

IAS अभिषेक प्रकाश बहाल, जांच जारी ▶ देखें अंदर

NBT नवभारत टाइम्स

एनबीटी में विज्ञापन देने के लिए 19001205474 पर कॉल करें। नवभारत टाइम्स का अंक प्राप्त करने के लिए 19001200004 पर कॉल करें या subscribe.timesofindia.com पर जाएं।

ऐक्टिविस्ट सोनम वांगचुक जेल से रिहा ▶ देखें अंदर



दाम में ज़रा सा ज़्यादा क्यालिटी का पूरा वादा

कमला पसन्द®



वही स्वाद, वही भरोसा

अब **₹6** में

No Tobacco, No Nicotine

Not recommended for minors

Chewing of pan masala is injurious to health

सीएम सख्त, SIT करेगी बदायूं के डबल मर्डर की जांच

बरेली मंडलायुक्त की अध्यक्षता में बनी टीम, एसएसपी के बाद सीओ भी हटाए गए, प्लांट में बनी पुलिस चौकी



■ NBT रिपोर्ट, लखनऊ

बदायूं में हिंदुत्ववादी हिंसा (HPCCL) के संदर्भ में बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त और सिटी मैजिस्ट्रेट इंसान सिंह की अध्यक्षता में बनी जांच टीम (SIT) बर्खास्त की गई है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने कहा कि जांच में कोई भी गलती नहीं हुई है। जांच में बदायूं के एसएसपी को हटाया गया है।

डीएम पर भी आरोप

सीओ डॉ. देवेन्द्र कुमार को बदायूं के डबल मर्डर की जांच में बरेली मंडलायुक्त कुमार गुप्त ने आरोप लगाया है।

अब तक क्या हुआ

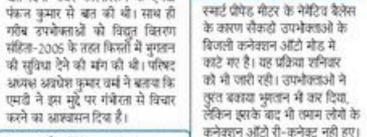
12 मार्च: HPCCL के डीएम सुधीर गुप्त और सिटी मैजिस्ट्रेट इंसान सिंह को हटाया गया।

किरस्तों में चुका सकेंगे प्रीपेड मीटर का नेगेटिव बैलेंस

UPPCL ने दिए संकेत, मिल सकती है सुविधा

■ NBT रिपोर्ट, लखनऊ

उत्तर प्रदेश के बिजली विभाग ने बताया कि प्रीपेड मीटर के नेगेटिव बैलेंस को चुका सकेंगे।



भुगतान के बाद भी नहीं हो रहा ऑटो कनेक्ट

उत्तर प्रदेश के बिजली विभाग ने बताया कि प्रीपेड मीटर के नेगेटिव बैलेंस को चुका सकेंगे।

पहले दिन 33% ने छोड़ी परीक्षा

अफवाह और फर्जी पेपर के बहाने वसूली पर दो दिन में 8 FIR, 4 गिरफ्तार

SI भर्ती परीक्षा

पुलिस उपनिरीक्षक (SI) भर्ती परीक्षा 2025 की पहली परीक्षा के पहले दिन अफवाह और फर्जी पेपर के बहाने वसूली पर दो दिन में 8 FIR, 4 गिरफ्तार।



परीक्षा केंद्र पर दरवाजा के साथ अभ्यर्थियों की बयानों का जांच किया गया।

'अवसरवादी प्रश्न' पर विपक्ष से ज्यादा पक्ष से उठे सवाल

■ NBT रिपोर्ट, लखनऊ: विधानसभा में कुछ सवाल पूछे गए थे जो अवसरवादी प्रश्न के रूप में उभरे।

पेपर के नाम पर ढगी, राजस्थान से 3 अरेस्ट

■ NBT रिपोर्ट, लखनऊ: राजस्थान से तीन अभ्यर्थियों के नाम पर ढगी पेपर के मामले में 3 अरेस्ट किए गए।

फर्जी पेपर बायरल

परीक्षा में पहले सोशल मीडिया पर एक फर्जी पेपर बायरल हुआ।

अफवाह फैलाने पर भी FIR

फर्जी पेपर के नाम पर अफवाह फैलाने पर भी FIR दर्ज की गई।

बस अड्डों पर रात में उमड़ी भीड़

अभ्यर्थियों के लिए रात में बस अड्डों पर भीड़ जमा हो गई।

जंगल की आग से निपटने के लिए 116 कट्रोल सेंटर

■ NBT रिपोर्ट, लखनऊ: गर्मियों में जंगल की आग से निपटने के लिए 116 कट्रोल सेंटर बनाए जाएंगे।

वर्तिकल सिस्टम से बेपटरी न हो जाए बिजली सप्लाई

बिजली सप्लाई को बेपटरी न होने देना है सरकार का उद्देश्य।

विभागीय जांच रिपोर्ट के आधार पर आदेश जारी

विभागीय जांच रिपोर्ट के आधार पर आदेश जारी किए जाएंगे।

45 हजार घूस मांगी, वरिष्ठ सहायक निलंबित

45 हजार घूस मांगी, वरिष्ठ सहायक निलंबित।

फार्मासिस्ट भर्ती का कैसा परिणाम, नियुक्ति पर दीर्घ विराम

फरवरी 2025 में हुआ था दस्तावेज सत्यापन। एक साल बाद भी नहीं आई नियुक्ति सूची।

मेडिकल अफसर भर्ती में भी यही हाल।

मृत्यु शुभारम्भ

B N SUPER SPECIALITY HOSPITAL

(200 Bedded Hospital)

दिनांक: 15 मार्च 2026 | समय: प्रातः 11:00 बजे | दिन: रविवार

Chief Guest: Mr. K.N Singh Patel | Hon'ble Chairman: Mr. Mahesh Singh Patel

You all are cordially invited to the OPENING CEREMONY of our new HOSPITAL.

निःशुल्क

स्वास्थ्य जाँच शिविर में उपलब्ध सेवाएं

दिनांक: 15/03/2026 | दिन: रविवार | समय: सुबह 11:00 बजे से शाम 04:00 बजे तक

ब्लड प्रेशर, ब्लड शुगर, HbA1c, कोलेस्ट्रॉल (डॉक्टर की सलाहानुसार ईसीजी) निःशुल्क परामर्श: चिकित्सक

नवीकोट नंदना, बीकेटी, सीतापुर रोड, लखनऊ-226201 | अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें: +91 7234000913 +91 7234000914

Email: care@bnhospital.com | Website: www.bnhospital.com

कहते हैं जो युद्ध की तैयारी करके रखता है, उसके साथ अमूमन युद्ध नहीं होता। हालांकि, ईरान के साथ ऐसा नहीं हुआ। इन दिनों एक बड़ा युद्ध चल रहा है, जिसकी वजह से कुछ देशों में गैस की किल्लत हो गई है। हालांकि, अपने देश में अभी हालात कुछ बेहतर हैं। ऐसे में लोग इसे महज अफवाह कह रहे हैं। लेकिन भले ही यह कोरी अफवाह हो, अगर हम कुछ तैयारी कर लें तो फायदा होगा। फिलहाल गैस के विकल्प के रूप में बिजली से चलने वाले कई उपकरण मौजूद हैं। जैसे इंडक्शन कुकटॉप, माइक्रोवेव, एयर फ्रायर आदि। इनकी क्या खूबियां और खामियां हैं? एक्सपर्ट्स से बात कर जानकारी दे रहे हैं लोकेश के. भारती



