

एजुकेशन

होटल मैनेजमेंट से टूरिज्म तक, इनमें करें वोकेशनल कोर्स, होगी जॉब मिलने की गारंटी

वोकेशनल कोर्स जहां स्टूडेंट्स को कोई खास स्किल सिखाते हैं, वहीं इनसे उनमें जॉब मिलने का कॉन्फिडेंस भी पैदा होता है। वोकेशनल कोर्स में स्टूडेंट्स को किसी खास फील्ड के ट्रेड्स के बारे में बताया जाता है। कई तरह के फील्ड जैसे हेल्थ केयर, ग्राफिक, वेब डिजाइनिंग, फूड टेक्नोलॉजी, कॉस्मेटोलॉजी में इस तरह के कोर्स ऑफर किए जाते हैं। इसके अलावा तकनीकी कामों जैसे ऑटोमोटिव रिपेयर, प्लम्बिंग और एयरकंडिशनिंग में भी ये कोर्स किए जा सकते हैं।

**कौन कर सकता है वोकेशनल कोर्स**  
12 वीं पास से लेकर ग्रेजुएट पास तक के स्टूडेंट्स वोकेशनल कोर्स कर सकते हैं। 10 वीं से कम पढ़े-लिखे लोग भी ये कोर्स कर सकते हैं।

**उपलब्ध हैं ये कोर्स-**  
1. डिप्लोमा इन ग्राफिक डिजाइनिंग/वेब डिजाइनिंग/वेब स्टूडेंट जो क्रिएटिव हैं उनके लिए यह कोर्स परफेक्ट है। यह कोर्स कई प्राइवेट इंस्टीट्यूट्स में उपलब्ध है। इसको अच्छी तरह सीखने के बाद आप चाहें तो इसमें खुद का बिजनेस भी शुरू कर सकते हैं।

2. **होटल मैनेजमेंट-** इस कोर्स में वे ही स्टूडेंट हाथ आजमाएँ जिन्हें खाना बनाने और सर्व करने में दिलचस्पी हो। ऐसे स्टूडेंट हॉस्पिटैलिटी मैनेजमेंट के फील्ड में भी जा सकते हैं। कई सरकारी और प्राइवेट कॉलेज लॉन्ग टर्म और शॉर्ट टर्म का कोर्स इसमें कराते हैं।

3. **टूरिज्म-** भारत में यह फील्ड तेजी से उभर रहा है और यह इंडस्ट्री का रूप भी ले चुका है। आप इसमें डिप्लोमा और डिग्री कोर्स दोनों कर सकते हैं। यहां आपको टूरिस्ट गाइड से लेकर पूरे टूर को अरेंज करने का काम मिल सकता है। इन वोकेशनल कोर्सेज में कर सकते हैं डिप्लोमा टेलिकम्यूनिकेशन, कंप्यूटर साइंस, इलेक्ट्रिकल इंजीनियरिंग, इवेंट मैनेजमेंट, केटरिंग मैनेजमेंट, फूड प्रिजर्वेशन, इन वोकेशनल कोर्सेज में है सर्टिफिकेट कोर्स, ब्यूटी कल्चर, हेयर डिजाइन, हाउसकीपिंग, क्लिनिकल न्यूट्रिशन, कॉरपोरेट कम्प्यूनिकेशन, ऑफिस मैनेजमेंट।

**फेसबुक के इंटरव्यू में अक्सर पूछे जाते हैं ये 3 सवाल**

दुनिया की बेस्ट कंपनियों में से एक फेसबुक को हर दिन हजारों उम्मीदवारों की एप्लीकेशंस मिलती हैं। ऐसे में एप्लीकेशंस की छंटनी के लिए यहां रिस्कटस् स्ट्रक्चर्ड इंटरव्यू

का इस्तेमाल करते हैं। रिस्कटिंग डायरेक्टर लिज व्माई के अनुसार इस प्रक्रिया में कुछ सवाल सभी उम्मीदवारों के लिए कॉमन होते हैं जो इंटरव्यू में उनसे पूछे जाते हैं। फेसबुक में अक्सर ये तीन सवाल जरूर पूछे जाते हैं -

