अण्डमान निकोबार द्वीप समाचार

रजि.न.34300/80 | संख्या 123 | श्री विजय पुरम, रविवार, 10 मई 2026 | web: dt.andamannicobar.gov.in | 2.00 रूपए

माननीय प्रधानमंत्री के नेतृत्व में गांव की सड़क से विकास की रफ्तार तक: पीएमजीएसवाई के 25 साल, अब पीएमजीएसवाई–IV का नया संकल्प

नई दिल्ली, 9 मई।

ग्रामीण भारत के विकास इतिहास में 10 मई का दिन एक महत्वपूर्ण और प्रेरक अध्याय के रूप में दर्ज होने जा रहा है, जब मध्य प्रदेश के भेरूंदा, जिला सीहोर से प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के 25 वर्ष पूरे होने का रजत जयंती समारोह मनाया जाएगा और इसी मंच से पीएमजीएसवाई–IV का शुभारंभ किया जाएगा। इस अवसर पर केंद्रीय कृषि एवं किसान कल्याण तथा ग्रामीण विकास मंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान देश के गांवों को मजबूत, टिकाऊ और बारहमासी पक्की सड़कों से जोड़ने के राष्ट्रीय संकल्प को नई ऊर्जा देंगे। इस महत्वपूर्ण आयोजन में मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव भी शरीक होंगे।

यह आयोजन केवल एक सरकारी कार्यक्रम नहीं, बल्कि ग्रामीण परिवर्तन, सामाजिक समावेशन और बुनियादी ढांचे के माध्यम से विकास को अंतिम पंक्ति तक पहुंचाने की प्रतिबद्धता का विराट उत्सव होगा। समारोह में केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह द्वारा पीएमजीएसवाई–IV के अंतर्गत म.प्र. के लिए 2,117 किलोमीटर लंबाई की 973 सड़कों तथा 987 बसावटों को लाभ पहुंचाने वाले स्वीकृति पत्र और वित्तीय आवंटन मुख्यमंत्री मोहन यादव को सौंपे जाएंगे, वहीं पीएम–जनमन के तहत 384 किलोमीटर से अधिक सड़क परियोजनाओं का आवंटन भी किया जाएगा, जिससे 168 पिछड़ी बसावटों को सीधा लाभ मिलेगा।

शुवेंदु अधिकारी ने पश्चिम बंगाल के पहले भाजपा मुख्यमंत्री के रूप में शपथ ली

नई दिल्ली, 9 मई।

भारतीय जनता पार्टी के नेता श्री शुभेंदु अधिकारी ने आज कोलकाता के ब्रिगेड परेड ग्राउंड में आयोजित एक समारोह में पश्चिम बंगाल में भाजपा के पहले मुख्यमंत्री के रूप में शपथ ली। मुख्यमंत्री के साथ पांच मंत्रिमंडल मंत्रियों ने भी शपथ ली। माननीय राज्यपाल आर एन रवि ने मंत्रियों को पद और गोपनीयता की शपथ दिलाई। मंत्रिमंडल में दिलीप घोष, अग्निमित्रा पॉल, अशोक कीर्तनिया, निशीथ प्रमाणिक और खुदिराम टुडू शामिल हैं। इस अवसर पर माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी, माननीय गृह मंत्री श्री अमित शाह, माननीय रक्षा मंत्री श्री राजनाथ सिंह के साथ–साथ कई केंद्रीय मंत्री और भाजपा शासित राज्यों के मुख्यमंत्री भी उपस्थित थे। इससे पहले, प्रधानमंत्री ने ब्रिगेड ग्राउंड पहुंचने से पहले एक रोड शो किया।

उत्तर व मध्य अण्डमान ज़िला परिषद के अध्यक्ष एवं उपाध्यक्ष पद हेतु चुनाव 13 मई को

मायाबंदर, 9 मई

अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह (पंचायत) विनियमन, 1994 की धारा 150 की उपधारा (1) के प्रावधानों के अंतर्गत यह सूचित किया जाता है कि उत्तर व मध्य अण्डमान ज़िला परिषद के सभी निर्वाचित सदस्यों की बैठक 13 मई, 2026 को दोपहर 12 बजे उपायुक्त कार्यालय, उत्तर व मध्य अण्डमान के सम्मेलन कक्ष में आयोज़ित की जाएगी। बैठक का उद्देश्य 14 मई, 2026 से प्रारंभ होने वाले ज़िला परिषद, उत्तर व मध्य अण्डमान के पांचवें वर्ष के कार्यकाल हेतु अध्यक्ष/अध्यक्षा एवं उपाध्यक्ष/उपाध्यक्षा के पदों के लिए निर्वाचन सम्पन्न कराना है।

नव–निर्वाचित अध्यक्ष/अध्यक्षा एवं उपाध्यक्ष/उपाध्यक्षा, ज़िला परिषद सदस्यों को 14 मई, 2026 को सुबह 11 बजे उपायुक्त कार्यालय, उत्तर व मध्य अण्डमान के सम्मेलन कक्ष में शपथ दिलाई जाएगी। उत्तर व मध्य अण्डमान के उपायुक्त से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह (पंचायत) विनियमन, 1994 की धारा 150 की उपधारा (6) के तहत ज़िला परिषद के प्रथम एवं तृतीय वर्ष के लिए अध्यक्ष/अध्यक्षा का पद महिलाओं हेतु आरक्षित रहेगा तथा पांचवें वर्ष के लिए यह पद अनुसूचित जनजाति वर्ग के सदस्य, यदि कोई हो, के पक्ष में आरक्षित रहेगा।

शहीद द्वीप में पैरासेलिंग संचालन के संबंध में आवेदन आमंत्रित

श्री विजय पुरम, 9 मई

सूचना, प्रचार एवं पर्यटन निदेशालय, अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन द्वारा पात्र पर्यटन हितधारकों, जलक्रीड़ा संचालकों एवं नौका संचालकों से शहीद द्वीप में पैरासेलिंग गतिविधियों के संचालन हेतु पंजीकरण/अनुमति के लिए आवेदन आमंत्रित किए गए हैं।

विभिन्न पर्यटन स्थलों पर विशिष्ट पर्यटन श्रेणी के अंतर्गत मनोरंजन एवं अवकाश आधारित जलक्रीड़ा गतिविधियों को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से सूचना, प्रचार एवं पर्यटन निदेशालय द्वारा भारत सरकार के पर्यटन मंत्रालय के अंतर्गत राष्ट्रीय जलक्रीड़ा संस्थान (एनआईडब्ल्यूएस), गोवा के माध्यम से अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह जलक्रीड़ा दिशा–निर्देश, 2015 के अनुरूप व्यापक "जोखिम मूल्यांकन एवं सुरक्षा लेखा परीक्षण" कराया गया है।

शहीद द्वीप में निम्नलिखित अपतटीय क्षेत्रों को पैरासेलिंग गतिविधियों हेतु चिन्हित किया गया है:

- लक्ष्मणपुर तट संख्या–1 (अपतटीय क्षेत्र)
- लक्ष्मणपुर तट संख्या–2 (अपतटीय क्षेत्र)
- रामनगर तट (अपतटीय क्षेत्र)

सूचना, प्रचार एवं पर्यटन निदेशालय से प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार इच्छुक आवेदकों को निर्धारित प्रारूप में आवेदन पत्र आवश्यक दस्तावेज़ों सहित प्रस्तुत करना होगा और अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह जलक्रीड़ा दिशा–निर्देश, 2015 के अंतर्गत निर्धारित पात्रता मानदंडों एवं सुरक्षा आवश्यकताओं को पूर्ण करना अनिवार्य होगा। विस्तृत दिशा–निर्देश, आवेदन प्रारूप, आवश्यक दस्तावेज़ों की जांच सूची तथा नियम एवं शर्तें सूचना, प्रचार एवं पर्यटन निदेशालय, अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन के एडवेंचर वाटरस्पोर्ट्स अनुभाग से प्राप्त किए जा सकते हैं।

पानी के भीतर सबसे ऊँचा मानव स्तंभ बना; अण्डमान ने 2 दिनों में बनाए दो गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड

चौदह लोगों, ज़िनमें माननीय उप राज्यपाल भी शामिल थे, ने 22.3 मीटर लंबा मानव स्तंभ बनाया और तीन मिनट तक पानी के भीतर रहे : अधिकारी

अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन तथा भारतीय रक्षा बलों के सहयोग से आयोज़ित इस विशेष अभियान के तहत अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह में समुद्र के भीतर विशाल आकार का राष्ट्रीय ध्वज फहराया गया।

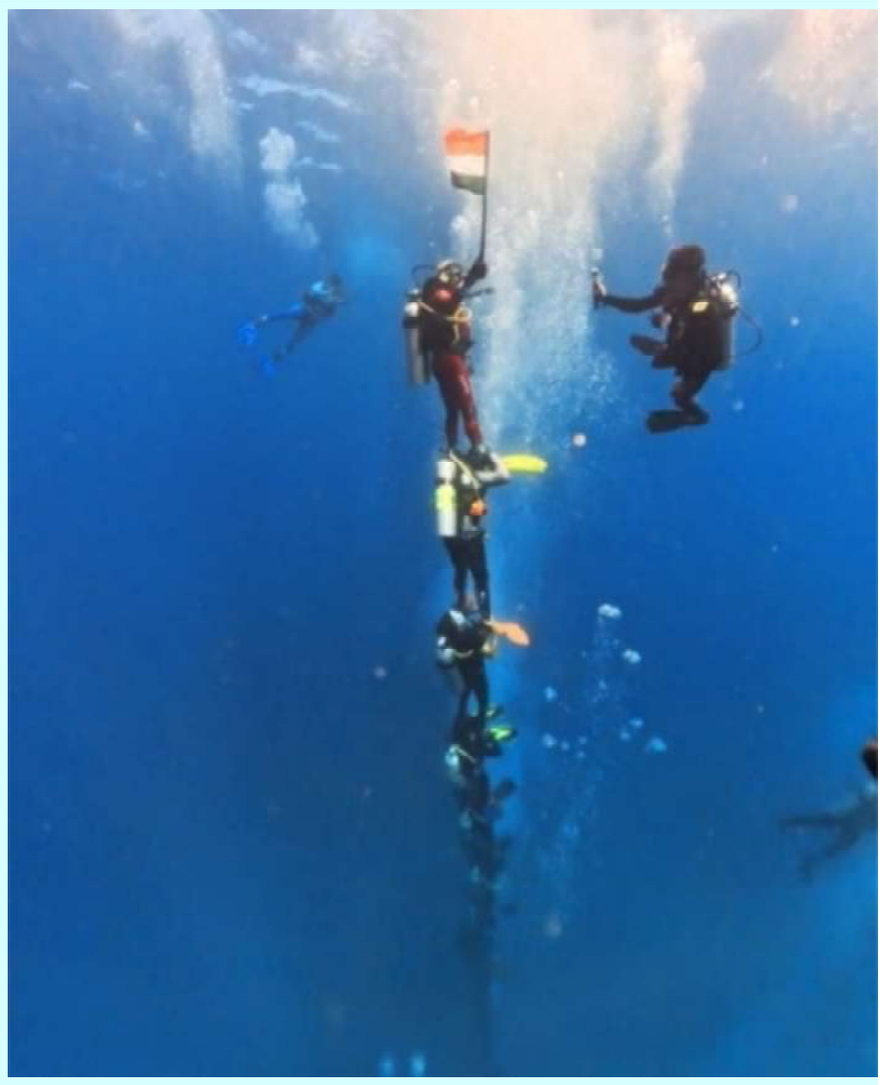
अधिकारियों के अनुसार, अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह ने रविवार (3 मई, 2026) को स्वराज द्वीप में पानी के भीतर सबसे ऊँचा मानव स्तंभ बनाकर एक और गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड स्थापित किया। अधिकारियों ने बताया कि इस 22.3 मीटर लंबे मानव स्तंभ के निर्माण में चौदह लोगों ने भाग लिया, ज़िनमें एडमिरल डी. के. जोशी, पीवीएसएम, एवीएसएम, वाईएसएम, एनएम, वीएसएम (अ.प्रा.), माननीय उप राज्यपाल, अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह एवं उपाध्यक्ष, द्वीप विकास एजेंसी भी शामिल थे। यह दल तीन मिनट तक पानी के भीतर रहा।

