RNI No :- DELHIN/2023/86499 **DCP Licensing Number:** F.2 (P-2) Press/2023

www.newsparivahan.com परिवहन विशिष देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र वर्ष 02, अंक 202, नई दिल्ली । मंगलवार, 01 अक्टूबर 2024, मूल्य ₹ 5, पेज 8

अपने मिशन में सफल होने के लिए आपको अपने लक्ष्य के प्रति एक चित भाव से समर्पित होना पड़ेगा।

\prod 🖁 ग्रीन वार रूम की मॉनिटरिंग के लिए बनाई गई आठ सदस्यीय टीम

सरकारी खर्चों में और बड़ी

शाखाओं में धक्के खाने का

कार्य किया। पहले सिर्फ़

जांचने के लिए की जनता

कोई विरोध उठाती है या

नहीं तीन क्षेत्रिय शाखाओं

(जनकपुरी, सराय काले

खां और आईपी एस्टेट)

जनता के धक्के खाने के

कार्यवाही नहीं करने से दो

(सूरजमल विहार और लोनी) को बंद

करने की घोषणा कर बंद कर दिया और

अभी कुछ दिन पहले दो और क्षेत्रीय

शाखाओं (रोहिणी और वजीरपुर) को

को बंद कर दिया और

बाद भी कोई न्यायिक

और क्षेत्रीय शाखाओं

कटौती कर जनता को

अपने क्षेत्र से कई

किलोमीटर दूर की

📭 भारत में स्नातकोत्तर चिकित्सा शिक्षा में क्रांति लाना

🛮 🖁 बौध से पुरुणा कटक तक ट्रेन, देखने के लिए लोगों की भीड़

"दिल्ली परिवहन विभाग और दिल्ली परिवहन निगम" जल्द ही प्राईवेट कम्पनियों के सुपूर्व

नई दिल्ली।दिल्ली परिवहन विभाग बड़ी तेज रफ्तार से सभी कार्य प्राईवेट कम्पनियों को सुपुर्द करता नजर आ रहा है। पहले सभी कार्य विभाग स्वयं अपने कर्मचारियों से करवाते थे पर जैसे ही दिल्ली में फेस फ्री आनलाइन आवेदन सेवाओ की घोषणा की वैसे ही अंदर ही अंदर एक एक करके सभी कार्य आउट सोर्स कर प्राईवेट कम्पनियों को सुपुर्द

- करने लग गए। ा. भारी वाहन ड्राईविंग स्किल ट्रैनिंग
- 2. आरसी, लाईसेंस कार्ड प्रिन्ट का
- 3. लाइसेंस के लिए दिल्ली में जरूरी कंप्यूटराइज्ड स्किल डेवलपमेंट टैस्ट
 - 4. निजी वाहनों के पंजीकरण
- 5. व्यावसायिक वाहनों के पंजीकरण 6. व्यावसायिक वाहनों की जांच की

कंप्यूटराइज जांच शाखाएं फेस फ्री आनलाइन आवेदन प्रक्रिया की घोषणा के साथ ही दिल्ली परिवहन विभाग ने अपनी सभी शाखाओं पर कार्यों के लिए जमा होने वाली आवश्यक फीस के सभी काउंटर बंद कर जनता को साइबर कैफे पर जानें के लिए मजबूर कर दिया था और फिर सभी दस्तावेजों को भी जनता को ही अपलोड करने के लिए मजबूर कर दिया था। यानी अपने दो कार्यों के लिए विभाग की सभी शाखाओं में कार्यरत कर्मचारियों की अनिवार्यता समाप्त कर सरकारी खर्चों में काफी कटौती कर ली थी। दिल्ली में गैजेट नोटिफिकेशन के तहत जनहित में खुले क्षेत्रीय कार्यालयों को बंद करना शुरू कर



Q कृप्या संज्ञान के अगर मिलकर निजी हाथों में सोपने का फ़ैसला नही किया तो \square दिल्ली परिवहन विभाग और परिवहन निगम को DESU की तरह निजी हाथों में सोपने का भारत

> बंद करने की घोषणा कर दी। गैजेट नोटिफिकेशन के अनुसार आज भी अधिकृत रुप में 13 क्षेत्रिय शाखाएं कार्य कर रही हैं पर जनहित को सोचे

बिना सरकारी खर्चों में कटौती के उद्देश्य से परिवहन विभाग के आला अधिकारी ने बिना न्यायिक प्रक्रिया को अपनाए 7

क्षेत्रीय शाखाएं बंद कर 13 शाखाओं की



जेब से या उनकी कमाई से हो रहा था जगह मात्र 6 शाखाएं कर दी। **यहां** सबसे बड़ा सवाल यह उठता है की जो उनके द्वारा इन्हे बंद करने की क्या जनहित में इन शाखाओं में हो इतनी जल्दी थी की उन्होंने न्यायिक रहा खर्चा क्या आला अधिकारी की प्रक्रिया को भी अपनाना उचित नहीं

भी नहीं करती हा छोटा/ मध्यम व्यवसाई अपने खर्चों की कटौती में जरूर यह तरीका अपना लेता है। इसका अर्थ यह माने की क्या परिवहन विभाग एक सरकारी कार्यालय नहीं और ना ही एक प्राईवेट बड़े स्तर की कम्पनी बल्कि एक निम्न/ मध्यम स्तरीय व्यवसाई का कार्यालय था जिसे उसके मालिक द्वारा घाटे को कम करने के उद्देश्य से क्षेत्रीय शाखाओं को बिना न्यायिक प्रक्रिया को अपनाए ही बंद कर कर्मचारियों और अधिकारियों के साथ कार्यालयों पर होने वाले खर्चों को बचा कर व्यवसाय को घाटे से उबारने का कार्य किया।

दिल्ली परिवहन निगम

2011 - 2012 से आज तक एक भी वाहन जनहित में जनता को सार्वजनिक सेवा प्रदान करने के लिए नही खरीदी और ना ही एक भी पक्के कर्मचारी/ अधिकारी को नियुक्त किया और खरबों रुपए की निजी निकाय संपति को प्राईवेट कम्पनियों को सुपुर्द करने लगे।

परिवहन विभाग के आला अधिकारी द्वारा हो रहें सभी आदेश, दिशा निर्देशों को देखने के बाद भी दिल्ली सरकार, मुख्य सचिव और उपराज्यपाल का मध्यस्ता नहीं करना और दिल्ली उच्च न्यायालय द्वारा भी संज्ञान ना लेना यहीं सिद्ध करता है की बहुत जल्द ही दिल्ली परिवहन विभाग और दिल्ली परिवहन निगम निजी क्षेत्र की प्राईवेट कम्पनियों के सुपुर्द होने

*अब जनता समय रहते यह फैसला लें की यह ही जनहित है और जनता के हित में है या नहीं।

अब डीटीसी की बसों पर नजर नहीं आएंगे केजरीवाल, चुनाव से पहले क्यों लिया गया फैसला?

अब आपको राजधानी दिल्ली में DTC की बसों पर पूर्व सीएम अरविंद केजरीवाल व कैलाश गहलोत के पोस्टर नजर नहीं आएंगे। दिल्ली परिवहन निगम (डीटीसी) ने सोमवार को पत्र जारी कर जानकारी दी कि बसों से राजनीतिक पोस्टर हटाए जाएंगे। माना जा रहा है कि दिल्ली के विधानसभा चुनाव को लेकर यह फैसला लिया गया है ।

नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी AAP के चीफ व पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल Arvind Kejriwal अब डीटीसी की बसों पर नजर नहीं आएंगे। साथ में कैलाश गहलोत के पोस्टर भी बसों से हटाए

दिल्ली परिवहन निगम (डीटीसी) ने सोमवार को पत्र जारी करते हुए यह जानकारी दी है। माना जा रहा है कि दिल्ली के आगामी विधानसभा चुनाव को देखते हुए यह फैसला लिया गया है।



सक्षम प्राधिकारी से प्राप्त निर्देश के मिलने पर सभी डिपो प्रबंधकों को निर्देश दिया गया है कि वे दिल्ली परिवहन निगम की बसों और डिपो परिसर से सभी राजनीतिक पोस्टर तत्काल प्रभाव से हटा दें।

सभी संबंधित डिपो प्रबंधकों को निर्देश दिए गए हैं कि वे उच्च अधिकारियों के निर्देशों का पालन करें।

दिल्ली में वाहनों पर जल्द लग जाएगा बैन प्रदूषण बढ़ने पर इस बार ज्यादा रहेंगी पाबंदियां

दिल्ली में वायु प्रदूषण से निपटने के लिए ग्रेडेड रिस्पांस एक्शन प्लान (GRAP) के तहत इस बार वाहनों पर पहले से ज्यादा पाबंदियां लगने जा रही हैं। तीसरे चरण में अब 11 पाबंदियां होंगी जबिक पिछले साल इनकी संख्या ८ थी। चौथे चरण की तीन पाबंदियां भी इस बार तीसरे चरण में ही शामिल कर दी गई हैं। जानिए इस बार GRAP के तहत क्या-क्या पाबंदियां लगने जा रही हैं।

नई दिल्ली। एनसी आर में प्रदूषण की एक प्रमुख वजह वाहनों से निकलने वाला धुंआ है। इसी के मद्देनजर वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (सीएक्यूएम, CAQM) अबकी बार ग्रेडेड रिस्पांस एक्शन प्लान (ग्रेप, GRAP) के तहत वाहनों पर पहले से ज्यादा पाबंदियां लगाने जा रहा

है। 401 से 450 तक के एक्युआई को पाबंदियों के तीसरे चरण में रखा जाता था। पिछले साल की आठ पाबंदियों की तुलना में इस बार इस श्रेणी में 11 पाबंदियां कर दी गई हैं। ग्रेप के चौथे चरण में लगाई जाने वाली तीन पाबंदियों को इस बार तीसरे चरण में ही शामिल कर दिया गया है। अब तीसरे चरण में ही दिल्ली सरकार

मध्यम गुड्स व्हीकल (एमजीवी) पर पाबंदी दिल्ली आने पर लगेगी रोक दिल्ली से बाहर पंजीकत बीएस तीन और

उससे नीचे के मानकों वाले डीजल चालित हल्के व्यावसायिक वाहनों (एलसीवी-गडस कैरियर) को राजधानी में प्रवेश से रोका जाएगा। आवश्यक सेवाओं एवं आवश्यक वस्तुएं पहुंचाने वाले वाहनों को इन पाबंदियों से पहले की तरह ही इस बार भी बाहर रखा गया है।

DL3CCA

स्वच्छ ईधन वाली बसें ही करेंगी दिल्ली

एनसीआर राज्यों से आने वाली अंतरराज्यीय दिशा-निर्देश दे दिए गए थे।

राजधानी में पंजीकृत (रजिस्टर्ड) डीजल चालित एवं बीएस तीन या उससे नीचे के मानकों वाले

बसों में से भी केवल उन्हीं को राजधानी में प्रवेश दिया जाएगा जो इलेक्ट्रिक, सीएनजी या फिर बीएस छह मानकों वाली डीजल बसें हों। अन्य ईंधनों से चलने वाली बसों के प्रवेश पर पाबंदी रहेगी। मालूम हो कि आयोग की ओर से पहले ही एनसीआर राज्यों को अपने बस बेड़े में बदलाव के

दिल्ली के वाहन चालक ध्यान दें! अब यहां गाड़ी खड़ी की तो कटेगा चालान, परिवहन विभाग ने जारी की चेतावनी

परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली में बस स्टॉप के आसपास गाडी खडी करने वालों के लिए जरूरी खबर! परिवहन विभाग ने बस स्टॉप के 50 मीटर के दायरे में वाहन खड़ा करने पर चालान काटने की चेतावनी दी है। पहले चरण में 100 बस स्टॉप पर यह योजना लागू होगी। बस स्टॉप और उसके आसपास अतिक्रमण मुक्त रखने के लिए विभाग ने तैयारी शुरू कर दी है।

नई दिल्ली। दिल्ली में अगर किसी बस स्टॉप के आसपास अपना वाहन खड़ करते हैं तो सावधान हो जाएं, ऐसे वाहनों पर परिवहन विभाग कार्रवाई करने जा रहा है। अगर बस स्टॉप के 50 मीटर के दायरे में भी आसपास ऐसे वाहन खडे.मिलते हैं तो उनका चालान काटा जाएगा। परिवहन विभाग के निर्देश पर दिल्ली परिवहन अवसंरचना विकास निगम (डीटीआइडीसी) ने इन बस स्टॉप के आसपास वाहनों को खड़ा किए जाने से रोकने के लिए तैयारी शुरू कर दी है। इसके लिए चेतावनी बोर्ड लगाने के साथ ही 50 मीटर की दूर पर मार्किंग की जाएगी। इस क्षेत्र में किसी प्रकार का अतिक्रमण भी रोका जाएगा।पहले चरण में पायलेट प्रोजेक्ट के तहत 100 बस स्टॉप पर यह योजना लागू

दिल्ली में 2000 से अधिक बस स्टॉप अधिकारियों के अनुसार दिल्ली में 2000 से अधिक



बस स्टॉप हैं। हाल के दिनों में कई शिकायतें मिली हैं। जिसमें कहा गया है कि बस स्टॉप पर अतिक्रमण के कारण यात्रियों के साथ ही बस के रुकने और प्रस्थान करने में परेशानी होती है।

50 मीटर के दायरे को अतिक्रमण मुक्त रखा

ऐसे में बस स्टॉप और उसके 50 मीटर के दायरे को अतिक्रमण मुक्त रखा जाए। इस संबंध में बीते जून में

दिल्ली परिवहन विभाग के आयुक्त ने आदेश निकाला था। इसमें कहा गया था कि बस स्टॉप को पुरी तरह से यात्रियों के लिए सरक्षित बनाया जाए। उसमें किसी भी प्रकार का अतिक्रमण न हो।

<u> सिक्सधीजेविबस्वा</u>झ्येशनएंड वेलफेयएएवाइडेटुस्ट (पंजीकृत) TOLWA

website: www.tolwa.in

Email: tolwadelhi@gmail.com bathlasanjaybathla@gmail.com

रजिस्टर्ड अंडर सैक्शन ६० विद रजिस्ट्रेशन नंबर (152/02-03-2020) , एमएसएमई रजिस्ट्रेशन नंबर उद्यम -डीएल -0026470, नीति आयोग रजिस्ट्रेशन नंबर वीओ/ एनजीओ/0303274/25-01-2022 दर्पण

रजिस्टर्ड कार्यालय: – 3, प्रियदर्शिनी अपार्टमेंट, ए – 4 पश्चिम विहार, न्यू दिल्ली 110063 कॉरपोरेट कार्यालय :– 529, समयपुर, मेंन बवाना रोड, नियर बैंक ऑफ़ बड़ौदा दिल्ली 110042

शहद के साथ भूलकर भी न करें इन चीजों का सेवन, वरना सेहत को हो सकता है नुकसान

शहद इम्युन सिस्टम को मजबुत बनाने के अलावा डाइजेस्टिव हेल्थ का ख्याल रखता है। इस बात में कोई दोराय नहीं है कि शहद बहत लाभ हैं। लेकिन यह फायदे भी तब ही आपको मिलते हैं, जब आप इसका सही तरीके से सेवन

शहद एक नेचुरल स्वीटनर है, जिसमें एंटी ऑक्सीडेंटस और एंटी-बैक्टीरियल पाया जाता है। शहद के एंटी ऑक्सीडेंट्स कोलेस्ट्रॉल लेवल को इंप्रव करने के साथ ही हार्ट को ही स्वस्थ रखता है। अधिकतर लोग वेट लॉस की जर्नी में शहद का सेवन करते हैं। वहीं शहद आपके इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के अलावा डाइजेस्टिव हेल्थ तक का ख्याल रखता है। हालांकि इस बात में कोई दोराय नहीं है कि शहद के फायदे ही फायदे हैं। लेकिन यह फायदे भी तब ही आपको मिलते हैं, जब आप इसका सही तरीके

आपको बता दें कि शहद का सेवन हर किसी चीज के साथ नहीं किया जा सकता है। कुछ फूड आइटम्स के साथ शहद का सेवन करने से यह जहर की तरह काम करते हैं। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको शहद के साथ लिए जाने वाले कुछ ऐसे ही फुड़स के बारे में बताने जा रहे हैं, जिनका साथ में



सेवन नहीं करना चाहिए।

गर्म पानी के साथ न करें शहद का सेवन

www.parivahanvishesh.com

ज्यादातर लोग वेट कम करने के लिए गर्म या फिर उबलते पानी में शहद मिलाकर पीते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि ऐसा करने से शहद टॉक्सिक हो जाता है और आपको पाचन संबंधी समस्या, मेटाबॉलिज्म असंतुलन के अलावा अन्य गंभीर समस्याएं हो सकती हैं। हालांकि आप गुनगुने पानी में शहद का सेवन कर सकते हैं। गर्म पानी के साथ-साथ

चाय-कॉफी और गर्म दुध में भी शहद को लेने से बचने

नॉन-वेजफुडकेसाथना खाएंशहद

नॉन-वेज आइटम्स खासतौर से फिश और मीट आदि के साथ शहद का सेवन भूलकर भी नहीं करना चाहिए। दरअसल, शहद और मीट की पाचन संबंधी जरूरतें अलग-अलग होती हैं। ऐसे में अगर इनका सेवन एक साथ किया जाता है, तो इसका पाचन तंत्र पाचन संबंधी समस्या जैसे ब्लोटिंग, अपच और बेचैनी आदि हो सकती है। इसलिए शहद और नॉनवेज फूड्स आइट्स के सेवन के बीच कम से कम 1 घंटे का गैप जरूर होना चाहिए।

फरमेंटेड फूड के साथ ना खाएं शहद

इसके अलावा शहद को फरमेंटेड फुड के साथ भी नहीं लेना चाहिए। अगर आप दही, अचार या किमची जैसे फरमेंटेड फड आइटम्स के साथ शहद लेते हैं. तो आपको पाचन संबंधी समस्या हो सकती है। फरमेंटेड फूड आइटम्स में प्रोबायोटिक्स भरपूर मात्रा में पाया जाता है। वहीं शहद की तुलना में इसका पीएच लेवल अगल होता है।ऐसे में जब आप इनका सेवन एक साथ करते हैं, तो आपको गैस, पाचन संबंधी समस्या और ब्लोटिंग आदि की शिकायत हो सकती है।

टोफ़्के साथ ना खाएं शहद

सेहत के लिए शहद और सोया का फूड कॉम्बिनेशन अच्छा नहीं माना जाता है। इसलिए शहद के साथ टोफू या सोया मिल्क का सेवन नहीं करना चाहिए। सोया में कंपाउंड पाया जाता है. जो कैल्शियम जैसे मिनरल्स के अवशोषण को बाधित कर सकते हैं। ऐसे में जब आप इसको शहद के साथ खाते हैं, तो आपको गैस, ब्लोटिंग और पाचन संबंधी गड़बड़ी की शिकायत हो सकती है। साथ ही यह शरीर के पोषक तत्वों के अवशोषण में समस्या पैदा हो

खिली-खिली साबूदाना की खिचड़ी, नोट करें रेसिपी

नवरात्रि में बनाएं एकदम

दिव्यांशी भदौरिया

नवरात्रि का पर्व आरंभ होने में दो-तीन दिन ही रह गए है। इस बार शारदीय नवरात्रि ३ अक्टूबर २०२४ से शुरु हो रहा है। अगर आप भी नौ दिनों तक व्रत रखना चाहते हैं, तो साबुदाना खिचडी घर में बना सकते हैं। लेकिन जब साबूदाना खिचड़ी बनाते हैं तो खिली-खिली नहीं बनती. इसे बनाने के बाद चिपचिपी हो जाती है। आइए जानते हैं इसकी रेसिपी।

श्राद्ध पक्ष खत्म होते ही नवरात्रि का पर्व शुरु होगा। नवरात्र में मां दुर्गा के नौ स्वरुपों की पूजा की जाती है। भक्त जन 9 दिनों तक व्रत रखा जाता है। नौ दिनों तक व्रत रखने के वाले व्यक्ति को फलाहार के लिए कुछ खास रेसिपी भी जरुर बनाता है । ज्यादातर लोग नवरात्र में साब्दाना खिचड़ी जरुर बनाते हैं। इससे पेट भी भरा रहता है। साबुदाना खिचड़ी हम सभी घर पर बना तो लेते हैं लेकिन ये बार-बार छिपक जाती है। खिली-खिली साबूदाना खिचड़ी बनाना काफी मुश्किल होता है। आइए जानते हैं नवरात्रि में पहले कैसे बनाएं खिली-खिली साबूदाना खिचड़ी।

साबुदाना खिचड़ी बनाने के लिए

- 1 कटोरी साबुदाना

- 1/2 कटोरी मूंगफली दाना - 1 उबला हुआ आलू

पर गर्म कर लें। घी गर्म करें उसमें जीरा डालकर भनें। इसे फ्राई करें फिर भिगोकर रखा हुआ साबूदाना दाना डालकर करछी से अच्छी तरह मिक्स रहें। 5 मिनट बाद साबूदाना दरदरी कूटी हुई मूंगफली, हरी

धनिया पत्ती और सेंधा नमक डालकर सभी चीजों को अच्छी तरह से मिला लें। सबसे आखिरी में आप नींब का रस डालकर खिचड़ी को 2 मिनट और पकाकर गैस बंद कर दें और आपकी व्रत वाली साबुदाना

खिचडी तैयार है।

- 1 बड़ा चम्मच कटा हुआ हरा धनिया

साबूदाना खिचड़ी बनाने का तरीका

सबसे पहले आप साबुदाना साफ करें

मूंगफली के दाने डालकर धीमी आंच पर भून

लें और ठंडे होने के लिए रख दें। मृंगफली

दाने ठंडे होने के बाद उन्हें हाथों मसलकर

छिलके अलग करके दरदरा कूट लें। फिर

आप आलू, हरी मिर्च, हरी धनिया पत्ती तो

बारीक-बारीक काट लें। इसके बाद एक

कड़ाही लें उसमें घी डालकर मीडियम आंच

फिर उसे धोकर 2-3 घंटे के लिए पानी में

भिगो दें। ऐसा करने से साबूदाना फूलकर

नरम हो जाएगा। फिर आप एक पैन में

- 2 कटी हुई हरी मिर्च

- स्वादानुसार सेंधा नमक

- 10 कढ़ी पत्ते - 1 छोटा चम्मच घी

गरुड़ पुराण में इन कामों को करने की होती है मनाही, वरना कम हो जाती है जातक की आयु

अनन्या मिश्रा

गरुड़ पुराण एक ऐसा पुराण है, जिसमें मृत्यु और मृत्यु के बाद होने वाली अवस्था का वर्णन मिलता है। वहीं गरुड पुराण में ऐसे कार्यों का भी जिक्र किया गया है, जो मनुष्य के स्वास्थ्य पर बुरा असर डाल सकते हैं।

हिंदू धर्म में गरुड़ पुराण एक महत्वपूर्ण पुराणों में से एक माना जाता है। गरुड पराण में नरक और स्वर्ग रहस्य नीति धर्म और ज्ञान के बारे में उल्लेख किया गया है। इतना ही नहीं इस अहम ग्रंथ में कुछ ऐसे कामों के बारे में बताया गया है, जिनको करने से व्यक्ति की आयु में कमी आती है। ऐसे में व्यक्ति को इन कार्यों को करने से बचना चाहिए।

बता दें कि मृत्यु एक ऐसा सत्य है, जिसको टाल पाना साधारण मनुष्य के वश में नहीं है। गरुड़ पुराण एक ऐसा पुराण है, जिसमें मृत्यु

और मृत्यु के बाद होने वाली अवस्था का वर्णन मिलता है। वहीं गरुड़ पुराण में ऐसे कार्यों का भी जिक्र किया गया है, जो मनष्य के स्वास्थ्य पर बुरा असर डाल सकते हैं।

ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि गरुड़ पुराण में किन

दुर्गा पूजा में दिखना है एकदम हटके, तो इस तरह से करें बंगाली मेकअप, सबकी निगाहें आप पर होगी

बातों के बारे में बताया गया है, जिनका व्यक्ति को विशेष ध्यान रखना चाहिए। नकरें इन चीजों का सेवन

गरुड़ पुराण के अनुसार, रात के समय दही खाने से व्यक्ति की आयु कम होती है। वहीं अगर इस बात को वैज्ञानिक दिष्टकोण से देखा

जाए, तो रात में दही का सेवन करने से शरीर में कफ दोष तेजी से बढता है। वहीं सुखा मांस का सेवन करना भी गरुड़ पुराण में शुभ

गलत होती हैं ये आदतें

कुछ लोगों की आदत होती है कि वह देर रात तक जागते हैं और सुबह देर तक सोते हैं। स्वास्थ्य के लिहाज से यह आदत खराब मानी जाती है और गरुड पुराण में भी इसको सही नहीं माना जाता है। इस आदत को अपनाने से व्यक्ति की रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी आती है। इसलिए जातक को हमेशा ब्रह्म मुहूर्त में उठना चाहिए। वहीं सोने के दौरान दिशा का खास ख्याल रखना चाहिए । दक्षिण दिशा की ओर पैर करके सोने वाले व्यक्ति की आयु में कमी आती है। इन बातों का भी रखें खास ध्यान

