









# विश्व चैम्पियनशिप में बेहतर प्रदर्शन के इरादे से उतरेंगी मानसी, मंदीप और पलक

नई दिल्ली ।

भारतीय पैरा बैडमिंटन खिलाड़ी मानसी जोशी, मंदीप कौर और पलक कोहली अब 20 से 25 फरवरी तक पट्टया में होने वाली विश्व चैम्पियनशिप में बेहतर प्रदर्शन के इरादे से उतरेंगी। इन खिलाड़ियों के लक्ष्य इसमें बेहतर प्रदर्शन कर इस अंत में पेरिस में होने वाले पैरालिंपिक मुकाबले में जगती बनाना रहेगा। भारतीय खिलाड़ियों ने पिछले साल 'रेस दे रेसिस' यह एक रुक्ध चैम्पियनशिप हम सभी के लिए बेहतर अहम है।' मंदीप ने कहा, 'हमें पैरा परियाई खेलों से पहले अध्यास करने का ज्यादा समय नहीं मिला था। विश्व चैम्पियनशिप से पहले हमें

चैम्पियनशिप में खेलेंगे जिसके लिए हम 17 फरवरी को जा रहे हैं। यह पैरालिंपिक क्लालीफिकेशन प्रक्रिया 31 मार्च को खत्म हो जाए है, इस दिन से हमारी रैकिंग और 'रेस दे रेसिस' यह पर रुक्ध चैम्पियनशिप में जगती बनाना रहेगा। इसलिये यह विश्व चैम्पियनशिप हम सभी के लिए बेहतर अहम है।'

मंदीप ने कहा, 'हमें पैरा परियाई खेलों से पहले अध्यास करने का ज्यादा समय नहीं मिला था। विश्व चैम्पियनशिप से पहले हमें



आयोजन समिति ने पैरिस ओलंपिक और पैरालिंपिक खेलों के लिए पदकों का अनावरण किया

पेरिस ।



पैरालिंपिक और पेरिस 2024 ओलंपिक आयोजन समिति ने गुरुवार को ओलंपिक 2024 के लिए पदकों का अनावरण किया, जो 26 जुलाई से 11 अगस्त तक पेरिस 2024 आयोजन समिति मुख्यालय, सेंट-डेनिस में होने वाला है। पैरालिंपिक 28 अगस्त से 8 सिंबंद तक आयोजित किया जाएगा। सोने, चांदी और कांस्य पदक के भीतर पेरिस का एक छोटा सा टुकड़ा दिखाया गया है। प्रतिशत एफिल टारंग ने बताया यह नियंत्रण इन मेडलों को अद्वितीय और विलक्षण बनाने की एक टुकड़ा, जो फार्म की स्थायी भावना और ओलंपिक और पैरालिंपिक खेलों पर द्वारा सरक्रिय सार्वभौमिक मूर्त्यों के एक मार्मिक प्रमाण के रूप में कार्य करता है।

पेरिस 2024 के पदक न केवल अपनी सुंदरता में बल्कि परंपरा और अनेक विषय में भी अलग हैं। जैसा कि पेरिस 2024 आयोजन समिति के अध्यक्ष टोनी एस्ट्रांगुल ने बताया यह नियंत्रण इन मेडलों को अद्वितीय और विलक्षण बनाने की एक स्थिति से लिया गया है। और एक साथ भी अपने कोशिश करते हुए और कांस्य को एक साथ लाने के प्रयास में बहुत बड़ा काम किया गया था।' साल के सबसे बड़े खेल आयोजन के लिए कुल 5084 पदक बनाए गए हैं। इन पदकों को जीही चैम्पियन ने डिजाइन किया है।

