







# चिन्तनीय दो बात

उम्मीद का इस संसार में गंगजब तमाशा है । हम देखते हैं की लोग आशा लगा कर बैठे हैं ठगे जा रहे हैं लेकिन फिर भी आशा को लगाकर बैठे हैं कि आशा कभी भी फलेगी । जीवन के किसी ना किसी मोड़ पर स्वयं को असफल निराशा व हारा महसूस करते हैं तब मन में नकारात्मक विचार आने लगते हैं और हमारी आशाएं विखर जाती हैं । सपने काच की तरह टूट जाते हैं उस वक्त जरूरत होती है एक आशा की किरण सकारात्मक सोच की ताकि फिर से नवीन ऊर्जा के साथ कर्म पथ पर अग्रसर हो । मिथित ही यह हम पर निर्भर करता है कि जीवन के सफर में सकारात्मक सोच से आगे बढ़े या नकारात्मक सोच से निराशा के गर्त में चले जाएं । कहा भी है चलते चलते कदम थके, पर नकारात्मक सोच छोड़ कर दृढ़तापूर्वक आगे बढ़ो फिर से सकारात्मक सोच से नई उम्मीद जगाओ, नई राह बनाओ । जीवन का यह कड़वा सच है कि आज लोग आपसे हाथ मिला रहे हैं पास आ रहे हैं क्यों आ रहे हैं क्योंकि वे यूँ ही नहीं आ रहे हैं आपके पास बल्कि वो आपकी स्थिति से आपके पास आ रहे हैं सभव बदला बदलती स्तिथियाँ, विकास के साथ ,बदल गई खर्चों की परिस्थितियाँ, सुख-सुविधा- संसाधन बढ़े,शौक सुविधावाद और फिर खर्चे भी चढ़े । खर्चों की पूरति के लिए शुरू हुआ फिर पैसे का सिलसिला , फलत: इंसान का जन्म हो या फिर मृत्यु -नैतिकता ने हर जगह है दम तोड़ा और-और की लालसा ने भ्रष्ट तरीके से आय के लिए अनैतिकता से नाता जोड़ा । अतः जरूरत हो या नहीं पर पैसे कमाने का साधन बन गया है अनैतिक आचरण और बेवजह मानव इस आपा धारी में जा रहा है ज़रूरत है इस स्थिति से बचने की । इस तरह झूठी आशा और पैसे की आसकि सचमुच मानव जीवन के लिये चिन्तनीय बताते हैं ।



प्रदीप छाजेड़  
( बोरावड़ )

आज का राशिफल

व्यावसायिक योजना सफल होगी। किया गया परिश्रम  
 सार्थक होगा। धन, पद, प्रतिष्ठा में बढ़ि होगी। यात्रा देशानन  
 की स्थिति सुखद व लाभप्रद होगी। सुसुराल पक्ष से लाभ  
 होगा। धार्मिक प्रवृत्ति में बढ़ि होगी।

**वृषभ**  
 बेरोजगार व्यक्तियों को रोजगार मिलेगा। रुका हुआ  
 काढ़े सम्पर्क होगा। शासन सत्ता का सहयोग मिलेगा।  
 प्रतियोगी परीक्षाओं में सफलता मिलेगी। वाहन प्रयोग में  
 सावधानी रखें। लाभ लाभ होगा।

**मिथुन**  
 पारिवारिक जीवन सुखमय होगा। पिता या  
 उच्चाधिकारी का सहयोग मिलेगा। वाणी पर नियंत्रण  
 रखें। बाद चिकित्सा की स्थिति को टाला जा सकता है।  
 संतान के स्वधेर में सुखद समाचार मिलेगा।

**कर्क**  
 आर्थिक संकट का सामना करना पड़ेगा। व्यावसायिक  
 योजना सफल होगी। भाग्यशस्त्र कुछ ऐसा होगा जिसका  
 आपको लाभ मिलेगा। स्वास्थ्य स्थिति होगा। विवेरधी प्रस्तु  
 होगी। श्वर्य की गायदाँड़े रहेंगी।

**सिंह**  
 प्रतियोगी परीक्षाओं में सफलता के योग हैं। उदर  
 चिकार या ल्वचा के रोग से पीड़ित रहेंगे। शासन सत्ता का  
 सहयोग मिलेगा। अस्त्राखंस कमंचारी से तनाव मिलेगा।  
 प्रणय संबंध प्रगाढ़ होंगे।

**कन्या**  
 दापत्य जीवन सुखमय होगा। जीवनसाथी का स्वास्थ्य  
 प्रभावित हो सकता है। आप और व्यय में संतुलन बना कर  
 रहें। खान पान में संयम रखें। यात्रा देशानन की स्थिति  
 सुखद व लाभप्रद होगी।

**तुला**  
 आर्थिक पक्ष मजबूत होगा। शिक्षा प्रतियोगिता के  
 क्षेत्र में आशातीत सफलता मिलेगी। आप और व्यय में  
 संतुलन बना कर रहें। प्रणय संबंधों में कटुना आ सकती  
 है। विवरधीयों का प्रभाव होगा।

**वृश्चिक**  
 आर्थिक दिश में किए गए प्रयास सफल होंगे। संतान  
 के दायित्व की पूर्ति होंगी। पिता या उच्चाधिकारी का सहयोग  
 मिलेगा। नेत्र चिकार को संभावना है। धन, पद, प्रतिष्ठा में  
 बढ़ि होगी।

**धनु**  
 पिता या उच्चाधिकारी का सहयोग मिलेगा। उपहार व  
 सम्पन्न का लाभ मिलेगा। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।  
 भाई या पड़ोसी से वैचाकी मतभेद हो सकते हैं। सुसुराल  
 पक्ष से लाभ मिलेगा। धन लाभ की संभावना है।

**मकर**  
 पारिवारिक जनों का सहयोग मिलेगा। उपहार व  
 सम्पन्न का लाभ मिलेगा। पिता या उच्चाधिकारी का सहयोग  
 मिलेगा। यात्रिका के क्षेत्र में प्रगाढ़ होनी स्वास्थ्य के प्रति  
 सचेत रहें। बाणी पर नियंत्रण रखेने की आवश्यकता है।  
 धार्मिक प्रवृत्ति के नवीन स्त्रोत बनेंगे।

**कुम्भ**  
 शिक्षा प्रतियोगिता के क्षेत्र में आशातीत सफलता  
 मिलेगी। जायिका के क्षेत्र में प्रगाढ़ होनी स्वास्थ्य के प्रति  
 सचेत रहें। बाणी पर नियंत्रण रखेने की आवश्यकता है।  
 धार्मिक प्रवृत्ति में बढ़ि होगी।

**मीन**  
 पारिवारिक जीवन सुखमय होगा। संतान के दायित्व  
 की पूर्ति होंगी। बाणी पर नियंत्रण रखें। स्वास्थ्य के प्रति  
 सचेत रहें। मनोरनन के अवसर प्राप्त होंगे। वाहन प्रयोग में  
 सावधानी रखें।

विज्ञान पाठ्यक्रम

www.ijerpi.org

(लेखक - सनत जैन)

राहुल गांधी की भारत न्याय यात्रा 14 जनवरी मकर संकरिति के दिन शुरू होने जा रही है। इस यात्रा को लेकर बड़े-बड़े दावे किए जा रहे हैं। लेकिन राहुल गांधी जिनका लड़ाई लड़ रहे हैं उस यात्रि, समूह तक कांग्रेस संगठन अथवा डिड्या गढ़बंधन के राजनीतिक दल उस लड़ाई को उन लोगों तक पहुँचाने और जन सामाज्य की भागीदारी आंदोलन में सुनिश्चित नहीं करेंगे। तब तक इन यात्राओं का हाल भी आगे बढ़ और ऐसे सपाट की निश्चित रूप से भारत जोड़ो यात्रा का बहुत अच्छा प्रभाव पड़ा था। लेकिन इसको सबसे बड़ी गड़बड़ी थी कि कांग्रेस पार्टी और राहुल गांधी जिआम जनों की वह लड़ाई लड़ रहे हैं उन तक वह लड़ाई नहीं पहुँची। भारत जोड़े यात्रा को बहुत बड़ी सफलता मिली। कुछ समय वर्षा हुई, उसके बाएँ एक तमाशा बनकर रह गई। राहुल गांधी अब 14 जनवरी को मणिपुर भारत न्याय यात्रा की शुरूआत कर रहे हैं। यदि इस यात्रा को पारिणाम पहुँचाना है तो विपक्षी डिड्या गढ़बंधन के सहयोगी दल और कांग्रेस संगठन इस लड़ाई को आम जनता तक भूमिका और नफरत की राजनीति के खिलाफ जनता तक पहुँचाना होगा जनता द्वारा यह बताना होगा कि यह लड़ाई उनकी लिए लड़ी जा रही है जिससे उनका जनाना और जनना नहीं रहेगा।

