

શુભ લાભ

DAILY

खબરેં જો સોચ બદલ દે

હિન્ડી દૈનિક સમાચાર પત્ર



મંત્રી જિતેંદ્ર સિંહને સુરજેવાલા સે મુલાકાત કર રિપોર્ટ સૌંપી @ નમા બેંગલૂરુ

Postal Regd.No. HQ/SD/523/2023-25 | બુધવાર, 02 જુલાઈ, 2025 | હૈદરાબાદ ઔર નર્ઝ દિલ્હી સે પ્રકાશિત | website : <https://www.shubhlabhdaily.com> | સંપાદક : ગોપાલ અગ્રવાલ | પૃષ્ઠ : 14 | મૂલ્ય - 6 રૂ. | વર્ષ - 7 | અંક - 181

કેંદ્ર ને કર્ઝ યોજનાઓં કો દી મંજૂરી

એક લાખ કરોડ કી રોજગાર પ્રોત્સાહન યોજના કો હરી ઝાંડી

નર્ઝ દિલ્હી, 01 જુલાઈ (એન્ડ્ઝિયા)

મોદી સરકાર ને દેશ મેં રોજગાર ઔર ઉદ્યોગ કો બઢાવા દેને કે લિએ બડા કદમ ઉઠાયા હૈ। કેંદ્રીય મંત્રી અશીંની વૈષ્ણવ ને બતાયા કી કેંદ્રીય કેબિનેટ ને 1.07 લાખ કરોડ રૂપયે કે એપ્સ્લોન્ઝેન્ટ લિંકડ ઇન્સ્ટિટ્યુટ (ઇએલઆઈ) સ્ક્રીમ કો મંજૂરી દે દી હૈ। યથ યોજના ખાસતૌર પર મેન્યુફેચરિંગ સેક્ટર પર ફોકસ કરેગી। સરકાર કા માનના હૈ કી ઇન યોજનાઓં સે દેશ મેં રોજગાર કે અવસર બંધોગે, મૈન્યુફેચરિંગ સેક્ટર કો મજબૂતી મિલેગી ઔર શોધ કો ભી બઢાવા મિલેગા।

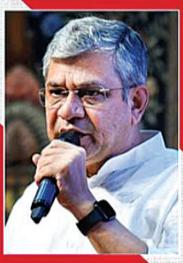
કેંદ્રીય મંત્રી ને આગે બતાયા કી ઇન યોજના કો દી હિસ્સે હોંગે। પહલા હિસ્સા ઉન લોગોને કે લિએ હોણ જો હથીલી બાર રોજગાર શુદ્ધ કર રહે હૈનું। વર્ત્તીની, દૂસરા હિસ્સા લગતાર રોજગાર દેવે વાળી કંપનીઓને કો સમર્થન દેને કે લિએ હોણા। ઇન્સ્ટ્રીયુનિયન ને 1 લાખ કરોડ રૂપયે કે રિસર્ચ ડેવલપમેન્ટ ઔર ઇનોવેશન સ્ક્રીમ કો મંજૂરી।

સરકાર ને મંગલવાર કો રોજગાર સુજન, કોશલ બંધોગે ઔર સામાજિક સુરક્ષા કો બઢાવા દેને કે લિએ રોજગાર સે જુડી પ્રોત્સાહન યોજના કો મંજૂરી દી હૈ। ઇન યોજના કે તહેત 1.07 લાખ કરોડ રૂપયે કે રિસર્ચ ડેવલપમેન્ટ ઔર ઇનોવેશન સ્ક્રીમ કો મંજૂરી દી હૈ।

સરકાર ને મંગલવાર કો રોજગાર સુજન, કોશલ બંધોગે ઔર સામાજિક સુરક્ષા કો બઢાવા દેને કે લિએ રોજગાર સે જુડી પ્રોત્સાહન યોજના કો મંજૂરી દી હૈ।

કેંદ્રીય કેબિનેટ કે અહમ ફેસલે

1.07 લાખ કરોડ રૂપયે કી રોજગાર સે જુડી પ્રોત્સાહન યોજના કો મંજૂરી।



બાળ કર્મચારીઓનો ભારત નીતિ, 2025 કો મંજૂરી દી ગઈ।

શોધ ઔર નવાચાર કો બઢાવા દેને કે લિએ રિસર્ચ ડેવલપમેન્ટ ઔર ઇનોવેશન યોજના કો મંજૂરી।

પરમકુદી સે રામનાથપુરમ તક NH-87 કો ચાર-લેન મેં બદલને કો મિલી ઝાંડી।

પ્રાધાન્યાની કાયદો ને દેશ મેં શોધ, નવાચાર ઔર બુનિયાદી ઢાંચે કો બઢાવા દેને કે લિએ બડે ફેસલે મેં સે એક હેઠળાસિક પહલ હૈ।

કેંદ્રીય મંત્રી અશીંની વૈષ્ણવ ને અધ્યક્ષતા મેં હું કેંદ્રીય મંત્રિમંડળ કી અવસર સૂજિત કરી નીતી હૈ। ઇન્સ્ટ્રીયુનિયન કો અધ્યક્ષતા મેં હું કેંદ્રીય મંત્રી દી હૈ, જિસે તહેત દેશ મેં શોધ કો પ્રોત્સાહન કિયા જાએના। ▶ 10 પૃષ્ઠ

નર્ઝ દિલ્હી, 01 જુલાઈ (એન્ડ્ઝિયા)

પ્રાધાન્યાની નેંદ્ર મોદી કી અધ્યક્ષતા મેં કેંદ્રીય મંત્રિમંડળ ને રાષ્ટ્રીય ખેલ નીતિ (એન્સેપી) 2025 કો મંજૂરી દી હૈ। યથ દેશ કે ખેલ પરિદ્દ્ય નો નયા આકાર દેને ઔર ખેલોને કો માધ્યમ સે નાગરિકોનો કો સંશક્ત બનાને કે ઉદ્દેશ્ય સે એક હેઠળાસિક પહલ હૈ।

