

G A U R S
your own world

RERA NO.: UPRERAPRJ622344/11/2025
<https://up-rera.in/projects>

COLLECTION ACCOUNT DETAILS:
NAME: GAURSONS PROMOTERS PVT LTD
COLLECTION A/C FOR GAUR CHIRSHALIS (Phase-I)
PROJECT COLLECTION ACCOUNT NO.: 9150397619

BANK NAME: KOTAK MAHINDRA BANK | IFSC CODE: KKBK0005028
BANK ADDRESS: FIRST FLOOR, SHOP NO. 104 & 105 & 106, HARSHA MALL, ALFA-1, COMM. BELT, GR. NOIDA | LAUNCH DATE: 04-11-2025



WHERE LIFE'S FINEST MOMENTS FIND THEIR WINGS

Every residence here is designed to enrich the way you live, with world-class amenities and lush green landscapes that elevate everyday living.



Image used for representation purpose only. *T & C Apply

ANOTHER IDEA

THEMED LUXURY RESIDENCES

NOW AT A BSP OF ₹8499*

MINUTES FROM NOIDA INTERNATIONAL AIRPORT



Beautiful Central
Landscaped Greens in
3.23 Hectares (8 Acres)*



Approx. 9290 sqm /
1 Lakh Sq.Ft. Clubhouse*
(85,000 sq.ft. Built-up area + 15,000 sq.ft. Terrace area)



60+
Lifestyle Amenities*
for Every Generation

CALL FOR DETAILS ☎ 83739 44464



*Come, live life in
all it's vibrancy*



THEMED LUXURY RESIDENCES

NOW AT A BSP OF ₹8499*

3 BHK STARTING AT ₹1.32 CR.*



Close to the
Newly Proposed
Metro Corridor*



Connectivity with EPE,
New Jewar-Faridabad
Greenfield Expressway*



Located in India's
Most Promising
Growth Corridor



Proximity to
Various Industrial
Hubs & IT Parks*



Close to Gaur Yamuna City
& CBSE Affiliated Gaurs
International School

All images used for representation purpose only | *T & C Apply



MINUTES FROM NOIDA INTERNATIONAL AIRPORT

CALL FOR DETAILS ☎ 83739 44464

Scan for Location



A PROJECT BY
GAURS GROUP

Corp. Office: Gaur Biz Park, Plot No. 1, Abhay Khand II,
Indirapuram, Ghaziabad, (U.P.) 201014 India

Member of
CREDAI

3 Decades of Unflinching Commitment | 75+ Successfully Delivered Projects | 75,000+ Successfully Delivered Units | 3,00,000+ Happy Customers

ANOTHER IDEA



शनिवार
18 जुलाई 2026, नई दिल्ली

वर्ष 91, अंक 170, 20 पेज, मूल्य ₹ 5.00, हिन्दुस्तान टाइम्स के साथ मूल्य ₹ 10.50 एवं एचटी एन के साथ मूल्य ₹ 6.25

● पांच प्रदेश ● 23 संस्करण

मरोसा नए हिन्दुस्तान का

बीसीसीआई ने
कहा, रोहित शर्मा
भारत के लिए
खेलते रहेंगे
P-16



COURSES OFFERED

B.TECH | M.TECH | MCA | MCA (INTEGRATED) | PGDM | MBA
MBA (BUSINESS ANALYTICS) | MBA (INTEGRATED)
MBA (HEALTH CARE & HOSPITAL MANAGEMENT) | BBA | BCA
B.COM | B.COM (H) | B.SC.(CS) | D.PHARMA | B.PHARMA*
LL.B | B.A. LL.B | B.SC. (NURSING) | GNM*

*Courses Proposed



APPLY NOW
www.gniotgroup.edu.in
Toll Free Number
1800-274-6969



Plot No. 7, Knowledge Park II, Greater Noida, UP- 201310

टिप्पणी: शीर्ष अदालत ने याचिका की सुनवाई के दौरान स्पष्ट किया एसआईआर में नाम कटने से नागरिकता नहीं जाती

नई दिल्ली, एजेंसी। शीर्ष अदालत ने शुक्रवार को कहा कि एसआईआर प्रक्रिया में नाम कटने की वजह से किसी की नागरिकता अपने आप खत्म नहीं होती। चुनाव आयोग नागरिकता से जुड़े मामलों पर कोई निर्णय नहीं ले सकता है। अदालत ने साफ किया कि एसआईआर से जुड़े बिहार के मामले में हमने ये पहले भी स्पष्ट किया था।

पश्चिम बंगाल में एसआईआर प्रक्रिया से जुड़ी जनहित याचिका को सुनवाई के लिए मंजूर करते हुए अदालत ने यह टिप्पणी की। सीजेआई सूर्यकांत, जस्टिस जॉयन्त्या बागची और वी. मोहना की पीठ के समक्ष पश्चिम बंगाल प्रदेश कांग्रेस कमेटी की एसआईआर समिति के अध्यक्ष सरेनसन्त बोस की याचिका आई थी। अधिवक्ता नरेश राठी के जरिये दायर याचिका में एसआईआर के दौरान हटाए गए मतदाताओं और दायर दावों और आचार्यों का विधानसभावार आंकड़ा सार्वजनिक करने की मांग की गई है।

सरकारी योजनाओं से वंचित करने का मुद्दा उठाया: याचिकाकर्ता की ओर से पेश वरिष्ठ अधिवक्ता गोपाल शंकर नारायण ने दावा किया कि मतदाता सूची से नाम हटाने के बाद शिक्षाकर्ता के अंतिम निस्तराण से पहले ही कई लोगों को सरकारी राशन और अन्य योजनाओं का लाभ, जहाँ प्रमाणपत्र जैसे नागरिक अधिकारों से वंचित किया जा रहा है। इस पर जस्टिस बागची ने कहा कि सुप्रीम कोर्ट ने बिहार एसआईआर प्रक्रिया से जुड़े निर्णय में भी इस मुद्दे पर बात की है। उन्होंने कहा, 'बिहार मामले में दिए गए फैसले में हमने साफ किया है कि चुनाव आयोग

पश्चिम बंगाल में 33 लाख अपील अब भी लंबित

अधिवक्ता नारायण ने कहा कि राज्य में 33.5 लाख अपीलें अब भी लंबित हैं। जिन मामलों का निपटारा हुआ है, उनमें 70 प्रतिशत दावे रीकार किए गए हैं। याचिका में कहा गया है कि राज्य में 58 लाख से अधिक वोटों के नाम हटा दिए गए थे। 60 लाख से अधिक 'ताकिक विसंगति' वाले मामलों की पहचान करने के लिए अपनाई गई प्रक्रिया पर भी चिंता जताई गई है।



याचिका में जानकारी सार्वजनिक करने की मांग

याचिका में फॉर्म छह, सात की संख्या (दायर, स्वीकृत और अस्वीकृत) और अपील याचिकाकरण के समन अपील लंबित रहने पर निस्तराण से जुड़ी जानकारी सार्वजनिक करने की मांग की गई है। अधिवक्ता गोपाल शंकर नारायण ने कहा कि हटाए गए मतदाताओं के दावों-आपत्तियों के निस्तराण के लिए 18 याचिकाकरण जिस तरह काम कर रहे हैं, उससे कथित तौर पर देरी हो रही है। चुनाव आयोग ने निर्वाचन कोष के हिस्से से यह डेटा जारी नहीं किया है कि कितने आवेदन मिले, कितने स्वीकार किए गए और कितने खारिज किए गए, जिससे इस प्रक्रिया की सार्वजनिक जांच सीमित हो गई है।

मतदाता सूचियों का निरीक्षण और निगरानी में पीठ ने इस नई याचिका को पूर्व मुख्यमंत्री ममता बनर्जी सहित एसआईआर से संबंधित अन्य लंबित याचिकाओं के साथ 25 अगस्त को सुनवाई के लिए सूचीबद्ध करने पर सहमत नहीं जनाई। सुप्रीम कोर्ट ने पश्चिम बंगाल में

एसओपी को बांग्ला भाषा में जारी करने की मांग

याचिकाकर्ता का कहना है कि तीन सदस्यीय न्यायिक समिति ने सात अपील को एक एसओपी जारी की थी, लेकिन इसे भी सार्वजनिक नहीं किया गया है। याचिका में एसओपी को प्रकाशित करने और बांग्ला, हिन्दी और अंग्रेजी में आसान अपील गाइडलाइंस तैयार करने के निर्देश देने की मांग की गई है, ताकि ज्यादा से ज्यादा लोग इसमें शामिल हो सकें और प्रक्रिया तक उनकी पहुँच हो।

नागरिकता पर निर्णय नहीं ले सकता चुनाव आयोग

शीर्ष अदालत ने शुक्रवार को स्पष्ट किया कि चुनाव आयोग नागरिकता से जुड़े मामलों पर कोई निर्णय नहीं ले सकता है। सीजेआई सूर्यकांत की अध्यक्षता वाली पीठ ने कहा कि आयोग नागरिकता तय करने वाला कोई संवैधानिक प्राधिकरण नहीं है।

अपने नाम से डॉक्टर हटा दें: सुप्रीम कोर्ट

नई दिल्ली, प्र.सं.। भारतीय पुलिस नई दिल्ली, प्र.सं.। भारतीय पुलिस सेवा के 1994 बैच के अधिकारी अनुराग कुमार को दिल्ली पुलिस का नया आवुक्त नियुक्त किया गया है। शुक्रवार को आदेश आने के बाद अनुराग कुमार ने पुलिस मुख्यालय पहुंचकर पदभार ग्रहण किया। उन्होंने सतीश गोलचका की जगह ली। P04

पहली स्वदेशी हाइड्रोजन ट्रेन पटरी पर दौड़ी

उपलब्धि

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शुक्रवार को भारत की पहली हाइड्रोजन चालित ट्रेन को हरी झंडी दिखाई। मोदी ने इस ट्रेन को मेक इन इंडिया का सफल उदाहरण बताया। उन्होंने कहा कि यह दुनिया की सबसे लंबी, शक्तिशाली हाइड्रोजन से चलने वाली ट्रेन है।

► विकास नहीं रुका P09



प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शुक्रवार को जीए रेलवे स्टेशन पर देश की पहली हाइड्रोजन ट्रेन को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। P16

अनुराग बने दिल्ली पुलिस कमिश्नर

नई दिल्ली, प्र.सं.। भारतीय पुलिस सेवा के 1994 बैच के अधिकारी अनुराग कुमार को दिल्ली पुलिस का नया आवुक्त नियुक्त किया गया है। शुक्रवार को आदेश आने के बाद अनुराग कुमार ने पुलिस मुख्यालय पहुंचकर पदभार ग्रहण किया। उन्होंने सतीश गोलचका की जगह ली। P04

भारत पर 100% टैरिफ लगाने वाला बिल अमेरिकी संसद में पेश

1 भारत सरकार द्वारा पेश किए गए 100% टैरिफ लगाने वाला बिल शुक्रवार को 60 सदस्यों के समर्थन से अमेरिकी संसद में पेश किया गया। इसमें चीन, रूस, भारत, अफगानिस्तान और ईरान शामिल हैं। P15

प्रमुख पांच

गिगवर्कर को भविष्य निधि जल्द प्रोत्साहित, गिग वर्कर्स जैसे अस्थायी कर्मचारियों को भी पीएफ की सुविधा देना। P13

बहस से न भागें विरोधी नेता संसद का मतभेद स्पष्ट करने से पूर्व विपक्ष की नेता एनकांका बहस को जवाब आकांक्षित की लान रही है। ऐसा पहली बार कांग्रेस और उसके सहयोगी नहीं कर रहे हैं। P10

ब्रिटेन के नए पीएम होगे एंडी बर्नहम ब्रिटेन में युष्मत्त को सभापति लैबर पार्टी ने एंडी बर्नहम को अपना नया नेता चुन लिया। P15

एप्पल दुनिया की सबसे मूल्यवान कंपनी बनी आईफोन निर्माता कंपनी एप्पल एनबीबी को पीछे छोड़कर दुनिया की सबसे मूल्यवान कंपनी बनी। P13