एक्सपर्ट पैनल

ये हैं स्मार्ट किचन के शानदार साथी

अगर घर में एक राइस कुकर या इलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर के साथ, एक इंडक्शन कुकटॉप और एयर फ्रायर का कॉम्बिनेशन हो तो गैस पर बनने वाली ज्यादातर चीजें इन अत्याधुनिक पर बनें या सकती हैं यानी गैस की जरूरत ही नहीं। इन पर खाना बनाने में लगने वाला वक़्त ख़रीब-ख़रीब गैस पर लगने वाले वक़्त ज़िदान ही है। ख़ोह-बहुत फर्क हो सकता है। स्वाद के लिहाज़ से भी ये पीछे नहीं है। जैसा स्वाद गैस पर बनाए खाने में मिलता है, वैसा ही इन पर बनाए खाने में भी मिलेगा। एयर फ्रायर में बहुत ही कम मात्रा में तेल लगता है। इससे वज़न में घिकनाई कम पाएगी है। डिब्बे बनाने का काम करनी ही, कोलेस्ट्रॉल बढ़ा इन्फ़्लू, उनके लिए यह बेहतरीन विकल्प है।

आ ग की किचन में कई ऐसे इलेक्ट्रिक अप्लायंसेज यानी उपकरण मौजूद हैं, जिनकी मदद से बिना LPG की आसानी से खाना बनाया जा सकता है। कई घंटे तक चले हैं इनका इस्तेमाल पहले से ही रहा है। इन्फ़्लू इंडक्शन कुकटॉप, एयर फ्रायर, माइक्रोवेव, राइस कुकर, इलेक्ट्रिक केतली, टोस्टर, ओवन और न्यूट्री पीट जैसे उपकरण धीरे-धीरे किचन का अहम हिस्सा बनते जा रहे हैं। इनकी ख़ास बात यह है कि ये बिजली से चलते हैं और कम समय में खाना तैयार कर देते हैं। कई मामलों में ये गैस की तुलना में ज्यादा सुरक्षित और एनर्जी सेविंग भी माने जाते हैं। अगर घर में दो या 3 उपकरण मौजूद हों तो लगभग ख़ास खाना बनाया जा सकता है जो आमतौर पर गैस चूल्हे पर बनता है।

जल्दी भी, हेल्दी भी

गैस के बिना भी पका सकते हैं खाना

किचन के अप्लायंसेज सिर्फ सजावट की चीज़ नहीं है, खाना पकाने के लिए करें इनका इस्तेमाल

यह ज़रूरत भी है और मौका भी

यह ज़रूरी नहीं कि हम हर गैस किचन में गैस जलाकर ही खाना पकाएं। अगर चाहें तो गैस की ख़ास कम करके बिजली के इस्तेमाल से भी खाना तैयार कर सकते हैं। मुर्फ़किन है कि कई घरों में अब ख़ास इलेक्ट्रिक युद्ध का माहौल देखने का मौका हो चुका है। गैस की किल्लत के दौरान ही नहीं, इनका इस्तेमाल अपने भी ज़रूरी रहा सकता है। ठीक उन्हीं तरह जैसे कोचिंग के बाद भी हमने फ़ास-सफ़ाई और बरफ़ का उपयोग ज़रूरी रखा। इसमें ऐसा नहीं किया, फिर भी सही तरीक़े को इन्फ़ॉर्मेटिव सच से परिचित हो गए।

इंडक्शन कुकटॉप

इसे गैस चूल्हे का सबसे करीबी विकल्प कहा सकता है। अगर घर में गैस ख़त्म हो जाए तो सबसे पहले इस उपकरण को चाद आती है, वह ही इंडक्शन कुकटॉप। यह बिजली से चलता है और इस पर खाना लगभग उसी तरह बनता है जैसे गैस चूल्हे पर। इसमें गर्मी सीधे बर्तन में उठाने होती है, जिससे ऊर्जा की बचत होती है और खाना जल्दी पकता है। हालांकि, एक बाल का धक्का रखना ज़रूरी है कि इंडक्शन कुकटॉप पर इंडक्शन-प्रेज़ेन्ट बर्तन ही इस्तेमाल किए जा सकते हैं। इसके लिए स्टील या सेरामिक इंडक्शन बेस वाले बर्तनों को चुनना होता है। इंडक्शन पर सही बर्तन (येस मोटा और चापटा) का उपयोग करके फ्राई भी कर सकते हैं।



एयर फ्रायर

फिरले कुछ बरतों में एयर फ्रायर किचन में खूब इस्तेमाल होने लगा है। यह खाना तैयार करने के लिए अच्चा आसान है जो कम तेल में खाना बनाना चाहते हैं। इसमें फिटनेस को लेकर ज़रूरत है। एयर फ्रायर में गर्म हवा के तेज़ सर्कुलेशन से खाना पकाया जाता है। कम तेल में खाना पकाने की वजह है।

क्या-क्या पका सकते हैं: फ्रेंच फ्राइज़, आलू टिक्के, फटलेट, समेता, पकड़े (कम तेल में), सेरटेड सॉसिज़, बेवर्ड स्नैक्स आदि।

अगर फ्रेंच, टोस्ट या सॉसिज़ों को फ्रिज करना हो तो एयर फ्रायर काफी अच्चा विकल्प है। यह हेल्दी भी है और ऊर्जा के लिहाज़ से भी काफी कुशल माना जाता है। हालांकि, एयर फ्रायर की एक सीमा भी है। इसमें बहुत ज्यादा पानी नहीं डालना संभव नहीं होता। जैसे टाटा या उन्हीं जैसी सब्ज़ी इसमें नहीं बनाई जा सकती, लेकिन सेविंग, बेकिंग और ग्रैज़िंग के लिए यह बेहतरीन विकल्प है।



टोस्टर

इसका इस्तेमाल खास तौर पर टोस्ट-उ-अंड या प्रोटीन बूट के चरबने के लिए किचन में होता है।

क्या-क्या पका सकते हैं: ब्रेड टोस्ट, फॉर्मिक ब्रेड, प्रोटीन पराठा, प्रोटीन पनीर, बेवर्ड मैडियर।

कैसे होवे से बेकफ़स्ट फटाफट तैयार हो जाता है। इन्फ़ॉर्मेशन के लेख अगले पन्ने पर, उनके लिए ज़रूरत पड़ेगी है।

इलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर

ऐसा हरिगन नहीं होता। अगर सही तरीक़े से मोनितर करके इसे कोर्ड प्रेशर नहीं होता। मुर्फ़किन है कि कुछ पॉपुलरिटी अचर ही है। अगर कोई अच्चा एयर फ्रायर का उपयोग नहीं तरीक़े से करता है तो स्वास्तिगत तौर पर वह फिटनेस की भी तैयारी, भी पा बटर का उपयोग कम कर देगा। इसमें इन्फ़ॉर्मेशन भी काच में लेख और फ्रेंच चीज़ों की ख़ास जानकारी।

