



मशहूर  
अभिनेता जूनियर  
महमूद का निधन...  
पेज 10 पर

# राष्ट्रीय नवीन मेल

डालनगंज (मेदिनीनगर) एवं रांची से एक साथ प्रकाशित

www.rastrriyanaveenmail.com • डालनगंज • मार्गशीर्ष कृष्ण पक्ष 12 • विक्रम संवत् 2080 • शनिवार, 09 दिसंबर 2023 • वर्ष-30 • अंक-53 • पृष्ठ-12 • मूल्य ₹ 2.00

सत्यमेव जयते



## गागर में सागर

अर्जुन मुंदा छत्तीसगढ़ व आशा

लकड़ा एमपी के पर्यवेक्षक बनाए गए नई दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने शुक्रवार को छत्तीसगढ़, मध्य प्रदेश और राजस्थान के लिए पर्यवेक्षकों के नामों की घोषणा कर दी। राजस्थान विधानसभा के लिए राष्ट्रमंत्री राजनाथ सिंह, विनोद तापड़े और सरोज पांडे को पर्यवेक्षक नियुक्त किया गया है। मध्य प्रदेश के लिए हरियाणा के मुख्यमंत्री मनोहर लाल खट्टर, के लक्षण, आशा लालकड़ा को पर्यवेक्षक नियुक्त किया गया है। छत्तीसगढ़ के लिए केंद्रीय मंत्री अर्जुन मुंदा, सर्वानंद सोनोवाल और दुर्युति गोप्ता को पर्यवेक्षक बनाया गया है। पर्यवेक्षकों के नामों की घोषणा करने की जासकती है। माना जा रहा है कि तीनों राज्यों में शनिवार-रविवार का विधायक दल की बैठक बुलाई जा सकती है।

**पंकज मिश्रा रिस्म के पेंगं वार्ड में भर्ती राज्यी** मुख्यमंत्री के विधायक प्रतिनिधि पंकज मिश्रा को रिस्म के पेंगं वार्ड में भर्ती कराया गया है। उन्हें कड़ी सुरक्षा के बीच बिरसा मुंदा केंद्रीय कारागार होटेल से रिस्म लाया गया, जहाँ संग्रहीत इंड्रोल इमज़ेर्सी एंड ट्रॉमो पार्स में इलाज के बाद रिस्म के पेंगं वार्ड के कमरा संख्या 14 में शिफ्ट किया गया। इससे पूर्व 29 जुलाई 2022 को भी पेट दर्द होने पर उन्हें रिस्म में भर्ती कराया था।

**कच्छ में 4.2 तीव्रता का भूकंप, कांपी**

**धरती, किसी तरह का नुकसान नहीं**

भूज। गुजरात के कच्छ जिले में शुक्रवार सुबह 9 बजे भूकंप का झटका महसूस किया गया। घरों में कंप महसूस होते ही लोग बाहर आ गए। भूकंप से किसी तरह के नुकसान की सूचना नहीं है। रिक्टर स्केल पर इसकी तीव्रता 4.2 बताई गई है। इसका केंद्र रापर से 19 किलोमीटर दूर है। उल्लंघनीय है कि सौराष्ट्र के कुछ क्षेत्रों में असर भूकंप आते रहते हैं। कर्च के साथ राजस्थान में भी भूकंप के लिए लोगों ने महसूस किए। वहाँ दीक्षिण भारत के दो राज्यों कर्नाटक और तमिलनाडु में भी शुक्रवार सुबह भूकंप के हल्के झटके महसूस किए गए। रिक्टर स्केल पर भूकंप की अधिकतम तीव्रता 3.2 रही। कर्नाटक के विजयपुरा जिले में सुबह 6:52 बजे भूकंप आया। रिक्टर स्केल पर इसकी तीव्रता 3.1 रही। इसके अलावा तमिलनाडु के चेन्नायमादु में सुबह करीब 7:39 बजे 3.2 तीव्रता का भूकंप आया।

**तेलंगाना के पूर्व मुख्यमंत्री केसीआर गिरने के बाद अस्पताल में भर्ती**

हैदराबाद तेलंगाना के पूर्व मुख्यमंत्री के चेन्नैखर राव (केसीआर) को बहुत्याकार राज गिरने के बाद यहाँ एक निजी सुपर स्मैशिलिटी अस्पताल भर्ती कराया गया है, उनकी हड्डी टूटने की आशंका है। केसीआर के कार्यालय के सूक्ष्मा ने यह जानकारी दी। स्रोतों ने कहा कि पर्यावरण भारत राष्ट्र समिति (बीआरएस) के अध्यक्ष राव (69) की स्थिति का आकलन कर रहे हैं औं सर्जरी की आवश्यकता हो सकती है। उन्होंने कहा कि एक मेडिकल बुलेटिन जारी किया जाएगा। केसीआर के कूलहे की हड्डी की हड्डी में चोट है। चोरीआ का इलाज यशोधरा अस्पताल में चल रहा है। खबर है कि उन्हें गुरुवार आधी रात को सात नवंबर को होगी। यह दिन राज्य के बाद से ही राज्य के मुख्यमंत्री।

**जेडपीएम नेता लालदुमोमा ने ली**

**मिजोरम के मुख्यमंत्री पद की शपथ**

आइजोल। जोराम पीपुलस मूर्वेट (जेडपीएम) के नेता लालदुमोमा ने शुक्रवार को मिजोरम के मुख्यमंत्री के रूप में शपथ ली। राज्यपाल हरि बाबू कंपन्यपति ने लालदुमोमा को पद और गोपनीयता की शपथ दिलाई। जेडपीएम के 11 अन्य नेता भी मंत्री पद की शपथ ले गए। शपथ ग्रहण समारोह राजभवन में आयोजित किया गया जहाँ मिजो नेशनल फ्रंट के नेता और निवंतीन मुख्यमंत्री जोस्याधा भी मौजूद थे। इस कार्यक्रम में एमएनएफ के विधायक दल के नेता लालदंवंदा ने समेत सभी विधायक समिल हुए। पूर्व मुख्यमंत्री ललश्वरवाहा भी इस अवसर पर मौजूद रहे। मंगलवार को जेडपीएम विधायक दल ने लालदुमोमा को अपना नेता और केस पापड़ांगा को उपनेता चुना था। मिजोरम में 40 सदस्यीय विधायक समिल है और राज्य में मुख्यमंत्री समेत 12 मंत्री हो सकते हैं। जेडपीएम सात नवंबर को हुए राज्य विधानसभा चुनाव में 40 में से 27 सीटों पर जीत हासिल की है।

**डिजिटल अरेस्ट ज्यादा पढ़े-लिखे लोग हो रहे हैं ठगी के शिकार**

**रांची की साइबर डीएसपी यशोधरा ने बताया कि ज्ञारखंड में अभी तक एक भी मामला नहीं आया है पर सावधानी**

आवश्यक है और कोई आपकी निजी फोटो के आधार पर धमकी दे तो नजदीकी थाने या राज्य के सात साइबर थानों में अवश्य सूचना दे कार्रवाई भी की जाती है और आजकल मोबाइल सेट को भी ब्लॉक किया जाता है।

