

## पहला कॉलम



### एक लाख युवाओं को मिली नौकरी, पीएम मोदी ने वर्चुअली बांटे नियुक्तिपत्र

नई दिल्ली।

देश के एक लाख युवाओं को पीएम नरेंद्र मोदी ने सोमवार को नियुक्ति-पत्र वितरित किए। उन्होंने रोजगार मेले के तहत हाल ही में भर्ती किए गए एक लाख से अधिक कर्मियों को वर्चुअली नियुक्ति-पत्र प्रदान किए। मिली जानकारी के अनुसार वीडियो कॉन्फ्रेंस के माध्यम से आयोजित एक कार्यक्रम के दौरान पीएम ने राजधानी दिल्ली में समेकित कर्मयोगी भवन परिसर के पहले चरण का शिलान्यास भी किया। इस परिसर का उद्देश्य यमिशन कर्मयोगी की विभिन्न शाखाओं के बीच तालमेल और सहयोग को बढ़ावा देना है। इस दौरान पीएम मोदी ने अपने संबोधन में आगे कहा कि 'आज हर युवा जानता है कि अगर वह कड़ी मेहनत करे तो अपने लिए जगह बना सकता है। पीएम ने कहा कि साल 2014 से हम युवाओं को भारत सरकार से जोड़ने और उन्हें विकास में भागीदार बनाने का प्रयास कर रहे हैं। हमने पिछली सरकार से डेढ़ गुना ज्यादा नौकरियां दी हैं। इस दौरान पीएम ने कहा कि आज भारत दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा स्टार्ट-अप इकोसिस्टम है। इन स्टार्टअप के कारण रोजगार के अवसर भी बढ़े हैं। नवनि्युक्त युवा विभिन्न मंत्रालयों व विभागों जैसे राजस्व विभाग, गृह मंत्रालय, उच्च शिक्षा विभाग, परमाणु ऊर्जा विभाग, रक्षा मंत्रालय, वित्तीय सेवा विभाग, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, जनजातीय मामलों के मंत्रालय और रेलवे मंत्रालय में विभिन्न पदों पर भर्ती होकर सरकार में शामिल होंगे। प्रधानमंत्री कार्यालय (पीएमओ) के मुताबिक, रोजगार मेला देश में रोजगार सृजन को सर्वोच्च प्राथमिकता देने की प्रधानमंत्री की प्रतिबद्धता को पूरा करने की दिशा में एक कदम है।

### राज्यों में डिप्टी सीएम का पद समाप्त करने लगाई जनहित याचिका खारिज

नई दिल्ली।

देश के विभिन्न राज्यों में उपमुख्यमंत्री की नियुक्ति को समाप्त करने के लिए सुप्रीम कोर्ट में एक जनहित याचिका लगाई गई है। हालांकि प्रथा को चुनौती देने वाली जनहित याचिका को सुप्रीम कोर्ट ने खारिज कर दिया है। सुप्रीम कोर्ट से बड़े पैमाने पर जनता में भ्रम पैदा होता है और राजनीतिक दलों द्वारा काल्पनिक पोर्टफोलियो बनाकर गलत और अवैध उदाहरण स्थापित किए जा रहे हैं। क्योंकि उपमुख्यमंत्रियों के बारे में कहा जाता है कि वह कोई भी स्वतंत्र निर्णय नहीं ले सकते हैं, हालांकि उन्हें मुख्यमंत्रियों के बराबर दिखाया जाता है। वहीं सुप्रीम कोर्ट ने उनको ये दलीलें दर्किनार करते हुए इस जनहित याचिका को खारिज कर दिया है।

### एलओसी के पास पुंछ में सेना ने पाकिस्तानी ड्रोन पर की गोलाबारी

श्रीनगर।

एलओसी के पास सेना के जवानों ने एक पाकिस्तानी ड्रोन पर गोलाबारी की है। मिली जानकारी के अनुसार जम्मू-कश्मीर के पुंछ जिले में नियंत्रण रेखा के पास एक पाकिस्तानी ड्रोन के उड़ने की अधिकारियों जानकारी दी थी। अधिकारियों ने बताया कि ड्रोन रविवार देर रात भारतीय क्षेत्र में कुछ देर मंडराने के बाद पाकिस्तान की ओर लौट गया। उन्होंने कहा कि मंडराने के नार मनकोट इलाके में दुश्मन के ड्रोन की गतिविधि देखी गई, जिसके बाद नियंत्रण रेखा पर तैनात सैनिकों ने उसे गिराने के लिए उस पर कम से कम तीन गोलियां चलाई। अधिकारियों ने बताया कि भारतीय सैनिकों की गोलीबारी के बाद ड्रोन पाकिस्तान की ओर लौट गया। उन्होंने बताया कि इलाके में लगातार सघन तलाशी अभियान जारी है। इस घटना के बाद जम्मू-कश्मीर पुलिस ने सीमा पार से नशीले पदार्थों, हथियारों और विस्फोटक सामग्री को गिराने के लिए भेजे जाने वाले ड्रोन के बारे में सूचना देने वालों को तीन लाख रुपये का नकद इनाम देने की हाल में घोषणा भी कर दी है।



## हिंसा की आशंका के चलते किसान आंदोलन को लेकर पूरी दिल्ली में धारा 144 लागू

-सीमा में नहीं आ सकेंगे ट्रैक्टर, लाठी, डंडा बैनर व हथियार पर भी रहेगी पाबंदी

नई दिल्ली।

किसान आंदोलन की वजह से पूरी दिल्ली में धारा 144 लागू कर दी गई है। इस दौरान ट्रैक्टर के प्रवेश को बंद किया गया है। मिली जानकारी के अनुसार एक महीने तक पूरी दिल्ली में धारा 144 के साथ कई प्रतिबंध लागू रहेंगे। दिल्ली पुलिस की ओर से जारी आदेश में कहा गया है कि 13 मार्च को संयुक्त किसान मोर्चा, किसान मजदूर मोर्चा और अन्य किसान संगठनों ने दिल्ली चलो मार्च का ऐलान किया है। वह अपनी मांगों को लेकर संसद भवन के बाहर

