प्रेरणा
घड़ी को सिर्फ देखो मत बल्कि वह करो जो घड़ी करती है बस चलते रहो..।

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-6 • 16 AUGUST TO 22 AUGUST 2024 • VOLUME 04 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE CONSULTING DESIGN TRAINING
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

पीएम मोदी ने लाल किले की प्राचीर से राष्ट्र को किया संबोधित, बोले-

देश की मांग अब सेक्यूलर सिविल कोड

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 78वें स्वतंत्रता दिवस पर प्रतिष्ठित लाल किले की प्राचीर से राष्ट्र को संबोधित करते हुए कहा कि 2047 तक भारत को एक विकसित राष्ट्र बनाने का उनका सपना देश के 140 करोड़ लोगों के संकल्प और सपनों का प्रतिबिंब है। प्रधानमंत्री मोदी ने अपनी तीसरी सरकार के पहले स्वतंत्रता दिवस संबोधन में कहा कि हम अपने संकल्प के साथ 2047 तक भारत को एक विकसित राष्ट्र बनाने में सक्षम हैं। प्रधानमंत्री ने कहा कि देश की मौजूदा आबादी में 140 करोड़ भारतीयों का खून है जिन्होंने औपनिवेशिक शासन को उखाड़ फेंका। उन्होंने कहा कि अगर 140 करोड़ लोग एक साथ मिलकर काम करें तो भारत 2047 तक आसानी से विकसित देश बन सकता है।

प्रधानमंत्री मोदी ने भारत के स्वतंत्रता आंदोलन का नेतृत्व करने वाले स्वतंत्रता सेनानियों के बलिदान को भी याद किया। उन्होंने कहा कि देश स्वतंत्रता सेनानियों का ऋणी है, यह उनके बलिदान को याद करने का दिन है। उन्होंने कहा कि आज वह शुभ दिन है जब हम देश और इसकी आजादी के लिए अपने प्राणों की आहुति देने वालों को नमन करते हैं। उन 'आजादी के दीवाने' ने हमें यह स्वतंत्रता दिवस मनाने का सौभाग्य दिया। पीएम ने कहा कि जल जीवन मिशन के तहत इतने कम समय में नए 12 करोड़ परिवारों को जल जीवन मिशन के तहत नल से जल पहुंच रहा है। आज 15 करोड़ परिवार इसके लाभार्थी बन चुके हैं। हमने वोकल फॉर लोकल का मंत्र दिया। हर डिस्ट्रिक्ट अपनी पैदावर के लिए गर्व करने लगा है। वन डिस्ट्रिक्ट

वन प्रोडक्ट का माहौल बना है। अब वन डिस्ट्रिक्ट वन प्रोडक्ट को वन डिस्ट्रिक्ट का वन प्रोडक्ट एक्सपोर्ट कैसे हो उस दिशा में सभी जिले सोचने लगे हैं।

उन्होंने कहा कि देश की मांग है कि अब देश में एक सेक्यूलर सिविल कोड हो, हमने कॉम्युनल सिविल कोड में 75 साल बिताएं हैं। अब हमें सेक्यूलर सिविल कोड की तरफ जाना होगा, और तब जाकर के देश में धर्म के आधार पर जो भेदभाव हो रहें हैं, सामान्य नागरिकों को दूरी महसूस होती है, उससे हमें मुक्ति मिलेगी। मैं देश में एक चिंता के बारे में हमेशा कहता हूं परिवारवाद, जातिवाद भारत के लोकतंत्र को बहुत नुकसान कर रहा है। देश को, राजनीति को हमें परिवारवाद और जातिवाद से मुक्ति दिलानी होगी। हम जल्द से जल्द देश में राजनीतिक जीवन में, शुरूआत में जनप्रतिनिधि के रूप में एक लाख ऐसे नौजवानों को आगे लाना चाहते हैं जिनके परिवार में किसी का भी कोई राजनीतिक बैकग्राउंड न हो। बार-बार चुनाव, इस देश की प्रगति में रूकावट बन रहे हैं, गतिरोध पैदा कर रहे हैं। आज किसी भी योजना को चुनाव के साथ जोड़ देना आसान हो गया है। ऐसे में वन नेशन वन इलेक्शन के लिए देश को आगे आना होगा। हर काम को चुनाव के रंग से रंग दिया गया है। इस पर देश में व्यापक चर्चा हुई है। सभी राजनीति दलों ने अपने विचार रखे हैं। एक कमेटी ने बहुत बढ़िया अपना रिपोर्ट तैयार किया है।

मैंने पहले भी कहा था कि मेरे तीसरे टर्म में देश तीसरी इकॉनमी तो बनेगा ही, लेकिन मैं तीन गुना काम करूंगा। मैं देशवासियों को आह्वान करता हूं, हमारे पूर्वजों ने जो सपनें देखे थे, उन सपनों को हम संकल्प बनाएं, अपने सपनों को जोड़े, अपने पुरूषार्थ को जोड़े और 21वीं सदी जो भारत की सदी है, उस सदी में स्वर्णिम भारत बना करके रहें।

देश में, इतना महान संविधान हमारे पास होने के बावजूद भी कुछ ऐसे लोग निकल रहे हैं जो भ्रष्टाचार का महिमामंडन कर रहे हैं। भ्रष्टाचारियों की स्वीकार्यता बढ़ाने का जो निरंतर प्रयास चल रहा है, वो स्वस्थ समाज के लिए बहुत बड़ी चुनौती बन गया है, बहुत बड़ी चिंता का विषय बन गया है। बांग्लादेश में जो कुछ भी हुआ है, उसको लेकर पड़ोसी देश के नाते चिंता होना, मैं इसको समझ सकता हूं। मैं आशा करता हूं कि वहां पर हालात जल्द ही सामान्य होंगे। खासकर के 140 करोड़ देशवासियों की चिंता कि वहां हिंदू, वहां के अल्पसंख्यक, उस समुदाय की सुरक्षा सुनिश्चित हो।

श्रीलंकाई नौसेना द्वारा गिरफ्तार 17 भारतीय मछुआरों को वापस भारत भेजा

नई दिल्ली. श्रीलंकाई जल क्षेत्र में कथित रूप से अवैध तरीके से मछली पकड़ने के दौरान श्रीलंका की नौसेना द्वारा गिरफ्तार किए गए 17 भारतीय मछुआरों को बुधवार को वापस भेज दिया गया। भारतीय मिशन ने यह जानकारी दी। यह घटना 21 भारतीय मछुआरों की गिरफ्तारी के कुछ ही दिन बाद हुआ, जिन्हें श्रीलंकाई नौसेना ने गिरफ्तार किया था और दो अगस्त को कोलंबो से चेन्नई वापस भेज दिया।

बुधवार को श्रीलंका स्थित भारतीय मिशन ने सभी मछुआरों की तस्वीर के साथ सोशल मंच एक्स पर एक पोस्ट में लिखा कि घर की ओर बढ़ रहे हैं। 17 भारतीय मछुआरों को श्रीलंका से सफलतापूर्वक वापस भेज दिया गया है। मछुआरों का मुद्दा द्विपक्षीय संबंधों में एक विवादास्पद विषय है, जिसमें श्रीलंकाई नौसेना के कर्मियों ने पाक जलसंधि क्षेत्र में भारतीय मछुआरों पर गोली चलाई और श्रीलंकाई जलक्षेत्र में अवैध रूप से प्रवेश करने की कई कथित घटनाओं में उनकी नौकाओं को जब्त कर लिया। श्रीलंका का दावा है कि भारतीय अधिकारी भी इसी तरह का रवैया अपनाते हैं। पाक जलसंधि क्षेत्र दोनों देशों के मछुआरों के लिए एक समृद्ध मछली पकड़ने का क्षेत्र है। यहां अक्सर अनजाने में एक-दूसरे के जलक्षेत्र में प्रवेश करने के कारण गिरफ्तार कर लिया जाता है।

मुख्यमंत्री ने पर्यावरण की रक्षा के लिए पंजाबियों को जन आंदोलन चलाने का किया आह्वान

स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर जालंधर के गुरु गोबिंद सिंह स्टेडियम में राज्य स्तरीय समारोह के दौरान फहराया तिरंगा

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने आज सभी पंजाबियों से महान गुरु साहिबानों की शिक्षाओं का पालन करते हुए दूषित होते पर्यावरण की रोकथाम के लिए व्यापक जन आंदोलन चलाने का आह्वान किया। यहां गुरु गोबिंद सिंह स्टेडियम में 78वें स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर राज्य स्तरीय समारोह के दौरान राष्ट्रीय ध्वज फहराने के बाद अपने संबोधन में मुख्यमंत्री ने राष्ट्रीय स्वतंत्रता संग्राम में पंजाबियों के अद्वितीय योगदान को याद किया। उन्होंने कहा कि आजादी आंदोलन के दौरान पंजाबियों ने सबसे अधिक बलिदान दिए हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि देश की खातिर शहादत प्राप्त करने वाले और पंजाब से निर्वासित होने वालों में 80 प्रतिशत से अधिक लोग पंजाब के थे। उन्होंने कहा कि बाबा राम सिंह, शहीद भगत सिंह, राजगुरु, सुखदेव, लाला लाजपत राय, शहीद उधम सिंह, करतार सिंह सराभा, दीवान सिंह कालेपानी और अन्य महान नायकों ने आजादी प्राप्त करने के लिए अपने खून की एक-एक बूंद बहा दी।

भगवंत सिंह मान ने कहा कि पंजाबियों ने आजादी के बाद भी देश की एकता, अखंडता और संप्रभुता की रक्षा के लिए हमेशा अग्रणी भूमिका निभाई है। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य के मेहनतकश किसानों ने देश में हरित क्रांति लाने में सबसे अधिक योगदान दिया, जिससे देश अनाज के मामले में आत्मनिर्भर बना। उन्होंने कहा कि देश के अन्न भंडार की सुरक्षा के लिए पंजाब के किसानों को बहुत बड़ी कीमत भी चुकानी पड़ी क्योंकि उन्होंने पानी और उपजाऊ जमीन जैसे बहुमूल्य संसाधनों को भी दांव पर लगा दिया। भगवंत सिंह मान ने कहा कि पंजाब के किसानों के बड़े योगदान के कारण आज भारत दूसरे देशों को अनाज निर्यात कर रहा है, जबकि 1960 के

दशक के दौरान हम अनाज के लिए अन्य देशों की दया पर थे।

मुख्यमंत्री ने कहा कि देश तभी प्रगति कर सकता है जब पंजाब समृद्धि और विकास के मामले में अग्रणी भूमिका निभाए। उन्होंने कहा कि इन दिनों प्रदूषण को रोकना गंभीर चुनौती है, इसलिए हर पंजाबी को इस समस्या से मुक्ति पाने के लिए अधिक से अधिक योगदान देना चाहिए। गुरबानी की पंक्ति 'पवन गुरु, पानी पिता, माता धरत महत' का हवाला देते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि महान गुरुओं ने हवा (पवन) को गुरु, पानी को पिता और जमीन (धरती) को माता का दर्जा दिया है। भगवंत सिंह मान ने कहा कि अब समय आ गया है, जब हमें राज्य के पर्यावरण को बचाने का संकल्प लेते हुए राज्य के प्राचीन गौरव को बहाल करने के लिए गुरुवाणी की शिक्षाओं को अपने जीवन में धारण करना चाहिए। उन्होंने कहा कि हमें सभी को पर्यावरण की रक्षा के लिए व्यापक अभियान शुरू करना चाहिए ताकि हम अपनी आने वाली पीढ़ियों को प्रदूषण मुक्त वातावरण दे सकें। भगवंत सिंह मान ने कहा कि राज्य सरकार इस नेक कार्य के लिए कोई कसर नहीं छोड़ेगी और पंजाब जल्द ही हरा-भरा और प्रदूषण मुक्त होगा।

