

Air Surcharges if applicable
Delivery Charges applicable

PAGE 03
US report flags Pakistan-based
terror groups targeting India

A ticking time bomb of oil spills

How Simple Habits Shape
a Productive Day

PRICE - Rs 2 /-

Ranchi | Monday | March 30, 2026 | Page 12 | Daily | Volume - 11, Issue - 26

RNI Regn No. JHAMUL/2016/75465

researchers.asia@gmail.com



The Researchers'

NEWS BOX

Pakistan to host talks with Saudi Arabia, Egypt, Türkiye on West Asia conflict

World (Agency)
Pakistan will host a quadrilateral meeting of foreign ministers from Saudi Arabia, Egypt and Türkiye in Islamabad on Sunday, as part of efforts to address escalating tensions in West Asia and explore avenues for de-escalation.
According to Pakistan's Foreign Office, the foreign ministers of Egypt and Türkiye arrived in Islamabad on Saturday at the invitation of Deputy Prime Minister and Foreign Minister Ishaq Dar. The Saudi Foreign Minister, Prince Faisal bin Farhan Al Saud, is expected to join the discussions on Sunday.
They are scheduled to hold consultations on recent regional developments and will also call on Prime Minister Shehbaz Sharif. Officials indicated that the talks would focus on "in-depth discussions" aimed at reducing tensions and promoting diplomatic engagement in the region. In a parallel development, Dar held a telephonic conversation with Iran's Foreign Minister Abbas Araghchi, during which both sides reviewed the evolving situation. Dar reiterated that dialogue and diplomacy remain the only viable means to achieve lasting peace. Dar also announced that Iran had agreed to permit 20 additional Pakistan-flagged ships to pass through the Strait of Hormuz, a critical global energy corridor through which nearly one-fifth of the world's oil supply transits.

Ground Report: Buildings Reduced To Rubble, Beirut Residents Say 'Not Slept For A Month'

World (Agency)
A war between Iran-backed Hezbollah and Israel in Lebanon has reduced several buildings to rubble, with residents saying they have not been able to sleep for a month. Crisis-hit Lebanon was pulled into the Middle East war on March 2 when Hezbollah, which is the most prominent actor in the so-called axis of resistance -- regional pro-Tehran armed groups opposed to Israel -- fired rockets towards Israeli cities to avenge the killing of Iran's supreme leader Ayatollah Ali Khamenei. Israel then responded with large-scale strikes on Lebanon, leaving more than 1,100 people dead and displacing over one million people, more than a fifth of the country's population. "I'm scared. I want to sleep," George, a Beirut resident, told NDTV's Nazir Masoodi.
He said he has not slept for a month.
Walking his dogs on a nearly deserted street, he said even his pets have become "aggressive" due to relentless bombings. He also said the Lebanese people are "stupid" to step into this war.
"When you take your leg in any war, you are stupid," he said.
Hezbollah-Israel War
Hezbollah was founded during the Lebanese civil war after Israel besieged the capital Beirut in 1982. The armed group fought a month-long war with Israel in 2006 that killed some 1,200 people in Lebanon, mostly civilians, and 160 in Israel, mostly soldiers, after the group kidnapped two Israeli troops in a cross-border raid. Hezbollah, whose name means "Party of God" in Arabic, had also exchanged fire with Israeli forces when Hamas's October 7 attack on Israel triggered a war in Gaza. More than 5,000 Hezbollah fighters were killed in the 2023-2024 war. Hezbollah this week announced a series of attacks, including claiming its fighters had launched a surface-to-air missile at an Israeli warplane over Beirut. In south Lebanon, Hezbollah said its fighters had clashed with "Israeli enemy army forces in the villages of Bayada and Shamaa at point-blank range with light and medium weapons".

'Underwater Supercar': Scientists Create World's Fastest Submarine With Dolphin-Like Speed

World (Agency)
A Dutch company has built the world's fastest submarine, with a jaw-dropping price tag of \$5.75 million. According to Metro, Super Sub is a sleek, high-performance vessel engineered by experts and often described as an "underwater supercar." Designed for both speed and luxury, it represents a new generation of personal submersibles.
The Super Sub can reach speeds of up to nine knots (around 10 mph), making it one of the fastest submersibles ever built—roughly comparable to the pace of a dolphin. It accommodates three people and can dive to depths of 300 metres, with deployment on a billionaire's yacht expected soon after completing sea trials. It can ascend and descend at steep angles, allowing it to navigate complex underwater terrain with far greater control than traditional submersibles. Its hydrodynamic design and advanced propulsion system enable smooth, fast movement while maintaining precision. Built by U-Boat Worx, a Dutch company with over two decades of experience in luxury underwater vehicles, the submarine underwent extensive testing off Curaçao. Engineers evaluated its performance, safety systems, handling, and onboard technology before declaring it ready for operation. The vessel is equipped with advanced features, including a wide-angle sonar system that scans the seabed and assists navigation, along with redundant life-support and control systems for added safety. It also offers up to 96 hours of life support in emergencies, ensuring occupants remain secure even in unexpected situations. Designed to deliver a "flight-like" experience underwater, the Super Sub uses hydrodynamic lift to create a smooth gliding motion during dives. Its winged profile enhances stability, while a transparent acrylic pressure hull provides passengers with panoramic, unobstructed views of the underwater world.

'No Kings' rallies draw crowds across US, in Europe. Springsteen headlines Minnesota demonstration

Trump's immigration enforcement push, particularly in Minnesota, was just one item on a long list of grievances that also included the war in Iran and the rollback of transgender rights.

ST. PAUL, Minn. (Agency)
Large crowds protested Saturday against the war in Iran and President Donald Trump's actions in "No Kings" rallies across the U.S. and in Europe. Minnesota took center stage, with thousands of people standing shoulder-to-shoulder to celebrate resistance to Trump's aggressive immigration enforcement. Minnesota's flagship event on the Capitol lawn in St. Paul drew Bruce Springsteen as its headliner. He and other speakers praised

the state's people for taking to the streets over the winter in opposition to a surge of U.S. Customs and Immigration Enforcement agents. Springsteen performed "Streets of Minneapolis," the song he wrote in response to the fatal shootings of Renee Good and Alex Pretti by federal agents. Springsteen lamented Good and Pretti's deaths but said the state's pushback against ICE gave the rest of the country hope. "Your strength and your commitment told us that this was still America," he said. "And this reactionary nightmare, and these invasions of American cities, will not stand." People rallied from New York City, with almost 8.5 million residents in a solidly blue state, to Driggs, a town of fewer than 2,000 people in eastern Idaho, a state Trump carried with 66% of the vote in 2024. Big but mostly peaceful crowds of U.S. organizers have estimated that the first two rounds of No Kings rallies drew more than 5 million people in June and 7 million in October. They expected 9 million participants Saturday, though it was not clear whether those expectations were met. Organizers

said more than 3,100 events — 500 more than in October — were registered, in all 50 states. Protests were mostly peaceful, but some arrests were reported. In Los Angeles, authorities deployed tear gas near a federal detention center downtown. One man had a leaf blower, attempting to clear the air. The



Los Angeles Police Department later arrested people for failing to disperse. Earlier in the day, a band was playing and people were dancing to Spanish-language music. The Denver Police Department said on the social platform X that it declared an unlawful assembly and deployed smoke canisters after a small group of protesters

blocked a road and did not leave as asked. Some threw the canisters back at officers, police said. At least eight people were arrested, as was a ninth person later on who police said was throwing objects. GOP officials dismissive of protests. White House spokesperson Abigail Jackson called them the product of "leftist funding networks" with little real public support. The "only people who care about these Trump Derangement Therapy Sessions are the reporters who are paid to cover them," Jackson said in a statement. The National Republican Congressional Committee was also sharply critical. "These Hate America Rallies are where the far-left's most violent, deranged fantasies get a microphone," spokesperson Maureen O'Toole said.
Protesters have a long list of causes. Trump's immigration enforcement push, particularly in Minnesota, was just one item on a long list of grievances that also included the war in Iran and the rollback of transgender rights. Speakers at the Minnesota rally decried billionaires' economic power.

North Korea conducts engine test for missile capable of targeting US mainland

SEOUL (Agency)
North Korean leader Kim Jong Un observed a test of a high-thrust, solid-fuel engine for weapons and hailed it as a development to boost the country's strategic military capability, state media reported Sunday. The test likely indicates Kim is intent on enlarging and modernizing an arsenal of missiles capable of reaching the United States mainland. The report on Sunday from Korean Central News Agency came days after Kim delivered a speech at North Korea's Parliament pledging to irreversibly cement his country's status as a nuclear power and accusing the U.S. of global "state terrorism and aggression," in an apparent reference to the war in the Middle East.

The engine power is likely associated with efforts to place multiple warheads on a single missile to increase chances of defeating U.S. defenses, observers say. KCNA did not report exactly when or where the test occurred. The test was conducted as part of the country's five-year military escalation program. The plan's objectives include upgrading "strategic strike means," KCNA



Kim watched the ground jet test of the newly upgraded engine using a composite carbon fiber material, according to KCNA, which reported the engine's maximum thrust is 2,500 kilotons, up from about 1,971 kilotons reported in a similar solid fuel engine test in September. A push to increase

reported. The reference is understood to mean nuclear-capable, intercontinental ballistic missiles targeting the continental U.S.
Kim said the latest engine test had "great significance in putting the country's strategic military muscle on the highest level," KCNA reported.

In recent years, North Korea has test-fired a variety of ICBMs demonstrating the potential range to reach the U.S. mainland, including missiles with solid propellants that make detection prior to liftoff more difficult. The country's older liquid-fuel missiles must be fueled before liftoffs and cannot last long. Some foreign experts say North Korea still faces technological hurdles before it has a functioning ICBM, such as ensuring its warheads survive the harsh conditions of atmospheric reentry. But others dispute that assessment given the number of years the country has spent on its nuclear and missile programs. North Korea has pushed hard to expand its nuclear arsenal since Kim's high-stakes diplomacy with U.S. President Donald Trump collapsed in 2019. In a ruling Workers' Party congress in February, Kim left open the door for dialogue with Trump but urged Washington to drop demands for the North's nuclear disarmament as a precondition for talks.

Venezuela's Maduro thanks supporters in first online post from US prison

CARACAS (Agency)
Ousted Venezuelan president Nicolas Maduro and his wife, captured by US forces in a nighttime raid in January, said Saturday that they feel "steadfast" and "serene" in their first social media post from prison.
Maduro and his wife Cilia Flores have been held in a Brooklyn jail for almost three months, after American commandos snatched the pair from their compound in Caracas, and they have reportedly been without access to the internet or newspapers. "We are well, steadfast, serene and in constant prayer," the pair said in a message shared on Maduro's X account, though it was unclear who made the post on their behalf.
"We have received your communications, your messages, your emails, your letters and your prayers. Every word of love, every gesture of affection, every expression of support fills our souls and strengthens us spiritually." A source close to the Venezuelan government told AFP that Maduro reads the Bible and is referred to as "president" by some of his fellow detainees in Brooklyn's Metropolitan Detention Center, a federal prison known for unsanitary conditions.
He is only allowed to communicate by phone with his family and lawyers for a maximum of 15 minutes per call, the source added. His son, Nicolas Maduro Guerra, known as "Nicolasito," has said in public appearances that his father is well, calm, and even exercising in prison. Maduro, who has declared himself a "prisoner of war," had not spoken since being arraigned in New York on January 5. "We feel a deep admiration for our people's ability to remain united in difficult times, to express love, awareness, and solidarity, within Venezuela and beyond our borders," the couple added in Saturday's post. During a one-hour hearing on Thursday, the judge rejected a defense motion over Maduro and his wife's apparent inability to afford their legal bill without aid from the Venezuelan government. Neither spoke during the court appearance.
Maduro has pleaded not guilty to charges of "narcoterrorism" conspiracy, cocaine importation conspiracy, possession of machine guns and destructive devices and conspiracy to possess machine guns and destructive devices. The January operation deposed Maduro, who had led Venezuela since 2013, forcing the oil-rich country to largely bend to US President Donald Trump's will. Delcy Rodriguez, who had been Maduro's vice president since 2018, is now at the helm and grappling with leading a country saddled with the world's largest proven oil reserves but an economy in shambles. Since Maduro's ouster, Rodriguez has enacted a historic amnesty law to free political prisoners jailed during his tenure and reformed oil and mining regulations in line with US demands for access to her country's vast natural wealth.

Skies Glow Red In Western Australia Amid Dust Storm Ahead Of Cyclone Narelle

HANOL (Agency)
The sky over parts of Western Australia, most notably in Shark Bay and Denham, turned a dramatic and eerie blood-red due to massive dust storms triggered by Tropical Cyclone Narelle. The "apocalyptic" visual was caused by the cyclone's powerful winds lofting iron-rich red soil and dust into the atmosphere. The dense concentration of fine dust particles scattered shorter blue wavelengths of light, allowing only the longer red wavelengths to pass through, creating a deep crimson glow that blotted out the sun. Residents reported daylight being erased within minutes, visibility dropping to near zero, and air becoming thick with dust. While the

red skies were most prominent in the Gascoyne region (Shark Bay), the broader storm system impacted the Pilbara coast, including towns like Exmouth and Karratha. The videos also sparked accusations of editing trickery. Some claimed the scene looked too dramatic to be real, prompting others to add "no filter" captions to their shares. Others argued the colour had been boosted, fuelling the debate. About Cyclone Narelle
Cyclone Narelle has been a rare and persistent "triple-strike" storm, crossing multiple Australian states. It first hit Queensland's Cape York Peninsula on March 20, moved through the Northern Territory, and then re-intensified over the Indian

Ocean before reaching Western Australia. It reached Category 4 strength with wind gusts exceeding 200 km/h, causing structural damage such as ripped-off roofs in Exmouth and Coral Bay. As of March 29, Narelle has been downgraded to a Category 3 system and is expected to weaken further into a subtropical low as it moves southeast toward the southern coast of WA. Queensland Premier David Crisafulli said, "In many cases it will be the strongest wind people have experienced in this part of the state for a long, long time." Despite the eerie red skies, experts say it's not uncommon - a similar event in 2009 turned Sydney's skies orange. Natural wind erosion, exacerbated by drought, is behind these dramatic scenes.

Iran-backed Houthis enter the monthlong war and could further threaten global shipping

DUBAI (Agency)
Iranian-backed Houthi rebels entered the monthlong war in the Middle East on Saturday, claiming two missile launches at Israel. About 2,500 U.S. Marines arrived in the region. And Pakistan's government said regional powers plan to meet Sunday to discuss how to end the fighting.
The war has threatened global supplies of oil and natural gas, sparked fertilizer shortages and disrupted air travel. Iran's grip on the strategic Strait of Hormuz has shaken markets and prices. The United States and Israel continue to strike Iran, whose retaliatory attacks have targeted Israel and neighboring Gulf Arab states. More than 3,000 people have been killed. The Houthis' entry could further hurt global shipping if they again target vessels in the Bab el-Mandeb Strait off the Red Sea, through which about 12% of the world's trade typically passes. There could be limited relief after Iran on Friday agreed to allow humanitarian aid and agricultural shipments through the strait following a United Nations request. U.S. President Donald Trump, meanwhile, has given Iran

until April 6 to reopen the strait. Witnesses in Tehran reported heavy strikes late Saturday. Israel's military earlier said it targeted Iran's naval weapons production facilities that it would finish attacking essential weapons production sites within "a few days." The U.S. said it has struck more than 11,00 Iranian targets in the war.
Iran fired missiles toward Israel, while air defenses early Sunday intercepted missiles and drones across Gulf countries.
Ukrainian President Volodymyr Zelenskyy visited Gulf nations Saturday as his country offers defense help with drones. Houthi involvement sparks concerns Houthi Brig. Gen. Yahya Saree said on the rebels' Al-Masirah satellite television station that they launched missiles toward "sensitive Israeli military sites" in the south. If the Houthis increase attacks on commercial shipping, as they have in the past, it would further push up oil prices and destabilize "all of

maritime security," said Ahmed Nagi, a senior Yemen analyst at the International Crisis Group. "The impact would not be limited to the energy market."
The Bab el-Mandeb, at the southern tip of the Arabian Peninsula, is crucial for vessels heading to the Suez Canal through the Red Sea. Saudi Arabia has been sending

millions of barrels of crude oil a day through it because the Strait of Hormuz is effectively closed. Houthi rebels attacked more than 100 merchant vessels with missiles and drones, sinking two vessels, between November 2023 and January 2025. The group said it acted in solidarity with Palestinians in Gaza during the Israel-Hamas war.
The Houthis' latest involvement would complicate the deployment of the USS Gerald R. Ford, the aircraft carrier that arrived in Croatia on Saturday for maintenance. Sending the ship to the Red Sea could draw attacks similar to those on the USS Dwight D. Eisenhower in 2024 and the USS Harry S. Truman in 2025.
The Houthis have held Yemen's capital, Sanaa, since 2014. Saudi Arabia launched a war against the Houthis on behalf of Yemen's exiled government in 2015 and they now have an uneasy ceasefire.



No Talks Without a Ceasefire': Iran Sets Red Line, Backs Pakistan Mediation

News Desk: Amid relentless US-Israel strikes hitting strategic command centres in Tehran and a deadly assault on a key Iranian port, a fragile diplomatic opening is emerging in West Asia—but with a firm red line from Tehran: halt the attacks before any talks begin. As the conflict drags into its second month, Iran has signalled conditional readiness to engage with the United States, with Pakistan emerging as a potential mediator, according to top diplomatic sources cited by CNN-News18. However, Tehran's message is unambiguous—no cessation of hostilities, no negotiations. While the proposed backchannel is being viewed as a possible off-ramp from escalating tensions, deep-rooted mistrust and ongoing military opera-

tions continue to cast doubt over any immediate breakthrough. **Tehran Targeted, War Strategy Expands** Even as diplomatic signals flicker, the battlefield tells a different story. Fresh waves of strikes have hit military-linked infrastructure in Tehran, underscoring a sustained campaign to degrade Iran's strategic capabilities. Notably, the conflict has moved beyond conventional military targets. Critical economic assets—including ports and logistics hubs—are now in the crosshairs, pointing to a broader war strategy that could disrupt regional trade corridors and global energy supplies. **Houthis Open New Front, Red Sea at Risk** The conflict has widened fur-



ther with Yemen's Houthis rebels entering the fray, launching repeated missile and drone strikes against Israel. The Houthis have vowed to sustain their attacks until Israeli operations cease, effectively opening a new front in the conflict. Their involvement has also heightened concerns over the security of vital maritime routes in the Red Sea—a key artery for global shipping. **Diplomacy Lags Behind Escalation** What began as a direct confrontation is rapidly morphing into a multi-front regional crisis, pulling in new actors and amplifying humanitarian and economic risks. While Pakistan's potential mediation offers a narrow diplomatic window, the pace and

scale of military escalation continue to outstrip efforts at dialogue. For now, West Asia stands at a tipping point—caught between the accelerating momentum of war and a fragile, uncertain hope for peace talks. **Tehran Seeks Security Guarantees Before Talks** According to diplomatic sources, Tehran has outlined a stringent set of preconditions for entering any mediation process with Washington, signalling that any diplomatic breakthrough will depend on firm security assurances. At the core of Iran's demands is an immediate and complete halt to ongoing attacks, coupled with credible guarantees from both the United States and Israel that no further military action will be undertaken.

In a broader diplomatic push, Iran has also sought concrete commitments from key regional players—Pakistan, Saudi Arabia, Egypt, and Turkey—urging them to ensure that Washington meaningfully addresses Tehran's concerns during any mediation effort. These four countries are expected to deliberate on Iran's conditions in upcoming consultations in Islamabad, with the aim of crafting a structured roadmap for potential negotiations. Diplomatic sources indicate that if these nations succeed in securing assurances from Washington, the groundwork could be laid for a temporary ceasefire or pause in hostilities—opening a narrow window for Iran to formally engage in the mediation framework.

Union Minister Piyush Goyal meets DG of World Trade Organisation



New Delhi: Union Commerce and Industry Minister Piyush Goyal met the Director-General of the World Trade Organisation, Ngozi Okonjo-Iweala and had valuable discussions with her as part of engagements at WTO's 14th Ministerial Conference. In a social media post, Goyal acknowledged her continued efforts in building consensus for a successful ministerial conference. Minister further emphasised the importance of a balanced and responsive WTO that effectively addresses the needs and aspirations of all members, particularly developing and least developed countries.

KP Sharma Oli Hospitalised After Arrest; Protests Rock Kathmandu



Kathmandu: Political tensions escalated in Nepal as former Prime Minister KP Sharma Oli was admitted to Tribhuvan University Teaching Hospital following complaints of heart palpitations, even as his recent arrest triggered widespread unrest. According to reports, Oli—who has a complex medical history including a renal transplant, diabetes, hypertension, and cardiac issues—is currently under close medical supervision. The dramatic turn of events comes just a day after Balen Shah assumed office as Nepal's new Prime Minister. Oli was taken into custody in connection with a case linked to the alleged crackdown on September's Gen Z-led protests, officials confirmed. His arrest has ignited strong reactions from supporters of the Communist Party of Nepal (UML), particularly in the capital Kathmandu. Demonstrators flooded the streets demanding his immediate release, leading to tense clashes with security forces. Authorities reported incidents of stone-pelting by protesters, prompting police to resort to baton charges to disperse the crowds. At least one person was injured in the violence, while nine others were detained during the protests. The situation remains volatile, with heightened security deployed across key areas of the city.

335 Liquor Bottles Seized in Gaya; Smuggler Arrested

by Prabhat Sinha

Gaya Ji: In a crackdown on illegal liquor trade, police in Gaya seized 335 bottles of illicit foreign liquor and arrested one smuggler during a routine vehicle check at the Integrated Check Post Dobhi. Officials from the Excise Department said a suspicious Mahindra Bolero (BR-29J-7164) was intercepted during inspection. A thorough search led to the recovery of 96.450 litres of illegal foreign liquor concealed inside the vehicle. The accused, identified as Jagdish (23), a resident of Dharasar village under Chauhan police station in Barmer district of Rajasthan, was taken into custody. During initial questioning, he admitted to his involvement in smuggling and confessed that he was transporting the consignment across locations. Police officials said that despite prohibition laws in Bihar, attempts to smuggle liquor into the state continue. Authorities have intensified surveillance and checking drives at key entry points, including Dobhi, to curb such activities. The operation was carried out by a team comprising Bunty Yadav, Halendra Kumar, Kamal Kishore, and Alok Kumar, along with armed personnel and home guard jawans. A case has been registered under relevant sections, and further investigation is underway, police said.

Google Rolls Out ₹47 Lakh PhD Fellowship for 2026, Applications Open Till April 30

New Delhi: Tech giant Google has opened applications for its PhD Fellowship Programme 2026, offering financial support of up to ₹47 lakh to outstanding doctoral students in computer science and allied fields. India is among the eligible regions for this prestigious global fellowship.



Big Opportunity: Google's PhD Fellowship Open for Indian Students

The application window, which opened on March 5, will remain active until April 30, 2026 (11:59 PM UTC). Selected candidates are expected to be announced by August-end, with the final list of awardees to be made public by October 31. **University Nomination Mandatory** Unlike many fellowships, candidates from India cannot apply directly. Instead, universities must nominate eligible PhD scholars, with each institution allowed to put forward up to three candidates. Applicants must be enrolled full-time in recognised research programmes in computer science or related

disciplines. **Funding and Research Scope** The fellowship offers two tiers of funding:

- Early-stage PhD students: Up to USD 50,000 (~₹47.4 lakh) over four years
- Late-stage PhD students: USD 10,000 (~₹9.4 lakh) for one year

The grant covers stipend, research expenses, and travel costs, including international

exposure. Research areas include AI, machine learning, natural language processing, algorithms, human-computer interaction, privacy, and security, among others. **Application Requirements** Nominations must be submitted by authorised university representatives. Required documents include academic transcripts, 2-3 recommendation letters, and a CV of the PhD advisor, all compiled

into a single PDF in English. **Boost for Indian Research Ecosystem** The fellowship is seen as a major opportunity for Indian scholars to gain global recognition and funding support. By backing cutting-edge research and innovation, the programme aims to strengthen India's position in advanced technology and academic research on the global stage.