प्रदर्शन करना चाहते हैं। किसानों के आंदोलन से तनाव, सामाजिक सद्भाव बिगड़ने और हिंसा तक की आशंका और खुफिया अलर्ट की दलील देते हुए यह फैसला लिया गया है। पुलिस ने कहा है कि प्रदर्शनकारी ट्रैक्टर ट्रॉली का इस्तेमाल कर सकते हैं जिससे अन्य वाहन चालकों को असुविधा हो सकती है। इसको देखते हुए नई दिल्ली में ट्रैक्टर को बैन कर दिया गया है। दिल्ली पुलिस ने कहा है कि परिस्थिति का फायदा उठाते हुए कुछ असामाजिक तत्व दिल्ली में कानून-व्यवस्था बिगाड़ने की कोशिश कर सकते हैं। इसे लिए

एहतियात के तौर पर पूरी दिल्ली में धारा 144 लागू कर दी गई है। इस दौरान धारा 144 लागू करने के साथ साफ किया गया है कि दिल्ली में सड़क जाम करने, रास्ते रोकते हुए किसी आंदोलन, रैली, सार्वजनिक सभा पर रोक लगाई गई है। ट्रैक्टर प्राप्त कुछ मामलों को छोड़कर पांच से अधिक लोगों के एकत्रित होने पर रोक रहेगी। वहीं किसी भी सामाजिक, राजनीतिक और अन्य संगठनों के जुलूस, प्रदर्शन, रैली, पैदल मार्च आदि पर पूरी दिल्ली में रोक रहेगी। दिल्ली में ट्रैक्टर ट्रॉली के प्रवेश पर बैन लगा दिया गया है। साथ ही ऐसे किसी भी वाहन

को दिल्ली में प्रवेश नहीं दिया जाएगा जिनमें लाठी, डंडे, तलवार या अन्य हथियार हों। प्रदर्शन में बंदूक, घातक हथियार और अन्य किसी भी ऐसी वस्तु को प्रतिबंधित किया गया है जिसका इस्तेमाल शांति व्यवस्था को बिगाड़ने के लिए हो सकता है। ईट, पत्थर, एसिड, पेट्रोल और सोडा पानी आदि को एकत्रित करने पर भी बैन है। पुलिस ने आदेश में कहा कि दिल्ली की सभी सीमाओं पर सुरक्षा जांच होगी। किसी भी वाहन में यदि लाठी, रॉड, बैनर जैसे सामान मिलते हैं तो उन्हें दिल्ली में प्रवेश नहीं दिया जाएगा। भड़काऊ



नारे, भाषण या संदेश पर रोक रहेगी और ऐसा करने पर कानूनी कार्रवाई की जाएगी। जबकि बिना अनुमति के किसी वाहन, इमारत, निजी या सार्वजनिक इमारत से लाउड स्पीकर के इस्तेमाल पर रोक होगी। धारा 144 को लेकर दिल्ली के सभी निवासियों, नेताओं और हितधारकों से सहयोग की अपील करते हुए कहा गया है कि सरकार की ओर से आयोजित बैठक और ड्यूटी पर जा रहे सरकारी कर्मचारियों को प्रतिबंधों से छूट रहेगी।

## अयोध्या जा रही विशेष आस्था ट्रेन पर नंदुरबार के निकट पथराव, जांच में जुटी पुलिस

सुरत।

रामलला के दर्शनार्थियों को लेकर जा रही विशेष आस्था ट्रेन पर पथराव की घटना सामने आई है। यह घटना बीती रात महाराष्ट्र के नंदुरबार के निकट हुई। इस ट्रेन में प्रभु श्रीराम का दर्शन करने जा रहे सुरत के सैकड़ों श्रद्धालु सवार थे। घटना के हरकत में आई रेलवे पुलिस ने मामले की जांच शुरू की है। गत 22 जनवरी को अयोध्या में प्रभु श्रीराम की प्राण प्रतिष्ठा के बाद से श्रद्धा का जनसैलाब उमड़ रहा है। रामलला के दर्शनार्थियों के लिए देश के

विभिन्न राज्यों से सरकार विशेष आस्था ट्रेन चला रही है। रविवार की शाम सुरत से केन्द्रीय रेल राज्यमंत्री दर्शन जरदोश ने विशेष आस्था ट्रेन को हरी झंडी दिखाकर अयोध्या के लिए रवाना किया था। इस ट्रेन में विश्व हिन्दू परिषद के कार्यकर्ता समेत सैकड़ों यात्री सवार थे। देर रात महाराष्ट्र के नंदुरबार के निकट पहुंची ट्रेन पथराव किया गया। अचानक पथराव से ट्रेन में सवार श्रद्धालुओं में अफराफेरी मच गई। अज्ञात असामाजिक तत्वों द्वारा किए गए पथराव के बाद रेल प्रशासन भी हरकत में आ गया। विश्व हिन्दू



परिषद से जुड़े अभिषेक राजपुत ने बताया कि नंदुरबार के निकट ट्रेन पर पथराव किया गया। रेलवे स्टेशन से करीब तीन किलोमीटर दूर ट्रेन के तीन कोच पर पथराव किया गया। हालांकि

एहतियात बरतते हुए यात्रियों ने ट्रेन को खिड़की और दरवाजे बंद कर दिए। नंदुरबार रेलवे स्टेशन पर पथराव की शिकायत के बाद पुलिस ने मामले की जांच शुरू की है।

## बनभूलपुरा हिंसा मामले : मुख्यमंत्री धामी का बड़ा बयान, अवैध अतिक्रमण वाली जगह बनेगा थाना

देहरादून/हरिद्वार।

हल्द्वानी के बनभूलपुरा में हुई हिंसा के बाद पुलिस का एवशन जारी है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का भी सख्त एवशन दिखाई दे रहा है। सोमवार को एक बार फिर मुख्यमंत्री धामी ने बनभूलपुरा हिंसा पर सख्त कार्रवाई की बात कही। मुख्यमंत्री ने कहा कि बनभूलपुरा में जिस जगह से अवैध अतिक्रमण हटाया गया है, वहां पर अब पुलिस थाने का निर्माण किया जाएगा। उपद्रवियों और दंगाइयों के लिए हमारी सरकार का स्पष्ट संदेश है कि, देवभूमि की शांति से खिलवाड़ करने वाले किसी भी व्यक्ति को छोड़ा नहीं जाएगा, उपद्रवियों के लिए उत्तराखंड में कोई स्थान नहीं है।