ऐसे करें उपयोग

इंडक्शन-प्रेज़ेन्ट बर्तन ही इस्तेमाल करें: इंडक्शन कुकटॉप पर सही बर्तन काम करते हैं, जिनमें फेर्रोमैग्नेटिक मेटल खाने लोहे का स्टील का बेस होता है। इन्फ़ॉर्मेशन इन बर्तनों का इस्तेमाल करें: स्टेनलेस स्टील, कास्ट आयरन, इंडक्शन बेस वाले बरत। इंडक्शन बेस वाले कड़ाही। अगर बर्तन के नीचे Induction Compatible या Induction Base लिखा हो तो वह सही रहेगा। इंडक्शन कुकटॉप में गर्मी सीधे बर्तन के तले में बनती है। इन्फ़ॉर्मेशन बर्तन का बेस पैकेट होना चाहिए।

सही टेम्परेचर मोड में कुकिएं: इसमें आमतौर पर अलग-अलग मोड होते हैं जैसे दूध उबालना, दाल बनाना, फ्राई करना, आदि। अगर सही मोड का इस्तेमाल किया जाए तो खाना बेहतर तरीक़े से बनता है और बिजली की भी बचत होती है।

खास बात

ज्यादातर इंडक्शन कुकटॉप की पावर 1200 वॉट से 2200 वॉट के बीच होती है। अमूमन रोज़ाना कुकिंग में लगभग 1 से 3 यूनिट बिजली खर्च हो सकता है। अमूमन घर टाल बनाने में 20-25 मिनिट, खाली में 10-15 मिनिट का उबलना लाना सकता है। अगर गैस की तुलना में इंडक्शन कुकिंग गैस जितनी खर्च करती है वही इलेक्ट्रिक भी यह करती है।

क्या इंडक्शन पर बन सकते हैं: राइस, दाल, सब्ज़ी, पनार, आदि।

क्या इंडक्शन पर बन नहीं सकते हैं: अगर बर्तन बहुत बड़ा है और हीटिंग एरिया से बाहर निकल रहा है तो गर्मी बचकर नहीं मिलेगी। बहुत छोटा बर्तन रखने से गर्मी काई बच रहे पकाना ही नहीं पकती।

धारी चीज़ों में निरादर: इंडक्शन कुकटॉप की सही तैयारी करनी होती है। इन्फ़ॉर्मेशन उस पर सही बर्तन का चीज गिरने से बचाने का काम करना है।

गैस से खाना तैयार न होए: यह बिजली से चलने वाला उपकरण है, इन्फ़ॉर्मेशन सुरक्षित ध्यान रखना ज़रूरी है।

ऐसे करें उपयोग

प्रीहीट करना फायदेमंद होता है: एयर फ्रायर में प्रीहीट कर फिटनेस होता है। अगर 2-3 मिनिट पहले इसे गर्म कर लें तो खाना बेहतर पकता है।

खाने को बहुत ज्यादा न भरें: एयर फ्रायर में गर्म हवा को घुमने के लिए जगह चाहिए। अगर बरफेस्ट में बहुत ज्यादा खाना भर देंगे तो वह ठीक से नहीं पक पाएगा।

थोड़ा सा तेल लगाने से बेहतर नतीजा: हल्का-सा तेल ब्रश करने से स्वाद बेहतर हो जाता है।

बीच में खाना हिलाना या पलटना: फ्रेंच फ्राइज़ जैसी चीज़ों को बीच में एक बार हिलाना ख पकाना आसान रहता है।

सही साफ़पान का ध्यान: हर डिश के लिए अलग लथामन और सफ़ाई होना है। सिस्टम के अनुकूल सेट करना चाहिए।

साफ-सफ़ाई करें: इलेक्ट्रिक के बाद बरफेस्ट को सफ़ा करे। मशीन को समतल रखने पर रहे।



क्या एयर फ्रायर में बने खाने का स्वाद अलग होता है?

एयर फ्रायर में बने खाना काफी हद तक कुकुरा और टोस्टी होता है, लेकिन एरिया फ्राई की तुलना में थोड़ा अलग स्वाद होता रहता है। उपकरण के लिए, फ्रेंच फ्राइज़ एयर फ्रायर में कुकुरा बनते हैं, लेकिन तेल में तले फ्राइज़ से थोड़ा अलग हो सकते हैं। पकड़े का गमोले का स्वाद लगभग समान होता है, लेकिन तेल खाने में कम होता है। हालांकि, कई लोगों को एयर फ्रायर में बना खाना ज्यादा स्वाद आता है क्योंकि यह कम तेल वाला और हेल्थी होता है।

कुछ खूबियां हैं

- माइक्रोवेव में खाना तैयार करने की तुलना में काफी जल्दी बनता है क्योंकि इसमें मोनितर सही गर्म होता है।
- ओवन की तुलना में अमूमन कम एनर्जी खर्च होती है।
- अजलाने वाली खूबियां हैं बिलिंग, बेकिंग, डिफ्रिजिंग और ऑटो-कुक जैसे कई फीचर होते हैं।

कुछ खामियां भी

- धीरे धीरे या कुछ अचानक इसमें ठीक से नहीं बन पाते।
- कुछ चीज़ें कुकुरा नहीं बनती, उनका स्वाद भी थोड़ा अलग लग सकता है।
- कई बार खाना सिके ऊपर से ही गर्म होता है, अंदर ठंडा रहता है।
- अगर बर्तन गूदा नहीं कर सकते। सिर्फ माइक्रोवेव-सेफ़ बर्तन ही इस्तेमाल कर सकते हैं।

कुछ खूबियां हैं

- राइस कुकर पानी और लगाना को खुद ज़रूरत करता है, इन्फ़ॉर्मेशन ध्यान देने का अच्चा तरीक़ा है।
- इसमें ध्यान रखना छोड़ सकते हैं।
- कम से चंद यह खुद ही गर्म मोड में चलता जाता है। राइस कुकर में लगभग ध्यान रखने की जरूरत नहीं होती है।

कुछ खामियां भी

- हर तरह का खाना इसमें नहीं पका सकता। हल्का, मुनाने ही होता है।
- कई मोडल डिफ्रिज काउंटर पर ज्यादा जगह लेते हैं।
- खाली ज्यादा देर छोड़ने पर डिफ्रिज सकते हैं, अगर लंबे समय तक अंदर रखें तो वह खाली खुद सकते हैं।
- नॉन-रिटुक फ्रीज रखने से सकते हैं।

कुछ खामियां भी

- इसमें कई चीज़ें नहीं बना सकते।
- एक बार से सॉसिंग मात्रा में ही पानी उबलता है।
- लगातार इस्तेमाल से अंदर कैलिब्रेशन जमा हो सकता है। बार-बार खाना तैयार करने में उपयुक्त है।
- एनर्जिक मोडल में स्वाद बदल सकता है।

'सोशल मीडिया से मानसिक शांति खो रहे हैं लोग'