यह उपलब्धि उस ऐतिहासिक सफलता के एक दिन बाद हासिल हुई, जब केंद्र शासित प्रदेश प्रशासन ने इसी द्वीप के निकट विभिन्न एजेंसियों एवं प्रशिक्षित गोताखोरों के समन्वित अभियान के माध्यम से लगभग 60 ग 40 मीटर आकार का विश्व का सबसे बड़ा पानी के भीतर राष्ट्रीय ध्वज फहराकर नया कीर्तिमान स्थापित किया था।

माननीय उप राज्यपाल, अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह ने 2 मई, 2026 को आयोज़ित उस कार्यक्रम में भी भाग लिया था। अधिकारियों ने बताया कि ये लगातार प्राप्त उपलब्धियां द्वीपों को विश्वस्तरीय डाइविंग गंतव्य के रूप में स्थापित करने की व्यापक पहल का हिस्सा हैं, ज़िसके माध्यम से यहां की स्वच्छ समुद्री पारिस्थितिकी तथा उन्नत डाइविंग क्षमताओं को प्रदर्शित किया जा रहा है।

उन्होंने कहा कि इस पहल की योजना विभिन्न विभागों के समन्वय से बनाई गई थी तथा इसमें प्रशिक्षित गोताखोरों, तकनीकी विशेषज्ञों एवं सहयोगी दलों की भागीदारी सुनिश्चित की गई, ताकि अंतरराष्ट्रीय सुरक्षा मानकों एवं गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड के दिशा–निर्देशों का पूर्ण पालन किया जा सके।

इन दोनों गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड उपलब्धियों से राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर व्यापक ध्यान आकर्षित होने की उम्मीद है तथा इससे अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह की पहचान स्कूबा डाइविंग एवं इको–पर्यटन के प्रमुख केंद्र के रूप में और अधिक सुदृढ़ होगी। (स्रोत : https://www.thehindu.com/)



'अनिम्स' द्वारा राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण–2 के गुणात्मक सर्वेक्षण चरण का शुभारंभ

श्री विजय पुरम, 9 मई

यहां के अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह चिकित्सा संस्थान (अनिम्स) के सामुदायिक चिकित्सा विभाग एवं मनोरोग विभाग द्वारा संयुक्त रूप से राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण–2 (एनएमएचएस–2) के गुणात्मक सर्वेक्षण चरण का शुभारंभ किया गया। यह अध्ययन का पहला दिन है, जो अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह में क्षयरोग (टीबी) देखभाल को समझने एवं प्रदान करने की प्रणाली को नई दिशा दे सकता है।

द्वीपों में पहली बार संचालित की जा रही इस महत्वपूर्ण पहल का उद्देश्य टीबी रोगियों द्वारा उपचार के दौरान एवं उपचार के पश्चात अनुभव की जाने वाली मनोवैज्ञानिक चुनौतियों, भावनात्मक तनाव, सामाज़िक कठिनाइयों तथा समग्र मानसिक स्वास्थ्य स्थिति को समझना है। सर्वेक्षण के माध्यम से टीबी से प्रभावित व्यक्तियों द्वारा झेली जाने वाली सामाज़िक कलंक, सामाज़िक बाधाओं एवं उपचार संबंधी कठिनाइयों का भी अध्ययन किया जाएगा।

इस अध्ययन से प्राप्त निष्कर्षों से टीबी रोगियों के लिए मानसिक स्वास्थ्य सहायता प्रणाली को सुदृढ़ करने तथा क्षेत्र में समेकित स्वास्थ्य सेवाओं को बेहतर बनाने हेतु महत्वपूर्ण प्रमाण उपलब्ध होने की संभावना है। मानसिक एवं सामाज़िक स्वास्थ्य से जुड़ी प्रमुख समस्याओं की पहचान कर भविष्य की हस्तक्षेप योजनाओं एवं नीतियों को तैयार करने में सहायता मिलेगी, ज़िससे रोगियों की देखभाल एवं स्वस्थ होने की प्रक्रिया को और प्रभावी बनाया जा सकेगा।

सुव्यवस्थित गहन साक्षात्कार (आईडीआई) के माध्यम से आज से तीन अलग–अलग वर्गों

शेष पृष्ठ 4 पर

राष्ट्रीय बागवानी मिशन एवं कृषि यंत्रीकरण योजनाओं के तहत किसानों को अनुदान का लाभ

श्री विजय पुरम, 9 मई

बागवानी क्षेत्र कृषि विकास एवं अर्थव्यवस्था को गति प्रदान करने वाली एक संभावनाशील कृषि गतिविधि के रूप में उभरकर सामने आया है। किसान राष्ट्रीय बागवानी मिशन (एनएचएम), समन्वित बागवानी विकास मिशन (एमआईडीएच) की उप–योजना तथा प्रधानमंत्री–राष्ट्रीय कृषि विकास योजना (आरकेवीवाई) के अंतर्गत कृषि यंत्रीकरण उप–मिशन (एसएमएएम) के माध्यम से सतत आजीविका हेतु अनुदान का लाभ प्राप्त कर सकते हैं।

आत्मनिर्भर भारत एवं खाद्य सुरक्षा पहल के अंतर्गत, उच्च मूल्य कृषि विकास एजेंसी (एचवीएडीए) द्वारा कृषि विभाग के सहयोग से समन्वित बागवानी विकास मिशन (एमआईडीएच) को कार्यान्वित किया जा रहा है। इसके माध्यम से उत्पादकता बढ़ाने, श्रम पर निर्भरता कम करने तथा कृषि कार्यों की दक्षता में सुधार हेतु बागवानी यंत्रीकरण को प्रोत्साहित किया जा रहा है।

प्रधानमंत्री–राष्ट्रीय कृषि विकास योजना (आरकेवीवाई) के एक घटक के रूप में कृषि यंत्रीकरण उप–मिशन (एसएमएएम) का उद्देश्य लघु एवं सीमांत किसानों तक कृषि यंत्रीकरण का विस्तार करना है, विशेष रूप से उन क्षेत्रों में जहां कृषि शक्ति एवं यांत्रिक संसाधनों की उपलब्धता कम है। समन्वित बागवानी विकास मिशन (एमआईडीएच) के अंतर्गत राष्ट्रीय बागवानी मिशन योजना के "बागवानी यंत्रीकरण" घटक के तहत अनुदान की व्यवस्था निम्नानुसार है:

शेष पृष्ठ 4 पर

भारत ने एम.आई.आर.वी. प्रणाली से लैस उन्नत अग्नि मिसाइल का किया सफल परीक्षण

नई दिल्ली, 9 मई।

भारत ने कल ओडिसा के डॉक्टर ए.पी.जे. अब्दुल कलाम द्वीप से मल्टीपल इंडिपेंडेंटली टार्गेटेड री–एंट्री व्हीकल (एम.आई.आर.वी.) प्रणाली से लैस उन्नत अग्नि मिसाइल का सफल परीक्षण किया। एम.आई.आर.वी. ऐसी तकनीक है जिससे एक ही मिसाइल कई लक्ष्यों को निशाना बना सकती है। रक्षा मंत्रालय ने सोशल मीडिया पोस्ट में बताया कि इस मिसाइल का परीक्षण कई पेलोड के साथ किया गया, जिसका निशाना हिंद महासागर के भौगोलिक क्षेत्र में फैले विभिन्न लक्ष्यों पर था।

रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने एम.आई.आर.वी क्षमता से लैस अग्नि मिसाइल के सफल परीक्षण के लिए रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन (डी.आर.डी.ओ), सेना और उद्योग जगत की सराहना की है। श्री सिंह ने कहा कि बढ़ते खतरे के मद्देनजर इस उन्नत मिसाइल से देश की रक्षा तैयारियों को अभूतपूर्व मजबूती मिलेगी।

बाराटांग में पर्यटकों के लिए सुरक्षा जागरूकता प्रदर्शन आयोजित

बाराटांग, 9 मई

पर्यटकों के बीच सुरक्षा जागरूकता को बढ़ावा देने हेतु अग्निशमन केंद्र, बाराटांग, मध्य अण्डमान के अग्निशमन कर्मियों द्वारा बाराटांग स्थित नीलांबूर जेटी के बोर्डिंग प्वाइंट पर विशेष सुरक्षा प्रदर्शन आयोज़ित किया गया। कार्यक्रम के दौरान पर्यटकों को लाइफ जैकेट एवं लाइफ बॉय के सही उपयोग का व्यावहारिक प्रदर्शन कर जागरूक किया गया। साथ ही, एसओएलएएस (समुद्र में जीवन की सुरक्षा) के प्रमुख सिद्धांतों, जैसे मस्टर प्रक्रिया एवं आपातकालीन संकेतों के संबंध में संक्षिप्त जानकारी दी गई।

पर्यटकों को डूबने अथवा आग लगने जैसी आपात स्थितियों के दौरान अपनाए जाने वाले उपायों के बारे में भी मार्गदर्शन दिया गया तथा नौका में यात्रा के दौरान सुरक्षा सुनिश्चित करने हेतु आवश्यक "क्या करें और क्या न करें" की जानकारी प्रदान की गई। उत्तर व मध्य अण्डमान के पुलिस अधीक्षक से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, इस कार्यक्रम को उत्साहजनक प्रतिक्रिया प्राप्त हुई तथा 100 से अधिक पर्यटकों एवं नौका चालक दल के सदस्यों ने जागरूकता अभियान में सक्रिय रूप से भाग लिया।

