

एक नजर

झारखंड में 5 जून तक होगी मॉनसून की एंट्री

रांची : आइएमडी के अनुसार, देश में इस वर्ष मॉनसून के समय से पूर्व पहुंचने की उम्मीद है। ताजा रिपोर्ट के मुताबिक, केरल में इस वर्ष मॉनसून के 26 मई तक पहुंचने की संभावना है। हालांकि यह चार दिन पहले या चार दिन बाद भी पहुंच सकता है। इसके 10 से 12 दिन बाद यानी पांच से छह जून तक झारखंड पहुंचने की उम्मीद है। आइएमडी के अनुसार, चार दिन आगे-पीछे होने की संभावना बनी रहती है।

ट्रेन से तीन करोड़ का अवैध सोना बरामद

गुवाहाटी : असम के बंगाईगांव जिले में अंतरराज्यीय तस्करी के खिलाफ चलाए गए अभियान में गवर्नमेंट रेलवे पुलिस (जीआरपी) ने दिल्ली-त्रिपुरा सम्पर्क क्रांति एक्सप्रेस से करीब तीन करोड़ मूल्य के अवैध सोने की खेप बरामद की है। जीआरपी ने शनिवार को बताया कि रेलवे मार्ग से तस्करी कर भारी मात्रा में सोना ले जाए जाने की गुप्त सूचना मिलने के बाद जीआरपी ने ट्रेन में विशेष तलाशी अभियान चलाया। बंगाईगांव जिले से गुजरने के दौरान पुलिसकर्मियों ने ट्रेन के भीतर सघन जांच शुरू की। जांच के दौरान एक यात्री की गतिविधियां सदिग्ध लगने पर पुलिस ने उससे पूछताछ की। इसके बाद उसके सामान की तलाशी लेने पर बैग के भीतर छिपाकर रखी गई सोने की छड़ें बरामद कीं।

एनसीबी ने 182 करोड़ रुपये का कैप्टागन किया जब

नयी दिल्ली : स्वापक नियंत्रण ब्यूरो (एनसीबी) ने नशीले पदार्थों के खिलाफ बड़ी कार्रवाई करते हुए 182 करोड़ रुपये का कैप्टागन जवाब दिया गया। केन्द्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने एक्स पर पोस्ट किया कि मोदी सरकार ने नशा मुक्त भारत का संकल्प लिया है। उन्होंने कहा कि एनसीबी ने पहली बार कैप्टागन को जब्त किया है, जिसकी कीमत 182 करोड़ रुपये है। उन्होंने बताया कि यह खेप मध्य पूर्व के लिए निर्धारित थी। इसके साथ एक विदेशी नागरिक को भी गिरफ्तार किया गया है।

अभिषेक बनर्जी के खिलाफ एफआईआर दर्ज
कोलकाता : तृणमूल कांग्रेस के राष्ट्रीय महासचिव और डायमंड हार्बर से सांसद अभिषेक बनर्जी के खिलाफ केन्द्रीय गृह मंत्री अमित शाह को धमकी देने और उकसावे वाली भाषा इस्तेमाल करने के आरोप में एफआईआर दर्ज की गई है। शुक्रवार शाम को विधानभवन साइबर क्राइम थाने की पुलिस ने राजीव सरकार नामक एक व्यक्ति की शिकायत पर मामला दर्ज किया।

छह दिवसीय विदेश यात्रा के दूसरे चरण में नीदरलैंड पहुंचे प्रधानमंत्री, कहा

ऊर्जा संकट से दुनिया की उपलब्धियां खतरे में

एजेंसी

नयी दिल्ली : प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने वैश्विक ऊर्जा संकट पर गहरी चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि यदि दुनिया ने समय रहते इस चुनौती का समाधान नहीं किया तो पिछले कई दशकों में हासिल की गई विकास संबंधी उपलब्धियां नष्ट हो सकती हैं। उन्होंने चेतावनी दी कि दुनिया की बड़ी आबादी एक बार फिर गरीबी के जाल में फंस सकती है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी अपनी पांच देशों की छह दिवसीय विदेश यात्रा के दूसरे चरण में नीदरलैंड के हेग पहुंचे हैं। वहां भारतीय समुदाय को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि वर्तमान वैश्विक परिस्थितियों में दुनिया लचीली और भरोसेमंद आपूर्ति श्रृंखला (सप्लाई चेन) की आवश्यकता महसूस कर रही है। भारत और नीदरलैंड मिलकर परदर्शी एवं विश्वसनीय आपूर्ति श्रृंखला विकसित करने की दिशा में काम कर रहे हैं। अपने संबोधन में सांस्कृतिक प्रतीकों का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि जिस प्रकार भारत कमल के लिए प्रसिद्ध है, उसी प्रकार नीदरलैंड ट्यूलिप के लिए प्रसिद्ध है। ट्यूलिप और कमल दोनों यह सिखाते हैं कि जड़ें चाहे पानी में हों या मिट्टी में, सौंदर्य और शक्ति दोनों प्राप्त की जा सकती हैं। प्रधानमंत्री ने 16 मई की तारीख का विशेष उल्लेख करते हुए कहा कि वर्ष 2014 में इसी दिन लोकसभा चुनाव के परिणाम घोषित हुए थे और दशकों बाद देश में स्थिर एवं

दुनिया की बड़ी आबादी एक बार फिर गरीबी के जाल में फंस सकती है



भारत केवल बदलाव नहीं बल्कि सर्वश्रेष्ठ बनने का सपना देख रहा है

प्रधानमंत्री ने कहा कि आज भारत केवल बदलाव नहीं, बल्कि सर्वश्रेष्ठ बनने का सपना देख रहा है। भारत ओलंपिक की मेजबानी, वैश्विक विनिर्माण केंद्र बनने और ग्रीन एनर्जी में नेतृत्व करने की दिशा में तेजी से काम कर रहा है।

लोकतंत्र और 16 मई का विशेष महत्व

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि हाल के वर्षों में भारत में लोकतंत्र के प्रति लोगों का विश्वास लगातार मजबूत हुआ है। हाल ही में हुए विधानसभा चुनावों का उदाहरण देते हुए उन्होंने कहा कि असम, पश्चिम बंगाल, केरल, तमिलनाडु और पुडुचेरी में इस बार लगभग 90 प्रतिशत तक मतदान दर्ज किया गया, जो लोकतंत्र के प्रति जनता के बढ़ते विश्वास को दर्शाता है।

यूरोप का प्रमुख प्रवेश द्वार बन सकता है नीदरलैंड

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत और यूरोपीय संघ के बीच मुक्त व्यापार समझौता लागू होने के बाद नीदरलैंड यूरोप का प्रमुख प्रवेश द्वार बन सकता है। उन्होंने उल्लेख किया कि मुख्य भूमि यूरोप में भारतीय मूल के लोगों का सबसे बड़ा समुदाय नीदरलैंड में ही निवास करता है।

प्रधानमंत्री ने की भारतीय समुदाय के योगदान की सराहना

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने कहा कि नीदरलैंड आकर उन्हें भारत जैसा अनुभव हो रहा है। यहां की प्रगति में भारतीय समुदाय का महत्वपूर्ण योगदान है। यहां बसे भारतीय परिवारों की कहानियां केवल प्रवास की नहीं, बल्कि संघर्ष और सफलता की कहानियां हैं। समय बदला और पीढ़ियां बदलीं, लेकिन भारतीय संस्कार, परिवार व्यवस्था और सांस्कृतिक जुड़ाव आज भी जीवित हैं। भारतीयों ने डच भाषा को अपनाया, लेकिन अपनी मातृभाषाओं और सांस्कृतिक परंपराओं को भी संजोकर रखा है।

मैं ही अहम से वयम का मार्ग चुना और अब जनता का कल्याण ही उनका कर्तव्य बन गया है। उन्होंने बताया कि भारत सेमीकंडक्टर क्षेत्र में भी तेजी से

पूर्ण बहुमत वाली सरकार बनी थी। उन्होंने कहा कि 13 वर्ष मुख्यमंत्री और 12 वर्ष प्रधानमंत्री के रूप में देश सेवा करना उनके लिए सौभाग्य की बात है। उन्होंने बहुत छोटी उम्र

आगे बढ़ रहा है। देश में 12 सेमीकंडक्टर संयंत्रों पर काम चल रहा है, जिनमें से दो में उत्पादन शुरू हो चुका है। अब चिप भी डिजाइन इन इंडिया और मेड इन इंडिया होंगे।

केरल में नई सरकार का शपथ ग्रहण कल

तिरुवनंतपुरम : केरल में सोमवार, 18 मई को नई यूडीएफ सरकार का शपथ ग्रहण समारोह होगा। नए मुख्यमंत्री वी.डी. सतीशन के साथ कुल 20 मंत्री सुबह 10 बजे पद और गोपनीयता की शपथ लेंगे। नामित मुख्यमंत्री वी.डी. सतीशन ने बताया कि मंत्रियों की अंतिम सूची रविवार शाम को राज्यपाल को सौंप दी जाएगी। तिरुवनंतपुरम के सेंट्रल स्टेडियम में होने वाले इस भव्य समारोह में कांग्रेस नेता राहुल गांधी, प्रियंका गांधी और कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड्गे भी शामिल होंगे। उनके साथ कर्नाटक के मुख्यमंत्री और सुपरस्टार 'विजय' होंगे। उनके साथ कर्नाटक के मुख्यमंत्री सिद्धारमैया और तेलंगाना के मुख्यमंत्री रेंवत रेड्डी सहित कई राज्यों के दिग्गज नेता एक मंच पर दिखाई देंगे। इस महाजुटान को राष्ट्रीय राजनीति और विपक्षी एकजुटता के लिहाज से बेहद अहम माना जा रहा है।

मैं ही अहम से वयम का मार्ग चुना और अब जनता का कल्याण ही उनका कर्तव्य बन गया है। उन्होंने बताया कि भारत सेमीकंडक्टर क्षेत्र में भी तेजी से



जबकि सदर प्रखंड के रेहला गांव में एक व्यक्ति की जान गई और उनकी पत्नी झुलस गई। इसके अलावा बालूमाथ में भी एक महिला ठनका गिरने से घायल हुई है।
गढ़वा : शहर में बिजली गिरने से एक व्यक्ति की मौत हुई और चार लोग घायल हो गए। वहीं, विष्णुपुरा के साढ़ो गांव में एक जर्जर मकान गिरने से उसके मलबे में दबकर 12 वर्षीय किशोर की मौत हो गई।
लोहरदगा (कुडू प्रखंड) : उड्डूमुड़ में बकरी चराते समय वज्रपात की

