

# झारखण्ड से प्रकाशित सर्वाधिक लोकप्रिय दैनिक

# बिहार ऑब्जरवर



## सीएम हेमंत सोरेन के अपील के बाद चंद्रशेखर अग्रवाल के पक्ष में चली आंधी फ्री बीज बांट रहे राज्यों पर नाराज हुए सीजेआई

भाजपा के केन्द्रीय मंत्री रीता वर्मा और सांसद पी.एन.सिंह ने एक ओवरब्रिज नहीं दिलवा सके : मथुरा प्रसाद महतो

मुफ्त की रेविडियां बांटने की जगह रोजगार दें

धनबाद (बिहार) : झारखण्ड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने आज बलियापुर में पूर्व विधायक आनंद महतो के पुत्र डॉ. युद्धदेव महतो को श्रद्धांजलि देने के बाद बलियापुर हवाई अड्डे में सिराहा विधायक चंद्रशेखर अग्रवाल, सिराहा विधायक अरुण चटर्जी और जेएनएम एवं एएससी के पदाधिकारियों से अपील करते हुए कहा कि इस बार जेएनएम ने मेयर प्रत्याशी के रूप में चंद्रशेखर अग्रवाल को उतारा है। उन्होंने कहा कि धनबाद नगर निगम क्षेत्र के लोगों भवदाता भाजपा के झूठे आवासनों पर ध्यान न दें नगर निगम धनबाद का बजट केंद्र सरकार नहीं देती है। जनता के टैक्स से नगर निगम का विकास होता है। उन्होंने कहा कि इस बार 2025-26 का बजट 4.24 करोड़ का है जिससे धनबाद का विकास होगा। यह राजस्व धनबाद के टैक्स और मिलने वाले रॉन्टडी तथा अन्य संपत्तियों से प्राप्त होता है। उन्होंने कहा कि चंद्रशेखर अग्रवाल के विकास कार्य को देख कर ही झारखण्ड मुक्ति मोर्चा ने उन्हें अपना समर्थन दिया है। उन्होंने कहा कि धनबाद में भाजपा की पहचान चंद्रशेखर अग्रवाल के विकास से



नहीं है। मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन के साथ-साथ मुख्यमंत्री की धर्मपत्नी मुख्यमंत्री की धर्मपत्नी (सीजेआई) सुर्वकांत ने चुनाव के दौरान प्रीबीज बांट रहे राज्यों को कड़ी फटकार लगा दी है। सुबहार को पुरुष के नाम से चर्चित चंद्रशेखर अग्रवाल के पक्ष में मतदान करें। नहीं झारखण्ड विधानसभा के मुख्य सचिवक मथुरा प्रसाद महतो बिहार ऑब्जरवर के सम्पादक गोपेश मिश्रा से बातचीत करते हुए कहा कि इस बार धनबाद नगर निगम अपना नया इतिहास लिखने जा रहा है। उन्होंने कहा कि भाजपा के केन्द्रीय मंत्री रीता वर्मा रही, पी.एन.सिंह 3 बार सांसद रहे, दर्द दुबे सांसद रहे लेकिन धनबाद को एक ओवरब्रिज नहीं बनवा सके और झूठा विकास की बातें कर जनता को भ्रमण सुना रहे हैं। उन्होंने कहा कि भाजपा प्रत्याशी संजीव कुमार जनता नहीं जानती और ही समाजसेवा का काम किया है। उन्होंने कहा कि कुछ भाजपाई मिर्चों को कमल बता रहे हैं। यह कैसे हो सकता है। जबकि दलीय आधार पर चुनाव नगर निगम का नहीं हो रहा है।

नई दिल्ली (इंफोएस): भारत के मुख्य न्यायाधीश (सीजेआई) सुर्वकांत ने चुनाव के दौरान प्रीबीज बांट रहे राज्यों को कड़ी फटकार लगा दी है। सुबहार को पुरुष के नाम से चर्चित चंद्रशेखर अग्रवाल के पक्ष में मतदान करें। नहीं झारखण्ड विधानसभा के मुख्य सचिवक मथुरा प्रसाद महतो बिहार ऑब्जरवर के सम्पादक गोपेश मिश्रा से बातचीत करते हुए कहा कि इस बार धनबाद नगर निगम अपना नया इतिहास लिखने जा रहा है। उन्होंने कहा कि भाजपा के केन्द्रीय मंत्री रीता वर्मा रही, पी.एन.सिंह 3 बार सांसद रहे, दर्द दुबे सांसद रहे लेकिन धनबाद को एक ओवरब्रिज नहीं बनवा सके और झूठा विकास की बातें कर जनता को भ्रमण सुना रहे हैं। उन्होंने कहा कि भाजपा प्रत्याशी संजीव कुमार जनता नहीं जानती और ही समाजसेवा का काम किया है। उन्होंने कहा कि कुछ भाजपाई मिर्चों को कमल बता रहे हैं। यह कैसे हो सकता है। जबकि दलीय आधार पर चुनाव नगर निगम का नहीं हो रहा है।



मुफ्त की रेविडियां देते को लेकर विस्तीर्ण समझदारी पर भी सवाल उठाए हैं। सीजेआई का कहना है कि राज्यों को मुफ्त की रेविडियां या डोलेस बांटने के बजाय रोजगार पैदा करने को प्राथमिकता देनी चाहिए। सीजेआई ने चेतावनी है कि विकास पर अब कम खर्च हो रहा है। उन्होंने कहा, अगर आप मुफ्त खाना... मुफ्त साइकिल... मुफ्त बिजली दें... और अब तक कीया सैश ट्रांसफर हो रहा है। सुप्रीम कोर्ट बेंच ने कहा है कि कई राज्य राजस्व घाटे >> 8

### सीएम हेमंत के निर्देश के बाद विधायक कल्पना सोरेन, विधायक चंद्रदेव महतो, विधायक अरुण चटर्जी उतरे चंद्रशेखर अग्रवाल के समर्थन में

धनबाद (बिहार) : झारखण्ड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने आज बलियापुर में पूर्व विधायक आनंद महतो के पुत्र डॉ. युद्धदेव महतो को श्रद्धांजलि देने के बाद बलियापुर हवाई अड्डे में सिराहा विधायक चंद्रशेखर अग्रवाल, सिराहा विधायक अरुण चटर्जी और जेएनएम एवं एएससी के पदाधिकारियों से अपील करते हुए कहा कि इस बार जेएनएम ने मेयर प्रत्याशी के रूप में चंद्रशेखर अग्रवाल को उतारा है। उन्होंने कहा कि धनबाद नगर निगम क्षेत्र के लोगों भवदाता भाजपा के झूठे आवासनों पर ध्यान न दें नगर निगम धनबाद का बजट केंद्र सरकार नहीं देती है। जनता के टैक्स से नगर निगम का विकास होता है। उन्होंने कहा कि इस बार 2025-26 का बजट 4.24 करोड़ का है जिससे धनबाद का विकास होगा। यह राजस्व धनबाद के टैक्स और मिलने वाले रॉन्टडी तथा अन्य संपत्तियों से प्राप्त होता है। उन्होंने कहा कि चंद्रशेखर अग्रवाल के विकास कार्य को देख कर ही झारखण्ड मुक्ति मोर्चा ने उन्हें अपना समर्थन दिया है। उन्होंने कहा कि धनबाद में भाजपा की पहचान चंद्रशेखर अग्रवाल के विकास से

कौन किटना विकास कर सकता है। उन्होंने कहा कि अब 4 किलो मुफ्त अनाज के झाले में जनता नहीं आने वाली। उन्होंने कहा कि मईयां योजना में करोड़ों महिलाओं को 2,400 रुपये दे रहे हैं। हमारी कर्मनी और कर्मनी में फर्क

### पीएम मोदी ने रामकृष्ण को स्वामी कह संबोधित किया

ममता का आरोप-बंगाल की सांस्कृतिक परंपरा के खिलाफ कोलाकाता (इंफोएस): पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी पर तीव्र हमला बोला है। सीएम ममता ने आरोप लगाया कि पीएम मोदी ने रामकृष्ण परमहंस के जन्मदिन पर उन्हें स्वामी रामकृष्ण परमहंस कहकर संबोधित किया, जो बंगाल की सांस्कृतिक परंपरा के खिलाफ है और महान संत के प्रति सांस्कृतिक अविद्वेषशीलता को दिखाता है। ममता बनर्जी ने पोस्ट पर अपनी नाराजगी जताकर कहा कि यह अहंतापूर्ण और अनुचित संबोधन है। उन्होंने स्पष्ट किया कि बंगाल में रामकृष्ण परमहंस को व्यापक रूप से ठाकुर या श्री रामकृष्ण के रूप में पूजा जाता है। ममता ने कहा कि परमहंस के देहात के बाद उनके तपस्वी शिष्यों ने रामकृष्ण मठ और विधान का गठन किया था, जिन्हें भारतीय परंपरा के अनुसार स्वामी कहा गया। लेकिन स्वयं आचार्य या गुरु को बंगाल की संस्कृति और परंपराओं की समझ की कमी बताकर अनुचित बताया। दखलान, पीएम मोदी ने गुजरात को रामकृष्ण परमहंस की जयंती पर भावमयी श्रद्धांजलि अर्पित की। उन्होंने हिंदी में पोस्ट किया कि स्वामी रामकृष्ण परमहंस की जयंती >> 8

### बीजापुर में सुरक्षाबलों की कार्रवाई मुठभेड़ में 5 नक्सली ढेर

रायपुर (इंफोएस): बीजापुर जिले में सुरक्षाबलों और नक्सलियों के बीच एक बड़ी मुठभेड़ हुई है। इस मुठभेड़ में पांच नक्सलियों के मारे जाते की खबर है। यह कार्रवाई जिले में चल रहे नक्सल विरोधी अभियान का महत्वपूर्ण हिस्सा है। जंगल क्षेत्र में नक्सलियों ने पहले सुरक्षाबलों पर गोलीबारी शुरू की थी। इसके जवाब में जवानों ने भी तुरंत मोर्चा बंगाला और जवाबी कार्रवाई की। दोनों ओर से हुई भीषण मुठभेड़ में पांच नक्सली मौके पर ही ढेर हो गए। सुरक्षाबलों को इस अभियान में बड़ी सफलता मिली है। 2,24 नक्सली ठिकानों और अंकों को ध्वस्त करने की भी जानकारी मिल रही है। इस दौरान सुरक्षा बलों ने भारी मात्रा में विस्फोटक सामग्री भी बरामद की है। यह कार्रवाई नक्सलियों के नेटवर्क को कमजोर करने में सहायक सिद्ध हो रही है। नक्सलियों की मौजूदगी की मिली थी सूचना सुरक्षाबलों को बीजापुर के जंगल क्षेत्र में

### 21वीं सदी में भारत दुनिया की सबसे बड़ी एआई शक्तियों में से एक बनकर उभरेगा : मुकेश अंबानी

नई दिल्ली (इंफोएस): रिलायंस इंडस्ट्रीज के चेयरमैन और मैनेजिंग डायरेक्टर मुकेश अंबानी ने गुजरात को इंडिया एआई समिट में कहा कि ये समिट भारत के एआई इतिहास में एक अग्रिम और निर्णायक पल है। उनके मुताबिक, यह समिट देश को आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के क्षेत्र में नई दिशा और तेज रफ्तार देने वाला है। इससे भारत दुनिया में एआई के क्षेत्र में बड़ी भूमिका निभा सकता है। 21वीं सदी में भारत दुनिया की सबसे बड़ी एआई शक्तियों में से एक बनकर उभरेगा। इसके बाद उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का एआई पावर भारत का विज्ञान सिर्फ भारत के लिए नहीं, बल्कि ग्लोबल साइप के देशों के लिए भी एक मॉडल बनेगा। उनका मानना है कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस केवल एक और नई तकनीक नहीं है, बल्कि इंसान अब इंसानों जैसी सोचने और समझने वाली प्रणालियां बना रहा है। रिलायंस के चेयरमैन अंबानी ने एआई को हर क्षेत्र को शक्ति देने वाला मंत्र बताया, जो कामकाज की क्षमता और दक्षता को कई गुना बढ़ा सकता है। उन्होंने एआई की तुलना अक्षयपात्र कर कहा कि यह ऐसी शक्ति है जो असीमित दक्षता और संभावनाएं प्रदान कर सकती है। मुकेश अंबानी ने कहा कि क्या हमें अलग-अलग राष्ट्रों की तरह काम करना चाहिए या एकजुट वैश्विक परिवार की तरह? अगर एआई यह अक्षमता और बढ़ेगी। लेकिन एक ऐसा भविष्य भी संभव है जहां एआई सभी के लिए उपलब्ध हो। मुकेश अंबानी ने कहा कि >> 8

## धार्मिक एवं सांस्कृतिक महत्व के

# बाहा परब

PR 373349 (IPRD) 25-26

मुख्य अतिथि

### श्री हेमन्त सोरेन

माननीय मुख्यमंत्री, झारखण्ड

दिनांक: 20 फरवरी (शुक्रवार)  
समय: पूर्वाह्न 11:00 बजे  
स्थान: अरांग बुरु, पारसनाथ, प्रिस्टीड

सूचना एवं जनसम्पर्क विभाग, झारखण्ड

# संपादकीय

# रेलवे की सुविधाएं और दावे पर चिंता

भारतीय रेलवे के बारे में अक्सर यह दावा किया जाता है कि इसके समग्र संचालन को अंतरराष्ट्रीय स्तर की सेवा के समकक्ष बनाया जाएगा। मगर कठिनता यह है कि हदमती, सफर के दौरान निर्धारित समय पर गंतव्य तक पहुंचने से लेकर ट्रेन के भीतर सफर-समय और खानपान के मामले में कई बार स्थिति बेहद दयनीय और खराब दिखती है।

अंडाना इससे लगाव जा सकता है कि जिन ट्रेनों को विशेष सुविधा बताया जाता है, उनमें परंपरा गंगा धौनज भी अक्सर खराब दिखती जाता है और यात्री ठोसे रह जाते हैं। खबरे में मुताबिक, हर रोज पैंतीस से ज्यादा लोग रेलवे के खराब खाने को लेकर शिकायत करते हैं।

खाने में तिलचट, दूध से कड़वा आसबा वस्तुओं के मिलने को शिकायतें लगातार आ रही हैं।

आ रही हैं। साथ ही, धौनज की मात्रा और तब कीमतों से ज्यादा राशि वसूलने की समस्या आम देखा जा सकती है। स्थिति है कि अगर उच्च गुणवत्ता और सेवा का दावा करके खाने-पीने के मामले में भी लोगों को परेशानी डोलनी पड़ रही है, तो उसे कैसे देखा जाएगा।

सफर के दौरान यात्री थोड़ी सुविधा के लिए ट्रेन में मिलने वाला खाना पैसा चुका कर लेना चाहते हैं। कई ट्रेनों में सफर के दौरान टिकट के साथ खाने-पीने के सामान के लिए राशि चुकाने का भी विकल्प है। मगर विडंबना यह है कि पूरी कीमत चुकाने के बावजूद कई लोगों की थाली में ऐसा खाना होता है, जिसे खाना नहीं जा सकता।

ट्रेनों में मिलने वाले खराब खाने को लेकर आर.टी.एन. शिकायतें आती रहती हैं और कई बार क्विबंद भी होते हैं। ऐसे खबरे भी सामने आं



जिनमें धौनज के खराब होने पर आपत्त जताने पर ट्रेनों में मौजूद कर्मियों ने यात्री से दुर्द्वारेदार किया।

दौरान खाने-पीने के सामान की खराब गुणवत्ता के संबंध में 6,645 शिकायतें मिलीं। जबकि 2021 से अगले चार वर्षों में रेलवे को इस तरह की कुल 19,174 शिकायतें मिलीं। ऐसे भी मामले होंगे, जिनमें किसी यात्री को खराब धौनज मिला, लेकिन उसने औपचारिक शिकायत नहीं की। हालांकि रेल महकमे में कहने को एक ढंका है, जिसके तहत गुणवत्ता में सुधार के लिए डिजाइन किए गए रसों में खाना बनाने और ट्रेनों तक पहुंचाने से लेकर खाना बनाने पर नियामकी, खाद्य सुरक्षा पर्यवेक्षक की तैनाती और अच्छी सामग्री का उपयोग सुनिश्चित करने का दावा किया जाता है।

इसके अलावा, अगर खाने में अस्पष्टता या मिलावट पाई जाती है, खाना खराब है, तो यात्री शिकायत करते हैं। कई मामलों में कार्रवाई भी

होती है, जिसमें जुमाना लगाना, अनुशासनात्मक कार्रवाई, कार्रवाई करना और चेतावनी देना शामिल है।

खराब खाने की शिकायत के बाद धौनज की आपूर्ति करने वाले पर जुमाना लगाने की खबरे आती हैं, लेकिन कुछ समय बाद फिर सच पतले की तरह फलता रहता है। मसाले हैं कि रेल मंत्रालय इसमें सुधार को लेकर कोई ठोस कदम नहीं उठाए कि ट्रेनों में मिलने वाले धौनज की स्वच्छता और गुणवत्ता को लेकर यात्री पूरा तह आरखत हैं। और रेलवे के लिए अपने तब के तहत रेलवे खाने भूयस कराना सौभ नहीं है, तो ट्रेनों में खाना देने का ठेका अलग-अलग कर्माचारियों को देने और उतमें बेहतर गुणवत्ता के लिए प्रतिस्पर्धा को व्यवस्था बनाने की कोशिश क्यों नहीं की जाती?

