संपादकीय

इलेक्ट्रिक वाहनों को चार्जिंग की सुविधा

इलेक्ट्रिक वाहनों को चार्जिंग की सुविधा देने के लिए नेशनल हाई-वे पर भी बड़ी संख्या में चार्जिंग स्टेशन बनाए जा रहे हैं, ताकि अंतर शहरी इलेक्ट्रिक व्हीकल चार्जिंग इंफ्रास्ट्रक्चर बेहतर हो और लोग निश्चिंत होकर लंबी दूरी की यात्राएं कर सकें।

केंद्रीय सडक़ परिवहन मंत्रालय के अनुसार भारी उद्योग मंत्रालय ने पेट्रोलियम व प्राकृतिक गैस मंत्रालय के तहत तीन तेल विपणन कंपनियों के माध्यम से कुल 7432 ईवी चार्जिंग स्टेशनों में से 5833 को हाई-वे के किनारे लगाने का लक्ष्य रखा है।

5293 स्टेशन तैयार भी बताए जा रहे हैं। तेल विपणन कंपनियों को इन चार्जिंग स्टेशनों के लिए आठ सौ करोड़ की पूंजी भी सब्सिडी भी दी गई है। इनमें पेट्रोलियम व प्राकृतिक गैस मंत्रालय के अंतर्गत 178 करोड़ रुपए की लागत से बनाए गए 4729 ईवी चार्जिंग स्टेशन भी शामिल हैं।

टाटा की चार बड़े ऑपरेटरों द्वारा दो साल के भीतर ही दस हजार नये स्टेशन स्थापित करने की भी योजना पर काम जारी है। हालांकि टेस्ला दुनिया की सबसे बड़ी फास्ट चार्जिंग नेटवर्क की मालिक है। जो अपने ई-वाहनों को तयशुदा वक्त तक मुफ्त चार्ज करने की सुविधा प्रदान करती है। इस तरह की आकषर्क योजनाओं द्वारा खरीदारों को इलेक्ट्रिक वाहनों की खरीद के प्रति प्रोत्साहित किया जा सकता है।

चूंकि देश में इलेक्ट्रिक वाहनों की मांग में लगातार वृद्धि हो रही है, जिसको देखते हुए सरकार वितरण, पारेषण व इन्फ्रास्ट्रक्चर का विकास व रख-रखाव को लेकर गंभीर है। इसीलिए केंद्र सरकार द्वारा सब्सिडी व छूट दी जा रही है। हैरत है कि कुछ राज्य सरकारें कई जगह चार्जिंग स्टेशनों पर 18 फीसद जीएसटी लगा रही हैं, जिससे वाहन चालकों पर यह बोझ बढ़ सकता है। इलेक्ट्रिक वाहनों को काफी किफायती माना जा रहा है। ये पर्यावरण के अनुकूल तो हैं ही। इनका रख-रखाव करने में भी विशेष दिक्कत नहीं आती।

अब तक ई-वी की चार्जिंग को लेकर संशय बना रहता था। जो इस सुविधा से काफी हद तक संतुष्ट हो सकते हैं। हालांकि ई-वी के प्रयोग के प्रति लोगों को प्रोत्साहित करने के प्रति सरकारी स्तर पर गंभीर व दूरदर्शितापूर्ण कदम उठाये जाने की जरूरत है।

बात केवल चार्जिंग स्टेशनों तक ही सीमित नहीं है। इसे संपूर्णता में देखना होगा और ई-वी की तरफ लोगों को प्रोत्साहित करने वाली केंद्र की योजनाओं को बेहतर रूप में लागू करने के प्रति प्रातिबद्ध होना होगा।

दृष्टिबाधित ग्राहकों के लिए सरकारी बैंक लाया स्पेशल डेबिट कार्ड, एटीएम से निकाल सकेंगे कैश

नई दिल्ली

सार्वजनिक क्षेत्र के पंजाब नेशनल बैंक ने दृष्टिबाधित ग्राहकों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए एक खास डेबिट कार्ड, पीएनबी अंत: दृष्टि ब्रेल डेबिट कार्ड पेश किया है। यह कार्ड अपने विपरीत रंगों के कारण आसानी से पहचाना जा सकता है, जिससे दृष्टिबाधित ग्राहकों के लिए कार्ड विवरण पढऩा आसान हो जाता है। यह कॉन्टैक्टलेस एनसीएमसी (नेशनल कॉमन मोबिलिटी कार्ड) डेबिट कार्ड है। इससे दृष्टिबाधित ग्राहकों को काफी सुविधा होगी।