# आसान नहीं है ट्रम्प की अदालती राह

ਪੁਣਰਜਨ

सिटीजन्स फॉर रिस्पॉन्सिविलिटी एंड पथिक्स इन वाशिंगटन (सक्षेप में इसे 'कू बोलते हैं') एक कानूनी वकालत समूह है, जिसका रिमोट कंट्रोल चुनावी रणनीतिकार डेविड ब्रूक के हाथों में है। यह समूह रख्य को पक्षपात रहित होने का दावा करता रहा है। ये सिटीजन्स फॉर रिस्पॉन्सिविलिटी के लोग ही थे, जिन्होंने कोलोराडो सुप्रीम कोर्ट के एक फैसले के जरिये डोनाल्ड ट्रंप को उस राज्य में राष्ट्रपति के रूप में चुनाव लड़ने से अयोग्य घोषित करवाया है। ट्रंप के खिलाफ मुकदमेबानी में 'सीआरईब्ल्यू' के रणनीतिकार रेस के घोड़े की तरह आगे-आगे दिखते रहे हैं। लैकिन फॉर्वर्स न्यूज़ ने खबर ब्रैक की है कि डेविड ब्रॉक ने 2017 में जो बाइडेन के लिए लौंगिया की थी। अर्थात्, 'कू' निष्पक्ष नहीं है। वर्ष 2017 से 2021 के बीच सिटीजन्स फॉर रिस्पॉन्सिविलिटी के दो प्रमुख दिग्गजों जार्ज सोरेस और डेविड ब्रूक ने 2.85 मिलियन डॉलर का इंतजाम जो बाइडेन विकटरी फंड के लिए दिया गया था।

ले एवं किया था। यांचे फारक्स न्यूज़ का ब्रांकग रटोरी सही है, तो नमकार वालये के ट्रॅप के खिलाफ कोलोराडो कोर्ट के फैसले में बहुत सारे झोल हैं, और उसे निष्पक्ष नहीं कहा जा सकता। जॉर्ज वाशिंग्टन विधिविद्यालय के पूर्व काउंसिल जननल थेंड नोलन, जिन्होने पूर्व राष्ट्रपति बिल विलंबन के वकील के रूप में भी काम किया था, 'क्रू' वॉर्ड ऑफ डायरेक्टर्स के अध्यक्ष की भूमिका में रहे हैं। संघीय चुनाव आयोग के रिकॉर्ड के अनुसार, नोलन ने 2020 में जो बाइडेन विजय अधिकार्यान के लिए 2,800 डॉलर, और जो बाइडेन विवरी फंड के लिए 3,000 डॉलर भेजे थे। नोलन के अलावा, क्रू के उपायक्ष, वेन जॉर्डन ने 2020 में जो बाइडेन विवरी फंड में 300,000 डॉलर का ट्रांसफर कराया था। जॉर्डन ने डेमोक्रेट मैगाडोनर क्लिन डेलाने से शादी की है, जिन्होने पैसे चुनाव के दौरान जो बाइडेन विजय निधि में 650,000 डॉलर जोड़े थे। कोलोराडो अमेरिका के मध्य-पश्चिम में अवस्थित राज्य है। क्षेत्रफल की दृष्टि से यह अमेरिका का 8वां और जनसंख्या के आधार पर 22वां सबसे बड़ा राज्य है। 20 दिसंबर, 2023 को कोलोराडो सुप्रीम कोर्ट (इसे हाईकोर्ट समझा जाए) ने डोनाल्ड ट्रंप को अपने राज्य में चुनाव के लिए अयोग्य घोषित कर दिया कोलोराडो कोर्ट के इस अहम फैसले का मतलब यह होता है कि ट्रॅप केल कोलोराडो राज्य में राष्ट्रपति चुनाव के उम्मीदवार नहीं सकते। कोलोराडो सुप्रीम कोर्ट के आदेश राज्य के प्राइमरी बैलूट से ट्रॅप का नाम हटा दिया गया है। ऐसा पहली बार हुआ कि अमेरिकी सरकार में हुए 14वें संशोधन धरा 3 के तहत विधि राष्ट्रपति उम्मीदवार को अयोग्य माना गया है। कोलोराडो सुप्रीम कोर्ट में सात जजों बीच में तीन जजों ने इस निर्णय पर असहज जारी, लेकिन वार के बहुमत से यह 3-6 फैसला हुआ था। कोर्ट ने अपने फैसले में वर्ता 'अदालत ने बहुमत से यह पाया है कि 1 संशोधन की धारा 3 के तहत ट्रॅप राष्ट्रपति कार्यालय के लिए अयोग्य है।' कोलोराडो सुप्रीम कोर्ट के जजों ने टिप्पणी की कि हमें कानूनी प्रति अपनी जिम्मेदारी का भी अहसास है। जजों की प्रतिक्रिया के प्रभावित हुए बिना, किसी विद्या या पक्षपात्र के बोर्डर हम इस फैसले पर पहचान लेकिन इससे अलग ट्रॅप की पार्टी ने अपने इसे में कोर्ट के फैसले की ओलांचाना की है। मैं इसे 'निरकुश निर्णय' बताया गया। कोलोराडो कोर्ट का फैसला आने के बाद मगलवार को ने एक रैली को संबोधित किया था। लेकिन आयोग्य प्रांत के वॉटरलू में हुई रैली में उन्हें



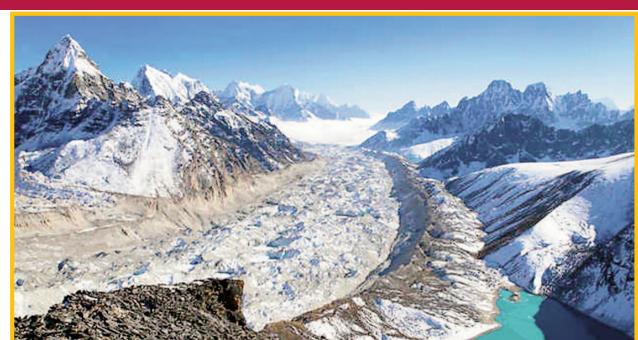
फैसले का कार्ड जिक्र नहीं किया था। एक बात और, 2020 में जब राष्ट्रपति चुनाव हुई थी, तो कोलोराडो में ट्रंप की 13 फीसदी मतों से हार हुई थी। बाबजूद इसके, ट्रंप उस राज्य में राष्ट्रपति चुनाव जीत गए थे। इसलिए यह कह सकते हैं कि देश की सर्वोच्च अदालत 2016 का चुनाव लड़ने का आदेश ट्रंप को यदि दे देती है, तो कोलोराडो के मतों की जरूरत शायद ढहें न पढ़। यों, डोनाल्ड ट्रम्प रिपब्लिकन-झाकाव वाले 52 फीसद खट्टर कृत मतदाताओं की छहली पसंद है। जब इसकी रायशमारी हुई, रॉन डीसेंटिस का 14 प्रतिशत, निको हेली का 11 प्रतिशत, विवेक रामारवामी को तीन फीसद और क्रिस स्ट्राटी को केवल एक प्रतिशत खट्टर पंजीकृत मतदाताओं ने रूम्राव पसंद किया था। इसलिए ट्रंप पर संघर्ष सुग्रीमा कोर्ट की गाज यदि पिरिटी है, तो रॉन डीसेंटिस और निको हेली का नंबर रूमरश: आता है। लेकिन ये दोनों रिपब्लिकन के कमज़ोर प्रत्याशी साबित होंगे। डेमोक्रेट ऐसा ही वाह रहे हैं, ताकि 2024 के चुनाव में अब तक के सबसे बुरुज़ प्रत्याशी जो बाइडेन दोबारा से ताज हासिल कर लें। वैसे, पीईब्ल्यू रिसर्च सेंटर का एक सर्वे दिलवरय है, जिसमें पता चला कि हाई स्कूल या उससे कम

लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं

## पहाड़ों के संरक्षण से ही थमेगा पर्यावरणीय संकट

वीरेन्द्र कुमार पैन्यूली

कॉप्प सम्मेलनों के दौरान शायद ही कभी ऐसा हुआ होगा कि एक महत्वपूर्ण मंच से किसी संयुक्त राष्ट्र महासचिव ने हिमालय को केन्द्र में लाकर रख दिया हो। दो दिसंबर, 2023 में कॉप्प-28 की दुर्बल में लगभग शुरुआत में ही एक आयोजन में संयुक्त राष्ट्र महासचिव एंटोनियो गुट्टेरेस ने ऐसा कर दिखाया। उन्होंने चिंता के स्वरों के साथ कहा था कि जोखिम के प्रति संवेदनशील पर्यटीय देश वह संकट झेल रहे हैं जो उनके किये के कारण नहीं है। हिमालयी पर्वत सहायता के लिये चीत्कार कर रहे हैं। कॉप्प-28 को इसका जगव देना चाहिए। उन्होंने यह भी जोड़ा कि हिमालयी ग्लेशियर इनी तेजी से पिछले रहे हैं कि डर दृढ़ है कि हाव सार ग्लेशियर खत्म न हो जायें। हिमालयी पहाड़ बर्फ की पिछले की दुगुनी हो गई है। ये साल करीब-करीब आधा मीटर की मोटाई खो रहे हैं। इससे नदियों पर जैव विविधता पर व जलवायु पर असर पड़ रहा है। यदि ग्लेशियर ही न रहेंगे तो उनसे निकली नदियां भी कहां रह पायेंगी। किन्तु ग्लेशियरों के तेजी से पिछले से भविष्य में जल के सकंट व बाढ़ों की संभावनाएं भी गहरा जाती हैं। इनमें खतरनाक ग्लेशियर इनी भी बह जाती है। जिनके टूटने से तबाहियां आती रही हैं उत्तराखण्ड में भी लगभग 486 ग्लेशियर झीलें हैं जिनमें से 13 बहें जोखिम वाले हैं। दुनियाभर में तीस हजार वर्गमील ग्लेशियर तापमान की वैश्विक समस्या झेल रहे हैं। साल 2010 में बंगलुरु के जलवायु बदलाव पर काम करने वाले एक संस्थान के वैज्ञानिकों ने अपनी एक रिपोर्ट में कहा था कि पृष्ठभूमि तापमान में 1991 वें बाद औसत तापमान 0.66 सेंटीग्रेड बढ़ गया है वहां सर्विंग्या भी लगातार गर्म हो रही हैं अमेरिका की एक एजेंसी ने अपनी एक रिपोर्ट में तीस हजार वर्गमील ग्लेशियर की भूभागों में विस्तार लिये थे। ये बढ़ावुकर गये व अब बढ़ाव के दस प्रतिशत क्षेत्र में हैं। भारी-भरकम ग्लेशियर लवाई-दौड़ाई में घुटकड़ी लिलमीटर परिमाप और मोटाई में 70



घोषणा पत्र में कहीं नहीं उभरी। हिंदु कुश हिमालयी क्षेत्रों में बढ़ते तापक्रम से भारी उथल-पुथल से गलते ग्लेशियर व उनसे आती बाढ़ जैसे सकटों की चिंता हिंदु कुश हिमालयी देशी चीन व भारत में तो होनी ही चाहिये थी। कार्यरथत् तो यह है कि हिंदु कुश हिमालयी क्षेत्र वेद देश भारत में 70 प्रतिशत से ज्यादा बिजले उत्पादन कोयले से हो रहा है और निकट भविष्य में भी होता रहेगा। चीन भी कोयले का और अधिक उपयोग कर रहा है। इन देशों में बिजले उत्पादन, औद्योगिक रण, परिवहन, पर्यटन तीर्थाटन के नाम पर ग्लेशियर क्षेत्रों तक मानवीय भीड़ व गतिविधियाँ भी पहुंची हैं। बता दें कि 7 फरवरी, 2021 को चमोली जिले में रैण्ड व तपोवन क्षेत्र में हुए जल प्रलय का कारण अप्रत्याशित रूप से ग्लेशियर खिंडन व ग्लेशियल झींगी फटेन से जुड़ी दुर्घटना ही थी केदारनाथ में 2021 की त्रासदी में भी ग्लेशियर लेक बाढ़ बहाव की भूमिका थी। परिवत्र चार धारों से बनी द्वितीय धारी के द्वारा बहाव की त्रासदी में भी ग्लेशियर लेक बाढ़ बहाव की भूमिका थी।

यमुनोत्री धाम जो ग्लैशियरों को अंचल क्षेत्र है, वहां सीमित समय में हर धाम में लाखों श्रद्धावान पहुँच रहे हैं। हजारों बाहनों की हजारों द्विप हो रही है। आकाशीय परिवहन भी बढ़ रहा है। यहां सीमेंट-सरिया से निर्माण भी बढ़ा है। श्री बदरीनाथ धाम के पास सतोपंथ ग्लैशियर है। यमुनोत्री ग्लैशियर भी यमुनोत्री से लगभग दस किमी पाल है। गंगोत्री ग्लैशियर का गोमुख भी बीते दशक में करीब 300 मीटर पीछे खिसक गया है।

भारत को अपने ग्लैशियरों को बचाना चाहिये। ऐसे अर्थक लोभ की गतिविधियों से भी बचना चाहिये जिससे हिमालीय ग्लैशियरों पर संकट आये। बाहर की भीड़ को वहां ग्लैशियरों पर संकट न पैदा करने दीजिये। इससे प्रदूषक कार्बन गैसें, ग्रीन हाउस गैसें वहां पहुँच रही हैं। इनसे ग्लैशियरों में उत्थीत कर्जां भी कैद हो रही है। ग्लैशियर्स की सहत के लिए बार्फ़ पर कम से कम गति विधियां हों। उनके सापास पर विडिंग रेतिंग और ग्रेटर और लेटर टर्मिनल रासायनिक तरीफ़ करने के लिए।

**राहुल गांधी की भारत न्याय यात्रा, आगे पाठ पीछे सपाट**

जनता पार्टी यह बताने में सफल होती है कि विक्षी दल सत्ता के लिए यह लड़ाई लड़ रहे हैं। राहुल गांधी द्वारा सत्ता पाने के लिए इस तरह की लड़ाई लड़ी जा रही है। उससे अलग छवि बनाने की जरूरत राहुल गांधी को है। जनता को भी इस लड़ाई में जिस दिन कांग्रेस शामिल कर लेगी। उस दिन भय और नकरात का वातावरण सुख दी खत्म हो जाएगा। अंग्रेजों के समय पर स्वतंत्रता आदोलन की लड़ाई में महात्मा गांधी ने जा भी यात्राएं निकाली, उसमें आम जनों को भी जोड़ा। अंग्रेजों ने जो कानून बनाए थे उनका विरोध में आम जनता को जागृत किया। स्थानीय नेताओं ने उस लड़ाई को माना कि वे जाती रहे कांग्रेस

जारी रखा। तब जाकर जन सामान्य अंग्रेजों के खिलाफ इकट्ठे हुए और सारथक लड़ाई लड़ पाए। मणिपुर की स्थिति अभी भी सामान्य नहीं है। निष्पत्ति रूप से सरकार न्याय यात्रा को मणिपुर से शुरू करने की शायद ही इंजात है। यहाँ से टकराव की शुरूआत होगी। कांग्रेस और राहुल गांधी द्वारा जिन 14 राज्यों में यह न्याय यात्रा निकाली जा रही है, उसमें सहयोगी दलों को भी राहुल गांधी को शामिल करना चाहिए। कांग्रेस संगठन को मजबूत बनाने के लिए कांग्रेस संगठन के लोग आम जनता के संपर्क में संवाद बने रहें। जुड़ा का साबरों बड़ा आधार भाषा ही है। जिन 14 राज्यों से सारा किंवदन्ती भी तैयार हो। न्याय यात्रा की सारथकता राहुल गांधी की अपेक्षा अधिक अच्छी बाधा और बोली अद्वितीय राहल गांधी की न्याय तभी होगा, जब राज्यों और सामाजिक कार्यक्रमों को आगे तक बढ़ावा दें। निष्पत्ति रूप से आदिमियों के लिए एक अद्वितीय एवं सामाजिक इकान प्रधान आम जनता है। राहुल गांधी जनता को रहे हैं। जिसमें महांगण समानता, धार्मिक स्वतंत्रता अधिकारिकी की स्वतंत्रता आम जनता से जुड़े हैं। न्याय यात्रा से जनता विजयी हो।