इस दौरान मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने नशों के खिलाफ सख्त कार्रवाई शुरू की हुई है और इस संबंध में किसी प्रकार की रियायत नहीं बरती जाएगी।

हसीना और नौ अन्य लोगों के खिलाफ नरसंहार और मानवता के खिलाफ अपराध की जांच शुरू

ढाका. बांग्लादेश के अंतरराष्ट्रीय अपराध न्यायाधिकरण ने पूर्व प्रधानमंत्री शेख हसीना और

नौ अन्य लोगों के खिलाफ नरसंहार और मानवता के खिलाफ अपराध के आरोपों की जांच शुरू कर दी है। हसीना पर ये आरोप 15 जुलाई से पांच अगस्त के बीच उनकी सरकार के खिलाफ छात्रों के व्यापक आंदोलन के दौरान हुई घटनाओं को लेकर हैं।

हसीना, अवामी लीग के महासचिव और पूर्व सड़क परिवहन एवं पुल मंत्री ओबैदुल कादर, पूर्व गृह मंत्री असद-उज-जमां खान कमाल और पार्टी के कई अन्य प्रमुख लोगों के खिलाफ बुधवार को बांग्लादेश के अंतरराष्ट्रीय अपराध न्यायाधिकरण की जांच एजेंसी के साथ शिकायत दर्ज कराई गई।

'ढाका ट्रिब्यून' समाचार पत्र की खबर के अनुसार, शिकायतकर्ता के वकील गाजी एमएच तमीम ने बृहस्पतिवार को न्यायाधिकरण द्वारा जांच शुरू किये जाने की पुष्टि की। उन्होंने कहा कि एजेंसी ने बुधवार रात मामले की जांच शुरू कर दी।

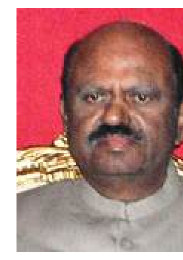
याचिका में शेख हसीना के नेतृत्व वाली अवामी लीग और उसके सहयोगी संगठनों के भी नाम हैं। नौवीं कक्षा के छात्र आरिफ अहमद सियाम के पिता बुलबुल कबीर ने यह याचिका दायर की है। आरिफ की आरक्षण विरोधी छात्र आंदोलन के दौरान मौत हो गई थी। कबीर ने अपनी याचिका में हसीना और अन्य पर छात्र प्रदर्शनकारियों के खिलाफ हिंसक कार्रवाई करने का आरोप लगाया। बांग्लादेश की अंतरिम सरकार ने एक जुलाई से पांच अगस्त के बीच की अवधि के दौरान हुई हत्याओं से जुड़े मामलों की सुनवाई अंतरराष्ट्रीय अपराध न्यायाधिकरण द्वारा किये जाने की घोषणा की थी। यह शिकायत उसी दिन दर्ज कराई गई।

शिवपुरी मंदिर में घुसे चोर शिवलिंग को खंडित कर चले गए

खन्ना. पंजाब के खन्ना में बुधवार रात को शिवपुरी मंदिर में चोरी करने आए 2 चोर शिवलिंग को खंडित कर चले गए। चोरों ने मूर्तियों के आभूषण और वस्त्र उतारे और दानपात्र खाली कर दिए। उनकी यह करतूत मंदिर में लगे सीसीटीवी कैमरों में कैद हुई है। शिवलिंग और मूर्तियां खंडित करने की जानकारी मिलने के बाद गुरुवार सुबह हिंदू संगठनों ने इस पर रोष जताया। उन्होंने दिल्ली-अमृतसर हाईवे जाम कर दिया जो 5 घंटे तक बंद रहा। इस मामले में कार्रवाई करने पर एक एसएचओ को सस्पेंड कर दिया गया है। नेशनल हाईवे पर हो रहे प्रदर्शन में कांग्रेस नेता अमरिंदर सिंह राजा वडिंग और शिअद प्रमुख सुखबीर सिंह बादल भी पहुंचे। उन्होंने प्रदेश की कानून व्यवस्था पर सवाल उठाए।

आरजी कर मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल के दौरे के बाद बोले राज्यपाल- तोड़फोड़ की घटना समाज के लिए शर्म की बात

कोलकाता. पश्चिम बंगाल के राज्यपाल सीवी आनंद बोस ने गुरुवार को कहा कि यहां आरजी कर मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल में हुई तोड़फोड़ की घटना नागरिक समाज के लिए शर्म की बात है। अज्ञात बदमाशों ने उस अस्पताल के एक हिस्से में तोड़फोड़ की, जहां पिछले सप्ताह एक महिला डॉक्टर के साथ कथित दुष्कर्म एवं हत्या की घटना हुई थी। बोस ने गुरुवार दोपहर को स्थिति का जायजा लेने के लिए अस्पताल का दौरा किया। उन्होंने वहां प्रदर्शनकारी डॉक्टरों से बात की और राज्य में महिलाओं की सुरक्षा को लेकर चिंता जताई। बोस ने अस्पताल में संवाददाताओं से कहा कि कल हुई तोड़फोड़ की घटना सभ्य समाज के लिए शर्म की बात है। यह पूरी मानवता के लिए शर्म की बात है कि युवतियां सुरक्षित नहीं हैं। इस खून-खराबे को अब और नहीं चलने दिया जाएगा। इसे अवश्य ही रोका जाना चाहिए। उन्होंने छात्र-छात्राओं से



कहा कि मैं आपके साथ हूं और हम इस समस्या को सुलझाने के लिए मिलकर काम करेंगे। मैं आपको न्याय का आश्वासन देता हूं। मेरे कान और आंखें खुली हैं।

राज्यपाल ने उस आपातकालीन विभाग का भी निरीक्षण किया, जिसमें तोड़फोड़ की गई थी। वहीं, नयी दिल्ली में भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी (भाकपा) की नेता एनी राजा ने भी अस्पताल में भीड़ द्वारा की गई तोड़फोड़ की निंदा की। राजा ने इस बात पर अफसोस जताया कि ऐसी घटनाओं के बाद राजनीतिक आरोप-प्रत्यारोप का दौर चलता है, लेकिन महिलाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए कोई ठोस कार्रवाई नहीं की जाती।

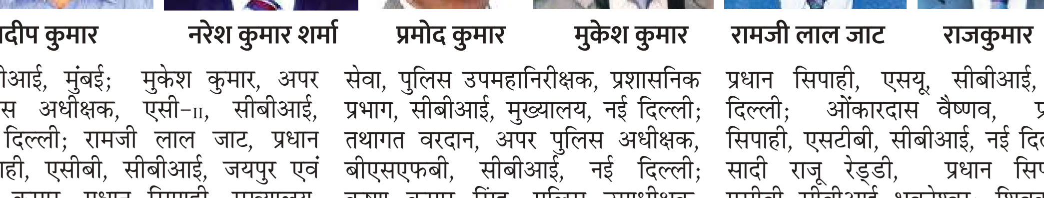
भारतीय राष्ट्रीय महिला महासंघ (एनएफआईडब्ल्यू) की महासचिव एनी राजा ने कहा कि हम कल रात भीड़ द्वारा की गई तोड़फोड़ की निंदा करते हैं। इसे किसे रोकना चाहिए था? कानून-व्यवस्था की स्थिति के लिए कौन जिम्मेदार है? यह जिम्मेदारी राज्य सरकार की है। उन्होंने कहा कि एक संवेदनशील अस्पताल होने के नाते उन्हें इस बात का विशेष ध्यान रखना चाहिए था कि ऐसी कोई घटना न घटे।

सीबीआई के 18 अधिकारियों एवं कार्मिकों का विशिष्ट सेवा तथा सराहनीय सेवा पदक से सम्मान

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

स्वतन्त्रता दिवस, 2024 के अवसर पर राष्ट्रपति द्वारा केन्द्रीय अन्वेषण ब्यूरो के 18 अधिकारियों व कार्मिकों को विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पुलिस पदक तथा सराहनीय सेवा हेतु पुलिस पदक प्रदान किए गए हैं। 6 अधिकारियों/कार्मिकों को विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति पुलिस पदक जबकि 12 अन्य अधिकारियों/कार्मिकों को सराहनीय सेवा हेतु पुलिस पदक प्राप्तकर्ताओं के नाम निम्नानुसार है :

विशिष्ट सेवा हेतु राष्ट्रपति पुलिस पदक : प्रदीप कुमार के, पुलिस अधीक्षक, एसीबी, सीबीआई, जम्मू; नरेश कुमार शर्मा, अपर पुलिस अधीक्षक, एसयू, सीबीआई, नई दिल्ली; प्रमोद कुमार, अपर पुलिस अधीक्षक, एसीबी,



प्रदीप कुमार | नरेश कुमार शर्मा | प्रमोद कुमार | मुकेश कुमार | रामजी लाल जाट | राजकुमार

सीबीआई, मुंबई; मुकेश कुमार, अपर पुलिस अधीक्षक, एसी-II, सीबीआई, नई दिल्ली; रामजी लाल जाट, प्रधान सिपाही, एसीबी, सीबीआई, जयपुर एवं राज कुमार, प्रधान सिपाही, मुख्यालय, सीबीआई, नई दिल्ली

सराहनीय सेवा हेतु पुलिस पदक: विजयेंद्र बिदरी, भा.पु.सेवा, संयुक्त निदेशक, आईपीसीयू एंड समन्वय (तत्कालीन डीआईजी), सीबीआई, नई दिल्ली; मोहम्मद सुवेज़ हक, भा.पु. सेवा, पुलिस उपमहानिरीक्षक, प्रशासनिक प्रभाग, सीबीआई, मुख्यालय, नई दिल्ली; तथागत वरदान, अपर पुलिस अधीक्षक, बीएसएफबी, सीबीआई, नई दिल्ली; कृष्ण कुमार सिंह, पुलिस उपाधीक्षक, एसीबी, सीबीआई, रांची; दर्शन सिंह, निरीक्षक, मुख्यालय, सीबीआई, नई दिल्ली; सत्यजीत हलदर, सहायक पुलिस निरीक्षक, एसीबी, सीबीआई, कोलकाता; लालता प्रसाद, प्रधान सिपाही, एससी-II, सीबीआई, नई दिल्ली; सुभाष चंद, प्रधान सिपाही, एसयू, सीबीआई, नई दिल्ली; ओंकारदास वैष्णव, प्रधान सिपाही, एसटीबी, सीबीआई, नई दिल्ली; सादी राजू रेड्डी, प्रधान सिपाही, एसीबी, सीबीआई, भुवनेश्वर; शिवकुमार सुब्रमण्यन, सिपाही, एसटीबी, सीबीआई, चेन्नई एवं संपदा संजीव रेवणकर, आशुलिपिक श्रेणी-I, बीएसएफबी, सीबीआई, मुंबई। पुरस्कार विजेताओं के नाम एवं फोटोग्राफ वेबसाइट www.cbi.gov.in पर भी उपलब्ध हैं।

दिल्ली के मुख्यमंत्री के आवास पर नहीं फहराया जा सका तिरंगा, सुनीता केजरीवाल ने जताया दुख