गरुड़ पुराण के मुताबिक जो व्यक्ति शमशान के धुएं के संपर्क में आता है, उसकी आयु कम होती है। क्योंकि शमशान से निकलने वाले धुएं में बहुत बैक्टीरिया और वायरस पाए जाते हैं। वहीं सुबह के समय अधिक संभोग करने वाले जातक की आयु में कमी आती है।

एक्ने स्कार्स से हो गए हैं परेशान तो जानिए बचाव के तरीके, वरना खराब हो सकती है स्किन

आपने देखा होगा कि कई लोगों के ठोड़ी और नाक के पास कई बार छोटे-छोटे दाने निकल आते हैं। यह कोई बीमारी नहीं होती है, लेकिन कई यह शर्मिंदगी का कारण जरूर बन जाते

आज के समय में स्किन संबंधी समस्याएं होना आम बात है। इसके पीछे कई कारणों को जिम्मेदार माना जाता है। आपने देखा होगा कि कई लोगों के ठोडी और नाक के पास कई बार छोटे-छोटे दाने निकल आते हैं। यह कोई बीमारी नहीं होती है, लेकिन कई यह शर्मिंदगी का कारण जरूर बन जाते

नाक और ठोड़ी पर निकलने वाले दाने न तो ब्लैकहेड्स होते हैं और न ही व्हाइटहेड्स होते हैं।

आमतौर पर कोलेजन बढ़ने से एक्ने स्कार्स की

एक्ने होने के बाद में कई बार ब्रेकआउट होने से

भी यह समस्या हो सकती है। कछ लोग स्किन पर होने वाले पिंपल्स को दबा देते हैं, जिस कारण यह एक्ने स्कार्स में बदल सकते

कई बार एक्ने वाले हिस्से को खजलाने या खरोचने से भी यह समस्या होती है।

बचाव के तरीके एक्ने स्कार्स से बचने के लिए खुद को हाइड्रेट

एक्ने को बार-बार छूने और पिंपल्स को दबाने से बचना चाहिए।

एक्ने होने पर उसे ठीक करने की कोशिश करें। एक्ने स्कार्स से बचने के लिए आप टी-ट्री ऑयल का भी इस्तेमाल कर सकती हैं।

बता दें कि एक्ने स्कार्स न तो रेटिनॉल और न ही सैलिसिलिक एसिड से ठीक होता है। बल्कि एक्ने स्कार्स की समस्या होने पर स्किन एक्सपर्ट से सलाह लें। वह आपको रेडियो फ्रीक्वेंसी या CO2 लेजर थेरेपी दे सकते हैं। जिसकी सहायता से इन छोटे-

नवरात्रि की शुरुआत 3 अक्टूबर 2024 से हो रही है। नवरात्रि पर्व के अब दिन ही कितने

बचें। नवरात्र में मां दर्गा के नौ अलग-अलग स्वरुपों की पूजा की जाती है। इस त्योहार की घूम पूरे भारत में दिखती है। अगर आप भी दुर्गा पूजा में एकदम परफेक्ट बंगाली लुक चाहते हैं तो आपको इसके लिए ज्यादा कुछ नहीं करना। बस इन ३ टिप्स को फॉलो करें। भारत में फेस्टिवल की शुरुआत होने वाली है।

नवरात्रि पर्व का आरंभ 3 अक्टबर से होने जा रहा है। नवरात्र में मां दुर्गा के नौ अलग-अलग स्वरुपों की पूजा की जाती है। इस त्योहार की घूम पूरे भारत में दिखती है। खासतौर पर नवरात्र की रौनक गुजरात और बंगाल में अलग ही होती है। आपको बता दें कि. बंगाली लोगों के लिए षष्ठी से विजयादशमी खास होती है। इस दौरान पंडालों में भक्तिमय माहौल होता है। अगर आप भी दुर्गा पूजा के लिए खास बंगाली लुक क्रिएट करना चाहती हैं, तो आप इस साल बंगाली लुक अपनाना चाहती हैं। तो इन 3 टिप्स तो अपना लें।

चजकरें सही साडी

यदि आप भी दुर्गा पूजा के लिए बंगाली लुक ट्राई करना चाहते हैं। तो आप इसे पहनें और अगर



आपके पास ट्रेडिशनल साड़ी नहीं है तो आप किसी भी तरह की कॉटन साड़ी को चन सकती हैं। लीनन की साड़ी काफी अच्छा लुक देगी। हालांकि, इसके लिए किसी हल्के रंग की साडी को पहनें। लाल सफेद रंग की हो तो भी अच्छा है। जब आप साड़ी सेलेक्ट कर लें तो इसे बंगाली तरीके से पहनें या ओपन पल्ले के साथ भी इसे पहन सकते हैं।

सहीं जलरी चुनें बंगाली लुक के लिए आप हैवी जूलरी पहन सकते हैं। अगर आप हल्की जुलरी पहनना चाहते हैं। झुमके या फिर आप लंबे ईयररिंग्स जरुर पहनें। इसके साथ ही बंगाली शाखा पोला पहनें या फिर लाल प्लेन चूड़ी के साथ कुंदन के पतले कड़ों को

मेकअप लुक बेहद जरुरी और हेयर स्टाइल परध्यान

अगर आप मैरिड हैं तो बंगाली मेकअप में सिंदुर को जरुर शामिल करें। बंगाली लुक के लिए मेकअप ब्राइट रखें। लिप कलर के लिए भी आप लाल, गुलाबी जैसे रंग को चुन सकते हैं। हेयर स्टाइल के लिए आप सेंटर पार्टिशन सबसे अच्छा माना जाता है।

आसान भाषा में समझें तो यह एक्ने स्कार्स होते हैं। तो आमतौर पर स्किन पर ज्यादा कोलेजन बनने की वजह से होते हैं।

एक्ने स्कार्स की वजह

समस्या होती है। हालांकि इसके पीछे कई अन्य कारण भी जिम्मेदार होते हैं।

इसके लिए अपना फेस हमेशा साफ रखें। एक्ने स्कार्स की समस्या से बचने के लिए कम से कम मेकअप करें। छोटे दानों को जड़ से हटाया जा सकता है।

वीकेंड में बनाएं उज्जैन के आसपास में स्थित इन शानदार जगहों को घूमने का प्लान, यादगार होगी द्रिप

उज्जैन का नाम लेते ही महाकाल की नगरी ध्यान में आती है। ऐसे में अगर आप उज्जैन घूमने का प्लान बना रहे हैं, तो आपको महाकाल के दर्शन के बाद कुछ फेमस जगहों को एक्सप्लोर करना चाहिए।

उज्जैन का नाम सुनते ही सबसे पहले हम सभी के दिमाग में महाकाल की नगरी ही ध्यान में आती है। मध्य प्रदेश में स्थित उज्जैन देश का पवित्र और चर्चित शहर माना जाता है।शिप्रा नदी के पूर्वी तट पर स्थित उज्जैन नगरी में हर महीने लाखों की संख्या में भक्त महाकाल का दर्शन करने के लिए पहुंचते हैं। हर 12 साल में होने वाले कुंभ मेले में लाखों-करोड़ों भक्त उज्जैन

उज्जैन में एक से बढ़कर एक धार्मिक स्थल हैं। अगर आप महाकाल के दर्शन के बाद उज्जैन की कुछ शानदार जगहों को एक्सप्लोर करना चाहते हैं, तो यह आर्टिकल आपके लिए है। इस आर्टिकल के जरिए हम आपको उज्जैन के आसपास स्थित कछ खास और फेमस जगहों के बारे में बताने जा रहे हैं।

देवास

उज्जैन की सबसे खूबसूरत और फेमस जगह में देवास का नाम भी शामिल है। यह शहर मालवा क्षेत्र में स्थित है। यहां आपको अनेक मंदिर और खूबसूरत दृश्य देखने को मिलेंगे।

देवास में स्थित चामुंडा मां और तुलजा भवानी माता मंदिर यहां का सबसे पवित्र और फेमस मंदिर है। यहां पर आप फोर्ट आदि को भी एक्सप्लोर कर सकते हैं।

दुरी- उज्जैन से देवास की दुरी लगभग 40 किमी है।

पातालपानी वॉटरफॉल

इंदौर या उज्जैन के आसपास स्थित खुबसुरत और मनमोहक वॉटरफॉल का जिक्र होने पर पातालपानी वॉटरफॉल का नाम सबसे पहले आता है। यह घने जंगलों और पहाड़ों के बीच स्थित है।

पिकनिक के लिए यह जगह बेस्ट मानी जाती है।

पातालपानी वॉटरफॉल में जब 300 मीटर की ऊंचाई से पानी गिरता है, तो यहां का नजारा देखते ही बनता है। मानसून में इस जगह की खूबसूरती अपने चरम पर होती है।

दूरी- उज्जैन से पातालपानी वॉटरफॉल की दूरी लगभग 93 किमी

चोरम डैम

अगर आप भी उज्जैन के आसपास में स्थित हरियाली, घने जंगल, बैकवाटर या शांत वातावरण में कुछ समय बिताना चाहते हैं, तो आपको चोरल डैम एक्सप्लोर करना चाहिए। वीकेंड में यहां पर लोग अपने दोस्तों, परिवार और पार्टनर के साथ आते हैं। इस डैम का पानी बेहद साफ है और

यह जगह अपने खूबसूरत दृश्यों के लिए जानी जाती है। इस डैम के आसपास स्थित छोटी-छोटी पहाडियां इस जगह को अधिक खास बनाती हैं। बताया

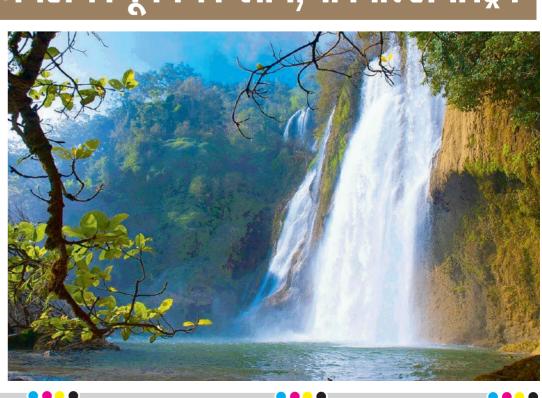
जाता है कि इंदौर और उज्जैन के आसपास छिपा हुआ खजाना माना जाता है।

दूरी- उज्जैन से चोरल डेम की दूरी लगभग 109 किमी है।

रतलाम एमपी का एक बेहद खूबसूरत शहर है। यह शहर चारों तरफ से हरियाली से घिरा हुआ है। बताया जाता है कि जिस दौर में यहां पर महाराजा रतन सिंह का शासन था, तब इस शहर की खूबसूरती देखने लायक होती थी।

आज भी यह शहर अपने खुबसूरत और मनमोहक दृश्यों को प्रस्तुत करता है। रतलाम सिर्फ अपनी खुबस्रती ही नहीं बल्कि सोना-चांदी के लिए भी जाना जाता है। रतलाम में स्थित चांदी चौक में राज्य के हर कोने से लोग आभूषण खरीदने के लिए आते हैं। मानसून में यहां की खूबसूरती बेहिसाब होती है।

दूरी-उज्जैन से रतलाम की दूरी लगभग 103 किमी है।



दिल्ली में पीडब्ल्यूडी की सड़कों को गह्वामुक्त बनाने के लिए ग्राउंड जीरो पर उतरी "आप सरकार"

नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी की दिल्ली सरकार ने शहर में पीडब्ल्यूडी की सड़कों को गड्ढामुक्त बनाने के लिए युद्धस्तर पर काम शुरू कर दिया है। इस क्रम में सोमवार सुबह 6 बजे दिल्ली सरकार के सभी कैबिनेट मंत्रियों ने अधिकारियों के साथ विभिन्न सड़कों का निरीक्षण

मुख्यमंत्री आतिशी ने भी सोमवार सुबह दक्षिणी व दक्षिणी पूर्वी दिल्ली में एनएसआईसी ओखला, मोदी मिल फ्लाइओवर, चिराग दिल्ली, तुगलकाबाद एक्सटेंशन, मथुरा रोड, आश्रम चौक व आश्रम अंडरपास की सड़कों का अधिकारियों के साथ निरीक्षण किया।

मुख्यमंत्री ने निरीक्षण के दौरान पाया की सड़कें जर्जर हालत में है। कई स्थानों पर पाइपलाइन या बिजली की तारें डालने के लिए सड़कें काटी गई लेकिन उन्हें रिपेयर नहीं किया गया है। सड़कों पर जगह-जगह गड्ढे है। इस कारण सड़कों पर ट्रैफिक होता है और लोगों को समस्या का सामना करना पड़ता है।

इस बाबत उन्होंने अधिकारियों की निर्देश देते हुए कहा कि, इन सभी सड़कों को रिपेयर करने का काम जल्द से जल्द और युद्धस्तर पर किया जाए ताकि लोगों को बेहतर सड़कें मिल सकें।

मुख्यमंत्री आतिशी ने एक्स(ट्विटर) के ज़रिये साझा करते हुए कहा कि, दिल्ली में पीडब्ल्यूडी की सभी सड़कों को गड़ामुक्त बनाने

की दिशा में आज सुबह 6 बजे से दिल्ली सरकार का पूरा कैबिनेट ग्राउंड जीरो पर उतरकर सड़कों का निरीक्षण कर रहा है। इस क्रम में मैंने एनइसआईसी ओखला, मोदी मिल फ्लाइओवर, चिराग दिल्ली, तुगलकाबाद एक्सटेंशन, मथुरा रोड, आश्रम चौक व अंडरपास की सडकों का निरीक्षण किया। ये सभी सडकें जर्जर हाल में है और जगह-जगह गड्ढे होने के कारण लोगों की यहां ट्रैफिक की समस्या का सामना करना पड़ता है। निरीक्षण के दौरान अधिकारियों को निर्देश दिए है कि युद्धस्तर पर सड़क पर जरूरी सभी रिपेयर किए जाए ताकि लोगों को बेहतर सड़कें मिल सके। अरविंद केजरीवाल के मार्गदर्शन में हमारा प्रयास है कि दीपावली तक सभी दिल्लीवालों को गड्डामुक्त सड़कें मिले।

www.newsparivahan.com

निरीक्षण के बाद मीडिया से साझा करते हुए सीएम आतिशी ने कहा कि, ₹2 दिन तक लगातार आम आदमी पार्टी के मखिया और दिल्ली के पर्व मुख्यमंत्री के साथ मैंने दिल्ली के अलग-अलग हिस्सों में सड़कों का निरीक्षण किया। निरीक्षण में पाया कि, दिल्ली की सड़कें बुरी हालत में है और जगह-जगह से टूटी हुई है।₹

उन्होंने कहा कि, अरविंद केजरीवाल ने दिल्ली विधानसभा में इस विषय में पत्र देकर जल्द से जल्द सड़कों की ठीक करने का आग्रह किया।

सीएम आतिशी ने कहा कि, आज दिल्ली सरकार के सारे मंत्री ग्राउंड पर उतरे हुए है। ये फैसला कल एक ऑल मिनस्टर्स मीटिंग में हुआ



जिसमें अलग-अलग मंत्रियों ने दिल्ली के अलग-अलग जिलों की जिम्मेदारी ली है। दिल्ली सरकार के सारे मंत्री दिल्ली की सड़कों का निरीक्षण करने

सीएम आतिशी ने साझा करते हुए कहा कि, बतौर मुख्यमंत्री मैंने दक्षिणी दिल्ली और दक्षिण-पूर्वी दिल्ली की जिम्मेदारी ली है। मंत्री सौरभ भारद्वाज ने पूर्वी दिल्ली की जिम्मेदारी ली है। मंत्री

गोपाल राय ने उत्तर-पूर्वी दिल्ली की जिम्मेदारी ली है। मंत्री कैलाश गहलोत ने पश्चिमी दिल्ली और दक्षिणी-पश्चिमी दिल्ली की जिम्मेदारी ली है। मंत्री इमरान हुसैन ने केंद्रीय और नई दिल्ली की जिम्मेदारी ली है। जबकि मंत्री मुकेश अहलावत ने नार्थ व नार्थ वेस्ट दिल्ली की जिम्मेदारी ली है।

उन्होंने कहा कि, एक सप्ताह में दिल्ली में पीडब्ल्यूडी की 1400 किलोमीटर की सड़कों के एक एक इंच का निरीक्षण होगा। जहाँ भी गड्ढे है, सड़क टूटी है, रिपेयर की जरूरत है उनका निरीक्षण होगा और आने वाले 3-4 सप्ताह में सभी सड़कों को बनाया जाएगा, पॉट-हॉल भरें जाएँगे और हमारी ये कोशिश रहेगी कि, दीपावली तक हम दिल्लीवालों की गड्ढामुक्त सड़कें दे सके।

सीएम आतिशी ने कहा कि. ₹हमारे विरोधियों ने कोशिश की कि. किसी तरह से दिल्ली सरकार

लॉन्च

ग्रीन वॉर रूम

ग्रीन दिल्ली ऐप

30 सितम्बर, 202

के काम रोक दिए जाए। उन्होंने दिल्ली के मंत्रियों को जेल में डाला। सतेंद्र जैन को जेल में डाला, मनीष सिसोदिया को जेल में डाला। फिर भी काम नहीं रुके तो अरविंद केजरीवाल को जेल में डाल दिया। लेकिन अब अरविंद केजरीवाल जेल से बाहर आ गए है और उनके मार्गदर्शन में दिल्ली सरकार दिल्ली के लोगों के सारे काम करेगी।'

सेन्ट जोहन एम्बुलेंस ब्रिगेड दक्षिण एवं दक्षिणी पुर्वी दिल्ली के सहायक आयुक्त पीड़ी वर्खिया ने त्यौहार से पहले अपने सभी अधिकारियों की एक आपातकालीन बैठक बुलाई



परिवहन विशेष न्यूज

दक्षिणी दिल्ली: 29 सितंबर 2024, कालकाजी पार्क नजदीक गोविंदपुरी मेट्टो स्टेशन सेन्ट जोहन एम्बुलेंस ब्रिगेड दक्षिण एवं दक्षिणी पुर्वी दिल्ली के सहायक आयक्त श्री पी डी वर्खिया ने त्यौहार से पहले अपने सभी अधिकारियों की एक आपातकालीन बैठक बलाई। जिंसमे कालकाजी मन्दिर , गोविन्द पुरी रामलीला एवं अंबेडकर नगर करने के लिये निर्देश जारी किये। साथ ही जिन

सदस्यों ने 2018, 2019, 2020 के दौरान गणतंत्र दिवस, स्वतंत्रता दिवस, रामलीला, एव नवरात्र के दौरान अपनी उत्कृष्ट सेवाएं प्रदान की हैं। उनको वरिष्ठ अधिकारियों द्वारा प्रमाण पत्र देकर

इस कार्यक्रम के दौरान कोर्प्स ऑफिसर श्री अजय कमार, श्री श्याम कमार, श्रीमती मोनिका डिविजनल कमांडर श्री विपिन कुमार सिंह, कुमारी रामलीला में पब्लिक की सेवा को सुदृढ तरीके से तननु, एम्बुलेंस ऑफिसर श्री प्रदीप कुमार

ग्रीन वार रूम की मॉनिटरिंग के लिए बनाई गई आट सदस्यीय टीम- गोपाल राय

ध्रद्भ प्रदूषण के विरुद्ध

नर्डदिल्ली, दिल्ली के पर्यावरण मंत्री गोपाल राय ने दिल्ली सचिवालय में सोमनार प्रदुषण के खिलाफ विंटर एक्शन प्लान के बेहतर क्रियान्वयन के लिए ग्रीन वार रूम लॉन्च किया। उन्होंने कहा कि ग्रीन वार रूम में मॉनिटरिंग के लिए 8 सदस्यीय टीम को लगाया गया है। दिल्ली सरकार द्वारा उठाए गए कदमों के कारण प्रदूषण में भारी कमी दर्ज की गई है। 2016 में प्रदूषित दिनों की संख्या जहां 243 थी वह 2023 में घटकर 159 हो गई है। दिल्ली के वायु प्रदूषण में 34.6 फीसद की कमी हुई है। उन्होंने कहा कि जनजागरूकता अभियान के तहत में 1 अक्टूबर को कनॉट प्लेस में ₹ हरित कलश यात्रार निकाली

पर्यावरण मंत्री गोपाल राय ने बताया कि ग्रीन वार रूम में 8 सदस्यीय टीम का नेतृत्व एनवायरमेंट वैज्ञानिक डॉ. नंदिता मोइत्रा करेंगी साथ ही साथ ग्रीन वार रूम में प्रदेषण से संबंधित कारकों को बेहतर रूप में विश्लेषण करने के लिए एनवायरमेंट इंजीनियर को लगाया गया है। यह टीम प्राथमिक प्रदूषकों के स्तर, प्रदूषण पर अंकुश लगाने के उपायों और ग्रीन दिल्ली ऐप के माध्यम से प्राप्त शिकायतों की स्थिति की निगरानी करेगी।

ग्रीन वार रूम से निम्नलिखित ७ सूत्रों परमॉनिटरिंगकी जाएगी ड्रोन की मॉनिटरिंग, रियल टाईम सोर्स

, पराली जलाने एवं खुले में कचरा जलाने से संबंधित नाशा सेटलाइट डेटा , ग्रीन एप पर आई

.13 हॉटस्पाट स्टेशन का मॉनिटरिंग , 24 मानिटरिंग स्टेशन के डाटा का विशलेषण , एक्युआई का विशलेषण

गोपाल राय ने कहा कि दिल्ली में प्रदुषण की समस्या से निपटने के लिए कई एजेंसियां काम कर रही हैं। उनके समन्वय के लिए ग्रीन वार रूम स्थापित किया है। इस वार रूम के मेम्बर, ग्रीन दिल्ली ऐप पर जितनी शिकायतें आएंगी, उसे संबंधित 33 विभागों तक पहुँचाने तथा उसे मॉनिटर करने का काम करेंगे।

गोपाल राय ने आगे बताया कि ग्रीन दिल्ली ऐप पर अभी तक 80.473 शिकायतें आई हैं। जिसमें से 88 फीसद शिकायतों का निपटारा

किया जा चका है। दिल्ली के लोगों से अपील है कि ग्रीन दिल्ली ऐप को अपने मोबाईल फोन पर डाउनलोड कर लें। दिल्ली में कहीं भी निर्माण कार्य चल रहा है और नियमों का पालन नहीं किया जा रहा है तो उसकी शिकायत ग्रीन दिल्ली ऐप पर करें। अगर आप आंख कान बनेंगे तो हम लोग आपस में मिलकर प्रदूषण को खत्म कर

पर्यावरण मंत्री ने कहा कि दिल्ली सरकार ने 25 सितंबर को विंटर एक्शन प्लान की घोषणा की है। विंटर एक्शन प्लान के तहत विभागों ने अपना काम शुरू कर दिया है। दिल्ली सरकार द्वारा उठाए गए कदम के कारण प्रदूषण में भारी

कमी दर्ज की गई है। हम आज से, वार रूम से प्रदूषण के विरूद्ध इस अभियान की शुरूआत कर रहे हैं। जब से हमारी सरकार बनी और हमने प्रदूषण नियंत्रण के उपाय लागू करने शुरू किए। उसका परिणाम यह हुआ कि पिछले सालों में प्रदूषण में 34.6 प्रतिशत की कमी आई है और हमारी यह उपलब्धि दिल्लीवासियों के सहयोग के बिना संभव नहीं थी।

पर्यावरण मंत्री गोपाल राय ने कहा कि 1 अक्टबर को जनजागरूकता अभियान के तहत कनॉट प्लेस में ₹ हरित कलश यात्रा₹ निकाली जायेगी। इस कलश यात्रा का मुख्य उद्देश्य दिल्ली के हरित क्षेत्र का विकास करना है।

अखिल भारतीय मानव कल्याण ट्रस्ट के संस्थापक डॉ हृदयेश कुमार ने शिव मंदिर परिसर तिरखा कॉलोनी बल्लबगढ़ फरीदाबाद में बदलते हुए मौसम में स्वस्थ के लिए आम लोगों को टिप्स दिए: - डॉ हृदयेश कुमार

फरीदाबाद।अखिलभारतीय मानव कल्याण ट्रस्ट के संस्थापक डॉ हृदयेश कुमार ने शिव मंदिर परिसर तिरखा कॉलोनी बल्लबगढ़ फरीदाबाद में बदलते हुए मौसम में स्वस्थ के लिए आम लोगों को टिप्स देते हुए बताया कि

आपके दिल को मजबूत करने के लिए 10 यक्तियाँ

अपने दिल की देखभाल करना समग्र स्वास्थ्य और दीर्घाय के लिए आवश्यक है। अपनी दिनचर्या में सरल लेकिन प्रभावी आदतों को शामिल करने से आपके दिल के स्वास्थ्य और कार्य में काफी सुधार

स्वस्थ आहार बनाए रखें: फलों, सब्जियों, साबुत अनाज, लीन प्रोटीन और स्वस्थ वसा से भरपूर आहार चुनें। संतृप्त वसा, ट्रांस वसा, कोलेस्ट्रॉल और सोडियम का सेवन कम करें। संतुलित आहार आवश्यक पोषक तत्व प्रदान करके और हृदय रोग के जोखिम को कम करके हृदय स्वास्थ्य का समर्थन करता है।