## आतंक का जवाब दिया मगर वादा भूल गए



पिछले वर्ष अप्रैल में फर्रुखगंज में हुए आतंकी हमले में 26 लोगों की मौत ने पूरे देश को झकझोर दिया था। इस वादावत को देश की संसभला पर हमले से जोड़कर देखा गया और बाद में जनबांधी कावर्ग के रूप में 'आपरेशन मिस्ट्री' चलाया गया, जिसमें तहत सीमा पर पाकिस्तान की भर्तों पर कई आतंकी दिकानों को ध्वस्त कर दिया गया। भारत का यह जवाब काबिल-ए-तारीफ है, लेकिन सवाल है कि सरकार को और से इतरी तरह की इच्छाशक्ति फर्रुखगंज हमले में जान गंजाने वालों के परिवारों की सूप लेने में नजर क्यों नहीं आ रही है? इस हमले में माराटुट के पुणे जिले के निवासी संतोष जगदाले की भी गोली लगने से मौत हो गई थी। यह राज्य सरकार ने संतोष की बेटी अमसारी जगदाले को सरकारी नौकरी देने का वादा किया था, जो आज तक पूरा नहीं हो पाया है। इसे सरकार की अन्देशी या लापरवाही नहीं तो और क्या कहा जाएगा कि इस पीढ़ी परिवार को अब गंभीर आर्थिक संकट से जूझना पड़ रहा है। यह वादा छिपी हुई है कि देश में सरकारी तंत्र की गांधी विना भकके के आसानी से आगे नहीं बढ़ पाया है। अक्सर देखने में आता है कि शासन के तंत्र पर जब कोई बयान्य विरोध दिया जाता है, तो वह कई दिनों तक सरकारी दफ्तरों के कामगारों में उद्वेग रहता है। फर्रुखगंज हमले में जान गंजाने वाले संतोष जगदाले की बेटी अमसारी के मामले में भी स्थिति इससे अलग नहीं है। सरकारी की ओर से संवेदना व्यक्तप उर्दे नौकरी देने का एलान तो कर दिया गया, लेकिन उस पर आगे की कार्रवाई उर्दे बन्ने में डाल दी गई। अमसारी का कानिना नहीं दिखाने कई स्तर पर इस मामले को उडया, लेकिन कहीं कोई सफ़ाई नहीं दिखाने। धन-कहाब खर उठने में मॉडिया के साथ आमनी परेशानी सझा की, तो सरकारी तंत्र भी तत्काल हरकत में आ गया। राज्य के उम्मेद्वारमी एकनाथ शिंदे के कार्यालय की ओर से कहा गया कि अमसारी को सरकारी महकमे में नियुक्ति देने के आदेश जारी कर दिए गए हैं। इससे शासन-प्रशासन की अस्पष्टदलीला और उदसीलता साफ जाहिर होती है, जिसे दूरस्त करने की आवश्यक है। फर्रुखगंज में दुरिष्ट पर हू, हमले ने पूरे देश को हिलाकत रखा दिया था। इस घटना से पुणे के संतोष जगदाले के परिवार पर भी दुःखों का खडू टूट पड़ा था। इस हमले में संतोष जगदाले की मौत हो गई थी। जिसके बाद उनके परिवार के सदस्यों को नौकरी देने का वादा किया गया था। हालांकि, यह वादा अभी तक पूरा नहीं हुआ है।

## क्या अमेरिका से समझौते की कीमत चुकाएगा बांग्लादेश

अब अगर अमेरिका बांग्लादेश के साथ रक्षा समझौते को आसान बनाते और बढ़ाने के लिए काम करेगा, तो इससे बांग्लादेश की ऊर्जा सुरक्षा के लिए खतरा पैदा हो सकता है। दरअसल, यह समझौता तर्लन भ-धातुओं की खोज, उसे निकालने, उसे तैयार करने, भेजे जाने, वितरित करने और निर्यात करने के लिए अमेरिकी प्रत्यक्ष विदेशी निवेश का रास्ता भी खोलता है। यही नहीं, समझौता यह भी सुनिश्चित करेगा कि बांग्लादेश को साढ़े तीन अरब डालर के अमेरिकी कृषि उत्पाद खरीदने होंगे। इसमें पांच वर्ष तक हर साल कम से कम सात लाख टन गेहूँ, 1.25 बिलियन डालर मूल्य के 2.6 मिलियन टन सोया और सोया उत्पाद और कपास खरीदने होंगे। बांग्लादेश को शुरू में 14 बोर्डिंग एयरक्राफ्ट और 15 साल में 15 बिलियन की तर्लन प्रकृतिगत गैस (एलएनजी) भी खरीदनी होगी। इसके अलावा, अमेरिकी सैन्य साजो-सामान की ज्यादा खरीद करनी होगी और कुछ देशों से रक्षा उपकरण की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी।

एक कहावत है, 'सिर मुड़ाने ही ओले पड़े'। बांग्लादेश के नए प्रधानमंत्री तारिक रहमान पहले देश की समस्याओं से दो-चार हों, या अमेरिका से? यह सवाल सबको परेशान किए हुए है। अंतरिम सरकार और अमेरिका के बीच हुए आपसी व्यापार समझौते ने बांग्लादेश की आर्थिक संरभूता पर सवाल उठाए हैं, खासकर व्यापार, ऊर्जा और सुरक्षा में जुड़ फैसलों में।

मुहम्मद युनुस की मसाला वाली अंतरिम सरकार को फिर कुछ दिनों तक रहना था, अख्तियारिभेदारी केवल चुनाव सुचारू रूप से कानूने तक थी। सुविधा है कि मुख्य सलाहकार अमेरिका से समझौता कैसे कर सकते हैं? तारिक रहमान के शपथ लेने के बाद वो भी मुहम्मद युनुस का नई सरकार से कोई लेना-देना नहीं रह जाते हैं, फिर उन्हीं जल्दवाजी में अमेरिका से व्यापारिक समझौता कैसे कर लिया?

आलोचक कई बायकारों शर्तें वाले प्रावधानों की ओर इशारा करते हैं, जो यह बताते हैं कि अगर बांग्लादेश वॉशिंगटन की शर्तों पर नहीं चला, तो भारी शुल्क फिर से आवंट ही सकते हैं। उदाहरण के लिए, समझौते में डिजिटल कारोबार सुविधा के प्रावधानों को देखा जा सकता है। अमेरिका से हुए समझौते में कहा गया कि अगर बांग्लादेश किसी देश के साथ नया डिजिटल व्यापार समझौता करता है, जो अमेरिका के जरूरी हितों को खारंज में डालता है, तो वॉशिंगटन इस समझौते को खारंज कर सकता है और तकनीकी और वित्तीय सहायता से बने रूपरूप परमाणु ऊर्जा संयंत्र के लिए आगुतं जारी से बने दिक्कत नहीं है, लेकिन भविष्य में किसी भी परमाणु परियोजना पर कड़ी जांच हो सकती है। इस मसले पर बांग्लादेश के कुछ विशेषज्ञों ने भी चिंता जताते हुए कहा कि यह समझौते का सबसे खतरा और विवादािल हिस्सा है, क्योंकि यह हमारी संरभूता पर सवाल उठाता है।

अन्य अमेरिकी बांग्लादेश के साथ रक्षा समझौते को आसान बनाने और बढ़ाने के लिए काम करेगा, तो इससे बांग्लादेश की ऊर्जा सुरक्षा के लिए खतरा पैदा हो सकता है। दरअसल, यह समझौता नृत्न भ-धातुओं की खोज, उसे निकालने, उसे तैयार करने, भेजे जाने, वितरित करने और निर्यात करने के लिए अमेरिकी प्रत्यक्ष विदेशी निवेश का रास्ता भी खोलता है। यही नहीं, समझौता यह भी सुनिश्चित करेगा कि बांग्लादेश को साढ़े तीन अरब डालर के अमेरिकी कृषि उत्पाद खरीदने होंगे। इसमें पांच वर्ष तक हर साल कम से कम सात लाख टन गेहूँ, 1.25 बिलियन डालर मूल्य के 2.6 मिलियन टन सोया और सोया उत्पाद और कपास खरीदने होंगे। बांग्लादेश को शुरू में 14 बोर्डिंग एयरक्राफ्ट और 15 साल में 15 बिलियन की तर्लन प्रकृतिगत गैस (एलएनजी) भी खरीदनी होगी। इसके अलावा, अमेरिकी सैन्य साजो-सामान की ज्यादा खरीद करनी होगी और कुछ देशों से रक्षा उपकरण की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी। इस संदर्भ में देखें तो विशेषज्ञों की यह आशंका समझौता सा सकती है कि यह मुक्त व्यापार के बजाय थोपी जुड़ फैसलों की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी। इस संदर्भ में देखें तो विशेषज्ञों की यह आशंका समझौता सा सकती है कि यह मुक्त व्यापार के बजाय थोपी जुड़ फैसलों की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी। इस संदर्भ में देखें तो विशेषज्ञों की यह आशंका समझौता सा सकती है कि यह मुक्त व्यापार के बजाय थोपी जुड़ फैसलों की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी।



उत्तर-पश्चिम में पचा नदी के किनारे ईश्वरदी उर्जजिला के रूपपुर में बन रहा है। इसी सहयोग से यह बांग्लादेश का पहला परमाणु ऊर्जा संयंत्र होगा। इसकी दो इकाइयों में से पहली इकाई मार्च 2026 में चालू होने की उम्मीद है। समझौते से पता चलता है कि रुमी स्टेट कॉर्पोरेशन रोयोटाम के जरिए रुमी तकनीकी और वित्तीय सहायता से बने रूपरूप परमाणु ऊर्जा संयंत्र के लिए आगुतं जारी से बने दिक्कत नहीं है, लेकिन भविष्य में किसी भी परमाणु परियोजना पर कड़ी जांच हो सकती है। इस मसले पर बांग्लादेश के कुछ विशेषज्ञों ने भी चिंता जताते हुए कहा कि यह समझौते का सबसे खतरा और विवादािल हिस्सा है, क्योंकि यह हमारी संरभूता पर सवाल उठाता है।

अन्य अमेरिकी बांग्लादेश के साथ रक्षा समझौते को आसान बनाने और बढ़ाने के लिए काम करेगा, तो इससे बांग्लादेश की ऊर्जा सुरक्षा के लिए खतरा पैदा हो सकता है। दरअसल, यह समझौता नृत्न भ-धातुओं की खोज, उसे निकालने, उसे तैयार करने, भेजे जाने, वितरित करने और निर्यात करने के लिए अमेरिकी प्रत्यक्ष विदेशी निवेश का रास्ता भी खोलता है। यही नहीं, समझौता यह भी सुनिश्चित करेगा कि बांग्लादेश को साढ़े तीन अरब डालर के अमेरिकी कृषि उत्पाद खरीदने होंगे। इसमें पांच वर्ष तक हर साल कम से कम सात लाख टन गेहूँ, 1.25 बिलियन डालर मूल्य के 2.6 मिलियन टन सोया और सोया उत्पाद और कपास खरीदने होंगे। बांग्लादेश को शुरू में 14 बोर्डिंग एयरक्राफ्ट और 15 साल में 15 बिलियन की तर्लन प्रकृतिगत गैस (एलएनजी) भी खरीदनी होगी। इसके अलावा, अमेरिकी सैन्य साजो-सामान की ज्यादा खरीद करनी होगी और कुछ देशों से रक्षा उपकरण की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी। इस संदर्भ में देखें तो विशेषज्ञों की यह आशंका समझौता सा सकती है कि यह मुक्त व्यापार के बजाय थोपी जुड़ फैसलों की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी। इस संदर्भ में देखें तो विशेषज्ञों की यह आशंका समझौता सा सकती है कि यह मुक्त व्यापार के बजाय थोपी जुड़ फैसलों की खरीद पर सीमा भी लगानी होगी।

## आज का कार्टून

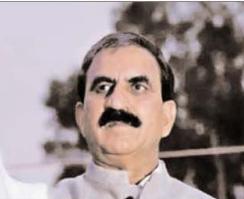


जैसे टेक्स्ट बुक में युद्ध में केवल पाक की जीत बताया है, वैस ही किकेट...

जैसे टेक्स्ट बुक में युद्ध में केवल पाक की जीत बताया है, वैस ही किकेट... भारत से हर के बाद पाकिस्तान में मातम

## अब कड़वे फैसले ही गढ़ेंगे हिमाचल का भविष्य

हिमाचल समेत 17 राज्यों में केंद्र सरकार की विधायक दरिवायल्ले यानी राज्यसभा अन्तून (आर.डी.जी.) खबर के बाद अब वक्त आ गया है, जब राज्य सरकारें आर.डी.जी. से आगे का सोचें, खासकर हिमाचल जैसा छोटा सा राज्य। वित्तीय नज्कारों की समझौते पर वेतनमान काग्रेस सरकार ने सत्ता सभालते ही कुछ फैसलों के कड़वे बूट पी लिए थे, ताकि खजाने में थोड़ा सुधार हो, लेकिन यही काम पूर्व में रही भाजपा या काग्रेस सरकारों ने कर लिया होता तो इस बदहाली की नौबत न आती। खैर, अब आर.डी.जी. बंद हो गई है, पिछली सरकारों द्वारा लिए गए कर्ज का अंकड़ 1 लाख करोड़ पर कर गया है, जिसका ब्याज चुकाना करते-करते किसी भी दल की सरकार के पसीने छूटेंगे। दूसरे आर्थिक मुद्दे भी हैं जिन पर वेतनमान को काग्रेस सरकार अंगरेज पर चल रही है। इसलिए अब आर.डी.जी. से आगे कदम बढ़ाने व स्व-साधन विकसित करने का वक्त है और निश्चय ही इस गढ़ में सरकारी कर्मियों को ही योजनाधुत चलना होगा ताकि नै सरकारी जवानों भी स्वयं को बेहतर स्थिति में ला सकें। इसलिए सभूत की योजनाओं से इतर विकास के नान अवसरों को इस्टाट पाना और केंद्रो निर्माण लेना, बस की जरूरत बनी है। बरना राज्य का



आगे चल पाना, यानी बुनियादी कामों का होना भी दुश्चर होना। बहरहाल सुधारों का पिटाता तत्काल प्रभाव से सुबक्य सरकार को शुरू करना चाहिए। इसमें पहले नए हुए निर्माणियों से ही करनी चाहिए, जिन्हें हर दल की अलग-अलग मिलती है और कुछ-कुछ अंतराल के बाद वेतन-भत्ते भी बढ़ते रहते हैं। खासकर हर बार की चुनौती टिंटन में कुछ की कमी की भारी बहोती देखा गई है। दुःसा, यह पिछले समय में मंगने में देनदारी खाती बह गई है, तो इस विषय में पुर्नविचार करना भी एक व्यवस्थित फैसला ही सकता है, क्योंकि पैरन व परिवर से भी राज्य के बजट को बहुत बड़ा भार मिल रही है। इस विषय में विषय को भी राजनीति से दूर व्यावहारिक नजरिया रखना होगा क्योंकि ज

2 कार्यकालों में 21500 करोड़ रूप, जबराम उद्धर के एक कार्यकाल में 22000 करोड़ रूप (कोरोना काल) और सुबहियर सिंह सुबक्य के 3 वर्ष के कार्यकाल में अनुमानित 18000 करोड़ रूप (आपदा काल) खण लिया गया। इस तरह सुबक्य सरकार में, पिछली सरकारों का लिया हुआ कर्ज समेत विलकर करीब 1 लाख करोड़ आ गया। ऐसे में आर.डी.जी. का बंद होना भी वज्जान हो है। यह विडंबना है कि सभी की मालूम था कि हलालत खराब हो रहे हैं। सी.ए.जी. ने भी स्पष्ट कर दिया था कि अस्तंतून नेजी से ही रहा और आमदनी धीमी भी। अपकर कम है, तब कर्ज लेना पड़ा। यानी कुछ बकू, राजस्व नहीं। जो खण लिया वह सैलरी-पैशन पर गया, इंफ्रामुनकर का विकास नहीं हुआ। हर सरकार के समय पर सर्वसिद्धि को मार प्रदेश को जेलनी राजस्व सुधारों में की। कर्ज सभी ने लिए। बालन में इमिग्रेशन विना केंद्र की मदद के रही तेजी से विकसित इलाक़े नहीं हो सन्ता क्योंकि यह पड़ोसी देश है। प्रेम कुमार धूमन 2 र्द का कार्यकाल रहा। अब सभी मुख्यमंत्रियों का वर्ष 2000 से आगे के अनुमानित कर्ज अंशुंज में अपने आप में काफी कूट कहलाता है। प्रेम कुमार धूमन 14000 करोड़ रूप का कर्ज, वीरभद्र सिंह के

कर्ज का खण देने रहे और वो बड़ी आपदाओं में पुर्नवस में भारी कुछ हुआ। ओ.पी.एस. इस समय खण भगत को 1800 करोड़ रूप कर देता है क्योंकि वह डेढ़करोड़ करीस होता है। यही इतना इस सरकार को चाहिए। वैस विनाजन्क बला यह है कि प्रदेश की रुडि दर भी खस नहीं सुफर रही। वर्ष 2005-06 में 10 प्रतिशत थी जो 2011-12 में 7 प्रतिशत हो गई। 2018 में 6 प्रतिशत और 2019 में 4 प्रतिशत पर आया। आज प्रदेश की जी.डी.पी. स्मार देश की जी.डी.पी. से नीचे चल रही है। अब दूसरी ओर 11वें विस आयोग ने प्रदेश को 4,549 करोड़ की अनुमानित घाटा भराए (आर.डी.जी.) है, 12वें आयोग ने 19,300 करोड़, 13वें विसायोग ने 15,500 करोड़, 14वें आयोग ने 40,624 करोड़, 15वें आयोग ने 4 वर्ष के (2024 तक) 37,199 करोड़ दिए हैं। इसमें सुबक्य सरकार के अब तक के सत्ता वर्ष शामिल हैं। जो कर्ज 17000 करोड़ बनते हैं। प्रदेश को 5 साल में अनुमानित 50000 करोड़ आर.डी.जी. मिसरता था, यह अब बंद। वह बहुत बड़ी बला हिमाचल बड़े पैमाने पर सरकारी भविष्य को अलग-अलग पैरन विसर, कोई निराम मुदत में जबराम उद्धर में बिकली 125 पुंनट मुदत में, कोरोना काल में उधारी बकू, राजस्व वीर भूत, वेतन आयोग का परिवर मिसरता था। सुबक्य सरकार में ओ.पी.एस. ने तराड़ा इटका दिया।





