

बिजली का करें उचित उपयोग
ऊर्जा संरक्षण में दें अपना सहयोग



अण्डमान निकोबार द्वीप समाचार

बूंद-बूंद से
भरता है घड़ा,
पानी ना बचाया
तो संकट होगा
खड़ा!

आज ही संकल्प लें-
पानी बचाएँ, भविष्य बचाएँ।



रजि.न.34300/80

संख्या 124

श्री विजय पुरम, सोमवार, 11 मई 2026

web: dt.andamannicobar.gov.in

2.00 रूपए



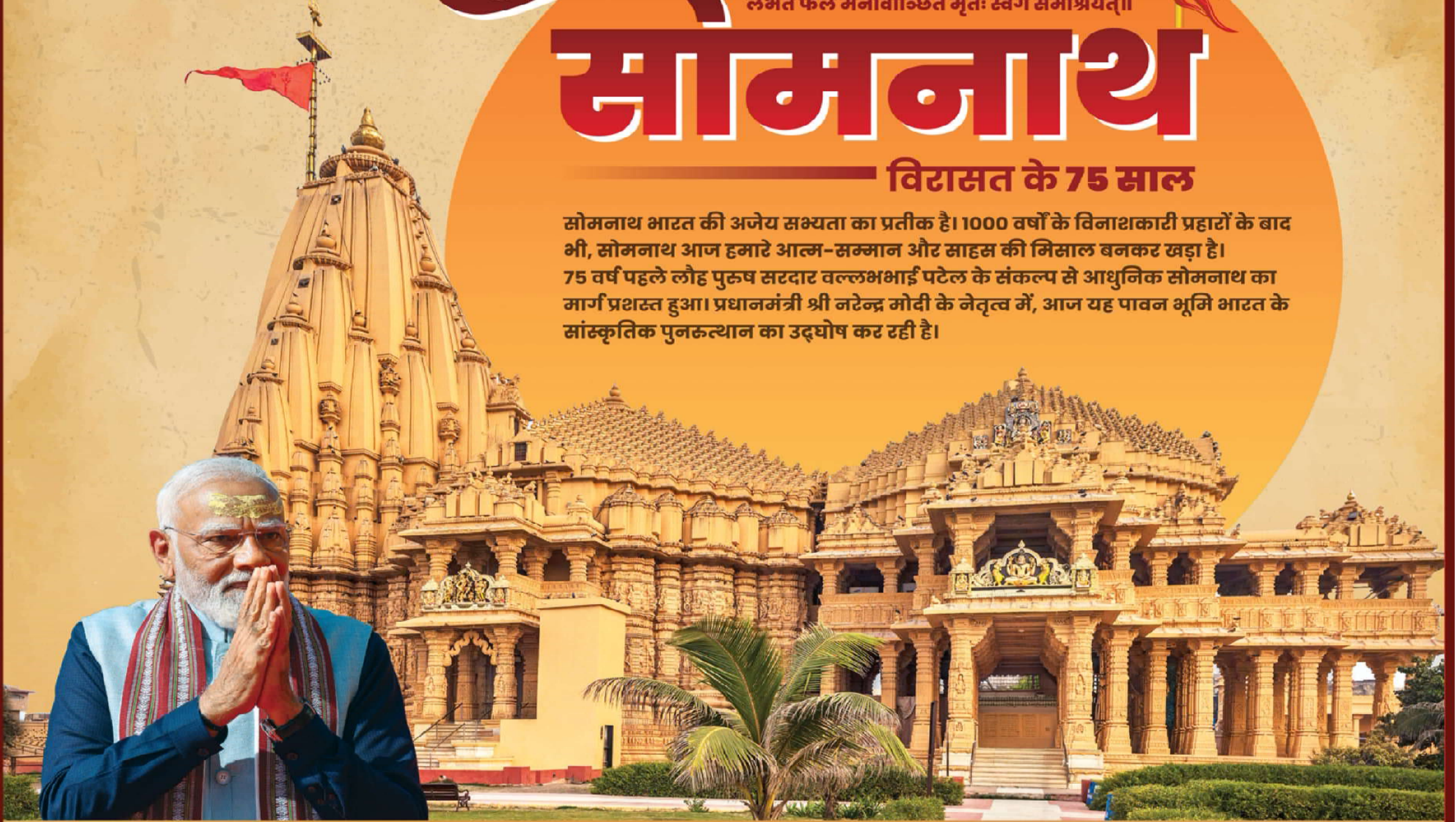
सोमनाथ
अनंत कालों का अनुभव

सोमनाथ

सोमलिङ्गं नरो दृष्ट्वा सर्वपापैः प्रमुच्यते।
लभते फलं मनोवाञ्छितं मृतः स्वर्गसमाश्रयेत्॥

विरासत के 75 साल

सोमनाथ भारत की अजेय सभ्यता का प्रतीक है। 1000 वर्षों के विनाशकारी प्रहारों के बाद भी, सोमनाथ आज हमारे आत्म-सम्मान और साहस की मिसाल बनकर खड़ा है। 75 वर्ष पहले लौह पुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल के संकल्प से आधुनिक सोमनाथ का मार्ग प्रशस्त हुआ। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में, आज यह पावन भूमि भारत के सांस्कृतिक पुनरुत्थान का उद्घोष कर रही है।



इस स्वर्णिम अवसर के साक्षी बनें

मुख्य गतिविधियां

कलश यात्रा | भजन संध्या | ॐकार मंत्र का जाप
सोमनाथ पुस्तिका में मंत्र लेखन | सोमनाथ से जुड़ी कथाओं का वाचन

श्री सोमनाथ मंदिर परिसर, प्रभास पाटन | 8 से 11 मई, 2026

“ सोमनाथ आशा का वह गीत है जो हमें सिखाता है कि
सृजन की शक्ति विनाश से कहीं अधिक प्रबल होती है। ”

प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी (अध्यक्ष, श्री सोमनाथ ट्रस्ट)



सोमनाथ की दिव्यता व भव्यता में दें योगदान और बनें
गौरवशाली इतिहास का हिस्सा।
स्कैन करें।

सोमनाथ स्वाभिमान पर्व-1000 वर्षों की धैर्यशीलता और अटूट आस्था

सोमनाथ में आज आयोजित राष्ट्रीय स्तरीय कार्यक्रम के लाइव प्रसारण के साथ श्री विजय पुरम के मजार पहाड़ स्थित शिव मंदिर में प्रशासन द्वारा राज्य स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा

राज्य स्तरीय कार्यक्रम के अंतर्गत कलश यात्रा एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम भी होंगे



“Despite repeated attacks, our Somnath Temple stands unshaken even today. Somnath is the saga of the self-respect and indomitable courage of countless brave sons of Mother India.”

- Shri Narendra Modi
Prime Minister

A celebration of 1000 years of India's unwavering faith and devotion



Somnath — a symbol of the resolve of countless devotees of Lord Shomeshwar, standing firm against the destructive attacks by barbaric foreign invaders

Somnath — where Mahadev's trident resounds in triumph over cruel swords

Somnath Swabhiman Parv commemorates the spiritual resilience of Sanatan Dharma that has endured for over a millennium.

Come, join in large numbers and be a part of this historic national celebration that honours India's indomitable civilisational consciousness and cultural pride.

श्री विजय पुरम, 10 मई भारत सरकार के संस्कृति मंत्रालय द्वारा 'सोमनाथ स्वाभिमान पर्व-1000 वर्षों की धैर्यशीलता और अटूट आस्था' के उपलक्ष्य में 11 जनवरी, 2026 से 11 जनवरी, 2027 तक वर्षभर चलने वाले राष्ट्रीय समारोह का आयोजन किया जा रहा है। यह ऐतिहासिक अवसर वर्ष 1026 ईस्वी में सोमनाथ पर हुए प्रथम आक्रमण के 1000 वर्ष तथा मई, 1951 में मंदिर के पुनर्निर्माण एवं उदघाटन के 75 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में मनाया जा रहा है।

सोमनाथ मंदिर भारत की आध्यात्मिक निरंतरता और अदम्य राष्ट्रीय चेतना का एक अमिट प्रतीक है। बदलते साम्राज्यों और सदियों के उतार-चढ़ाव के बीच यह मंदिर बार-बार विध्वंस और पुनर्निर्माण का साक्षी रहा है, और

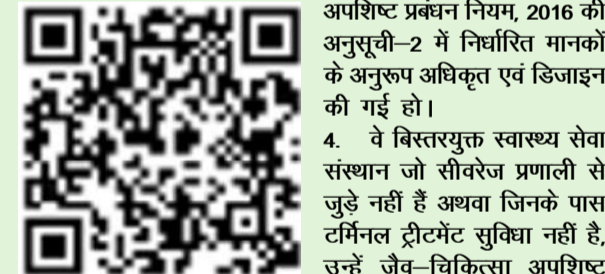
प्रत्येक पुनर्निर्माण ने भारतीय जनमानस की आस्था, धैर्यशीलता और सांस्कृतिक पहचान को पुनः स्थापित किया है। एक पवित्र तीर्थस्थल से कहीं बढ़कर, सोमनाथ उस सम्यता की शक्ति का प्रतीक है जो अपनी जड़ों को कभी नहीं भूलती, विपरीत परिस्थितियों से और अधिक दृढ़ संकल्प के साथ उभरती है तथा आने वाली पीढ़ियों को अपनी विरासत और राष्ट्रीय गौरव को संरक्षित रखने की प्रेरणा देती है। सोमनाथ स्वाभिमान पर्व 1000 वर्षों की अखंड आस्था का स्मरणोत्सव है और इसे सार्थक सांस्कृतिक सहायिता के एक ऐसे मंच के रूप में परिकल्पित किया गया है, जो न केवल राष्ट्रीय पहचान को सुदृढ़ करता है बल्कि भारत की समृद्ध एवं विविध सांस्कृतिक विरासत के प्रति गहरा सम्मान भी विकसित करता है।

