प्रेरणा

राते भी अच्छी होंगी
मंजर भी अच्छा होगा
आगे बढ़ने की हिम्मत तो कर
सब कुछ अच्छा होगा..!

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-6 • 23 AUGUST TO 29 AUGUST 2024 • VOLUME 05 • 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

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

नाभा जेल ब्रेक के मास्टरमाइंड को पंजाब पुलिस हांगकांग से भारत लाई

डीजीपी ने सीबीआई, गृह मंत्रालय, विदेश मंत्रालय और अन्य केंद्रीय एजेंसियों का किया धन्यवाद

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब पुलिस ने 2016 के नाभा जेल ब्रेक कांड के मास्टरमाइंड रमनजीत सिंह उर्फ़ रोमी का हांगकांग से सुरक्षित प्रत्यर्पण प्राप्त कर लिया है और उसे पंजाब पुलिस की एंटी गैंगस्टर टास्क फोर्स (एजीटीएफ) की टीम द्वारा आज भारत वापस लाया गया है। पंजाब पुलिस के डायरेक्टर जनरल ऑफ पुलिस (डीजीपी) गौरव यादव ने अपने एक्स प्लेटफार्म (पूर्व में ट्विटर) पर पोस्ट के माध्यम से बताया, "पंजाब पुलिस के अथक प्रयासों के फलस्वरूप, न्याय सुनिश्चित करने के लिए आज मुख्य साजिशकर्ता रोमी को भारत वापस लाया जा रहा है। वह #आईएसआई और खालिस्तान लिबरेशन फोर्स (#केएलएफ) के अन्य फरार कैदियों सहित हरमिंदर सिंह मिंटू और कश्मीर सिंह गलवड्डी के संपर्क में था।"

डीजीपी ने ट्वीट में आगे लिखा, "हम इस अंतरराष्ट्रीय सहयोग के लिए हांगकांग के अधिकारियों, सीबीआई, गृह मंत्रालय, विदेश मंत्रालय और अन्य सभी केंद्रीय एजेंसियों का धन्यवाद करते हैं।" उल्लेखनीय है कि भगोड़े रमनजीत सिंह उर्फ़ रोमी ने 27 नवंबर 2016 को सुबह 9 बजे के करीब हुए नाभा जेल ब्रेक में अहम भूमिका निभाई थी। इस कांड

में, गैंगस्टरों ने पुलिस की वर्दी पहनकर उच्च सुरक्षा वाली जेल में घुसपैठ की थी और 6 खतरनाक कैदियों/गैंगस्टरों को फरार करवाया था। इन गैंगस्टरों में हरमिंदर सिंह उर्फ मिंटू, गुरप्रीत सिंह सेखों, अमनदीप सिंह ढोटियां, कुलप्रीत सिंह उर्फ नीटा दीओल, कश्मीर सिंह उर्फ गलवड्डी और गैंगस्टर हरजिंदर सिंह उर्फ विक्की गोंडर शामिल थे। उल्लेखनीय है कि इनमें से विक्की गोंडर को बाद में पंजाब पुलिस ने 26 जनवरी 2018 को राजस्थान में मुठभेड़ में मार गिराया था, जबकि अन्य को गिरफ्तार कर लिया गया था। रोमी, जो शेरा खुब्बन/विक्की गोंडर गैंग का मुख्य सदस्य था, ने नाभा जेल ब्रेक को अंजाम देने के लिए गैंग के

सदस्यों को वित्तीय सहायता, हथियार और जेल में प्रवेश के लिए नकली आईडी प्रदान की थी। इसके साथ ही, जेल से फरार हुए कैदियों को सुरक्षित घर और छुपने के ठिकाने भी उपलब्ध करवाए थे।

डीजीपी गौरव यादव ने बताया कि लगातार जांच और ऑपरेशनों के माध्यम से नाभा जेल ब्रेक के कुल 26 आरोपियों को गिरफ्तार करके चार्जशीट किया गया था, जबकि रमनजीत सिंह उर्फ़ रोमी, जो कि विदेशी हैंडलर था, को भगोड़ा घोषित किया गया था। रमनजीत, जो कि आईएसआई और खालिस्तान लिबरेशन फोर्स (केएलएफ) के हरमिंदर सिंह मिंटू और कश्मीर सिंह गलवड्डी के संपर्क में भी था, जेल ब्रेक का मास्टरमाइंड था। डीजीपी ने कहा कि न्याय सुनिश्चित करने की हमारी निरंतर कोशिश ने रोमी के खिलाफ लुक आउट सर्कुलर और रेड कार्नर नोटिस जारी करवाया। उसके प्रत्यर्पण की प्रक्रिया 2018 में विशेष प्रशासनिक क्षेत्र हांगकांग के साथ आपसी कानूनी सहायता संधि के तहत की गई थी और इस मामले को न्याय विभाग और हांगकांग की माननीय अदालत में ठोस रूप से पेश किया गया था। इसके बाद हांगकांग के मुख्य कार्यकारी अधिकारी द्वारा 6 अगस्त 2024 को रोमी के आत्मसमर्पण के संबंध में आदेश जारी किया गया था।

डीजीपी गौरव यादव ने एडीजीपी प्रमोद बान के नेतृत्व वाली एजीटीएफ की समूची टीम के कठिन प्रयासों की प्रशंसा की, जिसके तहत भारत सरकार के विदेश मंत्रालय (एमईए) के सहयोग से एक बेहतरीन अंतरराष्ट्रीय ऑपरेशन को सफलतापूर्वक अंजाम देकर पंजाब पुलिस की दृढ़ता और योग्यता को साबित किया गया है।

एम्स-आरएमएल के रेजिडेंट डॉक्टरों ने 11 दिन बाद खत्म की हड़ताल

नई दिल्ली. दिल्ली एम्स के रेजिडेंट डॉक्टर्स एसोसिएशन (आरडीए) ने गुरुवार को अपनी 11 दिन की हड़ताल खत्म करने का फैसला किया है। यह फैसला सुप्रीम कोर्ट की अपील और निर्देश के बाद लिया गया है जिसमें डॉक्टरों से अपनी ड्यूटी पर लौटने का आग्रह किया गया था। आरडीए ने आरजी कर मेडिकल कॉलेज में हुई घटना को स्वीकार करने और देश भर में स्वास्थ्य कर्मियों की सुरक्षा के बड़े मुद्दे को संबोधित करने के लिए सुप्रीम कोर्ट के प्रति आभार व्यक्त किया। एम्स आरडीए के नक्शेकदम पर चलते हुए राम मनोहर लोहिया (आरएमएल) अस्पताल के रेजिडेंट डॉक्टरों ने भी अपनी हड़ताल समाप्त कर दी है और काम पर लौट आए हैं।

12 अगस्त को डॉक्टर संघों ने ओपीडी सेवाओं को रोककर एक राष्ट्रव्यापी विरोध प्रदर्शन शुरू किया। हालांकि, आपातकालीन सेवाएं हमेशा की तरह जारी रहीं। एम्स के रेजिडेंट डॉक्टर हड़ताल पर थे, कोलकाता के एक सरकारी मेडिकल कॉलेज और अस्पताल में महिला प्रशिक्षु डॉक्टर के बलात्कार और हत्या के जवाब में स्वास्थ्य कर्मियों की सुरक्षा के लिए केंद्रीय कानून की वकालत कर रहे थे। इन चिंताओं के जवाब में, एम्स प्रशासन ने सुरक्षा ऑडिट लागू करने और सुरक्षा बढ़ाने के लिए अतिरिक्त उपाय करने का फैसला किया है। इन प्रयासों के हिस्से के रूप में, पायलट आधार पर मदर एंड चाइल्ड ब्लॉक के प्रमुख प्रवेश और निकास बिंदुओं पर एआई-सक्षम सीसीटीवी कैमरे लगाए जाएंगे। ये उन्नत कैमरे सभी आगंतुकों की पहचान करने के लिए चेहरे की पहचान तकनीक का उपयोग करेंगे, जिससे सुरक्षा कर्मियों को बार-बार प्रवेश करने और बाहर निकलने वालों की अधिक प्रभावी ढंग से निगरानी करने में मदद मिलेगी, जिससे प्रवेश नियंत्रण में सुधार होगा और अनधिकृत व्यक्तियों को परिसर में प्रवेश करने से रोका जा सकेगा।

ममता बनर्जी ने पीएम मोदी को लिखा पत्र, रेप के खिलाफ सख्त कानून बनाने की मांग की

कोलकाता. पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने गुरुवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को पत्र लिखकर बलात्कार के मामलों पर सख्त कानून बनाने की मांग की। यह घटनाक्रम कोलकाता के एक सरकारी अस्पताल में प्रशिक्षु डॉक्टर के साथ हुए भयानक बलात्कार और हत्या को लेकर लोगों के गुस्से के बीच हुआ है।

ममता बनर्जी के नेतृत्व वाली सरकार को बलात्कार-हत्या मामले और उसके बाद आरजी कर अस्पताल में हुई बर्बरता को लेकर कड़ी आलोचना का सामना करना पड़ा है, जहां यह घटना हुई थी। ममता बनर्जी ने आरजी कर अस्पताल में हुई तोड़फोड़ के लिए भाजपा और वामपंथियों को दोषी ठहराया और दावा किया कि उन्होंने बलात्कार मामले में सबूत नष्ट करने का प्रयास किया। प्रशिक्षु डॉक्टर के साथ अस्पताल के सेमिनार हॉल में बलात्कार किया गया और 9 अगस्त को उसका शव मिला। घटना के एक दिन बाद ममता बनर्जी ने कहा कि उनकी सरकार अपराधी के लिए मृत्युदंड की मांग करेगी। उन्होंने पुलिस को चेतावनी भी दी थी कि अगर वे 18 अगस्त तक मामले को सुलझाने में असमर्थ रहे तो जांच सीबीआई को सौंप दी जाएगी।

चुनाव से पहले कांग्रेस-एनसी में गठबंधन

जम्मू. जम्मू-कश्मीर में अगले महीने होने वाले विधानसभा चुनाव के लिए कांग्रेस और नेशनल कॉन्फ्रेंस (एनसी) में गठबंधन हो गया है। एनसी के प्रमुख और पूर्व मुख्यमंत्री फारूक अब्दुल्ला ने गुरुवार को इसका ऐलान किया। दोनों पार्टियों के बीच सहमति कांग्रेस सांसद राहुल गांधी के दौरे के दौरान बनी। केंद्र शासित प्रदेश जम्मू कश्मीर में अगले महीने विधानसभा के चुनाव होने हैं। 18 सितंबर, 25 सितंबर और 1 अक्टूबर को जनता वोट डालेगी। 4 अक्टूबर को नतीजे घोषित होंगे।

कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे और राहुल गांधी दो दिवसीय दौरे पर जम्मू-कश्मीर

में हैं। राहुल ने श्रीनगर में कार्यकर्ताओं को संबोधित किया। उसके बाद प्रेस कांफ्रेंस भी की। इसके बाद राहुल गांधी और खरगे एनसी के नेता और जम्मू-कश्मीर के पूर्व मुख्यमंत्री फारूक अब्दुल्ला से मिलने उनके घर गए। वहां उन्होंने उमर अब्दुल्ला से भी मुलाकात की। इस मुलाकात में ही गठबंधन का ऐलान हुआ। राहुल गांधी और मल्लिकार्जुन खरगे से मुलाकात के बाद फारूक अब्दुल्ला ने कहा कि हम सभी 90 सीटों पर चुनाव लड़ेंगे। उन्होंने पीडीपी पर कहा कि किसी के लिए कोई दरवाजा बंद नहीं हैं। उन्होंने कहा कि कांग्रेस, सीपीआईएम और एनसी एक साथ हैं।