## कतर की जेल में बंद पूर्व भारतीय नौसैनिकों की सकुशल वापसी भारत सरकार के विशेष प्रयासों का नतीजा : स्मृति ईरानी

नई दिल्ली।

केंद्रीय मंत्री स्मृति ईरानी ने कतर की जेल में बंद पूर्व भारतीय नौसैनिकों की सकुशल वापसी को भारत सरकार के विशेष प्रयासों का नतीजा बताते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के प्रति आभार व्यक्त किया है। भाजपा मुख्यालय में मीडिया से बात करते हुए केंद्रीय मंत्री स्मृति ईरानी ने कहा कि नेवी वेटेरंस को जिस प्रकार से वापस लाया गया, वो भारत सरकार के विशेष प्रयासों का एक नतीजा है। उन्होंने कहा कि घर वापसी और राष्ट्र के साथ-साथ विश्व भर में हिंदुस्तानी कहीं भी रह रहे हों, उनके हितों का संरक्षण करना प्रधानमंत्री मोदी की प्राथमिकता रही है। नेवी वेटेरंस को सकुशल

वापसी के लिए प्रधानमंत्री मोदी के प्रति आभार व्यक्त करते हुए स्मृति ईरानी ने उन तमाम ऑपरेशन का भी जिक्र किया जब मोदी सरकार अलग-अलग ऑपरेशन चलाकर दुनिया के अलग-अलग देशों में फंसे भारतीयों को सकुशल वापस लेकर आई थी। ईरानी ने कहा कि अगर वर्ष दर वर्ष मोदी सरकार के प्रयासों को देखा जाए तो ऑपरेशन गंगा में 22 हजार हिंदुस्तानी यूकेन से लौटे थे। ऑपरेशन कावेरी चलाकर सूडान में फंसे 2,500 हिंदुस्तानियों को वापस लाया गया। नेपाल में भूकंप के समय वहां फंसे 5 हजार हिंदुस्तानियों को



ऑपरेशन मैत्री के माध्यम से वापस लाया गया। कोविड के संकट काल में वंदे भारत मिशन के जरिए 2 करोड़ से ज्यादा हिंदुस्तानी घर लौटे। उन्होंने आगे कहा कि जो नेवी वेटेरंस कतर से वापस लौटे हैं, हम सब कृतज्ञता की भावना से उनका स्वागत करते हैं।

## वैदिक ऋषि ही नहीं बल्कि राष्ट्र ऋषि भी थे महर्षि दयानंद : पीएम मोदी

आर्य समाज द्वारा आयोजित कार्यक्रम में पीएम वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिए शामिल हुए

मोरबी।

स्वामी दयानंद सरस्वती की 200वीं जयंती पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा कि महर्षि दयानंद वैदिक ऋषि ही नहीं बल्कि राष्ट्र ऋषि भी थे। उन्होंने देश के युवाओं को नई दिशा देकर शिक्षा का प्रसार किया। पीएम मोदी ने गुजरात के मोरबी में स्वामी दयानंद की जन्मस्थली टंकारा में आयोजित एक कार्यक्रम को वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से संबोधित करते हुए कहा कि 'महर्षि दयानंद केवल वैदिक ऋषि ही नहीं बल्कि

राष्ट्र ऋषि भी थे। श्री मोदी ने स्वामी जी के योगदान का सम्मान करने और उनकी शिक्षाओं को जन-जन तक पहुंचाने के लिए आर्य समाज द्वारा कार्यक्रम आयोजित करने पर खुशी व्यक्त की। पिछले साल इस महोत्सव के उद्घाटन में अपनी भागीदारी पर विचार व्यक्त करते हुए उन्होंने कहा कि जब ऐसी महान आत्मा का योगदान इतना असाधारण है तो उनसे जुड़े उत्सवों का व्यापक होना स्वाभाविक है।' प्रधानमंत्री ने ऐसे उल्लेखनीय व्यक्तियों की विरासत को आगे बढ़ाने के महत्व पर जोर

देते हुए कहा कि मुझे विश्वास है कि यह कार्यक्रम हमारी नई पीढ़ी को महर्षि दयानंद के जीवन से परिचित कराने के लिए एक प्रभावी माध्यम के रूप में काम करेगा। पीएम मोदी ने कहा कि स्वामी दयानंद का जन्म गुजरात में हुआ था। वे हरियाणा में सक्रिय रहे थे। उन्होंने दोनों क्षेत्रों के साथ अपने संबंध पर प्रकाश डाला और अपने जीवन पर स्वामी दयानंद के गहरे प्रभाव को स्वीकार करते हुए कहा कि उनकी शिक्षाओं ने मेरे दृष्टिकोण को आकार दिया है। उनकी विरासत मेरी यात्रा का एक अभिन्न

अंग बनी हुई है। उन्होंने स्वामी जी की जयंती के अवसर पर भारत और विदेश में लाखों अनुयायियों को भी शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि अमृतकाल के शुरुआती वर्षों में महर्षि दयानंद सरस्वती की 200वीं वर्षगांठ आ गई है। स्वामी जी के मन में भारत के प्रति जो विश्वास था, उस विश्वास को हमें अमृतकाल में अपने आत्मविश्वास में बदलना होगा। स्वामी दयानंद आधुनिकता के समर्थक और मार्गदर्शन थे। श्री मोदी ने दुनिया भर में आर्य समाज संस्थानों के व्यापक नेटवर्क को स्वीकार करते

हुए कहा कि 2,500 से अधिक स्कूलों, कॉलेजों व विश्वविद्यालयों और 400 से अधिक गुरुकुलों में छात्रों को शिक्षित करने के साथ, आर्य समाज आधुनिकता और मार्गदर्शन का एक जीवंत प्रमाण है। उन्होंने समुदाय से 21वीं सदी में नए जोश के साथ राष्ट्र निर्माण की पहल की जिम्मेदारी लेने का आग्रह किया। डीएवी संस्थानों को 'स्वामीजी की जीवित स्मृति' बताते हुए, उन्होंने उनके निरंतर सशक्तिकरण का आश्वासन



