

सावधान! बिहार के इन दस जिलों में भारी बारिश होगी, वज्रपात का भी अलर्ट जारी

पटना। बिहार में मॉनसून की सक्रियता लगातार बनी हुई है। पिछले 24 घंटों में राज्य के पूर्वी भाग में भारी बारिश दर्ज की गई है। मौसम विज्ञान केंद्र के मुताबिक मॉनसून की अक्षीय रेखा के पटना और वाराणसी से गुजरने और पूर्वी उत्तर प्रदेश से मध्यप्रदेश तक एक ट्रफ रेखा बनने की वजह से राज्य के दस जिलों में भारी बारिश और वज्रपात की स्थिति बनी है।

साथ ही सूबे के अनेक भाग में हल्की से मध्यम बारिश के आसार हैं। जिन जिलों में अगले 24 घंटों में भारी बारिश की स्थिति बन सकती है उनमें सारण, सीवान, सीतामढ़ी, मधुबनी, दरभंगा, खगड़िया, समस्तीपुर, सुपौल अररिया, किशनगंज शामिल हैं। गुरुवार को शिवहर, सीतामढ़ी, दरभंगा, पूर्वी चंपारण, मुजफ्फरपुर, समस्तीपुर, वैशाली समेत कई जगह पर हल्की से मध्यम बारिश दर्ज की गई। राज्य में सबसे ज्यादा बारिश कटिहार में

100 मिमी, बालतारा में 80 मिमी, ठाकुरगंज, बेलसंड और बीहपुर में 60 मिमी बारिश दर्ज की गई। पूर्णिया में भी 29.5 मिमी बारिश हुई। पटना में



दोपहर बाद बादल छाप रहे लेकिन बारिश नहीं हुई। मौसम विज्ञान केंद्र के मुताबिक अभी मानसून की सक्रियता बिहार में बने रहने के आसार हैं।

ऐसा रहा पारा-गुरुवार को पटना का अधिकतम तापमान 30.2 डिग्री सेल्सियस रहा जबकि ग्या का 33.9, भागलपुर का 33.6 और पूर्णिया का 32.2 डिग्री सेल्सियस रहा। शुक्रवार को पटना समेत इन चारों शहरों में बारिश के आसार हैं।

बिगड़ा बजट-कोरोना की वजह से घटी कमाई, गुजारे के लिए 40 प्रतिशत परिवारों को लेना पड़ा कर्ज

नई दिल्ली। देश में कोरोना महामारी ने कम आय वर्ग के लोगों की कमाई घटाने के साथ ही उन पर कर्ज का बोझ लाद दिया है। करीब तीन चौथाई लोगों की या तो नौकरी चली गई या रोजगार छिन गया है। 40 फीसदी परिवारों को कर्ज लेना पड़ा है। वहीं, दो तिहाई लोग काम की तलाश में घर नहीं छोड़ना चाहते हैं। सरकारी मदद मिल रही है, लेकिन वो इतनी नहीं की जरूरत पूरी कर पाए। ग्लोबल कंस्ट्रक्शन कंपनी डालबर्ग की रिपोर्ट में यह खुलासा हुआ है। देशभर में 5 अप्रैल से 3 जून के बीच करीब 47 हजार लोगों से राय ली गई। लोगों ने बताया कि मार्च के बाद आमदनी 60 तक घटी



है। मार्च में जो लोग 10 रुपए कमा पाते थे वो अप्रैल और मई में 4 से साढ़े 4 हजार कमा पा रहे हैं। 23 फीसदी परिवारों को मई महीने के दौरान कोई आय ही नहीं

जबकि जून में 91 पसैंट लोगों को मुफ्त राशन मिलने लगा था। केश ट्रांसफर की रकम भी खाते में पहुंचने लगी। कुल मिलाकर 84 पसैंट लोग सरकारी प्रयासों से संतुष्ट दिखे।

काम मिलने की आस घटी-देश के कुल 16 राज्यों में हुए सर्वे में कोरोना के बाद से हालात पर लोगों की मिलीजुली राय रही। बिहार में 32.27 यूपी में 19, झारखंड में 22, हरियाणा में 25 फीसदी लोग शहर लौटना चाहते हैं, लेकिन उन्हें डर है कि नौकरी या काम-धंधा अगले दो महीने तक शुरू नहीं कर पाएंगे। केरल, ओडिशा के लोग मानते हैं कि उन्हें पुरानी नौकरी मिल जाएगी।

अयोध्या में पीएम मोदी देखेंगे त्रेता युग जैसी तस्वीर, रामायणकालीन प्रसंगों की आकृतियों से सजाई जा रही राम नगरी

अयोध्या। 5 अगस्त को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी राम मंदिर निर्माण के लिए भूमि पूजन करने अयोध्या आएंगे तो उन्हें हर तरफ त्रेता युग के जैसी तस्वीर देखने को मिलेगी। प्रधानमंत्री मोदी के आने से पहले अयोध्या को नई-नवेली दुल्हन की तरह सजाया जा रहा है। हर तरफ बहुरंगी छटा बिखरे जाने की तैयारियां जोर-शोर से चल रही हैं।

अयोध्या आगमन पर प्रधानमंत्री मोदी के हेलीकाप्टर साकेत महाविद्यालय में बनाए जा रहे हेलीपैड पर उतरेंगे। यहां से प्रधानमंत्री सड़क

मार्ग से रामजन्मभूमि के लिए रवाना होंगे। रामजन्मभूमि में उन्हें भूमि-पूजन करना है। यहां से हनुमानगढ़ी दर्शन करने भी जाएंगे। साकेत कॉलेज से रामजन्मभूमि और हनुमानगढ़ी जाने वाले मार्ग के दोनों तरफ सभी भवनों की दीवारों पर त्रेता युग की झलक दिखलाते हुए रामायण कालीन प्रसंगों की आकृतियों को उकेरा जा रहा है। कहीं भगवान राम, सीता, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न, हनुमान जी और ऐसे ही त्रेता युग से जुड़ी तस्वीरों को आकृति प्रदान की जा रही है। इसके लिए कलाकारों की फौज जुटी हुई है।

इतना ही नहीं अयोध्या के प्रमुख मार्ग जिससे प्रधानमंत्री का काफिला गुजरगा उसके दोनों तरफ स्थित भवनों को भी पीले रंग से रंगा जा रहा है। एक ही रंग में सराबोर सभी मकान रामजन्मभूमि और हनुमानगढ़ी की ओर जाने वाले मार्ग की शोभा और बढ़ा रहे हैं। इस मार्ग के डिवाइडर की रंगाई-पुताई चल रही है। डिवाइडर पर स्थित बिजली के खंभों को भी पीले रंग से रंगा जा रहा है। प्रधानमंत्री के गुजरने वाले मार्ग के दोनों तरफ युद्ध स्तर पर सफाई अभियान चल रहा है। सूखे पेड़ हटाए जा रहे हैं, झाड़ी-झंझड़ के साथ



जो हूँ बड़ी घास हटाई जा रही है। मुख्य समारोह के लिए तैयारियां अंतिम उधर रामजन्मभूमि परिसर में भी भूमि पूजन स्थल पर

अतिथियों के बैठने के साथ प्रधानमंत्री की मौजूदगी वाले स्थान पर सभी इंतजाम किए जा रहे हैं। राम की पैड़ी को भी संचालित जा रहा है। सरयू तट पर अलग अलग रौनक देखने को मिलेगी। इसके लिए यहां भी अभियान के तौर पर साफ-सफाई का काम चल रहा है।

बिना आईडी पूफ दिखाए रामनगरी में प्रवेश पर पाबंदी

5 अगस्त को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आगमन से एक सप्ताह पूर्व ही राम की नगरी अयोध्या में सुरक्षा व्यवस्था सख्त कर दी गई है। देश के विभिन्न स्थानों पर आतंकी हमले के खुरफिया

इनपुट के बाद यहां हाई अलर्ट घोषित कर दिया गया है। पुलिस महकमे के एडीजी स्तर के अधिकारियों ने यहां का दौरा कर सुरक्षा व्यवस्था में इजाफा करने के निर्देश दिए हैं। गुरुवार को इसका असर दिखाई दिया। राम नगरी के मुख्य प्रवेश द्वार पर पुलिस ने आईडी पूफ देखने के बाद ही दाखिल होने की इजाजत दी। रामनगरी के मंदिरों के आसपास भी सुरक्षा घेरे में इजाफा कर दिया गया है। पुलिस के तमाम अधिकारी निरंतर भ्रमणशील हैं। खुफिया एजेंसियों को भी सतर्कता बरतने के निर्देश दिए गए हैं।

