

हरिभूमि

छत्तीसगढ़, मध्यप्रदेश, हरियाणा व दिल्ली से एक साथ प्रकाशित

समाचार ही नहीं, विचार भी

haribhoomi.com

बिलासपुर, गुरुवार 25 अप्रैल 2024

 unacademy centre

करें IIT-JEE & NEET UG की तैयारी

भारत के सर्वश्रेष्ठ शिक्षकों के साथ अब अपने शहर बिलासपुर में



Ananya Mam
Bio & Chem

Sanjay Chauhan
Physics & Maths

Anjlesh Sir
Physics

Arya Sir
Chemistry
From Bhilai

Ashutosh Sir
Botany

Chnadra Sir
Maths

Dr.Atul Sir
Zoology

Unacademy Learners excel in IIT JEE Main-1 2024

702 Learners scored
99+ Percentile

56 Learners scored
99.9+ Percentile

Admissions Open

IIT JEE, NEET UG, and Foundation

Separate batches for **Hindi and English Medium**

Online Classes are also Available

डॉपर का पहला बैच **फुल हो चुका है,**
दूसरे बैच में प्रवेश के लिए **एडवांस बूकिंग प्रारम्भ हो चुकी है**

2-3 days free Demo class

Call For Registration
8085059305, 9309372587, 9827195305

 Beside CMD College gate, Link Road, Bilaspur



हरिभूमि भूमि लोकसभा सत्ता संग्राम-2024



घर-घर मतदाता पर्ची वितरण शुरू, राज्यपाल सहित वरिष्ठ अधिकारियों को भी बांटी गई

चुनाव में न हो कोई चूक, पीठासीन व मतदान अधिकारी ले रहे एक्स्ट्रा ट्रेनिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर
लोकसभा चुनाव के लिए रायपुर जिले के सातों विधानसभा क्षेत्रों के मतदान केंद्रों में 7 मई को मतदान होना है। इसे देखते हुए जिला प्रशासन ने मतदान केंद्रों का निरीक्षण से लेकर अन्य चुनावी तैयारियों तेज कर दी हैं। इस कड़ी में मतदाताओं को घर-घर मतदाता पर्ची वितरण का कार्य भी शुरू किया गया है। मतदाता पर्ची वितरण कार्य के लिए सेक्टर अधिकारियों को जिम्मेदारी दी गई है, जो बीएलओ के माध्यम से घर-घर मतदाता पर्ची पहुंचाने का कार्य करा रहे हैं। इसके तहत बुधवार को प्रशासनिक अधिकारियों ने राज्यपाल, मुख्य सचिव सहित अन्य वरिष्ठ अफसरों को भी मतदाता पर्ची का वितरण किया।



राज्यपाल को मतदान पर्ची का वितरण
मतदाता पर्ची वितरण के दौरान जिला प्रशासनिक अधिकारियों ने राज्यपाल सहित वरिष्ठ अधिकारियों को मतदाता पर्ची का वितरण किया, साथ ही मतदान करने का आग्रह किया। मतदाता पर्ची का वितरण अतिरिक्त कलेक्टर निधि साहू व अनुविभागाध्यक्ष अधिकारी (राजस्व) नंदकुमार चौबे ने किया।
मुख्य सचिव सहित वरिष्ठ अफसरों को बांटी गई मतदाता पर्ची
मतदाता पर्ची वितरण के दौरान जिला प्रशासनिक अधिकारियों ने राज्य के मुख्य सचिव अमिताभ जैन, अपर मुख्य सचिव सुब्रत साहू, परिवहन विभाग के सचिव एस. प्रकाश समेत अन्य अधिकारियों को मतदाता पर्ची का वितरण उनके निवास में जाकर किया।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर
लोकसभा चुनाव के लिए पीठासीन एवं मतदान अधिकारियों को मास्टर ट्रेनिंग में प्रशिक्षण कैम्प के जरिए चुनाव संबंधी कार्यों का प्रशिक्षण दिया गया है। इस प्रशिक्षण के बाद भी पीठासीन सहित मतदान दलों के कई अधिकारी चुनाव कार्यों की बारीकी समझ नहीं पाये हैं। चुनाव के दौरान उनसे कोई चूक न हो, इसके लिए जिला पंचायत रायपुर कार्यालय के सीटिंग कक्ष को एक्स्ट्रा ट्रेनिंग सेंटर बनाया गया है, जहां प्रतिदिन कोई न कोई अधिकारी पहुंचकर मास्टर ट्रेनर से प्रशिक्षण प्राप्त कर रहा है।
इस सेंटर में मतदान दलों के इच्छुक अधिकारी अपना प्रथम प्रशिक्षण का आदेश दिखाकर दोबारा प्रशिक्षण ले रहा है। प्रशिक्षण के लिए ट्रेनिंग सेंटर में नोडल अधिकारी व अपर कलेक्टर उज्ज्वल पोरवाल ने 5 मास्टर ट्रेनरों को जिम्मेदारी सौंपी है। इसमें विजय देवांगन, अरुण कुमार साहू, देवचरण राजपूत, तारकेश्वर



साहू एवं रविकुमार वर्मा शामिल हैं। ये सभी मास्टर ट्रेनर रविवार को छोड़कर अन्य दिनों में सुबह 10 बजे से शाम 5.30 बजे तक सेंटर में प्रशिक्षण देने के लिए उपस्थित रहते हैं। बताया जा रहा है कि इस सेंटर में अब तक कई पीठासीन सहित बड़ी संख्या में पी1, पी2 व पी3 के अधिकारी पहुंच चुके हैं, जो मतदान केंद्रों में मतदान के दौरान चुनाव की बारीकियों को समझते हुए दोबारा चुनाव कार्यों का प्रशिक्षण लिए हैं।

आमने/सामने

कांग्रेस की नजर अब आपकी कमाई पर संजय श्रीवास्तव

प्रधानमंत्री ने झूठ बोला, यह पित्रोदा के निजी विचार सुशील आनंद शुक्ला

संजय श्रीवास्तव ने कांग्रेस पर हमला करते हुए कहा, कांग्रेस और इंडी गठबंधन की नजर अब आपकी कमाई पर है। आपकी संपत्ति पर है। आपकी संपत्ति पर कांग्रेस अपना पंजा मारना चाहती है। किसके पास कितनी पॉपर्टी है, किसके पास कितना धन है, किसके पास कितने मकान हैं, कांग्रेस सरकार उसकी जांच कराएगी। यह जो संपत्ति है उनको सरकार अपने कब्जे में लेकर सभी को बांट देगी। प्रधानमंत्री ने सही कहा यही कांग्रेस की नीति और उनके घोषणापत्र का हिस्सा एजेंडा है।

प्रदेश कांग्रेस संचार विभाग के अध्यक्ष सुशील आनंद शुक्ला ने कहा, सैम पित्रोदा के एक संगोष्ठी में पश्चिमी देशों के टैक्स को लेकर दिये गये भाषण जो कि उनके निजी विचार थे उसे प्रधानमंत्री मोदी दुर्भावनापूर्वक चुनावी प्रचार का हिस्सा बना रहे हैं। यह पीएम मोदी की बोखलाहट को प्रदर्शित करता है। कांग्रेस की विरासत टैक्स लगाने की कोई योजना नहीं है। प्रधानमंत्री जाति धर्म के आधार पर वोट मांगने को मजबूर हो गये हैं। यह प्रधानमंत्री की नाकामी को प्रदर्शित करता है।

बिलासपुर लोकसभा का सूरतेहाल मतदाता जागरूकता के रिकार्ड जरूर बने लेकिन 68 सालों में वोटिंग सिर्फ 32 फीसदी

बिलासपुर लोकसभा में मतदाता जागरूकता का रिकॉर्ड तो हर बार बनाया जा रहा है लेकिन कोई इसका फायदा नहीं मिल रहा है। बिलासपुर लोकसभा चुनावों की बात करें तो आजादी से लेकर अब तक हुए आम चुनावों में महज 32 फीसदी ही वोटिंग बढ़ सकी है। 1951 में 30.36 फीसदी वोट पड़े थे और पिछले लोकसभा चुनाव यानी 2019 में 64.32 फीसदी वोट डाले गए। वहीं पिछले चुनाव 2019 में तो वोटिंग 2014 के चुनाव की तुलना में महज एक प्रतिशत ही बढ़ी थी।

विकास चौबे ▶▶ बिलासपुर
विधानसभा चुनावों में तो स्थिति खराब है और राज्य बनने से लेकर अब तक हर इलेक्शन में बिलासपुर में वोटिंग कम हो रही है जबकि स्वीप कार्यक्रम से लेकर जागरूकता अभियान चलाने में लाखों, करोड़ों रुपए जिला प्रशासन और निर्वाचन विभाग खर्च कर रहा है। ध्यान रहे कि बिलासपुर विधानसभा में 2003 में 62.40 फीसदी वोटिंग हुई थी और 2023 में 56.39 फीसदी वोटिंग हुई। यानी 20 साल में 6.01 फीसदी वोटिंग घट गई। बिलासपुर संसदीय क्षेत्र के बाकी विधानसभाओं में भी वोटिंग घटी है। इस तरह लोकसभा के हर चुनाव में दो फीसदी मतदान भी नहीं बढ़ा। 1951 में 30.36 फीसदी वोट पड़े थे और पिछले लोकसभा चुनाव यानी 2019 में 64.32 फीसदी वोट डाले गए। इससे पहले यानी 2014 में 63 फीसदी वोटिंग हुई थी। यानी पांच साल में 1.32 प्रतिशत ही वोटिंग बढ़ पाई।

अभियान चलाने के नाम पर करोड़ों रुपए जिला प्रशासन और निर्वाचन विभाग खर्च कर रहा
विधानसभा चुनाव के बाद अब लोकसभा चुनाव में अधिकारी शत-प्रतिशत मतदान का दावा कर रहे हैं। जागरूकता कार्यक्रम किए जा रहे हैं। हो सकता है कि कुछ रिकॉर्ड भी बनाए जाए जैसे कि 2023 के विधानसभा चुनाव में 6 गैलरियन बुक रिकॉर्ड बनाए गए। इससे पहले 2018 के विधानसभा चुनाव में 2.19 लाख मतदाताओं से शपथ पत्र भरवाकर निर्वाचन बुक में रिकॉर्ड बनाया गया था लेकिन वोटिंग प्रतिशत बढ़ने की बजाय 2.39 फीसदी घट गया था। बाँते कुछ चुनावों से मतदान प्रतिशत बढ़ाने सड़कों के किनारे बड़े-बड़े होर्डिंग्स, रामगिरि इलाकों में वॉल पेंटिंग, नुककड नाटक, जागरूकता अभियान, रैली, वाद-विवाद स्पर्धा ही नहीं और भी कई नए उपाय हो रहे हैं। लाखों रुपए खर्च किए जा रहे हैं, लेकिन नतीजा नहीं मिल रहा है।

विधानसभा चुनावों में तो स्थिति और खराब, राज्य बनने से लेकर अब तक हर चुनाव में वोटिंग कम
तीन महीने में बढ़ गए साढ़े 16 हजार वोट
विधानसभा चुनाव की तुलना में अब मतदाताओं की संख्या साढ़े 16 हजार से भी ज्यादा बढ़ गई है। लोकसभा चुनाव को लेकर विशेष संक्षिप्त पुनरीक्षण के तहत फोटोयुक्त निवृत्तक नमामतियों का अंतिम प्रकाशन किया गया है। निवृत्तक विभाग के अनुसार पुनरीक्षण के पहले जिले में 14 लाख 20 हजार 2 री 93 मतदाता थे, जबकि पुनरीक्षण के बाद अंतिम प्रकाशन की तिथि में मतदाताओं की संख्या 14 लाख 36 हजार 8 री 46 हो गई है। इस प्रकार मतदाताओं की संख्या में 16 हजार 5 री 53 की वृद्धि हुई है।

वर्ष	वोटिंग प्रतिशत
1951	30.36%
1957	34.96%
1962	37.70%
1967	48.92%
1971	44.30%
1977	55.97%
1980	46.64%
1984	54%
1989	56.44%
1991	36.93%
1996	54.04%
1998	56.01%
1999	48.27%
2004	44.02%
2009	52.28%
2014	63.03%
2019	64.32%

प्रधानमंत्री मोदी की 'संपत्ति वाली' स्पीच की जांच शुरू

कांग्रेस-माकपा ने चुनाव आयोग में की थी शिकायत एजेंसी ▶▶ नई दिल्ली



इलेक्शन कमीशन ऑफ इंडिया ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के राजस्थान में दिए गए भाषण के खिलाफ दर्ज शिकायतों पर जांच शुरू कर दी है। पीएम मोदी ने राजस्थान के बांसवाड़ा में कहा था कि अगर कांग्रेस सत्ता में आई तो लोगों की संपत्ति को गुरिल्ला में बांट देगी। इसके खिलाफ कांग्रेस और माकपा के कांग्रेस पार्टी (माकपा) ने पीएम के बयान को लेकर चुनाव आयोग का दरवाजा खटखटाया था। शिकायत के बाद चुनाव आयोग ने पीएम मोदी की स्पीच के खिलाफ जांच शुरू कर दी है। चुनाव आयोग के न्यूज के मुताबिक, पीएम के बयान को लेकर दर्ज शिकायतों पर विचार किया जा रहा है। गौरतलब है कि कांग्रेस ने

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के खिलाफ आयोग से 140 पेज में 17 शिकायतें की हैं। कांग्रेस ने निर्वाचन आयोग से अपील की कि वह प्रधानमंत्री मोदी के खिलाफ ठोस कार्रवाई करे। दरअसल राजस्थान के बांसवाड़ा में रविवार को पीएम मोदी रैली में कहा था कि अगर कांग्रेस की सरकार बनेगी तो हरेक की पॉपर्टी का सर्वे किया जाएगा। हमारी बहनो के पास सोना कितना है, इसकी जांच की जाएगी। चाँदी का हिस्सा लाना जाएगा। पीएम ने कहा कि था कि मेरी माता-औ-बहनो की जिनगी में सोना सिर्फ श्री करन के लिए नहीं होता है। उसके स्वामिमान से जुड़ा हुआ है।

'असदुद्दीन ओवैसी का मुंह बंद करवा देना चाहिए'

