



धमाका
डिस्काउंट ऑफर

Exchange & Finance Available
Zelo Electric Scooter
 Maa Bhagwati Services & Enterprises
 B. No. 23, Infront of IDBI Bank,
 Neemuch 9407423966, 8770664866

Commodity:	Gold 99,735	Silver 97,000	Crude Oil 5,963	Natural Gas 302.20	Aluminium 232.30	Copper 827.35
------------	-------------	---------------	-----------------	--------------------	------------------	---------------

वर्षाकाल में पिकनिक स्थलों और दुर्घटना सम्भावित स्थानों पर जन सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम सुनिश्चित करें - कलेक्टर चंद्रा

आपदा प्रबंधन एवं बाढ़ राहत संबंधी बैठक में कलेक्टर ने दिर्देश

नीमच 3 जून (निप्र)। वर्षाकाल में बाढ़ एवं अतिवृष्टि से उत्पन्न समस्याओं से निपटने और जन सुरक्षा के लिए किए जाने वाले उपायों के संबंध में कलेक्टर हिमांशु चंद्रा की अध्यक्षता में मंगलवार को बैठक आयोजित की गई। बैठक में अतिवाषा एवं बाढ़ की स्थिति से निपटने की तैयारी के संबंध में शासन से प्राप्त निर्देशों पर बिंदुवार विचार विमर्श कर, बाढ़ प्रभावित होने वाले ग्रामों और वहां की जाने व्यवस्थाओं की तैयारियों की समीक्षा की गई। बैठक में एस.पी. अंकित जायसवाल, जिला पंचायत सीईओ अमन वैष्णव, एडीएम श्रीमती लक्ष्मी गामड़, अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक नवलसिंह सिसोदिया, संयुक्त कलेक्टर राजेश शाह, डॉ.ममता खेड़े, सभी एसडीएम, एसडीओपी, सभी सीएमओ एवं जनपद सीईओ व जिला अधिकारी उपस्थित थे।

पुल, रपटों की स्थिति एवं मरम्मत:- बैठक में कलेक्टर ने निर्देश दिए कि जिले की पुरानी क्षतिग्रस्त पुलियाओं को चिन्हित कर, क्षतिग्रस्त पुलिया, रेलिंग की मरम्मत कराये। ऐसे पुल पुलिया जो बाढ़ एवं अतिवृष्टि में डूब जाते हैं, उन पर निगाह रखी जावे। सभी पुलो एवं रपटों पर रेलिंग पिलर आदि ठीक हालत में लगे हों, जहां आवश्यक हो मरम्मत भी कराये।

अग्निवीर भर्ती में आईटीआई पास युवाओं को अतिरिक्त अंको का लाभ मिलेगा

नीमच 3 जून (निप्र)। आईटीआई कोर्स करने पर युवाओं को भर्ती के दौरान योग्यता के अनुसार 20 से 40 अतिरिक्त अंक प्राप्त होंगें। एक मई से आईटीआई में प्रवेश की प्रक्रिया शुरू हो गई है, इसके लिए युवा 16 जून तक आवेदन कर सकते है। आवेदन प्रक्रिया पूरी होने के बाद प्रवेश के लिए मेरिट सूची जारी होगी। हालांकि अग्निवीर भर्ती में आईटीआई कोर्स करने का लाभ केवल मेरिट में आने वाले युवाओ को ही मिलता है। अगर युवा ने कोर्स में मेरिट में स्थान प्राप्त किया है तो उसको चयन में प्राथमिकता मिलेगी। अगर किसी युवा ने कोर्स में मेरिट में स्थान हासिल नहीं किया और आईटीआई पास है तो उसको अतिरिक्त अंको का लाभ नहीं मिलेगा।

madan mali
 9669999779

rajmal gayri
 9926640630



SHREE DEV ENTERPRISES
 GSTIN-23AHDPL6502G1Z5
 MSME NO. UDYAM-MP-33-0003801
 Station Road, Near Church, Nayagaon-Neemuch

GSTIN-23BSPGCR89G125
 MSME NO. UDYAM-MP-33-0003801

मदन माली
 9669999779

राजमल गायरी
 9926640630



श्रीदेव वेल्डिंग वर्क्स
 रेशन रोड, चर्च के पास, नयागाँव, जिला-नीमच

जनसुनवाई में प्राप्त रास्ता विवाद, अतिक्रमण हटाने संबंधी आवेदनों पर तत्काल मौके पर जाकर अतिक्रमण हटवाएं - चंद्रा

नीमच 3 जून (निप्र)। जिले के सभी राजस्व अधिकारी रास्ता विवाद और अतिक्रमण हटाने संबंधी जनसुनवाई में प्राप्त आवेदनों पर कार्यवाही कर, तत्काल मौके पर जाकर विवादों का निपटारा करें और मौके पर से अतिक्रमण हटवाएं। साथ ही तहसीलदारों द्वारा पारित आदेश के बावजूद अतिक्रमण नहीं हटाने वालों के विरुद्ध सख्त कार्यवाही कर, आदेशों का अमल सुनिश्चित करवाएं। यह निर्देश कलेक्टर हिमांशु चंद्रा ने जनसुनवाई करते हुए ग्राम दोबड़ के बाबूलाल पिता तुलसीराम के आवेदन पर सुनवाई करते हुए सभी राजस्व अधिकारियों को दिए।

कलेक्टर चंद्रा ने निर्देश दिए, कि राजस्व अधिकारी सीमांकन के प्रकरणों का अविलंब निराकरण



पुल, रपटों पर चेतावनी बोर्ड भी लगाए।

बैठक में बताया गया, कि जलमग्न सड़कों पर से वाहन चालक अपनी जोखिम पर वाहन ले जाने का प्रयास करते हैं। पुलों पर बाढ़ का पानी बढ़ने पर यातायात को नियंत्रित एवं चिन्हित कर चेतावनी बोर्ड लगाया जाए तथा पुल, पुलिया पर बैरिकेड्स लगाए। अतिवृष्टि होने से पुल पुलिया के ऊपर पानी बहने की स्थिति होने पर लोक निर्माण विभाग के कर्मचारी व होमगार्ड की इयूटी लगाएं। पुल पुलिया पर चिन्हित खतरे वाली स्थिति में कोई वाहन पार न हो। उल्लंघन करने पर दोषी वाहन चालकों के विरुद्ध कार्यवाही की जावे। मार्ग में यदि कोई वाहन क्षतिग्रस्त हो जाए, तो उसे निकालने हेतु जहां तक संभव हो क्रेन की तत्काल व्यवस्था की जाए।

पेयजल उपलब्धता पर विशेष ध्यान दिया जाए।

मोटरबोट एवं नावों की व्यवस्था:- कलेक्टर ने निर्देश दिए, कि जल संसाधन विभाग व मत्स्य पालन विभाग के पास उपलब्ध मोटरबोट का परीक्षण कर चालू स्थिति में रखा जावे। आवश्यकता होने पर मत्स्य महासंघ रामपुरा के मोटरबोट एवं नावों को उपयोग में लिया जावे। बाढ़ नियंत्रण हेतु उपलब्ध शासकीय अर्द्धशासकीय एवं निजी स्त्रोंतों से उपलब्ध होने वाली समस्त बाढ़ बचाव सामग्री की सूची तैयार की जावें, किसके आधिपत्य में हैं उनसे संपर्क हेतु नाम पता दूरभाष क्रमांक आदि की जानकारी रखे और आपस में संवाद कर जानकारी का सत्यापन कर लें।

बचाव सामग्री की व्यवस्था:- बैठक में निर्देश दिए गए, कि बाढ़ से बचाव एवं राहत सामग्री तथा लालटेन, खाली ड्रम, रस्सियां, बांस, बल्ली, टांच, ट्यूब, केरोसीन एवं अन्य राहत सामग्री की अग्रिम व्यवस्था प्रत्येक नियंत्रण कक्ष पर की जावे। सभी अनुविभागीय अधिकारी इसकी समीक्षा कर पता लगाएं, कि उपलब्ध सामग्री पर्याप्त है या नहीं आवश्यकता होने पर सामग्री की मांग की जावे।

संपर्क विहीन ग्रामों की पंचायतों में आवश्यक, पर्याप्त खाद्य सामग्री प्राथमिकता से उपलब्ध कराई जाना सुनिश्चित करें। वर्षाकाल में स्कूलों, छात्रावासों में स्वच्छ

अवैध खनिज परिवहन करते 9 वाहन जप्त



नीमच 3 जून (निप्र)। खनि अधिकारी गजेन्द्रसिंह डावर एवं टीम द्वारा अवैध उत्खनन, परिवहन, भण्डारण के विरुद्ध नीमच, जावद, मनासा क्षेत्र में प्रभावी कार्यवाही करते हुए खनिज रेत, फर्शीपत्थर एवं खण्डा के अवैध परिवहन मे सिलिप्त 09 वाहनों को मध्यप्रदेश खनिज (अवैध खनन, परिवहन

तथा भण्डारण का निवारण) नियम 2022 के तहत जप्त किया गया है। उक्त वाहनों को पुलिस थाना नीमच केन्ट, कुकडेश्वर, जावद, नयागांव चौकी की अभिरक्षा में सुरक्षार्थ खड़े किया गया है। अवैध परिवहन, भण्डारण, उत्खनन में सिलिप्त वाहनों में ट्राला रेत का RJ09GD9634,

R J 0 6 G B 8 6 6 0 , RJ06GB4337, ट्रेक्टर R J 0 9 R A 9 3 5 2 , R J 0 9 R F 1 1 2 4 , RJ09RD7713 फर्शी पत्थर, ट्रेक्टर MP44AC0133, ट्रेक्टर MP44ZC7023रेत एवं ट्रेक्टर MP44AA266 खण्डा के शामिल है।

एडीएम द्वारा चार संस्थानों पर 3.25 लाख का जुर्माना आरोपित

नीमच 3 जून (निप्र)। अपर जिला दण्डाधिकारी श्रीमती लक्ष्मी गामड़ द्वारा खाद्य सुरक्षा एवं मानक अधिनियम के तहत दर्ज प्रकरणों में चार आरोपियों पर तीन लाख 25 हजार रुपये का जुर्माना आरोपित किया गया है।