अलग है। का प्रभाव रजनीतिक इस लड़ाई ए लगातार यह आम जनीतिक, यात्रा है। एकी पढ़ने लड़ाई लड़ाई रोजगारी, निजिता, देसे मामले यदि इस तभी इस निष्ठा। निष्ठित साधनों

ई तो यह लाभ ऊंट के मुंह में जीरे के समान होगा। भारतीय जनता पार्टी और राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के अनुवांशिक संगठनों द्वारा सामूहिक लड़ाई और वह योजना बनाकर लंबे समय तक अपने काम को अंजाम देते हैं।

ठीक वही कार्य पद्धति इंडिया गठबंधन के विपक्षी दलों को भी बनानी होगी अन्यथा आगे पाठ और पीछे सपाट की स्थिति बनी रहेगी। कांग्रेस और राहुल गांधी के पास खोने के लिये कुछ नहीं है। न्याय यात्रा सफल हुई तो उन्हें वह सब कुछ मिलेगा, जो उन्होंने सोचा भी नहीं होगा। न्याय यात्रा में उन्हें क्षेत्रीय दलों को भी अपने साथ ले जाया जाएगा।



## खरथ रहने के लिए फल-सब्जियां खाएं छिलके समेत

अंगली बाट जब मी आप सेब खाने से पहले उसका छिलका उतारना शुरू करें तो दो बार सोचें। यदि विशेषज्ञों की राय मानें तो कई फलों तथा सब्जियों को छिलके समेत खाना अत्यधिक स्वास्थ्यवर्धक होता है।

### कुछ फलों के छिलके

केला - केले का छिलका सेरोटोनिन से भरपूर होता है जो एक एंटी एड्रेसेट है। सिट्रस फल - नींबू तथा नारंगी में लीमोनीन तथा रस्ट्रिन नामक शिक्षाली पलेवनॉइंडस होते हैं। ये बुरे कॉलेस्ट्रॉल को कम करने में सहायक होते हैं। सेब - सेब पलेवनॉइंडस जैसे एंटी ऑक्सीडेंट्स इसमें मौजूद विटामिन ई के साथ मिलकर एंटी ऑक्सीडेंट गुणों को दोगुना कर देते हैं। बादाम के छिलके में पॉलीफिनोल्स भी होते हैं जो हृदय रोगों के खतरे को कम करते हैं और ऊरे कॉलेस्ट्रॉल की ऑक्सीडेंट को रोकते हैं जो धमनियों को नुकसान पहुंचाता है। बादामों में फाइबर, प्रोटीन, फैटी एसिड्स, विटामिन्स, मिनरल्स तथा फाइबर-न्यूट्रिएंट्स भी होते हैं। एक अन्य डाइटीशियन कहते हैं, 'कुछ फलों तथा सब्जियों के छिलकों का सेवन करने से विटामिन की हापारी खपत बढ़ती है, हमारी ऊर्जा का स्तर ऊपर होता है और यहां तक कि कैंसर से लड़ने में भी सहायता मिलती है। फलों के छिलके में पॉटशियम तथा स्वास्थ्यवर्धक सोडियम भरपूर मात्रा में होता है। ये आतंडियों की साराई करने में सहायता होते हैं।'

संतरे तथा नींबू के छिलकों को केवस तथा पेरट्रीज में शामिल किया जा सकता है। संतरे का छिलका न सिर्फ स्वाद बढ़ाता है बल्कि फल से चार गुना अधिक फाइबर उपलब्ध करवाता है। छिलके समेत खोरे में भी कई महत्वपूर्ण पोषक तत्व होते हैं। यह विटामिन के (ब्लड वल्टाइंग के लिए जरूरी), विटामिन ई तथा मैग्नीशियम का प्रमुख स्रोत है।

आलू - इसका छिलका घुलनशील फाइबर, पॉटशियम, अयरन, फासफोरस तथा विटामिन ई से भरपूर होता है। टामाटर - इसका छिलका लाइकोपीन नामक एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है जिसमें कैरेट तथा सूजन विशेषी गुण पाए जाते हैं। यह रोग प्रतिरोधक क्षमता की भी बढ़ाता है। लहसुन - इसके छिलके में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स पिङिंग को रोकने के साथ ही हृदय की रक्षा भी करते हैं।

अंगली बाट जब भी आप सेब खाने से पहले उसका छिलका उतारना शुरू करें तो दो बार सोचें। यदि विशेषज्ञों की राय मानें तो कई फलों तथा सब्जियों को छिलके समेत खाना अत्यधिक स्वास्थ्यवर्धक होता है।

## अच्छा कॉलेस्ट्रॉल भी हो सकता है दिल का दुर्मन

बुरा कॉलेस्ट्रॉल दिल के लिए खतरनाक है। आप इस बात से तो हम सभी वाकिफ थे, लेकिन अब अच्छे कॉलेस्ट्रॉल को भी इसी श्रेणी में शामिल किया जा सकता है। अमेरिका में ओहिया राज्य के वरीनोलंड वरीनिक के शोधकर्ताओं द्वारा हाल ही में किए गए एक शोध में यह खुलासा हुआ है। इस शोध में पता चला है कि अभी तक दिल का सव्या साथी माने जाने वाला अच्छा कॉलेस्ट्रॉल अस्थित हॉर्ड डेरेटी लाइपोप्रोट्रैन (चोड़ीएल) दिल के लिए घातक भी साकित हो सकता है। यह असामन्य रूप से धमनियों में जमकर खुन के बहाव को भी बाधित कर सकता है और इस तरह यह भी दिल के दोरे और दिल से जुड़ी द्वारी वीमारियों का कारण बन सकता है। शोधकर्ताओं का कहना है कि शोध में द्वारा नए सिरे से किए गए खुलासे के बावजूद लोगों को स्वास्थ्यवर्धक भोजन का प्रयोग करना चाहिए, लेकिन दिल के संबंध में एचडीएल की कहानी कुछ ज्यादा ही पैचीदा है।



## उच्च कार्बोहाइड्रेट आहार भी बीमारियों का कारण

गहू का दलिया आदि का सेवन करवाया गया।

जिसमें शोधकर्ताओं ने कार्बोहाइड्रेट युक्त आहार का सेवन करने वाली महिलाओं को रेशेयुक्त आहार का सेवन करने वाली महिलाओं की तुलना में अढाई गुण अधिक 'टाइप टू डायबिटीज' होने की संभावना पाई। इस शोध से शोधकर्ता यह इस निकर्ष पर पहुंचे हैं कि उच्च कार्बोहाइड्रेट आहार जिसमें रेशे की मात्रा कम हो, गंभीर बीमारियों का कारण बन सकता है। इससे पूर्व हुए अन्य शोधों से यह भी पता चला है कि रेशेयुक्त आहार का सेवन न करने से हृदय रोगों, कैंसर (पेट, आंत) होने की संभावना भी अधिक होती है।