भी दिया। पीएम ने सभी अनुयायियों से डीएवी एजुकेशनल नेटवर्क के माध्यम से छात्रों को माय भारत में शामिल होने के लिए प्रोत्साहित करने का आग्रह किया।









**अगर आप भी उन पेरेंट्स में से हैं, जो यह मान कर बैठे हैं कि बच्चों को सब कुछ सिखाने की जिम्मेदारी स्कूल की है, तो अपने को थोड़ा दुरुस्त कर लें। अगर बच्चों को सुनहरे कल के लिए तैयार करना है, तो कुछ बातें आपको भी उन्हें सिखानी होंगी...**

किसी भी समस्या को लेकर आत्मविश्वास पैदा हो जाएगा और फिर शायद ऐसा कुछ नहीं बचेगा, जिसे वह हल नहीं कर सकता हो और आपकी समस्या भी बड़ी आसानी से हल हो जाएगी।

#### अपने आप में खुश रहना

सभी पेरेंट्स अपने बच्चों को बहुत लाड़ करते हैं और यह मानकर चलते हैं कि बच्चों की खुशी के लिए उनका बच्चों के साथ होना बहुत जरूरी है। जब बच्चे बड़े हो जाते हैं तो उन्हें पता ही नहीं होता कि खुश कैसे रह जाए और वे दोस्तों, शॉपिंग, वीडियो गेम्स, इंटरनेट जैसी बाहरी चीजों में अपनी खुशी ढूंढते हैं। जबकि एक बच्चे को आसानी से अपने-आप में खुश रहना सिखाया जा सकता है। वह खुद खेल सकता है, पढ़ सकता है, अपनी कल्पनाओं में खो सकता है। अपने बच्चे को शुरू से थोड़ी निजता की आदत डालें। उसे अकेले थोड़ा वक्त बिताने दें, वह खुद-ब-खुद खुश रहना सीख जाएगा।

सहनशील घर में बच्चों के चारों ओर सुरक्षित वातावरण होता है, लेकिन जब वे बाहरी दुनिया के संपर्क में आते हैं तो कई बार यह अनुभव उनके लिए डराने वाला, तकलीफदेह हो सकता है। इसलिए अपने बच्चों को शुरू से ही हर तरह के लोगों से मिलने की आदत डालें। उन्हें बताएं कि दुनिया में अलग-अलग तरह के लोग होते हैं और अलग होना कोई बुरी बात नहीं है।

#### बदलाव स्वीकार करना

दुनिया हर क्षण बदलती रहती है और जो इस बदलाव को स्वीकार करके उसके साथ-साथ चलता है, वह हमेशा सुखी रहता है। जो लोग बदलाव नहीं चाहते या उससे डरते हैं, वे जिंदगी में बहुत ज्यादा आगे नहीं बढ़ पाते। चार्ल्स डार्विन का सिद्धांत भी यही कहता है। किसी चीज पर अडिग होना अच्छा है, लेकिन उस पर अड़ जाना खराब है, जिंदगी में चीजों को लेकर थोड़ी नरमाई या लोच होना चाहिए। यदि आप बदलाव के अनुकूल बन जाते हैं तो आपको नए-नए अवसर मिलते हैं। ये नए अवसर आपकी प्राथमिकता बन जाते हैं, जबकि ये पहले आपके आस-पास भी नहीं थे। तो बच्चों को सिखाएं कि यदि वे किसी भी तरह के बदलाव को स्वीकार करेंगे तो जिंदगी रोमांच से भरपूर बनी रहेगी।

## ..बहुत जरूरी है बच्चों को यह सिखाना

**आप किसी चीज को लेकर इतने उत्साहित रहते हैं, कि हर वक्त उसी के बारे में सोचते रहते हैं। आपको कोई भी चीज करने में मजा आता है और जब वह चीज आकार लेती है तो आपको भीतर से खुशी होती है...**



## चेहरे की झाइयों का कैसे होता है उपचार

झाइयां एक ऐसी अवस्था है जिसमें चेहरे पर भूरे व काले रंग के धब्बे पड़ जाते हैं। यह दोनों गालों से शुरू होकर, बाद में बटर फ्लॉय शोप में होने लगते हैं। कभी-कभी यह नाक और आंख के ऊपरी हिस्से (भौंहे) में भी होते हैं। पिगमेंटेशन कितनी गहरी तक है, उसके अनुसार झाइयों को चार भागों में विभाजित किया गया है, पढ़ें अगले पेज पर ...

#### एपीडर्मल झाइयां

इस अवस्था में केवल ऊपरी सतह ही प्रभावित होती है। इस तरह की झाइयों को ठीक करना आसान होता है।

#### उर्मल झाइयां

इसमें पिगमेंटेशन त्वचा की गहराई तक होता है। इसका ट्रीटमेंट कठिन होता है। मिश्रित - इस तरह की झाइयों का ट्रीटमेंट काफी कठिन होता है। इसमें लेजर और पील उपचार आदि को संयुक्त रूप में दिया जाता है।

#### अस्पष्ट झाइयां

इस तरह की झाइयां बहुत गहरे रंग की त्वचा में पाई जाती हैं। ऐसी अवस्था में त्वचा की स्थिति के बारे में जानना आसान नहीं होता।

#### हार्मोनल असंतुलन

यह झाइयों का मुख्य कारण होता है। गर्भधारण करने की स्थिति में हो सकता है या गर्भ निरोधक गोलीयां लंबे समय तक लेने से हो सकता है।

#### अनुवांशिक कारण

अनुवांशिक कारणों से। धूप की किरणों से बचाव न करने की वजह से। एलर्जी - कुछ कॉस्मेटिक उत्पाद जिनसे एलर्जी होने के बाद भी उपयोग करने के कारण। थायरॉइड - झाइयां थायरॉइड बीमारी के मरीजों में भी देखी जा सकती हैं। रजोनिवृत्ति - रजोनिवृत्ति के समय बढ़ जाती है। हार्मोनल असंतुलन होने की वजह से झाइयों का उपचार करना कठिन होता है। सही ढंग से उपचार कराने पर यह ठीक हो जाती है।