Govt Opens Nominations for Rashtriya Vigyan Puraskar 2026, Honouring Scientific Excellence

New Delhi: The Centre has invited nominations for the Rashtriya Vigyan Puraskar (RVP) 2026, one of India's top honours celebrating excellence in science, technology, and innovation. The awards will be presented in four categories—Vigyan Ratna, Vigyan Shri, Vigyan Yuva-Shanti Swarup Bhatnagar, and Vigyan Team—recognising both individual brilliance and team achievements. Science and Technology Minister Jitendra Singh said the initiative reflects



the government's strong push to foster innovation and scientific excellence, as India advances towards becoming a global knowledge leader. Nominations, including

self-nominations, are open across multiple domains such as agriculture, atomic energy, biological sciences, chemistry, and defence technology. Applications can be submitted online

via the Ministry of Home Affairs Awards Portal till May 11, 2026. The awards are expected to attract wide participation from researchers, institutions, and innovators across the country, offering a national platform to showcase groundbreaking work. By recognising cutting-edge research and impactful innovations, the initiative aims to further strengthen India's scientific ecosystem and inspire the next generation of scientists.

Mithila Sanskritik Parishad Unveils Panchang-Integrated Calendar



Bokaro: The Mithila Sanskritik Parishad on Saturday evening launched its annual 2026-27 calendar, uniquely blending the traditional Mithila Panchang with English and Hindi dates. The unveiling ceremony was held at the Vid-yapati Auditorium within Mithila Academy Public School. General Secretary Neeraj Chaudhary said the calendar serves as a comprehensive cultural guide, featuring details of festivals, community events, and key life rituals such as marriage, Upanayan, and Mundan, along with auspicious dates and guidelines. It also highlights the Parishad's social, literary, and cultural initiatives and showcases the achievements of the school it manages. Emphasising community unity and cultural upliftment, Chaudhary noted the calendar's role in preserving Maithil traditions while making them accessible to the younger generation. The event was attended by key office-bearers and members, including Treasurer Mihir Mohan Thakur, Cultural Director Arun Pathak, School President Rajendra Kumar, Secretary Dilip Jha, and several members of the Parishad and Mithila Mahila Samiti, along with prominent community figures.

NUSRL Hosts State-Level Seminar on Geriatric Jurisprudence



Ranchi: The National University of Study and Research in Law (NUSRL) successfully concluded a two-day state-level seminar on "Geriatric Jurisprudence: Fostering a Rights-Based Paradigm for Dignified Aging" on March 28-29, 2026. The seminar brought together legal experts, academicians, policymakers, and practitioners for in-depth discussions on the rights, protection, and welfare of senior citizens, highlighting the growing need for a robust legal framework to ensure dignified aging. The inaugural session began with a welcome address by Dr. Arabinda Sahoo, the Convener of the seminar, while the event was smoothly coordinated by Co-Convener Dr. Soumyajit Mukhopadhyay. The programme served as a significant platform for dialogue on emerging challenges in geriatric law and policy, reinforcing the importance of a rights-based approach toward elderly care in India.

Bokaro's Biggest Cyclothon Yet: BSL Leads Fit India Charge with 600 Riders

Bokaro: Riding the wave of the nationwide Fit India Movement, the Bokaro Steel Plant (BSL) on Sunday rolled out the high-energy 'SAIL-Bokaro Cyclothon 2026', bringing together more than 600 cycling enthusiasts from Bokaro and nearby cities in a vibrant push for fitness and sustainability. The 14-km cyclothon was flagged off at 6:30 AM by Director-in-Charge Priya Ranjan, in the presence of senior leadership including Executive Directors Rajashree Banerjee (HR), Chit Ranjan Mishra (Materials Management), Anish Sengupta (Projects), Anup Kumar Datta (Operations), Dr. Bibhuti Bhushan Karunamay (Medical & Health Services), and Vikas Manwati (Mines), along with Chief General



Managers and officials. Starting near the Archery Training Center in Sector-4, cyclists completed two laps along a carefully mapped route passing through Patharkatta Chowk, Ram Mandir Chowk, Rajendra Chowk, and Gandhi Chowk, before looping back to the start point. Robust arrangements, including hydration points, medical aid, and safety measures, ensured a smooth and secure ride for all participants.

With separate categories for men and women, the event concluded with a prize distribution ceremony where winners were felicitated by the chief guest and senior dignitaries. Beyond competition, the cyclothon sent a strong message—encouraging citizens to embrace cycling as a healthy, eco-friendly alternative while nurturing a spirit of community participation and active living.

Creative Interiors | www.creativeinteriorsranchi.com

Reimagine Your Heaven

We turn dreams into reality.

+91 99391 09311 | 79039 57387
8th Lane, Netaji Nagar, Kantatoli, Ranchi

For Advertisements
call : 9431744001
mail4daily@gmail.com

Research Assistance
Research Paper writing
Journal Publication
Thesis writing
Book Publication

Thesis to Book conversion
CALL : 9334220098 ; 9431744001

Research Assurances
Thesis Writing
NO PROBLEM!
(Any possible Subject/Topic)
Research Paper writing / Publication
Call / Whatsapp/Message
+91-9334220098 / 9431744001

"Assam Ready For NDA's 3rd Term, We Will Win Over 90 Seats:" Amit Shah

Polling in Assam will be held on April 9, while counting of votes is scheduled for May 4. This will be the first Assembly election in the state after the 2023 delimitation exercise.

New Delhi.(Agency)
Union Home Minister Amit Shah said the NDA is confident of winning more than 90 seats in the upcoming Assam Assembly elections, as he began a two-day visit to the poll-bound state.

Speaking to reporters, Shah said, "The people of Assam are excited to bring the NDA government into power for a third consecutive term and we will win over 90 seats in the upcoming assembly polls." He made the statement on Saturday as he began his two-day visit to the poll-bound state with a roadshow in Guwahati.

The Union Home Minister held a massive roadshow in Guwahati to reach out to voters ahead of the Assam Assembly polls. The roadshow started from Arya Vidyapeeth College field, passed through key areas of the city, and ended near Nepali Mandir. Shah also attended a party meeting at the BJP's state headquarters, Atal Bihari Vajpayee Bhawan. According to party

sources, he is also scheduled to address two Vijay Sankalp Samaroh programmes in Dhekiajuli and Tihi today. During his two-day visit, Shah will

Biswa Sarma, major development work has taken place in Assam. He said world-class infrastructure has been built in the state.



take part in several election rallies across Assam and hold meetings with senior BJP leaders. Shah said that under the leadership of Prime Minister Narendra Modi and Chief Minister Himanta

"In Assam, extremism, bomb blasts, and firing have stopped. Health infrastructure is being developed here. The state has become the hub of health and education in the entire Northeast," he said.

After the Election Commission announced the polling date of April 9, major political parties in the state stepped up their election campaigns. In the outgoing Assam Assembly, the BJP has 64 MLAs. Its allies include the Asom Gana Parishad with nine MLAs, the United People's Party Liberal with seven, and the Bodoland People's Front with three members. In the opposition, the Congress has 26 MLAs, the AIUDF has 15, and the CPI(M) has one MLA. There is also one Independent legislator.

Polling in Assam will be held on April 9, while counting of votes is scheduled for May 4. This will be the first Assembly election in the state after the 2023 delimitation exercise.

Farooq Abdullah attack sparks outrage in J&K Assembly – 'Grave security lapse'

New Delhi.(Agency)

The J&K Lieutenant Governor's administration came under sharp criticism in the J&K Legislative Assembly over law and order, with legislators across party lines condemning the assassination attempt on former chief minister Farooq Abdullah as a "grave security lapse". During the two-hour discussion allowed by Speaker A R Rather, National Conference's Mir Saifullah voiced concern over the silence of the administration, "which has the Home Ministry, Police and security agencies under its control".



"After so many days, why has there been no statement from the LG's office, the Home Department or the Police on the reasons for the attack, the security lapse, and why the police were absent at the venue?" he asked, adding that he was surprised at the "silence of the police, LG's office and the

agencies".

Describing the attack as part of a conspiracy, he said Abdullah was targeted at a place where police should have been present, with neither frisking nor metal detectors in place. "We should be informed why the police were not there and what action has been taken against the concerned SP, SHO or the in-charge of the police post." The House has a right to know "how it happened, why it happened and what action has been taken by the police", he added.

Churn in Uttarakhand as 2 former MLAs from BJP, 1 from BSP jump ship to Congress

New Delhi.(Agency)

With less than a year for the polls, two former BJP legislators and an ex-BSP MLA joined the Congress in New Delhi Saturday. The leaders are Rajkumar Thukral, a popular leader from Rudrapur and two-time MLA, who was denied a ticket in 2022 by the BJP; Bhimlal Arya, former Ghansali MLA who was suspended from the BJP for supporting Congress in 2016; Narayan Pal, a BSP MLA from Sitarganj. Others



include Gaurav Goyal, former Mayor of Roorkee, Lakhn Singh Negi, who is the current District Panchayat member from Bhimtal, Anuj Gupta, former Municipal Chairman of Mussoorie, and Yashpal Rana from Roorkee.

Thukral had contested from Udhm Singh Nagar's Rudrapur in 2012 and 2017 on a BJP ticket, even securing 59.19 per cent votes polled in 2017. However, in 2022, the BJP denied him a ticket, after which he contested as an independent. He came third, getting 20 per cent of the votes polled, while the Congress polled 30.9 per cent in the seat. Thukral shot to popularity during the statehood movement when he was jailed. In 2003, he became the Municipal Chairman of the Bharatiya Janata Party.

Ethanol blending to cut fuel imports

PM's big E20 push amid Hormuz crisis

New Delhi.(Agency)

Amid the energy crisis triggered by the Middle East war, Prime Minister Narendra Modi on Saturday lauded the Centre's ethanol blending policy for helping India reduce its dependence on imported crude oil.

Speaking at the inauguration of the Noida International Airport in Jewar, PM Modi thanked sugarcane farmers of Western UP for helping India save money on crude oil.

"Had it not been for ethanol blending, we would have had to import 4.5 crore barrels from abroad," PM Modi said, adding that the farmers have played a huge role in helping India save crucial foreign exchange.

PM Modi's statement comes amid high crude oil prices due to the conflict in West Asia, a region which supplies over 40 per cent of India's oil.

INDIA'S ETHANOL BLENDING PROGRAMME

India's ethanol blending programme, which aims to reduce costly crude oil imports, save foreign exchange and lower carbon emissions, has received a big boost under the Modi government. India met its target of blending 20 per cent ethanol in petrol last year, five years ahead of schedule. Notably,



exchange in the last 10 years by reducing its dependency on imported crude oil, said the Ministry of Petroleum and Natural Gas in July 2025.

starting April 1, oil marketing companies have been mandated to supply ethanol-blended petrol, also called E20, across all states and Union Territories.

The government has also set the target of increasing ethanol in petrol to 30 per cent by 2030.

India has saved approximately Rs 1.36 lakh crore in foreign

Speaking at the inauguration of the Noida International Airport in Jewar, PM Modi thanked sugarcane farmers of Western UP for helping India save money on crude oil. PM Modi's statement comes amid high crude oil prices due to the conflict in West Asia, a region which supplies over 40 per cent of India's oil.

Delhi Airport vs Jewar: Inside the battle for passengers, and why both matter

New Delhi.(Agency)

Why does Delhi-NCR need a second international airport when Indira Gandhi International Airport (IGIA) is already the country's largest?

The answer lies in the ever-increasing passenger load.

The IGIA currently handles about 10.5 crore passengers annually, with its capacity expected to rise to 12.5 crore by the end of this decade. As per Delhi Master Plan 2026, which is under consideration, its capacity might touch 14 crore annually between 2035-2040.

However, the demand is projected to far outpace this growth.

As per a 2018 feasibility study conducted by global consultancy firm PwC for the Noida International Airport, by 2050, air travel demand from NCR's catchment area is expected to reach 25 crore passengers annually.

However, IGIA — the country's busiest airport — is likely to hit saturation around 2030. Located in a densely populated urban area, space constraints would limit its further expansion.

This is where Jewar airport comes in.

Capacity constraint at IGIA, along with the horizontal expansion of Delhi, has necessitated the requirement of a new airport, noted the PwC report. Even now, when IGIA has not reached saturation, the airport is expected to witness capacity constraints at peak hours. This may result in spill-over of traffic to Jewar, it added.

Thus, in the initial years, Jewar airport is likely to cater to peak-hour demand that would remain unfulfilled by IGIA — the excess traffic is expected to spill over to the new airport. The potential spillover may start picking up significant pace by 2029-30, as IGIA reaches its saturation point.

US report flags Pakistan-based terror groups targeting India

According to the analysis, Pakistan remains both a hub and a target for a wide range of armed non-state actors, many of which have been active since the 1980s.

New Delhi.(Agency)

A report by the US Congressional Research Service has reinforced India's longstanding concerns over militant groups operating from Pakistan, particularly those focused on Jammu and Kashmir.

The report identifies several India- and Kashmir-oriented groups—including Lashkar-e-Taiba, Jaish-e-Mohammed, Harakat-ul Jihad Islami, Harakat ul-Mujahidin and Hizbul Mujahideen—as continuing to operate from Pakistani territory, posing enduring security challenges. According to the analysis, Pakistan remains both a hub and a target for a wide range of armed non-state actors, many of

which have been active since the 1980s. Despite repeated military operations and policy measures, networks designated as terrorist organisations by the United States and the United Nations have not been fully dismantled.

The report, intended to brief US lawmakers and prepared by South Asia specialist K Alan Kronstadt, categorises these groups into five types: globally oriented, Afghanistan-focused, India- and Kashmir-oriented, domestically focused, and sectarian, particularly anti-Shia outfits. It notes that 12 of the 15 groups listed are designated as

Foreign Terrorist Organizations under US law, with most driven by Islamist extremist ideologies.



Among globally oriented groups, the report names Al Qaeda, Al Qaeda in the Indian Subcontinent and Islamic State Khorasan Province, while Afghanistan-

focused groups include the Taliban and the Haqqani Network. Domestically focused outfits

include Tehrik-i-Taliban Pakistan, Balochistan Liberation Army and Jaysh al-Adl, while sectarian groups include Sipah-e-Sahaba Pakistan and Lashkar-e-Jhangvi.

The report notes that a 2014 National Action Plan aimed to ensure that no armed militias operate in the country, but adds that multiple large-scale military offensives, including airstrikes and intelligence-based operations, have failed to eliminate these groups.

Vijay to contest 2 seats, calls Tamil Nadu polls direct fight between TVK and DMK

New Delhi.(Agency)

In his maiden electoral venture, actor-turned-politician and Tamilaga Vettri Kazhagam chief Vijay on Sunday announced he will contest from two constituencies in the April 23 Assembly elections in Tamil Nadu, as he unveiled a detailed list of candidates across the state. He said "it will be C Joseph Vijay" contesting from Perambur in Chennai and Tiruchirappally East. Polling for all 234 Assembly segments is scheduled for April 23.

CORE TEAM GETS KEY SEATS

Addressing party functionaries, Vijay introduced candidates drawn largely from his core team, placing trusted leaders in key constituencies.

The list includes N Anand from T Nagar, Venkat Raman from Mylapore, Aadhav Arjuna from

Villivakkam, KA Sengkottaiyan from Gobichettipalayam, KG Arunraj from



Tiruchengode and CTR Nirmal Kumar from Tirupparankundram.

Other candidates named were JCD Prabhakar from Thousand Lights, VS Babu from

Kolathur and Dr Maria Wilson from RK Nagar. "I have selected those who will respond to your queries," Vijay said. "Just like how I left everything for you, I am giving these candidates to you. Please give us one chance."

'PEOPLE'S ALLIANCE' VS DMK BLOC

Positioning the contest as a direct fight, Vijay said, "It is only between us and Stalin sir alliance," referring to the ruling Dravida Munnetra Kazhagam led by Chief Minister MK Stalin. He criticised the alliance, calling it a "patch-up", and said his candidates were chosen for their integrity and connection with ordinary people. "Our candidates come from ordinary backgrounds they understand the struggles of the common man," he said.

UP woman finds Rs 10 crore in her bank account, says take it back

Uttar Pradesh.(Agency):

A routine balance check at an ATM turned into a moment of disbelief in Uttar Pradesh's Mainpuri district after a woman discovered nearly Rs 10 crore had been credited to her bank account, triggering confusion and raising questions over banking systems.

The woman holds an account at a branch of the Bank of India. According to her family, the amount Rs 9,99,49,586 appeared unexpectedly, leaving them stunned.

ATM CHECK LEAVES FAMILY SHOCKED

Her son, Arun Kumar, said he had gone to the ATM to generate a PIN and check the balance when the unusually large amount appeared on the screen. "I checked the balance and it was very high, around Rs 9 crore. We don't know whose money it is," he said, adding that the family plans to visit the bank once it reopens. The woman, identified as Sita, said



she had no knowledge of the transaction. "We don't know how this money came. Whoever it belongs to should take it back," she said.

Her husband, Farzan, echoed the same sentiment, saying the family, which depends on agriculture, had no claim over the funds. "When the bank opens, we will go and return the money," he said.

VIDEO GOES VIRAL, BANK CALLS IT TECHNICAL ERROR

A video of the ATM balance check has since gone viral on social media, drawing widespread attention.

Officials at the Bank of India's Sultanganj branch have attributed the incident to a "technical error". The branch manager said the woman had an existing loan account and the issue could have been resolved had she approached the bank earlier. The incident has sparked debate around banking accuracy, even as authorities are expected to verify and correct the anomaly.

Transgender rights amendment Bill: Harming those it seeks to protect

The Transgender Persons (Protection of Rights) Amendment Bill, 2026 recently passed by Parliament makes several sharp changes to the 2019 Act. It narrows the definition of a transgender person to only specific socio-cultural identities such as kinner, hijra, aravani, jogta or eunuch, or biologically defined intersex variations, or persons compelled into such an identity through a procedure. It explicitly excludes persons with different sexual orientations and non-heteronormative, gender-fluid identities.

The Bill removes the right to 'self-perceived gender identity' from Section 4(2), replaces the simple process of certification by the district magistrate with a medical board headed by a chief medical officer, mandates hospitals to report every transgender gender-change surgery to the magistrate, and substitutes Section 18 with far harsher penalties up to rigorous imprisonment for life for forcing anyone into transgender 'presentation'. Amendments fix the vagueness and implementation failures of the 2019 Act, they actually perpetuate and worsen

While the government claims these amendments address the structural problems that have plagued Indian policy for years, the Bill still lumps 'persons with intersex variations' (now defined biologically) directly inside the definition of transgender persons. This is one of the biggest flaws that experts have criticised since the 2019 Act. The Act's definition of 'transgender persons' includes persons with intersex variations, erasing specific needs of intersex persons like protection against non-consensual surgeries. Intersex is a natural biological spectrum—chromosomal, hormonal, anatomical variations present at birth—affecting 1-2 percent of births globally. Transgender identity is a psychological and social construct. Retaining this conflation under one label violates Article 21 rights to bodily integrity and privacy. It leaves intersex infants without a specific ban on 'normalising' surgeries and ignores repeated calls for separate intersex legislation.

The Bill's definition also directly contradicts established international standards. The UN and WHO clearly define intersex as innate variations in sex characteristics that do not fit typical male or female binaries, requiring distinct legal recognition and explicit protections against non-consensual medical interventions. By forcing intersex persons into a transgender category, the Bill erodes the human rights framework India has committed to uphold. The amendment leaves outdated titles of the National Council for Transgender Persons and state welfare boards unchanged. It ignores the longstanding proposal to rebrand them as a National GIESC Welfare Council and state GIESC welfare boards (where GIESC stands for gender identity/expression and sex characteristics). This keeps the entire policy architecture trapped under the problematic 'transgender' umbrella instead of creating a scientifically-accurate, inclusive framework.

This heteronormative bill erases the reality that transgender persons can and do have diverse sexual orientations like trans-gay, trans-lesbian, trans-bisexual or queer. It reduces transgender existence to a narrow, culturally-scripted role that fits neatly into a heterosexual societal framework, ignoring the full spectrum of human diversity and reinforcing the very stigma the original Act was meant to combat. At the same time, the Bill does nothing to regulate or dismantle the colonial hijra jamaat gharana system. Under this, hijra nayaks control their wards' earnings from begging and prostitution, trapping abandoned, gender-non-conforming children in bonded labour. The new offences target individuals, but leave the hierarchical community structures untouched. No reform, rehabilitation or special protection for minors trapped in these systems is provided.

A ticking time bomb of oil spills

Ongoing regional conflicts like in West Asia are catastrophic for our planet

ALL wars are destructive. They cause massive loss of life and property, displace populations, worsen economic distress and trigger social disruption. The physical and psychological scars left on the affected people are rarely part of the calculus of leaders deciding on war and peace. War inevitably leads to demonisation and dehumanisation of the enemy, and these mental frames may persist over generations long after the wars have ended. Modern warfare has seen a quantum jump in lethality and the scale of death and destruction that can be unleashed in increasingly compressed time frames. These impacts are visible and figure on the gruesome scoreboard of war.

There are far more consequential and pervasive impacts of war that are dismissed as inevitable collateral damage, but these are literally shredding the delicate life-sustaining systems of our fragile planet. The series of regional conflicts over the past five years have become fused into a singular, interconnected ecological catastrophe which will continue to reverberate long past the conclusion of the ongoing wars. If there ever was a compelling argument for peace, this is it. On March 7-8, following a series of massive Israeli air strikes on Iran's oil storage facilities outside Tehran, a plume of hydrocarbons and soot rose several kilometres into the sky. When this toxic cloud reacted with the local weather system, it triggered a phenomenon known as "Black Rain". The rain was a thick, oily and acidic sludge that stained the city dark and caused chemical burns and respiratory crises among Tehran's 10 million residents.

As these particles are carried on air currents in various directions, weather patterns are affected, soot is being scattered on Himalayan glaciers and millions of tonnes of carbon are being added to the earth's atmosphere. Israel is guilty of a climate crime. In Ukraine, now in the fifth year of the war with Russia, the rich black soil which once fed the world is turning into a graveyard. It is estimated that 1.2 million hectares of rich farmland have been contaminated by heavy metals—lead, mercury and tungsten—from high explosives used in Russian bombing runs and missile attacks. Even when the guns fall silent, these toxins will enter the food chain

and poison those who ingest these particles. In Gaza, the scale of destruction visited upon its hapless population by relentless aerial bombing and ground operations by Israel over the past more than two years has created over 60 million tonnes of debris. This is not merely rubble but a hazardous cocktail of pulverised concrete, asbestos and industrial chemicals. This is now leaching into the coastal aquifers and contaminating precious water supplies. A similar fate awaits Iran and the Gulf states on an even larger scale.

The oceans, too, are becoming a silent casualty. The seabed in the Black Sea, the Red Sea and now the western reaches of the Indian Ocean are littered with the corroding hulls of warships and tankers, even as oil spills

destruction than on peaceful pursuits. The US is spending a billion dollars a day on the Iran war. The sustenance of the planet is way down on the list of priorities. The war in West Asia has made India a "frontline state". We are aware of the adverse impact on our energy security due to the disruption of oil and gas supplies from the Gulf. We are deeply concerned about the safety and welfare of the 9 million-strong Indian diaspora living and working in what is now a war zone. Our trade and investment relations with the prosperous oil kingdoms of the Gulf are in jeopardy. But beyond these are ecological dangers which have so far escaped attention. One, the soot and aerosols generated by the oil fires in Iran and other countries will impact the monsoon over the Indian sub-continent in

ways not very well understood. We know that soot from these fires is being scattered across the Himalayan glaciers and may accelerate snow melt already in progress due to global warming. It is expected that the massive smoke plumes and high temperatures generated by fires across the war zone will affect the monsoon winds in unexpected ways. India's food and water security are at a heightened risk.