नियमित रूप से व्यायाम करें: हर हफ़्ते कम से कम 150 मिनट तक तेज चलना, जॉगिंग, साइकिल चलाना या तैराकी जैसे एरोबिक व्यायाम करें। इसके अलावा, हृदय की मांसपेशियों की ताकत और समग्रहृदय संबंधी फिटनेस को बेहतर बनाने के लिए सप्ताह में दो दिन शक्ति प्रशिक्षण अभ्यास शामिल

करें। तनाव का प्रबंधन करोः लगातार तनाव दिल की सेहत पर नकारात्मक असर डाल सकता है। तनाव कम करने की तकनीकें अपनाएँ जैसे गहरी साँस लेना, ध्यान, योग, या शौक जो विश्राम और भावनात्मक कल्याण को बढावा देते हैं। धम्रपान से हृदय और रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचता है,

जिससे हृदयाघात का खतरा बढ़ जाता है। हृदय रोग. धम्रपान छोडना यह जोखिम काफी हद तक कम हो जाता है और समग्र हृदय स्वास्थ्य में सधार होता है।

उच्च रक्तचाप हृदय पर दबाव पड़ता है और हृदय रोग का जोखिम बढ़ जाता है। अपने रक्तचाप की नियमित निगरानी करें और इसे स्वस्थ सीमा में रखने के लिए अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता के साथ मिलकर काम करें।

कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करें: एलडीएल कोलेस्ट्रॉल (₹खराब₹ कोलेस्ट्रॉल) के उच्च स्तर से धमनियों में प्लाक का निर्माण हो सकता है, जिससे दिल के दौरे और स्टोक का खतरा बढ जाता है। आहार, व्यायाम और निर्धारित दवाओं के माध्यम से स्वस्थ कोलेस्ट्रॉल के स्तर को बनाए रखें।

पर्याप्त नींद लोः खराब नींद की गुणवत्ता या अपर्याप्त नींद रक्तचाप को बढ़ा सकती है और हृदय रोग के जोखिम को बढ़ा सकती है। हृदय स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए प्रति रात 7-9 घंटे की अच्छी नींद लेने का लक्ष्य रखें। अत्यधिक शराब का सेवन रक्तचाप बढ़ा सकता है और हृदय रोग में योगदान दे सकता है।

हाइड्रेटेड रहनाः पर्याप्त मात्रा में पानी पीने से स्वस्थ रक्त मात्रा बनाए रखने में मदद मिलती है और हृदय के लिए पूरे शरीर में कुशलतापूर्वक रक्त पंप करना आसान हो जाता है।

हृदय वाल्व को प्राकृतिक रूप से मजबूत

हृदय के माध्यम से रक्त के प्रवाह को विनियमित करने में हृदय वाल्व महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इन वाल्वों को स्वस्थ रखना और सही ढंग से काम करना एक मजबूत, कुशल हृदय को बनाए रखने के लिए आवश्यक है।

हृदय-स्वस्थ खाद्य पदार्थों का सेवन करें:



एंटीऑक्सीडेंट से भरपर खाद्य पदार्थों को शामिल करें, ओमेगा - 3 फैटी एसिड, और अन्य पोषक तत्व जो हृदय के स्वास्थ्य का समर्थन करते हैं, जैसे पत्तेदार साग, वसायुक्त मछली, नट्स और

हाइड्रेटेड रहनाः भरपूर मात्रा में पानी पीने से आपके हृदय वाल्वों की लचीलापन और कार्यक्षमता में सुधार हो सकता है।

दीर्घकालिक तनाव हृदय स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचा सकता है, इसलिए ध्यान, योग या गहरी सांस लेने के व्यायाम जैसी तनाव कम करने वाली गतिविधियों में शामिल हों।

अधिक वजन आपके दिल और उसके वाल्व पर अतिरिक्त दबाव डाल सकता है।

हृदय को मजबूत बनाने वाले व्यायाम नियमित शारीरिक गतिविधि आपके हृदय की मांसपेशियों को मजबूत करने और इसके समग्र कार्य को बेहतर बनाने के सबसे प्रभावी तरीकों में से एक है। यहाँ कुछ व्यायाम दिए गए हैं जो आपके हृदय को मजबूत बनाने में मदद कर सकते हैं:

एरोबिक व्यायामः सप्ताह के अधिकांश दिनों में प्रतिदिन कम से कम 30 मिनट तेज चलना, जॉगिंग करना, तैरना या साइकिल चलाना जैसी गतिविधियों में भाग लें।

मज़बूती की ट्रेनिंगः मांसपेशियों के निर्माण और

हृदय संबंधी फिटनेस में सुधार के लिए प्रतिरोध व्यायाम, जैसे भारोत्तोलन या शरीर के वजन वाले व्यायाम, को शामिल करें।

हाई-इंटेंसिटी इंटरवल ट्रेनिंग (HIIT): HIIT वर्कआउट, जिसमें तीव्र व्यायाम के बीच में विश्राम का समय भी शामिल होता है, हृदय को मजबूत बनाने में अत्यधिक प्रभावी हो सकता है।

योग और पिलेट्सः ये कम प्रभाव वाले व्यायाम लचीलेपन, संतुलन और समग्र हृदय स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।

एक पर्यवेक्षित हृदय पुनर्वास कार्यक्रम में भाग लेने से आपको धीरे-धीरे अपनी शारीरिक गतिविधि बढ़ाने और अपने हृदय की कार्यप्रणाली में सुधार करने में मदद मिल सकती है। दाने और बीजः बादाम, अखरोट और अलसी

में स्वस्थ वसा, फाइबर और अन्य पोषक तत्व होते हैं जो हृदय के स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं। साबृत अनाजः ओट्स, क्विनोआ और ब्राउन राइस फाइबर के उत्कृष्ट स्रोत हैं, जो कोलेस्ट्रॉल

को कम करने और हृदय रोग के जोखिम को कम करने में मदद कर सकते हैं। पत्तेदार सागः पालक, केल और अन्य पत्तेदार सब्जियां विटामिन, खनिज और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होती हैं जो हृदय की रक्षा करने में मदद कर

स्वस्थ के प्रति हर तरह से जागरूक कर रहे हैं आखिल भारतीय मानव कल्याण ट्रस्ट के संस्थापक : डॉ हृदयेश कुमार



समाज हित में अनेक प्रकार से आम लोगों के साथ कनेक्ट हो कर रहे हैं स्वास्थ हित में कार्य रोजाना केला खाना किसी वरदान से कम नहीं है , मिलते हैं जबरदस्त फायदे डॉ हृदयेश

रोजाना केला खाना किसी वरदान से कम नहीं

दुनिया में सबसे ज्यादा खाए जाने फल है केला है। केला में मिनरल और फाइबर से भरपूर होता है और इसके अनगिनत फायदे है। एक रिपोर्ट के मुताबिक केला में मुख्य रूप से कार्बोहाइड्रेट और फ्रक्टोज, ग्लुकोज और सुक्रोज जैसे शर्करा होते हैं। येसभी पदार्थ तरंत ऊर्जा प्रदान करते हैं। यही कारण है कि केला को खिलाड़ियों और सिक्रय जीवनशैली जीने वालों के लिए सबसे अच्छा माना जाता है। इसमें काफी मात्रा में फाइबर, खासकर पेक्टिन होता है, जो पाचन तंत्र को बेहतर बनाता है और कब्ज जैसी समस्याओं से राहत दिलाने में मददगार होता है। यह स्वादिष्ट फल विटामिन बी6, विटामिन सी और पोटैशियम का भरपूर स्रोत है। केले में कई एंटीऑक्सीडेंट भी होते हैं।

यह हृदय स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है क्योंकि इसमें पोटेशियम भरपूर मात्रा में होता है, जो रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद करता है और हृदय रोग के जोखिम को कम करता है। केले में



मौजद फाइबर पाचन तंत्र को बेहतर बनाता है और कब्ज के साथ-साथ पेट के अल्सर को कम करने में मदद करता है।

इसमें ट्रिप्टोफैन नामक एमिनो एसिड होता है, जो सेरोटोनिन में बदल जाता है। सेरोटोनिन मूड को ठीक करने और तनाव को कम करने में मदद करता है। केले में विटामिन सी और अन्य एंटीऑक्सीडेंट होते हैं, जो त्वचा को स्वस्थ बनाते

हैं। इसमें एंटी-एजिंग गुण भी होते हैं। केला का सेवन किडनी की कार्यप्रणाली को भी बेहतर बनाता है क्योंकि इसमें पोटैशियम भरपूर मात्रा में होता है और यह किडनी स्टोन के खतरे को कम करता है। इसमें मौजुद उच्च फाइबर अधिक खाने से रोकता है और मेटाबॉलिज्म को बढाता है

और वजन कम करने में मदद करता है। विटामिन बी6 और पोटैशियम के अलावा केले में कुछ मात्रा में कैल्शियम भी होता है, जो हड्डियों को मजबत बनाने में मदद करता है। नियमित रूप से केला खाने से हिंडूयों का स्वास्थ्य अच्छा बना

केला में विटामिन सी और बी6 होता है, जो कई बीमारियों से लड़ने के लिए प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद करता है। कई शोधों से पता चला है कि मधुमेह के रोगी भी केला खा सकते हैं क्योंकि यह रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करता है।

'हर अग्नित शह ने बताया- अग्निपथ योजना से युवाओं को कितना मिलेगा फायदा अग्नित हरियाणा के बादशाहपुर नांगल चौधरी एवं इंद्री विधानसभा क्षेत्रों में चुनावी रैलियों को संबोधित किया।

गरुग्राम। केंद्रीय गह मंत्री अमित शाह ने कहा कि अग्निपथ योजना को लेकर कांग्रेस राजनीति कर रही है। इस पार्टी ने सेना का कभी सम्मान नहीं किया। राहल बाबा कह रहे हैं कि सरकार अग्निपथ योजना इस वजह से लाई है कि उन्हें पेंशन नहीं देना

अग्निवीर को मिलेगी पेंशन वाली नौकरी: अमित शाह

पड़े। उन पर भरोसा नहीं करना, वह झुठ बोलने की

अग्निपथ सेना को युवा रखने का कार्यक्रम है। भाजपा का वादा है एक-एक अग्निवीर को भारत सरकार और हरियाणा सरकार पेंशन वाली नौकरी देगी। जो जवान अग्निवीर बनकर आएगा, वह 30 लाख रुपये की एफडी साथ लेकर आएगा।

उसे सीआरपीएफ, बीएसएफ, आइटीबीपी और हरियाणा सरकार में पक्की नौकरी मिलेगी। पांच साल के बाद कोई अग्निवीर ऐसा नहीं होगा. जिसके पास पेंशन वाली नौकरी नहीं होगी। इसलिए माताएं अपने बेटों को सेना में भेजने में संकोच न करें।

सेना का हर 10वां जवान हरियाणा काः

अमित शाह ने रविवार को हरियाणा के बादशाहपुर, नांगल चौधरी एवं इंद्री विधानसभा क्षेत्रों में चुनावी रैलियों को संबोधित किया। बादशाहपुर के ढोरका गांव में उन्होंने कहा कि हरियाणा वीरों की धरती है। सेना का हर 10वां जवान इसी धरती से है।

हरियाणा की धरती पर ही वन रैंक-वन पेंशन लागु करने की घोषणा की गई थी। इसे पुरा करके

दिखाया है। इसका तीसरा वर्जन भी लाग कर दिया है। नई तनख्वाह के साथ पेंशन मिलेगी। कांग्रेस के मंचों पर पाकिस्तान जिंदाबाद के नारे लगाए जा रहे

कश्मीर मुद्दे पर भी अमित शाह ने राहल गांधी को घेरा

राहुल बाबा इस बारे में मौन हैं। वह कहते हैं कि जम्मू-कश्मीर में अनुच्छेद 370 फिर से लागू करेंगे। जब तक केंद्र में मोदी की सरकार है, जम्मू-कश्मीर में केवल तिरंगा ही लहराएगा। राहुल बाबा की तीन पीढ़ी भी अनुच्छेद 370 वापस नहीं ला सकती। वक्फ बोर्ड के कानून से बहुत परेशानी हो रही है, संसद के आगामी सत्र में कानन में सधार किया जाएगा। शाह ने राम मंदिर की चर्चा करते हुए पूछा कि अयोध्या में राम मंदिर बनना चाहिए था या नहीं।

राहुल बाबा गर्व से कहते हैं कि हमने आयोध्या के विचार को हरा दिया। राहुल बाबा! सीटों पर हार-जीत होती रहती है, इसे राम लला के अपमान से नहीं जोड़ो। 550 सालों से राम लला टेंट में थे, इन लोग 70 सालों से कुछ नहीं किया। मोदी जी ने भिम पजन भी किया और प्राण प्रतिष्ठा भी की। भाजपा जो कहती है, वह करती है।

अमित शाह ने कहा कि कांग्रेस पार्टी दलित और पिछडा वर्ग का विरोधी है। कांग्रेस ने काका साहेब कालेकर का रिपोर्ट कभी प्रकाशित नहीं किया। पिछड़ों के आरक्षण के लिए बनी मंडल कमीशन की रिपोर्ट को इंदिरा गांधी ने दबाया। आज मेडिकल, इंजीनियरिंग, स्कूल, कॉलेज, नौकरियों में ओबीसी आरक्षण लागू है।



मोदी कैबिनेट में 27 मंत्री ओबीसी समाज से हैं। दो ओबीसी मंत्री हरियाणा से हैं। मोदी जी अति पिछड़ा समाज से बने पहले प्रधानमंत्री हैं। उन्होंने ओबीसी आयोग को संवैधानिक दर्जा दिया। राहुल गांधी लोकसभा चुनाव में आरोप लगाते थे कि भाजपा आरक्षण खत्म कर देगी, लेकिन ऐसा नहीं

भाजपा आरक्षण समाप्त नहीं होने देगी: अमित शाह

अमित शाह ने आगे कहा कि राहुल अमेरिका में अंग्रेजी में बोलते हैं कि एससी, एसटी और ओबीसी का आरक्षण समाप्त कर देंगे। लेकिन, जब तक भाजपा है, कांग्रेस को एससी, एसटी और ओबीसी

के आरक्षण समाप्त नहीं करने देंगे।

शाह ने कहा, राहुल बाबा झुठ बोलने की मशीन हैं। वह हमेशा एमएसपी की बात करते हैं, जब केंद्र और हरियाणा में कांग्रेस की सरकार थी. तब हरियाणा के कितनी फसलों की खरीदारी एमएसपी पर हुई थी। उस समय सिर्फ गेहं और चावल एमएसपी पर खरीदते थे।

आज भाजपा की सरकार में 24 फसलें एमएसपी पर खरीदी जाएगी। कहा कि आयष्मान योजना की सीमा पांच लाख से बढ़ाकर 10 लाख की जाएगी। बुजुर्गों के लिए यह सीमा 15 लाख तक रहेगी। किसान निधि छह हजार रुपये से बढ़ाकर 10 हजार रुपये की जाएगी।

यूपी इंटरनेशनल ट्रेड शो ने कारोबार और रोजगार के नए द्वार खोले: राज्य सूचना आयुक्त वीरेन्द्र सिंह वत्स

यूपी इंटरनेशनल ट्रेड शो ने कारोबार एवं रोजगार के नए द्वार खोले हैं। राज्य सूचना आयक्त वीरेन्द्र सिंह वत्स ने नोएडा में टेड शो परिसर का दौरा किया और विभिन्न विभागों की कार्यप्रणाली और उपलब्धियों का जायजा लिया। उन्होंने उत्तर प्रदेश पुलिस पर्यटन नमामि गंगे रेशम खादी एवं ग्रामोद्योग बोर्ड महाकृम्भ २०२५ खाद्य एवं औषधि प्रशासन सहित कई विभागों के स्टाल पर जाकर बातचीत की और जानकारी ली।

नोएडा। राज्य सूचना आयुक्त वीरेन्द्र सिंह वत्स ने कहा कि यूपी इंटरनेशनल ट्रेड शो ने कारोबार एवं रोजगार के नए द्वार खोले हैं। उन्होंने रविवार को नोएडा में ट्रेड शो परिसर पहुंच कर विभिन्न विभागों की कार्यप्रणाली और उपलब्धियां

सचना आयक्त वत्स के पास मेरठ मंडल का प्रभार है. उन्होंने टेड शो में उत्तर प्रदेश पलिस. पर्यटन, नमामि गंगे, रेशम, खादी एवं ग्रामोद्योग बोर्ड, महाकम्भ 2025, खाद्य एवं औषधि प्रशासन सहित कई विभागों के स्टाल पर जाकर बातचीत की और जानकारी ली।

उन्होंने एसटीएफ को मिली स्नाइपर राइफल

का अवलोकन किया। ये राइफलें एक किलोमीटर 800 मीटर की दरी तक सटीक निशाना साध सकती हैं। इस अवसर पर सूचना आयुक्त ने उत्तर प्रदेश पुलिस की तकनीकी दक्षता और तैयारियों की सराहना की. डायल 112 ने राज्य सूचना आयक्त को अपनी डायरी भेंट की।

नमामि गंगे और जल जीवन मिशन के स्टाल पर उन्होंने ग्रामीण पानी की टंकियों तथा पाइप लाइन के अधुरे कार्यों के बारे में पूछताछ की। मौके पर मौजद अधिकारियों ने बताया कि 30 प्रतिशत काम परा हो चका है। शेष कार्य भी जल्द परा कर लिया जायेगा ।

उन्होंने कहा कि यह शो उत्तर प्रदेश के विभिन्न जिलों के विशिष्ट उत्पादों को अंतरराष्ट्रीय मंच उपलब्ध करा रहा है।

इसमें अयोध्या का गुड़, औरैया का देशी घी और फिरोजाबाद की चूड़ियों के अलावा वाहन, कम्प्यूटर और मोबाइल जैसे उत्पाद भी शामिल हैं।

पूर्व केंद्रीय राज्यमंत्री वीके सिंह ने दर्ज कराई FIR, कोठी में रहकर किराया नहीं देने का लगा था आरोप

पर्व सांसद और पर्व केंद्रीय राज्यमंत्री वीके सिंह की छवि खराब करने के मामले में कविनगर पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज की है। एबीबी चैनल के रण सिंह और लोहा व्यापारी एवं शिक्षाविद आनंद प्रकाश ने सोशल मीडिया पर बिना किसी सही जानकारी के वीके सिंह के बारे में पोस्ट डाली थी जिससे उनकी छवि खराब हुई है। वीके सिंह ने कविनगर पुलिस को शिकायत दी

गाजियाबाद। पूर्व केंद्रीय राज्यमंत्री और गाजियाबाद के पूर्व सांसद सेवानिवृत्त जनरल वीके सिंह की छवि खराब करने के मामले में कविनगर पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज की है।

वीके सिंह ने कविनगर पुलिस को दी गई शिकायत में बताया है कि एबीबी चैनल के रण सिंह और लोहा व्यापारी एवं शिक्षाविद आनंद प्रकाश ने सही तथ्यों को जाने बिना उनके बारे में साइट पर पोस्ट डाली है, जिससे उनकी छवि खराब हुई है।

पोस्ट धूमिल हुई छवि

सोशल मीडिया पर किए गए एक पोस्ट में आनंद प्रकाश ने वीके सिंह पर उनकी कोठी में रहकर किराया नहीं देने का आरोप लगाया था।

इस मामले में वीके सिंह के द्वारा दी

गई शिकायत में कहा गया है कि बिना किसी सही जानकारी के उनको लेकर पोस्ट किया गया। उन पर बिना किसी सबुत के गलत आरोप लगाए गए। बिना सही तथ्यों की जानकारी के इस तरह की पोस्ट करने से उनकी छवि को धमिल किया गया है।

सपायुवजन सभा के

हापुड़ रोड पर ई-रिक्शा संचालन पर लगे प्रतिबंध के विरोध में कलक्ट्रेट में साथियों के साथ धरना दे रहे सपा

युवजन सभा के जिलाध्यक्ष समेत 20 के खिलाफ कविनगर पलिस ने रिपोर्ट दर्ज की है। इस मामले में कचहरी के कार्यवाहक चौकी प्रभारी राजेश कुमार की ओर से रिपोर्ट दर्ज कराई गई हैं।

उन्होंने बताया कि 27 सितंबर को वह गश्त पर थे। इस दौरान उन्होंने देखा कि जीत शर्मा अपने 20 समर्थकों के साथ बिना अनुमति के कलक्ट्रेट परिसर में जिलाधिकारी के कार्यालय के सामने धरने पर बैठकर नारेबाजी और हंगामा कर सरकारी कार्य में बाधा उत्पन्न कर रहे थे।

नोएडा के फ्लैट खरीदारों को करना पड़ेगा लंबा इंतजार, सुपरटेक ने बताया अपना प्लान

सुपरटेक और एनबीसीसी के बीच चल रही कानुनी लडाई में नोएडा के हजारों फ्लैट खरीदारों का भविष्य अधर में लटक गया है। एनबीसीसी ने सुपरटेक की अधूरी परियोजनाओं को पुरा करने का प्रस्ताव दिया है लेकिन स्टेकहोल्डर्स का कहना है कि यह प्रस्ताव उनके हित में नहीं है। जानिए इस पूरे मामले की ताजा जानकारी और सुपरटेक के चेयरमैन आरके अरोड़ा का क्या कहना है।

नोएडा। नेशनल कंपनी लॉ अपीलेट ट्रिब्यूनल (एनसीएलएटी) में सुपरटेक ने कहा है कि अभी जो परियोजनाएं अधरी हैं उसका मुख्य कारण पैसे की कमी है, लेकिन नेशनल बिल्डिंग कंस्ट्रक्शन कंपनी (एनबीसीसी) ने अपने प्रस्ताव में बताया है कि सपरटेक तकनीकी कमियों के कारण परियोजना परा नहीं कर पा रहा है जो कि सरासर गलत है।

80 हजार लोगों को मिल चुका

सुपरटेक ने अभी तक 12 परियोजनाओं को परा किया है, जिसमें 80000 हजार होम बॉयर्स को उनका आशियाना डिलीवर कर चका है। जहां आज तक निर्माण संबंधी कोई शिकायत नहीं है। बाकी परियोजनाओं को भी जल्द पूरा कर दूंगा। कंपनी के चेयरमैन आरके अरोड़ा ने बताया कि एनबीसीसी जो प्रस्ताव देगी उसे शुरू करने में कम से कम 6 से 12

सारी परियोजनाओं पर एक साथ नहीं शुरूहोगा काम

सारी परियोजनाओं पर एक साथ काम शरू नहीं करेगी. जिसके कारण फेज 2 और फेज 3 वाले होम बॉयर्स को लंबा इंतजार करना पडेगा । एनबीसीसी ने लैंड अथॉरिटी और बैंक के बकाया राशि चुकाने का कोई समय अवधि निर्धारित नहीं किया है। एनबीसीसी प्रोजेक्ट को पूरा करने के लिए किसी तरह की उत्तरदायित्व नहीं ले रही है। एनबीसीसी का यह प्रस्ताव उसी तरह का है जो उसने आम्रपाली प्रोजेक्ट में दिया था जो बिलकल भी सफल नहीं है।

सुपरटेक ने प्रोजेक्ट पूरा करने को दिए लगभग 5 192 करोड

एनबीसीसी के प्रस्ताव में कंस्ट्रक्शन कास्ट काफी ज्यादा है। सुपरटेक ने पुरे प्रोजेक्ट को पूरा करने के लिए अनुमानित राशि लगभग 5192 करोड़ दी है। दसरी ओर एनबीसीसी ने कंस्ट्रशन की अनुमानित राशि 9478 करोड़ दी है जो जीएसटी मिलाकर 10378 करोड़ हो जाती है। यह राशि सुपरटेक प्रस्ताव के मुकाबले लगभग दोगुनी है, इसका सीधा प्रभाव स्टेक होल्डर पर पडेगा।

19 सितंबरको हुई थी मामले की

बता दें कि कि 19 सितंबर को नेशनल कंपनी लॉ अपीलेट ट्रिब्यूनल (एनसीएलएटी) में सुपरटेक कंपनी और नेशनल बिल्डिंग कंस्ट्रक्शन कंपनी (एनबीसीसी) की सुनवाई हुई थी। जिसमें एनबीसीसी ने सुपरटेक के परियोजनाओं को पुरा करने का प्रस्ताव दिया था। इस मामले में स्टेक होल्डर मसलन बैंक, अथॉरिटी और होम बॉयर्स ने एनबीसीसी के प्रस्ताव का विरोध किया था।

सुपरटेक को मिली दून स्क्वायर पूरा करने की अनमति

इसे देखते हुए एनसीएलएटी ने सारे स्टेक होल्डर को एनबीसीसी के प्रस्ताव के विरोध का लिखित में जवाब दायर करने को कहा था। आईआरपी इस मामले में सारे स्टेकहोल्डर का जवाब लेकर एनसीएलएटी की अगली सुनवाई में प्रस्तृत करेगी। इसके अलावा एनसीएलएटी

ने 25 सितंबर को सुपरटेक को दून स्क्वायर

पुरा करने की अनुमति दे दी।

दून सक्वायर प्रोजेक्ट को बैंक ऑफ बड़ौदा और होम बॉयर्स की सहमति मिल चुकी थी. जिसे एनसीएलएटी से स्वीकार कर लिया था। इस मामले पर सुपरटेक चेयरमैन आरके अरोड़ा ने बताया की एनसीएलएटी का दुन स्क्वायर को पूरा करने देने का ऑर्डर इस बात की ओर इशारा करता है कि ज्यादातर होम बॉयर्स सपरटेक के साथ हैं।

उन्होंने कहा कि अथॉरिटी, बैंक और ज्यादातर होम बॉयर्स ने एनबीसीसी के प्रस्ताव का विरोध किया है, जिसे आईआरपी लिखित रूप में ले रही है और उसे एनसीएलएटी में जमा करेगी। एनबीसीसी के प्रस्ताव को लेकर सारे स्टेक होल्डर में संशय की स्थित होने के कई

स्वच्छ भारत अभियान का एक दशक

उमेश चतुर्वेदी

स्वच्छ भारत अभियान के एक दशक पूरे हो गए हैं। इस दौरान स्वच्छता के मोर्चे पर देश ने बहुत कुछ हासिल किया है। ऐसा नहीं कि भारत में स्वच्छता की अवधारणा नहीं रही है। भारत के प्राचीन ग्रंथ, सामाजिक व्यवस्था और मंदिर संस्कृति की परंपराएं स्वच्छता की भारतीय धारा की गवाह हैं।...

