सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

जल है तो कल है

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-6 • 25 OCTOBER TO 31 OCTOBER 2024 • VOLUME 14 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

प्रेरणा

एक ही बात सीखता हूँ मैं रंगों से निखरना है तो बिखरना जरूरी है।

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184

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

शिअद नहीं लड़ेगा उपचुनाव

1992 के बाद पहली बार राज्य के किसी भी चुनाव में हिस्सा न लेने का किया फैसला

चंडीगढ़. शिरोमणि अकाली दल (शिअद) ने पंजाब में 13 नवंबर को चार सीटों पर होने वाले उपचुनाव नहीं लड़ने का फैसला किया है। चंडीगढ़ में हुई पार्टी कार्यसमिति और जिला प्रमुखों की बैठक में यह फैसला लिया गया। गत दिनों श्री अकाल तख्त साहिब ने अकाली दल के प्रधान सुखबीर बादल को तनखाइया घोषित कर दिया जिसके चलते सुखबीर सिंह बादल न तो उपचुनाव लड़ सकते हैं और न ही इसके लिए प्रचार कर सकते हैं। दिवाली के बाद श्री अकाल तख्त साहिब की ओर से उन्हें सजा सुनाई जाएगी। 1992 के बाद यह पहला मौका है जब अकाली दल ने राज्य में होने वाले किसी भी चुनाव में हिस्सा न लेने का फैसला किया है।

पंजाब की इन सीटों पर होने हैं उपचुनाव : पंजाब की गिद्दड़बाहा, डेरा बाबा नानक, चब्बेवाल और बरनाला विधानसभा सीट पर उपचुनाव हैं। चार विधानसभा सीट पर उपचुनाव की जरूरत इन सीट का प्रतिनिधित्व करने वाले विधायकों के लोकसभा के लिए निर्वाचित होने की वजह से पड़ी है। लुधियाना से कांग्रेस के अमरिंदर सिंह राजा वड़िंग के लोकसभा के लिए चुने जाने के बाद गिद्दड़बाहा सीट खाली हो गई। संगरूर लोकसभा क्षेत्र से 'आप' के गुरमीत सिंह हेयर के जीतने के बाद बरनाला सीट खाली हो गई। उन्होंने 2017 और 2022 के विधानसभा चुनावों में बरनाला सीट जीती थी। गुरदासपुर से लोकसभा के लिए चुने जाने के बाद कांग्रेस के सुखजिंदर सिंह रंधावा ने डेरा बाबा नानक सीट खाली कर दी। कांग्रेस विधायक रहे और आप में शामिल हुए राज कुमार चब्बेवाल के होशियारपुर से लोकसभा के लिए चुने जाने के कारण चब्बेवाल सीट पर उपचुनाव की जरूरत पड़ी।

आज नामांकन का आखिरी दिन : इन चारों विधानसभा क्षेत्रों में मतदान 13 नवंबर को होगा और मतगणना 23 नवंबर को होगी। नामांकन दाखिल करने की अंतिम तिथि 25 अक्टूबर है और नामांकन पत्रों की जांच 28 अक्टूबर को होगी। नामांकन वापस लेने की अंतिम तिथि 30 अक्टूबर है।

शिअद के वरिष्ठ नेता सोहन सिंह ठंडल भाजपा में शामिल

पंजाब में 13 नवंबर को होने वाले उपचुनाव से पहले शिरोमणि अकाली दल को झटका देते हुए पार्टी के वरिष्ठ नेता और पूर्व मंत्री सोहन सिंह ठंडल होशियारपुर में भाजपा में शामिल हो गए। भाजपा उपचुनाव में ठंडल को चब्बेवाल विधानसभा सीट से अपना उम्मीदवार बना सकती है। भाजपा के पंजाब प्रभारी और गुजरात के पूर्व मुख्यमंत्री विजय रूपानी तथा पूर्व केंद्रीय मंत्री सोम प्रकाश ने ठंडल का पार्टी में स्वागत किया। ठंडल ने 2024 का लोकसभा चुनाव होशियारपुर सीट से अकाली दल के टिकट पर लड़ा था, लेकिन हार गए थे।

राजनीतिक दिवालियापन को उजागर करता है शिअद का फैसला : आप

आम आदमी पार्टी (आप) के वरिष्ठ प्रवक्ता पवन कुमार टीनू ने पंजाब के चार विधानसभा सीटों पर होने वाले उपचुनाव में नहीं लड़ने के शिरोमणि अकाली दल (बादल) के फैसले पर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए कहा कि अकाली दल बादल अब पंजाब में राजनीतिक रूप से अप्रासंगिक हो गई है और बीजेपी के डर के आगे घुटने टेक रही है। पवन टीनू ने कहा कि इस फैसले से पता चलता है कि शिरोमणि अकाली दल का नेतृत्व ने भारतीय जनता पार्टी के दबाव के आगे खुद का आत्मसमर्पण कर दिया है। इन चुनावों को न लड़ने का उनका फैसला उनके राजनीतिक दिवालियापन को दर्शाता है। यह फैसला पंजाब और राज्य के संघर्षरत किसानों की जरूरतों की भी उपेक्षा करता है। उन्होंने कहा कि शिअद को एक समय इन विधानसभा

क्षेत्रों में महत्वपूर्ण समर्थन प्राप्त था लेकिन आज उनका चुनाव से दूर होना उनके राजनीतिक पतन का स्पष्ट संकेत है। उन्होंने कहा कि अब तो लोग भी मानने लगे हैं कि अकाली दल और उसका शीर्ष नेतृत्व भाजपा से डरता है। टीनू ने कहा कि इस चुनाव में पंजाब के लोग भाजपा और कांग्रेस दोनों को खारिज कर देंगे क्योंकि दोनों पार्टियों ने ऐतिहासिक रूप से पंजाब और यहां के किसानों की उपेक्षा की है।

अब जमीन की रजिस्ट्री के लिए एनओसी की आवश्यकता नहीं

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

प्रदेश के निवासियों को दीवाली के तोहफे के रूप में मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार ने प्लॉटों की रजिस्ट्री के लिए एनओसी (नो ऑब्जेक्शन सर्टिफिकेट) की शर्त खत्म कर दी है। यहां जारी एक बयान में मुख्यमंत्री ने जमीन-जायदाद की रजिस्ट्री के लिए एनओसी की परंपरा को समाप्त करने के लिए पंजाब अपार्टमेंट एंड प्रॉपर्टी रेगुलेशन (संशोधन) अधिनियम, 2024 को सहमति देने के लिए पंजाब के राज्यपाल गुलाब चंद कटारिया का दिल से धन्यवाद किया।

उन्होंने कहा कि पंजाब विधानसभा ने इस विधेयक को 3 सितंबर को पारित किया था, जिसके बाद आज राज्यपाल ने इसे स्वीकृति प्रदान की। भगवंत सिंह मान ने कहा कि इस संशोधन का उद्देश्य छोटे प्लॉट धारकों को राहत देने के साथ-साथ अवैध कॉलोनियों पर सख्त नियंत्रण

सुनिश्चित करना है। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह आम लोगों के लिए बड़ी राहत है क्योंकि इसका उद्देश्य आम जनता को अपने प्लॉटों की रजिस्ट्री में आ रही समस्याओं को दूर करना और अनधिकृत कॉलोनियों के निर्माण पर रोक लगाना है। भगवंत सिंह मान ने कहा कि इसमें अपराधियों को सजा और जुर्माने की भी व्यवस्था की गई है। उन्होंने कहा कि यह एक ऐतिहासिक निर्णय है जिसका उद्देश्य आम आदमी के कल्याण को सुनिश्चित करना है। उन्होंने कहा कि संशोधन के अनुसार, कोई भी व्यक्ति, जिसके पास 31 जुलाई, 2024 तक अवैध कॉलोनी में 500 वर्ग गज तक के प्लॉट के लिए पावर ऑफ अटॉर्नी, स्टांप पेपर पर बिक्री समझौता या कोई अन्य ऐसा दस्तावेज़ है, को जमीन की रजिस्ट्री के लिए एनओसी की आवश्यकता नहीं होगी।

मुख्यमंत्री ने कहा कि कुछ कॉलोनाइजर अवैध तरीके से पैसे इकट्ठा करते हैं, लेकिन उनकी करतूतों का खामियाजा लोगों को भुगतना पड़ता है। उन्होंने कहा कि पिछली सरकारों के खराब शासन के दौरान अवैध कॉलोनियों में वृद्धि हुई थी क्योंकि पहले के शासकों ने अवैध कॉलोनाइजरों को संरक्षण दिया था। भगवंत सिंह मान ने कहा कि इन भोले-भाले लोगों ने अपना पैसा घर बनाने के लिए लगाया था, लेकिन अवैध कॉलोनियों के कारण वे मुश्किलों में फंस गए।

पूर्व विधायक सतकार कौर भाजपा से निष्कासित

चंडीगढ़. भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) की पंजाब इकाई ने गुरुवार को पार्टी नेता तथा पूर्व विधायक सतकार कौर को छह साल के लिए निष्कासित कर दिया। एक दिन पहले ही उन्हें ड्रग्स तस्करी के एक मामले में गिरफ्तार किया गया था। पंजाब बीजेपी के महासचिव अनिल सरीन ने गुरुवार को जारी एक बयान में कहा कि पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष सुनील जाखड़ के निर्देश पर कौर को निष्कासित कर दिया गया है।

पूर्व कांग्रेस विधायक कौर और उनके भतीजे जसकीरत सिंह को मोहाली के खरड़ में कथित रूप से 100 ग्राम से अधिक हेरोइन की तस्करी की कोशिश के मामले में बुधवार 23 अक्टूबर को गिरफ्तार किया गया था।

अवैध खनन के खिलाफ शिकायत पर संबंधित अधिकारियों पर होगी सख्त कार्रवाई : गोयल

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब के खनन और भू-विज्ञान मंत्री बरिंदर कुमार गोयल ने राज्य में अवैध खनन से सख्ती से निपटने के आदेश दिए हैं। यहां पंजाब भवन में वरिष्ठ अधिकारियों के साथ बैठक के दौरान मंत्री गोयल ने स्पष्ट किया कि अगर किसी अधिकारी के अधिकार क्षेत्र में अवैध खनन का मामला सामने आता है, तो उस अधिकारी के खिलाफ सख्त अनुशासनात्मक कार्रवाई की जाएगी। गोयल ने मुख्यालय और जिला अधिकारियों से विस्तृत रिपोर्ट लेते हुए निर्देश दिए कि अवैध खनन रोकने संबंधी की गई कार्रवाई की

रिपोर्ट हर 15 दिनों के बाद सरकार को भेजी जाए। बरिंदर कुमार गोयल ने कहा कि राज्य के प्राकृतिक संसाधनों को सुरक्षित रखने के लिए राज्य सरकार पूरी तरह से प्रतिबद्ध है और कानून का उल्लंघन करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जा रही है।

एक साथ मिली 85 विमानों को धमकी, इंडिगो, विस्तारा और अकासा की उड़ानें शामिल

मुंबई. गुरुवार को कुल 85 उड़ानों में बम होने की ताजा धमकियां मिलीं जिससे कई एयरलाइन्स प्रभावित हुईं और आपातकालीन सुरक्षा उपाय किए गए। जानकारी के अनुसार लक्षित उड़ानों में इंडिगो की 20, विस्तारा की 20 और अकासा की 25 उड़ानें शामिल थीं। एक हफ़्ते से भी कम समय में भारतीय एयरलाइन्स द्वारा संचालित 170 से ज़्यादा उड़ानों को बम से उड़ाने की धमकियाँ मिली हैं। केंद्र सरकार एयरलाइन्स को बम से उड़ाने की धमकियों से निपटने के लिए व्यापक विधायी कार्रवाई की योजना बना रही है, जिसमें अपराधियों को नो-फ्लाई सूची में डालना भी शामिल है।

दिल्ली पुलिस ने पिछले आठ दिनों में 90 से ज़्यादा घरेलू और अंतरराष्ट्रीय उड़ानों में बम की धमकियों के सिलसिले