इस राज्य के जेलों में खुलेंगे पेट्रोल पंप, कैदी होंगे कर्मचारी, वेतन भेजेंगे घर

तिरुवनंतपुरम। केरल में कैदियों के जीवन को बेहतर बनाने के लिए एक बेहतर पहल की जा रही है। केरल में अब पेट्रोल पंप पर जेल के कैदी कैदी कर्मचारी की तरह काम कर सकेंगे और सैलरी अपने घर भेज सकेंगे। दरअसल, केरल सरकार ने इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन के साथ मिलकर जेल परिसर से पेट्रोल पंपों को चालू किया है। समाचार एजेंसी एएनआई से बात करते हुए जेल डीजीपी ऋषिराज सिंह ने कहा कि पेट्रोल पंपों पर जेल के कैदियों को रोजगार देने की पहल की गई है, क्योंकि केरल में कई परियोजनाएं हैं, जिनमें कैदी भी एक हिस्सा हैं और उन्हें रोजगार दिया जा रहा है। उन्होंने कहा कि हर एक पेट्रोल पंप पर 15 जेल कैदियों को रोजगार दिया जाएगा। तिरुवनंतपुरम, विथूर और चेमनी जेलों के आउटलेट आज (गुरुवार) से काम करने लगे हैं। कई लोग संदेह व्यक्त करते हैं कि क्या कैदी भागने की कोशिश करेंगे। मगर उनके साथ काम करने का मेरा अनुभव है कि वे ऐसा नहीं करेंगे। जेल के ये कैदी राज्य में पांच कैफेटेरिया को मैनेज कर रहे हैं और अपने द्वारा तैयार भोजन बेच रहे हैं। हम उन्हें उनके काम के लिए प्रति दिन 220 रुपये का भुगतान करते हैं और कोरोना काल में जेल के कैदी इसे सफलतापूर्वक चला रहे हैं। इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन जेल परिसर में चार पेट्रोल पंप स्थापित करने के लिए लगभग 9.5 करोड़ रुपये का निवेश कर रहा है। पेट्रोलियम आउटलेट स्थापित करने के लिए जेल की ओर से शेर्य 30 लाख रुपये हैं। वर्तमान में तीनों के अलावा, इसे कन्नूर जेल में भी शुरू किया जाएगा। तिरुवनंतपुरम में लगभग 25 फीसदी, कन्नूर में 39 फीसदी, विथूर में 25 फीसदी और चेमनी ओपन जेल में 25 फीसदी आर्वाइट किए गए हैं। इसके जरिए सरकार को हर महीने 5.9 लाख रुपये किराए में मिलेंगे। भविष्य में सीएनजी और विद्युत चार्जिंग स्टेशन स्थापित करके परियोजना का विस्तार करने की भी योजना है।

झूठ बोल रहा ड्रैगन, विदेश मंत्रालय ने किया साफ, पूरी तरह नहीं हुई चीनी सैनिकों की वापसी

नई दिल्ली। पूर्वी लद्दाख में स्थित वास्तविक नियंत्रण रेखा पर चीन पूरी तरह से चालबाजी में उतर आया है। एक तरफ तो उसने अपने सैनिकों को वापस नहीं बुलाया है लेकिन दूसरी तरफ यह दावा कर रहा है कि अधिकांश जगहों से सैनिकों की वापसी हो गई है। चीन का यह भी दावा है कि एलएसी पर अब हालात सामान्य हो रहे हैं। भारत ने गुरुवार को चीन का दोहरा चरित्र उजागर करते हुए बताया कि पूर्वी लद्दाख में एलएसी पर सभी इलाकों से चीनी सैनिकों के वापसी की प्रक्रिया अभी पूरी नहीं हो पाई है। भारत ने चीन से इस मामले में गंभीरता से प्रयास करने को भी कहा है।



वैसे दोनों देशों के बीच आगे का रास्ता निकालने के लिए अगले दौर की सैन्य वार्ता की तैयारी चल रही है। संकेत इस बात के हैं कि इस बार चीनी अतिक्रमण का मामला लंबा चलेगा।

कमांडरों के बीच शीघ्र ही मुलाकात होने है ताकि आगे का रास्ता निकाला जा सके। हम पहले ही यह कह चुके हैं कि सीमा पर अमन शांति ही द्विपक्षीय रिश्तों को मजबूत बनाने की सबसे अहम शर्त है। हमें उम्मीद है कि चीनी पक्ष गंभीरता

से काम करेगा और पूर्व में विशेष प्रतिनिधियों के बीच बनी सहमति के मुताबिक पूरी तरह से सैनिकों की वापसी सुनिश्चित करेगा।

झूठ बोल रहा चीन

असल में चीनी विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता ने कहा है कि हाल ही में भारत और चीन के बीच सैन्य व कूटनीतिक स्तर पर कई चरणों में विमर्श हुआ है। इसके तहत कमांडर स्तर पर चार चरणों की, सीमा विवाद सुलझाने पर स्थापित विशेष व्यवस्था के तहत तीन चरणों और दूसरी व्यवस्थाओं के तहत भी बैठकें हुई हैं। ज्यादातर स्थानों से दोनों पक्षों की सेनाएं फंट लाइन से वापस हो चुकी हैं। हालात तेजी से सामान्य हो रहे हैं। अभी भारत और चीन पांचवीं कमांडर स्तर की बातचीत की तैयारी में हैं। हमें उम्मीद है कि दोनों पक्षों की तरफ से शांति स्थापित करने के लिए कदम उठाए जाएंगे।

मामले को लंबा खींचने में जुटा

ड्रैगन

दोनों पक्षों के बयान को देखें तो साफ हो जाता है कि चीन पूरे मामले को बहुत तवज्जो नहीं दे रहा है। जानकार मान रहे हैं कि चीन सुनिश्चित तरीके से पूरे मामले को लंबा खींचने में जुटा हुआ है। यही वजह है कि वह दिखाना चाहता है कि हालात नियंत्रण में हैं। वैसे दोनों देशों के बीच आगे का रास्ता निकालने के लिए अगले दौर की सैन्य वार्ता की तैयारी चल रही है। संकेत इस बात के हैं कि इस बार चीनी अतिक्रमण का मामला लंबा चलेगा।

भारतीय सेनाएं भी सतर्क

भारतीय सेनाएं चीन की इस रणनीति से बखूबी वाकिफ हैं। सेनाओं ने लाइन ऑफ एंक्लाइव कंट्रोल पर चीन की किसी भी हिमाकत का मुहताब जवाब देने की तैयारी कर ली है। पूर्वी लद्दाख में सैन्य तनातनी के लंबा खींचने के संकेतों को देखते हुए सेना सीमा पर 35 हजार अतिरिक्त जवानों की तैनाती

करने जा रही है। वरिष्ठ भारतीय अधिकारियों के हवाले से यह जानकारी सामने आई है।

नया एलएसी निर्धारित करने में जुटा चीन

जानकारों का कहना है कि चीन की तरफ से पैगोंग लेक, गोगरा, हॉट स्प्रिंग, गलवन वैली और देसापांग में नया एलएसी निर्धारित करने की कोशिश हो रही है। यही वजह है कि 4 मई, 2020 को उसने जितना अतिक्रमण किया है उससे थोड़ा पीछे हट गया है लेकिन वास्तविक तौर पर वह अभी भी एलएसी के काफी भीतर है। अगर वह इसी स्थिति पर रहता है तो पिछले साढ़े चार दशकों से जो हिस्सा एलएसी का माना जा रहा था अब बदल जाएगा। भारतीय सैन्य दल जितनी दूर तक सैन्य पैट्रोलिंग कर रहे थे वह दायरा भी काफी सिमट जाएगा। यही वजह है कि भारत की तरफ से मई, 2020 से पहले वाली स्थिति कायम करने पर बात हो रही है।

ऑक्सफोर्ड की वैक्सीन ने बंदरों पर किया कमाल, वायरस को जानलेवा बनने से रोका

नई दिल्ली। कोरोना वायरस का कहर पूरी दुनिया में जारी है और इसके वैक्सीन के लिए हर जगह कवायद तेज है। इस बीच अच्छी खबर यह है कि ऑक्सफोर्ड की वैक्सीन ने उम्मीद की किरण दिखाई है। ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी के टीके का बंदरों पर परीक्षण सफल रहा है। टीका लगने के बाद बंदरों में प्रतिरोधी क्षमता पैदा हुई और उनमें वायरस का प्रभाव भी कम हुआ। मेडिकल जर्नल नेचर में प्रकाशित अध्ययन में यह जानकारी दी गई। अमेरिका के राष्ट्रीय एलजी एवं संक्रामक रोग संस्थान के शोधकर्ताओं और ऑक्सफोर्ड ने पाया कि वैक्सीन यानी कि टीका बंदरों को कोविड-19 से होने वाले घातक निमोनिया से बचाने में सफल रहा।

दुनिया की पहली कोरोना वैक्सीन को 10 अगस्त तक मिल सकती है मंजूरी



दरअसल, कोरोना के संक्रमण के बाद फेफड़ों में सूजन आ जाती है और उन्हें एक प्रकार का द्रव्य भर जाता है। इसी सफलता के बाद ऑक्सफोर्ड ने इंसानों पर परीक्षण शुरू किए थे, जिसके भी प्रारंभिक नतीजे सफल रहे हैं। ऑक्सफोर्ड की वैक्सीन चैडविक एनएफ 19 चिपैजी में मिलने वाले एक कमजोर वायरस से बनाई गई है, इस वायरस से सामान्य सर्दी-जुकाम होता है। शोधकर्ताओं ने कहा

कब खत्म होगा कोरोना कहर 16 लाख के पार कोविड-19 केस, मौतों के मामले में 5वें नंबर पर पहुंचा भारत

