ ही घंटों में सुलझा लिया है। पुलिस आयुक्त ने कहा कि कैश लोडिंग मशीन के मालिक दीपक शर्मा ने शिकायत की थी कि 10-04-2024 को उन्हें एक ग्राहक का फोन आया जिसने लगभग 04 बजे हिताची एटीएम से नकदी निकालने की कोशिश की लेकिन विफल रहा। उन्होंने बताया कि शिकायतकर्ता ने बताया कि इससे पहले शर्मा को तीन दिन पहले ऐसी सूचना मिली थी। स्वपन शर्मा ने कहा कि पुलिस पार्टी और बैंक टीम को एटीएम की भौतिक जांच करने पर कैश निकालने वाली मशीन पर एक प्लास्टिक शीट मिली।

पुलिस कमिश्नर ने बताया कि उन्होंने एक अनजान शख्स को भी बाहर संदिग्ध हालत में खड़ा देखा। सीसीटीवी फुटेज की जांच की गई तो उक्त व्यक्ति एटीएम से छेड़छाड़ करने की कोशिश करता हुआ पाया गया। जांच के दौरान आरोपी की पहचान रवि पाल पुत्र गुरमीत राम निवासी गांव हीरापुर थाना लांबड़ा जालंधर के रूप में हुई। उन्होंने कहा कि पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है।

कपूरथला पुलिस द्वारा 165 भगोड़ों को किया गिरफ्तार : एसएसपी वत्सला गुप्ता

लोकसभा चुनाव को लेकर जिला पुलिस पूरी तरह अलर्ट, अराजक तत्वों के खिलाफ अभियान जारी

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

लोकसभा चुनाव के मद्देनज़र जिला पुलिस द्वारा भगोड़ों पर काबू पाने के लिए चलाए गए अभियान के तहत 165 भगोड़ों को गिरफ्तार किया गया है। एसएसपी वत्सला गुप्ता के निर्देश पर जिले में अपराध की रोकथाम के लिए अराजक तत्वों के खिलाफ विशेष अभियान चलाया गया, जिसके तहत एसपी (डी) सरबजीत रॉय, डीएसपी (डी) गुरमीत सिंह के निर्देशानुसार जिला पुलिस एवं पी.ओ. 01 जनवरी 2024 से अब तक कुल 165 भगोड़ों को क़ाबू करने मे कामयाबी हासिल की है।

एसएसपी वत्सला गुप्ता ने कहा कि लोकसभा चुनाव से पहले जिला पुलिस की ओर से पूरी व्यवस्था कर ली गयी है। उन्होंने कहा कि जिले में विभिन्न स्थानों पर नाकाबंदी कर चैकिंग बढ़ा दी गई है ताकि किसी भी संदिग्ध गतिविधि का पता चलते ही कार्रवाई की जा सके।वत्सला गुप्ता ने कहा कि बुरे तत्वों, शरारती तत्वों, विभिन्न मामलों में वांछित व्यक्तियों पर नियंत्रण के लिए विशेष अभियान चलाया जा रहा है ताकि चुनाव शांतिपूर्ण एवं निष्पक्ष ढंग से संपन्न हो सके।उन्होंने कहा कि असामाजिक गतिविधियों में शामिल किसी भी व्यक्ति को किसी भी कीमत पर बख्शा नहीं जाएगा। उन्होंने कहा कि इसके अलावा, दो व्यक्तियों को भी गिरफ्तार किया गया, जो जेल में सजा काट रहे थे और पैरोल पर गए थे लेकिन वापस नहीं लौटे। उन्होंने बताया कि अब तक गिरफ्तार किए गए लोगों में से गुंडागर्दी से जुड़े 8 भगोड़ों को भी गिरफ्तार किया गया है।उन्होंने बताया कि 13 एन.डी.पी.एस एक्ट के तहत विभिन्न केसों भगोड़ों को भी गिरफ्तार किया गया।

इसी प्रकार, आबकारी एक्ट के तहत दर्ज मामलों में वांछित 17 भगोड़ों और भारतीय दंड संहिता के केसों में 127 भगोड़ों को गिरफ्तार किया गया।