प्रधानमंत्री मोदी ने पोलैंड गणराज्य के राष्ट्रपति से की मुलाकात

वारसॉ. प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने गुरुवार को वारसॉ के बेलवेडर पैलेस में पोलैंड गणराज्य के राष्ट्रपति महामहिम आंद्रेज सेबेस्टियन डूडा से मुलाकात की। दोनों नेताओं ने द्विपक्षीय संबंधों के विभिन्न पहलुओं पर चर्चा की। दोनों नेताओं ने भारत-पोलैंड संबंधों को उन्नत करके रणनीतिक साझेदारी में बदलने का स्वागत किया। उन्होंने यूक्रेन और पश्चिम एशिया के संघर्षों सहित विभिन्न क्षेत्रीय एवं वैश्विक मुद्दों पर भी चर्चा की। प्रधानमंत्री ने 'ऑपरेशन गंगा' के दौरान यूक्रेन से भारतीय नागरिकों को निकालने में पोलैंड द्वारा

बहुमूल्य और समय पर दी गई सहायता के लिए हार्दिक आभार व्यक्त किया। प्रधानमंत्री ने राष्ट्रपति डूडा को भारत आने का अपना निमंत्रण दोहराया।

पंजाब पुलिस ने सुलझाया खन्ना के शिवपुरी मंदिर में हुई चोरी का मामला, 3.6 किलो चांदी समेत चार गिरफ्तार

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/खन्ना

खन्ना पुलिस ने एक हफ्ते से भी कम समय में मंदिरों और गुरुद्वारों जैसे धार्मिक स्थलों पर चोरी करने वाले एक अंतरराज्यीय गिरोह के चार सदस्यों को गिरफ्तार कर लिया है और शिव मंदिर में हुई चोरी के मामले को सुलझा लिया है। यह जानकारी गुरुवार को यहां पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव ने दी। यह ऑपरेशन चंडीगढ़ पुलिस, बटाला पुलिस, ऊधम सिंह नगर पुलिस, उत्तराखंड और लखनऊ पुलिस के सहयोग से सफल हुआ।

गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों की पहचान रेशम सिंह उर्फ रिंकू, निवासी सिंधी झाला, जिला ऊधम सिंह नगर, उत्तराखंड; रवि कुमार निवासी महिंदपुर, रोपड़; हनी निवासी महिंदपुर, रोपड़ और राजीव कुमार उर्फ सोनी निवासी कुमारपुरम, लखनऊ, उत्तर प्रदेश के रूप में हुई

है। डीजीपी गौरव यादव ने बताया कि खन्ना की पुलिस टीमों ने इस मामले में शामिल चार आरोपियों को गिरफ्तार कर उनके पास से मंदिर में चोरी की गई 3.63 किलो चांदी बरामद है।

पंजाब सरकार पर 1026 करोड़ रुपए का जुर्माना, एनजीटी ने जारी किए आदेश

एनजीटी ने कहा- अगर इसी स्पीड से काम चलता रहा तो 53.87 लाख टन पुराने कचरे को डिस्पोज करने में 10 साल लग जाएंगे

नई दिल्ली. नेशनल ग्रीन ट्रिब्यूनल (एनजीटी) ने गुरुवार को पंजाब सरकार पर 1026 करोड़ रुपए का जुर्माना लगाया है। एनजीटी ने पुराने कचरे और सीवरेज डिस्चार्ज के मैनेजमेंट पर ठोस कदम न उठाने के मामले में पंजाब सरकार पर यह जुर्माना लगाया है। नेशनल ग्रीन ट्रिब्यूनल ने इस मामले में सुनवाई के दौरान कहा कि पंजाब में इस समय 53.87 लाख टन पुराना कचरा पड़ा हुआ है जबकि दो साल पहले यह कचरा 66.66 लाख टन था। एनजीटी ने फटकार लगाते कहा कि इसका मतलब की दो साल में राज्य सरकार सिर्फ 10 लाख टन कचरे को ही डिस्पोज कर पाई है।

एनजीटी ने कहा कि अगर इसी स्पीड से काम चलता रहा तो 53.87 लाख टन पुराना कचरे को डिस्पोज करने में 10 साल लग जाएंगे। वहीं, एनजीटी ने अपने नए आदेशों में कहा कि रिंग-फेंस खाते के निर्माण संबंधी साल 2022 के आदेश का पालन करने में मुख्य सचिव विफल रहे। एनजीटी ने आगे कहा कि साल 2022 में

उन्हें 2080 करोड़ रुपए देने का आदेश दिया गया था, जिसे मुख्य सचिव ने पालन नहीं किया। पंजाब सरकार ने अब तक केवल 100 करोड़ रुपये जमा किए हैं। नेशनल ग्रीन ट्रिब्यूनल ने कहा कि आदेश का उल्लंघन और आदेश न मानना एनजीटी के अधिनियम 2010 की धारा 26 के तहत अपराध है। वहीं, एनजीटी ने अपने हालिया आदेश में पुराने कचरे और सीवेज डिस्चार्ज के लिए उचित कदम न उठाने के लिए पंजाब सरकार पर 1026 करोड़ रुपए का जुर्माना लगाया है। मामले की अगली सुनवाई 27 सितंबर को होगी।

शहरों को कूड़ा मुक्त बनाने के लिए सफाई पर विशेष ध्यान दिया जाए : स्थानीय निकाय मंत्री

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब के स्थानीय निकाय मंत्री बलकार सिंह ने कहा कि मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार शहरवासियों को स्वच्छ और प्रदूषण रहित वातावरण उपलब्ध कराने के लिए निरंतर प्रयासरत है। पंजाब के शहरों को कूड़ा मुक्त बनाने और सीवरेज की सफाई, स्ट्रीट लाइटों की कार्यशीलता सुनिश्चित करने और स्वच्छ पानी उपलब्ध कराने पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है।

आज म्यूनिसिपल भवन में नगर परिषद/नगर पंचायतों और नगर सुधार ट्रस्ट के कार्यकारी अधिकारियों के साथ बैठक करते हुए कैबिनेट मंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि राज्य के शहरों को स्वच्छ और कूड़ा मुक्त बनाने

के लिए सफाई पर विशेष ध्यान दिया जाए। उन्होंने कहा कि जहां भी कूड़े के ढेर पड़े हैं, उनकी जल्द से जल्द सफाई करवा कर उस कूड़े को प्रोसेसिंग प्लांट में भेजकर उसका निपटारा किया जाए ताकि शहरों को स्वच्छ और हरा-भरा बनाया जा सके। उन्होंने अधिकारियों से कहा कि शहरों में सीवरेज की सफाई पर भी विशेष ध्यान दिया जाए ताकि बरसात के मौसम के दौरान सीवरेज के अवरुद्ध होने से गंदा पानी गलियों और सड़कों पर एकत्रित न हो।

बलकार सिंह ने कहा कि शहरवासियों को स्वच्छ पेयजल उपलब्ध कराना भी हमारी सरकार की प्रतिबद्धता है। उन्होंने आदेश देते हुए कहा कि शहरी स्थानीय इकाइयों से संबंधित रोजमर्रा के कामों को भी समयबद्ध तरीके से निपटाया जाना सुनिश्चित किया जाए।

केंद्रीय टीम ने जालंधर में जल शक्ति अभियान के अंतर्गत की पहलकदमियों का लिया जायज़ा

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

जल शक्ति अभियान के अंतर्गत की प्रगति की समीक्षा करने के उदेश्य के साथ केंद्रीय टीम, जिसमें वित्त मंत्रालय, नई दिल्ली के वित्तीय सेवाएं विभाग के डायरैक्टर और जल शक्ति अभियान के लिए केंद्रीय नोडल अधिकारी विवेक गुप्ता, तकनीकी अधिकारी, विज्ञानी नायमा अख्तर शामिल थे, ने आज इस योजना अधीन चल रही गतिविधियों का निरीक्षण करने के लिए जालंधर जिले का दौरा किया। दौरो का उदेश्य क्षेत्र में 'रेन वाटर हारवैस्टिंग' और पानी की संभाल संबंधी लागू अलग-अलग प्रोजैक्टों की प्रगति का मूल्यांकन करना था। अपने दौरे दौरान केंद्रीय टीम ने मिशन के साथ जुड़े ज़िला अधिकारियों और अन्य भागीदारों के साथ व्यापक विचार- विर्मश किया। अधिकारियों द्वारा जिले में पानी की संभाल के संदर्भ में बढिया प्रयास सम्बन्धित केंद्रीय टीम को अवगत करवाया गया।

हर की पौड़ी पर ही क्यों गंगा स्नान करते हैं लोग, क्या आपको पता है हरिद्वार नाम का सही मतलब?

TRAVELLING

हरिद्वार दिल्ली से करीबन 240 किलोमीटर दूर है। ये भारत वासियों के लिए काफी खास है। हिंदू धर्म का पालन करने वाले लोगो के लिए इस जगह का अलग ही महत्व है। इस आर्टिकल में जानिए की आखिर हर की पौड़ी पर ही क्यों गंगा स्नान करने जाते हैं लोग और हरिद्वार नाम का सही मतलब।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

उत्तराखंड को देव भूमि कहा जाता है। ऐसा इसिलिए क्योंकि यहां पर ढेरों मंदिर हैं और केदारनाथ-बद्रीनाथ समेत गंगोत्री और यमुनोत्री के लिए भी यहीं यात्रा होती है। हालांकि, इन सभी बड़े धामों पर जाने से पहले लोग हरिद्वार जाते हैं। हरिद्वार एक ऐसी जगह है, जो दिल्ली के आस पास रह रहे लोगों के लिए वीकेंड डेस्टिनेशन हैं। इस जगह पर लोग गंगा स्नान करने के लिए आते हैं। वैसे तो हरिद्वार में कई घाट हैं लेकिन हर की पौड़ी/पैड़ी पर लोगों की ज्यादा भीड़ होती है। क्या आकपिला, गंगाद्वार के नाम प जानते हैं ऐसा क्यों है?

क्यों हर की पौड़ी/पैड़ी पर होती है सबसे ज्यादा भीड़ : वैसे तो हरीद्वार में कई जगह है जिन्हें लेकर अलग-अलग मान्यता है। वहीं यहां पर कई घाट भी हैं, लेकिन उनके मुकाबले सबसे ज्यादा भीड़ हर की पौड़ी/पैड़ी पर ही होती है। ऐसा इसलिए है क्योंकि इस जगह को लेकर मान्यता है कि जब असुरों और देवताओं के बीच समुद्र मंथन हुआ तब लड़ाई के बीच में असुर अमृत का कलश लेकर भागने लगे। तभी उस कलश में से 4 बूंदें गिर गई। इनमें से एक बूंद हरीद्वार में गिरी। माना जाता है कि ये बूंद हर की पौड़ी/पैड़ी पर ही गिरी थी। इसलिए लोग हरिद्वार आकर इस जगह पर स्नान लेते हैं। वहीं कहा ये भी जाता है कि हर की पौड़ी/पैड़ी पर खुद विष्णू भगवान आए थे। इसलिए इस घाट की मान्यता खास है।

क्या है हरिद्वार नाम का मतलब : हरिद्वार नाम का दो शब्दों को जोड़ कर बना है। हरी और द्वार, जिसमें हरी का मतलब है भगवान और द्वार का मतलब है दरवाजा। लोगों का मानना है कि ये भगवान से मिलने या फिर स्वर्ग जाने का दरवाजा है। हरिद्वार नाम मिलने से पहले इस जगह को मायापुरी, कपिला, गंगाद्वार के नाम से भी जाना जाता था।

BOLLYWOOD

सुबह उठते ही फेस वॉश करना सही है या गलत, जानें सही तरीका

मॉर्निंग स्किन केयर रूटीन में फेस वॉश करना शामिल है तो रुक जाए। हर दिन सोकर उठने के बाद मुंह को क्लीजिंग फेस वॉश से साफ कर लेना ठीक नही हैं। जानें होने वाले नुकसान और दिन का कौन सा वक्त फेस वॉश के लिए उचित है।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

मॉर्निंग स्किन केयर रूटीन में फेस वॉश पहला स्टेप होता है। ज्यादातर लोग इसे जरूरी मानते हैं बगैर ये सोचे कि क्या सच में सुबह उठकर मुंह को क्लीजिंग जेल या फेस वॉश से धोना जरूरी है। दरअसल, एक्सपर्ट की इस मामले में राय अलग-अलग रहती है। लेकिन मॉर्निंग में फेस वॉश करने का नियम हर स्किन के अनुसार और स्किन पर यूज कर रहे प्रोडक्ट पर डिपेंट करता है। इसलिए जानना जरूरी है कि आखिर सुबह उठने के बाद मुंह धोना सही है या गलत।

क्या सुबह फेस वॉश करना जरूरी है?