**सवाल नंबर 1 -**  
जॉब में अपने सबसे अच्छे दिन को आप किस तरह बिताते हैं। इसका अर्थ बताते हुए लिज कहती हैं कि इस सवाल के जरिए हम उम्मीदवारों से पूछ रहे होते हैं कि उनकी खूबियां क्या हैं और उन्हें क्या करना पसंद है।

**सवाल नंबर 2 -**  
ऐसा कब हुआ जब आपने अपना टाइम ट्रेक खो दिया। ऐसे में उम्मीदवार का जवाब यही दिखाता है कि क्या उनका काम उनके दिन को आसानी से शाम में बदल देता है। यानी उन्हें यह बताना होता है कि क्या वे अपने काम को इतना पसंद करते हैं कि उसे करते हुए उन्हें समय का पता ही नहीं चलता। असल में यह वह समय भी होता है जब आप उन चीजों के नजदीक होते हैं जो आपको प्रेरित करती हैं। उनकी प्रतिक्रिया यह भी बताती है कि कौनसी चीजें उन्हें व्यस्त कर देती हैं और इतना ज्यादा व्यस्त कर देती हैं कि उन्हें समय का पता ही नहीं चल पाता।

**सवाल नंबर 3 -**  
वे फेसबुक के मिशन और वैल्यूज में किस तरह योगदान देंगे। लिज कहती हैं, यह सवाल वाकई महत्वपूर्ण है क्योंकि यह बताता है कि उम्मीदवार फेसबुक के मिशन के बारे में कितना अपडेटेड है।

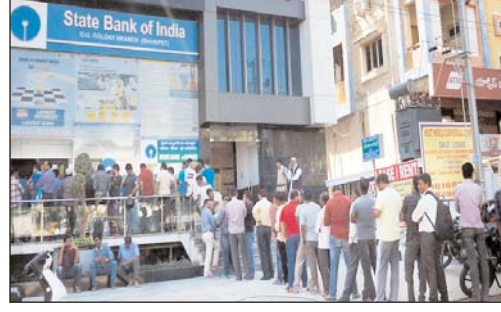
खुद फाउंडर मार्क जकरबर्ग भी उन लोगों की हार्यरिंग पर हमेशा जोर देते हैं जो कंपनी के विजन को बेहतर ढंग से शेयर करते हैं। लिज कहती हैं, इसका अर्थ मेरे लिए यह समझना है कि फेसबुक के अलग-अलग हिस्से किस तरह उसके मिशन को मजबूत बनाते हैं या फिर वैल्यूज में वे किस तरह अपना सहयोग दे सकते हैं।

नोटबंदी में ओवरटाइम करने के लिए 70 हजार कर्मचारियों को किया गया पेमेंट वापस मांग रहा है एसबीआई

नई दिल्ली (आरएनएस)। देश के सबसे बड़े बैंक स्टेट बैंक ऑफ इंडिया (एसबीआई) ने 70,000 कर्मचारियों से वह रकम वापस करने को कहा है जो उन्हें नोटबंदी के दौरान ओवरटाइम सर्विस देने के एवज में दी गई थी। ये 70,000 कर्मचारी उन पांच सहायक बैंकों के हैं जिनका विलय अब एसबीआई में हो चुका है। हालांकि, एसबीआई का कहना है कि उसने जब ओवरटाइम पेमेंट का फैसला लिया था तब उन बैंकों का विलय नहीं हुआ था। मीडिया रिपोर्ट्स में कहा जा रहा है कि एसबीआई ने अपने आंतरिक सर्कुलर में कहा है कि उन कर्मचारियों के लिए ओवरटाइम कॉम्पनसेशन तय हुआ था जो नोटबंदी के वक्त एसबीआई की

