प्रेरणा
दुआ कभी साथ नही छोड़ती और बद्दुआ कभी पीछा नही छोड़ती। जो दोगे वही लौटकर आएगा। फिर चाहे वह इज़्ज़त हो या धोखा।

सच कहने की ताकत
साप्ताहिक समाचार पत्र
जालंधर ब्रीज
जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-5 • 03 MAY TO 09 MAY 2024 • VOLUME 40 • 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

शहजादे को पीएम बनाने के लिए उतावला है पाकिस्तान : मोदी

फवाद चौधरी ने एक्स हैंडल पर लिखा- राहुल ऑन फायर

गांधीनगर. लोकसभा चुनाव के तीसरे चरण से पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुजरात के आणंद में गुरुवार को एक जनसभा को संबोधित करते हुए कांग्रेस पर जोरदार हमला किया। इस दौरान उन्होंने पाकिस्तान का जिक्र करते हुए इशारों ही इशारों में कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी पर तंज कसा। पीएम मोदी ने कहा कि पाकिस्तानी नेता कांग्रेस के लिए दुआ कर रहे हैं और शहजादे को भारत का प्रधानमंत्री बनाने के लिए पाकिस्तान उतावला है।

दरअसल, पीटीआई प्रमुख इमरान खान के करीबी और पाकिस्तान के पूर्व मंत्री फवाद चौधरी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स हैंडल पर कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी का समर्थन करते हुए एक वीडियो शेयर किया था जिसमें राहुल गांधी अयोध्या में हुए रामलला की प्राण प्रतिष्ठा समारोह का जिक्र कर प्रधानमंत्री मोदी और भाजपा पर निशाना साध रहे हैं। फवाद चौधरी ने इस वीडियो को एक्स हैंडल पर रिपोस्ट करते हुए लिखा कि राहुल ऑन फायर। पाकिस्तानी नेता फवाद चौधरी के इसी सोशल मीडिया पोस्ट को लेकर पीएम मोदी ने गुजरात में चुनावी रैली में राहुल गांधी को निशाने पर लिया। उन्होंने रैली को संबोधित करते हुए कहा कि संयोग देखिए, आज भारत में कांग्रेस कमजोर हो रही है यानी सूक्ष्मदर्शी यंत्र लेकर भी कांग्रेस को ढूढंना मुश्किल हो रहा है लेकिन मजे की बात ये है कि यहां कांग्रेस मर रही है और वहां पाकिस्तान रो रहा है।

पीएम ने आगे कहा कि आपको पता चला होगा कि अब कांग्रेस के लिए पाकिस्तानी नेता दुआ कर रहे हैं। शहजादे को प्रधानमंत्री बनाने के लिए पाकिस्तान उतावला है। कांग्रेस तो पाकिस्तान की मुरीद है। उन्होंने कहा कि पाकिस्तान और कांग्रेस की ये पार्टनरशिप अब पूरी तरह एक्सपोज हो गई है। देश के दुश्मनों को आज भारत में मजबूत सरकार नहीं चाहिए। उनको कमजोर सरकार चाहिए। देश के दुश्मनों को 2014 से पहले की सरकार चाहिए।

पीएम मोदी ने आगे कहा कि जितने साल हमारे देश में कांग्रेस सरकार रही, बड़ा हउआ था पाकिस्तान का। पाकिस्तान के आतंक का टायर पंचर हो गया है। जो देश कभी आतंकी एक्सपोर्ट करता था वो आटे के इम्पोर्ट के लिए दर-दर भटक रहा है जिसके हाथ में कभी बम गोला था उसके हाथ में आज भीख का कटोरा है। कांग्रेस की कमजोर सरकार आतंक के आकाओं को डोजियर देती थी। फिर कहते थे कि हमने पाकिस्तान को डोजियर दे दिया है। मोदी की मजबूत सरकार देखिए डोजियर पर अपना टाइम खराब नहीं करती लेकिन, मोदी की मजबूत सरकार आतंकियों को घर में घुसकर मारती है।

चुनाव आचार संहिता के उल्लंघन के दोष के तहत अकाली दल व 'आप' को चेतावनी जारी

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

लोक सभा मतदान-2024 के मद्देनज़र अलग-अलग मामलों में चुनाव आचार संहिता के उल्लंघन के दोष के तहत शिरोमणि अकाली दल और आम आदमी पार्टी को भारत निर्वाचन आयोग के दिशा-निर्देशों के अंतर्गत पंजाब के मुख्य निर्वाचन अधिकारी के दफ़्तर की तरफ से चेतावनी जारी की गई है। शिरोमणि अकाली दल की तरफ से आम आदमी पार्टी के प्रदेश कनवीनर और मुख्यमंत्री भगवंत मान और लोक सभा मतदान-2024 में आम आदमी पार्टी के उम्मीदवारों के ख़िलाफ़ एक वीडियो में 'दिल्ली के दलाल' शब्द का प्रयोग किया गया था जोकि आदर्श चुनाव आचार संहिता के दिशा-निर्देशों का उल्लंघन है। अकाली दल ने बाद में यह वीडियो हटा दी थी।

उधर आम आदमी पार्टी को 'अनसैकरड गेमज़ आफ पंजाब' जैसी पोस्टें/ वीडिओज़ डालने से रोका गया है। इसके साथ ही कैबिनेट मंत्री लालजीत सिंह भुल्लर की तरफ से अपने राजनैतिक विरोधियों के लिए इस्तेमाल किये गये जाति आधारित टिप्पणियों को भी भारत निर्वाचन आयोग की तरफ से जारी आदर्श चुनाव आचार संहिता के निर्देशों का उल्लंघन माना गया है। भारत निर्वाचन आयोग की आदर्श चुनाव संहिता सम्बन्धी जारी हिदायतों के उल्लंघन के कारण आम आदमी पार्टी को चेतावनी दी गई है।

पंजाब की 13 लोकसभा सीटों के लिए 15 खर्चा निगरान नियुक्त : सिबिन सी

उम्मीदवारों और राजनैतिक दलों के चुनाव खर्चों पर नज़र रखेंगे खर्चा निगरान : मुख्य निर्वाचन अधिकारी

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

भारत निर्वाचन आयोग की तरफ से लोक सभा मतदान 2024 के मद्देनज़र राजनैतिक पार्टियों और उनके उम्मीदवारों के खर्चे पर नज़र रखने के लिए पंजाब की 13 लोक सभा सीटों के लिए 15 खर्चा निगरानों की सूची जारी कर दी गई है। यह सभी अधिकारी भारतीय रेवन्यू सर्विस (आई. आर. एस) के साथ सम्बन्धित हैं और खर्चा निगरान के तौर पर विशेष महारत रखते हैं। पंजाब के मुख्य निर्वाचन अधिकारी सिबिन सी ने बताया कि निष्पक्ष और पारदर्शी मतदान को यकीनी बनाने के लिए खर्चा निगरान अहम भूमिका निभाते हैं और उनकी तरफ से राजनैतिक पार्टियों और उम्मीदवारों के हर छोटे- बड़े चुनाव खर्चे पर पैनी नज़र रखी जाती है।

मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने आगे बताया कि गुरदासपुर लोक सभा सीट के लिए हरशद एस वेंगुरलेकर, अमृतसर लोकसभा सीट के लिए बरे गणेश सुधाकर, खडूर साहब लोक सभा सीट के लिए अनुराग त्रिपाठी और जालंधर लोक सभा सीट के लिए माधव देशमुख को नियुक्त किया है।

इसी तरह लोक सभा सीट होशियारपुर के लिए पवन कुमार खेतान, लोक सभा सीट आनंदपुर साहिब के लिए शिल्पी सिन्हा, लोक सभा सीट लुधियाना के लिए पंकज कुमार और चेतन डी कलामकर, लोक सभा सीट फतेहगढ़ साहिब के लिए आनन्द कुमार, लोक सभा सीट फरीदकोट के लिए मनीष कुमार, लोक सभा सीट फ़िरोज़पुर के लिए नगेंदर यादव, लोक सभा सीट बठिंडा के लिए अखिलेश कुमार यादव और नन्दिनी आर नायर, लोक सभा सीट संगरूर के लिए अमित संजय गुरव और लोक सभा सीट पटियाला के लिए मीतू अग्रवाल को नियुक्त किया है।

मुख्य निर्वाचन अधिकारी सिबिन सी ने कहा कि हर खर्चा आब्जर्वर अपने सम्बन्धित लोक सभा हलके में चुनाव प्रक्रिया की निरपेक्षता और पारदर्शिता को यकीनी बनाने में अहम भूमिका निभाएगा।

प्रज्वल रेवन्ना ने जर्मनी जाने से पहले नहीं ली राजनीतिक मंजूरी : विदेश मंत्रालय

नई दिल्ली. विदेश मंत्रालय (एमईए) के प्रवक्ता रणधीर जयसवाल ने गुरुवार को कहा कि जद (एस) नेता और महिलाओं के यौन शोषण के आरोपी प्रज्वल रेवन्ना ने जर्मनी जाने से पहले राजनीतिक मंजूरी नहीं ली थी। प्रज्वल के जर्मनी में होने का संदेह है। रणधीर जयसवाल ने यह भी कहा कि राजनयिक पासपोर्ट धारकों को जर्मनी की यात्रा के लिए किसी वीजा की आवश्यकता नहीं है। पूर्व प्रधानमंत्री एच डी देवेगौड़ा के पोते रेवन्ना पर कई महिलाओं के यौन उत्पीड़न का आरोप है और माना जाता है कि वह जर्मनी में हैं।

जनता दल (सेक्युलर) ने पहले ही हसन सांसद को निलंबित कर दिया है। सांसद की कथित जर्मनी यात्रा पर पूछे गए सवालों के जवाब देते हुए जयसवाल ने अपने साप्ताहिक मीडिया ब्रीफिंग में कहा कि उक्त सांसद की जर्मनी यात्रा के संबंध में विदेश मंत्रालय से न तो कोई राजनीतिक मंजूरी मांगी गई थी और न ही जारी की गई थी। उन्होंने कहा कि जाहिर है, कोई वीज़ा नोट भी जारी नहीं किया गया था। राजनयिक पासपोर्ट धारकों को जर्मनी की यात्रा के लिए किसी वीज़ा की आवश्यकता नहीं है। मंत्रालय ने किसी अन्य देश के लिए वीज़ा नोट जारी नहीं किया है।

पूर्व प्रधानमंत्री और जद (एस) के संरक्षक एच डी देवेगौड़ा के पोते प्रज्वल पर अपने घर में कर्मचारियों सहित कई महिलाओं के यौन शोषण का आरोप है। कथित तौर पर 33 वर्षीय जद (एस) सांसद से जुड़े कई स्पष्ट वीडियो क्लिप हाल के दिनों में हासन में प्रसारित होने लगे थे। कर्नाटक सरकार ने प्रज्वल द्वारा कई महिलाओं के कथित यौन उत्पीड़न की जांच के लिए अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक बी के सिंह के नेतृत्व में आईपीएस अधिकारियों की तीन सदस्यीय विशेष जांच टीम (एसआईटी) का गठन किया, जिसके बारे में कहा जाता है कि वह इस समय जर्मनी में है।

क्या है पूरा मामला? : पूर्व मंत्री एचडी रेवन्ना और उनके बेटे प्रज्वल रेवन्ना के खिलाफ 28 अप्रैल को क्रमशः यौन उत्पीड़न और पीछा करने का मामला दर्ज किया गया था। उनके रसोइये की शिकायत के आधार पर जिले के होलेनरासीपुर पुलिस स्टेशन में मामला दर्ज किया गया था। शिकायतकर्ता ने कहा कि वह रेवन्ना की पत्नी भवानी की रिश्तेदार है। उसने आरोप लगाया कि काम शुरू करने के चार महीने बाद रेवन्ना उसका यौन उत्पीड़न करता था और उसका बेटा प्रज्वल उसकी बेटी को वीडियो कॉल करता था और उसके साथ अश्लील बातचीत करता था।