सोमनाथ स्वाभिमान पर्व भारत की ऐतिहासिक यात्रा के दो महत्वपूर्ण पड़ावों को चिह्नित करता है—वर्ष 1026 में सोमनाथ मंदिर पर हुए प्रथम दर्ज आक्रमण के एक हजार वर्ष तथा स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात वर्ष 1951 में पुनर्निर्मित मंदिर के पुनः उदघाटन के पचहत्तर वर्ष। इस राष्ट्रव्यापी समारोह के अंतर्गत अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन का कला एवं संस्कृति विभाग 11 मई, 2026 को सोमनाथ में आयोजित भव्य राष्ट्रीय कार्यक्रम के साथ समन्वय स्थापित करते हुए राज्य स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन करेगा। राज्य स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन सुबह 9.30 बजे से यहां के मजार पहाड़ स्थित शिव मंदिर में किया जाएगा। कार्यक्रम के अंतर्गत फ्लैग प्लांट के समीप स्थित अय्यनार मंदिर से 'कलश यात्रा' निकाली जाएगी, जिसमें महिलाओं

एवं विभिन्न सामुदायिक समूहों की व्यापक सहभागिता रहेगी। यह यात्रा शिव मंदिर, मजार पहाड़ में सम्पन्न होगी। इस अवसर के अनुरूप सांस्कृतिक कार्यक्रम भी आयोजित किए जाएंगे। सोमनाथ में आयोजित राष्ट्रीय स्तर के विशिष्ट अतिथि कार्यक्रम का सीधा प्रसारण भी किया जाएगा, जिसे मंदिर परिसर में उपस्थित जनसमूह द्वारा देखा जाएगा।

प्राप्त विज्ञप्ति में कहा गया है कि यह स्मरणोत्सव केवल सोमनाथ की अमर विरासत को श्रद्धांजलि अर्पित करने का अवसर नहीं है, बल्कि भारत की सांस्कृतिक शक्ति और एकता की पुनर्पुष्टि भी है। सभी नागरिकों से इस समारोह में सक्रिय रूप से भाग लेने तथा इस ऐतिहासिक अवसर को द्वीपसमूह के लिए स्मरणीय बनाने का अनुरोध किया गया है।

जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन नियमों के अनुपालन हेतु स्वास्थ्य संस्थानों को निर्देश



श्री विजय पुरम, 10 मई सभी संबंधितों को सूचित किया जाता है कि जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन नियम, 2016 के प्रावधानों के अंतर्गत प्रत्येक जैव-चिकित्सा अपशिष्ट उत्पादक के लिए जैव-चिकित्सा अपशिष्ट के उत्पादन, संचालन, उपचार, प्रसंस्करण एवं निस्तारण हेतु प्राधिकरण प्राप्त करना अनिवार्य है। इसके अतिरिक्त, जल (प्रदूषण निवारण एवं नियंत्रण) अधिनियम, 1974 तथा वायु (प्रदूषण निवारण एवं नियंत्रण) अधिनियम, 1981 के प्रावधानों के तहत सभी ऐसे संस्थानों के लिए अण्डमान तथा निकोबार प्रदूषण नियंत्रण समिति (एएनपीसीसी) से 'कंसेंट टू एस्टैब्लिश' (सीटीई), 'कंसेंट टू ऑपरेट' (सीटीओ) तथा उनके नवीनीकरण प्राप्त करना आवश्यक है।

हालांकि, यह देखा गया है कि अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह में संचालित कई स्वास्थ्य सेवा संस्थानों को उपरोक्त वैधानिक प्रावधानों के अनुपालन को और अधिक सुदृढ़ करने की आवश्यकता है। अतः सभी सरकारी एवं निजी स्वास्थ्य सेवा संस्थानों से जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन नियम, 2016 (संशोधित) का कड़ाई से पालन सुनिश्चित करने का आग्रह किया गया है, विशेष रूप से निम्नलिखित बिंदुओं के संबंध में—

1. सभी स्वास्थ्य सेवा संस्थान जल अधिनियम, 1974 एवं वायु अधिनियम, 1981 के अंतर्गत 'कंसेंट टू एस्टैब्लिश' (सीटीई) / 'कंसेंट टू ऑपरेट' (सीटीओ) प्राप्त करें तथा जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन नियम, 2016 के अंतर्गत प्राधिकरण अण्डमान तथा निकोबार प्रदूषण नियंत्रण समिति (एएनपीसीसी) से ओसीएमएस पोर्टल (<https://anocoms.nic.in>) के माध्यम से प्राप्त करें।
2. केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (सीपीसीबी) द्वारा जारी संशोधित वर्गीकरण के अनुसार उद्योगों को उनके प्रदूषण स्तर के आधार पर रेड, ऑरेंज, ग्रीन एवं व्हाइट श्रेणियों में वर्गीकृत किया गया है। 501 से अधिक तथा 1000 से अधिक बिस्तरों वाले स्वास्थ्य संस्थान रेड श्रेणी में, 201 से 500 बिस्तरों वाले संस्थान ऑरेंज श्रेणी में, तथा 200 तक बिस्तरों वाले संस्थान ग्रीन श्रेणी में वर्गीकृत किए जाने सहित रेड श्रेणी में आने वाले स्वास्थ्य सेवा संस्थानों के लिए पर्याप्त अपशिष्ट जल प्रबंधन प्रणाली एवं वैधानिक अपशिष्ट निस्तारण तंत्र अनिवार्य है। इसके अतिरिक्त, 10 से अधिक बिस्तरों वाले सभी स्वास्थ्य सेवा संस्थानों के लिए अपशिष्ट जल के उपचार हेतु उपयुक्त एफ्लुएंट ट्रीटमेंट प्लांट (ईटीपी) स्थापित करना आवश्यक है।

3. जिन स्वास्थ्य सेवा संस्थानों में स्वयं की इंजीनरिंग सुविधा उपलब्ध है, उन्हें ऑनलाइन कंटीन्यूअस एमिशन मॉनिटरिंग सिस्टम स्थापित करना होगा, जिससे वास्तविक समय का डेटा सीपीसीबी सर्वर तक प्रेषित किया जा सके। दूरस्थ एवं दुर्गम क्षेत्रों में स्थित स्वास्थ्य संस्थान जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन (रेलो श्रेणी) हेतु 'डीप बरीयल' पद्धति अपना सकते हैं, बशर्ते कि वह जैव-चिकित्सा

अपशिष्ट प्रबंधन नियम, 2016 की अनुसूची-2 में निर्धारित मानकों के अनुरूप अधिकृत एवं डिजाइन की गई हो।

4. वे बिस्तरयुक्त स्वास्थ्य सेवा संस्थान जो सीवरेज प्रणाली से जुड़े नहीं हैं अथवा जिनके पास टर्मिनल ट्रीटमेंट सुविधा नहीं है, उन्हें जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन नियम, 2016 की अनुसूची-2 में निर्धारित मानकों का पालन करना होगा। सार्वजनिक सीवर प्रणाली एवं टर्मिनल ट्रीटमेंट सुविधा से जुड़े संस्थानों को पर्यावरण (संरक्षण) अधिनियम, 1986 के अंतर्गत अधिसूचित सामान्य निर्वहन मानकों का पालन करना होगा। 10 से कम बिस्तरों वाले स्वास्थ्य संस्थानों को अनुसूची-2 (क्रम संख्या-8) के अंतर्गत निर्धारित निर्वहन मानकों का अनुपालन करना होगा। गैर-बिस्तरयुक्त संस्थानों को निर्धारित दिशानिर्देशों के अनुसार संक्रामक तरल अपशिष्ट का निस्तारण से पूर्व विसंक्रमण करना होगा। अधिक जानकारी हेतु संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करें।

अण्डमान तथा निकोबार प्रदूषण नियंत्रण समिति के सदस्य सचिव द्वारा जारी प्रेस विज्ञप्ति में उपरोक्त प्रावधानों के मद्देनजर अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के सभी स्वास्थ्य सेवा संस्थानों को इन नियमों का कड़ाई से अनुपालन सुनिश्चित करने की सलाह दी जाती है।

"मॉम एंड मी" टीम शतरंज प्रतियोगिता

श्री विजय पुरम, 10 मई मर्दर्स डे के अवसर पर अण्डमान निकोबार वेस एसोसिएशन द्वारा आयोजित "मॉम एंड मी" टीम शतरंज प्रतियोगिता आज यहां के डेयरी फार्म स्थित एएनसीए वेस सेंटर में सम्पन्न हुई। इस विशेष प्रतियोगिता में मां-बच्चे की टीमों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया तथा शतरंज के माध्यम से आपसी जुड़ाव, टीम भावना एवं साथ मिलकर खेलने की भावना का उत्सव मनाया गया।