यहां वर्णनयोग है कि जिला कपूरथला से संबंधित विभिन्न मामलों में जो भगोड़े अपराधियों को अभी तक गिरफ्तार नहीं किया जा सका है, उनकी संपत्ति के बारे में राजस्व विभाग के साथ मिलकर पता लगाया जा रहा है ताकि उनकी संपत्ति को अटैच किया जा सके और यदि कोई अपराधी फरार हो जाता है। जमानत पर आने पर उसकी जमानत जब्त की जा रही है।

राकेश राठौर ने भाजपा युवा मोर्चा का प्रभारी बनने पर संजीव शर्मा को दी शुभकामनाएं

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

भाजपा पंजाब के महामंत्री एवं जालंधर शहर के पूर्व मेयर राकेश राठौर ने अपने निवास स्थान पर भारतीय जनता युवा मोर्चा का जिला प्रभारी बनने पर संजीव शर्मा (मनि) का मुंह मीठा करा कर शुभकामनाएं व बधाई दी और आये हुए सभी युवाओ से कहा कि भारतीय जनता पार्टी में युवा मोर्चा पार्टी की रीड़ की हड्डी है वे पार्टी की जन कल्याणकारी एवं जन हितैषी नीतियों व योजनाओं को घर-घर तक पहुंचाने के लिए युवाओ की अहम भूमिका है और युवा इस चुनाव में अपनी भूमिका बखूबी निभाएंगे।

राठौर ने कहा कि 2024 के चुनाव में अब 50 दिन से भी कम वक्त बचा है। जल्द से जल्द पूरे जिले में भाजपा युवा मोर्चा की टीमों का गठन सुचारू रूप से कर केंद्र सरकार की जनकल्याणकारी एवं जनहितैषी योजनाएं के बारे में ज्यादा से ज्यादा लोगों को इसके बारे में जागरूक करें। इस अवसर पर मुख्य रूप से उपस्थित भाजपा पंजाब प्रदेश के मीडिया इंचार्ज विनीत जोशी, जालंधर लोकसभा के संयोजक एवं पूर्व जिला अध्यक्ष रमन पब्बी,जिला सचिव अमित भाटिया, हरजिंदर सिंह बाबू अरोड़ा, दिनेश शर्मा, वरुण दुबे, राजीव तिवारी, स्वतंत्रत तिवारी, गौरव सुनेजा, शिवकुमार दुग्गल, राजेंद्र शर्मा, शिवकुमार, नव कुमार, गुरु दर्शन सिंह शेरा, हरीश तुली, राहुल ठुकराल, हीरालाल व अन्य उपस्थित थे।

ओरल कैंसर के 90 प्रतिशत मामलों में तंबाकू और गुटखा चबाने का योगदान : डॉ. जतिन सरीन

सिर और गर्दन के कैंसर के उपचार में 3 तरीके सर्जिकल ऑन्कोलॉजी, मेडिकल ऑन्कोलॉजी और रेडिएशन ऑन्कोलॉजी शामिल

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

भारत में लगभग 30 लाख लोग कैंसर से पीड़ित हैं जिनमें से 14 लाख मामले नए हैं। भारत में कैंसर हर साल 9.10 लाख लोगों की जान लेता है। आईवीवाई अस्पताल में सर्जिकल ऑन्कोलॉजी के डायरेक्टर डॉ. विजय बंसल ने कहा कि भारत में वैश्विक स्तर पर ओरल कैंसर का प्रचलन सबसे अधिक है, हर साल ऐसे कैंसर के 1.75 लाख नए मामले सामने आते हैं। देश में ओरल कैंसर के 90 प्रतिशत मामलों में तंबाकू और गुटखा चबाने का योगदान है। मेडिकल ऑन्कोलॉजी के डायरेक्टर डॉ. जतिन सरीन ने बताया कि सिर और गर्दन का कैंसर मुख्य रूप से हमारी जीवनशैली और सुपारी चबाने एवं तंबाकू और शराब के सेवन की लत, ओरल हाइजीन ना बनाए रखने के कारण होता है।