शाखाओं में कार्यरत थे। ध्यान रहे कि स्टेट बैंक ऑफ पटियाला, स्टेट बैंक ऑफ हैदराबाद, स्टेट बैंक ऑफ मैसूर, स्टेट बैंक ऑफ त्रावणकोर एवं स्टेट बैंक ऑफ बीकानेर एंड जयपुर का एसबीआई में विलय 1 अप्रैल 2017 को हुआ था जबकि नोटबंदी का ऐलान 8 नवंबर 2016 को ही हुआ था। एसबीआई ने 14 नवंबर से 30 दिसंबर 2016 की अवधि में शाम 7

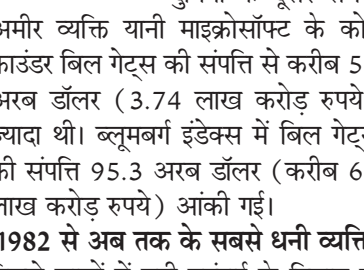
बजे के बाद भी काम करने वाले बैंक कर्मचारियों को उनके पद के अनुसार मार्च से मई 2017 के बीच ओवरटाइम कॉम्पनसेशन जारी कर दिया गया था। अब जब पूर्व के असोसिएट बैंकों के कर्मचारियों से पैसे वापस दिए जाने को कहा गया है तो वे अपनी नाराजगी जाहिर कर रहे हैं। उनका कहना है कि उन्हें मुआवजा मिले साल बीत गया है। एक एंग्लोयी ने कहा कि आम तौर पर विलय का मतलब संपत्तियों और देनदारियों का उत्तरदायित्व हाथ में लेना होता है। जब ओवरटाइम काम करने के लिए स्टाफ को पैसे दिए जाने की जिम्मेदारी है तो एसबीआई इससे पीछे कैसे हट सकता है।



आधुनिक इतिहास के सबसे अमीर व्यक्ति बने जेफ बेजॉस

नई दिल्ली (आरएनएस)। ऑनलाइन रिटेल कंपनी एमजॉन के फाउंडर जेफ बेजॉस आधुनिक इतिहास में सबसे अमीर व्यक्ति बन गए हैं। ब्लूमबर्ग के मुताबिक, सोमवार को बेजॉस की कुल संपत्ति 150 अरब डॉलर (करीब 10 लाख करोड़ रुपये) थी, जो दुनिया के दूसरे सबसे अमीर व्यक्ति यानी माइक्रोसॉफ्ट के को-फाउंडर बिल गेट्स की संपत्ति से करीब 55 अरब डॉलर (3.74 लाख करोड़ रुपये) ज्यादा थी। ब्लूमबर्ग इंडेक्स में बिल गेट्स की संपत्ति 95.3 अरब डॉलर (करीब 64 लाख करोड़ रुपये) आंकी गई।

1982 से अब तक के सबसे धनी व्यक्ति पिछले सालों में बढ़ी महंगाई के हिसाब से देखें तो भी 54 साल के बेजॉस ने गेट्स को पछड़ दिया है। दरअसल, गेट्स ने साल 1999 में 100 अरब डॉलर के आंकड़े को छुआ था। यह आंकड़ा आज के हिसाब से 149 अरब डॉलर (करीब 10 लाख करोड़ रुपये) के करीब माना जा सकता है।



देश की सबसे बड़ी इंकम टैक्स रेड, पार्किंग में खड़ी गाड़ियों में मिला 100 करोड़ कैश, 90 किलो सोना

चेन्नई (आरएनएस)। करोड़ों रुपये की कर चोरी की सूचना पर सड़क ठेकेदार नागराजन सेय्यदुरई की कंपनी एसकेजे

पर छापे मारे, जिसमें पुलिस को इतनी मोटी रकम बरामद हुई। तमिलनाडु में 22 जगहों पर रेड मारने और इतने सारे पैसे बरामद करने के बाद आयकर विभाग के अधिकारियों का कहना है कि यह ऑपरेशन आयकर विभाग की चेन्नई जांच टीम चला रही है और कई जगहों पर अब भी रेड जारी है।