प्रतियोगिता का आयोजन एक अभिनव प्रारूप में किया गया, जिसमें प्रत्येक टीम में एक मां और उसका बच्चा शामिल था। दोनों ने शतरंज की बिसात पर बारी-बारी से चाल चलते हुए खेल में भाग लिया। कड़े मुकाबलों के बाद ज्योति और ईशान की जोड़ी ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। तृप्ति और हार्दिक ने द्वितीय स्थान हासिल किया, जबकि नेवेथिता और रुद्रानी की जोड़ी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। इसके अलावा सभी सहभागी माताओं को उनके निरंतर सहयोग, प्रोत्साहन एवं अपने बच्चों की प्रगति में योगदान के सम्मान स्वरूप पदक भी प्रदान किए गए।

एएनसीए द्वारा जारी प्रेस विज्ञप्ति में बताया गया कि प्रतियोगिता का समापन पुरस्कार वितरण समारोह के साथ हुआ, जिसमें शतरंज के माध्यम से मां और बच्चों के विशेष रिश्ते का उत्सव मनाया गया।

गुरुदेव रबीन्द्रनाथ टैगोर की 165वीं जयंती पर सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित



श्री विजय पुरम, 10 मई गुरुदेव रबीन्द्रनाथ टैगोर की 165वीं जयंती के उपलक्ष्य में कला एवं संस्कृति विभाग, अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन द्वारा गत शुक्रवार को अण्डमान क्लब में एक कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से गुरुदेव टैगोर के साहित्यिक एवं कलात्मक योगदान को श्रद्धांजलि अर्पित की गई। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि कला एवं संस्कृति विभाग की निदेशक श्रीमती प्रियंका कुमारी ने अण्डमान क्लब में गुरुदेव रबीन्द्रनाथ टैगोर के चित्र पर पुष्पांजलि अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित किए। इसके पश्चात उपस्थित अन्य लोगों ने भी श्रद्धांजलि दी। अपने संक्षिप्त संबोधन में उन्होंने कहा कि 'रबीन्द्र जयंती' नोबेल पुरस्कार विजेता कवि, लेखक एवं दार्शनिक गुरुदेव रबीन्द्रनाथ टैगोर का जन्मदिवस है, जिनकी रचनाओं ने बंगाली साहित्य, संगीत तथा भारतीय संस्कृति को गहराई से प्रभावित किया है। उन्होंने

स्वतंत्रता संग्राम में टैगोर के योगदान तथा वर्तमान समय में उनकी प्रासंगिकता पर भी प्रकाश डाला। साथ ही युवाओं से गुरुदेव टैगोर की रचनाओं से प्रेरणा लेने का आह्वान किया। डिगलीपुर स्कूल की पीजीटी श्रीमती कल्याणी हलदर ने नोबेल पुरस्कार विजेता कवि, लेखक एवं दार्शनिक गुरुदेव रबीन्द्रनाथ टैगोर के जीवन एवं शिक्षाओं पर प्रकाश डाला। उन्होंने टैगोर को समर्पित एक कविता का पाठ भी किया। इससे पूर्व कला एवं संस्कृति विभाग की सहायक निदेशक श्रीमती कनक राधा चटर्जी ने उपस्थित जनसमूह का स्वागत किया। कला एवं संस्कृति विभाग द्वारा जारी प्रेस विज्ञप्ति में बताया गया कि गुरुदेव टैगोर की सांस्कृतिक विरासत को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए 'सुर सप्तक संगीत अकादमी', 'झुरुर नृत्यांगना' तथा 'सुजाता डांस अकादमी' के कलाकारों ने अवसर के अनुरूप रबीन्द्र संगीत एवं नृत्य प्रस्तुत किए।

बच्चों के लिए समर कैंप



कार निकोबार, 10 मई निकोबार जिले के अंतर्गत आने वाले सभी पुलिस थानों द्वारा 9 मई, 2026 से 15 वर्ष तक की आयु के बच्चों के लिए समर कैंप प्रारंभ किया गया है। इन समर कैंपों को विशेष रूप से इस प्रकार तैयार किया गया है कि बच्चों को रचनात्मक एवं कला गतिविधियों, शैक्षणिक एवं संवादात्मक सत्रों, खेलकूद, सुरक्षा जागरूकता, नैतिक शिक्षा, आत्मविश्वास बढ़ाने वाले अभ्यासों, अनुशासन एवं टीम भावना विकसित करने वाली गतिविधियों, मनोरंजक प्रतियोगिताओं तथा समय कौशल विकास का संतुलित अनुभव प्राप्त हो सके। प्राप्त विज्ञप्ति में अभिभावकों एवं संरक्षकों से अपने बच्चों का पंजीकरण कराने तथा इस सार्थक पहल में सहयोग देने का आग्रह किया गया है। यह पहल न केवल बच्चों के समग्र विकास को बढ़ावा देगी, बल्कि समुदाय में पुलिस एवं जनता के बीच बेहतर संबंध स्थापित करने में भी सहायक होगी।

आइए, हम सभी मिलकर नई पीढ़ी को प्रेरित करें तथा समाज के उज्वल एवं बेहतर भविष्य के निर्माण में सामूहिक योगदान दें।

पुलिस भर्ती हेतु जनजातीय अभ्यर्थियों के लिए जागरूकता एवं मार्गदर्शन सत्र

कार निकोबार, 10 मई आगामी अण्डमान तथा निकोबार पुलिस भर्ती में जनजातीय समुदायों की भागीदारी बढ़ाने तथा जागरूकता फैलाने के उद्देश्य से 2 मई, 2026 को कार निकोबार में विशेष संवाद एवं मार्गदर्शन सत्र आयोजित किया गया। इस सत्र का नेतृत्व निकोबार जिले के पुलिस अधीक्षक श्री राहुल एल. नायर (आईपीएस) ने किया। कार्यक्रम में थाना कार निकोबार की एसएचओ श्रीमती टी. हेमावती, पुलिस रेडियो एवं फायर स्टेशन कार निकोबार के प्रभारी सहित अन्य पुलिस अधिकारी भी उपस्थित रहे। कार्यक्रम में स्थानीय जनजातीय समुदायों के अभ्यर्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

सत्र के दौरान पुलिस अधीक्षक श्री राहुल एल. नायर ने अभ्यर्थियों को आगामी भर्ती अभियान के बारे में विस्तार से जानकारी दी। प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार आवेदन प्रक्रिया को सरल एवं सुगम बनाने के लिए विभिन्न पुलिस थानों में हेल्प डेस्क स्थापित किए गए हैं, जहां अभ्यर्थियों को आवेदन पत्र भरने, आवश्यक दस्तावेजों एवं अन्य शंकाओं के समाधान में सहायता प्रदान की जाएगी। अभ्यर्थियों को 17 मई, 2026 की अंतिम तिथि से पूर्व अपने आवेदन पत्र जमा करने की सलाह दी गई।

ई-निविदा सूचना

कार्यपालक अभियंता, पंचायती राज संस्थान, दक्षिण अण्डमान मण्डल-1, श्री विजय पुरम, दक्षिण अण्डमान, प्रधान, ग्राम पंचायत, वन्दूर की ओर से, निम्नलिखित कार्यों के लिए उचित श्रेणी के योग्य व अनुभवी ठेकेदारों से मुहरबंद मद दर (के.लो.नि.वि.-8 के प्रपत्र के रूप में) आमंत्रित करते हैं।
एन. आई. टी. संख्या: क.अ./पी आर आई/एस ए डी-1/जीईएन/2026-27/42

कार्य का नाम : वन्दूर, ग्राम पंचायत के अंतर्गत वार्ड न. 01 में काली मंदिर के पास सामुदायिक भवन का निर्माण कार्य।

अनुमानित लागत : रु. 33,80,604/-, धरोहर राशि : रु. 67,612/-, कार्य समाप्ति की अवधि : (12) बारह माह।

निविदा शुल्क : रु. 500/-, बोली प्रस्तुत करने की अंतिम तिथि : 18/05/2026 के सायं 3.00 बजे तक।

निविदा प्रपत्र और अन्य विवरण वेबसाइट <https://eprocure.andamannicobar.gov.in> से प्राप्त किए जा सकते हैं।

टेंडर आई डी : 2026_RDPRI_22968_1 कार्यपालक अभियंता, पंचायती राज संस्थान, दक्षिण अण्डमान मण्डल-1, जंगलीघाट, श्री विजय पुरम, दक्षिण अण्डमान

ई-निविदा सूचना

कार्यपालक अभियंता, पंचायती राज संस्थान, दक्षिण अण्डमान मण्डल-1, श्री विजय पुरम, दक्षिण अण्डमान, प्रधान, ग्राम पंचायत, शोल बे की ओर से, निम्नलिखित कार्यों के लिए उचित श्रेणी के योग्य व अनुभवी ठेकेदारों से मुहरबंद मद दर (के.लो.नि.वि.-8 के प्रपत्र के रूप में) आमंत्रित करते हैं।
एन. आई. टी. संख्या : क.अ./पी आर आई/एस ए डी-1/जीईएन/2026-27/22

1. शोल बे, ग्राम पंचायत के अंतर्गत सिल्वीकल्चर वार्ड न. 07 में मुख्य सड़क से स्वर्गीय बिनु बागे के घर होते हुए बरधन के घर तक सी सी फुटपाथ का निर्माण कार्य।