कैसरगंज से बृज भूषण सिंह के बेटे व रायबरेली से दिनेश प्रताप सिंह को टिकट

नई दिल्ली. भारतीय जनता पार्टी ने गुरुवार को लोकसभा चुनाव के लिए उत्तर प्रदेश के रायबरेली से दिनेश प्रताप सिंह और कैसरगंज से करण भूषण सिंह की उम्मीदवारी की घोषणा की। दिनेश प्रताप सिंह ने इससे पहले 2019 का आम चुनाव रायबरेली निर्वाचन क्षेत्र से लड़ा था, जहां वह कांग्रेस की वरिष्ठ नेता सोनिया गांधी से हार गए थे। दूसरी ओर, करण भूषण सिंह को उनके पिता पूर्व डब्ल्यूएफआई अध्यक्ष, बृज भूषण सिंह की कैसरगंज सीट दी गई है।

2019 के लोकसभा चुनावों में, सोनिया गांधी ने 534,918 वोट और 55.80 प्रतिशत वोट शेयर हासिल किए, जबकि दिनेश प्रताप सिंह ने 38.36 प्रतिशत वोट शेयर के साथ 367,740 वोट हासिल किए। पार्टी के गढ़ में चुनाव लड़ते हुए सोनिया गांधी बीजेपी उम्मीदवार के खिलाफ 1,67,178 वोटों के अंतर से जीत हासिल करने में कामयाब रहीं। जहां बीजेपी ने अब यूपी में अमेठी और रायबरेली समेत दो प्रमुख सीटों के लिए उम्मीदवारों की घोषणा कर दी है, वहीं कांग्रेस ने अभी तक इन दोनों सीटों पर अपने उम्मीदवारों की घोषणा नहीं की है। करण भूषण सिंह वर्तमान में उत्तर प्रदेश कुश्ती संघ के अध्यक्ष हैं। वह गोंडा के नवाबगंज में सहकारी ग्राम विकास बैंक के अध्यक्ष भी हैं। बृजभूषण पर लगे यौन उत्पीड़न के आरोप के बाद उनकी उम्मीदवारी को लेकर अटकलें लगाई जा रही थीं। करीब एक दशक तक भारतीय कुश्ती महासंघ के अध्यक्ष रहे भाजपा सांसद पर छह महिला पहलवानों ने यौन उत्पीड़न का आरोप लगाया था।

सर्वेक्षणों की आड़ में मतदाताओं का नामांकन बंद करने का निर्देश

मतदान के बदले में कुछ देने और प्रलोभन की संभावना रिश्वत/भ्रष्ट व्यवहार के बराबर है

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

भारत निर्वाचन आयोग ने राजनीतिक दलों और उम्मीदवारों द्वारा अपनी प्रस्तावित लाभार्थी योजनाओं के लिए विभिन्न सर्वेक्षणों की आड़ में मतदाताओं का विवरण प्राप्त करने से जुड़ी गतिविधियों को जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1951 की धारा 123(1) के तहत रिश्वत देने का भ्रष्ट व्यवहार मानते हुए गंभीरता से लिया है।

आयोग ने कहा है कि चुनाव के बाद लाभ पाने के लिए पंजीकरण करने हेतु व्यक्तिगत मतदाताओं को आमंत्रित करने/ उनका आह्वान करने का काम निर्वाचक और प्रस्तावित लाभ के बीच एक लेन-देन के रिश्ते की जरूरत का आभास पैदा कर सकता है, जिससे उन्हें एक विशेष तरीके से मतदान की व्यवस्था का प्रलोभन प्राप्त होगा। आयोग ने ये माना है कि सामान्य चुनावी वादे जहां स्वीकार्यता के दायरे में आते हैं, वहीं आयोग ने ये भी कहा कि नीचे दी गई तालिका में उल्लिखित ऐसी गतिविधियां भरोसेमंद सर्वेक्षणों और राजनीतिक लाभ के लिए कार्यक्रमों में लोगों को नामांकित करने के पक्षपाती प्रयासों के बीच अंतर को अस्पष्ट करती हैं।

ये भी कहा कि अख़बार के विज्ञापन व्यक्तिगत मतदाताओं से मोबाइल पर मिस्ड कॉल देकर या टेलीफोन नंबर पर कॉल करके लाभ के लिए खुद को पंजीकृत करने को कहते हैं। मतदाताओं के नाम, उम्र, पता, मोबाइल नंबर, बूथ संख्या, निर्वाचन क्षेत्र का नाम और संख्या आदि जैसे विवरण मांगने वाले एक संलग्न फॉर्म के साथ संभावित व्यक्तिगत लाभों का विवरण देने वाले पर्चे के रूप में गारंटी कार्ड का वितरण। जारी सरकारी व्यक्तिगत लाभ योजना के विस्तार के लिए संभावित लाभार्थियों के सामाजिक-आर्थिक सर्वेक्षण के नाम पर मतदाताओं का विवरण जैसे नाम, राशन कार्ड नंबर, पता, फोन नंबर, मतदान केंद्र संख्या, बैंक खाता संख्या, निर्वाचन क्षेत्र का नाम और उसकी संख्या आदि मांगने वाले फॉर्म का वितरण। राजनीतिक दलों/उम्मीदवारों द्वारा मतदाताओं का विवरण जैसे नाम, पता, फोन नंबर, बूथ नंबर, निर्वाचन क्षेत्र का नाम और नंबर आदि मांगने के लिए वेब प्लेटफॉर्म या वेब/मोबाइल एप्लिकेशन का प्रसार या प्रसार। इसमें व्यक्तिगत लाभ के लिए निमंत्रण हो भी सकता है और नहीं भी लाभ या उनकी मतदान प्राथमिकता का खुलासा करना। मौजूदा व्यक्तिगत लाभ योजनाओं के बारे में समाचार पत्र के विज्ञापन या भौतिक फॉर्म के साथ-साथ पंजीकरण फॉर्म में मतदाता का विवरण जैसे नाम, पति/पिता का नाम, संपर्क नंबर, पता आदि मांगा जाता है।

भगवंत मान ने फगवाड़ा में डॉ. चब्बेवाल व श्री फतेहगढ़ साहिब में गुरप्रीत जीपी के लिए किया चुनाव प्रचार

पंजाब को फिर से 'सोने दी चिड़ी' बनाने का किया वायदा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/फगवाड़ा

मुख्यमंत्री भगवंत मान ने गुरुवार को होशियारपुर से आप उम्मीदवार डॉ. राज कुमार चब्बेवाल के लिए प्रचार किया। उन्होंने फगवाड़ा में एक बड़ा रोड शो किया। मान ने लोगों से अपील की कि वे डॉ. चब्बेवाल को संसद में अपना प्रतिनिधि चुनें क्योंकि वह एक सामान्य पृष्ठभूमि से आते हैं और वह जमीन से जुड़े नेता हैं। वह जीतकर आम लोगों के मुद्दों को संसद में उठाएंगे।

रोड शो के दौरान, मान ने एकत्रित भीड़ को संबोधित किया और उनके प्यार, विश्वास और समर्थन के लिए धन्यवाद दिया। उन्होंने कहा कि वह इस प्यार का कर्ज कभी नहीं चुका सकते। वह आभारी हैं कि लोगों ने उन्हें इतनी बड़ी जिम्मेदारी के लिए चुना। उन्होंने कहा कि वह अक्सर ईश्वर से प्रार्थना करते हैं कि उन्हें लोगों के लिए काम करने के लिए बुद्धि और शक्ति प्रदान करें। उन्होंने कहा कि 1 जून को 'झाड़ू' का बटन दबाकर अपनी जिम्मेदारी निभाएं, 4 जून के बाद हर जिम्मेदारी मेरी होगी। उन्होंने कहा कि वह पंजाब को एक बार फिर 'सोने की चिड़ियां' बनाएंगे। उन्होंने कहा कि परंपरागत और वंशवादी नेता इसलिए दुखी हैं क्योंकि सामान्य परिवार के बेटे-बेटियां विधानसभा पहुंचे, सीएम बने, मंत्री बने, विधायक बने। वे सोचते थे कि सत्ता और राजनीति उनका ही जन्मसिद्ध अधिकार है।

मान ने गुरप्रीत जीपी के साथ साहनेवाल में निकाला रोड शो

• **जालंधर ब्रीज.** श्री फतेहगढ़ साहिब/चंडीगढ़

मुख्यमंत्री भगवंत मान ने वीरवार को श्री फतेहगढ़ साहिब लोकसभा क्षेत्र से आम आदमी पार्टी(आप) के उम्मीदवार गुरप्रीत जीपी के लिए चुनाव प्रचार किया। मान ने जीपी के साथ साहनेवाल में एक बड़ा रोड शो निकाला, जिसमें हजारों लोग शामिल हुए। लोगों ने मुख्यमंत्री मान पर फूल बरसाकर स्वागत किया और आम आदमी पार्टी और इंकलाब जिंदाबाद के नारे लगाए। भगवंत मान ने फतेहगढ़ साहिब के लोगों से आप उम्मीदवार गुरप्रीत जीपी को जीताने की अपील की। मान ने कहा कि 1 जून को हमें वोट करने की जिम्मेवारी आपकी है, उसके बाद आपके लिए काम करने की सारी जिम्मेदारी मेरी होगी। रवनीत बिट्टू वाले अफवाह का मान ने खंडन किया और कहा कि वह यहां किसी को जीताने के लिए नहीं आए हैं। मेरा मकसद 13-0 से जीतना है। बिट्टू चौथे या पांचवें नंबर पर आने की तैयारी करें।

एलजी के आदेश पर दिल्ली महिला आयोग से 223 कर्मचारी बर्खास्त

नई दिल्ली. दिल्ली के उपराज्यपाल ने दिल्ली महिला आयोग के कर्मचारियों पर बड़ी कार्रवाई की है। एलजी विनय कुमार सक्सेना ने बड़ी कार्रवाई करते हुए दिल्ली महिला आयोग के 223 कर्मचारियों को बर्खास्त कर दिया है। एलजी के आदेश पर दिल्ली महिला आयोग ने अपने 223 कर्मचारियों को तत्काल प्रभाव से हटा दिया है। दरअसल, ये सभी कर्मचारी वो कर्मचारी हैं जिनकी नियुक्ति दिल्ली महिला आयोग की पूर्व अध्यक्ष स्वाति मालीवाल ने की थी। आरोप है कि दिल्ली महिला आयोग की तत्कालीन अध्यक्ष स्वाति मालीवाल ने नियमों के खिलाफ जाकर बिना इजाजत उनकी नियुक्ति की थी। दिल्ली के उपराज्यपाल ने दिल्ली महिला आयोग के कर्मचारियों पर बड़ी कार्रवाई की है।

आदेश में दिल्ली महिला आयोग अधिनियम का हवाला दिया गया है। इसमें कहा गया है कि आयोग में केवल 40 पद ही स्वीकृत हैं और डीसीडबल्यू को अनुबंध पर कर्मचारी रखने का अधिकार नहीं है। दिल्ली महिला आयोग विभाग के एडिशनल डायरेक्टर की ओर से जारी इस आदेश में यह भी कहा गया है कि नई नियुक्तियों से पहले जरूरी पदों का कोई मूल्यांकन नहीं किया गया और न ही अतिरिक्त वित्तीय बोझ के लिए अनुमति ली गई। बता दें कि यह कार्रवाई फरवरी 2017 में तत्कालीन उपराज्यपाल को सौंपी गई जांच रिपोर्ट के आधार पर की गई है।

दिल्ली के पास हैं ऑफबीट डेस्टिनेशन, वीकेंड पर जाने के लिए हैं बेस्ट

TRAVELLING

दिल्ली के पास घूमने की जगह ऐसी जगह तलाश रहे हैं जहां शांति और सुकून में समय बिता सकें, तो आपको यहां की कुछ ऑफबीट जगहों के बारे में जानना चाहिए...

