

यदि आप एक सुखी जीवन जीना चाहते हैं, तो इसे एक लक्ष्य से बांधें न कि लोगों या चीजों से !

Title Code : DELHIN28985.
DCP Licensing Number :
F.2 (P-2) Press/2023

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

वर्ष 01, अंक 209, नई दिल्ली

बुधवार, 11 अक्टूबर 2023, मूल्य ₹ 5, पेज 8

दिल्ली में गाड़ी चलाने वालों के लिए जरूरी खबर, PUC नहीं है तो हो जाएं सावधान; कटेगा 10 हजार रुपये का चालान

संजय बाटला, सम्पादक

दिल्ली में पंजीकृत 23 लाख से ज्यादा गाड़ियां ऐसी हैं जिनके PUC Certificate अमान्य हो चुके हैं। विभाग ने ऐसे वाहनों पर कार्रवाई शुरू कर दी है। सबसे पहले ऐसी ही गाड़ियों के खिलाफ ही कार्रवाई की जाएगी। इसके लिए पेट्रोल पंपों पर भी कड़ी नजर रखी जा रही है ताकि ऐसे लोग अगर अपनी गाड़ियों में पेट्रोल भराने के लिए जाएं तो उनके खिलाफ एक्शन लिया जा सके।

नई दिल्ली। प्रदूषण का स्तर खराब होने के साथ ही परिवहन विभाग प्रदूषण नियंत्रण से जुड़े कदम उठाने के लिए सक्रिय हो गया है। गाड़ियों के धुएँ से होने वाले प्रदूषण को रोकने के लिए विभाग ने दो दिन पहले प्रवर्तन यूनिट की 60 से ज्यादा टीमों को अलग-अलग जगहों पर तैनात कर दिया है।

ताकि जिन गाड़ियों के पास अधिकृत प्रदूषण नियंत्रण (PUC Certificate) प्रमाणपत्र नहीं है, उनके खिलाफ सख्त एक्शन लिया जा सके। दिल्ली में पंजीकृत 23 लाख से ज्यादा गाड़ियां ऐसी हैं, जिनके पीयूसी प्रमाणपत्र अमान्य हो चुके हैं। ऐसे लोगों के खिलाफ विभाग ने अब कार्रवाई शुरू कर दी है। विभाग की टीमों में पेट्रोल और

चार पहिया वाहनों की भी जांच करने जा रही है। विभाग ने इसके भी निर्देश दे दिए हैं। परिवहन विभाग ने उन सभी वाहन चालकों को एसएमएस के जरिए नोटिस भेजना शुरू कर दिया है, जिनके पीयूसी की वैधता खत्म हो चुकी है।

हफ्ते भर के अंदर करवा लें अपने वाहन की पीयूसी जांच

ऐसे लोगों को चेतावनी दी जा रही है कि अगर उन्होंने हफ्ते भर के अंदर अपने वाहन की पीयूसी जांच करवा के पीयूसी प्रमाणपत्र का नवीनीकरण नहीं कराया, तो फिर उन्हें 10-10 हजार रुपये के जुर्माने के चालान भेजे जाएंगे। परिवहन विभाग यह पता लगाने की कोशिश कर रहा है कि इनमें से कितनी गाड़ियां ऐसी हैं, जो वास्तव में बिना पीयूसी के सड़कों पर चल रही हैं।

कैसे बनवाएं पीयूसी सर्टिफिकेट ?

नियमों का उल्लंघन करने वालों का इतने हज़ार का कटेगा चालान

सबसे पहले ऐसी ही गाड़ियों के खिलाफ ही कार्रवाई की जाएगी। इसके लिए पेट्रोल पंपों पर भी कड़ी नजर रखी जा रही है, ताकि ऐसे लोग अगर अपनी गाड़ियों में पेट्रोल भराने के लिए जाएं, तो उनके खिलाफ वही पर एक्शन लिया जा सके। परिवहन विभाग के अनुसार जिन 23 लाख गाड़ियों के पीयूसी प्रमाणपत्र की उम्र पूरी हो चुकी



है, उनमें से करीब 19 लाख दो पहिया हैं, जबकि साढ़े तीन लाख चार पहिया और बाकी अन्य व्यावसायिक वाहन हैं।

प्रतिबंध के बावजूद चल रहे पुराने वाहन इसे देखते हुए प्रवर्तन टीमों को खासतौर से यह हिदायत दी गई है कि वे पुराने नंबर वाले दो

पहिया पर भी कड़ी नजर रखें और पेट्रोल पंपों व अन्य जगहों पर उनके पीयूसी प्रमाणपत्र चेक करें। इसके अलावा प्रतिबंध के बाद भी दिल्ली में

10 साल पुराने डीजल और 15 साल पुराने पेट्रोल वाहन चल रहे हैं, जो प्रदूषण का बड़ा कारण बन रहे हैं।

विशेषज्ञों की मानें तो दिल्ली में बसें बढ़ाने के साथ साथ उन्हें व्यवस्थित करने की भी जरूरत है जिससे कि लोगों को पता हो कि किस बस स्टैंड पर किस रूट की कितने बसें आ रही हैं। लोग जब मेट्रो से उतरें तो उन्हें उनके घर तक जाने के लिए सार्वजनिक परिवहन की सुविधा मिल सके।

22 कारिडोस पर प्रवर्तन विंग की 44 टीमें की गई तैनात

ऐसे माहौल में लोग अपने निजी वाहन त्याग कर सार्वजनिक वाहनों की ओर रुख करेंगे। परिवहन विभाग के अधिकारियों ने बताया कि बस लेन एनफोर्समेंट के लिए चिह्नित किए गए 22 कारिडोस पर प्रवर्तन विंग की 44 टीमें तैनात की गई हैं।