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** डिजिटल सोशल मीडिया की ओर से हो रहे हैं डिजिटल राष्ट्रिय सम्मेलन 'सोशल मीडिया 2026' का आयोजन। सम्मेलन की थीम 'सोशल मीडिया और मानसिक शांति' है। डॉ. राजेश कुमार सिंह (कॉलेजियल साइकोलॉजिस्ट) ने बताया कि आज लोग सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं। डॉ. सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं। डॉ. सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

न्यूक्लियर मेडिसिन विशेषज्ञों का बनेगा साझा मंच

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** शहर के विभिन्न विभिन्न संस्थानों के न्यूक्लियर मेडिसिन विशेषज्ञों का साझा मंच एक बैठक आयोजित की गई। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं। डॉ. सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

अधिवक्ता सुरक्षा विधेयक पारित कराने को प्रदर्शन

■ **NBT रिपोर्ट, लखनऊ:** अधिवक्ता सुरक्षा विधेयक को संसद में पारित कराने की मांग को लेकर शहर के अलग-अलग हिस्सों में प्रदर्शन किया गया। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'हिंदी मात्र नहीं, मातृभाषा है'

■ **NBT रिपोर्ट, लखनऊ:** आज के अर्थोपचार के दौर में बच्चे अपनी मातृभाषा ही हीने से शुरू होते हैं। नयाभारत दायज (NBT) ने बच्चों को अपनी मातृभाषा ही हीने से शुरू करने का प्रयास किया है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।



ये बने विजेता

पुनर्विद्युत की ओर से आयोजित हिंदी प्रतियोगिता में विजेताओं को प्रमाणपत्र दिए गए। कक्षा 6 से 12 तक के विजेताओं का नाम इस प्रकार है: कक्षा 6 में अर्जुन सिंह, कक्षा 7 में अर्जुन सिंह, कक्षा 8 में अर्जुन सिंह, कक्षा 9 में अर्जुन सिंह, कक्षा 10 में अर्जुन सिंह, कक्षा 11 में अर्जुन सिंह, कक्षा 12 में अर्जुन सिंह।

NBT फ़ैक्ट्री

हिंदी अन्वेषकरी और मुखरों के जरिए बच्चों ने सीखे भाषा को मजेदार बनाने के नए तरीके

मातृभाषा ही हीने से शुरू करने का प्रयास किया है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'हमारी संस्कृति की पहचान है हिंदी'

अक्सर हम सोचते हैं कि अंग्रेजी को ही हीने से शुरू करने का प्रयास किया है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'जो बोलते हैं, वही लिखते हैं'

पुनर्विद्युत की ओर से आयोजित हिंदी प्रतियोगिता में विजेताओं को प्रमाणपत्र दिए गए। कक्षा 6 से 12 तक के विजेताओं का नाम इस प्रकार है: कक्षा 6 में अर्जुन सिंह, कक्षा 7 में अर्जुन सिंह, कक्षा 8 में अर्जुन सिंह, कक्षा 9 में अर्जुन सिंह, कक्षा 10 में अर्जुन सिंह, कक्षा 11 में अर्जुन सिंह, कक्षा 12 में अर्जुन सिंह।

'हिंदी रोजगार का बड़ा जरिया'

आज के दौर में हिंदी ही हीने से शुरू करने का प्रयास किया है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।



'आत्मविश्वास का आधार'

आज के दौर में हिंदी ही हीने से शुरू करने का प्रयास किया है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'भविष्य की भाषा है हिंदी'

आज के दौर में हिंदी ही हीने से शुरू करने का प्रयास किया है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'नौकरियों में हिंदी को प्राथमिकता'

आज के दौर में हिंदी ही हीने से शुरू करने का प्रयास किया है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'मातृत्व महोत्सव' में रैप पर दिखा मम्मियों का जलवा



मातृत्व महोत्सव में रैप पर दिखा मम्मियों का जलवा

पुरानी किताबों से रोशन होगा जखूरतमंद छात्रों का भविष्य

■ **NBT रिपोर्ट, लखनऊ:** पुराने किताबों से रोशन होगा जखूरतमंद छात्रों का भविष्य। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

आइस्टीन जयंती पर वैज्ञानिकों का सम्मान

■ **NBT रिपोर्ट, लखनऊ:** आइस्टीन जयंती पर वैज्ञानिकों का सम्मान। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

बेगम सिकंदर की नफासत खास

■ **NBT रिपोर्ट, लखनऊ:** बेगम सिकंदर की नफासत खास। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'समाज की प्रगति महिलाओं की स्थिति बताती है'

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** समाज की प्रगति महिलाओं की स्थिति बताती है। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

केकेसी में सत्यपक दिवस समारोह

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** केकेसी में सत्यपक दिवस समारोह। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'डॉ. दिनेश शर्मा ने कहा, तकनीक का है वर्तमान युग, अपनी क्षमताओं का उपयोग करके वॉलेंट

■ **NBT रिपोर्ट, लखनऊ:** डॉ. दिनेश शर्मा ने कहा, तकनीक का है वर्तमान युग, अपनी क्षमताओं का उपयोग करके वॉलेंट। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

फटाफट खबरें

बतुल बेगम को मिलेगा लोक निर्मला सम्मान

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** लोक निर्मला सम्मान। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

विदेशी बैरिस्टर्स ने गुरुद्वारा में टेका माथा

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** विदेशी बैरिस्टर्स ने गुरुद्वारा में टेका माथा। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

खेल प्रतियोगिताओं के विजेता सम्मानित

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** खेल प्रतियोगिताओं के विजेता सम्मानित। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

'प्यावरण संरक्षण को वैश्विक सहयोग जरूरी'

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** प्यावरण संरक्षण को वैश्विक सहयोग जरूरी। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

अता-ए-जहरा में मना जश्न इमाम हसन

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** अता-ए-जहरा में मना जश्न इमाम हसन। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

रोजा इफ्तार में मांगी देश के लिए दुआ

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** रोजा इफ्तार में मांगी देश के लिए दुआ। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

इनर वील क्लब ने मनाया होली मिलन

■ **NBT रिपोर्ट, लखनऊ:** इनर वील क्लब ने मनाया होली मिलन। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।

सिखाए जाएंगे फ्रंट हिप सर्जरी के तरीके

■ **NBT न्यूज़, लखनऊ:** सिखाए जाएंगे फ्रंट हिप सर्जरी के तरीके। डॉ. राजेश कुमार सिंह ने बताया कि सोशल मीडिया पर लक्ष्मण और शेरवर्षा के बीच में मानसिक शांति खो रहे हैं।





केजरीवाल के लिए 'ATM' बन गई है मान सरकार : शाह

NBT नवभारत टाइम्स



शटल के नियमों में बदलाव पर साइना बोली- 'सतर्कता बरते'

'कांग्रेस इतनी हिंसा होती तो बसपा क्यों बनाते कांशीराम' पेज 2

नए मतदाता बनने के लिए 17 हजार से अधिक लोग आगे आए पेज 3

केंद्र ने SC में कहा- सेक्स वर्कर्स, गे... पर ब्लड डोनेशन का बैन रहेगा पेज 14

सोना लॉकर में सो रहा है? सोना लीजिए पर दें प्रति वर्ष 5% तक अधिक सोना पाएं myGold