पहले ओटीपी इंसेप्टर का नंबर है इन्से पूछकर, लिंक में बत कर लाइज़। मिलिं

डेस्क या रस्ट डेस्क जैसे एप डाउनलोड

करकर करकर या एपी ने जब उस कथित

इंसेप्टर को तुरंत कॉल किया तो वो स्काइप कॉल पर बोला कि पहले तो आप कहीं जाएंगी नहीं, अब बैठ जाइए, आपसे

लंबी पूछताछ करनी है।

पुलिस के मुताबिक,

महिला ने कहा कि उसके आधार का कहीं इंजीनियर को इतना डरा दिया कि वह 8

भी कार्ड इस्तेमाल नहीं हुआ है। तोकिन उस घटे से ज्यादा वक्त तक मोबाइल के सामने

नकली अधिकारी ने फिर एक नकली से हिल नहीं पाई। क्योंकि ऐसा करने पर

आईपीएस से भी इस महिला की बात जेल भेज दिए जाने की धमकी उसे मिल

कराई। ये सब कुछ वीडियो कॉल के दौरान रही थी। आखिर जमानत और दूसरी

नंबर दिया और बोला कि ये क्राइम ब्राच

पहले दो दिनों ने मिलकर महिला

कानूनी कार्रवाई के नाम पर महिला से 11

लाख रुपये ठग लिए।

कॉल करने वाले ने बताया कि वह दूरी से

बोल रहा है और अगले 2 घंटे में उपका

फोन बंद हो जाएगा। उसने महिला को एक

नंबर दिया और बोला कि ये क्राइम ब्राच

पहले दो दिनों ने मिलकर महिला

कानूनी कार्रवाई के नाम पर महिला से 11

लाख रुपये ठग लिए।

कॉल करने वाले ने बताया कि वह दूरी से

बोल रहा है और अगले 2 घंटे में उपका

फोन बंद हो जाएगा। उसने महिला को एक

नंबर दिया और बोला कि ये क्राइम ब्राच

पहले दो दिनों ने मिलकर महिला

कानूनी कार्रवाई के नाम पर महिला से 11

लाख रुपये ठग लिए।

कॉल करने वाले ने बताया कि वह दूरी से

बोल रहा है और अगले 2 घंटे में उपका

फोन बंद हो जाएगा। उसने महिला को एक

नंबर दिया और बोला कि ये क्राइम ब्राच

पहले दो दिनों ने मिलकर महिला

कानूनी कार्रवाई के नाम पर महिला से 11

लाख रुपये ठग लिए।

कॉल करने वाले ने बताया कि वह दूरी से

बोल रहा है और अगले 2 घंटे में उपका

फोन बंद हो जाएगा। उसने महिला को एक

नंबर दिया और बोला कि ये क्राइम ब्राच

पहले दो दिनों ने मिलकर महिला

कानूनी कार्रवाई के नाम पर महिला से 11

लाख रुपये ठग लिए।

कॉल करने वाले ने बताया कि वह दूरी से

बोल रहा है और अगले 2 घंटे में उपका

फोन बंद हो जाएगा। उसने महिला को एक

नंबर दिया और बोला कि ये क्राइम ब्राच







## गागर में सागर

रोड क्रॉस करने के दौरान बस की चपेट में आया दस साल का बच्चा, मौके पर मौत लातेहार। सदर थाना क्षेत्र के तरवाडीह पंचायत के समीप कोने ग्राम में शुक्रवार शाम तक बीच 3:30 बजे चटकपुर से लातेहार होते हुए मूँहआड़ जा रही बस ने दस साल के एक बच्चे को अपनी चपेट में ले लिया, जिससे उसकी मौके पर ही मौत हो गई। मृतक की पहचान रंगन परियापा, पिता सरोज परियाप के रूप में की गई है। बताया जाता है कि मृत के पास में ही खल गया था और गेंडर क्रॉस करने के दौरान विपरीत दिशा से आ रही सुपर बस ने मृतक को अपनी चपेट में ले लिया। इधर ग्रामीणों में आक्रोश बना हुआ है। वहीं परिजनों का गो-गो कर भुगा हाल है। सदर थाना प्रधारी आशोतो बुलिस ने शब्द को पोस्टमार्फ के लिए सदर अस्पताल लागा। परिजनों ने जिला प्रशासन से मुआवजे की मांग की है।

**उत्तम कुमार बना विद्यार्थी परिषद झारखड प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य लातेहार।** राष्ट्रीय राजनीति दिल्ली में अभियान के 69वें ग्रामीण अधिवेशन में झारखड का 24वां प्रतीत अधिवेशन 7 दिसंबर 2023 को संपन्न हुआ, जिसमें सत्र 2023-2024 के लिए नई कार्यकारिणी की घोषणा की गई। इसमें अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद मनिका के छात्र नेता उत्तम कुमार को पुगे: प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य मनिका के द्वायत्त सौंप गया। जात हो कि उत्तम कुमार मूलतः नेतृत्व का अधिकारी है। उत्तम से ही विद्यार्थी परिषद से जुड़ा हुआ है। बधाई देने वालों में नगर अध्यक्ष रंजन, नगर उपाध्यक्ष गोविंद पासवान व दीपक कुमार, नगर मंत्री सौरभ भारती, सह मंत्री अधिकारी कुमार यादव, कॉलेज अध्यक्ष नीलम कुमारी उपाध्यक्ष चदन, मंत्री विशाल अदि शामिल हैं।

**महिला ने पति पर लगाया दूसरी शादी कर मारपीट व प्रताड़ित करने का आरोप ठंडवा।** थाना क्षेत्र के कढ़ीनी गांव की एक महिला ने अपने पति पर दूसरी शादी कर प्रताड़ित करने का आरोप लगाया है। मामले को लेकर पांडित महिला आरती देवी ने शुक्रवार को स्थानीय थाने में आवेदन देकर पति राजु तुरी पिता रेखने के विरुद्ध आवेदन देकर मामला दर्ज कराया है। एिं गये आवेदन में बताया गया है कि उसका पति राजु तुरी दूसरी शादी कर हमेशा मारपीट कर प्रताड़ित करता है। बीती गुरुवार रात को उसके पति ने उसके साथ बैरहमी से मारपीट की ओर उसे घर से बाहर निकाल दिया। पुलिस मामला दर्ज कर पुलिस जांच कर रही है।

**होन्हे की महिला दस दिन से है लापता परिजनों ने थाने में दिया आवेदन**

ठंडवा। ठंडवा थाना क्षेत्र के होन्हे गांव की महिला बीते दस दिनों से लापता है। इसको लेकर उसके परिजनों ने शुक्रवार को स्थानीय थाने में विपरीत दर्ज कराया है। आवेदन में बताया गया है कि 27 नवंबर की रात्रि आठ बजे महिला बिन्दियां देवी पति मनोहर यादवसे हुए विवाह के बाद अपने एक वर्ष को दुधपुरी बच्चों के साथ घर से निकल गई, जिसके बाद से वह लापता है। आवेदन में आवेदन देवी को ग्रामीण दर्ज कर रही है।