नई दिल्ली। भारत में कोरोना वायरस तेजी से पांव पसार रहा है। कोरोना का कहर भारत में इतना फैल रहा है कि दुनिया के कई देशों से हम आगे निकल मौत के मुंह की तरफ जा रहे हैं। देश में अब हर दिन करीब 45 से 50 हजार के बीच मामले आ रहे हैं, जिससे देश में कोरोना वायरस के मामले 16 लाख के पार हो गए हैं और अब तक इस वायरस से 35 हजार से अधिक लोग जान गंवा चुके हैं। मौत का आंकड़ा इतना अधिक हो गया है कि भारत इटली को पीछे छोड़ पांचवें नंबर पर पहुंच गया है। वर्ल्डओमीटर के आंकड़ों के मुताबिक, कोरोना वायरस संक्रमण की वजह से मौतों के मामले में भारत अब इटली से आगे निकल चुका है और पूरी दुनिया में 5वें नंबर पर पहुंच गया है। भारत में कोरोना वायरस से अब तक 35,786 लोगों की मौत हो चुकी है। भारत से आगे अब बस चार देश ही बचे हैं, जिनमें अमेरिका, ब्राजील, ब्रिटेन और मैक्सिको है। अमेरिका में कोरोना वायरस से जहां 155067 मौतें हुई हैं, वहीं ब्रिटेन में 45999, ब्राजील में 91377 और मैक्सिको में 45361 लोगों की मौत हुई है।

इसके अलावा, अगर कोरोना वायरस के मरीजों की बात करें तो भारत में अभी कोरोना वायरस के मामले 1,639,350 हो चुके हैं। अच्छी बात यह है कि कोरोना के कुल 1,639,350 मामलों में 1,059,093 लोग रिकवर हो चुके हैं और फिलहाल देश में 544,471 एक्टिव केस हैं। कोरोना वायरस के मामलों में भारत अमेरिका और ब्राजील के बाद तीसरे नंबर पर है।

कोरोना ने तोड़े अब तक के सारे रिकॉर्ड, 24 घंटे में सामने आए 52 हजार से अधिक पॉजिटिव केस कोरोना वायरस के मामलों की बात करें तो गुरुवार को बीते 24 घंटे में भारत में कोरोना के 53,123 नए पॉजिटिव केस सामने आए। वहीं इस वैश्विक महामारी से कुल 775 मरीजों की मौत हो गई। वहीं, केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के आंकड़ों का अध्ययन से यह बात सामने निकलकर आई है कि सिर्फ जुलाई में दस लाख से अधिक पॉजिटिव केस भारत में सामने आए हैं। 30 जून तक यानी शुरुआती चार महीनों की बात करें तो देश में कोरोना के कुल 5.68 लाख केस थे। वहीं, आज इसकी संख्या बढ़कर 16 लाख पार हो गई है। हालांकि राहत की बात यह है कि भारत में रिकवरी और डेथ रेट अन्य बड़े देशों की तुलना में काफी बेहतर है।



जर्मनी को विश्व कप का खिताब जीताने वाले डिफेंडर हावेइस ने लिया संन्यास

बर्लिन।

जर्मनी को 2014 में विश्व कप खिताब दिलाने में मदद करने वाले डिफेंडर बेनेडिक्ट हावेइस ने शुक्रवार को पारिवारिक कारणों से फुटबॉल से संन्यास ले लिया। इस 32 वर्षीय खिलाड़ी ने पिछले महीने आपसी रजामंदी से लोकोमोटिव मार्को को छोड़ने का फैसला किया था जबकि कोरोना वायरस महामारी के कारण रूसी लीग को भी निलंबित कर दिया गया था। हावेइस ने जर्मनी की मैजिन 'डॉ स्मिगल' से कहा कि छुट्टी पर छोटे बेटे के साथ समय बिताने के बाद उन्हें परिवार से दूर होने में परेशानी होनी लगी और 'अचानक उन्हें फुटबॉल इतनी महत्वहीन' लगने लगी कि उन्होंने इससे संन्यास लेने का फैसला किया।



आईपीएल 2020

50 प्रतिशत स्टेडियम भरना चाहता है एमिरेट्स क्रिकेट, सरकार दे सकती है मंजूरी



नई दिल्ली।

एमिरेट्स क्रिकेट बोर्ड के सचिव मुबाशिर उस्मानी ने शुक्रवार को कहा कि अगर सरकार मंजूरी देती है तो वे संयुक्त अरब अमीरात में

होने वाली इंडियन प्रीमियर लीग में स्टेडियमों को 30 से 50 प्रतिशत तक दर्शकों से भरना चाहेंगे। इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) की तारीखों की घोषणा करते हुए इसके अध्यक्ष ब्रजेश पटेल ने पीटीआई से कहा था कि 19 सितंबर से आठ नवंबर तक होने वाले टी20 टूर्नामेंट के दौरान दर्शकों को मैदान में जाने की अनुमति देने का फैसला संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) सरकार द्वारा लिया जाएगा। तारीखों को

घोषणा करने के बावजूद भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई) भी यूएई में आईपीएल कराने को लेकर भारत सरकार की मंजूरी का इंतजार कर रहा है। उस्मानी ने फोन पर कहा, 'एक बार हमें बीसीसीआई से (भारत सरकार की मंजूरी के बारे में) पुष्टि हो जाए तो हम अपनी सरकार के पास पूर्ण प्रस्ताव और मानक परिचालन प्रक्रिया (एसओपी) के साथ जाएंगे जो हमारे और बीसीसीआई द्वारा तैयार किया गया होगा। उन्होंने कहा, 'हम निश्चित रूप से हमारे लोगों को इस प्रतिष्ठित टूर्नामेंट का

अनुभव कराना चाहेंगे लेकिन यह पूरी तरह से सरकार का फैसला होगा। यहां ज्यादातर टूर्नामेंट में दर्शकों की संख्या 30 से 50 प्रतिशत तक होती है, हम इसी संख्या की उम्मीद कर रहे हैं।' उस्मानी ने कहा, 'हमें इस पर अपनी सरकार की मंजूरी की उम्मीद है।' यूएई में कोविड-19 के 6000 से ज्यादा सक्रिय मामले हैं और वहां महामारी पर स्थिति लगभग नियंत्रित ही है। हालांकि नवंबर में होने वाले 2020 दुबई रग्बी सेवेंस टूर्नामेंट को कोरोना वायरस के खतरे के कारण 1970

के बाद पहली बार रद्द कर दिया गया है। उन्होंने आईपीएल की सुरक्षा को लेकर हो रही चिंताओं के बारे में कहा, 'यूएई सरकार संक्रमितों की संख्या को कम करने में काफी कायर रही है। हम कुछ नियम और प्रोटोकॉल का पालन करके सामान्य जीवन जी रहे हैं।' उस्मानी ने कहा, 'और आईपीएल में तो अभी थोड़ा समय है, हम निश्चित रूप से इससे बेहतर स्थिति में होंगे।' आईपीएल की संचालन परिषद रविवार को बैठक करके लॉजिस्टिक और एसओपी पर फैसला करेगी।

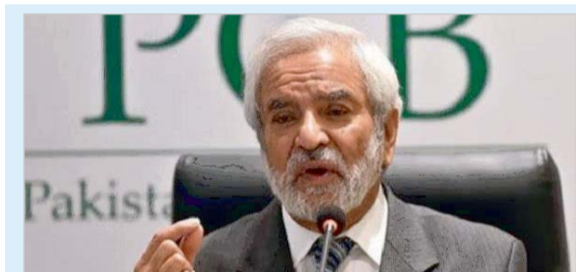
सहवाग और सरदार को मिली बड़ी जिम्मेदारी, राष्ट्रीय खेल पुरस्कार में निभाएंगे यह रोल

नयी दिल्ली।

खेल मंत्रालय ने राष्ट्रीय खेल पुरस्कार 2020 के लिए शुक्रवार को चयन समिति की घोषणा की जिसमें पूर्व क्रिकेटर वीरेंद्र सहवाग और पूर्व हॉकी कप्तान सरदार सिंह को शामिल किया गया है। मंत्रालय द्वारा जारी विज्ञापन के अनुसार उच्चतम न्यायालय के सेवानिवृत्त न्यायाधीश मुकुंद शर्मा समिति के अध्यक्ष होंगे। समिति के सदस्यों में सहवाग (क्रिकेट), सरदार (हॉकी), मोनालिसा बरूआ मेहता (टेबल टेनिस), दीपा मलिक (पैरा एथलेटिक्स) और वेंकटेशन देवराजन (मुक्केबाजी) शामिल हैं। इनके अलावा मशहूर खेल कमेंटेटर मनीष बटाविया, खेल पत्रकार आलोक सिन्हा और नीरू भाटिया भी समिति में होंगे। खेल



मंत्रालय से भारतीय खेल प्राधिकरण के महानिदेशक संदीप प्रधान, खेल विभाग के संयुक्त सचिव एल एस सिंह और टारगेट ओलंपिक पोडियम (टॉप्स) योजना के सीईओ राजेश राजागोपालन समिति में होंगे। द्रोणाचार्य पुरस्कार के लिए अध्यक्ष दो अतिरिक्त सदस्यों को शामिल कर सकता है जो द्रोणाचार्य पुरस्कार से सम्मानित रह चुके हों। यह समिति राजीव गांधी खेल रत्न, द्रोणाचार्य पुरस्कार, अर्जुन पुरस्कार, ध्यानचंद पुरस्कार, राष्ट्रीय खेल प्रोत्साहन पुरस्कार और मौलाना अबुल कलाम आजाद ट्रॉफी के विजेताओं का चयन करेगी।



पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड और PSL के बीच रिश्तों में खटास, ये है बड़ा कारण