चपेट में आने से एक महिला की मौत हो गई।
हजारीबाग (विष्णुगढ़) : अपनी मृत साली के अंतिम संस्कार में शामिल होने आए एक व्यक्ति की बिजली गिरने से मौत हो गई। वहीं सीतागढ़ा टीचर ट्रेनिंग कॉलेज का एक छात्र गंभीर रूप से घायल हो गया।
रांची (चान्हो) : लेपसर नवाटोली स्थित एक ईंट भट्टे पर काम कर रहे छत्तीसगढ़ के बलौदाबाजार निवासी मजदूर कुमार कुरे (38 वर्ष) की वज्रपात से मौत हो गई।

भारत के लिए तीस मिलियन बैरल तेल रिजर्व करेगा यूई

एजेंसी

नयी दिल्ली : भारत को ऊर्जा सुरक्षा को एक बड़ा रणनीतिक बढ़ावा मिलने वाला है। अबू धाबी नेशनल ऑयल कंपनी ने भारत के अंदर अपने कच्चे तेल के भंडारण की मौजूदगी को काफी हद तक बढ़ाने पर सहमति जताई है। संयुक्त अरब अमीरात में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की यात्रा के दौरान अंतिम रूप दिए गए इस समझौते के तहत अबू धाबी नेशनल ऑयल कंपनी भारत की भूमिगत भंडारण सुविधाओं के अंदर

वर्तमान में भारत का कुल रणनीतिक पेट्रोलियम भंडार लगभग पांच दशमलव तीन मिलियन टन का है। अबू धाबी नेशनल ऑयल कंपनी के तीस मिलियन बैरल के जुड़ने से देश की रणनीतिक भंडार क्षमता में लगभग सत्तर प्रतिशत की बढ़ोतरी होने की उम्मीद है। विशेषज्ञों का ऐसा कहना है कि इससे वैश्विक तेल संकट या फिर युद्धकाल में आपूर्ति में होने वाली रुकावटों के खिलाफ भारत की तैयारी काफी मजबूत होगी।

वर्तमान में भारत का कुल रणनीतिक पेट्रोलियम भंडार लगभग पांच दशमलव तीन मिलियन टन का है। अबू धाबी नेशनल ऑयल कंपनी के तीस मिलियन बैरल के जुड़ने से देश की रणनीतिक भंडार क्षमता में लगभग सत्तर प्रतिशत की बढ़ोतरी होने की उम्मीद है। विशेषज्ञों का ऐसा कहना है कि इससे वैश्विक तेल संकट या फिर युद्धकाल में आपूर्ति में होने वाली रुकावटों के खिलाफ भारत की तैयारी काफी मजबूत होगी।

सेना प्रमुख का सख्त संदेश पाकिस्तान तय कर ले कि भूगोल का हिस्सा रहना चाहता है या इतिहास का

एजेंसी

नयी दिल्ली : सेना प्रमुख जनरल उपेंद्र द्विवेदी ने शनिवार को इस्लामाबाद को कड़ा सैन्य संदेश देते हुए कहा है कि अगर पाकिस्तान आतंकवादियों को पनाह देना और भारत के खिलाफ काम करना जारी रखता है तो उन्हें यह तय करना होगा कि वे भूगोल का हिस्सा बने रहना चाहते हैं या इतिहास का। जनरल द्विवेदी की यह टिप्पणी भले ही संक्षिप्त थी लेकिन इसमें पाकिस्तान के लिए एक बेहद कड़ा संदेश छिपा था। इसके जरिए उन्होंने आतंकवाद के खिलाफ भारत के सख्त रुख को एक बार फिर दुनिया के सामने दोहराया है।



यहां मानेकशॉ सेंटर में यूनिफॉर्म अनवेंडर्ड द्वारा आयोजित एक संवाद सत्र के दौरान सेना प्रमुख

आतंकवादी हमले के जवाब में सात मई की सुबह ऑपरेशन सिंदूर शुरू किया गया था। इसके तहत भारतीय सेना ने पाकिस्तान और पाकिस्तान के कब्जे वाले कश्मीर में कई आतंकी ठिकानों पर सटीक हवाई हमले किए थे। बाद में पाकिस्तान ने भी भारत के खिलाफ जवाबी हमले शुरू किए और इसके जवाब में भारत द्वारा किए गए सभी पलटवार भी ऑपरेशन सिंदूर के तहत ही अंजाम दिए गए थे। परमाणु हथियारों से लैस इन दोनों पड़ोसी देशों के बीच लगभग अठासी घंटे तक चला यह सैन्य संघर्ष घटते तक शांति को आपसी समझौते पर पहुंचने के बाद रुक गया था।

नीट पेपर लीक मामला : बायोलाॅजी लेक्चरर गिरफ्तार, रह चुकी है एनटीए की सदस्य

एजेंसी

नयी दिल्ली : नीट-यूजी 2026 पेपर लीक मामले की जांच कर रही केन्द्रीय अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) को एक और बड़ी कामयाबी मिली है। एजेंसी ने इस पूरे रैकेट की दूसरी मुख्य सूत्रधार (मास्टरमाइंड) मनीषा गुरुनाथ मांधारे को गिरफ्तार कर लिया है। मनीषा पुणे में बायोलॉजी की लेक्चरर हैं और सबसे चौकाने वाली बात यह है कि वह राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी (एनटीए) की पेपर सेटिंग कमेटी में बतौर एक्सपर्ट शामिल रह चुकी हैं। जब सीबीआई ने मिलान किया, तो छात्रों की नोटबुक में लिखे गए सवाल 3 मई को आयोजित हुई नीट-यूजी 2026 परीक्षा के वास्तविक प्रश्न पत्र से हুবहू मैच कर रहे थे। एनटीए के कई वरिष्ठ अधिकारी और पूरी कमेटी जांच के दायरे में सीबीआई के एक वरिष्ठ अधिकारी ने नाम न छापने की शर्त पर बताया कि परीक्षा के दो सेट (एक हाथ से लिखा हुआ और एक टाइप किया हुआ) लीक किए गए थे, जिसके पीछे कुलकर्णी और मांधारे का हाथ था। यह पहली बार है जब पेपर लीक के तार सीधे एनटीए के अंदरूनी पैनेल से जुड़े पाए गए हैं। सीबीआई अब इस बात की भी जांच कर रही है कि क्या वे आरोपी पहले भी परीक्षाओं के पेपर लीक करने में शामिल रहे हैं। अधिकारियों के मुताबिक, प्रश्न पत्र तैयार करने वाली पूरी कमेटी और एनटीए के अन्य वरिष्ठ अधिकारी फिलहाल जांच के दायरे में हैं और आने वाले दिनों में कुछ और बड़ी गिरफ्तारियां हो सकती हैं। मनीषा मांधारे को आगे की पूछताछ के लिए दिल्ली लाया जा रहा है।

बॉटनी और जूलॉजी के पेपर तक थी मनीषा की पहुंच

सीबीआई द्वारा जारी आधिकारिक बयान के अनुसार, मनीषा मांधारे को नीट-यूजी 2026 परीक्षा प्रक्रिया में राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी द्वारा विशेषज्ञ के रूप में शामिल किया गया था। इस वजह से उनके पास बॉटनी (वनस्पति विज्ञान) और जूलॉजी (जंतु विज्ञान) के प्रश्न पत्रों की पूरी एक्सेस थी।

घर पर 'सीक्रेट क्लॉस' चलाकर लीक किए गए थे परीक्षा के सवाल

जांच में सामने आया है कि मनीषा ने अपनी एक सहयोगी मनीषा वाघमारे (जिसे 14 मई को गिरफ्तार किया जा चुका है) के साथ मिलकर अप्रैल 2026 में पुणे में संभावित नीट उम्मीदवारों को इकट्ठा किया। मनीषा ने अपने पुणे स्थित आवास पर इन छात्रों के लिए विशेष कोचिंग क्लासेस चलाई। इस दौरान उन्होंने असली प्रश्न पत्र से बॉटनी और जूलॉजी के कई सवाल लीक किए और छात्रों को समझाए। उन्होंने छात्रों से इन सवालों को उनकी नोटबुक में लिखने और किताबों में मार्क करने को कहा।



पर जमकर निशाना साधा। उन्होंने एक्स पर शेयर किए वीडियो संदेश में पीएम मोदी से शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान को बर्खास्त करने की मांग की। राहुल गांधी ने एक्स पोस्ट पर कहा, नीट के 22 लाख बच्चों के साथ धोखा हुआ है, पर प्रधानमंत्री मोदी एक शब्द भी नहीं बोल रहे हैं। धर्मेंद्र प्रधान को अभी हटाइए, या जवाबदेही खुद लीजिए...

सरकार पर बरसे राहुल गांधी, धर्मेंद्र प्रधान को बर्खास्त करने की मांग

कांग्रेस नेता और लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने मंडिडल प्रवेश परीक्षा 'नीट-यूजी' में कथित अनियमितता के मामले को लेकर के.के. मोदी सरकार पर जमकर निशाना साधा। उन्होंने एक्स पर शेयर किए वीडियो संदेश में पीएम मोदी से शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान को बर्खास्त करने की मांग की। राहुल गांधी ने एक्स पोस्ट पर कहा, नीट के 22 लाख बच्चों के साथ धोखा हुआ है, पर प्रधानमंत्री मोदी एक शब्द भी नहीं बोल रहे हैं। धर्मेंद्र प्रधान को अभी हटाइए, या जवाबदेही खुद लीजिए...