श्री विजय पुरम में महा आधार शिविर आयोज़ित

श्री विजय पुरम, 9 मई

नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले विभाग द्वारा शिक्षा, स्वास्थ्य एवं समाज कल्याण विभागों के समन्वय से 27 एवं 28 अप्रैल, 2026 को राजकीय बालक वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय, श्री विजय पुरम में महा आधार शिविर का आयोजन किया गया। शिविर का मुख्य उद्देश्य 0 से 5 वर्ष आयु वर्ग के बच्चों का आधार नामांकन सुनिश्चित करना तथा 5 से 15 वर्ष एवं 15 से 17 वर्ष आयु वर्ग के बच्चों के लिए अनिवार्य बायोमेट्रिक अद्यतन (एमबीयू1 एवं एमबीयू2) कराना था।

दो दिवसीय शिविर के दौरान कुल 142 नए आधार नामांकन किए गए, जबकि 113 बायोमेट्रिक अद्यतन सम्पन्न किए गए, जो आम जनता की उत्साहजनक भागीदारी को दर्शाता है। विभाग सार्वभौमिक आधार कवरेज सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है तथा शेष वंचित बच्चों को शामिल करने हेतु आगामी दिनों में भी इस प्रकार के शिविर आयोज़ित करता रहेगा। नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता मामले विभाग से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, आम जनता को ऐसे अवसरों का लाभ उठाने तथा निर्धारित दिशा–निर्देशों के अनुरूप अपने बच्चों का समय पर बायोमेट्रिक अद्यतन सुनिश्चित करने की सलाह दी गई है।

राष्ट्रीय बागवानी मिशन एवं कृषि यंत्रीकरण

पृष्ठ 1 का शेष

क्र.सं.	घटक	सहायता का स्वरूप
1.	समेकित बागवानी विकास मिशन (एमआईडीएच) के अंतर्गत राष्ट्रीय बागवानी मिशन योजना	
क	घटक : बागवानी यंत्रीकरण	
1	ट्रैक्टर (20 पीटीओ एचपी तक) 2डब्ल्यूडी	लागत का 50 प्रतिशत अनुदान, अधिकतम 2.00 लाख रूपए प्रति इकाई तक, प्रति लाभार्थी
2	पावर टिलर (8 एचपी से अधिक)	लागत का 50 प्रतिशत अनुदान, अधिकतम 1.00 लाख रूपए प्रति इकाई तक, प्रति लाभार्थी
3	पौध संरक्षण उपकरण (पावर चालित नैपसैक स्प्रेयर/पावर चालित ताइवान स्प्रेयर)	लागत का 50 प्रतिशत अनुदान, अधिकतम 3000 रूपए प्रति इकाई तक, प्रति लाभार्थी

कृषि यंत्रीकरण उप–मिशन (एसएमएएम) के अंतर्गत अनुदान का स्वरूप निम्नानुसार है:					
क्र.सं.	कृषि मशीनरी का प्रकार	अनुसूचित जनजाति, लघु एवं सीमांत तथा महिला किसानों हेतु अधिकतम अनुमेय		अन्य लाभार्थियों हेतु अधिकतम अनुमेय अनुदान/मशीन/लाभार्थी (लाख रुपये में) (ग्रामीण उद्यमी, किसान सहकारी समितियां, दीनदयाल–एनआरएलएम स्वयं सहायता समूह, पंजीकृत किसान समितियां, एफपीओ एवं पंचायतें)	
		अनुदान/मशीन/लाभार्थी (लाख रुपये में)	सहायता का स्वरूप	अनुदान/मशीन/लाभार्थी (लाख रुपये में)	सहायता का स्वरूप
1	ट्रैक्टर (2डब्ल्यूडी, 20 एचपी से कम)	2.0	50 प्रतिशत	1.6	40 प्रतिशत
2	ट्रैक्टर (2डब्ल्यूडी, 20–40 एचपी)	3.0	50 प्रतिशत	2.4	40 प्रतिशत
3	ट्रैक्टर (2डब्ल्यूडी, 40–50 एचपी)	4.50	50 प्रतिशत	3.6	40 प्रतिशत
4	ट्रैक्टर चालित भूमि विकास एवं जुताई उपकरण	0.25	50 प्रतिशत	0.2	40 प्रतिशत
5	सुपारी/नारियल हार्वेस्टर/क्लाइंबर	0.30	50 प्रतिशत	0.24	40 प्रतिशत
6	ट्रेलर ट्रॉली (5 टन क्षमता तक)	1.0	50 प्रतिशत	0.8	40 प्रतिशत
7	चारा काटने की मशीन (इंजन/विद्युत संचालित)	0.25	50 प्रतिशत	0.2	40 प्रतिशत
8	वुड चिपर/कृषि अपशिष्ट श्रेडर	1.38	50 प्रतिशत	1.10	40 प्रतिशत
9	एल्युमिनियम सीढ़ी	0.15	50 प्रतिशत	0.12	40 प्रतिशत
10	सभी प्रकार के पावर चालित डीहस्कर/हेलर/डीकोनिंग मशीन/हार्वेस्टर/पीलर/स्प्लिटर/श्रेडर (बागवानी/तिलहन फसलें)	0.75	50 प्रतिशत	0.60	40 प्रतिशत
11	पैकिंग मशीनें (बागवानी/खाद्यान्न/तिलहन)	3.0	50 प्रतिशत	2.40	40 प्रतिशत
12	सभी प्रकार के ड्रायर (बागवानी/खाद्यान्न/तिलहन)	1.0	50 प्रतिशत	0.80	40 प्रतिशत
13	घास काटने की मशीन	0.25	50 प्रतिशत	0.20	40 प्रतिशत

कृषि विभाग से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, विभाग ने अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के किसानों, ग्रामीण उद्यमियों, किसान सहकारी समितियों, दीनदयाल–एनआरएलएम स्वयं सहायता समूहों, पंजीकृत किसान समितियों, एफपीओ तथा पंचायतों से केंद्र प्रायोज़ित योजनाओं–एमआईडीएच एवं पीएम–आरकेवीवाई–एसएमएएम का लाभ उठाने की अपील की है। इसके लिए संबंधित क्षेत्राधिकार में तैनात कृषि विभाग के क्षेत्रीय अधिकारियों एवं विस्तार कर्मियों से संपर्क कर आवेदन पत्र तथा अनुदान प्राप्त करने संबंधी सभी आवश्यक मार्गदर्शन प्राप्त किया जा सकता है।

ज़िला कारागार, प्रोथरापुर में 'नशामुक्त भारत अभियान' के तहत जागरूकता एवं संवाद कार्यक्रम आयोज़ित

श्री विजय पुरम, 9 मई।

'नशामुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत आज ज़िला कारागार, प्रोथरापुर में राष्ट्रीय मादक द्रव्य मांग न्यूनीकरण कार्ययोजना (एनएपीडीडीआर) द्वारा आईआरसीए, कारागार विभाग तथा यूडीआईडी योजना के सहयोग से जागरूकता–सह–परस्पर संवाद कार्यक्रम आयोज़ित किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य बंदियों के बीच नशीले पदार्थों के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूकता फैलाना तथा पुनर्वास, स्वास्थ्य लाभ और सामाज़िक पुनर्समावेशन के महत्व पर बल देना था।

कार्यक्रम के दौरान नोडल अधिकारी (एनएपीडीडीआर) ने बंदियों को "नशामुक्त भारत अभियान" के उद्देश्यों एवं इसके अंतर्गत नशीले पदार्थों के दुरुपयोग की रोकथाम तथा नशामुक्त समाज के निर्माण हेतु संचालित विभिन्न गतिविधियों की जानकारी दी। आईआरसीए के चिकित्सा अधिकारी ने नशीले पदार्थों से प्रभावित व्यक्तियों के पुनर्वास की प्रक्रिया पर संवादात्मक सत्र आयोज़ित किया तथा बंदियों को नशामुक्ति उपचार, परामर्श सेवाओं, पुनः नशे की प्रवृत्ति की रोकथाम तथा स्वास्थ्य लाभ सहायता तंत्र के बारे में संवेदनशील बनाया।

इसके अतिरिक्त, ज़िला कारागार के जेलर ने बंदियों को सकारात्मक एवं अनुशासित जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित किया तथा आत्म–सुधार, पुनर्वास और ज़िम्मेदार नागरिक के रूप में समाज में सफल पुनर्समावेशन के महत्व पर ज़ोर दिया। राज्य समन्वयक, यूडीआईडी ने भी बंदियों एवं अधिकारियों को विशिष्ट दिव्यांगता पहचान पत्र (यूडीआईडी) के लाभों की जानकारी दी तथा कार्ड के लिए आवेदन करने और विभिन्न सरकारी कल्याणकारी योजनाओं एवं सेवाओं का लाभ उठाने की प्रक्रिया समझाई।

इससे पूर्व, सभा को संबोधित करते हुए डिप्टी जेलर ने सुधारात्मक संस्थानों में इस प्रकार के जागरूकता कार्यक्रमों के आयोजन के महत्व पर प्रकाश डाला, ज़िससे सकारात्मक व्यवहार परिवर्तन और सामाज़िक ज़िम्मेदारी को बढ़ावा मिलता है।

समाज कल्याण निदेशालय से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार कार्यक्रम का समापन "नशे को ना कहें, जीवन को हां कहें" की सामूहिक शपथ के साथ हुआ। साथ ही सभी बंदियों से नशीले पदार्थों एवं शराब से दूर रहने तथा स्वस्थ, सुरक्षित और ज़िम्मेदार समाज के निर्माण में सक्रिय योगदान देने की अपील की गई।

द्वीपों में 10 से 13 मई तक आंधी एवं बिजली गिरने की संभावना

श्री विजय पुरम, 9 मई

आपदा प्रबंधन निदेशालय से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, 10, 11, 12 एवं 13 मई को अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के एक या दो स्थानों पर 40 से 50 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से तेज हवाओं के साथ गरज–चमक एवं बिजली गिरने की प्रबल संभावना है।

'अनिम्स' द्वारा राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण–2

पृष्ठ 1 का शेष

के टीबी रोगियों से जानकारी संकलित की जा रही है–वर्तमान में उपचाररत रोगी, उपचार पूर्ण कर चुके रोगी तथा उपचार बीच में छोड़ चुके रोगी। प्रत्येक वर्ग की अपनी अलग जीवन कहानी है और प्रत्येक की आवाज़ को महत्व दिया जा रहा है। अध्ययन में भाग लेने वाले प्रत्येक रोगी को उच्च प्रोटीन युक्त पोषण आहार पैकेट भी प्रदान किया जा रहा है, यह स्वीकार करते हुए कि मानसिक स्वास्थ्य एवं शारीरिक पोषण, दोनों ही स्वस्थ पुनर्प्राप्ति के महत्वपूर्ण आधार हैं। 'अनिम्स' से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति में कहा गया है कि यह अध्ययन भारत के राष्ट्रीय टीबी उन्मूलन मिशन तथा सार्वभौमिक स्वास्थ्य कवरेज के दृष्टिकोण को प्रत्यक्ष रूप से आगे बढ़ाता है और टीबी–मुक्त भारत के प्रति सरकार की प्रतिबद्धता के अनुरूप है।