નર્ઝ ખેલ નીતિ મૌજૂદા રાષ્ટ્રીય ખેલ નીતિ 2001 કા સ્થાન લેગી। યે ભારત કો એક વૈશ્વિક ખેલ મહાશાક્ષિક કે રૂપ મેં સ્થાપિત કર્ણે તથા 2036 ઓલંપિક ખેલોને સહિત અંતરરાષ્ટ્રીય ખેલ આયોજનોને મેં તુક્ષણી કે લિએ એક મજબૂત દાવેદાર કે રૂપ મેં સ્થાપિત કર્ણે કે લિએ એક દૂરદર્શિ ઔર રણનિતિક ▶ 10 પૃષ્ઠ

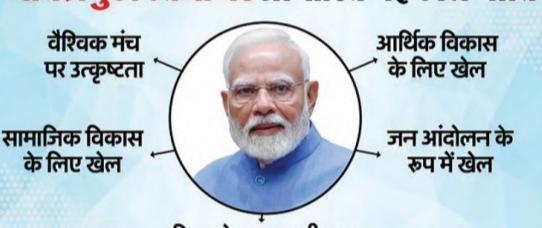
2047 તક ભારત કો શીર્ષ-5 ખેલ રાષ્ટ્ર બનાને કા લક્ષ્ય

નર્ઝ દિલ્હી, 01 જુલાઈ (એન્ડ્ઝિયા)

પ્રાધાન્યાની નેંદ્ર મોદી કી અધ્યક્ષતા મેં કેંદ્રીય મંત્રિમંડળ ને રાષ્ટ્રીય ખેલ નીતિ (એન્સેપી) 2025 કો મંજૂરી દી હૈ। યથ દેશ કે ખેલ પરિદ્દ્ય નો નયા આકાર દેને ઔર ખેલોને કો માધ્યમ સે નાગરિકોનો કો સંશક્ત બનાને કે ઉદ્દેશ્ય સે એક હેઠળાસિક પહલ હૈ।

નર્ઝ ખેલ નીતિ મૌજૂદા રાષ્ટ્રીય ખેલ નીતિ 2001 કા સ્થાન લેગી। યે ભારત કો એક વૈશ્વિક ખેલ મહાશાક્ષિક કે રૂપ મેં સ્થાપિત કર્ણે તથા 2036 ઓલંપિક ખેલોને સહિત અંતરરાષ્ટ્રીય ખેલ આયોજનોને મેં તુક્ષણી કે લિએ એક મજબૂત દાવેદાર કે રૂપ મેં સ્થાપિત કર્ણે કે લિએ એક દૂરદર્શિ ઔર રણનિતિક ▶ 10 પૃષ્ઠ

પાંચ પ્રમુખ સ્ટાંબોની પર આધારિત નર્ઝ ખેલ નીતિ



વૈશ્વિક મંચ પર અનુસ્થળ આધારિત નર્ઝ ખેલ નીતિ

સામાજિક વિકાસ કે લિએ ખેલ

જન આંદોલન કે રૂપ મેં ખેલ

શિક્ષણ કે સાથ એકીકરણ (એન્સી 2020)

પશ્ચાત્યાર રિએક્ટર વિસ્કોટ મામાલા

મુખ્યમંત્રી રેવંત રેડી ને એક કરોડ કી અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

પશ્ચાત્યાર રિએક્ટર વિસ્કોટ કી વિસ્તૃત જાંચ કે આદેશ દિએ, મૂત્રકોની સંખ્યા 36 હુંડું

હૈદરાબાદ, 01 જુલાઈ (શુભ લાભ વ્યૂરો)।

મુખ્યમંત્રી એ રેવંત રેડી ને મંગલવાર રિએક્ટર વિસ્કોટ માટે મેરે એ લોગોનો કો એક કરોડ રૂપયે, સ્થાયી વિકલાંગાના વાળોનો કો 10 લાખ રૂપયે ઔર બાળ વિશેષ ફોકસ નિર્માણ (મેન્યુફેચરિંગ) કો એક કરોડ રૂપયે કે રિસર્ચ ડેવલપમેન્ટ ઔર ઇનોવેશન સ્ક્રીમ કો મંજૂરી।

યોજનાની કો અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી

અનુગ્રહ રાશિ કી ઘોષણા કી



राष्ट्रपति द्वापदी मुर्मू ने यूपी को दी पहले आयुष विवि की सौन्दर्य

तपस्या और अध्यात्म की यह भूमि राष्ट्र प्रेम का आधार है

- गोरखपुर में स्थापित हुआ गुरु गोरखनाथ आयुष विश्वविद्यालय
- योगी आदित्यनाथ का भाव जनता के प्रति समर्पण का है : मुर्मू

