

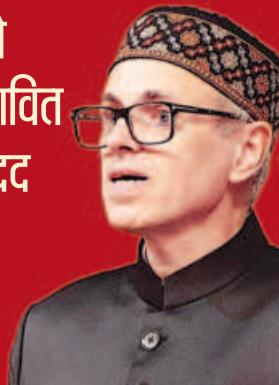


हिन्दुस्तान

रविवासरीय

मरोसा नए हिन्दुस्तान का

उमर अब्दुल्ला ने
किटवाड में प्रभावित
लोगों के लिए मदद
का ऐलान किया



रविवास

17 अगस्त 2025, नई दिल्ली

• पांच प्रैश • 23 संस्करण



द्रोन का जन्म



For calorie conscious people the product shown here contains artificial sweeteners like Sodium Saccharin (INS 954) Sucratose (INS 955) and Neotame (INS 961). Not recommended for kids.

No Tobacco, No Nicotine





अपनी दिल्ली

काम की खबरें



1 **डीडीए में सलाहकार के पदों पर 19 तक आवेदन**

दिल्ली विकास प्रबंधिकरण (डीडीए) में विभिन्न पदों पर अनुबंधीय तरती भर्तीयों निकली हैं। डीडीए के योजना विभाग में 16 सलाहकार पदों पर भर्तीयों निकली हैं। इसमें 19 अगस्त तक अनुलाइन आवेदन कर सकते हैं।



2 **इंग्नूमें पीएचडी में आवेदन का अवसर**

इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मूरत विश्वविद्यालय में 24 विषयों में पीएचडी के लिए आवेदन चल रहे हैं। योग्यता 31 अक्टूबर तक आवेदन सकते हैं। प्रवेश परीक्षा 5 जनवरी 2026 की होगी। अर्थात् phdentrance@ignou.ac.in पर अधिक जानकारी ले सकते हैं।



3 **पीएम उदय योजना के लिए आज कई स्थानों पर शिविर लगेंगे**

डीडीए की ओर से पीएम उदय योजना को लेकर रविवार को कई स्थानों पर कैप का आयोजन किया जाएगा। इसमें योजना को लेकर नए पंक्तिकरण करने, पंक्तिकरण नियामन की आवेदन भरने और योजना से जुड़े अन्य दसावंजे पेयर करने में सहायता प्रदान की जाएगी। अमृत विहार मोड़ बुराड़ी, कबीर बचन मध्यालपुर, मिनांग वाटिंगा बुद्ध विहार फेज-1 व अन्य स्थानों पर कैप लगेंगे।



4 **हजरत निजामुद्दीन से जबलपुर के बीच विशेष रेलगाड़ी चलेगी**

यारियों की सुविधा के लिए हजरत निजामुद्दीन से जबलपुर के बीच विशेष रेलगाड़ी चलाई जाएगी। गाड़ी सख्ता 01707 जबलपुर से 17 अगस्त की शाम 6.30 बजे चलकर आगे की सुबह 11.10 बजे हजरत निजामुद्दीन पहुंचेगी। वापसी में यह गाड़ी 18 अगस्त की दोपहर 12.30 बजे हजरत निजामुद्दीन से चलकर अगली सुबह 8.10 बजे जबलपुर पहुंचेगी।



आज का मौसम
33.0° | 24.0°
अधिकतम न्यूनतम
सुर्जित: 05:51 | सुर्क्षित: 19:00

अनुमान
आगे तीन-चार दिनों के बीच बदल और बुंदेलखाड़ी का मौसम बना रहेगा।

उत्तर पश्चिमी दिल्ली के निवासियों को मिलेगी बड़ी राहत, राजधानी के शहरी इलाकों में यातायात का भार भी कम होगा।

यूईआर-2 से दिल्ली की सड़कों पर वाहनों का दबाव कम होगा

बदलती दिल्ली

नई दिल्ली, वरिष्ठ संवाददाता। दिल्ली में अब एक्सटेंशन रोड (यूईआर)-2 वाहनों के लिए विशेष व्यवस्था का रविवार के प्रधानमंत्री ने नेंद्र मोदी उद्घाटन करेंगे। इस नए मार्ग के शुरू होने से एक तरफ जब्तों रोहिणी, नोरला और उत्तर पश्चिमी दिल्ली के ग्रामीण क्षेत्रों के निवासियों को बड़ी राहत मिलेगी। वहाँ, दूसरी तरफ राजधानी दिल्ली की सड़कों पर वाहनों का दबाव भी कम होगा।

चंडीगढ़ की तरफ से एयरपोर्ट, गुरुग्राम, जयपुर और गोपेश्वर के बाली गांधियों अवाजाजी कम हो जाएगी। द्वारका एक्सप्रेस-वे के नए रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार



रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार

04 लाख से ज्यादा गाड़ियां

दिल्ली की प्रमुख सड़कों

30 मिनट बर्बेंगे रोहिणी से द्वारका एक्सप्रेसवे जाने में नहीं करेंगे प्रवेश

मुंबई से भी जुड़ जाएगा यूईआर-2

मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता का कहना है अब एक्सटेंशन रोड (यूईआर)-2 अलीपुर में दिल्ली-चंडीगढ़ साथीय राजमार्ग, गुरुग्राम-रोहिणी राष्ट्रीय राजमार्ग से शुरू होगा और द्वारका में रोहिणी से नेंद्र मोदी राष्ट्रीय राजमार्ग से जुड़ जाएगा। जिसका रीधा जुड़ाव आईजीआई एयरपोर्ट से है। यह मार्ग दिल्ली-जयपुर राष्ट्रीय राजमार्ग को भी जोड़ा। विशेष बात है कि इससे दिल्ली की प्रदूषण की अवस्था को बदलने के लिए एक तरफ जब्तों रोहिणी की अवधिकारी ने देश के विभिन्न हिस्सों के लिए अधिकारी रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार

यह मार्ग से ज्यादा राष्ट्रीय राजमार्ग, गुरुग्राम-रोहिणी राष्ट्रीय राजमार्ग, गुरुग्राम-सोहना राष्ट्रीय राजमार्ग से भी जुड़ हुआ है।

मुख्यमंत्री ने बताया कि युग्माम-सोहना राष्ट्रीय राजमार्ग से सीधे रुप में जुड़ जाएगा, जिसका रीधा जुड़ाव आईजीआई एयरपोर्ट से है। यह मार्ग दिल्ली-जयपुर राष्ट्रीय राजमार्ग को भी जोड़ा। विशेष बात है कि इससे दिल्ली की प्रदूषण की अवस्था को बदलने के लिए एक तरफ जब्तों रोहिणी की अवधिकारी ने देश के विभिन्न हिस्सों के लिए अधिकारी रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार

66 एनसीआर में बुनियादी ढांचों को सुटूढ़ करना हमारी 'ईंज ऑफ लिविंग' को बेहतर बनाने की प्रतिबद्धता का हिस्सा है। - नेंद्र मोदी, प्रधानमंत्री