नई दिल्ली. दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल की पत्नी सुनीता केजरीवाल ने गुरुवार को कहा कि वह इस बात से दुखी हैं कि उनके पति के जेल में होने के कारण मुख्यमंत्री आवास पर राष्ट्रध्वज नहीं फहराया जा सका। सुनीता केजरीवाल ने कहा कि तानाशाही किसी निर्वाचित मुख्यमंत्री को जेल में तो डाल सकती है लेकिन वह उसके दिल में देशभक्ति को नहीं रोक सकती। उन्होंने सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर लिखा कि स्वतंत्रता दिवस पर मुख्यमंत्री आवास पर तिरंगा नहीं फहराया गया। बहुत अफसोस रहा। यह तानाशाही एक चुने हुए मुख्यमंत्री को जेल में रख सकती है लेकिन दिल में देशप्रेम को कैसे रोक पाएगी।

आम आदमी पार्टी (आप) की नेता एवं मंत्री आतिशी ने आरोप लगाया कि केजरीवाल को गलत तरीके से फंसाया गया है। उन्होंने एक्स पर लिखा कि आज स्वतंत्रता दिवस है, जब 1947 में भारत को अंग्रेजों की तानाशाही से आजादी मिली थी। सैकड़ों स्वतंत्रता सेनानियों ने लाठियां खायीं, जेल गये और अपनी जान की कुर्बानी दी- हमें यह आजादी दिलवाने के लिए। उन्होंने कहा कि उनके सपनों में भी ऐसा विचार नहीं आया होगा कि एक दिन, आजाद भारत में

एक चुने हुए मुख्यमंत्री को झूठे मुकद्दमे में फंसा कर महीनों तक जेल में रखा जाएगा।

आतिशी ने कहा कि आइए, इस स्वतंत्रता दिवस पर हम यह प्रण लेते हैं कि आखिरी सांस तक तानाशाही के खिलाफ लड़ते रहेंगे। केजरीवाल दिल्ली की आबकारी नीति में कथित घोटाले से जुड़े धनशोधन मामले में तिहाड़ जेल में हैं। उन्हें 21 मार्च को प्रवर्तन निदेशालय ने गिरफ्तार किया था। उन्हें जून में केंद्रीय अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) ने जेल से गिरफ्तार किया था। दिल्ली के मुख्यमंत्री को निदेशालय द्वारा दर्ज आबकारी नीति मामले में पहले ही जमानत मिल चुकी है। सीबीआई मामले में उन्हें अभी जमानत नहीं मिली है।

लॉन्ग वीकेंड के लिए बनाएं इन जगहों पर घूमने का प्रोग्राम

TRAVELLING

अगस्त के महीने में लॉन्ग वीकेंड मिल रहा है। अगर इन छुट्टियों के लिए आपने घूमने-फिरने की प्लानिंग नहीं की है तो इन जगहों पर घूमने का प्लान बनाएं।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

ऑफिस में काम करने वाले लोग अक्सर लॉन्ग वीकेंड का इंतजार करते हैं। अगस्त के महीने में ये इंतजार खत्म होगा। जी हां, बस एक दिन की छुट्टी लेकर आप 5 दिन की छुट्टियों पर जा सकते हैं। घूमने-फिरने के शौकीन लोग अक्सर इस तरह की छुट्टियों का इंतजार करते हैं। इस बार मिलने वाली छुट्टियां इतनी लंबी है कि आप आराम से अपने शहर के आसपास कहीं घूमने जा सकते हैं।अगर आपने अभी तक वीकेंड पर घूमने का कोई प्लान नहीं बनाया है तो आप फटाफट घूमने की प्लानिंग कर लें।

केसरोली, राजस्थान

हिल फोर्ट केसरोली अलवर के हेरिटेज होटलों में से एक है, जो 14वीं शताब्दी से अस्तित्व में है। ये जगह सूर्यास्त का मजा लेने के लिए बेस्ट है। हिल फोर्ट-केसरोली उन लोगों के लिए एक बेहतरीन प्लेस है जो दिल्ली में रहते हैं और आरामदायक वीकेंड बिताना चाहते हैं।

नैनीताल, उत्तराखंड

नैनीताल एक आकर्षक हिल स्टेशन है जो हिमालय में कुमाऊं है। 1938 मीटर की ऊंचाई पर स्थित ये शहर फेमस और काफी ज्यादा सुंदर है। इस जगह का नाम नैनी झील पर रखा गया है। यहां पर आप कई झीलों का मजा ले सकते हैं।

तत्तापानी, हिमाचल प्रदेश

हिमाचल प्रदेश का एक फेमस हिल स्टेशन तत्तापानी शिमला से 60 किलोमीटर दूर एक विचित्र गांव है। ये जगह सतलुज नदी के तट पर है। यहां पर गर्म सल्फर झरना काफी फेमस है। इस जगह के बारे में माना जाता है कि इसमें तनाव, जोड़ों के दर्द, थकान और दूसरे स्किन रोगों जैसी स्वास्थ्य संबंधी बीमारियों के लिए उपचारात्मक गुण हैं।

मुक्तेश्वर, उत्तराखंड

मुक्तेश्वर उत्तराखंड में नैनीताल से लगभग 50 किमी दूर एक छोटा सा पहाड़ी शहर है। साहसिक खेलों और हिमालय पर्वतमाला के सुंदर नजारों के लिए ये जगह काफी फेमस है। इस जगह का नाम 350 साल पुराने शिव मंदिर के नाम पर रखा गया है, जिसे मुक्तेश्वर धाम कहा जाता है।

चैल, हिमाचल प्रदेश

चैल शिमला के सबसे पास एक शांत हिल स्टेशन है। इस जगह को दुनिया के सबसे ऊंचे क्रिकेट मैदान, देवदार और पाइन के पेड़ों के बीच स्थित हेरिटेज होटल चैल पैलेस के लिए जाना जाता है।

BOLLYWOOD

करिश्मा तन्ना के घने बालों का राज है ये हेयर केयर रूटीन

करिश्मा तन्ना ने अपने बालों के लिए फॉलो किया जाने वाला हेयर केयर रूटीन फैंस के साथ शेयर किया था और उनके बालों को देख अंदाजा लगा सकते हैं कि होम रेमेडीज ने असर दिखाया है।

तस्वीर साभार Social Media

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

एक्ट्रेस करिश्मा तन्ना अपनी फिटनेस को लेकर काफी एक्टिव रहती हैं और इन दिनों योगा क्लासेज के बाहर स्पॉट हो जाती हैं। लेटेस्ट फोटोज में उनके घने, काले लहराते बाल दिख रहे हैं। जिसे देखकर लड़कियां जरूर सोच में पड़ जाएंगी कि आखिर इतने खूबसूरत बाल कैसे मिलेंगे। तो बता दें कि करिश्मा तन्ना ने खुद कुछ दिनों पहले अपने हेयर केयर रूटीन को शेयर किया था। जिसमे बेहद कॉमन होम रेमेडीज शामिल थी। तो आप भी इन चीजों को लगातार ट्राई कर बालों को झड़ने से रोक सकती हैं।

घने बालों के लिए करिश्मा तन्ना इन होम रेमेडीज का सहारा लेती हैं।

सबसे पहले करिश्मा तन्ना सप्ताह में दो से तीन बार बालों में रोजमेरी वाटर लगाती हैं। इस रोजमेरी वाटर को बनाना बेहद आसान है। बस रोजमेरी की पत्तियों पानी में उबालकर छान लें और ठंडा कर लें। ये स्प्रे सप्ताह में दो से तीन बार बालों को जड़ों में लगाएं।

सप्ताह में कम से कम दो बार बालों की जड़ों से लेकर सिरों तक ऑयलिंग करती हैं करिश्मा तन्ना।

तेल लगाने के बाद हल्के हाथों से ब्रश के जरिए मसाज करना नहीं भूलती करिश्मा तन्ना। स्कैल्प मसाज करने से ना केवल ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है बल्कि रिलैक्स महसूस होता है।

इसके अलावा बालों को सिल्की, सॉफ्ट और स्मूद बनाने के लिए बालों में कुछ बूंदें शहद और ऑलिव ऑयल की मिक्स करके करिश्मा लगाती हैं।

इस नेचुरल कंडीशनिंग मिक्सचर को लगाने के साथ ही वो बालों को करीब 15-20 मिनट के लिए स्टीम करना नहीं भूलती। आप बालों की स्टीम देने के लिए गर्म पानी में तौलिया को भिगोकर निचोड़ लें और बालों को बांध लें। सप्ताह में कम से कम एक बार ये नेचुरल मिक्सचर लगाना है।

इन सारे प्रोसेस को फॉलो कर आप भी आसानी से करिश्मा की तरह लंबे, घने और काले बाल पा सकते हैं।

अखरोट है ब्रेन के लिए सुपरफूड, जानें खरीदने और स्टोर करने का सही तरीका

मस्तिष्क को सेहतमंद रखने की ताकत रखने वाला अखरोट अपने भीतर और भी कई गुण छुपाए हुए है। इसका सेवन कैसे और कितनी मात्रा में करें, बता रही हैं कुकरी एक्सपर्ट सिमरन...

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

अखरोट का छिलका उतारकर कभी साबुत अखरोट देखा है आपने? उस अखरोट की बनावट बिल्कुल मस्तिष्क की तरह नहीं लगती? मजेदार बात यह है कि विभिन्न शोधों से यह बात साबित हो चुकी है कि नियमित तौर पर अखरोट खाने से दिमाग और ज्यादा बेहतर तरीके से काम करता है। अखरोट, जिसे अंग्रेजी में वॉलनट कहते हैं, एक ब्रेन फूड है। यह बाहर से पूरी तरह से सख्त और भीतर से मुलायम होता है।

यह एक सुपर फूड है, जिसके नियमित सेवन से हमें बेशुमार पोषण मिलता है। लेकिन अधिकांश लोगों का मानना है कि गर्मियों में इसका सेवन नहीं करना चाहिए क्योंकि इसकी तासीर गर्म होती है। पर, यह सोच बिल्कुल गलत है। यदि आप इसकी तासीर कम करना चाहती हैं, तो इसको भिगोकर खाना शुरू कर दें। अखरोट को भिगोकर खाने से इसको पचाना आसान हो जाता है, साथ ही शरीर में इसके सभी जरूरी पोषक तत्व भी पहुंचते हैं।

कितनी मात्रा में करें सेवन?

