अण्डमान निकोबार द्वीप समाचार

One India, One Emergency Number 112

रजि.न.34300/80 संख्या 15 श्री विजय पुरम, गुरूवार, 15 जनवरी 2026 web: dt.andamannicobar.gov.in 2.00 रूपए

भारत की अल्ट्रा–मेगा अटलांटा बे बंदरगाह योजना से उत्तर अण्डमान बना बंगाल की खाड़ी सामरिक का केंद्रः विशेषज्ञ

दुनिया के सबसे बड़े ड्राई बल्क जहाज़ों को संभालने के लिए डिज़ाइन किया गया यह बंदरगाह, रक्षा विश्लेषकों के अनुसार, बड़े युद्धपोतों को ईंधन भरने, पुनः आपूर्ति करने तथा प्रमुख समुद्री नौवहन मार्गों के अधिक निकट से संचालन करने में सक्षम बनाएगा

बंगाल की खाड़ी में बढ़ती क्षेत्रीय प्रतिस्पर्धा के बीच केंद्र सरकार द्वारा उत्तर अण्डमान के अटलांटा बे में एक गहरे पानी वाले ड्राई बल्क ट्रांसशिपमेंट बंदरगाह को आगे बढ़ाने का निर्णय भारत की वाणिज्यिक और समुद्री उपस्थिति में एक महत्वपूर्ण विस्तार के रूप में देखा जा रहा है। रक्षा और सामरिक मामलों के विशेषज्ञों का कहना है कि यह परियोजना भारत की समुद्री रणनीति को नई मजबूती देगी।

अक्टूबर में घोषित इस परियोजना पर वर्तमान में तकनीकी–वाणिज्यिक व्यवहार्यता अध्ययन किया जा रहा है। अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के उप राज्यपाल एडमिरल डी. के. जोशी (अ.प्रा.), जो पूर्व नौसेना प्रमुख भी रह चुके हैं, स्वयं इस परियोजना की निगरानी कर रहे हैं, जिससे इस बंदरगाह को सरकार द्वारा दी जा रही प्राथमिकता स्पष्ट होती है।

अटलांटा बे बंदरगाह को दुनिया के सबसे बड़े ड्राई बल्क जहाज़ों, जिनमें केपसाइज़ जहाज़ भी शामिल हैं, को संभालने के लिए डिज़ाइन किया जा रहा है। इसके साथ ही यहां देश का सबसे लंबा सतत बर्थ (घाट) होने की भी संभावना है।

हालांकि सरकार ने इसे मुख्य रूप से एक वाणिज्यिक परियोजना के रूप में प्रस्तुत किया है, लेकिन रक्षा विश्लेषकों का मानना है कि इस पैमाने का गहरे पानी का बंदरगाह नौसेना और तटरक्षक बल के अभियानों में भी सहायक होगा। इससे बड़े युद्धपोतों को ईंधन भरने, पुनः आपूर्ति करने और प्रमुख समुद्री मार्गों के निकट लंबे समय तक संचालन करने में सुविधा मिलेगी।

सामरिक समुद्री भौगोलिक महत्व

सोसाइटी फॉर पॉलिसी स्टडीज़ के निदेशक और पूर्व नौसेना अधिकारी कमोडोर (अ.प्रा.) उदय भास्कर ने कहा कि अण्डमान और निकोबार द्वीपसमूह दशकों से अपने सामरिक महत्व के बावजूद अपेक्षाकृत अविकसित रहे हैं।

उन्होंने कहा, "लंबे समय तक भारत के पास इन द्वीपों के विकास के लिए न तो पर्याप्त संसाधन थे और न ही स्पष्ट दृष्टि, जबकि ये मलाका स्ट्रेट और बंगाल की खाड़ी को जोड़ने वाले दुनिया के सबसे महत्वपूर्ण समुद्री मार्गों के पास स्थित हैं।"

उत्तर अण्डमान उन समुद्री मार्गों के बेहद करीब है, जिनसे होकर वैश्विक व्यापार का बड़ा हिस्सा और पूर्वी एशिया की अधिकांश तेल एवं गैस आपूर्ति गुजरती है। यहां मजबूत उपस्थिति रखने वाला कोई भी देश इन जलमार्गों पर

होने वाली गतिविधियों पर बेहतर नज़र रख सकता है, जिससे उसे वाणिज्यिक और सुरक्षा दोनों तरह के लाभ मिलते हैं।

इन द्वीपों में पहले से ही भारत की एकमात्र त्रि–सेवा सैन्य कमान मौजूद है, साथ ही हवाई पट्टियां, नौसैनिक अड्डे और निगरानी प्रणालियां भी स्थापित हैं। अटलांटा बे में एक बड़े बंदरगाह के निर्माण से सैनिकों, उपकरणों और आपूर्ति की आवाजाही आसान होगी तथा जहाज़ों को लंबे समय तक तैनात रखना संभव हो सकेगा।

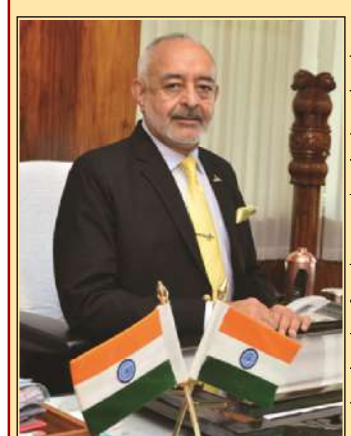
कमोडोर भास्कर के अनुसार, अटलांटा बे परियोजना का पैमाना इस बात का संकेत है कि भारत की सोच में कितना बड़ा बदलाव आया है।

उन्होंने कहा, "इस बंदरगाह को 2 लाख टन क्षमता वाले जहाज़ों को संभालने के लिए तैयार किया जा रहा है, जो दुनिया के केवल कुछ ही बंदरगाह कर सकते हैं। आज भारत के पास इस तरह की कोई सुविधा नहीं है। यदि देश को 5 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था बनना है, तो एक मजबूत महासागर–आधारित व्यापार प्रणाली ज़रूरी है और इसमें ये द्वीप केंद्रीय भूमिका निभाएंगे।"

अटलांटा बे का विकास ग्रेट निकोबार के गलाथिया बे में प्रस्तावित बड़े कंटेनर ट्रांसशिपमेंट बंदरगाह के साथ–साथ किया जा रहा है। जहां गलाथिया बे का उद्देश्य सिंगापुर और कोलंबो जैसे वैश्विक ट्रांसशिपमेंट हब से कंटेनर यातायात आकर्षित करना है, वहीं अटलांटा बे ड्राई बल्क कार्गो–जैसे कोयला, खनिज और औद्योगिक कच्चा माल–पर केंद्रित रहेगा। इन दोनों बंदरगाहों के माध्यम से अण्डमान–निकोबार श्रृंखला के दोनों सिरों पर भारत को महत्वपूर्ण समुद्री अवसंरचना प्राप्त होगी।

विशेषज्ञों का मानना है कि नई दिल्ली के लिए दांव केवल व्यापार तक सीमित नहीं हैं। आर्थिक रूप से ये दोनों बंदरगाह विदेशी ट्रांसशिपमेंट हब पर भारत की निर्भरता कम करेंगे और प्रमुख आपूर्ति मार्गों पर देश का नियंत्रण मजबूत करेंगे। (स्रोतः **https://www.moneycontrol.com/**)

संदेश



'सेना दिवस' के अवसर पर, मैं भारतीय सेना के सभी रैंकों, विशिष्ट पूर्व सैनिकों, पूजनीय वीर नारियों, समर्पित नागरिक कर्मियों और उन परिवारों के प्रति अपनी हार्दिक बधाई और गहरी कृतज्ञता व्यक्त करता हूँ, जिनका अटूट समर्थन हमारे वीर सैनिकों के संकल्प को सुदृढ़ करता है।

भारतीय सेना राष्ट्र की सर्वोच्च ढाल है, जो अद्वितीय साहस, अनुशासन और निस्वार्थ सेवा का प्रतीक है। भारत की संप्रभुता, एकता और क्षेत्रीय अखंडता की रक्षा का सर्वोच्च दायित्व निभाते हुए, सेना ने प्रत्येक चुनौती का सामना करते हुए अनुकरणीय व्यावसायिकता और दृढ़ संकल्प का प्रदर्शन किया है। राष्ट्रीय रक्षा के अपने मूल दायित्व से परे, भारतीय सेना ने प्राकृतिक आपदाओं, मानवीय आपात स्थितियों और आंतरिक संकटों के दौरान महत्वपूर्ण सहायता प्रदान करके राष्ट्र की पुकार पर बार–बार अपनी भूमिका निभाई है, जिससे भारत की जनता के साथ उसका गहरा और अटूट बंधन सुदृढ़ हुआ है। इनकी वीरता और बलिदान की गौरवशाली विरासत राष्ट्रीय गौरव का एक विशाल प्रतीक बनी हुई है।

सुरक्षा संबंधी चुनौतियों के निरंतर विकास के इस युग में, भारतीय सेना आधुनिकीकरण, तकनीकी उन्नति और नवाचार के माध्यम से एक निर्णायक परिवर्तन से गुजर रही है। यह दूरदर्शी दृष्टिकोण सैन्य परिचालन तत्परता, सामरिक उत्कृष्टता और हर परिस्थिति में राष्ट्र के हितों की रक्षा करने में सक्षम एक शक्तिशाली बल बने रहने के प्रति सेना की अटूट प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

सेना दिवस, हमारे सैनिकों के अदम्य साहस, सर्वोच्च बलिदान और कर्तव्यनिष्ठा के प्रति अटूट निष्ठा को सम्मानित करने का एक पवित्र अवसर प्रदान करता है। प्रचंड विपरीत परिस्थितियों में भी उनके साहस और देश सेवा के प्रति अडिग प्रतिबद्धता, मातृभूमि के प्रति समर्पण के सर्वोच्च आदर्शों का उदाहरण है जो भारतीय पीढ़ियों को प्रेरित करती रहेगी।

इस पवित्र अवसर पर, मैं राष्ट्र की सर्वोच्च सेवा में प्राणों की आहुति देने वाले हमारे वीर शहीदों को श्रद्धांजलि और भारतीय सेना के प्रत्येक सदस्य के अनुकरणीय योगदान को नमन करता हूँ। भारतीय सेना का दृढ़ संकल्प, व्यावसायिकता और राष्ट्र निर्माण में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका भारत के प्रत्येक नागरिक के लिए सदा गौरव, आत्मविश्वास और प्रेरणा का स्रोत बनी रहेगी।