2. शोल बे, ग्राम पंचायत के अंतर्गत सिल्वीकल्चर वार्ड न. 07 में मुख्य सड़क से कृष्णा के तक चिन्नेया के होते हुए सी सी फुटपाथ का निर्माण कार्य। जिसमें बॉक्स कल्वर्ट भी शामिल हैं।

अनुमानित लागत : रु. 6,80,777/-, धरोहर राशि : रु. 13,616/-, कार्य समाप्ति की अवधि : (04) चार माह।

निविदा शुल्क : रु. 500/-, बोली प्रस्तुत करने की अंतिम तिथि : 18/05/2026 के अपराह्न 3.00 बजे तक।

निविदा प्रपत्र और अन्य विवरण वेबसाइट <https://eprocure.andamannicobar.gov.in> से प्राप्त किए जा सकते हैं।

टेंडर आई डी : 2026_RDPRI_22970_1 कार्यपालक अभियंता, पंचायती राज संस्थान, दक्षिण अण्डमान मण्डल-1, जंगलीघाट, श्री विजय पुरम, दक्षिण अण्डमान

भारत-अफ्रीका फोरम शिखर सम्मेलन 31 मई को

नई दिल्ली, 10 मई। भारत और अफ्रीकी संघ आयोग के सहयोग से 31 मई को नई दिल्ली में चौथे भारत-अफ्रीका फोरम शिखर सम्मेलन होगा, जो दोनों क्षेत्रों के बीच पारस्परिक संबंधों को प्रगाढ़ करने और भविष्य के सहयोग की रूपरेखा तैयार करने के लिए एक महत्वपूर्ण मंच साबित होगा।

'आईए स्पिरिट: नवाचार, लचीलापन और समावेशी परिवर्तन के लिए भारत-अफ्रीका रणनीतिक साझेदारी' के मुख्य विषय के साथ होने वाले इस सम्मेलन में अफ्रीकी महाद्वीप के शीर्ष नेता और क्षेत्रीय संगठनों के प्रतिनिधि हिस्सा लेंगे, जिसका उद्देश्य भारत की विकास यात्रा को अफ्रीका के एजेंडा 2063 के साथ जोड़ना है।

विदेश मंत्री डॉ. एस. जयशंकर ने बीते 23 अप्रैल को इस शिखर सम्मेलन के आधिकारिक प्रतीक चिह्न (लोगो), वेबसाइट और थीम का अनावरण किया था, जो इस दीर्घकालिक साझेदारी के बहुआयामी स्वरूप को प्रदर्शित करता है। मुख्य शिखर सम्मेलन से पूर्व कूटनीतिक स्तर पर बैठकों का दौरा शुरू होगा, जिसके तहत 28 मई को वरिष्ठ अधिकारियों की बैठक और 29 मई को भारत-अफ्रीका विदेश मंत्रियों की बैठक आयोजित की जाएगी ताकि सहयोग के प्रमुख क्षेत्रों पर विस्तृत चर्चा की जा सके।

यह शिखर सम्मेलन वर्ष 2008 में नई दिल्ली से शुरू हुई उस ऐतिहासिक यात्रा का अगला चरण है, जिसने दिल्ली घोषणापत्र और रणनीतिक सहयोग के माध्यम से विकासशील देशों के बीच दक्षिण-दक्षिण सहयोग की एक नई मिसाल पेश की है।

देश भर में पूरी तरह लागू हुए चारों नए लेबर कोड्स

नई दिल्ली, 10 मई। भारत में लेबर कोड्स से जुड़े नियमों में बड़ा बदलाव हो गया है। सरकार ने चारों नए कानून पूरे देश में लागू कर दिए हैं। इसके लिए सरकार ने गजट में ऑफिशियल एलान कर दिया है। अब जो पहले 29 अलग-अलग श्रम कानून थे, वो अब पूरी तरह से खत्म हो गए हैं और उनकी जगह नए, आसान नियम आ गए हैं। इन कानून को इसलिए लाया गया है कि मजदूरों और कंपनियों, दोनों को नियम समझने और मानने में कोई परेशानी ना हो।

5 साल बाद अब ये नए कानून पूरी तरह लागू हो गए हैं। शुरुआत 21 नवंबर 2025 को हुई थी, लेकिन नियम ना होने की वजह से ये सही से लागू नहीं हो पाए थे। अब सरकार ने सारे नियम बना दिए हैं। इसलिए वेतन, नौकरी, सामाजिक सुरक्षा और काम की सुरक्षा से जुड़े सभी कानून अब पूरे देश में एक साथ लागू हो गए हैं। अब मजदूरों और कंपनियों के लिए नियम बिलकुल साफ हैं और हर जगह एक जैसे हैं।

नए लेबर कोड महिलाओं और काम करने वाले लोगों के फायदे के लिए लाया गया है। अब अगर पुरुष और महिला एक जैसा काम करते हैं, तो दोनों को एक ही जितनी सैलरी मिलेगी। इससे किसी के साथ भेदभाव नहीं होगा।

महिलाओं को बच्चे के जन्म के बाद अब 26 हफ्ते की छुट्टी मिलेगी, जिससे वो आराम से अपनी और बच्चे की देखभाल कर सकें। साथ ही जरूरत पड़ने पर महिलाएं घर से काम भी कर सकेंगीं।

इसके अलावा, नए लेबर कोड के अनुसार 40 साल या उससे ज्यादा उम्र के सभी कर्मचारियों की हर साल एक बार मुफ्त मेडिकल जांच होगी, जिससे बीमारी का पता



समय रहते चल सके।

सरकार ने नेशनल री.स्किलिंग फंड फंड बनाया है, जिससे लोग नई तकनीक सीख सकें। अगर किसी की नौकरी चली जाती है, तो ये फंड उसे नई ट्रेनिंग दिलाएगा, जिससे वो फिर से काम पा सकें।

नए लेबर कानून आने से सैलरी और पीएफ के नियम बदलेंगे। यानी अब सैलरी में डिडवशन और हाथ में मिलने वाला पैसा थोड़ा अलग हो सकता है। कंपनियों को इन नए नियमों को लागू करने के लिए समय दिया है। आगे चलकर ये नियम हर तरह के कर्मचारियों चाहे वो दफ्तर में काम करते हों या बाहर सभी के लिए एक समान बनेंगे।

ये नए लेबर कोड इसलिए जरूरी थे क्योंकि पहले देश में 29 अलग श्रम कानून थे, जो बहुत कठिन थे। कंपनियों को इन नियमों को समझने और मानने में दिक्कत होती थी। नए कानूनों से अब नियम आसान और साफ हो गए हैं। इससे कारोबार करना आसान होगा, निवेशकों का भरोसा बढ़ेगा और जब निवेश बढ़ेगा तो नई कंपनियां खुलेंगीं। इसका सीधा फायदा ये होगा कि लोगों के लिए रोजगार के नए मौके भी बनेंगे।

जवानों ने नागरिकों के साथ मिलकर जगाया

फिटनेस और देशभक्ति का जज्बा

नई दिल्ली, 10 मई। देशभक्ति, फिटनेस और राष्ट्रीय एकता के एक शानदार उत्सव के रूप में 'फिट इंडिया संडेज ऑन साइकिल' के 73वें संस्करण ने रविवार की सुबह नई दिल्ली के प्रतिष्ठित मेजर ध्यानचंद नेशनल स्टेडियम को उत्साह और ऊर्जा से भर दिया। इस साइकिलिंग अभियान में भारतीय सेना, भारतीय नौसेना और भारतीय वायु सेना के जवान नागरिकों के साथ शामिल हुए।

कार्यक्रम में 800 से ज्यादा लोगों ने हिस्सा लिया, जिनमें सशस्त्र बलों के 60 प्रतिनिधि (सेना, नौसेना और वायु सेना से 20-20 प्रतिनिधि) शामिल हुए। साथ ही एथलीट, फिटनेस के शौकीन, छात्र और उनके परिवार भी शामिल हुए। कार्यक्रम में भारतीय वायु सेना के गुप कैप्टन एम.एल.एस. प्रसाद, भारतीय सेना के लेफ्टिनेंट कर्नल दारा सिंह और भारतीय नौसेना के कैप्टन मनीष सैन के साथ पहलवान प्रिया मलिक और दीक्षा मलिक भी उपस्थित थीं।

इस अवसर पर गुप कैप्टन एम.एल.एस. प्रसाद ने कहा

कि आज मैं सामूहिक रूप से सशस्त्र बलों का प्रतिनिधित्व कर रहा हूँ। हमारे सैनिक-एथलीट साइकिलिंग दल का नेतृत्व कर रहे हैं और हमें इस बात की बहुत खुशी है कि 'फिट इंडिया' ने हमारे लिए इस विशेष संस्करण का आयोजन किया है। सशस्त्र बलों का यह प्रयास है कि देश का प्रत्येक नागरिक पूरी तरह से चुस्त-दुरुस्त रहे।

लेफ्टिनेंट कर्नल दारा सिंह ने जिस तरह सेना के जवान सुबह जल्दी उठते हैं और चुस्त-दुरुस्त रहते हैं, उसी तरह हर नागरिक को भी एक सेहतमंद जीवनशैली अपनानी चाहिए।

जुम्बा सेशन, योग प्रदर्शन, रस्सी कूदने की गतिविधियां, वॉलीबॉल के खेल, नीबू-चम्मच दौड़ और मनोरंजन जोन ने पूरे कार्यक्रम के दौरान प्रतिभागियों को व्यस्त रखा। आयुष मंत्रालय की 'योग 365' पहल के तहत स्थापित एक विशेष योग परामर्श बूथ ने भी बड़ी संख्या में लोगों को आकर्षित किया, जहां प्रतिभागियों ने अपनी सेहत की जांच करवाई और योग विशेषज्ञों के साथ बातचीत की।