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

हफ्ते भर ऑफिस जाने के बाद ज्यादातर लोग घूमने फिरने के लिए एक अच्छी जगह खोजने लगते हैं। दिल्ली में रह रहे लोग अक्सर ऐसी जगह की तलाश करते हैं, जो दिल्ली से पास हो और शांत प्लेस हो। वैसे तो अब ज्यादातर जगहों पर लोगों की भीड़ जमा रहती है, लेकिन कुछ ऐसी जगह आज भी हैं, जहां पर आप कुछ पल शांति और सुकून में बिता सकते हैं। ये जगह बेहद खूबसूरत हैं, हालांकि, इन जगहों पर भीड़ इसलिए नहीं है क्योंकि ये जगह उतनी फेमस नहीं हैं। यहां जानिए दिल्ली के पास सुकून के पल बिताने के लिए है ऑफबीट डेस्टिनेशन-

रेवलसर- यह दिल्ली के पास बेहद सुंदर हिल स्टेशनों में से एक है, जो बौद्ध, हिंदू और सिख समुदायों के लिए एक धार्मिक केंद्र है। रेवलसर दिल्ली के पास सबसे आध्यात्मिक हिल स्टेशनों में से एक है क्योंकि यह झील के किनारे स्थित कई शानदार मठों और मंदिरों का घर है। ये जगह मंडी जिले में है।

तोश- दिल्ली के पास हिल स्टेशनों की लिस्ट में तोश भी शामिल है। तोश एक गांव है जहां तक पहुंचने के लिए थोड़ी पैदल यात्रा करनी पड़ती है। यह दिल्ली के पास है, लेकिन फिर भी यहां कम ही लोग पहुंचते हैं।

धर्मकोट- धर्मकोट दिल्ली के पास सबसे सुंदर हिल स्टेशनों में से एक है, जो अपनी सुंदरता और शांति से हर किसी का मन मोह लेती है। मैक्लोडगंज से थोड़ी पैदल दूरी पर, यह गांव उन यात्रियों के लिए एक आदर्श जगह है जो एकांत में आराम करना चाहते हैं।

खजियार- चंबा जिले में स्थित, यह दिल्ली के पास सबसे आश्चर्यजनक हिल स्टेशनों में से एक है। डलहौजी से बक्रोटा हिल्स के रास्ते इस छोटे से हिल स्टेशन तक पहुंचा जा सकता है। हरे-भरे घास के मैदानों के बीच स्थित झील इस शहर का एक प्रमुख आकर्षण है।

टिहरी- अगर आप वीकेंड पर किसी रोमांचक एक्टिविटी का मजा लेना चाहते हैं तो टिहरी जाएं। टिहरी उत्तराखंड में है। ये जगह वॉटर एक्टिविटी के लिए फेमस है। यहां पर कयाकिंग, कैनोइंग और विंड सर्फिंग का आनंद ले सकते हैं।

रेवलसर

SKIN CARE

मेकअप के बिना पूरे दिन चेहरे पर ग्लो बना रहेगा बस इन स्टेप्स को फॉलो करें

गर्मियों में घर से बाहर निकलते वक्त चेहरे पर मेकअप की मोटी परत पसीने की वजह से खराब होने लगती है। ऐसे में खुद को नेचुरल ब्यूटी दिखाएं और इन स्टेप से चेहरे पर ग्लो पाएं।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

मेकअप के साथ ही चेहरा सुंदर दिखे ऐसा जरूरी नहीं। अगर आप नेचुरल ब्यूटी दिखना चाहती हैं और मेकअप से दूरी बनाकर रखना चाहती तो घर से बाहर निकलने के पहले इन स्ट्प्स को फॉलो करें। अगर आप मेकअ फ्री चेहरा चाहते हैं तो अपने रूटीन में स्किन केयर को खास जगह देना जरूरी है। स्किन की केयर और चेहरे के फीचर्स को नेचुरली उभारने में मदद करें। तभी बिना मेकअप आपका चेहरा शाइन करता दिखेगा।

हाइड्रेट करें स्किन

अगर आप चेहरे पर नेचुरल ब्यूटी दिखाना चाहती हैं तो स्किन को अच्छी तरह से हाइड्रेटेड रखें। ढेर सारा पानी पिएं और साथ ही दूसरी हेल्दी लिक्विड चीजें भी पिएं। ये ना केवल सेहत सुधारेंगी बल्कि आपके स्किन को ग्लोइंग रखने में भी मदद करेगी।

फेस मिस्ट है जरूरी

चेहरे को हर वक्त तरोताजा दिखाना है। खासतौर पर गर्मियों में तो अपने हैंडबैग में फेसमिस्ट जरूर रखें। फेस मिस्ट को आप घर में भी बना सकती है या फिर मार्केट से खरीद सकती हैं। ये स्किन को इंस्टेंट मॉइश्चर देने के साथ ही स्किन की डलनेस दूर कर देगा। गुलाब जल, खीरा एक्स्ट्रैक्ट वाले फेस मिस्ट स्किन को फ्रेश बनाते हैं।

चेहरे को दें ठंडक

घर से बाहर जाने वाली हैं और बिल्कुल फ्रेश चेहरा चाहती हैं तो कोल्ड कंप्रेस बढ़िया उपाय है। किसी बाउल में बर्फ निकाल लें और इसमे साफ कॉटन के कपड़े को डुबोकर निचोड़ लें। अब इस ठंडे तौलिये से चेहरे पर रखकर हल्के हाथों से प्रेस करें। ये आंखों के नीचे सूजन. चेहरे की थकावट और दिख रही सूजन को तुरंत घटाता है और चेहरा बिल्कुल फ्रेश ब्यूटीफुल दिखने लगता है।

फेशियल मसाज

फेशियल मसाज चेहरे के स्किन में ब्लड सर्कुलेशन बढ़ा देती है। जिससे रौनक आ जाती है। फिंगरटिप्स की मदद से फोरहेड, चिक्स, जॉलाइन पर सर्कुलर मोशन में मसाज करें। इससे टेंशन रिलीज होती है और सूजन जैसी समस्या खत्म होती है। साथ ही स्किन बिल्कुल यंग दिखती है।

डेड स्किन रिमूव करें

चेहरे की स्किन को बिना मेकअप ग्लो करता हुआ दिखाना है दो हर दिन नेचुरल एक्सफोलिएशन जरूर करे। स्क्रब करने से डेड स्किन हट जाती है और स्किन एक टोन ज्यादा साफ दिखने लगती है।

घर से बाहर निकलने के पहले इन स्टेप्स को फॉलो करेंगी तो बिना मेकअप भी चेहरा पूरे दिन ग्लो करता रहेगा और लोग आपके नेचुरल ब्यूटी की तारीफ करेंगे।

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।*

दही में नमक या चीनी करता है नुकसान? जानें कैसे मिलता है ज्यादा फायदा

दही की लस्सी, रायता हर किसी को पसंद है। ऐसे कई लोग हैं जो रात में या सर्दियों में दही खाने से डरते हैं। डॉक्टर्स की मानें तो दही से गला खराब या वायरल इन्फेक्शन नहीं होता है।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

खाने के साथ दही खाने से आपके भोजन की पौष्टिकता बढ़ जाती है। दही में काफी मात्रा में पोषक तत्व होते हैं, यह बात हम सब जानते हैं। इसमें कैल्शियम, प्रोटीन, विटामिन्स और हेल्दी बैक्टीरिया होते हैं जो हमारी गट हेल्थ यानी पेट के लिए अच्छे होते हैं। दही को लेकर कई तरह के मिथक हैं। जैसे कुछ लोग सोचते हैं कि दही खाने से गला खराब हो जाता है या रात और सर्दी में दही नहीं खाना चाहिए। जानें दही से जुड़ी कुछ काम की बातें।

रात में दही करता है नुकसान?

दही सिर्फ हेल्थ के लिहाज से ही अच्छा नहीं बल्कि आपके खाने का जायका भी बढ़ा देता है। लोग रायता, छाछ, लस्सी, मीठा दही या सादा दही इसे कई रूप में खाने के साथ लेते हैं। दही की न्यूट्रीशनल वैल्यू अच्छी होने के बाद भी कई लोग दही खाने से डरते हैं। ज्यादातर हेल्थ एक्सपर्ट्स का मानना है कि सर्दी में या रात में दही खाने से नुकसान नहीं होता। यह प्रोबायोटिक है। इसमें अच्छे बैक्टीरिया होते हैं, इसकी वजह से जुकाम होना संभव नहीं है।

दही नहीं एलर्जी है गला खराब होने की वजह

यह जरूर हो सकता है कि आपको दही से एलर्जी हो तो गले में दिक्कत हो सकती है। ऐसी एलर्जी किसी और फूड से भी हो सकती है तो आपको ये चेक करना होगा कि आपको किन चीजों से एलर्जी है। वायरल या जुकाम में दही का कोई रोल नहीं है।

योगर्ट या दही क्या है बेहतर?

आजकल लोग योगर्ट को प्रोबायोटिक के रूप में खाते हैं। इसमें आर्टीफिशियल फ्लेवर और शुगर भी डाली जाती है। अगर आप दही की जगह ये सोचकर योगर्ट खा रहे हैं कि यह ज्यादा हेल्दी है तो दोबारा सोचें।

क्या कहता है आयुर्वेद

आयुर्वेद में बताया जाता है कि अगर आप दही खा रहे हैं तो इसको कभी अकेला न खाएं, इसमें काली मिर्च, चीनी या भुना पिसा जीरा मिलाएं।

दही में नमक डालने से नुकसान?

दही में नमक मिलाकर खाने से नुकसान होता है, यह बात कई सोशल मीडिया रील्स पर भी वायरल है। डॉक्टर्स की मानें तो दही में नमक मिलाने से इसका फ्लेवर बढ़ जाता है। इससे नुकसान तो नहीं होता हालांकि फायदा कम हो जाता है। दही में लैक्टोबेसिलस बैक्टीरिया पाए जाते हैं। ये हमारे पेट और इम्यूनिटी के लिए अच्छे होते हैं। जब आप इसमें चीनी या नमक मिलाते हैं तो उनके डिस्ट्रॉय होने की संभावना बढ़ जाती है। अगर आप प्रोबायोटिक फायदे के लिए खा रहे हैं तो सादा दही खाना बेहतर है।

नोट : दही बनाने के बाद इसे ज्यादा दिन तक न रखें। हमेशा ताजा दही खाएं। दही बनने के 24 घंटे के अंदर ही खा लें

लड़कियों में बिल्कुल अलग दिखते हैं ऑटिज्म के लक्षण

ऑटिज्म से पीड़ित अधिकांश लड़कियों की पहचान ही नहीं हो पाती क्योंकि इस बीमारी के तय लक्षणों के खाके में वे फिट नहीं बैठतीं। लड़कियों में इस बीमारी के क्या होते हैं लक्षण और कैसे इसे पहचानें

जालंधर ब्रीज (फीचर) . भारत में लगभग पांच करोड़ से ज्यादा बच्चे मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं से प्रभावित हैं। इनमें किशोरों को शामिल कर लिया जाए, तो यह संख्या और ज्यादा है। ऑटिज्म की पहचान के मामले में चुनौतियां और अनूठी हैं। अधिकांश लोगों को बच्चों के विकास के सामान्य चरणों की जानकारी कम या नहीं होती है, जिससे माता-पिता द्वारा ऑटिज्म के लक्षणों को पहचानने और इसके निदान में लगभग 1.5 वर्ष का समय ज्यादा लगता है।

याद रखें : • ऑटिज्म की स्थिति हर किसी के लिए अलग होती है। • सही इलाज के लिए समय पर बीमारी की पहचान आवश्यक है। • परिवार और समुदाय द्वारा इस स्थिति को समझना और इसे स्वीकार करना बहुत महत्वपूर्ण है।

इन लक्षणों पर करें गौर : • ऑटिज्म से पीड़ित लड़कियां सामाजिक गतिविधियों में शामिल हो सकती हैं, लेकिन उससे पहले, उसके दौरान या गतिविधि पूरी होने पर काफी चिंतित महसूस करती हैं। • उन्हें गुड़िया या विशेष क्राफ्ट में गहरी रुचि हो सकती है, जो सामान्य सा खेल प्रतीत होता है। • वे तेज आवाज, तेज रोशनी या कपड़ों के विशेष टेक्सचर के प्रति काफी संवेदनशील हो सकती हैं, लेकिन अपनी इस संवेदनशीलता को प्रदर्शित नहीं करती हैं। • भले ही अच्छा बोलती हों, पर उनकी बातचीत में गहराई या भावनात्मक पहलू कम होता है। वो व्यंग्य को नहीं पहचान पातीं। • उनके व्यवहार में बार-बार दोहराव हो सकता है, जैसे वो वस्तुओं को बार-बार किसी निश्चित क्रम में व्यवस्थित कर सकती हैं या बहुत सख्त दिनचर्या का पालन कर सकती हैं।