## रुट ने गेंदबाजों से कहा कोहली और रोहित पर अकुंश लगाना जरुरी

नई दिल्ली ।

इंग्लैंड टीम के अनुभवी बल्लेबाज जो रुट भारत के खिलाफ जो रुट द्वारा बेहतर अधिक रुक्ध हुए दोनों ही मैचों में बड़ा स्कोर नहीं बना पाये हैं। वहीं इंग्लैंड और भारतीय टीम अभी तक 1-1 से सीरीज में बराबरी पर है। ऐसे में जाकोट में होने वाला रुट टेस्ट बेंडर ने कहा कि हमें बेहतर अधिक रुक्ध नहीं हैं। रुट ने कहा कि मैच के लिए योजना बनाने के माना जा रहा है। ऐसे में रुट ने कहा है कि उनकी टीम को जीत दर्ज करनी है तो भारतीय टीम के क्रासान रोहित शर्मा और विराट कोहली पर अकुंश लगाना होगा। रुट ने गेंदबाजों से कहा कि रोहित बहुत अच्छी चीजों में से एक है

ओर विराट शीर्ष स्तर के बल्लेबाज हैं और इनमें तीजी से बड़ा स्कोर बनाने की क्षमताएं हैं। इसलिए इनपर रोक लगाना जरुरी है। रोहित हालांकि दो टेस्ट मैचों में अच्छी शुरुआत के बाद भी अब तक अधिक रुक्ध नहीं हैं। जो रोहित कोहली निजी कारोबारों से पहले 2 मैचों से बाहर है। रुट ने कहा कि मैच के लिए अब योजना बनाने के लिए अब तक एक टेस्ट मैच बैठकें नहीं होतीं और जब भी अवसर मिलता है हम आपस में बात कर लेते हैं। रुट ने कहा कि हम वास्तव में अब टीम बैठकें नहीं होतीं और जब अपना सर्वश्रेष्ठ सीधीता है। रुट को कहा कि निश्चित रूप से, इस पर ध्यान केंद्रित किया जाएगा। हम जानते हैं कि वे किन्तु अच्छे हैं और वे वर्तमान भारतीय बल्लेबाजों लाइनअप में भी बहुत वरिष्ठ हैं। उनमें बड़े स्कोर बनाने की क्षमता है, इसलिए हमें इनपर नियन्त्रण बनाये रखना होगा।

### बुमराह से सावधान रहें रुट : हुसैन

लंदन । इंग्लैंड क्रिकेट टीम के पूर्व क्रासान नायरिंग होने का जाहा है कि जो रुट को इस बार सावधान रहना होगा क्योंकि इस बार उनके सामने जसप्रीत बुमराह जैसा गेंदबाज है। दोनों ही टीमें अब सीरीज में 1-1 से बराबरी पर हैं। हुसैन ने तीसरे मैच से पहले कहा कि रुट ने हमेसा सबसे बड़ी चुनौतियों का सामना किया है। जो रुट ने हमेशा अपनी सबसे बड़ी कठिनी का भारी बल्लाला करने के एक तरीका तलाशा है। पर इस बार बुमराह के होने से उनकी रुट आसान नहीं है। साथ में यही कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज आगे घोली रुट को परेशानी बढ़ावा देगी। अगर गेंद रिवर्स स्विंग कर रही है तो बुमराह टीम में जारी होने वाले रुट को बहुत अधिक चुनौतियों से घेरा होना चाहिए। उन्होंने बात करते हुए कहा है कि वह इस बार सावधान रहना चाहता है।



कि हम खेल से दूर अपनी सारी जातीयता करते हैं और एक-दूसरे के साथ समय बिताने का अनांद लेते हैं। हमें जोहानी निजी कारोबारों से पहले 2 मैचों से बाहर हैं। रुट ने कहा कि मैच के लिए अब तक एक रुक्ध स्टेट टेस्ट बेंडर नहीं होतीं और जब भी अवसर मिलता है हम आपस में बात कर लेते हैं। रुट ने कहा कि हम वास्तव में अब टीम बैठकें नहीं होतीं और जब अपना सर्वश्रेष्ठ करियर को देखते हुए कहा है कि यहीं वह समय है जब अपना क्रासान रोहित की जीत पर अपनी विलक्षणता का निश्चित रूप से, इस पर ध्यान केंद्रित किया जाएगा। हम जानते हैं कि वे किन्तु अच्छे हैं और वे वर्तमान भारतीय बल्लेबाजों लाइनअप में भी बहुत वरिष्ठ हैं। उनमें बड़े स्कोर बनाने की क्षमता है, इसलिए हमें इनपर नियन्त्रण बनाये रखना होगा।