लोगबोले

नरेला अब बाहरी व पश्चिमी दिल्ली के साथ बेहतर तरीके से जुड़ गया है। पूर्वी हरियाणा व राजस्थान के जयपुर की ओर जाने में भी सहूलियत होगी। सही मायने में अब नरेला का विकास होगा।

- जोगिंदर सहवात, निवासी, सिंधु गांव

को बेहतर बनाने का काम यह परियोजना करेंगी। उन्होंने कहा कि यह विशेष ज्ञान के साथ उद्घाटन स्थल को प्रधानमंत्री ने नेंद्र मोदी राष्ट्रीय राजमार्ग से जुड़ा राष्ट्रीय राजमार्ग, गुरुग्राम-रोहिणी राष्ट्रीय राजमार्ग से जुड़ा राष्ट्रीय राजमार्ग से जुड़ा होगा। और द्वारका में रोहिणी से नेंद्र मोदी राष्ट्रीय राजमार्ग से जुड़ा होगा। यह से नेंद्र मोदी राष्ट्रीय राजमार्ग से जुड़ा होगा। इसके अलावा जयपुर की ओर जाने में भी सहूलियत होगी। सही मायने में अब नरेला का विकास होगा।

उत्तर पश्चिमी दिल्ली के लोगों यहाँ के व्यापरियों को यूईआर-2 से काफी लाभ मिलेगा। इसके शुरू होने से द्वारका पहुंचने के लिए अधिक समय नहीं लगेगा।

- प्रशांत, निवासी, सिंधु गांव

आंसू से दहेज उत्पीड़न साबित नहीं होता : कोर्ट

इयूटी में लापरवाही पर 27 पुलिसकर्मी नापे

हेलता कौठिका

कहा जा रहा है कि मृतकों को लिए प्रधानमंत्री ने नेंद्र मोदी राष्ट्रीय राजमार्ग से जाना जाएगा। इसके अलावा विशेष ज्ञान के साथ उद्घाटन स्थल को अपराधी के लिए पति व उसके माता-पिता को बरी करने को आवश्यक बताया जाएगा। इससे दिल्ली की प्रदूषण की अवस्था को बदलने के लिए एक तरफ जब्तों रोहिणी की अवधिकारी ने देश के विभिन्न हिस्सों के लिए अधिकारी रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार

याचिका में आरोप लगाया गया था कि शादी के बाद उनकी बेटी से अलिंगिक विशेष ज्ञान के साथ उद्घाटन को अपराधी के लिए पति व उसके माता-पिता को बरी करने को आवश्यक बताया जाएगा। इससे दिल्ली की प्रदूषण की अवस्था को बदलने के लिए एक तरफ जब्तों रोहिणी की अवधिकारी ने देश के विभिन्न हिस्सों के लिए अधिकारी रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार

याचिका को आरोप लगाया गया था कि शादी के बाद उनकी बेटी से अलिंगिक विशेष ज्ञान के साथ उद्घाटन को अपराधी के लिए पति व उसके माता-पिता को बरी करने को आवश्यक बताया जाएगा। इससे दिल्ली की प्रदूषण की अवस्था को बदलने के लिए एक तरफ जब्तों रोहिणी की अवधिकारी ने देश के विभिन्न हिस्सों के लिए अधिकारी रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार

याचिका को आरोप लगाया गया था कि शादी के बाद उनकी बेटी से अलिंगिक विशेष ज्ञान के साथ उद्घाटन को अपराधी के लिए पति व उसके माता-पिता को बरी करने को आवश्यक बताया जाएगा। इससे दिल्ली की प्रदूषण की अवस्था को बदलने के लिए एक तरफ जब्तों रोहिणी की अवधिकारी ने देश के विभिन्न हिस्सों के लिए अधिकारी रोहिणी सेक्टर 37 के पास शनिवार को यूईआर-2 पर लगे बैरिकेड। आज प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी इसका उद्घाटन करेंगे। विपिन कुमार

याचिका को आरोप लगाया गया था कि शादी के बाद उनकी बेटी से अलिंगिक विशेष ज्ञान के साथ उद्घाटन को अपराधी के लिए पति व उसके माता-पिता को बरी करने को आवश्यक बताया जाएगा

थार ने बाइक सवार को टक्कर मारी, मौत

दर्दनाक



मोती नगर में शनिवार को टक्कर के बाद लंबिग्रस्त यान।

नई दिल्ली, वरिष्ठ संवाददाता।
मोती नगर इलाके में शुक्रवार देर रात
एक तेज रफ्तार थार चालक ने बाइक
सवार को जोरदार टक्कर मार दी।
सड़क दुर्घटना में बाइक सवार की
मौत पर ही भौत हो गई।

आरोग्यी थार चालक मैके पर ही
मोती नगर थार आप्सिस के बाद
कब्जे में लेकर पॉस्टमार्टम के बाद
परिज्ञानों को सौंप दिया है। पुलिस
मामले में आरोग्यी एसयूवी कर
चालक की तलाश में कई जगहों पर
छापेमारी कर रही है।

पुलिस के बातिक, जांच के
दौरान लूप्स के गाड़ी से शराब की
बोतलें और नशीले पदार्थ बरामद हुए
हैं। पुलिस उपर्युक्त विविच्छ वीर ने

सीसीटीवी फुटेज वायरल
हादसे के बाद शनिवार सुबह से ही
साश्ल मैटिया पर हादसे का
सीसीटीवी फुटेज वायरल हो गया।
फुटेज में दिखाई दे रहा है कि पीड़ित
बूँद ने दिखाई दे रहा है कि पीड़ित
पास खड़ा था। हालांकि फुटेज के
पास अधिक हो रहा है। जो रफ्तार
थार वहाँ आई और बाइक सवार को
टक्कर मार कर दिया। बूँद वहीं गिर
पड़े। इसके बाद लोग जमा हो गए।

बताया कि 40 वर्षीय बैचू लाल अपने
एक बेटे के साथ प्रेम नगर गली नंबर
15 में रहते थे। वह मूलरूप से उत्तर
प्रदेश के गोडा के निवासी थे। बैचू
लाल 15 अगस्त की तारीख को अपने हुए
फुटपाथ पर चढ़ गई। मोती नगर
एस्प्याल वाहनों वरण लंबाल अपनी टीम
मुलाकात के बाद अपने घर जाने के
लिए बाहर आए और बाइक के साथ
जाने के बाद लंबाल पहुंचा। जहाँ डॉक्टरों

ने उसे मृत घोषित कर दिया।
बैटी की शादी की तैयारियों में
जुटे थे बैचू लाल : बैचू लाल के
साथीयों ने बताया कि मार्च में उनकी
बैटी की खानी होनी है। वह काम छोड़
कर बार-बार सामान लेकर गांव जाते
थे। बार-बार गांव जाने के लिए काम
न छोड़ना पड़े, इसलिए बैचू लाल
अपने बेटे को दिल्ली ले आए थे।

