



अमृत दर्शन

मध्यप्रदेश का सबसे तेज बढ़ता सांध्य दैनिक



RNI NO. 50259/90

वर्ष : 36

अंक : 179

भोपाल, शनिवार

30 अगस्त 2025

पृष्ठ : 8 मूल्य : 1 रु.

भोपाल, नर्मदापुरम एवं रायसेन से एक साथ प्रकाशित

03

युगांडा की महिला से 4 करोड़ का कोकीन और क्रिस्टल...

www.amritdarshan.com
Email : amritdarshan@yahoo.com

भारत ने राजगीर में चीन को 4-3 से हराकर जीत दर्ज की

06

कुशाभाऊ ठाकरे सभागार में स्वदेशी से स्वावलंबन राज्य स्तरीय संगोष्ठी सीएम यादव ने कहा – हमारी आत्मनिर्भरता दुनिया भर में प्रसिद्ध

भोपाल ■ अमृत दर्शन
मुख्यमंत्री डॉ मोहन यादव की मौजूदगी में कुशाभाऊ ठाकरे सभागार, भोपाल में मध्यप्रदेश जन अभियान परिषद एवं स्वदेशी जागरण मंच के संयुक्त तत्वावधान में स्वदेशी से स्वावलंबन विषय पर आयोजित राज्य स्तरीय संगोष्ठी का दीप शुभारंभ हुआ। इस कार्यक्रम में मध्यप्रदेश जन अभियान परिषद और स्वदेशी जागरण मंच के बीच नागरिकों में स्वदेशी की भावना जाग्रत कर देश को सशक्त एवं आत्मनिर्भर बनाने के लिए अभियान चलाने के संबंध में समझौता ज्ञापन का आदान- प्रदान किया

गया, वहीं सीएम ने स्वदेशी अभियान के पोस्टर एवं जन अभियान परिषद के ब्रोशर का विमोचन भी किया।
संगोष्ठी में मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा कि आज एक साथ दो सुखद संयोग हैं। आज राष्ट्रीय लघु उद्योग दिवस भी है, मेरी अपनी ओर से स्वदेशी से स्वावलंबन की इस कार्यशाला को भावनात्मक आधार पर और भी अधिक सार्थकता प्रदान करने के लिए प्रदेशवासियों को बधाई देता हूं। वैश्विक स्तर पर आज हर देश यह समझ रहा है कि इस दौर में स्वदेशी को भावना ही सबसे आवश्यक है।



मुख्यमंत्री ने दिलाया स्वदेशी का संकल्प

सीएम ने इस मौके पर देश को समृद्ध एवं विकसित राष्ट्र बनाने के लिए अपनी जिम्मेदारी को समझते हुए स्वदेशी उत्पादों का उपयोग करने, स्वदेशी उत्पादों की खरीदारी करने, उनका उपयोग करने के लिए मैं अपने मित्रों परिवार जनों एवं समाज को स्वदेशी उत्पादों के बारे में जागरूक करने का संकल्प दिलाया।

हमारा कल्चर शुरू से ही स्वदेशी

सीएम ने कहा कि परमात्मा की दया है कि हमारा कल्चर शुरू से ही स्वदेशी की भावना पर आधारित रहा है। जिसे जो आवश्यकता होती थी, वह सब गांव में ही मिल जाता था। आज टेक्नोलॉजी बदली है, लेकिन तब भी भारतीय टेक्नोलॉजी धूम मचा रही है।



ग्वालियर ■ अमृत दर्शन

ग्वालियर-चंबल में पर्यटन उद्योग को नई उड़ान देने के लिए कल से दो दिवसीय रीजनल टूरिज्म कॉन्क्लेव ग्वालियर में चल रही है। दूसरे दिन आज मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए देश-विदेश के पर्यटन क्षेत्र के निवेशकों से सीधा संवाद किया। कई

मग्न के लोग फिल्म फंडली

फैसल मलिक पंचायत फिल्म के प्रहलाद चाचा पात्र से दिख्यत फैसल मलिक ने कहा कि मग्न की खूबसूरत लोकेशन्स फिल्म निर्माताओं को आकर्षित करती हैं। यहां के लोग फिल्म फंडली हैं और शासन प्रशासन का सहयोग सराहनीय है। मग्न की विविधतापूर्ण और खूबसूरत लोकेशन्स फिल्म निर्माताओं को लगातार आकर्षित करती रही हैं। प्रदेश आज राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय फिल्म निर्माताओं की पहली पसंद बन चुका है।

निवेशकों ने सीएम ने वन टू वन चर्चा की। कॉन्क्लेव में पर्यटकों के साथ-साथ पर्यटन व्यवसायी, टूर ऑपरेटर्स और होटल इंडस्ट्री के दिग्गज पहुंचे हैं।

संक्षिप्त समाचार

बागमुगलिया कटारा हिल्स में आवारा कुते ने बच्चे को काटा

भोपाल। बागमुगलिया कटारा हिल्स स्थित पेबल बे फेस 1 में आवारा कुतों का आतंक एक बार फिर सामने आया है। ताजा घटना में एक बच्चे को आवारा कुते ने काट लिया। स्थानीय निवासियों के अनुसार, निगम की टीम कई बार इन कुतों को पकड़ने आती है, लेकिन वहां मौजूद कुछ डॉग लॉवर्स इन कुतों को पकड़ने नहीं देते। निवासियों का कहना है कि इस तरह की घटनाओं में जिन लोगों ने कुतों को पकड़ने से रोका, उन पर भी जिम्मेदारी तय की जानी चाहिए, ताकि भविष्य में इस तरह की घटनाओं की पुनरावृत्ति रोकी जा सके।

सीहोर में डीजल में पानी मिला, पेट्रोल पंप सील

सीहोर। जिले में खाद्य विभाग ने एक पेट्रोल पंप पर छापेमार कार्रवाई की है। इस दौरान करीब 6 हजार डीजल जब्त किया गया है। कार्रवाई में कई मिलावट डीजल और स्टॉक में गड़बड़ी पाई गई है। यह मामला लुनिया चौराहे स्थित वर्मा पेट्रोल पंप का है। जिसे सील कर दिया गया है। महीने भर पहले रतलाम में सीएम डॉ मोहन यादव के काफिले में शामिल वाहनों में पानी मिले डीजल की घटना के बाद से प्रदेशभर में खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग अलर्ट है। इसी कड़ी में जिला मुख्यालय पर खाद्य विभाग के अफसरों ने पेट्रोल पंपों की जांच की। इस दौरान जांच टीम शहर के लुनिया चौराहा स्थित वर्मा पेट्रोल पंप पहुंची और जांच पड़ताल की। जांच के दौरान अंडरग्राउंड डीजल के टैंक में भण्डारित 5,944 लीटर डीजल में 10.5 सेमी पानी की मात्रा पायी गई और 04 प्रतिशत से अधिक अंतर तक की अनियमितता पाई गई। इसके साथ ही ऑनलाइन स्टॉक से डीजल के स्टॉक में अंतर पाया गया।

ॐ तं मिना उवाच

यवों के पर्वजरा का तीसरा चरण - उत्तम आर्जव उत्तम आर्जव - मिल तो सबसे लेता है, लेकिन मिलता किसी में नहीं...!

उत्तम आर्जव धर्म कहता है - माया से मुक्त होकर जियो। छल, कपट करने वाले जीव को भगवान बनने का सुख नहीं मिलता। वो सोचता है -

- राम राम जपना, पराया माल अपना।
- वक्त पड़े वाका - गधे को कहे काका।
- रघुपति राघव राजा राम, जैसा मोका वैसा काम।
- गंगा गये तो गंगादास, जमुना गये तो जमुनादास।

ऐसी नीति, कुटिल नीति, वक्र नीति वालों के भीतर न धर्म ठहर सकता, न उत्तम आर्जव धर्म आ सकता।

आज की राजनीति से ज्यादा गन्दी, धर्म की राजनीति हो गई है। कुछ तथाकथित लोग धर्म और धर्म गुरुओं को लेकर धर्म में राजनीति का काम कर रहे हैं। पंथ और संप्रदाय धर्म नहीं हैं बाबू - ये तो आवरण हैं, दिया है। मूल तो ज्योति का है। ऐसे नकली धर्मात्मियों से बचना। अन्यथा बदर के हाथ में चाकू जैसा हाल होगा तुम्हारा और हमारा। आज धर्म की राजनीति करने वालों के हर चेहरे धुंधले हैं। कहीं कुछ भी स्पष्ट नहीं है।

कल तक जो कद, पद वाले धर्मात्मियों में दुष्कृत्यों के प्रति जो झिझक और शर्मिन्दगी थी, आज वह झिझक, शर्म, लिहाज सब कुछ खत्म सा हो गया है। पहले श्रीरूप लोग दिन के उजाले में बदनाम गलियों से गुजरने से बचते थे, लेकिन अब ऐसा कुछ भी नहीं है। आज तो हालात ऐसे हैं कि बदनामी, शर्म और लिहाज का नामोनिशान भिंट सा गया है।

जिसकी डपली उसका राग जैसा अलाप हो रहा है...!

उत्तम आर्जव धर्म कहता है - छल, कपट, माया से मुक्त होकर धर्म ध्यान पूजा, पाठ, सेवा भक्ति करो, अन्यथा - हाथी का स्नान समझो...!!!

■ अंतर्गता आचार्य श्री प्रसन्न सागर जी महाराज

भारत-जापान संबंधों में नई रफ्तार, साझेदारी की नई इबारत लिख गया पीएम मोदी का दौरा एससीओ बैठक में शामिल होने चीन रवाना हुए पीएम

इकोनॉमिक फोरम से बुलेट ट्रेन तक...