The Arabian Sea has become a high-risk zone where maritime disasters are inevitable. There could be a massive oil spill or chemical contamination that may pollute our coasts, destroy mangroves and decimate fish stocks as well as marine life. The effects will be of long duration. There could be a major challenge of evacuating a large number of Indian migrants from the Gulf and resettling them in India. There will be a strain on employment. While there have been successful evacuations from conflict zones in the past, the scale this time round may be far greater. The essence of any national

security strategy is to anticipate likely challenges and plan ahead. There should be a scenario-building exercise for potential contingencies and plans on how each should be dealt with. This involves both short-term contingencies and long-term challenges. The objective should be to enhance India's resilience. This cannot be delinked from the resilience of the Indian sub-continent, which is a single geopolitical space and a densely interconnected ecological space. Indian foreign policy must reflect this compelling reality.



spread from across the battle zone. Each sunken vessel is a ticking time bomb of oil spills and chemical leaks that are destroying coral reefs and mangroves which maintain the health of our oceans. In 2025, global military spending hit \$2.5 trillion. At the Belem climate summit in November 2025, there was a commitment to raise \$1.3 trillion in climate finance by 2035. This is unlikely to be met as war aims compete with climate goals. History bears witness that more money will always be spent on the instruments of death and

Transgender Bill: Contentious legislation passed in haste

The absence of a constructive engagement with stakeholders weakens both the law's legitimacy and its effectiveness

PARLIAMENT has passed the Transgender Persons (Protection of Rights) Amendment Bill, a contentious legislation that raises more questions than it seeks to answer. While the Union government has presented the Bill as a step towards "administrative clarity" and targeted protection, its narrowing of the definition of transgender identity has caused a furor among legal experts, activists and Opposition parties. "Self-perceived gender identity" and broader sexual orientations have been omitted from its ambit. The amendment, which anchors recognition primarily in the biological criterion and, in some cases, medical certification, appears to move away from a rights-based approach to a regulatory one. This shift strikes at the core of dignity and autonomy, principles that are central to India's constitutional vision of equality. Critics argue that the legislation risks undermining hard-won legal recognition of transgender people. The insistence on medical boards for identity certification raises concerns about privacy and individuality. More significantly, it may reverse the



progressive understanding that gender identity is deeply personal and cannot be reduced to medical validation. It's

unfortunate that the Bill was passed despite calls for wider consultation, including demands to send it to a select committee. A Supreme Court-constituted Advisory Committee's request that the legislation be withdrawn went unheeded. When a Bill directly affects a historically marginalised community, the absence of a constructive engagement with stakeholders weakens both the law's legitimacy and its effectiveness. The government's emphasis on stricter punishment for crimes against transgender persons is a positive step. However, protection cannot be meaningful if the very definition of who is protected becomes restrictive. If India is to truly uphold transgender rights, it must ensure that laws empower rather than constrain, and that recognition is rooted in respect for individual identity. Inclusion must be the guiding principle of any legislation aimed at social justice.

Why Bhagat Singh defies easy labels

Bhagat Singh did not write to construct a theory in the abstract; he read, selected and deployed ideas in the urgency of political struggle

BHAGAT SINGH was not merely a young man who died early. He was a young revolutionary who chose to die. At 23, when most people are still finding direction, he had reached a clarity that bound thought to action with uncommon force. His sacrifice was neither impulsive nor tragic in the ordinary sense—it was deliberate, reasoned and political. Fully aware of the consequences, he embraced them with conviction, understood the inevitability of the gallows and yet, moved forward with a conviction that transformed death into an instrument of awakening. In him, ideas did not remain confined to books; they found their fulfilment in action. To begin with, Bhagat Singh, therefore, is to begin not with the question of how much he read or what label we assign to him, but with the rare unity of intellect, purpose and sacrifice that defined his life.

It is precisely this unity that makes attempts to define his intellectual identity both compelling and problematic. In his article, "Why Bhagat Singh was not a Marxist thinker" (The Tribune, March 23), Bhagwan Josh cautions against reading Bhagat Singh as a systematic Marxist and questions the tendency to equate textual engagement with ideological commitment. The intervention is important—not least because it departs from Josh's own earlier position.

In his work in Punjabi, where he has devoted a detailed discussion to "Bhagat Singh da Markasvad (Marxvaad)", Josh argues at length for Bhagat Singh's Marxist orientation. He locates Bhagat Singh within the distinct Leninist current that was emerging in Punjab between 1928 and 1931—an intellectual formation grounded in study, debate and ideological seriousness and set apart from what he saw as the more pragmatic and often anti-intellectual strands within Indian

communism. The contrast between Josh's two positions is striking. In the earlier formulation, Bhagat Singh appears as part of a developing Marxist trajectory; in the recent article, he is distanced from that framework because textual engagement does not amount to ideological practice. This shift is not merely interpretive; it reveals a deeper tension within historiography itself—whether Bhagat Singh is to be understood through the texts he encountered, or through the political conditions in which he acted and the choices he ultimately made.



It is in this context that comparisons are often invoked—most notably, with figures such as Che Guevara, an Argentine Marxist revolutionary, and Antonio Gramsci, an Italian Marxist philosopher. Yet such comparisons, while intellectually tempting, can obscure more than they illuminate. Gramsci's intellectual formation was rooted in a sustained engagement with European philosophical traditions, producing a systematic body of theoretical work. Guevara, too, emerged from a different historical trajectory, where revolutionary action and

ideological articulation evolved within a distinct Latin-American context. Bhagat Singh's path was neither identical nor derivative. He entered the national movement propelled not by a completed ideological system but by an inherited political consciousness, sharpened by experience and directed by an intense moral resolve—a *jazba* (passion) that preceded and, in many ways, anchored his later intellectual engagements.

To read him solely through such comparisons is to risk mistaking resemblance for equivalence. Bhagat Singh did not write to construct a theory in the abstract; he read, selected and deployed ideas in the urgency of political struggle. His writings do not aspire to systematic closure; they bear the marks of a mind working under pressure—absorbing, testing and reshaping thought in relation to action. The search for a fixed ideological label, therefore, tells us less about Bhagat Singh and more about our own desire for intellectual categorisation. It is here that the recurring emphasis on the number of books he read reveals its limitations. Claims that Bhagat Singh read several hundred books—often repeated without scrutiny—have acquired the status of fact. Yet these claims rest on a fragile methodological base. Much of the material cited in support of such numbers does not constitute a personal record of reading but emerges from a wider archival context shaped by colonial surveillance and collective activity within the revolutionary network.

The same caution applies to the interpretation of the 'Jail Notebook'. It has often been treated as evidence of systematic study, with the number of quotations taken as an index of the number of books read. But the notebook itself does not support such a reading. It is a working

document—an assemblage of extracts, phrases and reflections that Bhagat Singh found useful or striking. To treat it as a bibliographical record is to impose a structure that the document was never meant to bear.

What emerges instead is not a closed ideological system but a mind in motion—engaging with diverse sources, absorbing ideas and reshaping them in response to immediate political needs. His references range across revolutionary, nationalist and socialist writings, but they do not resolve into a single doctrinal identity. They point, rather, to an evolving and pragmatic engagement with ideas. Attempts to fix Bhagat Singh within rigid categories—Marxist, anarchist, nationalist—often tell us more about our own need for classification than about his thought. It is easier to assign labels than to engage with complexity. It is easier to count books than to understand what reading meant in a life shaped by urgency, risk and purpose. Bhagat Singh's life resists such simplification. His courtroom statements, his hunger strike and his prison writings reveal a figure who combined intellectual curiosity with remarkable moral clarity. His critique of imperialism was inseparable from a vision of a just and egalitarian society, yet it remained open, dynamic and responsive to context. When a student, a worker or a farmer raises the cry of "Inquilab zindabad", the question of ideological classification dissolves. The slogan survives because it speaks to a condition, not a doctrine. In the same way, Gandhi continues to inspire acts of resistance across contexts that would have been unimaginable in his own time.

In the end, Bhagat Singh does not need to be measured by the number of books he read, nor confined within the boundaries of any single ideology. At the age of 23, he consciously embraced death, transforming his trial and execution into a political act of enduring significance.

भोजपुरी छठ गीत

उहंगी के बहंगी

- श्याम कुंवर भारती



हमहूँ करब तुहूँ करा छठ परब मना लिहल जाय।

आवा उहंगी के बहंगी बनाय लिहल जाय।

भूखली ये सासू भूखली छठ बरतिया हम भूखली।

घरवा के सुखवा हम भूखली।

एह साल ओह साल हर साल हम भूखब।

छठी मइया के बरत हम रखब।

मईया के किरिया खातिर छठ बरत हम कइली।

भूखली ये सासू भूखली छठ बरतिया हम भूखली।

हमहूँ नहाई तूहूँ नहावा नहाय खाय अरुआ पूरा लिहल जाय।

आवा उहंगी के बहंगी बनाय लिहल जाय।

डूबते सूरज देखब हम आंखी आंखी,

अरघ देइब दूधवा हम सांची सांची,

भोरवा होत भिनसरवा छठी घाट हम जाईब।

उगते सूरज देव अरघवा संग सासू हम चढ़ाईब।

पवली ये सासु पवली छठी मईया के किरपा हम पवली।

ननदों भूखा जेठानी भूखा घरवा में छठवा मनाय लिहल जाय।

आवा उहंगी के बहंगी बनाय लिहल जाय।

पितृ परबेर अनुष्ठान: गया फाल्गु नदीते व्यापक उपस्थिति प्रारंभ

गया, बिहार: आज पति पर २०२६-एर द्वितीय दिन गयार पवति फाल्गु नदीर तीरेर शक्ति उ उतशिर एरक गज्जर प्रदर्शन अनुष्ठति थ्य। प्राय ६०,००० एरउ वरषि शकु र्निदान उ उरण अनुष्ठाने अरुध तति एथाने जघा रत।

मध्याह्नते ह्य, धुपते सुवाय एरव पुणार्थीपतेर सुपध्याथी प्राथनार स्रष्टे पुरोा परवर्षिे मुखरति छनि। आवगथन परवर्षिे पुपरोा तानरे मातार ज्ञत पतिपण करनते, कनारोा कौणते कौणते तानरे पतिमातार प्रति वंदिया जानानते, आर एरक शक्ति तार प्रयात मायरे उरण अर्पण करे उपस्थिति त्रवार मनके करे दशिछे। एर अनुष्ठान, या र्द्वि उतशिर गज्जर अरुध, जौवति उ प्रयातरे मधे पवति स्रुकरे प्रतीक, या प्रजानारे आध्यात्मि उ मुकुर्ति आध्यात्म दाने वरषिण करार थ्य। नौथ श्रति उ दाशक तप स्रुकरे उ शुकुरा तानरे अरुध नरुति प्रदर्शन करनते। वरषिेजावते नरुति पतिमे ज्ञन, उनि उ अर्पण करे नदीते पवति स्नान करनते। पुरोाश्रितरोे डावगश्रुतिपुर्ण तथिमे प्रसू अनुष्ठान परचिनता करे पूजापतेर आध्यात्मिक परवर्षिे आर उ वरषि करनते।

गया, या गृधसंथ-एर श्रुति श्रिेते परचिति, पति परबेर स्रमथ वरषिे तांरुथ श्रावण करे। ए स्रमथ दशेरे वेणारकुणि थके एरव वरषिे थके उ श्राजरोा पुणार्थी एथाने आर। स्रुधनीय कर्तपण जानथिछे, एर वरुदरे उपस्थिति प्रयातार अनके उ परे गथिछे, या प्राचिन उतशिर प्रति आरुठ श्रुधार परचिथक। एरकन शकु वनते, “ एर द्वीतिति थधुमा एरकति उतशिर तर, एरि पतिपुनरुथरे प्रति कृउता प्रकाश एरव आमादरे पवति कर्तव्य पालनरे माथम।” स्रुधार दिके थथन आकाश शीरे शीरे अरुधकाराथति शते नागन, हल्लर पाज प्रदीपतेर आले नदीते ज्ञप्रते नागन, या र्द्वि नरुति प्रतीक श्रिेते दानमन करार छनि।

एक दिन में 54 लाख से ज्यादा एलपीजी सिलेंडर डिलीवर किए गए, पेट्रोल और डीजल का पर्याप्त स्टॉक मौजूद: सरकार

एजेंसी नई दिल्ली। देश में आपूर्ति भूखलाओं को प्रभावित करने वाली मौजूदा भू-राजनीतिक स्थिति के बावजूद घरेलू एलपीजी सिलेंडरों की आपूर्ति सामान्य है।

सरकार ने बताया कि 54 लाख से अधिक एलपीजी सिलेंडर वितरित किए गए। पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस मंत्रालय के मुताबिक, एलपीजी वितरण में आपूर्ति की कमी की कोई रिपोर्ट नहीं है और उद्योग के आधार पर ऑनलाइन एलपीजी सिलेंडर बुकिंग में 91 प्रतिशत की वृद्धि हुई। वितरक स्तर पर हेराफेरी को रोकने के लिए डिलीवरी प्रमाणिकरण कोड (डीएससी) आधारित डिलीवरी को 53 प्रतिशत (फरवरी 2026) से बढ़ाकर अब 84 प्रतिशत कर दिया गया है। मंत्रालय ने आगे कहा कि

सभी रिफाइनरियां उच्च क्षमता पर काम कर रही हैं और उनके पास कच्चे तेल का पर्याप्त भंडार मौजूद है। आधिकारिक बयान के



मुताबिक, 'देश में पेट्रोल और डीजल का पर्याप्त भंडार बनाए रखा गया है। घरेलू खपत को पूरा करने के लिए रिफाइनरियों से एलपीजी

उत्पादन बढ़ाया गया है। घरेलू पीएनजी और सीएनजी परिवहन के लिए 100 प्रतिशत आपूर्ति को प्राथमिकता दी गई है। पिछ से जुड़े औद्योगिक और वाणिज्यिक उपभोक्ताओं को उनकी औसत खपत का 80 प्रतिशत आपूर्ति की जा रही है।

बयान के मुताबिक, एलपीजी की जमाखोरी और कालाबाजारी रोकने के लिए कई राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों में छपेमारी जारी है। अब तक लगभग 2,900 छपे मारे जा चुके हैं और करल 1,700 से अधिक सिलेंडर जब्त किए गए। सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रमों (पीएसयू ओएमसी) ने अब तक एलपीजी वितरण को 390 से अधिक कारण बताओ नोटिस जारी किए हैं। इसके अलावा देशभर में

सभी खुदरा ईंधन आउटलेट सामान्य रूप से काम कर रहे हैं। सरकार ने पेट्रोल और डीजल पर उत्पाद शुल्क में 10 रुपए प्रति लीटर की कमी की है। बयान में कहा गया है कि कुछ क्षेत्रों में अफरा-तफरी मचने से खरीदारी की खबरें आईं।

कुछ अफवाहों के चलते कुछ राज्यों में खुदरा दुकानों पर अफरातफरी मच गई, जिसके परिणामस्वरूप दुकानों पर असामान्य रूप से अधिक बिक्री और भारी भीड़ देखने को मिली, हालांकि यह सूचित किया जाता है कि देश के सभी पेट्रोल पंपों पर पेट्रोल और डीजल का पर्याप्त भंडार उपलब्ध है। सरकार जनता से एक बार फिर आग्रह करती है कि वे अफवाहों पर विश्वास न करें।

इलेक्ट्रिक टू व्हीलर मार्केट में टीवीएस का दबदबा, बजाज ऑटो दूसरे स्थान पर

एजेंसी नई दिल्ली। टीवीएस मोटर ने मार्च के महीने में भी इलेक्ट्रिक टू व्हीलर मार्केट में अपना दबदबा बरकरार रखा है। 27 मार्च तक देश में कुल 1,39,238 इलेक्ट्रिक टू व्हीलर का रजिस्ट्रेशन हुआ था। इसमें 27,300 प्रतिशत मार्केट शेयर के साथ टीवीएस मोटर पहले स्थान पर रही। टीवीएस मोटर द्वारा निर्मित कुल 38,007 इलेक्ट्रिक टू व्हीलर का अभी तक रजिस्ट्रेशन हो चुका है। टीवीएस मोटर के बाद इलेक्ट्रिक टू व्हीलर बेचने के मामले में बजाज ऑटो दूसरे स्थान पर रही है। बजाज ऑटो द्वारा बनाए गए इलेक्ट्रिक टू व्हीलर्स का मार्केट शेयर 24 प्रतिशत है। अभी तक बजाज ऑटो द्वारा बनाए गए 33,447 इलेक्ट्रिक टू व्हीलर का रजिस्ट्रेशन हो चुका है। सरकार द्वारा बनाए गए वाहन पोर्टल द्वारा जारी किए गए रजिस्ट्रेशन डेटा के अनुसार मार्च के महीने में एथर

एनजी 26,151 इलेक्ट्रिक टू व्हीलर की बिक्री करके तीसरे स्थान पर रही है। इलेक्ट्रिक टू व्हीलर सेगमेंट में एथर एनजी का मार्केट शेयर 18.8 प्रतिशत है। कंपनी की इस उपलब्धि में एथर एनजी की 450 सीरीज और फैमिली स्कूटर रिज्जा की बिक्री का अहम योगदान है। मार्च के महीने में इलेक्ट्रिक टू व्हीलर बेचने के मामले में हीरो मोटोकॉर्प चौथे स्थान पर रही। हीरो मोटोकॉर्प के इलेक्ट्रिक मोबिलिटी ब्रांड बिजा ने 15,683 रजिस्ट्रेशन और 11.3 प्रतिशत मार्केट शेयर के साथ इलेक्ट्रिक टू व्हीलर सेगमेंट में मार्च महीने के दौरान चौथा स्थान हासिल किया। वहीं ओला इलेक्ट्रिक ने मार्च महीने के दौरान 6,381 इलेक्ट्रिक टू व्हीलर की बिक्री की। इस महीने इलेक्ट्रिक टू व्हीलर सेगमेंट में ओला इलेक्ट्रिक का मार्केट शेयर 4.6 प्रतिशत रहा और कंपनी पांचवें स्थान पर रही।

ट्रंस-अरुणाचल राजमार्ग भूमि अधिग्रहण मुआवजा घोटाला मामले में ईडी ने 2.37 करोड़ की संपत्ति कुर्क की

एजेंसी नई दिल्ली। प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) इटानगर उप-क्षेत्रीय कार्यालय ने ट्रंस-अरुणाचल राजमार्ग (टीएच) भूमि अधिग्रहण मुआवजा घोटाले के संबंध में लगभग 2.37 करोड़ रुपये मूल्य की संपत्ति अस्थाई रूप से जब्त की है। यह कुर्की पीएमएलए की धारा 5(1) के तहत 23 मार्च को अस्थाई कुर्की आदेश के बाद की गई है। इन संपत्तियों में कुर्कंग कुर्को जिले के न्याय क्षेत्र के डोलो गांव में स्थित 47,350 वर्ग मीटर भूमि शामिल है, जो तदार बाबिन के नाम पर दर्ज है। इसके अलावा, केयो पन्योर स्थित के याचुली क्षेत्र के जाथ गांव में स्थित एक पारंपरिक मकान भी है, जो लिखा माज के नाम पर है। ये संपत्तियां सरकारी मुआवजा निधि के फर्जी तरीके से डायवर्जन (दुरुपयोग) के जरिए हासिल की गई हैं। यह जांच ट्रंस-अरुणाचल राजमार्ग (टीएच)

परियोजना (पोटिन-बोपी खंड) के तहत भूमि अधिग्रहण मुआवजे के आकलन और वितरण में बड़े पैमाने पर अनियमितताओं से संबंधित है। तथ्य-जांच समिति (एफएफसी) के निष्कर्षों से पता चला है कि स्वीकृत मुआवजे के मुकाबले लगभग 44.98 करोड़ रुपए का अतिरिक्त भुगतान किया गया, जिसके परिणामस्वरूप सरकारी खजाने को भारी नुकसान हुआ। जांच में कई लोक सेवकों और निजी व्यक्तियों की संलिप्तता का खुलासा हुआ है। जिनमें जीरो के तत्कालीन उपयुक्त केमो लोलेन भी शामिल हैं, जिन्होंने मुआवजा खाते के संयुक्त हस्ताक्षरकर्ता के रूप में धोखाधड़ी करके भुगतानों को अधिकृत करने और सुाम बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। जीरो के तत्कालीन जिला भूमि राजस्व एवं समाप्ति अधिकारी

(डीएलआरएसओ) भारत लिंगु ने हेरफेर किए गए मुआवजा दावों को संसाधित और मंजूर किया। जूनियर इंजीनियर और संरचनात्मक मूल्यांकन दल के सदस्य टोको ताजे ने मनागढ़त और फर्जी संरचनात्मक मूल्यांकन तैयार करने में सहायता की। टोको ताजे ने लाभार्थियों को धोखाधड़ी से शामिल करने में सहायता दिया और जूनियर इंजीनियर कबाक भट्ट ने मध्यस्थ संस्थाओं के माध्यम से धन के गबन और हेरफेर में सहायता की। इसके अलावा, लिखा मज और तदार बाबिन को लाभार्थी के रूप में दिखाया गया है। इन्होंने वैध ह्राक के बिना मुआवजे की बड़ी रकम प्राप्त की और जानबूझकर ऐसे धन के हेरफेर, निकासी और उपयोग में भाग लिया, जिससे अपराध की आय को छुपाने और उसे बेदाग संपत्ति के रूप में प्रदर्शित करने में सहायता मिली।

पूर्वोत्तर भारत का ग्रोथ इंजन, ग्लोबल साउथ का प्रवेश द्वार : सिंधिया

एजेंसी नई दिल्ली। केंद्रीय संचार एवं पूर्वोत्तर विकास मंत्रालय मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया ने पूर्वोत्तर सांस्कृतिक महोत्सव में कहा कि पूर्वोत्तर क्षेत्र भारत का ग्रोथ इंजन है और यह ग्लोबल साउथ के लिए देश का प्रवेश द्वार बन सकता है। आठ राज्यों में असाधारण क्षमता है और करीब 93 प्रतिशत साक्षरता के साथ यह क्षेत्र देश के विकास में अग्रणी भूमिका निभा सकता है। ज्योतिरादित्य सिंधिया ने यहां दिल्ली विश्वविद्यालय के हिंदू कॉलेज में आयोजित पूर्वोत्तर सांस्कृतिक महोत्सव (एनईटिम) 2026 के 15वें संस्करण को संबोधित करते हुए पूर्वोत्तर की प्रतिभा, ऊर्जा और सांस्कृतिक समृद्धि को दर्शाने वाला सशक्त मंच बताया। उन्होंने पूर्वोत्तर को 'अपेक्षक' बताते हुए कहा कि पिछले दो वर्षों में मंत्री के

रूप में उनके कार्यकाल ने इस क्षेत्र की अपार संभावनाओं को और गहराई से समझने का अवसर दिया है। यह क्षेत्र न केवल भारत के लिए बल्कि दक्षिण पूर्व एशिया और वैश्विक परिदृश्य के लिए भी एक रणनीतिक सेतु है। सिंधिया ने पूर्वोत्तर के मानव संसाधन की सराहना करते हुए कहा कि यहां की साक्षरता दर लगभग 93 प्रतिशत है। उन्होंने युवाओं से अपील की कि वे देश की विकास यात्रा का नेतृत्व करें। उन्होंने पूर्वोत्तर से अपने व्यक्तिगत जुड़ाव का भी उल्लेख किया और कहा कि आठों राज्यों की यात्राओं ने उनके दृष्टिकोण को नई ऊर्जा दी है। उन्होंने क्षेत्र की सांस्कृतिक विरासत का उल्लेख करते हुए भूपेन हजारीका और जुबिन गॉंग जैसे कलाकारों को याद किया। उन्होंने कहा कि पूर्वोत्तर की कला और संस्कृति अद्वितीय है और हर प्रस्तुति में परंपरा को गहराई दिखाई देती है। मंत्री ने कहा

कि पूर्वोत्तर के आठ राज्य भारत और ग्लोबल साउथ के बीच प्राकृतिक सेतु हैं, जो आर्थिक और सांस्कृतिक आदान-प्रदान को नई दिशा दे सकते हैं। उन्होंने युवाओं को सशक्त बनाने के लिए मंत्रालय की प्रमुख पहलों का भी उल्लेख किया। उन्होंने बताया कि एडवॉकेटिंग एनईआर पोर्टल अप्रैल 2026 में शुरू किया जाएगा। यह एकीकृत डिजिटल मंच होगा, जो 1000 से अधिक रोजगार अवसर, 300 से अधिक करियर विकल्प, 200 से अधिक प्रवेश परीक्षाएं और 3000 से अधिक पाठ्यक्रमों की जानकारी उपलब्ध कराएगा। सिंधिया ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में पूर्वोत्तर के विकास का दृष्टिकोण इरादों से आगे बढ़कर क्रियान्वयन तक पहुंचा है। उन्होंने कहा कि अब अवसरों को पहूंच और समावेशन के आधार पर परिभाषित किया जा रहा है।

ग्रेटर नोएडा में सजेगा कौशल का महाकुंभ: 'इंडियास्किल्स नेशनल कॉम्पिटिशन 2025-26 का होगा आगाज

एजेंसी नोएडा। भारत सरकार के कौशल विकास और उद्यमिता मंत्रालय (एमएसडीए) द्वारा राष्ट्रीय कौशल विकास निगम के तत्वावधान में आयोजित होने वाली देश की सबसे बड़ी कौशल प्रतियोगिता, 'इंडियास्किल्स नेशनल कॉम्पिटिशन 2025-26', का भव्य आयोजन रविवार को उत्तर प्रदेश के ग्रेटर नोएडा में होगा। उत्तर प्रदेश में इस बड़े आयोजन को सफल बनाने में योगी सरकार का महत्वपूर्ण योगदान है। राज्य सरकार प्रदेश को स्किल डेवलपमेंट का हब बनाने की दिशा में लगातार प्रयासरत है और इस तरह के आयोजनों से युवाओं को राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी प्रतिभा दिखाने का अवसर मिल रहा है। यह द्विवार्षिक प्रतियोगिता देश के प्रतिभाशाली युवाओं को अपनी दक्षता प्रदर्शित करने और अंतर्राष्ट्रीय स्तर की