कालीघाट पुलिस ने दो दिनों में लापता महिला को खोज निकाला

डिगलीपुर, 9 मई

त्वरित एवं प्रभावी कार्रवाई करते हुए पुलिस थाना कालीघाट, उत्तर अण्डमान ने गुमशुदगी की रिपोर्ट दर्ज़ होने के दो दिनों के भीतर एक लापता महिला का सफलतापूर्वक पता लगा लिया।

किशोरीनगर निवासी एक महिला की गुमशुदगी की सूचना प्राप्त होने पर 3 मई, 2026 को कालीघाट थाना की समर्पित पुलिस टीम ने तुरंत व्यापक खोज अभियान प्रारंभ किया। टीम ने गवाहों से पूछताछ की तथा उपलब्ध सभी सुरागों पर गंभीरता एवं तत्परता के साथ कार्यवाही की।

उत्तर व मध्य अण्डमान के पुलिस अधीक्षक से प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, पुलिस के सतत प्रयासों के परिणामस्वरूप 5 मई, 2026 को डिगलीपुर में महिला का सफलतापूर्वक पता लगा लिया गया। उत्तर व मध्य अण्डमान ज़िला पुलिस ने त्वरित प्रतिक्रिया एवं प्रभावी जनसहायता सुनिश्चित करने की अपनी प्रतिबद्धता दोहराई है।

सूचना, प्रचार और पर्यटन निदेशालय द्वारा प्रकाशित तथा प्रबन्धक, राजकीय मुद्रणालय द्वारा मुद्रित, वितरण तथा विज्ञापन के लिए फोन–229465, प्रधान सम्पादक (प्रभारी) पी. कैरल डी. सोणी
e-mail:dweepsamachar@gmail.com

जलवायु परिवर्तन–अनुकूल खेती को बढ़ावा, टिकाऊ कृषि और मिट्टी की सेहत सुधारने पर जोर

नई दिल्ली, 09 मई।

केंद्र सरकार ने जलवायु परिवर्तन की चुनौतियों से निपटने और खेती को अधिक टिकाऊ बनाने के लिए बड़े स्तर पर काम तेज कर दिया है। सरकार की ओर से जारी एक आधिकारिक फैक्टशीट के अनुसार, वर्ष 2014–15 में शुरू किए गए राष्ट्रीय सतत कृषि मिशन (एनएमएसए) के तहत अब तक वर्षा–आधारित कृषि विकास (आरएडी) कार्यक्रम के लिए 2,119.84 करोड़ रुपए जारी किए जा चुके हैं। इससे 8.50 लाख हेक्टेयर क्षेत्र को कवर किया गया है और करीब 14.35 लाख किसानों को लाभ मिला है।

सरकार ने बताया कि देश में जल संरक्षण और खेती में पानी के बेहतर इस्तेमाल को बढ़ावा देने के लिए सूक्ष्म सिंचाई योजनाओं पर भी तेजी से काम किया जा रहा है। वर्ष 2015–16 से अब तक करीब 109 लाख हेक्टेयर क्षेत्र को सूक्ष्म सिंचाई के दायरे में लाया गया है, जिसके लिए केंद्र सरकार ने 26,325 करोड़ रुपए की सहायता जारी की है। सरकार ने 2025–26 से 2029–30 के बीच अगले पांच वर्षों में 100 लाख हेक्टेयर क्षेत्र को माइक्रो इरिगेशन के तहत लाने का लक्ष्य रखा है। इसके लिए 'पर ड्रॉप मोर क्रॉप(पीडीएमसी)' योजना के तहत हर साल कम से कम 20 लाख हेक्टेयर क्षेत्र को कवर करने की योजना बनाई गई है।

मिट्टी की गुणवत्ता सुधारने के लिए सरकार सॉइल हेल्थ कार्ड योजना पर भी विशेष ध्यान दे रही है। वर्ष 2025–26 के दौरान 97.53 लाख मिट्टी के नमूने एकत्र किए गए, जिनमें से 92.87 लाख नमूनों की जांच की गई। वहीं, वर्ष 2015 से अब तक कुल 25.79 करोड़ सॉइल हेल्थ कार्ड जारी किए जा चुके हैं। इन कार्डों के जरिए किसानों को फसल के अनुसार सही पोषक तत्वों और उर्वरकों के उपयोग की सलाह दी जाती है, जिससे मिट्टी की गुणवत्ता बेहतर होती है और उत्पादन में भी सुधार आता है।

नीति आयोग की 2025 की एक रिपोर्ट के मुताबिक, सॉइल हेल्थ कार्ड योजना के कारण किसानों ने यूरिया के अत्यधिक उपयोग को कम किया है और संतुलित उर्वरक इस्तेमाल की दिशा में प्रगति हुई है। सर्वे में शामिल 68.5 प्रतिशत किसानों ने माना कि सुझाए गए उपाय अपनाने से उनकी मिट्टी की गुणवत्ता में बड़ा सुधार हुआ, जबकि 25.7 प्रतिशत किसानों ने आंशिक सुधार की बात कही।

सरकार ने यह भी बताया कि वर्ष 2014 से 2025 के बीच राष्ट्रीय कृषि अनुसंधान प्रणाली के तहत 2,996 जलवायु–अनुकूल फसल किस्में विकसित और जारी की गई हैं। इन नई किस्मों को इस तरह तैयार किया गया है कि वे बदलते मौसम और जलवायु परिस्थितियों में भी बेहतर उत्पादन दे सकें।

भारत में करीब 60 प्रतिशत खेती वर्षा–आधारित क्षेत्रों में होती है, जो देश के कुल खाद्यान्न उत्पादन में लगभग 40 प्रतिशत योगदान देती है। ऐसे में प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण और टिकाऊ खेती प्रणाली का विकास बेहद महत्वपूर्ण माना जा रहा है। इसी उद्देश्य से सरकार ने राष्ट्रीय जलवायु परिवर्तन कार्य योजना के तहत राष्ट्रीय सतत कृषि मिशन की शुरुआत की थी।

"स्वच्छ सागर, सुरक्षित सागर" के लिए 11 हजार किमी. समुद्री तट पर चलेगा बड़ा सफाई अभियान

नई दिल्ली, 09 मई।

केंद्रीय मंत्री डॉ. जितेन्द्र सिंह ने शनिवार को "स्वच्छ सागर, सुरक्षित सागर" 2026 अभियान और आगामी इंडिया इंटरनेशनल साइंस फेस्टिवल की तैयारियों की विस्तृत समीक्षा की।

इस बैठक में तय किया गया कि "स्वच्छ सागर, सुरक्षित सागर" 2026 अभियान 12 से 19 सितंबर तक पूरे देश में चलाया जाएगा और इसका समापन अंतरराष्ट्रीय तटीय सफाई दिवस के मौके पर होगा। यह अभियान भारत के 11,098 किलोमीटर लंबे समुद्री तट को कवर करेगा।

विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी मंत्रालय ने जानकारी दी कि इस अभियान में केंद्र और राज्य सरकारों के मंत्रालयों के साथ–साथ वैज्ञानिक संस्थान, जिला प्रशासन, भारतीय तटरक्षक बल, एनसीसी, एनएसएस, स्वयंसेवी संगठन और स्थानीय समुदाय मिलकर भाग लेंगे। सरकार ने इसे एक "जन–आंदोलन" के रूप में आगे बढ़ाने की योजना बनाई है। बैठक में बताया गया कि इस अभियान के जरिए समुद्री कचरे की सफाई, तटीय क्षेत्रों की सुरक्षा और समुद्री पारिस्थितिकी तंत्र को मजबूत करने पर जोर दिया जाएगा। इसके लिए वैज्ञानिक निगरानी के साथ–साथ जनभागीदारी भी बढ़ाई जाएगी।

पिछले वर्षों की प्रगति की समीक्षा में बताया गया कि 2025 अभियान के दौरान 150 टन से अधिक समुद्री कचरे का दस्तावेजीकरण किया गया था। नागरिकों की भागीदारी बढ़ाने के लिए "सागर ऐप" जैसे डिजिटल प्लेटफॉर्म का उपयोग किया जा रहा है, जिससे तटीय क्षेत्रों में कचरे की निगरानी और रिपोर्टिंग आसान हुई है।

केन्द्रीय मंत्री डॉ. जितेन्द्र सिंह ने कहा कि यह अभियान प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के ब्लू इकोनॉमी विजन को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। उन्होंने कहा कि समुद्री सुरक्षा और पर्यावरण संरक्षण अब राष्ट्रीय प्राथमिकता का हिस्सा हैं।

इसके साथ ही "इंडिया इंटरनेशनल साइंस फेस्टिवल" की तैयारियों की भी समीक्षा की गई, जो इस वर्ष दिसंबर के तीसरे सप्ताह में पुणे में आयोजित होगा।

इस फेस्टिवल में वैज्ञानिक संस्थान, स्टार्टअप्स, शोधकर्ता, छात्र और नवाचार से जुड़े युवा शामिल होंगे। उद्देश्य विज्ञान और तकनीक को आम जनता से जोड़ना और इनोवेशन इकोसिस्टम को मजबूत करना है।

इतिहास के पन्नों में 10 मई: जिन्होंने देश की खुफिया ताकत को दिया आकार

नई दिल्ली, 09 मई।

रामेश्वर नाथ काव (10 मई 1918 . 20 जनवरी 2002) एक भारतीय नौकरशाह, पुलिस अधिकारी और खुफिया अधिकारी थे । उन्हें 1968 से 1977 तक भारत की गुप्तचर संस्था 'रॉ' (रिसर्च एण्ड एनालिसिस विंग) के प्रथम सचिव के रूप में सेवा देने के लिए जाना जाता है। उन्होंने आर एंड एडब्ल्यू के निर्माण में मदद की।

काव भारत सरकार के मंत्रिमंडल सचिवालय में सचिव (अनुसंधान) के पद पर कार्यरत थे। अपने लंबे करियर के दौरान, उन्होंने प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू के निजी सुरक्षा प्रमुख और प्रधानमंत्री राजीव गांधी के सुरक्षा सलाहकार के रूप में भी कार्य किया। उन्होंने विमानन अनुसंधान केंद्र (एआरसी), 1980 के दशक में पंजाब उग्रवाद के दौरान राष्ट्रीय सुरक्षा गार्ड (एनएसजी) की स्थापना की।

काव का जन्म 10 मई 1918 को संयुक्त प्रांत (उत्तर प्रदेश) के बनारस में एक कश्मीरी पंडित परिवार में हुआ था, जो जम्मू और कश्मीर के श्रीनगर जिले से पलायन कर गया था। उनका पालन–पोषण उनके चाचा पंडित त्रिलोकीनाथ काव ने किया। उन्होंने 1932 में मैट्रिक और 1934 में इंटरमीडिएट की परीक्षा उत्तीर्ण की। 1936 में, उन्होंने लखनऊ विश्वविद्यालय से कला स्नातक की उपाधि प्राप्त की। इसके बाद उन्होंने इलाहाबाद विश्वविद्यालय में अंग्रेजी साहित्य में एमए किया।साल 2002 में 84 वर्ष की आयु में उनका निधन हुआ।