हैदराबाद से भाजपा प्रत्याशी माधवी लता ने कहा एजेंसी ▶▶ हैदराबाद



लोकसभा के चुनाव में इस बार तेलंगाना की हैदराबाद सीट पूरी तरह से सुखियों में बनी है। यहां से भाजपा उम्मीदवार माधवी लता के नाम की घोषणा होने के बाद से भाजपा हैदराबाद में लगातार महीला बना रही है। माधवी लता के बोलचाल को आरोप को लेकर भी कई कार्रवाई की गई है। हैदराबाद से भाजपा उम्मीदवार माधवी लता ने बुधवार को एआईएमआईएम प्रमुख असदुद्दीन ओवैसी को जमकर धरना दिया। माधवी ने कहा कि असदुद्दीन खुद के काम को बर्बादी की ओर ले जाते हुए एक बार भी नहीं सोचते कि प्रधानमंत्री ने इतनी योजनाएं लाई हैं, किस योजना पर हिंदू-मुसलमान लिखा है। माधवी लता ने कहा कि असदुद्दीन,

अकबरुद्दीन जैसे लोगों का मुंह बंद करवा देना चाहिए। यह आम जनता में विष घोलने का काम कर रहे हैं। तेलंगाना में हैदराबाद निर्वाचन क्षेत्र से माधवी लता इस बार के लोकसभा चुनाव में भाजपा की प्रत्याशी हैं। माधवी लता निर्भीकता के साथ जनसंपर्क करते हुए लोगों के बीच पहुंच रही हैं। माधवी के खिलाफ एआईएमआईएम प्रमुख असदुद्दीन ओवैसी भी लगातार बयानबाजी कर रहे हैं। ओवैसी के बयान पर माधवी लता जमकर पलटवार करते हुए हिंदू-मुसलमान एकता की बात करते हुए प्रधानमंत्री मोदी के कामों और सरकार की योजनाओं की जानकारी आम जनता तक पहुंचाने की बात कह रही हैं।

कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने कहा

‘हमारे घोषणापत्र से घबरा गए हैं प्रधानमंत्री मोदी’
एजेंसी ▶▶ नई दिल्ली
पूर्व कांग्रेस अध्यक्ष राहुल गांधी ने बुधवार को कहा कि कांग्रेस पार्टी के घोषणापत्र में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा चुनिंदा 22 लोगों को दिए गए 16 लाख करोड़ रुपये में से देश के 90% लोगों को थोड़ी सी धनराशि वापस करने का वादा किया गया है। दिल्ली के जवाहर भवन में सामाजिक न्याय सम्मेलन में बोलते हुए राहुल गांधी ने कहा, “हमने यह नहीं कहा कि हम पूरे 16

‘हमारे घोषणापत्र से घबरा गए हैं प्रधानमंत्री मोदी’

लाख करोड़ लौटाएंगे। हमने कैलकुलेशन की है और कहा है कि केवल थोड़ी सी रकम वापस की जाएगी।” राहुल गांधी ने कहा, “आपने देखा होगा कि प्रधानमंत्री घबरा गए हैं। यह एक क्रांतिकारी घोषणापत्र है।” हाल ही में राजस्थान के बांसवाड़ा में रविवार को एक रैली को संबोधित करते हुए मोदी ने कहा था कि कांग्रेस की योजना लोगों की गाढ़ी कमाई और संपत्ति “चुसपैटियों” तथा “ज्यादा बच्चे वाले लोगों” को देने की है।

लोकसभा चुनाव लड़ेगा खालिस्तान समर्थक अमृतपाल

नई दिल्ली। वारिस पंजाब डे प्रमुख अमृतपाल सिंह को लेकर बड़ी खबर सामने आई है। कहा जा रहा है कि अमृतपाल सिंह पंजाब की खडूर साहिब लोकसभा सीट से चुनाव लड़ेगा। अमृतपाल सिंह इस वक्त राष्ट्रीय सुरक्षा कानून के तहत असम की डिब्रूगढ़ जेल में बंद हैं। अमृतपाल सिंह के कानूनी सलाहकार राजदेव सिंह खालसा ने पुष्टि की कि अमृतपाल सिंह खडूर साहिब सीट से निर्दलीय उम्मीदवार के रूप में चुनाव लड़ेंगे।

जेपी नड्डा ने महागठबंधन पर कसा तंज, कहा- ‘परिवार, भ्रष्टाचार को बचाने के लिए बना इंडी गठबंधन’

एजेंसी ▶▶ खगड़िया
अपने संबोधन में नड्डा ने महागठबंधन को आड़े हाथों लेंते हुए उसे भ्रष्टाचारियों का गठबंधन बताया। विपक्ष पर वार करते हुए उन्होंने कहा कि महागठबंधन सिर्फ दो चीजों का गठबंधन है। परिवारवाद का गठबंधन है और दूसरा भ्रष्टाचारियों को बचाने का गठबंधन है। यह लोग या तो जेल में हैं या बेल पर हैं। सभी अपने आप को बचाने की जुगत में लगे हुए हैं।

सियासी इतिहास की रोमांचक कहानी, सोनीपत लोकसभा सीट पर हुई थी प्रतिष्ठा की जंग

चरण सिंह और देवीलाल में हुई मूछ की लड़ाई, जीत गई कांग्रेस आई

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नई दिल्ली



हरियाणा के सियासी इतिहास में जितना रोमांचक भरा है, उससे ज्यादा यहां मूछ की लड़ाइयां चर्चा में रही हैं। मसलन, 1983 के दिसंबर महीने में सोनीपत लोकसभा सीट पर हुए उपचुनाव को ही लें। इसमें प्रतिष्ठा की जंग चौधरी चरण सिंह और ताऊ देवीलाल के बीच हुई थी और बाजी इंदिरा कांग्रेस (कांग्रेस आई) के प्रत्याशी ने मार ली। यह चुनाव भजनलाल और चौधरी बंसीलाल के एक

साथ प्रचार करने के कारण भी सुखियों में रहा था। 1982 में हुए हरियाणा विधानसभा चुनाव के दौरान ही लोकदल के राष्ट्रीय नेता चौधरी चरण सिंह और प्रदेश के बड़े सियासी चेहरे चौधरी देवीलाल में खटपट हो गई थी। इस चुनाव में कांग्रेस को 38 और लोकदल गठबंधन को 34 सीट मिली थीं। लेकिन, चौधरी चरण सिंह और देवीलाल में तलखी इतनी बढ़ गई कि ताऊ खुद नो विधायकों के साथ लोकदल छोड़कर जनता पार्टी में शामिल हो गए।

कांग्रेस की जीत की बिसात

इधर, चौधरी भजनलाल वह मुख्यमंत्री थे और सोनीपत से कांग्रेस को जिताने की जिम्मेदारी उनके कंधों पर थी। उन्होंने इंदिरा कांग्रेस के उम्मीदवार के तौर पर तीसरे जाट नेता रिजकराम दहिया को मैदान में उतार दिया। रिजकराम के लिए जाट वोट साधने की जिम्मेदारी जहां केंद्रीय मंत्री रहे चौधरी बंसीलाल ने संभाल ली, वहीं गैर जाट मत साधने के लिए खुद भजनलाल ने विधानसभावार जनसंपर्क शुरू किया। एक ओर जहां लोकदल और जनता पार्टी के उम्मीदवार मूछ की लड़ाई लड़ रहे थे, वहीं दूसरी ओर कांग्रेस (आई) के उम्मीदवार के लिए भजनलाल जीत की बिसात बिखार रहे थे। इसी के तहत हरियाणा लोकदल के बड़े नेता मुख्तियार सिंह आफ्नी पार्टी की राह से अलग जाकर कांग्रेस के रिजकराम के पक्ष में वोट मांगने उतर पड़े थे।

साल भर बाद हुआ चुनाव
ताऊ के जनता पार्टी में शामिल होने के तकरारीबन एक साल बाद ही सोनीपत लोकसभा क्षेत्र में उपचुनाव हो गया। तब नौ विधानसभा हलकों को समेटने वाला यह इलाका लोकदल का गढ़ माना जाता था, क्योंकि चरण सिंह की यहीं संसुराल थी और वह यहां के जाट व किसान नेताओं के सीधे संपर्क में रहते थे। उन्होंने इस उपचुनाव में अपने निकट सहयोगी किताब सिंह मलिक को टिकट दे दिया। उस समय इस सीट पर करीब सवा सात लाख मतदाता थे, जिनमें तीन लाख के करीब जाट वोटर थे। चौधरी चरण सिंह किसान और जाट वोट को अपने पक्ष में मानते थे। इसी बीच, उस समय महम के विधायक रहे चौधरी देवीलाल ने जनता पार्टी उम्मीदवार के रूप में लोकसभा उपचुनाव के लिए ताल ठोक दी। इससे यह उपचुनाव रोमांचक हो गया और पूरे देश की नजर इस पर टिक गई।

23 दिसंबर 1983 को जब वोट पड़े रहे थे, तब चरण सिंह और देवीलाल के समर्थक बुध पर आमने-सामने थे, जबकि भजनलाल की टीम ने कांग्रेस के वोट मतपेटियों तक पहुंचाने में ताकत झोंक रखी थी। तीन दिन बाद जब परिणाम आया तो कांग्रेस के उम्मीदवार ने रिजकराम दहिया ने मुकामला करीब 12,500 वोट से जीत लिया था। चौधरी देवीलाल को नंबर दो पर संतोष करना पड़ा।

देवीलाल रहे नंबर दो पर

नक्सलियों की क्रूरता किसी को गोलियों से भूना, किसी का गला रेता तो किसी की ब्लास्ट में गई जान

बस्तर में 23 साल में नक्सल हिंसा में 1775 निर्दोष ग्रामीणों की गई जान



अब ग्रामीण चाहते हैं- शांति वार्ता

हरिभूमि

छत्तीसगढ़, मध्यप्रदेश, हरियाणा व दिल्ली से एक साथ प्रकाशित

समाचार ही नहीं, विचार भी

लगातार कार्यवाही से बौखलाए नक्सली निर्दोषों की ले रहे जान

नक्सलियों के खिलाफ लगातार कार्यवाही चल रही है, ऐसे में नक्सली बौखला गए हैं। सुरक्षा बलों को बुकसान पहुंचाने के लिए आईएडी लगा रहे हैं, बावजूद हमारे जान नक्सलियों के हर मंसूबे को नाकाम कर रहे हैं। नक्सलियों के खिलाफ लगातार अभियान चलकर उनका सफाया किया जाएगा।
-सुंदरराज पी आईडी बस्तर

क्रास फायरिंग में जिस घर की 6 माह की बच्ची मारी गई थी, उसी घर का युवक ब्लास्ट में मारा गया

राजेश दास ► जगदलपुर

छग राज्य निर्माण के बाद नक्सलियों की ऐसी क्रूरता देखने को मिल रही है। इन 23 वर्ष में टेरर के लिए नक्सलियों ने किसी को गोलियों से भूना तो कइयों को जनअदालत लगाकर गला रेता तो किसी को नक्सलियों के द्वारा प्लांट किए गए आईडी की चपेट में आने से जान चली गई। दो दिन पहले गंगालूर थाना क्षेत्र के ग्राम मुदवंडी

में एक युवक गडिया कुंजाम का आईडी ब्लास्ट में जान चली गई। उसके परिवार में यह दोहरा दुख था। इसी परिवार की एक छह माह की बच्ची तीन माह पहले पुलिस-नक्सली मुठभेड़ के दौरान क्रास फायरिंग में मारी गई थी। हिंसा, अशांति से घिरे ग्रामीणों ने अब शांति वार्ता की मांग की है। आंकड़े बताते हैं ► शेष पेज 4 पर



एफआईआर कराने तैयार नहीं परिजन

जानकारी के मुताबिक साढ़े तीन महीने पहले गांव में सीआरपीएफ का कैम्प खुला है, बावजूद ग्रामीण यहां सुरक्षित महसूस नहीं कर रहे हैं। ग्रामीणों में खोफ इतना ज्यादा है कि एफआईआर तक कराने की कोई हिम्मत नहीं जुटा पा रहे हैं। बताया जा रहा है कि पुलिस विभाग की टीम ग्रामीण के घर भी पहुंची थी और एफआईआर दर्ज कराने के लिए परिजनों को मनाने की भी कोशिश की थी लेकिन नक्सलियों के खोफ कारण व एफआईआर कराने के लिए भी तैयार नहीं हुए।

23 वर्ष में 1775 निर्दोष लोग नक्सल हिंसा में मारे गए

नक्सल हिंसा में मारे गए आम निर्दोष लोगों की तादात की बात करें तो छग राज्य बनने के बाद 23 सालों में 1775 बेकसूर लोग नक्सल हिंसा में मारे गए हैं। बस्तर रेंज में हुई मौतों के आंकड़ों की बात करें तो सर्वाधिक निर्दोष लोगों की मौत बीजापुर जिले में हुई है। नक्सलियों की क्रूरता के चलते वर्ष 2006 में सर्वाधिक 206 लोगों की मौत हुई। वहीं अब तक बीजापुर जिले में 743, देवड़ा जिले में 344, कांकेर में 242, नारायणपुर में 166, सुकमा में 132, कोडगांव में 27 तथा बस्तर जिले में 81 निर्दोष ग्रामीणों की मौत हो चुकी है। इन्होंने आम लोगों के अलावा नेता व प्रकर भी शामिल हैं।

खबर संक्षेप

एनएसजी के नए चीफ नलिन प्रभात

नई दिल्ली। वरिष्ठ आईपीएस अधिकारी नलिन प्रभात को



आतंकरोधी बल एनएसजी (नेशनल सिक्वोरिटी गार्ड) का चीफ नियुक्त किया गया है। नलिन प्रभात साल 1992 बैच के ऑफ प्रद्रेस कैडर के आईपीएस अधिकारी हैं। फिलहाल सीआरपीएफ के अतिरिक्त डायरेक्टर जनरल पद की जिम्मेदारी संभाल रहे थे। केंद्र सरकार की कैबिनेट की नियुक्ति समिति ने नलिन प्रभात की नियुक्ति को मंजूरी दी। वह अपना पद संभालने के बाद 31 अगस्त 2028 तक एनएसजी के डीजी पद पर रहेंगे। ब्लैक कैट के नाम से पहचाने जाने वाले आतंकरोधी बल एनएसजी को साल 1984 में गठित किया गया था।