पीयूष मोदी, धर्मेंद्र प्रधान को अभी बर्खास्त कीजिए।

सुप्रीम कोर्ट में याचिका दायर, एनटीए को खत्म कर संवैधानिक संस्था बनाने की मांग

यूनाइटेड डीवर्टर्स फ्रंट (यूडीएफ) ने सुप्रीम कोर्ट का दरवाजा खटखटाया और भारत की राष्ट्रीय परीक्षा प्रणाली में व्यापक सुधारों की मांग की, जिसमें नेशनल टैरिफिंग एजेंसी (एनटीए) को हटाकर संसद के एक कानून के माध्यम से एक स्वतंत्र वैधानिक प्राधिकरण बनाए जाने की मांग की गई है। यूनाइटेड डीवर्टर्स फ्रंट के चेयरपर्सन डॉ. लक्ष्यमि लाल ने कहा, करोड़ों विद्यार्थियों की परीक्षा सोसाइटी एक्ट मॉडल के तहत नहीं हो सकती, जिसमें सही जवाबदेही न हो। हमने मौजूदा एनटीए ढांचे को संसद के अधिनियम के जरिये बनी एक स्वतंत्र वैधानिक परीक्षा प्राधिकरण से बदलने की मांग की।

भारत में 24 घंटे काम करने वाली न्याय व्यवस्था की जरूरत : न्यायमूर्ति सूर्यकांत



प्रेममंटेथन ऑफ फ्यूजन एम्पावरिंग जस्टिस वाया यूनाइटेड डिजिटल प्लेटफॉर्म इंटीग्रेशन विषय पर आयोजित इस कार्यक्रम में उच्चतम एवं उच्च न्यायालय के कई न्यायाधीशों के साथ केन्द्रीय विधि एवं न्याय राज्य मंत्री अर्जुन राम मेघवाल और मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव भी मौजूद रहे। इससे पूर्व नेताजी सुभाषचंद्र बोस कल्चरल एंड इन्फॉर्मेशन सेंटर में आयोजित सेमिनार में देश के मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत ने प्रेममंटेथन ऑफ फ्यूजन एम्पावरिंग जस्टिस वाया यूनाइटेड डिजिटल प्लेटफॉर्म इंटीग्रेशन" का

शुभारंभ किया। इस अवसर पर अनुएल रिपोर्ट : 2025 का भी विमोचन किया गया। मुख्य न्यायाधीश सूर्यकांत ने नर्मदा नदी का उदाहरण देते हुए कहा कि जैसे अमरकंटक से निकलने वाली छोटी धारा आगे चलकर विशाल स्वरूप ले लेती है, उसी प्रकार न्याय व्यवस्था में किए जा रहे छोटे-छोटे तकनीकी सुधार आने वाले समय में व्यापक परिवर्तन का आधार बनेंगे। उन्होंने कहा कि हाल ही में शुरू किए गए डिजिटल प्लेटफॉर्म और एप न्याय प्रणाली को अधिक पारदर्शी, तेज और प्रभावी बनाने में सहायक होंगे।

संक्षिप्त खबरें

पति की लंबी आयु के लिए सुहागिनों ने की वट सावित्री की पूजा



बरही : ज्येष्ठ माह की अमावस्या पर शनिवार को बरही प्रखंड क्षेत्र में सुहागिनों ने पति की लंबी आयु और अखंड सौभाग्य की कामना के साथ वट सावित्री व्रत हार्वाहलास से मनाया। लक्षकों समेत पूरे प्रखंड में सुबह से ही वट वृक्षों के पास महिलाओं की भीड़ उमड़ी रही। सोलह श्रृंगार कर पहचूँ सैकड़ों सुहागिनों ने वट वृक्ष की पूजा-अर्चना की। महिलाओं ने बरगद के पेड़ में कच्चा सुत लपेटते हुए सात बार प्रिक्रमा की और रक्षा सूत्र बांधकर पति की दीर्घायु की कामना की। पूजा के दौरान वट वृक्ष को फूल, फूल, मिठाई और पूजन सामग्री अर्पित की गई। कई महिलाओं ने निर्जला व्रत रखकर सावित्री-सत्यवान की कथा का श्रवण भी किया। मान्यता है कि महाभारत काल में सावित्री ने अपने तप और समर्पण से यमराज से पति सत्यवान के प्राण वापस लिए थे। इसी कारण यह व्रत पति-पत्नी के प्रेम, त्याग और अटूट रिश्ते का प्रतीक माना जाता है। मान्यता है कि वट सावित्री व्रत करने से महिलाएं आजीवन सुहागिन रहती हैं। बरही बाजार, करियातपुर, करसो, लक्षको, कोनरा सहित ग्रामीण क्षेत्रों में भी वट वृक्षों के पास महिलाओं ने विधि-विधान से पूजा संपन्न की। पूरे दिन धार्मिक माहौल बना रहा।

एनटीपीसी पकरी बरवाडीह में स्वच्छता पखवाड़ा का हुआ शुरुआत



बड़कागांव : एनटीपीसी माइनिंग लिमिटेड की पकरी बरवाडीह कोयला खनन परियोजना में स्वच्छता पखवाड़ा 2026 का शुभारंभ हुआ। इस दौरान सभी कर्मचारियों को स्वच्छता के लिए परियोजना प्रमुख, सुब्रत कुमार दास द्वारा शपथ दिलाई गई। जिसके माध्यम से स्वच्छता, स्वच्छ परिवारण एवं सतत विकास के प्रति संगठन की प्रतिबद्धता को दोहराया गया। इस अवसर पर विभिन्न विभागों के सभी कर्मचारी एवं विभागाध्यक्ष उपस्थित रहे और सभी ने मिलकर अपने कार्यस्थल एवं व्यक्तिगत जीवन में स्वच्छता के सिद्धांतों का पालन करने का संकल्प लिया। परियोजना में स्वच्छता पखवाड़ा 16 मई से 31 मई 2026 तक मनाया जाएगा, जिसके अंतर्गत विभिन्न स्वच्छता से संबंधित गतिविधियां एवं जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। इन गतिविधियों का उद्देश्य परियोजना परिसर एवं आसपास के क्षेत्रों में स्वच्छता के प्रति जागरूकता बढ़ाना और सामुदायिक भागीदारी को प्रोत्साहित करना है। यह आयोजन एनएमएल पकरी बरवाडीह की स्वच्छ भारत मिशन के प्रति प्रतिबद्धता तथा स्वच्छ एवं स्वस्थ वातावरण के निर्माण हेतु उसके सतत प्रयासों को दर्शाता है।

बड़कागांव में जनगणना कार्य शुरू



बड़कागांव : पूरे देश में 16 मई से जनगणना 2027 का पहला चरण मकान सूचीकरण एवं मकानों की गणना कार्य शुरू हो गई। प्रथम चरण का गणना 16 मई से 14 जून तक करना है। जिसमें मकान सूचीकरण में प्रत्येक मकान की गणना होनी है चाहे वह आवास हो, दुकान हो, खाली हो या किसी अन्य उपयोग के लिए हो। इसके साथ साथ परिवार में उपलब्ध सुविधाओं से संबंधित सवाल पूछे जाने हैं। इसमें आवास की स्थिति, पेयजल की सुविधा, शौचालय, स्नानागार की स्थिति, परिसर/परिवार से संबंधित सवाल रेंडियो, टीवी, मोबाइल/सैटलाइट, मोबाइल आदि संबंधित कुल 34 कॉलम भरे जाते हैं। यह जनगणना कार्य बड़कागांव प्रखंड के चार्ज ऑफिसर सह प्रखंड विकास पदाधिकारी जितेंद्र कुमार मंडल एवं अपर चार्ज ऑफिसर इंदु शेरख प्रसाद के देखरेख में हो रहा है। इस जनगणना कार्यक्रम में पूरे प्रखंड में कुल 265 एचएलबी बनाए गए हैं। इनमें गणना हेतु 256 प्राणिक एवं कुल 45 उपप्रखंडजक को लगाया गया है। इस कार्य को सही तरीके से करने के लिए सभी प्राणकों का प्रशिक्षण सात बैच में फील्ड ट्रेनर देवकांत शर्मा, इंजहार अली अंसारी, दीपक राणा एवं रविशंकर पाठक के द्वारा दिया गया। भारत में हो रही 16 वीं जनगणना में सभी प्राणक बड़े उत्साह से अपने अपने कार्यक्षेत्र में लग गए हैं। इस चिलचिलाती धूप, प्रचण्ड गर्मी की प्रवाह किए बिना पहले 5 दिन मकानों में नंबरिंग और फिर नजरी नक्शा तैयार करेंगे। उसके बाद घर घर जाकर परिवार से सवाल पूछ कर मोबाइल में भरेंगे।

बरही में डीवीसी की बिजली कटौती से उद्योग परेशान, उपकरण हो रहे खराब

बरही : बरही के औद्योगिक उपभोक्ता डीवीसी की बढहाल बिजली आपूर्ति से बेहद परेशान हैं। मैनुफेक्चरर्स एसोसिएशन बरही ने शनिवार को प्रेस विज्ञापित जारी कर बताया कि उपभोक्ताओं को निरंतर और निर्बाध बिजली आपूर्ति का वादा किया गया था, लेकिन हकीकत इसके उलट है। एसोसिएशन के अध्यक्ष पी.के. गर्ग ने बताया कि 33000 वोल्ट की जगह लगातार 28000 से 38000 वोल्ट तक का उतार-चढ़ाव हो रहा है। वोल्टेज के इस भारी उतार-चढ़ाव के कारण फैक्ट्रियों में लगी मशीनें और उपकरण बार-बार खराब हो रहे हैं। इससे उद्योगों को लाखों का नुकसान उठाना पड़ रहा है। एसोसिएशन ने कहा कि डीवीसी और रेंगुलेटरी कर्मीशन के समक्ष कई बार शिकायत दर्ज कराई गई, लेकिन कार्रवाही में कोई सुधार नहीं हुआ। यह सीधे तौर पर डीवीसी की सेवा में कमी को दर्शाता है। उपभोक्ताओं ने मांग की थी कि 35000 से अधिक हाई वोल्टेज और 31000 से कम लो वोल्टेज को लोड फेक्टर की गणना में 'नॉन सप्लाई पीरियड' माना जाए, क्योंकि इस दौरान उत्पादन पूरी तरह टप हो जाता है। मगर इस मांग पर भी कोई सकारात्मक विचार नहीं किया गया और उपभोक्ताओं पर अनावश्यक विधियों बोझ डाला जा रहा है। प्रेस विज्ञापित के माध्यम से एसोसिएशन ने सरकार और डीवीसी से अनुरोध किया है कि उपभोक्ताओं की पिछले 3 वर्षों से अनुसूची की जा रही शिकायतों पर गंभीरता से सुनवाई हो और डीवीसी की कार्यप्रणाली में तत्काल सुधार किया जाए।



राष्ट्रीय डेंगू दिवस पर जागरूकता की अलख प्रभात फेरी, रैली और निबंध प्रतियोगिता का हुआ आयोजन

एक नजर
आंधी, तूफान से कोरकेट सिट उड़ा, घर हुआ क्षतिग्रस्त मुआवजे की मांग



बड़कागांव : अचानक आए आंधी पानी एवं तूफान से तलसवार पंचायत अंतर्गत कोयला निवासी आरती देवी पति सरोज सोनी का कोरकेट सीट से बना हुआ मकान का, सिट उड़ जाने से क्षतिग्रस्त हो गया। परिवार की आर्थिक स्थिति काफी दयनीय है। मकान क्षतिग्रस्त होने से उसे इस भीषण गर्मी में रहने में काफी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। मामले को देखते हुए तलसवार पंचायत के मुखिया मुखिया गीता देवी ने प्रखंड विकास पदाधिकारी के माध्यम से आपदा प्रबंधन विभाग से परिवार के लिए मुआवजे की मांग की है।