एडीएम श्रीमती गामड़ द्वारा पारित आदेशानुसार खाद्य पदार्थ धनिया अवमानक एवं मिथ्याछाप व अजवाईन बगैर पंजीयन के परिवहन एवं विक्रय करने पर

नितीन पिता मदनलाल छाबड़ा, फर्म जय गणेश ट्रेवलस नीमच पर एक लाख रुपये, विपिन पिता ओमप्रकाश अग्रवाल फर्म धनलक्ष्मी ट्रेडिंग कम्पनी नीमच पर एक लाख रुपये, राजदीप ट्रेडिंग कंपनी बघाना के दीपक मोता पर एक लाख रुपये एवं कृष्णचंद्र पिता सूरजमल अग्रवाल फर्म किशन कन्हैया औद्योगिक क्षेत्र नीमच पर 25 हजार रुपये का अर्धदण्ड आरोपित किया गया है।

के मोहनलाल, हनुमंतियारावजी के प्रभुलाल, अमावली महल के रूपसिंह चौहान, सावन के दीदार शाह ने भी अपना आवेदन प्रस्तुत कर समस्याएं सुनाई। इसी तरह मानपुरा के राधेश्याम धाकड़, नीमच के अख्तर बी, जीरने के अंबालाल सगराना के श्यामलाल, खेतपालिया के कारूलाल, जावद के नैनालाल, मनासा के शंभुलाल, मानपुरा के देवीलाल, पालसोड़ा के भेरूलाल, जयसिंगपुरा के नानुराम, पिपल्यारावजी के गोविंद, बिबलवास सोनोगरा के मोहनलाल आदि ने अपनी समस्याओं संबंधी आवेदन जनसुनवाई में प्रस्तुत किए। जिस पर कलेक्टर ने संबंधित अधिकारियों को आवश्यक कार्यवाही करने के निर्देश दिए।

मो.अनीस, भाटखेडी के धापूबाई, भगवानपुरा नीमच सिटी के जीतू, प्रायवेट बस स्टेंड के पास नीमच के आदिश सगरावत, गोपालपुरा पावडा के मदनलाल, कैलाश, भारत, गौरीशंकर, जेतपुरा की प्रेमबाई, चंडौली के जगदीश, आलौरी के हिमत्कुमार, पड़दा की राजकुमारी, नई आबादी हरवार

RNI NO. MPHIN38290 (TC)
 संपादक : ऐश्वर्य शर्मा
 नीमच, बुधवार
 06 जून 2025

वर्ष - 02, अंक - 57 - मूल्य 02 रूपए

E-mail: nmh.pawan@gmail.com
 Contact: 9407423966, 8770664866

नीमच गौरव दिवस पर जवाहर नगर बगीचे में हुआ पौधारोपण

विधायक व नपाध्यक्ष ने रौपे पर्यावरण मित्रों के साथ पौधे



नीमचा। मंगलवार, 3 जून को नीमच गौरव दिवस के अवसर पर नगर पालिका परिषद नीमच द्वारा वार्ड क्रमांक 12 के जवाहर नगर स्थित आरआरआर गाडन में पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर विधायक दिलीप सिंह परिहार, नगर पालिका अध्यक्ष श्रीमती स्वाति-गौरव चोपड़ा ने मुख्य नगर पालिका अधिकारी जमनालाल पाटीदार, संकल्प पर्यावरण मित्र संस्था सदस्यों, नपा पार्षदगण, पर्यावरण मित्रों, क्षेत्र के गणमान्य नागरिकों, नपा स्टाफ की उपस्थिति में पौधारोपण कर पर्यावरण की सुरक्षा का संकल्प लिया।



इस अवसर पर विधायक परिहार व नपा अध्यक्ष श्रीमती चोपड़ा ने कहा कि हम आज 1857 की स्वतंत्रता संग्राम क्रांति की पहली गोली नीमच से चलने की याद को ताजा करते

हूए नीमच गौरव दिवस मना रहे हैं और शहीदों की याद में आज से पौधारोपण की शुरुआत कर रहे हैं। हम सभी को नीमच को हरा-भरा बनाने के लिए अधिक से अधिक पौधारोपण कर पौधों

की सुरक्षा व पर्यावरण की सुरक्षा का संकल्प लेना है और पौधारोपण अभियान को महा अभियान बनाना है। इस अवसर पर उपस्थित अतिथि सहित सभी पर्यावरण मित्रों ने एक ही प्रजाति टूरमेलिया के 31 पौधे रोपकर इस सत्र के पौधारोपण अभियान की शुरुआत की। इस अवसर पर सभापति प्रतिनिधि अशोक जोशी, नपा पार्षद राकेश किलोारिया, योगेश कविश्वर, संकल्प पर्यावरण मित्र संस्था के नवीन कुमार अग्रवाल, जगदीशचंद्र शर्मा, किशोर बागड़ी, रमेश मोरे, ओमप्रकाश अग्रवाल (तेलवाले), राजेंद्र जारोली, मनीष जैन, वरिष्ठ पत्रकार भूपेंद्र गौड़, श्याम गुर्जर, पूर्व पार्षद श्रीमती ललिता मंडवारिया, जर्जेड चावला, प्रकाश मंडवारिया, मानव अधिकार आयोग मित्र डॉक्टर केके जैन, अर्जुनसिंह अहीर, कमल शर्मा, कार्यालय अधीक्षक कन्हैयालाल शर्मा, राजस्व अधिकारी टेकचंद्र बुनवर, बगीचा शाखा प्रभारी महावीर जैन, एनयूएलएम प्रभारी प्रवीण आर्य, हेमंत सिसोदिया, बगीचा सुपरवाइजर जुनैद पठान, अब्दुल नईम सहित बड़ी संख्या में वाईवासी एवं पर्यावरण मित्र उपस्थित थे।

12th सफर जोश का
 के बाद मंजिल कामयाबी की

MPPSC, SSC, BANK
रेलवे, पुलिस की तैयारी कीजिए
 और डिप्टी कलेक्टर, तहसीलदार, वाणिज्यिक कर अधिकारी, SP, DSP, CID इंस्पेक्टर, CBN इंस्पेक्टर, असिस्टेंट कमाण्डेंट, इन्कम टैक्स इंस्पेक्टर, सब इंस्पेक्टर, बैंक क्लर्क, PO, मैनेजर आदि बनिये


सोनी कोचिंग क्लासेस
 ISO 9001 : 2008 Certified

22 वर्षों का अनुभव।
 1200 से अधिक छात्रों को नौकरी दिला चुके हैं।
 धनीराम सगर मार्केट, गायत्री मंदिर के पास,
 भागेश्वर मंदिर रोड, नीमच मो. 9300905061

ज्ञानोदय
 मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल में
आयुष्मान योजना लागू
5 लाख रूपए
 प्रति वर्ष, पात्र परिवार को निःशुल्क उपचार


आयुष्मान भारत
 अब बीमार नहीं रहेगा लाचार, अंचल के भव्य हॉस्पिटल में होगा निःशुल्क उपचार

आयुष्मान कार्ड धारकों के निम्नलिखित बीमारियों कें उपचार निःशुल्क किए जाएंगें -
 जनरल मेडिसीन
 बाल चिकित्सा प्रबंधन
 नवजात गहन शिशु इकाई
 आपातकालीन चिकित्सा
 जनरल सर्जरी
 बर्न प्रबंधन
 प्रसूति एवं स्त्री रोग
 अस्थि एवं हड्डी रोग
 गंभीर चोटें
 संक्रामक रोग

अब उदयपुर एवं इंदौर जाने की जरूरत नहीं
सुपरस्पेशलिस्ट डॉक्टर्स
 का समूह एक ही स्थान पर उपलब्ध


ज्ञानोदय मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल
 ज्ञानोदय महाविद्यालय के पीछे, कनावटी, नीमच 6262778282

सेना में दिखने लगा महिला शक्ति का दम



है। यह आंकड़ा 1 जनवरी 2023 तक का है। भारतीय वायु सेवा में 1654 अधिकारी सेवारत है जबकि 155 महिलाएं एयर मेन (अग्निवीर) के रूप में सेवा दे रही हैं। भारतीय नौसेना में 580 महिलाएं अधिकारी के रूप में सेवारत है जबकि 727 महिलाएं सैलर्स (अग्निवीर) के तौर पर तैनात हैं।

इसी तरह 1212 महिलाएं भारतीय थल सेना के आर्मी मेडिकल कॉर्प्स में 168 महिलाएं आर्मी डेंटल कार्स में और 3841 महिलाएं मिलिट्री नर्सिंग सर्विस में कार्यरत है। 151 महिलाएं नौसेना के मेडिकल कॉर्प्स में 10 महिलाएं डेंटल कार्य और 380 महिलाएं मिलिट्री नर्सिंग सर्विस में सेवारत है। 274 महिलाएं भारतीय वायु सेवा के मेडिकल कॉर्प्स में पांच महिलाएं डेंटल कॉर्प्स में और 425 महिलाएं मिलिट्री नर्सिंग सर्विस में सेवारत है।

पहले महिलाओं को शार्ट सर्विस कमीशन में ही लिया जाता था। लेकिन फरवरी 2020 में सुप्रीम कोर्ट के आदेश के बाद महिलाओं को सेना में स्थाई कमीशन मिलने लगा है। अब एनडीए की कुल सीटों का 10 प्रतिशत सीटों पर लड़कियां सिलेक्ट होती है और वह भी ओपन कंपटीशन में मुकाबला करके। रक्षा राज्य मंत्री संजय सेठ ने मार्च 2025 में संसद में बताया था कि 2022 में महिला कैडेट्स के पहले बैच की एंट्री के बाद से अब तक एनडीए में 126 महिलाओं को एडमिशन मिला है। आर्म्ड फोर्सज में आने के बाद उनके