कार्यालय मुख्य चुनाव अधिकारी, दिल्ली
OFFICE OF THE CHIEF ELECTORAL OFFICER, DELHI
पुराना सेंट स्टीफन कॉनेक्शन भवन, कश्मीरी गेट, दिल्ली-110006
Old St. Stephen's College Building, Kashmere Gate, Delhi-110006
Acoo.coe-dl@delhi.gov.in, dlae.coe2025@gmail.com

No. CEO/COE/102(56)/2025/301-341

Dated: 12.08.2025

कारण बताओ नोटिस

जबकि, भारत के नायरिकों के किसी संघ/निकाय का राजनीतिक दल के रूप में पंजीकरण, जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1951 की धारा 29ए के प्रवाधनों द्वारा किया जाता है; और

जबकि, उक्त धारा 29ए के तहत चुनाव आयोग के साथ राजनीतिक दल के रूप में किसी संघ के पंजीकरण के उद्देश्य का उल्लेख धारा में ही किया गया है, अर्थात् जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1951 के प्रयोजनों के लिए उस भाग के प्रवाधनों का लाभ उठाना, जिसका अर्थ है उक्त अधिनियम के तहत आयोग द्वारा आयोजित चुनावों में भागीदारी और कई लाभों का हकदार होना जैसे:

1. आयकर से छूट (आईटी अधिनियम की धारा 13 ए के तहत)
2. मान्यता (आप्सिस के पैरा 6 के तहत)
3. प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन
4. प्रतीक आदेश के तहत मान्यता प्राप्त दलों के लिए आरक्षित प्रतीक
5. स्टार प्रतिकारों का नामांकन

और जबकि, अनुलग्नक-1 में उल्लिखित राजनीतिक दल, उक्त धारा के तहत पार्टी द्वारा किए गए आवेदन पर, उक्त धारा 29 ए के तहत एक राजनीतिक दल के रूप में पंजीकृत है, और

जबकि, आयोग के रिकॉर्ड के अनुसार, उक्त पार्टी ने पिछले 06 वर्षों में 2019 से लोक सभा या किसी राज्य विधानसभा या उपचुनाव के लिए आयोजित चुनावों को लाभ उठाना, जिसका अर्थ है उक्त अधिनियम के तहत आयोग द्वारा आयोजित चुनावों में भागीदारी और कई लाभों का हकदार होना जैसे:

जबकि, उक्त धारा 29ए के तहत चुनाव आयोग के साथ राजनीतिक दल के रूप में किसी संघ के पंजीकरण के उद्देश्य का उल्लेख धारा में ही किया गया है, अर्थात् जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1951 के प्रयोजनों के लिए उस भाग के प्रवाधनों का लाभ उठाना, जिसका अर्थ है उक्त अधिनियम के तहत आयोग द्वारा आयोजित चुनावों में भागीदारी और कई लाभों का हकदार होना जैसे:

जबकि, उक्त धारा 29ए के तहत चुनाव आयोग के साथ राजनीतिक दल के रूप में किसी संघ के पंजीकरण के उद्देश्य का उल्लेख धारा में ही किया गया है, अर्थात् जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1951 की धारा 29ए के तहत एक आयकर से छूट (आईटी अधिनियम की धारा 13 ए के तहत)

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 6 के तहत)

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए आरक्षित प्रतीक

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

जबकि, आयोग के प्रतीक आदेश के पैरा 10 की तहत आयोगीयों के लिए सामान्य प्रतीक आवंटन

राजधानी में मंदिरों से लेकर घरों में जन्माष्टमी को लेकर दिखा उत्साह

कान्हा के जयघोष से गूंजी दिल्ली

आस्था

नई दिल्ली, वरिष्ठ संवाददाता। 'दर्द के आनंद भयो जय कहेया लाल की' रात के जैसे 12 बजे वैसे ही मंदिरों से लेकर घरों में इस विधान गीत ने माहौल में भक्तिभाव का रस घोल दिया। श्रद्धालुओं ने एक-दूसरे को शुभकामनाएं दी और मंगल गीतों पर थिरके।

राजधानी में श्रीकृष्ण जन्माष्टमी का पर्व अद्भुत, भक्ति और हर्षोल्लास से मनाया गया। दिनभर मंदिरों में राधा-राधे और कृष्ण-कृष्ण, द्वे कृष्णों की गूंज ने वातावरण को भक्तिमय कर दिया था।

मंदिरों को देवी-विवेशी फूलों से सजाया गया था। इस दौरान श्रद्धालु कृष्ण भक्ति में लीन दिखे। ईट औफ कैलाश रिश्त इखकाँ में मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता, केंद्रीय मंत्री भूषण यादव, केंद्रीय राज्य मंत्री हर्ष महाना और दिल्ली सरकार में भक्तिपूर्ण विदेशी फूलों से भी सजाया गया था। इसके अलावा 1008 व्यंजनों का भोग लगा। छठपूर रिश्त श्री आद्या कालायानी शवित्र पीठ मंदिर भगवान कृष्ण-राधा के सामने और हीरे के अभूषण पहनाए गए हैं। वहीं, राजधानी के प्रमुख बाजार सदर बाजार रात तक चलता रहा। प्रसिद्ध से लेकर स्थानीय मंदिरों में दर्शन के लिए श्रद्धालुओं का ताता लगा रहा। झंडेवाला देवी मंदिर और कालाकाजी मंदिर में रंग-बिरंगी रोशनी की छाता देखते ही बन रही थी।



200 किलो का केक काटा

द्वारका सेक्टर 13 में स्थित श्री श्री रुद्रिमली द्वारकाशीष मंदिर को एप्पों और विविध रंगों से सजी रातों से सजाया गया था। भगवान कृष्ण के जन्म के उपलक्ष्य में मध्यावति में व्यापारी ने व्यापारी और 200 किलो का केक काटा गया।

बिरला मंदिर (श्री लक्ष्मीनारायण मंदिर) में शनिवार को प्रभुजी देते कलाकार। ● राज के राज

विशेष भजन संध्या का किया आयोजन

ईस्ट औफ कैलाश रिश्त इखकाँ मंदिर में को देसी-विदेशी फूलों से भी सजाया गया था। इसके अलावा 1008

जन्माष्टमी नंदोत्सव में उमड़ी दर्शकों की भीड़

रोहिणी रिश्त जापानी पार्क के लॉन न. 1 में श्रीश्री खाद्य श्राम सेवा समिति द्वारा अष्टम श्री कृष्ण जन्माष्टमी नंदोत्सव का आयोजन किया गया। साथी पूर्णिमा पूर्ण दीदी द्वारा गए भजनों ने उत्सर्थित लोगों को मन्त्रमुद्ध कर दिया। कार्यक्रम आयोजन समिति वेयरमैन हरीश शर्मा व सदस्यों ने पूर्ण दीदी को स्वति चिर्ण देकर उनको सम्मानित भी किया।

सोशल मीडिया पर बधाई संदेश : सोशल मीडिया में भी सुबह से लोग एक-दूसरे को जन्माष्टमी की