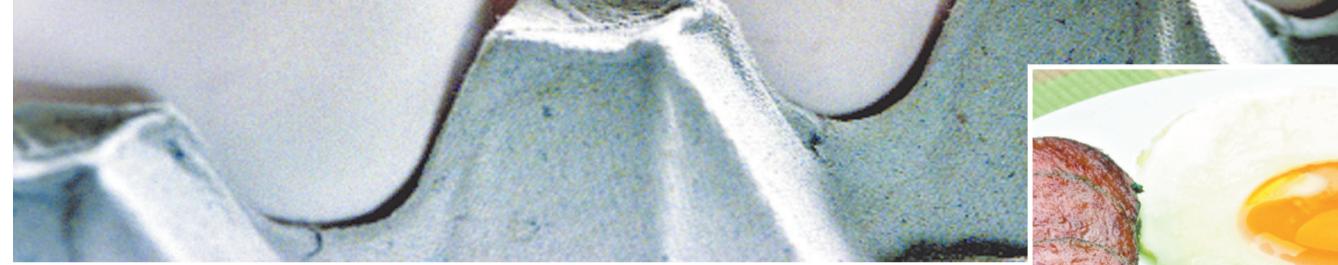
रुट ने गेंदबाजों से कहा कि रोहित बहुत अच्छी चीजों में से एक है

## टी20 विश्व कप में अहम भूमिका निभाएंगे बुमराह : फिलैंडर

जोहानिसर्बी।

दक्षिण अफ्रीका के पूर्व मध्यम तेज गेंदबाज बेनेंन फिलैंडर ने भारतीय क्रिकेट टीम के तेज गेंदबाज की जीत परियाई देखी और इसकी विश्व कप में अहम भूमिका निभाएंगी। अपने इस प्रदर्शन से वह इस साल साल ही काम करना चाहता है। उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ सावधान रहना होगा। अगर गेंदबाजी का लक्ष्य इससे बदल जाता है तो उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ विश्व कप में हुए दूसरे टेस्ट में बुमराह ने नौ विकेट लेकर भारतीय टीम की जीत में अहम भूमिका निभाई थी। अपने इस प्रदर्शन से वह इसीलिये टीम की जीत करना चाहता है। उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ सावधान रहना होगा। अगर गेंदबाजी का लक्ष्य इससे बदल जाता है तो उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ विश्व कप में हुए दूसरे टेस्ट में बुमराह ने नौ विकेट लेकर भारतीय टीम की जीत में अहम भूमिका निभाई थी। अपने इस प्रदर्शन से वह इसीलिये टीम की जीत करना चाहता है। उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ सावधान रहना होगा। अगर गेंदबाजी का लक्ष्य इससे बदल जाता है तो उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ विश्व कप में हुए दूसरे टेस्ट में बुमराह ने नौ विकेट लेकर भारतीय टीम की जीत में अहम भूमिका निभाई थी। अपने इस प्रदर्शन से वह इसीलिये टीम की जीत करना चाहता है। उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ सावधान रहना होगा। अगर गेंदबाजी का लक्ष्य इससे बदल जाता है तो उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ विश्व कप में हुए दूसरे टेस्ट में बुमराह ने नौ विकेट लेकर भारतीय टीम की जीत में अहम भूमिका निभाई थी। अपने इस प्रदर्शन से वह इसीलिये टीम की जीत करना चाहता है। उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ सावधान रहना होगा। अगर गेंदबाजी का लक्ष्य इससे बदल जाता है तो उन्होंने कहा कि जैसे-जैसे पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में अंतर देंदा करेंगे। इंग्लैंड के खिलाफ विश्व कप में हुए दूसरे टेस्ट में बुमराह ने नौ विकेट लेकर भारतीय टीम की जीत में अहम भूमिका निभाई थी। अपने इस प्रदर्शन से वह इसीलिये