टोक्यो ■ एजेंसी

अमेरिकी टैरिफ से मची वैश्विक उथल-पुथल के बीच पीएम मोदी जापान और चीन के दौर पर हैं। आज जापान दौरा पूरा कर पीएम मोदी चीन के लिए रवाना हो गए हैं। जापान दौरे के आखिरी दिन पीएम मोदी ने सेनडाई में टोक्यो इलेक्ट्रॉनिक फैक्ट्री का मुआयना किया। उन्होंने जापान की हाई-स्पीड बुलेट ट्रेन की सवारी भी की। चीन में पीएम मोदी एससीओ शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेंगे। चीन में पीएम मोदी की चीनी राष्ट्रपति शी जिनपिंग और रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के साथ बैठकें भी करेंगे। जापान यात्रा के समापन पर पीएम मोदी ने सोशल मीडिया पर साझा एक पोस्ट में लिखा कि जापान की यह यात्रा याद रखी जाएगी। उन्होंने लिखा कि जापान की यह यात्रा उन उपयोगी परिणामों के लिए याद रखी जाएगी जिसे हमारे देश के लोगों को लाभ होगा। मैं प्रधानमंत्री इशिबा, जापानी जनता और सरकार को उनकी गर्मजोशी के लिए धन्यवाद देता हूं।

बोले-जापान की यात्रा याद रखी जाएगी

चीनी दूतावास ने साझा की तस्वीर

नई दिल्ली। पीएम मोदी के चीन दौरे से पहले भारत स्थित चीनी दूतावास ने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट साझा किया है और लिखा है कि भारत और चीन की कला, आस्था और संस्कृति साझा रही हैं। भारत स्थित चीनी दूतावास की प्रकाश यूजिंग ने ट्वीट किया, चीन के ताम राजवंश और मोगाओ गुफाओं में भगवान गणेश की छवि पाई जा सकती है। यह इस बात का सबूत है कि कैसे सदियों पहले चीन और भारत के कला, आस्था और संस्कृति को साझा करते थे।

आतंकियों के नेटवर्क के लिए बड़ा झटका एनकाउंटर में मारा गया समंदर चाचा करता चुका था आतंकियों की 100 घुसपैठ

श्रीनगर, एजेंसी। जम्मू-कश्मीर के गुरेज सेक्टर में सुरक्षा बलों ने बड़ी सफलता हासिल की। एनकाउंटर में बागू खान उर्फ समंदर चाचा मारा गया है, जिसे आतंकियों की दुनिया में धूमन जीपीएस कहा जाता था। सुर्रों के मुताबिक, समंदर चाचा के साथ एक और पाकिस्तानी घुसपैटिया भी ढेर हुआ है। बागू खान उर्फ समंदर चाचा 1995 से पाकिस्तान अधिकृत कश्मीर में रह रहा था। सुरक्षा एजेंसियों के अनुसार, वो पिछले तीन दशकों से गुरेज सेक्टर और आसपास के इलाकों से 100 से ज्यादा घुसपैठ प्रयासों को अंजाम दिलाने में शामिल रहा, जिनमें से ज्यादातर सफल रहे। इलाके के कठिन पहाड़ी और गुरे रास्तों की गहरी जानकारी उसे आतंकी संगठनों के लिए बेहद खास बनाती थी। हालांकि, वो हिजबुल कमांडर था, लेकिन समंदर चाचा सिर्फ एक आतंकी संगठन तक सीमित नहीं था।

क्या फिर चुनाव लड़ने की तैयारी में हैं पूर्व सीएम?

पीएम मोदी का उदाहरण दे उमा भारती ने दिया संकेत, हां मैं चुनाव लड़ूंगी...अभी 65 की नहीं हुई

नई दिल्ली ■ एजेंसी
बीजेपी की वरिष्ठ नेता उमा भारती ने राजनीति में रिटायरमेंट की उम्र को लेकर काफी कुछ कहा है। उनके इस बयान की अहमियत इसलिए बढ़ गई है कि हाल में आरएसएस चीफ मोहन भागवत के रिटायरमेंट वाले बयानों को लेकर खूब अटकलबाजियां हो चुकी हैं। पूर्व केंद्रीय पार्टी, संस्था रिटायरमेंट की उम्र तय कर सकती है, लेकिन योगदान नहीं। योगदान के लिए कोई उम्र नहीं है...राजनीति एक प्लेटफॉर्म है और योगदान मेरे क्षमता है....यह भगवान ने मुझे दी है और अंतिम समय तक मेरे साथ रहेगी।

नरेंद्र मोदी जब पहली बार लोकसभा का चुनाव लड़े थे, तभी वे 65 साल के थे। एक इंटरव्यू में उमा भारती ने खुद के राजनीतिक भविष्य को लेकर बहुत बड़ा संकेत दिया है। राजनीति में रिटायरमेंट को लेकर उनकी एक पिछली टिप्पणी को लेकर जब उनसे सवाल किया गया तो उन्होंने कहा, कोई संगठन, राजनीतिक मंत्री ने कहा है कि राजनीतिक दल रिटायरमेंट की उम्र तो तय कर सकते हैं, लेकिन कोई यह तय नहीं कर सकते कि एक व्यक्ति किस उम्र तक योगदान दे सकता है। उन्होंने यह भी कहा है कि वह तो अभी 64 साल की हैं, जबकि प्रधानमंत्री

मैं चुनाव लड़ूंगी जब मुझे लगेगा कि मैं तैयार हूं

इस सवाल पर कि क्या वो अगला चुनाव लड़ेंगी तो बीजेपी नेता ने कहा, हां...मैं चुनाव लड़ूंगी जब मुझे लगेगा कि मैं तैयार हूं...मेरे पास जन शक्ति है...। इसके साथ ही उन्होंने एक ऐसी बात जोड़ी जो बीजेपी नेतृत्व के लिए भी बड़ा सियासी संकेत हो सकता है। उन्होंने कहा, 65 वर्ष की आयु में पीएम मोदी ने अपना लोकसभा चुनाव लड़ा। मैं अगले वर्ष 65 साल की हो रही हूं। अगर मैं अभी कोशिश करूं, मेरे साथ कुछ रुकावट आणी...

जम्मू के रियासी में भूस्खलन

घर गिरने से परिवार के सात लोगों की मौत



जम्मू ■ एजेंसी

रियासी जिले के माहौर तहसील के बंदर गांव में भारी बारिश के कारण हुए भूस्खलन में एक घर गिर गया, जिसमें एक परिवार के सात लोगों की मौत हो गई। मौके पर राहत और बचाव अभियान चलाया जा रहा है। अधिकारियों के मुताबिक, यह घटना

सुबह भूस्खलन के कारण ढलान पर स्थित मकान मलबे में दब गया। घटना के समय घर में परिवार के कई सदस्य मौजूद थे। पुलिस, एसडीआरएफ और स्थानीय प्रशासन के कर्मियों सहित बचाव दल तुरंत मौके पर पहुंचे और अब सभी शव बरामद कर लिए गए हैं।

बादल फटा: रामबन में चार की मौत और एक लापता

रामबन जिले की राजगढ़ तहसील में बादल फटा है, जिसमें चार लोगों की मौत हो गई और एक व्यक्ति लापता है। बचाव दल को प्रभावित क्षेत्र में भेज दिया गया है और लापता का पता लगाने के लिए अभियान जारी है। अब तक चार शव बरामद किए जा चुके हैं। अचानक बादल फटने से बाढ़ आ गई, जिससे संपत्ति को नुकसान पहुंचा है और इलाके में जनजीवन अस्त-व्यस्त हो गया है। अधिकारियों ने बताया कि पीड़ितों के परिवारों को तत्काल राहत प्रदान करने के प्रयास किए जा रहे हैं।

यूएस में टंप के अधिकारियों की आलोचना

यूक्रेन संकट के लिए भारत जिम्मेदार नहीं

नई दिल्ली, एजेंसी। अमेरिकी यहूदियों के एक समर्थक समूह ने रूस से तेल खरीदने को लेकर भारत को आलोचना करने के लिए अमेरिकी अधिकारियों पर निशाना साधा और कहा कि रूस-यूक्रेन संकट के लिए भारत जिम्मेदार नहीं है। समूह ने अमेरिका-भारत संबंधों को बेहतर बनाने का आह्वान किया। टंप प्रशासन के अधिकारी रूस के तेल खरीदने को लेकर भारत को आलोचना कर रहे हैं। उनका कहना है कि तेल से अर्जित पैसों से रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन को यूक्रेन के खिलाफ युद्ध जारी रखने में मदद मिल रही है। अमेरिका ज्यूइश कमेटी (एजेंसी) ने एक पोस्ट में कहा कि वह अमेरिकी अधिकारियों की ओर से भारत पर किये गए जुबानी हमलों से बहुत हैरान और चिंतित है।

उमाका राजनीतिक सफर उतार-चढ़ाव वाला

उमा भारती की राजनीति बहुत ही उतार-चढ़ाव से भरी रही है। 2003 में उन्होंने अपनी अगुवाई में बीजेपी को मध्य प्रदेश का चुनाव जितवाया और दिग्विजय सिंह की अगुवाई वाली 10 साल पुरानी कांग्रेस सरकार को पूरी तरह से उखाड़ फेंका। बीच में ही तकनीकी वजहों से पद छोड़ने को मजबूर होना पड़ा और उनकी सीएम की कुर्सी छोड़नी पड़ी।



गणेशोत्सव का आज चौथा दिन

न्यू मार्केट
एयरटेल
ऑफिस के पास
श्री गणेश जी
की भव्य मूर्ति
स्थापित की
गई। जो
आकर्षण का
केन्द्र बनी
हुई है।



भोपाल में शर्मा कोल डिपो, 111 की लाईन शिवाजी नगर में आजाद गणेश उत्सव समिति ने श्री गणेश जी की आकर्षक मूर्ति विराजमान की है जो पडाल तिरंगा की थीम पर बनाई है।



बड़ौला मंदिर के
पास भीम नगर
में भगवान श्री
गजानन की
मूर्ति स्थापित
की जा आने
जाने वाले
श्रद्धालुओं का
ध्यान आकर्षण
का केन्द्र बनी
हुई है।

संस्कार युक्त शिक्षा से ही प्राप्त की जा सकती हैं उंचाईयॉ: उप मुख्यमंत्री



भोपाल ■ अमृत दर्शन

उप मुख्यमंत्री राजेन्द्र शुक्ल ने कहा है कि संस्कार युक्त शिक्षा से ही उंचाईयॉ प्राप्त की जा सकती हैं। सर्वोच्च पद पर पहुंचकर भी आमजनों के कल्याण व देश के विकास के लिये प्रयत्नशील रहें। उप मुख्यमंत्री शुक्ल माखनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता एवं संचार विश्वविद्यालय के रीवा परिसर में नवागत विद्यार्थियों के प्रबोधन कार्यक्रम अभ्युदय के समापन सत्र को संबोधित कर रहे थे।