में आठ अलग-अलग एफआईआर दर्ज की हैं। इन धमकियों के स्रोत की पहचान करने और सभी एयरलाइनों में यात्रियों और चालक दल के सदस्यों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए सुरक्षा उपायों को बढ़ाने के साथ जांच जारी है। इससे पहले भारतीय विमानन कंपनियों द्वारा संचालित करीब 50 घरेलू एवं अंतरराष्ट्रीय उड़ानों में बम होने की मंगलवार को धमकी मिली थी।

मुंबई एयरपोर्ट पर पकड़ा कुवैत से लाया गया 7.69 करोड़ का सोना

मुंबई. डायरेक्टोरेट ऑफ रेवेन्यू इंटेलिजेंस (डीआरआई) ने मुंबई हवाई अड्डे पर दो यात्रियों से 7.69 करोड़ रुपये मूल्य का 9.4 किलोग्राम तस्करी का सोना जब्त करने के बाद उन्हें गिरफ्तार किया है। अधिकारियों ने गुरुवार को ये जानकारी दी है।

एक खास टिप के आधार पर डीआरआई कर्मियों ने बुधवार को जयपुर से मुंबई की उड़ान से फर्जी पहचान के साथ यात्रा कर रहे दो यात्रियों को रोका। एक अधिकारी ने बताया कि उनके सामान की जांच करने पर 9.487 किलोग्राम विदेशी मूल के सोने से भरे तीन पैकेट बरामद हुए।

उन्होंने बताया कि पूछताछ के दौरान यह पता चला कि सोना कुवैत से तस्करी कर लाया गया था और उन्होंने इसे एक अंतरराष्ट्रीय उड़ान से बरामद किया था जिसमें इसे छुपाया गया था। उन्होंने कहा कि आरोपियों ने डोमेस्टिक रूट पर फ्लाइट से तस्करी का सोना कलैक्ट किया था।

उत्तर प्रदेश में उपचुनाव नहीं लड़ेगी कांग्रेस

लखनऊ. कांग्रेस ने आगामी उत्तर प्रदेश उपचुनावों में उम्मीदवार न उतारने का फैसला किया है और अखिलेश यादव की समाजवादी पार्टी (सपा) को समर्थन देने की घोषणा की है। सपा ने पहले ही करहल, सीसामऊ, फूलपुर, मिल्कीपुर, कटेहरी, मझवान और मीरापुर से अपने उम्मीदवारों की घोषणा कर दी है। एआईसीसी प्रभारी उत्तर प्रदेश अविनाश पांडे ने कहा कि जिस लक्ष्य के साथ इंडिया गठबंधन का गठन किया गया था और जिस तरह से हमने आज लोकसभा चुनाव लड़ा, यह संगठन और पार्टी के बारे में नहीं है। अविनाश पांडे ने कहा कि उत्तर प्रदेश में कांग्रेस पार्टी अपने उम्मीदवारों को मैदान में नहीं उतारेगी और इंडिया गठबंधन के उम्मीदवारों को जीतने में मदद करेगी।

शरद पवार की पार्टी ने जारी की 45 उम्मीदवारों की पहली लिस्ट

मुंबई. शरद पवार की पार्टी एनसीपी ने आगामी महाराष्ट्र विधानसभा चुनाव के लिए 45 उम्मीदवारों की सूची जारी की जिसमें मुंब्रा से जितेंद्र अहवाद और कटोल से अनिल देशमुख को मैदान में उतारा गया है। इस बीच राखी जाधव को घाटकोपर पूर्व से जयंत पाटिल को इस्लामपुर से और शशिकांत पाटिल को कोरेगांव से मैदान में उतारा गया है। इसके साथ ही बड़ी बात ये है कि शरद पवार ने बारामती विधानसभा सीट पर अजित पवार के खिलाफ युगेंद्र पवार को उतारा है। आपको बता दें कि युगेंद्र पवार अजित पवार के भाई श्रीनिवास पवार के बेटे हैं। अन्य उम्मीदारों की बात करें तो कोरेगांव से शशिकांत शिंदे, वास्मत से जयप्रकाश दांडेगांवकर, जलगांव ग्रामीण से गुलाबराव देवकर, इंदापुर-हर्षवर्धन पाटिल, राहुरी सीट से प्राजक्ता तनपुरे, शिरूर से अशोक पवार, शिराला सीट से मानसिंह नाइक को टिकट मिला है। वहीं, विक्रमगढ़ से सुनील भुसारा, करजग जामखेड से रोहित पवार, अहेरी सीट से भाग्यश्री अत्राम, बानापुर से रुकुकुमार उर्फ बबलू चौधरी, मुरबाड से सुभाष पवार, घाटकोपर ईस्ट से राखी जाधव, अंबेगांव से देवदत्त निकम से चुनावी मैदान में हैं।

55वें आईएफएफआई में भारतीय पैनोरमा में दिखाई जाएंगी 25 फीचर फिल्में व 20 गैर-फीचर फिल्में

'स्वातंत्र्य वीर सावरकर' भारतीय पैनोरमा की आरंभिक फीचर फिल्म होगी

• **जालंधर ब्रीज.** नई दिल्ली

55वें भारतीय अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (आईएफएफआई) के प्रमुख खंड भारतीय पैनोरमा में प्रदर्शित होने वाली 25 फीचर फिल्मों और 20 गैर-फीचर फिल्मों के चयन की घोषणा की गई है। मुख्यधारा सिनेमा की 5 फिल्मों समेत 25 फीचर फिल्मों को 384 समकालीन भारतीय फीचर फिल्मों में से चुना गया है। भारतीय पैनोरमा 2024 की आरंभिक फिल्म के लिए जूरी श्री रणदीप हुड्डा द्वारा निर्देशित " स्वातंत्र्य वीर सावरकर (हिंदी) " का चयन किया है ।

इसके अलावा भारतीय पैनोरमा में 262 फिल्मों में चयनित 20 गैर-फीचर फिल्में प्रदर्शित की जाएंगी। गैर-फीचर फिल्में उभरते और स्थापित फिल्म निर्माताओं की समकालीन भारतीय मूल्यों की परख, मनोरंजन और उन्हें दर्शाने की करने की क्षमता का उदाहरण है। गैर-फीचर संवर्ग में आरंभिक फिल्म के लिए फिल्म निर्णायक समिति की पसंद श्री हर्ष सांगानी द्वारा निर्देशित 'घर जैसा कुछ (लद्दाखी)' है ।

फीचर फिल्म जूरी का नेतृत्व प्रख्यात फिल्म निर्देशक, अभिनेता और पटकथा लेखक डॉ. चंद्र प्रकाश द्विवेदी ने किया है। इसके निर्णायक समिति में बारह सदस्य शामिल हैं, जो व्यक्तिगत तौर विभिन्न प्रशंसित फिल्मों के लिए प्रसिद्ध हैं और फिल्मों से जुड़े पेशेवर हस्ती हैं। वे सामूहिक रूप से विविधतापूर्ण भारतीय फिल्म बिरादरी का प्रतिनिधित्व करते हैं।

भारतीय पैनोरमा फीचर फिल्म के जूरी के सदस्य हैं: मनोज जोशी अभिनेता, सुस्मिता मुखर्जी अभिनेत्री. हिमांशु शेखर खटुआ फिल्म निर्देशक, ओइनम गौतम सिंह फिल्म निर्देशक, आशू त्रिखा फिल्म निर्देशक, एसएम पाटिल फिल्म निर्देशक एवं लेखक, नीलाभ कौल, छायाकार और फिल्म निर्देशक, सुशांत मिश्रा फिल्म निर्देशक, अरुण कुमार बोस प्रसाद इंस्टीट्यूट के पूर्व विभागाध्यक्ष एवं साउंड इंजीनियर, रत्नोत्तमा सेनगुप्ता, लेखिका एवं संपादक, समीर हंचेटे फिल्म निर्देशक, प्रिया कृष्णास्वामी फिल्म निर्देशक।

भारतीय पैनोरमा के बारे में : आईएफएफआई के एक अंग के रूप में भारतीय पैनोरमा 1978 में आरंभ हुआ था जिसका उद्देश्य सिने कला से भारतीय फिल्मों को बढ़ावा देने के साथ ही भारत की समृद्ध संस्कृति और विरासत को प्रदर्शित करना था। स्थापना के बाद से ही भारतीय पैनोरमा वर्ष की सर्वश्रेष्ठ भारतीय फिल्में प्रदर्शित करने को पूरी तरह से समर्पित रहा है। फिल्म कला को बढ़ावा देने के मकसद से भारतीय पैनोरमा खंड के लिए चयनित फिल्में भारत और विदेशों में अंतर्राष्ट्रीय फिल्म समारोहों, द्विपक्षीय सांस्कृतिक आदान-प्रदान कार्यक्रमों के अंतर्गत आयोजित भारतीय फिल्म सप्ताह और सांस्कृतिक आदान-प्रदान प्रोटोकॉल के बाहर विशेष भारतीय फिल्म समारोहों और भारत में विशेष भारतीय पैनोरमा समारोहों में गैर-लाभकारी स्क्रीनिंग में भी दिखाई जाएंगी।

पंजाब में अब तक पराली जलाने के मामलों में 16% की कमी आई : गुरमीत सिंह खुड्डियां

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पराली जलाने के मामलों में कमी के रुझान को बरकरार रखते हुए पंजाब ने पराली जलाने की समस्या पर काबू पाने में महत्वपूर्ण सफलता हासिल की है। इस साल 23 अक्तूबर तक, पिछले साल की तुलना में पराली जलाने के मामलों में 16% की गिरावट दर्ज की गई है। राज्य में इस साल 23 अक्तूबर तक 1,638 स्थानों पर पराली जलाई गई है, जो पिछले साल के 1,946 मामलों से काफी कम है। पराली जलाने की घटनाओं में आई गिरावट के आंकड़े इसलिए भी महत्वपूर्ण हैं क्योंकि पड़ोसी राज्य हरियाणा इस दौरान पराली जलाने की समस्या पर केवल 8% तक ही काबू पा सका है।

पंजाब के कृषि और किसान कल्याण मंत्री गुरमीत सिंह खुड्डियां ने बताया कि पंजाब में वर्ष 2020 की तुलना में वर्ष 2024 में पराली जलाने की घटनाओं में फीसदी की बड़ी गिरावट दर्ज की गई है। सरकारी आंकड़ों के अनुसार, वर्ष 2020 के दौरान राज्य में पराली जलाने के 13,894 मामले सामने आए थे, जो इस साल घटकर केवल 1,638 रह गए हैं।

दूसरी ओर, पड़ोसी राज्य हरियाणा में इन वर्षों में केवल 56% की गिरावट ही दर्ज की गई है। उन्होंने कहा कि यहां इस तथ्य पर भी ध्यान देने की जरूरत है कि पंजाब में धान की खेती के तहत 32 लाख हेक्टेयर से अधिक क्षेत्र है, जो हरियाणा के 15 लाख हेक्टेयर क्षेत्रफल से दोगुना है। पंजाब सरकार ने इस साल अब तक किसानों को 13,616 फसल अवशेष प्रबंधन (सीआरएम) मशीनें उपलब्ध करवाई हैं, जिससे 2018 से अब तक किसानों को दी गई कुल मशीनों की संख्या 1.43 लाख हो गई है। खुड्डियां ने कहा कि पराली जलाने पर काबू पाने और किसानों में जागरूकता पैदा करने के लिए मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली सरकार द्वारा 8,000 से अधिक नोडल अधिकारी तैनात किए गए हैं।

डेली लाइफ में ना करें इस तरह का व्यवहार, लोगों के बीच बन जाती है गलत इमेज

AVOID ETIQUETTE MISTAKES

रोजाना की लाइफ में लोगों से मिलते वक्त इस तरह की गलतियों को भूलकर भी ना करें। सोसाइटी में बन जाती है गलत इमेज।

• **जालंधर ब्रीज.** फीचर

इंसान सामाजिक प्राणी है तो उसे एक दूसरे के साथ मिलजुल कर रहना होता है। इसके साथ ही कुछ बेसिक शिष्टाचार यानी एटिकेट के बारे में भी जानकारी जरूर रखनी चाहिए। तभी आप लोगों के बीच अपनी अच्छी इमेज बना सकते हैं। अगर आप उन लोगों में शामिल है जिसे देखकर लोग भागना शुरू कर देते हैं। तो गौर करें कहीं आप रोजाना के व्यवहार में इस तरह की गलतियां तो नहीं करते। जिनके बारे में आपको जरूर जानना चाहिए और सुधार लाने की कोशिश करनी चाहिए