#### गोरेपन की क्रीम

झाइयां दूर करने के लिए हायड्रोक्विनोन, ट्रेटिनॉइन,

रिटिनॉइड्स, कोजिक एसिड और विटामिन-सी आदि कई तरह की क्रीमों का त्वचा की प्रकार व पिगमेंटेशन के अनुसार उपयोग किया जाता है।

#### लेजर उपचार-

लेजर उपचार से भी काफी मदद मिलती है। लेजर में क्यू-स्विचड लेजर का उपयोग करते हैं जिससे मिलेनोसाइट कम हो जाते हैं। यह उपचार लेने के लिए कई बार क्लिनिक पर जाना पड़ता है यानी यह कई सेशन में किया जाता है। यह सेशन महीने में एक बार होती है।

#### केमिकल पील उपचार-

इसमें ग्लाइकोपील, टीसीपी पील, मंडेलिक एसिड पील आदि विभिन्न पील का उपयोग होता है। पील उपचार के लिए कई सेशन होती हैं, इनमें 10 दिनों का अंतराल होता है।



#### सवाल पूछना

हम बच्चों से क्या चाहते हैं? यही न कि वे चीजों को खुद ब खुद सीखना और समझना जानें। इसके बाद हमें उन्हें हर चीज सिखाने की जरूरत नहीं होगी। जो कुछ उन्हें भविष्य में जानना-सीखना होगा, वे अपने आप उन चीजों को कर पाएंगे। बच्चे ऐसा कर सकें, इसका सबसे बेहतर तरीका यही है कि आप उन्हें सवाल पूछना सिखाएं। हालांकि ज्यादातर बच्चे ऐसा करते भी हैं, ऐसे में पेरेंट्स होने के नाते आपकी यह जिम्मेदारी है कि आप बच्चों के हर सवाल का जवाब यथा-संभव देने की कोशिश करें। वैसे भी बच्चों की आदत होती है कि वे जब भी कुछ नया देखते हैं, उसके बारे में सवाल पूछना शुरू कर देते हैं। लिहाजा जब बच्चे सवाल पूछें तो उन्हें डॉटें या दुकांरें नहीं, बल्कि इनाम दें।

#### पैशन खोजना

आपको क्या चीज आगे बढ़ती है? आपका लक्ष्य, अनुशासन, बाहरी प्रेरणा, इनाम? नहीं, इनमें से एक भी चीज आपको आगे नहीं बढ़ती। आपको आगे बढ़ना है आपका पैशन। आप किसी चीज को लेकर इतने उत्साहित रहते हैं, कि हर वक्त उसी के बारे में सोचते रहते हैं। आपको कोई भी चीज करने में मजा आता है और जब वह चीज आकार लेती है तो आपको भीतर से खुशी होती है, यह है आपका किसी भी काम को करने का पैशन। अपने बच्चे की मदद उसका पैशन खोजने में कीजिए। किस काम को करने में उसे बहुत मजा आता

है। उसकी रुचियों, उसके काम को हतोत्साहित मत कीजिए और न ही किसी चीज का मजाक उड़ाएं।

#### प्रोजेक्ट संभालना

एक किताब लिखना, उसे बेचना, घर का कोई भी काम करना एक प्रोजेक्ट जैसा ही है। आप किसी भी एक प्रोजेक्ट पर अपने बच्चे के साथ काम कीजिए और उसे देखने दीजिए कि कोई भी चीज कैसे पूरी की जाती है। इसके बाद कोई भी काम उसे अपने-आप ज्यादा से ज्यादा करने दीजिए। उसमें आत्मविश्वास बढ़ेगा। उसके बाद उसके सीखने की प्रक्रिया एक प्रोजेक्ट के समान ही होगी।

#### समस्याएं सुलझाना

यदि एक बच्चा कोई समस्या सुलझा सकता है तो वह दुनिया का कोई भी काम कर सकता है। कोई भी काम हमें डराने वाला हो सकता है, लेकिन देखा जाए तो वह महज एक समस्या है, जिसका हल होना है। एक नई स्कूल, नया वातावरण, एक नई जर्जरत किसी भी समस्या की वजह बन सकती है। इसलिए अपने बच्चे को समस्याएं सुलझाना सिखाइए। आप बच्चे के सामने साधारण समस्याएं रखिए और उसे कहिए कि वह इन्हें अपने हिसाब से सुलझाए। अगर वह उस समस्या को सुलझा नहीं पा रहा है तो आप तुरंत उसका हल मत बताइए, उसे थोड़ा जूझने दीजिए, उसे उस समस्या के सभी संभावित हल निकालने दीजिए और उसके प्रयासों के लिए उसे पुरस्कृत भी कीजिए। धीरे-धीरे बच्चे में

# कैसे सजाएं आशियाना

**अपने घर को ज्यादा सजाने के चक्कर में हम कभी-कभी इतना मशगूल हो जाते हैं कि वह बनावटी लगने लगता है। हमें लगता है कि हम हर तरह के सामान से अपने घर को सजाएं, परंतु वह सही नहीं है। कोई एक थीम लें और उसी पर कायम रह कर अपने घर को सजाएं। हम आपको बता रहे हैं कुछ सामान्य गलतियां जो हम अपने नए घर को सजाने के वक्त कर बैठते हैं।**



#### कमरे को हद से ज्यादा ना सजाएं

एक कमरे को फर्नीचर और दूसरे सामानों से भरने में वक्त नहीं लगता, वकत लगता है उसके सही प्लेसमेंट में। कमरे को खचाखच ना भरें। उसमें आराम से आने-जाने की और कुछ खाली जगह हो। साज-सज्जा सोबर रखें और सफाई पर ध्यान दें, क्योंकि कमरा भरा-भरा होगा तो साफ सफाई नहीं हो पाएगी।

