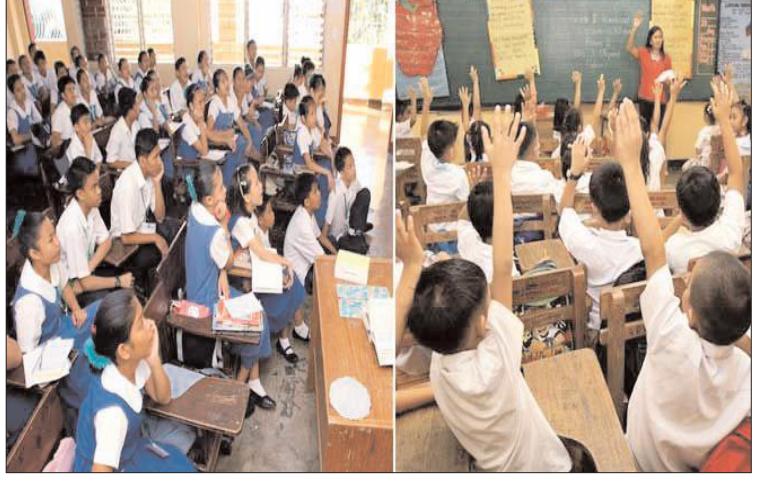


सम्पादक की कलम से....

रामपाहूकीय

नई शिक्षा नीति भारत के भविष्य को गढ़ने का सुनहरा अवसर



मानसिक तनाव के इस बढ़ते ग्राफ को कम, बच्चों के उचित आंकलन विधि से ही संबंध है। उसकी विशेषता यह भी है कि बच्चों का आंकलन केवल ढाई-तीन घंटे की लिखित परीक्षा से ना किया जाए। विद्यार्थी के प्रवेश लेने से अंत तक उसका आंकलन चलता रहेगा। मदामा गांधी जी ने कहा था कि “शिक्षा से मेरा तात्पर्य बालक और मनुष्य के शरीर, मन, तथा आत्मा के सर्वांगीण एवं सर्वोत्कृष्ण विकास से है” इश्विक्षा एक उद्देश्यपूर्ण सामाजिक क्रिया है, जिसके द्वारा व्यक्ति की जन्मजात अंतर्निहित शक्तियों का विकास से सभव हो पाता है। जिससे व्यक्ति सत्त्वम्, शिक्षा, सुन्दरम् का वित्तन करने योग्य बन सके। वर्तमान में बेहतर तरीके से जीना ही हमारे शिक्षा का उद्देश्य है। जीन की सार्थकता तभी है जब वो हमारी जीवन में उतरे। दुनिया ने दिन तेजी से बदल रही है। कोरोना के इस संक्रमण काल में सक्रिय रहकर इनेवेटिंग के लिए अनुपम तोहफा है।

इस त्रिकारिका रिपोर्ट ने शिक्षिकाओं, बुद्धिजीवियों के लिए एक नयी और व्यापक दृष्टि दी। इस तारतम्य में जो दूर राष्ट्रीय शिक्षा नीति हमारे सामने आयी है। उसकी विशेषता शिक्षा का अधिकार का नयन के द्वारा में पूर्व माध्यमिक शिक्षा से लेकर 12वीं तक की पढ़ाई आसान हो जायेगी। दूसरी राष्ट्रीय शिक्षा नीति बन जाने से पर्यावरण हैपी तो होगी ही तथा नागरिकों को समाज को जीवन बनाने के साथ ही समयानुसार उसमें परिवर्तन की भी गुनाजश होगी। तीसरी विशेषता शिक्षार्थी अनुपात 1:30 हो जाने से शिक्षक विद्यार्थियों को समझकर उनकी समझाओं से रस्कूल हो पायेंगे। बुहस्तरीय (मल्टी लेबल) विशेषक के तरीकों को अनानन्द आज की एक महोरी आवश्यकता है। समय के साथ तेजी से होने वाले बदलाव में यह विशेषक कारण होगी। बालकों की चंद्रलता, निकपटा, बालकपन, सहजा की हड्डी सी गई। जिसे वास्तविक, मौलिक नियन्त्रण की आवश्यकता है। चार्नल चैपलेन की कहानी ही है कि जात वालों में चार्नल तक लोगों की तलाश करनी होगी। चौथी विशेषता मिडिल टर्स पर 6वीं से 8वीं तक वोकेशनल ट्रेनिंग पर भी जीर दिया जायेगा साथ ही 6वीं से कोडिंग भी सिखायी जायेगी। जिससे विद्यार्थी स्कूल के बाद कोई न कोई एक स्किल के साथ ही निकलेगा। पांचवीं विशेषता कहानी सुनाना, रंगमंच, समूह में पठन, लेखन जैसी बातें भी खास होंगी। लड़कियों को भावनात्मक वातावरण देने का सुखाव भी है। छठवीं विशेषता रेमेंडियल (उपचारात्मक) विशेषक को मुख्य धारा में शामिल करना।

