

विद्यार्थी की सच्ची सुंदरता उसके गुणों और योग्यता में है, न कि बाहरी फैशन में है।  
- प्रेमचंद

# इंटीग्रेटेड ट्रेड



पंचांग

मार्गशीर्ष शुक्ल पक्ष  
षष्ठी, गुरुवार 22  
विक्रम, संवत् 2078



मौसम

सूर्योदय/सूर्यास्त	6:49/5:34
चर्चा/बादल %	00 %
नमी %	46 %
वायु (किमी/घं.)	13
तापमान प्रातः/रात्रि (किमी से.)	

स्वर्ण दर 24 कैरेट

प्रति 10 ग्राम/1 टोला

₹ 49,380



शेयर सूचकांक

बीएसई 58649.68	+1016.03
निफ्टी 17469.75	+293.05

## सार्वजनिक एवं निजी संपत्ति को नुकसान पहुंचाने वालों से होगी वसूली : मंत्री डॉ. नरोत्तम मिश्रा

वसूली के लिये होगा अधिकरण गठित

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज भोपाल

मध्यप्रदेश में लोक एवं निजी संपत्ति को नुकसान पहुंचाने वालों के खिलाफ सरकार सख्त कदम उठाने जा रही है। गृह, विधि-विधायी और संसदीय कार्य मंत्री डॉ. नरोत्तम मिश्रा ने बताया है कि प्रदेश सरकार एक नया कानून लाने जा रही है। कानून का ड्राफ्ट तैयार कर लिया गया है। कानून लागू होने के बाद लोक एवं निजी संपत्ति को नुकसान



पहुंचाने वालों से वसूली की जाएगी। मंत्री डॉ. मिश्रा ने बताया है कि उपद्रवियों से संपत्ति को होने वाले नुकसान की भरपाई के लिए तैयार कानूनी ड्राफ्ट को मंजूरी के लिए आगामी

केबिनेट की बैठक में लाया जाएगा। केबिनेट के अनुमोदन के बाद इसे विधानसभा के पटल पर रखा जाएगा। विधानसभा से पारित होने के बाद प्रदेश में लोक एवं निजी संपत्ति को नुकसान का निवारण एवं नुकसानी की वसूली विधेयक, 2021 लागू हो जाएगा।

**दावा अधिकरण का होगा गठन**

गृह मंत्री डॉ. मिश्रा ने कहा कि तैयार किये गये ड्राफ्ट में दावा अधिकरण के गठन का भी प्रावधान किया गया है। यह अधिकरण सामान्य जन-जीवन में अशांति के दौरान

उपद्रवियों द्वारा सम्पत्तियों को पहुंचाये गये नुकसान की वसूली एवं किये गये नुकसान का निर्धारण करेगा। अधिकरण द्वारा निर्धारित की गई राशि नुकसान करने वाले आन्दोलनकारियों/प्रदर्शनकर्ताओं से वसूल की जायेगी। मंत्री डॉ. मिश्रा ने बताया कि इस विधेयक में व्यक्ति अथवा व्यक्तियों के समूह के द्वारा साम्प्रदायिक दंगा, हड़ताल, बन्द, प्रदर्शन, मार्च, जुलूस, सड़क यातायात अवरुद्ध करना या ऐसे किसी भी जमाव से, जिससे किसी सम्पत्ति को नुकसान हो, ऐसे कृत्य

से हुए नुकसान का निर्धारण दावा अधिकरण द्वारा किया जायेगा। अधिकरण को सिविल न्यायालय की समस्त शक्तियाँ प्राप्त होंगी। राशि की वसूली के अतिरिक्त अपराधिक प्रकरण पृथक से दर्ज किया जा सकेगा। मंत्री डॉ. मिश्रा ने कहा कि सार्वजनिक सम्पत्ति के नुकसान के मामले में जिला मजिस्ट्रेट या उस सम्पत्ति के प्रभारी शासकीय अधिकारी द्वारा याचिका प्रस्तुत की जायेगी और निजी सम्पत्ति के मामले में सम्पत्ति के स्वामी द्वारा याचिका प्रस्तुत की जायेगी।

## सीडीएस हेलिकॉप्टर क्रैश

# जनरल बिपिन रावत की हालत गंभीर; 11 शव मिले

राजनाथ दिल्ली में सीडीएस के परिवार से मिले, हृदय से बयान कल देंगे

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज नई दिल्ली

तमिलनाडु में कुन्नूर के जंगलों में बुधवार दोपहर 12:20 बजे सेना का रुद्ध-17V5 हेलिकॉप्टर क्रैश हो गया। घने जंगलों में हुए इस हादसे के बाद हेलिकॉप्टर में आग लग गई। इसमें चीफ ऑफ डिफेंस स्टाफ जनरल बिपिन रावत समेत सेना के 13 अफसर सवार थे। रावत के साथ उनकी पत्नी मधुलिका भी थीं। रिपोर्ट्स के मुताबिक, अब तक 11 शव बरामद किए गए हैं, जो बुरी तरह जल चुके हैं। हादसे के करीब एक घंटे बाद यह जानकारी दी गई कि जनरल रावत को वेलिंगटन के मिलिट्री अस्पताल ले जाया गया है। उनकी स्थिति कैसी है, इस बारे में कोई आधिकारिक बयान जारी नहीं किया गया है। कुछ रिपोर्ट्स में दावा है कि वे गंभीर रूप से घायल हैं। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह जनरल रावत के दिल्ली स्थित घर उनके परिवार से मिलने पहुंचे। इस हादसे पर वे संसद में गुरुवार को



बयान देंगे। जनरल बिपिन रावत देश के पहले चीफ ऑफ डिफेंस स्टाफ हैं। उन्होंने 1 जनवरी 2020 को यह पद संभाला। रावत 31 दिसंबर 2016 से 31 दिसंबर 2019 तक सेना प्रमुख के पद पर रहे।

**रिटायर्ड लेफ्टिनेंट जनरल एचएस पनाग ने श्रद्धांजलि दी**

अभी जनरल बिपिन रावत के बारे में कोई आधिकारिक बयान जारी नहीं किया गया है, लेकिन सेना के सूत्र और कुछ पूर्व अफसरों ने जनरल बिपिन रावत की मौत को लेकर ट्वीट किया। रिटायर्ड लेफ्टिनेंट जनरल

85 फीसदी तक जल गए शव

न्यूज एजेंसी ANI के मुताबिक, हेलिकॉप्टर सुलूर एयरबेस से वेलिंगटन जा रहा था। यह हादसे के समय लैंडिंग स्पॉट से महज 10 किलोमीटर दूर था। मौके पर डॉक्टर, सेना के अफसर और कोबरा कमांडो की टीम मौजूद है। जो शव बरामद किए गए हैं, उनकी पहचान की कोशिश की जा रही है, क्योंकि ये 85 फीसदी तक जल गए हैं। हादसे के जो विजुअल सामने आए हैं, उनमें हेलिकॉप्टर पूरी तरह क्षतिग्रस्त नजर आया और उसमें आग लगी थी।

**रावत का हेलिकॉप्टर पहले भी क्रैश हुआ था, बच गए थे**

जनरल बिपिन रावत एक बार पहले भी हेलिकॉप्टर हादसे का शिकार हो चुके हैं। 3 फरवरी 2015 को उनका चीता हेलिकॉप्टर नगालैंड के दीमापुर में क्रैश हुआ था। तब बिपिन रावत लेफ्टिनेंट जनरल थे। एक महीने के अंदर देश में दूसरा रुद्ध-17 हेलिकॉप्टर क्रैश हुआ है। पिछला चॉपर 19 नवंबर को अरुणाचल प्रदेश में क्रैश हुआ था। उस घटना में चॉपर में सवार सभी 12 लोग मारे गए थे।

## गोवा में भी ओमिक्रॉन के पहुंचने की आशंका, रूस से लौटे यात्रियों में संक्रमण के लक्षण

नई दिल्ली। गोवा में ओमिक्रॉन वैरिएंट के संदिग्ध मामले सामने आए हैं। राज्य के मुख्यमंत्री प्रमोद सावंत ने बताया कि संदिग्ध संक्रमित रूस से दिल्ली होकर गोवा लौटे हैं। उन्होंने कहा कि अभी सीधे तौर पर इसे ओमिक्रॉन का मामला नहीं कह सकते हैं। उनकी रिपोर्ट का इंतजार किया जा रहा है। सभी को आइसोलेशन में रखा गया है। सीएम सावंत ने कहा कि पैनिंग खड़ा करने की जरूरत नहीं है। मैं लोगों से वैक्सीन लगवाने की अपील करता हूँ।

**ओमिक्रॉन अब 2 फॉर्मेट में सामने आया**

कोरोना वायरस का ओमिक्रॉन वैरिएंट अब 2 फॉर्मेट में सामने आया है। एक महीने पहले दक्षिण अफ्रीका में ओमिक्रॉन (B.1.1.529) का पता चला था, जिसे WHO ने वैरिएंट ऑफ कंसर्न अंक मिला था। अब ओमिक्रॉन के 2 रूपों BA.1 और BA.2 का पता चला है। हालांकि, हेल्थ एक्सपर्ट्स का कहना है कि नए फॉर्मेट को लेकर किसी तरह के खतरे की बात नहीं है। मालूम हो कि ओमिक्रॉन अब तक 44 देशों में अपनी दरतक दे चुका है।

**कोरोना काल में छत्तीसगढ़ में सेवा के बदले बोनस अंक:-** छत्तीसगढ़ में कोरोना काल में नियुक्त किए गए अस्थायी स्वास्थ्य कर्मियों को स्थायी नियुक्ति में बोनस अंक मिलेगा। शर्त यह है कि लगातार छह महीने सेवा दी हो। अस्थायी स्वास्थ्य कर्मियों को विभाग में नृतीय और चतुर्थ वर्ग कर्मचारियों की भर्ती के दौरान 10 बोनस अंक का लाभ देने का निर्णय लिया गया है। प्रमुख सचिव आलोक शुक्ला की अध्यक्षता में गठित समिति की अनुशंसा के बाद स्वास्थ्य विभाग ने आदेश जारी कर दिए।

## किसान आंदोलन की टाइमलाइन : पंजाब से शुरुआत, 375 दिन दिल्ली की घेराबंदी; हिंसा की बड़ी घटना नहीं

फिर भी 700 जानें गईं

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज नई दिल्ली

17 सितंबर 2020 को लागू किए गए तीन नए कृषि कानूनों के विरोध में दिल्ली की सीमाओं पर देश के इतिहास में सबसे लंबा किसान आंदोलन जारी है। पंजाब से सुलगती आंदोलन की चिंगारी पूरे देश में फैली। हजारों किसानों ने %दिल्ली चलो% अभियान के हिस्से के रूप में कानून को पूरी तरह से निरस्त करने की मांग की



और दिल्ली कूच किया था। पंजाब, हरियाणा, यूपी, राजस्थान समेत देश के

अन्य राज्यों के किसानों ने 375 दिन से दिल्ली की घेराबंदी कर रखी है। आंदोलन में कोई बड़ी हिंसा नहीं होने के बावजूद 700 किसानों की मौत हो चुकी है। 19 नवंबर 2020 को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गृह नानक देव के प्रकाश पर्व पर तीनों कृषि कानून वापस लेने का ऐलान किया। संसद में कानून वापस लेने के बाद 1 दिसंबर को राष्ट्रपति भी अंतिम मुहर लगा चुके हैं। तीनों कृषि कानून खत्म होने के बाद अब किसान संगठन सभी केस वापस करने समेत कई अन्य मांगों पर अड़े हैं।



अर्थव्यवस्था, शिक्षा, नियोजन, उद्भव, पर्यावरण, मनोरंजन.

आपकी बात आपके साथ



Me Are One Year

## कोरोना की तीसरी लहर से बचाव के लिए टीकाकरण आवश्यक : मुख्यमंत्री श्री चौहान

कोरोना की तीसरी लहर से बचाव के लिए राज्य सरकार दो स्तर पर कार्य कर रही है

मुख्यमंत्री श्री चौहान ने स्मार्ट उद्यान में मीडिया प्रतिनिधियों से की चर्चा

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज भोपाल  
मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा है कि कोरोना की संभावित तीसरी लहर का सामना करने में सबसे महत्वपूर्ण कदम टीकाकरण है। आज प्रदेश में टीकाकरण के लिए महाअभियान चल रहा है। प्रदेश की 94 प्रतिशत पात्र जनसंख्या को पहला डोज और 71 प्रतिशत पात्र जनसंख्या को

कोरोना टीकाकरण का दूसरा डोज लग चुका है। शेष रहे सभी पात्र व्यक्तियों को टीकाकरण के लिए स्वयं आगे आना होगा। प्रत्येक व्यक्ति का दायित्व है कि वह अपने परिचित और परिजन को टीकाकरण के लिए प्रेरित करें। मुख्यमंत्री श्री चौहान स्मार्ट उद्यान में पौध-रोपण के बाद मीडिया प्रतिनिधियों से चर्चा कर रहे थे। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि प्रदेश में मास्क लगाने, सोशल डिस्टेंसिंग बनाए रखने और अनावश्यक भीड़ से

बचने के लिए जागरूकता अभियान चलाया गया है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि अस्पतालों में सभी व्यवस्था जैसे ऑक्सीजन प्लांट, ऑक्सीजन की लाइन, ऑक्सीजन बेड आदि का मॉक ड्रिल कर व्यवस्थाओं का परीक्षण कर लिया गया है। अन्य व्यवस्थाओं में उपकरण, दवाई, वेंटीलेटर, कंसट्रेंटर, कोविड केयर सेंटर आदि को तैयार कर रखा जा रहा है। सभी प्रभारी मंत्री अपने-अपने प्रभार के जिलों के अस्पतालों की व्यवस्था स्वयं जाकर देख

रहे हैं। हम यह सुनिश्चित कर रहे हैं कि कोरोना संक्रमण की तीसरी लहर का सामना करने की पूरी तैयारी रहे। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि राज्य सरकार दो स्तर पर कार्य कर रही है। प्रथम प्रयास यह है कि संक्रमण फैल ही न पाए। इसके लिए आवश्यक व्यवस्थाएँ करना, सावधानियाँ बरतना, जनता के सहयोग से कोरोना गाईड लाइन का पालन करवाने के प्रयास जारी हैं। प्रदेश में क्राइसिस मैनेजमेंट ग्रुप सक्रिय हो गए हैं। पंचायत, ब्लॉक और जिला क्राइसिस मैनेजमेंट ग्रुप प्रशासन के साथ जुड़े होंगे। राज्य सरकार सभी व्यवस्थाएँ बेहतर बनाने का प्रयास कर रही है। हमारा प्रयास है कि एक तो लहर आए ही नहीं और यदि कुछ प्रभाव होता भी है तो राज्य सरकार उसका सामना कर सके।





# आईटीडीसी Classifieds

वर्गीकृत एवं लघु विज्ञापन

**ITDC-VACANCY**  
29 STATES  
**ATTENTION**  
Do continue reading



खबर की खबर

रक्षा क्षेत्र में और आगे बढ़े  
भारत-रूस के कदम

रूस के साथ हमारे द्विपक्षीय संबंध हमेशा से कसौटी पर खरे उतरे हैं। चाहे रक्षा क्षेत्र के करार हों, सामरिक साझेदारियां हों, आतंकवाद से लड़ने में सहयोग का मामला हो, सभी क्षेत्रों में बेहतर परिणाम सामने आए हैं। संबंध अब नए सिरे से और आगे बढ़ने आरंभ हुए, जिनको पुतिन की यात्रा ने पंख लगाए। पुतिन बेशक कुछ ही घंटों के लिए हिंदुस्तान आए, पर खुराफाती देशों में खलबली मचा गए। हिंदुस्तान धीरे-धीरे संप्रभु ताकत बन रहा है, यही वजह है दुनिया अपने आप खिंचती आ रही है।

जहां तक दोस्ती की बात है तो सिर्फ रूस-भारत ही नहीं, बल्कि दुनिया इस बात को अच्छे से जानती है कि दोनों की दोस्ती अन्य मुल्कों के मुकाबले सबसे भरोसेमंद रही है। आगे भी रहेगी, क्योंकि इसकी तस्दीक रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन की भारत यात्रा ने की है। पुतिन का करीब डेढ़-दो वर्षों बाद हिंदुस्तान आना हुआ। कुछ समय के लिए ही आए, लेकिन इस दरम्यान उन्होंने रिश्तों में जो प्रगाढ़ता बढ़ाई वह काबिले तारीफ रही। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी उनका दिल खोलकर स्वागत-सम्मान किया। वैसे, दोनों नेताओं की दोस्ती पहले से ही प्रगाढ़ रही है। राजनीतिक रिश्तों के इतर भी दोनों अपने आपसी संबंधों को तवज्जो देते हैं। भारत-रूस के मध्य दोस्ती की निरंतरता यू ही बनी रहे, इसकी उम्मीद सभी करते हैं। दरअसल, यूपी के अमेठी जिले में राइफल बनाने के लिए खुल रही आयुध फैक्ट्री में रूस की मदद बहुत जरूरी है। एके-203 राइफल बनाने में रूस माहिर है, इस लिहाज से उनका सहयोग अत्यंत जरूरी है। भारत सरकार ने पूर्व में ही रूस से लंबी दूरी के जमीन से आसमान में मारक क्षमता वाली एयर-मिसाइल डिफेंस सिस्टम एम-400 की खरीद के लिए उनसे करार किया हुआ है। पहली खेप मिल भी चुकी है, अगले साल तक और मिल जाएगी। इस करार से भारत ने अपनी क्षमता का परिचय उन देशों को दिया है, जो खुद को आधुनिक हथियारों में अग्रणी समझते हैं। विशेषकर अमेरिका और चीन।

