

अण्डमान निकोबार द्वीप समाचार



रजि.न.34300/80 संख्या 308 श्री विजयपुरम, शुक्रवार, 20 नवंबर 2026 web: dt.andamannicobar.gov.in 2.00 रूपए

श्री विजयपुरम नगरपालिका परिषद के कर्मचारियों के वेतन भुगतान हेतु 56.16 करोड़ रूपए की अनुदान राशि स्वीकृत

श्री विजयपुरम, 19 नवम्बर।

माननीय सांसद श्री विष्णु पद राय एवं श्री विजयपुरम नगरपालिका परिषद की अध्यक्षा श्रीमती वसन्ता जी द्वारा 'दिशा' बैठक में श्री विजयपुरम नगरपालिका परिषद के कर्मचारियों के वेतन भुगतान में निधि की कमी के कारण हो रहे विलंब का मुद्दा उठाया गया।

लोक निवास से प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार इस पर अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के माननीय उप राज्यपाल डॉ. दिनेश शर्मा जी ने त्वरित संज्ञान लेते हुए वेतन मद के अंतर्गत 56.16 करोड़ रूपए की अनुदान सहायता राशि को स्वीकृति प्रदान की तथा इस मामले का शीघ्र निस्तारण सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।





अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के माननीय उप राज्यपाल डॉ. दिनेश शर्मा जी द्वारा, जनता दर्शन के दौरान घोषित 1 लाख रूपए की सहायता राशि आज लोक निवास, श्री विजयपुरम में श्रीमती सुजाता जी को उनके बेटे के उपचार हेतु प्रदान की गई। साथ ही, माननीय प्रधानमंत्री सहायता कोष से और अधिक आर्थिक सहायता प्रदान करने हेतु पत्र भेजने के निर्देश दिए।









अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के माननीय उप राज्यपाल डॉ. दिनेश शर्मा जी से आज लोक निवास, श्री विजयपुरम में प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष ई.एन.टी., जी.बी. पंत अस्पताल, डॉ. गुरुमणि, ऑल इंडिया फेडरेशन ऑफ ड्राइविंग स्कूल एसोसिएशन के प्रतिनिधिमंडल तथा पूर्व ज़िला परिषद अध्यक्ष, बाराटांग श्री जी. कुर्मा राव एवं अन्य सदस्यों ने शिष्टाचार भेंट की।

समुद्री साहसिक पर्यटन एवं सांस्कृतिक संबंधों पर आसियान–भारत सम्मेलन में भागीदारी के लिए स्थानीय पर्यटन संचालकों से आवेदन आमंत्रित

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन के पर्यटन निदेशालय ने 3 एवं 4 दिसंबर, 2026 को स्वराज द्वीप में आयोजित होने वाले आगामी 'समुद्री साहसिक पर्यटन एवं सांस्कृतिक संबंधों पर आसियान–भारत सम्मेलन' में भाग लेने के लिए स्थानीय टूर ऑपरेटरों, क्रूज़ संचालकों तथा होटल व्यवसायियों से आवेदन आमंत्रित किए हैं। इस प्रतिष्ठित अंतरराष्ट्रीय आयोजन में आसियान सदस्य देशों और भारत के प्रतिनिधि, राजनयिक तथा उद्योग जगत के प्रमुख व्यक्ति एकत्रित होंगे। सम्मेलन का उद्देश्य क्रूज़ एवं हवाई संपर्क, गोताखोरी के पर्यटन स्थल, नीली अर्थव्यवस्था, समुद्री साहसिक गतिविधियां, सतत पारिस्थितिकी, बैठकें, प्रोत्साहन यात्राएं, सम्मेलन एवं प्रदर्शनियां (एमआईसीई) तथा साझा सांस्कृतिक विरासत जैसे प्रमुख विषयों पर क्षेत्रीय सहयोग को बढ़ावा देना है। विषयगत सत्रों के साथ–साथ सम्मेलन में विशेष व्यावसायिक बैठकें (बी2बी), पर्यटन व्यापार प्रदर्शनी, सांस्कृतिक कार्यक्रम तथा मेल–मिलाप भोज भी आयोजित किए जाएंगे। इससे स्थानीय हितधारकों को अंतरराष्ट्रीय एवं घरेलू यात्रा खरीदारों के समक्ष अपने उत्पादों और सेवाओं को प्रदर्शित करने का उत्कृष्ट अवसर मिलेगा।

बी2बी विचार–विमर्श के दौरान प्रभावी सहभागिता सुनिश्चित करने के लिए भाग लेने वाले संगठनों को प्रोत्साहित किया गया है कि वे अपने मुख्य कार्यकारी अधिकारी (सीईओ), प्रबंध निदेशक (एमडी) अथवा समान स्तर के किसी वरिष्ठ प्रतिनिधि को नामित करें, जिसे मौके पर ही व्यावसायिक निर्णय लेने का अधिकार प्राप्त हो।

भागीदारी एवं प्रदर्शनी शुल्क का विवरण

- प्रतिनिधि/भागीदारी शुल्कः प्रति प्रतिभागी 10,000 रुपये।
- प्रदर्शनी स्टॉल/यात्रा डेस्क शुल्कः पर्यटन उत्पादों एवं सेवाओं के प्रदर्शन के लिए प्रति स्टॉल 10,000 रुपये।
- शुल्क में छूटः प्रदर्शनी स्टॉल व यात्रा डेस्क स्थापित करने का विकल्प चुनने वाले हितधारकों को अलग से देय 10,000 रुपये के प्रतिनिधि व भागीदारी शुल्क से छूट दी जाएगी।

भुगतान का माध्यम एवं आवेदन जमा करने की प्रक्रिया : इच्छुक स्थानीय टूर ऑपरेटरों, क्रूज़ संचालकों तथा होटल व्यवसायियों को निर्धारित आवेदन पत्र पूर्ण रूप से भरकर निर्धारित शुल्क के साथ जमा करना होगा। शुल्क का भुगतान 'मुख्य वित्तीय अधिकारी, अनिडको लिमिटेड' के पक्ष में आहरित मांग–पत्र (डिमांड ड्राफ्ट) के माध्यम से किया जाना है। पर्यटन निदेशालय से प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार सभी प्रकार से पूर्ण आवेदन पत्र तथा मांग–पत्र 25 नवंबर, 2026 को या उससे पहले पर्यटन निदेशालय, श्री विजयपुरम के योजना अनुभाग में जमा किए जाने चाहिए। प्रतिनिधियों एवं प्रदर्शनी स्टॉलों के लिए स्थान सीमित होने के कारण आवंटन पहले आओ, पहले पाओ के आधार पर किया जाएगा। आवेदन पत्र प्राप्त करने तथा अन्य जानकारी के लिए हितधारक अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन के पर्यटन विभाग के योजना अनुभाग से संपर्क कर सकते हैं।









हरियाणा विधान सभा की युवा कल्याण एवं युवा मामलों संबंधी समिति के विधायकगण श्री हरिन्दर जी, श्री सत्पाल जाम्बा, श्री बलराम डांगी तथा श्री शिशपाल सिंह एवं अवर सचिव श्री नवीन ने अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के अपने पांच दिवसीय अध्ययन दौरा कार्यक्रम के तहत आज लोक निवास, श्री विजयपुरम में अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के माननीय उप राज्यपाल डॉ. दिनेश शर्मा जी से शिष्टाचार भेंट की।









अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के माननीय उप राज्यपाल डॉ. दिनेश शर्मा जी से लोक निवास, श्री विजयपुरम में श्री डी. पी. अग्रवाल, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, ट्रांसपोर्ट कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया के नेतृत्व में प्रतिनिधिमंडल ने शिष्टाचार भेंट की।

इस दौरान द्वीपसमूह में कार्गो लॉजिस्टिक्स को सुदृढ़ करने, अंतर–द्वीपीय कनेक्टिविटी में सुधार, आपूर्ति श्रृंखला को सुगम बनाने तथा दूरस्थ द्वीपों तक आवश्यक वस्तुओं की निर्बाध आपूर्ति सुनिश्चित करने जैसे विषयों पर सार्थक चर्चा हुई।

अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह कारागार एवं सुधारात्मक सेवाएं विनियम, 2026 से औपनिवेशिक कारागार कानूनों का स्थान लेगा नया कानून

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

भारतीय संविधान के अनुच्छेद 240 के अंतर्गत अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह कारागार एवं सुधारात्मक सेवाएं विनियम, 2026 लागू होने के बाद केंद्रशासित प्रदेश अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह में लागू कारागार अधिनियम, 1894, क़ैदी अधिनियम, 1900 तथा क़ैदियों के स्थानांतरण अधिनियम, 1950 का स्थान लेगा।

यह सुधार कारागार प्रशासन की कार्यप्रणाली एवं दर्शन में एक महत्वपूर्ण बदलाव का प्रतीक है। इसके तहत कारागार व्यवस्था को केवल हिरासत, दंड एवं नियंत्रण तक सीमित रखने के बजाय संस्थागत सुरक्षा के साथ–साथ मानवीय गरिमा, सुधार, पुनर्वास एवं समाज में पुनः समावेश को भी समान महत्व दिया गया है।

औपनिवेशिक युग की व्यवस्था से आगे बढ़ने की पहल

कारागार अधिनियम, 1894 की उत्पत्ति उस दौर में हुई थी, जब कारागार प्रशासन मुख्य रूप से क़ैदियों को बंद रखने, दमन करने एवं नियंत्रण बनाए रखने पर केंद्रित था। उस समय कारागार ब्रिटिश शासन के विरुद्ध आवाज़ उठाने वालों एवं प्रतिरोध करने वालों को दबाने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली औपनिवेशिक दंड व्यवस्था का भी हिस्सा थे। स्वतंत्रता के बाद कारागार प्रशासन में काफी बदलाव आया, लेकिन एक शताब्दी से अधिक समय तक इसके मूल विधायी ढांचे का रुख मुख्य रूप से हिरासत एवं बंदीकरण तक ही सीमित रहा।

कारागार अधिनियम, 1894 में पुनर्वास, मानसिक स्वास्थ्य देखभाल, सुगम्यता, लैंगिक संवेदनशील व्यवहार, प्रौद्योगिकी आधारित सुरक्षा तथा समाज में पुनः समावेश जैसी आधुनिक आवश्यकताओं पर पर्याप्त ध्यान नहीं दिया गया था। सुधारात्मक सेवाओं पर सीमित ज़ोर दिए जाने के कारण क़ैदियों की क्षमताओं एवं कौशल को विकसित करने का अवसर भी पर्याप्त रूप से नहीं मिल पाया, ताकि वे समाज में लौटकर उत्पादक नागरिक बन सकें और राष्ट्र की मानव संसाधन क्षमता में योगदान दे सकें।

नया विनियम इन कमियों को दूर करने का प्रयास करता है। इसके माध्यम से समानता, मानवीय गरिमा, भेदभाव रहित व्यवहार तथा सुधार के अवसर जैसे संवैधानिक मूल्यों को विधायी मान्यता प्रदान की गई है।

दंड का अर्थ मानवीय गरिमा का हनन नहीं होना चाहिए

कारावास के अंतर्गत कानून के अनुसार किसी व्यक्ति की स्वतंत्रता सीमित की जाती है, लेकिन इसका अर्थ यह नहीं होना चाहिए कि उससे उसकी मानवीय गरिमा या सुधार का अवसर भी छीन लिया जाए। नया विनियम इस सिद्धांत पर आधारित है कि कारावास की कठिनाइयों के साथ अनावश्यक अपमान, भेदभाव, अपर्याप्त स्वास्थ्य सेवाओं अथवा व्यक्तिगत विकास के अवसरों से वंचित किए जाने जैसी परिस्थितियां नहीं जुड़नी चाहिए।