सवाल यह है कि प्रतिदिन कितने अखरोट का सेवन सही रहता है? इस विषय में नैचुरोपैथ डॉक्टर प्रकाश शर्मा कहते हैं कि जिस बच्चे का वजन 20 किलो है उसको प्रतिदिन एक अखरोट का ही सेवन करना चाहिए। यदि वजन 50 किलो है तो ढाई अखरोट, इस तरह अपने वजन के अनुपात में ही अखरोट का सेवन करें। पर, ध्यान रहे यदि उम्र 80 के ऊपर है तो प्रतिदिन एक या दो अखरोट का ही सेवन करना चाहिए। साथ ही इसे खूब चबा चबाकर खाना चाहिए क्योंकि इसका सेवन घुटनों के लिए भी फायदेमंद है। विशेषज्ञों का मानना है कि अखरोट को हमेशा भिगोकर ही खाना चाहिए क्योंकि इसके छिलके में भी जीवाणु होते है, जो भिगोने पर निकल जाते हैं। यदि खाली पेट अखरोट का सेवन किया जाए, तो यह स्वास्थ्य के लिए ज्यादा फायदेमंद होता है। यदि रात में सोने से पहले इसका सेवन किया जाए, तो नींद को बेहतर करने में मदद करता है।

यूं बनाएं आहार का हिस्सा

- अखरोट का इस्तेमाल मैं तीन तरीके से करती हूं, एक तो पाउडर के रूप में, दूसरा रोस्ट करके और तीसरा भिगोकर।
- यदि बच्चों को पौष्टिक भोजन देना है तो स्टफ

पूरी-परांठे के भरावन में अन्य सामग्री के साथ मैं थोड़ा-सा अखरोट पाउडर भी मिला देती हूं।
- मीठे दलिये में भी मैं अखरोट का पेस्ट मिला देती हूं। साथ ही कभी-कभी मैं भुने अखरोट को छोटा-छोटा काटकर सलाद में मिला देती हूं, लोगों को अच्छा लगता है ।
- यदि पनीर या शाही आलू बना रही हैं, तो उसमें काजू के पेस्ट की जगह अखरोट का पेस्ट भी इस्तेमाल कर सकती हैं। पौष्टिकता बढ़ेगी।
- अखरोट का पाउडर बनाने के लिए अखरोट को मैं सूखा ही रोस्ट कर लेती हूं। फिर चाहे तो ऐसे ही स्नैक्स की तरह खाएं अथवा पाउडर बनाकर इसका इस्तेमाल करें ।
- दो टुकड़े रोस्ट किए अखरोट के बीच में खजूर के पेस्ट लगाकर बंद कर दें। लड्डू की तरह बन जाएगा। इसको बड़े या बच्चों को दें उन्हें अच्छा लगेगा।
- बच्चा यदि अखरोट खाना पसंद नहीं करता है तो भीगे अखरोट का पेस्ट बनाएं और उसमें नारियल पाउडर और खजूर का पेस्ट मिलकर बच्चों को दूध के साथ खाने को दें। दिमाग तेज होगा।
- रोस्ट किए दरदरे अखरोट के पाउडर में अन्य मेवा व खजूर का पेस्ट डालकर लड्डू बनाकर रखें। लड्डू काफी दिनों तक इस्तेमाल योग्य रहते हैं स्वादिष्ट भी होते हैं।

यूं करें स्टोर

- अखरोट को ताजा बनाए रखने के लिए ठंडी जगह पर एयर टाइट डिब्बे में रखना चाहिए।
- यदि साबुत यानी छिलके वाले अखरोट खरीद रही हैं, तो वह हाथ में लेने पर भारी लगना चाहिए।
- लंबे समय तक सुरक्षित रखने के लिए जिप लॉक बैग का प्रयोग करें।

बड़ी हो रही बेटी को ऐसे करें शारीरिक बदलावों के लिए तैयार

जालंधर ब्रीज (फीचर) . बचपन की दहलीज लांघकर किशोरावस्था या यौवन में प्रवेश करना हर बच्चे के जीवन का एक महत्वपूर्ण और नया पड़ाव होता है। यह उम्र का ऐसा दौर है, जब माता-पिता को भावनात्मक रूप से अपने बच्चे का साथ देने की जरूरत होती है ताकि वह सहज होकर इस नए बदलाव के साथ तालमेल बैठा सके। ऐसे में मानसिक रूप से तैयार ना होने पर बच्चा और अभिवाभक दोनों ही इस बदलाव को असमान्य मानकर परेशान हो जाते हैं। विशेषज्ञों के अनुसार यह पूरी तरह एक सामान्य प्रक्रिया है और इसे सहजता से ही लेना चाहिए।

Parenting

क्या है प्रारंभिक यौवन?

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ के अनुसार एक बच्चे के वयस्क होने के दौर में जो शारीरिक बदलाव होते हैं, उसे यौवन में प्रवेश करना कहा जाता है। लड़कियों में यह परिवर्तन 8 से 13 साल के बीच और लड़कों में 9 से 14 वर्ष की आयु में दिखाई देने शुरू हो जाते हैं। लेकिन कुछ बच्चों में समय से पहले भी ये बदलाव दिखाई दे सकते हैं, जिसे प्रारंभिक यौवन कहा जाता है। शोध बताते हैं कि लड़कों की तुलना में लड़कियों में समय से पहले यौवन आने की संभावना 25 गुना ज्यादा होती है।

क्या होते हैं लक्षण?

शुरुआती स्तर पर प्रारंभिक यौवन की पुष्टि शारीरिक परीक्षण, खून की जांच तथा हड्डियों के एक्स-रे द्वारा की जा सकती है। कुछ ऐसे लक्षण होते हैं, जो शुरुआती स्तर पर ही दिखाई देने लगते हैं। उदाहरण के लिए लड़कियों में मासिक धर्म की शुरुआत, स्तनों के आकार में बदलाव, बगलों और गुप्तांगों में बाल, चेहरे पर कील-मुहांसे उगना और ज्यादा पसीने आना जैसे लक्षण दिखने लगते हैं। इसी प्रकार लड़कों में दाढ़ी-मूंछ उगना, आवाज में भारीपन, गुप्तांगों का विकास और बाल उगना तथा एक्ने की समस्या हो सकती है। मूड स्विंग्स की समस्या भी इस दौरान बढ़ सकती है।

असंतुलित आहार : जंक फूड का सेवन आज की पीढ़ी में बढ़ा है। जंक फूड में चीनी, एनिमल प्रोटीन, वसा और हानिकारक प्रिजर्वेटिव्स की भरमार होती है, जो शरीर में कैलोरी का भंडार जमा कर यौन विकास को तेज करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

पर्यावरण का प्रभाव : हम रोजमर्रा के जीवन में जिन चीजों का इस्तेमाल करते हैं, किसी ना किसी रूप में उनका प्रभाव हमारे शरीर पर पड़ता ही है। जैसे प्लास्टिक के बोतलों और बर्तनों का लचीलेपन बढ़ाने के लिए उनमें थैलेट्स और बिस्फेनॉल मिलाया जाता है। सौंदर्य प्रसाधनों में भी बहुत से हानिकारक रसायन मिलाए जाते हैं, जो हार्मोन प्रणाली को असंतुलित कर सकते हैं।

***डिस्क्लेमर :** यह लेख मात्र सामान्य जानकारी के लिए है। किसी भी प्रयोग से पहले विशेषज्ञ की राय अवश्य लें।*

आयुर्वेद में यह 'अमृत' समान खाने वालों से कोसों दूर रहती हैं बीमारियां

HEALTH

आयुर्वेद में हमारे रोग के इलाज के अलावा रोग को कैसे रोका जाए इसका जिक्र भी भरपूर मिलता है। यह 5 चीजें आयुर्वेद में अमृत समान बताया गया है। इनके रोजाना सेवन से बीमारियां शरीर से कोसों दूर रहती हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

आयुर्वेद में हमेशा दवाई पर नहीं बल्कि अच्छे खान-पान और लाइफस्टाइल पर जोर दिया जाता है। आयुर्वेद की मानें तो हमारा खानपान ही दवाई जैसा होना चाहिए ताकि कोई भी रोग हमारे आसपास भी ना फटक सके। आयुर्वेद के ग्रंथों में ऐसे कई भोजन पदार्थों का उल्लेख हैं जिन्हें नियमित रूप से खाने पर हमारी सेहत भी अच्छी रहती है और उम्र भी लंबी होती है। इन्हीं में से कुछ खास को 'अमृत' भी कहा गया है। ऐसा इसलिए क्योंकि आयुर्वेद के अनुसार ये सभी हमारे शरीर के वात, पित्त और कफ दोष को बैलेंस रखते हैं। इनके सेवन से हमारा शरीर निरोगी तो होता ही है साथ ही उम्र भी लंबी होती है।

हल्दी : हल्दी जो भारतीय रसोई का बहुत जरूरी हिस्सा है, आयुर्वेद में इसे भी अमृत का दर्जा दिया गया है। आयुर्वेद के अनुसार ये हमारे शरीर के तीनों दोषों को बैलेंस करने का काम करती है। साथ ही अपनी एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटीऑक्सीडेंट्स गुणों के कारण शरीर को निरोगी और स्वास्थ्य रखती है। मॉडर्न साइंस में भी हल्दी के गुणों पर कई रिसर्च हुई हैं जहां इसके ढेरों फायदे निकल कर सामने आए हैं। आयुर्वेद के अनुसार रात को सोने से पहले हल्दी वाला दूध पीना बहुत ही फायदेमंद होता है।

आंवला : आंवला के गुणों के बारे में भला कौन नहीं जानता। इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन सी और एंटी ऑक्सीडेंट्स प्रॉपर्टीज पाई जाती हैं। ये शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाता है और हमारी ओवरऑल हेल्थ को दुरुस्त रखता है। रोजाना आंवले का जूस पीने से या सलाद के रूप में एक आंवला खाने से बड़ी से बड़ी बीमारी भी हमसे दूर रहती है। खराब लाइफस्टाइल के चलते होने वाली शुगर, बीपी और मोटापे जैसे परेशानियां होने का खतरा भी कम हो जाता है।

तुलसी : घर-घर में पूजा जाने वाला तुलसी का पौधा भी आयुर्वेद की नजर में अमृत से कम नहीं है। आज के लाइफस्टाइल में एंजाइटी और स्ट्रेस जैसी चीजें काफी आम हो गई हैं। आयुर्वेद की मानें तो तुलसी का सेवन इस समस्या से निजात पाने का सबसे अच्छा तरीका है। इसके अलावा भी तुलसी के ढेरों फायदे हैं। इम्यूनिटी को बढ़ाना हो या ओवरऑल हेल्थ को बेहतर रखना। तुलसी के सेवन का सबसे अच्छा तरीका है रोजाना एक कप तुलसी के पत्तों की चाय पीना।

गिलोय : घर के बड़े-बुजुर्ग कई स्वास्थ्य समस्याओं के लिए आज भी गिलोय का इस्तेमाल करते हैं। इसे गुडुची के नाम से भी जाना जाता है। ये हमारे पूरे शरीर को डिटॉक्स करने का काम करती है। इसके साथ ही लीवर, पाचन समस्या और बॉडी की ओवरऑल हेल्थ को इंप्रूव करती है। आयुर्वेद में इसकी पत्तियों और जड़ों का काढ़ा बनाकर पीने का जिक्र है। रोजाना इस काढ़े को पीने से शरीर बिल्कुल स्वास्थ्य रहता है।

गाय का शुद्ध देसी घी : आयुर्वेद में गाय के शुद्ध देसी घी को अमृत समान माना गया है। रोजाना अगर एक चम्मच भी शुद्ध घी खा लिया जाए तो शरीर को इसके बहुत से फायदे मिलते हैं। ये हमारे दिमाग, पाचन, इम्यूनिटी और शरीर की पूरी हेल्थ के लिए फायदेमंद होता है। केवल खाने ही नहीं बल्कि आयुर्वेद में इसका इस्तेमाल और भी कई तरीकों से बताया गया है। रूखी और बेजान त्वचा के लिए ये एक अच्छा मॉइश्चराइजर है तो वहीं बालों की ग्रोथ के लिए भी इसका इस्तेमाल किया जा सकता है।

***डिस्क्लेमर :** यह लेख मात्र सामान्य जानकारी के लिए है। किसी भी प्रयोग से पहले विशेषज्ञ की राय अवश्य लें।*

पंजाब केवी को एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग 2024 में 83वां स्थान, छठी बार 'भारत के शीर्ष 100 विश्वविद्यालयों' की सूची में स्थान अर्जित किया