## नींद न आए तो इन्हें आजमाएं

- सोने से पहले एक गिलास हल्का गर्म दूध पिए। यह बिना किसी रुकावट के नींद लाने में मदद करता है। इसमें एमिनो एसिड होता है जो शरीर की त्रिकाओं को शांत करता है, जिससे नींद अच्छी आती है।
- दिन भर में अच्छी मात्रा में ढही खाएं।
- सोने से पहले चुटुकी भर जायफल का पाठडर दूध या पानी में मिला कर पिए।
- आधे-आधे चमच खस्खसा, चौंकी और शहद का पेस्ट बनाए और सोने से पहले इसे खाएं।
- दूध में 2 बड़े चमच शहद मिलाकर पिए।
- रात को खड़े रहने में सलाद की जगह कच्चा प्याज खाए। इसको खाने से मुह से द्रुतिध आती है, तो ब्रश करके सोएं। इसमें मौजूद खास तरह के रसायन नींद लाने में मदद करते हैं।
- अपने सोने और उठने का खास समय निर्धारित कर लें और कोशिश करें कि उसी वक्त पर सोएं और उसी वक्त पर उठें। इस कोशिश में अलार्म घड़ी की सहायता लें।
- सोने से पहले पानी में तुलसी या पोदीनी पत्तियां डालकर गुनगुने पानी से शान करें। यह शरीर का तापमान पहले तो बढ़ाएगा, फिर धीरे-धीरे ठड़क प्रदान करेगा।
- हल्के बालों को पहन कर कुछ पढ़ने-पढ़ने सोएं। नींद में जल्दी ध्यान केंद्रित



होगा और कुछ ही समय में आप नींद के आगेश में होंगी।

- किसी तरह के मादा-स्यासन के प्रयोग से बचें।
- फल या फलों की जगह कच्चा प्याज खाए।
- सोने से पहले ढेर सारा पानी न पिए। बार-बार यूरिन आने के कारण नींद में व्यवहार पड़ता।
- चीनी की बदाय शहद मिला कर पिए वयोंकि चीनी तुरंत ऊर्जा देती है। भले ही यह कूजा कम समय के लिए ही बनी रह, पर इससे शुगर तेवल बढ़ और गिर सकता है और नींद में खलल पैदा हो सकता है।
- सोने से पहले 3-4 बार महीने व लम्बी सासें ले।
- नियमित रूप से दिन में कम से कम 20 मिनट के लिए व्यायाम करें। यह नींद का स्तर और समय दोनों को प्रभावित करेगा।

## गर्भवती माँ के खान-पान से पड़ सकता है बच्चे के दिमाग पर असर

गर्भवती महिला के खानामान में वसायुक्त पदार्थों की अधिकता बच्चे के दिमाग को प्रभावित कर सकती है, जिससे अगे चलकर जीवन में बच्चे के मात्रिका के येल रस्गूल और मैडिसिन में जानवरों पर किए गए अध्ययन में यह पता चला कि वसायुक्त भोजन से चूहों के बच्चों के दिमाग में बदलाव आ गया। अध्ययनकर्ताओं का दावा है कि उनके इस अध्ययन से मोटे लोगों के बच्चों के भी आगे मोटे होने की व्याख्या की जा सकती है। अध्ययन के दौरान कुछ चुहियों को वसायुक्त भोजन दिया गया और कुछ को समान्य जिन चुहियों को वसायुक्त भोजन दिया गया, उनके बच्चों के दिमाग में हार्डिंगेलेमस गाले भाग में बदलाव देखा गया। दिमाग का यह भाग शरीर में उपापचय (मैटाबोलिज्म) की दर को नियंत्रित करता है।





### एसबीआई और यूनियन बैंक ने एफडी पर बढ़ाई व्याज दरें

नई दिल्ली (ईएमएस)। एसबीआई और यूनियन बैंक के दो एफडी रुपये से बच के फिक्स्ड डिपोजिट (एफडी) पर व्याज दरें 0.50 फीसदी तक बढ़ा दी है। एफडी पर बढ़ाई गई नई दरें 27 दिसंबर से लागू हो गई हैं। एसबीआई ने बताया कि सात दिन से लेकर 45 दिन की अवधि के एफडी पर 0.50 फीसदी ज्यादा यारी 3.50 फीसदी व्याज मिलेगा। 46 से 179 दिन वाले एफडी पर 0.25 फीसदी व्याज मिलेगा। जो 4.75 फीसदी होगा। दो से तीन साल की अवधि के एफडी पर सभी ज्यादा सात फीसदी व्याज मिलेगा। यूनियन बैंक अपने इडिया ने बताया कि उसने एफडी पर 0.25 फीसदी तक व्याज बढ़ाया है। बैंक के मुताबिक सात दिन से 14 दिन की अवधि के जमा पर अब तीन फीसदी व्याज मिलेगा। वहाँ 121 दिन से लेकर 180 दिन के जमा पर 4.4 फीसदी और एक साल के जमा पर 6.30 फीसदी का व्याज मिलेगा। बैंक के ग्राहकों को 399 दिन के जमा पर सभी फीसदी जबकि पांच साल से 10 साल की अवधि वाले जमा पर 6.70 फीसदी व्याज मिलेगा। एसबीआई और यूनियन बैंक अपने इडिया ने बताया कि दोनों विशेष नागरिकों को एफडी पर 0.50 फीसदी अधिक व्याज देंगे।

### अमेरिका में ओपन एआई और माइक्रोसॉफ्ट पर मुकदमा

अमेरिका में ओपन एआई और माइक्रोसॉफ्ट पर मुकदमा वोशिंगटन (ईएमएस)। ओपन एआई और माइक्रोसॉफ्ट पर अमेरिका की एक अवधारणा जो ने मुकदमा कर दिया है। गौतमल बहुत है कि एजेंसी ने ओपन एआई और माइक्रोसॉफ्ट पर आरोप लगाया है कि कंपनी ने अखाराके कई अर्टिकल्स को बिना अनुमति के इस्तेमाल किया है। कंपनी ने आरोप लगाया है कि एजेंसी के और बाहर के ट्रेनिंग प्रोग्राम में इन अर्टिकल्स को इस्तेमाल किया रहा है। एजेंसी ने आरोप लगाया है कि इसके उनके लाभों अर्टिकल्स का बिना उपयोग किया गया है। सास मालमें वह जानकारी दी गई है कि वो अमेरिका का प्राथमिक मीडिया है, ओपन एआई और माइक्रोसॉफ्ट पर कॉर्पोरेट मुद्रों को लेकर मुकदमा दायर किया है। बता दें कि ओपन एआई में माइक्रोसॉफ्ट का निवेश है, वहाँ ओपन एआई मोजूदा साल में प्रतिवर्त एआई टूल चेट्जापीटी बनाने वाली कंपनी है। गौतमल बहुत है कि एजेंसी के अलावा लेखकों और अन्य लोगों ने भी मुआवजा दी जानकारी दी है। ओपन एआई और माइक्रोसॉफ्ट पर कॉर्पोरेट मुद्रों को लेकर मुकदमा दायर किया है। बता दें कि ओपन एआई में माइक्रोसॉफ्ट का निवेश है, वहाँ ओपन एआई मोजूदा साल में प्रतिवर्त एआई टूल चेट्जापीटी बनाने वाली कंपनी है। गौतमल बहुत है कि एजेंसी के अलावा लेखकों और अन्य लोगों ने भी मुआवजा दी जानकारी दी है। ओपन एआई और माइक्रोसॉफ्ट पर कॉर्पोरेट मुद्रों को लेकर मुकदमा दायर किया है। अखाराके एजेंसी ने मामला मैनेज्मेंट फ़ॉर्मल कोर्ट में दर्ज किया है।

### पीसीबीएल को एपी कार्फार्म के अधिग्रहण के लिए मिली मंजूरी

नई दिल्ली। भारतीय प्रांतिक्षणी आयोग (सीसीआई) ने विशेष रसायन कंपनी पीसीबीएल के एकार्फार्म के मिक्रोक्लॉस्टर्स में 100 फीसदी हिस्सेदारी के प्रस्ताव को मंजूरी दी दी है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। सीसीआई ने ग्रीन चैनल रुट के तहत इस सौदे को अपनी मंजूरी दी है। ग्रीन चैनल रुट के तहत वैसे लेनदेने जिसका प्रतिस्थानी पर कोई प्रतिकूल प्रभाव का खतरा नहीं है, सीसीआई को मूरूठ किया एं जाने पर अनुमोदित माना जाता है। पीसीबीएल की संस्थानी व्यवस्थाओं को एकार्फार्म के मौजूदा शेर्पा पूंजी व्यवस्थाओं से एकार्फार्म के मिक्रोक्लॉस्टर्स की 100 प्रतिशत इक्विटी व्यापार में संबंधित है। लेन-देन परा होने के बाद एकार्फार्म के मिक्रोक्लॉस्टर्स के लिए व्यापार में रुपये अधिकारी ने कहा कि वैश्विक प्रतिकूलताओं, घेरू संघर्ष की बढ़ती कीमतों और इस साल की पहली छाती में व्याज दरों में बढ़ावी के लिए यूक्रेन के लिए अक्षेत्र कलेक्शन को सुरक्षित करने के लिए यूक्रेन डेटा के अंतर्मिश्र कलेक्शन के लिए लागत तो नहीं होती। एकार्फार्म के मिक्रोक्लॉस्टर्स को सुरक्षित निवेश के तौर पर रुपये अधिकारी ने कहा कि वैश्विक प्रतिकूलताओं, घेरू संघर्ष की बढ़ती कीमतों और इस साल की पहली छाती में व्याज दरों में बढ़ावी के लिए सहायक कंपनी होगी।