उप मुख्यमंत्री शुक्ल ने कहा कि माखनलाल चतुर्वेदी पत्रकारिता विश्वविद्यालय ने अपनी विशिष्ट पहचान बनाई है। यहां के विद्यार्थियों ने देश-विदेश में पत्रकारिता के क्षेत्र में अपनी विशिष्ट स्थान बनाया है। रीवा परिसर के विद्यार्थी भी लगन व मेहनत से शिक्षित होकर अपने संस्थान का नाम रोशन करें। यह संस्थान उसी दिशा में आगे बढ़ रहा

है। आने वाले दिनों में इसकी और प्रतिष्ठा होगी। उन्होंने कहा कि विद्यार्थी अपने पाठ्यक्रम के साथ ही आदर्श पुस्तकों का अध्ययन करें और देश को विश्वगुरु बनाने में सहभागी बनें।

उप मुख्यमंत्री शुक्ल ने कहा कि लक्ष्य को प्राप्त करने में जागरूकता व शिक्षा आवश्यक है। उन्होंने कहा कि विन्ध्य में प्रतिभाओं की कमी नहीं है, वर्तमान में देश की सेना के दो सर्वोच्च पदों पर विन्ध्य के ही लाल विराजमान हैं। उप मुख्यमंत्री ने परिसर में स्थापित विवेकानंद केंद्रीय पुस्तकालय का उद्घाटन भी किया। उन्होंने परिसर में वृक्षारोपण किया।

संवाद-सत्र में उप मुख्यमंत्री शुक्ल एवं कुलगुरु तथा वरिष्ठ पत्रकारों ने विद्यार्थियों की शंकाओं का समाधान किया।

कुलगुरु विजय मनोहर तिवारी ने बताया कि पत्रकारिता के साथ कंप्यूटर शिक्षा ग्रहण कर रहे विद्यार्थियों को आने वाले समय में आईटी क्षेत्र में ख्यातिलब्ध विद्वानों का मार्गदर्शन मिलेगा। उन्होंने नवागत विद्यार्थियों को शुभकामनाएं दीं तथा अपेक्षा की कि वे अपने परिजनों की आशाओं पर खरे उतरेंगे और देश-विदेश में स्वयं व संस्थान का नाम रोशन करेंगे।

बाइक सवार बदमाशों ने सॉफ्टवेयर इंजीनियर को लूटा गले पर चाकू अड़ाकर पर्स और कैश छीना

भोपाल ■ अमृत दर्शन

राजधानी के कोलार थाना क्षेत्र में रहने वाले सॉफ्टवेयर इंजीनियर को बाइक सवार दो बदमाशों ने मारपीट कर लूट लिया। घटना बुधवार-गुरुवार की रात्रि के समय की है। फरियादी ने गुरुवार सुबह थानों पहुंचकर शिकायती आवेदन दिया। जांच के बाद पुलिस ने शुक्रवार की शाम को एफआईआर दर्ज की है। पुलिस ने झपटमारी मामले में रिपोर्ट दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। फरियादी के मुताबिक, चलती बाइक से उन्हें गिराने के बाद चाकू की नोक पर वारदात को अंजाम दिया गया। जबकि पुलिस ने साधारण झपटमारी की एफआईआर दर्ज की है।

फरियादी जयकृष्ण पाल पुत्र विजय राम पाल (37) निवासी डायनेस्टी कॉलोनी सोहागपुर कोलार एक

प्राइवेट कंपनी में सॉफ्टवेयर इंजीनियर हैं। उनके मुताबिक, ऑफिस शाहपुरा इलाके में है। बुधवार-गुरुवार की रात को अपनी शिफ्ट खत्म करने के बाद रात करीब एक बजे घर के लिए जा रहे थे। कोलार के सोहागपुर रोड पर उन्हें बाइक सवार ने ओवरटेक किया। इसी दौरान आरोपियों ने उनकी बाइक को धक्का देकर गिरा दिया और आरोपियों ने बाइक को रोका तथा एक युवक ने उनके गले पर चाकू अड़ा दिया। दूसरे ने उन्हें चांटा मारा और जेब में रखा पर्स छीनकर भाग गए। जिसमें जरूरी दस्तावेज सहित 25 सौ रुपए की नकद रखे थे। बाइक से गिरने से फरियादी के सिर, पांव और हाथ में चोट आई है। टीआई संजय सोनी ने बताया कि घटना स्थल के आस पास लगे सीसीटीवी कैमरों के फुटेज खंगाला जा रहे हैं।

पूजा स्पेशल ट्रेनों से सफर होगा आसान, 2024 अतिरिक्त ट्रिप्स की अधिसूचना जारी

भोपाल ■ अमृत दर्शन

त्योहारों का मौसम शुरू होते ही रेल यात्रियों की संख्या में बढ़ोतरी देखी जाती है। इसी बढ़ती मांग को ध्यान में रखते हुए, भारतीय रेल ने यात्रियों की सुविधा के लिए हजारों विशेष ट्रेन सेवाओं के संचालन का फैसला लिया है। बिहार जाने वाले यात्रियों की सुविधा के लिए ही 12000 से अधिक ट्रेनों को चलाने की योजना बनाई जा चुकी है। जिन ट्रेनों के संचालन की योजना बन

चुकी है उनका नोटिफिकेशन भी अब जारी किया जाना प्रारंभ हो चुका है। 21 सितंबर से 30 नवंबर 2025 तक कुल 150 पूजा स्पेशल ट्रेनों का संचालन संबंधी अधिसूचना जारी कर दी गई है जिनके माध्यम से कुल 2024 अतिरिक्त फेरे (ट्रिप्स) सुनिश्चित किए जाएंगे। भारतीय रेल द्वारा यह निर्णय त्योहारों के अवसर पर देश के विभिन्न हिस्सों से यात्रियों की निबांध आवाजाही सुनिश्चित करने



भोपाल। आज गुर्जर समाज द्वारा भगवान देवनारायण की जयंती पर भव्य जुलूस विभिन्न मार्गों से होते हुए तुलसी नगर स्थित गुर्जर भवन के लिए निकाला। जिसमें बड़ी संख्या में गुर्जर समाज के लोग उपस्थित थे।

संचालन मुख्यतः हैदराबाद, सिकंदराबाद और विजयवाड़ा जैसे प्रमुख स्टेशनों से किया जाएगा। पूर्व मध्य रेलवे ने 14 ट्रेनें अधिसूचित की हैं, जो पटना, गया, दरभंगा और मुजफ्फरपुर जैसे बिहार के प्रमुख स्टेशनों से होकर गुजरेंगी और कुल 588 ट्रिप्स लगाएंगी। पूर्व रेलवे द्वारा कोलकाता, सियालदह, हावड़ा जैसे भीड़भाड़ वाले स्टेशनों से 24 विशेष ट्रेनें चलाई जाएंगी, जिनके मदद से 198 ट्रिप्स संचालित होंगी।

वहीं पश्चिम रेलवे ने मुंबई, सूरत, वडोदा जैसे शहरों से 24 स्पेशल ट्रेनें घोषित की हैं जो 204 ट्रिप्स पूरी करेंगी। दक्षिण रेलवे द्वारा चेन्नै, कोयंबटूर, मदुरै जैसे स्टेशनों से 10 ट्रेनें चलाई जाएंगी, जिनसे 66 ट्रिप्स होंगी। इसके अलावा पूर्व तट रेलवे से भुवनेश्वर, पुरी और सम्बलपुर, दक्षिण पूर्व रेलवे से रांची, टाटा नगर, उत्तर मध्य रेलवे से प्रयागराज, कानपुर, दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे से बिलासपुर, रायपुर और

प*श्चिम मध्य रेलवे से भोपाल, कोटा* जैसे स्टेशनों को जोड़ते हुए विशेष ट्रेनें संचालित की जाएंगी। स्पेशल ट्रेनों की सूची, समय सारणी, रूट और ठहराव को विस्तृत जानकारी रेलवे की आधिकारिक वेबसाइट, IRCTC और नजदीकी रेलवे से भुवनेश्वर, पुरी और सम्बलपुर, दक्षिण पूर्व रेलवे से रांची, टाटा नगर, उत्तर मध्य रेलवे से प्रयागराज, कानपुर, दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे से बिलासपुर, रायपुर और

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने फिट इंडिया अभियान में खिलाड़ियों एवं नागरिकों को दिलाई शपथ

म.प्र. में खेलों के विकास और विस्तार को मिलेगी नई दिशा: मुख्यमंत्री डॉ. यादव

भोपाल ■ अमृत दर्शन

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के मार्गदर्शन में देश में खेल गतिविधियां तेजी से बढ़ रही हैं। मध्यप्रदेश और अन्य राज्यों के खिलाड़ी ओलंपिक और एशियाड में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर रहे हैं। भारत में आगामी वर्षों में कॉमनवेल्थ गेम्स का आयोजन होने जा रहा है। उम्मीद है कि भविष्य में ओलंपिक के भव्य आयोजन का सौभाग्य भी भारत को ही मिलेगा। यदि ऐसा होता है, तो इससे मध्यप्रदेश में भी खेलों के विकास सहित विस्तार गतिविधियों को नई दिशा, नई ऊर्जा मिलेगी।



मुख्यमंत्री डॉ. यादव शुक्रवार को राष्ट्रीय खेल दिवस पर फिट इंडिया अभियान के अंतर्गत भोपाल के मेजर ध्यानचंद हॉकी स्टेडियम में आयोजित

कार्यक्रम को नई दिल्ली से वचुंअली संबोधित कर रहे थे।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने हॉकी के जादूगर मेजर ध्यानचंद की 120वीं