सोकर उठने के बाद फेस वॉश करना जरूरी है? तो इसका जवाब है नहीं। रात में स्किन स्किन बैरियर क्रिएट करती है। जिसकी मदद से वो पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स को स्किन में लॉक करती है। जब चेहरे को धो दिया जाता है तो ये बैरियर खत्म हो जाता है और फिर इस पर सिंथेटिक मॉइश्चराइजर और बैरियर तैयार किया जाता है। जो कि स्किन के लिए ज्यादा हार्मफुल है। स्किन भी शरीर का अंग है जो रात को खुद से ही रिपेयर होता है और स्किन पर नेचुरल मॉइश्चर पैदा करता है। जो स्किन बैरियर का काम करता है।

स्किन टाइप पर डिपेंट करता है फेस वॉश

चेहरे को वॉश करना कई बार स्किन टाइप पर भी डिपेंट करता है। जैसे कि स्किन अगर ऑयली और एक्ने प्रोन है तो ऐसे चेहरे को लाइट जेल बेस्ड फेसवॉश से धोना ठीक है। लेकिन ड्राई और सेंसेटिव स्किन को भूलकर भी सुबह के समय साफ ना करें। इससे स्किन पर इरिटेशन और नेचुरल ऑयल्स खत्म होने लगता है।

अगर आपने रात को फेस वॉश के बाद सीरम और दूसरे प्रोडक्ट लगाए हैं तो एक बार फिर सुबह फेसवॉश करना सारे प्रोडक्ट के बेनिफिट्स को खत्म कर देता है।

किस वक्त फेस वॉश करना है सही

स्किन केयर रूटीन में अगर फेस वॉश को शामिल करना है तो रात का वक्त सबसे अच्छा है। इस वक्त पर फेस वॉश करने से सारी स्किन पर जमा धूल-मिट्टी और डेड स्किन आसानी से साफ हो जाती है।

मिट्टी के बर्तन में खाना पकाकर खाने से मिलते हैं कई फायदे, पहली बार इस्तेमाल करने से पहले करें ये काम

मिट्टी के बर्तन में खाना पकाकर खाने के कई फायदे हैं। अगर आप भी इन बर्तनों में पहली बार खाना पकाने के लिए यूज कर रही हैं तो इन बातों को जानें।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

शहरों में खाना पकाने के लिए लोग एल्यूमीनियम या फिर स्टील के बर्तनों का ज्यादा इस्तेमाल करते हैं। लेकिन मिट्टी के बर्तन में पके खाने का स्वाद अलग ही आता है। इसमें पके खाने को खाकर शरीर को कई तरह के फायदे मिलते हैं। इसमें तैयार खाने में कई तरह के पोषक तत्व पाए जाते हैं जो सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होता है। हालांकि, अक्सर लोगों की यह शिकायत रहती है कि मिट्टी के बर्तन बहुत जल्दी टूट जाते है। ऐसे में जानिए पहली बार मिट्टी के बर्तन का इस्तेमाल करने से पहले आपको क्या करना चाहिए।

पहले करें साफ

नए मिट्टी के बर्तन को कपड़े से साफ करें। इसके लिए किसी भी सूती कपड़े को लें और इसे अच्छी तरह से पोंछ लें। जब इसे पूरी तरह से साफ कर लें और इससे सारी धूल मिट्टी भी निकल जाए तो डिश वॉश से इसे एक बार साफ करें और फिर पानी से धो लें।

पानी में भिगोएं बर्तन

मिट्टी के बर्तन में खाना पकाने से पहले आपको कम से कम 12 घंटे के लिए इसे पानी में भिगोकर रखना चाहिए। आप रात में ऐसा कर सकते हैं। अगली सुबह इस बर्तन को पानी से निकालें और फिर से सूती कपड़े पर रख दें।

अच्छे से सुखाएं

बर्तन को पानी से निकालने के कुछ देर बाद इसे धूप में रख सकते हैं। चाहें तो कमरे में भी इसे किसी साफ जगह पर कुछ देर के लिए रखें और सुखा लें।

करें ग्रीसिंग

धोकर सुखाए गए मिट्टी के बर्तन को इस्तेमाल करने से पहले इसकी ग्रीसिंग करें। इसके लिए आपको तेल की जरूरत होगी। आप सरसों के तेल का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए बर्तने के साइज को देखते हुए तेल लें और फिर इसमें डालकर अच्छे से गर्म कर दें।

नहीं टूटेगा बर्तन

मिट्टी के बर्तन गैस पर रखकर टूटने की शिकायत महिलाएं अक्सर करती हैं। आपके साथ भी ऐसा हुआ है तो इसे इस्तेमाल करते हुए हमेशा आंच बिल्कुल धीमी रखें। क्योंकि तेज आंच पर इसके टूटने का खतरा ज्यादा रहता है।

जैसी प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी कर रहा आपका बच्चा, इस तरह करेंगे तैयार तो सफलता चूमेगी कदम

Parenting

जालंधर ब्रीज (फीचर) . हर पेरेंट्स की ये इच्छा होती है कि उनका बच्चा अपने करियर में बहुत आगे तक जाए। लेकिन आज के दौर में हर क्षेत्र में कॉम्पटीशन काफी बढ़ गया है। बिना प्रतियोगी परीक्षा को पास किए, किसी भी क्षेत्र में करियर बनाना पॉसिबल नहीं है। कॉलेज में एडमिशन से लेकर अच्छी नौकरी तक, हर एक चीज के लिए भारी कॉम्पिटिशन है। एक सीट के पीछे लाखों लोगों की लंबी भीड़ देखकर कई बार बच्चा काफी निराश हो जाता है। ऐसे में पैरेंट्स की जिम्मेदारी होती है कि बच्चे को कॉम्पिटिशन के लिए फिजिकली और मेंटली प्रिपेयर करें।

बच्चों की डाइट का रखें ख्याल : बच्चा मेंटली और फिजिकली तभी स्ट्रांग होगा जब उसका शरीर और दिमाग हेल्थी रहेगा। शरीर और दिमाग को हेल्थी रखने के लिए बच्चों की डाइट में सभी पोषक तत्वों का शामिल होना जरूरी है। पेरेंट्स को अपने बच्चों के खान-पान का ध्यान रखना चाहिए। बच्चों की डाइट में ऐसी चीजें शामिल करनी चाहिए जिनसे बच्चों को जरूरी मात्रा में विटामिन, मिनरल्स, प्रोटीन मिलते रहें। बच्चों को खूब पानी पीने की सलाह दें और इसके साथ ही डेली रूटीन में एक्सरसाइज को भी शामिल करें। हो सके तो सुबह बच्चों को योगा करने के लिए कहें। इससे दिमाग शांत होता है जिससे बच्चे को पढ़ाई में ध्यान लगाने में आसानी होती है।

घर का माहौल रखें पॉजिटिव : आसपास के माहौल का दिमाग पर गहरा असर पड़ता है। अगर आप चाहते हैं कि आपका बच्चा प्रतियोगी परीक्षाओं में सफल हो तो आपको घर में बच्चों को पॉजिटिव माहौल देना होगा। घर में जितनी पॉजिटिविटी होगी बच्चा उतने ही अच्छे से अपने गोल पर फोकस कर पाएगा। दिमाग अगर स्ट्रेस फ्री रहेगा तो बच्चे का पढ़ाई में मन लगेगा। बच्चे की कंसंट्रेशन पावर को बढ़ाने के लिए आप उसे मेडिटेशन करने की भी सलाह दे सकते हैं। इसके अलावा घर में आप कुछ ऐसे प्लांट्स भी लगा सकते हैं जो स्ट्रेस लेवल को कम करते हैं।

बच्चों से करें बातचीत : प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी करने वाले बच्चे कई बार कंफ्यूज होने लगते हैं असफलता मिलने पर घबराने लगते हैं। ऐसे समय में जब उन्हें सही सलाह नहीं मिलती है तो वे तनाव के शिकार होने लगते हैं। आपके बच्चे के साथ यह सब समस्या ना हो इसके लिए आप अपने बच्चे से समय-समय पर उसके करियर से जुड़ी बातों पर डिस्कस करते रहें। बच्चों के कंफ्यूज होने पर उन्हें सही सलाह देकर उनकी कंफ्यूजन को दूर करें।

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

स्ट्रेच मार्क्स ही नहीं आंखों के काले घेरे भी दूर करता है बादाम का तेल

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

प्रेग्नेंसी के बाद ज्यादातर महिलाएं पेट के आसपास नजर आने वाले स्ट्रेच मार्क्स और नींद ना पूरी होने की वजह से आंखों के नीचे बनने वाले काले घेरों से परेशान रहती हैं। अगर आप भी इन दो समस्याओं से निजात पाना चाहती हैं तो बादाम के तेल को अपने नाइट रूटिन में शामिल कर लीजिए। बादाम के तेल में आयरन, पोटैशियम, मैग्नीशियम, विटामिन-E, A, D, ओमेगा-3 फैटी एसिड और फास्फोरस जैसे पोषक तत्व प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं, जो त्वचा से जुड़ी झुर्रियां,दाग-धब्बे, एजिंग जैसी कई तरह की समस्याओं को दूर रखने में मदद करते हैं। आइए जानते हैं त्वचा पर बादाम तेल लगाने से मिलते हैं क्या ब्यूटी बेनिफिट्स और क्या है इसे लगाने का सही तरीका।

त्वचा पर बादाम तेल लगाने से मिलते हैं ये फायदे-

स्ट्रेच मार्क्स- स्ट्रेच मार्क्स पर बादाम का तेल लगाने से स्ट्रेच मार्क्स की समस्या खत्म हो सकती है। बादाम के तेल में मौजूद विटामिन E एक तरह का एंटी-ऑक्सीडेंट्स है, जो झुर्रियों और उम्र बढ़ने के संकेतों को कम करता है।

स्किन को रखें हाइड्रेट- बादाम के तेल का नियमित यूज आपकी खूबसूरती को बढ़ाने में मदद कर सकता है। दरअसल, बादाम का तेल एक प्राकृतिक मॉइस्चराइजर है जो खुश्क और संवेदनशील स्किन को हाइड्रेट बनाए रखने में मदद कर सकता है।

त्वचा की सूजन और लालिमा को करें कम- बादाम का तेल त्वचा की सूजन और लालिमा को कम करने में मदद कर सकता है। इसके नियमित उपयोग से त्वचा की जलन और एलर्जी में भी राहत मिलती है।

एक्ने और पिंपल्स- बादाम के तेल में एंटी-ऑक्सीडेंट्स और एंटी-इनफ्लेमेटरी गुण मौजूद होते हैं, जो एक्ने और पिंपल्स को कम कर सकते हैं।

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

दिल के लिए फायदेमंद है काजू, वहीं डिशेज का बढ़ा सकती हैं स्वाद

HEALTH

काजू सबसे ज्यादा लोकप्रिय और मेवों में से एक है। इसके पोषक तत्व और इसका क्रीमी टेक्सचर किसी भी व्यंजन के स्वाद को कई गुना बढ़ा देता है। अपने खानपान में काजू को किन तरीकों से करें शामिल, बता रही हैं कुकरी एक्सपर्ट प्रिया कुमार

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

मेवों में सबसे ज्यादा खाया जाने वाला और सबका पसंदीदा मेवा है, काजू। बच्चों से लेकर बड़ों तक का यह पसंदीदा मेवा है। यह थोड़ा मीठा और कुरकुरे स्वाद वाला होता है। इसके सेवन से शरीर में ऊर्जा आती है क्योंकि इसमें कई तरह के पोषक तत्व पाए जाते हैं। काजू एक ऐसा ड्राई फ्रूट है, जिसका सेवन हर मौसम में किया जाता है। हां, गर्मियों में एक सीमित मात्रा में ही इसका उपयोग अच्छा रहता है क्योंकि इसकी तासीर गर्म होती है। यह मेवा पोषक तत्वों से भरपूर होता है और सही तरीके से सेवन किया जाए तो कई स्वास्थ्य लाभ भी देता है। इसका उपयोग कई तरह के मीठे व नमकीन व्यंजनों, सूप, बेक्ड खाद्य पदार्थों आदि में होता है। इसका उपयोग खानपान में और किन-किन तरीकों से किया जा सकता है,