दूसरों की कमियां बताना

अगर आप सामने वाले के बिल्कुल खास दोस्त नहीं हैं और केवल कैजुअल रिलेशिनशिप रखते हैं तो बात करने के दौरान ध्यान रखना चाहिए कि आप उसकी कमियों को ना गिनाएं। या सीधे तौर पर उसकी कमियों को ना कहें। किसी से डायरेक्ट ऐसा कहना शिष्टाचार में नहीं गिना जाता।

फोन मैनर

• आजकल के बेसिक एटिकेट में फोन से जुड़े कई सारे मैनर हैं। जिनके बारे में आपको माइंडफुल होना चाहिए। जैसे कि किसी ने अपनी फोटो दिखाने के लिए आपको फोन दिया तो स्क्रॉल करके नेक्स्ट फोटो पर जाना शिष्टाचार नही हैं। अगर आपको दूसरी फोटोज देखनी है तो सबसे पहले उससे पूछें और उसके बाद ही स्क्रॉल करें।

• अगर आपके प्रेजेंस में सामने वाला इंसान किसी का फोन अटेंड कर रहा है तो कॉल खत्म होने के बाद उससे डिटेल ना मांगे जैसे कि किसका फोन था, क्या हुआ जैसी चीजों को बोलने से बचे। जब तक कि वो खुद ना बताए कि वो फोन पर किससे बात कर रहा था।

• दूसरों के फोन में झांकना अशिष्टता में गिना जाता है और ये उसकी प्राइवेसी पर हमला है।

गॉसिप से बचें

अगर आपकी आदत लोगों की बातों में कुछ बातें जोड़कर दूसरों से शेयर करने की है। तो इस आदत को फौरन बंद कर दें। गॉसिप करने और दूसरों के बारे में ज्यादा बात करने की आदत की वजह से अक्सर लोग दूर हो जाते हैं।

मोबाइल, सोशल साईट्स का उपयोग

• आप अपने कार्यालय में बिना किसी की परवाह किए अपने मोबाइल पर तेज स्वर में बात करते हैं अथवा मोबाइल पर किसी से वाद विवाद करने लगते हैं आपका यह कृत्य अपने सहकर्मियों के बीच आपकी छवि खराब करता है।

• अपने निजी फोन, ईमेल्स का इस्तेमाल कार्यालय में अवश्य करें, लेकिन उतना ही, जितना आवश्यक हो।

• कार्यालय में हमेशा निजी फोन पर व्यस्त रहना न सिर्फ शिष्टाचार के नियमों के खिलाफ है बल्कि इससे कार्यक्षमता भी घटती है।

• किसी के सामने मौजूद रहने के दौरान यदि आप अपने मोबाइल पर, सोशल साईट्स पर

• लाईक्स करने या मैसेजिंग करने मे व्यस्त रहते हैं तो यह बेड एटीकेट्स के अंतर्गत आता है।

कार्यालय में सहकर्मियों से व्यवहार

• ऑफिस में भी सहकर्मियों से हाथ मिलाने, उन्हें शुभकामना देने, किसी नए व्यक्ति के आने पर उसका परिचय अन्य लोगों से कराने और उसे कार्य संबंधी जरूरी बातें बताने जैसी बातें शिष्टाचार के तहत आती हैं।

• अपने महंगे परफ्यूम्स या डियो को सामाजिक आयोजनों के लिए रखें। इनको कार्यालय में यूज करके न जायें । यह किसी को इलर्जेटिक हो सकती है, परेशानी में डाल सकती है।

• सराहना के कुछ शब्द किसी को प्रोत्साहित करने और आपके प्रति अच्छा महसूस करने को बढावा देंगे। अत: अपने अधीनस्थों की समय समय पर उनके अच्छे कार्य के लिए सराहना अवश्य करें।

YOGA FITNESS

ब्रेन को शार्प बनाता है यह योगासन, याददाश्त तेज करने के लिए ऐसे करें अभ्यास

अगर आप भी अकसर चीजें रखकर भूल जाते हैं या फिर किसी बात को याद करने में आपको समय लगता है तो आपको अपने रूटीन में यह योगासन जरूर शामिल करना चाहिए।

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

अगर आप भी अकसर चीजें रखकर भूल जाते हैं या फिर किसी बात को याद करने में आपको काफी समय लगता है तो आपको अपने रूटीन में यह योगासन शामिल कर लेना चाहिए। आयुर्वेद में दिमाग तेज करने के लिए योग करने की सलाह दी जाती है। योग का नियमित अभ्यास ना सिर्फ शारीरिक समस्याओं से छुटकारा दिलाता है बल्कि कई तरह की मानसिक समस्याओं से भी निजात दिलाने में मदद करता है। आइए जानते हैं ब्रेन को शार्प बनाए रखने के लिए आपको अपने रूटीन में कौन सा योगासन शामिल करना चाहिए।

सर्वांगासन योग

अगर आप अपनी एकाग्रता में सुधार करना चाहते हैं तो सर्वांगासन का नियमित अभ्यास आपके लिए फायदेमंद हो सकता है। सर्वांगासन शरीर के सभी चक्रों और अंगों को संलग्न करके दिमाग को शक्ति देने और स्वस्थ बनाए रखने में मदद करता है। छात्रों के लिए सर्वांगासन का अभ्यास खासतौर पर फायदेमंद है। सर्वांगासन करने के लिए सबसे पहले अपनी पीठ के बल लेटकर एक साथ, अपने पैरों, कूल्हे और फिर कमर को उठाते हुए शरीर का सारा भार आपके कंधों पर डालकर अपनी पीठ को अपने हाथों से सहारा दें। इसके बाद अपनी कोहनियों को पास में लाकर हाथों को पीठ के साथ रखें, कंधों को सहारा देकर रखें। ऐसा करते हुए कोहनियों को जमीन की तरफ दबाते हुए हाथों को कमर पर रखते हुए, अपनी कमर और पैरों को सीधा रखें। शरीर का पूरा भार कंधों और हाथों के ऊपरी हिस्से पर होना चाहिए। ऐसा करते हुए अपने पैरों को सीधा व मजबूत रखें। अपने पैर कि एड़ी को इस तरह ऊंचा रखें जैसे आप छत को छूना चाहते हो। अपनी पैरों कि उंगलियों को नाक की सीध में लें आयें। अपनी गर्दन पर ध्यान दे, उसको जमीन पर न दबाएं। अपनी गर्दन को मजबूत रखें और उसकी मांसपेशियों को सिकोड़ लें। अपनी छाती को ठोड़ी से लगा लें। यदि गर्दन में तनाव महसूस हो रहा है तो आसन से बहार आ जाएं। लंबी गहरी सांस लेते हुए 30-60 सेकेंड तक आसन में ही बने रहें। इसके बाद आसन से बहार आने के लिए, घुटनो को धीरे से माथे के पास लाते हुए हाथों को जमीन पर रखें। बिना सिर उठाए धीरे-धीरे कमर को नीचे लें कर आए और पैरों को जमीन पर रखें। अब विश्राम करें।

फ्रिज के बगैर दूध को लंबे समय तक कैसे कर सकते हैं स्टोर

घर में फ्रिज खराब हो गया या फिर लाइट नहीं आ रही, दूध को फटने से बचाने के लिए बिना फ्रिज के इन तरीकों से स्टोर करके रख सकती हैं।

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

फ्रिज की वजह से जिंदगी काफी आसान हो गई है। खाने-पीने के सामान को फ्रिज में रखकर हम निश्चिंत हो जाते हैं। लेकिन कुछ मौके ऐसे आते हैं जब फ्रिज काम नहीं करता या लाइट चली जाती है तो दूध वगैरह को बाहर ही रखना पड़ता है। बिना फ्रिज के दूध दिनभर खराब ना हो इसलिए ये दूध स्टोर करने के ये तरीके आपको पता होना चाहिए।

दूध को धीमी आंच पर उबालें

सबसे पहले दूध को अच्छी तरह से धीमी आंच पर उबालें। जब दूध में एक उबाल आ जाए तो इसे तीन से चार मिनट तक धीमी फ्लेम पर पकाते रहें। जिससे कि सारे बैक्टीरिया मर जाएं।

ठंडी जगह पर रखें

दूध को रसोई से हटाकर घर के किसी ठंडे कोने में रखने का इंतजाम करें। जहां पर सीधी रोशनी और धूप ना पड़ती हो। इससे जगह ठंडी होगी और दूध खराब होने का डर कम रहेगा।

मिट्टी या कांच के बर्तन में रखें

दूध को हो सके तो दूध को मिट्टी या कांच के बर्तन में स्टोर करके रखें। इससे दूध ठंडा बना रहेगा।

एसी या कूलर में रखें

घर में कूलर की हवा से कमरा ठंडा हो जाता है तो उसके सामने दूध को रख दें और ऊपर से प्लेट पर बर्फ रखें। इससे दूध ठंडा बना रहेगा और खराब नही होगा।

पानी की मदद से रखें ठंडा

दूध के पतीले को पानी में रखें। इससे दूध ठंडा बना रहेगा या फिर पानी से भीगे कपड़े को दूध के पतीले को लपेटकर रख दें। इससे भी दूध देर तक खराब नहीं होगा।

बच्चों को आज से ही खिलाना शुरु कर दें ये पाउडर, नहीं होंगी आंखें कमजोर

Parenting

जालंधर ब्रीज (फीचर) . बच्चे आजकल ज्यादा वक्त ब्लू स्क्रीन पर बिताते हैं। जिससे उनकी नाजुक आंखों पर बुरा असर पड़ता है और नजर कमजोर हो जाती है। इन आंखों को अगर आप बचाना चाहते हैं तो जरूरी है कि बच्चों के कम्प्यूटर, मोबाइल और टीवी स्क्रीन टाइम को कम किया जाए। इसके साथ ही बच्चों की डाइट में पोषक तत्वों की मात्रा बढ़ा दें। अब बच्चे तो दिनभर हेल्दी खाना खाने से भागते हैं। तो ऐसे में उन्हें ये खास तरह का पाउडर बनाकर खिलाएं। जिसे खाने से बच्चों के आंखों को मजबूती मिलेगी और नजर कमजोर होने से बची रहेगी।

आंखों को कमजोर होने से बचाएगा ये मिक्सचर

- सौ ग्राम बादाम
- पचास ग्राम सौंफ
- पच्चीस ग्राम काली मिर्च
- पच्चीस ग्राम धागे वाली मिश्री
- इन सारी चीजों को मिलाकर पाउडर बना लें और किसी एयर टाइट डिब्बे में भरकर रख लें।

कमजोर आंख वाले बच्चों को ऐसे खिलाएं

रोजाना सुबह शाम इस पाउडर को दूध में मिलाकर बच्चों को पीने के लिए दें। जिन बच्चों की आंखें कमजोर हो गई हैं, उन्हें भी ये आयुर्वेदिक पाउडर खिलाने से फायदा होगा।

खिलाएं त्रिफला पाउडर

इसके साथ ही रोजाना रात को सोने से पहले बच्चे को त्रिफला पाउडर को शहद में मिलाकर खिलाएं। ऐसा करने से बच्चों की आंख की रोशनी कमजोर होने से बची रहेंगी।

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

एंटी-एजिंग का काम करती हैं ये एक्सरसाइज, उम्र बढ़ने के साथ हेल्दी रहना है तो जरूर करें

• **जालंधर ब्रीज .** फीचर

शरीर को बुढ़ापे तक फिट एंड हेल्दी रखना है तो फिजिकल वर्क बेहद जरूरी है। आजकल की सीडेंटरी लाइफस्टाइल में एक्सरसाइज करना बेहद जरूरी है। खासतौर कुछ एक्सरसाइज को डेली रूटीन में जरूर शामिल करना चाहिए। ये किसी एंटी एजिंग की तरह काम करती हैं और 30 के बाद आपके शरीर को उम्र से पहले बूढ़ा और कमजोर होने से बचाती हैं। जानें वो कौन सी हैं एक्सरसाइज।