इसका उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि कारागार प्रशासन में एक ओर कानून के अनुसार हिरासत एवं अनुशासन बनाए रखने की आवश्यकता और दूसरी ओर मानवीय व्यवहार, पुनर्वास एवं समाज में पुनः समावेश के बीच आवश्यक संतुलन बना रहे।

एक ऐतिहासिक परिवर्तन

इस सुधार का अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के संदर्भ में विशेष ऐतिहासिक महत्व है, क्योंकि यह द्वीपसमूह सेल्यूलर जेल का घर है, जिसे लोकप्रिय रूप से काला पानी के नाम से जाना जाता है। इस ऐतिहासिक कारागार में भारत के स्वतंत्रता संग्राम के दौरान अनेक स्वतंत्रता सेनानियों को क़ैद

शेष पृष्ठ 4 पर

नगरपालिका परिषद के कर्मचारियों के लिए हिंदी प्रतियोगिताएं हुईं

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

श्री विजयपुरम नगरपालिका परिषद के कर्मचारियों में राजभाषा हिंदी के प्रति रुचि उत्पन्न करने तथा सरकारी कार्यों में हिंदी के अधिकाधिक प्रयोग को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से परिषद द्वारा विभिन्न हिंदी प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कर्मचारियों के लिए अनुवाद, प्रश्नोत्तरी एवं कहानी लेखन प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। इस अवसर पर कर्मचारियों को संबोधित करते हुए श्री विजयपुरम नगरपालिका परिषद के सचिव, श्री कमलेश्वर राव, भा.प्र.से., ने कहा कि राजभाषा हिंदी का प्रयोग केवल औपचारिकता तक सीमित नहीं रहना चाहिए, बल्कि इसे दैनिक सरकारी कार्यों का अभिन्न अंग बनाया जाना चाहिए। उन्होंने सभी कर्मचारियों को सरकारी कामकाज में हिंदी का अधिकाधिक प्रयोग करने तथा अपने दैनिक पत्राचार एवं अन्य आधिकारिक गतिविधियों में हिंदी अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया। प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार प्रतियोगिताओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले प्रतिभागियों को



नगरपालिका परिषद के सचिव, जल अनुभाग के कार्यकारी अभियंता (प्रभारी) तथा प्रशासनिक अधिकारी द्वारा पुरस्कार प्रदान किए गए। इसके अतिरिक्त, एक ऐसे कर्मचारी को नकद पुरस्कार भी प्रदान किया गया, जिसने सरकारी कार्यों में निरंतर हिंदी का प्रयोग करते हुए हिंदी में 20,000 से अधिक शब्दों का आधिकारिक कार्य पूरा किया है।

विद्यालयी विद्यार्थियों के लिए राज्य स्तरीय विज्ञान परियोजना प्रतियोगिता 5 दिसंबर को

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

युवा विद्यार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण, रचनात्मकता, नवाचार एवं वैज्ञानिक जिज्ञासा की भावना को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से विज्ञान केंद्र, श्री विजयपुरम द्वारा कक्षा 8वीं से 11वीं तक के विद्यार्थियों के लिए राज्य स्तरीय विज्ञान परियोजना प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। यह प्रतियोगिता 5 दिसंबर को दोपहर 12.30 बजे से शाम 5.30 बजे तक विज्ञान केंद्र में आयोजित होगी। प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार इस प्रतियोगिता के माध्यम से विद्यार्थियों को कार्यशील मॉडल एवं विज्ञान आधारित परियोजनाओं के जरिए अपने वैज्ञानिक विचारों, नवाचारों एवं रचनात्मक प्रतिभा को प्रदर्शित करने के लिए आमंत्रित किया गया है। प्रत्येक विद्यालय अधिकतम दो कार्यशील परियोजनाओं के लिए नामांकन भेज सकता है तथा प्रत्येक परियोजना का प्रतिनिधित्व एक विद्यार्थी करेगा। इच्छुक विद्यालयों एवं विद्यार्थियों से अनुरोध किया गया है कि वे अपने कार्यशील मॉडल व परियोजना का संक्षिप्त विवरण सहित नामांकन 2 दिसंबर को दोपहर 2 बजे से पहले व्हाट्सऐप नंबर 9434263302 पर भेजें। अधिक जानकारी एवं स्पष्टीकरण के लिए इच्छुक प्रतिभागी विज्ञान केंद्र से दूरभाष नंबर 9434263302/9434288627 पर संपर्क कर सकते हैं।

अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह कारागार ——————————पृष्ठ 1 का शेष

रखा गया था और उन्होंने यहां अनेक यातनाएं एवं कष्ट सहे थे। आज यह स्थल राष्ट्रीय स्मारक के रूप में स्थापित है। ऐसे द्वीपसमूह में नए एवं सुधारोन्मुख कारागार कानून की शुरुआत अपने आप में गहरा प्रतीकात्मक महत्व रखती है। औपनिवेशिक कारावास की कठोर यातनाओं के लिए याद किया जाने वाला यह क्षेत्र अब मानवीय गरिमा, संवेदनशील व्यवहार एवं सुधार की संभावनाओं के प्रति नई प्रतिबद्धता का साक्षी बन रहा है।

यह परिवर्तन दर्शाता है कि भारत ने औपनिवेशिक दंड व्यवस्था से संवैधानिक लोकतंत्र तक की लंबी यात्रा तय की है, जहां राज्य की सुरक्षा एवं सार्वजनिक व्यवस्था बनाए रखने की ज़िम्मेदारी के साथ-साथ प्रत्येक व्यक्ति की सुधार करने तथा राष्ट्र के विकास में योगदान देने की क्षमता को भी मान्यता दी जाती है।

नए विनियम के प्रमुख प्रावधान

पिछले कुछ वर्षों में नियमों, प्रशासनिक उपायों एवं न्यायिक हस्तक्षेपों के माध्यम से कारागार प्रशासन में कई सुधार किए गए हैं। हालांकि, ये सुधार अलग-अलग चरणों में लागू होते रहे और इनके अनुरूप मूल वैधानिक ढांचे में व्यापक संशोधन नहीं किया गया।

प्रस्तावित विनियम का उद्देश्य इन मौजूदा सुधारों को एकीकृत करना तथा एक सुसंगत एवं आधुनिक विधायी ढांचे के अंतर्गत नए सुरक्षा उपायों, सुधारात्मक प्रावधानों एवं संस्थागत व्यवस्थाओं को शामिल करना है।

क़ैदियों के अधिकारों एवं उन्हें मिलने वाली सुविधाओं को स्पष्ट रूप से मान्यता प्रदान करके तथा कारागार अधिकारियों की शक्तियों, कर्तव्यों एवं ज़िम्मेदारियों को स्पष्ट रूप से परिभाषित करके यह विनियम प्रशासनिक अस्पष्टताओं को दूर करने, कार्यप्रणाली में एकरूपता सुनिश्चित करने तथा कारागारों के संचालन में अधिक कानूनी स्पष्टता, पारदर्शिता एवं जवाबदेही स्थापित करने का प्रयास करता है।

इस विनियम में कारागार प्रशासन में सुधार के लिए एक व्यापक ढांचा तैयार किया गया है, जिसके अंतर्गत निम्नलिखित सुधार शामिल हैं:

- सुधारात्मक संस्थान एवं व्यक्तिगत पुनर्वास: खुले एवं अर्ध-खुले सुधारात्मक संस्थानों की व्यवस्था, प्रत्येक क़ैदी के लिए व्यक्तिगत सज़ा योजना, शिक्षा के अवसर, व्यावसायिक प्रशिक्षण तथा कौशल विकास का प्रावधान किया गया है। इन उपायों का उद्देश्य क़ैदियों को ऐसे कौशल एवं अवसर उपलब्ध कराना है, जिससे वे रिहाई के बाद वैध रोज़गार प्राप्त कर सकें और एक उत्पादक जीवन व्यतीत कर सकें।
- जोखिम आधारित वर्गीकरण एवं सुरक्षित हिरासत: क़ैदियों का वर्गीकरण एवं सुरक्षा मूल्यांकन उनकी सुरक्षा संबंधी जोखिम, आयु, स्वास्थ्य तथा सुधारात्मक आवश्यकताओं के आधार पर किया जाएगा। अधिक जोखिम वाले अपराधियों के लिए अलग आवास एवं कड़ी निगरानी की व्यवस्था होगी। इससे सुरक्षित हिरासत, उपयुक्त पृथक्करण तथा प्रत्येक क़ैदी की आवश्यकता के अनुरूप सुधारात्मक व्यवहार सुनिश्चित करने में सहायता मिलेगी।
- आधुनिक प्रौद्योगिकी एवं कारागार सुरक्षा को सुदृढ़ बनाना: सीसीटीवी, बायोमेट्रिक प्रणाली, रेडियो फ्रीक्वेंसी पहचान प्रणाली (आरएफआईडी), डिजिटल अभिलेख, वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग, आपराधिक न्याय प्रणालियों के साथ एकीकरण तथा मोबाइल नेटवर्क अवरोधन एवं पहचान तकनीकों का उपयोग किया जाएगा। यह विनियम कारागारों के भीतर से संचालित संगठित आपराधिक गतिविधियों पर रोक लगाने के उपायों को भी सुदृढ़ करता है। इसके अतिरिक्त, अनधिकृत संचार उपकरणों एवं प्रतिबंधित वस्तुओं के उपयोग या रखने पर विशेष दंड का प्रावधान है, जिसके तहत तीन वर्ष तक के कारावास की सज़ा दी जा सकती है।
- बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं एवं मानसिक स्वास्थ्य देखभाल: लैंगिक आवश्यकताओं के अनुरूप स्वास्थ्य सेवाओं तथा मानसिक बीमारी से पीड़ित क़ैदियों को लागू कानूनी सुरक्षा उपायों के अधीन मानसिक स्वास्थ्य संस्थानों में स्थानांतरित करने का प्रावधान किया गया है। मानवीय हिरासत व्यवस्था के लिए उचित चिकित्सा देखभाल को एक आवश्यक तत्व के रूप में मान्यता दी गई है।
- महिलाओं एवं बच्चों की गरिमा और सुरक्षा: महिला क़ैदियों के लिए विशेष सुरक्षा उपायों का प्रावधान किया गया है। इनमें मातृत्व देखभाल, महिलाओं के लिए विशेष सुविधाएं, यौन उत्पीड़न संबंधी शिकायतों पर कार्रवाई तथा छह वर्ष की आयु तक अपनी माताओं के साथ रहने वाले बच्चों के लिए स्वास्थ्य देखभाल एवं अन्य आवश्यक सुविधाएं शामिल हैं।
- कमज़ोर वर्ग के क़ैदियों के प्रति समावेशी व्यवहार: ट्रांसजेंडर क़ैदियों एवं दिव्यांग क़ैदियों के लिए विशेष प्रावधान किए गए हैं। इनमें उपयुक्त आवास, स्वास्थ्य सेवाएं, मनोसामाजिक सहायता, सुगम बुनियादी सुविधाएं, पुनर्वास तथा उनकी आवश्यकताओं के प्रति कारागार कर्मचारियों को संवेदनशील बनाने के उपाय शामिल हैं।
- जाति आधारित भेदभाव पर प्रतिबंध: जाति के आधार पर क़ैदियों का वर्गीकरण, पृथक्करण तथा कारागार में कार्यों का आवंटन स्पष्ट रूप से प्रतिबंधित किया गया है। इसके साथ ही हाथ से मैला उठाने से संबंधित कानून के अंतर्गत प्रतिबंधित प्रथाओं पर भी रोक लगाई गई है। ये प्रावधान सुधारात्मक संस्थानों में समानता, मानवीय गरिमा एवं भेदभाव रहित व्यवहार के सिद्धांतों को और सुदृढ़ करते हैं।
- कारागार से छुट्टी एवं समाज में पुनः समावेश: पात्रता एवं निर्धारित शर्तों के अधीन पैरोल, फरलो, सज़ा में छूट तथा समय से पहले रिहाई पर विचार करने के लिए वैधानिक प्रावधान किए गए हैं। यह विनियम रिहाई के बाद जरूरतमंद क़ैदियों को अपना जीवन पुनः व्यवस्थित करने एवं समाज में फिर से समाहित होने में सहायता प्रदान करने के लिए रिहाई उपरांत देखभाल सेवाओं की व्यवस्था भी करता है।
- कानूनी सहायता एवं विचाराधीन क़ैदियों के मामलों की समीक्षा: लागू कानून के अनुसार कानूनी सहायता उपलब्ध कराने तथा प्रत्येक ज़िले में विचाराधीन क़ैदी समीक्षा समिति गठित करने का प्रावधान किया गया है। इन समितियों की अध्यक्षता ज़िला एवं सत्र न्यायाधीश करेंगे। समितियां लंबे समय से हिरासत में रखे गए क़ैदियों सहित पात्र मामलों की समय-समय पर समीक्षा करेंगी तथा संबंधित न्यायालयों या प्राधिकारियों को आवश्यक सिफारिशें प्रस्तुत करेंगी।
- अधिक पारदर्शिता, जवाबदेही एवं कर्मचारियों का कल्याण: विभागीय निरीक्षण, न्यायिक अधिकारियों की अध्यक्षता में आगंतुक मंडलों का गठन, क़ैदियों की मृत्यु की सूचना देना तथा क़ैदियों एवं कारागार कर्मचारियों के लिए शिकायत निवारण व्यवस्था जैसे प्रावधान किए गए हैं। इसके अतिरिक्त, कारागार कर्मचारियों के व्यावसायिक प्रशिक्षण, कर्मचारी कल्याण उपायों, आपातकालीन तैयारियों तथा संस्थागत विकास की व्यवस्था भी इस विनियम में शामिल है।