साल 1901 के कोलकाता के कांग्रेस अधिवेशन में दक्षिण अफ्रीका से हिस्सा लेने पहुंचे गांधी को अजीब अनुभव हुआ। प्रतिनिधियों को ठहरने वाले शिविर में सफाई की हालत बेहद खराब थी। कई प्रतिनिधि ऐसे थे, जिन्होंने उन कमरों के बाहर बने बरामदे का ही शौचालय के रूप में इस्तेमाल कर दिया। दुर्गंध और गंदगी के बावजूद दूसरे प्रतिनिधियों को इस पर कोई ऐतराज नहीं था। लेकिन गांधी जी से बर्दाश्त नहीं हुआ। तब तक वे पश्चिमी वेशभूषा में रहते थे। अधिवेशन में सहयोग के लिए तैनात स्वयंसेवकों से गांधी जी ने स्वच्छता की बाबत बात की, तो उन्होंने टका-सा जवाब दे दिया था, ₹यह हमारा काम नहीं है, यह सफाईकर्मी का काम है।₹ गांधी जी से बर्दाश्त नहीं हुआ। उन्होंने अपने कपड़े उतारे, झाड़ मंगवाई और वहां मौजूद गंदगी साफ को साफ करने में जुट गए। सफाई के बाद वे फिर से कोट-पैंट में आ गए।

भारतीय राजनीति में तब तक गांधी का सितारा बहुत नहीं चमक पाया था। लेकिन उन्होंने राजनीति की दुनिया में सफाई के विचार का बीज रोप दिया। कोलकाता अधिवेशन में दिखी गंदगी का ही असर कह सकते हैं कि बाद के दिनों में उन्होंने



स्वच्छता है। गांधी के रचनात्मक शिष्यों यथा बिनोबा, ठक्कर बापा आदि ने स्वच्छता और सफाई के इस गुर को बहुत आगे बढ़ाया। लेकिन जिसे मुख्यधारा की राजनीति कहते हैं, उसने स्वच्छता के गांधीवादी दर्शन को उसी रूप में बाद में शायद ही स्वीकार किया। इन संदर्भों में देखें तो प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी पहले राजनेता हैं, जिन्होंने अहम जिम्मेदारी संभालते हुए स्वच्छता और शौचालय क्रांति की बात की।शायद ही किसी ने सोचा होगा कि कोई प्रधानमंत्री लालकिले की प्राचीर से शौचालय क्रांति की बात करेगा। लेकिन मोदी ने ना सिर्फ शौचालय क्रांति की, बल्कि इसके डेढ़ महीने बाद गांधी जी की जयंती पर 2 अक्टूबर 2014 को खुद ही फावड़ा और झाड़ उठा लिया। इसके साथ ही देश के सामने एक नया

अभियान आया, 'स्वच्छ भारत

स्वच्छ भारत अभियान के एक दशक पूरे हो गए हैं। इस दौरान स्वच्छता के मोर्चे पर देश ने बहुत कुछ हासिल किया है। ऐसा नहीं कि भारत में स्वच्छता की अवधारणा नहीं रही है। भारत के प्राचीन ग्रंथ,सामाजिक व्यवस्था और मंदिर संस्कृति की परंपराएं स्वच्छता की भारतीय धारा की गवाह हैं। यह कह सकते हैं कि बाद के दिनों में भारतीय स्वच्छता सिर्फ व्यक्तिगत स्वच्छता तक सीमित होकर रह गई थी। भारतीयों के एक बड़े वर्ग की सोच सफाई को लेकर ज्यादा निजी थी।शायद ही कोई भारतीय घर होगा, जहां रोजाना झाड़ ना लगती हो। स्वच्छ भारत अभियान के पहले होता यह था कि झाड़ लगती तो थी, लेकिन कूड़ा गली में या सड़क पर या सार्वजनिक जगहों पर फेंक दिया जाता था। प्रधानमंत्री मोदी के स्वच्छ भारत अभियान के शुरू

स्वच्छता के मोर्चे पर हम देखते हैं कि सौ प्रतिशत सफलता हासिल नहीं की जा सकी है। रेलवे लाइनों के किनारे पड़े कुड़े के अंबार अब भी बने हुए हैं। लेकिन स्वच्छ भारत अभियान के दस वर्षों में यह सोच जरूर विकसित हुई है कि निजी ही नहीं, सार्वजनिक स्वच्छता जरूरी है। नई पीढ़ी के बच्चे तो अब बड़े-बड़ों को सार्वजनिक गंदगी के लिए टोक देते हैं।

स्वच्छता को लेकर महात्मा गांधी ने कहा था, ₹मैं किसी को भी अपने दिमाग़ से गंदे पैर लेकर नहीं गुज़रने दूँगा।₹ गांधी के इस दर्शन पर भी चलते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने स्वच्छ भारत अभियान शुरू

देश के अधिसंख्य लोगों ने प्रेरणा ली है और उस पर अमल भी कर रहे हैं।

स्वच्छता अभियान की सफलता ही कहेंगे कि देश के बारह करोड़ घरों में शौचालय बन चुके हैं। स्वच्छ भारत अभियान की एक दशक की यात्रा में न केवल शौचालय कवरेज में भारी वृद्धि हुई है, बल्कि खुले में शौच की कुप्रथा तकरीबन खत्म हो गयी है। स्वच्छता का मतलब सिर्फ सफाई ही नहीं, खाने-पीने की चीजें भी स्वच्छ होनी चाहिए। इस लिहाज से हर घर नल जल योजना को भी स्वच्छ भारत अभियान से जोड सकते हैं। जिसके तहत पाइप से स्वच्छ पानी की

आपर्ति की कवरेज दस सालों में 16 प्रतिशत से बढ़कर 78 प्रतिशत हो गई है। देश में धुएं के प्रदूषण से महिलाओं को रोजाना दो-चार होना पड़ता था। उज्ज्वला योजना के जरिए इस दिशा में स्वच्छ भारत अभियान को सफल कहा जा सकता है। इस योजना के तहत 11 करोड़ घरों में रसोई गैस का कनेक्शन पहुंच चुका है।

स्वच्छ भारत अभियान से स्वास्थ्य के मोर्चे पर बड़ा बदलाव आया है। हालही में विश्व प्रसिद्ध पत्रिका नेचर में स्वच्छ भारत अभियान के बाद आए भारत में बदलावों के शोध पर आधारित एक लेख छपा था। इससे पता चलता है कि स्वच्छ भारत अभियान गेम चेंजर बन गया है। नेचर पत्रिका में प्रकाशित आलेख कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय के अंतर्राष्ट्रीय खाद्य नीति अनुसंधान संस्थान और ओहियो स्टेट यूनिवर्सिटी के एक शोध पर आधारित है। जिससे पता चलता है कि खुले में शौच की कुरीति खत्म होने के बाद और शौचालय क्रांति से देश में शिशु मृत्यु दर में कमी आई है। शोध पत्र में कहा गया है कि खुले में शौच की कुरीति के खत्म होने से हर वर्ष करीब 60 हजार से 70 हजार शिशुओं की मृत्यु को रोकने में सफलता मिली है। शोध पत्र के अनुसार, वर्ष 2000 से 2015 की तुलना में वर्ष 2015 और 2020 के बीच शिशु मृत्यु दर एक तिहाई रह गई...इसके आंकड़ों के अनुसार, वर्ष 2000 और 2015 के बीच शिशु मृत्यु दर में जहां तीन प्रतिशत वार्षिक की गिरावट रही, वहीं बाद में यह गिरावट आठ से नौ प्रतिशत ज्यादा हुई। इसी तरह 2000 और 2015 के बीच की तुलना में बाद के वर्षों में शिशु मृत्य दर में 10 प्रतिशत तक की गिरावट आई है। इस लेख मुताबिक, साल 2014

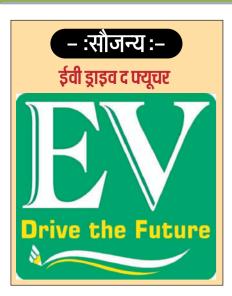
में शिशु मृत्यु दर जहां 39 अंक थी, वह साल 2020 में घटकर 28 रह गई।

स्वच्छता अभियान की सफलता की

कहानी विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक रिपोर्ट भी करती है। इस रिपोर्टे के अनुसार, स्वच्छता अभियान के चलते 2014 से 2019 के बीच डायरिया से होने वाली मौत के करीब तीन लाख मामले कम हुए, जो इसके पहले की अवधि में ज्यादा थे। इसी रिपोर्ट के मुताबिक, खुले में शौच की कुरीति खत्म होने से हर परिवार के स्वास्थ्य पर होने वाले करीब 50 हजार रूपए सालाना के खर्च की बचत हुई है। इसके साथ ही भूजल की गुणवत्ता भी पहले की तुलना में बेहतर हुई है। शौचालय क्रांति के चलते अब करीब 93 प्रतिशत महिलाएं अपने घरों में ज्यादा सुरक्षित महसुस करती हैं। क्योंकि अब उन्होंने शौच के लिए बाहर नहीं जाना

स्वच्छ भारत अभियान साल 2020 से संपूर्ण स्वच्छता अभियान में तब्दील किया जा चुका है। जिसके लिए एक लाख चालीस हजार करोड़ की रकम आवंटित की गई है। जाहिर है कि स्वच्छता के मोर्चे पर देश ने बहुत कुछ हासिल किया है। लेकिन यह कहना अभी जल्दीबाजी होगी कि देश ने इस दिशा में सबकुछ हासिल कर ही लिया है। लेकिन अब भी देश के कुछ इलाके ऐसे हैं, जहां का मानस सार्वजनिक स्वच्छता को लेकर पुरी तरह प्रतिबद्ध और सचेत नहीं हो पाया है। जरूरी इस वर्ग को पूरी तरह प्रतिबद्ध और सचेत करना है। स्वच्छता में ढिलाई बरतने वाले तंत्र के दंडात्मक विधान की व्यवस्था करनी होगी, तभी आज का भारत प्राचीन भारत की तरह पूरी तरह स्वच्छ हो





टाटा मोटर्स लॉन्च करेगी नैनो ईवी

परिवहन विशेष न्यूज

टाटा मोटर ने अपनी किफायती मिड-रेंज कार-टाटा नैनो का इलेक्ट्रिक वर्जन लॉन्च करने के अपने इरादे का संकेत दिया। रिपोर्ट्स के मुताबिक इस वाहन की कीमत 20 से 25 लाख रुपये के बीच होने की उम्मीद है।

रिपोर्टों के अनसार टाटा अपनी परानी नैनो को नया रूप देने के लिए पेट्रोल + सीएनजी संस्करण और कार का पूर्ण इलेक्ट्रिक संस्करण जारी करना चाहती है।

डिजाइन की दुष्टि से टाटा नैनो ईवी एक कॉम्पैक्ट कार है, जिसकी लंबाई

3164 मिमी, चौडाई 1750 मिमी, दोनों धुरों के बीच 2230 मिमी तथा जमीन से सबसे निचले बिंदु तक 180 मिमी है।

इस कार में बैठने की जगह इतनी बड़ी है कि इसमें आसानी से चार लोग बैठ सकते हैं। उम्मीद है कि टाटा मोटर्स नैनो ईवी में इंफोटेनमेंट सिस्टम, ब्लूट्रथ, छह स्पीकर, पावर स्टीयरिंग, इलेक्ट्रिक विंडो, इलेक्ट्रॉनिक ब्रेक डिस्ट्रीब्यूशन (ABD) के साथ एंटी-लॉक ब्रेकिंग सिस्टम और 7-इंच टचस्कीन देगी।

ड्राइविंग के लिए कई अन्य हाई-टेक सुविधाओं के साथ-साथ, टाटा नैनो ईवी

में कई सरक्षा उपाय भी होने की उम्मीद है। पावर और टिकाऊपन के मामले में टाटा नैनो के इलेक्ट्रिक मॉडल में 17 kWh की बैटरी है। माना जाता है कि एक बार फुल चार्ज होने पर यह वाहन 300 किलोमीटर की यात्रा करने में

रिपोर्ट्स के मुताबिक टाटा नैनो का अगला संस्करण परी तरह से नया. शक्तिशाली और अलग होगा। कार की अधिकतम् गति ८० किमी/घंटा बताई गई है, लेकिन यह दस सेकंड से भी कम समय में 100 किमी/घंटा की रफ़्तार पकड़ सकती है।



Interaction with CEOs of PLI beneficiary compani

Shri Piyush Goyal

फाडा में हुआ नेतृत्व परिवर्तन

परिवहन विशेष न्यूज

भारत में ऑटोमोबाइल रिटेल की सर्वोच्च राष्ट्रीय संस्था फेडरेशन ऑफ ऑटोमोबाइल डीलर्स एसोसिएशन (FADA) ने बुधवार, 11 सितंबर को सीएस विग्नेश्वर को फाड़ा के 37वें अध्यक्ष के रूप में नियुक्त करने की घोषणा की और उन्हें वर्ष 2024-26 के लिए नियुक्त किया। यह निर्णय 315वीं गवनिंग काउंसिल की बैठक में लिया गया, जो 60वीं वार्षिक आम बैठक के तुरंत बाद आयोजित की गई थी।

श्री विग्नेश्वर कोयंबटूर, तमिलनाडु में स्थित अनामलाइस टोयोटा के प्रबंध निदेशक हैं और उनके पास वोल्वो आयशर कमर्शियल व्हीकल्स (वीईसीवी) और एथर एनर्जी की अन्य डीलरशिप भी हैं। इसके अलावा, एआरसी समृह के रूप में जाना जाने वाला उनका व्यवसाय समृह माल परिवहन, पेयजल, पैकेज्ड खाद्य पदार्थ, हरित ऊर्जा विकल्प, खेती, एफएमसीजी वितरण और शिक्षा में रुचि रखता

श्री विग्नेश्वर पिछले 16 वर्षों से VECV की सर्वोच्च सलाहकार समिति के सदस्य हैं। वे 11



वर्षों तक टोयोटा डीलर काउंसिल का हिस्सा रहे हैं और 7 वर्षों तक टोयोटा इंडिया सर्विस डीलर काउंसिल के प्रमुख रहे हैं। वे पिछले 12 वर्षों से FADA के काउंसिल सदस्य हैं। श्री विग्नेश्वर कोयंबटर शहर में होम गार्ड के लिए एरिया कमांडर के रूप में भी काम कर रहे हैं।

गवर्निंग काउंसिल ने वर्ष 2024-26 के लिए निम्नलिखित को भी बढ़ावा दियाः

* श्री साईं गिरिधर, एमडी, साईशा मोटर्स प्राइवेट लिमिटेड (स्कोडा वोल्वो कार और एमजी मोटर्स के डीलर), जयपुर, राजस्थान,

* श्री अमर जितन शेठ, मुंबई, महाराष्ट्र स्थित ग्रुप शमन (होंडा कार, वोक्सवैगन और ट्रायम्फ के डीलर) के प्रबंध निदेशक, सचिव के

गवर्निंग काउंसिल ने सर्वसम्मित से श्री प्रदीप अग्रवाल को वर्ष 2024-26 के लिए कोषाध्यक्ष चना। श्री अग्रवाल ओडिशा के कटक और भुवनेश्वर में स्थित जेएमजी ग्रुप (हीरो मोटोकॉर्प के डीलर) के प्रबंध भागीदार

FADA अपने निवर्तमान अध्यक्ष मनीष राज सिंघानिया के अपार योगदान के लिए अपनी गहरी कृतज्ञता व्यक्त करता है, जिनके नेतृत्व ने प्रमुख उद्योग सुधारों को आगे बढाने और देश भर में ऑटो डीलरों की आवाज को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

कार्यभार सौंपते समय, श्री मनीष राज सिंघानिया ने कहा, ₹ऑटो रिटेल क्षेत्र के लिए महत्वपूर्ण परिवर्तन के समय में फाडा के अध्यक्ष के रूप में सेवा करना मेरे लिए बहुत बडा सम्मान रहा है। ऑटोमोटिव उद्योग की

सबसे महत्वपूर्ण शाखा - डीलरों का प्रतिनिधित्व करेना मेरे लिए सम्मान और जिम्मेदारी दोनों है। पिछले दो वर्षों में हमने प्रमुख उद्योग मुद्दों को हल करने और ऑटो रिटेल समुदाय के लिए चुनौतियों को कम करने के लिए सभी हितधारकों के साथ सहयोग किया

हमने मॉडल डीलर एग्रीमेंट के साथ महत्वपूर्ण प्रगति की है, दो प्रमुख ब्रांड पहले ही इसे अपना चुके हैं और अन्य उन्नत चरणों में हैं। इसके अतिरिक्त वित्तीय संस्थानों के साथ हमारे प्रयासों ने डीलरों और वित्तीय भागीदारों को संरेखित करने में मदद की है, जिससे महत्वपर्ण चिंताओं पर बेहतर सहयोग सुनिश्चित हुआ है। हमारी सबसे उल्लेखनीय उपलब्धियों में से एक थोक के मुकाबले खुदरा आंकडों पर बढता ध्यान है - एक पहल जिसकी शुरुआत फाडा ने छह साल पहले की थी, जिसे अब ओईएम से मान्यता मिल रही है। जैसा कि वे कहते हैं, 'रोम एक दिन में नहीं बना था.' लेकिन यह हमारे सहयोग के लिए एक सच्ची जीत का प्रतिनिधित्व

सियाम ने चुना अपना नया अध्यक्ष

परिवहन विशेष न्यूज

देश के अग्रणी ऑटोमोबाइल निर्माताओं का प्रतिनिधित्व करने वाली शीर्ष संस्था सोसाइटी ऑफ इंडियन ऑटोमोबाइल मैन्युफैक्चरर्स (सियाम) की कार्यकारी समिति ने बुधवार, 11 सितंबर को टाटा मोटर्स पैसेंजर व्हीकल्स लिमिटेड और टाटा पैसेंजर इलेक्ट्रिक मोबिलिटी लिमिटेड

के प्रबंध निदेशक श्री शैलेश चंद्रा को 2024-25 के लिए अपना नया अध्यक्ष चुना।

श्री शैलेश चंद्रा जो पहले एसआईएएम के उपाध्यक्ष के रूप में कार्यरत थे. वोल्वो आयशर कमर्शियल व्हीकल्स लिमिटेड के प्रबंध निदेशक और सीईओ श्री विनोद अग्रवाल का स्थान

एसआईएएम के सदस्यों ने अशोक लीलैंड लिमिटेड के एमडी और सीईओ श्री शेनु अग्रवाल को 2024-25 के लिए एसआईएएम का उपाध्यक्ष चुना। डेमलर इंडिया कमर्शियल व्हीकल्स के सीईओ और एमडी श्री सत्यकाम आर्य को २०२४-२५ के लिए एसआईएएम का कोषाध्यक्ष चुना

अगले कुछ दिनों में लॉन्च होने को तैयार तीन गाड़िया, छह-सात सीटों का मिलेगा विकल्प

परिवहन विशेष न्युज

अव टबर से भारत में फेस्टिव सीजन की शुरुआत हो रही है। इसी को देखते हुए भॉटोमोबाइल जगत भी तैयारी कर रहा है। तीन अव टूबर से नवरात्र शुरू होते ही नए वाहनों को लॉन च किया जाएगा। इसी क्रम में तीन ऐसी गाड़ियों को लॉन च किया जाएगा जिनमें छह-सात सीटों का विकल्प मिलेगा। किस कंपनी की ओर से किस गाडी को लॉन् च किया जाएगा। आइए जानते हैं।

नई दिल्ली। भारतीय बाजार में एसयुवी के साथ ही एमपीवी सेगमेंट के वाहनों की मांग में भी लगातार बढोतरी हो रही है। इसी को देखते हुए फेस्टिव सीजन के दौरान छह और सात सीटों के विकल्प के साथ तीन गाड़ियों को लॉन्च करने की तैयारी की जा रही है। किस कंपनी की ओर से किस गाडी को कब तक लॉन्च किया जा सकता है। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।



Kia Carnival होगी लॉन्च किआ की ओर से छह और सात सीटों के विकल्प के साथ Kia Carnival एमपीवी को अक्टूबर में लॉन्च किया जाएगा । इस गाड़ी की नई जेनरेशन को भारतीय बाजार में तीन अक्टूबर को लाया जाएगा। इसके पहले भारत में कंपनी

कार्निवल की पुरानी जेनरेशन को बिक्री के लिए उपलब्ध करवाती थी, जिसे साल 2023 के मध्य में हटा दिया गया था। उम्मीद है कि नई जेनरेशन किआ कार्निवल की एक्स शोरूम कीमत 50 लाख रुपये के आस-पास हो सकती Kia EV9 भी होगी लॉन्च

तीन अक्टबर को ही किआ की ओर से छह और सात सीटों के विकल्प वाली इलेक्टिक गाड़ी Kia EV9 को भी लॉन्च किया जाएगा। इसमें भी कई बेहतरीन फीचर्स को दिया जाएगा। साथ ही इसे प्रीमियम इलेक्ट्रिक एसयूवी सेगमेंट में लॉन्च किया जाएगा। लॉन्च के समय इसकी संभावित कीमत 80 लाख रुपये के आस-पास हो सकती है। कंपनी इसे सीबीयू के तौर पर

BYD eMAX7 भी होगी लॉन्च चीन की वाहन निर्माता BYD की ओर से भी अपने पोर्टफोलियो को बेहतर करते हुए इलेक्ट्रिक एमपीवी के तौर पर नई गाड़ी को लाने की तैयारी की जा रही है। लॉन्च से पहले सितंबर में इसके लिए बुकिंग को भी शुरू कर दिया गया है। ऐसे में उम्मीद की जा रही है कि अक्टूबर में इसे भी लॉन्च किया जाएगा। छह और सात सीटों के विकल्प के साथ आने वाली इस गाडी को भी बेहतरीन फीचर्स के साथ ऑफर किया जाएगा।

परिवहन विशेष न्यूज

केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने भारतीय उद्योग जगत से वैश्विक स्तर पर ब्रांड इंडिया को बढ़ावा देने के लिए उच्च गुणवत्ता वाले उत्पादन को प्राथमिकता देने का आह्वान किया है। "मेक इन इंडिया" अभियान के तहत गोयल ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के "जीरो इफेक्ट; जीरो डिफेक्ट" विनिर्माण के दृष्टिकोण को दोहराते हुए टिकाऊ प्रथाओं की आवश्यकता पर जोर दिया।

उत्पादन से जडे प्रोत्साहन (पीएलआई) योजना से लाभान्वित होने वाली कंपनियों के 140 से अधिक सीईओ के साथ एक संवादात्मक सत्र में, मंत्री ने नवाचार को बढ़ावा देने, रोजगार सुजन करने और भारत को अधिक आत्मनिर्भर बनाने के लिए कंपनियों की सराहना की। उन्होंने इलेक्ट्रॉनिक्स, फार्मास्यृटिकल्स और ऑटोमोबाइल जैसे क्षेत्रों को महत्वपूर्ण रूप से बढ़ावा देने के लिए पीएलआई लाभार्थियों को श्रेय दिया, जिससे भारत को वैश्विक विनिर्माण केंद्र के रूप में उभरने में मदद मिली।

पीयूष गोयल ने घरेलू मूल्य संवर्धन बढ़ाने के महत्व पर जोर दिया और कंपनियों से स्थानीय निर्माताओं का समर्थन करने का आग्रह किया।

उन्होंने पीएलआई योजना के कार्यान्वयन को सुव्यवस्थित करने और कानून के गैर-अपराधीकरण और उदारीकरण के माध्यम से व्यापार करने में आसानी को बेहतर बनाने के लिए सरकार और उद्योग जगत के नेताओं के बीच निरंतर संवाद की आवश्यकता पर प्रकाश डाला।