# शक्तिमन्दिर के प्राण प्रतिष्ठा समारोह पर निकाली गई प्रभात फेरी



**धनबाद (कांस) :** शक्तिमन्दिर के २९ वें प्राण प्रतिष्ठा समारोह के दौरान शक्तिमन्दिर से प्रभात फेरी निकाली गयी जो शक्तिमन्दिर, जोड़ा बाँक, धनसार, धोबाटांड, फाँकड़, पुराना बाजार पानी टकी

होते हुए पुनः शक्तिमन्दिर पहुंचेगी। नाचतेगाते भक्त पूरी तरह से भक्ति भावना में लीन हो गए। ठंडी ठंडी बयार, चिड़ियों की चहचह हाट, कोयल की कुहू कुहू और पक्षियों का कण्वन मानो ये

संदेश दे रहा हो कि जो भी उन्हीं की तरह से मां के भजनों को अपने डंग से गा रहे हों। गौरव अरोड़ा, दिव्यांशु अरोड़ा और गोपी चौधरी ने खुद समां बांधा और भक्त पूरी तरह से तल्लीन हो गए। गते-

नाचते पुनः शक्तिमन्दिर कब पहुंचेगा, पता ही नहीं चला। रास्ते में जो जहां मिला मंत्रमुग्ध हो कर बाव खिन्न हो गया। रास्ते में मॉर्निंग वाकर यु.पु, शुभम कुमार और गुलनानकपुर गुल्द्वारा की ओर

से प्रभात फेरी का स्वागत भी किया गया। इस भव्य आयोजन में मंदिर की श्री श्री भगवती जागरण कमिटी, शक्ति युव सेवा दल तथा अन्य भक्तों का भरपूर सहयोग मिला।

# फाईलोरिया उन्मूलन के लिए उन्मुखीकरण कार्यशाला आयोजित



**धनबाद (कांस) :** फाईलोरिया उन्मूलन कार्यक्रम के तहत सभी निजी विद्यालयों के प्रधानाध्यापक, प्रधान शिक्षक, प्राचार्य के लिए एक दिवसीय उन्मुखीकरण कार्यशाला का आयोजन सदर अस्पताल के प्रशिक्षण कक्ष में किया गया।

इस अवसर पर जिला वीबीडी पदाधिकारी, डॉ सुनील कुमार ने फाईलोरिया उन्मूलन कार्यक्रम की महत्ता पर प्रकाश डाला। डॉ अभिषेक पाल, राज्य समन्वयक ने पीपीटी के माध्यम से विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने बताया कि फाईलोरिया मनुषी नदी में पनपने वाली सबसे अधिक आबादी वाले संक्रमित मादा सूक्लेस मच्छर के काटने से एक अणुता पैदा करने वाली द्वितीय सबसे बड़ी लार्वाज बियारी है। जिसकी वजह से हाथ, पांव (हाथीपांय) का फूलना और हाइड्रोकोल होता है।

बताया कि इस कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन एवं पिरामल फाईलोरिया का पूर्ण सहयोग प्राप्त हो रहा है। जिला वीबीडी सलाहकार, रमेश कुमार सिंह ने फाईलोरिया की स्थिति से सभी शिक्षकों को अवगत कराया। वहीं सभी शिक्षकों को कार्यक्रम में पूर्ण सहयोग का आवाहन दिया। बैठक में डीपीटी विद्यालय, सोंवाँदा पब्लिक स्कूल, धनबाद पब्लिक स्कूल (कैनी आश्रम), धनबाद पब्लिक स्कूल होरक ब्रांच, डीनोवेली पब्लिक स्कूल, आर्दश सरस्वती विद्या मंदिर आदि सहित ५० से अधिक विद्यालयों के शिक्षक उपस्थित हुए।

# पीएम श्री विद्यालय में शैक्षणिक मेला व सांस्कृतिक कार्यक्रम संपन्न



**पुटकी (सते) :** पीएम श्री राजकीय मध्य विद्यालय बाइडीह मुनीडीह में गुबवार को मूकभूष साक्षरता एवं संघालयकता मेला सह सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विद्यालय के अध्यक्षनरत छात्रों के द्वारा विभिन्न मॉडल का निर्माण कर प्रदर्शनी लगाई गई, जिसे अभिभावकों एवं अतिथियों ने काफी प्रशंसा किया। इस अवसर पर सांस्कृतिक आदान-प्रदान कार्यक्रम के तहत छात्रों ने

असम तथा विभिन्न राज्यों की पेशपाशा में मनमोहक नृत्यतियां कीं। कार्यक्रम का शुभारंभ अतिरिक्त जिला कार्यक्रम पदाधिकारी आशीष कुमार, सहायक पदाधिकारी डॉ. नीतू सिंह, पंचायत समिति सदस्य सुधीर सिंह ने संयुक्त रूप से दीप प्रज्वलित कर किया। विद्यालय के प्रधानाध्यापक चंद्रदेव प्रसाद ने आभुक्त अतिथियों का स्वागत करते हुए कहा कि इस तरह के कार्यक्रमों

से बच्चों में बौद्धिक स्तर का विकास होता है। एचवनात्मक कार्य करने के लिए प्रोत्साहन मिलता है। गुब्रवार को बच्चों को मेडल एवं प्रशस्ति पत्र सटिफिकेट प्रदान की जाएगी। शिक्षक शिक्षिकाएं में देवेंद्र सिंह, उमेश प्रसाद शर्मा पिंकी कुमारी सलेनी चर्चेंद वरिंद कुमार आदि शिक्षक शिक्षिकाएं विद्यालय प्रबंध समिति के सदस्य बड़ी संख्या में अभिभावकों एवं छात्र-छात्राएं उपस्थित थे।

# छत्रपति शिवाजी महाराज की जयंती हर्षोल्लास के साथ मनाई गई



**कनारस (सते) :** राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ सिलेक्टड गोविंदपुर प्रभात शाखा में वीर शिरोमणि छत्रपति शिवाजी महाराज की जयंती हर्षोल्लास एवं श्रद्धा के साथ मनाई गई।

कार्यक्रम का शुभारंभ शिवाजी महाराज के चित्र पर पुष्प अर्पित एवं दीप प्रज्वलन कर किया गया। इस अवसर पर संघ के कनारस नगर संघचालक सुनील चौधरी ने शिवाजी महाराज के अद्वितीय साहस, राष्ट्रभक्ति, संतान शक्ति और सुशासन के आदर्शों पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि शिवाजी महाराज ने विपत्ति परिस्थितियों में भी हिंदवी स्वराज की स्थापना कर भारतीय इतिहास में स्वर्णिम अध्याय जोड़ा। उनका जीवन युवाओं के लिए प्रेरणास्रोत है। कार्यक्रम का समापन संघ प्राणना एवं बच्चों के बीच मिठाइयां बाँट कर किया गया। कार्यक्रम में मुख्य रूप से कनारस नगर कार्यवाह विकास कुमार, राजा प्रमुख रामकुमार साहू, बनरवा देव प्रखंड संयोजक दीपक साहू, देवान मुर्तयां, शरद कुमार, तारा कुमवार, आशीष कुमार, नीतीश कुमार, गणेश कुमार व बाल एवं तरुण स्वयंसेवक उपस्थित थे।

# कार व स्कूटी की टक्कर, महिला सहित तीन घायल

**धनबाद (कांस) :** सुबह शिवाजी स्कूल रोड के समीप कार और स्कूटी के बीच हुई टक्कर में महिला सहित तीन लोग घायल हो गए। सभी घायलों की हालत सामान्य बताई जा रही है।



प्राप्त जानकारी के अनुसार, धनबाद से आसनसोल की ओर जा रही कार (नं. २५ बी एच ०६२० एम) की टक्कर सुबारी बस्ती निवासी लखन बाउरी की स्कूटी (जेच १० सीएल ३८८८) से हो गई। लखन बाउरी अपनी पत्नी और बच्चे के साथ सड़क पार कर रहे थे, तभी यह हादसा हुआ।

# पुलिस का एंटी क्राइम अभियान, 1408 वाहनों की सघन जांच

**धनबाद (कांस) :** धनबाद में अपराधियों पर शिकंसा करने और कानून व्यवस्था को और मजबूत बनाने के उद्देश्य से गुबवार को पूरे जिले में व्यापक एंटी क्राइम चेकिंग अभियान चलाया गया। यह विशेष अभियान वरीय पुलिस अधीक्षक प्रभात कुमार के निदेशानुसार संचालित हुआ, जिसमें जिले के सभी थाना क्षेत्रों में एक साथ कार्रवाई की गई।



उल्लंघन करने वालों के खिलाफ भी सख्त कार्रवाई की गई। बिना हेल्मेट, बिना सीट बेल्ट, कोला शीशा, ओवरलोडिंग और तेज रफ्तार जैसे मामलों में चालान काटे गए। नशे में वाहन चलाने वालों की पहचान के लिए ब्रेथ एनालाइजर से जांच की गई। संदिग्ध व्यक्तियों की भी गहन तलाशी ली गई, ताकि किसी भी आपराधिक गतिविधि पर समय रहते रोक लगाई जा सके।

एएसपी प्रभात कुमार ने कहा कि जिले में अपराध नियंत्रण और आम जनता को सुरक्षित माहौल देने के लिए इस तरह के अभियान आगे भी लगायत जारी रहेंगे। उन्होंने यह भी कहा कि पुलिस की सक्रियता और जनता के सहयोग का लक्ष्य हासिल किया जा सकता है।

टक्कर के बाद मौके पर अफरा-तफरी मच गई और स्थानीय लोगों की भीड़ जुट गई। कार चालक सुनीलबदु ने बताया कि अचानक स्कूटी उनके वाहन के सामने आ गई। ब्रेक लगाने के बावजूद टक्कर हो गई। उन्होंने मानवता का परिचय देते हुए तुरंत एंबुलेंस की व्यवस्था कर घायलों को अपनी पत्नी के साथ धनबाद अस्पताल भिजवाया। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस और जीप सदस्य संयुक्त सिटि मीके पर पहुंचे और स्थिति लोगों की भीड़ जुट गई। कार चालक सुनीलबदु ने बताया कि अचानक स्कूटी उनके वाहन

के सामने आ गई। ब्रेक लगाने के बावजूद टक्कर हो गई। उन्होंने मानवता का परिचय देते हुए तुरंत एंबुलेंस की व्यवस्था कर घायलों को अपनी पत्नी के साथ धनबाद अस्पताल भिजवाया। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस और जीप सदस्य संयुक्त सिटि मीके पर पहुंचे और स्थिति लोगों की भीड़ जुट गई। कार चालक सुनीलबदु ने बताया कि अचानक स्कूटी उनके वाहन

के सामने आ गई। ब्रेक लगाने के बावजूद टक्कर हो गई। उन्होंने मानवता का परिचय देते हुए तुरंत एंबुलेंस की व्यवस्था कर घायलों को अपनी पत्नी के साथ धनबाद अस्पताल भिजवाया। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस और जीप सदस्य संयुक्त सिटि मीके पर पहुंचे और स्थिति लोगों की भीड़ जुट गई। कार चालक सुनीलबदु ने बताया कि अचानक स्कूटी उनके वाहन

# बालू के अवैध उत्खनन को ले खनन विभाग का चला छापामारी अभियान

**मुठुडा (सते) :** नोकरो टोल स्थित के मनुजा स्थित दमारोड क्षेत्र में अतिक्रमण तथा बालू के अवैध उत्खनन, परिवहन और मंडरण के खिलाफ प्रशासन ने सख्त कदम उठाया है। उपायुक्त अजय नाथ झा के निदेश पर पुलिस खनन विभाग एवं स्थानीय पुलिस के सहयोग से लगातार सघन छापेमारी अभियान चलाया जा रहा है, जिसमें भारी मात्रा में अवैध बालू जप्त की गई है। १६ फरवरी २०२६ को प्राप्त प्रतिवेदन में क्षेत्र में अवैध खनन और अतिक्रमण की पुष्टि की गई थी। इससे पूर्व १० जनवरी २०२६ को वन प्रमंडल पदाधिकारी, नोकरो द्वारा भी ग्रामभूआ स्थित बी.एस.एल. अधिग्रहित भूमि पर अवैध



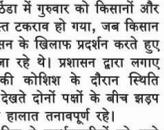
उत्खनन एवं परिवहन की सूचना दी गई थी। लगातार मिल रही शिकायतों के बाद प्रशासन ने मामले को गंभीरता से लिया। इस संबंध में उपायुक्त अजय नाथ झा ने की स्थिति पर

प्रभावी नियंत्रण के लिए वन प्रमंडल पदाधिकारी, नोकरो की अध्यक्षता में एक उच्च स्तरीय समिति गठित की गई है। समिति में निदेशक डी.पी.एल.आर. अफर समाहर्ता, जिला खनन पदाधिकारी, पुलिस उपाधीक्षक, बीएसएलटी तथा बीएसएलए प्रशासन द्वारा नामित सदस्य को शामिल किया गया है। समिति को निदेश दिया गया है कि क्षेत्र में सघन जांच अभियान चलाकर अवैध खनन और अतिक्रमण को रोकना चाहिए। साथ ही प्रत्येक १५ दिनों के भीतर प्रति प्रतिवेदन संबंधित प्राधिकारी को उपलब्ध कथाना अनिवार्य किया जाए।

समाहर्ता अजय नाथ झा ने पुलिस अधीक्षक (एसपी) हरविंदर सिंह, निदेशक डी.पी.एल.आर. मेनका, अफर समाहर्ता सुभाष अंगारी, जिला खनन पदाधिकारी रवि कुमार, बी.एस.एल. के मुख्य महाप्रबंधक नगर सेवाएं कुचन, महाप्रबंधक ए के सिंह, जिला जनसंपर्क पदाधिकारी रवि कुमार सहित अन्य संबंधित अधिकारियों के साथ बैठक कर पंचायत क्षेत्र की वस्तुस्थिति की जांच कर निदेश दिया गया है कि क्षेत्र में सघन जांच अभियान चलाकर अवैध खनन पर प्रभावी रोक लगाए, संयुक्त छापेमारी तेज करके तथा सतत निगरानी सुनिश्चित करने के निदेश दिए गए। जिला प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि अवैध खनन और अतिक्रमण के विरुद्ध जनताओं की नीति अपनाई जाएगी। दोषियों के विरुद्ध विधिसम्मत कठोर कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी।

# किसानों व पुलिस के बीच हुई झड़प

**चंडीगढ़ (ईएसएस) :** पंजाब के बठिंडा में गुबवार को किसानों और पुलिस के बीच उस समय जबदस्त टकराव हो गया, जब किसान युवियन के कार्यकर्ता जिला प्रशासन के खिलाफ प्रदर्शन करते हुए डीसी ऑफिस का घेराव करने जा रहे थे। प्रशासन द्वारा लगाए गए बैरिकेड्स को पार करने की कोशिश के दौरान स्थिति तनावपूर्ण हो गई और देखते ही देखते दोनों पक्षों के बीच झड़प शुरू हो गई। वहीं समाना में भी हालात तनावपूर्ण रहे।



मौखिया रिपोर्ट के अनुसार पुलिस ने प्रदर्शनकारियों को आगे बढ़ने से रोकने के लिए पहले समझाने की कोशिश की, लेकिन भीड़ के उग्र होने पर हालात बिगड़ गए। इस दौरान दोनों ओर से परचरवाजी हुई। स्थिति को कानून में करने के लिए पुलिस ने आंसू गैस के गोले दामे, जिससे मौके पर अफरातफरी मच गई। कई प्रदर्शनकारियों और पुलिसकर्मियों के हल्की चोटों आने की सूचना है, हालांकि आधिकारिक पुष्टि का संस्कार है।

# भगवान श्री श्री रामकृष्ण परमहंस देवजी की जन्मतिथि हर्षोल्लास के साथ संपन्न

**धनबाद (कांस) :** हर साल की भांति इस साल भी भगवान श्री श्री रामकृष्ण परमहंस देव जी की १९ वां जन्मतिथि उत्सव रामकृष्ण विवेकानंद सोसाइटी बैंक रोड धनबाद के प्रांगण में हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। सुबह में मंगल आरती के साथ भगवान परमहंस देव जी की पूजा शुरू हुई। इसके बाद भगवान परमहंस देव जी भोग प्रसाद निवेदन किया गया। प्रतिवेदन के सदस्य एवं उनके परिवार के सदस्य एवं दूर दूर से आए भक्तजन सक्रिय रूप से भागीदारी रहे। चंडीप्राठ एवं होमो के बाद ठाकुर का भोग निवेदन हुआ उसके बाद भोज की समाप्ति हुई।



सबसे पहले संस्था के सचिव सुनील चंद्र मलिक ने सभी भक्तों को एवं सदस्यों को स्वागत किया एवं कार्यक्रम को सुचारु रूप से संचालन के लिए प्रार्थना को दिशा निर्देश दिए। दिन ११.०० बजे से

# 600 मीटर वॉक में स्वर्ण जीतकर सभी को चौंका रहे 102 साल के के. सुकुमार

**दिलचस्पतपुर (ईएसएस) :** कन्नड़ में महाराजा कालेज से गणित में बीएससी करते हुए एचएनएस सगातार तीन वर्षों तक २०० मीटर वॉक में स्वर्ण जीतकर सभी को चौंका रहे हैं। इससे पहले १०२ वर्षीय के. सुकुमार जी अपनी ऊर्जा और जिज्ञे से युवाओं को प्रेरित कर रहे हैं। हाल ही में कांसरोड के नौबंशम में आयोजित मार्च ११ में उन्होंने ६०० मीटर वॉक प्रतियोगिता में स्वर्ण जीतकर सभी को हैरान किया। प्रतियोगिता के बाद जहां बनजी एवं संस्था के मानस चक्रवर्ती, बापी विद्यादा, बालू सरकार नयिदा, नंदन घोष, सुलीकांत चौधरी, राजेश राय, सिद्धार्थ बनर्जी, अमित निगोनी, चंदन मिश्रा, पालारराय, संदीप आनंद, अभिजीत राय, अशोक बिबाहा, विष्वानाथ, साधु खा, सुभाष चंद्र, अनिल हरी आदि का योगदान रहा।