नेपाल ने कतर से किए 8 समझौतों पर हस्ताक्षर



काठमांडू। नेपाल के दौरे पर कतर के अमीर शेख तामिम बिन हमद अल थानी और पीएम पुष्पकमल दाहाल 'प्रचंड' के बीच 8 समझौते पर हस्ताक्षर हुए हैं। दो दिनों के भ्रमण के दौरान कतर के अमीर बुधवार को स्वदेश लौट चुके हैं। इससे पहले मंगलवार को कतर के अमीर शेख तमीम बिन हमद अल-थानी ने नेपाल के राष्ट्रपति रामचंद्र पौडेल से मुलाकात की, जिसमें दोनों नेताओं ने द्विपक्षीय हितों और राजनयिक संबंधों से संबंधित मामलों पर चर्चा की थी।

रावी नदी पर भारत का अधिकार नहीं जा सकते कोर्ट: बोला पाक

इस्लामाबाद। सिंधु जल संधि को लेकर पाकिस्तान के कानून मंत्री आजम नजीर तारार ने कहा है, कि रावी नदी पर भारत का अधिकार है और हम उसके खिलाफ इंटरनेशनल कोर्ट नहीं जा सकते। कानून मंत्री आजम नजीर तारार ने कहा है कि सिंधु जल संधि के तहत रावी नदी के पानी पर भारत का अधिकार है, जो पाक को कानूनी रूप से बाध नहीं करता है कि वह पड़ोसी देश की जल आक्रामकता के खिलाफ अंतर्राष्ट्रीय न्यायालय (आईसीजे) में न जाए।

सरगुजा की जनता को प्रधानमंत्री ने किया संबोधित, विपक्ष पर साधा निशाना मोदी बोले-मेहनत से जुटाई आपकी संपत्ति छीन लेगा कांग्रेस का पंजा

हरिभूमि न्यूज ► अंबिकापुर

पीएम मोदी ने बुधवार को पीजी कॉलेज मैदान से सरगुजा की जनता को संबोधित करते हुए धर्म और आरक्षण को लेकर कांग्रेस पर जमकर हमला बोला। इसके साथ ही कांग्रेस के जातिगत जनगणना पर भी प्रहार किया। श्री मोदी ने कहा कि कांग्रेस ने धर्म के आधार पर 15 प्रतिशत आरक्षण की बात कही। यह भी कहा कि एससी, एसटी, ओबीसी का जो कोटा है उसी में से चुनकर धर्म के आधार पर कुछ लोगों को आरक्षण दिया जाएगा। वर्ष 2009 के घोषणापत्र में कांग्रेस ने यही इरादा भी जताया। 2014 के घोषणापत्र में भी उन्होंने साफ साफ कहा था कि वो इस मामले को कभी भी छोड़ेंगे नहीं। मतलब धर्म के आधार पर आरक्षण देंगे। अगर दलितों, आदिवासियों का आरक्षण कट करना करना पड़े तो करेंगे। कई साल पहले कांग्रेस ने कर्नाटक में धर्म के आधार पर आरक्षण लागू भी कर दिया था। जब वहां बीजेपी सरकार आई तो हमने संविधान व बाबा साहेब आंबेडकर की भावना के विरुद्ध कांग्रेस ने जो निर्णय किया था उसको उखाड़कर फेंक दिया व दलितों, आदिवासियों को उनका अधिकार वापस दिया। उन्होंने कहा कि कांग्रेस की कर्नाटक सरकार ने एक और गुनाह किया। मुस्लिम समुदाय में ► शेष पेज 4 पर

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा कि जब संविधान बन रहा था तो बाबा साहेब अम्बेडकर के नेतृत्व में यह तय किया गया था कि भारत में धर्म के आधार पर आरक्षण नहीं होगा। आरक्षण दलित, आदिवासी भाई बहनों के लिए होगा लेकिन वोट बैंक की भूखी कांग्रेस ने कभी इन महापुरुषों की बातों की परवाह नहीं की। उन्होंने कहा कि कांग्रेस कहती है कि आपने जो मेहनत से संपत्ति जुटाई है वह आपके बच्चों को नहीं मिलेगी, कांग्रेस का पंजा आपसे संपत्ति छीन लेगा।

धर्म और आरक्षण को लेकर कांग्रेस पर बोला जमकर हमला



कांग्रेस की नजर जनता की कमाई पर भी पीएम मोदी ने कहा कि कांग्रेस की नजर सिर्फ आपके आरक्षण पर ही नहीं है। कांग्रेस की नजर आपकी कमाई, मकान, दूकान, खेत-खलिहान पर भी है। कांग्रेस के एक साहबजादे का कहना कि ये देश के हर परिवार की संपत्ति का एसएस रे करेगो। हमारी माताओं बहनों के पास जो थोड़ा बहुत रसी धन होता है, गधेने जेवर होते हैं कांग्रेस उनकी भी जांच कराएगी। सरगुजा में हमारी आदिवासी बहनें हसुली, मंगलसूर पहनती हैं कांग्रेस ये सब आपसे छीनकर मुस्लिम समाज के लोगों को बांट देगी। कांग्रेस कहती है कि सत्ता में आने के बाद एक के बाद क्रांतिकारी कदम उठाएगी लेकिन ऐसे सपने मत देखो। देश की जनता आपको ऐसा मौका नहीं देगी।

माजपा प्रत्याशी चितामणी महराज के लिए मांगा वोट



मुस्लिम लीग की बात फिर से दोहराई आज अपने भाषण में पीएम मोदी ने एक बार फिर से कांग्रेस के घोषणापत्र को लेकर हमला किया। उन्होंने कहा कि आज जब मैं सरगुजा आया हू तो कांग्रेस की मुस्लिमलिगी सोच को देश के सामने रखना चाहता हू। जब कांग्रेस का घोषणापत्र आया उसी दिन मैंने कह दिया था कि कांग्रेस के घोषणापत्र पर मुस्लिम लीग की छाप है।

लुबरा कांग्रेस को लोकसभा में भी सिखाए सबक



कार्यक्रम के दौरान छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय ने कहा कि माजपा की शखनाद रैली को पीएम नरेंद्र मोदी का आशीर्वाद मिलेगा। पीएम ने भारत का मान पूरी दुनिया में बढ़ाया है। आपने जिस तरह मोदी की गारंटी में करके विधानसभा चुनाव में कांग्रेस को सूपड़ा साफ कर दिया और 14 सीटों पर जीत दिलाई। झूठे लुबरा कांग्रेस को विधानसभा की तरह लोकसभा में सबक सिखाना है और पूरे छत्तीसगढ़ में सूपड़ा साफ करना है।

महादेव सट्टा एप मामले में ईओडब्लू ने दो को दिल्ली गोवा से किया गिरफ्तार

हवाला के माध्यम से बैंक में ट्रांसफर 43 लाख रुपए को ईओडब्लू ने फ्रीज कराया



हरिभूमि न्यूज ► रायपुर

महादेव सट्टा एप मामले में ईओडब्लू तथा एसीबी की टीम ने फरार चल रहे भिलाई के रहने वाले राहुल वकते तथा रितेश यादव को गिरफ्तार करने में कामयाबी हासिल की है। जांच एजेंसी की टीम ने राहुल को दिल्ली तथा रितेश को गोवा से गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार कर लाने के बाद जांच एजेंसी ने दोनों आरोपियों को स्पेशल कोर्ट में पेश कर पूछताछ करने 14 दिनों की रिमांड मांगी। जांच एजेंसी के आवेदन पर कोर्ट ने दोनों आरोपियों को छह दिनों के लिए 30 अप्रैल तक पूछताछ करने रिमांड स्वीकृत की है। ► शेष पेज 4 पर

पैनाल चलाने के साथ सेतु का काम करता था

ईओडब्लू द्वारा जारी बयान के मुताबिक रितेश पैनाल चलाकर के साथ हवाला के माध्यम से पैसे प्राप्त कर चंभूयण और जतीश चंभूकर की मदद करता था। जांच एजेंसी ने रितेश के हवाला के 43 लाख रुपये को फ्रीज कराया है। पुलिस ने जब रितेश को गिरफ्तार किया, तो वह पुणे में महादेव पैनाल का संचालन कर रहा था। जांच एजेंसी ने रितेश को पुणे पुलिस की मदद से छाप की कार्यवाही कर गिरफ्तार करने में कामयाबी हासिल की है। छापे की कार्यवाही के दौरान पुणे पुलिस ने रितेश के अलावा अन्य आठ लोगों को सट्टा संवाहित करते गिरफ्तार किया है। पुणे पुलिस ने सट्टा संचालन करने वाले के खिलाफ अलग से अपराध दर्ज कर कार्यवाही की।

इनका मिला प्रोटक्शन वारंट

महादेव सट्टा एप मामले में जेल में बंद सुनील दमानी, सतीश चंद्रकार तथा चंद्र भूषण वर्मा से पूछताछ करने ईओडब्लू ने कोर्ट में प्रोटक्शन वारंट याचिका दायर की है। ईओडब्लू के आवेदन पर कोर्ट ने जिन आरोपियों के प्रोटक्शन वारंट की मांग की गई है, उन लोगों को गुरुवार को कोर्ट में पेश करने फैसला सुनाया है। तीनों आरोपियों के कोर्ट में पेश होने के बाद ईओडब्लू के अफसर उनसे पूछताछ करने रिमांड की मांग करने आवेदन पेश करेंगे।

अनिल टूटेजा पर ईडी का शिकंजा कसा पांच दिनों के लिए रिमांड पर लिए गए

हरिभूमि न्यूज ► रायपुर

शराब घोटाला मामले में चार दिन से न्यायिक हिरासत में जेल में बंद पूर्व आईएएस अनिल टूटेजा पर ईडी ने शिकंजा कसते हुए पूछताछ करने पांच दिनों के लिए 29 अप्रैल तक रिमांड पर लिया है। साथ ही पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल के करीबी तथा शराब कारोबारी त्रिलोक सिंह ढिल्लन को ईओडब्लू ने हिरासत में लिया है। ईओडब्लू ने हिरासत में लिया है। ईओडब्लू के अफसर ढिल्लन को गुरुवार को कोर्ट में पेश कर पूछताछ के लिए रिमांड की मांग कर सकते हैं। गौरतलब है कि अनिल टूटेजा और उनका पुत्र ईओडब्लू कार्यालय से बयान दर्ज कराने के बाद निकल रहे थे, इसके बाद ईडी ► शेष पेज 4 पर

भिलाई के शराब कारोबारी त्रिलोक ढिल्लन को ईओडब्लू ने हिरासत में लिया



टूटेजा ने कार्यवाही को लेकर सीएम को लिखा पत्र

राज्य में कथित तौर पर दो हजार करोड़ रुपये के शराब घोटाला को लेकर ईडी द्वारा की जा रही कार्यवाही को लेकर आहत अनिल टूटेजा ने मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय को एक पत्र लिखा है। पूर्व आईएएस ने अपने पत्र में मुख्यमंत्री को ब्युरोकेसी का अभिभावक होने की बात कहते हुए जांच एजेंसी की कार्यवाही को लेकर 18 पन्नों का पत्र लिखा है। पत्र में पूर्व संयुक्त सचिव ने ईडी से लेकर राज्य की जांच पर अपना पक्ष रखा है। पूर्व आईएएस ने कथित शराब घोटाले पर पूरी जांच कार्यवाही और एजेंसी द्वारा उहे निराधार रूप से घोटाले का मास्टर माइंड बताने पर भी आपत्ति व्यक्त की है।

जस्टिस राकेश मोहन पांडेय छत्तीसगढ़ के स्थायी जज होंगे

हरिभूमि न्यूज ► बिलासपुर



छत्तीसगढ़ हाईकोर्ट के एडिशनल जज राकेश मोहन पांडेय अब हाईकोर्ट के स्थायी जज होंगे। सुप्रीम कोर्ट कॉलजियम ने इसकी सिफारिश की है। जस्टिस राकेश मोहन पांडेय के अलावा कॉलजियम ने छत्तीसगढ़ हाईकोर्ट के दो एडिशनल जज को भी एक साल के लिए सेवा विस्तार दिया है। सुप्रीम कोर्ट के कॉलजियम ने एडिशनल जज सचिन सिंह राजपूत और जस्टिस राधाकिशन अग्रवाल को एक साल के लिए सेवा विस्तार दिया है। कॉलजियम ने सिफारिश से पहले छत्तीसगढ़ के राज्यपाल और मुख्यमंत्री से भी राय ली है, जिसके बाद यह निर्णय लिया गया है। सुप्रीम कोर्ट की ► शेष पेज 4 पर

'सनफ्लॉवर्स वेयर फर्स्ट वन्स टू नो' की 77वें कान्स में होगी स्क्रीनिंग

2,263 फिल्मों में से चुनी गई भारतीय छात्र की बनाई फिल्म

एजेंसी ► नई दिल्ली

फ्रांस के 77वें कान्स फिल्म फेस्टिवल में इस बार फिल्म एंड टेलीविजन इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया (एफटीआईआई) के छात्र चिदानंद नाइक की फिल्म 'सनफ्लॉवर्स वेयर फर्स्ट वन्स टू नो' को 'ला सिनेफ' प्रतिस्पर्धी खंड में चुना गया है। यह महोत्सव 15 से 24 मई 2024 तक आयोजित किया जाना है। यह अनुभाग महोत्सव का एक आधिकारिक पार्ट है, जिसका उद्देश्य नई प्रतिभाओं को प्रोत्साहित करना और दुनिया भर के फिल्म स्कूलों के फिल्मों को उजागर करना है। यह पहली बार है जब एक वर्षीय टेलीविजन पाठ्यक्रम के किसी छात्र की फिल्म को प्रतिष्ठित कान्स फिल्म फेस्टिवल में चुना गया है।

महोत्सव 15 से 24 मई तक आयोजित किया जाएगा

'सनफ्लॉवर्स वेयर फर्स्ट वन्स टू नो' महिला की कहानी

उद्देश्य: फिल्म के जरिए नई प्रतिभाओं को प्रोत्साहित करना



बुजुर्ग महिला ने नुर्गा चुराया...