रूस के साथ भारत के ताजा करार ने चीन-पाक को असहज कर दिया है। गौरतलब है कि विभिन्न तरह की मुसीबतें और समस्याएं आईं, पर भारत-रूस की दोस्ती पर कभी असर नहीं पड़ा। आज से नहीं, बल्कि दशकों से रूस-भारत के द्विपक्षीय संबंध कसौटी पर खरे उतरे हैं, जिसे अब रूसी राष्ट्रपति की यात्रा ने और मजबूती प्रदान की है। उनकी यात्रा पर चीन-पाकिस्तान की भी नजरें रही। उन्हें पता है अगर दोनों देश मजबूती से साथ आ गए तो अफगानिस्तान में उनका खेल बिगड़ जाएगा। अफगानिस्तान के मौजूदा हालात पर भी दोनों नेताओं के बीच लंबी बातचीत हुई। इस संबंध में रूस-भारत के विदेश मंत्रियों के मध्य टू-प्लस-टू वार्ता में कई मसलों पर मंथन हुआ, जिसका असर आने वाले दिनों में दिखाई भी देगा। 21वें वार्षिक शिखर सम्मेलन में कुछ कूटनीतिक निर्णयों में ऐसा फैसला लिया जाएगा जिससे पाक-चीन की नापाक हरकतें एक्सपोज होंगी। इसमें भारत-रूस के साथ और भी कुछ देश साथ आएंगे। इसके लिए नए सिरे से रणनीति बनाई जा रही है।

अमेठी में करीब पांच लाख राइफलों का निर्माण जाएगा, जिससे भारत की रक्षा क्षमता बढ़ेगी। इसमें हर तरह से सहयोग करने का वादा रूस के रक्षा मंत्री सर्गेई शोइगु ने भारतीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह के समक्ष किया है। वहीं, विदेश मंत्री एस जयशंकर और रूसी विदेश मंत्री लावरोव के मध्य एम-400 को लेकर हुई डील भी भारत की रक्षा क्षमता को और बढ़ाएगी। किसी भी मुल्क की सेना के पास अगर एके-203 जैसी लंबी दूरी की मारक क्षमता वाली राइफलें होंगी, तो दुश्मन उससे मुकाबला करने के लिए सौ बार सोचेगा। करेगा तो सौ फीसदी मुंह की खायेगा। इस बात की भनक दोनों खुराफाती पड़ोसी देश चीन और पाकिस्तान को लग चुकी है। भारत ने रूस से अधिक सैन्य तकनीकी सहयोग की गुजारिश की है जिसे स्वीकार भी किया है। वहीं, भारत इस क्षेत्र में खुद उन्नत अनुसंधानिक आत्मनिर्भरता की दिशा में आगे बढ़ रहा है।

रूस इस बात को जान रहा है कि भारत अपनी मजबूत राजनीतिक इच्छाशक्ति और अपने लोगों की अंतर्निहित क्षमता के साथ तमाम चुनौतियों पर काबू पाकर निरंतर आगे बढ़ रहा है। पुतिन का दौरा पहले भी होता रहा है। पर, पहले के मुकाबले पुतिन ने इस बार बदलते भारत की नई तस्वीर देखी। उन्हें इच्छाशक्ति और आत्मनिर्भरता का मजबूत गठजोड़ दिखाई दिया। एक वक्त था जब दूसरे देशों के साथ सैन्य समझौतों में भारत हिचकता था, अविश्वास की कमी दिखती थी। इसलि ए भारत के साथ कई मर्तबा धोखे भी हुए, जो करार हुआ उसका पालन नहीं किया गया। हथियारों की खेप समय से नहीं मिली। यहां उन देशों का नाम लेना उचित नहीं जिन्होंने भारत के साथ छल किया था। खैर, बीते दौर की बातों को भुलाकर भारत आगे बढ़ा है और वह भी मजबूती के साथ। उन्हें अब विश्वसनीय नेताओं और देशों का सहयोग मिला है।

एक जमाना वो भी था जब अमेरिका का शिकंजा हुआ करता था। कोई भी देश जब किसी मुल्क से सैन्य करार करता था, तो वह अड़ंगा लगाकर जैसा वह चाहता था, वैसा होता था। लेकिन अब वक्त बदल चुका है। सभी मुल्क स्वतंत्र हैं, कुछ भी करने को। अमेरिका कभी नहीं चाहता था सैन्य ताकत में उनसे आगे कोई दूसरा देश निकले लेकिन अब आगे बढ़ चुके हैं। यही अमेरिका की सबसे बड़ी हार है। रूस-भारत जिस तरह बेखौफ होकर सैन्य करार को लेकर आगे बढ़े हैं, वह काबिलेगौर है।

भारत, रूस सहित कुछ दूसरे मुल्क निकट भविष्य में अमेरिका का डटकर मुकाबला करेंगे, लेकिन उससे पहले चीन-पाक से निपटना होगा। ये ऐसे देश हैं जो प्रत्यक्ष रूप से कुछ नहीं करते, लेकिन दूसरों के कंधों पर बंदूक रखकर वार करते हैं। ये अब तालिबानियों को बेजा इस्तेमाल करने में लगे हैं। उनकी सरकार को मान्यता देने के पीछे ऐसे ही कुछ राज छिपे हैं। लेकिन उनकी नापाक हरकतों से भारत-रूस जैसे देश वाकिफ हैं। भारत-रूस के बीच सैन्य समझौते इन्हीं नापाक हरकतों को कुचलने के लिए हैं। सामरिक, व्यापारिक, शिक्षा, शांति आदि क्षेत्रों में जिस तरह दोनों देश आगे बढ़ते दिख रहे हैं, उससे कड़वों को परेशानी होगी।

**ITDC**  
प्रॉपर्टी/ बेचना

For Sale 1800 Sqft Plot @ Crystal Smart City & 3BHK Flat 1800 sqft @ Rudraksh Phase-1, Bawadiyakalan. Chugh Syndicate Property Pvt. Ltd. 32, Zone-1, M.P. Nagar, - 7000122016, 9425666664

नए भोपाल की प्राइम लोकेशन बावडिया कला, मिसरोद, गुलमोहर, शाहपुरा, होशंगाबाद रोड, दानिश नगर, कोलार में प्रोपटी खरीदने/ बेचने हेतु संपर्क करे सुपर प्रोपटी-8871551117

बेचना है कोलार में रोड जानकी अपार्टमेंट कवर्ड केंपस में फर्स्ट फ्लोर पर बड़ा फ्लेट 3 बेडरूम, एक हाल, दो बालकनी, दो लेटबाथ, पार्किंग, संपर्क- 7974670574

नए भोपाल में स्थित सभी प्रकार की रेसीडेंशियल/कमर्शियल/इंडस्ट्रियल प्रोपटी/ वेयर हाउस खरीदने-बेचने व रेंटल सर्विस हेतु संपर्क करे:- अनिल प्रोपटीज अरेरा कॉलोनी मो. 9893164317

2 BHK Flat For Sale 800 sqft 1st Floor 24 hrs Water electricity Parking prime location of saket nagar 9A near AllMS hospital price 25 lakh - 70007509

For sale 968/1452/4305 Sqft Plots at Misrod Phase 1-2 3 BHK Flat 1417 Sqft For Sale at Coral Woods Hoshangabad road. Chugh Syndicate Property Pvt. Ltd. - 7000122016, 9425666664

शीघ्र बेचना है 2बीएचके पेंटहाउस 110sqft बिल्डअप,1000sqft ओपन टैरेस के साथ कवर्ड केम्पस बावडिया कला के पास, दानिश चोराहा, कीमत 34.96 लाख. संपर्क 9039059071, 9285559071

बंगला बेचना है E-8 बावडियाकला प्राइम लोकेशन नियम महेन्द्रा पेट्रोलपम्प, 1 होल 5 बेडरूम 5 बाथरूम 1000 प्लाट पर, कारनर, एमपल हाइट्स लगा, 9893128244, 9893847026

बेचना बिला 3BHK प्लाट साईज 1500 वर्गफीट पर डेम एवं रिवर व्युके साथ कवर्ड केम्पस में कोलार रोड बीमाकुंज के पास संपर्क 9754330676, 9111013116

**Shop for Sale:**  
Inside Complex, 10x11 fts, ground floor, DIG Bungalow, Berasia Road, Bhopal Mb 7000831264, 9752705333

**ITDC**  
प्रॉपर्टी/ रेंट पर

For Rent 2bhk fully furnished in Gulmohar Colony Rent 15000/- Contact @ 8962643902

E-3/258 अरेरा कोलोनी में ग्राउंड फ्लोर पर 2BHK, 1 BHK अलग-अलग फेमिली हेतु किराये से देना है संपर्क:- 7000735468, 9425601374(कावलकर)

किराये से -3 B H K फ्लेट Lakeview प्राइम लोकेशन Kohfiza में लिफ्ट, पानी, पार्किंग, किचिन, सर्व सुविधालयुक्त, 8817437959

3BHK platinum Plaza माता मंदिर, Orange 64, 5th फ्लोट, लिफ्ट सुविधा बैंक या शासकीय कर्मचारी की प्राथमिक, संपर्क करे 9893303141

MAHADEV PROPERTY CONSULTANT: WE Require 1200/2100 sqft Commercial and 1000/1200/1500/2100sqft Residential Plot in Danishkunj and 1000/1500/2100sqft Residential Plot in danishhills, 9425008779

1st Floor for rent in E1 Arera Colony. 3 BDHK. Attached backyard. 24 hours water supply & 1 car parking. Rent 24k/month. Priority for family. Mob. 9325522818

For Rent Available 10no. main market, Arera colony, near SBL Main Road Front Ground Floor Showroom 756sqft Contact - 9893022224

3BHK Semi furnished Corner flat for rent in E-8 Ext. Bawadia kalan Near aura mall secured campus with all morden amenities 9826974630

To-Let 2 BHK semi furnished flat at 5th floor 24 hrs security at mahadev Apartment opp board office MP nagar 8889996171

**ITDC**  
JOB आवश्यकता

NETBOON Pvt Ltd leading E-commerce Organization in Jawahar Chowk Bhopal urgent hiring for Photoshop Editors-3, Web Content Writers-5, Online Sales telecalling Executives-5, must be fluent in English, Contact HR Dept- 9755065290, 9893014112

आवश्यकता 12वी/ ग्रेजुएट लड़के लड़कियां भोपाल इंदौर जबलपुर कंप्यूटर ऑपरेटर हिंदी इंग्लिश टाइपिंग, एडमिन पियून, ड्राइवर, गार्ड, गार्डनर टेली कॉलिंग, बैंक ऑफिस मार्केटिंग 9171334247, 9425439035

किराये से देना है प्रथम मंजिल पर होल करीब 2500 वर्गफीट सराफा बाजार बेरागढ़ में जिम, कोचिंग हेतु उपुक्त 9303132326, 7374498931

Required School Development Manager (Sales ) on Fixed & Incentive basis. Location- Guna, Rajgharh, Sehore, Vidisha & Bhopal. call or what's app at 8850388123

**ITDC**  
JOB आवश्यकता

आवश्यकता है छोटे परिवार के लिए भोजन बनाने हेतु अनुभवी महिला कुक की. जो घर के सभी कार्य करने में दक्ष हो. वेतन योग्यतानुसार संपर्क चूना भट्टी, वलमी रोड, भोपाल 9302447796

ऑफिस कार्य हेतु एजुकेटेड युवती की आवश्यकता है, वेतन 10 से 15000/- संपर्क समय दोपहर 1 से 5 तक, ऑफिस- एम.पी. नगर जोन-1 भोपाल, 9109528142

**ITDC**  
घोषणायें

I, Vandana Sharma D/o Shri Rakesh Kushwah R/o Gram Bichhiya, Teh Nateran, Distt Vidisha, self-declare that my earlier name was Vandana Kushwah & after marriage it is changed to Smt Vandana Sharma W/o Shri Rajeev Sharma. Be known to all in general & concerned.

I, Mahendra Pal, (Army No. 15391408P), R/o Ujjain, declare that in my army record, my daughter name was entered as "BHOOMI PAL". This note is

**ITDC**  
व्यापार

मेकइन् इंडिया ऊद्योग करे 15000/- - 56000/- प्रतिमाह कमाए 300 प्रकार क्र हार्डवेयर प्रोडक्ट बनाकर हमे बेचे माल लेनदेन कोर्ट एप्रोमेंट B - 30, गिरनारवेली अयोध्या बाइपास भोपाल 8827683225, 8349961787.

डिसोज़ल, चार्जर, कवर, मास्क, गिलास, चपल -जूता, कपडे की फेक्टरी लगवाए (कचे मलाले तैयार मालदे ) लाखों कमाए, ब्रांच फ्री 9050513766

स्वदेशी गृहउद्योग लगायें सामान बनाकर हमें दें 10000/- से 45000/- तक घर के कार्य करके कमाये फ्री ट्रेनिंग, कोर्ट एप्रोमेंट के साथ 270/2, सक्तिनगर भोपाल 9111114876

**DISPLAY CLASSIFIEDS**

10x04cms @ 5,000/-  
05x04cms @ 3,000/-

**RUNNING CLASSIFIEDS**

Run on line @ 1,000/- (40words)  
MonthlyROL @ 10,000/- (monthly)

**MATRIMONY CLASSIFIEDS**

4cms(W) x 10cms (H) @ 3,000/-  
Run on line (40words) @ 1,000/-

**OBITUARY/CONDOLANCE**

8cms(W) x 10cms (H) @ 3,000/-  
4cms(W) x 10cms (H) @ 2,000/-

**Public/Court Notice 4x10 cm**

@ 3000/- above length sqcm

**Classifieds**  
मध्य भारत का विश्वनीय हिन्दी दैनिक समाचार पत्र  
**इंटीग्रेटेड ट्रेड**  
डेवेलपमेंट सेंटर न्यूज  
98 26 22 00 22

**ITDC**  
शिक्षा

क्लास 9 से 12 तक मैथ्स एव फिजिक्स क्लासेस 25 वर्ष के अनुभवी प्रोफेसर संजय कलरैय्या द्वारा मार्गदर्शन संपर्क D K 3 / 1/39 वेरोनिका अपार्टमेंट (नियर जैन मंदिर), दानिशकुंज कोलाररोड 9907390336, 9424454002

Spoken English Classes. Contact -The Proficient, FF-07, Dadaji Avenue, Above Raymond Showrox`om, Chunda Bhatti, Kolar Road, Bhopal. Mobile- 9993961503

CHEMISTRY by 19 Years Experienced Turor With M.Sc., B.Ed. For NEFT. JEE (Main+adv) (9,10,11,12 of ISC, ICSE, CBSE, MPBSE) with Free Counseling

**ITDC**  
सेवायें

मुद्रा फाइनेंस जनधन द्वार समस्त लोन 1,00,000- 90,00,000 तक 2% ब्याज 5% छूट पर महिलाओं हेतु विशेष छूट 8989273203

घर बैठे सोफा रिपेयरिंग सोफा चेरर कारपेट ड्राईक्लीनिंग, सोफा का कपडा फॉमकुशन बदलवाए, नया सोफा कुशल कारीगरों द्वारा बनवाये वुडनपोलिश, रुपेश 9893266312, 9039230380

वाटरहिट (प्रोफिंग प्रोसेस द्वारा अच्छी एस केमिकल्स, एसपेंट ट्रीटमेंट, प्रेशर ग्राउंडिंग हर मौसम सीपेज लीकेज नए पुराने बंगलो, छत, दीवाल कंपनी द्वारा करवाये| शासकीय, प्राइवेट हेतु मटेरियल उपलब्ध, धोखाधडी से सावधान 9827733954, 9406543722

**BOOK YOUR TICKET IN**  
**60 SECONDS**  
JUST CLICK  
**www.bookmyticketonline.in**

**To let Shop:**  
Inside Complex, 10x14 fts, ground floor, Arera Colony, 10 No Market, Bhopal Mb 7000831264, 9752705333

न्यूज़ ब्रीफ

रिजर्व बैंक के फैसले का असर: बैंक स्रष्ट पर कम मिलता रहेगा ब्याज, ज्यादा इंटररेस्ट के लिए नया तरीका अपनाएं



रिजर्व बैंक ने एक बार फिर प्रमुख दरों में कोई बदलाव नहीं किया है। इससे पहले मई 2020 में रेपो रेट को घटाया गया था। इससे अगर आपने बैंक में फिक्स्ड डिपॉजिट किए हैं या करने वाले हैं तो आपको घाटा हो सकता है।

रिजर्व बैंक के फैसले का होता है असर

FD की ब्याज दरों पर रिजर्व बैंक के फैसले का असर काफी होता है। अगर रिजर्व बैंक दरें घटाता तो आपकी स्रष्ट पर और कम ब्याज मिलता। अगर वह रेपो रेट को बढ़ा देता तो आपको स्रष्ट पर ज्यादा ब्याज मिलता। दरअसल, डिपॉजिट और उधारी दोनों एक दूसरे से जुड़े हैं। यानी, जब लोन पर ब्याज दर कम होगा तो डिपॉजिट पर भी कम होगा। ऐसा इसलिए कि बैंक आपसे जो डिपॉजिट 5 या 6 फीसदी पर लेता है, वही पैसा आपको लोन के समय में 7-8 फीसदी पर देता है। बैंक की यही प्रमुख कमाई है। बैंक के पास अपना खुद का पैसा बहुत कम रहता है।

कम समय के लिए फिक्स करें पैसा

अगर आप नई स्रष्ट की योजना बना रहे हैं तो आपको कम समय के लिए इसे करना चाहिए। अगर पहले की FD है और रिन्व्यूअल कर रहे हैं तो भी कम समय के लिए इसे करिए। यानी 6 महीने या एक साल के लिए। ऐसा इसलिए, क्योंकि उसके बाद रेपो रेट में बढ़ोतरी हो सकती है। उसके बाद आप इसी पैसे को नई स्रष्ट के रूप में रख सकते हैं।