वेलकम किट भी ब्रेल डॉट्स

खबर के मुताबिक, पीएनबी अन्त: दृष्टि ब्रेल डेबिट कार्ड का उद्देश्य दृष्टिबाधित व्यक्तियों के लिए वित्तीय स्वतंत्रता और सुविधा को बढ़ाना है, जिससे उन्हें अपने वित्त का प्रबंधन अधिक आसानी और आत्मविश्वास के साथ करने में सक्षम बनाया जा सके। उभरे हुए ब्रेल डॉट्स (ब्रेल में पीएनबी), इस डेबिट कार्ड पर ब्रांड नाम पीएनबी प्रमुखता से उभरा हुआ है, जिससे दृष्टिबाधित ग्राहकों के लिए पीएनबी और दूसरे बैंकों के कार्ड के बीच अंतर करना आसान हो जाता है। साथ ही डेबिट कार्ड के साथ आने वाला वेलकम किट भी ब्रेल डॉट्स में होगा। इस डेबिट कार्ड में चिप के विपरीत तरफ एक गोल पायदान होता है। इससे कार्ड धारक को एटीएम/पीओएस में कार्ड इनसर्ट करते समय कार्ड की दिशा के बारे में पता चल जाता है।

ग्लॉसी स्पॉट यूवी लेमिनेशन इफ़ेक्ट

इस डेबिट कार्ड में ग्लॉसी स्पॉट यूवी लेमिनेशन इफ़ेक्ट है, जिसमें बैंक के लोगो पर उभरी हुई बनावट और कॉन्टैक्टलेस सिंबल पर सिल्क स्क्रीन रफ़ स्पॉट यूवी है। इससे दृष्टिबाधित ग्राहकों को बैंक के लोगो को आसानी से खोजने और कार्ड के कॉन्टैक्टलेस सिंबल को पढऩे में मदद मिलती है। ऐसे में उनके लिए डेबिट कार्ड का इस्तेमाल करना आसान हो जाता है। यह डेबिट कार्ड अपने कंट्रास्टिंग कलर्स के चलते आसानी से पहचाना जा सकता है, जिससे दृष्टिबाधित ग्राहकों के लिए कार्ड के डिटेल को पढऩा आसान हो जाता है।

एक दिन में कितना कैश निकाल सकते हैं

पीएनबी अन्त: दृष्टि ब्रेल डेबिट कार्ड को कस्टमर किसी किसी भी नजदीकी पीएनबी शाखा से प्राप्त कर सकते हैं। इस कार्ड से प्रतिदिन निकासी की लिमिट 25,000 रुपये है। इसके अलावा, हर रोज पीओएस/ईकॉम लिमिट (ज्वाइंट) 60,000 रुपये है। कॉन्टैक्सलेस ट्रांजैक्शन एनएफसी एनेबल्ड पीओएस टर्मिनल पर बिना पिन के हर रोज 5000 रुपये तक के पर्सनल ट्रांसजैक्शन की परमिशन है।

जीएसटी परिषद की बैठक 9 सितंबर को होगी, बैठक में अहम मुद्दों पर चर्चा संभव

नई दिल्ली

केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण की अध्यक्षता में त्रस्ञ्ज परिषद की बैठक 9 सितंबर को होगी। परिषद ने सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर लिखा, जीएसटी परिषद की 54वीं बैठक नौ सितंबर 2024 को नई दिल्ली में होगी। केंद्र तथा राज्यों के वित्त मंत्रियों वाली जीएसटी परिषद, वस्तु एवं सेवा कर (जीएसटी) के संबंध में सर्वोच्च निर्णय लेने वाली संस्था है। यह एक जुलाई 2017 से काम कर रही है। बैठक में दरों को युक्तिसंगत बनाने, कर 'स्लैब' को कम करने के अलावा जीएसटी के तहत उलटा शुल्क हटाने पर चर्चा होने की उम्मीद है। पिछली परिषद की बैठक 23 जून को हुई थी, जिसके बाद सीतारमण ने कहा था कि जीएसटी परिषद की अगली बैठक में बिहार के उपमुख्यमंत्री सुमंत चौधरी के नेतृत्व में दरों को युक्तिसंगत बनाने पर गठित मंत्रिसमूह (जीओएम) कार्य की स्थिति और समिति द्वारा 'कवर' किए गए पहलुओं तथा समिति के समक्ष लंबित कार्यों पर एक प्रस्तुति देगा।