यह विनियम निगरानी के अंतर्गत प्रत्यक्ष अथवा आभासी माध्यम से संवाद की सुविधा प्रदान करके क़ैदियों का अपने परिवारों के साथ वैध संपर्क बनाए रखने में भी सहायता करता है। इसके अतिरिक्त, इसमें कानूनी सलाहकारों तक पहुंच सुनिश्चित करने तथा विदेशी क़ैदियों को अपने परिवारों एवं वाणिज्य दूतावास के प्रतिनिधियों के साथ संपर्क करने की सुविधा प्रदान करने की व्यवस्था को भी मान्यता दी गई है।

मानवीय एवं सुधारोन्मुख कारागार व्यवस्था की दिशा में पहल

यह विनियम केंद्रीय गृह मंत्रालय द्वारा प्रसारित आदर्श कारागार एवं सुधारात्मक सेवा अधिनियम, 2023 पर आधारित है। इसमें जाति आधारित भेदभाव तथा दिव्यांग क़ैदियों से संबंधित आवश्यक सुरक्षा उपायों को भी शामिल किया गया है, जो माननीय सर्वोच्च न्यायालय के निर्देशों के अनुरूप हैं।

इसका उद्देश्य ऐसी सुधारात्मक कारागार व्यवस्था स्थापित करना है, जिसमें सुरक्षा एवं अनुशासन के साथ निष्पक्षता, मानवीय गरिमा तथा पुनर्वास के सार्थक अवसरों का भी समुचित समन्वय हो।

यह सुधार एक आधुनिक भारत के प्रति सरकार की प्रतिबद्धता को दर्शाता है, जहां कारागार केवल बंदी रखने के स्थान न होकर सकारात्मक बदलाव के अवसर प्रदान करने वाले संस्थान हों तथा व्यक्तियों को ज़िम्मेदार एवं उत्पादक नागरिक के रूप में समाज की मुख्यधारा में लौटने के लिए तैयार करें। (स्रोत : पीआईबी, श्री विजयपुरम)

अण्डमान के मैंग्रोव वनों के अध्ययन के लिए पांडिचेरी विश्वविद्यालय एवं इसरो के बीच समझौता

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

पांडिचेरी विश्वविद्यालय तथा भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) के राष्ट्रीय सुदूर संवेदन केंद्र (एनआरएससी), कोलकाता स्थित क्षेत्रीय सुदूर संवेदन केंद्र-पूर्व (आरआरएससी-ईस्ट) ने अनुसंधान सहयोग को सुदृढ़ बनाने के लिए एक समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर हस्ताक्षर किए हैं। इस समझौता ज्ञापन के तहत 54.03 लाख रुपये की लागत वाली एक उन्नत अनुसंधान एवं विकास परियोजना संयुक्त रूप से संचालित की जाएगी। इस परियोजना का विषय है-"बहु-आवृत्ति एसएआर डेटा, ऑप्टिकल डेटा एवं ज़मीनी माप के माध्यम से अण्डमान के मैंग्रोव वनों का लक्षण वर्णन एवं अध्ययन।"

संकर (हाइब्रिड) माध्यम से आयोजित इस समारोह में कोलकाता स्थित आरआरएससी-ईस्ट में पांडिचेरी विश्वविद्यालय के कुलसचिव श्री आर. गुणशेखरन तथा परियोजना के समझौता ज्ञापन समन्वयक एवं सह-प्रधान अन्वेषक (सह-पीआई) डॉ. टी. गणेश ने व्यक्तिगत रूप से भाग लिया। पांडिचेरी विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. पी. प्रकाश बाबू ने आभासी माध्यम से समारोह में सहभागिता की। उनके साथ अंतरराष्ट्रीय संबंधों के अधिष्ठाता प्रो. एस. विक्टर आनंदकुमार, उप अधिष्ठाता प्रो. डी.एस. शारदा तथा अन्य प्रतिष्ठित संकाय सदस्य भी उपस्थित रहे।

कार्यक्रम का शुभारंभ आरआरएससी-ईस्ट के उप महाप्रबंधक डॉ. अरिंदम गुहा के स्वागत भाषण से हुआ। उन्होंने दोनों संस्थानों के बीच मजबूत साझेदारी विकसित करने के महत्व पर ज़ोर दिया। इसके बाद आरआरएससी-ईस्ट की वैज्ञानिक व अभियंता एसजी, प्रमुख (अनुप्रयोग) तथा परियोजना की प्रधान अन्वेषक डॉ. तनुमी कुमार ने समझौता ज्ञापन की पृष्ठभूमि के बारे में विस्तार से जानकारी दी तथा परियोजना के दायरे, उद्देश्यों एवं दोनों संस्थानों की ज़िम्मेदारियों को स्पष्ट किया। उन्होंने परियोजना के अपेक्षित परिणामों एवं उपलब्धियों की भी जानकारी दी, जो विशेष रूप से अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन के पर्यावरण एवं वन विभाग के लिए उपयोगी होंगे।

एनआरएससी-इसरो के एसोसिएट निदेशक एवं मुख्य महाप्रबंधक डॉ. एस.के. श्रीवास्तव ने इस महत्वपूर्ण अनुसंधान साझेदारी की पहल के लिए दोनों संस्थानों की सराहना की। उन्होंने कहा कि यह समझौता युवा शोधकर्ताओं एवं कनिष्ठ



अनुसंधान अध्येताओं (जेआरएफ) के लिए सुदूर संवेदन के क्षेत्र में विशेषज्ञता हासिल करने तथा डॉक्टरेट की उपाधि प्राप्त करने के महत्वपूर्ण अवसर उपलब्ध कराएगा।

अपने संबोधन में पांडिचेरी विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. पी. प्रकाश बाबू ने अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह के मैंग्रोव वनों की महत्वपूर्ण पारिस्थितिक भूमिका पर प्रकाश डाला। उन्होंने कार्बन अवशोषण, चक्रवातों एवं तूफानी समुद्री लहरों से तटीय क्षेत्रों की सुरक्षा तथा व्यापक पारिस्थितिकी तंत्र को मिलने वाली सेवाओं में मैंग्रोव वनों के योगदान को रेखांकित किया। उन्होंने निर्बाध क्षेत्रीय अवलोकन एवं प्रयोगशाला विश्लेषण सुनिश्चित करने के लिए विश्वविद्यालय के समुद्र अध्ययन एवं समुद्री जीव विज्ञान विभाग (अण्डमान परिसर) की ओर से पूर्ण संस्थागत सहयोग का आश्वासन दिया।

एनआरएससी की उप निदेशक श्रीमती अपर्णा एन. ने अण्डमान के मैंग्रोव अध्ययन परियोजना के प्रमुख अपेक्षित परिणामों की जानकारी दी। वहीं, एनआरएससी के निदेशक डॉ. प्रकाश चौहान ने परियोजना के क्रियान्वयन के लिए रणनीतिक मार्गदर्शन प्रदान किया तथा दोनों टीमों को हैदराबाद स्थित एनआरएससी में उपलब्ध विशिष्ट संसाधनों एवं विशेषज्ञता का अधिकतम उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित किया। समारोह का समापन परियोजना की सह-प्रधान अन्वेषक एवं आरआरएससी-ईस्ट की सुश्री शर्मिष्ठा बी. पांडे द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ।

इस समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर अंतर-संस्थागत सहयोग की दिशा में एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है। इससे पर्यावरण अनुसंधान, प्रौद्योगिकी नवाचार तथा शैक्षणिक क्षमता निर्माण के क्षेत्रों में दीर्घकालिक साझेदारी का मार्ग प्रशस्त होगा। (स्रोत : पीआईबी, श्री विजयपुरम)

सरस आजीविका मेले में पुष्प प्रदर्शनी एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम बने मुख्य आकर्षण

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

अण्डमान तथा निकोबार प्रशासन के ग्रामीण विकास, पंचायती राज संस्था एवं शहरी स्थानीय निकाय निदेशालय द्वारा आयोजित सरस आजीविका मेला 2026 में कल लोगों की उत्साहपूर्ण भागीदारी देखने को मिली। इस अवसर पर आयोजित पुष्प प्रदर्शनी 2026 एवं जीवंत सांस्कृतिक कार्यक्रम मेले के प्रमुख आकर्षण रहे।

पुष्प प्रदर्शनी में चार श्रेणियां रखी गई थीं, जिनमें ताज़े फूलों की सजावट, फूलों से रंगोली बनाना, गुलदस्ता निर्माण तथा सूखे फूलों की प्रदर्शनी शामिल थीं। दक्षिण अण्डमान ज़िले से प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रतिभागियों ने रंग-बिरंगी फूलों की सजावट एवं नवीन प्रस्तुतियों के माध्यम से अपनी रचनात्मकता और कलात्मक कौशल का प्रदर्शन किया।

वहीं, मेले के पांचवें दिन अर्थात 19 नवंबर को कुल 1,17,140 रुपये की बिक्री दर्ज़ की गई तथा लगभग 380 लोगों ने मेले का भ्रमण किया। शाम के कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण सांस्कृतिक प्रस्तुतियां रहीं, जिनमें लोक नृत्य, एकल गायन, नृत्य एवं संगीत की विभिन्न प्रस्तुतियां शामिल थीं। इन कार्यक्रमों ने स्थानीय कलाकारों को अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने और अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह की सांस्कृतिक विविधता का



उत्सव मनाने के लिए मंच प्रदान किया।

प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार यह मेला स्वयं सहायता समूहों (एसएचजी) एवं ग्रामीण उद्यमियों को स्थानीय स्तर पर निर्मित उत्पादों के प्रदर्शन, बाज़ार के अवसरों का विस्तार करने तथा ग्रामीण आजीविका को सुदृढ़ बनाने के लिए एक महत्वपूर्ण मंच प्रदान कर रहा है। सरस आजीविका मेला 2026 आगामी 29 नवंबर तक जारी रहेगा। आम जनता से मेले में आने, स्वयं सहायता समूहों द्वारा निर्मित उत्पादों को देखने तथा विभिन्न प्रदर्शनियों एवं सांस्कृतिक गतिविधियों में भाग लेने का आग्रह किया गया है।

तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्थानों के संबंध में शिक्षकों के लिए राज्य स्तरीय प्रशिक्षण संचालित