जयंती के अवसर पर प्रदेशवासियों को शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि मेजर ध्यानचंद हमेशा देश के लिये जिये। वर्ष 1936 में मेजर ध्यानचंद ने ओलंपिक के एक अहम मुकाबले में एक के बाद एक तीन गोल दागकर स्टेडियम में मौजूद सभी दर्शकों को चकित कर दिया था। इस मैच में भारत को विजय मिली थी। तब जर्मन तानाशाह हिटलर ने उनसे पूछा कि आप किस रैंक पर हैं। उन्होंने कहा कि मैं कारपोरल हूँ। हिटलर ने उनसे कहा कि मैं आपको सेना में हायर रैंक दूंगा। लेकिन मेजर साहब ने बड़ी विनम्रता से इनकार कर दिया। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि मेजर ध्यानचंद के इस प्रसंग से हमारे

सभी खिलाड़ियों को प्रेरणा मिलती है कि हम जो भी हों सबसे पहले हम भारतीय हैं और भारत का गौरव बढ़ाने के लिए उत्कृष्ट प्रदर्शन करेंगे। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने इस अवसर पर उपस्थित सभी खिलाड़ियों एवं अन्य नागरिकों को चकित कर दिया। फिट इंडिया अभियान की शपथ भी दिलाई। राष्ट्रीय खेल दिवस के अवसर पर प्रदेश के हर विकासखंड में विभिन्न प्रकार की खेल गतिविधियां आयोजित की गई। इसी उपलक्ष्य में मेजर ध्यानचंद हॉकी स्टेडियम भोपाल में मध्यप्रदेश हॉकी अकादमी और पश्चिमी रेलवे के बीच हॉकी का एक मैत्री मैच भी आयोजित किया गया।

आईसेक्ट ग्रुप द्वारा खेल प्रतिभाओं को सम्मानित करने हेतु 'स्पोर्ट्स अचीवर्स अवार्ड 2025' का आयोजन

भोपाल ■ अमृत दर्शन

आईसेक्ट ग्रुप शिक्षा, कौशल, नवाचार और सामाजिक विकास के साथ-साथ शारीरिक एवं खेलवृद्ध गतिविधियों के स्वर्णन में भी निरंतर अग्रणी रहा है। इसी क्रम में 30 अगस्त को सयाजी होटल में स्पोर्ट्स अचीवर्स अवार्ड 2025 का भव्य आयोजन किया जाएगा।

इस अवसर पर उन प्रतिभाशाली खिलाड़ियों को सम्मानित किया जाएगा, जिन्होंने अपने उत्कृष्ट प्रदर्शन से प्रदेश ही नहीं बल्कि पूरे देश का मान-सम्मान

बढ़ाया है। खिलाड़ियों के साथ-साथ विभिन्न खेलों से जुड़े प्रशिक्षकों को भी विशेष रूप से सम्मानित किया जाएगा। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में मध्यप्रदेश सरकार के खेल एवं युवा कल्याण तथा सहकारिता मंत्री विश्वास केलाश सांगा उपस्थित रहेंगे। विशिष्ट अतिथि के तौर पर अर्जुन पुरस्कार से सम्मानित ओलंपिक पदक विजेता एवं भारतीय हॉकी टीम के दिग्गज अशोक ध्यानचंद, 1983 विश्व कप विजेता भारतीय क्रिकेट टीम के सदस्य एवं अर्जुन

पुरस्कार से सम्मानित मदन लाल शर्मा, तथा खेल एवं युवा कल्याण विभाग, म.प्र. शासन के निदेशक राकेश गुप्ता शामिल होंगे। कार्यक्रम की अध्यक्षता आईसेक्ट ग्रुप के चेयरमैन एवं रबीन्द्रनाथ टैगोर विश्वविद्यालय के कुलाधिपति संतोष चौबे करेंगे। इस आयोजन में कुल 88 खिलाड़ी और 11 कोच को सम्मानित किया जाएगा। सम्मानित खिलाड़ियों में हॉकी (महिला वर्ग) से 17 खिलाड़ी, हॉकी इंटरनेशनल से 3 खिलाड़ी, जुडो से

7 खिलाड़ी, पैरालंपिक 1, शूटिंग से 6 खिलाड़ी, बॉक्सिंग से 2 खिलाड़ी, सेलिंग से 3 खिलाड़ी, कराटो से 1 खिलाड़ी, रैसलिंग से 2 खिलाड़ी, रोइंग से 13 खिलाड़ी, मल्लखम्ब से 12 खिलाड़ी, कराटे से 11 खिलाड़ी, तबुलु से 1 खिलाड़ी, एथलेटिक्स से 1 खिलाड़ी, फेंसिंग से 4 खिलाड़ी, ग्रैपलिंग से 1 खिलाड़ी शामिल हैं। इसके अतिरिक्त एसजीएसयू के 3 खिलाड़ी तथा विभिन्न खेलों से जुड़े 11 कोच को भी सम्मानित किया जाएगा।

कार ने बाइक को टक्कर मारी, विरोध करने पर की मारपीट

भोपाल। टीटी नगर थाना इलाके में स्थित पंचशील कलारी के पास एक कार ने बाइक सवार युवकों को टक्कर मार दी। जब युवकों ने कार चालक का विरोध किया तब कार में बैठे एक युवक ने रोड साइड का गेट खोल दिया। अचानक गेट खुलने से सड़क पर आ रहा दूसरा बाइक सवार गेट से टकरा गया। बाद में जब दोनों बाइक चालकों ने कार ठीक चलाने की बात कही तब कार में सवार युवकों ने लात धूँसों और डंडे से उनके साथ मारपीट कर डाली।

भोपाल बीएमसी के खजाने में जमा हुए 182 करोड़, पिछले साल से 10 फीसदी अधिक

आज और कल भी खुलेंगे दफ्तर

भोपाल ■ अमृत दर्शन

भोपाल नगर निगम के अधिकारियों और कर्मचारियों की लगातार मेहनत से खजाने में अब तक संपत्तिकर के रूप में करीब 182 करोड़ रुपये जमा हो चुके हैं। पिछले रविवार तक निगम के खजाने में 152 करोड़ रुपए बतौर संपत्तिकर जमा हो चुके थे, जबकि 28 अगस्त तक यह आंकड़ा 182 करोड़ रुपए को पार कर गया। यह पिछले साल की तुलना में करीब 10 प्रतिशत अधिक है। निगम ने चालू वित्तीय वर्ष की छह माह की अवधि में लगभग 200 करोड़ रुपए संपत्तिकर वसूली का लक्ष्य तय किया है। निगम ने शनिवार और रविवार को भी वाई व जोन कार्यालय खुले रखने का निर्णय लिया है। करदाताओं की सुविधा को ध्यान में रखते हुए नगर निगम ने शुक्रवार को शहर के सभी 85 वार्ड कार्यालयों को रात सात बजे तक

एक सितंबर से नहीं मिलेगा छूट का लाभ

निगम ने करदाताओं को फोन और मैसेज भेजकर समय पर कर जमा करने की अपील भी की है। निगम अधिकारियों का कहना है कि 31 अगस्त तक ही संपत्तिकर पर छह प्रतिशत की छूट दी जाएगी। एक सितंबर से करदाताओं को बिना किसी छूट के निर्धारित कर राशि का भुगतान करना होगा, जो मार्च तक जारी रहेगा।

खोला। इस दौरान बड़ी संख्या में करदाताओं ने संपत्तिकर जमा किया। निगम ने शनिवार और रविवार को भी वाई व जोन कार्यालय खुले रखने का निर्णय लिया है, ताकि ज्यादा से ज्यादा करदाता 31 अगस्त तक 6 प्रतिशत छूट का लाभ उठा सकें।

मधुमेह से बचाव में फायदेमंद होती है खड़े रहने की आदत

अक्सर स्वास्थ्य की बेहतरी के लिए चहलकदमी और व्यायाम का सुझाव दिया जाता है, लेकिन इस मामले में खड़े रहने की आदत भी मददगार साबित हो सकती है। एक हालिया अध्ययन के मुताबिक टाइप 2

फिनलैंड में हुए इस अध्ययन में खड़े रहने की आदत और बेहतर

रोजमर्रा की जिंदगी में खड़े होने का समय बढ़ाने से पुरानी बीमारियों को रोकने में मदद मिल सकती है।



खराब इंसुलिन प्रणाली मधुमेह की वजह

एनजी मेटाबॉलिज्म और रक्त शर्करा के नियमन में इंसुलिन एक प्रमुख हार्मोन है। कई बार वजन अधिक होने से शरीर में इंसुलिन के सामान्य कवशन में गड़बड़ी हो सकती है, जिससे इंसुलिन संवेदनशीलता कम हो जाती है और टाइप 2 मधुमेह और हृदयरोगों का खतरा बढ़ जाता है। टाइप 2 मधुमेह दुनियाभर में सबसे आम जीवनशैली की बीमारियों में से एक है। इसकी शुरुआत आमतौर पर बिगड़ी हुई इंसुलिन संवेदनशीलता या इंसुलिन प्रतिरोध से होती है, यह एक ऐसी स्थिति होती है, जिसमें शरीर सामान्य रूप से इंसुलिन पर प्रतिक्रिया नहीं करता है और रक्त शर्करा का स्तर बढ़ जाता है।

गतिहीन व्यवहार से

इंसुलिन प्रणाली प्रभावित

जीवनशैली का इंसुलिन में रुकावट और टाइप 2 मधुमेह के विकास पर एक गहरा प्रभाव पड़ता है। इन समस्याओं की रोकथाम में नियमित शारीरिक गतिविधि महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। हालांकि अब तक इंसुलिन की रुकावट पर गतिहीन व्यवहार, लगातार बैठे रहने के बीच ब्रेक और खड़े रहने की आदत के प्रभावों के बारे में बहुत कम जानकारी है। तुर्क पीईटी सेंटर और यूके के संस्थान के हालिया अध्ययन में शोधकर्ताओं ने इंसुलिन में बाधा और गतिहीन व्यवहार के बीच संबंध की जांच की। इससे

निष्क्रियता के साथ टाइप 2 मधुमेह और हृदयरोगों के विकास के बढ़ते जोखिमों को भी देखा। अध्ययन में शोधकर्ताओं ने पाया कि रोजमर्रा की नियमित शारीरिक गतिविधि या बैठने के समय, फिटनेस स्तर से अलग स्वतंत्र रूप से खड़े रहना बेहतर इंसुलिन संवेदनशीलता से जुड़ा