फलाहारी बाबा आश्रम में सजेगा भक्ति का दरबार दूर-दराज से पहुंचेंगे श्रद्धालु



चौपारण : प्रखंड स्थित फलाहारी बाबा आश्रम सह ही हनुमंत सेवा संस्थान परिसर में फलाहारी बाबा के चौथे बैकुंठ उत्सव के अवसर पर दो दिवसीय विशेष धार्मिक कार्यक्रम का आयोजन किया जाएगा। आयोजन को लेकर श्रद्धालुओं एवं समिति सदस्यों में काफी उत्साह देखा जा रहा है। आयोजन समिति के अनुसार 21 मई 2026, गुरुवार को अखंड श्रीरामविरतमानस पाठ का आयोजन होगा। वहीं 22 मई 2026, शुक्रवार को हवन, पूजाहुंति एवं विशाल महाभंडारे का आयोजन किया जाएगा। महाभंडारा दोपहर 12 बजे से श्रद्धालुओं के आगमन तक चलता रहेगा, जिसमें बड़ी संख्या में भक्तों के शामिल होने की संभावना है। उत्सव के दौरान फलाहारी बाबा की विशेष पूजा-अर्चना की जाएगी। साथ ही मंदिर परिसर के सौंदर्यीकरण योजना एवं भव्य तेलण द्वार का उद्घाटन सांसद मनीष जायसवाल तथा बरही विधायक मनोज यादव द्वारा किया जाएगा। संस्थान के अध्यक्ष आनंद चंद्रवंशी एवं सचिव कुमार राहुल ने बताया कि आयोजन की तैयारियां अंतिम चरण में हैं। उन्होंने कहा कि बैकुंठ उत्सव में दूर-दराज से बाबा के भक्त पहुंचेंगे और पूरे क्षेत्र में धार्मिक माहौल बना रहेगा। बताया जाता है कि फलाहारी उर्फ आलू बाबा की तपोभूमि में भद्रकाली मंदिर एवं बिगहा गढ़काली मंदिर रही है। बाबा भगवान श्रीराम के परम भक्त थे।

प्रत्यूष नवबिहार संवाददाता

कटकमसांडी : राष्ट्रीय डेंगू दिवस के अवसर पर शनिवार को कटकमसांडी एवं कटकमदाग प्रखंड क्षेत्र में व्यापक जनजागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र, आयुष्मान आरोग्य मंदिर, स्वास्थ्य उपकेंद्र, सरकारी एवं निजी विद्यालयों, मंदरसों तथा आंगनबाड़ी केंद्रों में डेंगू एवं अन्य वेक्टर जनित रोगों के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए गए। कार्यक्रम का शुभारंभ सीएचसी कटकमसांडी के प्रभारी चिकित्सा पदाधिकारी डॉ. भूषण राणा, भीबीडी इंवांच सह एमटीएस सुरेंद्र कुमार,



पीरामल फाउंडेशन के अब्दुल मन्ना, सीएचओ पूनम बारला, एएनएम नसीमा प्रवीण, गीता तिग्गा, बीटीडी इस्मफ़ील अंसारी एवं अन्य स्वास्थ्यकर्मियों द्वारा संयुक्त रूप से किया गया। इस वर्ष राष्ट्रीय डेंगू दिवस की थीम "Community Participation in Dengue Control: Check, Clean & Cover" रखी गई है,

जिसका उद्देश्य समुदाय की भागीदारी से डेंगू नियंत्रण को बढ़ावा देना है। कार्यक्रम के दौरान स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों ने लोगों को डेंगू, मलेरिया, फाइलेरिया, चिकनगुनिया, जापानी इंसेफेलाइटिस (जेई) एवं कालाजार जैसी वेक्टर जनित बीमारियों के लक्षण, बचाव, उपचार एवं "झड़ डें" की महत्ता के बारे में विस्तार से जानकारी दी। आयुष्मान

करियातपुर प्लस टू उच्च विद्यालय का उपायुक्त ने किया निरीक्षण

प्रत्यूष नवबिहार संवाददाता

बरही : उपायुक्त हेमंत सती ने शनिवार को करियातपुर प्लस टू उच्च विद्यालय की चाहरदीवारी निर्माण कार्य का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने विद्यालय परिसर के आसपास हुए अतिक्रमण पर नाराजगी जताते हुए अंचल अधिकारी को तत्काल अतिक्रमण हटाने का सख्त निर्देश दिया। उपायुक्त ने विद्यालय के संवेदक को भी निर्देश किया कि चाहरदीवारी निर्माण कार्य में किसी प्रकार की लापरवाही नहीं बरती जाए और निर्माण कार्य तत्काल शुरू कर शीघ्र पूरा किया जाए। उन्होंने कहा कि विद्यालय की सुरक्षा और शैक्षणिक वातावरण बनाए रखने के लिए चाहरदीवारी का निर्माण आवश्यक है। निरीक्षण के दौरान उपायुक्त ने प्रखंड विकास पदाधिकारी को स्कूल के आसपास



समुचित लाइट व्यवस्था सुनिश्चित करने का निर्देश दिया, ताकि विद्यार्थियों एवं ग्रामीणों को किसी प्रकार की परेशानी न हो। उपायुक्त ने कहा कि करियातपुर में अतिक्रमण हटाने के बाद एक सावजनिक बैठक आयोजित की जाएगी, जिसमें स्थानीय लोगों के साथ मार्केट निर्माण से जुड़े मुद्दों पर चर्चा की जाएगी। मौके पर जिला परिषद उपाध्यक्ष किशुन यादव, करियातपुर मुखिया मनोज कुमार, विद्यालय प्रबंधन समिति अध्यक्ष नरेश ठाकुर, लक्ष्मण अम्बेडकर सहित सभी दुकानदार एवं ग्रामीण मौजूद थे।

रसोईया धमना के सेंट्रल मिशन पब्लिक स्कूल में प्रतिभा खोज प्रतियोगिता का हुआ आयोजन

प्रत्यूष नवबिहार संवाददाता

बरही : नए सत्र की शुरुआत के साथ सेंट्रल मिशन पब्लिक स्कूल, रसोईया धमना में सीसीए के तहत प्रतिभा खोज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इसमें सभी वर्गों को सीनियर और जूनियर ग्रुप में बांटेकर विभिन्न प्रतियोगिताएं कराई गईं। कार्यक्रम का प्रतिनिधित्व विद्यालय के निदेशक टूकलाल साहू ने किया। उन्होंने बच्चों के उज्वल भविष्य की कामना करते हुए कहा कि पूरे सत्र में इस तरह के रचनात्मक कार्यक्रम आयोजित होते रहेंगे। प्राचार्य नितेश कुमार ने बच्चों को संबोधित करते हुए कहा कि विद्यालय विगत 11 वर्षों से शिक्षा के साथ-साथ सभी प्रकार की प्रतियोगिताओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले बच्चों को सम्मानित



करता आ रहा है। यहां के बच्चे किताबी ज्ञान के साथ तकनीकी ज्ञान, कला और अन्य क्षेत्रों में भी अज्वल रहते हैं। प्रतियोगिता परिणाम: राइटिंग प्रतियोगिता - सीनियर ग्रुप: प्रथम - नैसी कुमारी, नयमी; द्वितीय - शिवम राणा, आठवीं; तृतीय - आंचल कुमारी, छठी। राइटिंग - जूनियर संस्करण: प्रथम - धियांक पंडित, तीसरी; द्वितीय - ऋषि कुमारी, पांचवीं; तृतीय-रितेश रजक, तीसरी।

12वीं झारखंड राज्य स्तरीय कराटे चैंपियनशिप 2026 का मव्य शुभारंभ

प्रत्यूष नवबिहार संवाददाता

हजारीबाग : माउंट कार्मेल स्कूल, हरनगंज में शनिवार को 12वीं झारखंड राज्य स्तरीय कराटे चैंपियनशिप 2026 का भव्य शुभारंभ हुआ। बतौर मुख्य अतिथि हजारीबाग लोकसभा क्षेत्र के सांसद मनीष जायसवाल ने कबूतर उड़कर, फीता काटकर और दीप प्रज्वलित कर चैंपियनशिप का विधिवत उद्घाटन किया। स्कूल पहुंचने पर बच्चों ने मार्च पास्ट कर अनुशासित तरीके से सांसद का अभिनंदन किया। स्कूल प्रबंधन और आयोजन समिति ने पुष्पगुच्छ, स्मृति चिन्ह भेंटकर और शॉल ओढ़ाकर उन्हें सम्मानित किया। इस मौके पर खिलाड़ियों को संबोधित करते हुए सांसद मनीष जायसवाल ने कहा कि जीवन में जीतने से अधिक खेलना जरूरी है, क्योंकि खेलेंगे तो कभी न कभी जीतेंगे जरूर। उन्होंने कहा कि मेहनत का कोई शॉर्टकट नहीं होता।



खेल ईंसान को नशामुक और आपराधिक मानसिकता से दूर रखता है, साथ ही जीवन जीने की सही कला सिखाता है। उन्होंने आयोजन समिति के सहान राजकुमार व माउंट कार्मेल स्कूल प्रबंधन को सफल आयोजन के लिए बधाई दी। चैंपियनशिप में राज्य के विभिन्न जिलों से खिलाड़ी भाग ले रहे हैं। माउंट कार्मेल स्कूल हजारीबाग, कार्मेल स्कूल बोकारो, कार्मेल हाई स्कूल बोकारो, संत लुइस स्कूल बोकारो, कार्मेल स्कूल डिगवाडीह सहित रांची, घाटशिला और सरायकेला के स्कूलों के प्रतिभागी शामिल हैं। सभी खिलाड़ी अद्भुत खेल भावना, कड़े अनुशासन और उत्कृष्ट प्रदर्शन का परिचय दे रहे हैं।

छड़वा काली मंदिर में उमड़ा आस्था का जनसैलाब 25 हजार से अधिक श्रद्धालुओं ने की वट सावित्री पूजा



प्रत्यूष नवबिहार संवाददाता
कटकमसांडी : हजारीबाग जिले में शनिवार को अखंड सौभाग्य, पति की दीर्घायु और परिवार की सुख-समृद्धि के लिए मनाया जाने वाला वट सावित्री पूजा पूरे श्रद्धा, भक्ति और उल्लास के साथ संपन्न हुआ। जिले के ग्रामीण क्षेत्रों से लेकर शहरी इलाकों तक हर ओर इस पर्व की भव्यता देखने को मिली। सुहागिन