अलग-अलग समय के लिए पैसों को फिक्स करें

अगर आप FD करना ही चाहते हैं तो आपको इसके लिए पैसों को कई साल के अलग-अलग समय में स्रष्ट करना चाहिए। मान लीजिए आपके पास 1 लाख रुपए हैं तो आप इसे 4 हिस्सों में कर सकते हैं। यानी इसमें से 1 साल, 2 साल, 3 साल और 4 साल के लिए 25-25 हजार रुपए फिक्स्ड कर सकते हैं। एक साल के बाद जब आपकी डिपॉजिट का समय पूरा हो जाए तो आप इसे फिर से लंबे समय के लिए फिक्स कर सकते हैं।

लंबे समय के लिए भी पैसा फिक्स कर सकते हैं

अगर आप चाहते हैं कि लंबे समय के लिए एक ही बार में पैसे को जमा कर दिया जाए तो इसके लिए आप बांड ले सकते हैं। बांड पर वैसे भी ब्याज दर ज्यादा रहती है। काफी सारे बैंक और नॉन बैंकिंग फाइनेंशियल कंपनियां फ्लोटिंग रेट वाली फिक्स्ड डिपॉजिट भी ऑफर करते हैं। आप चाहें तो इसे भी देख सकते हैं। ऐसे डिपॉजिट में रेट के बढ़ने और घटने का फायदा और घाटा दोनों आपको होता है। मतलब अब आगे ब्याज दरें बढ़ने की उम्मीद है तो आपको इसका फायदा मिल जाएगा।

फ्लोटिंग रेट पर करें डिपॉजिट

अभी इस समय ज्यादातर बैंक FD पर 5.40 फीसदी पर ब्याज दे रहे हैं। ऐसे में फ्लोटिंग रेट की डिपॉजिट पर आपको 1 से 1.50 फीसदी ज्यादा ब्याज मिल सकता है। अगर आप वरिष्ठ नागरिक हैं तो फिर आप रिजर्व बैंक के फ्लोटिंग रेट वाले बांड भी ले सकते हैं। इस पर अभी 7.15 फीसदी का ब्याज मिल रहा है। इसका समय 7 साल का होता है। हालांकि, इसके लिए सरकार की कई स्क्रीम पहले से भी हैं, जिन पर ब्याज दरें ज्यादा मिल रही हैं। हालांकि, आप अगर बैंकों की फिक्स्ड डिपॉजिट में नहीं जाना चाहते हैं तो आप कंपनियों की स्रष्ट के लिए फैसला ले सकते हैं। कंपनियों की FD पर आपको 7 फीसदी से ज्यादा का ब्याज मिलता है।

आरबीआई मॉनिटरी पॉलिसी : ओमिफ्रॉन ने बढ़ाई सेंट्रल बैंक की चिंता, ब्याज दरों में बदलाव की उम्मीद नहीं

आइटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/ आइटीडीसी न्यूज नई दिल्ली रिजर्व बैंक ऑफ इंडिया की मॉनिटरी पॉलिसी कमेटी आज मॉनिटरी पॉलिसी पेश करेगी। इस बार कोरोना के नए वैरिएंट ओमिफ्रॉन के कारण उम्मीद की जा रही है कि रेपो और रिवर्स रेपो रेट में कोई बदलाव नहीं होगा। पिछले साल, मार्च में सेंट्रल बैंक ने रेपो रेट में 75 बेसिस प्वाइंट्स और मई में 40 बीपीएस की दो कटौती की थी। इन कटौतियों के बाद रेपो रेट 4 फीसदी के रिकॉर्ड लो लेवल पर आ गया था। तब से लेकर अब तक दरों में किसी तरह का कोई बदलाव नहीं किया गया है। आरबीआई गवर्नर शक्तिकांत दास आज मुंबई में सुबह 10 बजे एक वेबकास्ट के माध्यम से MPC के फैसले की जानकारी देंगे।



इंटररेस्ट रेट 4 फीसदी रहने का अनुमान

रॉयटर्स ने मॉनिटरी पॉलिसी को लेकर 50 अर्थशास्त्रियों का एक पोल किया है। इस पोल में सामने आया है कि आरबीआई अपने बेंचमार्क इंटररेस्ट रेट को 4 फीसदी और रिवर्स रेपो रेट को 3.35 फीसदी पर बरकरार रखेगा। ब्लूमबर्ग ने भी 28 अर्थशास्त्रियों का सर्वे किया है। इस सर्वे में भी अर्थशास्त्रियों ने छह सदस्यीय मॉनिटरी पॉलिसी के इंटररेस्ट रेट को 4 फीसदी पर रखने का अनुमान जताया है। पॉलिसी रेट को तय करने में रिटेल इन्फ्लेशन का ध्यान रखा जाता है। ऐसे में आरबीआई के लिए पॉलिसी रेट का निर्णय लेते समय ये राहत वाली बात होगी कि महंगाई जुलाई से उसके 2 फीसदी से 6 फीसदी के टारगेट रेंज में है।

आरबीआई से दिसंबर में रिवर्स रेपो रेट में 15-20 बीपीएस की बढ़ोतरी की उम्मीद कर रहे थे, लेकिन नए कोविड-19 वैरिएंट से पैदा हुई अनिश्चितता को देखते हुए, अब दरों में बदलाव की उम्मीद नहीं है। अर्थशास्त्रियों ने कहा, सेंट्रल बैंक नए वैरिएंट के रिस्क को समझने के लिए इंतजार कर सकता है। यदि नए वैरिएंट का कोई प्रभाव नहीं पड़ता है, तो हम फरवरी से रिवर्स रेपो रेट में बढ़ोतरी के साथ पॉलिसी नॉर्मलाइजेशन शुरू होने की उम्मीद करते हैं। पॉलिसी नॉर्मलाइजेशन को लेकर भारत के सबसे बड़े सरकारी बैंक स्टेट बैंक ऑफ इंडिया के चीफ इकोनॉमिस्ट सौम्य कांति घोष ने कहा, %महामारी के आने के बाद से, आरबीआई ने हमेशा संतुलन बनाए रखने की कोशिश है, और महामारी अभी खत्म नहीं हुई है।

रेपो रेट क्या है? रेपो रेट उसे कहते हैं जिस पर बैंक शॉर्ट-टर्म बेसिस पर आरबीआई से लोन लेते हैं। अभी लोन की दर 4 फीसदी है। पॉलिसी के तहत, बैंकों को गवर्नमेंट सिक्क्योरिटीज को कोलेटरल के रूप में आरबीआई को देना होता है और बाद में पूर्व-निर्धारित समय पर वापस खरीदना होता है। रेपो रेट के जरिए आरबीआई लिक्विडिटी को रेगुलेट करता है। रेपो रेट जितना ज्यादा होगा उतना महंगा ही बैंकों के लिए आरबीआई का लोन होगा। अगर बैंकों को आरबीआई से महंगा लोन मिलेगा तो उन्हें भी अपने लोन की दरों को बढ़ाना होगा और ग्राहकों की EMI पर इसका सीधा असर होगा।

सोने ने तोड़े रिकॉर्ड : इस साल 10 महीने में 3.45 लाख करोड़ रुपए का हुआ आयात

ये पिछले साल के मुकाबले दोगुने से भी ज्यादा

आइटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/ आइटीडीसी न्यूज नई दिल्ली देश में सोना आयात के सारे रिकॉर्ड टूट गए हैं। इस साल जनवरी से अक्टूबर के बीच 10 महीनों में ही 3,45,303 करोड़ रुपए का सोना आयात हो चुका है। आयात की मौजूदा औसत रफ़्तार बनी रही तो दिसंबर तक यह आंकड़ा 4 लाख करोड़ से ऊपर निकल जाएगा। सरकारी आंकड़ों के मुताबिक, अब तक किसी एक साल में सोना आयात पर कभी भी इतना खर्च नहीं हुआ है। पिछला रिकॉर्ड 2017 का है, जब देश में 2.36 लाख करोड़ रुपए का सोना आयात किया गया था।



सोने की कीमत बढ़ने के कारण बना रिकॉर्ड

दरअसल बीते कुछ सालों में सोने की कीमत बेतहाशा बढ़ी और डॉलर के मुकाबले रुपए की विनिमय दर में बड़ी गिरावट आई है। इसके चलते वैल्यू के हिसाब से सोना आयात का आंकड़ा काफी बढ़ा हो गया है। मसलन, 2014 में 1 डॉलर 60 रुपए का था और सोने की कीमत भी 28 हजार रुपए प्रति 10 ग्राम थी। इसके मुकाबले अभी डॉलर की वैल्यू 75 रुपए से ऊपर है और सोना 48 हजार रुपए के करीब पहुंच गया है। जाहिर है, सोना आयात की वैल्यू ज्यादा नजर आएगी।

केडिया एडवाइजरी के डायरेक्टर अजय केडिया के मुताबिक, 2021 में सोना आयात बढ़ने की सबसे बड़ी वजह सुरक्षित निवेश के तौर पर इसकी बेतहाशा खरीद रही। इसके अलावा 2020 में काफी शादियां टल गई थी, जो 2021 में हुईं। इसके चलते बड़े पैमाने पर सोने की पेंटअप डिमांड भी निकली।

2014 से अब तक डॉलर के मुकाबले रुपया 25% कमजोर हुआ है। इस बीच सोने की कीमत में करीब 71% की बढ़ोतरी हो गई है।

2020 में लॉकडाउन के चलते मांग लगभग ठप रही, जो इस साल निकली।

उत्पादन भारत में ही होता है और बाकी आयात किया जाता है। कच्चे तेल के बाद सोने का आयात सबसे ज्यादा

देश में कच्चे तेल के बाद सबसे ज्यादा आयात सोने का हो रहा है। इस साल अब तक 6.15 लाख करोड़ के कच्चे तेल का आयात हुआ और सोना आयात 3.45 लाख करोड़ का रहा। किसी और वस्तु का इतना आयात नहीं हुआ।

Forbes की सबसे पावरफुल वुमन सीतारमण दुनिया की ताकतवर महिलाओं की लिस्ट में शामिल



आइटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/ आइटीडीसी न्यूज नई दिल्ली दुनिया की सबसे चर्चित मैगजीन फोर्ब्स ने वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण को दुनिया की 100 सबसे ताकतवर महिलाओं की लिस्ट में शामिल किया है। उन्हें 37वां स्थान दिया गया है। निर्मला सीतारमण को लगातार तीसरी बार 'दुनिया की 100 सबसे ताकतवर महिलाओं' की लिस्ट में जगह मिली है। सीतारमण ने इस बार लिस्ट में अपने स्थान में काफी अच्छा सुधार किया है। वह अमेरिका की वित्त मंत्री जैनेट येलन से भी दो पायदान आगे हैं।

फाल्गुनी नायर को भी जगह दी है। उन्हें इस लिस्ट में 88वां स्थान मिला है। फाल्गुनी नायर, शेयर बाजार में अपनी कंपनी की शानदार शुरुआत के बाद अभी हाल ही में भारत की 7वीं महिला अरबपति बनी हैं। रोशनी नाडर को 52वां स्थान मिला। वित्त मंत्री सीतारमण और फाल्गुनी नायर के अलावा फोर्ब्स ने इस लिस्ट में भारत की एक और महिला को स्थान दिया है। एचसीएल टेक्नोलॉजिज की चेयरपर्सन रोशनी नाडर को 52वां स्थान दिया है। रोशनी नाडर, देश की किसी आईटी कंपनी का नेतृत्व करने वाली पहली महिला अधिकारी हैं। फोर्ब्स ने अपनी इस लिस्ट में Biocon की फाउंडर और एजीक्यूटिव चेयरपर्सन किरण मजूमदार शां को भी जगह दी है।

अभी के लिए कई हिस्सों में डिपॉजिट करें

एक लाख रुपए को चार भागों में बांट लें

25-25 हजार रुपए 1,2,3 और 4 साल के लिए फिक्स करें	मैच्योर होने पर इन्हें 2-3 साल के लिए फिर फिक्स करें
--------------------------------------------------	------------------------------------------------------

पीपीएफ और आरडी में निवेश करके आसानी से तैयार कर सकते हैं बड़ा फंड

आइटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/ आइटीडीसी न्यूज नई दिल्ली अगर आप इन दिनों अपना पैसा निवेश करने के लिए कोई ऐसी स्कीम की तलाश में हैं जहां आपका पैसा भी सुरक्षित रहे और आपको बेहतर ब्याज भी मिले तो पब्लिक प्रोविडेंट फंड और रिकरिंग डिपॉजिट स्कीम में पैसा लगा सकते हैं। इन दोनों ही स्कीम्स में आप हर महीने थोड़ा-थोड़ा निवेश करके बड़ा फंड तैयार कर सकते हैं। आज हम आपको ग्राफिक्स के जरिए पोस्ट ऑफिस पीपीएफ और आरडी स्कीम के बारे में बता रहे हैं। ताकि आप अपने लिए सही स्कीम का चुनाव कर सकें।

मैच्योरिटी पीरियड कितना रहता है?

15 साल PPF

5 साल RD

मठपाल के मुताबिक दोनों ही जगह निवेश करना पूरी तरह सुरक्षित रहेगा। अगर ब्याज की बात की जाए तो पीपीएफ में नेशनल सेविंग सर्टिफिकेट स्कीम की तुलना में ज्यादा ब्याज मिल रहा है, लेकिन इसमें 15 साल का लॉक-इन रहता है। वहीं आरडी में लॉक-इन 5 साल का ही रहता है। पीपीएफ इनकम टैक्स की EEE कैटेगरी के अंतर्गत आता है। इसका मतलब यह है कि रिटर्न, मैच्योरिटी राशि और ब्याज से इनकम पर आयकर छूट मिलती है। वहीं आरडी पर आपको कोई टैक्स छूट नहीं मिलेगी। ऐसे में अगर आप 15 साल के लिए निवेश कर सकते हैं और इनकम टैक्स का फायदा चाहते हैं तो पीपीएफ बेहतर विकल्प रहेगा। वहीं अगर आप 15 साल के लिए निवेश नहीं कर सकते तो आरडी में निवेश करके बड़ा फंड तैयार कर सकते हैं।

2021 RATE CARD

For Retail/Private clients with effect from 01.01.2021

98 26 22 00 97

education, employment, economics, environment, evolution, entertainment

DISPLAY CLASSIFIED

460/-, 2301/-

दैनिक इंटीग्रेटेड ट्रेड

जैसे आई ममता को सद्बुद्धि, वैसे ही राहुल गांधी और उनके साथियों को भी आ जाए तो अच्छा



राहुल गांधी को भविष्य के नेता के तौर पर देखने वाले कांग्रेसजनों और इसी नजरिये को बल देने वाले बुद्धिजीवियों को पिछले दिनों तब जोर का झटका लगा, जब मुंबई गई ममता बनर्जी ने यह कह दिया कि कोई विदेश में ही रहेगा तो कैसे चलेगा? राहुल गांधी के समर्थक-शुभचिंतक ममता के इस सीधे हमले से उबरे भी नहीं थे कि उनकी अदाणी समूह के मुखिया गौतम अदाणी से मुलाकात को खबर आ गई। इससे उन लोगों को भी जोर का झटका लगा, जो ममता को राहुल गांधी का विकल्प मानकर उनके पीछे खड़े हो गए हैं। ममता ने केवल गौतम अदाणी से मुलाकात ही नहीं की, बल्कि उनसे बंगाल में निवेश की संभावनाओं पर भी बात की। उनकी मुलाकात करीब डेढ़ घंटे चली। इसके पहले वह मुंबई में कश्चित्त सिविल सोसायटी के लोगों से मुलाकात के दौरान मेधा पाटकर से यह भी कह चुकी थी कि देश को अंबानी-अदाणी भी चाहिए और किसान भी। उनके इस जवाब से उन सबको भी जोर का झटका लगा, जो कृषि कानून विरोधी आंदोलन को हवा देने के साथ अंबानी-अदाणी को गाली देने और उन्हें खलनायक साबित करने में लगे हुए हैं। एक समय ऐसे लोगों में खुद ममता भी शामिल थीं। बंगाल चुनावों के समय ममता ने कहा था, 'मोदी जी सब कुछ छीन लेंगे, क्योंकि अदाणी उनके दोस्त हैं।' एक और चुनावी भाषण में नरेन्द्र मोदी स्टेडियम के दोनों छोरों का नाम अदाणी और अंबानी के नाम पर रखे जाने को लेकर उन्होंने तंज कसा था, 'हो गया हम दो हमारे दो।' यह ठीक वही भाषा थी, जो राहुल गांधी बोल रहे थे। ममता के इस तंज से पहले राहुल कुछ इसी तरह का

कटाक्ष भरा ट्वीट कर चुके थे। राहुल गांधी एक असें से अंबानी-अदाणी के पीछे पड़े हुए हैं। उनकी मांने तो मोदी सरकार को दो लोग चला रहे हैं- एक अंबानी और दूसरे अदाणी। वह इस सरकार को न केवल अंबानी-अदाणी की सरकार बताते हैं, बल्कि प्रधानमंत्री को इन दोनों का लाउडस्पीकर भी करार दे चुके हैं। कृषि कानून बनने के बाद तो वह इन दोनों के पीछे हाथ धोकर ही पड़े गए। उन्होंने इन कानूनों का नाम ही अंबानी-अदाणी कानून का नाम दे दिया। यह कृषि कानून विरोधी आंदोलन के बहाने अंबानी-अदाणी को बदनाम करने के अभियान का ही नतीजा था कि पंजाब में रिलायंस जियो के करीब 1400 मोबाइल टावर तोड़े गए। इसके अलावा अंबानी और अदाणी के प्रतिष्ठानों के आगे धरने दिए गए। इससे आजिज आकर उन्हें बंद करने का फैसला करना पड़ा। इससे सैकड़ों लोगों की नौकरियां गईं, लेकिन गुमराह किसान इसे ही अपनी जीत बताते रहे और मोदी संग अंबानी-अदाणी के पुतले फूँकते रहे। जिन अमरिंदर सिंह ने एक समय किसानों को उकसाया और बरालाया, वह यह कहते रहे कि कृषि कानून विरोधी आंदोलन से अंबानी-अदाणी को नहीं, पंजाब को नुकसान हो रहा है, लेकिन उनकी एक नहीं सुनी गई। राहुल गांधी चाहे जिस चिद्द में अंबानी-अदाणी को लांशित करने में लगे हों, लेकिन वह कुल मिलाकर भोली-भाली जनता को बेवकूफ ही बना रहे हैं। इस साल के प्रारंभ में जब वह अंबानी-अदाणी को चोर बताते में लगे थे, तब ठीक उसी समय महाविकास अघाड़ी के शासन वाले महाराष्ट्र से यह खबर आई कि अदाणी समूह की ओर से दिधी बंदरगाह का अधिग्रहण पूरा कर लिया गया है। इसके अलावा यह सूचना भी आई कि राजस्थान में अदाणी समूह 9,700 मेगावाट का सोलर हार्डवेयर और विंड एनर्जी पार्क का निर्माण करने जा रहा है।