सर्वकार, नीना मिश्र, सोमा बैनर्जी, नुरुर मैना गीताली बनजी एवं संस्था के मानस चक्रवर्ती, बापी विद्यादा, बालू सरकार नयिदा, नंदन घोष, सुलीकांत चौधरी, राजेश राय, सिद्धार्थ बनर्जी, अमित निगोनी, चंदन मिश्रा, पालारराय, संदीप आनंद, अभिजीत राय, अशोक बिबाहा, विष्वानाथ, साधु खा, सुभाष चंद्र, अनिल हरी आदि का योगदान रहा।

संस्कृतिक कार्यक्रम एवं भक्ति गीतों की कार्यक्रम शुरुआत हुई जिसका नेतृत्व संस्था के अध्यक्ष डॉक्टर गोपाल पट्टनी एवं डॉ. जयंत चटर्जी कर रहे थे। संस्कृति कार्यक्रम एवं भक्ति गीतों से पूर्ण सोसाइटी प्रांगण परिलभ्य हो उठा एवं भक्तों ने काफी उत्साह उठाया। आगामीदिनांक ३ मार्च (रविवार) को आश्रम प्रांगण में रक्तदान शिविर का आयोजन

सुबह १० बजे से एक निजी हॉस्पिटल के द्वारा किया गया। इसमें इच्छुक प्राथी भाग ले सकते हैं। अंत में संस्था के सबसे सीनियर सदस्य रोहिणी आर्हां ने उपस्थित सभी भक्तनों एवं संस्था के सदस्यों को कार्यक्रम को सफल आयोजन करने के लिए धन्यवाद दिया। कार्यक्रम को सफल बनाने में सारदा संघ के कल्पना चटर्जी, मुक्ति

सुबह १० बजे से एक निजी हॉस्पिटल के द्वारा किया गया। इसमें इच्छुक प्राथी भाग ले सकते हैं। अंत में संस्था के सबसे सीनियर सदस्य रोहिणी आर्हां ने उपस्थित सभी भक्तनों एवं संस्था के सदस्यों को कार्यक्रम को सफल आयोजन करने के लिए धन्यवाद दिया। कार्यक्रम को सफल बनाने में सारदा संघ के कल्पना चटर्जी, मुक्ति

सुबह १० बजे से एक निजी हॉस्पिटल के द्वारा किया गया। इसमें इच्छुक प्राथी भाग ले सकते हैं। अंत में संस्था के सबसे सीनियर सदस्य रोहिणी आर्हां ने उपस्थित सभी भक्तनों एवं संस्था के सदस्यों को कार्यक्रम को सफल आयोजन करने के लिए धन्यवाद दिया। कार्यक्रम को सफल बनाने में सारदा संघ के कल्पना चटर्जी, मुक्ति

सुबह १० बजे से एक निजी हॉस्पिटल के द्वारा किया गया। इसमें इच्छुक प्राथी भाग ले सकते हैं। अंत में संस्था के सबसे सीनियर सदस्य रोहिणी आर्हां ने उपस्थित सभी भक्तनों एवं संस्था के सदस्यों को कार्यक्रम को सफल आयोजन करने के लिए धन्यवाद दिया। कार्यक्रम को सफल बनाने में सारदा संघ के कल्पना चटर्जी, मुक्ति

सुबह १० बजे से एक निजी हॉस्पिटल के द्वारा किया गया। इसमें इच्छुक प्राथी भाग ले सकते हैं। अंत में संस्था के सबसे सीनियर सदस्य रोहिणी आर्हां ने उपस्थित सभी भक्तनों एवं संस्था के सदस्यों को कार्यक्रम को सफल आयोजन करने के लिए धन्यवाद दिया। कार्यक्रम को सफल बनाने में सारदा संघ के कल्पना चटर्जी, मुक्ति

# शिवनेरी किले में भगदड़, 3 घायल

मुंबई (इंफ़्लेक्स): पुणे के जूनर इलाके में शिवनेरी किले पर भादवद मने से 3 लोग घायल हो चुके हैं। शिवनेरी किले में शिवनेरी किले पर भादवद मने से 3 लोग घायल हो चुके हैं। शिवनेरी किले में शिवनेरी किले पर भादवद मने से 3 लोग घायल हो चुके हैं।

शिवनेरी किले में शिवनेरी किले पर भादवद मने से 3 लोग घायल हो चुके हैं। शिवनेरी किले में शिवनेरी किले पर भादवद मने से 3 लोग घायल हो चुके हैं। शिवनेरी किले में शिवनेरी किले पर भादवद मने से 3 लोग घायल हो चुके हैं।

# राहुल गांधी सहित 25 सांसदों की हत्या की धमकी देने वाला गिरफ्तार

जयपुर (इंफ़्लेक्स): लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी सहित 25 सांसदों की हत्या की धमकी देने वाले शख्स को राजस्थान पुलिस के द्वारा गिरफ्तार किया गया है।



शख्स आरपी जांच में सामने आया है कि आरपी जांच को मशहूर करने के लिए इस तरह के वीडियो बनाकर वायरल करता था।

इसकी पूरी विमर्शदारी प्रशासन की होगी। अगर 27 घंटे के अंदर उन 25 सांसदों की गिरफ्तारी नहीं होती है, तब हम सभी को गोली मार देंगे।

साथ कार्रवाई करने वाले कार्यकर्ताओं की पार्टी है। इस प्रकार की भाषा और आचरण हमारी विचारधारा और नैतिक मूल्यों के खिलाफ है।

लोकतांत्रिक मूल्यों के विरुद्ध किसी भी कृत्य को भाषणा कमी स्वीकार नहीं करती। पुलिस ने कार्रवाई करते हुए आरपी को गिरफ्तार किया है।

## आरखण्ड सरकार कृषि, पशुपालन एवं सहकारिता विभाग (मज्य प्रभाग)

मुख्यमंत्री पशुधन विकास योजना विधिवत वर्ष 2025-26 अंतर्गत सरकारी अनुदान राशि जीपीओडी किये गये व्ययवित्त लायको एवं पूर्व वर्ष के गमा प्राप नही किये लायको को सूचित किया जाता है कि

## आरखण्ड सरकार कार्यपालक अभियंता का कार्यालय, ग्रामीण विकास विशेष प्रमण्डल, धनबाद

पत्रांक - 217 धनबाद/दिनांक - 17.02.2026 अति अल्पकालीन निविदा आमंत्रण सूचना

कार्यपालक अभियंता ग्रामीण विकास विशेष प्रमण्डल, धनबाद

## लघु सिंचाई प्रमण्डल, धनबाद

अवकाशकालीन निविदा सं: DMFT/MB/DSDN/F2-42/2025-26 निविदा आमंत्रित करने वाले पदाधिकारी

कार्यपालक अभियंता लघु सिंचाई प्रमण्डल, धनबाद

## असम में वाइब्रेंट विलेज प्रोग्राम के दूसरे चरण का शुभारंभ आज करेंगे अमित शाह

ब्रह्मपुत्र (इंफ़्लेक्स): केंद्रीय गृहमंत्री और सरकारतांत्री अमित शाह ने 'विकसित भारत 2047' के विजन को आगे बढ़ाकर असम में वाइब्रेंट विलेज प्रोग्राम के दूसरे चरण का शुभारंभ किया।



केंद्रीय गृह मंत्रालय के अनुसार, बीबीआई-सेक्टर को केंद्रीय क्षेत्र की योजना के रूप में मान्य किया जाएगा, जिसके लिए वित्त वर्ष 2024-25 तक 6,39 करोड़ रुपये का बजट निर्धारित किया गया है।

## उपायुक्त-सह-जिला दफ्तराधिकारी का कार्यालय, बोकारो (पंचायत शाखा)

सुरकार के अवर सचिव, कामिक, प्रशासनिक सुधार तथा राजभाषा विभाग, आरखण्ड, राँची के अधिसूचना सं-886 दिनांक 13.02.2026 द्वारा नगरपालिका (आम) निर्वाचन, 2026 के निमित्त मतदान के अवर पर मतदान की निर्धारित तिथि दिनांक-23.02.2026 (सोमवार) को

कार्यालय नगर निगम, गिरिडीह ई-मेल: giridihmunicipalcorporation@gmail.com

पत्रद्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि गिरिडीह नगर निगम क्षेत्रांतर्गत संचालित सभी मांस विक्रेताओं को अनापत्ति प्रमाण पत्र प्राप्त किये बिना मांस (खस्सी/मुगा/मछली) विक्रय नहीं किया जाना है।

## OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER, DRINKING WATER & SANITATION DIVISION NO-1, DHANBAD

The under signed, on behalf of the Government of Jharkhand, invites Percentage rate bids for the work mentioned in table below e-procurement from eligible and approved contractors, registered with Drinking Water & Sanitation Department of Jharkhand.

## आरखण्ड सरकार, कार्यपालक अभियंता का कार्यालय ग्रामीण विकास विशेष प्रमण्डल, धनबाद

अति अल्पकालीन निविदा आमंत्रण सूचना

कार्यपालक अभियंता ग्रामीण विकास विशेष प्रमण्डल, धनबाद

## दे रकल स्टोरी 2-गो ज बिगॉन्ड को अभियंता की आजादी और सच्चाई के संदर्भ में देखा जाना चाहिए: भाजपा

नई दिल्ली (इंफ़्लेक्स): फिम दे रकल स्टोरी 2-गो ज बिगॉन्ड को लेकर जहां एक तरफ सोशल मीडिया पर तीव्र प्रतिक्रियाएं सामने आ रही हैं। इस बीच भाजपा नेताओं ने फिल्म का विरोध करने वालों पर निशाना साधा और कहा है कि फिल्म को राजनीतिक चरम के बजाय, अभिव्यक्ति की आजादी और सच पहलुओं को सामने लाना है।

केवल इसलिए विवादों में घसीटाई कि वह असरख सवाल उठाती है, लोकतांत्रिक मूल्यों के खिलाफ है। भाजपा प्रवक्ता अमित शाह ने कहा, भारत में अखिल भारतीय जनता पार्टी के अलावा किसी भी कृत्य को भाषणा कमी स्वीकार नहीं करती।

## जिला पशुपालन कार्यालय, जामताड़ा "आम सूचना"

Table with columns: क्र. (No.), विवरण (Description), अनुमानित कीमत (Estimated Cost), अर्जित कीमत (Earnest Money), and other details regarding the procurement of spare parts for Deep Well Hand Pumps.

## फ्लाइट में हंगामा किया तो लोगों का बैन

नई दिल्ली (इंफ़्लेक्स): फ्लाइट में बल्लेबाजी करने वाले पैसवर्त को एरलाइंस अब सीधे 30 दिन के लिए बैन कर सकेगी।

जलस्त अफे सिविल एविएशन ने हंगामा करने वाले यात्रियों से निरोध के लिए कड़े नियमों का सुझाव दिया है। नए प्रस्ताव में डीवीआर सीएम एरलाइंस को पैसवर्त पर अल्पकालीन बैन करने की पॉवर दे रही है।







## इम्युनिटी को मजबूत बनाने में काफी असरदार हैं कद्दू के बीज

डाइटिशियन के अनुसार, कद्दू के बीज इम्युनिटी को मजबूत बनाने में काफी असरदार हैं। खासतौर पर ये बीज विटामिन बी 12 के प्राकृतिक स्रोत माने जाते हैं, जो आज के दौर में लोगों को झटके से अक्सर गायब होता है। कद्दू के बीजों में जिंक, आयरन, प्रोटीन, ओमेगा-3 फैटी एसिड, विटामिन ए और विटामिन बी 12 पाया जाता है।

विटामिन बी 12 यानी कोबालामिन एक पानी में घुलनशील विटामिन है, जो शरीर में लाल रक्त कोशिकाएं बनाने, डीएनए संश्लेषण और तंत्रिका तंत्र के सही कार्य में अहम भूमिका निभाता है। इसकी कमी से एनीमिया, नजर का कमजोर होना, पाचन संबंधी गड़बड़ी, अंगों में झुनझुनी और बोलने में परेशानी जैसी समस्याएं हो सकती हैं। ऐसे में अगर आप साल्मोनेला को जगह पर लेवू और प्राकृतिक चिकित्सा की तलाश कर रहे हैं, तो कद्दू के बीज को अपनी डाइट में शामिल करना बेहद फायदेमंद साबित हो सकता है। कद्दू के बीजों को आप कई तरीकों से अपने भोजन का हिस्सा बना सकते हैं। इन्हें हल्का भूनकर नाश्ते में लिया जा सकता है, जिससे स्वाद भी बेहतर हो जाता है और पोषण भी मिलता है। अगर आप सलाद परंपद करते हैं, तो उसमें थोड़े से कद्दू के बीज डालकर विटामिन बी 12 की जरूरत पूरी कर सकते हैं। स्मूडी में मिलाकर इन्हें हेल्दी ड्रिंक के रूप में भी इस्तेमाल किया जा सकता है।



वही, वही या राखते में मिलाकर इनका सेवन न सिर्फ स्वाद बढ़ाता है बल्कि सेहत को भी फायदा पहुंचाता है। कुल मिलाकर, कद्दू के बीज एक ऐसा सुपरफूड हैं, जिन्हें नियमित रूप से डाइट में शामिल करने से न केवल विटामिन बी 12 की कमी को दूर किया जा सकता है, बल्कि शरीर की संपूर्ण रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी मजबूती मिलती है। बता दें कि सेहतमंद जीवन के लिए लोग तरह-तरह के खाद्य पदार्थों को अपनी डाइट में शामिल करते हैं। इन्हीं में से एक है कद्दू के बीज, जो अपने पोषक तत्वों के कारण तेजी से लोकप्रिय हो रहे हैं।

## सुबह के नाश्ते को बनाना है मजेदार, तो बनाएं हेल्दी और टेस्टी

एक न्यूट्रिशन साइंटिस्ट ने वॉकलेट ब्रांडी बेवज ओट्स की ऐसी रेसिपी शेयर की है, जिसे वो कहते हैं 'रेसा रेसिपी' जिसके लिए आप खुशी-खुशी बिस्तर से उठना चाहेंगे। यह रेसिपी स्वाद में झानगी जैसी है, लेकिन हेल्दी, पीठ-भरक और पौष्टिक से भरपूर भी यह ओट्स से बना ओमल/एयर-फ्रायर में बेक किया गया थ्रेकफास्ट है, जिसमें कोको पाउडर और डाक चॉकलेट का पलेवर होता है। इससे मीठा खाने का मन भी शांत हो जाता है।

- सामग्री**
- ओट्स - 1/2 कप
  - कोको पाउडर - 1 टेबलसून
  - बैकिंग पाउडर - 1/2 टीस्पून
  - दूध / प्लांट मिस्क - 1/2 कप
  - शहद / मीठा सिरा / खजूर परंप - 1-2 टीस्पून
  - डाक चॉकलेट सिस - 1 टेबलसून
  - वनीला एसेंस - कुछ बूँदें
  - नमक - एक चुटकी
  - बनाने की विधि
  - ओवन को 180 डिग्री पर प्री-हीट करें।
  - एक बाउल में ओट्स, कोको पाउडर, बैकिंग पाउडर और नमक मिलाएं।
  - अब दूध, शहद और वनीला डालकर अच्छे से मिस करें।
  - ऊपर से डाक चॉकलेट चिप्स डालें
  - मिश्रण को बैकिंग डिश में डालकर 20-25 मिनट बेक करें।

**सेहत के फायदे**

ओट्स में फाइबर होता है इससे पेट लंबे समय तक भरा रहता है। कोको पाउडर में एंटीऑक्सीडेंट होता है, इससे मीठा खाने की क्रॉसिंग कटौत होती है। बच्चों और वॉकग लोगों के लिए यह परफेक्ट थ्रेकफास्ट है। ध्यान रखें कि प्रोटीन बढ़ाने के लिए ऊपर से थ्रीक योगर्ट डालें। वजन घटाना हो तो मीठा कम रखें। डाइबिटीज में शहद की जगह खजूर परंप या बिल्कुल न डालें।



गिलोय को आयुर्वेद में अमृत कहा गया है। यह एक अत्यंत शक्तिशाली औषधीय जड़ी-बूटी है, जो इम्युनिटी बढ़ाने के साथ-साथ कई गंभीर और पुरानी बीमारियों के इलाज में सहायक मानी जाती है। डेंगू, मलेरिया, वायरल फीवर से लेकर मधुमेह, पाचन समस्याओं और जोड़ों के दर्द तक गिलोय को रामबाण औषधि माना जाता है। हालांकि, इसका सेवन हमेशा चिकित्सक की सलाह से ही करना चाहिए।

## इम्युनिटी बढ़ाने में गिलोय का असर

गिलोय एक शक्तिशाली आयुर्वेदिक इम्युनिटी बूस्टर है। यह शरीर में श्वेत रक्त कोशिकाओं (इन्फ्लेमेटरी सेल) को बढ़ाकर

मोबाइल, टैबलेट और वीडियो गेम्स आज बच्चों की दुनिया का अहम हिस्सा बन चुके हैं। पढ़ाई से लेकर मनोरंजन तक सब कुछ एक स्क्रीन में सिमट गया है। लेकिन यही डिजिटल जुनून धीरे-धीरे बच्चों के लिए साइलेंट किलर साबित हो रहा है, क्योंकि इसका असर शरीर नहीं मचाता सीधे उनके मन, शरीर और भविष्य पर चोट करता है।

## कैसे बन रहा है डिजिटल जुनून खतरनाक?

मानसिक सेहत पर वार : ज्यादा स्क्रीन टाइम से विडंबिडिगन, एंजाइटी, ध्यान की कमी और अकेलापन बढ़ता है।