- **पंजाब केंद्रीय विश्वविद्यालय (सीयू पंजाब) ने एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग 2024 की "विश्वविद्यालय श्रेणी" में 83वां स्थान अर्जित कर अपनी रैंकिंग में 17 पायदान का सुधार किया।**
- **सीयू पंजाब ने एनआईआरएफ 2024 की "फार्मेसी श्रेणी" में 23वीं रैंक हासिल करके एक और उपलब्धि हासिल की।**

• **जालंधर ब्रीज** . बठिंडा

शिक्षा और अनुसंधान में उत्कृष्टता की राह पर अग्रसर पंजाब केंद्रीय विश्वविद्यालय, बठिंडा (सीयू पंजाब) ने माननीय शिक्षा मंत्री श्री धर्मेंद्र प्रधान द्वारा सोमवार को देश भर के शैक्षणिक संस्थानों के मूल्यांकन हेतु जारी की गई 'राष्ट्रीय संस्थागत रैंकिंग फ्रेमवर्क (एनआईआरएफ) इंडिया रैंकिंग 2024 की "विश्वविद्यालय श्रेणी" में 83वीं रैंक हासिल करके एक महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल की है। विश्वविद्यालय ने पिछले वर्ष (एनआईआरएफ 2023) की 100वीं रैंक की तुलना में इस वर्ष अपनी रैंक में 17 स्थानों का सुधार किया है। साथ ही, इस वर्ष पंजाब केन्द्रीय विश्वविद्यालय ने एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग 2024 की "फार्मेसी श्रेणी" में 23वीं रैंक हासिल करके एक और मील का पत्थर हासिल किया है।

यह उल्लेखनीय है कि पंजाब केंद्रीय विश्वविद्यालय ने पिछले छह वर्षों से लगातार छह बार एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग में "भारत के शीर्ष 100 विश्वविद्यालयों" की सूची में स्थान हासिल किया है। एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग 2024 के कड़े मुकाबले में सीयूपीबी ने "विश्वविद्यालय श्रेणी" में एनआईआरएफ 2023 में अर्जित किए 42.93 अंकों की तुलना में एनआईआरएफ 2024 में 47.11 अंक प्राप्त करते हुए अपने स्कोर में उल्लेखनीय वृद्धि दर्ज की है।

एनआईआरएफ 2024 में देश भर के विश्वविद्यालयों/संस्थानों को रैंक प्रदान करने के लिए शिक्षा मंत्रालय द्वारा अनुमोदित पद्धति का अनुसरण करते हुए पांच मापदंडों पर शिक्षण संस्थानों का मूल्यांकन किया गया है। ये मापदंड इस प्रकार हैं: शिक्षण, अधिगम और संसाधन; अनुसंधान और व्यावसायिक कार्यप्रणाली; स्नातक परिणाम; बाह्य-पहुँच और समावेश; और सहकर्मी धारणा। अपने प्रदर्शन को बरकरार रखते हुए सीयूपीबी ने एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग 2024 की समग्र श्रेणी में "रैंक-बैंड 100-150" में स्थान प्राप्त किया है।

इस अवसर पर कुलपति प्रो. राघवेंद्र प्रसाद तिवारी ने पंजाब केंद्रीय विश्वविद्यालय की उपलब्धि पर अपनी प्रसन्नता व्यक्त की तथा सभी शिक्षकों, अधिकारियों, कर्मचारियों, शोधार्थियों, छात्रों और विश्वविद्यालय के अन्य हितधारकों को उनकी कड़ी मेहनत और इस उपलब्धि में योगदान के लिए बधाई दी। उन्होंने विशेष रूप से फार्मास्युटिकल साइंसेज एंड नेचुरल प्रोडक्ट्स विभाग और फार्माकोलॉजी विभाग के उत्कृष्ट कार्य की सराहना की, जिन्होंने तीसरी बार एनआईआरएफ रैंकिंग की फार्मेसी श्रेणी में शीर्ष 25 फार्मेसी संस्थानों में स्थान हासिल करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

प्रो. तिवारी ने आगे आने वाले वर्षों में एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग के सभी मापदंडों में अपने प्रदर्शन में सुधार करने के लिए विश्वविद्यालय की प्रतिबद्धता पर जोर दिया। उन्होंने सभी से भविष्य में बेहतर प्रदर्शन के लिए नए जोश के साथ कार्य करने की अपील की। उन्होंने निकट भविष्य में पंजाब विश्वविद्यालय को शीर्ष 50 विश्वविद्यालयों में स्थान दिलाने का लक्ष्य रखा। कुलसचिव डॉ. विजय शर्मा ने भी इस महत्त्वपूर्ण उपलब्धि के लिए विश्वविद्यालय परिवार को बधाई दी।

भारत की राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु का 78वें स्वतन्त्रता दिवस की पूर्व संध्या पर राष्ट्र के नाम संदेश

मेरे प्यारे देशवासियों,

मैं आप सभी को स्वतन्त्रता दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं देती हूं।

78वें स्वतंत्रता दिवस की पूर्व संध्या पर बुधवार, 14 अगस्त को राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने देश को 20 मिनट संबोधित किया। उन्होंने कहा, 'आजादी के त्योहार में शामिल होने वाले सभी देशवासी हमारा परिवार हैं।'

राष्ट्रपति ने कहा, 'आजादी का यह पर्व हमें उन दिनों की याद दिलाता है, जब देश के लिए कई लोगों ने बलिदान दिया। हमारे स्वाधीनता सैनानियों ने हमें नई अभिव्यक्ति प्रदान की। सरदार पटेल, बोस, भगत सिंह, बाबा साहेब अंबेडकर जैसे कई अन्य लोग थे, जिनके बलिदान की सराहना होती रही है।'

द्रौपदी मुर्मू देश की 15वीं राष्ट्रपति हैं। वे इस सर्वोच्च संवैधानिक पद पर पहुंचने वाली देश की पहली आदिवासी और दूसरी महिला राष्ट्रपति हैं। 64 साल की मुर्मू ने साल 2022 देश में सबसे कम उम्र में राष्ट्रपति बनने का रिकॉर्ड भी बनाया।

द्रौपदी मुर्मू के संबोधन की 6 बड़ी बातें

- सभी देशवासी उत्सव मनाने की तैयारी कर रहे हैं। लहराते तिरंगे को देखना हमारे हृदय को उत्साह से भर देता है। ये महान देश का हिस्सा होने की खुशी को व्यक्त करता है। आज 14 अगस्त को देश विभाजन विभीषिका स्मृति दिवस मना रहा है। लाखों लोगों को पलायन करना पड़ा और कई लोगों को जान गंवानी पड़ी। हम उन परिवारों के साथ खड़े होते हैं, जिन्होंने अपने खो दिए।
- इस साल हमारे देश में आम चुनाव हुए। 90 करोड़ लोगों ने वोट डाला। मैं उन चुनावकर्मियों का आभार व्यक्त करती हूं, जिन्होंने मतदान के लिए भारी गर्मी में काम किया। भारत 8 प्रतिशत विकास दर से आगे बढ़ने वाला देश है। पीएम गरीब अन्न कल्याण योजना से 80 करोड़ लोगों को मुफ्त अनाज दिया जा रहा है। ये इस बात को बताता है कि हम ये सुनिश्चित कर रहे हैं कि गरीबी से निकले लोग फिर से गरीबी में न जाएं।
- हाल के वर्षों में इन्फ्रास्ट्रक्चर को काफी बढ़ावा मिला है। सरकार ने सेमी कंडक्टर जैसी चीजों को बढ़ावा देने के लिए कई काम किए हैं। बैंकिंग क्षेत्र में काफी तरक्की हुई है। तेज गति से हो रही प्रगति के चलते भारत का कद ऊंचा हुआ है। G-20 के सफल आयोजन के बाद ग्लोबल साउथ की अवधारणा और मुखर हुई है।
- हमें बीआर अंबेडकर की ये बात याद रखनी चाहिए। हमें राजनीतिक लोकतंत्र को सामाजिक लोकतंत्र में बदलना चाहिए। मैं दृढ़ता के साथ मानती हूं कि कलह को बढ़ावा देने वाली प्रवृत्ति को खारिज करना होगा। सरकार ने सभी वर्गों के कल्याण के लिए कई कदम उठाए हैं।'
- नारी शक्ति अधिनियम महिलाओं के सशक्तीकरण को दिखाता है। मैं आप सबसे अनुरोध करती हूं कि अपने जीवन में छोटे बदलाव करें और जलवायु परिवर्तन को रोकने में अपना योगदान दें। हमने औपनिवेशिक युग के कई कानूनों को हटा दिया है। हमारी न्याय प्रणाली का मकसद केवल दंड देना नहीं है। मैं इसे हमारे स्वतंत्रता सेनानियों को श्रद्धांजलि के रूप में देखती हूं।'
- हाल के सालों में हमने अंतरिक्ष के क्षेत्र में अभूतपूर्व प्रगति की है। हम सब गगनयान की प्रतीक्षा कर रहे हैं। भारतीय अंतरिक्ष यात्रियों को अंतरिक्ष में ले जाया जाएगा। हाल ही में संपन्न पेरिस ओलिंपिक में भारतीय दल ने उत्कृष्ट प्रयास किया। भारत ने टी-20 वर्ल्ड कप जीता। शतरंज में कई खिलाड़ियों ने देश को गौरव दिलाया। बैडमिंटन समेत कई खेलों में खिलाड़ी प्रेरणा दे रहे हैं।

मेरे प्यारे देशवासियो,

पूरा देश स्वतंत्रता दिवस मनाने के लिए तत्पर है। इस उल्लासपूर्ण अवसर पर मैं आप सब को एक बार फिर बधाई देती हूं। मैं सेनाओं के उन बहादुर जवानों को विशेष बधाई देती हूं जो अपनी जान का जोखिम उठाते हुए भी हमारी स्वतन्त्रता की रक्षा करते हैं। मैं पुलिस और सुरक्षा बलों के कर्मियों को बधाई देती हूं जो पूरे देश में सतर्कता बनाए रखते हैं। मैं न्यायपालिका और सिविल सेवाओं के सदस्यों के साथ-साथ विदेशों में नियुक्त हमारे दूतावासों के कर्मियों को भी अपनी शुभकामनाएं देती हूं। हमारे प्रवासी समुदाय को भी मेरी शुभकामनाएं! आप सब हमारे परिवार का हिस्सा हैं, आपने अपनी उपलब्धियों से हमें गौरवान्वित किया है। आप सब विदेशों में भारत की संस्कृति और विरासत का गर्व के साथ प्रतिनिधित्व करते हैं।

एक बार फिर, मेरी ओर से सभी को स्वाधीनता दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं!

धन्यवाद!

जय हिंद!

जय भारत!