इतिहास के पन्नों में 11 मई

- नई दिल्ली, 10 मई।
- 1752 - अमेरिका के फिलाडेल्फिया में अग्नि बीमा पालिसी की शुरुआत की गई।
- 1784 - अंग्रेजों और मैसूर के शासक टीपू सुल्तान के बीच संधि।
- 1833 - अमेरिका से क्यूबेक जा रहे जहाज लेडी ऑफ द लेक के हिमखंड से टकराकर अटलांटिक महासागर में डूबने से 215 लोगों की मौत।
- 1940 - ब्रिटिश ब्राडकार्टिंग सर्विस ने अपनी हिंदी सेवा की शुरुआत की।
- 1951 - राष्ट्रपति राजेन्द्र प्रसाद ने नवनिर्मित सोमनाथ मंदिर का उद्घाटन किया।
- 1962 - सर्वप्रथम राधाकृष्णन को भारत का राष्ट्रपति चुना गया। उन्होंने डॉ. राजेन्द्र प्रसाद का स्थान लिया।
- 1965 - बांग्लादेश में चक्रवाती तूफान में 17 हजार लोगों की मौत।
- 1988 - फ्रांस ने परमाणु परीक्षण किया।
- 1995 - संयुक्त राष्ट्र महासभा के कक्ष में 24 दिन तक चले सम्मेलन की समाप्ति पर परमाणु अप्रसार संधि को अनिश्चित काल के लिए स्थायी बना दिया गया।
- 1998 - भारत ने राजस्थान के पोखरण में तीन परमाणु परीक्षण किये।
- 1998 - यूरोप की एकल मुद्रा यूरो का पहला सिक्का

- बना।
- 2000 - दिल्ली के सफदरजंग अस्पताल में जन्मी श्वास्थार भारत का एक अरबवाँ बच्चा।
- 2001 - संयुक्त राज्य अमेरिका की प्रक्षेपास्त्र रक्षा प्रणाली को भारत का समर्थन, अमेरिकी संसद ने संयुक्त राष्ट्र की देय राशि रोकी।
- 2002 - बांग्लादेश में नौका दुर्घटना में 378 लोग मरे।
- 2005 - बगलहार परियोजना पर भारत-पाक मतभेदों को निपटाने हेतु विश्व बैंक ने तटस्थ विशेषज्ञ नियुक्त किया।
- 2007 - इस्त्रायल ने हमास से जुड़ी रिफॉर्म एवं चेंज पार्टी को गैर-कानूनी घोषित किया।
- 2008 - न्यूयार्क के कॉर्नेल विश्वविद्यालय के वैज्ञानिकों ने देश का पहला जेनेटिकली मोडिफाइड मानव भ्रूण तैयार किया।
- 2008 - दक्षिणी वजीरिस्तान में नाटो सेना ने हमला किया।
- 2010 - भारतीय सर्वोच्च न्यायालय के सबसे वरिष्ठ न्यायाधीश एसएच कपाड़िया को राष्ट्रपति प्रतिभा पाटिल ने 38वें प्रधान न्यायाधीश के रूप में शपथ दिलाई। वे इस पद पर 29 सितंबर 2012 तक रहेंगे।
- 2010 - भारतीय सर्वोच्च न्यायालय की संवैधानिक खंडपीठ ने एक महत्वपूर्ण निर्णय में कहा कि पंचायत और स्थानीय चुनाव में राज्य सरकार को आरक्षण देने का अधिकार है।

ऑफिस टेंशन दूर करने के साथ योग इन चीजों में भी कर सकता है आपकी मदद

नई दिल्ली, 10 मई। तेजी से बदलते, भागते कॉर्पोरेट माहौल में तनाव जैसे दैनिक जीवन का हिस्सा सा बन गया है। लगातार होने वाली मीटिंग्स का प्रेशर, टारगेट्स पूरा करने की डेडलाइन और लंबे वतापदहीनतं दिमाग पर बुरा असर डाल रहे हैं। तनाव दूर करने के लिए लोग स्मॉकिंग, अल्कोहल जैसी चीजों का सहारा ले रहे हैं। इन चीजों की आदत और ऊपर से स्ट्रेस दोनों ही खतरनाक कॉम्बिनेशन हैं फिजिकल हेल्थ के लिए। इसलिए तनाव के कारणों को समझना और उसे दूर करने के उपायों पर काम करना बहुत जरूरी है। जिसमें योग कर सकता है आपकी काफी मदद।

योग तनाव कम करने, दिमाग को रिलैक्स करने और आपको ओवरऑल हेल्दी रखने का प्रभावी तरीका है। ध्यान और ब्रीदिंग एक्सरसाइज (प्राणायाम) माइंड को शांत करने के साथ फोकस बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। ब्रीदिंग टेक्निक तंत्रिका तंत्र को नियंत्रित करते हैं, जिससे आप रिलैक्स फील करते हैं और काम पर अच्छी तरह से फोकस कर पाते हैं। इससे प्रोडक्टिविटी भी बढ़ती है और ये सारी चीजें आपके करियर ग्रोथ में हेल्पफुल साबित हो सकती हैं।

हद से ज्यादा काम, बिना ब्रेक लिए लगातार बैठकर काम करना आपकी फिजिकल और मेंटल दोनों ही हेल्थ के लिए खराब है। इससे स्ट्रेस तो बढ़ता ही है, इसके साथ ही कंफर्ट, पीठ व गर्दन दर्द जैसी समस्याओं का भी सामना करना पड़ सकता है, लेकिन योग को अपने डेली रूटीन में शामिल कर आप ये सारी दिक्कतें दूर कर सकते हैं। महज 1/2 घंटे का व्यायाम करना काफी होगा इन सभी तरह



के तनाव को दूर करने के लिए।

जरूरत से ज्यादा वर्क लोड सिर्फ दिमाग ही नहीं खराब करता, बल्कि इससे एक वक्त बाद एनर्जी लेवल भी डाउन होने लगती है। चाय, कॉफी भी कुछ खास कमाल नहीं दिखा पाते, लेकिन योग के जरिए इस दिक्कत को भी दूर किया जा सकता है। योग से बेशक इंस्टेंट एनर्जी नहीं मिलेगी, लेकिन इसे अपने रूटीन में शामिल करने से धीरे-धीरे इसका फर्क जरूर नजर आने लगेगा। योग करने से शरीर में ब्लड का सर्कुलेशन सुधरता है, शरीर को पर्याप्त मात्रा में ऑक्सीजन मिलती है, नींद अच्छी आती है, जिससे आप दिनभर एनर्जेटिक फील कर सकते हैं।

तनाव और लंबे समय तक काम करने से नींद की क्वालिटी पर बहुत बुरा असर पड़ सकता है। नींद पूरी न होने से दिनभर थकान महसूस होती रहती है, जिससे प्रोडक्टिविटी घटने लगती है। योग आपके दिमाग को शांत करता है, जिससे नींद से जुड़ी दिक्कतें दूर होती हैं। हल्की स्ट्रेचिंग, ब्रीदिंग एक्सरसाइज, योग निद्रा सुकून भरी नींद दिलाने में मदद कर सकते हैं।

देहात के अखाड़ों से निकली कुश्ती, जिसने ओलंपिक के मैट तक छोड़ी अपनी छाप

नई दिल्ली, 10 मई।

भारत के प्राचीन और लोकप्रिय खेल 'कुश्ती' के प्रमाण महाभारत और रामायण काल से देखने को मिलते हैं, जिसकी जड़ें देहात के अखाड़ों से जुड़ी हैं। पहलवानों को पारंपरिक मिट्टी के दंगल से अंतरराष्ट्रीय मंच के मैट तक पहुंचाने वाले इस खेल में भारत का दबदबा रहा है। करीब 7,000 ईसा पूर्व कुश्ती वैश्विक स्तर पर 'मार्शल आर्ट' के रूप में अस्तित्व में आई। भारत में इसे 'मल्ल युद्ध' कहा गया, यानी बगैर किसी शस्त्र के सिर्फ हाथों से लड़ा जाने वाला मुकाबला।

एक दौर था, जब बाहुबल और मनोरंजन के लिए कुश्ती खेती जाती थी। राजा-महाराजा इन खेलों का आयोजन करवाते थे। उत्तर भारत में इसे दंगल, कुश्ती और पहलवानी के नाम से पहचान मिली। एक ओर यूरोप में सॉफ्ट मैट पर इसे खेला जा रहा था, तो भारत में मिट्टी के अखाड़ों में इसका अभ्यास जारी था। उस दौर में इसे फिट रहने के तरीके के रूप में भी देखा जाता था। कुश्ती जीतने वाले पहलवानों को उचित इनाम भी मिलता, ताकि उन्हें प्रोत्साहन मिले।