#### जगह ना होने पर जबरदस्ती सामान जमाना

इसके लिए सबसे पहले अपनी बेकार की खरीददारी पर रोक लगाएं। बाजार में जो अच्छा दिख गया खरीद लीए, यह आदत गलत है। अगर कोई सामान कमरे के लिए फिट नहीं है तो उसे जमाने की कोशिश में समय ना बरबाद करें। एक व्यवस्थित और साफ कमरा ही दिखने में सुन्दर लगता है।

#### अव्यवस्था फैलाना

घर में अधिक अव्यवस्था की जरूरत नहीं है। अव्यवस्था से आसानी से बचा जा सकता है, इसके लिए तीन बातें याद रखें -  
- चीजें जो महत्वपूर्ण हैं  
- चीजें जिनके बिना काम नहीं चल सकता

- अनावश्यक चीजों को बाहर निकाल दें

#### ये तीन बातें अव्यवस्था को रोक देंगी

#### कमरों में रोशनी के स्रोत कम होना

प्रकाश एक जरूरत है। यह सजावट के सबसे महत्वपूर्ण तत्वों में से एक है। सबसे पहले तो घर में प्राकृतिक प्रकाश आना चाहिए। पर्दे और सामान के गलत प्लेसमेंट से प्राकृतिक प्रकाश स्रोतों को ब्लॉक मत होने दें। अपने कमरे में एक से अधिक प्रकाश के स्रोत लगाएं।

#### वेराइटी पर ध्यान ना देना

एक ही दुकान से अपना साग सामान ना खरीदें। अलग-अलग दुकानों पर जाएं, इससे आपको भाव भी समझ आएगा और सामान की वेराइटी भी मिलेगी।

#### बजट के महत्व को कम समझना

बहुत उत्पुक ना बनें और बहुत ज्यादा खरीदी ना करें। थोड़ा-थोड़ा कर के खरीददारी करें। सबकुछ एक बार में खरीदने की जल्दबाजी सही नहीं है। वही खरीदें जिसकी हाल-फिलहाल में जरूरत हो। एक बजट बनाएं और उस पर कायम रहें।





# सरदार वल्लभभाई राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान, २०वें दीक्षांत समारोह में संबोधन

एसवीएनआईटी के दीक्षांत समारोह को संबोधित करती राष्ट्रपति श्रीमति द्रौपदी मुर्मू

**क्रांति समय**  
www.krantisamay.com  
www.guj.krantisamay.com  
www.epaper.krantisamay.com  
www.rti.krantisamay.com

भारत की राष्ट्रपति श्रीमति द्रौपदी मुर्मू ने अपने संबोधन में कहा मुझे आज सरदार वल्लभभाई राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान, सूरा के इस दीक्षांत समारोह में भाग लेकर अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। मैं सभी पदक विजेताओं और उपाधि प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को बधाई देती हूँ। दीक्षांत समारोह का दिन, हर संस्थान के लिए ऐतिहासिक होता है। यह प्रत्येक विद्यार्थी के लिए उसके जीवन का यादगार अवसर होता है। आप सब विद्यार्थियों की सफलता के पीछे केवल आपकी कड़ी मेहनत ही नहीं, बल्कि आपके परिवारजन का सहयोग तथा आपके प्राध्यापकों की प्रेरणा और मार्गदर्शन भी शामिल हैं। इसलिए विद्यार्थियों की सफलता में अथक योगदान के लिए मैं, उनके माता-पिता, अभिभावकों, प्राध्यापकों और संकाय सदस्यों को भी शुभकामनाएं और बधाई देती हूँ।

“भारत का लौह पुंख” के रूप में सम्मानित सरदार वल्लभभाई पटेल के नाम पर बने इस प्रतिष्ठित संस्थान में आपको अध्ययन करने का अवसर मिला है। सरदार पटेल हमारे देश की एकता के प्रतीक हैं। आप सब सरदार पटेल के जीवन-आदर्शों से दृढ़ निश्चय, समर्पण और संकल्प शक्ति जैसे मूल्य सीख सकते हैं। इन मूल्यों को अपनाकर आप जीवन में कठिन से कठिन लक्ष्यों को हासिल कर पाएंगे।

प्यारे विद्यार्थियों, यह प्रसन्नता का विषय है कि इंजीनियरिंग कालेजों और संस्थानों में आज लड़कियों की संख्या पहले से अधिक है। मैं विज्ञान और प्रौद्योगिकी में शिक्षा प्राप्त करने और इस क्षेत्र में अपना भविष्य बनाने के लिए बेटियों



**अध्यक्ष द्रौपदी मुर्मू ने कहा-  
प्रौद्योगिकी और इंजीनियरिंग के  
क्षेत्र में लड़कियों को बढ़ावा  
देने के लिए संस्थानों को  
प्रयास करना चाहिए**

की सराहना करती हूँ। आज उपाधि और पदक प्राप्त करने वाली सभी बेटियों को मैं विशेष बधाई देती हूँ। साथ ही मैं यह आग्रह करती हूँ कि सभी हड़ुद्ध मिलकर ऐसे कार्यक्रम, प्रचार या सम्मेलन आयोजित करें, जिससे अधिक से अधिक लड़कियाँ एन्जिनियरिंग और टेक्नोलॉजी संस्थानों में अध्ययन के लिए प्रोत्साहित हों।

अभी हाल ही में एक वुमन स्टार्ट अप के ग्रुप से मैं राष्ट्रपति भवन में मिली थी। वे सभी महिलाएं टेक्नोलॉजी के क्षेत्र में बहुत आगे बढ़ रही हैं। वे देश की प्रगति में भरपूर योगदान दे रही हैं और लोगों को रोजगार भी प्रदान कर रही हैं। उनसे मिलकर मेरा यह विश्वास और गहरा हो गया है कि देश को विकसित बनाने में महिलाओं की अग्रणी भूमिका रहेगी। सरदार पटेल ने इस विषय में कहा था and I quote: “-

Women in one way are extremely courageous. Men do not endure the miseries to the extent women do. . . So long as women are not sufficiently educated and inculcated with national spirit, till then there will be no prosperity.” [unquote]