# रोज नहीं खाएं अण्डे



अगर आप रोजाना अंडे खा रहे हैं तो इनको खाना छोड़ दीजिए। नए शोध में पता चला है कि जो रोज अंडे खाते हैं वह बीमार जल्द पड़ते हैं। अंडे का सेवन डॉक्टर की सलाह से ही करना चाहिए।

व्या यह सच है कि अगर सेहत बनानी हो तो रोज अंडे पेट में उतार लिया करो। जबकि सच्चाई यह है कि ऐसा करना आ बैल मुझे मार जैसी बात कहना है, क्योंकि बिना डॉक्टर से पूछे किसी को भी अंडे खाने ही नहीं चाहिए। खासकर, शुगर, हाई बीपी, कोलेस्ट्रॉल, हार्ट के पेशेट्स और मटापे वालों को तो अंडे से दूर ही रहना चाहिए, क्योंकि अंडे उनके रोग को और बढ़ा सकते हैं।

## सेहत के लिए ठीक नहीं

डॉक्टरों का कहना है कि इस बारे में 1999 में जर्मन ऑफ मेडिकल एसोसिएशन में बॉस्टन के हावर्ड स्कूल ऑफ पलिक हैल्थ के न्यूट्रीशन विभाग के डॉ. ह. एफ बी एंड ग्रुप की रिपोर्ट में कहा गया था कि बीपी, हार्ट, शुगर और कोलेस्ट्रॉल के मरीजों के लिए अंडा खाना ठीक नहीं है, जबकि अंडा तक इस बारे में एक भी भारतीय रिपोर्ट सामने नहीं आई कि रोज अंडे खाने से सेहत बनती है या आप स्वरूप रहोगे। जबकि सबसे ज्यादा शुगर, बीपी आदि के मरीज भारत में ही हैं। इसलिए रोज अंडे खाना किसी भी तरह से ठीक नहीं है।

## ज्यादा प्रोटीन खतरनाक

हृदय रोग विशेषज्ञों का कहना है कि एक अंडे में 21 मिलीग्राम कोलेस्ट्रॉल होता है यानी आट से नौ चम्च मक्खन के बराबर, क्योंकि एक चम्च मक्खन में 25 मिलीग्राम कोलेस्ट्रॉल होता है। इसलिए सिर्फ शुगर, हाई बीपी और हार्ट पेशेट्स को ही इन्हें दूर से सलाद नहीं करना चाहिए, बल्कि सामान्य सेहत वाले लोगों को भी अगर डॉक्टर प्रोटीन की जरूरत बताये, तभी खाना चाहिए।

## विज्ञापनों में प्रचार गलत

प्रिवेटिव हैल्थ कनसल्टेंट का कहना है कि रोज अंडे खाने की बात भ्रामक है। ऐसे विज्ञापनों से लगता है सेहत के लिए अंडा ही सब कुछ है बाकी चीजें नहीं। अंडे से बहुत ज्यादा फेट व विकानी मिलती है, जो कोलेस्ट्रॉल, दिल के दौरे, हाई बीपी और शुगर की तरफ धकेल सकता है। आजकल हर आदमी पूरी तरह स्वरूप नहीं है, इसलिए डॉक्टर से पूछ कर ही अंडे लें।