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

स्वास्थ्य सेवा निदेशालय के अंतर्गत राष्ट्रीय तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम (एनटीसीपी), राज्य स्वास्थ्य समिति द्वारा 17 एवं 18 नवंबर, 2026 को दो चरणों में शिक्षकों के लिए तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्थान विषय पर दो दिवसीय राज्य स्तरीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन श्री विजयपुरम स्थित आयुष अस्पताल के सम्मेलन कक्ष में किया गया। इस कार्यक्रम में दक्षिण अण्डमान के विभिन्न विद्यालयों के शिक्षकों ने भाग लिया। प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य शिक्षकों को प्रत्येक विद्यालय को तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्थान बनाने के प्रति जागरूक करना तथा युवाओं को तंबाकू एवं ई-सिगरेट के हानिकारक प्रभावों से सुरक्षित रखने के लिए संवेदनशील बनाना था।

प्रशिक्षण के दौरान चार महत्वपूर्ण सत्र आयोजित किए गए।

1. तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्थान : इस सत्र में तंबाकू एवं ई-सिगरेट के हानिकारक प्रभावों, सिगरेट एवं अन्य तंबाकू उत्पाद अधिनियम (कोटपा), 2003 के प्रावधानों तथा विद्यालयों में तंबाकू निगरानीकर्ता के रूप में शिक्षकों की भूमिका के बारे में जानकारी दी गई।
2. मानसिक स्वास्थ्य : इस सत्र में विद्यार्थियों में तनाव, साथियों के दबाव एवं भावनात्मक समस्याओं की पहचान तथा टेली-मानस हेल्पलाइन 14416 के माध्यम से सहायता उपलब्ध कराने के बारे में बताया गया।
3. मुख स्वास्थ्य : इस सत्र में तंबाकू के सेवन से मुख स्वास्थ्य पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों, मुख कैंसर के शुरुआती लक्षणों तथा बच्चों में दंत स्वच्छता के महत्व पर प्रकाश डाला गया।
4. पोषण : इस सत्र में युवाओं के लिए संतुलित एवं पौष्टिक आहार, जंक फूड के दुष्प्रभावों तथा तंबाकू मुक्त स्वस्थ जीवनशैली को बढ़ावा देने के संबंध में जानकारी दी गई।



शिक्षकों से विद्यार्थियों को तंबाकू के सेवन से बचाने तथा उनके समग्र स्वास्थ्य एवं कल्याण को बढ़ावा देने के लिए आदर्श एवं परिवर्तन के वाहक के रूप में कार्य करने का आग्रह किया गया। प्रशिक्षण में भाग लेने वाले सभी शिक्षकों ने अपने-अपने विद्यालयों को तंबाकू मुक्त बनाने तथा स्वस्थ एवं तंबाकू मुक्त युवा पीढ़ी के निर्माण की शपथ ली। यहां प्राप्त प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, कार्यक्रम का समापन राष्ट्रीय तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम, राज्य स्वास्थ्य समिति, यूटीएचएम की आयोजन टीम द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ।

कन्यापुरम ग्राम पंचायत की ग्राम सभा की बैठक 23 नवंबर को

श्री विजयपुरम, 19 नवंबर।

प्राप्त विज्ञप्ति के अनुसार दक्षिण अण्डमान की कन्यापुरम ग्राम पंचायत की ग्राम सभा की बैठक 23 नवंबर को प्रातः 10 बजे कन्यापुरम के मॉडल विलेज स्थित सामुदायिक भवन में आयोजित की जाएगी।

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

भारतीय भाषाओं में तकनीकी शिक्षा को बढ़ावा देगा भाषणी और एनआईईएलआईटी का सहयोग

नई दिल्ली, 19 नवंबर (हि.स.)। देश में डिजिटल शिक्षा और तकनीकी ज्ञान को भारतीय भाषाओं में उपलब्ध कराने की दिशा में केंद्र सरकार ने एक महत्वपूर्ण पहल की है। इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय के तहत डिजिटल इंडिया भाषणी डिवीजन और नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ इलेक्ट्रॉनिक्स एंड इंफॉर्मेशन टेक्नोलॉजी (एनआईईएलआईटी) के बीच बहुभाषी आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई), तकनीकी शिक्षा, अनुसंधान और कौशल विकास को बढ़ावा देने के लिए समझौता ज्ञापन (एमओयू) का आदान–प्रदान किया गया है।



यह सहयोग श भाषणी फॉर सेवा के तहत किया जाएगा। इसका मुख्य उद्देश्य देश के अलग–अलग भाषाई क्षेत्रों के विद्यार्थियों और शिक्षार्थियों तक उनकी पसंदीदा भारतीय भाषाओं में डिजिटल ज्ञान, तकनीकी शिक्षा और कौशल विकास से जुड़े अवसर पहुंचाना है। इस समझौते का आदान–प्रदान भाषणी की इकोसिस्टम एंगेजमेंट प्रमुख स्वाति बिष्ट चौधरी और एनआईईएलआईटी के रजिस्ट्रार डॉ. एस. के. धुरंधर ने दोनों संस्थानों के प्रतिनिधियों की मौजूदगी में किया।

इस साझेदारी के तहत भाषणी की एआई आधारित भाषा तकनीकों के शैक्षणिक, प्रशिक्षण और संस्थागत प्लेटफॉर्म से जोड़ने की संभावनाएं तलाशी जाएंगी। इसके माध्यम से तकनीकी पाठ्यक्रमों, अध्ययन सामग्री, डिजिटल लर्निंग प्लेटफॉर्म और प्रशिक्षण संसाधनों को कई भारतीय भाषाओं में उपलब्ध कराने पर काम होगा।

समझौते में एआई आधारित अनुवाद, स्पीच टेक्नोलॉजी और अन्य भाषा संबंधी तकनीकी समाधानों के विकास और उपयोग को बढ़ावा देने का प्रावधान है। इसके अलावा विभिन्न तकनीकी विषयों के लिए विशेष भाषा संसाधन तैयार करने, रिसर्च, नवाचार और भाषाई डेटा के योगदान को प्रोत्साहित करने पर भी जोर दिया जाएगा।

इस पहल का एक प्रमुख उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि अंग्रेजी या किसी अन्य भाषा की जानकारी तकनीकी शिक्षा हासिल करने में बाधा न बने। देश के अलग–अलग भाषाई पृष्ठभूमि के विद्यार्थी अपनी मातृभाषा या पसंदीदा भारतीय भाषा में तकनीकी विषयों को समझ सकें और नए तकनीकी क्षेत्रों में आगे बढ़ सकें।

भाषणी और एनआईईएलआईटी की साझेदारी के जरिए विद्यार्थियों, शिक्षकों, प्रशिक्षकों और शोधकर्ताओं के लिए बहुभाषी डिजिटल लर्निंग का वातावरण तैयार करने पर भी काम होगा। इससे डिजिटल साक्षरता, तकनीकी शिक्षा और कौशल विकास कार्यक्रमों की पहुंच बढ़ाने में मदद मिलने की उम्मीद है।

दोनों संस्थान बहुभाषी एआई के व्यावहारिक इस्तेमाल को बढ़ावा देने के लिए जागरूकता कार्यक्रम और विभिन्न गतिविधियां भी आयोजित करेंगे। इसके साथ ही संस्थागत सेवाओं और नागरिकों को उपलब्ध कराई जाने वाली डिजिटल सुविधाओं में भी भारतीय भाषाओं के उपयोग की संभावनाएं विकसित की जाएंगी।

भारत मंडपम में 21 नवम्बर को जुटेंगे देशभर के उद्यमी, फूड एंड एग्रो सेक्टर को दोगुना करने पर होगा विचार

नई दिल्ली, 19 नवम्बर (हि.स.)। दिल्ली स्थित भारत मंडपम में 21 नवंबर को लघु उद्योग भारती की ओर से श्नेशनल कॉन्क्लेव भारत फूड एंड एग्रो 2047श का आयोजन किया जाएगा। इसमें राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों से सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम (एमएसएमई) उद्यमी, नीति निर्माता और विषय विशेषज्ञ शामिल होंगे।

दिल्ली स्थित लघु उद्योग भारती के राष्ट्रीय मुख्यालय में आयोजित संवाददाता सम्मेलन में संगठन के राष्ट्रीय महासचिव ओमप्रकाश गुप्ता और फूड एंड एग्रो उत्पाद समूह के राष्ट्रीय सह–समन्वयक आशीष देवड़ा ने यह जानकारी दी। इस कार्यक्रम का उद्देश्य विकसित भारत–2047 के संकल्प को साकार करने और देश के खाद्य एवं कृषि क्षेत्र को वैश्विक स्तर पर नई पहचान दिलाना है। आशीष देवड़ा ने बताया कि देश में हर साल लगभग 90 हजार करोड़ रुपये की कृषि पैदावार (विशेषकर फल और सब्जियां) समय पर प्रोसेसिंग, वेयरहाउसिंग और कोल्ड चेन न मिलने के कारण खराब हो जाती है। उन्होंने कहा, यदि हम इस बर्बादी का केवल 10 प्रतिशत भी बचा लें, तो किसानों और प्रोसेसर्स को सीधे 9 से 10 हजार करोड़ रुपये का लाभ होगा।

फूड फैक्ट : स्नैक्स खरीदने से पहले पलटें पैकेट, सेहत के लिए तीन चीजें चेक करना बेहद जरूरी

नई दिल्ली, 19 नवंबर (आईएएनएस)। बाजार में मिलने वाले चिप्स, बिस्कुट, नमकीन, इंस्टेंट नूडल्स और दूसरे पैक्ड फूड आइटम्स की पैकेजिंग इतनी आकर्षक होती है कि उन्हें देखकर खरीदने का मन हो जाता है। कई बार पैकेट पर बड़े–बड़े अक्षरों में हेल्दी, लो फैट, नेचुरल और शुगर फ्री जैसे दावे भी किए जाते हैं। लेकिन पैकेट के सामने लिखी ये बातें किसी खाद्य पदार्थ की पूरी सच्चाई नहीं बतातीं। असल जानकारी तो पैकेट के पीछे दिए गए फूड लेबल में छिपी होती है।

इसको लेकर स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर पोस्ट कर लोगों को जागरूक किया है। मंत्रालय ने बताया कि किसी भी पैकेटेड फूड को खरीदते समय उसकी आकर्षक पैकेजिंग या बड़े–बड़े दावों पर भरोसा करने के बजाय उसके लेबल को ध्यान से पढ़ना चाहिए। खासतौर पर उसमें मौजूद शुगर, सोडियम और सैचुरेटेड फैट की मात्रा जरूर देखनी चाहिए। इससे आप अपनी सेहत को ध्यान में रखते हुए बेहतर विकल्प चुन सकते हैं।

पैकेटेड फूड खरीदते समय सबसे पहले उसमें मौजूद शुगर की मात्रा पर ध्यान दें। कई बार ऐसे खाद्य पदार्थ भी मीठे होते हैं, जिनका स्वाद बहुत ज्यादा मीठा नहीं लगता। बिस्कुट, फ्लेवर्ड ड्रिंक्स और दूसरे पैक्ड स्नैक्स में अतिरिक्त चीनी हो सकती है। ज्यादा चीनी का सेवन वजन बढ़ने,



दांतों की समस्याओं और डायबिटीज के खतरे को बढ़ा सकता है। इसलिए खरीदारी से पहले लेबल जरूर पढ़ें।

सोडियम आमतौर पर नमक में पाया जाता है। चिप्स, नमकीन, इंस्टेंट नूडल्स और प्रोसेस्ड फूड में इसकी मात्रा ज्यादा हो सकती है। जरूरत से ज्यादा सोडियम का सेवन हाई ब्लड प्रेशर और दिल से जुड़ी समस्याओं का खतरा बढ़ा सकता है। इसलिए पैकेट पर लिखी सोडियम की मात्रा जरूर चेक करें।