नेचर वॉक - अगर आपका पूरा दिन कम्प्यूटर के सामने किसी बंद कमरे में गुजरता है तो आपको ऐसी वॉक की सख्त जरूरत है। रोजाना मॉर्निंग या ईवनिंग में नेचर में की गई वॉक ना केवल हार्ट अटैक के खतरे से बचाएगी बल्कि मसल्स और हड्डियों को मजबूत करने में भी मदद करेगी। रोजाना नेचर में की गई वॉक स्लीप क्वालिटी को भी मेंटेन करती है और सरकार्डियन रिदम को ठीक करती है।

योगा - अगर आप अक्सर गिरते-पड़ते रहते हैं और आपका बैलेंस खराब है तो चोट लगने के चांस सबसे ज्यादा हो सकते हैं। जिसकी वजह से हड्डियों के टूटने का डर भी होता है। शरीर के बैलेंस और पोश्चर को सही करने के लिए योगाभ्यास बेहद जरूरी है। उत्कटासन यानी चेयर पोज और वृक्षासन ना केवल शरीर के बैलेंस को बनाने बल्कि पैरों को मजबूती देने में मदद करते हैं। योगा पोज की मदद से बढ़ती उम्र में भी स्थिर और मजबूत बॉडी पाने में मदद मिलती है।

साइकिलिंग - बहुत कम लोग जानते होंगे कि साइकिलिंग भी एक बहुत ही बढ़िया एक्सरसाइज है जो किसी एंटी एजिंग की तरह काम करती है। इसकी मदद से ना केवल मसल्स मजबूत होती हैं बल्कि शरीर की फ्लैक्सिबिलिटी भी बढ़ती है।

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

बदलते मौसम में खांसी और कफ से राहत दे सकती है अनार के छिलकों की चाय, जानें फायदे और बनाने का

HEALTH

अगर आपको भी मौसम में बदलाव होते ही गले की खराश और कफ की परेशानी होती है तो अनार के छिलकों की चाय बनाकर पी लें। अनार के छिलकों में मौजूद ये सभी पोषक तत्व दिमाग तेज बनाकर सेहत को कई गजब के...

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

मौसम बदलते ही लोगों को अकसर सर्दी-खांसी और गले में कफ जमने की दिक्कत होने लगती है। जिससे राहत पाने के लिए उन्हें कई बार डॉक्टरों के चक्कर लगाने पड़ते हैं। कड़वी दवाओं को खाने के बाद भी शरीर को आराम नहीं मिलता है। अगर आपको भी मौसम में बदलाव होते ही गले की खराश और कफ की परेशानी होती है तो अनार के छिलकों की चाय बनाकर पी लें। एनसीबीआई के अनुसार, अनार के छिलके फेनोलिक एसिड, हाइड्रोलाइजेबल टैनिन, फ्लेवेनोइड्स, प्रोटीन, फैटी एसिड, एंटीऑक्सीडेंट्स, पोटैशियम और कैल्शियम जैसे मिनरल्स का भंडार होते हैं। ये सभी पोषक तत्व दिमाग को तेज बनाकर सेहत को कई गजब के फायदे देते हैं।

अनार के छिलके से चाय बनाने का तरीका

अनार के छिलके से चाय बनाने के लिए सबसे पहले 3-4 दिन धूप में अनार के छिलके सूखा लें। इसके बाद इन्हें मिक्सी में पीसकर इनका पाउडर तैयार कर लें। अब एक खाली टी बैग में अनार के छिलकों का पाउडर भर लें। अब एक कप गुनगुना पानी लेकर उसमें नॉर्मल टी बैग की तरह

अनार के छिलके वाला टी बैग डालकर यूज करें। आपकी अनार के छिलकों की चाय बनकर तैयार है।

अनार के छिलकों की चाय पीने के फायदे

वेट लॉस

अनार के छिलकों में फाइबर, विटामिन के, सी, और बी, आयरन जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं। अनार के छिलके फैट और कोलेस्ट्रॉल की मात्रा को नियंत्रित करने में मदद करते हैं, जिससे वजन घटाने में मदद मिलती है।

इम्यूनिटी बूस्ट करे

अनार के छिलके में पाए जाने वाले पॉलीफेनोल्स रोग प्रतिरोधक क्षमता में सुधार करके इम्यूनिटी को बूस्ट करते हैं।

डायबिटीज रखें कंट्रोल

अनार के छिलकों में एलेजिक एसिड और पिकलुगिन गुण खाना खाने के बाद शरीर में बढ़ने वाले ग्लूकोज स्पाइक को कम करने में मददगार साबित होते हैं। ये डायबिटीज को कंट्रोल करने में मददगार साबित होते हैं।

हाई ब्लड प्रेशर

यह चाय काफी हद तक हाई ब्लड प्रेशर की समस्या से छुटकारा दिला सकती है। हाइपरटेंशन हार्ट अटैक और स्ट्रोक का मुख्य कारण होता है।

गले की खराश

यदि किसी व्यक्ति को गले में खराश, खांसी जैसी कोई समस्या है तो अनार के छिलके की चाय फायदा दे सकती है। अनार के छिलके में मौजूद एंटीमाइक्रोबियल तत्व बैक्टीरिया, इंफेक्शन को कम करने में मदद कर सकते हैं।

दिमाग की सेहत का रखता है ख्याल

ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस की वजह से दिमाग अपने काम करने की क्षमता खोने लगता है। जिसकी वजह से लोगों को अल्जाइमर और डिमेंशिया जैसी भूलने वाली बीमारी होने लगती है। लेकिन एक स्टडी के अनुसार अनार के छिलकों का अर्क लेने वाले लोगों का दिमाग बहुत अच्छी तरीके से काम करता है। अनार के छिलकों में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस के नुकसान को भी कम करते हैं।

नोट : *इस खबर में बताए गए सुझाव सामान्य जानकारी पर आधारित हैं। इसलिए किसी भी उपचार/दवा/डाइट को अमल करने से पहले डाक्टर या संबंधित एक्सपर्ट की सलाह जरूर लें।*

जमीनी स्तर पर नवाचार को प्रोत्साहित करना : सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यमों का युग

नई दिल्ली : वर्तमान समय में, विश्व तीव्र गति से एक ऐसे तकनीकी भविष्य की ओर बढ़ रहा है, जहां कृत्रिम बुद्धिमत्ता वैश्विक आख्यान का केंद्र बिंदु बन गया है। हमारे माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी द्वारा परिकल्पित विकसित भारत का लक्ष्य हमारे युवाओं, विशेष रूप से अनुसूचित जाति/अनुसूचित जनजाति से आने वाले समुदायों, महिलाओं, दिव्यांगजनों, पूर्व सैनिकों और आर्थिक रूप से वंचित नागरिकों जैसे पारंपरिक रूप से कम प्रतिनिधित्व वाले समूहों से उद्यमिता को एक व्यवहार्य कैरियर मार्ग के रूप में लेने के लिए प्रेरित करना है।

उद्यमिता और कौशल विकास कार्यक्रम का विजन केवल कारोबार के सृजन तक ही नहीं, बल्कि इससे आगे तक जाता है। यह बेरोजगारी को संबोधित करने के साथ-साथ आर्थिक विकास को बढ़ावा देने और जमीनी स्तर पर नवाचार को बढ़ावा देने के लिए एक रणनीतिक दृष्टिकोण को दर्शाता है। इसके साथ ही, सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यम (एमएसएमई) सेक्टर में ऋण गारंटी योजना की घोषणा से प्रसन्नता की लहर है, जो मशीनरी के लिए 100 करोड़ रुपये तक के जमानत-मुक्त ऋण उपलब्ध कराती है और यह सीधे तौर पर किफायती ऋण तक पहुंच की महत्वपूर्ण चुनौती को संबोधित करती है तथा कारोबारियों को अपने व्यवसाय में उन्नत प्रौद्योगिकी में निवेश करने और उनकी उत्पादकता बढ़ाने के लिए सशक्त बनाती है। ऋण के इस प्रजातंत्रीकरण से बहुत सारे छोटे और उभरते हुए व्यवसायों को लाभ पहुंचना तय है। यही कारोबार जमीनी स्तर पर नवाचार को बढ़ावा देंगे और इससे धन-संपत्ति का जो सृजन होगा, वह समाज के सभी वर्गों तक तेज़ी तक पहुंचेगा।

इस वर्ष के केंद्रीय बजट में संकट की अवधि के दौरान ऋण सहायता प्रदान करने के लिए एक महत्वपूर्ण व्यवस्था को शुरू किया गया है, जो सरकार-गारंटीड निधि द्वारा समर्थित है और ये व्यवसायों को गैर-निष्पादित परिसंपत्ति बनने से रोकने में मदद करता है और समग्र आर्थिक स्थिरता बनाए रखता है। 'तरुण' श्रेणी के तहत उद्यमियों के लिए मुद्रा ऋण को दोगुना करके 20 लाख रुपये करना एक काफी बड़ा प्रोत्साहन है, जो व्यवसायों को बड़े पैमाने पर बढ़ाने और रोजगार सृजन को बढ़ावा देने में सक्षम बनाता है। कम टर्नओवर सीमा और विस्तारित पात्रता के साथ व्यापार प्राप्य छूट प्रणाली में सुधार एमएसएमई के लिए तरलता और वित्तीय प्रबंधन को बेहतर बनाता है। तीन वर्षों के भीतर सभी प्रमुख एमएसएमई समूहों में सिडबी शाखाओं का नियोजित विस्तार अधिक सुलभ वित्तीय सेवाओं का आश्वासन देती है, जिससे स्थानीय आर्थिक विकास को बढ़ावा मिलेगा। इसके अलावा, 50 बहु-उत्पाद खाद्य विकिरण इकाइयों और 100 एनएबीएल-मान्यता प्राप्त खाद्य गुणवत्ता और सुरक्षा परीक्षण प्रयोगशालाओं की स्थापना से खाद्य प्रसंस्करण क्षेत्र को काफी बढ़ावा मिलेगा, उत्पाद की गुणवत्ता में सुधार होगा और नए बाजार के अवसर खुलेंगे।

पीपीपी मोड में ई-वाणिज्य निर्यात केंद्र का निर्माण एक और दूरदर्शी पहल है, जो एमएसएमई और पारंपरिक कारीगरों को वैश्विक बाजारों तक अधिक आसानी से पहुंचने और डिजिटल बदलाव तथा अंतर्राष्ट्रीय विकास को बढ़ावा देने में सक्षम बनाता है। "फर्स्ट टाइमर्स" योजना से, जो औपचारिक रोजगार क्षेत्रों में नए लोगों को प्रत्यक्ष लाभ हस्तांतरण के रूप में 15,000 रुपये तक एक

जालंधर ब्रीज

शोभा करंदलाजे
केंद्रीय सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यम तथा श्रम एवं रोजगार राज्य मंत्री

महीने का वेतन प्रदान करती है, जो लगभग 210 लाख युवा कामगारों पर सकारात्मक प्रभाव डालता है, विनिर्माण क्षेत्र में नए कर्मचारियों को काम पर रखने के लिए प्रोत्साहन, पहले चार वर्षों के दौरान नियोक्ता और कर्मचारियों दोनों के लिए ईपीएफओ योगदान को कवर करता है, जिससे 30 लाख व्यक्तियों को लाभ पहुंचता है। सरकार सुरक्षा उपायों को संस्थागत बना रही है और युवाओं को उनकी अपार क्षमता के साथ भारत की प्रगति के इंजन को चलाने के लिए प्रोत्साहित कर रही है। इसके साथ ही, नियोक्ता के कल्याण का भी ध्यान रखा जा रहा है, इस योजना के तहत नियोक्ताओं को एक लाख रुपये प्रति माह तक कमाने वाले प्रत्येक अतिरिक्त कर्मी के लिए दो वर्ष के लिए 3,000 रुपये मासिक तक की प्रतिपूर्ति की जाती है, जिसका लक्ष्य 50 लाख नए कामगारों को रोजगार देना है। सरकार कामकाजी महिलाओं के लिए छात्रावास और क्रेश स्थापित करने के लिए उद्योगों के साथ भागीदारी करके एक ठोस कदम उठा रही है, साथ ही विशेष कौशल विकास कार्यक्रम और महिलाओं के नेतृत्व वाले स्वयं सहायता समूह (एसएचजी) उद्यमों के लिए बाजार तक पहुंच उपलब्ध करा रही है। इसका आदर्श वाक्य है समावेशिता।