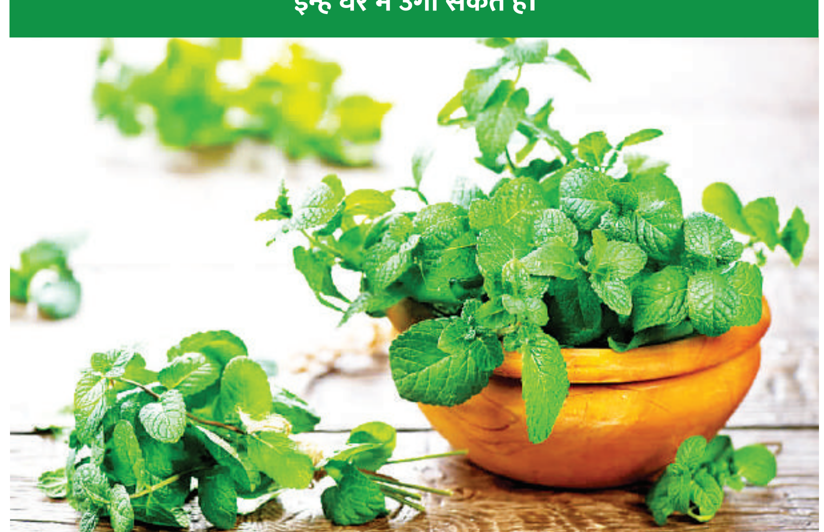
PARENTING

घर पर आजमाएं ये उपाय : • बच्चे को उनकी दैनिक दिनचर्या को चित्रों या सरल शब्दों के माध्यम से बार-बार दिखाएं ताकि उन्हें समझना बच्चे के लिए आसान हो जाए। • बातचीत स्पष्ट रखें और उसमें मुश्किल भाषा का उपयोग ना करें। • बच्चे को ज्यादा बोझ महसूस होने पर उसे सुकून के लिए समय दें या शांति प्रदान करने वाली गतिविधियों में लगाएं। • बच्चे जिस चीज में अच्छे हों, उस काम को करने के लिए उन्हें प्रोत्साहित करें। लक्ष्य प्राप्त करने पर खुशी मनाएं ताकि बच्चे का आत्मविश्वास बढ़े। • ऑटिज्म से पीड़ित बच्चे को बेहतर तरीके से मैनेज करने में परिवार के विभिन्न सदस्यों की भूमिका अहम हो सकती है, पर इस दौरान आपको बच्चे की सहजता का भी ध्यान रखना होगा।

गर्मियों में पुदीना के पत्ते में हैं कई समस्याओं का समाधान

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

गर्मियों में बॉडी हीट से आराम देने के साथ ही पुदीने के पत्ते बड़े काम आते हैं। ताजे पत्तों से रिफ्रेशिंग ड्रिंक का स्वाद बढ़ता है और ये फायदेमंद भी होते हैं। इन्हें घर में उगा सकते हैं।



गर्मी के मौसम में पुदीना सेहत का साथी हो सकता है। इसे अलग-अलग तरीके से अगर डाइट में लिया जाए तो कई सारी समस्याओं से आसानी से बच सकते हैं। बढ़ते तापमान के साथ शरीर को ठंडक देने के लिए नेचुरल हर्ब्स मदद करते हैं।

अगर आप पुदीने की पत्तियों को रोजाना डाइट में शामिल कर रहे तो इन्हें घर में ही उगाने का तरीका जान लें। जिससे आप आसानी से फ्रेश पत्तियों को इन फायदे के लिए इस्तेमाल कर सकें। जानें पुदीने की पत्तियों को उगाने का तरीका और इसके फायदे।

शरीर को ठंडक देता है पुदीना

पुदीने की कूलिंग प्रॉपर्टी शरीर को ठंडक देती है और बॉडी हीट से आराम पहुंचाती है। पुदीना की पत्तियों में मेंथॉल पाया जाता है जो शरीर के ताापमान को कम करता है और बॉडी संसेशन में राहत देता है। पुदीना की पत्तियों को डाइट में लेने के साथ ही घर में जरूर रखें।

डाइजेशन में करता है मदद

कूलिंग इफेक्ट के साथ पुदीना की पत्तियों का इस्तेमाल डाइजेशन के लिए किया जाता है। खाने में पुदीना की पत्तियों को डालने से खाने का पाचन आसान हो जाता है। साथ ही ब्लॉटिंग, उल्टी, अपच की समस्या पैदा नहीं होने देता। पुदीने की पत्तियों की मदद से डाइजेस्टिव एंजाइम्स तेजी से बनते हैं और साथ ही गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल दिक्कतों को भी कम करता है।

हाइड्रेशन बढ़ाता है

अक्सर पानी पीना लोगों को पसंद नहीं आता ऐसे में पुदीने की पत्तियों का फ्लेवर पानी में जाने से टेस्ट बढ़ जाता है और फ्लूइड इनटेक की मात्रा भी बढ़ती है। गर्म मौसम में डिहाइड्रेशन से बचने के लिए पुदीना मिक्स रिफ्रेशिंग ड्रिंक पीने से प्यास भी बुझती है और हाइड्रेशन भी होता है।

स्ट्रेस दूर कर मूड ठीक करता है

पुदीने की पत्तियों की फ्रेश महक मूड ठीक करने में भी मदद करती है। अगर पुदीने की पत्तियों को चाय की तरह बनाकर पिया जाए तो इससे स्ट्रेस दूर होता है और बॉडी, माइंड रिलैक्स होते हैं। गर्मियों के मौसम में कूल और शांत रहने में मदद मिलती है।

पुदीने को करें डाइट में शामिल

पुदीने के ज्यादा से ज्यादा फायदे को लेने के लिए इसे अलग-अलग डिशेज में डालने के अलावा नींबू के साथ ड्रिंक या फिर किसी भी फ्रूट ड्रिंक में डालकर टेस्ट को बढ़ाया जा सकता है।

घर में कैसे उगाएं पुदीना

आप चाहें तो इस फायदेमंद हर्ब को घर की बालकनी में आसानी से उगा सकती हैं। ये पानी और मिट्टी दोनों में उगाया जा सकता है।

मिट्टी में पुदीना उगाने का तरीका

- छोटे से गमले में मिट्टी लें और इसे नेचुरल खाद से उपजाउ बना लें। ध्यान रहे कि इसमे फूलों में डलने वाली खाद का इस्तेमाल ना करें। बल्कि ऑर्गेनिक खाद डालें।
- अब बाजार से पुदीना खरीदकर ले जाएं। जिसमे जड़ हो उन डंठल को रातभर पानी से भिगोकर रख दें।
- जिन डंठल में जड़ हों उनकी नीचे से पत्तियों को हटा दें और केवल ऊपर की तरफ पत्तियों रहने दें।
- गमले में पानी डालें। जब पानी मिट्टी सोख लें तो लकड़ी की मदद से छोटे-छोटे छेद कर लें।
- अब इन छेद में जड़ वाले डंठल को लगाएं। एक गमल में करीब 5-6 डंठल लगाकर छोड़ दें।
- अब इन्हें बालकनी के ऐसे कोने पर रखें जहां सीधी तेज धूप ना लगती हो लेकिन अंधेरा ना हो। नेचुरल रोशनी मिलती रहे।
- रोजाना पानी से स्प्रे करें, कुछ ही दिनों में डंठल में पत्तियां निकलना शुरू हो जाएंगी और पौधा तैयार हो जाएगा।

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।*

केंद्रीय चर्म अनुसंधान संस्थान ने 77वां स्थापना दिवस मनाया

• जालंधर ब्रीज . जालंधर

वैज्ञानिक एवं औद्योगिक अनुसंधान परिषद, नई दिल्ली के अधीन कार्यरत केंद्रीय चर्म अनुसंधान संस्थान (सीएसआईआर-सीएलआरआई), चेन्नई के क्षेत्रीय केंद्र, जालंधर में 77वां स्थापना दिवस मनाया गया। इस अवसर पर सीएलआरआई, क्षेत्रीय केंद्र, जालंधर के प्रधान वैज्ञानिक डॉ. पी. सुधाकर ने समारोह की अध्यक्षता करते हुए अतिथियों का स्वागत किया तथा संस्था एवं क्षेत्रीय केंद्र के बारे में विस्तृत जानकारी दी।

केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक श्री वी. कार्तिक ने चमड़ा, चमड़ा निर्माण और उत्पाद निर्माण के विभिन्न अनुप्रयोगों के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने चमड़ा क्षेत्र के दायरे और कैरियर के अवसरों पर भी प्रकाश डाला। इसके बाद उन्होंने धन्यवाद ज्ञापन कियाइस मौके पर लोगों को संस्थान में आने की इजाजत भी दी गई। संस्थान ने पारंपरिक चमड़े, विदेशी चमड़े और मिश्रित सामग्री जैसे जूते, कपड़े आदि से बने उत्पादों का प्रदर्शन किया। मोंटगोमरी गुरु नानक (एमजीएन) पब्लिक स्कूल, जालंधर और गवर्नमेंट इंस्टीट्यूट ऑफ लेदर एंड फुटवियर टेक्नोलॉजी (जीआईएलएफटी), जालंधर के लगभग 40 छात्रों ने क्षेत्रीय केंद्र का दौरा किया और इसकी गतिविधियों के बारे में जानकारी प्राप्त की। इस अवसर पर छात्रों ने क्षेत्रीय केंद्र के वैज्ञानिकों और तकनीकी कर्मचारियों से भी बातचीत की। छात्रों को चमड़ा शोधन, चमड़े के भौतिक और रासायनिक परीक्षण और इको-परीक्षण का प्रदर्शन भी दिखाया गया।

छात्रों को वाणिज्यिक चमड़े के उत्पादन से परिचित कराने के लिए मैसर्स रीगल लेदर इंडिया प्राइवेट लिमिटेड, जालंधर का दौरा भी करवाया गया। छात्रों और छात्र समन्वयकों द्वारा चमड़ा उद्योग के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए सीएलआरआई, क्षेत्रीय केंद्र, जालंधर का धन्यवाद किया गया।

कनाडा में भारतीय छात्रों को होगी मुश्किल, पढ़ाई के साथ कमाई पर ट्रूडो सरकार की कैंची

• जालंधर ब्रीज . वर्ल्ड न्यूज

जस्टिन ट्रूडो की सरकार ने देश में कामगारों की कमी को पूरा करने के लिए कोविड-19 के दौरान अंतरराष्ट्रीय छात्रों के लिए काम के घंटों की 20 घंटे की सीमा को अस्थायी रूप से खत्म कर दिया था।

कनाडा में भारतीय समेत अन्य अंतरराष्ट्रीय विद्यार्थियों को आर्थिक मुश्किलें झेलनी पड़ सकती हैं। कनाडा सरकार ने पढ़ाई के साथ-साथ कमाई पर कैंची चला दी है। यानी कैंपस के बाद काम करने के उनके घंटों में कमी कर दी गई है। कनाडा के नए नियमों के अनुसार अब सितंबर महीने से प्रति सप्ताह 24 घंटे ही परिसर से बाहर रहकर काम कर सकेंगे। मंगलवार से इस संबंध में नया नियम प्रभाव में आएगा।

कनाडा के आव्रजन, शरणार्थी और नागरिकता मंत्री मार्क मिलर ने सोमवार को जारी प्रेस विज्ञप्ति में कहा, ''छात्रों को प्रति सप्ताह परिसर से बाहर 20 घंटे से अधिक काम करने की अनुमति देने वाली अस्थायी नीति 30 अप्रैल, 2024 को समाप्त हो जाएगी।'' उन्होंने कहा, ''हम छात्रों द्वारा प्रति सप्ताह परिसर से बाहर काम करने के घंटों की संख्या को बदलकर 24 घंटे करना चाहते हैं।''