अन्य अहम घटनाएं:1857 – भारत का प्रथम स्वतंत्रता संग्राम इसी दिन आरंभ हुआ था।

1994 – दक्षिण अरीका में नेल्सन मंडेला ने प्रिटोरिया में एक ऐतिहासिक समारोह में राष्ट्रपति पद की शपथ ली।

2001 – भारत व ताजिकिस्तान ने संयुक्त घोषणा पर हस्ताक्षर किए, घाना में फुटबाल मैच के दौरान हिंसा, 130 मरे।

2003 – मोजाम्बिक के राष्ट्रपति जोकि अल्बर्टो फिसानों 6 दिवसीय यात्रा पर भारत पहुँचे।

2005 – लाहौर–अमृतसर बस सेवा शुरू करने पर भारत और पाकिस्तान सहमत।

2006 – 1987 में नोबेल पुरस्कार से सम्मानित आस्कर एरियास ने दुबारा कोस्टारिका के राष्ट्रपति पद की शपथ ग्रहण की।

2007 – अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन ने कार्यस्थल पर होने वाले भेदभाव पर रिपोर्ट जारी की।

2008 – लेबनान में ईरान समर्थित विद्रोही संगठन हिजबुल्ला ने राजधानी बेरुत के मुस्लिम इलाके पर कब्जा करने का दावा किया।

फीफा वर्ल्ड कप 2026 उद्घाटन समारोह में प्रस्तुति देंगी नोरा फतेही

नई दिल्ली, 09 मई।

बॉलीवुड अभिनेत्री नोरा फतेही फीफा वर्ल्ड कप 2026 के उद्घाटन समारोह में प्रस्तुति देती नजर आएंगी। यह समारोह 12 जून 2026 को कनाडा के टोरंटो स्थित बीएमओ फील्ड में आयोजित होगा। खास बात यह है कि नोरा इस भव्य आयोजन में न सिर्फ परफॉर्म करेंगी, बल्कि गायन भी करेंगी।

फीफा की ओर से जारी विज्ञप्ति के अनुसार, नोरा फतेही के साथ इस समारोह में कई अंतरराष्ट्रीय कलाकार भी शामिल होंगे। इनमें एलानिस मॉरिसेट, एलेसिया कारा, एलियाना, जेसी रेयेज, माइकल बब्ले, संजॉय, वेजीड्रीम और विलियम प्रिंस जैसे नाम शामिल हैं।

वहीं अमेरिका में होने वाले उद्घाटन समारोह में अनिटा, यूचर, केटी पेरी, लीसा, रेमा और टायला जैसे वैश्विक संगीत सितारे प्रस्तुति देंगे। इससे फीफा वर्ल्ड कप 2026 खेल, संगीत और मनोरंजन का भव्य संगम बनने जा रहा है। नोरा फतेही की इस लाइनअप में मौजूदगी उनके बढ़ते अंतरराष्ट्रीय प्रभाव को दर्शाती है। वह पहले भी फीफा वर्ल्ड कप 2022 के समारोहों में अपनी प्रस्तुति से दर्शकों का दिल जीत चुकी हैं। इस बार उनकी वापसी एक बार फिर यह साबित करती है कि वैश्विक मंचों पर उनकी लोकप्रियता लगातार बढ़ रही है।

नोरा को एक बहुआयामी कलाकार माना जाता है, जो संगीत, नृत्य और मंचीय प्रदर्शन का शानदार मिश्रण पेश करती हैं। उन्होंने इससे पहले टी20 वर्ल्ड कप जैसे बड़े खेल आयोजनों से जुड़े कार्यक्रमों में भी प्रस्तुति दी है।

फीफा वर्ल्ड कप 2026 के उद्घाटन समारोह में नोरा फतेही का प्रदर्शन उनके अंतरराष्ट्रीय करियर का एक और बड़ा पड़ाव माना जा रहा है। टोरंटो में दुनिया भर के मशहूर कलाकारों के साथ मंच साझा करते हुए नोरा एक बार फिर अपनी खास ऊर्जा और प्रदर्शन से दर्शकों को मंत्रमुग्ध करती नजर आएंगी।

इंडियनऑयल
IndianOil

विपणन प्रभाग – पश्चिम बंगाल राज्य कार्यालय

रुचि की अभिव्यक्ति

इंडियनऑयल द्वारा व्यक्तिगत उद्यमी, कंपनियों आदि से रुचि की अभिव्यक्ति आमंत्रित की जाती है, जो वाणिज्यिक स्टोर्स (एक या एक से अधिक स्थानों पर) स्थापित करने / संचालित करने में रुचि रखते हों। ये स्टोर्स उत्पाद/गतिविधियों (NFR - नॉन फ्यूल गतिविधियाँ जैसे PUC सेंटर और टायर रिपेयर शॉप) के लिए होंगे, जिन्हें स्वयं या फ्रेंचाइज़ी के माध्यम से संचालित किया जा सकता है। ये स्थान इंडियनऑयल के रिटेल आउटलेट्स (पेट्रोल पंप) के भीतर उपलब्ध खाली / कवर स्पेस (लगभग 30 वर्ग फुट से 1000 वर्ग फुट तक) में, साइट की वास्तविक स्थिति के अनुसार, पश्चिम बंगाल, सिक्किम और अंडमान एवं निकोबार द्वीप समूह में स्थित हैं। इंडियनऑयल इच्छुक पक्षों के साथ अपने प्रचलित नियमों एवं नीतियों के अनुसार वाणिज्यिक शर्तों पर बातचीत करेगा। इच्छुक आवेदक विवरण के लिए पोर्टल https://iocletenders.nic.in पर टेंडर आईडी: 2026_WBSO_189758_1 देख सकते हैं। किसी भी प्रकार का संशोधन (Corrigendum) इसी वेबसाइट पर प्रकाशित किया जाएगा। अधिक जानकारी के लिए www.iocl.com/ suppliers-notices पर भी विजिट कर सकते हैं।

आवेदन की अंतिम तिथि (ई-टेंडर पोर्टल/ईमेल/डाक द्वारा) 09/06/2026 को सायं 17:00 बजे तक है। सुनिश्चित करें कि आवेदन निर्धारित समय तक इंडियनऑयल को प्राप्त हो जाए।

संपर्क: जनरल मैनेजर (RS-NFR & AE), वेस्ट बंगाल स्टेट ऑफिस, कोलकाता

राज्य	नाम	मोबाइल नंबर	ईमेल	पता
पश्चिम बंगाल, सिक्किम और अंडमान एवं निकोबार द्वीप समूह	प्रसांत हलदार	9433045710	haldarp@indianoil.in	वेस्ट बंगाल स्टेट ऑफिस इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन लिमिटेड इंडियन ऑयल भवन 2, गरियाहाट रोड (दक्षिण), कोलकाता - 700068

'सुपरफूड' पालक के सेवन से हो सकती है पथरी से लेकर जोड़ों में दर्द की परेशानी, इन लोगों को बरतनी चाहिए सावधानी

नई दिल्ली, 09 मई।

जब भी शरीर में रक्त की मात्रा को बढ़ाने या शरीर के ओवरऑल हेल्थ की बात आती है, तब सबसे पहले पालक का नाम आता है।पालक को सब्जियों को 'सुपरफूड' कहा जाता है क्योंकि यह न सिर्फ रक्त के लिए बल्कि हड्डियों और पेट के लिए भी लाभकारी होता है, लेकिन बहुत कम लोग जानते हैं कि पालक से किन लोगों को परहेज करना चाहिए। पालक सभी लोग खा तो लेते हैं, लेकिन कुछ के लिए पालक मुसीबत बन जाता है। आज हम पालक के फायदों के बारे में नहीं, बल्कि उसके सेवन से होने वाले नुकसान के बारे में भी जानेंगे।

आयुर्वेद में पालक खाने के लाभ तो बताए गए हैं लेकिन उसके साथ ही कुछ सावधानियां भी बताई गई हैं कि किन लोगों को पालक से परहेज करना चाहिए। आयुर्वेद में पालक को उसकी प्रकृति, गुण और शरीर के दोषों (वात–पित्त–कफ) पर पड़ने वाले प्रभाव के आधार पर देखता है। पालक जहां रक्त को बढ़ाने का काम करता है, वहीं दूसरी तरफ पालक के सेवन से पथरी होने का खतरा बढ़ता है और पथरी से पीड़ित मरीजों को पालक न खाने की सलाह दी जाती है।

अगर किसी को यूटीआई से संबंधित परेशानी ज्यादा रहती है, तो उसे पालक से परहेज करना चाहिए। पालक का अत्यधिक सेवन मूत्रवाही स्रोतों में रुकावट पैदा कर सकता है, इसलिए अगर यूटीआई रहता है तो पालक से

परहेज करें। यह आगे जाकर पथरी का खतरा बन सकता है।

आयुर्वेद के अनुसार, यदि आपकी पाचन अग्नि मंद है, तो पालक का सेवन सावधानी से करना चाहिए। पाचन शक्ति कमजोर होने पर पालक ठीक से पचने के बजाय पेट में टॉक्सिन पैदा कर सकता है, जिससे पेट में भारीपन और खराब बैक्टीरिया पनपने लगते हैं। ऐसी स्थिति में पालक से परहेज करना ही बेहतर है। इसके अलावा, यदि शरीर में वात और कफ की अधिकता है, तो भी पालक का अधिक सेवन नुकसानदेह हो सकता है। पालक की प्रकृति भारी होती है, जो कफ को बढ़ाकर श्वसन संबंधी संवेदनशीलता और वात को बढ़ाकर जोड़ों में जकड़न या गैस की समस्या पैदा कर सकती है।

व्हेल, डॉल्फिन और सील जैसे समुद्री जीवों की ताकत ही बन गई सबसे बड़ी कमजोरी, जानिए नए शोध में क्या पता चला

नई दिल्ली, 09 मई।

व्हेल, डॉल्फिन और सील जैसे समुद्री स्तनधारी बहुत सामाजिक जीव होते हैं। ये अकेले नहीं रहते, बल्कि बड़े–बड़े समूहों में साथ रहते हैं। ये एक–दूसरे के साथ लंबे समय तक रिश्ते बनाते हैं, कई सालों तक, कभी–कभी तो दशकों तक। ये साथी उनके लिए परिवार जैसे होते हैं। साथ रहने से इन्हें कई फायदे मिलते हैं, जैसे शिकार ढूंढना आसान हो जाता है, शिकारियों से बचाव बेहतर होता है और बच्चे सुरक्षित रहते हैं। लेकिन, एक नई रिसर्च में पता चला है कि ये घनिष्ठ सामाजिक रिश्ते एक समस्या भी पैदा कर सकते हैं। इससे संक्रामक बीमारियां बहुत तेजी से फैल सकती हैं।

यह अध्ययन 'मैमल रिव्यू' नाम की वैज्ञानिक पत्रिका में प्रकाशित हुआ है। इसमें दुनिया भर के पुराने–पुराने अध्ययनों का विश्लेषण किया गया है। शोधकर्ताओं ने पाया कि समुद्र में बीमारियां फैलने का कारण सिर्फ यह नहीं होता कि कितने जानवर एक जगह पर हैं। असली बात यह है कि कौन सा जानवर किसके संपर्क में आता है, कितनी बार आता है और कितने गहरे रिश्ते हैं। यानी सामाजिक नेटवर्क कितना मजबूत और जुड़ा हुआ है, यह बहुत मायने रखता है।