गोरखपुर, 01 जुलाई (ब्लूरो)।

राष्ट्रपति द्वापदी मुर्मू ने महायोगी गुरु गोरखनाथ की पवित्र धरती को नमन करते हुए कहा कि गुरु गोरखनाथ के बारे में कहा गया है कि आदि गुरु शंकराचार्य के बाद इतना प्रभावशाली महापुरुष भारत में दोबारा नहीं हुआ। गोरखपुर योग भूमि है। गुरु गोरखनाथ ने इस क्षेत्र को अक्षय आध्यात्मिक ऊर्जा से समृद्ध किया। यह परमहंस योगानंद की जन्मभूमि भी है। आप सभी ऐसे महान स्थानीय पंरपरा से जुड़े हैं, जिनका राष्ट्रीय महत्व और मानवता पर प्रभाव है। मत्स्येन्द्रनाथ और गुरु गोरखनाथ की पंरपरा को आगे बढ़ाते हुए गोरखपुर से प्रसारित हुआ नाथ पंथ भारत के कोने-कोने और अन्य देशों में भी मानवता के कल्याण में क्रिया है। तपस्या, साधना और अध्यात्म की यह धरती आत्मगौरव और राष्ट्रप्रेम की आधार भूमि भी है। 18वीं सदी के संन्यासी विद्रोह से लेकर 1857 के स्थानीय संग्राम तक गोरखपुर नाथ पंथ के योगी, जनकल्याण और स्वाधीनता संग्राम का सूधार रहा है। इस धरती से बाबू बधु विंह व रामप्रसाद बिस्मिल जैसे बलिदानियों की गाथाएं जुड़ी हैं।

राष्ट्रपति ने मंगलवार को गोरखपुर में

महायोगी गुरु गोरखनाथ आयुष विश्वविद्यालय का लोकार्पण किया।

52 एकड़ में प्रदेश का यह पहला आयुष विश्वविद्यालय 268 करोड़ से स्थापित किया गया है। राष्ट्रपति ने कहा कि लगभग 100 वर्ष से गीतांग्रेस गोरखपुर ने भारत के जनमानस को धर्म व संस्कृति से जोड़े रखने का महान कार्य किया है।

गीतांग्रेस का प्रकाशन संस्कृत व हिंदी के अलावा अनेक भाषाओं में उपलब्ध है। उड़िया भागवत के नाम से विख्यात अतिवृद्धी जगन्नाथ दास द्वारा रचित भागवत महापुरुष को ओडिशा के लोग बहुत समान से पढ़ते हैं।

ओडिशा भागवत का प्रकाशन व प्रसार भी गीतांग्रेस गोरखपुर द्वारा किया गया है। कल शाम को गोरखनाथ मंदिर में दर्शन-पूजन का अवसर मिला। वहाँ गीतांग्रेस द्वारा उड़िया भाषा में प्रकाशित शिवपुराण और भागवत की प्रतियां भेंट की गईं।

यह पुस्तकें गोरखपुर के अमूल्य सौन्दर्य और स्मृति के रूप में सदैव रहेंगी।

राष्ट्रपति ने कहा कि गोरखपुर में कुछ वर्षों से इंफ्रास्ट्रक्चर का बहुत तेज गति से विकास हो रहा है।

गोरखपुर इंडस्ट्रियल डेवलपमेंट अथोरिटी (गीडा) की गतिविधियों का बड़े पैमाने पर विस्तार हुआ है। यहाँ के टेराकोटा के कलात्मक उत्पाद



शिक्षा ही सशक्तिकरण का सबसे प्रभावी माध्यम: राष्ट्रपति

गोरखपुर, 01 जुलाई (ब्लूरो)।

राष्ट्रपति द्वापदी मुर्मू ने सोमवार को महायोगी गोरखनाथ विश्वविद्यालय के अकादमिक भवन, प्रेषणगृह व पंचकर्म सेंटर का लोकार्पण तथा महिला छात्रावास का शिलान्यास किया। राष्ट्रपति ने बन महोत्सव के अंतर्गत यहाँ भी रुद्राक्ष का पौधा रोपा, फिर प्रदर्शनी का अवलोकन किया। उन्होंने कहा कि नए महिला छात्रावास का शिलान्यास कर सबसे अधिक खुशी हो रही है। शिक्षा ही सशक्तिकरण का सबसे प्रभावी माध्यम है, इसलिए यह कदम नारी सशक्तिकरण की दिशा में अमूल्य पहल है।

राष्ट्रपति ने महाराणा प्रताप शिक्षा परिषद की सराहना की। उन्होंने कहा कि महाराणा प्रताप के आदर्शों से प्रेरित सभी संस्थानों में राष्ट्र सर्वोपरि की भावना प्रसारित होती है। लगभग 700 वर्ष पहले महाराणा प्रताप ने राष्ट्र सर्वोपरि के लिए त्याग और पराक्रम का जो आदर्श प्रस्तुत किया

देश-विदेश में निरंतर लोकप्रिय हो रहे हैं।

यहाँ के निवासियों में ऐसे अनेक उपलब्धियों से नई ऊर्जा व आकांक्षा का संचार हो रहा है। राष्ट्रपति ने कहा कि महायोगी गुरु गोरखनाथ जैसे विकाश विभूति के पवित्र नाम से जुड़े इस विश्वविद्यालय में आकर उनके प्रति श्रद्धा का और अधिक सचार हो रहा है। यह विश्वविद्यालय समृद्ध, प्राचीन परंपराओं का नवनिर्मित व प्रभावशाली आधुनिक केंद्र है। यह उत्तर प्रदेश ही नहीं, बल्कि पूरे देश में उत्तराधिकारी विश्वविद्यालय की चर्चा की, बालों की अधिक मतलब थकना मन है। दिन रात परिश्रम करना पड़ेगा। निदाजीत बनना है। डॉक्टर करते हैं कि छह से आठ घंटे दोगा, बरना शरीर साथ नहीं दोगा, लेकिन सीएम आदित्यनाथ जैसे योगी कहते हैं कि निद्रा पर जय करने और खुद को शारीरिक व मानसिक सशक्त बनाने के लिए योग करना होगा। योग करने से आठ घंटे की नींद तीन घंटे में पूरी होगी। योगी जी का अथक परिश्रम और जनता के प्रति समर्पण भाव है। इस एरिया में इंफ्रास्ट्रक्चर, कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य आदि सुविधाएं जनता को समर्पित है।