केंद्र को भरोसा, गैस संकट जल्द संभल जाएगा

कहा- पेट्रोल, डीजल और LNG का है भरपूर स्टॉक

खबरों के अंदर की बात NBT Lens देखें पेज 9, 13, 14

मुकद्दस रमजान इस्लाम रविवार सुबह 6:16 PM साहसी सोमवार सुबह 4:51 AM

क्रिकेट फटाफट

वर्ल्ड कप ट्रोफी संग सिद्धिविनायक दर्शन

भारतीय टीम के हेड कोच नीलम टेंडुलकर का कप्तान सुर्विण्डर यादव टी20 वर्ल्ड कप 2026 की ट्रोफी लेकर मुंबई की सिद्धिविनायक मंदिर पहुंचें।

शुभमन-स्मृति आज होगे सम्मानित

वर्षिका के हुए क्रिकेटर कुलदीप

एक्टिविस्ट सोनम वांगचुक जेल से रिहा

हैपी मॉर्निंग लड़की पिशाच खाते हुए...

सराफा सोनम लॉकर में सो रहा है...

मौसम न्यूनतम तापमान 18.6 अधिकतम तापमान 34.4

केंद्र सरकार को भरोसा है कि देश में LPG की आपूर्ति पर ताल बंधा नहीं रहेगा।

सूची के मुताबिक, सरकार राबिंद्र प्रसाद और पुष्पिका के बीच समझौता कर रही है।

UAE में फुजेराह बंदरगाह के तेल टिंकर पर ईरान का निशाना।

लखनऊ: रिसॉर्ट में छिपा रखे थे 88 सिलिंडर, पांच पर FIR

सरकार ने PNG कनेक्शन वाली के लिए LPG कनेक्शन और रिलिज्ड रिफिल पर रोक लगा दी।

केंद्र ने SC में कहा- सेक्स वर्कर्स, गे... पर ब्लड डोनेशन का बैन रहेगा

'कानून-व्यवस्था नहीं संभाल सकते तो इस्तीफा दें अफसर'

नमाजियों की संख्या सीमित करने पर HC नाराज

इलाहाबाद हाई कोर्ट ने संभल में रमजान के दौरान नमाजियों की संख्या सीमित करने के निर्देशों को चुनौती दी।

खाड़ी में 15 दिन

अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप ने कहा है कि अमेरिका ने ईरान के तेल निर्यात को रोकने के लिए...

ईरान के निशाने पर US एंबेसी

ईरान ने इस्फ़ाहान और पारसी खाड़ी दोनों को निशाना बनाकर मिसाइल और ड्रोन हमले किए।

PNG कनेक्शन है तो LPG नहीं

सरकार ने PNG कनेक्शन वाली के लिए LPG कनेक्शन और रिलिज्ड रिफिल पर रोक लगा दी।

नए कनेक्शन पर पहले बिल में ₹500 की छूट

नए कनेक्शन पर पहले बिल में ₹500 की छूट।

दो फैसले संभल बदायूं

संभल में नमाजियों की संख्या सीमित करने पर HC नाराज।

SI भर्ती परीक्षा में सवाल पर बवाल

विकल्प में जाति विशेष का नाम, डिप्टी CM बोले- ऐक्शन होगा

NBT रिपोर्ट, लखनऊ: एसआई भर्ती परीक्षा के पहले हुए डिप्टी सीएम के सवाल पर बवाल मच गया।

पुलिस भर्ती बोर्ड द्वारा प्रश्नपत्र रद्द करने पर विरोध जताया है।

प्रश्नपत्रों के विकल्प पर सोशल मीडिया पर भी हुआ हंगामा।

समूदाय विशेष की भावनाएं झटका देने की बात कही जाने लगी।

पाक देश में नशे की लत फैला रहा: योगी

लखनऊ: सीएम योगी अजितप्रताप सिंह ने पाकिस्तान में नशे की लत फैलने का आरोप लगाया।

पाकिस्तान में नशे की लत फैलने का आरोप लगाया।

अभिषेक प्रकाश बहाल, जांच जारी

एक साल के भीतर निलंबन खत्म, आदेश आज से प्रभावी

NBT रिपोर्ट, लखनऊ: एक साल से निलंबित चल रहे आदेशों के अंतर्गत अभिषेक प्रकाश को बहाल में आदेश दिया है।

आदेशों के अंतर्गत अभिषेक प्रकाश को बहाल में आदेश दिया है।

एक्टिविस्ट सोनम वांगचुक जेल से रिहा

केंद्र सरकार ने NSA के तहत हिरासत रद्द की

पैट्रीडार्ड, नई दिल्ली: नेशनल एक्टिविस्ट सोनम वांगचुक को हिरासत केंद्र सरकार ने रद्द कर दी है।

केंद्र सरकार ने NSA के तहत हिरासत रद्द की।

आंदोलन-हिंसा की जगह नहीं: LG

लखनऊ के उपायुक्त जिला न्यायाधीश ने आंदोलन-हिंसा की जगह नहीं बनने का आदेश दिया।

साहित्यकार आर. वैरामुथु को ज्ञानपीठ पुरस्कार दिया जाएगा

आंध्रप्रदेश, नई दिल्ली: साहित्य अकादमी ने साहित्यकार आर. वैरामुथु को 2025 का ज्ञानपीठ पुरस्कार देने की घोषणा की।

आंध्रप्रदेश, नई दिल्ली: साहित्य अकादमी ने साहित्यकार आर. वैरामुथु को 2025 का ज्ञानपीठ पुरस्कार देने की घोषणा की।

बलिया: जुड़वा बच्चियां मरी तो अस्पताल ने डॉक्टरों में छिपाए शव

अस्पताल में डॉक्टरों में छिपाए शव

बलिया: जुड़वा बच्चियां मरी तो अस्पताल ने डॉक्टरों में छिपाए शव।

एक्सिस बैंक पर हर्जाना, नोटबंदी में नहीं लिए थे नोट

आपना, नई दिल्ली: राष्ट्रीय उपभोक्ता विवाद आयोग ने एक्सिस बैंक को हर्जाना देकर नोटबंदी में नहीं लिए गए नोटों के लिए नुकसान भरवाया।

आपना, नई दिल्ली: राष्ट्रीय उपभोक्ता विवाद आयोग ने एक्सिस बैंक को हर्जाना देकर नोटबंदी में नहीं लिए गए नोटों के लिए नुकसान भरवाया।