- चाय के साथ स्नैक्स के रूप में काजू को सर्व करने के लिए एयर फ्रायर में बिना तेल का प्रयोग किए रोस्ट करती हूं। फिर इसी तरह से मूंगफली भी रोस्ट करके दोनों चीजों को मिक्स कर देती हूं। आधा चम्मच देसी घी उस पर डालकर नमक, काली मिर्च और चाट मसाला डाल देती हूं। बढ़िया स्नैक्स तैयार है। इसमें मूंगफली की जगह खरबूजे के बीज भी डालती हूं।
- काजू को बहुत हल्का रोस्ट करके मैं उसका पाउडर बना लेती हूं और एक एयरटाइट डिब्बे में बंद करके रखती हूं। खीर बनानी हो, लड्डू बनाने हो, कोई शेक बनाना हो, तो थोड़ा सा पाउडर बना मिला देती हूं। व्यंजन स्वादिष्ट लगता है।
- सलाद और सूप आदि में मैं काजू के छोटे-छोटे टुकड़े बुरक देती हूं। सलाद सर्व करने से ठीक पहले उसमें भुने काजू मिला दें, स्वाद बढ़ जाता है।
- काजू कतली, काजू रोल, काजू सैंडविच बर्फी बनानी हो तो काजू को थोड़े से दूध में गला कर पेस्ट बनाती हूं और फिर उसे भूनती हूं। चीनी मिलाकर जमा कर मनचाहे आकर में काट लेती हूं।
- पानी में काजू को तीन-चार घंटे भिगोकर मिक्सी में पेस्ट बनाकर क्यूब की तरह जमा देती हूं। जब भी शाही, पनीर शाही आलू आदि बनाने होते हैं, तो मात्रा के अनुसार एक-दो क्यूब डालती हूं। इस तरह जमे हुए काजू का पेस्ट 1 महीने तक आराम से चलता है।
- जरूरत पड़ने पर काजू को भिगोकर नीबू के रस के साथ पेस्ट बनाकर खुद ही खट्टी क्रीम तैयार कर लेती हूं। इसके अलावा भीगे काजुओं को हैंग कर्ड के साथ पेस्ट बनाकर पालक पनीर, दाल मखनी आदि के ऊपर सजाने का काम करना अच्छा रहता है।
- काजू को भिगोकर उसे बटर के साथ पीस लें। अब इसे टोस्ट पर फैलाएं या दही या ओट्स में मिलाएं। भरपूर ऊर्जा मिलेगी। काजू बटर को अन्य मेवों के साथ मिलाकर एनर्जी बार भी बना सकती हैं।
- काजू का प्रयोग आप काजू मटर मखाना सब्जी, खोया काजू सब्जी आदि बनाने में भी कर सकती हैं।
- बिस्कुट को बेक करते समय उसमें भी थोड़ा काजू पाउडर व कुछ कटे काजू मिला देती हूं। बिस्कुट का स्वाद बहुत अच्छा हो जाता है।

सेहत का सरताज

काजू में प्रोटीन, वसा और कार्बोहाइड्रेट का अच्छा संतुलन होता है। इसमें मौजूद प्रोटीन शरीर की मांसपेशियों के विकास में मदद करता है और वसा हृदय को स्वस्थ रखने में योगदान देती है। इसके अलावा काजू में आयरनर, जिंक, मैग्नीशियम और सेलेनियम जैसे मिनरल्स होते हैं, जो शरीर की विभिन्न कार्यप्रणालियों के लिए आवश्यक हैं। आइए जानें, काजू हमारी सेहत को और कैसे लाभ पहुंचाता है:

काजू दिल के लिए फायदेमंद है। बैड कोलेस्ट्रॉल दिल की बीमारियों का कारण बनता है। सीमित मात्रा में काजू के सेवन से बैड कोलेस्ट्रॉल कम होता है। इसके अलावा उच्च रक्तचाप की समस्या भी काफी कम हो जाती है।

केमिस्ट्री जर्नल में प्रकाशित एक शोध के अनुसार काजू में पाया जाने वाला ओमेगा 3 फैटी एसिड मस्तिष्क में रक्तसंचार को बढ़ाने में मदद करता है। यह मूड को स्थिर करने, खुशी की भावनाओं को बढ़ाने और अच्छी नींद में मददगार है।

काजू में फाइबर अच्छी मात्रा में पाया जाता है, जो पाचन क्रिया को सुधारने में मददगार होता है। इसके अलावा हीमोग्लोबिन को बढ़ाता है। डायबिटीज को काबू में रखता है। यह हड्डियों को मजबूती प्रदान करता है और दर्द व सूजन को भी कम करता है।

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

आतंकवाद के खिलाफ मिलकर लड़ेंगे, जाकिर नाईक पर क्या हुई बात; भारत-मलेशिया में 8 समझौते

भारत और मलेशिया के प्रधानमंत्रियों ने आतंकवाद के खिलाफ एकजुट होकर लड़ने की बात की लेकिन जाकिर नाईक का मुद्दा बैठक में नहीं उठा। नाईक पर धनशोधन और कट्टरता फैलाने के आरोप हैं।

• **जालंधर ब्रीज** . वर्ल्ड न्यूज

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और मलेशियाई पीएम अनवर इब्राहिम के बीच व्यापार, निवेश, रक्षा समेत विभिन्न क्षेत्रों पर गहन बातचीत हुई। भारत और मलेशिया ने मंगलवार को फैसला किया कि दोनों देश द्विपक्षीय संबंधों को समग्र रणनीतिक साझेदारी के स्तर तक बढ़ाएंगे। दोनों देशों ने कम से कम आठ समझौतों पर हस्ताक्षर किए, जिनमें से एक मलेशिया में भारतीय श्रमिकों की भर्ती को बढ़ावा देने तथा उनके हितों की सुरक्षा से संबंधित समझौता है। वार्ता का मुख्य उद्देश्य संबंधों को फिर से गति प्रदान करना था। भारत और मलेशिया के प्रधानमंत्रियों ने आतंकवाद के खिलाफ एकजुट होकर लड़ने की बात की लेकिन जाकिर नाईक का मुद्दा बैठक में नहीं उठा। नाईक पर धनशोधन और कट्टरता फैलाने के आरोप हैं।

इस्लामी प्रचारक जाकिर नाईक के खिलाफ धनशोधन और कट्टरता फैलाने के आरोप हैं तथा एनआईए उसके खिलाफ जांच कर रही है। वह 2016 में मलेशिया चला गया और वापस नहीं लौटा। भारत उसे लगातार सौंपे जाने की मांग कर रहा है। मलेशिया के साथ भारत की प्रत्यर्पण संधि भी है। मलेशिया के प्रधानमंत्री की यात्रा को लेकर अटकलें लगाई जा रही थी कि भारत सरकार जोरदार तरीके से इस मामले को उठाएगी। लेकिन संयुक्त बयान में भी यह मुद्दा शामिल नहीं है।

जाकिर नाईक का मुद्दा आज नहीं उठा

विदेश मंत्रालय की तरफ से इस बारे में कुछ स्पष्ट नहीं कहा गया पर एक अन्य कार्यक्रम में मलेशिया के प्रधानमंत्री अनवर इब्राहिम ने कहा कि यह मुद्दा आज की बैठक में नहीं उठा। जानकार मान रहे हैं कि भारत का फोकस मलेशिया से संबंधों को मजबूती पर है। दरअसल, महातिर जब मलेशिया के प्रधानमंत्री थे तो उन्होंने जम्मू-कश्मीर से धारा 370 हटाने और सीएए को लेकर प्रतिकूल टिप्पणियां की थी जिसके बाद संबंधों में तल्खी आई थी। भारत ने पाम आयल के आयात पर भी रोक लगा दी थी। अब महातिर सरकार बदल चुकी है और दोनों तरफ से संबंधों में मजबूती की कोशिश हो रही है। जाकिर नाईक के मुद्दे पर कौंसलर स्तर पर बातचीत चल रही है।

भारतीयों की भर्ती को बढ़ावा

इब्राहिम तीन दिवसीय भारत दौरे के तहत सोमवार रात दिल्ली पहुंचे। यह बतौर प्रधानमंत्री उनका पहला भारत दौरा है। प्रधानमंत्री मोदी ने मीडिया के लिए जारी बयान में कहा, ''हमने भारत-मलेशिया साझेदारी को समग्र रणनीतिक साझेदारी के स्तर तक बढ़ाने का फैसला किया है।'' प्रधानमंत्री ने कहा कि कामगारों के रोजगार पर समझौते से भारतीयों की भर्ती को बढ़ावा मिलेगा तथा उनके हितों की सुरक्षा भी होगी।

भारत-मलेशिया आर्थिक संबंधों के महत्व पर प्रकाश डालते हुए मोदी ने कहा कि द्विपक्षीय व्यापार रुपये और मलेशियाई मुद्रा रिंगित में किया जा रहा है। उन्होंने कहा, ''हमारा मानना है कि आर्थिक सहयोग में अब भी काफी संभावनाएं हैं। द्विपक्षीय व्यापार

और निवेश का विस्तार किया जाना चाहिए।'' उन्होंने कहा, ''हमें सेमीकंडक्टर, फिनटेक, रक्षा उद्योग, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) और क्वांटम जैसे नए तकनीकी क्षेत्रों में आपसी सहयोग बढ़ाना चाहिए। हमने भारत और मलेशिया के बीच व्यापक आर्थिक सहयोग समझौते की समीक्षा में तेजी लाने पर जोर दिया है।'' प्रधानमंत्री ने यह भी कहा कि भारत की डिजिटल भुगतान प्रणाली यूपीआई को मलेशिया के पेनेट से जोड़ने के लिए काम किया जाएगा। मोदी ने कहा कि आतंकवाद और चरमपंथ से निपटने को लेकर दोनों देशों का दृष्टिकोण समान है।

मोदी और इब्राहिम मिलकर बोले- आतंकवाद को पनाह नहीं देंगे

एक संयुक्त बयान में कहा गया कि दोनों नेताओं ने इस बात पर जोर दिया कि किसी भी देश को आतंकवादियों को पनाह नहीं देनी चाहिए तथा आतंकवाद के दोषियों को शीघ्र न्याय के कठघरे में लाने के लिए मिलकर काम करने पर सहमति व्यक्त की। मोदी ने मलेशिया को दक्षिण-पूर्वी एशियाई देशों के संगठन 'आसियान' और हिंद-प्रशांत क्षेत्र में भारत का महत्वपूर्ण साझेदार बताया। उन्होंने कहा, ''हमने इस बात पर सहमति जताई कि भारत और आसियान के बीच मुक्त व्यापार समझौते (एफटीए) की समीक्षा समय पर पूरी होनी चाहिए।''

दक्षिण चीन सागर क्षेत्र में स्थिति की तरफ इशारा करते हुए मोदी ने कहा, "हम अंतरराष्ट्रीय कानूनों के अनुसार, जहाजों और विमानों की मुक्त आवाजाही के लिए प्रतिबद्ध हैं और सभी विवादों के शांतिपूर्ण समाधान की वकालत करते हैं।" दक्षिण चीन सागर क्षेत्र में चीनी सेना की भड़काऊ कार्रवाई लगातार बढ़ रही है।