शिक्षकों को भी नये टेक्निक के इस्तेमाल के काबिल बनाना। विषयवस्तु के बोल्कों को कम कर ताकि वे विशेषज्ञ क्षमता को बढ़ाना। वर्तमान शिक्षा पद्धति सूचना के भेंटर तो ही साथ ही साथ एक बच्चे में वैशिक नैतिक और मानवीय मूल्यों का समुचित विकास नहीं कर पाया है। अधिक अंक प्राप्त करने की अधी थी होइ में जीवन करना साथ में जीन नहीं कर सकता है। अधिक अंक प्राप्त करने में भी समझ होगा। अंत में प्राथमिक सर्व पर बहुभावित को प्राथमिकता देनी से पांचवीं तक मार्गभाषा का इस्तेमाल करना, जिससे बच्चे और शिक्षक में संवाद की स्थिति बेहतर हो सके। संवाद की सुगमता सीखने को प्रक्रिया को आसान बनाती है। बच्चे का बचपन गम हो चुका है, उसे फिर से खोज निकालने की उनकी सुनशीलता को नैयार्थिक रूप से बढ़ाने की बहुत उत्कृष्ट पहल है, ताकि बच्चा रोते हुए नहीं बॉलिंग खुश होते हुए स्कूल जाए। विद्यार्थी को उसके वास्तविक किरदार से मिलाने एवं उसकी अनन्त जिज्ञासा को सही स्तर तक पहुंचाने में यह शिक्षा नीति कितनी सफल हो पायेगी?

आज का राशिफल

यह राशिफल जन्म राशि पर आधारित है। व्यक्ति के जन्म के समय चंद्रमा जिस राशि पर थे, वही उसकी जन्म राशि होती है। यदि राशि की जानकारी आपको नहीं है तो अपने नामाक्षर से राशिफल देखें।

मेष (चू, वै, घो, ला, ली, वृ, लै, लो, अ) : आज भाव्य से कोई नया प्रस्ताव मिल सकता है। सरकारी काम आसानी से बन जाएंगे। अधिकारी सहयोग करें। किसी चैरिटी आदि में धन खर्च करें। मित्रों के साथ पार्टी में जा सकते हैं।

वृषभ (ई, श, अ, औ, वा, ती, वृ, वै, तो) : सुख-सुविधाओं पर खर्च होगा। व्यक्तिगत मामलों में वातावरणी के जन्म देने वाली कोई बात ही सकती है। परिवार के साथ पार्टी में जा सकते हैं। कोई नया प्रत्यावरण यदि आज मिलता है।

मिथुन (क, वी, कृ, घ, इ, छ, कै, को, ह) : कार्यों को मन लगाकर पूरा करें। आपकी बढ़ते प्रभाव से कुछ लोगों को परेशानी हो सकती है। आज की गई मेहनत का पूरा फल ही होगा। इसी कारणकारण यदि कॉलेज को पढ़ाई के दौरान उन्हें कॉलेज छोड़ा भी पड़े तो उन्हें दिनों के आधार पर एक सर्टिफिकेट जरूर मिलेगा और यदि बदल में उसे लगे कि विषय परिवर्तन करना है तो यह भी समझ हो सकती है। कोई नया प्रत्यावरण यदि आज मिलता है।

कर्क (ली, कृ, है, लो, ता, दी, दू, दे, दो, दो, दो) : किसी योजना का विद्यान्वयन हो जाएगा। अधूरे काम भी किसी न किसी सहयोग से आज पूरे हो जाएगा। ईर्ष्याकृक नियन्त्रण लेने पड़ेंगे। भाग-दौड़ बनी रहेंगे, परंतु यात्रा करना आज ठीक नहीं होगा।

सिंह (मा, गी, मू, मौ, दा, दी, दू, दे, दो, दो, दो) : परिवार के बड़े सदस्यों की आज्ञा मन कर देंगे तो काफ़ी मिलेंगे। लाभ के एक से अधिक उत्तराव सापेने होंगे। चाहा गया सहयोग नहीं मिलने से काम खुद ही ही पूरे कर सकेंगे। जब भी साल होगा।

कन्या (टो, पा, घी, पू, घ, अ, ठ, दे, पै, पौ) : आज घर और बाहर दोनों जगह आपके काम की सहायता होगी। काम के बंद बड़े जाएंगे अतः पिछले दूसरे कामों को पहले पूरा कर ले। अधिकारी वर्ग में जाएंगे।