साल 1930 में पेशेवर कुश्ती की शुरुआत हुई। इसी बीच कुश्ती पर फ्रांसीसी प्रभाव भी देखने को मिला, जिसके चलते 'ग्रीको-रोमन शैली' अस्तित्व में आई। साल 1904 में सेंट लुइस में खेले गए ओलंपिक में फ्रीस्टाइल कुश्ती को शामिल किया गया। इसके बाद साल 1908 में भी यह खेल ओलंपिक का हिस्सा रहा। इसी बीच भारत को गुलाम मोहम्मद बख्श उर्फ 'गामा पहलवान' जैसा सुपरस्टार मिला, जिन्होंने पांच दशक के करियर में एक भी मैच नहीं गंवाया। साल 1947 में भारत-पाकिस्तान के बंटवारे के बाद गामा लाहौर में बस गए।

खाशाबा दादासाहेब जाधव ने साल 1948 में लंदन में ओलंपिक डेब्यू किया। मिट्टी पर कुश्ती लड़ने वाले केडी जाधव यहां पहली बार मैट पर लड़े। साल 1952 में हेलसिंकी ओलंपिक में उन्होंने बेंटमवेट वर्ग में भारत को ब्रॉन्ज मेडल जिताया। यह आजादी के बाद भारत का



पहला व्यक्तिगत ओलंपिक पदक था।

इसके बाद उदय चंद, विशंबर सिंह, करतार सिंह, मारुति माने, सतपाल सिंह, राजेंद्र सिंह जैसे पहलवानों ने भारत को इस खेल में शोहरत दिलाई, लेकिन भारत को कुश्ती में अगला ओलंपिक पदक जीतने के लिए 56 वर्ष इंतजार करना पड़ गया।

इस बीच साल 2006 में अलका तोमर विश्व चैंपियनशिप मेडल जीतने वाली पहली भारतीय महिला रसलर बन गई थीं। इन्हीं के नक्शेकदम पर चलते हुए गीता फोगाट, बबीता फोगाट, विनेश फोगाट, साक्षी मलिक जैसी महिला रसलर भी सामने आईं।

आखिरकार, 2008 बीजिंग ओलंपिक में सुशील कुमार ने इस सूखे को समाप्त किया। उन्होंने 66 किलोग्राम भारवर्ग में देश को ब्रॉन्ज मेडल जिताया।

साल 2012 में लंदन में खेले गए ओलंपिक में एक बार फिर सुशील कुमार ने पदक जीता। इस बार पदक का रंग बदल गया था। यह सिल्वर मेडल था। इसी ओलंपिक में योगेश्वर दत्त ने भारत को ब्रॉन्ज मेडल जिताया।

साल 2016 में साक्षी मलिक एकमात्र सफल भारतीय रहीं, जिन्होंने ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किया। वह ओलंपिक पदक जीतने वाली पहली भारतीय महिला रसलर बनीं। 2020 टोक्यो ओलंपिक में रवि कुमार दहिया ने देश को सिल्वर, जबकि बजरंग पुनिया ने ब्रॉन्ज मेडल जिताया। 2024 पेरिस ओलंपिक में अमन सहरावत ने ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किया।

पिकनिक मज़ा लेने भर के लिए ही नहीं है, इससे हेल्थ को होने वाले फायदे भी जानिए

नई दिल्ली, 10 मई।

शायद ही कोई हो जिसे पिकनिक पर जाना पसंद नहीं होगा। कहीं खूबसूरत वादियों में अपनों के साथ खाने पीने और खेलों का लुल्फ लेना और रिलैक्स होना हो तो सबसे बेहतर जरिया है पिकनिक।

आज के दौड़धूप भरी जिंदगी ने पिकनिक का महत्व और बढ़ा दिया है। हर साल 18 जून को पूरा विश्व 'इंटरनेशनल पिकनिक डे' मनाता है।

अगर आप पिकनिक प्रेमी नहीं हैं तो पिकनिक की इन फायदों पर जरा गौर फरमाइए-

- 1- जानकारों के अनुसार, कई बार बिजी रहने के कारण हमें अपने परिजनों या दोस्तों से खुलकर बात करने का मौका नहीं मिलता है। काम के कारण अक्सर हम तनाव में रहते हैं। पिकनिक में हमें दोस्तों और परिजनों के साथ अच्छा वक्त बिताने का मौका मिलता है। ये समय परिवार और दोस्तों के साथ बेहतर बॉन्ड बनाने में मददगार साबित हो सकते हैं।
- 2- आजकल अधिकतर लोगों में विटामिन-डी की कमी रहती है। इससे कई तरह की सेहत संबंधी परेशानियां होने लगती हैं। आउटडोर में पिकनिक मनाने से आपको भरपूर मात्रा में विटामिन-डी मिल सकता है।
- 3- आपको बता दें, जब हम आउटडोर होते हैं हमारी बॉडी अपने आप तनाव से मुक्त हो जाती है। चारों तरफ फैंली हरियाली और नीले आसमान के नीचे हम खुद ही गहरी



सांसे लेने लगते हैं। इससे स्ट्रेस और एंजायटी जैसी मानसिक परेशानियां कम हो सकती हैं।

4- अगर आप अपना मूड को बेहतर बनाना चाहते हैं और तनाव कम करना चाहते हैं तो आपको अपने परिवार, दोस्तों या सहयोगियों के साथ एक पिकनिक प्लान कर सकते हैं। यह आपकी पूरी सेहत के लिए अच्छा है। इसके अलावा, जब आप बाहर जाते हैं और प्रकृति के साथ जुड़ाव महसूस होता है और ताज़ी हवा में सांस लेने में का काम कर सकते हैं। इसके अलावा भी पिकनिक आपकी सेहत के लिए काफी तरीकों से फायदेमंद साबित होती है।

5- आप पिकनिक पर जाते समय घर से बनी स्वादिष्ट चीजें पैक करके ले जाते हैं और वहां पूरी फैमिली के साथ उस भोजन का स्वाद लिया जा सकता है। आप अपने आहार में सलाद, हेल्दी फ्रैट्स और फल-सब्जियां जोड़ सकते हैं और निश्चित रूप से आपको अपनी सेहत पर ध्यान दे सकेंगे।

शिक्षा मंत्रालय की पहल, देशभर के स्कूलों के लिए 'भारतीय भाषा समर कैंप'

नई दिल्ली, 10 मई।

केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय देश भर के छात्रों के लिए एक विशेष समर कैंप आयोजित करने जा रहा है। शिक्षा मंत्रालय का यह समर कैंप भारतीय भाषाओं को बढ़ावा देने पर आधारित है। सरकार ने इसके लिए कई विशेष तैयारियां की हैं।

दरअसल ऐसा ही एक कैंप बीते साल भी आयोजित किया गया था। पिछले वर्ष 'भारतीय भाषा समर कैंप' को देशभर में मिली अभूतपूर्व सफलता मिली थी। इस अभियान में देश के 5.13 करोड़ से अधिक विद्यार्थियों ने भाग लिया था। यही कारण है कि इस वर्ष शिक्षा मंत्रालय ने इस पहल को और अधिक व्यापक रूप देने का फैसला किया है। वर्ष 2025 में दिखे उत्साह और सकारात्मक प्रतिक्रिया को देखते हुए शिक्षा मंत्रालय इस गर्मी की छुट्टियों के दौरान देशभर के सभी स्कूलों में भारतीय भाषा समर कैंप 2026 आयोजित करने जा रहा है।

यह एक सप्ताह का विशेष शिविर होगा। इसका उद्देश्य विद्यार्थियों को भारत की विविध भाषाओं और संस्कृतियों से परिचित कराना है। कैंप के दौरान छात्र विभिन्न भारतीय भाषाओं में बुनियादी संवाद कौशल सीखेंगे। इसमें आत्म-परिचय देना, सामान्य शब्दावली सीखना, दैनिक जीवन में उपयोग होने वाले वाक्य बोलना और सरल बातचीत करना शामिल रहेगा।

शिक्षा मंत्रालय के अनुसार, इस कार्यक्रम को केवल भाषा सीखने तक सीमित नहीं रखा गया है, बल्कि इसे एक सांस्कृतिक अनुभव के रूप में तैयार किया गया है। विद्यार्थियों को अलग-अलग राज्यों की भाषा, लोक परंपराओं, गीत-संगीत और सांस्कृतिक विशेषताओं से भी परिचित कराया जाएगा। खेल, समूह चर्चा, संवाद अभ्यास, सांस्कृतिक प्रस्तुतियां और रचनात्मक गतिविधियां इस समर कैंप का हिस्सा होंगी। इस सब से छात्रों की सीखने की प्रक्रिया रोचक और आनंददायक बनेगी। इस वर्ष के समर कैंप की सबसे खास पहल भारतीय सांकेतिक भाषा को शामिल

आईसीजीएस अचल भारतीय

नई दिल्ली, 10 मई।

भारतीय तटरक्षक बल ने 9 मई, 2026 को गोवा शिपयार्ड लिमिटेड में भारतीय तटरक्षक पोत (आईसीजीएस) अचल को सेवा में शामिल कर अपनी परिचालन क्षमता को और मजबूत किया है। यह नई पीढ़ी की अदम्य-श्रेणी में तीव्र गति के जहाजों की श्रृंखला का नवीनतम पोत है। इस जहाज के अचल नाम होने का अर्थ 'अडिग' है, जो भारतीय तटरक्षक बल की राष्ट्रीय समुद्री हितों की रक्षा, समुद्र में जीवन बचाने और भारतीय समुद्री सीमाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने हेतु उसकी अद्वैत प्रतिबद्धता को दर्शाता है। यह अत्याधुनिक पोत समुद्री अभियानों की व्यापक जिम्मेदारियों को निभाने में सक्षम है, जिनमें तटीय और अपतटीय निगरानी, अवरोधन गतिविधि, खोज एवं बचाव (एसएआर), तस्करी-रोधी अभियान तथा समुद्री प्रदूषण से निपटने जैसे महत्वपूर्ण कार्य शामिल हैं।