अंबेडकर की सही कहानी, नई नस्लों को है बतानी

डॉ. भीमराव अम्बेडकर ने दलित चेतना समेत तमाम विषयों पर महत्वपूर्ण साहित्यिक योगदान दिया है। उन्होंने कई पुस्तकें लिखी हैं और उनकी निजी लाइब्रेरी में 50 हजार से भी ज्यादा पुस्तकें थीं। माना जाता है कि अपने समय कि यह दुनिया की सबसे बड़ी निजी लाइब्रेरी थी। डॉ. अम्बेडकर हिन्दी, अंग्रेजी, संस्कृत, फ्रेंच, पाली, जर्मन, मराठी, पर्सियन और गुजराती जैसी नौ भाषाओं के ज्ञाता थे। वे कुल 64 विषयों के ज्ञाता थे। उन्होंने करीब 21 साल तक सभी धर्मों का गहन अध्ययन किया था। यह कितने लोग जानते हैं? इसे क्यों नहीं बताया जाता है? जब जब बाबा साहब भीमराव अंबेडकर का परिनिर्वाण दिवस आता है, तब तब कई अनुत्तरित सवाल अपना उत्तर मांगने के लिए उठ खड़े होते हैं। यह दुर्भाग्य है कि हम सब उन सवालों का उत्तर देने की जगह नये-नये मोड़ पर ले जाकर उन सवालों को छोड़ आना चाहते हैं। पर यह भूल जाते हैं कि सवालों को भटकाने की जगह उनका समीचीन उत्तर दे देना ज़्यादा ज़रूरी है, क्योंकि इन सवालों के जवाब जब बहुत दिनों बाद आयेगे तब कई पीढ़ियां बेविश्वास की जद में आ चुकी होंगी। संविधान से बनेल नरसिम्हा राव व सच्चिदानंद सिन्हा का क्या रिश्ता था? क्याकेवल डॉ. भीमराव अम्बेडकर ने ही संविधान लिखा था? क्या संविधान लिखने के अलावा देश व समाज के लिए उनका कोई अन्य योगदान नहीं है? जिस संविधान पर हम इतना इतरा रहे हैं, उसमें हमारा मौलिक अंश कितना है? क्या वजह है कि संविधान में 105



संशोधन हो चुके हैं? इतने संशोधनों के बाद क्या संविधान का पुनरावलोकन नहीं होना चाहिए? समाज संविधान से सुधरता है या फिर संस्कृति से? राजनीति समाज को बांटती है जबकि संस्कृति समाज को सहेजती है। वर्तमान पीढ़ी को इतिहास परम्परा, संस्कृति व संस्कारों से परिचित कराना क्या हमारी ज़िम्मेदारी नहीं है? जिस संविधान के आधार पर हमारे देश की शिक्षा नीति, प्रशासन व न्याय व्यवस्था चल रही है उसका पुनरावलोकन होना चाहिए। संविधान वास्तव में हमारा नहीं है। हिन्दी राजभाषा के रूप में स्वीकार की गई। लेकिन आज भी न्यायालयों की भाषा अंग्रेजी बनी हुई है। महात्मा गांधी हिन्द स्वराज में लिखते हैं हम अंग्रेजियत को स्वीकार नहीं करेंगे। अंग्रेजों ने भारत में जो संस्कृति फैलाई उसने हमारे देश की एकता, अखण्डता व बहुलता को नष्ट किया। 1857 के संघर्ष को अंग्रेजों ने सिपाहियों का विद्रोह करार दिया। वीर सावरकर ने पहली बार इसे स्वाधीनता संग्राम नाम दिया। महात्मा गांधी ने कहा था कि हमको ग्राम समाज चाहिए। हमारा विकास का रास्ता गांव से होकर जायेगा और हुआ उसके उल्टा। लोकतंत्र पश्चिम की नकल है। लोकतंत्र से लोक गायब हो गया। आज भी बहुत सारे कानून 1947 के पहले के बने हैं उनमें संशोधन होना चाहिए। भारत के स्वतंत्रता आन्दोलन में स्वराज, स्वधर्म, स्वदेशी व स्वभाषा की बात थी। ये प्रयोग में कहाँ हैं? डॉ. भीमराव अम्बेडकर ने दलित चेतना समेत तमाम विषयों पर महत्वपूर्ण साहित्यिक योगदान दिया है। उन्होंने कई पुस्तकें लिखी हैं और उनकी निजी लाइब्रेरी में 50 हजार से भी ज्यादा पुस्तकें थीं। माना जाता है कि अपने

उप्र में बदलते समीकरण

उत्तरप्रदेश में चुनाव के ऐलान से पहले ही जबरदस्त मुकाबले की तस्वीर बनने लगी है। भाजपा को फिर से सत्ता दिलाने के लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी उप्र के बार-बार चक्कर लगाने लगे हैं। मंगलवार को प्रधानमंत्री फिर पूर्वांचल के दौरे पर थे। यहाँ मुख्यमंत्री योगी के इलाके गोरखपुर में एम्स और खाद कारखाने के उद्घाटन के साथ, करोड़ों की कई परियोजनाओं का लोकार्पण प्रधानमंत्री ने किया। इस दौरान उन्होंने फिर डबल इंजन वाली सरकार का जिक्र करते हुए अपनी पीठ थपथपाई कि कैसे उनके नेतृत्व में देश और प्रदेश में विकास के काम हो रहे हैं। प्रधानमंत्री और मुख्यमंत्री भले अपने कामों का गुणगान करते रहें, लेकिन गरीबी, महिला सुरक्षा, कानून व्यवस्था, रोजगार इन सब में उत्तरप्रदेश की हालत क्या है, यह आंकड़े बता ही देते हैं। और लोकतंत्र में डबल इंजन की सरकार जैसे जुमले भी उपयुक्त नहीं लगते। देश की संघीय शासन प्रणाली में केंद्र और राज्य दोनों जगह जनता द्वारा निर्वाचित सरकारें होती हैं, केंद्र और राज्य सरकारों के अधिकार क्षेत्र अलग-अलग होते हैं और कई मामलों में केंद्र को ही राज्यों की मदद की जिम्मेदारी दी गई है। इसलिए केंद्र और राज्यों में अलग-अलग दलों की सरकारें रहने के बावजूद केंद्र का यह दायित्व है कि वह राज्य सरकारों की मदद करे, उनकी समस्याओं का समाधान अपने अधिकार क्षेत्र में रहकर उठ पाते हैं और खासकर चुनाव के यानी केंद्र और राज्य दोनों जगहों पर



इसलिए केंद्र और राज्यों में अलग-अलग दलों की सरकारें रहने के बावजूद केंद्र का यह दायित्व है कि वह राज्य सरकारों की मदद करे, उनकी समस्याओं का समाधान अपने अधिकार क्षेत्र में रहकर करे। ऐसे में डबल इंजन की सरकार यानी केंद्र और राज्य दोनों जगहों पर एक ही दल की सरकार होने का फायदा गिनाना सही नहीं है।

को इस तरह की बातें नहीं करना चाहिए, क्योंकि वे पूरे देश के प्रधानमंत्री हैं, केवल भाजपा के नहीं हैं। अफसोस कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी अपने अवसरों पर पार्टी के ऊपर नहीं उठ पाते हैं और खासकर चुनाव के वक्त वे संवैधानिक भूमिका से अधिक

राजनैतिक भूमिका निभाते दिखते हैं। गोरखपुर में भी मोदीजी ने भाजपा नेता की तरह ही भाषण दिया। उत्तरप्रदेश में बिना, पार्टी की खास पहचान लाल टोपी का जिक्र करते हुए कहा कि लाल टोपी वाले यूपी के लिए रेड अलर्ट हैं यानि १४खतरे की घंटी। मोदीजी ने लाल टोपी का जिक्र सत्ता, माफिया, भ्रष्टाचार और आतंकवाद से जोड़ते हुए जनता को यह समझाना चाहा कि अगर समाजवादी पार्टी का शासन आ गया तो फिर प्रदेश के लिए खतरा रहेगा। दूसरे की छवि को धूमिल कर अपने लिए वोट बटोरना भाजपा को खास पहचान बन गई है। हालांकि जिस वक्त प्रधानमंत्री गोरखपुर में लाल टोपी के खतरे गिना रहे थे, उसी वक्त मेरठ में यानी पश्चिमी उत्तरप्रदेश में अखिलेश यादव और जयंत चौधरी, सपा और रालोद की संयुक्त रैली कर रहे थे। इस रैली के लिए अखिलेश यादव और जयंत चौधरी एक ही हेलीकॉप्टर से पहुंचे और रैली में जुटी भारी भीड़ ने यह जाहिर कर दिया कि इस बार उत्तरप्रदेश का मुकाबला काफी रोचक होने वाला है। सपा और रालोद चुनाव में साथी बने हैं, हालांकि सीटों का ऐलान अभी नहीं हुआ है। लेकिन इस गठबंधन में खटपट को जो खबरें चल रही थीं, उन्हें विराम देने के लिए दोनों नेता एक साथ पहुंचे। पिछली बार जयंत चौधरी ने प्रियंका गांधी के साथ चर्चा करने की सवारी की थी, तो कई तरह के कयास लगने शुरू हो गए थे। हालांकि तब भी यह

केंद्र का निर्णय वर्तमान समय में लोगों के हितों के विपरीत है

प्लांट के प्रस्ताव के बाद फतेहाबाद के आसपास के लोगों ने इस पर गंभीर आपत्ति जताई। वे बहुत चिंतित हैं कि सरकार उन्हें अधिग्रहित भूमि के लिए उचित मुआवजा नहीं दे रही है और लोगों और पशुओं की स्वास्थ्य सुरक्षा के लिए भी भूगतान नहीं कर रही है। फतेहाबाद के पास कृषि की पानी की जरूरतों को पूरा करने के लिए आसपास कोई बड़ा प्राकृतिक जल निकाय नहीं है। जलवायु संकट ने वैश्विक समुदाय को जीवाश्म ईंधन के व्यवहार्य विकल्पों पर बहस करने के लिए मजबूर कर दिया है, जिसके बारे में आम सहमति है कि ये जलवायु संकट के लिए जिम्मेदार कार्बन उत्पादन का प्रमुख कारण हैं। इस बात पर भी सहमति है कि नवीकरणीय संसाधन जीवाश्म ईंधन का सबसे अच्छा विकल्प हैं। लेकिन बिजली उत्पादन के लिए परमाणु ऊर्जा के उपयोग पर ऐसी कोई सहमति नहीं है क्योंकि यह कई खतरों से भरा है। यह सब पलासो में हुई बहस में स्पष्ट था। फिर भी विश्व के कुछ भागों में इस कार्य के लिए परमाणु शक्ति की कल्पना की जा रही है। इसलिए हरियाणा में फतेहाबाद के पास गोरखपुर गांव में उत्तर भारत में पहले परमाणु ऊर्जा संयंत्र को खबर को सावधानी से पढ़ा जाना चाहिए। बिजली वर्तमान समय में समाज को आगे बढ़ाने के लिए ऊर्जा का प्रमुख स्रोत है। भारत दुनिया में बिजली का तीसरा सबसे बड़ा उत्पादक है। 31 अगस्त 2021 तक भारत में राष्ट्रीय विद्युत ग्रिड स्थापित क्षमता 388.134 गीगावाट है। यह उत्पादन जीवाश्म ईंधन, परमाणु, हाइड्रो और नवीकरणीय ऊर्जा स्रोतों से मिलता है। जीवाश्म ईंधन यानी कोयला, गैस और डीजल कुल उत्पादन में लगभग 60 प्रतिशत का योगदान करते हैं। जल विद्युत का योगदान 11.9

प्रतिशत, नवीकरणीय ऊर्जा स्रोत का 26.40 प्रतिशत और परमाणु ऊर्जा का 1.7 प्रतिशत है। भारत में परमाणु ऊर्जा की खोज 1950 के दशक में शुरू हुई थी। 1950 के दशक में की गई भविष्यवाणियों के अनुसार अपेक्षित बिजली उत्पादन भारत को 43,500 मेगावाट उत्पादन करना चाहिए था। लेकिन 2021 में परमाणु ऊर्जा संयंत्रों से वास्तविक स्थापित क्षमता 6780 मेगावाट ही है। इसके लिए हमने 22 परमाणु ऊर्जा संयंत्र बनाए हैं। हमारे देश में बिजली पैदा करने की लागत अन्य स्रोतों की तुलना में अधिक महंगी है। डारिया इंडीशाना, निकिता कारपोव, मैरी किर्कोगार्ड, एक्वनी सेमेनोव के अनुसार, एक नए परमाणु ऊर्जा संयंत्र के डिजाइन और निर्माण के लिए कई उच्च योग्य विशेषज्ञों की आवश्यकता होती है और अक्सर कई वर्षों का समय लगता है, जिससे वित्तपोषण लागत बढ़ जाती है, जो महत्वपूर्ण हो सकती है। डिजाइन में बदलाव या मुकदमों से देरी हो सकती है जो वित्तपोषण शुल्क को और बढ़ा देती है, जो कुछ मामलों में वास्तविक निर्माण लागत से अधिक हो जाती है। संयंत्रों के निर्माण की उच्च लागत ने परमाणु ऊर्जा के लिए संयुक्त राज्य

के साथ एक टैंक में विस्फोट हुआ था। भले ही लगभग 9,000 वर्ग मील (23,000 वर्ग किमी) भूमि दूषित हो गई थी, 10,000 से अधिक लोगों को निकाला गया था, और संभवतः रेडियोधर्मिता के प्रभाव से सैकड़ों लोग मारे गए थे। ये पौधे सुरक्षा की चिंता का कारण भी हैं। इसलिए इनके बारे में पूरी गोपनीयता है। आतंकवाद आज हर जगह खतरा है। आतंकवादियों को बस संयंत्र के सर्किटों को काटने की जरूरत है और शीतलन प्रणाली नियंत्रण से बाहर हो सकती है। एक सीधा प्रहार या कोर का पिघलना संभावित रूप से व्यापक रेडियोधर्मी संप्लूषण का कारण बन सकता है और एक क्षेत्र को सदियों से निर्जन बना सकता है। दुनिया अब तक समझ चुकी है कि परमाणु ऊर्जा संयंत्र खतरों से भरे हुए हैं। इसके लिए पर्याप्त सबूत हैं। हमने फुकुशिमा दाइची, जापान, मार्च 2011, चेरनोबिल, यूक्रेन (पूर्व सोवियत संघ), 26 अप्रैल, 1986, शी माइल आइलैंड, मिडलटाउन, पेनसिल्वेनिया, यूएसए, 28 मार्च, 1979 में कुछ प्रमुख परमाणु दुर्घटनाएँ देखी हैं। परमाणु विकिरण के संपर्क में आने का प्रभाव गंभीर चिंता का कारण है। ये चक्र आना, भटकाव या भ्रम, कमजोरी, बालों का झड़ना और गंजापन, खून की उल्टी या पेशिश, निम्न रक्तचाप से लेकर हो सकते हैं। प्रभाव कई वर्षों तक रह सकता है। स्वास्थ्य जोखिम पूरी आबादी के लिए है, लेकिन विशेष रूप से छोटे बच्चों और गर्भवती महिलाओं के भ्रूण के लिए। भारत के झारखंड राज्य में जाफुगोड़ा यूरेनियम खदानों के आसपास रहने वाले लोगों पर स्वास्थ्य प्रभावों पर एक अध्ययन द्वारा खून स्थल में और उसके आसपास पुराने निम्न स्तर के विकिरण के कारण क्षति के बढ़ते वैज्ञानिक प्रमाण का दस्तावेजीकरण किया गया है।