नींद का दुश्मन : देर रात तक स्क्रीन देखने से नींद का बंध विगड़ता है, जिससे सीखने और याददाश्त पर असर पड़ता है। शारीरिक नुकसान आंखों में जलन, सिरदर्द, गर्दन-पीठ दर्द और मोटापे का जोखिम बढ़ता है।

सोशल रिक्लस कमजोर : असली दोस्तों और परिवार से दूरी बढ़ती है; बातचीत और भावनात्मक समझ घटती है। आदत से लत तक : गेम्स और शॉर्ट वीडियोज का डोपामिन हिट बच्चों को बार-बार स्क्रीन की ओर खींचता है।

**बच्चों की हालत बिगड़ने के संकेत**



लगातार थकान, कमजोरी या बार-बार बुखार आने को अक्सर लोग बदलती लाइफस्टाइल या मौसम का असर मानकर नजरअंदाज कर देते हैं। लेकिन हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो ये लक्षण कभी-कभी ब्लड कैन्सर जैसी गंभीर बीमारी की शुरुआती संकेत भी हो सकते हैं। ऐसे में समय बर्तने इन चेतावनी संकेतों को पहचानना और जांच कराना इलाज की सफलता के लिए बेहद जरूरी होता है।

## धीरे-धीरे शरीर को कमजोर करता है ब्लड कैन्सर

ब्लड कैन्सर आमतौर पर अचानक



# आपके बच्चे को भी हो गया है डिजिटल जुनून? तो उसे सजा ना दो उसकी तकलीफ समझो

मोबाइल, टैबलेट और गेम्स की चमक के पीछे छिपी हैं बच्चों की मीन पुकार जो वे शब्दों में नहीं, व्यवहार में जोरि कर रहे हैं। ऐसे में अगर बच्चा स्क्रीन हटते ही बेवैनी, रोना या बुरासा करने लगता है तो यह खतरों की चेतावनी है। नजर रखें कि बच्चा देर से तो नहीं सो रहा और बार-बार जागता तो नहीं। डिजिटल जुनून का सबसे बड़ा इशारा है कि बच्चा पढ़ाई में ध्यान लगाने लगाता है, होमवर्क से बचने लगता है। अगर बच्चा दोस्तों से कट रहा है या

परिवार से बातचीत कम कर रहा है तो यह भी खतरों की निशानी है। बच्चे को शरीर पर ही इसका असर दिखने लगता है, उन्हें अक्सर आंखों में जलन, सिरदर्द, गर्दन/पीठ दर्द की शिकायत रहती है। ये संकेत बताते हैं कि बच्चा ओवरस्ट्रिम्यूलेशन और डिजिटल थकान से जुड़ा रहा है पर बोल नहीं पा रहा।

**पेरेंट्स सुनें बच्चों की मीन आवाज**

पहले तो बच्चे को जजना कर दें बच्चे

खेल रहे हों? की जगह पूछें 'तुम्हें इसमें क्या अच्छा लगता है?'। पेरेंट्स का खुद का स्क्रीन व्यवहार बच्चे कॉपी करते हैं, इसलिए रोज 20-30 मिनट स्क्रीन फोन के साथ बैठें। बच्चा खुद खुलने लगें। स्क्रीन टाइम, खेल, पढ़ाई और नींद सबका संतुलित टाइमटेबल बनाएं। बच्चे को आउटडोर खेल, ड्रॉइंग, म्यूजिक, लॉड गेम्स के वॉइस दें। डिजिटल डिटॉक्स को सजा न बनाएं, वीडियो पर फेमिली डिजिटल ब्रेक सब साथ में।

**कब प्रोफेशनल मदद लें ?**

अगर बच्चा लगातार उदास, अत्यधिक आक्रामक या पूरी तरह अलग-थलग हो रहा है, तो काउंसलर/वाइड साइकोलॉजिस्ट से बात करना समझदारी है। यदि बच्चे स्क्रीन दुश्मन नहीं, अस्तुंतुन दुश्मन है। बच्चों की मीन पुकार सुनने के लिए उन्हें 'कम फोन' नहीं, 'सुनना समझा' चाहिए।

## लगातार थकान और बार-बार बुखार को न करें नजरअंदाज, हो सकते हैं इस कैंसर के संकेत

ब्लड स्ट्रेम सेल ट्रांसप्लांट जैसे अहम चिकित्सा की संभावना भी मजबूत होती है।

## लगातार थकान को न समझें सामान्य

अगर बिना ज्यादा काम किए भी लगातार कमजोरी थकान सांस फूलना आराम करने के बाद भी एनर्जी वापस न आना जैसी समस्याएं बनी रहें, तो यह चेतावनी संकेत हो सकता है। डॉक्टर बताते हैं कि ब्लड कैन्सर में शरीर पर्याप्त स्वस्थ रेड ब्लड सेल्स नहीं बना पाता, जिससे एनीमिया हो जाता है और इसी कारण अत्यधिक थकान महसूस होती है।

## बार-बार बुखार या इन्फेक्शन

कमजोर इम्यून सिस्टम भी ब्लड कैन्सर का एक बड़ा संकेत हो सकता है। अगर बार-बार सर्दी-खासी

बार-बार बुखार छोट इन्फेक्शन का जल्दी गंभीर हो जाना।

देखने को मिले, तो यह दर्शाता है कि शरीर की खूब बल सेल्स सही तरह से काम नहीं कर पा रही हैं।

## बिना वजन खून आना या जल्दी चोट लगना

नाक या मसूरी से खून आना, हल्की चोट में भी ज्यादा नीला पड़ना या चचा पर छोट-छोट लाल या बैंगनी चमक दिखना प्लेटलेट्स की कमी का संकेत हो सकता है। ल्यूकेमिया में ये लक्षण आम हैं, लेकिन अधिकतर लोग इन्हें मामूली सामझकर नजरअंदाज कर देते हैं।

## वजन घटना, रात में पसीना और गर्द

अगर बिना डाइट या एक्सरसाइज के वजन तेजी से घटे रात में अत्यधिक पसीना आए गर्दन, बाल या जांघ में दर्द रहित गांठ महसूस हो

तो सतर्क हो जाना चाहिए। ये लक्षण खासतौर पर लिम्फोमा से जुड़े हो सकते हैं।

वही हड्डियों, रीढ़ या पसलियों का संकेत हो सकता है।

## स्टेम सेल ट्रांसप्लांट बनाना सकता है इलाज की उम्मीद

ब्लड कैन्सर के कई मामलों में ब्लड स्ट्रेम सेल ट्रांसप्लांट एक प्रभावी इलाज माना जाता है। इसमें खराब बीमारी से रोगी को ब्लड स्ट्रेम सेल दे दी जाती है, जिससे नया खून और मजबूत इम्यून सिस्टम तैयार होता है।

लगातार थकान, बार-बार बुखार या शरीर में दिखने वाले ये संकेत अगर लंबे समय तक बने रहें, तो इन्हें नजरअंदाज करना खतरनाक हो सकता है। समय रहते डॉक्टर से संपर्क करना और जरूरी जांच कराना ही ब्लड कैन्सर जैसी गंभीर बीमारी से बचाव का सबसे बेहतर तरीका है।

# इम्युनिटी बढ़ाने से लेकर डेंगू-डायबिटीज तक कारगर है ये जड़ी-बूटी

गिलोय को आयुर्वेद में अमृत कहा गया है। यह एक अत्यंत शक्तिशाली औषधीय जड़ी-बूटी है, जो इम्युनिटी बढ़ाने के साथ-साथ कई गंभीर और पुरानी बीमारियों के इलाज में सहायक मानी जाती है। डेंगू, मलेरिया, वायरल फीवर से लेकर मधुमेह, पाचन

## गिलोय का सेवन कैसे करें?

गिलोय का जूस या काढ़ा सुबह खाली पेट लेना सबसे अधिक प्रभावी माना जाता है।

**पाउडर रूप में भी लिया जा सकता है।**

गिलोय का अधिक मात्रा में सेवन नुकसानदायक हो सकता है। गर्भवती महिलाएं, ऑटोइम्यून बीमारी से ग्रस्त लोग और डाइबिटीज मरीज इन्हीं से पहले डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

एड्रिगल) को सक्रिय और मजबूत करता है, जिससे शरीर संक्रमण से बेहतर तरीके से लड़ पाता है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट और एंटी-वायरल गुण शरीर को डिटॉक्स करते हैं और रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं। सर्दी-खासी, वायरल फीवर, डेंगू और मलेरिया जैसी बीमारियों में गिलोय का सेवन बेहद फायदेमंद माना जाता है।

## बुखार में गिलोय क्यों है अमृत समान?

गिलोय को ज्वरनाशक और एंटी-इन्फ्लेमेटरी गुणों के कारण आयुर्वेद में विशिष्ट स्थान प्राप्त है। यह डेंगू, मलेरिया, स्वाइन फ्लू और मौसमी बुखार में न

सिर्फ शरीर की कमजोरी दूर करता है, बल्कि प्लेटलेट्स बढ़ाने और इम्युनिटी मजबूत करने में भी मदद करता है। गिलोय का काढ़ा या जूस दिन में 1-2 बार लेने से तेजी से लाभ मिलता है।

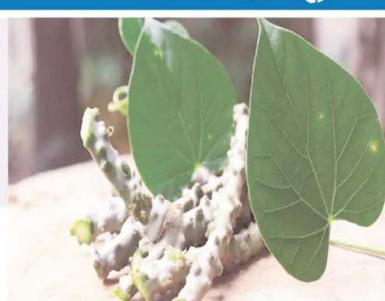
**डाइबिटीज में कैसे मदद करता है गिलोय?**

गिलोय इंसुलिन सेंसिटिविटी को बेहतर बनाकर और ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करके ब्लड शुगर लेवल को नियंत्रित करने में मदद करता है। यह मधुमेह के मरीजों के लिए मेडिकल ट्रीटमेंट के साथ एक अग्रणी प्राकृतिक सपोर्टिव रूप में काम कर सकता है।

सिर्फ शरीर की कमजोरी दूर करता है, बल्कि प्लेटलेट्स बढ़ाने और इम्युनिटी मजबूत करने में भी मदद करता है। गिलोय का काढ़ा या जूस दिन में 1-2 बार लेने से तेजी से लाभ मिलता है।

**डाइबिटीज में कैसे मदद करता है गिलोय?**

गिलोय इंसुलिन सेंसिटिविटी को बेहतर बनाकर और ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करके ब्लड शुगर लेवल को नियंत्रित करने में मदद करता है। यह मधुमेह के मरीजों के लिए मेडिकल ट्रीटमेंट के साथ एक अग्रणी प्राकृतिक सपोर्टिव रूप में काम कर सकता है।



**पाचन तंत्र के लिए फायदेमंद लाभ**

गिलोय पाचन एंजाइम्स को सक्रिय करता है, जिससे कब्ज, गैस, एसिडिटी और पेट फूलना जैसी समस्याओं से राहत मिलती है। यह आंतों की कार्यक्षमता बढ़ाकर शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालता है और पोषक तत्वों के अवशोषण को बेहतर बनाता है।

**जोड़ों के दर्द और त्वचा रोगों में**

गिलोय में मौजूद सूजनरोधी और बलवर्धक गुण गठिया, जोड़ों के दर्द और अकड़न को कम करने में मदद करते हैं। इसके अलावा, यह त्वचा से जुड़ी समस्याओं जैसे मुंहासे, खुजली और एलर्जी में भी लाभकारी है। गिलोय शरीर को अंदर से डिटॉक्स कर त्वचा को साफ और स्वस्थ बनाता है।



## क्या एप्पल साइडर विनेगर सेहत को पहुंचाता है नुकसान?

एप्पल साइडर विनेगर का ट्रेड लेजी से बढ़ रहा है। परफेक्ट फिगर से लेकर समकक्षर रिक्त पाने के लिए लोग इसका सेवन कर रहे हैं। एप्पल साइडर विनेगर को कुछ लोग वजन कम करने के लिए सुबह-सवेरे खाली पेट भी पी रहे हैं। लेकिन क्या आप जानती हैं रोजाना एप्पल साइडर विनेगर का सेवन करना आपकी सेहत को नुकसान पहुंचा सकता है। एप्पल साइडर विनेगर का लंबे समय तक सेवन करने से आपकी हेल्थ को धीरे-धीरे नुकसान पहुंचा सकता है। क्योंकि एप्पल साइडर विनेगर में बहुत ही स्ट्रिंग प्रिड होता है, जिसका लिमिट से ज्यादा सेवन एकमादक हो सकता है। अगर आपको एप्पल साइडर विनेगर का फायदा लेना है तो उसका सेवन पर्याप्त मात्रा में ही करने की सलाह दी जाती है। एप्पल साइडर विनेगर को नुकसान क्या-क्या है?

**दांतों की समस्या**  
एप्पल साइडर विनेगर बहुत ही ज्यादा एसिडिक होता है, यह एसिड को नुकसानदायक नहीं लगता है। लेकिन इसका हद से ज्यादा सेवन करना आपके दांत खराब कर सकता है। दांतों पर एक लेयर होती है, जो लिमिट से ज्यादा एप्पल साइडर विनेगर का सेवन करने से हट सकती है। लेयर हटने से दांतों में सेंसिटिविटी और साइन जैसी समस्या हो सकती है। अगर आपको अपने दांतों से घाबर है तो एप्पल साइडर विनेगर को पानी में मिलाकर और स्ट्रा से पी सकते हैं।

**दवाइयों पर असर**  
अगर आपकी किसी तरह की दवा चल रही है, तो एप्पल साइडर विनेगर का सेवन करते समय ज्यादा सावधानी की जरूरत है। क्योंकि इसमें मौजूद प्रिड, दवाइयों के असर पर प्रभाव डाल सकता है। जिससे अन्य स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। अगर आप किसी तरह की दवा ले रही हैं और एप्पल साइडर विनेगर को भी अपने रूटीन में शामिल करने के बारे में सोच रही हैं तो पहले डॉक्टर की सलाह अवश्य ले लें।

**पेट की समस्या**  
एप्पल साइडर विनेगर को डाइजेशन के लिए अच्छा माना जाता है, लेकिन इसका लिमिट से ज्यादा सेवनपेट की समस्या हो सकती है। बहुत ज्यादा मात्रा में एसिड का सेवन करने से आपके पेट में जलन हो सकती है। खासकर, अगर आपको गैट सेंसिटिव, खट्टे डकार या एसिडिटी की समस्या रहती है तो एप्पल साइडर विनेगर को एक लिमिट में ही लेना चाहिए।

**रिक्त इरिटेशन**  
एप्पल साइडर विनेगर का रिक्त केमर ट्रीटमेंटस में भी इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन, इसे रिक्त पर डायरेक्ट लगाने से बचना चाहिए क्योंकि इससे जलन और इरिटेशन की समस्या हो सकती है। रिक्त के लिए एसिड बहुत हार्ड हो सकता है, ऐसे में इसे ज्येलिड करके ही लगाएं। अगर आप एप्पल साइडर विनेगर का टोनार या एक्सेन पर इस्तेमाल कर रही हैं, तो पहले थोड़े रिक्त पर लगाकर चेक करें।

**हड्डियों पर असर**  
क्या आप जानती हैं एप्पल साइडर विनेगर का बहुत ज्यादा सेवन करने से आपकी हड्डियों पर असर पड़ सकता है? एप्पल साइडर विनेगर का लिमिट से ज्यादा सेवन, शरीर में पोटेसियम की मात्रा को कम करने से लिंक हो सकता है जिसकी वजह से बोन डेंसिटी भी समय के साथ कम हो सकती है। ऐसे में एप्पल साइडर विनेगर का लिमिट में ही सेवन करना चाहिए।

एप्पल साइडर विनेगर के फायदे अनेक हैं, लेकिन इसका लिमिट से ज्यादा सेवन करने से आपके पेट में जलन हो सकती है। खासकर, अगर आपको गैट सेंसिटिव, खट्टे डकार या एसिडिटी की समस्या रहती है तो एप्पल साइडर विनेगर को एक लिमिट में ही लेना चाहिए।



वैरिकोज वेंस या स्पाइडर वेंस नसों से जुड़ी समस्या है। वैरिकोज वेंस ज्यादातर लोगों के लिए खतरनाक नहीं होती है लेकिन कई बार ये गंभीर बीमारियों का कारण बन सकती है। वैरिकोज वेंस हाथ, पैर, एडी, टखने और पंजों में ज्यादा दिखाई देती है। इस स्थिति में नीली नसों के गुच्छे साफ नजर आने लगते हैं। अधिकतर मामलों में लोगों को वैरिकोज वेंस की समस्या में दर्द नहीं होता है लेकिन कई लोगों के लिए यह दर्द, खड़े होने में परेशानी और जलन जैसी परेशानी की वजह हो सकती है। अगर आपको भी वैरिकोज वेंस की समस्या है, तो आपने लाइफस्टाइल में कुछ बदलाव करके आप इस समस्या से राहत पा सकते हैं।



ट्रेवल के दौरान खराब नहीं होगा डाइजेशन अपनाएं ये टिप्स

क्या ट्रेवलिंग के दौरान आपका भी पेट गड़बड़ हो जाता है, जैसे और कब्ज से परेशान हो जाते हैं तो आप इन टिप्स को फॉलो करके इसमें आराम पा सकते हैं।

ट्रेवल करना मजेदार और रोमांचक हो जाता है, लेकिन अक्सर ट्रेवलिंग के दौरा पेट साध नहीं देता है, अक्सर लोगों को एसिडिटी, कब्ज, जैसी दिक्कत हो जाती है जिसके कारण सफर का मजा कमिश्न हो जाता है, फेसनेस महसूस नहीं होती है। अगर आपके साथ भी ऐसा होता है तो हम आपको एक्सपर्ट के बताए टिप्स बता रहे हैं जिसे फॉलो करने से ट्रेवलिंग के दौर आपको दिक्कत नहीं होगी।