20 तक जिंदा रहना चाहता हूँ: वांगचुक

नई दिल्ली, एजेंसी। सोमन वांगचुक ने शुक्रवार को कहा कि वह किसी भी कीमत पर 20 जुलाई तक जीवित रहेंगे। सोमन 20 दिनों से भूख-हड़ताल पर हैं। डॉक्टरों ने चेतावनी दी है कि उनका उपावास अब गंभीर स्थिति में पहुंच गया है। वांगचुक का अनशन P03

कुछ अलग 10 और 20 रुपये के छोटे नोट से होगी शुरुआत, ट्रायल सफल रहा तो पॉलीमर के बड़े नोट भी आएंगे

जल्द जेब में हो सकते हैं प्लास्टिक के नोट

नई दिल्ली, विशेष संवाददाता। देश में जल्द प्लास्टिक के नोटों की शुरुआत होने जा रही है। पहले 10 और 20 रुपये के छोटे नोट से ट्रायल किया जाएगा, उसके बाद बड़े पॉलीमर नोट चलन में लाए जाएंगे। भारतीय रिजर्व बैंक ने पॉलीमर नोटों की छपाई की दिशा में काम शुरू कर दिया है। इसके लिए सुरक्षा विशेषताओं से युक्त पॉलीमर शीटों के निर्माण एवं आपूर्ति हेतु वैश्विक टेडर आमंत्रित किया गया है। पॉलीमर सामग्री में कई आयुक्तिक सुरक्षा फीचर होंगे, जिनमें पारदर्शी विंडो पर चित्र, धातु वाला अंक, चुंबकीय सुरक्षा धागा, रीड इमेज और इरिडिसेंट पैटर्न शामिल हैं। कागज के 10 और 20 के

नोटों की छपाई को लेकर कड़े नियम तय किए गए

■ बोली लगाने वाली कंपनियों का चीन या पाकिस्तान से कारोबार भारत से जुड़े काम से अलग हो।
■ कंपनी चीन और पाकिस्तान से कच्चा माल नहीं खरीद सकती।
■ भारत से सीमा साझा करने वाले देशों की कंपनियों के लिए उद्योग एवं आंतरिक व्यापार संस्कृत विभाग से मंजूरी लेना अनिवार्य।

मौजूदा नोटों का जीवन चक्र काफी छोटा होता है। बड़ी संख्या में खराब होकर प्रिंटिंग के बाद एक वर्ष में खराब होकर दोबारा मुद्रण के लिए आते हैं। यदि पॉलीमर नोटों का ट्रायल सफल रहता है तो भविष्य में कई अन्य

60 देशों में इस्तेमाल

दुनिया के करीब 60 देशों में प्लास्टिक नोट इस्तेमाल किए जा रहे हैं। ऑस्ट्रेलिया ने सबसे पहले शुरुआत की थी। इसके बाद कनाडा, ब्रिटेन, सिंगापुर, न्यूजीलैंड जैसे कई देशों ने भी इसे अपनाया। हालांकि, भारत में इससे पहले भी ऐसा प्रयास हो चुका है।

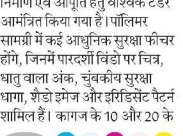
नकल करना मुश्किल

प्लास्टिक नोटों में सुरक्षा के ज्यादा मांजतु इंतजाम किए जा सकते हैं। इनकी नकल बनाना आसान नहीं होगा। इससे फर्जी नोटों की समस्या पर भी काफी हद तक रोक लगा सकते हैं।

क्या आप जानते हैं आजकल पानी के स्रोतों में पेस्टीसाइड्स, लेड, आर्सेनिक और यूरेनियम पाए जाते हैं?

STOP करें अपने वॉटर प्यूरिफायर में साधारण फिल्टर्स का लगवाना. ये इनमें से कई हानिकारक तत्वों को नहीं निकाल पाते, जिसके कारण गंभीर बीमारियां हो सकती हैं, यहाँ तक कि कैंसर भी.

CHECK करें और फिर लगावाएँ सिर्फ जेन्युइन एक्वागार्ड नैनोपोर लॉन्ग-लाइफ़ फिल्टर्स. ये पानी की आखिरी बूंद तक हानिकारक तत्वों को निकालते हैं, ताकि आप RELAX होकर शुद्ध पानी पीएँ.



NEW

Aquaguard NANOPORE LONG-LIFE FILTERS

STOP. CHECK. RELAX.

84250 84250 या QR कोड अभी स्कैन करें और अपने फिल्टर की जाँच करवा कर अपने परिवार के लिए सुरक्षित पानी सुनिश्चित करें.

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः



माननीय मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के नेतृत्व में उत्तर प्रदेश सरकार स्वास्थ्य सेवाओं को सुलभ, गुणवत्तापूर्ण और आधुनिक बनाने की दिशा में लगातार कार्य कर रही है। मेडिकल शिक्षा के विस्तार, आधुनिक अस्पतालों की स्थापना, आयुष सेवाओं के सुदृढ़ीकरण, नर्सिंग एवं पैरामेडिकल शिक्षा के विकास, टेलीमेडिसिन और अत्याधुनिक स्वास्थ्य सुविधाओं के माध्यम से प्रदेश में एक मजबूत स्वास्थ्य तंत्र विकसित किया जा रहा है।



मेडिकल शिक्षा का विस्तार

46 राजकीय मेडिकल कॉलेज, 02 ई.एस.आई. और 36 निजी मेडिकल कॉलेजों सहित 84 मेडिकल कॉलेज संचालित।

60 जनपद मेडिकल कॉलेज से आच्छादित।

16 असेवित जिलों में मेडिकल कॉलेज स्थापना के लिए पीपीपी मोड की नीति।

लखनऊ में अटल बिहारी वाजपेयी चिकित्सा विश्वविद्यालय तथा गोरखपुर एवं रायबरेली में एम्स संचालित।

वर्तमान में सरकारी क्षेत्र में 5,700 से अधिक एम.बी.बी.एस. सीट तथा निजी क्षेत्र में 7,900 से अधिक एम.बी.बी.एस. सीट उपलब्ध।

पीपीपी मोड के तीन नये मेडिकल कॉलेजों में 350 सीटें उपलब्ध। सुपर स्पेशियलिटी की कुल 305 सीट उपलब्ध।

सरकारी क्षेत्र में एम.डी./एम.एस./डिप्लोमा सीटों की संख्या 900 से बढ़कर 1,871 हो गयी।

निजी क्षेत्र में कुल 4,995 पी.जी. सीटें।



आधुनिक चिकित्सा एवं सुपर स्पेशियलिटी स्वास्थ्य सेवाएं

एसजीपीजीआई में डायबिटीज सेंटर की स्थापना तथा 500 बेड्स एडवांस पीडियाट्रिक सेंटर।

डॉ. राम मनोहर लोहिया आयुर्विज्ञान संस्थान, लखनऊ में किडनी, लीवर, बोनमैरो ट्रांसप्लांट एवं एडवांस न्यूरोसाइंसेज सेंटर का कार्य पूर्ण।

एसजीपीजीआई में व्हाटरनरी हेल्थ केयर सेंटर की स्थापना की प्रक्रिया गतिमान।

डायबिटीज एवं रेनल संबंधी रोगों का एक छत के नीचे इलाज संभव।

कल्याण सिंह सुपर स्पेशियलिटी कैंसर इंस्टिट्यूट, लखनऊ में सेंटर फॉर एडवांस मॉलिक्यूलर डायग्नोस्टिक्स एण्ड रिसर्च फॉर कैंसर स्थापित।



आयुष सेवाओं का सुदृढ़ीकरण

वर्तमान में 2,111 आयुर्वेदिक, 254 यूनानी एवं 1,585 से अधिक होम्योपैथिक चिकित्सालय संचालित।

08 आयुर्वेदिक कॉलेज एवं उनसे सम्बद्ध चिकित्सालय, 02 यूनानी कॉलेज एवं उनसे सम्बद्ध चिकित्सालय तथा 09 होम्योपैथिक कॉलेज एवं उनसे सम्बद्ध चिकित्सालय संचालित।

आयुर्वेदिक एवं यूनानी चिकित्सालयों में प्रमाणित एवं गुणकारी औषधियों की आपूर्ति हेतु राजकीय औषधि निर्माणशालाएं लखनऊ एवं पीलीभीत में संचालित।

अयोध्या में राजकीय आयुर्वेदिक महाविद्यालय तथा वाराणसी में राजकीय होम्योपैथिक मेडिकल कॉलेज की स्थापना।

16 जनपदों में 50 श्रेया एकीकृत आयुष चिकित्सालय संचालित।

वर्ष 2024-25 में लगभग 6 लाख 70 हजार मरीज लाभान्वित।

प्रदेश में आयुष बोर्ड के गठन का निर्णय।



राष्ट्रीय स्तर पर उत्कृष्ट संस्थान

केजीएमयू ने वर्ष 2025 में एनआईआरएफ रैंकिंग में चिकित्सा विश्वविद्यालय की श्रेणी में 8वां, डेंटल की श्रेणी में 7वां स्थान तथा नैक रैंकिंग में A++ की सर्वोत्तम ग्रेडिंग प्राप्त की।

एसजीपीजीआई, लखनऊ ने वर्ष 2025 में एनआईआरएफ रैंकिंग में 05वां स्थान तथा NAAC रैंकिंग में A++ की सर्वोत्तम ग्रेडिंग प्राप्त की।



नर्सिंग एवं पैरामेडिकल शिक्षा को बढ़ावा

31 से अधिक नर्सिंग कॉलेजों का निर्माण कार्य जारी।

मिशन निरामया: के अन्तर्गत नर्सिंग व पैरामेडिकल संस्थाओं की गुणवत्ता सुधार हेतु अनेक कार्यक्रमों का संचालन।

नर्सिंग में 7,000 सीट तथा पैरामेडिकल में 2,000 सीटों की वृद्धि। बंद पड़े 35 एनएएम प्रशिक्षण केंद्रों को पुनः शुरू किया गया।



आपातकालीन एवं समग्र स्वास्थ्य अवसंरचना

अयोध्या, फिरोजाबाद, हरदोई, चंदौली और देवरिया के मेडिकल कॉलेजों में लेवल-2 ट्रॉमा सेंटर पहले से संचालित।

अन्य मेडिकल कॉलेजों में भी ट्रॉमा सेंटर बनाने का निर्णय।

राष्ट्रीय वनहेल्थ मिशन के अनुरूप राज्य वनहेल्थ मिशन की स्थापना की जा रही है।

प्रदेश में मेडटेक सेक्टर को बढ़ावा देने के लिए सरकार निवेश और नवाचार को प्रोत्साहन।



डिजिटल हेल्थ एवं टेलीमेडिसिन

एसजीपीजीआई, लखनऊ द्वारा टेलीकन्सल्टिंग एवं टेलीरियोलॉजी के माध्यम से उत्तराखण्ड, रोहताक (हरियाणा), उड़ीसा एवं क्रिश्चियन मेडिकल कॉलेज, वेल्लोर को परामर्श/सहायता।

टेलीआईसीयू के माध्यम से संस्थान को 6 मेडिकल कॉलेजों से जोड़ा गया।

शकूरपुर से मुख्यमंत्री ने 45 जन आरोग्य मंदिरों का शुभारंभ किया

अच्छी खबर

नई दिल्ली, प्रमुख संवाददाता। राजधानी में सबको घर के पास ही बेहतर इलाज की सुविधा उपलब्ध करना हमारा मकसद है। शकूरपुर को शकूरपुर से मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने 45 नए आरोग्य जन आरोग्य मंदिरों का शुभारंभ किया।

दिल्ली में आरुघ्मन आरोग्य मंदिरों की संख्या बढ़कर 415 हो गई है। इन आरुघ्मन आरोग्य मंदिरों के माध्यम से दिल्ली के लोगों को घर के पास गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाएं मिल रही हैं। राजधानी में 1100 से अधिक आरुघ्मन जन आरोग्य मंदिर शुरू करने का लक्ष्य भी जल्द पूरा होगा।

उन्होंने कहा कि लोगों को समय पर बेहतर उपचार उपलब्ध हो।

आरुघ्मन जन आरोग्य मंदिरों में सामान्य ओपीडी, मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाएं, नियमित टीकाकरण, गैर-संचारी रोगों की निशुल्क जांच, आवश्यक दवाइयां और करीब 80 प्रकार की निशुल्क जांच सुविधाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं।