तुला (रा, दी, रू, ऐ, दो, ता, ती, तू, ते, तो) : आज काम बनने में थोड़ी असुविधा हो सकती है। विरोधियों से सावधान रहना होगा। प्रोपर्टी के खरीदेने वा बेचेने से संबंधी बात हो सकती है। पुराने मित्रों से मुलाकात होने की संभावना होगी।

वृश्चिक (तो, ना, नी, नू, ने, नो, या, यी, यु) : व्यावसायिक कार्यों का वित्तावर करने के लिए अतिरिक्त परिश्रम करना चाहेगा। सहयोग मिल जाने से थोड़ी आसानी हो जाएगी। व्यक्तिगत संबंधों में सौभार्द की भावना बढ़ने से मन प्रसन्न होगा।

धन (ये, यो, भ, भी, मू, धा, फा, दा, भे) : आज का दिन महत्वपूर्ण काम करने के लिए नहीं है। निजी सम्पत्तियों को अपने ऊपर हावी नहीं होने दें। परिवार के साथ समय बिताना आवश्यक है, चाहे तो कहीं आउटिंग के लिए जा सकते हैं।

मकर (भो, जा, जी, स्ती, खू, खो, घो, ग, गी) : आज स्वास्थ्य का ध्यान रखना होगा, परंतु काम पिर भी आसानी से बन जाएगा। लाभ की कोई नई योजना बनाकर उसपर करें। मित्रों विशेष सहयोगी बनकर सामने आएंगे।

कुंभ (ग, गे, गो, सा, सी, सु, से, सो, दा) : आज घर की बुजुर्ग सूची की सलाह काम आएगी, महत्वपूर्ण निर्णय लेते समय उसको नजरअंदाज न करें। यात्रा करना होता में नहीं होगा, बहुत ज़रूरी ही तो पहले मंदिर जाएंगे।

मीन (वी, द, थ, झ, झ, दे, दो, या, यी) : आज योग्यता दिखाने का उचित अवसर मिलेगा। लाभ देने वाली छोटी यात्रा की संभावना हो। बड़ी प्रतिस्पर्धा में भी विजयी होंगे। वाहन धीमी गति में चलाएं, अन्य कामों में भी जल्दबाजी ना करें।

यिकित्सा क्षेत्र में क्रांति का शंखनाद है अमृता अस्पताल

अध्यात्म और मानव कल्याण की दिशा में सरग्नहीन प्रयासों के लिये श्री माता अमृतानन्दमयी देवी (अम्मा) उनिश्चालन में मशहूर हैं। वे सारे विद्युत में अपने निःस्वार्थ प्रेम और करुणा के लिये जानी जाती हैं। उन्होंने अपना जीवन गरीबों तथा पीड़ितों की सेवा व जन साधारण के आध्यात्मिक उद्धार के लिये समर्पित कर दिया है। अपने निःस्वार्थ प्रेमपूर्ण आश्लेष से, गहन आध्यात्मिक सारस्विक वर्चनों से तथा संसार में व्याप्त अपनी सेवा संसार की उत्थान कर रही हैं, उन्हें प्रेरणा दे रही हैं, उनका संबल रही है और वे अपने निःस्वार्थ प्रेम के द्वारा बदल रही हैं। इसका एक नवीन एवं प्रेरक उद्दारण है प्रशिक्षण का सबसे बड़ा ग्राहिकेट अमृता अस्पताल। जो न केवल दिल्ली-एस्टीमोंपारा के लोगों के लिये अस्पताल बनेगा वरन् विदेशी लोगों के लिये भी एक नवीन एवं प्रेरक उद्दारण है।

प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी ने फरीदाबाद में लगाभग 6,000 करोड़ रुपये की लागत से 133 एकड़िक्षेत्र में बने 2,600 बेड वाले अमृता अस्पताल का उद्घाटन किया। अत्यधिक सुविधाओं से लैसे साथ, ग्रामीण क्षेत्रों में सकारात्मक परिवर्तन लाया जाएगा। अब तक इमें कुल 4,000 करोड़ रुपये खर्च किये जा चुके हैं। लगभग 1 करोड़ वर्ग फुट के इस क्षेत्र में बने 2,600 बेड वाले एक फोर स्टार होटल, मेडिकल कॉलेज, नर्सिंग कॉलेज, संबद्ध स्वास्थ्य विज्ञान केंद्र और एक बड़ा सुपर-स्पेशियलिटी अस्पताल बल्कि एक फोर स्टार होटल, मेडिकल कॉलेज, नर्सिंग कॉलेज, संबद्ध स्वास्थ्य विज्ञान केंद्र, एक पुनर्जीवन केंद्र और