राह रोकने वाली राजनीति, किसानों के बहाने विपक्ष देना चाह रहा है मुद्दों को तूल

इस पर हैरानी नहीं कि जब किसान संगठन अपने आंदोलन को खत्म करने के संकेत दे रहे हैं, तब विपक्ष इस कोशिश में जुट गया है कि किसी बहाने इन संगठनों के मुद्दों को तूल दिया जाता रहे। विपक्ष की इस कोशिश के चलते यदि वह आंदोलन जारी रहे तो हेरत नहीं। वैसे भी किसान नेता इस इरादे से लैस दिख रहे हैं कि कृषि कानूनों को वापस लेता झुकी सरकार को और अधिक झुकाया जाए। इसीलिए नित-नई मांगें पेश की जा रही हैं और उन पर अडिगल रवैये का परिचय भी दिया जा रहा है। पता नहीं सरकार किसान नेताओं की मांगों के आगे और कितना झुकेगी, लेकिन इसमें कोई संदेह नहीं कि यदि वह ऐसा करती है तो उसकी छवि पर प्रतिकूल असर पड़ेगा। इससे भी खराब बात यह होगी कि उन तत्वों को बल मिलेगा, जो जोर-जबरदस्ती सार्वजनिक स्थलों पर कब्जा कर अपनी मांगें मनवाने पर अड़ जाते हैं। यदि ऐसा हुआ तो इससे कुलमिलाकर शासन करना और अधिक कठिन ही होगा। यह वह बुनियादी बात है, जिसे सत्तापक्ष के साथ विपक्ष को भी समझना चाहिए। कोई भी संगठन हो, यदि उसकी मांगें जायज हों तो उन्हें मानने में हीलाहवाली नहीं की जानी चाहिए और यदि वे अनुचित हों तो फिर उन्हें मानने से इंकार किया जाना चाहिए। कृषि कानूनों की वापसी के बाद भी विपक्ष जैसे किसान संगठनों के मुद्दों को हवा दे रहा है, वैसे ही अपने 12 सांसदों के निलंबन को भी। राज्यसभा में हुडदंगा मचाने वाले सांसदों के निलंबन में कुछ भी गलत नहीं। हुडदंगी सांसदों के निलंबन का विरोध अशोभनीय आचरण को जायज ठहराना ही नहीं, एक तरह से चोरी और सीनाजोरी वाली कहावत को चरितार्थ करना भी है। यद्यपिसत्तापक्ष सांसदों का निलंबन खत्म करने की विपक्ष की बेजा मांग को मानने के लिए तैयार नहीं, लेकिन केवल इतना ही पर्याप्त नहीं। उसे अवसर का लाभ उठते हुए ऐसे निम्न-कानून बनाने चाहिए, जिससे अशोभनीय आचरण करने वाले सांसदों को उनके किए की सजा मिल सके और उनके दलों की ओर से संसद की कार्यवाही बाधित न की जा सके।

**परमाणु ऊर्जा की कमियां लागत, सुरक्षा, अपशिष्ट, जल, विकिरण, प्रसार और सुरक्षा रिकॉर्ड हैं। परमाणु ऊर्जा से बिजली पैदा करने की लागत अन्य स्रोतों की तुलना में अधिक महंगी है।**

# ये 4 स्पोर्ट्स एक्टिविटी फैट बर्न करने के साथ ही आपको देंगी फ्लैट बैली

मजबूत, टॉड और सपाट पेट हर स्त्री का सपना होता है। लोग जिम में घंटों बिताते हैं, खूब पसीना बहाते हैं और सिर्फ एक टॉड पेट पाने के लिए कई तरह के व्यायाम करते हैं। लेकिन कभी-कभी जिम में कसरत करना बहुत उबाऊ हो सकता है, ऐसे में कुछ खेलों के जरिए आप अपने पेट की मांसपेशियों को टोन कर सकती हैं। खेल खेलना न सिर्फ आपकी मनोदशा और स्वास्थ्य के लिए अच्छा होता है, बल्कि आपकी मांसपेशियों को टोन करने और आपके शरीर को मजबूत बनाने के लिए भी अच्छा है। यदि आप पारंपरिक एक्स एक्ससाइज किए बिना खुद को फिट रखना चाहती हैं, तो आप इन खेलों को ट्राय कर सकती हैं। ये आपकी कोर की मांसपेशियों को सक्रिय रूप से शामिल करते हैं।



**यहां ऐसे 4 खेल हैं जो आपकी पेट की मांसपेशियों को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं**

### 1. जिमनास्टिक्स

हर कोई इस बात से सहमत होगा कि जिमनास्ट दुनिया के सबसे मजबूत एथलीटों में शामिल हैं। इसके लिए मजबूत एक्स और कोर मसल्स की जरूरत होती है। तो ऐसे में एक टॉड पेट पाने के लिए, जिमनास्ट वर्कआउट से बेहतर कुछ भी नहीं हो सकता है। यह पेट और कोर की मांसपेशियों को मजबूत बनाने का एक प्रभावशाली तरीका है। शुरुआत थोड़ी मुश्किल हो सकती है, लेकिन निरंतर अभ्यास के साथ, आप इसे आसानी से कर पाएंगी।



आपको अपने पेट की मांसपेशियों को टोन करने में मदद मिलेगी। जब आप गेंद को हिट करने के लिए उछलती हैं, तो आपका ऊपरी शरीर, कंधे और हाथ पूरी ताकत के साथ शामिल होते हैं।

### 3. रिमिंग

यह एक और ऐसा व्यायाम है, जो एक्स को अनुबंधित किए बिना आपकी पेट की मांसपेशियों को लक्षित करता है। स्विमिंग करते समय अलग-अलग आर्म स्ट्रोक करने के लिए मजबूत कोर होना आवश्यक है। यह कैलोरी को तेजी से बर्न करने और आपके एक्स को टोन करने में मददगार है। यह आपके पैरों और बाजुओं की मांसपेशियों के लिए भी अच्छा है।

### 4. फुटबॉल

फुटबॉलरों की फिटनेस और टॉड बॉडी साबित करती है कि यह खेल एक बेहतरीन एक्स बिल्डिंग गतिविधि है। बड़ी ताकत से गेंद को किक करने के लिए, कोर और पैरों का मजबूत होना जरूरी है। इसके अलावा, जिस गति से इस खेल को खेला जाता है, उसके लिए आपको मजबूत मांसपेशियों की आवश्यकता होती है।

### 2. वॉलीबॉल

हवा में वॉलीबॉल को हिट करने के लिए बहुत अधिक कोर और पेट की ताकत की आवश्यकता होती है। इसलिए, यदि आप नियमित रूप से वॉलीबॉल खेलती हैं, तो इससे



## नेचुरल ब्यूटी पाने के लिए जबरदस्त है कोकोनट मिल्क, जानें फेस मास्क और हेयर कंडीशनर के लिए कैसे करें इस्तेमाल

**नारियल के दूध को गुणों से भरपूर माना जाता है। इसमें एंटीबैक्टीरियल प्रॉपर्टीज हैं। साथ ही इसमें विटामिन सी और ई होता है जिससे स्किन जवां नजर आती है। यही नहीं, इसमें विटामिन बी, खनिज, कॉपर, सेलेनियम, कैल्शियम, आयरन, मैग्नीशियम और फॉस्फोरस की प्रचुर मात्रा होती है, जो स्किन के अलावा बालों के लिए काफी फायदेमंद है। आइए, जानते हैं इसके फायदे-**

### हेयर स्पा

ताजे नारियल के दूध को अपने सिर और बालों के सिरों में मसाज करते हुए अग्लाई करें। इसके बाद बालों पर गर्म पानी का तौलिया लपेट लें। पांच मिनट बाद हटा दें, इसके बाद तीन से चार बार इस प्रक्रिया को

### फेस मास्क बनाएं

आप नारियल दूध से फेस मास्क भी बना सकते हैं। इसके इस्तेमाल से आप झुर्रियों, दाग-धब्बे से छुटकारा पा सकते हैं। आपको दूध में बादाम का पीसकर डालना है। इसे आप मास्क या स्क्रब की तरह इस्तेमाल कर सकते हैं।



दोहराएं।

### कंडीशनर की तरह करें इस्तेमाल

आप नारियल के दूध का इस्तेमाल कंडीशनर की तरह भी कर सकते हैं। शैंपू करने के बाद इसे हाथों में लेकर बालों की मसाज करें। 2-3 मिनट छोड़कर ठंडे पानी से धो लें।

इसके अलावा आप बादाम, शहद, मिलाकर इसे मास्क की तरह 20 मिनट तक अपने चेहरे पर लगा सकते हैं।

### सनबर्न की क्रीम के तौर पर करें इस्तेमाल

अगर आप कहीं बीच एरिया पर घूमने जा रहे हैं, तो आप सनबर्न की क्रीम के तौर पर भी नारियल के दूध का इस्तेमाल कर सकते हैं।

## प्रेगनेंसी में कैल्शियम की पूर्ति करने के लिए जरूर खाएं ये आठ चीजें

प्रेगनेंसी में लगभग सभी विटामिन्स की जरूरत गर्भवती को होती है। जैसे, भ्रूण के विकास, गर्भवती महिला के स्वीस्वने और मां और बच्चे में किसी तरह के विकार को दूर करने के लिए विटामिन-सी की आवश्यकता होती है। विटामिन-सी में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं, जो शरीर को संक्रमण और विषाक्त पदार्थों से बचाते हैं। वहीं विटामिन-डी और कैल्शियम से हड्डियां मजबूत होने के साथ बच्चे की ग्रोथ पर भी असर पड़ता है। ऐसे में डाइट में ऐसी चीजें जरूर खानी चाहिए जिससे कि गर्भवती को कैल्शियम की पूर्ति हो सके।

### संतरा

संतरा विटामिन सी का मुख्य स्रोत होता है और इसके सेवन से कैल्शियम की कमी पूरी की जा सकती है। गर्भावस्था के समय कैल्शियम पाने के लिए इससे अच्छा विकल्प कुछ नहीं है। इससे इम्यून सिस्टम बढ़ता है। संतरा में कैल्शियम की लगभग 50 मिलीग्राम मात्रा पाई जाती है।

### पालक

पालक में 250 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। यह गर्भावस्था में कैल्शियम की कमी को पूरा करता है, इसे खाने से आयरन भी मिलता है।

### खजूर

खजूर में मिलने वाला कैल्शियम बच्चे की हड्डियां और दांत बनाने में मददगार होता है। इसमें मौजूद फोलेट दिमाग से जुड़ी संभावित बीमारियों और कमजोरियों से बच्चे की रक्षा करता है।

### बादाम

कैल्शियम की कमी के इलाज के लिए बादाम बढ़िया विकल्प है। 100 ग्राम बादाम में 264 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। कैल्शियम की कमी को पूरा करने के साथ दिमाग भी तेज करता है।

### मसूर की दाल

प्रेगनेंसी की कैल्शियम डाइट में मसूर की दाल को शामिल करना चाहिए। मसूर दाल में 119 मिलीग्राम कैल्शियम की मात्रा पाई जाती है।

### दूध और इससे बनी चीजें

दूध तथा दही दोनों में 125 मिलीग्राम कैल्शियम पाया जाता है। कम वसा वाले दही यानी योगर्ट में कैल्शियम भरपूर मात्रा पाया जाता है।

### सोयाबीन

सोयाबीन, सोया मिल्क या टोफू में भरपूर कैल्शियम है। एक कप पकी हुई सोयाबीन में लगभग 175 मिलीग्राम कैल्शियम होता है।

## शरीर की करें इन पांच तेल से मालिश, उतर जाएगी सारी थकान : स्किन बनेगी ब्यूटीफुल

**अच्छे स्वास्थ्य के लिए शरीर की तेल से मालिश करना एक प्रचलित थेरेपी है। लेकिन विभिन्न तेलों से मालिश करने के वया हेल्थ बेनेफिट्स हैं, यह जानना भी जरूरी होता है। NC-पुष्ट स्वास्थ्य के लिए मालिश करना हेल्थ ट्रीटमेंट की एक तकनीक है, जिसे लगभग 200 वर्षों से आजमाया जा रहा है। भारत में इसकी लोकप्रियता आयुर्वेद के कारण है, लेकिन यह अन्य संस्कृतियों का भी हिस्सा रहा है। मसाज थेरेपी (मालिश चिकित्सा), में मूल रूप से शरीर के विभिन्न हिस्सों पर तेल लगाने के बाद उनकी मालिश की जाती है, जिससे मांसपेशियों को आराम मिलता है, बॉडी के उस अंग की अच्छी एक्ससाइज हो जाती है, इससे विभिन्न प्रकार की बीमारियों का इलाज किया**



जाता है।

यह हड्डियों को मजबूत बनाने, बेहतर नींद के लिए, शरीर को टोन करने, सेंट्रल नर्वस सिस्टम को शांत करने और पेट की समस्याओं को दूर करने में भी मदद करता है। लेकिन मालिश के द्वारा ज्यादा से ज्यादा हेल्थ बेनेफिट्स प्राप्त करने के लिए, मालिश का सही तेल चुनना भी महत्वपूर्ण है। हर तेल की अपनी अलग खूबियां होती हैं, जो विभिन्न इलाजों में अलग-अलग तरीकों से कारगर होता है। तो जानिए अच्छे स्वास्थ्य के लिए 5 बेस्ट मसाज ऑयल के बारे में:-

### ऑलिव ऑयल

ऑलिव ऑयल हल्की मालिश के लिए एक बेहतरीन तेल है, यह त्वचा में बहुत धीरे-धीरे अवशोषित हो जाता है। यह तेल आपकी मांसपेशियों को आराम देने और त्वचा में नमी को बनाए रखने के लिए बिल्कुल परफेक्ट है। यह ब्लड सर्कुलेशन को बढ़ाता है, मांसपेशियों में ऐंठन और किसी भी प्रकार के दर्द या सूजन में आसानी से राहत देता है। नियमित रूप से इस तेल को लगाने से आपकी त्वचा ऑक्सिडेंटिव तनाव से बच सकती है।

### तिल का तेल

हड्डियों को मजबूती के लिए और दिमाग को शांत रखने के लिए तिल के तेल की मालिश से बेहतर कुछ नहीं। तिल के बीजों से बनाया जाने वाला तिल का तेल मैग्नीशियम, कैल्शियम, कॉपर, ओमेगा-3 फैट और प्रोटीन से भरपूर होता है। तिल का तेल त्वचा को मॉइस्चराइज करने में भी मदद करता है और इसमें मौजूद विटामिन ई त्वचा पर स्ट्रेच मार्कस को कम करने के साथ बढ़ती उम्र के निशान पड़ने से भी रोक सकते हैं।

### नारियल का तेल

पुराने जमाने से ही लोग अपने बालों को मजबूत, आकर्षक और चमकदार बनाने के लिए नारियल तेल से अपने बालों की मालिश करते रहे हैं। स्किन के लिए काफी फायदेमंद नारियल के तेल में प्राकृतिक रूप से जीवाणुरोधी, एंटी-फंगल होते हैं और इसका मॉइस्चराइजिंग गुण आपकी त्वचा को साफ करने के साथ-साथ हाइड्रेट करने में भी मदद करता है। इस तेल को कर्लीजर और लिप बाम के रूप में भी इस्तेमाल किया जाता है।

### आलमंड ऑयल

आलमंड ऑयल एक बहुत ही लोकप्रिय मसाज ऑयल है। हल्के पीले रंग का यह तेल हाथों पर आसानी से फैल जाता है और स्किन भी तेजी से इसे आब्सॉर्ब कर लेती है। विटामिन-ई से भरपूर होने के कारण यह त्वचा को सूखने से होनेवाली क्षति और समय से पहले बूढ़ा होने से बचा सकता है। इसके पोषक गुण एंटीफंगल गुण एथलीट फूट्स की समस्या को दूर करने में प्रभावशाली है और रिंगवर्म, एक्जिमा और सोरायसिस जैसे फंगल इन्फेक्शन से बचाने में मदद कर सकते हैं।

### सरसों का तेल

प्राचीन काल से, सरसों के तेल का उपयोग सर्दी, खांसी और सांस से संबंधित बीमारियों और एलर्जी को दूर करने के लिए, बालों की वृद्धि और हेल्दी स्किन के लिए किया जाता रहा है। सरसों का तेल थोड़ा चिपचिपा होता है, लेकिन यह मालिश के लिए सबसे अच्छा तेल माना जाता है। यह सूजन और दर्द को कम करने में मददगार है। विशेष रूप से सर्दियों में गर्म सरसों के तेल की मालिश से त्वचा के रूखपन को दूर किया जाता है।

इसमें मौजूद कॅंपाउंड्स कैसर सेल को वृद्धि को धीमा करने और माइक्रोबियल विकास को रोकने में प्रभावशाली हैं। सरसों के तेल में उपस्थित ओमेगा-3 फैटी एसिड गठिया के कारण होनेवाले स्टिफनेस और दर्द को कम करने में मदद करता है, जिससे गठिया के रोगियों को इस तेल की मालिश से आराम मिलता है। सरसों के तेल को अपनी आंखों के पास न लगाएं, इससे जलन हो सकती है। सुबह नहाने से 30 मिनट पहले तेल से शरीर की मालिश करना सबसे अच्छा होता है। अपने हाथ में थोड़ा-सा तेल लेकर पूरे शरीर पर 15 मिनट तक धीरे-धीरे मालिश करें, जिससे तेल त्वचा में समा जाए।



**न्यूज ब्रीफ**

**जर्मनी में कोविड से हालात गंभीर, करीब 9 महीने बाद एक दिन में 527 मरीजों की मौत**



जर्मनी में कोरोना वायरस के चलते हालात एक बार फिर से गंभीर हो गए हैं। यहां एक दिन में 527 कोविड मरीजों की मौत दर्ज की गई है। यह संख्या 12 फरवरी के बाद सबसे ज्यादा है। जर्मनी में कोरोना संक्रमण से अब तक 1.04 लाख लोगों की मौत हो चुकी है। यहां पिछले 24 घंटे में 69,601 नए कोरोना केस मिले। मालूम हो कि जर्मनी में अब तक 62.27 लाख से अधिक लोग कोविड से संक्रमित हुए हैं और 52.25 लाख लोग रिकवर हो चुके हैं।  
**दक्षिण अफ्रीका में अस्पताल में भर्ती होने वालों की संख्या एक दिन में दोगुनी:-** दक्षिण अफ्रीका में कोरोना वायरस के चलते हालात फिर से बिगड़ रहे हैं। यहां मंगलवार को बीते दिन की तुलना में दोगुने मरीज अस्पताल में भर्ती हुए। नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ़ कम्युनिकेबल डिजीज के अनुसार, बीते 24 घंटे में 383 कोरोना मरीज अस्पताल में भर्ती कराए गए, जबकि सोमवार को 175 संक्रमित भर्ती हुए थे। साउथ अफ्रीका में एक दिन में 13,147 नए केस मिले, जिनमें से 64 फीसदी मामले गौतंग से मिले हैं।