एवं तुर्क विश्वविद्यालय के प्रोफेसर तारु गर्थेवट का कहना है कि अध्ययन के निकट रोजाना बैठने के समय के एक हिस्से में लोगों को खड़े रहने के लिए प्रेरित करेंगे। खासकर अगर शारीरिक गतिविधि की जरूरतों को पूरा नहीं किया जाता है तो यह तरीका मददगार हो सकता है।

जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों की रोकथाम होगी

भी जोर देता है। अध्ययन परिणाम बताते हैं कि शारीरिक गतिविधि, फिटनेस या बैठने में लगने वाले समय की तुलना में शरीर में वसा के प्रतिशत में इजाफा इंसुलिन संवेदनशीलता के मामले में अधिक महत्वपूर्ण कारक है। दूसरी ओर खड़े होना शरीर की संरचना के बावजूद इंसुलिन संवेदनशीलता से जुड़ा था। शोधकर्ताओं का कहना है कि नियमित व्यायाम को स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद माना जाता है। मगर ऐसा लगता है कि शारीरिक गतिविधि, फिटनेस और गतिहीन व्यवहार भी इंसुलिन मेटाबॉलिज्म से जुड़े हुए हैं, लेकिन परोक्ष रूप से यह शरीर की संरचना पर उनके प्रभाव के माध्यम से जुड़े हैं। जर्नल ऑफ साइंस एंड मेडिसिन इन स्पोर्ट्स में प्रकाशित इस अध्ययन के आधार पर अभी तक कारण प्रभावों का अनुमान नहीं लगाया जा सका है। लेकिन विशेषज्ञों के अनुसार परिणाम बताते हैं कि यदि पर्याप्त शारीरिक गतिविधि नहीं की जा रही तो रोजाना खड़े होने का समय बढ़ाने से जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों की रोकथाम में मदद मिल सकती है।



कम सोने की वजह से इन लोगों को जो बीमारियां होती हैं, उसकी जानकारी कम ही लोगों को होती है। दरअसल, कई लोगों को तो यह मानना भी मुश्किल-सा लगता है कि कई वर्षों तक कम सोते रहने से कई गंभीर बीमारियां हो सकती हैं। हृदय संबंधी रोग, मधुमेह, स्ट्रोक इत्यादि जैसी अन्य गंभीर बीमारियां घंटों की सही नींद न लेने की वजह से हो सकती हैं।

एक रिपोर्ट के अनुसार 60% से ज्यादा भारतीय सोते हैं कि नींद लेना कोई प्राथमिकता नहीं है। पिछले कुछ सालों में नींद के महत्व और आवश्यक नींद पूरी न होने से जुड़े खतरों के बारे में बताए जाने के बाद भी लोग नींद को उतनी अहमियत नहीं देते जितना कि व्यायाम को देते हैं। हाल ही में देशभर में हुए सर्वेक्षणों से पता चला है कि देश में नींद की कमी गंभीर चिंता का कारण बनी है।

यहां तक देखा गया है कि लोगों को यह कहने में फख महसूस होता है कि वे 4-5 घंटे ही सोते हैं और अपने बाकी के सभी कामों को प्राथमिकता से करते हैं। यदि इस तरह के कम सोने वाले लोग अपनी नौकरी, व्यवसाय व घर-परिवार में कुशल हो तब तो ऐसे लोगों का उदाहरण दूसरे लोगों के लिए पेश किया जाता है कि 'देखो फलाना व्यक्ति ज्यादा सोने में समय बर्बाद नहीं करता है इसलिए तो उसने जीवन में इतना कुछ पा लिया है।' यह बात और है कि आगे जाकर कम सोने की वजह से इन लोगों को जो बीमारियां होती हैं, उसकी जानकारी कम ही लोगों को होती है। दरअसल, कई लोगों को तो यह मानना भी मुश्किल-सा लगता है कि कई वर्षों तक कम सोते रहने से कई गंभीर बीमारियां हो सकती हैं। हृदय संबंधी रोग, मधुमेह, स्ट्रोक इत्यादि जैसी अन्य गंभीर बीमारियां घंटों की सही नींद न लेने की वजह से हो सकती हैं। हमारे देश में कई लोग आज भी ऐसे हैं, जो ये मानते हैं कि खरिटे आना गहरी नींद की निशानी है। उन्हें यह समझाना चुनौतीपूर्ण काम है कि दरअसल खरिटे आना भी एक गंभीर नींद विकारों के कारणों में से एक है।

एक अन्य हाल ही के सर्वेक्षण में यह भी पता चला है कि 19 फीसदी भारतीय वयस्कों की नींद में बाधा का कारण उनके काम करने की शिफ्ट का बदलते रहना है। 32% युवा वयस्क टेक्नोलॉजी के ज्यादा और देर रात तक प्रयोग की वजह से पूरी नींद नहीं ले पाते हैं। एक वयस्क के लिए भी 7 से 9 घंटे की नींद बेहद जरूरी है। कई मामलों में जो लोग इतना सोते हैं उन्हें देखकर अन्य लोग ऐसे लोगों के लिए राय बना लेते हैं कि 'फलाना व्यक्ति आलसी व कमजोर है',

सूखा नारियल सेहत के लिए है कुदरत का वरदान

सूखे नारियल का इस्तेमाल घरों में खीर, आइसक्रीम, स्वीट डिश वगैरह में होता है। ज्यादातर लोग इसे स्वाद बढ़ाने के लिए रेसिपीज में इस्तेमाल करते हैं। हालांकि इसकी न्यूट्रीशनल वैल्यू काफी ज्यादा होती है। इस बात पर कम लोगों का ध्यान जाता है। नारियल आपके हार्ट और ब्रेन के लिए अच्छा होता है। साथ ही इसे चबाने से फैशियल एक्सफोसाइज भी होती है। इसमें एंटी ऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं जो ओवरऑल हेल्थ के लिए बढ़िया होते हैं।

एंटीऑक्सिडेंट्स का भंडार

नारियल में फिनॉलिक कंपाउंड होते हैं, जो कि एंटीऑक्सिडेंट्स हैं। ये आपकी सेल्स के ऑक्सीडेंटिव डैमेज को रोकते हैं। इसमें गैलिक एसिड, कैफिक एसिड, सेलिसिलिक एसिड, पी-कोम्यूरिक एसिड होता है। नारियल आपकी धमनियों में प्लाक बनने से रोकता है जो कि हार्ट ब्लॉकेज की वजह होती है।



कम नींद लेने से हो सकती हैं गंभीर बीमारियां

तो कुछ लोगों को तो खुद ही यह कहने में शर्म महसूस होती है कि 'उन्हें इतना सोने की जरूरत है।' सिर्फ 1 दिन यदि आप 4-5 घंटे से कम सोते हैं, तब आपके शरीर की वे प्राकृतिक कोशिकाएं, जो फैसर की कोशिकाओं पर हमला करके उन्हें खत्म करने में सक्षम होती हैं, 70% तक कम हो जाती हैं। आपको फैसर पैदा करने वाली कोशिकाएं आपके शरीर में प्रतिदिन बनती हैं। रिपोर्ट के अनुसार नींद की कमी से आंत, प्रोस्टेट और स्तन फैसर जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं। कोशिश यह होनी चाहिए कि आप प्रतिदिन नियमित समय पर सोएं और नियमित समय पर उठें।

क्यों नहीं आती है आपको मीठी नींद

दिनभर की मेहनत और थकान के बाद एक सुहानी नींद पर आपका पूरा हक है लेकिन कई लोगों को बेवजह नींद न आने की शिकायत होती है। आइए मीठी नींद के लिए क्या करें ज्ञात करें।

- रोज सुबह उठकर कसरत करनी चाहिए।
- अच्छी नींद लेने के लिए कभी भी दिन में न सोएं और सोने से कुछ देर पहले एल्कोहल या कैफीन का सेवन भूलकर भी न करें।
- धूम्रपान न करने से भी नींद अच्छी आती है क्योंकि सिगरेट में पाए जाने वाला निकोटिन नींद में बाधा उत्पन्न करता है।
- कई प्रकार के ड्रग्स भी आराम की नींद लेने में बाधाक सिद्ध होते हैं।
- अगर आप शाम को कसरत करेंगे तो आपको सोने में परेशानी हो सकती है।
- जिन महिलाओं के शरीर में आयरन की कमी होती है उन्हें अक्सर नींद कम आती है। इसलिए शरीर में आयरन की कमी का विषय खयाल रखें।
- सुबह जब आप उठें तो सूर्य की तेज रोशनी को कमरे में अंदर आने दें। क्योंकि सही प्रकाश की वजह से शरीर को सही ऊर्जा मिलती है।
- एक बात और ध्यान रखें कि रात को सोते वक़्त बेडरूम में रोशनी कम ही रहनी चाहिए, जिससे अच्छी और भरपूर नींद आ सके।
- ... तो जाना अब अच्छी व गहरी नींद लीजिए और फिर जिंदगी को पूरी ऊर्जा के साथ जी लेने के लिए खुद को तैयार पाइए।



सेहत का रखना है खयाल तो अर्जुन फल का करें इस्तेमाल

ऐसे कई लोग होते हैं जो सांसों की बदबू के कारण परेशान रहते हैं और ऐसे में उन्हें किसी से बात करने में भी शर्मिन्दगी महसूस करते हैं। अगर आपका नाम भी ऐसे ही लोगों की लिस्ट में शामिल है तो आप अर्जुन के फल का सेवन करें।

अर्जुन के वृक्ष को भारत में व्यापक रूप से उगाया जाता है। यह स्वास्थ्य के लिए बेहद ही गुणकारी माना गया है। दरअसल, इसमें एंटीऑक्सिडेंट, एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटीमाइक्रोबियल जैसे विभिन्न औषधीय गुण होते हैं। अर्जुन हृदय रोगों के जोखिम को कम करने में मदद करता है। यह हृदय की मांसपेशियों को मजबूत और टोन करता है और हृदय के समुचित कार्य में मदद करता है। इतना ही नहीं, यह उच्च रक्तचाप से लेकर दर्द, अस्थमा और खांसी आदि कई तरह की समस्याओं को दूर करने में सहायक है। अर्जुन के फल से मिलने वाले कुछ बेमिसाल फायदे -