आजकल जीवों में संक्रामक रोगों का खतरा बहुत बढ़ गया है। समुद्री स्तनधारी भी इससे बच नहीं पा रहे। जलवायु परिवर्तन, समुद्र में प्रदूषण, मछली पकड़ने की ज्यादा गतिविधियां, जहाजों का शोर और आवास का नुकसान, ये सब इन जानवरों की रोग प्रतिरोधक क्षमता को कमजोर कर रहे हैं। नतीजा यह होता है कि छोटा–मोटा संक्रमण भी इनके लिए जानलेवा बन जाता है।

समुद्र में बीमारियां अचानक फैलती हैं और इनका अनुमान लगाना बहुत मुश्किल होता है। कई साल तक पूरी आबादी स्वस्थ दिखती है, लेकिन अचानक अगले साल सैकड़ों जानवर बीमार पड़ जाते हैं या मर जाते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि रोग धीरे–धीरे फैलते हैं और फिर एकदम तेज हो जाते हैं। उदाहरण के लिए, मोर्बिलिवायरस नाम का वायरस, जो खसरे जैसा होता है, बहुत खतरनाक है। यह यूरोप,

उत्तरी अमेरिका और ऑस्ट्रेलिया में डॉल्फिन और सील की बड़ी संख्या में मौत का कारण बन चुका है। इसी तरह लोबोमाइकोसिस नाम की एक त्वचा की बीमारी डॉल्फिन समूहों में फैलती है, जिससे उनकी त्वचा पर लंबे समय तक घाव बनते हैं और उनका स्वास्थ्य कमजोर हो जाता है।

समुद्र में इन बीमारियों को समझना और रोकना इसलिए भी कठिन है क्योंकि वैज्ञानिक हर चीज को देख नहीं सकते। वो पानी के नीचे हर जानवर के संपर्क को ट्रैक नहीं कर पाते। बीमार जानवर को समय पर अलग करना भी असंभव होता है। इसलिए रोग फैलने का पैटर्न समझना बहुत जरूरी है। यह अध्ययन 14 ऐसे वैज्ञानिक पेपरों की समीक्षा पर आधारित है, जिनमें सामाजिक नेटवर्क विश्लेषण (सोशल नेटवर्क एनालिसिस) का इस्तेमाल किया गया था। ये ज्यादातर उत्तरी अमेरिका और ऑस्ट्रेलिया के अध्ययन थे। इनमें देखा गया कि किसी जानवर के कितने दोस्त हैं, वह कितनी बार मिलता–जुलता है और क्या वह समूह के बीच में सबसे महत्वपूर्ण है।

एक बड़ा निष्कर्ष यह निकला कि कुछ खास जीव रोग फैलाने में बहुत बड़ी भूमिका निभाते हैं। इन्हें 'सुपर–स्प्रेडर' कहा जा सकता है। ये वो जानवर होते हैं जो समूह में सबसे ज्यादा जुड़े होते हैं, यानी बहुत सारे साथियों से संपर्क में रहते हैं। अगर ये बीमार पड़ जाएं, तो बीमारी पूरे समूह में बहुत तेजी से फैल सकती है। डॉल्फिन समुदायों में ऐसे जानवरों के कारण संक्रमण तेजी से पूरे ग्रुप तक पहुंच जाता है।

ईसीएलएसएस : स्पेस में जीवन बचाने वाला सिस्टम, जानें आईएसएस पर हवा और पानी कैसे होता है रिसाइकल

नई दिल्ली, 09 मई।

जब एस्ट्रोनॉट्स पृथ्वी से लाखों किलोमीटर दूर अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन (आईएसएस) पर रहते हैं, तो वहां हवा, पानी और ऑक्सीजन की कोई नई सप्लाई नहीं आ सकती। ऐसे में स्पेस एजेंसीज की पर्यावरण नियंत्रण और जीवन समर्थन प्रणाली यानी ईसीएलएसएस उन्हें जीवित रखने का सबसे महत्वपूर्ण काम करती है।

अमेरिकी स्पेस एजेंसी नासा इस शानदार सिस्टम यानी ईसीएलएसएस मशीनों के बारे में जानकारी देता है, जिसके अनुसार यह एक जटिल लेकिन परस्पर जुड़ा नेटवर्क है जो हवा, पानी और तापमान को नियंत्रित रखता है। नासा के मार्शल स्पेस लाइट सेंटर ने ईसीएलएसएस के विकास, निर्माण और परीक्षण में अहम भूमिका निभाई है। यह सिस्टम अंतरिक्ष यात्रियों को सांस लेने योग्य ऑक्सीजन उपलब्ध कराता है, कार्बन डाइऑक्साइड हटाती है, पानी को शुद्ध करके फिर से इस्तेमाल करने के लायक बनाने के साथ ही केबिन के अंदर आरामदायक वातावरण भी बनाए रखता है।

ईसीएलएसएस मुख्य रूप से तीन प्रमुख घटकों पर काम करता है– पहला वाटर रिकवरी सिस्टम, दूसरा है एयर रेविटलाइजेशन सिस्टम और तीसरा है ऑक्सीजन जनरेशन सिस्टम। एक अंतरिक्ष यात्री को रोजाना लगभग एक गैलन पानी पीने, खाना खाने और स्वच्छता के लिए चाहिए होता है। ऐसे में वाटर रिकवरी सिस्टम अंतरिक्ष में पानी की बचत का चमत्कार करती है। यह चालक दल के यूरीन, केबिन की नमी से बनी संघनित पानी और स्पेस वॉक के दौरान पहने जाने वाले सूट ईवीए के अंदर से निकले पानी को इकट्ठा करती है।

सबसे पहले यूरीन प्रोसीजर मूत्र को संसाधित करता है। फिर इस पानी को अन्य अपशिष्ट जल के साथ मिलाकर वाटर प्रोसीजर में भेजा जाता है। यहां पानी बहु–छनन और उत्प्रेरक ऑक्सीकारक से गुजरता है। विद्युत चालकता सेंसर पानी की शुद्धता जांचते हैं। अगर पानी अशुद्ध हो तो उसे दोबारा संसाधित किया जाता है। स्वच्छ पानी भंडारण टैंक में रखा जाता है। वर्तमान में यह प्रणाली स्टेशन पर मौजूद पानी का लगभग 90 प्रतिशत हिस्सा रिकवर कर सकती है।

एयर रेविटलाइजेशन सिस्टम केबिन की हवा को साफ रखने का जिम्मा संभालती है। इलेक्ट्रॉनिक्स, प्लास्टिक और मानव शरीर से निकलने वाली गैसों व सूक्ष्म प्रदूषकों को यह हटाती है। सबसे महत्वपूर्ण काम कार्बन डाइऑक्साइड को अलग करना है, जो सांस लेने के दौरान निकलती है। हवा को सक्रिय चारकोल, उत्प्रेरक ऑक्सीकारक और लिथियम हाइड्रॉक्साइड बिस्तर से गुजारा जाता है। मोलेक्यूलर छलनी कार्बन डाइऑक्साइड को उसके आकार के आधार पर अवशोषित कर लेती हैं।

तीसरा है ऑक्सीजन जनरेशन सिस्टम, जो अंतरिक्ष यात्रियों के सांस लेने के लिए ऑक्सीजन बनाती है। इसमें वाटर रिकवरी सिस्टम से मिले पानी को इलेक्ट्रोलाइस किया जाता है। पानी को विभाजित करने पर ऑक्सीजन और हाइड्रोजन गैस बनती है। ऑक्सीजन केबिन में छोड़ दी जाती है जबकि हाइड्रोजन को या तो स्पेस में निकाल दिया जाता है या कार्बन डाइऑक्साइड न्यूनीकरण असेंबली में भेजा जाता है। यहां सबेटियर रिएक्टर में हाइड्रोजन और कार्बन डाइऑक्साइड से पानी और मीथेन बनता है। पानी फिर से इस्तेमाल होता है और मीथेन को स्पेस में छोड़ दिया जाता है।

देश के अगले सीडीएस होंगे लेफ्टिनेंट जनरल एनएस राजा सुब्रमणि, केंद्र की मंजूरी

नई दिल्ली, 09 मई।

केंद्र सरकार ने सेवानिवृत्त लेफ्टिनेंट जनरल एनएस राजा सुब्रमणि को देश का अगला रक्षा प्रमुख नियुक्त किया है। मौजूदा चीफ डिफेंस आफ स्टाफ (सीडीएस) जनरल अनिल चौहान का कार्यकाल 30 मई को समाप्त हो रहा है। वे 30 मई को जनरल अनिल चौहान की जगह लेंगे और रक्षा मंत्रालय में सैन्य मामलों के विभाग के सचिव के रूप में भी काम करेंगे।

लेफ्टिनेंट जनरल एनएस राजा सुब्रमणि 1 सितंबर, 2025 से राष्ट्रीय सुरक्षा परिषद सचिवालय में सैन्य सलाहकार हैं। इससे पहले वे 1 जुलाई, 2024 से 31 जुलाई, 2025 तक सेना के उप प्रमुख और मार्च, 2023 से जून 2024 तक केंद्रीय कमान के जनरल ऑफिसर कमांडिंग–इन–चीफ थे। उन्होंने 39 वर्षों की विशिष्ट सेवा के बाद 31 जुलाई, 2025 को सेना से सेवानिवृत्ति ली थी। उन्होंने सेंट्रल कमांड के जीओसी के रूप में भी कार्य किया है। लेफ्टिनेंट जनरल एन.एस. राजा सुब्रमणि अपनी लंबी सैन्य सेवा और प्रमुख पदों पर रहने के लिए जाने जाते हैं।

केंद्र सरकार ने 1 जनवरी, 2020 को तीनों सेनाओं के बीच बेहतर तालमेल बनाने के लिए चीफ ऑफ आर्मी स्टाफ (सीडीएस) का पद सृजित किया था। इसके बाद जनरल बिपिन रावत भारत के पहले सीडीएस बने थे। उनका कार्यकाल 1 जनवरी, 2020 से 8 दिसंबर, 2021 तक रहा था। केरल के कुन्नूर में 8 दिसंबर को एक दुर्भाग्यपूर्ण विमान हादसे में जनरल बिपिन रावत का निधन हो गया था। इसके बाद 9 दिसंबर, 2021 से 29 सितंबर 2022 तक यह पद रिक्त रहा।

जनरल अनिल चौहान (सेवानिवृत्त) को दूसरे सीडीएस के रूप में 30 सितंबर, 2022 को नियुक्त किया गया। उनका कार्यकाल 30 मई 2026 को समाप्त हो रहा है, जिसके बाद अब तीसरे सीडीएस के रूप में लेफ्टिनेंट जनरल एनएस राजा सुब्रमणि (सेवानिवृत्त) को यह अहम जिम्मेवारी दी गई है।