**ओमिक्रॉन से यूरोप में बिगड़ सकते हैं हालात**

यूरोपियन हेल्थ एजेंसी ने यूरोप में कोरोना संक्रमितों की बढ़ती संख्या को लेकर चेतावनी जारी की है। एजेंसी ने कहा कि आने वाले हफ्तों में यूरोपीय देशों में कोविड से मौतों और अस्पताल में भर्ती होने वालों की संख्या बढ़ेगी। ऐसे में यह जरूरी है कि वैक्सिनेशन की रफ़्तार तेज की जाए। उन्होंने कहा कि ओमिक्रॉन वैरिएंट ने हालात और ज्यादा चिंताजनक बना दिए हैं।

**यूएस में कोरोना वैक्सिन की बूस्टर डोज की मांग तेजी**

अमेरिका में कोरोना वैक्सिन की बूस्टर डोज की मांग तेजी से बढ़ रही है। ओमिक्रॉन के बढ़ते खतरे को देखते हुए बड़ी संख्या में अमेरिकी बूस्टर के लिए लाइनों में लग रहे हैं। यहां एक दिन में रिकॉर्ड करीब 10 लाख लोगों ने बूस्टर डोज लगवाई। पिछले हफ्ते यहां लगभग 7 मिलियन लोगों को बूस्टर डोज लगाई गई। रूगुलेटर्स ने सितंबर में कोविड वैक्सिन के बूस्टर डोज की मंजूरी दी थी।

**कोविड वैक्सिन को पूरी तरह चकमा नहीं दे सकेगा ओमिक्रॉन: WHO**

विश्व स्वास्थ्य संगठन ने कहा है कि कोरोना वायरस के पिछले वैरिएंट्स की तुलना में ओमिक्रॉन ज्यादा घातक नहीं है। WHO के टॉप ऑफिसर ने कहा कि इसकी संभावना बहुत कम है कि ओमिक्रॉन फुली वैक्सिनेटेड लोगों को चकमा दे पाएगा। उन्होंने कहा कि इस नए वैरिएंट के बारे में अभी तक बहुत कुछ नहीं पता है, लेकिन शुरुआती जांच में इसके डेल्टा से कम खतरनाक होने के संकेत मिले हैं।  
कोरोना वायरस के ओमिक्रॉन वैरिएंट को लेकर स्टडी जारी है। ओमिक्रॉन पर मौजूदा कोविड वैक्सिन्स के असर पर अहम खुलासा हुआ है। अफ्रीका हेल्थ रिसर्च इंस्टीट्यूट ने दावा किया गया है कि फाइजर वैक्सिन को दो डोज का ओमिक्रॉन पर असर आंशिक ही है। स्टडी में पाया गया कि जो लोग फुली वैक्सिनेटेड थे।

**सीडीएस ने जिस जैविक युद्ध की तरफ इशारा किया चीन-अमेरिका जैसे 17 देश बना चुके जैविक हथियारों का जखीरा, भारत इनसे दूर**

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज वाशिंगटन  
सीडीएस जनरल बिपिन रावत ने बिम्स्टेक देशों को जैविक युद्ध के प्रति आगाह करते हुए इसके खिलाफ तैयार होने की अपील की है। सीडीएस ने जिस जैविक युद्ध की तरफ इशारा किया वह सदियों पुराना है।



**जैविक युद्ध क्या है?**

वायरस से लड़े जाने वाला युद्ध जैविक या बायोलॉजिकल वॉर कहलाता है। जैविक हथियार कम समय में बहुत बड़े क्षेत्र में तबाही मचा सकते हैं। इन हथियारों से आशय उन कारकों से है, जो लोगों में बीमारियां पैदा कर दें। शिकार हुए लोग मरने लेंगे। अपंग या मनोरोगी हो जाएंगे।

**जैविक हथियारों का इस्तेमाल कब, कहाँ हुआ?**

जैविक हथियारों का पहला इस्तेमाल 1347 में हुआ था। तब मंगोल सेना ने प्लेग से

संक्रमित शव काफ़ा (अब यूक्रेन के फ्यूडोसिया) के ब्लैक सी के तट पर फेंके थे। जहाजों से बड़ी संख्या में लोग संक्रमित होकर तब इटली लौटे। ब्लैक डेथ महामारी फैली। 4 साल में यूरोप में 2.5 करोड़ लोग मृत। 1710 में स्वीडन सेना से लड़ रही रूसी फौज ने एस्टोनिया के तालिन में घेरकर उन पर प्लेग संक्रमित शव फेंके थे। 1763 में ब्रिटिश सेना ने पिट्सबर्ग में डेलावेयर इंडियन को घेरकर चेचक वायरस से संक्रमित कंबल फेंके थे।

**विश्वयुद्ध में प्रयोग हुआ?**

हां, जर्मनी ने पहले विश्वयुद्ध में एन्थ्रक्स नामक जैव का इस्तेमाल किया था। उसने दुश्मनों के घोड़ों व मवेशियों को संक्रमित करने के लिए गुप्त कार्यक्रम चलाया। सेंट पीटर्सबर्ग में प्लेग फैलाने की कोशिश की। जापान ने टाइफाइड वाले वाइरस को सोवियत की जल आपूर्ति वाले पाइपों में मिला दिया था। ये पहला युद्ध था, जब चेचक वायरस से संक्रमित कंबल फेंके थे।

**जैविक युद्ध रोकने के लिए दुनिया ने क्या प्रयास किए?**

विश्व युद्ध में जैविक हथियारों के इस्तेमाल के बाद अधिकांश देशों इन पर रोक लगाने के लिए जिनेवा प्रोटोकॉल पर हस्ताक्षर किए। 1972 में बायोलॉजिकल वेपंस कन्वेंशन हुआ। ये 1975 में लागू हो गया।

क्या भारत ने ऐसे जैविक हथियार विकसित किए?

नहीं, भारत ने ऐसे किसी भी प्रकार के हथियार नहीं बनाए हैं। इन्हें विकसित करने वालों में जर्मनी, अमेरिका, रूस, चीन जैसे 17 देश शामिल हैं।

**क्या कोरोना भी वैसा ही जैविक हथियार है?**

कोरोना फैलने के साथ ही चीन पर बीते साल से ही आरोप लग रहे हैं कि उसने इस वायरस को जैविक हथियार के रूप में इस्तेमाल किया। हालांकि इसकी आज तक पुष्टि नहीं हो सकी।

**अमेरिका की चेतावनी:यूक्रेन बॉर्डर पर 1.75 लाख रूसी सैनिकों की तैनाती, रूस ने हमला किया तो हम फौज भेजेंगे**

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज वाशिंगटन

रूस ने यूक्रेन के बॉर्डर पर हमले की नीयत से लगभग पौने दो लाख सैनिक और अन्य युद्धक साजोसामान को तैनात कर दिया है। अमेरिकी खुफिया एजेंसियों के अनुसार रूस कभी भी यूक्रेन पर हमला कर सकता है। ऐसे में अमेरिका ने पूर्वी यूरोप के देश यूक्रेन में अपनी सेनाएं भेजने का ऐलान किया है। शीत युद्ध के लगभग 30 साल बाद ये पहला मौका होगा जब अमेरिका पूर्वी यूरोप में अपनी सेना भेजेगा। यूक्रेन



में रूसी सैनिकों की तैनाती से यूरोप की स्थिरता गंभीर रूप से खतरे में है। दरअसल, अक्टूबर में पोलैंड और बेलायूस के बीच प्रवासियों को लेकर सीमा विवाद की आड़ में रूस ने अपनी बिसात बिछानी शुरू कर दी थी।

बेलारूस को प्रत्यक्ष मदद देने की आड़ में रूस ने अपने सैनिकों को तैनात करना शुरू कर दिया था। मंगलवार देर रात बॉर्डर पर यूक्रेनी सैनिकों और रूस समर्थित अलगाववादियों में झड़प की खबरें हैं।

**यूक्रेन संकट : पुतिन और बाइडेन की वर्चुअल मीटिंग**

यूक्रेन संकट के बीच मंगलवार को अमेरिकी राष्ट्रपति बाइडेन और रूसी राष्ट्रपति पुतिन ने वर्चुअल मीटिंग की। बाइडेन ने बैठक के दौरान यूक्रेन की संप्रभुता के समर्थन को दोहराया। पुतिन ने कहा कि यूक्रेन अमेरिका और अन्य पश्चिमी देशों की शह पर रूस के लिए सुरक्षा संबंधी चुनौतियां पेश कर रहा है।

**पुतिन और बाइडेन के बीच वर्चुअल मीटिंग खत्म रूस और यूक्रेन के बीच टकराव टालने पर रहा फोकस, अफगानिस्तान के हालात पर भी हुई चर्चा**

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज वाशिंगटन

अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन और रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने मंगलवार को वर्चुअल मीटिंग की। दोनों नेताओं ने वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिए करीब दो घंटे तक चर्चा की। रूसी न्यूज एजेंसी तास के मुताबिक, शाम 6 बजकर 8 मिनट पर शुरू हुई मीटिंग 8 बज कर 10 मिनट तक चली। दोनों नेताओं ने यूक्रेन समेत अफगानिस्तान के मुद्दों पर बातचीत की। अमेरिका चाहता है कि रूस किसी भी तरह से यूक्रेन पर हमला न करे। वहीं रूस भी नाटो के विस्तार को लेकर अमेरिका से ठोस आश्वासन चाहता है। यह मीटिंग ऐसे वक में हुई जब पुतिन सरकार यूक्रेन पर हमलावर रुख अपना रही है। न्यूज एजेंसी के मुताबिक, रूस और यूक्रेन के बीच अमेरिका टकराव टालने की कोशिश कर रहा है। अगर रूस नहीं माना तो उस पर बाइडेन कड़े प्रतिबंध लगाने की तैयारी में हैं।



हैं कि रूस ने यूक्रेन को तीन तरफ से घेरना शुरू कर दिया है और माना जा रहा है कि उसकी सेनाएं किसी भी वक इस देश पर हमला कर सकती हैं। दूसरी तरफ, अमेरिका और नाटो कोशिश कर रहे हैं कि रूस इस मामले पर पीछे हट जाए। अमेरिका ने तो रूस को हमले के नतीजे भुगतने की वार्निंग भी दी है।

**यूरोपीय यूनियन ने रूस को चेतावनी दी है। यूरोपीय संघ की प्रमुख वॉन डेर लैयेन ने कहा कि हम नहीं चाहते कि रूस कोई भी ऐसी कार्रवाई करे जिससे हमें कड़े फैसले लेने पर मजबूर होना पड़े। जो बाइडेन और पुतिन के बीच आखिरी मीटिंग इसी साल जून में जिनेवा में हुई थी। तब यूक्रेन के मुद्दे पर तनाव नहीं था।**

जो बाइडेन और पुतिन के बीच आखिरी मीटिंग इसी साल जून में जिनेवा में हुई थी। तब यूक्रेन के मुद्दे पर तनाव नहीं था।

**रूस को धमकी:-** मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, अमेरिका और नाटो के पास इस बात के पुख्ता सबूत हैं कि रूसी सेनाएं किसी भी वक यूक्रेन पर हमला कर सकती हैं। अमेरिका और नाटो इसका जवाब देने की तैयारी कर रहे हैं। इन्होंने कहा है कि अगर रूस यूक्रेन पर हमला करता है तो उसे इंटरनेशनल फाइनेंशियल सिस्टम से बाहर कर दिया जाएगा। आज बाइडेन रूसी राष्ट्रपति को यह बता भी सकते हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक, पुतिन और बाइडेन के बीच बातचीत के नतीजे का असर दुनिया पर जरूर पड़ेगा। आने वाले कुछ दिनों में इंटरनेशनल मार्केट्स और इकोनॉमी पर इस मुलाकात के नतीजे का साया दिखाई देगा।



**पुलिस कार्यकर्ता सुधा भारद्वाज को एक वैन की ओर ले जाती है, क्योंकि वह मुंबई में जमानत पर रिहा होने से पहले, विशेष एनआईए अदालत में पेश होने के लिए जेल से निकलती है।**

**सितंबर-अक्टूबर में रिकॉर्ड 3 फीसदी कॉरपोरेट कर्मियों का इस्तीफा अमेरिका में वर्कप्लेस में टल प्रेशर को कम करने का नया ट्रेंड, इस्तीफे को इंस्टा रील-क्विटटॉक पर कर रहे पोस्ट**

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज वाशिंगटन

अमेरिका में 35 वर्ष तक के कॉरपोरेट कर्मचारी वर्कप्लेस पर मेंटल प्रेशर कम करने के लिए अब इस्तीफा देने में जरा भी देर नहीं लगाते हैं। यहां सितंबर-अक्टूबर में कॉरपोरेट सेक्टर में रिकॉर्ड 3 फीसदी कर्मचारियों ने इस्तीफा दिया। इतना ही नहीं अमेरिका में एक नया ट्रेंड भी सामने आया है। वर्कप्लेस पर समान काम पर कम वेतन, बॉस का रवैया और 9 से 5 के रूटीन काम के कारण कॉरपोरेट्स में मेंटल प्रेशर बढ़ रहा है। ऐसे में कर्मचारी इस्तीफे को सोशल मीडिया पर पोस्ट कर रहे हैं। इसे इंस्टाग्राम पर की जाने वाली पोस्ट को इंस्टा रील और टिकटॉक पर पोस्ट को क्विटटॉक कहा जा रहा है। एक इन्वेस्टमेंट कंपनी में काम करने वाली टिफिनी ने हैट लगाकर सोशल मीडिया पर अपने इस्तीफे को पोस्ट कर मशहूर सिंगर आरियाना ग्रैंडे के थैक्यू नेव्स्ट पर डांस भी किया। उन्होंने लिखा कि ये इस्तीफा मेरी मेंटल हेल्थ को बेहद बुरा कर रहा है।



में अपने जॉब से ऊब चुकी थी। कॉरपोरेट कर्मचारी ही नहीं टॉप एक्जीक्यूटिव भी अपने इस्तीफे को सोशल मीडिया पर पोस्ट कर रहे हैं। हाल ही में ट्विटर सीईओ पद से इस्तीफा देने वाले जैक डॉर्सी ने भी यही ट्रेंड अपनाया था। टैक्सस यूनिवर्सिटी के एंथनी कोल्लज का कहना है कि पहले कर्मचारी मानते थे कि यदि वर्कप्लेस पर उनके मनमौलिक हालात नहीं हैं तो चुपचाप दूसरी नौकरी की तलाश की जाए। लेकिन अब कर्मचारी इस्तीफे को सार्वजनिक करने का जोखिम उठा रहे हैं। उन्हें दूसरी कंपनी में नौकरी भी मिल रही है।

**पहले इस्तीफे को सार्वजनिक करना गलत मानते थे**  
कॉरिअर कोचिंग प्लेटफॉर्म के जेटी ओडॉलन का कहना है कुछ दशक पहले के वर्क कल्चर में अपने इस्तीफे को सार्वजनिक करना गलत माना जाता था। लेकिन अब कर्मचारी इस्तीफे को सोशल मीडिया पर पोस्ट कर अपनी ओर से फाइनिंग रेस्पॉन्स दे रहे हैं।



**गाजीपुर सीमा पर एक किसान एक %हुक्का का उपयोग करता है, क्योंकि वह नई दिल्ली में अपने भविष्य की कार्रवाई पर किसान समिति के निर्णय की प्रतीक्षा करता है।**

न्यूज ब्रीफ

भारतीय महिला हॉकी टीम की सदस्य निकली कोविड पॉजिटिव



**डोंगहे।** कोरोना वायरस एक बार फिर भारतीय हॉकी को परेशान करने के लिए वापस आ गया है क्योंकि महिला टीम के सदस्य को डोंगहे में चल रही महिला एशियाई चैंपियंस ट्रॉफी 2021 में कोविड-19 पॉजिटिव पाया गया है। एशियाई हॉकी महासंघ ने कहा कि यह बताते हुए खेद है कि टीम इंडिया की एक सदस्य पॉजिटिव आई है। इसी कारण कोरिया और भारत के बीच मैच नहीं होगा। टोक्यो ओलंपिक में चौथे स्थान पर रहने के बाद भारतीय महिला टीम पहला टूर्नामेंट खेल रही है। इस दौरान टीम ने थाईलैंड पर 13-0 की शानदार जीत हासिल की थी। मलेशिया के खिलाफ टीम का अगला मैच कोविड के मुद्दों के कारण नहीं हुआ था। अब, यह पता चला है कि भारतीय महिला हॉकी टीम को एक सदस्य भी कोविड पॉजिटिव आ चुकी है। इसी कारण आज का मैच रद्द कर दिया गया। हालांकि हॉकी इंडिया ने इस बात को अभी भी गोपनीय रखा है कि आखिर कौन संक्रमित हुआ है। पहले मलेशियाई शिबिर और अब भारतीय शिबिर में कोरोना के मामले आने के कारण महिला एशियाई चैंपियंस ट्रॉफी 2021 पर खतरे के बादल मंडरा गए हैं। एशियाई हॉकी महासंघ इस टूर्नामेंट को रद्द कर सकते हैं।

डॉन ब्रैडमैन ने जिस बल्ले से लगाया था तिहा शतक, होगा नीलाम



**सिडनी।** 1934 की एशेज श्रृंखला में जिस बल्ले के साथ ऑस्ट्रेलिया के महान बल्लेबाज डॉन ब्रैडमैन ने दो बड़े शतक लगाए थे, उसकी अब नीलामी होने जा रही है। उक्त बल्ला एनएसडब्ल्यू दक्षिणी हाइलैंड्स में बोरोल के ब्रैडमैन संग्रहालय में पड़ा है। ब्रैडमैन ने इंग्लैंड में सभी पांच टेस्ट मैचों में इस बल्ले का इस्तेमाल किया था जो ऑस्ट्रेलियाई खेल इतिहास का हिस्सा है। श्रृंखला के दौरान ऑस्ट्रेलिया ने रिकॉर्ड 758 रन बनाए थे। ब्रैडमैन ने हेडिंग्ले में 304 और ओवल में 244 रनों की पारी खेली थी। इस पर ब्रैडमैन के हस्ताक्षर भी हैं। संग्रहालय की कार्यकारी निदेशक रीना होरे ने कहा कि सर डोनाल्ड ने खुद इस बल्ले पर लिखा है कि उन्होंने इस बल्ले से ये स्कोर बनाए। रिपोर्ट के अनुसार बल्ले के लिए कोई आरक्षित मूल्य नहीं है क्योंकि 2018 में ब्रैडमैन के एक और बल्ले को नीलामी में 110,000 डॉलर में बेचा गया था। सलामी बल्लेबाज बिल पोसफोर्ड के साथ ब्रैडमैन की 451 रनों की रिकॉर्ड-तोड़ साझेदारी ने ऑस्ट्रेलिया को मैच और श्रृंखला दोनों को सुरक्षित रखने में मदद की।