समावेशी आर्थिक विकास की तलाश में, उद्योग और शिक्षाजगत के बीच सहयोग एक महत्वपूर्ण कारक के रूप में उभरा है, विशेष रूप से सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यमों के विकास में। इस महत्व को पहचानते हुए, सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यम मंत्रालय ने एमएसएमई चैंपियंस योजना के तहत एमएसएमई नवप्रवर्तनकारी योजना को लागू किया है, जिसका उद्देश्य शैक्षणिक संस्थानों और एमएसएमई क्षेत्र के बीच औ र मजबूत संबंध बनाना है।

दूसरी ओर, शैक्षणिक संस्थान ज्ञान और नवाचार के केंद्र हैं, लेकिन कभी-कभी उनमें व्यवहारिक अनुप्रयोग संदर्भों का अभाव पाया जाता है। एमएसएमई नवप्रर्तनकारी योजना इस अंतर को पाटती है और एक पारस्परिक संबंध बनाती है, जो दोनों क्षेत्रों को लाभ पहुंचाती है और इसकी वजह से हमारी अर्थव्यवस्था और व्यापक हो जाती है। इस योजना का दृष्टिकोण बहु-आयामी है। इनक्यूबेशन घटक के तहत मेजबान संस्थानों के रूप में 697 शैक्षणिक संस्थानों की भागीदारी इस योजना के व्यापक रूप से अपनाए जाने और इसके संभावित प्रभाव का सबूत है। इस सहयोग का एक प्रमुख फोकस छात्रों और एमएसएमई कर्मियों के औद्योगिक कौशल को बढ़ाना है। यह कौशल विकास एक ऐसा कार्यबल बनाने के लिए महत्वपूर्ण है, जो न केवल शैक्षणिक रूप से योग्य हो, बल्कि उद्योग के लिए भी तैयार हो। छात्रों के लिए, यह वास्तविक दुनिया की व्यावसायिक चुनौतियों और अवसरों के लिए मूल्यवान संपर्क मुहैया कराता है। एमएसएमई के लिए, ये नए परिप्रेक्ष्य और नवीनतम शैक्षणिक शोध तक पहुंच प्रदान करता है, जो संभावित रूप से उनकी परिचालन चुनौतियों के लिए नवप्रवर्तनकारी समाधान की ओर ले जाता है। आज तक, हमने पिछले 10 वर्षों में 17 करोड़ नौकरियों की उल्लेखनीय बढ़ोतरी देखी है। अगर हम इस बात को सही परिप्रेक्ष्य में रखें, तो भारतीय रिजर्व बैंक द्वारा प्रकाशित आंकड़ों के अनुसार, वर्ष 2014-15 में 47.15 करोड़ की तुलना में, वर्ष 2023-24 में देश में रोजगार बढ़कर 64.33 करोड़ हो गया है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के दूरदर्शी नेतृत्व में, हम एक ऐसे भारत की ओर आगे बढ़ रहे हैं, जहां विकास हर घर तक पहुंचे और हर व्यक्ति के जीवन को छुए तथा हमारी सामूहिक ऊर्जा को विश्वगुरु बनने के आदर्श की ओर ले जाए। इसमें कोई संदेह नहीं है कि हम महान पुनर्जागरण के युग की ओर बढ़ रहे हैं, जो हमें विकसित भारत के स्वर्णिम युग में ले जाएगा।

पश्चिमी कमान सेना कमांडर ने जम्मू में वेटरन्स आउटरीच कार्यक्रम में युद्ध नायकों को सम्मानित किया

जालंधर ब्रीज (जम्मू) . भारतीय सेना के टाइगर डिवीजन ने जम्मू में एक वेटरन्स आउटरीच प्रोग्राम के दौरान पूर्व सैनिक (ईएसएम) सम्मान समारोह का आयोजन किया। पश्चिमी कमान के जीओसी-इन-सी लेफ्टिनेंट जनरल मनोज कुमार कटियार राष्ट्र की सेवा में उनके निस्वार्थ बलिदान के लिए वीरता पुरस्कार विजेताओं और विकलांग सैनिकों को सम्मानित करने के लिए इस अवसर पर उपस्थित थे।

सेना कमांडर ने अपने संबोधन में राष्ट्र के प्रति योगदान के लिए युद्ध नायकों व दिग्गजों के प्रति आभार व्यक्त किया। उन्होंने युद्ध नायकों को सम्मानित किया और अनुकूलित स्कूटर और ऑटो भी भेंट किए। यह कार्यक्रम वॉर वूनडेड फाउंडेशन (डब्ल्यूडब्ल्यूएफ) प्रतिनिधित्व रिकॉर्ड कार्यालयों, भारतीय सेना के दिग्गजों के विभाग, अनुभवी सहायता केंद्र, सेना कल्याण प्लेसमेंट संगठन सहित अन्य लोगों ने किया, जिन्होंने अपने लंबित प्रश्नों को हल करने और जानकारी साझा करने के लिए दिग्गजों के साथ बातचीत की। लंबित पेंशन संबंधी मुद्दों को हल करने के लिए रक्षा लेखा विभाग की एक टीम भी मौजूद थी, जबकि स्थानीय सैन्य अस्पताल टीम ने वेटरन्स की चिकित्सा जांच भी की। इसके बाद सेना कमांडर ने दिग्गजों के साथ अनौपचारिक बातचीत की और सौहार्दपूर्ण संबंधों को बढ़ावा देने और संबंधों को मजबूत करने के लिए विचारों और विचारों का हार्दिक आदान-प्रदान किया गया।

के समन्वय से आयोजित किया गया था और इसमें 250 से अधिक पूर्व सैनिक उपस्थित रहे।

कार्यक्रम के दौरान, जिला सैनिक बोर्ड और राष्ट्रीयकृत बैंकों सहित राज्य सरकार के अधिकारियों द्वारा विभिन्न सरकारी योजनाओं की जानकारी साझा की गई। भारतीय सेना के विभागों का

इस कार्यक्रम ने पूर्व सैनिकों और युद्ध नायकों को विभिन्न मुद्दों पर सरकारी अधिकारियों के साथ सीधे बातचीत करने के लिए एक मंच प्रदान किया।

एनसीसी ने पूर्व सैनिकों से अनुबंध के आधार पर प्रशिक्षक के लिए आवेदन की अंतिम तिथि 30 अक्तूबर

जालंधर ब्रीज (नई दिल्ली) . रक्षा मंत्रालय के राष्ट्रीय कैडेट कोर महानिदेशालय (डीजीएनसीसी) ने हरियाणा में अनुबंध के आधार पर प्रशिक्षक स्टाफ के रूप में पूर्व सैनिकों (ईएसएम)- जेसीओ और हवलदार आदि को नियुक्त करने के लिए 20 अक्तूबर, 2024 तक आवेदन आमंत्रित किए हैं। पूर्व सैनिकों (ईएसएम) की भर्ती के लिए आवेदन जमा करने की अंतिम तिथि अब 30 अक्तूबर, 2024 तक बढ़ा दी गई है।

इच्छुक पूर्व सैनिक अब हरियाणा राज्य में एनसीसी इकाइयों के लिए 30 अक्तूबर, 2024 आवेदन कर सकते हैं। फॉर्म डाउनलोड करने के लिए आवेदक https://nis.bisag-n.gov.in/nis/downloads-public लिंक पर क्लिक कर सकते हैं। पूरा भरा हुआ आवेदन ईमेल आईडी - adpncphhpc@nccindia.nic.in पर भेजा जा सकता है।

पश्चिमी कमांड ने चंडीमंदिर में सफल वेटरन्स आउटरीच कार्यक्रम आयोजित किया

जालंधर ब्रीज (चंडीगढ़) . पश्चिमी कमांड ने चंडीमंदिर सैन्य स्टेशन में वेटरन्स आउटरीच कार्यक्रम का आयोजन किया, जिसमें ट्राईसिटी - चंडीगढ़, मोहाली और पंचकूला से 500 से अधिक सेवानिवृत्त अधिकारियों ने भाग लिया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य वेटरन्स को भारतीय सेना की पहलों के बारे में अपडेट करना और उनकी समस्याओं के लिए वन -स्टॉप समाधान प्रदान करना था। विभिन्न विभागों के प्रतिनिधियों ने वेटरन्स की लंबित समस्याओं का समाधान करने के लिए प्रक्रियात्मक आवश्यकताओं पर चर्चा की।

इस अवसर पर, पश्चिमी कमांड के जनरल ऑफिसर कमांडिंग इन चीफ, लेफ्टिनेंट जनरल मनोज कुमार कटियार ने वेटरन्स से संवाद किया और भारतीय सेना की ओर से देश की सेवा में उनकी अमूल्य सेवाओं के लिए आभार और प्रशंसा व्यक्त की। उन्होंने वेटरन्स और सेवारत फ्रैटर्निटी के लिए पश्चिमी कमांड की पूरी तरह समर्थन की वचनबद्धता जताई । सेना कमांडर ने विशेष रूप से स्वास्थ्य और कल्याण के संबंध में वेटरन्स की चुनौतियों का समाधान करने के प्रयासों का आश्वासन दिया।

सेना कमांडर ने सेवानिवृत्ति के बाद नागरिक समाज में वेटरन्स के योगदान की प्रशंसा की, जिससे सशस्त्र बलों की छवि बढ़ी और विकास में तेजी आई। उन्होंने उपस्थित लोगों से आग्रह किया कि वे सैन्य पहलों के लिए दूत बन कर अपने-अपने समुदायों में इनका संदेश पहुंचाएं। पश्चिमी कमांड का यह आउटरीच कार्यक्रम वेटरन्स का सहयोग करने और समुदाय और सामाजिक भावना को बढ़ावा देने के लिए कमांड की प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

भारतीय रिज़र्व बैंक की स्थापना के 90वें वर्ष के उपलक्ष में राष्ट्रीय स्तर की आरबीआई90 प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता

जालंधर ब्रीज (नई दिल्ली) . भारतीय रिज़र्व बैंक (आरबीआई) इस वर्ष अपने परिचालन की 90वीं वर्षगांठ मना रहा है। इस उपलब्धि को दर्ज करने के लिए पूरे वर्ष आयोजित होने वाले कार्यक्रमों की श्रृंखला के भाग के रूप में, बैंक ने आरबीआई90 प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता की शुरूआत की है, जो पूर्वस्नातक छात्रों के लिए लक्षित एक राष्ट्रीय स्तर की सामान्य ज्ञान-आधारित प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता है।

आरबीआई90 प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता एक टीम-आधारित प्रतियोगिता है, जिसे कई चरणों में आयोजित किया जा रहा है। ऑनलाइन चरण 19 से 21 सितंबर 2024 के बीच आयोजित किया गया था। ऑनलाइन चरण के प्रदर्शन के आधार पर, कॉलेज टीमों का चयन राज्य स्तर के दौरों में भाग लेने के लिए किया गया। हरियाणा और केंद्र शासित प्रदेश चंडीगढ़ के लिए राज्य-स्तर के आरबीआई90 प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता के दौर का आयोजन चंडीगढ़ स्थित होटल ललित में किया गया, जहाँ 118 छात्रों (59 टीमों) ने प्रतिस्पर्धा की। ओपी जिंदल ग्लोबल यूनिवर्सिटी, सोनीपत की टीम जिसमें श्री दिव्यम गौतम और गौरव एन शामिल हैं, विजेता के रूप में उभरी, इसके बाद पंजाब इंजीनियरिंग कॉलेज, चंडीगढ़ और एनआईटी, कुरुक्षेत्र की टीमों ने क्रमशः दूसरा और तीसरा स्थान प्राप्त किया। शीर्ष तीन टीमों के लिए पुरस्कार क्रमशः ₹2 लाख, ₹1.5 लाख और ₹1 लाख हैं।