## एक अंडे में प्रोटीन

**कैलोरीज - 78 एमजी**  
**कॉल - 7 एमजी**  
**सीटियन - 62 एमजी**  
(इससे बीपी व हार्ट बढ़ सकती है)

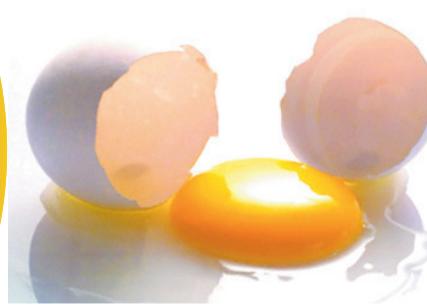
**फेट - 5.3 ग्राम**  
**प्रोटीन - 6 ग्राम**  
प्राप्ति किए जाने पर अंडे में  
कैलोरीज-10 और बढ़ जाते हैं।



प्राप्त भोजन से कोलेस्ट्रॉल बढ़ता है, जबकि पेड़-पौधों से मिलने वाले भोजन से नहीं बढ़ता।

## कौन खा सकता है अंडे

डॉक्टरों का कहना है कि बिना जरूरत के अंडे खाना लकवे, न्युप्रसक्ता, पैरों में दर्द, कोलेस्ट्रॉल का बढ़ना, मटापे और हार्ट की आर्टीरीज में ब्लॉकेज को न्यौता है। नॉर्मल लोग भी खाएं तो हर छह महीने पर कोलेस्ट्रॉल की जांच कराते रहें। हां,



जिसको हाई प्रोटीन डाइट की जरूरत हो वे अंडा ले सकते हैं, पर वह भी तब, जब वे पहले से अंडा खाते आ रहे हों। कम वजन वालों, बीमारी के बाद बहुत कमजोर हो गए और टीबी के मरीजों की प्रोटीन की जरूरत होती है, उन्हें खाने के लिए बताया जा सकता है। आम स्वरूप व्यक्ति के लिए भी डॉक्टर की राय से ही एक अंडा रोज खा सकते हैं।

## आम आदमी रोज अंडा नहीं खाएं

वैसे, आम आदमी को अंडा नहीं खाना चाहिए, क्योंकि एक प्रतिशत कोलेस्ट्रॉल बढ़ने से दो प्रतिशत हाई अटैक की आशंका बढ़ जाती है। शुगर या मधुमेह, हाई बीपी, हार्ट पेशेट्स, मटापे से पीड़ित और कोलेस्ट्रॉल के रोगियों को डॉक्टर ही जाच के बाद बात सकता है कि उनके शरीर को अंडों की जरूरत है या नहीं।

## दालों में भरपूर प्रोटीन

विशेषज्ञ कहते हैं कि प्रोटीन के लिए तो सभी तरह की दालें, पीनीर व दूध से बनी चीजें अंडे का विकल्प होती हैं। अंडों की जगह उनका इस्तेमाल करें। दूध या स्किप्प मिल्क, मूगफली, ड्राइ फ्रूट में अखोरा, बादाम, काजू, व हरी सब्जियाँ, दीरी, सलाद और फल भी ले सकते हैं। जीव-जंतुओं से

# फ्रेंचबीन से फटाफट सेहत

कोलेस्ट्रोल की मात्रा 6 हप्ते में 10 प्रतिशत कम हो सकती है और इससे हृदयाशय का खतरा भी 40 प्रतिशत तक कम हो सकता है। बीन्स में सोयायम की मात्रा कम तथा पोटेशियम, कल्सियम व मैग्नीशियम की मात्रा अधिक होती है और लगानी के इस प्रकार का समर्थय संहत के लिए लाभदायक है। इससे रक्तवायप नहीं बढ़ता तथा हृदयाशय का खतरा टल सकता है।

## शकर का स्तर नहीं बढ़ता

बीन्स का ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है इसका अधिकार्य यह है कि जिस तरह से अन्य भोज्य पदार्थों से रक्त में

शकर का स्तर बढ़ जाता है, बीन्स खाने के बाद ऐसा नहीं होता। बीन्स में मौजूद फाइबर रक्त में शकर का स्तर बनाए रखने में मदद करते हैं। और बीन्स की इस खासियत की वजह से मधुमेह के रोगियों को बीन्स खाने की सलाह देते हैं।