**होन्हे की महिला दस दिन से है लापता परिजनों ने थाने में दिया आवेदन**

ठंडवा। ठंडवा थाना क्षेत्र के होन्हे गांव की महिला बीते दस दिनों से लापता है। इसको लेकर उसके परिजनों ने शुक्रवार को स्थानीय थाने में विपरीत दर्ज कराया है। आवेदन में बताया गया है कि 27 नवंबर की रात्रि आठ बजे महिला बिन्दियां देवी पति मनोहर यादवसे हुए विवाह के बाद अपने एक वर्ष को दुधपुरी बच्चों के साथ घर से निकल गई, जिसके बाद से वह लापता है। आवेदन में आवेदन देवी को ग्रामीण दर्ज कर रही है।

**संत जोसेफ +2 विद्यालय का 55वां वार्षिक खेल-कूद महोस्तव संपन्न**

महुआड़। संत जोसेफ +2 विद्यालय में शुक्रवार को 55वां वार्षिक खेल-कूद महोस्तव संपन्न हुआ। समारोह में मुख्य अधिकारी की रूप में विद्यालय रामचंद्र सिंह एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों ने विद्यालय को पुरस्कृत किया जा रहा था। अधिकारी एवं परिजनों ने समारोह वालों पर हत्या कर शव को छोड़ने का आरोप लगाया है। आवेदन में परिजनों ने समारोह वालों पर हत्या कर शव को छोड़ने का आरोप लगाया है। आवेदन में परिजनों ने समारोह वालों पर हत्या कर शव को छोड़ने का आरोप लगाया है। आवेदन में परिजनों ने समारोह वालों पर हत्या कर शव को छोड़ने का आरोप लगाया है।

**छिपादोहर वन विभाग ने छापामारी कर अवैध लकड़ी को किया बरामद**

महुआड़। संत जोसेफ +2 विद्यालय में शुक्रवार को 55वां वार्षिक खेल-कूद महोस्तव संपन्न हुआ। समारोह में मुख्य अधिकारी की रूप में विद्यालय रामचंद्र सिंह एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों ने विद्यालय को पुरस्कृत किया गया। समारोह में शुक्रवार के साथ साथ उन्नें परवाने को भी आपार्टमेंट किया गया है। उपर्योगी अधिकारी एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों को संबोधित किया जारीकर्ता में चर्चे के बड़े पादप सुरुषा किंवा, कांग्रेस राखरांड प्रदेश प्रतिनिधि मोर्चा इत्यराज अहमद, प्रखंड प्रमुख कंचन कुजर, उप प्रमुख अध्यक्ष मिंज, राज्य सभा सांसद प्रतिनिधि अंजीत पाल कुजर, रामनरेश ठाकुर, प्रखंड कांग्रेस युवा अवैध अधिकारी मोर्चा, नीरज तिवारी, बीड़ीओ अमरेन डांग और संत जोसेफ कॉलेज प्राचार्य फा डॉ.एस के जोशा, जोशा के नन्हीर अहमद, शामिल हुए।

**क्रीड़ा महोस्तव की शुरुआत में छात्रों ने मनमोहक ड्रिल करके अधिकारियों का प्रतिक्रिया दिलाई।**

प्रतियोगिताओं में बैड-चॉकर हिस्सा लिया। एक-दोस्रे को कड़ी टक्कर दी सभी खेलों में शीर्षस्थ स्थान पाने वाले खिलाड़ियों को पुरस्कृत किया गया। समारोह में शुक्रवार के साथ साथ उन्नें परवाने को भी आपार्टमेंट किया गया है। उपर्योगी अधिकारी एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों को संबोधित किया जारीकर्ता में चर्चे के बड़े पादप सुरुषा किंवा, कांग्रेस राखरांड प्रदेश प्रतिनिधि मोर्चा इत्यराज अहमद, प्रखंड प्रमुख कंचन कुजर, उप प्रमुख अध्यक्ष मिंज, राज्य सभा सांसद प्रतिनिधि अंजीत पाल कुजर, रामनरेश ठाकुर, प्रखंड कांग्रेस युवा अवैध अधिकारी मोर्चा, नीरज तिवारी, बीड़ीओ अमरेन डांग और संत जोसेफ कॉलेज प्राचार्य फा डॉ.एस के जोशा, जोशा के नन्हीर अहमद, शामिल हुए।

**छिपादोहर वन विभाग ने छापामारी कर अवैध लकड़ी को किया बरामद**

महुआड़। संत जोसेफ +2 विद्यालय में शुक्रवार को 55वां वार्षिक खेल-कूद महोस्तव संपन्न हुआ। समारोह में मुख्य अधिकारी की रूप में विद्यालय रामचंद्र सिंह एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों ने विद्यालय को पुरस्कृत किया गया। समारोह में शुक्रवार के साथ साथ उन्नें परवाने को भी आपार्टमेंट किया गया है। उपर्योगी अधिकारी एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों को संबोधित किया जारीकर्ता में चर्चे के बड़े पादप सुरुषा किंवा, कांग्रेस राखरांड प्रदेश प्रतिनिधि मोर्चा इत्यराज अहमद, प्रखंड प्रमुख कंचन कुजर, उप प्रमुख अध्यक्ष मिंज, राज्य सभा सांसद प्रतिनिधि अंजीत पाल कुजर, रामनरेश ठाकुर, प्रखंड कांग्रेस युवा अवैध अधिकारी मोर्चा, नीरज तिवारी, बीड़ीओ अमरेन डांग और संत जोसेफ कॉलेज प्राचार्य फा डॉ.एस के जोशा, जोशा के नन्हीर अहमद, शामिल हुए।

**पहल उपायुक्त ने किया टंडवा का दौरा, सरकार आपके द्वारा कार्यक्रम में हुए शामिल**

**अबुआ आवास, जाँब कार्ड के स्टालों पर उमड़ी भीड़**

नवीन मेल संवाददाता। टंडवा

उपायुक्त अबुआवास शुक्रवार को प्रखंड क्षेत्र के दौरे पर पहुंचे।

इमरान प्रखंड के कोयद पंचायत सचिव परिसर में आयोजित

आपकी योजना, आपकी

सरकार-आपके द्वारा कार्यक्रम

महुआड़। संत जोसेफ +2 विद्यालय में शुक्रवार को 55वां वार्षिक खेल-कूद महोस्तव संपन्न हुआ। समारोह में मुख्य अधिकारी की रूप में विद्यालय रामचंद्र सिंह एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों ने विद्यालय को पुरस्कृत किया गया। समारोह में शुक्रवार के साथ साथ उन्नें परवाने को भी आपार्टमेंट किया गया है। उपर्योगी अधिकारी एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों को संबोधित किया जारीकर्ता में चर्चे के बड़े पादप सुरुषा किंवा, कांग्रेस राखरांड प्रदेश प्रतिनिधि मोर्चा इत्यराज अहमद, प्रखंड प्रमुख कंचन कुजर, उप प्रमुख अध्यक्ष मिंज, राज्य सभा सांसद प्रतिनिधि अंजीत पाल कुजर, रामनरेश ठाकुर, प्रखंड कांग्रेस युवा अवैध अधिकारी मोर्चा, नीरज तिवारी, बीड़ीओ अमरेन डांग और संत जोसेफ कॉलेज प्राचार्य फा डॉ.एस के जोशा, जोशा के नन्हीर अहमद, शामिल हुए।

**नवीन मेल संवाददाता। टंडवा**

उपायुक्त अबुआवास शुक्रवार को

प्रखंड क्षेत्र के दौरे पर पहुंचे।

इमरान प्रखंड के कोयद पंचायत सचिव परिसर में आयोजित

आपकी योजना, आपकी

सरकार-आपके द्वारा कार्यक्रम

महुआड़। संत जोसेफ +2 विद्यालय में शुक्रवार को 55वां वार्षिक खेल-कूद महोस्तव संपन्न हुआ। समारोह में मुख्य अधिकारी की रूप में विद्यालय रामचंद्र सिंह एवं विशिष्ट अधिकारी एवं परिजनों ने विद्यालय को पुरस्कृत किया गया। समारोह में



## एक नजर

**निकट भविष्य में शेयर बाजार दायरे में रहेगा**  
नई दिल्ली। निकट भविष्य में शेयर बाजार के एक दायरे में रहने की संभावना है। जियोजित फाइनेंशियल सर्विसेज के मुख्य निवेश रणनीतिकार वी.के. विजयकुमार का कहना है कि रेली का अमाला चरण शुरू होने से पहले बाजार के मौजूदा स्तर के आसानी से बने रहने की संभावना है। उन्होंने कहा, अर्थव्यवस्था मजबूत है जो वित्त वर्ष 25 में आय वृद्धि की मौजूदा प्रवृत्ति को बनाए रखने में सक्षम है। विजली की मांग, आवास की मांग, वृद्धि की और ग्रामीण मांग भी डिवीडेरी जैसे प्रमुख संकेतक एक मजबूत अर्थव्यवस्था का संकेत देते हैं जो बाजार को अपने तरह रख सकता है। विक्रिक जैसे उचित मूल्य लाले संकेत के लिए गत वर्ष 279 अंक पर 69,637 अंक पर है।

## निपटी नई ऊर्चाइप पर 21 हजार के पार

नई दिल्ली। एलकोपी सिक्योरिटीज के वर्षष्ट तकनीकी विशेषक रूपक डे का कहना है कि आरबीआई गवर्नर के मैट्रिक नीति की घोषणा के बाद निपटी 21,000 अंक को पार करने हेतु अंग टाइट हाई स्टर पर पहुंच गया। आरबीआई गवर्नर ने लैंडिंग रेट को 10% प्रतिशत पर बढ़ाकरा रखा, एक ऐसा नियम जारी किया गया कि वित्त वर्ष 25 में उम्मीद थी। 2024-24 के लिए जीवीपी वृद्धि अनुमान में संशोधन से बाजार पर सकारात्मक प्रभाव पड़ने की उम्मीद है। 21,000 से ऊपर का स्पष्ट ब्रेकआउट सुचकांक को 21,550-21,700 की सीमा तक ले जा सकता है। उन्होंने कहा, महत्वपूर्ण समर्थन स्तर 20,800 है।

जियोजित फाइनेंशियल सर्विसेज के मुख्य निवेश रणनीतिकार वी.के. विजयकुमार का कहा है कि रेली की अगला चरण शुरू होने से पहले इन्डिया स्टर्टोंग के आसानी संपेक्षन की संभावना है।

## एप्पल भारत में 50 मिलियन निर्माण करने को तैयार : रिपोर्ट

नई दिल्ली। एप्पल का लक्ष्य भारत में प्रति वर्ष 50 मिलियन से अधिक आईफोन निर्माण करने का है। उसका फोकस कुछ प्रोडक्शन चैन से बाहर शिप करना है। वॉल स्ट्रीट जर्नल की रिपोर्ट में घटनाक्रम से जुड़े लोगों का हवाला देते हुए कहा गया है कि टेक दिग्गज का लक्ष्य अगले दो से तीन वर्षों के भीतर लक्ष्य हासिल करना है, जिसके बाद अंतर्रिक्त दसरों लाले इकाइयों का योजना बनाहै जाएगी। अगर एप्पल इस लक्ष्य को हासिल कर लेता है तो वित्त में आईफोन उत्पादन (प्रोडक्शन) में भारत की हिस्सेदारी एक चौथाई हो जाएगी। शुक्रवार को जारी रिपोर्ट में कहा गया है कि चीन अभी भी सबसे बड़ा आईफोन निर्माता बना रहेगा। एप्पल को एक कठिन लड़ाई का सामना करना पड़ रहा है क्योंकि वह अपना प्रोडक्शन चीन से बाहर शिप करने की योजना बना रहा है। इसका मुख्य आपूर्तिकर्ता फॉक्सकॉन भारत में और अधिक कारखाने बनाने की योजना बना रहा है, क्योंकि टाटा स्मृति अब भारत के सबसे बड़े आईफोन असेंबली प्लाटों में से एक का निर्माण करने के लिए तैयार है।

## सरकार ने व्याज के नियंत्रण पर अगले साल मार्च तक लगाया प्रतिबंध

नई दिल्ली। केंद्र सरकार ने व्याज की बढ़ती कीमतों पर नियंत्रण के लिए एक वित्ती कदम उठाया है। सरकार ने खेल उपलब्धता बढ़ाने और कीमतों पर अंकुशा के लिए व्याज के नियंत्रण पर 31 मार्च, 2024 तक प्रतिबंध लगा दिया है। विवेक व्यापर महानेतृशालय (डीजीएफटी) की ओर से जारी अधिसूचना में यह जानकारी दी गई है। डीजीएफटी की ओर से जारी अधिसूचना में कहा गया है कि व्याज नियंत्रण की नीति को 31 मार्च, 2024 तक मुक्त से प्रतिवर्तित श्रृंगों में डाल दिया गया है। उत्तराखण्ड यांग वर्ष 20 में 65 रुपये प्रति किलोग्राम तक पहुंच गया है। सरकार ने व्याज की कीमत को नियंत्रित करने के लिए 29 अक्टूबर, 2023 से 31 दिसंबर, 2023 तक की अधिक के लिए व्याज नियंत्रण का एफओबी आधार पर न्यूनतम नियंत्रण मूल्य (एमर्पी) 800 डॉलर प्रति मौट्रिक टन अधिसूचित किया था।

## श्रीलंका अगले वर्ष एफएओ सम्मेलन की

## मेजबानी करेगा

कोलंबो। श्रीलंका फरवरी, 2024 में संयुक्त राष्ट्र के खाद्य और कृषि संगठन (एफएओ) के एशिया प्रशांत क्षेत्रीय सम्मेलन (एपीआरसी) के 37वें सत्र की मेजबानी करेगा। समाचार एंजेंसी सिन्हाहुआ ने एफएओ के हवाले से बताया कि वह सम्मेलन एशिया प्रशांत क्षेत्र के 46 सदस्य देशों के कृषि मंत्रियों और उच्च अधिकारियों को खाद्य और धूम-धारी संबंधित चुनौतियों और प्राथमिकताओं पर चर्चा करने और क्षेत्रीय सामंजस्य को बढ़ावा देने में सक्षम बनाएगा। श्रीलंका के कृषि मंत्री महिंदा अमरसेना ने कहा कि वह साथ क्षेत्रीय सहयोग के लिए एक महत्वपूर्ण मंच प्रदान करेगी, जिससे श्रीलंका के कृषि परिवहन, मत्स्य पालन क्षेत्र और पर्यावरण के साथ-साथ भाग लेने वाले सदस्य देशों को लाभ होगा। एफएओ के अनुसार, इस आयोजन को मेजबानी कर श्रीलंका को केवल धर पर बल्कि पूरे क्षेत्र में कृषि के टिकाऊ विकास के प्रति देश के सम्पर्क को प्रतिवर्तित करता है, और टिकाऊ कृषि विकास में भागीदार बनने के लिए अपनी प्रतिबद्धता को प्रदर्शित करता है।

## कुत्तों के बाद अब पांच लाख उल्लूओं को मारेगा अमेरिका

नई दिल्ली। देशी संरक्षित उल्लू प्रजातियों पर आसन्न खतरे को देखते हुए, अमेरिकी वृक्षजीव संघर्ष एंजेंसी ने 30 वर्षों में लगभग पांच लाख वर्जित उल्लूओं को गोली मारने की योजना बनाई है। वर्जित उल्लू जिसे हट उल्लू के नाम से भी जाना जाता है, उल्लू की एक बड़ी प्रजाति है और स्वाक्षर से अधिक आक्रमणीय है। वह योजना 2025 की शुरुआत में शुरू होगी। दशकों से अमेरिका के उल्लू तरंग के वर्षों तक प्रशांत नैर्विवर्त में प्रति देश के सम्पर्क को प्रतिवर्तित करता है, और अंकुश के लिए व्यापक विकास में भागीदार बनने के लिए अपनी प्रतिबद्धता को प्रदर्शित करता है। दशहरे उल्लूओं की संख्या में होगी। वारिशंटन, कैलिफोर्निया और ओरेगॉन में ज्राजितियों की संख्या घट रही है। ये आक्रामक वर्जित उल्लू धूंध-धूंध देशी उल्लूओं को विश्वासित की जाती है और व्यापक विवरण के लिए वर्जित उल्लू की कोडें और व्यापक विवरण के लिए वर्जित उल्लू की कोडें। शरीर के आकार में, वे बड़े होते हैं और दोनों उल्लूओं के बीच सोसले को नष्ट करके और उन प्रदान करने के लिए खेत पर दाढ़ा करने में अधिक प्रतिस्पद्य होते हैं। दशहरे उल्लूओं की संख्या में शुरू होगी। दशकों से अमेरिकी उल्लू तरंग के वर्षों तक प्रशांत नैर्विवर्त में प्रति देश के सम्पर्क को प्रतिवर्तित करता है, और अंकुश के लिए व्यापक विकास में भागीदार बनने के लिए अपनी प्रतिबद्धता को प्रदर्शित करता है।

## अमेरिका में भारतीय मूल के मोटल मालिक की गोली मारकर हत्या

न्यूयॉर्क। अमेरिका के उत्तरी कोरोलीना राज्य में एक बेघर अतिक्रमणकारी ने भारतीय मूल के 46 वर्षीय मोटल मालिक सत्येन नाइक की गोली मारकर हत्या की। पुलिस को कहना है कि हमलावाह ने खुद को भी कर्म में बंद करके गोली मार ली, जिसके बाद उसकी मौत हो गई। सत्येन नाइक, जिनकी कथित तौर पर 59 वर्षीय ट्रॉप केलेने ने हत्या कर दी थी। उसे न्यूयॉर्क में हॉटेल्स हाउस के एक कमरे के बाहर घायल अवस्था में पड़ा गिरा, जिसके शरीर पर गोलियों की निशान थे। फॉक्स न्यूज़ के अनुसार, न्यूयॉर्क पुलिस प्रमुख की तुलसी ने कहा, "बुधवार सुबह 10 बजे के बाद हॉटेल्स हाउस मोटल में एक व्यक्ति के आक्रमण के बारे में फैसला आया।" इसके बाद उसने नाइक की गोली मारकर हत्या की। जिसके बाद उसने नाइक को पीटा और अंदर की गोली मारकर हत्या की। जिसके बाद उसने नाइक को अपने दोस्तों और वाकाकरों के साथ-साथ अस्पताल ले गए, जहाँ उन्हें दो तोड़ी दिया। पुलिस ने कहा कि मोटल एक पारिवारिक स्वामित्व वाला व्यवसाय था और नाइक अपने परिवार के साथ दैनिक आदाएं नाइक को बाहर निकलने ने उनकी सहायता का अनुरोध करने के लिए प्रेरित किया गया। कारिटेट कार्डिट शेरिफ आमा ने डब्ल्यूसीआईआर 12 को बाहर की अधिकारीयों ने संदिग्ध के सेलेक्टरों को 'पीटांग' करके पुष्टि की कि उसे एक कमरे में बंद कर दिया गया। उन्होंने कहा, अपने दोस्तों और वाकाकरों के साथ-साथ अस्पताल ले गए, जहाँ उन्हें दो तोड़ी दिया। पुलिस को कहा गया कि नाइक को बाहर निकलने में उनकी सहायता का अनुरोध करने के लिए प्रेरित किया गया। कारिटेट कार्डिट शेरिफ आमा ने डब्ल्यूसीआईआर 12 को बाहर की अधिकारीयों ने संदिग्ध के सेलेक्टरों को 'पीटांग' करके पुष्टि की कि उसे एक कमरे में बंद कर दिया गया। उन्होंने कहा, अपने दोस्तों और वाकाकरों के साथ-साथ अस्पताल से बाहर निकलने के सभी पुलिस प्रयासों से इनकार कर दिया।

## दुर्बल : अदालत के फैसले के बाद स्पाइसजेट का विमान छोड़ा

एंजेसी। नई दिल्ली

अहमदाबाद से यात्रियों को लेकर दुर्बल जा रहे स्पाइसजेट के विमान को, जिसे लैंडिंग से कुछ मिनट पहले डायवर्ट कर दिया गया था, जो दिसंबर 2018 में कोलार्डल और लैंडिंग से कुछ मिनट पहले डायवर्ट कर दिया गया था। दुर्बल अंगरेजीव और लैंडिंग से बाहर की अवधि के बाद आरबीआई विमान को लैंडिंग रेट रखने के लिए जब जल के बाहर निकलने के लिए जाता है, तो उनका विमान को लैंडिंग रेट रखने के लिए जाता है। दुर्बल अंगरेजीव और लैंडिंग से बाहर की अवधि के बाद आरबीआई विमान को लैंडिंग रेट रखने के लिए जाता है, तो उनका विमान को लैंडिंग रेट रखने के लिए जाता है। दुर्बल अंगरेजीव और लैंडिंग से बाहर की अवधि के बाद आरबीआई विमान को लैंडिंग रेट रखने के लिए जाता है, तो उनका विमान को लैंडिंग रेट रखने के लिए जाता है। दुर्बल अंगरेजीव और लैंडिंग से



# बैलेंस डाइट का विकल्प नहीं है न्यूट्रिशनल सप्लीमेंट्स, इन स्थितियों में पड़ती है इनकी जरूरत

हुत से लोग विटामिन और मिनरल्स को लेना पसंद करते हैं। क्योंकि सप्लीमेंट्स प्राकृतिक तर्तों को बनाए रखने के लिए इस विकल्प को अचित नहीं समझते। सप्लीमेंट्स लेना न लेना यह चयन किसी भी व्यक्ति के व्यक्तिगत स्वास्थ्य और जरूरत पर निर्भर करता है। लोगों को यह समझने की आवश्यकता है, कि कुछ स्वास्थ्य स्थितियां ऐसी होती हैं, जिसमें पोषक तत्वों का अवशेषण बढ़ाने के लिए सप्लीमेंट्स लेना पड़ता है। न कि आप अपनी नियमित बैलेंस डाइट में योगकर्ता होते हैं।

न्यूट्रिशनल और हेल्थ टोटल की फाउंडर अंजली मुख्या ने न्यूट्रिशनल सप्लीमेंट्स से जुड़ी कुछ जरूरी बातें बताती हैं। उन्होंने बताया है कि कब और किस स्थिति में हमारे शरीर को इसकी आवश्यकता होती है। हमें उसी अनुसार अपने

शरीर को सप्लीमेंट्स देने चाहिए। साथ ही एक्सपर्ट ने यह भी कहा है, कि भूल कर भी बैलेंस डाइट की जगह न्यूट्रिशनल सप्लीमेंट्स खुद से नहीं लेने चाहिए। वह आपको लगता है कि आपको किसी तरह के पोषक तत्व की आवश्यकता है, तो इस विषय पर सबसे पहले आपको एक्सपर्ट की सलाह लेनी चाहिए। आज हम बात करेंगे ऐसे ही कुछ कंडीशन्स के बारे में जिनमें आपको न्यूट्रिशनल सप्लीमेंट्स की आवश्यकता हो सकती है।

इन पौंडेस को समझें और यदि आपको किसी तरह के जरूरी बदलाव से अपने नियमित बैलेंस डाइट में योगकर्ता होती है। उन्होंने बताया है कि कब और किस स्थिति में हमारे शरीर को इसकी आवश्यकता होती है। हमें उसी अनुसार अपने



## सप्लीमेंट्स की आवश्यकता

न्यूट्रिटंट डिफिशिएंसः कई ऐसे फैक्टर हैं, जैसे कि साईंल डिप्लीनेशन, ओवरफार्मिंग और साइंल पैरोजन जिसकी वजह से आवश्यक खाद्य पदार्थों में जरूरी मिनरल्स की कमी हो पाई जाती है। इस स्थिति में शरीर को पर्याप्त पोषण नहीं मिल पाता

और आपको सप्लीमेंटेशन की आवश्यकता पड़ती है।

रहती है। इस स्थिति में हमारे शरीर में एंटीऑक्सीडेंट की आवश्यकता बढ़ती जा रही है।

यह सभी फैक्टर हमारे शरीर में फ्री रेडिकल्स और मेडिकल कंडीशन से बढ़ा होते हैं। जब आपको शरीर खाद्य स्रोत के माध्यम से पोषक तत्वों को अवश्यित नहीं कर पाता और शरीर खुद इन फैक्टर से लड़ नहीं पाता, जिसकी वजह से हम सभी को एंटीऑक्सीडेंट सप्लीमेंट की आवश्यकता पड़ती है।

डाइटरी ऑफिशिएंसः खाना पान की आदतों में बदलाव आपको शरीर के लिए बेहतर मायने रखते हैं।

एंटीऑक्सीडेंट की बढ़ती आवश्यकता : इस मॉडर्न लाइफ में हर व्यक्ति तामाप्रकार को समाना करता है।

तत्वों के अवश्योपण को भी प्रभावित करते हैं, जिसकी वजह से न्यूट्रिशन डिपिशिएंस का समाना करना पड़ सकता है।

मेडिकल कंडीशन : कुछ प्रकार की बीमारी और मेडिकल कंडीशन ऐसे होते हैं, जब आपको शरीर खाद्य स्रोत के माध्यम से पोषक तत्वों को अवश्यित नहीं कर पाता और शरीर खुद इन फैक्टर से ब्रांस और फ्रैक्टर के लिए न्यूट्रिशनल सप्लीमेंट्स लेने जरूरी हो जाता है।

कई मेडिकल ऐसे होते हैं, जिसमें शरीर के लिए न्यूट्रिशनल सप्लीमेंट्स से जुड़ी कुछ खाद्य पदार्थों की कमी की वजह से हमारा शरीर इन फैक्टर से लड़ नहीं पाता, जिसकी वजह से हम सभी को एंटीऑक्सीडेंट सप्लीमेंट की आवश्यकता पड़ती है।

◆ अंजलि कुमारी

## काल्फ मसल्स को टोन कर सकती है ये एक्सरसाइज...

गर आप भी टांगों को स्लिम बनाना चाहती हैं, तो काल्फ एक्सरसाइज को अपने रूटीन में अवश्य शामिल करें। इससे ग्लूटेस थार्ज और हैमिस्ट्रिंग को मजबूती मिलती है। जानते हैं ऐसी ही 4 काल्फ एक्सरसाइज जिसकी मदद से अतिरिक्त फैट्स को कम कर सकते हैं। शरीर में दिनों बढ़ रहा मोटाव के बजाए खाली पर ही चर्ची को नहीं बढ़ाता है बल्कि इसका असर बाजू और टांगों पर भी दिखने लगता है। खासतौर पर ही वी काल्फ मसल्स थार्जी के पोषक तत्वों के बावजूद इसका असर शामिल करें। इससे ग्लूटेस, थाइज और हैमिस्ट्रिंग को मजबूती मिलती है। जानते हैं ऐसी ही काल्फ एक्सरसाइज को अपने रूटीन में अवश्य शामिल करें। इससे ग्लूटेस, थाइज और हैमिस्ट्रिंग को मजबूती मिलती है। जानते हैं ऐसी ही काल्फ एक्सरसाइज जिसकी मदद से अतिरिक्त फैट्स को कम कर सकते हैं।

### ये एक्सरसाइज जो आपके काल्फ मसल्स को करेंगी टोन

हैंड्स अंडर फूट : काल्फ मसल्स को हेल्दी बनाने और अतिरिक्त चर्ची को कम करने के लिए हैंड्स अंडर फूट एक्सरसाइज का अभ्यास करें। इसमें टांग पूरी तरह से स्ट्रेच होने लगती है, जिससे शरीरिक अंगों में मौजूद स्टिक्फोर्स दूर होते हैं। जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए मैट पर ही चर्ची को नहीं बढ़ाता है। जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए मैट पर बैठ जाएं और अपनी पौंठ को एक्कदम सीधा कर

बाट शरीर को ढोला छोड़ दें।

हैंड ट्रावल स्ट्रेच : पैरों और टांगों के मसल्स को रिलायैस रखने के लिए हैंड ट्रावल स्ट्रेच एक बहेतरीन विकल्प है। इस एक्सरसाइज के माध्यम से काफ मसल्स पर जमा अतिरिक्त चर्ची बर्न होने लगती है। इसमें पैरों के मसल्स को मजबूती मिलती है और टांगों का दर्द भी कम होने लगता है। जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए मैट पर ही चर्ची को नहीं बढ़ाता है। जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए मैट पर बैठ जाएं और अपनी पौंठ को एक्कदम सीधा कर

दोनों टांगों को अपस में जोड़ लें और घुटनों को मोड़ने से बचें। अब दोनों बाजूओं की नीचे की ओर लाएं और हथेलियों से पंजों को पकड़ लें।

1 मिनट तक इस एक्सरसाइज को करने से काल्फ मसल्स को मजबूती मिलती है। इसके

लोंग टांगों को आगे की ओर बढ़ाएं और घुटनों को न मोड़ें।

बीएमआई चेक करें : दोनों पंजों को आगे की ओर बढ़ाएं। अब एक हैंड ट्रावल लेकर दोनों पैरों के पीछे से लिए हुए हाथों से आगे की ओर खींचने का प्रयास करें।

अब दोनों पैरों को ट्रावल की मदद से आगे करें और स्ट्रेच करें। इस दौरान अपना ध्यान दोनों पैरों की ओर बढ़ाएं। अब एक हैंड ट्रावल लेकर दोनों पैरों के पीछे से लिए हुए हाथों से आगे की ओर खींचने का प्रयास करें।

इस दौरान अपना ध्यान दोनों पैरों की ओर बढ़ाएं। अब एक हैंड ट्रावल लेकर दोनों पैरों के पीछे से लिए हुए हाथों से आगे की ओर खींचने का प्रयास करें।

दोनों हाथों से कुर्सी को पकड़ लें और घुटने मोड़ते हुए नीचे हो और फिर सीधे खड़े हो जाएं।

दोनों पैरों को जमीन पर ही टिकाएं रखें। 30 सेकंड से 1 मिनट तक इसी पोजिशन में बने रहें।

इसी स्ट्रेच को अब बाईं टांग को आगे करते हुए दोहराएं।

दिन में 3 से 4 बार इस एक्सरसाइज को करने से काफ मसल्स को फायदा मिलता है।

सूमो स्क्वेट्स : शरीर के संतुलन को नए रखने के लिए सूमो स्क्वेट्स लाभदायक साबित होते हैं।

2 से 3 मिनट तक इस एक्सरसाइज को करने से काफ मसल्स टोन होने लगते हैं और जमा फैट्स बर्न होने लगते हैं। अपां टांग को आगे करते हुए ही होता है।

हील कॉर्ड स्ट्रेच विद बैण्ड नी : वे लोग जो काल्फ मसल्स में ऐंठन की समस्या से दो चार होते हुए रहते हैं। उन्हें रोजाना 1 से 2 हामर्ट स्ट्रेच विद बैण्ड नी एक्सरसाइज का अध्यास अवश्य करना चाहिए। इससे एक्सरसाइज के माध्यम से काल्फ मसल्स में दर्द के अलावा काफ मसल्स में जमा फैट्स बर्न होते हैं और मासेशियों को मजबूती मिलते हैं।

जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए टांग पर सीधे खड़े हों। दाईं टांग को आगे करते हुए चर्ची को बढ़ावा दें। बाईं टांग को एक कदम पीछे करें।

जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए टांग पर सीधे खड़े हों। दाईं टांग को आगे करते हुए चर्ची को बढ़ावा दें। बाईं टांग को एक कदम पीछे करें।

जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए टांग पर सीधे खड़े हों। दाईं टांग को आगे करते हुए चर्ची को बढ़ावा दें। बाईं टांग को एक कदम पीछे करें।

जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए टांग पर सीधे खड़े हों। दाईं टांग को आगे करते हुए चर्ची को बढ़ावा दें। बाईं टांग को एक कदम पीछे करें।

जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए टांग पर सीधे खड़े हों। दाईं टांग को आगे करते हुए चर्ची को बढ़ावा दें। बाईं टांग को एक कदम पीछे करें।

जानें इसे करने की विधि : इसे करने के लिए टांग पर सीधे खड़े हों। द





## એક નજર

સંઝય બાંગડું કો પંજાબ  
કિંગ્સ કા ક્રિકેટ પ્રમુખ  
નિયુક્ત કિયા ગયા

નઈ દિલ્હી। પૂર્વ ભારતીય અંલારાઉંડર સંજય બાંગડું કો ઇંડિયન પ્રીમિયર લીગ (આર્પીએલ) ફ્રેંચીઝાની પંજાબ કિંગ્સ તેણું કિયા ગયા હૈ। વહ નિર્મિત બાંગડું કો પીચીકેએસ મેં વાપસી કા પ્રતીક હૈ, જો 2015 ઔર 2016 મેં મુખ્ય કાંઈ કી ભારતીક સંઘાતેને સેંપલે હોય થે। પીચીકેએસ ને સાંશેલ મર્ભિડા પ્લેટફોર્મ એક્સ પર પોસ્ટ કિએ ગયે એક બયન મેં કહા, હમેં પંજાબ કિંગ્સ મેં કિંકેટ વિકાસ ને એ પ્રમુખ કે સ્ક્રુ મેં હમારો શેર, સંજય બાંગડું કો પીચીકેએસ કરતે દુઃખુણી હો રહી હૈ કે બાંગડું હમારે સંગતાને મેં અનુભવ ઔર વિશેપજના કા ખજાના લેકર આતે હૈ, ઔર હમેં વિશેવાસ હૈ કિ ઉન્કે નેતૃત્વ મેં હમારે કિંકેટ વિકાસ કાર્યક્રમ આગે વઢોણ એન્ડ નીડ ઊંચાંયે તક પહુંચ્યાં। 2014 મેં પીચીકેએસ (તેણું ઇંડિયન પંજાબ) ઉપરિજ્ઞતા હીની, જો અબ તક ઉન્કા સર્વીશ્રી પ્રદર્શન હૈ। હાલીંગા, વે ઉસ સીજન કે બાદ સેંપોઅંફ પછેને મેં પંજાબ કા અધિકાર નહીં હુએ હૈનું।

**દિલ્હી કૈપિટલ્સ ટીમ કી ગહરાઈ મેં સુધાર કરના ચાહીતી હૈ: જોનાથન બૈટી મુંબાઈ** મહિલા પ્રીમિયર લીગ (ડલ્યુપીએલ) કી શનિવાર કો મુંબાઈ મેં હોને વાળી નીલામાં સેંપલે હોય એક બયન કે બાંગડું હાંકી ટીમ કી ગહરાઈ મેં સુધાર કરને કીની હોણી। દિલ્હીની જેણી પ્રીમિયર લીગ કી વિશેવાસ કરતે હોય એન્ડ નીડ ઊંચાંયે તક પહુંચ્યાં।

**દિલ્હી કૈપિટલ્સ ટીમ કી ગહરાઈ મેં સુધાર કરના ચાહીતી હૈ: જોનાથન બૈટી મુંબાઈ** મહિલા પ્રીમિયર લીગ (ડલ્યુપીએલ) કી શનિવાર કો મુંબાઈ મેં હોને વાળી નીલામાં સેંપલે હોય એક બયન કે બાંગડું હાંકી ટીમ કી ગહરાઈ મેં સુધાર કરને કીની હોણી। દિલ્હીની જેણી પ્રીમિયર લીગ કી વિશેવાસ કરતે હોય એન્ડ નીડ ઊંચાંયે તક પહુંચ્યાં।