प्रतिस्पर्धाओं के लिए तैयार करने का एक अद्वितीय मंच प्रदान करती है। राष्ट्रीय प्रतियोगिता से पहले असम, गुजरात, तेलंगाना, ओडिशा और उत्तर

प्रदेश की रीजनल प्रतियोगिता हो चुकी है, जिसमें उत्तर प्रदेश के 40 प्रतिभागियों ने ह्वन दिखाया था। इनमें से 16 प्रतिभागियों ने अलग-अलग राज्य अपने कौशल का प्रदर्शन करेंगे। कार्यक्रम का समापन समारोह 2 अप्रैल 2026 को दोपहर 3 से 5 बजे तक हॉल 9, 3 से 5 बजे तक गौतम बुद्ध विश्वविद्यालय ऑडिटोरियम में आयोजित किया जाएगा। इसके बाद



इंडिया एक्सपो मार्ट में आयोजित किया जाएगा। प्रतियोगिता में देश के सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के 650 से अधिक युवा प्रतिभागी शामिल हो रहे हैं, जो कुल 63 विभिन्न कौशलों में अपनी प्रतिभा दिखाएंगे। प्रतियोगिता के साथ-साथ रोबोटिक्स, 'ग्रीन स्किल्स' और भविष्य के रोजगार जैसे समसामयिक विषयों पर विशेष ज्ञान-सत्र और चर्चाएं भी आयोजित होंगी। इसमें फानूस, फेस्टो, आटो डेस्क और डीएमजी मोरी जैसे वैश्विक स्तर की प्रतिष्ठित कंपनियों अपने अनुभव और तकनीकी जानकारी साझा करेंगी। भारत सरकार और कौशल विकास मिशन ने इस आयोजन के माध्यम से समाज के सभी वर्गों से इसमें सहयोग और सहभागिता की अपील की है, ताकि युवाओं को बेहतर अवसर प्राप्त हों और वे राष्ट्र निर्माण में अपना प्रभावी योगदान दे सकें।

एनएसई पर 13 अप्रैल को ब्रेंट क्रूड फ्यूचर्स की होगी लॉन्चिंग, इंडियन नेचुरल गैस फ्यूचर्स की भी जल्द होगी शुरुआत

एजेंसी नई दिल्ली। नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (एनएसई) 13 अप्रैल से एनएसई डेटेड ब्रेंट क्रूड फ्यूचर्स की शुरुआत करने जा रहा है। इसके लिए नेशनल स्टॉक एक्सचेंज ने एस एंड पी ग्लोबल एनजी के साथ एक स्ट्रेटिजिक पार्टनरशिप करने का ऐलान किया है। इसके साथ ही एनएसई अगली तिमाही में इंडियन नेचुरल गैस कॉन्ट्रैक्ट्स भी शुरू करने वाला है। इसके लिए एनएसई को मार्केट रेगुलेटर सिक्वीरिटीज एंड एक्सचेंज बोर्ड ऑफ इंडिया (सेबी) से मंजूरी मिल गई है। मार्केट एक्सपर्ट्स का कहना है कि एनएसई डेटेड ब्रेंट क्रूड फ्यूचर्स की लॉन्चिंग होने से एनएसई के एनजी सेगमेंट अफ्रीका में बढ़ा विस्तार होगा। इसी तरह इंडियन नेचुरल गैस कॉन्ट्रैक्ट्स की शुरुआत नेशनल स्टॉक एक्सचेंज के एनजी डेरिवेटिव्स पोर्टफोलियो को बढ़ाने की दिशा में एक अहम कदम होगा। मार्केट एक्सपर्ट्स का मानना है कि एनएसई का यह कदम उसके एनजी डेरिवेटिव्स पोर्टफोलियो को बढ़ावा देने के उसके कमिटेमेंट का भी संकेत है, जिसका फायदा उसे विदेशी पोर्टफोलियो निवेशकों को आकर्षित करने में मिलेगा।



केंद्र ने एनएच-167 के गुड्डेबेल्लूर-महबूबनगर खंड को चार लेन बनाने का ठेका किया जारी, 1734 करोड़ की परियोजना

एजेंसी नई दिल्ली। राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण ने (एनएचएआई) तेलंगाना में राष्ट्रीय राजमार्ग-167 के गुड्डेबेल्लूर से महबूबनगर खंड को चार लेन बनाने के लिए 1734 करोड़ रुपये की परियोजना का ठेका जारी किया है। यह परियोजना 80 किलोमीटर लंबी है और हैदराबाद-पणजी आर्थिक कॉरिडोर का हिस्सा है, जिसे फरवरी 2026 में मंत्रिमंडलीय आर्थिक कार्य समिति ने मंजूरी दी थी। केंद्रीय सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय के अनुसार, यह परियोजना हाइब्रिड वार्षिकी मॉडल के तहत केएनआर कंस्ट्रक्शंस लिमिटेड को दी गई है। परियोजना के तहत पांच बड़े पुल, 36 छोटे पुल, 260 पुलिया, 11 वाहन अंडरपास,

22 एलवीयूपी, एक रेल ओवरब्रिज या अंडरब्रिज, 48 किलोमीटर सर्विस रोड और 56 किलोमीटर



स्लिप रोड का निर्माण किया जाएगा। वर्तमान में इस मार्ग पर गुड्डेबेल्लूर, मगनूर, मकतल, मरिक्ल, देवकर्द, जकलेर, येलिंगडला और

बंडरपल्ली जैसे घनी आबादी वाले क्षेत्रों में यातायात जाम और देरी की समस्या बनी रहती है। परियोजना के

साथ ही हैदराबाद के औद्योगिक और वाणिज्यिक केंद्रों, जिसमें हैदराबाद-बंगलुरु औद्योगिक कॉरिडोर, फार्मा और मेडिकल क्लस्टर तथा विशेष आर्थिक क्षेत्र शामिल हैं, तक बेहतर संपर्क स्थापित होगा। चार लेन राष्ट्रीय राजमार्ग के निर्माण से महबूबनगर, नारायणपेट, रायचूर, देवकर्द, मकतल और हैदराबाद जैसे प्रमुख शहरों और कस्बों के बीच कनेक्टिविटी बेहतर होगी। इसके साथ ही क्षेत्र के धार्मिक और पर्यटन स्थलों तक पहुंच भी आसान होगी।

कनेक्टिविटी को भी मजबूत करेगी। इसके तहत तीन पीएम गतिशक्ति इस्के नोड, नौ सामाजिक नोड और सात लॉजिस्टिक नोड आपस में जुड़ेंगे।

साथ ही हैदराबाद के औद्योगिक और वाणिज्यिक केंद्रों, जिसमें हैदराबाद-बंगलुरु औद्योगिक कॉरिडोर, फार्मा और मेडिकल क्लस्टर तथा विशेष आर्थिक क्षेत्र शामिल हैं, तक बेहतर संपर्क स्थापित होगा। चार लेन राष्ट्रीय राजमार्ग के निर्माण से महबूबनगर, नारायणपेट, रायचूर, देवकर्द, मकतल और हैदराबाद जैसे प्रमुख शहरों और कस्बों के बीच कनेक्टिविटी बेहतर होगी। इसके साथ ही क्षेत्र के धार्मिक और पर्यटन स्थलों तक पहुंच भी आसान होगी।

सर्पाका बाजार में चमका सोना, चांदी के भाव में बड़ी गिरावट

एजेंसी नई दिल्ली। घरेलू सर्पाका बाजार में आज सोने के भाव में तेजी का रुख नजर आ रहा है। दूसरी ओर चांदी के भाव में गिरावट दर्ज की गई है। आज के कारोबार में सोना 170 रुपये प्रति 10 ग्राम से लेकर 180 रुपये प्रति 10 ग्राम तक महंगा हो गया। दूसरी ओर चांदी के भाव में आज 10 हजार रुपये प्रति किलोग्राम की कमजोरी दर्ज की गई। अंतरराष्ट्रीय बाजार में आज हॉलर सोना 4,416 डॉलर प्रति औंस के स्तर पर पहुंचा हुआ है, वहीं चांदी अंतरराष्ट्रीय बाजार में फिसल कर 68.12 डॉलर प्रति औंस के स्तर पर आ गई है। भारत में सोने की कीमत में आए उछाल के कारण देश के ज्यादातर सर्पाका बाजार में 24 कैरेट सोना आज 1,44,720 रुपये प्रति 10 ग्राम से लेकर 1,44,870 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर कारोबार कर रहा है। वहीं 22 कैरेट सोना आज 1,32,660

रुपये प्रति 10 ग्राम से लेकर 1,32,810 रुपये प्रति 10 ग्राम के बीच बिक रहा है। चांदी के भाव में गिरावट आने के कारण ये चमकीली धातु आज दिल्ली सर्पाका बाजार में 2,39,900 रुपये प्रति किलोग्राम के स्तर बिक रही है। दिल्ली में आज 24 कैरेट सोना 1,44,870 प्रति 10 ग्राम के स्तर पर कारोबार कर रहा है, जबकि 22 कैरेट सोने की कीमत 1,32,810 रुपये प्रति 10 ग्राम दर्ज की गई है। वहीं देश की आर्थिक राजधानी मुंबई में 24 कैरेट सोना 1,44,720 रुपये प्रति 10 ग्राम और 22 कैरेट सोना 1,32,660 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर कारोबार कर रहा है। इसी तरह अहमदाबाद में 24 कैरेट सोने की रिटेल कीमत 1,44,770 रुपये प्रति 10 ग्राम और 22 कैरेट सोने की कीमत 1,32,710 रुपये प्रति 10 ग्राम दर्ज की गई है। इन प्रमुख शहरों के अलावा चेन्नई में 24 कैरेट सोना आज 1,44,720

रुपये प्रति 10 ग्राम की कीमत पर और 22 कैरेट सोना 1,32,660 रुपये प्रति 10 ग्राम की कीमत पर बिक रहा है। इसी तरह कोलकाता में 24 कैरेट सोना 1,44,720 रुपये प्रति 10 ग्राम और 22 कैरेट सोना 1,32,660 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर कारोबार कर रहा है। भोपाल में 24 कैरेट सोने की कीमत 1,44,770 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर है, जबकि 22 कैरेट सोना 1,32,710 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर बिक रहा है। लखनऊ के सर्पाका बाजार में 24 कैरेट सोना आज 1,44,870 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर और 22 कैरेट सोना 1,32,810 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर बिक रहा है। पटना में 24 कैरेट सोने की कीमत 1,44,770 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर है, जबकि 22 कैरेट सोना 1,32,710 रुपये प्रति 10 ग्राम के स्तर पर बिक रहा है।

भारत ने डब्ल्यूटीओ सम्मेलन में मत्स्य समझौते के मसौदे को अपनाते का समर्थन किया

एजेंसी नई दिल्ली। भारत ने विश्व व्यापार संगठन (डब्ल्यूटीओ) की 14वीं मंत्रिस्तरीय बैठक में मत्स्य पालन क्षेत्र में सस्टिनेबल की कटौती पर समझौते के मसौदे को समर्थन दिया है, पर उसके साथ समझौते पर भविष्य की दृष्टि से संतुलित और जन-केंद्रित (छोटे मछुआरों) पर केंद्रित दृष्टिकोण अपनाये जाने पर बल दिया है। केमरून के याउंडे में 26-29 मार्च तक आयोजित इस बैठक में भारतीय दल का नेतृत्व कर रहे वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने कहा कि भारत में बड़ी संख्या में लोगों के लिए मछली पकड़ने का काम आजीविका और खाद्य सुरक्षा का मुख्य जरिया है। श्री गोयल ने मत्स्य व्यापार के बारे में खड़े गये मसौदे को लेकर बैठक में भारत के सहयोग का भरोसा दिया पर कहा कि समझौता ऐसा होना चाहिए, जिससे -समुद्री संसाधनों की हिफाजत भी और गरीब मछुआरों की आजीविका भी सुरक्षित रहे। श्री गोयल ने मत्स्यपालन क्षेत्र में सस्टिनेबल कटौती पर बैठक में भारत के दृष्टिकोण पर अपनी प्रस्तुति के बारे में एक्स पर लिखा, ' मैंने इस बात पर जोर दिया कि भारत में मत्स्य पालन आजीविका और खाद्य सुरक्षा का एक महत्वपूर्ण स्रोत है, जो 90 लाख से अधिक मछुआरों को सहारा देता है। '

केंद्र ने शहरी क्षेत्रों में 50 लाख नए पीएनजी कनेक्शन का लक्ष्य तय किया, एकल खिड़की विलयर्स से परियोजनाओं को मिलेगी रफ्तार

एजेंसी नई दिल्ली। केंद्र सरकार ने शहरी क्षेत्रों में पाइप नेचुरल गैस (पीएनजी) सेवाओं के विस्तार और आवश्यक सेवाओं की निर्बाध आपूर्ति के लिए बैठक आयोजित कर एकल खिड़की क्लियरेंस लागू करने और पाइप लाइन बिछाने एवं काम करने के लिए सड़क तोड़ने की अनुमति को तेजी से मंजूरी देने पर चर्चा की गई। साथ ही इस बैठक में 50 लाख नए पीएनजी कनेक्शन देने का लक्ष्य रखा गया। केंद्रीय अवास एवं शहरी विकास मंत्रालय ने बताया कि यहां विज्ञान भवन में आयोजित गोलेमज बैठक में



केंद्रीय शहरी विकास मंत्री मनोहर लाल, पेट्रोलियम एवं प्राकृतिक गैस मंत्री हरीदीप सिंह पुरी और केंद्रीय उपभोक्ता मामले, खाद्य एवं

सार्वजनिक वितरण मंत्री प्रह्लाद जोशी मौजूद रहे। तीनों मंत्रालयों के सचिव और वरिष्ठ अधिकारी भी बैठक में उपस्थित थे। राज्यों की ओर से उत्तर प्रदेश, दिल्ली, महाराष्ट्र, हरियाणा और ओडिशा के शहरी विकास एवं खाद्य मंत्री बैठक में शामिल हुए, जबकि तेलंगाना, कर्नाटक और राजस्थान के

मंत्री/प्रतिनिधि वचुअल माध्यम से जुड़े। इसके अलावा विभिन्न राज्यों के शहरी विकास विभाग और खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग के सचिव, नगर आयुक्त, जीएआईएल और इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन के सीएमडी, तथा सिटी गैस डिस्ट्रीब्यूशन इकाइयों के प्रतिनिधि भी बैठक में मौजूद थे। मनोहर लाल ने कहा कि पीएनजी सेवाओं का विस्तार शहरी क्षेत्रों में स्वच्छ ईंधन उपलब्ध कराने की दिशा में बढ़ा कदम है और इससे नागरिकों को सुरक्षित और सुविधाजनक विकल्प मिलेगा। केंद्रीय पेट्रोलियम एवं प्राकृतिक गैस मंत्री हरीदीप सिंह पुरी ने

कहा कि एकल खिड़की क्लियरेंस लागू होने से परियोजनाओं की गति तेज होगी, सड़क कटाने की अनुमति समय पर मिलेगी और उपभोक्ताओं को बिना देरी के कनेक्शन उपलब्ध हो सकेंगे। प्रह्लाद जोशी ने कहा कि 50 लाख नए पीएनजी कनेक्शन देने का लक्ष्य उपभोक्ताओं को सुरक्षित, सस्ता और पर्यावरण-अनुकूल ईंधन उपलब्ध कराने में मदद करेगा और यह ऊर्जा सुरक्षा की दिशा में महत्वपूर्ण योगदान होगा। जीएआईएल के सीएमडी ने कहा कि पाइपलाइन बिछाने के बाद सड़कों का मरम्मत और पुनर्निर्माण की जिम्मेदारी हमारी होगी ताकि नागरिकों

को किसी प्रकार की असुविधा न हो। इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन के सीएमडी ने कहा कि कंपनी शहरी क्षेत्रों में गैस वितरण नेटवर्क को और मजबूत करेगी और उपभोक्ताओं को समय पर कनेक्शन देने के लिए सभी आवश्यक कदम उठाए जाएंगे। बैठक में शहरी क्षेत्रों में पीएनजी सेवाओं का विस्तार करने और नागरिकों को स्वच्छ ईंधन उपलब्ध कराने की सहमति दी गई। सड़क कटाने की अनुमति और अन्य प्रशासनिक प्रक्रियाओं को सरल बनाने से परियोजनाओं की गति तेज करने और उपभोक्ताओं को समय पर कनेक्शन देने पर चर्चा की गई।



नेचुरोपैथी में बनाएं अपना करियर

आज के समय में लोगों का लाइफस्टाइल जिस तरह का है, उसके कारण हर व्यक्ति किसी न किसी समस्या से ग्रस्त रहता ही है। लेकिन हर समस्या के लिए दवाइयों का इस्तेमाल करना उचित नहीं माना जाता। अगर आप भी लोगों का इलाज प्राकृतिक तरीके से करने में विश्वास रखते हैं तो नेचुरोपैथी में अपना भविष्य बना सकते हैं। यह एक ऐसी वैकल्पिक चिकित्सा है, जिसमें प्रकृति के पांच तत्वों की सहायता से व्यक्ति का इलाज किया जाता है। यह इलाज की एक बेहद पुरानी पद्धति है।

स्किन्स

इस क्षेत्र में करियर देख रहे व्यक्ति को सामान्य चिकित्सा व मानव शरीर रचना विज्ञान के बारे में भी जानकारी होनी चाहिए। इसके अतिरिक्त एक सफल नेचुरोपैथ बनने के लिए आपके भीतर धैर्य, कम्युनिकेशन और लिसनिंग स्किन्स, आत्मविश्वास, मरीज की जरूरतों को समझना, मोटिवेशनल्स स्किन्स व रोगियों के भीतर विश्वास पैदा करने का भी कौशल होना चाहिए।

क्या होता है काम

एक नेचुरोपैथ का मुख्य काम सिर्फ रोगी का इलाज करना ही नहीं होता, बल्कि वह अपने पेशेंट के खानपान और उसके लाइफस्टाइल में भी बदलाव करता है, ताकि व्यक्ति जल्द से जल्द ठीक हो सके। इतना ही नहीं, एक नेचुरोपैथ को मनोविज्ञान का भी ज्ञान होना चाहिए ताकि वह रोगी की स्थिति को समझकर उसे बेहतर उपचार दे सके।

योग्यता

इस क्षेत्र में करियर देख रहे छात्रों का भौतिक, रसायन विज्ञान और जीवविज्ञान में कम से कम 45 प्रतिशत अंक होने चाहिए। इसके बाद आप बैचलर ऑफ नेचुरोपैथी और योगिक साइंस कर सकते

हैं। इसके अतिरिक्त इसमें डिप्लोमा कोर्स भी अवैलेबल हैं।



संभावनाएं

एक नेचुरोपैथ वेलेनेस सेंटर, न्यूट्रिशन सेंटर, हॉस्पिटल, हेल्थ केयर सेंटर आदि में जॉब तलाश सकते हैं। इसके अतिरिक्त आप एकेडमिक्स, कम्युनिटी हेल्थ सर्विस केयर, सोशल वेल्फेयर, मैन्युफैक्चरिंग और नेचुरल प्रॉडक्ट्स कंपनी आदि में भी काम कर सकते हैं। भारत में प्राकृतिक चिकित्सक सरकारी

एक नेचुरोपैथ यानी प्राकृतिक चिकित्सक का वेतन काफी हद तक उसकी लोकेशन, विशेषज्ञता, योग्यता और अनुभव पर निर्भर करता है। जैसे शुरूआती तौर पर एक नेचुरोपैथ दस हजार से बीस हजार रूपए आसानी से कमा सकता है। एक बार अनुभव प्राप्त करने के बाद आपको आकर्षक वेतन मिल सकता है।

और निजी अस्पतालों और स्वास्थ्य केंद्रों में नियुक्त किए जाते हैं। जैसे लजरी होटल व हेल्थ रिसेंट में भी नेचुरोपैथ सर्विसेज दी जाती हैं, वहां पर भी जॉब का जा सकता है। इसके अतिरिक्त आप विभिन्न अखबार, मैगजीन में लिख सकते हैं या फिर खुद का यूट्यूब चैनल चलाकर भी अच्छी खासी कमाई कर सकते हैं। एक अनुभवी प्राकृतिक चिकित्सक खुद का सेंटर भी खोल सकता है।

आमदनी

एक नेचुरोपैथ यानी प्राकृतिक चिकित्सक का वेतन काफी हद तक उसकी लोकेशन, विशेषज्ञता, योग्यता और अनुभव पर निर्भर करता है। जैसे शुरूआती तौर पर एक नेचुरोपैथ दस हजार से बीस हजार रूपए आसानी से कमा सकता है। एक बार अनुभव प्राप्त करने के बाद आपको आकर्षक वेतन मिल सकता है।

प्रमुख संस्थान

- इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ योगा एंड नेचुरोपैथी, नई दिल्ली।
- महर्षि पतंजलि इंस्टीट्यूट ऑफ योगा नेचुरोपैथी एजुकेशन एंड रिसर्च, गुजरात।
- बोर्ड ऑफ नेचुरोपैथी एंड योगा सिस्टम ऑफ मेडिसिन, मेरठ।
- सीएमजे यूनिवर्सिटी, मेघालय।
- प्रज्ञान इंटरनेशनल यूनिवर्सिटी, रांची।
- एसडीएम कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड योगा साइंस, कर्नाटक।
- हिमालयन यूनिवर्सिटी, ईटानगर।
- महावीर कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड योग, छत्तीसगढ़।

कम्युनिकेशन डिजाइनिंग से दें करियर को एक नई उड़ान



बैचलर ऑफ डिजाइन बी.डेस

यह चार वर्षीय पाठ्यक्रम है जो आठ विषयों में उपलब्ध है। 12वीं स्तर के 20 वर्षीय विद्यार्थी इन कोर्सस में दाखिला ले सकते हैं।

एनीमेशन फिल्म डिजाइन

कम्युनिकेशन डिजाइन से संबंधित इस कोर्स की अवधि करीबन चार वर्ष की होती है और इसमें महज 15 सीटें ही एनआईडी में उपलब्ध होती हैं। इस कोर्स को करने के बाद छात्र विभिन्न टीवी चैनल में एनिमेटर, करैक्टर डिजाइनर, स्टोरी बोर्ड आर्टिस्ट, क्रिएटिव डायरेक्टर, प्रोड्यूसर, कंसल्टेंट आदि के रूप में काम कर सकते हैं या फिर

खुद का बिजनेस भी शुरू कर सकते हैं।

सिरामिक एवं ग्लास डिजाइन

सिरामिक एवं ग्लास डिजाइन कला और रचनात्मकता के क्षेत्रों में शिल्प, वास्तु, चिकित्सा, सत्कार, सज्जा उत्पादों आदि शैलियों में कार्यात्मक सम्भावनायें भी प्रदान करता है। एनआईडी का यह विभाग भारतीय कला और शिल्प से प्रेरणा लेता है और छात्रों को भविष्य में बड़े पैमाने पर उत्पादन और नयी तकनीकों की क्षमता को समझने में मदद करता है। इस कोर्स को करने के बाद छात्र एनजीओ, डिजाइन स्टूडियो, शिल्प उद्योग में भी रोजगार के अवसर ढूँढ सकते हैं



एक टैटू आर्टिस्ट का काम महज टैटू बनाना ही नहीं होता। वह सबसे पहले अपने क्लाइंट की जरूरत को समझता है और उसके अनुसार अपने क्लाइंट को कुछ बेहतरीन सुझाव देता है। अंत में वह टैटू बनाता है।

अगर आपको भी है टैटू बनाने का पैशन...