मौसम बदला बुखार से जरा बचके

मौसम बदल रहा है कभी ठंडा कभी गर्मी के एहसास के चलते हम बीमार पड़ रहे हैं इस मौसम अपने साथ कई तरह की बीमारियां भी ला रहे हैं, जिनमें बुखार बड़ा कॉमन है। डेंगू के मामले भी बढ़ रहे हैं।

तथा है बुखार

जब हमारे शरीर पर कोई बैक्टीरिया या वायरस हमला करता है तो शरीर अपने आप ही उसे मारने की कोशिश करता है। इसी मकसद से शरीर जब अपना टेम्परेचर बढ़ाता है तो उसे बुखार कहा जाता है। अगर शरीर का तापमान सुधर के समय 99 डिग्री फारनहाइट से ज्यादा और शाम के बजाए 99.9 डिग्री फारनहाइट से ज्यादा है, तो बुखार माना जाता है। अब 98.4 नॉर्मल टेम्परेचर का कॉस्टेट बदल चुका है। मलेरिया और डेंगू में बुखार 101 से लेकर 103 डिग्री फारनहाइट तक पहुंच जाता है, जबकि वायरल में बुखार की रेंज को बता पाना काफी मुश्किल होता है।

खुद तथा करें

बुखार अगर 102 डिग्री तक है और कोई और खतरनाक लक्षण नहीं हैं तो मरीज की देखभाल घर पर ही कर सकते हैं। इसमें तीन चार दिन तक इंतजार कर सकते हैं। मरीज के शरीर पर सामान्य पानी की पट्टियां रखें। पट्टियां तब तक रखें, जब तक शरीर का तापमान कम न हो जाए। अगर इससे ज्यादा तापमान है तो फौरन डॉक्टर को दिखाएं। मरीज को एसी में रख सकते हैं, तो बहुत अच्छा है, नहीं तो पंखे में रखें। कई लोग बुखार होने पर चादर ओढ़कर लेट जाते हैं और सोचते हैं कि पसीना अनें से बुखार कम हो जाएगा, लेकिन इस तरह चादर ओढ़कर लेटना सही नहीं है। साफ-फाफई का पूरा खाल रखें। मरीज को वायरल है, तो उससे थोड़ी दूरी बनाए रखें और उसके ऊपर दूसरे और तीसरे तरह का डेंगू सबसे ज्यादा खतरनाक होता है। साधारण डेंगू बुखार अपने आप ठीक हो जाता है। और इससे जान का खतरा नहीं होता, लेकिन अगर किसी को डीएचएफ या डीएसएस है और उसका फौरन इलाज शुरू नहीं किया जाता तो जान जा सकती है। इसलिए यह पहचाना सबसे जरूरी है कि बुखार साधारण डेंगू है, डीएचएफ है या डीएसएस है।

बरतें ऐटियात

ठंडा पानी न पीएं, मैदा और बासी खाना न खाएं। खाने में हल्दी, अजवाइन, अदरक, हींग का ज्यादा-से-ज्यादा इस्तेमाल करें। इस मौसम में पते वाली सब्जियां, अरबी, फूलगोभी न खाएं। हल्का खाना खाएं, जो आसानी से पच रखके। पूरी नींद लें। मिर्च मसाले और तल हुआ खाना न खाएं, भूख से कम खाएं, पेट भर न खाएं। खूब पानी पीएं। छाँ, नारियल पानी, नीबू पानी आदि खूब पिएं। नक के अंदर की तरफ सरसों का तेल लगाकर रखें। इससे तेल की चिकनाहट बाहर से बैक्टीरिया को नाक के अंदर जाने से रोकती है। खाने में हल्दी का इस्तेमाल ज्यादा करें। सुबह आपा चम्मच हल्दी पानी के साथ या रात को आधा चम्मच हल्दी एक गिलास दूध के साथ लें। लेकिन अगर आपको नजला, जुकाम या कफ आई है तो दूध न लें। तब आप हल्दी को पानी के साथ ले सकते हैं। 8-10 तुलसी के पत्तों का रस शहद के साथ मिलाकर लें या तुलसी के 10 पत्तों को पानी में गिलास पानी में उबालें, जब वह आधा रह जाए तब उस पानी को पीएं।

तथा आपको
अचानक सिर के किसी एक हिस्से में बेहद दर्द होता है, जो डाक्टर के रख देता है? तथा इस कारण रोजमरा के कामों को करने में परेशानी होती है? ऐसा लगता है, मानो जब तक आराम न आ जाए, तब तक अधेरे कमरे में लैटे रहें? दर्द के साथ चपकर करा या उलटी की शिकायत भी होती है? यदि आपका जवाब हाँ है तो यह दर्द माझेन हो सकता है।