विजेता टीम अब आंचलिक दौर की प्रतियोगिता में प्रतिस्पर्धा करेगी, जो 21 नवंबर से 4 दिसंबर 2024 के बीच आयोजित होगी। राष्ट्रीय स्तर की अंतिम दौर की प्रतियोगिता दिसंबर 2024 में मुंबई में आयोजित की जाएगी।

पहली गोरखा राइफल्स ने अपने रेजिमेंटल पुनर्मिलन में वीरता और बलिदान को समर्पित जश्न मनाया

जालंधर ब्रीज (चंडीगढ़) . भारतीय सेना की सबसे पुरानी और सबसे प्रतिष्ठित रेजिमेंटों में से एक, पहली गोरखा राइफल्स (1 जीआर) ने 18-19 अक्तूबर, 2024 को हिमाचल प्रदेश के सुबाथू में अपना रेजिमेंटल रीयूनियन मनाया।

इस अवसर पर, 1 जीआर रेजिमेंट के कर्नल, लेफ्टिनेंट जनरल संजीव चौहान ने संबोधित करते हुए कहा कि पुनर्मिलन उस अटूट बंधन का प्रमाण है, जो रेजिमेंट के सभी सदस्यों को एक साथ बांधता है। यह हमारे साथियों के बलिदान का सम्मान करने और साहस और भाईचारे की साझा विरासत का जश्न मनाने का अवसर है, जो पहली गोरखा राइफल्स की असली पहचान को परिभाषित करता है। उन्होंने कहा कि इस आयोजन से उन सैनिकों की पीढ़ियों को एक साथ आने का अवसर मिला है, जिन्होंने 209 वर्षों से अधिक समय से चली आ रही वीरता, बलिदान और भाईचारे की परंपरा को निभाते हुए इस रेजिमेंट के बैनर तले सेवा की है।

दो दिवसीय कार्यक्रम में 500 से अधिक सेवारत अधिकारियों, दिग्गजों और सैन्य परिवारों की भागीदारी देखी गई, जो रेजिमेंट को एकजुट करने वाले गहरे संबंधों की पुष्टि करता है। पूरे देश और नेपाल के दिग्गजों ने अपने परिवारों के साथ इस विशेष पुनर्मिलन समारोह में भाग लिया, जिससे साथियों के साथ फिर से जुड़ने और पिछली यादों को ताजा करने का मंच मिला। पहली गोरखा राइफल्स का एक गौरवशाली इतिहास है, जिसने स्वतंत्रता-पूर्व और स्वतंत्रता-पश्चात भारत की महत्वपूर्ण लड़ाइयों

और अभियानों में उल्लेखनीय भूमिका निभाई है।

इस पुनर्मिलन समारोह में कार्यक्रमों की एक बड़ी श्रृंखला आयोजित की गई, जिसमें युद्ध स्मारक पर शहीदों के सम्मान में पुष्पांजलि समारोह; रेजिमेंट की समृद्ध विरासत का जश्न मनाने के लिए बड़ा खाना; गोरखा राइफल्स की जीवंत परंपराओं को प्रदर्शित करने वाले सांस्कृतिक कार्यक्रम; सैनिकों और दिग्गजों की एक विशेष सभा शामिल हैं । रेजिमेंट के इतिहास और उपलब्धियों की स्मृति में मूर्तियों, वार्षिकी पुस्तिका और स्मारक का अनावरण भी इन समारोहों का हिस्सा था।

भारत सरकार ने हाल ही में आपदा प्रतिक्रिया के लिए हिमाचल प्रदेश को ₹189.20 करोड़ जारी किए

जालंधर ब्रीज (नई दिल्ली) . भारत सरकार के सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय के पत्र सूचना कार्यलय, चंडीगढ़ द्वारा आज 22 अक्टूबर, 2024 को चम्बा, हिमाचल प्रदेश में आपदा प्रबंधन विषय पर मीडिया कार्यशाला वार्तालाप आयोजित की गई । वार्तालाप का आयोजन पीआईबी द्वारा आपदा प्रबंधन के विभिन्न आयामों पर सरकार और चौथे स्तंभ के बीच सार्थक संवाद और विचारों के उपयोगी आदान-प्रदान को बढ़ावा देने के उद्देश्य से किया गया।

वार्तालाप का उद्घाटन चम्बा के उपायुक्त मुकेश रेपसवाल ने किया। मीडिया को संबोधित करते हुए उपायुक्त ने कहा कि आपदा प्रबंधन एक ऐसा क्षेत्र है, जो अति सनसनीखेज होने के कारण अनावश्यक रूप से प्रभावित हो सकता है। उदाहरण के तौर पर उन्होंने बताया कि 2023 के मानसून में चम्बा अपेक्षाकृत रूप से अप्रभावित रहेगा, लेकिन अति सनसनीखेज होने तथा पूरे राज्य में व्यापक नुकसान होने की धारणा के कारण पर्यटन को बड़ा झटका लगा है।

चम्बा मीडिया की बहुत परिपक्व और संतुलित भूमिका की सराहना करते हुए उपायुक्त ने कहा कि मीडिया को लोगों को यह आश्वासन देने में भी योगदान देना चाहिए कि सरकार सक्रिय है तथा आपदा के समय कार्रवाई कर रही है।

उपायुक्त ने याद दिलाया कि भारत के स्वतंत्रता संग्राम में मीडिया ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। राजा राम मोहन राय तथा बाल गंगाधर तिलक जैसे हमारे कई प्रमुख स्वतंत्रता सेनानियों तथा समाज सुधारकों ने अपने विचारों को प्रसारित करने के लिए मीडिया को एक सशक्त माध्यम के रूप में इस्तेमाल किया था। गांधी जी नियमित रूप से यंग इंडिया समाचार पत्र प्रकाशित करते थे।

डीसी ने कहा कि मीडिया की प्राथमिक भूमिका सरकार से जवाबदेही लेना और अनसुनी आवाजों को राज्य तक पहुंचाना है। उन्होंने कहा कि सोशल मीडिया के आने से मीडिया की भूमिका कुछ हद तक बदली है। "पहले होने की चाहत में, तथ्यों के उचित सत्यापन के साथ कुछ समझौता हुआ है। मैं आपसे अनुरोध करूंगा कि इस

संबंध में सतर्क रहें, आत्म-नियमन करें और सूचना प्रकाशित करने से पहले उसे सत्यापित करें।" उन्होंने कहा कि मीडिया की स्वतंत्रता लोकतंत्र का एक अनिवार्य हिस्सा है।

नूरपुर में 14वीं एनडीआरएफ के सेकेंड इन कमांड रजनीश शर्मा ने "एनडीआरएफ की भूमिका: आपदा प्रतिक्रिया में समुदाय और राज्य कैसे एक साथ आते हैं" पर अपने दृष्टिकोण साझा किए। आपदा प्रबंधन के विकास के बारे में बोलते हुए उन्होंने कहा कि आजादी के बाद आपदा प्रबंधन में प्रयासों का प्रारंभिक जोर सिर्फ राहत-केंद्रित था और आपदा प्रबंधन अधिनियम के लागू होने तक तैयारियों पर कोई ध्यान नहीं दिया गया था।

"चम्बा में 1905 के भूकंप, भोपाल गैस त्रासदी और 1999 के ओडिशा सुपर साइक्लोन के दौरान आपदाओं से निपटने के लिए कोई कानूनी ढांचा नहीं था। हालांकि, अधिनियम के लागू होने के बाद हताहतों की संख्या में कमी आई है। भारत सरकार ने 1999 के ओडिशा सुपर साइक्लोन के बाद एक उच्चस्तरीय समिति गठित की थी। इस समिति ने आपदा प्रबंधन अधिनियम बनाने और आपदा प्रबंधन के उन्मुखीकरण को राहत-केंद्रित से तैयारी की ओर बदलने की सिफारिश की थी। उन्होंने कहा कि आपदा प्रबंधन अधिनियम के लागू होने के बाद भले ही भारत में कई सुपर साइक्लोन आए, लेकिन जानमाल के नुकसान में काफी कमी आई है। सरकार ने राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन योजना तैयार की है।

शर्मा ने बताया कि अधिनियम में कहा गया है कि पूरे देश में एनडीएमए, एसडीएमए और डीडीएमए को मिलाकर त्रिस्तरीय व्यवस्था होगी। भारत ने आपदा प्रबंधन पर संयुक्त राष्ट्र के विश्व सम्मेलन में अपनाए गए जोखिम न्यूनीकरण ढांचे को अपनाया है। संयुक्त राष्ट्र सम्मेलन ने पूरे विश्व को एक छतरी के नीचे ला दिया। आपदाओं की कोई सीमा नहीं होती। सम्मेलन में निर्णय लिया गया कि पूर्व चेतावनी प्रणाली वाले देश, प्रभावित होने वाले देशों के साथ समय पर अपनी ओर से प्राप्त जानकारी साझा कर सकते हैं।

14वीं एनडीआरएफ के सेकेंड इन कमांड नूरपुर ने बताया कि एनडीआरएफ की 16 बटालियनें पूरे भारत को कवर करती हैं और 14 एनडीआरएफ हिमाचल प्रदेश की देखरेख करती हैं, जबकि प्रतिक्रिया समय को कम करने और गोल्डन ऑवर्स के दौरान तेजी से प्रतिक्रिया करने के लिए क्षेत्रीय प्रतिक्रिया केंद्र स्थापित किए गए हैं।

उन्होंने कहा कि आपदा प्रतिक्रिया में सबसे महत्वपूर्ण भूमिका प्रभावित समुदाय की होती है। उन्होंने बताया कि प्रतिक्रिया के अलावा, एनडीआरएफ सामुदायिक जागरूकता में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। "एनडीआरएफ सामुदायिक कौशल और जागरूकता के निर्माण में कार्यक्रम चलाता है। आपदा से निपटने के लिए स्कूलों में भी कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। रेलवे, भारतीय डाक और एनवाईकेएस जैसे अन्य विभागों को भी प्रशिक्षित किया जा रहा है।

स्थानीय निकाय मंत्री द्वारा 'स्वच्छता की लहर' अभियान की शुरुआत

मंत्री ने स्वंय सफ़ाई कर किया 15 दिवसीय अभियान का आगाज

कहा- पंजाब के सभी शहरों में बढ़िया मूलभूत सुविधाएं मुहैया करवाई जाएंगी

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

पंजाब के स्थानीय निकाय मंत्री डा. रवजोत सिंह ने स्वंय सफ़ाई कर जालंधर से 'स्वच्छता की लहर' अभियान की शुरुआत की। 24 अक्तूबर से 7 नवंबर तक चलने वाली इस 15 दिवसीय सफ़ाई अभियान का उदेश्य सामुहिक ज़िम्मेदारी के तौर पर स्वच्छता की महत्ता संबंधी लोगों में जागरूकता पैदा करना है। इस पहलकदमी की शुरुआत करते हुए डा.रवजोत ने कहा कि शहर और इलाकों को साफ़- सुथरा रखने के लिए सभी नागरिकों के सांझा प्रयास करने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि जिस तरह हम अपने घरों में साफ़- सफ़ाई रखते है, उसी तरह हमें अपने आस-पास को साफ़ एंव हरा- भरा रखने के लिए भी ठोस प्रयत्न करने चाहिए। उन्होंने लोगों को अपने आस-पड़ोस की सफ़ाई और इस अभियान को सफल बनाने के लिए पंजाब सरकार का साथ देने की अपील की। डा. रवजोत ने बताया कि इस अभियान के अंतर्गत राज्य भर में नगर निगमों/ कौंसिलों के स्टाफ द्वारा अपने रुटीन काम के बावजूद रोज़ाना की एक घंटा फाल्तू सफ़ाई के लिए समर्पित किया जाएगा। उन्होंने इस मौके पीने वाले साफ़ पानी, बेहतर सड़क बुनियादी ढांचा और बढ़िया सीवरेज सिस्टम जैसी ज़रूरी सुविधाएं प्रदान करने की पंजाब सरकार की वचनबद्धता भी दोहराई। मंत्री ने लोगों को बड़ी संख्या में शामिल हो कर इस अभियान को लोक लहर में बदलने की अपील भी की। उन्होंने विश्वास दिलाया कि इस अभियान को सफल बनाने के लिए वह व्यक्तिगत तौर पर इसकी निगरानी करेंगे।