कराची। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) और पाकिस्तान सुपर लीग (पीएसएल) में इसकी फेंचाइजी के बीच रिश्तों में खटास आ गई है क्योंकि तीन टीमों को बोर्ड के साथ वित्तीय और प्रायोजन संबंधित प्रतिबद्धताएं पूरी करने में असफल रही। लीग में छह फेंचाइजी के मालिकों ने पीसीबी को कड़े शब्दों में इमेल भेजा है और ऐसा पीएसएल की 28 जुलाई को निर्धारित संचालन परिषद बैठक के रद्द करने के बाद हुआ क्योंकि बोर्ड अध्यक्ष और मुख्य कार्यकारी अधिकारी छुट्टियां मनाते ब्रिटेन रवाना हो गए। लेकिन समाधान निकालने के बजाय पीएसएल के परियोजना कार्यकारी शोएब नावेद ने अपने जवाब में कहा कि भविष्य में ये तीन फेंचाइजी संचालन परिषद या किसी अन्य चर्चा का हिस्सा नहीं होंगी, जब तक वे अपना बकाया नहीं दे देतीं। बोर्ड में एक सूत्र ने कहा, 'शोएब नावेद ने स्पष्ट किया कि बोर्ड ने फैसला किया कि जिन फेंचाइजियों ने बोर्ड के साथ अपनी वित्तीय प्रतिबद्धताओं को पूरा किया है, उन्हें ऐसा नहीं करने वाली फेंचाइजी टीमों की वजह से इसका खामियाजा क्यों भुगतना पड़े।'।

कोच के कोविड-19 पॉजिटिव पाए जाने के बाद निशानेबाजी राष्ट्रीय शिविर स्थगित



नई दिल्ली।

भारतीय राष्ट्रीय राइफल संघ (एनआरएआई) ने एक अगस्त से कर्णा सिंह निशानेबाजी रेंज में ओलम्पिक खिलाड़ियों के लिए लगाए जाने वाले अनिवार्य राष्ट्रीय शिविर को रद्द कर दिया।

भारतीय खेल प्राधिकरण (साई) द्वारा रेंज स्थित कोच के कोरोनावायरस से संक्रमित पाए जाने की खबर के एक दिन बाद यह फैसला लिया गया है। एनआरएआई के सचिव राजीव भाटिया ने शुक्रवार को आईएनएस से कहा, 'शिविर की शुरुआत कल (1 अगस्त) से नहीं हो रही

है। हम नई तारीखों को लेकर चर्चा करेंगे। हम अगले सप्ताह इस बात की घोषणा करेंगे।' निशानेबाजों और प्रशिक्षकों ने इस शिविर में अनिवार्य रूप से आने के नियम पर आपत्ति जताई थी और वे चाहते थे कि यह तमगा हटाया जाए। भाटिया से जब इस संदर्भ में पूछा गया तो उन्होंने कहा, जब हम इस बात पर चर्चा करेंगे कि शिविर कब लगाया जाएगा तभी हम इन सभी चीजों पर भी बात करेंगे। आठ जुलाई से जब से रेंज खुली है तब से कई निशानेबाज वहां ट्रेनिंग कर रहे हैं। साई ने गुरुवार को कहा कि कोच के वायरस से पॉजिटिव आने के बाद भी ट्रेनिंग पर असर नहीं पड़ेगा। साई ने कहा, कोच ने केंद्र के प्रशासनिक विभाग का 24 जुलाई, 2020 को दौरा किया था। कोच ने मैदान का दौरा नहीं किया था और न ही सेंटर पर ट्रेनिंग कर रहे खिलाड़ियों से बात की थी। प्रोटोकॉल से संबंधित सभी कदम उठाए गए हैं। सेंटर को सैनेटाइज किया गया है और निशानेबाजों की ट्रेनिंग पर असर नहीं पड़ेगा।

संक्षिप्त समाचार



सर्जियो की कोरोना रिपोर्ट आई पॉजिटिव, ब्रिटिश ग्रांप्री में पेरेज की जगह भाग लेंगे हुल्केनबर्ग

सिल्वरस्टोन। फार्मूला वन ड्राइवर सर्जियो पेरेज के कोविड-19 पॉजिटिव पाए जाने के बाद रविवार को ब्रिटिश ग्रांप्री उनकी जगह रेंसिंग व्हाइट टीम में अनुभव निका हुल्केनबर्ग लेंगे। 32 साल के हुल्केनबर्ग रेंसो की टीम में अपनी जगह नहीं बना पाए थे। रेंसिंग व्हाइट के 'टीम प्रिंसिपल' ओटमार स्पाफनर ने उन्हें रेस के लिए टीम में शामिल होने का प्रस्ताव दिया तो वह मना नहीं कर सके। एफवन के 177 रेस का अनुभव रखने वाले हुल्केनबर्ग ने शुक्रवार को कहा, 'मैं एक अन्य रेंसिंग 'प्रोजेक्ट' के लिए नूबार्गिंग जा रहा था तभी ओटमार का फोन आया। मेरे पास 24 घंटे से कम समय था लेकिन मुझे चुनौती पसंद है।' इससे पहले पेरेज को कहा था कि हंगरी और ब्रिटेन में हुई रेस के बीच में मेक्सिको की यात्रा के दौरान इस वायरस से संक्रमित हुए होंगे। पेरेज को गुरुवार को परीक्षण के नतीजे में खुद के संक्रमित होने का पता चला जिससे वह सिल्वरस्टोन में रविवार को होने वाली रेस का हिस्सा नहीं हो पायेंगे। इसके अलावा वह पुष्कवास में रहने के कारण अगले हफ्ते इसी ट्रैक पर होने वाली एक अन्य रेस में भी शिरकत नहीं कर पाएंगे।

बिलिंग्स को टीम में अपनी जगह पक्की करनी है : की



लंदन। इंग्लैंड के पूर्व बल्लेबाज रोब की ने अपने पूर्व केंद्र के टीम साथी सैम बिलिंग्स से इंग्लैंड की वनडे टीम में जगह बनाने का अनुरोध किया है। बिलिंग्स ने गुरुवार को पहले वनडे मैच में आयरलैंड के खिलाफ 67 रनों की नाबाद पारी खेली, जोकि उनके करियर की सर्वश्रेष्ठ पारी है। इंग्लैंड ने पहले मैच छह विकेट से जीतकर मैचों की वनडे सीरीज में 1-0 की बढ़त बना ली है। की ने स्काई स्पोर्ट्स से कहा, 'पहली गेंद से ही ऐसा लग रहा था कि वह अच्छे टच में थे। उन्होंने शुरुआत में कई अच्छे पुल शॉट लगाए। उन्हें अच्छी तरह से जानने के बाद, वह उन खिलाड़ियों में से एक है जिन्हें उतना फायदा नहीं हुआ है जितना कि लोग दुनिया भर की विभिन्न लीगों में खेलने से सोचते हैं।' की ने कहा, 'मुझे लगता है कि अब उनके लिए वास्तव में यह दिखाना शुरू करने का समय है। आज एक पारी थी, अब उन्हें बस इसे आगे ले जाने की जरूरत है। उन्हें अपनी जगह बनानी है। आप ऐसा क्या करना चाहते हैं, सैम बिलिंग्स? टीम में जगह पाना आसान नहीं है। जोस बटलर वहां हैं। लेकिन क्या आप टी 20 विश्व कप (अगले साल) में जाना चाहते हैं? तो फिर आपको लगातार प्रदर्शन करते रहना होगा।'

हरमनप्रीत सिंह और चिंगलेनसाना रोल मॉडल की तरह है: जूनियर हॉकी खिलाड़ी



नई दिल्ली।

सोिनियर टीम में जगह बनाने

की कोशिश में जुटे भारत के जूनियर हॉकी खिलाड़ी रविचंद्र सिंह मोहरांगथेम और दीनाचंद्र सिंह

मोहरांगथेम का कहना है कि चिंगलेनसाना सिंह कांजुम और हरमनप्रीत सिंह उनके लिए रोल मॉडल की तरह हैं। तीन साल पहले जूनियर टीम में जगह बनाने के बाद 31 मैच खेल चुके मिडफील्डर रविचंद्र ने कहा कि मणिपुर के उदयमान हॉकी खिलाड़ियों के लिए चिंगलेनसाना प्रेरणास्रोत हैं। उन्होंने कहा, 'चिंगलेनसाना के रास्ता दिखाने के बाद मणिपुर में हॉकी काफी लोकप्रिय हुई है। उसने भारत के लिये 200 से ज्यादा मैच खेले हैं और राज्य में युवा उसे देखकर हॉकी के प्रति आकर्षित हो रहे हैं।' उन्होंने कहा, 'मैं उनका खेल करीब से देखता हूँ और उम्मीद है

कि एक दिन उनकी तरह बनूंगा। कोथाजीत सिंह भी काफी अनुभवशील हैं। हमें ऐसे रोल मॉडल मिलने की खुशी है।' दीनाचंद्र ने कहा कि हरमनप्रीत देश के युवा डिफेंडरों के लिए प्रेरणा का स्रोत हैं। उन्होंने कहा, 'उसका खेल लाजवाब है। उसने कई मैचों में भारत को जीत दिलाई है और देश के डिफेंडरों के लिये प्रेरणा का स्रोत है। दबाव के हालात में भी वह शांतचित्त रहता है। हम खुशकिस्मत हैं कि सोिनियर टीम में उसके जैसा खिलाड़ी है।' उन्होंने कहा, 'मैं अपने हुनर को निखारकर नयी तकनीकें सीखना चाहता हूँ। मेरा सपना भारत के लिये खेलने का है और मैं कड़ी मेहनत कर रहा हूँ।'