इसके अलावा इन केंद्रों में बीमारियों की रोकथाम के लिए स्क्रीनिंग के जरिये शुगर आती चरण में उनकी पहचान, समय पर उपचार और स्वास्थ्य जागरूकता पर विशेष ध्यान दिया जाएगा। लोगों से नियमित स्वास्थ्य जांच कराने, अनुसूचित जीवजंतुओं अपनाने, योग और व्यायाम की अपनी दिनचर्या को हिस्सा बनाने की अपील भी की।

दिल्ली के स्वास्थ्य मंत्री डॉ. पंकज कुमार सिंह ने भी मन्तुपुर डेवास में एक आरुघ्मन जन आरोग्य मंदिर का



नई दिल्ली के शकूरपुर स्थित इंदिरा गांधी पॉलीक्लीनिक में नए आरुघ्मन जन आरोग्य मंदिरों का शुभारंभ करने के दौरान मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता और अन्य। • हिन्दुस्तान

शुभारंभ किया। उन्होंने इस स्वास्थ्य सेवा के लिए अहम कदम बताया।

ब्रिजनगर में 14 करोड़ की परियोजनाएं शुरू: दिल्ली की मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने ब्रिजनगर में 14.25 करोड़ रुपये की विकास

परियोजनाओं का शुभारंभ किया। इसमें नेताजी सुभाष प्लेस की पांच सड़कें, सभाट एन्क्लेव मार्केट, गुर्जर, सैनी चौपाल और शकूरपुर रमेशान का विकास शामिल है। पीडब्ल्यूडी की 6.25 करोड़ रुपये की आठ प्रमुख

1100
से अधिक आरुघ्मन जन आरोग्य मंदिर शुरू करने का लक्ष्य जल्द होगा पूरा

415
हुई जन आरोग्य मंदिरों की संख्या दिल्ली में 45 नए शुरू होने के साथ

राजधानी में 24 नई अटल कैंटीन अगले महीने खुलेंगीं

दिल्ली सरकार अगले महीने 24 नई अटल कैंटीन शुरू करने जा रही है, जिसके बाद शहर में कुल संख्या 94 हो जाएगी। इस योजना में अन्य राज्यों की भी रुचि बढ़ रही है। पटना, राँचे-लद्दाख और हरियाणा के अधिकारियों ने दिल्ली आकर कैंटीनों की व्यवस्था और संचालन की जानकारी ली है। अटल कैंटीन में लोगों को 5 रुपये में भोजन मिलता है, जबकि सरकार प्रति प्लेट 25 रुपये सब्सिडी देती है। यहां रोटी, चावल, दाल और सब्जियां वाला शाहीरानी भोजन उपलब्ध कराया जाता है।

राज्य अगले माह वितरित करेगी। मुख्तियार रेखा गुप्ता ने बताया कि वर्ष 2025 में अगस्त-सितंबर की बारिश से प्रभावित किसानों को 75,000 रुपये प्रति हेक्टेयर की दर से मुआवजा सोधे खाते में भेजा जाएगा।

कांग्रेस नेता पवन खेड़ा समेत कई दिग्गज जलवायु कार्यकर्ता से मिले और अनशन तोड़ने की अपील की

वांगचुक का वजन घटा पर समर्थन बढ़ा



नई दिल्ली, वरिष्ठ संवाददाता। जंतर-मंतर पर चल रहे कांक्रिस जनता पार्टी (सोनेजे) के प्रदर्शन में युवाओं और छात्रों की संख्या बढ़ने लगी है। सोफर बाद ज्यादा लोगों की भीड़ जुट रही है। इस दौरान युवाओं की टोलिएन व्यंग्यमयक गीत गा रहे हैं तो कोई पुस्तक पढ़ रहा है।

शुक्रवार को जलवायु कार्यकर्ता सोनम वांगचुक को भूख हड़ताल का 20वां दिन रहा। चिकित्सक टीम ने उनका लगातार वजन घटते और डिहाइडेशन की जानकारी दी। डॉक्टरों ने बताया कि उनकी शारीरिक हालत और खराब हो गई है। वे लगातार निगरानी में हैं। पिछले 24 घंटों में वांगचुक का वजन 350 ग्राम और कम हो गया, जिससे उनका कुल वजन लगभग 9.5 किलोग्राम कम हो गया है।

रक्तचाप 108/68 एमएमएच, पल्स 72 प्रति मिनट और ऑक्सीजन संतृप्ति 96 प्रतिशत दर्ज की गई। इस दौरान उनकी पत्नी गीताजलि जे. खेड़ा भी उनके समिलने पहुंचीं।

बाड़ी, कांक्रिस नेता पवन खेड़ा ने भी वांगचुक से मुलाकात कर अनशन समाप्त करने की अपील की। खेड़ा ने आंदोलन के प्रति एकजुटता जताते हुए कहा कि छात्रों की चिंताओं को गंभीरता से ध्यान देना और प्रतिक्रिया देना आवश्यक है। प्रदर्शन में अनिवार्यताएं नहीं हैं। प्रदर्शन



जंतर-मंतर पर शुक्रवार को अनशन पर बैठे सोनम वांगचुक से उनसे मिलने पहुंची पत्नी गीताजलि जे. खेड़ा। • लोक नेशन

‘वांगचुक पर आधारित नहीं’ थी ‘इंडियट्स’

नई दिल्ली, एजेंसी। अभिनेता आमिर खान ने कहा कि फिल्म ‘थ्री इंडियट्स’ में उनका किरदार सोनम वांगचुक पर आधारित नहीं था। उन्होंने इंग्लिश भाषा में कहा कि वांगचुक के स्वास्थ्य को लेकर चिंता उनकी पत्नी गीताजलि जे. खेड़ा की अपील की।

अभिनेता ने लंदन स्टूडियो फिल्म फेस्टिवल के एक सत्र में वांगचुक के जवाब में यह बात कही, जिसका वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हुआ।



आमिर खान ने अनशन समाप्त करने की भी अपील की

हैं। आमिर खान ने कहा कि फिल्म बनाने के दौरान तो उन्हें और न ही फिल्म के लेखकों को वांगचुक के बारे में पता था।

उनकी सहायता के लिए फिल्म की जरूरत नहीं: आमिर खान ने कहा कि वांगचुक को काम कर रहे हैं, वह किसी भी स्थिति में अच्छा काम है। उन्होंने हाल ही में आए फिल्म ‘थ्री इंडियट्स’ के किरदार पर आधारित हैं। उन्होंने हाल ही में आए फिल्म ‘अभिनेता ओमी वैद्य के वीडियो की भी गलत बताया।

20 जुलाई को जंतर-मंतर पर निगरानी मामले की हाईकोर्ट में सुनवाई

24 घंटे के दौरान 350 ग्राम वजन कम हुआ, कुल 9.5 किलो घटा

सुरक्षा बढ़ाई गई

प्रदर्शनस्थल पर युवाओं की अधिक संख्या को देखते हुए पुलिस सुरक्षा बढ़ा दी गई है। बिना पुलिस जॉब के किसी को भी जाने नहीं दिया जा रहा है। शुक्रवार को काफी संख्या में पुलिस बल के साथ अर्ध रात्रि बल की तैनाती देखने को मिली।

कांग्रेस, आप और राजद ने की आलोचना

कांग्रेस, राजद और आम आदमी पार्टी (आप) ने बयान को लेकर आमिर खान की आलोचना की है। पिछली दली को आरोप है कि अभिनेता सरकार के डर से वे कोई स्टैंड नहीं लेना चाहते हैं। राजद के राज्यसभा सांसद मनोज झा ने उन्हें स्पष्टीकरण पर सवाल उठाते हुए कहा कि उन्हें यह बात कहने में किनारे लगाए गए। आप तक तो सब खी जतने थे कि वह फिल्म वांगचुक के जीवन पर आधारित है।

आप के राज्यसभा सांसद संजय सिंह ने भी अभिनेता की आलोचना की। वहीं, कांक्रिस नेता हसन दलवाई बोले, वे बेहतर अभिनेता निर्माता के तौर पर आमिर का सम्मान करता हूँ, लेकिन डरने की क्या बात है।

अनशन खत्म करने की अपील: शिक्षाविदों, फिल्म निर्माताओं और अन्य क्षेत्र के 60 से अधिक दिग्गजों ने भूख हड़ताल खत्म करने की अपील की। इनमें नोबेल पुरस्कार विजेता अभिजात बनर्जी, अमिताभ घोष, अरुंधति राय, किरण देसाई शामिल हैं।

न्यू अशोक नगर स्टेशन पर ईवी चार्जिंग की सुविधा शुरू



न्यू अशोक नगर नो भारत स्टेशन पर बना अल्ट्रा फास्ट ईवी चार्जिंग स्टेशन। • हिन्दुस्तान

सहूलियत

नई दिल्ली, प्रस। न्यू अशोक नगर नो भारत स्टेशन पर उच्च क्षमता वाला इलेक्ट्रिक व्हीकल (ईवी) चार्जिंग स्टेशन शुरू किया गया है। वह राजधानी के सबसे बड़े अल्ट्रा-फास्ट ईवी चार्जिंग स्टेशन में शामिल है।

स्टेशन पर 14 डीसी चार्जिंग पोइंट लगाए गए हैं, जिसमें 240, 360 और 480 किलोवाट क्षमता के चार्जर शामिल हैं। यहां निजी, व्यावसायिक ईवी और इलेक्ट्रिक बसें एक साथ चार्ज की जा सकेंगी। चार्जिंग स्टेशन में आधुनिक सुरक्षा और निगरानी प्रणाली भी स्थापित की गई है।

वाहन चालक मोबाइल ऐप के जरिए चार्जिंग स्टेशन की लोकेशन और सेवाओं का उपयोग कर सकेंगे। एनसीआरटीसी के अनुसार, इस सुविधा से नो भारत स्टेशन तक निजी ईवी से आने वाले यात्रियों और आपसप के लोगों को लाभ मिलेगा। इसके साथ ही अब साहिलबादा, आनंद विहार और मेरठ साउथ सहित कुल नौ नो भारत स्टेशन पर ईवी चार्जिंग सुविधा उपलब्ध हो गई है।

अस्पताल के शौचालयों का नवीनीकरण होगा

नई दिल्ली, प्रस। पीएमपुरा के भगवान महावीर अस्पताल में मरीजों, तीमारदारों और अस्पताल कर्मियों को जल्द बेहतर शौचालय मिलने की उम्मीद है। लोक निर्माण विभाग (पीडब्ल्यूडी) ने अस्पताल के 26 पुरुष और महिला शौचालयों के नवीनीकरण का योजना बनाई है। इस काम में करीब 2.75 करोड़ रुपये का खर्च आएगा। इस अस्पताल में बड़ी संख्या में मरीज और उनके तीमारदार आते हैं।

जालिम लोशन

दाद, खाज, खुजली एवं एक्जिमा के लिए उपयोगी

मेरिकल स्टोर से आज ही खरीदें

12075412769250

एम्स में ब्रेकीथेरेपी सेवा प्रभावित

नई दिल्ली, प्रमुख संवाददाता। कैसर के सलाज में इस्तेमाल होने वाली ब्रेकीथेरेपी में पांच से सात मिनट लगने चाहिए, लेकिन एक से सवा घंटा लगा रहा है। एम्स के कैसर सेंटर डॉ. बीआर अंबेडकर आईआरसीएच (इंस्टीट्यूट ऑफ रोटरी कैसर हास्पिटल) में इन दिनों मरीज इस समस्या से जूझ रहे हैं।

ब्रेकीथेरेपी मशीन में रेंट्रिएशन सोर्स के रूप में इरिडियम की इन्सुलेशन होती है, जिसकी हाफ लाइफ 73 दिन है। करीब हर तीन माह पर सोर्स की रेंट्रिएशन क्षमता घटकर आधी रह जाती है। इस सोर्स को हर तीन माह में बदलना आवश्यक होता है। एम्स में ब्रेकीथेरेपी मशीन में आखिरी बार सोर्स को पिछले वर्ष नवंबर में बदला गया था। इस वजह से ब्रेकीथेरेपी मशीन ठीक से काम नहीं कर पा रही है। बताया जा रहा है कि सामान्य तौर पर प्रतिदिन 12 से 15 मरीजों