शुभकामनाओं के संदेश भेज रहे थे। बिरला मंदिर (श्री लक्ष्मीनारायण मंदिर) में भी भारी से श्रद्धालुओं का बही था।

भक्ति-कथक ने आईआईसी में समांबंधा

इंडिया ईंटरनेशनल सेंटर में जन्माष्टमी का उत्सव भवित, कला और नृत्य के रंगों से सराबोर रहा। भारतीय संस्कृत दर्शकों की ओर से आयोजित इस

कार्यक्रम में पद्मवृषभ कथक नृत्यगता डॉ. उमा शर्मा और उनकी शिष्यों ने 'राम श्राम' शीर्षक से कथक और बुज-रास की मंत्रमुद्ध कर देने वाली प्रस्तुति दी। संध्या का मुख्य आकर्षण श्रीकृष्ण की लीलाओं का प्रदर्शन रहा।

■ डीडीए को 10 हजार करोड़ रुपये का राजस्व प्राप्त होने की उम्मीद

नई पहल के जरिए डीडीए को इस होटल चेन से 10 हजार करोड़ रुपये का राजस्व प्राप्त होने की उम्मीद है। इस होटल चेन ने सबसे ऊची बाली लगाई थी, जिसे इसने जीत लिया।

रियल एस्टेट को बढ़ावा देने का प्रयाप : उपराज्यपाल की अगुवाई डीडीए प्रशासन इस तरह की नई पहल लगातार कर रहा है। जिससे दिल्ली में अविधि के लिए विशेष लाइसेंस प्रदान किया गया। अधिकारियों के अनुसार इस

सम्बन्धियों के आयोजन किया गया।

Committed to Quality
SINCE 1957

मुफ्त विदेश यात्रा!
लिंक पर क्लिक करो!



यदि आप क्लिक करते हैं,
तो आपके पैसे चोरी हो सकते हैं।



आरबीआई
कहता है...
स्मार्ट बनो,
कूल रहो

जनहित में जारी
भारतीय रिजर्व बैंक
RESERVE BANK OF INDIA
www.rbi.org.in

अशोक मसाले

स्वाद जिंदगी में, मरत बना ले...



शुद्धता फॉमाल,
स्वाद बेमिराल!



हिन्दुस्तान

सर्वकंपनी

नई दिल्ली, रविवार, 17 अगस्त 2025

प्रॉपर्टी P 8 वैवाहिक P 8,12 आवश्यकता P 12 व्यापार P 12 मोटर वाहन P 12

प्रॉपर्टी

दक्षिणी दिल्ली

RENTED PROPERTY

Contact Owner

8384083755

659 Sq.Ft., Pragati Deep, Lakshmi Ngr Dist. Center, Tenant: Ultra Tech Cement. Rent 54000 p.m, Lease 9 years, T.F. Security 2 months, 15% incr. after 3 yrs. Brokers Welcome.

VASANT VIHAR

400 Yds Park Facing

Rajesh Kathuria

9810209711

VASANT VIHAR -400' Facing Park Ready to Move in / Booking Basement & Ground Also Second & Third Terrace Spacious 4 Beds D/D attractive Price. Rajesh 9810209711

PRICE NEGOTIABLE 4 BHK For Sale in South Ext-2, Prime Location, 500 Sqft. Suyati Perfect, FF with lift, 4 Cars Separate Stilt driveway, 4.5 yrs old. Call: 9811695488

VASANT VIHAR

400 / 600

Confirm House
Vastu Friendly
IMMEDIATE SALE

Rajesh 9810014771

Amrit 9810019279

Independent Commercial Building - For Sale with Guaranteed ROI

High Street
South Delhi

Prime visibility, Fully leased to a leading national retail chain on a long-term lease

CALL TIMMI 9810289988
96500289988

FOR SALE 2 BHK Flats 600 sq ft on 4th flr, Office 700 sq ft G. Flr Corner and 2 Shops 170 sq ft each on G. Flr at Kapashera - Laldora. Cont 9995366562

GREEN PARK

HOUSE FOR SALE

TARUN

99532 49292

GREEN PARK 980 Sq.Yds House for Sale, Wide Road Prime Location, Suitable for Hospital, Hotel, All Professionals & Builders, best Price of the Market. Tarun: 99532 49292

LEASING.net.in

Partnering Your Business Growth

9958878123

9873511121

PARAS QUATIER Gahar Pahari Road Size-5350, 6000 sq.ft. Luxury Farm House for Sale in Dera Mandi Road (Delhi) 1000, 2000 Sq.Yds 1-4 Acre Farm House

NBBC WORLD TRADE CENTRE

Office/Retail Space

MANOJ KHAZ 9910277916

WORLD TRADE Centre -Naujori Nagar South Delhi Various spaces available - Office & Retail for Rent / Sale, Are-576 Sft to 31,000 Sft. Best Locations. "B&B Advisory Services" 9910277916

HOTEL Wanted/Sell

South Delhi/ Gurgaon

BAHLSONS

9810017982, 9810364472

WANTED 100+ Rooms Hotel urgently, Running Condition in Delhi/Gurgaon Also Sell MG Road, Gurgaon 60 rooms; Gurgaon (3300)Yds 80 rooms @80%; South Delhi 35 rooms & 20 rooms hotel

HOUSE GREEN PARK

SAFDARJUNG ENCL

9810223443

COMMERCIAL BUILDING Green Park Market, Pre-Rented To Bank Defence Colony. # Jainsons 9810223443

RENTED PROPERTY

Contact Owner

8384083755

FOR SALE GK -1 main rd-B Block, 450 Sqft, 5th flt, stiff/lift/own Genset + Air Conditioned Power Back-up. Call: Sanjay Malik 9810039071

PRAKTI P 8 वैवाहिक P 8,12 आवश्यकता P 12 व्यापार P 12 मोटर वाहन P 12

दक्षिणी दिल्ली

SAFDARJUNG ENCLAVE 30 years old Const. 3 BHk, D/D, Kitn, Parking out Side 190 yd. @3.25 Cr & SDA rent 250 yd, 3 BHK FF, Park- Facing, Car parking @3.35, Contact: 995882862, 921276300, 9650188670

MAHARANI BAGH

Rahul Vaed
99712 12323

FOR SALE Independent liveable house built on 500 sq yds plot, freehold, clear title, single owner. www.southdelhindfinethomes.com

उत्तरी दिल्ली

ROHINI Properties

8448552918

ROHINI SALE/PURCHASE Plots Alloted by DDA Sector - 1 to 38. Liaison/ Collaboration/ Net. Allotment Investment. Contact # 8448552918

ROHINI Properties

9582621256

BEST INVESTMENT Option Sector - 34, 35, 36, 37, 38 Availability of Plots in Rohini. DDA Liaison Freehold of Plots. Contact # 9582621256

BISHT PROPERTIES PVT. LTD.