प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो की लिबरल पार्टी नीत सरकार ने देश में कामगारों की कमी को पूरा करने के लिए कोविड-19 महामारी के दौरान अंतरराष्ट्रीय छात्रों के लिए काम के घंटों की 20 घंटे की सीमा को अस्थायी रूप से माफ कर दिया था। इसकी वजह से छात्र प्रति सप्ताह 20 घंटे से ज्यादा करीब 40 घंटे तक यानी फुल टाइम काम कर रहे थे और उससे अतिरिक्त कमाई कर रहे थे। सीटीवी न्यूज की खबर के अनुसार यह छूट मंगलवार को समाप्त हो रही है।

कनाडा भारतीय छात्रों के लिहाज से सबसे पसंदीदा गंतव्य है। कनाडाई अंतरराष्ट्रीय शिक्षा ब्यूरो की 2022 की एक रिपोर्ट के अनुसार कनाडा में उस साल 3,19,130 भारतीय छात्र थे। कनाडा में कॉलेजों और विश्वविद्यालयों में पढ़ने वाले अंतरराष्ट्रीय छात्रों में भारतीय बहुतायत में हैं। कैनेडियन अलायंस ऑफ़ स्टूडेंट एसोसिएशन (CASA) के एडवोकेसी निदेशक माटेउज़ सलमासी ने कहा, "इस घोषणा के बाद 200,000 से अधिक अंतर्राष्ट्रीय छात्रों को हर साल अपनी जेब से औसतन, कम से कम 5,000 डॉलर यानी 4.17 लाख रुपये का नुकसान होगा।"

पोर्न स्टार मामले में दोषी पाए गए ट्रंप, जज बोले- तुमको जेल भेज देंगे, जुर्माना भी लगाया

• जालंधर ब्रीज . वर्ल्ड न्यूज

अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप अदालत की अवमानना के दोषी पाए गए हैं। उन कई हजार डॉलर का जुर्माना भी लगाया गया है। साथ ही कोर्ट ने उन्हें जेल भेजने की भी चेतावनी दी है। एपी की रिपोर्ट के मुताबिक, न्यायाधीश ने गुप्त रूप से धन देने के मामले में प्रतिबंध आदेश का उल्लंघन करने के लिए ट्रंप को अदालत की अवमानना का दोषी ठहराया और उनपर 9,000 डॉलर (7.5 लाख रुपये) का जुर्माना लगाया। न्यायाधीश ने डोनाल्ड ट्रंप को चेतावनी दी कि यदि वह गुप्त रूप से धन देने के मामले में प्रतिबंध आदेश का उल्लंघन करना जारी रखेंगे तो उन्हें जेल भेज दिया जाएगा।

अदालत ने ट्रंप को पोर्न स्टार स्टॉर्मी डेनियल से अपने रिश्तों को लेकर गुप्त रूप से धन देने के मामले से जुड़े गवाहों, जूरी सदस्यों और कुछ अन्य लोगों के बारे में सार्वजनिक बयान देने से रोक दिया था। न्यायाधीश ने ट्रंप को चेतावनी दी कि यदि वह दोबारा ऐसा करते हैं, तो उन्हें जेल की सजा हो सकती है। अभियोजकों ने मामले में ट्रंप पर 10 उल्लंघनों का आरोप लगाया था, लेकिन न्यूयॉर्क के न्यायाधीश जुआन एम मर्चन ने नौ उल्लंघन के मामले में उन्हें दोषी ठहराया। यह फैसला पूर्व राष्ट्रपति के लिए झटका है, जिन्होंने जोर दिया था कि वह अपने स्वतंत्र भाषण अधिकारों का प्रयोग कर रहे थे।

न्यायाधीश मर्चन ने आदेश में लिखा कि ट्रंप को ''चेतावनी दी गई है कि अदालत अपने आदेशों का जानबूझकर उल्लंघन किये जाने को बर्दाश्त नहीं करेगी और यदि आवश्यक हुआ तो वह उन्हें जेल की सजा देगी।'' मामले में गवाही के दूसरे सप्ताह की शुरुआत में यह फैसला आया है। मैनहट्टन के अभियोजकों का कहना है कि ट्रंप और उनके सहयोगी 2016 में अपने बारे में नकारात्मक खबरों को रोकने की अवैध योजना में शामिल थे। मामले में ट्रंप ने खुद को बेकसूर बताया है।

न्यायाधीश ने फैसले में कहा कि ट्रंप को शुक्रवार तक जुर्माना भरना होगा। अदालत ने कहा कि ट्रंप को अपने 'ट्रुथ' सोशल अकाउंट से सात आपत्तिजनक पोस्ट और राष्ट्रपति चुनाव के लिए अपनी प्रचार अभियान वेबसाइट से दो पोस्ट मंगलवार दोपहर तक हटानी होंगी। न्यायाधीश प्रतिबंध के उल्लंघन के अन्य मामलों पर भी विचार कर रहे हैं और बृहस्पतिवार को दलीलें सुनेंगे।

अदालत ने मंगलवार को बैंकर गैरी फारो समेत अन्य के मामले की सुनवाई की, जिन्होंने ट्रंप के पूर्व वकील माइकल कोहेन को बैंक में खाते खोलने में मदद की थी। इसमें एक वह खाता भी शामिल था जिसका इस्तेमाल कोहेन ने पोर्न स्टार स्टॉर्मी डेनियल को चुप रखने के लिए धन देने में किया था। डेनियल ने ट्रंप पर 2006 में यौन संबंध बनाने का आरोप लगाया था। ट्रंप ने आरोपों से इनकार किया था।

मुस्लिम देशों के बीच चौधरी बना फिरता है ये मुल्क पर खुद की हालत जर्जर; 68% महंगाई दर से बेहाल

• जालंधर ब्रीज . वर्ल्ड न्यूज

तुर्की में मंहगाई दर बढ़कर 68 फीसदी को पार कर गई है। इससे तुर्कीवासी परेशान हैं। महंगाई की मार झेल रहे तुर्कीवासी अब क्रेडिट कार्ड के भरोसे अपनी जिंदगी काटने को मजबूर हैं।

मिडिल-ईस्ट के कई देश पिछले कुछ सालों से आपसी संघर्षों में उलझे रहे हैं। इनमें इजरायल और फिलिस्तीन का संघर्ष सबसे पुराना है और सबसे लंबे समय से चल रही लड़ाई है। इसके अलावा ईरान-इजरायल के बीच तनाव, गाजा पट्टी पर हालिया इजरायली हमले, इराक-सीरिया और लेबनान में खूनी संघर्ष कुछ ऐसे मुद्दे रहे हैं जो इस क्षेत्र को हमेशा से रह-रहकर सुलगाते रहे हैं। इन सबके बीच तुर्की ने पिछले एक दशक से भी अधिक समय से मध्य-पूर्व में अपना प्रभाव बढ़ाने और इलाके के सदस्य देशों के खासकर मुस्लिम देशों के बीच अपनी बेहतर और ताकतवर छवि गढ़ने की कोशिश की है।

तुर्की ने मिडिल-ईस्ट के दो दुश्मन देशों के बीच मध्यस्थ बनने की चाहत रखी है और उसे निभाता भी रहा है। हाल ही में तुर्की इजरायल और हमास के बीच युद्धविराम कराने को लेकर मध्यस्थता करता नजर आया है। इस कोशिश में वह इजरायल से लेकर मिस्र, संयुक्त अरब अमीरात और सऊदी अरब का करीबी बन चुका है लेकिन इन सबके बीच मुस्लिम बहुल तुर्की की अर्थव्यवस्था लगातार गोते मार रही है। हालात यह है कि तुर्की में मंहगाई दर बढ़कर 68 फीसदी को पार कर गई है। इससे तुर्कीवासी परेशान हैं।

महंगाई की मार झेल रहे तुर्कीवासी अब क्रेडिट कार्ड के भरोसे अपनी जिंदगी काटने को मजबूर हैं। बीबीसी की एक रिपोर्ट में कहा गया है कि महंगाई दर बढ़ने की वजह से तुर्की के लोगों की खरीद क्षमता प्रभावित हुई है। उन्हें रोजमर्रे का जरूरी सामान खरीदने के लिए भी दो बार सोचना पड़ रहा है। रिपोर्ट में कहा गया है कि तुर्की में न्यूनतम वेतन 17,000 लीरा (524 अमेरिकी डॉलर) प्रति माह है, जबकि गरीबी रेखा 25,000 लीरा (768 अमेरिकी डॉलर) से ऊपर है।

तुर्की में लोगों को सबसे ज्यादा मुश्किलें खाने-पीने का सामान खरीदने में हो रही है। इसके अलावा वहां घरों का किराया दोगुना हो गया है। बढ़ते मकान किराए का आलम यह है कि तुर्की के केंद्रीय बैंक की पूर्व गवर्नर हाफिज अरकान ने भी इस बात को स्वीकार किया है कि वह इस्तांबुल में मकान का किराया देने में सक्षम नहीं हो पा रही हैं। आर्थिक सहयोग और विकास संगठन यानी आईसीडी से जुड़े देशों में तुर्की में ही सबसे ज्यादा महंगाई है।

हालंकि, पिछले साल राष्ट्रपति रेचेप तैय्यप अर्दोआन के दोबारा चुने जाने के बाद अर्थशास्त्री वित्त मंत्री मेहमत सिमसेक के नेतृत्व में आर्थिक नीतियों में बदलाव देखने को मिला है। मार्च में, केंद्रीय बैंक ने महंगाई पर लगाम कसने के लिए अप्रत्याशित रूप से ब्याज दरों में 500 बेसिस प्वाइंट्स की बढ़ोत्तरी की है। अब वहां ब्याज दर 50 फीसदी हो गया है। उन्होंने अब क्रेडिट कार्ड पर लगाम लगाने का फैसला किया है। रिपोर्ट में कहा गया है कि साल 2023 में तुर्की में क्रेडिट कार्ड का कर्ज़ 2.5 गुना बढ़कर 1 ट्रिलियन लीरा (34 बिलियन अमेरिकी डॉलर) से ज़्यादा हो गया, जो अपने आप में एक रिकॉर्ड है।

बाबा रामदेव और बालकृष्ण पर कैसे पसीजा सुप्रीम कोर्ट जजों का दिल, फटकार लगाने वाले मीलॉर्ड ने क्यों की तारीफ?