सांसों की दुर्गंध से मिलता है छुटकारा

ऐसे कई लोग होते हैं जो सांसों की बदबू के कारण परेशान रहते हैं और ऐसे में उन्हें किसी से बात करने में भी शर्मिन्दगी महसूस करते हैं। अगर आपका नाम भी ऐसे ही लोगों की लिस्ट में

सेंधा नमक को करें डाइट में शामिल, मिलेंगे जबरदस्त फायदे

सेंधा नमक कब्ज, हार्ट बर्न, सूजन, पेट दर्द आदि जैसी पाचन समस्याओं के लिए एक उत्कृष्ट घरेलू उपाय है। सेंधा नमक खनिजों और विटामिनों से भरपूर होता है, जो पाचन में सुधार करता है, मल त्याग को बढ़ावा देता है, और आंत से विषाक्त उत्पादों को साफ करने में मदद करता है।

नमक एक ऐसा इंग्रीडिएंट है, जिसका इस्तेमाल हम सभी नियमित रूप से करते हैं। यह भोजन में एक स्वाद शामिल करता है। नमक के बिना भोजन पकाने या उसे खाने की कल्पना भी हम नहीं कर सकते हैं। हालांकि घरों में लोग टेबल सॉल्ट का इस्तेमाल करते हैं। अगर आप नमक को अपने स्वास्थ्य के लिए लाभकारी बनाना चाहते हैं तो आज ही सेंधा नमक खाना शुरू कर दें। सेंधा नमक में सोडियम, पोटेशियम, आयरन,

शामिल है तो आप अर्जुन के फल का सेवन करें। इस फल में ऐसे होते हैं जो आपके मसूड़ों की समस्याओं और दांतों से खून बहने में भी मदद कर सकते हैं और आपको ताजा सांस प्रदान करते हैं।

हड्डियों का रखते हैं खयाल

अगर आप किसी किसी भी प्रकार की हड्डी की समस्या से पीड़ित हैं, तो आपको अपने आहार में अर्जुन फल को अवश्य शामिल करना चाहिए। आप इसका जूस बनाकर पी सकते हैं या इसे कच्चा खा सकते हैं। यह आपको ऑस्टियोपोरोसिस और गठिया जैसी हड्डियों की परेशानी में भी मदद कर सकता है।

ओरल हेल्थ की समस्याओं को करें दूर

अर्जुन फल खाने से वास्तव में आपकी मसूड़ों की समस्याओं को कम करने और दांतों के स्वास्थ्य में सुधार करने में मदद मिल सकती है। यह दांतों से खून बहने से लेकर दांत दर्द, मसूड़ों में दर्द या मसूड़ों से खून बहना आदि समस्याओं के उपचार में प्रभावी है। आप इस फल को जूस या कच्चा खा सकते हैं। इसके अलावा, अर्जुन के फल के पाउडर का सेवन भी कर सकते हैं और इसे पेट के रूप में उस जगह पर लगा सकते हैं जहां आपको मसूड़े या दांतों की समस्या हो रही है। हालांकि, यह उपाय अपनाने से पहले एक बार डॉक्टर से परामर्श अवश्य करें।

चयापचय को भी बढ़ाता है, जो कई बीमारियों से बचाता है। मांसपेशियों में ऐटन से सह संधा नमक में सोडियम क्लोराइड का शुद्ध रूप और पोटेशियम जैसे पोषक तत्व होते हैं। इलेक्ट्रोलाइट पोटेशियम और नमक असंतुलन मांसपेशियों में ऐटन के लिए एक जोखिम कारक हो सकता है। तो, संधा नमक पोटेशियम की कमी को संतुलित कर सकता है और मांसपेशियों में ऐटन को रोक सकता है।

गले की खराश का करता है इलाज

गले में खराश के लिए खारे पानी से गरारे करना एक आम घरेलू उपाय है। संधा नमक डिफॉरेंस स्ट्रेट गुण होते हैं जो आपकी बंद नाक, खांसी को दूर करने में मदद करते हैं। यह टॉन्सिलिटिस अस्थमा के लिए भी एक प्रसिद्ध उपाय है, और यह आपके फैफ़ेज़ों की क्षमता को बढ़ाने में मदद करता है। रक्तचाप को करे बैलेस संधा नमक में पोटेशियम की मात्रा अधिक होती है जो रक्तचाप को नियंत्रित करने में मदद करता है। शोध बताते हैं कि संधा नमक रक्तचाप को संतुलित रखता है।



संक्षिप्त समाचार

खेल मंत्री मंडाविया ने जेएलएन स्टेडियम में किया भारत के पहले मॉडो ट्रैक का उद्घाटन

नई दिल्ली। खेल मंत्री मनसुख मंडाविया ने शुक्रवार को नई दिल्ली के जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम में भारत के पहले मॉडो ट्रैक का उद्घाटन किया। यहीं पर 26 सितंबर से 5 अक्टूबर तक विश्व पैरा-एथलेटिक्स चैंपियनशिप होगी। इसी के साथ भारत ओलंपिक सहित प्रमुख वैश्विक एथलेटिक्स आयोजनों में उपयोग किए जाने वाले ट्रैक सतह को स्थापित करने वाला विश्व का 25वां देश बन गया। उद्घाटन समारोह में विश्व चैंपियनशिप की कांस्य विजेता पूर्व लम्बी कूद खिलाड़ी अंजू बोबी जॉर्ज, दो बार के पैरालिंपिक चैंपियन और भारतीय पैरालिंपिक समिति के प्रमुख देवेन्द्र झाझरिया, तथा भाला फेंक खिलाड़ी सुमित अतिव, धावक प्रीति पाल और सिमरन शर्मा जैसे कई पैरालिंपिक पदक विजेता उपस्थित थे। यह ट्रैक दो-परत वाले वल्केनाइज्ड रबर से बना है, जो एथलीटों के प्रदर्शन को बढ़ाता है और चोट के जोखिम को कम करता है।

क्रिकेट में दो दिवसीय शतरंज प्रतियोगिता का शुभारम्भ

मुरादाबाद। दिल्ली रोड स्थित क्रिकेट पब्लिक स्कूल में शुक्रवार शाम को फिजिकल एजुकेशन फाउंडेशन ऑफ इंडिया (पीईएफआई) के तत्वावधान में दो दिवसीय इंटर स्कूल स्तर पर टूर्नामेंट का शुभारम्भ किया गया। इस प्रतियोगिता में मुरादाबाद क्षेत्र के लगभग 34 विद्यालयों के 300 विद्यार्थियों ने भाग लिया। यह प्रतियोगिता खेल महोत्सव के अंतर्गत कराई गई थी, जो की मेज़र ध्यानचंद के जन्म दिवस को खेल दिवस के रूप में मनाये जाने का एक प्रयास रहा। प्रतियोगिता का शुभारम्भ मुख्य अतिथि एडीआरएफ परितोष गौतम व विद्यालय के प्रधानाचार्य डॉ सीबी जदवनी ने किया।

एशिया कप हॉकी 2025

भारत ने राजगीर में चीन को 4-3 से हराकर जीत दर्ज की

राजगीर ■ एजेंसी

भारतीय कप्तान हरमनप्रीत सिंह की हैट्रिक की बदौलत भारतीय पुरुष हॉकी टीम ने शुक्रवार को राजगीर में चीन को 4-3 से हराकर जीत के साथ एशिया कप 2025 में अपने अभियान की शुरुआत की।

भारतीय टीम पहले क्वार्टर में पिछड़ गई, जब 12वें मिनट में डू शिहाओ ने पेनल्टी कॉर्नर को गोल में बदला। भारत ने पहले क्वार्टर के अंत में बराबरी का मौका गंवा दिया, जब कप्तान हरमनप्रीत सिंह का ड्रैग-फ्लिक बाहर चला गया। इसके बाद जुगराज सिंह ने मौका नहीं गंवाया और 18वें मिनट में ड्रैग-फ्लिक से गोल दागकर भारत को 1-1 से बराबरी दिला दी। इसके ठीक दो मिनट बाद हरमनप्रीत ने दाहिने कोने में पेनल्टी कॉर्नर पर गोल दागकर भारत की बढ़त दोगुनी कर दी। हरमनप्रीत ने एक और पेनल्टी कॉर्नर से गोल कर भारत को 3-1 से बढ़त दिला दी।

हालाँकि, चेन बेनहाई ने अपनी



ड्रैग-फ्लिक से भारतीय गोलकीपर कृष्ण पाठक को छकाकर चीन को मुकाबले में वापसी दिलाई। इसके बाद हरमनप्रीत पेनल्टी स्ट्रोक चूक गए, जिससे चीन के लिए बराबरी का मौका खुल गया। 42वें मिनट में गाओ जीशेंग ने शॉर्ट कॉर्नर का पूरा फायदा उठाकर

स्कोर 3-3 से बराबर कर दिया। भारतीय कप्तान ने शॉर्ट कॉर्नर पर तीसरी बार गोल करके अपनी हैट्रिक पूरी की और कड़े मुकाबले में भारत को 4-3 से जीत दिला दी।

बीडब्ल्यूएफ विश्व चैंपियनशिप के क्वार्टर फाइनल में पहुंचे सात्विक-चिराग

पेरिस। भारत की पुरुष युगल जोड़ी सात्विकसाईराज रंकीरेड्डी और चिराग शेठ्टी ने गुरुवार को शानदार प्रदर्शन करते हुए पेरिस ओलंपिक रजत पदक विजेता और विश्व नंबर-6 जोड़ी लियॉंग वेई कंग तथा वांग चांग को 19-21, 21-15, 21-17 से हराकर बीडब्ल्यूएफ विश्व चैंपियनशिप के क्वार्टर फाइनल में जगह बना ली। निर्णायक गेम में सात्विक-चिराग 15-17 से पिछड़ रहे थे, लेकिन इसके बाद लगातार छह अंक हासिल कर मुकाबला अपने नाम किया। यह इस चीनी जोड़ी के खिलाफ नौ मुकाबलों में केवल तीसरी जीत है।