9811134984 9650045100

DDA HIG (1100 sqft.) 100 sq.m. 2 Side Drawing - 3 Bed +2toilet +lift Parking HNo.135 Pkt-16 Sec-20, Rohini, Loan Avail 95 Lac-UFG, Park Facing 9811134984, 9650045100.

For Sale Ground Floor 500 Sqyd Plot South Extension

NEW CONSTRUCTION, Excellent Location, 4 Bedrooms, 4 Bathrooms, 4 Balcony, Hafele Kitchen, Poja room, Servant Room, 2 Car Parking. Cont: 981057668, 995891451.

TARA

9810055500

BUY / SELL / PURCHASE ALL KIND OF PROPERTY

VASANT VIHAR, Anand / Shanti Nkt, Westend, Malcha Marg, Jor Bagh, Golf Link, all kind of Property/Floor/ Bunk/Bungalow/ Design/ Floor/ Collaboration. Call: 989975500

High Street
South Delhi

Prime visibility, Fully leased to a leading national retail chain on a long-term lease

CALL TIMMI 9810289988
96500289988

REALTY KEYS

98100 28534

GREEN PARK Regale 270 Yds 1st Floor 3rd DD East Facing, Stiff Lift, Lift, Gated, 3rd flt, 4th flt, 5th flt, 6th flt, 7th flt, 8th flt, 9th flt, 10th flt, 11th flt, 12th flt, 13th flt, 14th flt, 15th flt, 16th flt, 17th flt, 18th flt, 19th flt, 20th flt, 21st flt, 22nd flt, 23rd flt, 24th flt, 25th flt, 26th flt, 27th flt, 28th flt, 29th flt, 30th flt, 31st flt, 32nd flt, 33rd flt, 34th flt, 35th flt, 36th flt, 37th flt, 38th flt, 39th flt, 40th flt, 41st flt, 42nd flt, 43rd flt, 44th flt, 45th flt, 46th flt, 47th flt, 48th flt, 49th flt, 50th flt, 51st flt, 52nd flt, 53rd flt, 54th flt, 55th flt, 56th flt, 57th flt, 58th flt, 59th flt, 60th flt, 61st flt, 62nd flt, 63rd flt, 64th flt, 65th flt, 66th flt, 67th flt, 68th flt, 69th flt, 70th flt, 71st flt, 72nd flt, 73rd flt, 74th flt, 75th flt, 76th flt, 77th flt, 78th flt, 79th flt, 80th flt, 81st flt, 82nd flt, 83rd flt, 84th flt, 85th flt, 86th flt, 87th flt, 88th flt, 89th flt, 90th flt, 91st flt, 92nd flt, 93rd flt, 94th flt, 95th flt, 96th flt, 97th flt, 98th flt, 99th flt, 100th flt, 101st flt, 102nd flt, 103rd flt, 104th flt, 105th flt, 106th flt, 107th flt, 108th flt, 109th flt, 110th flt, 111th flt, 112th flt, 113th flt, 114th flt, 115th flt, 116th flt, 117th flt, 118th flt, 119th flt, 120th flt, 121st flt, 122nd flt, 123rd flt, 124th flt, 125th flt, 126th flt, 127th flt, 128th flt, 129th flt, 130th flt, 131st flt, 132nd flt, 133rd flt, 134th flt, 135th flt, 136th flt, 137th flt, 138th flt, 139th flt, 140th flt, 141st flt, 142nd flt, 143rd flt, 144th flt, 145th flt, 146th flt, 147th flt, 148th flt, 149th flt, 150th flt, 151st flt, 152nd flt, 153rd flt, 154th flt, 155th flt, 156th flt, 157th flt, 158th flt, 159th flt, 160th flt, 161st flt, 162nd flt, 163rd flt, 164th flt, 165th flt, 166th flt, 167th flt, 168th flt, 169th flt, 170th flt, 171st flt, 172nd flt, 173rd flt, 174th flt, 175th flt, 176th flt, 177th flt, 178th flt, 179th flt, 180th flt, 181st flt, 182nd flt, 183rd flt, 184th flt, 185th flt, 186th flt, 187th flt, 188th flt, 189th flt, 190th flt, 191st flt, 192nd flt, 193rd flt, 194th flt, 195th flt, 196th flt, 197th flt, 198th flt, 199th flt, 200th flt, 201st flt, 202nd flt, 203rd flt, 204th flt, 205th flt, 206th flt, 207th flt, 208th flt, 209th flt, 210th flt, 211st flt, 212nd flt, 213rd flt, 214th flt, 215th flt, 216th flt, 217th flt, 218th flt, 219th flt, 220th flt, 221st flt, 222nd flt, 223rd flt, 224th flt, 225th flt, 226th flt, 227th flt, 228th flt, 229th flt, 230th flt, 231st flt, 232nd flt, 233rd flt, 234th flt, 235th flt, 236th flt, 237th flt, 238th flt, 239th flt, 240th flt, 241st flt, 242nd flt, 243rd flt, 244th flt, 245th flt, 246th flt, 247th flt, 248th flt, 249th flt, 250th flt, 251st flt, 252nd flt, 253rd flt, 254th flt, 255th flt, 256th flt, 257th flt, 258th flt, 259th flt, 260th flt, 261st flt, 262nd flt, 263rd flt, 264th flt, 265th flt, 266th flt, 267th flt, 268th flt, 269th flt, 270th flt, 271st flt, 272nd flt, 273rd flt, 274th flt, 275th flt, 276th flt, 277th flt, 278th flt, 279th flt, 280th flt, 281st flt, 282nd flt, 283rd flt, 284th flt, 285th flt, 286th flt, 287th flt, 288th flt, 289th flt, 290th flt, 291st flt, 292nd flt, 293rd flt, 294th flt, 295th flt, 296th flt, 297th flt, 298th flt, 299th flt, 300th flt, 301st flt, 302nd flt, 303rd flt, 304th flt, 305th flt, 306th flt, 307th flt, 308th flt, 309th flt, 310th flt, 311st flt, 312nd flt, 313rd flt, 314th flt, 315th flt, 316th flt, 317th flt, 318th flt, 319th flt, 320th flt, 321st flt, 322nd flt, 323rd flt, 324th flt, 325th flt, 326th flt, 327th flt, 328th flt, 329th flt, 330th flt, 331st flt, 332nd flt, 333rd flt, 334th flt, 335th flt, 336th flt, 337th flt, 338th flt, 339th flt, 340th flt, 341st flt, 342nd flt, 343rd flt, 344th flt, 345th flt, 346th flt, 347th flt, 348th flt, 349th flt, 350th flt, 351st flt, 352nd flt, 353rd flt, 354th flt, 355th flt, 356th flt, 357th flt, 358th flt, 359th flt, 360th flt, 361st flt, 362nd flt, 363rd flt, 364th flt, 365th flt, 366th flt, 367th flt, 368th flt, 369th flt, 370th flt, 371st flt, 372nd flt, 373rd flt, 374th flt, 375th flt, 376th flt, 377th flt, 378th flt, 379th flt, 380th flt, 381st flt, 382nd flt, 383rd flt, 384th flt, 385th flt, 386th flt, 387th flt, 388th flt, 389th flt, 390th flt, 391st flt, 392nd flt, 393rd flt, 394th flt, 395th flt, 396th flt, 397th flt, 398th flt, 399th flt, 400th flt, 401st flt, 402nd flt, 403rd flt, 404th flt, 405th flt, 406th flt, 407th flt, 408th flt, 409th flt, 410th flt, 411st flt, 412nd flt, 413rd flt, 414th flt, 415th flt, 416th flt, 417th flt, 418th flt, 419th flt, 420th flt, 421st flt, 422nd flt, 423rd flt, 424th flt, 425th flt, 426th flt, 427th flt, 428th flt, 429th flt, 430th flt, 431st flt, 432nd flt, 433rd flt, 434th flt, 435th flt, 436th flt, 437th flt, 438th flt, 439th flt, 440th flt, 441st flt, 442nd flt, 443rd flt, 444th flt, 445th flt, 446th flt, 447th flt, 448th flt, 449th flt, 450th flt, 451st flt, 452nd flt, 453rd flt, 454th flt, 455th flt, 456th flt, 457th flt, 458th flt, 459th flt, 460th flt, 461st flt, 462nd flt, 463rd flt, 464th flt, 465th flt, 466th flt, 467th flt, 4