• जालंधर ब्रीज . नई दिल्ली

सुप्रीम कोर्ट ने भ्रामक विज्ञापन मामले में योग गुरु बाब रामदेव, उनके सहयोगी आचार्य बालकृष्ण और पतंजलि आयुर्वेद लिमिटेड द्वारा समाचार पत्रों में प्रकाशित बिना शर्त सार्वजनिक माफी में 'उल्लेखनीय सुधार' की मंगलवार को सराहना की। जस्टिस हिमा कोहली और जस्टिस अहसानुद्दीन अमानउल्लाह की पीठ ने मंगलवार को बाबा रामदेव, आचार्य बालकृष्ण और पतंजलि आयुर्वेद लिमिटेड की ओर से कोर्ट में पेश हुए वरिष्ठ अधिवक्ता मुकुल रोहतगी से कहा कि माफी की भाषा ठीक है और उनमें नाम भी मौजूद हैं।

जस्टिस अमानउल्लाह ने कहा, ''मैं नहीं जानता कि दूसरा माफीनामा किसकी पड़ताल पर है लेकिन इसमें उल्लेखनीय सुधार हुआ है।'' उन्होंने कहा, ''हम इसकी सराहना करते हैं। अब आखिरकार वे समझ गए।'' उन्होंने कहा कि इससे पहले जब माफी प्रकाशित की गई थी, तब केवल कंपनी का नाम ही उसमें दिया गया था। जस्टिस अमानउल्लाह ने कहा, ''अब नाम भी छपे हैं। यह एक उल्लेखनीय सुधार है, हम इसकी सराहना करते हैं। भाषा भी ठीक है।'' सुनवाई के दौरान, शीर्ष अदालत ने औषधि कंपनी के वकील से पूछा कि समाचार पत्रों में प्रकाशित माफी को उन्होंने डिजिटल माध्यम से क्यों दाखिल किया, जबकि 23 अप्रैल को न्यायालय ने विशेष रूप से कहा था कि मूल प्रति दाखिल करनी है।

जस्टिस हिमा कोहली ने कहा, ''यह हमारे आदेश का अनुपालन नहीं है।''इस पर जस्टिस अमानउल्लाह ने कहा, ''मिस्टर रोहतगी, लगता है मेरी बात आप तक नहीं पहुंच पाई..। हद हो गई।''

पीठ ने अपने आदेश में उल्लेख किया कि पतंजलि के वकील ने स्वीकार किया है कि न्यायालय द्वारा पारित आदेश को समझने में गलतफहमी हुई और जिन समाचार पत्रों में माफीनामा प्रकाशित किया गया है, उनमें से प्रत्येक के मूल पृष्ठ दाखिल करने के लिए एक और अवसर दिया जाना चाहिए। इसके बाद पीठ ने कहा, ''रजिस्ट्री को निर्देश दिया जाता है कि यह दस्तावेज दाखिल किये जाने पर उसे स्वीकार कर लिया जाए।''

कोर्ट ने कहा कि अब मामले में अगली सुनवाई 7 मई को होगी। इस पर रोहतगी ने अगली तारीख पर रामदेव और बालकृष्ण को न्यायालय में उपस्थित होने से छूट देने का अनुरोध किया। पहले से ही बाबा रामदेव और पतंजलि के कदम से थोड़े संतुष्ट दिख रही पीठ ने उन दोनों को सुनवाई की अगली तारीख यानी 7 मई को पेशी से छूट दे दी।

बता दें कि सर्वोच्च न्यायालय इंडियन मेडिकल एसोसिएशन (IMA) द्वारा 2022 में दायर एक याचिका पर सुनवाई कर रहा है, जिसमें आरोप लगाया गया था कि बाबा रामदेव और पतंजलि की तरफ से कोविड टीकाकरण अभियान और आधुनिक चिकित्सा पद्धति को बदनाम करने का अभियान चलाया गया था। शीर्ष अदालत ने 23 अप्रैल को मामले की सुनवाई करते हुए कहा था कि समाचार पत्रों में प्रकाशित सार्वजनिक माफी रिकॉर्ड में नहीं हैं। न्यायालय ने तब दो दिन के अंदर इसे दाखिल करने का निर्देश दिया था।

तलवार अटैक से पूर्वी लंदन में दहशत, 13 साल के लड़के की मौत; कई घायल

पुलिस के अनुसार, कथित तौर पर तलवार से लैस व्यक्ति ने कई लोगों को चाकू मारा है। इससे पहले उसने अपनी कार एक घर में घुसा दी। इस घटना में कई लोगों के घायल होने की खबर है।

• जालंधर ब्रीज . वर्ल्ड न्यूज

ब्रिटेन में पूर्वी लंदन ट्यूब स्टेशन के पास 36 वर्षीय युवक ने मंगलवार को दो पुलिस अधिकारियों समेत कम से कम पांच लोगों को तलवार घोंपकर घायल कर दिया। इस हमले में घायल एक 13 साल से लड़के की मौत हो गई है। मेट्रोपॉलिटन पुलिस ने यह जानकारी दी और कहा कि हमलावर को गिरफ्तार कर लिया गया है। पुलिस ने यह भी साफ कर दिया कि यह आतंकवाद से संबंधित घटना नहीं लग रही है।

पुलिस ने बताया कि आरोपी ने दो पुलिसकर्मियों समेत पांच लोगों को तलवार घोंप दी और अन्य घायलों की स्थिति के बारे में ताजा जानकारी की प्रतीक्षा है। मेट्रोपॉलिटन पुलिस के उप सहायक आयुक्त एडे एडेलेकन ने कहा, ''संबंधित लोगों के लिए यह एक भयानक घटना रही होगी।'' उन्होंने कहा, ''मुझे पता है कि समुदाय के काफी लोग सदमे और चिंता से जूझ रहे होंगे। लोग जानना चाहेंगे कि क्या हुआ है। हम यथाशीघ्र और अधिक जानकारी प्रदान करेंगे।''

पुलिस और अन्य आपातकालीन सेवाएं पूर्वी लंदन के हैनॉल्ट में मौजूद हैं, जहां थुरलो गार्डन क्षेत्र में एक घर में एक वाहन के घुसने की घटना पर उन्हें स्थानीय समयानुसार सुबह सात बजे से ठीक पहले बुलाया गया था। सोशल मीडिया पर वायरल एक वीडियो में दाढ़ी वाले एक व्यक्ति को लंदन के हैनॉल्ट इलाके में घरों के पास तलवार के साथ घूमते हुए दिखाया गया है।

ब्रिटेन के गृह मंत्री जेम्स क्लेवरली ने सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर कहा कि उन्हें घटना पर 'नियमित रूप से' अद्यतन जानकारी मुहैया कराई जा रही है। उन्होंने कहा, ''मेरी संवेदनाएं उन लोगों के साथ हैं जो इस घटना में प्रभावित हुए हैं।''

अमेरिकी कॉलेजों में लग रहे हमारी मौत के नारे; फिर भड़के नेतन्याहू, हिटलर से तुलना

इजरायली पीएम बेंजामिन नेतन्याहू ने कहा कि अमेरिकी कॉलेजों में जो रहा है वह भयानक है। वहां हमारी मौत के नारे लग रहे हैं।

• जालंधर ब्रीज . वर्ल्ड न्यूज

गाजा में फिलिस्तीनी आतंकियों के साथ चल रही भीषण लड़ाई और ईरान संग संभावित युद्ध के बीच इजरायली पीएम बेंजामिन नेतन्याहू अमेरिकियों पर भड़के हुए हैं। उन्होंने अमेरिकी विश्वविद्यालयों में चल रहे फिलिस्तीन समर्थक विरोध प्रदर्शन की कड़ी निंदा की। कहा कि अमेरिका के कॉलेजों में जो हो रहा है वह भयानक है। वहां हमारी मौत के नारे लग रहे हैं। नेतन्याहू ने कहा कि अमेरिका में जो हो रहा है वह 1930 में हिटलर शासन के दौरान जर्मन विवि की याद दिलाता है। उधर, बाइडेन सरकार ने नेतन्याहू के बयान से किनारा कर लिया है। एक वीडियो संदेश में, बेंजामिन नेतन्याहू ने आरोप लगाया कि अमेरिका में "यहूदी विरोधी भावना में असाधारण वृद्धि" हुई है और इसे ठीक करने के लिए बहुत कुछ करने की जरूरत है। उन्होंने कहा, "अमेरिका के कॉलेज परिसरों में जो हो रहा है वह भयावह है। यहूदी विरोधी भीड़ ने प्रमुख विश्वविद्यालयों पर कब्जा कर लिया है। वे इजरायल के विनाश का आह्वान कर रहे हैं। उन्होंने यहूदी छात्रों पर हमला किया। उन्होंने यहूदी परिसरों पर भी हमला किया। यह 1930 के दशक में जर्मन विश्वविद्यालयों में जो हुआ उसकी याद दिलाता है।"

बता दें कि गाजा में इजरायली सेना द्वारा किए जा रहे ऑपरेशन के विरोध में कोलंबिया, हार्वर्ड, येल और न्यूयॉर्क विश्वविद्यालय सहित कई शीर्ष स्तर के अमेरिकी विश्वविद्यालयों में बड़े पैमाने पर विरोध प्रदर्शन हो रहे हैं। सैकड़ों लोगों को गिरफ्तार किया गया है लेकिन, प्रदर्शन थमने का नाम नहीं ले रहे हैं। नेतन्याहू ने बुधवार को कहा कि "यह सही नहीं है। इसे रोकना होगा। इसकी स्पष्ट रूप से निंदा की जानी चाहिए।

उन्होंने कहा, "यह हमें बताता है कि यहां यहूदी विरोधी लहर है जिसके भयानक परिणाम होंगे। हम पूरे अमेरिका और पश्चिमी समाज में यहूदी विरोधी भावना में असाधारण वृद्धि देख रहे हैं क्योंकि इजराइल नरसंहार करने वाले आतंकवादियों से बचाव की कोशिश कर रहा है।''इस बीच, अमेरिकी सरकार ने नेतन्याहू की टिप्पणी से किनारा कर लिया है। व्हाइट हाउस ने अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन के हवाले से बयान दिया कि कॉलेज परिसरों में स्वतंत्र भाषण और बहस बेहद महत्वपूर्ण हैं। इस पर पाबंदी नहीं लगाई जानी चाहिए।

लुधियाना लोकसभा क्षेत्र में 'आप' हुई और भी मजबूत

जगराओं के कांग्रेसी नगर कौंसिल अध्यक्ष अमरजीत सिंह मालवा कई मौजूदा पार्षदों के साथ आप में हुए शामिल

• **जालंधर ब्रीज.** लुधियाना/चंडीगढ़

लुधियाना लोकसभा क्षेत्र में आम आदमी पार्टी (आप) को बड़ी मजबूती मिली है। वहीं कांग्रेस और अकाली दल बादल को यहां बड़ा झटका लगा है। वीरवार को जगराओं के वर्तमान कांग्रेसी नगर कौंसिल अध्यक्ष अमरजीत सिंह मालवा कई मौजूदा और पूर्व पार्षदों के साथ आप में शामिल हो गए।

अकाली दल के भी कई जिला स्तरीय नेता आप में शामिल हुए। सभी नेताओं को आम आदमी पार्टी पंजाब के अध्यक्ष और मुख्यमंत्री भगवंत मान ने पार्टी में औपचारिक तौर पर शामिल कराया और उनका स्वागत किया। इस मौके पर जगराओं से विधायक सरबजीत कौर माणूके व चेयरमैन अमनदीप सिंह मोही भी मौजूद रहीं। अमरजीत सिंह मालवा अध्यक्ष नगर कौंसिल जगरांव, कंवरपाल सिंह सीनियर पार्षद (कांग्रेस), जगजीत सिंह जग्गी पाषर्द व पूर्व अध्यक्ष यूथ कांग्रेस जगरांव, परमिंदर कौर पार्षद (कांग्रेस), कविता कक्कड़ पार्षद, करमजीत सिंह कैंथ पूर्व पार्षद शिरोमणि अकाली दल, विक्रमजीत सिंह विक्की थिंद महासचिव शिरोमणि अकाली दल (लुधियाना) धरमिंदर सिंह धालीवाल महासचिव यूथ अकाली दल (लुधियाना) आम आदमी पार्टी में शामिल हुए। इनके अलावा संजीव कक्कड़ संजू समाज सेवी, विनय कल्याण यूथ कांग्रेस नेता, गुरपरताप सिंह सीनियर यूथ अकाली नेता दिनेश कुमार सीनियर जिला उपाध्यक्ष अकाली दल (लुधियाना), प्रवीण खुराना पिन्नी सीनियर कांग्रेस नेता, कुलविंदर सिंह काला पूर्व पार्षद, साजन मल्होत्रा यूथ नेता और नरिंदर चौधरी पूर्व पार्षद (लुधियाना) ने भी मुख्यमंत्री भगवंत मान की मौजूदगी में आम आदमी पार्टी का दामन थामा।

लुधियाना शहर में भी आम आदमी पार्टी को मजबूती मिली है। यहां नगर निगम लुधियाना के कई अकाली दल और कांग्रेस के पूर्व पार्षद आम आदमी पार्टी में हुए।

