www.sanjanabharati.com
दिल्ली और गौतम बुद्ध नगर से प्रकाशित। हरियाणा, पंजाब, उत्तर प्रदेश, बिहार, झारखंड व उत्तराखंड में प्रसारित
facebook.com/Sanjanabharati

SB NEWS

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

संजना भारती

RNI No. : DELHIN/2016/70240

आपका भरोसा, हमारी ताकत

2 बड़ी कंपनी के सामने केंद्र सरकार कैसे हो... 3 रक्त वाहिकाओं को मजबूत करने में मदद करते है... 4 योगेंद्र राणा ने प्रश्न काल में उठाया असंध के...

वर्षः 10 | अंकः 56 | दिल्ली, शुक्रवार, 19 दिसम्बर 2025 | पृष्ठ संख्याः 4 | मूल्यः 1 रुपया

संक्षिप्त समाचार

नीतीश कुमार की बढ़ाई गई सुरक्षा, सोशल मीडिया पर मिली थी धमकी

बिहार (एजेन्सी)। बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार की सुरक्षा बढ़ा दी गई है, क्योंकि हिजाब से जुड़े विवाद ने पूरे देश में तीखी राजनीतिक प्रतिक्रियाएं पैदा कर दी हैं। आधिकारिक सूत्रों के अनुसार, खुफिया एजेंसियों द्वारा घटना के मद्देनजर मिली विशिष्ट जानकारियों के बाद उनकी सुरक्षा बढ़ाने का निर्णय लिया गया। इस मुद्दे ने राजनीतिक तनाव को और बढ़ा दिया है, विपक्षी नेता इस घटना को लेकर मुख्यमंत्री की कड़ी आलोचना कर रहे हैं। यह विवाद सोमवार को शुरू हुआ, जब नीतीश कुमार पटना में एक कार्यक्रम में नव नियुक्त आयुष डॉक्टरों को नियुक्ति पत्र वितरित कर रहे थे। समारोह के दौरान, उन्होंने कथित तौर पर एक मुस्लिम महिला का हिजाब हटा दिया, जो अपना नियुक्ति पत्र लेने के लिए आगे आई थी। घटना का वीडियो जल्द ही सोशल मीडिया पर वायरल हो गया, जिससे व्यापक आक्रोश फैल गया। राष्ट्रीय जनता दल (आरजेडी) समेत कई विपक्षी नेताओं ने मुख्यमंत्री के इस कदम को शर्मनाक और अस्वीकार्य बताया। उन्होंने नीतीश कुमार पर धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने का आरोप लगाया और इस घटना के लिए जवाबदेही की मांग की। जैसे-जैसे राजनीतिक प्रतिक्रियाएं बढ़ती गईं, अधिकारियों ने मुख्यमंत्री की सुरक्षा व्यवस्था का तुरंत पुनर्मूल्यांकन किया।

दिल्ली ब्लास्ट केस में 9वीं गिरफ्तारी, आत्मघाती हमले की कसम खाने वाला सुसाइड बॉम्बर यासिर डार अरेस्ट

नई दिल्ली (एजेन्सी)। दिल्ली बम धमाके के मामले में एक अहम घटनाक्रम में राष्ट्रीय जांच एजेंसी (एनआईए) ने जम्मू-कश्मीर के एक निवासी को गिरफ्तार किया है, जो इस मामले में नौवीं गिरफ्तारी है। अधिकारियों के अनुसार, उसे आत्मघाती हमलावर उमर-उन-नबी का करीबी सहयोगी माना जाता है। गिरफ्तारी के बाद, दार को गुरुवार को पटियाला हाउस कोर्ट में पेश किया गया। मामले में दलीलें सुनने के बाद, अदालत ने दार को 26 दिसंबर तक राष्ट्रीय जांच एजेंसी की हिरासत में भेज दिया। गौरतलब है कि दार को कड़ी सुरक्षा व्यवस्था के बीच अदालत में पेश किया गया था। प्रधान जिला एवं सत्र न्यायाधीश (विशेष एनआईए न्यायाधीश) अंजू बजाज चंदना ने एजेंसी के वकील की दलीलें सुनने के बाद दार को एनआईए की हिरासत में भेज दिया।

स्वच्छ और प्रदूषण-मुक्त दिल्ली की दिशा में सरकार के प्रभावी कदम

सीएम रेखा गुप्ता ने 100 नई इलेक्ट्रिक बसों को दिखाई हरी झंडी

संजना भारती संवाददाता

नई दिल्ली। दिल्ली सरकार लगातार राजधानी में स्वच्छ, सतत और आधुनिक सार्वजनिक परिवहन को सुदृढ़ करके प्रदूषण को कम करने की दिशा में ठोस कदम उठा रही है। इसी क्रम में मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने अंतर्राज्यीय बस अड्डा (आईएसबीटी), कश्मीरी गेट से 100 नई इलेक्ट्रिक बसों को डीटीसी बेड़े में शामिल किया। राजधानी में अब इवी बसों की संख्या 3,500 से अधिक हो गई हैं। मुख्यमंत्री ने कश्मीरी गेट बस अड्डे से ही धौला कुआं (दिल्ली) से धारूहेड़ा (हरियाणा) तक नई अंतर्राज्यीय इलेक्ट्रिक बस सेवा का भी शुभारंभ किया। मुख्यमंत्री का कहना है कि दिल्ली सरकार ने प्रदूषण को नियंत्रित करने और सार्वजनिक परिवहन को मजबूत करने के लिए कई महत्वपूर्ण व प्रभावी कदम उठाए हैं।

इस अवसर पर परिवहन मंत्री डॉ. पंकज कुमार सिंह और विभाग के वरिष्ठ अधिकारी भी उपस्थित थे। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह पहल दिल्ली में सार्वजनिक परिवहन को और अधिक सशक्त बनाने, यात्रा को मंजिल तक पहुंचाने और प्रमुख मार्गों पर जाम एवं प्रदूषण को कम करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। उन्होंने बताया कि धौला कुआं-धारूहेड़ा रूट पर ई-बस सेवा क्षेत्रीय आवागमन को मजबूत करने के साथ-साथ दिल्ली के प्रदूषण नियंत्रण प्रयासों में भी अहम भूमिका निभाएगी। मुख्यमंत्री ने जानकारी दी कि हमारी सरकार द्वारा पिछले 10 महीनों में सालों से बदहाल रही परिवहन व्यवस्था को दुरुस्त करने और सार्वजनिक परिवहन को मजबूत और प्रभावी बनाने के लिए निरंतर प्रयास कर रही है। पिछले वर्षों में बंद पड़ी अंतर्राज्यीय बस सेवाओं को पुनः चालू किया गया है और विश्वविद्यालयों की बंद पड़ी यू-स्पेशल व अन्य बस सेवाओं को भी बहाल किया गया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि दिल्ली सरकार ने प्रदूषण नियंत्रण और सार्वजनिक परिवहन को मजबूत करने के लिए कई महत्वपूर्ण कदम उठाए हैं। राजधानी में वाहनों के पीयूसी जांच के लिए नंद नगरी, तेंहखंड और बुराड़ी में ऑटोमेटेड परीक्षण केंद्र स्थापित किए जा रहे हैं, जहां हजारों वाहन अपना प्रदूषण नियंत्रण प्रमाणपत्र प्राप्त कर सकेंगे। उन्होंने बताया कि महिलाओं के लिए पिंक कार्ड सुविधा जल्द ही शुरू की जा रही है, जिससे उन्हें बार-बार टिकट लेने की आवश्यकता नहीं होगी और वे किसी भी बस में आसानी से यात्रा कर सकेंगी। उन्होंने कहा कि इसके अतिरिक्त दिल्ली मेट्रो के चौथे चरण और पूरे नेटवर्क को और सदृढ़ करने के लिए सरकार द्वारा वित्तीय समर्थन प्रदान किया जा रहा है।

इस अवसर पर दिल्ली के परिवहन मंत्री डॉ. पंकज कुमार सिंह ने कहा कि दिल्ली सरकार, माननीय मुख्यमंत्री श्रीमती रेखा गुप्ता के नेतृत्व में, राजधानी और उसके आसपास स्वच्छ, विश्वसनीय और किफायती सार्वजनिक परिवहन को बढ़ावा देने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने बताया कि धौला कुआं-धारूहेड़ा पूरी तरह इलेक्ट्रिक बस सेवा की शुरूआत इस दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

योगी सरकार वर्ष 2026 में युवाओं को देगी डेढ़ लाख सरकारी नौकरियों की सौगात

योगी सरकार के नाम दर्ज होगा 10 साल में 10 लाख सरकारी नौकरियां देने का रिकॉर्ड

संजना भारती संवाददाता

लखनऊ। योगी सरकार प्रदेश के युवाओं को अगले वर्ष बड़ा तोहफा देने जा रही है। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने हाल ही में एक उच्च स्तरीय बैठक में अधिकारियों से विभागवार सरकारी नौकरी के खाली पदों की डिटेल मांगी थी, ताकि खाली पदों पर नियुक्ति की जा सके। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने समीक्षा के बाद वर्ष 2026 में प्रदेश के युवाओं को डेढ़ लाख सरकारी नौकरी देने की अनुमति दे दी है। ये नौकरियां पुलिस, शिक्षा, राजस्व, आवास विकास समेत प्रदेश विभिन्न विभागों में दी जाएगी। इसमें सबसे अधिक पुलिस और शिक्षा विभाग में भर्तियां होंगी। इसी के साथ 2026 में योगी सरकार के नाम सबसे अधिक सरकारी नौकरी देने का रिकार्ड भी दर्ज हो जाएगा। योगी सरकार प्रदेश में पहली सरकार होगी, जिसने दस वर्षों में दस लाख सरकारी नौकरी देने की सौगात दी।

योगी सरकार ने पिछले साढ़े आठ वर्षों में प्रदेश के युवाओं को विभिन्न विभागों में साढ़े आठ लाख से अधिक सरकारी नौकरियां दी है। यह सभी भर्तियां पारदर्शी और निष्पक्ष तरीके से हुईं। इससे प्रदेश के युवाओं का योगी सरकार पर भरोसा मजबूत हुआ है। पहले की सरकारों में उत्तर प्रदेश में सरकारी भर्तियों में पारदर्शी माहौल नहीं था।

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने हाल ही में उच्च अधिकारियों के साथ बैठक की। बैठक में सीएम योगी ने प्रदेश के विभिन्न विभागों के खाली पदों की जानकारी मांगी। सूत्रों की मानें तो योगी सरकार वर्ष 2026 में पुलिस और शिक्षा विभाग में करीब 50-50 हजार पदों पर भर्ती का विज्ञापन जारी करेगी। इसके साथ ही राजस्व में 20 हजार पदों पर भर्ती करेगी जबकि कारागार, आवास विकास, बाल विकास पुष्टाहार, स्वास्थ्य विभाग में खाली पदों पर भी भर्ती करेगी। अलग अलग विभागों में भर्ती प्रक्रिया की विज्ञापन जाती करने के काम अंतिम चरण में है। कुछ विभागों में भर्ती प्रक्रिया शुरू भी हो चुकी है। प्रस्तावित भर्तियों की प्रक्रिया पूरी होने के बाद अगले साल तक योगी सरकार पहली सरकार बन जाएगी जिसने दस साल में रिकॉर्ड दस लाख सरकारी नौकरियां दीं। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की मंशा के अनुरूप प्रदेश के ज्यादा से ज्यादा युवाओं को पारदर्शी तरीके से सरकारी नौकरी देने के लिए पुलिस विभाग में अब तक 2.19 लाख पदों पर भर्ती की गयी है। इसी क्रम में सीएम योगी के निर्देश पर वर्ष 2026 में पुलिस विभाग की ओर से करीब 50 हजार पदों पर भर्ती का विज्ञापन जारी किया जाएगा। इसको लेकर अंतिम तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। वर्ष 2026 में पुलिस विभाग द्वारा 30 हजार आरक्षी, 5 हजार सब इंस्पेक्टर के पदों पर भर्ती की जाएगी। इसके अलावा विभाग में 15 हजार विभिन्न पदों पर भी भर्ती की जाएगी।

वहीं, शिक्षा विभाग के आधिकारिक सूत्रों से पता चला है कि शिक्षा विभाग में भी करीब 50 हजार पदों पर भर्ती की जाएगी। यह भर्ती सहायक अध्यापक से लेकर लेक्चरर, प्रधानाचार्य आदि पदों पर होगी।

हरियाणा विधानसभा के शीतकालीन सत्र के पहले दिन सदन के नेता ने की नई परंपरा की शुरूआत

सैनी ने भूपेंद्र सिंह हुड्डा का नेता प्रतिपक्ष चुने जाने पर किया स्वागत

संजना भारती संवाददाता

चंडीगढ़। हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने सदन के नेता के रूप में हरियाणा विधानसभा के शीतकालीन सत्र के पहले दिन एक नई परंपरा की शुरूआत करते हुए भूपेंद्र सिंह हुड्डा को नेता प्रतिपक्ष के रूप में चुने जाने पर बधाई दी एवं अभिनंदन किया, जो हरियाणा विधानसभा के इतिहास में पहली बार हुआ है कि विपक्ष के नेता चुने जाने पर सदन के नेता द्वारा नेता प्रतिपक्ष का स्वागत किया गया हो।

मुख्यमंत्री की इस पहल का श्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा ने भी स्वागत किया और कहा कि राजनीति में मतभेद हो सकते हैं, लेकिन मनभेद नहीं। लोकहित में मनभेद नहीं होने चाहिएं। विपक्ष की ओर से हम केवल राजनीतिक मतभेद तक ही अपने आपको सीमित रखेंगे और यही आशा सत्ता पक्ष से भी है, इस तरह हम जनता की बेहतर तरीके से सेवा कर सकेंगे। श्री नायब सिंह सैनी ने विपक्ष के नेता श्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा का स्वागत करते हुए कहा कि 15वीं विधानसभा को विपक्ष के नेता के रूप में श्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा जैसे वरिष्ठ एवं अनुभवी नेता मिले हैं। श्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा हरियाणा की राजनीति का एक ऐसा नाम हैं, जो राजनीतिक अनुभव, विधायी कार्यों की गंभीरता और गहन प्रशासनिक समझ के प्रतीक माने जाते हैं। उन्होंने छात्र राजनीति से लेकर विधानसभा व संसद तक, हर मंच पर सक्रिय भूमिका निभाई है।