'सनफ्लॉवर्स वेयर फर्स्ट वन्स टू नो' एक बुजुर्ग महिला की कहानी है, जो गांव का नुर्गा चुरा लेती है, जिससे समुदाय में अशांति फैल जाती है। नुर्गा को वापस लाने के लिए एक भविष्यवाणी लागू की जाती है, जिसमें बुढ़ी महिला के परिवार को निर्वासन में भेज दिया जाता है। फिल्म का निर्देशन चिदानंद एस नाइक ने किया है।

विको वज्रवंती सौंफ एक पे एक फ्री तो आप कितने लेंगे?

VICCO
— TRUSTED AYURVEDA —
SINCE 1952

*खरीदें हर उत्पाद के साथ वही समान उत्पाद बिल्टून मुफ्त पाएं।
*Products also available without offer.
*Available in select cities and stores

• Follow us on @viccolabs • Like us on [Facebook] /viccolabs • Shop online at https://viccolabs.com • Customer Care No. 0712-2420890

बिलासपुर

गुरुवार, 25 अप्रैल 2024

बैशाख कृष्ण पक्ष द्वितीय

वर्ष : 24, अंक : 32

पृष्ठ : 10+6 = 16 मूल्य : 5.00***

मौसम

अधि. 39.2
न्यून. 24.5



haribhoomi.com

हरिभूमि

छत्तीसगढ़, मध्यप्रदेश, हरियाणा व दिल्ली से एक साथ प्रकाशित

समाचार ही नहीं, विचार भी

26 अप्रैल को होगा मतदान, कांग्रेस-भाजपा में मुकाबला

हरिभूमि न्यूज ॥ रायपुर

छत्तीसगढ़ में लोकसभा चुनाव के दूसरे चरण में राजनांदगांव और महासमुंद सीट पर जबरदस्त मुकाबला देखने को मिल रहा है, इन सीटों पर पहले चरण का चुनाव प्रचार भी बुधवार शाम से समाप्त हो गया है। चुनाव के दौरान प्रत्याशियों द्वारा अपने प्रचार-प्रसार के लिए सियासी ताकत के साथ धनराशि ज्योंकी जा रही है। जहां तक राजनांदगांव

शोर थमा... चुनावी खर्च पर भूपेश और संतोष में कड़ा मुकाबला, ताम्रध्वज से रूपकुमारी का खर्च डबल

का सवाल है, खर्च के मामले में पूर्व मुख्यमंत्री व कांग्रेस प्रत्याशी भूपेश बघेल और भाजपा प्रत्याशी संतोष पांडेय के बीच कड़ा मुकाबला है, वहीं महासमुंद सीट पर भाजपा की महिला प्रत्याशी रूपकुमारी कांग्रेस प्रत्याशी ताम्रध्वज साहू से दोगुनी राशि खर्च कर रही हैं। राजनांदगांव सीट पर भाजपा के



प्रत्याशी और 2019 का चुनाव जीतने वाले संतोष पांडेय ने पूरी ताकत से खर्च का मानना है कि यहां का चुनावी मुकाबला इन दोनों के बीच होता दिख रहा है। हालांकि इस सीट पर अन्य दलों व निर्दलीय भी मैदान में हैं। कांग्रेस भाजपा के मुकाबले तीसरी पार्टी के शेष पेज 4 पर

बघेल भी चुनाव प्रचार में कोई कमी रखना नहीं चाहते हैं। उन्होंने इस सीट पर अब तक 21 लाख 38 हजार 273 रुपए खर्च का हिसाब दिया है। राजनीतिक प्रेक्षकों का मानना है कि यहां का चुनावी मुकाबला इन दोनों के बीच होता दिख रहा है। हालांकि इस सीट पर अन्य दलों व निर्दलीय भी मैदान में हैं। कांग्रेस भाजपा के मुकाबले तीसरी पार्टी के शेष पेज 4 पर

रूपकुमारी खर्च में ताम्रध्वज से दो गुना आगे
महासमुंद लोकसभा सीट से भाजपा ने पूर्व विधायक एवं महिला नेत्री रूपकुमारी को प्रत्याशी बनाया है। उनके मुकाबले कांग्रेस से ताम्रध्वज साहू हैं। इस सीट पर भी मुख्य मुकाबला कांग्रेस और भाजपा के बीच दिख रहा है। लोकसभा चुनाव की बात की जाए तो भाजपा प्रत्याशी रूपकुमारी ताम्रध्वज से काफी आगे चल रही हैं। उन्होंने अब तक 30 लाख 93 हजार, 599 रुपए खर्च का हिसाब दिया है। वहीं ताम्रध्वज साहू ने अभी तक 16 लाख 11 हजार 607 रुपए खर्च किए। शेष पेज 4 पर



राजनांदगांव, महासमुंद और कांकेर में चुनाव प्रचार थमा

छत्तीसगढ़ में लोकसभा चुनाव के लिए दूसरे चरण की तीन सीटों राजनांदगांव, महासमुंद और कांकेर में बुधवार शाम से चुनाव प्रचार समाप्त हो गया है। 26 अप्रैल को इन सीटों पर मतदान होगा। इन तीनों सीटों पर मुख्य मुकाबला कांग्रेस और भाजपा के बीच होता दिख रहा है। हालांकि 2019 के लोकसभा चुनाव में इन तीनों सीटों पर भाजपा प्रत्याशियों ने जीत दर्ज की थी।

राजनांदगांव सीट पर भाजपा प्रत्याशी संतोष पांडेय और कांग्रेस से पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल मैदान में हैं। 2019 में यह सीट भाजपा प्रत्याशी रहे संतोष पांडेय ने जीती थी। पार्टी ने उन्हें दूसरी बार इसी सीट से उतारा है। भूपेश बघेल पहली बार राजनांदगांव से लोकसभा प्रत्याशी बने हैं। उधर महासमुंद में भाजपा ने रूपकुमारी को प्रत्याशी बनाया है। वे पूर्व में विधायक रह चुकी हैं। ताम्रध्वज साहू 2023 के विधानसभा चुनाव में दुर्ग गामीण से प्रत्याशी थे, लेकिन इस चुनाव में उन्हें सरकार के मंत्री रहते हुए का सामना करना पड़ा था। कांकेर लोकसभा सीट से भाजपा ने मोहराज नाग को प्रत्याशी बनाया है। वे पूर्व में अंतर्गत विधानसभा उपचुनाव जीत चुके हैं। उनके लिए यह पहला लोकसभा चुनाव है। कांग्रेस ने इस सीट से वीरेश ठाकुर को उतारा है। 2019 का लोकसभा चुनाव वे इस सीट से करीब 6 हजार वोटों से हारे थे। शना जाता है कि कम अंतर से हार के कारण कांग्रेस ने श्री ठाकुर को दूसरी बार इस सीट से मौका दिया है।



inh
छत्तीसगढ़ एवं मध्यप्रदेश का सर्वाधिक लोकप्रिय चैनल देखें
TATA PLAY airtel
चैनल नं. 1155 चैनल नं. 366

खबर संक्षेप

जम्मू-कश्मीर के बांदीपोरा में मुठभेड़

श्रीनगर। जम्मू-कश्मीर के बांदीपोरा जिले में सुरक्षाबलों और आतंकवादियों के बीच बुधवार सुबह मुठभेड़ शुरू हो गई। कश्मीर संभाग की पुलिस ने सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर एक पोस्ट में बताया कि बांदीपुरा में अरगाम के रेन्जी वन क्षेत्र में सुबह आतंकवादियों और सुरक्षाबलों के बीच मुठभेड़ शुरू हो गई।

ट्रेक्टर-ट्रॉली पलटने से दो की मौत, 20 घायल

शाहजहांपुर। जिले में एक ट्रेक्टर-ट्रॉली के अनियंत्रित होकर पलटने से उस पर सवार दो लोगों की मौत हो गई तथा 20 अन्य घायल हुए। तिलहर थाना क्षेत्र के कपसेड़ा गांव में लगे हनुमान मेले में बिहारीपुर

अजीमाबाद निवासी अमित अपनी ट्रेक्टर-ट्रॉली से गांव के कुछ लोगों को ले गया था।

विमान में धुआं, बाल-बाल बची 200 की जान

तोक्वो। ऑल निप्पोन एयरवेज के एक विमान में उड़ान के दौरान बुधवार को धुआं निकलता दिखा। इसके बाद उत्तरी जापान के शिन चिटोस हवाईअड्डे पर उसे सुरक्षित उतारा लिया गया। टोक्यो से आ रही एएनए की उड़ान में लगभग 200 लोग सवार थे और किसी के घायल होने की सूचना नहीं है।

दिल्ली के पूर्व मंत्री चौहान का कांग्रेस से इस्तीफा

नई दिल्ली। दिल्ली सरकार के पूर्व मंत्री और अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के सदस्य राजकुमार चौहान ने पार्टी से इस्तीफा दे दिया। चौहान ने बुधवार सुबह अपना इस्तीफा सौंप दिया। गत रविवार को कांग्रेस के दिल्ली प्रभारी दीपक बाबरिया के साथ उनकी कहासुनी हुई थी।

गिरोह से 10.48 करोड़ का सोना-चांदी जब्त

मुंबई। राजस्व खुफिया निदेशालय (डीआरआई) ने सोने की तस्करी करने वाले एक गिरोह का मुंबई में भंडाफोड़ किया है। इनसे 10.48 करोड़ रुपए मूल्य की बहुमूल्य सोना-चांदी, नकदी और अन्य कीमती सामान जब्त किए गए हैं। मुंबई में सोना को पिघलाने वाली जगह पर अभियान चलाया गया।

अमेरिका के विरासत टैक्स की वकालत कर फंसे, कांग्रेस ने झाड़ा पल्ला

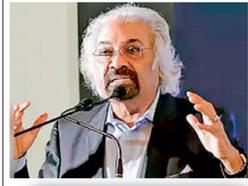
मौत के बाद आधी संपत्ति सरकार की... पित्रोदा के इस बयान से बवाल, भाजपा ने बोला हल्ला

मंगलसूर, संपत्ति विवाद पर एक बार फिर सियासी हंगामा खड़ा हो गया है। कांग्रेस नेता सैम पित्रोदा ने कहा कि भारत में विरासत टैक्स लगाने पर बहस होनी चाहिए। अमेरिका में विरासत टैक्स लगता है, इसमें अगर किसी के पास 10 करोड़ डॉलर की संपत्ति है। उसके मरने के बाद 45 फीसदी संपत्ति उसके बच्चों को मिलती है, जबकि 55 फीसदी पर सरकार का मालिकाना हक हो जाता है। इस बयान पर भाजपा ने पलटवार करते हुए कहा कि कांग्रेस एक्सपोज हो गई है।

हरिभूमि न्यूज ॥ नई दिल्ली

इंडियन ओवरसीज कांग्रेस ने अध्यक्ष सैम पित्रोदा ने संपत्ति वितरण को लेकर अमेरिका के शिकागो में एक बयान दिया है। इसके बाद भाजपा और कांग्रेस आमने-सामने आ गई है। शिकागो से समाचार एजेंसी से बातचीत में सैम पित्रोदा ने कहा, अमेरिका में विरासत टैक्स की व्यवस्था है। इसका मतलब है कि अगर किसी के पास 10 करोड़ डॉलर की संपत्ति है तो उसके मरने के बाद बच्चों को केवल 45 फीसदी संपत्ति ही मिलेगी और बाकी 55 फीसदी सरकार ले लेगी। ये काफी दिलचस्प कानून है, ये कहता है कि आप अपने दौर में संपत्ति जुटाओ और अब जब आप जा रहे हैं, तो आपको अपनी धन-संपत्ति जनता के लिए छोड़नी होगी, सारी नहीं लेकिन उसकी आधी, जो मेरी नजर में अच्छा है। उन्होंने कहा, भारत में आप ऐसा नहीं कर सकते। अगर किसी की संपत्ति 10 अरब रुपए है और वह इस दुनिया में न रहे तो उनके बच्चे ही 10 अरब रुपए रखते हैं और जनता को कुछ नहीं मिलता, तो ये कुछ ऐसे मुद्दे हैं जिस पर लोगों को बहस और चर्चा करनी चाहिए। मैं नहीं जानता कि इसका नतीजा क्या निकलेगा लेकिन जब हम संपत्ति के पुनर्वितरण की बात करते हैं, तो हम नई नीतियों और नए तरह के प्रोग्राम की बात करते हैं जो जनता के हित में हैं, न कि केवल अमीर लोगों के। कांग्रेस ने अपने नेता सैम पित्रोदा के 'विरासत कर' संबंधी बयान शेष पेज 4 पर

अमेरिका के शिकागो में सैम पित्रोदा ने दिया था बयान



पित्रोदा ने टी साफर्ड

पित्रोदा की टिप्पणी पर जब विवाद शुरू हो गया तो उन्होंने 'एक्स' पर कहा, यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि अमेरिका में विरासत कर के बारे में एक व्यक्ति के रूप में मैंने जो कहा था, उसे मीडिया ने तोड़-मरोड़ कर पेश किया है, ताकि कांग्रेस के घोषणापत्र के बारे में प्रधानमंत्री जो झूठ फैला रहे हैं, उससे ध्यान भटकया जा सके। मंगल सूर और सोना खोजने के संबंध में प्रधानमंत्री की टिप्पणियां विकृत अव्यवस्था हैं। उन्होंने कहा, मैंने टेलीविजन पर अपनी सामग्य बातचीत में उदाहरण के रूप में पेश किया था।

बचाव में उतरी कांग्रेस

खड़गे ने कहा- वोट की खातिर सारे खेल
हरिभूमि न्यूज ॥ नई दिल्ली
हरिभूमि न्यूज ॥ नई दिल्ली
मल्लिकार्जुन खड़गे देश में एक संविधान हैं। हमारी ऐसी कोई मंशा नहीं है। पत्रकारों से कहा कि आप उनके (पीएम मोदी के) आईडिया पर हमारा नाम क्यों लगा रहे हैं। सिर्फ वोट की खातिर पीएम मोदी वे सारे खेल खेल रहे हैं।