पत्रकारों के साथ बातचीत करते हुए डा. रवजोत ने विश्वास व्यक्त किया कि मुख्य मंत्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व में 'आप' पंजाब में होने वाली चार उप विधान सभा चुनाव में जीत हासिल करेगी। इस मौके डा. रवजोत ने सफ़ाई कर्मचारियों से बातचीत कर उनका मनोबल और उनको शहर की सफ़ाई के लिए और अधिक तनदेही से काम करने के लिए प्रोत्साहित किया। इस दौरान एक एन.जी.ओ. जगदम्बे हैंडीक्राफ़्टस वूमैन वैल्लफेयर सोसायटी ने वेस्ट मटीरियल से बनी वस्तुओं की प्रदर्शनी लगाई जहां कैबिनेट मंत्री ने प्रदर्शनी का दौरा किया साथ ही एन.जी.ओ. की महिलाओं द्वारा वेस्ट मटीरियल को प्रयोग योग्य वस्तुओं में तबदील करने के यत्नों की प्रशंसा की। इस मौके पंजाब सफ़ाई कर्मचारी कमिश्न के चेयरमैन चंदन ग्रेवाल, विधायक रमन अरोड़ा, विशेष सचिव और डायरैक्टर स्थानीय निकाय गुरप्रीत सिंह खेहरा, ज़िला योजना समिति के चेयरमैन अमृतपाल सिंह, डिप्टी कमिशनर डा. हिमांशु अग्रवाल, जालंधर नगर निगम के कमिशनर गौतम जैन और ज्वाईंट कमिश्नर डा. सुमनदीप कौर भी मौजूद थे।

सरकारी स्कूलों व आंगनवाड़ी सेंटरों में सरप्राइज विजिट

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

पंजाब स्टेट फूड कमीशन के सदस्य विजय दत्त ने जिला कपूरथला के ब्लॉक फगवाड़ा के अलग-अलग गावों के सरकारी स्कूलों और आंगनवाड़ी सेंटरों में सरप्राइज विजिट करके लाभकारी स्कीमों का निरिक्षण किया। कई स्कूलों और आंगनवाड़ी सेंटरो में कमीशन का शिकायत नंबर ना लगे होने पर जिला शिकायत निवारण अधिकारी को नोटिस जारी कर कार्रवाई के निर्देश दिए गए।

कमीशन के सदस्य विजय दत्त ने ब्लॉक फगवाड़ा के गांव वजीदोवाल के सरकारी प्राइमरी स्मार्ट स्कूल और आंगनवाड़ी सेंटर, गांव बीड़ पुआद के सरकारी एलिमेंटरी स्कूल और आंगनवाड़ी सेंटर, गांव खलवाड़ा के सरकारी मिडिल स्कूल, सरकारी एलिमेंट्री स्कूल तथा गांव सपरोड़ के सरकारी प्राइमरी स्मार्ट स्कूल की चेकिंग की। कमीशन के सदस्य विजय दत्त ने स्कूलों में मिड डे मील फ़ूड टेस्ट रजिस्टर मेन्टेन रखने तथा बच्चों को स्वच्छ भोजन उपलब्ध कराने और भोजन बनाते और परोसते समय साफ सफाई का ध्यान रखने के निर्देश दिये। कमीशन सदस्य ने दौरे दौरान जिले के सभी सरकारी स्कूल तथा आंगनवाड़ी सेंटरों में पंजाब स्टेट फ़ूड कमीशन का हेल्प लाइन नंबर लगाने के निर्देश दिए। अगर किसी लाभार्थी को नेशनल फ़ूड सिक्योरिटी एक्ट की स्कीमों से सम्बंधित कोई शिकायत हो तो वह कमीशन के हेल्प लाइन नंबर 9876764545 में अपनी शिकायत दर्ज करवा सकता है।

पंजाब के शैलरों से चावल न उठाना, केंद्र की भाजपा सरकार की साजिश : संधवां

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब विधानसभा के स्पीकर कुलतार सिंह संधवां ने कहा है कि पंजाब के शैलरों से चावल न उठाना, भाजपा के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार की राज्य की किसानी को बर्बाद करने की साजिश है। स्पीकर संधवां ने अनाज मंडी टांडा के दौरे के अवसर पर यह प्रगटावा करते हुए कहा कि केंद्र सरकार निर्धारित समय के भीतर शैलरों से चावल की लिफ्टिंग सुनिश्चित करने में विफल रही है, और न्यूनतम समर्थन मूल्य की गारंटी देने में भी असफल रही है, जिससे किसान संकट में फंसे हुए हैं।

संधवां ने अनाज मंडी टांडा में अपनी उपस्थिति में धान की लिफ्टिंग करवाई। उन्होंने कहा कि किसानों, मिल मालिकों, आढ़तियों और मजदूरों के सहयोग से मंडियों में फसल की खरीद, लिफ्टिंग और भुगतान में कोई समस्या नहीं आने दी जाएगी। स्पीकर ने आगे कहा कि केंद्र सरकार तीन काले कानून वापस लेने का बदला लेने के लिए किसानों को परेशान करना चाहती है। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार को आंकड़ेबाजी छोड़कर पंजाब द्वारा देश के अन्न भंडार में दिए गए योगदान को ध्यान में रखते हुए शैलरों से चावल उठाकर तुरंत राहत प्रदान करनी सुनिश्चित करनी चाहिए।

'विशेषाधिकारों के उल्लंघन संबंधी मामला कार्रवाई से पहले मेरे ध्यान में लाया जाए'

पंजाब विधानसभा के स्पीकर कुलतार सिंह संधवां ने स्पष्ट किया है कि विशेषाधिकारों के उल्लंघन से जुड़े किसी भी मामले पर कोई भी कार्रवाई करने से पहले उनके ध्यान में लाया जाए। गौरतलब है कि विशेषाधिकारों से संबंधित पंजाब विधानसभा कमेटी जो संधवां की निगरानी में है, विशेषाधिकारों के कथित उल्लंघन की जांच और जांच में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। इस कमेटी का काम सदन, इसकी कमेटीयों और सदस्यों की स्वतंत्रता, अधिकार और प्रतिष्ठा की रक्षा करना है। इस दौरान, पंजाब विधानसभा सचिवालय ने विशेषाधिकारों के उल्लंघन से संबंधित शिकायत का अपना पत्र संख्या 541, दिनांक 18 अक्टूबर 2024, वापस ले लिया है। यह पत्र 22 अक्टूबर 2024 को वापिस ले लिया गया था।

पुलिस कमिश्नर ने आवाज़ प्रदूषण संबंधी आदेश किए जारी

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

बिना पहचान पत्र मोबाइल फ़ोन और सिम बेचने पर पाबंदी, वाहन पार्किंग वाले स्थानों पर सीसीटीवी कैमरे लगाने के आदेश

पुलिस कमिश्नर स्वप्न शर्मा ने 'भारतीय नागरिक सुरक्षा सहिंता, 2023' की धारा 163 के अंतर्गत प्राप्त अधिकारों का प्रयोग करते शोर प्रदूषण की रोकथाम के मद्देनज़र कमिश्नरेट पुलिस की सीमा में रात 10 बजे से सुबह 6 बजे तक रिहायशी क्षेत्रों में हार्न बजाने पर पाबंदी लगाई है। इसी तरह साउंड सिस्टम की आवाज़ 10 डीबी (ए) और लाउड स्पीकरों और शोर पैदा करने वाले यंत्रों की आवाज़ तय सीमा तक रखने के आदेश जारी किए गए है। माननीय सुप्रीम कोर्ट के आदेशों के हवाले से पुलिस कमिशनर ने जारी आदेशों के अंतर्गत सार्वजनिक स्थानों की सीमा नज़दीक पटाख़ें और लाउड स्पीकर आदि की आवाज़ 10 डी. बी. (ए) से अधिक न हों या , आदेश अनुसार कोई भी व्यक्ति रात 10 बजे से सुबह 06 बजे में ढोल या भोंपू, आवाज़ पैदा करने वाला कोई यंत्र, साउंड ऐंपलीफायर नहीं बजा सकेगा और मैरिज पेलैसों और होटलों में भी यह आदेश लागू होंगे। इसी तरह प्राईवेट साउंड सिस्टम वाले भी 5 डी. बी. (ए) से अधिक आवाज़ नहीं रखेंगे और यदि इतना आदेशों का उल्लंघन पाया जाता है तो साउंड सिस्टम और समान ज़ब्त कर लिया जाएगा। साथ ही कि म्युज़िक सिस्टम वाले वाहन में से म्युज़िक की आवाज़ वाहन से बाहर नहीं आनी चाहिए।

इसी तरह साईबर क्राइम को रोकने के लिए और लोग हित को मुख्य रखते हुए और अमन और कानून की स्थिति को बहाल रखने के लिए भी आदेश जारी किए गए हैं कि पुलिस कमिश्नरेट जालंधर की सीमा में आते सभी मोबायल फ़ोन और सिम विक्रेता मोबायल फ़ोन और सिम बेचते समय खरीददार से पहचान पत्र/ आई. डी. प्रूफ़/ फोटो हासिल किये बिना मोबायल फ़ोन और सिम नहीं बेचेंगे और मोबायल फ़ोन को ग्राहक/ विक्रेता से ख़रीद करते समय गाहक/ विक्रेता को भी अपनी फर्म की मोहर और हस्ताक्षर ' परचेज सर्टिफिकेट' देंगे। इसके इलावा फ़ोन ख़रीदने समय खरीददार या कोई उसका रिश्तेदार/ जानकार व्यक्ति, जिसके अकाउँट में से यू. पी. आई. पेमेंट या कार्ड द्वारा या आनलाइन अदायगी की जाती है तो उस व्यक्ति का आई. डी. प्रूफ भी दुकानदार हासिल करने के ज़िम्मेदार होंगे और ग्राहक का नाम और जन्म तारीख़, पिता का नाम, घर का पूरा पता, जिसको फ़ोन या सिम बेचा है या जिससे फ़ोन खरीदा है, उसका आई. डी. प्रूफ, मोबायल और सिम ख़रीदने वाले व्यक्ति के अंगूठे का निशान और हस्ताक्षर, मोबायल फ़ोन बेचने/ ख़रीदने की तारीख़ और समय, जिस व्यक्ति के अकाउँट में से पेमेंट हुई है, उस व्यक्ति का आई. डी. प्रूफ और ग्राहक की फोटो निर्धारित प्रोफार्म अनुसार रिकार्ड रजिस्टर मेन्टेन करेंगे।

एक अन्य आदेश है कि पुलिस कमिशनरेट की सीमा में पड़ती वाहन पार्किंग के स्थानों जैसे रेलवे स्टेशन, बस स्टैंड, धार्मिक स्थानों, अस्पताल, भीड़ वाले बाज़ारों और अन्य वाहन पार्क करने के लिए बने स्थानों आदि के मालिक/ प्रबंधक (कंपलैक्स के अंदर या बाहर) सी.सी.टी.वी. कैमरे लगाए बिना वाहन पार्किंग नहीं चलाएगें। सी. सी. टी. वी. कैमरे इस तरीके से लगाए जाए कि जो वाहन पार्किंग के अन्दर/ बाहर आता- जाता है, उस वाहन की नंबर प्लेट और वाहन चलाने वाले व्यक्ति का चेहरा साफ़ नज़र आए और इस सम्बन्धित लगाए गए सी. सी. टी. वी. कैमरों की 45 दिन की रिकार्डिंग की सी.डी. तैयार करन उपरांत हर 15 दिन बाद सक्योरिटी ब्रांच दफ़्तर पुलिस कमिशनर जालंधर में जमा करवाई जाये। इसी तरह वाहन पार्क करने वाले वाहन मालिकों का रिकार्ड यदि वाहन एक दिन के लिए खडा करना हो तो रजिस्टर में उसका वाहन मालिक का नाम, मोबाइल नंबर आई. डी., वाहन की किस्म, रजिस्ट्रेशन नंबर, चैसी नंबर, इंजन नंबर, वाहन पार्क करने की तारीख़ और वाहन वापिस लेने की तारीख़ दर्ज करने के इलावा वाहन मालिक के रजिस्टर पर दस्तखत करवाए जाएँ। यदि वाहन एक दिन से अधिक समय के लिए खडा करना हो तो रजिस्ट्रेशन व ड्रायविंग लायसैंस की फोटो कापी बतौर रिकार्ड रखी जाये। पुलिस वैरीफिकेशन सबंधित थानों से करवाई जाए। यह सभी आदेश 23.12.2024 तक लागू रहेंगे।