## किडनी में लाभकारी

किडनी में पर्शी के लिए 60 ग्राम बीन्स की पौधी लेकर इसे चार लीटर पानी में चार घंटे तक उबाल लें। फिर इसके पानी को कपड़े से छान लें और छाने हुए पानी को करीब आठ घंटे तक ठंडा होने के लिए रख दें। अब इसे फिर से छान लें। दिन में दो-दो घंटे से पीयें। लाभ होगा।

बीज्स एक ऐसी सब्ज़ी है जो कि अनेकिन, गेविसकन, चार्डीनीज़, जापानी, उत्तरी व दक्षिणी भारतीय, यूरोपियन आदि तरह के भोजन में

सामान्यतः मिलती है। आप सलाद लें या स्टारटर्स, सूप से लेकर बर्गर टिक्की तक हर जगह बीज्स (फ़्लियां) किसी न किसी रूप में आपको नज़र आ जाएंगी।

# ये आहार नहीं बढ़ने देंगे आपका वजन

संतुलित वजन यानी स्वनस्थ शरीर। इसलिए वजन कम रखने की चाहत हर किसी की होती है। कुछ लोग डायटिंग और एक्सइसाइज़ की मदद से अपना वजन तो कम करते हैं, लेकिन कुछ दिन बाद उनका वजन दोबारा से न बढ़े इसके लिए जरूरी है संतुलित आहार और सही जानकारी।



वजन घटाने वाले आहाराओंपको यह जानकारी होनी चाहिए कि किस प्रकार का आहार आपके कम हुए वजन को बरकरार रखने में मददगार साबित होगा। यदि आप भी वजन को कंट्रोल में रखना चाहते हैं तो सबसे पहले रेस्टोरेंट आदि के खाने से बचना चाहिए। इस लेख के जरिए हम आपको बता रहे हैं कि अपनी डायट में शामिल करने वाले ऐसे आहारों के बारे में जिनसे शरीर को प्रोटीन की पर्याप्त मात्रा भी मिलेगी ही और आपका जनन भी नियंत्रित रहेगा।

अंडा

अंडे में भरपूर मात्रा में प्रोटीन होती है। इसका सेवन आपको लंबे समय तक भोजन की जरूरत से दूर रखता है। अंडा खाने से ब्लड शुगर होने का खतरा भी कम रहता है। ब्लड शुगर वाले रोगियों की खाने की तीव्र इच्छा होती है। सामान्य से अधिक वजन वाली 30 महिलाओं पर एक गए अध्ययन से साफ हो चुका है नाश्ते में कोम्पैक्टेवस खाने वाली महिलाओं के मुकाबले अंडा खाने वाली महिलाओं ने अगले 36 घंटे तक भोजन का कम मात्रा में सेवन किया। अंडे का सेवन आपको लंबे समय तक भ्रूण से रहात देता है।

ग्रीन टी

ग्रीन टी का सेवन वजन कम करने वाले तरल पदार्थ के रूप में किया जाता है। एंटीऑक्सीडेंट होने के कारण ग्रीन टी वास को तेजी के साथ कम करने में मदद करती है। यह बॉडी मास इंडेल को आहाराओं की खाने से अधिक वजन को बढ़ाती है। एंटीएल कोलेस्ट्रॉल की मौजूदी से शरीर का वजन बढ़ता है।

सलाद

लंबे के साथ सलाद खाने से कैलोरी की मात्रा नियंत्रित रहती है। शोधकर्ताओं के मुताबिक सलाद के सेवन से आपको भ्रूण कम लगती है। इसके अलावा इसमें विटामिन सी, विटामिन ई, फोलिक एसिड और लाइकोपीन होता है। इन सभी की मौजूदगी शरीर पर चर्चा जमाने से रोकती है।