पिछली बैठक में कई अहम फैसले हुए थे

आपको बता दें कि वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण की अध्यक्षता में जीएसटी की पिछली बैठक 22 जून को हुई थी। इस बैठक में कई अहम फैसले पर मुहर लगी थी। बैठक में फर्जी बिलों पर रोक लगाने के लिए बायोमेट्रिक प्रमाणीकरण लागू करने का निर्णय लिया गया था। इसके अलावा सरकारी मुकदमेबाजी को कम करने के लिए कई बदलाव किए गए थे। वहीं रेलवे सेवाओं को जीएसटी से छूट दी गई थी।

जुलाई में जीएसटी संग्रह 10.3 प्रतिशत बढ़ा था- माल एवं सेवा कर (जीएसटी) संग्रह जुलाई में 10.3 प्रतिशत बढक़र 1.82 लाख करोड़ रुपये से अधिक हो गया था। यह जीएसटी प्रणाली लागू होने के बाद से किसी महीने में दर्ज तीसरा सर्वाधिक कर संग्रह था। सरकार की ओर से दी गई जानकारी के अनुसार, जुलाई में कुल रिफंड 16,283 करोड़ रुपये रहा। इस रिफंड के बाद शुद्ध जीएसटी संग्रह 14.4 प्रतिशत बढक़र 1.66 लाख करोड़ रुपये से अधिक रहा था। जुलाई में सकल जीएसटी राजस्व 1,82,075 करोड़ रुपये रहा।

श्रद्धा कपूर की स्त्री 2 की एडवांस बुकिंग शुरू, नया पोस्टर आया सामने

श्रद्धा कपूर और राजकुमार राव की हॉरर कॉमेडी फिल्म स्त्री की दूसरी किस्त सिनेमाघरों में दस्तक देने को तैयार है।अमर कौशिक के निर्देशन में बनी यह फिल्म 15 अगस्त, 2024 को दर्शकों के बीच आएगी।ताजा खबर यह है कि स्त्री 2 की एडवांस बुकिंग शुरू हो गई है। निर्माताओं ने फिल्म का नया पोस्टर साझा कर इस खबर की जानकारी दी है।इस फिल्म निर्माताओं ने दर्शकों को बड़ा तोहफा दिया है।

स्त्री 2 की रिलीज को लेकर चर्चाओं का बाजार काफी गर्म है. दर्शकों को भरोसा है कि यह जबरदस्त होगी क्योंकि पहली फिल्म की कहानी ने भी दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया था. जिसके बाद मैडॉक यूनिवर्स की भेडिय़ा और मुंज्या भी दर्शकों को काफी पसंद आई इसीलिए इस फिल्म से भी दर्शकों को काफी उम्मीदें हैं. साथ ही दर्शकों को इसके कंटेंट पर भी भरोसा है. इससे फिल्म को उम्मीद से बढक़र ओपनिंग पाने में मदद मिलेगी.रिलीज से एक दिन पहले यानी 14 अगस्त को रात 9:30 बजे स्त्री 2 का पहला शो दर्शकों को दिखाया जाएगा।

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया सहित कई संस्थानों पर आरबीआई ने लगाया जुर्माना

नई दिल्ली

देश के केंद्रीय बैंक भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) ने पांच वित्तीय संस्थानों पर जुर्माना लगाया है। इन संस्थानों में सार्वजनिक क्षेत्र के यूनियन बैंक ऑफ इंडिया, सीएसबी बैंक और मुथूट हाउसिंग फाइनेंस शामिल हैं, जिनपर जुर्माना लगाया। रिजर्व बैंक ने यह जुर्माना कई नियामकीय मानदंडों के उल्लंघन के चलते लगाया है। भाषा की खबर के मुताबिक, आरबीआई ने सीएसबी बैंक पर वित्तीय सेवाओं की आउटसोर्सिंग में जोखिम प्रबंधन और आचार संहिता से संबंधित गाइडलाइन और शाखा प्राधिकरण पर मास्टर सर्कुलर से संबंधित कुछ निर्देशों का पालन न करने के चलते 1.86 करोड़ रुपये का जुर्माना लगाया गया।