राहुल गांधी का यू टर्न

कांग्रेस सोसल राहुल गांधी ने 'तेलुगु सत्य' टिप्पणी पर यू टर्न लेते हुए कहा कि वो केवल ये जानना चाहते थे कि देश में कितना अत्याचार हो रहा है। राहुल ने बुधवार को दिल्ली के जवाहर मदन में सामाजिक न्याय सम्मेलन को संबोधित करते हुए कहा कि मैंने ये नहीं है कि हम ऐसा करेंगे। मैं ये कह रहा हूँ कि आइए पता करते हैं कि कितना अत्याचार हुआ है।

भाजपा के तीखे तेवर

कांग्रेस की गंशा सामने आ गई

केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने कहा कि सैम पित्रोदा के बयान के बाद कांग्रेस की असली गंशा सामने आ गई है। सबसे पहले, कांग्रेस के मैनिफेस्टो में सर्वे का जिक्र, मनमोहन सिंह का पुराना बयान जिसमें उन्होंने बताया था कि इस देश की संपदा पर माइनिंग का पहला हक है और अब सैम पित्रोदा का बयान जिसमें उन्होंने कहा है कि अमेरिका की तरह संपत्ति का बंटवारा होना चाहिए। जब पीएम ने इस मुद्दे को उठाया था, तो राहुल गांधी, सोनिया गांधी और पूरी कांग्रेस पार्टी बैकफुट पर आ गई थी, कि ऐसी गंशा नहीं थी। लेकिन, सैम पित्रोदा के बयान ने सब साफ कर दिया है।

कोटक महिंद्रा बैंक नहीं जोड़ सकेगा ऑनलाइन ग्राहक



एजेंसी ॥ मुंबई

आरबीआई के बयान में कहा गया है कि बैंक के आईटी इन्वेस्टी प्रबंधन, पैर एंड पैर मैनेजमेंट, यूएएक्स एक्सचेंज मैनेजमेंट, वेडर रिस्क मैनेजमेंट, डेटा सुरक्षा व डेटा लीक रोकने की रणनीति में कमी दिखी है। केंद्रीय बैंक के अनुसार बैंक की डिजिटल रिकॉर्डिंग और डिजिटल रिकॉर्डिंग के लिए सख्ती व डिल जैसे क्षेत्रों में भी गंभीर खामियां और अनुपालन में कमी है। भारतीय रिजर्व बैंक ने अपने बयान में कहा, लगातार दो वर्षों तक बैंक के आईटी जोखिम और सूचना सुरक्षा प्रशासन में कमी का आकलन किया गया।

कार्टवर्ड का क्या कारण बताया?

रिजर्व बैंक के अनुसार कोटक महिंद्रा बैंक के आईटी जोखिम प्रबंधन और सूचना सुरक्षा प्रशासन में खामियां मिलने के बाद ने यह कार्टवर्ड की गई है। आरबीआई ने अपने बयान में कहा है कि ये कार्टवर्ड वर्ष 2022 और 2023 के दौरान निगमक की ओर से बैंक के आईटी परीक्षण में पाई खामियों के आधार पर की गई है। निगमक ने कहा कि बैंक परीक्षण के बाद उचित महत्वपूर्ण चिंताओं व्यापक और समग्र दृष्टि से दूर करने में विफल रहा है।

समुद्री चुनौतियों से निपटने के लिए सहयोग बढ़ाएं भारत और ओमान



नई दिल्ली। दोनों पक्षों ने समुद्री चुनौतियों से निपटने में परस्पर सहयोग बढ़ाने के लिए अपनी प्रतिबद्धता व्यक्त की, जिससे क्षेत्र में समुद्री संरक्षा और सुरक्षा ढांचे को मजबूत बनाया जा सके। भारतीय और रॉयल ओमान पुलिस तटरक्षकों के बीच 5वीं वार्षिक उच्चस्तरीय बैठक नई दिल्ली में हुई, जहां दोनों देशों के तटरक्षकों ने समुद्री सीमा से परे अवैध गतिविधियों से निपटने के प्रयासों और क्षेत्रीय सहयोग बढ़ाने को एक उपलब्धि बताया। दोनों पक्षों ने समुद्री चुनौतियों से निपटने में परस्पर सहयोग बढ़ाने के लिए अपनी प्रतिबद्धता व्यक्त की। बैठक में भारतीय तटरक्षक के महानिदेशक राकेश पाल और रॉयल ओमान पुलिस तट रक्षक सहायक अधिकारी कमांडिंग कर्नल अब्दुल अजीज मोहम्मद अली अल जाबरी मौजूद थे।

संबंधों को मजबूत बनाने पर जोर

भारत और ओमान के तटरक्षकों की बैठक में क्षमता निर्माण कार्यक्रम, कॉस शिप यात्रा, सी-रहडर कार्यक्रम को लागू करने, प्रदूषण रिपोर्टिंग केंद्रों और अन्य सहयोगी व्यवस्थाओं के बीच पेशेवर संबंध स्थापित करने पर ध्यान केंद्रित किया गया। आरओ-पीसीजी और इंडियन डिफेंस मैनुफैक्चरर्स के प्रतिनिधियों के बीच एक बैठक की 25 अप्रैल को नई दिल्ली में बैठक होगी।

आईसीडीआर आई आपदा प्रबंधन का बना वैरिचक मंच
नई दिल्ली स्थित भारत मंडपम में बुधवार को इंटरनेशनल कॉन्फेंस ऑन रेसिलिएंट डिजास्टर का आयोजन किया गया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के प्रधान सचिव पी के मिश्रा ने कहा कि पिछले दशक में हमने जो निवेश किया है, उससे लोगों का जीवन बेहतर हुआ है। इस क्षेत्र में निवेश की आवश्यकता है। इस दौरान उन्होंने तीन बड़े रिक्तमंडल की बात रखी। समुद्री उकेंकों की हाल ही कई घटनाओं ने समुद्री चुनौतियों को गंभीर रूप से बढ़ा दिया है। इन घटनाओं के कारण दूसरे और भी कई देशों की समुद्री सीमा सुरक्षा व्यवस्था जैसे डिजिटल कियाराकला प्रभावित होते हैं।

जगदलपुर में भूकंप के झटके



जमीन में धंस गई गाड़ियां

हरिभूमि न्यूज ॥ जगदलपुर
बुधवार रात लगभग 8 बजे शहर में भूकंप की दहशत से लोग घरो से बाहर निकल गए। यह झटके शहर के पथरागुड्डा, निर्मल विद्यालय क्षेत्र के अलावा ग्रामीण क्षेत्र आड़ावाल व नयानार में भी महसूस किए गए। पथरागुड्डा इलाके में सड़क के किनारे जमीन खिसकने से कार के भी धंसने की खबर है। बताया जा रहा है कि रात लगभग 8 बजे भूकंप के झटके महसूस किए गए। हालांकि भूकंप की शेष पेज 4 पर

शहर और ग्रामीण क्षेत्र में लोग दहशत में

नयानार व आड़ावाल में भी भूकंप के झटके
अचानक कई घरों के बर्तन, वाटर फिल्टर हिलते हुए गिरने लगे। लोग घबरा गए और घरों से बाहर निकल गए। वहीं शहर से लगभग 11 किमी दूर ग्रामीण क्षेत्र नयानार व आड़ावाल में भी भूकंप के झटके महसूस किए गए। बहरहाल भूकंप के झटके की तीव्रता का अनुमान नहीं लग सका है, कुछ सेकंड के लिए आर भूकंप के झटके से शहर व ग्रामीण क्षेत्रों में दहशत देखी जा रही है।

ईवीएम के वीवीपैट के साथ सत्यापन पर फैसला सुरक्षित

सुप्रीम कोर्ट ने कहा- हम चुनाव कंट्रोल नहीं कर सकते

हम गलत साबित नहीं होना चाहते

हरिभूमि न्यूज ॥ नई दिल्ली
सुप्रीम कोर्ट ने इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन के जरिए से डाले गए वोटों का पेपर ऑडिट ट्रेल (वीवीपैट) के साथ पूर्ण सत्यापन करने को लेकर दायर याचिकाओं पर फैसला सुरक्षित रख लिया। इस दौरान कोर्ट ने अहम टिप्पणी करते हुए साफ किया कि वह चुनावों के लिए कंट्रोलिंग अथॉरिटी नहीं है और संवैधानिक अथॉरिटी भारत के चुनाव आयोग के कामकाज को निर्देशित नहीं कर सकता है। सुनवाई के दौरान, अदालत ने कहा, हम उन चुनावों को कंट्रोल नहीं कर सकते हैं जो उतर दिए हैं उनमें कुछ अम है।

चुनाव आयोग से मांगा था स्पष्टीकरण

सुप्रीम कोर्ट ने इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन की कार्यप्रणाली के कुछ खस पहलुओं पर बुधवार को चुनाव आयोग से स्पष्टीकरण मांगा था, साथ ही निर्वाचन आयोग के एक शीर्ष अधिकारी को दोपहर दो बजे तलब किया था। चुनाव आयोग के एक वरिष्ठ अधिकारी के अदालती सवालों का जवाब देने के लिए आने के बाद सुप्रीम कोर्ट ने अपना फैसला सुरक्षित रख लिया।

ट्रेफिक कंजवशन का रोड मैप बनाने के निर्देश

हरिभूमि न्यूज ॥ बिलासपुर

छत्तीसगढ़ में यातायात की अव्यवस्था को लेकर हाईकोर्ट ने नाराजगी जाहिर की है। हाईकोर्ट चीफ जस्टिस की डिविजन बेंच ने पिछले दिनों नेहरू चौक पर चरमराई यातायात की वजह से एंबुलेंस के पलटने और झुड़कर सहित मरीज को चोट आने को लेकर डीजीपी, बिलासपुर कलेक्टर और बिलासपुर यातायात एक्सपी को नोटिस जारी कर व्यक्तिगत एफिडेविट जमा करने कहा है। मामले में बुधवार को शासन की ओर से जवाब पेश नहीं किया जा सका।

उप निर्वाचन आयुक्त ने दी प्रस्तुति

वरिष्ठ उप निर्वाचन आयुक्त निवेश कुमार व्यास ने इससे पहले ईवीएम की कार्यप्रणाली पर अदालत में एक प्रस्तुति दी थी। इसमें ईवीएम के अंडरपैर, ईवीएम की नियंत्रण इकाई में माइक्रोचिप और अन्य पहलुओं से संबंधित कुछ खिड्डों पर बात की गई थी जिनके संबंध में अदालत ने स्पष्टीकरण मांगा था। वीवीपैट एक स्वतंत्र वोट सत्यापन प्रणाली है जिसके जरिए मतदाता यह जान सकते हैं कि उनका वोट उसी व्यक्ति को गया है या नहीं जिन्हें उन्होंने वोट दिया है।

ओहता



डॉक्टर्स सजेसन

डॉ. आर. पी. सिंह सीनियर फिजिशियन, एनटीआर

डिहाइड्रेशन से बचने के लिए भरपूर मात्रा में पीते रहें पानी

मेरी उम्र 43 वर्ष है। मैं फील्ड जॉब करता हूँ। मैं यह जानना चाहता हूँ कि इन गर्मियों में शरीर को हाइड्रेटेड रखने के लिए क्या तरीके अपनाने चाहिए ?



—साकेत, भोपाल
फील्ड जॉब करने वाले लोगों को गर्मियों में खास सावधानी बरतनी चाहिए, क्योंकि इस दौरान शरीर से पसीना खूब निकलता है और शरीर में पानी की कमी होने की आशंका रहती है। इसलिए पानी लगातार पीते रहें। जब घर से निकलें तो पानी पीकर निकलें। अपने साथ पानी की बोतल रखें और हर आधे घंटे बाद थोड़ा पानी पीते रहें। संभव हो तो शिफ्टिंग का सेवन भी करते रहें, इस तरह शरीर में पानी की कमी नहीं हो पाएगी। मेरी उम्र 34 वर्ष है। पिछले कुछ समय से मेरी आंखों के आस-पास डार्क सर्कल्स हो गए हैं। ये लगातार गहरे होते जा रहे हैं। कृपया इस समस्या से निजात पाने का तरीका बताएं ?

बचने के लिए मुझे क्या करना चाहिए ?
—लोकेश, रोहतक
इस तरह की समस्या काफी लोगों में देखी जा रही है। ऐसे लोगों को घर से बाहर निकलते ही छींक आना और खांसी आनी शुरू हो जाती है। इसलिए आप कोशिश करें कि घर से बाहर मास्क लगाकर निकलें। इसके अलावा सुबह और शाम गर्म पानी में नमक डालकर गरारा जरूर करें।
मेरी उम्र 62 वर्ष है। मेरा पेट हमेशा भरा हुआ सा लगता है, जबकि मेरी डाइट नॉर्मल है। मोशन भी क्लियर होता है। ऐसा क्यों हो रहा है, कृपया इसका समाधान बताएं।

—राजेश, जगदलपुर
जैसा कि आप बता रहे हैं, आंखों के नीचे डार्क सर्कल गहरे होते जा रहे हैं। इसलिए आपको तुरंत शरीर में खून की जांच यानी एचबी टेस्ट करवाना चाहिए, क्योंकि शरीर में खून की कमी से यह समस्या सबसे पहले देखी जाती है। इसके साथ ही आपको किसी फिजिशियन से संपर्क करना चाहिए, जो बीमारी का कारण पता लगाकर उसका उपचार शुरू करेंगे।
मेरी उम्र 27 वर्ष है। गर्मियां आते ही मेरे चेहरे पर लाल-लाल दाने निकल आते हैं। साथ ही पूरे शरीर पर रेशेज भी होने लगते हैं। प्लीज इस समस्या से बचने का कोई तरीका बताएं ?