पैकेटेड स्नैक्स खरीदते समय सैचुरेटेड फैट की मात्रा देखना भी जरूरी है। इसका अधिक सेवन शरीर में खराब कोलेस्ट्रॉल बढ़ा सकता है, जिससे दिल की बीमारियों का खतरा बढ़ सकता है। इसलिए ऐसे खाद्य पदार्थों को चुनें, जिनमें सैचुरेटेड फैट की मात्रा कम हो।–आईएएनएस

वजन घटाने के लिए प्रोटीन क्यों जरूरी माना जाता है? जानिए क्या कहते हैं डॉक्टर

नई दिल्ली, 19 नवम्बर। आजकल वजन घटाने के लिए लोग वर्कआउट के साथ साथ अपनी डाइट का भी बेहद खास ध्यान रखते हैं। कुछ लोग अपनी डाइट से प्रोटीन भी कटआउट कर देते हैं। लेकिन शायद कई लोगों को ये पता नहीं है कि वजन घटाने में प्रोटीन महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। डॉ. अनुपम बिस्वास, सीनियर कंसल्टेंट एंडोक्राइनोलॉजी, फोर्टिस, नोएडा बता रहे हैं कि वजन घटाने के लिए प्रोटीन क्यों जरूरी माना जाता है।

वजन घटाने की प्रक्रिया में प्रोटीन की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। अक्सर लोग वजन कम करने के लिए अपनी डाइट में कैलोरी कम कर देते हैं, लेकिन इस दौरान पर्याप्त प्रोटीन लेना भी उतना ही जरूरी है। प्रोटीन न केवल शरीर की मांसपेशियों को बनाए रखने में मदद करता है, बल्कि मेटाबॉलिज्म और भूख को नियंत्रित करने में भी अहम भूमिका निभाता है। जब कोई व्यक्ति वजन घटाने के लिए कैलोरी कम करता है, तो शरीर फैट के साथ–साथ मांसपेशियों को भी ऊर्जा के लिए इस्तेमाल कर सकता है। पर्याप्त प्रोटीन लेने से मांसपेशियों के नुकसान को कम करने में मदद मिलती है। इससे वजन घटाने के दौरान शरीर की मांसपेशियां सुरक्षित रहती हैं और शरीर की कार्यक्षमता बनी रहती है।

प्रोटीन का एक बड़ा फायदा यह भी है कि इसे पचाने में शरीर को कार्बोहाइड्रेट और फैट की तुलना में अधिक ऊर्जा खर्च करनी पड़ती है। इसे थर्मिक इफेक्ट ऑफ फूड कहा जाता है। हालांकि, इससे कैलोरी बर्न में होने वाली वृद्धि सीमित होती है, लेकिन यह वजन प्रबंधन में सहायक हो सकती है। इसके अलावा, प्रोटीन पेट को लंबे समय तक भरा हुआ महसूस कराने में मदद करता है। इससे



बार–बार भूख लगने, अनहेल्दी स्नैकिंग और ओवरईटिंग की संभावना कम हो सकती है। प्रोटीन का पर्याप्त सेवन ब्लड शुगर को स्थिर रखने में भी मदद कर सकता है, खासकर जब इसे फाइबर से भरपूर खाद्य पदार्थों और संतुलित भोजन के साथ लिया जाए।

एंडोक्राइनोलॉजी के नजरिए से वजन घटाने के दौरान हार्मोनल संतुलन और मेटाबॉलिज्म का ध्यान रखना भी जरूरी है। मोटापा इंसुलिन रेजिस्टेंस और अन्य मेटाबॉलिक समस्याओं से जुड़ा हो सकता है। इसलिए वजन कम करते समय केवल कैलोरी घटाने के बजाय संतुलित पोषण पर ध्यान देना जरूरी है। आमतौर पर एक स्वस्थ वयस्क को प्रतिदिन शरीर के वजन के प्रति किलोग्राम लगभग 0.8 ग्राम प्रोटीन की जरूरत होती है। हालांकि, वजन घटाने और नियमित एक्सरसाइज करने वाले लोगों की जरूरत इससे अधिक हो सकती है। दालें, पनीर, दूध, दही, सोया, टोफू और मेवे प्रोटीन के अच्छे स्रोत हैं। इसलिए वजन घटाने के लिए केवल कम खाना जरूरी नहीं है, बल्कि सही मात्रा में प्रोटीन लेना, नियमित व्यायाम करना और संतुलित आहार अपनाना भी उतना ही महत्वपूर्ण है।

इफ्फी में 'क्रिएटिव माइंड्स ऑफ टुमॉरो' का छठा संस्करण, देशभर के 100 युवा प्रतिभाओं को मिलेगा मौका

पणजी, 19 नवंबर (हि.स.)। नई प्रतिभाओं को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय की पहल 'क्रिएटिव माइंड्स ऑफ टुमॉरो' (सीएमओटी) का छठा संस्करण गोवा में आयोजित कर रहा है। यह 57वें भारतीय अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (इफ्फी) में आयोजित होगा। इस संस्करण में देशभर से चयनित 100 युवा प्रतिभाएं हिस्सा लेंगी।

राष्ट्रीय फिल्म विकास निगम (एनएफडीसी) द्वारा संचालित इस पहल का उद्देश्य फिल्म निर्माण से जुड़ी विभिन्न विधाओं में उभर रहे युवाओं को एक साझा मंच उपलब्ध कराना और उनके रचनात्मक कौशल को निखारना है। इस वर्ष के प्रतिभागियों में निर्देशन, अभिनय, सिनेमैटोग्राफी, संपादन, पटकथा लेखन, प्लेबैक गायन, संगीत रचना, साउंड रिकॉर्डिंग, कॉस्ट्यूम डिजाइन, हेयर एवं मेकअप, कला निर्देशन, एनीमेशन, विजुअल इफेक्ट्स (वीएफएक्स), ऑगमेंटेड रियलिटी (एआर), वर्चुअल रियलिटी (वीआर), सबटाइटलिंग, वॉयस ओवर और डबिंग जैसी विधाओं से जुड़े युवा शामिल होंगे।

सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय ने गुरुवार को विज्ञप्ति जारी कर बताया प्रतिभागियों के चयन की प्रक्रिया में फिल्म शिक्षा और उद्योग जगत के अनुभव को महत्व दिया गया है। इसके लिए 13 सदस्यीय चयन जूरी गठित की गई है, जिसमें फिल्म एंड टेलीविजन इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया (एफटीआईआई) के संकाय सदस्य शामिल हैं। इसके बाद फिल्म उद्योग के अनुभवी पेशेवरों की 12 सदस्यीय ग्रैंड जूरी प्रतिभागियों का अंतिम चयन करती है।

येलो फीवर प्रभावित देशों से बिना वैक्सीन आए तो रहना पड़ेगा 6 दिन क्वारंटाइन!

नई दिल्ली, 19 नवम्बर। अगर आप विदेश यात्रा का प्लान बना रहे हैं और खासकर नाइजीरिया, केन्या या वेनेजुएला जैसे देशों से भारत लौट रहे हैं, तो यह खबर आपके लिए बेहद जरूरी है। केंद्र सरकार ने एयरपोर्ट्स के लिए नए स्वास्थ्य नियमों का एक नया ड्राफ्ट ('इंडियन एयरक्राफ्ट (पब्लिक हेल्थ) रूल्स, 2026') तैयार किया है, जो 7 दशक पुराने 1954 के नियमों की जगह लेगा। इसके तहत नियमों को काफी सख्त किया जा रहा है। हालांकि, ये बदलाव अभी प्रस्तावित हैं। सरकार ने 2026 के नए ड्राफ्ट नियमों पर सुझाव मांगे हैं।



नए प्रस्तावित नियमों के मुताबिक, येलो फीवर (पीला बुखार) प्रभावित क्षेत्रों से आने वाले और बिना टीकाकरण वाले यात्रियों को लेकर बड़ा बदलाव किया गया है:

6 दिन का क्वारंटाइनः बिना वैध टीकाकरण प्रमाणपत्र वाले यात्रियों को अब देश में आते ही 6 दिन तक क्वारंटाइन में रहना होगा। इसकी शुरुआत प्रभावित देश से रवाना होने की तारीख से होगी।

खर्च खुद उठाना होगाः क्वारंटाइन में रहने का पूरा खर्च यात्रियों को खुद देना होगा, जबकि उन्हें तय जगह तक पहुंचाने की जिम्मेदारी एयरलाइंस की होगी। जो यात्री नियम नहीं मानेंगे, उन्हें एयरपोर्ट के ट्रांजिट एरिया से ही वापस डिपोर्ट (बिल्कुल देश में घुसने नहीं दिया जाएगा) किया जा सकता है।

सभी उड़ानों के लिए डिसइन्सेक्शनः अब भारत आने वाली सभी फ्लाइट्स को कीट–मुक्त (डिसइन्सेक्ट) करना अनिवार्य होगा। साथ ही, एयरपोर्ट परिसर के 400 मीटर के दायरे को मच्छरों और चूहों से मुक्त रखना जरूरी होगा।

प्रस्तावित नियमों में सिर्फ बीमारियों ही नहीं, बल्कि एयरपोर्ट की साफ–सफाई और सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए गए हैं:

लाइसेंस अनिवार्यः एयरपोर्ट पर मौजूद फूड आउटलेट्स और फ्लाइट किचन को 'फूड सेफ्टी एंड स्टैंडर्ड्स एक्ट' के तहत लाइसेंस लेना होगा। पानी के स्रोतों की नियमित जांच होगी।

पैसेंजर डिटेल्सः एयरलाइंस को पैसेंजर मैनिफेस्ट के साथ यात्रा के दौरान किसी बीमारी या मौत की पूरी जानकारी देनी होगी। स्वास्थ्य अधिकारी किसी भी यात्री से 'पैसेंजर लोकेटर फॉर्म' या सीट नंबर मांग सकते हैं।

जुर्माना और अपीलः नियमों का उल्लंघन करने पर भारी आर्थिक जुर्माना लग सकता है। आदेश के खिलाफ 30 दिनों के भीतर अपील की जा सकती है, जिसका निपटारा 60 दिन में करने का लक्ष्य है। मंत्रालय ने इस पर संबंधित पक्षों से 30 दिनों के भीतर सुझाव मांगे हैं।

दिल्ली का खान मार्केट दुनिया के सबसे महंगे खुदरा बाजारों में शामिल, बीते एक साल में 14 प्रतिशत बढ़ा किराया

नई दिल्ली, 19 नवंबर (आईएएनएस)। दिल्ली के खान मार्केट को दुनिया के सबसे महंगे रिटेल मार्केट्स में 24वां स्थान मिला है। साथ ही, यह ग्लोबल लिस्ट में जगह पाने वाली भारत की एकमात्र रिटेल स्ट्रीट है। यह जानकारी बुधवार को जारी रिपोर्ट में दी गई। रियल एस्टेट सर्विस फर्म 'कुशमैन एंड वेकफील्ड' की एक रिपोर्ट के अनुसार, खान मार्केट में किराया सालाना आधार पर 14 प्रतिशत बढ़कर लगभग 238 डॉलर प्रति वर्ग फुट हो गया है, जो कि प्रति माह लगभग 1,875 रुपए प्रति वर्ग फुट के बराबर है।

न्यूयॉर्क की 'अपर फिफ्थ एवेन्यू' दुनिया की सबसे महंगी रिटेल स्ट्रीट बन गई है। यहां किराया 35 प्रतिशत बढ़कर सालाना 2,700 डॉलर प्रति वर्ग फुट हो गया है, जिससे यह 2023 के बाद पहली बार तीसरे स्थान से खिसककर पहले स्थान पर आ गई है। लंदन की 'न्यू बॉन्ड स्ट्रीट' 2,230 डॉलर प्रति वर्ग फुट के किराए के साथ दूसरे स्थान पर रही, जबकि मिलान की 'विया मोंटेनापोलियोन' 2,160 डॉलर प्रति वर्ग फुट के किराए के साथ तीसरे स्थान पर रही।