जाएगी। पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों को अंतर्राष्ट्रीय मानकों के अनुरूप विश्वस्तरीय व स्वीकार्य बनाने के लिए शोध कार्य पर विशेष बल दिया जाएगा।

राष्ट्रपति ने यूपी के प्रथम आयुष विश्वविद्यालय की नई ऊर्जा व आकांक्षा का संचार हो रहा है। राष्ट्रपति ने कहा कि महायोगी गुरु गोरखनाथ जैसे विभूति के पवित्र नाम से जुड़े इस विश्वविद्यालय में आकर उनके प्रति श्रद्धा का और अधिक सचार हो रहा है। यह विश्वविद्यालय समृद्ध, प्राचीन परंपराओं का नवनिर्मित व प्रभावशाली आधुनिक केंद्र है। यह उत्तर प्रदेश ही नहीं, बल्कि पूरे देश में उत्तराधिकारी विश्वविद्यालय की चर्चा की, बालों की अधिक मतलब थकना मन है। दिन रात परिश्रम करना पड़ेगा। निदाजीत बनना है। डॉक्टर करते हैं कि छह से आठ घंटे दोगा, बरना शरीर साथ नहीं दोगा, लेकिन सीएम आदित्यनाथ जैसे योगी कहते हैं कि निद्रा पर जय करने और खुद को शारीरिक व मानसिक सशक्त बनाने के लिए योग करना होगा। योग करने से आठ घंटे की नींद तीन घंटे में पूरी होगी। योगी जी का अथक परिश्रम और जनता के प्रति समर्पण भाव है। इस एरिया में इंफ्रास्ट्रक्चर, कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य आदि सुविधाएं जनता को समर्पित है।

यहाँ उच्च स्तरीय सुविधाओं का निर्माण किया गया है, जिनका लाभ जनसामान्य को सुलभ होगा। इस विश्वविद्यालय से संबद्ध लाभगम 100 आयुष कालेज उत्कृष्टता से लाभान्वित हो रहे हैं। आयुष पद्धतियों में स्नातक उत्तराधिकारी विश्वविद्यालय की चर्चा की, बालों की अधिक मतलब थकना मन है। दिन रात परिश्रम करना पड़ेगा। निदाजीत बनना है। डॉक्टर करते हैं कि छह से आठ घंटे दोगा, बरना शरीर साथ नहीं दोगा, लेकिन सीएम आदित्यनाथ जैसे योगी कहते हैं कि निद्रा पर जय करने और खुद को शारीरिक व मानसिक सशक्त बनाने के लिए योग करना होगा। योग करने से आठ घंटे की नींद तीन घंटे में पूरी होगी। योगी जी का अथक परिश्रम और जनता के प्रति समर्पण भाव है। इस एरिया में इंफ्रास्ट्रक्चर, कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य आदि सुविधाएं जनता को समर्पित है।

यहाँ उच्च स्तरीय सुविधाओं का निर्माण किया गया है, जिनका लाभ जनसामान्य को सुलभ होगा। इस विश्वविद्यालय से संबद्ध लाभगम 100 आयुष कालेज उत्कृष्टता से लाभान्वित हो रहे हैं। आयुष पद्धतियों में स्नातक उत्तराधिकारी विश्वविद्यालय की चर्चा की, बालों की अधिक मतलब थकना मन है। दिन रात परिश्रम करना पड़ेगा। निदाजीत बनना है। डॉक्टर करते हैं कि छह से आठ घंटे दोगा, बरना शरीर साथ नहीं दोगा, लेकिन सीएम आदित्यनाथ जैसे योगी कहते हैं कि निद्रा पर जय करने और खुद को शारीरिक व मानसिक सशक्त बनाने के लिए योग करना होगा। योग करने से आठ घंटे की नींद तीन घंटे में पूरी होगी। योगी जी का अथक परिश्रम और जनता के प्रति समर्पण भाव है। इस एरिया में इंफ्रास्ट्रक्चर, कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य आदि सुविधाएं जनता को समर्पित है।

यहाँ उच्च स्तरीय सुविधाओं का निर्माण किया गया है, जिनका लाभ जनसामान्य को सुलभ होगा। इस विश्वविद्यालय से संबद्ध लाभगम 100 आयुष कालेज उत्कृष्टता से लाभान्वित हो रहे हैं। आयुष पद्धतियों में स्नातक उत्तराधिकारी विश्वविद्यालय की चर्चा की, बालों की अधिक मतलब थकना मन है। दिन रात परिश्रम करना पड़ेगा। निदाजीत बनना है। डॉक्टर करते हैं कि छह से आठ घंटे दोगा, बरना शरीर साथ नहीं दोगा, लेकिन सीएम आदित्यनाथ जैसे योगी कहते हैं कि निद्रा पर जय करने और खुद को शारीरिक व मानसिक सशक्त बनाने के लिए योग करना होगा। योग करने से आठ घंटे की नींद तीन घंटे में पूरी होगी। योगी जी का अथक परिश्रम और जनता के प्रति समर्पण भाव है। इस एरिया में इंफ्रास्ट्रक्चर, कृषि, शिक्षा, स्वास्थ्य आदि सुविधाएं जनता को समर्पित है।

यहाँ उच्च स्तरीय सुविधाओं का निर्माण किया गया है, जिनका लाभ जनसामान्य को सुलभ होगा। इस विश्वविद्यालय से संबद्ध लाभगम 100 आयुष कालेज उत्कृष्टता से लाभान्वित हो रहे हैं। आयुष पद्धत