ऑपरेशन पार्किंग मनी के नाम से शुरू हुए इस ऑपरेशन में आयकर विभाग ने तमिलनाडु में 22 अलग-अलग जगहों पर छापे मारे, जिसमें पुलिस को इतनी मोटी रकम बरामद हुई। तमिलनाडु में 22 जगहों पर रेड मारने और इतने सारे पैसे बरामद करने के बाद आयकर विभाग के अधिकारियों का कहना है कि यह ऑपरेशन आयकर विभाग की चेन्नई जांच टीम चला रही है और कई जगहों पर अब भी रेड जारी है।

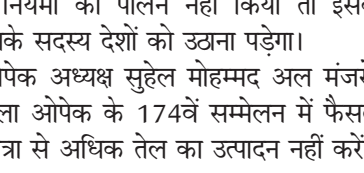


ईरान ने ओपेक को तेल उत्पादन बढ़ाने पर दी चेतावनी

तेहरान (आरएनएस)। ईरान के पेट्रोलियम मंत्री बिजान नामदार जांगेह ने कहा कि यदि पेट्रोलियम निर्यातक देशों के संगठनने तेल उत्पादन के संदर्भ में नियमों का पालन नहीं किया तो इसका खामियाजा इसके सदस्य देशों को उठाना पड़ेगा।

जांगेह ने ओपेक अध्यक्ष सुहेल मोहम्मद अल मंजरोउ को पत्र लिखकर कहा कि यह फैसला ओपेक के 174वें सम्मेलन में फैसला किया गया था कि सदस्य निर्धारित मात्रा से अधिक तेल का उत्पादन नहीं करेंगे।

जांगेह ने ओपेक अध्यक्ष सुहेल मोहम्मद अल मंजरोउ को पत्र लिखकर कहा कि यह फैसला ओपेक के 174वें सम्मेलन में फैसला किया गया था कि सदस्य निर्धारित मात्रा से अधिक तेल का उत्पादन नहीं करेंगे।



सामान्य ज्ञान प्रतियोगी परीक्षाओं हेतु General Knowledge

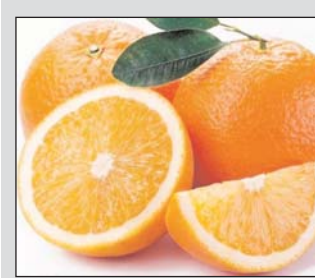
- सम्पूर्ण चोल साम्राज्य 6 प्रांतों में विभक्त था। प्रांत को मंडलम् कहा जाता था। मंडलम् कोट्टम् में कोट्टम् नाडू में एवं नाडु कई कुरमों में विभक्त था।  
- नाडु की स्थानीय सभा को नाटूर एवं नगर की स्थानीय सभा को नगरतार कहा जाता है।  
-बेहल जाति के धनी किसानों को केन्द्रीय सरकार की दकख रेख में नाडु के काम-काज में अच्छा खासा नियंत्रण हासिल था। उनमें से कई धनी भू-स्वामियों को चोल राजाओं के सम्मान के रूप में मुवेद्वेलन (तीन राजाओं को अपनी सेवाएँ प्रदान करने वाला वेलन या किसान) अरइयार (प्रधान) जैसी उपाधियाँ दी उन्हें केन्द्र में महत्वपूर्ण राजकीय पद सौंपे।  
- स्थानीय स्वशासन चोल प्रशासन की मुख्य विशेषता थी।  
- उर सर्वसाधारण लोगों की समिति थी, जिसका कार्य होता था सार्वजनिक कल्याण के लिए तालाबों और बगीचों के निर्माण हेतु गांव की भूमि का अधिग्रहण करना।  
- सभा या महासभा: यह मूलतः