लिए भी अवसर समान होते हैं। उनका करियर प्रोग्रेस बैसा ही होगा जैसा लड़कों का होगा। सर्विस रूट समान होते हैं। अब हम गर्व के साथ कह सकते हैं कि हमारी सेना में पूरी तरह जेंडर न्यूट्रलाइजेशन हो गया है। सेना में आज हमारी महिला कॉम्बैट पायलट भी है। जो मिसाइल चलती है मोर्चे पर भी जाती है। वह इंजीनियरिंग का कार्य भी देखती है और सैटेलाइट को भी नियंत्रित करती है। अब महिलाएं डिफेंस भी करती है। टेक्निकल इंटीलिजेंस भी एकत्रित करती है। अभी तक आमने-सामने की लड़ाई में महिलाओं को नहीं भेजा जाता है। राजस्थान में झुंझुनू जिले की ख्वाझ नीडर मोहन सिंह 2016 में भारतीय वायु सेवा की तेजस फ़ाइटर स्पाइडर में शामिल होने वाली पहली महिला बनी। इससे पहले वह मिग 21 बाइसन फ़ाइटर प्लेन भी उड़ा चुकी है। ग्रुप कैप्टन सलिया धामी वायु सेवा की ऐसी पहली महिला अधिकारी बनी है जो फ्रंटलाइन कॉम्पैक्ट यूनिट की कमान संभाल रही है। फ्लाईंग यूनिट की फ्लाइट कमांडर बनने वाली भी वह पहली महिला अधिकारी है। भारत की सशस्त्र सेना चिकित्सा सेवा और थलसेना एवं नौसेना की चिकित्सा सेवाओं का नेतृत्व महिला अधिकारी ही कर रही हैं।

रक्षा बलों में लैंगिक समानता सुनिश्चित करने की दिशा में भारत की प्रगति धीमी रही है। लेकिन लोगों का मानना है कि इसमें लगातार प्रगति हुई है। अब एक साथ बहुत सारी

महिलाएं प्रमुख भूमिकाओं में हैं। वे दूसरों के लिए रास्ता बना रही हैं। उनके प्रदर्शन पर बहुत कुछ निर्भर करेगा। अगर वे अच्छा काम कर रही हैं तो उन्हें स्वीकार करना आसान होगा और आने वाली महिलाओं के लिए रास्ता साफ हो जाएगा। शॉर्ट सर्विस कमीशन के तहत महिलाएं केवल 10 या 14 साल तक सेवाएं दे सकती हैं। इसके बाद वो सेवानिवृत्त हो जाती हैं। लेकिन अब उन्हें स्थायी कमीशन के लिए आवेदन करने का भी मौका मिलेगा। जिससे वो सेना में अपनी सेवाएं आगे भी जारी रख पाएंगी और रैंक के हिसाब से सेवानिवृत्त होंगी। साथ ही उन्हें पेंशन और सभी भत्ते भी मिलेंगे। 1992 में पांच साल के लिये शॉर्ट सर्विस कमीशन के लिए महिलाओं का पहला बैच भर्ती हुआ था। इसके बाद इस सर्विस की अवधि को 10 साल के लिए बढ़ाया गया। 2006 में शार्ट सर्विस कमीशन को 14 साल कर दिया गया।

भारतीय सेना अब महिलाओं को सशत्र बल में नियुक्ति के लिए उनके लिए तय की गई नीतियों को लागू कर प्रोत्साहित करती है। इसके लिए महिलाओं के लिए आर्मी मेडिकल कोर, आर्मी डेंटल कोर और मिलिटरी नर्सिंग सेवाओं के लिए परमानेंट कमिशन को मंजूरी दी गई है। अब 11 आर्म्स एंड सर्विसेज में महिला अधिकारियों को परमानेंट कमिशन मिलता है। जिनमें आर्मी सर्विस कोर, आर्मी आर्डनेंस कोर, आर्मी एडुकेशन कोर, जज एडवोकेट जनरल ब्रांच, इंजीनियर कोर, सिगनल कोर, इलेक्ट्रॉनिक्स और मकेनिकल कोर, इंटेलीजेंस कोर, आर्मी एयर डिफेंस, आर्मी एक्विशन, रिमाउंट एंड वेटनरी कोर आदि शामिल हैं। परमानेंट कमिशन के बाद महिला अधिकारी इंडियन आर्मी के सबसे महत्वपूर्ण अंगों में शामिल आर्टिलरी का हिस्सा बनने लगी है। सेना आर्टिलरी की लगभग 300 रेजिमेंट और लगभग 5,000 अधिकारी हैं। आर्टिलरी में शामिल महिला अधिकारियों की बोफोर्स, होबोर्न, के-9 वज्र जैसी तोपों पर भी 2023 में तैनाती की अनुमति दी जा चुकी है।

वर्तमान में भारतीय सशस्त्र बलों में नियुक्तियों में लैंगिक आधार पर कोई भेदभाव नहीं किया जाता है। पुरुष और महिला जवानों की हथियारों और सेवाओं के लिए तैनाती में किसी प्रकार का अंतर नहीं किया जाता है। सभी की पोस्टिंग सेना की जरूरतों के अनुसार की जाती है। भारतीय सेना में महिला अफसरों को परमानेंट कमिशन के लिए 23 नवंबर 2021 को एक जेंडर न्यूट्रल करियर प्रोग्रेशन पॉलिसी लाई गई थी। इसके जरिए महिलाओं को हथियारों व अन्य सेवाओं में समान अवसर उपलब्ध कराए गए हैं।

संपादकीय

फर्ज टीम लीडर का

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी का कहना है, हमें टीम इंडिया की तरह काम करना होगा। दिल्ली में नीति आयोग की दसवीं शासी परिषद की बैठक की अध्यक्षता के दौरान उन्होंने विकसित भारत को हर भारतीय का लक्ष्य बताया। बैठक में सभी राज्यों व केद्र शासित प्रदेशों के मुख्यमंत्री व उपराज्यपालों व केंद्रीय मंत्रियों समेत नीति आयोग के उपाध्यक्ष व सदस्य शामिल हुए। बैठक में देश को 2047 तक विकसित बनाने में राज्यों की भूमिका तथा केंद्र के साथ समन्वय पर जोर दिया गया। मोदी ने सभी मुख्यमंत्री को अपने राज्य में कम से कम एक पर्यटन स्थल विकसित करने को कहा। शहरीकरण के विकास, नवाचार व स्थिरता की दिशा में काम करने की चर्चा भी की। नीति आयोग यानी नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ ट्रान्सफॉर्मिंग इंडिया केंद्र सरकार का थिंक टैंक कहा जाता है जो सरकार के दीर्घकालिक पॉलिसी संबंधी कार्यों व नीतियों की रणनीति तैयार करता है। पैंसठ से

चले आ रहे योजना आयोग को मोदी ने अपनी दूरदर्शितापूर्ण योजनाओं को लागू करने के लिहाज से बदल कर नीति आयोग का नाम दिया जिसके अध्यक्ष वे स्वयं हैं। आयोग की बैठक में पश्चिम बंगाल, बिहार, कर्नाटक, केरल व पुदुचेरी के मुख्यमंत्री पूर्व निर्धारिक कार्यक्रमों का हवाला देकर शामिल नहीं हुए। बीते साल पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी बोलने न देने का आरोप लगाते हुए बैठक बीच में ही छोड़ कर चली गई थी। बिहार के मुख्यमंत्री के शरीक नहीं होने को लेकर अटकलें लगाई जा रही हैं जबकि उनकी सेहत का हवाला देकर उनके समर्थकों ने इसे सामान्य बात कहा। पंजाब के मुख्यमंत्री ने हरियाणा के साथ चल रहे जल विवाद को उठाया तो तमिलनाडु के मुख्यमंत्री द्वारा केंद्रीय करों में राज्यों की हिस्सेदारी बढ़ाकर 50प्र. करने की मांग की।

बेशक, देश को विकसित बनाने और अर्थव्यवस्था को पाँचवी पायदान से ऊपर उठाने में सभी राज्यों को अपनी भागीदारी उत्साहपूर्वक निभानी होगी। गैर-भाजपाई राज्य सरकारों की मांगों की अनदेखी नहीं की जानी चाहिए परंतु जरूरी यह भी है कि उन्हें केंद्र के साथ मतभेदों से ऊपर उठ कर देश व देशवासियों के बेहतर जीवन स्तर, रोजगार व स्वास्थ्य संबंधी सुधारों पर सहयोगी रवैया अपनाना चाहिए। देश तरक्की करेगा, तभी राज्यों को पिछड़ने से रोका जा सकेगा। हालांकि आयोग को भी बड़प्पन दिखाते हुए पक्षपाती रुख से बाज आना सीखना होगा। टीम के तौर पर कार्य करने में लीडर की प्रमुख भूमिका की अनदेखी नहीं की जा सकती।

चिंतन-मनन

धर्म का आदर

स्वामी श्रद्धानंद महर्षि दयानंद के योग्य शिष्य थे। उन्होंने शिक्षा के प्रचार-प्रसार के लिए देश के कई हिस्सों में गुरुकुल काँगड़ी और अन्य संस्थाओं की स्थापना की थी। एक बार रुड़की चर्च के पादरी फादर विलियम ने स्वामी जी से पत्र लिखकर कहा- स्वामी जी, मुझे लगता है कि अगर मैं हिंदी सीख लूं तो शायद भारत में मैं अपने धर्म का प्रचार बेहतर ढंग से कर पाऊंगा। क्या इसके लिए आप मुझे अपने गुरुकुल में प्रवेश दे सकते हैं? मैं वादा करता हूँ कि अपने अध्ययन के दौरान मैं ईसाई धर्म की चर्चा नहीं करूंगा और उसके प्रचार की कोई कोशिश नहीं करूंगा।

स्वामी जी ने पत्र के जवाब में लिखा- फादर, गुरुकुल काँगड़ी में आपका खुले दिल से स्वागत है। आप यहां अतिथि बनकर हमारी सेवाएं ले सकते हैं। मगर आपको एक वचन देना होगा। जब तक आप यहां रहेंगे तब तक आप अपने धर्म का खुलकर प्रचार-प्रसार करेंगे ताकि हमारे छात्र भी ईसा मसीह के उपदेशों को समझ सकें और उन्हें ग्रहण कर सकें। मैं चाहता हूँ कि हमारे छात्र धर्मों का आदर करना सीखें। धर्म प्रेम सिखाता है वैर नहीं। हर व्यक्ति का कर्त्तव्य है कि वह अपने अलावा दूसरे धर्मों को भी जाने। अधिक से अधिक धर्मों के विषय में जानकर हम एक अच्छे इंसान बन सकते हैं।