—अवधेश, बिलासपुर
आपकी पाचन क्रिया प्रभावित लग रही है, क्योंकि जब पेट भरा हुआ लगता है, तो इसका मतलब यह है कि खाना ठीक से डाइजैस्ट नहीं हो रहा है। इसके लिए आपको कुछ बातों का ध्यान रखना होगा, जैसे दोपहर में खाने के साथ सलाद और दही या छाछ जरूर लेना चाहिए। इसके अलावा नियमित रूप से एक फल खाएं। रात में डिनर करने के बाद तुरंत सोएं नहीं। सोने और डिनर के बीच में कम से कम 3 घंटे का अंतराल होना चाहिए और सुबह सैर जरूर करें। इन उपायों से आपको राहत मिलेगी।
मेरी उम्र 39 वर्ष है। मेरी जीभ पर अकसर लाल दाने हो जाते हैं, इस वजह से खाना बहुत तीखा लगता है। कृपया इसका कोई उपचार बताएं।

—मेहुल, दिल्ली
आपकी समस्या पढ़कर लग रहा है कि आपको धूप से एलर्जी है और घर से बाहर यानी धूप में निकलने पर आपको दाने पड़ जाते हैं। इसलिए कोशिश करें कि धूप में घर से बाहर कम से कम निकलें। अगर निकलना जरूरी है तो चेहरा और शरीर पूरी तरह ढंक कर निकलें। इसके साथ ही किसी त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क कर कोई क्रीम का नाम लिखवा लें, इसे धूप में निकलने से पहले जरूर लगाएं, इस तरह आपको अपनी समस्या से काफी हद तक राहत मिलेगी।
मेरी उम्र 51 वर्ष है। पिछले कुछ समय से घर से बाहर निकलने पर मुझे लगातार खांसी और छींके आने लगती हैं। क्या ये एलर्जी के लक्षण हैं ? इस समस्या से

—आकाश, हिसार
जीभ में या मुंह में दाने पड़ना पाचन क्रिया से जुड़ा होता है। आपको खाना ठीक से डाइजैस्ट नहीं हो रहा है, इसलिए आपको अधिक तला-मुना और मिर्च-मसाले वाला खाना नहीं खाना चाहिए। साथ ही खाने में सलाद, दही, छाछ जरूर लेना चाहिए। रात में हल्का खाना जैसे-दलिया या खिचड़ी खाएं। इस तरह आपको आराम मिलेगा।
प्रस्तुति: रीचा पांडे

पाठक अपनी हेल्थ प्रॉब्लम्स से संबंधित सवाल sehatharibhoomi@gmail.com पर ई-मेल कर सकते हैं।

हेल्थ एडवाइस

शिखर चंद जैन

ल गभग सभी डॉक्टर्स, शरीर को फिट रखने के लिए नियमित रूप से वॉक करने का सुझाव देते हैं। बहुत सारे हेल्थ कॉन्सिलर लोग खुद के लिए रोजाना 10,000 स्टेप्स का लक्ष्य रखते हैं। ऐसी धारणा भी है कि दिन में व्यक्ति को कम से कम 2200 स्टेप तो जरूर चलना ही चाहिए।

क्या कहती हैं स्टीडीज

हाल ही में प्रकाशित ब्रिटिश जर्नल ऑफ स्पोर्ट्स मेडिसिन की रिपोर्ट कहती है कि दिन के 2200 स्टेप्स चलाना, हार्ट से जुड़ी बीमारियों और डायबिटीज का जोखिम कम कर सकता है। साथ ही इसमें यह भी कहा गया है कि डेली 9000 स्टेप्स ज्यादा कारगर साबित होते हैं। लेकिन सिर्फ ज्यादा स्टेप काउंट वाली वॉकिंग से ही लाइफस्टाइल से जुड़ी बीमारियों का जोखिम कम नहीं होता है। इसलिए वॉकिंग के विभिन्न प्रकार और फायदों के बारे में जानना जरूरी है।

हार्ट की होती है एक्सरसाइज

कैलिफोर्निया यूनिवर्सिटी के प्रोफेसर कीथ वार का कहना है कि वॉकिंग की शुरुआत में कदम गिनना अकसर मददगार होता है लेकिन जब एक बार आपकी आदत 6000 से 8000 कदमों तक पहुंच जाए तो चलने की गति पर ज्यादा ध्यान देना चाहिए।

कीथ वार के अनुसार, चलने से मांसपेशियां सिक्क जाती हैं, जिससे पैरों से ब्लड हार्ट तक पहुंचता है। इससे हार्ट पर जोर पड़ता है। यानी वॉकिंग करने से समय के साथ आपका हृदय मजबूत और एक्टिव बनता है। तेज चलने का उद्देश्य केवल अधिक कैलोरी घटाना ही नहीं बल्कि हार्ट को मजबूत करना भी होता है। यही नहीं घर से बाहर जब आप प्रकृति के करीब वॉक करते हैं तो आपका तनाव भी घटता है।

करें डिफरेंट टाइप वॉकिंग

वॉकिंग करने का सबसे अच्छा फायदा यह है कि इसके साथ कई तरह के प्रयोग किए जा सकते हैं। आइए अलग-अलग एक्सपर्ट्स से जानते हैं डिफरेंट टाइप की वॉकिंग और उनसे मिलने वाले फायदों के बारे में।

इम्पुल्सिव ब्रैडवॉक टच वॉक : जब हम पेड़-पौधों को रोज टच करते हुए वॉक करते हैं तो न सिर्फ हमारा इम्यून सिस्टम मजबूत होता है बल्कि हमें



मानसिक शांति भी मिलती है। अमेरिकी वैज्ञानिक और थैरेपी एक्सपर्ट व्हिटनी कुल्टर इसकी वजह बताते हैं। उनके अनुसार, 'वॉक करते समय पेड़-पौधों को टच करना इसलिए फायदेमंद होता है क्योंकि उन पर मौजूद धूल में पाए जाने वाले बैक्टीरिया हमारे शरीर में इन्फ्लेमेशन को घटाते हैं और तनाव कम करते हैं।'

अपनी हेल्थ और फिटनेस को लेकर कॉन्सिलर अधिकांश लोग वॉकिंग जरूर करते हैं। लेकिन वॉकिंग को अगर सही तरीके से और अलग-अलग रूपों में किया जाए तो इससे कई तरह के फायदे मिलते हैं। विभिन्न स्टडीज और दुनिया के कई एक्सपर्ट्स की राय के आधार पर हम यहां आपको बता रहे हैं, डिफरेंट टाइप की वॉकिंग और इसके फायदों के बारे में।

तन-मन की फिटनेस मेंटेन रखे वॉकिंग

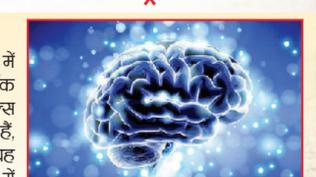


लेग्स एक्सरसाइज के लिए हिल वॉक: चढ़ाई वाले रास्तों पर चलना भी बहुत फायदेमंद होता है। शुरू-शुरू में सामान्य गति से ही हिल वॉक करें लेकिन धीरे-धीरे अपनी स्पीड बढ़ाने का प्रयास करें। जब आपकी गति बढ़ जाए तो इसके बाद आप हिल यानी वास्तविक चढ़ाई वाले रास्तों पर पैदल चलना शुरू करें। पहाड़ों पर चढ़ाई करना अपनी

महक पर लगाते हैं तो हम स्वाभाविक रूप से वर्तमान पर ध्यान केंद्रित करते हैं। सेंट वॉक का अनुभव हमें दिमागी भाग-दौड़ से दूर करता है, इससे तनाव घटता है और मूड बेहतर बनता है।
मेडिटेशन में हेल्पफुल स्पिरिट वॉक: चलते हुए ध्यान लगाने में स्पिरिट वॉक मददगार होता है। आस-पास सैकड़ों लोगों के मौजूद होने के बावजूद खुद अपने भीतर प्रकृति से बात करना पूजा करने जैसा महसूस होता है। स्पिरिट वॉक करने के लिए चलते समय सांसों और कदमों पर ध्यान लगाएं। इससे कुछ देर बाद आप माइंडफुलनेस की स्थिति में पहुंच जाएंगे। इसके बाद आप प्रार्थना कर सकते हैं या फिर जो भी आपके पास उपलब्ध हो, उसके लिए ईश्वर के प्रति आभार जता सकते हैं। इससे आपको सुकून मिलेगा।
हार्ट रेट इंप्रूव करे रिकिंग वॉक: नॉर्थ वेस्टर्न यूनिवर्सिटी के स्कूल ऑफ मेडिसिन की डॉक्टर सादिया खान सलाह देती हैं कि चलने की तीव्रता को और अधिक बढ़ाने के लिए बैकपैक में अपनी क्षमता के अनुसार कुछ वजन लेकर चलना शुरू करें। इसे रिकिंग कहते हैं। यानी कुछ भारी

समान अपनी पीठ पर लेकर चलने की आदत डालें। इससे वॉकिंग के दौरान आपका हार्ट रेट बढ़ेगा, जो हार्ट की क्षमता को बेहतर करता है। हालांकि रिकिंग शुरू करने से पहले एक्सपीरियस्ड ट्रेनर से इसकी ट्रेनिंग जरूर लेनी चाहिए।
अनेक स्टडीज और दुनिया के कई एक्सपर्ट्स की राय से साबित होता है कि आप डिफरेंट टाइप की वॉकिंग से ही अपनी फिटनेस को काफी हद तक मेंटेन रख सकते हैं। *

ब्रेन बनता है फिट-कूल
तेज गति से वॉक करने की प्रक्रिया पूरे शरीर में रक्त और ऑक्सीजन के प्रवाह को बढ़ाती है। वॉक योर वे कॉम पुस्तक की लेखिका जेनिफर वाल्स कहती हैं, जैसे ही आप चलना शुरू करते हैं, मस्तिष्क में ब्लड प्रवाह बढ़ना शुरू हो जाता है। यह न केवल दिमाग को बेहतर तरीके से काम करवाने में मदद करता है बल्कि नियमित वॉक से फील गुड हार्मोन एंडोर्फिन भी रिलीज होता है, जो डिप्रेसन और एंज्वायटी को कम करने में मददगार होता है। इस तरह ब्रेन फिट और कूल रहता है।



केवल ट्यूब ही हैं



डाइट सजेसन

डॉ. सुधा नीरव

बी ते कुछ वर्षों से पूरी दुनिया में वीगन और वेजिटेरियन डाइट का ट्रेंड बढ़ रहा है। वीगन डाइट पूरी तरह से प्लांट बेस्ड होता है। पौधों से प्राप्त होने वाली सब्जियां, अनाज, नट और फल को वीगन डाइट कहते हैं। इसमें डेयरी उत्पादों और अंडों सहित जानवरों से मिलने वाले खाद्य पदार्थों का सेवन नहीं करते हैं। वेजिटेरियन डाइट में डेयरी प्रोडक्ट और दूध का सेवन कर सकते हैं लेकिन वीगन डाइट में जानवरों से प्राप्त किसी भी खाद्य पदार्थ का सेवन नहीं किया जाता है। इसमें मटन, चिकन, मछली, अंडे, पनीर, मक्खन, दूध, क्रीम, दही, छाछ, मेयोनेज, शहद का सेवन नहीं किया जाता है।

कई रोगों से बचाने में कारगर

कई अध्ययनों से पता चलता है कि वीगन डाइट का सेवन करने से ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करना आसान होता है क्योंकि इसमें कॉलेस्ट्रॉल का कार्बोहाइड्रेट की ज्यादा मात्रा होती है, जिससे हाई बीपी नियंत्रण में रहता है। नॉनवेज डाइट में सैचुरेटेड फैट होता है, जो अधिक मात्रा में खाने पर हृदय संबंधी

हेल्दी रहने के लिए ऐसी डाइट लेनी चाहिए जिसमें सभी न्यूट्रिएंट्स हों। लेकिन दुनिया भर के कई हेल्थ एक्सपर्ट्स हेल्दी-एनर्जेटिक रहने के लिए वीगन डाइट फॉलो करने की सलाह देते हैं। इस बारे में आप भी जरूर जानना चाहेंगे।

रहें हेल्दी-एनर्जेटिक फॉलो करें वीगन डाइट

समस्याओं को बढ़ाता है। वीगन डाइट बैड कोलेस्ट्रॉल (एलडीएल) को 25% तक कम कर सकता है। साथ ही वीगन डाइट टाइप 2 डायबिटीज होने के रिस्क को 34% तक कम कर सकता है और मोटापे का रिस्क भी कम करता है। इसकी वजह यह है कि इसमें खाए गए खाद्य पदार्थ धीरे-धीरे पचते हैं, जिससे भूख कम लगती है। इस तरह यह वजन कम करने का स्वस्थ और प्रभावी तरीका है क्योंकि इसमें शरीर को कैलोरी मिलती है लेकिन फैट जमा नहीं होता है। यह कैल्शियम के रिस्क को भी कम करता है क्योंकि इसमें एंटी कैल्शियम न्यूट्रिएंट्स विटामिन, फाइबर, फाइटोकेमिकल्स पाए जाते हैं। यह दिमाग को भी फायदा पहुंचाता है



और अल्जाइमर के डेवलपमेंट को धीमा कर देता है। अध्ययन में यह पाया गया है कि प्रतिदिन 100 ग्राम फल और सब्जियां खाने से कॉग्निटिव लॉस और डिमेंशिया का जोखिम 13% तक कम हो जाता है। यह स्ट्रोक के खतरे को भी कम करता है। इसके

फिटनेस फंडा/ जान खान

मैं कितना भी बिजी रहूँ एक्सरसाइज जरूर करता हूँ

एक्टर जान खान इन दिनों सोनी एंटरटेनमेंट के शो 'कुछ रीत जगत की ऐसी है' में नंदिनी के पति नरेंद्र रतनशी के रोल में दिख रहे हैं। हरिभूमि को वे अपना फिटनेस मंत्र बता रहे हैं, अपनी जुबानी।
फिटनेस फंडा : जहां तक मेरे रूटीन डाइट प्लान की बात है तो मैं रोज सुबह म्यूसली के साथ बादाम-दूध और ड्राई फ्रूट्स जरूर लेता हूँ। इसके अलावा मैं रोज सुबह च्यवनप्राश भी खाता हूँ। यह हैल्थ बचपन से ही है। मैं अपनी डाइट को