साउथ अफ्रीका दौरे से पहले टीम इंडिया को झटका : जडेजा, शुभमन, अक्षर और इशांत की चोट हुई गंभीर, टेस्ट सीरीज से बाहर हो सकते हैं

**आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज नई दिल्ली**  
साउथ अफ्रीका के खिलाफ 26 दिसंबर से शुरू हो रही टेस्ट सीरीज के लिए टीम इंडिया का ऐलान जल्द होने वाला है। इंडियन एक्सप्रेस की एक खबर के अनुसार टीम के ऐलान से पहले टीम के चार खिलाड़ियों की चोट गंभीर पाई गई है। चोटिल खिलाड़ियों में इशांत शर्मा, रवींद्र जडेजा, अक्षर पटेल और शुभमन गिल शामिल हैं। रिपोर्ट के अनुसार ये चारों खिलाड़ी फिट नहीं हैं। रवींद्र जडेजा और इशांत न्यूजीलैंड के खिलाफ मुंबई में खेले गए दूसरे टेस्ट मैच में भी नहीं खेले थे। रिपोर्ट में कहा गया है कि जडेजा लिगामेंट टियर से जूझ रहे हैं। वहीं, इशांत की उंगली डिसलोकेट हो गई है।  
**मुंबई टेस्ट से पहले जडेजा को लेकर आया था बयान:-** ऋषभू ने मुंबई टेस्ट से पहले

इस साल सबसे ज्यादा 5 विकेट हॉल लेने वाले खिलाड़ी



जडेजा को लेकर कहा था, कानपुर में पहले टेस्ट मैच के दौरान ऑलराउंडर रवींद्र जडेजा को दाहिने हाथ में चोट लगी थी। स्कैन करने के बाद पता चला कि उनके कंधे में सूजन है। उन्हें आराम करने की सलाह दी गई है और इसलिए उन्हें मुंबई में दूसरे टेस्ट से बाहर कर दिया गया है। दूसरे टेस्ट में जडेजा की जगह जयंत यादव को मौका मिला था।  
**शुभमन गिल को भी लगी चोट:-** टीम इंडिया के सलामी बल्लेबाज शुभमन गिल का भी रिपोर्ट में कहा गया है कि गिल की पैर की चोट दोबारा से उभर आई है। इससे पहले भारत के इंग्लैंड दौरे पर भी गिल को चोट लगी थी। उन्हें दौरा बीच में ही छोड़ना पड़ा था। न्यूजीलैंड के खिलाफ मुंबई में खेले गए दूसरे टेस्ट में भी उनके बाएं हाथ पर चोट लगी थी।

**न्यूजीलैंड के खिलाफ अक्षर का रहा कमाल का प्रदर्शन**  
न्यूजीलैंड के खिलाफ खेले गए दो टेस्ट मैचों की सीरीज में अक्षर पटेल ने 9 विकेट झटके थे। वो एजाज पटेल और अश्विन के बाद सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले गेंदबाज थे। अक्षर ने न्यूजीलैंड के खिलाफ अपने बल्ले का दम भी दिखाया था। उन्होंने मुंबई टेस्ट में अपना पहला अर्धशतक भी जड़ा था। ऐसे में अगर वे खिलाड़ी टीम का हिस्सा नहीं होता है तो भारतीय टीम को काफी नुकसान होगा। इशांत शर्मा भारत के लिए 100 से ज्यादा टेस्ट मैच खेल चुके हैं। ऐसे में अनुभवी खिलाड़ियों में से एक हैं। ऐसे में अगर इशांत टीम का हिस्सा नहीं होते हैं तो टीम को उनकी कमी जरूर खलेगी।

बिखरा इंग्लैंड का बैटिंग ऑर्डर  
पैट कमिंस ने झटके 5 विकेट, 127 साल पुराना इतिहास दोहराया

147 पर सिमटी पहली पारी

**आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज सिडनी**  
एशेज सीरीज में इंग्लैंड की पूरी टीम पहली पारी में 147 रन पर ढेरा हो गई। ऑस्ट्रेलियाई कप्तान पैट कमिंस ने 5 विकेट लेकर इंग्लैंड की कमर तोड़ दी। कमिंस पहली बार ऑस्ट्रेलिया टीम की कप्तानी कर रहे हैं। वे 64 साल बाद कप्तानी संभालने वाले गेंदबाज हैं। कमिंस ने 13.3 ओवर में 38 रन दिए। कमिंस बतौर कप्तान डेब्यू टेस्ट में पांच विकेट लेने वाले ऑस्ट्रेलिया के सिर्फ दूसरे खिलाड़ी हैं (उनसे पहले 127 साल पहले जॉर्ज गिफन ने ये कारनामा किया था। दिवंगत तेज गेंदबाज गिफन ने इंग्लैंड के खिलाफ ही साल 1894 में 155 रन देकर छह विकेट झटके थे। कमिंस के अलावा मिचेल स्टार्क और जोश हेजलवुड ने 2-2 विकेट झटके। जबकि कैमरून ग्रीन ने 1 विकेट लिया। हालांकि, नाथन लियोन विकेट लेने में सफल नहीं हो पाए और वह 400 विकेट लेने से चूक गए। उन्हें 400 विकेट लेने के लिए अगली पारी का इंतजार करना पड़ेगा। बारिश की वजह से पहले दिन



का खेल पहली पारी के बाद रोक दिया गया। इंग्लैंड ने पहली पारी में 147 रन बनाए। इंग्लैंड की ओर से सबसे ज्यादा रन विकेटकीपर बल्लेबाज जॉस बटलर ने बनाए। उन्होंने 58 गेंदों का सामना कर 39 रन स्कोर किए। उनके अलावा ओली पोप ने 35 रन का योगदान दिया। इंग्लैंड के तीन खिलाड़ी जीरो पर आउट हुए। कप्तान जो स्टार्क के अलावा रॉरी बर्न्स और ओली रॉबिंसन बिना कोई रन बनाए पवेलियन लौट गए।

इस तरह गिरे 10 विकेट

**पहला विकेट:-** पहली ही गेंद पर मिचेल स्टार्क ने रॉरी बर्न्स के स्टंप बिखेर दिए। बर्न्स इस सीजन में छठी बार बिना रन बनाए आउट हुए।  
**दूसरा विकेट:-** जोश हेजलवुड ने इंग्लैंड को दूसरा झटका डेविड मलान का विकेट लेकर दिया। मलान का कैच एलेक्स कैरी ने पकड़ा।  
**तीसरा विकेट:-** इंग्लैंड को तीसरा झटका कप्तान जो स्टार्क के रूप में लगा। हेजलवुड ने डेविड वार्नर के हाथों कैच कराकर उन्हें शून्य पर पवेलियन की राह दिखाई। स्टार्क ने 9 गेंदों का सामना किया।  
**चौथा विकेट:-** टॉप ऑर्डर के बल्लेबाजों के पवेलियन लौट जाने के बाद बेन स्टोक्स के कंधों पर इंग्लैंड की पारी संभालने की जिम्मेदारी आ पड़ी। पर उन्हें जल्द ही पैट कमिंस ने पवेलियन की राह दिखा दी।  
**पांचवां विकेट:-** ऑस्ट्रेलिया को पांचवां विकेट हसीब हमीद के रूप में मिला। 60 के स्कोर पर हमीद का विकेट पैट कमिंस ने स्टीव स्मिथ के हाथों कैच कराकर लिया। हमीद ने 75 गेंदों का सामना कर 25 रन बनाए।  
**छठा विकेट:-** ऑस्ट्रेलिया को छठी

सफलता मिचेल स्टार्क ने विकेटकीपर जॉस बटलर के रूप में दिलाई। उन्होंने विकेटकीपर एलेक्स कैरी के हाथों कैच कराकर पवेलियन भेजा। बटलर 39 रन बनाकर इंग्लैंड की पारी को 112 तक लेकर गए।  
**सातवां विकेट:-** इंग्लैंड को सातवां झटका ओली पोप के रूप में लगा। पोप 35 रन बनाकर कैमरन ग्रीन की गेंद पर जोश हेजलवुड को कैच दे बैठे।  
**आठवां विकेट:-** इंग्लैंड को 8वां झटका पैट कमिंस ने दिया। उनकी गेंद पर ओली रॉबिंसन विकेट के पीछे एलेक्स कैरी को कैच दे बैठे। रॉबिंसन शून्य पर आउट होने वाले तीसरे खिलाड़ी बने।  
**नौवां विकेट:-** इंग्लैंड को 9वां झटका पैट कमिंस ने दिया। उनकी गेंद पर मार्कस हेंरी को कैच दे बैठे। वुड ने 15 गेंदों का सामना कर 8 रन बनाया।  
**दसवां विकेट:-** इंग्लैंड का आखिरी विकेट 147 के स्कोर पर गिरा। क्रिस वोक्स ने 24 गेंदों का सामना कर 21 रन बनाए। उनका विकेट भी कमिंस ने हेजलवुड के हाथों कैच कराकर लिया।

हरभजन सिंह लेंगे संन्यास  
कोच के तौर पर नई पारी शुरू कर सकते हैं भज्जी, आईपीएल में किसी फ्रेंचाइजी के साथ जुड़ेंगे



**आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज नई दिल्ली**  
2016 से ही टीम इंडिया से बाहर चल रहे दिग्गज ऑफ स्पिनर हरभजन सिंह क्रिकेट के सभी फॉर्मेट से संन्यास ले सकते हैं। इसके बाद वे आईपीएल की किसी फ्रेंचाइजी के सपोर्ट स्टाफ या कोच बन सकते हैं। हरभजन मेगा ऑक्शन में भी टीम के लिए अहम भूमिका निभा सकते हैं। न्यूज एजेंसी PTI के मुताबिक, भज्जी अगले हफ्ते ऑफिशियली अपने संन्यास का ऐलान कर सकते हैं। 41 साल के हरभजन इस आईपीएल सीजन में कोलकाता नाइट राइडर्स का हिस्सा थे। हालांकि, आईपीएल 2021 के दूसरे फेज में उन्हें एक भी मैच खेलने का मौका नहीं मिला। हरभजन ने अपना आखिरी इंटरनेशनल मैच 2016 में खेला था।

**हरभजन सिंह का करियर**

	मैच	विकेट	5 विकेट
टेस्ट	103	417	25
वनडे	226	269	3
टी-20	28	25	-

हार्दिक पंड्या फिर कर सकेंगे बॉलिंग? : फिटनेस सुधारने के लिए मुंबई में कर रहे हैं रिहैब, विजय हजारे ट्रॉफी में नहीं खेलेंगे

**आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/आईटीडीसी न्यूज नई दिल्ली**  
टी-20 वर्ल्ड कप के बाद भारतीय टीम से ड्रॉप कर दिए गए ऑलराउंडर हार्दिक पंड्या एक बार फिर करियर को ट्रैक पर लौटाने की कोशिश में जुट गए हैं। पंड्या ने बुधवार (8 दिसंबर) से शुरू हो रहे डोमेस्टिक वनडे टूर्नामेंट विजय हजारे ट्रॉफी में न खेलने का फैसला किया है। वे अब मुंबई में रिहैबिलिटेशन प्रोग्राम में हिस्सा ले रहे हैं। दरअसल, बड़ौदा क्रिकेट संघ ने हार्दिक पंड्या को ई-मेल भेज कर पूछा था कि क्या वे विजय हजारे ट्रॉफी के लिए उपलब्ध हैं। उन्होंने एक लाइन का जवाब भेजा है, जिसमें कहा गया है कि वे रिहैब प्रोग्राम कर रहे हैं।

सर्जरी के बाद से हार्दिक की पीट में दिक्कत

हार्दिक पंड्या 2019 से ही पीट की चोट से परेशान हैं। 2019 में उन्होंने सर्जरी भी कराई। लेकिन, तब से वे गेंदबाजी फिटनेस पूरी तरह हासिल नहीं कर पाए हैं।



माना जा रहा है कि वे रिहैब प्रोग्राम में पीट को मजबूत करने में जुटे हैं। हार्दिक के भाई ऋणाल पंड्या ने बड़ौदा का कैप जॉइन कर लिया है। बड़ौदा क्रिकेट संघ ने साफ कर दिया था कि टीम में वही खिलाड़ी शामिल हो सकता है जो कैप में मौजूद रहेगा। हार्दिक की तरह ऋणाल पंड्या भी टीम से बाहर चल रहे हैं।

बिना डोमेस्टिक क्रिकेट खेले वापसी मुमकिन नहीं

हार्दिक को टीम इंडिया में वापसी करने के लिए देर-सवेर डोमेस्टिक क्रिकेट खेलनी ही होगी। BCCI ने टीम से बाहर चल रहे सभी खिलाड़ियों को निर्देश दिया है कि वे विजय हजारे ट्रॉफी और रणजी ट्रॉफी जैसे घरेलू टूर्नामेंट में खेल कर अपनी फॉर्म और फिटनेस हासिल करें। रिहैब के बाद NCA भी जाना होगा हार्दिक पंड्या को मुंबई में रिहैब प्रोग्राम पूरा करने के बाद फिटनेस टेस्ट के लिए नेशनल क्रिकेट एकेडमी भी जाना पड़ेगा। पहले क्रिकेटर्स को NCA से सीधा फिटनेस सर्टिफिकेट मिल जाता था। लेकिन, जब राहुल द्रविड़ यहां के प्रमुख बने तो उन्होंने नियमों में बदलाव कर दिया। अब सर्टिफिकेट से पहले खिलाड़ियों को NCA कोच के सामने फिटनेस टेस्ट देना होता है।

**SUPER HERO**

यदि आप

किसी भी व्यक्ति को जानते हैं जिसने, सामाजिक सरोकार में असाधारण प्रदर्शन किया हो, वह व्यक्ति आप स्वयं भी हो सकते हैं, दोनों स्थिति में हमें पूर्ण विवरण, भेजें।

हम देश के असली नायक

**SUPER HERO MP 2021**  
**SUPER HERO IND 2021**

घोज रहे हैं, उन्हें समाज, राष्ट्र के सामने लाया और सम्मान दिलवाना, आपका-हमारा सद्बुद्ध प्रयास रहेगा।

Contact: Editorial Desk (Lifestyle),  
ITDC News, 9826 220022  
Email: responseitdo@gmail.com

PRESS  
**ITDC**  
ITDC NEWS  
www.itdcnews.com

## न्यूज ब्रीफ

## भारत-रूस ने बुनियादी ढांचे में सहयोग बढ़ाया

नई दिल्ली। भारत और रूस बुनियादी ढांचा क्षेत्र में बड़ी भागीदारी करने वाले हैं, जिसके लिए रूस के राष्ट्रपति ब्लादिमीर पुतिन के संक्षिप्त दौरों के समय कई करार पर हस्ताक्षर किए गए। इन समझौतों में कच्चे तेल की आपूर्ति का सौदा, मैनपावर ट्रेनिंग, तेल रिफाइनरी के लिए तकनीक का हस्तांतरण और मेटलर्जिकल टेक्नोलॉजी के क्षेत्र में शोध शामिल है। अधिकारियों के मुताबिक, ये करार मुख्य रूप से इस पर केंद्रित हैं कि भारतीय कंपनियां क्षमता निर्माण में रूस की तकनीक का ज्यादा से ज्यादा इस्तेमाल करने के लिए प्रोत्साहित हों। भारत की एनटीपीसी और रूस की इंटर राव-एक्सपोर्ट के बीच जबिली क्षेत्र में सहयोग के लिए एमओयू बिजली के सीमापार व्यापार के लिए हुआ है। एनटीपीसी के बिजनेस डेवलपमेंट विंग के अधिकारियों ने पुतिन के प्रतिनिधिमंडल में शामिल समकक्ष रूसी अधिकारियों से मुलाकात की है। विदेश मंत्रालय के मुताबिक, एमओयू में बिजली क्षेत्र में निर्यात की खातिर संयुक्त रूप से क्षमता निर्माण संबंधी सेवाएं मुहैया कराने की बात है। रोसनेफ्ट और इंडियन ऑयल के बीच कच्चे तेल की आपूर्ति करार का इस दौर में नवीनीकरण किया गया। इस पर फरवरी 2020 में हस्ताक्षर किए गए थे और भारत इस सौदे के तहत रूस से सालाना 20 लाख टन कच्चा तेल खरीदने पर सहमत हुआ है। कच्चे तेल की आपूर्ति साल 2022 के आखिर में नोवोरोसिस्क बंदरगाह से होगी।