**સબ જૂનિયર હાંકી ચૈમ્પિયનશિપ રાઉંડલાસ પંજાબ સેમી મેં**

**એંજેસી। નઈ દિલ્હી** પહલી હાંકી ઇંડિયા સબ જૂનિયર પૂરુષ અકાદમી ની ચૈપિયનશિપ 2023 કે છેઠે દિન (જાન્યુઆરી 5) મેં રાઉંડલાસ પંજાબ જિહ્વાની ટૂનાર્મેંટ મેં હોલી બાર પંચ વિકટ લિએ થે। ફ્રેંચીઝાની ડ્રાગ જારી એક બયન મેં જોનાથન બૈટી ને કહા, હમ ટીમ કી ગહરાઈ મેં સુધાર કરને કીની હોણી। દિલ્હીની જેણી પ્રીમિયર લીગ કી વિશેવાસ કરતે હોય એન્ડ નીડ ઊંચાંયે તક પહુંચ્યાં।

**એંજેસી। નઈ દિલ્હી** પહલી હાંકી ઇંડિયા સબ જૂનિયર પૂરુષ અકાદમી ની ચૈપિયનશિપ 2023 કે છેઠે દિન (જાન્યુઆરી 5) મેં રાઉંડલાસ પંજાબ જિહ્વાની ટૂનાર્મેંટ મેં હોલી બાર પંચ વિકટ લિએ થે। ફ્રેંચીઝાની ડ્રાગ જારી એક બયન મેં જોનાથન બૈટી ને કહા, હમ ટીમ કી ગહરાઈ મેં સુધાર કરને કીની હોણી। દિલ્હીની જેણી પ્રીમિયર લીગ કી વિશેવાસ કરતે હોય એન્ડ નીડ ઊંચાંયે તક પહુંચ્યાં।

# પાંચ દેશોને કે ટૂનાર્મેંટ કે લિએ મહિલા હાંકી ટીમ કી ઘોષણા

એંજેસી। નઈ દિલ્હી હાંકી ઇંડિયા ને શુક્રવાર કો સેંપન કે વાલોસિયા મેં 15 સે 22 દિસંબર તક હોને વાલે આગામી 5 દેશોને કે ટૂનાર્મેંટ કે લિએ 22 સદ્સ્થિતી ભારતીય મહિલા હાંકી ટીમ કી ઘોષણા કરી દી હૈ। ભારત ટૂનાર્મેંટ મેં આર્ટાલેટ, જર્મની, સ્પેન ઔર બેલિયન કે ખિલાફ ખેલેણા, જો 13 જાનવરી, 2024 સે શુક્ર હોને વાલે એફઅએચ હાંકી ટીમ કી ઓલાંપિક વાલોસિયા ચેર્ચની રૂપ્ય કો કોણને વાયન કરે રહી હૈ। ભારત ટૂનાર્મેંટ મેં આર્ટાલેટ, જર્મની, સ્પેન ઔર બેલિયન કે ખિલાફ ખેલેણા, જો 13 જાનવરી, 2024 સે શુક્ર હોને વાલે એફઅએચ હાંકી ટીમ કી ઓલાંપિક વાલોસિયા ચેર્ચની રૂપ્ય કો કોણને વાયન કરે રહી હૈ।



ભારતીય મહિલા હાંકી ટીમ ઇસ પ્રકાર હૈ

**ગોલકીપર - સંવિતા (કામાન), બિચ્છૂ દેવી ખારિબામ**  
**ફિફેંડસ - નિકાલ પ્રથાન, ઉદિતા, ઇશ્કા ચૌધરી, ગુરજીત કૌર, અક્ષતા અબાસો હેકાલે**  
**ફારવર્ડ - નિશા, વૈણવી વિદુલ ફાલકે, મોનિકા, સલીમા ટેટે, નેહા, નવનીત કૌર, સોનિકા, જ્યોતિ, બલજીત કૌર**  
**મિડફીલ્ડર - જ્યોતિ છેણી, સંગીતા કુમારી, વીપિકા, વંદના કટારિયા (ઉપ-કામાન), બ્યૂટી ડંગદંગ, શર્મિલા દેવી**

## વિશ્વ કપ વાલાફાલીંગ મૈચ મેં ભારત ને કોરિયા કો 3-1 સે હરાયા

એંજેસી। સૈંચિયાગો  
ભારતીય જૂનિયર મહિલા હાંકી ટીમ ને શુક્રવાર કો ચીની મેં ખેલે ગયું એકાંદરીએચ હાંકી મહિલા જૂનિયર વિશ્વ કપ 2023 કે 9-વેં-12થી સ્થાન કે વાલાફાલીંગ મૈચ મેં કોરિયા કો 3-3 સે હરા દિયા। ભારત ને એફઅએચ હાંકી ટીમ કી રૂપ્ય પ્રોફેશનલ મૈચ મેં વાયન કરે રહી હૈ।

કાપી આક્રમક રહીની કરીયા ને દબદ્વાર બાનાએ રખા ઔર પહોલી પેનટાની કાર્નર કે લેકિન ઇસકા ફાયદા નહીં તથા સકા.

ભારત ને જવાબી હાંપ્લોની કા વિકલ્પ ચુંચે હાપ્લોની હોય એફઅએચ હાંકી ટીમ કી રૂપ્ય પ્રોફેશનલ મૈચ મેં કોરિયા કો 1-1 સે હરા દિયા। ભારત ને એફઅએચ હાંકી ટીમ કી રૂપ્ય પ્રોફેશનલ મૈચ મેં વાયન કરે રહી હૈ।

એંજેસી। સૈંચિયાગો

હાલાકિક કો 23ચે મેન મિનટ મેં રોપીની કુમારી ને પેનટાની કાર્નર કે જરિયે ગોલ કરી ભારત કો 1-1 સે બારબારી દિલા દી। મધ્યાંત તક દોનેં ટીમે 1-1 સે બારબારી પર રહી હૈ। તોસરે કવાર્ટર મેં, ભારત ને ગેંડ પણ કો ક્રાંતિક રહી રહેણી હોય એફઅએચ હાંકી ટીમ કી રૂપ્ય પ્રોફેશનલ મૈચ મેં કોરિયા કો ફિકેટ મેં વાયન કરે રહી હૈ। એફઅએચ હાંકી ટીમ કી રૂપ્ય પ્રોફેશનલ મૈચ મેં કોરિયા કો ફિકેટ મેં વાયન કરે રહી હૈ।

એંજેસી। સૈંચિયાગો

હાલાકિક કો 23ચે મેન મિનટ મેં રોપીની કુમારી ને પેનટાની કાર્નર કે જરિયે ગોલ કરી ભારત કો 1-1 સે બારબારી દિલા દી। મધ્યાંત તક દોનેં ટીમે 1-1 સે બારબારી પર રહી હૈ। તોસરે કવાર્ટર મેં, ભારત ને ગેંડ પણ કો ક્રાંતિક રહી રહેણી હોય એફઅએચ હાંકી ટીમ કી રૂપ્ય પ્રોફેશનલ મૈચ મેં કોરિયા કો ફિકેટ મેં વાયન કરે રહી હૈ। એફઅએચ હાંકી ટીમ કી રૂપ્ય પ્રોફેશનલ મૈચ મેં કોરિયા કો ફિકેટ મેં વાયન કરે રહી હૈ।

એંજેસી। સૈંચિયાગો