पूर्वप्रधानमंत्री वाजपेयी की पुण्यतिथि पर 'सदैव अटल' पहुंचकर श्रद्धांजलि दी

अटल विकसित भारत की प्रेरणा: मोदी

नईदिल्ली, एजेंसी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने दूर्घात प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी की पुण्यतिथि पर शनिवार को उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। साथ ही कहा कि वह विकसित और आवासिक भारत के निर्माण के लिए सभी को प्रेरित करते रहे।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सोशल मीडिया मंच पर फोटो में कहा, सभी देशवासियों की ओर से भारत रत्न अटल बिहारी वाजपेयी को उनकी पुण्यतिथि पर सादर नमन।

जीवन राष्ट्र की अटल सेवा के लिए समर्पित था: राष्ट्र के चौतरा, विकास को लेकर सभी समर्पण और सेवा भागीदारी के साथ विकसित और आवासिक भारत के निर्माण के लिए हर किसी को प्रेरित करने वाला है। प्रधानमंत्री ने कहा कि वाजपेयी का जीवन राष्ट्र की अटल सेवा के लिए समर्पित था।



नईदिल्ली में शनिवार को अटल बिहारी वाजपेयी की पुण्यतिथि पर श्रद्धांजलि अर्पित करते प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी। ● राज के राज

66 वाजपेयी ने अपना पूरा जीवन एक सशक्त और समृद्ध भारत के निर्माण के संकल्प के साथ समर्पित किया। राष्ट्र उन्हें सेवा भागीदारी के लिए उनकी मदद को तेलुगु समाज कभी नहीं भूलेगा। - राजनाथ सिंह, रक्षा मंत्री

66 वायति थे, जिन्होने देश को हमेशा सर्वोपरि रखा। औंग के विकास के लिए उनकी मदद को तेलुगु समाज कभी नहीं भूलेगा। - एन चंद्रबाबू नायडू, मुख्यमंत्री, असम

66 परमाणु परीक्षणों से लेकर राजमार्गों के निर्माण तक अटल बिहारी वाजपेयी ने देश के लोगों के लिए बिना रुके काम किया। - हिमंत विद्यर सराम, मुख्यमंत्री, असम

दिशोम गुरु शिख सोरेन को भावपूर्ण श्रद्धांजलि देने पहुंचीं दिग्गज हस्तियां

झारखंड

रांची/रामगढ़/मेहरा, हिमाचल। झारखंड के पूर्व मुख्यमंत्री दिशोम गुरु शिख सोरेन के श्राद्ध कर्म में शनिवार को उनके पैतृक गांव रामगढ़ जिले के नेमरा में जनसेवा उड़ा डाला। सुबह से ही उनको अंतिम जोहार देने के लिए सड़कों पर भाँड़ जुटे लोगी थीं।

मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन स्वयं पूरे कायाक्रम की देखरेख कर रहे थे। उन्होंने संसदीकारी भाज के आयोजन में शामिल हर अतिथि को सुविधा का खुद खाल रख रहे थे। दिशोम गुरु के संसदीकारी भाज विभिन्न शेषों के दिग्गज सामिल हुए।

राज्यपाल संतोष कुमार गंगवार, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह, तेलंगाना के मुख्यमंत्री रेवते रेडी, रक्षा राज्य मंत्री संजय सेठ, योग रामदेव, पूर्व केंद्रीय मंत्री अंशुविंधी कुमार चौधरी, सासादपूर यादव, पूर्व राज्यसभा सासद अरके अनंद सामिल हुए। सभी ने गुरुजी को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन, गुरुजी की धर्मपत्नी रुद्रा सोरेन और परिवार के सदस्यों से सेवना व्यक्त की।



दिशोम गुरु शिख सोरेन के श्राद्ध कर्म में शनिवार को उनके पैतृक गांव नेमरा पहुंचे रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह परिवार के लोगों को ढांडस बधाए। साथ में मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन, रक्षा राज्य मंत्री संजय सेठ, विधायक कल्पना सोरेन ● हिन्दुस्तान

गुरुजी की सहजता, संघर्षशीलता प्रभावित करती थीं: केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह भी गुरुजी के श्राद्ध कर्म में नेमरा पहुंचे।

उन्होंने कहा कि दिशोम गुरु शिख सोरेन से उनकी कई मूलाकात हुईं।

रक्षा राज्य मंत्री संजय सेठ ने कहा कि व्यक्तित्व उन्हें प्रभावित करती थी।

गुरुजी सिर्फ अंदिवासी ही नहीं बल्कि अन्य सामाजिक भी अधिकारीका रूप में जाने जाते थे। उनकी संघर्षशीलता सदा याद रखी जाएगी।

बैंगलुरु बैंगलुरु में के.आर. मार्केट के पास नगरथोपेट में एक प्लास्टिक उत्पाद बनाने वाली फैक्ट्री में फैंड से लटके पाए गए। पुलिस ने दावा किया कि देवकट ने परिवार के सदस्यों के साथ झगड़े के बाद घर कदम उठाया।

योग गुरु रामदेव ने कहा कि गुरुजी के ऊपर झारखंड की गाथा टिकी है। जल जंगल और जमीन के साथ अंदिवासी अधिकारी अनंद सामिल हुए।

रक्षा राज्य मंत्री संजय सेठ ने कहा कि दिशोम गुरु का जीवन हर झारखंडवासी के लिए प्रेरणा देने वाला है। नशा मुक्ति के विरुद्ध उनका अभियान, समाज के कल्पणा और उत्थान लिए उनके कार्य सदैव प्रेरणा देते।