पीट में चोट के कारण आयरलैंड वनडे सीरीज से बाहर हुए डेनले

साउथैम्पटन। इंग्लैंड के बल्लेबाज जोए डेनले पीट में चोट के कारण आयरलैंड के खिलाफ खेले जा रही तीन मैचों की वनडे सीरीज से बाहर हो गए हैं। इंग्लैंड एंड वेल्स क्रिकेट बोर्ड (ईसीबी) ने बुधवार को अपनी वेबसाइट पर एक बयान जारी कर इस बात की जानकारी दी। डेनले के स्थान पर 14 सदस्यीय टीम में लियाम लिविंगस्टोन को जगह मिली है। लिविंगस्टोन ने इंग्लैंड के लिए दो टी-20 अंतर्राष्ट्रीय मैच खेले हैं और आयरलैंड को छह विकेट से हरा जताई है। डेनले सीरीज में 1-0 की बढ़त ले ली है। इस मैच में डेविड विले ने पांच विकेट लिए थे और सैम बिलिंग्स ने नाबाद 67 रनों की पारी खेल टीम को जीत दिलाई थी। विले ने अपने वनडे करियर में पहली बार पांच विकेट लिए और इसके लिए वह मैन ऑफ द मैच भी चुने गए। सीरीज का दूसरा मैच एक अगस्त (शनिवार) को साउथैम्पटन के एंजेस बाउल में ही खेला जाएगा। कोविड-19 के बीच यह पहली वनडे सीरीज है और इसी सीरीज के साथ आईसीसी विश्व कप सुपर लीग की शुरुआत हुई है।

आईपीएल के भारत में नहीं होने से निराश हूँ: स्मिथ



नई दिल्ली।

आस्ट्रेलियाई बल्लेबाज और राजस्थान रॉयल्स टीम के कप्तान स्टीव स्मिथ ने इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) के 13वें सीजन के भारत से बाहर होने पर निराशा जताई है। आईपीएल का आयोजन मार्च में होना था लेकिन कोविड-19 के कारण इसे टाल दिया गया था। अब यह लीग

होता है और यही कोचिंग स्टाफ की तरफ से स्पष्ट संदेश होगा। उन्होंने कहा, दुबई में स्थितियां भारत जैसी हो सकती हैं या इससे अलग, यह हालात के साथ तालमेल बिठाने की बात है। कुछ खिलाड़ियों को वहां पहले से ही खेलने का अनुभव है। मेरे ख्याल में 2014 में आईपीएल वहां हुआ था, कई खिलाड़ी वहां आईपीएल खेल चुके हैं। दाएं हाथ के बल्लेबाज ने कहा, मुझे लगता है कि खिलाड़ी अच्छे क्रिकेट खेलने को व्याकुल होंगे। जाहिर सी बात है कि आईपीएल भारत में नहीं हो रहा है तो यह निराशा वाली बात है। हम वहां खेलना पसंद करते हैं। स्मिथ ने कहा कि कोविड-19 के कारण लंबे समय तक क्रिकेट से दूर रहने के चलते सभी

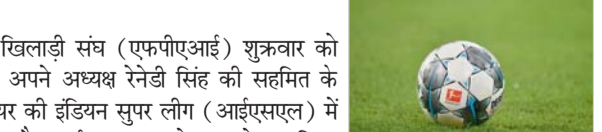
खिलाड़ी एक जैसी स्थिति में होंगे और किसी भी टीम के पास कोई खास तरह की बढ़त नहीं होगी। स्मिथ ने कहा, 'हां, यह चुनौतीपूर्ण होगा। कई खिलाड़ियों ने क्रिकेट नहीं खेले हैं। इस जरूरत से यह बराबरी की प्रतिस्पर्धा होगी। उन्होंने कहा, हर कोई समान तरह की तैयारी के साथ आएगा जो अच्छा होगा। यह काफी मुश्किल समय है और खिलाड़ी किसी भी तरह से क्रिकेट की वापसी चाहते हैं।' उन्होंने कहा, 'जब आईपीएल शुरू होगा यह काफी रोचक होगा। वहीं राजस्थान के सबसे युवा खिलाड़ी रियान परग ने भी आईपीएल की वापसी पर बात की। परग के नाम आईपीएल में सबसे कम उम्र में अधशतक लगाने का रिकार्ड है।



एफपीआई ईस्ट बंगाल को आईएसएल में शामिल करने की बात करके विवाद में फंसा

नयी दिल्ली।

भारतीय फुटबॉल खिलाड़ी संघ (एफपीआई) शुक्रवार को तब विवाद में फंसा गया जब उसने अपने अध्यक्ष रेंनेडी सिंह की सहमति के बिना ईस्ट बंगाल क्लब को शीर्ष टियर की इंडियन सुपर लीग (आईएसएल) में शामिल करने के लिये एआईएफएफ और आईएसएल आयोजक को पत्र लिख दिया। अखिल भारतीय फुटबॉल महासंघ (एआईएफएफ) के महासचिव कुशल दास और इंडियन सुपर लीग (आईएसएल) के आयोजक फुटबॉल स्पोर्ट्स डेवलपमेंट लिमिटेड (एफएसडीएल) को पत्र लिखकर संघ ने संबंधित शेयरधारकों से अनुरोध किया कि वे इस मामले का जल्दी हल निकालने के लिये अपने मतभेदों को अलग रखें। एफपीआईआई महासचिव साइरस फर्नेक्शनर ने पत्र में लिखा, 'संघ में हम आपसे अनुरोध करते हैं कि ईस्ट बंगाल को बिना किसी हिचकिचाहट या विलंब के आईएसएल में शामिल कर लें। उन्होंने कहा- इस क्लब का समृद्ध इतिहास है और यह सबसे पुराने और प्रमुख क्लबों में से एक है जिसके बहुत सारे प्रशंसक हैं जिसकी खेल को भारत में इसके विकास और इसे आगे बढ़ाने के लिये जरूरत है। उन्होंने लिखा- भारतीय फुटबॉल में सभी को अपने मतभेदों को दूर रखकर इस टीम को आईएसएल में शामिल करना चाहिए क्योंकि भारतीय फुटबॉल में इसके योगदान को अनदेखा नहीं किया जा सकता। पूर्व भारतीय मिडफील्डर रेंनेडी सिंह ने इस संवेदनशील मामले में अपने जूनियर की प्रतिक्रिया के बाद अपनी संस्था का रुख स्पष्ट किया कि उसका काम केवल खिलाड़ियों का समर्थन करना है, किसी क्लब का नहीं।



खुश रहने सुलझाएं वैवाहिक संबंध



विश्वास का संकट

अगर पति या पत्नी में से किसी एक को भी दूसरे की ईमानदारी पर भरोसा नहीं है तो रिश्ता बहुत दिन तक नहीं चल सकता। जीवन साथी के बीच कई बार गलतफहमियों की वजह से विश्वास का संकट आ जाता है। लगने लगता है कि एक-दूसरे को चीट कर रहे हैं। कई बार थोड़ी-सी लापरवाही की वजह से भी अविश्वास पैदा होने लगता है। जैसे, पत्नी को ऑफिस से घर आने में लगातार देर हो रही है तो फोन कर उसे अपने पार्टनर को बता देना चाहिए कि वह देर से आएगी। ध्यान रखें, अगर पति भी किसी काम में फंसे हैं और देर से घर आते हैं तो पत्नी को इसकी सही वजह बताएं।

छोटे-छोटे झूठ बोलने से बचें क्योंकि कई बार एक छोटा-सा झूठ बड़े शक की वजह बनता है। एक-दूसरे की भावनाओं के प्रति संवेदनशील बने रहें और आपस में इर्ष्या न करें, वरना अविश्वास पैदा होगा। शादी के पहले के संबंधों को बार-बार न कुरेदें।

बातचीत में कमी

दिनभर के स्टीन को लेकर पति-पत्नी में बातचीत होती रहती है लेकिन केवल इससे यह समझ लेना कि आपस में संवार ठीक है, सही नहीं है। सही कम्युनिकेशन तब माना जाएगा जब सुकून से बैठकर एक-दूसरे से आप अपने लक्ष्य, विचार और सपने शेयर करें। अगर रोज थोड़ी देर अपने काम, अपने स्टीन और अपने बच्चों के अलावा अन्य बातों

पोल्का डॉट एक ऐसा फैशन है जो अस्सी-नब्बे के दशक से प्रचलित है। आज भी महिलाओं के बीच इसका क्रेज यूं ही बरकरार है। इसकी खूबसूरती यह है कि चाहे कोई छोटी-सी बच्ची हो या टीनेजर्स या फिर कोई विवाहित महिला- हर किसी पर यह खूबी जंचता है। आज के दौर में न सिर्फ इन डॉट्स का साइज बदला है बल्कि इसे पहनने के भी ढेरों तरीके हैं। चलिए आज हम आपको पोल्का डॉट से जुड़े कुछ स्टाइलिश तरीके बताते हैं-