कुशमैन एंड वेकफील्ड में रिटेल–इंडिया के प्रमुख मिलिन रोहिनेश ने कहा, "भारत का रिटेल मार्केट मजबूत बुनियादी आधार दिखा रहा है। इसे लगातार खपत, रिटेलर्स के विस्तार और प्रीमियम उत्पादों की बढ़ती मांग का समर्थन मिल रहा है।" वैश्विक स्तर पर, स्थानीय मुद्रा के हिसाब से किराए में सालाना आधार पर औसतन 3 प्रतिशत की वृद्धि हुई है, जो 2025 के 4.3 प्रतिशत की तुलना में थोड़ी कम है। सर्वे की गई लगभग आधी रिटेल मार्केट्स (49 प्रतिशत) में किराए में बढ़ोतरी देखी गई, जबकि 19 प्रतिशत जगहों



पर किराए में कमी आई। बाकी 32 प्रतिशत जगहों पर किराया स्थिर रहा।

एपीएसी रैंकिंग में खान मार्केट 25वें स्थान पर रहा। इसके बाद गैलेरिया मार्केट, गुड़गांव (28वें), कनॉट प्लेस, नई दिल्ली (29वें) और लिंकिंग रोड, मुंबई (33वें) स्थान पर रहे। मुंबई के लिंकिंग रोड में एशिया–पैसिफिक क्षेत्र में सबसे अधिक सालाना आधार पर 28 प्रतिशत की किराये में वृद्धि दर्ज की गई। यह भारत में प्रमुख हाई–स्ट्रीट स्थानों के लिए खुदरा विक्रेताओं की मजबूत मांग को दर्शाता है।

इस सूची में शामिल अन्य भारतीय शॉपिंग क्षेत्रों में मुंबई के फोर्ट/फाउंटेन और केम्प्स कॉर्नर; बेंगलुरु के विट्ठल माल्या रोड, ब्रिगेड रोड और इंदिरा नगर; पुणे के जेएम रोड, एमजी रोड और एफसी रोड; कोलकाता के पार्क स्ट्रीट और गरियाहाट; हैदराबाद के जुबली हिल्स, बंजारा हिल्स और हिमायत नगर, चेन्नई के अन्ना नगर और पोंडी बाजार शामिल हैं।

इतिहास के पन्नों में 20 नवंबरः पॉली उमरीगर ने बनाया भारतीय क्रिकेट इतिहास का पहला दोहरा शतक

नई दिल्ली, 19 नवम्बर। 20 नवंबर, 1955 भारतीय क्रिकेट इतिहास का एक स्वर्णिम अध्याय है। इसी दिन महान बल्लेबाज पॉली उमरीगर ने न्यूजीलैंड के खिलाफ टेस्ट क्रिकेट में भारत की ओर से पहला दोहरा शतक जड़कर नई उपलब्धि स्थापित की। यह पारी न केवल उस दौर में टीम इंडिया की क्षमता का प्रमाण बनी, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए नए मानक भी तय कर गई।

भारत ने अपना पहला टेस्ट मैच 25 जून 1932 को लॉर्ड्स में खेला था, लेकिन टेस्ट क्रिकेट में दोहरा शतक लगाने का इंतज़ार लंबा रहा। लगभग 23 वर्षों बाद उमरीगर ने इस प्रतीक्षित उपलब्धि को हासिल किया। उस समय भारतीय क्रिकेट संसाधनों की कमी से जूझ रहा था, लेकिन उमरीगर जैसे बल्लेबाज़ों के दम पर टीम ने धीरे–धीरे अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान मजबूत करनी शुरू की।

सुनील गावस्कर, सचिन तेंदुलकर और विराट कोहली जैसे महान खिलाड़ियों के आने से पहले भारतीय क्रिकेट के कई बड़े रिकॉर्ड पॉली उमरीगर के नाम दर्ज थे। उनका यह दोहरा शतक भारतीय क्रिकेट के विकास की दिशा तय करने वाला मोड़ साबित हुआ। उमरीगर की यह ऐतिहासिक पारी आज भी भारतीय टेस्ट क्रिकेट की नींव रखने वाले सबसे अहम पलों में से एक मानी जाती है।

महत्वपूर्ण घटनाचक्र– 1866 – अमेरिका के वांशिगटन में हावर्ड विश्वविद्यालय की स्थापना।

1917 – यूक्रेन गणराज्य घोषित हुआ।

1917 – कलकत्ता (अब कोलकाता) में बोस अनुसंधान संस्थान की स्थापना।



1945 – जापान का अमेरिका के समक्ष पूर्ण आत्मसमर्पण एवं द्वितीय विश्व युद्ध की समाप्ति।

1949 – इजराथ्ल में यहूदियों की संख्या दस लाख हुई।

1968 – अमेरिका ने नेवादा में परमाणु परीक्षण किया।

1981 – भास्कर उपग्रह को छोड़ा गया था।

1985 – माइक्रोसाफ्ट विंडोज 1.0 जारी हुआ।

1997 – अमेरिकी अंतरिक्ष शटल यान श्कोलम्बियाश फ्लोरिडा के कैनेडी अंतरिक्ष केन्द्र से सफलतापूर्वक प्रक्षेपित।

1998 – अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन जारया का पहला माड्यूल जारी।

2003 – तुर्की के इस्ताम्बल में हुए बम विस्फोट में ब्रिटेन के महावाणिज्य दूत सहित 27 लोगों की मृत्यु।

2008–राज्यसभा के दो नवनिर्वाचित सदस्यों प्रभाकर कारे तथा बरण मुखर्जी ने सदन की सदस्यता की शपथ ली।

हिन्दुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड
(महारत्न कंपनी)

एचपी लुब्रिकेंट्स के वितरकों की नियुक्ति
आवेदन जमा करने की अंतिम तिथि: 16/12/2026

विभिन्न स्थानों पर चैनल पार्टनर के रूप में चयन हेतु योग्य उम्मीदवारों से आवेदन आमंत्रित किए जाते हैं।
1. औद्योगिक ल्यूब वितरक (ILDs)
2. बाजार ल्यूब वितरक (BLDs / ग्रामीण BLDs)
विज्ञापन एवं आवेदन प्रक्रिया की विस्तृत जानकारी के लिए कृपया हमारी वेबसाइट पर जाएँ:
https://www.hplubricants.in वेबसाइट पर निम्नलिखित विकल्प का चयन करें: Lube Distributor >> Become a Distributor
विज्ञापन से संबंधित विस्तृत जानकारी के लिए वेबसाइट पर अपलोड किए गए स्थान/चयन दिशानिर्देश देखें। आवेदन शुल्क नहीं है। आवेदन और सभी संलग्नक/अटैचमेंट पूरी तरह से भरकर 16/12/2026 को 23:59 बजे (आवेदन जमा करने की अंतिम तिथि) से पहले ऑनलाइन जमा करें। आवेदन जमा करने की अंतिम तिथि 16/12/2026 को रात 23:59 बजे है। किसी भी प्रकार का परिशिष्ट / शुद्धिपत्र (Addendum / Corrigendum), यदि कोई हो, तो वेबसाइट पर प्रकाशित किया जाएगा।

hplubricants_hpcl
hindustanpetroleumcorporateltd
HPLubricants
hp-lubricants
hpcl_lubricants

BLD और ILD के नए स्थानों की जानकारी एवं अपडेट के लिए कृपया नियमित रूप से हमारी वेबसाइट देखते रहें

ई–निविदा आमंत्रण सूचना

उप वन संरक्षक, वन्यजीव प्रभाग, पर्यावरण एवं वन विभाग, अण्डमान तथा निकोबार द्वीपसमूह द्वारा भारत के राष्ट्रपति की ओर से निम्नलिखित सेवा हेतु ऑनलाइन निविदाएँ आमंत्रित की जाती हैं।

निविदा संख्या NIT No. WL/G-7/1(Cafeteria/Vil-II/1721) दिनांक 03.09.2026
कार्य का नाम : डीसीएफ (वन्यजीव) कार्यालय के कार्य समय के दौरान नेचर पार्क इंटरप्रिटेशन सेंटर (NPIC), हैडो, श्री विजयपुरम में कैफेटेरिया का संचालन।
निविदा मूल्य : रु. 13,700/–
धरोहर राशि : रु. 12,330/–
निविदा प्रकाशन की तिथि : 02.11.2026
निविदा जमा करने की अंतिम तिथि एवं समय : 22.11.2026 के अपराहन 1800 बजे तक।
निविदा खोलने की तिथि एवं समय : 23.11.2026 के पूर्वाहन 10.00 बजे।
निविदा दस्तावेज एवं अन्य विस्तृत जानकारी ई–प्रोक्योरमेंट वेबसाइट https://eprocure.andamannicobar.gov.in/nicgep/app पर उपलब्ध है।

इच्छुक एवं पात्र निविदाकारों से अनुरोध है कि वे निविदा दस्तावेज में उल्लिखित नियमों एवं शर्तों के अनुसार निर्धारित तिथि एवं समय के भीतर उपर्युक्त ई–प्रोक्योरमेंट पोर्टल के माध्यम से अपनी निविदाएँ ऑनलाइन जमा करें।

उप वन संरक्षक, वन्यजीव प्रभाग

ई–निविदा सूचना

कार्यपालक अभियंता, पंचायती राज संस्थान, दक्षिण अण्डमान मण्डल–।, श्री विजय पुरम, दक्षिण अण्डमान, प्रधान, ग्राम पंचायत, गोविन्द नगर, कैंपबल बे की ओर से, निम्नलिखित कार्यों के लिए उचित श्रेणी के योग्य व अनुभवी ठेकेदारो से मुहरबंद मद दर (के.लो.नि.वि.–8 के प्रपत्र के रूप में) आमंत्रित करते है।

एन. आई. टी. संख्या : क.अ./पी आर आई/एस ए डी–।/आर आर/2026–27/89
1. गोविन्द नगर ग्राम पंचायत के अंर्तगत कैंपबेल बे वार्ड संख्या 06 में डी. कंतम्मा के घर से डी. राजुल्लम्मा के घर तक सी सी ड्रेन की मरम्मत और रखरखाव, साथ ही हैंड रेलिंग लगाना।
2. गोविन्द नगर ग्राम पंचायत के अंर्तगत कैंपबेल बे वार्ड संख्या 06 में टी. वेंकट राव के घर से पी. भीमाराव के घर तक सी सी ड्रेन की मरम्मत और रखरखाव, साथ ही हैंड रेलिंग लगाना।
3. गोविन्द नगर ग्राम पंचायत के अंर्तगत कैंपबेल बे वार्ड संख्या 06 में प्रोसोथम के घर से जी. अपन्ना के घर तक सी सी ड्रेन की मरम्मत और रखरखाव, साथ ही हैंड रेलिंग लगाना (पुनःनिविदा)।

अनुमानित लागत : रु. 15,75,752/–, धरोहर राशि : रु. 31,515/–, कार्य समाप्ति की अवधि : (03) तीन माह।
निविदा शुल्क : रु. 500/–, बोली प्रस्तुत करने की अंतिम तिथि : 25/11/2026 के अपराहन 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_25975_1

कार्यपालक अभियंता,
पंचायती राज संस्थान, दक्षिण अण्डमान मण्डल–।,
जंगलीघाट, श्री विजय पुरम, दक्षिण अण्डमान

यूजीसी नेट ने जारी की विषयवार परीक्षा का कार्यक्रम, 14 से 21 दिसंबर तक होगी परीक्षा

नई दिल्ली, 19 नवम्बर।

नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (एनटीए) ने यूजीसी नेट दिसंबर 2026 की विषयवार परीक्षा का कार्यक्रम जारी कर दिया है। यूजीसी नेट दिसंबर 2026 की परीक्षा 14 से 18 दिसंबर और फिर 21 दिसंबर को आयोजित की जाएगी। परीक्षा कंप्यूटर आधारित होगी। इसके लिए दो पालियां तय की गई हैं। पहली पाली सुबह 9 बजे से दोपहर 12 बजे तक चलेगी, जबकि दूसरी पाली दोपहर 3 बजे से शाम 6 बजे तक होगी।