- ट्रेवल के दौरान डाइजेशन को सही रखना है तो खाली पेट कैफीन का सेवन करने से बचे, इससे एसिडिटी बढ़ाने की संभावना रहती है।
- रात को सोते तक नाश्ते में तेल जरूर लगाएं, इससे गैटमोटाइलम में सुधार होता है। पानन बेस्टर होता है और गैस की समस्याएं कम होती हैं। यह एक बेहतरीन सलत और प्रभावी उपाय है।
- सूर्य नमस्कार करना ना भूलें, इससे न सिर्फ टिप्स को बढ़ावा मिलता है बल्कि आपके पानन तंत्र को भी सक्रिय करने में मदद मिलती है। यह पेट के अंगों में रक्त प्रवाह को बढ़ाता है और पानन क्रिया को मजबूत करता है।
- राज सुबह एक चम्मच शहद का सेवन करें, यह नेचुरल लैक्सेटिव गुणा वाला होता है जो कब्ज और गैस की समस्याओं में मदद करता है।
- ट्रेवल के दौरान ठंडा खाना खाने से बचे, ठंडा खिचक पदार्थ पानन को धीमा कर सकते हैं, कोशिश करें कि आपके भोजन का तापमान सामान्य तम हो ताकि पानन प्रक्रिया सकारात्मक बनी रहे।
- फर्नो और ड्रग को एक साथ ना खाएं, इससे ब्लीटिंग और असुविधा हो सकती है। फल जल्दी पचते हैं जबकि दूध में अधिक समय लगता है।
- सोने से पहले वजनमान में जरूर बैठें, इससे पेट पर दबाव पड़ता है और पानन अंगों को सक्रिय करने में मदद करता है।
- रात को सोने से पहले कैफीन का सेवन न करें, इससे आंखों की नींद खराब हो सकती है और पानन में बाधा आ सकता है।
- रात का खाना जल्दी खाने से आपके शरीर को भोजन पचाने के लिए पर्याप्त समय मिलता है। इसे पोषक तत्वों का बेहतर अवशोषण होता है और असुविधा की संभावना कम होती है।

## लाइफस्टाइल में कुछ बदलाव करके वैरिकोज वेंस की समस्या से पा सकते हैं राहत

वैरिकोज वेंस या स्पाइडर वेंस नसों से जुड़ी समस्या है। वैरिकोज वेंस ज्यादातर लोगों के लिए खतरनाक नहीं होती है लेकिन कई बार ये गंभीर बीमारियों का कारण बन सकती है। वैरिकोज वेंस हाथ, पैर, एडी, टखने और पंजों में ज्यादा दिखाई देती है। इस स्थिति में नीली नसों के गुच्छे साफ नजर आने लगते हैं। अधिकतर मामलों में लोगों को वैरिकोज वेंस की समस्या में दर्द नहीं होता है लेकिन कई लोगों के लिए यह दर्द, खड़े होने में परेशानी और जलन जैसी परेशानी की वजह हो सकती है। अगर आपको भी वैरिकोज वेंस की समस्या है, तो आपने लाइफस्टाइल में कुछ बदलाव करके आप इस समस्या से राहत पा सकते हैं।

आपको बताते हैं।  
**वैरिकोज वेंस के कारण**  
लंबे वक्त तक खड़े रहना  
वजन अधिक होना  
प्रेनेसी  
नसों पर अधिक दबाव  
हर्मोनल इयैलेंस  
बढ़ती उम्र  
**इस बात का ख्याल**  
पुराने वक्त में घरो में खाना बनाने के लिए घुंके का प्रयोग होता था। महिलाएं बैककर खाना

## वैरिकोज वेंस होने पर न करें ये 5 काम, बढ़ सकती है मुश्किल

**वैरिकोज वेंस या स्पाइडर वेंस नसों से जुड़ी समस्या है। यह कई कारणों से हो सकती है। अगर आपको यह समस्या है, तो कुछ कामों को करने से बचे वरना आपकी मुश्किल बढ़ सकती है।**  
वैरिकोज वेंस के बारे में काफी लोग नहीं जानते हैं। लेकिन, यह नसों से जुड़ी एक समस्या है। आपने कुछ लोगों के हाथ, पैर, एडी, पंजे या टखनों में नीली नसों या स्पाइडर वेंस भी कहां जाता है। इसके पीछे कई कारण हो सकते हैं और यह समस्या पुरुषों से ज्यादा महिलाओं में देखने को मिलती है। आमतौर पर इनसे कोई खतरा नहीं होता है। लेकिन, कई बार ये मुश्किल खड़ी कर सकती है। इनकी वजह से कई बार, टांगों में खून की सप्लाई पर असर होता है। कई लोगों को इनकी वजह से खड़े होने में परेशानी हो सकती है। वहीं, कई बार इनमें दर्द और जलन भी होती है। अगर आपको यह समस्या है, तो आपको कुछ कामों को पूरी तरह से बर्खास्त करना चाहिए।  
**वैरिकोज वेंस होने पर बिल्कुल न करें ये काम**  
अगर आपको वैरिकोज वेंस की समस्या है, तो ज्यादा

देर बिल्कुल खड़े न रहें। इससे आपकी दिक्कत बढ़ सकती है। ज्यादा देर खड़े रहने के कारण, नसों में खून जमने लगता है इससे नसों पर अधिक प्रेशर पड़ता है।  
वैरिकोज वेंस होने पर, आप भारी वजन न उठाएं। दरअसल, भारी वजन उठाने से नसों पर दबाव पड़ता है और इससे नसों में रक्तप्रवाह पैदा होता है। इसकी वजह से नसे कमजोर होने लगती हैं।  
ऐसा नहीं है कि आप बिल्कुल वजन नहीं उठा सकती हैं। लेकिन, अधिक भारी चीजों को उठाने से बचे।  
हांडी हील्स वाले शूजिंग न पहनें। इससे ब्रद पले बॉलिंग होता है और नसों पर दबाव पड़ता है।  
वैरिकोज वेंस होने पर, आपको मुलायम और आरामदायक चप्पले पहननी चाहिए।  
अगर आपको वैरिकोज वेंस है, तो आपको इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि आपको कब्ज न हो।  
अगर आपको ट्रेड टिक से साफ नहीं हो रहा है, आपको कब्ज है, तो इसकी वजह से पेट साफ होने पर नसों पर दबाव आता है और परेशानी बढ़ सकती है।  
अधिक कोटोर या खुददुरी जगह पर न चले। इससे भी नसों पर प्रेशर आता है।



## उम्र बढ़ने के साथ कमजोर होने लगती है पास की नजर

प्रेसबायोपिया यानी पास की नजर का कमजोर होना है। यह बीमारी उम्र के साथ होने वाले सामान्य बदलाव के कारण होती है जोकि 40 की उम्र के बाद देखने को मिलती है। हालांकि मोबाइल फोन और इसी तरह के अन्य गैजेट्स के इस्तेमाल करने से कई बार यह बीमारी उम्र से पहले ही नजर आने लगती है। इसमें नजर को पास में केंद्रित कर पाने में परेशानी होती है। खासकर छोटे अक्षरों और कम रोशनी में। शुरू में तो व्यक्ति मोबाइल या किताब को दूर कर पढ़ लेता है लेकिन बाद में दिखाई नहीं देता है।  
**कारण** - इसका मुख्य कारण उम्र का अधिक होना है। यह बीमारी 40 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में आम है, लेकिन मोबाइल, कम्प्यूटर और टैबलेट्स के अत्यधिक इस्तेमाल से लोगों को जल्द ही चरमा लग जाता है। एस्टीमेटिंग (दृष्टिविषय), निगरसाइटनेस (निकटदृष्टि) और फारसाइटनेस (दूरदृष्टि) दोष के रूप में प्रेसबायोपिया में अंतर पाया जा सकता है, जो कि आंखों की पुतलियों के आकार से संबंधित है और आनुवांशिक व पर्यावरणीय कारणों से होते हैं।  
**लक्षण**-इलाज - प्रेसबायोपिया के मरीजों को नजदीक का काम करने जैसे कढ़ाई या

हाथों से लिखने पर सिरदर्द, आंखों पर दबाव या शकान महसूस होने लगता है। अगर बीमारी की पहचान शुरुआती चरण में हो जाती है तो दिनचर्या में कुछ बदलाव कर इसको नियंत्रित किया जाता है, लेकिन बीमारी बढ़ने पर सर्जरी की जाती है। इसके लिए कंठविद्य केरेटोप्लास्टी या कॉर्नियल इन-लेज आर्कि सर्जरी की जाती है।  
**चरमा** - बायोफोकल या प्रोग्रेसिव लेंस चरमे प्रेसबायोपिया में सुधार के लिए सबसे अच्छे होते हैं। बायोफोकल का मतलब है, जिसमें दो फोकस होते हैं। चरमे के लेंस का प्रमुख भाग दूरदृष्टि दोष के सुधार के लिए होता है जबकि लेंस का निचला हिस्सा निकट दृष्टि दोष के लिए होता है। प्रोग्रेसिव प्रकार के लेंस बायोफोकल लेंस के समान होते हैं लेकिन उनके बीच कोई लकीर नजर नहीं आती। इसको पहन सकते हैं।  
जांचें - इसकी जांच भी आंखों की दूसरी बीमारियों की तरह ही होती है। डॉक्टर, पहले आंखों में दवा डालकर पुतलियों को फैलाते हैं। इसके बाद तेज रोशनी में आंखों की जांच करते हैं। इस प्रक्रिया में करीब एक घंटे का समय लगता है। इसके अलावा भी डॉक्टर कुछ अन्य टेस्ट भी करवाते हैं।

संक्षिप्त समाचार

नासा का अलर्ट: 25 हजार एस्टेरॉयड धरती के पास, आधों का अब तक नहीं लगा सुराग



वॉशिंगटन, एजेंसी। अमेरिकी अंतरिक्ष एजेंसी नासा ने बताया है कि पृथ्वी के पास लगभग 25,000 ऐसे एस्टेरॉयड (खुदगर्ह) मंडरा रहे हैं। लेकिन इनका अभी तक पता नहीं चल पाया है।

न्यूयॉर्क में फिर शुरू होगी बेयर लोगों के कैप हटाने की कार्रवाई

न्यूयॉर्क, एजेंसी। न्यूयॉर्क सिटी के बेयर जोड़रान मजदूरों ने एरन बिशन के लिए शहर में सफाई कियारे और बांधे अस्थायी बेयर



केप (टेट बस्ती) फिर से उठाए जाएंगे। लेकिन इस बार उनका हटाने में कि त्वरिता पहले से अलग और ज्यादा माननीय (इंसानियत भरा) होगा। बता दें कि, बेयर बनाने के कुछ ही दिनों बाद जोड़रान मजदूरों ने पुराने मेयर परिक एडस की फोटो हटाने वाली नीति रोक दी थी।

नए प्रधानमंत्री तारिक रहमान ने 49 सदस्यीय कैबिनेट का गठन किया

ढाका, एजेंसी। बांग्लादेश के नए प्रधानमंत्री तारिक रहमान ने अपनी कैबिनेट के सदस्यों को विभागों का बंटवारा कर दिया है। उन्होंने खलीलुर रहमान को विदेश मंत्रालय की जिम्मेदारी सौंपी है।

जमीन के नीचे दौलत और सेहत पर संकट

दुनिया का सबसे बड़ा तेल रिजर्व होने के बावजूद वेनेजुएला में क्यों बिगड़े हालात?

काराकास एजेंसी। दक्षिण अमेरिकी देश वेनेजुएला के पास दुनिया का सबसे बड़ा भण्डारण तेल रिजर्व है, जो आधिकारिक आंकड़ों के मुताबिक करीब 303 बिलियन बैरल है।

वेनेजुएला के कुछ हिस्से डूब गए। जब जमीन लंबे समय तक भीर-भीर पानी में डूबी है, तो इससे एक गहरा बेसिन बनता है। इसे एक बड़े नैचुरल कंडरी की तरह समझा जा सकता है। इस



कंडरी में समय के साथ सैंडस्ट्रॉम रॉसम की मोटी परत बनने गई। सैंडस्ट्रॉम बाद में चट्टानें बन गईं जिन्हें तेल होता है। बड़े हुए एजेंड परत से बहने वाली नदियां इस बेसिन में बहुत ज्यादा तेल,

मिट्टी और दूबे हुए ऑर्गेनिक मटेरियल ले गईं, जिससे बहुत मोटी, तेल से भरपूर परतें बनीं जो आधिर में रिजर्वोयर्स बन गईं। इस इलाके में समुद्र के लेवल में बार-बार खड़ेतरों में

दूबे होने पर तेल बनाने के लिए ज्यादा मटेरियल मौजूद था। इसके अलावा, टेक्टॉनिक ताकतों की वजह से होने वाले फॉल्ट और स्ट्रक्चरल ट्रैप ने तेल बनाने के बाद उसे बाहर निकलने से रोकने में मदद की, जिससे असल में बड़ी मात्रा में हाइड्रोकार्बन वही सिल हो गए।

वेनेजुएला में उत्पादन क्यों घटा? वेनेजुएला में भले ही तेल रिजर्व का आकार दुनिया में सबसे बड़ा है, लेकिन इसका असर उत्पादन या आर्थिक स्थिति पर नहीं पड़ा। उत्पादन अपने पीक स्तर से बहुत नीचे आ चुका है, पुरानी सुविधाएं जांर हो गईं हैं। भारी तेल को अंतरराष्ट्रीय बाजार के लिए तैयार करने में जटिल प्रसंस्करण की जरूरत पड़ती है। दुश्मनों से कम निवेश, खराब मैनेजमेंट और अंतरराष्ट्रीय प्रतिबंधों ने तेल इन्फ्रस्ट्रक्चर को कमजोर कर दिया है। पाएरलान, कूप और रिफाइनरियां क्षमता से कम चल रही हैं।

महसूस किया जा सकता है और इससे किसी तरह का नुकसान नहीं होगा। यह कर्म अस्थायी होता है और इसमें धरती को सफाई फल्ट लाहने शामिल नहीं होती। ज्यादा गंभीर मामले तेल और गैस उद्योग से जुड़े हुए हैं। मेसाचुसेट्स की तकनीकी संस्था के वैज्ञानिकों ने एटली के एक तेल क्षेत्र का अध्ययन किया। तेल कार्पायस और अप्रिग्रिफ कर्ती को जमीन के बहुत नीचे इंटरकट करती हैं, तो उन्हें दबाव बढ़ता है। अगर वह दबाव पहले से मौजूद फॉल्ट लाहान पर असर डालता है, तो चट्टानें विकसित सकती हैं और ऊर्जा निकलने से भूकंप आ सकता है। इसे मानव अमेरिका के कुछ हिस्सों और दक्षिणी एटली में देखे गए हैं, जहां ज्यादा मात्रा में इंजेक्शन के बाद भूकंपों की संख्या बढ़ी। अध्ययन में पाया गया कि जब रोजाना इंजेक्शन की मात्रा कम की गई, तो भूकंपों की संख्या भी घट गई।

रिपोर्ट में दी गई थी। वैज्ञानिकों के अनुसार जब बड़ी संख्या में तेल एक साथ उठकते हैं तो उनकी ऊर्जा अलग-अलग में तरंगों के रूप में फैलती है। हालांकि 2.3 तीव्रता का इटका बहुत छोटा माना जाता है। इसे केवल आसपास ही

सकता है और इसे कितना नियंत्रित जा सकता है। अमेरिका के सिस्टम शहर में एक कंसर्ट के दौरान पार स्टाट टेलर रिक्वास्ट के शो में हजारों प्रदर्शकों के एक साथ कूटने-नाचने से जमीन में कंपन दर्ज हुआ।

ट्रंप ने कहा- ईरान पर हमले के लिए चाहिए

गार्सिया द्वीप पर ब्रिटेन का कब्जा खत्म होने से घबराया यूएस

वॉशिंगटन, एजेंसी। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने ब्रिटेन के प्रधानमंत्री की स्टारमैन से अपील की है कि वे हिंद महासागर क्षेत्र में स्थित द्वीप छिद्रों गार्सिया को मॉरीशस को सौंपें। ट्रंप ने कहा कि अगर अमेरिका और ईरान के बीच चिंताओं में चल रही बातचीत अमफल रहती है तो ईरान पर हमले के लिए अमेरिका को छिद्रों गार्सिया द्वीप की जरूरत पड़ेगी।

गौरवतः है कि ब्रिटेन साल ब्रिटेन में शक्तिमान में रणनीतिक रूप से बहुत महत्वपूर्ण द्वीप गार्सिया को मॉरीशस को सौंपने का फैसला किया था। हालांकि 99 साल की लंबी जंग पर अमेरिका-ब्रिटेन का स्पेस अडवा द्वीप पर बकावर रहा।

ट्रंप ने चाओस द्वीप को मॉरीशस को सौंपने के ब्रिटेन सरकार के फैसले को एक बड़ी मोलती बताया। सोशल मीडिया पर साझा एक पोस्ट में ट्रंप ने लिखा, 'ब्रिटेन के



(लौज) का कोई महत्व नहीं होता। हिंद महासागर में रणनीतिक रूप से स्थित छिद्रों गार्सिया पर 100 साल का पुराना सन्धीता करके वे बड़ी हल्ला कर रहे हैं। ब्रिटेन के साथ हमारे मजबूत संबंध हैं और ये संबंध कुछ वर्षों से हैं, लेकिन धांधली स्टारमैन इस द्वीप पर अपना नियंत्रण खो रहे हैं। ट्रंप ने अमेरिका, भारत और ईरान को तब तक से इनकार कर देता है तो अमेरिका को छिद्रों गार्सिया द्वीप की जरूरत पड़ सकती है।

तया 9 साल का बच्चा पढ़ेगा आपकी शर्त

इंस्टाग्राम पर बच्चों की लत को लेकर यूएस कोर्ट की जुकरबर्ग को फटकार

लॉस एंजिल्स एजेंसी। अमेरिका के लॉस एंजिल्स अदालत में इंस्टाग्राम और फेसबुक की पेरेंट कंपनियों, मेटा के मालिक जूकरबर्ग को कड़े सवालों का सामना करना पड़ा। दरअसल, सुनवाई के दौरान जुकरबर्ग से इंस्टाग्राम की लत और उस के वैरिफिकेशन को लेकर सवाल विचार हुए।