नक्सलियों की नाकेबंदी जारी रहेगी ऐतिहासिक यात्रा के बाद आज भारत लौटेंगे शुभांशु

केंद्र की प्राथमिकता स्पष्ट

प्रधानमंत्री मोदी ने वित्ततंत्र दिवस पर नक्सली के बाबत जारी की अधिकारीका भीतर सभी प्रधावित क्षेत्रों को पूरी तरह नक्सलमुक्त करना बड़ी चौतौरी है। हालांकि, अधिकारी और जुटे अंग वाजपेयी को श्रद्धांजलि देने के लिए सदैव अटल बिहारी रखे।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।

एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि इस अवधिकारी के बाबत जारी की अधिकारी और भारतीय नहीं हो रही है और नक्सली प्रशिक्षण केंद्रों की जारी जुटे सुरक्षा बलों को समाप्त करते ही यह जारी रहेगा।



प्रोटीन कैसे है जरूरी

'क्या आपको पर्याप्त प्रोटीन मिल रहा है?' ऐसा लगता है यह सवाल इन दिनों इंटरनेट के लिए अहम मुद्दा बना हुआ है। वैज्ञानिकता से बेपरवाह इनप्लॉयेंसर इंटरनेट पर आसानी से बनने वाली सस्ती प्रोटीन ईसीपीज सुझा रहे हैं। फिटनेस के शौकीन अनोखे हाई-प्रोटीन डाइट प्लान का प्रधार कर रहे हैं। आखिर 'प्रोटीन' में ऐसा क्या है कि यह दुनिया के लिए इतना जरूरी हो गया है? इस पर क्या कहना है तमाम शोध और विशेषज्ञों का, जानिए अवंतिका सिंह से

31 बच्चोंकी नहीं प्रोटीनी लोजिज़ आयो प्रोटीन वाली कॉफी। सादा पानी नहीं, प्रोटीन वाला पानी। नाश्ते में प्रोटीन कुकीज़, प्रोटीन दूध, दही, प्रोटीन वाली इडली और पास्ता भी। अब हर और प्रोटीन मीज़ जूँद है। पता नहीं कैसे प्रोटीन सेहत की दुनिया का सुपरहीरो बन गया है। जहां सिर्फ जिम ब्रदर्स और बड़ी बिल्ड ही प्रोटीन के सेवन पर ध्यान नहीं दें रहे, बल्कि कामकाजी पेशेवरों से लेकर किशोरों तक प्रोटीन यूक्त खाना अचानक सभी की प्राथमिकता बन गया है। ऐसा लग रहा है, जैसे हमने एक सेहत का सीक्रेट खो जान लिया है और हर कोई इनमें शाफिल होने के लिए उत्सुक है। यहां समझे पहले वह समझने की जरूरत है कि प्रोटीन हमारे लिए जरूरी कैसे हो गया है? आखिर पूरा बाजार प्रोटीन की जरूरत पूरी करने में क्यों लग गया है?

60
ग्राम के लगभग रोज़ का प्रोटीन सेवन है भारत में, जो वैश्विक और जापानी कम है। अमेरिका में यह 111 ग्राम/दिन है।

इसको एक और डेली डोज होती थी। दाल, पालक, बीन्स, साग जैसी चीजों को खिलाने पर जोर देना, ये सब आपको प्रोटीन की रोजाना खुराक देने वाली जानी-अनजानी की बवायत हो रही है। पारंपरिक खानापान में दाल, दूध, दही, अंडे, चने वैश्वर तो हमेशा ही शामिल थे। बेशक, ये प्रोटीन के अच्छे स्रोत हैं।

हालांकि बचलती जीवनसैली और व्याप्ति के कारण अब वच्चे ही नहीं, व्यस्त की प्राकृतिक स्रोतों पर कम और पारंपरिक फैड या प्रोटीनेट भोजन पर ज्यादा निर्भूत हो गए हैं। जहां हांगरे दाल-दाली दाल की करी और दूध के व्यंजनों का आदत लेते थे, वहीं आज हम टोफू और प्रोटीन से भरपूर स्पूदी और प्रोटीन घुड़ बार में भी प्रोटीन-युक्त उत्तर होने का दावा करते हैं। इस न्यूयॉर्क पोस्ट की एक रिपोर्ट बताती है कि वैश्विक पिक्स और आइसक्रीम जैसे उत्पादों में भी प्रोटीन मिलता या रहा है। यहां तक कि पारंपरिक सॉस और डेली बार में भी प्रोटीन-युक्त उत्पाद हैं। इसका मुख्य कारण यह है कि लोग अपनी सेहत को लेकर ज्यादा जागरूक हो गए हैं। इसलिए हम एक बहुत बड़ा सेहत का चलन बन गया है।

प्रोटीन पाउडर के साथ प्रोटीन कर रहे हैं, क्योंकि बाजार हमें वह आसानी से उपलब्ध करा रहा है। इसलिए आसान पोषण पाने की एक प्रवृत्ति देखने को मिल रही है।

जिला अस्पताल, नोएडा के जनरल पिलिंगिंग

डॉ. प्रेम पौलेट भी इस बारे से सहजत है, जिनका कहना है, 'बदलती जीवनशैली में लोगों का खानापान बदला है। लोग जल्दबाजी के चक्रकर में उत्पादों का चयन नहीं कर पा रहे हैं। दो-तीन दशक पहले लोग घर में बने भोजन का सेवन अधिक करते थे। अब

लोग डिब्बाबंद खाद्य सामग्री का सेवन कर रहे हैं, जो प्रोटीन के बेहतर विकल्प नहीं हो सकते।'

सेहत का नया ट्रेड या खतरा

सर्वे की मानें तो लाग्यग 80 फॉसदी भारतीयों में प्रोटीन की कमी पाई गई है। यह कमी अक्सर थकान, मांसपेशियों में दर्द और कमज़ोर रोग प्रतिरोधक क्षमता को एक अवरकर के रूप में सामने आती है। इसकी कमी को एक अवरकर के रूप में देखा है। जिसकी कई ऐसे नए प्रोटीनकर्स लॉन्च हुए हैं, जो प्रोटीन-युक्त होने का दावा करते हैं। इस न्यूयॉर्क पोस्ट की एक रिपोर्ट बताती है कि वैश्विक पिक्स और आइसक्रीम जैसे उत्पादों में भी प्रोटीन मिलता या रहा है। यहां तक कि पारंपरिक सॉस और डेली बार में भी प्रोटीन-युक्त उत्पाद हो रहे हैं। इसका मुख्य कारण यह है कि लोग अपनी सेहत को लेकर ज्यादा जागरूक हो गए हैं। इसलिए हम एक बहुत बड़ा सेहत का चलन बन गया है।

प्रोटीन घुड़ बार में भी प्रोटीन से भरपूर स्पूदी और प्रोटीन पाउडर, गोलियां और पेय पदार्थ बिना सच-समेज़ ले रहे हैं। हालांकि इसके सेहत से जुड़े कई खतरे भी बढ़ रहे हैं। जैसे कुछ महाने