पिछले कुछ समय से टैटू बनवाने का क्रेज युवाओं में काफी बढ़ गया है। जैसे तो टैटू पुराने समय से बनाए जाते रहे हैं लेकिन कुछ सालों से इसके स्वरूप में काफी परिवर्तन आया है। वर्तमान समय में सिर्फ आम लोग ही नहीं, बड़े-बड़े स्टार्स भी बॉडी पर टैटू बनवाते हैं, फिर चाहे बात दीपिका पादुकोण की हो या प्रियंका चोपड़ा की, हर कोई टैटू बनवा चुकी है। आज के समय में बहुत से ऐसे युवा हैं जो न सिर्फ टैटू बनवाने का क्रेज रखते हैं, बल्कि वह टैटू बनाना भी सीखना चाहते हैं। अगर आपको भी टैटू बनाने का पैशन है तो आप इस क्षेत्र में करियर की संभावनाएं देख सकते हैं-

क्या होता है काम

एक टैटू आर्टिस्ट का काम महज टैटू बनाना ही नहीं होता। वह सबसे पहले अपने क्लाइंट की जरूरत को समझता है और उसके अनुसार अपने क्लाइंट को कुछ बेहतरीन सुझाव देता है। अंत में वह टैटू बनाता है। इसके अलावा टैटू बनाने के बाद शुरूआत में रिस्कन की सही तरह से केयर करनी भी जरूरी होती है, इसलिए एक टैटू मेकर का काम है कि वह अपने क्लाइंट को स्किन केयर के बारे में भी सारी जानकारी दे ताकि उन्हें बाद में किसी तरह की परेशानी न उठानी पड़े।

स्किन्स

इस क्षेत्र की सबसे बड़ी जरूरत है आपका क्रिएटिव माइंड। आज के समय में पहले की तरह सिपल टैटू नहीं बनाए जाते। इसलिए एक टैटू मेकर क्लाइंट की जरूरत को समझकर और अपनी क्रिएटिविटी का प्रयोग करके शरीर के विभिन्न



इसलिए यह बेहद जरूरी है कि आप इससे भी अच्छी तरह वाकिफ हों और हर

सोशल, एंटरटेनिंग व मार्केट कम्युनिकेशन संबंधी शार्ट फिल्म बनाने करने के लिए तैयार किया जाता है। इस कोर्स को करने के बाद छात्र ऑडियो-विजुअल कम्युनिकेशन के क्षेत्र में अपना करियर बना सकते हैं। ऐसे छात्रों के लिए एड एजेंसी, फिल्म प्रॉडक्शन हाउस, टीवी चैनल्स व अन्य कई सरकारी क्षेत्रों व एनजीओ के रास्ते हमेशा खुले रहते हैं।

फर्नीचर डिजाइन

फर्नीचर डिजाइन भी वास्तव में एक कला है और इस कला की पूरी जानकारी एनआईडी के चार वर्षीय फर्नीचर डिजाइन कोर्स से प्राप्त होती है। कोर्स में विभिन्न प्रकार के मैटीरियल, उनके इस्तेमाल और क्रिएटिविटी का इस्तेमाल करके कुछ नया बनाने के लिए प्रेरित किया जाता है।

ग्राफिक डिजाइन

पिछले कुछ समय से ग्राफिक डिजाइनर की मांग काफी बढ़ी है। ऑनलाइन से लेकर ऑफलाइन तक लोग ग्राफिक्स का सहारा लेने लगे हैं। इसके जरिए चीजों को आसानी से समझा जा सकता है और यही कारण है कि यह कोर्स छात्रों के बीच खासा पसंद किया जाता है।

जीडीजीपी (ग्रेजुएट डिप्लोमा प्रोग्राम इन डिजाइन)

4 वर्ष का यह कोर्स विजयवाड़ा और कुरुक्षेत्र में उपलब्ध है। इसमें छात्रों का 12वीं पास होना आवश्यक है और उम्मीदवार को आयु 20 से अधिक न होनी चाहिए।

प्रॉडक्ट डिजाइन

प्रॉडक्ट डिजाइन उन वस्तुओं की रचना करना है, जो लोगों के लिए फायदेमंद है। वस्तुएं बड़ी व्यवस्था का मुख्य अंश होती हैं। कोर्स के दौरान प्रोजेक्ट्स का मुख्य केंद्र उपयोगकर्ताओं की जरूरत, उत्पाद और आर्थिक प्रभाव के लिए प्रॉडक्ट्स और सर्विसेज पर रहता है।

तरह की सावधानी बरतते हुए ही अपना काम करें।

योग्यता

इस क्षेत्र में करियर की संभावनाएं देख रहे छात्रों के लिए कोई मिनिमम योग्यता निर्धारित नहीं है। लेकिन टैटू बनाने में आजकल मशीनों का प्रयोग किया जाता है, इसके लिए आप किसी टैटू स्टूडियो या संस्थान से शॉर्ट टर्म कोर्स के जरिए टैटू मैकिंग सीख सकते हैं। यह कोर्स एक से दो महीने का होता है।

संभावनाएं

एक टैटू मेकर के लिए काम की कोई कमी नहीं है। टैटू मैकिंग का काम सीखने के बाद आप घर से ही काम की शुरूआत कर सकते हैं। अगर आप बजट अच्छा है तो अलग से टैटू मैकिंग स्टूडियो भी खोला जा सकता है। अगर आप क्लाइंट के घर जाकर काम कर सकते हैं तो ऑनलाइन काम को प्रमोट करना अच्छा रहेगा। इससे आपको कम समय में ही अच्छा काम मिलने लगेगा। इसके अतिरिक्त बड़े-बड़े मॉलस में भी टैटू मैकिंग का काम शुरू किया जा सकता है।

आमदनी

इस क्षेत्र में कमाई अनुभव और आपके काम के अनुसार बढ़ती है। जैसे कोर्स करने के बाद शुरूआती दौर में एक टैटू मेकर प्रतिमाह 15 से 20 हजार रूपए आसानी से कमा सकता है। लेकिन कुछ सालों के अनुभव के बाद जब आप अपना नाम स्थापित कर लेते हैं तो आपकी आमदनी लाखों में भी हो सकती है।

टेक्सटाइल डिजाइन

टेक्सटाइल डिजाइन कोर्स के तहत छात्रों के भीतर कपड़ा अथवा टेक्सटाइल की समझ का ज्ञान विकसित किया जाता है। इस कोर्स की अवधि चार वर्ष है।

स्नातकोत्तर डिजाइन (एम.डेस.)

किसी भी विषय में स्नातक की डिग्री प्राप्त छात्र इस कोर्स में दाखिले के लिए आवेदन कर सकते हैं। 25 वर्ष की अवधि का यह कोर्स अहमदाबाद, बंगलुरु और गांधीनगर कैम्पस में उपलब्ध है। इन कोर्सस में दाखिला लेने वाले आवेदक को आयु 30 वर्ष से अधिक नहीं होनी चाहिए। यह कोर्स लगभग 19 विषयों में उपलब्ध है, जो इस प्रकार हैं-

- एनीमेशन फिल्म डिजाइन
- अपैरल डिजाइन
- सिरामिक व ग्लास डिजाइन
- डिजाइन फॉर रिटेल एक्सपीरियंस
- डिजिटल गेम डिजाइन
- फिल्म व वीडियो कम्युनिकेशन डिजाइन
- फर्नीचर डिजाइन
- ग्राफिक डिजाइन
- इन्फोरमेशन डिजाइन
- इंटरैक्शन डिजाइन
- लाइफस्टाइल एक्ससेसरी डिजाइन
- न्यू मीडिया डिजाइन
- फोटोग्राफी डिजाइन
- प्रॉडक्ट डिजाइन
- स्ट्रेटिजिक डिजाइन प्रबंधन
- टेक्सटाइल डिजाइन
- टॉय एंड गेम डिजाइन
- ट्रांसपोर्टेशन व ऑटोमोबाइल डिजाइन
- यूनिवर्सल डिजाइन

NEWS BOX

Senegal show off AFCON trophy as players defy controversial call to strip title

New Delhi. (Agency)

Senegal showcased the Africa Cup of Nations (AFCON) trophy on Saturday before their friendly match against Peru at the Stade de France in Saint-Denis. This came despite the Confederation of African Football's (CAF) order for the team to return the trophy. About an hour before kickoff, Senegal's players and coach Pape Bouna Thiaw took a lap around the pitch carrying the trophy, receiving an enthusiastic response from a nearly full stadium. CAF had reversed Senegal's 1-0 final win over Morocco on March 17, awarding a 3-0 victory to Morocco due to Senegal's players leaving the field without the referee's permission during the match on January 18 in Rabat. CAF had reversed Senegal's 1-0 final win over Morocco on March 17, awarding a 3-0 victory to Morocco due to Senegal's players leaving the field without the referee's permission during the match on January 18 in Rabat.

The AFCON final had descended into disorder



when Senegal's players walked off in protest after Morocco was awarded a penalty late in stoppage time. Captain Sadio Mane persuaded the team to return, and after Morocco's Brahim Diaz missed the penalty, Pape Gueye scored in extra time to secure Senegal's 1-0 victory. CAF ruled that Senegal's players violated the rules by leaving the field without permission. The Senegalese Football Federation has appealed the decision with the Court of Arbitration for Sport (CAS) and remains determined to retain the title. On a separate note, Senegal breezed past Peru in the match on Saturday. Nicolas Jackson scored the first goal easily after a strong run by Senegal's teenage player Ibrahima Mbaye, who stepped up in Mane's absence. Sarr then scored a second goal after powering past two defenders following a ricocheted ball.

Kimi Antonelli wins Japanese GP, extends title charge with second straight

NEW DELHI. (Agency)

Kimi Antonelli continued his remarkable rise in Formula One, winning the Japanese Grand Prix to secure his second straight victory and move to the top of the 2026 drivers' standings. At just 19, the Mercedes driver became the youngest championship leader in F1 history, taking his tally to 72 points after three races. Starting from pole position, Antonelli endured a difficult opening lap, dropping down to sixth after being overtaken into Turn 1. However, the Italian steadily rebuilt his race, climbing back through the field with consistent lap pace and smart tyre management. He eventually took control of the race after a



perfectly timed pit stop under the safety car and crossed the finish line 13.7 seconds ahead of Oscar Piastri. Charles Leclerc finished third for Ferrari, while Antonelli's teammate George Russell came home fourth to maintain Mercedes' strong start to the season. Lando Norris finished fifth, followed by Lewis Hamilton in sixth as Ferrari showed improved competitiveness compared to last season. The turning point came on lap 22 when Oliver Bearman crashed heavily after running onto the grass while chasing Franco Colapinto, triggering a safety car. With several frontrunners, including Russell, having already pitted, Antonelli was able to stop under the safety car and retain track position, effectively sealing control of the race.

Rahane, Narine or Allen-Seifert KKR face tricky opener dilemma before MI clash

← IPL 2026: Aakash Chopra believes KKR must settle their opening combination early, as constant changes could hurt their rhythm. With multiple options and overseas balance at play, the decision is likely to shape their approach and results in the opening phase of the season.

New Delhi. (Agency)

Kolkata Knight Riders are staring at a tricky selection call ahead of their IPL 2026 opener against Mumbai Indians on March 29, with their opening combination still undecided. Former India batter Aakash Chopra believes the decision could shape KKR's campaign early on. KKR's struggles at the top last season have made this call even more crucial. Despite Ajinkya Rahane finishing as their leading run-scorer and Sunil Narine being



among their most impactful batters, the team failed to find a settled opening pair, finishing with no fifty-plus stands in IPL 2025. This becomes a concerning stat as the side prepares to kickstart their IPL 2026 season against MI, who have a tremendous bowling attack. Chopra pointed out that KKR may be forced into a fixed combination from the very first game, especially given the overseas balance involving Finn Allen and Tim

Seifert, while Cameron Green is expected to slot in at No. 3. "What you do today, you will have to do that for at least four or five matches. I hope they think about Sunil Narine, but they won't be able to think about him because they have to play Finn Allen and make Ajinkya Rahane open," Chopra said. "If they have to get both of them open, how will Sunil Narine come, and if Aju doesn't open, his stature would be halved.

That is one big question that they need to answer. After that, what is Cameron Green's right number? I think three is his right number. Make him bat there," he added. **WHO WILL OPEN FOR KKR IN MI CLASH?**

The dilemma is not just about form but also about team balance. If KKR opt for Allen or Seifert as an overseas opener, it affects the number of overseas slots available for the rest of the XI. Seifert offers wicketkeeping stability, while Allen provides explosive intent at the top. Alternatively, KKR could rely on an Indian keeper like Angkrish Raghuvanshi, which would allow greater flexibility in overseas selection. Narine remains a strong option at the top given his past success, but accommodating him alongside Rahane and an overseas opener creates a selection headache. With KKR coming off a disappointing season, getting the opening combination right is not just about strategy but about setting the tone for IPL 2026. As Chopra suggested, the call they make now could define their approach for the next few matches.

SRH issue Brydon Carse injury update, seek boost after poor show vs RCB

New Delhi. (Agency)

CSunrisers Hyderabad head coach Daniel Vettori provided an update on Brydon Carse after the pacer missed SRH's IPL 2026 opener against Royal Challengers Bengaluru. Vettori revealed that Carse picked up a hand injury in the nets but is expected to be in contention for their next game. SRH suffered a heavy defeat in Bengaluru despite posting 201, with RCB chasing down the target comfortably in just 15.4 overs. Speaking after the game, Vettori explained the reason behind Carse's absence and gave a hopeful update on his recovery. He got hit on the hand in the nets when he was batting, on his bowling hand. It was cleared of any break, but there was quite a lot of swelling and he tried to push for the game, but it was difficult for him to hold the ball. "He has been improving, so we are hoping he is available for selection for Kolkata." Carse's return could provide a much-needed boost

for SRH, especially with their bowling attack struggling for impact in the absence of key players.

HOW SRH'S BOWLING FLOPPED VS RCB SRH's bowling unit came under heavy



scrutiny after failing to defend a 200-plus total on a batting-friendly surface. With Pat Cummins and Carse unavailable, the attack lacked a cutting edge. The burden fell on David Payne, who had only just arrived

as a replacement ahead of the match. Although Payne picked up two quick wickets, he conceded 35 runs in his three overs and struggled to maintain control. Overall, Payne, Harshal Patel, Eshan Malinga and Harsh Dubey leaked 144 runs in 11 overs, allowing RCB's batters to dominate the chase. Earlier, SRH had recovered well with the bat, thanks to a 38-ball 80 from Ishan Kishan and a quickfire contribution from Ankit Verma to post 201 for nine. However, the lack of discipline with the ball meant the total was never enough. Carse's availability for the clash against Kolkata Knight Riders could force a change in the playing XI, with either Payne or Malinga likely to make way.

With no confirmed return timeline for Cummins yet, SRH will be hoping Carse's recovery comes as a timely boost as they look to fix their bowling issues early in the season.

Can injury-hit Kolkata Knight Riders pass the stiff Wankhede test

CHANDIGARH. (Agency)

Kolkata Knight Riders (KKR) have endured a nightmare run at Mumbai's Wankhede Stadium over the years in the Indian Premier League (IPL). Having lost 10 of their 12 matches at the venue, the three-time champions have struggled to crack the code at one of the league's most iconic grounds. So, when they take on Mumbai Indians (MI) in their opening game on Sunday, they will know the scale of the challenge ahead. The MI-KKR rivalry has also been one of the most one-sided in IPL history, with Mumbai winning 24 of the 35 meetings



Two-year ban not enough: Sunil Gavaskar urges BCCI for stricter IPL withdrawal rules

NEW DELHI. (Agency)

Indian cricket legend Sunil Gavaskar has called for stricter measures against last-minute withdrawals in the IPL, urging the Board of Control for Cricket in India (BCCI) to revisit its current punishment system. The former India captain believes the existing two-year ban rule is not strong enough to deter players from pulling out after being picked in the auction.

Gavaskar's remarks come in the wake of multiple high-profile withdrawals, with overseas players opting out of IPL commitments citing workload management or personal priorities. Speaking exclusively to India Today on the issue, Gavaskar highlighted how the BCCI should opt for more impactful punishments in such cases. "It is a tough one. Clearly, Ben Duckett had a very good Ashes series, and if he had not been bought for the amount he was at The Hundred auction, maybe things would have been different. One can understand that, having been bought at a very good price in The Hundred, he was probably quite happy to miss this and say he wants to focus on his England Test career,"

Gavaskar said. But yes, what should be done is something for the BCCI to think about as well, because a two-year ban is obviously not working. You have to look at something that will have an impact. As long as it's not having an impact on the player and his



chances of coming back to the IPL, it won't work," he added. The IPL had introduced a rule that bars overseas players from participating in the tournament and future auctions for two seasons if they withdraw after being picked, unless the reason is a verified injury or medical condition. However, recent cases suggest that the rule may not be acting as a strong enough deterrent.

WHY DUCKETT'S IPL EXIT SPARKED

DEBATE?

Ben Duckett's withdrawal from IPL 2026 has reignited the debate around player commitment and league regulations. The England batter, who was signed by Delhi Capitals for Rs 2 crore, opted out of the season to prioritise red-ball cricket and spend time at home. His decision came shortly after a demanding international schedule, including the Ashes and the T20 World Cup. As per IPL rules, Duckett now faces a potential two-year ban from the league and future auctions. His case follows that of Harry Brook, who had earlier pulled out after being bought for Rs 6.25 crore and is currently serving a similar ban. These repeated withdrawals have raised questions about whether players are taking advantage of the system, something Gavaskar had previously warned about. He has also suggested that franchises should take a tougher stance on such players in future auctions. With the IPL continuing to attract global stars, the BCCI may now be forced to reassess its policies to ensure better accountability and commitment from overseas players.

between the two sides since 2008. For Kolkata, the task on March 29 looks even tougher, with injury concerns already disrupting their plans before the start of the campaign.

MI, meanwhile, remain one of the most successful franchises in the tournament's history, with five IPL titles to their name. However, the last five seasons have been a mixed bag, marked by inconsistency and missed opportunities. In 2026, Mumbai will be desperate to rediscover the ruthless edge and killer instinct.

The MI-KKR rivalry has also been one of the most one-sided in IPL history, with Mumbai winning 24 of the 35 meetings between the two sides since 2008. For Kolkata, the task on March 29 looks even tougher, with injury concerns already disrupting their plans before the start of the campaign. MI, meanwhile, remain one of the most successful franchises in the tournament's history, with five IPL titles to their name. However, the last five seasons have been a mixed bag, marked by inconsistency and missed opportunities. In 2026, Mumbai will be desperate to rediscover the ruthless edge and killer instinct that once made them the team to beat. That once made them the team to beat.

IPL 2026: RCB's Jacob Duffy lives up to captain Rajat Patidar's faith

← IPL 2026: RCB captain Rajat Patidar heaped praise on fast bowler Jacob Duffy for his Player of the Match performance on his IPL debut. The pacer ended his spell with figures of 3-22.

BANGKOK. (Agency)

IRoyal Challengers Bengaluru (RCB) have started their title defense with a 6-wicket win over Sunrisers Hyderabad (SRH) in the season opener, thanks in part to a scintillating debut by New Zealand's Jacob Duffy. The Kiwi finished his four overs with 3 crucial wickets of Travis Head, Abhishek Sharma, and Nitish Kumar Reddy, while conceding just 22 runs. While the Chinnaswamy Stadium had already found a new favourite in Duffy, who did more than just fill in for the

yet-to-be cleared Josh Hazlewood, RCB captain Rajat Patidar praised the New Zealand pacer for making the most of his opportunity. Speaking at the post-match press conference, Patidar emphasised that both he and the team management had full faith in Duffy's T20 bowling credentials. "As we all know, he is a specialist T20 bowler," said Rajat Patidar, RCB captain, in the post-match press conference. "We have a lot of confidence in him and that's why we have given him the chance. The way he is delivering and showing his skills, I think that was tremendous."

HOW DUFFY STOLE THE SHOW IN RCB VS SRH

Duffy, who had endured a difficult outing just three weeks before the IPL opener in the T20 World Cup final against India, where he returned wicketless figures of 0 for 42 in three overs, chose to stick to his strengths.

"I just tried to keep things fairly simple," Duffy said after receiving the Player of the Match for his ferocious opening spell. "The plan

was to use the new ball, especially since it does a bit here in Bengaluru. We spoke a lot about lengths and what works on this surface." While Duffy's fiery debut was the story of the day, RCB's bowling display



against SRH also carries some credit to Hazlewood himself. Duffy himself acknowledged the stature of the Australian pace ace, who is currently working his way back to full fitness after dealing with a hamstring injury and Achilles issues that

ruled him out of the home Ashes and the recent T20 World Cup.

"Josh Hazlewood had a really good season here last year, so it was about building on what he did well and trying to replicate that in my own way," Duffy said. Despite not being available for selection, Hazlewood still played a key role behind the scenes after linking up with the squad ahead of the opener.

"The last practice session before the game, I think Hazlewood spent a lot of time with the fast bowlers, and his inputs definitely helped them (in their performance against SRH)," added Patidar during his press conference.

Duffy's impactful spell, which included the key wickets of Travis Head, Abhishek Sharma and Nitish Kumar Reddy, ensured SRH never fully recovered from the early blows. His ability to hit hard lengths, extract bounce and adjust quickly after being put under pressure stood out, giving RCB not just a short-term replacement, but a genuine bowling option even when Hazlewood returns.



Ayesha Khan

Krystle D'Souza Light Up Dhurandhar: The Revenge Screening In Glittery Looks

The much-anticipated action thriller Dhurandhar: The Revenge hit theatres on March 19. On the same day, a grand screening was held in Mumbai. Leading man Ranveer Singh was joined by co-stars Arjun Rampal, Sanjay Dutt, Sara Arjun and Saumya Tandon. The star-studded affair also saw several prominent names from the film fraternity. Among the highlights of the evening were actors Ayesha Khan and Krystle D'Souza, who grabbed attention with their glamorous appearances. The duo, who were part of the first installment, arrived in sparkling outfits. Ayesha opted for a black skirt paired with a matching top adorned with golden floral detailing, while Krystle dazzled in an off-shoulder red co-ord set with black embellishments.

The two actresses posed cheerfully for the paparazzi before heading inside.

But a candid moment caught everyone's attention. While moving towards the screening, Ayesha paused and waited for Krystle as she interacted with fans, reflecting their camaraderie.

What To Expect From Dhurandhar: The Revenge?

Made under the direction of Aditya Dhar, Dhurandhar: The Revenge continues the journey of Ranveer Singh's Hamza Ali Mazari. The film traces his rise as Sher-e-Baloch and the undisputed king of Lyari. The sequel also shows his journey from becoming Jaskirat Singh Rangji to Hamz, the man who intrudes into Pakistan as a spy to avenge the terrorist attacks in the nation.

The spy-action thriller also brings back the talented supporting cast, including Arjun Rampal as Major Iqbal of the ISI, R Madhavan as Ajay Sanyal, the Director of the IB (a character inspired by Ajit Doval), Sanjay Dutt as SP Chaudhary Aslam of Sindh Police's Lyari Task Force, Rakesh Bedi, Danish Pandor, Sara Arjun, and Yami Gautam.

Released in five languages, Hindi, Telugu, Tamil, Malayalam, and Kannada, the 235-minute film delivers a never-seen-before gripping cinematic experience that audiences are definitely loving.

Dhurandhar: The Revenge: Box office collection

According to industry tracker Sacnilk, Dhurandhar: The Revenge earned Rs 44 crore net in India from its early preview shows. The Aditya Dhar directorial added Rs 102.55 crore on the opening day, with Hindi contributing Rs 99.10 crore alone. With this number, the sequel has comfortably surpassed the opening of Dhurandhar, which earned Rs 28 crore.



Celina Jaitly Thinks Ranveer Singh Is 'Phenomenal' In Dhurandhar 2: 'Blown Away'



Celina Jaitly is the latest to join the ever-growing list of celebrities praising Ranveer Singh starrer Dhurandhar: The Revenge, which hit the theatres on March 19. Taking to her Instagram account, she posted a picture with actress Preity Zinta, casting director Mukesh Chhabra, and actor Arjun Rampal, who portrays the menacing Major Iqbal in the film, from the Dhurandhar 2 screening in Mumbai. In the caption, Celina said, "When your date for the night is the stunning, gorgeous, amazing, darling.. Zara from Veer-Zaara @realpz and the host is the fascinating, formidable Major from Dhurandhar 2: The Revenge himself, @rampal72, you know it is going to be a phenomenal evening." She then went on to praise Dhurandhar 2, calling it, "Four fascinating hours of gripping edge of the seat storytelling that felt like the most enthralling cinematic immersion I have experienced in a long time."

Celina Jaitly Praises Dhurandhar's Crew

The 44-year-old actress then hailed Aditya Dhar for "steering this monumental vision with such authority and finesse." She praised Dhurandhar 2's cinematographer, Vikash Nowlakra. Calling his work "breathtaking," Celina mentioned, "Every frame meticulously crafted to heighten emotion and intensity." She then complimented the film's editor, saying, "Seamlessly held together by the brilliant editing of Shivkumar V. Panicker, the narrative never loses momentum for a single second."

Celina Jaitly Calls Ranveer Singh "Phenomenal", Compliments Other Actors

Following this, she also heaped praise on the star cast. Celina said Arjun's appearance on the screen became "unforgettable" with his intense and powerful portrayal. For her, Ranveer was "phenomenal". "Some of your scenes really hit deep. Phew, run out of words to praise you," she mentioned. The actress further praised the performances by Sara Arjun, R. Madhavan and Sanjay Dutt, among others.