देवियों और सज्जनोमुझे बताया गया है कि उन्नत भारत अभियान के अंतर्गत एसवीएनआईटी क्षेत्रीय समन्वय संस्थान के रूप में कार्य कर रहा है। इस संस्थान ने आसपास के कुछ गांवों को गोद लिया है तथा अनुसंधान एवं नवाचारों के माध्यम से उनकी समस्याओं का अफॉर्डेबल और सस्टेनेबल समाधान ढूँढने के लिए कार्य कर रहा है। मुझे विश्वास है कि ऐसे प्रयास भी इस सभागार में

देशवासियों के विकास के लिए उपयोग में लाने के लिए अनेक कार्यक्रम लागू कर रही है। बड़ी टेक कंपनीस भी भारत की एआई की क्षमता का उपयोग करने के लिए नए प्रोजेक्ट्स शुरू कर रही हैं। यह आवश्यक है कि एसवीएनआईटी जैसे प्रौद्योगिकी संस्थान देश के ‘एआई स्किल गेप’ को कम करने की दिशा में कोर्पोरेट सेक्टर, एनजीओ और अनुसंधान संस्थानों के साथ मिलजुल कर काम करें। एआई और मशिन लर्निंग जैसी नवीनतम और तेजी से बदलती टेक्नोलॉजीस की वैश्विक दौड़ में भारत को आगे बढ़ाने में आप जैसे मेधावी युवाओं की महत्वपूर्ण भूमिका रहेगी। मुझे पूरा भरोसा है कि आप सब इस दिशा में प्रयास करेंगे, और उसमें सफल भी होंगे।

प्रिय विद्यार्थियों, आप अपने परिवार, अपने दोस्तों या अन्य विश्वसनीय लोगों से मार्गदर्शन लेते रहे होंगे। लेकिन आज के बाद आपकी जिम्मेदारी कई गुना बढ़ जाएगी। अब से आपके निर्णय और कार्य आपके जीवन पर ही नहीं, बल्कि उस संस्था पर भी प्रभाव डालेंगे जिसमें आप कार्यरत होंगे। अपने आने वाले जीवन और प्रोफेशन के लिए अगर आप आज से ही कुछ आदर्श बना लेंगे तो आगे चलकर आपको सही रास्ते का चुनाव करने में कभी कठिनाई नहीं होगी।

अंत में, आप सब से, मैं यही कहूँगी कि विश्व में चाहे जहां भी आप जाएँ, अपने संस्थान और अपनी जड़ों से सदा जुड़े रहें। आपका यह जुड़ाव आपको और आगे बढ़ने में मदद करेगा, साथ ही जीवन को सार्थक बनाने में भी उपयोगी सिद्ध होगा। अपने परिवार, संस्थान और देश का नाम आप रोशन करें, इसी मंगलकामना के साथ मैं अपनी वाणी को विराम देती हूँ।

## हजीरा-मगदल्ला समुद्र में दिखीं दो डॉल्फिन, लोगों ने बड़ी उत्सुकता से बनाए वीडियो

डॉल्फिन समुद्र तट पर बहुत कम ही दिखती है समुद्र के अंदर ज्यादा दिखाई देती है

**क्रांति समय**  
www.krantisamay.com  
www.guj.krantisamay.com  
www.epaper.krantisamay.com  
www.rti.krantisamay.com

सूरा के समुद्र में मनमौजी मछली डॉल्फिन की मजा देखी गई। हजीरा-मगदल्ला समुद्र में दो डॉल्फिन देखने वाले लोगों ने बड़ी उत्सुकता से वीडियो बनाया। अब ये वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। यहां बता दें कि हजीरा समुद्र में डॉल्फिन कम ही देखने को मिलती है। कल हजीरा मगदल्ला समुद्र में नौका प्रतियोगिता आयोजित

की गई। जिसमें बड़ी संख्या में लोग शामिल हुए। इसी बीच समुद्र में दो डॉल्फिन नजर आने से लोग काफी उत्सुक हो गए। स्थानीय निवासियों और स्थानीय मछुआरों ने डॉल्फिन का वीडियो अपने मोबाइल फोन में कैद कर लिया। फिलहाल ये वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। नितिन वर्मा (रेंज फरिस्ट ऑफिसर, डुमस) ने कहा कि कभी-कभी डॉल्फिन हजीरा या डुमस के समुद्र में देखी जाती है। अरब सागर बहुत बड़ा है। कच्छ की खाड़ी से

होकर, डॉल्फिन कभी-कभी हजीरा या डुमस समुद्र तक पहुँच जाती है। हालाँकि, समुद्र तट पर कम ही आती है। आगे कहा, डॉल्फिन शुद्ध पानी में रहती है। हजीरा के तट तक पहुँचो उसे एक आश्चर्य ही कहा जा सकता है। डॉल्फिन को तटों पर कम देखा जाता है, लेकिन जो लोग मछली पकड़ने के लिए समुद्र के अंदर तक जाते हैं उन्हें डॉल्फिन देखने को मिलती है। यहां बता दें कि आखिरी बार जनवरी २०२३ में डुमस के समुद्र तट पर दो बेबी डॉल्फिन देखी गई थीं।

**आज का सुविचार**  
“व्यक्तिको मारा जा सकता है  
किन्तु विचारों को नहीं”

## नगर निगम का उधना जोन प्रतिबंधित प्लास्टिक का हब बनता जा रहा है

शुक्रवार को खटोदरा से ३४१० किलो के बाद आज भेस्तान के सिल्क सिटी इंडस्ट्रीज से ९०० किलो प्रतिबंधित प्लास्टिक जब्त किया

नगर निगम के उधना जोन ने एक ही महीने में १५ हजार किलो से ज्यादा प्रतिबंधित प्लास्टिक जब्त किया

**क्रांति समय**  
www.krantisamay.com  
www.guj.krantisamay.com  
www.epaper.krantisamay.com  
www.rti.krantisamay.com

सूरा नगर निगम के स्वास्थ्य विभाग द्वारा प्रतिबंधित प्लास्टिक की मात्रा को पकड़ने के लिए लॉरी या फेरीवालों के बजाय आपूर्तिकर्ताओं और स्टॉकिस्टों को लक्षित करने में बड़ी सफलता मिली है। उसमें भी सूरा नगर निगम का उधना जोन प्रतिबंधित प्लास्टिक का हब बनता जा रहा है। पिछले कुछ समय से उधना जोन के स्वास्थ्य विभाग ने सख्ती दिखाई है और एक ही महीने में