मसूर की दाल

मसूर की दाल के सेवन से भी व्यक्ति मोटापे से बचा रहता है। इस खाने से शरीर में इन्सुलिन की पर्याप्त मात्रा बढ़ती है। बाजार में मसूर की दाल कई तरह की आती है, लेकिन लाल और पीली दाल 15 से 20 मिनट में तेयर हो जाती है। इसे यदि पास्ता सॉस के साथ पकाया जाए तो यह हार्ट के लिए भी फायदेमंद होता है।

अनार

अनार का जूस आपको हर तरह से स्वरूप बनाता है। इसमें कम कैलोरी और फाइबर की अधिक मात्रा होती है। इसके सेवन से शरीर म







नगरीय निकायों और पंचायत राज संस्थाओं के जनप्रतिनिधियों के मानदेय में 10 प्रतिशत की बढ़ोतरी  
समस्त मानदेय-कर्मियों को भी 10 प्रतिशत बढ़ोतरी का उपहार

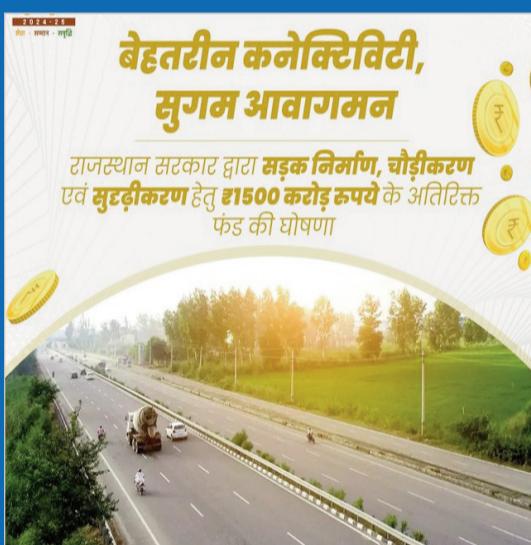
दिया कुमारी | अध्यक्षमंत्री एवं वित्त मंत्री, राजस्थान सरकार



### सामाजिक सुरक्षा, सम्मान और सौभाग्य

- सामाजिक सुरक्षा पेंशन 1000 रुपए से बढ़ाकर 1150 रुपए की हड्डी होगी।
- प्रधानमंत्री आयुमान आरोग्य योजना में कैंसर का डैकेयर इलाज भी शामिल होगा।
- स्टीट वैर्स और मरुसून के लिए मुख्यमंत्री विश्वकर्मा पंचायत योजना बढ़ाकर 100 रुपए तक यांत्रिक प्रतियोगिता देगी। इसके बाद 60 साल पर 2000 रुपए मिलेगा।

दिया कुमारी | अध्यक्षमंत्री एवं वित्त मंत्री, राजस्थान सरकार



**वरिष्ठ नागरिकों की यात्रा होगी मूलभूत और मुगम**  
**जान राजस्थान का लोक कल्याणकारी बजट**  
प्रदेश के 60 से 80 वर्ष के वरिष्ठ नागरिकों को उपलब्ध होगी दियायी यात्रा सुविधा  
राज्य की सीमा में टोडरेज बसों के किटाये में वर्तमान की 30 प्रतिशत छठ को बढ़ाकर 50 प्रतिशत कर्टने का प्रावधान

**मुख्यमंत्री जल स्वावलंबन अभियान - 2.0**  
**दीप्री ही प्रारंभ**  
**लगभग 11 हजार 200 करोड़ रुपये की यात्रा का बजट**  
आगामी 4 वर्षों में 20 हजार गांवों में 5 लाख Water Harvesting Structures बनाए जाएंगे।  
प्रथम चरण में आगामी वर्ष 5 हजार गांवों में आगामी वर्ष 5 हजार 500 करोड़ रुपये की गति है। लगभग 10 हजार कार्य करवाया जाना प्रक्रियता देगा।