अग्रहारों और ब्राम्हण बस्तियों की सभा थी, जिसके सदस्यों को पेरुमकल कहा जाता था। यह सभा वरियम नाम की समितियों के द्वारा अपने कार्य को संचालित करती थी। सभा की बैठक गांव में मंदिर के निकट वृक्ष के नीचे या तालाब के किनारे होती थी। व्यापारियों की सभा को नगरम कहते थे।  
- चोल काल में भूमिकर उपज का 1/3 भाग हुआ करता था।  
- गांव में कार्यसमिति की सदस्यता के लिए जो वेतनभोगी कर्मचारी रखे जाते थे, उन्हें मध्यस्थ कहते हैं।  
- ब्राम्हणों को दी गई करमुक्त भूमि को चतुर्वेदि मंगलम् एवं दान दी गयी भूमि ब्राम्हदेय कहलाती थी।  
- चोल सेना का सबसे संगठित अंग था-पदाति सेना।  
- चोल काल में कलजु सोने के सिक्के थे।  
- तमिल कवियों में जयनान्दर प्रसिद्ध कवि था, जो कुलोटुग प्रथम का राजकवि था। उसकी रचना है- कलिंगतुपर्णि  
- कंबन, औट्टुकुट्टन और पुगलेंदि को तमिल साहित्य का त्रिरत्न कहा जाता

था।  
- पंप पोन्न एवं रन्न कन्नड साहित्य के त्रिरत्न माने जाते हैं।  
- परसी ब्राऊन ने तंजौर के बृहदेश्वर मंदिर के विमान को भारतीय वास्तुकला का निकष माना है।  
- चोलकालीन नटराज प्रतिमा को चोल कला का संस्कृतिक सार या निचोड़ कहा जाता है।  
- चोल कांस्य प्रतिमाएं संसार की सबसे उत्कृष्ट कांस्य प्रतिमाओं में गिनी जाती हैं।  
- शैव सन्त इसानशिव पंडित राजेन्द्र-1 के गुरु थे।  
- चोलकाल (10 वीं शताब्दी) का सबसे महत्वपूर्ण बंदरगाह कावेरी पट्टनम था।  
- बहुत बड़ा गांव जो एक इकाई के रूप में शासित किया जाता था, तनियर कहलाता है।  
- उत्तममेरूर शिलालेख जो सभा संस्था का विस्तृत वर्णन उपस्थित करता है, परांतक प्रथम के शासनकाल में संबंधित है।  
- चोलों की राजधानी कालक्रम के अनुसार थी - उरैयूर, तंजीड, गणैकोड, चोलपुरम् एवं कांची।

हेल्थ  
हर रोज एक संतरा खाना आंखों के लिए है फायदेमंद

अगर आप बढ़ती उम्र के साथ अपनी आंखों को स्वस्थ रखना चाहते हैं और दृष्टि को होने वाले नुकसान को रोकना चाहते हैं, तो हर रोज एक संतरा का सेवन काफी मददगार हो सकता है। ऐसा एक शोध में सामने आया है। आंख में



मैकुलर क्षय उम्र से जुड़ी हुई एक स्थिति है, जिससे दृष्टि क्षेत्र के केंद्र में दिखाई देने में दिक्कत आती है।  
**संतरा खाने वालों में मैकुलर क्षय 60 फीसदी कम**

शोध के नतीजे बताते हैं कि जिन लोगों ने हर रोज कम से कम एक संतरा खाया, उनमें 15 साल बाद मैकुलर क्षय के विकसित होने की संभावना 60 फीसदी कम रही। यह प्रभाव संतरे में मौजूद फ्लैवोनॉइड्स की वजह से है, जो दृष्टि हानि को रोकता है। फ्लैवोनॉइड्स प्रभावशाली एंटीऑक्सिडेंट होते हैं, जो ज्यादातर फलों और सब्जियों में पाए जाते हैं। यह इम्यून सिस्टम के लिए फायदेमंद है।  
**रोज न सही, हफ्ते में एक दिन संतरा जरूर खाएं**  
सिडनी विश्वविद्यालय की बांमिन गोपीनाथ ने कहा, 'हमने पाया कि जिन लोगों ने हर रोज संतरे खाए थे, उनमें कभी संतरे नहीं खाने वालों की तुलना में मैकुलर क्षय होने का खतरा कम था। यहां तक कि हफ्ते में एक बार संतरा खाने से भी महत्वपूर्ण लाभ दिखाई देता है।' इस शोध को अमेरिकी पत्रिका, क्लिनिकल न्यूट्रिशन में प्रकाशित किया गया है। शोध दल ने 2 हजार लोगों पर अध्ययन किया, जिनकी आयु 50 साल से ऊपर थी।