देश के अगले नौसेना प्रमुख होंगे वाइस एडमिरल कृष्णा स्वामीनाथन, केंद्र की मंजूरी

नई दिल्ली, 09 मई।

केंद्र सरकार ने वाइस एडमिरल कृष्णा स्वामीनाथन को देश का अगला नौसेना प्रमुख नियुक्त किया है। वह अभी पश्चिमी नौसेना कमान के फ्लैग ऑफिसर कमांडिंग–इन–चीफ के पद पर कार्यरत हैं। उनके पास नौसेना में ऑपरेशनल, स्ट्रेटेजिक और पर्सनल मैनेजमेंट पदों पर लगभग चार दशक काम करने का शानदार अनुभव है। वह एडमिरल दिनेश कुमार त्रिपाठी की जगह लेंगे, जो 31 मई को रिटायर हो रहे हैं।

वाइस एडमिरल कृष्णा स्वामीनाथन इससे पहले नौसेना के 46वें उप प्रमुख, चीफ ऑफ पर्सनल, कंट्रोलर ऑफ पर्सनल सर्विसेज, पश्चिमी नौसेना कमान के चीफ ऑफ स्टाफ, फ्लैग ऑफिसर डिफेंस एडवाइजरी ग्रुप, फ्लैग ऑफिसर कमांडिंग वेस्टर्न फ्लीट और फ्लैग ऑफिसर सी ट्रेनिंग के पदों पर कार्य कर चुके हैं। वे विमानवाहक पोत आईएनएस विक्रमादित्य के दूसरे कमांडिंग ऑफिसर थे। कृष्णा ने एक जुलाई, 1987 को भारतीय नौसेना में कमीशन प्राप्त किया। उन्होंने अपने शुरुआती वर्ष मुंबई में बिताए, जहां उन्होंने पॉन्डिचेरी श्रेणी के माइनस्वीपर आईएनएस एलेप्पी पर वॉचकीपिंग का लाइसेंस प्राप्त किया। उन्होंने संचार और इलेक्ट्रॉनिक्स युद्ध में विशेषज्ञता हासिल की।

उन्होंने 1990 के दशक के आरंभ में उत्तर प्रदेश के राज्यपाल के सहायक के रूप में कार्य किया। इसके बाद 2000 में उन्हें यूनाइटेड किंगडम के श्रीवेनहैम स्थित संयुक्त सेवा कमान और स्टाफ कॉलेज में उन्नत कमान और स्टाफ पाठ्यक्रम में भाग लेने के लिए चुना गया। कृष्णा ने वीर श्रेणी के युद्धपोतों, आईएनएस विद्युत और आईएनएस विनाश की कमान संभाली। 2003 में कमांडर के पद पर पदोन्नत होने के बाद उन्होंने पश्चिमी बेड़े के स्टाफ में फ्लीट इलेक्ट्रॉनिक वारफेयर ऑफिसर के रूप में कार्य किया। फिर उन्होंने कोरा श्रेणी के युद्धपोत आईएनएस कुलिश की कमान संभाली।

कृष्णा बाद में मुंबई में कॉलेज ऑफ नेवल वारफेयर में उच्च कमान पाठ्यक्रम में भाग लेने से पहले वेलिंगटन में डिफेंस सर्विसेज स्टाफ कॉलेज में डायरेक्टिंग स्टाफ के रूप में चले गए । वाइस एडमिरल कृष्णा को 2009 में कैप्टन के पद पर पदोन्नत किया गया और उन्हें संयुक्त राज्य अमेरिका के रोड आइलैंड स्थित न्यूपोर्ट नौसेना युद्ध महाविद्यालय में भाग लेने के लिए चुना गया। अपनी वापसी पर उन्हें नौसेना प्रमुख एडमिरल निर्मल कुमार वर्मा के नौसेना सहायक (एनए) के रूप में नियुक्त किया गया। एनए के रूप में अपने कार्यकाल के बाद उन्होंने निर्देशित मिसाइल विध्वंसक आईएनएस मैसूर की कमान संभाली। वह 2011 में राष्ट्रपति की बेड़ा समीक्षा के दौरान मैसूर की कमान में थे। उनकी कमान के तहत जहाज ने 2012 के अंत में रूस के साथ संयुक्त नौसेना अभ्यास में भाग लिया।

राष्ट्रीय पंचायत पुरस्कार 2025 के परिणाम घोषित, कर्नाटक को मिले सबसे अधिक पुरस्कार

नई दिल्ली, 09 मई।

सरकार ने राष्ट्रीय पंचायत पुरस्कार 2025 के विजेताओं की घोषणा कर दी है। देशभर से चुनी गई 42 पंचायतों को ये पुरस्कार दिए जाएंगे। पंचायती राज मंत्रालय ने बताया कि पुरस्कार वितरण समारोह 3 जून को नई दिल्ली में आयोजित किया जाएगा। मंत्रालय के अनुसार, कर्नाटक ने सबसे अधिक पुरस्कार प्राप्त किए हैं, जहां छह पंचायतों को चुना गया है। इसके बाद आंध्र प्रदेश और ओडिशा का स्थान रहा, जहां प्रत्येक को पांच–पांच पुरस्कार मिले हैं।

ये पुरस्कार दो श्रेणियों, दीन दयाल उपाध्याय पंचायत सतत विकास पुरस्कार और नानाजी देशमुख सर्वोत्तम पंचायत सतत विकास पुरस्कार के अंतर्गत दिए जा रहे हैं। दीन दयाल उपाध्याय पुरस्कार सतत विकास लक्ष्यों से जुड़े विभिन्न विषयों, जैसे गरीबी मुक्त आजीविका, स्वास्थ्य, जल पर्याप्तता, स्वच्छता, महिला–हितैषी शासन और सामाजिक न्याय, में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाली ग्राम पंचायतों को मान्यता देता है। इस श्रेणी में 17 राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों की कुल 34 ग्राम पंचायतों को चुना गया है।

वहीं, नानाजी देशमुख सर्वोत्तम पंचायत सतत विकास पुरस्कार जिला, ब्लॉक और ग्राम स्तर पर सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाली पंचायतों को दिए जाएंगे। इस श्रेणी में आठ पंचायतों का चयन किया गया है, जिनमें तीन जिला पंचायतें, दो ब्लॉक पंचायतें और तीन ग्राम पंचायतें शामिल हैं।

मंत्रालय ने बताया कि विजेता पंचायतों को श्रेणी और स्तर के आधार पर 50 लाख रुपये से लेकर 5 करोड़ रुपये तक का वित्तीय प्रोत्साहन प्राप्त होगा। ये पुरस्कार राष्ट्रीय ग्राम स्वराज अभियान की पंचायत प्रोत्साहन योजना के तहत दिए जा रहे हैं।

पंचायती राज मंत्रालय द्वारा प्रतिवर्ष यह पुरस्कार दिए जाते हैं। इनका उद्देश्य पंचायतों को स्थानीय शासन, सेवा वितरण में सुधार करने और सामुदायिक नेतृत्व वाली पहलों के माध्यम से सतत विकास की दिशा में प्रगति करने के लिए प्रोत्साहित करना है।

लघु सूतशेखर रसः पेट की जलन से लेकर पित्त शांत करने तक, गुणकारी है आयुर्वेद की यह औषधि

नई दिल्ली, 09 मई।

आज की जीवनशैली में जहां खाने–पीने से लेकर सेहत के लिए समय नहीं निकल पाते हैं, वहां पेट से जुड़ी समस्याएं होना आम बात है। पेट की मंद गति शरीर में कई रोगों का कारण बनती है और पेट में बार–बार दर्द होना, गैस बनना, कब्ज होना हर दिन की परेशानी हो जाती है, लेकिन पेट से जुड़ी हर समस्या का समाधान आयुर्वेद में छिपा है। ऐसे में आयुर्वेद लघु सूतशेखर रस की सलाह देता है, लेकिन चिकित्सक की सलाह के बाद ही।

लघु सूतशेखर रस आयुर्वेद की सबसे गुणकारी जड़ी बूटी है, जो बाजार में चूर्ण और वटी दोनों के रूप में मिल जाती है। इसे पारद, गंधक, भस्म, कपूर, दालचीनी, इलायची, नागकेसर, सौंठ और पान के पत्तों के रस को मिलाकर बनाया जाता है। बहुत सारी जड़ी–बूटियों के शामिल होने की वजह से उनके सेवन की सलाह देना बहुत जरूरी है। आयुर्वेद में पेट में जुड़े रोगों के पीछे पित्त बढ़ने को सबसे बड़ा कारण माना गया है। पित्त बनने शरीर में पित्त अधिक बनता है तो सिर दर्द से लेकर पेट में दर्द की परेशानी बढ़ने लगती है।

लघु सूतशेखर रस का मुख्य काम पित्त को शांत करना ही होता है। लघु सूतशेखर रस के सेवन से एसिडिटी में राहत मिलती है, गैस और अपच में सुधार होता है, माइग्रेन और सिरदर्द में भी राहत मिलती है, उल्टी या मतली आने की परेशानी भी कम होती है और पेट में अम्ल बनने की प्रक्रिया भी कम होती है।

लघु सूतशेखर रस के सेवन के साथ ही जीवनशैली में बदलाव करने भी जरूरी है। आहार में ज्यादा तीखा, अधिक मसालेदार, तैलीय और वसा युक्त खाना कम खाएं। इससे पेट में जलन और अम्ल अधिक बढ़ सकती हैं। खाली पेट चाय और कॉफी के सेवन से बचें। खाली पेट चाय पेट को नुकसान पहुंचाती है, जिससे जलन और एसिडिटी बढ़ती है।

अगर आप देर रात को खाते हैं, तो यह आदत भी पेट और शरीर दोनों को नुकसान पहुंचा सकती है। इससे नींद और पाचन दोनों प्रभावित होते हैं। देर रात खाना खाने की वजह से शरीर मरम्मत का काम छोड़ पाचन में व्यस्त हो जाता है, जिससे नींद नहीं आती और पूरा शरीर भारी महसूस होता है। ध्यान रखने वाली बात यह भी है कि बिना चिकित्सक की सलाह के इसका इस्तेमाल न करें। गर्भवती महिलाएं और बच्चे भी बिना सलाह के सेवन से बचें।

प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना, प्रधानमंत्री जीवन ज्योति बीमा योजना और अटल पेंशन योजना ने 11 वर्ष पूरे किए

नई दिल्ली, 09 मई।

प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना, प्रधानमंत्री जीवन ज्योति बीमा योजना और अटल पेंशन योजना ने 11 वर्ष पूरे कर लिए हैं। वित्त मंत्रालय ने कहा कि सामाजिक सुरक्षा की इन योजनाओं का उद्देश्य सभी को विशेष रूप से समाज के वंचित और कमजोर वर्गों को किफायती वित्तीय सुरक्षा प्रदान करना है।