कैसर मरीजों के लिए पांच से सात मिनट की जगह एक से सवा घंटे से अधिक का समय लग रहा

की ब्रेकीथेरेपी होती है। जबकि अभी फिजिकल से दो-तीन मरीजों को ब्रेकीथेरेपी दी जाती है। इसे मरीजों का इलाज प्रभावित हो रहा है।

डॉक्टरों के अनुसार, ब्रेकीथेरेपी कैसर मरीजों को रेंट्रिएशन थैरेपी देने की अत्याधुनिक तकनीक है। इसके माध्यम से ट्यूमर पर बेहतर नजदीकी से हाई डोज रेंट्रिएशन दिया जाता है। यथावश्यक कैसर, यूटरइन कैसर, एंडोमेट्रियल जैसे महिलाओं से संबंधित कैसर के इलाज में ब्रेकीथेरेपी का इस्तेमाल अधिक होता है। इसके अलावा सैन कैसर, ओरल कैसर, प्रोस्टेट, फेफड़े के कैसर और सारकोमा के इलाज में भी इस्तेमाल होती है।

Yeh aam hai Carbide-free, enjoy stress-free

Safal

सफ़ल आम, सेफ आम

लंगडा आम ₹69.00/Per kg

तख्खू (किण्व) ₹25.00/Per kg

देसी टमाटर ₹44.00/Per kg

मोराबनी ₹49.00/Per kg

SAFAL FROZEN PEAS 'NET QTY. 500 g MRP ₹ 135'

SAFAL COCONUT WATER 'NET QTY. 1 Lit. MRP ₹ 180'

SAFAL IDLI DOSA BATTER 'NET QTY. 1 kg MRP ₹ 120'

2 PEAS 200g PACKS OFFER PRICE ₹121

OFFER PRICE ₹98

Safal hai toh safe hai

ग्राफिक एरा गौरव शृंखला - 36

नंदिनी मौर्य
पथरीवाग, कारपी रोड
देहरादून, उत्तराखण्ड

बी.टेक सी.एस.ई. - 2026
ग्राफिक एरा देहरादून परिसर

लेसमेंट पैकेज
₹47.88 लाख

amazon

Graphic Era
deemed to be University
DENHRADUN

www.geu.ac.in | 1800 890 6027

शहर 30°

रामलीला आयोजकों को सुविधा मिलेगी

नई दिल्ली। श्री रामलीला महोत्सव के अध्यक्ष अर्जुन कुमार के नेतृत्व में एक प्रतिनिधि मंडल ने निगम के आयुक्त रंजित खिखार से मुलाकात की। रामलीला मंडन की समस्याओं को हल करने का अनुरोध करते हुए ज्ञापन दिया गया। अर्जुन कुमार ने आयुक्त से लीला मंडन की तैयारी और मंडन के लिए नगर निगम के ग्राउंड आयोजकों को कम से कम 40 दिन पहले देने के लिए कहा है।

सुभाषचंद्र बोस के दुर्गम संग्रह की प्रदर्शनी शुरू

नई दिल्ली। वंदे मातरम के 150 वर्ष पूरे होने के अवसर पर लेखक बंकिम चंद्र चट्टोपाध्याय की स्मृति और नेताजी सुभाषचंद्र बोस के जीवन पर आधारित प्रदर्शनी का उद्घाटन शुक्रवार को सरोजिनी नगर के स्कूल में किया गया। पत्नीसीरी की केयरमैन और प्रबंध निदेशक डॉ. केपी महादेवरायामी ने प्रदर्शनी का शुभारंभ किया।

स्थानीय प्रजाति के पेड़ों से हरियाली बढ़ रही: सिरसा

नई दिल्ली। दिल्ली के पर्यावरण मंत्री मनोजिंदर सिंह सिरसा ने शुक्रवार को कहा कि सरकार स्थानीय प्रजाति के पेड़-पौधे लगाकर हरियाली बढ़ा रही है। दिन में रिज क्षेत्र स्थित पीवीडी ग्राउंड पर पुलिस अधिकारियों द्वारा पौधेरोग काकड़म में उल्टी गड़ बात कही। सिरसा ने कहा कि दिल्ली में चल रहा मेग पौधेरोग अभियान प्रानमन्त्री नरेंद्र मोदी के अभियान एक पेड़ मां के नाम से प्रेरित है।

हाईकोर्ट में पहले-तीसरे शनिवार काम नहीं होगा

नई दिल्ली। दिल्ली उच्च न्यायालय ने शुक्रवार को कहा कि वह हर महीने के पहले और तीसरे शनिवार को कोर्ट लगाने के अपने फैसले को लागू करने को टाल रहे हैं। उच्च न्यायालय प्राप्तासन ने एक सूचना में कहा कि मुख्य न्यायाधीश देवेन्द्र कुमार उपाध्याय द्वारा बनाई गई एक समिति इस मामले को देखेगी।

स्थायी समिति अध्यक्ष के चुनाव 27 जुलाई को

नई दिल्ली। दिल्ली नगर निगम (एमसीडी) की स्थायी समिति के अध्यक्ष और अध्यक्ष पद के लिए 27 जुलाई को विधिक रीटर में चुनाव होगा। नामांकन 21 तक सचिव कार्यालय में जमा किए जा सकेंगे और उम्मीदवार मतदान से पहले नाम वापस ले सकते हैं। स्थायी समिति में भागने के 12 व आप के छह सदस्य हैं।

वायु प्रदूषण पर जागरूकता अभियान जारी रहेगा

नई दिल्ली। राजधानी के स्कूलों में पाठ वाले छात्रों को वायु प्रदूषण की रोकथाम को लेकर जागरूक किया जाएगा। सध ही, वायु प्रदूषण के खतों और उसके असर के बारे में भी बताया जाएगा। शिक्षा निदेशालय ने परिपत्र जारी किया है।

खुशी से चलें-फिरें। दर्द बिना जीवन जिएं।

हड्डियों और जोड़ों के लिए प्रीमियम ऑर्थोपेडिक सपोर्ट्स

Lord's ACTIVEGUARD
US-FDA Registered

KNEE CAP, CERVICAL COLLAR SOFT, LUMBER SACRAL BELT

दरद में आठान • चोट से टिकवटी • सर्जरी के बाद सपोर्ट • निरंतर सहायता

AVAILABLE ON: amazon, Flipkart, lordssurgical.com

+91 86550 79550

डिलीवरी हेतु संपर्क करें

Marketed by LORD'S SURGICAL (A division of Lord's Mark Industries Ltd.)

B-TEX SINCE 1942

बारिश और नमी लाए खुजली की परेशानी

दाद, खाज, खुजली सताए, बी-टेक्स मलहम ही है असली उपाय

अब बड़ी मलहम ट्यूबों में भी

B-TEX

LITEX PHARMA., DELHI. Ph.: +91 9810961520

Now available on: Flipkart, HEALTHMUG, JioMart, shopbtext.com

**Loot
Blink**

SATURDAY WEEKEND DHAMAKA!

SAVE MORE
SPEND LESS!

MAST DEALS. BADI BACHAT!



100% REAL DEALS



LIMITED TIME OFFERS



BEST PRICES GUARANTEED



EASY RETURNS

SABSE BADI
BACHAT!

UP TO

90% OFF

HUGE
DISCOUNTS



TOP BRANDS



BEST QUALITY



LIMITED STOCK

LIMITED STOCK

JOIN KARO AUR LO SABSE BADI LOOT DEALS!

iPhone 13
128GB



~~₹59,900~~
₹5,399

91% OFF

YOU SAVE ₹54,501

SAMSUNG
32" HD Smart TV



89% OFF

YOU SAVE ₹22,301

realme
Narzo N55
(6GB+128GB)



~~₹13,999~~
₹799

94% OFF

YOU SAVE ₹13,200

boAt
Airdopes 141



~~₹2,990~~
₹249

92% OFF

YOU SAVE ₹2,741

Noise
Pulse 2 Smart Watch



~~₹4,999~~
₹349

93% OFF

YOU SAVE ₹4,650

ASUS
Vivobook 15
(i3 12th Gen, 8GB/512GB SSD)



~~₹40,990~~
₹4,499

89% OFF

YOU SAVE ₹36,491

ZEBRONICS
Headphones



~~₹1,499~~
₹169

89% OFF

YOU SAVE ₹1,330

WILDCRAFT
Backpack



~~₹1,999~~
₹149

93% OFF

YOU SAVE ₹1,850

PHILIPS
Trimmer
Series 3000



~~₹1,995~~
₹199

90% OFF

YOU SAVE ₹1,796

AGARO
Air Fryer 4.5L



~~₹6,999~~
₹699

90% OFF

YOU SAVE ₹6,300

SAMSUNG
980 500GB
NVMe SSD



~~₹6,999~~
₹6,400

91% OFF

YOU SAVE ₹599

PUMA
Men's Running Shoes



~~₹3,999~~
₹699

91% OFF

YOU SAVE ₹3,300

PORTABLE
Laptop Table
Foldable



~~₹1,299~~
₹129

90% OFF

YOU SAVE ₹1,170

boAt
Stone 650
Bluetooth Speaker



~~₹3,999~~
₹199

95% OFF

YOU SAVE ₹3,800

GREEN SOUL
Office Chair
Ergonomic



~~₹14,999~~
₹1,499

90% OFF

YOU SAVE ₹13,500



UPTO 90% OFF
ON TOP BRANDS



PRICE DROP ALERTS
BE THE FIRST TO KNOW



100% GENUINE
PRODUCTS



FAST DELIVERY
ACROSS INDIA



DEALS ITN BADHI, KI CHOOK GAYE TO PACHTAU GE!
ABHI JOIN KARO AUR LOOTNA SHURU KARO!



JOIN OUR
WHATSAPP
CHANNEL

- Instant Deal Alerts
- Exclusive Offers
- Limited Stock Updates

CLICK HERE



JOIN OUR
TELEGRAM
CHANNEL

- Latest Deals & Offers
- Price Drops Alerts
- Limited Time Offers

CLICK HERE



SAVE TIME
SHOP SMART



SAVE MONEY
LIVE BETTER



SMART CHOICES.
BRIGHTER FUTURE!

SHOP SMART.
SAVE BIG.
SHINE BRIGHT.



JOIN 1 LAKH+ SMART SHOPPERS & SAVE THOUSANDS EVERY MONTH!

वह विश्वविद्यालय, जहाँ आपके बच्चों की सफलता हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता है

बीस वर्ष पहले, ऐमिटी यूनिवर्सिटी की स्थापना दिल्ली-एनसीआर की पहली गैर-लाभकारी नॉट-फॉर-प्रॉफिट प्राइवेट यूनिवर्सिटी के रूप में हुई थी और यह देश की शुरुआती प्राइवेट यूनिवर्सिटियों में से एक है। विश्वस्तरीय विश्वविद्यालय बनाने और ऐसा माहौल तैयार करने के उद्देश्य से, जो विद्यार्थियों को सफल, आत्मविश्वासी, भावनात्मक रूप से संतुलित और उच्च नैतिक मूल्यों वाले नेतृत्वकर्ता बनने के लिए प्रेरित करे, हमने भारत और दुनिया भर के शिक्षा, उद्योग और सरकार के विशेषज्ञों से विचार-विमर्श किया।

विद्यार्थियों की व्यक्तिगत देखभाल की हमारी मजबूत संस्कृति, शोध और नई सोच पर आधारित शैक्षणिक वातावरण, उत्कृष्ट शिक्षकों और वैज्ञानिकों का मार्गदर्शन, मूल्यों और अनुशासन से युक्त शिक्षण प्रणाली, मेधावी विद्यार्थियों के लिए बड़ी संख्या में छात्रवृत्तियाँ, उद्योग जगत से मजबूत जुड़ाव जिसके परिणामस्वरूप बेहतर प्लेसमेंट मिलते हैं, हमारे वैश्विक कैम्पस का नेटवर्क तथा विद्यार्थियों और शिक्षकों के लिए अत्याधुनिक सुविधाओं ने ऐमिटी यूनिवर्सिटी को लगातार दिल्ली-एनसीआर की सर्वोच्च रैंक प्राप्त निजी यूनिवर्सिटी, देश की अग्रणी यूनिवर्सिटियों में से एक तथा विश्व की शीर्ष 3% यूनिवर्सिटियों में स्थान दिलाया है।