पत्र सूचना कार्यालय ने किया मीडिया कार्यशाला 'वार्तालाप' का आयोजन, तीन नए आपराधिक क़ानूनों और पत्रकारिता के नैतिक सिद्धांतों पर की गई चर्चा

• **जालंधर ब्रीज** . चंडीगढ़

पत्र सूचना कार्यालय (पीआईबी) चंडीगढ़ और जालंधर द्वारा राजीव गांधी नेशनल यूनिवर्सिटी ऑफ लॉ, पटियाला के सेमिनार हॉल में एक मीडिया कार्यशाला 'वार्तालाप' का आयोजन किया। तीन नए आपराधिक कानूनों और पत्रकारिता की नैतिकता पर आयोजित कार्यशाला में पटियाला जिले के पत्रकारों के साथ-साथ राजीव गांधी नेशनल यूनिवर्सिटी ऑफ लॉ के छात्रों ने भी भाग लिया।

इस अवसर पर पीआईबी चंडीगढ़ के सहायक निदेशक श्री अनुभव डिमरी ने अतिथियों का स्वागत किया और भारत सरकार के सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय की विभिन्न मीडिया इकाइयों की भूमिका के बारे में जानकारी देते हुए कहा कि पीआईबी मंत्रालय का एक प्रमुख हिस्सा है। सरकार की नीतियों, कार्यक्रमों और योजनाओं को लोगों तक प्रभावी ढंग से पहुंचाने के लिए पीआईबी और मीडिया के बीच समन्वय बढ़ाना जरूरी है और इसी के तहत उद्देश्यपूर्ण 'वार्तालाप' का आयोजन किया जाता है।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि प्रो. (डॉ.) जय एस. सिंह, कुलपति, राजीव गांधी नेशनल यूनिवर्सिटी ऑफ लॉ, पटियाला ने तीन नए आपराधिक कानूनों की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि पर प्रकाश डाला। डॉ. सिंह ने कहा कि दुनिया भर में पारित सभी कानूनों में से तीन नये आपराधिक कानून सबसे प्रमुख हैं।

विशिष्ट अतिथि प्रो. (डॉ.) आनंद पवार, रजिस्ट्रार, राजीव गांधी नेशनल यूनिवर्सिटी ऑफ लॉ, पटियाला ने कहा कि समय और हालात के साथ आए बदलाव के अनुसार नए आपराधिक कानून बनाए गए हैं। उन्होंने कहा कि पुराने कानूनों में कई अपराध शामिल नहीं थे, जिन्हें नये क़ानूनों में शामिल किया गया है।

एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. मनोज शर्मा ने भारतीय साक्ष्य अधिनियम के बारे में जानकारी देते हुए बताया कि 1 जुलाई 2024 से लागू इस अधिनियम में मुख्य रूप से इलेक्ट्रॉनिक साक्ष्य से संबंधित प्रावधान किए गए हैं। इलेक्ट्रॉनिक साक्ष्य को पहले द्वितीयक साक्ष्य माना जाता था लेकिन अब इसे प्राथमिक साक्ष्य के रूप में अदालत में पेश किया जा सकता है। डॉ. मनोज ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता के बारे में बताया कि आईटी के प्रसार को देखते हुए पहली बार इलेक्ट्रॉनिक एफआईआर का प्रावधान किया गया है। इस कानून के तहत हरेक घटना के लिए एक समय सीमा तय की गई है ताकि समय पर न्याय मिल सके।

प्रोफेसर डॉ. शरणजीत ने भारतीय दंड संहिता पर प्रकाश डालते हुए कहा कि इसमें नए अपराध जैसे आतंकवाद, मॉब लीचिंग के मामले आदि शामिल हो गए हैं। जहां पहले पुराने कानूनों में जुर्माने की रकम बहुत कम थी, वहीं अब करीब 83 अपराधों में जुर्माने की रकम बढ़ा दी गई है। इसके अलावा महिलाओं और बच्चों के खिलाफ बढ़ते अपराधों को देखते हुए नए कानून का अध्याय संख्या पांच केवल महिलाओं और बच्चों के अपराधों से संबंधित है।

डॉ. हरजिंदर वालिया, पूर्व प्रमुख, पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग, पंजाबी विश्वविद्यालय, पटियाला ने पत्रकारिता के नैतिक सिद्धांतों पर अपने विचार साझा करते हुए कहा कि भारतीय प्रेस परिषद द्वारा लगभग 42 नैतिक सिद्धांत जारी किए गए हैं, जो पत्रकारिता के क्षेत्र में पत्रकारों का मार्गदर्शन करते हैं। उन्होंने कहा कि हर पेशे के कुछ नैतिक सिद्धांत होते हैं, जिन पर उस पेशे का भरोसा टिका होता है। डॉ. वालिया ने कहा कि पत्रकारिता के क्षेत्र में निष्पक्षता, तथ्य, सच्चाई, निजता के अधिकार की रक्षा और वैज्ञानिक सोच आदि बहुत जरूरी है ताकि लोगों का पत्रकारिता पर अटूट विश्वास बरकरार रहे।

इस अवसर पर डॉ. विक्रम सिंह, मीडिया और संचार अधिकारी, पीआईबी, जालंधर ने जिले भर से आए पत्रकारों, मुख्य अतिथि, वक्ताओं सहित विश्वविद्यालय के पूरे संकाय, छात्रों और केंद्रीय संचार ब्यूरो चंडीगढ़ को धन्यवाद दिया। इस अवसर पर प्रो. (डॉ.) नरेश वत्स डीन अकादमिक मामले भी उपस्थित थे।

इस अवसर पर केंद्रीय संचार ब्यूरो, चंडीगढ़ की टीम द्वारा विश्वविद्यालय में तीन नए आपराधिक कानूनों से संबंधित एक फोटो प्रदर्शनी भी आयोजित की गई। इस फोटो प्रदर्शनी के माध्यम से विश्वविद्यालय के छात्रों और पत्रकारों को इन कानूनों के बारे में जानकारी मिली। कार्यशाला के अंत में पत्रकारों द्वारा तीन नये आपराधिक कानूनों के बारे में पूछे गये प्रश्नों का विशेषज्ञों द्वारा उत्तर दिया गया।

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी (एनआईटी) जालंधर ने कैंपस प्लेसमेंट में नए मानदंड स्थापित किए

• **जालंधर ब्रीज** . जालंधर

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी (एनआईटी) जालंधर ने कैंपस प्लेसमेंट में नए मानदंड स्थापित किए हैं। संस्थान ने कुछ प्रमुख प्रौद्योगिकी कंपनियां और प्रतिष्ठित सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रमों से प्रस्ताव प्राप्त करके अभूतपूर्व सफलता हासिल की है। प्लेसमेंट सीजन में Google, Amazon, Atlassian, Oracle और Microsoft जैसी शीर्ष प्रौद्योगिकी कंपनियों ने एनआईटी जालंधर के छात्रों को ऑफर दिए। खासतौर पर, Google और Amazon ने 52 लाख रुपये प्रति वर्ष का उच्चतम पैकेज ऑफर किया, जो संस्थान के लिए एक नया उच्च स्तर स्थापित करता है। हिंदुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड (HPCL), भारत पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड (BPCL), इंजीनियर्स इंडिया लिमिटेड, सी-डॉट और हिंदुस्तान मित्तल एनर्जी लिमिटेड (HMEL) जैसी सार्वजनिक क्षेत्र की दिग्गज कंपनियों ने कॉलेज प्लेसमेंट में भाग लिया, जो प्रमुख उद्योग खिलाड़ियों के साथ संस्थान के मजबूत संबंधों को दर्शाता है।

प्रौद्योगिकी और सार्वजनिक क्षेत्र की कंपनियों के अलावा, कोर सेक्टर के प्रमुख खिलाड़ी जैसे Maruti Suzuki Ltd., Hyundai Motors, Ashok Leyland, Hero Motors, Trident, Arvind Mills, Airtel, Reliance Industries ने भी परिसर में अपनी उपस्थिति दर्ज कराई, जो एनआईटी जालंधर के छात्रों के लिए उपलब्ध अवसरों की विविधता को दर्शाता है। प्लेसमेंट ड्राइव में B.Tech छात्रों के लिए कुल मिलाकर 88.78% से अधिक का प्लेसमेंट प्रतिशत देखा गया, जिसमें औसत वार्षिक पैकेज 9.78 लाख रुपये था। एनआईटी जालंधर के निदेशक प्रो. बिनोद कन्नौजिया ने संस्थान के प्रदर्शन की सराहना की और बताया कि कैसे इसने चुनौतीपूर्ण आर्थिक माहौल के बीच देश के कई प्रमुख तकनीकी और प्रबंधन संस्थानों को पछाड़ दिया है। प्रो. कन्नौजिया ने इस सफलता का श्रेय छात्रों, प्राध्यापकों और संस्थान की अटूट प्रतिबद्धता को दिया। उन्होंने कहा, "मंदी के बीच हमारे उल्लेखनीय प्लेसमेंट परिणाम न केवल हमारी शिक्षा की गुणवत्ता को प्रमाणित करते हैं बल्कि हमारे छात्रों में प्रमुख कंपनियों के विश्वास को भी दर्शाते हैं।"

एनआईटी जालंधर की प्रभावशाली प्लेसमेंट उपलब्धियां इसे तकनीकी शिक्षा के लिए एक प्रमुख संस्थान के रूप में प्रदर्शित करती हैं, जो शीर्ष स्तरीय कंपनियों को आकर्षित करना जारी रखती हैं और छात्रों को उनके कैरियर की एक आशाजनक शुरुआत प्रदान करती हैं।

नीचे दी गई तालिका में विस्तृत प्लेसमेंट आंकड़े विभिन्न अनुशासनों में प्रस्तावों की श्रृंखला का खुलासा करते हैं :

Discipline	No. of Eligible Students	No. of Job Offers	No. of Double Job offers	No. of Students Placed	Maximum Package Lac Per Annum	Average Package	Percentage	
ECE	88	85	14	71	26.00	Nvidia	10.45	80.68
EE	49	57	11	46	52.00	Amazon	11.87	93.88
CSE	134	161	35	126	52.00	Google	14.61	94.03
IT	109	131	32	99	52.00	Amazon	13.29	90.83
CHE	53	60	8	52	15.12	Amazon	7.45	98.11
ICE	84	103	24	79	26.00	Nvidia	10.24	94.05
CIVIL	61	57	8	49	15.12	Amazon	7.37	80.33
IPE	67	75	12	63	18.87	EIL	8.40	94.03
ME	90	104	14	90	17.50	HPCL	7.91	100.00
BT	26	13	0	13	18.00	Bajaj Finserv	7.37	50.00
TT	50	34	2	32	18.00	Trident Group	8.59	64.00
Total	811	880	160	720			9.78	88.78

आजादी दिवस पर 15 विशिष्ट व्यक्तियों का राज्य पुरस्कार से सम्मान

कर्तव्य के प्रति उत्कृष्ट सेवाओं के लिए 21 पुलिस अधिकारियों को 'मुख्यमंत्री रक्षक पदक' और 'मुख्यमंत्री मेडल' से सम्मानित किया गया