ये टीमें चार पहिया गाड़ियों के जरिए इन कारिडोस पर पेट्रोलिंग करके यह देखेंगी कि बसें व अन्य भारी वाहन अपनी लेन में चलें और उनको वजह से कहीं पर भी यातायात जाम पैदा ना हो। इसके अलावा 16 टीमें दिल्ली की सीमा पर तैनात की गई हैं, जो ट्रकों व अन्य व्यावसायिक वाहनों में होने वाली ओवरलोडिंग की जांच करेंगी।

छह महीने में भोपाल रेल मंडल ने कमाए एक हजार करोड़ ऐसे हुई इतनी आमदनी, वंदे भारत बैतूल में भी रुकेगी

परिवहन विशेष न्यूज़

भोपाल। चालू वित्तीय वर्ष के पहले छह महीने में भोपाल रेल मंडल को 1044.32 करोड़ रुपये की कमाई हुई। जो पिछले साल की इसी अवधि में 926.88 करोड़ रुपये की तुलना में 12.67 प्रतिशत ज्यादा है। इसके साथ वंदे भारत ट्रेन अब बैतूल में भी रुकेगी।

पश्चिम मध्य रेल भोपाल मंडल ने छह महीने में एक हजार करोड़ की कमाई की है। जो पिछले साल की आमदनी से 12 प्रतिशत से भी अधिक है। जानकारी के अनुसार, वित्तीय वर्ष 2023-24 के प्रथम छमाही (अप्रैल से सितंबर 2023 तक) में मंडल को कुल 1044.32 करोड़ रुपये का राजस्व प्राप्त हुआ है, जो गत वर्ष की इसी अवधि में प्राप्त राजस्व 926.88 करोड़ रुपये से 12.67 प्रतिशत अधिक है। इसमें से 193.56 लाख बक किए गए यात्रियों से 472.07 करोड़ रुपये, अन्य कोचिंग से 27.97 करोड़ रुपये, माल परिवहन से 513.46 करोड़ रुपये, विविध आय से 30.82 करोड़ रुपये शामिल हैं।

बता दें कि मंडल की इस उपलब्धि पर वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक सीरम कटारिया ने कहा कि भोपाल मंडल रेल प्रशासन अपने सम्माननीय रेल उपभोक्ताओं को शिकायत रहित सेवा प्रदान करने के प्रति कृत संकल्प है। साथ ही रेल राजस्व बढ़ाने के लिए सतत प्रयत्नशील है।

इंदौर-नागपुर-इंदौर वंदे भारत को मिला

बैतूल में हालत

वंदे भारत से सफर करने वालों के लिए अच्छी खबर है। यात्रियों की सुविधा के लिए गाड़ी संख्या 20911/20912 इंदौर-नागपुर-इंदौर वंदे भारत एक्सप्रेस को बैतूल स्टेशन पर हॉल्ट देने का निर्णय लिया गया है, जिसके अनुसार गाड़ी संख्या 20911 इंदौर-नागपुर वंदे भारत एक्सप्रेस सप्ताह में छह दिन, रविवार को छोड़कर अब बैतूल स्टेशन पर भी रुकेगी। यह ट्रेन इंदौर स्टेशन से 06.10 बजे प्रस्थान कर, 06.50 बजे उज्जैन पहुंचकर, 06.55 बजे उज्जैन से प्रस्थान कर, 09.10 बजे भोपाल पहुंचकर, 09.15 बजे भोपाल से प्रस्थान कर, 10.35 बजे इटारसी पहुंचकर, 10.40 बजे इटारसी से प्रस्थान कर, 11.58 बजे बैतूल पहुंचकर, 12.00 बजे बैतूल से प्रस्थान कर, 14.30 बजे नागपुर स्टेशन पहुंचेगी।

इसी प्रकार गाड़ी संख्या 20912 नागपुर-इंदौर वंदे भारत एक्सप्रेस (सप्ताह में छह दिन, रविवार को छोड़कर) नागपुर स्टेशन से 15.20 बजे प्रस्थान कर, 17.23 बजे बैतूल पहुंचकर, 17.25 बजे बैतूल से प्रस्थान कर, 18.50 बजे इटारसी पहुंचकर, 18.55 बजे इटारसी से प्रस्थान कर, 20.30 बजे भोपाल पहुंचकर, 20.35 बजे भोपाल से प्रस्थान कर, 22.40 बजे उज्जैन पहुंचकर, 22.45 बजे उज्जैन से प्रस्थान कर, 23.45 बजे इंदौर स्टेशन पहुंचेगी।

डीटीसी मार्शलों का 2 माह में तीसरा प्रदर्शन

परिवहन विशेष। एसडी सेटी।

नई दिल्ली। मंगलवार को डीटीसी मार्शलों ने उपराज्यपाल निवास पर पिछले 5 महीने से सैलरी नहीं मिलने पर दो महीने में तीसरा जबरदस्त प्रदर्शन किया। हजारों की संख्या में प्रदर्शन - कारियों ने हाथों में नारे लिखी तख्तियां पकड़ी हुई थी तख्तियों पर पांच महीने से वेतन नहीं, जवाब दो। भूखे, युवा मार्शलों से अन्याय क्यों। मार्शलों की जान पर राजनीति बंद करो, इंकलाब जिंदाबाद, एलजी साहब बाहर आओ, सीएम साहब न्याय करो। जैसे नारे लगा रहे थे। इस बावत विवेक मिश्रा ने बताया कि बच्चों की खातिर काम के बदले भीखारियों की तरह हम सबके आगे झोली फैलाकर चिरीरी कर पिछले 5 महीने की सैलरी की भीख मांग रहे हैं। इसके लिए दो महीने में मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल, ट्रांसपोर्ट मिनिस्टर, डीटीसी हेड क्वार्टर और आज मंगलवार 10 अक्टूबर को उपराज्यपाल वीके सक्सेना की चौखट में हजारों मार्शल अपने वेतन की मांग को लेकर धरने पर बैठे हैं। तमाम मंत्री, सचिवालय के अधिकारी, कमिश्नर, हम लोगों को फुटबाल की तरह एक दूसरे के दरवाजे पर किक मार रहे हैं। लेकिन कोई भी जिम्मेदार अधिकारी, सीएम, सुनने को तैयार नहीं है। एक महिला मार्शल ने कहा कि मेरे पति नहीं हैं। मैं अपने तीन बच्चों का लालन पालन