यदि आप अपने बच्चों को दिल्ली-एनसीआर में पढ़ाना चाहते हैं, तो ऐसे कई महत्वपूर्ण पहलू हैं जिनमें ऐमिटी अन्य सभी नॉट-फॉर-प्रॉफिट प्राइवेट विश्वविद्यालयों से एक कदम आगे है:

प्रतिभाशाली विद्यार्थी, व्यक्तिगत देखभाल की संस्कृति और भविष्य-केंद्रित पाठ्यक्रम

- छात्रों द्वारा 1,450 से अधिक पॉइंट्स दखिल किए गए हैं तथा 9,500 से अधिक शोध-पत्र प्रकाशित किए गए हैं
- विद्यार्थियों को सुरक्षा, मैरी क्यूरी, भारतीय एयरस्टेल जैसी स्कॉलरशिप तथा GATE फंक्शन, DST और ICMR जैसी प्रतिष्ठित संस्थाओं से रिसर्च सहायता मिलती है
- ऐमिटी इन्स्यूटेर ने 100 से अधिक छल-स्टार्टअप को सफलतापूर्वक स्थापित करने में मदद की है तथा इन स्टार्टअप के लिए ₹350 करोड़ से अधिक का निवेश आवंटित किया है
- प्रत्येक विद्यार्थी की प्रति के लिए पर्सनल मेंटर्स और 24x7 काउंसलिंग सुविधा उपलब्ध है, साथ ही अनुशासन एवं नियमित उपस्थिति अटेंडेंस पर विशेष जोर दिया जाता है
- मेधावी विद्यार्थियों को ₹220 करोड़ से अधिक मूल्य की छात्रवृत्तियाँ प्रदान की गई हैं
- आईटीएस (AI) और उसके विभिन्न क्षेत्रों में उपयोग से संबंधित पाठ्यक्रमों को प्रत्येक कार्यक्रम में शामिल करने वाले अग्रणी विश्वविद्यालयों में से एक
- ऐमिटी बाउलेंस एक प्लेक्सिबल अंडरग्रेजुएट प्रोग्राम है, जिसमें विद्यार्थी अपने करियर लक्ष्यों के अनुसार 90 विषयों में से माइनर, सेकंड मेजर और ओपन इलेक्टिव्स चुन सकते हैं।

वैश्विक मान्यताएँ और प्रतिष्ठित रैंकिंग्स

- भारत सरकार के शिक्षा मंत्रालय की NIRF रैंकिंग में निजी विश्वविद्यालयों में सर्वोच्च स्थानों में शामिल
- अमेरिका की WASC (स्टैनफोर्ड, USC, UC) जैसे विश्वविद्यालयों को मान्यता देने वाली और ब्रिटेन की QAA से मान्यता प्राप्त एकमात्र विश्वविद्यालय, जो ऐमिटी की वैश्विक गुणवत्ता के प्रति प्रतिबद्धता दर्शाता है
- ब्रिटेन की प्रतिष्ठित रैंकिंग एजेंसियों QS वर्ल्ड यूनिवर्सिटी रैंकिंग्स और Times Higher Education (UK) द्वारा विश्व के अग्रणी विश्वविद्यालयों में स्थान प्राप्त
- India Today द्वारा 11 वर्षों से भारत की टॉप निजी विश्वविद्यालयों में शामिल
- Times Higher Education (UK) रैंकिंग्स 2026 में इंटरनैशनल रैंकिंग्स के क्षेत्र में विश्व के शीर्ष 100 विश्वविद्यालयों में स्थान प्राप्त
- Times Higher Education (UK) स्कनैबल रैंकिंग्स में कंप्यूटर साइंस तथा बिजनेस एंड इकोनॉमिक्स विषयों के लिए भारत की नंबर 1 निजी विश्वविद्यालय के रूप में रैंक प्राप्त

शोध आधारित विश्वविद्यालय, प्रतिष्ठित शिक्षकों के साथ

- सबसे उच्च स्कोर एच-इंडेक्स (212) - यह ऐमिटी के शिक्षकों और वैज्ञानिकों द्वारा किए जा रहे उच्च स्तरीय शोध कार्य की गुणवत्ता को दर्शाता है
- विश्व के टॉप 2% वैज्ञानिकों की सूची में सर्वाधिक (84) फैकल्टी सदस्य - यह सूची स्टैनफोर्ड यूनिवर्सिटी के शोधकर्ताओं द्वारा प्रकाशित की जाती है
- सबसे अधिक पेटेंट (500+) प्राप्त - जिनमें से अनेक का सफलतापूर्वक व्यावसायिकरण भी किया गया है
- सबसे अधिक रामालिंगम एव रमानुजन फेलो (45) - ये भारत सरकार द्वारा विज्ञान सहायता प्राप्त वे प्रतिभाशाली युवा वैज्ञानिक हैं, जो विदेशों के प्रतिष्ठित विश्वविद्यालयों से भारत लौटकर शोध कार्य कर रहे हैं
- सरकारी एवं अंतरराष्ट्रीय शोध परियोजनाओं (500+) की सर्वाधिक संख्या
- फैकल्टी द्वारा विकसित 5,300+ केस स्टडीज़ - जिन्हें दुनिया भर के 3,000 से अधिक संस्थानों ने खरीदा है, जिनमें हार्वर्ड यूनिवर्सिटी, स्टैनफोर्ड यूनिवर्सिटी, यूनिवर्सिटी ऑफ ऑक्सफोर्ड, केपीएमजी और मैकेजी एंड कंपनी जैसे प्रतिष्ठित संस्थान शामिल हैं
- 2,500 से अधिक शोधार्थियों के साथ सबसे बड़ा Ph.D. एवं फेलोशिप कार्यक्रम
- कैम्पस में उपलब्ध सबसे शक्तिशाली सुपरकंप्यूटिंग सुविधा (10 पेटाफ्लॉप)
- भारत सरकार से नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ प्रॉफिट अर्वाइड प्राप्त करने वाला एकमात्र विश्वविद्यालय

अंतरराष्ट्रीय अवसरों के माध्यम से वैश्विक अनुभव

- 5,000 से अधिक विद्यार्थी Study Abroad Program के तहत ऐमिटी और उसके पार्टनर कैम्पसों में लंदन, न्यूयॉर्क, सिंगापुर, दुबई, पेरिस, मेलबर्न तथा अन्य प्रमुख शहरों में अध्ययन करने का अवसर प्राप्त करते हैं
- Dual Degree Program के तहत विद्यार्थियों को ऐमिटी यूनिवर्सिटी के साथ-साथ अमेरिका, ब्रिटेन या ऑस्ट्रेलिया की पार्टनर यूनिवर्सिटी से दूसरी डिग्री मिलती है, जिससे उन्हें अंतरराष्ट्रीय शिक्षा और बेहतर करियर अवसर प्राप्त होते हैं।

उत्कृष्ट प्लेसमेंट और उच्च शिक्षा के अवसर

- Times Higher Education (UK) द्वारा लगातार चौथे वर्ष ऐमिटी को उन चुनिंदा वैश्विक विश्वविद्यालयों में स्थान दिया गया है, जो सबसे अधिक रोजगार-योग्य ग्रेजुएट तैयार करते हैं
- ऐमिटी के छात्र दुनिया की अग्रणी कंपनियों में कार्यरत हैं, जैसे मैकेजी एंड कंपनी, डेलॉइट, केपीएमजी, गूगल, यूनिलीवर, अमेज़न और माइक्रोसॉफ्ट जैसी प्रतिष्ठित संस्थाएँ
- विद्यार्थियों का चयन विश्व की अग्रणी विश्वविद्यालयों में हुआ है, जैसे हार्वर्ड, मैसाचुसेट्स इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी, स्टैनफोर्ड, ऑक्सफोर्ड, कोलंबिया, कैमब्रिज, जॉन्स हॉपकिंस, लंदन स्कूल ऑफ इकोनॉमिक्स, येल...
- ऐमिटी के कॉर्पोरेट रिसोर्स सेंटर विद्यार्थियों को करियर के लिए पूरी तरह तैयार करने में सहायता करते हैं। इसके अंतर्गत प्लेसमेंट सपोर्ट, इंटरशिप, उद्योग जगत के CEOs के साथ संवाद, लाइव प्रोजेक्ट्स, मॉक इंटरव्यू और करियर मार्गदर्शन जैसी सुविधाएँ प्रदान की जाती हैं।

ऐमिटी स्नातक (UG), स्नातकोत्तर (PG) और पीएच.डी. स्तर पर 400 से अधिक डिग्री प्रोग्राम प्रदान करता है, जिनमें करियर-केंद्रित विषयों और क्षेत्रों में पढ़ाई करने का व्यापक विकल्प उपलब्ध है।

- Acting
- Actuarial Science
- Advertising
- Aeronautical Engg.
- Aerospace Engg.
- Agriculture
- Animation
- Anthropology
- Applied Science
- Architecture
- Artificial Intelligence
- Automobile Engg.
- Avionics
- Banking & Insurance
- Biochemistry
- Bioinformatics
- Biotechnology
- Business Economics
- Chemistry
- Clinical Psychology
- Cognitive Science
- Commerce
- Computer Applications
- Computer Sc. Engg.
- Construction & Real Estate Mgmt.
- Cyber Security
- Data Science
- Defence & Strategic Studies
- Defence Technology
- Digital Marketing
- Economics
- Education
- Electric Vehicle Tech.
- Engineering
- English Literature
- Entrepreneurship
- Environmental Sc.
- Fashion
- Film, TV & Web Series
- Finance
- Fine Arts
- Food Technology
- Foreign Language
- Forensic Science
- Forestry & Wildlife Sc.
- Genome Engineering
- Geography
- Geo Informatics System & Remote Sensing
- Horticulture

- Hospital Administration & Public Health
- Hotel Management
- Information Technology
- Interior Design
- International Relations
- Journalism
- Law
- Life Sciences
- Logistics & Supply Chain Management
- Management
- Marine Science
- Mass Communication
- Mathematics
- Medical Laboratory Sc.
- Microbial Science
- Molecular Medicine & Stem Cell Research and Cancer Biology
- Natural Resources & Sustainable Development
- Neuropsychology & Neurosciences
- Nuclear Sc. & Tech.
- Nutrition & Dietetics
- Occupational Therapy
- Performing Arts
- Pharmacy
- Physical Education
- Physics
- Physiology
- Physiotherapy
- Political Science
- PR & Event Mgmt.
- Product Design
- Psychology
- Public Policy
- Quantum Technologies
- Sanskrit Studies
- Social Work
- Sociology
- Space Science
- Special Education
- Statistics
- Translational Medicine
- Travel & Tourism
- Urban Planning/ Design
- Virology & Immunology
- Visual Effects & Animation
- Zoology
- and many more...

स्कॉलरशिप्स	100%	50%
200+ स्नातक पाठ्यक्रमों हेतु स्कॉलरशिप्स: कक्षा 12 (agg.)*	95%	90%
190+ स्नातकोत्तर पाठ्यक्रमों हेतु स्कॉलरशिप्स: कक्षा 12 (agg.)*	95%	90%
सावक (agg.)	80%	75%

वे स्कॉलरशिप्स छात्रों की पूरी शैक्षणिक फीस को कवर करती हैं, सिर्फ उसका एक हिस्सा नहीं।
अधिक जानकारी हेतु देखें: amity.edu/scholarships
*CBSE / ISC Boards

आवेदन करने के लिए www.amity.edu पर जाएँ।

- ऐमिटी यूनिवर्सिटी, सेक्टर-125, नोएडा : www.amity.edu/noida
- ऐमिटी यूनिवर्सिटी, गुरुग्राम कैम्पस : www.amity.edu/gurugram

- हेल्पलाइन : 0120-2445252
- हेल्पलाइन : 7303-399-399

AMITY UNIVERSITY

शिफटी मांगी

शिफायत करने में आगेप लगाया कि रिन्यूएबल एनर्जी कंपनी के सीईओ ने एक महिला कर्मचारी द्वारा कंपनी के एक वरिष्ठ अधिकारी के खिलाफ धारा-२७२(ब) शोषण के आरोप लगाए के बारे में जानने के बावजूद कोई कार्रवाई नहीं की।

शिफायत में आपे आगेप लगाया गया कि सीईओ ने कथित अपराधों की रिपोर्ट पुलिस को नहीं दी, सबूत दबाए व अपनी कानूनी जिम्मेदारियों को नजरअंदाज किया। महिला ने कहा, 'मैं एससी/एसटी (अत्याचार निवारण) अधिनियम की धाराओं सहित व समाज के नियम जोड़ने को मांग की है।

Weaving the Future of Viksit Bharat Inspired by the Prime Minister's Vision

A Grand Opening to a Global Textile Movement

The third edition of Bharat Tex commenced on a momentous note with its inauguration by Giriraj Singh, Union Minister of Textiles at Bharat Mandapam, New Delhi. Organised by the Bharat Tex Trade Federation (BTTF) with the support of the Ministry of Textiles, Government of India, the event marked the opening of the world's largest integrated textile value chain platform.