१५ हजार किलो से ज्यादा प्रतिबंधित प्लास्टिक जब्त कर नष्ट किया है। उधना जोन जिस तरह से काम कर रहा है, उसी तरह अगर प्रतिबंधित प्लास्टिक पर रोक लगाई जाए तो अन्य जोन में आने वाले प्रतिबंधित प्लास्टिक पर काफी हद तक काबू पाया जा सकता है। सूरा नगर निगम पहली बार प्रतिबंधित प्लास्टिक की

## अमरोली में आउटर रिंग रोड पर दो बाइक की आमने-सामने टक्कर, ३ गंभीर रूप से घायल

**क्रांति समय**  
www.krantisamay.com  
www.guj.krantisamay.com  
www.epaper.krantisamay.com  
www.rti.krantisamay.com

सूरा की सड़कों पर आए दिन हादसे होते रहते हैं। तभी अमरोली इलाके में आउटर रिंग रोड पर हादसा हो गया। यहां दो बाइकों की आमने-सामने टक्कर हो गई। इसके बाद जुटे लोगों ने तुरंत १०८ एंबुलेंस को सूचना दी। गंभीर रूप से घायल

३ लोगों को इलाज के लिए अस्पताल पहुंचाया गया। अमरोली के वेदांता इंडस्ट्री आउटर रिंग रोड पर बाइकों की आमने-सामने टक्कर होने से हादसा हो गया। वेदांता ईवा के सामने से लोग रेंगसाईड की ओर आते हैं। तभी दो बाइकों की आमने-सामने टक्कर हो गयी। जिससे घटना स्थल पर तीन लोग घायल हो गये। गंभीर रूप से घायल होने के कारण तीनों को इलाज के लिए एक

निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया। स्थानीय लोगों ने तुरंत मोबाइल फोन से १०८ एंबुलेंस को सूचना दी। इसके बाद तीनों को तुरंत इलाज के लिए अस्पताल ले जाया गया। एकबित लोगों ने मांग की कि इस कार्य का शीघ्र सर्वे करकर क्रियान्वयन कराया जाए। ताकि यहां लगातार होने वाले हादसों पर रोक लगे।

## बीआरटीएस मार्ग पर कार चालक द्वारा स्विंग गेट तोड़ने की पुलिस में शिकायत

बीआरटीएस स्ट पर हादसों के लिए लोग भी जिम्मेदार

**क्रांति समय**  
www.krantisamay.com  
www.guj.krantisamay.com  
www.epaper.krantisamay.com  
www.rti.krantisamay.com

सूरा नगर निगम के बीआरटीएस मार्ग पर पिछले कुछ समय से दुर्घटनाओं की संख्या बढ़ती जा रही है। नगर निगम की बीआरटीएस और सीटी बस स्ट पर होने वाली दुर्घटनाओं के लिए बस

पुलिस अधिसूचना का सख्ती से पालन नहीं होने से बीआरटीएस मार्ग पर कई निजी वाहन चल रहे हैं अधिक की लागत से स्विंग गेट लगाए। लेकिन लंबे समय से इस स्वींग (झुला) गेट का कोई रखरखाव नहीं होने के कारण ये स्वींग गेट बंद कर दिए गए थे। स्थायी

वाहन दौड़ा रहे हैं। नगर निगम और पुलिस की बड़ी लापरवाही के चलते गोडादरा थाने की सीमा में बीआरटीएस मार्ग पर एक वाहन ने गलत साइड में आकर स्वींग गेट तोड़ दिया। सुबह साढ़े नौ बजे देवध गांव की ओर से एक कार गलत साइड में आई और स्वचालित स्वींग गेट से टकरा गई, जिससे गेट



चालक, परिचालक के अलावा पुलिस और नगर निगम के साथ-साथ लोग भी समान रूप से जिम्मेदार हैं। नगर निगम के बीआरटीएस स्ट पर निजी वाहनों पर प्रतिबंध लगाया गया है, लेकिन इसका सख्ती से पालन नहीं होने से शहर में बीआरटीएस स्ट पर निजी वाहन धड़ल्ले से दौड़ रहे हैं। हाल ही में गोडादरा डिंडोली बीआरटीएस मार्ग पर गलत साइड से आ रही कार द्वारा स्विंग गेट तोड़ने की पुलिस में शिकायत दर्ज कराई गई है। बीआरटीएस मार्ग पर निजी वाहनों को रोकने के लिए सूरा नगर निगम ने चार करोड़ से

समिति अध्यक्ष राजन पटेल के सुझाव के बाद फिलहाल ५० से ज्यादा स्विंग गेट शुरू कर दिए गए हैं। इन स्विंग गेटों के कार्यरत होने के बावजूद, कुछ वाहन चालक बीआरटीएस मार्ग में घुसपैट कर रहे हैं। कुछ समय पहले उधना जीवन ज्योत बस स्टैंड के पास स्वींग गेट होने के बावजूद वाहन घुसे और बस के पीछे पीछे चले गए। इस घटना के बाद भी नगर निगम या पुलिस ने कोई कार्रवाई नहीं की, अब बीआरटीएस मार्ग में स्वींग गेट होने के बावजूद कुछ लोगों की वाहन दौड़ाने की हिम्मत बढ़ गई है और वे लापरवाही से

को करीबन ५० हजार का नुकसान हो गया। इसके बाद नगर पालिका के बीआरटीएस सुपरवाइजर ने कार चालक के खिलाफ गोडादरा थाने में शिकायत दर्ज कराई है। यह पुलिस में शिकायत का अकेला मामला है, लेकिन नगर निगम और पुलिस की लापरवाही और लोगों में ट्रैफिक सेंस की कमी के कारण बीआरटीएस स्ट पर अब भी कई वाहन बेतरतीब दौड़ रहे हैं। यदि इस खतरे को दूर नहीं किया तो बीआरटीएस मार्ग पर किसी बड़े हादसे की आशंका से इनकार नहीं किया जा सकता।