पीएलआई योजना ने अब तक 1.46 लाख करोड़ रुपये का निवेश आकर्षित किया है और अगले साल तक इसके 2 लाख करोड़ रुपये तक पहुंचने की उम्मीद है। इससे उत्पादन में 12.5 लाख करोड़ रुपये की वृद्धि हुई है और 9.5 लाख लोगों के लिए रोजगार सुजन हुआ है, साथ ही निर्यात 4 लाख करोड़ रुपये से अधिक हो गया है। मोबाइल फोन निर्माण, फार्मास्यूटिकल्स और इलेक्ट्रिक वाहनों जैसे प्रमुख क्षेत्रों में पर्याप्त वृद्धि देखी गई है, जिससे भारत की वैश्वक प्रतिस्पर्धात्मकता और मजबूत हुई

पीयूष गोयल ने सतत विकास सुनिश्चित करने तथा प्रौद्योगिकी हस्तांतरण और विदेशी सहयोग को बढ़ावा देने के लिए उद्योगों और सरकार के बीच सहयोग को भी प्रोत्साहित किया, जिसमें इन्वेस्ट इंडिया इन प्रयासों को सुगम बनाएगा।।

जापान ईवी बैटरी विनिर्माण को समर्थन देने के लिए देगा 2.4

बिलियन डॉलर की सब्सिडी

परिवहन विशेष न्यूज

जापान ने इलेक्ट्रिक वाहन बैटरी विनिर्माण के लिए 2.4 बिलियन डॉलर की सब्सिडी देने का वादा किया है, ताकि टोयोटा मोटर्स और कई अन्य कंपनियों की परियोजनाओं को समर्थन दिया जा सके, जो अपनी बैटरी आपूर्ति श्रृंखला को मजबत बनाना चाहती हैं।

अर्थव्यवस्था, व्यापार और उद्योग मंत्री केन सैटो के अनुसार, सरकार भंडारण बैटरियों, उनके भागों, सामग्रियों या उत्पादन उपकरणों से संबंधित 12 परियोजनाओं के लिए 350 बिलियन येन (2.44 बिलियन डॉलर) तक की सहायता प्रदान करेगी।

श्री सैतो ने कहा, ₹हमें उम्मीद है कि इन प्रयासों से जापान की स्टोरेज बैटरी आपूर्ति श्रृंखला और स्टोरेज बैटरी उद्योग की

प्रतिस्पर्धात्मकता मजबूत होगी।₹ जापानी मीडिया रिपोर्टों के अनुसार, इस अद्यतन से देश की वार्षिक भंडारण बैटरी विनिर्माण क्षमता वर्तमान 80 GWh से लगभग 50% बढ़कर 120 गीगावाट-घंटे हो जाने की संभावना है।

सैटो ने आगे बताया कि सरकार की सहायता में टोयोटा और निसान मोटर के निवेश के साथ-साथ पैनासोनिक होल्डिंग्स के ऊर्जा व्यवसाय और ऑटोमेकर सुबारू और माजदा मोटर के बीच सहयोगात्मक पहल भी शामिल

यह अपडेट सरकार द्वारा पिछले वर्ष जुन में स्टोरेज बैटरी निर्माण के लिए लगभग 1 बिलियन डॉलर की सब्सिडी की पेशकश के बाद आया है, जिसका पहला बैच अप्रैल 2023 में शुरू होने वाला है।

उद्योग मंत्रालय के अनुसार टोयोटा अपनी बैटरी सहायक कंपनियों, प्राइम प्लैनेट एनर्जी एंड सॉल्यूशंस और प्राइमअर्थ ईवी एनर्जी के साथ मिलंकर ठोस-अवस्था और प्रिज्मीय बैटरी उत्पादन क्षमता को 9 गीगावाट घंटा तक बढ़ाने के लिए लगभग 245 बिलियन येन का

रिपोर्टों के अनुसार टोयोटा नवंबर 2026 में बैटरियों की शिपमेंट शुरू कर देगी। योमिउरी अखबार के अनुसार, विचार ह्योगो और फुकुओका के प्रान्तों में बैटरी सुविधाएं विकसित करने का है।

निसान ने एक बयान में घोषणा की कि सरकार ने लिथियम-आयरन-फॉस्फेट बैटरी बनाने के उनके प्रस्ताव को मंजूरी दे दी है।

बयान के अनुसार ऑटोमेकर ने वित्तीय वर्ष 2028 से मिनी वाहनों में ऐसी बैटरियां लगाने की योजना बनाई है, जिसमें घरेलू विनिर्माण क्षमता 5 गीगावाट घंटा प्रति वर्ष होगी तथा 55.5 बिलियन येन तक की सहायता दी

इसके अलावा पैनासोनिक की ऊर्जा इकाई, जो टेस्ला के लिए बैटरी बनाती है, और सुबारू ने एक संयुक्त बयान में कहा कि वे वित्तीय वर्ष 2028 से बेलनाकार लिथियम-आयन बैटरी प्रदान करने के लिए टोक्यों के उत्तर में गन्मा प्रान्त में एक कारखाना स्थापित करेंगे।





विजय गर्ग

पकी डिग्री योग्यता से कुछ अधिक द्भी हो सकती है। अगर सही तरीके से संपर्क किया जाए, तो यह वह आधार है जिस पर आपके संभावित सफल करियर को आधार बनाया जा सकता है। यह सिर्फ प्रमाणपत्र नहीं है, बल्कि आप अपनी शिक्षा को कार्यबल की मांगों को पूरा करने के लिए कैसे लागू करते हैं जो समय के साथ लगातार बदलती रहती हैं। निम्नलिखित छह प्रमुख रणनीतियाँ हैं जो आपकी डिग्री को एक बहुत शक्तिशाली कैरियर लॉन्चपैड में बदलने में मदद कर सकती हैं। अपनी शिक्षा को उद्योग की आवश्यकताओं के अनुरूप बनाएं अपनी डिग्री को उद्योग की जरूरतों से जोडकर मुल्यवान बनाएं। बाजार के मौजूदा रुझानों और मांगों पर शोध । नियोक्ता जिन कौशलों की तलाश कर रहे हैं उन्हें खोजें और अपनी सीख को उनके साथ जोड़ें। जब आप अभी भी स्कूल में हों, तो ऐच्छिक विषय और/या कक्षाएं लें, खासकर यदि यह उन आवश्यकताओं के अनुरूप हो। स्नातकों के लिए, अभी भी देर नहीं हुई है। आप हमेशा अतिरिक्त प्रमाणपत्रों के साथ अपनी डिग्री हासिल कर सकते हैं। तरकीब यह है कि आपके द्वारा चुने गए क्षेत्र में नियोक्ता की आवश्यकताओं के अनुसार ज्ञान को अनुकूलित किया जाए। कौशल-आधारित शिक्षा पर ध्यान दें जबकि एक डिग्री आपको सैद्धांतिक ज्ञान देती है, अधिकांश नियोक्ता यह तलाशते हैं कि आप क्या कर सकते हैं। कौशल-आधारित शिक्षा इस अंतर को पाटने में मदद करती है। आज का नौकरी बाजार व्यावहारिक कौशल की सराहना करता है, इसलिए उन अवसरों में शामिल होने का प्रयास करें जो

नौकरी बाजार में अपनी डिग्री की क्षमता को अधिकतम कैसे करें

आपको उन्हें हासिल करने के लिए प्रेरित करते हैं। यह प्रोजेक्ट कार्य हो सकता है जिसमें समस्या-समाधान, तकनीकी जानकारी या आलोचनात्मक सोच की आवश्यकता हो सकती है। कौशल के अधिग्रहण पर ध्यान केंद्रित करके. आप रोजगार की संभावनाओं को बढाते हैं। नियोक्ता उम्मीदवारों की योग्यताओं के व्यावहारिक प्रमाण के साथ, कार्य अनुभव पर बहुत अधिक जोर देते हैं। इंटर्निशिप और कार्य अनुभव का लाभ उठाएं आपकी डिग्री को करियर में बदलने के लिए इंटर्निशिप और वास्तविक दुनिया का कार्य अनुभव महत्वपूर्ण है। वे आपको कामकाजी माहौल में आप जो पढ़ रहे हैं उसका अभ्यास करने का अवसर प्रदान करते हैं। इंटर्नशिप काम की दुनिया का एकमात्र पूर्वावलोकन नहीं है; वे आपका बायोडाटा भी बनाते हैं। यदि आप स्कूल में रहते हुए इंटर्न कर सकते हैं, तो करें। उन सभी लोगों के लिए जो पहले से ही स्कूल से बाहर हैं, एक प्रवेश स्तर की स्थिति या एक स्वयंसेवक अवसर जो आपको आवश्यक अनुभव प्रदान करेगा, की तलाश की जानी चाहिए। व्यवसाय ऐसे लोगों को रोजगार देना पसंद करते हैं जिन्होंने काम करके सीखने की पहल की है। कई उद्योगों में अनुभव अक्सर औपचारिक शिक्षा से अधिक मायने रखता है। जीवनभर सीखने को अपनाएं आपकी डिग्री आप जो सीख सकते हैं। उसके हिमशैल के सिरे का प्रतिनिधित्व करती है। आज की तेजी से बदलती दुनिया में, उद्योग हमेशा बदलते रहते हैं, और इन उद्योगों में बने रहने के लिए. व्यक्ति को नई जानकारी से अपडेट रहना होगा। निरंतर शिक्षा को अपनाना उन चाबियों में से एक है जो करियर में सफलता हासिल करने में मदद कर सकती है। चाहे वह ऑनलाइन पाठ्यक्रम हों, कार्यशालाएँ हों या अद्यतन सॉफ़्टवेयर हों, आपको केवल प्रतिस्पर्धात्मक लाभ ही दे सकते हैं।ऐसा रवैया नियोक्ताओं को दिखाएगा कि आप लचीले हैं और किसी उद्योग में विकास के लिए तैयार हैं। लेकिन ऐसा भी नहीं है कि किसी डिग्री पर भरोसा किया जा सके; बल्कि, हर समय सूचित रहना और अपने कौशल में सुधार करना दीर्घकालिक करियर विकास की कुंजी है। नेटवर्किंग और व्यक्तिगत

ब्रांडिंग अपनी डिग्री को काम में लाना उद्योग के पेशेवरों के साथ संबंध बनाकर सबसे प्रभावी ढंग से किया जाएगा। यह अवसर, नौकरियों और परामर्श समर्थन के दरवाजे खोलने में मदद करेगा। उद्योग कार्यक्रमों में भाग लें, ऑनलाइन समुदायों से जुड़ें और अपने क्षेत्र में पहले से स्थापित लोगों से जडें।सामाजिक प्लेटफ़ॉर्म, विशेष रूप से लिंक्डइन, आपको एक बहुत मजबूत पेशेवर नेटवर्क बनाने में मदद कर सकते हैं। नेटवर्किंग और ब्रांडिंग के अलावा, व्यक्तिगत ब्रांडिंग भी महत्वपूर्ण है। सुनिश्चित करें कि आपका ऑनलाइन ब्रांड आपके कौशल और करियर आकांक्षाओं के अनुरूप है। अपने आप को अच्छी तरह से ब्रांड करके, आपने नियोक्ताओं और उद्योग के साथियों के लिए आपकी क्षमता को नोट करना आसान बना दिया होगा । कैरियर परामर्श और परामर्श लें नये करियर में आगे बढ़ना कठिन है। कैरियर परामर्शदाता और सलाहकार कैरियर परामर्श के माध्यम से दी गई जानकारी के आधार पर निर्णय लेने के लिए सर्वोत्तम सलाह प्रदान करते हैं। यह प्रक्रिया आपको संभावित करियर विकल्पों के अनुरूप अपनी रुचियों को रखने के अलावा नौकरी बाजार और ताकत के बारे में अधिक जानने में मदद करती है। दूसरी ओर, मेंटरशिप किसी ऐसे व्यक्ति के व्यक्तिगत मार्गदर्शन को ध्यान में रखती है जो पहले से ही आपके इच्छित क्षेत्र में सफल हो चुका है। मेंटरशिप आपको सामान्य नुकसान से बचने में मदद कर सकती है और आपको अपने करियर में आगे बढ़ने के बारे में सलाह दे सकती है। करियर काउंसलिंग और मेंटरशिप दोनों ही दो प्रमुख उपकरण हैं जिनका डिग्री को सफल करियर में बदलने के लिए अत्यधिक महत्व है। इन रणनीतियों का पालन करके, आप अपनी डिग्री को करियर लॉन्चपैड में बदल सकते हैं। सक्रिय हो जाओ; व्यावहारिक कौशल और आजीवन सीखने के संबंध में अपनी शिक्षा को उद्योग की जरूरतों के अनुरूप बनाना शुरू करें। आगे बढ़ें और इंटर्नशिप, नेटवर्किंग और मेंटरशिप के माध्यम से निरंतर दीर्घकालिक सफलता के लिए उस मजबूत नींव का

कृत्रिम बुद्धिमत्ता के युग में शिक्षा

जैसे-जैसे स्वचालन और कृत्रिम बृद्धिमत्ता उद्योगों को नया आकार दे रही है, शिक्षा प्रणाली को परिवर्तन की तत्काल आवश्यकता का सामना करना पड रहा है प्रवेश परीक्षाओं, विशेषकर पेपर लीक को लेकर बढ़ते विवाद ने हमारी शिक्षा और मुल्यांकन प्रणालियों में सुधार की आवश्यकता पर प्रकाश डाला है। एक स्पष्ट समाधान कंप्यूटर-आधारित परीक्षाओं में परिवर्तन है, जिन्हें जेईई मेन्स, बिटसैट और कैट जैसी प्रमुख परीक्षाओं के लिए पहले ही लागू किया जा चुका है। इन परीक्षाओं में बेतरतीब ढंग से उत्पन्न प्रश्न और विभिन्न नोड़स में एक साथ वितरण की सुविधा होती है, जिससे पेपर लीक को प्रभावी ढंग से रोका जा सकता है। इसके अतिरिक्त, तत्काल ग्रेडिंग की संभावना पारदर्शिता प्रदान करती है। साल में कई बार ऐसी परीक्षा आयोजित करने से छात्रों के सामने आने वाले भारी दबाव को भी कम किया जा सकता है। हालाँकि, जबकि परीक्षण की पद्धति एक महत्वपूर्ण चर्चा है, हमारी शिक्षा प्रणाली के बुनियादी सिद्धांतों का पुनर्मूल्यांकन करना भी उतना ही महत्वपूर्ण है।₹क्यों पढ़ाएँ,₹ ₹क्या पढ़ाएँ,₹ ₹कैसे पढ़ाएँ,₹ ₹कैसे मृल्यांकन करें,₹ और ₹मुल्यांकन क्यों करें₹ के प्रश्न इस बहस के केंद्र में होने चाहिए। ऑस्कर वाइल्ड ने एक बार टिप्पणी की थी, ₹िशक्षा एक सराहनीय चीज़ है, लेकिन सीखने लायक कुछ भी सिखाया नहीं जा सकता ।₹ यह कथन शिक्षा की वर्तमान स्थिति से गहराई से मेल खाता है। हमारा सिस्टम एक आकार-सभी के लिए फिट मॉडल का पालन करता है, यह मानते हुए कि एक कक्षा में साठ छात्र एक ही सामग्री को एक ही गति से सीख सकते हैं और, अधिक महत्वपूर्ण बात, प्रक्रिया का आनंद ले सकते हैं। रटकर सीखना, जो भारतीय शिक्षा प्रणाली पर हावी है, इस बात का स्पष्ट संकेतक है कि दुष्टिकोण कितना पुराना हो गया है, खासकर कृत्रिम बुद्धिमत्ता के युग में। 2011 तक, सीबीएसई ने टाइपराइटिंग को एक विषय के रूप में भी पेश किया था, जो दर्शाता है कि पाठ्यक्रम के कितने पुराने हिस्से हैं। छात्रों पर दबाव चरम सीमा पर पहुंच गया है, जिससे प्रतिस्पर्धी प्रवेश परीक्षाओं की तैयारी करने वालों में आत्महत्या की दर चिंताजनक रूप से उच्च हो गई है। कई छात्र नौवीं कक्षा से ही आईआईटी जैसी प्रवेश परीक्षाओं की तैयारी शुरू कर देते हैं, जिससे उनके बचपन और समग्र विकास में बाधा आती है। प्रत्येक व्यक्ति अद्वितीय है, और प्रत्येक मानव मस्तिष्क अलग तरह से कार्य करता है।शिक्षाशास्त्र - सीखने का विज्ञान - में प्रगति के बावजूद हम एक पुरातन, कुकी-कटर दृष्टिकोण का पालन करना जारी रखते हैं जिसका उद्देश्य बड़े पैमाने पर शिक्षा का उत्पादन करना है। सामृहिक शिक्षा का मूल उद्देश्य व्यक्तियों को नौकरियों के लिए तैयार करना था। हालाँकि, स्वचालन और एआई अब इनमें से कई नौकरियों को खत्म करने के लिए तैयार हैं। तकनीकी प्रगति तेजी से कछ कौशलों को अप्रचलित बना रही है। आज बड़ी संख्या में युवा पेशेवर ऐप और वेब विकास क्षेत्रों में कार्यरत हैं, ये काम अब चैटजीपीटी जैसे जेनरेटिव एआई सिस्टम द्वारा किए

जा सकते हैं। ये सिस्टम सरल संकेतों के आधार पर ऐप्स या वेबसाइट बना सकते हैं। इसके अलावा, जेनेरिक एआई जैसे टल के साथ, किसी के पास लेखक, कलाकार, संगीतकार या कोडर बनने की क्षमता है, जो विशेषज्ञों और नौसिखियों के बीच मौजूद कौशल अंतराल को काफी हद तक कम कर देता है। इसलिए, भविष्य में सबसे महत्वपूर्ण कौशल किसी विशिष्ट कार्य को करने की क्षमता नहीं होगी, बल्कि लगातार सीखने और अनुकूलन करने की क्षमता होगी। निरंतर बदलती दुनिया में, हमारे द्वारा अर्जित अधिकांश ज्ञान या तो अप्रासंगिक हो जाएगा या उसे बार-बार अद्यतन करने की आवश्यकता होगी। शिक्षा को जीवन के प्रारंभिक वर्षों के दौरान किए गए एक मुश्त निवेश के रूप में नहीं देखा जाना चाहिए। इसके बजाय, सीखने को जीवन भर की यात्रा के रूप में पहचाना जाना चाहिए। कोई व्यक्ति अपने करियर की शुरुआत में जो डिग्री अर्जित करता है, वह उसके आधे रास्ते तक पहुंचते-पहुंचते अप्रासंगिक हो सकती है। पारंपरिक डिग्री,एक समय नौकरियाँ सुरक्षित करने के लिए महत्वपूर्ण, आने वाले वर्षों में अपनी प्रासंगिकता खो सकते हैं। उदाहरण के लिए, कई सॉफ़्टवेयर डेवलपर औपचारिक विश्वविद्यालय कार्यक्रमों के बजाय कौरसेरा जैसे ऑनलाइन प्लेटफ़ॉर्म से प्रोग्रामिंग सीखते हैं। कंपनियों द्वारा नौकरी के उम्मीदवारों का मूल्यांकन करने का तरीका भी विकसित हो रहा है। बायोडाटा का स्थान तेजी से पोर्टफोलियो समीक्षाओं द्वारा लिया जा रहा है, जहां व्यक्ति अपने कौशल और रचनात्मकता का प्रदर्शन कर सकते हैं।शिक्षा पर एआई का प्रभाव पहले से ही स्पष्ट है।पिछले साल. चैटजीपीटी ने यूएस मेडिकल लाइसेंसिंग परीक्षा, लॉ स्कूल परीक्षा और गुगल की कोडिंग परीक्षा पास करके सुर्खियां बटोरीं। इससे इस बात पर बहस छिड़ गई है कि क्या शैक्षणिक संस्थानों में एआई टुल्स पर प्रतिबंध लगाया जाना चाहिए। नसीम तालेब ने हाल ही में इस पर टिप्पणी करते हुए कहा, ₹चैटजीपीटी पास करना चैटजीपीटी का नहीं बल्कि परीक्षा प्रणाली का प्रतिबिंब है। र शिक्षा का मुख्य उद्देश्य छात्रों को उनके संसाधनों को सीमित करके परीक्षण करना नहीं होना चाहिए, बल्कि उन्हें सभी उपलब्ध उपकरणों का उपयोग करके वास्तविक दुनिया की समस्याओं को हल करने के लिए तैयार करना होना चाहिए। उदाहरण के लिए, एक कैलकुलेटर, कई अंतरराष्ट्रीय बोर्ड परीक्षाओं में अनुमत एक सामान्य उपकरण है लेकिन सीबीएसई जैसे कुछ भारतीय बोर्डों में अभी भी प्रतिबंधित है। जेनरेटिव एआई वैयक्तिकृत पाठ योजनाएं और मूल्यांकन उत्पन्न करके शिक्षा में क्रांति लाने की क्षमता रखता है। वास्तविक समय पर प्रतिक्रिया प्रदान करने वाले वर्चुअल ट्यूटर खान अकादमी और डुओलिंगो जैसे प्लेटफार्मों के माध्यम से पहले से ही उपलब्ध हैं।शिक्षा का भविष्य सीखने में निहित है जो रोजमर्रा की जिंदगी में निर्बाध रूप से अंतर्निहित है, जिसे पारंपरिक शिक्षकों के बजाय गुरुओं द्वारा सुगम बनाया गया है।

ज्ञान

नसरल्लाह का खेल खत्म

अंततः इजरायली सेना ने आतंकी संगठन हिजबुल्लाह साथ एक खूंख्वार और खौफनाक आतंक का अध्याय आधार पर लेबनान की राजधानी बेरूत में हिजबुल्लाह मुख्यालय और उसके 140 से अधिक ठिकानों पर ऐसी अभियान के बाद इजरायली सेना ने बयान दिया कि अब नसरल्लाह दुनिया पर अपना आतंक नहीं फैला सकेगा। जाहिर है कि यह उसके मारे जाने का ठोस दावा था। कुछ घंटों के बाद हिजबुल्लाह ने भी कबूल किया कि चीफ शहीदों में शामिल हो गए हैं। दरअसल नसरल्लाह अलकायदा के ओसामा बिन लादेन, अयमान अल जवाहिरी, हमास के सियासी ब्यूरो के सरगना इस्माइल ही आतंकवादी था, जिसने अमरीका और इजरायल में हजारों इनसानी जिंदगियों को 'लाश' बना दिया था। उसका एकमात्र मकसद था कि इजरायल और यहदियों का वजूद ही खत्म करना है। नसरल्लाह 1992 से हिजबुल्लाह का सरगना आतंकी था। संगठन के संस्थापक मुखिया सैयद अब्बास मुसावी को दक्षिण था। उसके दो दिन बाद फरवरी, 1992 में नसरल्लाह महासचिव चुना गया। उसके नेतृत्व में ही हिजबुल्लाह मध्य-पूर्व में सबसे ताकतवर समूहों में से एक बना। 1997 में अमरीका ने हिजबुल्लाह को आतंकी संगठन

के सरगना शेख हसन नसरल्लाह को मार गिराया। इसी के समाप्त हुआ। इजरायली सेना ने सटीक खुफिया सूचना के बमवर्षा की कि नसरल्लाह किसी बंकर में भी सुरक्षित नहीं रह पाया। करीब 30 मिनट के भीतर लगभग 80 बम दागे गए। उनमें बंकर बस्टर बम भी थे, जो किसी भी बंकर को फाड़ कर अंदर घुसने और विस्फोट करने में सक्षम हैं। इस हनियेह और हिजबुल्लाह के शीर्ष कमांडरों की जमात का लेबनान में इजरायली हेलीकॉप्टर हमले में मार दिया गया घोषित किया।

हरित रसायन से से हरित जीवन

हरित रसायन रसायन शास्त्र की एक ऐसी शाखा है, जिसमें रसायनों के निर्माण, उपयोग और निपटान के दौरान पर्यावरण के अनुकूल और सुरक्षित तरीकों का प्रयोग किया जाता है। इसका उद्देश्य रसायनों के उत्पादन और उपयोग से होने वाले पर्यावरणीय प्रभावों को कम करना है। हरित रसायन की अवधारणा पाल एंथनी ट्रो की थी। उन्होंने नब्बे के दशक में हरित रसायन के सिद्धांतों को विकसित किया और इसे व्यापक रूप से प्रस्तुत किया। उनके अनुसार, 'रसायनों के उत्पादन और उपयोग के तरीके, जो मानव स्वास्थ्य और पर्यावरण के लिए कम से कम हानिकारक हों, हरित रसायन हैं।'