मानदंडों का पालन न करने पर एक्शन- खबर के मुताबिक, केंद्रीय बैंक ने एक दूसरे बयान में कहा कि यूनियन बैंक ऑफ इंडिया पर अपने ग्राहक को जानिये (केवाईसी) से संबंधित कुछ मानदंडों का पालन न करने और दूसरे कारणों से 1.06 करोड़ रुपये का जुर्माना लगाया गया है। मुथूट हाउसिंग फाइनेंस कंपनी पर गैर-बैंकिंग वित्तीय कंपनी - आवास वित्त कंपनी (रिजर्व बैंक) निर्देश, 2021' के कुछ प्रावधानों का पालन न करने के चलते पांच लाख रुपये का जुर्माना लगाया गया है।

जुर्माने का संबंध वित्तीय लेनदेन से नहीं- इसके अलावा निडो होम फाइनेंस लिमिटेड पर पांच लाख रुपये और अशोका विनियोग लिमिटेड पर 3.1 लाख रुपये का जुर्माना भी लगाया गया है। आरबीआई ने कहा कि हर मामले में जुर्माना नियामकीय अनुपालन में कमियों पर आधारित है और इनका संबंध इन इकाइयों के वित्तीय लेनदेन से नहीं है।

आरबीआई इस साल अब तक कई बैंकों पर मोटा जुर्माना लगा चुका है। इस साल के शुरू में नियामकीय मानदंडों का पालन नहीं करने को लेकर सार्वजनिक क्षेत्र के बैंक ऑफ इंडिया, प्राइवेट सेक्टर के बंधन बैंक, आईडीएफसी फर्स्ट बैंक सहित अन्य संस्थानों पर जुर्माना लगा चुका है। आरबीआई समय-समय पर सहकारी बैंकों की भी समीक्षा करता रहता है। कई बार नियमों के उल्लंघन पर बैंक का लाइसेंस भी कैंसिल कर देता है।

भारत के गोल्ड मेडलिस्ट प्रमोद भगत पर अचानक लगा 18 महीनों का बैन

नईदिल्ली

समर पैरालंपिक 2024 से पहले भारतीय बैडमिंटन स्टार प्रमोद भगत से जुड़ी एक बहुत ही बुरी खबर सामने आ रही है. टोक्यो पैरालंपिक 2020 में भारत के लिए गोल्ड मेडल जीतने वाले बैडमिंटन स्टार प्रमोद भगत को बैन कर दिया गया है, जिसके कारण अब वह पेरिस पैरालंपिक 2024 में हिस्सा नहीं ले पाएंगे.

भारत के गोल्ड मेडलिस्ट प्रमोद भगत को पेरालंपिक 2024 से पहले एक बड़ा झटका लगा है. उन्हें डोपिंग नियमों के उल्लंघन के कारण 18 महीनों का बैन लगा दिया गया है, जिसके चलते वह पैरालंपिक 2024 से बाहर हो गए हैं. बीडब्ल्यूएफ के अनुसार, प्रमोद भगत कई बार डोपिंग टेस्ट के लिए उपस्थित नहीं हुए. इस वजह से उन पर 18 महीने का प्रतिबंध लगाया गया है. यह प्रतिबंध 1 सितंबर, 2025 तक लागू रहेगा.

बीडब्ल्यूएफ की ओर से जारी कर दिए अपने बयान में कहा, 1 मार्च 2024 को, सीएएस एंटी-डोपिंग डिवीजन ने फैसला सुनाया है कि मिस्टर भगत ने बीडब्ल्यूएफ एंटी-डोपिंग नियमों के अनुच्छेद 2.4 (व्हेयरअबाउट्स) का उल्लंघन किया है. वह 12 महीनों के भीतर 3 बार 'व्हेयरअबाउट्स' में विफल रहे, जिसके परिणामस्वरूप उन्हें 18 महीने के लिए अयोग्य घोषित कर दिया गया. भगत ने इस फैसले के खिलाफ सीएएस डिवीजन में अपील की, लेकिन 29 जुलाई 2024 को अपील खारिज कर दी गई और पिछले फैसले को बरकरार रखा गया है.

प्रमोद भगत को 5 साल की उम्र में पोलियो हो गया था, जिससे उनके बायां पैर प्रभावित हुआ. मगर, प्रमोद ने हार नहीं मानी और पैरा बैडमिंटन में भारत का नाम रौशन किया. उन्होंने टोक्यो पैरलंपिक 2020 में मेन्स सिंगल्स एसएल 3 कैटिगरी में गोल्ड मेडल जीतकर इतिहास में अपना नाम सुनहरे अक्षरों से दर्ज करा दिया. प्रमोद पैरालंपिक में भारत के लिए गोल्ड मेडल जीतने वाले पहले बैडमिंटन प्लेयर बने.

खुदरा महंगाई दर जुलाई में घटकर 3.54प्रतिशत हुई, पांच साल बाद आरबीआई के चार प्रतिशत के टारगेट से नीचे

नई दिल्ली

खुदरा महंगाई दर जुलाई में घटकर 3.54 प्रतिशत पर आ गई। खाद्य वस्तुओं की कीमतों में नरमी से दर में कमी आई है। करीब पांच साल में यह पहला मौका है जब मुद्रास्फीति भारतीय रिजर्व बैंक के चार प्रतिशत के लक्ष्य से नीचे आई है। सोमवार को जारी आधिकारिक आंकड़ों में यह जानकारी दी गई। उपभोक्ता मूल्य सूचकांक आधारित खुदरा मुद्रास्फीति इस साल जून में 5.08 प्रतिशत थी। जबकि बीते साल जुलाई में यह 7.44 प्रतिशत थी।आंकड़े मुद्रास्फीति में व्यापक नरमी को दर्शाते हैं, जो विभिन्न क्षेत्रों में मूल्य स्थिरता में सुधार का संकेत देते हैं।

जुलाई में खाद्य वस्तुओं की महंगाई- खबर के मुताबिक, राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय (एनएसओ) के आंकड़ों के मुताबिक, खाद्य वस्तुओं की महंगाई जुलाई में 5.42 प्रतिशत रही। यह जून में 9.36 प्रतिशत थी। इससे पहले, खुदरा मुद्रास्फीति सितंबर, 2019 में चार प्रतिशत के नीचे रही थी। सरकार ने रिजर्व बैंक को खुदरा मुद्रास्फीति को दो प्रतिशत घट-बढ़ के साथ चार प्रतिशत रखने की जिम्मेदारी दी हुई है।

सब्जियों में तीव्र गिरावट- जुलाई महीने में सब्जियों में तीव्र गिरावट देखी गई। जून में 29.32 प्रतिशत की तुलना में मुद्रास्फीति 6.83 प्रतिशत रही। दालों की मुद्रास्फीति पिछले महीने के 16.07 प्रतिशत से घटकर 14.77 प्रतिशत हो गई। ईंधन और बिजली की लागत में और गिरावट आई। इसके अलावा, कपड़ों और जूतों की मुद्रास्फीति में भी मामूली गिरावट देखी गई, जबकि आवास मुद्रास्फीति स्थिर रही।

ये चीजें हुई महंगी- जुलाई में मीट और मछली की महंगाई बढक़र जुलाई में 5.97 प्रतिशत हो गई, जबकि जून में यह 5.39 प्रतिशत थी। इसके अलावा, तेल की महंगाई जून में -2.68 प्रतिशत से बढक़र जुलाई में -1.17 प्रतिशत दर्ज की गई। इसी तरह, अंडा जून में 4.10 प्रतिशत से बढक़र जुलाई में 6.76 प्रतिशत हो गया। महंगाई को ध्यान में रखते हुए हाल ही में अपनी मौद्रिक समीक्षा नीति की बैठक में भारतीय रिजर्व बैंक ने नीतिगत दर यानी रेपो रेट में नौंवी बार कोई बदलाव नहीं किया।

कंगना रनौत ने नए पोस्टर के साथ फिल्म इमर्जेंसी के ट्रेलर रिलीज का किया ऐलान, 6 सितंबर को सिनेमाघरों में देगी दस्तक

कंगना रनौत की मोस्ट अवेटेड फिल्म इमरजेंसी का दर्शक बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं. फिल्म के पोस्टपोन होने से दर्शकों को काफी निराशा हुई है कंगना ने अपने राजनीतिक करियर के चलते अपनी फिल्म की रिलीज डेट आगे बढ़ा दी थी. लेकिन अब उनके फैंस के लिए खुशखबरी है क्योंकि कंगना ने फिल्म के ट्रेलर की रिलीज डेट अनाउंस कर दी है.

कंगना ने फिल्म का नया पोस्टर सोशल मीडिया पर शेयर करते हुए ट्रेलर की रिलीज डेट अनाउंस की. फिल्म का ट्रेलर 14 अगस्त को रिलीज किया जाएगा. नया पोस्टर लॉन्च करते हुए कंगना ने कैप्शन लिखा, डेमोक्रेटिक इंडियन हिस्ट्री के सबसे बुरे दौर और सत्ता की लालसा को देखिए जिसने देश को लगभग जलाकर राख कर दिया! इमरजेंसी का ट्रेलर 14 अगस्त को रिलीज होगा. भारतीय लोकतंत्र के सबसे बुरे चैप्टर की विस्फोटक कहानी 6 सितंबर को दुनियाभर के सिनेमाघरों में दिखाई जाएगी.

6 सितंबर को दुनिया भर में रिलीज होने वाली यह फिल्म 1975-1977 के दौरान भारत में हुए विवादास्पद आपातकाल के दौर पर आधारित है. रनौत न केवल इस फिल्म में लीड रोल प्ले कर रही है बल्कि वह फिल्म का निर्देशन और प्रोड्यूस भी कर रही हैं.

जूनियर एनटीआर की देवरा के तीसरे गाने के शीर्षक से उठा पर्दा, निर्माताओं ने साझा की शूटिंग की खास झलक

साउथ सुपरस्टार जूनियर एनटीआर इन दिनों बहुप्रतीक्षित फिल्म देवरा को लेकर चर्चा में बने हुए हैं। फिल्म का जबर्दस्त तरीके से अब प्रचार भी किया जा रहा है। फिल्म के दो गाने पहले ही रिलीज हो चुके हैं। इससे पहले आज ही फिल्म के तीसरे गाने के बारे में दिलचस्प जानकारी सामने आई थी। दर्शकों का ध्यान आकर्षित करने के लिए निर्माता समय-समय पर फिल्म से जुड़ी दिलचस्प जानकारियां प्रशंसकों के साथ साझा कर रहे हैं। वहीं, अब निर्माताओं ने फिल्म से जुड़ा एक और मजेदार अपडेट साझा किया है।

हाल ही में फिल्म की टीम ने पोस्ट साझा करते हुए इसके तीसरे गाने के बारे में बताया था, जो फिल्म का ओपनिंग सॉन्ग होने वाला है। वहीं, अब इसके शीर्षक का भी खुलासा कर दिया गया है।

हाथों में लगातार हो रही है झुनझुनी तो हो जाएं सावधान

हाथों में लगातार झुनझुनी हो रही है तो सावधान हो जाएं, क्योंकि ये खतरनाक बीमारी के संकेत हो सकते हैं. अक्सर लंबे समय तक किसी अंग पर भार देकर बैठे रहना और फिर अचानक से उठने पर झुनझुनी महसूस हो सकती है. कभी-कभार ऐसा होना नॉर्मल हो सकता है लेकिन अगर बार-बार ऐसा हो रहा है तो तुरंत इस पर ध्यान देना चाहिए. हाथों में होने वाली झुनझुनी कई बीमारियों का लक्षण हो सकती है.

हाथों में झुनझुनी क्यों आती है

1. विटामिन क्च और श्व की कमी- शरीर में ज विटामिन बी और विटामिन ई की कमी होती है तो नर्व और शरीर के अन्य हिस्से प्रभावित होते हैं. सही खानपान न होने से शरीर में पोषक तत्वों की कमी हो जाती है और हाथों ही नहीं पैरों में भी झुनझुनी शुरू हो जाती है. ऐसा होने पर तुरंत अपनी डाइट पर ध्यान देना चाहिए.