खुद से ही दर्द
निवारक दवाओं द्वारा इसे रोकने से बेहतर है कि आप तुरंत किसी डॉक्टर से संपर्क करें। पिछले कुछ समय में किशोरों व युवाओं में इसके मामले तेजी से बढ़े हैं।

FEVERS



डेंगू कैसे और कब

डेंगू मादा एडीज इन्जिनी मच्छर के काटने से होता है। इन मच्छरों के शरीर पर चीते जैसी धारियां होती हैं। ये मच्छर दिन में, खासकर सुबह शरीर के निचले हिस्सों पैरों आदि पर काटते हैं। डेंगू बरसात के मौसम और उसके पौरान बाद के महीनों यानी जुलाई से अक्टूबर में सबसे ज्यादा फैलता है। काटे जाने के 3-5 दिनों के बाद मरीज में डेंगू बुखार के लक्षण दिखने लगते हैं। शरीर में बीमारी पनपने की मियाद 3 से 10 दिनों की भी हो सकती है।

डेंगू के 3 रूप

- कलासिकल (साधारण) डेंगू बुखार
- डेंगू हैमरेजिक बुखार
- डेंगू शॉक सिंड्रोम

इन तीनों में से दूसरे और तीसरे तरह का डेंगू सबसे ज्यादा खतरनाक होता है। साधारण डेंगू बुखार अपने आप ठीक हो जाता है। साफ-फाफई का पूरा खाल रखें। मरीज को वायरल है, तो उससे थोड़ी दूरी बनाए रखें और उसके ऊपर दूसरे और तीसरे तरह का डेंगू सबसे ज्यादा खतरनाक होता है। खतरा नहीं होता, लेकिन इस तरह चादर औढ़कर लेटना सही नहीं है। साफ-फाफई का पूरा खाल रखें। मरीज को फौरन इलाज करना चाहिए। और इससे जान का खतरा नहीं होता, लेकिन अगर किसी को डीएचएफ या डीएसएस है और उसका फौरन इलाज शुरू करना चाहिए। मरीज को शुरू नहीं किया जाता तो जान जा सकती है। इसलिए यह पहचाना सबसे जरूरी है कि बुखार साधारण डेंगू है, डीएचएफ है या डीएसएस है।

बुखार कब जानलेवा

सभी बुखार जानलेवा या बहुत खतरनाक नहीं होते, लेकिन अगर डेंगू में हैमरेजिक बुखार या डेंगू शॉक सिंड्रोम हो जाए, मलेरिया दिमाग को चढ़ जाए, टायफायड का सही इलाज न हो, प्रेनेसी में वायरल हेपाटाइटिस या मैनिंजाइटिस हो जाए तो खतरनाक सावित हो सकते हैं। बच्चों का इयून स्प्रिटम मिलजोरा होता है इसलिए बीमारी उड़े हुए जल्दी जकड़ लेती है। ऐसे में उनकी बीमारी को नजरअंदाज न करें। खुले में ज्यादा रहते हैं और मच्छरों से काटे जाने का खतरा उनमें ज्यादा होता है। बच्चों को घर से बाहर पूरे कपड़े और जूते पहनाकर भेजें। मच्छरों के मौसम में बच्चों को निकर व टी-शर्ट न पहनाए। रात में मच्छर भगाने की क्रीम लगाएं। बच्चा बहुत ज्यादा रो रहा है, लगातार सोए जा रहा है, बेचैन हो, उसे तेज बुखार हो, शरीर पर रेशेज हों, उलटी हो या इनमें से कोई भी लक्षण हो तो फौरन डॉक्टर को दिखाएं।

लक्षण तथा क्या साधारण डेंगू बुखार

लक्षण तथा क्या साधारण डेंगू बुखार

ठंड लगने के बाद अचानक तेज बुखार। -सिर, मासपेशियों और जोड़ों में दर्द -आखों के पिछले हिस्से में दर्द होना, जो आखों को दबाने या हिलाने से और बढ़ जाता है। बहुत ज्यादा कमजोरी होना, भूख न होना और जी मिचलाना। गले में हल्का-सा दर्द होना। शरीर खासकर चेहरे, गर्दन और छाती पर, लाल-गुलाबी रंग के रेशेज। कलासिकल साधारण डेंगू बुखार करीब 5 से 7 दिन तक रहता है और मरीज ठीक हो जाता है। ज्यादातर मामलों में इसी किस्म का डेंगू बुखार होता है।