स्वामी जी का यह जवाब पढ़कर फादर अभिभूत हो गए। वे जब तक गुरुकुल में रहे, छात्रों को ईसाई धर्म के बारे में बताते रहे। यहां रहकर भारतीयों को लेकर उनकी कई धारणाएं बदल गईं। वे जीवन भर गुरुकुल के लिए कार्य करते रहे।



योगेश कुमार गोयल

स्वतंत्र भारत के पहले प्रधानमंत्री पंडित जवाहरलाल नेहरू भारतीय राजनीति के एक ऐसे चमकते सितारे थे, जिनका समर्पण न केवल देश के प्रति था बल्कि बच्चों के प्रति भी अपार स्नेह और दुलार से भरा हुआ था। वे बच्चों को देश का भविष्य मानते थे और इसी कारण उन्हें 'भरपूर प्रेम देते थे। बच्चे भी उन्हें 'चाचा नेहरू' कहकर पुकारते और उनसे आत्मीयता से लिपट जाते थे। उनका व्यवहार बच्चों के साथ इस कदर सरल, आत्मीय और हृदयस्पर्शी होता था कि वे अपने ऊंचे पद की परवाह किए बिना बच्चों के बीच उतर जाते, उन्हें गोद में उठा लेते और उनकी मासूम हंसी में अपनी दुनिया बसाते थे। नेहरू जी बच्चों के बीच त्योहारों का आनंद लेते थे। होली पर वे रंगों में भीगकर बच्चों के संग हंसी-मजाक करते, दीवाली पर बच्चों संग आतिशबाजी का लुत्फ उठाते और मकर संक्राति पर पतंग उड़ाने में उन्हें बच्चा बनने में तनिक भी संकोच नहीं होता। बच्चों की मुस्कान उन्हें आत्मिक सुकून देती थी, वहीं किसी बच्चे की पीड़ा उन्हें भीतर तक झकझोर देती थी। देश-विदेश के बच्चों से वे स्नेहपूर्वक मिलते और उनके साथ तरह-तरह के खेल खेलते। उनके पास देश के कोने-कोने से बच्चों के खत आते और नेहरू जी बड़े प्रेम से उन्हें उत्तर देते। वे बच्चों को लिखते थे, 'बच्चों,



डॉ. एन. परासुरमन

ए क राष्ट्र अपनी ताकत अपने लोगों की ऊर्जाइक स्वास्थ्य और आशा से प्राप्त करता है। भारत में ग्रामीण क्षेत्रों में कई युवा संघर्ष कर रहे हैं-इसलिए नहीं कि उनमें क्षमता की कमी है, बल्कि इसलिए कि उनमें अवसर दिशा, सलाह और अवसर की कमी होती है। अपने शहरी साथियों के विपरीत ग्रामीण युवाओं को आत्मविश्वास हासिल करने में अधिक बाधाओं का सामना करना पड़ता है, मोटे तौर पर कम रोजगार विकल्पों के कारण। फिर भी रोजगार महत्वपूर्ण है-वह भविष्य में गरिमा, महत्वाकांक्षा और विश्वास का निर्माण करता है। भले ही साक्षरता बढ़ रही है, लेकिन एक बढ़ता हुआ संकट है अधिक शिक्षित युवा, लेकिन पर्याप्त नौकरियां नहीं हैं। यह सिर्फ एक समस्या नहीं है-एक अवसर भी है। युवाओं को टिकाऊ, पर्यावरण के अनुकूल खेती में नवाचार करने के लिए प्रेरित करें हम आगे नये रास्ते बना सकते हैं, लेकिन सबसे पहले हमें मुख्य चुनौतियों से निपटने की आवश्यकता है। ग्रामीण

परिश्रम से बढ़कर दुनिया में कोई चीज नहीं। तुम जितनी मेहनत करोगे, उतनी सफलता मिलेगी और तुम्हारा जीवन खुशियों से भर जाएगा।'

नेहरू जी की दृष्टि में बच्चे केवल मासूम चेहरे नहीं थे बल्कि राष्ट्र निर्माण की नींव थे। वे अवसर कहा करते थे कि बच्चे नाजुक मन के होते हैं, इसलिए हर छोटी-बड़ी बात उनके मानस पर गहरी छाप छोड़ती है। उनका मानना ​​था कि बच्चे बीज के समान हैं और उन्हें जैसे संस्कार, पोषण और शिक्षा दी जाती है, उसी आधार पर उनका विकास तय होता है। वे यह भी कहते थे कि बच्चों को अच्छी शिक्षा, पोषण और संस्कृति मिले, यही देश के भविष्य के लिए अत्यंत आवश्यक है। आज के बच्चे ही कल के नागरिक हैं और यदि उन्हें सही मार्गदर्शन, देखभाल और अवसर मिलें तो वे देश को नई ऊंचाईयों तक ले जा सकते हैं। एक बार की बात है, जब नेहरू जी दिल्ली स्थित तीन मूर्ति भवन के बगीचे में टहल रहे थे। उन्हें पास के पेड़ के नीचे एक छोटे बच्चे के रोने की आवाज सुनाई दी। उन्होंने देखा कि बच्चा अकेला बैठा है और उसकी मां आस-पास नहीं दिख रही थी। जब बच्चा जोर-जोर से रोने लगा तो नेहरू जी तुरंत उसके पास पहुंचे और उसे गोद में उठा लिया। आश्चर्य की बात यह थी कि बच्चा चुप हो गया। कुछ देर बाद जब उसकी मां आई और उसने अपने बच्चे को देश के प्रधानमंत्री की गोद में देखा तो वह हर्ष और आश्चर्य से भर उठी। यह कहला एक उदाहरण है कि नेहरू जी के हृदय में बच्चों के लिए कितना गहरा प्रेम और करुणा थी। पं. नेहरू का विनोदी स्वभाव भी बच्चों के साथ और अधिक आत्मीय संबंध स्थापित करता था। एक बार एक बच्चा उनसे ऑटोग्राफ लेने आया। नेहरू जी ने हस्ताक्षर कर दिए लेकिन बच्चे ने भोलेपन से कहा, 'आपने तारीख तो लिखी ही नहीं।' नेहरू जी मुकराए और नीचे तारीख लिख दी। बच्चा थोड़ा गंभीर होकर

बोला, 'आपने साइन तो अंग्रेजी में किए हैं लेकिन तारीख उर्दू में लिख दी।' इस पर नेहरू जी ने हंसेते हुए जवाब दिया, 'बेटा! तुमने साइन करने को कहा तो मैंने अंग्रेजी में साइन कर दिए, फिर जब तुमने तारीख लिखने को कहा तो मैंने उर्दू में तारीख डाल दी।' यह सुनकर वहां खड़े सभी बच्चे ठहाका लगाकर हंस पड़े। नेहरू जी जब भारत के प्रधानमंत्री बने तो उनकी प्राथमिकताओं में बच्चों की शिक्षा सर्वोपरि रही। वे मानते थे कि यदि देश का भविष्य उज्ज्वल बनाना है तो बच्चों को अच्छी शिक्षा और अवसर प्रदान करना अनिवार्य है। उनके नेतृत्व में आईआईटी, आईआईएम, एम्स जैसे संस्थानों की नींव रखी गई, जिनकी प्रतिष्ठा आज वैश्विक स्तर पर है। उन्होंने प्राथमिक शिक्षा को निशुल्क और अनिवार्य बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाए। स्कूलों में बच्चों के लिए पोषण युक्त मध्यान्ह भोजन की योजना उनकी दृष्टि का हिस्सा थी ताकि कोई भी बच्चा भूख के कारण शिक्षा से वंचित न रहे।

नेहरू जी का यह विश्वास था कि बच्चों को केवल किताबी ज्ञान ही नहीं, जीवनमूल्य, रचनात्मकता और संस्कार भी दिए जाने चाहिए। इसी सोच के चलते उन्होंने 1955 में चित्रटुस फिल्म सोसाइटी इंडिया की स्थापना की, जिसका उद्देश्य बच्चों के लिए गुणवत्तापूर्ण स्वदेशी फिल्मों का निर्माण करना था, जिससे उनमें नैतिकता, संवेदना और रचनात्मकता का विकास हो। वे कहा करते थे कि कला से बच्चों की विभिन्न भावनाओं का प्रबंधन होता है और रंगों से खेलना उनके मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभदायक है। बच्चों को उन्होंने सदा प्रेरित किया कि वे ईमानदारी और परिश्रम से अपने जीवन के लक्ष्य की ओर बढ़ें। उनका मानना ​​था कि सफलता उन्हें ही मिलती है, जो कार्य करने का साहस रखते हैं, न कि उन्हें, जो परिणामों से डरते हैं। वे

सतत विकास: युवा सशक्तिकरण और रोजगार

नौकरियां अवसर मौसमी और कम वेतन वाली होती हैं। छठी पंचवर्षीय योजना (1980-85) में स्वरोजगार को सशक्त बनाने पर जोर दिया गया था। यह आज भी पहले से कहीं अधिक प्रासंगिक है। कृषि भारत के सकल घरेलू उत्पाद में 13प्र. का योगदान ही दे सकती है, लेकिन अभी भी ग्रामीण आबादी का 75प्र. हिस्सा सीधे कृषि पर आश्रित है। खेती में युवाओं की घटती रुचि को फिर से जगाने के लिए जरूरी है कि किसानों पर राष्ट्रीय आयोग की सिफारिशों को लागू किया जाए। पंजाब में लगभग 80प्र. किसान परिवार अपने बच्चों को खेती जारी रखने की बजाय शहरों में काम करते देखना पसंद करते हैं। कृषि विज्ञान केंद्रों में परामर्श केंद्र स्थापित करने से बढ़ती अरु चि को दूर करने में मदद मिल सकती है।

कृषि में आर्गेनिक खेती को प्रोत्साहन जरूरी है। 2016 में सिक्किम आर्गेनिक फेस्टिवल में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने देश भर में आर्गेनिक खेती किए जाने की आवश्यकता पर जोर दिया था। किसानों के साथ नई उत्पादन प्रक्रियाओं पर जानकारी साझा करना साठ के दशक में प्रमुख था जो हरित क्रांति की सफलता की कुंजी थी। डिजिटल, प्रौद्योगिकी-मध्यस्थ सूचना और ज्ञान प्रबंधन के आगमन को समग्र रूप से भारतीय खेती के लिए महत्वपूर्ण नये अवसर प्रदान करने के लिए सोचा जाना चाहिए। ग्रामीण विकास परियोजनाओं के कार्यान्वयन में सूचना और संचार प्रौद्योगिकी (आईसीटी) महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है। हम आईसीटी संसाधनों के साथ कई संस्थानों द्वारा संचालित कृषि परियोजनाओं में