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

स्वतंत्रता दिवस के मौके पर पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने विभिन्न क्षेत्रों में शानदार योगदान देने वाले 15 विशिष्ट व्यक्तियों को राज्य पुरस्कार से सम्मानित किया। इसके अलावा, तीन पुलिस अधिकारियों/कर्मचारियों को 'मुख्यमंत्री रक्षक पदक', 18 पुलिस कर्मियों को कर्तव्य के प्रति उत्कृष्ट सेवाओं के लिए 'मुख्यमंत्री मेडल' और दो कर्मचारियों को 'शहीद भगत सिंह पंजाब राज्य वार्षिक पर्यावरण पुरस्कार' से सम्मानित किया गया। इन पुरस्कार विजेताओं में समाजसेवी, कलाकार, साहित्यकार, कवि, पर्यावरण प्रेमी, सरकारी अधिकारी/कर्मचारी, और एक विद्यार्थी शामिल हैं, जिन्होंने जनहित में अपने-अपने क्षेत्रों में शानदार योगदान दिया है। मुख्यमंत्री ने डॉ. जसवीर सिंह गिल (लुधियाना), युद्धविंदर सिंह (लुधियाना), अवतार सिंह (खुसरोपुर, जालंधर), गुरविंदरवीर सिंह (पट्टेवाला, जालंधर), मास्टर अजन कपूर (अमृतसर), विनायक मित्तल (लुधियाना), सुनीता सभरवाल (पटियाला), रछपाल कौर सिद्धू (पटियाला), मनीत दीवान (लुधियाना), बरिंदर सिंह (गांव मस्ती पाल कोट, होशियारपुर), विनोद कुमार शर्मा (पटियाला), श्याम कुमार (पठानकोट) और लांबड़ा कांगड़ी बहुउद्देश्यीय सहकारी सेवा समिति लांबड़ा को प्रमाणपत्र और पुरस्कार प्रदान किए। मुख्यमंत्री ने अमनदीप कुमार एसआई, जसबीर सिंह एएसआई और रणजीत सिंह कांस्टेबल सहित तीन पुलिस अधिकारियों/कर्मचारियों को प्रतिष्ठित 'मुख्यमंत्री रक्षक पदक' से सम्मानित किया। भगवंत सिंह मान ने जगविंदर सिंह कमांडेंट, जसकिरणजीत सिंह तेजा डीसीपी लुधियाना, स्वर्णदीप सिंह एआईजी, विकास सभरवाल एआईजी, मनीष कुमार डीएसपी विजिलेंस ब्यूरो, सुखविंदर सिंह इंस्पेक्टर, परमजीत सिंह इंस्पेक्टर, अमरजीत सिंह इंस्पेक्टर, नवजोत सिंह सिद्धू इंस्पेक्टर, कुलविंदर सिंह इंस्पेक्टर, जतिंदर सिंह इंस्पेक्टर, जगनदीप सिंह सब-इंस्पेक्टर, भोला नाथ सब-इंस्पेक्टर, जगदीश सिंह एएसआई, हरप्रीत कौर एएसआई, हरजीत सिंह एएसआई, रतन लाल एएसआई और सुखजीत सिंह हेड कांस्टेबल सहित 18 पुलिस कर्मियों को कर्तव्य के प्रति उत्कृष्ट सेवाओं के लिए 'मुख्यमंत्री मेडल' से सम्मानित किया।

मुख्यमंत्री ने ग्राम पंचायत रुढ़का कला और सुमितरी देवी आशा वर्कर गांव बुलंदपुर (जालंधर) को भी 'शहीद भगत सिंह पंजाब राज्य वार्षिक पर्यावरण पुरस्कार' से सम्मानित किया। इस मौके पर भगवंत सिंह मान ने डीआईजी इंदरबीर सिंह, परेड कमांडर वैभव चौधरी आईपीएस और दीपकरण सिंह पीपीएस के नेतृत्व वाली टेंट पेगिंग टीम को भी सम्मानित किया।

14 अत्याधुनिक ग्रामीण सार्वजनिक पुस्तकालय जनता को समर्पित

• **जालंधर ब्रीज.** ईसड्डू (लुधियाना)

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने यहां युवाओं में पढ़ने की आदत को और अधिक प्रोत्साहित करने और उन्हें राज्य की सामाजिक-आर्थिक प्रगति में भागीदार बनाने के उद्देश्य से 14 अत्याधुनिक ग्रामीण पुस्तकालयों को जनता को समर्पित किया। मुख्यमंत्री ने उम्मीद जताई कि ये ग्रामीण पुस्तकालय राज्य के विकास और खुशहाली के केंद्र बनेंगे। उन्होंने कहा कि इस पहल का उद्देश्य राज्य के युवाओं में पढ़ने की आदत को विकसित करना है। उन्होंने कहा कि यह कदम युवाओं के सशक्तिकरण और उन्हें राज्य के सामाजिक-आर्थिक विकास में बराबरी का भागीदार बनाने में महत्वपूर्ण साबित होगा। भगवंत सिंह मान ने उम्मीद जताई कि ये पुस्तकालय युवाओं के भविष्य को संवारने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगे, जिससे वे यहां से पढ़कर बड़े अधिकारी, वैज्ञानिक, डॉक्टर और तकनीकी विशेषज्ञ बन सकेंगे।

मुख्यमंत्री ने कहा कि ये पुस्तकालय वाई-फाई, सोलर पावर, डिजिटल एनालॉग और अन्य उच्च स्तरीय सुविधाओं से सुसज्जित हैं। उन्होंने कहा कि इन पुस्तकालयों में समकालीन साहित्य और पाठ्यक्रम संबंधित विश्व स्तरीय पुस्तकें उपलब्ध होंगी, जो सीखने के लिए अनुकूल अनुभव प्रदान करेंगी। भगवंत सिंह मान ने कहा कि ये पुस्तकालय ज्ञान और साहित्य का सच्चा भंडार हैं और यह हम सभी के लिए गर्व और संतोष की बात है कि इन अत्याधुनिक पुस्तकालयों में विभिन्न विषयों पर आधारित उच्च गुणवत्ता वाली पुस्तकें मौजूद हैं, जो पुस्तक प्रेमियों को आकर्षित करेंगी।

स्वास्थ्य और शिक्षा क्षेत्र को प्राथमिकता देने का किया वादा

• **जालंधर ब्रीज.** ईसड्डू (लुधियाना)

पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान ने कहा कि महान स्वतंत्रता सेनानियों के सपनों को साकार करने के लिए राज्य सरकार स्वास्थ्य और शिक्षा के क्षेत्रों को प्राथमिकता दे रही है। यहां गोवा की आज़ादी के नायक शहीद करनैल सिंह ईसड्डू के शहीदी दिवस के मौके पर आयोजित राज्य स्तरीय समारोह में संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि इस उद्देश्य को प्राप्त करने के लिए राज्य सरकार ने पंजाब भर के स्कूलों और अस्पतालों का नवीनीकरण किया है।

उन्होंने कहा कि जहां छात्रों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के लिए स्कूलों को नवीनतम तकनीक से सुसज्जित किया गया है, वहीं अस्पतालों में बुनियादी ढांचे का विकास किया गया है ताकि लोगों को बेहतर इलाज मुहैया कराया जा सके। भगवंत सिंह मान ने कहा कि आम आदमी क्लीनिक और स्कूल ऑफ एमिनेंस ने राज्य के लोगों की तकदीर बदल दी है। मुख्यमंत्री ने कहा कि पिछली सरकारों के संरक्षण के कारण राज्य में भ्रष्टाचार और नशे जैसी समस्याएं बढ़ी हैं। उन्होंने कहा कि उनकी सरकार ने इन बुराइयों के प्रति जीरो टॉलरेंस की नीति अपनाई है।

भगवंत सिंह मान ने कहा कि राज्य सरकार ने पहले ही राज्य के अंदर भ्रष्ट तत्वों पर शिकंजा कस दिया है और राज्य से भ्रष्टाचार का सफाया कर दिया गया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि महान शहीदों का जीवन और बलिदान हम सभी के लिए प्रेरणास्रोत है।

डिप्टी कमिश्नर कोमल मित्तल ने फहराया राष्ट्रीय ध्वज

देश की आज़ादी के लिए अपने प्राणों की आहुति देने वाले वीरों को किया याद

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

डिप्टी कमिश्नर कोमल मित्तल ने 78वें स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर स्थानीय पुलिस लाइन ग्राउंड होशियारपुर में आयोजित जिला स्तरीय कार्यक्रम में राष्ट्रीय ध्वज फहराया। डिप्टी कमिश्नर ने एस.एस.पी. सुरेंद्र लाम्बा, अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (जनरल) राहुल चाबा और परेड कमांडर इंस्पेक्टर अमरजीत कौर सहित परेड का निरीक्षण किया और शानदार मार्च पास्ट से सलामी ली। इस मौके पर स्कूली बच्चों द्वारा शानदार मास पी.टी. शो, सांस्कृतिक कार्यक्रम की प्रस्तुति दी गई और गिद्दा और भंगड़ा की धमालें भी मचाई गईं। डिप्टी कमिश्नर ने कार्यक्रम में विशेष तौर पर आए स्वतंत्रता सेनानियों और शहीद सैनिकों के परिवारों को भी सम्मानित किया। इसके अलावा, जहां उन्होंने जरूरतमंदों को सिलाई मशीनें, मोटर ट्राई साइकिल और ट्राई साइकिल सौंपे, वहीं होनहार विद्यार्थियों को छात्रवृत्तियां भी प्रदान कीं। इसके अलावा, विभिन्न क्षेत्रों में उल्लेखनीय योगदान देने वाले व्यक्तियों और बेहतर प्रदर्शन करने वाले अधिकारियों और कर्मचारियों को भी सम्मानित किया गया। इस दौरान जिला पुलिस, पी.आर.टी.सी जहानखेड़ा, जिला पुलिस महिला विंग, पी.आर.टी.सी जहानखेलां महिला विंग, पंजाब होम गाड्र्स, एन.सी.सी गर्ल्स गाइड्स, बॉयज़ स्काउट्स और पी.आर.टी.सी जहानखेलां के बैंड द्वारा शानदार मार्च पास्ट किया गया और सलामी दी गई। विभिन्न विभागों द्वारा विकास को दर्शाती झांकियां विशेष आकर्षण का केंद्र रही।

मुख्य अतिथि डिप्टी कमिश्नर कोमल मित्तल ने जिला वासियों को स्वतंत्रता दिवस की शुभकामनाएं देते हुए देश की आजादी के लिए लड़े गए लंबे संघर्ष में अपने प्राणों की आहुति देने वाले हजारों देशभक्त वीरों को दिल से सम्मान अर्पित किया। उन्होंने कहा कि उन्हें राज्य के सबसे अधिक शिक्षित और संतों की नगरी के रूप में जाने जाने वाले जिले की धरती पर लगातार दूसरी बार राष्ट्रीय ध्वज फहराने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। उन्होंने कहा कि आजादी के संघर्ष के दौरान सबसे अधिक योगदान पंजाबियों का रहा है। उन्होंने शहीद-ए-आज़म भगत सिंह के साथी रहे होशियारपुर के स्वतंत्रता सेनानी पंडित किशोरी लाल और गदर आंदोलन के बाबू मंगू राम मुगोवालिया को विशेष तौर पर याद किया।

डिप्टी कमिश्नर कोमल मित्तल ने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व में आज पंजाब हर क्षेत्र में अपनी अलग पहचान बना रहा है। उन्होंने कहा कि आम आदमी क्लीनिक, स्कूल ऑफ एमीनेन्स, 300 यूनिट मुफ्त बिजली, भ्रष्टाचार विरोधी एक्शन लाइन, सरकार तुहाडे दुआर, सी.एम. विंडो, मुख्यमंत्री तीर्थ यात्रा, सड़क सुरक्षा फोर्स, फरिश्ते योजना, डोर स्टेप सेवाएं और कई अन्य लोक-हितैषी पहल के साथ प्रदेशवासियों को बड़ी राहत मिली है।