डेंगू हैमरेजिक बुखार

नाक और मसूड़ों से खून आना। शौच या उलटी में खून आना। स्किन पर गहरे नीले-काले रंग के छाँट या बड़े रेशेज पड़ जाना। साधारण डेंगू बुखार के लक्षणों के साथ ये लक्षण भी दिखाई देते हैं तो वह डीएचएफ हो सकता है। ब्लड टेस्ट से इसका पता लग सकता है।

डेंगू शॉक सिंड्रोम

इस बुखार में डीएचएफ के लक्षणों के साथ-साथ 'शॉक' की अवस्था के भी कुछ लक्षण दिखाई देते हैं।

जैसे- मरीज बहुत बेचैन हो जाता है और तेज बुखार के बावजूद उसकी स्किन ठंडी महसूस होती है। मरीज धीरे-धीरे होश खाने लगता है। मरीज की नाड़ी कभी तेज और कभी धीरे चलने लगती है। उसका ब्लडप्रेशर एकदम लो हो जाता है।

अगर मरीज को साधारण डेंगू बुखार है तो उसका इलाज व देखभाल घर पर कर सकती है। अगर बुखार 102 डिग्री फारनहाइट से ज्यादा और शाम के बजाए 99.9 डिग्री फारनहाइट से ज्यादा है, तो बुखार माना जाता है। अब 98.4 नॉर्मल टेम्परेचर का कॉस्टेट बदल चुका है। मलेरिया और डेंगू में बुखार 101 से लेकर 103 डिग्री फारनहाइट तक पहुंच जाता है, जबकि वायरल में बुखार की रेंज को बता पाना काफी मुश्किल होता है।

अगर डेंगू बुखार को साधारण डेंगू बुखार है तो उसका इलाज व देखभाल घर पर कर सकती है। अगर बुखार 102 डिग्री फारनहाइट से ज्यादा है तो मरीज के शरीर पर पानी की पट्टियां रखें। सामान्य रूप से स्लिप डिस्क, सर्वाइकल स्पॉन्डिलाइटिस, उदर रोग, अपचन, बायरु रोग, मानसिक तनाव, जोड़ों में दर्द तथा थकावट का शिकाया हो रहा है। आयुर्विक चिकित्सा के पास समुद्र के सांग-सांग व्यायाम या योग के लिए निरंतर तथा नियमित अध्यास से जरूर इसका समाधान संभव है। यहां कुछ आसान व्यायाम जैसे खड़ा रहना या तेज बाल लगाना है। योग के लिए नियमित अध्यास से जरूर इसका समाधान संभव है। यहां कुछ समय निकाल कर अपनी कामकाजी जिंदगी को दीर्घ

पैरालंपिक खेल : भारत को अपने सबसे बड़े दल से रिकॉर्ड पदकों की उम्मीद

एजेंटी ►► प्रेस

एशियाई खेलों में पदक जीतने वाले पैरालंपिक टीम ने

भारत ने बुधवार से यहां शुरू होने वाले पैरालंपिक खेलों के लिए 84 खिलाड़ियों का मजबूत दल भेजा है जिसने उसे रिकॉर्ड पदक जीतने की उम्मीद है। भारत ने 2021 में टोक्यो पैरालंपिक में पांच स्वर्ण सहित 19 पदक जीते थे और वह समग्र रैंकिंग में 24वें स्थान पर रहा था।

इसके तीन साल बाद भारत का लक्ष्य स्वर्ण पदकों की संख्या दोगेरे अंक में पहुंचाने और कुल 25 से अधिक पदक जीतना है। भारत ने यह लक्ष्य इसलिए तथा किया है क्योंकि इस बार उसका सबसे बड़ा दल इन खेलों में भाग लेगा। इसके अलावा भारतीय खिलाड़ियों ने हाल में अच्छा प्रदर्शन करके उम्मीद बढ़ा दी है।

भारत ने यह लक्ष्य इसलिए तथा किया है क्योंकि इस बार उसका सबसे बड़ा दल इन खेलों में भाग लेगा। इसके अलावा भारतीय खिलाड़ियों ने हाल में अच्छा प्रदर्शन करके उम्मीद बढ़ा दी है।

सुमित, अवनि स्वर्ण बचाने उत्तरेंगे

इनमें विश्व रिकॉर्डधारी भाला फैक खिलाड़ी सुमित अंतिल (एफ64) और रायकल निशनेवाज अवनि लेखरा (एफ64 या एफ64) और रायकल रिंडेंग एसएचा (एसएचा) जैसे स्वर्ण सितारे शामिल हैं। ये दोनों टोक्यो में जीते गए अपने स्वर्ण पदक का बचाव करने के लिए उत्तरेंगे।