आईसीटी के उपयोग को महसूस कर सकते हैं। हमें ऐसा दृष्टिकोण चाहिए जो ग्रामीण विकास में आईसीटी और कृषि में आईसीटी के दो पहलुओं को एक साथ ला सके। हालांकि, इस तरह के प्रयास को सामग्री के एकत्रीकरण और कई तरीकों से सेवाओं को उपलब्ध कराने के लिए एक नये आईटी आर्किटेक्चर की आवश्यकता होती है। भारत में परियोजनाओं के दो समूहों- एग्रोपीडिया और किसान-में केरल ने वेब प्रौद्योगिकी क्षेत्रों में अभूतपूर्व नवाचारों का उपयोग करके बड़े प्रोटोटाइप और मानव क्षमताओं का निर्माण किया है। इन्हें मोबाइल टेलीफोन सहित विवरण के विभिन्न तरीकों से जोड़ने में सक्षमता जरूरी है। भारत में खेती के लिए सूचना सेवाओं के लिए एक वास्तुकला विकसित करने की चुनौती के समाधान की एक विस्तृत शृंखला अब संभव है, और इस पर शोध करने की आवश्यकता है।

यह देखते हुए कि जिन देशों ने पिछली पीढ़ी में खेती में विस्तार के लिए मॉडल की पेशकश की थी, उन्हें खेती के माध्यम से समृद्धि के लिए बड़े पैमाने पर पहुंच के लिए नवाचारों की आवश्यकता नहीं है, भारत को अपने स्वयं के समाधान, प्रक्रियाओं और संरचनाओं का निर्माण करने की आवश्यकता है ताकि इसके निर्यातनुमुख आईटी क्षेत्र से होने वाले लाभ अपने किसानों के लाभ के लिए प्रवाहित हो सकें। प्रौद्योगिकी भारतीय कृषि में भविष्य के विकास को बढ़ावा देगी। उत्पादकता की सीमाओं को बढ़ाने के लिए, अत्याधुनिक कृषि प्रौद्योगिकी का उत्पादन और दोहन अपरिहार्य हो जाता है। भारत वर्तमान में पहले हरित



क्रांति युग की तकनीक का उपयोग करता है जो रासायनिक उर्वरक-गहन है। उत्पादन में भारी सुधार के लिए उच्च उजज वाली किस्मों को विकसित करने के लिए कृषि में पौधों की प्रजनन तकनीकों का व्यापक रूप से उपयोग किया गया है। इसी तरह फसल सुधार प्रौद्योगिकियों, फसल संरक्षण प्रौद्योगिकियों और मशीनरी आधारित प्रौद्योगिकियों का उपयोग किया जाता है। इस समझ को देखते हुए अगली क्रांति को टिकाऊ प्रौद्योगिकियों के विकास पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए जो पर्यावरण के अक्षरण के अनुरूप हैं, और वर्तमान और भावी, दोनों पीढ़ियों के सामाजिक-आर्थिक कल्याण को बढ़ावा देते हैं। (लेखक एमएस स्वामीनाथन रिसर्च फाउंडेशन से संबद्ध)

सेब खाने के कितने देर बाद पानी पीना चाहिए?



हेल्थ एक्सपर्ट्स अक्सर सेब खाने की सलाह देते हैं। सेब का सेवन कर आप न केवल अपने इम्यून सिस्टम को बूस्ट कर सकते हैं बल्कि अपनी ओवरऑल हेल्थ को भी काफी हद तक सुधार सकते हैं। बेहतर परिणाम हासिल करने के लिए सेब को सही तरीके से कंज्यूम करना बेहद जरूरी है। क्या आप जानते हैं कि सेब खाने के तुरंत बाद पानी पीने से आपकी सेहत पर नेगेटिव असर भी पड़ सकता है?

सेब कंज्यूम करने का तरीका

आप एक दिन में एक से दो सेब खा सकते हैं। सुबह-सुबह खाली पेट सेब का सेवन करने से बचना चाहिए। शाम के समय भी सेब खाने से सेहत पर पॉजिटिव की जगह नेगेटिव असर पड़ सकता है। सेब को नाश्ते के बाद कंज्यूम किया जा सकता है। सेब खाने के कम से कम आधे से एक घंटे बाद ही पानी पीना चाहिए। सेब का सेवन करने के तुरंत बाद पानी पीना सेहत के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है। आइए जानते हैं कि आपको सेब खाने के तुरंत बाद किन-किन चीजों को कंज्यूम करने से बचना चाहिए। सेब खाने के बाद मूली या फिर अचार जैसी चीजों का सेवन नहीं करना चाहिए। इसके अलावा इस फल को खाने के बाद चाय पीने से भी बचना चाहिए। सेब खाने के तुरंत बाद दूध पीना गट हेल्थ के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है। सेब खाते समय आपको इन छोटी-छोटी बातों को अपने दिमाग में जरूर रखना चाहिए।

सेहत के लिए वरदान

दादी-नानी के जमाने से सेब को सेहत के लिए वरदान माना जाता रहा है। सेब आपकी बॉडी के मेटाबॉलिज्म को बूस्ट कर मोटापे को दूर करने में भी कारगर साबित हो सकता है। सेब बोन हेल्थ से लेकर हार्ट हेल्थ तक, आपकी सेहत को चौरफा फायदे पहुंचाने में मददगार साबित हो सकता है।



जूतों को कंफर्टबल बनाने के लिए जरूर ट्राई करें ये हैक्स, आसानी से पैरों में होंगे फिट

शूस्टर पर जाकर जूते लाना उतना आसान नहीं होता है। जूते खरीदने के दौरान डिजाइन, कलर और साइज जैसी कई समस्याओं पर ध्यान देना पड़ता है। क्योंकि कई बार हम जल्दबाजी में ऐसे जूते खरीद लेते हैं, जो देखने में अच्छे लगते हैं। लेकिन फिर वही पसंदीदा और महंगे जूते हमारे पैरों में ठीक से फिट नहीं होते हैं। तो यह दर्द देते हैं और हजारों का नुकसान भी करा देते हैं। ऐसे में अगर आपके पसंदीदा जूते भी पैरों में फिट नहीं हो रहे हैं, तो आप उनको फेंकने के बारे में सोच रहे हैं, तो आपको रुकना चाहिए।

आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको कुछ ऐसे हैक्स के बारे में बताने जा रहे हैं, जो आपके ढीले या बड़े जूतों को पैरों में फिट कराने में सहायता कर सकते हैं। वहीं इस हैक्स में किसी महंगे उपकरणों या किसी अन्य खास सामग्री की जरूरत नहीं पड़ेगी।

ब्लो ड्राई करें

अगर आपके जूते साइज में छोटे हैं, तो आप ब्लो ड्रायर की सहायता ले सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले अपने पैरों में मोटी सॉक्स पहनें। अगर मोटे सॉक्स नहीं हैं, तो आप एक के ऊपर एक दो जोड़ी जुराब पहन लें। फिर जूता पहनें। इसके बाद हेयर ड्रायर को मीडियम सेट पर लगाकर जूतों को 20-30 सेकेंट के लिए हवा दें। अब 5 मिनट के लिए ड्रायर को रोक दें और फिर 20 से 30 सेकेंड तक जूतों को हेयर ड्रायर से ब्लो ड्राई करें। इससे जूतों में स्पेस बन सकता है और जूता फिट हो सकता है।

वॉटर बैग

जूतों का साइज बड़ा करने में वॉटर बैग भी आपकी सहायता कर सकता है। इसके लिए सबसे पहले दो जिपलॉग बैग लें, फिर इनमें पानी भरें और उनको जूतों के अंदर रख दें। इन जूतों को रातभर के लिए फ्रीजर में रख दें। जब फ्रीजर का पानी जमने लगे तो वह जूतों में अपनी जगह भी बनाएगा। इस उपाय को करने से टाइट जूते भी ढीले हो सकते हैं।

अखबार की गीली बॉल्स

टाइट जूतों को ढीला करने के लिए अखबार की गीली बॉल्स में मदद कर सकती है। सबसे पहले अखबार लें और उनकी बॉल्स बनाएं। अब इन बॉल्स को गीला करके जूतों में भर दें। जब तक यह बॉल्स सूख न जाएं, तब तक इनको जूतों में ही रहने दें। ऐसा करने से जूते ढीले हो सकते हैं।

पहनकर घूमें

अगर आप भी जूते पहनने में अनकंफर्टबल हैं, तो आप पहले इनको पहनकर थोड़ी देर घर में घूम सकते हैं। ऐसा करने से जूतों में पैर अपना स्पेस बना लेंगे। ऐसे में जब आप वह जूता पहनकर बाहर जाते हैं, तो आपको कम समस्या का सामना करना पड़ सकता है।

पैर में फिट हो सकते हैं ढीले जूते

सूती कपड़ा

अगर आपके जूते ढीले हैं, तो आपको पैरों में फिट करने के लिए टिशू पेपर, रूई या फिर सूती कपड़े का इस्तेमाल कर सकते हैं। जूतों को फिट करने के लिए आप जिस भी चीज का इस्तेमाल करें, उसको टो एरिया यानी जूतों के अगले हिस्से में भर दें, इसके बाद जूता पहनें। इस तरीके से जूते पैरों में फिट हो सकते हैं।

हील ग्रिप्स

अगर जूता साइज में बड़ा होने के कारण से फिसल रहा है, तो हील ग्रिप्स भी सहायता कर सकती है। यह एक सॉफ्ट पैड्स की तरह होता है, जिनको जूते के पीछे चिपकाया जाता है। इससे ढीला जूता पैरों में फिट बैठ सकता है।