कहा कि कुछ बच्चों इंस्टाग्राम पर अकामंड खोलते समय अपनी उम्र के बारे में झूठ बोलते हैं और कंपनी जिन लोगों को फ्रेंड बनाने का उम्र के रूप में कतरी है उन्हें ही देती है। मैं हमेशा चाहता हूँ कि हम यह काम जल्दी कर पाते।

कोर्ट ने पूछा कि क्या मेटा के प्लेटफॉर्म जानबूझकर बच्चों को नशे की लत लगाते हैं और उन्हें नुकसान पहुंचाते हैं। इस दौरान जुकरबर्ग ने केवल अस्हज दिखे, बल्कि बच्चों को दलितों पर रिश्ते लिखते और उतावले होने नकार भी सुनवाई के दौरान मेटा के मालिक मर्क जुकरबर्ग ने दावा किया कि मेटा ने कम उम्र के यूजरों की पहचान करने में सुधार किया है, लेकिन सच यह था

मर्क जुकरबर्ग के इस बयान पर केस करने वाले वादी के वकीलों ने पलटवार करते हुए कहा कि एक नौ साल का बच्चा उन फ्रेंड लिस्ट में लिखे जाते को पेशगा? 13 साल से कम उम्र के बच्चों को अनुमति है या नहीं, इसके लिए आप यह तर्क दें रहे हैं? वैरिफिकेशन के बारे में बार-बार पूछे जाने पर जुकरबर्ग ने कहा, 'यूएस समझ नहीं आता कि यह इतना जटिल क्यों है।' यह पूरा मामला कैलिफोर्निया न्यायिक 20 वर्षीय कैसी जी.ए. की मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़ा हुआ है।

कंसर्ट की भीड़ से लेकर तेल के कुओं तक... क्या इंसान भी ला सकते हैं भूकंप

भीड़ भी पैदा कर सकती है हल्का कंपन, जमीन के नीचे तरल इंजेक्शन से असली भूकंप

वॉजिंग, एजेंसी। भूकंप आमतौर पर धरती के अंदर मौजूद फॉल्ट लाइनों (दरारों) में होने वाली प्राकृतिक हलचल से आते हैं। लेकिन कुछ खास परिस्थितियों में इंसानी गतिविधियां भी जमीन में कंपन पैदा कर सकती हैं। वैज्ञानिक प्राकृतिक टेक्टॉनिक भूकंप और इंसानी द्वारा उत्पन्न कंपन (इंटर्यूड भूकंप) के बीच फर्क करते हैं। खनन, बड़े इलाखों को भरना या जमीन के अंदर तल परतों इंजेक्ट करना जैसे गतिविधियां छोटे भूकंपीय इटके पैदा कर सकती हैं। ज्यादातर ऐसे इटके बहुत छोटे होते हैं और किसी तरह का नुकसान नहीं करते। हालांकि कुछ इलाकों में औद्योगिक गतिविधियों से अपेक्षाकृत तेज इटके भी तैर किंगे गए हैं।

यह कंपन नहीं है कि इंसान जमीन को हिला सकते हैं या नहीं, बल्कि यह है कि वह कितना बड़ा असर डाल



सकता है और इसे कितना नियंत्रित जा सकता है। अमेरिका के सिस्टम शहर में एक कंसर्ट के दौरान पार स्टाट टेलर रिक्वास्ट के शो में हजारों प्रदर्शकों के एक साथ कूटने-नाचने से जमीन में कंपन दर्ज हुआ।

महसूस किया जा सकता है और इससे किसी तरह का नुकसान नहीं होगा। यह कर्म अस्थायी होता है और इसमें धरती को सफाई फल्ट लाहने शामिल नहीं होती।

रिपोर्ट में दी गई थी। वैज्ञानिकों के अनुसार जब बड़ी संख्या में तेल एक साथ उठकते हैं तो उनकी ऊर्जा अलग-अलग में तरंगों के रूप में फैलती है। हालांकि 2.3 तीव्रता का इटका बहुत छोटा माना जाता है। इसे केवल आसपास ही

30 मीटर तक हवा में उड़कर घर के बाथरूम में घुसा तेज रफ्तार ट्रक, बाल-बाल बचा परिवार

झाड़वर पर मामला दर्ज

वॉशिंगटन, एजेंसी। अमेरिका में एक चीकाने वाला हादसा सामने आया है। तेज रफ्तार से आ रहा एक ट्रक मिट्टी के टीले से उछलकर हवा में करीब 30 मीटर तक उड़ता हुआ एक घर में जा घुसा। इस घटना का वीडियो भी सामने आया है, जिसमें ट्रक को हवा में उड़ते हुए साफ देखा जा सकता है। यह हादसा पिछले शुक्रवार तड़के करीब 3 बजे टाइटगाड में हुआ। स्थानीय पुलिस के अनुसार, ट्रक पश्चिम दिशा में साइबेवेट स्कूलस फेरी रोड पर जा रहा था और चालक तेज रफ्तार व चपत्प्याही से गाड़ी चला रहा था। दरवाजे पर लगे कैमरे की फुटेज में दिखाया है कि ट्रक पहले एक मिट्टी के टीले से उछला, फिर एक रिटिंगिंग बॉल को पर करता हुआ सीधे घर की दीवार से टकरा गया। ट्रक डेविड ब्रडनोक के घर के ग्राउंड फ्लोर के बाथरूम में जा घुसा।



ब्रडनोक, उनकी पत्नी और उनके तीन छोटे बच्चे ऊपर की मॉल्ट पर थे। अच्छे बात यह रही कि परिवार का कोई सदस्य घायल नहीं हुआ। ब्रडनोक ने कहा कि वह भावना का सृजनाज्ञा हैं कि हादसे के वक पूरा परिवार ऊपर था, नहीं तो बड़ा नुकसान हो सकता था। हादसे के बाद झूझर खुद गाड़ी से बाहर निकल आया, जबकि फार ग्रेडिड की टीम ने

आर यात्री दोनों को मामूली चोटें आईं हैं। पुलिस ने 33 साल के ड्राइवर जेबक डेविडस पर लापरवाही से गाड़ी चलाने और दुर्घटना की जांच खतरों में डालने का मामला दर्ज किया है। जांच अधिकारी अभी इस हादसे की पूरी परिस्थितियों की समीक्षा कर रहे हैं, जिसमें ट्रक की रफ्तार और टकर से पहले की झुड़मिंग का तरीका शामिल है।

दोनों एजेंसी। कनाडा में अंतरराष्ट्रीय छात्रों की संख्या में बड़ी गिरावट दर्ज की गई है। लखों लोग अपने परिवार के साथ लोहार मनाने के लिए लंबी दूरी तय कर रहे हैं। आर्थिक मुश्किलों के बावजूद लोग पर लौटने को प्राथमिकता दे रहे हैं।

कनाडा में घटी विदेशी छात्रों की संख्या

61 प्रतिशत की आई कमी, इन नियमों का भारतीय छात्रों पर दिक्कत असर

दुर्लभ शीलों में फल और विंडर सेमेस्टर शुरू होते हैं। मासिक

आंकड़ों में भी गिरावट देखी गई है। उदाहरण के लिए, अप्रैल 2024 में 45 हजार 790 नए परमिट जारी हुए थे, जो अप्रैल 2025 में घटकर 8525 रह गए। अप्रैल 2024 में 79 हजार 740 परमिट जारी हुए, जबकि अप्रैल 2025 में 45 हजार 35 रह गए। कनाडा सरकार ने 2024 में अंतरराष्ट्रीय छात्रों के लिए सालाना सीमा (कैप) तय की थी। इसके बाद 2025 और 2026 के लिए भी लक्ष्य कम कर दिए गए। पिछले साल घोषित 2025-2027 की योजना में 2026 के

चुन्युन की शुरुआत: 40 दिनों में 9.5 अरब यात्राएं, चीन में लूनर न्यू ईयर पर रिकॉर्ड यात्रा

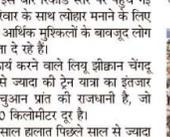
वॉजिंग, एजेंसी। चीन में लूनर न्यू ईयर से पहले हर साल होने वाली चुन्युन यात्रा इस बार रिकॉर्ड स्तर पर पहुंच गई है। लखों लोग अपने परिवार के साथ लोहार मनाने के लिए लंबी दूरी तय कर रहे हैं। आर्थिक मुश्किलों के बावजूद लोग पर लौटने को प्राथमिकता दे रहे हैं।

चीन में निर्माण कार्य करने वाले लिंयू झोआन चेंगु जाने के लिए 30 घंटे से ज्यादा की देन यात्रा का इंतजार कर रहे थे। चेंगु, सिचुआन प्रांत की राजधानी है, जो वॉजिंग से करीब 2,000 किलोमीटर दूर है। उन्होंने कहा कि इस साल हालात पिछले साल से ज्यादा खराब लग रहे हैं। अर्थव्यवस्था कमजोर है और पैसे ज्यादा मुश्किल होता जा रहा है। लिंयू ने पैसे बचाने के लिए भीमो देन चुनी। तेज रफ्तार ट्रेन से सफर सिर्फ नौ घंटे में पूरा हो सकता था, लेकिन असम किराया दोगुने से भी ज्यादा था।

रिफॉर्ड स्तर पर यात्रा: फिर भी लिंयू ने पर जाने का फैसला किया, क्योंकि वह साल का सबसे खास समय है। देशभर के कामगार खूबो खूबो लेकर परिवार के साथ समय बिताते हैं। चीन में लूनर न्यू ईयर 17 फरवरी को मनया जाएगा। इस मौके पर होने वाली 40 दिन की यात्रा अर्थात को

चुन्युन: कहा जाता है। सरकारी अनुमान के मुताबिक, इस दौरान 9.5 अरब यात्राएं होंगी, जो अब तक का रिकॉर्ड है। ट्रेन और हवाई सफर के आंकड़े: राष्ट्रीय विकास और

लोग हवाई जहाज से सफर करेंगे। बाकी अधिकतर लोग सड़क मार्ग से अपने घर जाएंगे। चीन में काम के लंबे तरे और कम वार्षिक छुट्टियों के कारण यह लोहार लोगों के लिए बेहद खराब होता है। वॉजिंग के रेलवे स्टेशन पर यात्री बड़े-बड़े बैग और सूटकेस के साथ इंतजार करते नजर आएंगे। कई लोग इंटरनेट न्यूजस खार रहे थे, क्योंकि स्टेशन पर मुश्किल में गम पानी मिलता है। वॉजिंग में नई-नई नौकरों शुरू करने वाली निगम दुर्घोमू ने कहा कि वह 15 फरवरी से शुरू हो रही हैं। निगम की छुट्टी का बेसबरी से इंतजार कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि नौकरों शुरू करने के बाद समझ आया कि इतनी लंबी छुट्टी मिलना दुर्लभ है और परिवार के साथ मिलना-जुलना कम होता जा रहा है। इसलिए सफर फेरितवान उनको लिए खास है। तेज रफ्तार ट्रेन की कितना कि राया सलत सबसे लंबी लोहार है। उन्होंने कहा, 'अगर हम पर नहीं जाते पाएंगे तो लोहार का असली माहौल हमसूर नहीं कर पाएंगे।' वह अपने बच्चों, पॉते-पॉतियों और पति से मिलने के लिए पर जाना चाहती हैं।



# सुपर 8 से पहले टीम इंडिया की चिंता

## स्पिनरों के खिलाफ अपने खेल में बड़े सुधार की जरूरत



**अहमदाबाद (एजेंसी)।** भारतीय टीम के सहायक कोच रयान टैन डोएरो ने इस बात पर सहमति जताई कि बाएं हाथ के बल्लेबाजों वाले शीर्ष क्रम के लिए विपक्षी टीमों का खतरा रणनीति बनाना और फिगर (अंतिमियों के) स्पिनरों के खिलाफ बल्लेबाजों का संघर्ष टी20 विश्व कप के सुपर आठ में भारत के सामने दो अहम मुद्दे होंगे। डोएरो ने नीदरलैंड के खिलाफ आरंभ दौरा में भारत की जीत के बाद पत्रकारों से कहा कि खिलाज के प्रमुख दायेंद्वारे में अभी तक एमपी मैच ऐसा नहीं खेला है जिसमें उसका पूरी तरह से दबका रहा हो।

भारत के शीर्ष तीन बल्लेबाजों में अभिषेक शर्मा, ईशान किशन और विलक वर्मा शामिल हैं। यह तीन बाएं हाथ के बल्लेबाज हैं और डोएरो ने स्वीकार किया कि इससे विपक्षी टीमों के लिए उनके खिलाफ रणनीति बनाना आसान हो गया है। प्रसिद्धी टीमों अभिषेक शर्मा साहित शीर्ष क्रम के बल्लेबाजों पर अंकुश लगाने के लिए पावरप्ले में ऑफ स्पिनरों का इस्तेमाल कर रही हैं। अभिषेक इस दुर्नाम में तीन मैच में खाता भी नहीं खोल पाए हैं जबकि कुछ समय पहले तक वह अपने करियर की सर्वश्रेष्ठ फार्म में थे।

नीदरलैंड के ऑफ स्पिनर आर्यन दत्त ने बुधवार को पावरप्ले में तीन ओवर रफ्त और अभिषेक और किशन को आउट किया। डोएरो का मानना ? है कि भारत को उभराने से गेंदबाजी करने वाले स्पिनरों के खिलाफ अपने खेल में बड़े सुधार की जरूरत है। चूंकि टीम को दक्षिण अफ्रीका, जिम्बाब्वे और वेस्टइंडीज के खिलाफ सुपर आठ मैचों में उभराने से गेंदबाजी करने वाले स्पिनरों से निपटने का तरीका ढूंढना होगा।

उन्होंने कहा, इससे टीमों को भारत के खिलाफ रणनीति बनाने में आसानी हुई है। हमारे पास शीर्ष तीन में ज्यादा विकल्प नहीं हैं। हमारे पास संजु सैमसन बेंच पर बैठे हैं और आरामी मैचों को देरवाते हुए अगर हम उभराने के स्पिनरों को देखें तो इस मामले में हमारा सामना न्यूजीलैंड से होगा। डोएरो ने कहा, हमारे पास कुछ ऐसे गेंदबाज हैं जो उभराने से स्पिन गेंदबाजी करते हैं। वेस्टइंडीज और दक्षिण अफ्रीका के पास भी अगर हम मार्कम को शामिल करें, तो इस तरह के गेंदबाज हैं। लेकिन कुल मिलाकर हमें लगता है कि वे हमारे सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाज हैं और हम टीम में बाएं हाथ के अधिक बल्लेबाजों से काम चला लेंगे।

# भारतीय महिला फुटबॉल टीम का सामना ऑस्ट्रेलियाई क्लबों से होगा

**पर्थ (एजेंसी)।** भारतीय महिला नेशनल फुटबॉल टीम एएससी महिला एशियन कप ऑस्ट्रेलिया 2026 को अपनी तैयारी के रहत 19 और 23 फरवरी को ऑस्ट्रेलियाई क्लबों से फेडरल एफसी और पर्थ अजुर्जी के खिलाफ दो फेडरल मैच खेलेगी। ऑल इंडिया फुटबॉल फेडरेशन की महिला के मुताबिक, ब्यू ट्राइप्रेस 11 फरवरी को तुकिरों में अपना ट्रेनिंग कैम्प खत्म करने के बाद वेस्टर्न ऑस्ट्रेलिया फुटबॉल, जहां उन्होंने यूकेन, रूम, सिडनरलैंड, जर्मनी और रोमानिया की क्लब टीमों के खिलाफ छह फेडरल मैच खेले। भारत ने तुकिरों में अपने एफएमसीओ टूर के दौरान तीन जीत, एक ड्रॉ और दो हार दर्ज कीं। पर्थ रेडस्टार एजेंसी के खिलाफ पहला मैच डालमटिनस पार्क में भारतीय महिलाएं 1-0-0 पर खेला जाएगा जबकि पर्थ अजुर्जी के खिलाफ दूसरा मैच मेसेडोसिया पार्क में 16:00 पर खेला जाएगा। दोनों मैच दर्शकों के बिना खेले जाएंगे। 000

# होप के कमाल से वेस्टइंडीज की इटली पर आसान जीत

**कोलकाता (एजेंसी)।** कप्तान राहु गेंदबाज जोसेफ के चार विकेट और चार कैच की मदद से वेस्टइंडीज ने गुल्बर्ग को हरा इटली को 42 रन से हराकर टी20 विश्व कप के रूप से में अपना शीर्ष स्थान बरकरार रखा। वेस्टइंडीज के बल्लेबाज अनुकूल दिख रही पिच पर इटली के स्पिनरों के सामने खुलकर नहीं खेल पाए लेकिन उसने होप (46 गेंद पर 75 रन) के अंधेरातक की बदौलत छह विकेट पर 165 रन का चुनौतीपूर्ण स्कोर बनाया। इसके जवाब में इटली की टीम 18 ओवर में 123 रन पर आउट हो गई। उसका कोई भी बल्लेबाज 30 रन की संख्या तक नहीं पहुंच पाया। वेस्टइंडीज की तरफ से जोसेफ ने 30 रन देकर 4 विकेट लिए। उन्होंने चार कैच भी लपके और इस तरह से वह टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में एक मैच में चार विकेट और चार कैच लेने वाले पहले खिलाड़ी बन गए हैं। वेस्टइंडीज ने इस तरह से अपना अग्र्य अभियान जारी रखा और रूप से 11 शीर्ष पर रहते हुए सुपर आठ में जगह बनाई जहां उसका सामना भारत, दक्षिण अफ्रीका और जिम्बाब्वे से होगा। इटली ने चार मैच में एक जीत के साथ अग्र्य अभियान का समापन किया। रूप से से सुपर आठ में जगह बनाने वाली दूसरी टीम इंग्लैंड है। होप की पारी में छह चौके और चार छके शामिल हैं। उनके अलावा रोस्टन चेज (25 गेंद पर 24), शेरफन रदरफोर्ड (15 गेंद पर नबाद 24) और मैथ्यू फोर्डे (आठ गेंद पर नबाद 16)