ड्रेस दे कंप्लीट लुक

यदि आप पूरी तरह पोल्का डॉट की खुमारी में खो जाना चाहती हैं तो आप ऐसी ड्रेस का चयन कर सकती हैं जो पूरी तरह पोल्का डॉट से भरी हुई हो। इससे आप एक्सपेरिमेंट करने के लिए कलर ब्लॉकिंग का सहारा ले सकती हैं। जब आप पोल्का डॉट की ड्रेस पहनें तो इसके साथ कॉन्ट्रास्टिंग कलर की एक्सेसरीज ही कैरी करें। यह आपके लुक को आकर्षक करने का काम करेगा। यदि आपको पूरी तरह रेडो लुक पसंद नहीं है तो आप बड़े की बजाय छोटे डॉट्स की ड्रेस सलेक्ट करें।

स्कर्ट लो कूल

गर्मियों के मौसम में अक्सर स्कर्ट्स को ही तवज्जो दी जाती है। इस समय सीजन आप रेडो और मेट्रो लुक का कॉम्बिनेशन ट्राई कर सकती हैं। यकीनन, आपको देखने वाले बस देखते ही रह जाएंगे। एक टैंक टॉप के साथ पोल्का डॉट स्कर्ट आपको गर्लिस लुक देने के लिए पर्याप्त है। इसके साथ मेकअप व एक अच्छा हेयरडू आपके रूप को और भी अधिक निखार देगा। यदि आप खुद को मॉडर्न लुक देना चाहती हैं तो आप छोटे पोल्का डॉट युक्त एक पेंसिल स्कर्ट का ही चयन करें। इसके साथ एक शर्ट या नॉटिकल स्ट्राइड टीशर्ट टीमअप करना अच्छा रहेगा।

डेनिम है दमदार

अब पुराने गिने-चुने रंगों में सिंपल डेनिम पहनने के दिन लद गए। आजकल महिलाएं प्रिंटेड जींस व जेगिंग्स को तवज्जो देने लगी हैं। तो क्यों न इनमें भी पोल्का डॉट्स ट्राई किया जाए। आप पोल्का डॉट्स की जींस को कॉम्प्लिमेंटरी कलर के टॉप के साथ कैरी

करें तो आपसी रिश्ते मजबूत होते हैं। वीबीस घंटे में एक बार चाहे लंच या डिनर पर पति-पत्नी को एक साथ जरूर मिलना चाहिए। इससे आपस में संवाद के रास्ते बने रहते हैं।

शारीरिक कमजोरी की समस्या

कई बार पति-पत्नी के बीच प्यार में कोई कमी नहीं होती, फिर भी उनके बीच सेक्स को लेकर समस्या खड़ी हो जाती है। विवाह के शुरुआती बरसों में पति-पत्नी के बीच सेक्स संबंधों में जो गरमाहट होती है, वह धीरे-धीरे कम होती जाती है। घरेलू जिम्मेदारियां बढ़ने के कारण सेक्स को लेकर उदासीनता आ जाती है। इसकी वजह से आपस में दूरियां बढ़ने लगती हैं। इस समस्या से बाहर आने के लिए पति-पत्नी को एक-दूसरे से अपने सेक्स अनुभव शेयर करने चाहिए। अपनी फेन्टेसीज बताएं और सेक्स में क्या अपेक्षाएं हैं, इस पर खुलकर बात करें।

खर्च का ध्यान

पति-पत्नी के बीच पैसा एक नाजूक इश्यू होता है। यदि दोनों कमाऊ हैं तो अपने वेतन को कैसे खर्च करना है और कहाँ इन्वेस्ट करना है, ये विवाद का विषय बन जाता है। पत्नी कोई बड़ा सामान खरीदने में पति की सलाह नहीं लेती या पति बिना पत्नी से पूछे शेयर में पैसे लगा देता है तो निश्चित ही झगड़े होंगे। इससे बचने के लिए पति-पत्नी को मिल-बैठ कर हर महीने का बजट बनाना चाहिए। इसमें शॉर्ट टर्म इन्वेस्टमेंट के साथ बड़े खर्चों पर भी विचार करना चाहिए।

तभी गृहस्थी की गाड़ी बिना स्कावट के चलेगी।

पति-पत्नी के बीच अंडरस्टैंडिंग

पति-पत्नी के बीच ऐसी अंडरस्टैंडिंग होनी चाहिए कि किसी मुद्दे पर विचार अलग-अलग हों तो भी एक-दूसरे को समझते हुए निर्णय लें। अगर एक-दूसरे को इनोअर करते हुए ये सोचेंगे कि मैं चाहे जो करूँमैरी मर्जी, तो बात बनने की बजाय बिगड़ जाएगी। मतभेद होने पर एक-दूसरे पर चीखने चिल्लाने के बजाय बातचीत का रास्ता अपनाएं। याद रखें, पार्टनर की बात पर असहमत होने का मतलब उसका निरादर करना नहीं होता।

कैसे निपटें

एक-दूसरे की इज्जत करें, बोलने और व्यवहार में एकदूसरे के प्रति आदर झलकना चाहिए, कभी अपने पार्टनर को ह्यूमिलिएट करने या नीचा दिखाने की कोशिश नहीं होनी चाहिए।

अपने पार्टनर को एप्रिशीएट करें। इससे एक-दूसरे का महत्व स्थापित होता है और जुड़ाव बढ़ता है। वास्तविकता में जियें। ये न सोचें कि आपकी सभी मांग पार्टनर पूरी कर देगा। अगर मांग पूरी न हो तो नाराज होने के बजाय कारण समझने की कोशिश करें। पति और पत्नी, दोनों की अलग-अलग परिवारों में परवरिश होती है। इसी वजह से सोचने, काम करने का ढंग और रूचियां एक जैसी नहीं होती हैं। आपस में हंसी-मजाक करें और निकटता को इंचॉय करें।



जब पहनें पोल्का

कर सकती हैं। डेनिम की पोल्का डॉट जींस के साथ ढेरों एक्सपेरिमेंट्स किए जा सकते हैं। बस जरूरत है, थोड़ी सी क्रिएटिविटी का इस्तेमाल करने की।

एक्सेसरीज का सहारा

यदि आप पोल्का डॉट के परिधान पहनने में खुद को कॉम्फर्टबल फील नहीं करतीं लेकिन फिर भी आप इसे कैरी करना चाहती हैं तो इसके लिए आप एक्सेसरीज का सहारा ले सकती हैं। यह आपके लुक को मिक्स एंड मैच दिखाएगा। इसके लिए आप ऐसा हेड स्कार्फ या हेड बैंड चुनें, जिनमें पोल्का डॉट्स का इस्तेमाल किया गया हो। इसके अतिरिक्त कॉन्ट्रास्टिंग कलर में पोल्का डॉट युक्त स्कार्फ, क्लच, बेल्ट, इयरिंग यहां तक कि छता भी आपको एक चिक लुक देगा।

टॉप में भी हैं ऑप्शन

पोल्का डॉट पहनते समय अपनी बॉडी टाइप का भी ध्यान रखना बेहद जरूरी है। यदि आपका अपर पार्ट हैवी है तो बेहतर होगा कि आप बड़े डॉट्स के टॉप पहनें। वहीं पतली-दुबली महिलाओं के लिए छोटे डॉट्स के टॉप उनकी खूबसूरती में चार-चांद लगा देते हैं। यदि आप ग्रे और ब्लैक जैसे म्यूट कलर के टॉप के साथ डेनिम की जींस कैरी करते हैं तो निश्चित ही आप अपने लुक में एक खूबसूरत बदलाव पाएंगी।

ब्यूटी स्कूल चुनने के 5 टिप्स

खूबसूरत व स्टाइलिश दिखने की तमन्ना ने आज हर किसी को सेल्फ गूमिंग के लिए प्रेरित कर दिया है, जिसके चलते ब्यूटी स्कूल की डिमांड काफी बढ़ गई है क्योंकि खुद को खूबसूरती के साथ ड्रेसअप करने के लिए चाहे वो युवा हो या वयस्क, हर कोई सेल्फ गूमिंग व प्रोफेशनल कोर्सज की ओर रुख कर रहा है। ऐसे में सलून मैनेजमेंट गुरु व एल्स एकेडमी की एवजीव्यूटिव डायरेक्टर गुंजन गौड़ बता रही हैं ब्यूटी स्कूल के चयन के बारे में



ओल्ड इज गोल्ड- बेशक काम करते-करते ही अनुभव का ग्राफ बढ़ता है लेकिन जब बात हो बेसिक्स को वलीयर करने व सीखने की, तो किसी एक्सपर्ट का होना बहुत जरूरी है। एक्सपर्ट द्वारा ब्यूटी एजुकेशन प्राप्त करने के लिए ये जरूरी है कि आप कम से कम एक दशक पूरा कर चुकने वाली एकेडमी को ही अपने लिए चुनें क्योंकि नई एकेडमी शुरुआत में खुद को स्थापित करने के लिए ही प्रयास कर रही होती है तो ऐसे में वो अपने स्टूडेंट्स पर ध्यान नहीं दे पाती।

योंरी पर पूर्ण ध्यान- ऐसी एकेडमी को चुनें जहां प्रैक्टिकल के साथ-साथ योंरी पर भी ध्यान दिया जाता हो ताकि आगे चलकर स्टूडेंट्स की रीजनिंग यानी क्यों और कैसे, जैसे सवालों के जवाब वलीयर हो जाएं।

लाइव प्रैक्टिस- फंडामेंटल्स को पूरी तरह से वलीयर करवाने के बाद छात्रों का हाथ खोलने और प्रैक्टिकली एक्सपर्ट बनाने के लिए उन्हें क्लाइंट के ऊपर भरपूर लाइव प्रैक्टिस का मौका मिलना चाहिए ताकि प्रोफेशनली काम करते वक्त उनका कॉन्फिडेंस लूज न हो और हाथ-पांव भी न फूलें।