शहर में आज

- ओ सवा सूर्य उदय अर्धनक्षत्रों में ओर से हुदय रोग जख एव निःशुक्ल पारमर्श शिथिल, धरमरत शक, अतिशय, सुबह 7 बजे।
- सरस्वती डेटल कौतेल मे सिकर-ओ-फेस्ट, शिवाजीपु, अयोध्या रोड, सुबह 8:45 बजे।
- रोटी कलक अरु लखनऊ राजधानी का प्रथिण कार्यक्रम, नक्षत्र लौन, 11:00 बजे।
- अशुभ लखनऊ की ओर से शिवाय सैठ, पुनरक शक परितर, रविद्वार, धरबा, टोपेर 12 बजे।
- उप लोक जनजाति सरस्वती सरस्वती की ओर से होली मिलन समारोह, शिवाजीपु, मकसुलन, टोपेर 12 बजे।
- शिवाय हिंदू सभ परिषद की ओर से होली पूव सुदुकराड का पद, नारायण सिटी, शिवाजीपु, शिवाय, सुबह 11 बजे।
- अतिथि भारतीय सांस्कृतिक शाखा शरमरत का होली मिलन, प्रस बला, सुबह 11 बजे।
- न्यू केस असेसिलिएशन का होली मिलन समारोह, होली मिलन, शिवाय, सुबह 11 बजे।

अधुरी पढाई के बीच बैसिक स्कूलों की परीक्षाएं कल से

■ **NBT न्यूज, लखनऊ** : अधुरी पढाई के बीच बैसिक स्कूलों की परीक्षाएं कल से शुरू होंगी। स्कूलों में पढाई शुरू न हो पाने का ओ सबसे बड़ कारण है, वह है शिक्षकों का शैक्षिक कार्यों से ओर डरना। जनसंख्या SIR और युवी के मुनाबिक निल बौद परीक्षा कले न्यवार की दृष्टि में हो जकर रहे युवी बौद परीक्ष में जलन रहे।

परिक्षा कार्यक्रम के अन्तर्गत परीक्षा स्कूलों की परीक्षा 16 से 20 मार्च के बीच होंगी। लखनऊ में 1,500 परीक्षा स्कूल हैं, जिनमें बच्चों को पढने के लिए 10 हजार शिक्षक और 1,000 शिक्षार्थि तैयार हैं। प्रदर्शन में नक्षत्र से ही शिक्षक एमआरएस दृष्टि में जलन हो ग, इसके बाद 16 परीक्षा को बौद दृष्टि में बड़ संख्या में शिक्षकों को लगा दिया गया। ऐसे में इन कार्यों की जलन से बच्चों को पढने के बौद रहे। कई स्कूलों में शिक्षक यह है कि कई एक शिक्षक के गहरे 100 अधिक बच्चे हैं। अब ऐसे में वे बच्चे शिक्ष पढाई के हो परीक्षाओं में शामिल होंगे।

बिल जमा किया पर नहीं आई बिजली

इंजिनियरों के तबादले, सेवाएं प्रभावित

■ **NBT न्यूज, लखनऊ** : शहर में बिजली उपभोक्ताओं को शक्तिार को बिल जमा करने के बाद भी बिजली आरंभ न हो पाने से खल्ले परेशान हो रहे हैं। गुमराव लोगों में शक्तिार कर्मी बड़े पुरिणय शीतल मिना बैंक इंजिनियर काचलिन परितर में बिलिंग काउंटर पर हंगम किया। बिल समझ होने पर ऑनलाइन कनेक्शन करने के बाद उपभोक्ताओं ने तुरंत भुगतान कर दिया, लेकिन पुरो इंतजार के बाद भी बिजली चालू नहीं हो सकी। अधिकांश बिलों के कागजीय और बिलिंग काउंटर पर पहुंचने पर भी कोई सुधार नहीं हुआ।

समस्या के समाधान के लिए शक्तिार सेवा संबंधित क्षेत्र के बिलिंग काउंटर उपभोक्ताओं और विद्युत वितरण कर्मी के चक्कर लगते रहे, लेकिन सेफ्टी सेफ्टी के कारण अधिकतर कागजीय बंद मिले। अधिकांश और कागजीय बिलों के अभाव में चालू उपभोक्ताओं को कागजीय बिलों का सामक करना पड़ा। पौरित उपभोक्ताओं का कहना है कि स्मार्ट मीटर जलवायु में बिल जमा होने की कनेक्शन करना बंद न हो, बल्कि स्मार्ट मीटर के बंद न हो बिजली चालू नहीं हुई तो बिजली के चालू करने में देर हो गई।

उपभोक्ता सोवट-से बिजली पुनर्प्राप्त करवाया सुबह 11 बजे बंद हो गई तो दो घंटे बाद ही अमउठ चालू हो गया है। उन्होंने बिलिंग काउंटर जाकर कुल 4000 रुपये से मीटर को रिचार्ज करवाया, लेकिन टोपेर 3 बजे तक बिजली चालू नहीं हुई। दो बार बिलिंग काउंटर पर रिचार्ज कराने करने के लिए जलन पड़ा। वहीं, अलीगंज सोवट-जी निवासी एस अहमद ने बताया कि सुबह 10:30 बजे मीटर से सफल बंद हो गई। मैसेज पर 12 हजार रुपये का बिल जमा रहा, 14:00 से मीटर को सुल रिचार्ज करवा। पूरे परिवार में लक्ष्मी रोने लगे। लेकिन बिजली सफल टोपेर 3 बजे तक चालू नहीं हुई। नैनीताल युवक सचिव नर बिजली अभाव सुलन में बताया कि शक्तिार को सुबह 10:30 बजे बिजली मीटर से बंद हो गई। भुगतान करवा 8 हजार का, 10:00 रुपये से मीटर को ऑनलाइन रिचार्ज करवा, लेकिन टोपेर 3 बजे तक बिजली चालू नहीं हुई। जिस कारण मीटर रिचार्ज की जलन करने के लिए टोपेर 2 बजे पुरिणय उपभोक्त अना पड़े।

को उपभोक्ता काफ़ी समय से बिल जमा नहीं कर रहे थे, इनके जनेशन परट नर है, कई का बिल माइनस में चला गया है, इसलिए मीटर रिचार्ज के बाद नहीं जुड़ सके, दिखावा लेते हैं।

विनोद कुमार मिश्रा, P&A व कार्यवाहक निदेशक जलित्ज, MVNL



उपभोक्ता के चक्कर काटते रहे लोग

अलीगंज सोवट-से बिजली पुनर्प्राप्त करवाया सुबह 11 बजे बंद हो गई तो दो घंटे बाद ही अमउठ चालू हो गया है। उन्होंने बिलिंग काउंटर जाकर कुल 4000 रुपये से मीटर को रिचार्ज करवाया, लेकिन टोपेर 3 बजे तक बिजली चालू नहीं हुई। दो बार बिलिंग काउंटर पर रिचार्ज कराने करने के लिए जलन पड़ा। वहीं, अलीगंज सोवट-जी निवासी एस अहमद ने बताया कि सुबह 10:30 बजे मीटर से सफल बंद हो गई। मैसेज पर 12 हजार रुपये का बिल जमा रहा, 14:00 से मीटर को सुल रिचार्ज करवा। पूरे परिवार में लक्ष्मी रोने लगे। लेकिन बिजली सफल टोपेर 3 बजे तक चालू नहीं हुई। नैनीताल युवक सचिव नर बिजली अभाव सुलन में बताया कि शक्तिार को सुबह 10:30 बजे बिजली मीटर से बंद हो गई। भुगतान करवा 8 हजार का, 10:00 रुपये से मीटर को ऑनलाइन रिचार्ज करवा, लेकिन टोपेर 3 बजे तक बिजली चालू नहीं हुई। जिस कारण मीटर रिचार्ज की जलन करने के लिए टोपेर 2 बजे पुरिणय उपभोक्त अना पड़े।