महिलाओं ने पति की लंबी उम्र की कामना के साथ की वट सावित्री पूजा

चतुकुशा : प्रखंड क्षेत्र अंतर्गत विभिन्न जगहों में वट सावित्री पूजा का पानन पर्व श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया गया। ज्येष्ठ कृष्ण अमावस्या के अवसर पर सुहागिन महिलाओं ने निर्जला व्रत रखा। उन्होंने वट वृक्ष की विधिवत पूजा-अर्चना कर अपने परिवार की सुख-समृद्धि और पति की लंबी उम्र की कामना की। सुबह से ही चतुकुशा प्रखंड क्षेत्र के विभिन्न मोहल्लों और मंदिर परिसरों में महिलाओं की भीड़ उमड़ पड़ी। महिलाओं ने स्नान कर नए वस्त्र धारण किए और सोलह श्रृंगार कर पूजा की तैयारी की। वट वृक्ष के पास पहुंचकर उन्होंने पूजा सामग्री अर्पित की और कच्चा सुत लपेटते हुए वृक्ष की परिक्रमा की। इस दौरान फूल, मिठाई, भींगा चना, पकवान, धूप-दीप के साथ बास एवं ताड़ से बने पंखे भी चढ़ाए गए। पूजा के दौरान महिलाओं ने सावित्री-सत्यवान की कथा सुनी। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, माता सावित्री ने अपने तप, निष्ठा और अटूट संकल्प से यमराज से अपने पति सत्यवान के प्राण वापस प्राप्त किए थे। महिलाओं ने श्रद्धा के साथ परिक्रमा की। कई महिलाओं ने 51 बार, तो कई ने 108 बार बरगद वृक्ष के चारों ओर



पति की लंबी उम्र के लिए सुहागिन महिलाओं ने की वट वृक्ष की पूजा-अर्चना

चौपारण : प्रखंड क्षेत्र में शनिवार को वट सावित्री पूजा श्रद्धा, भक्ति और उल्लास के साथ धूमधाम से संपन्न हुई। सुहागिन महिलाओं ने निर्जला व्रत रखकर वट वृक्ष की पूजा-अर्चना की तथा अपने पति की दीर्घायु, परिवार की सुख-समृद्धि और खुशहाली की कामना की। सुबह से ही विभिन्न पूजा स्थलों और वट वृक्षों के समीप महिलाओं की भारी भीड़ उमड़ी रही। पारंपरिक श्रृंगार और श्रृंगार में सजी महिलाओं ने विधि-विधान से पूजा कर वट वृक्ष की परिक्रमा की एवं धागा बांधकर सावित्री-सत्यवान की कथा सुनी। पूजा स्थलों पर पूरे दिन भक्तिमय माहौल बना रहा। महिलाओं में विशेष उत्साह और आस्था देखने को मिली। इस अवसर पर प्रमुख पुर्णिमा देवी, मुखिया सरिता देवी, मुखिया पिंकी देवी, मुखिया रेखा देवी, मुखिया संगीता देवी, मुखिया पूजा देवी एवं मुखिया प्रत्याशी सुनीता देवी सहित कई संख्या में सुहागिन महिलाएं पूजा में शामिल हुईं। अपने पति की लंबी आयु और परिवार की खुशहाली की कामना की। पूजा के दौरान महिलाओं के हाथों में मौलों धागा, चना, इलायची दाना और पूजा की डालियां देखी गईं, जिनको मदद से वे अपनी परिक्रमा की निनती करती रहीं।



हर माता-पिता की यह चाहत होती है कि उनका बच्चा सेहतमंद, तंदुरुस्त और अपनी उम्र के हिसाब से अच्छे से विकास करे। बच्चे का कद, वजन, मानसिक विकास और शारीरिक क्षमता सही दिशा में बढ़ रही है या नहीं, यह जानना बहुत जरूरी होता है। केवल बाहरी लक्षणों को देखकर अंदाजा लगाना हमेशा सही नहीं होता। कई बार बच्चों की ग्रोथ धीमी हो रही होती है लेकिन मां-बाप को इसका पता देर से चलता है। ऐसे में समय-समय पर कुछ

जरूरी मेडिकल टेस्ट करवा लेना बहुत फायदेमंद साबित हो सकता है। डॉक्टर भी सलाह देते हैं कि बच्चों की सही ग्रोथ जानने और किसी परेशानी की पहचान करने के लिए कुछ बेसिक हेल्थ टेस्ट जरूर करवाए जाने चाहिए। ये टेस्ट पोषण, ग्रोथ हार्मोन और शरीर के बाकी जरूरी फंक्शन को समझने में मदद करते हैं।

ग्रोथ हार्मोन लेवल टेस्ट

यह टेस्ट यह पता लगाने के लिए किया जाता है कि बच्चे के शरीर में ग्रोथ हार्मोन सही मात्रा में

नहीं। अगर ग्रोथ हार्मोन की कमी हो जाए, तो बच्चे की हाइट रुक सकती है और ओवरऑल ग्रोथ भी धीमी हो सकती है। इस टेस्ट से यह भी जाना जा सकता है कि बच्चा अक्सर थका-थका क्यों रहता है, मांसपेशियां कमजोर क्यों हैं और कद क्यों नहीं बढ़ रहा। अगर कोई दिक्कत मिले, तो सही समय पर इलाज शुरू किया जा सकता है।

थायरॉइड फंक्शन टेस्ट

थायरॉइड हार्मोन शरीर के

बच्चों की ग्रोथ जानने के लिए कराएं ये 5 जरूरी टेस्ट, हर पैरेंट्स को होनी चाहिए इसकी जानकारी

बन रहा है।

विकास और दिमाग की ग्रोथ में बहुत अहम रोल निभाता है। अगर थायरॉइड में गड़बड़ी हो जाए, तो बच्चे की ग्रोथ रुक सकती है, वजन अचानक बढ़ या घट सकता है और बच्चा सुस्त पड़ सकता है। इस टेस्ट से यह भी पता लगाया जा सकता है कि बच्चा पढ़ाई में ध्यान क्यों नहीं दे पा रहा या हर समय थका-थका क्यों लगता है।

विटामिन डी और कैल्शियम लेवल टेस्ट

बच्चों की हड्डियों की मजबूती के लिए विटामिन डी और कैल्शियम बहुत जरूरी हैं। अगर इनकी कमी हो जाए, तो बच्चे की हड्डियां कमजोर हो सकती हैं, चलने में देरी हो सकती है और बार-बार मांसपेशियों में खिंचाव

या दर्द की शिकायत हो सकती है। इस टेस्ट से हड्डियों की हेल्थ का अंदाजा लगता है और जरूरत पड़ने पर सप्लीमेंट या डाइट में बदलाव किया जा सकता है।

हीमोग्लोबिन और आयरन लेवल टेस्ट

हीमोग्लोबिन और आयरन की कमी बच्चों में थकान, चिड़चिड़ापन और विकास में रुकावट का कारण बन सकती है। अगर बच्चा बार-बार बीमार पड़ता है, खाना नहीं खाता या ध्यान नहीं लगाता, तो यह टेस्ट जरूर करवाएं। यह टेस्ट पोषण स्तर और एनीमिया जैसी दिक्कतों की पहचान करता है ताकि सही इलाज शुरू हो सके।

ब्लड शुगर और मेटाबोलिज्म प्रोफाइल

यह टेस्ट यह बताता है कि बच्चे का शरीर खाने को कैसे पचा रहा है और ऊर्जा में कैसे बदल रहा है। अगर बच्चा मोटा हो रहा है, बार-बार प्यास लग रही है, कमजोरी महसूस कर रहा है या अचानक वजन बढ़ या घट रहा है, तो यह टेस्ट करवाना जरूरी है। इससे डायबिटीज या मेटाबोलिज्म से जुड़ी समस्याओं का भी पता चलता है। समय रहते डॉक्टर की सलाह लेकर ये टेस्ट करवा लेने से किसी भी बड़ी परेशानी से बचा जा सकता है और बच्चे को सेहतमंद भविष्य दिया जा सकता है।

किसी से भी मिलने में शर्माता है बच्चा, ऐसी टिप्स जो झिझक को करेगी दूर

सोशल स्किल्स यानी सामाजिक कौशल हर इंसान के लिए बहुत जरूरी होते हैं। जो लोग बिना झिझक के किसी से भी बात कर लेते हैं उन्हें न सिर्फ उनकी पर्सनल लाइफ में बल्कि प्रोफेशनल लाइफ में भी बहुत फायदा होता है। ऐसे लोग जिंदगी की दौड़ में अक्सर आगे रहते हैं और कई बार लीडिंग रोल भी निभाते हैं।



सोशल स्किल्स का विकास बचपन से होता है लोगों में ये सोशल स्किल्स बचपन से ही विकसित होने लगती हैं। सभी माता-पिता यही चाहते हैं कि उनका बच्चा स्कूल में अच्छा प्रदर्शन करे। वे चाहते हैं कि उनका बच्चा मॉनीटर बने, क्लास रिप्रेजेंटेटिव बने, हेड बॉय या हेड गर्ल बने और जब वो स्कूल से बाहर आए तो काम की जगह भी लीडिंग रोल निभाए।

झिझकने वाले बच्चों के लिए पैरेंट्स की चिंता लेकिन कई बच्चे दूसरों से बात करने में शर्माते हैं, वे झिझकते हैं। ऐसे बच्चों को लेकर माता-पिता बहुत चिंतित हो जाते हैं। उन्हें डर होता है कि कहीं उनके बच्चे का भविष्य खतरों में तो नहीं है। पैरेंट एजुकेशन अर्पिता अक्षय पिथावा कहती हैं कि ऐसे शर्माने वाले बच्चों को सही तरीके से समझाया जाए तो उनकी झिझक दूर हो सकती है। इससे बच्चों की सोशल स्किल्स में सुधार होता है और वे ज्यादा आत्मविश्वासी बनते हैं।

बच्चे की सोशल स्किल्स कैसे सुधारे इंद्रोवर्त होना बुरा नहीं है: पैरेंट्स को यह समझना बहुत जरूरी है कि इंद्रोवर्त होना बुरा नहीं होता। अगर बच्चे के सामने बार-बार ये कहा जाए कि वह बहुत शर्माता है या किसी से बात नहीं करता, तो इससे बच्चे का कॉन्फिडेंस कम हो जाता है। इसलिए पैरेंट्स को बच्चे के सामने इस तरह की बातें नहीं करनी चाहिए।

अपनी कहानियां बच्चे से शेयर करें: अपने बचपन की या अपनी अंकिवर्ड कहानियों को बच्चे के साथ शेयर करें। उसे बताएं कि जब आप पहली बार ऑफिस गए थे तो आपका दिन कैसा गुजरा था। इससे बच्चे के दिमाग में यह बात बनती है कि पहले और अब के समय में आपके भीतर कितना बदलाव आया है। इस तरह बच्चे खुद भी प्रेरित होते हैं।