लेकर पूरी तरह कॉन्सिलर रहता हूँ। इसीलिए मैं जंक फूड्स को अर्बायड ही करता हूँ।
वर्क-आउट शेड्यूल : मैं अपने वर्क-आउट शेड्यूल को लेकर स्ट्रिक्ट रहता हूँ। चाहे कितना भी बिजी क्यों न रहूँ, एक्सरसाइज के लिए वकत निकाल ही लेता हूँ। शूटिंग की शिफ्ट अगर सुबह 10 बजे की होती है, तो मैं सुबह सात से साढ़े आठ बजे तक वर्क-आउट करता हूँ। अगर सुबह सात बजे की शिफ्ट हो, तो मैं शाम या रात में वर्क-आउट करता हूँ। मैं फिट, हेल्दी और एक्टिव रहने के लिए एक्सरसाइज करता हूँ। मुझे कोई बॉडी बिल्डर भी नहीं बनना है, इसलिए वेट लिफ्टिंग या हार्डकोर एक्सरसाइज के बजाय मैं कार्डियो, पुशअप, चिनअप और बॉडी वेट एक्सरसाइज अधिक करता हूँ। *

अगर आपकी है

रचनात्मक लेखन में रुचि

अगर आप अपने आस-पास की बदलती दुनिया पर नजर रखते हैं। आप हटकर सोचते हैं, आपके भीतर विवेक और लेखन की क्षमता है, आप पत्रकारिता-लेखन के प्रति प्रतिबद्ध हैं, तो जुड़िए दैनिक हरिभूमि से।
हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-
► वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
► प्रशिष्ठ उप संपादक
► हिन्दी टाइटिलिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।
रचनात्मक लेखन में रुचि रखने वाले लोगों को हमें दिल्ली में अपने फीचर विभाग के लिए आवश्यकता है-
► वरिष्ठ उप संपादक / उप संपादक
► प्रशिष्ठ उप संपादक
► हिन्दी टाइटिलिंग में कुशल ऑपरेटर भी आवेदन कर सकते हैं।
यथाशीघ्र अपना बायोडाटा मेल करें-
E-Mail: haribhoomifeaturedep@gmail.com
हरियाणा, दिल्ली, छत्तीसगढ़ व मध्य प्रदेश से एक साथ प्रकाशित

आडवाणी क्यू स्पोर्ट्स प्रीमियर में लगे भाग



बिलासपुर। कर्नाटक के विश्व चैंपियन प्रकृति आडवाणी और राष्ट्रीय महिला खिलाड़ियों विद्या पिरल्लै सहित कर्नाटक स्टाटा खिलाड़ी चार से 10 मई तक यहां होने वाली शुरुआती क्यू स्पोर्ट्स प्रीमियर लीग में हिस्सा लेंगे। 27 बार के विश्व खिलाड़ियों चैंपियन आडवाणी और विद्या के अलावा अन्य शीर्ष क्यू खिलाड़ी जैसे सोरव कोठारी, आदित्य मेहता और अरुण भाग्यकर यहां होने वाले टूर्नामेंट में शिरकात करेंगे। हालांकि सोपसपील केवल स्कोर प्रारूप में ही करवाया जाएगा और देश से 56 खिलाड़ियों को आठ आठ टीम में विभाजित किया जाएगा।

तीरंदाजी विश्व कप : भारतीय पुरुष और महिला कंपाउंड टीम स्वर्ण पदक से एक कदम दूर

एजेसी ॥ थायाई

भारतीय पुरुष और महिला कंपाउंड तीरंदाजी टीमों ने बुधवार को यहां सत्र के शुरुआती तीरंदाजी विश्व कप में फाइनल में जगह बनाकर देश का पदक पक्का कर दिया। इसके साथ ही धीरज बोम्मदेवरा ने पुरुषों के रिकर्व क्वालिफिकेशन राउंड में राष्ट्रीय रिकॉर्ड तोड़ तीसरा स्थान हासिल किया। अनुभवी अभिषेक वर्मा, उभरते हुए तीरंदाज प्रथमेश भालचंद्र फुगे और मौजूदा अंडर-21 विश्व चैंपियन प्रियांशु की चौथी वरियता प्राप्त पुरुष टीम ने फिलीपींस और डेनमार्क को शिकस्त देने के बाद सेमीफाइनल में कोरिया की मजबूत चुनौती को खत्म की। भारतीय पुरुष टीम के सामने शनिवार को खेलें जाने वाले फाइनल में नीदरलैंड की चुनौती होगी।



235-233 अंक से कोरिया को हराया

भारतीय पुरुष टीम ने करीबी मुकाबले में कोरिया को 235-233 से हराकर बड़ा उलटफेर किया। इस मुकाबले के शुरुआती दो दौर के बाद दोनों टीमों बराबरी पर थीं लेकिन भारत ने 59 के स्कोर के साथ कोरिया को पछाड़ा। सेमीफाइनल में रोमांचक जीत के बाद अभिषेक ने कहा, 'आज हमारा सम्बन्ध अच्छा था और हमने हवा को अच्छी तरह से मांप कर उसका सही इस्तेमाल किया। सेमीफाइनल हमेशा कड़ा मुकाबला होता है। हमने अच्छी तैयारी की थी और इस बात की सुशी है कि हम फाइनल में पहुंचने में सफल रहे।'



महिला टीम के सामने इटली की चुनौती

महिला वर्ग में मौजूद विश्व चैंपियन भारत ने तुर्की और एस्तोनिया को शिकस्त देकर फाइनल का टिकट कटवाया। शीर्ष वरियता प्राप्त भारत के सामने फाइनल में इटली की चुनौती होगी। मौजूदा अंडर-18 और सीनियर चैंपियन अदिति स्वामी, एशियाई खेलों की स्वर्ण पदक विजेता प्रियांशु सुरेशा वेणम और परनीत कौर को तिकड़ी ने अपने शुरुआती दो मैचों में सिर्फ 10 अंक गंवाए।

तीसरे स्थान पर रहे बोम्मदेवरा

बोम्मदेवरा ने क्वालिफिकेशन में 693 के स्कोर के साथ तीसरा स्थान हासिल किया। उन्होंने तरुणदीप राय द्वारा बनाए गए 689 के राष्ट्रीय रिकॉर्ड में सुधार किया। शुरुआती दौर में उनका मुकाबला चैक गणराज्य के एडम ली से होगा। तरुणदीप 684 के स्कोर के साथ सातवें स्थान के साथ दूसरे सर्वश्रेष्ठ भारतीय रहे। प्रवीण जाधव 672 के स्कोर के साथ 25वें स्थान पर रहे।

अंकिता ने किया 664 स्कोर

महिला वर्ग में अंकिता भक्त ने 664 के स्कोर के साथ 25वें स्थान पर क्वालिफाई किया, उसके बाद कौर भजन और पूर्व विश्व नंबर एक दीपिका कुमारी रहीं, जिनकी क्रमशः 657 और 656 का स्कोर हासिल किया। कोमलिका बारी 636 अंक के बाद क्वालिफिकेशन तालिका में 57वें स्थान पर रहीं। भारतीय टीम 1977 अंक के साथ कुल मिलाकर छठे स्थान पर है। रिकर्व के एकल वर्ग में शीर्ष 64 तीरंदाज मुख्य प्रतियोगिता में जगह बनाते हैं।

सनराइजर्स ने सत्र में तीन बार पार किया है 250 का आंकड़ा

एजेसी ॥ हैदराबाद

सनराइजर्स हैदराबाद की टीम जब गुरुवार को यहां इंडियन प्रीमियर लीग मैच में निचले पायदान पर चल रही रॉयल चैलेंजर्स बेंगलोर के खिलाफ मैदान पर उतरेगी तो उसकी निगाह फिर से आक्रामक बल्लेबाजी करते हुए रनों का अंबर लगाने की होगी। इस आईपीएल चरण में तीन बार 250 रन का आंकड़ा पार कर चुकी सनराइजर्स हैदराबाद ने तूफानी बल्लेबाजी दिखाई है, इसमें मुंबई इंडियंस उसका सबसे पहला शिकार बनीं और फिर बेंगलूरु में 2016 की विजेता टीम ने आरसीबी के खिलाफ तीन विकेट पर 287 रन बनाकर टूर्नामेंट का सबसे बड़ा स्कोर खड़ा कर दिया।

आरसीबी की गेंदबाजी कमजोर

गुरुवार को भी अगर एसआरएच कुछ रिकॉर्ड बना दे तो हैरानी नहीं होगी और वो भी आरसीबी के कमजोर गेंदबाजी आक्रमण के खिलाफ, जिसकी संभावना काफी ज्यादा है। आरसीबी के गेंदबाजी विभाग का अंदाजा इस बात से ही लगाया जा सकता है कि उसका सर्वश्रेष्ठ गेंदबाज यश दयाल सात विकेट से सूची में 24वें स्थान पर है। आठ में से सात मैच बंधाकर तालिका में निचले स्थान पर काबिज आरसीबी ने अपने पिछले पांच मैच में कम से कम 180 रन टूटा है और पिछले दो मैच में प्रतिद्वंद्वी टीम ने उसके खिलाफ 200 से ज्यादा रन का स्कोर खड़ा किया है।

फिर लगेगा रनों का अंबर, बेंगलोर और हैदराबाद के बीच होगा मुकाबला



टीमें इस प्रकार हैं

सनराइजर्स हैदराबाद : पैट कर्मिस (कप्तान), अब्दुल समद, अभिषेक शर्मा, डेवन मार्करम, मार्को जानसन, राहुल त्रिपाठी, वाशिंगटन सुंदर, वलें फिलिप्स, सन्नवीर सिंह, हेनरिक क्लासेन (विकेटकीपर), मुनेश्वर कुमार, मयंक अग्वावाल, टी नटराजन, अनमोलप्रीत सिंह, मयंक मारकरडे, उपेंद्र सिंह यादव (विकेटकीपर), अमरन मलिक, नीतिश कुमार रेड्डी, फजलहक फारुकी, शाहबाज अहमद, ट्रेविस हेड, जयदेव उनादकट, आकाश सिंह, जे सुब्रमण्यम।

रॉयल चैलेंजर्स बेंगलूरु : फाफ डुप्लेसी (कप्तान), वलें मैक्सवेल, विराट कोहली, रजत पाटीदार, अनुज रावत (विकेटकीपर), दिनेश कार्तिक (विकेटकीपर), सुयश प्रभुदेसाई, विल जैक्स, महिपाल लोमरोट, कर्ण शर्मा, मनोज भंडाले, मयंक डांगर, विजयकुमार विशाक, आकाशदीप, मोहम्मद सिराज, रॉस टॉप्से, हिमांशु शर्मा, रंजन कुमार, कैमरन वीन, अल्जारी जोसफ, यश दयाल, टॉम कुरेन, लॉकी फरवयूसन, रविवर्ण सिंह और सोरव चौहान।

बल्लेबाजों ने की भरपाई

आरसीबी के बल्लेबाजों ने अपनी गेंदबाजी की खामियों को भरपायी करने के लिए काफी मशकत की है लेकिन संतुलन के मामले में इतनी कमजोर टीम के लिए हरफनमौला प्रदर्शन दिखाना असंभव ही दिखाता है। आरसीबी ने बल्लेबाजी में शानदार जन्मा दिखाया लेकिन इसके बावजूद वे कोलकाता नाइट राइडर्स से महज एक रन से हार गए। हालांकि आरसीबी प्रबंधन उनके एकजुट बल्लेबाजी प्रयास से काफी संतुष्ट होगा। विराट कोहली टूर्नामेंट में अब तक आरसीबी के सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाज बने रहेंगे जिन्होंने 379 रन बनाकर 'ओरेंज कैप' अपने पास रखी हुई है।

हेड कर रहे तूफानी बल्लेबाजी

कोहली के अलावा कुछ और खिलाड़ी भी शानदार फॉर्म में हैं जिसमें एसआरएच के ट्रेविस हेड शामिल हैं। हेड आक्रामक होकर बल्लेबाजी करते हैं और मिले हर मौके का फायदा उठाते हैं। अभिषेक शर्मा ने भी हेड के साथ अच्छी बल्लेबाजी दिखायी है और हेनरिक क्लासेन ने भी इस सत्र में बल्ले से अच्छा योगदान दिया है। एसआरएच की मजबूत बल्लेबाजी ने उनके गेंदबाजों और कप्तान पैट कर्मिस का काम आसान कर दिया है। एसआरएच सात मैच में 10 अंक लेकर तालिका में तीसरे स्थान पर बनी हुई है।

चाओबा देवी राष्ट्रीय कोच बनने को तैयार

नई दिल्ली। आईएम विजयन की अगुवाई वाली अखिल भारतीय फुटबॉल महासंघ की तकनीकी समिति ने बुधवार को पूर्व खिलाड़ी लांगम चाओबा देवी के नाम की सिफारिश



राष्ट्रीय महिला फुटबॉल कोच पद के लिए की है जिससे वह इस पद की जिम्मेदारी लेने को तैयार हैं। देवी (51 वर्ष) ने फिलीपींस में 1999 एशियाई चैंपियनशिप में राष्ट्रीय टीम की कप्तानी की थी। वह भारतीय टीम की सहायक कोच भी रह चुकी हैं। मणिपुर की इस खिलाड़ी ने 1998 बैंकाक एशियाई खेलों में भी देश का प्रतिनिधित्व किया था।

ऑस्ट्रेलिया के लिए खेलने को बेताब हैं स्टोडिनिस

चेन्नई। क्रिकेट ऑस्ट्रेलिया का 2024-25 सत्र के लिए केंद्रीय अनुबंध नहीं मिलने के बावजूद आल राउंडर मार्कस स्टोडिनिस चेन्नई सुपर किंग्स के खिलाफ बने शतक का इस्तेमाल अपने सफेद गेंद के करियर को आगामी टी20 विश्व कप से आगे बढ़ाने के लिए करना चाहते हैं। स्टोडिनिस को ऑस्ट्रेलिया की 23 सदस्यीय खिलाड़ियों की केंद्रीय अनुबंध सूची में शामिल नहीं किया गया है। उन्होंने मंगलवार को लखनऊ सुपर जायंट्स के खिलाफ 63 गेंद में नाबाद 124 रन की पारी खेली।