Celina Jaitly Applauds Mukesh Chhabra And Shashwat Sachdev

Last but not least, Celina concluded her post by applauding Mukesh Chhabra's work on casting and Shashwat Sachdev's on music. She said, "Of course, sharing the evening with the real star behind the magic, casting director @castingchhabra, whose extraordinary casting brought together one of the most powerful ensembles seen on the Indian screen. The MUSIC primarily composed and arranged by @shashwatology. Oh my God !!! Still ringing n blown away!!!"

Saiee M Manjrekar Debuts Chic Bangs With Fresh Summer Look, Embraces Effortless Style



Saiee M Manjrekar is stepping into the summer season with a refreshed sense of style, unveiling a new look that blends playfulness with understated elegance. Known for her evolving fashion choices, the actor's latest transformation signals a shift towards a lighter, more effortless aesthetic.

Saiee M Manjrekar Debuts Fresh Summer Look

Taking to social media, Saiee shared a series of images revealing her new hairstyle, featuring shorter hair paired with soft, face-framing bangs. The look immediately stood out for its contemporary appeal, adding a fresh dimension to her overall appearance.

Criticism Over Senegal's Conduct

Nora also did not hold back while addressing the controversial events of the final. "I have never ever seen in any sport a team leaving in the game like nothing happened. So I've never seen that. So good on CAF for making this decision," she said.

Along with the visuals, the actor's fun and breezy caption offered a glimpse into her playful mood, aligning perfectly with the easygoing vibe of her transformation.

A Style Shift Towards Effortless Fashion

Complementing her new haircut, Saiee opted for relaxed, summer-ready outfits that leaned into comfort without compromising on style. Her wardrobe choices featured easy silhouettes, minimal styling and subtle textures, allowing the haircut to remain the focal point. The soft bangs enhance her features while adding a youthful charm, creating a look that feels modern yet accessible. The overall styling reflects a conscious move towards simplicity, where fashion feels organic rather than over-curated.

A Personal And Evolving Style Identity

According to a source close to the actor, "Saiee has always enjoyed experimenting with her style, and this transformation is a reflection of her current mood easy, fresh, and expressive."

Shweta Tiwari

Surprised As She Gets Clicked During Casual Outing: 'Yaha Kya Kar Rahe'

Shweta Tiwari had an unexpected moment with the paparazzi during a casual outing and the candid interaction quickly caught attention online. The actress was spotted walking towards a venue in Mumbai, seemingly unaware that photographers were stationed nearby and what happened next left her surprised.

Dressed in a relaxed yet stylish outfit, Shweta appeared completely at ease until she suddenly noticed the paparazzi capturing her. Clearly



taken by surprise, Shweta paused mid-step and reacted out of instinct. She asked them, "Aap yaha kya kar rahe ho?"

The paparazzi, in a light-hearted response, replied, "Hum yahi baithte hain roz, yaha sab aate hain naa," explaining that the spot is a regular for celebrity sightings. For her outing, Shweta kept her look simple and effortless. She wore a fitted top paired with black casual trousers, striking a balance between comfort and style. With minimal accessories and neatly styled hair, she kept her overall appearance polished.

Shweta Tiwari's Career Journey

Shweta Tiwari's acting career began in 2000 with the show Aane Wala Pal but it was her role in the iconic television series Kasautii Zindagii Kay that made her a household name. In the show, she portrayed Perna Sharma opposite actors Cezanne Khan, Hiten Tejwani and Ronit Roy. Over the years, Shweta expanded her career by appearing in several Hindi, Bhojpuri and regional films.

Her popularity reached a notch higher after she appeared in the fourth season of Bigg Boss where she emerged as the winner. Later, Shweta also impressed fans with her impressive roles in shows like Parvarish - Kuchh Khattee Kuchh Meethi, Ek Thhi Naayka, Begusarai, Mere Dad Ki Dulhan and Main Hoon Aparajita. Shweta made her web series debut in Indian Police Force and was also seen in Singham Again, directed by Rohit Shetty.

Shweta Tiwari's Do You Wanna Partner

Her last appearance was in Prime Video's series Do You Wanna Partner. Her role of a gangster left many surprised as she delivered an impactful performance. Do You Wanna Partner features Tamannaah Bhatia and Diana Penty in the key roles. Vikrant Massey also played a key role in the show that follows two ambitious women navigating.



पलामू में दो बाइक की टक्कर, दो की मौत



पलामू, एजेंसी। पलामू जिले के पाटन थाना क्षेत्र के कारीहार गांव में शनिवार दोपहर दो बाइक की आमने-सामने की टक्कर हो गई। इस हादसे में दो लोगों की मौत हो गई, जबकि दो अन्य घायल हो गए। सभी घायलों को इलाज के लिए मेडिनीराय मेडिकल कॉलेज अस्पताल (एमएमसीएच) मेडिनीनगर में भर्ती कराया गया है। पुलिस मामले की जांच कर रही है। मृतकों की पहचान पड़वा निवासी ओमप्रकाश राम (पिता जोधन राम) और मनातू चक निवासी रामशरण दास के रूप में हुई है। घायलों में रामशरण दास की पोती अनु कुमारी और पांकी के रमेश्वरी निवासी गुड्डू राम का पुत्र विकास कुमार शामिल हैं। जानकारी के अनुसार, एक बाइक पर ओमप्रकाश राम, रामशरण दास और अनु कुमारी सवार थे। दूसरी बाइक पर विकास कुमार था, जो अपनी नानी के घर कारीहार आया था और वापस घर लौट रहा था। कारीहार गांव में पहुंचते ही दोनों बाइकों की जोरदार टक्कर हो गई, जिससे चारों सड़क पर गिर गए। स्थानीय लोगों ने तत्काल पुलिस को घटना की सूचना दी। मौके पर पहुंची पुलिस ने सभी घायलों को एमएमसीएच पहुंचाया, जहां डॉक्टरों ने ओमप्रकाश राम और रामशरण दास को मृत घोषित कर दिया। अनु कुमारी और विकास कुमार का इलाज जारी है। पुलिस ने घटना की जानकारी मृतकों और घायलों के परिजनों को दे दी है। पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिए जाएंगे।

कोडरमा घाटी में हाईवा ने तीन कारों को मारी टक्कर



कोडरमा, एजेंसी। कोडरमा थाना क्षेत्र अंतर्गत रांची-पटना मुख्य मार्ग पर स्थित कोडरमा घाटी के नौवां माइल के समीप शनिवार देर रात भीषण सड़क हादसा हुआ। एक अनियंत्रित हाईवा ने एक साथ तीन कारों को जोरदार टक्कर मार दी, जिससे अफरा-तफरी मच गई। इस हादसे में दो कारों में सवार लगभग एक दर्जन लोग घायल हो गए। बताया जाता है कि सभी वाहन अपने-अपने गंतव्य की ओर जा रहे थे, तभी विपरीत दिशा से आ रही तेज रफ्तार हाईवा अचानक नियंत्रण खो बैठी। अपनी लेन से हटकर सामने से आ रही कारों को टक्कर मार दी। टक्कर इतनी जबरदस्त थी कि कारों के परखच्चे उड़ गए। कई लोग गंभीर रूप से घायल हो गए।

बिहार से रांची और रजरप्पा जा रहे थे यात्री : घायल कार चालक चंदन कुमार ने बताया कि वह अपने परिवार के साथ बिहार से रांची जा रहे थे। उनके पीछे चल रही दूसरी कार में सवार लोग रामगढ़ स्थित छिन्नमस्तिका मंदिर, रजरप्पा में पूजा करने जा रहे थे। नौवां माइल के पास अचानक सामने से तेज रफ्तार हाईवा उनकी लेन में आ गई। देखते ही देखते तीनों कारों को अपनी चपेट में ले लिया। हादसे के बाद मौके पर चीख-पुकार मच गई। इस दुर्घटना में करीब 10 लोग गंभीर रूप से घायल हुए, जबकि दो अन्य को हल्की चोटें आई हैं। हादसे के तुरंत बाद हाईवा चालक वाहन लेकर फरार हो गया, जिससे लोगों में आक्रोश देखा गया।

स्थानीय लोगों की मदद से घायलों को पहुंचाया गया अस्पताल : घटना के बाद स्थानीय लोगों और मौके पर मौजूद पीसीआर पुलिस जवानों ने तत्परात दिखाते हुए एंबुलेंस बुलाकर सभी घायलों को सदर अस्पताल कोडरमा पहुंचाया, जहां उनका इलाज जारी है। घायलों में नालंदा (बिहार) निवासी रचेता कुमारी, शिवित देवी, अर्दित राज, रामशंकर पासवान, प्रिंस कुमार, संजय पासवान, अभिराज कुमार, आराध्या कुमारी, जनक देवी और चंदन कुमार शामिल हैं। पुलिस मामले की जांच में जुट गई है। फरार हाईवा चालक की तलाश की जा रही है।

बाघमारा में ज्वेलरी दुकान से लाखों की चोरी: दीवार काटकर घुसे चोर, 20 लाख के गहने और नकदी लेकर फरार

बाघमारा, एजेंसी। बाघमारा थाना क्षेत्र के डुमरा-हरिणा मार्ग पर स्थित डुमरा हास्पिटल के समीप चोरों ने एक ज्वेलरी दुकान को निशाना बनाते हुए लाखों के आभूषणों पर हाथ साफ कर दिया। भगवती अलंकार ज्वेलर्स में हुई इस संधंधारी की घटना से पूरे इलाके के सरपंच व्यापारियों में भारी आक्रोश व्याप्त है। चोर दुकान से लगभग 20 से 22 लाख रुपये मूल्य के जेवरों और नगदी ले उड़े हैं। दीवार काटकर दुकान में घुसे चोर : दुकान मालिक और कतरास निवासी शिवलाल स्वर्णकार ने बताया कि शनिवार सुबह करीब 11 बजे जब उन्होंने दुकान खोली, तो उनके होश उड़ गए। दुकान की दीवार कटी हुई थी और सारा सामान बिखरा पड़ा था। चोरों ने दुकान के बगल वाली गली से तीन फीट गोलाई में दीवार काटकर अंदर प्रवेश किया था। शांति चोरों ने पहचान छिपाने के लिए दुकान के अंदर लगे सीसीटीवी कैमरों को पहले बंद कर दिया और फिर आलमारी तथा काउंटर में रखे जेवरों को समेट लिया।

लाखों के सोना-चांदी और नकदी पार : चोरी गए सामानों में 75 ग्राम सोना, छह किलो चांदी और 60 हजार रुपये नगद शामिल हैं। पीड़ित दुकानदार के अनुसार चोरी गए कुल माल की अनुमानित कीमत 20 से 22 लाख रुपये के करीब है। सूचना मिलते ही बाघमारा पुलिस मौके पर पहुंची और छानबीन शुरू की। गढ़वा में जेएमएन विधायक की गाड़ी दुर्घटनाग्रस्त, एयरबैग खुलने से टली अनहोनी

गढ़वा, एजेंसी। झारखंड के गढ़वा जिले के भवनाथपुर विधानसभा क्षेत्र के विधायक अनंत प्रताप देव एक भीषण सड़क दुर्घटना में बाल-बाल बच गए। घटना उस समय हुई जब वे अपने आवास से डेढ़ एक कार्यक्रम में भाग लेने जा रहे थे। जानकारी के अनुसार रमना-श्री बंशीधर मुख्य मार्ग पर सीरियाटॉगर मोड़ के समीप सामने से आ रही तेज रफ्तार कमांडर गाड़ी अनियंत्रित हो गई। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, कमांडर वाहन ने पहले विधायक के स्कॉर्ट वाहन को जोरदार टक्कर मारी और उसके बाद सीधे विधायक की गाड़ी से भिड़ गई। टक्कर इतनी तेज थी कि वाहन का अगला हिस्सा क्षतिग्रस्त हो गया और एयरबैग खुल गया।

कोडरमा में हाथी के हमले में महिला की मौत महुआ चुनने गई थी

कोडरमा, एजेंसी। कोडरमा जिले के मरकचो थाना क्षेत्र अंतर्गत जामू स्थित हरलाडीह गांव में रविवार सुबह हाथी के हमले में एक महिला की दर्दनाक मौत हो गई। मृतका की पहचान 55 वर्षीय सीता देवी के रूप में हुई है। वह रामचंद्र साहू की पत्नी थीं। परिजनों के अनुसार, सीता देवी सुबह करीब 5:30 बजे गांव की अन्य महिलाओं के साथ जंगल में महुआ चुनने गई थीं।

इसी दौरान अचानक एक हाथी वहां पहुंच गया। हाथी को देखते ही अन्य महिलाएं अपनी जान बचाकर भागने में सफल रहीं, लेकिन सीता देवी समय पर नहीं भाग सकीं। हाथी उनके पास पहुंचा और अपनी सूंड से उठकर उन्हें जमीन पर दो से तीन बार



पटक दिया। इस हमले में उनकी मौके पर ही मौत हो गई। घटना के बाद साथ गई महिलाओं ने शोर मचाया, जिसके बाद ग्रामीण बड़ी संख्या में मौके पर पहुंचे। किसी तरह हाथी को वहां से खदेड़ा। समय रहते कोई ठोस कदम नहीं उठा रहा विभाग : घटना के बाद मृतका के परिजनों का रो-

रोकर बुरा हाल है। वहीं गांव में लगातार बढ़ रहे हाथियों के हमलों को लेकर ग्रामीणों में भारी आक्रोश है। परिजनों ने वन विभाग पर लापरवाही का आरोप लगाते हुए कहा कि समय रहते कोई ठोस कदम नहीं उठाया गया, जिससे ऐसी घटनाएं लगातार हो रही हैं। ग्रामीणों का कहना है कि हाथियों

रांची में 30 और 31 मार्च को पानी की आपूर्ति रहेगी बाधित, कई इलाके होंगे प्रभावित

रांची, एजेंसी। राजधानी रांची के कई क्षेत्रों में 30 और 31 मार्च को जलापूर्ति बाधित रहेगी। यह जानकारी पेयजल एवं स्वच्छता विभाग के सप्लाई वितरण प्रमंडल, बूटी द्वारा शनिवार को जारी प्रेस विज्ञापित में दी गई। विभाग के अनुसार, बहु बाजार से पटेल चौक तक बन रहे फ्लाईओवर के निर्माण कार्य के कारण पाइपलाइन शिफ्टिंग और कनेक्शन का काम किया जाएगा। इसी वजह से 30 मार्च से 31 मार्च तक कुल 48 घंटे का शटडाउन लिया जाएगा। इस दौरान सिरमटोली-मेकॉन फ्लाईओवर और पटेल चौक क्षेत्र के साथ-साथ कोकर-योगदा सतंग आश्रम फ्लाईओवर से जुड़े इलाकों में जलापूर्ति पूरी तरह प्रभावित

रहेगी। विभाग ने बताया कि यह कार्य फ्लाईओवर परियोजना के तहत आवश्यक पाइपलाइन शिफ्टिंग के लिए किया जा रहा है, जिसकी लंबाई लगभग 1.25



किलोमीटर है। नए कनेक्शन और पाइपलाइन स्थानांतरण के लिए यह शटडाउन जरूरी है। विभाग ने नागरिकों से अपील की है कि वे इस अवधि में पानी का उपयोग सावधानीपूर्वक करें और पहले से आवश्यक जल भंडारण कर लें, ताकि असुविधा से बचा जा सके।

सर्वाइकल कैंसर से बचाव के लिए एचपीवी टीकाकरण अभियान 30 से शुरू



पश्चिमी सिंहभूम, एजेंसी। सर्वाइकल कैंसर से बचाव के उद्देश्य से जिले में 30 मार्च से मानव पैपिलोमा वायरस (एचपीवी) टीकाकरण अभियान की शुरुआत की जाएगी। यह जानकारी सिविल सर्जन जुझार माझी ने शनिवार को अपने प्रेस वार्ता में पत्रकारों को दी। उन्होंने बताया कि इस अभियान के तहत केवल 14 वर्ष की आयु पूर्ण कर चुकी बालिकाओं को शामिल किया जाएगा। 15 वर्ष या उससे अधिक आयु की बालिकाएं इस अभियान के लिए पात्र नहीं होंगी।

जिले की कुल जनसंख्या 18,54,300 है, जिसमें लगभग 01 प्रतिशत यानी 18,543 बालिकाएं लक्षित समूह में आती हैं। इनमें से 14,742 बालिकाओं के टीकाकरण का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। अभियान के तहत गाडॉसिल-04 नामक क्वाड्रिवैलेंट वैक्सीन दी जाएगी, जो एचपीवी के 16, 18, 6 और 11 प्रकार के वायरस से सुरक्षा देती है। यह वैक्सीन 93 से 100 प्रतिशत तक प्रभावी मानी जाती है और सर्वाइकल कैंसर से बचाव में सहायक है। यह अभियान रविवार और अन्य अवकाश के

सड़क दुर्घटना में दो चचेरे भाइयों की मौत

रांची, एजेंसी। रांची के अनगड़ा थाना क्षेत्र के चमघाटी के समीप रविवार को हुए एक सड़क हादसे में दो चचेरे भाइयों की मौत हो गई। दोनों भाई बाइक से अपने गांव की तरफ लौट रहे थे। इसी दौरान एक अनियंत्रित ट्रक ने दोनों को अपनी चपेट में ले लिया और दोनों की मौके पर ही मौत हो गई। मिली जानकारी के अनुसार हादसे में अनगड़ा के नवाडीह के रहने वाले रिश्ते में चचेरे भाई प्रभात महतो और अनिल महतो की मौत हो गई है। स्थानीय लोगों ने बताया कि ट्रक ने बाइक से घर लौट रहे दोनों भाइयों को आवास से डेढ़ एक कार्यक्रम में भाग लेने जा रहे थे। जानकारी के अनुसार रमना-श्री बंशीधर मुख्य मार्ग पर सीरियाटॉगर मोड़ के समीप सामने से आ रही तेज रफ्तार कमांडर गाड़ी अनियंत्रित हो गई। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, कमांडर वाहन ने पहले विधायक के स्कॉर्ट वाहन को जोरदार टक्कर मारी और उसके बाद सीधे विधायक की गाड़ी से भिड़ गई। टक्कर इतनी तेज थी कि वाहन का अगला हिस्सा क्षतिग्रस्त हो गया और एयरबैग खुल गया।



अफीम की खेती की सूचना पर तत्काल कार्रवाई करें अधिकारी



पश्चिमी सिंहभूम, एजेंसी। जिले में अवैध अफीम की खेती और मादक पदार्थों के कारोबार पर लगाम कसने के लिए जिला प्रशासन ने सख्त रुख अपनाया है। इसी कड़ी में शनिवार को समाहरणालय सभागार में नाकों कोऑर्डिनेशन कमिटी की बैठक

हुई। बैठक की अध्यक्षता करते हुए उपायुक्त चंदन कुमार ने की। बैठक का मुख्य उद्देश्य जिले में नशे के बढ़ते प्रभाव को रोकना और संबंधित विभागों के बीच समन्वय स्थापित करना था। बैठक के दौरान उपायुक्त ने

अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश दिया कि जहां कहीं भी अवैध अफीम की खेती की सूचना मिले, वहां तत्काल कार्रवाई करते हुए फसल को नष्ट किया जाए और दोषियों के खिलाफ सख्त कानूनी कदम उठाए जाएं। उन्होंने यह भी कहा कि

अंचल अधिकारी और थाना प्रभारी संयुक्त रूप से कार्रवाई की रिपोर्ट समय पर जिला कार्यालय को उपलब्ध कराएं, ताकि जिले का समेकित डाटा तैयार किया जा सके। समीक्षा में सामने आया कि अब तक लगभग 51 एकड़ क्षेत्र में फैली अवैध अफीम की खेती को नष्ट किया जा चुका है। इस पर उपायुक्त ने संतोष व्यक्त करते हुए अधिकारियों को निरंतर अभियान चलाने, सत्यापन प्रक्रिया तेज करने और दोषियों की गिरफ्तारी सुनिश्चित करने का निर्देश दिया। उन्होंने पूर्व में नष्ट की गई जमीन पर वैकल्पिक खेती को बढ़ावा देने की बात कही, ताकि किसान दोबारा इस अवैध गतिविधि में न जुड़ें। इसके साथ ही उपायुक्त ने ब्राउन शुगर और प्रतिबंधित कफ रिपर की अवैध बिक्री पर रोक लगाने के लिए शहर और ग्रामीण क्षेत्रों में दुकानों की नियमित जांच करने का निर्देश दिया।

मधुपुर में पेड़ से लटका मिला किशोर का शव

घर से खेलने निकला था, देर रात तक नहीं लौटा, इलाके में सनसनी

देवघर, एजेंसी। देवघर जिले के मधुपुर थाना क्षेत्र में 15 वर्षीय किशोर का शव पेड़ से फंदे के सहारे लटका मिलने से इलाके में सनसनी फैल गई। मृतक की पहचान अमरजीत दास उर्फ डमरू के रूप में हुई है। परिजनों के अनुसार, अमरजीत शुक्रवार सुबह घर से खेलने के लिए निकला था, लेकिन देर शाम तक वापस नहीं लौटा। जैसे-जैसे समय बीतता गया, परिवार की चिंता बढ़ती गई। परिजनों ने आसपास के इलाकों में काफी खोजबीन की, लेकिन उसका कोई सुराग नहीं मिला।



इसके बाद थक-हारकर उन्होंने मधुपुर थाना में लिखित शिकायत दर्ज कराई। शिकायत मिलते ही पुलिस ने मामले को गंभीरता से लेते हुए जांच शुरू कर दी थी और संभावित स्थानों पर तलाश जारी रखी जा रही थी। 24 घंटे बाद पेड़ से लटका मिला शव करीब 24 घंटे बाद शनिवार को स्थानीय लोगों ने गांव के पास एक पेड़ पर किशोर का शव फंदे से लटका देखा। यह दृश्य देखते ही इलाके में अफरा-तफरी मच

गई और लोगों की भीड़ मौके पर जुट गई। घटना की सूचना तत्काल पुलिस को दी गई। सूचना मिलते ही मधुपुर थाना की टीम मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर जांच प्रक्रिया शुरू की। पुलिस ने घटनास्थल का जायजा लिया और आसपास के लोगों से पूछताछ भी की। इस दौरान बड़ी संख्या में ग्रामीण वहां मौजूद रहे। घटना के बाद पूरे क्षेत्र में भय और शोक का माहौल बना हुआ है। परिजनों ने जताई हत्या की आशंका : मृतक के परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है। उन्होंने इस

दोनों कान और नाक से निकल रहा था खून परिजनों का आरोप- हत्या की साजिश

कोडरमा में सदियग हालत में मिला शव

कोडरमा, एजेंसी। कोडरमा जिले के जयनगर थाना क्षेत्र अंतर्गत डंडाडीह के समीप शनिवार देर शाम 55 वर्षीय व्यक्ति का शव सदियग स्थिति में बरामद होने से इलाके में सनसनी फैल गई। मृतक की पहचान लोहाडंडा निवासी केदार यादव (पिता बनारस यादव) के रूप में हुई है। परिजनों के अनुसार, गांव में मवेशियों को चराने की जिम्मेदारी बारी-बारी से ग्रामीणों को दी जाती है और शनिवार को यह जिम्मेदारी केदार यादव के हिस्से में थी। बताया गया कि शाम



को मवेशी चराकर लौटने के दौरान वह एक मजदूर को उसके घर छोड़ने के लिए अपनी बाइक को डंडाडीह की ओर गए थे। इसी दौरान यह घटना घटित हुई है। सड़क हादसे की सूचना, अस्पताल में तोड़ा गया : मृतक के छोटे भाई मोहन यादव ने बताया कि कुछ देर बाद उन्हें सूचना मिली कि डंडाडीह पावरहाउस के

साजिश, जांच में जुटी पुलिस : घटना के बाद परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है। छोटे भाई मोहन यादव ने सड़क दुर्घटना की आशंका से इनकार करते हुए हत्या की आशंका जताई है। उनका कहना है कि जिस मजदूर को केदार यादव छोड़ने गए थे, उसे इस घटना के बारे में पूरी जानकारी हो सकती है। उन्होंने जयनगर थाना में लिखित शिकायत दर्ज कराते हुए मामले की गहन जांच की मांग की है। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। मृतक पेशे से किसान थे। खेती के साथ-साथ ट्रक भी चलाते थे। वे अपने पीछे पत्नी, दो पुत्रों, दो पुत्र समेत भरा-पूरा परिवार छोड़ गए हैं। परिजनों का आरोप- हत्या की