गेस्ट आने से पहले बच्चे को तैयार करें: अगर घर में कोई मेहमान आने वाला है या आप कहीं जाने वाले हैं, तो बच्चे को पहले से तैयार करें। उसे समझाएं कि जब मेहमान आए तो उन्हें कैसे नमस्ते या हाय-हेलो कहना है। इंद्रोवर्त बच्चे अचानक से यह नहीं समझ पाते कि दूसरों के सामने कैसे व्यवहार करना चाहिए। इसलिए बच्चे को पहले से प्रियेयर करना बहुत जरूरी होता है।

रोल प्ले खेलें: रोल प्ले एक बहुत अच्छा तरीका है बच्चों की सोशल स्किल्स बढ़ाने का। आप बच्चे के साथ रोल प्ले खेल सकते हैं, जिसमें आप टीचर बनें और बच्चा स्टूडेंट। इस तरह बच्चा बातचीत करना और खुद को व्यक्त करना सीखता है। इससे उसके कॉन्फिडेंस में भी वृद्धि होती है।

हमउम्र बच्चों के साथ खेलना: अपने बच्चे के उम्र के दूसरे बच्चों को घर बुलाएं। हमउम्र बच्चों के साथ खेलना और बातचीत करना बच्चे के लिए घुलने-मिलने को आसान बनाता है। इससे बच्चे की कम्युनिकेशन स्किल्स भी बेहतर होती हैं और वह दूसरों के साथ सहज महसूस करता है।

अगर माता-पिता इन तरीकों को अपनाएं तो बच्चों में सोशल स्किल्स का विकास होता है और उनकी झिझक भी दूर होती है। इससे बच्चे स्कूल और जीवन दोनों में आगे बढ़ सकते हैं।



बरसात में बच्चों की यूं करें देखभाल, तो वे नहीं पड़ेंगे बार-बार बीमार

मानसून में मच्छरों और संक्रमण पैदा करने वाले कीटाणुओं का खतरा बढ़ जाता है जो निरसंदेह आपके बच्चों के लिए हानिकारक होते हैं। ऐसे मामलों से बचने के लिए माता-पिता को अपने शिशुओं का ध्यान रखने के लिए एक्स्ट्रा एफर्ट करने की जरूरत होती है। इस आर्टिकल में हम कुछ ऐसे ही टिप्स के बारे में जानेंगे जिनसे बच्चे को बीमार पड़ने से बचाया जा सके।

माता-पिता बारिश के मौसम में अपने बच्चों को ऐसे रखें ख्याल

मानसून बहुत जल्द दस्तक देने जा रहा है, जो धीरे-धीरे गर्मी का प्रचंड रूप शांत करके लोगों को राहत दिलाएगा। वहीं, गर्मी से बेहाल लोग भी बेसब्री से बारिश का इंतजार कर रहे हैं। हालांकि, यह मौसम दूसरों के लिए जितना सुकून लेकर आएगा, नए माता-पिता के लिए उसनी ही परेशानियां क्योंकि मानसून का महीना केवल बारिश ही नहीं बल्कि बीमारी के लिए भी मशहूर है। ऐसे में नए पैरेंट्स अपने बच्चे का ख्याल कैसे रखें यह सबसे बड़ा सवाल है। इस आर्टिकल में हम इसी के बारे में जानने की कोशिश करेंगे कि मानसून के दौरान छोटे बच्चों को बीमारियों से कैसे बचाकर रखें।

मानसून में बच्चों को बीमारी से कैसे बचाएं?

बारिश के मौसम में पानी से होने वाले संक्रमण का खतरा काफी बढ़ जाता है, ऐसे में बच्चों के बीमार पड़ने की संभावना भी अधिक रहती है। इसलिए पहली बार माता-पिता बने कपल को अपने बच्चे को मानसून में स्वस्थ रखने के लिए अधिक सावधानी बरतने की जरूरत होती है। इसके लिए आदतों में कुछ बदलाव और थोड़ी सावधानी आपका काम काफी आसान कर सकती है।

बारिश से बचाएं

कोशिश करें कि अपने बच्चे को बारिश में भीगने से बचाएं। इसके लिए छाते, रेनकोट और रेन बूट जैसी आजमाई हुई चीजें आपके काम आ सकती हैं। बच्चों को बाहर ले जाने से पहले ध्यान दें कि उनके पास सभी आवश्यक चीजें हैं। बरसात के मौसम के दौरान, तापमान में भी तेजी से गर्माहट और ठंडक का अनुभव होता है। वहीं नमी से बचने के लिए बच्चों को आरामदायक सूती कपड़े पहनाएं, लेकिन जब मौसम ठंडा हो जाए, तो उन्हें थोड़े मोटे कपड़े पहनाएं। ध्यान रखें कि बच्चे के कपड़े पूरी तरह सूखे हों क्योंकि बरसात के मौसम में कपड़े नमी सोख लेते हैं, जिससे फंगल इंफेक्शन हो सकता है।

डायपर गीला न रहे

बरसात के मौसम में बच्चे को एक मिनट के लिए भी गीला डायपर न पहनने दें। सर्द या बरसात के दिनों में बच्चे अन्य मौसमों की तुलना में अधिक पेशाब करते हैं, जिससे उनकी स्किन पर रैशेज हो सकते हैं। इसके अलावा इंफेक्शन का खतरा भी बढ़ जाता है और उन्हें ठंड भी लग सकती है। इसलिए, याद रखें कि जैसे ही आपको लगे कि आपके बच्चे की नैपी गीली या गंदी हो गई है, तो उसे तुरंत बदल दें।

बीमारियों को नजरअंदाज न करें

बचपन में सही पोषण और हेल्दी लाइफस्टाइल बच्चे के संपूर्ण विकास के लिए बहुत जरूरी है। यह न सिर्फ उसकी हाइट, हड्डियों की मजबूती बल्कि दिमागी विकास में भी मदद करता है। हर माता-पिता चाहते हैं कि उनका बच्चा लंबा, तंदुरुस्त और तेज दिमाग वाला हो। इसलिए वे बच्चों के खानपान का खास ध्यान रखते हैं।

क्या दूध पीने से बच्चों की हाइट बढ़ती है?

दूध को पारंपरिक रूप से संपूर्ण आहार माना जाता है। इसमें मौजूद कैल्शियम, प्रोटीन और विटामिन बच्चों की हड्डियों और मांसपेशियों को मजबूत करते हैं। अक्सर हम सुनते हैं कि दूध पीने से लंबाई बढ़ती है। डॉक्टरों का कहना है कि दूध सीधे तौर पर लंबाई नहीं बढ़ाता लेकिन यह उन पोषक तत्वों की पूर्ति करता है जो हाइट ग्रोथ में मदद करते हैं। यानी अगर दूध को बैलेंस डाइट और एक्टिव लाइफस्टाइल के साथ लिया जाए तो यह हाइट बढ़ाने में मददगार हो सकता है।

हाइट किन बातों पर निर्भर करती है?

अनुवांशिकता : माता-पिता की हाइट का सीधा असर बच्चों पर पड़ता है। अगर माता-पिता लंबे हैं तो बच्चों के लंबे होने की संभावना ज्यादा होती है। पोषण : सही और संतुलित पोषण से हड्डियों और मांसपेशियों का विकास सही ढंग से होता है। बच्चों की डाइट में प्रोटीन, कैल्शियम, आयरन और जरूरी विटामिन होना चाहिए। फिजिकल एक्टिविटी : योग, स्ट्रेचिंग, स्विमिंग और आउटडोर खेल बच्चों की हड्डियों को मजबूत बनाते



बुखार, शारीरिक दर्द, छींक आना और अन्य लक्षण मानसून से संबंधित बीमारियां हो सकती हैं। इसके अलावा इस मौसम में वायरल इंफेक्शन होने का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे कोई भी लक्षण नजर आने पर सीधे अपने डॉक्टर से संपर्क करें और बीमारी से लड़ने के लिए उचित सावधानी बरतें, भले ही यह शुरुआती दौर में ही क्यों न हो।

मच्छरों को दूर रखें

मच्छर के काटने से नवजात शिशु को गंभीर परेशानियां हो सकती हैं, जिससे उनके शरीर पर रेडनेस और सूजन भी हो सकती है। ऐसे में बच्चे के मच्छरदानी में रखें, जिससे वे अच्छी और भरपूर नींद सो सकें। वहीं शाम के वक्त उन्हें पूरी तरह से ढके हुए



हैं। माता-पिता बच्चों के साथ समय बिताने और उन्हें एक्टिव रखें।

नींद : गहरी नींद के दौरान ग्रोथ हार्मोन रिलीज होते हैं। बच्चों को हर दिन 8-10 घंटे की नींद जरूर देनी चाहिए।

दूध पीने का सही समय और तरीका

दूध सुबह या रात को सोने से पहले देना सबसे अच्छा माना जाता है। दूध में ज्यादा मीठा या चॉकलेट पाउडर न मिलाएं। इससे पोषण कम हो सकता है। दूध को हल्का गर्म करके देना बेहतर है ताकि वह जल्दी पच सके। अगर बच्चा दूध नहीं पीता या उसे लैक्टोज इन्टॉलरेंस है तो आप फॉर्टिफाइड सोया मिल्क, बादाम मिल्क या ओट मिल्क दे सकते हैं।

बच्चे की हाइट नहीं बढ़ रही तो क्या करें?

बच्चे की डाइट में प्रोटीन, कैल्शियम, आयरन और विटामिन शामिल करें। दूध, अंडा, दालें, हरी सब्जियां, फल और नट्स रोजाना खिलाएं। बच्चे को रोज खेल-कूद, योग और एक्सरसाइज के लिए प्रोत्साहित करें। पर्याप्त नींद (8-10 घंटे) दिलाना जरूरी है। इसके बावजूद हाइट नहीं बढ़ रही है तो डॉक्टर से सलाह जरूर लें।

क्या खिलाने से बच्चों की हाइट बढ़ सकती है?

बच्चों को प्रोटीन, आयरन, कैल्शियम, विटामिन डी और जिंक युक्त आहार देना चाहिए। दूध, दही, अंडा, हरी सब्जियां, दालें, अंकुरित अनाज और फल इनकी डाइट का हिस्सा हों। जंक फूड और सॉफ्ट ड्रिंक्स से बचाव जरूरी है।

क्या लटकने से लंबाई बढ़ती है?