भारत का गौरवशाली इतिहासः इब्राहिम

भारत और मलेशिया ने रक्षा क्षेत्र में सहयोग की नयी संभावनाओं पर भी विचार-विमर्श किया। दोनों देशों ने डिजिटल प्रौद्योगिकी में सहयोग के लिए डिजिटल परिषद स्थापित करने और एक स्टार्ट-अप गठबंधन बनाने का भी निर्णय लिया। इब्राहिम ने अपने बयान में कहा कि सभी संवेदनशील या उसी तरह के अन्य मुद्दों पर चर्चा हुई, जिससे दोनों देशों के बीच दोस्ती के सही मायने प्रतिबिंबित होते हैं। उन्होंने कहा, ''भारत एक महान राष्ट्र है जिसका गौरवशाली इतिहास, संस्कृति और सभ्यता है। यह कई मायनों में बहु-संस्कृति और बहु-धर्म वाला देश है।'' इब्राहिम ने कहा, ''इसलिए, व्यापार और निवेश से परे हमारे बीच बहुत सी समानताएं हैं।''

मोदी-इब्राहिम के बीच वार्ता में मलेशिया के टुंकू अब्दुल रहमान विश्वविद्यालय में आयुर्वेद पीठ स्थापित करने का निर्णय लिया गया। इसके अलावा मलय विश्वविद्यालय में तिरुवल्लुवर पीठ स्थापित करने का भी फैसला किया गया।

राशन से पोषण तक : पोषण सुरक्षा के लिए उचित दर की दुकानों का पुनर्अभिविन्यास (री-ओरिएंटिंग)

जालंधर ब्रीज

संजीव चोपड़ा
(भारत सरकार के खाद्य एवं सार्वजनिक वितरण विभाग के सचिव)

चमन प्रकाश, एक उचित दर दुकान (एफपीएस) डीलर हैं जो उत्तर प्रदेश के गाजियाबाद के प्रताप विहार ब्लॉक में पिछले 11 वर्षों से खाद्यान्न वितरित कर रहे हैं। इस क्षेत्र में एक मात्र एफपीएस डीलर होने के कारण वे 1,500 से अधिक परिवारों को सेवा प्रदान करते हैं। समुदाय में एक विश्वसनीय व्यक्ति के रूप में उनकी प्रतिष्ठा विशेष रूप से कोविड-19 महामारी के कारण हुए व्यवधानों के दौरान और भी महत्वपूर्ण हो गई, जब लाभार्थी अपनी सार्वजनिक वितरण प्रणाली (पीडीएस) से जुड़ी पात्रताओं पर बहुत अधिक निर्भर थे। प्रकाश, देश भर के उन 5.3 लाख डीलरों में से एक हैं, जो अंतिम छोर तक खाद्यान्न वितरण एजेंट के रूप में कार्य करते हैं और पीडीएस के माध्यम से 80 करोड़ से अधिक व्यक्तियों के लिए खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करते हैं। इन एफपीएस को राज्य सरकारों द्वारा लाइसेंस दिया जाता है और इनका प्रबंधन भी किया जाता है तथा डीलरों को अपनी दुकानों पर प्रति क्विंटल लेन-देन के आधार पर डीलर मार्जिन के माध्यम से मुआवजा मिलता है। तथापि, एफपीएस के माध्यम से खाद्यान्न वितरण प्रत्येक माह 7-10 दिनों की अवधि में केंद्रित होता है। माह के शेष दिनों में, ये दुकानें कम उपयोग में रहती हैं, जिससे डीलरों को कोई अतिरिक्त आय का अवसर नहीं मिलता है। एफपीएस में भौतिक और मानव संसाधनों का इस प्रकार से उपेष्टतम उपयोग से, आवश्यक अंतिम छोर तक वितरण नेटवर्क की आर्थिक व्यवहार्यता और स्थिरता को खतरा पहुंचता है।

पिछले एक दशक में, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग ने एफपीएस को आधुनिक बनाने के लिए विभिन्न क्रियाकलाप लागू किए हैं। सभी एफपीएस में इलेक्ट्रॉनिक पॉइंट ऑफ सेल (ई-पॉस) डिवाइस लगाए गए हैं, और लगभग 100% लेन-देन अब आधार द्वारा बायोमेट्रिक रूप से प्रमाणित होते हैं। खाद्यान्नों का सही वजन सुनिश्चित करने के लिए ई-पीओएस उपकरणों को इलेक्ट्रॉनिक तराजू से जोड़ने की प्रक्रिया भी शुरू की गई है, जिसे 2024 के अंत तक पूरा किया जाना है। राज्यों को महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारंटी अधिनियम (मनरेगा) के तहत मॉडल एफपीएस विकसित करने के लिए प्रोत्साहित किया गया है, जिसमें लाभार्थियों के लिए प्रतीक्षा क्षेत्र, बैठने की व्यवस्था और पीने के पानी जैसी सुविधाएं हों। राज्य सरकारों को एफपीएस डीलरों के लिए अतिरिक्त आय के स्रोत सृजित करने हेतु कॉमन सर्विस सेंटर (सीएससी) सेवाओं और बिजनेस कॉरेस्पोंडेंट (बीसी) सेवाओं जैसी अतिरिक्त सेवाएं प्रदान करने के लिए सशक्त बनाया गया है। जनवरी, 2024 में, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग ने ओपन नेटवर्क फॉर डिजिटल कॉमर्स (ओएनडीसी) में एफपीएस को ऑनबोर्ड करने के लिए एक प्रायोगिक (पायलट) कार्यक्रम शुरू किया है। इस पहल का उद्देश्य एफपीएस के ग्राहक आधार को विस्तार देना और उसकी व्यवहार्यता को बढ़ाना है। यद्यपि, एफपीएस की आर्थिक स्थिरता डीलरों और सरकार दोनों के लिए चिंता का विषय बनी हुई है।

एक अन्य गंभीर चुनौती लाभार्थियों की पोषण सुरक्षा रही है। वर्तमान में, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग केवल पीडीएस के माध्यम से ऊर्जा देने वाले (एनर्जी रिच) अनाज (चावल और गेहूं) प्रदान करता है, जबकि आबादी का एक महत्वपूर्ण हिस्सा पोषण संबंधी कमियों का सामना कर रही है। राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण (एनएफएचएस-5) के आंकड़े उच्च एनीमिया दरों को दर्शाते हैं: 6 से 59 महीने की आयु के बच्चों में 67.1%, 15 से 49 वर्ष की आयु की महिलाओं में 57% और 15 से 49 वर्ष की आयु के पुरुषों में 25%। इसके अतिरिक्त, पांच साल से कम उम्र के बच्चों में स्टंटिंग, वेस्टिंग और कम वजन के मुद्दे बने हुए हैं। अतः, एफपीएस डीलरों के लिए आय के अवसरों को बढ़ाने के साथ-साथ आहार विविधीकरण के माध्यम से जनसंख्या के पोषण संबंधी परिणामों में सुधार लाने जैसे दोहरे दृष्टिकोण (डुअल अप्रोच) की आवश्यकता है।

इन दो चुनौतियों पर काबू पाने के लिए, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग ने 60 एफपीएस- गाजियाबाद, जयपुर, अहमदाबाद और हैदराबाद प्रत्येक में 15 एफपीएस को 'जनपोषण केंद्र'(जेपीके) में परिवर्तित करने के लिए एक प्रायोगिक (पायलट) कार्यक्रम शुरू किया है। ये केंद्र, अन्य मदों के अलावा, खुले बाजार की तुलना में प्रतिस्पर्धी कीमतों पर पोषक तत्वों से भरपूर वस्तुओं जैसे मिलेट्स (श्री अन्न), दालें, खाद्य तेल और सोयाबीन की एक विविध रेंज पेश करेंगे। जेपीके का उद्देश्य लाभार्थियों और स्थानीय आबादी के बीच पोषण संबंधी अंतर को दूर करते हुए डीलरों के लिए अतिरिक्त राजस्व स्रोत और बेहतर मार्जिन प्रदान करना है।

एफपीएस का जेपीके में बदलाव चार प्रमुख स्तंभों पर निर्भर करता है: i) एफपीएस डीलरों के लिए प्रशिक्षण और क्षमता निर्माण, ii) चालान वित्तपोषण (इन्वॉइस फाइनैन्सिंग) के माध्यम से एफपीएस डीलरों के लिए कार्यशील पूंजी तक पहुंच, iii) बी2बी एग्रीगेटर्स के माध्यम से बाजार संपर्क, और iv) पोषण संबंधी साक्षरता को बढ़ावा देना।

एफपीएस डीलरों की क्षमता बढ़ाने के लिए, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग ने राष्ट्रीय उद्यमिता एवं लघु व्यवसाय विकास संस्थान (निसबड) के साथ एक समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर हस्ताक्षर किए हैं, जो कौशल विकास मंत्रालय के तहत काम करता है। इस साझेदारी का उद्देश्य वित्तीय साक्षरता, डिजिटल साक्षरता, पोषण संबंधी साक्षरता और व्यवसाय प्रबंधन पर केंद्रित कौशल विकास कार्यक्रम प्रदान करना है। प्रायोगिक (पायलट) कार्यक्रम में भाग लेने वाले एफपीएस डीलरों के लिए प्रशिक्षण सत्र मई और जून 2024 के दौरान दो बैचों में आयोजित किए गए थे।

इसके अतिरिक्त, खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग ने 'एफपीएस-सहाय', एक मोबाइल एप्लिकेशन जो एफपीएस डीलरों को गैर-पीडीएस वस्तुओं की खरीद के लिए इन्वॉइस फाइनैन्सिंग की अनुमति देता है, को बनाने के लिए भारतीय लघु उद्योग विकास बैंक (सिडबी) के साथ एक और अन्य समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किया है।

भारतीय कृषि का अमृतकाल

कृषि विकास और किसान कल्याण हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता है। अन्न के माध्यम से हमारे जीवन संचालन के सूत्रधार अन्नदाता के जीवन में सुख-समृद्धि लाना हमारा संकल्प है। इस संकल्प की पूर्ति के लिए हम हरसंभव प्रयास करेंगे। किसान की आय बढ़ाने के लिए हमने छह सूत्रीय रणनीति बनाई है। उत्पादन बढ़ाना, खेती की लागत घटाना, उत्पादन के ठीक दाम दिलाना, प्राकृतिक आपदा में राहत की उचित राशि दिलाना, कृषि का विविधीकरण तथा प्राकृतिक खेती को बढ़ावा देना इसके अहम पहलू हैं। उत्पादन बढ़ाने और लागत घटाने के लिए सबसे जरूरी हैं अच्छे बीज, जो कम पानी और विपरीत मौसम में भी बेहतर उत्पादन में सक्षम हो सकें। ऐसे बीजों की 109 नई किस्मों को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी ने राष्ट्र और किसानों को समर्पित किया है।

बीते 10 वर्षों में कृषि परिदृश्य तेजी से बदला है। ग्लोबल वार्मिंग तथा पर्यावरण असंतुलन जैसी समस्याओं के बीच उत्पादकता बढ़ाने की चुनौती खड़ी हो गई है। इस चुनौती से निपटने के लिए अगले पांच वर्षों में हमारा लक्ष्य जलवायु अनुकूल फसलों की 1500 नई किस्में तैयार करने का है। वर्तमान में विज्ञान से ही किसानों का कल्याण संभव है। मुझे अपने कृषि विज्ञानियों पर गर्व है जो जलवायु अनुकूल किस्में तैयार कर रहे हैं। मुझे पूरा विश्वास है कि कृषि में किए जा रहे नवाचारों से कृषि एवं किसान कल्याण सुनिश्चित होगा।

किसान होने के नाते मैं भलीभांति समझता हूं कि बढ़िया उत्पादन के लिए अच्छे बीज कितने आवश्यक हैं। अगर बीज उन्नत और मिट्टी एवं मौसम की प्रकृति के अनुकूल होंगे तो उत्पादन में अभूतपूर्व वृद्धि होगी। मोदी जी ने यह समझा और व्यापक विजन के साथ इस दिशा में कार्य करने के लिए मार्गदर्शित किया। विविधता भारतीय कृषि की विशेषता है। यहां कुछ दूरी के अंतराल पर ही खेती का मिजाज बदल जाता है। जैसे मैदानी खेती अलग है तो पहाड़ों की खेती अलग। इन सभी भिन्नताओं और विविधताओं को ध्यान में रखते हुए फसलों की 109 नई किस्में जारी की गई हैं। इनमें खेती की 69 किस्में और बागवानी की 40 किस्में राष्ट्र को समर्पित कर दी गई हैं। भारत को ग्लोबल न्यूट्रिशन हब बनाने और श्रीअन्न को प्रोत्साहित करने के लिए मोदी सरकार पूरी तरह संकल्पबद्ध है।