एशियन शूटिंग चैंपियनशिप में भारत को सेंटर फायर पिस्टल में स्वर्ण

शिमकेंट (कजाकिस्तान) ■ एजेंसी

अनुभवी पिस्टल शूटर गुरप्रीत सिंह ने लगातार दूसरे दिन शानदार प्रदर्शन करते हुए भारत को 25 मीटर सेंटर फायर पिस्टल टीम इवेंट में स्वर्ण पदक दिलाया। एशियन शूटिंग चैंपियनशिप के अंतिम से पहले दिन भारतीय टीम ने गैर-ओलंपिक स्पर्धा में अपना दबदबा बनाए रखा।

एक दिन पहले 25 मीटर स्टैंडर्ड पिस्टल व्यक्तिगत और टीम दोनों में स्वर्ण जीतने वाले 37 वर्षीय आर्मी शूटर गुरप्रीत ने इस बार राजकंवर सिंह संधू और अंकुर गोयल के साथ मिलकर टीम को बड़ी सफलता दिलाई। तीनों का कुल स्कोर 1733 अंक रहा। संधू ने 583, गुरप्रीत ने 579 और अंकुर ने 571 अंक जुटाए। वियतनाम (1720) को रजत और ईरान (1700) को कांस्य पदक मिला। इसी बीच, युवा निशानेबाज मानिनी कौशिक ने अपने करियर का पहला व्यक्तिगत अंतरराष्ट्रीय पदक हासिल किया। जयपुर की 24 वर्षीय मानिनी ने महिलाओं की 50 मीटर राइफल प्रोन स्पर्धा में कांस्य पदक जीता। उन्होंने 617.8 अंक हासिल किए।

दक्षिण कोरिया की हाना इम (620.2) और यूनुसो ली (620.2) ने क्रमशः स्वर्ण और रजत पदक जीते। हालाँकि मानिनी स्कोर में पांचवें स्थान



पर थीं, लेकिन दो शीप शूटर 'रैकिंग फॉइंट्स ओनली' श्रेणी में होने के कारण उन्हें कांस्य प्रदान किया गया।

मानिनी ने इसी स्पर्धा में भारत को टीम सिल्वर दिलाने में भी अहम योगदान दिया। मानिनी (617.8), सुरभि भास्कराज (614.4) और विनोद विदारसा (613.8) के कुल 1846 अंक रहे। स्वर्ण दक्षिण कोरिया (1856.8) और कांस्य कजाकिस्तान (1828.2) को मिला।

भारत की प्राची गायकवाड़ ने जूनियर महिलाओं की 50 मीटर राइफल प्रोन स्पर्धा में रजत पदक जीता। उन्होंने 616.6 अंक बनाए। स्वर्ण दक्षिण कोरिया की सेही ओह (618.6) और कांस्य कजाकिस्तान की सोफिया मालकिना (616.3) को मिला। टीम इवेंट में प्राची (616.6), अनुष्का ठोकुर (607.6) और तेजल नथावत (599.2) ने 1823.4 अंक जुटाकर कांस्य पदक जीता। दक्षिण कोरिया (1844) ने स्वर्ण और कजाकिस्तान (1830.1) ने रजत जीता।

भोपाल में खेल महोत्सव शुरु, मंत्री सारंग भी दिखे मैदान में, 3 दिन तक चलेगी खेल प्रतियोगिताएं

भोपाल। राजधानी भोपाल में हॉकी के जादूगर मेजर ध्यानचंद की 120वीं जयंती राष्ट्रीय खेल दिवस पर तीन दिवसीय खेल महोत्सव का शुभारंभ शुक्रवार को किया गया। सहकारिता, खेल एवं युवा कल्याण मंत्री विश्वास कैलाश सारंग ने तात्वा टोपे स्टैडियम भोपाल में आयोजित कार्यक्रम में मेजर ध्यानचंद को श्रद्धांजलि अर्पित की। इसके बाद मंत्री सारंग खेल के मैदान में दिखे। 'एक घंटा खेल मैदान में' थीम के तहत सारंग ने खिलाड़ियों के साथ रस्साकशी में भी भाग लिया। इस दौरान मप्र. वॉटर स्पोर्ट्स व हॉकी टीम के खिलाड़ियों के बीच भी रस्साकशी का मैत्री मैच हुआ, जिसमें 2-1 से म.प्र. वॉटर स्पोर्ट्स की टीम विजेता रही। मंत्री सारंग ने स्टैडियम में 100 मीटर स्प्रीट पुरुष व महिला, फुटबॉल, बॉल वॉल्ट समेत अन्य खेलों का अवलोकन कर खिलाड़ियों से संवाद किया तथा उनका उत्साहवर्धन किया।



संक्षिप्त समाचार

डॉलर के मुकाबले सबसे निचले स्तर पर पहुंचा रुपया, भारतीय मुद्रा में 57 पैसे की गिरावट

नई दिल्ली। भारत पर थोपे गए 50 प्रतिशत अमेरिकी टैरिफ को लेकर बाजार में बनी चिंता, डॉलर इंडेक्स में आई तेजी और डॉलर की मांग में बढ़ोतरी होने का असर आस भारत के मुद्रा बाजार में साफ दिखा। मुद्रा बाजार में बने नकारात्मक माहौल के कारण रुपया आज डॉलर की तुलना में रिकॉर्ड निचले स्तर पर पहुंच गया। भारतीय मुद्रा आज डॉलर की तुलना में 57 पैसे फिसल कर 88.20 (अंतिम) के स्तर पर बंद हुई। इसके पहले पिछले कारोबारी दिन गुरुवार को भारतीय मुद्रा 87.63 रुपये प्रति डॉलर के स्तर पर बंद हुई थी। रुपये ने आज के कारोबार की शुरुआत भी कमजोरी के साथ ही की थी। इंटरबैंक ऑपरेन एक्सचेंज मार्केट में भारतीय मुद्रा ने आज सुबह डॉलर के मुकाबले 7 पैसे की कमजोरी के साथ 87.70 रुपये के स्तर से कारोबार की शुरुआत की थी। आठ का कारोबार शुरू होने के बाद रुपये पर लगातार दावा बना हुआ नजर आया। रुपये पर बढ़ते दावा की वजह से भारतीय मुद्रा 68 पैसे की कमजोरी के 88.31 रुपये प्रति डॉलर के रिकॉर्ड निचले स्तर तक पहुंच गई।

विक्रान इंजीनियरिंग का आईपीओ अंतिम दिन 23.59 गुना हुआ सब्सक्राइब

नई दिल्ली। विक्रान इंजीनियरिंग लिमिटेड का आरंभिक सार्वजनिक निर्गम (आईपीओ) का निवेशकों की ओर से शानदार रियास मिली है। इस आईपीओ को बोली के अंतिम दिन 23.59 गुना सब्सक्राइब किया गया। इस इश्यू को सब्सक्राइब करने का आज आखिरी दिन है। कंपनी के शेयर एक सितंबर को अलौट होंगे, जबकि 3 सितंबर को स्टॉक बीएसई और एनएसई पर सूचीबद्ध होंगे। इस इश्यू को प्रस्तावित 92-97 रुपये प्राइस बैंड पर 5.87 करोड़ शेयरों के मुकाबले 138.59 करोड़ शेयरों के लिए बोलियां प्राप्त हुईं। आंकड़ों के अनुसार इस निर्गम को शाम 5.30 बजे तक 23.59 गुना अभिधान मिला। आंकड़ों के मुताबिक गैर-संस्थागत निवेशक भाग और योग्य संस्थागत खेदार भाग क्रमशः 58.58 गुना और 19.45 गुना सब्सक्राइब हुए हैं, जबकि खुदरा भाग 10.97 गुना सब्सक्राइब हुआ है। विक्रान इंजीनियरिंग का इश्यू 26 अगस्त को बोली के लिए खुलकर 29 अगस्त को बंद हुआ। इसके लिए मुख्य का दायरा 92-97 रुपये प्रति शेयर था। एक निवेशक को न्यूनतम 148 इक्विटी शेयरों और उसके गुणकों में बोली लगाने की अनुमति थी। विक्रान इंजीनियरिंग लिमि. के आईपीओ में एक नया इश्यू और एक बिक्री प्रस्ताव दोनों शामिल हैं। इस इश्यू में कुल 721 करोड़ रुपये तक के इक्विटी शेयरों का एक इश्यू और कंपनी के एमोउट में से एक राकेश अशोक मरखेडकर द्वारा 51 करोड़ तक के बिक्री प्रस्ताव शामिल हैं। कंपनी की योजना नए निर्गम से प्राप्त शुद्ध आय में से 5.41 करोड़ रुपये का उपरोक्त कार्यशील पूंजी जरूरतों के लिए और शेष राशि सामान्य कॉर्पोरेट उद्देश्यों के लिए करने का है।

नई दिल्ली ■ एजेंसी

केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने शुक्रवार को कहा कि सरकार देश के नैर्यात को बढ़ावा देने को लेकर घरेलू एवं वैश्विक पहुंच बढ़ाने के लिए जल्द ही कई कदम उठाएगी। सरकार उद्योग जगत को एकतरफा कार्रवाई से बचाने के लिए

प्रतिबद्ध है। मंत्री गोयल ने यहां भारत बिल्डरॉक 2026 के उद्घाटन समारोह को संबोधित करते हुए कहा कि सरकार यह सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है कि उद्योग जगत को कुछ देशों की एकतरफा कार्रवाइयों से उत्पन्न अनावश्यक तनाव या कठिनाइयों का सामना न करना पड़े। गोयल ने उद्योग जगत के प्रतिनिधियों से उन क्षेत्रों पर प्रकाश डालने का आग्रह किया, जहां वैकल्पिक बाजारों की आवश्यकता है। उन्होंने आश्वासन दिया कि वाणिज्य मंत्रालय नए अवसरों के द्वार खोलने के लिए दुनिया भर के भागीदारों से संपर्क कर रहा है। वाणिज्य मंत्री ने जोर देकर कहा कि वैश्विक पहुंच के साथ-साथ घरेलू खपत को बढ़ावा देना भी प्राथमिकता बनी हुई है। उन्होंने कहा कि आगामी जीएसटी परिपद की बैठक में ऐसे उपाय सुझाए जाने की उम्मीद है, जो मांग को तेजी से बढ़ाएंगे और घरेलू विनिर्माण को मजबूत बढ़ावा देंगे। गोयल ने कहा कि ओमान के साथ मुक्त व्यापार समझौते (एफटीए) को जल्द ही अंतिम रूप दे दिया जाएगा और कतर भी भारत के साथ