### ईपीसी ने सरकार से आरओएससीटीएल

#### योजना बढ़ाने का किया आग्रह

नई दिल्ली। परिधान नियायिकों की प्रमुख संस्था ईपीसी ने सरकार से आरओएससीटीएल योजना का विस्तार करने का आग्रह किया और कहा कि मौजूदा वैश्विक अधिकारी अनिश्चितताओं को देखते हुए यह बहुत ही ज़रूरी है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) के अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिएटी अधिकारी ने कहा कि इस स्थिति को देखते हुए इस योजना आरओएससीटीएल (राज्य तथा केंद्रीय करों के शुल्क की छूट) को 31 मार्च 2024 से आगे बढ़ाना बेबद आवश्यक है। उन्होंने कहा कि इस योजना (आरओएससीटीएल) ने परिधान उद्योग को प्रतिस्थापित करने के साथ-साथ व्यवसाय संबंध योजना तैयार करने में काफी मदद की है। अधिकारी ने कहा कि वैश्वान में प्रतिशत के उद्योग के लिए लागत में केंद्रीय तो भी अधिक है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) को अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिएटी अधिकारी ने कहा कि इस स्थिति को देखते हुए इस योजना आरओएससीटीएल (राज्य तथा केंद्रीय करों के शुल्क की छूट) को 31 मार्च 2024 से आगे बढ़ाना बेबद आवश्यक है। उन्होंने कहा कि इस योजना (आरओएससीटीएल) ने परिधान उद्योग को प्रतिस्थापित करने के साथ-साथ व्यवसाय संबंध योजना तैयार करने में काफी मदद की है। अधिकारी ने कहा कि वैश्वान में प्रतिशत के उद्योग के लिए लागत में केंद्रीय तो भी अधिक है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) को अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिएटी अधिकारी ने कहा कि इस स्थिति को देखते हुए इस योजना आरओएससीटीएल (राज्य तथा केंद्रीय करों के शुल्क की छूट) को 31 मार्च 2024 से आगे बढ़ाना बेबद आवश्यक है। उन्होंने कहा कि इस योजना (आरओएससीटीएल) ने परिधान उद्योग को प्रतिस्थापित करने के साथ-साथ व्यवसाय संबंध योजना तैयार करने में काफी मदद की है। अधिकारी ने कहा कि वैश्वान में प्रतिशत के उद्योग के लिए लागत में केंद्रीय तो भी अधिक है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) को अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिएटी अधिकारी ने कहा कि इस स्थिति को देखते हुए इस योजना आरओएससीटीएल (राज्य तथा केंद्रीय करों के शुल्क की छूट) को 31 मार्च 2024 से आगे बढ़ाना बेबद आवश्यक है। उन्होंने कहा कि इस योजना (आरओएससीटीएल) ने परिधान उद्योग को प्रतिस्थापित करने के साथ-साथ व्यवसाय संबंध योजना तैयार करने में काफी मदद की है। अधिकारी ने कहा कि वैश्वान में प्रतिशत के उद्योग के लिए लागत में केंद्रीय तो भी अधिक है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) को अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिएटी अधिकारी ने कहा कि इस स्थिति को देखते हुए इस योजना आरओएससीटीएल (राज्य तथा केंद्रीय करों के शुल्क की छूट) को 31 मार्च 2024 से आगे बढ़ाना बेबद आवश्यक है। उन्होंने कहा कि इस योजना (आरओएससीटीएल) ने परिधान उद्योग को प्रतिस्थापित करने के साथ-साथ व्यवसाय संबंध योजना तैयार करने में काफी मदद की है। अधिकारी ने कहा कि वैश्वान में प्रतिशत के उद्योग के लिए लागत में केंद्रीय तो भी अधिक है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) को अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिएटी अधिकारी ने कहा कि इस स्थिति को देखते हुए इस योजना आरओएससीटीएल (राज्य तथा केंद्रीय करों के शुल्क की छूट) को 31 मार्च 2024 से आगे बढ़ाना बेबद आवश्यक है। उन्होंने कहा कि इस योजना (आरओएससीटीएल) ने परिधान उद्योग को प्रतिस्थापित करने के साथ-साथ व्यवसाय संबंध योजना तैयार करने में काफी मदद की है। अधिकारी ने कहा कि वैश्वान में प्रतिशत के उद्योग के लिए लागत में केंद्रीय तो भी अधिक है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) को अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिएटी अधिकारी ने कहा कि इस स्थिति को देखते हुए इस योजना आरओएससीटीएल (राज्य तथा केंद्रीय करों के शुल्क की छूट) को 31 मार्च 2024 से आगे बढ़ाना बेबद आवश्यक है। उन्होंने कहा कि इस योजना (आरओएससीटीएल) ने परिधान उद्योग को प्रतिस्थापित करने के साथ-साथ व्यवसाय संबंध योजना तैयार करने में काफी मदद की है। अधिकारी ने कहा कि वैश्वान में प्रतिशत के उद्योग के लिए लागत में केंद्रीय तो भी अधिक है। एक नोटिस में यह जानकारी दी गई है। परिधान नियायित संवर्धन परिषद (ईपीसी) को अनुसार बाजार सर्वकालिक निचले स्तर पर है और अमेरिका तथा यूरोपीय संघ (ईएस) के पारपरिक बाजार मंदी से प्रावित हैं। ईपीसी के एक वैरिए



जनजातीय विकास राज्य मंत्री कुँवरजीभाई हलपति की अध्यक्षता में विकसित भारत संकल्प यात्रा मांडवी तालुका के झाब गांव में आयोजित की गई

सूरत । केंद्र सरकार और राज्य सरकार की कल्याणकारी योजनाएं ग्रामीणों तक पहुँचे इस उद्देश्य से सूरत जिले के मांडवी तालुका के झाब गांव के प्राथमिक विद्यालय में चर्चित भारत संकल्प यात्रा का कार्यक्रम आयोजित किया गया। जनजातीय विकास राज्य मंत्री श्री कुँवरजीभाई हलपति की अध्यक्षता और बारडोली सांसद श्रीभाई प्रभु वसावा की उपस्थिति में। जिसमें संकल्प यात्रा रथ का भव्य स्वागत कर विकसित भारत का संकल्प लिया गया। ग्रामीणकक्ष और जनजातीय तालुकाओं में सरकारी योजना स्टालों के माध्यम से नागरिकों को केंद्र और राज्य सरकार की विभिन्न योजनाओं और नए लाभार्थियों के पंजीकरण के बारे में जानकारी दी गई।

इस अवसर पर जनजातीय विकास

A group of young girls in colorful traditional Indian attire (sarees) are standing behind a man in a grey suit who is holding a small object. The background features a pink and white decorated stage.

A group of five Indian men of varying ages are gathered outdoors under a pink and white striped canopy. In the center, a young boy in a light blue t-shirt is reaching for a piece of a multi-layered cake with red and white frosting. The man holding the cake is wearing a black polo shirt. To his left, another man in a light-colored shirt and glasses looks on. Behind them, two more men are smiling: one in a dark shirt with a red tilak on his forehead, and another in a plaid shirt. The scene suggests a festive occasion like a birthday or anniversary.