एथलेटिक्स में 38 खिलाड़ियों से देश को उम्मीदें

भारत के लिए पैरा-एथलेटिक्स टीम ने अतीत में अच्छा प्रदर्शन किया है और इस बार भी एथलेटिक्स में भाग ले रहे 38 खिलाड़ियों से देश को काफी उम्मीद है। पदक के अन्य प्रमुख दावेदारों में पैरा तीरंदाज शीतल देवी शामिल हैं, जो अपने पैरों से निशाना लगाती है। उनके अलावा हांकाटो सेमा (शॉट पुट) और नारायण कौंगनापल्ले (रोवर) और कई अन्य खिलाड़ी पदक के दावेदार हैं।

सुमित व भाग्यश्री हांगे भारत के ध्वजगाहक

एशियाई पैरा खेलों में एफ34 स्पर्धा में रजत पदक जीतने वाले सुमित अंतिल और शॉट पुटर भाग्यश्री जाधव पैरालंपिक खेलों के इतिहास में पहली बार किसी स्टॉडियम के बाहर आयोजित होने वाले उदाघाटन समारोह में भारत के ध्वजगाहक होंगे।

भारत 12 खेलों में ले रहा भाग

भारत इस बार 12 खेलों में भाग ले रहा है, जबकि टोक्यो में 54 सदस्यीय टीम ने नौ खेलों में भाग लिया था। निशानेबाज मनीष नवाल और बैडमिंटन खिलाड़ी कृष्ण नाराधी उन खिलाड़ियों में शामिल हैं जो पिछले पैरालंपिक में जीते गए अपने स्वर्ण पदक का बचाव करने के लिए उतरेंगे।

तीरंदाजी ने हरविंदर होंगे पदक के दावेदार

पैरा तीरंदाजी में शीतल और हरविंदर सिंह पदक के दावेदारों में से होंगे। हरविंदर ने तोक्यो में पुरुषों की व्यक्तिगत रिकॉर्ड ओपन में कास्य पदक जीता था। तोक्यो में टेबल टेनिस में रजत पदक जीतने वाली भाविना नेम पटेल का लक्ष्य स्वर्ण पदक जीतना होगा। व्हीलचेयर पर बैठकर खेलने वाली खिलाड़ी महिला एकल एस4 और महिला युगल डी10 स्पर्धाओं में भाग लगाए।

खबर संक्षेप



मार्क वुड की जगह ओली इंग्लैंड टीम में

लंदन। इंग्लैंड ने श्रीलंका के खिलाफ मंगलवार से शुरू हो रहे दूसरे क्रिकेट टर्ने के लिये चोटिल मार्क वुड की जगह तेज गेंदबाज ओली स्टोन को टीम में जगह दी है। यह जून 2021 के बाद स्टोन का पहला टेस्ट मैनेजर रूप में पहला टेस्ट संपादक सेविंग करने से जोकी की।

इंग्लैंड टीम : ओली पोप (कप्तान), बेन डक्कर, डैन लार्सन, जो रुट, हैंनी ब्रूक, जैमी स्मिथ, क्रिस वोक्स, गुस एट्कन्सन, मैथ्यू पाट्स, ओली स्टोन, शोएब बशीर।

गुरुकेश ने काठआना से ड्रॉ खेला, फिरोजा ने बढ़त मजबूत की



सेट लुई (अमेरिका)। भारत के ग्रैंडमास्टर और विश्व चैम्पियनशिप के चैम्पेंजर डी गुरुश ने ग्रैंड शर्तनांज टूर की प्रतियोगिता संस्कृतील कप के लिए एक बार फिर अपनी बाजी ड्रॉ खेली तथा अमेरिका के शीर्ष वरीयता अमेरिका के क्रिकेट क्रांकों के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतियोगिता में भाग ले रहे एक अन्य भारतीय खिलाड़ी आर प्रज्ञाननदा ने लगातार सातवें बाजी ड्रॉ खेली। उन्होंने रूस के विदेशी नेपोनियाच्ची के साथ अंक बांटे जाएंगे। अब जल बाल अमेरिका के खिलाड़ी अलोनी प्रिसोजा ने सातवें दौर में पूरे अंक लेकर अपनी बढ़त मजबूत कर ली। इस प्रतिय