**विकास की नई गाँथा लिखने को तैयार म्हारा जयपुर**  
**'नए राजस्थान' का लोक कल्याणकारी बजट**  
**जयपुर में लोक का विस्तार**  
जयपुर में लोक का विस्तार टोक टोड के साथ सीतापुरा, अम्बाबाड़ी से होते हुए विद्याधर नगर तक के ऊपर करने के लिए तैयार होगी DPR

## राजस्थान बजट से जनता की हुई बल्ले-बल्ले

युवाओं को भी मिलेगा फायदा; 70 हजार पदों पर निकलेगी भर्ती

### जयपुर।

राजस्थान की उपमुख्यमंत्री एवं वित्त मंत्री दिया कुमारी ने गुरुवार को विधानसभा में लेखानुदान (अंतरिम बजट) पेश किया। वित्त वर्ष 2024-25 का पूर्ण बजट जुलाई में पेश किया जाएगा। राजस्थान के वित्त मंत्री ने अंतरिम बजट में विधानसभा क्षेत्रों में स्कूलों, कॉलेजों, अस्पतालों की स्थापना, उत्तरान के लिए 1,000 करोड़ रुपये आवंटित करने का प्रस्ताव किया है।

### 20 हजार गांवों में पानी को लेकर होगा काम

बजट में दूसरी बड़ी घोषणा आगले चार वर्षों में 20,000 गांवों में 5 लाख जल संचयन संरचनाएं बनाने के लिए मुख्यमंत्री जल स्वावलंबन अभियान थी, जिसके लिए 11,200 करोड़ रुपये का प्रावधान किया गया है। कुमारी ने कहा कि पूर्व सरकार ने कई विधानसभा क्षेत्रों की अनदेखी की।

पिछली सरकार ने लाडपुरा, नसीराबाद, सिवाना, आहोर, डांगा, मालपुरा जैसे कई क्षेत्रों के लिए किसी भी योजना को मंजूरी नहीं दी थी। उन्होंने कहा कि अब विकास के क्षेत्रीय सुवृत्तन को लिए इसके लिए उपलब्ध करवाया जायेगा।

राजस्थान की वित्त मंत्री दिया कुमारी ने मजदूरों और रेहड़ी-पटरी वर्गों के लिए विश्वकर्मा पेशन योजना की घोषणा की।

संविधान के अनुच्छेद 116 के तहत बजट स्वीकृत होने तक सीमित अवधि के लिए आवश्यक सरकारी व्यवहारों को पूरा करने के लिए लेखानुदान प्रस्तुत किया जाता है। यह कुल अनुमान के छठे हिस्से के बाबर राशि के लिए कुछ किसानों के लिए प्रदान किया जाता है।

**ईआरटीपी योजना पर खर्च होगे 45000 करोड़**

पूर्वी राजस्थान नहर परियोजना (ईआरसीपी) के लिए राजस्थान के वित्त मंत्री दिया कुमारी ने 25 जिलों का लाभ मिलेगा। इसके 21 जिलों का लाभ देगा।

परियोजना को वृद्ध रूप देते हुए उपलब्ध यांत्रियों को टोके रोड के साथ

सीती राशि मात्र बढ़ावा देगी, से जारी राशि के बाबर क 6 हजार 500 रुपये होंगे, लॉक टर्मिनलों के लिए उपलब्ध करवाया जायेगा।

परियोजना को बॉल्ड रूप पर आदर्श अंगनवाड़ी स्वास्थ्य, जांच पोषण, अन्तर्राष्ट्रीय योजना दिवस को बॉल्ड करने के लिए उपलब्ध यांत्रियों को बढ़ावा देगा।

उपलब्ध यांत्रियों के बाबर राशि पर खर्च किए जाएंगे।

**लखपति दीपी योजना के लिए आयोजित करवाया जाएगा।**

लखपति दीपी योजना के लिए आयोजित करवाया जाएगा।

परियोजना के लिए आयोजित करवाया जाएगा।

लखपति दीपी योजना के लिए आयोजित करवाया जाएगा।

लख