इस जहाज को रक्षा मंत्रालय के अपर सचिव एवं महानिदेशक (अधिग्रहण) ए. अंबरासु ने औपचारिक रूप से भारतीय तटरक्षक बल में शामिल किया। इस अवसर पर तटरक्षक क्षेत्र (उत्तर-पश्चिम) के कमांडर इंसपेक्टर जनरल टेकरु शशि कुमार, केंद्र और राज्य सरकारों के वरिष्ठ अधिकारी तथा गोवा शिपयार्ड लिमिटेड के प्रतिनिधि भी उपस्थित रहे। यह समारोह अत्यंत गरिमामयी माहौल में

हंतावायरस से प्रभावित क्रूज जहाज से यात्रियों को निकालने के लिए स्पेन पहुंचे डब्ल्यूएचओ प्रमुख

नई दिल्ली, 10 मई।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के प्रमुख टेड्रोस अदनोम गेब्रेयसस हंतावायरस से प्रभावित 'एमवी हॉंडियस' क्रूज जहाज से 140 से अधिक यात्रियों और चालक दल को सुरक्षित निकालने के लिए स्पेन के टेनेरिफ पहुंच गए हैं। श्री टेड्रोस ने पुष्टि की है कि वे हंतावायरस से प्रभावित क्रूज यात्रियों और चालक दल के सदस्यों की सुरक्षित वापसी के लिए स्पेन के अधिकारियों के साथ द्वीप की यात्रा करेंगे।

उच्च ध्वज वाला क्रूज जहाज, एमवी हॉंडियस के कल सुबह टेनेरिफ पहुंचने की उम्मीद है। श्री टेड्रोस ने कहा कि जहाज पर सवार किसी भी व्यक्ति में फिलहाल वायरस के लक्षण नहीं दिख रहे हैं। हालांकि, यात्रियों को आइसोलेशन में रखा जाएगा।

इस वायरस से अब तक तीन लोगों की मौत हो चुकी है, जबकि जहाज से पहले ही उतर चुके पांच यात्रियों में हंतावायरस की पुष्टि हुई है। वहीं, अमरीका और ब्रिटेन ने

मानसून में रोड ट्रिप के लिए एकदम सेफ हैं ये रूट्स, नहीं होगा ट्रैफिक और देख पाएंगे दिलकश नजारे भी

नई दिल्ली, 10 मई।

मानसून आते ही घूमने-फिरने पर थोड़ा ब्रेक लग जाता है, क्योंकि इस मौसम में हिल स्टेशन की प्लानिंग खतरों से खाली नहीं होती। दिल्ली, हरियाणा, चंडीगढ़, राजस्थान रहने वालों के लिए शॉर्ट ट्रिप हो या लॉन्ग वीकेंड उत्तराखंड और हिमाचल सबसे पहले ऑप्शन होते हैं, लेकिन बारिश के चलते कई सारी जगहों पर आवागमन बंद हो जाता है, ऐसे में इन जगहों की सैर का रिस्क न ही लें तो बेहतर। वैसे कुछ ऐसी जगह हैं, जहां सैर-सपाटे का असली मजा बारिश के दौरान ही आता है। ये जगहें तो लाजवाब हैं ही, साथ ही यहां पहुंचने का रास्ता भी बेहद शानदार और सेफ है।

बैंगलुरु से ऊटी- मानसून के दौरान खूबसूरत और सेफ रोड ट्रिप में से एक है बंगलौर से ऊटी। सफर के दौरान दूर तक फैली हरियाली, पहाड़ और झरने तन और मन को तरोताजा करने का काम करते हैं। इस रूट पर आपको नजारों के साथ तरह-तरह के जायके भी चखने को मिलेंगे। मंजिल से कहीं ज्यादा खूबसूरत और यादगार होता है यहां तक पहुंचने का सफर।

उदयपुर से माउंट आबू- उदयपुर राजस्थान का बहुत ही खूबसूरत शहर है। जहां गर्मियों के दौरान राजस्थान के ज्यादातर शहर तप रहे होते हैं, वहीं मानसून की फुहार न



करना है।

पहली बार विद्यार्थियों को सांकेतिक भाषा की बुनियादी जानकारी भी दी जाएगी। इससे श्रवण बाधित छात्र भी अलग अलग-अलग भाषाओं में संवाद की महत्ता कर सकेंगे। यह पहल नई शिक्षा नीति 2020 की उस सोच को आगे बढ़ाती है, जिसमें समावेशी और समान शिक्षा पर विशेष जोर दिया गया है। शिक्षा मंत्रालय का मानना है कि भारत की भाषाई विविधता देश की सबसे बड़ी सांस्कृतिक ताकत है। ऐसे कार्यक्रम विद्यार्थियों में नई भाषाएँ सीखने की रुचि पैदा करने के साथ-साथ राष्ट्रीय एकता और आपसी समझ को भी मजबूत करते हैं।

मंत्रालय ने सभी स्कूलों, शिक्षकों और अभिभावकों से इस अभियान को सफल बनाने में सक्रिय सहयोग देने की अपील की है। गौरतलब है कि भारतीय भाषा समर कैंप 2026 न केवल विद्यार्थियों के लिए सीखने का अवसर होगा, बल्कि यह भारत की बहुभाषी और बहुसांस्कृतिक पहचान को मजबूत करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम भी साबित होगा।

तटरक्षक बल में शामिल हुआ



मेसर्स गोवा शिपयार्ड लिमिटेड द्वारा स्वदेशी रूप से डिजाइन और निर्मित यह पोत भारत की पोत निर्माण क्षमताओं में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर साबित हुआ है। 50 प्रतिशत से अधिक स्वदेशी घटकों से सुसज्जित यह जहाज रक्षा निर्माण क्षेत्र में देश की बढ़ती आत्मनिर्भरता को दर्शाता है। साथ ही, यह भारत सरकार की 'आत्मनिर्भर भारत' और 'मेक इन इंडिया' गतिविधियों के अनुरूप स्वदेशी रक्षा उत्पादन को बढ़ावा देने की दिशा में एक अहम कदम है।

आईसीजीएस अचल का सेवा में शामिल होना भारतीय तटरक्षक बल के मौजूदा बेड़ा विस्तार कार्यक्रम में एक और महत्वपूर्ण उपलब्धि है। इस अत्याधुनिक पोत के शामिल होने से तटीय सुरक्षा व्यवस्था को और मजबूती मिलेगी, साथ ही समुद्री निगरानी एवं परिचालन तत्परता बढ़ाने में भी महत्वपूर्ण योगदान प्राप्त होगा।

भारत की वैज्ञानिक ताकत और राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी का प्रतीक-राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी दिवस

नई दिल्ली, 10 मई।

भारत और विश्व इतिहास में 11 मई की तारीख कई महत्वपूर्ण घटनाओं के लिए याद की जाती है, लेकिन भारतीय विज्ञान और तकनीक के क्षेत्र में इस दिन का विशेष महत्व है। देश में हर वर्ष 11 मई को राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी दिवस के रूप में मनाया जाता है। इस दिवस का उद्देश्य वैज्ञानिकों, इंजीनियरों और तकनीकी विशेषज्ञों के योगदान को सम्मान देना तथा देश में वैज्ञानिक सोच को प्रोत्साहित करना है।

इस दिन की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि वर्ष 1998 से जुड़ी है, जब भारत ने पोखरण-II के तहत राजस्थान के पोखरण टेस्ट रेंज में सफल परमाणु परीक्षण कर पूरी दुनिया को चौंका दिया था। 11 और 13 मई 1998 को किए गए कुल पांच परमाणु परीक्षणों ने भारत को वैश्विक परमाणु शक्ति के रूप में स्थापित कर दिया।

तत्कालीन प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी के नेतृत्व में यह अभियान बेहद गोपनीय तरीके से पूरा किया गया था। बताया जाता है कि दुनिया की बड़ी खुफिया एजेंसियां और उपग्रह निगरानी तंत्र भी इसकी भनक नहीं लगा सके थे। परीक्षण की सफलता को बाद वाजपेयी ने देश को संबोधित करते हुए भारत के परमाणु शक्ति संपन्न राष्ट्र बनने की घोषणा की थी।

इन परीक्षणों में पूर्व राष्ट्रपति और प्रसिद्ध वैज्ञानिक एपीजे अब्दुल कलाम की भूमिका भी बेहद अहम रही। उन्होंने परीक्षणों की सफलता की पुष्टि की थी। बाद में कलाम ने कहा था कि उस समय अंतरराष्ट्रीय दबाव काफी अधिक था, लेकिन भारत ने आत्मनिर्भरता और राष्ट्रीय सुरक्षा को प्राथमिकता देते हुए यह कदम उठाया।

इसी दिन भारत ने स्वदेशी विमान 'हंसा-3' का सफल परीक्षण किया था और 'त्रिशूल' मिसाइल परीक्षण में भी सफलता प्राप्त की थी। इन उपलब्धियों को देखते हुए