(एडमिरल डी.के. जोशी)
पीवीएसएम, एवीएसएम, वाईएसएम, एनएम, वीएसएम (अ.प्रा.)
उप राज्यपाल
अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह
एवं उपाध्यक्ष, द्वीप विकास एजेंसी

मरीना पार्क में आज से शुरू होने वाले द्वीप समुद्री खाद्य महोत्सव की तैयारियां पूरी

वर्ष 2026 के लिए निर्धारित विषय "सभी के लिए सुरक्षित, पौष्टिक और सतत समुद्री भोजन" है

श्री विजय पुरम, 14 जनवरी

अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह समुद्र के समृद्ध स्वादों, परंपराओं और सांस्कृतिक विरासत का उत्सव मनाने के लिए तैयार है। द्वीप समुद्री खाद्य महोत्सव–2026 का आयोजन 15 एवं 16 जनवरी, 2026 को सायं 5 बजे से रात्रि 9.30 बजे तक मरीना पार्क स्ट्रेच रोड, श्री विजय पुरम में किया जाएगा। इस महोत्सव का आयोजन मत्स्य विभाग द्वारा सूचना, प्रचार एवं पर्यटन विभाग, अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन के सहयोग से किया जा रहा है, जिसमें हैदराबाद स्थित राष्ट्रीय मात्स्यिकी विकास बोर्ड (एनएफडीबी) से वित्तीय सहायता प्राप्त है। महोत्सव में अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह में टूना क्लस्टर विकास पर विशेष ज़ोर दिया जाएगा। द्वीपों की प्रचुर समुद्री संपदा और मत्स्य आधारित आजीविकाओं के जीवंत उत्सव के रूप में परिकल्पित यह दो दिवसीय महोत्सव मछुआरों, उद्यमियों, वैज्ञानिकों, शेफ, पर्यटकों तथा आम जनता को एक साझा मंच पर लाने का उद्देश्य रखता है, ताकि वे समुद्री खाद्य पदार्थों की "समुद्र से थाली तक" की यात्रा का अनुभव कर सकें। वर्ष 2026 के लिए निर्धारित विषय "सभी के लिए सुरक्षित, पौष्टिक और सतत समुद्री भोजन" ज़िम्मेदार मछली पकड़ने की पद्धतियों, खाद्य सुरक्षा तथा टिकाऊ समुद्री भोजन उपभोग को बढ़ावा देने की प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

महोत्सव के तहत 15 जनवरी, 2026 को सुबह 10 बजे से फिश लैंडिंग सेंटर (एफएलसी), जंगलीघाट में पारंपरिक मछली पकड़ने वाली नौकाओं की दौड़ प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा, जिसमें द्वीपों की समुद्री विरासत और पारंपरिक मछली पकड़ने के कौशल का भव्य प्रदर्शन होगा। कार्यक्रम में और उत्साह जोड़ते हुए 15 जनवरी, 2026 को शाम 3 बजे से मरीना पार्क स्ट्रेच पर मिस्टर शेफ एवं मिसेज शेफ प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा, जिसमें प्रतिभागी स्थानीय रूप से उपलब्ध समुद्री भोजन से अपनी पाक कला का प्रदर्शन करेंगे। पूर्व–तैयार समुद्री खाद्य व्यंजन सायं 5 बजे से आम जनता के अवलोकन हेतु प्रदर्शित किए जाएंगे, जिससे आगंतुक द्वीपों की समुद्री खाद्य व्यंजनों की विविधता और रचनात्मकता को सराह सकेंगे। प्रतियोगिता के उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले प्रतिभागियों को महोत्सव के समापन दिवस पर सम्मानित किया जाएगा।

महोत्सव के दौरान मछुआरा उद्यमियों, सहकारी समितियों, मत्स्य संस्थानों, स्पोर्ट फिशिंग संस्थानों, एक्वेरियम दुकानों, होटलों एवं रेस्तरां, महिला स्वयं सहायता समूहों (एसएचजी) तथा अन्य हितधारकों को स्टॉल आवंटित किए जाएंगे। इन स्टॉलों के माध्यम से जीवित, ताज़ी, ठंडी एवं जमी हुई मछलियां, मूल्यवर्धित मत्स्य उत्पाद, समुद्री खाद्य व्यंजन, एक्वेरियम, मत्स्य आहार, आवश्यक मत्स्य सामग्री तथा स्पोर्ट फिशिंग सेवाओं सहित विभिन्न मत्स्य संबंधी गतिविधियों, उत्पादों और सेवाओं का प्रदर्शन किया जाएगा।

मत्स्य विभाग से प्राप्त विज्ञप्ति में आम जनता, पर्यटकों और समुद्री खाद्य प्रेमियों को श्री विजय पुरम में इस भव्य आयोजन में शामिल होने और द्वीप समुद्री खाद्य महोत्सव–2026 के माध्यम से मत्स्य क्षेत्र के सशक्तिकरण का हिस्सा बनने के लिए आमंत्रित किया गया है, ताकि वे खाद्य संस्कृति के इस जीवंत और यादगार उत्सव का आनंद ले सकें।

श्रद्धा और देशभक्ति के साथ मना डॉ. दीवान सिंह 'कालेपानी' का 83वां शहीदी दिवस

श्री विजय पुरम, 14 जनवरी

महान स्वतंत्रता सेनानी डॉ. दीवान सिंह 'कालेपानी' के 83वें शहीदी दिवस को खालसा पब्लिक वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में अत्यंत श्रद्धा एवं देशभक्ति के भाव के साथ मनाया गया। इस अवसर पर अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के माननीय सांसद श्री बिष्णु पद राय ने अध्यक्ष सरदार सुरिंदर सिंह एवं केपीएसएसएस प्रबंधन समिति के सदस्यों, विद्यालय की प्रधानाचार्या डॉ. सरबजीत कौर जगपाल, शिक्षकगण, छात्र–छात्राएं, अभिभावक तथा सिख संगत की उपस्थिति में कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। उपस्थित सभी लोगों ने राष्ट्रनायक को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। पद्मश्री सम्मानित श्री नरेश चंद्र लाल ने भी डॉ. दीवान सिंह को श्रद्धासुमन अर्पित किए।

पेशे से एक सरल चिकित्सक रहे डॉ. दीवान सिंह एक महान देशभक्त एवं ओजस्वी कवि थे, जिन्होंने सेल्यूलर जेल में कारावास के दौरान अमानवीय यातनाएं सहीं। कक्षा 11वीं की छात्रा सिवरंजिनी ने डॉ. दीवान सिंह के पावन जीवन एवं उनके सर्वोच्च बलिदान के बारे में उपस्थित जनसमूह को अवगत कराया। कक्षा 8वीं की आलिया ने स्वतंत्रता संग्राम के दौरान डॉ. साहब द्वारा रचित कविता "हिम्मत बिना" का सस्वर पाठ किया। छात्रों द्वारा प्रस्तुत शबद "ऐसी मरनी जो मरे" की भावपूर्ण प्रस्तुति ने सभी को गहराई से भावविभोर कर दिया।

माननीय सांसद श्री बिष्णु पद राय ने विद्यालय परिवार को डॉ. दीवान सिंह के जीवन मंत्र "सभी के लिए निस्वार्थ सेवा" को जीवित रखने के लिए बधाई दी। उन्होंने छात्रों के लिए उपलब्ध विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी दी तथा द्वीपवासियों के लिए प्रस्तावित विकासात्मक पहलों पर प्रकाश डाला। साथ ही छात्रों को नवाचार आधारित स्टार्ट–अप विचार अपनाने, राष्ट्र निर्माण में योगदान देने और भ्रष्टाचार के प्रति शून्य सहनशीलता रखने का आह्वान किया। पद्मश्री श्री नरेश चंद्र लाल ने भी स्टाफ एवं छात्रों को डॉ. दीवान सिंह की विरासत और आदर्शों को अपनाने के लिए प्रेरित किया।

इस अवसर पर डॉ. दीवान सिंह के जीवन पर आधारित चित्रकला, निबंध लेखन एवं भाषण जैसी विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया, जिनके विजेताओं को पदक एवं प्रशस्ति पत्र प्रदान किए गए। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए प्रधानाचार्या डॉ. सरबजीत कौर जगपाल ने भावी पीढ़ियों के लिए डॉ. दीवान सिंह द्वारा छोड़े गए स्थायी मूल्यों और प्रेरणाओं पर प्रकाश डाला।

सांसद कार्यालय से प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार कार्यक्रम के दौरान पूर्व शिक्षा निदेशक एवं केपीएसएसएस के पूर्व मुख्य संरक्षक स्वर्गीय सरदार बीनत सिंह जी की नौवीं पुण्यतिथि पर भी उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की गई।

C M Y K

मनारघाट ग्राम पंचायत में सीसी सड़क का उद्घाटन

श्री विजय पुरम, 13 जनवरी

दक्षिण अण्डमान के ग्राम पंचायत मनारघाट के अंतर्गत मलापुरम–2 में सीसी सड़क निर्माण कार्य का उद्घाटन कल ग्राम पंचायत मनारघाट की प्रधान श्रीमती साजिदा बानो द्वारा किया गया। इस अवसर पर ज़िला परिषद सदस्य श्री पी. उम्मर, पंचायत समिति सदस्य श्री ए. राजन, जूनियर इंजीनियर मनारघाट श्री एम. ए. नाविद तथा ग्राम पंचायत मनारघाट के उप–प्रधान श्री ए. पी. नौफल उपस्थित रहे।

नवनिर्मित सीसी सड़क से स्थानीय निवासियों को हर मौसम में आवागमन की सुविधा मिलेगी और दैनिक आवाजाही में काफी राहत मिलने की उम्मीद है। यह परियोजना लंबे समय से स्थानीय लोगों की मांग थी, जो जनहित से जुड़ी आवश्यकताओं को प्राथमिकता देने के लिए पंचायत की प्रतिबद्धता को दर्शाती है।

सभा को संबोधित करते हुए प्रधान ने कहा कि ग्राम पंचायत सभी वार्डों में संतुलित विकास सुनिश्चित करने तथा बुनियादी ढांचे को मजबूत करने की दिशा में निरंतर कार्य कर रही है। उन्होंने संबंधित विभागों, अभियंताओं, पंचायत कर्मचारियों एवं स्थानीय जनता के सहयोग और समर्थन के लिए आभार व्यक्त किया, जिनके प्रयासों से यह कार्य सफलतापूर्वक पूर्ण हो सका।