साजिश, जांच में जुटी पुलिस : घटना के बाद परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है। छोटे भाई मोहन यादव ने सड़क दुर्घटना की आशंका से इनकार करते हुए हत्या की आशंका जताई है। उनका कहना है कि जिस मजदूर को केदार यादव छोड़ने गए थे, उसे इस घटना के बारे में पूरी जानकारी हो सकती है। उन्होंने जयनगर थाना में लिखित शिकायत दर्ज कराते हुए मामले की गहन जांच की मांग की है। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। मृतक पेशे से किसान थे। खेती के साथ-साथ ट्रक भी चलाते थे। वे अपने पीछे पत्नी, दो पुत्रों, दो पुत्र समेत भरा-पूरा परिवार छोड़ गए हैं। परिजनों का आरोप- हत्या की

दिल्ली में तनुषा त्यागी की भरतनाट्यम प्रस्तुति ने दर्शकों को किया मंत्रमुग्ध

एजेंसी नई दिल्ली। दिल्ली के एलटीडी सभागार में 'आयाम' संस्था द्वारा आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रम 'ओडिसी ऑफ लव' में तनुषा त्यागी ने एकल नृत्य के माध्यम से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। तनुषा त्यागी के गुरु सिंधु मिश्रा द्वारा परिकल्पित इस प्रस्तुति का केंद्र बिंदु शिव-पार्वती का शाश्वत प्रेम था। तनुषा ने अपनी नृत्य कला के जरिए प्रेम के तीन स्तरों देवीय, भक्तिपूर्ण और मानवीय को मंच पर जीवंत किया। कार्यक्रम का आगाज पारंपरिक मार्गम शैली में गणेश और शिव वंदना से हुआ। राग नरुई में गणेश स्तुति और राग रेवती में 'भो शंभो' की प्रस्तुति के दौरान तनुषा के फुटवर्क (पदचाप) में आत्मविश्वास और स्थिरता दिखाई। शाम की मुख्य प्रस्तुति 'पद वर्णन' रही। रामचरितमानस से प्रेरित इस खंड में पार्वती की कठिन तपस्या और सप्तश्रृंगियों द्वारा उनकी परीक्षा के प्रसंग को तनुषा ने अपने 'अभिनय' से बेहद प्रभावशाली ढंग से पेश किया। प्रस्तुति का एक अन्य रोचक पहलु वह पदम था जिसमें शिव की बारात को मां मैना (पार्वती की माता) की दृष्टि से दिखाया गया। भस्म रमे शिव को देखकर एक मां का भय और फिर अपनी पुत्री के अटूट संकल्प के आगे उनका समर्पण इन सूक्ष्म भावों को नृत्यांगना ने बखूबी उभारा। कार्यक्रम का समापन राग देश में तिल्लाना के साथ हुआ जिसको तीव्र पदचाप ने हॉल को ऊर्जा से भर दिया।

आईसीएआर-आईएआरआई ने ऑफलाइन कक्षाएं चलाने का लिया निर्णय

नई दिल्ली। दिल्ली के भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद (आईसीएआर) और भारतीय कृषि अनुसंधान संस्थान (आईएआरआई) ने शैक्षणिक गतिविधियों को लेकर एक महत्वपूर्ण सूचना जारी की है। संस्थान ने स्पष्ट किया है कि स्नातक, स्नातकोत्तर और पीएचडी की सभी कक्षाएं अब पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार ऑफलाइन मोड में ही संचालित की जाएंगी। कृषि एवं किसान कल्याण मंत्रालय के अनुसार आईसीएआर-आईएआरआई ने ऑनलाइन कक्षाओं से संबंधित 25 मार्च 2026 को अपनी पिछली अधिसूचना को तत्काल प्रभाव से वापस ले लिया है। समीक्षा बैठक के बाद संस्थान ने अगले ही दिन (26 मार्च) संशोधित आदेश जारी कर सभी शैक्षणिक कार्यों को सुचारू रूप से बहाल करने का निर्णय लिया है। इसके अलावा छात्रों के शैक्षणिक हितों को ध्यान में रखते हुए ऑफलाइन मोड को ही जारी रखने, छात्रावास तथा भोजन सहित सभी सुविधाएं पूरी तरह से चालू रहने और सभी छात्रों को सेवाएं प्रदान करने का भी निर्णय लिया गया है।

उत्तराखंड के मुख्यमंत्री ने रेल मंत्री से की मुलाकात, रेल परियोजनाओं में तेजी और डिजिटल कुंभ के लिए मांगी मदद

नई दिल्ली। उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने यहां रेल, इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्री अरविन्द मेहता से मुलाकात कर उत्तराखंड में रेल संपर्क को मजबूत करने के लिए विभिन्न महत्वपूर्ण परियोजनाओं पर त्वरित कार्रवाई का अनुरोध किया। बैठक के दौरान मुख्यमंत्री ने वर्ष 2027 में आयोजित होने वाले कुंभ की तैयारियों की जानकारी देते हुए इसे 'डिजिटल कुंभ' के रूप में विकसित करने के प्रयासों पर भी चर्चा की। उन्होंने इस परियोजना के लिए इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय से 143.96 करोड़ रुपये की वित्तीय सहायता का अनुरोध किया। राज्य में तेजी से बढ़ रहे पर्यटन और यातायात दबाव का उल्लेख करते हुए धामी ने रोजाना रैपिड ट्रांजिट सिस्टम (आरआरटीएस) को हरिद्वार और ऋषिकेश तक विस्तारित करने की मांग की। साथ ही ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल परियोजना को वर्ष 2026 तक पूर्ण कर उसके लोकार्पण का भी आग्रह किया। मुख्यमंत्री ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर बैठक की तस्वीरें साझा करते हुए बताया कि उन्होंने टनकपुर-बागेश्वर रेल परियोजना को राष्ट्रीय परियोजना घोषित करने, बागेश्वर-कर्णप्रयाग रेल परियोजना के लिए फाइल लोकेशन सर्वे की अनुमति, हरिद्वार-देहरादून रेल लाइन के दोहरीकरण और रायवाला बाई-डक ब्रिज के विकास जैसे मुद्दे भी उठाए।

विहिप ने सांसद संपर्क अभियान के तहत 19 दिन में 375 से अधिक सांसदों से की मुलाकात

नई दिल्ली। विश्व हिंदू परिषद (विहिप) ने संसद के बजट सत्र के दौरान संचायक गए अपने 19 दिवसीय विशेष सांसद संपर्क अभियान में 375 से अधिक सांसदों से मुलाकात कर तीन प्रमुख मुद्दों पर चर्चा की। संगठन ने इस अभियान को देशव्यापी संवाद का महत्वपूर्ण कदम बताया है। विहिप के केंद्रीय महामंत्री बजरंग लाल बागड़ ने यहां पत्रकार वार्ता में बताया कि इस अभियान में देशभर से विभिन्न प्रांतों, भाषाओं और मत-पंथों से जुड़े करीब 170 कार्यकर्ताओं ने हिस्सा लिया। इन कार्यकर्ताओं ने सांसदों से प्रभावी जनसंख्या नीति, तीर्थटन के विकास और संविधान के अनुच्छेद 29 व 30 के प्रावधानों को लेकर विस्तार से चर्चा की। इस दौरान विहिप के राष्ट्रीय प्रवक्ता अम्बरीश भी मौजूद रहे। केंद्रीय महामंत्री ने बताया कि विहिप ने मांग रखी कि जनसंख्या असंतुलन पर राष्ट्रीय स्तर पर व्यापक विचार कर एक प्रभावी नीति बनाई जाए। इसके अलावा हिंदू मंदिरों को सरकारी नियंत्रण से मुक्त करने, तीर्थटन के विकास के लिए संस्कृति मंत्रालय में अलग विभाग बनाने और मंदिरों से होने वाली आय को हिंदू समाज के हित में उपयोग करने जैसे मुद्दे भी उठाए गए।

दिल्ली में ट्रैफिक व्यवस्था होगी और स्मार्ट, 76 क्रेन एवं 125 नए कैमरों की शुरुआत

एजेंसी नई दिल्ली। राजधानी में ट्रैफिक प्रबंधन को और प्रभावी बनाने के लिए दिल्ली पुलिस ने बड़ा कदम उठाया है। पुलिस मुख्यालय, जय सिंह रोड पर आयोजित कार्यक्रम में पुलिस आयुक्त सतीश गोलख ने ट्रैफिक यूनिट में शामिल की गई 76 नई क्रेनों को हरी झंडी दिखाई। साथ ही ओवरस्पीडिंग पर लगातार कसने के लिए 125 नए ओएसवीडी (ओवर स्पीडिंग वॉयलेशन डिटेक्शन) कैमरों का सॉफ्ट लॉन्च भी किया गया। पुलिस अधिकारियों के मुताबिक राजधानी में बढ़ती अवैध पार्किंग और सड़क पर खराब खड़े वाहनों के कारण जाम की समस्या गंभीर हो रही थी। नई क्रेनों की मदद से ऐसे वाहनों को तेजी से हटाना जा सकेगा, जिससे ट्रैफिक सुचारू होगा और सड़क अनुशासन में सुधार आएगा। वहीं, नए लगाए गए 125 कैमरों के जरिए अब 76 अतिरिक्त सड़कों पर निगरानी रखी जाएगी। इससे पहले 66 मार्गों पर 125 कैमरे लगे थे। इस तरह अब ओवरस्पीडिंग, लेन उल्लंघन और गलत दिशा में वाहन चलाने जैसे मामलों पर और कड़ी नजर रखी जा सकेगी। खास बात यह है कि यह सिस्टम दोपहिया और तिपहिया वाहनों की भी कवर करेगा।



कार्यक्रम में स्पेशल सीपी ट्रैफिक नीरज ठाकुर समेत भाग लिया। इस दौरान पुलिस आयुक्त ने कहा कि ट्रैफिक पुलिस दिल्ली पुलिस की सबसे ज्यादा दिखाई देने वाली इकाई है, इसलिए कामकाज पारदर्शी और प्रभावी होना चाहिए, ताकि जनता का विश्वास बना रहे। उन्होंने सड़क सुरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता बताते हुए दुर्घटना संभावित स्थानों की लगातार समीक्षा करने पर भी जोर दिया।

पश्चिम एशिया तनाव के बीच राहत: भारतीय नाविक सुरक्षित, 938 से ज्यादा की वापसी

नई दिल्ली। भारत सरकार ने कहा कि 540 भारतीय नाविकों के साथ बीस भारतीय झंडे वाले जहाज पश्चिमी फारस की खाड़ी क्षेत्र में हैं और उन पर कड़ी नजर रखी जा रही है। पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय के मुताबिक, इस संवेदनशील क्षेत्र में काम कर रहे सभी भारतीय नाविक फिलहाल सुरक्षित हैं, और पिछले 24 घंटों में किसी भी भारतीय झंडे वाले जहाज से जुड़ी कोई घटना सामने नहीं आई है। मंत्रालय ने बताया, 'डायरेक्टरेट जनरल ऑफ शिपिंग लगातार स्थिति पर नजर बनाए हुए है और जहाज मालिकों, आरपीएसएल एजेंसियों तथा भारतीय मिशनों के साथ समन्वय कर रहा है। अब तक 938 से अधिक भारतीय नाविकों को सुरक्षित वापस लाया जा चुका है, जिनमें पिछले



संचालन बिना किसी बाधा के जारी है। राज्य समुद्री बोर्डों ने भी पुष्टि की है कि कहीं कोई भीड़भाड़ या अव्यवस्था नहीं है। मंत्रालय ने बताया, 'नाविकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए विदेश

मंत्रालय, भारतीय मिशनों और समुद्री क्षेत्र के अन्य हितधारकों के साथ लगातार सम्बन्ध किया जा रहा है। मंत्रालय ने स्पष्ट किया कि नाविकों की भलाई और निर्बाध संचालन सरकार की कोशिशें जारी हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक, भारत के लिए पेट्रोलियम उत्पाद लेकर आ रहे दो मर्चेंट जहाज होर्मुज जलडमरूमध्य से गुजर सकते हैं। यह वही अहम समुद्री मार्ग है, जो वैश्विक तेल आपूर्ति के लिए बेहद महत्वपूर्ण माना जाता है। स्थिति को देखते हुए भारतीय नौसेना के युद्धपोतों को रणनीतिक बंदरगाहों के पास तैनात किया गया है, ताकि किसी भी आपात स्थिति में तुरंत सहायता दी जा सके। आने वाले दिनों में और जहाजों के इस मार्ग से गुजरने की संभावना जताई जा रही है।

शासन प्रणाली में इनोवेशन को जगह देगी दिल्ली सरकार : मुख्यमंत्री

एजेंसी नई दिल्ली। मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने भारत मंडय में आयोजित इंडिया इनोवेट्स 2026 दुनिया का सबसे बड़ा हैकार्थन नाम के बड़े आयोजन में भाग लेकर देशभर से आए युवाओं का उत्साह बढ़ाया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि दिल्ली सरकार शासन प्रणाली में इनोवेशन को जगह देगी। इस कार्यक्रम में हजारों युवाओं, प्रतिभागियों और प्रतिनिधियों ने हिस्सा लिया। इस साल के आयोजन का विषय आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, रोबोट तकनीक और जलजिह्व से जुड़े नए विचारों पर आधारित है। इस अवसर पर मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने कहा कि यह मौजूद युवा केवल तकनीक तक सीमित नहीं हैं, बल्कि वे शहरी को बेहतर बनाने, लोकतंत्र को मजबूत करने और समाज को ज्यादा सक्षम बनाने के लिए ठोस समाधान दे रहे हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह वही पीढ़ी है जो आइडियोज को इनोवेशन में इनोवेशन को इम्पैक्ट में बदलने की क्षमता रखती है। देश के कोने-कोने से



जाता है, जहां 60 प्रतिशत से अधिक आबादी युवा है। इतनी बड़ी जनसंख्या भारत की सबसे बड़ी ताकत है और यह युवा देश को वैश्विक मंच पर नई ऊंचाइयों तक ले जाएंगे। मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने कहा कि इस हैकार्थन में और नवाचारों को शासन प्रणाली में से चयनित पांच हजार से अधिक युवा वास्तव में भारत के डिजिटल भविष्य का प्रतिनिधित्व करते हैं और इनकी सोच आने वाले समय में

शासन, समाज और अर्थव्यवस्था को दिशा तय करेगी। उन्होंने युवाओं से दिल्ली 2.0 के निर्माण का आह्वान किया। रेखा गुप्ता ने कहा कि ऐसी एजेंसी नई दिल्ली। पश्चिम एशिया संकट के बीच भारत ने खाड़ी देशों और मध्य पूर्व एशिया के सहयोगियों से संवाद कायम रखने का सिलसिला जारी रखा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सऊदी अरब के पीएम और क्राउन प्रिंस मोहम्मद बिन सलमान से बातचीत की। पीएम मोदी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर इसकी जानकारी दी। उन्होंने बताया कि सऊदी क्राउन प्रिंस मोहम्मद बिन सलमान से फोन पर बात कर मध्य पूर्व संकट को लेकर फिज्ज जाहिर की। पीएम ने कहा, हमने ऊर्जा ठिकानों पर हो रहे हमलों की निंदा की। इसके साथ ही, दोनों नेताओं ने इस बात पर सहमति जताई कि समुद्री रास्ते खुले रखे जाएं। उन्हें सबके लिए सुरक्षित रहना चाहिए और अंतरराष्ट्रीय व्यापार प्रभावित नहीं होना चाहिए। यह बातचीत ऐसे समय में हो रही है जब

रेखा गुप्ता दिल्ली के उपराज्यपाल से मुलाकात की



एजेंसी नई दिल्ली। दिल्ली की मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने लोकनिवास में उपराज्यपाल तरनजीत सिंह संधू से शिष्टाचार भेंट की। इस दौरान प्रशासनिक और अन्य महत्वपूर्ण विषयों पर चर्चा की गई। इस अवसर पर मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने उपराज्यपाल तरनजीत सिंह संधू के साथ दिल्ली के विकास, जनकल्याण और भविष्य की दिशा पर सार्थक चर्चा की। मुख्यमंत्री ने कहा कि इस वर्ष का ग्रीन बजट इसी विजन को आगे बढ़ाता है, जिसमें इंफ्रास्ट्रक्चर को गति, पर्यावरण को प्राथमिकता और नागरिकों के जीवन को बेहतर बनाने का संकल्प केंद्र में है। उन्होंने कहा कि विकसित दिल्ली के निर्माण के लिए सरकार कृतसंकल्पित है।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सऊदी क्राउन प्रिंस से की फोन पर बात

एजेंसी नई दिल्ली। पश्चिम एशिया संकट के बीच भारत ने खाड़ी देशों और मध्य पूर्व एशिया के सहयोगियों से संवाद कायम रखने का सिलसिला जारी रखा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सऊदी अरब के पीएम और क्राउन प्रिंस मोहम्मद बिन सलमान से बातचीत की। पीएम मोदी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर इसकी जानकारी दी। उन्होंने बताया कि सऊदी क्राउन प्रिंस मोहम्मद बिन सलमान से फोन पर बात कर मध्य पूर्व संकट को लेकर फिज्ज जाहिर की। पीएम ने कहा, हमने ऊर्जा ठिकानों पर हो रहे हमलों की निंदा की। इसके साथ ही, दोनों नेताओं ने इस बात पर सहमति जताई कि समुद्री रास्ते खुले रखे जाएं। उन्हें सबके लिए सुरक्षित रहना चाहिए और अंतरराष्ट्रीय व्यापार प्रभावित नहीं होना चाहिए। यह बातचीत ऐसे समय में हो रही है जब

दिखाती है, क्योंकि नई दिल्ली अपने ऊर्जा हितों की रक्षा करना चाहता है, प्रवासी भारतीयों की रक्षा करना चाहता है, और भारत की अर्थव्यवस्था और स्ट्रेटेजिक हितों के लिए जरूरी इस क्षेत्र में स्थिरता के लिए जोर देना चाहता है। 28 फरवरी को ईरान पर अमेरिकी-इजरायल की संयुक्त एयर स्ट्राइक के बाद से ही भारत ने विश्व शांति की बात दोहराई है। प्रधानमंत्री ने खाड़ी देशों के तमाम राष्ट्रपक्षों से अलग-अलग बात कर अपनी चिंता जताई है। उन्होंने हमेशा संवाद और कूटनीतिक तरीकों से मसले को हल करने को सही करार दिया है। 24 मार्च को ही प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप से बातचीत हुई थी। इस दौरान भी वेस्ट एशिया के हालातों पर गंभीर संपर्क के लिए धन्यवाद भी दिया। यह बातचीत खाड़ी में भारत के बढ़ते डिप्लोमैटिक रसूख को भी

उत्तराखंड श्रमिक कल्याण बोर्ड को स्कॉच गोल्ड अवॉर्ड

एजेंसी नई दिल्ली। उत्तराखंड भवन एवं अन्य सन्निर्माण कर्मकार कल्याण बोर्ड को श्रम कल्याण के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य के लिए नई दिल्ली में स्कॉच थ्रु की ओर से गोल्ड अवॉर्ड से सम्मानित किया गया है। यह सम्मान राज्य में विकसित श्रम उपकर संग्रह प्रबंधन प्रणाली के लिए प्रदान किया गया। यह पुस्कार श्रम आयुक्त एवं सचिव प्रकाश चंद्र दुमका ने आईटी विशेषज्ञ दुर्गा चमोली के साथ प्राप्त किया। दुमका ने बताया कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के मार्गदर्शन में विकसित यह डिजिटल पोर्टल श्रम प्रबंधन में पारदर्शिता और दक्षता का उदाहरण बना है। इसकी सफलता के चलते भारत सरकार के श्रम एवं रोजगार मंत्रालय द्वारा इसे अन्य राज्यों में भी लागू करने के लिए अपनाया गया है। मुख्यमंत्री धामी ने इस उपलब्धि को राज्य में श्रमिक सुधारों और डिजिटल गवर्नेंस के क्षेत्र में किए जा रहे प्रयासों की मान्यता बताया। उन्होंने कहा कि यह सम्मान



मैनुअल प्रणाली से पारदर्शी, जवाबदेह और आधुनिक डिजिटल व्यवस्था की ओर हुए परिवर्तन को दर्शाता है, जो प्रशासन के प्रति राज्य की प्रतिबद्धता को रेखांकित करता है।

इंडिया गेट-कर्तव्य पथ पर भीड़ कम करने के लिए सख्ती शुरु, रेड लाइट कैमरों से होगा चालान

एजेंसी नई दिल्ली। राजधानी के प्रमुख पर्यटन स्थलों इंडिया गेट और कर्तव्य पथ के आसपास बढ़ती भीड़ को देखते हुए ट्रैफिक पुलिस ने भीड़ कम करने का अभियान शुरू किया है। गर्मी के दिनों में यहां छात्रों, परिवारों और पर्यटकों की संख्या बढ़ने के कारण यह कदम उठाया गया है। ट्रैफिक पुलिस के अनुसार, मार्च 2026 में इस इलाके में कुल 2253 चालान किए गए। इनमें 1720 चालान अवैध पार्किंग के लिए, 293 कैमरे के जरिए, 180 वाहनों को टो किया गया, जबकि 60 चालान बिना हेलमेट के किए गए। यातायात नियमों के पालन को सख्ती से लागू करने के लिए प्रमुख चौराहों पर रेड लाइट वॉयलेशन डिटेक्शन कैमरे लगाए जा रहे हैं। ये कैमरे मथुरा रोड-भैरों मार्ग, सिंग रोड-भैरों रोड और जनपथ-टॉलेस्टॉय मार्ग पर स्थापित किए जा रहे हैं, जो रेड लाइट तोड़ने



वालों का स्वतः चालान करेंगे। पुलिस ने वायलेशन ऑन कैमरा प्रणाली भी लागू की है। इसके तहत यदि कोई वाहन नो-पार्किंग में खड़ा

पाया जाता है या नियमों का उल्लंघन करता है, तो पुलिसकर्मी मोबाइल के जरिए चालान जारी कर सकता है। पार्किंग स्थल निर्धारित किए हैं। मान सिंह रोड पर नेशनल म्यूजियम के पास पी1 और पी2, जनपथ पर पी5 और रफी मार्ग पर पी6 पार्किंग उपलब्ध है। पी1 पार्किंग में बसों के लिए विशेष व्यवस्था की गई है, जबकि अन्य पार्किंग स्थलों पर दोपहिया और चारपहिया वाहन खड़े किए जा सकते हैं। ट्रैफिक पुलिस ने लोगों से अपील की है कि वे सड़क किनारे या फुटपाथ पर वाहन पार्क न करें और निर्धारित पार्किंग स्थलों का ही उपयोग करें, ताकि यातायात व्यवस्था सुचारू बनी रहे। साथ ही, किसी भी सहायता के लिए नॉनार्किंग 112 हेल्पलाइन नंबर पर संपर्क कर सकते हैं या नजदीकी ट्रैफिक पुलिसकर्मी से मार्गदर्शन ले सकते हैं।

बिहार से गांजा खरीदकर दिल्ली में बेचते थे, हौज काजी पुलिस ने तीन आरोपियों को किया गिरफ्तार

नई दिल्ली। राजधानी में नशे के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत दिल्ली पुलिस की सेंट्रल डिस्ट्रिक्ट टीम ने बड़ी सफलता हासिल की है। हौज काजी थाना पुलिस ने एक अंतरराष्ट्रीय ड्रा तस्करी नेटवर्क का भंडाफोड़ करते हुए तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने इनके कब्जे से 8.505 किलोग्राम गांजा और 10 ग्राम हेरोइन बरामद की है। 24 मार्च 2026 को नियमित पेट्रोलिंग के दौरान एएसआई भुवनेश्वर और उनकी टीम को सदर बाजार स्थित एक्सलेसिवर सिनेमा के पास एक गली में नशे के अवैध कारोबार की पुछता सूचना मिली। पुलिस टीम तुरंत मौके पर पहुंची और जांच के दौरान मोहम्मद अली नामक व्यक्ति को समीक का सेवन करते हुए पकड़ा। इस मामले में हौज काजी थाने में एनडीपीएस एक्ट की धाराओं के तहत केस दर्ज कर जांच शुरु की गई। पूछताछ के आरोपी ने बताया कि वह नशा पहचानाइन पुल के पास रहने वाले सानू नामक व्यक्ति से खरीदता था। सूचना के आधार पर पुलिस ने एक विशेष टीम बनाई और एसीपी कलना माहंट की निगरानी में कार्रवाई की गई।

आईएफएफडी रचनात्मकता, तकनीक और विचारों के आदान-प्रदान का एक महत्वपूर्ण मंच : कपिल मिश्रा

एजेंसी नई दिल्ली। दिल्ली के कला, संस्कृति, भाषा, पर्यटन एवम श्रम मंत्री कपिल मिश्रा ने कहा कि आईएफएफडी सिनेमा उत्सव के साथ-साथ रचनात्मकता, तकनीक और विचारों के आदान-प्रदान का एक महत्वपूर्ण मंच है। मंत्री ने यह बात आज दिल्ली स्थित भारत मंडय में आयोजित 'अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव' (आईएफएफडी) में लगी प्रदर्शनों के दौर के दौरान कही। उन्होंने कहा कि यह महोत्सव देश-विदेश के फिल्मकारों, कलाकारों और दर्शकों को एक साथ लाकर सिनेमा के भविष्य पर सार्थक संवाद को बढ़ावा देता है। इस दौरान पर्यटन मंत्री ने प्रदर्शनों के माध्यम से भारतीय सिनेमा के गौरवशाली इतिहास और उसके आधुनिक स्वरूप का अवलोकन किया। इस प्रदर्शनों को प्रसिद्ध कला-संग्राहक नैविल तुली (टीआरआईएस) ने व्यूरेट किया है, जिसमें 12 अलग-अलग विषय आधारित सेक्शन हैं। प्रदर्शनों में सिनेमा की चुनौतियों,



सफलताओं और वैश्विक स्तर पर भारत की 'सॉफ्ट पावर' के प्रभाव को दर्शाया गया है। कपिल मिश्रा ने कहा कि यह प्रदर्शनी दिल्ली को कार्यशाला और स्क्रिप्ट पिचिंग सेशंस का सफल आयोजन हो रहा है। इसमें युवाओं और सिने प्रेमियों को अवसर मिल रहे हैं जो इस महोत्सव की

लोको पायलटों का अधिकार घोषणा सम्मेलन, कार्य स्थितियों में सुधार और भत्तों पर उठाई आवाज

एजेंसी नई दिल्ली। भारतीय रेलवे के लोको पायलटों और सहायक लोको पायलटों के संगठन ऑल इंडिया लोको रनिंग स्टोफ एम्प्लॉयर्स (एएनएस) ने यहां अधिकार घोषणा सम्मेलन आयोजित किया। इसमें कार्य स्थितियों में सुधार, पर्याप्त विश्राम और वित्तीय लाभों से जुड़ी मांगों को प्रमुखता से उठाया गया। नई

दिल्ली में स्थित सुरजीत भवन में आयोजित इस सम्मेलन में बृहम राइट्स लॉ नेटवर्क के संस्थापक और सुप्रीम कोर्ट के वरिष्ठ अधिवक्ता कोलिन गार्सलैंस ने कहा कि लोको पायलटों का 'क्रूर शोषण' है। उन्होंने जोर देकर कहा कि श्रमिकों के अधिकारों की अनदेखी न केवल अन्यायपूर्ण है, बल्कि इससे

कार्यस्थल पर असंतुलन भी बढ़ता है। सम्मेलन में राति ड्यूटी को सीमित करना, अधिकतम 8 घंटे की ड्यूटी तय करना और मुख्यालय से दूर रहने की अवधि को सीमित करने की मांग रखी। वक्ताओं ने कहा कि वर्ष 2010 में न्यायलय द्वारा दिए गए निर्देशों के बावजूद इन प्रावधानों को लागू नहीं किया गया है और कई मामलों में

Parliament to be adjourned on April 2, to meet after assembly polls



New Delhi, Agency: Parliament is likely to be adjourned to a fixed date when the ongoing session ends on April 2 and not sine die, as is the practice, as govt looks to reconvene the two houses to present its bills for the rollout of women's reservation in directly elected legislatures from the next Lok Sabha election. "We are likely to announce the date on which Parliament will meet when it is adjourned next week," a senior govt functionary said on Saturday.