आपको यह पढ़कर शायद थोड़ा अजीब लगे, **म्यामार में खाते खाना और सोते भारत में!** लेकिन बिन्कुल सच है। इस गांव के लोग बिना वीज के घरमार में जा सकते हैं। दरअसल, इस गांव का आधा हिस्सा भारत में तो आधा हिस्सा म्यामार में है। यहाँ के राजा के घर के बीच से गुजरता है बॉर्डर। इस ट्रॉफ्स के राजा का नाम अंग नगरांग है, जिनके अधीन लोगों का समेत कुल 75 गांव आते हैं।

सेहत के लिए फायदेमंद है जलजीरा



गर्म और सुख दिन को ताजी से भरने का आसान उपाय है, ऐसा लाल ठंडा जलजीरा। ये फ्रिजिंग डिक्ट आपके कभी नहीं जीरा और अदरक, नींबू, पूरीना, आमचूर पापड़ और इसी तरह की अन्य सामग्री, इसने सिफेरेस्ट में शानदार बनाती है बल्कि सेहत के लिए भी ये एक हेल्दी डिक्ट बनाती है। हम आपको जलजीरा के लिए 5 फायदे बताएंगे, जिसको जानने के बाद आप कभी-कभी नहीं, बल्कि हर रोज इस रिफ्रिजिंग डिक्ट को पीना चाहेंगे।

पाचन क्रिया को तेज बनाए

जलजीरा में डाला गया काला नमक आतों की गेस से लड़ता है और पाचन क्रिया को तेज बनाता है। जलजीरा, सीने में राहत दिलाता है और शरीर को रीहाई देता है।

एनेमिया से बचाव

जीरे में आयन उच्च मात्रा में होता है, इसीलिए वो एनेमिया से बचाव करता है। जलजीरा इम्युनिटी पावर को भी बढ़ाता है और आपके शरीर को ऊर्जा में राहत देता है।

पेट की आपाने द्वारा गतियों करते हैं, जिससे उनके हाजारों पर बुरा असर पड़ता है।

लो कैलोरी डिक्ट

आप जब चाहें तो भी बिना कैलोरी की चिंता किए। इसीलिए आप अपे वेट लॉस कर रहे हैं तो सोडा ड्रिंक पीने से बेहतर है आप जलजीरा पिएं। ये आपके शरीर के सिस्टम को डिटॉक्सीफाई करता है और शरीर को हाईट्रेट रखता है। अब तक तो आप जलजीरा के फायदों को जानकर उसे पीने का मन बहा ही चुके होंगे। अगर ऐसा ही है तो बाजार से जलजीरा का पैकेट लेने न निकल जाए बल्कि घर पर जलजीरा बनाएं, ताकि वो हल्दी ही।

वैडिंग कोचिंग से हल होंगी परेशानियाँ



गिल जाते हैं सवालों के जवाब
विवाह से पहले ही शिरों और उनकी मर्यादाओं के साथ अन्य पहुंचों को भी समझ लिया जाए तो विवाह में खिलाव और अलगाव की नीवें नहीं आती। इसके लिए घर की किसी बुजुर्ग महिला की नीवोंको कम होने लगी हैं, सो ऐसी कोचिंग उड़े एक-दूसरे को समझने में मदद करती है। कामयाजी दुल्हनों को कई बार एकल परिवार के ही दर्शित निभाने में भी दिक्कत आती है। परिवार की साथ अहं का टकराव होने से भी वैडिंग कोचिंग विवाहों की तर्ज पर अब महानगरों में भी वैडिंग स्टेस कोचिंग सेंटर खुलने लगे हैं, जिससे विवाह के बाद ही नहीं, विवाह से पहले भी एक-दूसरे को पारद-नापसंद, इच्छा-अनिष्टा आदि को समझने में आसानी हो। इसके लिए एक-दूसरे की जरूरत समझने के साथ फैमिली प्लानिंग पर भी विवाह कर सकते। सिर्फ 2-3 सिटिंग ही इसके लिए काफी है।

मानसिक तोर पर खुद को करें तैयार

मैरिज कार्यशाला की माने तो आज की पीढ़ी में पढ़ेकों की तुलना में सर्वप्रथम, शेर्य और चाया जैसी आवाजां का कम होने लगी हैं, सो ऐसी कोचिंग उड़े एक-दूसरे को समझने में मदद करती है। कामयाजी दुल्हनों को कई बार एकल परिवार के ही दर्शित निभाने में भी दिक्कत आती है। परिवार की साथ अहं का टकराव होने से भी वैडिंग कोचिंग विवाहों की तर्ज पर अब महानगरों में भी वैडिंग स्टेस कोचिंग सेंटर खुलने लगे हैं, जिससे विवाह के बाद ही नहीं, विवाह से पहले घर बसाने के लिए व्यावाहिक बातों की शिक्षा परिवार के बुजुर्गों द्वारा जल्दी जीती है। लेकिन उसमें भी अब बातें बदल दी गयी हैं। प्री-मैट्रिल कार्यसिलिंग में विवाह योग्य लड़के-लड़कियों को एक-दूसरे के विवाहों से सामंजस्य बैठाना सिखाया जाता है।

स्किन से जुड़ी प्रॉब्लम्स को दूर करती है, सुपारी



अक्सर देखा गया है कि सुपारी का इस्तेमाल ज्यादातर पूजा में किया जाता है। यह गर्ण तासीर की होती है। इसे जलाकर उसकी राख की दातों को साफ किया जाता है और दांत चमकीले होते हैं। सुपारी बड़ी और छोटी होती है। आज हम आपको इसे इस्तेमाल करने पर होने वाले लाभ के बारे में बताएंगे।

- अगर आपके मस्झों से खून होता है तो सुपारी लेकर उसका मोटा कट्टकर काढ़ा बना लें।
- अगर आपको बहुत यूरिन की समस्या हो रहा है तो ऐसे में सुपारी का पाउडर लेकर 1 या 2 ग्राम गाय के थी के साथ इस्तेमाल करें।
- हाई ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में सुपारी में मौजूद टैनिन बहुत ही उपयोगी होती है।
- इसका अधिक प्रयोग रक्तभार को कम करता है तथा चक्र आने लगता है।
- सुपारी का इस्तेमाल दातों की सड़न को