एनटीए ने 19 नवंबर को सार्वजनिक सूचना जारी कर परीक्षा का पूरा कार्यक्रम अपनी आधिकारिक वेबसाइट पर उपलब्ध कराया है। विषयवार परीक्षा कार्यक्रम के अनुसार, 14 दिसंबर को पहली पाली में इतिहास, पाली, प्राकृत, तुलनात्मक साहित्य और लोक प्रशासन की परीक्षा होगी। एनटीए के अनुसार, अभ्यर्थियों को परीक्षा केंद्र के शहर की जानकारी परीक्षा की तारीख से 21 दिन पहले दी जाएगी। इससे उम्मीदवारों को परीक्षा केंद्र वाले शहर की जानकारी पहले ही मिल सकेगी और वे अपनी यात्रा की तैयारी कर सकेंगे।

एनटीए ने अभ्यर्थियों को सलाह दी है कि वे परीक्षा से जुड़े नए अपडेट, दिशा–निर्देश और अन्य सूचनाओं के लिए नियमित रूप से आधिकारिक वेबसाइट देखते रहें। किसी भी तरह की जानकारी या सहायता के लिए उम्मीदवार 011–40759000 पर संपर्क कर सकते हैं। इसके अलावा टोल–फ्री नंबर और ईमेल के जरिए भी सहायता ली जा सकती है। एनटीए के अनुसार, यूजीसी–नेट दिसंबर 2026 के लिए कुल 9,75,505 अभ्यर्थियों ने आवेदन शुल्क का भुगतान किया है। इन अभ्यर्थियों के लिए परीक्षा का आयोजन 14 से 18 दिसंबर और 21 दिसंबर 2026 को किया जाएगा।

बीते दिनों नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (एनटीए) ने यूजीसी–नेट दिसंबर 2026 के अभ्यर्थियों को ऑनलाइन आवेदन पत्र में सुधार का अवसर दिया था। आवेदन में संशोधन के लिए करेक्शन विंडो 2 नवंबर से खोली गई थी।

ईपीएफओ ने पीएफ निकासी की सीमा 75% से बढ़ाकर 90% की, नौकरी छूटने पर 2 महीने में निकाल सकेंगे पैसा

नई दिल्ली, 19 नवम्बर।

कर्मचारी भविष्य निधि संगठन (ईपीएफओ) ने अपने करोड़ों सदस्यों को बड़ी राहत देते हुए 55 वर्ष तक की आयु वाले सदस्यों के लिए पीएफ खाते से निकासी की सीमा बढ़ाकर 90% करने का फैसला किया है। पहले सदस्य अपने संचित पीएफ कोष का अधिकतम 75% ही निकाल सकते थे। नए फैसले से कर्मचारियों को जरूरत के समय अपनी बचत का अधिक हिस्सा निकालने की सुविधा मिलेगी। इसके साथ ही नौकरी छूटने के बाद पीएफ की निकासी के लिए प्रतीक्षा अवधि को 12 महीने से घटाकर 2 महीने करने का भी निर्णय लिया गया है।

ईपीएफओ ने बेरोजगारी की स्थिति में कर्मचारियों को राहत देने के लिए पीएफ निकासी की प्रतीक्षा अवधि घटाने का फैसला किया है। अब नौकरी छूटने के बाद सदस्यों को पीएफ की निकासी के लिए 12 महीने इंतजार नहीं करना होगा, बल्कि वे 2 महीने बाद ही अपने खाते से राशि निकाल सकेंगे। इससे आर्थिक संकट के दौरान कर्मचारियों को अपनी बचत तक जल्दी पहुंचने में मदद मिलेगी।

इन महत्वपूर्ण बदलावों को ईपीएफओ के केंद्रीय न्यासी बोर्ड (सीबीटी) ने मंजूरी दी है। बोर्ड ने इसके साथ ही सिस्टमैटिक विदड्रॉल प्लान (एसडब्ल्यूपी) शुरू करने के प्रस्ताव को भी हरी झंडी दे दी है। इसे सेवानिवृत्त कर्मचारियों के लिए एक महत्वपूर्ण बदलाव माना जा रहा है। नई व्यवस्था के तहत सदस्य रिटायरमेंट के बाद अपने पूरे पीएफ कोष को एकमुश्त निकालने के बजाय मासिक किस्तों में राशि प्राप्त कर सकेंगे।

नई व्यवस्था के तहत सेवानिवृत्त कर्मचारी अपने पीएफ खाते में जमा राशि को एक साथ निकालने के बजाय निर्धारित अंतराल पर किस्तों में प्राप्त कर सकेंगे। इस दौरान खाते में बची हुई राशि पर ईपीएफओ की निर्धारित ब्याज दर के अनुसार ब्याज भी मिलता रहेगा। इससे सदस्यों को अपनी जीवनभर की बचत का योजनाबद्ध तरीके से इस्तेमाल करने और नियमित आय बनाए रखने में मदद मिलेगी।

ईपीएफओ के अनुसार, एसडब्ल्यूपी का उद्देश्य सेवानिवृत्त सदस्यों को नियमित, स्थिर और भरोसेमंद आय का स्रोत उपलब्ध कराना है। इस व्यवस्था से कर्मचारियों को बेहतर रिटर्न के लिए जोखिम वाले निवेश विकल्पों की ओर जाने की जरूरत कम होगी। वे अपने पीएफ खाते में बची राशि पर ब्याज का लाभ लेते हुए नियमित भुगतान प्राप्त कर सकेंगे।

नई व्यवस्था में सदस्य की मृत्यु होने की स्थिति में भी परिवार के हितों का ध्यान रखा गया है। यदि भुगतान अवधि के दौरान सदस्य की मृत्यु हो जाती है, तो उसका नामित व्यक्ति या आश्रित खाते में बची राशि एकमुश्त निकाल सकता है। इसके अलावा वह नियमित मासिक भुगतान जारी रखने का विकल्प भी चुन सकता है।

ईपीएफओ का यह कदम कर्मचारियों को पीएफ निकासी में अधिक लचीलापन देने के साथ सेवानिवृत्ति के बाद नियमित आय सुनिश्चित करने की दिशा में महत्वपूर्ण माना जा रहा है। नई व्यवस्था से सदस्य अपनी बचत का बेहतर प्रबंधन कर सकेंगे और एकमुश्त राशि खर्च होने की आशंका को कम कर पाएंगे। साथ ही, मासिक भुगतान की सुविधा से सेवानिवृत्त कर्मचारियों और उनके परिवारों की वित्तीय सुरक्षा मजबूत होने की उम्मीद है। (इनपुटः आईएएनएस)

दवा निर्माण का लाइसेंस लेने से पहले केंद्रीय लाइसेंसिंग प्राधिकरण से अनुमति अनिवार्य

नई दिल्ली, 19 नवंबर (हि.स.)।

केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय ने एंटीमाइक्रोबियल दवाओं की गुणवत्ता, सुरक्षा और प्रभावकारिता सुनिश्चित करने तथा एंटीमाइक्रोबियल रेजिस्टेंस (एएमआर) की चुनौती से निपटने के लिए नए ड्रग्स एवं क्लिनिकल ट्रायल नियम, 2019 में संशोधन का प्रस्ताव किया है। इसके तहत नियम 2(1)(डब्ल्यू)(वी) में दी गई श्नई दवाश की परिभाषा में एंटीमाइक्रोबियल्स को भी शामिल किया जाएगा।

मंत्रालय ने इस संबंध में 6 नवंबर को प्रारूप राजपत्र अधिसूचना जीएसआर 983 (ई) जारी की है। प्रस्तावित संशोधन का उद्देश्य एंटीमाइक्रोबियल दवाओं को नई दवाओं पर लागू नियामक व्यवस्था के दायरे में लाना है, ताकि इनके निर्माण और गुणवत्ता पर केंद्रीय स्तर पर प्रभावी निगरानी सुनिश्चित की जा सके।

मंत्रालय के अनुसार, एंटीमाइक्रोबियल रेजिस्टेंस वैश्विक स्तर पर सार्वजनिक स्वास्थ्य के लिए एक गंभीर चुनौती बन चुका है। इस समस्या से निपटने के लिए समन्वित प्रयासों की आवश्यकता है। जी–20 नई दिल्ली नेताओं की घोषणा में भी 'वन हेल्थ' दृष्टिकोण के तहत एंटीमाइक्रोबियल रेजिस्टेंस से निपटने पर जोर दिया गया था।

स्वास्थ्य मंत्रालय ने एंटीमाइक्रोबियल उत्पादों के निर्माण लाइसेंस पर्याप्त नियामकीय जांच के बिना जारी किए जाने को लेकर चिंता जताई है। इसमें जैव उपलब्धता एवं जैव समतुल्यता (बायोअवेलेबिलिटी/बायोइक्विवेलेंस) और स्थिरता (स्टेबिलिटी) जैसे आवश्यक अध्ययनों की कमी भी शामिल है। इन परीक्षणों के अभाव में दवाओं की गुणवत्ता, सुरक्षा और प्रभावकारिता प्रभावित हो सकती है।

मंत्रालय का कहना है कि घटिया गुणवत्ता वाली या अप्रभावी एंटीमाइक्रोबियल दवाओं के इस्तेमाल से एंटीमाइक्रोबियल रेजिस्टेंस विकसित होने और फैलने का खतरा बढ़ सकता है। इससे मरीजों की सुरक्षा पर भी प्रतिकूल असर पड़ता है।

प्रस्तावित संशोधन लागू होने के बाद एंटीमाइक्रोबियल दवाओं के निर्माताओं को संबंधित राज्य लाइसेंसिंग प्राधिकरण से विनिर्माण लाइसेंस के लिए आवेदन करने से पहले केंद्रीय लाइसेंसिंग प्राधिकरण (सीएलए) से अनुमति प्राप्त करनी होगी। इससे इन दवाओं के निर्माण पर केंद्रीय नियामकीय निगरानी मजबूत होगी और उनकी गुणवत्ता, सुरक्षा एवं प्रभावकारिता सुनिश्चित करने में मदद मिलेगी।

मंत्रालय ने प्रस्तावित संशोधन पर अंतिम निर्णय लेने से पहले संबंधित पक्षों और आम लोगों से सुझाव एवं आपत्तियां आमंत्रित की हैं। अधिसूचना के प्रारूप नियमों को राजपत्र में सार्वजनिक किए जाने की तारीख से 30 दिनों के भीतर सुझाव और आपत्तियां भेजी जा सकती हैं। इन्हें अवर सचिव (ड्रग्स), स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के कार्यालय कर्तव्य भवन–1 पर भेजा जा सकता है। प्रस्तावित संशोधन की प्रारूप राजपत्र अधिसूचना मंत्रालय की ओर से जारी आधिकारिक लिंक पर उपलब्ध है।

दिव्यांग बच्चों की समावेशी शिक्षा पर भारत–यूएन में मंथन, प्रशस्त ऐप से 6 करोड़ से अधिक बच्चों की स्क्रीनिंग

नई दिल्ली, 19 नवंबर (हि.स.)।

दिव्यांग बच्चों को समान और समावेशी शिक्षा उपलब्ध कराने की दिशा में भारत सरकार की पहल को लेकर शिक्षा मंत्रालय ने संयुक्त राष्ट्र (यूएन) के साथ महत्वपूर्ण चर्चा की। स्कूल शिक्षा एवं साक्षरता विभाग के सचिव टी. के. अनिल कुमार ने 17 नवंबर को नई दिल्ली में दिव्यांग व्यक्तियों के अधिकारों पर संयुक्त राष्ट्र की विशेष प्रतिवेदक हेबा हग्रास के साथ संवादात्मक बैठक की अध्यक्षता की।

बैठक में भारत में विशेष आवश्यकता वाले बच्चों के लिए शिक्षा की पहुंच बढ़ाने, स्कूलों में समावेशी वातावरण तैयार करने और दिव्यांग बच्चों को समान शैक्षणिक अवसर उपलब्ध कराने के लिए किए जा रहे प्रयासों पर चर्चा हुई। शिक्षा मंत्रालय ने संयुक्त राष्ट्र के प्रतिनिधिमंडल के सामने दिव्यांग व्यक्तियों के अधिकारों पर संयुक्त राष्ट्र के कार्यान्वयन की दिशा में उठाए गए कदमों की जानकारी भी साझा की।

बैठक में शिक्षा मंत्रालय ने समग्र शिक्षा योजना के तहत समावेशी शिक्षा को मजबूत करने के लिए किए जा रहे प्रयासों को प्रमुखता से रखा। इसके तहत बच्चों में दिव्यांगता की शुरुआती पहचान, उनकी जरूरत के अनुसार व्यक्तिगत सहायता, स्कूलों में सुगम्यता, चिकित्सकीय एवं चिकित्सीय पुनर्वास संबंधी हस्तक्षेप, कौशल विकास और परीक्षा से जुड़ी सुविधाओं पर काम किया जा रहा है।

मंत्रालय ने बताया कि इस पूरी व्यवस्था को बच्चों के जीवन के विभिन्न चरणों को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है, ताकि विशेष आवश्यकता वाले बच्चों को शुरुआती शिक्षा से लेकर आगे की पढ़ाई तक जरूरी सहयोग मिल सके। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सीबीएसई) की ओर से परीक्षा के दौरान उपलब्ध कराई जाने वाली विशेष सुविधाओं का भी उल्लेख किया गया। बैठक में प्रशस्त पहल को भारत की महत्वपूर्ण उपलब्धियों में शामिल किया गया। प्रशस्त एक दिव्यांगता स्क्रीनिंग चेकलिस्ट है, जिसके माध्यम से 3 से 18 वर्ष तक के स्कूली बच्चों में 21 प्रकार की दिव्यांगताओं की शुरुआती पहचान की जा सकती है।

नए बीएस–VI वाहनों को पीयूसी में बड़ी राहत, 3 साल तक वैध रहेगा प्रमाणपत्र

नई दिल्ली, 19 नवंबर।

सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्रालय ने प्रदूषण नियंत्रण प्रमाणपत्र (पीयूसी) की वैधता अवधि में बदलाव का प्रस्ताव रखा है। नए प्रस्ताव के तहत वाहनों की उम्र और उनके उत्सर्जन मानकों के आधार पर पीयूसी प्रमाणपत्र की वैधता तय की जाएगी। नए बीएस–VI वाहनों के लिए प्रमाणपत्र की वैधता अधिकतम 3 वर्ष तक रखने का प्रस्ताव है, जबकि पुराने वाहनों के लिए नियमित जांच की व्यवस्था जारी रहेगी। सरकार का उद्देश्य वाहन मालिकों को राहत देने के साथ प्रदूषण नियंत्रण व्यवस्था को अधिक प्रभावी बनाना है।

मंत्रालय के प्रस्ताव के अनुसार, पुराने बीएस–I, बीएस–II और बीएस–III श्रेणी के वाहनों के लिए पीयूसी प्रमाणपत्र की वैधता पहले की तरह 3 महीने रहेगी। वहीं, बीएस–IV मानकों वाले वाहनों के लिए प्रमाणपत्र की वैधता अवधि 6 महीने निर्धारित करने का प्रस्ताव है। प्रस्ताव में बीएस–VI मानकों वाले गैर–व्यावसायिक (नॉन–ट्रांसपोर्ट) वाहनों के लिए उनकी उम्र के आधार पर अलग–अलग वैधता अवधि तय की गई है। पंजीकरण की तारीख से 6 वर्ष तक पुराने वाहनों का पीयूसी प्रमाणपत्र 3 वर्ष तक वैध रहेगा।

योग सीखना सिर्फ आसन करना नहीं, सही जानकारी और मार्गदर्शन भी है जरूरी

नई दिल्ली, 19 नवम्बर।

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी में खुद को स्वस्थ और तनावमुक्त रखने के लिए बड़ी संख्या में लोग योग का सहारा ले रहे हैं। कोई वजन कम करने के लिए योग करता है, तो कोई मानसिक शांति और शरीर को लचीला बनाने के लिए इसे अपनी दिनचर्या में शामिल करता है। सोशल मीडिया पर भी योग से जुड़े कई वीडियो और ट्यूटोरियल आसानी से मिल जाते हैं, जिन्हें देखकर लोग घर पर ही अलग–अलग आसन करने लगते हैं। लेकिन योग सीखने का मतलब केवल अलग–अलग आसनों को करना या उनकी तकनीक समझ लेना नहीं है। योग का वास्तविक अर्थ इससे कहीं अधिक गहरा है। इसमें हर अभ्यास के पीछे छिपे सिद्धांत, सही प्रक्रिया और उसके उद्देश्य को समझना भी बेहद जरूरी है।

दरअसल, आयुष मंत्रालय ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर एक पोस्ट साझा कर योग सीखने के सही तरीके के बारे में बताया है। मंत्रालय के मुताबिक, योग सीखना केवल कुछ तकनीकों और शारीरिक मुद्राओं को सीखने तक सीमित नहीं होना चाहिए। इसके लिए जरूरी है कि व्यक्ति योग के अभ्यासों के पीछे के सिद्धांतों को भी समझे और उन्हें सही तरीके से अनुभव करे। जब कोई व्यक्ति योग को केवल एक एक्सरसाइज की तरह नहीं, बल्कि उसके उद्देश्य और महत्व को समझते हुए अपनाता है, तो उसका अनुभव अधिक सार्थक बन सकता है।

योग के कई आसन ऐसे होते हैं, जिन्हें देखने में करना काफी आसान लगता है लेकिन उनका सही तरीका समझना जरूरी होता है। कई बार लोग बिना जानकारी के किसी वीडियो को देखकर कठिन आसनों का अभ्यास शुरू कर देते हैं। इससे शरीर पर अनावश्यक दबाव पड़ सकता है और चोट लगने का खतरा भी रहता है। इसलिए योग



सीखते समय किसी विशेषज्ञ या प्रशिक्षित योग शिक्षक का मार्गदर्शन लेना चाहिए। एक अच्छे योग शिक्षक को यह जानकारी होती है कि किस व्यक्ति के लिए कौन–सा अभ्यास उपयुक्त है और उसे किस तरह करना चाहिए। वह अभ्यास के दौरान शरीर की स्थिति, सांस लेने के तरीके और जरूरी सावधानियों के बारे में भी समझाता है। इससे व्यक्ति योग को अधिक सुरक्षित और सही ढंग से सीख पाता है। योग का अभ्यास करते समय केवल यह जानना पर्याप्त नहीं है कि किसी आसन को कैसे करना है। यह समझना भी जरूरी है कि उस आसन का उद्देश्य क्या है और अभ्यास के दौरान किन बातों का ध्यान रखना चाहिए।

मंत्रालय का कहना है कि योग की सीख केवल तकनीक तक सीमित नहीं रहनी चाहिए बल्कि इसमें अनुभव को भी महत्व देना चाहिए। इसका मतलब है कि व्यक्ति हर अभ्यास को समझकर करे और यह महसूस करने की कोशिश करे कि उसका शरीर और मन उस पर किस तरह प्रतिक्रिया दे रहे हैं। योग में जल्दबाजी करने या दूसरों की नकल करने के बजाय अपनी क्षमता के अनुसार अभ्यास करना चाहिए। नियमित अभ्यास और सही समझ से व्यक्ति धीरे–धीरे अपनी योग यात्रा को बेहतर बना सकता है।

18 वर्षीय छात्र आदित्य ने बनाया 'ForeCAT' AI मॉडल, अमेरिकी इंस्टीट्यूट से पाई 83 लाख रुपये की स्कॉलरशिप

नई दिल्ली, 19 नवम्बर।

एक 18 वर्षीय लड़का या तो इंटरमीडिएट की परीक्षा में भाग लेने जा रहा होता है या ग्रेजुएशन किस क्षेत्र से कर सकते हैं और किस क्षेत्र में करियर बनाना बेहतर रहेगा ये सोच रहा होता है उस उम्र में भारतीय–अमेरिकी छात्र आदित्य सेनगुप्ता ने 83 लाख रुपये की स्कॉलरशिप हासिल करके एक नया मुकाम हासिल किया है। उनको यह स्कॉलरशिप ForeCAT AI model विकसित करने के लिए दी गई है।

18 वर्षीय भारतीय–अमेरिकी छात्र आदित्य सेनगुप्ता ने हवाई यात्रा को अधिक सुरक्षित बनाने की दिशा में एक सिस्टम तैयार किया है। आदित्य ने 'क्लियर–एयर टर्बुलेंस' (Clear-Air Turbulence) यानी बिना बादलों के अचानक आने वाले खतरनाक हवाई झटकों का सटीक पूर्वानुमान लगाने के लिए एक आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) सिस्टम तैयार किया है।

आदित्य द्वारा विकसित इस एआई सिस्टम मॉडल वायुमंडलीय भौतिकी और मशीन लर्निंग का संयोजन है। क्लियर–एयर टर्बुलेंस बिना किसी दृश्य संकेत या बादलों के होता है, जिससे पायलटों को पहले से चेतावनी नहीं मिल पाती। ForeCAT सिस्टम वायुमंडल में हवा के दबाव, तापमान और गतिशीलता का विश्लेषण करके अदृश्य हवा की परतों में पैदा होने वाली हलचल का सटीक अनुमान लगाता है। परीक्षणों में इस एआई मॉडल ने 95 प्रतिशत सटीकता दर्ज की और पारंपरिक मौसम प्रणालियों को पीछे छोड़ दिया। इसी को देखते हुए अभूतपूर्व शोध के लिए अमेरिका के 'डेविडसन इंस्टीट्यूट' ने उन्हें '2026 डेविडसन फेलो लॉरिएट' के रूप में चुना है और लगभग +100,000 (लगभग 83 लाख रुपये) की स्कॉलरशिप से सम्मानित किया है। आदित्य की ओर से दी गई जानकारी इस मॉडल



को विकसित करने का आईडिया उनके खुद के अनुभव से मिला। एक बार हवाई जहाज में उड़ान के दौरान अचानक टर्बुलेन्स आ गया और इतनी आधुनिक तकनीक होने के बावजूद इस खतरे का पहले से पता लगाना इतना कठिन था। इसके बाद उन्होंने स्कूल की पढ़ाई के साथ–साथ खुद ही एडवांस एटमॉस्फेरिक साइंस और कोडिंग सीखी। बड़े डेटासेट को प्रॉसेस करने और शुरुआती असफलताओं से सीखते हुए उन्होंने अंततः इस प्रणाली को तैयार किया।

इस मॉडल से अब एयरलाइन उद्योग और यात्रियों को बड़ा लाभ मिलने वाला है। रिपोर्ट्स के मुताबिक क्लियर–एयर टर्बुलेंस के कारण न केवल यात्रियों और क्रू सदस्यों के घायल होने का जोखिम रहता है, बल्कि एयरलाइन उद्योग को सालाना लगभग 500 मिलियन डॉलर (लगभग 4,100 करोड़ रुपये) का नुकसान भी होता है। जलवायु परिवर्तन के कारण जेट स्ट्रीम में आ रहे बदलावों से यह समस्या और बढ़ रही है। ForeCAT को एयर ट्रैफिक कंट्रोल और फ्लाइट–प्लानिंग सॉफ्टवेयर के साथ सीधे जोड़ने के लिए डिजाइन किया गया है, जिससे पायलट समय रहते अपना मार्ग बदलकर सुरक्षित उड़ान भर सकेंगे।