The inaugural ceremony was graced by Pabitra Margherita, Union Minister of State for Textiles and External Affairs; Neelam Shami Rao, Secretary, Ministry of Textiles along with Ministers and senior officials from partner States, international ministerial delegations, global buyers, industry



leaders, exporters, investors, and representatives from the global textile ecosystem.

Reflecting on Bharat Tex's growing international profile, the ceremony was also attended by Timur Gavaev, Minister of Agriculture, Russian Federation, Mark Patterson, Minister for Rural Communities and Associate Minister of Agriculture, New Zealand. Ministerial delegations from Sri Lanka also participated in the event, while industry and business delegations from the United States, Japan, Spain, United Kingdom, Portugal, Russia, South Africa, New Zealand, Germany, the UAE, Thailand, Bangladesh and Sri Lanka among others also participated.



"Bharat Tex is becoming a strong platform for engagement, collaboration and partnership for the policymakers, CEOs and industry leaders from across the world"

Narendra Modi
Prime Minister



"The textile industry possesses substantial potential for job creation. Furthermore, this sector accounts for a significant portion of international exports."

Giriraj Singh,
Union Minister of Textiles



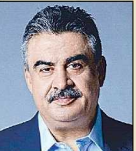
"Serving as a cornerstone of our economy, the textile sector possesses the capacity to elevate the livelihoods of millions as it continues to expand."

Pabitra Margherita
Union Minister of State for Textiles and External Affairs



"The objective of Bharat Tex 2026 is to highlight the competitive strength of India's complete textile value chain, positioning the nation at the vanguard of the global textile sector."

Neelam Shami Rao
Secretary, Ministry of Textiles



"I am confident that India would become the global recycling hub for textiles and we intend to invest USD 500 million (approximately ₹4,800 crore) in textiles waste recycling, promoting circularity and create large scale employment opportunities."

Fatih Konukoglu
Chairman, RE&UP, Turkey



"In just three editions, Bharat Tex has emerged as one of the world's most significant textile platforms. By bringing together the entire textile value chain, it has created unparalleled opportunities for global brands, buyers, innovators, and manufacturers to connect, collaborate, and build the future together."

Padma Shri Dr. Rajinder Gupta,
MP, Rajya Sabha and Chairman Emeritus of Trident Group



"India is currently New Zealand's second largest market for wool – it is a key market for Kiwi wool growers and exporters and there is strong potential for further growth."

Mark Patterson
Minister for Rural Communities and Associate Minister of Agriculture, New Zealand



"Bharat Tex has emerged as a remarkable platform that brings together policymakers, industry leaders, designers, manufacturers, buyers, and innovators to collectively shape the future of Indian textiles."

Vaishali Shadangule
VAISHALI S



"My key takeaway from the Bharat Tex roundtable was one simple but powerful thought: India has reached a defining moment in its journey from being a supplier to becoming a creator of globally respected brands."

Rahul Mishra
AFW Rahul Mishra



"Earlier, we used to go abroad to convince buyers to buy from us. At Bharat Tex, buyers are reaching out to us to book orders. This platform has given us significant global visibility."

Sundaramurthy Ramraj
Cotton, Tiruppur



States & Global Trade in Focus

Bharat Tex 2026 spotlighted state as India's textiles growth engine with dedicated investment led sessions by Uttar Pradesh, Bihar, Punjab, Karnataka, Gujarat, Madhya Pradesh, Maharashtra and Tamil Nadu showcasing their policy initiatives, textile ecosystems and manufacturing strengths.

Dr. Mohan Yadav, Chief Minister, Madhya Pradesh and Bhagwant Mann, Chief Minister, Punjab led a large delegation from their States and highlighted the policy landscape, world class industrial infrastructure, including reliable power supply and strong value chain capabilities.



Weaving Global Partnerships

Bharat Tex 2026 was a landmark in international textile collaboration, bringing together over 600 global speakers, industry leaders, CXOs, policymakers, and thought leaders from more than 20 countries, supported by a dedicated International Pavilion for cross-border engagement. Special bilateral sessions highlighted the India-US cotton partnership, India-New Zealand wool ecosystem, India-Russia Roundtable, India-UK FTA in action where trade, investments and collaborations were discussed at bilateral level, with clearly defined actionable for Indian Textiles Industry players. In addition, investment focussed sessions explored India's world class PM MITRA Parks and the policy incentives provided for foreign and domestic investors.



Inspired by the Prime Minister's 5F vision – Farm to Fibre to Factory to Fashion to Foreign – Bharat Tex has rapidly grown into the world's largest integrated textile expo, uniting the entire value chain. Launched in 2024, it has become a strategic platform for policy dialogue, trade partnerships, and technology collaboration across 110+ countries.

By blending traditional craftsmanship with advanced technical textiles, Bharat Tex is shaping the future of global trade while reinforcing India's role in sustainability, innovation, and future ready manufacturing. In a time of shifting supply chains and expanding trade agreements, Bharat Tex 2026 offered a timely platform to co-create resilient textile value chains. From business centre to innovation engine, it stood as a symbol of India's textile revolution – where commerce met creativity, and tradition met technology.

Business Outcomes

₹14,300 Crore of textile
Investment Commitments with
30+ MoUs
100+ B2G/G2G Meetings

Knowledge Programme

100+ knowledge sessions
50+ partner agencies onboarded

From Business Hub to Innovation Engine

Bharat Tex 2026 has evolved from a global textile hub into India's largest innovation platform. Exhibition halls showcased sustainable fabrics, AI-powered matchmaking, and technical textiles for healthcare, defence, and agriculture. At the Sanrachna Pavilion, young innovators presented impactful ideas – protective garments for farmers, wound-care bandages, and insulated mattresses for soldiers – proving classrooms can drive change.

Scale & Numbers

6,000+ International Buyers
138 Countries Visited
94,000+ Trade Visitors
28,500+ B2B Meetings
20,000+ Textile Products on Display
1.6 million sq. ft. of Exhibition Space
1,600+ Exhibitors
Intl. Exhibitors from **16 Countries**
600+ Speakers from
20+ Countries

Spotlight on Sustainability

Bharat Tex 2026 drew strong global participation, with discussions centering on circularity, responsible sourcing, traceability and resource efficiency. At Bharat Tex 2026, a dedicated Eco-Stitch Sustainability & Circularity Hub was set-up underscoring its role in advancing India's leadership in sustainable, circular and globally competitive textile and apparel manufacturing. More than 30 knowledge sessions were organized by multilateral bodies and international think tanks focusing on sustainability, circularity and closed loop manufacturing.



Glimpses of Bharat Tex 2026



State Participation

8 Sponsor States
9 Exhibitor States/UTs

Together Towards Viksit Bharat

We are honoured to be part of this transformative journey, and grateful for the opportunity to advance the vision of Viksit Bharat – one thread at a time.

GLOBAL TEXTILE EXPO



TEXTILES | FASHION | SUSTAINABILITY

बहराइच जिले में शुक्रवार को खेत में दहल रहे 12 वर्षीय बच्चे को मगरमच्छ नदी में खींच लिया। ● जीडिओ डेव

आर.एन.आइ. नं. 509/5

बारिश में भी चुनिए खाना सेहतमंद

बारिश की पहली फुहार पड़ते ही गर्म-गर्म चाय के साथ पकौड़े, समोसे और तीखी-चटपटी चाट की याद आना स्वाभाविक है। हालांकि, अधिकांश लोग इस बात से अनजान होते हैं कि बारिश के मौसम और इस तरह के भोजन का एक गहरा मनोवैज्ञानिक संबंध है। क्या है इस संबंध का राज, बता रही है रिमता

मानसून प्रकृति की उस अलार्म घड़ी की तरह है, जो हर साल बिना चुके दस्तक देता है। जिस तरह से हमें नियत समय पर भूख लगती है, ठीक उसी तरह मानसून की पहली फुहार पड़ते ही हमें गर्मगर्म चाय के साथ पकौड़े, समोसे और तीखी-चटपटी चाट खाने की तलब भी होने लगती है। कभी सोचा है कि बारिश के मौसम में हमारे साथ ऐसा क्यों होता है?

क्या कहते हैं अध्ययन

फ्रेंडर इन पब्लिक हेल्थ जर्नल में प्रकाशित शोध के अनुसार, मौसमी बदलाव खानपान की आदतों पर गहरा असर डालते हैं। तापमान में कमी होने के बाद हमें ऐसे खाद्य पदार्थ चुनने के लिए प्रेरित करती है, जो हमें गर्माहट का अहसास दिलाए। मौसम, मूड और खानपान के बीच के इस संबंध का असर सबसे ज्यादा महिलाओं पर देखा जा सकता है। दरअसल, मानसून में तली-भुनी वनस्पतिजन्य स्नैक्स खाने की इच्छा बायोलॉजिकल और भावनात्मक कारणों से होती है।

क्रिस्पी गर्म स्नैक्स की तलब

प्राकृतिक रूप से बारिश का मौसम स्वादिष्ट खाने की इच्छा जगाता है। आपके मन में यह सवाल कई बार जरूर उठा होगा कि आखिर बारिश में ही ऐसे लज्जतदार स्नैक्स का स्वाद हमारी जीभ बार-बार क्यों लेना चाहती है? इस बाबत न्यूट्रिशियन डॉ. सीमा चतुर्वेदी बताती हैं बारिश में तली-भुनी चीजें खाने की तीव्र इच्छा के पीछे पूरी तरह जैविक कारण होते हैं। मानसून में धूप कम निकलने से शरीर में मूड खुश रखने वाले हार्मोन सेरोटोनिन का

सेहतमंद विकल्प

- **भुना ताजा भुंछा** : ताजे भुंछे को चूल्हे पर पका लें। उस पर काला नमक, नींबू और काली मिर्च पाउडर लगाकर खाएं।
- **कॉर्न भेल** : खीरा, टमाटर, प्याज, गाजर, हरी मिर्च को बारीक काट लें। इसमें अंकुरित मूंग, काला नमक, काली मिर्च पाउडर, चाट मसाला और देर सारे उबले कॉर्न मिलाएं। बारिश के दिनों के लिए यह बेहतर नाश्ता है।
- **शकरकंद चाट** : उबले हुए शकरकंद को छीलकर छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें। अब इसमें घाट मसाला, काला नमक, भुने जीरे का पाउडर और डही मिलाएं और फिर खाएं।
- **पापड़ मिक्स सब्जी** : कुंदरू, परवल जैसी हरी सब्जियों को काट कर उबे हल्का भून लें। पुदीने की चटनी और भुने पापड़ को चूर कर इसमें मिला दें। बारिश के दिनों में यह मिक्स सब्जी भी एक सेहतमंद विकल्प हो सकता है।

स्तर कम हो जाता है, जिसकी तुरंत वरपाई के लिए हमारा दिमाग बसा व कार्बोहाइड्रेट की मांग करता है। मौसम ठंडा होने पर शरीर हमें अंदरूनी तापमान को बनाए रखने के लिए कैलोरी से भरपूर खाद्य पदार्थों की ओर आकर्षित होता है।