भारत ने केप टाउन में दक्षिण अफ्रीकी खगोलीय वेधशाला को आईयूसीए का ध्वज सौंपा

नई दिल्ली, 10 मई।

दक्षिण अफ्रीका में भारत के उच्चायुक्त प्रभात कुमार ने केप टाउन स्थित रॉयल ऑब्ज़र्वेटरी में आयोजित एक समारोह में दक्षिण अफ्रीकी खगोलीय वेधशाला-एसएएओ को भारत के अंतर-विश्वविद्यालय खगोल विज्ञान और खगोल भौतिकी केंद्र-आईयूसीए का ध्वज औपचारिक रूप से सौंप दिया। यह दोनों देशों के बीच लंबे समय से चले आ रहे वैज्ञानिक सहयोग को और मजबूत करने का परिचायक है।

भारतीय राजदूत ने इस सप्ताह के प्रारंभ में आयोजित

बेहद बेशकीमती है कश्मीर की कानी शॉल, बनाने में लग जाते हैं कई साल, लाखों में है कीमत

नई दिल्ली, 10 मई।

यह एक ऐसी रंग बिरंगी शॉल है जिसका इतिहास मुगलों के जमाने जितना पुराना है और इसे बनाने में एक महीने से लेकर साल भर से ज्यादा का वक्त भी लग जाता है। आज इसे कश्मीर की खूबसूरत वादियों में तैयार किया जा रहा है। बता दें, पश्मीना ऊन से तैयार होने वाली इस शॉल को बनाने के लिए लकड़ी की सलाइयों का इस्तेमाल किया जाता है, जिन्हें कानी कहते हैं। मुगल शासन काल में भी इसे खूब पसंद किया जाता था। अपने सैकड़ों साल के इतिहास को समेटे हुए इस प्राचीन कला में भारत के कारीगर आज नए रंग भरने में जुटे हैं। आइए जानते हैं कि क्या कुछ है इसकी खासियत और कैसे भारत पहुंची थी यह कला।

15वीं शताब्दी में पहली बार फारसी और तुर्की बुनकर इस कला को कश्मीर लाए थे। हमेशा से ही इसकी बुनाई के लिए कारीगरों में धैर्य का होना बहुत जरूरी रहा है। वजह है कि कई बार एक शॉल को तैयार करने में ही 3-4 साल का वक्त बीत जाता है। इस दौरान उन्हें दिन में 6-7 घंटे काम करना होता है और एक शॉल को अपनी मेकिंग के दौरान एक दो नहीं, बल्कि 3-4 कारीगरों के हाथों से गुजरना पड़ता है।

इसका प्रोसेस काफी हद तक किसी कालीन की बुनाई जैसा ही होता है। एक दिन में यह 1-2 सेंटीमीटर ही तैयार हो पाती है, बाकी यह इस बात पर भी निर्भर करता है कि कारीगर को कैसे डिजाइन बनाने के लिए दिया गया है। जाहिर है जितना बारीक डिजाइन होता है, उसे बनाने में

थायराइड पर लगाना हो लगाम, तो इन चीजों से करें पूरी तरह परहेज

नई दिल्ली, 10 मई।

मौजूदा समय में थायराइड एक ऐसी बीमारी बन गई है जिससे 10 में से 5 लोग ग्रसित हो ही जाते हैं। वैसे तो, इस बीमारी के लक्षण जल्दी पकड़ में नहीं आते लेकिन रेगुलर चेकअप के दौरान थायराइड की बीमारी का पता समय पर चल जाता है।

अगर आप एक बार भी थायराइड की बीमारी में चपेट में आ जाएं तो सबसे पहले कुछ चीजों को खाने से परहेज करना चाहिए। ऐसा ना करने पर हो सकता है थायराइड की बीमारी आपकी सेहत पर और भी बुरा असर डाल दें। थायराइड की समस्या में भूलकर नहीं करें सेवन ऐसे में आइए जानें कुछ ऐसे फूड्स के बारे में जिन्हें थायराइड होने पर बिल्कुल नहीं खाना चाहिए, जो इस प्रकार हैं:

- 1- हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार, यदि शरीर में थायराइड की मात्रा बढ़ गई है तो कैफीन का सेवन न करें। चाय, कॉफी, सोडा, चॉकलेट का भूलकर भी सेवन न करें। इन चीजों का सेवन करने से दिल की धड़कन तेज होना, चिंता, घबराहट, चिड़चिड़ापन बढ़ने लगता है।
- 2- अगर किसी को भी थायराइड की समस्या है तो सबसे पहले उसे फाइबर युक्त सब्जियां खाने से बचना चाहिए। ये सब्जियां गोभी, ब्रोकली और पालक हैं। इन सब में फाइबर की मात्रा सबसे अधिक होती है और ये थायराइड हार्मोन के स्त्राव को जल्दी प्रभावित करता है।
- 3- आपको जानकारी के लिए बता दें, थायराइड के रोगियों को सोयाबीन का सेवन नहीं करना चाहिए। सोयाबीन खाने में से आयोडीन का अवशोषण रोक देते हैं। इसलिए



वाजपेयी सरकार ने 11 मई को राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी दिवस घोषित किया। इस अवसर पर वाजपेयी ने "जय जवान, जय किसान और जय विज्ञान" का नारा दिया था, जो आज भी भारत की वैज्ञानिक प्रगति और आत्मनिर्भरता का प्रतीक माना जाता है।

हर वर्ष इस अवसर पर एक विशेष थीम घोषित की जाती है, जो देश की तकनीकी प्राथमिकताओं और भविष्य की दिशा को दर्शाती है। वर्ष 2026 के लिए घोषित थीम "जिम्मेदार नवाचार के माध्यम से समावेशी विकास" है। यह थीम इस बात पर केंद्रित है कि तकनीक का उपयोग नैतिक, सतत और संतुलित तरीके से किया जाए, ताकि शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों के बीच की खाई को कम किया जा सके और कृत्रिम बुद्धिमत्ता, रक्षा तथा डिजिटल ढांचे में हो रहे नवाचारों का लाभ समाज के हर वर्ग तक समान रूप से पहुंच सके।

राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी दिवस के अवसर पर देशभर में विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं, जिनमें वैज्ञानिकों और स्टार्टअप को सम्मानित किया जाता है, तकनीकी प्रदर्शनियों का आयोजन होता है तथा शैक्षणिक संस्थानों में विज्ञान और नवाचार से जुड़े कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है।

समारोह में एसएएओ के अनुकरणीय अनुसंधान की सराहना की और कहा कि आईयूसीए ध्वज की स्थापना वैज्ञानिक अनुसंधान और नवाचार को भारत सरकार की प्राथमिकता का प्रतीक है। एसएएओ की प्रबंध निदेशक रोजालिंड स्केल्टन ने पिछले दो दशकों में एसएएलटी सुविधा की उपलब्धियों का उल्लेख करते हुए कहा कि वर्तमान में, वे भारतीय सहयोगियों के साथ मिलकर एक नया कैमरा डिटेक्टर और नियंत्रक विकसित कर रहे हैं, जिसे आने वाले महीनों में दूरबीन पर स्थापित किए जाने की उम्मीद है।



उतना ही ज्यादा वक्त लगता है।

कानी शॉल की सबसे खास चीज इसका रंग सिद्धांत है, जो कि हमेशा से ही प्रति से प्रेरित रही है। आज कानी शॉल को श्रीनगर से करीब 20 किलोमीटर दूर, एक छोटे-से गांव कानीहामा से एक बार फिर से जान फूंकने का काम किया जा रहा है। कहना गलत नहीं होगा, कि पुरानी कला में नया रंग भरते, भारत के कारीगरों का वाकई जवाब नहीं है।

कानी शॉल लंबे वक्त से भारत के राजा-महाराजाओं की पोशाक में शामिल रहा है। प्रधानमंत्री के कंधे पर भी आपने कई बार इस शॉल को देखा होगा। इसे बनाने की अनूठी कला के बारे में कश्मीर के आठवें सुल्तान गयास-उद-दीन ने जैन-उल-अबिदीन से वाकिफ कराया था। उसी के बाद से यह दुनियाभर में कई लोगों के दिलों पर कब्जा किए हुए है। बता दें, मुगल राजाओं, सिख महाराजाओं और ब्रिटिश अभिजात वर्ग की शोभा बढ़ाने में इस शॉल की बड़ी भूमिका मानी जाती थी।



थायराइड होने पर इसे नहीं खाना चाहिए। इसके साथ ही टोफू और सोया मिल्क का सेवन भी थायराइड के मरीजों को नहीं करना चाहिए।

4- जिन लोगों को थायराइड की समस्या है वो चीनी का भी ज्यादा सेवन ना करें। चीनी पाचन की प्रक्रिया को प्रभावित करती है। इससे वजन बढ़ने का आसार भी बढ़ जाता है। इसी वजह से थायराइड के मरीज को उन चीजों का सेवन करने से बचना चाहिए जिन्हें वजन बढ़ने की समस्या हो।

5- थायराइड होने पर सूरजमुखी का तेल, सरसों का तेल, तिल का तेल या मूंगफली के तेल का इस्तेमाल करने से भी बचना चाहिए और इनकी जगह मक्खन, घी या नारियल तेल का इस्तेमाल करें।

6- अगर आप डेयरी उत्पादों से एलर्जिक हैं तो इनका सेवन करने से भी बचें। आदर्श रूप से आपकी थायराइड समस्याओं के मूल कारण की पहचान करना इसकी रोकथाम की दिशा में एक आवश्यक कदम हो सकता है।