ऐसे समझौते पर बातचीत करने को इच्छुक है। गोयल ने अस्ट्रेलिया, संयुक्त अरब के संघ भारत के मुक्त व्यापार समझौतों के अमीरात, स्विट्जरलैंड, नॉर्वे, लिक्टेंस्टेन,

आइसलैंड और यूके सहित विकसित देशों के साथ भारत के मुक्त व्यापार समझौतों के बढ़ते नेटवर्क पर प्रकाश डाला और यूरोपीय

मेट्रो क्षेत्र आत्मनिर्भरता का स्वाभाविक उम्मीदवार, विकास के लिए साहसिक लक्ष्य करने होंगे निर्धारित: गोयल

नई दिल्ली, 29 अगस्त (हि.स)। केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने शुक्रवार को कहा कि मेट्रो क्षेत्र आत्मनिर्भरता के लिए एक स्वाभाविक उम्मीदवार है। उन्होंने कहा कि विकास के लिए साहसिक लक्ष्य निर्धारित करने होंगे। भारत-अफ्रीका व्यापार सम्मेलन व्यापार और साझेदारी के लिए एक निर्णायक मंच के रूप में विकसित हुआ है। गोयल ने यहां 17वें भारतीय उद्योग परिषद (सीआईआई) लीबल मेट्रो क्षेत्र शिखर सम्मेलन 2025 को संबोधित करते हुए यह बात कही। वाणिज्य मंत्री ने उद्योग से जीवंत भारत की ओर अग्रिम कदमों को पूरा करने के लिए सरकार की अनुसंधान, विकास और नवाचार योजना का उपयोग करने का आग्रह किया। उन्होंने भारतीय मेट्रो क्षेत्र उद्योग की विशेष रूप से कोरोना महामारी के दौरान, उल्लेखनीय वृद्धि और लचीलेपन के लिए सराहना की। उन्होंने भारत को स्वास्थ्य सेवा में आत्मनिर्भर बनाने में इस क्षेत्र के योगदान की प्रशंसा की और इसे किफायती, उच्च-गुणवत्ता वाले विकित्सा उपकरण उपलब्ध कराने में वैश्विक अग्रणी बनने का आग्रह किया। इसके अलावा केंद्रों मंत्री गोयल ने नई दिल्ली में सीआईआई इंडिया-अफ्रीका बिजनेस कॉन्फ्लेंस के 20वें संस्करण के समापन सत्र में मुख्य भाषण देते हुए कहा कि पारस्परिक लाभ के लिए भारत-अफ्रीका साझेदारी को मजबूत करने के लिए व्यापार अवसर उपलब्ध हैं। उन्होंने कहा, हम मिलकर अच्छे माल के नैर्यात से उभरे बढ़कर वैश्विक बाजारों के लिए मूल्यवर्धित उत्पादन की ओर बढ़ सकते हैं। गोयल ने कहा कि 20 साल पहले शुरू हुए इस कॉन्फ्लेंस के विचार ने अफ्रीकी देशों के अवसरों और क्षमताओं को उजागर किया है और साथ ही अफ्रीका एवं भारत दोनों की ताकतों को भी प्रदर्शित किया है। गोयल ने कहा कि भारत और अफ्रीका को 2030 तक द्विपक्षीय व्यापार को दोगुना करने के लिए काम करना चाहिए, जिसमें मुख्य संवर्धन, तकनीक-संचालित कृषि, नवीकरणीय ऊर्जा और स्वास्थ्य सेवा पर ध्यान केंद्रित किया जाना चाहिए।

रिलायंस 125 अरब डॉलर का राजस्व कमाने वाली बनी पहली भारतीय कंपनी: मुकेश अंबानी

मुंबई ■ एजेंसी

रिलायंस इंडस्ट्रीज लिमिटेड (आरआईएल) के चेयरमैन मुकेश अंबानी ने शुक्रवार को कहा कि भारत तकनीकी की राह पर आगे बढ़ रहा है। रिलायंस 125 अरब डॉलर का राजस्व पर करने वाली पहली भारतीय कंपनी बन गई है, जबकि वित्त वर्ष 2024-25 में देश को 2.1 लाख करोड़ रुपये का योगदान दिया। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि कंपनी अपने ही रिकॉर्ड तोड़ती रहेगी और भारत के विकास में अहम भूमिका निभाएगी।

मुकेश अंबानी मुंबई में आरआईएल की 48वीं वार्षिक आम बैठक (एजीएम) को संबोधित कर रहे थे। आरआईएल प्रमुख ने कहा कि किसी भी भारतीय कंपनी के लिए एक ऐतिहासिक उपलब्धि है कि कंपनी ने रिकॉर्ड

मुनाफा और राष्ट्र के लिए योगदान की दर्ज किया है। मुकेश अंबानी ने कहा कि रिलायंस ने वित्त वर्ष 2024-25 में देश को 2.1 लाख करोड़ रुपये का योगदान दिया। समूह की दूरसंचार कंपनी रिलायंस जिओ 2026 की पहली छमाही तक अपना आरंभिक सार्वजनिक निर्गम (आईपीओ) लेकर आएगी। उन्होंने कहा कि जियो अब विदेशों में कारोबार विस्तार करने के साथ अपनी खुद की कृत्रिम मेधा (एआई) प्रौद्योगिकी भी विकसित करेगी। रिलायंस लिमिटेड ने वित्त वर्ष 2024-25 में कुल समकित राजस्व में 10,71,174 करोड़ रुपये (125.3 अरब अमरीकी डॉलर) हासिल किया।

एलआईसी ने वित्त मंत्री निर्मला को सौंपा 7324.34 करोड़ का लाभांश चेक

नई दिल्ली ■ एजेंसी

सार्वजनिक क्षेत्र की बीमा कंपनी भारतीय जीवन बीमा निगम (एलआईसी) ने शुक्रवार को नई दिल्ली में केंद्रीय वित्त एवं कॉर्पोरेट मामलों की मंत्री निर्मला सीतारमण को 7324.34 करोड़ रुपये का लाभांश चेक सौंपा।

एलआईसी के मुख्य कार्यपालक अधिकारी (सीईओ) एवं प्रबंध निदेशक (एमडी) आर. दोरईस्वामी ने केंद्रीय वित्त एवं कॉर्पोरेट मामलों की मंत्री निर्मला सीतारमण को 7324.34 करोड़ रुपये का लाभांश चेक सौंपा। बीमा कंपनी ने कहा कि यह चेक भारत सरकार के लाभांश हिस्से के रूप में है, जिसे 26 अगस्त, 2025 को आयोजित वार्षिक आम बैठक में शेयरधारकों द्वारा अनुमोदित किया गया था।

इस अवसर पर वित्त मंत्रालय के वित्तीय सेवा विभाग के सचिव एन. नागराजू, मंत्रालय के वित्तीय सेवा विभाग के संयुक्त सचिव डॉ. प्रशांत कुमार



गोयल, भारतीय जीवन बीमा निगम के अधिकारियों में प्रबंध निदेशक सतपाल भातु, प्रबंध निदेशक दिनेश पंत, प्रबंध निदेशक रत्नाकर पटनायक और जे.पी.एस.बजाज, क्षेत्रीय प्रबंधक

(प्रभारी), उत्तरी क्षेत्र भी उपस्थित थे। एलआईसी अपनी स्थापना के 69 गौरवशाली वर्ष पूरा कर रही है और 31 मार्च, 2025 तक इसकी परिसंपत्ति 56.23 लाख करोड़ रुपये है।



नरेन्द्र मोदी, प्रधानमंत्री

डॉ. मोहन यादव, मुख्यमंत्री



मुख्य अतिथि

डॉ. मोहन यादव

मुख्यमंत्री, मध्यप्रदेश

30 अगस्त, 2025 | पूर्वाह्न 10:30 बजे

राजमाता विजयाराजे सिंधिया कृषि विश्वविद्यालय, ग्वालियर

मुख्य आकर्षण



निवेश के अवसर

होटल, रिसॉर्ट, वेल्नेस और ईको-टूरिज्म क्षेत्र के निवेशकों को लैटर ऑफ अवॉर्ड प्रदाय तथा एमओयू का आदान-प्रदान



रोज़गार एवं क्षेत्रीय विकास

परियोजनाओं से स्थानीय समुदाय को पर्यटन आधारित रोज़गार और क्षेत्रीय पर्यटन को स्थायित्व मिलेगा



विशेष पर्यटन प्रदर्शनी

मध्यप्रदेश के विविध पर्यटन स्थलों, हॉस्पिटैलिटी ब्रांड्स, होम-स्टे, रिसॉर्ट्स, हैंडलूम/हैंडीक्राफ्ट, साहसिक गतिविधियों और सांस्कृतिक धरोहरों को समर्पित प्रदर्शनी

सत्र 1 - टूरिज्म कल्चरल ब्रिज

“ब्रांडिंग ग्वालियर एंड हार्टलैंड ऑफ एमपी फॉर द वर्ल्ड” विषय पर पैनल डिस्कशन - ग्वालियर की सांस्कृतिक धरोहर, शास्त्रीय संगीत और स्थापत्य कला को वैश्विक मानचित्र पर स्थापित करने की रणनीतियों पर विमर्श

सत्र 2 - ग्वालियर एंड चम्बल राइजिंग

“इनबाउंड अपील थ्रू हेरिटेज, लक्जरी एंड एक्सपीरियंस” विषय पर पैनल डिस्कशन - विरासत, लग्जरी स्टे, डेस्टिनेशन वेडिंग और अनुभवात्मक पर्यटन के नए आयामों पर संवाद

आकल्पन : म.प्र. माध्यम/2025
मध्यप्रदेश जनसम्पर्क द्वारा जारी

सीधा प्रसारण

@Cmmadhyapradesh
@jansampark.madhyapradesh@Cmmadhyapradesh
@jansamparkMP

jansamparkMP