डिप्टी कमिश्नर ने जन समस्याओं पर लिया संज्ञान, हल करवाई लोगों की समस्याएं

डिप्टी कमिश्नर होशियारपुर कोमल मित्तल आम लोगों से जुड़ी हर समस्याओं की रोजाना बारीकी से समीक्षा कर उसके तुरंत निपटारे के लिए संबंधित विभाग को दिशा निर्देश जारी कर रहे हैं। इसी कड़ी में उन्होंने मोहल्ला भीम नगर में पीने वाले पानी की समस्या का संज्ञान लेते हुए नगर निगम कमिश्नर को इसके तुरंत समाधान की हिदायत दी थी। कमिश्नर नगर निगम ने बताया कि भीम नगर में पीने वाली पानी की सप्लाई करने वाले ट्यूबवेल को जून के पहले सप्ताह रेतीला पानी आने के कारण बंद करना पड़ा था, जिस पर तुरंत कार्रवाई करते हुए नगर निगम की ओऱ से फेल हुए ट्यूबवेल के स्थान पर ट्यूबवेल को रीबोर करने के लिए कार्रवाई शुरु की गई और इस समय रीबोर करने का कार्य प्रगति पर है। उन्होंने बताया कि 10 सितंबर तक रीबोर काम मुकम्मल हो जाएगा। इस समय आम जनता को नगर निगम होशियारपुर की ओर से रोजाना पीने वाली पानी के 5-6 टैंकर सप्लाई किए जा रहे हैं। इसी तरह मोहल्ला सुंदर नगर में ट्यूबवेल खराब के मामले पर कमिश्नर नगर निगम ने बताया कि सुंदर नगर के ट्यूबवेल की मोटर 12 अगस्त को रात के समय खराब हो गई थी, जिस कारण पानी की सप्लाई में विघ्न पड़ा था, जिसको तुरंत रिपेयर कर 13 अगस्त को रात के समय चालू कर दिया गया था। इस समय मोहल्ला सुंदर नगर में पानी की सप्लाई निर्विघ्न चल रही है।

डिप्टी कमिश्नर ने क्रैशर चालकों को जंगल में से अवैध रास्ता देने के मामले में ड्रेनेज विभाग से जानकारी मांगी तो एक्सियन ड्रेनेज ने बताया कि जो रास्ता ग्राम पंचायत रामपुर बिलड़ों की पंचायती जमीन में से संबंधित क्रैशर मालिक को ग्राम पंचायत की ओर से 33 वर्षों के लिए लीज पर दिया गया है। उन्होंने बताया कि यह रकबा ग्राम पंचायत रामपुर बिलड़ों की मलकीयत है।

जालंधर ग्रामीण पुलिस ने दो अवैध शराब तस्करों को किया गिरफ्तार, 14 पेटी शराब जब्त

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

अवैध गतिविधियों के खिलाफ चल रही कार्रवाई के तहत एक महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल करते हुए, जालंधर ग्रामीण ने अवैध शराब तस्करी में शामिल दो व्यक्तियों को गिरफ्तार किया है। विश्वसनीय सूचना पर कार्रवाई करते हुए, पुलिस ने खुर्दपुर के पास एक नियमित जांच के दौरान एक टाटा एक्सएम सिटी वाहन (पीबी10-एफवी-7824) से 14 पेटी अवैध शराब जब्त की। गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों, जालंधर के गुरदेव नगर के संजू और उत्तर प्रदेश के बिसापुर के इलियास को 14 अगस्त, 2024 को गिरफ्तार किया गया था। खुर्दपुर पावर स्टेशन के पास एक नियमित जांच के दौरान, पुलिस ने उनके वाहन से इंपीरियल ब्लू व्हिस्की के 10 कार्टन और ऑल सीजन्स व्हिस्की के 4 कार्टन बरामद किए।

प्रेस मीडिया से बात करते हुए, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक हरकमल प्रीत सिंह खख ने कहा कि यह सफल अभियान वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक जसरूप कौर बाठ, आईपीएस और पुलिस उपाधीक्षक (डीएसपी) सुमित सूद, पीपीएस, सब-डिवीजन आदमपुर के मार्गदर्शन में चलाया गया था। यह ऑपरेशन क्षेत्र में आपराधिक तत्वों और नशा तस्करों के खिलाफ शुरू किए गए एक विशेष अभियान का हिस्सा है।

14 अगस्त, 2024 को आदमपुर पुलिस स्टेशन के एसएचओ इंस्पेक्टर रविंदरपाल सिंह और एएसआई रविंदर सिंह के नेतृत्व में एक पुलिस टीम खुर्दपुर पावर स्टेशन के पास तैनात थी। गुप्त सूचना के आधार पर पुलिस ने होशियारपुर से जालंधर जा रहे वाहन को रोका। वाहन की तलाशी लेने पर पुलिस को इंपीरियल ब्लू व्हिस्की के 10 कार्टन (240 बोतलें, 90,000 मिली लीटर) और ऑल सीजन्स व्हिस्की के 4 कार्टन (48 बोतलें, 36,000 मिली लीटर) बरामद हुए। गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों की पहचान जालंधर के गुरदेव नगर निवासी रूप लाल के बेटे संजू और उत्तर प्रदेश के बिसापुर निवासी हसीब के बेटे इलियास के रूप में हुई है, जो वर्तमान में जालंधर में रह रहे हैं।

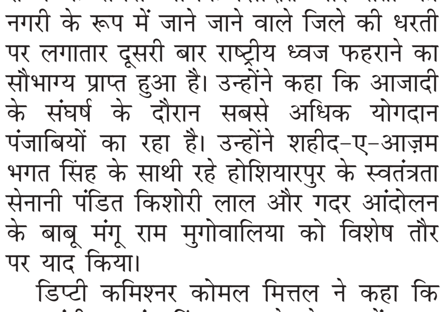
आदमपुर थाने में आबकारी अधिनियम की धारा 61/1/14 के तहत मामला (सं. 115, दिनांक 14.08.2024) दर्ज किया गया है। पुलिस यह पता लगाने के लिए आगे की जांच कर रही है कि क्या आरोपी किसी अन्य अवैध गतिविधियों से जुड़े हैं। गिरफ्तार किए गए आरोपियों को स्थानीय अदालत में पेश किया जाएगा और उनके आगे और पीछे के लिंकेज की जांच के लिए उनका रिमांड लिया जाएगा। एसएसपी खख ने कहा कि जालंधर ग्रामीण पुलिस मादक पदार्थों की तस्करी के खतरे को खत्म करने और समुदाय की सुरक्षा और भलाई सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है।

वनडे रैंकिंग में टीम इंडिया नंबर-1 पर काबिज

स्पोर्ट्स डेस्क. भारत और श्रीलंका के बीच हाल ही में तीन मैचों की वनडे सीरीज संपन्न हुई। भारतीय टीम ने 27 साल बाद श्रीलंका के हाथों द्विपक्षीय वनडे सीरीज गंवाई। श्रीलंका ने अपने घर में टीम इंडिया को तीन मैचों की सीरीज में 2-0 से मात दी। हालांकि, भारतीय टीम का वनडे टीम रैंकिंग में कोई बदलाव नहीं हुआ, टीम अभी भी टॉप पर काबिज है।

वहीं श्रीलंका दौरे पर भारतीय कप्तान रोहित शर्मा को बेहतर बल्लेबाजी का फायदा मिला जबकि स्टार बल्लेबाज विराट कोहली को एक स्थान का नुकसान हुआ। भारतीय टीम के बाएं हाथ के गेंदबाज कुलदीप यादव ने आईसीसी वनडे गेंदबाजी रैंकिंग में पांच स्थान की लंबी छलांग लगाई है।

दूसरी तरफ आईसीसी वनडे बल्लेबाजी रैंकिंग पर ध्यान दें तो पाकिस्तान के बाबर आजम नंबर 1 पर हैं। भारत के ओपनर शुभमन गिल 782 अंक के साथ दूसरे स्थान पर काबिज हैं। भारतीय कप्तान रोहित शर्मा एक स्थान के फायदे के साथ तीसरे नंबर पर पहुंचे। हिटमैन के 763 अंक हैं।


फोटो- बीसीसीआई

आईसीसी वनडे टीम रैंकिंग की बात करें तो भारतीय टीम टॉप पर काबिज है। रोहित शर्मा के नेतृत्व वाली भारतीय टीम के अंक 118 हैं। ऑस्ट्रेलियाई टीम 116 अंक के साथ दूसरे स्थान पर काबिज है। दक्षिण अफ्रीका के 112 अंक है और वह तीसरे नंबर पर है। पाकिस्तान 106 अंक के साथ चौथे नंबर पर है। न्यूजीलैंड की टीम टॉप-5 रैंकिंग को पूरा करती है।

पेरिस ओलंपिक 2024 पदकवीरों से मिले पीएम मोदी

नई दिल्ली. खेलों के सबसे बड़े महाकुंभ का समापन हुआ। इस ओलंपिक में भारत को महज 6 मेडल मिले, जिनमें 1 सिल्वर और 5 ब्रॉन्ज मेडल शामिल हैं। ओलंपिक्स के लिए भारत का 117 सदस्यीय दल पेरिस गया था। जिसमें से ज्यादातर एथलीट्स स्वदेश लौट आए हैं। वहीं कई खिलाड़ियों सहित भारतीय हॉकी टीम ने भी 15 अगस्त गुरुवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से उनके आवास पर मुलाकात की।

पीएम मोदी को भारतीय खिलाड़ियों ने कई गिफ्ट भी दिए। निशानेबाज मनु भाकर ने पीएम मोदी को पिस्टल दी, रेसलर अमन सहरावत और हॉकी टीम ने जर्सी सौंपी। इन जर्सियों पर खिलाड़ियों के हस्ताक्षर थे। भारतीय हॉकी टीम के कप्तान हरमनप्रीत सिंह ने अपनी टीम की ओर से पीएम को हॉकी स्टिक भेंट की। इस दौरान पीएम ने सभी खिलाड़ियों को संबोधित भी किया। हालांकि, कुछ खिलाड़ी अभी स्वदेश नहीं लौटे हैं जिनमें जैवलिन थ्रोअर नीरज चोपड़ा जर्मनी में है, जहां उनकी सर्जरी होनी है। वहीं रेसलर विनेश फोगाट 17 अगस्त को भारत लौटेंगी। बैडमिंटन खिलाड़ी पीवी सिंधु भी इस इवेंट का हिस्सा नहीं बन पाईं। सिंधु पेरिस ओलंपिक के दौरान राउंड ऑफ 16 में हारकर ऐतिहासिक हैट्रिक बनाने से चूक गईं।

2036 का ओलंपिक हिंदुस्तान में हो, उसके लिए तैयारी जारी : मोदी

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने ओलंपिक खेलों में पदक जीतने वाले भारतीय खिलाड़ियों को बधाई दी और कहा कि इसके लिए पूरी तैयारी की जा रही है कि वर्ष 2036 का ओलंपिक हिंदुस्तान की धरती पर हो। उन्होंने स्वतंत्रता दिवस पर लाल किले की प्राचीर से अपने संबोधन के दौरान वहां उपस्थित ओलंपिक विजेताओं का उल्लेख किया। मोदी ने कहा कि आज हमारे साथ तिरंगे झंडे के नीचे वे नौजवान बैठे हैं जिन्होंने ओलंपिक की दुनिया में भारत का परचम लहराया है। मैं अपने देश के सभी खिलाड़ियों को 140 करोड़ देशवासियों की तरफ से बधाई देता हूं। उन्होंने कहा कि हम नए सपने, नए संकल्प और पुरुषार्थ के साथ नए लक्ष्यों की तरफ बढ़ेंगे। प्रधानमंत्री ने पैरा-ओलंपिक के लिए भी भारतीय खिलाड़ियों को बधाई दी।

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.