हमारा संकल्प है कि किसान के परिश्रम का उचित मूल्यांकन हो और उन्हें फसलों का उचित दाम मिले, इसके लिए हम न्यूनतम समर्थन मूल्य पर खरीद कर रहे हैं। किसानों की आय बढ़ाना हमारी प्राथमिकता में है और उत्पादन बढ़ाने के साथ-साथ भारत की चिंता भी रही है कि मानव शरीर और मिट्टी के स्वास्थ्य के लिए सुरक्षित उत्पादन हो। आज भारत नई हरित क्रांति का साक्षी बन रहा है। हमारे अन्नदाता ऊर्जादाता तथा ईंधनदाता भी बन रहे हैं। मोदी जी के प्रयासों से खेती के साथ ही पशुपालन, मधुमक्खी

जालंधर ब्रीज

शिवराज सिंह चौहान
(लेखक भारत सरकार में कृषि एवं किसान कल्याण और ग्रामीण विकास मंत्री है)

पालन, औषधीय खेती, फूलों-फलों की खेती सहित अन्य संबंधित क्षेत्रों को सशक्त बनाया जा रहा है।

पूर्ववर्ती सरकारों की प्राथमिकता में कृषि और किसान रहे ही नहीं। जबकि मोदी जी के नेतृत्व में कृषि क्षेत्र में अभूतपूर्व प्रगति हुई है। वर्ष 2013-14 में कृषि मंत्रालय का बजट 27 हजार 663 करोड़ रुपये था जो 2024-25 में बढ़कर 1 लाख 32 हजार 470 करोड़ रुपये हो गया है। यह बजट सिर्फ कृषि विभाग का है। कृषि से संबद्ध क्षेत्रों और फर्टिलाइजर सब्सिडी के लिए अलग बजट है। मोदी सरकार किसानों को यूरिया और डीएपी सस्ती दरों पर उपलब्ध करा रही है। यूरिया पर सरकार किसानों को करीब 2,100 रुपये सब्सिडी जबकि डीएपी के एक बैग पर 1083 रुपये की सब्सिडी दी जा रही है। प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि से किसान स्वावलंबी और सशक्त हुआ है। फसलों के नुकसान पर भी फसल बीमा योजना किसानों के लिए एक सुरक्षा कवच है।

मोदी सरकार में किसान को सशक्त बनाने के लिए बीज से लेकर बाजार तक हर वह फैसला लिया, जो किसानों के लिए खेती को और आसान बनाए। उनकी मुश्किलें कम करे और मुनाफा बढ़ाए। इसी कड़ी में एक लाख करोड़ रुपये की एग्री इन्फ्रा फंड के जरिये कृषि से जुड़ा बुनियादी ढांचा विकसित किया जा रहा है। पूरे देश में 700 से अधिक कृषि विज्ञान केंद्र किसान और विज्ञान को जोड़ रहे हैं। नमो ड्रोन दीदी योजना के जरिये टेक्नोलाजी से दूरदराज की हमारी माताओं-बहनों को भी जोड़ा जा रहा है। कृषि सखियों को प्रशिक्षण देने के पहले चरण में अब तक 35 हजार कृषि सखियों को प्रशिक्षित किया जा चुका है।

मोदी जी का विजन है कि भारत कृषि में आत्मनिर्भर बने। इस दिशा में भी रणनीति बनाकर कार्य किया जा रहा है। अगले पांच वर्षों में हम 18,000 करोड़ रुपये की लागत से 100 निर्यात केंद्रित बागवानी क्लस्टर बनाएंगे। किसानों के लिए मंडी तक पहुंच बेहतर बनाने के लिए 1500 से अधिक मंडियों का एकीकरण किया जाएगा। साथ ही 6,800 करोड़ रुपये की लागत से तिलहन मिशन की शुरुआत कर रहे हैं। सब्जी उत्पादन क्लस्टर बनाने की भी तैयारी है। इससे छोटे किसानों को सब्जियों-फल और अन्य उपज के लिए नए बाजार और बेहतर दाम मिलेंगे। सरकार ने यह संकल्प भी लिया है कि दलहन फसलों में तुअर, उड़द और मसूर की पूरी खरीद एमएसपी पर की जाएगी।

यजुर्वेद में उल्लिखित है 'अन्नानां पतये नमः क्षेत्राणां पतये नमः' अर्थात अन्न के स्वामी और खेतों के स्वामी अन्नदाताओं को नमन। कृषि पराशर में भी उल्लेख है - अन्न ही प्राण है, अन्न ही बल है एवं अन्न ही समस्त प्रयोजनों का साधन है। किसानों के बिना इस देश का अस्तित्व ही अधूरा है। इसलिए हमारे प्राचीन शास्त्रों में भी किसानों को प्रणाम किया गया है। कृषि भारतीय अर्थव्यवस्था की रीढ़ है और किसान उसका आत्मा। हमारे लिए किसान की सेवा भगवान की पूजा है। आज प्रधानमंत्री मोदी जी के दीर्घकालिक विजन तथा सर्वांगीण, सर्वस्पर्शी, समावेशी और समग्र विकास वाले सोच के साथ भारत एवं भारतीय कृषि निरंतर आगे बढ़ रही है और मुझे पूरा विश्वास है कि हमारे किसान भाई-बहन आजादी के अमृतकाल में आत्मनिर्भर भी बनेंगे और समृद्ध संपन्न होने के साथ-साथ देश के अन्न भंडार भरते रहेंगे।

प्रादेशिक सेना प्लेटिनम जुबली साइकिल अभियान दल को युद्ध स्मारक चंडीमंदिर सैन्य स्टेशन से हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया

जालंधर ब्रीज (चंडीगढ़) . प्रादेशिक सेना की प्लेटिनम जयंती के अवसर पर साइकिल अभियान को कल मेजर जनरल पुनीत आहूजा, मेजर जनरल जनरल स्टाफ (एमजीजीएस) (ऑपरेशन) द्वारा वीर स्मृति युद्ध स्मारक, चंडीमंदिर सैन्य स्टेशन से हरी झंडी दिखाकर राष्ट्रीय युद्ध स्मारक, नई दिल्ली के लिए रवाना किया गया।

प्रादेशिक सेना (टीए) ने राष्ट्र के प्रति समर्पित सेवा के 75 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में इस ऐतिहासिक अभियान का आयोजन किया है। दुनिया के सबसे ऊंचे युद्धक्षेत्र सियाचिन ग्लेशियर की दुर्गम भूमि और बर्फीली चोटियों से शुरू हुआ यह अभियान कुछ सबसे चुनौतीपूर्ण और विविध परिदृश्यों से होकर गुजरा है और भारत के सबसे दक्षिणी छोर इंदिरा पॉइंट तक के इस अभियान में साइकिल चलाना, नौकायन और स्कूबा डाइविंग जैसी गतिविधियाँ शामिल हैं।

अभियान दल जम्मू-कश्मीर और हिमाचल प्रदेश राज्यों से होते हुए 865 किलोमीटर की दूरी तय करने के बाद चंडीगढ़ पहुंचा। दल ने चंडीमंदिर सैन्य स्टेशन स्थित वीर स्मृति युद्ध स्मारक पर युद्ध नायकों को श्रद्धांजलि दी। एमजीजीएस मेजर जनरल पुनीत आहूजा ने सेना कमांडर, पश्चिमी कमान और सभी रैंकों की ओर से दल को आगे की यात्रा के लिए शुभकामनाएं दीं।

मेजर अभिनव रावत के नेतृत्व में साइकिल चालकों की टीम में विभिन्न इकाइयों से 02 अधिकारी, 03 जूनियर कमीशन अधिकारी और 16 अन्य रैंक के लोग शामिल हैं, जो भारतीय सेना की अदम्य भावना को दर्शाते हुए, चरम मौसम की स्थिति, ऊबड़-खाबड़ इलाकों और चुनौतीपूर्ण ऊंचाइयों का सामना कर रहे हैं। अपनी उत्साही यात्रा के दौरान, टीम ने स्थानीय लोगों, पूर्व सैनिकों, भारतीय सेना के दिग्गजों और युद्ध नायकों के परिवारों के साथ बातचीत की। इसके अलावा, उन्होंने युवाओं को भारतीय सेना में शामिल होने के लिए प्रेरित करने, साहसिक भावना को बढ़ावा देने और पर्यावरण संरक्षण के महत्व को उजागर करने के लिए वृक्षारोपण करने के लिए विभिन्न गतिविधियाँ भी की हैं।

विपक्ष के नेता ने आप नेता को दी गई रेडक्रॉस जमीन का पट्टा ठेका रद्द करने की मांग की

जालंधर ब्रीज (चंडीगढ़) . विपक्ष के नेता प्रताप सिंह बाजवा ने आम आदमी पार्टी (आप) के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार पर बठिंडा शहर के बाहरी इलाके में 11 एकड़ से अधिक भूमि आप नेता और पंजाब क्रिकेट एसोसिएशन (पीसीए) के अध्यक्ष अमरजीत मेहता के बेटे पदमजीत सिंह मेहता को मामूली दरों पर पट्टे पर देने के लिए आलोचना की।

अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) और महाराजा रणजीत सिंह पंजाब तकनीकी विश्वविद्यालय के करीब स्थित यह जमीन एक वाणिज्यिक परियोजना के लिए 30 साल के लिए दी गई है। जनता की भलाई के लिए एक महिला द्वारा रेड क्रॉस को भूमि दान में दी गई थी।

मामला सार्वजनिक होने के बाद, मेहता परिवार कथित तौर पर जमीन वापस करने की योजना बना रहा है। उन्होंने कहा, 'जमीन के पट्टे का ठेका तत्काल रद्द किया जाना चाहिए और इस मुद्दे की गहन जांच की जानी चाहिए. ऐसा लगता है कि आप सरकार उन लोगों को अनुचित लाभ देने पर तुली हुई है, जिन्होंने चुनाव के दौरान झाड़ू पार्टी को धन प्रदान किया था। ऐसा लगता है कि आप के लिए अब उन्हें वापस भुगतान करने का सही समय है।

कांग्रेस के वरिष्ठ नेता बाजवा ने कहा कि आप नेतृत्व को यह बताना चाहिए कि वे

अमरजीत मेहता के प्रति इतने दयालु क्यों हैं। उन्हें पिछले साल पीएसी के अध्यक्ष के रूप में चुना गया था। इस बीच, रेड क्रॉस से संबंधित 11 एकड़ से अधिक भूमि उनके बेटे को पट्टे पर दी गई है। क्या आप सरकार इस लीज कॉन्ट्रैक्ट में गड़बड़ी की संभावना से इनकार कर सकती है?

