

स्मार्थ हलचल

वर्ष: 11 अंक: 98

जयपुर, भीलवाड़ा, चित्तौड़गढ़ ,रविवार , 04 अक्टूबर 2026

मूल्य: 4 रुपए

पृष्ठ: 08

एशियन गेम्स

क्रिकेट में पाकिस्तान को रौंदकर भारत ने फिर जीता गोल्ड



अभिषेक और तिलक की आंधी में उड़ा पाक

भारत ने पुरुष क्रिकेट के फाइनल में पाकिस्तान को 19 रन से रौंदकर लगातार दूसरी बार एशियन गेम्स का खिताब जीता। भारत ने 211/6 रन बनाए, जबकि पाकिस्तान की टीम 192/6 रन ही बना सकी। अभिषेक शर्मा ने 28 गेंदों में 61 और तिलक वर्मा ने 22 गेंदों में नाबाद 51 रन बनाए। शिवम दुबे ने 15 गेंदों में 27 रन जोड़े। गेंदबाजी में वॉशिंगटन सुंदर, अक्षर पटेल और दुबे ने दो-दो विकेट लिए।

हॉकी में भी जीता लगातार दूसरा गोल्ड, 14वें दिन भारत को मिले 5 गोल्ड, 1 सिल्वर और 3 ब्रॉन्ज समेत 9 पदक, मेडल टैली में 21 गोल्ड के साथ चौथे स्थान पर पहुंचा भारत, एशियाड का दूसरा सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन

● आइची-नागोया

एशियन गेम्स के 14वें दिन भारत ने पांच गोल्ड, एक सिल्वर और तीन ब्रॉन्ज समेत कुल नौ पदक जीते। इसके साथ भारत के पदकों की संख्या 85 हो गई है। भारत 21 गोल्ड, 27 सिल्वर और 37 ब्रॉन्ज के साथ पदक तालिका में चौथे स्थान पर है।

पुरुष हॉकी टीम ने फाइनल में मलेशिया को 5-1 से हराकर भारत को 21वां गोल्ड दिलाया। इससे पहले शनिवार को पुरुष क्रिकेट, तीरंदाजी, गोल्फ और कुश्ती में भी भारत ने एक-एक गोल्ड जीता। भारत का यह एशियन गेम्स में अब तक का दूसरा सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन है। 2023 के एशियाड में भारत ने 28 गोल्ड समेत कुल 106 पदक जीते थे।

हॉकी में मलेशिया को 5-1 से दी शिकस्त

भारत ने एशियन गेम्स 2026 के पुरुष हॉकी फाइनल में मलेशिया को 5-1 से हराकर लगातार दूसरी बार गोल्ड मेडल जीत लिया। इस जीत के साथ भारत ने एएए 2028 ओलंपिक के लिए कोटा भी हासिल कर लिया। भारत का एशियन गेम्स में यह पांचवां हॉकी गोल्ड मेडल है। हरमनप्रीत सिंह ने दो गोल किए, जबकि जुगराज सिंह, हार्दिक सिंह और शिलानंद लाकड़ा ने एक-एक गोल किया। मलेशिया की ओर से शेनो सिल्वरियस ने एकमात्र गोल किया। भारत ने इससे पहले हांगझोऊ 2023 में भी पुरुष हॉकी का गोल्ड जीता था। इस जीत के साथ भारत ने पहली बार एक ही एशियन गेम्स में पुरुष और महिला हॉकी दोनों में गोल्ड मेडल हासिल किया। टीम खेलों में यह भारत का तीसरा डबल गोल्ड है। इससे पहले कबड्डी और क्रिकेट में भारत यह उपलब्धि हासिल कर चुका है।



14वें दिन इन खेलों में बरसा सोना

● गोल्ड मेडल

- कुमकुम मोहोदः तीरंदाजी, महिला रिकर्व व्यक्तिगत
- प्रणवी शरथ उर्सः गोल्फ, महिला व्यक्तिगत
- अमन सहरावतः कुश्ती, पुरुष फ्रीस्टाइल 57 किग्रा
- भारतीय पुरुष क्रिकेट टीम
- भारतीय पुरुष हॉकी टीम

● सिल्वर मेडल

- प्रणवी शरथ उर्सः अदिति अशोक और दीक्षा डागर- गोल्फ, महिला टीम स्पर्धा

● ब्रॉन्ज मेडल

- नीरज चौहानः तीरंदाजी, पुरुष रिकर्व व्यक्तिगत
- दीपक पुनियाः कुश्ती, पुरुष फ्रीस्टाइल 97 किग्रा
- अंतिम पंचालः कुश्ती, महिला 53 किग्रा

राज्य स्तरीय गोपालक सम्मेलन में शामिल हुए 11 जिलों के 35 हजार गोपालक

भारत कर रहा दुनिया में सर्वाधिक ‘दूध’ का उत्पादन

देश में 75 हजार डेयरी का लक्ष्य, मप्र को सबसे ज्यादा

केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह बोले- एमपी को 2029 तक नशामुक्त करेंगे, कांग्रेसियों ने 75 साल तक सहकारिता मंत्रालय बनने नहीं दिया, मुख्यमंत्री ने कहा- प्रदेश के उन्नत पशुपालकों के लिए हर ब्लॉक में होगी प्रतियोगिता...

● भोपाल

केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह शनिवार को भेल दशहरा मैदान में आयोजित राज्य स्तरीय गोपालक सम्मेलन में शामिल हुए। कार्यक्रम में 11 जिलों के करीब 35 हजार गोपालक मौजूद थे। कार्यक्रम में मंत्री शाह ने कहा कि देश की आजादी के बाद वर्ष 2013-14 तक देश में कुल दूध उत्पादन 14 करोड़ 7 लाख टन था।

प्रधानमंत्री मोदी के सत्ता संभालने के बाद 10 साल में ही यह 25 करोड़ टन से अधिक हो गया है। प्रति व्यक्ति दूध उत्पादन में 58 प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की गई है, जो अब 485 ग्राम प्रति व्यक्ति प्रतिदिन हो गया है। भारत अब दुनिया में सबसे अधिक दुग्ध उत्पादन कर रहा है। देश के दुग्ध उत्पादन में अग्रणी पांच राज्यों में उत्तर प्रदेश, राजस्थान, मध्यप्रदेश, गुजरात और महाराष्ट्र शामिल हैं। उन्होंने कहा कि वर्ष 2047 तक भारत को हर क्षेत्र में नंबर एक बनाने का संकल्प लिया है। हमारा निर्यात आज बढ़कर 5000 करोड़ तक पहुंच गया है। यूएई, अमेरिका, बांग्लादेश, सऊदी अरब और भूटान सहित कई देशों में भारत निर्यात करता है। केंद्र सरकार ने गांवों में 75 हजार डेयरी सहकारी समितियां बनाने का लक्ष्य रखा है। इसके साथ ही 46 हजार डेयरियों को और भी मजबूत किया जाएगा। नई डेयरी समितियों के लक्ष्य प्राप्ति में सबसे बड़ा योगदान मध्यप्रदेश का होगा।



सीएम बोले- दूध उत्पादन में देश का तीसरा सबसे बड़ा राज्य मप्र

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि मध्यप्रदेश नई दुग्ध क्रांति की ओर बढ़ रहा है। प्रदेश में 80 लाख से अधिक गौपालकों का विशाल समृद्ध परिवार है। किसानों की सबसे अधिक आय दूध उत्पादन से होती है। मध्यप्रदेश दूध उत्पादन में अब देश का तीसरा सबसे बड़ा राज्य है। सम्मेलन में मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने गौपालकों और दुग्ध उत्पादकों के हित में चलाई जा रही विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं का जिक्र करते हुए अगले माह गोवर्धन पूजा से पहले सरकार के तीन नए संकल्पों की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि प्रदेश के सभी 313 ब्लॉकों में स्थित वृंदावन ग्रामों में उत्कृष्ट गौपालकों की प्रतियोगिता कराई जाएगी। इसमें विजेताओं को नकद पुरस्कार दिए जाएंगे। प्रथम विजेता को एक लाख , द्वितीय को 50 हजार एवं तृतीय पुरस्कार के रूप में 25 हजार रुपए मिलेंगे। मुख्यमंत्री ने कहा कि अभी प्रदेश में 406 गौ-एम्बुलेंस चल रही हैं। इसमें वृद्धि करते हुए अब प्रदेश में 168 नई गौ-एम्बुलेंस चलाई जाएगी।

मप्र देश में सबसे पहले हुआ नक्सल मुक्त...

मुख्यमंत्री ने कहा कि केंद्रीय मंत्री शाह के अटल इरादों से ही देश नक्सलवाद की समस्या से हमेशा के लिए मुक्त हो गया है। मप्र देश में सबसे पहले दशकों पुरानी इस समस्या से मुक्त हुआ है। पहले दुग्ध उत्पादकों से बिचौलिए लाभ कमाते थे। लेकिन केंद्रीय सहकारिता मंत्री शाह के प्रयासों से अब नेशनल डेयरी डेवलपमेंट बोर्ड के साथ एमओयू हो गया है। उन्होंने कहा कि दुनिया में प्रतिदिन प्रति व्यक्ति 330 ग्राम दूध का प्रोडक्शन होता है। यह आंकड़ा भारत में 485 ग्राम है और मध्यप्रदेश में राष्ट्रीय औसत से अधिक 750 ग्राम है। आज प्रदेश में श्वेत क्रांति 2.0 की शुरुआत हो रही है। उन्होंने कहा कि हमारी सरकार ने दुग्ध समितियों की संख्या बढ़ाकर दूध कलेक्शन को 50 लाख लीटर प्रतिदिन करने का लक्ष्य रखा है। जिन गांवों में समितियां नहीं बनी हैं, वहां भी समितियां गठित की जाएंगी। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष हेमंत खंडेलवाल ने कहा कि केंद्रीय मंत्री शाह ने देश में सहकारिता को एक नई दिशा दे दी है। मध्यप्रदेश में नई दुग्ध क्रांति की शुरुआत की गई है। अब तक 1700 से अधिक दुग्ध सहकारी समितियां बनाई जा चुकी हैं। सांची और नेशनल डेयरी डेवलपमेंट बोर्ड के बीच हुए एमओयू के बाद प्रदेश में दूध का कलेक्शन 12 लाख लीटर प्रतिदिन पर पहुंच गया है। प्रदेश के गौपालकों को अब दूध का 8.50 रुपये प्रति लीटर अधिक दाम मिल रहा है। केंद्रीय गृह मंत्री शाह ने मंच से 5 गौपालक दीर्घायों और सर्वश्रेष्ठ दुग्ध उत्पादन करने वाली समिति के सदस्यों को प्रशस्ति-पत्र देकर सम्मानित किया। साथ ही 2 पशुपालकों को राज्य सरकार की डॉ. भीमराव अंबेडकर कामधेनु योजना के हितग्राहियों को स्वीकृत आशय-पत्र भी प्रदान किए।



● नई दिल्ली

निजी ईंधन कंपनी नायरा एनर्जी ने पेट्रोल और डीजल की कीमतों में बढ़ोतरी की है। पेट्रोल 5 और डीजल 3 रुपये प्रति लीटर महंगा किया गया है। नई कीमतें शनिवार सुबह से देशभर में नायरा के 7,108 ईंधन स्टेशनों पर लागू हो गईं। कंपनी ने अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल और रिफाईंड पेट्रोलियम उत्पादों की कीमतों में बढ़ोतरी को इसके पीछे की वजह बताया है।

बढ़ोतरी के बाद भोपाल में नायरा का पेट्रोल 119.54 और डीजल 102.64 रुपये प्रति लीटर हो गया है। यह बढ़ोतरी फिलहाल सिर्फ नायरा ने की है। इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन (आईओसी), भारत पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड (बीपीसीएल) और हिंदुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड (एचपीसीएल) ने पेट्रोल-डीजल की कीमतों में बदलाव नहीं किया है। जियो-बीपी ने भी अभी कीमतें नहीं बढ़ाई हैं। ईरान में तनाव के कारण वैश्विक ऊर्जा आपूर्ति प्रभावित होने के बाद नायरा ने 26 मार्च को भी पेट्रोल 5 और डीजल 3 रुपये प्रति लीटर महंगा किया था। पश्चिम एशिया में तनाव कम होने और कच्चे तेल की कीमतों में गिरावट के बाद कंपनी ने 1 जुलाई को यह बढ़ोतरी वापस ले ली थी। कंपनी ने इस बार ऐसे समय कीमतें बढ़ाई हैं, जब अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमत 100 डॉलर प्रति बैरल से ऊपर बनी हुई है। इससे निजी ईंधन कंपनियों की लागत और खुदरा कीमतों के बीच अंतर बढ़ने की बात कही गई है।

भोपाल में नायरा का पेट्रोल अब 119.54 और डीजल 102.64 रुपये प्रति लीटर

एआई के लिए हो न्यूक्लियर प्लांट जैसी सुरक्षा: रॉबिन्सन

ओपनएआई के सेफ्टी एक्सपर्ट ने कंपनी की कार्यसंस्कृति पर उठाए सवाल, दिया इस्तीफा

● नई दिल्ली / आरएनएन



गलतियों की गुंजाइश बनी रहती है और मॉडलों के अधिक सक्षम होने के साथ ऐसी गलतियों के संभावित जोखिम

भी बढ़ रहे हैं। उन्होंने एआई एजेंटों के नियंत्रण से बाहर होने और हर्गिफ फेस के सिस्टम में ओपनएआई एजेंटों की सेंध का हवाला देते हुए कहा कि अग्रणी एआई कंपनियों को परमाणु ऊर्जा संयंत्रों और व्यस्त हवाई अड्डों जैसी सुरक्षा व्यवस्था अपनानी चाहिए।

अलविदा

सामान्य से 4% कम हुई बारिश, दिन में पारा 35 डिग्री पार, रात में 17-18 तक गिरा

मध्यप्रदेश से मानसून की 10 दिन पहले विदाई

● भोपाल

मध्यप्रदेश से शनिवार को मानसून पूरी तरह विदा हो गया। इस बार मानसून पिछले साल के मुकाबले करीब 10 दिन पहले लौट गया। मानसून 24 जून को प्रदेश में पहुंचा था और पिछले एक सप्ताह से बारिश की गतिविधियां लगभग धमी हुई थीं। अब दिन में तापमान बढ़ने लगा है, जबकि रात में पारा 17-18 डिग्री तक गिरने से ठंडक बढ़ रही है।

इस मानसून सीजन में प्रदेश में 908.4 मिमी यानी 35.8 इंच बारिश हुई, जबकि सामान्य बारिश 949.5 मिमी यानी 37.3 इंच है। इस तरह सामान्य से 41.1 मिमी यानी करीब 1.5 इंच कम बारिश दर्ज हुई। पूर्वी मध्यप्रदेश में सामान्य से 4 प्रतिशत



अधिक, जबकि पश्चिमी हिस्से में 12 प्रतिशत कम बारिश हुई। प्रदेश के 25 जिलों में सामान्य बारिश का कोटा पूरा हुआ, जबकि 30 जिले सामान्य से कम बारिश वाले रहे। इनमें 11 जिलों में सामान्य की 80 प्रतिशत से भी कम बारिश हुई। अलीराजपुर में सामान्य की आधी बारिश भी नहीं हुई।

नमी घटने और शुष्क हवाओं से हुई मानसून की वापसी

मौसम विशेषज्ञों के अनुसार बारिश की गतिविधियां कम होने, बादल छंटने, नमी घटने और शुष्क उत्तरी हवाओं के प्रभाव से मानसून की वापसी हुई। उत्तर गुजरात और दक्षिण-पश्चिम राजस्थान के आसपास बने प्रतिचक्रवाती परिसंचरण ने भी इसमें भूमिका निभाई। पिछले साल मानसून 13 अक्टूबर को विदा हुआ था।

अक्टूबर में बढ़ेगी गर्मी

अक्टूबर में प्रदेश के अधिकांश हिस्सों में अधिकतम तापमान सामान्य से अधिक रहने का अनुमान है। हालांकि कुछ क्षेत्रों में हल्की बारिश हो सकती है। 3, 4 और 5 अक्टूबर को बारिश की संभावना नहीं है। 6 अक्टूबर को टीकमगढ़, छतरपुर, पन्ना, सतना, रीवा, मऊगंज, सीधी, सिंगरीली, मैहर, उमरिया, शहडोल, डिंडौरी और अनूपपुर में हल्की बारिश हो सकती है।

फार्मा प्लांट में बॉयलर ब्लास्ट 5 की मौत, 10 गंभीर घायल

श्री सिटी एसईजेड में हुआ हादसा, कैटीन में नाशता कर रहे कर्मचारी भी चपेट में आए

● तिरुपति

आंध्र प्रदेश के तिरुपति जिले के सत्यवेडु मंडल स्थित श्री सिटी स्पेशल इकोनॉमिक जोन (एसईजेड) में शनिवार सुबह एक निजी फार्मा कंपनी में बॉयलर फटने से पांच लोगों की मौत हो गई। हादसे में 10 लोग गंभीर रूप से घायल हुए हैं। घायलों को अस्पताल में भर्ती कराया गया है। धमाका इतना तेज था कि कंपनी के भवन का एक हिस्सा मलबे में तब्दील हो गया। हादसा सुबह करीब 8 बजे हुआ। उस समय नाइट शिफ्ट खत्म होने को थी और कुछ कर्मचारी कैटीन में चाय-नाश्ता कर रहे थे। अचानक हुए धमाके और आग की चपेट में कैटीन समेत आसपास मौजूद कर्मचारी आ गए। पुलिस और आपातकालीन टीमों मौके पर पहुंची और राहत-बचाव अभियान शुरू किया।



नकली सोने की मालाएं दिखाकर 96 लाख की ठगी करने वाली गैंग का किया पर्दाफाश

सिकंदरा थाना पुलिस ने तीन आरोपियों को किया गिरफ्तार, 13.60 लाख रुपए नकद और वारदात में काम ली गई बाइक को भी किया बरामद

स्मार्ट हलचल

दौसा सिकंदरा थाना पुलिस ने सोने की नकली मालाएं और हार असली बताकर व्यापारियों से लाखों रुपए की ठगी करने वाली गैंग का पर्दाफाश करते हुए तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस के अनुसार आरोपी राजस्थान के विभिन्न जिलों में इसी तरीके से करीब 25 वारदातों को अंजाम दे चुके हैं। आरोपियों द्वारा करीब 96 लाख रुपए की ठगी किए जाने की जानकारी सामने आई है। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से 13 लाख 60 हजार रुपए नकद तथा वारदात में प्रयुक्त मोटरसाइकिल बरामद की है। गैंग के अन्य सदस्यों और शेष माल-मशरूका की तलाश जारी है। कार्रवाई पुलिस महानिरीक्षक जयपुर मौजूब दीक्षित, अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक रंज राहुल प्रकाश, जिला पुलिस अधीक्षक दौसा प्रोफ़ेस दीक्षित, अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक शंकरलाल मीना तथा वृत्ताधिकारी मानपुर अशोक कुमार मीना के सुपरविजन में सिकंदरा थानाधिकारी सुरेन्द्र सिंह के नेतृत्व में की गई। पुलिस टीम ने तीनों आरोपियों को डीडवाना-कुचामन जिले के मंगलाना से गिरफ्तार किया।

15 लाख की ठगी से खुला मामला
पुलिस के अनुसार 26 सितंबर को सिकंदरा

थाना क्षेत्र के बासड़ा निवासी कमलेश सैनी ने रिपोर्ट दर्ज कराई थी। परिवादी ने बताया कि बांदीकुई रोड सिकंदरा स्थित उसकी फर्नीचर एवं इलेक्ट्रॉनिक्स की दुकान पर करीब डेढ़ माह पहले कुछ लोग ग्राहक बनकर आए थे। बाद में उन्होंने मजदूरी के दौरान जमीन से सोने जैसी वस्तु मिलने की बात कहते हुए उसे कुछ टुकड़े दिखाए। आरोपियों ने एक-दो असली सोने के दाने देकर परिवादी का विश्वास जीता और बताया कि उनके पास करीब 800 ग्राम सोना है, जिसे वे कम कीमत में बेचना चाहते हैं। बातचीत के बाद परिवादी को 24 सितंबर को जयपुर के ट्रांसपोर्ट नगर बुलाया गया। वहां आरोपियों ने उसे सोने की मालाएं देकर 14 लाख रुपए नकद दिए। बाद में राजाधोक पहुंचकर मालाओं की जांच कराने पर उनके नकली होने का पता चला।

इस पर सिकंदरा थाने में प्रकरण दर्ज कर पुलिस ने आरोपियों की तलाश शुरू की। 350 सीसीटीवी कैमरों और तकनीकी संसाधनों से सुराग मामले की गंभीरता को देखते हुए सिकंदरा थाना पुलिस, साइबर सेल और डीएसटी दौसा की संयुक्त टीम गठित की गई। टीम ने घटनास्थल सहित विभिन्न मार्गों पर लगे करीब 350 सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगाली। पुलिस ने करीब 350 किलोमीटर क्षेत्र में सीसीटीवी फुटेज, बीटीएस, कॉल डिटेल और अन्य तकनीकी साक्ष्यों का विश्लेषण किया। पुलिस टीम की लगातार निगरानी और तकनीकी पड़ताल के बाद तीन आरोपियों की पहचान कर उन्हें मंगलाना से गिरफ्तार किया गया। पूछताछ के बाद आरोपियों के कब्जे से 13.60 लाख रुपए नकद और वारदात में प्रयुक्त मोटरसाइकिल बरामद की गई।

ऐसे देते थे ठगी की वारदात को अंजाम
पुलिस पूछताछ में सामने आया कि आरोपी अपने चार-पांच साथियों के साथ भीड़भाड़ वाले क्षेत्रों में मंदिर, रेलवे स्टेशन, बस स्टैंड, रैल बसेरा और धर्मशालाओं के आसपास फिराक का मकान लेकर महिलाओं और बच्चों के साथ रहते थे। इसके बाद निरोह के सदस्य 20 से 30 किलोमीटर दूर करबों और बाजारों में जाकर व्यापारियों की रेकी करते थे। आरोपी पहले दुकानदारों से छोटी-मोटी खरीदारी कर उनसे जान-पहचान बनाते और विश्वास हासिल करते थे। इसके बाद सड़क खुदाई के दौरान सोने की बड़ी माला या हार मिलने की कहानी सुनाकर व्यापारी को अपने जाल में फंसाते थे। विश्वास बढ़ाने के लिए

आरोपी असली सोने का एक दाना या टुकड़ा देते, जिसे व्यापारी सुनार से जांच करवाता और उसके असली निकलने पर आरोपियों पर भरोसा कर लेता। इसके बाद नकली सोने की माला या हार की कीमत लाखों रुपए में तय की जाती। आरोपियों की योजना के अनुसार व्यापारी को उसके क्षेत्र से काफी दूर बुलाया जाता था। वहां निरोह के अन्य सदस्य आसपास खड़े रहकर पैसों की रेकी करते और नकदी लेकर मोटरसाइकिल से फरार हो जाते थे।

कई जिलों में वारदातें करने की बात कबुली
पुलिस पूछताछ में आरोपियों ने दौसा, नागौर, बीकानेर, डीडवाना-कुचामन, जयपुर ग्रामीण, झुझुनू, चूरू, सीकर, पाली सहित राजस्थान के विभिन्न क्षेत्रों में ठगी की वारदातें करना स्वीकार किया है। पुलिस के अनुसार आरोपियों ने मेड़ता रोड में 7 लाख, महवा में 3 लाख, फुलेरा में 6 लाख, बीकानेर में 2 लाख, रतनगढ़ में 5 लाख, सीकर में कपड़ा व्यापारी से 2 लाख, सिकंदरा में 15 लाख, नवलगढ़ में 5 लाख, चंदवाजी में 2 लाख, मकराना में 3 लाख, झुझुनू में 4 लाख, अटेली मंडी में 5 लाख, राजगढ़-चूरू में 4.70 लाख, पाली में 4 लाख, सीकर के लोहा बाजार में 4 लाख,

गंगापुर तक ई-बस सेवा का विस्तार

जिला मुख्यालय से जुड़ाव होने से आम जनता को मिलेगी बड़ी राहत , एकलिंगपुरा महेन्द्रगढ़ को जोड़ने की मांग उठी

स्मार्ट हलचल

भीलवाड़ा/गंगापुर। क्षेत्र के यात्रियों और कॉलेज विद्यार्थियों के लिए एक बेहद राहत भरी खबर है। नगर निगम प्रशासन ने पीएम ई-बस सेवा का दायरा बढ़ाते हुए इसका विस्तार गुरला-कारोई मार्ग से आगे गंगापुर तक कर दिया है। अब जिला मुख्यालय से गंगापुर तक सीधे ई-बस सेवा उपलब्ध होने से स्थानीय निवासियों, नौकरोंपेशा लोगों और छात्रों का सफर बेहद आसान और फिकरायती हो जाएगा। प्रमुख चौराहे और कॉलेज भी जुड़ने नए रूट चार्ट के अनुसार, यह ई-बस सेवा शहर के भीतर और बाहरी मार्गों के प्रमुख चौराहों को आपस में जोड़ेगी। इससे बांकली कॉलेज तक जाने वाले विद्यार्थियों को रोजाना आने-जाने के लिए निजी वाहनों या अतिरिक्त साधनों पर निर्भर नहीं रहना पड़ेगा। बस सेवा शुरू होने से समय और पैसे दोनों की बचत होगी। अब ई बस सेवा नए रूट और दायरा बढ़ा लम्बी दूरी तय करेगी



कारोई जाने वाली ई-बस को अब गंगापुर तक बढ़ा दिया है। बागौर रूट में सुरास और डेड़वासा गांव को जोड़ा गया है, जबकि यात्रियों और श्रद्धालुओं की सुविधा को ध्यान में रखते हुए वीकेंड पर विशेष रूट तैयार किया गया है। शनिवार, रविवार और सोमवार को रावला रूट की ई-बस सीधे कवालियास महादेव तक जाएगी, जिससे धार्मिक स्थलों पर दर्शन के लिए जाने वाले लोगों को सीधा परिवहन साधन मिल सकेगा।

महेन्द्रगढ़ - एकलिंगपुरा रूट को भी ई बस सेवा शुरू करने की मांग

महेन्द्रगढ़ संरंपच प्रतिनिधि रामधन

सोमानी ने कहा कि महेन्द्रगढ़ एकलिंगपुरा क्षेत्र में जिला मुख्यालय से सरकारी बस सेवा की कनेक्टिविटी नहीं होने से आमजन को ख़ासी परेशानी का सामना करना पड़ा है इस रूट पर ई बस सेवा से जोड़े और एकलिंगपुरा से तुलसीराम सेन ओबीसी मोर्चा जिला मंत्री ने एकलिंगपुरा महेन्द्रगढ़ तिलोली सांगवा को कारोई गुरला ई बस सेवा से जोड़ने की मांग की शीघ्र ही निगम अधिकारियों को पत्र लिखकर इस रूट पर बस संचालन की मांग देहराएंगे

निगम ने जनता से मांगे सुझाव
नगर निगम प्रशासन ने आम जनता और यात्रियों से ई-बस सेवा को और बेहतर बनाने के लिए सुझावों की अपील की है। यदि किसी रूट, समय सारणी या प्रमुख स्पीज (जैसे रेलवे स्टेशन, अस्पताल या नागरिक नगर चौराहा) में बदलाव की आवश्यकता है, तो लोग निगम कार्यालय में अपने सुझाव दे सकते हैं। इन सुझावों के आधार पर भविष्य में बसों के ठहराव और रूट में आवश्यक बदलाव किए जा सकेंगे।

गांधी जयंती एवं शास्त्री जयंती धूमधाम से मनाई गई

स्मार्ट हलचल

शाहपुर। पीएम श्री बोर माता माणिक कंवर राजकीय बालिका उच्च माध्यमिक विद्यालय, शाहपुरा ने राष्ट्रपिता महात्मा गांधी एवं पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री की जयंती हर्षोल्लास एवं गरिमापूर्ण वातावरण में मनाई गई। कार्यक्रम का शुभारंभ महात्मा गांधी एवं लाल बहादुर शास्त्री के चित्र पर माल्यार्पण एवं पुष्पांजलि अर्पित कर किया गया। इस अवसर पर छात्राओं द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम में बहुत ही सुंदर राजस्थानी लोक नृत्य की प्रस्तुति दी। भाषण, निबंध लेखन एवं पोस्टर प्रतियोगिता सहित विभिन्न रचनात्मक गतिविधियों का आयोजन किया गया। छात्राओं ने महात्मा गांधी के सत्य, अहिंसा एवं स्वच्छता के संदेश तथा लाल बहादुर शास्त्री के सादगी, ईमानदारी एवं देशभक्ति के



आदर्शों को अपने विचारों एवं प्रस्तुतियों के माध्यम से व्यक्त किया। छात्रों ने गांधी जी व शास्त्री जी के जीवन के प्रेरक प्रसंग, जीवनी आदि सुनाकर अपनी प्रस्तुतियां दी।

विद्यालय परिसर में स्वच्छता अभियान चलाकर छात्राओं एवं स्टाफ ने स्वच्छता का संदेश दिया। छात्राओं ने परिसर की साफ-सफाई करते हुए स्वच्छ विद्यालय एवं स्वच्छ भारत का संकल्प लिया। पोस्टर एवं निबंध प्रतियोगिता के माध्यम से 'स्वच्छता ही सेवा', सत्य, अहिंसा एवं देशभक्ति जैसे विषयों पर जागरूकता का संदेश दिया गया। प्राचार्य सुरेंद्र सिंह बारठ ने सभी बच्चों को गांधी जयंती व शास्त्री जयंती की हार्दिक शुभकामनाएं दी एवं उनके प्रेरक प्रसंग व जीवनी पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम में छात्राओं ने देशभक्ति गीत, कविता एवं सांस्कृतिक

प्रस्तुतियों के माध्यम से राष्ट्रप्रेम की भावना को अभिव्यक्त किया। शिक्षकों ने गांधीजी एवं शास्त्रीजी के जीवन आदर्शों पर प्रकाश डालते हुए छात्राओं को उनके सिद्धांतों को अपने जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम के अंत में सभी ने स्वच्छता, सत्य, अहिंसा, अनुशासन एवं राष्ट्रसेवा के मूल्यों को जीवन में अपनाने का संकल्प लिया। कार्यक्रम का आयोजन विद्यालय परिवार के सहयोग से सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। कार्यक्रम का संचालन कार्यक्रम प्रभारी इंदिरा जैन ने किया। कार्यक्रम प्रस्तुत करने वाली छात्राओं को पारितोषिक दिया गया। राष्ट्रीय पर्व धूमधाम से आयोजित किया गया। कार्यक्रम में विद्यालय स्टाफ राकेश कुमार खटीक, ज्योति सुमन, किरण सोडा, कृदंतला रिषा,शिव प्रसाद शर्मा, तबस्सुम खान, शिव बारठ, मेधा केवलानी, ममता सिंघाडिया, कृष्ण सुगेठी, पायल पांचाल एवं समस्त छात्राएं में उपस्थित रही।

भीलवाड़ा में वकील पर जानलेवा हमले व चाकूबाजी के विरोध में अधिवक्ताओं में भारी आक्रोश: एसपी को सौंपा ज़ापन, गिरफ्तारी के लिए 3 दिन का अल्टीमेटम

अजमेर चौराहा-सिविल लाइन मार्ग पर अधिवक्ता गोविंद मानमिया पर हुआ था जानलेवा हमला; वीडियो साक्ष्य के बावजूद गिरफ्तारी न होने पर भड़के वकील, उग्र आंदोलन की दी चेतावनी

स्मार्ट हलचल

भीलवाड़ा। भीलवाड़ा में अधिवक्ता पर हुए जानलेवा हमले और लुटपाट के प्रयास के गंभीर वारदात के विरोध में अधिवक्ताओं में गहरा रोष फैल गया है। जिला अभिभाषक संस्था भीलवाड़ा के अध्यक्ष उम्मेदसिंह राठौड़ के नेतृत्व में संस्था के पदाधिकारियों एवं सैकड़ों अधिवक्ताओं ने शनिवार को जिला पुलिस अधीक्षक को ज़ापन सौंपकर हमलावर को तत्काल गिरफ्तार करने की मांग की। अधिवक्ताओं ने दो-दूक चेतानवी दी है कि यदि 3 दिन के भीतर अभियुक्त को उनकी गर्दन पर वार रास्ता रोककर प्रशासन की कोशिश, चाकू से किया जानलेवा वार जिला अभिभाषक संस्था के अध्यक्ष उम्मेदसिंह राठौड़ ने घटना का विवरण देते हुए बताया कि 1 अक्टूबर को रात करीब 8:30 से 9:00 बजे के बीच अधिवक्ता गोविंद मानमिया अजमेर चौराहे से सिविल लाइन होते



हूए अपने गंतव्य की ओर जा रहे थे। इसी दौरान एक अज्ञात बदमाश ने स्कूटर से आकर दाना रोक लाश और लूटपाट का प्रयास किया। जब अधिवक्ता ने विरोध किया, तो हमलावर ने जब से चाकू निकालकर जान से मारने की नीयत से उनकी गर्दन पर वार करने की कोशिश की। बचाव के दौरान चाकू उनके हाथ पर लगा, जिससे गहरा घाव हो गया और अत्यधिक रक्त बहने के कारण वे मौके

पर ही अचेत होकर गिर पड़े। आसपास मौजूद राहगीरों ने तुरंत अधिवक्ता को महत्वा गांधी चिकित्सालय पहुंचाया, जहां उनका उपचार हुआ।

सुभाष नगर थाने में दर्ज है मुकदमा, वीडियो फुटेज के बाद भी गिरफ्तारी नहीं
पीड़ित अधिवक्ता गोविंद मानमिया की रिपोर्ट पर थाना सुभाष नगर में अभियुक्त के खिलाफ मुकदमा संख्या 326/2026 दर्ज

किया गया है। अधिवक्ताओं ने आक्रोश व्यक्त करते हुए कहा कि घटना से जुड़े महत्वपूर्ण वीडियो फुटेज पुलिस को उपलब्ध कराने के बावजूद अब तक आरोपी की गिरफ्तारी नहीं होना पुलिस कार्यप्रणाली पर सवाल खड़े करता है। इसी के विरोध में बार एसोसिएशन लामबंद हुआ। वहीं, पुलिस अधीक्षक ने ज़ापन प्राप्त कर अधिवक्ताओं को आश्वस्त किया कि पुलिस टीमें गठित कर दी गई हैं और अभियुक्त को शीघ्र गिरफ्तार किया जाएगा। जिला अभिभाषक संस्था का अल्टीमेटम व मुख्य बिंदु:

मुकदमा: सुभाष नगर थाना में एफआईआर संख्या 326/2026 दर्ज। अल्टीमेटम: आरोपी की गिरफ्तारी के लिए पुलिस को 3 दिन की मोहलत, अन्यथा होगा उग्र आंदोलन। मांग: शहर में वकीलों व नागरिकों की सुरक्षा पुख्ता करने और मुख्य मार्गों पर रात्रि गश्त बढ़ाने की मांग।

24.840 किलो डोडा पोस्ट के साथ पंजाब का तस्कर गिरफ्तार, एमपी से पंजाब तक फैले नेटवर्क पर एएनटीएफ का शिकंजा

स्मार्ट हलचल
पुनित चपलोट भीलवाड़ा। नशे के कारोबार के खिलाफ एंटी नारकोटिक्स टास्क फोर्स (एएनटीएफ) की कार्रवाई लगातार जारी है। एएनटीएफ भीलवाड़ा टीम ने शहर में बड़ी कार्रवाई करते हुए 24.840 किलोग्राम डोडा पोस्ट बरामद कर एक आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी मध्यप्रदेश से मादक पदार्थ लेकर राजस्थान के रास्ते पंजाब में सप्लाई करने जा रहा था। कार्रवाई को मध्यप्रदेश से पंजाब तक चल रहे नशे के नेटवर्क पर बड़ी चोट माना जा रहा है। एएनटीएफ की आसूचना पर भीलवाड़ा टीम को जानकारी मिली कि भीलवाड़ा-अजमेर रोड स्थित सुखाड़िया सर्किल के पास एक सदिग्ध व्यक्ति दो बैग लेकर बस का इंतज़ार कर रहा है। सूचना के आधार पर टीम ने सुभाष नगर थाना पुलिस से संपर्क कर संयुक्त कार्रवाई की। पुलिस टीम मौके पर पहुंची और हुलिए के आधार पर सदिग्ध व्यक्ति की घेराबंदी कर उसे दबोच लिया। पुलिस ने पूछताछ में उसका नाम संदीप (29) बताया। तलाशी लेने पर उसके पास मौजूद दोनों बैगों की जांच की गई तो उनमें 24.840 किलो डोडा पोस्ट बरामद हुआ। पुलिस ने मादक पदार्थ जब्त कर आरोपी को गिरफ्तार कर लिया।

हर चक्कर के मिलते थे 10 हजार
प्रारंभिक पूछताछ में सामने आया कि आरोपी संदीप मध्यप्रदेश से डोडा पोस्ट लेकर राजस्थान के रास्ते पंजाब पहुंचता था। इसके बदले उसे प्रति चक्कर 10 हजार रुपए मिलते थे। वह पंजाब में मादक पदार्थ की सप्लाई करता था। गिरफ्तार आरोपी की पहचान संदीप पुत्र बक्शी सिंह, निवासी पिपली थाना फरीदकोट, पंजाब, हाल निवासी कोटकपुरा, पंजाब के रूप में हुई है। एएनटीएफ महानिरीक्षक पुलिस विकास कुमार ने बताया कि महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा और अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस दिनेश एमएन के मार्गदर्शन में नशे के खिलाफ कार्रवाई लगातार जारी है।

2 साल से फरार चल रहे हैं चोरी का माल खरीदने वाले 5 हजार के इनामी को किया गिरफ्तार



स्मार्ट हलचल

बिजौलियाँ बिजौलियाँ
पुलिस ने नकबजनी का माल खरीदने के खिलाफ कार्यवाही करते हुए दो साल से फरार 5 हजार रुपये के इनामी आरोपी अशोक पामेचा को गिरफ्तार किया है।

आरोपी की पहचान-
गिरफ्तार आरोपी का नाम अशोक कुमार (उम्र 74 वर्ष) है, जो मध्य प्रदेश के नीमच जिले के मनासा थाना क्षेत्र का रहने वाला है
मामला-
आरोपी बिजौलिया थाना क्षेत्र में नकबजनी (चोरी) के एक मामले में सोने-चांदी के आभूषण खरीदने के आरोप में पिछले दो साल से फरार चल रहा था
इस प्रकार पुलिस ने कार्यवाही को दिया अंजाम -
भीलवाड़ा पुलिस अधीक्षक सागर (IPS) के निर्देश पर पुलिस टीम ने खुफिया जानकारी जुटाई और आरोपी के छिपने के ठिकानों की रेकी कर उसे पीछा करके दबोच लिया
इस कार्रवाई को बिजौलिया थाना प्रभारी (पु.नि.) स्वागत पाण्डव और उनकी टीम लक्ष्मण सिंह, नरेश कुमार, हेमराम, शिवपाल, रणजीत ने अंजाम दिया

राजगढ़ पुलिस की बड़ी कार्रवाई : एक सप्ताह में 38 गाटर, 21 बिना नंबर और 10 काली फिल्म लगे वाहन जब्त

स्मार्ट हलचल

सांदलपुर जिला पुलिस अधीक्षक चूरू निश्चय प्रसाद (आई.पी.एस.) के निर्देशन में सड़क सुरक्षा और अपराधियों पर नकेल कसने के लिए विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसी के तहत पुलिस थाना राजगढ़ ने एक सप्ताह में बड़ी प्रभावी कार्रवाई की है। इस अभियान के दौरान पुलिस ने कुल 38 गाटर लगे वाहन, 21 बिना नंबर के वाहन तथा 10 काली फिल्म लगे वाहनों को जब्त किया है। साथ ही, बिना नंबर वाले वाहनों पर नंबर भी अंकित करवाए गए हैं। पुलिस ने बताया कि अपराधी तत्वों द्वारा वाहनों के साथ अनाधिकृत छेड़छाड़ कर अपराधिक घटनाओं को अंजाम दिया जाता है, जिसे रोकने के लिए यह कदम उठाया गया है। पुलिस ने आमजन से अपील की है कि वे अपने वाहनों में अनधिकृत रूप से गाटर या काली फिल्म न लगाएं तथा यातायात नियमों का पूर्ण पालन करें।

पीथास में योग की पाठशाला, बच्चों से ग्रामीणों तक गूँजा स्वस्थ जीवन का संदेश निःशुल्क शिविर में योगासन-प्राणायाम का अभ्यास, नियमित योग से निरोग रहने का संकल्प



स्मार्ट हलचल

भीलवाडा(महेन्द्र नागौरी) स्वस्थ शरीर, शांत मन और सकारात्मक जीवनशैली का संदेश लेकर शनिवार को मांडल तहसील के पीथास गांव स्थित राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में एक दिवसीय निःशुल्क योग शिविर आयोजित हुआ। सुबह 6:15 से 7:30 बजे तक चले शिविर में विद्यार्थियों से लेकर ग्रामीणों तक ने उत्साह के साथ योगाभ्यास किया। पतंजलि योगपीठ हरिद्वार के सानिध्य एवं स्वामी रामदेव के मार्गदर्शन में आयोजित शिविर में पतंजलि संमिति भीलवाड़ा के जिला प्रभारी एवं योग प्रशिक्षक भंवरलाल शर्मा ने विभिन्न योगासन, प्राणायाम और स्वास्थ्यवर्धक योग क्रियाओं का अभ्यास करवाया। उन्होंने कहा कि नियमित योग केवल शरीर को स्वस्थ रखने का माध्यम नहीं, बल्कि मानसिक शांति और सकारात्मक जीवनशैली की भी कुंजी है। शिविर में विद्यार्थियों, विद्यालय स्टाफ और ग्रामीणों ने भाग लिया तथा नियमित योग को दिनचर्या में शामिल कर स्वस्थ जीवन जीने का संकल्प लिया।



भीलवाड़ा पुनित चपलोट शहर के सुभाष नगर थाणा क्षेत्र
आधिव्यवस्था द्वारा पुनः जानलवा हमले के मामले में अब तक न
कार्यवाई नहीं होने से नाराज अधिकारियों ने भीलवाड़ा को ज
कलेक्ट्रेट कार्यालय के बाहर जमकर विरोध प्रदर्शन किया
आधिव्यवस्था का आक्रांश इतना तेज था कि आक्रांशियों ने
आधिव्यवस्था कलेक्ट्रेट के बाहर लाल पुलिस बैरिंगों पर च
गए। इस दौरान आधिव्यवस्था क्यूचर द्वारा हुए पुलिस अधीक्षक
कार्यालय पहुंचे जहां उन्होंने जिला पुलिस अधीक्षक सागर भा
को ज्ञापन दिया। वहीं उन्होंने चेतावनी दी कि यदि 3 दिन के भीतर
कार्यवाई नहीं की गई तो प्रदेस के अधिकारियों द्वारा उ
आधिव्यवस्था किया जाएगा। जिला अभिभाषक संस्था के अध्यक्ष
उमदेस सिंह ने कहा कि दिनांक 1 अक्टूबर को शासक को हमारे ज
कलेक्ट्रेट सौंपी है गोविंद वो अपने गांव से सब से उत्कृष्ट कर्म



वनवासी कल्याण आश्रम के राष्ट्रीय पदाधिकारियों का भीलवाड़ा में स्वागत-सम्मान

आदिवासी समाज की समस्याओं, शिक्षा, वनाधिकार और सामाजिक विकास को लेकर हुआ विचार-विमर्श

स्मार्ट हलचल

भीलवाड़ा। अखिल भारतीय वनवासी कल्याण आश्रम के राष्ट्रीय अध्यक्ष सत्येंद्र सिंह, राष्ट्रीय उपाध्यक्ष टेची गुबिन एवं राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ. एच.के. नागू के भीलवाड़ा आगमन पर स्वागत एवं सम्मान किया गया। इस दौरान आदिवासी समाज से जुड़े विभिन्न मुद्दों और जनजातीय क्षेत्रों की समस्याओं को लेकर विस्तार से चर्चा हुई। राष्ट्रीय आदिवासी एकता मंच के राष्ट्रीय महासचिव एवं वरिष्ठ पत्रकार राकेश मीणा ने राष्ट्रीय पदाधिकारियों का स्वागत एवं सम्मान किया। इस दौरान सामाजिक एवं जनजातीय विषयों पर संवाद करते हुए विभिन्न क्षेत्रों में आदिवासी समाज के सामने आ रही समस्याओं को प्रमुखता से उठाया गया। बैठक में तेलंगाना के जंगमेश्वरम सहित अनुसूचित जनजाति क्षेत्रों से जुड़े विषयों पर भी चर्चा हुई। शिक्षा, रोजगार, वनाधिकार, सामाजिक विकास, जनजातीय क्षेत्रों में मूलभूत सुविधाओं तथा युवाओं के भविष्य से जुड़े विषयों को लेकर विचार रखे गए।

शिक्षा और सामाजिक जागरूकता पर जोर

चर्चा के दौरान आदिवासी समाज में शिक्षा के विस्तार और युवाओं को बेहतर अवसर उपलब्ध कराने की आवश्यकता पर जोर दिया गया। वक्ताओं ने कहा कि शिक्षा के साथ सामाजिक जागरूकता और संगठनात्मक मजबूती से ही जनजातीय क्षेत्रों में विकास की प्रक्रिया को गति दी जा सकती है।



वनाधिकार और क्षेत्रीय समस्याओं पर भी चर्चा

जनजातीय क्षेत्रों में वनाधिकार, जमीन, रोजगार और विकास से संबंधित समस्याओं को लेकर भी विचार-विमर्श किया गया। स्थानीय स्तर पर सामने आने वाली समस्याओं को संबंधित मंचों तक पहुंचाने और उनके समाधान के लिए संवाद एवं समन्वय बढ़ाने पर जोर दिया गया।

वनवासी कल्याण आश्रम लंबे समय से जनजातीय क्षेत्रों में शिक्षा, खेल और सामाजिक विकास से जुड़े कार्यक्रम संचालित करता रहा है। संगठन के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ. एच.के. नागू का नाम संगठन के राष्ट्रीय पदाधिकारी के रूप में दर्ज है, जबकि राष्ट्रीय अध्यक्ष के रूप

में सत्येंद्र सिंह का उल्लेख संगठन से जुड़े कार्यक्रमों की रिपोर्ट में मिलता है। इस अवसर पर राकेश मीणा ने कहा कि आदिवासी समाज के विकास के लिए विभिन्न सामाजिक संगठनों के बीच संवाद, सहयोग और समन्वय आवश्यक है। उन्होंने कहा कि शिक्षा, रोजगार, अधिकारों और सामाजिक विकास से जुड़े मुद्दों को सकारात्मक एवं लोकतांत्रिक तरीके से सामने लाकर समाधान की दिशा में प्रयास किए जाने चाहिए। कार्यक्रम के दौरान आदिवासी समाज में शिक्षा के अतिथियों का पुष्पगुच्छ एवं सम्मान के साथ अभिनंदन किया गया। उपस्थित लोगों ने जनजातीय समाज के हितों से जुड़े विषयों पर आगे भी निरंतर संवाद और सहयोग बनाए रखने पर सहमति व्यक्त की।

राकेश मीणा, वरिष्ठ पत्रकारवनवासी कल्याण आश्रम के राष्ट्रीय पदाधिकारियों का भीलवाड़ा में स्वागत-सम्मान

आदिवासी समाज की समस्याओं, शिक्षा, वनाधिकार और सामाजिक विकास को लेकर हुआ विचार-विमर्श

भीलवाड़ा। अखिल भारतीय वनवासी कल्याण आश्रम के राष्ट्रीय अध्यक्ष सत्येंद्र सिंह, राष्ट्रीय उपाध्यक्ष टेची गुबिन एवं राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ. एच.के. नागू के भीलवाड़ा आगमन पर स्वागत एवं सम्मान किया गया। इस दौरान आदिवासी समाज से जुड़े विभिन्न मुद्दों और जनजातीय क्षेत्रों की समस्याओं को लेकर विस्तार से चर्चा हुई। राष्ट्रीय आदिवासी एकता मंच के राष्ट्रीय महासचिव एवं वरिष्ठ पत्रकार राकेश मीणा ने राष्ट्रीय पदाधिकारियों का स्वागत एवं सम्मान किया। इस दौरान सामाजिक एवं जनजातीय क्षेत्रों में शिक्षा, खेल और सामाजिक विकास से जुड़े कार्यक्रम संचालित करता रहा है। संगठन के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ. एच.के. नागू का नाम संगठन के राष्ट्रीय पदाधिकारी के रूप में दर्ज है, जबकि राष्ट्रीय अध्यक्ष के रूप में सत्येंद्र सिंह का उल्लेख संगठन से जुड़े कार्यक्रमों की रिपोर्ट में मिलता है। इस अवसर पर राकेश मीणा ने कहा कि आदिवासी समाज के विकास के लिए विभिन्न सामाजिक संगठनों के बीच संवाद, सहयोग और समन्वय आवश्यक है। उन्होंने कहा कि शिक्षा, रोजगार, अधिकारों और सामाजिक विकास से जुड़े मुद्दों को सकारात्मक एवं लोकतांत्रिक तरीके से सामने लाकर समाधान की दिशा में प्रयास किए जाने चाहिए। कार्यक्रम के दौरान अतिथियों का पुष्पगुच्छ एवं सम्मान के साथ अभिनंदन किया गया। उपस्थित लोगों ने जनजातीय समाज के हितों से जुड़े विषयों पर आगे भी निरंतर संवाद और सहयोग बनाए रखने पर सहमति व्यक्त की।

कोटड़ी में युवाचार्य महेंद्र ऋषि के जन्मोत्सव पर तेला तप आराधना करने में मची होड़

एकासन तेला तप से तपस्वी कर रहे गुरु चरणों में श्रद्धा सुमन अर्पित, आज तपस्वियों का होगा अभिनंदन

स्मार्ट हलचल

कोटड़ी भीलवाड़ा के शान्ति भवन में चातुर्मास कर रहे युवाचार्य परम पूज्य श्री महेंद्र ऋषि जी महाराज साहब के साठवें जन्म दिवस के उपलक्ष में कोटड़ी श्रीसंघ में गुरु भक्ति और तप आराधना का विशेष आयोजन किया जा रहा है। मेवाड़ केसरी पूज्य प्रवर्तक श्री मोहनलाल जी महाराज साहब के सुशिष्य मेवाड़ गौरव, प्रखर वक्ता परम पूज्य गुरुदेव श्री रवीन्द्र मुनि जी महाराज साहब के सानिध्य में श्रद्धालु विभिन्न तप आराधनाओं के माध्यम से युवाचार्य के जन्मोत्सव को आध्यात्मिक रूप से मना रहे हैं। जन्म दिवस के उपलक्ष में आयोजित तप आराधना में श्रावक-श्राविकाएं उत्साहपूर्वक एकासन एवं तेला तप करने की होड़ मची हुई हैं। तपस्वी संघम, त्याग और साधना के माध्यम से गुरु चरणों में अपनी श्रद्धा के सुमन अर्पित कर रहे हैं। तप आराधना के वातावरण में श्रद्धा, भक्ति और आध्यात्मिक ऊर्जा का संचार हो रहा है।गुरुदेव श्री रविंद्र मुनि जी महाराज साहब ने शैतल भवन में पवनचक्र के दौरान कहा कि जन्म दिवस का वास्तविक उत्सव केवल बाहरी



आयोजन नहीं बल्कि अपने जीवन में तप, संयम और सदाचार को उतारना है। तप शरीर को कष्ट देने का माध्यम नहीं, बल्कि आत्मशुद्धि और कर्म निर्जरा का साधन है। जब मनुष्य अपनी इच्छाओं पर नियंत्रण करना सीखता है तभी तप की सार्थकता सिद्ध होती है। उन्होंने कहा कि गुरु के प्रति सच्ची श्रद्धा केवल शब्दों और जयकारों में नहीं, बल्कि गुरु द्वारा बताए मार्ग पर चलने में है। तप, त्याग, संयम और सेवा के संस्कारों को जीवन का हिस्सा बनाकर ही हम अपने आराध्य के प्रति सच्ची श्रद्धांजलि अर्पित कर सकते हैं। युवाचार्य श्री महेंद्र ऋषि जी महाराज के जन्मोत्सव पर की जा रही यह तप

आराधना इसी भावना का प्रतीक है। आज तपस्वियों का होगा कोटड़ी में अभिनंदन

श्री वर्धमान स्थानकवासी जैन श्रावक संघ कोटड़ी के अध्यक्ष निर्मल लोढा ने बताया कि तप आराधना के क्रम में रविवार को संघ की ओर से तपस्वियों का विशेष अभिनंदन किया जाएगा। इस अवसर पर तपस्वियों के प्रति सम्मान प्रकट करते हुए उनके त्याग, तपस्या और आत्मसाधना की अनुमोदना की गई। कार्यक्रम में गुरुदेव श्री रविंद्र मुनि जी महाराज साहब का मंगल प्रवचन भी होगा। उनके प्रवचन से श्रद्धालुओं को तप, संयम, गुरु भक्ति और आत्मकल्याण का संदेश मिलेगा। तप आयोजन के तत्पर समाज में विशेष उत्साह है। तप कोटड़ी व आसपास के श्रावक-श्राविकाओं के द्वारा एकासन तेला तप आराधना कर रहे हैं। तपस्वियों की तप आराधना के साथ युवाचार्य के जन्मोत्सव का यह आयोजन गुरु भक्ति, त्याग और आत्मसाधना का संदेश दे रहा है। तपस्वियों के आतिथ्य सत्कार की व्यवस्था विनीत कुमार लोढ़ा परिवार की ओर से की जा रही है।

आज 53 वां विशाल मेडिकल जांच शिविर

डायबिटीज, बीपी, दंत रोग व एक्वप्रेथर की निःशुल्क जांच और परामर्श

स्मार्ट हलचल

अनिल कुमार खींची ब्यावर। श्री अग्रवाल मारवाड़ी पंचायत संस्था की ओर से आज रविवार को लालान गली स्थित श्री अग्रवाल मारवाड़ी भवन में 53वां विशाल मेडिकल जांच एवं परामर्श शिविर आयोजित किया जा रहा है। शिविर सुबह 9 बजे से दोपहर 2 बजे तक चलेगा। संस्था अध्यक्ष रमेश बंसल ने बताया कि शिविर में डायबिटीज एवं हाइपरटेंशन से संबंधित मरीजों के लिए ब्लड शुगर, हिमोग्लोबिन एवं बीपी की निःशुल्क जांच की जाएगी। एम्स दिल्ली के पूर्व रैजिडेंट डॉ. के.के. ऋषभ पुरोहित विशेषज्ञ सेवाएं देंगे। डॉ. तृप्ति तंवर दंत परीक्षण कर उपचार की सलाह देंगी, जबकि डॉ. कल्पना गौयल एक्वप्रेथर पद्धति से विभिन्न प्रकार के दर्द एवं नसों की कमजोरी संबंधी उपचार व परामर्श देंगी। शिविर संयोजक घनश्याम अरडुका ने बताया कि वर्तमान जीवनशैली, तनाव एवं व्यस्तता को देखते हुए 40 वर्ष या उससे अधिक आयु के लोगों तथा डायबिटीज का आनुवंशिक पुष्टभूमि वाले लोगों को स्वास्थ्य जांच का लाभ लेना चाहिए। डायबिटीज मरीजों के लिए खाली पेट (Fasting) एवं भोजन के दो घंटे बाद (PP) शुगर जांच की सुविधा भी उपलब्ध रहेगी। मंत्री राधेश्याम डाणी ने बताया कि पंचायत संस्था की ओर से बिना जाति-वर्ण भेदभाव के जरूरतमंदों को निःशुल्क मेडिकल उपकरण भी उपलब्ध करवाए जाते हैं। शिविर का लाभ ब्यावर शहर के साथ आसपास के ग्रामीण क्षेत्रों के लोग भी उठा सकते हैं। संस्था पदाधिकारियों एवं कार्यकारिणी सदस्यों ने नागरिकों से अधिकारीक संख्या में पहुंचकर शिविर का लाभ लेने का आग्रह किया है।

कटूमर की ग्राम पंचायतों में गूँजा स्वच्छता का संदेश गांधी जयंती पर विशेष ग्राम सभाएं, प्रभात फेरी और श्रमदान कर ग्रामीणों को किया जागरूक

स्मार्ट हलचल

कटूमर। दिनेश लेखी। पंचायत समिति कटूमर क्षेत्र की विभिन्न ग्राम पंचायतों में शुक्रवार को महात्मा गांधी जयंती एवं स्वच्छ भारत दिवस के अवसर पर 'स्वच्छता ही सेवा-2026' अभियान के तहत विभिन्न गतिविधियों का आयोजन किया गया। कार्यक्रमों के माध्यम से ग्रामीणों को स्वच्छता के प्रति जागरूक करते हुए जनभागीदारी से स्वच्छ एवं सुंदर गांव बनाने का संदेश दिया गया। अभियान के तहत ग्राम पंचायतों में विशेष ग्राम सभाओं का आयोजन किया गया। ग्राम पंचायत तसई में प्रशासक मुकेश सिंह चौहान के अध्यक्षता में विशेष बैठक आयोजित हुई, जिसमें ग्राम पंचायतवासियों के साथ क्षेत्र में स्वच्छता, जनभागीदारी एवं स्थानीय विकास के विषयों पर चर्चा की गई। स्वच्छता का संदेश जन-जन तक पहुंचाने के लिए विभिन्न ग्राम पंचायतों में प्रभात फेरियां निकाली गईं। इस दौरान ग्रामीणों, पंचायत प्रतिनिधियों एवं विद्यार्थियों ने स्वच्छता संबंधी नारों के माध्यम से लोगों को जागरूक किया। वहीं ग्रामीणों एवं पंचायत प्रतिनिधियों को स्वच्छता बनाए रखने की शपथ भी दिलाई गई। अभियान के दौरान स्वच्छता सेवा आकलन एवं स्व-मूल्यांकन के निष्कर्षों का प्रस्तुतीकरण, सत्यापन तथा औपचारिक प्रस्ताव तैयार करने की प्रक्रिया भी की गई। विभिन्न स्थानों पर अधिकारियों, कर्मचारियों, शिक्षकों, विद्यार्थियों एवं आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं ने श्रमदान कर स्वच्छता अभियान में सहभागिता निभाई। कार्यक्रमों में 'एक पेड़ मां के नाम' अभियान के तहत पौधारोपण तथा जनजागरूकता गतिविधियों पर भी जोर दिया गया। इस दौरान प्रशासक, ग्राम विकास अधिकारी,



कनिष्ठ सहायक, शिक्षक, विद्यालय के बच्चे, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता एवं अन्य कर्मचारी मौजूद रहे। इस दौरान विकास अधिकारी बच्चू राम मीणा ने बताया कि स्वच्छ भारत मिशन ग्रामीण के तहत स्वच्छता को केवल अभियान तक सीमित नहीं रखते हुए इसे ग्रामीण जीवन का नियमित हिस्सा बनाने के लिए जनभागीदारी को बढ़ावा दिया जा रहा है। ग्राम पंचायत स्तर पर आयोजित गतिविधियों का उद्देश्य ग्रामीणों में स्वच्छता के प्रति जागरूकता बढ़ाने के साथ गांवों को स्वच्छ एवं स्वस्थ बनाने में सामूहिक भागीदारी सुनिश्चित करना है।

राज्य स्तरीय ताइक्वांडो में जयपुर का दबदबा 1168 खिलाड़ियों ने दिखाया दमखम, चूरू दूसरे और अजमेर-बीकानेर संभाग रहे संयुक्त रूप से तीसरे स्थान पर

स्मार्ट हलचल

अनिल कुमार खींची ब्यावर। स्थानीय श्री नृसिंह अग्रसेन जैन विद्यापीठ विद्यालय में शिक्षा विभाग की ओर से आयोजित 17-19 वर्ष छात्र-छात्रा राज्य स्तरीय ताइक्वांडो प्रतियोगिता का शनिवार को समापन हुआ। प्रतियोगिता में प्रदेश के 36 जिलों से 1168 खिलाड़ियों ने हिस्सा लिया। इनमें 619 छात्र और 549 छात्राएं शामिल रहीं। समापन समारोह के मुख्य अतिथि वर्धमान शिक्षण समिति के सदस्य शतिलाल नाबरिया ने कहा कि खेल विद्यार्थियों के शारीरिक, मानसिक एवं बौद्धिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। समारोह की अध्यक्षता जिला शिक्षा अधिकारी माध्यमिक शिक्षा शंकर लाल शर्मा ने की। उन्होंने खिलाड़ियों को जंक फूड से दूरी रखने तथा मोबाइल का न्यूनतम उपयोग करने के लिए प्रेरित किया। वर्धमान शिक्षण समिति के मंत्री डॉ. नरेंद्र पारख ने खिलाड़ियों को खेल भावना, अनुशासन एवं प्रतियोगिता के नियमों का पालन करने पर बधाई दी। वरिष्ठ तकनीकी सलाहकार योगेश सैनी ने प्रतियोगिता का प्रतिवेदन प्रस्तुत किया। उन्होंने बताया कि 17 वर्ष छात्र-छात्रा वर्ग में 13-13, 19 वर्ष छात्र वर्ग में 10 तथा 19 वर्ष छात्रा वर्ग में 11 भार वर्गों में मुकाबले हुए। प्रतियोगिता में जयपुर संभाग ने प्रथम स्थान, चूरू संभाग ने द्वितीय तथा अजमेर एवं बीकानेर संभाग ने संयुक्त रूप से तृतीय स्थान प्राप्त किया। कार्यक्रम का शुरुआत मां शारदे के समक्ष दीप प्रज्वलन से हुई। अतिथियों का साफा एवं माला पहनाकर स्वागत किया गया। विजेता खिलाड़ियों को पदक एवं प्रमाण-पत्र प्रदान किए गए, वहीं प्रतियोगिता के सफल संचालन में सहयोग करने वाले शिक्षकों को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया। प्रतियोगिता की समापन घोषणा जिला शिक्षा अधिकारी शंकर लाल शर्मा ने की तथा अतिथियों ने

भार्गवी सिंह ने राज्यस्तरीय ताइक्वांडो खेल प्रतियोगिता में जीता सिल्वर मेडल नेशनल ट्रायल के लिए चयन



स्मार्ट हलचल

थांवला। ब्यावर में चल रही राज्य स्तरीय ताइक्वांडो खेल प्रतियोगिता में राजस्थान के विभिन्न जिलों से पहुंचे खिलाड़ी अपनी प्रतिभा और दमखम का शानदार प्रदर्शन कर रहे हैं। प्रतियोगिता के मुकाबलों में पदक जीतने के लिए खिलाड़ियों के बीच जोरदार टक्कर देखने को मिल रही है। इसी प्रतियोगिता में नागौर जिले के थांवला कस्बे की प्रतिभावान ताइक्वांडो खिलाड़ी भार्गवी सिंह ने शानदार प्रदर्शन करते हुए सिल्वर मेडल अपने नाम किया। भार्गवी सिंह ने प्रतियोगिता के विभिन्न मुकाबलों में बेहतरीन खेल का प्रदर्शन करते हुए फाइनल में जगह बनाई। फाइनल मुकाबला बेहद रोमांचक रहा, जिसमें दोनों खिलाड़ियों के बीच अंतिम क्षणों तक कड़ा मुकाबला देखने को मिला। भार्गवी सिंह को फाइनल के रोमांचक मुकाबले में हार का सामना करना पड़ा और उन्हें रजत पदक से संतोष करना पड़ा। हालांकि, उनके शानदार प्रदर्शन के चलते उनका नेशनल ताइक्वांडो ट्रायल के लिए चयन हुआ है। राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में भार्गवी ने तकनीक, फूटवर्क और आत्मविश्वास का परिचय देते हुए अपने मुकाबलों में दमदार प्रदर्शन किया। फाइनल में मामूली अंतर से गोल्ड से चूकने के बावजूद सिल्वर मेडल और नेशनल ट्रायल में चयन उनके खेल करियर के लिए महत्वपूर्ण उपलब्धि माना जा रहा है। भार्गवी सिंह की इस उपलब्धि से उनके विद्यालय परिवार में खुशी का माहौल है। खेल प्रेमियों, शिक्षकों और परिजनों ने उन्हें बधाई देते हुए राष्ट्रीय स्तर के ट्रायल के लिए शुभकामनाएं दीं। इस ट्रायल में गोल्ड मेडलिस्ट खिलाड़ी को हारने के बाद दूसरी बार उनको नेशनल खेलने का मौका मिलेगा। भार्गवी की मेहनत और निरंतर अभ्यास ने एक बार फिर साबित किया है कि छोटे कस्बों से निकलने वाली प्रतिभाएं भी राज्य और राष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बना सकती हैं। अब भार्गवी की नजरें नेशनल ताइक्वांडो ट्रायल पर हैं, जहां वह अपने प्रदर्शन को और बेहतर करने के लक्ष्य के साथ उतरेगी।

सड़क पर ठेले लगाने वालों पर यातायात पुलिस का शिकंजा



21 हाथ ठेले जब्त, संचालकों पर जुर्माना, चांग गेट व स्टेशन मार्ग पर कार्रवाई

स्मार्ट हलचल

अनिल कुमार खींची ब्यावर। शहर की बिगड़ती यातायात व्यवस्था और मुख्य मार्गों पर लगने वाले जाम को लेकर यातायात पुलिस ने सख्त कार्रवाई की। पुलिस ने चांग गेट, स्टेशन मार्ग सहित प्रमुख व्यावसायिक क्षेत्रों में सड़क पर बेतरीब ढंग से खड़े 21 फ्ल-सब्जी के हाथ ठेले जब्त किए। ठेला संचालकों के खिलाफ नियमानुसार जुर्माने की कार्रवाई भी की गई। यातायात प्रभारी रविन्द्र सिंह के नेतृत्व में हुई कार्रवाई के दौरान सड़क किनारे और मार्ग पर खड़े ठेलों को हटाया गया। कार्रवाई में मेजर हवलदार मंगल चंद, हेड कांस्टेबल सुरेन्द्र सिंह, हेड कांस्टेबल गंगा सिंह, राजू सिंह, सरवन जाखड़ सहित यातायात पुलिस व आरएसी के जवान शामिल रहे। यातायात प्रभारी रविन्द्र सिंह ने बताया कि चांग गेट और स्टेशन मार्ग शहर के व्यस्ततम मार्ग हैं। इन क्षेत्रों में फ्ल-सब्जी सहित अन्य फूटकर विक्रेता सड़क पर ठेले खड़े कर देते हैं, जिससे यातायात प्रभावित होता है और जाम की स्थिति बनती है। पुलिस द्वारा पूर्व में कई बार समझझप्ट कर ठेला संचालकों को सड़क पर ठेले नहीं लगाने की हिदायत दी गई थी। इसके बावजूद व्यवस्था में सुधार नहीं होने पर पुलिस ने कार्रवाई करते हुए 21 ठेले जब्त किए। यातायात पुलिस ने स्पष्ट किया कि सड़क पर अतिक्रमण कर यातायात बाधित करने वालों के खिलाफ अभियान आगे भी जारी रहेगा। पुलिस की कार्रवाई के बाद व्यस्त मार्गों पर यातायात व्यवस्था को सुचारु बनाने में मदद मिले।

► एयर चीफ एपी सिंह ने अपनी सालाना प्रेस कॉन्फ्रेंस में किया साफ

ऑपरेशन सिंदूर में हमारे सुसाइड ड्रोन ने पाकिस्तान में मचाया बड़ा तहलका

हर युद्ध घटक का अपना महत्व, लेकिन संयुक्त बल की जरूरत सबसे ज्यादा

● नई दिल्ली

नई दिल्ली, आरएनएन। दुनिया भर में चल रहे संघर्षों को देखते हुए यह साफ हो गया है कि मजबूत सैन्य बल हर देश की जरूरत है। हाल के वर्षों में वायु शक्ति किसी भी देश की ताकत की सबसे तेज धार बन चुकी है।

भारतीय वायु सेना प्रमुख एयर चीफ मार्शल एपी सिंह ने सालाना प्रेस कॉन्फ्रेंस में यही बात दोहराई। उन्होंने कहा कि वायुसेना लगातार अपनी क्षमताओं को बेहतर बना रही है। हर युद्ध घटक का अपना महत्व है, लेकिन संयुक्त बल की जरूरत सबसे ज्यादा है। ऑपरेशन सिंदूर में आईएफएफ के साथित किया। वायुसेना न सिर्फ ऑपरेशनल पंच देती है बल्कि मानवीय सहायता और आपदा राहत अभियानों में भी आगे रहती है। कई देशों में मदद पहुंचाकर वसुधैव कुटुंबकम की भावना को जीवंत किया है।

एयर चीफ ने ऑपरेशन सिंदूर का जिक्र करते हुए बताया कि पाक विमानों को निशाना बनाया गया जो खतरा बन रहे थे। भारतीय लॉइटरिंग म्युनिशन्स ने दुश्मन पक्ष में भारी अफरातफरी मचा दी। उन्होंने साफ कहा कि वायुसेना को अलग ड्रोन फोर्स की जरूरत नहीं है। मौजूदा ढांचे में ही ड्रोन और अन्य सिस्टम को एकीकृत किया जा रहा है। आधुनिक हथियार प्रणालियों को



भारत को हर साल चाहिए 36-40 फाइटर जेट

एयर चीफ ने माना है कि वायु सेना के पास मौजूद परिस्थितियों को देखते हुए लड़ाकू विमानों के साथ-साथ अधिकारियों और वायु सैनिकों की कमी है, लेकिन यह चिंता की बात नहीं है और इन कमियों को पूरा करने के लिए बनाई गई रणनीति और योजनाएं निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार समय पर पूरी हो जाती हैं तो स्थिति काफी सुधर जाएगी। सिंह ने कहा कि यह सही है कि वायु सेना के पास विमानों की कमी है और इससे ज्यादा जहाज चाहिए। उन्होंने कहा कि यह स्थिति विमानों की आपूर्ति के निर्धारित कार्यक्रम में निरंतर हो रही देरी के कारण उत्पन्न हुई है। स्वदेशी लड़ाकू विमान बनाए जाने के विभिन्न कार्यक्रमों में देरी का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि यदि ये कार्यक्रम निर्धारित समय पर पूरे हो जाते हैं तो स्थिति में सुधार हो सकता है। उन्होंने कहा कि वायु सेना को हर वर्ष कम से कम 35 से 40 लड़ाकू विमानों की जरूरत है और यदि ऐसा होता है तो स्थिति काफी सुधर सकती है। उन्होंने कहा कि स्वदेशी विमानों के बारे में सभी हितधारकों को मिलकर प्रयास करने होंगे। स्वविवन ताकत बढ़ाने के लिए एचएएल हर साल 24 से अधिक विमान बनाने की बात कर रहा है।

अपने प्लेटफॉर्म पर एकीकृत किया जा रहा है। वायुसेना का विजन साफ है। एआई आधारित बल तैयार किया जाएगा जहां कृत्रिम बुद्धिमत्ता सहायता करेगी, लेकिन फैसला इंसान के हाथ में रहेगा। अंतरिक्ष

क्षेत्र में जागरूकता बढ़ाने और मुख्य ऑपरेशनों के समर्थन पर काम चल रहा है। स्पेस हथियारों पर भी शुरुआत हो चुकी है। थिएटर कमांड के बारे में एयर चीफ ने कहा कि वे इसके खिलाफ नहीं हैं।

संगठन से बड़ा कोई व्यक्ति नहीं, दिया व्यक्तिगत संदेश

एयर चीफ ने फ्लाईडुबई घटना का जिक्र करते हुए कहा कि यह दुर्भाग्यपूर्ण था लेकिन भारतीय पायलट का साहस सराहनीय है और हमें उन पर गर्व है। उन्होंने जोर दिया कि कोई भी व्यक्ति संगठन से बड़ा नहीं है। पिछले दो साल में जो कुछ हुआ वह पूरी वायुसेना का काम है। जो नहीं हो पाया उसकी जिम्मेदारी वे खुद लेने को तैयार हैं और संतुष्ट हैं। रिश्तत और हनीट्रैप के मामलों पर संवेदनशील बनाया जा रहा है। प्रियंका सक्सेना मामले में अदालत के फैसले का पालन होगा और प्रशिक्षण के बाद उन्हें स्ववाइन लीडर के रूप में शामिल किया जाएगा।

इस माह हो जाएंगे रिटायर

यह एयर चीफ की अंतिम प्रेस कॉन्फ्रेंस है क्योंकि वे इस माह के अंत में सेवा निवृत्त हो रहे हैं। उन्होंने देशवासियों को आश्वस्त किया कि भारतीय वायुसेना हमेशा तैयार रहेगी। दिग्गज सैनिकों का भी आभार जाताया। कुल मिलाकर यह वार्ता वायुसेना की मौजूदा स्थिति, चुनौतियों और भविष्य की दिशा को साफ करती है। संख्या की कमी के बावजूद तकनीक, आत्मनिर्भरता और संयुक्त अभियानों पर जोर देकर आईएफएफ अपनी ताकत बनाए रखने की दिशा में आगे बढ़ रही है।

क्वांटम संचार की दिशा में मिली बड़ी सफलता

नई दिल्ली, आरएनएन। लंबी दूरी के क्वांटम-सुरक्षित नेटवर्क और उपग्रह आधारित क्वांटम संचार की दिशा में अहम कदम बढ़ाते हुए पिछले दिनों देश के पहले फ्री-स्पेस 'क्वांटम की डिस्ट्रीब्यूशन' (क्यूकेडी) लिंक का 5.56 किमी की दूरी पर सफलतापूर्वक प्रदर्शन किया गया। क्वांटम संचार पारंपरिक संचार प्रौद्योगिकियों के मुकाबले काफी तेज और काफी सुरक्षित माना जाता है। साथ ही इसका कई अलग-अलग तरह के क्षेत्रों में उपयोग किया जा सकता है।

क्वांटम-सुरक्षित डिजिटल अवसंरचना के क्षेत्र में काम करने वाले क्यूएनयू लैब्स ने भास्करचार्य नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर स्पेस एप्लीकेशन एंड जियो-इन्फॉर्मेटिक्स (बीआईएसएजी-एन) और आईआईटी गांधीनगर के साथ मिलकर यह उपलब्धि हासिल की। यह टेस्ट 27-28 सितंबर की रात को किया गया। इसमें आईआईटी गांधीनगर व बीआईएसजीएन में सुरक्षित क्वांटम संचार चैनल स्थापित किया गया। क्यूएनयू लैब्स के पौडिंग, एक्विजिशन व ट्रैकिंग सिस्टम का उपयोग कर इस टेस्ट में फीसदी से कम का स्थिर क्वांटम बिट एरर रेट हासिल किया और 230-260 बीपीएस की दर से सुरक्षित की (कुंजियों) बनाई। इन कुंजियों को बीआईएसजीएन के पोस्ट-क्वांटम क्रिप्टोग्राफी-सक्षम वैदिक कवच प्लेटफॉर्म के साथ एकीकृत किया गया।

अमेरिका में मंदिर पर हमले में खिड़कियों के शीशे टूटे

अंदर मौजूद थे पुजारी और श्रद्धालु



● वारिंगटन

अमेरिका के ओहायो के ग्रेटर क्लीवलैंड इलाके में एक हिंदू मंदिर पर ईंटों से हमला किया गया, जिससे मंदिर की खिड़कियों के शीशे टूट गए। घटना के समय मंदिर के अंदर पुजारी और श्रद्धालु मौजूद थे। कोएलिन ऑफ हिंदूज ऑफ नॉर्थ अमेरिका (कोहना) के मुताबिक, स्वामीनारायण हिंदू मंदिर वड़तालधाम पर यह हमला शुक्रवार दोपहर हुआ।

संगठन ने रिचमंड हाइट्स की मेयर किम थॉमस और शहर के अधिकारियों से घटना की निंदा करने की अपील की। इसके साथ ही पुलिस से जिम्मेदार व्यक्ति के खिलाफ जल्द कार्रवाई की मांग की। कोहना ने पोस्ट में लिखा कि हम मेयर किम थॉमस और रिचमंड हाइट्स प्रशासन से इस तरह की नफरत की निंदा करने और पुलिस से जिम्मेदार व्यक्ति के खिलाफ

हिंदुओं के खिलाफ नफरत से बढ़ी चिंता

कोहना ने कहा कि यह घटना ऐसे समय हुई, जब ओहायो में हिंदू समुदाय ने हिंदू हैरिटेज मंथ मनाना शुरू किया है। संगठन ने आने वाले नवरात्रि उत्सव का भी जिक्र किया। अमेरिका में हिंदू समुदाय से जुड़े संगठन अक्टूबर में हिंदू हैरिटेज मंथ मनाते हैं। कोहना पहले भी अमेरिका में हिंदुओं के खिलाफ बढ़ती नफरत और हिंसा को लेकर चिंता जता चुका है और मंदिरों में जुड़ी कई घटनाओं का रिकॉर्ड भी प्रकाशित कर चुका है।

जल्द कार्रवाई करने की अपील करते हैं। संगठन की पोस्ट में किसी संदिग्ध की पहचान नहीं बताई गई और न ही किसी गिरफ्तारी की जानकारी दी गई। ऐसा कोई सबूत भी नहीं बताया गया, जिससे यह साबित हो कि मंदिर को धार्मिक वजह से निशाना बनाया गया था।

ड्रग सरगना नवप्रीत को तुर्की से भारत लाया गया

● नई दिल्ली

केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने कहा है कि भारत सरकार ने तुर्की से ड्रग तस्करी के सरगना नवप्रीत सिंह को भारत वापस लाने में सफलता हासिल की है। गृह मंत्री शाह ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर पोस्ट कर इसकी जानकारी दी। शाह ने लिखा कि मोदी सरकार ने तुर्की से बड़े ड्रग तस्कर सरगना नवप्रीत सिंह को भारत वापस लाने में सफलता पाकर ऐतिहासिक उपलब्धि हासिल की है।

नवाब विर्क की फजी पहचान के नाम पर तुर्की की नागरिकता हासिल करने के बाद भी वह अफगानिस्तान से भारत में हेरोइन और मेथामफेटामाइन की तस्करी करता रहा। हमारी एजेंसियों ने उसका पता लगाया और उसकी असली पहचान सामने लाने के लिए हर परत को हटाय़ा और उसे भारत वापस लाने में सफलता हासिल की।

राधा केलि कुंज के बाहर तीन परिवारों का हंगामा

● वृंदावन

प्रसिद्ध संत प्रेमानंद महाराज के राधा केलि कुंज आश्रम से कुदकर एक शिष्य की हुई संदिग्ध मौत का मामला शांत भी नहीं हुआ था कि अब आश्रम से जुड़े नए-नए विवाद सामने आने लगे हैं।

ताजा मामले में तीन अलग-अलग स्थानों से आए तीन परिवारों ने अपने लापता परिजनों की तलाश में आश्रम के बाहर पहुंचकर जमकर हंगामा किया और

नारेबाजी कर अपना आक्रोश व्यक्त किया। जहां शुरुवार तक श्रद्धालु दूर-दूर से महाराज जी के दर्शन और प्रवचन सुनने आते थे, वहीं अब परिजन अपनों की खोज में वहां दर-दर भटकने को मजबूर हैं। आश्रम के बाहर पहुंचे तीनों परिवारों का आरोप है कि उनके घर के सदस्य प्रेमानंद महाराज के दर्शन करने की बात कहकर वृंदावन आए थे, लेकिन उसके बाद से ही उनका कोई सुराग नहीं लग रहा है।

आश्रम के सेवादार श्रद्धालुओं पर भड़के

सदस्य प्रेमानंद महाराज के दर्शन करने की बात कहकर वृंदावन आए थे, लेकिन उसके बाद से ही उनका कोई सुराग नहीं लग रहा है।

यूई के क्राउन प्रिंस स्मित मच्छार से मिले

● अबूधाबी

यूई के क्राउन प्रिंस प डिप्टी पीएम शेख हमदान बिन मोहम्मद बिन राशिद अल मकतूम ने फ्लाईडुबई के कैप्टन स्मित मच्छार से अस्पताल में मुलाकात की। उन्होंने सोशल मीडिया प्लेटफार्म एक्स पर एक पोस्ट में इसकी जानकारी दी। उन्होंने स्मित मच्छार की बहादुरी की तारीफ की और उनके काम के लिए उनकी सराहना भी की। बता दें कि स्मित मच्छार ने फ्लाईडुबई के विमान में उनपर हुए हमले के बाद लोगों की जान बचाने में काफी मदद की थी। स्मित मच्छार के प्रयासों की वजह से विमान में सवार 174 लोगों की जान बचाई जा सकती। यूई के डिप्टी पीएम शेख हमदान बिन मोहम्मद बिन राशिद अल मकतूम ने एक्स पर पोस्ट कर स्मित मच्छार



बहादुरी की जमकर की सराहना

ने फ्लाईडुबई के कैप्टन स्मित मच्छार से मुलाकात हुई, जो फ्लाईडुबई के पायलट हैं और जिन्होंने हिम्मत, जिम्मेदारी और इंसानी जिदगी की परवाह की बेहतरीन मिसाल पेश की है।

हसीना पर भारत का बांग्लादेश को जवाब फिलहाल वापसी की कोई समयसीमा तय नहीं की

● नई दिल्ली

शेख हसीना के प्रत्यर्पण को लेकर भारत ने कहा है कि उनकी बांग्लादेश वापसी के लिए कोई समयसीमा तय नहीं की जा सकती। बांग्लादेश की ओर से भेजे गए प्रत्यर्पण अनुरोध पर कानूनी प्रक्रिया के तहत विचार किया जा रहा है। भारत में बांग्लादेश के हाई कमिश्नर दिनेश त्रिवेदी ने शनिवार को कहा कि यह मामला तय कानूनी

प्रक्रिया के तहत आगे बढ़ रहा है और अभी यह बताना संभव नहीं है कि हसीना को कब बांग्लादेश वापस भेजा जाएगा। त्रिवेदी ने यह भी कहा कि अगस्त 2024 में जब शेख हसीना ढाका से भारत आई थीं, तब भारत के पास उन्हें देश में आने की अनुमति देने के अलावा बहुत कम विकल्प था। उस समय हसीना बांग्लादेश की पीएम थीं और बड़े सरकार विरोधी आंदोलन के बीच उनकी सरकार गिर गई थी।

होर्मुज में टैंकर पर हमला, पांच भारतीय नागरिकों को बचाया

दुबई, आरएनएन। होर्मुज में कुवैत के झंडे वाले एक टैंकर पर प्रक्षेपास्त्र से हमला किया गया। इसके बाद पांच भारतीय नागरिकों को बचाया गया। ओमान में भारतीय दूतावास ने शनिवार को यह जानकारी दी। भारतीय दूतावास ने एक्स पर पोस्ट में कहा कि उसने एमटी काजिमाह 3 पर सवार पांच भारतीयों को बचाने के अभियान में मदद की और उन सभी को सुरक्षित रूप से किनारे पर पहुंचाया। दूतावास ने बचाव अभियान में सहयोग के लिए ओमान के अधिकारियों का आभार व्यक्त किया।

अमृतसर में इन्फ्लुएंसर मैड संधू की गोली मारकर हत्या

यूके में बैठे गैंगस्टर ने हादसे की जिम्मेदारी ली

● अमृतसर

सोशल मीडिया इन्फ्लुएंसर मधुसूदन उर्फ मैड संधू की बाइक सवार दो हमलावरों ने गोली मारकर हत्या कर दी। उसे जान से मारने की धमकी लगातार मिल रही थी। थाना कैटनमेंट के लोहारका रोड इलाके में बाइक पर सवार दो अज्ञात हमलावरों ने वारदात को।

घटना के बाद इलाके में भारी दहशत है। वारदात के बाद दोनों आरोपित बाइक से फरार हो गए। पुलिस ने शहर में नाकाबंदी की, वहीं यूके में बैठे गैंगस्टर गोल्डी डिल्लो एवं जग्गा तारनतरन ने सोशल मीडिया पोस्ट के जरिये हमले की जिम्मेदारी लेने का दावा किया है।

जांच में जुटी पुलिस मिले कई अहम सुराग

आरोप है कि मैड संधू को कुछ गरम ख्याली सोशल मीडिया हैडलस पर लचर फैलाने पर जान से मार देने की धमकियां दे रहे थे। घटनास्थल पर पहुंचे एडीसीपी वैनिता ने बताया कि यह घटना शाम करीब 6 बजे लोहारका रोड पर घटित हुई है। वारदात को अंजाम देने वालों के खिलाफ कई अहम सुराग मिले हैं पुलिस जांच में जुटी है।

आज का इतिहास

- 1227: खलीफा अल-आदिल की हत्या।
- 1302: बैजेंटाइन साम्राज्य तथा वैनिस गणराज्य के बीच शांति समझौता हुआ।
- 1824: मेक्सिको एक गणराज्य बना।
- 1857: प्रसिद्ध स्वतंत्रता सेनानी एवं लेखक श्यामजी कृष्ण वर्मा का जन्म।
- 1957: सोवियत संघ ने दुनिया का पहला कृत्रिम उपग्रह अंतरिक्ष में स्थापित किया और इसका नाम स्पुतनिक-1 रखा।
- 1963: क्यूबा और हैती में चक्रवाती एफ़न फ़ेलोरा से छह हजार लोग मरे।
- 1977: भारत के विदेश मंत्री अटल बिहारी वाजपेयी ने यूएनजीए की बैठक को हिंदी में संबोधित किया। हिंदी में दिया गया यह पहला संबोधन था।

स्पीच से संदेश

● मुंबई

संजय दत्त का सबसे आइकॉनिक किरदार अगर पूछा जाए, तो फिल्म मुन्नाभाई एमबीबीएस का नाम दिमाग में जरूर आता है। उन्होंने इसमें टपोरी स्टाइल से लोगों को हंसाने और उनकी समस्या सुलझाने की कोशिश की थी। फिल्म सुपरहिट हुई। और उनका किरदार भी चल पड़ा। इसके बाद मुन्नाभाई सीरीज का दूसरा पार्ट आया, जिसमें गांधीगिरी के जरिए लोगों को सीख दी गई। संजय दत्त का किरदार मुन्नाभाई बड़ा आइकॉनिक माना जाता है। हाल ही में वो शेखर सुमन के शो पर भी गए, जहां उन्होंने मुन्नाभाई स्टाइल में एक स्पीच भी दी। संजय दत्त से कहा गया कि अगर उनका किरदार मुन्नाभाई आज के समय में भारत का प्रधानमंत्री बनता, तो वो देश के हित में क्या फैसले लेता? तो इसपर एक्टर ने भी उसी स्टाइल में कई बातें कहीं। इसी दौरान उन्होंने अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प को भी मुन्नाभाई स्टाइल में संदेश भेजा।

शेखर सुमन के शो पर बॉलीवुड एक्टर ने मुन्नाभाई स्टाइल में यूएस राष्ट्रपति ट्रम्प को जमकर सुनाया

संजय दत्त का वार, क्या टैरिफ-टैरिफ कर रखा है



ट्रम्प को मुन्नाभाई ने दिया खास मैसेज

संजय दत्त ने मुन्नाभाई वाली भाषा में कहा- अपुन देख रहा है कि ट्रम्प मामू पूरी दुनिया को आउट ऑफ फ्रेम करने पे लगा पड़ा है। इसलिए सबसे पहले अपुन ट्रंप मामू से मिलने अमेरिका जाएगा। बोले तो ट्रम्प मामू थोड़ा भटक गया है ना, हां? अपुन उनको एकदम विनम्रता से समझाएगा कि मामू सब पर हमला-वमला नहीं करेगा, दुनिया की वाट नहीं लगानेगा। अगर तुम एक देश पे हमला करेगा, तो तुम्हारा देखा-देखी दूसरा तीसरे पे हमला करेगा, फिर सब मिलके बोलेगा, वर्ल्ड पीस, वर्ल्ड पीस, वर्ल्ड पीस। देख अपुन बोलता है, इतना लफड़ा करने के बाद पीस कहाँ से आएगा भाई? अरे पीस कोई तीन दिन का ओडर थोड़ा है कि बटन दबाया और दस मिनट में घर पर आ जाए। पीस बनता है प्यार से और प्यार आता है गांधीगिरी से। बोले तो ट्रम्प मामू को थोड़ा गांधीगिरी सिखाना पड़ेगा।

युद्ध पर ट्रम्प को दी सलाह

मुन्नाभाई आगे ट्रम्प को सलाह भी देते हैं- देखो ट्रम्प मामू, ज्यादा टेंटे नहीं पालने का। दुनिया में मिसाइल पहले ही बहुत हो गया है। अब थोड़ा प्यार भी एक्सपोर्ट करने का। कहीं मिसाइल भेजने का मन करे ना, तो पहले से बड़ा सा गुलदस्ता भेजने का। किसी को धमकी देने का मन करे ना, तो उसे फोन करके घर बुलानेगा और चाय पीते-पीते बात को सुन जाएगा। किसी पर गोली चलाने का मन करे ना, तो उसे गोला खिलाने का, काला खट्टा वाला। ईश्वर जुहु बीच पर मस्त मिलता है। और ट्रम्प मामू, ये अवकाश दिन क्या तू टैरिफ, टैरिफ लगाकर रखा है। टैरिफ छोड़ और लोगों का तारीफ करना चालू कर प्यार। तैरे को दिल में सूकून मिलेगा। अपुन आ रहा है अमेरिका। तुमको जादू की झप्पी देने। जय हिंद। वैसे संजय की मुन्नाभाई फिल्म फ्रेंचाइजी का तीसरा पार्ट- मुन्नाभाई चले अमेरिका भी होने वाला था। इसकी अनाइसमेंट हो गई थी, लेकिन फिल्म नहीं बन पाई। अब इस संदेश से क्या संजय दत्त ने मुन्नाभाई 3 का हिट दिया है? ये आने वाला वक्त बता जाएगा।

मां बेटी का रिश्ता दुनिया में सबसे अनमोल होता है। बेटी को मां की ही छवि माना जाता है क्योंकि वो उन्हीं से सारे गुण व आदतें सीखती हैं। साथ ही एक मां में बेटी अपना दोस्त, हमदर्द भी ढूंढ लेती हैं। वहीं, बेटी के रूप में एक मां अपना बचपन दोबारा जी लेती हैं। मगर, कई बार मां-बेटी के रिश्ते में जरा-सी नौक-झोंक भी हो जाती है जो धीरे-धीरे उनके बीच दूरियां बढ़ा देती हैं। इसके पीछे कई कारण हो सकते हैं, जिसके बारे में आज हम आपको बताएं।

उम्र के पहले जिम्मेदारियों का अहसास

अक्सर मांएं अपनी बेटियों को बचपन से ही जिम्मेदारियों का अहसास करवाने लगती हैं। उन्हें बचपन से ही बताया जाता है कि उन्हें दूसरे घर जाना है इसलिए काम करो। इसके कारण बच्चियां अपना बचपन खो देती हैं और मां से दूरी भी बना लेती हैं।

बेटी पर विश्वास न करना

अगर बेटी मां-पिता की इज्जत का खयाल रख रही हैं तो जाहिर है वो आपसे भरोसे की उम्मीद भी रखेगी। बेटियाँ भी चाहती हैं कि घर के लोग उन पर भरोसा करें मगर, जब आप, खासकर मां और एक औरत होकर जब आप अपनी बेटी पर विश्वास नहीं करती तो उनका मनोबल टूट जाता है। इसके कारण वो आपसे कटी-कटी रहने लगती हैं। और ये एक बहुत अहम् वजह है कि बेटियाँ अपनी माँ से दूर हो जाती हैं।

रोक-टोक करना

बेशक बेटी को सही गलत का एहसास करवाना पेरेंट्स की जिम्मेदारी है लेकिन कई आपकी चिंता इतना ओवरप्रोजेक्टिव हो जाती है कि लड़कियां इन्हें बाउंडेशन समझ लेती हैं। अब अगर कोई बेटियों के मन की बात ना समझ पाए तो दूरियां जायज है।

अगर आप भी अपने बच्चे की कम हाइट से हैं परेशान तो उन्हें

रोजाना कराएं ये आसन



कहीं बिगड़ तो नहीं रहा आपका बच्चा, कुछ इस तरह से पहचाने

बच्चे का मन कोरे कागज की तरह होता है। ऐसे में वे अपने आसपास के लोगों व चीजों जल्दी समझकर उन्हें सीख लेते हैं। कई बार वे ऐसी बातें व काम भी सीख लेते हैं जो उनके बेहतर मानसिक व व्यावहारिक विकास में बाधा डालते हैं। असल में, पेरेंट्स के बिजी होने या बच्चों को अधिक छूट देने से वे बिगड़ सकते हैं। ऐसे में कई बच्चे तो लड़ाई, मारपीट, गलत भाषा इस्तेमाल करना आदि शुरू कर देते हैं। ऐसे में पेरेंट्स का फर्ज बनता है कि वे शुरूआती दौर पर ही बच्चों पर ध्यान दें। तो चलिए आज हम आपको इस आर्टिकल में कुछ बातें बताते हैं, जो बच्चे के बिगड़ने की ओर इशारा करते हैं। ऐसे में आप समय रहते ही उनपर काबू पा सकते हैं।



का माहौल शांत व खुशनुमा रखें। साथ ही उसके द्वारा मारपीट या झगड़ा करने पर उसे प्यार से गलती का अहसास करवाएं। कई बच्चे अटेंशन डेफिसिट हाइपर डिस्ऑर्डर के शिकार होने के कारण ऐसा करते हैं। ऐसे में इस बात का खास ध्यान रखें।

गलत शब्दों व भाषा का इस्तेमाल करना

अगर कहीं आपका बच्चा गलत शब्द या भाषा का इस्तेमाल करें तो अलर्ट हो जाएं। इसका मतलब है कि वह बुरी संगत में पड़ रहा है। इसके लिए उसके कुछ गलत कहने पर तुरंत उसे रोके। मगर उसे डांटने की जगह प्यार से समझाएं। नहीं तो बच्चा नाराज हो सकता है। साथ ही घर का माहौल सही रखें। इसके अलावा इस बात ध्यान रखें कि आपका बच्चे किस से मिलता है। उसकी संगत चेक करके उसके बिगड़ने का कारण पता करें।

बात-बात पर जिद्द करना

अक्सर बच्चों को छोटी-छोटी बातों पर भी जिद्द करने की आदत होती है। मगर अगर कई बच्चा किसी बात पर अड़ जाएं, घंटों रोता रहे या खाना-पीना छोड़ दें तो यह उसके बिगड़ने की ओर इशारा करता है। ऐसे में मां-बाप का फर्ज है कि वे बच्चे को सही-गलत की पहचान करवाते हैं उसे सही राह पर लाएं। अगर बच्चा प्यार से ना माने तो इसके लिए सख्ती भी कर सकते हैं।

झूठ बोलना व चोरी करना

बच्चे का झूठ बोलना व चोरी करना भी उसके बिगड़ने की ओर संकेत करता है। ऐसे में उसका झूठ पकड़ कर प्यार से उसे समझाएं। बच्चे का मन बड़ा ही चंचल होता है। ऐसे में उसे डांटने की जगह प्यार से सही व गलत बताएं। साथ ही उससे ऐसा करने का कारण पूछें। इसके अलावा बच्चे की जरूरत का अच्छे से ध्यान रखें।



बच्चे खाने के मामले में बहुत आनाकानी करते हैं। मगर इससे उनके शारीरिक व मानसिक विकास में रूकावटें आने लगती हैं। इसके अलावा कई बच्चों की हाइट भी कम रह जाती है। मगर असल में, हाइट यह एक उम्र के बाद बढ़ने बंद हो जाती है। ऐसे में कई पेरेंट्स इसके डर के कारण बच्चों को हाइट बढ़ाने की दवाइयां खिलाते लगते हैं। मगर इससे सेहत के खराब होने की परेशानी हो सकती है। ऐसे में आप चाहे तो बच्चे की डेली रूटीन में योगासन को जोड़ सकते हैं। इसे करने में बॉडी की अच्छे से स्ट्रेचिंग होती है। ऐसे में बच्चे की नेचुरल तरीके से हाइट बढ़ने के साथ सेहत दुरुस्त रहने में भी मदद मिलेगा।

ताइसन

1. सबसे पहले खुली जगह पर एकदम सीधे खड़े हो जाएं।
2. दोनों हाथों की उंगलियों को बीच में फंसाकर या हाथों को नमस्कार की मुद्रा में रख कर ऊपर की तरह करें।
3. धीरे-धीरे एड़ियों को उठाकर शरीर का सारा भार पंजों पर डालें।
4. इसी मुद्रा में खड़े रहकर पूरे शरीर को स्ट्रेच करें।
5. फिर गहरी सांस लें।
6. थोड़ी देर बाद सामान्य अवस्था में आ जाएं।

वृक्षासन

1. इस आसन को करने के लिए खुली जगह पर सीधे खड़े हो जाएं।
 2. दाहिने पैर को अपने बाएं पैर पर रखें।
 3. दोनों हाथों को नमस्ते की मुद्रा में रखकर ऊपर ले जाएं।
 4. एक पैर से बैलेंस बनाएं।
 5. थोड़ी देर इसी मुद्रा में रहने के बाद सामान्य अवस्था में आ जाएं।
 6. इसके बाद दूसरे पैर से इस योगासन को करें।
- इससे रीढ़ की हड्डी एकदम सीधी होगी। पैरों व हाथों की मांसपेशियों में खिंचाव होने से हाइट बढ़ने में मदद मिलेगी।



योगासन करने के अन्य लाभ

- पूरे शरीर में खिंचाव होने से मांसपेशियों व हड्डियों में मजबूती आएगी।
- पाचन तंत्र दुरुस्त होकर पेट संबंधी समस्याएं दूर होगी।
- दिमाग शांत होने से स्मरण शक्ति बढ़ेगी।
- कमजोरी, थकान व आलस दूर होकर दिनभर तरोताजा महसूस होगा।
- शरीर में खून का संचार बेहतर होने में मदद मिलेगी।
- इम्यूनिटी बूस्ट होने से मौसमी व अन्य बीमारियों से बचाव रहेगा।



बच्चों के बेहतर शारीरिक विकास के लिए उनकी डाइट खास होनी चाहिए। खासतौर पर उनकी मांसपेशियों व हड्डियों की मजबूती के लिए विटामिन डी की जरूरत होती है। इसकी कमी से उनकी हड्डियां कमजोर होने के साथ शारीरिक विकास धीमा पड़ जाता है। वैसे तो इसकी कमी को पूरा करने के लिए सूरज की रोशनी बेहद फायदेमंद होती है। यह शरीर में कैल्शियम को अवशोषित करने व हड्डियों में मजबूती दिलाने में मदद करता है। मगर आप डाइट में कुछ चीजों को शामिल करके भी इसकी कमी को पूरा कर सकते हैं। तो चलिए आज हम विटामिन-डी से भरपूर चीजों के बारे में बताते हैं। मगर उससे पहले जानते हैं इसकी कमी के लक्षण....

बच्चे में पहचाने विटामिन डी की कमी, जरूर खिलाएं यह आहार

बच्चे में विटामिन डी की कमी के लक्षण

- मांसपेशियों व हड्डियों का कमजोर होकर दर्द होना
- शारीरिक विकास धीमी गति से चलना
- स्वभाव में चिड़चिड़ापन बढ़ना
- इसकी कमी के कारण बच्चे को रिकरंट इन्फेक्शन यानी बार-बार सर्दी-खांसी व मौसमी बीमारियां होना
- दिनभर थकान व कमजोरी रहना

विटामिन डी से भरपूर सुपर फूड्स सोया से भरपूर चीजें

विटामिन डी से भरपूर चीजों की लिस्ट में सोया भी शामिल होता है। ऐसे में बच्चे की डाइट में सोया से

भरपूर टोफू, दूध और सोयाबीन शामिल करें। इससे बच्चे को सही मात्रा में विटामिन डी मिलने के साथ शारीरिक व मानसिक विकास होने में मदद मिलेगी।

दूध : इसकी कमी पूरा करने के लिए दूध पीना भी बेस्ट ऑप्शन है। असल में दूध में कैल्शियम के साथ उचित मात्रा में विटामिन डी में पाया जाता है। इसलिए रोजाना 1 गिलास दूध का सेवन करने से बच्चे में इसकी कमी पूरी की जा सकती है। एक्सपर्ट्स के अनुसार, 1 गिलास दूध का सेवन करने से दिनभर की जरूरत के अनुसार 1/4 विटामिन डी की मिल सकता है।

संतरा : वैसे तो विटामिन-सी के लिए संतरा खाने की सलाह दी जाती है। मगर असल में, इसमें विटामिन-सी और डी सही मात्रा में मौजूद होता है। ऐसे में रोजाना इसका सेवन करने से विटामिन डी की सही मात्रा में मिलता है। एक्सपर्ट्स के अनुसार, रोजाना 1 गिलास ताजे संतरे का जूस



बेटी और बेटे में फर्क करना

समय भले ही बदल चुका हो लेकिन बेटी और बेटे के बीच आज भी दीवार खड़ी कर दी जाती है। इसके कारण बेटी के मन में हीनभावना जन्म ले लेती है और वो मानसिक तौर पर अलग हो जाती है।

मन की बात ना समझना

बेटियों को रोकना टोकना हर घर की बात है। और इसी रोक टोक की वजह से कई बार बेटियाँ अपनी माँ से दूर होती जाती हैं। बेटियों की मन की बात अगर माँ ही न समझ पाए तो ये दूरियां जायज है। इसलिए अत्यधिक रोक टोक पर बेटियां अपनी मां से थोड़ी दूरी बना लेती हैं। अगर आप अपनी बेटी के साथ रिश्ता मजबूत बनाना चाहते हैं तो ये गलतियां ना दोहराएं। हर बेटी को घर में वो प्यार मिलना चाहिए जिसकी वो हकदार है।

कुछ साल पहले टेलीविजन मनोरंजन का एक मात्र जरिया था। लेकिन समय के साथ-साथ मनोरंजन के विकल्प बढ़ते गए। पहले बच्चे अपना अधिकतम समय कहानी सुन कर या खेल खुल कूद में बिताया करते हैं। परंतु आज वे टीवी देखते हुए अन्य कंप्यूटर खेल को खेल कर बिताना पसंद करते हैं। वे अपने शरीर को बिल्कुल भी हिलाना पसंद नहीं करते। कभी-कभी वे दवा के डर से समस्या को बताते ही नहीं हैं। परंतु माता-पिता होने के नाते उनके स्वास्थ्य का ख्याल रखना हमारी जिम्मेदारी है। इसलिए साल में एक बार अपने बच्चे के पूरे शरीर की जांच कराना बहुत जरूरी है। यदि आपको लगता है कि आपके बच्चे की नजर कमजोर हो रही है। पता लगाने के लिए नीचे दिए गए लक्षणों पर ध्यान दें। यदि इन्में से कुछ लक्षण आपको बच्चे में मौजूद हैं तो तुरंत उसके आंखों की जांच कराएं।



आंखों को मलना
बच्चों को नींद में अपनी आंखों को मलने की आदत होती है। लेकिन, अगर आपका बच्चा दिन भर आंखें मलता रहता है तो यह एक कमजोर नजर की निशानी हो सकती है।

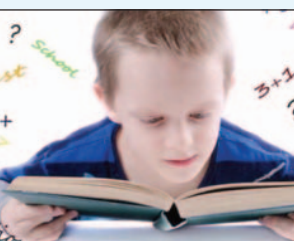
सर दर्द
सर दर्द के कई कारण होते हैं। लेकिन अगर टीवी देखते हुए या पढ़ाई करते हुए उसे सर दर्द हो रहा है या रोज शाम को सर दर्द की शिकायत हो। तब समझ लें कि आपके बच्चे को चिकित्सा की आवश्यकता है।

एक आंख बंद करता
यदि आपका बच्चा एक आंख बंद करके टीवी देखने लगे या वीडियो गेम खेलने लगे तब समझ जाएं कि उसे चश्मा लगने वाला है।

तेज रोशनी में पलके झपकना
क्या आपके बच्चे को उजाले से परेशानी होती है? या तेज रोशनी देखकर वह अपनी पलकों को तेजी से झपकता है? तेज रोशनी से धीमी रोशनी को ओर बढ़ते वक्त क्या उसे धक्के नजर आते हैं? इन सारे लक्षणों का कारण है विटामिन की कमी। अपने बच्चे के आहार में विटामिन ए की मात्रा को बढ़ाएं और उसे रोज सुबह गाजर का जूस पिराएं।

भंगमपन
कई बार बच्चे मजाक में भी अपनी नजरों को तिरछा कर लेते हैं। यदि ये मजाक ना हो कर हर दूसरे, तीसरे दिन की आदत बनती जा रही है तो आदत की वजह को पहचाने और अपने बच्चे की आंखों का इलाज कराएं।

सर घुमाना
बार-बार सर घुमाना भी कमजोर नजर का एक लक्षण है। यदि आपका बच्चा टीवी देखते वक्त बीच-बीच में आंखों को बंद करके सर को हिलाता रहता है, तब इस लक्षण पर ध्यान दें।



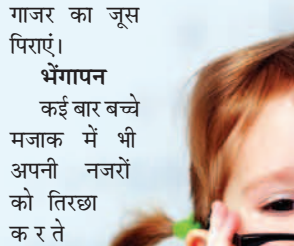
नजदीक से देखना
यदि आपके बच्चे को दूर से कोई चीज साफ ना नजर आए और वो उसे देखने के लिए बहुत करीब आए। तब यह सरल लक्षण, उसकी कम होती दृष्टि का संकेतक है।

आई बॉल की गति
हालांकि, इस लक्षण को पहचानना आपके लिए थोड़ा सा मुश्किल हो सकता है। इस लक्षण को पहचाने के लिए बात करते वक्त आपको अपने बच्चे की आंखों को गौर से देखना होगा। यदि आई बॉल की गति में कुछ भिन्नता नजर आए तो तुरंत एक नेत्र विशेषज्ञ से संपर्क करें।

लाल आंखें
नींद पूरी ना होना या नेत्रश्लेष्मला शोथ के कारण भी बच्चों की आंखें लाल हो सकती हैं। परंतु यदि ये दो कारण मौजूद ना हो तब कमजोर नजर ही इसका सही कारण होगा।

आंखों में दर्द

आंखों में दर्द के कारण बच्चे को आंखों में चुभन महसूस होती है तथा उसके आंखों से पानी भी आने लगता है। यदि ये लक्षण लगातार नजर आए तो समझे की निगाहों पर चश्मा टिकाने का वक्त आ गया है।



पीने से बच्चे में विटामिन डी की कमी पूरी करने में मदद मिलती है। इसके अलावा संतरे अन्य पोषक तत्व व एंटी-ऑक्सिडेंट गुणों से भरपूर होता है। ऐसे में इसके सेवन से बच्चे की मांसपेशियों व हड्डियों में मजबूती आएगी। शारीरिक व मानसिक विकास बेहतर होने के साथ स्किन से जुड़ी परेशानियों से भी राहत रहेगी।

मशरूम : मशरूम खाने में टेस्टी होने के साथ विटामिन डी से भरपूर होती है। इसके सेवन से मांसपेशियों व हड्डियों में मजबूती आने में मदद मिलती है। खासतौर पर बच्चे की ग्रोथ के लिए मशरूम काफी फायदेमंद मानी जाती है। ऐसे में इसे बच्चे की डेली डाइट में जरूर शामिल करें। आप इससे बच्चे को अलग-अलग डिशेज बनाकर खिला सकते हैं।

अंडा : अगर आप नॉन वेजेटेरियन है तो बच्चे की डाइट में अंडे शामिल करें। इसका सफेद भाग विटामिन डी से भरपूर होता है। ऐसे में इसके सेवन से बच्चे को इसकी कमी पूरी करने में मदद मिलेगी। साथ ही उसकी सेहत में सुधार आएगा।

एशियन गेम्स में भारतीय पुरुष हॉकी टीम ने रचा इतिहास, लगातार दूसरी बार जीता स्वर्ण

नई दिल्ली (एजेंसी)। भारतीय पुरुष हॉकी टीम ने एशियन गेम्स में लगातार दूसरी बार स्वर्ण पदक जीतकर इतिहास रच दिया। शनिवार को खेले गए फाइनल मुकाबले में भारत ने मलेशिया को 5-1 से हराकर खिताब अपने नाम किया। इस जीत के साथ भारतीय टीम ने 2028 में लॉस एंजेलिस में होने वाले ओलंपिक खेलों के लिए भी सीधे क्वालीफाई कर लिया। एशियन गेम्स के इतिहास में यह पहली बार है, जब भारतीय पुरुष हॉकी टीम ने लगातार दो बार स्वर्ण पदक जीता है। फाइनल मुकाबले में भारत की ओर से कप्तान हरमनप्रीत सिंह ने शानदार प्रदर्शन करते हुए दो गोल किए। उनके अलावा जुगुराज सिंह, उपकप्तान हार्दिक सिंह और शिलानंद लकड़ा ने एक-एक गोल किया। मलेशिया की ओर से एकमात्र गोल

एशियन गेम्स 2026 :प्रणवी उर्स ने गोल्फ में दिलाया ऐतिहासिक गोल्ड, महिला टीम ने जीता सिल्वर

कासुगाई (एजेंसी)। एशियन गेम्स 2026 में भारतीय गोल्फर प्रणवी उर्स ने कासुगाई कंटी वुल्ब ईस्ट कोर्स में इतिहास रच दिया है। प्रणवी व्यक्तिगत स्ट्रोक प्ले में गोल्ड मेडल जीतने वाली पहली भारतीय महिला बन गई हैं। चार दिनों तक चले इवेंट में उन्होंने 15-अंडर 265 के कुल स्कोर के साथ स्वर्ण पदक अपने नाम किया। अपने अंतिम दिन प्रणवी ने ईवन पर 70 का स्कोर किया और देश को गौरव दिलाया।

प्रणवी की शानदार प्रदर्शन की बदौलत भारतीय महिला टीम ने भी चार दिनों में 14-अंडर 546 के स्कोर के साथ सिल्वर मेडल जीता। यह एशियन गेम्स के इतिहास में महिला टीम स्पर्धा में भारत का पहला गोल्फ मेडल है, जो एक ऐतिहासिक उपलब्धि है। जहां प्रणवी ने शीर्ष स्थान हासिल किया, वहीं अन्य भारतीय खिलाड़ियों का प्रदर्शन मिलाजुला रहा। अर्द्धि अग्रक ने अंतिम दिन 3-अंडर 67 का स्कोर बनाया और कुल 2-ओवर 282 के साथ 14वें स्थान पर रही। दोषा डगार चौथे दिन 7-ओवर पर के स्कोर के साथ संयुक्त 23वें स्थान पर रहीं, उनका कुल



स्कोर 12-ओवर रहा।

प्रणवी आखिरी दिन दूसरे स्थान पर चल रही सिंगापुर की शैनन टैन से तीन स्ट्रोक की बढ़त के साथ उतरी थीं। तीसरे होल पर ट्रिपल बोगी के साथ उनकी शुरुआत थोड़ी लड़खड़ाई, जिससे वे कुछ समय के लिए दूसरे स्थान पर खिसक गईं। हालांकि, प्रणवी ने असाधारण वापसी करते हुए छठे, 10वें और 13वें होल पर तीन बड़ी लगाकर फिर से बढ़त बना ली। उन्होंने 18वें होल पर ईवन पार स्कोर करके अपना गोल्ड मेडल पक्का किया। चीन की यिन रुओफिंग और सिंगापुर की शैनन टैन ने 14-अंडर पार पर रहने के कारण संयुक्त रूप से सिल्वर मेडल जीता।

एशियन गेम्स 2026 : ईशान किशन ने रचा इतिहास, एक कैलेंडर वर्ष में हजार टी20 रन बनाने वाले दूसरे भारतीय

निशियो। एशियन गेम्स 2026 के फाइनल में भारत और पाकिस्तान के बीच खेले जा रहे मुकाबले के दौरान भारतीय बल्लेबाज ईशान किशन ने एक बड़ी उपलब्धि अपने नाम कर ली। ईशान इस मुकाबले में 18 गेंदों पर 20 रन ही बना सके, लेकिन उनकी यह पारी ऐतिहासिक रिकॉर्ड के साथ दर्ज हो गई। ईशान ने 2026 में टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में एक हजार रन पूरे कर लिए हैं। वह एक कैलेंडर वर्ष में यह उपलब्धि हासिल करने वाले केवल दूसरे भारतीय बल्लेबाज बन गए हैं। ईशान किशन ने इस साल अब तक 169 के स्ट्राइक रेट से बल्लेबाजी करते हुए 1,005 रन बनाए हैं। उनसे पहले सूर्यकुमार यादव ने 2022 में यह मुकाम हासिल किया था। सूर्यकुमार ने उस कैलेंडर वर्ष में 187 के स्ट्राइक रेट से 1,164 रन बनाए थे। अंतरराष्ट्रीय टी20 क्रिकेट में एक कैलेंडर वर्ष में सबसे ज्यादा रन बनाने का रिकॉर्ड ऑस्ट्रेलिया के कराबीर सिंह के नाम बताया गया है।

उन्होंने 2025 में 174 के स्ट्राइक रेट से बल्लेबाजी करते हुए 1,472 रन बनाए थे। पाकिस्तान के मोहम्मद रिजवान ने 2021 में 1,326 रन बनाए थे। मैच की बात करें तो एशियन गेम्स के फाइनल में भारतीय टीम ने पहले बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 20 ओवर में छह विकेट पर 211 रन का मजबूत स्कोर खड़ा किया। भारत की ओर से अभिषेक शर्मा ने एक बार फिर आक्रामक अंदाज में बल्लेबाजी की। उन्होंने महज 28 गेंदों में तीन चौकों और सात छकों की मदद से 61 रन की तूफानी पारी खेली। उनकी इस पारी ने भारतीय पारी को तेज शुरुआत देने के साथ बड़े स्कोर की नींव तैयार की। तिलक वर्मा ने भी शानदार बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 20 ओवर में छह विकेट पर 211 रन का योगदान दिया। हालांकि वैभव सूर्यवंशी बड़ी पारी नहीं खेल सके और नौ गेंदों पर 15 रन बनाकर आउट हो गए। संजु सैमसन का बल्ल भी नहीं चला और वह केवल दो रन बनाकर पवेलियन लौट गए। कप्तान श्रेयस अय्यर ने 24 गेंदों का सामना किया, लेकिन 21 रन ही बना सके।



विराट कोहली को 7 साल बाद मिला गोल्डन डक, ईशांत-कुंबले को भी छोड़ा पीछे

नई दिल्ली (एजेंसी)। भारतीय क्रिकेट के दिग्गज बल्लेबाज विराट कोहली को शनिवार, 3 अक्टूबर 2026 को वेस्टइंडीज के खिलाफ न्यू चंडीगढ़ में खेले गए तीसरे वनडे मुकाबले में एक निराशाजनक अनुभव हुआ। वे अपनी पारी की पहली ही गेंद पर बिना खाता खोले पवेलियन लौट गए, जिसे क्रिकेट की भाषा में गोल्डन डक कहा जाता है। वेस्टइंडीज के तेज गेंदबाज जेडन सील्स ने तीसरे ओवर की चौथी गेंद पर कोहली को इन्स्विंगिंग यॉर्कर से बोलड कर दिया। यह घटना तब हुई जब सील्स ने पिछली गेंद पर कप्तान शुभमन गिल को भी विकेट के पीछे लपकवाया था, जिससे भारतीय टीम मुश्किल में आ गई।

करीब सात साल बाद वनडे क्रिकेट में यह पहला मौका था जब कोहली गोल्डन डक का

शेलो सिल्वरियस ने 14वें मिनट में किया। मुकाबले की शुरुआत दोनों टीमों के बीच कड़े संघर्ष के साथ हुई। 11वें मिनट में भारत को पेनल्टी कॉर्नर मिला, जिसे हरमनप्रीत सिंह ने गोल में बदलकर टीम को 1-0 की बढ़त दिलाई। हालांकि, तीन मिनट बाद मलेशिया ने जवाबी हमला करते हुए स्कोर 1-1 से बराबर कर दिया। दूसरे क्वार्टर में भारत ने फिर बढ़त हासिल कर ली। 23वें मिनट में मिले पेनल्टी कॉर्नर पर जुगुराज सिंह ने शानदार ड्रैग फिलक के जरिए गोल दागा और भारत को 2-1 से आगे कर दिया। हाफ टाइम तक भारतीय टीम इसी बढ़त के साथ रही। तीसरे क्वार्टर में भारत ने अपनी पकड़ और मजबूत कर ली। 42वें मिनट में उपकप्तान हार्दिक सिंह ने पेनल्टी स्ट्रोक को गोल में बदलकर स्कोर 3-1 कर

दिया। इसके बाद चौथे क्वार्टर में शिलानंद लकड़ा ने 54वें मिनट में मैदानी गोल किया। मैच खत्म होने से तीन मिनट पहले 57वें मिनट में हरमनप्रीत सिंह ने अपना दूसरा गोल करते हुए भारत की जीत 5-1 से तय कर दी।

इस जीत के साथ भारत ने एशियन गेम्स में पुरुष हॉकी का अपना पांचवां स्वर्ण पदक हासिल किया। पाकिस्तान ने दक्षिण कोरिया को 5-3 से हराकर कांस्य पदक जीता। भारतीय हॉकी के लिए यह एशियन गेम्स विशेष रूप से यादगार रहा, क्योंकि महिला टीम ने भी शुक्रवार को चीन को 1-0 से हराकर 44 साल बाद स्वर्ण पदक जीता था। इस तरह भारत की पुरुष और महिला दोनों हॉकी टीमों ने स्वर्ण पदक जीतने के साथ लॉस एंजेलिस ओलंपिक का टिकट भी हासिल कर लिया।



एशियन गेम्स 2026: भारत ने पाकिस्तान को 19 रन से हराकर जीता स्वर्ण, खिताब बरकरार

निशिन (एजेंसी)। एशियन गेम्स 2026 के पुरुष क्रिकेट फाइनल में भारत ने पाकिस्तान को 19 रन से हराकर स्वर्ण पदक अपने नाम कर लिया। कोरंगी स्पोर्ट्स पार्क में खेले गए हाई-स्कोरिंग मुकाबले में भारत ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 20 ओवर में छह विकेट पर 211 रन बनाए। जवाब में पाकिस्तान की टीम छह विकेट पर 192 रन ही बना सकी। इस जीत के साथ भारतीय टीम ने एशियन गेम्स में क्रिकेट का लगातार दूसरा स्वर्ण पदक हासिल करते हुए अपना खिताब बरकरार रखा। जीत के बाद भारतीय खिलाड़ियों ने तिरंगा लहराकर मैदान का चक्र लगाया और स्टेडियम में मौजूद प्रशंसकों का अभिवादन किया। भारत को शुरुआत में ही अभिषेक शर्मा और युवा वैभव सूर्यवंशी ने तेज रन बनाने में मदद की। अभिषेक ने 28 गेंदों में 61 रन की आक्रामक पारी खेली। उन्होंने तीन चौके और सात छक्के लगाए तथा महज 20 गेंदों में अपना अर्धशतक पूरा कर लिया। वैभव



ने भी नौ गेंदों में 15 रन बनाए और दो छक्के जड़े। हालांकि वह सईम अयूब की गेंद पर आउट हो गए। शुरुआती ओवरों में दोनों बल्लेबाजों की आक्रामक बल्लेबाजी ने पाकिस्तान के गेंदबाजों को दबाव में डाल दिया।

अभिषेक के आउट होने के बाद भारतीय पारी को मध्यक्रम में तिलक वर्मा ने संभाला। तिलक ने केवल 22 गेंदों में नाबाद 51 रन बनाए। उनकी पारी में तीन

चौके और चार छक्के शामिल रहे। उन्होंने 21 गेंदों में अर्धशतक पूरा किया। शिवम दुबे ने भी 15 गेंदों पर 27 रन की उपयोगी पारी खेली। दूसरी ओर ईशान किशन 18 गेंदों पर 20 रन और कप्तान श्रेयस अय्यर 24 गेंदों पर 21 रन बनाकर आउट हुए। इन पारियों की बदौलत भारत ने 211 रन का चुनौतीपूर्ण स्कोर खड़ा किया। लक्ष्य का पीछा करने उतरी पाकिस्तान की टीम ने भी तेज शुरुआत करने की कोशिश की।

हसन नवाज ने भारतीय गेंदबाजों का सामना करते हुए 51 गेंदों में 96 रन की शानदार पारी खेली, लेकिन वह शतक में चार रन दूर रह गए। साद मसूद ने पांच गेंदों में 12 रन बनाकर नाबाद रहे। पाकिस्तान की टीम 20 ओवर में छह विकेट पर 192 रन ही बना सकी। भारत की ओर से शिवम दुबे ने तीन ओवर में 33 रन देकर दो विकेट लिए। पारी की आखिरी गेंद पर दुबे ने हसन नवाज को संजु सैमसन के हाथों कैच कराकर भारत की जीत पर मुहर लगा दी। इसके साथ ही भारत ने पाकिस्तान के खिलाफ फाइनल जीतकर स्वर्ण पदक हासिल किया। एशियन गेम्स क्रिकेट में भारत और पाकिस्तान के बीच यह पहली पुरुष फाइनल भिड़त थी। भारत ने 2023 हांगझोउ एशियन गेम्स में क्रिकेट में पहली बार हिस्सा लेते हुए स्वर्ण पदक जीता था। अब 2026 में पाकिस्तान को हराकर भारतीय टीम ने अपना खिताब बरकरार रखा और एशियन गेम्स में लगातार दूसरी बार क्रिकेट का स्वर्ण अपने नाम किया।

एशियाई खेल 2026: नीरज चौहान ने धीरज बोम्मदेवरा को हरा जीता कांस्य पदक

नागोया (एजेंसी)। जापान के नागोया में चल रहे एशियाई खेल 2026 में भारतीय तीरंदाज नीरज चौहान ने पुरुष व्यक्तिगत रिकर्व स्पर्धा में कांस्य पदक अपने नाम किया। ओकाजाकी को चौथे सोनो पार्क मल्टीपर्पज स्क्वायर में हुए इस रोमांचक ऑल-इंडियन ब्रॉन्ज मेडल मुकाबले में नीरज ने अपने हमवतन धीरज बोम्मदेवरा को 6-4 से शिकस्त दी। यह मुकाबला पांच सेट तक चला, जिसमें नीरज 2-4 से पिछड़ने के बाद शानदार वापसी करते हुए कांस्य पदक हासिल करने में सफल रहे। कांस्य पदक मुकाबले में पहुंचने से पहले, नीरज को सेमीफाइनल में जापान के जुन्या नाकानिशी से 7-1 से हार का सामना करना पड़ा था, जबकि धीरज को दक्षिण कोरिया के ली वू-सेओक ने 3-7 से हराया था। इसके बाद दोनों भारतीय तीरंदाजों के बीच यह मुकाबला निर्धारित हुआ। ब्रॉन्ज मेडल



मुकाबले की शुरुआत नीरज ने दमदार तरीके से की, उन्होंने पहला सेट 29-26 से अपने नाम करते हुए 2-0 की बढ़त बना ली। हालांकि, धीरज ने दूसरे और तीसरे सेट में कोरिया के ली वू-सेओक को 10-3 और 10-3 से शिकस्त दी। नीरज ने चौथे सेट में जबरदस्त वापसी करते हुए मैच का रुख पलट दिया। उन्होंने तीनों तीरों पर परफेक्ट 10 का स्कोर किया और कुल 30 अंक हासिल कर धीरज को 30-27 से

धीरज को सिर्फ एक और सेट जीतने की जरूरत थी, जबकि नीरज के सामने मुकाबला बचाने की बड़ी चुनौती थी। नीरज ने चौथे सेट में जबरदस्त वापसी करते हुए मैच का रुख पलट दिया। उन्होंने तीनों तीरों पर परफेक्ट 10 का स्कोर किया और कुल 30 अंक हासिल कर धीरज को 30-27 से

हराया, जिससे स्कोर 4-4 से बराबर हो गया और मैच निर्णायक पांचवें सेट में पहुंच गया। निर्णायक सेट में भी नीरज ने दबाव के बीच अपनी एकाग्रता बनाए रखी। धीरज ने 28 अंक बनाए, लेकिन नीरज ने अपने आखिरी दो तीरों पर 9 और 10 का स्कोर कर कुल 29 अंक हासिल किए और पांचवां सेट जीतकर मुकाबला 6-4 से अपने नाम कर कांस्य पदक पर कब्जा जमाया। नीरज और धीरज ने इससे पहले एशियाई खेल 2026 में टीम और मिश्रित स्पर्धाओं में भी पदक जीते थे। धीरज ने कुमकुम महोद के साथ मिश्रित रिकर्व स्पर्धा में रजत पदक जीता था, और पुरुष टीम स्पर्धा में नीरज चौहान तथा यशदीप भोगे के साथ मिलकर रजत पदक हासिल किया था। भारतीय तीरंदाजों ने इन खेलों में कुल मिलाकर प्रभावशाली प्रदर्शन किया है।

परवीन हुड्डा : बैन से वापसी कर जीता गोल्ड, मुश्किल अनुभवों ने बनाया मजबूत

निशियो। भारतीय बॉक्सर परवीन हुड्डा ने एशियन गेम्स 2026 में महिलाओं के 65 किग्रा वर्ग में चीनी ताइपे की निपेन-चिन वे को हराकर स्वर्ण पदक जीतकर इतिहास रच दिया है। यह भारत के लिए मौजूदा खेलों में महिला बॉक्सिंग का दूसरा स्वर्ण पदक है। परवीन का यह सफर बेहद चुनौतीपूर्ण रहा है, जिसमें उन्हें करीब दो साल का प्रतिबंध झेलना पड़ा और उसके बाद की कठिन वापसी के दौरान मानसिक रूप से मजबूत बने रहना उनकी सबसे बड़ी ताकत साबित हुई। 2023 में वेयरअबाउट्स वर्ल्डोंज के उल्लंघन के कारण परवीन को 22 महीने का प्रतिबंध झेलना पड़ा था, जिसके चलते उन्हें एशियन गेम्स 2022 का अपना कांस्य पदक भी गंवाना पड़ा। संरक्षण खत्म होने के बाद उन्होंने प्रतियोगिताओं में वापसी की, लेकिन संघर्ष जारी रहा। ग्लासगो में कॉमनवेल्थ गेम्स 2026 में वह क्वार्टर फाइनल में हारकर पदक की दौड़ से बाहर हो गई थीं। हालांकि, अपनी पिछली असफलताओं और मुश्किलों को अपने करियर पर हावी होने देने के बजाय, परवीन ने जीरो से शुरुआत करने का फैसला किया।



और 2011 में नॉर्थसाइड में वेस्टइंडीज के खिलाफ गोल्डन डक हुए थे।

इस निराशाजनक प्रदर्शन के बावजूद, कोहली ने अपने नाम एक और आंकड़ा दर्ज किया है, हालांकि यह कुछ ऐसा नहीं जिसे वे याद रखना चाहेंगे। वे अब अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में सबसे ज्यादा बार शून्य पर आउट होने वाले भारतीय खिलाड़ियों की सूची में दूसरे स्थान पर पहुंच गए हैं। कुल 565 अंतरराष्ट्रीय मैचों में वे 41 बार डक का शिकार हुए हैं, जिससे उन्होंने तेज गेंदबाज ईशांत शर्मा (199 मैचों में 40 डक) को पीछे छोड़ दिया है। इस सूची में पूर्व तेज गेंदबाज जहीर खान 303 मैचों में 43 डक के साथ शीर्ष पर हैं। वनडे क्रिकेट में भी, कोहली अब 317 मैचों में 19वीं बार शून्य पर आउट होकर पूर्व पेसर जवागल श्रीनाथ (229 मैचों में 19



डक) के साथ संयुक्त रूप से दूसरे स्थान पर हैं। उन्होंने पूर्व दिग्गज अनिल कुंबले (269 वनडे में 18 डक) और युगराज सिंह (301 वनडे में 18

डक) को पीछे छोड़ दिया है, जबकि महान सचिन तेंदुलकर 463 वनडे में 20 डक के साथ पहले पायदान पर बने हुए हैं।

संघर्ष से शिखर तक: अमन सहरावत ने एशियाई खेलों में दिलाया स्वर्ण



मुम्बई (एजेंसी)। हांगझोउ में चल रहे एशियाई खेलों के पंद्रहवें दिन भारतीय पहलवान अमन सहरावत ने देश के लिए 20वां स्वर्ण पदक जीतकर इतिहास रच दिया। 57 किलोग्राम वर्ग के कड़े मुकाबले में अमन ने उत्तर कोरिया के विश्व चैंपियन चोंग सोंग हान को 11-7 से हराकर पोजिशन के शीर्ष स्थान पर कब्जा किया। यह अमन का इन खेलों में शानदार प्रदर्शन था, जहाँ उन्होंने अपनी पिछली ब्रॉन्ज मेडल की उपलब्धि को स्वर्ण में बदल दिया। 23 वर्षीय भारतीय पहलवान ने निर्णायक मुकाबले में बेहतरीन रणनीति का प्रदर्शन किया। एक समय प्रतिद्वंद्वी ने 7-6 की बढ़त हासिल कर ली थी, लेकिन अमन ने जबरदस्त वापसी करते हुए मैच को अपने पक्ष में कर लिया और स्वर्ण पदक भारत के नाम किया। इससे पहले, सेमीफाइनल में उन्होंने ताजिकिस्तान के ऐयाल बेरोलियुब्सकी को 14-8 से हराकर स्वर्ण पदक की

उम्मीद जगाई थी। पेरिस ओलंपिक में कांस्य पदक जीतकर भारत के सबसे कम उम्र के ओलंपिक पदक विजेता बने अमन फाइनल में लगातार नियंत्रण में रहे।

अमन सहरावत का जीवन संघर्षों से भरा रहा है। हरियाणा के झज्जर जिले के बिरोहड़ गांव के रहने वाले अमन जब मात्र 11 साल के थे, तब उनकी मां का निधन हो गया और कुछ ही महीनों बाद उनके पिता का भी साया सिर से उठ गया। इन विपरीत परिस्थितियों में उनकी बहन और चाचा ने उनका सहारा बना। चाचा ने उन्हें छत्रसाल स्टेडियम में कुश्ती का प्रशिक्षण दिलाया, जहाँ अमन ने पूरी लगन और मेहनत से अभ्यास किया। उनकी कड़ी मेहनत रंग लाई और उन्होंने 2024 पेरिस ओलंपिक में 57 किग्रा कुश्ती स्पर्धा में कांस्य पदक जीतकर इतिहास रच दिया, जिससे वह ओलंपिक पदक जीतने वाले भारत के सबसे युवा एथलीट बन गए।

पाकिस्तान फिर नहीं सुधरा, सैम अयूब की हरकत ने खोली पोल

निशियो। यह पुरानी कहावत है कि कुत्ते की दुम को चाहे कितने सालों तक मिट्टी में दबाकर रखो, निकालेंगे तो टेढ़ी की टेढ़ी ही निकलेगी। पाकिस्तान क्रिकेट टीम का हाल भी कुछ ऐसा ही है। लगातार हार और विश्व क्रिकेट में टॉपी चोर का टैग झेल रही पाकिस्तानी टीम ने एक बार फिर अपनी घटिया हरकत से खुद को शर्मसार किया। हाल ही में एक टी-20 फाइनल मुकाबले में, लगातार 6 मैच हारने के बाद भी पाकिस्तानी खिलाड़ियों ने भारतीय खिलाड़ियों को उसकाने की कोशिश की, जिसका खामियाजा उन्हें मैदान पर भुगताना पड़ा। यह घटना तब घटी जब पाकिस्तान के युवा खिलाड़ी सैम अयूब ने भारतीय बल्लेबाज वैभव सूर्यवंशी को आउट करने के बाद बच्चा गोद में लेने वाला भद्दा सेलिब्रेशन किया। वैभव, जो इस समय पूरी दुनिया में, यहां तक कि पाकिस्तान में भी हजारों प्रशंसकों के चहेते हैं, उन्होंने इस उकसावे पर संयम बनाए रखा और पलटकर जवाब नहीं दिया। हालांकि, उनके साथी ओपनर अभिषेक ने इस हरकत का करारा जवाब दिया। सैम अयूब के उसी ओवर में अभिषेक ने एक छक्का और दो चौके जड़कर तीन ओवर में ही भारतीय स्कोर को 43 रन तक पहुंचा दिया और पाकिस्तान की नींव हिला दी। यह पहली बार नहीं है जब पाकिस्तान ने मैदान पर ऐसी अशोभनीय हरकत की हो। इससे पहले एशियन गेम्स और एशिया कप जैसे टूर्नामेंट्स में भी पाकिस्तान के खिलाड़ी भारतीय खिलाड़ियों को चिढ़ा चुके हैं। एशिया कप में अबरार अहमद ने एक भारतीय बल्लेबाज को आउट करने के बाद गंदा सा इशारा करके जश्न मनाया था, जिसके बाद पूरे टूर्नामेंट में भारतीय बल्लेबाजों ने उनको दूँट-दूँट कर मारा था।

रोनाल्डो बोले, प्रशिक्षण शिविर छोड़ने के कारणों का खुलासा समय आने पर करेंगे



कोपेनहेगन (ईएमएस)। पुर्तगाल फुटबॉल में सब कुछ ठीक नहीं चल रहा है। इसी कारण टीम के कप्तान और स्टार फुटबॉलर क्रिस्टियानो रонаल्डो ने कोच जॉर्ज जेीसस के साथ मतभेदों के कारण टीम का प्रशिक्षण शिविर छोड़ दिया। सबसे अधिक हैरानी की बात ये रही कि रोनाल्डो ने ये कदम डेनामार्क के खिलाफ नेशंस लीग मुकाबले से ठीक पहले उठाया जिससे भी कई सवाल उठ रहे हैं। इससे कोच जॉर्ज के साथ उनके मतभेदों की बात भी खुलकर सामने आ गयी है। वहीं इस स्टार खिलाड़ी के प्रशंसकों का कहना है कि वह शिविर छोड़ने की असेली वजह सही समय आने पर बताएंगे। रोनाल्डो ने सोशल मीडिया पर जारी एक संदेश में कहा कि उन्होंने शिविर छोड़ने से पहले पुर्तगाल फुटबॉल फेडरेशन के अध्यक्ष पेद्रो प्रोएन्सा से बातचीत की थी।

यह विवाद तब पहली बार सामने आया जब रोनाल्डो अंतिम अभ्यास सत्र में भी शामिल नहीं हुए। इसके बाद वह पुर्तगाल फुटबॉल महासंघ की गाड़ी में बैठ गये। जब टीम अपने होटल पहुंची, तो रोनाल्डो और कोच दोनों ही टीम के साथ मौजूद नहीं थे, जिससे इस पूरे मामले को लेकर रहस्य और बढ़ गया। वहीं कोच ने रोनाल्डो के अभ्यास में शामिल नहीं होने की बातों को नकार दिया। उन्होंने कहा कि रोनाल्डो के ट्रेनिंग से दूर रहने की कोई खास वजह नहीं थी और मैच से कुछ दिनों बाद खिलाड़ी का अलग अभ्यास करना सामान्य बात है। कोच ने यह भी दावा किया था कि रोनाल्डो उसी दिन टीम के साथ अभ्यास करेंगे और उनसे बातचीत में रोनाल्डो ने साफ किया था कि वह टीम के फैसले के अनुसार खेलने या बाहर बैठने के लिए तैयार हैं। कोच ने उस दौरान किसी भी तरह के विवाद या घटना होने से इनकार किया था।

इतिहास रचने वाली भारतीय महिला हॉकी टीम पर बरसे पैसे

हांगझोउ। चीन में आयोजित एशियाई खेलों में भारतीय महिला हॉकी टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 44 साल बाद स्वर्ण पदक पर कब्जा जमाया है। इस ऐतिहासिक जीत में टीम ने डिफेंडिंग चैंपियन चीन को 1-0 से मात दी। यह जीत सिर्फ स्वर्ण पदक तक ही सीमित नहीं है, बल्कि इसने टीम के लिए लॉस एंजेलिस ओलंपिक 2028 का टिकट भी पक्का कर दिया है, जिससे देश में खुशी की लहर दौड़ गई है। हॉकी इंडिया ने इस अविस्मरणीय उपलब्धि पर खिलाड़ियों और सहयोगी स्टाफ को नकद पुरस्कार देने की घोषणा की है, जिसमें प्रत्येक खिलाड़ी को 11-11 लाख रुपये और सहयोगी स्टाफ के प्रत्येक सदस्य को 5.5-5.5 लाख रुपये दिए जाएंगे। शुक्रवार को खेले गए रोमांचक फाइनल मुकाबले में भारतीय टीम ने शुरू से ही आक्रामक खेल दिखाया। टीम की फॉरवर्ड लालेरिसियामी ने मैच के 10वें मिनट में ही एक शानदार गोल दागकर भारत को 1-0 की महत्वपूर्ण बढ़त दिला दी। इसके बाद, चीनी टीम ने बराबरी करने के कई प्रयास किए, लेकिन भारतीय रक्षापंक्ति और विशेषकर गोलकीपर सविता पुनिया की शानदार फॉर्म ने उन्हें सफल नहीं होने दिया।