एलीगंज कालोनी सोवट-1 निवासी रेनु बाल बिजली के सहा 13 मार्च को नया स्मार्ट मीटर लगाया था, उनके बिल 3000 का रखल पैल भी ला है। बिल कनेक्शन नकर 975639000 है, नेट मीटर चालू करने के लिए बिल बंद सर्वाधि क्षेत्र के इंजिनियरों से लेकर कर्मचारियों से सफल किया, लेकिन कोई सुधार नहीं हो रही है। इस कारण उन्हें सोलर पैल लगने के बाद भी सुविधा पाने से बंधित है।

अकाउंट आईडी न बनने से कनेक्शन, बिल सुधार समेत कई काम अटके

■ **NBT न्यूज, लखनऊ** : बिजली इंजिनियरों के लगातार स्थानांतरण और निरन्तर का शरर अब आम उपभोक्ताओं पर भी पड़ने लग है। न्यूनेन अधिकांश और कर्मचारियों की अकाउंट आईडी न बनने से बिजली से जुड़े कई काम ठप पड़ गए हैं। नर कनेक्शन से लेकर बिजली उपभोक्ता बिल सुधार, पैल, मीटर रीटिंग अदि काम के लिए बर-बर कागजीय के चक्कर लगने पड़ रहे हैं। 1912 पर रिचार्ज करने पर भी उनकी समस्या का निराकरण नहीं हो पा रहा है।

अकाउंट आईडी की जलन से सक्ती परेशानी लेख के अमीनी नेन की रीम क्षेत्र के लख आने वाले उपभोक्ता को डेलीन पड़ रही है। बिल बिजली से संबंधित न्यवार काम ऑनलाइन प्रकृति के माध्यम से संबंधित अधिकांश की अकाउंट आईडी से हो लिए जते हैं। आईडी न बनने के कारण नर कनेक्शन जरी करने, बिल में सुधार और अन्य तकनीकी कार्यों में देरी हो रही है। बीते 25 परीक्षा से विद्युत बरखंडों में एमआरएस, एड और सेव्ड बिलन कुल सत इंजिनियरों को निरन्तर किया गया था, बरखंड 24 सर्वाधि बरखंडों का स्थानांतरण कर दिया गया था, उनके स्थान पर नर कर्मचारियों की तैयारी ले कर दी गई, लेकिन अब तक उनकी अकाउंट आईडी नहीं बन सके हैं।

अमीनी जोन क्षेत्र में इंजिनियरों और कर्मचारियों की मैपिंग से गई है, इतने दिनों में सेफ्ट आईडी बन जानी चाहिए थी। ईआरपी सिस्टम में जलन दिखता है, इसवी जांच करवाए।

विनोद कुमार मिश्रा, P&A व कार्यवाहक निदेशक जलित्ज, MVNL

अकाउंट आईडी न बनने से कनेक्शन, बिल सुधार समेत कई काम अटके

■ **NBT न्यूज, लखनऊ** : बिजली इंजिनियरों के लगातार स्थानांतरण और निरन्तर का शरर अब आम उपभोक्ताओं पर भी पड़ने लग है। न्यूनेन अधिकांश और कर्मचारियों की अकाउंट आईडी न बनने से बिजली से जुड़े कई काम ठप पड़ गए हैं। नर कनेक्शन से लेकर बिजली उपभोक्ता बिल सुधार, पैल, मीटर रीटिंग अदि काम के लिए बर-बर कागजीय के चक्कर लगने पड़ रहे हैं। 1912 पर रिचार्ज करने पर भी उनकी समस्या का निराकरण नहीं हो पा रहा है।

अकाउंट आईडी की जलन से सक्ती परेशानी लेख के अमीनी नेन की रीम क्षेत्र के लख आने वाले उपभोक्ता को डेलीन पड़ रही है। बिल बिजली से संबंधित न्यवार काम ऑनलाइन प्रकृति के माध्यम से संबंधित अधिकांश की अकाउंट आईडी से हो लिए जते हैं। आईडी न बनने के कारण नर कनेक्शन जरी करने, बिल में सुधार और अन्य तकनीकी कार्यों में देरी हो रही है। बीते 25 परीक्षा से विद्युत बरखंडों में एमआरएस, एड और सेव्ड बिलन कुल सत इंजिनियरों को निरन्तर किया गया था, बरखंड 24 सर्वाधि बरखंडों का स्थानांतरण कर दिया गया था, उनके स्थान पर नर कर्मचारियों की तैयारी ले कर दी गई, लेकिन अब तक उनकी अकाउंट आईडी नहीं बन सके हैं।

अमीनी जोन क्षेत्र में इंजिनियरों और कर्मचारियों की मैपिंग से गई है, इतने दिनों में सेफ्ट आईडी बन जानी चाहिए थी। ईआरपी सिस्टम में जलन दिखता है, इसवी जांच करवाए।

विनोद कुमार मिश्रा, P&A व कार्यवाहक निदेशक जलित्ज, MVNL

नए वोटर बनने के लिए 17 हजार से अधिक लोग आगे आए

2,20,669 लोगों ने भरे फॉर्म

■ **लखनऊ** : राजधानी में वोटर लिस्ट पुनरत करने के लिए पुरो रहे 22 लाख से अधिक लोग 17 हजार से अधिक पुरे मतदाता केंद्र बनने के लिए आगे आए हैं। अलग-अलग विधानसभाओं से बड़ी संख्या में पुरे केंद्रों ने आवेदन फॉर्म भरे हैं। वहीं, नम व पुरा नैक करने वाले विभिन्न मतदाताओं का अंकाव 44 हजार से पर हो गया है। एमआरएस अधिकांश के जलन कर रही हैं। 1912 पर रिचार्ज करने पर भी उनकी समस्या का निराकरण नहीं हो पा रहा है।

अकाउंट आईडी की जलन से सक्ती परेशानी लेख के अमीनी नेन की रीम क्षेत्र के लख आने वाले उपभोक्ता को डेलीन पड़ रही है। बिल बिजली से संबंधित न्यवार काम ऑनलाइन प्रकृति के माध्यम से संबंधित अधिकांश की अकाउंट आईडी से हो लिए जते हैं। आईडी न बनने के कारण नर कनेक्शन जरी करने, बिल में सुधार और अन्य तकनीकी कार्यों में देरी हो रही है। बीते 25 परीक्षा से विद्युत बरखंडों में एमआरएस, एड और सेव्ड बिलन कुल सत इंजिनियरों को निरन्तर किया गया था, बरखंड 24 सर्वाधि बरखंडों का स्थानांतरण कर दिया गया था, उनके स्थान पर नर कर्मचारियों की तैयारी ले कर दी गई, लेकिन अब तक उनकी अकाउंट आईडी नहीं बन सके हैं।