इससे रोजाना ब्रश करें।

- अगर आपके मस्झों से खून होता है तो वायरों के लिए मैट्रिल के लिए एक-दूसरे में रसेक्ट करने के बीच से खुलाया जाता है।
- जिन लोगों को डायबिटीज की समस्या होती है और उसका मूह स्थें रखने पर लगाने से खुन बहना बंद होता है।
- जिन लोगों को डायबिटीज की समस्या होती है और उसका मूह स्थें रखने पर लगाने से खुन बहना बंद होता है।
- दाद, खाजा, खुजली और चक्रते होने पर सुपारी को पानी के साथ विस्कर लेप करने से फायदा होता है। बहुत ज्यादा खुजली होने पर सुपारी की गांव को टैल के तेल में मिलाकर लगाने से लाभ होता है।

बुधवार, 02 जुलाई, 2025

बंगलूरु

साफ हवा सुधारती है बच्चों के फेफड़ों की सेहत

साफ हवा में सांस लेना अमूरन सभी के लिए सहतम्द माना जाता है, लेकिन बच्चे के लिए एक और भी फायदेदार है। ताजा शोध के मुताबिक साफ हवा बच्चे के फेफड़ों की बेहतर सेहत के लिए लाभदायक है। शोध के अनुसार बच्चे के आसास साफ हवा मुखिया कराने की विशेष व्यवस्था लगाने के लिए अच्छा तो है वही, यह भविष्य में भी उसके लिए फायदमद रहता है।



पसीने व उसकी बदबू से छुटकारा पाने के उपाय...



धूम्रपान करना

लंग करने के बाद शरीर का ब्लड रस्कुलेशन तेज होता है। पर जब उसके बाद आप धूम्रपान करते हैं तो स्कारा धूआ आपाम से आपके शरीर में धुसर कर फेफड़ों और किडनियों को नुकसान पहुंचाता है।

वॉक पर जाना

लंग करने के सीधे बाद वॉक पर जाने से खाने का पोषण शरीर में अच्छी तरह से नहीं समाप्त।

ड्राइविंग

खाने को पचाने के लिए बहुत सारे खून की आवश्यकता पड़ती है, जिसमें दिवाना बहायता करता है। पर अगर आप खाने के बाद ड्राइविंग करने पर आपना पूरा ध्यान लगा देंगे तो आपके भोजन को पचाने के लिये दिमाग वो काम नहीं कर पाएगा।

सोना

खाने के बाद सोने से कई पाचन संबंधित वीमारियां हो सकती हैं। इससे आपको गैस की भी समस्या हो सकती है।

कैसे करें बचाव

पसीने को रोक पाना तो बहुत ही मुश्किल है। लेकिन कुछ असान से दिस आपनाकर अधिक परीका निकलने की समस्या को जरूर कम किया जा सकता है।

■ एटी-बैटरीरियल साबुन का इस्तेमाल करें। जिनमें बार नहाएं तभी बार इक्का प्रयोग करें। जबने के पानी में यूबी कोलन की कुछ बैठना की बहुत ज्यादा ही परेशान रहते हैं। कुछ टाइट के बाद परीके की बदबू सिर्फ बॉडी ही नहीं, बल्कि बालों से भी अनेक लाती है। इसके लिए न हात कितने ही तह तक डियोडेट, परफ्यूम इस्तेमाल करें जो कुछ देर के लिए परीके की बदबू को रोकते हैं, लेकिन समस्या जैसी की बैठनी ही बनी रहती है। हम आपको कुछ असान तरीके बताएं हैं, जिन्हें अपनाकर पसीने की समस्या दूर की जा सकती है।

गरम पानी से स्नान

गरम पानी के शॉवर के नीचे बॉडी देर खड़े रहें। जैसे की गरम पानी आपको गरदन पर गिरेगा, कुछ ही देर में फैल इफेक्ट रखना हो सकता है। इससे नहाने के लिये उंगलियों के सीधे एंटी फॉडर पाउडर छिकने के बाद गरम पानी तो हो सकती है।

■ इस मोसम में कुछ लोग मोजे पहनना छोड़ देते हैं। ऐसा करना ठीक नहीं, इससे पैरों में एलनी हो सकती है।

■ परीके की बदबू से पैरों में फैल इफेक्ट रखना हो सकता है। इसके लिए उंगलियों के सीधे एंटी फॉडर पाउडर छिकने के बाद गरम पानी तो हो सकती है।

■ इस मोसम में कुछ लोग मोजे पहनना छोड़ देते हैं। ऐसा करना ठीक नहीं, इसस



न्यूज़ ब्राफ़

पाकिस्तान में आतंकवादियों ने चेक पोस्ट पर किया हमला, लेती जगत तमाशा देखते रहे, पांच बर्खाएँ



इस्लामाबाद। पाकिस्तान-अफगानिस्तान सीमा के निकट उत्तर पश्चिमी बलविस्तान के नोशकी जिले में एक चेक पोस्ट पर हुए आतंकवादी हमले के दोरान लेती जगत तमाहिर बने रहे। इनमें से पांच को अपने कर्तव्यों का पालन न करने के आरोप में सेवा से बर्खास्त कर दिया गया है। पाकिस्तान के प्रमुख समाचार पत्र डॉन की खबर के अनुसार, यह हमला पिछले सप्ताह हुआ था। आतंकवादियों ने किंविती चेक प्रक्षेपास्त्र दागे करने के लिए स्वतालित हथियारों का इस्तेमाल किया। पोस्ट पर काक्षा करने के बाद उन्होंने जगतों के हथियार और उत्करण छीन लिए। पांके से भाने से पहले लेती के बाहों में आग लगा दी। अधिकारियों ने कहा है कि चेक पोस्ट पर तैनात लेती जगत आतंकवादियों के लिए दोरान का प्रतिरोध करने में विजय रहे। उन्होंने नेपाल के लिए अनुदान-आधारित अंतर्राष्ट्रीय जलवायु वित्त सुरक्षित करने के लिए अग्रह किया। उन्होंने कहा कि यह अनुदान नेपाल के काम को बढ़ावा देता है।