हां, लटकने से रीढ़ की हड्डी पर खिंचाव आता है जिससे लंबाई बढ़ाने में थोड़ी मदद मिलती है। यह एक्सरसाइज पोश्चर सुधारने और मांसपेशियों को मजबूत करने में भी मदद करती है। लेकिन सिर्फ लटकने से लंबाई नहीं बढ़ती, इसके साथ अच्छी डाइट, पर्याप्त नींद और अन्य एक्सरसाइज जरूरी हैं। दूध बच्चों के विकास में सहायक जरूर है, लेकिन यह अकेले लंबाई नहीं बढ़ा सकता। इसके लिए संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, अच्छी नींद और स्वस्थ जीवनशैली जरूरी है। माता-पिता को चाहिए कि वे बच्चों को संपूर्ण पोषण दें और उनके मानसिक व शारीरिक विकास पर ध्यान दें।

इसलिए उनकी यादों को बनने से रोकना नहीं है बल्कि सही देखभाल के जरिए उन्हें बरसात के मौसम का अधिकतम लाभ उठाने देना है।

आसमान की रानी फिलीपाइन ईगल

तेजी से लुप्त होते पक्षियों की श्रेणी में आती है फिलीपाइन ईगल। यह चील प्रजाति की ही है, पर दूसरी चीलों से अधिक बड़ी और ताकतवर होती है। यह मुख्य तौर से फिलीपींस में पाई जाती है। पशुओं का अध्ययन करने वाले वैज्ञानिक कहते हैं कि जिस तरह जंगल का राजा शेर होता है, उसी तरह फिलीपाइन ईगल आसमान की रानी है। इसे 4 जुलाई 1995 को फिलीपींस की नेशनल बर्ड घोषित किया गया था।

तीसरी बार थाईलैंड ओपन के फाइनल में सात्विक-चिराग की जोड़ी पहुंची

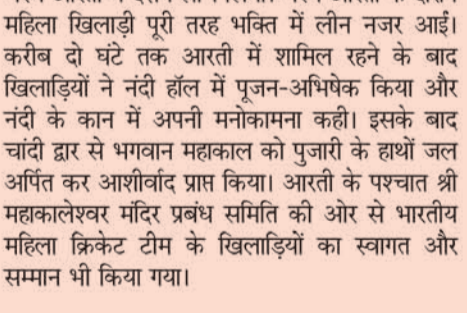


बैंकॉक (एजेंसी)। थाईलैंड ओपन सुपर 500 बैडमिंटन टूर्नामेंट में भारतीय जोड़ी सात्विक साइराज रंकीरेड्डी और चिराग शेट्टी ने शानदार खेल का प्रदर्शन करते हुए पुरुष युगल फाइनल में प्रवेश कर लिया है। उन्होंने तीन गेम के रोमांचक सेमीफाइनल मुकाबले में मलेशिया के गोह जे फेइ और नूर इजुद्दीन को मात दी। दुनिया की चौथे नंबर की जोड़ी सात्विक और चिराग ने नौवीं रैंकिंग वाली मलेशियाई जोड़ी से 82 मिनट में 19-21 से पहला गेम हारने के बाद लगातार दो गेम 22-20, 21-16 से जीत लिया। फाइनल मैच में भारतीय जोड़ी का मुकाबला इंडोनेशिया के लियो रोली कानांडो और डेनियल मार्टिन की जोड़ी से होगा। ये भी उल्लेखनीय है कि ये भारतीय जोड़ी तीसरी बार फाइनल में प्रवेश की है। इससे पहले ये जोड़ी 2019 और 2024 में खिताब जीतकर इतिहास रचा था। मलेशियाई जोड़ी के खिलाफ उनका रिकॉर्ड 7-2 का था लेकिन गोह और इजुद्दीन ने पिछले साल इंडिया ओपन सुपर 750 टूर्नामेंट में उन्हें हराया था। सेमीफाइनल मैच में मलेशियाई जोड़ी ने अच्छी शुरुआत करके 3-1 की बढ़त बना ली लेकिन सात्विक और चिराग ने स्कोर 5-5 से बराबर कर लिया। पहले गेम में मलेशियाई जोड़ी ने ब्रेक तक 11-8 की बढ़त बना ली। चिराग की गलती से शटल नेट में चली गई और अंतर बढ़ गया। पहला गेम मलेशियाई जोड़ी ने 21-19 से जीता। इसके बाद दूसरे गेम में मुकाबला बराबरी का था और स्कोर 3-3 से 6-6 हो गया। भारतीय जोड़ी ने 9-6 की बढ़त बना ली लेकिन चिराग के एक रिटर्न पर शटल नेट में जाने से बढ़त 10-9 की रह गई। ब्रेक के बाद फिर स्कोर 13-13 हो गया। चिराग ने भारत को 16-14 से बढ़त दिलाई लेकिन फिर रिटर्न नेट में जाने से स्कोर 16-16 हो गया। भारतीय जोड़ी ने फिर 19-16 की बढ़त बनाई और एक समय स्कोर 20-20 था जब भारतीय जोड़ी ने इजुद्दीन का शॉट वाइड जाने पर यह गेम जीता। निर्णायक गेम में भारतीय जोड़ी हथकी रही और मलेशियाई जोड़ी वापसी नहीं कर पाई। जिससे भारतीय जोड़ी ने 21-16 से गेम और मैच जीत लिया।

भारतीय महिला क्रिकेट टीम ने उज्जैन-में बाबा महाकाल का आशीर्वाद लिया

● हरमनप्रीत और कोच ने नंदी के कान में कही अपनी मनोकामना

उज्जैन (एजेंसी)। विश्व प्रसिद्ध श्री महाकालेश्वर मंदिर में शनिवार सुबह भारतीय महिला क्रिकेट टीम के खिलाड़ियों ने बाबा महाकाल के दरबार में हार्जिरी लगाई। टीम की कप्तान हरमनप्रीत कौर सहित अन्य खिलाड़ियों ने तड़के भस्म आरती में शामिल होकर भगवान महाकाल का आशीर्वाद लिया। जानकारी के अनुसार भारतीय महिला क्रिकेट टीम के सदस्य तड़के करीब 3 बजे मंदिर पहुंचे। इस दौरान कप्तान हरमनप्रीत कौर के साथ कोच भी शामिल हुए। कप्तान हरमनप्रीत के साथ प्रवीण शर्मा, अमोल मुजुमदार, अरुंधति, शेर सिंह, अनिरुद्ध, भारती, साल्वी, श्रेयंका, रेणुका, राखी, धनंजय, नंदीनी, सचिन, पूर्वा, यस्तिका, शौफाली, दीपि, ममता, राधा, क्रांति, रुचा, मुनीश, नल्लापु, गोल्डाने सहित अन्य खिलाड़ी मौजूद रहे। सभी खिलाड़ियों ने ज्योतिर्लिंग भगवान श्री महाकालेश्वर की प्रातःकालीन भस्म आरती में दर्शन लाभ लिया। भस्म आरती के दौरान महिला खिलाड़ी पूरी तरह भक्ति में लीन नजर आईं। करीब दो घंटे तक आरती में शामिल रहने के बाद खिलाड़ियों ने नंदी हॉल में पूजन-अभिषेक किया और नंदी के कान में अपनी मनोकामना कही। इसके बाद चांदी द्वार से भगवान महाकाल को पुजारी के हाथों जल अर्पित कर आशीर्वाद प्राप्त किया। आरती के पश्चात श्री महाकालेश्वर मंदिर प्रबंध समिति की ओर से भारतीय महिला क्रिकेट टीम के खिलाड़ियों का स्वागत और सम्मान भी किया गया।



पाकिस्तानी कप्तान फातिमा सना ने जड़ा महिला टी-20 का सबसे तेज अर्धशतक

कराची (एजेंसी)। पाकिस्तान महिला टीम के कप्तान फातिमा सना ने टी20 इंटरनेशनल क्रिकेट में इतिहास रच दिया है। उन्होंने 15 गेंदों में फिफ्टी जड़ा कर महिला टी20 इंटरनेशनल में सबसे तेज अर्धशतक बनाने का रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया है। सना ने ये उपलब्धि कराची में जिम्बाब्वे के खिलाफ तीसरे टी-20 मैच के दौरान हासिल की। इसके साथ 24 साल की सना ने न्यूजीलैंड की सोफी डिव्वाइन, ऑस्ट्रेलिया की फीबी लिचफील्ड और भारत की ऋचा घोष के पिछले रिकॉर्ड को तोड़ दिया, जिन्होंने 18-18 गेंदों में अपनी फिफ्टी बनाई थी।

पाकिस्तान ने 133 रनों जीता मैच - मैच की बात करें तो पाकिस्तान ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करने का फैसला किया। फातिमा सना

महिला टी-20 में सबसे तेज फिफ्टी

- फातिमा सना (पाकिस्तान) - 15 गेंदें बनाम जिम्बाब्वे (15 मई, 2026)
- सोफी डिव्वाइन (न्यूजीलैंड) - 18 गेंदें बनाम भारत (11 जुलाई, 2015)
- फीबी लिचफील्ड (ऑस्ट्रेलिया) - 18 गेंदें बनाम वेस्टइंडीज, (2 अक्टूबर, 2023)
- ऋचा घोष (भारत) - 18 गेंदें बनाम वेस्टइंडीज (19 दिसंबर, 2024)
- निदा डार (पाकिस्तान) - 20 गेंदें बनाम दक्षिण अफ्रीका (22 मई, 2019)

सिर्फ 19 गेंदों में 62 रन बनाकर नाबाद रहीं। अपनी इस पारी में उन्होंने 10 चौके और दो छक्के लगाए। इसकी बदौलत पाकिस्तान का स्कोर 4 विकेट पर 223 रन तक पहुंच गया। यह महिला टी-20 में पाकिस्तान का दूसरा सबसे बड़ा स्कोर है। इससे पहले इसी सीरीज में पाकिस्तान

टी-20 में पाकिस्तान की तरफ से सबसे तेज फिफ्टी

सना की जबरदस्त पारी से पहले, टी-20 में किसी पाकिस्तानी खिलाड़ी द्वारा सबसे तेज फिफ्टी बनाने का रिकॉर्ड निदा डार के नाम था, जिन्होंने 2019 में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ 20 गेंदों में यह कारनामा किया था। इसके अलावा सना ने महिला टी20 क्रिकेट में सबसे तेज फिफ्टी के रिकॉर्ड की भी बराबरी कर ली। उन्होंने 2022 में वारिकशायर के लिए मैरी केली और इसी साल न्यूजीलैंड के सुपर स्मैश टूर्नामेंट में ओटागो के लिए लॉरा हैरिस की उपलब्धि की बराबरी की।

ने 237 रन बनाए थे। जवाब में वेस्टइंडीज की पूरी टीम 17.1 ओवर में ही 90 रनों पर ढेर हो गई। जिसके साथ पाकिस्तान ने मैच को 133 रनों से अपने नाम कर लिया।

फातिमा सना का 2026 में प्रदर्शन

2026 सना की फॉर्म अविश्वसनीय रही है। वह इस साल महिलाओं के टी-20 में पाकिस्तान की सबसे ज्यादा रन बनाने वाली खिलाड़ी हैं। उन्होंने पांच पारियों में 229 रन बनाए हैं, जिनका स्ट्राइक रेट 206.30 का है। उन्होंने इसी साल की शुरुआत में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ 41 गेंदों में 90 रन बनाकर टी-20 में अपना अब तक का सबसे बड़ा स्कोर भी बनाया था।

अंशुल कंबोज के दो ओवर में मिशेल ने लगातार 4 छक्के!