2. थायराइड की समस्या- हाइपोथाइरॉएडिज्म से जूझ रहे इंसान के हाथ में भी अक्सर झुनझुनी की शिकायत होती है. ऐसा तब होता है, जब पीड़ित सही तरह अपना देखभाल नहीं कर पाता है. इसलिए थायराइड के लक्षण दिखने लगते हैं. इस बीमारी का तत्काल इलाज करवाना चाहिए.

3. दवाओं के साइड इफेक्ट- कई दवाईयों के साइड इफेक्ट्स की वजह से भी नर्व से जुड़ी समस्याएं हो सकती हैं. ट्यूबरक्लोसिस, हाई ब्लड प्रेशर, एचआईवी और कई अन्य इंफेक्शन की वजह से कभी-कभी हाथ और पैस सुन्न पड़ सकते हैं. इसमें भी झुनझुनी की समस्या हो सकती है.

4. ज्यादा शराब पीना- बहुत ज्यादा शराब पीने से नर्व और टिश्यू डैमेज हो सकते हैं. इससे शरीर के लिए जरूरी पोषक तत्व जैसे विटामिन बी 12 और फोलेट भी कम हो सकता है. इसका नर्व पर बुरा असर पड़ता है और हाथों में झुनझुनी हो सकती है.

5. नसों की बीमारी- नसों से जुड़ी किसी तरह की बीमारी में भी हाथ सुन्न पड़ सकते हैं. हमारे हाथों में महसूस होता है कि कोई सूई चुभा रहा है. कई बार इस तरह का दर्द असहनीय होता है. ऐसे में बिना देर किए डॉक्टर से मिलना चाहिए.

शब्द सामर्थ्य- 148

बाएं से दाएं

1. जीत, फतेह 3. राशन सामान बेचने वाली एक जाति, वैश्य 6. मुर्गी की जाति की एक पक्षी, आधा... आधा बटेर 7. कमल, पंकज, भारत के एक दिवंगत प्रधानमंत्री का नाम 8. नहाने का स्थान, स्नानागार 10. ख्वाब, स्वप्न 12. बुलावा, निमंत्रण 14. तबाही, बर्बादी 17. कत्ल, वध 18. क्षतिपूर्ति, मुआवजा 19. करार, चैन, आराम 21. दृष्टि, निगाह 23. नाश करने योग्य 24. लाडला, प्यारा 25. सीताजी, जनकनंदनी।

ऊपर से नीचे

1. शादी, ब्याह 2. अनाथ, निराश्रित 3. साल, वर्ष 4. दोस्ताना, यारी 5. सुर, देव, भगवान 9. मनुष्य, इंसान, आदमी 11. पाटा जाना, चुकता करना, बात तय करना 12. कार्यक्षेत्र, गोल घेरा, वृत्त 13. अधीनता, मातहती, अधिकार 15. नगर 16. गैरजरूरी 20. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 22. धरती, भूतल, धरातल।

1		2	■	3		4	■	5
	■	6			■	7		
8		9	■	10	11		■	
■		■	■	■		■	■	■
12		13	■	14		15	■	16
	■	17		■	■	18		
19	20		■	21	22		■	
■		■	■	■		■	23	
24			■	25			■	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 147 का हल

अं	त	■	म	री	ज	■	■	■
ग	ह	न	ता	■	ब	र	ब	स
■	की	■	धि	क्का	र	■	र	मा
■	का	■	का	■	द	वा	खा	ना
प	त	वा	र	■	स्त	र	■	■
ह	■	■	■	■	■	दा	मि	नी
ना	■	ए	ह	ति	या	त	■	लां
वा	च	क	■	हा	■	■	खू	ब
■	■	ता	ब	ड़	तो	ड़	■	र

सू-दोकू- 148

		3					7	
9				6		3		8
	7		9		5		6	
						1		9
3		8		7			5	
	1		3		9			7
		2		8		7		
	8				2		4	3
			1					