अंगोला के राष्ट्रपति ने अफ्रीका के बृहियादी ढाई ने निवेश के लिए वैरिएक वित्तीय सुधारों की उठाई मांग

तुआड़ा/सेविले। अंगोला के राष्ट्रपति और अप्रीकी को वैरिएक वित्तीय प्राणी में तकाल मुद्धारों की मांग करते हुए अप्रीका में बृहियादी ढाई के लिए मजबूत निवेश सम्बन्ध पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि यह अधिकारियों को आवश्यकता है कि इसका लाभ लेने के लिए एक वैरिएक वित्तीय नियंत्रण-प्रक्रियाओं में कमज़ोर और विकासशील देशों की अवज्ञा को अधिक महसूल दिया।

कि कर्ज के भारी बोझ के कारण महसूलप का विकास थम गया है। ऐसे के सेविले शहर में आयोजित वीथ अंतर्राष्ट्रीय वित्त वित्तीय सम्बन्धों के लिए एक वैरिएक वित्तीय प्राणी की अवश्यकता है। इसकी अप्रीका को आवश्यकता है कि इसका लाभ लेने के लिए एक वैरिएक वित्तीय मॉडल विकसित किया जाने चाहिए। वैरिएक वित्तीय मॉडल के लिए एक वैरिएक वित्तीय नियंत्रण-प्रक्रियाओं में कमज़ोर और विकासशील देशों की अवज्ञा को अधिक महसूल दिया जाए।

यहूदी और इजरायली छात्रों के साथ गलत व्यवहार, हार्वर्ड की वित्तीय नदद दोकान की धमकी

गांगेंटन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप प्रशासन ने हार्वर्ड विविधायालय को सूचित किया कि उसकी जांच में सामने आया है कि

विविधायालय ने यहूदी और इजरायली छात्रों के साथ व्यवहार में यात्रिक अधिकारी कानून का उल्लंघन किया है। एक रिपोर्ट में हार्वर्ड के अध्यक्ष एन गार को विविधायालय के अनुसार, इजरायली छात्रों के लिए एक वैरिएक वित्तीय मॉडल विकसित किया जाने चाहिए। वैरिएक वित्तीय मॉडल के लिए एक वैरिएक वित्तीय नियंत्रण-प्रक्रियाओं में कमज़ोर और विकासशील देशों की अवज्ञा को अधिक महसूल दिया जाए।

यहूदी और इजरायली छात्रों के साथ गलत व्यवहार, हार्वर्ड की वित्तीय नदद दोकान की धमकी

</div

नीतीश कुमार केबिनेट के 24 अहम फैसले

सीतामढ़ी मंदिर का पैसा पाय, कलाकारों को उपहार

पटना (एजेंसियां)

बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार की अध्यक्षता में मंगलवार को हुई कैबिनेट बैठक में राज्य के सर्वांगीण विकास, रोजगार सूजन, कृषि, स्वास्थ्य, शिक्षा, संस्कृति और औद्योगिक प्रगति को गति देने वाले कई महत्वपूर्ण एडब्ल्यूओं को स्वीकृति दी गई। ये फैसले राज्य की सामाजिक, अर्थिक और सांस्कृतिक स्थिति को सुदृढ़ करने की दिशा में मील का पथर माने जा रहे हैं।

बैठक में मुख्यमंत्री कलाकार पेशन योजना को मंजूरी दी गई, जिसके तहत राज्य के कलाकारों को 3000 मासिक पेशन दी जाएगी। साथ ही, मुख्यमंत्री बिहार गुरु-शिष्य परिपार्या योजना की



शुरूआत की गई, जो पारंपरिक ज्ञान और कौशल को संरक्षित करने में सहायक होगी।

सरकार ने चतुर्थ कृषि रोड मैप के तहत कई योजनाओं को मंजूरी दी है, जिसमें खासतौर पर ईख विकास योजना शामिल है। इसका उद्देश्य किसानों की आय बढ़ाना और कृषि क्षेत्र को मजबूती देना

करोड़ की लागत से सिंचाई परियोजना को स्वीकृति दी गई। वहीं, सीतामढ़ी के पुनोराधाम में माँ सीता की जन्मस्थली पर श्रीराम जन्मभूमि तीर्थ मंदिर के निर्माण के लिए 482 करोड़ की बड़ी राशि स्वीकृति दी गई।

राज्य में औद्योगिक गतिविधियों को गति देने के उद्देश्य से भूमि हानि की औसत दर को 41.8% से घटाकर 30.9% कर दिया गया है। इसके अलावा राज कारखाना नियमाली में भी संशोधन को मंजूरी दी गई।

मुख्यमंत्री प्रतिज्ञा योजना के तहत राज्य सरकार ने एक लाख युवाओं को रोजगार देने का लक्ष्य तय किया है। साथ ही पंचायती राज प्रतिनिधियों को मुख्यमंत्री