ज्यादा लीची खाने से हो सकती है गड़बड़

क्या आपको भी लीची खाना पसंद है? अगर हां, तो आपको लीची खाते समय इसकी सही मात्रा के बारे में नहीं भूलना चाहिए। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि जरूरत से ज्यादा लीची खाने की वजह से आपकी सेहत बुरी तरह से प्रभावित हो सकती है। आइए जानते हैं कि हर रोज ज्यादा लीची को अपने डाइट प्लान में शामिल करने से आपके शरीर पर क्या-क्या असर पड़ सकते हैं।

अगर आप ज्यादा लीची का सेवन करते हैं, तो आपकी गट हेल्थ बुरी तरह से प्रभावित हो सकती है। अगर आप पेट से जुड़ी समस्याओं से बचना चाहते हैं, तो आपको लिमिट में रहकर ही लीची का सेवन करना चाहिए वरना आप पेट दर्द या फिर डायरिया जैसी बीमारियों की चपेट में आ सकते हैं। अगर आपको लीची से एलर्जी है, तो आपको इस फल का सेवन करने से बचना चाहिए।

लो ब्लड प्रेशर का कारण

ज्यादा लीची खाने की वजह से आपको लो ब्लड प्रेशर की समस्या का सामना करना पड़ सकता है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि जरूरत से ज्यादा लीची का सेवन करने के कारण आप हाइपोग्लाइसीमिया की चपेट में भी आ सकते हैं। चीनी से भरपूर इस फल को ज्यादा कंज्यूम करने की वजह से आप मोटापे का शिकार भी बन सकते हैं।

गौर करने वाली बात

हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक लीची को सुबह-सुबह खाली पेट नहीं खाना चाहिए। अगर आप गर्भवती हैं या फिर आप स्तनपान कराने वाली महिलाओं को लीची खाने से पहले डॉक्टर से सलाह ले लेनी चाहिए। ज्यादा लीची खाने की वजह से आपके गले में खराश भी पैदा हो सकती है।



केले के कपकेक बनाते समय ये छोटे-छोटे टिप्स आएंगे बेहद काम

कपकेक खाना बच्चों से लेकर बड़ों तक हर किसी को काफी अच्छा लगता है। अमूमन लोग अपने घर पर तरह-तरह के कपकेक खाना व बनाना पसंद करते हैं। इन्हीं में से क है केले के कपकेक। ये बेहद ही नरम और मीठे होते हैं, जिन्हें बनाना भी काफी आसान होता है। अगर आपके पास कुछ ज्यादा पके हुए केले पड़े हैं, तो उन्हें फेंकने की जगह आप कपकेक बनाकर खा सकते हैं।

घर पर केले के कपकेक बनाने के लिए आपको किसी खास सामान की जरूरत नहीं है और ना ही किसी एक्सपर्ट वाली बेकिंग स्किल की आवश्यकता होती है। बस आप कुछ सिंपल टिप्स अपनाकर केले के कपकेक बना सकते हैं। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको कुछ ऐसे ही छोटे-छोटे टिप्स के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें अपनाकर बेहद ही टेस्ती बनाना कपकेक बना सकते हैं- **पके हुए केले का इस्तेमाल करें**

जब आप केले का कपकेक बना रहे हैं तो ऐसे में पके हुए केलों का इस्तेमाल करना काफी अच्छा माना जाता है। दरअसल, ज्यादा पके केले मीठे और नरम होते हैं, जिससे कपकेक का स्वाद और नमी दोनों बढ़ते हैं। अक्सर केले पर काले दाग देखकर हम उन्हें फेंक देते हैं, लेकिन इनसे केले के कपकेक बनाना यकीनन बेहद अच्छा विचार है।

केले को अच्छे से मैश करें

केले का कपकेक बनाते समय केले को अच्छी तरह मैश करना चाहिए। कभी भी इसमें बड़े टुकड़े ना छोड़ें। दरअसल, स्मूद केले का पेस्ट बेटर में अच्छे से मिक्स होता है। जबकि बड़े टुकड़े नीचे बैठ सकते हैं या फिर कपकेक का टेक्सचर खराब कर सकते हैं।

बेटर को ज्यादा मत मिलाएं

कपकेक बनाने के लिए आप जो बेटर तैयार करते हैं, उसे ओवर मिक्स करने से बचना चाहिए। इसे बहुत ज्यादा मिलाने से आटे में ग्लूटन एक्टिव हो जाता है, जिससे कपकेक सख्त और चबाने वाले हो जाते हैं। इसलिए ध्यान रखें कि आप इसे बस उतना मिलाएं कि सब चीजें मिक्स हो जाएं।

रूम टेंपरेचर पर हो सामान

केले का कपकेक बनाते समय उसमें अंडा, मक्खन व दूध जैसी सामग्री का इस्तेमाल किया जाता है। कोशिश करें कि उनका तापमान रूम टेंपरेचर पर हो। दरअसल, रूम टेंपरेचर वाले चीजें बेटर में अच्छे से मिलती हैं और कपकेक अच्छे फूलते हैं। वहीं, अगर इंफ्रीडिप्ट ठंडे हों तो इससे चीजें मिक्स होने में दिक्कत करती हैं।



घर पर सुपर सॉफ्ट और फलफूली भटूरे बनाने के लिए फॉलो करें ये टिप्स



छुट्टी का दिन हो तो कुछ अच्छा खाने का मन कर ही आता है। अमूमन यह देखने में आता है कि लोग छुट्टी के दिन अपनी पसंदीदा डिश जैसे छोटे भटूरे आदि खाना काफी पसंद करते हैं। यूं तो लोग इसे बाजार से मंगवाकर खाते हैं, लेकिन इन्हें घर पर बनाना भी काफी आसान है। हालांकि, कई लोगों की यह शिकायत होती है कि जब वे घर पर भटूरे बनाते हैं, तो वे उतने सॉफ्ट और फलफूली नहीं बन पाते हैं। ऐसे में उन्हें समझ ही नहीं आता है कि आखिरकार गड़बड़ कहां हो रही है। हो सकता है कि आपके साथ भी अक्सर यह समस्या होती हो। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऐसे ही कुछ छोटे-छोटे टिप्स के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें फॉलो करके आप घर पर सॉफ्ट और फलफूली भटूरे बेहद ही आसानी से बना सकते हैं-

एक बार जब आप भटूरे का आटा लगा लेते हैं तो उसे रेस्ट जरूर करने दें। आटे को आराम देने से ग्लूटन को आराम मिलता है, जिससे आटा मुलायम बनता है। जब आटा आराम करता है, तो यीस्ट या बेकिंग सोडा को काम करने का समय मिलता है, जिससे भटूरे में फूलापन आता है। इसके लिए आप आटा गूंधने के बाद, इसे गीले कपड़े या प्लास्टिक रैप से ढक लें ताकि यह सूखा न हो। इसे कमरे के तापमान पर कम से कम 1 से 2 घंटे के लिए आराम करने दें।

गूंधने के लिए गर्म पानी का उपयोग करें

जब भी आप भटूरे का आटा लगाएं, तो उसके लिए गर्म पानी का इस्तेमाल करें। गर्म पानी यीस्ट या बेकिंग सोडा और बेकिंग पाउडर को

सक्रिय करता है। जिससे भटूरे बहुत नरम व फूले हुए बनते हैं। ध्यान रखें कि पानी को गुनगुना रखें, न ज्यादा गर्म और न ज्यादा ठंडा। बहुत गर्म पानी यीस्ट को मार सकता है और ठंडा पानी आटे को अच्छे से फुलाने में कठिनाई पैदा करता है। गूंधते समय धीरे-धीरे गुनगुना पानी आटे में डालें।

दही का उपयोग करें

भटूरे का आटा लगाते समय दही का इस्तेमाल करना भी काफी अच्छा माना जाता है। दही आटे को मुलायम बनाने और नमी देने का काम करता है। इससे आटा मुलायम होता है और भटूरे में अच्छा फूलापन आता है। इसलिए आटा लगाते समय उसमें एक टेबलस्पून दही और घी डालें। दही न केवल नमी देता है, बल्कि आटे को हल्का और मुलायम भी बनाती है।

मोहन सरकार की कैबिनेट बैठक में कई बड़े फैसलों पर लगी मुहर

भोपाल 3 जून (एजेंसी)। मध्यप्रदेश के हिल स्टेशन पचमढ़ी में मोहन सरकार की कैबिनेट बैठक संपन्न हुई। जिसमें कई बड़े फैसले लिए गए हैं। पचमढ़ी वन्य रिजर्व को राजा भभूत सिंह के नाम पर करने का फैसला लिया गया है। नगरीय मंत्री कैलाश विजयवर्गीय ने फैसलों की जानकारी दी।

नगरीय विकास मंत्री कैलाश विजयवर्गीय ने कैबिनेट बैठक के फैसलों की जानकारी देते हुए बताया कि राजा भभूत सिंह की कर्म भूमि, जन्म भूमि पर कैबिनेट की हुई है। उन्होंने मक्खियों से अंग्रेजों को भगाने का काम किया। वह नर्मदा अंचल के शिवाजी कहलाते थे।

उज्जैन में 5 जून को वेलेन्स समिट का आयोजन किया जाएगा। 9 जून को पीएम मोदी के कार्यक्रम के 11 साल पूरे होंगे। इसको लेकर कार्यक्रम किए जाएंगे। श्रम विभाग



में संशोधन को भी कैबिनेट ने मंजूरी दी गई है। जहां महिलाएं सुरक्षित तरीके से रात में काम कर सकती हैं, वहां पर काम कर सकती हैं। इसके लिए नियमों में संशोधन किया जाएगा। किसी का शोषण नहीं हो, इसे ध्यान रखा जाएगा। ठेका श्रमिक नियमों में भी बदलाव किया जाएगा। लेबर एक्ट में संशोधन को मंजूरी दी गई है। राजस्व विभाग में 500 पदों को खत्म कर 1200 पदों का सृजन

करने का फैसला किया गया है। इसमें आईटी के पदों को ज्यादा महत्व दिया जाएगा। जिससे कि समस्या का तुरंत समाधान हो।