आप प्रवक्ता ने गुजरात में ड्रग्स मामले में भाजपा सरकार की निष्क्रियता पर उठाए सवाल

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

आप प्रवक्ता एडवोकेट बिक्रम जीत पासी ने भारत में बड़े पैमाने पर नशीली दवाओं के मुद्दों और ड्रग्स नेक्सस में विपक्षी नेताओं की संलिप्तता की आलोचना की और ड्रग्स मामले में पंजाब की भाजपा नेता सत्कार कौर की हालिया गिरफ्तारी को लेकर भाजपा को घेरा। पासी ने कहा कि भाजपा सरकार के तहत बड़ी राजनीतिक शक्तियां नशीली दवाओं के व्यापार में शामिल हैं। पंजाब में हमारी सरकार नशे के खिलाफ कड़ी कार्रवाई कर रही है, जबकि भाजपा शासित राज्य सरकारें आंखें मूंद रखी है। उन्होंने कहा कि अकाली-भाजपा सरकार ने ही ड्रग्स माफिया को पंजाब में पैर जमाने की इजाजत दी थी। पूर्व कांग्रेस विधायक और मौजूदा बीजेपी नेता सत्कार कौर की गिरफ्तारी ने एक बार फिर इन सभी पार्टियों को बेनकाब कर दिया है।

पासी ने कहा कि ड्रग्स आपूर्ति का सिस्टम राज्य स्तर पर संचालित होता है। उन्होंने गुजरात पर विशेष रूप से प्रकाश डाला, जहां पिछले कुछ सालों में अरबों रुपए के नशीले पदार्थों की बरामदगी हुई है। उन्होंने कहा कि गुजरात आज मादक पदार्थों की तस्करी का केंद्र बन गया है और भाजपा लगभग 30 वर्षों से गुजरात पर शासन कर रही है। नशीली दवाओं की बड़ी खेप यहीं से भारत में प्रवेश करती है।

कैबिनेट मंत्री भगत ने किया 35 लाख से बनने वाली सड़क का शुभारंभ

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

कैबिनेट मंत्री मोहिंदर भगत ने गुरुवार को गुरुद्वारा श्री गुरु सिंह सभा छेवीं पातशाही से लेकर बस्ती दानिशमंदा के कड़ी वाले चौंक तक 35 लाख रुपए की लागत से बनने वाली सड़क के निर्माण कार्य का नारियल फोड़कर शुभारंभ किया। इस रास्ते का निर्माण होने के बाद इसका सीधा फायदा इस सड़क से जुड़े लगभग छह बस्तियों के लोगों को मिलेगा। अभी तक रास्ते के ऊबड़-खाबड़ होने से लोगों को परेशानी आ रही है। अब इसका समाधान हो जाएगा। भगत ने कहा कि बड़े शहरों की तर्ज पर जालंधर में विकास कार्य कराए जाएंगे। उनके पास शहर की समस्याओं को लेकर रोडमैप तैयार है। अब एक-एक कर सभी कार्यों को शुरू कराकर लोगों को समस्याओं से मुक्ति दिलाने का काम करेंगे। उन्होंने कहा कि भले ही लोग उन्हें अपनी समस्या बताएं या न बताएं मगर वो उनकी प्राथमिकता में शामिल हैं।

डिप्टी कमिश्नर द्वारा प्रकाश पर्व के प्रबंधों से संबंधित तैयारियों का जायज़ा

• **जालंधर ब्रीज.** कपूरथला

डिप्टी कमिश्नर अमित कुमार पांचाल द्वारा सुल्तानपुर लोधी में 15 नवंबर को श्री गुरु नानक देव जी के मनाए जाने वाले प्रकाश पर्व की तैयारियों की समीक्षा करते हुए अधिकारियों को निर्देश दिए कि जल्द से जल्द सारी व्यवस्थाएं पूरी कर ली जाएं ताकि लाखों की संख्या में आने वाली संगत को किसी भी प्रकार की परेशानी का सामना नहीं करना पड़े। कैंप कार्यालय में अधिकारियों के साथ एक मीटिंग की अध्यक्षता करते हुए, डिप्टी कमिश्नर ने लोक निर्माण विभाग के अधिकारियों को यह सुनिश्चित करने के लिए कहा कि सट्राम सीवरों पाये जाने के बाद क्षतिग्रस्त सड़कों की मुरम्मत का काम 5 नवंबर तक पूरा हो जाए। डिप्टी कमिश्नर ने पुलिस विभाग को संगत की सुविधा के लिए सुल्तानपुर लोधी शहर के लिए लोहियां, कपूरथला बारास्ता डडविंडी और बारास्ता फत्तूडिंगा सड़कों पर शहर के नजदीक पार्किंग सुविधा प्रदान करने का निर्देश दिया। इसके अलावा संगत की सुरक्षा और सुचारू यातायात के लिए आवश्यक प्रबंध करने को कहा गया।

मुख्यमंत्री का बठिंडा वासियों को तोहफा

41 करोड़ रुपये के दो महत्वपूर्ण प्रोजेक्टों का किया उद्घाटन

नया बना गर्ल्स स्कूल और बलवंत गार्गी ऑडिटोरियम किया शहरवासियों को समर्पित, पंजाब सरकार द्वारा सूबे के सर्वांगीण विकास के लिए कोई कसर बाकी न छोड़ने का दिया भरोसा

• **जालंधर ब्रीज.** बठिंडा

बठिंडा शहरवासियों को बड़ा तोहफा देते हुए सीएम भगवंत मान ने 41 करोड़ रुपये की लागत वाले दो अहम प्रोजेक्ट, नया बना गर्ल्स स्कूल और बलवंत गार्गी ऑडिटोरियम, शहरवासियों को समर्पित किए। यहां बलवंत गार्गी ऑडिटोरियम को लोगों को समर्पित करने के बाद एकत्र को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि सूबा सरकार पंजाब के सर्वांगीण विकास और लोगों की खुशहाली के लिए वचनबद्ध है। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य, शिक्षा, रोजगार और अन्य राज्य सरकारों के प्राथमिक क्षेत्र हैं और इन पर पूरा जोर दिया जा रहा है। भगवंत सिंह मान ने कहा कि जब बात सूबे के विकास और लोगों की तरक्की की हो, तो हमारे पास फंडों की कोई कमी नहीं है। उन्होंने कहा कि लोगों को सुचारु प्रशासन और साफ-सुथरा निजाम देने पर जोर दिया जा रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि यह ऑडिटोरियम, जो इंजीनियरिंग का एक अद्भुत नमूना है, 30 करोड़ रुपये की लागत से बनाया गया है। उन्होंने कहा कि इस ऑडिटोरियम में एक सेमिनार हॉल, दो कॉन्फ्रेंस रूम, प्रदर्शनी हॉल और लोगों के लिए अन्य आवश्यक सुविधाएं हैं। भगवंत सिंह मान ने कहा कि इस ऑडिटोरियम का नाम प्रसिद्ध साहित्यकार पद्म श्री बलवंत गार्गी के नाम पर रखा गया है और यह मिट्टी के महान पुत्र को असली श्रद्धांजलि है।

मुख्यमंत्री ने युवाओं को जीवन में बड़ी सफलता हासिल करने के बाद भी धरती से जुड़े रहने और कड़ी मेहनत में विश्वास रखने के लिए कहा क्योंकि मेहनत ही सफलता की कुंजी है। उन्होंने युवाओं को सूबे में कड़ी मेहनत करने के लिए प्रेरित किया क्योंकि इस धरती पर तरक्की और खुशहाली की बहुत गुंजाइश मौजूद है। भगवंत सिंह मान ने कहा कि सूबा सरकार सूबे के विकास और यहां के लोगों की खुशहाली को उजागर करने के लिए वचनबद्ध है।

'प्रोजेक्ट जीवन जोत' के तहत तीन लड़कियों को भीख मांगने से बचाया

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

प्रोजेक्ट जीवन जोत के तहत जालंधर ज़िले में बाल भिक्षा को रोकने के लिए एक विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसी अभियान के तहत शहर के बीएमसी चौक, चुनमुन चौक, गुरु नानक मिशन व कपूरथला चौक सहित विभिन्न स्थानों पर बाल भिक्षावृत्ति रोकने के लिए जांच की गई। चैकिंग के दौरान 3 लड़कियों को बचाया गया, जो भीख मांग रही थी। लीगल प्रोबेशेन पदाधिकारी संदीप कुमार ने बताया कि शून्य से 18 वर्ष तक के बच्चों से भीख मंगवाने वाले व्यक्ति को किशोर न्याय अधिनियम के तहत दो वर्ष तक की सजा व एक लाख रुपये जुर्माना हो सकता है। उन्होंने कहा कि पूरे पंजाब में लगातार यह जांच अभियान चला रहा है, ताकि दूसरे राज्यों से आने वाले प्रवासियों को पंजाब में भीख मांगने से रोका जा सके और भीख मांगने वाले बच्चों को शिक्षित कर उनका भविष्य उज्ज्वल बनाया जा सके। उन्होंने बताया कि जिले में बाल भिक्षावृत्ति को रोकने के लिए जिला बाल सुरक्षा अधिकारी अजय भारती के नेतृत्व में चलाए गए जांच अभियान में पार्षद सुनीता, सब इंस्पेक्टर सरबजीत सिंह भी मौजूद थे।

टेस्ट में वापसी करते ही छा गए वॉशिंगटन सुंदर, न्यूजीलैंड टीम के झटकाए 7 विकेट

स्पोर्ट्स डेस्क. पुणे टेस्ट में पहले दिन के खेल समाप्ति तक भारत ने अपनी पहली पारी में एक विकेट गंवाकर 16 रन बनाए। टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करते हुए न्यूजीलैंड ने पहली पारी में 259 रन बनाए थे। इस लिहाज से भारत अब भी 243 रन पीछे है। शुभमन गिल 10 रन और यशस्वी जायसवाल छह रन बनाकर नाबाद हैं। भारत को एकमात्र झटका कप्तान रोहित शर्मा के रूप में लगा। वह खाता नहीं खोल सके। भारत और न्यूजीलैंड तीन मैचों की सीरीज के पहले टेस्ट मैच में जब टीम इंडिया को हार का सामना करना पड़ा तो दूसरे और तीसरे टेस्ट मैच के लिए वॉशिंगटन सुंदर को स्क्वॉड में शामिल कर लिया

फोटो-बीसीसीआई

गया। हेड कोच गौतम गंभीर और कप्तान रोहित शर्मा का ये मास्टरप्लान सीरीज के दूसरे टेस्ट मैच में हिट नजर आया। वहीं, वॉशिंगटन सुंदर ने जिस तरह से कीवी बैटर्स को परेशान किया, उसे देखकर समझ आ गया कि रोहित और गंभीर ने क्या सोचकर सुंदर की एंट्री कराई थी।

सुंदर के कारण ही रचिन रविंद्र एक बार फिर बड़ी पारी खेलने की फिराक में लग रहे थे पर 65 रनों पर सुंदर ने उनको आउट कर कीवी टीम के पिल्लर गिरा दिए। कीवी टीम के शुरुआती तीन विकेट आर अश्विन ने चटकाए जबकि बाद के सातों विकेट सुंदर के खाते में गए। सुंदर ने जिस तरह से पांच बैटर्स को इस दौरान बोल्ड कर दिया, वह दिखाता है कि उनकी बॉलिंग में इस दौरान कितनी ज्यादा सटीकता थी। सुंदर ने 23.1 ओवर में 53 रन देकर सात विकेट चटकाए। वॉशिंगटन ने पिछला टेस्ट मार्च 2021 में खेला था।

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.