इसी विश्वास के बलबूते वे 4 बार लोकसभा तथा 6 बार विधानसभा के लिए चुने गए। उन्होंने कहा कि हरियाणा के मुख्यमंत्री के रूप में 10 वर्षों तक श्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा इस महान सदन के नेता भी रहे हैं। उनका संसदीय अनुभव, प्रक्रियाओं की गहरी समझ और विषयों पर उनका मजबूत पकड़, सरकार और विपक्ष, दोनों के लिए उपयोगी सिद्ध होगी। उन्होंने कहा कि विपक्ष का नेता लोकतंत्र में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। वह सरकार की नीतियों पर प्रश्न उठाता है। वह सुझाव देता है और जनता की आवाज को सदन तक पहुंचाता है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि श्री भूपेंद्र सिंह हुड्डा जैसे अनुभवी नेता का इस पद पर होना निश्चित रूप से इस सदन की कार्यवाही को अधिक सार्थक, गंभीर और रचनात्मक बनाएगा।

श्री सैनी ने कहा कि हरियाणा आज विकास के एक नए दौर से गुजर रहा है। प्रदेश की जनता ने हमें नॉन स्टॉप सेवा और सुशासन की जिम्मेदारी सौंपी है। प्रदेश की इस विकास यात्रा में सरकार और विपक्ष, दोनों की भूमिका महत्वपूर्ण है। यदि अनुभव और ऊर्जा मिलकर काम करें, तो जनहित के बड़े लक्ष्य आसानी से हासिल किए जा सकते हैं।

राहुल श्रीवास्तव के नामांकन में उमड़ा अधिवक्ताओं का हुजुम

बनारस बार में नामांकन के अन्तिम दिन प्रत्याशियों ने झोंकी ताकत

एसबी संवाददाता

वाराणसी। पूर्वांचल में अधिवक्ताओं का सबसे प्राचीन बार बनारस बार एसोसिएशन के वार्षिक चुनाव में नामांकन के अन्तिम दिन गुरूवार को कचहरी में काफी चहल कदमी रही। सुबह से ही कचहरी में अधिवक्ताओं का समूह अपने प्रत्याशियों के लिए नारेबाजी करते हुए कचहरी में चुनावी माहौल बना रहे थे। गुरूवार को बनारस बार में नामांकन का अन्तिम था कचहरी के बाहर और कचहरी के परिसर में प्रत्याशियों के समर्थक बड़ी संख्या में दिख रहे थे। उपाध्यक्ष पद पर लड़ रहे राहुल श्रीवास्तव के नामांकन में अधिवक्ताओं का हुजूम उमड़ परा। भारी भरकम समर्थकों के साथ राहुल श्रीवास्तव ने नामांकन दाखिल किया।

नामांकन करने जाते हुए अधिवक्तागण राहुल श्रीवास्तव

राहुल श्रीवास्तव ने अपने भारी भरकम समर्थकों के हुजूम के साथ पुरे कचहरी से लगायत कलेक्ट्रेट तक जुलुस निकालकर अपना नामांकन कियोराहुल श्रीवास्तव के नामांकन जुलुस की चर्चा अधिवक्ताओं के जुबान पर था।

नामांकन में वरिष्ठ अधिवक्ता हरिशंकर पांडे, राजेश श्रीवास्तव वरिष्ठ, श्रवण श्रीवास्तव, मनीष राय, अधिवक्ता अमित यादव पूर्व अध्यक्ष हरिश्चंद्र कालेज, सुमित उपाध्याय, श्रीप्रकाश यादव, होरीलाल गुप्ता, अजिताभ सिंह, कमाल अख्तर सहित सैकड़ों अधिवक्ता उपस्थित थे।

2900 करोड़ रुपये से अधिक के निवेश से पंजाब में जल व स्वच्छता ढांचे को बड़ा प्रोत्साहन मिलाः हरदीप सिंह मुंडियां

संजना भारती संवाददाता

चंडीगढ़। पंजाब के जल आपूर्ति एवं स्वच्छता मंत्री स. हरदीप सिंह मुंडियां ने कहा कि मुख्यमंत्री स. भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार ने राज्य भर में जल आपूर्ति एवं स्वच्छता के बुनियादी ढांचे को सुदृढ़ करने के लिए 2,900 करोड़ रुपये से अधिक का निवेश किया है। उन्होंने कहा कि इस बड़े निवेश से प्रमुख परियोजनाओं के शीघ्र पूर्ण होने, नवीन तकनीकों के विस्तार तथा जल की गुणवत्ता एवं स्वच्छता प्रणालियों को मजबूत करने में उल्लेखनीय मदद मिली है, जिसके परिणामस्वरूप ग्रामीण एवं अर्ध-शहरी क्षेत्रों में लोगों के दैनिक जीवन स्तर में काफी सुधार हुआ है। उन्होंने बताया कि वर्तमान में 100 प्रतिशत कवरेज के साथ राज्य में 34 लाख से अधिक परिवारों को सुरक्षित एवं स्वच्छ पेयजल उपलब्ध कराया जा रहा है। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि पंजाब सरकार द्वारा वित्तीय वर्ष 2025-26 के लिए ग्रामीण विकास के अंतर्गत स्वच्छता क्षेत्र हेतु 2,190.80 करोड़ रुपये की वार्षिक योजना को मंजूरी दी गई है। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि पंजाब पहले ही ग्रामीण क्षेत्रों में हर घर तक नल के माध्यम से स्वच्छ पानी की आपूर्ति का लक्ष्य प्राप्त कर चुका है, जिससे पंजाब यह उपलब्धि हासिल करने वाला देश का पांचवां राज्य बन गया है। उन्होंने बताया कि जल गुणवत्ता से प्रभावित क्षेत्रों में स्वच्छ पानी की आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए 15 प्रमुख सतही जल आपूर्ति परियोजनाओं पर विशेष ध्यान दिया गया है, जिनके अंतर्गत 1706 गांवों को कवर किया गया है। इनमें से चार परियोजनाएं पहले ही चालू हो चुकी हैं, जबकि 11 परियोजनाएं पूर्ण होने के निकट हैं। उन्होंने आगे कहा कि ये परियोजनाएं विश्वसनीय सतही जल आपूर्ति सुनिश्चित कर समग्र रूप से लगभग 25 लाख ग्रामीण परिवारों को लाभ पहुंचाएंगी।

जल आपूर्ति एवं स्वच्छता मंत्री ने बताया कि चालू वित्तीय वर्ष के दौरान 278.37 करोड़ रुपये की लागत से 205 ग्रामीण जल आपूर्ति योजनाएं पूरी की गई हैं, जिनसे पर्याप्त दबाव के साथ स्वच्छ जल की आपूर्ति संभव हुई और लगभग 2.33 लाख ग्रामीण निवासियों को लाभ मिला है। उन्होंने बताया कि 176 गांवों को कवर करने वाली 144 जल आपूर्ति योजनाओं हेतु 160 करोड़ रुपये की परियोजना को मंजूरी दी गई है, जिसके 2026-27 तक पूरा होने की संभावना है। इससे लगभग 3.04 लाख ग्रामीण निवासियों को लाभ मिलेगा। इसके अतिरिक्त 19 जिलों के 127 गांवों को कवर करने वाली 98 योजनाओं की अपग्रेडेशन का प्रस्ताव, जिसकी अनुमानित लागत 105 करोड़ रुपये है, स्वीकृति की प्रक्रिया अधीन है। कैबिनेट मंत्री ने कहा कि हाल ही में मुख्यमंत्री स. भगवंत सिंह मान द्वारा ऐतिहासिक शहर श्री मुक्तसर साहिब में 140 करोड़ रुपये की लागत से जल आपूर्ति एवं सीवरेज कार्यों के उन्नयन की आधारशिला रखी गई है, जिससे शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्रों के बीच तालमेल आधारित बुनियादी ढांचे की योजना को और मजबूती मिलेगी।

उन्होंने बताया कि चालू वर्ष में प्रौद्योगिकी-आधारित शासन पर विशेष जोर दिया गया है, जिसके तहत 897 गांवों को कवर करने वाली 346 जल आपूर्ति योजनाओं में आईओटी-आधारित आटोमेशन एवं निगरानी प्रणाली लागू की गई है। ये योजनाएं वेब और मोबाइल ऐप-आधारित डैशबोर्ड से जुड़ी हैं, जो वास्तविक समय में परिचालन मानकों को ट्रैक करती हैं और तुरंत प्रतिक्रिया व बेहतर ढंग से सेवाएं करने को सुनिश्चित करती हैं।

कैबिनेट मंत्री ने कहा कि जल की गुणवत्ता की निगरानी के लिए प्रयोगशालाओं का तीन-स्तरीय नेटवर्क के द्वारा मजबूत संस्थागत ढांचा स्थापित किया गया है, जिसमें एक राज्य-स्तरीय, सात क्षेत्रीय-स्तरीय, 17 जिला-स्तरीय और सात ब्लॉक-स्तरीय प्रयोगशालाएं शामिल हैं। सभी प्रयोगशालाएं रासायनिक जांच के लिए एनएबीएल से मान्यता प्राप्त हैं, जबकि सात प्रयोगशालाओं में बैक्टीरियोलॉजिकल विश्लेषण की सुविधा भी उपलब्ध है।

एक दिवसीय वॉलेंटियर प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया गया

संजना भारती संवाददाता

बदायूं। विकास खण्ड कादरचौक सभागार कक्ष बदायूं में एक दिवसीय वॉलेंटियर प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया गया। संस्था काशी समाज शिक्षा विकास संस्थान द्वारा आए सभी अतिथि एवं वॉलेंटियर का परिचय कर मां सरस्वती पर मुख्य अतिथि सहायक खण्ड विकास अधिकारी द्वारा पुष्प अर्पित कर प्रोगाम का शुभारंभ किया गया। तत्पश्चात संस्था सचिव मीना सिंह द्वारा जस्ट राइट फॉर चिल्ड्रन एलायंस के सहयोग से चलाए जा रहे कार्यक्रम न्याय तक पहुंच के विषय में विस्तार से जानकारी दी, उन्होंने बताया कि संस्था मुख्य रूप से चार मुद्दों पर बाल विवाह, बाल श्रम, बाल यौन शोषण एवं बाल तस्करी पर कार्य कर रही है इसके लिए समुदाय व विद्यालय में जागरूकता का कार्यक्रम चलाया जा रहा है प्रशिक्षण में सहायक खण्ड विकास अधिकारी द्वारा बाल विवाह, बालश्रम, बाल शोषण के बारे में उपस्थित लोगों को जानकारी दी और उन्होंने कहा की सभी अपने-अपने गांवों में बाल विवाह, बालश्रम, बाल शोषण को रोकना हैं हम सब की जिम्मेदारी है।

इसी क्रम में प्राथमिक स्वास्थ्य विभाग से चिकित्सा अधिकारी (बीपीसीएम) कादर चौक पर ब्लॉक स्तर पर सरकार द्वारा चलाई जा रही योजनाओं के बारे में विस्तार से जानकारी दी इसी क्रम में थाना ए0एच0टी0 से उप -निरीक्षक इंद्रपाल द्वारा बाल तस्करी और मानव तस्करी के बारे में विस्तार पूर्वक जानकारी दी और ए0एच0टी0 से कॉस्टेबल रीतू उपाध्याय द्वारा बाल शोषण के बारे में समझाकर कहा कि अपने घर में व पास पड़ोस में किसी बच्चे का शोषण व महिला का शोषण न होने दे ये हम सब का कर्त्तव्य है और प्रोगाम मैनेजर गंगा सिंह द्वारा बाल विवाह प्रतिषेध अधिनियम 2006 के बारे में बाल विवाह से होने वाले दुष्परिणामों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। तथा संस्था समन्वयक देवेन्द्र पाल ने बाल श्रम निषेध अधिनियम के बारे में और श्रम विभाग से मिलने वाली योजनाओं के बारे में बताया और बाल विवाह पर जानकारी देकर बच्चों द्वारा समुदाय में बाल विवाह के खिलाफ समुदाय में लोगों के साथ बैठक कर 100 दिवसीय बाल विवाह मुक्त भारत अभियान के बारे में विस्तार से समझाया और काउंसलर चेतना द्वारा उपस्थित लोगो को बाल विवाह न करने की शपथ दिलाई गई। प्रशिक्षण में संस्था का समस्त स्टाफ भी उपस्थित रहा।

सम्पादकीय

खाड़ी में भारत ने जमाई धाक

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को ओमान की राजधानी मस्कट में उस समय ऐतिहासिक सम्मान मिला, जब सुल्तान हैथम बिन तारिक ने उन्हें देश के सर्वोच्च नागरिक सम्मान ऑर्डर ऑफ ओमान से अलंकृत किया। यह केवल एक सम्मान नहीं, बल्कि भारत की बढ़ती वैश्विक हैसियत पर मुहर थी। हम आपको बता दें कि पीएम मोदी यह सम्मान पाने वाले दुनिया के उन गिने-चुने नेताओं में शामिल हो गए हैं, जिनमें महारानी एलिजाबेथ, नेल्सन मंडेला और जापान के सम्राट अकिहितो जैसे नाम शामिल हैं। यह सम्मान ऐसे समय मिला है जब भारत और ओमान अपने कूटनीतिक संबंधों के 70 वर्ष पूरे कर रहे हैं। प्रधानमंत्री मोदी की यह यात्रा उनके तीन देशों के दौरे यानि जॉर्डन, इथियोपिया और ओमान की अंतिम कड़ी थी, लेकिन महत्व के लिहाज से शायद यह यात्रा सबसे भारी थी। मस्कट पहुंचने पर प्रधानमंत्री को औपचारिक गार्ड ऑफ ऑनर दिया गया, जो भारत के प्रति ओमान के सम्मान और भरोसे को साफ दर्शाता है। इस दौरे की सबसे बड़ी उपलब्धि रही भारत-ओमान व्यापक आर्थिक भागीदारी समझौता, जिसने द्विपक्षीय संबंधों को एक नई ऊंचाई दी। यह समझौता इसलिए भी ऐतिहासिक है क्योंकि इसमें पहली बार भारत की पारंपरिक चिकित्सा प्रणालियों यानि आयुष को औपचारिक रूप से शामिल किया गया है। ओमान ने आयुष सेवाओं और उत्पादों के लिए अपने बाजार के दरवाजे खोल दिए हैं, जिससे खाड़ी क्षेत्र में भारत की सॉफ्ट पावर को जबरदस्त बल मिलेगा। इसके अलावा, दोनों देशों ने संयुक्त दृष्टि दस्तावेज को अपनाया और समुद्री विरासत, वैज्ञानिक अनुसंधान, कौशल विकास, कृषि, नवाचार और व्यापार जैसे क्षेत्रों में कई समझौता ज्ञापनों पर हस्ताक्षर किए। मैत्री पर्व कार्यक्रम में प्रवासी भारतीयों और छात्रों को संबोधित करते हुए पीएम मोदी ने भारत की तेज विकास गति, समावेशी परिणाम देने वाला और वैश्विक मॉडल बनता देश बताया। देखा जाये तो प्रधानमंत्री मोदी को मिला ऑर्डर ऑफ ओमान सिर्फ एक व्यक्तिगत उपलब्धि नहीं है, यह उस भारत की अंतरराष्ट्रीय स्वीकृति है जो अब झिझकता नहीं, बल्कि शर्तें तय करता है। बीते एक दशक में मोदी सरकार ने विदेश नीति को औपचारिकताओं से निकालकर रणनीति, व्यापार और सामरिक हितों की ठोस जमीन पर उतारा है। ओमान इसका ताजा उदाहरण है। हम आपको बता दें कि ओमान भले ही आकार में छोटा देश हो, लेकिन उसका सामरिक महत्व विशाल है। अरब सागर और हिंद महासागर के संगम पर स्थित ओमान, होर्मुज जलडमरूमध्य के पास है, जहां से दुनिया के एक बड़े हिस्से का तेल व्यापार गुजरता है। ऐसे में भारत और ओमान के रिश्ते केवल व्यापारिक नहीं, बल्कि गहरे सामरिक और सुरक्षा आयाम रखते हैं। इसके अलावा, उएडअ के जरिये भारत ने साफ संकेत दिया है कि वह खाड़ी क्षेत्र में केवल ऊर्जा का उपभोक्ता बनकर नहीं रहना चाहता, बल्कि निवेश, स्वास्थ्य, तकनीक और नवाचार का भागीदार बनना चाहता है। आयुष को समझौते में शामिल करना भारत की सभ्यतागत ताकत का प्रदर्शन है। यह संदेश है कि भारत अब केवल दवाइयाँ नहीं, जीवनशैली भी निर्यात करेगा। इसके अलावा, रक्षा और समुद्री सुरक्षा के मोर्चे पर ओमान भारत का भरोसेमंद साथी रहा है। भारतीय नौसेना को ओमान के बंदरगाहों तक रणनीतिक पहुंच, हिंद महासागर में भारत की निगरानी क्षमता को कई गुना बढ़ाती है। चीन जिस तरह इस क्षेत्र में स्ट्रिंग ऑफ पर्ल्स रणनीति के तहत अपने पैर पसार रहा है, उसके मुकाबले भारत-ओमान साझेदारी एक सटीक और संतुलित जवाब है। बहरहाल, प्रधानमंत्री मोदी का यह दौरा एक और संदेश देता है कि भारत अब अपनी प्रवासी भारतीय आबादी को केवल भावनात्मक पूंजी नहीं, बल्कि कूटनीतिक शक्ति मानता है। ओमान में बसे भारतीय दशकों से दोनों देशों के बीच सेतु का काम कर रहे हैं और मोदी सरकार ने इस सेतु को नीति का हिस्सा बनाया है। कुल मिलाकर, ओमान में मिला सम्मान, उएडअ पर हस्ताक्षर और रणनीतिक संवाद, तीनों मिलकर यह साबित करते हैं कि भारत अब वैश्विक मंच पर अनुगामी नहीं, निर्णायक भूमिका में है। यह कूटनीति दिखावे की नहीं, परिणाम देने वाली है। और यही कारण है कि आज जब प्रधानमंत्री मोदी को सम्मान मिलता है, तो वह केवल व्यक्ति का नहीं, बल्कि भारत के आत्मविश्वास का सम्मान होता है।

जयंती

ओम प्रकाश

जन्म: 19 दिसंबर, 1919 जम्मू; मृत्यु: 21 फरवरी, 1998 मुम्बई, भारतीय सिनेमा जगत में प्रसिद्ध चरित्र अभिनेता थे। ओमप्रकाश ने लगभग 350 फ़िल्मों में काम किया। उनकी प्रमुख फ़िल्मों में 'पड़ोसन', 'जूली', 'दस लाख', 'चुपके-चुपके', 'बैराग', 'शराबी', 'नमक हलाल', 'प्यार किए जा', 'खानदान', 'चौकीदार', 'लावारिस', 'आंधी', 'लोफ़र', 'जंजीर' आदि शामिल हैं। उनकी अमिताभ बच्चन के साथ फिल्म 'नौकर बीवी का' थी। महानायक अमिताभ बच्चन की फ़िल्मों में वे ख़ासे सराहे गए। 'नमक हलाल' का दद्दू और 'शराबी' का मुंशीलाल बनकर ओमप्रकाश ने प्रत्येक भारतीय के दिल में जगह बनाई।

पुण्यतिथि

राम प्रसाद बिस्मिल

जन्म-11 जून, 1897 शाहजहाँपुर; मृत्यु-19 दिसंबर, 1927 गोरखपुर, भारत के महान स्वतन्त्रता सेनानी ही नहीं, बल्कि उच्च कोटि के कवि, शायर, अनुवादक, बहुभाषाविद् व साहित्यकार भी थे जिन्होंने भारत की आज़ादी के लिये अपने प्राणों की आहुति दे दी।

कल मिलेंगे

सास ने अपनी नई बहू को बुलाया और कहा-
आज तुम्हारा इस घर में पहला दिन है
तो जाओ रसोई में जाकर सबके लिए कुछ बना लो
बहू ने सास से पूछा-क्या बनाऊं मम्मी जी?
सास-जो तुम्हें सबसे ज्यादा पसंद हो वो बना लाओ
बहू किचन में गयी और कुछ देर बाद आवाज लगाई,
मम्मी जी आप लोग सोडा मिला कर लेते हैं या पानी से
सास बेहोश.....

संजना भारती दैनिक

भगवान शंकर जी के 11वें रुद्रावतार हनुमान जी (मेंहदीपुर, श्री बाला जी) के संरक्षण में संचालित किया जाता है। समाचार पत्र का यह अंक भी उन्हीं के चरणों में श्रद्धापूर्वक समर्पित है।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक-संजय कुमार द्वारा आर.डी. प्रिंटर एंड पब्लिशर्स प्राइवेट लिमिटेड, ए-41, सेक्टर-8, नोएडा, उत्तर प्रदेश से मुद्रित तथा ए-281सी, गली नं. 3, ए-ब्लॉक, अम्बिका विहार, शिव विहार, दिल्ली-110094 से प्रकाशित। इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के अंतर्गत संपादक उत्तरदायी।
RNI No. : DELHI/2016/70240
Phone No.: 9871221635
E-mail ID: sanjanabharati16@gmail.com
(किसी भी वाद-विवाद में न्याय क्षेत्र दिल्ली ही होगा।)

बड़ी कंपनी के सामने केंद्र सरकार कैसे हो जाती है लाचार

मंत्रालय ने एयरलाइनों के साथ कम से कम छह महीने तक निरंतर संवाद भी किया। पहले इस नियम के बारे में कोई समस्या नहीं थी। एअर इंडिया और स्पाइसजेट जैसी अन्य एयरलाइन ने अपने संचालन को ढाल लिया। लेकिन जो हुआ वह इंडिगो की चालक दल (क्रू) के प्रबंधन की गड़बड़ी के कारण हुआ। नायडू ने कहा कि हमने सामान्य स्थिति सुनिश्चित करने के लिए इंडिगो को एफडीटीएल नियमों में कुछ छूट दी है

-योगेन्द्र योगी

देश में कोई ताकतवर कंपनी कैसे कानून का दावपेच इस्तेमाल करके सरकार को उसी के बनाए कानून के जाल में उलझा कर अपना उल्लू सीधा कर सकती है, इंडिगो एयरलाइंस विवाद इसका बड़ा उदाहरण है। इस एयरलाइंस ने चार दिन तक हजारों यात्रियों को बंधक जैसी हालत में रखा। इसका फायदा दूसरी विमानन कंपनियों ने उठा कर जम कर चांदी कूटी। इस पूरी हालत के दौरान केंद्र सरकार तमाशबीन रही है। सरकार हवाई यात्रियों को हैरान-परेशान और लुटते हुए देखती रही। जब पानी सिर से गुजरने लगा तक सरकार को होश आया। आखिरकार सरकार को नियमों में छूट देकर एयरलाइंस कंपनी के समक्ष बैकफुट पर आने के लिए विवश होना पड़ा। सरकार ने यात्रियों की सुरक्षा के मद्देनजर पायलटों के लिए बनाए गए कायदे-कानून कायदों में ढील देने का निर्णय लेना पड़ा।

केंद्र सरकार ने फ्लाइट ड्यूटी टाइम लिमिटेशन (एफडीटीएल) के नए नियम लागू किए थे। इन नियमों को जनवरी 2024 में लाया गया था। हालांकि, इन्हें अब जाकर पूरी तरह से लागू किया गया। इनमें पायलटों और क्रू मेंबर का ड्यूटी टाइम कर दिया गया है और आराम करने का समय बढ़ा दिया है। ऐसा पायलटों की थकान कम करने और सेफ्टी बढ़ाने के लिए किया गया है। एफडीटीएल के नए नियम तय करते हैं कि पायलट कितनी देर ड्यूटी पर रह सकते हैं? कितने घंटे विमान उड़ा सकते हैं? रात में कितनी बार लैंडिंग कर सकते हैं? उन्हें कितना आराम मिलना चाहिए? कितनी बार नाइट ड्यूटी कर सकते हैं? नागरिक उड्डयन महानिदेशालय (डीजीसीए) ने इन नियमों को पिछली साल जनवरी में पेश किया था। इन्हें पिछले साल ही 31 मई से लागू किया जाना था। मगर एयरलाइन कंपनियों ने इसके लिए समय मांगा, जिसके बाद इन्हें टाल दिया गया। इसके बाद इन नियमों को इस साल दो फेज में लागू किया गया। इन नियमों का पहला फेज इस साल जुलाई में लागू किया गया। दूसरा फेज 1 नवंबर से लागू कर दिया गया।

सवाल यह है कि जब नए नियम सभी एयरलाइन कंपनियों पर लागू होते हैं पर इसका सबसे ज्यादा असर इंडिगो पर ही क्यों दिखा? इसका जवाब है कि इंडिगो के पास पायलटों की कमी हो गई है। इंडिगो ने जानबूझ कर यह कमी की। अन्य एयरलाइंस कंपनियों की तरह इंडिगो के पास भी नए पायलटों की भर्ती के लिए पर्याप्त समय था, किन्तु कंपनी ने भारी आर्थिक भार को टालने के लिए भर्ती नहीं की। कंपनी ने बड़ी चालाकी से सरकार को उसी के बनाए नियमों में फांस कर इनमें ढील देने के लिए विवश कर दिया। इसके लिए कंपनी ने यात्रियों को मोहरा बनाया। यह जानते हुए भी कि कंपनी के पास पायलटों की कमी है, लगातार बुकिंग जारी रखी। फिर अचानक हाथ खड़े कर दिए। हजारों यात्रियों के फंसे होने से जब देश में हाहाकार मचा तो केंद्र सरकार को नए नियमों में ढील देने के लिए झुकना पड़ा।

डीसीजीए ने कहा कि वर्तमान स्थिति को देखते हुए नियमों में ढील दी जा रही है। डीजीसीए ने उन नियमों में ढील दी है, जो अहमदाबाद फ्लाइट क्रैश के बाद लागू किए गए थे। साथ ही अभी क्राइसिस के समय पायलटों से मदद की अपील की डीजीसीए ने अब इंडिगो से एक डिटेल्ड रोडमैप जमा करने को कहा, जिसमें उससे क्रू की भर्ती, क्रू की ट्रेनिंग का प्लान, रोस्टर रिस्ट्रक्चरिंग और सेफ्टी रिस्क असेसमेंट का प्लान मांगा गया है। इसके साथ ही डीजीसीए ने इंडिगो को हर 15 दिन में एक प्रोग्रेस रिपोर्ट भी देने को कहा है। सरकार की ओर से केंद्रीय नागर विमानन मंत्री राम मोहन नायडू ने सफाई दी कि यह फैसला केवल यात्रियों के हित में लिया गया है, खासकर वरिष्ठ नागरिकों, छात्रों, मरीजों और जरूरी यात्रा करने वालों को राहत देने के लिए।

मंत्रालय ने एयरलाइनों के साथ कम से कम छह महीने तक निरंतर संवाद भी किया। पहले इस नियम के बारे में कोई समस्या नहीं थी। एअर इंडिया और स्पाइसजेट जैसी अन्य एयरलाइन ने अपने संचालन को ढाल लिया। लेकिन जो हुआ वह इंडिगो की चालक दल (क्रू) के प्रबंधन की गड़बड़ी के कारण हुआ। नायडू ने कहा कि हमने सामान्य स्थिति सुनिश्चित करने के लिए इंडिगो को एफडीटीएल नियमों में कुछ छूट दी है। इंडिगो संकट के बीच सरकार द्वारा पायलटों के नए उड़ान ड्यूटी समय सीमा नियम (एफडीटीएल) को तत्काल प्रभाव से फिलहाल स्थगित करने के फैसले की पायलट संघ ने कड़ी आलोचना की है। एयरलाइन पायलट्स एसोसिएशन ऑफ इंडिया ने डीजीसीए को एक पत्र लिखते हुए कहा कि यह फैसला सुरक्षा से सीधा समझौता है। पायलटों की थकान से यात्रियों की जान खतरे में पड़ सकती है।

एसोसिएशन के अनुसार, इंडिगो ने जानबूझकर यह संकट खड़ा किया, जिससे उसे नियमों में ढील मिल सके। इसलिए इंडिगो के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाए और एफडीटीएल के दूसरे चरण के नियमों को पूरी तरह लागू किए जाएं बिना किसी भी एयरलाइन को इसमें छूट दिए। एसोसिएशन ने इंडिगो प्रबंधन के खिलाफ दंडात्मक कार्रवाई की मांग करते हुए कहा कि रात्रिकालीन ड्यूटी से संबंधित मानदंडों में ढील से इंडिगो को अपने परिचालन को स्थिर करने में मदद मिलेगी, लेकिन यह छूट एक खतरनाक मिसाल कायम करेगी। डीजीसीए ने 25 नवंबर की बैठक में इस बात पर सहमति जताई थी कि किसी भी ऑपरेटर को, खासकर व्यावसायिक हितों से प्रेरित, कोई छूट या बदलाव नहीं दिया जाएगा। सभी ऑपरेटरों के पास नए एफडीटीएल को लागू करने के लिए लगभग दो साल का समय था, और वह भी दो चरणों में। इस पर्याप्त समय के बावजूद इंडिगो अपना रोस्टर तैयार करने में विफल रही और इसके बजाय एयरलाइन ने 2025 की सर्दियों के लिए अपने परिचालन को बढ़ा दिया।

एसोसिएशन ने कहा कि ये घटनाएं गंभीर चिंताएं पैदा करती हैं कि सार्वजनिक असुविधा के बहाने व्यावसायिक लाभ के लिए सरकार पर दबाव डालने के लिए एक कृत्रिम संकट पैदा किया गया था। इंडिगो को चुनिंदा छूट देकर, डीजीसीए ने अन्य सभी ऑपरेटरों के लिए अपने परिचालन, वाणिज्यिक या समय-सारिणी संबंधी कारणों का हवाला देकर एफडीटीएल नागरिक उड्डयन आवश्यकता से समान छूट की मांग करने का रास्ता खोल दिया है। यह नागरिक उड्डयन आवश्यकता के मूल सिद्धांत और उद्देश्य को ही कमजोर करता है। एसोसिएशन ने मांग की है कि डीजीसीए इंडिगो को दी गई सभी छूट तुरंत वापस ले और एयरलाइन के खिलाफ दंडात्मक कार्रवाई शुरू करे।

संघ के अनुसार, इंडिगो ने सार्वजनिक रूप से स्वीकार किया है कि उन्होंने अपनी परिचालन क्षमता का गलत आकलन किया था; फिर भी, जनता को भारी असुविधा पहुंचाने के लिए उन्हें फटकार लगाने या दंडित करने के बजाय, डीजीसीए ने उन्हें और छूट दे दी। इस कार्रवाई ने न केवल परिचालन कुप्रबंधन को बढ़ावा दिया है, बल्कि यात्रियों की जान को भी सीधे खतरे में डाल दिया है।

अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भारी किरकिरी के बाद केंद्र सरकार इंडिगो के खिलाफ कठोर कार्रवाई करने के बजाए पूरे मामले की लीपापोती करने में लगी हुई है। होना तो यह चाहिए था कि इंडिगो प्रबंधन के खिलाफ देश में जानबूझ कर अराजकता फैलाने का मामला दर्ज करके गिरफ्तारी की जाती, ताकि दूसरी कंपनियों को मुनाफे के लिए ऐसी हरकत करने की चेतावनी मिल सके। इसके विपरीत केंद्रीय नागरिक उड्डयन मंत्री राम मोहन नायडू ने 10% उड़ानों में कटौती का आदेश देकर इंडिगो को बख्श दिया। नायडू ने कहा कि पिछले हफ्ते इंडिगो के क्रू रोस्टर, फ़्लाइट शेड्यूल और कम्युनिकेशन की कमी के कारण कई यात्रियों को बहुत परेशानी हुई। जांच और जरूरी कार्रवाई चल रही है। महज 10 प्रतिशत उड़ान में कटौती जैसा प्रतीकात्मक दंड देने की औपचारिकता से ऐसी कंपनियों के कामकाज और आर्थिक मुनाफे के लालच की प्रवृत्ति पर अंकुश नहीं लग सकेगा। केंद्र सरकार का चाहिए कि इंडिगो के खिलाफ ऐसी कार्रवाई करे, जोकि देश में नजीर बन सके, ताकि फिर कोई कंपनी आम लोगों से खिलवाड़ नहीं कर सके। अन्यथा यही माना जाएगा देश कानून से नहीं कंपनियों की मनमानी से चलता है।

(इस लेख में लेखक के अपने विचार हैं।)

अमीरी की जीवनशैली, प्रदूषण का बोझ और गरीब की त्रासदी

आज एसी, कूलर और अन्य वातानुकूलन साधनों का बढ़ता उपयोग भी पर्यावरण संकट को गहराता जा रहा है। इससे बिजली की खपत बढ़ती है, तापमान में वृद्धि होती है और अप्रत्यक्ष रूप से प्रदूषण का दायरा फैलता है। उद्योगों में भी पर्यावरणीय नियमों का ईमानदार पालन नहीं होता। जल संकट इसका एक और क्रूर उदाहरण है-जहां झुग्गी-बस्तियों में पीने के पानी की किल्लत है, वहीं पॉश कॉलोनियों में लॉन सींचे जाते हैं, कारें धुलती हैं और स्विमिंग पूल भरे रहते हैं

-ललित गर्ग

देश की राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली आज जिस घातक पर्यावरण संकट से गुजर रही है, वह केवल एक शहर की समस्या नहीं, बल्कि पूरे देश के लिये चेतावनी है। विडंबना यह है कि इस संकट के नाम पर जो तात्कालिक उपाय लागू किए जाते हैं, उनका सबसे बड़ा खामियाजा वही तबका भुगतता है, जिसकी इसमें सबसे कम भूमिका होती है-गरीब और श्रमिक वर्ग। इसी पीड़ा को शब्द देते हुए सुप्रीम कोर्ट को कहना पड़ा कि अमीरों की जीवनशैली से पैदा हुई मुश्किलों का सामना गरीबों को करना पड़ता है। यह टिप्पणी न केवल कानूनी दृष्टि से महत्वपूर्ण है, बल्कि सामाजिक और नैतिक चेतना को झकझोरने वाली भी है। दिल्ली-एनसीआर में बढ़ते प्रदूषण से जुड़ी याचिकाओं पर सुनवाई के दौरान मुख्य न्यायाधीश जस्टिस सूर्यकांत, जस्टिस जॉयमाल्या बागची और जस्टिस विपुल एम. पंचोली की पीठ ने यह मर्मस्पर्शी टिप्पणी की। वरिष्ठ अधिवक्ता और न्यायमित्र अपराजिता सिंह की दलीलों पर गौर करते हुए अदालत ने स्पष्ट कहा कि ग्रैप-4 जैसी सख्त पाबंदियों का सबसे ज्यादा असर गरीबों पर पड़ता है। निर्माण कार्य रुकते हैं, दिहाड़ी मजदूरों की रोजी-रोटी ठप हो जाती है, जबकि प्रदूषण पैदा करने वाली जीवनशैली में शामिल संपन्न तबके पर अपेक्षित प्रभाव नहीं पड़ता। मुख्य न्यायाधीश ने साफ शब्दों में कहा कि समस्या की जड़ अमीरों की जीवनशैली है और समाधान भी वहीं से शुरू होना चाहिए। उन्होंने भरोसा दिलाया कि अदालत ऐसे प्रभावी और लागू करने योग्य आदेश पारित करेगी, जिन्हें जरूरत पड़ने पर सख्ती से लागू भी किया जा सकेगा।

जस्टिस सूर्यकांत का कहना था कि महानगरों में लोगों की अपनी अलग जीवनशैली होती है, जिन्हें वे बदलना नहीं चाहते। यही वजह है कि समस्या अमीरी की वजह से होती है, लेकिन झेलना गरीब को पड़ता है। दरअसल, अदालत की सोच रही है कि हमारा परिवेश-पर्यावरण साफ-सुथरा रहे, इसके लिये हम सबको अपने कुछ सुखों का त्याग करना होगा, अपने जीवन को पर्यावरण के अनुकूल ढालना होगा एवं प्रकृति-एवं पर्यावरण के प्रति सकारात्मक रवैया अपना होगा। यह जानते हुए कि पर्यावरण पर आने वाले संकट व प्रदूषित हवा का अमीर-गरीब पर समान असर पड़ता है फिर भी अमीर लोग इससे बेपरवाह रहते हैं। निस्संदेह, शीर्ष अदालत ने समाज की दुखती रग पर हाथ रखा है। चौड़ी होती सड़कें, नए फ्लाईओवर और हाईवे बनने के बावजूद जाम और प्रदूषण कम नहीं हो रहे। कारण साफ है निजी वाहनों का बेहिसाब इस्तेमाल। एक व्यक्ति, एक कार का चलन न केवल सड़क की जगह घेरता है, बल्कि कार्बन उत्सर्जन को भी कई गुना बढ़ाता है। कभी ऑड-इवन जैसी योजनाओं पर चर्चा हुई, कार-पूलिंग की बात चली, लेकिन सार्वजनिक परिवहन को सस्ता, सुगम और भरोसेमंद बनाने की इच्छाशक्ति लगातार कमजोर रही।

आज एसी, कूलर और अन्य वातानुकूलन साधनों का बढ़ता उपयोग भी पर्यावरण संकट को गहराता जा रहा है। इससे बिजली की खपत बढ़ती है, तापमान में वृद्धि होती है और अप्रत्यक्ष रूप से प्रदूषण का दायरा फैलता है। उद्योगों में भी पर्यावरणीय नियमों का ईमानदार पालन नहीं होता। जल संकट इसका एक और क्रूर उदाहरण है-जहां झुग्गी-बस्तियों में पीने के पानी की किल्लत है, वहीं पॉश कॉलोनियों में लॉन सींचे जाते हैं, कारें धुलती हैं और स्विमिंग पूल भरे रहते हैं। कुदरत ने हवा, पानी और संसाधन सभी के लिये दिए हैं, लेकिन अमीरी के असमान दखल ने इनके वितरण को अन्यायपूर्ण बना दिया है। राजनीतिक दल एक-दूसरे पर आरोप-प्रत्यारोप तो करते हैं, लेकिन ठोस और दीर्घकालिक समाधान सामने नहीं आते।

अब समय आ गया है कि सरकार और जनता-दोनों अपनी भूमिका ईमानदारी से निभाएं। सरकार को सार्वजनिक परिवहन को मजबूत, सस्ता और आकर्षक बनाना होगा, उद्योगों पर पर्यावरणीय नियमों का कड़ाई से पालन कराना होगा और शहरी विकास की नीतियों को पर्यावरण-संवेदनशील बनाना होगा। वहीं जनता को भी अपनी जीवनशैली पर पुनर्विचार करना होगा-अनावश्यक वाहन उपयोग से बचना, ऊर्जा की खपत कम करना, एसी और अन्य सुविधाओं का संयमित इस्तेमाल करना और साझा संसाधनों के प्रति जिम्मेदार व्यवहार अपनाना होगा। विडंबना यह है कि सत्ताधीशों ने दिल्ली में सार्वजनिक ट्रांसपोर्ट को सशक्त करने को प्राथमिकता नहीं दी। यदि सार्वजनिक परिवहन सस्ता व सहज उपलब्ध होता तो शायद सड़कों पर कारों का दबाव कम होता। हाल के दिनों में संपन्न व मध्यम वर्ग में एसी व अन्य वातानुकूलन उपायों के उपयोग का प्रचलन तेजी से बढ़ा है। इससे जहां प्रदूषण बढ़ाने वाली बिजली की खपत बढ़ी है, वहीं बाहर का तापमान व कार्बन उत्सर्जन भी बढ़ा है। इसी तरह तमाम अमीरों द्वारा संचालित उद्योगों में उन उपायों का ईमानदारी से पालन नहीं किया गया जो पर्यावरण में प्रदूषण कम करने में सहायक होते हैं।

सरकारों की नीतिगत विफलता इस बढ़ते वायु प्रदूषण की त्रासदी का बड़ा कारण है। प्रदूषण पर नियंत्रण के लिए योजनाएं तो बनती हैं, पर उनमें न तो स्थायित्व होता है, न गंभीरता। प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड संसाधनों की कमी से जूझ रहे हैं, निगरानी तंत्र कमजोर है, और प्रदूषण फैलाने वाले उद्योगों पर कार्रवाई नगण्य है। केंद्र और राज्य सरकारों के बीच जिम्मेदारी का बंटवारा अस्पष्ट है। हर साल सर्दियों में दिल्ली और उत्तर भारत के अन्य शहरों की हवा जहरीली हो जाती है, तब कुछ दिन के लिए आपात कदम उठाए जाते हैं, पर जैसे ही धुंध छंटती है, सब कुछ फिर पहले जैसा हो जाता है। नीतियों में पारदर्शिता का अभाव और उद्योगपतियों का दबाव भी एक गहरी समस्या है। कोयला आधारित उद्योगों, पेट्रोलियम कंपनियों और निर्माण व्यवसाय से जुड़ी लॉबी सरकारों पर ऐसा प्रभाव बनाए रखती हैं कि कठोर कदम उठाना राजनीतिक दृष्टि से असुविधाजनक बन जाता है। स्वच्छ ऊर्जा की ओर संक्रमण को हमेशा महंगा विकल्प बताकर टाला जाता है, जबकि वास्तव में यह निवेश मानव जीवन और पर्यावरण की सुरक्षा में है।

वायु प्रदूषण का संकट केवल वातावरण में धूल और धुएं का मामला नहीं है, यह आर्थिक अन्याय, राजनीतिक असंवेदनशीलता और सामाजिक उदासीनता का प्रतीक बन चुका है। जो सरकारें जनजीवन सुधारने का वादा करती हैं, वे हवा की गुणवत्ता सुधारने में विफल रही हैं। आंकड़े बताते हैं कि वायु प्रदूषण से भारत की अर्थव्यवस्था को हर साल सकल घरेलू उत्पाद का लगभग दस प्रतिशत तक का नुकसान हो रहा है। यह नुकसान केवल पैसों में नहीं, बल्कि मानव संसाधन की हानि, स्वास्थ्य पर बोझ और जीवन की गुणवत्ता में गिरावट के रूप में भी दिखाई देता है। अब समय है कि इस संकट को केवल पर्यावरणीय मुद्दा न मानकर एक सामाजिक और नैतिक चुनौती के रूप में देखा जाए। हवा का अधिकार हर नागरिक का मौलिक अधिकार है, लेकिन यह अधिकार धीरे-धीरे छिनता जा रहा है। अमीरों को अपनी जीवनशैली पर संयम लाना होगा, अपने निवेशों को स्वच्छ ऊर्जा की ओर मोड़ना होगा, और प्रदूषण फैलाने वाले उद्योगों से दूरी बनानी होगी। सरकारों को सख्त नीति बनानी चाहिए, जो न केवल प्रदूषण फैलाने वालों को दंडित करे बल्कि स्वच्छ प्रौद्योगिकी अपनाने वालों को प्रोत्साहन दे।

वायु प्रदूषण एक सामूहिक अपराध बन गया है जिसमें अपराधी कम और पीड़ित अधिक हैं। अब यह वक्त है जब विकास की परिभाषा में स्वच्छ हवा और सुरक्षित वातावरण को सबसे ऊपर रखा जाए। सरकारें यदि सचमुच राष्ट्र की समृद्धि चाहती हैं, नया भारत-विकसित भारत बनाना चाहती है तो उन्हें सांसों की सुरक्षा को प्राथमिकता देनी होगी। अमीर तबके को भी यह समझना होगा कि जिस हवा को वे अपने निवेशों से दूषित कर रहे हैं, वह अंततः उन्हीं की अगली पीढ़ियों की सांसों को रोक देगी। वायु प्रदूषण और जल प्रदूषण को लेकर किसी किस्म की उदासीनता देश और मानवता के साथ अन्याय होगा। अमीरी होना कोई अपराध नहीं, लेकिन अमीरी की कीमत अगर गरीब चुकाए, तो वह सभ्य समाज की हार है। सुप्रीम कोर्ट की यह टिप्पणी और सोच हमें यही संदेश देती है कि स्वच्छ पर्यावरण के लिये कुछ सुखों का त्याग अनिवार्य है। यदि आज हमने अपनी आदतें नहीं बदलीं, तो आने वाली पीढ़ियों को हम केवल प्रदूषित हवा, सूखते जलस्रोत और असमानता की विरासत ही सौंप पाएंगे।

(इस लेख में लेखक के अपने विचार हैं।)

खेल/विदेश/कारोबार/फिल्म

10 अरब डॉलर का कारोबार, ओमान के साथ फ्री ट्रेड अग्रीमेंट

(एजेन्सी)।

भारत और ओमान ने एक महत्वपूर्ण मुक्त व्यापार समझौता (एफटीए) पर हस्ताक्षर किए हैं। गुरुवार को हस्ताक्षरित यह समझौता दोनों देशों के बीच आर्थिक संबंधों को मजबूत करने की दिशा में एक अहम कदम है। इस समझौते के तहत, ओमान भारत के 98 प्रतिशत से अधिक निर्यात पर शुल्क समाप्त करेगा, जिसमें वस्त्र, कृषि उत्पाद और चमड़े के सामान शामिल हैं। वहीं, भारत ने खजूर, संगमरमर और पेट्रोकेमिकल्स सहित ओमान के आवश्यक उत्पादों पर आयात शुल्क कम करने पर सहमति जताई है। मस्कट में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की उपस्थिति में हस्ताक्षरित यह समझौता अगले वित्तीय वर्ष की पहली तिमाही में प्रभावी होने की उम्मीद है। इस समझौते पर वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल और ओमान के वाणिज्य, उद्योग एवं निवेश प्रोत्साहन मंत्री कैस बिन मोहम्मद अल यूसुफ ने हस्ताक्षर किए। यह समझौता ऐसे समय में महत्वपूर्ण है जब भारत को अपने सबसे बड़े निर्यात गंतव्य, संयुक्त राज्य अमेरिका में 50 प्रतिशत तक के भारी शुल्क का सामना करना पड़ रहा है।

ओमान का वैश्विक सेवा आयात 12.52 अरब अमेरिकी डॉलर रहा जिसमें भारत की हिस्सेदारी केवल 5.31 प्रतिशत थी। यह भारतीय सेवा प्रदाताओं के लिए अपार संभावनाओं को दर्शाता है। इसके अलावा, सीईपीए की एक प्रमुख विशेषता भारतीय पेशेवरों के लिए आवाजाही की बेहतर रूपरेखा है। ओमान ने पहली बार कुशल पेशेवरों की आवाजाही (मोड-4) के तहत व्यापक प्रतिबद्धताएं पेश की हैं, जिनमें कंपनी के भीतर स्थानांतरित होने वाले कर्मचारियों की सीमा को 20 प्रतिशत से बढ़ाकर 50 प्रतिशत कर दिया है। संविदा आधार पर सेवा प्रदान करने वालों के लिए ठहरने की स्वीकृत अवधि में भी वृद्धि की गई है। इसे मौजूदा 90 दिन से बढ़ाकर दो वर्ष कर दिया गया है। इसे दो वर्ष के लिए और बढ़ाया जा सकता है। यह समझौता लेखांकन, कराधान, वास्तुकला, चिकित्सा और संबद्ध सेवाओं जैसे प्रमुख क्षेत्रों में कुशल पेशेवरों के लिए अधिक उदार प्रवेश एवं ठहरने की शर्तों का प्रावधान भी करता है जिससे गहन तथा अधिक सुगम व्यावसायिक जुड़ाव को बढ़ावा मिलता है। इस समझौते में ओमान के प्रमुख सेवा क्षेत्रों में भारतीय कंपनियों द्वारा 100 प्रतिशत प्रत्यक्ष विदेशी निवेश का प्रावधान भी है। इसके तहत वाणिज्यिक उपस्थिति के माध्यम से भारत के सेवा उद्योग को इस क्षेत्र में अपने परिचालन का विस्तार करने के लिए व्यापक अवसर मिलेंगे।

ऑस्ट्रेलिया के लिए दूसरे सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले गेंदबाज बने नाथन लियोन

(एजेन्सी)।

ऑस्ट्रेलियाई ऑफ-स्पिनर नाथन लियोन ने तेज गेंदबाज ग्लेन मैकग्राथ को पीछे छोड़ते हुए ऑस्ट्रेलिया के टेस्ट इतिहास में दूसरे सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले गेंदबाज बन गए हैं। यह उपलब्धि उन्होंने गुरुवार को एडिलेड ओवल में इंग्लैंड के खिलाफ तीसरे एशेज टेस्ट के दूसरे दिन हासिल की, जिसे लियोन ने बेहद विनम्रतापूर्ण बताया। लियोन ने इंग्लैंड की पहली पारी के 10वें ओवर में दो विकेट लिए, पहले उन्होंने ओली पोप को 10 गेंदों पर तीन रन पर आउट किया और फिर उसी ओवर में बेन डकेट का अहम विकेट लिया। 141 टेस्ट मैचों में 30.09 की औसत से 564 विकेट (जिसमें 8/50 का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन शामिल है) के साथ, लियोन अब मैकग्राथ से आगे निकल गए हैं, जिन्होंने 124 टेस्ट मैचों में 21.64 की औसत से 562 विकेट लिए और 8/24 का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन किया। लियोन के नाम 26 बार चार विकेट, 24 बार पांच विकेट और पांच बार 10 विकेट लेने का कारनामा शामिल है। ऑस्ट्रेलिया के सर्वकालिक टेस्ट विकेटों की सूची में शीर्ष स्थान दिवंगत शेन वार्न के नाम है, जिन्होंने 145 टेस्ट मैचों में 25.41 के औसत से 708 विकेट लिए थे।

लियोन ने अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में छठे सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले गेंदबाज के रूप में मैकग्राथ को पीछे छोड़ दिया। दिन का खेल समाप्त होने के बाद लियोन ने कहा कि ग्लेन मैकग्राथ को पीछे छोड़ना उनके लिए गर्व का क्षण था। उन्होंने बताया कि वे बचपन से ही मैकग्राथ और शेन वार्न को अपना आदर्श मानते आए हैं। लियोन ने दिन के खेल के बाद प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा कि मैं बचपन से ही शेन वार्न और ग्लेन मैकग्राथ को अपना आदर्श मानता आया हूं। ये दोनों मेरे बचपन के हीरो थे और ग्लेन को पीछे छोड़ना या उनके बराबर आना मेरे लिए बहुत गर्व की बात है। यह एक ऐसा पल है जिसे मैं अपने करियर के अंत में, या आज रात भी, याद करूंगा और इस पल को संजोने की कोशिश करूंगा क्योंकि यह मेरे लिए बेहद खास पल है। उन्होंने आगे कहा कि यह उपलब्धि उनके साथियों के सहयोग से संभव हुई और इसे एक ऐसा गौरवपूर्ण क्षण बताया जिसे वे अपने करियर के दौरान और बाद में भी याद करेंगे।

अभिनेत्री निधि अग्रवाल की सुरक्षा पर सवाल

(एजेन्सी)। प्रभास-स्टारर 'द राजा साब' अपनी अनाउंसमेंट के बाद से ही चर्चा में है। बुधवार को मेकर्स ने फिल्म का गाना 'सहना सहना' लॉन्च करने के लिए हैदराबाद में एक इवेंट रखा। हालांकि, जब एक्ट्रेस निधि अग्रवाल वेन्यू से बाहर निकल रही थीं, तो भीड़ ने उन्हें घेर लिया और उनके साथ धक्का-मुक्की की, जिससे इवेंट में अफरा-तफरी मच गई। इवेंट के कई वीडियो ऑनलाइन सर्कुलेट हो रहे हैं, जिनमें निधि को वेन्यू से बाहर निकलते समय अपनी कार तक पहुंचने में संघर्ष करते हुए देखा जा सकता है। जो लोग नहीं जानते, उन्हें बता दें कि एक्ट्रेस निधि अग्रवाल अपनी फिल्म 'द राजा साब' के गाने 'सहना सहना' के लॉन्च इवेंट में शामिल हुई थीं, जहां उन्हें फैंस ने घेर लिया था। सोशल मीडिया यूजर्स ने इस घटना की आलोचना की है और प्लेटफॉर्म पर अपने विचार शेयर किए हैं। एक यूजर ने लिखा, "#TheRajaSaab गाने के लॉन्च पर #NidhhiAgerwal को इस तरह भीड़ में घिरा देखकर बहुत डरावना लगा। यह फैनडम नहीं है... यह अराजकता है और पर्सनल सेफ्टी की पूरी तरह से अनदेखी है। भीड़ से थोड़ी समझदारी और सम्मान इस गड़बड़ी को रोक सकता था। सेलिब्रिटी पब्लिक प्रॉपर्टी नहीं हैं; बेसिक इंसानियत सबसे पहले आनी चाहिए।"

रुपये को संभालने मैदान में उतरा आरबीआई, सात महीने में सबसे बड़ी मजबूती दर्ज

(एजेन्सी)।

शुरूआत के साथ मुद्रा बाजार में बड़ा घटनाक्रम देखने को मिला, जब भारतीय रिजर्व बैंक ने रुपये के समर्थन में जोरदार दखल दिया है। बता दें कि लगातार रिकॉर्ड निचले स्तर पर पहुंचने के बाद रुपये में एकतरफा कमजोरी की धारणा बनने लगी थी, जिस पर केंद्रीय बैंक ने सख्त रुख अपनाया है।

मौजूद जानकारी के अनुसार, आरबीआई ने स्थानीय बाजार में डॉलर बेचकर हस्तक्षेप किया, जिसके बाद रुपया करीब एक फीसदी तक मजबूत हुआ और यह उछाल पिछले सात महीनों में सबसे बड़ा माना जा रहा है। मंगलवार को ऐतिहासिक निचले स्तर पर बंद होने के बाद बुधवार को रुपया 90 के स्तर के करीब लौटता दिखा है।

गौरतलब है कि बीते कुछ हफ्तों से रुपये की गिरावट को लेकर बाजार में सवाल उठ रहे थे कि केंद्रीय बैंक खुलकर हस्तक्षेप क्यों नहीं कर रहा है। कारोबारियों का कहना है कि हाल ही में किए गए डॉलर-रुपया स्वैप और उसके बाद अचानक की गई डॉलर बिक्री ने सट्टा पोजीशन लेने वालों को चौंका दिया है। बैंकिंग सेक्टर से जुड़े विशेषज्ञों का मानना है कि आरबीआई का यह कदम यह संदेश देने के लिए है कि रुपये में केवल एक दिशा की चाल को स्वीकार नहीं किया जाएगा। अक्टूबर में भी इसी तरह की आक्रामक कार्रवाई कर केंद्रीय बैंक ने अटकलों पर विराम लगाया था।

हालांकि अर्थशास्त्रियों का कहना है कि यह मजबूती स्थायी होगी, ऐसा कहना अभी जल्दबाजी होगी। अमेरिका के साथ व्यापार समझौते में देरी, विदेशी निवेशकों की निकासी और ऊंचे आयात के कारण डॉलर की मांग बनी हुई है। ऐसे में आरबीआई का हस्तक्षेप फिलहाल दबाव कम करने का जरिया है, न कि किसी तय स्तर की रक्षा करने का वादा है।

यह भी ध्यान देने वाली बात है कि इस महीने अब तक विदेशी निवेशकों ने शेयर और बॉन्ड बाजार से बड़ी रकम निकाली है, जिससे रुपये पर दबाव बढ़ा है। केंद्रीय बैंक की ताजा कार्रवाई से फिलहाल सट्टेबाजों की पोजीशन जरूर खुली हैं, लेकिन आगे की दिशा वैश्विक संकेतों और नीति स्तर के फैसलों पर निर्भर रहने वाली है, ऐसा जानकार मान रहे हैं।

रक्त वाहिकाओं को मजबूत करने में मदद करते हैं नींबू के पत्ते

नींबू के पत्ते विटामिन सी से भरपूर होते हैं। नींबू के पौधे में पाया जाने वाला विटामिन पी आपके शरीर में रक्त वाहिकाओं को मजबूत करने में भी मदद करता है। साथ ही नींबू के पत्तों को एंटी-इंफ्लेमेंटरी प्रभाव के लिए भी जाना जाता है। ऐसे में नींबू की पत्तियों का सेवन आपके लिए फायदेमंद साबित हो सकता है।

नींबू के फायदे तो आपने बहुत सुना होगा। लेकिन क्या आप जानते हैं इसकी पत्तियां भी किसी औषधी से कम नहीं होती है। नींबू के पत्ते का उपयोग आप कई तरह की बीमारियों से बचाव के लिए और इसे कंट्रोल करने के लिए कर सकते हैं। पर कई लोगों को ऐसा लगता है कि नींबू के पत्ते कड़वा होता है और किसी काम का नहीं होता। लेकिन आप जानकर हैरान होंगे कि इन पत्तों को खाने या इनके जूस ही इन्हें केवल सूंघ लेने से भी कई तरह के फायदे होत हैं।

नींबू के पत्तों का सेवन कैसे करें?

नींबू सेहत के लिए बहुत फायदेमंद होता है लेकिन इसे चबाकर खाने से बचना चाहिए। इसका सेवन आप चाय में मिलाकर, जूस के रूप में कर सकते हैं।
नींबू के पत्तों म एंटीवायरल, एंटी ऑक्सीडेंट, एल्कलॉइड, टैनिन, फ्लेवोनोइड और फेनोलिक तत्व शामिल होते हैं। साथ ही इसमें कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन और वसा जैसे पोषक तत्व भी मौजूद होते हैं। इसके अलाव इसमें एंथेल्मिंटिक, एंटी-फ्लैटुलेंस, एंटीमाइक्रोबियल, एंटी-कैंसर, एंटी-इंफ्लेमेटरी प्रभाव भी पाया जाता है।

किडनी में नहीं बनने देता स्टोन

एनसीबीआई में प्रकाशित एक स्टडी के अनुसार, नींबू के पत्ते में पाया जाने वाला सिट्रिक एसिड किडनी में स्टोन को बनने और बढ़ने से रोकता है। ऐसे यदि आपको बार-बार किडनी में स्टोन हो जाता है तो यह आपके लिए यह किसी रामबाण से कम नहीं है।

माइग्रेन के दर्द से मिलेगी राहत

एक अध्ययन के अनुसार, नींबू के पत्ते माइग्रेन से पीड़ित लोगों के लिए फायदेमंद होता है। दरअसल, नींबू की पत्तियों में एंटी-ऑक्सीडेंट गुण पाया जाता है। माना जाता है कि एंटी-ऑक्सीडेंट प्रभाव शरीर के ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस को कम करके माइग्रेन की समस्या को सुधारने का काम करता है। एक्सपर्ट माइग्रेन और मानसिक रोगों से राहत पाने के लिए नींबू के पत्तों को सूंघने की सलाह देते हैं।

सोने की समस्या को करता है खत्म

रिसर्च के अनुसार, यदि आपको रात में नींद नहीं आती है, अनिद्रा की समस्या का शिकार हैं, तो नींबू के पत्ते आपके लिए दवा का काम कर सकते हैं। इसमें मौजूद सिट्रिक एसिड और अल्कलॉइड नींद से जुड़ी समस्या को दूर करने का काम करता है। ऐसे में नींबू के पत्तियों से बनाए गए तेल आपके लिए फायदेमंद साबित हो सकते हैं।

वजन रहता है कंट्रोल

यदि आप बढ़ते वजन से परेशान हैं तो नींबू के पत्ते आपकी इस परेशानी को खत्म कर सकता हैं। माना जाता है कि नींबू के पत्ते से बने जूस में पेक्टिन नामक घुलनशील फाइबर होता है, जो वजन घटाने में कारगर साबित हो सकता है। नींबू के पत्तों को पानी में उबालकर उस पानी को पीएं।

पेट के कीड़ों को मारता है

मेडिकल रिसर्च के मुताबिक, नींबू की पत्तियों में एंथेल्मिंटिक गुण होता है तो पेट के कीड़ों से छुटकारा दिलाने का काम करता है। ऐसे में नींबू की पत्तियों का उपयोग पेट के कीड़ों को खत्म करने के लिए किया जा सकता है। आप नींबू के पत्तों का रस और शहद को मिलाकर सेवन कर सकते हैं।

घर पर ही करें ये एक्सरसाइज

मोटापा ना सिर्फ वॉडी शेप बिगाड़ता है बल्कि कई बीमारियां को भी न्योता देता है। मोटापे को कम करने और बॉडी को टोंड बनाने के लिए एक्सरसाइज करना बहुत जरूरी है। इससे वजन तो कम होता ही है साथ में शरीर में लचीलापन और एनर्जी बढ़ती है। अगर आप जिम नहीं भी जा पाती तो घर पर ही कुछ एक्सरसाइज करें। चलिए आज हम आपको ऐसी एक्सरसाइज के बारे में बताते हैं जिन्हें आप घर पर आसानी से कर भी सकते हैं और इससे कैलोरी भी बर्न तेजी से बर्न होगी। वजन कम करने के लिए एक्सरसाइज -

बर्पी एक्सरसाइज

बर्पी एक्सरासइज वजन कम करने के लिए बहुत असरदार है। अमेरिकन कॉलेज ऑफ स्पोर्ट्स मेडिसिन के अनुसार, इस एक्सरसाइज के जरिए 81 किलो का इंसान एक बार में लगभग 15 कैलोरी बर्न कर सकता है। वहीं, 60 सेकेंड में 10 बार बर्पी करने से वजन तेजी से कम होगा लेकिन एक्सरसाइज को लगातार रुटीन में किया जाए तो।

स्विमिंग एक्सरसाइज

घुटने की किसी चोट की वजह से अगर आप एक्सरसाइज नही कर पा रहे तो स्विमिंग करना आपके लिए सबसे बेस्ट ऑप्शन है। इससे एक बार में 255 कैलोरी बर्न कर सकते हैं। इसके साथ बटरफ्लाई स्ट्रोक कर के 1/2 घंटे में 400 कैलोरी बर्न हो सकती है। दरअसल **स्विमिंग करते समय पूरा शरीर काम करता है जिससे मोटापा तेजी से कम होता है। इसे सबसे अच्छी कार्डियो एक्सरसाइज माना जाता है।**

स्क्वेट एक्सरसाइज

स्क्वाट की मदद से भी आप मोटापे को कम कर सकते हैं। सही तरीके से स्क्वेट करना काफी फायदेमंद होता है। शरीर के निचले भाग से वजन कम करने के लिए यह सबसे अच्छी एक्सरसाइज में से एक है। यह बॉडीबिल्डर और एथलीट के बीच काफी पॉपुलर है।

हाई इंटेंसिटी इंटरवल ट्रेनिंग

हाई इंटेंसिटी इंटरवल ट्रेनिंग एक ऐसी एक्सरसाइज है जिससे आप कम समय में ज्यादा वजन कम कर सकते हैं। इससे शरीर की फैट बर्न करने की क्षमता बढ़ जाती है। कई घंटों जिम में पसीना बहाने से अच्छा यह एक्सरसाइज 20 मिनट के लिए करना ज्यादा फायदेमंद है।

जुंबा डांस एक्सरसाइज

अगर आप ज्यादा भार वाली एक्सरसाइज नही करना चाहते तो जुंबा डांस सबसे बेहतर है। यह आपकी पूरी बॉडी पर वर्क करती है। एंजॉय करने के साथ इससे आप वजन भी कम कर सकते हैं। यह तनाव कम करता है और शरीर में एनर्जी बढ़ाता है। हाई इंटेसिटी मूवमेंट की वजह से वजन जल्दी कम होता है।

पावर योगा

पावर योगा काफी असरदार है। यह ट्रेडिशनल योगा के मुकाबले जल्दी वजन कम करने में मदद करता है। इसमें ज्यादा मुश्किल योगासन होते हैं जो जल्दी-जल्दी किए जाते हैं इसलिए यह बेस्ट है।

साइकिलिंग

साइकिलिंग भी वजन कम करने का आसान और अच्छा ऑप्शन है। इससे आप काफी कैलीरी बर्न कर सकते हैं। रोजाना सुबह **कम से कम लगातार आधा घंटा साइकिलिंग जरूर करें, आप पहले पहल 15 मिनट से शुरुआत कर सकते हैं।**

नींद की कमी से होता है थायराइड

अगर आप ये सोचती हैं कि आप अपने बारे में सब कुछ जानती हैं तो ऐसा नहीं है। शरीर और सेहत से जुड़ी ऐसी बहुत-सी बातें हैं, जो ज्यादातर महिलाओं को पता ही नहीं होती और आज हम आपको उसी के बारे में बताएंगे। इसे पढ़ने के बाद आपको अंदाजा होगा कि कितना कुछ था जो आप अपने बारे में नहीं जानती हैं। तो चलिए आपको बताते हैं वो बातें, जिसे जानना हर महिला के लिए जरूरी है।

ज्यादा कसरत से होते हैं पीरियड्स अनियमित

महिलाएं वजन कंट्रोल करने के लिए हद से ज्यादा व्यायाम करने लगती हैं लेकिन ज्यादा कसरत करने से पीरियड्स अनियमित हो जाते हैं। ऐसे में जरूरी है कि आप नियमित मात्रा में एक्सरसाइज करें। साथ ही कसरत के बाद शरीर में हुई पानी की कमी को दूर करने के लिए दूध का सेवन करें।

ब्रेस्ट साइज में बदलाव

माहवारी के दौरान शरीर के हॉर्मोन लेवल में उतार-चढ़ाव आते हैं, जिसका असर ब्रेस्ट साइज पर भी पड़ता है। साथ ही गर्भधारण व मेनोपॉज के दौरान भी ब्रेस्ट और निपल्स के साइज का बदलना स्वाभाविक है।

व्हाइट डिस्चार्ज की समस्या

पीरियड्स के बाद होने वाले डिस्चार्ज को लेकर परेशान न हों। इसके अलावा नार्मली होने वाला डिस्चार्ज भी अगर सफेद और साफ है तो आपको टेंशन लेने की कोई जरूरत नहीं है। मगर डिस्चार्ज का रंग हल्का पीला होने या उसमें से बदबू आने पर आपको तुरंत चेकअप करवाना चाहिए।

कम नींद से थायरॉइड

यह तो सभी जानते हैं कि भरपूर नींद अच्छी सेहत के लिए बहुत जरूरी है। मगर क्या आपको पता हैं कि 70% महिलाओं को थायराइड की समस्या नींद की कमी से होती है। ऐसे में बेहतर होगा कि आप अपनी पूरी नींद लें।

नाखूनों का बढ़ना

महिलाओं के नाखूनों की तुलना में पुरूषों के नाखून तेज गति से बढ़ते हैं। ऐसा हार्मोंस के कारण होता है। साथ ही नाखून के बढ़ने की गति गर्मियों में अधिक तेज होती है क्योंकि उस दौरान शरीर को ज्यादा मात्रा में विटामिन डी मिलता है।

धूप के कारण होती है झुर्रियां

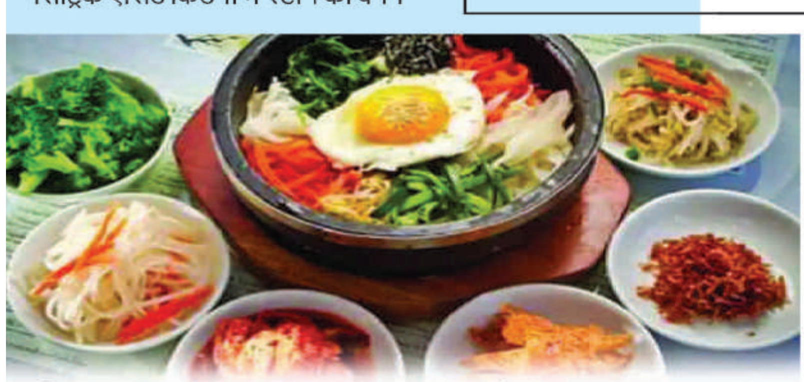
महिलाएं अक्सर कम उम्र में झुर्रियां पड़ने को लेकर परेशान रहती है। मगर आप यह नहीं जानती कि 80% महिलाओं में झुर्रियां अत्यधिक धूप के कारण होती हैं। इसे दूर करने के लिए महिलाएं बोटॉक्स सर्जरी का सहारा लेती हैं लेकिन आप विटामिन सी का सेवन कर झुर्रियों को दूर कर सकती हैं।

पीरियड्स का ज्यादा ब्लीडिंग है डिसमेनोरिया का संकेत

पीरियड्स के दौरान प्राइवेट पार्ट में दर्द हल्का दर्द होना सामान्य है। कई बार वेजाइना का यह दर्द बर्दाशत करना मुश्किल हो जाता है। अगर हर बार इस तरह की तकलीफ हो रही है तो वह डिसमेनोरिया का संकेत हो सकता है। यह वुमेन हेल्थ कंडीशन है जो 7 में से 1 महिला को हो सकती है।

महिलाओं को पुरुषों से ज्यादा होती है नींद की जरूरत

महिलाएं मल्टीटास्किंग होती हैं, जिसकी वजह से वो घर व ऑफिस में मेंटल एनर्जी का पुरुषों से ज्यादा इस्तेमाल करती हैं। अगर वो भरपूर नींद न लें तो खपत हुई ऊर्जा को दोबारा बनाए रखने में बहुत परेशानी होती है। धीरे-धीरे इसका असर उनकी सेहत पर भी पड़ता है इसलिए उन्हें पुरुषों से ज्यादा नींद की जरूरत होती है।



क्या है के पॉप डाइट

फिट और स्लिम रहने की चाह हर व्यक्ति की होती है, लेकिन आजकल का बिजी लाइफस्टाइल, खान-पान से जुड़ी बुरी आदतें और वर्कआउट की कमी के चलते यह सपना बहुत कम ही लोगों का पूरा हो पाता है। ऐसे में कई बार लोग अपने बढ़े हुए वजन से छुटकारा पाने के लिए खाना-पीना ही बंद कर देते हैं। जिसकी वजह से शरीर कमजोर होकर कई रोगों का घर बनने लग जाता है। अगर आपकी भी यही समस्या है तो कोरियन वेट लॉस डाइट आपकी मदद कर सकती है। दुनिया भर में लोग कोरियाई ब्यूटी टिप्स और उनके डाइट प्लान के दिवाने हैं। आइए जानते हैं आखिर क्या होती है यह कोरियन 'के पॉप डाइट' और क्या हैं इसके फायदे।

क्या है के-पॉप डाइट?

कोरियन डाइट या के-पॉप डाइट आजकल लोगों के बीच काफी चर्चा में बनी हुई है। इस डाइट की मदद से व्यक्ति बड़ी आसानी से अपना वजन कम कर सकता है।
दरअसल, कोरियन डाइट में मील्स के बीच में स्नैक्स नहीं लिए जाते। इस डाइट में फैटी एसिड, शुगर या प्रोसेस्ड फूड को भी शामिल नहीं किया जाता है। के-पॉप डाइट में खाने को कम से कम प्रोसेस किया जाता है ताकि उसके गुण सुरक्षित रहें। इसमें ज्यादातर सब्जियां शामिल होती है और शुगर या फैट की मात्रा बहुत कम होती है। इससे वजन तो कम होता ही है साथ ही स्किन अच्छी होती है।

कोरिया की के-पॉप डाइट में क्या होता है

कोरियन डाइट में ज्यादातर सब्जियां शामिल होती है लेकिन शुगर या फैट की मात्रा बहुत कम होती है। डाइट फॉलो करनेवाले लोगों को आहार में कम कैलोरी वाले फूड्स जैसे-फल, सब्जियां, सूप और सलाद शामिल करना चाहिए, जो पौष्टिक होने के साथ पेट भरते हों। इसके अलावा डाइट में लीन मीट (चिकन), अंडे, टोफू, मशरूम और शिताके भी शामिल कर सकते हैं।

कोरियन डाइट प्लान के नियम

- कोरियन वेट लॉस डाइट प्लान में तय सीमा में कैलोरी लेने की सलाह नहीं दी जाती है। इस डाइट में व्यक्ति अपनी मर्जी से कैलोरी ले सकता है। इस डाइट प्लान में व्यंजनों, सूप और सब्जियों के ज्यादा से ज्यादा सेवन की सलाह दी जाती है।
- इस डाइट प्लान के साथ ज्यादा से ज्यादा योग और एक्सरसाइज करने की सलाह दी जाती है।
- इस डाइट को फॉलो करने वाले लोग दिन में 7 से 8 घंटे की पर्याप्त नींद भी जरूर लें।

के-पॉप डाइट के फायदे

- कोरियन डाइट में फाइबर की अधिकता होने से पेट भरा हुआ लगता है, जिससे व्यक्ति को बार-बार भूख नहीं लगती। कैलोरीज का सेवन कम करने की वजह से वजन कम करने में मदद मिलती है।
- हल्का खाने से आपको कब्ज या पेट दर्द जैसी समस्या नहीं होती। इसमें हल्का खाना होता है जिससे पेट को आराम मिलता है।
- इस डाइट में प्रोटीन ज्यादा लिया जाता है। जो बालों की ग्रोथ के लिए अच्छा माना जाता है। कोरियन डाइट लेने से आपके बालों को जरूरी पोषक तत्व मिलते हैं जिससे बाल लंबे और घने बनते हैं।
- इस डाइट में आप तली हुई चीजें, फास्ट फूड या तेल का इस्तेमाल नहीं करते जिसके चलते चेहरे पर मुंहासों की समस्या से निजात मिलता है।

लाल मिर्ची के इस्तेमाल से

हार्ट अटैक पर पाया जा सकता है काबू

आजकल के ज्यादातर लोगों में सबसे गंभीर बीमारी हार्ट अटैक सामने आ रही है। अगर देखा जाए तो इस बीमारी की कोई उम्र सीमा नहीं हैं। यह बीमारी हमारे जीवनशैली यानी हमारे लाइफस्टाइल की वजह से होती हैं।

तनाव इस बिमारी की मुख्य वजह हैं। इस बीमारी का शिकार लोगों का ईलाज में लाखों रुपए लग जाते है। वहीं इस बीमारी का ईलाज आप 60 सेकंड में घर में भी कर सकते है वो भी मिर्च से। जी हां, मिर्च ऐसी चीज है अगर खाने में ना हो खाना ही बेस्वाद लगता है। और अगर यह खाने में ज्यादा हो जाए तो भी खाने वाले का बुरा हाल। अब बताते है कि लाल मिर्ची के इस्तेमाल से हार्ट अटैक पर केवल 60 सेकंड में काबू पाया जा सकता हैं। दरअसल एक मशहूर डॉक्टर जॉन क्रिस्टोफर का कहना हैं की, मैंने आज तक जितने भी हार्ट अटैक मरीजो के घर गया हूं उनमे से कोई भी मरा नहीं हैं। मैं उन्हें लाल मिर्च की चाय पिलाता हूं (एक कप गर्म पानी में एक चम्मच लाल मिर्च) और वह मिंटो में अपने पैरो पर खडे हो जाते हैं।

विधानसभा में करनाल की आवाज बने विधायक जगमोहन आनंद, ट्रैफिक से स्वास्थ्य तक उठाए अहम मुद्दे

एसबी विशेष संवाददाता/मदन पुरी

करनाल। विधानसभा के शीतकालीन सत्र के पहले दिन विधायक जगमोहन आनंद ने करनाल से जुड़े कई अहम जनहित मुद्दों को सदन में प्रभावी ढंग से उठाया। उन्होंने शहर की ट्रैफिक व्यवस्था, स्वास्थ्य सेवाओं के सुदृढ़ीकरण और खेल सुविधाओं के विस्तार को लेकर सरकार के समक्ष स्पष्ट रोडमैप रखा।

विधायक ने सेक्टर-12, जीटी रोड, लघु सचिवालय चौक से महात्मा गांधी चौक तक लगने वाले भीषण जाम की समस्या पर ध्यान आकर्षित करते हुए कहा कि इस मार्ग पर जिला सचिवालय, न्यायालय, नागरिक अस्पताल और कल्पना चावला राजकीय मेडिकल कॉलेज जैसे महत्वपूर्ण संस्थान स्थित हैं। जनहित को देखते हुए उन्होंने इस मार्ग पर एलिवेटेड पुल के निर्माण की मांग की। उन्होंने सेक्टर-3 में ऑटो मार्केट की शिफ्टिंग में हो रही देरी का मुद्दा भी सदन में उठाया। विधायक ने बताया कि मार्केट एसोसिएशन द्वारा वर्ष 2016 की पॉलिसी के तहत 10 प्रतिशत राशि जमा कराई जा चुकी है, इसके बावजूद अब तक दुकानों का आवंटन नहीं किया गया है। साथ ही उन्होंने करनाल क्षेत्र के मास्टर डेवलपमेंट प्लान को शीघ्र अंतिम रूप देने की मांग की। स्वास्थ्य सेवाओं को लेकर विधायक जगमोहन आनंद ने कल्पना चावला राजकीय मेडिकल कॉलेज में हृदय रोग विशेषज्ञ और न्यूरोसर्जन के रिक्त पदों को तुरंत भरने तथा अत्याधुनिक सुविधाओं से युक्त कार्डियक कैथ लैब की स्थापना की आवश्यकता पर बल दिया। उन्होंने मॉडल टाउन के समीप स्थित दयानंद कॉलोनी के करीब 5,000 निवासियों की समस्या उठाते हुए शेष बचे मकानों को भी नियमित किए जाने की मांग की। इसके अलावा कर्ण स्टेडियम के अधूरे पड़े कार्यों का मुद्दा उठाते हुए टेनिस कोर्ट, हॉस्टल, प्रशासनिक ब्लॉक, जिमनास्टिक हॉल और तलवारबाजी हॉल के निर्माण कार्यों को शीघ्र पूरा कराने की मांग की।

विधायक ने कहा कि करनाल के समग्र विकास के लिए इन सभी मुद्दों का समाधान अत्यंत आवश्यक है और वे जनहित से जुड़े विषयों को मजबूती से आगे भी सदन में उठाते रहेंगे।

क्रिसमस डे को लेकर संतोख माजरा व राजौंद में उत्साह, चर्च सजाने का कार्य जोरों पर

एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार

राजौंद। राजौंद के निकटवर्ती गांव संतोख माजरा एवं नगर राजौंद में 25 दिसंबर को मनाए जाने वाले क्रिसमस डे को लेकर तैयारियां जोरों पर हैं। चर्च को आकर्षक ढंग से सजाया जा रहा है, वहीं ईसाई समुदाय में इस पर्व को लेकर खासा उत्साह देखने को मिल रहा है। ईसाई धर्म के अनुयाई सोमपाल, संजीव कुमार, बीरबल, रोजी ने बताया कि क्रिसमस डे को बड़े दिन के रूप में मनाया जाता है, जिसमें आसपास के गांवों से हजारों श्रद्धालु शामिल होते हैं।

क्रिसमस की पूर्व संध्या पर नगर राजौंद व संतोख माजरा स्थित चर्च में बच्चों द्वारा रंग-बिरंगी पोशाकें पहनकर सांस्कृतिक एवं रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत किए जाएंगे। गिरजाघर की सजावट का कार्य भी अंतिम चरण में है। श्रद्धालुओं ने बताया कि 25 दिसंबर को गांव के अलावा विदेशों से भी लोग प्रभु यीशु से प्रार्थना करने के लिए अपने पैतृक गांव पहुंचते हैं। आसपास के गांवों से सैकड़ों लोग विशेष प्रार्थनाओं में भाग लेते हैं। इस अवसर पर लोग दिवाली की तरह तैयारियां करते हैं, आपस में मिठाइयां बांटते हैं तथा चर्च प्रांगण में शानदार मेले का आयोजन भी किया जाता है।

भाकृअनुप-भारतीय गेहूँ एवं जौ अनुसंधान संस्थान को राजभाषा हिन्दी में तृतीय पुरस्कार

एसबी विशेष संवाददाता/मदन पुरी

करनाल। भाकृअनुप-भारतीय गेहूँ एवं जौ अनुसंधान संस्थान, करनाल में राजभाषा हिन्दी के प्रभावी क्रियान्वयन को लेकर तिमाही बैठक का आयोजन 18 दिसम्बर 2025 को संस्थान के निदेशक डॉ. रतन तिवारी की अध्यक्षता में किया गया। बैठक में संस्थान के राजभाषा प्रभारी डॉ. मंगल सिंह ने संस्थान में संचालित हिन्दी गतिविधियों की जानकारी दी तथा भविष्य की कार्ययोजना पर प्रकाश डाला।

बैठक के दौरान जानकारी दी गई कि वर्ष 2024-25 में राजभाषा हिन्दी के प्रभावी क्रियान्वयन एवं उत्कृष्ट कार्य के लिए गृह मंत्रालय, भारत सरकार के राजभाषा विभाग द्वारा भाकृअनुप-भारतीय गेहूँ एवं जौ अनुसंधान संस्थान, करनाल को तृतीय पुरस्कार प्रदान किए जाने की घोषणा की गई है। यह पुरस्कार क्षेत्र के 50 से अधिक कार्मिकों वाले कार्यालयों की श्रेणी में दिया गया है।

संस्थान के निदेशक डॉ. रतन तिवारी ने बताया कि यह पुरस्कार शासकीय कार्यों में राजभाषा हिन्दी के अधिकतम प्रयोग, हिन्दी में पत्राचार, प्रकाशन, तकनीकी एवं प्रशासनिक कार्यों में हिन्दी के प्रोत्साहन तथा अधिकारियों और कर्मचारियों की सक्रिय सहभागिता के लिए दिया गया है। संस्थान द्वारा राजभाषा अधिनियम एवं नियमों के अनुपालन के साथ-साथ हिन्दी कार्यशालाओं, तिमाही बैठकों, प्रतियोगिताओं एवं जागरूकता कार्यक्रमों का नियमित आयोजन किया जाता रहा है। उन्होंने बताया कि गत वर्ष के दौरान संस्थान द्वारा गेहूँ एवं जौ स्वर्णिमा, गेहूँ एवं जौ संदेश, बदलती जलवायु परिस्थितियों में जलवायु अनुकूल गेहूँ की खेती तथा गेहूँ की जैव-संवर्धित किस्मों से पोषण सुरक्षा सहित कई महत्वपूर्ण हिन्दी प्रकाशन किए गए हैं।

संस्थान द्वारा राजभाषा हिन्दी में किए गए कार्यों का मूल्यांकन नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (नराकास), भाकृअनुप-राष्ट्रीय डेयरी अनुसंधान संस्थान, करनाल द्वारा किया गया था, जिसमें करनाल जिले के 47 संस्थानों, निगमों, बैंकों, केन्द्रीय विभागों एवं सार्वजनिक उपक्रमों के कार्यों की समीक्षा की गई। इस मूल्यांकन के आधार पर संस्थान को नराकास की 81वीं बैठक में प्रथम पुरस्कार से भी सम्मानित किया गया था।

निदेशक डॉ. रतन तिवारी ने इस उपलब्धि पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि यह पुरस्कार संस्थान के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों के सामूहिक प्रयासों का परिणाम है। उन्होंने बताया कि यह पुरस्कार केंद्रीय गृह मंत्रालय, भारत सरकार के राजभाषा विभाग द्वारा 17 फरवरी 2026 को जयपुर के सीतापुरा स्थित जेईसीसी में आयोजित क्षेत्रीय राजभाषा सम्मेलन में संस्थान के राजभाषा अधिकारी डॉ. मंगल सिंह को प्रदान किया जाएगा।

शीतकालीन सत्र के दौरान 8 विधेयक प्रस्तुत किए गए

एसबी संवाददाता/चण्डीगढ़। हरियाणा विधानसभा में शीतकालीन सत्र के दौरान आठ विधेयक प्रस्तुत किए गए। प्रस्तुत किए गए विधेयकों में हरियाणा श्री माता मनसा देवी पूजास्थल (संशोधन) विधेयक, 2025, हरियाणा श्री माता शीतला देवी पूजास्थल (संशोधन) विधेयक, 2025, हरियाणा श्री माता भीमेष्वरी देवी मंदिर (आश्रम), बेरी पूजास्थल (संशोधन) विधेयक, 2025, हरियाणा अन्तरराष्ट्रीय गीता जयंती मेला प्राधिकरण (संशोधन) विधेयक, 2025, हरियाणा श्री कपाल मोचन, श्री बद्री नारायण, श्री मन्तरा देवी तथा श्री केदार नाथ पूजास्थल (संशोधन) विधेयक, 2025, हरियाणा नगर निगम (संशोधन) विधेयक, 2025, हरियाणा पंचायती राज (द्वितीय संशोधन) विधेयक, 2025 तथा हरियाणा नगर निकाय विधेयक, 2025 शामिल हैं।

मेंटेनेंस को लेकर 19 दिसंबर एवं 20 दिसंबर को 6 घंटे बाधित रहेगी बिजली

एसबी ब्यूरो

मंसूरचक। 33 केवी लाइन बछवाडा. से भरौल तक शीतकालीन मरम्मति कार्य होना है। जिसे लेकर पेड़ पौधों की कटाई एवं तारों को दुरुस्त किया जाएगा। जिसके कारण 19 दिसंबर एवं 20 दिसंबर को सुबह 10 बजे से लेकर शाम 3 बजे तक विद्युत आपूर्ति बाधित रहेगी उक्त बातें कनीय विधुत अभियंता हर्ष कुमार मौर्य ने कहा साथ ही पीएसएस भरौल की सभी विधुत आपूर्ति वाधित रहेगी।

जय प्रकाश सिंह ने एल्डर कमेटी से दिया इस्तीफा

एसबी संवाददाता/वाराणसी। कचहरी में चुनावी चर्चाओं का दौर गरम है। वृहस्पतिवार को बनारस बार में नामांकन का अन्तिम दिन था, वहीं सेंट्रल बार एसोसिएशन में 20 दिसंबर तक नामांकन दाखिल किया जा सकेगा। निष्पक्ष चुनाव कराने के लिए सेंट्रल बार ऐसोसिएशन द्वारा गठित एल्डर कमेटी के नामित सदस्य जय प्रकाश सिंह (जेपी) ने एल्डर कमेटी के सदस्यों पर दुर्व्यवहार करने का आरोप लगाकर इस्तीफा दे दिया। इस विषय पर जब हमारे संवाददाता ने सेन्ट्रल बार एसोसिएशन के महामंत्री राजेश गुप्ता से पूछा तो उन्होंने कहा कि यह ठीक नही हुआ है। एल्डर कमेटी के सभी सदस्यों का यह दायित्व है कि एक दूसरे की भावनाओं का सम्मान करें।

जयप्रकाश सिंह (जे.पी.)