उन्होंने कहा, "कट्टर ईमानदार सरकार के भ्रष्ट कारगुजार उजागर हो गए हैं। इससे पहले पंजाब की जनता ने लोकसभा चुनाव के दौरान उन्हें सबक सिखाया था। अब आप सरकार उपचुनावों में फिर से अपमानजनक हार का स्वाद चखेगी।

विपक्षी नेता ने कहा कि इसी परिवार ने अमृतसर में स्वर्ण मंदिर के पास एक प्रमुख विरासत भवन भी पट्टे पर लिया है।

पुलिस के सामने आने वाली चुनौतियों को समझने और सुलझाने संबंधी की चर्चा

एडीजीपी पीबीआई पंजाब ने अदालती आदेशों के अनुपालन व जांच दक्षता पर एक बैठक की अध्यक्षता की

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

एडीजीपी पीबीआई पंजाब ने अदालती आदेशों के अनुपालन व जांच दक्षता पर एक बैठक की अध्यक्षता की। बैठक में सीपी जालंधर, डीआइजी जालंधर रेंज, ज्वाइंट सीपी और 3 एसएसपी भी शामिल थे। इस दौरान पुलिस के सामने आने वाली चुनौतियों को समझने और सुलझाने के लिए चर्चा की गई। जांच को समय पर पूरा करने और माननीय न्यायालय में गवाही के लिए अधिकारियों की उपस्थिति सुनिश्चित करने पर चर्चा करने के लिए मोहनीश चावला, एडीजीपी पीबीआई पंजाब की अध्यक्षता में 22-08-2024 को जालंधर में एक बैठक आयोजित की गई। मीटिंग में स्वपन शर्मा आईपीएस कमिश्नर पुलिस जालंधर, नवीन सिंगला आईपीएस डीआइजी जालंधर रेंज, सुरिंदर लांबा आईपीएस एसएसपी होशियारपुर, वत्सला गुप्ता आईपीएस एसएसपी कपूरथला, हरकमलप्रीत सिंह पीपीएस, एसएसपी जालंधर देहाती, संदीप कुमार शर्मा पीपीएस, संयुक्त सीपी जालंधर उपस्थित थे। बैठक में नोडल अधिकारी, सहायक नोडल अधिकारी, डी.ए. कानूनी, डी.ए. अभियोजन, न्यायालयों के नायब कोर्ट, सम्मन, अभियोजन और तामिली स्टाफ के कर्मचारियों ने भी भाग लिया। बैठक अभियोजन, पूर्णता और अधिकारियों की समय की पाबंदी, मुख्य रूप से एनडीपीएस एक्ट से जुड़े मामलों पर स्थायी आदेशों का अनुपालन सुनिश्चित करने पर केंद्रित थी।

एडीजीपी पीबीआई पंजाब मोहनीश चावला ने सक्रिय रूप से पुलिस के सामने आने वाली चुनौतियों को सुना और समय पर समाधान का आश्वासन दिया।

उघी गांव में हिंसक झड़प के बाद जालंधर ग्रामीण पुलिस ने तीन लोगों को किया गिरफ्तार

जांच के दौरान अपराध में इस्तेमाल की गई एक स्विफ्ट कार, 02 दात्री और हथियार बरामद

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

जालंधर ग्रामीण पुलिस ने उघी गांव में दो प्रतिद्वंद्वी समूहों के बीच हिंसक झड़प में शामिल तीन व्यक्तियों को गिरफ्तार किया। यह घटना कल देर रात जालंधर-कपूरथला सीमा के पास हुई, जिसके बाद पुलिस ने गहन जांच शुरू कर दी। गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों की पहचान गुरपाल सिंह, पुत्र मनजीत सिंह, सिधवान डोना, कपूरथला; बलकार सिंह, पुत्र जसपाल सिंह, जो सिधवान दोना, कपूरथला में रहते हैं; और नजीर गुज्जर, निवासी अवादान, जालंधर में रहने वाले के रूप में हुई है। 05 और व्यक्तियों को केस में किया गया नामज़द किया गया है। इस झड़प में दो व्यक्ति घायल हो गए। कुलविंदर सिंह, जिसे किंडी के नाम से भी जाना जाता है, जो काला संघियान के निवासी चरण दास का पुत्र है, गंभीर रूप से घायल हो गया और दुर्भाग्य से उसकी मौत हो गई। एक अन्य व्यक्ति, जतिंदर कुमार, पुत्र शाम लाल, कुलार, कपूरथला को गोली लगी और वर्तमान में उसका इलाज श्री राम अस्पताल, जालंधर में चल रहा है। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक हरकमल प्रीत सिंह खख ने जालंधर ग्रामीण पुलिस की त्वरित प्रतिक्रिया की सराहना करते हुए कहा कि घटना के कुछ ही घंटों के भीतर गिरफ्तारियां की गईं। एसएसपी खख ने कहा, "हमारी टीमों ने आगे बढ़ने से रोकने और यह सुनिश्चित करने के लिए तेजी से कार्रवाई की कि जिम्मेदार लोगों को पकड़ा जाए।" जालंधर पुलिस क्षेत्र में शांति और स्थिरता बनाए रखने के लिए वचन बंद हैं

जांच में दोनों समूहों के बीच लंबे समय से प्रतिद्वंद्विता का पता चला, दोनों पक्षों के खिलाफ पहले भी एफआईआर दर्ज की गई थीं। आईपीसी की धारा 324 और 326 के तहत एफआईआर नंबर 122/22 पर अभी सुनवाई चल रही है, जबकि इस ताजा घटना के संबंध में आईपीसी की धारा 323 और 324 के तहत एक नई एफआईआर नंबर 79/24 दर्ज की गई है। जांच के दौरान पुलिस ने एक स्विफ्ट कार, दो माउजर (.32 बोर) और आठ राउंड गोला-बारूद बरामद किया, जो चल रही जांच में अहम भूमिका निभाने की उम्मीद है।

हाईवे प्रोजैक्टों के कार्यों में तेज़ी लाने के दिए निर्देश

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

डिप्टी कमिश्नर डा. हिमांशु अग्रवाल ने आज जालंधर ज़िले में से निकलने वाले राष्ट्रीय हाईवे प्रोजैक्टों दिल्ली- अमृतसर- कटरा, जालंधर बाइपास, अमृतसर- बठिंडा प्रोजैक्टों के काम का जायज़ा लिया। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि राष्ट्रीय महत्ता वाले इन प्रोजैक्टों का काम जल्द पूरा करना यकीनी बनाया जा रहा है। आज एसएसपी जलंधर देहाती हरकमलप्रीत सिंह खख सहित सभी एस.डी.एमज़ और राष्ट्रीय हाईवे अथारिटी के अधिकारियों के साथ मीटिंग दौरान डिप्टी कमिश्नर ने कहा कि इन प्रोजैक्टों में किसी भी रुकावट को आपसी सहमति के साथ पहल के आधार पर दूर किया जाए। उन्होंने कहा कि सभी एस.डी.एमज़ और राष्ट्रीय हाईवे अथारिटी के अधिकारी आपस में बढिया तालमेल के साथ काम करे , ताकि प्रोजैक्टों में आ रही किसी भी परेशानी को जल्द से जल्द दूर कर काम की गति को तेज़ किया जा सके।

उन्होंने कहा कि सभी एस.डी.एमज़ अपने- अपने अधिकार क्षेत्र में इन प्रोजैक्टों की प्रगति संबंधी निजी तौर पर रोज़ाना की निगरानी रखे। इस दौरान एस.पी मुख्त्यार राय, एस.डी.एम. बलबीर राज, गुरसिमरन सिंह, अमनपाल सिंह, ज़िला राजस्व अधिकारी नवदीप सिंह और राष्ट्रीय हाईवे अथारिटी के अधिकारी उपस्थित थे।

भाजपा वर्षों से आरक्षण खत्म करने की साज़िश रच रही : आप

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

यूपीएससी लैटरल एंट्री नियुक्तियों को लेकर आम आदमी पार्टी (आप) ने फिर से भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) पर हमला बोला है। आप नेता पवन कुमार टीनू ने कहा कि भाजपा की सोच ही दलित विरोधी है। वह वर्षों से अनुसूचित जाति-जनजाति आरक्षण खत्म करने की साज़िश रच रही है। वीरवार को पार्टी मुख्यालय चंडीगढ़ में मीडिया को संबोधित करते हुए पवन कुमार टीनू ने कहा कि जब 2018 में लैटरल एंट्री माध्यम से नियुक्तियां हुई उस समय यूपीएससी को प्रधानमंत्री कार्यालय से निर्देश जाता था। उन्होंने मीडिया को एक अंग्रेजी अखबार की रिपोर्ट भी दिखाई जिसमें कहा गया था कि कम से कम 50 पद लैटरल एंट्री के लिए रखा जाए। टीनू ने कहा कि लैटरल एंट्री का मकसद उच्च पदों में आरक्षण खत्म करना था इसलिए भाजपा सरकार ने इसके तहत एक-एक कर नियुक्ति की क्योंकि अगर इकट्ठे 50-60 नियुक्तियां करते तो फिर उन्हें आरक्षण के संवैधानिक नियमों का पालन करना पड़ता। उन्होंने कहा कि ऐसी नियुक्ति के लिए यूपीएससी को मात्र दो तीन दिन का ही समय दिया जाता था ताकि किसी को पता न चले और विवाद न हो।

इस बार उनकी पोल खुल गई क्योंकि इकट्ठे 45 नियुक्तियों के लिए विज्ञापन दे दिया। ये फैसला भी सिर्फ इसलिए वापस लिया गया क्योंकि चार राज्यों में विधानसभा चुनाव होने हैं। अगर चुनाव नहीं होते तो फैसला नहीं बदलता।

एनआरआई सभा पंजाब के चेयरमैन ने पासपोर्ट संबंधित मुद्दों पर की चर्चा

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

कमिश्नर जालंधर डिविज़न- कम- चेयरमैन एन.आर.आई. सभा पंजाब प्रदीप कुमार ने रीजनल पासपोर्ट अधिकारी अभिषेक शर्मा के साथ विशेष मीटिंग की। इस दौरान प्रधान एन.आर.आई. सभा पंजाब परविंदर कौर बंगा भी मौजूद रही। कमिश्नर जालंधर डिविज़न- कम- चेयरमैन एन. आर. आई. सभा पंजाब प्रदीप कुमार ने रीजनल पासपोर्ट अधिकारी, जालंधर से एन.आर. आई. के पासपोर्ट सम्बन्धित अलग- अलग मुद्दों पर विचार विमर्श किया। उन्होंने क्षेत्रीय पासपोर्ट अधिकारी को कहा कि एन.आर.आई. भाईचारे के लोगों को पासपोर्ट सम्बन्धित आ रही समस्याओं को उचित ढंग से एंव निश्चित समय अनुसार पहल के आधार पर हल किया जाए।

इस दौरान क्षेत्रीय पासपोर्ट अधिकारी अभिषेक शर्मा ने बताया कि उनके दफ़्तर द्वारा एन.आर.आई. पासपोर्ट के प्राप्त होने वाले आवेदनों के निपटारे को निश्चित समय और पहल के आधार पर यकीनी बनाया जा रहा है। उन्होंने यह भी कहा कि जल्द ही क्षेत्रीय पासपोर्ट दफ़्तर द्वारा एन.आर.आई. सभा के दफ़्तर और एन.आर.आई. भाईचारे के लोगों के साथ मुलाकात करके उनको पासपोर्ट संबंधित दिशा- निर्देशों बारे अवगत करवाया जाएगा।

लाभदायक साबित हो रहे हैं 'आप दी सरकार, आप दे द्वार' कैंप : रमन अरोड़ा

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

पंजाब सरकार द्वारा लोगों को सरकारी सेवाएं उनके घरों के नज़दीक देने के उदेश्य से शुरू किए 'आप दी सरकार, आप दे द्वार' प्रयास के अंतर्गत आज यहाँ एकता नगर चुगिट्टी में कैंप लगाया गया, जिसमें जालंधर सैंट्रल से विधायक रमन अरोड़ा और डिप्टी कमिशनर डॉ. हिमांशु अग्रवाल ने लोगों के मसले सुनकर उनके समाधान के लिए अधिकारियों को मौके पर दिशा- निर्देश दिए। विधायक रमन अरोड़ा ने कैंप दौरान आवेदकों को प्रदान की जा रही नागरिक सेवाओं का जायज़ा लेते कहा कि मुख्य मंत्री भगवंत मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार की पहलकदमी के अंतर्गत लगाए जा रहे यह कैंप गाँवों और शहरों के लोगों को एक ही छत नीचे अलग- अलग नागरिक सेवाएं प्रदान करने और उनकी समस्याओं का हल करने में बेहद लाभदायक साबित हो रहे है। उन्होंने कहा कि इन कैंपों में अलग- अलग विभागों के अधिकारी मौजूद रहते है ताकि लोगों के मसलों का मौके पर ही निर्णय लेकर बनती कार्यवाही की जा सके।

जंगी विधवाओं और जेसीओज के परिवारों को दी जाएगी मुफ्त कौशल और व्यावसायिक प्रशिक्षण