अमीनी जोन क्षेत्र में इंजिनियरों और कर्मचारियों की मैपिंग से गई है, इतने दिनों में सेफ्ट आईडी बन जानी चाहिए थी। ईआरपी सिस्टम में जलन दिखता है, इसवी जांच करवाए।

विनोद कुमार मिश्रा, P&A व कार्यवाहक निदेशक जलित्ज, MVNL

विधानसभावार कहा कितने आवेदन

विधानसभा क्षेत्र	आवेदन
महिलाबाद	23,642
बेकेटी	28,407
सरोजनीनगर	38,949
लखनऊ पश्चिम	34,955
लखनऊ उत्तर	21,647
लखनऊ पूर्व	21,297
लखनऊ मध्य	16,415
लखनऊ कैट	18,252
मोहनलालगंज	17,105

मौसम का यू-टर्न, कल से गिरेगा पारा

मौसम विज्ञानियों के मुताबिक दो दिन तक रहेंगे वादल, गर्मी में आणगी कमी

दो हफ्ते में मार्च में छुड़ाए पसीने

■ **NBT रिपोट, लखनऊ** : चटक धूल और बढ़ते तापमान ने गर्मी से प्रहरजलियों को अंधे से बैसल करन शुरू कर दिया है। शक्तिार को भी तेज धूल ने परा चढ़ाए। लेकिन मैसम विभाग की मुनाबिक अंकाव 24 परे में मैसम का मिशन बदलने जलन है। एक सर्वाधि परीक्षण शिथिल के चाली रिकवर से परे में मिशरट दन को जा सकगी है, जिनसे ठमर और गर्मी से कुल जलत मिशन को अमद है। अमीनी मिशन लखनऊ मैसम विभाग केड के जरीच वैज्ञानिक अशुल कुमर सिंह के मुताबिक 15 मार्च से प्रशर में परीक्षण शिथिल सर्वाधि हो रहा है। इसके अन्तर्गत सेहर समेत प्रशर में कई नरक बजली की अवाजगी, तेज हवाएं और हल्की से मध्यम बारिश के अन्तर्गत है। बजले मैसम से अधिकांश तापमान में 2-3 डिग्री और न्यवार तापमान में 3-5 डिग्री सीलियस परी कमी आ सकने है। रिकवर और



मार्च के पूरे हफ्ते में ही शहरवासी गर्मी से बहाल है। दिन का पारा लगभग 34-35 डिग्री के बीच चला हुआ है। रिकवर सुबह से धूल खिली रही, लेकिन सारा हो-होी वादलों की अवाजगी ने मैसम बदलने के संकेत दे दिए हैं। दिन का पारा 34.4 डिग्री दर्ज किया गया। वहीं रात का पारा 18.5 डिग्री सेलसियस रहा। मौसम विज्ञानियों के मुताबिक रिकवर को दिन का पारा 32 डिग्री दर्ज किया जा सकता है। वहीं रात का पारा बढ़कर 21 डिग्री तक पहुंचने के अन्तर्गत है।

मैसम को लखनऊ समेत अन्तर्गत के इलाकों में बदल जाए लगे। ताप और पुरिणय के कुल जलन में 30-50 डिग्री परी कमी से हवाएं चल सकगी हैं। कुल स्थानीय पर गन-चमक के सच अने गिने की भी आशंका है। लखनऊ से हवा में सुबह आरामन सक् लेगी। दिन चढ़ते ही मैसम बदलने और बजली की अवाजगी के सच बूटबूटी और हल्की बारिश भी अनुमान है।

ताज़गी का नया तड़का!

अमरुत तड़का चचा 280ml ₹10/-

YOUR DREAM HOME JUST GOT MORE AFFORDABLE. Home loans starting @ 7.15% EXISTING 50% OFF ON EMIS

1st Hero WORLD'S NUMBER 25 YEARS IN A ROW

हीरो का स्कूटर स्कूटर का हीरो

पेश है नया Destiny 125

डेस्टिनी 125 | वेस्ट-इन-क्लास माइलेज 60 km/l | बड़े और चौड़े एलॉय व्हील्स | बड़ी और आरामदायक सीट | एल ई डी प्रोजेक्टर हेडलाइट डी आर एल के साथ

₹74,200*

HERO GoodLife

TOLL FREE 1800 266 0018

दिल का रिश्ता



वधु चाहिए

जति आधारित, आवल-विसा, अग्रवाल-विसा

WANTED_HOMELY, Below 30 Years Girl For Best Agrawal Engineer Boy From Affluent Family, 65 Lpa, Whatsapp 9899969228

PQM4 (Home, B.Tech, M.Sc., Agrawal Boy 27/07/96) born well edu Delhi family w/Engg MNC GGN, Seeks Veg T, Working Agr 9/10460001, 704550664

32/6 Hindu Baniya boy, well settled business family, 1Lkg for bride under 33 yrs, should have from educated family, Delhi, Wapp:987026243

SM4 fair well settled CA, Siles, 37/1980, Agrawal, Wkg 40, 60 LPA, Own Indep. House, South Delhi but Fully Wapp 971236866

GARG Home fair boy Aug 1986/21/17, B.Tech, wkg as Sr. Manager L&T Status regular family, Prof. prefer good blyal fair tall girl, W: 750029129

M4 SP Brahmin Boy, Medical Officer Grade A Central Govt. 100% Post, 30.000, Prof. Educ. 100% Lecturer 9899930822

MANGLI tall and well-educated girl for 28yr old well settled Brahmin family in Kashmir UK 46941289969

31 yrs (May '94), 5'8" Gownwari B.Tech, M.Tech, 33/8/88, well settled Brahmin family, PGM B.Tech, Upe caste no bar, 977635070/98104556

MHA(AR), B.Tech(IT), 40, 40% B.Tech, V.Handsome, Fit, London based Sr. Analyst, MNC, Pkg 1.2 Cr, Mutually Divorced, no Bk, 959901125

32, 6'11" (B.Tech), MS (Oval Architect) Sweden, Testator, Working Mumbai based MNC, Hyderabad, MP based, Family Served, settled, Father Retd Sr Executive (CPSE), Contact A 9849404758

HANDSOME Swast Brahmin 31 yrs/7 High Income, MBA (USA), Settled in India, From High status family, 946513331

BHARDWAJ Brahmin Boy, 32, 5'8", MBA, working in MNC. Seeking educated, cultured, modern-traditional values Brahmin girl. 9454908785

B.TECH MSc(CS) Ph.Brahmin Veg Mar.38/185 cm wkg in IT/USA on H1B visa, parents settled, seeks PG girl (ppr) Ind in (F/Fin), W App: 901321144

SM4 47/6" B.Tech-MBA Brahmin boy, 1Lass divorce, kgs abroad in MNC, veg, testator, non-magik, 9849969696@gmail.com

BRAHMIN 30/5'10 B.Tech IT/USA, MNC, C/P - Father Good Officer only child, Caste No Bar 9269999999/9999999999

SM4 K&B Brahmin upayya 30/35, B.Tech, fair boy, working in mnc india, