RADIANT ACADEMY
(AFFILIATED TO CBSE)
B-180, sector-55, noida Ph: 120-4314312/ 6514636
Mob. : 9350251631/ 9674710772 E-mail: radiantacademynoida@yahoo.com
RADIANT ACADEMY
(J.H.S.) (AFFILIATED TO CBSE)
Sorkha, Sector- 115, noida on Fng Ph: 120- 6495106,
Mob. : 9873314814/ 9674710772 E-mail: radiantacademysorkha@yahoo.com
Let your child Explore the world with us in a Secure Environment!
We are a Co-Educational Medium Senior Secondary School
imparting quality education since the last 20 years.
FROM ADMISSION OPEN NURSERY TO CLASS XI Transport Facility Available
FACILITIES AVAILABLE AT SCHOOL : ●Highly Qualified And Trained Faculty
well Quipped Labs ●CCTV Controlled Environment ●Activity Based Learning
● Well Equipped Library ●GPS Enable Buses

आज की खबर आज ही
जनाकांक्षाओं का सजग प्रहरी
चेतना मंच

पेज 7 इस क्रिकेटर को गुपचुप डेट...

वर्ष : 27 अंक : 22 website:www.chetnamanch.com नोएडा, रविवार, 12 जनवरी, 2025 Chetna Manch Chetna Manch मूल्य 2.00 रु. पेज: 8

प्रधानमंत्री ने राष्ट्रीय युवा महोत्सव में युवाओं के साथ किया संवाद

महिला सशक्तिकरण, डिजिटल भारत और खेलों में श्रेष्ठता पर प्रस्तुति

राजनीति में युवाओं को सशक्त बनाने का अभियान

टेक्नोलॉजी और स्टार्टअप के लिए युवाओं को प्रेरित किया

नई दिल्ली (एजेंसी)। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी आज को भारत मंडपम पहुंचे। यहां उन्होंने 'विकसित भारत यंग लीडर्स डायलॉग' में प्रतिभागियों के साथ मुलाकात की। कार्यक्रम बिना किसी राजनीतिक संबंध वाले एक लाख युवाओं को राजनीति में लाने के उनके प्रयासों के तहत आयोजित किया जा रहा है। यह कार्यक्रम स्वामी विवेकानंद की जयंती के मौके पर होने वाले राष्ट्रीय युवा दिवस पर आयोजित किया जा रहा है।

कार्यक्रम के दौरान पीएम मोदी युवाओं से 2047 के विकसित भारत के रोड मैप पर उनके विचारों को जानने की कोशिश कर रहे हैं। भारत मंडपम में आयोजित राष्ट्रीय युवा महोत्सव में प्रधानमंत्री युवाओं के साथ महिला सशक्तिकरण, विकसित भारत, डिजिटल भारत, खेलों में श्रेष्ठता जैसे 10 विषयों पर प्रेजेंटेशन भी देखेंगे। कार्यक्रम में देश निर्माण के 10 विषयों पर 2047 में विकसित भारत के लिए उनके विजन को सम्मिलित किया गया है। इसे युवाओं की राजनीति की पाठशाला कहा जा सकता है।

इसके माध्यम से सरकार का जोर युवा नेता बनाना है, जो देश के विकास के विजन को प्रमुखता देते हुए राजनीति में आगे बढ़े इस युवा महोत्सव को युवा के लिए युवाओं द्वारा युवा संकल्प के साथ पेश किया गया है। यह केवल एक आयोजन नहीं बल्कि अभियान है, युवाओं को सशक्त करने, उनकी नेतृत्व क्षमता व्यावहारिक विचार जो कि विकसित भारत की परिकल्पना के अनुरूप है। युवाओं को महोत्सव में उनकी योग्यता के अनुरूप प्रमाणपत्र दिया जाएगा। इस बार राष्ट्रीय युवा महोत्सव सांस्कृतिक आदान-प्रदान और युवा ऊर्जा का प्रतीक रहा है, देश निर्माण और विकास के विजन में भी सम्मिलित हो रहा है।

पीएम मोदी ने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट में कहा कि वे विकसित भारत के निर्माण के उद्देश्य से संबंधित विभिन्न विषयों पर चर्चा करेंगे।

सुरक्षाबल और नक्सलियों के बीच मुठभेड़ में तीन नक्सली ढेर

बीजापुर (एजेंसी)। मुठभेड़ में अब तक तीन नक्सलियों के मारे जाने की खबर है। ऑटोमेटिक हथियार भी बरामद हुए हैं। भोपालपटनम के मद्देड़ इलाके में बन्देपारा-कोरणजेड के जंगलों में सुरक्षाबल और नक्सलियों के बीच मुठभेड़ हो रही है। आज सुबह से रुक-रूककर गोलीबारी हो रही है।

बीजापुर के नेशनल पार्क क्षेत्र के जंगलों में नक्सलियों की मौजूदगी की सूचना पर सुरक्षा बल की टीम ने नक्सली विरोधी अभियान शुरू किया। अभियान के दौरान आज सुबह नेशनल पार्क क्षेत्र में पुलिस व नक्सलियों के बीच मुठभेड़ शुरू हो गई। यह मुठभेड़ अब भी रुक-रुक कर जारी है।

जानकारी के मुताबिक, मुठभेड़ में अब तक तीन नक्सलियों के मारे जाने की खबर है। ऑटोमेटिक हथियार भी बरामद हुए हैं। मुठभेड़ अभी भी जारी है। भोपालपटनम के मद्देड़ इलाके में बन्देपारा-कोरणजेड के जंगलों में सुरक्षाबल और नक्सलियों के बीच मुठभेड़ हो रही है। सुबह से रुक-रूककर गोलीबारी हो रही है।

पुलिस के आला अधिकारियों ने इस मुठभेड़ की पुष्टि की है। उन्होंने बताया कि सुरक्षा बल सर्च अभियान में जुटे हुए हैं और विस्तृत जानकारी अभियान समाप्त होने के बाद साझा की जाएगी।

इस मुठभेड़ में तीन नक्सलियों के मारे जाने की खबर मिल रही है। घटना के बाद से इलाके में सुरक्षा व्यवस्था कड़ी कर दी गई है। नक्सली गतिविधियों को लेकर इस क्षेत्र में पहले भी कई बार बड़े अभियान चलाए गए हैं। फिलहाल, सर्च अभियान जारी है और सुरक्षा बल पूरी मुस्तैदी के साथ स्थिति को नियंत्रित कर रहे हैं।

केमिकल फैक्ट्री में लगी भीषण आग, दमकल की 32 गाड़ियों ने पाया काबू

ग्रेटर नोएडा। बादलपुर कोतवाली क्षेत्र स्थित दुजाना रोड पर एक केमिकल फैक्ट्री में आज सुबह तकरीबन साढ़े तीन बजे आग लग गई। आग की सूचना पर दमकल के साथ पुलिस की टीम भी मौके पर पहुंच गई। दमकल की 32 गाड़ियों ने घटनास्थल पहुंचकर आग पर काबू पाया।

डीसीपी शक्ति मोहन अवस्थी ने बताया कि रविवार तड़के तकरीबन 3 बजकर 35 मिनट पर 112 पर फैक्ट्री में आग लगने की सूचना मिली थी। तत्काल सूचना पर पुलिस मौके पर पहुंच गई। आग दुजाना रोड पर स्थित श्री बांके बिहारी केमिकल प्लांट में लगी थी त्वरित कारवाई करते हुऐ फायर सर्विस यूनिट घटना स्थल पर रवाना हुई।

गौतमबुद्ध नगर के अलावा गाजियाबाद से भी दमकल की गाड़ी मंगाई गई। दमकल विभाग की 32 गाड़ियों ने कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया। कोई जनहानि नहीं हुई है। आग किन कारणों से लगी पुलिस इसकी जांच कर रही है।

मुख्य अग्निशमन अधिकारी प्रदीप कुमार चौबे ने बताया कि रात करीब तीन बजकर 35 मिनट पर आग की सूचना मिली। तत्काल टीम को चार गाड़ियों के साथ मौके पर रवाना किया गया। एक गाड़ी की मदद से करीब घंटेभर में आग को बुझा दिया गया। आग के दौरान झुलसी हुई अवस्था में महिला को बाहर निकाला और पुलिस की मदद से अस्पताल में भर्ती कराया। चिकित्सकों ने महिला को मृत घोषित कर दिया।

दिल्ली-एनसीआर में सर्द हवा ने बढ़ाई ठिठुरन

नई दिल्ली (एजेंसी)। सर्द हवाओं और कोहरे की मार झेल रहे लोगों के लिए लगातार हो रही बारिश ने ठंडक और बढ़ा दी है। वीकेंड पर बारिश के चलते लोग घरों में दुबकने को मजबूर हो गए हैं। मौसम विभाग का कहना है कि आगामी दो दिनों तक हल्की बारिश और बादल छाए रहने की संभावना है, जिससे तापमान में और गिरावट आएगी।

आज नोएडा के कई इलाकों में घने कोहरे के कारण विजिबिलिटी बेहद कम हो गई, जिससे वाहन चालकों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ा। धीमी रफ्तार के बावजूद दुर्घटनाओं की आशंका बनी रही।

मौसम विभाग के मुताबिक शाम साढ़े पांच बजे तक दिल्ली में औसत 0.6 मिमी बारिश हुई। सबसे अधिक बारिश नजफगढ़ केंद्र में दर्ज की गई। यहां 1.5 मिमी बारिश रिकॉर्ड हुई। वहीं, आया नगर में 1.2 मिमी, पालम में एक मिमी, रिज में 0.7 मिमी और लोधी रोड़ में 0.5 मिमी बारिश दर्ज की गई।

इस दौरान अधिकतम तापमान 17 डिग्री और न्यूनतम तापमान 7.7 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। पूरे दिन धूप नहीं खिली। दोपहर में ही शाम जैसा अंधेरा छा गया। पालम एयरपोर्ट पर शुक्रवार रात 11:30 बजे से लेकर 2 बजे तक दृश्यता शून्य और सफदरजंग में इस दौरान दृश्यता 50 मीटर रही। इससे वाहन चालकों को अधिक समस्या का सामना करना पड़ा। रिज में सुबह सबसे ठंडी रही। यहां का न्यूनतम तापमान सबसे कम 7.8 डिग्री दर्ज किया गया। वहीं, लोधी रोड़ में 8.1, पालम में 8.4 और आया नगर में 8.6 डिग्री सेल्सियस न्यूनतम तापमान दर्ज किया गया।

योगी सरकार ने दैनिक भत्ते में की बढ़ोतरी

लखनऊ (एजेंसी)। उत्तर प्रदेश की योगी सरकार की तरफ से पीआरडी जवानों को नए वर्ष का तोहफा मिला है। इनके दैनिक भत्ते में करीब 26 फीसदी की बढ़ोतरी की गई है। अब इन्हें दैनिक भत्ते के रूप में 500 रुपये मिलेंगे। 35 हजार पीआरडी जवानों को इसका फायदा मिलेगा। स्वामी विवेकानंद की जयंती राष्ट्रीय युवा दिवस के अवसर पर लखनऊ में आयोजित कार्यक्रम में सीएम योगी ने कहा कि 2019 में हमारी ही सरकार ने इनका प्रतिदिन का मानदेय 250 से बढ़ाकर 375 रुपए प्रतिदिन किया था। 2022 में इस राशि को बढ़ाकर 395 रुपए किया गया।

आज इन जवानों की सेवाओं को देखते हुए हम नए वित्तीय वर्ष से पीआरडी जवानों को प्रतिदिन 500 रुपए ड्यूटी भत्ता देने की घोषणा कर रहे हैं।

सीएम योगी ने कहा कि प्रांतीय रक्षक दल के गठन का अपना एक इतिहास है। 1948 में इसका गठन हुआ। इसका काम शांति, सुरक्षा व्यवस्था, विकास और जन जागरूकता के कामों में योगदान देना, सहयोग करना था। वर्तमान में पीआरडी के 35 हजार जवान अलग-अलग क्षेत्रों में काम कर रहे हैं। थोड़ा प्रशिक्षण दिला दिया जाए तो इनकी बहुत सारी जगहों पर बड़ी भूमिका हो सकती है। आपदा, बचाव और ट्रैफिक के विभिन्न कामों से इन्हें जोड़ा जा सकता है। साथ ही युवा मंगल दलों से नशे के कारोबार को समाप्त करने, स्वच्छता अभियान चलाने, खेलकूद की गतिविधियों को बढ़ावा देने, टीबी के रोगियों को चिन्हित करने में सहयोग की अपील की है।

छात्र पर बर्फ खुरचने वाले सूजे से हमला, तीन गिरफ्तार

ग्रेटर नोएडा। ग्रेटर नोएडा में एक छात्र पर बुरी तरीके से हमला किया गया है। करीब 5 युवकों ने मिलकर हमला किया गया। जिसमें वकालत की पढ़ाई कर रहे छात्र पर गंभीर चोट आई है। उसको इलाज के लिए अस्पताल में एडमिट करवाया गया। पुलिस ने इस मामले में तत्काल एक्शन लेते हुए 3 आरोपियों को गिरफ्तार किया है। बताया जा रहा है कि इस मामले में 5 लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया है।

नॉलेज पार्क थाना प्रभारी ने बताया कि पीड़ित छात्र का नाम कनक नेगी है। वह सेक्टर-105 में रहता था। पुलिस ने बताया कि पीड़ित एशियन लॉ कॉलेज में लॉ का थर्ड ईयर का छात्र है। कनक नेगी के साथ 5 युवकों ने मिलकर मारपीट की। किसी बात पर कनक नेगी के ऊपर बर्फ खुरचने वाले सूजे से हमला किया। जिसमें उसकी कमर में गंभीर चोट आई है।

पुलिस ने बताया कि इस मामले में 5 लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया गया है। जिसमें से 3 लोगों को पुलिस ने गिरफ्तार कर जेल भेज दिया। पुलिस का कहना है कि मामले में गंभीरता के साथ जांच की जा रही है। फिलहाल कॉलेज में शांति बनी है।

(हम भीड़ मे दौड़ना नहीं जीतना सिखाते हैं)

कोड 0910011910
सरस्वती
ग्लोबल स्कूल
सेक्टर-22, नोएडा 8750611103
*फीस ना के बराबर *निःशुल्क एडमिशन फीस
केवल 10 महीने की मासिक फीस

प्रियंका गांधी के जन्मदिन पर गरीबों को भोजन तथा कंबल बांटे

नोएडा(चेतना मंच)। हर वर्ष की तरह इस बार भी सांसद प्रियंका गांधी का जन्मदिन नारी निकेतन की बेघर एवं बेसहारा महिलाओं के बीच केक काटकर और भोजन कराकर मनाया गया। साथ ही, सेक्टर 17, नोएडा की झुग्गियों में महिलाओं को कंबल वितरित किए गए। सभी को प्रियंका गांधी से समाज के शोषित और वंचित वर्ग की सेवा करने की प्रेरणा मिलती है। महिलाओं के प्रति उनकी विशेष प्रतिबद्धता उनके सामाजिक जीवन का एक महत्वपूर्ण आधार है। प्रियंका गांधी भारत के करोड़ों लोगों के लिए उम्मीद की किरण हैं। उनके जन्मदिन पर उन्हें ढेरों शुभकामनाएँ। आज के कार्यक्रम में सोशल मीडिया इंचार्ज पंखुड़ी पाठक, प्रवक्ता अनिल यादव, स्टेट कोऑर्डिनेटर सोशल मीडिया पवन शर्मा, वरिष्ठ नेता रोहित सपरा, पीसीसी ऊषा देवी, उदयवीर यादव, अमित यादव, रमेश यादव सहित कई अन्य कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

पहाड़ी शहर

चलो एक प्रयास तो हुआ कि कुछ अलग सोचें, वरना हम तो उन्हीं गलियों में आवारा बस्ती बने हैं। धर्मशाला में दिल्ली के लोक प्रशासन संस्थान के सहयोग से शहरीकरण की उत्कंठा को नजदीक से देखा, परखा व भविष्य की संरचना के पर्याय खोजे गए। शहरीकरण की उम्मीदों में पलने लगा हिमाचल, दस-बारह शहरों या बनते नए नगर निकायों की हद तक ही सीमित नहीं, बल्कि प्रदेश की मिट्टी पर उगी प्रति व्यक्ति आय के बढ़ते ग्राफ ने शहर की तरह जीने की लालसा को समूचे प्रदेश की जीवन शैली बना दिया है। नतीजतन हिमाचल में ग्रामीण और शहरी द्वंद्व एक ही सतह पर खड़े हैं। जीवन शैली में आए परिवर्तन और प्रति व्यक्ति आय के फलते-फूलते फलक ने गांव से शहर तक कमोबेश एक जैसे नागरिक दबाव बढ़ा दिए हैं। हिमाचल की सार्वजनिक भूमि का कम होना और जंगलों का घनत्व बढना भी एक बड़ा कारण है कि ग्रामीण से शहरी व्यवस्था तक मानवीय जरूरतों की अफरा-तफरी बढ़ गई है। इतना ही नहीं, सरकारों की ओर से शहरी योजनाओं का प्रारूप मानवीय जरूरतों से कहीं भिन्न सियासी वकालत का जरिया बन गया। न शहरों का दायरा सही समय में बढ़ाया गया और न ही गांवों में घटते ग्रामीण संस्कारों को समझा गया। खास तौर पर सडकों के विस्तार और निजी परिवहन की रफ्तार ने प्रदेश की ग्रीन बैल्ट को कंक्रीट से भर दिया। ऐसे में अगर धर्मशाला की बैठक में पहाड़ के शहरी मॉडल पर सोचा गया और यह माना गया कि पर्वतीय शहर अलग फितरत से अपना भविष्य तय करेंगे, तो यह दिशा परिवर्तन का फार्मूला हो सकता है, लेकिन इससे पहले शहरी विकास के कानून, नियम व विकल्प भी समझने होंगे। हम चैन से ग्रामीण जीवन को आगे नहीं बढ़ाएंगे, तो सुकून से हमारे शहर भी नहीं बचेंगे। इसके संदर्भों में आधी सदी गुजार कर भी टीसीपी कानून अक्षम है या हमने इसके मूल उद्देश्य को भ्रमित करके मार डाला है। हिमाचल एकमात्र ऐसा राज्य है जिसने शहरी और ग्रामीण जरूरतों को केवल केंद्रीय योजनाओं या बजट के अनुरूप रखते हुए केवल उपलब्ध राशि का इस्तेमाल किया, वरना अब तक कुछ उपग्रह नगर बस चुके होते। अपनी आवासीय जरूरतों को नजरअंदाज करके हिमाचल ने शहरी आर्थिकी का मजबूत पक्ष नहीं खोया, बल्कि हर शहर की बेहतरीन तस्वीर को भी कूड़ेदान में डाल दिया। अगर समय रहते दो-तीन सुनियोजित शहर बसा लिए होते, तो इसका सामाजिक, आर्थिक, शहरी व व्यावहारिक पक्ष सुदृढ़ होता। हिमाचल में शहरी प्रवृत्ति पर बढ़ती कनेक्टिविटी का असर दिखने लगा है और जैसी ही फोरलेन परियोजनाएं, कांगड़ा एयरपोर्ट तथा रेलवे विस्तार संभव होगा, गांव और शहर के बीच सिर्फ शहरी एवं ग्रामीण निकायों भर का फासला बचेगा। ऐसे में बेहतर यह होगा कि पूरे प्रदेश को ग्राम एवं नगर योजना कानून के दायरे में लाया जाए। इसके तहत कम से कम आठ-दस शहरी विकास प्राधिकरण बनाकर शहर और ग्रामीण क्षेत्रों में समन्वित विकास की पद्धति सुनिश्चित की जाए। कुछ शहरों और अनेक गांवों की परिधि शहरी विकास प्राधिकरण के मार्फत आवासीय योजनाओं के अलावा यह भी सुनिश्चित कर सकती है कि नवनिर्माण के दायरे कहां तक रखे जाएं। जहां दो-तीन शहरों के बीच कॉमन प्लानिंग एरिया बढ़ेगा, वहीं ग्रामीण परिदृश्य में भी समन्वित विकास होगा। शहरी विकास प्राधिकरण के तहत स्थानीय ट्रांसपोर्ट नेटवर्क, वैकल्पिक परिवहन, रज्जुमार्ग, ट्रांसपोर्ट नगर, कॉमन अदालत परिसर, कॉमन कर्मचारी नगर तथा बड़े सभा स्थल एवं सार्वजनिक मैदान भी विकसित किए जा सकते हैं। अगर हिमाचल ऊना जिला में मोहाली-पंचकूला की तर्ज पर एक बड़ा शहर विकसित कर लेता, तो चंडीगढ़ के आसपास हिमाचली लोग साठ फीसदी रीयल एस्टेट की खरीद फरोख्त न करते। प्रदेश को हिमाचल के शहरीकरण के दबाव का जहां जवाब खोजना है, वहीं हर शहर की योजनाओं में एक व्यापक दृष्टि भी बनानी है। यह कार्य शहरों के वर्गीकरण के आधार, उनके प्रशासनिक, ऐतिहासिक, सामाजिक व भौगोलिक आधार पर करना होगा।

रामचरित मानस

कल के अंक में आपने पढ़ा था कि मैना बार-बार मिलती हैं और (पार्वती के) चरणों को पकड़कर गिर पड़ती हैं। बड़ा ही प्रेम है, कुछ वर्णन नहीं किया जाता। भवानी सब स्त्रियों से मिल-भेंटकर फिर अपनी माता के हृदय से जा लिपटीं॥ उससे आगे का वर्णन क्रमानुसार प्रस्तुत है।

जननिहि बहुरि मिलि चली उचित असीस सब काहूँ दई।
फिरि फिरि बिलोकति मातु तन तब सखीं लै सिव पहिं गई॥
जाचक सकल संतोषि संकरु उमा सहित भवन चले।
सब अमर हरषे सुमन बरषि निसान नभ बाजे भले॥

पार्वतीजी माता से फिर मिलकर चलीं, सब किसी ने उन्हें योग्य आशीर्वाद दिए। पार्वतीजी फिर-फिरकर माता की ओर देखती जाती थीं। तब सखियाँ उन्हें शिवजी के पास ले गईं। महादेवजी सब याचकों को संतुष्ट कर पार्वती के साथ घर (कैलास) को चले। सब देवता प्रसन्न होकर फूलों की वर्षा करने लगे और आकाश में सुंदर नगाड़े बजाने लगे।

दो0-चले संग हिमवंतु तब पहुँचावन अति हेतु।
बिबिध भाँति परितोषु करि बिदा कीन्ह बृषकेतु॥

तब हिमवान अत्यन्त प्रेम से शिवजी को पहुँचाने के लिए साथ चले। वृषकेतु (शिवजी) ने बहुत तरह से उन्हें संतोष कराकर विदा किया॥

तुरत भवन आए गिरिराई। सकल सैल सर लिए बोलाई॥
आदर दान बिनय बहुमाना। सब कर बिदा कीन्ह हिमवाना॥

पर्वतराज हिमाचल तुरंत घर आए और उन्होंने सब पर्वतों और सरोवरों को बुलाया। हिमवान ने आदर, दान, विनय और बहुत सम्मानपूर्वक सबकी विदाई की॥

(क्रमशः...)

दिल्ली में गलत ट्रैक पर जा रही है कांग्रेस

देश की राजनीति के मैदान में राहुल गांधी को लगातार गलतियां करने वाले नेता के तौर पर जाना जाता है। कई बार तो राहुल गांधी जीता हुआ चुनाव भी हार जाते हैं। आरोप तो यहां तक लगाया जाता है कि राहुल गांधी के इर्द-गिर्द जो नेता रहते हैं, वे चाहते ही नहीं है कि राहुल गांधी के नेतृत्व में कांग्रेस चुनाव जीते। इसलिए कांग्रेस के नेता लगातार राहुल गांधी को अजब-गजब फैसले लेने के लिए उत्साहित और प्रेरित करते रहते हैं।

राहुल गांधी कई बार चुनावी मैदान में सेल्फ गोल करते दिखाई देते हैं तो कई बार गलत ट्रैक पर जाकर रास्ता ही भटक जाते हैं। दिल्ली विधानसभा जैसे महत्वपूर्ण चुनाव में भी एक बार फिर से राहुल गांधी गलत ट्रैक पर जाते हुए दिखाई दे रहे हैं।

यह बात बिल्कुल सौ फीसदी सही है कि कांग्रेस के वोट बैंक को छीनकर ही आम आदमी पार्टी दिल्ली में अपराजेय पार्टी के तौर पर स्थापित हुई है लेकिन उतना ही बड़ा सच यह भी है कि कांग्रेस पार्टी अपना वह पुराना वोट बैंक आप से पूरी तरह से छीनने की स्थिति में नहीं है। ऐसे में बेहतर तो यह होता कि कांग्रेस अपने पुराने वोट बैंक को पाने के लिए फेज वाइज रणनीति बनाकर, उसे अमल में लाती लेकिन इसकी बजाय कांग्रेस रणनीतिक तौर पर एक बहुत बड़ी गलती करते हुए दिखाई दे रही है।

मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, दिल्ली विधानसभा चुनाव में अपनी खोई जमीन पाने के लिए कांग्रेस MOS फॉर्मूला अपनाने जा रही है। यानी कांग्रेस दिल्ली में अल्पसंख्यक अर्थात मुस्लिम बहुल सीटों के साथ ही उन विधानसभा सीटों पर फोकस करेगी ,जहां-जहां ओबीसी और दलित मतदाताओं की संख्या ज्यादा है। हकीकत में कांग्रेस यहीं सबसे बड़ी गलती करने जा रही है। राहुल गांधी के करीबियों ने उन्हें यह सलाह देकर,एक बार फिर से उनके नेतृत्व में पूरी कांग्रेस

राहुल गांधी कई बार चुनावी मैदान में सेल्फ गोल करते दिखाई देते हैं तो कई बार गलत ट्रैक पर जाकर रास्ता ही भटक जाते हैं। दिल्ली विधानसभा जैसे महत्वपूर्ण चुनाव में भी एक बार फिर से राहुल गांधी गलत ट्रैक पर जाते हुए दिखाई दे रहे हैं।

पार्टी को गलत ट्रैक पर डाल दिया है। मंडल-कमंडल की राजनीति के दौर के बाद ओबीसी यानी अन्य पिछड़े वर्ग के मतदाता पूरी तरह से कांग्रेस से विमुख हो चुके हैं और इनकी वापसी की संभावना फिलहाल दूर-दूर तक नजर नहीं आ रही है। ऐसे में कांग्रेस के इस फॉर्मूले का असफल होना तय माना जा रहा है।

दरअसल, राहुल गांधी को कांग्रेस को फिर से मजबूत करने के लिए MOS की बजाय BDM के फॉर्मूले को अपनाना चाहिए जिसके बल पर जवाहर लाल नेहरू और इंदिरा गांधी से लेकर राजीव गांधी और मनमोहन सिंह तक देश पर राज कर चुके हैं।

BDM फॉर्मूले का मतलब है- ब्राह्मण, दलित और मुस्लिम समुदाय। इसी समीकरण के बल पर कांग्रेस ने लंबे समय तक देश पर राज किया है। लोकसभा चुनाव के समय से ही मुस्लिम मतदाताओं के बड़े वर्ग ने कांग्रेस की तरफ लौटना शुरू कर दिया है। दिल्ली में भी इस बार के विधानसभा चुनाव में मुस्लिम मतदाताओं का वोट बड़े पैमाने पर कांग्रेस को मिलने की संभावना है और अगर कांग्रेस भाजपा को हराती हुई नजर आई तो पूरा मुस्लिम समाज कांग्रेस उम्मीदवारों को वोट देते हुए नजर आएगा। लेकिन इसके लिए कांग्रेस को BDM फॉर्मूले के - ब्राह्मण और दलित को भी अपने साथ जोड़ना होगा। दिल्ली का दलित आज की तारीख में अरविंद केजरीवाल के साथ खड़ा है और उन्हें अपने पाले में लाने के लिए राहुल गांधी को बाबा साहेब भीमराव अंबेडकर के मान-सम्मान की लड़ाई को और ज्यादा तेज करना पड़ेगा। ब्राह्मण मतदाताओं की बात करें तो दिल्ली में यह समाज आज की तारीख में भाजपा, आप और कांग्रेस - तीनों ही पार्टियों में बंटा हुआ है। राहुल गांधी अगर थोड़ी सी कोशिश भी करेंगे तो अन्य राजनीतिक दलों के ओबीसी राग से नाराज ब्राह्मण समाज पूरी तरह से कांग्रेस के पाले में खड़ा नजर आएगा। बताया जा रहा है कि राहुल गांधी 13 जनवरी को दिल्ली के चुनावी मैदान में उतर कर पहली जनसभा कर सकते हैं। राहुल गांधी को जोर-शोर से दिल्ली में चुनावी जनसभाएं, रोड शो और रैलियां करनी ही चाहिए। लेकिन उन्हें कांग्रेस के पूरे चुनाव प्रचार अभियान को BDM केंद्रित ही बनाना चाहिए और इसे जमीनी धरातल पर उतर कर क्रियान्वित भी करना चाहिए। गौर करने वाली बात यह है कि ब्राह्मण मतदाताओं का बड़े पैमाने पर साथ आना अन्य अगड़ी जातियों को भी कांग्रेस उम्मीदवारों को वोट देने के लिए प्रेरित कर सकता है।

-संतोष पाठक
(लेखक वरिष्ठ पत्रकार एवं स्तंभकार हैं।)

शुभ कामनाओं का मौसम (व्यंग्य)

नए साल में, नए संकल्प लेने बारे कई लेख पढे लेकिन प्रेरित नहीं हो पाया। पिछले कई सालों में जितने संकल्प लिए कुछ दिन बाद सब उदास जो हो गए थे। अब हाल यह है कि याद भी नहीं कि कौन कौन से संकल्प लिए थे। इस बार भी अस्त व्यस्त जिंदगी के कारण कोई नया संकल्प लेने की हिम्मत नहीं हुई। असली बात यह है कि जब से सेवानिवृत हुआ हूं संकल्प शब्द ही काफी भारी लगने लगा है। जब नौकरी में था तो बॉस कई तरह के दबाव डालकर अपने संकल्प भी मुझ पर डाल दिया करता थे। लेकिन कहने के लिए अब वक्त बदल चुका है वरना अब तो चाय बनाते समय अदरक का छोटा सा टुकड़ा भी पत्नी से पूछ कर

बहुत मित्रों परिचितों ने मुझे समृद्ध और स्वस्थ जीवन जीने की शुभ कामनाएं भेजी। दो चार ने सीधे प्रभु से प्रार्थना कर दीर्घायु और प्रसन्न रहने की कामना की। नई उमंग, नई तरंग, नई उर्जा बारे शुभ वचन लिखे।

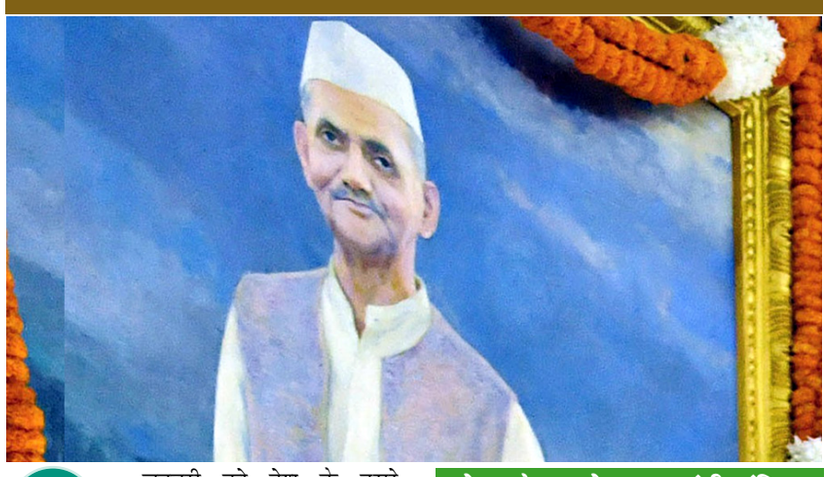
डालता हूं। संबध सुधारने के वार्षिक कार्यक्रम के अंतर्गत खूब सारे लोगों को नए साल की शुभ कामनाएं वह्ट्सएप के माध्यम से भेजी। इधर मुझे भी नए साल में दूसरों की कामनाएं मिली जिनसे एक बारगी तो अभिभूत सा हो गया था लेकिन जैसे जैसे जनवरी का महीना जा रहा है और फरवरी आने को बेकरार होने लगी है, सब पुराना उदास सा लगने लगा है।

बहुत मित्रों परिचितों ने मुझे समृद्ध और स्वस्थ जीवन जीने की शुभ कामनाएं भेजी। दो चार ने सीधे प्रभु से प्रार्थना कर दीर्घायु और प्रसन्न रहने की कामना की। नई उमंग, नई तरंग, नई उर्जा बारे शुभ वचन लिखे। अनगिनत खुशियों के संचार, परिवार में सदा सुख, शांति, सम्पन्नता और सुरक्षा के नक्षत्र आलोकित रहें। जीवन खुशियों से भरा रहे। सदैव, यशस्वी और सक्रिय जीवन व्यतीत करें। नव वर्ष में नई पहल, जिंदगी सरल रहे। अनसूझी पहेलियों का हल मिले। सुनहरा हर पल हो। समय साथ दे, सुखमय आंगन हो, सभी इच्छाएं पूरी हों और कोई ख्वाब अधूरा न रहे।

जिंदगी की असलीयत कितनी चमकदार होती है, उसके सामने हर शब्द फीका पड़ जाता है। कितनी बार समृद्धि अस्वस्थता से हार जाती है और कामना सिर्फ बात बन कर रह जाती है। किसी ने सच कहा है जिंदगी लम्बी नहीं बल्कि बड़ी होनी चाहिए लेकिन प्रसन्नता और आनंद किस चिडिया का नाम है यही खोजना मुश्किल है। सब कुछ नया हो गया तो पुराने का क्या करेंगे। अधिक संचार ने सुख, शान्ति सुरक्षा का बेस्वाद अचार डाल दिया। यश कमाना अब जुगाड़ हो गया और सक्रियता कुरूप होने लगी है। पहेलियां अनसुलझी रहें तो दिलचस्प रहेंगी। सोना इतना महंगा हो गया है कि प्राकृतिक फूल दोबारा अच्छे लगने लगे हैं। समय साथ नहीं देता समय के साथ चलना पड़ता है। ऐसा कभी नहीं होगा कि सभी इच्छाएं पूरी हो जाएं और कोई ख्वाब अधूरा न रहे।

बातें हैं बातों का क्या। मीठी मीठी बातें करने में किसी का क्या जाता है। - **संतोष उत्सुक**

आज भी राज बना हुआ है लाल बहादुर शास्त्री की मौत का कारण



देश के पहले प्रधानमंत्री पंडित जवाहरलाल नेहरू के निधन के लाल बहादुर शास्त्री देश के दूसरे प्रधानमंत्री बने थे। आज ही के दिन यानी की 11 जनवरी को उज़्बेकिस्तान के ताशकंद में रहस्यमई तरीके से शास्त्री जी का निधन हो गया।

11 जनवरी को देश के दूसरे प्रधानमंत्री और 'जय जवान, जय किसान' का नारा देने वाले लाल बहादुर शास्त्री का निधन हो गया था। शास्त्री जी को अपनी साफ-सुथरी छवि के लिए जाना जाता था। उन्होंने देश के पहले प्रधानमंत्री पंडित जवाहरलाल नेहरू के निधन के बाद पीएम का पदभार ग्रहण किया था। शास्त्री जी करीब 18 महीने तक देश के प्रधानमंत्री रहे थे। लाल बहादुर शास्त्री के नेतृत्व में भारत ने साल 1965 की जंग में पाकिस्तान को धूल चटाई थी।

उत्तर प्रदेश के मुगलसराय में 02 अक्तूबर 1904 को लाल बहादुर शास्त्री का जन्म हुआ था। वह एक बेहद सामान्य परिवार से ताल्लुक रखते थे। शास्त्री जी के पिता का नाम शारदा प्रसाद श्रीवास्तव था और वह स्कूल में शिक्षक थे। महज डेढ़ साल की उम्र में शास्त्री जी के सिर से पिता का साया उठ गया। जिसके बाद लाल बहादुर शास्त्री और उनके परिवार का जीवन काफी कठिनाइयों में बीता था। उन्होंने वाराणसी से अपनी शिक्षा पूरी की और फिर काशी विद्यापीठ से स्नातक की परीक्षा पास की।

बता दें कि लाल बहादुर शास्त्री महात्मा गांधी से काफी ज्यादा प्रेरित थे। गांधी जी से प्रेरित होकर शास्त्री जी ने साल 1920 में असहयोग आंदोलन में हिस्सा लिया और उन्होंने भारत के स्वतंत्रता आंदोलन में अहम भूमिका निभाई। लाल बहादुर शास्त्री ने भारत छोड़ो आंदोलन और नमक सत्याग्रह जैसे कई आंदोलनों में हिस्सा लिए और उन्होंने कई बार जेल यात्रा भी की। भारत के आजाद होने के बाद उनको उत्तर प्रदेश के संसदीय सचिव के पद पर नियुक्त किया गया।

फिर इसके बाद साल 1951 में लाल बहादुर शास्त्री ने रेल मंत्री, गृह मंत्री और अन्य कई पदों की जिम्मेदारी संभाली। पंडित नेहरु ने उनसे इन पदों का कार्यभार संभालने का आग्रह किया था। जब पंडित नेहरु ने शास्त्री जी से गृहमंत्री का कार्यभार संभालने का आग्रह किया था, तो उस दौरान जवाहर लाल नेहरू भारत के प्रधानमंत्री थे। फिर 27 मई 1964 में पंडित नेहरु के निधन के बाद 09 जून को लाल बहादुर शास्त्री देश के दूसरे प्रधानमंत्री बने।

बता दें कि शास्त्री जी के प्रधानमंत्री बनने के बाद साल 1965 में भारत-पाक युद्ध हुआ था। वहीं 11 जनवरी 1966 को उज़्बेकिस्तान के ताशकंद में रहस्यमई तरीके से लाल बहादुर शास्त्री का निधन हो गया। उनकी मौत का कारण आज भी राज बना हुआ है।

- अनन्या मिश्रा

राशिफल

पौष शुक्ल पक्ष त्रयोदशी **(विक्रम संवत् 2081)**

मेष- (चू, चे, चो, ला, ली, लू, ले, लो, अ)
व्यापारिक स्थिति सुदृढ़ होगी। कोर्ट-कचहरी में विजय मिलेगी। स्वास्थ्य मध्यम।

वृष- (ई, उ, ए, ओ, वा, वी, वू, वे , वो)
स्वास्थ्य नरम-गरम है। प्रेम, संतान का भरपूर सहयोग मिलेगा। व्यापार भी बहुत अच्छा रहेगा।

मिथुन- (का, की, कु, घ, ड , छ, के, हो, हा)
चोट-चपेट लग सकती है। किसी परेशानी में पड़ सकते हैं। परिस्थितियां प्रतिकूल हैं। स्वास्थ्य मध्यम।

कर्क- (ही, हू, हे, हो, डा, डी, डू, डे, डा)
नौकरी-चाकरी की स्थिति बहुत अच्छी है। स्वास्थ्य भी बहुत अच्छा है। बाकी प्रेम,संतान थोड़ा मध्यम है।

सिंह- (मा, मी, मु, मे, मो, टा, टी, टु, टे)
शत्रुओं पर हावी रहेंगे। गुण ज्ञान की प्राप्ति होगी। बुजुर्गों का आर्शीवाद रहेगा। स्वास्थ्य मध्यम।

कन्या- (टो, पा, पी, पू, ष, ण, ठ, पे, पो)
भावुक मन से लिया गया निर्णय नुकसान करेगा। महत्वपूर्ण निर्णय अभी रोक के रखें। स्वास्थ्य ठीक-ठाक।

तुला- (रा, री, रु, रे, रो, ता, ती, तू, त)
भूमि, भवन, वाहन की खरीदारी के प्रबल योग बनेंगे। स्वास्थ्य ठीक है। प्रेम, संतान का साथ है।

वृश्चिक- (तो, ना, नी, नु, ने, नो, या, यी, यू)
पराक्रम रंग लाएगा। रोजी-रोजगार में तरक्की करेंगे। स्वास्थ्य मध्यम। प्रेम, संतान मध्यम। व्यापार बहुत अच्छा।

धनु- (ये, यो, भा, भी, भू, धा, फा, ढा, भे)
भाग्यवान बने रहेंगे। स्वास्थ्य थोड़ा मध्यम है। प्रेम, संतान भी मध्यम है, लेकिन व्यापार अच्छा है।

मकर- (भो,जा,जी,जू,जे,जो,खा,खी,खू,खे,गा,गी)
सितारों की तरह चमकेंगे। जिस चीज की जरुरत है उसकी उपलब्धता होगी। सरकारी तंत्र से पंगेबाजी मत करिएगा।

कुम्भ- (गू, गे, गो, सा, सी, सु, से, षो, द)
खर्च की अधिकता मन को परेशान करेगी। स्वास्थ्य थोड़ा मध्यम रहेगा। प्रेम, संतान अच्छा है।

मीन- (दी, दु, झ, ध, दे, दो, च, चा, चि)
रुका हुआ धन वापस मिलेगा। आय के नवीन स्तोत्र बनेंगे। शुभ समाचार की प्राप्ति होगी।

भारत मोबिलिटी ग्लोबल एक्सपो, 34 वाहन निर्माता, नई टेक्नोलॉजी और ईवी वाहनों की होगी धमाकेदार लॉन्च

नोएडा (चेतना मंच)। भारत मोबिलिटी ग्लोबल एक्सपो 2025 (ऑटो एक्सपो) का आयोजन 17 से 22 जनवरी तक तीन प्रमुख स्थानों पर किया जाएगा। इस बार दिल्ली के नई भारत मंडपम, द्वारका यशोभूमि और नॉलेज पार्क स्थित इंडिया एक्सपो मार्ट में वाहनों की शानदार प्रदर्शनी आयोजित की जाएगी। इस एक्सपो में 34 प्रमुख वाहन निर्माता भाग ले रहे हैं, जो अपने नए वाहनों की लॉन्चिंग करेंगे। खास बात ये है कि इस बार आम जनता के लिए 19 जनवरी से एक्सपो खुल जाएगा, और एंट्री निशुल्क होगी, केवल ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन की जरूरत पड़ेगी।

SIAM के डायरेक्टर जनरल राजेश मेनन ने बताया कि इस साल भारत मोबिलिटी ग्लोबल एक्सपो को SIAM, ACMA और CII के साझेदारी में आयोजित किया जा रहा है। नई भारत मंडपम में आयोजित होने वाला यह एक्सपो ऑटो एक्सपो द मोटर शो के 17वें संस्करण का हिस्सा होगा, जिसमें 34 वाहन निर्माता अपने नए मॉडल्स और पावरट्रेन का प्रदर्शन करेंगे। इसके साथ ही कुछ आउटडोर क्षेत्रों में एक्सपीरियंस जोन भी स्थापित किए जाएंगे। इस एक्सपो में डी-कार्बोनाइजेशन, सर्कुलेरिटी, विद्युतीकरण और सड़क सुरक्षा पर विभिन्न विषयों पर विशेष मंडप भी होंगे।

भारत मंडपम, दिल्ली द्वारका यशोभूमि और ग्रेटर नोएडा एक्सपो मार्ट में कुल 9 शो आयोजित होंगे। इनमें से भारत इंटरनेशनल टायर शो, भारत बैटरी शो, स्टील पवेलियन, और भारत कंस्ट्रक्शन इक्विपमेंट एक्सपो प्रमुख हैं। इसके अलावा, भारी वाहनों और पावर ट्रेनों का भी प्रदर्शन किया जाएगा।

इस बार 34 प्रमुख वाहन कंपनियां इस एक्सपो में हिस्सा लेंगी, जिनमें टाटा मोटर्स, मारुति सुजुकी, महिंद्रा एंड महिंद्रा, हुंडई मोटर इंडिया, किआ मोटर्स, बीएमडब्ल्यू, मर्सिडीज, स्कोडा, पोर्श, बीवाईडी, टीवीएस मोटर, बजाज ऑटो, हीरो मोटोकॉर्प, होंडा मोटरसाइकिल एंड स्कूटर इंडिया, यामाहा, वोल्वो आयशर कमर्शियल व्हीकल्स, अशोक लीलैंड, ओला इलेक्ट्रिक और एथर एनर्जी जैसी प्रमुख कंपनियां शामिल हैं। इसके साथ ही, इलेक्ट्रिक वाहनों की पेशकश करने वाली कंपनियां भी इस एक्सपो में हिस्सा लेंगी।

इस बार की सबसे खास बात यह है कि 19 से 22 जनवरी तक आयोजित होने वाले इस एक्सपो में आम जनता को निशुल्क एंट्री मिलेगी, बस ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन करना होगा।

वाईएमसीए क्लब में अखिल भारतीय गुर्जर महासभा की बैठक संपन्न

विजय सिंह पथिक जयंती पर भव्य कार्यक्रम की घोषणा

नोएडा(चेतना मंच)। वाईएमसीए क्लब में अखिल भारतीय गुर्जर महासभा की महत्वपूर्ण बैठक आयोजित हुई। बैठक की अध्यक्षता राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. यसबीर सिंह और कार्यकारी अध्यक्ष हरिश्चंद्र भाटी ने की। आयोजन समिति के अध्यक्ष एडवोकेट राजकुमार नागर ने बैठक का संचालन किया।

बैठक में निर्णय लिया गया कि 27 और 28 फरवरी 2025 को स्वतंत्रता सेनानी विजय सिंह पथिक जयंती के अवसर पर बड़े पैमाने पर कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। डॉ. यसबीर सिंह ने कहा कि समाज में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों, विद्यार्थियों और किसानों को उनके योगदान के लिए सम्मानित किया जाएगा। उन्होंने यह भी कहा कि प्रतिभाशाली व्यक्तियों को प्रोत्साहित करने और उनकी उपलब्धियों को पहचानने के लिए मंच प्रदान किया जाएगा। गौतम बुद्ध नगर बार एसोसिएशन के अध्यक्ष परमेंद्र भाटी और सचिव अजीत नागर का शॉल और फूल माला से भव्य स्वागत किया गया।

इस बैठक में समाज को एकजुट करने और हर क्षेत्र में उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के लिए अहम कदम उठाए गए। महासभा ने विजय सिंह पथिक के आदर्शों को जन-जन तक पहुंचाने और उनकी जयंती को भव्यता से मनाने के लिए सभी सदस्यों से सहयोग की अपील की।

बैठक में कई प्रमुख सदस्य उपस्थित रहे, जिनमें डॉ. यसबीर सिंह, हरिश्चंद्र भाटी, एडवोकेट राजकुमार नागर, इलम सिंह नागर, मुकेश नागर, शेर सिंह भाटी, सुनील भाटी, भाजपा नेता मनवीर नागर, श्रीमती मुकेश भाटी, गुलजारीलाल नंदा, हरेंद्र भाटी, जितेंद्र भाटी, राकेश देवी, ममता भाटी, राजे कसाना, विजय नागर और अन्य गणमान्य व्यक्ति शामिल थे।

सुप्रीम टावर सोसाइटी की सातवीं मंजिल से गिरकर छात्र की मौत

नोएडा(चेतना मंच)। सेक्टर-99 स्थित सुप्रीम टावर सोसाइटी की सातवीं मंजिल से गिरने के कारण एक एलएलबी छात्र की मौत हो गई। घटना के बाद पुलिस मौके पर पहुंचकर मामले की जांच में जुट गई है। मृतक छात्र की पहचान तापस के रूप में हुई है, जो नोएडा की एक प्राइवेट यूनिवर्सिटी में एलएलबी की पढ़ाई कर रहा था।

पुलिस के अनुसार, यह घटना सेक्टर-39 थाना क्षेत्र की है। मृतक अपने दोस्तों के साथ सुप्रीम टावर सोसाइटी में स्थित एक फ्लैट पर गया था। इसी दौरान सातवीं मंजिल से गिरने के कारण उसकी मौके पर ही मौत हो गई।

घटना की सूचना मिलते ही पुलिस और अन्य अधिकारी घटनास्थल पर पहुंचे। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पंचनामा भरने के बाद पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। फिलहाल यह स्पष्ट नहीं हो पाया है कि छात्र सातवीं मंजिल से कैसे गिरा।

घटना की जानकारी मिलने के बाद छात्र के परिवार में मातम छा गया। तापस के पिता गाजियाबाद में एडवोकेट हैं, और बेटे की मौत की खबर सुनकर परिवार का बुरा हाल हो गया है।

परिषदीय स्कूलों के छात्रों ने मुंबई में परचम लहराया, जीता तीसरा स्थान

ग्रेटर नोएडा। परिषदीय स्कूलों के छात्रों ने मुंबई में परचम लहराया है। मुंबई के ओबेरॉय स्कूल में कैपजेमिनी टिंकर कोडिंग फेस दो कार्यक्रम के तहत भाग लिया था। यह प्रतियोगिता 11 जनवरी से शुरू हुई थी। इस प्रतियोगिता में सेक्टर 12 के परिषदीय स्कूलों के छात्रों ने तीसरा स्थान हासिल किया है।

एसआरएफ फाउंडेशन ने प्रोग्राम प्रभारी मोहित शर्मा ने बताया कि कैपजेमिनी टिंकर कोडिंग फेस दो प्रोग्राम के तहत परिषदीय स्कूल के सेक्टर 12 के छात्रों ने वैक्स कंपटीशन में प्रतिभा किया था। जिले से यह छात्र पहली बार प्रतियोगिता में प्रतिभा करने के लिए गए थे।

प्रतियोगिता में 28 टीमों ने प्रतिभा लिया था। जिसमें छात्रों को तीसरा स्थान प्राप्त हुआ । छात्र अनुराग,किरण, दिव्यांशी, जीतू और तान्या ने प्रतियोगिता जीती है। इन्हें सलिल और शिवम ने प्रशिक्षित किया था। प्रधानाध्यापिका मनीषा जोशी ने कहा कि छात्रों ने न केवल जनपद का बल्कि परिषदीय स्कूलों का नाम भी रोशन किया है।

मुंबई में प्रतियोगिता जीतने पर सभी छात्रों और एसआरएफ फाउंडेशन को बधाई। छात्रों ने परिषदीय स्कूलों में पढ़ाई की गुणवत्ता पर मोहर लगा दी है। सभी छात्रों को सम्मानित किया जाएगा।

फर्जी कॉल सेंटर का पर्दाफाश, 2 महिलाओं सहित 8 गिरफ्तार

लोन दिलाने और इंश्योरेंस पॉलिसी के नाम पर करते थे ठगी

नोएडा। फेज वन थाना पुलिस टीम ने सेक्टर दो में लोन दिलाने, इंश्योरेंस पॉलिसी व निवेश के नाम पर ठगने वाले फर्जी कॉल सेंटर का शनिवार को पर्दाफाश किया। सरगना और दो महिलाओं समेत आठ आरोपितों को गिरफ्तार किया।

सेक्टर 20 थाना क्षेत्र के शोरूम से चोरी सोने की जांच से मिले इनपुट से पुलिस आरोपितों तक पहुंची। कई माह से संचालित सेंटर के ठग 500 से ज्यादा लोगों से छह करोड़ रुपये की ठगी कर चुके हैं।

डीसीपी नोएडा रामबदन सिंह ने बताया कि सेक्टर 20 व फेज वन थाना पुलिस टीम ने संयुक्त रूप से सेक्टर दो स्थित बिल्डिंग में वीएचए इन्वेस्टर नाम से चल रहे फर्जी कॉल सेंटर का पर्दाफाश किया। मौके से आठ आरोपितों को दबोचा।

आरोपितों की पहचान बिहार दरभंगा व सेक्टर 19 के गणेश ठाकुर, पश्चिम बंगाल वर्धमान के प्रभाष झा, मनीष कुमार झा, दिल्ली कॉलकाजी गिरी नगर के परवेज आलम, कानपुर देहात के शुभम यादव, बनारस मानस नगर के ज्ञानेंद्र, एटा नंगला तुला की शबनम व इटावा छितौनी की अराधना के रूप में हुई।

सभी हाल में नोएडा और दिल्ली में रह रहे हैं। आरोपित बीए, बीबीए, इंटरमीडिएट, बीटेक, एमए व बीएड पास हैं। इनसे 17 मोबाइल, सीपीयू, चार रजिस्टर, 21 एटीएम कार्ड, पांच वोटर आईडी कार्ड, छह आधार कार्ड, तीन पेन कार्ड, एक डीएल, जीएसटी व पंजीकरण प्रमाणपत्र, रेंट एग्रीमेंट व 2,660 रुपये बरामद हुए। गणेश गिरोह का सरगना है जबकि मनीष व प्रभाष साझेदार हैं। अन्य प्रतिशत पर रखे हुए थे।

एडीसीपी मनीष कुमार मिश्र ने बताया पूछताछ में बताया कि विभिन्न माध्यमों जैसे जस्ट डायल से लोन व इंश्योरेंस वाले लोगों का डाटा प्राप्त करते हैं। विभिन्न बैंकों का कर्मचारी बताते हुए अपने-अपने नाम शबनम-पूजा शर्मा, अराधना-रिंकी वर्मा, गणेश-सुरेश आदि नाम बताकर कॉल करते। वाट्सएप पर मैसेज कर संपर्क करते। आसान शर्तो पर लोन, इंश्योरेंस कराने का विश्वास दिलाकर लोगो से 10-15 प्रतिशत धनराशि ऐंठ लेते थे।

लोन भी उपलब्ध नही कराते थे और संपर्क बंद कर लेते थे। टैक्स, आरबीआई व इरडा के दस्तावेज भेजकर भी धनराशि ऐंठी जाती थी। कुछ ग्राहकों को उनका पैसा शेयर बाजार में निवेश करना भी बताया जाता था।

आरोपित आरबीआई व भारत सरकार से संबंधित प्रपत्रों को भेजकर विश्वास जीतते थे। नोएडा सेक्टर 18 स्थित रघुनंदन ज्वैलर्स के सेल्समैन नरेश कुमार से एक करोड़ रुपये पश्चिम बंगाल के फर्जी खाते में डलवाये गये थे। इनके पास से मिले दो बैंक खातों के अलावा हजारों ग्राहकों के डाटा से जानकारी जुटाई जा रही है।

उधर, एक अन्य मामले में सेक्टर 63 थाना क्षेत्र के डी ब्लॉक स्थित एफआई इन्फोसाल्यूशन सर्विस प्राइवेट लिमिटेड कपंनी परिसर से 42 मोबाइल चोरी हो गए। कंपनी प्रतिनिधि की ओर से प्रबंधक व स्टोर प्रबंधक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कराया गया है। पुलिस मुकदमा दर्ज कर जांच कर रही है।

कपंनी प्रतिनिधि विनोद सिरोही ने दर्ज कराई रिपोर्ट में बताया कि उनकी कंपनी में राजेश राय प्रबंधक व राकेश मंडल स्टोर प्रबंधक के पद पर कार्यरत थे। यह दोनों लंबे समय से कंपनी में कार्यरत थे। आरोप है कि दोनों ने सांठगांठ कर कंपनी परिसर से 42 मोबाइल चोरी कर लिये। रिकार्ड से मिलान कराने पर चोरी होने का पता चला।

जांच में पाया गया कि दोनों के कार्यकॉल में मोबाइल चोरी हुए हैं। यह चोरी 26 अक्टूबर से अब तक हुई। आरोपित चोरी को लेकर कुछ भी नहीं बता रहे हैं। इससे कंपनी को लाखों रुपये का नुकसान हुआ है। थाना प्रभारी निरीक्षक अवधेश प्रताप सिंह ने बताया कि तहरीर के आधार पर मुकदमा दर्ज कर जांच कराई जा रही है। जल्द ही घटना का पटाक्षेप् किया जाएगा।

दैनिक चेतना मंच
भगवान हनुमान बजरंग बली के अवतार श्री बालाजी (मेंहदीपुर) के संरक्षण में संचालित किया जाता है। समाचार-पत्र का यह अंक भी उन्हीं के चरणों में समर्पित है।
डाक पंजी. सं. L-10/GBD-574/99
RNI No. 69950/98
स्वामी मुद्रक प्रकाशक रामपाल सिंह रघुवंशी ने बीएफएल इन्फोटेक लि. सी-9, सेक्टर-3, नोएडा, गौतमबुद्धनगर (यू पी.) से छपवाकर, ए-131 सेक्टर-83, नोएडा से प्रकाशित किया। संपादक-रामपाल सिंह रघुवंशी
Contact:
0120-2518100, 4576372, 2518200
Mo.: 9811735566, 8750322340
E-mail:
chetnamanch.pr@gmail.com
raghuvanshirampal365@gmail.com
raghuvanshi_rampal@yahoo.co.in
www.chetnamanch.com

खास खबर

रामराज कॉटन के इनरवियर सेगमेंट ने उत्तर भारत के बाजारों में अपना दायरा बढ़ाया

मुंबई, एजेंसी। पारंपरिक और एथनिक वियर के लिये भारत के प्रमुख ब्रैंड, रामराज कॉटन ने उत्तर भारत के बाजारों में अपनी लोकप्रिय इनरवियर रेंज के विस्तार की घोषणा की है। इस रेंज में वेस्ट, ब्रीफ्स, ट्रंक्स और बॉक्सर्स आते हैं, यह ब्रैंड हर उम्र के लड़कों तथा पुरुषों के लिये अच्छी गुणवत्ता के वेस्ट, ब्रीफ्स, ट्रंक्स और बॉक्सर्स के लिये जाना जाता है। ब्रैंड ने दक्षिण भारत में खुद को लीडर के तौर पर स्थापित कर लिया है और अब यह उत्तर भारत में प्रीमियम इनरवियर की बढ़ रही मांग को पूरा करते हुए यह सफलता दोहराना चाहता है।

इस क्षेत्र में मजबूत उपस्थिति के साथ, रामराज इनरवियर 300 एक्सक्लूसिव ब्रैंड आउटलेट्स और 15,000 से ज्यादा रिटेल पार्टनर्स के एक मजबूत नेटवर्क के माध्यम से कामकाज करता है। जाने-माने क्रिकेटर श्रेयस अय्यर इस ब्रैंड का समर्थन करते हैं और यह गुणवत्ता, स्टाइल तथा भरोसे का संयोजन करता है। उपभोक्ताओं के बीच यह ब्रैंड बहुत लोकप्रिय है।

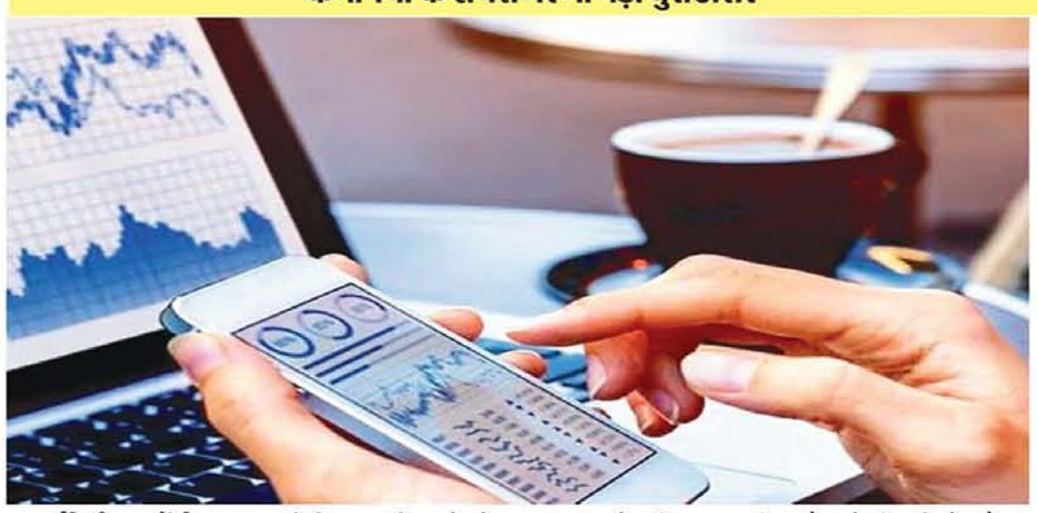
प्रबंध निदेशक श्री बी. आर. अरुण ईश्वर ने कहा, ''रामराज इनरवियर ऐसे प्रोडक्ट्स बनाना चाहता है जोबहुत आरामदायक हों, लंबे समय तक चलें और साथ ही वे सस्ते भी हों जिससे आम लोग भी इन्हें आसानी से खरीद सकें।आमतौर पर इनरवियर्स या तो बहुत महंगी होते हैं या बहुत सस्ते। लेकिन रामराज दोनों के बीच का एक अच्छा विकल्प देता है।

पोको ने दिखाया अपना एक्स फैक्टर: अक्षय कुमार के साथ लॉन्च किये एक्स7 और एक्स7 प्रो

भोपाल। इनोवेशन की अपनी विरासत को जारी रखते हुए, भारत के सबसे तेजी से बढ़ते कंज्यूमर टेक ब्रैंड्स में से एक, पोको ने जयपुर में एक जबर्दस्त इवेंट में अपनी प्रमुख एक्स7 सीरीज- पोको एक्स7 5जी और पोको एक्स7 प्रो 5जी का अनावरण किया। बेहतरीन डिस्प्ले, परफॉर्मेंस में जबर्दस्त और बेजोड़ ड्यूरेबिलिटी के लिए अत्याधुनिक एडवांसमेंट से लैस, एक्स7 सीरीज स्मार्टफोन की उत्कृष्टता को फिर से परिभाषित करती है और प्रीमियम सेगमेंट में पोको की लीडरशिप को मजबूत करती है। बॉलीवुड अभिनेता अक्षय कुमार ने अपनी मौजूदगी से इस लॉन्च को और भी बेहतरीन बनाया। अक्षय कुमार को पोको इंडिया के चेहरे के रूप में पेश किया गया, जो ब्रैंड के बोल्ड और निडर पहचान के प्रतीक हैं। यह एक्सीड योर लिमिट्स (अपनी सीमाओं को पार करें) के पोको ब्रांड के सिद्धांत के साथ पूरी तरह से मेल खाता है। इस मौके पर पोको इंडिया के कंट्री हेड हिमांशु टंडन ने कहा, पोको में, हम जो भी निर्णय लेते हैं, उसमें इनोवेशन की अहम भूमिका होती है। एक्स7 सीरीज के साथ, हम प्रीमियम स्मार्टफोन कैटेगरी में नए मानक स्थापित कर रहे हैं। हम पोको इंडिया के चेहरे के रूप में अक्षय कुमार को पाकर उत्साहित हैं, जिनकी एनर्जी से भरपूर उपस्थिति उत्कृष्टता को लेकर हमारी प्रतिबद्धता के मुताबिक है। एक्स7 सीरीज के साथ, हमें मीडियाटेक डाइमेंशन 8400 अल्ट्रा और शाओमी हाइपरओएस 2.0 को ग्लोबल स्तर पर लॉन्च करने पर गर्व है। साथ ही हमने फ्लैगशिप-ग्रेड कॉर्निंग गोरिल्ला ग्लास प्रोटेक्शन के साथ आईपी66+ और आईपी68 रेटिंग वाले मजबूती के नए मानक भी स्थापित किए हैं। एक्स7 5जी के सेगमेंट-फर्स्ट 1.5के एमओएलईडी 3डी कर्व्ड डिस्प्ले से लेकर एक्स7 प्रो 5जी के बेजोड़ प्रदर्शन तक, यह सीरीज हमारी पिछली पीढ़ी से एक बड़ी छलांग है, जो किफायती कीमत में फ्लैगशिप नए-नए प्रोडक्ट्स पेश करती है।

दिसंबर तिमाही में एफएमसीजी सेक्टर का रहा बुरा हाल

कंपनियों के शेयरों पर भी पड़ा बुरा असर



नईदिल्ली, एजेंसी। एफएमसीजी कंपनियों के लिए दिसंबर तिमाही काफी चुनौतीपूर्ण रहा है। महंगाई की वजह से डिमांड पर असर पड़ा है। यही कारण है कि इन कंपनियों के शेयरों का प्रदर्शन भी पिछले 3 महीने के दौरान अच्छा नहीं रहा है।

1- **टाटा कंज्यूमर प्रोडक्ट्स लिमिटेड-** शुक्रवार को कंपनी के शेयरों का भाव 976 रुपये के आस-पास बीएसई में था। कंपनी के शेयरों की कीमतों में पिछले 3 महीने के दौरान 12 प्रतिशत से अधिक की गिरावट देखने को मिली है। वहीं, 6 महीने में यह स्टॉक 14 प्रतिशत से अधिक टूटा है। पिछले एक साल में टाटा ग्रुप का यह स्टॉक 11 प्रतिशत नीचे गिर गया है।

2- **डाबर इंडिया लिमिटेड-** इस कंपनी के शेयर आज यानी 10 जनवरी को 517 रुपये के आस-पास ट्रेड कर रहे हैं। बीते 3 महीने में इस कंपनी के शेयरों में करीब 10 प्रतिशत की गिरावट देखने को मिली है। कंपनी का 52 वीक हाई 672 रुपये प्रति शेयर और 52 वीक लो लेवल 489 रुपये प्रति शेयर है। डाबर इंडिया के लिए पिछला एक साल चुनौतीपूर्ण रहा है। इस दौरान कंपनी के शेयरों में करीब 5.55 प्रतिशत की गिरावट आई है।

डाबर ने अपने बिजनेस अपडेट में क्या कुछ कहा था- डाबर ने अपने बिजनेस अपडेट में कहा था कि दिसंबर तिमाही में निचले एकल अंक की वृद्धि की उम्मीद है। इस दौरान कंपनी का ऑपरेटिंग प्रॉफिट स्थिर रह सकता है। कंपनी ने कहा कि तीसरी तिमाही में एफएमसीजी सेक्टर के लिए ग्रामीण खपत बेहतर रही और यह शहरी क्षेत्र की तुलना में अधिक तेजी से बढ़ी। कंपनी के पास डाबर च्यवनप्राश, डाबर हनी, डाबर पुदीनहरा, डाबर लाल तेल, डाबर आंवला, डाबर रेड पेस्ट, रियल और वाटिका जैसे ब्रांड हैं। कंपनी ने कहा कि वैकल्पिक माध्यम मसलन आधुनिक व्यापार, ई-कॉमर्स और क्विक कॉमर्स ने मजबूत वृद्धि जारी रखी। वहीं सामान्य व्यापार, जिसमें मुख्य रूप से गली-मोहल्ले की किराना दुकानें शामिल हैं, को तिमाही के दौरान दबाव झेलना पड़ा।

3- **ब्रिटानिया इंडस्ट्रीज लिमिटेड-** इस कंपनी के शेयर शुक्रवार 4938 रुपये के आस-पास ट्रेड कर रहे थे। कंपनी का 52 वीक हाई 6473.10 रुपये है। बीते 3 महीने के दौरान यह एफएमसीजी स्टॉक 17 प्रतिशत से अधिक टूट चुका है। पिछले एक साल में यह स्टॉक भी निगेटिव रिटर्न ही दे पाया है। इस दौरान कंपनी के शेयरों में 3 प्रतिशत के करीब गिरावट आई है।

4- **मारिको लिमिटेड-** इस कंपनी के शेयरों में शुक्रवार को 1 प्रतिशत की तेजी देखने को मिली। कंपनी के शेयर 675 रुपये के आस-पास ट्रेड कर रहे थे। पिछले 3 महीने के दौरान यह स्टॉक 1.42 प्रतिशत टूटा है। बता दें, कंपनी ने अपने बिजनेस अपडेट में कहा है कि दिसंबर तिमाही के दौरान ग्रामीण खपत में सुधार हुआ है, जबकि पिछली तिमाही की तुलना में शहरी धारणा स्थिर रही है। घरेलू बाजार में बिक्री पर मैरिको ने कहा कि उसे तिमाही-दर-तिमाही आधार पर दिसंबर तिमाही में कुछ बढ़ोतरी की उम्मीद है। हालांकि, ऊंची उत्पादन लागत की वजह से उसका ऑपरेटिंग प्रॉफिट काफी कम रहेगा। मैरिको के पास सफोला, पैराशूट, हेयर एंड केयर, निहार और लिवॉन जैसे ब्रांड हैं।

5- **गोदरेज कंज्यूमर प्रोडक्ट लिमिटेड-** कंपनी के शेयर शुक्रवारको 1174 रुपये के जोन में थे। बीते 3 महीने में यह एफएमसीजी स्टॉक 10 प्रतिशत से अधिक नीचे गिरा है। वहीं, 6 महीने में तो स्टॉक 18 प्रतिशत से अधिक टूट गया है। गोदरेज पिछले एक साल में करीब 3 प्रतिशत का ही रिटर्न देने में सफल रहा है।

बढ़ती महंगाई ने किया कंपनियों को परेशान

दिसंबर तिमाही में महंगाई ने एफएमसीजी कंपनियों की लागत बढ़ा दी। जिसकी वजह से रोजाना उपयोग बनाने वाली कंपनियों के मार्जिन को झटका लगता है। एक्सपर्ट्स का अनुमान है कि इस दौरान मार्जिन गिर सकता है।

आगे भी देखने को मिल सकती है सुस्ती

नुवामा के अनुसार, महंगाई के दबाव, कम वेतन वृद्धि और उच्च आवास किराया लागत के कारण शहरी मांग चुनौतीपूर्ण बना हुआ है। कंपनी ने कहा कि शहरी बाजार में सुस्ती दो-तीन तिमाहियों तक और जारी रहेगी। हालांकि, ग्रामीण बाजार में कुछ सुधार होगा और यह शहरी मांग से बेहतर रहेगी।

इस साल भारतीय अर्थव्यवस्था रह सकती है थोड़ी सुस्त

आईएमएफ की प्रबंध निदेशक क्रिस्टालिना जॉर्जीवा

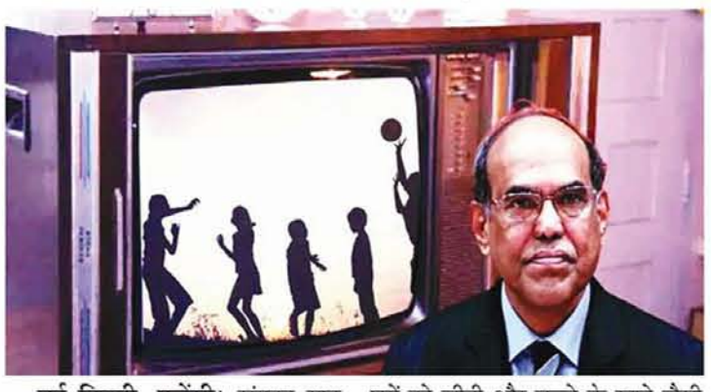
वॉशिंगटन, एजेंसी। अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष (आईएमएफ) की प्रबंध निदेशक क्रिस्टालिना जॉर्जीवा का कहना है कि स्थिर वैश्विक वृद्धि के बावजूद इस साल भारतीय अर्थव्यवस्था थोड़ी कमजोर रह सकती है। उन्होंने इस बात भी जोर दिया कि उन्हें इस वर्ष विश्व में काफी अनिश्चितता की आशंका है, खासकर अमेरिका की व्यापार नीति को लेकर।

वैश्विक वृद्धि स्थिर रहने की उम्मीद- जॉर्जीवा ने शुक्रवार को पत्रकारों के एक समूह के साथ अपनी वार्षिक मीडिया बैठक में कहा कि 2025 में वैश्विक वृद्धि स्थिर रहने की उम्मीद है, लेकिन इसमें क्षेत्रीय भिन्नताएं होंगी। उन्होंने कहा कि उन्हें उम्मीद है कि भारतीय अर्थव्यवस्था 2025 में थोड़ा कमजोर होगी, हालांकि उन्होंने इस बारे में विस्तार से कुछ नहीं बताया।

यूरोपीय संघ में विकास धीमा- उन्होंने कहा, अमेरिका की अर्थव्यवस्था उम्मीद से बेहतर प्रदर्शन कर रही है, जबकि यूरोपीय संघ में विकास धीमा हो रहा है। चीन में महंगाई कम हो रही है और घरेलू मांग भी कम है। ब्राजील महंगाई का सामना कर रहा है और कम आय वाले देशों के लिए नई आर्थिक समस्याएं आ सकती हैं। वहीं, भारत भी थोड़ा कमजोर हुआ है। हमें उम्मीद है कि 2025 में काफी अनिश्चितता होगी, खासकर अमेरिका की व्यापार नीतियों को लेकर। आश्चर्य की बात नहीं है कि अमेरिकी अर्थव्यवस्था के आकार और भूमिका को देखते हुए, आने वाले प्रशासन की नीति दिशाओं में वैश्विक स्तर पर गहरी दिलचस्पी है, खासकर टैरिफ, कर, विनियमन और सरकारी दक्षता पर। उन्होंने कहा, यह अनिश्चितता आगे चलकर व्यापार नीति के मार्ग के बारे में विशेष रूप से अधिक है, जो वैश्विक अर्थव्यवस्था के सामने आने वाली चुनौतियों को और बढ़ा रही है, खासकर उन देशों और क्षेत्रों के लिए जो वैश्विक आपूर्ति शृंखलाओं, मध्यम आकार की अर्थव्यवस्थाओं और एक क्षेत्र के रूप में एशिया में अधिक एकीकृत है। आईएमएफ के प्रबंध निदेशक ने कहा कि यह अनिश्चितता वास्तव में वैश्विक स्तर पर उच्च दीर्घकालिक ब्याज दरों के माध्यम से व्यक्त की जाती है, भले ही अल्पकालिक ब्याज दरें कम हो गई हों।

20 को लेंगे ट्रंप शपथ- डोनाल्ड ट्रंप 20 जनवरी को व्हाइट हाउस में जो बाइडन की जगह संयुक्त राज्य अमेरिका के 47वें राष्ट्रपति के रूप में शपथ लेंगे।

90 के दशक में पैदा होने वाले जो खर्च भी जमकर करते हैं, रिस्क भी खूब लेते हैं



नई दिल्ली, एजेंसी। संयुक्त राष्ट्र 2024 के मुताबिक भारत की आबादी की औसत आयु 28.8 वर्ष है। इसका मतलब है कि आधी से ज्यादा आबादी को 1991 के परिवर्तनकारी सुधारों से पहले भारतीयों को जिस भयावह कमी और बुरे विकल्पों का सामना करना पड़ा था, उसका कोई अनुभव नहीं है। वह एक अलग दुनिया थी।

अगर हम विदेश यात्रा करते थे तो हमें 20 डॉलर की विदेशी मुद्रा की अनुमति थी। हमारे पास चुनने के लिए तीन ब्रांड के साबुन और दो ब्रांड के टूथपेस्ट थे। घरों को चीनी और बच्चे के खाने जैसी दैनिक जरूरतों के लिए भी ब्लैक मार्केट में जाने के लिए मजबूर होना पड़ा। लोगों के लिए कम कीमत के कैमरे और टेप रिकॉर्डर की तस्करी करना काफी आम बात थी। टेलीफोन या एलपीजी कनेक्शन पाने में सालों लग जाते थे। रंगीन टीवी केवल सुपर-रिच लोगों के पास ही थे क्योंकि केवल उनके पास ही आयात परमिट प्राप्त करने के लिए पैसा और राजनीतिक ताकत थी। और सरकार को अपने खुद के ब्रांड की रोटी बनाने और बेचने में गर्व महसूस होता था!

सरकार के नियंत्रण में अर्थव्यवस्था

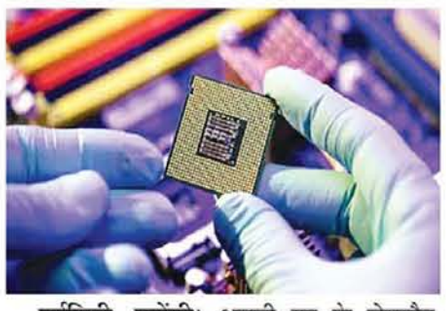
स्वतंत्रता के बाद के पहले चार दशकों तक, सरकार ने एक नियंत्रित शासन चलाया। इसके तहत उसने अर्थव्यवस्था के लगभग हर पहलू को नियंत्रित किया। नागरिकों के लिए एक कठिन जीवन का कारण यही था। और फिर पीवी नरसिम्हा राव के नेतृत्व वाली अल्पमत सरकार में वित्त मंत्री के रूप में मनमोहन सिंह आए, जिन्होंने एलपीजी (उदारीकरण, निजीकरण और वैश्वीकरण) सुधारों की शुरुआत की। उन्होंने निर्णायक रूप से भारत को इस आर्थिक दलदल से बाहर निकाला। बाद के दशकों में निरंतर आर्थिक विस्तार और गरीबी में उल्लेखनीय गिरावट उन सुधारों के स्थायी प्रभाव का प्रमाण है।

भुगतान संतुलन का गंभीर संकट- 1991 में भारी राजनीतिक अनिश्चितता के बीच भुगतान संतुलन का गंभीर संकट आया। उस समय हमें विदेशी मुद्रा के लिए बहुत ज्यादा पैसे खर्च करने पड़े। लोन न चूके इससे बचने के लिए पैसा जुटाना जरूरी था।

दुनिया की सबसे बड़ी चिप मैन्युफैक्चरिंग कंपनी ने रेकॉर्ड रेवेन्यू कमाया

इसने सालाना रेवेन्यू के मामले में अडानी की नेटवर्थ को पीछे छोड़ दिया है

यह कंपनी दुनिया की कई बड़ी कंपनियों को चिप बनाकर देती है



नईदिल्ली, एजेंसी। अडानी ग्रुप के चेयरमैन गौतम अडानी का नाम देश-दुनिया के अमीरों में शुमार है। इनकी गिनती दुनिया के टॉप 20 अमीरों में होती है। इनके ग्रुप की कई कंपनियां अच्छा प्रदर्शन कर रही हैं। वहीं दुनिया की एक बड़ी कंपनी ने अडानी की कुल संपत्ति को पीछे छोड़ दिया है। इस कंपनी ने साल 2024 में गौतम अडानी की कुल नेटवर्थ से ज्यादा रेवेन्यू कमाया है।

इस कंपनी का नाम टीएसएमसी है। टीएसएमसी दुनिया की सबसे बड़ी चिप मैन्युफैक्चरिंग कंपनी है। यह कंपनी ऐपल से लेकर एनवीडिया जैसे दुनिया की बड़ी-बड़ी कंपनियों के लिए सेमीकंडक्टर बनाती है। साल 2024 की दिसंबर तिमाही में इस कंपनी ने रेकॉर्ड रेवेन्यू कमाया है। वहीं साल 2024 में कंपनी का कुल रेवेन्यू भी जबरदस्त रहा है।

कैसे छोड़ा अडानी को पीछे- सीएनबीसी की एक खबर के मुताबिक इस कंपनी का दिसंबर तिमाही में रेवेन्यू 26.3 अरब डॉलर रहा है। यह साल-दर-साल के मुकाबले 38.8 फीसदी ज्यादा है। वहीं बात अगर पूरे साल यानी 2024 की करें तो इस कंपनी का रेवेन्यू 88 अरब डॉलर रहा है। यह कंपनी 1994 में ताइवान शेयर मार्केट में लिस्ट हुई थी। तब से लेकर अब यह इसका सबसे ज्यादा सालाना रेवेन्यू है। वहीं दूसरी ओर ब्लूमबर्ग बिलेनियर्स इंडेक्स के मुताबिक अडानी की नेटवर्थ 71.1 बिलियन डॉलर है। इतनी संपत्ति के साथ अडानी दुनिया के 20वें सबसे अमीर शख्स हैं। ऐसे में देखा जाए तो टीएसएमसी का एक साल का रेवेन्यू अडानी की कुल नेटवर्थ के मुकाबले ज्यादा है।

कैसे बढ़ा कंपनी का रेवेन्यू

काउंटरपॉइंट रिसर्च के एसोसिएट डायरेक्टर ब्रैडी वांग के मुताबिक टीएसएमसी को एआई की मजबूत मांग से काफी लाभ हुआ है।

ब्लू क्लाउड सॉफ्टेक सॉल्यूशन्स लिमिटेड ने डिस्कवरी ओक्स पब्लिक स्कूल से अपने एआईओटी उत्पाद एडुजिनी और इमोटीफिक्स के कार्यान्वयन के लिए आर्डर प्राप्त किया

मुंबई, एजेंसी। ब्लू क्लाउड सॉफ्टेक सॉल्यूशन्स लिमिटेड (बीएसई-539607), अत्याधुनिक एआईओटी समाधान प्रदाता, गर्व के साथ घोषणा करता है कि कंपनी को हैदराबाद के डिस्कवरी ओक्स पब्लिक स्कूल से अपने एआईओटी उत्पादों एडुजिनी और इमोटीफिक्स के कार्यान्वयन के लिए आर्डर प्राप्त हुआ है।

यह मील का पत्थर प्रोजेक्ट एआई सक्षम एडुटेक उत्पाद एडुजिनी और इमोटीफिक्स की स्थापना से संबंधित है, जिसका आर्डर मूल्य 105.00 लाख है, यह उपलब्धि अभिनव और परिवर्तनकारी समाधानों की आपूर्ति में बीसीएस की विशेषज्ञता को दर्शाती है। एडुजिनी एक एआई सक्षम लर्निंग मैनेजमेंट सिस्टम है जो व्यक्तिगत शैक्षिक अनुभव प्रदान करने और शिक्षकों और छात्रों के बीच संबंधों को मजबूत करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। इस मंच पर असीमित वीडियो पाठ्यक्रम, लाइव कक्षाएं, टेक्स्ट पाठ्यक्रम और प्रोजेक्ट उपलब्ध है, जो एक समृद्ध और विविध शैक्षिक पारिस्थितिकी तंत्र का निर्माण करता है। एडुजिनी के एआई -चालित शिक्षण मार्ग व्यक्तिगत सीखने की शैलियों और आवश्यकताओं के अनुसार अनुकूलित होते हैं, जो समझ और धारण क्षमता को बढ़ाते हैं। एडुजिनी में ऑनलाइन कोर्स मार्केटप्लेस वैश्विक स्तर पर शिक्षकों और शिक्षार्थियों को जोड़ता है, यह एक सहयोगी वातावरण तैयार करता है जहां ज्ञान स्वतंत्र रूप से साझा किया जाता है। शिक्षकों को अपने पाठ्यक्रम बनाने और मुद्रीकरण करने का मौका मिलता है, जबकि छात्रों के पास कई विषयों और अनुशासनों तक पहुंच होती है।

इमोटीफिक्स, ब्लू क्लाउड का उत्पाद है, जो एक संपूर्ण एआईओटी सेवा प्रदाता है। वर्षों से, ब्लू क्लाउड ने उत्पाद मार्केटप्लेस में अपनी विशिष्ट स्थिति हासिल की है। सॉफ्टवेयर प्रोफेशनल्स, डोमेन विशेषज्ञ और प्रमाणित इंजीनियरों के साथ, हम ब्लू क्लाउड में स्टार्टअप्स और विस्तारक उद्यमों के लिए ऑन-डिमांड, ऑन-साइट और रिमोट आईटी समाधान प्रदान करते हैं। आईटी के प्रति जुनून, तकनीकी कौशल और डोमेन विशेषज्ञता मिलाकर, हम कस्टमाइज्ड और जटिल एंटरप्राइज स्तर के समाधान, वेब और मोबाइल एप्लिकेशन डिज़ाइन करते हैं। इमोटीफिक्स अब अधिक उन्नत सुविधाओं के साथ उत्पाद प्रदान करता है, जैसे लिंग और आयु डिटेक्टर, स्माइल डिटेक्टर, सनग्लास डिटेक्टर, फेस फीचर ट्रैकर और फुल-एंगल्ड फेस ट्रैकर। इमोटीफिक्स फेस पहचान उत्पादों का उपयोग अभिगम नियंत्रण प्रणाली, निगरानी प्रणाली, कंप्यूटर सुरक्षा, बैंकिंग, मनोरंजन, कानून प्रवर्तन अनुप्रयोग, ग्राहक प्रबंधन प्रणाली और कई अन्य के लिए किया जा सकता है।

इंफोसिस की अमेरिका की आईटीकंपनी से भिड़ंत, कोर्ट तक पहुंचा विवाद

नईदिल्ली, एजेंसी। भारत की दूसरी सबसे बड़ी आईटी कंपनी इंफोसिस और अमेरिका की कॉग्निजेंट के बीच का विवाद बढ़ता जा रहा है। बीते दिनों अमेरिकी आईटी कंपनी कॉग्निजेंट ने इंफोसिस के खिलाफ ट्रेड सीक्रेट चुराने का आरोप लगाते हुए मुकदमा दायर किया था। अब इंफोसिस ने अमेरिकी अदालत में कॉग्निजेंट के खिलाफ एक काउंटर क्लेम दायर किया है।

क्या है आरोप

इंफोसिस का आरोप है कि कंपनी और उसके सीईओ रवि कुमार प्रतिस्पर्धा-विरोधी रणनीति में शामिल थे। उन्होंने सीक्रेट इंफॉर्मेशन का मिसयूज किया और द्वद्वद्वश्वह्र4द्व द्वद्वद्व× के ग्रोथ को सुस्त करने में अहम भूमिका निभाई। काउंटर क्लेम में इंफोसिस ने जूरी ट्रायल की मांग की है ताकि अदालत भारतीय आईटी कंपनी के साथ कॉग्निजेंट के समझौतों को अमान्य घोषित करे और साथ ही उसे हुए नुकसान का तीन गुना मुआवजा दे, साथ ही वकील की फीस भी दे। बता दें कि कॉग्निजेंट की सहायक कंपनी कॉग्निजेंट ट्राइजेटो ने कुछ महीनों पहले आरोप लगाया था कि इंफोसिस ने अपने हेल्थकेयर इंश्योरेंस सॉफ्टवेयर से संबंधित ट्रेड सीक्रेट को चुरा लिया है। हालांकि, इंफोसिस ने तब इसका खंडन करते हुए कहा था कि वह अदालत में मुकदमे का जोरदार बचाव करेगी।

रवि कुमार का इंफोसिस से कनेक्शन

कॉग्निजेंट के सीईओ रवि कुमार इंफोसिस के टॉप मैनेजमेंट में रह चुके हैं। वह कंपनी के प्रेसिडेंट और डिप्टी सीओओ के रूप में काम कर चुके हैं। उन्होंने साल 2016 में इंफोसिस के प्रेसिडेंट के तौर पर ज्वाइन किया था। वहीं, साल 2019 में कंपनी ने अपने हेल्थकेयर इंश्योरेंस के लिए द्वद्वद्वश्वह्र4द्व।द्वद्वद्व× को डेवलप करना शुरू किया। आरोप है कि रवि कुमार ने शुरू में इस प्लेटफॉर्म के डेवलपमेंट में अपना प्रयास जारी रखा लेकिन जब उन्होंने साल 2022 में कॉग्निजेंट के साथ जुड़ने के बारे में बातचीत शुरू की तो सुस्त पड़ गए। इंफोसिस का कहना है कि 2022 में हेलिक्स के लिए रवि कुमार का उत्साह अचानक ठंडा हो गया। इस वजह से इंफोसिस हेलिक्स के पूरा होने में कम से कम 18 महीने की देरी हुई। बता दें कि अक्टूबर 2022 में रवि कुमार ने इंफोसिस से इस्तीफा दे दिया था।

रानी रामपाल को उम्मीद- भविष्य के सितारों को तैयार करेगी महिला हॉकी लीग

नई दिल्ली पूर्व कप्तान रानी रामपाल का मानना है कि महिला हॉकी इंडिया लीग (डब्ल्यूएचआईएल) खेल पर वैसा ही प्रभाव डाल सकती है जैसा कि इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) ने क्रिकेट पर डाला है। रांची में 12 से 26 जनवरी तक होने वाले पहले डब्ल्यूएचआईएल में चार टीमें दिल्ली एसजी पाइपर्स, ओडिशा वॉरियर्स, श्राची रारह बंगाल टाइगर्स और सूरमा हॉकी क्लब भाग लेंगी।

सूरमा क्लब की मेंटर और कोच रानी ने साइ (भारतीय खेल प्राधिकरण) मीडिया से कहा, इस बार केवल चार टीमें हो सकती हैं लेकिन लीग शुरू होने में काफी समय लग गया है। इसके लिए हॉकी इंडिया की सराहना की जानी चाहिए। भारत की पूर्व हॉकी कप्तान ने कहा, ''पुरुष हॉकी टीम ने तोक्यो और पेरिस में ओलंपिक में कांस्य पदक जीते। इसकी नींव वर्षों पहले पुरुष हॉकी इंडिया लीग ने रख दी थी।''उन्होंने कहा, अब महिला एचआईएल की शुरुआत के लिए धन्यवाद। इससे 2032 और 2036 ओलंपिक में बहुत सारी प्रतिभाशाली युवा महिला खिलाड़ियों को अपना कौशल दिखाने का मौका मिलेगा। यह मंच बेहद उपयोगी साबित होगा। इस संदर्भ में महिला क्रिकेट का उदाहरण देते हुए रानी ने कहा, महिला क्रिकेट के बारे में कोई भी ज्यादा नहीं जानता था, लेकिन अब आप देख रहे हैं कि यह खेल देश में इतना लोकप्रिय कैसे हो गया है। महिला आईपीएल (डब्ल्यूपीएल) से लोगों को इसके बारे में पता चला और उन्होंने इसका अनुसरण करना शुरू कर दिया।

नॉकआउट में पहुंचने के लिए जीतने होंगे दोनों मैच

धर्मशाला, एजेंसी। हिमाचल अगर गुजरात को अंतिम लीग मैच में हरा देती है तो नॉकआउट के लिए आसानी से क्वालीफाई कर सकती है। हिमाचल के कप्तान और कोच के अंतिम लीग मैचों के लिए विशेष रणनीति तैयार करनी होगी। रणजी के नॉकआउट में जाने के लिए हिमाचल को अपने बचे हुए दोनों मैच जीतने होंगे, लेकिन उसकी राह में सबसे बड़ा रोड़ा गुजरात बनेगा। हिमाचल अगर गुजरात को अंतिम लीग मैच में हरा देती है तो नॉकआउट के लिए आसानी से क्वालीफाई कर सकती है। हिमाचल के कप्तान और कोच के अंतिम लीग मैचों के लिए विशेष रणनीति तैयार करनी होगी। अंडर-23 ट्राफी में भी पहली बार सेमीफाइनल में पहुंचने पर हिमाचल को गुजरात ने हराकर फाइनल में खेलने का सपना तोड़ा था। वहीं, अब रणजी के दो मैच हिमाचल को हैदराबाद और गुजरात में खेलने हैं। हिमाचल का छठा रणजी मैच 23 से 26 जनवरी को हैदराबाद के साथ होगा। 30 जनवरी से दो फरवरी को गुजरात के साथ दूसरा मुकाबला होगा। अभी तक हिमाचल ने पांच लीग मैचों में तीन में जीत हासिल की और दो मैच हारे हैं। जबकि गुजरात ने पांच में दो मैच जीते हैं और तीन मैच ड्रॉ रहे हैं। हिमाचल 21 अंकों के साथ पूल में दूसरे स्थान पर है और गुजरात की टीम 19 अंकों के साथ के तीसरे स्थान पर बनी है। 28 अंकों के साथ विदर्भ की टीम पहले स्थान पर है। हैदराबाद 9 अंकों के साथ छठे स्थान पर है। हिमाचल के लिए जहां हैदराबाद पर जीत हासिल करनी होगी। गुजरात से मैच जीतना भी सबसे जरूरी है। एचपीसीए के सचिव अवनीश परमार ने कहा कि हिमाचल अगर गुजरात से मैच में जीत जाता है तो वह आराम से नॉकआउट के लिए क्वालीफाई करेगा। बचे हुए दो मैच से पूर्व हिमाचल की टीम का अभ्यास कैंप भी लगाया जाएगा। इसमें कोच और कप्तान अगले दो मैचों के लिए रणनीति भी तैयार करेंगे। इस बार हिमाचल नॉकआउट के लिए क्वालीफाई भी करेगा और फाइनल भी खेलेगा।

बांग्लादेश के पूर्व कप्तान तमीम इकबाल ने लिया संन्यास

नईदिल्ली, एजेंसी। बांग्लादेश के पूर्व कप्तान तमीम इकबाल ने फिर इंटरनेशनल क्रिकेट से संन्यास ले लिया है। यह दूसरी बार है जब उन्होंने अपने करियर को अलविदा कहा है। तमीम ने जुलाई 2023 में भी इंटरनेशनल क्रिकेट से संन्यास लिया था, लेकिन 24 घंटे के भीतर ही अपना फैसला बदल दिया था।

तमीम ने हाल ही में नेशनल सेलेक्शन पैनल से मुलाकात की थी। उन्होंने आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी के लिए टीम के ऐलान से पहले ही संन्यास ले लिया।

तमीम ने बांग्लादेश के लिए अपना आखिरी मैच सितंबर 2023 में खेला। उन्होंने फरवरी 2007 में जिम्बाब्वे के खिलाफ वनडे मैच से अपने इंटरनेशनल करियर का आगाज किया। तमीम ने फरवरी 2007 में जिम्बाब्वे के खिलाफ वनडे मैच से अपने इंटरनेशनल करियर

का आगाज किया। तमीम ने फरवरी 2007 में जिम्बाब्वे के खिलाफ वनडे मैच से अपने इंटरनेशनल करियर का आगाज किया। तमीम का इंटरनेशनल रिकॉर्ड तमीम इकबाल ने 70 टेस्ट मैचों में 38.89 के एवरेज से 5134 रन बनाए। इसमें 10 शतक और 31 अर्धशतक शामिल रहे। वहीं 243 वनडे में उनके नाम पर 36.65 की औसत से 8357 रन दर्ज हैं। वनडे इंटरनेशनल में 14 शतक और 56 अर्धशतक लगाए। तमीम ने 78 टी-20 इंटरनेशनल में 24.08 के एवरेज से 1758 रन बनाए। इसमें उनके नाम पर 1 शतक और सात अर्धशतक दर्ज हैं। कप्तान शांतो ने मनाने की कोशिश की तमीम ने 8 जनवरी को सिलहट में बांग्लादेश के चयनकर्ताओं को अपने फैसले की जानकारी दी।

गाजी अशरफ हुसैन की अगुआई वाली चयन समिति ने उन्हें चैंपियंस ट्रॉफी के लिए बांग्लादेश टीम में वापस आने के लिए कहा। तमीम ने तब उनसे कहा था कि वह संन्यास लेने के अपने फैसले पर कायम रहेंगे, लेकिन कप्तान नजमुल हुसैन शांतो सहित कुछ बांग्लादेशी खिलाड़ियों ने उनसे फिर से विचार करने का रिक्वेस्ट किया, जिसके बाद उन्होंने एक दिन और समय लिया। इंटरनेशनल क्रिकेट में मेरा अध्याय समाप्त हो चुका है उन्होंने शुक्रवार को फेसबुक पर लिखा, मैं लंबे समय से इंटरनेशनल क्रिकेट से दूर हूं। वह दूरी बनी रहेगी। इंटरनेशनल क्रिकेट में मेरा अध्याय समाप्त हो चुका है। मैं इस बारे में लंबे समय से सोच रहा था। अब जब चैंपियंस ट्रॉफी जैसा बड़ा आयोजन आ रहा है, तो मैं किसी के ध्यान का केंद्र नहीं बनना चाहता। उन्होंने आगे लिखा, कप्तान नजमुल हुसैन शांतो ने ईमानदारी से मुझे टीम में वापस आने के लिए कहा। चयन समिति के साथ भी चर्चा हुई। टीम में मुझे शामिल करने के लिए मैं उनका आभारी हूं। हालांकि, मैंने अपने दिल की बात सुनी है। उन्होंने लिखा, मैंने खुद को बहुत पहले ही बांग्लादेश क्रिकेट बोर्ड के सेंट्रल कॉन्ट्रैक्ट से हटा लिया था क्योंकि मैं इंबंटरनेशनल क्रिकेट में वापसी नहीं करना चाहता था।

इंडिया-इंग्लैंड सीरीज

सचिन तेंदुलकर का रिकॉर्ड तोड़ सकते हैं रोहित शर्मा!

नईदिल्ली, एजेंसी। रोहित शर्मा की कप्तानी में भारतीय क्रिकेट टीम इंग्लैंड के खिलाफ 3 मैचों की वनडे सीरीज खेलेगी जिसका आयोजन 5 मैचों की टी20 सीरीज के बाद किया जायेगा। चैंपियंस ट्रॉफी 2025 की तैयारी के लिहाज से इस सीरीज को काफी अहम माना जा रहा है। भारत ने पिछले साल यानी 2024 में सिर्फ 3 वनडे मैच खेले थे और ये सीरीज श्रीलंका के खिलाफ खेली गई थी, लेकिन टीम इंडिया को 0-2 से हार मिली थी। रोहित की कप्तानी में टीम इंडिया इस हार को भूलकर इंग्लैंड के खिलाफ नए सिरे से शुरुआत करेगी और सीरीज को जीतने की कोशिश भी करेगी। इस वनडे सीरीज के दौरान भारतीय कप्तान रोहित शर्मा के पास एक बड़ा रिकॉर्ड अपने नाम करने का भी बेहतरीन मौका होगा।

रोहित शर्मा के पास वनडे में दूसरे सबसे तेज 11,000 रन पूरे करने वाले बल्लेबाज बनने का भी मौका है। रोहित शर्मा ने अब तक वनडे में 265 मैचों की 257 पारियों में 10,866 रन बनाए हैं। रोहित शर्मा अगर अगली 10 पारियों में 134 रन बना लेते हैं तो वो वनडे में दूसरे सबसे तेज 11,000 रन बनाने वाले बल्लेबाज बन जाएंगे। वनडे में सबसे कम पारियों में ग्यारह हजार रन बनाने वाले बल्लेबाज कोहली हैं जिन्होंने 222 पारयों में ये कमाल किया था। वहीं सचिन तेंदुलकर दूसरे नंबर पर हैं जिन्होंने 276 पारियों में 11,000 रन बनाए थे। वैसे रोहित शर्मा इंग्लैंड सीरीज के दौरान सचिन तेंदुलकर को पीछे छोड़ सकते हैं।

वनडे में 11,000 रन पूरे करने के करीब हैं रोहित

रोहित शर्मा इंग्लैंड के खिलाफ वनडे सीरीज के दौरान 134 रन बनाते ही 50-50 ओवर के प्रारूप में अपने 11,000 रन भी पूरे कर लेंगे। रोहित शर्मा ने 265 वनडे मैचों में अब तक 10,866 रन बनाए हैं। इस वनडे सीरीज में 11,000 रन पूरा करते ही वो भारत की तरफ से वनडे प्रारूप में रन के इस आंकड़े को छूने वाले चौथे बल्लेबाज बन जाएंगे। भारत की तरफ से वनडे प्रारूप में 11,000 या उससे ज्यादा रन बनाने वाले बल्लेबाजों की लिस्ट में अब तक सचिन तेंदुलकर, विराट कोहली और सौरव गांगुली शामिल हैं।

सबसे तेज 11,000 रन बनाने वाले बल्लेबाज

विराट कोहली	222 पारी
सचिन तेंदुलकर	276 पारी
रिकी पोंटिंग	286 पारी
सौरव गांगुली	288 पारी
जैक कैलिस	293 पारी

सात्विक-चिराग मलेशिया ओपन के सेमीफाइनल में पहुंचे

नईदिल्ली, एजेंसी। सात्विक और चिराग ने लेकिन लगातार अंक लेकर पहला गेम जीता। दूसरे गेम में मलेशियाई जोड़ी ने मजबूत शुरूआत की लेकिन सात्विक और चिराग ने शानदार वापसी करते हुए 17 में से 13 अंक लेकर जीत दर्ज की। भारत की स्टार जोड़ी सात्विक साइराज रंकीरेड्डी और चिराग शेट्टी मलेशिया ओपन में शानदार जीत के साथ सेमीफाइनल में पहुंच गए। सातवीं वरीयता प्राप्त भारतीय जोड़ी ने इस सुपर 1000 टूर्नामेंट में मलेशिया के यू सिन ओंग और ई यि तियू को 26-24, 21-15 से हराया। पिछली बार उपविजेता रहे सात्विक और चिराग का सामना दक्षिण कोरिया के वोन हो किम और सियुंग जाए सियू से होगा।

पहला गेम बराबरी का रहा जिसमें दोनों जोड़ियों ने एक दूसरे को कड़ी टक्कर दी। भारतीय जोड़ी ने 11-9 की बढ़त बना ली जो 18-16 हो गई लेकिन मलेशियाई टीम ने लगातार तीन अंक लेकर वापसी की और स्कोर 19-19 कर दिया। इसके बाद उन्होंने 20-19 की बढ़त बना ली। सात्विक और चिराग ने लेकिन लगातार अंक लेकर पहला गेम जीता। दूसरे गेम में मलेशियाई जोड़ी ने मजबूत शुरूआत की लेकिन सात्विक और चिराग ने शानदार वापसी करते हुए 17 में से 13 अंक लेकर जीत दर्ज की।

श्रीलंका ने न्यूजीलैंड को हराया

नईदिल्ली, एजेंसी। न्यूजीलैंड और श्रीलंका के बीच वनडे सीरीज का तीसरा और आखिरी मुकाबला ऑकलैंड में खेला गया. शनिवार 11 जनवरी को हुए इस मैच में श्रीलंका की टीम ने लगातार दो मैच हारने के बाद दमदार वापसी की. इस मैच में उसने कीवी टीम को 140 रनों के बड़े अंतर से हराया. हालांकि, इस जीत का सीरीज पर कोई खास असर नहीं पड़ा और न्यूजीलैंड ने 2-1 से इसे अपने नाम कर लिया. बता दें इस मुकाबले में श्रीलंका की टीम ने पहले बैटिंग करते हुए 290 रन बनाए थे. फिर असिथा फर्नांडो, ईशान मलिंगा और महीश तीक्षणा ने अपनी घातक गेंदबाजी से न्यूजीलैंड को महज 150 रन पर ढेर कर दिया.

श्रीलंका की टीम इस मैच से पहले लगातार 2 मैच हारकर पहले ही सीरीज गंवा चुकी थी. अब उसके लिए सम्मान की लड़ाई थी. इसलिए उसने कड़ा रुख अपनाया और टॉस जीतकर पहले बैटिंग की. पहले ओवर से श्रीलंकाई टीम ने आक्रामक अंदाज अपनाया जो अंत तक जारी रहा. ताबड़तोड़ बैटिंग करते हुए श्रीलंका के बल्लेबाजों ने बोर्ड पर 290 रन लगा दिए. इसके बाद श्रीलंकाई पेस अटैक ने कीवी बल्लेबाजों पर कहर बरपाया.

अगर जीतना है तो मुझे अपना सर्वश्रेष्ठ खेलना होगा

मेलबर्न, एजेंसी। स्पेन के कार्लोस अल्काराज़ ने शुरू होने वाले ऑस्ट्रेलियन ओपन से पहले जितने संभव हो सके उतने ग्रैंड स्लैम जीतने का अपना लक्ष्य व्यक्त किया। 21 वर्षीय खिलाड़ी के संग्रह से ऑस्ट्रेलियन ओपन एकमात्र प्रमुख खिताब है जो वह जीते नहीं है. अल्काराज़ ने कहा, मेरे लिए लक्ष्य ग्रैंड स्लैम, मास्टर्स 1000 जीतने की कोशिश करना है। मेरे लिए वे दुनिया के सबसे महत्वपूर्ण टूर्नामेंट हैं। उन्होंने कहा, जाहिर है कि रैंकिंग लक्ष्यों में ऊपर है, साथ ही, मैं जैनिक (सिनर) के जितना करीब हो सकता हूं उतना करीब पहुंचने की कोशिश कर रहा हूं या (अलेक्जेंडर) जवेरेव को भी पीछे छोड़ने की कोशिश कर रहा हूं। रैंकिंग वहां है। लेकिन मेरे लिए मुख्य बात ग्रैंड स्लैम है, जितना हो सके उतने ग्रैंड स्लैम जीतने की कोशिश करना,

अलकाराज़ ने पहले ही चार प्रमुख खिताब हासिल कर लिए हैं, हाल ही में सेवानिवृत्त हुए एंडी मरे और पूर्व विश्व नंबर 3 स्टेन वावरिंका जैसे महान खिलाड़ियों की उपलब्धियों को पीछे छोड़ दिया है। 2024 में, स्पैनियार्ड और जैनिक सिनर ने ग्रैंड स्लैम दृश्य पर अपना दबदबा बनाया, प्रत्येक ने दो खिताब जीते। जून से एटीपी रैंकिंग में नंबर 1 स्थान पर काबिज सिनर, अलकाराज़ के करियर में एक केंद्रीय व्यक्ति बन गए हैं। अलकाराज़ ने साझा किया कि कैसे उनकी रोमांचक प्रतिद्वंद्विता उनके विकास में एक प्रेरक शक्ति रही है।

जब मैं उसके खिलाफ खेल रहा होता हूं, तो मेरी मानसिकता थोड़ी अलग होती है। जब आप सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ियों या दुनिया के सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी का सामना कर रहे होते हैं, तो आपको कुछ अलग करना होता है, अलग तैयारी या अलग मानसिकता, । जब मैं उसका सामना कर रहा होता हूं, तो मुझे बस इतना पता होता है कि अगर मुझे जीतना है तो मुझे अपना सर्वश्रेष्ठ खेलना होगा। बस इतना ही। शायद अगर जैनिक के खिलाफ़ खराब दिन होने पर 99 प्रतिशत संभावना है कि आप हार जाएं । हर बार जब मैं उसके खिलाफ़ खेलने जा रहा होता हूं, तो मेरे दिमाग में यही बात होती है। उन्होंने कहा, मेरे लिए अच्छी बात यह है कि जब मैं उसे खिताब जीतते हुए देखता हूं, जब मैं उसे रैंकिंग में शीर्ष पर देखता हूं, तो यह मुझे हर दिन और भी कठिन अभ्यास करने के लिए मजबूर करता है। अभ्यास में, मैं बस उन चीजों के बारे में सोचता हूँ जिन्हें मुझे उसके खिलाफ़ खेलने के लिए सुधारना है। मुझे लगता है कि यह मेरे लिए बहुत बढ़िया है, उनके साथ रहना, अब तक इतनी शानदार प्रतिद्वंद्विता, बस हर दिन अपना सर्वश्रेष्ठ देने के लिए।

अल्काराज़ और सिनर मेलबर्न पार्क में होने वाले फाइनल तक एक-दूसरे का सामना नहीं कर सकते। तीसरे वरीय खिलाड़ी का ध्यान आगे के प्रत्येक मैच पर रहेगा, जिसकी शुरुआत अलेक्जेंडर शेवचेंको के खिलाफ अपने शुरुआती मुकाबले से होगी। एक साल पहले, अल्काराज़ को ऑस्ट्रेलियन ओपन के क्वार्टर फाइनल में अलेक्जेंडर जवेरेव ने बाहर कर दिया था। उस समय, वह अपने कोच जुआन कार्लोस फेरेरो के बिना ऑस्ट्रेलिया की यात्रा पर गए थे, जो घुटने की सर्जरी के बाद टूर्नामेंट से चूक गए थे। हालांकि, पूर्व विश्व नंबर 1 मेलबर्न पार्क में इस साल के संस्करण के लिए अल्काराज़ के हाफ में वापस आ गया है।

नीरज सर्वश्रेष्ठ पुरुष एथलीट, नदीम रहे दूसरे स्थान पर

नईदिल्ली, एजेंसी। पेरिस ओलंपिक में नदीम ने 92.97 मीटर भाला फेंककर स्वर्ण पदक जीता था, जबकि चोपड़ा ने 89.45 मीटर के साथ रजत पदक हासिल किया था। पेरिस ओलंपिक के रजत पदक विजेता भारतीय खिलाड़ी नीरज चोपड़ा को विश्व स्तर पर प्रसिद्ध अमेरिकी पत्रिका 'ट्रैक एंड फील्ड न्यूज' ने 2024 में भाला फेंक में दुनिया का सर्वश्रेष्ठ पुरुष एथलीट करार दिया है। पिछले साल ओलंपिक खेलों में पाकिस्तान के अरशद नदीम के बाद दूसरे स्थान पर रहने वाले 27 वर्षीय चोपड़ा ने कैलिफोर्निया स्थित पत्रिका की 2024 की रैंकिंग में शीर्ष स्थान हासिल किया है।

उन्होंने ग्रेनेडा के दो बार के विश्व चैंपियन एंडरसन पीटर्स को पीछे छोड़ा। नदीम इस सूची में पांचवें स्थान पर हैं क्योंकि उन्होंने ओलंपिक के अलावा केवल एक

अन्य प्रतियोगिता पेरिस डायमंड लीग में हिस्सा लिया था जिसे वह चौथे स्थान पर रहे थे। पेरिस ओलंपिक में उन्होंने 92.97 मीटर भाला फेंककर स्वर्ण पदक जीता था, जबकि चोपड़ा ने 89.45 मीटर के साथ रजत पदक हासिल किया था।भारत संभवतः इस साल सितंबर में भाला फेंक की शीर्ष प्रतियोगिता की मेजबानी करेगा जिसमें नीरज सहित कई स्टार खिलाड़ी भाग लेंगे। यह आयोजन उन कई प्रतियोगिताओं के अतिरिक्त है जिनकी मेजबानी के लिए भारत ने अपनी रुचि व्यक्त की है। इसमें 2029 में होने वाली विश्व चैंपियनशिप भी शामिल है। भारत ने 2029 विश्व चैंपियनशिप और 2027 में होने वाली विश्व रिले प्रतियोगिता की मेजबानी के लिए रुचि व्यक्त की है। एएफआई पिछले साल नवंबर में विश्व एथलेटिक्स के अध्यक्ष सेबेस्टियन को की भारत यात्रा के दौरान पहले ही 2028 विश्व जूनियर चैंपियनशिप की मेजबानी के लिए अपनी रुचि व्यक्त कर चुका है।शीर्ष प्रतियोगिताओं में दुनिया के चोटी के 10 खिलाड़ी भाग ले सकते हैं। नीरज ने हाल ही में अपने करियर में एक रोमांचक नए अध्याय की शुरुआत की थी। नीरज ने महान भाला फेंक एथलीट यान जेलेज्नी को अपना नया कोच बनाया। तीन बार के ओलंपिक और विश्व चैंपियन और मौजूदा विश्व रिकॉर्ड धारक जेलेज्नी लंबे समय से चोपड़ा के आदर्श रहे हैं।जेलेज्नी के मार्गदर्शन में नीरज अपनी कामयाबी को एक अलग स्तर पर ले जाने की कोशिश करेंगे। 1992, 1996 और 2000 के ओलंपिक खेलों में स्वर्ण पदक विजेता जेलेज्नी के नाम अब तक के शीर्ष दस सर्वश्रेष्ठ थ्रो में से पांच थ्रो हैं।

सर्दियों में गर्म दूध के साथ जरूर खाएं खजूर, फायदे जानकर हो जाएंगे हैरान

गौरतलब है कि ठंड के मौसम में इम्यूनिटी सिस्टम अन्य मौसम की तुलना में कमजोर हो जाता है. जिस वजह से छोटी-मोटी बीमारियां भी हमें जल्दी घेर लेती हैं. हमारे शरीर को उन बीमारियों से लड़ने के लिए जूझना पड़ता है. जिसके कारण शरीर में कमजोरी बढ़ने लगती है और हमारा शरीर बैक्टीरियल इन्फेक्शन से लड़ने की क्षमता भी खो बैठता है.

डॉ भीमराव अंबेडकर स्मृति चिकित्सालय के मेडिसिन विभाग के एचओडी डॉ आर एल खरे बताते हैं कि सर्दियों के मौसम में प्यास बहुत कम लगती है, जिस वजह से व्यक्ति के शरीर में पानी की कमी या डिहाइड्रेशन हो जाता है. जिसके चलते शरीर की इम्यून सिस्टम भी प्रभावित होती है. कई लोग इस मौसम में अपनी इम्यूनिटी को मजबूत रखने के लिए ड्राई फ्रूट्स खाते हैं. ताकि उनके शरीर में गर्माहट बनी रहे.

सर्दियों के दौरान इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाना बहुत जरूरी होता है. यदि इम्यून सिस्टम मजबूत नहीं होगा तो आप बार-बार बीमार पड़ सकते हैं. ऐसे में अगर आप अपनी सेहत को दुरुस्त रखना और इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाना चाहते हैं, तो आपको गर्म दूध के साथ खजूर खाना शुरू कर देना चाहिए. जी हां! गर्म दूध और खजूर दोनों में पाए जाने वाले सभी पोषक तत्व आपकी सेहत के लिए वरदान साबित हो सकते हैं.

सर्दियों में अक्सर पेट की समस्याएं बढ़ जाती हैं, अगर आप भी गैस, कब्ज और एसिडिटी जैसी पेट की समस्याओं से छुटकारा पाना चाहते हैं तो खजूर और गर्म दूध को एक साथ खाना फायदेमंद हो सकता है. दूध में मौजूद खजूर फाइबर से भरपूर होता है और यह आपके आंतों के स्वास्थ्य में काफी सुधार कर सकता है.

खजूर और दूध कैल्शियम और प्रोटीन से भरपूर होते हैं और हड्डियों को मजबूत कर सकते हैं, अगर आप जोड़ों के दर्द से छुटकारा पाना चाहते हैं तो आपको यह मिश्रण जरूर आजमाना चाहिए. बता दें, गर्म दूध और खजूर भी दिमाग की सेहत के लिए अच्छे हो सकते हैं.

अगर आप खजूर और गर्म दूध को एक साथ खाते हैं तो आप अनिद्रा से भी छुटकारा पा सकते हैं. दरअसल, इस मिश्रण में मौजूद सभी सामग्रियां आपके दिमाग को आराम देने में मदद कर सकती हैं.

कुल मिलाकर गर्म दूध के साथ खजूर खाने से आप ताकतवर बन सकते हैं, इसलिए आप रोजाना एक गिलास गर्म दूध में खजूर डालकर खाना शुरू कर सकते हैं.

अन्य फायदों के बारे में...

मांसपेशियों को ताकत मिलती है

यौन स्वास्थ्य में सुधार होता है

शरीर में ऊर्जा का स्तर तेजी से बढ़ता है एनीमिया का सबसे अच्छा इलाज

यह पाचन को बेहतर बनाने में मदद करता है

हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों में नींद की कमी बन सकती है कई गंभीर बीमारियों का कारण

बरतें ये सावधानियां

हाई ब्लड प्रेशर और नींद की कमी से होने वाली समस्याओं पर किए गए एक शोध में पाया गया कि दोनों फैक्टर्स मिलकर मस्तिष्क की उम्र बढ़ा सकते हैं और उसकी कार्यक्षमता पर भी असर डाल सकते हैं. इस शोध में यह भी कहा गया है कि प्रतिदिन 6 घंटे से कम नींद न केवल मस्तिष्क की कार्यप्रणाली को खराब कर सकती है, बल्कि हाई ब्लड प्रेशर का खतरा भी बढ़ा सकती है. यह अध्ययन हाल ही में अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन के जर्नल में प्रकाशित हुआ था.

शोध का उद्देश्य

गौरतलब है कि नींद की कमी और हाई ब्लड प्रेशर के कारण मस्तिष्क की उम्र बढ़ने, उसकी कार्यप्रणाली पर पड़ने वाले प्रभाव और अन्य प्रभावों के बारे में विस्तार से जानने के उद्देश्य से इस शोध में 40 वर्ष से अधिक उम्र के 682 लोगों को शामिल किया गया था. शोध के नतीजों से पता चला कि जो प्रतिभागी शोध का विषय थे, वे हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित थे और उन्हें कम नींद आ रही थी, उनके मस्तिष्क की कार्यक्षमता कम हो रही थी. इसके अलावा इन लोगों में मस्तिष्क की संरचना से जुड़े बदलाव भी देखे गए. विशेष रूप से, ऐसे लोगों के मस्तिष्क में सफेद और भूरे पदार्थ का स्तर कम पाया गया. यह ध्यान देने योग्य है कि सफेद पदार्थ मस्तिष्क के कुछ हिस्सों को जोड़ने में मदद करता है जबकि ग्रे पदार्थ संज्ञानात्मक कार्यों में मदद करता है. इसके अलावा इन लोगों में निर्णय लेने की क्षमता और योजना बनाने की क्षमता में भी गिरावट देखी गई.

शोध का निष्कर्ष

अध्ययन के मुख्य लेखक मैथ्यू पासी ने कहा कि निष्कर्ष बताते हैं कि स्वस्थ मस्तिष्क के लिए रक्तचाप को सामान्य बनाए रखना और पर्याप्त नींद लेना आवश्यक है. शोध यह भी सुझाव देता है कि डॉक्टरों को नियमित रूप से अपने मरीजों के ब्लड प्रेशर की जांच करनी चाहिए और उन्हें स्वस्थ जीवन शैली अपनाने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए

क्या कहते हैं डॉक्टर?

नई दिल्ली के मनोवैज्ञानिक डॉ. आशीष सिंह का कहना है कि पर्याप्त नींद न लेने से हमारे शरीर और दिमाग दोनों पर असर पड़ता है. नींद की कमी हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित लोगों के लिए गंभीर समस्या पैदा कर सकती है. नींद की कमी और हाई ब्लड प्रेशर के बीच चक्रीय संबंध है. दरअसल, हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित लोगों में नींद संबंधी समस्याएं आम तौर पर देखी जाती हैं.

हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित लोग अक्सर चिंता और तनाव से जूझते हैं, जिसका असर उनकी नींद पर पड़ता है. कभी-कभी उच्च रक्तचाप की दवाओं के दुष्प्रभाव के कारण नींद प्रभावित होती है. इसके अलावा, अनियमित दिनचर्या, अत्यधिक स्क्रीन समय और अस्वास्थ्यकर जीवनशैली भी नींद की गुणवत्ता को खराब करती है. कारण चाहे जो भी हो, अगर हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित व्यक्ति को पर्याप्त या अच्छी गुणवत्ता वाली नींद नहीं मिलती है, तो उनके स्वास्थ्य पर इसका असर काफी देखा जा सकता है।

हाई ब्लड प्रेशर के रोगियों में नींद की कमी के कारण होने वाली समस्याएं

यदि हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित व्यक्ति अपनी नींद से समझौता करता है, तो वह कई बड़ी और छोटी समस्याओं से प्रभावित हो सकता है.

दिल की बीमारी: नींद की कमी से दिल की बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है. हाई ब्लड प्रेशर पहले से ही हृदय पर तनाव डालता है और नींद की कमी इसे और बदतर बना देती है.

स्ट्रोक का खतरा: उच्च रक्तचाप और नींद की कमी का संयोजन मस्तिष्क में रक्त के प्रवाह को बाधित कर सकता है, जिससे स्ट्रोक हो सकता है.

डायबिटीज: नींद की कमी से इंसुलिन प्रतिरोध बढ़ सकता है, जिससे डायबिटीज का खतरा बढ़ जाता है.

तनाव और चिंता: पर्याप्त नींद न लेने से मानसिक स्वास्थ्य पर असर पड़ता है, जिससे तनाव और चिंता बढ़ सकती है.

नींद की कमी न केवल शारीरिक स्वास्थ्य बल्कि मानसिक और सामाजिक जीवन पर भी असर डालती है. बल्कि इसके कारण पीड़ित व्यक्ति में आमतौर पर लगातार थकान, चिड़चिड़ापन और ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई जैसी समस्याएं देखी जाती हैं, जिसका असर मूड पर भी पड़ता है।

अनुशासन, देखभाल और सावधानियां

हाई ब्लड प्रेशर से पीड़ित लोगों के लिए पर्याप्त नींद बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह न केवल रक्तचाप को नियंत्रित करती है बल्कि अन्य गंभीर बीमारियों के खतरे को भी कम करती है. इसलिए कुछ आदतों को जीवनशैली और दिनचर्या में शामिल करना काफी फायदेमंद हो सकता है.

नींद का एक पैटर्न बनाने की कोशिश करें और नींद की गुणवत्ता में सुधार के लिए इसका नियमित रूप से पालन करें, जैसे कि समय पर बिस्तर पर जाना और सुबह जागना.

ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने के लिए स्वस्थ आहार का पालन करें. स्वस्थ खान-पान की आदतें अपनाएं जैसे कि ऐसे खाद्य पदार्थ जिनमें नमक कम हो, फाइबर और अन्य पोषक तत्व अधिक हों.

नियमित व्यायाम और ध्यान जैसे उपाय करें.

स्क्रीन टाइम कम करें. सोने से पहले मोबाइल या लैपटॉप का इस्तेमाल न करें.

दोनों प्रकार की समस्याओं से जूझ रहे लोगों के लिए नियमित अंतराल पर अपने मस्तिष्क के स्वास्थ्य की जांच कराना फायदेमंद हो सकता है.

यदि आवश्यक हो तो चिकित्सा सहायता लें. हाई ब्लड प्रेशर या नींद की समस्या से पीड़ित लोगों को विशेषज्ञ की सलाह लेनी चाहिए.

डायबिटीज मरीजों के लिए फायदेमंद है लाल मिर्च

जानें सेवन से कैसे कंट्रोल में रहेगा हाई ब्लड शुगर लेवल

आज के समय में डायबिटीज एक आम बीमारी है. डायबिटीज मूल रूप से अंग्रेजी शब्द है. इसे हिंदी में मधुमेह कहा जाता है. ग्रामीण क्षेत्र में आम बोलचाल की भाषा में इसे शुगर की बीमारी भी कहा जाता है. आधुनिक जीवन शैली और अनियमित खानपान की वजह से यह बीमारी हर वर्ग और उम्र के लोगों को अपना शिकार बना रही है. देर से सोना, देर से जागना, असमय और अपौष्टिक भोजन ग्रहण करना, व्यायाम ना करना इस बीमारी के मुख्य कारण है.