पटियाला में आधा दर्जन वरिष्ठ अकाली नेता आम आदमी पार्टी में शामिल

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

लोकसभा चुनाव से पहले आम आदमी पार्टी (आप) पंजाब को पटियाला में बड़ी बढ़त मिली है। आप ने गुरुवार को शिरोमणि अकाली दल (बादल) को बड़ा झटका दिया, जब उसके राष्ट्रीय उपाध्यक्ष सुरजीत सिंह अबलोवाल सीएम भगवंत मान, विधायक अजीतपाल सिंह कोहली और कैबिनेट मंत्री चेतन सिंह जौड़ामाजरा की मौजूदगी में आम आदमी पार्टी में शामिल हो गए। आप पंजाब अध्यक्ष व सीएम भगवंत मान ने सुरजीत सिंह अबलोवाल का आप परिवार में स्वागत किया। सुरजीत अबलोवाल छात्र राजनीति से आये थे। वह 1980 में पंजाब स्टूडेंट यूनियन के जिला उपाध्यक्ष थे। 1986 में वह सिख स्टूडेंट फेडरेशन के अध्यक्ष रहें और 1997 में यूथ अकाली दल के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष बने। फिर वह पार्टी के राष्ट्रीय महासचिव बने। युवा अकाली दल के उपाध्यक्ष, शिरोमणि अकाली दल में कार्य समिति सदस्य (2 बार), शिरोमणि अकाली दल में राष्ट्रीय संगठन सचिव, शिरोमणि अकाली दल सरकार के कार्यकाल के दौरान पंजाब राज्य बीज निगम के अध्यक्ष बने। 2007 से 2012 वाली अकाली सरकार के कार्यकाल के दौरान वह पंजाब पर्यटन विकास निगम के अध्यक्ष रहे।

अबलोवाल का अकाली दल बादल छोड़ना

निश्चित तौर पर पार्टी के लिए बड़ा नुकसान है और उनके आप में आने से डॉ. बलबीर की स्थिति पटियाला में मजबूत होगी।

उनके साथ जसपाल सिंह कल्याण (शिअद-पटियाला ग्रामीण के एससी विंग के जिला अध्यक्ष) और पटियाला के दो पूर्व अकाली पार्षद कमलजीत सिंह और रविंदर पाल सिंह उर्फ जॉनी कोहली (शिअद उपाध्यक्ष पंजाब) भी आप में शामिल हुए। उनके अलावा बलदेव सिंह बठोई (चेयरमैन ब्लॉक समिति सनौर), एडवोकेट मनबीर सिंह विर्क और शिवराज सिंह विर्क (राष्ट्रीय वरिष्ठ उपाध्यक्ष युवा अकाली दल) भी अकाली दल छोड़कर आप में शामिल हो गए। सभी नेताओं को पार्टी में शामिल कराने के बाद मुख्यमंत्री भगवंत मान ने अपने बयान में कहा कि पिछले दो साल में आप सरकार के काम से प्रभावित होकर पंजाब के हर वर्ग के लोग लगातार आम आदमी पार्टी से जुड़ रहे हैं और रंगला पंजाब बनाने में अपना योगदान दे रहे हैं।

नील गर्ग का परगट सिंह को दो टुक जवाब

आधी पंजाब कांग्रेस तो पहले से ही भाजपा में जा चुकी है

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

आम आदमी पार्टी (आप) पंजाब ने कांग्रेसी नेता प्रगट सिंह के बयान 'आप' भाजपा में शामिल होगी पर तीखा पलटवार करते इसे ग़ैर-ज़िमेदाराना ब्यान करार दिया और कहा कि वह पंजाब के लोगों को गुमराह करने की कोशिश कर रहे हैं।

पार्टी दफ़्तर से जारी बयान में 'आप' प्रवक्ता नील गर्ग ने कहा कि यह वही आम आदमी पार्टी है, जिसने हमेशा से ही भाजपा की तानाशाही और उसकी लोकतंत्र विरोधी गतिविधियों का डट कर विरोध किया है। भाजपा और नरेंद्र मोदी का विरोध करने के कारण आज हमारे कई नेता जेलों में हैं। हमारे राष्ट्रीय कनवीनर और दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविन्द केजरीवाल अपने ख़िलाफ़ झूठे मामलों के अंतर्गत जेल में हैं। नील गर्ग ने कहा कि हम यह लड़ाई अपने लोकतंत्र और संविधान को बचाने के लिए लड़ रहे हैं। प्रगट सिंह पर निशाना साधते नील गर्ग ने कहा कि आज पंजाब की 60 प्रतिशत कांग्रेस भाजपा में जा चुकी है, आपका पूर्व अध्यज्ञ अब भाजपा पंजाब का प्रधान है, आपका पूर्व मुख्यमंत्री आज भाजपा में है। इन लोक सभा चुनावों में भाजपा के कई उम्मीदवार कांग्रेस से आए हैं।

आप नेता ने प्रगट सिंह को सलाह दी कि वह 'आप' की चिंता करने की बजाए पंजाब कांग्रेस और इसके नेताओं की चिंता करें। हम इस लोकतंत्र को बचाने की ज़िम्मेदारी बाखूबी निभा रहे हैं। आम आदमी पार्टी भाजपा में नहीं जाएगी परन्तु कांग्रेसी नेता अपने बारे यह नहीं कह सकते।

ईवीएम और वीवीपेट मशीनों की पहली रैंडमाईज़ेशन हुई

सैगरीगेशन उपरांत 13 से 17 मई तक सहायक रिटर्निंग अधिकारियों को होगी वोटिंग मशीनों की बाँट

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

लोक सभा चुनाव- 2024 दौरान 1 जून को मतदान वाले दिन इस्तेमाल की जाने वाली इलैक्ट्रानिक वोटिंग मशीनों (ई.वी.एमज़) और वी.वी. पैट की आज ज़िला चुनाव अधिकारी-कम-डिप्टी कमिशनर डा. हिमांशु अग्रवाल की निगरानी में पहली रैंडमाईज़ेशन करवाई गई। इस दौरान अलग- अलग राजनीतिक पार्टियों के प्रतिनिधी भी मौजूद थे, जिनको विधानसभा हलका अनुसार अलाट की गई ई.वी.एमज़ और वी.पी.पेट मशीनों की वैरीफाई सूचियां प्रदान की गई। इस मौके ज़िला चुनाव अधिकारी ने राजनीतिक पार्टियों के प्रतिनिधियों को जानकारी देते हुए बताया कि कुल 2442 बैलट यूनिट, 2442 कंट्रोल यूनिट और 2637 वी.वी.पैट (रिज़र्व सहित) की हलका अनुसार बाँट के लिए रैंडमाईज़ेशन की प्रक्रिया एन.आई.सी. के ई.एम.एस. सॉफ्टवेयर के द्वारा अमल में लाई गई है।

उन्होंने बताया कि विधानसभा हलका फिल्लौर के लिए 302 बैलट यूनिट, 302 कंट्रोल यूनिट और 326 वी.वी. पैट मशीनें अलाट की गई है। इसी तरह नकोदर के लिए 315 बैलट यूनिट, 315 कंट्रोल यूनिट और 340 वी.वी. पैट, हलका शाहकोट के लिए 312 बैलट यूनिट, 312 कंट्रोल यूनिट और 337 वी.वी.पैट, करतारपुर के लिए 283 बैलट यूनिट, 283 कंट्रोल यूनिट और 305 वी.वी.पैट और हलका आदमपुर के लिए 263 बैलट यूनिट, 263 कंट्रोल यूनिट और 284 वी.वी.पैट मशीनें अलाट की गई है।

विधान सभा हलका जालंधर पश्चिमी के लिए 228 बैलट यूनिट, 228 कंट्रोल यूनिट, 246 वी.वी.पैट, जालंधर सैंट्रल के लिए 232 बैलट यूनिट, 232 कंट्रोल यूनिट और 251 वी.वी.पैट, जालंधर नार्थ के लिए 244 बैलट यूनिट, 244 कंट्रोल यूनिट और 264 वी.वी.पैट और विधान सभा हलका जालंधर छावनी के लिए 263 बैलट यूनिट, 263 कंट्रोल यूनिट और 284 वी.वी.पैट मशीनें अलाट की गई है। उन्होंने बताया कि इनमें से 20 प्रतिशत बैलट यूनिट, 20 प्रतिशत कंट्रोल यूनिट और 30 प्रतिशत वी.वी.पैट मशीनें विधान सभा हलका अनुसार आरक्षित रखी जाएंगी।

डा. हिमांशु ने आगे बताया कि रैंडमाईज़ेशन के बाद प्राप्त सूची अनुसार 3 से 10 मई तक सैगरीगेशन उपरांत इन मशीनों की राजनीतिक पार्टियों के प्रतिनिधियों की मौजूदगी में 13 से 17 मई तक ज़िला वेयर हाऊस से हलका अनुसार सहायक रिटर्निंग अधिकारियों को बाँट की जाएगी। डिप्टी कमिशनर ने बताया कि वोटिंग मशीनों की बूथ अनुसार बाँट के लिए दूसरी रैंडमाईज़ेशन 18 मई को होगी और लोक सभा चुनाव लड़ रहे उम्मीदवारों की सूची फ़ाईनल होने उपरांत 21 और 22 मई को मशीनों की तैयारी पूरी करवाई जाएगी।

डा. बीआर अम्बेडकर राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान जालंधर में रक्तदान शिविर

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

एकजुटता और मानवतावाद के एक उल्लेखनीय प्रदर्शन में, राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) के साथ मिलकर सामुदायिक सेवा क्लब और संस्थान स्वास्थ्य केन्द्र ने पीआईएमएस जालन्धर से हाथ मिलाकर 1 मई, 2024 को एक मेगा रक्तदान शिविर का आयोजन किया। डा बी आर अंबेडकर राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान जालन्धर के केंद्रीय परिसंवाद भवन में आयोजित इस कार्यक्रम में संकाय, छात्रों और कर्मचारियों की महत्वपूर्ण भागीदारी हुई। निदेशक, प्रो. बिनोद कुमार कनौजिया, कुलसचिव, प्रो. अजय बंसल, संकायाध्यक्ष, छात्र कल्याण, प्रो. अनीश सचदेवा, प्रो. रोहित मेहरा, एनएसएस समन्वयक डा किरण सिंह, चिकित्सा अधिकारी डॉ. तरुण सहगल और डॉ. सीताक्षी भाटिया, पीआईएमएस जालन्धर की डॉ. शीतल सहित अन्य संकाय सदस्यों की प्रतिष्ठित उपस्थिति ने इस अवसर को और अधिक गंभीरता प्रदान की।

संकाय, छात्र और कर्मचारियों सहित 110 से अधिक व्यक्तियों ने उदारतापूर्वक अपना रक्तदान किया, जिससे संस्थान में सहानुभूति और सामुदायिक समर्थन की भावना रेखांकित हुई।

नगर निगम जालंधर भ्रष्टाचार का अड्डा बना, भाजपा नेताओ ने लगाया आरोप

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

भारतीय जनता पार्टी के जिला अध्यक्ष सुशील शर्मा की अध्यक्षता में नगर निगम में हो रहे नए-नए भ्रष्टाचार को लेकर एक प्रेस वार्ता भाजपा के प्रदेश कार्यालय विजय रिजॉर्ट मकसूदा में संपन्न हुई जिसमें मुख्य रूप से उपस्थित वेस्ट विधानसभा क्षेत्र के विधायक शीतल अंगुराल, पूर्व विधायक एवं संसदीय सचिव व प्रदेश उपाध्यक्ष कृष्ण देव भंडारी, जालंधर लोकसभा के संयोजक एवं पूर्व जिला अध्यक्ष रमन पब्बी, सुभाष सूद, अमरजीत सिंह अमरी,पूर्व सीनियर डिप्टी मेयर कमलजीत सिंह भाटिया, जिला महामंत्री अशोक सरीन हिक्की, राजेश कपूर, भगवंत प्रभाकर, अमित भाटिया, तरुण कुमार, हितेश स्याल, मणि कुमार व अन्य उपस्थित थे।