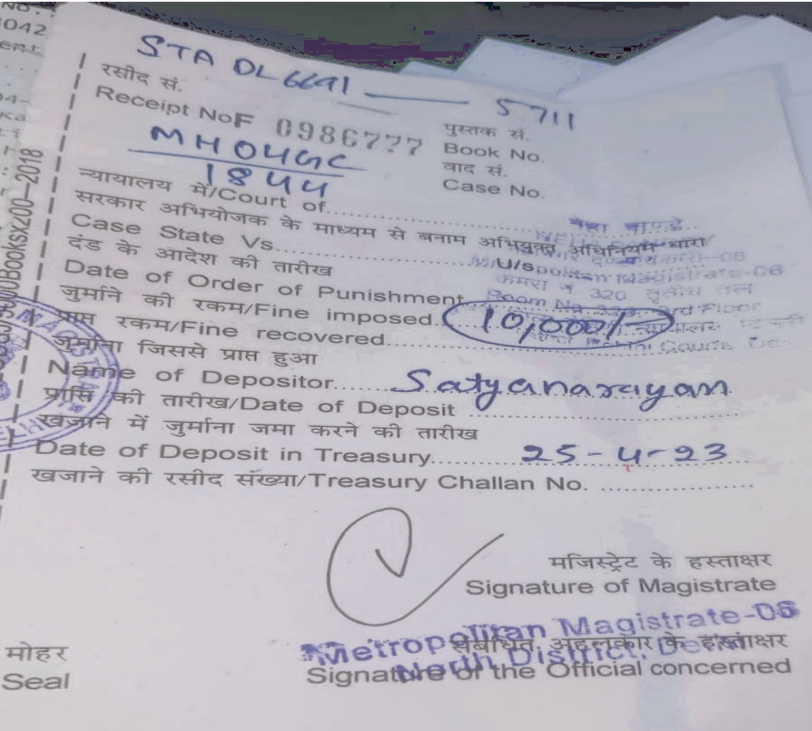
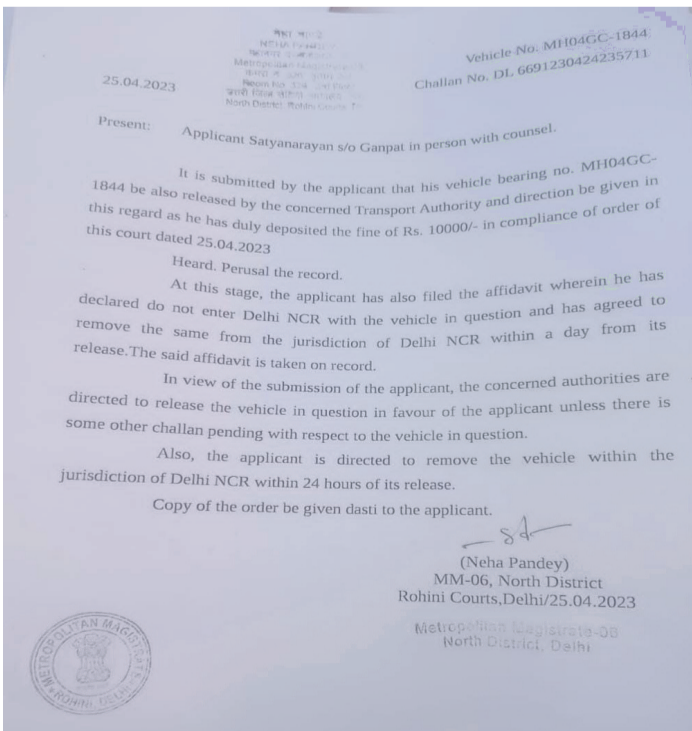


इसी नौकरी से करती हूँ। पिछले पांच माह की सैलरी ना मिलने से हम सबकी भूखों मरने की हालत हो गई है। अब तक तीन से चार मार्शल अपनी जान गंवा चुके हैं। लगता है गुर्गा बहरी दिल्ली सरकार के सामने तमाम मार्शल

सामूहिक आत्मदाह करेंगे तब ही इनकी नौद टूटेगी। मार्शल सितंबर की 18, और 29 को डीटीसी हेड क्वार्टर, समेत आज 10 अक्टूबर को उपराज्यपाल से अपनी परेशानी से ब्या करने आए हैं। अगर फिर भी सरकार सैलरी

नहीं देती है, तो बीबी बच्चों समेत सामूहिक आत्मदाह ही एक रास्ता बचता है। पांच महीने का मकान का किराया, स्कूल फीस, किताब-कॉपी, राशन वाले की उधारी चढती जा रही है। इसका समाधान कौन करेगा? सब मौन है।

विशेष परिवहन आयुक्त शहजाद आलम नही मानते जिला मजिस्ट्रेट का आदेश



परिवहन विशेष न्यूज़
नई दिल्ली। दिल्ली परिवहन विभाग में स्पेशल कमिश्नर के पद पर कार्यरत शहजाद आलम का कहना है कि वह जिला मजिस्ट्रेट के द्वारा किसी चालान पर पारित किए आदेश को

मानने के लिए बाध्य नहीं और ना ही जिला मजिस्ट्रेट परिवहन विभाग को आदेश पारित कर सकता है जब की मोटर वाहन एक्ट और रूल में सपष्ट लिखा हुआ है की प्रवर्तन शाखा द्वारा किए गए किसी भी वाहन के चालान पर फैसला करने

और आदेश पारित करने का अधिकार सिर्फ जिला मजिस्ट्रेट का है पर शहजाद आलम द्वारा जिला मजिस्ट्रेट के आदेश को मानने से मना करने के साथ ही वाहन मालिक के वाहन को अपने पद की ताकत का दुरुपयोग कर गैर कानूनी

तरीके से अपने कब्जे में रख नुकसान पहुंचाने का कृत्य कर रहे हैं और दिल्ली के उपराज्यपाल, मुख्य सचिव और परिवहन आयुक्त चुप है क्या ऐसे गैर कानूनी कार्य करने के लिए उनको शह है शहजाद आलम को, बड़ा सवाल ?

टैपल'स ऑफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर एलाइड ट्रस्ट

रजिस्टर्ड अंडर सैक्शन 60 विद रजिस्ट्रेशन नंबर (152/02-03-2020), एमएसएमई रजिस्ट्रेशन नंबर उद्यम - डीएल - 0026470, नीति आयोग रजिस्ट्रेशन नंबर वीओ/ एनजीओ/0303274/25-01-2022 दर्पण रजिस्टर्ड

कार्यालय :- 3, प्रियदर्शिनी अपार्टमेंट, ए - 4 पश्चिम विहार, न्यू दिल्ली 110063, कॉरपोरेट कार्यालय :- 529, समयपुर, मेंन बवाना रोड, नियर बैंक ऑफ बड़ौदा दिल्ली 110042

तेजी से बढ़ रहा प्रसव के दौरान महिलाओं की मौत का आंकड़ा, स्वास्थ्य विभाग अलर्ट



गाजियाबाद में प्रसव के दौरान महिलाओं की मौत का आंकड़ा तेजी से बढ़ रहा है। अप्रैल से 8 अक्टूबर तक 10 महिलाओं की मौत हो चुकी है। इसे लेकर स्वास्थ्य विभाग अलर्ट हो गया है। स्वास्थ्य विभाग ने मौत रोकने के लिए एक विशेष अभियान चलाने का निर्णय लिया है। इस अभियान के तहत शहरी और देहात क्षेत्र में

गर्भवती महिलाओं का सर्वे किया जाएगा।

गाजियाबाद प्रसव के दौरान अथवा बाद में अधिक रक्त स्राव होने और हीमोग्लोबिन कम होने से गाजियाबाद में महिलाओं की मौत का आंकड़ा तेजी से बढ़ रहा है। अप्रैल से 8 अक्टूबर तक 10 महिलाओं की मौत हो चुकी है। स्वास्थ्य विभाग ने मौत रोकने के लिए एक विशेष अभियान चलाने का निर्णय लिया है। इस अभियान के तहत शहरी और देहात क्षेत्र में गर्भवती महिलाओं का सर्वे किया जाएगा। आशा, एएनएम और आंगनवाड़ी कार्यकर्ता प्रतिदिन

अपने-अपने क्षेत्र की गर्भवती महिलाओं की सेहत का हाल-चाल पूछने के लिए उनके घर जाएंगी। नियमित टीकाकरण के साथ गर्भवती महिलाओं को बेहतर खान-पान के बारे में भी जागरूक किया जाएगा। प्रत्येक माह की 1, 9, 16 और 24 को होने वाले विशेष आयोजन के तहत प्रत्येक गर्भवती महिला के स्वास्थ्य की निरालूक जांच कराई जाएगी। इस जांच में यह भी पता चल जाएगा कि महिला में खून की कमी है अथवा नहीं, और यदि खून की कमी होगी तो तुरंत महिला को खून चढ़ाया जाएगा। प्रसव के लिए महिलाओं को जिला

अस्पताल में भर्ती कराया जाएगा। पिछले 6 महीने में 7000 से अधिक महिलाओं के प्रसव संस्थागत हुए हैं। इनमें जिला महिला अस्पताल में सबसे अधिक प्रसव हो रहे हैं। कई बार सिजेरियन प्रसव के दौरान चिकित्सकों एवं स्वास्थ्य कर्मियों की लापरवाही की वजह से भी महिला की मौत हो रही है। पिछले साल ऐसे 32 मामलों में जांच करने के बाद लापरवाही उजागर हुई है। सीएमओ डॉक्टर भवतोष शंखधर ने बताया कि प्रधानमंत्री सुरक्षित मातृत्व अभियान को मजबूती से लागू करने हुए घर-घर जाकर गर्भवतियों का पता लगाया जाएगा।

सभी गांठें नहीं होती हैं ब्रेस्ट कैंसर, करती हैं इन बीमारियां की ओर इशारा

आजकल ज्यादातर महिलाएं ब्रेस्ट कैंसर की चपेट में आ रही हैं। इसके चलते इसको लेकर जागरूकता महिलाओं के बीच बढ़ी है। महिलाओं अक्सर खुद घर पर ही अपने ब्रेस्ट में गांठ के लिए चेक करती रहती हैं। ब्रेस्ट में किसी तरीका का परिवर्तन बहुत चिंता का कारण बन सकता है। ये तो समझ में आता है। लेकिन हर बार ब्रेस्ट में परिवर्तन की वजह ब्रेस्ट कैंसर नहीं होती है।

ब्रेस्ट में कोई भी लक्षण, जैसे कि ब्रेस्ट में गांठ, निपल से स्राव या ब्रेस्ट में दर्द, आदि की जांच करके इसकी सही वजह एक्सपर्ट ही बता सकते हैं। आपको बता दें ब्रेस्ट के जुड़ी और भी लक्षण होते हैं जो ब्रेस्ट कैंसर की ओर नहीं बल्कि किसी और बीमारी की ओर इशारा करते हैं। आइए आपको बताते हैं इनके बारे में...

फाइब्रोएडीनोमा

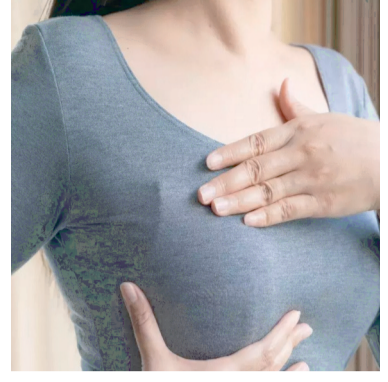
फाइब्रोएडीनोमा ब्रेस्ट का सबसे आम किस्म का ट्यूमर है। ज्यादातर ये 15 से 35 साल की उम्र के लोगों में होते हैं। ब्रेस्ट examination के दौरान में ये अक्सर एक सख्त, गोल, चिकनी और रबड़ जैसी स्तन गांठ के रूप में दिखाई देते हैं। कई फाइब्रोएडीनोमा का समय-समय पर अल्ट्रासाउंड करके इलाज किया जा सकता है। ये भविष्य में स्तन कैंसर के खतरे को नहीं बढ़ाते हैं।

ब्रेस्ट सिस्ट

कभी-कभी, ब्रेस्ट में सिस्ट विकसित हो सकते हैं। सिस्ट तरल पदार्थ से भरे सेल्स होते हैं। ये breast tissue में गांठों या मैमोग्राम पर पाई जा सकती हैं। वे हमेशा लक्षण पैदा नहीं करते हैं, लेकिन जैसे-जैसे सिस्ट बढ़ते हैं ब्रेस्ट में दर्द और sensitivity पैदा होती है। ये 35 से 60 साल की उम्र के बीच आम हैं, और पीरियड्स के साथ उतार-चढ़ाव हो सकता है। वहीं ब्रेस्ट में सिस्ट ब्रेस्ट कैंसर का खतरा नहीं बढ़ाता है।

मार्स्टिस

ये ब्रेस्ट tissue में एक तरह की सूजन है जो ब्रेस्ट में दूध नलिकाओं के ब्लॉक होने से या



बैक्टीरिया के कारण होती है। यह आमतौर पर ब्रेस्टफीड करवाने वाली महिलाओं को प्रभावित करता है, लेकिन यह उन महिलाओं में भी हो सकता है जो ब्रेस्टफीड नहीं करवाती हैं। सूजन से ब्रेस्ट में दर्द, सूजन, गर्मी और लालिमा होती है। मार्स्टिस का इलाज एंटीबायोटिक दवाओं और दर्द निवारक दवाओं से किया जा सकता है।

पैपिलोमा

पैपिलोमा milk duct में एक वृद्धि है और यह निपल डिस्चार्ज के रूप में प्रकट हो सकता है। यह निपल के पीछे या बगल में एक छोटी गांठ के रूप में भी मौजूद हो सकता है। बायोप्सी यह समझने में मदद कर सकती है कि क्या पैपिलोमा का इलाज करने की जरूरत है या नहीं, क्योंकि कभी-कभी उनमें असामान्य कोशिकाएं हो सकती हैं जो ब्रेस्ट कैंसर के खतरे को बढ़ा सकती हैं। वहीं इसका इलाज duct के बड़े हुए आकार पर भी निर्भर करता है, यदि कई गांठें हैं या यदि वे लक्षण पैदा कर रहे हैं। पैपिलोमा को हटाने के लिए सर्जरी भी की जाती है।

असामान्य हाइपरप्लासिया (Atypical hyperplasia)

इसमें ब्रेस्ट की दूध नलिकाओं (milk ducts) में असामान्य कोशिकाओं यानी सेल्स बनते हैं। बता दें एटिपिकल हाइपरप्लासिया कोई कैंसर नहीं है, लेकिन इससे जरूर ब्रेस्ट कैंसर का खतरा बढ़ जाता है। इस कारण से, कभी-कभी उस क्षेत्र को सर्जरी से हटा दिया जाता है। अक्सर, एक्सपर्ट्स कैंसर के खतरे को कम करने के लिए उस क्षेत्र को सर्जरी से हटा दिया जाता है। वहीं इसके इलाज के लिए खूब सारी screenings और दवाएं लेने की सलाह दी जाती है।

कामकाजी महिलाओं के लिए आवाज उठाने वाली क्लॉडिया गोल्डिन को अर्थशास्त्र का नोबेल प्राइज



हार्वर्ड विश्वविद्यालय की प्रोफेसर क्लॉडिया गोल्डिन को श्रम बाजार में स्त्री-पुरुष के बीच भेदभाव संबंधी समझ को बेहतर बनाने के लिए अर्थशास्त्र का नोबेल पुरस्कार देने की घोषणा की गई है। 'रॉयल स्वीडिश एकेडमी ऑफ साइंसेज' के महासचिव हैंस एलेग्रेन ने इस पुरस्कार की घोषणा की है। गोल्डिन इस पुरस्कार से सम्मानित होने वाली तीसरी महिला हैं। उन्होंने पुरुषों और महिलाओं के वेतन में अंतर के कारणों को समझने के लिए काफी शोध किया है।