प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार स्थानीय निवासियों ने इस पहल का स्वागत करते हुए लंबे समय से लंबित मांग को पूरा करने के लिए ग्राम पंचायत के प्रति आभार व्यक्त किया।

अण्डमान–निकोबार में पहली बार 'पर्पल फेयर–2026' का आयोजन

श्री विजय पुरम, 13 जनवरी

दिव्यांगजनों के कौशल विकास, पुनर्वास एवं सशक्तिकरण हेतु समर्पित समग्र क्षेत्रीय केन्द्र (सीआरसी), अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह, जो कि राष्ट्रीय बहुदिव्यांग सशक्तिकरण संस्थान (दिव्यांगजन), दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग, सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय, भारत सरकार के प्रशासनिक नियंत्रण में कार्यरत है, द्वारा पर्पल फेयर–2026 का आयोजन किया जा रहा है। यह अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह में अपनी तरह का पहला समावेशी मेला होगा।

पर्पल फेयर एक समावेशी मंच के रूप में परिकल्पित है, जिसका उद्देश्य दिव्यांगजनों की क्षमताओं, आकांक्षाओं एवं उपलब्धियों का उत्सव मनाना है। इस मेले का लक्ष्य खेल प्रतियोगिताओं, सांस्कृतिक कार्यक्रमों, जागरूकता अभियानों, सेवा सुविधा एवं सामुदायिक सहभागिता सहित विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से गरिमा, समान भागीदारी, सामाजिक समावेशन और सशक्तिकरण को बढ़ावा देना है।

अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह में पहली बार इस स्तर का व्यापक और बड़े पैमाने का समावेशी मेला आयोजित किया जा रहा है। पर्पल फेयर–2026 का आयोजन सीआरसी अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह द्वारा अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन के सहयोग से किया जा रहा है, जिसमें समाज कल्याण विभाग एवं शिक्षा विभाग का सक्रिय सहयोग और समर्थन प्राप्त है।

पर्पल फेयर–2026 के अंतर्गत वर्तमान माह के दौरान द्वीपसमूह के विभिन्न स्थानों पर कई गतिविधियों की योजना बनाई गई है, ताकि दिव्यांगजनों की सार्थक भागीदारी सुनिश्चित की जा सके, साथ ही व्यापक समुदाय में जागरूकता एवं संवेदनशीलता को भी बढ़ावा दिया जा सके। इन पहलों में प्री–स्पोर्ट्स इवेंट्स मेले का एक प्रमुख घटक हैं।

इसी क्रम में दिव्यांगजनों के लिए प्री–स्पोर्ट्स इवेंट्स का आयोजन 16 एवं 17 जनवरी, 2026 को नेताजी स्टेडियम, श्री विजय पुरम में जेएनआरएम के शारीरिक शिक्षा विभाग के सहयोग से किया जाएगा। ये खेल प्रतियोगिताएं विशेष रूप से दिव्यांगजनों के लिए आयोजित की जा रही हैं, जिनका उद्देश्य समावेशी और सुरक्षित वातावरण में शारीरिक फिटनेस, आत्मविश्वास, टीमवर्क और खेल भावना को प्रोत्साहित करना है। कार्यक्रम के सुचारू आयोजन हेतु सभी आवश्यक प्रशासनिक अनुमतियां एवं अंतर–विभागीय समन्वय सुनिश्चित किया गया है।

प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार खेल गतिविधियों में पंजीकरण अथवा किसी भी जानकारी के लिए 9632490149 पर संपर्क किया जा सकता है।

खेलो इंडिया खेलो ओपन अंतरराष्ट्रीय कराटे चैंपियनशिप में द्वीपों के खिलाड़ियों का शानदार प्रदर्शन

श्री विजय पुरम, 13 जनवरी

शितो रियू कराटे–डो फेडरेशन द्वारा 3 एवं 4 जनवरी को अला मोहन दास इंडोर स्टेडियम, हावड़ा (पश्चिम बंगाल) में 4वीं खेलो इंडिया खेलो ओपन अंतरराष्ट्रीय कराटे चैंपियनशिप–2026 का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में देश के विभिन्न राज्यों तथा विभिन्न देशों की टीमों ने भाग लिया।

प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार अण्डमान तथां निकोबार द्वीपसमूह से कराटे डोजो से जुड़े कराटे छात्रों की एक टीम ने भी इस टूर्नामेंट में हिस्सा लिया। कराटे छात्रों ने कुमिते एवं काता वर्गों में पदक एवं प्रमाण पत्र प्राप्त किए। पदक विजेता छात्र–छात्राएं के. आर्ध्या, ए. वंशिका, ए. पवित्रन, अंकित किशेन, आर. रोशन रेड्डी, आर. रोशिनी रेड्डी, दिशा भौमिक, ललित झा, जे. शिवेश एवं चिंताला काव्या रहे।

उम्मत पब्लिक स्कूल में वार्षिक एथलेटिक मीट हुइ

श्री विजय पुरम, 13 जनवरी

उम्मत पब्लिक स्कूल, श्री विजय पुरम द्वारा हाल ही में वार्षिक एथलेटिक मीट 2025–26 का आयोजन किया गया, जिसमें खेल भावना और टीम वर्क की जीवंत झलक देखने को मिली। वार्ड नंबर–21 की पार्षद श्रीमती ए. सेल्वा रानी ने मुख्य अतिथि के रूप में कार्यक्रम का उद्घाटन किया।

इस अवसर पर छात्रों ने विभिन्न रोमांचक ट्रैक एवं फील्ड प्रतियोगिताओं में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। सभी कक्षाओं के छात्रों द्वारा दिखाए गए उत्साह, शारीरिक फिटनेस और खेल भावना की उपस्थित जनसमूह ने सराहना की, जो विद्यालय के सह–पाठ्यक्रम गतिविधियों पर दिए जा रहे विशेष बल को दर्शाता है। प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार विशिष्ट अतिथि श्री आई. ए. खान ने छात्रों एवं स्टाफ के प्रयासों की प्रशंसा करते हुए शारीरिक शक्ति, मानसिक दृढ़ता और नैतिक चरित्र निर्माण में खेलों के महत्व पर ज़ोर दिया। विद्यालय की प्रधानाचार्या श्रीमती ज़ोहरा बेगम ने स्वागत भाषण दिया, जबकि कार्यक्रम का समापन प्रधानाध्यापिका सुश्री एम. थमराई सेल्वी द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ।

एनसीसी कैडेटों ने मौजूदा एसएनआईसी 2026 के दौरान आईएनएस कोरा और मार्कोस का दौरा किया

श्री विजय पुरम, 14 जनवरी।

चल रहे राष्ट्रीय एकता शिविर (एसएनआईसी) के अंतर्गत, भारत भर से एनसीसी कैडेटों ने भारतीय नौसेना के युद्धपोत आईएनएस कोरा का दौरा किया और नौसेना छावनी कमांडर से बातचीत की। एनसीसी सेना इकाई के कमान अधिकारी कर्नल के.वाई. सिंह और नौसेना इकाई के कमान अधिकारी लेफ्टिनेंट कमांडर रियाज़ फारूक़ की उपस्थिति में, उन्होंने समुद्री सुरक्षा, तटीय निगरानी और राष्ट्रीय रक्षा सुनिश्चित करने में ऐसे प्लेटफार्मों द्वारा निभाई जाने वाली महत्वपूर्ण भूमिका के बारे में बताया। कैडेटों ने विभिन्न ऑनबोर्ड प्रणालियों का बारीकी से अवलोकन किया और नौसेना कर्मियों से बातचीत की, जिससे नौसेना संचालन के बारे में उनकी समझ में काफी वृद्धि हुई। प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार इसके बाद कैडेटों ने जोडाकिलान स्थित मार्कोस बेस का दौरा किया। मार्कोस में हुई बातचीत के दौरान, कैडेटों को विशेष बलों के प्रशिक्षण, अनुशासन और परिचालन ज़िम्मेदारियों के बारे में जानकारी मिली। इस दौरे ने सेना, नौसेना और वायु सेना की भूमिकाओं और संयुक्त अभियानों के महत्व को भी उजागर किया, जिससे कैडेट सशस्त्र बलों में कॅरियर बनाने के लिए प्रेरित हुए।

द्वीप समुद्री खाद्य महोत्सव के मद्देनज़र मरीना पार्क मार्ग रहेगा बंद

श्री विजय पुरम, 14 जनवरी

मोटर वाहन अधिनियम, 1988 (अधिनियम संख्या 59/1988) तथा प्रशासन की अधिसूचना संख्या/2008/फाइल संख्या 32–95/2008–टीआर दिनांक 10 मार्च, 2008 के अंतर्गत प्रदत्त शक्तियों का प्रयोग करते हुए दक्षिण अण्डमान ज़िले के ज़िलाधीश द्वारा जारी अधिसूचना में सभी संबंधितों की जानकारी हेतु सूचित किया गया है कि द्वितीय संस्करण के द्वीप समुद्री खाद्य महोत्सव के आयोजन के मद्देनज़र मरीना पार्क मार्ग (लाइट हाउस रेजिडेंसी से राजकीय बालिका वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के प्रथम जंक्शन तक) 15 एवं 16 जनवरी, 2026 को यातायात के लिए बंद रहेगा।

'मेरा गांव मेरी धरोहर' योजना पर पंचायत कर्मियों के लिए क्षमता विकास प्रशिक्षण सम्पन्न

श्री विजय पुरम, 13 जनवरी

ग्रामीण विकास, पंचायती राज संस्था एवं शहरी स्थानीय निकाय निदेशालय द्वारा संस्कृति मंत्रालय एवं पंचायती राज मंत्रालय के संयुक्त तत्वावधान में संचालित 'मेरा गांव मेरी धरोहर' (एमजीएमडी) योजना के अंतर्गत इस केंद्र शासित प्रदेश की सभी ग्राम पंचायतों के पंचायत सचिवों एवं अन्य पंचायत पदाधिकारियों के लिए क्षमता विकास प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया।