पाल एंथनी ने हरित रसायन के बारह सिद्धांत भी प्रस्तुत किए। यह रसायन स्वास्थ्य के लिए हानिकारक रसायनों के उपयोग को कम करता है, जिससे स्वास्थ्य सुरक्षा में मदद मिलती है। इससे एक नई जीवन शैली बन रही है। दरअसल, हरित रसायन संसाधनों की बचत करता है, क्योंकि इसमें रसायनों का न्यूनतम उपयोग किया जाता है। साथ ही ऊर्जा की बचत करता है, क्योंकि इसमें ऊर्जा कुशल प्रक्रियाओं का उपयोग किया जाता है। यह रसायन आर्थिक लाभ प्रदान करता है, क्योंकि इसमें रसायनों का न्यूनतम उपयोग किया जाता है, जिससे लागत कम होती है। यह भावी पीढियों के लिए एक सुरक्षित और स्वस्थ पर्यावरण बनाने में मदद करता है। इस रसायन की इसलिए आवश्यकता है कि हम पर्यावरण, स्वास्थ्य और संसाधनों की सुरक्षा कर सकें और एक बेहतर भविष्य की

हरित रसायन मृदा जीवन का संरक्षण करता है। यह रसायन मृदा प्रदूषण दूषण की रोकथाम करता है। वहीं यह ऊर्जा कुशल प्रक्रियाओं का उपयोग करता है. जिससे कम ऊर्जा की खपत होती है। खपत होती है। हरित रसायनों का उदाहरण हैं- जैविक उर्वरक, जैसे खाद और हरित खाद । जैविक कीटनाशक, जैसे कि नीम का तेल और डायटोमेसियस। इसी तरह हरित ईंधन का मतलब जैविक ईंधन, बायोगैस और हाइड्रोजन ईंधन। हरित धातु, जैसे तांबा, जस्ता और एल्यमिनियम, जो प्राकृतिक स्रोतों से प्राप्त किए जाते हैं। इन उदाहरणों से पता चलता है कि हरित रसायन का विभिन्न क्षेत्रों में उपयोग किया जा सकता सकता है। ये पर्यावरण के अनुकूल हो सकते हैं। जैविक खेती और हरित रसायन एक दूसरे के पूरक हैं और पर्यावरण अनुकूल खेती के लिए महत्त्वपूर्ण त्वपूर्ण हैं। जैविक खेती में रसायनों का उपयोग नहीं किया जाता है. बल्कि प्राकृतिक तरीकों से फसलों का उत्पादन किया जाता है। जैविक खेती और हरित रसायन से पर्यावरण संरक्षण सुनिश्चित होता हानिकारक रसायनों के उपयोग को कम करते हैं। फसलों की गुणवत्और मिट्टी की उर्वरता में सुधार करते हैं। जल संरक्षण में मदद करते हैं। दूसरी ओर, हरित रसायन और उद्योगीकरण के बीच गहरा संबंध है। यह उद्योगीकरण को अधिक स्थायी और पर्यावरण के अनुकूल

बनाने में मदद करता है। रसायनों के न्यूनतम उपयोग को बढ़ावा देता है, जिससे उद्योगों में रसायनों का उपयोग कम होता है। यह प्रदूषण नियंत्रण में मदद करता है।

नीतिगत समर्थन की कमी हरित रसायन के लिए दुश्मन है, क्योंकि यह इस रसायन के विकास को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक नीतियों को लागू नहीं करती है। इसलिए हमें हरित रसायन के महत्त्व के बारे में जागरूकता बढाने और इसके विकास को बढावा देने के लिए काम करना चाहिए। हरित रसायन विज्ञान एक उत्पादन प्रक्रिया है, जो प्रदूषण में कमी लाती है। दैनिक जीवन में उपयोग के लिहाज से देखें तो हरित रसायन का उपयोग दैनिक जीवन में कपड़े की ड्राईक्लीनिंग और गंदे पानी को साफ करने के लिए भी किया जाता है। अब समय आ गया है

अनुकल कि दोबारा इस्तेमाल में आने लायक सामग्री का लोग अधिक से अधिक उपयोग करें। जैविक खेती को बढ़ावा दें और जैविक उत्पादों का सेवन करें। ऊर्जा संचयन करने वाले उपकरणों का उपयोग करें। हरित भवन निर्माण को बढ़ावा दें और ऊर्जा कुशल भवनों में रहने का प्रयास करें। इन तरीकों से. एक आम आदमी हरित रसायन का उपयोग कर पर्यावरण बचाने में योगदान कर सकता है। हरित भवन के निर्माण में हरित रसायन का उपयोग किया जा सकता है, ताकि भवन पर्यावरण के हो और भवन के निवासियों के

वैश्विक शिक्षा मानकों तक पहुंच प्रदान करते हैं,

स्वास्थ्य पर भी अच्छा प्रभाव पड़े। हरित रसायन का उपयोग करके ऊर्जा दक्षता में भी सुधार किया जा सकता है, जैसे ऊर्जा- कुशल खिड़िकयां और दरवाजे इस रसायन का उपयोग कर- के पानी की बचत भी की जा सकती है। इसी तरह हवा की गुणवत्ता में सुधार किया सकता है।।इस तरह पर्यावरण के अनुकूल और भवन बनाए जा सकते हैं। हरित जीवन शैली एक ऐसी जीवन शैली है, जो पर्यावरण बनाए रखती है। इसमें व्यक्ति अपने दैनिक में पर्यावरण के अनुकूल निर्णय लेता है और स्थायी तरीकों से जीता है। जैविक खेती को बढावा देने के लिए हमें जैविक उत्पादों का उपयोग करना होगा। कचरा प्रबंधन कर हम गंदगी को कम सकते हैं। हरित उत्पादों का उपयोग कर लोग हानिकारक रसायनों से बच सकते हैं। ईंधन से चलने वाले वाहनों की जगह यथासंभव साइकिल का उपयोग कर व्यक्ति एक हरित जीवन शैली जी सकता है और पर्यावरण की रक्षा योगदान कर सकता है। हरित जीवन शैली के लिए हरित रसायन एक महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है।। हरित जीवन लिए हरित रसायन के

• जीवन कुछ मुख्य अनुप्रयोग हैं। इस रसायन का उपयोग करके स्वच्छ और पर्यावरण के अनुकल उत्पादों का विकास किया जा सकता है, जैसे स्वच्छ पेंट, स्वच्छ 'डिटर्जेंट' और स्वच्छ 'क्लीनिंग' उत्पाद । हरित रसायन का उपयोग कर पानी की बचत करने वाले

उत्पादों का विकास किया जा सकता है, जैसे पानी के फिल्टर और पानी बचाने वाले नहाने के नलके । इस रसायन का उपयोग कर कचरा प्रबंधन करने वाले उत्पादों का भी विकास किया जा सकता है, जैसे कचरा पुनर्चक्रण उत्पाद इन अनुप्रयोगों के माध्यम से हरित जीवन शैली को बढ़ावा मिलता है और पर्यावरण की रक्षा भी होती है। हरित रसायनों की वैश्विक स्थिति और उपयोग व्यापक है। ग्रीन कंप्यूटिंग या ग्रीन आइटी, पर्यावरण की दृष्टि से टिकाऊ कंप्यूटिंग या आइटी को संदर्भित करती है। इसके लक्ष्य हरित रसायन के समान हैं। इसका उद्देश्य खतरनाक पदार्थों के उपयोग को कम करना, उत्पाद की जीवन अवधि के दौरान ऊर्जा की बचत को अधिकतम करना तथा मृत पदार्थीं तथा कारखानों 1 के कचरे की पुनर्चक्रण प्रक्रिया और जैविक अपघटन को बढावा देना है। वर्ष 1992 में, अमेरिकी पर्यावरण संरक्षण एजेंसी ने एनर्जी स्टार पर एक स्वैच्छिक लेबलिंग कार्यक्रम बनाया, जो जलवायु नियंत्रक उपकरणों तथा अन्य प्रौद्योगिकियों में ऊर्जा की बचत को बढ़ावा देने और पहचानने के लिए डिजाइन किया गया था। इसके परिणामस्वरूप इलेक्टानिक्स उपभोक्ताओं ने व्यापक रूप से 'स्लीप मोड' (ऊर्जा की खपत को कम करने वाली प्रणाली) को अपनाया । इसके बाद कई सरकारी एजेंसियों ने उन मानकों और नियमों को लागू करना जारी रखा है, जो ग्रीन कंप्यूटिंग को प्रोत्साहित करते हैं।

अंतर को पाटनाः भारत में स्नातकोत्तर चिकित्सा शिक्षा में क्रांति लाना

विजय गर्ग

देश के अधिकांश हिस्सों में, चिकित्सा पेशेवरों की आवश्यकता अभी भी आपूर्ति से कहीं अधिक है, और ग्रामीण क्षेत्र सबसे अधिक प्रभावित हैं। संयुक्त राष्ट्र के जनसंख्या पूर्वानुमान के अनुसार, निकट भविष्य में 1.4 अरब से अधिक आबादी वाला भारत दुनिया का सबसे अधिक आबादी वाला देश होगा। देश में, विशेषकर ग्रामीण क्षेत्रों में डॉक्टरों और स्वास्थ्य कर्मियों की गंभीर कमी के कारण, यह विशाल आबादी गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने में एक बड़ी चुनौती पेश करती है। संसद के साथ साझा की गई सरकार की हालिया रिपोर्ट के अनुसार, भारत ने 1:834 का डॉक्टर-रोगी अनुपात हासिल कर लिया है, जो विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा निर्धारित प्रत्येक 1,000 लोगों पर एक डॉक्टर के निर्धारित मानक से बेहतर है। हालाँकि, देश के अधिकांश हिस्सों में, चिकित्सा पेशेवरों की आवश्यकता अभी भी आपूर्ति से कहीं अधिक है, और ग्रामीण क्षेत्र सबसे अधिक प्रभावित हैं। मेडिकल कॉलेजों की संख्या में 82% की वृद्धि के बावजूद, 2014 में 387 से 2023 में 706 हो गई, और एमबीबीएस सीटों में 112% की वृद्धि के बावजूद, भारत में चिकित्सा पेशेवरों की मांग और आपूर्ति के बीच अंतर बना हुआ है। मेडिकल कॉलेजों की संख्या में 82% की वृद्धि के बावजूद, 2014 में 387 से बढ़कर 2023 में 706 हो गई, और एमबीबीएस सीटों में 112% की वृद्धि के बावजूद, अंतर बहुत अधिक है। भारत ने चिकित्सा शिक्षा के विस्तार में सराहनीय प्रगति की है, लेकिन आगे का रास्ता, विशेष रूप से स्नातकोत्तर (पीजी) चिकित्सा शिक्षा में, अद्वितीय चुनौतियाँ प्रस्तुत करता है। मुख्य समस्या यह है कि कई एमबीबीएस स्नातकों को आगे विशेषज्ञता हासिल करने का अवसर नहीं मिलता है, जिससे

उच्च प्रशिक्षित विशेषज्ञों की भारी कमी हो जाती है। इस प्रवृत्ति का भारत में स्वास्थ्य सेवा वितरण पर गंभीर प्रभाव पड़ता है, जहां विशेष डॉक्टरों की आवश्यकता चिंताजनक रूप से बढ़ रही है। इसके <mark>अति</mark>रिक्त, भारत में मेडिकल कॉलेज भौगोलिक रूप से असमान रूप से वितरित हैं, इसलिए <mark>अधि</mark>कांश दक्षिणी राज्यों में स्थापित हैं, जिससे छात्रों के लिए उस क्षेत्र के बाहर गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा शिक्षा तक पहुंच की कमी हो जाती है। <mark>पाठ्</mark>यक्रम चिकित्सा नैतिकता, स्वास्थ्य अर्थशास्त्र और व्यवहार विज्ञान जैसे महत्वपूर्ण मुद्दों पर कम केंद्रित है। इसके अलावा, मेडिकल कॉलेजों में अनुसंधान अक्सर एक औपचारिकता के रूप में किया जाता है, जिसमें इसके मुल्य, प्रभाव या किसी अन्य परिणाम के महत्व पर बहुत कम ध्यान दिया जाता है। जवाब में, भारत सरकार, संबंधित चिकित्सा संस्थानों के सहयोग से, पीजी चिकित्सा शिक्षा में सुधार, सीटों का विस्तार और बढ़ती आबादी की मांगों को पूरा करने के लिए शिक्षा की गुणवत्ता को बढ़ाने के उद्देश्य से कई दूरदर्शी सुधार शुरू कर रही है। मेडिकल कॉलेजों का विस्तार <mark>और</mark> सीटों का विस्तार उच्च योग्य चिकित्सा पेशेवरों की बढ़ती मांग ने, बदले में, देश में चिकित्सा शिक्षा की गुणवत्ता और मात्रा पर ध्यान केंद्रित किया है। भारत सरकार ने जिला और रेफरल अस्पतालों को अपग्रेड करने के लिए केंद्र प्रायोजित योजनाओं (सीएसएस) के रूप में 157 नए मेडिकल कॉलेजों को मंजूरी दी है, जिनमें से 109 पहले से ही कार्यरत हैं। सरकार ने सभी मौजूदा मेडिकल कॉलेजों में एमबीबीएस और पीजी सीटों में भी वृद्धि की है, जिससे चिकित्सा पेशेवरों के लिए उपलब्ध स्लॉट में भारी वृद्धि दर्ज की जा रही है। कम प्रतिनिधित्व वाले क्षेत्रों में छह नए एम्स स्थापित करने का सरकार का कदम

और क्षेत्रीय असंतुलन को खत्म करने की दिशा में एक और सकारात्मक कदम है। चिकित्सा संस्थानों का स्थानिक और भौगोलिक वितरण अभी भी आनुपातिक स्वास्थ्य देखभाल पहुंच के केंद्र में हैदेश। इसके अलावा, प्रधानमंत्री स्वास्थ्य सुरक्षा योजना (पीएमएसएसवाई) के तहत सुपर स्पेशलिटी ब्लॉक ने 75 परियोजनाओं को मंजूरी दी है और 66 को परा किया है। इसके अलावा, 19 स्थानों पर पाठ्यक्रमों के साथ 22 नए एम्स संस्थानों को मंजूरी दी गई है। सिमुलेशन-आधारित शिक्षा और आभासी शिक्षा सिमुलेशन-आधारित शिक्षा (एसबीई) चिकित्सा शिक्षा प्रशिक्षण का एक अभिन्न अंग बनकर उभर रही है। इस संबंध में, जेएसएस एएचईआर स्किल एंड सिमुलेशन सेंटर और श्री रामचंद्र इंस्टीट्यूट ऑफ हायर एजुकेशन एंड रिसर्च (एसआरआईएचईआर) जैसे संस्थान छात्रों के लिए एक व्यापक, व्यावहारिक अनुभव बनाने के लिए आभासी वास्तविकता का उपयोग कर रहे हैं। राष्ट्रीय चिकित्सा आयोग (एनएमसी) ने स्नातक शिक्षा में सिमुलेशन का उपयोग करके कौशल प्रशिक्षण अनिवार्य किया है और पीजी कार्यक्रमों में इसके उपयोग की सिफारिश की है। चिकित्सा प्रशिक्षण में यह क्रांति छात्रों को नियंत्रित, यथार्थवादी वातावरण में अभ्यास करने की अनुमति देती है, जिससे रोगी को नुकसान होने का जोखिम कम हो जाता है। इसके अतिरिक्त वर्चुअल लर्निंग और गेमिफिकेशन रणनीतियों का उदय छात्रों की व्यस्तता को बढ़ा रहा है। पाठ्यक्रम में अब छात्रों की रुचि को बढ़ाने के लिए इंटरैक्टिव तकनीकों की सुविधा है, जिसमें मतदान कार्य, आभासी वातावरण और फ़्लिप्ड कक्षा मॉडल शामिल हैं। ये डिजिटल उपकरण छात्रों को

तृतीयक स्तर की स्वास्थ्य देखभाल प्राप्त करने

उनकी समस्या-समाधान और निर्णय लेने की क्षमताओं को बढ़ाते हैं। अंतर्राष्ट्रीय सुधारों के आधार पर, भारतीय चिकित्सा परिषद (अब एनएमसी) ने 2019 में योग्यता-आधारित चिकित्सा शिक्षा का एक नया पाठ्यक्रम पेश किया। सीबीएमई को चिकित्सा सामग्री सिखाने और स्नातकों को नैतिकता, संचार और रोगी-केंद्रित में महत्वपूर्ण कौशल से लैस करने के लिए डिजाइन किया गया था। देखभाल. स्नातक प्रशिक्षण के तहत, एईटीकॉम मॉड्यूल, दृष्टिकोण नैतिकता और संचार की शुरूआत मानवीय और नैतिक चिकित्सा पेशेवरों की दिशा में एक बड़ी छलांग है। केवल योग्यता के बजाय प्रदर्शन पर सीबीएमई का ध्यान एक प्रमुख बदलाव का प्रतिनिधित्व करता है। कार्यस्थल-आधारित मूल्यांकन (डब्ल्यूपीबीए) जैसे उपकरण चिकित्सा पेशेवरों को वास्तविक समय सेटिंग्स में मूल्यांकन करने की अनुमति देते हैं, जिससे अधिक सूक्ष्म प्रतिक्रिया की अनुमति मिलती है। यह प्रणाली निरंतर सीखने और विकास को प्रोत्साहित करती है, यह सुनिश्चित करती है कि प्रशिक्षु वास्तविक दुनिया के परिदृश्यों में प्रभावी ढंग से चिकित्सा ज्ञान प्राप्त करें और लागू करें। वैश्विक मानकों के अनुरूप होना हाल ही में, एनएमसी को वर्ल्ड फेडरेशन फॉर मेडिकल एजुकेशन से मान्यता प्राप्त हुई, जिससे देश में चिकित्सा शिक्षा का इतिहास बन गया। पहली बार, भारतीय चिकित्सा शिक्षा के स्नातक संयुक्त राज्य अमेरिका, कनाडा, ऑस्ट्रेलिया और न्यूजीलैंड जैसे देशों में पीजी प्रशिक्षण और उसके बाद अभ्यास करने में सक्षम होंगे। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि यह मान्यता यह सुनिश्चित करेगी कि भारत के सभी 706 मौजूदा मेडिकल कॉलेज

और अगले दशक में स्थापित कोई भी नया कॉलेज अंतरराष्ट्रीय मानकों वाला होगा । इसके अलावा कुछ भारतीय अस्पतालों और विश्वविद्यालयों ने पीजी चिकित्सा शिक्षा प्रदान करने के लिए अंतरराष्ट्रीय संस्थानों के साथ भी सहयोग किया है। मैक्स हेल्थकेयर ने मेडिसिन में तीन साल का पीजी कोर्स पेश करने के लिए यूके के ज्वाइंट रॉयल कॉलेज ऑफ फिजिशियन ट्रेनिंग बोर्ड के साथ सहयोग किया है। इसी तरह, कस्तरबा मेडिकल कॉलेज और अपोलो विश्वविद्यालय ने विदेशों में संस्थानों के साथ सहयोग किया है और अपने छात्रों को क्लिनिकल रोटेशन और इंटर्निशिप के अवसर प्रदान किए हैं, जिससे विश्व क्षेत्र में छात्रों के प्रदर्शन में सुधार होगा। संकाय की कमी को दुर करना और शिक्षक प्रशिक्षण को बढ़ाना योग्य शिक्षण संकायों की भारी कमी को दूर करने के लिए, सरकार ने संकाय नियुक्तियों के लिए डिप्लोमैट ऑफ नेशनल बोर्ड (डीएनबी) योग्यता को मान्यता दी है, जोएच ने शिक्षण संकाय की उपलब्धता में वृद्धि की है। मेडिकल कॉलेज में शिक्षक या डीन की नियुक्ति की आयु सीमा बढ़ाकर 70 वर्ष कर दी गई है ताकि अनुभवी पेशेवर देश की चिकित्सा शिक्षा में योगदान देना जारी रख सकें। समानांतर में, संकाय विकास कार्यक्रम शुरू किए गए हैं, और सिमुलेशन सोसायटी स्वास्थ्य देखभाल विषयों में शिक्षण कर्मचारियों को शिक्षित करने के लिए सक्रिय रूप से काम कर रही हैं।शिक्षण विधियों को बढ़ाने के लिए वर्चुअल लर्निंग प्लेटफॉर्म और इंटरैक्टिव प्रौद्योगिकियों जैसी प्रौद्योगिकी को शामिल किया गया है। भविष्य के परिप्रेक्ष्य और सिफ़ारिशें भारत में पीजी चिकित्सा शिक्षा का भविष्य जनसंख्या की बढती स्वास्थ्य देखभाल आवश्यकताओं को परा करने के लिए नई रणनीतियों को शामिल करने में

निहित है। ऐसी ही एक रणनीति क्लिनिकल और गैर-क्लिनकल सीटों के बीच 70:30 के अनुपात के साथ एमबीबीएस-ट्र-पीजी मेडिकल शिक्षा का संतुलित अंतर-विशेषता वितरण प्राप्त करना है। नैदानिक और सार्वजनिक स्वास्थ्य मांगों को पूरा करने के लिए स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली में इनका अच्छी तरह से प्रतिनिधित्व किया जाना चाहिए। हमें भविष्य के भारतीय स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं को तैयार करने के लिए कृत्रिम बुद्धिमत्ता, आभासी शिक्षा और सिमुलेशन-आधारित अध्ययनों के माध्यम से प्रौद्योगिकी के अधिक बुद्धिमानी से उपयोग को प्रोत्साहित करना चाहिए। अंतर्राष्ट्रीय सहयोग को भी बढ़ाया जाना चाहिए ताकि भारतीय चिकित्सा पेशेवरों को अंतर्राष्ट्रीय प्रदर्शन मिल सके और वे दुनिया भर में सर्वोत्तम प्रथाओं को सीख सकें। पीजी चिकित्सा शिक्षा में गुणवत्ता सुधार के लिए केवल परिणाम-आधारित क्षमता के बजाय प्रदर्शन-आधारित मूल्यांकन पर जोर देने की आवश्यकता है। कार्यस्थल-आधारित मूल्यांकन, क्लिनिकल एनकाउंटर कार्ड और डीओपीएस जैसे उपकरण प्रशिक्षु को अभ्यास में उसकी वास्तविक दुनिया की योग्यता के बारे में समृद्ध प्रतिक्रिया दे सकते हैं। निष्कर्षतः, स्नातकोत्तर चिकित्सा शिक्षा बेहतर सरकारी समर्थन, नवोन्मेषी शैक्षिक उपकरणों को अपनाने, उचित अंतर्राष्ट्रीय संरेखण और संकाय विकास के साथ सही रास्ते पर है। ये प्रयास देश की स्वास्थ्य देखभाल मांगों को पूरा करने के लिए कुशल पेशेवरों की आपूर्ति सुनिश्चित करेंगे और भारत को वैश्वक चिकित्सा शिक्षा में सबसे आगे रखेंगे। जैसे-जैसे ये समाधान जड़ें जमा रहे हैं, भारत में स्वास्थ्य सेवा का भविष्य तेजी से आशाजनक दिख रहा है, जो वर्तमान सीमाओं और भविष्य की संभावनाओं के बीच अंतर को पाट रहा है।

हर्षद मेहता से भी बड़ा स्कैमर है केतन पारेख, शेयर मार्केट से की थी 40 हजार करोड़ की 'लूट'

परिवहन विशेष न्यूज

मुंबई पुलिस ने शनिवार को पूर्व स्टॉक ब्रोकर केतन पारेख के खिलाफ 2 करोड़ रुपये से अधिक की धोखाधडी का मामला दर्ज किया है। केतन को 2001 के प्रतिभृति घोटाले में दोषी ठहराया गया था। केतन पेशे से चार्टर्ड अकाउंटेंट था। उसने अपना असली खेला शुरू किया १९९९–२००० के दौरान डॉटकॉम बम के साथ। जब उसका स्कैम सामने आया तो शेयर मार्केट निवेशक बैंक सब हिल गए।

नई दिल्ली। सदी के महानायक अमिताभ बच्चन की ब्लॉकबस्टर मुवी 'कालिया' का एक डायलॉग है, 'हम जहां खड़े होते हैं, लाइन वहीं से शुरू होती है।' अगर शेयर मार्केट की दुनिया में किसी को यह डायलॉग दोहराने का हक था, तो वो

केतन किसी जमाने में स्टॉक मार्केट की दिनया का बेताज बादशाह था। आपने मिडास की कहानी सुनी होगी। वो राजा, जो मिट्टी को भी छू लेता, तो वह सोना बन जाती। जब केतन का जलवा अपने शबाब पर था, उसे भी मिडास ही समझा जाता।

दो साल तक केतन की हर हरकत पर निवेशकों की नजर रही। वह जिस भी स्टॉक को खरीदता, वो रॉकेट बन जाता। जिसे बेचता, वो समंदर की गहराइयों तक गोता लगा जाता। उस दौर में 'वन मैन आर्मी' और पेंटाफोर बुल के नाम से मशहूर था केतन। अगर अफवाह भी उड़ जाती कि फलां शेयर केतन खरीद रहा है, तो वो भी रॉकेट बन जाता।

लेकिन, जब केतन का स्कैम सामने आया, तो शेयर मार्केट की दुनिया हिल गई। लाखों निवेशक

तबाह हो गए। उनकी खून-पसीने का गाढ़ी कमाई एक झटके में लट गई। आइए जानते हैं कि केतन ने देश के शेयर मार्केट के सबसे बड़े घोटालों में से एक को अंजाम कैसे दिया?