अर्थशास्त्र विज्ञान क्षेत्र में पुरस्कार विजेता का चयन करने वाली समिति के प्रमुख जैकब स्वैनसन ने कहा- "श्रम बाजार में महिलाओं की भूमिका को समझना समाज के लिए महत्वपूर्ण है। क्लॉडिया गोल्डिन के अभूतपूर्व शोध के लिए धन्यवाद, अब हम अंतर्निहित कारणों के बारे में और अधिक जानते हैं तथा भविष्य में किन बाधाओं को दूर करने की आवश्यकता हो सकती है।"

गोल्डिन ने अमेरिका के 200 साल के इकोनॉमिक इतिहास में महिलाओं की भागीदारी का अध्ययन किया। पुरस्कार समिति के सदस्य रैडी एच. ने कहा कि गोल्डिन समाधान पेश नहीं करती हैं, लेकिन उनका शोध नीति निर्माताओं को

समस्या से निपटने में मददगार साबित हो सकता है। उन्होंने कहा- "गोल्डिन (श्रम बाजार में) लैंगिक भेदभाव के मूल स्रोत पर ध्यान आकर्षित करती हैं और यह कि समय के साथ तथा विकास के क्रम में इसमें किस तरह बदलाव आया। इसलिए, कोई एक नीति काफी नहीं है।"

एलेग्रेन ने बताया कि पुरस्कार की घोषणा के बाद 77 वर्षीय गोल्डिन "आश्चर्यचकित और बेहद खुश" हुईं। नोबेल पुरस्कार के तहत विजेता को 10 लाख डॉलर का पुरस्कार दिया जाता है। दिसंबर में ओस्लो और स्टॉकहोम में होने वाले पुरस्कार समारोहों में विजेताओं को 18 कैरट का स्वर्ण पदक और एक डिप्लोमा भी दिया जाता है।

बता दें कि क्लॉडिया गोल्डिन फिलहाल हार्वर्ड यूनिवर्सिटी में इकोनॉमिक्स की प्रोफेसर के तौर पर कार्य कर रही हैं। वह एनबीईआर के जेडर इन द इकोनॉमी ग्रुप की को-डायरेक्टर भी हैं। क्लॉडिया गोल्डिन 1989-2017 के दौरान एनबीईआर के अमेरिकन इकोनॉमिक प्रोग्राम की डेवलपमेंट डायरेक्टर थीं। उन्होंने कहा कि डिटेक्टिव होने के पीछे सोच ये रहती है कि आप खुद से सवाल पूछते रहें और उनके सवालों के जवाब मिलने तक कार्यरत रहें। आज भी उनके अंदर ये सोच ज़िंदा है।

वजन कम करने से लेकर पाचन स्वस्थ रखेगी मिक्स दाल, जानिए इसके बेशुमार फायदे

दाल का सेवन करना स्वास्थ्य के लिए बेहद फायदेमंद होता है इसलिए घरों में एक बार इसे जरूर खाते हैं। दाल खाने से हड्डियां मजबूत होती हैं, पाचन तंत्र स्वस्थ रहता है। पहले समय में दालों को मिक्स करके बनाया जाता था इस तरह की दाल स्वादिष्ट होने के साथ-साथ पोषक तत्वों को बढ़ाती है। मिक्स दाल को कई दालों के साथ मिलाकर बनाया जाता है जैसे अरहर, मूंग, चना, मसूर और उड़द की दाल इसमें शामिल की जाती है। इन सारी दालों में कई सारे पोषक तत्व पाए जाते हैं जैसे प्रोटीन, कैल्शियम, कार्बोहाइड्रेट और फाइबर। इस दाल का सेवन करने से शरीर को ताकत मिलती है और शरीर की कमजोरी भी दूर होती है। तो चलिए आज आपको बताते हैं कि मिक्स दाल खाने से शरीर की ओर क्या-क्या फायदे होंगे...

वजन होगा कम

मिक्स दाल का सेवन करने से वजन कम करने में भी सहायता मिलती है। इसमें मौजूद फाइबर पेट को लंबे समय तक भरकर रखता है जिससे भूख कम लगती है। इससे खाने की इच्छा शक्ति भी कम होती है जिससे वजन कम करने में सहायता मिलती है। मिक्स दाल में कैलोरी की मात्रा भी काफी कम मौजूद होती है। ऐसे में यदि आप वजन कम करना चाहते हैं तो इसे अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं।

बीमारियों से होगा बचाव

इसके अलावा मिक्स दाल खाने से डायबिटीज, कोलेस्ट्रॉल जैसी बीमारियां भी नियंत्रण में रहती हैं। इन दालों में फैट कम मात्रा में पाया जाता है जिससे दिल संबंधी बीमारियों का जोखिम कम होता है। इसमें मौजूद फाइबर हार्ट को हेल्दी रखने में भी मदद करता है।

हड्डियां बनेगी मजबूत

मिक्स दाल में कैल्शियम काफी अच्छी मात्रा में पाया जाता है यह हड्डियों को मजबूत बनाने और मांसपेशियों में होने वाले दर्द को भी कम करने में भी मदद करती है। मिक्स दाल खाने से कमजोरी दूर होती है और शरीर को ताकत मिलती है।

पाचन रहेगा स्वस्थ



यह पाचन संबंधी बीमारियों को दूर करने के लिए भी बेहद लाभकारी मानी जाती है। इसका सेवन करने से पेट साफ होता है और कब्ज की समस्या में भी आराम मिलता है। इसके अलावा मिक्स दाल खाने से अपच, गैस, बदहजमी और एसिडिटी से भी राहत मिलती है।

इम्यूनटी बनेगी मजबूत

मिक्स दाल का सेवन करने से मौसमी बीमारियों से भी बचाव होता है क्योंकि इसमें विटामिन-सी काफी अच्छी मात्रा में मौजूद होता है। यह शरीर की इम्यूनटी बढ़ाकर बीमारियों से बचाने में मदद करता है। मिक्स दाल खाने से वायरल बीमारियों का खतरा कम होता है और शरीर लंबे समय तक स्वस्थ रहता है।



नई Tata Nexon EV खरीदें या MG ZS EV ?, खरीदने से पहले जानें हर जरूरी बात

टाटा मोटर्स ने 2023 टाटा नेक्सॉन ईवी फेसलिफ्ट मॉडल लॉन्च किया है. माना जा रहा है कि यह मॉडल मार्केट में पहले से मौजूद एमजी जेडएस ईवी मॉडल के लिए जबरदस्त टक्कर देगा.

चार पहिया वाहन क्षेत्र में कंपनियां काफी तेजी से अपने इलेक्ट्रिक मॉडल को लॉन्च कर रहे हैं इसी कड़ी में हाल में ही दिग्गज कंपनी टाटा मोटर्स ने 2023 टाटा नेक्सॉन ईवी फेसलिफ्ट मॉडल को लॉन्च किया है. इस ऑर्टिकल में हम 2023 टाटा नेक्सॉन ईवी फेसलिफ्ट (2023 Tata Nexon EV) और एमजी मोटर की जेडएस ईवी मॉडल (MG ZS EV) की आपस में तुलना करेंगे.

2023 Tata Nexon EV facelift मॉडल का बैटरी पैक

मोटर्स कंपनी ने 2023 टाटा नेक्सॉन ईवी फेसलिफ्ट मॉडल के दो वेरिएंट लॉन्च किए हैं पहले वेरिएंट मिड रेंज और दूसरा लॉन्ग रेंज है. इन दोनों वेरिएंट में अलग तरह का बैटरी पैक भी दिया गया है. मिड रेंज में करीब 40.5 kWh

बैटरी पैक दिया गया है जबकि लॉन्ग रेंज में 40.5 kWh का बैटरी पैक दिया गया है. MG ZS EV मॉडल का बैटरी पैक एमजी जेडएस ईवी मॉडल के मार्केट में पांच वेरिएंट उपलब्ध है हम केवल एमजी जेडएस ईवी मॉडल कि बात करें तो कंपनी की तरफ से इसमें 50.3 kWh बैटरी पैक की सुविधा दी गई है. रेंज की बात करें तो बैटरी को एक बार चार्ज कर लेने पर यह करीब 461 किलोमीटर की रेंज को टच कर सकता है.

2023 Tata Nexon EV facelift मॉडल का पावर

पावर की बात करें तो 2023 टाटा नेक्सॉन ईवी फेसलिफ्ट मॉडल में जेन2 मोटर दिया गया है मिड रेंज वेरिएंट की बात करें तो यह करीब 127 बीएचपी अधिकतम पावर और 215 एनएम का मैक्सिमम टॉर्क जनरेट कर सकता है वहीं लॉन्ग रेंज वेरिएंट की बात करें तो यह करीब 143 बीएचपी अधिकतम पावर और 215 एनएम टॉर्क जनरेट कर सकता है.

MG ZS EV मॉडल का पावर

एमजी जेडएस ईवी मॉडल के पावर कैपेसिटी की बात करें तो यह मोटर चालू करने पर 174.33 बीएचपी की पावर और 280 एनएम का मैक्सिमम टॉर्क जनरेट होता है.



भारत में इस महीने लॉन्च होगी 7 नई कारें टाटा पंच ईवी से लेक्सस LM एमपीवी तक

भारतीय ऑटोमोटिव बाजार में अक्टूबर 2023 के महीने में काफी हलचल होने की उम्मीद है, क्योंकि अलग-अलग सेगमेंट में नई कारें लॉन्च होने का इंतजार कर रही हैं। त्योहारी सीजन के चलते कंपनियों ने तगड़ी तैयारी कर रखी है और इस महीने 7 नई कारें भारत में एंट्री मारने को तैयार हैं। आइए इन आगामी मॉडलों के बारे में जान लेते हैं।



1. टाटा पंच ईवी

फेसलिफ्टेड नेक्सन और नेक्सन ईवी के लॉन्च के बाद टाटा मोटर्स द्वारा इस महीने पंच ईवी को पेश करने की उम्मीद है। इसमें ज़िप्टोन तकनीक शामिल होगी और संभवतः इसे दो बैटरी विकल्पों में पेश किया जाएगा। दावा किया गया है कि इसकी ड्राइविंग रेंज लगभग 350 किमी हो सकती है और इसमें अपडेटेड नेक्सन डुओ से प्राप्त बहुत सारे उपकरण और तकनीक के साथ प्रीमियम इंटीरियर होगा।

2. महिंद्रा बोलेरो निओ प्लस

कुछ ही दिन पहले महिंद्रा ने बोलेरो निओ प्लस का एम्बुलेंस वर्जन पेश किया था और इस प्रकार इसका सिविलियन वर्जन आने में अधिक समय नहीं लगना चाहिए। इसे सात और नौ-सीटर कॉन्फिगरेशन में पेश किया जाएगा और इसे 2.2 लीटर एमहॉक डीजल इंजन के साथ बेचा जाएगा, जिसे मैनुअल ट्रांसमिशन के साथ जोड़ा जाएगा।

3. निसान मैग्नाइट एएमटी और कूरो स्पेशल एडिशन

निसान इंडिया इस महीने मैग्नाइट सब-फोर-मीटर एसयूवी का कूरो स्पेशल एडिशन लाएगी और इसके साथ एएमटी वर्जन भी होगा। कूरो स्पेशल एडिशन में अंदर और बाहर एक ब्लैक थीम मिलेगी और इसे कई वेरिएंट में बेचा जाएगा।

4. टोयोटा अर्बर कूजर टेसर

मारुति सुजुकी फ्रॉक्स का रीब्रैंड वर्जन इस महीने विक्री के लिए उपलब्ध हो सकता है और इसका एक्सटीरियर थोड़ा अलग होगा। इंटीरियर लगभग इसके डोनर के समान होगा और इसे पावर देने के लिए 1.2 लीटर नैचुरली एस्पिरेटेड पेट्रोल और 1.0 लीटर टर्बो पेट्रोल इंजन दिया जाएगा। ट्रांसमिशन विकल्पों में मैनुअल व ऑटोमैटिक ट्रांसमिशन शामिल होगा।

5. 5-डोर गुरखा

फोर्स गुरखा के कई वेरिएंट पर काम कर रही है और पांच दरवाजों वाला संस्करण मौजूदा मॉडल की तुलना में

अधिक व्यावहारिक होगा। इसे मर्सिडीज-बेंज से प्राप्त 2.6 लीटर डीजल इंजन के साथ पेश किया जाना जारी रहेगा।

6. लेक्सस एलएम एमपीवी

लेक्सस एलएम और टोयोटा वेलफायर में काफी समानताएं हैं और भारत में इसकी बुकिंग कुछ महीने पहले शुरू हुई थी। इस महीने कीमतें सामने आने की उम्मीद है और ये चार व सात सीटों वाले लेआउट में उपलब्ध होगी। इसे पावर देने के लिए 2.5 लीटर हाइब्रिड इंजन दिया गया है, जो लगभग 250 एचपी की पावर का उत्पादन करेगा।

आ गया 200 KM की रेंज वाला ई स्कूटर, 3 सेकेंड में पकड़ेगा 40 की रफ्तार, 65 Kmph की टॉप स्पीड

इलेक्ट्रिक वन ने अपने दो नए ई स्कूटर इंडिया में लॉन्च कर दिए हैं. इलेक्ट्रिक वन ने अपने दो नए ई स्कूटर इंडिया में लॉन्च कर दिए हैं.

नई दिल्ली. देश में लगातार इलेक्ट्रिक व्हीकल्स की मांग बढ़ती जा रही है. चलाने में किफायती व लंबे समय तक चलाए जा सकने वाले इन व्हीकल्स को लोग काफी पसंद कर रहे हैं. कारों के साथ ही बाइक्स और स्कूटर के इलेक्ट्रिक अवतार भी अब देश में लगातार लॉन्च हो रहे हैं. इसी कड़ी में इलेक्ट्रिक वन ने अपना ई 1 एस्ट्रो प्रो सीरीज को लॉन्च किया है. गौरतलब है कि देश में 80 शहरों में कंपनी के 100 से ज्यादा स्टोर्स और सर्विस स्टेशंस हैं. स्कूटर में कंपनी ने शानदार फीचर्स दिए हैं. इसी के साथ इसकी रेंज भी काफी शानदार दी गई है. जानकारी के अनुसार कंपनी ने अपनी प्रो सीरीज में ई 1 एस्ट्रो प्रो और ई 1 एस्ट्रो प्रो 10 इंडिया में लॉन्च किया है. स्कूटर की कीमत 99,999 रुपये और 1,24,999 रुपये ऑन रोड है. खास बात ये है कि इन दोनों ही स्कूटर्स का पिक अप है. स्कूटर को कंपनी 5 कलर ऑप्शंस में ऑफर कर रही है. इसमें आपको रैड बैरी, ब्लेज ऑरेंज, ऐलीगेंट वाइट, मैटेलिक ग्रे और रसिंग ग्रीन कलर देखने को मिलेगा.

मिलेगी शानदार रेंज जानकारी के अनुसार स्कूटर में कंपनी ने 72 वोल्ट की लिथियम आयन

बैटरी लगाई है. ये बैटरी 2000 वॉट की मोटर से कनेक्टेड है. स्कूटर की रेंज सिंगल चार्ज पर 200 किलोमीटर की है. वहीं इसकी टॉप स्पीड 65 किलोमीटर प्रति घंटे की है. स्कूटर केवल 2.99 सेकेंड में 40 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार पकड़ लेता है. वहीं इसको फुल चार्ज करने में 3 से 4 घंटे का समय लगता है.

इन राज्यों में मिलेगा

फिलहाल कंपनी का स्कूटर आपको गुजरात, उत्तर प्रदेश, तमिलनाडु, पश्चिम बंगाल व असम में उपलब्ध होगा. आने वाले समय में कंपनी 20 और शहरों में अपना विस्तार करने जा रही है. भारत के साथ ही कंपनी श्रीलंका और नेपाल में भी अपने शोरूम खोलने जा रही है. फिलहाल कंपनी जर्मनी, ऑस्ट्रिया, नीदरलैंड्स, स्पेन, इटली, तुर्की और इंडोनेशिया में अपने स्कूटर बेचती है. इलेक्ट्रिक वन ऐनर्जी के संस्थापक व सीईओ अमित दास ने कहा कि कंपनी ने मानेसर गुरुग्राम में इन-हाउस मैनुफैक्चरिंग सेटअप तथा दुनिया के अग्रणी सप्लायरों के साथ गठबंधन किया है. ईवी का इस्तेमाल तेजी से बढ़ रहा है और हम ग्राहकों को उच्च गुणवत्ता के उत्पाद देने के लिए प्रतिबद्ध हैं.