अपनी सेहत का भी रखें ध्यान

भारत में अधिकांश लोग दिन भर में 5,000 कदम बमशुलक चलते हैं। ऐसे में एक बार स्नैक्स खाने से उनकी दिन भर की मेहनत बर्बाद हो सकती है। उदाहरण के लिए, यदि एक समोसा खाने से शरीर को लगभग 262 कैलोरी मिलती है, जिसे बर्न करने के लिए आपको एक घंटा टहलना होगा। यही नहीं, भारत में बारिश के मौसम के दौरान कंपर्ट फूड यानी मन को सुकून देने वाले खाने की खपत में 80% से ज्यादा बढ़ोतरी हो जाती है। नमकीन, आलू के चिप्स, भुने हुए मसाले जैसे पैकड क्रिस्पी स्नैक्स की बिंदी भी बढ़ जाती है। बारिश के मौसम में तला-भुना खाना आपकी सेहत न बिगाड़े, इसलिए खानपान को संतुलित करना होगा। साथ ही शारीरिक रूप से सक्रिय रहें।

तीखा खाने की चाहत का विज्ञान

मानसून में हम मिर्च के तरह-तरह के पकौड़े और मसालेदार व्यंजन भी खूब खाना चाहते हैं। माइंड जर्नल में प्रकाशित शोध के अनुसार, मिर्च में कैप्साइसिन नाम का तत्व होता है। यह हमारे मुंह की नसों को यह सोचने पर मजबूर कर सकता है कि हमने तापमान के हिसाब से कुछ गर्म खाया है। दिमाग इस पर प्रतिक्रिया देता है और शरीर से पसीना निकलने लगता है। इससे खून में खुशी देने वाला डोपामाइन रिलीज होता है। केमिकल मेसेंजर की तरह काम करने वाला डोपामाइन तीखा

खाने से होने वाली जलन को ज्यादा महसूस नहीं होने देता है। अदरक में मौजूद जिंजरॉल तत्व भी वही काम करता है, जो मिर्च में कैप्साइसिन करता है। मिर्च और अदरक में पाए जाने वाले सक्रिय तीखे तत्व मानसून में शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली और पाचन तंत्र को भी लाभ पहुंचाते हैं। वैसे बारिश के दिनों में हमेशा तला हुआ खाने की बजाय सेहतमंद खाना खाएं। इससे शरीर को जरूरी ऊर्जा मिलती है, जिससे सेरोटोनिन व डोपामाइन जैसे हार्मोन का स्तर बेहतर होता है। विहंगम मूड और नींद को नियंत्रित करते हैं।

परवरिश

एआई के दौर में बच्चों को सोचना सिखाएं

एआई हर जगह है। हमारे बच्चों की जिंदगी में भी। इससे बच्चों की न सिर्फ एकाग्रता व रचनात्मकता प्रभावित हो रही है, बल्कि सवाल पूछने का उनका सहज गुण भी खत्म होता जा रहा है। एआई को बचपन पर हावी होने से कैसे बचाएं, बता रही है स्वाति गौड़

बचपन के मायने अब बदल रहे हैं। पहले जहां बच्चे अपनी हर जिज्ञासा का समाधान बड़ों से सवाल पूछ कर किया करते थे, वहीं अब वे अपने-ही सवाल को लेकर चैटजीपीटी और गूगल जैसी चीजें एआई टूल के पास जाते हैं। यूनिसेफ की एक रिपोर्ट के अनुसार, हर 10 में से 1 बच्चा एआई से उन चीजों पर सलाह लेता है, जो उसे परेशान करती हैं। दुनिया भर में करीब एक करोड़ से ज्यादा बच्चे एआई में एआई का इस्तेमाल करते हैं।

पर क्या आपको पता है कि एआई का ज्यादा इस्तेमाल बच्चों की एकाग्रता को नुकसान पहुंचा रहा है। उन्हें अपने-ही सवाल का जवाब उसी समय चाहिए होता है और एआई इस काम में माहिर है। जब जवाब फौरन मिल जाता है तो संलग्नता, जिज्ञासा व संघर्ष का महत्व भी कम हो जाता है। विशेषकर एआई एक अच्छा शिक्षक हो सकता है, मगर मानवीय समझ, गहराई से सोचने और असफल हो जाने पर दोबारा प्रयास करने के अनुभव की जगह नहीं ले सकता है। बच्चों में रचनात्मकता बढ़ाने के उन तरीकों को इस्तेमाल में लाना जरूरी है, जो वास्तव में फायदेमंद हैं। तभी उनके भीतर भावनात्मक समझ व अपनी कल्पनाशक्ति इस्तेमाल करने जैसे गुणों का विकास होगा। इसमें निम्न उपाय फायदेमंद साबित होंगे:

बोर होना बुरा नहीं

बच्चों के लिए बोर होना भी जरूरी है, क्योंकि ऊब महसूस होने पर ही उनमें रचनात्मकता जन्म लेती है। हर दिन कुछ समय बिना किसी स्क्रीन के रहने का नियम बनाएं। बच्चों को घर में मौजूद चीजों से कोई नया खेल या कुछ भी नया बनाने की चुनौती दें। उनका दिमाग सक्रिय रहेगा।

अनुगूँव से सीखने दें

बच्चों में रचनात्मकता का विकास कोशिशों, गलतियों और जोखिम लेने से होता है। इसलिए कुछ काम उन्हें अपने हिसाब से कराएं। जैसे, जब बच्चा अपनी



जिज्ञासा को बढ़ावा दें

बच्चे अपने बड़ों को देखकर ही कुछ नया सीखते हैं। जब वह आपके भीतर कुछ नया जानने की जिज्ञासा देखेंगे, तो उनके भीतर भी कुछ नया सीखने को लेकर कोतुहल पैदा होगा। जैसे, यदि वह कोई सवाल पूछें तो सज्जता से वह कि आपको उसका उत्तर नहीं पता है। फिर बच्चे के साथ मिलकर उस सवाल के जवाब को खोजें। इससे बच्चे में स्क्रूली पढ़ाई के अलावा भी कुछ जानने की दिलचस्पी पैदा होती है।

कल्पनाशक्ति से कुछ नया बनाएं तो सिर्फ शाबाशी देने के बजाय उससे पूछें कि उसे उस चीज को बनाने का विचार उसे कहां से मिला। ऐसा करने से बच्चा तारीफ के साथ सहज होकर अपनी गलतियों और खामियों को स्वीकार करना सीख पाएगा।

सीमाएं निर्धारित करें

एआई से बच्चों को पूरी तरह दूर रखना तो संभव नहीं, लेकिन उसके इस्तेमाल की सीमा निर्धारित की जा सकती है। बच्चों को समझाएं कि एआई उनके दिमाग और रचनात्मकता की जगह नहीं ले सकता है। उन्हें डायरी लिखने के लिए प्रेरित करें। यदि ऐसा लगे कि बच्चा साधक काम ही एआई की मदद से कर रहा है, तो उसे दोबारा उस काम को करने के लिए कहें।

(शिशाविंद डॉ. नेहा तिवारी से बातचीत पर आधारित)

मसालेदार कुरकुरा स्वीट कॉर्न

बारिश के मौसम की बाते मकई के नीले-नीले दाने यानी स्वीट कॉर्न के बिना अधूरी है। स्वाद व सेहत दोनों के मामले में यह अट्ठल है। इस मौसम में स्वीट कॉर्न से बनाएं कुछ कुरकुरे, चटपटे व्यंजन। रेंसिपीज बता रही है शारदा श्री



स्वीट कॉर्न भेल

- सामग्री**
- उबले हुए स्वीट कॉर्न : 1 कप
 - कटा प्याज : 1 कप
 - उबला हुआ आलू : 1 कप
 - पीठी चटनी : 2 कप
 - चाट मसाला : 1 कप
 - बारीक कटी हरी मिर्च : 2 कप
 - बारीक कटी धनिया
- पन्ती** : 4 चम्मच • नमक : स्वादानुसार • काली मिर्च पाउडर : स्वादानुसार • सेव : गार्निशिंग के लिए

विधि उबले आलू का छिलका छीलकर उसे छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें। एक बड़े बर्तन में उबला स्वीट कॉर्न, प्याज, आलू, हरी मिर्च और धनिया पत्ती डालें। इस मिश्रण में सेव के अलावा अन्य सभी सामग्री को डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। अब तैयार भेल को एक सर्विंग प्लेट में निकालें। फिर इसे सेव से गार्निश करके सर्व करें।

रेंसिपी

क्रिस्पी कॉर्न-शिमला मिर्च चाट

कितने लोगों के लिए : 02
कुकिंग टाइम : 30 मिनट

- सामग्री**
- स्वीट कॉर्न : 2 कप
 - मैदा : 1 चम्मच
 - कॉर्नफ्लोर : 1 चम्मच
 - चावल का आटा : 1 चम्मच
 - काली मिर्च पाउडर : 1/2 चम्मच
 - काला नमक : चुटकी पर
 - नमक : स्वादानुसार
 - नींबू का रस : 2 चम्मच
 - बारीक कटी धनिया पत्ती : गार्निशिंग के लिए

विधि एक पैन में तेल गर्म करें और शिमला मिर्च को तेज आँच पर कुछ सेकंड भून लें। फिर इसे एक प्लेट में निकाल लें। अब एक बड़े बर्तन में स्वीट कॉर्न, मैदा, कॉर्न फ्लोर, चावल का आटा, काली मिर्च पाउडर और नमक डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। कड़वाही में तेल गर्म करें और स्वीट कॉर्न को गर्म तेल में थोड़ा फैलाकर डालें। फिर इसे सुनहरा होने तक भूनें। इसके बाद इसे टिश्यू पेपर पर निकाल लें, ताकि इससे अतिरिक्त तेल निकल जाए। एक बड़े बर्तन में शिमला मिर्च, प्याज, मीठी

चटनी, हरी चटनी, लाल मिर्च पाउडर, चाट मसाला, काला नमक, नींबू का रस और नमक डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। इसके बाद तले हुए कॉर्न को इसमें डालकर देबाग मिलाएं। इसे धनिया पत्ती से गार्निश कर तुरंत ही सर्व करें।



स्वीट कॉर्न-ओट्स पकौड़ा

कितने लोगों के लिए : 04
कुकिंग टाइम : 50 मिनट

- विधि** सेव बनाने के लिए - स्वीट कॉर्न : 2 कप • हरी मिर्च : 2 • अदरक : 1 टुकड़ा • जीरा : 1 चम्मच, अन्य सामग्री : बारीक कटा प्याज : 1 • बारीक कटी धनिया पत्ती : 1 कप • इस्टेट ओट्स : 1 कप • चावल का आटा : 1 चम्मच • नमक : स्वादानुसार • तेल : आवश्यकतानुसार

सामग्री ओट्स को ग्राइंडर में पीस लें। स्वीट कॉर्न, हरी मिर्च, अदरक, जीरा और चार चम्मच पानी को ग्राइंडर में डालकर दबदबा पीस लें। इस पेस्ट को एक बड़े बर्तन में डालें और उसमें तेल के अलावा बाकी अन्य सभी सामग्री डाल दें। सभी सामग्री को अच्छी तरह से मिलाएं। मिश्रण इतना गाढ़ा होना चाहिए कि उससे पकौड़े आसानी से बन जाएं। अगर मिश्रण पतला हो जाए, तो उसे गाढ़ा करने के लिए उसमें चावल का आटा या बेसन मिला दें। अब नींबू के आकार जितना मिश्रण लें। हथेलियों को पानी से गीला करें और मिश्रण को चपटा करें। सारे मिश्रण से ऐसे ही पकौड़े बनाएं और उसे 15 मिनट के लिए फ्रिज में रख दें। कड़वाही में तेल गर्म करें। जब उससे धुआं निकलने लगे तो आंच मध्यम करें और धीरे-धीरे पकौड़ों को गर्म तेल में डालें। सुनहरा होने तक दोनों ओर से पकाएं और मनपसंद चटनी के साथ गर्म-गर्म सर्व करें।



Goldiee GROUP

गोल्डी

जहाँ जाए **दिल्ली** बनाए

SHAHI JALJEERA MASALA

FRESH LOCK

CHAT MASALA

FRESH LOCK

FRESH LOCK विशेषताएँ

- ✓ मसालों की ताज़गी बनाए रखता है।
- ✓ हवा और नमी से सुरक्षित रखता है।
- ✓ उपयोग और स्टोर करने में आसान।
- ✓ हर मौसम में मसालों को ताज़ा रखता है।
- ✓ स्वच्छता और स्फ़ाई सुनिश्चित करता है।

www.goldiee.com 1800 123 201201 customercare@goldiee.com

f/goldieegroupofficial i/goldieegroupofficial X/GoldieeGroup in/goldieegroupofficial