ऑन द स्पॉट सर्टीफिकेशन- कई बार ब्यूटी से संबंधित कोर्स करने के बाद भी एकेडमी से अपने डिप्लोमा अन्य किसी डिग्री का सर्टीफिकेट लेना एक टेढ़ी खीर बन जाता है, इसलिए जिस एकेडमी में टाइम के साथ ही सर्टीफिकेट दे दिया जाता हो, ऐसी एकेडमी को ही आप अपने लिए चुनें।

टाइम इज मनी- समय अनमोल है इसलिए आप अपने लिए ऐसी एकेडमी को चुन सकते हैं, जहां ब्यूटी, मेकअप व हेयर से संबंधित मटेरियल कोर्सज उपलब्ध हों और साथ ही साथ डिफरेंट-डिफरेंट ब्यूटी से वलासेज की सुविधा भी हो। ऐसा होने से एक तो छात्रों को इधर-उधर भागना नहीं पड़ेगा साथ ही कम समय में ज्यादा कोर्सज की नॉलेज भी मिलेगी।

दफ्तर में भी कर सकती हैं व्यायाम

घर और ऑफिस दोनों की जिम्मेदारी उठाने के चक्कर में महिलाएं अक्सर अपनी सेहत पर ध्यान नहीं दे पाती हैं। स्वस्थ रहने के लिए घर कार्यस्थल पर भी व्यायाम करना जरूरी है, क्योंकि करीब एक तिहाई समय लोग ऑफिस में ही बिताते हैं। सेहतमंद रहने के लिए जरूरी नहीं है कि सारी कोशिश घर पर ही की जाए। अगर सेहतमंद रहना है तो इस दिशा में आपको ऑफिस में भी प्रयास करना होगा।

घर से पोषणयुक्त खाना लेकर जाएं। ऑफिस में खाना न लाने की वजह से हम अक्सर अधिक फैट, अधिक कैलोरी और अधिक नमक वाला फास्ट फूड भोजन करते हैं, जो सेहत की दृष्टि से हमारे लिए सही नहीं है। ऑफिस में अपने पास नाश्ते का कुछ हेल्दी विकल्प जैसे मेवा या फल आदि रखें। इसका फायदा यह होगा कि शाम के वक्त जब आपको भूख लगेगी तो कैटीन से चिप्स या समोसा आदि मंगाकर खाने की जगह आपके पास खाने का हेल्दी विकल्प होगा और आप अनहेल्दी चीजें खाने पर काबू लगा पाएंगी। अपनी पानी की बोतल को हमेशा पास रखें, क्योंकि काम की आपाधापी में अक्सर लोग पानी पीना भूल जाते हैं। कॉफी कम पिएं। दिन में तीन कप से अधिक कॉफी न पिएं।

ऑफिस में आठ घंटे लगातार बैठकर नौकरी करने की जगह अपनी शारीरिक सक्रियता पर भी ध्यान दें। दफ्तर में लिफ्ट का इस्तेमाल करने की बजाए सीढ़ियों का प्रयोग करें। ऑफिस में अधिक से अधिक चलें। लंच के दौरान दफ्तर के आसपास की बिल्डिंग का चक्कर लगा लें। छोटे-छोटे काम के लिए किसी और पर निर्भर रहने की जगह ऑफिस में अपने सारे काम जैसे पानी या चाय लाना आदि खुद करने की कोशिश करें। अपनी डेस्क से कुछ दूरी पर प्रिंटर रखें। इसी बहाने ऑफिस में आप अपनी सीट से कुछ वक्त के लिए उठ पाएंगी।

फोन और ई-मेल की जगह अपने सहयोगियों की सीट पर जाकर उनसे बात करें। उपकरणों को पास रखें, इस बात के प्रति आश्चर्य हो जाएं कि ऑफिस के उपकरणों की वजह से आपकी सेहत पर कोई असर न पड़े। मॉनिटर की पोজीशन ऐसी हो कि आपको देखने में दिक्कत न आए। कीबोर्ड, माउस और फोन को अपने पास रखें ताकि ये आपकी पहुंच से दूर न हों। कुर्सी पर सीधे बैठें ताकि आपकी रीढ़ में हड्डी पर जोर न पड़े।

ऐसे बचें तनाव से- ऐसी चीजों को पहचानें, जिनकी वजह से आपको तनाव होता है और उन स्थितियों से बचने की कोशिश करें। तनावपूर्ण स्थितियों को नजरअंदाज न करें, जैसे सुबह का ट्रैफिक। अगर अपनी गाड़ी से ऑफिस जाने के दौरान आपको बहुत ज यादा ट्रैफिक मिलता है तो ऑफिस जाने के लिए पब्लिक ट्रांसपोर्ट का प्रयोग करें। ऐसा करने से ट्रैफिक में फंसे होने के कारण आपको जो तनाव होता है, उससे आप बच पाएंगी। अगर किसी काम को करने से आप पर अतिरिक्त बोझ पड़ता है तो उस काम को ना करें। किसी काम को करने से मना करने का असर आपकी इमेज पर नहीं पड़ेगा। पर हां, इसे अपनी आदत न बनाएं। कामकाजी और निजी जिंदगी में तालमेल बनाएं। किसी एक के प्रभावित होने का असर दूसरे पर न पड़ने दें।



आशीष भाटिया बने गुजरात के नए पुलिस महानिदेशक

क्रांति समय सुरत अहमदाबाद के पुलिस आयुक्त आशीष भाटिया को गुजरात का नया पुलिस महानिदेशक नियुक्त किया गया है। 1985 की बैच के आईपीएस अधिकारी आशीष भाटिया राज्य के पुलिस महानिदेशक शिवानंद झा की जगह

गया था। जिसके बाद पीपी पांडेय, गीथा जौहरी और प्रमोद कुमार को प्रभारी पुलिस महानिदेशक बनाया गया था। प्रमोद कुमार के बाद शिवानंद झा गुजरात के पुलिस महानिदेशक नियुक्त किया गया। शिवानंद झा शुक्रवार

गृह विभाग ने राज्य के नए पुलिस महानिदेशक की नियुक्ति के लिए केन्द्र सरकार को सूची भेजी थी। जिसमें आशीष भाटिया के नाम पर केन्द्र सरकार ने मुहर लगाई है। वर्ष 1985 बैच के आईपीएस अधिकारी आशीष

चुका है। पुलिस विभाग में आशीष भाटिया को प्रिवेन्शन ऑफ क्राइम का मास्टर माना जाता है। अब तक उन्होंने जिन पदों पर काम किया है, उससे सभी अधिकारी संतुष्ट रहे हैं और उनके साथ काम करने के समय



लेंगे। वर्ष 2018 में मुख्य प्रभारी पुलिस महानिदेशक प्रमोद कुमार के निवृत्त होने पर शिवानंद झा को पुलिस महानिदेशक नियुक्त किया गया था। अप्रैल 2016 में नियमित पुलिस महानिदेशक पीसी ठा. कुर को केन्द्र में प्रतिनियुक्ति पर भेजा

को निवृत्त हो गए और आशीष भाटिया शनिवार को गुजरात के पुलिस महानिदेशक का पदभार संभालेंगे। आशीष भाटिया को पुलिस महानिदेशक नियुक्त किए जाने के बाद अब जल्द ही अहमदाबाद के नए पुलिस आयुक्त के नाम का ऐलान किया जाएगा। बता दें कि गुजरात सरकार के

भाटिया की जन्म भूमि हरियाणा है। इंजीनियरिंग की पढ़ाई के बाद वे इंडियन पुलिस सर्विस से जुड़ गए और गुजरात काडर में सेवा करने लगे। शांति प्रकृति के अधिकारी माने जाते आशीष भाटिया को वर्ष 2001 में पुलिस मेडल और 2011 में राष्ट्रपति पदक से सम्मानित किया जा

गौरवपूर्ण मानते हैं। वर्ष 2008 में अहमदाबाद में हुए सीरियल ब्लास्ट की जांच करनेवाले आशीष भाटिया पहले अधिकारी हैं, जिन्होंने इंडियन मुजाहिदीन मोड्युल का पर्दाफाश किया था। आशीष भाटिया 2016 में सूत्र के पुलिस आयुक्त रह चुके हैं।

गुजरात में छोटे पंडालों में सादगी से मनाया जाएगा गणेश महोत्सव

क्रांति समय सुरत अहमदाबाद, कोरोना संकट को देखते हुए गुजरात में गणेश महोत्सव सादगी से मनाने का गणेश महोत्सव एसोसिएशन ने फैसला किया है। भीड़भाड़ होने से कोरोना संक्रमण फैलने की संभावना के चलते सरकार ने पहले ही सादगी से गणेश महोत्सव मनाने का आदेश दिया है। सरकार के आदेश के



सकेंगे। गणेश पंडाल में तीन फूट से बड़ी प्रतिमा की स्थापना नहीं की जाएगी। साथ ही सोशल डिस्टेंस के साथ ब्लड डोनेशन और प्लाज्मा डोनेट जैसे सेवा कार्यों का आयोजन करने को कहा गया है। इसके अलावा मुहल्ला, चाली, फ्लैट या सोसायटी में रहनेवाले लोगों के अतिरिक्त बाहरी लोगों को प्रवेश नहीं देने को कहा गया है।