चिकित्सा सहायता कोष से इलाज के लिए अनुदान देने का फैसला लिया गया है।

सेवानिवृत्त अपर पुलिस अधिकारी रामकांत प्रसाद की सेवा 30 जून 2026 तक बढ़ाई गई है।

वहीं, विशेष नियामनी इकाई के उड़वर विकास कुमार की सेवा को एक वर्ष के लिए विस्तार मिला है। राजकीय सेवाओं में कर्मियों के लिए वेतन स्तर के आधार पर न्यूट्रिटम कालावधि में आंशिक संशोधन को भी स्वीकृति दी गई।

2025 में होने वाले बिहार विधानसभा आम चुनाव के लिए एक बेसाइट के माध्यम से भूगतान मतपत्रों की छपाई हेतु सर्सवती प्रेस लिमिटेड, कोलकाता को अनुमति प्रदान की गई है।

कई अहम जानकारियां सामने आई हैं। विकास ने पुलिस को बताया कि वह एक अंतरराज्यीय साइबर ठग गिरोह का सदस्य है, जो फर्जी बेबसाइट बनाकर ठगी की वारदातों को अंजाम देता है। इस गिरोह

मामले का खुलासा होने के बाद प्रशासनिक हल्कों में हड्डियों पर गया है। जब की शिकायत पर रायबरेली साइबर सेल ने त्वरित कार्रवाई करते हुए मामले की जांच शुरू की, जिसमें ठगी का तिनका बिहार के शेखपुरा जिले से साथ पाया गया। दरअसल, यह पूरा मामला रायबरेली के पांचों को कोर्ट के एक न्यायाधीश से जुड़ा है। 12 जून को न्यायाधीश ने ऑनलाइन हलीकांपर बुकिंग के लिए एक बेसाइट के माध्यम से भूगतान किया था। लेकिन बाद में उन्हें महसूस हुआ कि उनके साथ धोखाधड़ी हुई है। उन्होंने 16 जून

को साइबर थाना रायबरेली में प्राथमिकी दर्ज कराई। तकनीकी जांच में सामने आया कि ठगों का मोबाइल टावर लोकेशन शेखपुरा आरोपी के पास से एक मोबाइल भी भीड़ डेटा और ऑनलाइन ठगी से जुड़े साक्ष्य मिले हैं। मोबाइल की जांच में सामने आया है कि आरोपी अब तक लाखों रुपये की ठगी कर चुका है।

फिलालू यूपी पुलिस आरोपी को हिरासत में लेकर रायबरेली ले गई है। पूरे मामले की गहन जांच की जा रही है और गिरफ्तार के अन्य सदस्यों की तलाश में छापेमारी जारी है।

बरबरी थानाध्यक्ष गौरव कुमार ने बताया कि गिरफ्तार आरोपी से सख्ती से पूछताछ की गई, जिसमें

पुनोराधाम को मिलेगा भव्य रूप, बिहार सरकार ने 882.87 करोड़ की विकास योजना को दी मंजूरी

पटना (एजेंसियां)

वर्तमान वैश्विक, सामाजिक एवं अर्थिक परिवृत्ति में पर्यटन एक प्रमुख उभरता हुआ क्षेत्र बन चुका है, जो न सिर्फ लोगों की जीवशैली का हिस्सा बन रहा है, बल्कि कई देशों की अर्थव्यवस्था का आधार भी बन रहा है। भारत में धार्मिक और आध्यात्मिक पर्यटन संस्कृति का अभिन्न हिस्सा रहा है। इसी क्रम में बिहार के सीतामढ़ी जिले स्थित 'माँ सीता' की जन्मस्थली पुनोराधाम के समग्र विकास के लिए राज्य मंत्रियों के लिए विकास योजना को दी गई।



रुपये की योजना को स्वीकृति प्रदान की गई है।

भगवान श्रीराम की जन्मभूमि अयोध्या की तरह देवी सीता की जन्मस्थली पुनोराधाम को भी रामायण सर्किट से जोड़ने की

क्षेत्र का विकास अब तेजी से होगा।

इस योजना के अंतर्गत मंदिर की वर्तमान परकोटा संरचना का उत्थन, भवन निर्माण, पर्यटकीय आधारभूत संरचना के विकास, साथ ही अगले 10 वर्षों तक संचालन और प्रबंधन से जुड़े कार्य किए जाएंगे। इससे रोजगार के नए अवसर भी उत्पन्न होंगे और स्थानीय व्यापार को भी बढ़ावा दिया जाएगा।

इस योजना को ईपीसी मॉडल के तहत लागू किया जाएगा। इसके पास धार्मिक पर्यटन के लिए लोकान्बन्ध के तहत लाखों रुपये की धूमधारी दिवस के लिए धार्मिक पर्यटन स्थानों के लिए विकास का नियमानन्द तक लागू किया जाएगा। नियमानन्द के धार्मिक प्रकाशन से लेकर कार्य

अब्दुल रहमान हत्याकांड मामले में एक और गिरफ्तार



पूछताछ के लिए पुलिस हिरासत में भेज दिया गया। इसके साथ ही मामले में गिरफ्तार किए गए लोगों

तेलंगाना केमिकल फैक्ट्री ब्लास्ट में बिहार के चार मजदूर घायल, तीन लापता

पटना (एजेंसियां)

तेलंगाना के संगारेडी जिले में एक केमिकल फैक्ट्री में हुए ब्लास्ट मामले में रोहतास के चार मजदूर गंभीर रूप से घायल हो गए हैं। सभी घायल काराकाट प्रबंधन के लिए जारी की गयी है। ब्लास्ट की विवरणों में लोगों की जांच की गयी है।

दिया गया है। अभिन्न पासवान ने कहा

कि घटना की सूचना मिलते ही डीएम ने त्वरित एकशन लेते हुए

ब्लास्ट के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

यह घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई है।

घटना के लिए एक वर्ष की अवधि दी गई ह