इंदौर आईआईटी में एग्री आईआईटी हब बनाने का फैसला किया गया है। विज्ञान और प्रौद्योगिकी विभाग ने इसके लिए प्रस्ताव कैबिनेट में दिया। इसके माध्यम से कृषि तकनीक में बढ़ावा देने का काम होगा। कृषि क्षेत्र के नौजवान इसके माध्यम से स्टार्टअप शुरू कर सकेंगे। तहसीलदार के काम आपस में बंटें रहेंगे। न्यायालय का काम देखने वाले तहसीलदार वहीं का काम देखेंगे। कानून व्यवस्था देखने वाले तहसीलदार कानून व्यवस्था का काम देखेंगे। राजस्व विभाग में प्रमुख राजस्व आयुक्त और आयुक्त अभिलेख को आपस में मर्ज किया गया है। नया पद कमिश्नर लैंड रिसॉर्स मैनेजमेंट के नाम से होगा।

सड़क हादसे को लेकर बेपरवाह राज्य, हाईवे के किनारे ट्रामा सेंटर ना बनना सबसे बड़ी चिंता

नई दिल्ली 3 जून (एजेंसी)। इस चिंताजनक तथ्य से सभी सरकारें अनजान नहीं होंगी कि देश में हर साल सड़क हादसों में घायल होने वाले यात्रियों में से 30-40 प्रतिशत की मौत सिर्फ समय पर इलाज नहीं मिल पाने के कारण हो जाती है। इसके बावजूद हालत देखिए कि तमिलनाडु को छोड़कर लगभग सभी राज्य हाईवे मुंदकर बैठे हैं और हाईवे के पास ट्रामा सेंटर बनाने में किसी ने गंभीरता नहीं दिखाई।

हाईवे के किनारे सरकारों को ट्रामा सेंटर बनाने का आदेश - उत्तर प्रदेश, दिल्ली और हरियाणा ने तो लेवल-1

का एक भी ट्रामा सेंटर हाईवे किनारे नहीं बनाया गया है। हाईवे के किनारे ट्रामा केयर सेंटर बनाने का कोई लिखित नियम या आदेश नहीं है, लेकिन विशेषज्ञ लगातार इस पर जोर देते रहे हैं कि हाईवे के किनारे सरकारों को ट्रामा सेंटर स्थापित करने चाहिए, ताकि घायलों को समय पर उचित उपचार मिल सके और सड़क हादसों में होने वाली मौतों को कम से कम किया जा सके।

सड़क हादसों की बढ़ती संख्या पर गडकरी ने जताई चिंता - सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय की वार्षिक रिपोर्ट में सड़क हादसों का लिखित डाटा 2022 का ही है। उसके मुताबिक, देशभर में

4,61,312 सड़क हादसे हुए और इनमें 168491 यात्रियों की मृत्यु हो गई। स्वयं केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी स्वीकार कर चुके हैं कि सड़क हादसों की संख्या बढ़ी है और वर्तमान में सड़क हादसों में मृत्यु का आंकड़ा करीब एक लाख 70 हजार पहुंच चुका है।

सामान्य अनुमान है कि सड़क हादसों में जितने भी घायल होते हैं, उनमें से 30-40 प्रतिशत यात्रियों की मृत्यु समय पर इलाज न मिल पाने के कारण हो जाती है। शायद यही कारण रहा होगा कि वर्ष 2019 में केंद्रीय सड़क एवं परिवहन मंत्रालय ने राष्ट्रीय राजमार्गों पर ट्रामा केयर सुविधाएं विकसित करने के लिए क्षमता निर्माण

योजना शुरू करने का दावा किया। कहा कि राजमार्गों पर हर 100 किलोमीटर पर एक ट्रामा सेंटर स्थापित कराया जाएगा।

मगर, इस योजना में क्या तो केंद्र सरकार की सक्रियता रही और कितनी राज्य सरकारों ने गंभीरता दिखाई, इस पर से आईआईटी दिल्ली के ट्रॉसपोर्टेशन रिसर्च एंड इंजी प्रिवेंशन सेंटर की रिपोर्ट पदा उठाती है। रिपोर्ट में हाईवे किनारे स्थित लेवल-1, लेवल-2 और लेवल-3 के ट्रामा सेंटरों की स्थापना के बारे में बताया गया है। यह अपने आप में चिंताजनक बात है कि सबसे बड़े राज्य उत्तर प्रदेश में लेवल-1 का एक भी ट्रामा सेंटर हाईवे किनारे नहीं है।

सभी विभाग अपने भवनों पर रेन वाटर हार्वेस्टिंग स्थापित करें- कलेक्टर

कलेक्टर ने जिला अधिकारियों की बैठक में दिए अधिकारियों को निर्देश

नीमच 3 जून (निप्र)। जिले के सभी विभागों के अधिकारी, सभी नगरीय निकाय एवं ग्राम पंचायतें अपने विभागों के भवनों पर रेन वाटर हार्वेस्टिंग ईकाई स्थापित करें। जिससे, कि वर्षा जल को अनावश्यक बहने से रोका जा सके और जल संरचनाओं को रिचार्ज किया जा सके। यह निर्देश कलेक्टर हिमांशु चंद्रा ने मंगलवार को कलेक्टोरेट सभाकक्ष नीमच में समय-सीमा पत्रों के निष्पत्ति के साप्ताहिक समीक्षा बैठक में सभी अधिकारियों को दिए। बैठक में जिला पंचायत सीईओ अमन वैष्णव, एडीएम श्रीमती लक्ष्मी गामड, संयुक्त कलेक्टर डॉ.ममता खेड़े, राजेश शाह, एसडीएम एवं सभी डिप्टी कलेक्टर तथा जिला अधिकारी उपस्थित थे।

बैठक में कलेक्टर ने पशुपालन विभाग को निर्देश दिए, कि वे पशुचिकित्सकों से गौशालाओं का नियमित रूप से



निरीक्षण एवं भ्रमण सुनिश्चित करवाएं तथा गौशाला संचालकों को मृत पशुओं के विधिवत उचित रीति से निपटान की व्यवस्था करने हेतु पाबंद करें। कलेक्टर ने नगरपालिका सीएमओं को निर्देश दिए, कि वे नीमच के प्रमुख नालों के 17 चिन्हित स्थानों पर प्राथमिकता से साफ-सफाई बारिश से पूर्व सुनिश्चित करवाएं। रपटों, पुल, पुलियाओं पर आवश्यकतानुसार रैलिंग लगवाएं।

अभियान चलाकर अतिक्रमण हटाएं- बैठक में कलेक्टर ने सभी एसडीएम को निर्देश दिए, कि वे ऐसे प्रकरण जिनमें राजस्व न्यायालयों द्वारा अतिक्रमण हटाने, कब्जा हटाने और रास्ते खुलवाने संबंधी आदेश पारित कर दिए गए हैं और उन पर अमल नहीं हुआ है, उनको सूचीबद्ध कर, अभियान चलाकर आगामी शुक्रवार, शनिवार को जिले में एक साथ अतिक्रमण हटाने, रास्ते खुलवाने और

सीमांकन का कार्य सुनिश्चित करें।

योजनाओं का लाभ लेने हेतु जरूरी है ईकेवायसी-बैठक में कलेक्टर ने कहा, कि जिले में ईकेवायसी से शेष रहे हितग्राहियों की ईकेवायसी के लिए पंचायतों और नगरीय वार्डों में शिविर आयोजित कर शतप्रतिशत ईकेवायसी का कार्य पूर्ण करवाया जाए। उन्होंने कहा, कि हितग्राहियों को प्रेरित किया जाए, कि यदि वे स्वयं आगे आकर अपना ईकेवायसी नहीं करवाएं, तो भविष्य में उन्हें शासकीय योजनाओं, राशन सामग्री का लाभ प्राप्त करने में असुविधा होगी। अतः सभी हितग्राही स्वयं आगे आकर अपना ईकेवायसी करवाएं। कलेक्टर ने सभी नगरीय निकायों, जनपद सीईओ को निर्देशित किया कि वे 15 जून से पूर्व शेष रहे सभी हितग्राहियों का ईकेवायसी करवाएं। कलेक्टर ने

सुभाष शाखा के अध्यक्ष ने अपना जन्मदिन जन सेवा दिवस के रूप में मनाया



इस अवसर पर रेड क्रॉस वृद्ध आश्रम में रहने वाली पांच वृद्ध माता को आवश्यकता अनुसार सामग्री देकर उनके स्वास्थ्य के बारे में जानकारी ली गई परिषद के सदस्य आशीर्वाद लिया। इसी कड़ी में गोदाम बालाजी पर जन्मदिन का कार्यक्रम संपन्न किया। इस अवसर पर गोदाम बालाजी गौशाला पर एक ट्राली हरा



विकास परिषद के प्रांतीय सरक्षक सुनील जी सिंहल रीजनल सचिव सेवा प्रदीप जी चोपड़ा प्रांतीय सेवा प्रमुख संदीप जी खाबियां गोदाम बालाजी प्रमुख अनुराग बंसल सुभाष शाखा के वरिष्ठ सतीश पाटीदार मुकेश पाटीदार संतोष बंसल अशोक सोनी सचिव मनीष गर्ग कोषाध्यक्ष राकेश खंडेलवाल उमेश शर्मा

हरीश शर्मा भरत पटेल दिनेश बैरागी कमल गोपाल गर्गप्रवीण जैन सुरेश शर्मा हरीश लालवानी रविंद्र पाटीदार समाजसेवी चंद्र प्रकाश लालवानी चंद्रशेखर जायसवाल लोकेश खरे श्रीमती जिया रामचंद्र रानी भारती मंगवानी उपस्थित थे। सभी ने जन्मदिन की बधाई एवं सेवा कार्य की प्रशंसा की।

विद्यालय में करियर काउंसलिंग सत्र का सफल आयोजन



नीमच 3 जून। सरस्वती शिशु विद्या मंदिर नीमच सीबीएसई में मंगलवार को कक्षा 10वीं से 12वीं के विद्यार्थियों के लिए एक करियर काउंसलिंग सत्र का आयोजन किया गया। इस सत्र का उद्देश्य छात्रों को विभिन्न करियर विकल्पों की जानकारी प्रदान करना और उन्हें भविष्य की योजना बनाने में मार्गदर्शन देना था। कार्यक्रम की शुरुआत मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन कर की गई। इसमें विद्यालय के समिति अध्यक्ष प्रहलाद राय गर्ग ने पंचपदी शिक्षा अपनाने पर जोर दिया। उपाध्यक्ष छत्रपाल सिंह परिहार ने बताया कि कोई काम छोटा नहीं होता। सही दिशा निर्देश से कदम बढ़ाया जाए तो निश्चय