होप को उभराने योगदान दे पाए। पिच बल्लेबाजी के लिए अनुकूल थी लेकिन इटली के स्पिनरों ने अनुशासित गेंदबाजी करते हुए दो बार के चौपटन वेस्टइंडीज को बड़ा स्कोर नहीं बनाने दिया। इटली की तरफ से बेन मैनेटी (37 रन देकर दो) और कुरान कालामामे (25 रन देकर दो) ने दो दो विकेट लेकर वेस्टइंडीज को आरंभ ओवरों में अपेक्षित तेजी से रन नहीं बनाने दिए। अगर ग्रांट ट्विडल्ट ने 19वें ओवर में 19 रन नहीं लुटाए होते तो वेस्टइंडीज की स्थिति भी खराब हो सकती थी। इटली की शुरुआत अच्छी नहीं रही और उसने पावर प्ले में तीन विकेट पर 37 रन बनाए। एंथनी मोस्का (19) ने अकेले इटली को गेंद पर चेंबरा लगाकर अपना खाता खोला लेकिन मैथ्यू फोर्डे (19 रन देकर तीन विकेट) ने अपने पहले ओवर में ही जस्टिन मोस्का (02) को आउट कर दिया।

एंथनी मोस्का ने इटली पर दो छके लगाए लेकिन इस विषय में इमी ओवर में उन्हें फेलिपिन भेज दिया। फोर्डे ने इसके बाद सेयर नकजी (06) को आउट करके इटली को संकट में डाल दिया। जेरे स्मट्स (27 गेंद पर 24) ने क्रीज पर बने रहने को प्राथमिकता दी लेकिन कप्तान हेरी मैनेटी (08) के आउट होने से उन पर दबाव बन गया। स्मट्स ने जोसेफ पर लगातार दो चौके लगाए के बाद गुल्बर्ग मोली (24 रन देकर दो विकेट) की गेंद पर स्वीप करके बैकवॉर्ड स्कारा लगा पर आसान कैच दिया। इससे इटली का स्कोर पांच विकेट पर 78 रन हो गया। बेन मैनेटी ने जोसेफ पर दो चौके लगाकर इटली का स्कोर फिर अंक में पहुंचा लेकिन इस तेज गेंदबाज ने इमी ओवर में ग्रांट ट्विडल्ट (12) को आउट करके वेस्टइंडीज पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ा। इसका वेस्टइंडीज पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ा। होप ने भले ही कुछ अच्छे शॉट खेले लेकिन चेज रोकट रोकट करके लिए संघर्ष करते हुए दिखे और चार स्कारा प्ले में कैच देकर खंडितन लैंट। इसके बाद रोस्टन फोर्डे (09) भी जल्दी आउट हो गए। इस तरह से अनुभवी ऑफ स्पिनर मैनेटी और श्रीलंका मूल के लेग स्पिनर कालामामे ने इटली के पक्ष में पासा पटक दिया। मैनेटी ने लगातार ओवरों में विकेट लिए जिसमें पविल का अहम विकेट भी शामिल था।

# भारतीय कप्तान हरमनप्रीत कौर ने रचा इतिहास

## सबसे ज्यादा इंटरनेशनल मैच खेलने वाली खिलाड़ी बनीं

**केनरता (ऑस्ट्रेलिया) (एजेंसी)।** भारतीय महिला टीम की कप्तान हरमनप्रीत कौर ने इतिहास रच दिया है क्योंकि वह अब महिला क्रिकेट में सबसे ज्यादा इंटरनेशनल मैच खेलने वाली खिलाड़ी बन गईं। भारत की इस अनुभवी क्रिकेटर ने गुल्बर्ग को यह उल्लंघनी हासिल की, जब वह ऑस्ट्रेलिया में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ तीन मैचों की सीरीज के दूसरे टी-20 के लिए टीम की कप्तानी करने उठीं।



हरमनप्रीत ने 19 फरवरी को अपने 35वें 77 इंटरनेशनल मैच में पर उतरकर न्यूजीलैंड की रिगजा सूजी वेल्स को पीछे छोड़कर महिला इंटरनेशनल खेल के इतिहास में सबसे ज्यादा मैच खेलने वाली खिलाड़ी बन गईं। हरमनप्रीत और सूजी वेल्स के बाद विलियस पेरी (349 मैच, ऑस्ट्रेलिया) सबसे ज्यादा इंटरनेशनल मैच खेलने वाली महिला क्रिकेटरों की लिस्ट में तीसरे स्थान पर हैं। भारत की पूर्व क्रिकेटर मिताली राज ने 333 मैच खेले हैं जबकि शार्लेट एडवर्ड्स ने इंग्लैंड के लिए 309 मैच खेले हैं। सोफे डिवायन (305, न्यूजीलैंड), हीथर हॉल्ट (303, इंग्लैंड), और डैनी वायट-रॉज (302, इंग्लैंड) भी महिला क्रिकेट में सबसे ज्यादा इंटरनेशनल मैच खेलने वाली खिलाड़ियों में शामिल हैं।

# मैच में बने ढेर सारे रिकॉर्ड्स, अभिषेक-हार्दिक-सुरिष्यों में तीसरे ओपनर बन अभिषेक

**नई दिल्ली (एजेंसी)।** भारत अपने आखिरी ग्रुप ए मैच में नीदरलैंड की 17 रन से हराकर सुपर एट्स में बिना हार रिकॉर्ड के साथ जा रहा है। अपने आखिरी रूप में भारत ने अहमदाबाद में पहले बल्लेबाजी करने के बाद नीदरलैंड्स के खिलाफ खराब शुरुआत से उबरते हुए 193/6 का स्कोर बनाया। नीदरलैंड ने लक्ष्य का पीछा करते हुए अच्छे शुरुआत की। लेकिन 16 ओवर के बाद 125/6 पर सिमटने के बाद वे मुश्किल में पड़ गए थे, इससे पहले जैक लयन-केरोट और नोआ क्रोस ने बड़े हिट्स की झड़ी लगाकर अंतर कम किया। क्रोस ने चार गेंदों पर तीन बाउंड्री लगाई, वाशिंगटन स्टैंड के स्पेल की आखिरी दो गेंदों पर दो और अश्वीण सिंह की गेंद पर एक इससे पहले लयन-केरोट ने भी एक बाउंड्री और एक छका लगाकर अपनी जगह पक्की कर ली। हार्दिक पांड्या की गेंद पर क्रोस के दो और बाउंड्री ने आखिरी ओवर में स्कोर 28 कर दिया। लेकिन शिवम च्हे ने आखिरी ओवर में हिमंत नहीं हारी, ज्यादा रन नहीं दिए और लयन-केरो को आउट करके 17 रन से जीत पक्की कर ली जिससे भारत रूप स्टेज में बिना हार रहा।



**भारत की जीत में यह रिकॉर्ड्स बने**  
भारत के कप्तान सुर्यकुमार यादव ने 7 गेंदबाजों का इस्तेमाल किया। यह पांचवां मौका था जब भारत ने टी20 विश्व कप मैच की एक पारी में सात या उससे ज्यादा गेंदबाजों का इस्तेमाल किया। आज तक भारत ने विश्व कप के मौजूदा एडिशन में 12 गेंदबाजों का इस्तेमाल किया है जो टी20 विश्व कप के एक एडिशन में सबसे ज्यादा है। भारत ने 2009 में 11 गेंदबाजों का इस्तेमाल किया था।  
**हार्दिक ने टी20 फॉर्मेट में 6000+ से ज्यादा रन और 200+ विकेट का डबल धमाका**  
टी20 में तीन बार डक पर आउट होने वाले

**तीसरे ओपनर बन अभिषेक**

ओपनर अभिषेक शर्मा, जो मौजूदा टी20 विश्व कप में एक भी रन नहीं बना पाए, अब टी20 वर्ल्ड कप में तीन बार डक पर आउट होने वाले तीसरे ओपनर बन गए हैं। इससे पहले 2009 में वेस्टइंडीज के एड्रू फ्लेजर और 2024 में बॉलिविश के तजीर हसन के नाम यह अजीब रिकॉर्ड था।  
**टी20 विश्व कप में 12वीं जीत दर्ज की**

भारत ने टी20 विश्व कप में लगातार 12वीं जीत दर्ज की, जो एक वर्ल्ड रिकॉर्ड है। उन्होंने अपना जीत का अभियान 5 नव 2024 से शुरू किया था और यह आज भी जारी है।  
**शिवम दुबे ने 65 रन को पीछे छोड़ा**

यह शिवम दुबे का टी-20 में सबसे ज्यादा स्कोर है जिसने 28 जनवरी 2026 को विगाना में न्यूजीलैंड के खिलाफ उनके पिछले सबसे अच्छे 65 रन को पीछे छोड़ दिया। कुल मिलाकर वह उनके 59वें मैच में उनका छठवां 50 से ज्यादा का स्कोर था।  
**नीदरलैंड का बिना किसी एक फिट्टी के सबसे बड़ा स्कोर**

176/7 - यह नीदरलैंड का बिना किसी एक फिट्टी के सबसे बड़ा टीम टीटल है, जो 2018 में लॉस में नेपाल के खिलाफ बनाए गए 174/4 के स्कोर से ज्यादा है।

# भारत का परचम, 43 मेटल के साथ पैरा एथलेटिक्स ग्रांप्री में बना नंबर 1

**दुबई (एजेंसी)।** भारत ने दुबई 2026 ग्रांप्री - 17वीं फांजा इंटर्नेशनल पैरा एथलेटिक्स चैंपियनशिप में शानदार प्रदर्शन करते हुए 43 पदकों के साथ पदक तालिका में पहला स्थान हासिल किया। भारत ने कुल 16 स्वर्ण, 13 रजत और 14 कांस्य पदक अपने नाम किए। कोलंबिया और केन्या ने 20-20 पदक जीते, जिनमें क्रमशः 11 और 6 स्वर्ण पदक शामिल रहे। मेजबान दुबई 31 पदकों (6 स्वर्ण) के साथ चौथे स्थान पर रहा। यह सीजन का पहला वर्ल्ड चैंपियनशिप टैक्निकल ग्रांप्री था।

भारत के लिए यह प्रदर्शन खास क्योंकि अगला डब्ल्यूएल ग्रांप्री नई दिल्ली के जवाहरलाल नेहरू स्पोर्ट्स केंद्र में आयोजित होगा है। ऐसे में भारतीय एथलीटों ने दुबई वर्ल्ड चैंपियनशिप में पहला स्थान हासिल करने पर आत्मविश्वास से भरी शुरुआत की। दो बार के पैराओलिंपिक्स चैंपियन सुमित अंतिल ने पुरुषों की जेवेलिन एफए64 स्पर्धा में स्वर्ण पदक जीतकर शानदार चारसी की। वहीं पेरिस 2024 के स्वर्ण पदक विजेता नवदीपा (जेवेलिन एफ41) ने अभिनीर नेन (स्वर्ण एफ 51) ने भी गोल्ड जीतकर सीजन की

पारिश्रमि शुरुआत की। पेरिस 2024 पैराओलिंपिक्स की डबल ब्रॉन्ज मेडलिस्ट प्रीति पाल ने महिलाओं की 100 मीटर टी35 में स्वर्ण और 200 मीटर एफ35 में कांस्य पदक जीता। उन्होंने कंडा, मेरा लक्ष्य अपना परमल बेस्ट स्थापना और भारत के लिए ज्यादा से ज्यादा गोल्ड जीतना है। यह तो बस शुरुआत है। भाग्यश्री एम. जाधव ने महिलाओं की शॉट पुट और दूरदर्शन कर 34 मीटर में चांदनलक जीत दर्ज कर शानदार चारसी की। अन्य स्वर्ण पदक विजेताओं में रित्कु हड्डा (जेवेलिन एफ 46), वरुण सिंह भाट्टे (हॉ

# कोको गॉफ त्वार्टर फाइनल में पहुंची

**दुबई (एजेंसी)।** कोको गॉफ ने बुधवार रात को तीन मैच पाईंट बचाए और पलिस मर्टेस को 2-6, 7-6 (9), 6-3 से हराकर दुबई क्वार्टर फाइनल में पहुंच गईं। 2 घंटे और 18 मिनट में मिली इस जीत ने 2021 के बाद पहली बार वह दिखाया कि गॉफ ने टूर-लेवल की जीत में मैच पाईंट बचाए और बेल्जियम की खिलाड़ी के खिलाफ अपना रिकॉर्ड 5-0 कर लिया। गॉफ ने कोर्ट पर अपने स्टार्टर्यू में कंडा, पांच मैच ऐसा लगा जैसे मेरे हिस्साब से नहीं जा रहा है। यह सबसे अच्छा नहीं था, लेकिन मैंने बस इसमें बने रहने की कोशिश की, और मैंने हर पाईंट के लिए लड़ना ही मुझे खुशी है कि मैं आज रिजल्ट ला पाई।



गोफ 2001 में दुर्नामेट शुरू होने के बाद से दुबई इवेंट्स को टैनिंग चैंपियनशिप में चार क्वार्टर फाइनल तक पहुंचने वाली सबसे कम उम्र की खिलाड़ी बन गईं। वह 2009 में इस फॉर्मेट के शुरू होने के बाद से 100 डब्ल्यूएल 1000 में-ड्रॉ जीत हासिल करने वाली सबसे कम उम्र की खिलाड़ी भी हैं। गॉफ का अगला मुम्बई फाइनल एवेंट्स ड्रॉ एपस से होगा ताकि क्रिकेट 101 जीत हासिल कर सकें और अपने दूसरे दुबई सेमीफाइनल में पहुंच सकें।

# टी20 विश्व कप में भारत का खामोश योद्धा है शिवम दुबे

**अहमदाबाद (एजेंसी)।** शिवम दुबे के शानदार खेल को देखकर उनकी जितनी चर्चा होनी चाहिए थी उसनी नहीं होती लेकिन यह भारतीय ऑनररडरड खामोश योद्धा की तरह मौजूदा टी20 विश्व कप में प्रभावशाली प्रदर्शन करते हुए एक प्रमुख पावर-हिट्टर के रूप में अपनी साख बना रहा है। नामीबिया और फिजिसन के खिलाफ मुश्किल पिचों पर छोटी लेकिन महत्वपूर्ण पारियों खेलने के बाद दुबे ने बुधवार को नीदरलैंड के खिलाफ बीज के ओवरों में को जबरनी गति प्रदान की। दुबे ने शुरू में परिस्थितियों को परखा और अपने पहली 11 गेंद पर छह रन बनाने के बाद टेला देवाई। उन्होंने 31 गेंद पर 66 रन बनाकर भारत की जीत में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। उनकी इस पारी में छह



छके शामिल हैं। अपने दूसरे टी20 विश्व कप में खेल रहे दुबे स्पिनरों के खिलाफ अपनी स्टडी बल्लेबाजी के लिए जाने जाते थे, लेकिन अब उन्होंने तेज गेंदों के खिलाफ भी खुद को उभराने में प्रभावशील साबित कर दिया है। तेज गेंदबाजों के खिलाफ उनके बेहतरीन प्रदर्शन का मूल्ता नीदरलैंड के खिलाफ

देखने को मिला, जब उन्होंने लोगन वैन बीन की गेंदों में होने वाले बदलावों को अच्छे तरह से समझा और उन्हें तीन छके उड़ाए। शॉट बॉल के खिलाफ दुबे के खेल में कुछ सुधार आया है और इसका श्रेय वाद आर्यपीएल में चेन्नई सुपर किंग्स (सोएसके) में शामिल होने के बाद की गई कड़ी मेहनत को देते हैं। उनका दुबू विश्वास ऐसा है कि कुछ डेट गेंदों से उन्हें कोई फर्क नहीं पड़ता, क्योंकि वे जानते हैं कि बड़े शॉट आखिरकार लगेगे। दुबे ने मैच के बाद कहा, टी20 में जब आप शॉट बॉल खेलते हैं, तो आप पर दबाव आता है। लेकिन एक खिलाड़ी के रूप में, एक बल्लेबाज के रूप में मैं जानता हूँ कि अगर मैं 10 गेंदों में दो रन बनाने के बावजूद अगर मैं आगली पांच गेंद में से दो गेंद पर छका लगा देता

हूँ तो हिस्सा बसाकर ले जाऊंगा। उन्होंने कहा, यह बात हमेशा मेरे दिमाग में रहती है। यह जरूर है कि विकेट गिने पर साझेदारी निभाना महत्वपूर्ण होता है इसलिए अगर दो-चार गेंद खाली भी चली जाती है तो बहुत फर्क नहीं पड़ता क्योंकि बाद में उसका हिस्सा बसाकर हो जाता है। दुबे ने अपनी साफल्यता का श्रेय दबाव वाली परिस्थितियों में खेलने के अधिक मौके मिलने को भी दिया। उन्होंने कहा, मुझे उस तरह की परिस्थितियों में खेलने के मौका मिले हैं। इसलिए जब भी आपको खेलने का मौका मिलता है तो आप उससे कुछ न कुछ सीखते हैं। इसलिए मैंने अपना ख्यालवाकिया खोल खोला है और अब परिस्थितियों में मैं थोड़ा समझदार हो गया हूँ। इसलिए मैं जानता हूँ कि गेंदबाज मुझे किस तरह की गेंद कर सकता है दुबे का आत्मविश्वास चार में आने और वह उनके टी20 विश्व कप में पहले आरंभिक विकेट के रूप में उनके बीजों के तरीके में स्पष्ट रूप से प्रकट। उन्होंने कहा, आज मुझे लगा कि आज मेरा दिन है और मुझे थोड़ा समझदार हो से काम लेना होगा, खुद को आगे बढ़ाना होगा और अंत तक टिके रहना होगा।