

भारत-यूरोपियन यूनियन में 18 साल बाद ट्रेड डील

भारत और यूरोपीय संघ मिलकर इंडिया-मिडिल ईस्ट-यूरोप इकोनॉमिक कॉरिडोर को आगे बढ़ाएंगे: मोदी

नई दिल्ली

भारत और यूरोपियन यूनियन के बीच 18 साल की लंबी बातचीत के बाद मंगलवार को फ्री ट्रेड एग्रीमेंट हो गया है। भारत और यूरोपियन यूनियन के नेताओं ने मंगलवार को 16वें भारत-ईयू समिट के दौरान इसका ऐलान किया।

भारत और 27 देशों के ब्लॉक यूरोपियन यूनियन ने 2007 में शुरू हुई एक ट्रेड डील को आखिरकार पूरा कर लिया है. अंतर्राष्ट्रीय हलकों में इस समझौते का ‘मदर ऑफ ऑल डील्स’ कहा जा रहा है. भारत-ईयू का ये डील न सिर्फ आंकड़ों में एक भारी भरकम समझौता है बल्कि भारत की स्वतंत्र विदेश और व्यापार नीति की उदघोषणा भी है. इसे अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप के टैरिफ पैंतरे का माकूल जवाब भी कहा जा रहा है.

इस समझौते को 2027 में लागू किए जाने की संभावना है। इस डील के बाद भारत में इम्पोर्ट होने वाली यूरोपीय कारें जैसे कि BMW,



मर्सिडीज पर लगने वाले टैक्स को 110% से घटाकर 10% कर दिया जाएगा। इसके अलावा भारत में यूरोप से आने वाली शराब और वाइन पर टैक्स कम हो सकता है। यूरोपीय देशों की शराब पर अभी 150% टैरिफ लगता है। इसे घटाकर 20-30% किया जाएगा। भारत दुनिया की चौथी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था है, जबकि श्व दूसरी सबसे बड़ी। दोनों मिलकर वैश्विक GDP का करीब 25% और दुनिया के कुल व्यापार का लगभग एक-तिहाई हिस्सा रखते हैं।

मोदी बोले- 27 तारीख को 27 देशों के साथ FTA

भारत-यूरोपीय फ्री-ट्रेड एग्रीमेंट पर पीएम मोदी ने कहा कि 27 जनवरी को भारत ने यूरोप के 27 देशों के साथ यह FTA साइन किया है। इससे निवेश को बढ़ावा मिलेगा, नई इन्वेन्शन साझेदारियां बनेंगी और वैश्विक स्तर पर सप्लाई चैन मजबूत होगी। यह सिर्फ एक व्यापार समझौता नहीं है, बल्कि साझा समृद्धि का रोडमैप है।

प्रधानमंत्री ने बताया कि इस समझौते के तहत भारत और यूरोपीय संघ मिलकर इंडिया-मिडिल ईस्ट-यूरोप इकोनॉमिक कॉरिडोर को आगे बढ़ाएंगे। उन्होंने कहा कि इस समय दुनिया में वैश्विक व्यवस्था को लेकर उथल-पुथल है, ऐसे में अंतरराष्ट्रीय संस्थाओं में सुधार बहुत जरूरी हो गया है।

इसके बाद पीएम मोदी ने इंडिया-ईयू बिजनेस फोरम को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि आज दुनिया में व्यापार तकनीक और रेयर खनिजों को हथियार

बनाकर इनका इस्तेमाल दबाव बनाने के लिए किया जा रहा है, इसलिए भारत और ईयू को मिलकर अपनी निर्भरता कम करनी चाहिए। **गोवा से जुड़ी पहचान मेरे लिए गर्व की बात: कोस्टा**

यूरोपीय काउंसिल के अध्यक्ष एंटोनियो कोस्टा ने खुद को प्रवासी भारतीय बताया। उन्होंने कहा कि मैं यूरोपीय परिषद का अध्यक्ष हूं, लेकिन साथ ही मैं एक ओवरसीज इंडियन सिटिजन भी हूं। इसलिए, जैसा आप समझ सकते हैं, मेरे लिए इसका एक खास भावनात्मक मतलब है। कोस्टा ने कहा कि मुझे अपनी गोवा से जुड़ी पहचान पर बहुत गर्व है, जहां से मेरे पिता का परिवार आया है। यूरोप और भारत के बीच का रिश्ता मेरे लिए सिर्फ आधिकारिक नहीं, बल्कि निजी भी है।

एफओए से 43 हजार करोड़ के टैरिफ कम होंगे

यूरोपीय आयोग की अध्यक्ष उर्सुला वॉन डेर लेयेन ने कहा कि

इस फ्री ट्रेड एग्रीमेंट से हर साल करीब 4 अरब यूरो (43 हजार करोड़ रुपए) के टैरिफ कम होंगे और भारत व यूरोप में लाखों लोगों के लिए रोजगार के नए मौके बनेंगे। उन्होंने कहा कि भारत-ईयू फ्री ट्रेड एग्रीमेंट दुनिया को साफ संदेश देता है कि आज की ग्लोबल चुनौतियों का सबसे अच्छा जवाब आपसी सहयोग है, न कि अलग-थलग होकर फैसले लेना।

भारत-ईयू की ताकत एक दूसरे को पूरा करती हैं

यूरोपीय आयोग की अध्यक्ष उर्सुला वॉन डेर ने भारत में अपने शानदार स्वागत के लिए आभार जताया। उन्होंने कहा कि दोनों पक्ष सिर्फ आपस में ज्यादा व्यापार ही नहीं कर रहे, बल्कि एक-दूसरे के भविष्य में निवेश भी कर रहे हैं। दोनों पक्षों की ताकतें एक-दूसरे को पूरा करती हैं और यही वजह है कि यह साझेदारी मजबूत होती जा रही है। उन्होंने आगे कहा कि दोनों का बड़ा पैमाना उन्हें वैश्विक स्तर पर प्रभावशाली बनाता है।

सोनमर्ग में एवलांच

होटलों को नुकसान, लगातार बर्फबारी जारी



सोमनर्ग	(JKUTDMA) ने
जम्मू कश्मीर के सोनमर्ग में लगातार जारी बर्फबारी से मंगलवार रात एवलांच आया। एवलांच में फिलहाल किसी के हताहत होने की खबर नहीं है लेकिन कई होटलों को नुकसान पहुंचा है।	अनंतनाग, बांदीपोरा, बारामूला, कुलगाम और कुपवाड़ा सहित कश्मीर के ग्यारह जिलों और जम्मू क्षेत्र के डोडा, किश्तवाड़, पुंछ, राजौरी और रामबन के लिए हिमस्खलन की चेतावनी जारी की थी।
अधिकारियों ने बताया कि हिमस्खलन मंगलवार रात 10.12 बजे मध्य कश्मीर के गंदरबल जिले में सोनमर्ग रिजॉर्ट में हुआ। बचाव टीमों को घटनास्थल पर भेज दिया गया है। अधिकारियों ने बताया कि वे स्थिति पर नजर रख रहे हैं।	लगातार बर्फबारी से 58 पलाइडस कैसिल
जम्मू कश्मीर और अन्य पहाड़ी राज्यों में लगातार बर्फबारी जारी है। इसके देखते हुए मौसम विभाग ने एवलांच का अलर्ट जारी किया था।	मंगलवार को भारी बर्फबारी के कारण जम्मू-श्रीनगर हाईवे बंद रहा। इसके साथ श्रीनगर एयरपोर्ट पर सभी फ्लाइट्स रद्द होने से लोगों को काफी परेशानी हुई।
जम्मू और कश्मीर केंद्र शासित प्रदेश आपदा प्रबंधन प्राधिकरण	इमरजेंसी सेवाओं और सशस्त्र बलों की आवाजही में भी इससे रुकावट आई। अधिकारियों ने बताया कि बचाव और सड़क साफ करने का अभियान जारी लगातार जारी है।

राजस्थान में पांच हजार राशन की दुकानों पर खुलेंगे अन्नपूर्णा भंडार

सुझाव आमंत्रित करने के लिए 3 फरवरी को बैठक

जयपुर

राजस्थान में अल्प आय वर्ग के परिवारों को रोजमर्रा की आवश्यक वस्तुएं उचित मूल्य पर उपलब्ध कराने के उद्देश्य से राज्य सरकार ने 5 हजार उचित मूल्य की दुकानों पर अन्नपूर्णा भंडार खोलने का प्रस्ताव तैयार किया है। इस महत्वाकांक्षी योजना के प्रभावी क्रियान्वयन को लेकर राज्य खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति निगम लिमिटेड द्वारा सुझाव आमंत्रित किए जा रहे हैं। इसी क्रम में एफएमसीजी उत्पादों के राष्ट्रीय

एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर के उत्पादकों और एग्रीगेटर्स के साथ महत्वपूर्ण बैठक का आयोजन तीन फरवरी को प्रातः 11:30 बजे निगम मुख्यालय जयपुर में किया जाएगा। बैठक में अन्नपूर्णा भंडार योजना को व्यावहारिक बनाने के लिए उत्पादों की आपूर्ति, गुणवत्ता, मूल्य निर्धारण, वितरण व्यवस्था को लेकर सुझाव लिए जाएंगे।

राजस्थान राज्य खाद्य व नागरिक आपूर्ति निगम लिमिटेड ने एफएमसीजी उत्पादों से जुड़े सभी एग्रीगेटर्स व उत्पादकों से बड़ी संख्या में बैठक में भाग लेने का आग्रह किया है, ताकि योजना को जनहित में सफल बनाया जा सके।

अफसर को ऑफिस में बंद कर लात-घुंसों से पीटा

अलवर जिला परिषद में एलडीसी ने बेटे के साथ किया हमला

अलवर

अलवर जिला परिषद कार्यालय में अतिरिक्त प्रशासनिक अधिकारी को LDC और उसके बेटे ने लात-घुंसों से पीटा। इस दौरान दोनों ने ऑफिस के गेट को अंदर से बंद कर दिया था। हमले में अफसर के सिर और मुंह पर गंभीर चोटें आई हैं। घायल अधिकारी को तुरंत जिला अस्पताल में भर्ती करवाया गया।

वेतन संबंधी फाइल को लेकर मंगलवार शाम 4:30 बजे यह



मारपीट हुई। पीड़ित अफसर की तरफ से अरावली विहार थाने में राजकार्य में बाधा और मारपीट का मामला दर्ज कराया है।

घायल अतिरिक्त प्रशासनिक अधिकारी जितेंद्र कुमार सैनी ने बताया- तिजारा पंचायत समिति में कार्यरत LDC नाहर सिंह बेटे मनीष के साथ वेतन संबंधी फाइल के

सरपंच ने माइनिंग टीम को दौड़ा-दौड़ाकर पीटा

महिला फोरमैन-इंजीनियर घायल

ब्यावर

ब्यावर जिले में माइन धारकों का सर्वे करने पहुंची टीम पर निवर्तमान सरपंच और ग्रामीणों ने हमला कर दिया। सर्वे शुरू होते ही लोगों ने गाली-गलौज शुरू कर दी। इंजीनियर और महिला फोरमैन से मारपीट करने लगे। टीम का झेन भी तोड़ दिया।

टीम जान बचाकर कार से भागने लगी तो लोगों ने पथराव कर दिया। जोधपुर से गए इंजीनियर की गाड़ी भी टूट गई। घटना मंगलवार शाम करीब 4 बजे अतीतमंड गांव



की है। घटनाक्रम का वीडियो भी सामने आया है। जिसमें सरपंच माइनिंग टीम के साथ झगड़ा करते नजर आ रहा है।

माइन धारकों का झेन सर्वे करने पहुंची थी टीम

साकेत नागर थानाधिकारी जितेंद्र फौजदार ने बताया- माइनिंग विभाग की टीम शाम करीब 4 बजे अतीतमंड गांव में माइन धारकों का

झेन सर्वे करने पहुंची थी। सर्वे शुरू होते ही निवर्तमान सरपंच दुष्यंत सिंह सहित कुछ लोगों ने गाली-गलौज और बदमतीजी शुरू कर दी। वरिष्ठ माइनिंग फोरमैन अनिता वीर चंदानी और इंजीनियर प्रितेश के साथ मारपीट की। प्रितेश के कान और कनपटी पर गंभीर चोटें आई हैं।

पथराव कर दो वाहनों को किया क्षतिग्रस्त

थानाधिकारी ने बताया कि हमलावरों ने पथराव कर सरकारी वाहन और जोधपुर से आए इंजीनियर प्रितेश के वाहन को भी क्षतिग्रस्त कर दिया। पथराव शुरू होते ही टीम कार में बैठकर किसी तरह जान बचाकर भागी।

घटना की सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची, तब तक हमलावर फरार हो चुके थे। पुलिस ने दोनों वाहनों का मेडिकल परीक्षण कराया और मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस की प्रारंभिक जांच में सामने आया है कि अवैध खनन से जुड़े लोग झेन सर्वे नहीं होने देना चाहते थे। इसी कारण ग्रामीणों को उकसाकर इस वारदात को अंजाम दिया गया। पुलिस आसपास के ग्रामीणों से पृष्ठताछ कर आरोपियों की पहचान करने में जुटी है। निवर्तमान सरपंच दुष्यंत सिंह डिटेल किया है। इसके साथ ही अन्य आरोपियों की पहचान की जा रही है। घटना के बाद क्षेत्र में तनाव की स्थिति को देखते हुए पुलिस निगरानी बढ़ा दी गई है।

बजट सत्र से पहले सर्वदलीय बैठक, 28 जनवरी से शुरू होगा बजट सत्र

सरकार का वीबी-जी राम-जी कानून पर चर्चा से इनकार

नई दिल्ली

संसद के बजट सत्र से पहले सरकार ने विधायी और अन्य एजेंडों पर चर्चा करने के लिए आज सर्वदलीय बैठक बुलाई गई। रक्षा मंत्री की अध्यक्षता में हुई मीटिंग में 35+ पार्टियों के सांसद शामिल हुए। इस दौरान बजट सत्र को सकारात्मक और सुचारु रूप से चलाने को लेकर चर्चा हुई। बजट सत्र 28 जनवरी को राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू के लोकसभा और राज्यसभा की संयुक्त बैठक को संबोधित करने के साथ शुरू होगा। केंद्रीय



बजट 1 फरवरी को पेश होगा। इस दिन रविवार है। ऑल पार्टी मीटिंग के बाद किरेन रिजिजू ने विपक्ष के विधायी एजेंडा शेयर नहीं करने के आरोप पर कहा कि राष्ट्रपति के अभिभाषण से अपनी मांगें रखी हैं। एजेंडा शेयर करती है। विपक्ष को बोलने की आजादी है, लेकिन

सुनना भी जरूरी है। उन्होंने मनरेगा की जगह लाए गए VB-G RAM-G कानून पर चर्चा की मांग खारिज कर दी। शिवसेना (UBT) MP अरविंद सावंत- सभी ने अपने-अपने राज्यों के हिसाब से अपनी मांगें रखी हैं। प्रदूषण, SIA, बढ़ती बेरोजगारी जैसे कई मुद्दे हैं और भी बहुत कुछ।

समाजवादी पार्टी MP राम गोपाल यादव- इस बजट से किसी को कुछ नहीं मिलने वाला है। बजट उन्हीं के लिए है जिनके पास संपत्ति है। AAP MP संजय सिंह- मैंने यह बात उठाई कि सरकार फरिन पॉलिसी पर पूरी तरह फेल रही है, चाहे वह बांग्लादेश में हिंदुओं पर हो रहे अत्याचार हों या US द्वारा लगातार प्रधानमंत्री को बेइज्जत करने का मामला हो। इन सभी मुद्दों पर चुप्पी देश में चिंता पैदा कर रही है। मैंने शंकराचार्य का मुद्रा भी उठाया, कैसे प्रयागराज में उनका अपमान किया गया।

एसिड अटैक पर केंद्र सख्त कानून बनाए: सुप्रीम कोर्ट

आरोपियों को जब तक दर्दनाक सजा नहीं होगी, ऐसे अपराध नहीं रुकेंगे

नई दिल्ली

सुप्रीम कोर्ट ने मंगलवार को एसिड अटैक मामलों में दोषियों के कड़ी सजा की जरूरत पर सुनवाई की। कोर्ट ने कहा- जब तक सजा आरोपी के लिए दर्दनाक नहीं होगी, ऐसे अपराध रुकने वाले नहीं हैं। सीजेआई सूर्यकांत, जस्टिस आर. महादेवन, जस्टिस जॉयमाल्या बागची की बेंच ने कहा- यहां सुधारवादी दंड सिद्धांत की कोई जगह नहीं है। ऐसे मामलों में दहेज हत्या की तरह आरोपी को ही अपनी बेगुनाही साबित करनी पड़ सकती है।



बेंच ने कहा कि केंद्र सरकार कानून बदलने पर विचार करे। 4 हफ्ते में सभी राज्य और केंद्र शासित प्रदेश एसिड अटैक मामलों से जुड़े आंकड़े दें। इनमें साल दर साल दर्ज मामलों की संख्या, कोर्ट में उनकी स्थिति और पीड़ितों के पुनर्वास से जुड़े कदमों की जानकारी शामिल करे। सीजेआई ने सवाल किया कि दोषियों की संपति जब्त कर पीड़ितों को मुआवजा देने पर क्यों नहीं

विचार किया जा सकता। बेंच ने हरियाणा की शाहीना मलिक की दायर जनहित याचिका पर सुनवाई की। शाहीना मलिक खुद एसिड अटैक सर्वाइवर हैं।

हर एसिड अटैक पीड़िता की पढ़ाई, नौकरी, शादीशुदा या अविवाहित होने की स्थिति।

इलाज की हालत और इलाज पर अब तक या आगे होने वाले खर्च का डिटेल।

पीड़ितों के लिए चल रही पुनर्वास योजनाओं की जानकारी, जबसन एसिड पिलाने के मामलों की अलग से डिटेल मांगी गई।

याचिकाकर्ता शाहीना मलिक ने कोर्ट को बताया कि उनके मामले में सभी आरोपी बरी हो चुके हैं। इसके खिलाफ उन्होंने दिल्ली हाईकोर्ट में अपील दायर की है। कोर्ट ने शाहीन की स्थिति को देखते हुए उन्हें मुफ्त कानूनी मदद देने की पेशकश की। साथ ही हा कि शाहीन अपनी पसंद के अच्छे वकीलों की सेवाएं ले सकती हैं।

एसिड अटैक के दौरान 26 साल की थीं शाहीना

शाहीना के मुताबिक एसिड अटैक के वक्त उनकी उम्र 26 साल थी। अब वे 42 साल की हैं।

पश्चिम बंगाल में दो गोदामों में आग, 8 की मौत

कई मजदूर के फंसे होने की आशंका, 12 दमकल गाड़ियों ने आग बुझाई

कोलकाता

पश्चिम बंगाल के साउथ 24 परगना जिले में सोमवार सुबह दो गोदामों में आग लगने से 8 लोगों की मौत हो गई। कई मजदूर लापता हैं। पुलिस के मुताबिक, आग सुबह करीब 3 बजे लगी। दमकल की 12 गाड़ियों ने करीब 7 घंटे की मशक्कत के बाद सुबह 10 बजे आग पर काबू पाया। हालांकि गोदाम के कुछ हिस्सों में देर शाम तक धुआं और आग की लगी रही। शाम करीब 5 बजे तीन शव मिले। बाद में तलाशी के दौरान पांच और शव बरामद किए गए। बारहपुर पुलिस जिला एसपी शुभेंद्र कुमार ने बताया कि सभी शव इतनी बुरी तरह झुलसे हैं कि पहचान संभव



नहीं है। शुरुआत में 6 लोगों के लापता होने की सूचना मिली थी, लेकिन परिजनों का कहना है कि यह संख्या 10 से ज्यादा हो सकती है। गोदाम में एक डेकोरेटिव कंपनी और एक लोकप्रिय मोमो चैन के मजदूर काम करते थे, जो वहाँ अस्थायी कर्मों में रहते थे। चार मजदूर ने समय रहते फैंकट्री से बाहर भागकर अपनी जान बचाई। मृतक और लापता मजदूर पुरबा मेदिनीपुर, पश्चिम मेदिनीपुर और दक्षिण 24 परगना जिलों के रहने वाले हैं।

बीजेपी विधायक अशोक डिंडा ने आरोप लगाया कि आधी रात को गोदाम का मुख्य गेट बंद था, जिससे कई मजदूर बाहर नहीं निकल सके। फायर सर्विस मंत्री सुजीत बोस ने कहा कि रेस्क्यू ऑपरेशन जारी है। मौके पर हाई-मास्ट लाइटें लगाई गई हैं। फायर सेफ्टी पर सवाल पूछे जाने पर उन्होंने कहा कि साल में दो बार फायर ऑडिट होता है, लेकिन नियमों का पालन कराना मालिकों और कंपनी अधिकारियों की जिम्मेदारी है।

आदिवासी प्रगतिशील संगठन की बड़ी पहल: जयपुर के सामुदायिक भवन में बनेगा हाईटेक शिक्षा का आधुनिक केंद्र

डिजिटल क्लासरूम, कंप्यूटर लैब और स्किल डेवलपमेंट सुविधाओं से सशक्त होंगे आदिवासी व ग्रामीण विद्यार्थी

स्मार्ट हलचल

जयपुर। आदिवासी समाज को शिक्षा और तकनीकी रूप से सशक्त बनाने की दिशा में आदिवासी प्रगतिशील संगठन ने एक ऐतिहासिक और दूरदर्शी पहल की है। संगठन की अगुवाई में जयपुर स्थित सामुदायिक भवन को हाईटेक शिक्षा केंद्र के रूप में विकसित किया जा रहा है, जो आने वाले समय में आधुनिक, गुणवत्तापूर्ण और रोजगारोन्मुख शिक्षा का प्रमुख केंद्र बनेगा। इस प्रस्तावित हाईटेक शिक्षा केंद्र में डिजिटल क्लासरूम, स्मार्ट बोर्ड, कंप्यूटर लैब, ई-लाइब्रेरी, ऑनलाइन लर्निंग सिस्टम, करियर गाइडेंस सेल एवं स्किल डेवलपमेंट



ट्रेनिंग प्रोग्राम जैसी अत्याधुनिक सुविधाएं उपलब्ध कराई जाएंगी। इसका उद्देश्य आदिवासी, ग्रामीण एवं आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के विद्यार्थियों को तकनीकी रूप

से दक्ष, प्रतिस्पर्धी और आत्मनिर्भर बनाना है।

अध्यक्ष जे.पी. मीणा का बयान आदिवासी प्रगतिशील संगठन के अध्यक्ष श्री जे.पी. मीणा ने कहा

युवाओं को मिलेगा कौशल, रोजगार और आत्मनिर्भरता का अवसर

हाईटेक शिक्षा केंद्र के माध्यम से युवाओं को डिजिटल स्किल्स, कंप्यूटर ट्रेनिंग, प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी, स्टार्टअप ओरिएंटेशन, स्वरोजगार प्रशिक्षण और करियर काउंसलिंग जैसी सुविधाएं दी जाएंगी। इससे क्षेत्र के युवाओं को रोजगार के नए अवसर मिलेंगे और वे भविष्य की चुनौतियों के लिए बेहतर रूप से तैयार हो सकेंगे।

समाज के विकास की दिशा में दूरदर्शी कदम

यह पहल केवल एक शैक्षणिक परियोजना नहीं, बल्कि आदिवासी समाज के सामाजिक, आर्थिक और बौद्धिक उत्थान का मजबूत माध्यम है। जयपुर के सामुदायिक भवन में बनने वाला यह हाईटेक शिक्षा केंद्र समाज के लिए प्रेरणादायी उदाहरण बनेगा और आने वाली पीढ़ियों के लिए ज्ञान और तकनीक की मजबूत नींव रखेगा।

समाज से सहयोग की अपील

अध्यक्ष जे.पी. मीणा ने समाज के भाभाशाहों, युवाओं एवं प्रबुद्धजनों से अपील की कि वे इस शिक्षा अभियान में सहयोग करें, ताकि यह केंद्र शीघ्र प्रारंभ होकर अधिक से अधिक विद्यार्थियों को लाभ पहुंचा सके।

– ‘यह हाईटेक शिक्षा केंद्र केवल एक भवन नहीं, बल्कि आदिवासी समाज के उज्ज्वल भविष्य की नींव है। हमारा लक्ष्य है कि समाज के हर बच्चे को आधुनिक,

गुणवत्तापूर्ण और तकनीकी शिक्षा मिले, ताकि वह आत्मनिर्भर बने और देश के विकास में भागीदार बने। शिक्षा ही समाज को सम्मान, अवसर और नई पहचान दिलाएगी।

‘ उन्होंने आगे कहा कि संगठन का उद्देश्य युवाओं को केवल शिक्षा ही नहीं, बल्कि कौशल, रोजगार और नेतृत्व क्षमता से भी सशक्त बनाना है।

नरेगा बचाओ अभियान को लेकर कांग्रेस की बैठक आयोजित

स्मार्ट हलचल

मेड़ता रोड। महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारंटी योजना (नरेगा) को कमजोर किए जाने के आरोपों के बीच कांग्रेस पार्टी द्वारा मंगलवार को मेड़ता रोड में नरेगा बचाओ अभियान के तहत एक महत्वपूर्ण बैठक का आयोजन नायक समाज भवन में किया गया। बैठक में नरेगा योजना में हो रही कथित बजट कटौती, मजदूरी भुगतान में देरी, काम के दिनों में कमी और श्रमिकों के अधिकारों पर हो रहे हमलों को लेकर गहन चर्चा की गई।

बैठक में कांग्रेस के नागौर जिला अध्यक्ष हनुमान राम बांगड़, मेड़ता के पूर्व विधायक रामचंद्र जारोड़ा,युवा कांग्रेस उपाध्यक्ष अमिर खान, हाजी हनीफ मोहम्मद, अहमद अली, वसीम, पीर मोहम्मद, फारूक, जमील, अहमद मुनीर अहमद, सलीम अहमद, रामराज कापड़ी, रविंद्र श्रवणा, भंवर लाल गुर्जर, तथा समीजल्लाह सहित पार्टी के वरिष्ठ नेता, ब्लॉक अध्यक्ष, पदाधिकारी, जनप्रतिनिधि एवं बड़ी संख्या में



कार्यकर्ता मौजूद रहे। सभी वक्ताओं ने एक सुर में केंद्र सरकार पर नरेगा जैसी जनकल्याणकारी योजना को कमजोर करने का आरोप लगाया। बैठक को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने कहा कि नरेगा ग्रामीण गरीबों, बेरोजगारों और मजदूर वर्ग के लिए जीवनरेखा साबित हुई है। इस योजना ने करोड़ों परिवारों को रोजगार देकर पलायन रोकने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है, लेकिन वर्तमान सरकार की नीतियों के चलते नरेगा का मूल उद्देश्य प्रभावित हो रहा है।

कांग्रेस नेताओं ने आरोप लगाया कि केंद्र सरकार द्वारा नरेगा के बजट

में लगातार कटौती की जा रही है, जिससे गांवों में रोजगार के अवसर घट रहे हैं। समय पर मजदूरी का भुगतान नहीं होने से श्रमिकों को आर्थिक संकट का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि जानबूझकर योजना को कमजोर किया जा रहा है ताकि गरीब और मजदूर वर्ग की आवाज को दबाया जा सके।

नागौर जिला कांग्रेस अध्यक्ष ने अपने संबोधन में कहा कि कांग्रेस पार्टी नरेगा को बचाने के लिए सड़क से संसद तक संघर्ष करेगी। उन्होंने कार्यकर्ताओं से आह्वान किया कि वे गांव-गांव जाकर नरेगा के तहत मिलने वाले अधिकारों की जानकारी

आमजन तक पहुंचाएं और सरकार की जनविरोधी नीतियों के खिलाफ जनजागरूकता फैलाएं।

बैठक में भविष्य की रणनीति पर भी विस्तार से चर्चा की गई। तय किया गया कि नरेगा बचाओ अभियान के तहत आगामी दिनों में जनसभाएं, धरना-प्रदर्शन, ज्ञापन सौंपने और आंदोलनात्मक कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे, ताकि केंद्र सरकार पर दबाव बनाया जा सके।

इस दौरान कांग्रेस नेताओं ने मनरेगा का नाम बदलकर ‘जीरामजी’ किए जाने के कथित प्रयासों पर भी कड़ा विरोध जताया। नेताओं ने कहा कि महात्मा गांधी के नाम से जुड़ी इस योजना की पहचान को मिटाने का प्रयास किया जा रहा है, जिसे कांग्रेस किसी भी सूरत में स्वीकार नहीं करेगी।

बैठक के अंत में सभी नेताओं और कार्यकर्ताओं ने एकजुट होकर नरेगा योजना को मजबूत बनाए रखने, मजदूरों के हितों की रक्षा करने और आने वाले चुनावों में भाजपा को सत्ता से बाहर कर कांग्रेस की सरकार बनाने का संकल्प लिया।

हर्षोल्लास, उत्साह और देशभक्ति के वातावरण में मनाया गया 77वां गणतंत्र दिवस

स्मार्ट हलचल

मेड़ता रोड। मेड़ता रोड क्षेत्र सहित जारोड़ा कलां, खेडूली, ढावा, दतानी, भूपांस, जैसास एवं जारोड़ा गुजरान गांवों में 77वां गणतंत्र दिवस पूरे हर्षोल्लास, उमंग और देशभक्ति की भावना के साथ मनाया गया। राष्ट्रीय पर्व को लेकर क्षेत्रभर में विशेष उत्साह देखने को मिला। सुबह से ही विद्यालयों, सरकारी संस्थानों एवं सार्वजनिक स्थलों पर तिरंगे झंडे फहराए गए और देशभक्ति के नारों से वातावरण गूंज उठा।

मुख्य समारोह पीएम श्री राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, जारोड़ा कलां में भव्य रूप से आयोजित किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि मेड़ता के पूर्व विधायक रामचंद्र जारोड़ा रहे, जिन्होंने विधिवत ध्वजारोहण कर समारोह का शुभारंभ किया। ध्वजारोहण के पश्चात राष्ट्रगान का सामूहिक गायन हुआ, जिससे उपस्थित जनसमूह में देशभक्ति का भाव उमड़ पड़ा।

विद्यालय परिसर को दुल्हन की तरह सजाया गया था। मंच और



प्रांगण को तिरंगे गुब्बारों, झंडियों एवं आकर्षक सजावटी सामग्री से सुसज्जित किया गया, जिससे पूरा वातावरण राष्ट्रीय रंगों में रंगा नजर आया।

मुख्य समारोह में विद्यार्थियों द्वारा एक से बढ़कर एक सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए गए। देशभक्ति गीतों, समूह नृत्य, नाट्य प्रस्तुतियों और प्रेरणादायक झांकियों के माध्यम से विद्यार्थियों ने देश के वीर शहीदों को श्रद्धांजलि अर्पित की। अनुशासित परेड और सलामी के माध्यम से विद्यार्थियों ने राष्ट्रीय ध्वज के प्रति सम्मान और गर्व की भावना व्यक्त की, जिसे उपस्थित दर्शकों ने तालियों की गड़गड़ाहट से

सराहा।

इस अवसर पर विद्यालय स्टाफ, ग्रामवासी, अभिभावक, जनप्रतिनिधि एवं गणमान्य नागरिक बड़ी संख्या में उपस्थित रहे। वक्ताओं ने अपने संबोधन में भारतीय संविधान की महत्ता, लोकतांत्रिक मूल्यों, देश की एकता एवं अखंडता तथा राष्ट्र निर्माण में युवाओं की भूमिका पर विस्तार से प्रकाश डाला। समारोह का समापन राष्ट्र के प्रति निष्ठा, समर्पण और देश सेवा के संकल्प के साथ किया गया। 77वें गणतंत्र दिवस का यह आयोजन सभी के लिए प्रेरणादायक, भावनात्मक और स्मरणीय बनकर रहा।

चित्रांशी सेवा फाउंडेशन सेवा कार्यों के लिए जिला स्तर पर सम्मानित



स्मार्ट हलचल | ओम जैन

शंभूपुरा।चित्रौड़ाह जिला मुख्यालय पर आयोजित गणतंत्र दिवस 26 जनवरी पर जिला स्तरीय सम्मान समारोह में चित्रांशी सेवा फाउंडेशन को सम्मानित किया गया। इस समारोह में मंत्री गौतम दक, सांसद सीपी जोशी, चित्रौड़ाह विधायक चन्द्रभान सिंह आक्वा, जिला कलेक्टर आलोक रंजन एवं जिला पुलिस अधीक्षक मनीष

चित्राठी द्वारा फाउंडर ज्ञानेश्वरी पूरी गोस्वामी को प्रशस्ति पत्र भेंट कर सम्मानित किया गया।

ज्ञानेश्वर पूरी ने बताया कि संस्थान का उद्देश्य जनसेवा एवं समाज के अंतिम व्यक्ति के पास पहुंच मानव सेवा कार्य करना है। इसका श्रेय मेरी पुरी टीम को जाता है, गणतंत्र दिवस पर जिला स्तरीय सम्मान समारोह में सम्मानित होना हम सभी के लिए गर्व और प्रेरणा का क्षण है।

किसान के बेटे पिंटू लाल मीणा को कृषि में उत्कृष्ट कार्य पर राज्यपाल का सम्मान

गणतंत्र दिवस 2026 पर सवाई मानसिंह स्टेडियम में मिलेगा सम्मान, लोकभवन जयपुर के एटहोम कार्यक्रम में भी विशेष आमंत्रण

स्मार्ट हलचल

जयपुर। किसान परिवार से निकलकर कृषि क्षेत्र में उल्लेखनीय और नवाचारपूर्ण कार्य करने वाले सहायक कृषि अधिकारी पिंटू लाल मीणा (पहाड़ी) को गणतंत्र दिवस 2026 के अवसर पर राज्य स्तरीय समारोह में उत्कृष्ट कृषि सेवा के लिए सम्मानित किया जाएगा। यह सम्मान सवाई मानसिंह स्टेडियम, जयपुर में आयोजित मुख्य समारोह में मुख्यमंत्री द्वारा योग्यता प्रमाण पत्र प्रदान कर दिया जाएगा। साथ ही राज्यपाल द्वारा लोकभवन जयपुर में आयोजित एटहोम कार्यक्रम एवं फोटो सेशन में भी पिंटू लाल मीणा को विशेष रूप से आमंत्रित किया गया है, जो उनके कार्यों की राज्य स्तर पर

बड़ी मान्यता मानी जा रही है।

सोशल मीडिया से बदली किसानों की सोच, बढ़ाया उत्पादन

गौरतलब है कि पिंटू लाल मीणा किसानों को उन्नत कृषि तकनीक, बेहतर फसल उत्पादन, संरक्षित खेती, आधुनिक कृषि पद्धतियों और सरकारी योजनाओं की जानकारी सोशल मीडिया और अन्य डिजिटल माध्यमों से देशभर के किसानों तक पहुंचाते रहे हैं। उनके प्रयासों से किसानों को तकनीकी मार्गदर्शन, योजनाओं का सीधा लाभ और बेहतर उत्पादन के अवसर मिले हैं, जिससे कई किसानों की आय और जीवन स्तर में उल्लेखनीय सुधार हुआ है।



उत्तरप्रदेश में भी दे चुके हैं कृषि प्रशिक्षण

मीणा की कार्यशैली की पहचान राज्य तक ही सीमित नहीं रही। उन्हें

उत्तरप्रदेश के कृषि विभाग द्वारा वहां के किसानों को प्रशिक्षण देने एवं कृषि में सोशल मीडिया के महत्व पर मार्गदर्शन देने के लिए आमंत्रित किया गया था। इस दौरान उत्तरप्रदेश

के कृषि मंत्री सूर्यप्रताप शाही ने भी उनके योगदान की सराहना की थी।

देशभर में मिल चुके हैं कई बड़े सम्मान

पिंटू लाल मीणा को अब तक कई राष्ट्रीय और राज्य स्तरीय सम्मानों से नवाजा जा चुका है। प्रमुख सम्मानों में –दिल्ली के उपराज्यपाल द्वारा सम्मान, उत्तरप्रदेश के कृषि मंत्री द्वारा सम्मान, राजस्थान के पूर्व कृषि मंत्री प्रभुलाल सैनी द्वारा सम्मान, राजेंद्र राठौड़ द्वारा सम्मान, आयुक्त कृषि, जयपुर द्वारा सम्मान, करौली, धौलपुर, गंगानुरसिटी एवं सवाई माधोपुर के जिला कलेक्टरों द्वारा सम्मान, नरेंद्र देव कृषि विश्वविद्यालय, फैजाबाद द्वारा सम्मान, गंगानुरसिटी अतिरिक्त

कलेक्टर एवं उपखंड अधिकारियों द्वारा सम्मान, इसके अलावा कई सरकारी, गैर-सरकारी एवं सामाजिक संस्थाओं ने भी उन्हें कृषि क्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान के लिए सम्मानित किया है।

प्रेरणा बने पिंटू लाल मीणा, किसानों के लिए नई उम्मीद

किसान के बेटे से राज्य स्तरीय सम्मान तक का सफर तय करने वाले पिंटू लाल मीणा आज प्रदेश के किसानों के लिए प्रेरणा का प्रतीक बन चुके हैं। उनका कार्य यह साबित करता है कि तकनीक, समर्पण और सही मार्गदर्शन से कृषि को लाभ का व्यवसाय बनाया जा सकता है।

वैन की टक्कर से बाइक सवार वृद्ध की मौत, बेटा गंभीर घायल

स्मार्ट हलचल

मंडावर। थाना क्षेत्र के ऊकरूंद गांव में मंगलवार सुबह भीषण सड़क हादसे में एक वृद्ध की जान चली गई और उनका बेटा गंभीर रूप से घायल हो गया। जानकारी के अनुसार नानकराम मीणा (68) पुत्र जिम्बूराम मीणा निवासी ऊकरूंद अपने बेटे हबलेश मीणा के साथ उसकी इंटरसिटी एक्सप्रेस सड़क पकड़वाने के लिए सुबह करीब साढ़े 7 बजे मोटरसाइकिल से मंडावर रेलवे स्टेशन जा रहा था। इसी दौरान टहलडी चौराहे के पास पहुंचे। जहां सामने से आ रही एक तेज रफ्तार अज्ञात वैन ने अनियंत्रित होकर उनकी मोटरसाइकिल को जबरन टक्कर मार दी। जिससे उनकी मोटरसाइकिल पास ही स्थित एक खाई में जा गिरी और दोनों पिता-पुत्र सड़क के दूसरी ओर जा गिरे। जहां सड़क हादसे को देख मौके पर लोगों की भीड़ जमा हो गई। भीड़ ने तुरंत सड़क हादसे की सूचना पुलिस



को दी। सूचना के बाद पुलिस मौके पर पहुंची और तत्परात दिखाते हुए घायलों को राजकीय सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र मंडावर में भर्ती कराया गया। जहां चिकित्सकों ने नानकराम मीणा को मृत घोषित कर दिया। वहीं हबलेश मीणा की गंभीर हालत होने पर प्राथमिक उपचार कर जयपुर रेफर कर दिया गया। वहीं पुलिस ने मृतक नानकराम मीणा के शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों को सुपुर्द कर दिया गया। इधर सड़क हादसे के बाद समाचार लिखे जाने तक मृतक की ओर थाना पुलिस मे मामले से संबंधित कोई मुकदमा दर्ज नहीं हुआ है।

नया और विकसित भारत अभियान के अंतर्गत न्यू इंडिया ट्रस्ट द्वारा गणतंत्र दिवस समारोह आयोजित

स्मार्ट हलचल

जयपुर। वैशाली नगर स्थित डॉक्टर्स कॉलोनी पार्क में धूमधाम से 77वाँ गणतंत्र दिवस समारोह आयोजित किया गया। इस अवसर पर आयोजित समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में श्री अपूर्व सक्सेना, अध्यक्ष भारत युवा-वाहिनी के द्वारा राष्ट्रीय ध्वज फहराया गया। यह समारोह विशेष रूप से गोविंद नगर, गोपाल नगर एवं डॉक्टर्स कॉलोनी विकास समितियों के साथ मिलकर संपन्न हुआ।

इस अवसर पर कार्यक्रम के मुख्य अतिथि अपूर्व सक्सेना द्वारा वर्तमान में देश के विकास में नागरिकों की भूमिका पर जोर देते हुए नए और विकसित भारत अभियान की महत्त्वता पर प्रकाश डाला गया। इस अवसर पर तीनों कॉलोनी से जुड़े समाजसेवियों एवं विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट सेवाओं



के लिए योगदान देने वाले 21 गणमायों को प्रमाण पत्र एवं स्मृति चिह्न के रूप में पौधा प्रदान कर सम्मानित भी किया गया। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि नए और विकसित भारत अभियान के परियोजना प्रबंधक योगेश कुमार शर्मा एवं परियोजना निदेशक संजय सक्सेना द्वारा नागरिकों को शपथ दिलाते हुए अभियान के विषय में विस्तृत जानकारी दी गई। समूह में मुख्य अतिथि द्वारा तीनों

कॉलोनियों के मुख्य पदाधिकारियों सहित 75 निवासियों को इस अभियान की सदस्यता दिलाई गई एवं प्रमाण पत्र वितरित किए गए।

इस अवसर पर विकास समितियों के अध्यक्ष – अजीत भारद्वाज (डॉक्टर्स कॉलोनी), रामजस जाट (गोविंद नगर) एवं श्याम सिंह (गोपाल नगर) – ने अपने-अपने उद्बोधन में न्यू इंडिया ट्रस्ट के इस नए और विकसित भारत अभियान की प्रशंसा की तथा इसे

विकसित भारत एवं समाज के लिए आवश्यक बताया। कार्यक्रम का संचालन संजय सक्सेना द्वारा किया गया। इस अवसर पर वीरेंद्र सिंह, पंकज सैनी, अजय भार्गव, रजत शर्मा, दीनदयाल , अजय शर्मा, माधो सिंह , गोपाल लाल , कैलाश सैनी, प्रमोद चौटिया, दीपक राठी, गोविंद सिंह, रामस्वरूप गौड़ आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम में बच्चों ने सांस्कृतिक प्रस्तुतियाँ दीं एवं समापन पर मिठाई वितरित की गई।

77 वें गणतंत्र दिवस पर ग्राम पंचायत राहौली में सम्मान समारोह और ग्राम सभा आयोजित

विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट कार्य करने वालों को प्रशस्ति पत्र प्रदान कर किया सम्मानित



स्मार्ट हलचल

निवाई। 77 वें गणतंत्र दिवस राष्ट्रीय पर्व पर ग्राम पंचायत राहौली में सम्मान समारोह और ग्राम सभा का आयोजन मुख्य अतिथि जिला परिषद सदस्य रामजीलाल बैरवा की उपस्थिति शासक फूला देवी की अध्यक्षता में किया गया जिसमें ग्राम पंचायत द्वारा क्षेत्र के वर्तमान और पूर्व जनप्रतिनिधिगण, प्रशासकीय समिति सदस्यों, अधिकारी, निष्पक्ष पत्रकारिता, कर्मचारीगणों, समाज सेवकों, भाभाशाहों को माला साफा, शॉल, प्रशस्ति पत्र और मोमेंटो देकर सम्मानित किया गया। ग्राम

विकास अधिकारी राकेश बैरवा ने बताया कि राष्ट्रीय पर्व 77वे गणतंत्र दिवस समारोह के अवसर पर विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट कार्य करने वाले लोगों को सम्मानित किया गया, पत्रकार भरत देवड़वाल सामाजिक कार्यों व पत्रकारिता क्षेत्र मे उत्कृष्ट कार्य करने पर सम्मानित हुए, कर्मचारी, आशा सबनानी हरू प्राकृतिक आपदा के दौरान बांडी नदी में डूबने वाले लोगों को जान जोखिम डालकर सकृल्ला बचाने वाले जीतराम मीणा, रमेश मीणा, बहादुर सिंह, सत्यनारायण, मुकेश मीणा, लादू, हीरा लाल, भाभाशाह शंकर अटल को जिला परिषद

सदस्य रामजीलाल बैरवा, प्रशासक फूला मीणा, खंड मुख् चिकित्सा अधिकारी द्वारा सम्मानित किया गया।

इस दौरान कार्यक्रम में पीएम श्री के प्रिंसिपल योगेन्द्र सिंह नरुका, चिकित्सा अधिकारी प्रांजल अर्निहोत्री, गिरदावर धोलू मीणा, राजेंद्र मीणा, हनुमान सीआर प्रतापपुरा , मधुसूदन शर्मा, कनवेश चावला, प्रकाश जैन, छतरपाल सिंह, संदीप सिंह,छोटू सैनी, संतराम मीणा, मुकेश चावला, रामलाल बैरवा, मानसिंह मीणा,ललिता स्वामी, प्रहलाद मीणा, आशीष मीणा और ग्रामीणजन उपस्थित रहे।

77वें गणतंत्र दिवस पर उपजिला स्तरीय कार्यक्रम में पत्रकार संजय तिवारी पत्रकार संघ अध्यक्ष सम्मानित



स्मार्ट हलचल

जयपुर-निवाई। 77वें गणतंत्र दिवस के उपलक्ष्य में उपजिला स्तरीय कार्यक्रम में पत्रकारिता क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने पर राजस्थान पत्रिका पत्रकार निवाई संजय तिवारी, पत्रकार संघ अध्यक्ष, को सम्मानित किया गया। उपखंड अधिकारी प्रीति मिश्रा, तहसीलदार नरेश गुर्जर और

पुलिस उप अधीक्षक रवि शर्मा ने उन्हें प्रशस्ति पत्र व स्मृति चिह्न भेंट कर सम्मानित किया। संजय तिवारी की निष्पक्ष और निर्भीक पत्रकारिता ने जनहित के मुद्दों को उजागर कर समाज और प्रशासन के बीच सतु का कार्य किया, जो मीडिया जगत के लिए गर्व का विषय है। यह सम्मान उनकी मेहनत और पत्रकारिता के प्रति प्रतिबद्धता का प्रमाण है।

डांट की जगह प्यार, मोबाइल की जगह पढ़ाई...

नया साल सिर्फ बच्चों के लिए ही नहीं, बल्कि पेरेंट्स के लिए भी आत्ममंथन का समय होता है। अगर माता-पिता कुछ अच्छे रेजोल्यूशन्स अपनाएं, तो बच्चों की परवरिश और भविष्य दोनों बेहतर बन सकते हैं। आज के समय में परफेक्ट पेरेंट नहीं, प्रेजेंट पेरेंट बनना जरूरी है। जब माता-पिता बदलते हैं, तो बच्चे खुद-ब-खुद बेहतर बनते हैं।

बच्चों को समय देने का रेजोल्यूशन

आज की भागदौड़ में सबसे ज्यादा कमी क्वालिटी टाइम की होती है। रोज कम से कम 30 मिनट बिना मोबाइल बच्चों के साथ बिताएं, उनकी बातें ध्यान से सुनें। इससे बच्चों में आत्मविश्वास बढ़ता है। बच्चे देखकर सीखते हैं। खुद का स्क्रीन टाइम कम करें, खाने और बात करते समय मोबाइल दूर रखें। इससे बच्चों में डिजिटल लत से बचाव होगा

हेल्दी खानपान की आदत खुद अपनाएं

जंक फूड कम करें। घर के खाने को प्राथमिकता दें। बच्चा भी वही खाएगा जो माता-पिता खाते हैं। उन्हें नेचर से जोड़ें। बच्चों को कृतज्ञता, विनम्रता सिखाने से अच्छे संस्कार विकसित होते हैं

बच्चों की नींद को प्राथमिकता देंगे



इस बात का प्रण लें कि देर रात मोबाइल/टीवी की आदत नहीं फिक्स स्लीप रूटीन अपनाएं। इससे बच्चे की ग्रांथ, इम्युनिटी और पढ़ाई पर असर पड़ता है। उनकी फीलिंग्स को नजरअंदाज ना करें, डर, गुस्सा, उदासी पर खुलकर बात करें। इससे बच्चा इमोशनली मजबूत बनता है

तुलना करना बंद करेंगे

किसी और बच्चे से अपने बच्चे की तुलना ना करें। बच्चे की यूनिक पहचान को स्वीकार करेंगे। इससे मेंटल प्रेशर और हीन भावना नहीं आती। बच्चे को नंबर से ज्यादा सीखाने पर फोकस करें। गलती पर डांट नहीं, समझाएं, इससे सीखने का डर खत्म होता है। सिर्फ सख्ती नहीं प्यार और नियम दोनों का संतुलन। इससे बच्चा बात छुपाने की बजाय शेयर करना सीखेगा।

सर्दी में नवजात शिशु की कैसे करें देखभाल?

सर्दियों में सेहत का ध्यान बहुत रखना पड़ता है। छोटे हों या फिर बड़े इस मौसम में हर कोई सर्दी-खांसी और मौसमी बीमारियों से ग्रस्त हो सकता है। ऐसे में नवजात शिशु की देखभाल तो बहुत जरूरी और महत्वपूर्ण हो जाती है, क्योंकि उनकी त्वचा और शरीर अभी भी विकसित हो रहे होते हैं। हैदराबाद के यशोदा हॉस्पिटल्स में कंसल्टेंट पीडियाट्रिक न्यूरोलॉजिस्ट, डॉ. एन. वर्षा मोनिका रेड्डी ने बताया कि सर्दी के मौसम में न्यूबॉर्न बेबी की देखभाल करने के लिए क्या करना चाहिए।

बच्चे की सेपटी

कमरे के तापमान के लिए आदर्श रेंज 20-22एच (68-72एफ) है। दम घुटने के जोखिम को कम करने के लिए, ढीली रजाई की जगह स्लीप बैग या पहनने वाली कंबल का इस्तेमाल करें। बच्चे को पालने में पीठ के बल लिटाएं, जिसमें तकिए, बंपर या भारी कंबल बिल्कुल न हों। बाहर उनके सिर, हाथों और पैरों को ढकें। घर के अंदर टोपी की जरूरत नहीं है जब तक कि जगह हवादार न हो।

हाइड्रेशन और मॉइश्चराइजेशन

सर्दियों में मौसम में इस बात का ध्यान दें कि आपका बच्चा अच्छी तरह से हाइड्रेटेड और मॉइश्चराइज्ड रहें। न्यूबॉर्न बच्चों को हर दो से तीन दिन में गुनगुने पानी और पेट्रोलियम जेली जैसी खुशबू रहित चीजों से नहलाना चाहिए, क्योंकि ठंडी हवा उनकी नाजुक त्वचा को डिहाइड्रेट कर देती है, जिससे दरारें या डर्मेटाइटिस हो सकता है। बच्चों को अतिरिक्त पानी की जरूरत नहीं होती है, इसलिए उन्हें नियमित रूप से फॉर्मूला या ब्रेस्ट मिल्क देते रहें। डिहाइड्रेशन के संकेतों के लिए गीले डायपर चेक करें, हर दिन कम से कम छह डायपर बदलने की कोशिश करें।

इम्युनिटी बढ़ाएं

सर्दियों में पलू और आरएसवी जैसे वायरस आते हैं। ऐसे में ध्यान रखें कि आपके बच्चे के टीकाकरण पूरे हों, जिसमें छह महीने की उम्र से पलू का टीका भी शामिल है। मेहमानों को सीमित करें, खासकर जिन्हें सर्दी-जुकाम हो और सुनिश्चित करें कि वे अपने हाथ धोएं। हीटर से होने वाली सूखी इनडोर हवा से लड़ने और कंजेशन और खांसी को कम करने के लिए, कूल-मिस्ट ह्यूमिडिफायर का इस्तेमाल करें।

बाहर जाने के लिए जरूरी चीजें

अगर ज्यादा ठंड नहीं है, तो छोटी-मोटी सैर की जा सकती है। अगर हवा चल रही है या प्रदूषण है, तो बाहर न जाएं।

परेशानी के संकेत?

सुस्ती, ठीक से खाना न खाना, बुखार या सांस लेने में दिक्कत होने पर तुरंत हॉस्पिटल जाना जरूरी है।



बच्चों के बचपन में पेरेंट्स को भूलकर भी नहीं करनी चाहिए ये 5 गलतियां

बड़े होकर हो सकती हैं कई परेशानियां

1. दूसरों से तुलना

कई बार जब बच्चों की पढ़ाई या खेल-कूद में अच्छी परफॉर्मेंस नहीं रहती है तो पेरेंट्स दूसरे बच्चों से तुलना करते हैं। इससे बच्चे खुद को दूसरों से काफी कम समझना शुरू कर देते हैं, जो कि काफी गलत है। इससे बच्चों का कॉन्फिडेंस भी टूट सकता है। ऐसे में दूसरों से तुलना करने की जगह आप बच्चों की तारीफ और प्रोत्साहित करें।

2. हमेशा कंट्रोल करने की आदत

कई माता-पिता अपने बच्चों को छोटी-छोटी चीजों पर काफी ज्यादा टोकते हैं या फिर उन्हें कंट्रोल करना शुरू कर देते हैं। हालांकि बच्चों को

सीखाना और गलतियों पर समझाना भी काफी जरूरी होता है। लेकिन बार-बार एक ही चीज को लेकर कंट्रोल करने से उनकी डिस्ीजन लेने की क्षमता काफी कमजोर हो सकती है। ऐसे में बच्चों को दूसरों पर निर्भर रहने की आदत पड़ जाती है।

3. प्यार न दिखाना

अक्सर पेरेंट्स ये सोचते हैं कि ज्यादा लाड-प्यार दिखाने से बच्चा बिगड़ सकता है या फिर गलत फायदा उठा सकता है। लेकिन सच्चाई ये है कि मां-बाप के प्यार दिखाने से बच्चे खुद को मानसिक रूप से मजबूत और सुरक्षित महसूस करते हैं। ऐसे में आप बच्चों के

बचपन में उन्हें प्यार दिखाने में बिल्कुल भी कंजूसी न करें।

4. बच्चों की फीलिंग्स को न समझना

छोटे बच्चे अक्सर छोटी-छोटी बातों पर रोना शुरू कर देते हैं और इसपर पेरेंट्स उन्हें डांट देते हैं कि इतनी छोटी बात पर रो क्यों रहे हो? पेरेंट्स का ये व्यवहार बच्चों पर काफी नकारात्मक प्रभाव डालता है। इससे वे अपने इमोशन्स दबाना सीख जाते हैं और छोटी से लेकर बड़ी बातों को माता-पिता से छिपाना शुरू कर देते हैं। ऐसे में पेरेंट्स को बच्चों की फीलिंग्स समझना काफी जरूरी है।



अक्सर माता-पिता की शिकायत होती है कि बच्चे पढ़ाई तो करते हैं, लेकिन उन्हें याद नहीं रहता। इसकी एक बड़ी वजह कमजोर याददाश्त और कम एकाग्रता हो सकती है। ऐसे में बच्चों की डाइट में सही पोषण शामिल करना बहुत जरूरी है। सर्टिफाइड न्यूट्रिशनलिस्ट राजमनी पटेल ने एक आसान और हेल्दी ब्रेन बूस्टिंग शेक की रेसिपी शेयर की है, जिसे पढ़ाई से पहले पीने पर बच्चों की

मेमोरी और फोकस बेहतर हो सकता है।

क्या है ब्रेन बूस्टिंग शेक?

यह शेक पूरी तरह नेचुरल चीजों से बनाया जाता है, जो दिमाग को एक्टिव रखने, याददाश्त मजबूत करने और पढ़ाई के समय ध्यान बढ़ाने में मदद करता है। इसे सुबह नाश्ते में या शाम को पढ़ाई से पहले दिया जा सकता है।

ब्रेन बूस्टिंग शेक की सामग्री

- 1 पका हुआ केला
- 5-6 अखरोट (भीगे हुए)
- 1 गिलास दूध
- 1 चम्मच शहद या 1-2 खजूर
- 1 चुटकी दालचीनी पाउडर

कैसे बनाएं यह शेक?

सबसे पहले अखरोट को रातभर या कम से कम 4-5 घंटे पानी में भिगो दें। अब ब्लेंडर में केला, भीगे हुए अखरोट, दूध और शहद या खजूर डालें। सभी

5. परफेक्शन की चाहत

हर मां-बाप चाहते हैं कि उनका बच्चा पढ़ाई से लेकर खेल तक हर फील्ड में टॉप परफॉर्मर रहे। लेकिन कई बार परफेक्शन का दबाव बच्चों में फेल होने का डर बढ़ा देता है। ऐसे में पेरेंट्स को बच्चों पर परफेक्शन का दबाव बनाने से बचना चाहिए।



जो भी पढ़ेंगे सब रहेगा याद बस पढ़ाई से पहले बच्चों को पिलाएं ये ब्रेन बूस्टिंग शेक

चीजों को अच्छी तरह ब्लेंड करें, जब तक शेक स्मूद और क्रीमी न हो जाए। अंत में ऊपर से थोड़ा दालचीनी पाउडर डालें और शेक तैयार है। इसे ठंडा या सामान्य तापमान पर पिलाया जा सकता है।

क्यों है यह शेक बच्चों के लिए फायदेमंद?

केला बच्चों को तुरंत ऊर्जा देता है और दिमाग को फोकस करने में मदद करता है। अखरोट में मौजूद ओमेगा-3 फैटी एसिड और एंटीऑक्सीडेंट याददाश्त और सीखने की क्षमता बढ़ाते हैं। दूध प्रोटीन, कैल्शियम और विटामिन क्रा2 से भरपूर होता है, जो दिमाग और नर्वस सिस्टम को मजबूत बनाता है। दालचीनी ब्लड सर्कुलेशन बेहतर करती है, जिससे ब्रेन ज्यादा एक्टिव रहता है।

किन बातों का रखें ध्यान?

अगर बच्चे को लैक्टोज इनटॉलरेंस है, तो दूध की जगह बादाम या ओट्स मिल्क इस्तेमाल करें। अखरोट ज्यादा मात्रा में न डालें, वरना पेट फूलने की समस्या हो सकती है। इस शेक को रात में देर से न दें, क्योंकि इससे भारीपन महसूस हो सकता है। यह ब्रेन बूस्टिंग शेक बच्चों के लिए एक हेल्दी और आसान विकल्प है, जो पढ़ाई से पहले देने पर उनकी याददाश्त और एकाग्रता बढ़ाने में मदद कर सकता है। हालांकि, किसी भी हेल्थ रेसिपी को नियमित रूप से अपनाने से पहले डॉक्टर या न्यूट्रिशन एक्सपर्ट की सलाह लेना बेहतर होता है।

छोटे बच्चों को चाय और कॉफी देना कितना सही है

घर पर हर कोई सुबह उठते ही चाय-कॉफी पीता है, जो बच्चे अपने माता-पिता को रोज घर पर चाय-कॉफी पीते देखते हैं, उनमें भी इसे पीने की इच्छा जागती है। वे चाय-कॉफी मांगने भी लगते हैं। एक्सपर्ट के अनुसार, चाय-कॉफी बड़ों की हेल्थ के लिए अच्छी नहीं होतीं, क्योंकि इनमें कैफीन की मात्रा अधिक होती है। चाय में टैनिन नामक पदार्थ होता है। यह हमारे शरीर को भोजन से आयरन को अवशोषित करने से रोकता है। ऐसे में अगर बच्चों को ऐसी चीजें दें, तो क्या होगा? चलिए आपको

बताते हैं बच्चों को चाय और कॉफी देना कितना सही है।

छोटे बच्चों को चाय और कॉफी दें तो क्या होगा?

एक्सपर्ट के अनुसार, दस साल से कम उम्र के बच्चों को गलती से भी चाय और कॉफी नहीं देनी चाहिए। यह उनके स्वास्थ्य के लिए बहुत हानिकारक हो सकता है। इनका शारीरिक विकास पर गहरा प्रभाव पड़ सकता है, ये बच्चों के पाचन तंत्र को भी प्रभावित करते हैं। चाय और कॉफी में कैफीन होता है, जो पेट में अन्य पोषक तत्वों के अवशोषण को रोकता है। इससे बच्चों का शारीरिक विकास धीमा हो जाता है।

नींद की समस्या

चाय और कॉफी में मौजूद कैफीन मानसिक सक्रियता को सीधे प्रभावित कर सकता है। इससे नींद का सामान्य

चक्र बिगड़ सकता है। आपके बच्चे दिन में या शाम को चाय पीते हैं, तो इससे उनकी नींद में खलल पड़ सकता है। इससे नींद संबंधी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं।

हार्ट हेल्थ

चाय और कॉफी बुजुर्गों से लेकर बच्चों तक सभी के स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालती हैं। चाय में मौजूद कैफीन हार्ट को नुकसान पहुंचा सकता है और ब्लड प्रेशर को बढ़ा सकता है।

डिप्रेशन

कैफीन डिप्रेशन को बढ़ाने के लिए पर्याप्त है। चाय और कॉफी शरीर में कैफीन के मुख्य स्रोत हैं। चाय पीने से चिंता, अवसाद और तनाव जैसी समस्याएं बढ़ जाती हैं। आपके बच्चे भी चाय पीते हैं, तो उन्हें भी इन समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