तकनीकी सत्र राज्य स्तरीय मास्टर ट्रेनर्स द्वारा संचालित किए गए, जिनमें एमजीएमडी योजना के उद्देश्यों, पंचायती राज संस्थानों की भूमिका एवं ज़िम्मेदारियों पर प्रकाश डाला गया तथा एमजीएमडी पोर्टल के उपयोग पर व्यावहारिक मार्गदर्शन प्रदान किया गया। मास्टर ट्रेनर्स के अभिमुखीकरण को आगे बढ़ाते हुए 'मेरा गांव मेरी धरोहर' योजना के तहत लेवल–3 ज़िला स्तरीय ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यक्रम का भी आज सफलतापूर्वक आयोजन किया गया, जिसमें पंचायत सचिवों एवं अन्य पंचायत कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। इस ऑनलाइन प्रशिक्षण में गांव स्तर की विरासत से संबंधित आंकड़ों के दस्तावेज़ सत्यापन एवं डिजिटल प्रविष्टि पर विशेष ध्यान दिया गया, जिससे प्रतिभागी गांव स्तर पर एमजीएमडी गतिविधियों को प्रभावी ढंग से लागू कर सकें। इस पहल के अंतर्गत 9 जनवरी को ज़िला स्तरीय मास्टर ट्रेनर्स (डीएलएमटी) के लिए भी ज़िला स्तरीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें एमजीएमडी योजना की प्रक्रियाओं और उद्देश्यों की जानकारी प्रदान की गई।

प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार इससे पूर्व कार्यक्रम की शुरुआत सहायक निदेशक (ग्रामीण विकास/पंचायती राज) के स्वागत भाषण से हुई, जिसमें उन्होंने ज़मीनी स्तर पर एमजीएमडी योजना के सफल क्रियान्वयन हेतु सटीक आंकड़ा संग्रह, सत्यापन और पंचायत संस्थाओं एवं फील्ड स्तर के कार्यकर्ताओं की महत्वपूर्ण भूमिका पर बल दिया।

पीएम–दक्ष कौशल प्रशिक्षण के तहत सीआरसी द्वारा सीपीघाट नर्सरी का एक्सपोज़र विजिट

श्री विजय पुरम, 13 जनवरी

समग्र क्षेत्रीय केन्द्र (सीआरसी), अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह द्वारा पीएम–दक्ष कौशल प्रशिक्षण कार्यक्रम–असिस्टेंट प्लांट केयर टेकर कोर्स के अंतर्गत सीपीघाट नर्सरी का एक्सपोज़र विजिट आयोजित किया गया, जिसमें 30 प्रशिक्षुओं ने सक्रिय भागीदारी की।

इस भ्रमण का उद्देश्य सैद्धांतिक ज्ञान और व्यावहारिक अनुभव के बीच की खाई को पाटते हुए फील्ड–आधारित प्रशिक्षण प्रदान करना था। प्रशिक्षुओं ने गुलदस्ता निर्माण, पुष्पांजलि एवं हार बनाने जैसी गतिविधियों में भाग लेकर नर्सरी संचालन, पौधों के रख–रखाव, पुष्प सज्जा और बुनियादी उद्यमिता कौशल का अनुभव प्राप्त किया।

कार्यक्रम में कृषि विभाग के अधिकारियों, जिनमें सहायक निदेशक (कृषि) डॉ. एस. सी. रेखा एवं अन्य सहायक स्टाफ शामिल थे, की उपस्थिति से कार्यक्रम समृद्ध हुआ। एटीएमए के ब्लॉक टेक्नोलॉजी मैनेजर ने नर्सरी प्रथाओं और सरकार समर्थित कृषि पहलों की जानकारी दी।

प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार सीआरसी अण्डमान तथां निकोबार द्वीपसमूह की निदेशक श्रीमती सुमितामोल एवं अन्य अधिकारियों ने प्रशिक्षुओं को कौशल–आधारित एवं सतत आजीविका विकल्प अपनाने के लिए प्रेरित किया। यह एक्सपोज़र विजिट पीएम–दक्ष जैसे राष्ट्रीय प्रमुख कार्यक्रमों के अंतर्गत दिव्यांगजनों के समावेशी कौशल विकास और सशक्तिकरण के प्रति सीआरसी की निरंतर प्रतिबद्धता को दर्शाता 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

सं. 2–11 / स्था / स्वा.से.नि / 2021 /
अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन, स्वास्थ्य सेवा निदेशालय
श्री विजय पुरम, दिनांक 13 जनवरी, 2026

वॉक–इन–इंटरव्यू

स्वास्थ्य सेवा निदेशालय, अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन, पोर्ट ब्लेयर द्वारा कार्यग्रहण अवधि से एक वर्ष की अवधि के लिए या नियमित पदधारी के कार्यग्रहण करने तक, जो भी पहले हो, अनुबंध आधार पर सामान्य ड्यूटी चिकित्सा अधिकारी (GDMO) पद के लिए वॉक–इन–इंटरव्यू का आयोजन किया जाएगा।

1.	पदनाम	**सामान्य ड्यूटी चिकित्सा अधिकारी (GDMO)**	
2.	पद की संख्या	**18 (अठारह)**	
3.	आयु	30 वर्ष से अधिक नही।	
4.	अवधि	01 वर्ष (अनुबंध पर)	
5.	अर्हता	(i) भारतीय चिकित्सा परिषद् अधिनियम, 1956 के प्रथम या द्वितीय अनुसूची या तृतीय अनुसूची के भाग–II (लाईसेंसधारी अर्हता को छोड़कर) में शामिल मान्यताप्राप्त चिकित्सा अर्हता। तृतीय अनुसूची के भाग–II में शामिल शैक्षिक अर्हताधारी को भारतीय चिकित्सा परिषद् अधिनियम, 1956 की धारा 13 की उपधारा (3) में निर्धारित शर्तों की पूर्ति भी करनी होगी। (ii) अनिवार्य रोटेशन अंतःशिक्षुता। (iii) केन्द्रीय / राज्य परिषद् से पंजीकरण।	
6.	वेतन	नगरपालिका और नगरपालिका क्षेत्र के बाहर दक्षिण अण्डमान जिला के अस्पतालों में तैनात होने पर	रूपए 99,000 / माह
		उत्तर एवं मध्य अण्डमान जिला के अस्पतालों में तैनात होने पर	रूपए 1,00,000 / माह
		हट बे सहित निकोबार द्वीप समूह के अस्पतालों में तैनात होने पर	रूपए 1,12,000 / माह

◂ ऑनलाईन के माध्यम से आवेदन प्राप्त करने की अंतिम तिथि दिनाँक 30.01.2026 के शाम 4.00 बजे तक है।
◂ योग्य उम्मीद्वारों की सूची स्वास्थ्य सेवा निदेशालय के वेबसाईट https://dhs.andamannicobar.gov.in/ में दिनाँक 06.02.2026 को प्रकाशित की जाएगी।
◂ वॉक–इन–इंटरव्यू आयोजित करने की तिथि 11.02.2026 एवं 12.02.2026 (समय : सुबह 10.00 बजे से शाम 4.00 बजे तक) है। संपर्क सं. 03192–233331।
◂ अधिक विवरण के लिए प्रशासन की वेवसाईट https://andamannicobar.gov.in/ और स्वास्थ्य सेवा निदेशालय की वेबसाईट https://dhs.andamannicobar.gov.in/. देखें।
◂ इच्छुक योग्य उम्मीद्वारों को प्रासंगिक दस्तावेजों (स्व–साक्ष्यांकित) की सॉफ्ट कॉपी के साथ अपने आवेदन स्वास्थ्य सेवा निदेशालय के वेबसाईट https://dhs.andamannicobar.gov.in/ में उपलब्ध निर्धारित प्रपत्र में स्वास्थ्य सेवा निदेशालय के ई–मेल adadhspb@gmail.com में जमा करना होगा।
◂ पूर्ण रूप से भरे हुए आवेदन के साथ निम्नलिखित दस्तावेज होने चाहिएः–
1) स्नातक डिग्री (UG Degree) प्रमाणपत्र 2) अनिवार्य रोटेशन अंतःशिक्षुता प्रमाणपत्र
3) पंजीकरण प्रमाणपत्र 4) अनुभव प्रमाणपत्र 6) आधार कार्ड 7) पैन कार्ड।
◂ साक्षात्कार के लिए उपस्थित होने वाले उम्मीद्वारों के पास साक्षात्कार के समय उपरोक्त उल्लेखित मूल दस्तावेज का होना अनिवार्य है।
◂ आवेदन जमा करने और साक्षात्कार में उपस्थित होने के समय कोई भी यात्रा भत्ता / दैनिक भत्ता नहीं दिया जाएगा।
◂ चयन समिति को बिना कोई कारण बताए किसी भी आवेदन को स्वीकार / अस्वीकार करने का अधिकार है और इस मामले में किसी भी अन्य पत्राचार पर विचार नही किया जाएगा।
◂ स्वास्थ्य सेवा निदेशालय के वेबसाईट https://dhs.andamannicobar.gov.in/ में उपलब्ध अन्य सभी निबंधन एवं शर्तें अपरिवर्तनीय रहेंगी।

नोट :– उपरोक्त अनुसूची अनंतिम है और चयन समिति की उपलब्धता पर निर्भर करते हुए इसमें किसी भी स्तर पर परिवर्तन हो सकती है। किए गए किसी भी परिवर्तन को स्वास्थ्य सेवा निदेशालय के वेबसाईट https://dhs.andamannicobar.gov.in/ में अपलोड कर दिया जाएगा। वॉक–इन–इंटरव्यू के किसी भी स्तर पर उपरोक्त तिथि एवं समय को पुनर्निर्धारित करने का अधिकार स्वास्थ्य सेवा निदेशक के पास सुरक्षित है।

सहायक निदेशालय (प्रशासन)

आवेदन सं. ....
(केवल कार्यालय के उपयोग के लिए)

आवेदन प्रपत्र

पासपोर्ट आकार का नवीनतम फोटो

सेवा में
स्वास्थ्य सेवा निदेशक,
अ तथा नि प्रशासन,
श्री विजय पुरम

.... के पद के लिए आवेदन किया

1	नाम स्पष्ट अक्षरों में			
2	पिता का नाम / पति का नाम			
3	पुरूष / महिला			
4	क) जन्म तिथि (प्रमाण संलग्न करें)	दिनाँक	माह	वर्ष
5	आयु 30.01.2026 तक।			
6	राष्ट्रीयता			
7	शैक्षिक अर्हता (प्रमाण संलग्न करें)			
8	अनुभव / रोजगार, यदि कोई हो (प्रमाण संलग्न करें)			
9	संचार के लिए डाक पता			
	मोबाईल सं.			
	ईमेल पता			
10	आधार कार्ड एवं पैन कार्ड सं. (प्रमाण संलग्न करें)			
11	कोई अन्य प्रासंगिक सूचना			

मैं यह घोषणा करता / करती हूँ कि मेरे द्वारा प्रस्तुत किया गया उपरोक्त विवरण सही है और कुछ भी छुपाया नहीं गया हैं। उपरोक्त प्रस्तुत सूचनाएँ, किसी भी स्तर पर यदि गलत पाई जाती है तो उपरोक्त पद के लिए मेरी उम्मीद्वारी / चयन / नियुक्ति रद्द / समाप्त की जा सकती है।

उम्मीद्वार का हस्ताक्षर
नाम :

नीट–पीजी 2025: राष्ट्रीय चिकित्सा परीक्षा बोर्ड ने बदला क्वालिफाइंग पर्सेंटाइल, खाली सीटें भरने पर फोकस

नई दिल्ली, 14 जनवरी। राष्ट्रीय चिकित्सा परीक्षा बोर्ड (NBEMS) ने नीट–पीजी 2025 के लिए क्वालिफाइंग पर्सेंटाइल में संशोधन किया है। यह फैसला राउंड–2 काउंसलिंग के बाद देशभर में 18 हजार से अधिक खाली पड़ी पोस्टग्रेजुएट मेडिकल सीटों को भरने के उद्देश्य से लिया गया है। इस कदम से उपलब्ध सीटों का बेहतर उपयोग सुनिश्चित होने के साथ–साथ देश में विशेषज्ञ डॉक्टरों की संख्या बढ़ने की उम्मीद है।

NBEMS के अनुसार, पर्सेंटाइल में संशोधन का मुख्य उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि बड़ी संख्या में खाली रह गई पोस्टग्रेजुएट मेडिकल सीटों पर योग्य उम्मीदवारों को प्रवेश मिल सके। इससे मेडिकल शिक्षा प्रणाली को मजबूती मिलेगी और भविष्य में स्वास्थ्य सेवाओं के लिए अधिक विशेषज्ञ डॉक्टर उपलब्ध होंगे।

बोर्ड ने स्पष्ट किया है कि क्वालिफाइंग पर्सेंटाइल में बदलाव के बावजूद शैक्षणिक मानकों से किसी तरह का समझौता नहीं किया गया है। यह संशोधन एमबीबीएस डिग्री प्राप्त अधिक संख्या में डॉक्टरों को पात्रता के दायरे में लाने के लिए किया गया है, ताकि योग्य उम्मीदवारों को अवसर मिल सके।

NBEMS ने यह भी साफ किया है कि प्रवेश प्रक्रिया पूरी तरह से अधिकृत काउंसलिंग के माध्यम से ही जारी रहेगी। सीटों का आवंटन इंटर–से मेरिट और उम्मीदवारों की प्राथमिकताओं के आधार पर किया जाएगा, जिससे पूरी प्रक्रिया पारदर्शी और मेरिट आधारित बनी रहे।

इस मुद्दे पर इंडियन मेडिकल एसोसिएशन (IMA) ने पहले औपचारिक रूप से अनुरोध किया था। IMA ने इस समयोचित निर्णय के लिए माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी और माननीय केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जे.पी. नड्डा का आभार व्यक्त किया है। संगठन का मानना है कि यह कदम मेडिकल शिक्षा के साथ–साथ देश की सार्वजनिक स्वास्थ्य व्यवस्था को भी मजबूत करेगा।

NBEMS का यह निर्णय चिकित्सा क्षेत्र में मानव संसाधन को सशक्त बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल माना जा रहा है। इससे न केवल पीजी सीटों का बेहतर उपयोग होगा, बल्कि आने वाले वर्षों में स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता में भी सुधार देखने को मिल सकता है।

फोन की स्टोरेज फुल? बिना ऐप डिलीट किए ऐसे खाली करें स्पेस, जानिए आसान ट्रिक

नई दिल्ली, 14 जनवरी। आजकल लोग जरूरत से ज्यादा स्टोरेज वाला स्मार्टफोन खरीदते हैं, ताकि फोटो, वीडियो और ऐप्स के लिए जगह की दिक्कत न हो। लेकिन समय के साथ यही स्टोरेज कम पड़ने लगती है। जैसे ही फोन फुल होता है, सबसे पहले दिमाग में अनयूज्ड ऐप्स को अनइंस्टॉल करने का ख्याल आता है। यह तरीका काम तो करता है, लेकिन कई बार इसी चक्कर में पसंदीदा ऐप या गेम भी हटाना पड़ जाता है। अब इस परेशानी का एक स्मार्ट समाधान आ चुका है, जिससे आप ऐप डिलीट किए बिना भी फोन की स्टोरेज खाली कर सकते हैं।

अगर आप एंड्रॉयड स्मार्टफोन इस्तेमाल करते हैं, तो यह तरीका आपके लिए बेहद फायदेमंद है। दरअसल, Android 15 और उसके बाद के वर्जन में ऐप्स को Archive करने का ऑप्शन दिया गया है। इसकी मदद से न तो ऐप डिलीट होती है और न ही आपका जरूरी डेटा या गेम प्रोग्रेस खत्म होती है। यानी स्टोरेज भी बचेगी और ऐप भी सुरक्षित रहेगी।

जब आप किसी ऐप को आर्काइव करते हैं, तो उसका पूरा कोड, रिसोर्सेस और टेम्परेरी फाइल्स फोन से हटा दी जाती हैं। हालांकि, आपकी लॉग–इन डिटेल्स, सेटिंग्स और ऐप डेटा सुरक्षित रहता है। आर्काइव होने के बाद ऐप पूरी तरह डिलीट नहीं होती, बल्कि एक लाइट आर्काइव्ड वर्जन से रिप्लेस हो जाती है। इससे ऐप पहले के मुकाबले 50–60 प्रतिशत कम स्टोरेज लेने लगती है और फोन में तुरंत स्पेस फ्री हो जाता है।

आर्काइव और रिस्टोर करने का आसान तरीका

किसी भी ऐप को आर्काइव या रिस्टोर करना बेहद आसान है।

इसके लिए सबसे पहले फोन की Settings में जाएं और Apps सेक्शन खोलें। यहां अपनी पसंद के ऐप को चुनकर Archive का ऑप्शन सेलेक्ट करें।

आर्काइव होने के बाद ऐप का आइकन फोन में दिखता रहेगा, लेकिन वह थोड़ा डिम हो जाएगा और उस पर क्लाउड का निशान नजर आएगा।

ऐप को दोबारा चलाने के लिए बस आइकन पर टैप करें और Restore ऑप्शन चुन लें। कुछ ही सेकंड में ऐप पहले की तरह तैयार हो जाएगी।

अगर बार–बार फोन की स्टोरेज फुल होने से परेशान हैं, तो यह आर्काइव फीचर आपके लिए किसी वरदान से कम नहीं है। बिना फेवरेट ऐप हटाए आप अपने फोन को फिर से फास्ट और हल्का बना सकते हैं।

आईसीसी वनडे रैंकिंग में कोहली की शीर्ष पर वापसी, चार साल बाद फिर बने नंबर–1

नई दिल्ली, 14 जनवरी। भारतीय क्रिकेट के दिग्गज बल्लेबाज विराट कोहली ने चार साल से अधिक समय बाद एक बार फिर अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) पुरुष वनडे बल्लेबाजी रैंकिंग में नंबर–1 स्थान हासिल कर लिया है। जुलाई 2021 के बाद पहली बार कोहली ने यह मुकाम पाया है। उन्होंने साथी खिलाड़ी रोहित शर्मा को पीछे छोड़ते हुए यह उपलब्धि हासिल की, जिसकी मुख्य वजह न्यूजीलैंड के खिलाफ वडोदरा में खेले गए मैच में उनकी मैच जिताऊ 93 रन की पारी रही। यह कोहली के शानदार करियर में 11वीं बार है जब वह वनडे बल्लेबाजी रैंकिंग में शीर्ष पर पहुंचे हैं। हालिया समय में उनका प्रदर्शन बेहद प्रभावशाली रहा है। नवंबर–दिसंबर में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ घरेलू सीरीज में उन्होंने 135, 102 और नाबाद 65 रन बनाए थे, वहीं अक्टूबर में सिडनी में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ भी उन्होंने नाबाद 74 रन की उम्दा पारी खेली थी।

पूर्व भारतीय कप्तान विराट कोहली पहली बार अक्टूबर 2013 में वनडे रैंकिंग के शिखर पर पहुंचे थे। अब तक वह कुल 825 दिन नंबर–1 पर रह चुके हैं, जो किसी भी भारतीय बल्लेबाज़ के लिए सर्वाधिक है। वह ऑल–टाइम सूची में 10वें स्थान पर हैं, जिसमें वेस्टइंडीज के महान बल्लेबाज विवियन रिचड्र्स 2,306 दिनों के साथ शीर्ष पर हैं।

गूगल सुन रहा आपकी सारी बातें, ये तीन सेटिंग्स बंद कर दीं तो प्राइवेसी रहेगी कंट्रोल

नई दिल्ली, 14 जनवरी। आज के समय में सर्च करना हो, ईमेल भेजना हो, वीडियो देखना हो, रास्ता खोजना हो या डॉक्यूमेंट बनाना हो हर काम के लिए गूगल का इस्तेमाल किया जाता है। इसकी सबसे बड़ी सुविधा यह है कि अलग–अलग सेवाओं के लिए अलग अकाउंट बनाने की जरूरत नहीं पड़ती। लेकिन इसी सुविधा की कीमत आपकी प्राइवेसी से चुकानी पड़ती है।

गूगल को पता होता है कि आप कहां जाते हैं, क्या सर्च करते हैं, कौन–से वीडियो देखते हैं और किन लोगों से मेल पर बातचीत करते हैं। यह सारी जानकारी एक ही अकाउंट से जुड़ी होती है, जो प्राइवेसी के लिहाज से चिंता बढ़ाने वाली है। अच्छी बात यह है कि कुछ जरूरी सेटिंग्स बदलकर आप अपने डेटा का कंट्रोल खुद ले सकते हैं।

1. Web - App Activity करें बंद

Google अकाउंट की यह सेटिंग सबसे ज्यादा डेटा इकट्ठा करती है। इसमें आपकी सर्च हिस्ट्री, ऐप्स का इस्तेमाल, वेबसाइट विजिट और YouTube पर देखे गए वीडियो तक की पूरी जानकारी सेव रहती है। इसे बंद करने के लिए Google My Activity पेज पर जाएं और Web- App Activity को सेलेक्ट कर Turn Off कर दें। यहां आपको Turn Off and Delete का विकल्प भी मिलेगा, जिससे अब तक स्टोर किया गया पूरा डेटा डिलीट हो जाएगा। यह स्टेप आपकी डिजिटल प्राइवेसी के लिए सबसे जरूरी माना जाता है।