कौन था केतन पारेख?

www.newsparivahan.com

केतन पेशे से चार्टर्ड अकाउंटेंट था और ब्रोकरेज फैमिली से आता था। उसने स्टॉक मार्केट की दुनिया के सबसे बदनाम शख्स, हर्षद मेहता के साथ भी शुरुआत में काम किया। केतन ने अपना असली खेला शुरू किया 1999-2000 के दौरान, डॉटकॉम बुम के साथ।

उस वक्त पूरी टेक्नोलॉजी का दौर रहा था। केतन ने भांप लिया कि आईटी सेक्टर काफी तेजी से बढ़ने वाला है। उसने आईटी स्टॉक में पैसा लगाना शुरू कर दिया। लेकिन, उसने कम लिक्विडिटी और मार्केट कैप वाले शेयरों को चुना।

वह कंपनियों के प्रमोटरों के साथ सांठगांठ करके शेयरों की कीमत बढा देता। इनमें आईटी टेलीकॉम और एंटरटेनमेंट जैसे सेक्टर के शेयर शामिल थे। इनमें पैसे लगाने वाले लोगों को भी जमकर मुनाफा हुआ। निवेशकों के बीच केतन का दर्जा भगवान सरीखा हो गया।

हर्षद मेहता का चेला केतन

हर्षद मेहता पर बनी चर्चित वेब सीरीज 'स्कैम 92' में केतन का जिक्र नहीं है। लेकिन, केतन ने शेयर मार्केट की बारीकियां हर्षद से ही सीखीं, जिसने देश के सबसे बड़े शेयर मार्केट स्कैम को अंजाम दिया था। केतन ने अपने 'गुरु' हर्षद मेहता के पंप एंड डंप फॉर्मूले का बारीकी से अध्ययन किया और एक दशक बाद उसका इस्तेमाल कछ बदलाव के साथ किया ।

पंप एंड डंप स्टॉक मार्केट का ऐसा फर्जीवाड़ा

पहले बेदम कंपनियों के शेयरों के भाव को बढ़ाता है। जब भाव काफी ज्यादा बढ़ जाता है, तो वह शेयर बेचकर ख़ुद निकल जाता है। वहीं, आम निवेशक अपना सारा पैसा लुटा बैठते हैं।

केतन 1990 के दशक की शुरुआत में हर्षद मेहता की कंपनी ग्रोमोर से जुड़ा। जब 1992 में हर्षद का भांडा फूटा, तो केतन बचकर निकलने में सफल रहा। 1992 के स्कैम में केतन का भूमिका का पता साल 2001 में चला। लेकिन, उस वक्त खद केतन का स्कैम उजागर हो गया था।

केतन ने कैसे स्कैम किया? केतन अपने कारोबार का संचालन कोलकाता स्टॉक एक्सचेंज के माध्यम से करता। वहां, मुंबई

के मुकाबले कम कठोर नियम-कानून थे। केतन ने आईटी स्टॉक में निवेश किया, लेकिन वह विप्रो या इंफोसिस जैसी बड़ी कंपनियों के साथ नहीं गया। उसने शुरुआत की पेंटाफोर सॉफ्टवेयर के

पेंटाफोर चेन्नई की एक सॉफ्टवेयर कंपनी थी। वह भारी वित्तीय संकट से जूझ रही थी। लोन पर एक बार डिफॉल्ट भी कर चुकी थी। लिहाजा, उसके शेयर सस्ते में उपलब्ध थे। ऐसे में केतन ने प्रमोटरों के साथ मिलीभगत कर ली।

पेंटाफोर के प्रमोटरों ने अपने शेयर केतन को दे दिए और उसने इन्हें बेचना और अपने सहयोगियों के जरिए खरीदना भी शरू किया। इस जालसाजी से पेंटाफोर की कीमतों में उछाल आ गया। इसे कहा गया पेंटाफोर फॉर्मला और बाद में उसने दूसरी कंपनियों के साथ भी इसे आजमाया। केतन का नाम भी पेंटाफोर बुल पड़ गया।

के-10 के साथ धोखाधडी

पेंटाफोर फॉर्मला अपनाया। इन्हें नाम दिया गया, के-10 यानी केतन-10। इनमें पेंटामीडिया ग्राफिक्स, एचएफसीएल, जीटीएल, सिल्वरलाइन टेक्नोलॉजीज, रैनबैक्सी, जी टेलीफिल्म्स, ग्लोबल टस्ट बैंक, डीएसक्यू सॉफ्टवेयर, एफटेक इन्फोसिस और एसएसआई शामिल थीं।

उस वक्त पेंटाफोर सॉफ्टवेयर की कीमत 175 रुपये से बढ़कर 2,700 रुपये तक पहंच गई। वहीं, ग्लोबल टेलीसिस्टम्स भाव 185 रुपये से उठकर 3,100 रुपये हो गई। विजुअलसॉफ्ट जैसे शेयर 625 रुपये से बढ़कर 8,448 रुपये और सोनाटा सॉफ्टवेयर 90 रुपये से 2,150 रुपये तक पहुंच गए और यह बात साल 2000 की है।

कब फटा केतन का बलबला?

केंद्र सरकार ने 2001 में बजट पेश किया और अगले ही दिन शेयर मार्केट 176 अंक गिर गया, जो उस वक्त के हिसाब से काफी बडी गिरावट थी। ऐसे में फाइनेंशियल रेगुलेटर सेबी और आरबीआई ने मामले की जांच शुरू की। केतन पारेख पर बाजार में हेरफेर, सर्कुलर ट्रेडिंग, पंप और डंप और जालसाजी करके बैंक से कर्ज लेने का आरोपी

केतन के स्कैम की पूरी पोल उस वक्त खुली, जब बैंक ऑफ इंडिया ने आरोप लगाया कि केतन ने उनके साथ 137 करोड़ रुपये का फर्जीवाड़ा किया। इसके बाद स्टॉक मार्केट एकाएक क्रैश हो गया। जांच हुई, तो केतन पंप एंड डंप के साथ इनसाइडर ट्रेडिंग का भी दोषी मिला । उसने और

भी कई रास्तों से आम निवेशकों के साथ बैंकों और

सरकार को भी चुन लगाया।

केतन पारेख का

केतन शेयर का भाव बढ़ाने के बाद उसमें म्यूचुअल फंडों को भी निवेश करके फंसा लेता। उसने अपने फ्रॉड के लिए एक और रास्ता निकाला। उस वक्त भारत का मॉरीशस के साथ दोहरे कराधान से बचने का समझौता था, जिसे पिछले दिनों खत्म किया गया। इस नियम के मुताबिक, मॉरीशस स्थित फंडों को स्थानीय दरों पर कैपिटल गेन टैक्स चुकाना पड़ता था, भारत की दर पर नहीं। और मॉरीशस में स्टॉक गेन पर शुन्य फीसदी टैक्स लगता था।

केतन ने इस लुपहोल का फायदा उठाने के लिए शेल कंपनियों को फंड का रूप दिया और फ्रॉड करने लगा। यह भारतीय मार्केट से पैसे निकालने और वापस लाने की निंजा टेक्निक थी. जिसे राउंड ट्रिपिंग कहा जाता। राउंड ट्रिपिंग में अममन कंपनियां अपने उस एसेट को बेचती हैं. जिनका वे इस्तेमाल नहीं कर रही होती। लेकिन, उसी वक्त वह दूसरी कंपनी से एसेट वापस

खरीदने का भी समझौता कर लेती हैं कमोबेश उसी प्राइस पर ।

केतन ने कितने का स्कैम किया?

उन दिनों आरबीआई की गाइडलाइंस के मताबिक, बैंक किसी स्टॉकब्रोकर को सिर्फ 15 करोड़ रुपये तक का कर्ज दे सकते थे। लेकिन, पारेख ने बैंक के अधिकारियों को घूस खिलाकर 800 करोड़ रुपये तक लोन लिया। केतन ने अनगिनत निवेशकों को भारी रिटर्न का सब्जबाग दिखाया। शुरुआत में उन्हें रिटर्न मिला भी। लेकिन, आखिर में जब केतन का बनाया रेतमहल ढहा. तो निवेशकों के लाखों-करोड़ों रुपये पलभर में खाक हो गए। सीरियस फ्रॉड इनवेस्टिगेशन ऑफिसर

(SFIO) की रिपोर्ट के मताबिक, केतन पारेख ने करीब 40,000 करोड़ रुपये का स्कैम किया। सेबी ने पाया कि केतन शेयर बाजार में ट्रेडिंग करने शेल कंपनियों का इस्तेमाल कर रहा था। लिहाजा, करीब 26 संस्थाओं पर ट्रेडिंग बैन लगा दिया गया। केतन को भी 2017 तक ट्रेडिंग करने से रोक दिया गया था। उसे तीन साल की सजा भी हुई, लेकिन बाद में वह जमानत पर छूट गया।

केतन के घोटाले की वजह से साल 2012 में माधवपुरा मर्केंटाइल कोऑपरेटिव बैंक दिवालिया हो गया। बैंक पारेख और अन्य कर्जदारों से बकाया नहीं वसूल पाया। इससे बैंक के करीब 13 हजार खातेदार प्रभावित हुए थे। केतन ने इस बैंक से 12 हजार करोड़ रुपये का कर्ज लिया था। यह रकम ब्याज मिलाकर 21 हजार करोड़ रुपये से अधिक हो गई थी। पारेख ने खुद को दिवालिया घोषित कर दिया, जिससे बैंक के पैसे डूब गए।

वैश्विक स्तर पर चावल के घटे दाम, भारत को फायदा होगा या नुकसान?

परिवहन विशेष न्यूज

चावल निर्यात पर से प्रतिबंध हटाने का कदम भारत नई फसल की आवक और सरकारी गोदामों में अधिक स्टॉक के चलते उढाया है। इससे पहले सरकार ने उसना चावल पर निर्यात शुल्क को २० प्रतिशत से घटाकर १० प्रतिशत कर दिया था। पिछले साल भारत द्वारा सफेद चावल के निर्यात पर प्रतिबंध लगाने से उसना चावल की कीमतें 15 सालों के उच्चतम स्तर पर पहुंच गई थीं।

नई दिल्ली।भारत ने पिछले दिनों गैर-बासमती चावल के निर्यात की अनुमति दी थी। इसका असर वैश्विक स्तर पर चावल की कीमतों में दिखा है। सोमवार को वैश्विक स्तर पर चावल की कीमतों में गिरावट दर्ज की गई। माना जा रहा है कि भारत के इस कदम से वैश्विक आपूर्ति में वृद्धि होगी और एशिया और अफ्रीका के गरीब देशों को अधिक किफायती दामों पर आपूर्ति करने में मदद मिलेगी।

चावल निर्यात पर से प्रतिबंध हटाने का कदम भारत नई फसल की आवक और सरकारी गोदामों में अधिक स्टॉक के चलते

उठाया है। इससे पहले सरकार ने उसना चावल पर निर्यात शुल्क को 20 प्रतिशत से घटाकर 10 प्रतिशत कर दिया था। पिछले साल भारत द्वारा सफेद चावल के निर्यात पर प्रतिबंध लगाने से उसना चावल की कीमतें 15 सालों के उच्चतम स्तर पर पहुंच गई थीं। 2022 में दुनिया के चावल निर्यात में भारत की हिस्सेदारी 40 प्रतिशत से अधिक

प्रमुख चावल निर्यातक सत्यम बालाजी के एक्जीक्यूटिव डायरेक्टर हिमांशु अग्रवाल ने कहा कि थाईलैंड, वियतनाम और पाकिस्तान के चावल विक्रेता

अपने निर्यात मुल्यों में कमी करके भारत के कदम से कदम मिला रहे हैं। हर कोई बाजार में अपनी जगह बनाने के लिए प्रतिस्पर्धी बने रहने की कोशिश कर रहा है। सोमवार को भारत के पांच प्रतिशत टूटे हुए उसना चावल का भाव 500-510 डालर प्रति मीट्रिक टन था, जबिक



पिछले सप्ताह कीमत 530-536 डालर थी। डीलरों ने बताया कि वियतनाम पाकिस्तान, थाइलैंड और म्यांमार के निर्यातकों ने भी सोमवार को कीमतों में कम से कम 10 डालर प्रति टन की कमी की। थाई चावल

निर्यातक संघ के मानक अध्यक्ष चकियात

ओपसवोंग ने कहा कि बाजार में आपूर्ति बढ़ने से थाईलैंड के चावल निर्यात की कीमतों में कमी आ सकती है, लेकिन कमी कितनी आएगी, यह कई कारकों पर निर्भर करेगी। वियतनाम में चावल की कीमतों में कमी दर्ज

1 अक्टूबर से बदलेंगे शेयर मार्केट और टैक्स से जुड़े नियम, जेब पर पड़ेगा सीधा असर

1 अक्टूबर से टैक्स से जुड़े नियमों में अहम बदलाव होने वाले हैं। इनमें शेयर मार्केट से भी जुड़े नियम हैं जो सीधे तौर पर निवेशकों की ट्रेडिंग स्ट्रैटजी और प्रॉफिट को प्रभावित करेंगे। जैसे कि सिक्योरिटीज ट्रांजेक्शन टैक्स। ऐसे में अगर आप शेयर मार्केट में इन्वेस्ट करते हैं तो आपको नियमों से वाकिफ होना

नई दिल्ली । 1 अक्टूबर से शेयर बाजार और टैक्स से जुड़े कई नियमों में बदलाव हो रहा है। इसका सीधा असर निवेशकों की जेब पर पडेगा। अगर आप भी शेयर मार्केट में निवेश करते हैं या फिर टैक्स का भुगतान करते हैं, तो आपके लिए इन नियमों को जानना बेहद जरूरी है। एसटीटी चार्ज दोगुना हुआ देश में बहुत-से लोग फ्यूचर्स एंड

ऑप्शंस (F&O) में ट्रेड करते हैं। 1 अक्टूबर से F&O ट्रेड पर सिक्योरिटीज ट्रांजेक्शन टैक्स (एसटीटी) की बढ़ी दरें लागू होंगी। फ्यूचर्स पर एसटीटी में 0.02 फीसदी तक और ऑप्शंस पर 0.1 फीसदी तक इजाफा हुआ है। इससे F&O ट्रेड करने की लागत खासतौर पर रिटेल इन्वेस्टर्स के लिए बढ़ जाएगी। ITR में आधार-PAN जरूरी इनकम टैक्स फाइल करते वक्त आधार कार्ड और पैन कार्ड जरूरी होता है। हालांकि, अभी तक टैक्सपेयर्स आधार और पैन की इनरोलमेंट आईडी लगाकर भी काम चला लेते थे। लेकिन, अब ऐसा करना मुमिकन नहीं होगा। पैन-आधार का दुरुपयोग और डुप्लीकेशन रोकने के लिए आईटीआर में इनरोलमेंट आईडी लगाने की सुविधा नहीं रहेगी। शेयर बायबैक पर टैक्स लगेगा

केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने बजट 2024 शेयर बायबैक से होने वाली इनकम को डिविडेंड के बराबर बताते हुए इस पर टैक्स लगाने का एलान किया था। इस पर डिविडेंड्स की तरह शेयरहोल्डर लेवल के टैक्स लागू होंगे। इससे टैक्स का बोझ बढ़ जाएगा। शेयर बायबैक से हुई आय पर भी टैक्स लगेगा। यह बदलाव भी 1 अक्टूबर 2024 से प्रभावी होगा। फ्लोटिंगरेट बॉन्ड टीडीएस इसका एलान भी बजट 2024 में किया गया था कि एक अक्टूबर 2024 से फ्लोटिंग रेट बॉन्ड सहित कुछ केंद्रीय और राज्य सरकार के बॉन्ड से 10 फीसदी की दर से टीडीएस की कटौती की जाएगी। हालांकि, कुछ छूट भी रहेगी। अगर पूरे साल में रेवेन्यू 10 हजार रुपये से कम है, तो टीडीएस नहीं काटा

मनबा फाइनेंस के IPO की शेयर मार्केट में धमाकेदार लिस्टिंग, अपर सर्किट भी लगा

मनबा फाइनेंस के आईपीओं को निवेशकों की जोरदार प्रतिक्रिया मिली थी। यह ओवरऑल २२३ .१२ गुना सब्सक्राइब हुआ था। प्राइस बैंड ११४-120 रुपये प्रति शेयर थी। इस इश्यू से मिली रकम का इस्तेमाल कंपनी की भविष्य की पूंजी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए किया जाएगा। मनबा फाइनेंस का कंपनी का बाजार मूल्यांकन ७९१..०२ करोड़ रुपये रहा। इसके आईपीओ निवेशकों को काफी शानदार लिस्टिंग गेन मिला

नई दिल्ली। नॉन-बैंकिंग फाइनेंस कंपनी (NBFC) मनबा फाइनेंस लिमिटेड के निवेशकों को 25 फीसदी का शानदार लिस्टिंग गेन मिला है। मनबा का आईपीओ 120 रुपये पर आया था और यह बीएसई पर 25 फीसदी प्रीमियम के साथ 150 रुपये पर लिस्ट हुआ।

मनबा फाइनेंस में तेजी का सिलसिला लिस्टिंग के बाद भी जारी रहा और आईपीओ निवेशकों का मुनाफा 31.20 फीसदी बढकर 157.45 रुपये पर पहंच गया। यह अपर सर्किट की लिमिट भी है। वहीं, एनएसई पर कंपनी के शेयर 20.3 प्रतिशत की उछाल के साथ 145 रुपये पर लिस्ट हुए। बाद में शेयर 5 फीसदी के अपर सर्किट के साथ 26.87 फीसदी बढ़कर 152.25 रुपये पर पहुंच गया।

मनबा फाइनेंस का कंपनी का बाजार मूल्यांकन 791.02 करोड़ रुपये रहा। मनबा के आईपीओ को निवेशकों की शानदार प्रतिक्रिया मिली थी। यह ओवरऑल 223.12 गुना सब्सक्राइब हुआ। 151 करोड़ रुपये की शुरुआती शेयर बिक्री में 1,25,70,000 इक्विटी शेयरों का नया इश्यू था। ऑफर के लिए कीमत सीमा 114-120 रुपये प्रति शेयर थी।

केआरएन हीट का आईपीओ दे सकता है बजाज हाउसिंग जैया लिस्टिंग गेन, ऐसे पता करें अलॉटमेंट स्टेट्स

परिवहन विशेष न्यूज

KRN Heat IPO KRN Heat Exchanger and Refrigeration Ltd के आईपीओ को निवेशकों की शानदार प्रतिक्रिया मिली। यह खुलते ही फुली सब्सक्राइब हो गया था। इसका प्राइस बैंड 209 से 220 रुपये प्रति शेयर है। यह बजाज हाउसिंग फाइनेंस की तरह ग्रे मार्केट में धुम मचा रहा है और इसके आईपीओ निवेशकों को शानदार लिस्टिंग गेन मिलने की उम्मीद है।

नईदिल्ली।KRN हीट एक्सचेंजर के आईपीओ को निवेशकों का शानदार रिस्पॉन्स मिला। यह ओवरऑल 214 गुना से भी अधिक सब्सक्राइब हुआ। KRN

Heat Exchanger and Refrigeration Ltd एयर कंडीशनिंग और रेफ्रिजरेशन इंडस्ट्री से जुड़ी कंपनी है। यह फिन और ट्यूब जैसे हीट एक्सचेंजर इक्विपमेंट का निर्माण करती है।

KRN हीट का आईपीओ का अलॉटमेंट आज यानी 30 सितंबर को होगा। इसकी शेयर मार्केट में एंट्री 3 अक्टूबर को होने की उम्मीद है। हालांकि, अलॉटमेंट स्टेटस आज रात या फिर कल सुबह तक पता चल सकता है। आइए जानते हैं कि आप कैसे चेक कर सकते हैं कि आप KRN हीट का आईपीओ अलॉट हुआ है या फिर नहीं।

KRN हीट का GMP

KRN हीट एक्सचेंजर एंड रेफ्रिजरेशन हीट वेंटिलेशन एयर कंडीशनिंग और रेफ्रिजरेशन (HVAC & R) इंडस्ट्री के

लिए फिन और ट्यूब प्रकार के हीट एक्सचेंजर्स बनाने में माहिर है। इसके प्रोडक्ट मख्य तौर पर तांबे और एल्यूमीनियम जैसी अलौह धातुओं से बने होते हैं। फिलहाल ग्रे मार्केट में KRN हीट के शेयर 275 रुपये के GMP के साथ कारोबार कर रहे हैं। यह आईपीओ वाली प्राइस के हिसाब से 125 फीसदी अधिक है।

जब भी कोई आईपीओ ओवरसब्सक्राइब होता है, तो अलॉटमेंट लॉटरी के आधार पर मिलता है। अमूमन आईपीओ ओवरसब्क्राइब ही होते हैं, तो यह प्रक्रिया हमेशा अमल में लाई जाती है। लॉटरी का पुरा प्रोसेस रजिस्ट्रार की निगरानी में होता है। अगर आपने भी KRN हीट के आईपीओ के लिए आवेदन किया है, तो बीएसई या

कैसे होता है अलॉटमेंट?



रजिस्ट्रार की वेबसाइट से अलॉटमेंट स्टेटस जांच सकते हैं।

बीएसईकी साइट पर कैसे जानें

• आप बीएसई की साइट

(https://www.bseindia.com/in vestors/appli_check.aspx) पर जाएं।

• इश्यू टाइप में इक्विटी और डेट का ऑप्शन मिलेगा। आपको इक्विटी चनना

• इसके बाद इश्यू के ड्रॉपडाउन में कंपनी यानी KRN हीट का नाम सेलेक्ट

• फिर अलॉटमेंट की स्थिति पता करने के लिए आवेदन संख्या या पैन नंबर दर्ज

रजिस्ट्रार के माध्यम से कैसे जानें

● KRN हीट एक्सचेंजर IPO का रजिस्टार बिगशेयर सर्विसेज है।

 बिगशेयर सर्विसेज की साइट (https://ipo.bigshareonline.co

m/IPO_Status.html) पर जाएं। • इसके बाद KRN हीट एक्सचेंजर

IPO के ऑप्शन को सेलेक्ट करें • वहां पर पैन डिटेल डालने के बाद अलॉटमेंट पता करने के लिए सर्च पर क्लिक

शेयर मार्केट में नौजवानों का बढ़ा दबदबा, क्या बुजुर्ग निवेशक बनाने लगे हैं दूरी?