सौंफ (Saunf) के अद्भुत फायदे, प्रयोग, गुण-कर्म, सेवन विधि और दुष्प्रभाव के बारे में जानें

सौंफ (Saunf) भारत की एक प्रसिद्ध खाद्य योजक है जिसका प्रयोग न केवल भोजन में हालांकि औषधि के रूप में भी किया जाता है। आयुर्वेद में इसके कई विशेष गुणों का वर्णन किया गया है। सौंफ को इंग्लिश में फेनेल सीड (Fennel Seeds) कहा जाता है और यह Foeniculum Vulgare पौधे के यह बीज होते हैं।



सौंफ सुगन्धित और स्वादिष्ट सूखे बीज होते हैं। यह शानदार स्वाद प्रदान करता है और अक्सर भारतीय खाना पकाने में उपयोग किया जाता है।

सौंफ (Saunf) एक बहुत सुगन्धित द्रव्य है और इसमें उन्शील तेल पाया जाता है जो इसके औषधीय गुणों के लिए उत्तरदायी है। यह भोजन में एक विशिष्ट सुगंध लाता है जिस के कारण इसका अक्सर भारतीय खाना पकाने में इस्तेमाल किया जाता है। सौंफ बीज स्वाद में मधुर किंचित कटु और तिक्त है। इसमें कई पोषक तत्व, खनिज और विटामिन है जो स्वास्थ्य लाभदायक है। यह अपचन को दूर करती है और इसका प्रयोग दस्त, पेट का दर्द और सांस की बीमारियों के इलाज के लिए किया जाता है। यह आंखों की समस्याओं महिलाओं में मासिक धर्म संबंधी विकार में फायदेमंद है।

लोग आमतौर पर, भारत में भोजन के बाद सौंफ खाते हैं। यह भोजन को पचाने में मदद करता है और पेट में गैस के गठन को रोकता है। यह खट्टापन, अम्लपित्त, जलन आदि रोगों के इलाज के लिए उत्तम औषधि है। यह एक सुगन्धित द्रव्य होने के कारण यह मुख की दुर्गन्ध दूर करता है। यह दांत के दर्द और मसूढ़े की बीमारी से राहत देता है और इन रोगों पर प्रतिबंध लगाता है। सौंफ के बीजों में नाइट्रेट होते हैं जो हृदय स्वास्थ्य के लिए अच्छे होते हैं। इसलिय यह दिल के रोगों को होने से रोकता है और हृदय को स्वस्थ रखता है। सौंफ में मौजूद तत्व पाचन क्रिया को ठीक रखने में सहायक होने हैं और क्षय संबंधी समस्याएँ को दूर करने में उपयोगी सिद्ध हुए हैं।

बारिश के मौसम में भुटा खाना हो सकता है आपकी सेहत के लिए नुकसानदायक !

जिसके कारण भुटे में कई प्रकार के बैक्टीरिया और कीटाणु रह जाते हैं ऐसे में भुटे का सेवन करने से आपको गंभीर बीमारियां हो सकती हैं। बारिश के मौसम में भुटा



खाना ज्यादातर लोग पसंद करते हैं जिसके कारण भुटे वाले बहुत ज्यादा बिजी रहते हैं इसी कारण से भुटे की साफ-सफाई पर भी सही तरीके से ध्यान नहीं दे पाते हैं। भुटे पर

लगा नॉबू का रस और मसाला इसके स्वाद को और भी बढ़ा देता है, पर भुटे वालों के पास यह चीजें काफी समय से रखी रहती हैं।