संजीवनी टुडे

जम्मू-कश्मीर
विधानसभा चुनाव

एजेंसी ► नई दिल्ली

जम्मू-कश्मीर विधानसभा चुनाव को लेकर भारतीय जनता पार्टी उम्मीदवारों की तीसरी सूची जारी की है। इस सूची में पार्टी की 29 उम्मीदवारों को नामों का एलान कर दिया है। पार्टी ने नगरों सीट से देवर्वाण संबंधित गणा को विट्रिट दिया है। गुलाबढ़ की सीट सेटरी कैटरग्री के लिए रिजिव है। यहां से भाजपा ने मोहम्मद अकरम चौधरी को मैदान में उतारा है। पार्टी ने हज्बकदल से अशोक भट्ट, गुलाबगढ़ से मोहम्मद अकरम चौधरी, रियासी से कुलदीप राज दुबे, श्री माता वैष्णो देवी से बलवंत राज शर्मा, कालाकृति-सुन्दरवारी से ठाकुर राधारेण सिंह को मैदान में उतारा है। पार्टी ने चौधरी जुलिकार अली को अब्दुल गनी को चूंच हवेली से, मुर्तजा खान को मेंदर से, संघर मुश्तक के अहम बुखारी को सुरक्षकोट से, चौधरी अब्दुल गनी को चूंच हवेली से, मुर्तजा खान को मेंदर से, पवन गुप्ता को उथमपुर पर्शिया से, बलवंत सिंह मनकोटिया को चेनावी से चुनावी चंगल में उतारा है।

नगरोटा से राणा तो गुलाबढ़ आरक्षित सीट से ताल ठोकेंगे चौधरी

माजपा ने 29 प्रत्याशियों की तीसरी तो नेकां ने 32 उम्मीदवारों की सूची जारी की



पीछे नोटी उम्मीदवारों प्रवाह की क्रमांक

इससे पहले भाजपा ने अपने 40 स्टार प्रवाहकों की सूची जारी की। गुलाब घराने की क्रमांक प्रायांत्रिक नोटें मोदी संगठनों की थी।

असित शह, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह, भाजपा अध्यक्ष जयपी नग्ना के अलावा सूची के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ का नाम पुरुष है। इसके अलावा केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी, मोदीरूप लाल खट्टर, जी फिल्म रेडी, विप्रवाज सिंह चौहान, जितेंद्र सिंह और पूर्व केंद्रीय मंत्री अनुराग ठाकुर और स्वर्गी झौंझौं और जारल (वेवावर्कर) विकेंद्र सिंह के अलावा राजस्थान के जाने मजबूत लाल शर्मा और हिमाचल प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री जयराम ठाकुर अन्य प्रकृति वैरहरे हैं जो गुलाब प्रवाह के द्वारा उल्लिखित कर रहे हैं।

यहां तीन घरानों में 18, 25 सिरकर और एक अक्षरवार की मतदान होंगी और उनके द्वारा गुलाब की परिणाम आएंगे।



जम्मू-कश्मीर विधानसभा चुनाव के लिए बैश्वान नोटीकों की एक ओर लिटर जारी की है।

उम्मीदवारों की सूची जारी की थी।

बैश्वान कोर्ट के उपाध्यक्ष उमर अब्दुल्ला गांदरबल सीट से चुनाव लड़ेगे। क्रांति सीट से मेहर अली मैदान में होंगे। राजतरबल सीट से सलम अली गुर्जर चुनाव लड़ेगा।

ब्लाक गांदरबल से शनीमिन गुरदीप सागर, लाल चौहान से अहमान परदेसी, चाहापार से मुश्कान गुरु, ज़ीवाल से तोकरी सादिक, एडगन से मुजाहिद मैदान में होंगे। जाल साहू विधानसभा सीट से सेफ-उद्दीप गढ, वार वारपार से अब्दुल रामान रामान, चादाव राम एवं मोहम्मद दर, बुधापार (एसटी) से अरु. युशीद और कलाकोटे सुरुदंगरानी से यशवंदन सिंह चुनाव लड़ेगा। जोसरें से सुरिवर वैष्णवी, बुधापार (एसटी) से जिविद चौधरी और पुषु पुहेंगी से अजाज अहमद जान मैदान में उतरेंगे।

उमर ने नेनिफेस्टो को साजने रखा

बिजिट्रोना सीट के लिए अपने उम्मीदवार बैश्वान अनुवादी के साथ जाने के बाद उमर अब्दुल्ला ने प्रकारों से बात करते हुए कहा है कि हमने अपने नेनिफेस्टो लोग के सामने रखा है। कांग्रेस के साथ एक सीट शरीरिक एवं नेनिफेस्टो तरफ किया।

कांशिंह ये रही कि भाजपा और उनके समर्थक द्वारा अली गुर्जर एवं जाल गुर्जर लड़ेगी। कांशिंह की ओर सामाजिक दृष्टि से अहमान एवं जाल गुर्जर लड़ेगी।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने के बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा सारे बुखार लड़ेगा।

ज्यादा बाल जारी है। इसके बाद जाने का एक बड़ा स