विधानसभा शीतकालीन सत्र के पहले दिन विधायक सतपाल जांबा ने उठाई पूंडरी हल्के की प्रमुख मांगें

एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार

पूंडरी। हरियाणा विधानसभा के शीतकालीन सत्र के पहले दिन विधानसभा पूंडरी के विधायक सतपाल जांबा ने सदन में अपने क्षेत्र से जुड़ी मुख्य विकासात्मक मांगों को मजबूती से उठाया और साथ ही सरकार द्वारा किए जा रहे विकास कार्यों के लिए आभार व्यक्त किया।

विधायक सतपाल जांबा ने सदन में कहा कि वर्तमान समय में पूंडरी विधानसभा क्षेत्र में 500 करोड़ से अधिक की लागत से विभिन्न विकास कार्य प्रगति पर हैं, जिसके लिए उन्होंने हरियाणा के माननीय मुख्यमंत्री श्री नायब सैनी जी का विशेष रूप से धन्यवाद किया। उन्होंने कहा कि सरकार की विकासोन्मुखी सोच के कारण क्षेत्र में आधारभूत ढांचे को मजबूती मिल रही है। विधायक ने शिक्षा व्यवस्था को लेकर भी महत्वपूर्ण मांगें रखीं और कहा कि हलके में शिक्षा प्रणाली को और सुदृढ़ करने के लिए आवश्यक सुधार किए जाने चाहिए, विद्यालयों में सफाई कर्मचारी और चौकीदारों की विशेष आवश्यकता है। इसके साथ ही उन्होंने सरकार की लाडो लक्ष्मी योजना के लिए भी आभार व्यक्त करते हुए कहा कि यह योजना महिलाओं के सशक्तिकरण और सामाजिक सुरक्षा की दिशा में एक सराहनीय पहल है।

विधायक सतपाल जांबा ने क्षेत्र की सड़क व्यवस्था को लेकर भी अपनी बात सदन में रखी और सड़कों के सुधार व मजबूती हेतु आवश्यक कदम उठाने की मांग की। अपने वक्तव्य के दौरान विधायक जांबा ने हरियाणा विधानसभा के माननीय अध्यक्ष श्री हरविंद्र कल्याण जी का भी विशेष आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि इस वर्ष 23 दिसंबर को जगतगुरु ब्रह्मानंद जी की जन्म जयंती पहली बार राज्य स्तर पर मनाई जा रही है, जिसकी अध्यक्षता स्वयं माननीय विधानसभा अध्यक्ष श्री हरविंद्र कल्याण जी कर रहे हैं, यह पूरे क्षेत्र के लिए गौरव का विषय है।

विधायक ने सदन के माध्यम से यह आग्रह भी किया कि 24 दिसंबर को जगतगुरु ब्रह्मानंद जी की जन्म जयंती के अवसर पर सरकारी अवकाश घोषित किया जाए, ताकि अधिक से अधिक लोग इस ऐतिहासिक आयोजन में सहभागिता कर सकें।

ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी के विरोध में एचएसईबी राजौंद कर्मचारियों का आंदोलन तेज, पांचवें दिन गेट मीटिंग पदाधिकारी हुए पूंडरी रवाना

■ राजौंद व पुंडरी में कर्मचारियों ने जताया रोष, नीति वापस लेने तक आंदोलन जारी रखने की चेतावनी

एसबी संवाददाता

राजौंद। एचएसईबी हरियाणा कर्मचारी महासंघ सब यूनिट राजौंद के बैनर तले कर्मचारियों ने ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी के विरोध में पांचवें दिन भी रोष स्वरूप राजौंद में गेट मीटिंग व विरोध प्रदर्शन किया और पदाधिकारी पूंडरी के लिए रवाना हुए। एक्शन ऑपरेशन कार्यालय पुंडरी व राजौंद के कर्मचारियों ने संयुक्त रूप से बैठक में भाग लेकर हरियाणा सरकार की इस नीति के खिलाफ अपना आक्रोश प्रकट किया।

कर्मचारियों का कहना है कि ऑनलाइन ट्रांसफर पॉलिसी के तहत कर्मचारियों का नए क्षेत्रों में तबादला किया जा रहा है, जहां उन्हें लाइनों व क्षेत्र की जानकारी नहीं होती। ऐसी स्थिति में कर्मचारियों के दुर्घटना का शिकार होने की आशंका बनी रहती है, वहीं उपभोक्ताओं की शिकायतों का समय पर समाधान भी नहीं हो पाता। इससे उपभोक्ताओं को भी भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है।

सब यूनिट प्रधान अश्विनी ढांडा ने गेट मीटिंग को संबोधित करते हुए कहा कि जब तक यह गलत नीति वापस नहीं ली जाती, तब तक कर्मचारियों का आंदोलन शांतिपूर्ण ढंग से जारी रहेगा। महासचिव मुकेश कोटड़ा ने भी कर्मचारियों की मांगों का समर्थन किया।

इस अवसर पर वरिष्ठ प्रधान कुलदीप बनवाला, गुरुदेव मुंडे, रोहतास शर्मा के नेतृत्व में प्रवीण शर्मा उप प्रधान, रमन सह सचिव, कृष्ण जखोली, आदित्य, अमन सियाग सहित अनेक कर्मचारी उपस्थित रहे।

योगेंद्र राणा ने प्रश्न काल में उठाया असंध के गांवों में पेयजल की कमी का मुद्दा

एसबी ब्यूरो प्रमुख/विजय गर्ग

असन्ध। स्थानीय विधायक योगेन्द्र राणा ने हरियाणा विधानसभा के शीतकालीन सत्र में प्रश्नकाल के दौरान क्षेत्र के गांव बंदराला, अरड़ाना, खांडा खेड़ी और फफड़ाना में पर्याप्त पेयजल आपूर्ति न करने का मामला उठाया। उन्होंने बताया कि असंध क्षेत्र के इन गांवों में जलस्तर कम होने के कारण स्वच्छ पानी की लगातार कमी हो रही है। इसके अतिरिक्त वहां नहरी पानी भी उपलब्ध नहीं है। जबकि 1991-92 से 2001-02 तक इन गांवों में नहरी पानी की आपूर्ति सुचारू रूप से होती थी पर धीरे-धीरे यह आपूर्ति कम होती गई।

विधायक श्री राणा ने कहा कि इन गांवों में पीने योग्य पानी की पर्याप्त उपलब्धता सुनिश्चित की जाए। नहरी पानी आधारित पेयजल आपूर्ति के लिए पुख्ता इंतजाम किए जाएं। उन्होंने कहा कि असंध के गांव गंगाटेहड़ी, पोपड़ा, झीमरीखेड़ा और कौल खेड़ा भी इसी समस्या का सामना कर रहे हैं। विधायक ने इन गांवों को भी इसी योजना में जोड़ने की मांग रखी। इस पर लोक निर्माण एवं जन स्वास्थ्य अभियांत्रिकी मंत्री रणबीर गंगवा ने विधायक को आश्वस्त करते हुए कहा कि इस परियोजना पर विभागीय सर्वे जारी है। जल्द ही इन गांवों में नहरी पानी उपलब्ध कराने के लिए उचित कदम उठाए जाएंगे।

कैथल में सौर ऊर्जा से रोशन हो रहे घर, मिल रही है भारी सब्सिडी

■ जिले में 2821 उपभोक्ताओं ने उठाया पीएम सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना का लाभ

एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार

कैथल। ऊर्जा संरक्षण और आम जनमानस को बिजली बिलों के भारी-भरकम बोझ से मुक्ति दिलाने के लिए प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना वरदान साबित हो रही है। हरियाणा के कैथल जिले में इस योजना को लेकर जबरदस्त उत्साह देखा जा रहा है। केंद्र और राज्य सरकार की जुगलबंदी ने इस योजना को इतना किफायती बना दिया है कि पात्र परिवारों के लिए सोलर पैनल लगवाना अब लगभग जीरो कॉस्ट यानी मुफ्त जैसा हो गया है।

जिले में अब तक 2821 उपभोक्ताओं ने इस योजना का लाभ उठाते हुए अपने घरों की छतों पर सोलर सिस्टम स्थापित किए हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार की ओर से इन लाभार्थियों को अलग अलग किलोवाट के हिसाब से लगभग 18 करोड़ रुपये की सब्सिडी सीधे उनके खातों में भेजी जा चुकी है। वहीं, मुख्यमंत्री श्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में राज्य सरकार भी कदम से कदम मिलाकर चल रही है; जिन्होंने 1035 उपभोक्ताओं को लगभग 5.06 करोड़ रुपये का अतिरिक्त अनुदान दिया जा चुका है और शेष पात्र लाभार्थियों को भी जल्द ही यह राशि जारी कर दी जाएगी। जिले में 31 मार्च 2026 तक 5313 उपभोक्ताओं के घर पर सोलर लगाने का लक्ष्य है। आमजन पहले आओ पहले पाओ के आधार पर इस योजना का लाभ उठाएं।

यदि कोई उपभोक्ता शुरूआती निवेश करने में सक्षम नहीं है, तो सरकार ने उनके लिए राह आसान कर दी है। सरकारी बैंकों के माध्यम से बिना किसी गारंटी या प्रॉपर्टी के न्यूनतम ब्याज दरों पर लोन उपलब्ध कराया जा रहा है। दो किलोवाट का सोलर पैनल प्रतिदिन 8 से 10 यूनिट बिजली बनाता है, जो महीने की 300 यूनिट तक हो जाती है। एक मध्यमवर्गीय परिवार की मासिक खपत के लिए यह पर्याप्त है, जिससे बिजली बिल न के बराबर रह जाता है।

बिजली विभाग के एसई सोमबीर भालोठिया ने बताया कि सरकार ने आय वर्ग के अनुसार सब्सिडी को श्रेणियों में बांटा है, ताकि आर्थिक रूप से कमजोर वर्गों को अधिकतम लाभ मिल सके। अंत्योदय परिवार जिनकी सालाना आय 1.80 लाख से कम है व जिनकी सालाना बिजली खपत 2400 युनिट तक है, वे दो किलोवाट तक का सोलर पैनल लगवाने पर भारत सरकार की ओर से 60 हजार रुपये व हरियाणा सरकार की ओर से 50 हजार रुपये अनुदान यानि कि कुल 1.10 लाख रुपये का अनुदान प्राप्त कर सकते हैं।

डीसी कैथल अपराजिता।

जिन परिवारों की सालाना आय तीन लाख रुपये तक है व जिनकी सालाना बिजली खपत 2400 युनिट तक है वो परिवार दो किलोवाट तक का सोलर पैनल लगवाने पर भारत सरकार की ओर से 60 हजार रुपये व हरियाणा सरकार की ओर से 20 हजार रुपये का अनुदान यानी कि कुल 80 हजार रुपये का अनुदान प्राप्त कर सकते हैं। इससे अतिरिक्त जिन घरेलू उपभोक्ताओं की वार्षिक आय तीन लाख से अधिक है उन घरेलू उपभोक्ताओं के लिए एक किलोवाट 30 हजार रुपये, दो किलोवाट 60 हजार रुपये तथा तीन किलोवाट 78 हजार तक केन्द्र सरकार द्वारा सब्सिडी दी जा रही है। इच्छुक उपभोक्ता घर बैठे आधिकारिक पोर्टल https://pmsuryaghar.gov.in पर जाकर पंजीकरण कर सकते हैं। यदि किसी को ऑनलाइन आवेदन में कठिनाई आती है, तो वे अपने नजदीकी उत्तर हरियाणा बिजली वितरण निगम के उपमंडल अधिकारी कार्यालय से संपर्क कर सहायता प्राप्त कर सकते हैं।

पर्यावरण और जेब दोनों के लिए हितकारी-प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना न केवल उपभोक्ताओं को आर्थिक राहत दे रही है, बल्कि यह पर्यावरण संरक्षण की दिशा में भी एक बड़ा कदम है। इससे प्रदूषण कम होगा और हमारा पर्यावरण शुद्ध बनेगा। जिला प्रशासन यह सुनिश्चित कर रहा है कि सब्सिडी का पात्र लोगों को समय पर लाभ मिले। सभी नागरिक इस हरित क्रांति का हिस्सा बनें और अपने घर पर सोलर पैनल लगवाएं।

-अपराजिता, उपायुक्त, कैथल

अखिल भारतीय किसान सम्मेलन में हरियाणा की निफ्को को राष्ट्रीय सम्मान

एसबी विशेष संवाददाता

नई दिल्ली। कॉन्स्टिट्यूशनल क्लब, नई दिल्ली में एग्रीकल्चर टुडे ग्रुप द्वारा आयोजित अखिल भारतीय प्रगतिशील किसान सम्मेलन में देशभर के प्रगतिशील किसानों व किसान समूहों को आमंत्रित कर सम्मानित किया गया। इस सम्मेलन में हरियाणा से निलोखेड़ी फार्मर्स प्रोड्यूसर कम्पनी लिमिटेड (निफ्को) को उनके उत्कृष्ट एवं नवाचार आधारित कृषि कार्यों के लिए सम्मानित किया गया।

निफ्को द्वारा किसानों को कीटनाशकों व रासायनिक उर्वरकों के प्रयोग में लगभग 60 प्रतिशत तक कमी करने के लिए प्रेरित किया गया, जिससे किसानों की आय में वृद्धि हुई है। इसके साथ ही कृषि उत्पादों में जहरीले तत्वों की मात्रा कम हुई और पर्यावरण प्रदूषण घटाने में भी निफ्को की भूमिका सराहनीय रही है।

किसानों को रासायनिक कीटनाशकों से दूर रखने के उद्देश्य से निफ्को द्वारा फेरोमोन ट्रैप और सोलर लाइट ट्रैप के प्रयोग को बढ़ावा दिया जा रहा है। वहीं किसानों का निःशुल्क मृदा परीक्षण कराकर सोइल हेल्थ कार्ड के आधार पर संतुलित उर्वरक उपयोग के लिए विशेष अभियान भी चलाया जा रहा है।

निफ्को ने मूल्य संवर्धन की दिशा में कदम बढ़ाते हुए डिहाइड्रेटेड प्याज फ्लैक्स का उत्पादन कर उसका निर्यात भी शुरू किया है, जिससे किसानों को बेहतर बाजार और अतिरिक्त आमदनी का लाभ मिलेगा।

सम्मेलन के दौरान माननीय श्री पुरुषोत्तम रूपाला, सांसद एवं पूर्व पशुपालन व डेयरी मंत्री भारत सरकार तथा भारत सरकार के अन्य प्रशासनिक अधिकारियों द्वारा निफ्को के अध्यक्ष डॉ. सरदार सिंह को 11 हजार रुपये का चेक एवं मोमेंटो देकर सम्मानित किया गया।

इसके अलावा नाबार्ड द्वारा स्वीकृत किसानों की शुद्ध आय बढ़ाने के उद्देश्य से सब्जी क्लस्टर को बढ़ावा देने एवं टिकाऊ, समावेशी तथा प्रौद्योगिकी आधारित आपूर्ति श्रृंखला के विकास से जुड़ी पायलट परियोजना भी निफ्को द्वारा करनाल जिले के छह गांवों में चलाई जा रही है। इस परियोजना के तहत किसानों को बीज, सोलर ट्रैप, फेरोमोन, स्टिकी ट्रैप, जैविक खाद व जैविक कीटनाशकों पर अनुदान दिया जा रहा है।

परियोजना में लीड्स कनेक्ट कम्पनी के सहयोग से प्रत्येक प्रक्षेत्र की जियो टैगिंग कराई जा रही है, जिसके माध्यम से लगभग 50 किसानों को पानी की उपलब्धता, कीट एवं रोग प्रबंधन तथा मौसम से संबंधित तकनीकी जानकारी उपलब्ध कराई जा रही है।