आईपीएल के इतिहास में पहली बार हुआ ऐसा



लखनऊ (एजेंसी)। आईपीएल 2026 में सीएसके- एलएसजी मैच अंशुल कंबोज के लिए एक बुरे सपने जैसा साबित हुआ। इस सीजन अपनी शानदार गेंदबाजी से छाप छोड़ने वाले सीएसके के इस युवा गेंदबाज ने एलएसजी के खिलाफ एक ऐसा अनचाहा रिकॉर्ड बना दिया, जो आईपीएल के इतिहास में पहले कभी नहीं देखा गया था। लखनऊ के इकाना स्टेडियम में अंशुल आईपीएल 2023 में कोलकाता नाइट राइडर्स के खिलाफ एक ही मैच के दो अलग-अलग ओवरों में लगातार चार-चार छक्के लगे। एलएसजी के विस्फोटक बल्लेबाज मिशेल मार्श ने अंशुल की गेंदबाजी पर पूरी ताकत से हमला बोला। मैच के पांचवें ओवर में मार्श ने अंशुल की पहली चार गेंदों पर लगातार चार छक्के जड़े। इसके बाद,

निकोल्स पूरन ने 17वें ओवर में भी अंशुल की पहली चार गेंदों पर चार छक्के जड़े दिए। इसके साथ अंशुल कंबोज आईपीएल के इतिहास में दो ओवर में लगातार चार-चार छक्के खाने वाले पहले गेंदबाज बन गए। इसके अलावा एक ही पारी में अपनी 10 गेंदों पर 8 छक्के खाने वाले दूसरे गेंदबाज बन गए। इससे पहले, यह शर्माना रिकॉर्ड यश दयाल के नाम था। यश दयाल के खिलाफ आईपीएल 2023 में कोलकाता नाइट राइडर्स के बल्लेबाज ने 8 छक्के जड़े थे। ये भी उल्लेखनीय है कि अंशुल कंबोज आईपीएल 2026 में छक्के के सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले गेंदबाज हैं। उन्होंने अब तक 12 मैचों में 19 विकेट लिए हैं और पॉल कैप की रौड़ में तीसरे स्थान पर हैं।

- कंबोज ने 60 से ज्यादा रन लुटाए - अंशुल ने इस मैच में कुल 2.4 ओवर गेंदबाजी की और 63 रन लुटा दिए। उन्होंने कुल 16 गेंदें फेंकीं, जिनमें से 11 गेंदों पर चौके या छक्के लगे। आखिरी 10 गेंदों में अंशुल ने 8 छक्के और 1 चौका दिया, जबकि एक गेंद पर कोई रन नहीं बना। इस तरह, उन्होंने सिर्फ 10 गेंदों में 52 रन लुटा दिए।
- सीएसके के दूसरे सबसे महंगे गेंदबाज - इस खराब प्रदर्शन के साथ अंशुल कंबोज चेन्नई सुपर किंग्स के दूसरे सबसे महंगे गेंदबाज भी बन गए। इससे पहले, खलील अहमद ने 2025 में रॉयल चैलेंजर्स बैंगलोर के खिलाफ 3 ओवर में 65 रन दिए थे। जबकि लुंगी एनगिंडी 2021 में 4 ओवर में 62 रन खर्च किए थे। जिससे वो सीएसके के तीसरे सबसे महंगे गेंदबाज हैं।

रनों की पारी से चेन्नई हारा - मैच की बात करें तो सीएसके ने कार्तिक शर्मा के 71 रनों की बदौलत इकाना क्रिकेट स्टेडियम में 187/5 का स्कोर खड़ा किया। जवाब में लखनऊ ने मार्श के 90 रनों की बदौलत 16.4 ओवर में 3 विकेट खोकर ही लक्ष्य को आसानी से हासिल कर लिया।

आईपीएल 2026 के बीच

हार्दिक पांड्या 22 मई को महिका शर्मा के साथ ले सकते हैं सात फेरे

मुंबई (एजेंसी)। भारतीय ऑलराउंडर हार्दिक पांड्या क्रिकेट के साथ- साथ अपनी प्राइवेट लाइफ को लेकर भी अक्सर चर्चा में रहते हैं। उन्हें लेकर सोशल मीडिया पर एक बार फिर कुछ रिपोर्ट्स सामने आई हैं। इनमें एस दावा किया जा रहा है कि पांड्या आईपीएल 2026 के सीजन के बीच ही



एक बार फिर शादी के बंधन में बंध सकते हैं। हालांकि दोनों को कई बार कई जगहों पर साथ- साथ भी देखा गया है। रिपोर्ट्स में किए जा रहे दावों के अनुसार दोनों 22 मई को एक बेहद निजी तरीके से शादी कर सकते हैं। फिलहाल इसे लेकर कोई भी ऑफिशियल बयान सामने नहीं आया है।

पहला विवाह और तलाक

जानकारी के लिए बता दें कि हार्दिक पांड्या पहले भी अपनी निजी जिंदगी को लेकर चर्चा में रह चुके हैं। उन्होंने साल 2020 में लॉकडाउन के दौरान 31 मई को मॉडल नताशा स्टेनकोविक से शादी की थी। दोनों का यह रिश्ता लंबा नहीं चल सका और शादी के करीब 4 साल बाद, जुलाई 2024 में दोनों ने आधिकारिक तौर पर अलग होने (तलाक) का फैसला कर लिया। पहली शादी से हार्दिक का एक बेटा है, जिसका नाम अगस्त्य पांड्या है। भले ही हार्दिक और नताशा का रिश्ता खत्म हो चुका है, लेकिन माता-पिता के तौर पर दोनों मिलकर अपने बेटे की परवरिश (को-पेरेंटिंग) कर रहे हैं। नताशा से अलग होने के बाद हार्दिक का नाम कुछ अन्य महिलाओं के साथ भी जोड़ा गया, लेकिन अब महिका शर्मा के साथ उनकी शादी की खबरें सबसे ज्यादा चर्चा में हैं।

मिक्सड मार्शल आर्ट्स में 19 जुलाई को भिड़ेंगे भारत और पाकिस्तान के फाइटर

कुआलालंपुर (एजेंसी)। भारत और पाकिस्तान के खिलाड़ी एक बार फिर आमने सामने आने वाले हैं। लेकिन ये महा मुकाबला क्रिकेट का मैदान नहीं बल्कि मार्शल आर्ट्स का रिंग होगा। दरअसल मलेशिया के कुआलालंपुर में होने वाली मलेशिया स्टाइक एमएमए चैंपियनशिप में भारत के संग्राम सिंह और पाकिस्तान के आबिद अली आमने सामने होंगे। इस बहुप्रतीक्षित मुकाबले का आयोजन रविवार, 19 जुलाई को होगा। ये भारतीय मिक्सड मार्शल आर्ट्स के लिए एक ऐतिहासिक पल होगा, क्योंकि संग्राम प्रतिष्ठित एशिया चैंपियनशिप खिताब के लिए मुकाबला करने वाले

पहले भारतीय फाइटर बन जाएंगे। बता दें कि संग्राम सिंह कामनवेल्थ हैवीवेट चैंपियन हैं और मलेशिया स्टाइक एमएमए चैंपियनशिप उनकी चौथी प्रोफेशनल एमएमए मुकाबला होगा। संग्राम इस मुकाबले के बारे में क्या कहा? आने वाली चुनौती के बारे में बात करते हुए संग्राम ने कहा, 'हो सकता है कि मुझे अभी आबिद अली की उम्र के बारे में ज्यादा जानकारी न हो, लेकिन मैं जानता हूँ कि वह एक अनुभवी फाइटर हैं जिन्होंने कई एमएमए मुकाबले जीते हैं। मलेशिया स्टाइक एमएमए चैंपियनशिप में एशिया चैंपियनशिप खिताब के लिए भारत का प्रतिनिधित्व करना मेरे लिए अत्यंत गर्व की बात है।'



संग्राम ने आगे बताया कि इस मुकाबले के लिए वह 83-89 किलोग्राम

भार वगं में हिस्सा लेंगे। उन्होंने भारत-पाकिस्तान के बीच होने वाले खेल मुकाबले से जुड़े दबाव को स्वीकार किया, लेकिन साथ ही यह भी कहा कि यह चुनौती उन्हें और भी ज्यादा उत्साहित करती है। भारतीय पहलवान संग्राम सिंह ने कहा, 'जब भी भारत और पाकिस्तान के बीच मुकाबला होता है, तो स्वाभाविक रूप से भावनाएं चरम पर होती हैं, क्योंकि दोनों देशों के प्रशंसक हमेशा अपनी टीम की जीत चाहते हैं। इसमें दबाव तो होता है, लेकिन साथ ही उत्साह भी होता है। यह मेरे लिए एक बहुत बड़ी चुनौती है और मैं पूरी एकाग्रता के साथ इसकी तैयारी कर रहा हूँ।'

आज प्लेऑफ की जंग में आमने-सामने होंगे पंजाब किंग्स और आरसीबी

धर्मशाला (एजेंसी)। वेलेंजर बेंगलुरु के बीच आईपीएल 2026 का 61वां मुकाबला रविवार को धर्मशाला के हिमाचल प्रदेश क्रिकेट एसोसिएशन स्टेडियम में खेला जाएगा। प्लेऑफ की रेस के लिहाज से यह मुकाबला दोनों टीमों के लिए बेहद महत्वपूर्ण माना जा रहा है। लगातार हार से दबाव में पंजाब किंग्स-श्रेयस अय्यर की कप्तानी वाली पंजाब किंग्स ने इस सीजन शानदार शुरुआत की थी और शुरुआती सात में से छह मुकाबले जीते थे। लेकिन इसके बाद टीम की लय पूरी तरह बिगड़ गई और पीवीकेएस को लगातार पांच हार का सामना करना पड़ा। पंजाब फिलहाल 12 मैचों में 13 अंकों के साथ पॉइंट्स टेबल में चौथे स्थान पर है। टीम को प्लेऑफ की उम्मीदें मजबूत करने के लिए यह मुकाबला हर हाल में जीतना होगा। शानदार फॉर्म में आरसीबी-डिफेंडिंग चैंपियन आरसीबी इस सीजन बेहतरीन फॉर्म में नजर आई है।