आत्रवृत्ति सहयोग जैसी कई वित्तीय सहायताएं बिना किसी विचालित के सीधे बैंक खाते में प्रदान करने की पारदर्शी व्यवस्था बनाई है। उन्होंने कहा कि भारत संकल्प योग्य के माध्यम से जरूरतमंद लोगों को विभिन्न योजनाओं का लाभ उनके घर-द्वारा पर दिया जा रहा है और कहा कि राज्य सरकार नमुख योजनाओं का लाभ जन-पक्ष पहुंचाने के लिए प्रतिबद्ध है। अवसर पर गणमान्य व्यक्तियों ने योजनाओं के लाभाधियों को राशि वितरित की। उपस्थित लोगों ने भारत को आत्मनिर्भर करके सिर राष्ट्र बनाने का संकल्प या।

इस अवसर पर जिला पंचायत के उपाध्यक्ष रोहितभाई पटेल, अनुदान प्रशासक निधि सिवाच, डॉ. पंचायत अध्यक्ष दिलीपभाई चौधरी, जिला पंचायत सदस्य गीताबेन पटेल, सत्तारूढ़ दल की नेता श्री मीनाक्षीबेन चौधरी, सरपंच संघ अध्यक्ष श्री कमलेशभाई चौधरी, मांडवी तालुक विकास अधिकारी श्री रवीन्द्रसिंह सोलंकी, मांडवी झाइ नरेंद्रभाई चौधरी, चिकित्सा अधिकारी डॉ. केतनभाई सोलंकी, सरपंच श्री ललिताबेन, तलाटी-सह-मंत्री, मौके पर स्वास्थ्य कर्मी, आंगनबाड़ी सेविका, टेडागर, सखी मंडल की बहनों सहित अन्य विभाग के पदाधिकारी, जैब प्राथमिक विद्यालय के शिक्षक, छात्र-छात्राएं सहित बड़ी संख्या में ग्रामीण उपस्थित थे।

## कैंसर पर सेमिनार “एक कदम जिंदगी की ओर” का हुआ आयोजन

The image consists of two side-by-side photographs. The left photograph shows a speaker, a man in a maroon blazer, standing on a stage and speaking to a large audience seated in rows. The audience is diverse, with many women wearing traditional Indian attire like sarees. The stage has a modern design with vertical wooden panels. The right photograph shows a similar scene from a different angle, with the speaker visible on the right and the audience seated in rows facing him. The background features large, stylized letters spelling out 'WISDOM'.

सुरत भूमि, सूरत।  
 अग्रवाल विकास ट्रस्ट महिला शाखा द्वारा गुरुवार को कैंसर अवैयनेस सेमिनार क्रृएक कदम जिंदगी की ओरक का आयोजन सिटी-लाईट स्थित महाराजा अग्रसेन भवन के द्वारका हाँल में दोपहर तीन बजे से किया गया। सेमिनार में डा. मुकेश पाराशर, डॉ. डिप्पल चट्टवारी एवं डॉ. अमित गुप्ता ने आज के समय में महिलाओं में होने वाली सर्वांगिक कैंसर और ब्रेस्ट कैंसर जैसी बीमारियों के विषय में चर्चा की। इसके अंतर्गत इस बीमारी के लक्षण, कारण, उपचार, और रोकथाम के साथ प्री और पोस्ट अवैयनेस की भी जानकारी दी गयी दृ ये सेमिनार अनेकों समाज की महिला संस्थाओं के साथ मिलकर किया गया।

महिला शाखा अध्यक्षा शालिनी कानोजिया ने बताया और ब्रेस्ट कैंसर जैसी बीमारियों की सेमिनार में लगभग 300 महिलाओं के अलावा आयोजन की संयोजिका रुचिका रूंगटा, प्रीति गोयल, महिला शाखा सचिव दीपाली सिंधल, संनीया गोयल, सरोज अग्रवाल, सीमा कोकरा, राखी जैन सहित अनेकों सदस्य उपस्थित रहीं।

<b>EM Type</b>	<b>Surat</b>
Abdominal Pain	18361
Allergic Reactions	140
Behavioral Problem / (Psychiatric)	251
Breathing Problem	7892
Cardiac	5348
Convulsions/(Fits)	4201
COVID-19	42
Diabetic Problem	2535
Environmental	14
High Fever	8126
Inaccessible Incident	295
Poisoning / (Toxicology)	2207
Pregnancy related	21567
Severe acute malnutrition	26
Severe Headache	621
Stroke/(Paralysis)	1208
Trauma (Non-Vehicular)	15204
Trauma (Vehicular)	16052
Unknown Problem	18180
<b>Grand Total</b>	<b>122270</b>



सूरत शहर-जिले में 108 आपातकालीन सेवाएं वर्ष 2023 में 1,22,270 लोगों के लिए जीवनरक्षक होंगी

उपलब्ध है। अगर सूत्र जिले में 2023 की बात करें तो 1,22,270 लोगों के लिए जिंदगी खतरे में पड़ गई है। 108 आपातकालीन सेवा पिछले 16 वर्षों से गुजरात के लोगों के लिए जीवन रक्षक भी नियंत्रित करने के लिए एक वास्तविक जीवन रक्षक साधित हुई है। सूत्र जिले की बात करें तो अब जिले के अंदर कुल 62 108 आपातकालीन सेवाएं अपने 240 कर्मचारियों के साथ दिन-रात लोगों की सेवा में तपर हैं। 108 आपातकालीन सेवा सूत्र 2023 लोगों के लिए एक वास्तविक जीवन रक्षक साधित हुई है। यह सेवा आने वाले वर्ष में भी लोगों को अपना योगदान देती रहेगी। प्रायोगिकी के माध्यम से नागरिकों को उनकी उंगलियों पर 108 आपातकालीन सेवाओं का लाभ तुरंत प्रदान करने के लिए राज्य सरकार द्वारा "108 गुजरात" नामक एक उत्तम मोबाइल एप्लिकेशन भी युक्त किया गया है। 108 आपातकालीन सेवाओं के डिजिटलीकरण ने भारत के सपने को साकार करने में गुजरात ने देश के लिए एक नई उम्मीद स्थापित की है।

केआरएसएफ ने कपराडा, वलसाड में वंचित और अनाथ बच्चों को शिक्षा और सार्वभौमिक विकास प्रदान करने के लिए आश्रय चैरिटेबल ट्रस्ट के साथ साझेदारी की



**सूत्र।**  
गुजरात के वलसाड जिले के कपराडा  
तालुका के भीतरी इलाकों में स्थित दबखल  
गाँव के वर्चित और अनाथ बच्चों के जीवन  
में सार्वभौमिक विकास और आमूल-चूल  
परिवर्तन लाने के लिए डॉ. क। आर।  
ट्रॉफ फाउंडेशन (केझारएसएफ) ने  
दर्शक गुजरात स्थित अस्यारा चैरिटेबल  
ट्रस्ट (आश्रय) के साथ साझेदारी करके  
एक अनृथी पहल की है। केझारएसएफ  
ने आश्रय द्वारा संचालित 2 छावावासों में  
बेहतर बनाने के लिए यह पहल  
अपने मूल्यों के अनुरूप, केझार  
पिछले 6 महीनों से इन बच्चों  
व्यावसायिक प्रशिक्षण के माध्यम  
आधुनिक कृषि पद्धतियों के लिए  
करके और पढ़ने, लिखने और गण  
प्रमुख शिक्षण मापदंडों में उत्कर्ष  
परिणामों में सुधार करके उनके जीवन  
बदलने के लिए लागातार प्रयास करा  
रहा है। यह अवितारित परिवर्तनों से  
8 से 14 वर्ष की आयु वर्गीकृत  
बच्चों जैसे अवितारित परिवर्तनों से

जारत हैं या जिनके पास केवल एक माता-पिता सीमी की छवियां हैं, वर्तमान में आत्रय द्वारा बेल्ट संचालित 2 छात्रावासों, चर्पण्डि और पास चुरुकुलमें रह रहे हैं। ये हॉस्टल गुजरात कारी के शहरी केंद्रों की हलचल से दूर स्थित हैं, जहां उन्हें धन जुटाने और अपने संचालन मिक्रो को बढ़ाने के लिए लगातार संवर्ध करना चाहते हैं। इसलिए इस संवर्ध को समाप्त करने के लिए, केआरएसएफ ने आत्रय के साथ साझेदारी की है, ताकि यहां के बच्चे प्रदान की जा रही शिक्षा और शिक्षा में सुधार के साथ-साथ, इस संस्थान को आवश्यक धन उपलब्ध कराया जा सकता है और स्थायी आजीविक गतिविधियों को युरु करके संस्थान को वित्तीय स्वतंत्रता प्राप्त करने में मदद की जा सकती है।