बादलों की कमी से बढ़ रही धरती की तपिश

चिंताजनक

लंदन, एअरेंसी। आसमान में सफेद बादल तेजी से घट रहे हैं, जिससे जलवायु परिवर्तन और धरती के बढ़ते तापमान का खतरा बढ़ रहा है।

अंतरराष्ट्रीय वैज्ञानिक शोध पत्रिका एनवायरनमेंटल रिसर्च लेटर में प्रकाशित एक हालिया अध्ययन के अनुसार, साल 1979 के बाद से पृथ्वी द्वारा अंतरिक्ष में वापस भेजी जाने वाली सूरज की रोशनी को मात्रा में लगातार कमी आई है। वैज्ञानिकों ने उपग्रह डाटा का विश्लेषण कर इस संबंध में जानकारी झकड़ा की है।

हजारों सालों से सफेद बादल एक विशाल आइने की तरह काम कर रहे थे। ये सूरज की तेज किरणों और गर्मी को वापस अंतरिक्ष में परावर्तित कर देते थे, जिससे धरती का तापमान रहने लायक बना रहता था। लेकिन अब, हवा के बदलते बहाव के कारण दुनिया के सबसे ज्यादा रोशनी परभावित करने वाले बादल सिस्टम सिकुड़ रहे हैं।

बवासीर
PILES

खूनी मरसे, खून का गिरना, दर्द, खुजली, जलन, बैठने में परेशानी, कब्ज और मल विसर्जन में मदद करे बवासीर के लिए जौली **वासीर**

JOLLY वासीर

कैप्सूल व जैल

मिलते जुलते नामों से सावधान स्टोर से जौली वासीर ही मांगे हर मेडिकल स्टोर पर उपलब्ध **95925-52000 JOLLYorganic.com**

कार्यालय उपनिदेशक (निर्माण) राज्य कृषि उत्पादन मण्डी परिषद, उ.प्र. ए-3 दामोदर कालोनी, गढ़ रोड, मेरठ

निविदा संख्या	कार्य का नाम	कार्य की लागत (लाख में)	निविदा प्रपत्र का मूल्य (जीएसटी सहित) (रु० में)	धरोहर धनराशि (रु० लाख में)	ठेके-दार की श्रेणी	निविदा की वैधता	कार्य पूर्ण करने की अवधि
805	समर्क मार्ग "गोखिंदपुरी सारा मार्ग से कादराबाद नाले की पटरी पर गोवडी मार्ग तक का मरम्मत कार्य। 2026_RKUMP_1170218	20.56	3100.00 +556.00 3656.00	2.06	'द'	90 दिन	चार माह
806	समर्क मार्ग खेलिया रिवाडा मार्ग से ग्राम कल्याणपुर तक का मरम्मत कार्य। 2026_RKUMP_1170224	23.04	3500.00 +623.00 4123.00	2.31	'द'	90 दिन	चार माह

(1) निविदा के साथ नॉन रिफंडेबल निविदा मूल्य ऑनलाइन भारतीय स्टेट बैंक (IFSC Code SBIN0008696) के खाता संख्या 30394538423 में जमा कराकर रसीद ई-निविदा के साथ अपलोड करना अनिवार्य होगा।

(2) धरोहर धनराशि की धनराशि ऑनलाइन भारतीय स्टेट बैंक (IFSC Code SBIN0008696) के खाता संख्या 30394538604 में जमा कराकर रसीद ई-निविदा के साथ अपलोड करना अनिवार्य होगा।

(3) ई-निविदा रवीकृति/अस्वीकृति करने का पूर्ण अधिकार उपनिदेशक (निर्माण), मण्डी परिषद मेरठ को होगा।

(4) परिषद पत्रांक:मुओमि-2/1(168/भाग-4/2005)/2022-1190 दिनांक 17.11.2022 द्वारा निविदाओं की पारदर्शिता बनी रहे तथा और अधिक प्रतिसर्वात्मक दरें प्राप्त हो सके, हेतु मण्डी परिषद में पंजीकृत अन्य श्रेणी के ठेकेदार standard Bidding Documents (S.B.D) में Qualification of Bidders के section 4.6 में दी गई व्यवस्था के अनुसार निविदाओं में प्रतिभाग कर सकेंगे।

(5) नियम व शर्तें कार्यालय अवधि में तथा वेबसाइट www.etender.up.nic.in पर एवं उक्त निर्धारित अवधि में ऑनलाइन देखी/डाउनलोड की जा सकती है।

उपनिदेशक (निर्माण)

हिन्दुस्तान

QUIZ

CONTEST

क्या आपकी है GK पर अच्छी पकड़?

रोज खेलें और जीतें स्मार्टफ़ोन व अन्य आकर्षक इनाम

Q. दुनिया की सबसे लंबी नदी कौन-सी मानी जाती है?

A. अमेज़न

B. नील

C. यांग्त्ज़ी

D. मिसिसिपी

* हर गहरी केवल एक भाग्यशाली विजेता को ही स्मार्टफोन मिलेगा।

Parul® University

Gujarat
Goa

Your NEET Journey Doesn't End With a Score.

It Begins With a Direction.

Discover Programs Built for Tomorrow's Healthcare Aligned with NEP 2020 Learning

Allied and Health Care Sciences Programs	Bachelor Programs: Anaesthesia & Operation Theatre Technology Cardiac Care Technology Neurosciences Medical Laboratory Science Medical Radiology and Imaging Technology Emergency Care Dialysis Therapy Technology Optometry
Master Programs:	Emergency Care (Advanced Care Paramedic) Anaesthesia & Operation Theatre Technology Medical Radiology & Imaging Technology Medical Laboratory Science Hospital Information Management Cardiac Care Technology Clinical Embryology and Reproductive Biology Optometry

Bachelor of Medicine and Bachelor of Surgery (MBBS)	Bachelor of Ayurvedic Medicine and Surgery (BAMS)	Bachelor of Homeopathic Medicine and Surgery (BHMS)	Bachelor of Pharmacy (B.Pharm.)	Bachelor of Pharmacy - Lateral Entry (B.Pharm. - LE)
Bachelor of Science (B.Sc.) in Nursing	General Nursing & Midwifery (GNM)	Auxiliary Nursing & Midwifery (ANM)	Bachelor of Physiotherapy (BPT)	B.Sc. Medical Biotechnology (Pre Med)
Post Basic Bachelor of Science in Nursing	Master of Science in Nursing	Master of Physiotherapy (MPT)	Master of Surgery (MS) Ayurved	Doctor of Medicine (MD) Ayurved
Doctor of Medicine (Homeopathy)	Master of Pharmacy (M.Pharm)	Diploma in Pharmacy (D.Pharm.)	Doctor of Pharmacy (Pharm.D.)	

Cardiac Cadaveric Simulation Training Academy

Micro-Nano Research and Development Center

Pragya: The Advanced Skill & Simulation Center

Explore Facilities Built for Future Healthcare Professionals

750-bedded Multispecialty Teaching Hospital

Neuro Cadaveric Center

Ayurveda and Homeopathy Teaching Hospitals

Experiential Learning through Clinical Exposure for Medicine, Nursing, Physiotherapy, Ayurveda, Homeopathy, and Pharmacy

Apollo Hospitals

पारुल विश्वविद्यालय
UNIVERSITY OF PARUL

Sahyadri

National Center for Mass Spectrometry Instrumentation

Bombay Hospital

Sahyadri

A Thriving Research & Innovation Ecosystem

fostering a culture of discovery, collaboration, and real-world problem solving.

₹58.31 Cr

Government Funded Research

₹4.37 Cr

Private Funded Research

315

Total Projects Funded

Parul® University

Gujarat Goa

DELHI ADMISSION OFFICE

6353211251

R 18, First Floor, Vikas Marg, Opp. Pnb Bank, Laxmi Nagar, Delhi-110092

www.LiveHindustan.com
[Livehindustan](#)
[Livehindustannews](#)
[Live.hindustan](#)

CHOOSE MORE CHOOSE RIGHT®

www.paruluniversity.ac.in
18001231104

CHOOSE YOUR PERFECT PLAN

All Newspapers. All Magazines. All Editorials.

One Subscription.

1

ALL HINDI PASS

Perfect For

Hindi Readers, State Govt Aspirants & General Readers



- INCLUDES**
- ✓ 24+ All Hindi Newspapers
 - ✓ Daily Editorial
 - ✓ Full Edition - Single Edition (All Major Cities)
 - ✓ Easy to Read & Download

24+
HINDI NEWSPAPERS

DURATION	PRICE
1 MONTH	₹149 ₹79
6 MONTHS	₹499 ₹279
1 YEAR	₹799 ₹419

CLICK HERE

2

ALL ENGLISH PASS

Perfect For

UPSC, SSC, Bank, MBA, Professionals & English Readers



- INCLUDES**
- ✓ 25+ All English Newspapers
 - ✓ Daily Editorial
 - ✓ Full Edition - Single Edition (All Major Cities)
 - ✓ Easy to Read & Download

25+
ENGLISH NEWSPAPERS

DURATION	PRICE
1 MONTH	₹69 ₹89
6 MONTHS	₹599 ₹289
1 YEAR	₹899 ₹429

CLICK HERE

3

PREMIUM NEWSPAPER PASS

Perfect For

UPSC, IAS, Professionals & Editorial Readers



- INCLUDES**
- ✓ The Hindu
 - ✓ The Indian Express
 - ✓ Business Line
 - ✓ The News Indian Express
 - ✓ Daily Editorial

3-DAY TRIAL

~~₹19~~ ₹49

DURATION	PRICE
1 MONTH	₹129 ₹69
6 MONTHS	₹499 ₹269
1 YEAR	₹699 ₹399

CLICK HERE

★ MOST POPULAR ★

4

ALL IN ONE PASS

Perfect For

UPSC, SSC, Banking, PCS, Judiciary, CUET, Researchers & Journalists



- INCLUDES**
- ✓ All Hindi Newspapers (24+)
 - ✓ All English Newspapers (25+)
 - ✓ Daily Editorial
 - ✓ International Newspapers (Top Global Newspapers)
 - ✓ Full Edition - Single Edition (All Major Cities)
 - ✓ 2-Year Backup IN PDF (only in Yearly Plan)

3-DAY TRIAL

~~₹29~~ ₹69

DURATION	PRICE
1 MONTH	₹249 ₹129
6 MONTHS	₹899 ₹499
1 YEAR	₹1299 ₹749

CLICK HERE

5

MAGAZINE PASS

Perfect For

Current Affairs, Knowledge, Business & Exam Preparation



- INCLUDES**
- ✓ 125+ Indian Magazines
 - ✓ 150+ International Magazines
 - ✓ Daily Update (New Magazines)
 - ✓ Easy to Read & Download
 - ✓ All Categories Covered

125+

INDIAN MAGAZINES
150+ INTERNATIONAL MAGAZINES

DURATION	PRICE
1 MONTH	₹249 ₹149
6 MONTHS	₹1199 ₹699
1 YEAR	₹1799 ₹999

CLICK HERE



SINGLE EDITIONS
All Papers
In One Place



DAILY UPDATES
After 6 AM
Everyday



EASY TO READ
Mobile, Tablet
& Desktop



DAILY EDITORIALS
Included in
Every Plan



SECURE & AD-FREE
100% Safe
Experience



24X7 SUPPORT
Always Here
To Help You

PERFECT FOR ASPIRANTS & PROFESSIONALS



UPSC/IAS



SSC



BANKING



PCS/STATE PCS



JUDICIARY



DEFENCE



RESEARCHERS



STUDENTS

**LIMITED TIME
OFFER!**



**Save More with
6 Months & 1 Year Plans!**

More Duration, More Savings!



100% Safe Payments
Multiple Payment Options

LIPi paytm PhonePe G Pay VISA RuPay



Trusted By Thousands

7Million+ Reader on Website

Daily Updates

Unmatched Collection

One Subscription

Endless Benefits