खाल खबर नरसिंह बने डब्ल्यूएफआई एथलीट पैलल के अध्यक्ष



वाराणसी। राष्ट्रमंडल खेलों के पूर्व स्वर्ण पदक विजेता नरसिंह पंचम यादव बुधवार को यहां भारतीय कुश्ती महासंघ के एथलीट आयोग का अध्यक्ष चुना गया जिससे खेल की विश्व संजालन संस्था द्वारा अंतिमवर्ष की गई प्रक्रिया भी पूरी हो गई। आयोग के सात स्थानों के लिए कुल आठ दावेदार दौड़ में थे और मतदान के बाद सात सदस्यों को चुना गया। इसके बाद उन्होंने आयोग के अध्यक्ष पद के लिए नरसिंह को चुना। 2016 ओलिंपिक से पहले टीम के सदस्य नरसिंह सुब्रिनो में आ गए थे जब ओलिंपिक पदक विजेता सुशील कुमार ने उनके खिलाफ एक ट्यूबल मुकाबले का अनुरोध किया था जबकि यह चोट के कारण क्वालिफिकेशन टूर्नामेंट में नहीं खेल पाए थे। सुशील ने दिल्ली उच्च न्यायालय का दरवाजा खटखटाया और उनकी अपील खारिज होने के बाद पुष्टि हो गई कि नरसिंह ही रियो ओलिंपिक जायेंगे। लेकिन हैरानी की बात रही कि नरसिंह ओलिंपिक से पहले कराई गई डोप जांच में विफल हो गए थे जिससे खेल पंचाट में उन्हें चार साल के लिए प्रतिबंधित कर दिया था। हालांकि राष्ट्रीय डोपिंग रोधी एजेसी ने उन्हें यह कहते हुए पाक साफ करार कर दिया था कि वह साजिश के कारण डोप जांच में पॉजिटिव आए थे।

भारत की अगुवाई करेंगी मुक्केबाज प्रीति

नई दिल्ली। पेरिस ओलिंपिक जाने वाली टीम की सदस्य मुक्केबाज प्रीति पवार 27 अप्रैल से कजाखस्तान के अस्ताना में शुरू होने वाली एएसबीसी एशियाई अंडर-22 और युवा मुक्केबाजी चैंपियनशिप में 50 सदस्यीय भारतीय टीम की अगुवाई करेंगी। एशियाई खेलों की कार्य पदक विजेता प्रीति ने 54 किग्रा वजन वर्ग में पेरिस ओलिंपिक कोटा हासिल किया था। 20 वर्षीय मुक्केबाज प्रीति के साथ अंडर-22 प्रतियोगिता में पूर्व युवा विश्व चैंपियन और 2022 एशियाई एथलीट मुक्केबाजी चैंपियनशिप की स्वर्ण पदक विजेता अलफिया पठान (81 किग्रा) भी हिस्सा लेंगी।

आखिरी बॉल पर हारा गुजरात टाइटंस, रोमांचक मैच में 4 रन से जीता दिल्ली कैपिटल्स

नई दिल्ली। आईपीएल के 40वें मैच में दिल्ली कैपिटल्स ने गुजरात टाइटंस को 4 रन से हरा दिया। आखिरी बॉल पर जीत के लिए 6 रन की जरूरत थी लेकिन टीम एक रन ही बना पाई। राशिद खान ने 21 रन जरूर बनाए लेकिन वह आखिरी ओवर में 19 रन नहीं बना पाए। इधर, दिल्ली की इस जीत में कप्तान ऋषभ पंत की 88 रन की पारी ने अहम भूमिका निभाई। गुजरात की तरफ से साई सुदर्शन ने 63 रन बनाए।



दिल्ली की ओर से कुलदीप यादव और रसिख सलाम ने 2-2 विकेट लिए। ओनरिक वॉशिंग्टन, अक्षर पटेल और मुकेश कुमार ने एक-एक विकेट लिए। मैच में दिल्ली के कप्तान ऋषभ पंत ने दमखम दिखाया। पहले 88 रन की कप्तानी पारी खेली। इसके बाद विकेट के पीछे 2 बेहतरीन पकड़ें। गुजरात की तरफ से कप्तान शुभमन गिल के जल्दी आउट होने के बाद ऋद्धिमान साहा और साई सुदर्शन ने टीम को संभाला लेकिन साहा और सुदर्शन के आउट होने के बाद टीम

कार्यालय उद्यम अधीक्षक शासकीय उद्यान रोपणी सोरंगा विकासखण्ड बैकुण्ठपुर जिला कोरिया (छ.ग.)

क्र./उद्यान/तक./2024-25/50
जयपुर, दिनांक 19/4/24
फलबहार नीलामी सूचना
सर्व सभायुक्त फल बहार के इस्तेमाल के लिए सूचित किया जाता है कि कोरिया जिले के शासकीय उद्यान रोपणी सोरंगा एवं चेरवा पारा विकासखण्ड बैकुण्ठपुर से आम, लीची फस की नीलामी किया जाना है। नीलामी दिनांक 27/04/2024 दिन शनिवार सय्य 12 बजे से 4 बजे तक होगी। इच्छुक व्यक्ति नीलामी की शर्तों को कार्यालय के सूचना पत्र पर देख कर नीलामी में शामिल हो सकते हैं।
उद्यान अधीक्षक
शासकीय उद्यान रोपणी सोरंगा
वि.सं. बैकुण्ठपुर जिला कोरिया (छ.ग.)

राशिफल

किसी अज्ञात भय से परेशान हो सकता है। जीवनसाथी का साथ मिलेगा। घर-परिवार में धार्मिक कार्य हो सकते हैं। भाग-दौड़ अधिक रहेगी।

मेष

बातचीत में संतुलित रहे। नौकरी में स्थान परिवर्तन के योग बन रहे हैं। परिवार से दूर रहना पड़ सकता है। अनियोजित खर्च बढ़ेगा। स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

वृष

मन प्रसन्न तो रहेगा, परन्तु आत्मसंयत भी रहे। क्रोध से बचें। शैक्षिक कार्यों में सफलता मिलेगी। लेखनादि-बौद्धिक कार्यों से मान-सम्मान की प्राप्ति होगी।

मिथुन

परिवार के साथ किसी धार्मिक स्थान पर जाना हो सकता है। पिता के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। भाग-दौड़ बढ़ेगी। लाभ के अवसर मिलेंगे।

कर्क

मन अशान्त रहेगा। आत्मविश्वास में कमी रहेगी। अफसरों का सहयोग मिलेगा। शैक्षिक कार्यों पर ध्यान दें। सफलता के योग बन रहे हैं।

सिंह

पठन-पाठन में रुचि रहेगी। लेखनादि-बौद्धिक कार्यों में व्यस्तता बढ़ेगी। सुखाद खान-पान में रुचि बढ़ेगी। सेहत का ध्यान रखें। कार्यक्षेत्र में सफलता मिलेगी।

कन्या

शैक्षिक कार्यों के लिए किसी दूसरे स्थान पर जा सकते हैं। भागदौड़ अधिक रहेगी। खर्च अधिक रहेगा। तरक्की के मार्ग प्रशस्त होंगे।

तुला

किसी पैतृक सम्पत्ति के लिए विवाद की स्थिति बन सकती है। वाहन के रख-रखाव पर खर्च बढ़ सकता है। नए कारोबार की शुरुआत हो सकती है।

वृश्चिक

मन में उतार-चढ़ाव रहेगा। कारोबार की स्थिति में सुधार होगा। लाभ के अवसर मिल सकते हैं। परिवार में सद्भाव बनाये रखें। क्रोध की अधिकता रहेगी।

धनु

मन अशान्त रहेगा। परिवार के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। चिकित्सीय खर्च बढ़ेगा। भाग-दौड़ अधिक रहेगी। रहन-सहन कष्टमय हो सकता है।

मकर

मन शान्त रहेगा। धार्मिक संगीत के प्रति रुझान बढ़ सकता है। जीवनसाथी के परिवार के किसी बुजुर्ग से धन की प्राप्ति हो सकती है।

कुंभ

संयत रहे। परिवार में शान्ति बनाये रखने के प्रयास करें। परिवार के साथ यात्रा का कार्यक्रम बन सकता है। नए कारोबार की शुरुआत हो सकती है।

मीन

शब्द पहली - 5492

1	2	3	4	5	6	7
	8			9		
10	11					12
			13	14	15	
16						17
			18		19	
20	21		22	23	24	
			25	26	27	
28						30
		31	32		34	
35						36

बाएँ से दाएँ
1. द्वेष, झगड़ा, रार-3
4. बुरकापोशा-5
8. मागर, घड़ा-3
9. प्याऊ (उर्दू)-3
10. पैदा, तला-2
12. बरस, वर्ष-2
13. सतत, लगातार-5
16. मजार, समाधि-4
17. उदारता, बड़पत्र-4
18. वायदा, कसम-2
19. महीना, माह-2
20. हमसफर-4
23. आदेश, आज्ञा-4
25. कहानी लेखक-5
28. गंधा, गर्दभ-2
29. श्रवणेंद्रिय-3
31. बारिश, वर्षा-3
33. देवर्षि, वर्षा-3
35. दया करना-3, 2
36. चिंतन

ऊपर से नीचे
1. कुपुत्र-3
2. अधिकार-2
3. सलाह, राय-4
4. अफसोस, खेद-4
5. शीतकालीन फसल-2
6. दलहन-2
7. ठंडा, सर्द-3
11. जिज्ञासा, उत्साह-3
12. बारिश का मौसम-3
13. धारावाही, अकिराम, सीरियल-5
14. रीत, परंपरा-2
15. जीवनसाथी, हमराही-5
21. मोर-3
22. जल, नीर-2
24. पीहर-3
26. गजशाला, हाथी घर-4
27. करतब, करामात-4

हरिभूमि पाठक पुरस्कार योजना 2023 के सात्वना पुरस्कार विजेताओं के नाम

1 वासु यादव, कल्पना विहार नेहरू नगर 2 राहुल कुमार शर्मा, वार्ड नं.-42, देवरीखुर्द 3 सुनीता साहू, श्याम नगर लिंगियाडीह बिलासपुर 4 सनत कुमार क्षत्रिय मकान नं.-3/550, शांतिनगर बिलासपुर 5 जमुना किशोर साहू बंधवापारा सरकण्डा 6 श्रीमति लक्ष्मी श्रीवास्तव शांतिनगर बिलासपुर 7 राजेश्वर दुबे गया विहार सरकण्डा 8 अंजली तिवारी लोधीपारा सरकण्डा 9 रितेश गुप्ता, गोल बाजार बिलासपुर 10 उत्तम कुमार जोहनबर्दा साईं भरनी प्लैट नं.-447, तोरवा 11 नीतू दास मानिकपुरी, हेमनगर तहसील गली बिलासपुर 12 संतोष बंजारे, माहाया मंदिर विहार 13 अरुण कुमार वरुणकार, राविकिशोर नगर बिलासपुर 14 दिलेश्वर श्रीवास्तव, गोलबाजार बिलासपुर 15 श्रेयांशु दुबे 2, री.दा. सकरी 16 खिलेश्वरी गुप्ता, वार्ड - 44/59, संजयनगर चांटीडीह 17 विभूति चन्द्र सिंह, सरकण्डा 18 अर्चना मिश्रा मुक्तिधाम चौक शीतला मंदिर के पास नया सरकण्डा 19 कमलेश साहू, बंधवापारा अरविंद नगर 20 भारती दुबे हाफा रोड शांति नगर सकरी 21 नीरा यादव, मिन्नोचा कालोनी 22 सां. रूखमणी थोटे, कुदरुण्ड बिलासपुर 23 दिनेश सिंह गिल, गुरुद्वारा के पास कोटा 24 कु.अंजनी सूर्यवंशी, निरतू करहीपारा 25 सुरेश संगुएल, तालापारा बिलासपुर बिलासपुर आउटर 1 कु. नीरजा यश लाकर, सरवन देवरी रतनपुर 2 प्रभात कुमार जांगड़, धरमपुरा मुंगेली 3 विजय विक्रम गेम्बोपारा, कबीर वार्ड, मुंगेली 4 दीपेश कुमार रत्नाकर, पांड, तखतपुर 5 सुजीत कुमार सूर्यवंशी जरीया, तखतपुर अधिकारपुर 1 सीरम तिवारी बलरामपुर 2 श्री संपत पैकरा भंकरा छबरापारा 3 पूनम तिवारी बलरामपुर 4 सर्वेश्वर सिंह, सिधमा बलरामपुर 5 सुमन तिवारी, बलरामपुर जांजगीर 1 अखिलेश्वर प्रसाद पौना अकलतरा 2 महेन्द्र कुमार राठौर, पोराथा सक्ती 3 कु. मेधा राठौर, तालाब स्टेशन रोड चांपा 4 श्रीमति रेखा राठौर वार्ड नं.-11, जांजगीर कोरबा 1 शशि कुमार दुबे, अण.एस.एस. नगर कोरबा 2 साधना देवी चन्द्रा, क्वा. नं.-1बी/1 शांतिनगर एस.ई.सी.एल कालोनी बांकी मोंगरा 3 नारदा प्रसाद साहू, क्वा. नं.-100/82 शांतिनगर बांकी मोंगरा 4 दिनदयाल अग्रवाल, बांकी मोंगरा गुप्ता मोहल्ला 5 सरोजनी, क्वा. नं.-48/4 पानी टंकी बांकी मोंगरा 6 रवि कुमार पानी टंकी बांकी मोंगरा कोरबा वार्डन 1 जगन्नाथ स्वामी 5 रेल्वे बंलापारा, साईं मंदिर रायगढ़ 2 रुपेश साहू पंजर प्लाट वार्ड नं.-28 3 महेन्द्र कुमार साव, रंगड़ा रायगढ़ कोरिया 1 कुमारी गीता कैवट कटकना 200 मिनस पटना 2 सतीश कुमार देवांगन, वार्ड नं.-6, घोबीपारा पटना

सात्वना पुरस्कार की सूची अगले अंक में देंगे

सूडोकू नवताल - 5503

	6	4		5		8	
9			1				7
6	5			4		7	1
							2
1	2		6			9	8
3				8			9
	8	6		9	5		

सूडोकू नवताल 5502 का हल

2	4	5	6	9	8	1	7	3
1	7	6	4	3	5	8	2	9
3	8	9	1	2	7	6	5	4
9	1	7	3	6	2	4	8	5
5	6	3	8	7	4	9	1	2
4	2	8	5	1	9	3	6	7
7	3	1	9	5	6	2	4	8
8	9	2	7	4	1	5	3	6
6	5	4	2	8	3	7	9	1

प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरें जाने आवश्यक हैं।
प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरें जाने आवश्यक हैं।
प्रत्येक 3x3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।
पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते।
पहली का केवल एक ही हल है।