यहां यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि ये बच्चे केवल अपनी स्थानीय बोली ही बोल और समझ सकते हैं जो कि गुजराती और साथी भाषा है, जिसके कारण उनकी सीखने की समस्याएं अधिक गंभीर हैं और उनके लिए गुजराती भाषा में पढ़ना और लिखना बहुत मुश्किल है और गुजराती में पाठ्यपुस्तकों का समझ। इन समस्याओं को हल करने के लिए केआरएसएफ ने स्कूल समाज को लाख पहुंचाने के लिए विभिन्न सामाजिक मुद्रों को हल करने के लिए प्रदान किया, ताकि उनके द्वारा दी जाने वाली शिक्षा और इन छात्रों के शैक्षणिक परिणामों में सुधार किया जा सके और उन्हें उनकी संर्वेधित कक्षाओं के पाठ्यक्रम के बराबर लाया जा सके। केआरएसएफ शिक्षक छात्रों को पढ़ाने और मार्गदर्शन करने के साथ-साथ महत्वपूर्ण अवधारणाओं को स्पष्ट करने के लिए अनुभवात्मक शिक्षा प्रयोग संकाय बनाया है। इसके अलावा, केआरएसएफ शिक्षा प्रबंधन तकातों का उपयोग करके नियमित मूल्यांकन और अल्लोकन के माध्यम से स्कूल (स्कूलों) और छात्रावासों दोनों में छात्रों की सीखने के लिए एक वित्तीय स्वतंत्रता बनायी जा सकती है।

इस पहल के बारे में बात करते हुए, केआरएसएफ के अध्यक्ष श्री उदय देसाई ने कहा, 'केआरएसएफ ने बड़े पैमाने पर समाज को लाख पहुंचाने के लिए विभिन्न सामाजिक मुद्रों को हल करने के लिए विभिन्न क्षेत्रों और क्षेत्रों में काम करने वाले कई संगठनों के साथ सम्बन्ध सम्पन्न कर रहा कि है। एक दशक से अधिक समय से, केआरएसएफ गुजरात के ग्रामीण क्षेत्रों में शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार के लिए अथक प्रयास कर रहा है। आत्रय चैरिटेबल ट्रस्ट के साथ साझेदारी करके, हमारा फाउंडेशन उन दूदाजों के क्षेत्रों तक अपनी पहुंच बढ़ाने में सक्षम होगा जहां हमने पहले काम नहीं किया है और क्षेत्र में छात्रों और समुदायों की मूलभूत समस्याओं की पहचान कर सकेगा, ताकि उनके जीवन में सुधार हो सके और उन्हें अल्पिनियर बनने के लिए सारक बनाया जा सके।'

वित्तीय वर्ष 23 में भारतपे के राजस्व में 182% की वृद्धि आकांक्षा पावर और इंफ्रा का IPO आज बंद हो जाएगा

**सूरत।** फिनटेक के क्षेत्र में भारत की अग्रणी फर्म, भारतपे ने वित्तीय वर्ष 2023 के लिए अपने वित्तीय प्रदर्शन की घोषणा की, जिसमें व्यावसायिक क्षेत्रों में हुई वृद्धि और रणनीतिक प्रगति को दिखाया गया है। फिनटेक फर्म का जो रेवेन्यू वित्त वर्ष 2022 में 321 करोड़ रुपये था वह बढ़कर वित्त वर्ष 2023 में 904 करोड़ रुपये हो गया यानि कि ओपरेशन से रेवेन्यू में 182क की वृद्धि हुई। लॉस बिफोर टैक्स तेजी से कमी आई है, जो कि 5,594 करोड़ रुपये से गिरकर 886 करोड़ रुपये हो गई। इसके अलावा, ईवीआईटीडीए लॉस में भी लगभग 158 करोड़ रुपये की कमी आई, जो वित्तीय स्थिरता की दिशा में उठाए गए कदमों को दिखाता है।

इस उपलब्धि पर भारतपे के सीएफओ और अंतरिम सीईओ नलिन नेगी ने कहा, “हम भारतपे के इस एक और असाधारण प्रदर्शन वाले साल की घोषणा करते हुए रोमांचित हैं। बेहतर वित्तीय मैट्रिक्स के साथ व्यावसायिक क्षेत्रों में हमारी महत्वपूर्ण वृद्धि, हमारे व्यापारियों और हितधारकों को बेहतर मूल्य देने की हमारी प्रतिबद्धता को दर्शाती है। ये परिणाम हमारी टीम की कड़ी मेहनत और समर्पण के साथ-साथ हमारे मूल्यवान ग्राहकों के विचास और समर्थन का प्रमाण लाते हैं।



VESTOR MEI

नासिक। नासिक स्थित आकांक्षा पावर एंड इंफ्रास्ट्रक्चर लिमिटेड (एपीआईएल) संस्थानों, उद्योगों और बिजली पोरेशन और वितरण उपयोगिताओं की जरूरतों को पूरा करने के लिए विद्युत ऐनल, उपकरण ट्रांसफार्मर और वैक्यूम संपर्ककर्ताओं सहित विद्युत उपकरणों के निर्माण के बी 2 बी व्यवसाय पर हावी है। गुणवत्ता और प्रदर्शन पर जोर देने वाले उत्पादों के निर्माण के लिए कंपनी के पास दो (2) विनिर्माण संयंत्र हैं। आकांक्षा की स्थापना 2008 में अपने ग्राहकों को टिकाऊ और विश्वसनीय बिजली समाधान प्रदान करने के दृष्टिकोण से की गई थी और ह आर वर्तमान ट्रांसफार्मर, सभावात ट्रांसफार्मर और रेड्यूल बोल्टेज ट्रांसफार्मर जैसे नए उत्पाद भी शामिल हैं। इसमें ग्रीन फील्ड एलईडी स्ट्रीट लाइट परियोजनाओं के साथ-साथ संचालन और रखरखाव सेवाएं भी शामिल हैं। कंपनी ने वैक्यूम कॉर्नेट्टर भी लॉन्च किया और अब तक नीकी और वाणिज्यिक नुकसान के प्रभावी नियंत्रण के लिए उत्तम मीटरिंग इंफ्रास्ट्रक्चर लॉन्च करने के लिए तैयार है ऐसा माना जाता है कि यह नया विकास एक क्रांतिकारी प्रक्रिया लाएगा जिससे सभी को लाभ होगा।

कंपनी के पास वर्तमान में दो (2) विनिर्माण संयंत्र हैं। एक प्लांस प्लॉट नंबर 87/4, अपना पहला आराम्भक सावधानक पश्चकश (आईपीओ) के साथ सार्वजनिक हो रही है। प्रत्येक शेयर की कीमत 10 रुपये के प्राइस बैंड के साथ 52 रुपये - 55 रुपये प्रति शेयर होगी। कंपनी फैंड जुनियो की योजना बना रही है। मूल्य बैंड की ऊपरी सीमा पर 27.49 करोड़। इश्यू सब्सक्रिप्शन के लिए 27-12-23 को खुलेगा और 29-12-23 को बंद होगा। जुराई गई धनराशि से पूँजीगत व्यय के लिए कंपनी रुपये खर्च करेगी। 5.00 करोड़ खर्च करने की योजना है। 15.00 करोड़ कार्यशील पूँजी के लिए और शेष राशि सामान्य कॉर्पोरेट उद्देश्यों के लिए।

**स्वात्वाधिकारी, प्रकाशक, सम्पादक:** संजय रमाशंकर मिश्रा द्वारा १९४, न्यू प्रियंका टाउनशीप अपार्टमेन्ट, डिंडोली, उथना, सुरत ( गुजरात ) प्रिन्टर्स- भूनेश्वरा प्रिन्टर्स, प्लाट नं. 29, परमानन्द इण्डस्ट्रीयल सोसायटी, चौकसी मील के पास, उथना मगदला रोड़ ( गुजरात ) से मुद्रित एवं १९४, न्यू प्रियंका टाउनशीप अपार्टमेन्ट, डिंडोली, उथना, सुरत ( गुजरात ) से प्रकाशित। कार्यालय फोन: 0261-2274271, ( न्यायिक क्षेत्र सूरत रहेगा )