केंद्रीय वित्त मंत्री श्रीमती निर्मला सीतारमण ने कहा कि प्रधानमंत्री जीवन ज्योति बीमा योजना के तहत 27 करोड़ से अधिक नामांकन, प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना में 58 करोड़ और अटल पेंशन योजना में 9 करोड़ नामांकन हो चुके हैं। श्रीमती सीतारमण ने कहा कि जीवन ज्योति बीमा योजना के तहत 10 लाख 70 हजार से अधिक परिवारों के 21 हजार 500 करोड़ रुपये से अधिक के दावों का निपटारा किया जा चुका है। वित्त मंत्री ने आगे कहा कि पीएम सुरक्षा बीमा योजना के तहत 1 लाख 84 हजार से अधिक परिवारों के लगभग 3 हजार 660 करोड़ रुपये के दावों का निपटारा किया गया है। उन्होंने इन योजनाओं की सफलता के लिए बैंकों और बीमा कंपनियों के फील्ड अधिकारियों सहित सभी हितधारकों के समर्पित प्रयासों की सराहना की।

इस अवसर पर वित्त राज्य मंत्री पंकज चौधरी ने कहा कि इन योजनाओं का उद्देश्य सबसे गरीब लोगों को बीमा सुरक्षा और पेंशन सहायता प्रदान करना है। श्री चौधरी ने बताया कि ऑनलाइन जन सुरक्षा पोर्टल के शुभारंभ से नागरिकों के लिए बैंक शाखाओं या डाकघरों में जाए बिना आसानी से नामांकन करना संभव हो गया है। उन्होंने कहा कि दावा प्रक्रिया के डिजिटलीकरण से दावों का तेजी से निपटारा सुनिश्चित हुआ है।

परमाणु ऊर्जा नवाचार शिखर सम्मेलन के लिए भारत को आमंत्रण

नई दिल्ली, 09 मई।

अफ्रीकी देश रवांडा के राष्ट्रपति की तरफ से जैकलीन मुकांगिरा ने शनिवार को प्रधानमंत्री कार्यालय में राज्यमंत्री डॉ. जितेन्द्र सिंह से मुलाकात कर उन्हें 'अफ्रीका के लिए परमाणु ऊर्जा नवाचार शिखर सम्मेलन (एनईआईएसए 2026)' में शामिल होने का निमंत्रण सौंपा। यह अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन 18 से 21 मई तक किगाली में आयोजित होगा।

यह सम्मेलन अंतरराष्ट्रीय परमाणु ऊर्जा एजेंसी (आईएईए), संयुक्त राष्ट्र आर्थिक आयोग फॉर अफ्रीका (यूनेका), विश्व परमाणु संघ समेत कई अंतरराष्ट्रीय संस्थाओं के सहयोग से आयोजित किया जा रहा है। इसमें परमाणु ऊर्जा, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, मैन्युफैक्चरिंग और भविष्य की ऊर्जा साझेदारियों पर चर्चा होगी।

डॉ. जितेंद्र सिंह ने रवांडा दौरे पर असमर्थता जताई, लेकिन वर्चुअली सम्मेलन में शामिल होकर संबोधित करने पर सहमति दी। बैठक के दौरान भारत और रवांडा के बीच विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी, परमाणु ऊर्जा, डिजिटल क्षमता निर्माण और उभरती तकनीकों में सहयोग बढ़ाने पर भी बातचीत हुई।

डॉ. सिंह ने कहा कि भारत परमाणु ऊर्जा, अंतरिक्ष तकनीक, बायोटेक्नोलॉजी और एआई जैसे क्षेत्रों में तेजी से आगे बढ़ रहा है। भारत उभरती और परिवर्तनकारी तकनीकों में वैश्विक सहयोग को अहम मानता है और ग्लोबल साउथ देशों के साथ विज्ञान, नवाचार और सतत विकास के क्षेत्र में साझेदारी मजबूत करने के लिए प्रतिबद्ध है। रवांडा प्रतिनिधिमंडल ने भारत की वैज्ञानिक और तकनीकी क्षमताओं में गहरी रुचि दिखाई और भारतीय संस्थानों के साथ साझेदारी बढ़ाने की इच्छा जताई। दोनों देशों के बीच रिसर्च, शिक्षा, इनोवेशन और क्षमता निर्माण को लेकर भी चर्चा हुई।

मई के दूसरे रविवार को ही क्यों मनाया जाता है मदर्स डे? जानिए इतिहास

नई दिल्ली, 09 मई।

मदर्स डे को मई के दूसरे रविवार को मनाने के पीछे एक बेहद भावुक कर देने वाली कहानी है। इसकी शुरुआत किसी उत्सव के रूप में नहीं, बल्कि एक बेटी के अपनी मां के प्रति सम्मान और एक सामाजिक सुधार की भावना के साथ हुई थी। आइए जानते हैं इसका दिलचस्प इतिहास।

मदर्स डे की शुरुआत का श्रेय अमेरिका की अन्ना जार्विस को जाता है। अन्ना अपनी मां, एन रीव्स जार्विस से बहुत प्यार करती थीं। उनकी मां एक शांति कार्यकर्ता थीं जो गृहयुद्ध के दौरान घायल सैनिकों की सेवा करती थीं। उनकी इच्छा थी कि दुनिया में एक दिन ऐसा हो जो माताओं के बलिदान और उनके काम को समर्पित हो।

जब 1905 में अन्ना की मां का निधन हुआ, तो उन्होंने अपनी मां की उस इच्छा को पूरा करने का संकल्प लिया। उन्होंने तर्क दिया कि एक बच्चा अपनी मां के लिए जो करता है, वह दुनिया के किसी भी अन्य व्यक्ति के मुकाबले सबसे बड़ा होता है। अन्ना जार्विस की मां का निधन 9 मई 1905 को हुआ था, जो उस वर्ष मई का दूसरा रविवार था।

अपनी मां की याद में अन्ना ने 1908 में वर्जीनिया के ग्राटन में एक मेमोरियल सर्विस आयोजित की। उन्होंने वहां मौजूद लोगों को अपनी मां का पसंदीदा फूल सफेद कार्नेशन बांटा।

अन्ना जार्विस के लंबे संघर्ष और कैंपेन के बाद, अमेरिका के तत्कालीन राष्ट्रपति वुडरो विल्सन ने 9 मई 1914 को एक कानून पारित किया। इसमें घोषणा की गई कि हर साल मई के दूसरे रविवार को मदर्स डे के रूप में मनाया जाएगा और इस दिन राष्ट्रीय अवकाश रहेगा।

अन्ना जार्विस ने सफेद कार्नेशन को माँ के प्रतीक के रूप में चुना था क्योंकि यह माँ के प्यार की तरह 'शुद्ध' और 'सफेद' होता है। बाद में, जीवित माँ के लिए लाल कार्नेशन और स्वर्गवासी माँ के लिए सफेद कार्नेशन पहनने की परंपरा शुरू हुई।

जैसे–जैसे यह दिन लोकप्रिय हुआ, कंपनियों ने इसे व्यापार (कार्ड, फूल, उपहार) का जरिया बना लिया। अन्ना को यह व्यावसायिकता इतनी नापसंद थी कि उन्होंने बाद में इस दिन का विरोध भी किया था, क्योंकि वह इसे पूरी तरह से 'भावनाओं' का दिन रखना चाहती थीं।

आज भारत सहित दुनिया के 40 से ज्यादा देशों में मई के दूसरे रविवार को ही मदर्स डे मनाया जाता है, हालाँकि कुछ देशों में इसकी तारीखें अलग भी हैं (जैसे ब्रिटेन में मार्च में)। मदर्स डे 2026 इस बार 10 मई को पड़ रहा है। यह दिन हमें याद दिलाता है कि भले ही हम हर दिन मां को याद करें, लेकिन एक विशेष दिन उनके प्रति आभार व्यक्त करने के लिए समर्पित करना एक सुखद एहसास है।

दुनिया में काली मिर्च का सबसे बड़ा उत्पादक देश कौन सा है?

नई दिल्ली, 09 मई।

काली मिर्च दुनिया भर की रसोई में इस्तेमाल होने वाले सबसे लोकप्रिय मसालों में से एक है। यह न केवल खाने में एक तेज़ स्वाद जोड़ती है, बल्कि उसे एक मनमोहक खुशबू भी देती है। साधारण घरेलू रसोई से लेकर बड़े खाद्य उद्योगों तक, काली मिर्च का इस्तेमाल हर जगह किया जाता है। अपनी महत्ता और माँग के कारण काली मिर्च को "मसालों का राजा" भी कहा जाता है।

वियतनाम दुनिया में काली मिर्च का सबसे बड़ा उत्पादक देश है, जो हर साल 200,000 टन से ज़्यादा काली मिर्च का उत्पादन करता है। उत्पादन के मामले में यह देश दुनिया में सबसे आगे है; इसके बाद ब्राज़ील और इंडोनेशिया का स्थान आता है। वियतनाम के प्रमुख उत्पादन क्षेत्रों में डैक लैक और जिया लाई शामिल हैं।

वियतनाम के अलावा, कई अन्य देश भी हैं जो काली मिर्च के उत्पादन में योगदान देते हैं। ये देश हैं:

ब्राज़ीलः अपनी उच्च गुणवत्ता वाली काली मिर्च और मज़बूत निर्यात बाज़ार के लिए जाना जाता है।

इंडोनेशियाः अपनी उष्णकटिबंधीय जलवायु के लिए जाना जाता है, जो काली मिर्च की खेती के लिए उपयुक्त है।

भारतः काली मिर्च की खेती के लंबे इतिहास के लिए जाना जाता है, विशेष रूप से केरल और कर्नाटक जैसे राज्यों में।

चीनः अपनी बढ़ती मांग को पूरा करने के लिए काली मिर्च का उत्पादन बढ़ा रहा है।

काली मिर्च को 'मसालों का राजा' क्यों कहा जाता है?

काली मिर्च को 'मसालों का राजा' इसलिए कहा जाता है, क्योंकि इसका इस्तेमाल लगभग हर व्यंजन में किया जाता है। यह न केवल भोजन को स्वाद देती है, बल्कि उसमें एक मनमोहक खुशबू भी भर देती है। प्राचीन काल में यह बहुत महंगी हुआ करती थी और इसका व्यापार अलग–अलग देशों के बीच होता था। इसकी इसी अहमियत और लोकप्रियता ने इसे खास बनाया और इसे 'मसालों का राजा' का खिताब दिलाया।

काली मिर्च का उपयोग मांस में पिसी हुई या साबुत, दोनों रूपों में मसाले के तौर पर किया जाता है।

इसका उपयोग भोजन में स्वाद बढ़ाने के लिए किया जाता है।

यह भोजन को पचाने वाले एंजाइमों को सक्रिय करने में मदद करती है, जिससे गैस, पेट फूलने और कब्ज की समस्या कम होती है।

काली मिर्च में 'पाइपेरिन' होता है, जो आयरन और करक्यूमिन जैसे पोषक तत्वों के अवशोषण को बढ़ाता है।

यह एंटीऑक्सीडेंट और एंटीमाइक्रोबियल गुणों से भरपूर होती है, जो हानिकारक रोगाणुओं से लड़ने में मदद करते हैं।

यह वसा कोशिकाओं को तोड़ने में मदद करती है और चयापचय को बढ़ाती है।

यह याददाश्त को बेहतर बनाने में भी मदद करती है।