बाद गणेश महोत्सव एसोसिएशन राज्यभर में गणेशोत्सव के आयोजन को लेकर मार्गदर्शिका बनाई है। जिसके मुताबिक गणेश पंडाल छोटा रखने और एक व्यक्ति

ही आरती कर सकेगा गणेश महोत्सव के दौरान प्रसाद वितरण नहीं किया जाएगा और श्रद्धालु अपने घर बैठे ही ऑनलाइन गणेशजी का दर्शन या आरती का लाभ ले

चीनी उत्पादों के बहिष्कार के लिए सूत्र के रेस्टोरंट का अनोखा अभियान

क्रांति समय सुरत सूत्र, लदाखा की गलवान घाटी की घटना को लेकर देशभर में चीन के खिलाफ जबर्दस्त आक्रोश है और लोग चीन के उत्पादों का बहिष्कार कर रहे हैं। सूत्र के एक रेस्टोरंट ने अनोखा अभियान शुरू किया है। इस अभियान के तहत पार्सल लेने आता व्यक्ति यदि सैनिक राहत कोष में योगदान देता है तो उसे रेस्टोरंट की ओर से खास टी शर्ट

दी जाती है। जिसमें लिखा है 'चीन के माल का बहिष्कार करो' यह मैसूर काफे नामक रेस्टोरंट सूत्र के अठवालाइन क्षेत्र में है। रेस्टोरंट में 'सैनिक राहत कोष' रखा है, जिसमें पार्सल लेने वाले ग्राहक द्वारा अपनी यथाशक्ति योगदान देने पर उसे मुफ्त में एक टी शर्ट दी जाती है। राहत कोष में दान कम हो ज्यादा, लेकिन रेस्टोरंट ग्राहक को टी शर्ट

जरूर देता है। टी शर्ट के पीछे लिखा है 'चीन के माल का बहिष्कार करो'। रेस्टोरंट के मालिक प्रभात शेट्टी का कहना है कि गलवान घाटी में जो कुछ भी हुआ वह काफी दुःखद और निंदनीय है। भारत से कमाई कर चीन ने हमारे ही सैनिकों की जान ले ली। इस घटना से देशभर के लोगों में चीन के खिलाफ गुस्सा देशवासियों ने चीन के उत्पादों का बहिष्कार करने का फैसला किया है।

लोग अपने इस फैसले को भूल न जाएं, इसके लिए हमने विशेष अभियान शुरू किया है। जो लोग राहत कोष में दान करते हैं उन्हें टी शर्ट देते हैं, ताकि वह जब कभी टी शर्ट पहनें तो उस पर लिखा स्लोगन देख अन्य लोग भी जागृत होंगे और चीनी उत्पादों का बहिष्कार करें और भारतीय कंपनियों को प्रोत्साहित करें।

नौकरी की लालच देकर मुस्लिम शख्स ने तीन साल तक किया युवती से दुष्कर्म

क्रांति समय सुरत राजकोट में मुस्लिम शख्स ने एक हिन्दू युवती को नौकरी की लालच देकर तीन साल तक उसे अलग अलग स्थानों पर ले जाकर दुष्कर्म किया। और लाखों रुपए भी ऐंठ लिए। राजकोट तहसील पुलिस में रपट दर्ज होने के बाद पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार

कर आगे की कार्रवाई शुरू की है। जानकरी के मुताबिक तीन साल पहले राजकोट में मुस्लिम शख्स ने एक हिन्दू युवती को अच्छी नौकरी दिलाने का वादा किया था। लेकिन उसके लिए प्रत्यक्ष मिलने आने को बुलाया था। युवती के मिलने के बाद मुस्लिम शख्स तीन साल तक अलग अलग होटल में ले

गया और उसके साथ दुष्कर्म करने लगा। इतना ही नहीं इन तीन साल के दौरान शख्स ने युवती को आर्थिक रूप से भी बर्बाद कर दिया। टुकड़े टुकड़े कर करीब 19 लाख रुपए मुस्लिम शख्स ने खिलाफ रपट दर्ज करवा दी। जिसके लिए। मुस्लिम शख्स ने युवती की अश्लील तस्वीरें खींच ली थी, जिसे वायरल करने

और परिवार को जान से मारने की धमकी भी दी। बाद में शख्स ने अन्य युवती के साथ शादी कर ली। आखिरकार युवती ने राजकोट तहसील पुलिस थाने में मुस्लिम शख्स के खिलाफ रपट दर्ज करवा दी। जिसके आधार पर पुलिस ने आरोपी शख्स को गिरफ्तार कर आगे की कार्रवाई शुरू की

मानसिक रूप से विकसित युवती से रिक्शा चालक ने किया दुष्कर्म

क्रांति समय सुरत वडोदरा, शहर में एक ऑटो रिक्शा चालक मानसिक रूप से विकसित युवती को अपने घर ले गया, जहां उसके साथ दुष्कर्म किया। गोत्री पुलिस ने मामला दर्ज कर ऑटो रिक्शा चालक को गिरफ्तार करने की दिशा में कवायद तेज की है। जानकारी के मुताबिक वडोदरा में मानसिक रूप से विकसित युवती को ऑटो चालक ने अपहरण कर लिया। अपनी रिक्शा में युवती का अपहरण कर ऑटो चालक उसे अपने घर ले गया। जहां उसके साथ तीन दफा दुष्कर्म किया। घटना के बाद पीड़ित युवती ने वडोदरा के गोत्री पुलिस थाने में ऑटो रिक्शा चालक के खिलाफ शिकायत की है। जिसके आधार पर गोत्री पुलिस ने दो अलग अलग टीमों बनाकर रिक्शा चालक को गिरफ्तार करने की कवायद तेज की है।

मुख्यमंत्री ने ग्रामीण बहनों द्वारा तैयार राखियां सीमा पर जवानों को भेजीं

क्रांति समय सुरत अहमदाबाद, मुख्यमंत्री विजय रुपाणी की प्रेरणा से स्वामी विवेकानंद गुजरात राज्य युवा बोर्ड की पहल पर रक्षाबंधन पर्व के अवसर पर मां भारती की रक्षा के लिए अपनी जान जोखिम में डालकर सरहद पर रात-दिन मुस्तैदी से तैनात हमारे जांबाज जवानों की रक्षा और उनका मनोबल बढ़ाने के उद्देश्य से गुजरात के हजारों गांवों की बहनों ने राखी तैयार की है। 'पहली राखी देश प्रेम की' कार्यक्रम के अंतर्गत गुजरात के 15800 से अधिक गांवों की बहनों द्वारा तैयार की गई लगभग 21100 से अधिक राखियां और विजय सूत्र का संदेश शुक्रवार को स्वामी विवेकानंद गुजरात राज्य युवा बोर्ड के पदाधिकारियों की ओर से गांधीनगर में मुख्यमंत्री विजय रुपाणी को सौंपा गया। बाजार से खरीदी हुई नहीं बल्कि राज्य के गांवों की बहनों द्वारा अपने हाथों से तैयार की गई इन राखियों और अपनी लोकभाषा में लिखे विजय सूत्र के संदेश को गुजरात सरकार की ओर से मुख्यमंत्री विजय रुपाणी की ओर से देश की विभिन्न 18 सीमाओं की पहरेदारी करने वाले जवानों को भारतीय डाक विभाग के जरिए भेजा गया। इन राखियों और विजय सूत्र संदेश को मुख्यमंत्री की ओर से कच्छ, उड़ी, जैसलमेर, सियाचिन, गलवान और बनासकांठा सीमा पर डटे सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) के जवानों को और जामनगर, भुज, पठानकोट, नलिया, श्रीनगर और मकरपुरा में तैनात भारतीय वायुसेना के जवानों तथा ओखा, पोरबंदर, मुंबई, लक्षद्वीप, विशाखापट्टनम और अंडमान-निकोबार में समुद्री सीमा पर तैनात नौसेना के जवानों सहित 18 सीमाओं पर तैनात जवानों को भेजा गया है। 'पहली राखी देश प्रेम की' कार्यक्रम के अंतर्गत राखी और विजय सूत्र संदेश एकत्रित करने के लिए स्वामी विवेकानंद गुजरात राज्य युवा बोर्ड की ओर से आठ जोन निर्धारित किए गए थे। जिसमें अहमदाबाद, अमरेली, आणंद, अरवल्ली, बनासकांठा, भरुच, भावनगर, बोटाद, छोटाउदेपुर, दाहोद, देवभूमि द्वारका, गांधीनगर, गिर सोमनाथ, जामनगर, जूनागढ़, कच्छ, खेड़ा, महेसाणा, महिसागर, मोरबी, नर्मदा, नवसारी, पंचमहाल, पाटण, पोरबंदर, राजकोट, साबरकांठा, सूत्र, सुरेन्द्रनगर, तापी, वडोदरा और वलसाड सहित कुल 32 जिलों का समावेश किया गया था। राखी और विजय सूत्र संदेश मुख्यमंत्री को सौंपने के अवसर पर अंजलिबेन रुपाणी तथा स्वामी विवेकानंद गुजरात राज्य युवा बोर्ड के पदाधिकारी और युवा उपस्थित थे।

Get Instant Car Insurance

Call 9879141480

Car insurance is a concept through which you can safeguard your money in case of damage to your car.

Get Instant Health Insurance

Call 9879141480

Financial coverage for medical expenses, in case of a medical emergency.