With consultations within govt still going on, Parliament may meet after the polls in four states and one Union territory culminate on April 29. A fixed date for Parliament's meeting to discuss what are likely to be two bills, one for delimitation based on 2011 census and another for amending constitutional provisions for the rollout of women's quota in one-third of Lok Sabha and assembly seats, will convey the govt's determination in no uncertain terms.

Vijaypat Singhania, 'The Complete Man', passes away

New Delhi, Agency: Former Raymond chairman Vijaypat Singhania, a corporate titan and record-setting aviator who embodied his brand's famous tagline, "The Complete Man", died in Mumbai on Saturday evening. He was 87. He was admitted on Friday following a decline in his health due to age-related illness. He will be cremated on Sunday at Chandanwadi crematorium. Hailing from a prominent business family, Singhania served as Raymond CMD for over two decades.

At 67, set world record by flying in hot air balloon: A former Mumbai sheriff, Singhania was also an avid aviator. Vijaypat Singhania's family had acquired the company from ED Sassoon & Co in 1944, when it was primarily a manufacturer of woollen blankets. Under his leadership, Raymond evolved into a diversified conglomerate, expanding into synthetic fabrics, denim, steel, industrial files and cement, while also becoming one of India's most recognised clothing brands.

During the later years of his chairmanship tenure, the company faced financial strain as a recession affected its steel and cement businesses, which were eventually sold. He subsequently handed over leadership to his son, Gautam Singhania, and remained chairman emeritus for a period.

He is survived by his wife Ashadevi and children Gautam, Madhupati and Shephali Ruia. His relationship with Madhupati had been strained over business divisions, and in later years he also had disagreements with Gautam regarding certain assets. In Nov 2005, at age of 67, he set a world record by ascending to 69,000 feet in a hot air balloon, taking off from the Mumbai racecourse in a pressurised capsule and landing near Nashik after a flight of about five hours.

EC relaxes common symbol norm for unrecognised parties

New Delhi, Agency: The Election Commission, in a move aimed at strengthening the genuine registered unrecognised political parties (RUPPs), on Saturday amended the Election Symbols Order to allow all candidates fielded by RUPPs to use a common symbol, if the party had polled at least 1% of the total valid votes in one of the two previous elections held in a given state.

Earlier, the provision allowed this concession a third time only if the RUPP had contested the two previous polls in that state on a common symbol, and polled at least 1% of the valid votes in the last held election.

As per Para 10(B) of the Election Symbols (Reservation and Allotment) Order, 1968, a common symbol may be used by all candidates of an RUPP that has previously used this concession at any two Lok Sabha elections, any two assembly elections or a Lok Sabha election and assembly poll in that state, as the party may choose. Sources in EC said the amendment has been made to facilitate RUPPs that had performed well when it used the common symbol concession at the first election but failed to garner a minimum 1% of the valid votes in the subsequent election in the state.

15 lakh Bengal voters in limbo due to missing e-signatures

Kolkata, Agency: Judicial officers have disposed of 37 lakh "under-adjudication" voter cases in Bengal, but only 22 lakh names appear across two supplementary electoral rolls, leaving about 15 lakh cases unaccounted for due to missing e-signatures.

EC published a third list late Saturday, but there was no clarity on the number of names listed. An EC official said supplementary lists would be published every day going forward.

EC officials said 60 lakh voters were initially marked for scrutiny after a special intensive revision (SIR) of rolls, with over 700 judicial officers assigned to review them. By March 23 evening, around 29 lakh cases had been cleared. Bengal CEO Manoj Agarwal said names carrying e-signatures till 5pm would be published in the first supplementary list. The list released around midnight carried about 10 lakh names.

The gap persisted in the second list. Officials said 37 lakh cases had been disposed of by



Friday evening, suggesting the remaining 27 lakh should feature in the next publication. However, the list showed only 12 lakh names. "We received 12 lakh cases with e-signatures and published accordingly," a senior EC official said Saturday, offering no explanation for absence of e-signs on

the remaining 15 lakh cleared cases.

An EC source said digital signature functionality was introduced late into the adjudication software, after several officers had already disposed of cases in assigned segments. Those cases will be routed back to the officers.

Adani Defence delivers first batch of 2K Prahar light machine guns

New Delhi, Agency: Adani Defence and Aerospace has delivered 2,000 indigenously manufactured 7.62-mm Prahar-light machine guns (LMGs) to the Indian Army, marking a significant milestone in India's small arms manufacturing capability.

The historic delivery of the first batch was completed in seven months, 11 months ahead of the contracted schedule. The First-of-Production Model (FOPM) was realised in six months against a stipulated 18-month development timeline. Later, Bulk Production Clearance (BPC) followed, enabling a rapid transition to full-scale manufacturing.

A Anbarasu, DG Acquisition & Additional Secretary, Ministry of Defence, and senior officials of the Indian armed forces attended the event on Saturday.

Manufactured at the Adani Defence's Small Arms Facility

in Gwalior, Madhya Pradesh, India's first fully integrated private-sector small arms manufacturing hub, the Prahar LMG significantly reduces reliance on imported infantry weapons and strengthens self-reliance in the defence sector.

Spread across 100 acres, the facility integrates barrel manufacturing, bolt carrier and receiver fabrication, advanced computer numerical control (CNC) machining, robotics, surface treatment, precision metrology, a metallurgy laboratory and a 25-metre underground firing range.

Each weapon undergoes lifecycle testing, ballistic assessment and environmental trials before deployment, ensuring adherence to the operational and reliability standards required by the Indian armed forces.

Designed for scale, the Gwalior facility has an annual production capacity of up to



1,00,000 weapons, with more than 90 per cent domestic sourcing. The facility is contributing to a broader industrial ecosystem in MP by generating skilled employment and supporting micro, small and medium enterprises (MSMEs) across the supply chain.

The manufacturing capability is also supported by Adani

Amul rejects 'live weevils' claim in curd

New Delhi, Agency: Following action by Indian Railways over spoiled curd served on the Patna-Tatanagar Vande Bharat Express,



dairy major Amul on Saturday rejected claims of "live weevils" in its product, stating that such contamination is "scientifically and operationally impossible" within its production cycle. Amul was summoned on Friday by the Indian Railway Catering and Tourism Corporation (IRCTC) to address serious quality concerns regarding the curd served onboard.

The company said it held a comprehensive meeting with IRCTC and clarified its position on food quality. "Our detailed audit of the entire value chain revealed no deviations or non-conformities at any stage. Furthermore, it was determined that the specific batch in question was not sup-

plied to the train through Amul's authorised distribution network," it said.

"Our dahi is produced in ISO-certified plants where standard operating procedures are strictly followed," the company asserted. It added that weevils cannot survive or reproduce in curd due to the absence of oxygen and its acidic nature, suggesting that the contamination "likely originated from an infested serving tray provided by the onboard vendor rather than the product itself".

Following a passenger complaint, Indian Railways on March 25 imposed a penalty of Rs 60 lakh on IRCTC and the catering service provider for lapses in onboard catering.

'No seat vacant': Congress to take on Mamata with 'big leader', contest all 294 in Bengal polls

New Delhi, Agency: Signalling an aggressive push ahead of the West Bengal assembly elections, the Congress on Saturday said it will contest all 294 seats in the state and will not shy away from fielding a candidate against chief minister Mamata Banerjee in Bhawanipur. The announcement came after a meeting of the party's Central Election Committee (CEC) in Delhi, where senior leaders held detailed discussions on candidate selection.

AICC in-charge for West Bengal Ghulam Ahmad Mir said the party intends to put up candidates in every constituency, underscoring a full-scale electoral contest. "Anyone who contests from Bhawanipur will be a big leader for us. We are fielding candidates on all 294 seats and we are not leaving any seat vacant," Mir told news agency PTI. The high-level



meeting was attended by Congress president Mallikarjun Kharge, former party chief Rahul Gandhi, AICC general secretary (organisation) K C Venugopal, and several leaders from West Bengal.

Senior figures including Adhir Ranjan Chowdhury and CEC members Ambika Soni, Madhusudan Mistry, Salman Khurshid, TS Singhdeo, KJ George, PL Punia and Ameer Yajnik were also present.

80% Indians cleared by tests are struck by heart attack

New Delhi, Agency: He had no red flags. No "high-risk" tag. By standard medical calculators, he was not the kind of patient doctors worry about. Then came the heart attack - sudden and without warning. Doctors say this is no longer unusual. A major Indian study suggests it may be the norm. In a retrospective analysis of more than 5,000 Indian patients, widely used global heart risk calculators failed to identify most people at risk, with around 80% of those who suffered a first heart attack not flagged as high-risk beforehand. Researchers led by Dr Mohit Dayal Gupta at GB Pant Hospital, Delhi, says Western models miss India-specific risk patterns, often placing patients in low or moderate



categories despite underlying danger.

These models are used by doctors to decide who needs treatment, but the study found they often misclassify risk and sometimes give conflicting results. Across models, only 11%-20% of patients were labelled high-risk, even though all eventually had a heart attack.

"Indian patients and population behave totally differently. We have different risk factors, different patterns and hence Western scores may not always be appropriate," said Dr Gupta.

At the core of the problem is a mismatch. Most of these risk calculators were designed using Western populations, where heart disease tends to occur later. In India, it strikes earlier and behaves differently - the study found the average age of patients was just 54, underscoring how premature heart disease has become.

Researchers say Indians show a distinct "South Asian phenotype". Heart risk appears earlier, often with diabetes and insulin resistance even at normal body weight. Cholesterol patterns are misleading - low HDL and high triglycerides, while LDL may not be very high. Many also have hidden abdominal fat despite appearing lean, a risk missed by BMI-based assessments.

Govt digitising ancient Ayurveda manuscripts

New Delhi, Agency: Over 900 medico-historical artefacts, some dating back nearly 1,000 years, showcasing India's legacy in medicine have been preserved at the National Institute of Indian Medical Heritage (NIIMH), Hyderabad. The Centre plans to expand preservation efforts under the SAHI 2.0 initiative.

The Showcase of Ayurvedic Historical Imprints (SAHI) portal, developed by the Central Council for Research in Ayurvedic Sciences (CCRAS)-NIIMH, presents the history of Ayurveda from prehistoric times to the present.

"Thus, from a historian's perspective, the SAHI project is an attempt to investigate and present the medical heritage of Ayurveda dispassionately and critically to reconstruct and envisage the medical past of India, in relation to and as part



of the general civilisation of the various periods. Further, the portal will also map and showcase the dynamic interactions Indian medicine had with the rest of the world from the remote period to date," Dr Goli Penchala Prasad, assistant director and principal investigator of the SAHI project, told The Tribune.

A manuscript is a handwritten composition on materials such as paper, bark, cloth, metal or palm leaf, and is also found inscribed on rocks. These are commonly located in palaces, temples, monasteries and in the possession of families of priests, astrologers, traditional architects and physicians. Prasad said references to such inscriptions and manuscripts were found in books published by the Archaeological Survey of India (ASI) during the British period. "Thus we locate the inscriptions and digitise them," he said.

At the ruins of Kumrahar in Bihar, references exist to physician Jeevaka, who attended Lord Buddha and King Bimbisara. During the Nizam era in Hyderabad, Unani medicine flourished alongside Ayurveda. An archaeological

inscription, around 1,660 years old and dating back to King Vikramaditya I of the Chalukyas of the Badami dynasty, has also been digitised. Copperplates found in Nellore district indicate that physicians were granted special powers to execute land grants during that period.

"India's medical heritage is not merely a matter of pride, but a living continuum of knowledge that has guided healthcare practices for centuries. The preservation of over 1,000 years of medico-historical manuscripts at the National Institute of Indian Medical Heritage is like SAHI 2.0, we are not only safeguarding this invaluable legacy but also making it accessible to researchers, practitioners and the global community," said Union Minister of State for Ayush, Prataprao Jadhav.

FSSAI makes food business permits permanent

New Delhi, Agency: In a big relief for food businesses, the country's food regulator has made licences valid for life. Under new rules notified by Food Safety and Standards Authority of India (FSSAI), food licences and registrations will now remain valid permanently, unless cancelled for violations. This means lakhs of restaurants, small eateries and vendors will no longer need to renew their licences every few years. The move is part of a wider overhaul aimed at making compliance easier while tightening actual food safety checks.

The 15-Minute Home Reset: A Daily Habit That Keeps Your Space Organized and Your Mind Calm



In today's fast-paced world, maintaining a clean and organized home often feels like a difficult task. Between work, studies, family responsibilities, and social commitments, many people struggle to find the time and energy for daily household chores. As a result, clutter builds up, spaces become messy, and the home environment slowly turns stressful rather than comforting.

However, a simple and practical solution is gaining popularity among homeowners and lifestyle experts: the 15-minute home reset. This daily habit

involves dedicating just fifteen minutes each day to tidying up living spaces. Though it may sound small, this routine is proving to be highly effective in maintaining cleanliness, reducing stress, and creating a more peaceful home environment.

The Growing Problem of Household Clutter

Modern lifestyles have made clutter almost unavoidable. From clothes and books to gadgets and daily-use items, homes often accumulate more belong-

ings than they can comfortably hold.

Many people postpone cleaning tasks due to lack of time, telling themselves they will organize everything during the weekend. However, when the weekend arrives, the workload feels overwhelming, and the cycle of delay continues.

Over time, clutter not only affects the appearance of the home but also impacts mental well-being. Studies suggest that messy environments can increase stress levels and reduce productivity.

What Is the 15-Minute Home Reset?

The 15-minute home reset is a simple habit that encourages individuals to clean and organize their homes for just fifteen minutes every day. Instead of waiting for clutter to pile up, this method focuses on small, consistent efforts.

The goal is not deep cleaning but maintaining order. Tasks may include putting items back in place, wiping surfaces, folding clothes, or organizing small areas.

Because the time commitment is short, the habit feels manageable even on busy days.

Why It Works

One of the main reasons this habit is effective is that it removes the feeling of overwhelm. Cleaning an entire house can seem exhausting, but cleaning for fifteen minutes feels achievable.

Psychologists explain that small, time-bound tasks are easier to start and complete. Once people begin, they often find themselves motivated to continue even beyond the set time.

Consistency is another key factor. When small cleaning tasks are performed daily, clutter never gets a chance to build up significantly.

A Cleaner Space, A Clearer Mind

The connection between physical space and mental health is well established. A clean and organized home creates a sense of calm and control.

When living spaces are tidy, individuals can focus better on their work, studies, or relaxation. On the other hand, cluttered environments can lead to distraction and frustration.

The 15-minute reset helps maintain a balanced environment, reducing stress and promoting a sense of well-being.

Making It Part of Daily Routine

The success of the 15-minute home reset depends on consistency. Choosing a fixed time each day can make the habit easier to follow.

Some people prefer to do it in the morning, starting the day with a fresh and organized space. Others choose the evening, using it as a way to reset the home before going to bed.

Setting a timer can make the activity feel structured and less overwhelming.

Involving the Whole Family

This habit becomes even more effective when shared among family members. Assigning small tasks to each person can make the process quicker and more enjoyable.

Children can also participate by organizing their toys or books, helping them develop responsibility and organizational skills from an early age.

When everyone contributes, maintaining a clean home becomes a collective effort rather than a burden on one individual.

Small Efforts, Lasting Results

Over time, the impact of this small habit becomes clearly visible. Homes remain consistently clean, reducing the need for long and tiring cleaning sessions. More importantly, individuals feel a greater sense of control over their environment. Instead of reacting to mess, they actively maintain order.

A Practical Solution for Modern Living

The 15-minute home reset is a perfect example of how small daily habits can create meaningful change. It fits easily into busy schedules and requires minimal effort, yet delivers significant results. In a world where people are constantly searching for balance, this simple habit offers a practical way to create a peaceful and organized home.

The Habit of Cooking at Home: Rediscovering Health, Taste, and Family Time



In recent years, fast-paced lifestyles and the convenience of food delivery apps have changed the way people eat. Ordering meals online or dining out has become a routine for many households. While these options save time, they often come at the cost of health, nutrition, and meaningful family interaction.

Amid this shift, a growing number of people are returning to a traditional yet powerful habit: cooking at home. What was once seen as a daily necessity is now being rediscovered as a lifestyle choice that promotes better health, stronger relationships, and a deeper connection with food.

The Changing Food Culture

Urban living and demanding schedules have made it difficult for many individuals to cook regularly. With just a few taps on a smartphone, meals from restaurants can be delivered within minutes. While this convenience is appealing, it has gradually reduced the role of home cooking in daily life.

However, concerns about unhealthy eating habits, rising food costs, and lack of control

over ingredients have encouraged people to rethink their choices.

Health Benefits of Home Cooking

One of the biggest advantages of cooking at home is better control over ingredients. When individuals prepare their own meals, they can choose fresh vegetables, quality grains, and healthier cooking methods.

Restaurant meals often contain high levels of oil, sugar, and salt, which may contribute to long-term health issues. In contrast, home-cooked food allows people to maintain a balanced diet and meet their nutritional needs more effectively.

Cooking at home also encourages mindful eating. People become more aware of what they consume, leading to healthier lifestyle choices.

A Return to Traditional Flavors

Home cooking also reconnects individuals with traditional recipes and cultural heritage. Many families are rediscovering recipes passed down through generations, bringing back flavors that are often missing in restaurant food.

Preparing traditional dishes at

home not only preserves cultural identity but also creates a sense of nostalgia and emotional comfort.

Strengthening Family Bonds

Beyond health and taste, cooking at home plays an important role in strengthening family relationships. When family members cook and eat together, it creates opportunities for conversation and connection.

In many households, the kitchen becomes a space where stories are shared, laughter is exchanged, and bonds are strengthened. Children who grow up in homes where meals are prepared together often develop a better understanding of food and nutrition.

A Creative and Relaxing Activity

For many people, cooking is more than just a daily task—it is a form of creativity and relaxation. Experimenting with new recipes, ingredients, and flavors can be an enjoyable experience.

Cooking also provides a break from digital screens and work-related stress. The process of preparing a meal can be calming and satisfying.

Overcoming Common Challenges

Despite its benefits, many people find it difficult to cook regularly due to time constraints or lack of experience. However, small steps can make a big difference. Planning meals in advance, preparing ingredients ahead of time, and starting with simple recipes can make home cooking more manageable.

Over time, as confidence grows, individuals can explore more complex dishes and techniques.

A Lifestyle Worth Adopting

The habit of cooking at home is not about perfection—it is about making better choices. Even cooking a few meals a week can have a positive impact on health and well-being.



Morning Routine at Home: How Simple Habits Shape a Productive Day

The way a day begins often determines how it unfolds. While some mornings feel calm and organized, others can feel rushed and stressful. In recent years, lifestyle experts have emphasized the importance of establishing a morning routine that sets a positive tone for the rest of the day.

A well-planned morning routine does not need to be complicated. Even a few simple habits can set a positive tone for the rest of the day.

Why Morning Routines Matter

Mornings are a crucial time for the mind and body. After waking up, the brain transitions from rest to activity. This period offers an opportunity to set intentions and prepare for the day ahead.

Without a routine, mornings can become chaotic, leading to stress and reduced productivity.

Building a Calm Start

A good morning routine begins with small, intentional actions. Waking up at a consistent time helps regulate the body's internal clock.

Simple activities such as stretching, drinking water, or spending a few minutes in silence can help the body wake up gradually.

Avoiding immediate phone use can also create a more peaceful start.

Planning the Day Ahead

One of the most effective morning habits is planning the day. Writing down tasks or setting priorities helps individuals stay organized and focused.

This habit reduces confusion and ensures that important tasks are not overlooked.

The Role of Mindfulness

Incorporating mindfulness practices such as meditation or deep breathing can improve

mental clarity and reduce stress.

Even a few minutes of quiet reflection can make a significant difference in how individuals approach their day.

Creating Consistency

Consistency is key to maintaining a morning routine. While occasional disruptions are natural, following a routine regularly helps build discipline and stability.

Over time, these habits become automatic, making mornings smoother and more productive.

A Positive Start to Everyday Life

A well-structured morning routine does not require hours of effort. Even small habits practiced consistently can transform daily life.

By starting the day with intention and calmness, individuals can improve their focus, mood, and overall productivity.



Decluttering Your Space: Why Letting Go Improves Daily Life

Modern homes are often filled with more items than necessary. From clothes and gadgets to decorative objects, belongings tend to accumulate over time.

While collecting items may seem harmless, excessive clutter can create stress and reduce the functionality of living spaces. As a result, many people are adopting the habit of decluttering.

Understanding Clutter

Clutter is not just about physical objects—it also affects mental space. A crowded environment can make it diffi-

cult to focus and relax.

People often hold onto items due to emotional attachment or the belief that they might be useful in the future.

The Benefits of Letting Go

Decluttering creates a sense of freedom. By removing unnecessary items, individuals can create more space, both physically and mentally.

A clean and organized environment promotes clarity, productivity, and peace of mind.

Starting Small

Decluttering does not have to be overwhelming. Beginning with one drawer, shelf, or room can make the process manageable.

Sorting items into categories such as "keep," "donate," and "discard" can help simplify decisions.

Maintaining an Organized Space

Once clutter is removed, maintaining organization becomes easier. Regularly reviewing belongings and avoiding unnecessary purchases can prevent clutter from returning.

A Lifestyle of Simplicity

Decluttering is not just about cleaning—it is about choosing simplicity. It encourages individuals to focus on what truly matters. By letting go of excess, people can create a more balanced and peaceful living environment.