ही सफलता हमारे कदम चूमेगी। सरस्वती शिशु विद्या मंदिर प्राचार्या श्रीमती कविता जिंदल दीदी ने छात्रों को करियर संबंधी निर्णय को गंभीरता से लेने और सही दिशा में कदम बढ़ाने के लिए प्रेरित किया। विद्यालय के आचार्य सचिन वर्मा यश पाराशर व हर्ष खट्टा ने तीनों संकायों में करियर से संबंधित छात्रों को पारंपरिक और नए उभरते करियर विकल्पों जैसे कि इंजीनियरिंग, चिकित्सा, वाणिज्य, डिजाइनिंग, कानून, डाटा साइंस, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और उद्यमिता आदि के बारे में विस्तार से जानकारी दी। सत्र के दौरान छात्रों ने विभिन्न विषयों को लेकर अपने संदेह भी व्यक्त किए, जिनका समाधान

विशेषज्ञों द्वारा किया गया। कार्यक्रम में उपस्थित छात्रों और अभिभावकों ने इसे अत्यंत लाभकारी और मार्गदर्शक बताया।

विद्यालय द्वारा इस प्रकार के सत्र भविष्य में भी नियमित रूप से आयोजित किए जाने की योजना है, ताकि छात्र समय रहते अपने भविष्य को लेकर स्पष्ट निर्णय ले सकें। इस अवसर पर विद्यालय के अभिभावकों ने बड़ी संख्या में अपनी उपस्थिति दर्ज की। कार्यक्रम में उपस्थित अतिथियों व अभिभावकों का आभार उपप्राचार्या सुश्री प्रतिभा शर्मा दीदी द्वारा दिया गया, व कार्यक्रम का सफल संचालन श्रीमती मधु मोदी द्वारा किया गया।

कलेक्टर की जनसुनवाई में वृद्ध किशनलाल को मिला 600 रुपये प्रतिमाह पेंशन स्वीकृति आदेश

नीमच 3 जून (निप्र)। कलेक्टर हिमांशु चंद्रा ने मंगलवार को जनसुनवाई में हर्षियाखाल निवासी वृद्ध किशन लाल पिता रतनलाल गायरी को तत्काल 600 रुपये प्रतिमाह वृद्धावस्था पेंशन स्वीकृति का आदेश दिया। अब वृद्ध किशनलाल को हर माह नियमित

रूप से 600 रुपये की पेंशन राशि उसके खाते में मिलने लगेगी। मंगलवार 3 जून को किशन लाल ने जनसुनवाई में कलेक्टर को वृद्धावस्था पेंशन स्वीकृत करने का अनुरोध किया था, इस पर कलेक्टर ने जनपद सीईओ नीमच को किशन लाल की पात्रता का परीक्षण कर, उसे पेंशन स्वीकृत

करने के निर्देश दिए थे, इस पर जनपद सीईओ सुश्री मयूरी जोक ने वृद्ध किशनलाल को पात्रता अनुसार प्रति माह 600 रुपये की पेंशन स्वीकृत कर, स्वीकृति आदेश प्रदान किया। पेंशन स्वीकृति आदेश पाकर, किशनलाल खुशी-खुशी अपने घर को लौट गया।

कि लोक निर्माण विभाग ऐसे पुल-पुलियों की जानकारी संकलित करें, जहां पूर्व में दुर्घटनाएं हुई हैं, ऐसे रपटों और पुलों पर सुरक्षा व्यवस्था सुनिश्चित करें। पुलों पर पानी का भराव हो तो लोगों को न जाने दें। बांधों से पानी छोड़े तो प्रभावित होने वाले क्षेत्रों को पहले से अलर्ट करें। तैराक दल भी ऐसे स्थानों पर उपलब्ध रहें। स्थानीय स्तर पर तालमेल रहे। जिलों और तहसीलों की परस्पर जानकारी रहे। अतिवर्षा की स्थिति और बाढ़ की चुनौती से निपटना है। कोई जनहानि न हो, इसके लिए सजग रहें। निरंतर मानीटरिंग होती रहे। कंट्रोल रूम की ड्यूटी वाले अधिकारी-कर्मचारी 24 घंटे सजग और सतर्क हों। जरूरत के अनुसार स्काउट-गाइड और सेवा भावी संस्थाओं की सेवाएं अतिवर्षा की स्थिति में प्राप्त करें।

पिकनिक स्थलों पर आवश्यक प्रबंध करें- कलेक्टर एवएसपी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि जिले में विभिन्न पिकनिक स्थलों पर बारिश में भीड़ बढ़ने लगती है। सुखानंद, झरनेश्वर एवं अन्य स्थानों पर आमजन, पर्यटकों की सुरक्षा के पर्याप्त इंतजाम किए जाएं। ऐसे पिकनिक स्थान पर चेतावनी बोर्ड लगाएं, 24 घण्टे के लिए कर्मचारियों की टीम तैनात करें और माईक लाउड स्पीकर आदि के माध्यम से पर्यटकों, लोगों को सुरक्षा के लिए सतर्क करते रहें। ऐसी व्यवस्था की जाए।

पेज नं. 1 का शेष... वर्षाकाल में पिकनिक स्थलों...

पहुंचे विहीन ग्रामों में खाद्य सामग्री आदि की व्यवस्था-वर्षाकाल में अतिवृष्टि एवं बाढ़ से जिले के ऐसे ग्राम जिनका वर्षाकाल में मुख्यालय के पहुंच मार्ग से सड़क संपर्क टूट जाता है, उन्हें चिन्हित कर, ऐसे गांवों में आवश्यक खाद्य सामग्री, मिट्टी का तेल, दवाइयां आदि की पर्याप्त व्यवस्था अविलंब वर्षा प्रारंभ होने से पूर्व की जाए। माह जून एवं जुलाई का राशन कोटा अग्रिम देने की व्यवस्था की जाए।

वर्षाकाल में संक्रामक रोगों से बचाव एवं रोकथाम:-वर्षा से संक्रामक बीमारियां जैसे, हैजा, आंखों की बीमारी आदि अन्य बीमारियों से बचाव के लिए टीकाकरण किया जावे। प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र सिविल डिस्पेंसरी आयुर्वेदिक औषधालयों पर हेजे के टीके एवं अन्य संभावित संक्रामक बीमारियों से सुरक्षा के लिए आवश्यक जीवन रक्षक औषधियां पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध कराई जाएं। सभी गांव में डिपो, होल्डर एवं जन स्वास्थ्य रक्षक आदि को भी आवश्यक जीवन रक्षक दवाइयां उपलब्ध कराये।

पशुओं की बीमारियों से बचाव-बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों के ग्रामों में पशुओं की बीमारी से रोकथाम के लिए सभी पशु चिकित्सकों को पर्याप्त मात्रा में वैकसीन की डोज व अन्य

आवश्यक दवाइयां पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध कराई जाएं। पशुओं का टीकाकरण प्रारंभ किया जाए। बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में प्रशिक्षण शिविर लगाये तथा आवश्यक होने पर उप संचालक पशु चिकित्सा, एसडीएम के सहयोग से आवश्यक कार्रवाई करें।

शहरों में नालियों की सफाई:-बैठक में कलेक्टर ने निर्देश दिए, कि बाढ़ की स्थिति में शहरों अथवा आबादी से लगे नदी नाले, घरों की सफाई वर्षा पूर्व 15 जून 2022 तक करवाई जाये। यह सुनिश्चित कर लिया जाए, कि नालियों के चोक होने से आवासीय बस्ती में बाढ़ का पानी घुसने की संभावना नहीं है। ऐसी बस्तियां जो नदी नालों के किनारे तथा निचले क्षेत्रों में अनाधिकृत रूप से बस्ती है, वहां जल स्तर बढ़ने पर बाढ़ आने की संभावना ना रहे, ऐसी बस्तियों का आवश्यकता होने पर अन्यत्र वैकल्पिक स्थान पर बसाने संबंधी स्थान को चिन्हित करने संबंधी कार्यवाही पूर्व से की जाना सुनिश्चित करें।

बांधों व जलाशयों की मरम्मत:-कलेक्टर ने निर्देश दिए कि जिले में स्थित सभी पुराने बांधों तालाबों की पालों का निरीक्षण कर, आवश्यकतानुसार मरम्मत तत्काल करवाए। नव निर्मित बांध,तालाबों पर भी निगरानी रखी जावे।

पुल पर पानी हो, तो वाहन नहीं

निकाले:- पुलिस अधीक्षक अंकित जायसवाल ने बैठक में कहा, कि यातायात थाना प्रभारी एवं आर.टी.ओ., सभी वाहन चालकों, मालिकों, संगठनों की बैठक कर, उन्हें यह समझाईश दे, कि पुल, पुलियाओं, रपटों पर बाढ़ का पानी बह रहा हो, तो उस पर से वाहन नहीं निकाले। स्कूल वाहन संचालकों और स्कूल बस चालकों को भी इस संबंध में सख्त हिदायत दे।

विद्युत तारों से सुरक्षा के प्रबंध:-कलेक्टर चंद्रा ने अधीक्षण यंत्री म.प्र.प.क्षेत्र विद्युत वितरण कंपनी को निर्देश दिए कि वे वर्षाकाल में यह सुनिश्चित करें, कि बिजली के तार नीचे लटक रहे हो, नीचे हो, तो उन्हें ठीक करवाएं। यदि खम्बे बारिश में झुक गये हो और विद्युत तार नीचे हो, तो उन्हें तत्काल ठीक करवाये। विद्युत से सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम करें।

वर्षाकाल में कोई जन हानि ना हो :- कलेक्टर हिमांशु चंद्रा ने निर्देश दिए हैं कि वर्षाकाल में कहीं भी जन हानि न हो। इसके लिए एसडीएम, एसडीओपी, तहसीलदार, थाना प्रभारी अपने क्षेत्रों में आवश्यक प्रबंध करें। संबंधित अमला सजग एवं सतर्क रहे और आम जनता को आगाह भी करें ताकि कोई दुर्घटना ना हो। अतिवर्षा या बाढ़ की चुनौतियों से निपटने के लिए समन्वय में कोई कमी नहीं रहना चाहिए। कलेक्टर चंद्रा ने निर्देश दिए