सिर और गर्दन के कैंसर का निदान करने के लिए गोल्ड स्टैंडर्ड टेस्ट टिशू बायोप्सी है। उन्होंने कहा कि पीईटी स्कैन या कंट्रास्ट एन्हांस्ड एमआरआई, सीटी स्कैन जैसी इमेजिंग के माध्यम से कैंसर के प्रसार की सीमा का पता लगाया जा सकता है। डॉ. बंसल ने बताया कि सिर और गर्दन के कैंसर के उपचार में सर्जिकल ऑन्कोलॉजी, मेडिकल ऑन्कोलॉजी और रेडिएशन ऑन्कोलॉजी के 3 तरीके शामिल हैं।

रेडिएशन ऑन्कोलॉजी की डायरेक्टर डॉ मिनाक्षी मित्तल ने कहा कि सिर और गर्दन का कैंसर फेरिंगक्स (ग्रसनी) नेज़ल (नाक) और परानासल साइनस, ओरल कैविटी, लैरिंक्स और सलिवेरी (लार) ग्रंथियों से उत्पन्न हो सकता है। उन्होंने कहा कि हाल की प्रगति ने उपचार के परिणामों में काफी सुधार किया है।

सिर और गर्दन के कैंसर के सामान्य लक्षण: गर्दन-जबड़े या मुँह के पीछे एक गांठ, मुँह का अल्सर, चेहरे पर दर्द या कमजोरी, गर्दन में दर्द, जबड़े को हिलाने में कठिनाई होना, निगलने में कठिनाई, स्पीच प्रॉब्लम, कान में दर्द या सुनने की क्षमता में कमी आदि।

अदालत ने दोहरी हत्या, सामूहिक बलात्कार एवं डकैती से संबंधित मामले में चार आरोपियों को दोषी ठहराया

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

सीबीआई मामलों के विशेष न्यायाधीश की विचारण अदालत, पंचकुला, हरियाणा ने 24/25.08.2016 की मध्यरात्रि को गांव-डिंगरहेड़ी, तौरू पुलिस स्टेशन, जिला-नूंह मेवात, हरियाणा में हुए दोहरे हत्याकांड, सामूहिक बलात्कार एवं डकैती से संबंधित सीबीआई मामला संख्या, आरसी 9 (एस)/2016/सीबीआई/नई दिल्ली में चार आरोपियों को आज दोषी ठहराया। दोषी ठहराए गए आरोपी हैं (1) हेमंत चौहान उर्फ धर्मू उर्फ राहुल (2) अयान चौहान उर्फ मुन्ना उर्फ लकी (3) विनय उर्फ लंबू उर्फ टुल्ली एवं (4) जय भगवान।

यह मामला दोहरे हत्याकांड, सामूहिक बलात्कार एवं डकैती से संबंधित है जो दिनाँक 24/25.08.2016 की मध्यरात्रि को ग्राम-डिंगरहेड़ी, जिला-नूंह मेवात, हरियाणा में हुआ था। इसके पश्चात, भारतीय दंड संहिता की धारा 459, 460, 376-डी, 396, 397, पोक्सो अधिनियम, 2012 की धारा 6 एवं शस्त्र अधिनियम, 1959 की धारा 59 धारा 25, 54 के तहत तौरू पुलिस स्टेशन, जिला-नूंह, हरियाणा में प्राथमिकी संख्या 247 दिनांक 25.08.2016 को दर्ज किया गया था जिसमें आरोप है कि 04/05 व्यक्तियों का एक समूह आधी रात के दौरान पीड़ित के घर में घुस गया और पीड़ितों पर उनके घर में ही लाठी, लोहे की रोड व पिस्तौल से हमला किया। उन्होंने एक नाबालिग लड़की सहित दो महिलाओं के साथ उनके घर पर सामूहिक बलात्कार किया तथा उसके बाद उनके पास से गहने, नकदी लूट ली। हमले से एक व्यक्ति समेत उसकी पत्नी की मौत हो गयी एवं अन्य गंभीर रूप से घायल हो गए। प्रारंभिक जांच हरियाणा पुलिस द्वारा की गई थी जिसने दिनाँक 21.11.2016 को मामले में आरोप पत्र दायर किया था।