2. Location History और Timeline करें डिसेबल

अगर आप Google Maps का इस्तेमाल करते हैं, तो यह फीचर आपके हर मूवमेंट का रिकॉर्ड रखता है। फोन की लोकेशन सर्विस के जरिए यह पता चलता है

कि आप कब, कहां और कितनी देर गए। इस सेटिंग को बंद करने के लिए Google My Activity पेज पर जाएं और Timeline / Location History को Turn Off कर दें। ऐसा करने से Google आपकी रोजमर्रा की लोकेशन ट्रैक नहीं कर पाएगा।

3. Third-Party Apps से Google कनेक्शन हटाएं

अक्सर लोग हर ऐप और वेबसाइट में Sign in with Google का ऑप्शन चुन लेते हैं। लेकिन इसके साथ ही आप उन थर्ड–पार्टी सर्विसेज को अपना कुछ पर्सनल डेटा इस्तेमाल करने की अनुमति दे देते हैं। इसे कंट्रोल करने के लिए My Google Account पेज पर जाकर Third-Party Connections को चेक करें। यहां आपको उन सभी ऐप्स और वेबसाइट्स की लिस्ट दिखेगी, जहां आपने Google अकाउंट से साइन–इन किया है। जो जरूरी न हों, उन्हें तुरंत रिमूव कर दें।

इन आसान सेटिंग्स को बदलकर आप गूगल के पास जाने वाले अपने पर्सनल डेटा को काफी हद तक कंट्रोल कर सकते हैं। आज के डिजिटल दौर में यह कदम हर यूजर के लिए बेहद जरूरी है।

इतिहास के पन्नों में 15 जनवरी : भारत–नेपाल के भीषण भूकंप की दर्दनाक याद

नई दिल्ली, 14 जनवरी। 15 जनवरी का दिन इतिहास के पन्नों में भारत और नेपाल के लिए एक त्रासदी के रूप में दर्ज है। वर्ष 1934 में इसी दिन आए विनाशकारी भूकंप ने व्यापक तबाही मचाई थी। इस भूकंप का केंद्र भारत के बिहार क्षेत्र और नेपाल के सीमावर्ती इलाकों के आसपास था, जिसकी तीव्रता रिक्टर पैमाने पर 8.4 मापी गई।

भूकंप के तेज़ झटकों से शहरों और गांवों में इमारतें धराशायी हो गईं। बिहार के कई हिस्सों में सड़कें, पुल और घर पूरी तरह नष्ट हो गए, वहीं नेपाल में भी भारी जन–धन की हानि हुई। इस प्राकृतिक आपदा में अनुमानित रूप से लगभग 11 हजार लोगों की जान चली गई, जबकि असंख्य लोग घायल और बेघर हो गए।

1934 का यह भूकंप उस दौर की सबसे भयावह प्राकृतिक आपदाओं में गिना जाता है। सीमित संसाधनों और संचार व्यवस्था के अभाव के कारण राहत और बचाव कार्य भी अत्यंत कठिन रहा। इस त्रासदी ने न केवल तत्कालीन जनजीवन को झकझोर दिया, बल्कि भविष्य में भूकंप–रोधी निर्माण और आपदा प्रबंधन की आवश्यकता को भी रेखांकित किया।

आज भी 15 जनवरी की यह तारीख हमें प्रकृति की अपार शक्ति और उससे निपटने के लिए सतर्कता, वैज्ञानिक सोच और मजबूत आपदा प्रबंधन तंत्र की अहमियत की याद दिलाती है।

महत्वपूर्ण घटनाचक्र–1759 – लंदन स्थित मोंटेगुवे हाउस में ब्रिटिश संग्रहालय की स्थापना हुई।
1784 – एशियेटिक सोसायटी ऑफ बंगाल की स्थापना।
1949 – के. एम. करियप्पा भारतीय थल सेना के पहले कमांडर–इन–चीफ बने। तब से 15 जनवरी को सेना दिवस के रूप में मनाया जाता है।
1949 में फील्ड मार्शल के. एम. करियप्पा ने जनरल फ्रांसिस बुचर से भारतीय सेना की कमान ली थी।

1965 – भारतीय खाद्य निगम की स्थापना।
1986 : इंडियन एयरलाइंस की एक वाणिज्यिक यात्री उड़ान को पहली बार केवल महिला चालक दल ने संचालित किया।
1988 – भारत के पूर्व गेंदबाज नरेंद्र हिरवानी ने ऐतिहासिक उपलब्धि हासिल करते हुए वेस्टइंडीज के खिलाफ अपने पहले टेस्ट मैच में ही 16 विकेट लिए।
1992 – बुल्गारिया ने बाल्कन के देश मैसिडोनिया को मान्यता दी।
1998 – ढाका में त्रिदेशीय भारत, बांग्लादेश तथा पाकिस्तान का शिखर सम्मेलन प्रारम्भ।
1999 – 'एनी फ्रैंक घोषणा पत्र' पर हस्ताक्षर करने वाले प्रथम विश्व नेता संयुक्त राष्ट्रसंघ के महासचिव कोफी अन्नान बने, पाकिस्तान में सभी नागरिक प्रशासनिक कार्य सेना को हस्तांतरित।
2001 : विकिपीडिया लॉन्च किया गया।
2006 – ब्रिटिश हाईकोर्ट ने क्वात्रोच्चि के दो बैंक खातों पर से प्रतिबंध हटाने का आदेश दिया।
2007 – सद्दाम के सौतेले भाई एवं इराकी अदालत के पूर्व प्रमुख फांसी पर चढ़ाये गये।

बजट 2026: युवाओं के लिए 2 लाख करोड़ का पैकेज, एक करोड़ इंटर्नशिप और स्किलिंग पर बड़ा फैसला

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

केंद्र सरकार बजट 2026 में देश के युवाओं को आत्मनिर्भर बनाने के लिए 'रोजगार और कौशल' (Employment and Skilling) के मोर्चे पर ऐतिहासिक घोषणाएं कर सकती है। वित्त मंत्री ने युवाओं के लिए 2 लाख करोड़ रुपये के भारी–भरकम पैकेज का ऐलान किया है, जिसका लक्ष्य अगले पांच वर्षों में रोजगार के करोड़ों अवसर पैदा करना है। इस योजना के तहत 1 करोड़ युवाओं को देश की टॉप 500 कंपनियों में इंटर्नशिप करने का मौका मिलेगा, जिससे उन्हें वास्तविक कार्य अनुभव प्राप्त हो सके। सरकार का यह कदम शिक्षा और उद्योग के बीच की खाई को पाटने और भारत को 'विश्व की स्किल कैपिटल' बनाने की दिशा में एक बड़ा निवेश है।

बजट 2026 में प्रधानमंत्री इंटर्नशिप योजना के लिए विशेष फंड आवंटित करने के आसार हैं, जिसके तहत 21–24 वर्ष के युवाओं को 12 महीने का प्रशिक्षण दिया जाएगा। चयनित इंटर्न को 5,000 प्रति माह का स्टाइपेंड मिलेगा, जिसमें से 4,500 सरकार और 500 कंपनियां अपने CSR फंड से देंगी। इसके अलावा, इंटर्नशिप जॉइन करने पर 6,000 की एकमुश्त वित्तीय सहायता भी प्रदान की जाएगी, ताकि युवाओं को शुरुआती खर्चों में मदद मिल सके।

कौशल विकास के लिए सरकार ने 8,800 करोड़ रुपये के साथ 'स्किल इंडिया प्रोग्राम' को 2026 तक जारी रखने और आधुनिक बनाने की घोषणा की है। इस कार्यक्रम के तहत एआई, ड्रोन टेक्नोलॉजी और ग्रीन एनर्जी जैसे उभरते क्षेत्रों में 400 से अधिक नए पाठ्यक्रम शुरू किए गए हैं। देश भर के 1,000 सरकारी आईटीआई को अपग्रेड किया जाएगा और 1,200 व्यावसायिक कौशल प्रयोगशालाएं (Vocational Labs) स्थापित की जाएंगी ताकि ग्रामीण युवाओं को भी उच्च स्तरीय प्रशिक्षण मिल सके।

रोजगार सृजन को गति देने के लिए 1 लाख करोड़ रुपये

के निवेश के साथ 'प्रधानमंत्री विकसित भारत रोजगार योजना' (PMVBRY) की घोषणा की गई है। इस योजना का लक्ष्य अगले दो वर्षों में 3.5 करोड़ से अधिक नए रोजगार पैदा करना है, जिसमें सरकार नए कर्मचारियों को 15,000 रुपये तक का प्रोत्साहन देगी। नियोक्ताओं को भी हर नए कर्मचारी की भर्ती पर 3,000 रुपये प्रति माह का प्रोत्साहन दिया जाएगा, जिससे कंपनियां अधिक नियुक्तियों के लिए प्रेरित होंगी।

युवाओं को नौकरी खोजने वाले के बजाय नौकरी देने वाला बनाने के लिए मुद्रा योजना (PMMY) के तहत ऋण सीमा को बढ़ाया जा सकता है। 'तरुण प्लस' श्रेणी के तहत अब उद्यमी 20 लाख रुपये तक का ऋण प्राप्त कर सकेंगे, जो पहले 10 लाख रुपये था। इसके साथ ही, 5 लाख महिलाओं और अनुसूचित जाति/जनजाति के नए उद्यमियों के लिए 2 करोड़ रुपये तक के टर्म लोन की विशेष योजना भी बजट का मुख्य आकर्षण हो सकती है।

सरकार ने 10 लाख युवाओं को विशेष रूप से आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस में प्रशिक्षित करने के लिए 'इंडिया एआई मिशन' के तहत अलग से फंड रखा है। जयपुर और नई दिल्ली जैसे शहरों में ग्लोबल एआई समिट के माध्यम से युवाओं को वैश्विक मंच और तकनीक से जोड़ा जा रहा है। इन पहलों के माध्यम से सरकार का लक्ष्य 2047 तक 'विकसित भारत' के सपने को साकार करना है, जहां हर हाथ में हुनर और हर चेहरे पर मुस्कान हो।

आखिर 15 जनवरी को ही क्यों मनाते हैं भारतीय थल सेना दिवस? जानें क्या है इस दिन का इतिहास