## एफएमसीजी शेयर: अब नहीं रहे सुरक्षित दांव

मुंबई। एनएसई एफएमसीजी सूचकांक में सितंबर के बाद 9 फीसदी की गिरावट दर्ज की गई है जबकि बेंचमार्क सूचकांक निफ्टी50 में इस दौरान महज 4 फीसदी की गिरावट आई है। सोमवार को भी एफएमसीजी सूचकांक का प्रदर्शन कमजोर रहा और उसमें 1.8 फीसदी की गिरावट आई जबकि निफ्टी50 में 1.65 फीसदी की गिरावट रही। यह कोई सामान्य बात नहीं है क्योंकि ऐतिहासिक तौर पर भारत की शीर्ष एफएमसीजी कंपनियों ने बाजार में उतार-चढ़ाव के खिलाफ एक दमदार बचाव के तौर पर काम किया है। जनवरी से मार्च 2020 के दौरान एनएसई एफएमसीजी सूचकांक में महज 9.3 फीसदी की गिरावट दर्ज की गई थी जबकि उस दौरान निफ्टी50 में करीब 30 फीसदी की गिरावट रही थी। वास्तव में नेस्ले इंडिया और हिंदुस्तान यूनिलीवर (एचयूएल) जैसी इस क्षेत्र की अग्रणी कंपनियों के शेयर में बढ़त दर्ज की गई थी। उदाहरण के लिए, एचयूएल का शेयर 20 फीसदी चढ़ गया था जबकि नेस्ले इंडिया के शेयर में 10 फीसदी बढ़त दर्ज की गई थी। इसी प्रकार, एफएमसीजी सूचकांक ने व्यापक बाजार में 2011, 2015 और 2018 जैसी पिछली गिरावटों के मुकाबले बेहतर प्रदर्शन किया था। मौजूदा गिरावट ने इन कंपनियों के आसमान छूते मूल्यांकन को ठंडा कर दिया है। एनएसई एफएमसीजी सूचकांक फिलहाल 46.5 गुना के 52 सप्ताह के उच्चतम स्तर से नीचे 39 गुना प्राइस-टु-आर्निंग मल्टिपल पर कारोबार कर रहा है। वास्तव में यह कई निवेशकों को आकर्षित कर सकता है लेकिन विश्लेषकों ने इस क्षेत्र में निकट भविष्य के निवेश को लेकर सतर्क रहने की सलाह दी है।

## शेयर बाजार की जोरदार वापसी

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज मुंबई।

ओमीक्रोन संक्रमण में ज्यादातर हल्का बुखार होने और इससे अर्थव्यवस्था को ज्यादा नुकसान नहीं होने की उम्मीद से शेयर बाजार ने आज तीन महीने के निचले स्तर से जोरदार वापसी की। सेंसेक्स 886.5 अंक चढ़कर 57,633 पर बंद हुआ। कारोबार के दौरान यह 1,158 अंक तक चढ़ गया है। निफ्टी भी 233.6 अंक चढ़कर 17,146 पर बंद हुआ। सोमवार को दोनों सूचकांकों में 1.65 फीसदी की गिरावट आई थी और सेंसेक्स 27 अगस्त के अपने निचले स्तर पर पहुंच गया था। ओमीक्रोन के मामले बढ़ने के बावजूद अस्पताल में मरीजों को भर्ती कराने की जरूरत कम होने से वॉलस्ट्रीट में खासी तेजी आई, जिसके बाद अधिकतर वैश्विक बाजार करीब एक फीसदी बढ़त पर कारोबार कर रहे थे। अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन के मुख्य चिकित्सा सलाहकार डॉ. एंथनी फॉसिस के बयान में बाद अमेरिकी बाजार में तेजी आई थी। उन्होंने कहा था कि अभी तक ओमीक्रोन ज्यादा गंभीर नहीं दिख रहा है। ओएनए के वरिष्ठ



बाजार विश्लेषक (एशिया प्रशांत) जेफ्री हेली ने कहा, ओमीक्रोन की ताजा सुर्खियों से एक दिन और बाजार को दिशा मिली 1% दुनिया भर के बाजारों में तेजी देखी गई लेकिन सोना, बॉन्ड और डॉलर में मामूली बदलाव दिखा। चीन में अर्थव्यवस्था को सहारा देने के उपाय और निर्यात में उम्मीद से ज्यादा तेजी से सुधार से भी निवेशकों का मनोबल बढ़ा है। चीन की तकनीकी कंपनियों के शेयरों में जोरदार तेजी आई है। 2019 में सूचीबद्ध हुए अलीबाबा समूह के शेयर में अब तक की सबसे बड़ी तेजी देखी गई। बीएसई के सभी 19 क्षेत्रीय सूचकांक बढ़त पर बंद हुए।

## सेंसेक्स में 990 पॉइंट्स की तेजी, 58621 पर पहुंचा, बैंकिंग और आईटी सेक्टर के शेयर्स में तेजी

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज मुंबई

आज शेयर बाजार दूसरे दिन भारी तेजी में है। बॉम्बे स्टॉक एक्सचेंज का सेंसेक्स 990 पॉइंट्स की तेजी के साथ 58,621 पर पहुंच गया है। पहले ही मिनट में मार्केट कैप में 2.65 लाख करोड़ रुपए की बढ़त हुई है। कल यह 260.67 लाख करोड़ रुपए था। आज 263.33 लाख करोड़ रुपए हो गया है।

## रिजर्व बैंक की आज घोषणा

दरअसल आज भारतीय रिजर्व बैंक रेट की घोषणा करेगा। इससे पहले बाजार में बैंकिंग शेयर तेजी में हैं। रिजर्व बैंक ने रेपो रेट को जस का तस रखा है। जबकि ओमिक्रोन से पहले रेट में बढ़त किए जाने की उम्मीद की जा रही थी। सेंसेक्स आज 525 पॉइंट्स ऊपर 58,158 पर खुला था। इसके बाद इसमें तेजी की रफ्तार शुरू हो गई।

## सभी 30 शेयर्स तेजी में

सेंसेक्स के 30 शेयर्स में से आज सभी शेयर्स तेजी में हैं। बजाज फाइनेंस और



## सेंसेक्स आज 58,158 पर खुला था

58,495 का हाई बनाया

837 पॉइंट्स की बढ़त 9.50 बजे तक

बैंक और IT शेयर का प्रमुख योगदान

ICICI बैंक के शेयर 3-3 फीसदी ऊपर हैं। HCL टेक, इंफोसिस और टेक महिंद्रा भी तेजी में हैं। ये सभी शेयर 2-2 फीसदी से ज्यादा तेजी में कारोबार कर रहे हैं। इसके साथ ही रिलायंस इंडस्ट्रीज 1.65 फीसदी, एयरटेल, बजाज फाइनेंस, सन फार्मा जैसे सभी स्टॉक ऊपर कारोबार कर रहे हैं। सेंसेक्स ने आज दिन में 58,630 का ऊपरी स्तर जबकि 58,122 का निचला स्तर बनाया। अभी यह अच्छी खासी तेजी में है।

## निफ्टी 280 अंकों की तेजी में

उधर नेशनल स्टॉक एक्सचेंज का निफ्टी 280 अंकों की बढ़त के साथ 17,456 पर कारोबार कर रहा है। यह

17,315 पर खुला था और दिन में 17,460 का हाई बनाया। 17308 का इसने निचला स्तर भी बनाया। इसके 50 शेयर्स में से 47 शेयर बढ़त में हैं और 3 शेयर गिरावट में कारोबार कर रहे हैं।

## आईटी शेयर्स में तेजी

इसके बढ़त वाले शेयर्स में विप्रो, इंफोसिस और HCL टेक हैं। इनमें 2 से 3 फीसदी की तेजी आई है। टेक महिंद्रा और ONGC भी 2-2 फीसदी की तेजी में हैं। गिरावट वाले शेयर्स में कोल इंडिया और ONGC हैं। निफ्टी नेक्स्ट 50, मिडकैप, निफ्टी बैंक और फाइनेंशियल सर्विसेस इंडेक्स तेजी में हैं। इससे पहले कल बॉम्बे स्टॉक एक्सचेंज का सेंसेक्स 886 पॉइंट्स (1.56 फीसदी) की बढ़त के साथ 57,633 पर बंद हुआ। नेशनल स्टॉक एक्सचेंज का निफ्टी 267 अंक बढ़कर 17169 पर बंद हुआ। लिस्टेड कंपनियों के मार्केट कैप में 3.54 लाख करोड़ रुपए की बढ़त हुई है।

## भारत में चौड़ी होती अमीर और गरीब के बीच की खाई

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज नई दिल्ली

देश में अमीर और गरीब के बीच की खाई चौड़ी होती जा रही है। 2021 में देश की कुल राष्ट्रीय आय का करीब 20 फीसदी महज एक फीसदी लोगों के हाथों में है। दूसरी ओर निचले तबके की आधी आबादी कुल राष्ट्रीय आय की महज 13.1 फीसदी कमाई करती है। यह जानकारी विश्व असमानता रिपोर्ट में सामने आई है। रिपोर्ट के अनुसार भारत में आर्थिक सुधार और उदारीकरण का ज्यादातर लाभ शीर्ष एक फीसदी लोगों को मिला है। दुनिया भर में असमानता पर साक्ष्य आधारित शोध करने वाली फ्रांस की विश्व असमानता लैब द्वारा तैयार की गई इस रिपोर्ट में कहा गया है, %भारत में काफी गरीबी और असमानता है,



जबकि यहाँ का एक वर्ग अकूत संपत्ति का मालिक है। इस रिपोर्ट को विश्व असमानता लैब के सह-निदेशक लुकस चांसेल ने तैयार किया है, जिसमें फ्रांस के अर्थशास्त्री थॉमस पिकेटी आदि ने सहयोग किया है। रिपोर्ट में कहा गया है कि 2021 में भारत में एक फीसदी अमीरों के पास देश की कुल आय

का 22 फीसदी है। शीर्ष 10 फीसदी अमीरों के पास कुल आय का 57 फीसदी है। 2021 में भारत में वयस्क आबादी की औसत राष्ट्रीय आय 2,04,200 रुपये सालाना रही। हालांकि रिपोर्ट में इसे स्पष्ट किया गया है कि औसत राष्ट्रीय आय असमानता को ढक देती है। 2020 में शीर्ष 10 फीसदी और निचले तबके की 50 फीसदी आबादी की आय का अंतर 1 से 22 फीसदी रहा। रिपोर्ट से पता चला है भारत दुनिया में सर्वाधिक असमानता वाले देशों में से एक है। ब्रिक्स देशों में दक्षिण अफ्रीका और ब्राजील में भारत की तुलना में आय की असमानता कहीं ज्यादा है। दक्षिण अफ्रीका में शीर्ष 10 फीसदी और नीचे के 50 फीसदी की आय में अंतर 63 फीसदी है जबकि ब्राजील में यह अंतर 29 फीसदी है। चीन और रूस में

यह अंतर 14 फीसदी है। दुनिया की बात करें तो कुल आबादी के 10 फीसदी अमीरों के पास अभी वैश्विक आय की 52 फीसदी आय पहुंचती है, जबकि निचले तबके वाली 50 फीसदी आबादी के हिस्से महज 8.5 फीसदी आय आती है। हालांकि 2018 विश्व असमानता रिपोर्ट में भी भारत के शीर्ष एक फीसदी के पास कुल आय का 56 फीसदी हिस्सा जाता था और 2014 में शीर्ष 10 फीसदी के हाथों में करीब 56 फीसदी कमाई होती थी। इसका मतलब है कि आय का वितरण तब से लेकर अब तक कमावेंश उतना ही बना हुआ है। भारत में संपत्ति की बात करें तो असमानता की खाई और चौड़ी होती जा रही है। निचले तबके के 50 फीसदी परिवारों के पास तकरीबन नगण्य संपत्ति है।

## ताजा निवेश संग यूनिफॉन वलब में शामिल हुई स्पिनी

नई दिल्ली। पुरानी कारों की खरीद-बिक्री करने वाला प्लेटफॉर्म स्पिनी ने ई-श्रृंखला के वित्त पोषण दौर के तहत नए एवं मौजूदा निवेशकों से 28.3 करोड़ डॉलर जुटाए हैं। इस निवेश दौर का नेतृत्व अबु धाबी के निवेशक एडीक्यू, टाइगर ग्लोबल और अवेनिर ग्रोथ ने किया। मौजूदा निवेश दौर में इन निवेशकों के अलावा फिरोज दीवान, अरीना होल्डिंग्स और थिंक इन्वेस्टमेंट्स जैसे मौजूदा निवेशकों ने भी भाग लिया। ताजा दौर के तहत 25 करोड़ डॉलर का प्राथमिक पूंजी निवेश और एंजेल एवं शुरुआती चरण के निवेशकों द्वारा 3.3 करोड़ डॉलर की द्वितीयक बिक्री शामिल है। अतिरिक्त वित्त पोषण के साथ ही स्पिनी द्वारा अब तक जुटाई गई रकम बढ़कर 53 करोड़ डॉलर से अधिक हो चुकी है। मौजूदा दौर के तहत स्पिनी का मूल्यांकन बढ़कर करीब 1.8 अरब डॉलर हो गया।

## आरआईएल को नई ऊर्जा से दम: गोल्डमैन

आईटीडीसी इंडिया ई-प्रेस/  
आईटीडीसी न्यूज नई दिल्ली

रिलायंस इंडस्ट्रीज (आरआईएल) के सोलर बैटरी और हाइड्रोजन वैल्यू चेन से संबंधित जीरो-उत्सर्जन दृष्टिकोण ने कई विश्लेषकों का ध्यान अपनी ओर आकर्षित किया है। गोल्डमैन सैक्स के विश्लेषकों ने अपनी एक रिपोर्ट में इस शेयर के लिए फिर से खरीदें रेटिंग दी है और इसके लिए 12 महीने का कीमत लक्ष्य 3,185 रुपये तय किया है, जो मंगलवार के बंद भाव से करीब 34 प्रतिशत की वृद्धि है। वैश्विक शोध एवं ब्रोकरेज फर्म ने आरआईएल को भारत की सबसे बड़ी ग्रीनएबलर करार दिया है, क्योंकि उसका नया ऊर्जा पूंजी खर्च अनुपात बड़े ऊर्जा प्रतिस्पर्धियों में सर्वाधिक में से एक है। गोल्डमैन सैक्स का मानना है कि नया ऊर्जा व्यवसाय खंड आरआईएल के लिए अन्य विकास इंजन है। कंपनी ने वर्ष 2035 तक शुद्ध रूप से उत्सर्जन-मुक्त होने का लक्ष्य रखा है। प्रत्येक खंड में आय सुधार की निरंतर गति, नई डिजिटल उत्पाद पेशकशों और आरआईएल के नए ऊर्जा व्यवसाय रूपरेखा पर प्रबंधन से अधिक जानकारी को लेकर गोल्डमैन सैक्स का मानना है

कि ये तीन ऐसे मुख्य कारक हैं जो मुकेश अंबानी नियंत्रित आरआईएल के व्यवसाय को आने वाले वर्षों में मजबूती प्रदान करेंगे। गोल्डमैन सैक्स के निखिल भंडारी, विनीत जोशी, एथन लियू और शॉन शिन ने 7 दिसंबर की अपनी रिपोर्ट में लिखा, %ये कारक हमारे विश्लेषणों पर वित्त वर्ष 2021ई-23ई के दौरान 41 प्रतिशत सीएजीआर की मजबूत आय वृद्धि को मजबूती प्रदान करेंगे, जो ब्लूमबर्ग के 2023 के 16 प्रतिशत के अनुमानों से ज्यादा है। सोमवार को आरआईएल ने सोलर पैनेल निर्माता आरईसी सोलर होल्डिंग्स के अधिग्रहण के वित्त पोषण के लिए 73.6 करोड़ डॉलर की पूंजी (ग्रीन लोन) जुटाई। कंपनी के लिए यह इस तरह का पहला वित्त पोषण होगा। अक्टूबर में आरआईएल ने स्टर्लिंग और विल्सन सोलर में 40 प्रतिशत हिस्सा खरीदने की घोषणा की थी। गोल्डमैन सैक्स के वैश्विक के साथ साथ भारत में सौर, बैटरी और हाइड्रोजन निर्माण में विस्तार की अच्छी संभावनाएं दिख रही हैं और उम्मीद है कि आरआईएल वित्त वर्ष 2030/वित्त वर्ष 2040 तक 3.6 अरब डॉलर/12.2 अरब डॉलर की एबिता हासिल करेगी।



मध्य भारत से विश्वसनीय हिन्दी दैनिक समाचारपत्र  
आईटीडीसी न्यूज,

विश्वसनीयता की अपेक्षा पर सच्चा बनाने के लिए हम निरंतर कार्य कर रहे हैं,  
प्रति सप्ताह आप सभी तक रखा।

## मेरे लोग, मेरा विधान



इसके तहत हम आप सभी से अनुरोध कर रहे हैं कि  
विश्लेषणात्मक रचनाएं, जनसामान्य हित में  
नई जानकारीयां, लेख, आलेख, टीका, विवेचना, समाचार, रोचक तथ्य,  
नए प्रयास, अभिनव प्रयोग के रूप में हमें प्रेषित करें।

आपकी रचना, नाम, पत्ति सहित, अधिकाधिक पाठकों तक पहुंचे,  
इसके लिए हम, समाचार पत्र में प्रकाशित रचनाओं को,  
देश के सभी प्रचलित सोशल मीडिया स्टैंड जैसे फेसबुक, लिंकेडीन, यूट्यूब, जीवॉक, ट्विटर, इंस्टाग्राम  
व्हाट्सएप एवं हमारे डिजिटल स्टैंड से प्रचार-प्रसार भी देंगे।  
(शीर्ष समय तक <https://www.itdcindia.com/saga-news.php> पर भी उपलब्ध)  
जिससे लाभान्वित जनों की संख्या निरंतर बढ़ती रहे।

आप सभी इच्छुकजन अपनी वैरमानुस्य,  
अपठित, नवीन, मूल एवं मौलिक रचना, हिन्दी में हमें प्रेषित करें।  
(और अंग्रेजी में भेजने पर केवल हमारे डिजिटल स्टैंड पर ही प्रकाशन होगा)  
उक्त हेतु, आपका चित्र, नाम, शहर, मोबाइल न, आपकी रचना, मेल कॉ-ड्रेमेल  
[itdenewsm@gmail.com](mailto:itdenewsm@gmail.com)