इसके पश्चात, हरियाणा राज्य सरकार के अनुरोध पर, सीबीआई ने जांच अपने हाथ में ले ली एवं वैज्ञानिक जांच करने के बाद, सीबीआई ने दिनाँक 24.01.2018 एवं 29.11.2019 को दोषी आरोपियों के विरुद्ध दो पूरक आरोप पत्र दायर किए। सीबीआई ने डीएनए प्रोफाइलिंग, फिंगर प्रिंट मिलान आदि जैसे वैज्ञानिक/फोरेंसिक साक्ष्य एकत्र किए। अदालत ने हरियाणा पुलिस व सीबीआई द्वारा दायर आरोप पत्र पर आरोपियों के विरुद्ध दिनाँक 15.03.2021 को आरोप तय किए।

विचारण के पश्चात, अदालत ने सीबीआई द्वारा आरोप पत्रित चार आरोपियों को दोषी ठहराया एवं दोषी आरोपियों को सजा सुनाने के लिए मामले की तारीख 15.04.2024 तय की।

भारत सही विकल्प चुने तो टी20 विश्व कप में बेहतर प्रदर्शन करेगा : डेविड मलान

मयंक यादव और रियान पराग जैसे युवा खिलाड़ियों ने क्रमश: अपनी रफ्तार व निरंतरता से प्रभावित किया है

नई दिल्ली. आईपीएल ने कई युवा सितारों को निखारने का काम किया है और कई ऐसे नाम हैं जिन्होंने आईपीएल से भारतीय टीम तक का सफर तय किया है। साल 2008 में शुरू हुए आईपीएल के बाद से लेकर अब तक आईपीएल ने टैलेंट हंट जैसा काम किया है जिसको लेकर भारतीय ही नहीं बल्कि विदेशी खिलाड़ियों ने भी अपने टीम के लिए खुद को निखारा है। ऐसे में आईपीएल के मौजूदा सीजन में युवा खिलाड़ियों के दमदार प्रदर्शन को लेकर कई ऐसे खिलाड़ी हैं जिन्हे टी20 विश्व कप 2024 के स्क्वाड में मौका मिल सकता है जिसको लेकर इंग्लैंड के बल्लेबाज

डेविड मलान का मानना है कि भारतीय क्रिकेट में युवा प्रतिभाओं की भरमार देखते हुए अगर देश के चयनकर्ता सही विकल्प चुनें तो रोहित शर्मा की अगुआई वाली टीम आगामी टी20 विश्व कप में धमाकेदार प्रदर्शन कर सकती है। टी20 विश्व कप वेस्टइंडीज और अमेरिका में खेला जायेगा और शुरूआती चरण की विजेता भारतीय टीम टूर्नामेंट में प्रबल दावेदार के तौर पर प्रवेश करेगी।

मलान ने गुरुवार को कहा कि इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) चल रही है, हम देख रहे हैं कि कई नए भारतीय खिलाड़ी अपनी पहचान बना रहे हैं और अगर बोर्ड सही विकल्प चुनता है तो भारत को आगामी टी20 विश्व कप में शानदार प्रदर्शन करवाने के लिए उनके पास काफी प्रतिभाएं मौजूद हैं। उन्होंने यहां एक कार्यक्रम के दौरान कहा कि विराट कोहली टी20 क्रिकेट से दूर रहे हैं लेकिन उनका प्रदर्शन निश्चित रूप से उन्हें अंतिम टीम में जगह बनाने के लिए मजबूत दावेदार बनाता है। युवा खिलाड़ी जैसे मयंक यादव और रियान पराग ने क्रमश: अपनी रफ्तार और निरंतरता से प्रभावित किया है।

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.