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

सेना दिवस हर साल 15 जनवरी को मनाया जाता है। सेना दिवस के अवसर पर पूरा देश थलसेना की वीरता, जांबाजी, अदम्य साहस, शौर्य और उसकी कुर्बानी को याद करता है। यह दिन फील्ड मार्शल केएम करियप्पा के सम्मान में मनाया जाता है। 1899 में कर्नाटक के कुर्ग में जन्म लेने वाले फील्ड मार्शल करियप्पा ने सिर्फ 20 साल की उम्र में ब्रिटिश इंडियन आर्मी में नौकरी शुरू की थी। साल 1953 में करियप्पा सेना से रिटायर हो गए थे।

भारतीय सेना का गठन ईस्ट इंडिया कंपनी ने वर्ष 1776 में कोलकाता में किया। उस समय भारतीय सेना ईस्ट इंडिया कंपनी की सैन्य टुकड़ी थी, जिसे बाद में ब्रिटिश भारतीय सेना का नाम मिला और अंत में भारतीय थल सेना के तौर पर देश के जवानों को पहचान मिली। भारत के इतिहास की सबसे महत्वपूर्ण घटनाओं में से एक घटना वो है, जब फील्ड मार्शल केएम करियप्पा आजाद भारत के पहले भारतीय सेना प्रमुख 15 जनवरी 1949 को बने थे।

सन् 1947 में करियप्पा ने भारत–पाक के बीच हुए युद्ध में भारतीय सेना की कमान संभाली थी और पाकिस्तान को धूल चटा दी थी। करियप्पा भारतीय सेना के पहले कमांडर–इन–चीफ थे, जिन्होंने 15 जनवरी 1949 में सर फ्रैंसिस बुचर से प्रभार लिया था। हालांकि वे यह खिताब पाने वाले दूसरे शख्स थे, इससे पहले 1973 में भारत के पहले फील्ड मार्शल बनने का सम्मान सैम मानेकशॉ को प्राप्त है।

15 जनवरी को दिल्ली में सेना कमान मुख्यालय के साथ–साथ देश के अन्य हिस्सों में सैन्य परेड और शक्ति प्रदर्शन के अन्य कार्यक्रमों का आयोजन करके सेना दिवस मनाया जाता है। इस दिन दिल्ली के परेड ग्राउंड पर आर्मी डे परेड का आयोजन होता है। आर्मी डे के तमाम कार्यक्रमों में से यह सबसे बड़ा आयोजन होता है।

जनरल ऑफिसर कमांडिंग, हेडक्वार्टर दिल्ली की अगुवाई में यह परेड निकाली जाती है। आर्मी चीफ सलामी लेते हुए परेड का निरीक्षण करते हैं। ये परेड भी गणतंत्र दिवस परेड का हिस्सा होती है। आर्मी डे पर आर्मी चीफ बेहतरीन सेवाओं के लिए जवानों को सम्मानित करते हैं और उनकी हौसला अफजाई करते हैं।

फील्ड मार्शल केएम करियप्पा को 14 जनवरी 1986 को फील्ड मार्शल के खिताब से नवाजा गया था। 15 मई 1993 को बेंगलुरु में उनका निधन हो गया था, लेकिन भारतीयों के दिलों में वे सदा अमर रहेंगे।

शिक्षा मंत्री ने राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी, विज्ञान शिक्षा और अनुसंधान संस्थान परिषद की 13वीं बैठक की अध्यक्षता की

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

केंद्रीय शिक्षा मंत्री श्री धर्मेंद्र प्रधान ने कल नई दिल्ली में राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी, विज्ञान शिक्षा और अनुसंधान संस्थान परिषद की 13वीं बैठक की अध्यक्षता की। बैठक के दौरान, केंद्रीय शिक्षा मंत्री ने राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थानों– एन.आई.टी. और भारतीय इंजीनियरिंग विज्ञान और प्रौद्योगिकी संस्थानों– आई.आई.ई.एस.टी. में शैक्षणिक और अनुसंधान मानकों को उन्नत करने, शासन दक्षता बढ़ाने और नवाचार और उद्यमिता को और बढ़ावा देने पर प्रस्तुतियां देखीं।

शिक्षा मंत्री ने इस बात पर बल दिया कि इन संस्थानों में दिए जाने वाले पाठ्यक्रम राष्ट्रीय प्राथमिकताओं के अनुरूप और उद्योग–केंद्रित होने चाहिए। उन्होंने संस्थानों को उभरते रोजगार भूमिकाओं और 21वीं सदी की आवश्यकताओं के आधार पर पाठ्यक्रम विकसित करने के लिए एक उद्योग–नेतृत्व वाली पाठ्यक्रम समिति बनाने का भी सुझाव दिया। उन्होंने कहा कि एन.आई.टी. और आई.आई.ई.एस.टी. व्यावहारिक शिक्षा, अनुसंधान, नवाचार और भविष्य के लिए तैयार कार्यबल विकास के जीवंत केंद्र बनने के लिए तैयार हैं। धर्मेंद्र प्रधान ने कहा कि देश के प्रमुख

तकनीकी संस्थानों को भी एक मान्यता ढांचे के अंतर्गत लाया जाना चाहिए।

बैठक के दौरान, परिषद ने संस्थानों में सुधार, विशिष्ट स्नातकोत्तर/एम.टेक कार्यक्रमों, सुदृढ़ नवाचार पारिस्थितिकी तंत्र के निर्माण और बहु–भाषी शिक्षा के लिए कृत्रिम बुद्धिमत्ता को अपनाते हुए भारतीय भाषाओं के उपयोग को प्रोत्साहित करने पर ध्यान केंद्रित किया।

भारतीयों से तुरंत ईरान छोड़ने की विदेश मंत्रालय ने जारी की एडवाइजरी

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

विदेश मंत्रालय ने परामर्श जारी कर कहा है कि ईरान में चल रहे घटनाक्रम को देखते हुए भारतीय नागरिक अगली सूचना तक वहां की यात्रा से बचें। इससे पहले 5 जनवरी को भी विदेश मंत्रालय ने इस तरह का परामर्श जारी किया था। इसी बीच भारतीय दूतावास ने ईरान में रह रहे भारतीयों को जल्द से जल्द किसी भी माध्यम से देश से निकलने की सलाह दी है। दूतावास ने कहा, "ईरान में बदलती स्थिति को देखते हुए जो भारतीय नागरिक अभी ईरान में हैं (छात्र, तीर्थयात्री, व्यापारी और पर्यटक) उन्हें वाणिज्यिक उड़ानों सहित उपलब्ध यातायात के साधनों से ईरान छोड़ने की सलाह दी जाती है।

दूतावास ने सलाह देकर भारतीय नागरिकों और भारतीय मूल के नागरिकों से सावधानी बरतने और विरोध प्रदर्शन स्थलों से बचने को कहा है। इसके अलावा भारतीयों से अपने यात्रा डॉक्यूमेंट्स तैयार रखने और सहायता के लिए भारतीय दूतावास से संपर्क करने का अनुरोध किया गया है। भारतीय दूतावास के इमरजेंसी संपर्क हेल्पलाइन नंबर जारी किए गए हैं– यह इस प्रकार है मोबाइल नंबर: +989128109115; +989128109109; +989128109102; +989932179359. ईमेल: cons.tehran@mea.gov.in। ईरान में रहने वाले सभी भारतीयों को दूतावास में रजिस्ट्रेशन कराने को कहा गया है। इस लिंक (https://www.meaers.com/request/home) पर ऐसा करें।

ये हैं तीन बेस्ट ट्रैवल डेस्टिनेशन, जहां कम बजट में मिलेगा ज्यादा आनंद

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

घूमने–फिरने का शौक किसे नहीं होता, हर कोई चाहता है कि वह अपने दोस्तों और परिवार के साथ हर दूसरे–तीसरे महीने में कहीं घूमने चले जाए. घूमने जाना है ऐसा सुनने में तो अच्छा लगता है, लेकिन जब बात आती है कि जाएंगे कैसे इस पर कई सवाल दिमाग में दौड़ने लगते हैं. कैसे जाएं, बस से जाना सही रहेगा या फिर ट्रेन से जाना सही रहेगा, सुविधा कैसी होगी. रेल यात्रा में एक अलग ही तरह की पुरानी यादें बसी होती हैं, पहियों की खड़खड़ाहट, खिड़की से दिखने वाले दृश्य और अपनों के साथ सीट के लिए मोलभाव करते हुए घर से लाए गए स्नैक्स का आनंद लेने के लिए बहुत ही शानदार अनुभव है.

जयपुर, राजस्थान– भारत के सबसे आकर्षक शहरों में शामिल जयपुर सालभर यात्रियों को खींचता है. दिल्ली, अहमदाबाद, मुंबई और कोलकाता से यहां पहुंचना बेहद आसान है, क्योंकि रेल कनेक्टिविटी शानदार है. दिल्ली से शताब्दी और डबल–डेकर ट्रेनें सफर को तेज और आरामदायक बनाती हैं. यहां पहुंचने के बाद हवा महल, आमेर किला और सिटी पैलेस जैसे मशहूर स्थल आसानी से घूमे जा सकते हैं.

वाराणसी, उत्तर प्रदेश– दुनिया के सबसे पुराने जीवित शहरों में से एक वाराणसी रेल नेटवर्क से भारत के हर हिस्से से जुड़ा है. आध्यात्मिक यात्रियों के लिए यह आदर्श

जगह है. यहां इतनी ट्रेनें चलती हैं कि आखिरी समय में भी सफर प्लान करना आसान है. स्टेशन से घाटों तक पहुंचना बेहद सरल है. गंगा आरती और चहल–पहल भरी गलियां इस शहर की सांस्कृतिक धरोहर को जीवंत करती हैं. अगर आप इंटरैक्टिव और इमर्सिव ट्रैवल अनुभव चाहते हैं, तो वाराणसी आपके लिए परफेक्ट है.

अमृतसर, पंजाब– उत्तर भारत में अमृतसर रेल से बेहतरीन तरीके से जुड़ा है. दिल्ली, जयपुर और चंडीगढ़ से यहां नियमित ट्रेनें चलती हैं. यह शहर जेब पर हल्का है और घूमने में बेहद आसान है. स्वर्ण मंदिर, जलियांवाला बाग और वाघा बॉर्डर इसके मुख्य आकर्षण हैं. अमृतसर पंजाबी संस्कृति का केंद्र है और यहां के बाजार कढ़ाई और पारंपरिक कपड़ों के लिए मशहूर हैं.

सेना के जवानों को एक करोड़ का दुर्घटना बीमा कवर, बैंक के साथ समझौता

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

भारतीय सेना के जवानों और अधिकारियों के लिए फिर से एक करोड़ के व्यक्तिगत दुर्घटना बीमा कवर का प्रावधान किया गया है।आतंकवादी हमले में शहीद होने पर 10 लाख का अतिरिक्त बीमा प्रदान किया जाएगा। सेना में कार्यरत अग्निवीर भी दुर्घटना बीमा कवर में शामिल हैं। सैन्यकर्मियों को पंजाब नेशनल बैंक द्वारा 1.5 करोड़ का एयर एक्सीडेंट इंश्योरेंस कवर भी उपलब्ध कराया जा रहा है। सेना के साथ हुए एक समझौते के तहत भारतीय सेना के कार्यरत सैन्यकर्मियों को यह बीमा सुविधा बैंक द्वारा प्रदान की जा रही है।

आज बुधवार को भारतीय सेना ने इस संबंध में जानकारी देते हुए बताया कि उन्होंने पंजाब नेशनल बैंक के साथ हुए इस समझौते का नवीनीकरण कराया है। एमओयू के तहत इस समझौते में कई अन्य महत्वपूर्ण प्रावधान भी शामिल हैं। इनमें आतंकवादी हमले में मृत्यु होने पर सैन्य कर्मियों के लिए 10 लाख का अतिरिक्त बीमा कवर है। बच्चों की उच्च शिक्षा के लिए 20 लाख रुपए तक का कवर है। वहीं, सैन्य कर्मियों की बेटियों के विवाह के लिए 10 लाख रुपए तक का विशेष कवर शामिल है।

इसके अलावा, महिलाओं के सशक्तिकरण को ध्यान में रखते हुए बैंक द्वारा 'स्पेशल वूमेन पावर सेविंग स्कीम' भी संचालित की जा रही है। इस योजना के तहत, निर्धारित मासिक औसत शेष राशि बनाए रखने पर महिलाओं को 20 लाख रुपए तक का व्यक्तिगत दुर्घटना बीमा कवर प्राप्त होगा।

भारतीय सेना ने बताया कि उन्होंने और पंजाब नेशनल बैंक (पीएनबी) ने सेना के सेवारत एवं सेवानिवृत्त कर्मियों

को बैंकिंग सेवाएं तथा व्यक्तिगत दुर्घटना बीमा (पर्सनल एक्सीडेंट इंश्योरेंस) मुआवजा प्रदान करने हेतु अपने समझौते का नवीनीकरण किया है।

सेना के मुताबिक यह एमओयू अगले तीन वर्षों के लिए बढ़ा दिया गया है, जो अब जनवरी 2029 तक प्रभावी रहेगा। इस नवीनीकृत एमओयू के अंतर्गत सभी सेवारत सैन्यकर्मियों, जिनमें की अग्निवीर भी शामिल हैं, को 1 करोड़ रुपए का व्यक्तिगत दुर्घटना बीमा कवर प्रदान किया जाएगा। इसके अतिरिक्त सैन्य कर्मियों को पंजाब नेशनल बैंक द्वारा 1.5 करोड़ रुपए का एयर एक्सीडेंट इंश्योरेंस कवर भी उपलब्ध कराया जा रहा है। यह नवीनीकृत साझेदारी भारतीय सेना की अपने जवानों और उनके परिवारों के कल्याण, सुरक्षा और वित्तीय स्थिरता के प्रति दृढ़ प्रतिबद्धता को दर्शाती है।

रक्षा विशेषज्ञों का मानना है कि सेना और पीएनबी के बीच यह सहयोग न केवल सैनिकों को व्यापक बीमा सुरक्षा प्रदान करता है, बल्कि उनके भविष्य को भी अधिक सुरक्षित और सशक्त बनाता है।

उषापान से करें दिन की शुरुआत, मन हल्का, पाचन बेहतर और डिटॉक्स होगी बॉडी

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

सेहतमंद रहने के लिए बड़े–बड़े बदलावों की जरूरत नहीं, बस छोटी सी आदत काफी है। आयुर्वेद भी ऐसे ही एक छोटे लेकिन बेहद फायदेमंद उपाय की सलाह देता है, जिसे उषापान कहते हैं। सुबह उठकर सबसे पहले खाली पेट गुनगुना पानी पीना। यह आसान तरीका पूरे शरीर के लिए फायदेमंद है।

भारत सरकार का आयुष मंत्रालय उषापान को दिनचर्या में शामिल करने की सलाह के साथ ही इससे मिलने वाले फायदों को गिनाता है। इससे पेट साफ रहता है, पाचन तंत्र मजबूत होता है, शरीर से गंदगी निकलती है और मन तरोताजा महसूस करता है। अगर संभव हो तो रातभर तांबे के लोटे या मिट्टी के घड़े में पानी रखकर पिएं। एक गिलास पानी से शुरू करें अपना दिन और देखें, कैसे छोटा सा बदलाव आपकी पूरी सेहत बदल देता है।

उषापान आयुर्वेद की पुरानी परंपरा है, जिसमें सुबह उठते ही खाली पेट गुनगुना पानी पीना शामिल है। यह छोटा–सा कदम पाचन तंत्र को मजबूत करता है, शरीर से गंदगी निकालता है और पूरे दिन स्वस्थ महसूस कराता है। उषापान का मतलब है सुबह–सुबह पानी पीना। यह रोजमर्रा की बहुत आसान आदत है, जिसे कोई भी अपना सकता है।

आयुर्वेद के अनुसार, जागने के बाद सबसे पहले हाथ–पैर अच्छे से धो लें। फिर एक गिलास गुनगुना या सामान्य तापमान का पानी पिएं। सबसे अच्छा तो यह है कि पानी को रातभर तांबे के लोटे या मिट्टी के घड़े में रखा जाए। तांबे का पानी शरीर के लिए बहुत फायदेमंद माना जाता

है, क्योंकि यह बैक्टीरिया से बचाव करता है और शरीर में जरूरी खनिज देता है।

यह प्रैक्टिस कई तरह से सेहत सुधारती है। सबसे पहले यह पाचन शक्ति को बढ़ाती है। सुबह खाली पेट पानी पीने से आंतों को उत्तेजना मिलती है, जिससे मल और पेशाब आसानी से निकल जाता है। इससे कब्ज, गैस, अपच जैसी आम समस्याएं दूर रहती हैं। साथ ही शरीर डिटॉक्स होता है, यानी रातभर जमा टॉक्सिन्स बाहर निकलते हैं। इससे त्वचा साफ रहती है, शरीर हल्का महसूस होता है और ऊर्जा बनी रहती है।

उषापान पाचन तंत्र से जुड़ी कई बीमारियों को रोकने में मदद कर मेटाबॉलिज्म को तेज करता है, जिससे वजन नियंत्रित रखने में भी सहायता मिलती है। नियमित रूप से यह आदत अपनाने से इम्यूनिटी भी मजबूत होती है और व्यक्ति बीमारियों से दूर रहता है।

स्टेट बैंक ऑफ इंडिया ने दूसरे बैंकों के एटीएम इस्तेमाल करने पर लगने वाले चार्ज में बढ़ोतरी की

नई दिल्ली, 14 जनवरी।

देश के सबसे बड़े सरकारी बैंक, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया ने अपने ग्राहकों को झटका दिया है। अब एटीएम से पैसा निकालना पहले के मुकाबले ज्यादा महंगा पड़ सकता है। बैंक ने दूसरे बैंकों के एटीएम इस्तेमाल करने पर लगने वाले चार्ज में बढ़ोतरी कर दी है। यह फैसला उन ग्राहकों की जेब पर सीधा असर डालेगा जो बार–बार नॉन–SBI ATM का उपयोग करते हैं।

SBI के मुताबिक, ATM और ADWM (ऑटोमेटेड डिपॉजिट कम विड्रॉल मशीन) पर लगने वाली इंटरचेंज फीस में बढ़ोतरी हुई है। यही वजह है कि बैंक को अपने सर्विस चार्ज में बदलाव करना पड़ा है। इंटरचेंज फीस वह राशि होती है जो एक बैंक को दूसरे बैंक के एटीएम इस्तेमाल करने पर देनी होती है। इसी बढ़े हुए खर्च का बोझ अब ग्राहकों पर डाला जा रहा है।

एसबीआई ने नॉन–SBI ATM से मिलने वाली फ्री ट्रांजेक्शन की सीमा में कोई बदलाव नहीं किया है। सेविंग अकाउंट धारक हर महीने 5 फ्री ट्रांजेक्शन पहले की तरह कर सकेंगे। लेकिन जैसे ही यह फ्री लिमिट खत्म होगी, उसके बाद कैश निकालने पर अब 23 रुपये + जीएसटी देना होगा। पहले यही चार्ज 21 रुपये था। वहीं अगर आप सिर्फ बैलेंस चेक या मिनी स्टेटमेंट जैसे नॉन–फाइनेंशियल ट्रांजेक्शन करते हैं तो इसके लिए 11 रुपये + जीएसटी चुकाने होंगे, जो पहले 10 रुपये था।

एसबीआई के सैलरी पैकेज अकाउंट रखने वालों के लिए यह बदलाव थोड़ा ज्यादा चौंकाने वाला है। पहले नॉन–SBI ATM पर इन्हें अनलिमिटेड फ्री ट्रांजेक्शन की सुविधा मिलती थी। अब यह सुविधा खत्म कर दी गई है। नई व्यवस्था के तहत सैलरी अकाउंट धारकों को महीने में कुल 10 फ्री ट्रांजेक्शन मिलेंगे, जिसमें कैश विड्रॉल और बैलेंस चेक दोनों शामिल होंगे। इसके बाद वही बढ़ा हुआ चार्ज लागू होगा।

बेसिक सेविंग बैंक डिपॉजिट अकाउंट रखने वालों के लिए राहत की खबर है। इस कैटेगरी में किसी तरह का नया चार्ज नहीं लगाया गया है। वहीं अगर आप SBI का डेबिट कार्ड इस्तेमाल करके SBI के ही एटीएम से लेन–देन करते हैं, तो आपके लिए भी कुछ नहीं बदला है। पुराने नियम और चार्ज पहले की तरह ही लागू रहेंगे।

अगर आप बार–बार दूसरे बैंक के एटीएम का इस्तेमाल करते हैं, तो अब थोड़ा सतर्क रहने की जरूरत है। कोशिश करें कि एसबीआई के एटीएम से ही ट्रांजेक्शन करें या फ्री लिमिट के अंदर ही निकासी पूरी कर लें, ताकि अतिरिक्त चार्ज से बचा जा सके।