50-59 वर्ष की आयु के निवेशकों और 60 वर्ष और उससे अधिक आयु के निवेशकों की बाजार हिस्सेदारी कम हुई है। 60 वर्ष से अधिक आयु के निवेशकों की हिस्सेदारी मार्च 2018 में जहां 12.7 प्रतिशत थी वहीं अगस्त 2024 में यह कम होकर ७.२ प्रतिशत रह गई। निवेशकों की औसत आयु मार्च 2018 में 38 वर्ष थी जो मार्च 2024 में घटकर 32 वर्ष हो गई।

नर्इ दिल्ली।भारतीय शेयर बाजार में अब 30 साल से कम उम्र के युवा निवेशकों का दबदबा है। नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (एनएसई) के आधिकारिक आंकड़ों के अनुसार, मार्च, 2018 से अगस्त, 2024 के बीच 30 साल से कम आयु के निवेशकों की हिस्सेदारी में उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। मार्च, 2018 में इस आयु वर्ग के निवेशकों की संख्या कुल निवेशकों का केवल 22.9 प्रतिशत थी जबिक अगस्त, 2024 तक इनकी हिस्सेदारी बढ़कर 40 प्रतिशत हो गई।

यह शेयर बाजार में युवा निवेशकों की भागीदारी में तेजी से वृद्धि को दर्शाता है। आंकड़ों का विश्लेषण करने से पता चलता है कि जहां 30 वर्ष से कम आयु के निवेशकों की संख्या में वृद्धि

हुई है, वहीं अन्य आयु समूहों की हिस्सेदारी या तो घटी है या फिर स्थिर रही है। एनएसई के अनुसार, 30-39 और 40-49 आयु समूहों के निवेशकों की भागदारी अपेक्षाकृत स्थिर रही है। इसके विपरीत बड़ी आयु वर्ग के समृहों की बाजार हिस्सेदारी में स्पष्ट रूप से गिरावट देखी गई है।

उम्रदराज निवेशकों की घटी हिस्सेदारी डेटा से पता चलता है कि 50-59 वर्ष की आयु के निवेशकों और 60 वर्ष और उससे अधिक आयु के निवेशकों की बाजार हिस्सेदारी कम हुई है। 60 वर्ष से अधिक आय के निवेशकों की हिस्सेदारी मार्च, 2018 में जहां 12.7 प्रतिशत थी वहीं अगस्त, 2024 में यह कम होकर 7.2 प्रतिशत रह गई। एनएसई के आंकड़ों के अनुसार, निवेशकों की औसत आयु मार्च, 2018 में 38 वर्ष थी जो मार्च, 2024 में घटकर 32 वर्ष हो

इसी तरह, निवेशकों की औसत आयु भी घटी। यह मार्च, 2018 में 41.2 वर्ष से घटकर अगस्त, 2024 में 35.8 वर्ष हो गई। यह प्रवृत्ति बताती है कि शेयर बाजार में निवेश युवा व्यक्तियों के बीच तेजी से लोकप्रिय हो रहा है, जबिक बड़ी आय वर्ग के लोगों की हिस्सेदारी धीरे-धीरे कम हो रही है।



अमेरिका जाने वालों के लिए खुशखबरी, अमेरिकी दूतावास देगा 2.5 लाख अतिरिक्त वीजा अप्वाइंटमेंट

भारत में स्थित अमेरिकी दूतावास ने उन भारतीय यात्रियों को खशखबरी दी है जो अमेरिका जाना चाहते हैं। उसने सैलानियों कुशल श्रमिकों और छात्रों सहित भारतीय यात्रियों के लिए अतिरिक्त 250000 वीजा अप्वाइंटमेंट खोले हैं। इन नए स्लॉट से लाखों भारतीय आवेदकों को समय पर इंटरव्यू देने में मदद मिलेगी। इससे भारतीय यात्रियों की यात्रा को अधिक सुविधाजनक बनाया जा सकेगा।

नईदिल्ली।भारतसे अमेरिका जाने वालों की तादाद काफी अधिक है। इनमें से अधिकतर लोग पढ़ाई, काम या



फिर घूमने-फिरने के लिए जाते हैं। लेकिन, कई बार वीजा की डिमांड काफी अधिक हो जाती है। इससे कई लोगों को अपना प्लान कैंसल करना पडता है।

हालांकि, अब भारत में स्थित अमेरिकी दूतावास ने उन भारतीय यात्रियों को खुशखबरी दी है, जो अमेरिका जाना चाहते हैं। उसने सैलानियों, कशल श्रमिकों और छात्रों सहित भारतीय यात्रियों के

लिए अतिरिक्त 250,000 वीजा अप्वाइंटमेंट खोले हैं। इन नए स्लॉट से लाखों

भारतीय आवेदकों को समय पर इंटरव्यू देने में मदद मिलेगी। इससे यात्रा को अधिक सुविधाजनक बनाया जा सकेगा। भारत में स्थित अमेरिकी दूतावास का कहना है कि इससे भारत-अमेरिका के रिश्तों को मजबत करने में मिलेगी।

भारत में लॉजिस्टिक्स सेक्टर का उभारः एक सुनहरा अवसरः डॉ. लॉजिस्टिक्स

अर्थव्यवस्था का एक महत्वपूर्ण स्तंभ बन गया है, जो लगभग 14% जीडीपी में योगदान करता है और 22 मिलियन से अधिक लोगों को रोजगार प्रदान करता है। अगले कछ वर्षों में यह आंकडा और भी बढ़ने की संभावना है, जिससे 2025 तक लगभग 1.2 मिलियन नए रोजगार के अवसर उत्पन्न होने का अनमान है। लॉजिस्टिक्स की मांग भारत में तेजी से बढ़ती अर्थव्यवस्था के साथ सीधे तौर पर जुड़ी हुई है। आने वाले वर्षों में, भारत की विकास दर 9-10% तक बढ़ने की उम्मीद है, जबिक वार्षिक वृद्धि दर (CAGR) 7-8% तक पहुँच सकती है। इस तीव्र विकास के पीछे कई कारक हैं, जिनमें डिजिटलाइजेशन, इंफ्रास्ट्रक्चर में सुधार, और तकनीकी उन्नति महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। लॉजिस्टिक्स उद्योग के प्रमुख घटक

लाजिस्टिक्स उद्याग कप्रमुख बटक लॉजिस्टिक्स सिर्फ माल की डिलीवरी तक सीमित नहीं है; यह एक व्यापक सेक्टर है जिसमें सप्लाई चेन मैनेजमेंट, ट्रांसपोर्टेशन, वेयरहाउसिंग, इन्वेंटरी मैनेजमेंट, और कस्टमर सर्विस शामिल हैं। इन सभी क्षेत्रों में निवेश और सुधार हो रहे हैं, जिससे न केवल बेहतर सेवाएं मिल रही हैं, बल्कि कुशलतापूर्ण कामकाज भी सुनिश्चत हो रहा है।

डिजिटलाइजेशन का प्रभाव डिजिटल टेक्नोलॉजी ने लॉजिस्ट

डिजिटल टेक्नोलॉजी ने लॉजिस्टिक्स सेक्टर को नए आयाम दिए हैं। जीपीएस ट्रैकिंग, इंटरनेट ऑफ थिंग्स (IoT), आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI),



और ब्लॉकचेन जैसी तकनीकों ने लॉजिस्टिक्स संचालन को अधिक सटीक और पारदर्शी बना दिया है।इससे न केवल समय की बचत हो रही है, बिल्क लागत भी घट रही है।

इंफ्रास्ट्रक्चरका सुधार

भारत में लॉजिस्टिक्स इंफ्रास्ट्रक्चर में तेजी से सुधार

हो रहा है। नए हाईवे, एक्सप्रेसवे, और समर्पित फ्रेट कॉरिडोर के निर्माण ने माल ढुलाई को तेज और अधिक सुरक्षित बना दिया है। बंदरगाहों और हवाई अड्डों का आधुनिकीकरण भी लॉजिस्टिक्स संचालन को सुचारू बना रहा है। रोजगार के अवसर

लिए विविध अवसर मौजूद हैं। मिड-करियर प्रोफेशनल्स के लिए लॉजिस्टिक्स में विशेष मांग है, क्योंकि यहाँ न केवल तकनीकी विशेषज्ञता की आवश्यकता है, बल्कि नेतृत्व क्षमता और रणनीतिक

लॉजिस्टिक्स सेक्टर में करियर की अपार संभावनाएं

हैं। यहाँ युवाओं से लेकर अनुभवी पेशेवरों तक के

योजना बनाने की भी आवश्यकता होती है। भारत का लॉजिस्टिक्स सेक्टर विकास के पथ पर अग्रसर है और यह न केवल देश की अर्थव्यवस्था को गति देगा, बल्कि रोजगार के नए अवसर भी प्रदान करेगा। इस सेक्टर में हो रहे नवाचार और तकनीकी विकास ने इसे दुनिया के अग्रणी लॉजिस्टिक्स बाजारों में से एक बना दिया है। युवा पेशेवरों और मिड-करियर व्यक्तियों के लिए, यह एक सुनहरा अवसर है कि वे इस उभरते क्षेत्र में कदम रखें और अपनी क्षमताओं का पर्णविकास करें।

> डॉ. अंकुर शरण, लॉजिस्टिक्स विशेषज्ञ drlogistics.ankur@gmail.com

ओडिशा अनौपचारिक शिक्षक संघ का राज्य सम्मेलन भुवनेश्वर में आयोजित किया गया



मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भुवनेश्वर: ओडिशा गैर-औपचारिक शिक्षक संघ का राज्य सम्मेलन आज नए अध्यक्ष सूरज रावंग की अध्यक्षता में आयोजित किया गया, जिसमें राज्य के सभी जिलों के शिक्षकों और छात्रों ने भाग लिया बैठक में अध्यक्ष के निर्देशानुसार आगामी रणनीति तय की गयी और महासंघ को सशक्त एवं शक्तिशाली बनाने का दृढ़ संकल्प लिया गया. उक्त कार्रवाई में मुख्यमंत्री, केंद्रीय शिक्षा मंत्री, प्रदेश भाजपा अध्यक्ष एवं राज्य लोक शिक्षा मंत्री सोमनाथ मोहंती, नरहिर प्रधान, नरेंद्र बंचूर, विरंची शेतपथी एवं अन्य को मांग पत्र जारी करने का

हरियाणा विधानसभा चुनाव में अवामी पार्टी एवं दलित मजदूर किसान पार्टी ने कांग्रेस को दिया समर्थन

नईदिल्ली: अवामी पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष मुशीर अहमद एवं दिलत मजदूर किसान पार्टी के महासचिव मुरारी लाल सूर्या ने एक संयुक्त बयान जारी करते हुए हरियाणा विधान सभा में कांग्रेस उम्मीदवारों को भारी बहुमत से विजयी बनाने की अपील की है।

तािक एक साफ सुथरी सरकार बनायी जा सके जो भ्रष्टाचार मुक्त हो जहां प्रत्येक गरीब आदमी की सुनवाई हो सके, मजदूरों, किसानों, नोजवानो,



महिलाओं को सम्मानिमल सके, रोजगार मिल सके। इस अवसरवादी सरकार को उखाड़ फेंका जा सके। मुशीर अहमद ने आगे कहा कि इस सरकार ने पिछले चुनाव में अवाम से जो वादे किए थे वो पूरा करने में पुरी तरह से नाकाम रही है। इस सरकार ने किसानों, युवाओं, महिलाओं अत्यादि के लिए कोई काम नहीं किए हैं जिसकी की वजह से प्रदेश का हर वर्ग परेशान है और बदलाव चाहती है इस लिए मेरा अनुरोध है कि जनता कांग्रेस के हक में वोट करे। मुरारी लाल सूर्या ने कहा कि हमारा कांग्रेस को समर्थन देने का मक़सद केवल एक अच्छी सरकार का गठन है और कांग्रेस सबसे बेहतर विकल्प है क्यूंकि वर्तमान सरकार हर सतह पर नाकाम हुई है जिसका नतीजा है कि प्रदेश की जनता परेशान है इस्तिए हमारी अपील है कि सभी एक जुट हो कर कांग्रेस के उम्मीदवारों को वोट दें और एक बेहतर सरकार के गठन में अहम रोल अदा करें एवं मुझे पूरी उम्मीद है के कांग्रेस जीत कर सरकार बनाएगी।

झारखंड के उप निर्वाचन अधिकारी कानु नाग नौकरी से बहिष्कृत

कार्तिक कुमार परिच्छा

रांची । मुलत पश्चिमी सिंहभूम जिला खुटापानी यानी पांड्रासाली के दौपाई गांव निवासी कानु राम नाग जो झारखंड प्रशासनिक सेवा से रहे हैं तथा चुनाव अधिकारी पलामु रहे ,उनकी सेवा सरकार ने समाप्त की है। विधानसभा चुनाव पूर्व पलामू के उप निर्वाचन पदाधिकारी कानु राम नाग पर बड़ी कार्रवाई हुई है. अगर चाईबासा कोर्ट का एक मामले पर गौर कर देखा जाय तो भूत पूर्व एक सैनिक जो चुनाव में राजनीतिक पार्टी के उम्मीदवार भी रहे, अब 12साल का सश्रम कारावास की सजा काट रहे हैं। वे है लालजी राम तियू जिन्होंने उक्त गांव के ऐसे जातिय मामलों को सामने लाकर चर्चित बनाते हुए सिंहभूम के बड़े नेता बागन सम्बर्क्ड के साथ काफी तल दी थी कभी । संभवत आगे चुनाव पूर्व मामले की गंभीरता को देखते हुए यह कार्रवाई हुई होगी।

कार्मिक, प्रशासनिक सुधार तथा राजभाषा विभाग ने कान्हु राम नाग को नौकरी से बर्खास्त कर दिया है.27 सितंबर को इस प्रस्ताव पर कैबिनेट ने मुहर लगा दी है. उनपर गलत तरीके से एसटी सर्टिफिकेट बनाकर द्वितीय झारखंड प्रशासनिक सेवा की नौकरी लेने का आरोप है. शुक्रवार को कैबिनेट विभाग की प्रधान सचिव वंदना दादेल ने बताया है कि कानु राम नाम तमाड़िया जाति से आते हैं जो अत्यंत पिछड़ा वर्ग की श्रेणी में आती है.



लेकिन उन्होंने मुंडा जनजाति का प्रमाण पत्र बनाकर नौकरी हासिल की थी. इस वजह से उनको झारखंड सरकारी सेवक (वर्गीकरण, नियंत्रण एवं अपील) नियमावली, 2016 के नियम 14 (x) के तहत सेवा से हटाए जाने का दंड दिया गया है. इस बाबत झारखंड सरकार ने उनको एक रियायत भी दी है. कानु राम नाम दूसरी सरकारी सेवा में बहाली के लिए अयोग्य नहीं ठहराए गये हैं. इसका मतलब है कि दूसरी बहाली के दौरान कानु राम अपनी असली जाति प्रमाण पत्र का इस्तेमाल कर सकते हैं. खास बात है कि लोकसभा चुनाव से ठीक पहले कानु राम नाम की पलामू में पोस्टिंग हुई थी. जिला के उप निर्वाचन पदाधिकारी के पद पर रहते हुए आगामी विधानसभा चुनाव को लेकर 26 और 27 सितंबर को रांची में हुई चुनाव आयोग की ट्रेनिंग में भी कानु राम नाग शामिल हुए थे.क्या है पुरा मामला

कानू राम नाग चाईबासा जिले के रहने वाले हैं. एसटी सर्टिफिकेट के आधार पर द्वितीय जेपीएससी की परीक्षा में इनका चयन हुआ था. इसकी जानकारी मिलने पर कानु राम नाग को सस्पेंड कर दिया गया था. साथ ही कार्मिक विभाग की तरफ से एक जांच समिति भी बनी थी. 31 अक्टूबर 2010 को अपनी रिपोर्ट में समिति ने बताया था कि कानु राम नाग

अत्यंत पिछड़ी जाति में शामिल तमाड़िया जाति से आते हैं. इसलिए उनको मुंडा जनजाति का प्रमाण पत्र नहीं दिया जा सकता. इस फैसले को कानु राम नाग ने झारखंड हाईकोर्ट में रिट पिटीशन संख्या-3400/2015 दायर कर बताया था कि चाईबासा के डीसी के स्तर पर उनका जाति प्रमाण पत्र जारी हुआ है. इस सुनवाई के बाद हाईकोर्ट ने स्क्रूटनी कमेटी की रिपोर्ट आने तक कार्रवाई पर रोक लगा दी थी. दरअसल, इसी तरह के मामले में पूर्व में सुप्रीम कोर्ट का फैसला आ चुका था. लिहाजा, बाद में कानु राम ने रिट पिटीशन को वापस ले लिया था. ऊपर से दौपाई गांव की बात आप जान रहे हैं



बौध से पुरुणा कटक तक ट्रेन, देखने के लिए लोगों की भीड़

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओड़िशा

भुबनेश्वर: कई दिनों के इंतजार के बाद, खुर्दा-बलांगीर रेलवे पर बौध से लुडाकट्टक तक ट्रेन इंजन परीक्षण के आधार पर चलाया गया है। देखने के लिए लोगों की भारी भीड़ उमड़ पड़ी। खुश लोग फोटो और वीडियो के साथ सेल्फी लेकर अपने सोशल मीडिया पर पोस्ट करते नजर आ रहे हैं।पिछले रविवार को बौध से बीर नरसिंहपुर तक एक ट्रेन चली थी। दो दिनों के अंदर हरभंगा ब्लॉक में रेल इंजनों के परिचालन में तेजी आने से 37 वर्षों का लंबा इंतजार खत्म हो गया है। लेकिन ब्लॉक के वारमनीगढ़ में चल रहे। 4.185 किमी लंबे सुरंग निर्माण कार्य के पूरा होने के बाद हरभंगा ब्लॉक को रेलवे से जोड़ना संभव हो जाएगा। उम्मीद है कि जोर्डा-बलांगीर रेलवे अगले एक-दो साल में पूरा हो जाएगा क्योंकि निर्माण कार्य भी तेजी से चल रहा है।

छाती में गैस के दर्द का इलाज

उम्मिजकल गैस (Gas) की शिकायत अधिकतर लोगों में देखने को मिल रही है। इसका सबसे बड़ा मुख्य कारण लोगों की अनियमित जीवनशैली और गलत खान-पान है। शरीर से जब गैस बाहर निकल नहीं पाती है, तो यह शरीर में चारों तरफ घूमने लगती है। गैस की वजह से शरीर के किसी भी हिस्से में दर्द हो सकता है। लेकिन जब गैस छाती में बन जाता है, तो लोग डर जाते हैं। क्योंकि गैस बनने की वजह से छाती में दर्द शुरू हो जाता है और लोग समझ नहीं पाते हैं कि यह गैस का दर्द है या हार्ट अटैक का दर्द है। जानिए छाती में गैस बनने

पर क्या इलाज करना चाहिए। छाती में गैस बनने के लक्षण खाने के बाद दर्द होना खट्टी डकार आना

पेट फूलना

छाती में जलन होना छाती में गैस के दर्द का इलाज पपीते का करना चाहिए सेवन

छाती में गैस बनने पर पपीते (Papaya) का सेवन काफी फायदेमंद माना जाता है। अगर किसी के छाती में गैस की शिकायत हो जाए, तो उसे पपीते का सेवन करना चाहिए। इसके सेवन से गैस के दर्द से छुटकारा मिल

जाता है। बेकिंग सोडा

बेकिंग सोडा छाती की गैस से छुटकारा दिलाने में काफी लाभदायक साबित होता है। अगर किसी को छाती में गैस बन गई हो, तो उसे तुरंत गुनगुने पानी से बेकिंग सोडा का सेवन

करना चाहिए। अजवाडन का पानी

अजवाइन का सेवन गैस में लाभप्रद माना जाता है। इसके लिए थोड़े से पानी में अजवाइन को डालकर ऊबाल लेना चाहिए। फिर उसका सेवन करना चाहिए। अजवाइन के पानी के सेवन से छाती में बने गैस के दर्द से तुरंत छुटकारा मिल जाता है।

से**ब का सिरका** मेन का मिरका भी

सेब का सिरका भी काफी फायदेमंद माना जाता है। अगर किसी को छाती में गैस की शिकायत हो, तो उसे तुरंत गुनगुने पानी में सेब के सिरके का सेवन करना चाहिए। सेब का सिरका दिल संबंधी बीमारियों के लिए भी लाभदायक साबित होता है।

अदरक का रस

अगर किसी को छाती में गैस की शिकायत हो, तो उसे अदरक (Ginger) के रस का सेवन करना चाहिए। अदरक का रस पीने से गैस से छुटकारा मिल जाता है। गुनगुने पानी का सेवन

गुनगुन पाना का सवन गुनगुने पानी का सेवन भी काफी फायदेमंद



माना जाता है। अगर किसी को छाती में गैस की शिकायत हो जाए, तो उसे गुनगुना पानी पीना चाहिए। रोजाना सुबह खाली पेट एक गिलास गर्म पानी का सेवन करने से गैस की शिकायत से छुटकारा मिल जाता है। भुनी हींग और काला नमक

भुना हींग (Hing) और काला नमक (Black Salt) भी छाती में बने गैस के लिए लाभदायक माना जाता है। इसके लिए थोड़ी सी हींग भुन लेनी चाहिए। फिर उसमें काला नमक मिलाकर गुनगुने पानी के साथ सेवन करना चाहिए।

मांग और परवाज

राहुल बाबा को अग्निवीर में पेंशन चोरी नजर आने लगी। सत्ता की चाबी फिर एक बार, संविधान की तरह लहराने लगी। खड़गे जी को अचानक आया चक्कर, अभी नहीं मरूंगा मोदी को दूंगा टक्कर। राहुल बोले मोदी के भगवान अडानी है, बब्बर बोले भिवानी में भी गंदा पानी है। चक्रव्यूह का आकार कमल के जैसा है, बताओ विपक्ष का नेता कोई मेरे जैसा है। विनेश को देख प्रियंका को गर्व होता है, वे तो इनके आंदोलन में भी गई थी। वहां जाने की टाइमिंग बड़ी सही थी, अब तो सत्ता में आने का पर्व होता है. टिकट बांटने का उद्देश्य भी सर्व होता है। शैलजा बोली भ्रष्ट सरकार बदलना हैं, आज राहुल गांधी पर भी हमें नाज़ है! यही है समय की मांग और परवाज़ है।

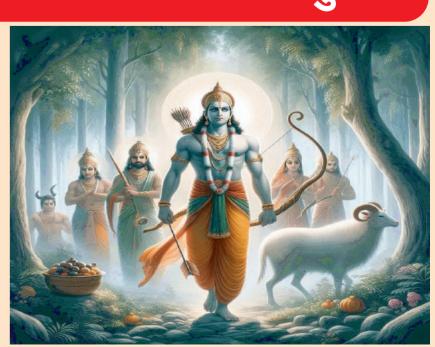
> संजय एम . तराणेकर (कवि, लेखक व समीक्षक) इंदौर (मध्यप्रदेश) 98260–25986

श्रीराम के जीवन से प्रत्येक मनुष्य कुछ सीखता है ग्रहण करता है, तो उसका जीवन सफल हो जाता है : वरिष्ठ समाजसेवी राजेश खुराना

आगरा।दुःखों से भरे संसार में भगवान श्रीराम का चरित्र एक आदर्श चरित्र है। उनके जैसा मर्यादा पुरुषोत्तम ना कोई कोई हुआ है, और न कभी होगा। मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम ने एक सामान्य पुरुष की भांति जीवन के हर संघर्षों को अपनाया। मानव के रूप में आकर प्रभु ने सभी जनमानस का कल्याण किया। मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान श्रीराम के चरित्र का वर्णन हुए वरिष्ठ समाजसेवी राजेश खुराना ने कहा, भगवान श्रीराम निश्चित रूप से मर्यादापुरुषोत्तम है, उन्होंने सदैव ही मर्यादा में रहकर हर कार्य किया और न्याय, सत्य और धर्म के पथ पर आजीवन चलते रहे एवं सामान्य पुरुष की भांति जीवन के हर संघर्षों को अपनाया और मानव के रूप में आकर प्रभु ने सभी जनमानस का कल्याण किया। इसी विशेषता के कारण मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान श्रीराम के चरित्र का वर्णन करने में तो बड़े बड़े विद्वान दांतों तले अंगुली दबा लेते हैं। उनका धरती पर राम रूप में अवतार प्रत्येक मनुष्य के लिए प्रेरणा स्त्रोत है। मर्यादा पुरुषोत्तम श्री राम के

जीवन से प्रत्येक मनुष्य कुछ सीखता है, एवं कुछ ग्रहण करता है, तो उसका जीवन सफल हो जाता है।

उन्होंने मनुष्य रूप में मित्र, भाई, पुत्र, पित और माता-पिता हर नाते का सम्मान कर पूरी दुनियां को मर्यादा के मार्ग पर चलने का पाठ पढ़ाया। मित्र के रूप में, प्रभु के चरित्र का वर्णन शब्दो द्वारा संभव नहीं है। वर्तमान समय में मित्र-मित्र न होकर शत्रु अधिक है, इस संदर्भ में भी भगवान श्रीराम ने मित्रता का उदहारण मानव जाति को दिया है। उनके दास हनुमानजी से उनकी मित्रता उच्चकोटि की मित्रता का स्थान पाती है। इसके अतिरिक्त उन्होंने कभी भी जाति के नाम पर भेद-भाव नहीं किया। वे सभी मनुष्यों को समान समझते थे। उनकी नजर में कोई चोट या बड़ा नहीं था। इसका उदहारण भी रामायण में प्राप्त होता है। श्रीराम ने अपने मित्र निषाद राज गृहा का सम्मान किया उन्हें अपने कंठ से लगाया, केवट की भक्ति पर तो वे बलिहारी हो गए और जो तृप्ति उन्हें वनवासी माँ सबरी के बेर खा कर हुई वो तृप्ति उन्हें अवध और मिथिला के छत्तीस श्री खुराना ने आगे कहा, मर्यादा पुरुषोत्तम श्री राम हमारी संस्कृति और हम सभी भारतीयों की अमिट पहचान हैं। भगवान श्री राम हमारे हृदय के करीब है। मुझे विशेष रूप से श्री सीताराम जी से बहुत लगाव है, समस्त देवी-देवताओं के दर्शन मुझे इनमे होते है। श्रीराम एक ऐसा पथ है, जिस पर राम ही सदा चले, उनके जैसा मर्यादा पुरुषोत्तम सृष्टि में ना कोई हुआ है और ना कभी होगा। भगवान श्रीराम की पूजा-अर्चना करने से हर साधक को धैर्य का वरदान प्राप्त होता है। इससे व्यक्ति के जीवन में व्याप्त सभी प्रकार के दुख और संकट समय के साथ दूर हो जाते हैं। स्वयं भगवन श्रीराम ने भी विषम परिस्थिति में धैर्य का सहारा लेकर आदर्श प्रस्तुत किया था। इसके लिए शास्त्रों में भगवान श्रीराम को आदर्श पुरुष कहा गया है। श्रीराम और माता सीता अलग-अलग नहीं वे एक ही है। इसलिए तो आज के युग सदैव ही उनके नाम को एक साथ जोड़कर कहा जाता है - "जय जय सीताराम"



स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक संजय कुमार बाटला द्वारा इम्प्रेशंस प्रिंटिंग एंड पैकेजिंग लिमिटेड, सी-18,19,20 सेक्टर 59, नोएडा (उत्तर प्रदेश) से मुद्रित एवं 3, प्रियदर्शनी अपार्टमेंट ए-4, पश्चिमी विहार, नई दिल्ली- 110063 से प्रकाशित। सम्पर्क: 9212122095, 9811902095. newstransportvishesh@gmail.com (इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन पी.आर.बी. एक्ट के अंतर्गत उत्तरदायी) किसी भी कानूनी विवाद की स्थिति में निपटारा दिल्ली के न्यायालय के अधीन होंगे। RNI No:- DELHIN/2023/86499. DCP Licensing Number F.2 (P-2) Press/2023