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

आद्योगिक क्षेत्र की आवश्यकताओं के अनुसार उम्मीदवारों को कुशल बनाने और रोजगार के उपलब्ध अवसरों के मुताबिक उनकी योग्यता में सुधार करने के लिए पंजाब कौशल विकास मिशन (पीएसडीएम) ने भारतीय सेना की पैंथर इन्फैंट्री डिवीजन, अमृतसर के साथ एक समझौता पर हस्ताक्षर किए हैं। जिसका उद्देश्य अमृतसर में रह रही वीर नारियों, रक्षा कर्मियों, सेवा कर रहे और सेवानिवृत्त जेसीओज के परिवारों, जंगी विधवाओं और सीमावर्ती क्षेत्रों के युवाओं को मुफ्त कौशल और व्यावसायिक प्रशिक्षण प्रदान करना है। आज यहां पंजाब के रोजगार सृजन, कौशल विकास और प्रशिक्षण मंत्री श्री अमन अरोड़ा की मौजूदगी में इस समझौते पर पीएसडीएम की मिशन डायरेक्टर आईएएस मिस अमृत सिंह और भारतीय सेना की अमृतसर पैंथर इन्फैंट्री डिवीजन के 15वें डीओयू के कमांडिंग ऑफिसर कर्नल मिलन पांडे द्वारा हस्ताक्षर किए गए।

इस साझेदारी के लिए पी एस डी एम की सराहना करते हुए श्री अमन अरोड़ा ने बताया कि पहले चरण के तहत सेवा कर रहे और सेवानिवृत्त सैनिक जवानों के कुल 240 आश्रितों को भारतीय सेना की पैंथर इन्फैंट्री डिवीजन, अमृतसर में प्रशिक्षण दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि पंजाब कौशल विकास मिशन राज्य के युवाओं को उद्योगिक क्षेत्रों की आवश्यकताओं के अनुसार कुशल बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। मिशन द्वारा सेवा कर रहे और सेवानिवृत्त सैनिकों के आश्रितों की सहायता के लिए भारतीय सेना के साथ की गई यह साझेदारी इस दिशा में एक बड़ा कदम है।

पीएसडीएम के डायरेक्टर ने बताया कि संकल्प योजना के तहत दी जाने वाला यह प्रशिक्षण ब्यूटी थेरेपिस्ट, डोमेस्टिक डेटा एंट्री ऑपरेटर, सेल्फ-एम्प्लॉइड टेलर और चाइल्ड केयर टेकर (नॉन-क्लिनिकल) जैसे कोर्स पर केंद्रित होगा। इस प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य उम्मीदवारों के कौशल और विशेषज्ञता को उद्योगों की आवश्यकताओं के अनुसार निखारना है और उन्हें बेहतर ढंग से अपनी आजीविका कमाने के योग्य बनाना है।

नगर निगम कमिश्नर ने सब्जी मंडी रहीमपुर का किया औचक निरीक्षण

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

नेशनल ग्रीन ट्रिब्यूनल के निर्देशों के अनुसार स्वच्छ भारत मिशन के तहत प्लास्टिक के लिफाफों पर पूरी तरह से प्रतिबंध लगाया गया है। इस संबंध में नगर निगम कमिश्नर डॉ. अमनदीप कौर ने आज संयुक्त कमिश्नर व अन्य अधिकारियों सहित सब्जी मंडी रहीमपुर का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान पाया गया कि सब्जी मंडी के अंदर कई स्थानों पर काफी गंदगी फैली हुई थी और कई जगहों पर कूड़े के ढेर लगे हुए थे। इसके अलावा, रेहड़ी-फड़ी वालों द्वारा भारी मात्रा में प्लास्टिक के लिफाफों का उपयोग किया जा रहा था।

डॉ. अमनदीप कौर ने बताया कि मौके पर सब्जी मंडी के सचिव और मार्केट कमेटी के प्रधान को बुलाया गया और उन्हें मंडी की मौजूदा सफाई स्थिति दिखाई गई। इसके साथ ही उन्हें सख्त निर्देश दिए गए कि सब्जी मंडी में पूरी तरह से सफाई रखी जाए, गीले और सूखे कूड़े को अलग किया जाए और अलग किए गए कूड़े को ही नगर निगम के सफाई कर्मचारियों को सौंपा जाए। रेहड़ी-फड़ी वालों द्वारा धड़ल्ले से इस्तेमाल किए जा रहे प्लास्टिक के लिफाफों का तुरंत इस्तेमाल बंद किया जाए।

बिजली मंत्री द्वारा टेक्निकल ऑडिट और इंस्पेक्शन विंग द्वारा किए गए निरीक्षणों की समीक्षा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब राज्य पावर कॉर्पोरेशन लिमिटेड (पीएसपीसीएल) के कामकाज को सुचारू बनाने और कुशल सेवा प्रदान करने के लिए दृढ़ प्रतिबद्धता के साथ पंजाब के बिजली मंत्री श्री हरभजन सिंह ईटीओ ने आज यहां पी.एस.पी.सी.एल के तकनीकी ऑडिट और निरीक्षण विंग के अधिकारियों के साथ समीक्षा बैठक की।

बैठक का उद्देश्य विंग की रिपोर्टों की समीक्षा करना और इसकी कार्यप्रणाली का मूल्यांकन करना था। इस दौरान, बिजली मंत्री श्री हरभजन सिंह ई.टी.ओ ने विभाग द्वारा किए गए निरीक्षणों के आंकड़ों की बारीकी से समीक्षा की और उनकी गतिविधियों के बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त की।

बिजली मंत्री ने सख्त गुणवत्ता नियंत्रण के महत्व पर बल देते हुए संबंधित अधिकारियों को निजी विक्रेताओं से डिलीवरी स्वीकार करने से पहले ट्रांसफार्मरों और अन्य सामग्रियों की जांच के दौरान पूरी सतर्कता इस्तेमाल के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि गुणवत्ता के मानकों पर किसी भी प्रकार की ढिलाई या समझौता बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।

रिपोर्टों की समीक्षा करने के अलावा, बिजली मंत्री ने क्षेत्र में मौजूद चुनौतियों को समझने के लिए अधिकारियों के साथ खुली और जानकारीपूर्ण बातचीत की। उन्होंने कहा कि यह बातचीत उन्हें संचालन की जटिलताओं को समझने और सुधार के लिए क्षेत्रों की पहचान करने में और अधिक सक्षम बनाएगी।

बैठक के दौरान, मंत्री हरभजन सिंह ई.टी.ओ ने अधिकारियों को पी.एस.पी.सी.एल के हितों को प्राथमिकता देने के महत्व पर जोर दिया। उन्होंने सभी अधिकारियों को कॉरपोरेशन के सर्वोत्तम हितों में काम करने के निर्देश देते हुए कहा कि सफलता प्राप्त करने के लिए सामूहिक प्रयास किए जाएं।

बैठक में मुख्य अभियंता, तकनीकी ऑडिट और निरीक्षण विंग, इंज. इंदरजीत सिंह, डिप्टी चीफ इंजीनियर इंज. अरुण गुप्ता और विंग के अतिरिक्त निगरान इंजीनियर और वरिष्ठ कार्यकारी इंजीनियर शामिल हुए।

जिला एवं सत्र न्यायाधीश ने किया केंद्रीय जेल का दौरा

• **जालंधर ब्रीज.** होशियारपुर

जिला और सत्र न्यायाधीश-कम-चेयरमैन जिला कानूनी सेवाएं अथॉरिटी, होशियारपुर दिलबाग सिंह जौहल ने आज केंद्रीय जेल होशियारपुर का दौरा किया। इस अवसर पर सी.जे.एम-कम-सचिव, जिला कानूनी सेवाएं अथॉरिटी राज पाल रावल भी विशेष रूप से उपस्थित थे। जिला एवं सत्र न्यायाधीश ने जेल में बंद कैदियों और हवालातियों की समस्याओं को सुना और उनकी मुश्किलों को हल करने के लिए केंद्रीय जेल सुपरिडेंट को निर्देश दिए। उन्होंने कैदियों की स्वास्थ्य संबंधी जानकारी भी प्राप्त की और केंद्रीय जेल के डॉक्टर पुनीत को मरीजों के नियमित मेडिकल चेकअप के संबंध में हिदायत की। उन्होंने जेल के अंदर कैदियों को दिए जाने वाले भोजन की रसोई का भी निरीक्षण किया और जेल में स्वच्छता का विशेष ध्यान रखने के लिए केंद्रीय जेल सुपरिडेंटको निर्देश दिए।

जून में इंग्लैंड दौरे पर जाएगी टीम इंडिया, पांच टेस्ट मैचों की सीरीज का हुआ ऐलान

20 से 24 जून के बीच लीड्स के हेडिंग्ले मैदान पर खेला जाएगा पहला टेस्ट मैच

फोटो-बीसीसीआई

भारतीय मेंस टीम की पांच मैचों की टेस्ट सीरीज 20 जून से 4 अगस्त के बीच जबकि भारतीय विमेंस टीम की टी20 सीरीज 28 जून से 12 जुलाई के बीच खेली जाएगी

स्पोर्ट्स डेस्क. भारतीय क्रिकेट टीम को अगले साल पांच मैचों की टेस्ट सीरीज के लिए इंग्लैंड का दौरा करना है। आईसीसी वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप का तब तक चौथा चरण शुरू हो जाएगा। ये टेस्ट सीरीज उसका ही हिस्सा होगी। आईसीसी वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप 2023-25 तब तक खत्म हो चुकी होगी। इंग्लैंड एंड बेल्स क्रिकेट बोर्ड ने इंग्लैंड मेंस और विमेंस 2025 समर इंटरनेशनल फिक्सचर जारी किया है। इसमें भारत की पांच टेस्ट मैचों की सीरीज का भी शेड्यूल दिया गया है। रोहित शर्मा की अगुवाई में टीम इंडिया अगले साल जून से अगस्त के बीच पांच मैचों की टेस्ट सीरीज खेलने इंग्लैंड दौरे पर होगी। इसी समय भारतीय महिला टीम भी इंग्लैंड दौरे पर होगी और इन दोनों के बीच उस दौरान पांच मैचों की टी20 सीरीज खेली जाएगी।

भारतीय मेंस टीम की पांच मैचों की टेस्ट सीरीज 20 जून से 4 अगस्त के बीच खेली जाएगी, जबकि भारतीय विमेंस टीम की पांच मैचों की टी20 सीरीज 28 जून से 12 जुलाई के बीच खेली जाएगी। भारतीय महिला क्रिकेट टीम इसके लिए 16 जुलाई से 22 जुलाई के बीच तीन मैचों की वनडे इंटरनेशनल सीरीज भी खेलेगी। इंडिया वर्सेस इंग्लैंड टेस्ट सीरीज की बात करें तो पहला टेस्ट मैच 20 से 24 जून के बीच लीड्स के हेडिंग्ले मैदान पर खेला जाएगा। इसके बाद दूसरा टेस्ट मैच 2 से 6 जुलाई के बीच बर्मिंघम के एजबेस्टन मैदान पर खेला जाएगा।

तीसरा टेस्ट मैच 10 से 14 जुलाई के बीच लंदन के लॉर्ड्स में खेला जाएगा। चौथा टेस्ट मैच 23 से 27 जुलाई के बीच मैनचेस्टर के एमिरेट्स ओल ट्रैफर्ड मैदान पर खेला जाना है। सीरीज का आखिरी और पांचवां टेस्ट मैच 31 जुलाई से 4 अगस्त के बीच लंदन के द किया ओवल मैदान पर खेला जाएगा।

Printed, Published & Owner by ATUL SHARMA & Printed at SARANGLE PRINTERS, BASTI GUZAN JALANDHAR (PUNJAB) and Published from ATUL SHARMA, NN453 GOPAL NAGAR JALANDHAR (PUNJAB)
Editor : ATUL SHARMA*
*Responsible for selection of News under the PRB ACT. PUNHIN/2019/77863, All Rights Reserved. Reproduction in whole or in Part without permission is prohibited. All disputes shall be settled at Jalandhar jurisdiction only.