जानलेवा भी साबित हो सकती है यह बीमारी

विशेषज्ञों को कहना है कि डायबिटीज दो प्रकार के होते है, टाइप-1 और टाइप-2 टाइप-1 ज्यादातर अनुवांशिक होता है और इंसूलिन प्रतिरोध की कमी की वजह से होता है. यह ज्यादातर बच्चों में देखने को मिलता है, जबकि टाइप-2, इंसुलिन पर प्रतिक्रिया करने में शरीर की अक्षमता के कारण होता है. पहले टाइप-2 साधारण तौर पर 45 साल से अधिक उम्र वाले लोगों में होता था, लेकिन अब यह उम्र घट कर 30 साल हो गई है. जो वाकई चिंता का विषय है. ऐसे में यदि कोई रोगी शुगर जैसी बीमारी से पीड़ित है, तो उसकी परेशानियां और बढ़ जाती हैं. सही इलाज और देखभाल के अभाव में यह बीमारी जानलेवा भी साबित हो सकती है.

जड़ी-बूटियों और मसालों से भी ब्लड शुगर किया जा सकता है कंट्रोल

डायबिटीज से निपटने का एक तरीका है निर्धारित दवाओं का सेवन करना और ब्लड शुगर लेवल कंट्रोल करना, जबकि दवाएं, व्यायाम और जीवनशैली में बदलाव मधुमेह को नियंत्रित करने में मदद करते हैं, आहार में बदलाव भी ब्लड शुगर लेवल को स्थिर करने में मदद कर सकते हैं. भारतीय रसोई जड़ी-बूटियों और मसालों का खजाना है. ऐसे में कुछ मसाले ब्लड शुगर लेवल को कुशल तरीके से प्रबंधित करने के लिए जाने जाते हैं, इन्हीं में से एक है लाल मिर्च.

लाल मिर्च ब्लड शुगर कंट्रोल करने में मददगार

जी हा! लाल मिर्च में कैप्साइसिन होता है, जो रक्त शर्करा नियंत्रण को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है. शोध से पता चलता है कि कैप्साइसिन कोशिकाओं में ग्लूकोज के अवशोषण को बढ़ाकर ग्लूकोज चयापचय को नियंत्रित करने और रक्त शर्करा को कम करने में मदद कर सकता है. नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन में प्रकाशित एक लेख में इस शोध का जिक्र किया गया है. लाल मिर्च में कैप्साइसिन होता है, जो शिमला मिर्च, चिली, जलापेनो और अन्य मिर्चों में भी पाया जाता है. जानें कि लाल मिर्च आपके स्वास्थ्य को कैसे लाभ पहुंचाती है.

लाल मिर्च खाने के फायदे

लाल मिर्च (कैप्सिकम एनुअम) पॉलीफेनॉल नामक एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होती है, जो कोशिकाओं को नुकसान से बचाती है। लाल मिर्च में विटामिन ए, सी, ई और बी6 के साथ-साथ मैंगनीज, कॉपर, जिंक, आयरन, फॉस्फोरस और मैग्नीशियम जैसे खनिज भी होते हैं. लाल मिर्च का उपयोग मुख्य रूप से भोजन में तीखापन लाने के लिए मसाले के रूप में किया जाता है. लाल मिर्च से निकाले गए यौगिक कैप्साइसिन का उपयोग दर्द से राहत (एनाल्जेसिया) के लिए किया जाता है. हालांकि लाल मिर्च के स्वास्थ्य लाभों के बारे में शोध सीमित है, इसके एनाल्जेसिक प्रभावों को छोड़कर, यहां आपके आहार में लाल मिर्च को शामिल करने के संभावित लाभ दिए गए हैं .

लाल मिर्च के स्वास्थ्य लाभ

वजन घटाने में मदद करता है

हृदय स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है

रक्तचाप को प्रबंधित करें

गठिया के दर्द को कम करता है

तंत्रिका दर्द को कम करता है सिरदर्द से राहत दृष्टि में सुधार पाचन में सहायक नाक बंद होने से राहत

प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है

त्वचा और बालों के स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है

दांत दर्द का प्रबंधन

रूट कैनाल के बाद दांतों की देखभाल बेहद जरूरी, जानें क्यों?

रूट कैनाल के बाद दांतों की देखभाल ना केवल उस दांत को स्वस्थ रखती है जिसका उपचार हुआ है, बल्कि पूरे मुंह के स्वास्थ्य को भी बेहतर बनाती है. लेकिन इस प्रक्रिया के बाद चिकित्सक द्वारा बताई गई सावधानियों का पालन करना और दांतों की नियमित देखभाल करना बहुत जरूरी है. याद रखें, दांतों की सही देखभाल ना केवल आपकी मुस्कान को बचाती है, बल्कि आपके संपूर्ण स्वास्थ्य को भी बेहतर बनाती है

जरूरी है रूट कैनाल के बाद दांतों की विशेष देखभाल

रूट कैनाल एक सामान्य डेंटल प्रक्रिया है, जिसका उद्देश्य खराब दांत का उपचार करना और उसे बचाना तथा दर्द से राहत दिलाना होता है. इस प्रक्रिया को लेकर लोगों में यह आम धारणा देखी जाती हैं कि रूट कैनाल के बाद दांत पूरी तरह ठीक हो जाते हैं और उनकी देखभाल की जरूरत नहीं होती है. लेकिन असल में, इस प्रक्रिया के बाद दांतों को अतिरिक्त देखभाल की आवश्यकता होती है. रूट कैनाल के बाद अगर चिकित्सक द्वारा बताई गई सावधानियों का पालन ना किया जाए, तो दांतों में गंभीर समस्याएं हो सकती हैं.

क्या कहते हैं चिकित्सक

हेल्थ केयर डेंटल केयर क्लिनिक ठाणे मुंबई के दांत रोग विशेषज्ञ डॉ सूरज भरतरी बताते हैं कि रूट कैनाल एक डेंटल प्रक्रिया है, जिसका मुख्य उद्देश्य संक्रमित या क्षतिग्रस्त दांत को बचाना होता है. जब दांत के अंदर मौजूद नरम ऊतक (जिसे पल्प कहा जाता है) संक्रमण या चोट के कारण खराब हो जाता है, तो डॉक्टर इसे हटाकर दांत को साफ करते हैं. इसके बाद दांत के अंदर की जगह को भरकर सील कर दिया जाता है. दांत को सील करके क्राउन (सुरक्षा कवच) लगाया जाता है ताकि दांत मजबूत बना रहे. यह प्रक्रिया दांत को निकालने से बचाने का एक प्रभावी तरीका है. रूट कैनाल के बाद खराब दांत को निकालने की जरूरत नहीं पड़ती, और यह लंबे समय तक उपयोगी बना रहता है लेकिन इस प्रक्रिया के कुछ प्रभाव भी रहते हैं जैसे उपचार किए गए दांत की संवेदनशीलता कम हो जाती है क्योंकि रूट कैनाल के बाद दांत में नसें नहीं रहतीं. वहीं रूट कैनाल के बाद दांत की संरचना भी कमजोर हो जाती है, इसलिए इसे सुरक्षित रखने के लिए क्राउन लगाना जरूरी है.

वह बताते हैं कि इस प्रक्रिया के बाद दांतों को विशेष देखभाल की जरूरत होती हैं. यदि ऐसा ना किया जाए तो कई तरह की समस्याएं परेशान कर सकती हैं, जैसे रूट कैनाल के बाद दांत की सही देखभाल ना करने से आसपास के दांत भी प्रभावित हो सकते हैं, उचित सफाई ना होने पर बैक्टीरिया दांतों में संक्रमण फैला सकते हैं तथा दांतों के आसपास सूजन या मसूड़ों में दर्द हो सकता है. वहीं चूंकि इस प्रक्रिया के बाद दांत कमजोर हो जाते हैं ऐसे में उनके दांत टूटने का खतरा भी बढ़ जाता है.

रूट कैनाल के बाद देखभाल

वह बताते हैं कि हालांकि रूट कैनाल एक सुरक्षित और प्रभावी प्रक्रिया है, लेकिन इसके बाद दांतों की विशेष देखभाल जरूरी होती है. सही देखभाल से आप अपने दांतों को लंबे समय तक स्वस्थ और मजबूत रख सकते हैं. इसके लिए कुछ बातों व सावधानियों का पालन करना बेहद जरूरी हैं जिनमें से कुछ प्रकार हैं.

नियमित रूप से डेंटिस्ट से फॉलो-अप कराएं, उनके द्वारा दी गई सलाह का पालन करें तथा अपना मेडिकेशन यानी दवाइयां समय पर लें.

सही तरीके से ब्रश और फ्लॉस करें. इसके लिए हल्के ब्रश का इस्तेमाल करें और दांतों को धीरे-धीरे साफ करें. साथ ही फ्लॉसिंग से दांतों के बीच की सफाई करें.

मुंह की सफाई का विशेष ध्यान रखें. दिन में दो बार ब्रश करने के अलावा एंटीसेप्टिक माउथवॉश का उपयोग भी लाभकारी होता है.

संतुलित आहार का ध्यान रखें. पौष्टिक भोजन करें, जिसमें कैल्शियम और विटामिन डी की मात्रा ज्यादा हो.

नट्स और बर्फ आदि सख्त चीजों तथा मिठाई व अन्य चिपचिपी चीजों को चबाने व खाने से बचें.

दांतों का सुरक्षा कवच (क्राउन) जरूर लगवाएं क्योंकि क्राउन रूट कैनाल के बाद दांतों को टूटने से बचाने का कार्य करता है.

दांतों पर अधिक दबाव डालने वाली आदतें, जैसे नाखून चबाना, दांतों से पैकेट खोलना और पेन या पेंसिल चबाना, आदि को छोड़ दें.

14वीं सदी के शासक की भूमिका निभाएंगे सुनील शेट्टी

फिल्म निर्माता कनु चौहान एक गुजराती योद्धा पर फिल्म बनाने की तैयारी कर रहे हैं, जिसने 14वीं शताब्दी में सोमनाथ मंदिर को घुसपैठियों से बचाने के लिए लड़ाई लड़ी थी। उनकी फिल्म का नाम केसरी वीर है, जिसमें सुनील शेट्टी, सूरज पंचोली और विवेक ओबेरॉय मुख्य भूमिका में हैं। निर्देशक ने इस फिल्म को बनाने को लेकर उत्साह जाहिर किया है। उन्होंने बताया कि केसरी वीर की कहानी उनके दिल के बहुत करीब है। इस फिल्म में, सुनील कथित तौर पर 14वीं शताब्दी के शासक की भूमिका निभाते नजर आएंगे। इसके लिए अभिनेता को घुड़सवारी और बहुत कुछ सीखना पड़ा। सुनील शेट्टी द्रोण के शासक राजा वेगडाजी भील की भूमिका निभा सकते हैं। रिपोर्ट्स के अनुसार, सुनील शेट्टी केसरी वीर में एक अनूठा लुक अपनाएंगे। बताया गया कि सुनील को घुड़सवारी के अपने कौशल को निखारना पड़ा और उस समय के हथियार, जैसे स्वनिर्मित भाले, गोफन, कुल्हाड़ी, धनुष-बाण, चाकू और तलवारें सीखनी पड़ीं। उन्होंने तीरंदाजी भी सीखी, क्योंकि भील इसमें कुशल थे। साथ ही उन्होंने गुरिल्ला युद्ध भी सीखा। फिल्म में उनका लुक अनोखा है और वे पगड़ी, अंगरखा और धोती पहने हुए हैं व मूंछें रखे हुए हैं। रिपोर्ट्स के अनुसार, फिल्म में कई एक्शन सीक्वेंस हैं, जिन्हें साउथ के एक्शन डायरेक्टर केविन कुमार ने डिजाइन किया है। वहीं कॉस्ट्यूम्स चंद्रकांत सोनवणे ने तैयार किए हैं। केसरी वीर में सूरज 16 वर्षीय वीर हमीरजी गोहिल का किरदार निभाएंगे, जिन्होंने दिल्ली सल्तनत के शासक अलाउद्दीन खिलजी के सेनापति जफर खान के आक्रमण से मंदिर की रक्षा करते हुए अपने प्राणों की आहुति दे दी थी। वीर वेगदाजी के साथ मिलकर मुगल बादशाह से 10 दिनों की लड़ाई लड़े थे।

इस क्रिकेटर को गुपचुप डेट कर रही हैं राशा थडानी? क्यों उड़ रहीं हैं अफवाहें

रवीना टंडन की बेटी राशा थडानी अपनी आगामी फिल्म आजाद के साथ बॉलीवुड में डेब्यू करने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। अपनी फिल्म के सिनेमाघरों में आने से पहले ही, अभिनेत्री अपने रिलेशनशिप की अफवाहों को लेकर चर्चा में आ गई हैं। ऐसी खबरें हैं कि राशा इन दिनों एक भारतीय क्रिकेटर को डेट कर रही हैं। उनकी डेटिंग की अफवाहें तब से शुरू हुई जब टीम इंडिया के इस क्रिकेटर ने उन्हें सोशल मीडिया पर फॉलो किया और उनकी तस्वीरें लाइक की।

इस क्रिकेटर के साथ जुड़ा राशा का नाम

अभिनेत्री राशा थडानी के साथ जिस क्रिकेटर का नाम जुड़ रहा है, वह हैं स्पिनर गौतम यादव हैं। खबरें यह भी हैं कि दोनों गुपचुप डेटिंग कर रहे हैं। ये सारी अफवाहें तब शुरू हुईं जब गौतम ने इंस्टाग्राम पर राशा को फॉलो किया और उनके पोस्ट और तस्वीरों को लगातार लाइक किया। इस सोशल मीडिया एक्टिविटी ने नेटीजंस को हैरान कर दिया है और कयासों का बाजार गर्म होने लगा।

अभिनेत्री ने नहीं की कोई पुष्टि

हालांकि, दोनों में से किसी ने भी इन खबरों की पुष्टि या खंडन नहीं किया है, जिससे ये अफवाहें प्रशंसकों के बीच चर्चा का विषय बन गई हैं। फिल्म रिलीज से पहले, राशा का एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है, जिसमें अभिनेत्री को पढ़ाई और अभिनय दोनों करते हुए देखा जा सकता है। अभिनेत्री ने बताया था कि आने वाले दस दिनों में उनके बोर्ड एग्जाम शुरू होने वाले हैं।

सोशल मीडिया पर वायरल हुआ वीडियो

वीडियो में जब राशा से पूछा गया कि क्या वह अपनी लाइनें लिखने के लिए तैयार हैं, तो उन्होंने मुस्कुराते हुए जवाब दिया, पढ़ाई कर रही हूं। 10 दिन से भी कम समय में मेरी बोर्ड परीक्षा है। मेरा पहला पेपर ज्योग्राफी का है।

इस दिन रिलीज होगी फिल्म

बता दें कि आजाद में राशा थडानी के अलावा अमान देवगन भी मुख्य भूमिका में नजर आने वाले हैं। यह फिल्म 17 जनवरी, 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज होने के लिए तैयार है। बता दें कि इससे पहले राशा ने आजाद के ट्रेलर लॉन्च के समय अपना अनुभव साझा करते हुए कहा था, 'मैं तो शूटिंग के वक्त काफी घबराई हुई थी, आज भी घबरा रही हूं। लेकिन अजय सर से लेकर बाकी टीम मेंबर्स ने मेरी पूरी मदद की।' फिल्म 'आजाद' में राशा के किरदार और अमन देवगन के किरदार के बीच एक प्यारी लव स्टोरी भी दिखाई गई है।

फ्रेंचाईजी के चलन पर बोले बॉबी देओल

एवेंजर्स का असर अब बॉलीवुड पर भी छा गया है। एक-दूसरे से जुड़ी फ्रेंचाईजी फिल्में बॉलीवुड में बन रही हैं। रोहित शेट्टी ने अपनी अलग कॉप यूनिवर्स बना डाली है तो यश राज फिल्म्स ने स्पाई यूनिवर्स। वहीं, दिनेश विजन ने हॉरर यूनिवर्स ही रच दिया है। बॉलीवुड में फ्रेंचाईजी के इस चलन पर हाल ही में बॉलीवुड अभिनेता बॉबी देओल अपनी प्रतिक्रिया देते दिखे। बॉबी देओल से जब उस उभरते ट्रेंड के बारे में पूछा गया तो उन्होंने कहा कि दर्शकों को सिनेमा का दिलचस्प अनुभव देने के लिए इंडस्ट्री में तरीके खोजे जा रहे हैं। इसकी शुरुआत हो चुकी है। मार्वल सिनेमैटिक यूनिवर्स की सफलता से प्रेरित होकर बॉलीवुड में इंटरकनेक्टेड यूनिवर्स और फ्रेंचाइजी के बढ़ते चलन बॉबी देओल ने कहा, मुझे लगता है कि इंडस्ट्री दर्शकों के लिए चीजों को दिलचस्प बनाने के तरीके खोजने की कोशिश कर रही है। इसलिए, चीजें सही होने लगी हैं। वे इसका ज्यादा से ज्यादा फायदा उठाने की कोशिश कर रहे हैं।

इस वजह से निर्माताओं ने अपनाया हाथ

बॉबी देओल का कहना है कि यह एक नई तरह का फ्लेवर है, जिसे इंडस्ट्री ने अपनाया है और यह अब पूरे भारत में हो रहा है। अगर देखा जाए तो दर्शकों के बीच भी इसका उत्साह है और यही वजह है कि फिल्म निर्माताओं ने इसमें हाथ आजमाया है। बता दें कि रोहित शेट्टी की कॉप यूनिवर्स की फिल्मों में सिंघम, सिम्बा और सूर्यवंशी शामिल हैं, जो एक-दूसरे से परस्पर जुड़ी हैं। यश राज फिल्म्स भी स्पाई यूनिवर्स तैयार कर रहा है। इसमें टाइगर फ्रेंचाईजी, वॉर और पठान के किरदार साथ लाने की तैयारी है। वहीं, दिनेश विजन के हॉरर यूनिवर्स में, स्त्री, रूही, भेड़िया और मुंजा जैसी फिल्में शामिल हैं। साउथ में भी यह चलन बन गया है। हनुमान जैसी फिल्म का निर्देशन करने वाले प्रशांत वर्मा अलग सुपरहीरो यूनिवर्स बनाने का एलान कर चुके हैं।

चार साल बाद कमबैक कर खुश हैं दीपिका

चार साल के अंतराल के बाद दीपिका कक्कड़ सेलिब्रिटी मास्टरशेफ के साथ टेलीविजन पर वापसी कर रही हैं। चार साल के अपने कमबैक पर दीपिका काफी खुश हैं। दीपिका ने एक इंटरव्यू में कहा कि कुकिंग मेरे बचपन का पैशन रहा है। अभिनेत्री ने बताया कि वह इस शो में आकर अपने बचपन के सपने को पूरी खुशी के साथ पूरा कर रही हैं। दीपिका ने यह भी कहा कि कुकिंग शो के प्रोमो वायरल होने के बाद उन्हें फैंस का खूब प्यार मिल रहा था। दीपिका का मानना है कि इससे अच्छा कमबैक उनका नहीं हो सकता था।

इमरजेंसी के लिए थिएटर चुनना एक गलती थी

कई विवादों के कारण फिल्म की रिलीज में देरी झेलने के बाद कंगना रनौत की निर्देशन में बनी फिल्म इमरजेंसी आखिरकार अब सिनेमाघरों में रिलीज होने के लिए तैयार है। प्रशंसक एक बार फिर कंगना को स्क्रीन पर देखने के लिए उत्साहित हैं। हालांकि, कंगना अब फिल्म को सिनेमाघरों में रिलीज के एक गलती बता रही हैं और उनका मानना है कि ओटीटी पर उन्हें एक बेहतर डील मिल सकती थी। आइए जानते हैं कि अभिनेत्री ने और क्या कहा है।

ओटीटी पर बेहतर डील मिल सकती थी

हाल ही में, एक साक्षात्कार में कंगना से फिल्म की रिलीज में देरी को लेकर पूछा गया। इस पर अभिनेत्री ने कहा, मैं डरी हुई थी। मुझे लगा कि इसे सिनेमाघरों में रिलीज करना गलत फैसला था। मुझे लगा कि मुझे ओटीटी पर बेहतर डील मिल सकती थी। मुझे तब सेंसरशिप से भी नहीं गुजरना पड़ता और मेरी फिल्म को इतने विवादों से होकर नहीं गुजरना पड़ता। मुझे नहीं पता था कि सेंसर बोर्ड क्या-क्या हटा देंगे और हमें रखने देंगे।

अभिनेत्री ने की हैं ये गलतियां

अभिनेत्री ने आगे यह भी बताया कि उन्हें किन चीजों को लेकर पछतावा है। कंगना ने कहा, मुझे लगता है कि फिल्म को बनाने में मैंने कई गलतियां की हैं। सबसे पहली गलती थी फिल्म का निर्देशन करना। मैंने इस चीज को अपने लिए अच्छा समझा कि अब हमारे पास कांग्रेस की सरकार नहीं है तो फिल्म को लेकर कोई दिक्कत नहीं आएगी। आज तक किसी ने वह फिल्म नहीं देखी है और उस समय, उन्होंने सभी प्रिंट जला दिए थे। इसके अलावा, किसी ने श्रीमती गांधी के बारे में फिल्म नहीं बनाई।

इस बात का अभिनेत्री को है पछतावा

अभिनेत्री ने आगे यह भी बताया कि उन्हें किन चीजों को लेकर पछतावा है। कंगना ने कहा, मुझे लगता है कि फिल्म को बनाने में मैंने कई गलतियां की हैं। सबसे पहली गलती थी फिल्म का निर्देशन करना। मैंने इस चीज को अपने लिए अच्छा समझा कि अब हमारे पास कांग्रेस की सरकार नहीं है तो फिल्म को लेकर कोई दिक्कत नहीं आएगी। आज तक किसी ने वह फिल्म नहीं देखी है और उस समय, उन्होंने सभी प्रिंट जला दिए थे। इसके अलावा, किसी ने श्रीमती गांधी के बारे में फिल्म नहीं बनाई। बता दें कि कंगना रनौत, अनुपम खेर , श्रेयस तलपदे, अशोक छाबड़ा, महिमा चौधरी, मिलिंद सोमन, विशाक नायर और सतीश कौशिक की मुख्य भूमिकाओं वाली इमरजेंसी 17 जनवरी को स्क्रीन पर आएगी।

मैं खुद को साधारण एक्टर मानता हूं, कोई तीसमार खां नहीं

बॉलिवुड में हर रंग की भूमिका अदा कर चुके अभिनेता श्रेयस तलपड़े थिएटर और मराठी फिल्मों की पृष्ठभूमि लेकर आते हैं। अपनी दमदार आवाज से पुष्पा वन ही नहीं बल्कि पुष्पा 2 के साथ-साथ टमुफासान्द लायन किंग से भी दर्शकों का दिल जीतने वाले श्रेयस का मानना है कि निर्देशकों और किरदारों के मामले में वे भाग्यशाली रहे हैं। जल्द ही वो इमरजेंसी में पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी की भूमिका में दिखेंगे।

आप एक समर्थ एक्टर हैं, मगर आपको लगता है कि आपकी प्रतिभा का अब तक पूरा-पूरा इस्तेमाल नहीं हुआ है?