पहचानें अच्छा प्रोटीन

कंपनियां हमारे की भुकार के उत्पादों को भी 'हेल्पर' बता रही हैं, जो वारत्त में सिर्फ एक प्रोटीन-फॉटोफ़ाइड संरक्षण है। यहां प्रोटीन-फॉटोफ़ाइड का मतलब है, किसी खाद्य पर्याप्ति में प्रोटीन की मात्रा को कृत्रिम रूप से बढ़ाना। इसे पहचानने के लिए किसी भी उत्पाद को खरीदते समय उसके लेबल की मात्रा बहुत अधिक हो, तो वह एक प्रोटीन-फॉटोफ़ाइड उत्पाद है। इन्हें अपना विशेषज्ञ की सलाह के न लें।

लेने और उसे बेहतर ढंग से पचाने में मदद करते हैं। यही नहीं, अकेले खाना अजीब रसायन से मन शांत होता है, अत्यंत विश्वास बढ़ाता है और मानसिक रूप से तरोता महसूस होता है।

पर ध्यान रहे: मनोविशेषज्ञों का यह भी कहना है कि कभी-कभार कुछ ट्रेड रेट के लिए अकेले खाना ठीक है। इस पर मनोविशेषज्ञों का यह नियमित आदत न बनाएं, अन्यथा यह अलगाव और अकेलेपन का कारण बन सकता है।

अगर आप शाकाहारी हैं

जब भी प्रोटीन की बात होती है, तो लोग अंडे, मांस व मछली को ही इसका बेहतर स्रोत मानते हैं।

इसका मतलब यह नहीं है कि शाकाहारी लोगों के सामने कोई विकल्प नहीं है। यसीन प्रकार की दालें, मटर, राजमा, लोबिया, बना, सोयाबीन, दूध, दही, पीना, टोफू, नट्स, चिया सीड़स, मूफ़फ़ली, मॉनिओआ, मशरूम, हरी पान और राइस बर सिङ्गरा, प्रोटीन से भरपूर आजान, जैसे ब्राउन राइस, रागी, बाजरा आदि प्रोटीन के अच्छे स्रोत हैं।

पहले एक 33 वर्षीय युवा किडनी की समस्या के कारण अस्पताल पहुंचा है। चिकित्सीय जांच में पता चला कि खानापान की बाबी अनियमिताओं के साथ ही वह इंटरनेट से अनाजकीरण करता है। लोग प्रोटीन काले पाउडर, गोलियां और पेय पदार्थ बिना सच-समेज़ ले रहे हैं। हालांकि इसके सेहत से जुड़े कई खतरे भी बढ़ रहे हैं।

प्रोटीन से प्यारा में जरा संगलकर

लोग प्रोटीन के महत्व को समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

हालांकि कई बार वे सिर्फ 'प्रोटीन' का लेबल देकर ऐसे प्रोटीनकर्स खरीदते हैं, जिनमें चीज़ों और अनहेल्डी फैट की मात्रा भी बढ़ती ज्यादा होती है। यहां तक कि उत्पादों में प्रोटीन होने का दावा किया जा रहा है, मगर इसकी सलता तब पान चलती है, जब जांच होती है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ्य विभाग, उत्तर प्रदेश के महात्व के समझ रहे हैं, यह अच्छा है।

स्वास्थ



Natural Laxative Granules & Tablets



अगर आप भी कब्ज़, गैस, एसिडिटी जैसी समस्याओं से परेशान हैं तो आज ही लीजिए, पेट सफा ग्रेन्यूल्स/टैबलेट्स। यह मुंह में चिपकता नहीं। सोने से पहले खाएं और आराम पाएं।

24x7 Helpline: 91197 88888 | Website: www.petsaffa.com | Available at all leading medical stores



Provides Effective Relief
Balances Digestive Health
Ayurvedic Proprietary Medicine

Clinically Tested*

*For efficacy and safety.

UN-A08-AV-PB-2025

फिटनेस ट्रैकर आहार और आराम की सलाह भी देगा

एआई अंकड़ों का विश्लेषण कर समाधान प्रदान करेगा



सेहत



79 % नीद संबंधित प्रश्नों पर, 88 फीसदी फिटनेस के प्रश्नों पर अंक पाए

गृहण के पीछे-एलएलएम मॉडल पर हुआ अध्ययन वेवर मैटिसिन जर्बल में प्रकाशित किया गया।

मामले को समझाने के लिए विशेषज्ञों की सलाह जरूरी

एस्स के पूर्ण हृदय रोग विभाग प्रभुगुडा डॉ. के.के. तलावा ने इसे रोचक बताया। उन्होंने कहा, 'स्मार्ट डिवाइस फिजियोजिकल कार्यकों को समझने में मदद करते हैं, लेकिन डाटा की सटीक व्याख्या जरूरी है, इसलिए विशेषज्ञों की सलाह के साथ ही इस्तेमाल होनी चाहिए। गंतव्य व्याख्या से लोग निवार्गत हो सकते हैं।' वर्ती, फोर्टिस-सी-डीआरी के चैयरमैन डॉ. अनुषु मिश्र ने कहा, 'भारत जैसे देश में, जहां जीवनशैली संबंधी वीमारियां तेजी से बढ़ रही हैं, यह तकनीक लायकी लोगों को अपनी नीद और फिटनेस पर नियंत्रण पाने का मार्का दे सकती है।'

प्रश्नों पर 88% अंक हासिल किए। यहां पर 88% अंक हासिल किए। वर्ती-विशेषज्ञों का औसत क्रमशः 76% और 71% था। 850 से अधिक वास्तविक मामलों के अध्ययन में भी इस एआई की सिफारिशों को मानव विशेषज्ञों की सलाह के बराबर दर्जा दिया गया। एआई अंकड़ों को समझकर सटीक सलाह दे सकता है।

पहले चरण में, इसे सैकड़ों केस स्टडीज के जरिए, दूसरे चरण में, शोधकारीओं ने एक मल्टीमॉडल अडैटर जोड़ा, जिसने संख्यात्मक डाटा जैसे हृदयगति में बदलाव, नींद के चरण और गतिशीलता मिलत को टेक्स्ट में बदल दिया। एआई अंकड़ों को समझकर सटीक सलाह दे सकती है।

Hindustan Times

रंगों की पहचान करने में अल्प हल्लै है चीन का तोता

बीजिंग, एजेंसी। चीन के एक होनहार तोते 'जिया आंगुर' का नाम गिरीज बुक ऑफ बुकर्ड रिकार्ड में शामिल हो गया है। दरअसल, उसमें मात्र 33.50 सेंचंड में 10 रंगों की पहचान कर ली।

जिया आंगुर के मालिक का नाम किन फैंग है? यहरिकॉर्ड प्राइवेस नंबर 2024 में हेनान में किया गया था। इसकी आधिकारिक घोषणा अब हुई।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10 छोटे अलग अलग रंगों के डिव्वे रखे थे। साथ ही तात के स्टा बनी 10 वैसी ही रंगों की गोंदें थीं।

जिया आंगुर के सामने 10