इस मौके पर भाजपा जिला अध्यक्ष सुशील शर्मा ने नगर निगम जालंधर में नित्य नए हो रहे फर्जीवाड़े और भ्रष्टाचार की उच्च स्तरीय जांच की मांग की है जिसमें नगर निगम की वर्कशॉप में फर्जी ट्रैक्टर ट्रालियां चलाई गई नगर निगम के अफसर द्वारा फर्जी स्टाफ दिखाया गया फर्जी बैंक खाता दिखाए गए। सुशील शर्मा ने कहा कि नगर निगम जालंधर के अफसरों ने भ्रष्टाचार के नए-नए आयाम स्थापित किए हैं जिसकी जांच नगर निगम कमिश्नर को उच्च स्तरीय तरीके से करवा कर दोषी पाए जाने वाले लोगों के खिलाफ सख्त से सख्त कार्रवाई की जानी चाहिए। इस मौके पर वेस्ट विधानसभा क्षेत्र के विधायक शीतल अंगुराल ने नगर निगम कमिश्नर से मांग की है कि लोगों के खून पसीने की कमाई को जालंधर नगर निगम के अफसर भ्रष्टाचार में उड़ा रहे हैं, इस पर भी जल्द से जल्द कार्रवाई की जानी चाहिए पूर्व विधायक एवं संसदीय सचिव कृष्ण देव भंडारी ने भी नगर निगम में हो रहे भ्रष्टाचार पर अंकुश लगाने की मांग की। भंडारी ने कहा कि केंद्र सरकार द्वारा दिया गया करोड़ों रुपए का फंड भी नगर निगम में भ्रष्टाचार में उड़ाया।

5 मई को अनुराग ठाकुर आएंगे जालंधर

राकेश राठौर के नेतृत्व में हिमाचल परिवार संघ के पदाधिकारीयो ने की मीटिंग

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

भारतीय जनता पार्टी प्रदेश महामंत्री एवं जालंधर शहर के पूर्व मेयर राकेश राठौर के नेतृत्व में हिमाचल परिवार संघ द्वारा लोकसभा चुनावों की तैयारी हेतु जालंधर की हिमाचल परिवार संघ द्वारा एक बैठक का आयोजन किया जा रहा है जिसमें मुख्य रूप केंद्रीय कैबिनेट खेल युवा सूचना एवं प्रसारण मंत्री अनुराग ठाकुर की जे,सी,रिसोर्ट में 5 में को होने आगामी बैठक मैं भाग लेने के लिए शहर में आ रहे हैं उस सभा की तैयारियों का जायज़ा लेने के लिए एक मीटिंग प्रदेश महामंत्री राकेश राठौर के निवास स्थान पर की ।इस अवसर पर उन्होंने सभी को दिशा निर्देश देते हुए इस बैठक को सफल बनाने के लिए सुझाव भी लिये।राकेश राठौर ने कहा कि आज पूरे देश में मोदी लहर ने विरोधियों को शून्य कर दिया है। इस बैठक में मुख्य रूप से उपस्थित विजय ठाकुर, संजीव मिंटू, दविंदर मिंटू ,कुलबीर वनियाल, तेजपाल, रवि, बंटी, व परमार, उपस्थित थे

बस स्टैंड पर आयोजित रक्तदान कैंप में 101 लोगों ने किया रक्तदान

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

डिप्टी कमिश्नर-कम-जिला निर्वाचन अधिकारी कोमल मित्तल के नेतृत्व में पंजाब रोडवेज होशियारपुर डिपो की ओर से जिला रैडक्रास सोसायटी के सहयोग से बस स्टैंड होशियारपुर में जीवन के लिए रक्तदान, मजबूत लोकतंत्र के लिए मतदान विषय के अंतर्गत रक्तदान कैंप आयोजित किया गया। इस दौरान अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (सामान्य) राहुल चाबा ने पहुंच कर रक्तदानियों को सम्मानित करते हुए उनका हौंसला बढ़ाया। इस मौके पर उनके साथ डी.एस.पी अमरनाथ, रिजनल ट्रांसपोर्ट अधिकारी आऱएस गिल, जी.एम पंजाब रोडवेज होशियारपुर डिपो जसवीर सिंह कोटला, जिला स्वीप नोडल अधिकारी प्रीत कोहली, सहायक लोक संपर्क अधिकारी लोकेश कुमार भी मौजूद थे।

स्वीप गतिविधि के अंतर्गत करवाए गए रक्तदान कैंप में 101 रक्तदानियों ने रक्तदान किया। इस मौके पर ए.डी.सी राहुल चाबा ने कहा कि स्वस्थ शरीर के लिए रक्तदान और लोकतंत्र की मजबूती के लिए मतदान बहुत ही जरूरी है। इसलिए रक्तदान और मतदान दोनों जरूर करना चाहिए। उन्होंने कहा कि मजबूत लोकतंत्र के लिए अधिक से अधिक मतदाताओं का अपने वोटिंग अधिकार के प्रति जागरुक होना जरुरी है। उन्होंने कहा कि निर्वाचन प्रक्रिया में मतदाताओं की जागरूकता एवं नैतिक सहभागिता को विकसित करना महत्वपूर्ण पहलू है, जिसके अंतर्गत मतदाताओं को उनके मताधिकार के प्रति जागरूक व प्रोत्साहित किया जा रहा है।

उन्होंने कहा कि 1 जून को देश में चुनाव का पर्व है और सभी इस दिन अपने मताधिकार का जरुर प्रयोग करें। उन्होंने आमजनों से रक्तदान की अपील करते हुए कहा कि रक्तदान एक महान काम है और हमारी समृद्ध संस्कृति और सेवा और सहयोग की परंपरा का हिस्सा है। रक्तदान से न केवल राष्ट्रीय आवश्यकता पूरी होती है बल्कि यह समाज एवं मानवता प्रति एक बड़ी सेवा भी है।

सिविल सर्जन ने की स्वास्थ्य सेवाओं की समीक्षा

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

सिविल सर्जन डॉ. जगदीप चावला ने गुरुवार को सिविल सर्जन कार्यालय में जिला कार्यक्रम अधिकारियों और जिले के सभी वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारियों के साथ बैठक की। सिविल सर्जन द्वारा जिले के सरकारी स्वास्थ्य संस्थानों की प्रगति रिपोर्ट पढ़ी गई तथा सभी सीनियर मैडीकल अधिकारियों द्वारा स्वास्थ्य संस्थानों में लोगों को दी जा रही सेहत सेवाओं संबंधी जानकारी ली गई। इसके बाद उन्होंने स्वास्थ्य सेवाओं की समीक्षा की और स्टाफ को जरूरी निर्देश दिए।

बैठक के दौरान सिविल सर्जन डॉ. जगदीप चावला ने जिले में स्वास्थ्य सेवाओं को जन-जन तक पहुंचाने के लिए किये जा रहे कार्यो की समीक्षा की तथा विभिन्न स्वास्थ्य कार्यक्रमों के संबंध में आवश्यक रिपोर्टिंग समय पर जिला मुख्यालय को भेजने के निर्देश दिया। उन्होंने कहा कि यह सुनिश्चित किया जाए कि स्वास्थ्य संस्थानों को दवाओं की उपलब्धता के संबंध में पूरी जानकारी रहे। इसके साथ ही उन्हें स्वास्थ्य संस्थानों में साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखना चाहिए। जिला परिवार कल्याण अधिकारी डॉ. मनदीप कौर ने गर्भवती महिलाओं की 100 प्रतिशत प्रसव पूर्व जांच सुनिश्चित करने और उच्च जोखिम वाले मामलों का फॉलोअप सुनिश्चित करने को कहा। जिला टीकाकरण अधिकारी डॉ. राकेश चोपड़ा और निगरानी चिकित्सा अधिकारी (डब्ल्यूएचओ) डॉ. गगन शर्मा द्वारा सभी एसएमओ को अपने अधिकार क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले स्लम क्षेत्रों एवं शहर से सटे स्लम क्षेत्रों में नियमित टीकाकरण पर विशेष ध्यान देने को कहा गया। इस मौके डिप्टी मेडिकल कमिश्नर डॉ. ज्योति शर्मा, जिला डेंटल स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. बलजीत कौर रूबी, सहायक स्वास्थ्य अधिकारी डा. सतजीत कौर, जिला महामारी विशेषज्ञ डॉ. शोभना बंसल एवं अन्य वरिष्ठ चिकित्सा अधिकारी उपस्थित थे।

टी20 वर्ल्ड कप 2024 : रोहित व अजीत अगरकर ने प्रेस कॉन्फ्रेंस में दिए कई सवालों के जवाब

मुंबई. आगामी टी20 वर्ल्ड कप 2024 को लेकर भारतीय टीम घोषित हो चुकी है। वहीं गुरुवार को चीफ सेलेक्टर अजीत अगरकर और कप्तान रोहित शर्मा ने प्रेस कॉन्फ्रेंस में हिस्सा लिया। इस दौरान उन्होंने कई सवालों के जवाब भी दिए। इनमें केएल राहुल को ड्रॉप किए जाने से लेकर रिंकू सिंह को मौका नहीं मिलना और विराट कोहली के स्ट्राइक रेट पर भी उन्होंने अपना मत रखा।

जब चीफ सेलेक्टर अजीत अगरकर से मीडिया ने पूछा कि केएल राहुल को ड्रॉप क्यों किया ? तो इस पर उन्होंने कहा कि, हमें बीच में एक खिलाड़ी की जरूरत थी। केएल राहुल टॉप पर बल्लेबाजी कर रहे हैं। संजू ने

फोटो-बीसीसीआई

अच्छा प्रदर्शन किया है और यहां तक कि ऋषभ पंत भी नंबर 5 पर बल्लेबाजी कर रहे हैं। हालांकि, ये इस बारे में नहीं है कि कौन बेहतर है और कौन नहीं? लेकिन पंत और संजू ने निचले क्रम में बल्लेबाजी करने में ज्यादा समय बिताया है। रिंकू सिंह को टीम में मौका नहीं दिए जाने पर अगरकर ने कहा कि रिंकू सिंह ने कुछ गलत नहीं किया है। उन्हें ड्रॉप करना सबसे मुश्किल फैसला था, उनकी कोई गलती नहीं है। ये दुर्भाग्यपूर्ण है। भारतीय चीफ सेलेक्टर अजीत अगरकर ने हार्दिक पंड्या को लेकर कहा कि वह लंबी छुट्टी के बाद आए हैं। मुंबई इंडियंस के पहले मैच से पहले हमारे पास एक महीने से ज्यादा का समय है। हम जानते हैं कि वह क्या लेकर आते हैं और टीम को कितना संतुलन देते हैं। सौभाग्य से वह इस आईपीएल में ठीक हो गए हैं।

टीम इंडिया के कप्तान रोहित शर्मा ने शिवम दुबे के चयन पर बताया कि हमार टॉप ऑर्डर आक्रमक बल्लेबाजी करता है और ये बुरा नहीं है। हम चाहते थे कि मिडिल ओवरों में भी कोई इसी तरह की भूमिका निभाए और फ्री होकर खेले। हमने आईपीएल में शिवम दुबे के प्रदर्शन के आधार पर उनका चयन किया।

टी20 वर्ल्ड कप 2024 के लिए भारत की टीम

रोहित शर्मा (कप्तान), यशस्वी जायसवाल, विराट कोहली, सूर्यकुमार यादव, ऋषभ पंत (विकेटकीपर), शिवम दुबे, हार्दिक पंड्या (उप-कप्तान), रवींद्र जडेजा, अक्षर पटेल, कुलदीप यादव, जसप्रीत बुमराह, अर्शदीप सिंह, युजवेंद्र चहल, संजू सैमसन (विकेटकीपर), मोहम्मद सिराज। रिजर्व: शुभमन गिल, रिंकू सिंह, खलील अहमद, आवेश खान।

टी20 वर्ल्ड कप का ग्रुप: ग्रुप ए- भारत, पाकिस्तान, आयरलैंड, कनाडा, यूएसए। ग्रुप बी- इंग्लैंड, ऑस्ट्रेलिया, नामीबिया, स्कॉटलैंड, ओमान। ग्रुप सी- न्यूजीलैंड, वेस्टइंडीज, अफगानिस्तान, युगांडा, पापुआ न्यू गिनी। ग्रुप डी- साउथ अफ्रीका, श्रीलंका, बांग्लादेश, नीदरलैंड्स, नेपाल।

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.