अगर दर्शकों को या मेरे चाहने वालों को ऐसा लगता है, तो ये अच्छी बात है। एक एक्टर के लिए तो ये सुखद पहलू है, अगर लोगों को लगता है कि उसका निचोड़ आना अभी बाकी है। मुझ जैसा अभिनेता हमेशा अपने क्राफ्ट को संवारने में यकीन करता है। व्यक्तिगत तौर पर मुझे लगता है कि मैं बहुत बड़ा तीसमार खां नहीं हूं। मैं पूरी ईमानदारी से निर्देशक के विजन का पालन करता हूं. मगर आज के दौर के कई अभिनेता अपने क्राफ्ट पर उतनी मेहनत नहीं करते। जैसे हम खास तौर थिएटर में होमवर्क में आवाज, पोश्चर, अंदाज और लुक पर मेहनत करते थे, आज मुझे उसकी कमी नजर आती है। आज कल जो कहते हैं न, अंडर प्ले करो उसका मतलब कोई नहीं जानता। उन्हें ऐसा लगता है, कम आवाज में बिना मुंह खोले बोलेंगे, तो अंडर प्ले होगा, जो सबसे बड़ी बकवास है। मुझे लगता है कलाकार होने के नाते हमें अपने क्राफ्ट पर काम करते जाना है।

सालों पहले आप ओम शांति ओम में शाहरुख खान के साथ नजर आए थे और हाल हाल ही में आपने मुफासान्द लायन किंग में टिमोन के किरदार को आवाज दी, जिसमें शाहरुख, आर्यन और अबराम की भी आवाजें थीं?

बहुत मजा आया। क्योंकि ये सारे आइकॉनिक किरदार हैं। 25 -30 सालोंसे हम इन चरित्रों को देखते सुनते आए हैं। उन किरदारों को हिस्सा बनना बहुत बड़ी बात रही। वाकई शाहरुख खान के साथ एक बड़ी लंबी असोसिएशन रही है और खुशी की बात है कि इस यात्रा में अबराम भी जुड़े, मगर इतना जरूर कहना चाहूंगा कि शाहरुख जितने बड़े कलाकार हैं, उतने ही कमाल के इंसान भी। हमारी ज्यादा मुलाकातें नहीं होतीं, मगर आज भी हम जब मिलते हैं, ओम और पप्पू (ओम शांति ओम के किरदार) की तरह मिलते हैं। मुझसे ज्यादा उन्होंने रिश्तों को मेंटेन किया है। जिन -जिन लोगों के साथ उन्होंने काम किया है, उन पर गहरा प्रभाव छोड़ा है।

पुष्पा के बाद पुष्पा 2 में भी आप अल्लू अर्जुन की आवाज बन कर छा गए।

मैं इसका पूरा श्रेय नहीं ले सकता। ये तो टीम वर्क था, जिसमें एक्टर-डायरेक्टर और पूरे क्रू ने मेहनत की। हां, मेरी कोशिश यही थी कि मैं पुष्पा याने अल्लू अर्जुन की आवाज बनूं। ये लोगों तक पहुंची। मुझे बहुत प्यार मिला इस फिल्म से। और बेहद खुशी है कि पुष्पा 2 में ही मेरी आवाज को सराहा गया। लायन किंग में मेरी डबिंग के बाद ही मुझे पुष्पा की आवाज बनने का मौका मिला।

आप इमरजेंसी में पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी का किरदार निभा रहे हैं। आपसे पहले पंकज त्रिपाठी ने भी इसे अदा किया।

मैंने पंकज त्रिपाठी अभिनीत मैं अटल हूं नहीं देखी। मैं वो फिल्म देख कर उनसे इंफ्लुएंस नहीं होना चाहता था। मेरे जहन में एक चीज थी कि मेरी निर्देशक (कंगना रनौत) के मन में इस कहानी को लेकर एक कन्विक्शन थी और मैं उसी के अनुसार इस किरदार को निभाना चाहता था। मुझे डर था कि मैं कहीं उस किरदार को कैरिकेचरिस्ट न कर दूं, क्योंकि हमारी जनरेशन ने उन्हें काफी देखा है, उनको मिमिक किया है, तो कोई भी अगर अटल जी को निभा रहा है, तो उसका कैरिकेचरिस्ट होने की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता। मेरे साथ एक अच्छी बात ये भी थी कि हम जो दौर दिखा रहे हैं, वो उनकी यंग ऐज है, तो मैंने उसी दौर के हिसाब से किरदार को बुना।

आपने सालों पहले ओम शांति ओम में फराह खान जैसी महिला निर्देशक के साथ काम किया था और अब आप डायरेक्टर के रूप में कंगना रनोत के संग आए, दोनों निर्देशकों में आपने क्या अंतर पाया?

मेरे हिसाब से निर्देशक, निर्देशक होता है। उसका औरत या मर्द होने से कोई ताल्लुक नहीं होता। आप सेट पर पहले ही दिन तय कर लेते हैं कि इस निर्देशक की सुननी है या नहीं। आपको पता चल जाता है कि ये निर्देशक कितनी तैयारी के साथ आया है। फराह खान की स्टोरी टेलिंग और फिल्म मेकिंग का अंदाज अलग है, मगर वे सेट पर पूरी तैयारी के साथ आती हैं। ठीक उसी तरह कंगना मैम भी सेट पर अपनी तैयारी के साथ चाक चौबंद होकर आती थीं। सेट पर अटल जी को लेकर मुझसे ज्यादा प्रेपरेशन उन्होंने किया था। निर्देशक महिला हो या पुरुष, उसकी तैयारी परिपूर्ण होनी चाहिए।

रामलला की अराधना : -

उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने अयोध्या धाम में श्री राम जन्मभूमि मंदिर में भगवान श्री रामलला के श्री विग्रह की प्राण-प्रतिष्ठा की प्रथम वर्षगांठ के उपलक्ष्य में आयोजित 'प्रतिष्ठा-द्वादशी' कार्यक्रम में सम्मिलित होकर पूजा-अर्चना की। मुख्यमंत्री ने राम मंदिर में पूजा अर्चना की और साधु-संतों से भेंट भी की।

बंद कमरे में जहरीले धुएं से दम घुटने से दो युवकों की मौत

नोएडा (चेतना मंच)। सेक्टर-70 स्थित बसई गांव में एक किराए के कमरे में जहरीले धुएं से दम घुटने के कारण दो युवकों की मौत हो गई। मृतकों की पहचान 22 वर्षीय उपेंद्र और 23 वर्षीय शिवम के रूप में हुई है, जो छोले-कुल्चे और भटूरे की ठेली लगाकर अपना गुजारा करते थे।

पुलिस के अनुसार, दोनों युवकों ने रात को छोले पकाने के लिए गैस का चूल्हा जलाया और सो गए। गैस पूरी रात जलती रही, और छोले जलने से कमरे में जहरीला धुआं भर गया। बंद कमरे में ऑक्सीजन की कमी और कार्बन मोनोऑक्साइड की अधिकता के कारण दोनों का दम घुट गया।

सूचना मिलते ही थाना फेज-3 की पुलिस मौके पर पहुंची और दरवाजा तोड़कर दोनों को बाहर निकाला। उन्हें तुरंत जिला अस्पताल, सेक्टर-39 ले जाया गया, जहां डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। पुलिस ने शवों को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है।

नोएडा सेंट्रल जोन के एसीपी राजीव गुप्ता ने बताया कि मृतकों के शरीर पर चोट के कोई निशान नहीं हैं। प्रारंभिक जांच में यह स्पष्ट हुआ है कि कमरे में भरे धुएं और ऑक्सीजन की कमी के कारण दोनों की मौत हुई है। घटना का सही कारण पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने के बाद ही पता चलेगा।

पुलिस ने इस घटना को दुर्भाग्यपूर्ण बताते हुए लोगों से अपील की है कि बंद कमरों में गैस उपकरणों का इस्तेमाल करते समय विशेष सावधानी बरतें और वेंटिलेशन का ध्यान रखें।

अधिकारियों एवं कर्मचारियों का प्रकृति परीक्षण संपन्न

नोएडा (चेतना मंच)। भारत के प्रकृति प्रशिक्षण अभियान के तहत आज गौतम बुद्ध नगर के क्षेत्रीय आयुर्वेदिक एवं यूनानी अधिकारी डॉ. धर्मेंद्र कुमार केम के मार्गदर्शन में एक विशेष स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम आईटीबीपी (इंडो-तिब्बतन बॉर्डर पुलिस) रेफरल अस्पताल, सूरजपुर में आयोजित हुआ, जिसमें आयुर्वेद विभाग के चिकित्सा अधिकारियों ने 230 अधिकारियों और कर्मचारियों का प्रकृति परीक्षण किया।

इस अभियान में आयुर्वेद विभाग की डॉक्टर दीपिका, डॉक्टर कविता, डॉक्टर अंशु और डॉक्टर आयुषी ने प्रमुख भूमिका निभाई। उन्होंने प्रतिभागियों का परीक्षण कर उन्हें आयुर्वेद के आधार पर उनके स्वास्थ्य से संबंधित मार्गदर्शन प्रदान किया।

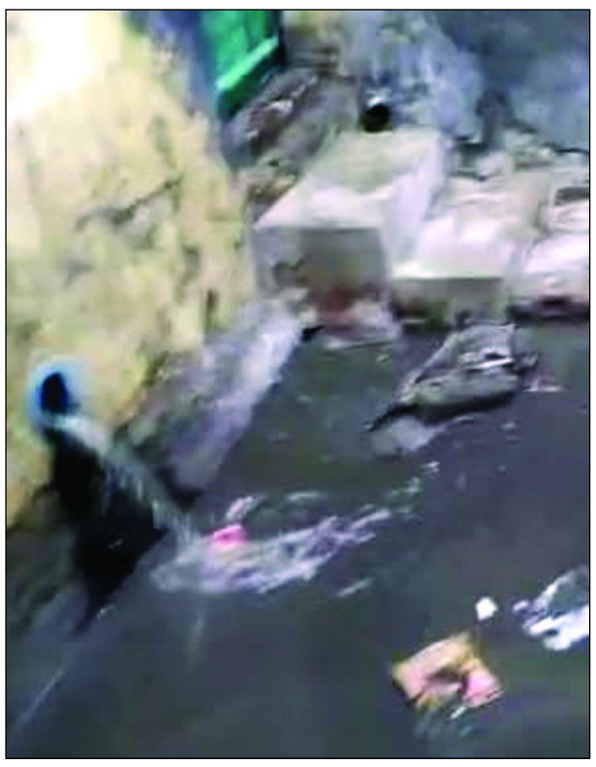
क्षेत्रीय आयुर्वेदिक एवं यूनानी अधिकारी डॉ. धर्मेंद्र कुमार केम ने जानकारी देते हुए बताया कि इस अभियान का उद्देश्य आयुर्वेदिक पद्धति के माध्यम से लोगों को उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना है। उन्होंने बताया कि प्रकृति परीक्षण के जरिए प्रत्येक व्यक्ति के शारीरिक प्रकार (वात, पित्त, कफ) का अध्ययन किया गया, जिससे उन्हें उनके अनुकूल खान-पान और जीवनशैली अपनाने की सलाह दी गई।

भारत का प्रकृति प्रशिक्षण अभियान का मुख्य उद्देश्य आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति को बढ़ावा देना और लोगों को प्राकृतिक उपचार के प्रति जागरूक करना है।

इस प्रकार के परीक्षण लोगों को अपनी प्रकृति के अनुसार जीवनशैली सुधारने और

स्वस्थ जीवन जीने में सहायता करते हैं। कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए आईटीबीपी प्रशासन और आयुर्वेद विभाग की टीम की सराहना की गई।

गांव में गंदगी से हो रहा है बुरा हाल



नोएडा (चेतना मंच)। सेक्टर-86 स्थित इलाहाबास गांव में नालियों व रास्तों की नियमित साफ सफाई न होने की वजह से हर तरफ गंदगी फैली हुई है। ग्रामीणों ने बताया है कि गांव की नालियों व रास्तों की नियमित साफ-सफाई नहीं होने से नालियां जाम पड़ी है जिससे घरों से निकलने वाला गंदा पानी मेन रास्तों पर बह रहा है। रास्ते पर पानी जमा होने के कारण कीचड़ बन गई है जिससे राहगीरों को निकालने में काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। आए दिन कोई ना कोई दुर्घटना घटती रहती है। कई बार अधिकारियों से शिकायत करने के बावजूद भी समस्या का समाधान नहीं हुआ।

ग्रेनो के बाजारों को लिटर पिकिंग मशीन से चमकायेंगे

ग्रेटर नोएडा। ग्रेटर नोएडा के बाजारों से दिन भर कूड़ा उठाने के लिए प्राधिकरण का स्वास्थ्य विभाग लिटर पिकिंग मशीन खरीदने की योजना पर काम कर रहा है। प्राधिकरण इस मशीन का ट्रायल ले रहा है। श्ग्रेटर नोएडा में इसका पहला ट्रायल हुआ है। पायलट प्रोजेक्ट के रूप में एक माह तक ट्रायल चलेगा।

ग्रेटर नोएडा प्राधिकरण के सीईओ एनजी रवि कुमार की मंशा है कि ग्रेटर नोएडा के बाजारों में सफाई व्यवस्था हमेशा दुरुस्त रहे। इससे खरीदारी के लिए आने वाले ग्राहकों अच्छा लगेगा। अभी मैनुअल सफाई होती है। सफाईकर्मी सुबह सफाई करके कूड़ा उठाकर चले जाते हैं। दुकानें उसके बाद खुलती हैं। दुकानदार अपनी दुकानों के आगे पॉलिथीन व अन्य वेस्ट मैटेरियल का फिर से ढेर लगा देते हैं।

सफाईकर्मी अगले दिन फिर कूड़ा उठाकर ले जाते हैं। इस परेशानी को खत्म करने के लिए ग्रेटर नोएडा प्राधिकरण का स्वास्थ्य विभाग लिटर पिकिंग मशीन खरीदने की तैयारी कर रहा है। इस मशीन से दिन भर बाजार से कूड़ा उठाने में मदद मिलेगी। शुक्रवार को ग्रेटर नोएडा प्राधिकरण की एसीईओ श्रीलक्ष्मी वीएस और वरिष्ठ प्रबंधक चेतराम

सिंह, मैनेजर दिव्या चौधरी व संध्या सिंह तथा स्वास्थ्य विभाग की अन्य टीम के समक्ष इस मशीन का ट्रायल शुरू हुआ।

प्राधिकरण पायलट प्रोजेक्ट के रूप में मार्केट में ट्रायल पर इसका इस्तेमाल करेगा, ताकि उसकी खूबियों और खामियों के बारे में ठीक से जानकारी हो सके। उसके बाद ही इस मशीन को खरीदने पर निर्णय लिया जाएगा। यह बैटरी संचालित मशीन है। एक बार बैटरी चार्ज होने पर यह लगभग 10 घंटे चलेगी। इस बारे में ग्रेटर नोएडा प्राधिकरण की एसीईओ श्रीलक्ष्मी वीएस ने बताया कि ग्रेटर नोएडा के बाजारों को चमकाने के लिए प्राधिकरण हर संभव प्रयास कर रहा है। उन्होंने ग्रेटर नोएडावासियों से भी शहर को स्वच्छ बनाने में सहयोग की अपील की है।

उच्च शिक्षा डिजिटल परिवर्तन के युग में : प्रो .झा

नोएडा (चेतना मंच)। शिक्षा मंत्रालय के वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग एवं एमिटी विश्वविद्यालय उत्तर प्रदेश के एमिटी इंस्टीट्यूट ऑफ इंग्लिश स्टडीज एंड रिसर्च द्वारा 'उच्च शिक्षा के लिए भारतीय भाषाओं में डिजिटल संसाधन' विषय पर संयुक्त राष्ट्रीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया।

शिक्षा मंत्रालय के वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग के अध्यक्ष प्रो. गिरीश नाथ झा ने इस अवसर पर कहा कि आरंभिक चरण में अंग्रेजी शिक्षा के अभाव के कारण कई भारतीयों को आनेवाली उच्च शिक्षा में समस्याओं पर ध्यान केंद्रित किया गया। वर्तमान में उच्च शिक्षा डिजिटल परिवर्तन के युग में है। शिक्षण तकनीक और डिजिटल प्लेटफॉर्म अब शिक्षण और सीखने के लिए बेहद महत्वपूर्ण हैं। उन्होंने राष्ट्र की मूल भाषाओं में तकनीकी और वैज्ञानिक शब्दावली में प्रशिक्षण बढ़ाने की आवश्यकता पर भी जोर दिया।

एमिटी इंस्टीट्यूट ऑफ इंग्लिश स्टडीज एंड रिसर्च के निदेशक प्रो. शान्तनु घोष ने कहा कि इस संगोष्ठी का उददेश्य भारतीय भाषाओं में मातृभाषा शिक्षा के लिए विशेष रूप से उपलब्ध वर्तमान डिजिटल संसाधनों और उपकरणों को सूचीबद्ध करना या उस उद्देश्य के लिए उनका लाभ उठाया जा सकता है, जिसमें भाषा-विशिष्ट पाठ्य पुस्तकें, शब्दावलियां और शब्दकोश, स्व-अध्ययन सहायक सामग्री और शिक्षक शिक्षण सामग्री शामिल हैं को जानना है।

इस कार्यक्रम में कई विशेषज्ञों जैसे अलीगढ मुस्लिम विश्वविद्यालय के भाषा विज्ञान विभाग के प्रमुख. एम जे वारसी, सी-डैक, पुणे के प्रिंसिपल टेक्नीकल ऑफिसर डॉ. सुधीर कुमार मिश्रा, आईआईटी बाम्बे के डिपार्टमेंट ऑफ हयुमिनिटीज एंड सोशियल सांइसेस के प्रो मल्हार कुलकर्णी, डिजिटल इंडिया-भाषाई प्रभाग के सीईओ श्री अमिताभ नाग और नोएडा इंटरनेशनल विश्वविद्यालय की डीन अकादमिक प्रो. तान्या सिंह ने अपने विचार रखे।