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.147 का हल

5	2	4	9	6	7	8	1	3
3	6	7	4	1	8	2	9	5
8	1	9	3	2	5	4	6	7
6	3	5	1	9	4	7	2	8
7	9	8	5	3	2	6	4	1
2	4	1	7	8	6	5	3	9
4	5	3	6	7	9	1	8	2
9	8	6	2	5	1	3	7	4
1	7	2	8	4	3	9	5	6

आज का राशिफल

मेष- आज का दिन आपके लिए बेहतर रहने वाला है। आपके ऊपर आप भगवान की कृपा बनी रहेगी और आप अच्छे काम करेंगे। आज आपका मन भावनात्मक तौर पर अधिक मजबूत रहेगा। आपका दिन परोपकार के कार्यों में लग सकता है।

वृष- आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहने वाला है। आपका आपके जीवन साथी के साथ किसी बात को लेकर चल रहा वाद विवाद आज समाप्त हो सकता है। अपने परिवार के किसी सदस्य की सेहत को लेकर आप थोड़ा सा चिंतित हो सकते हैं।

मिथुन- आज का दिन आपके लिए अच्छा रहने वाला है। आज अपना कामकाज को आप अपने समय से पूरा कर लेंगे, जिससे आपका मन संतोष रहेगा। बहुत दिनों से आप अपने काम को लेकर परेशान थे।

कर्क- आज का दिन आपके लिए सुनहरा रहने वाला है। आपको अपने खर्चों के प्रति सावधान रहना होगा। आप व्यर्थ के खर्चों पर अधिक ध्यान ना दें, अपने सामानों को खरीदने से पहले एक आवश्यक कार्यों के लिस्ट बनाएं कि किस समान की अधिक आवश्यकता है।

सिंह- आज का दिन आपके लिए नयी उमंग से भरा रहने वाला है। अगर आपका किसी कारण से मन परेशान है, तो उसे शांत रखने के लिए आप अपने बच्चों के साथ थोड़ा सा समय बताएं, तो आपका मन अच्छा हो जाएगा।

कन्या- आज आपका दिन शानदार रहने वाला है। आज व्यक्तिगत जीवन की जिम्मेदारियों का निर्वाहन करेंगे। इस राशि के राजनीतिज्ञों को लोगों का समर्थन मिलेगा। लोग आपके कार्यों की तारीफ करेंगे। पारिवारिक रिश्तों में मजबूती आयेगी।

तुला- आज आपका दिन ख़ुशी से भरा रहेगा।आपके कामों की गति धीमी रहेगी, लेकिन मित्रों के साथ आपके संबंध बेहतर रहेंगे इसके साथ ही आप परिवार में सबको खुश रखने की कोशिश में लगे रहेंगे आपको अच्छा लगेगा।

वृश्चिक- आज आपका दिन नयी उमंगें लेकर आया है। काफी समय से किसी बात से परेशान लोग आज उसका समाधान ढूंढ लेंगे। लोगों के विचार और आपके बारे में बोली गई बातों के कारण आप मन ही मन परेशान हो सकते हैं।

धनु- आज आपका दिन अच्छा रहेगा। आज आपकी वाणी में कठोरता आ सकती है दूसरों के प्रति स्नेह भाव बनाएं रखें। पेट की समस्या से परेशान लोगों को ऑयली खाने से बचना चाहिए। आज संतान पक्ष से सुखद अनुभूति होगी।

मकर- आज आपका दिन सामान्य रहने वाला है। आज आपको किसी महत्वपूर्ण चर्चा में शामिल होने का मौका मिलेगा, जिसमें आपकी सहभागिता अच्छी खासी रहेगी। कोई प्रिय मित्र आपसे किसी विशेष विषय को लेकर बातचीत कर सकता है।

कुंभ- आज आपका दिन सुख शांति से भरा रहेगा। पुत्र पक्ष से सहयोग मिलेगा। आपसी रिश्ते में मिठास बढ़ेगी। इस राशि के लोगों का निर्माण कार्य जल्द पूरा हो जायेगा। राजनीति से जुड़े लोगों का समाज में प्रभाव बढ़ेगा।

मीन- आज आपका दिन शानदार रहने वाला है। आज जिस भी क्षेत्र में आप मेहनत करेंगे उसमे उन्नति हासिल करेंगे। आज आपकी सभी परेशानियों का अंत होगा। सफलता की नयी किरण दिखाई देगी।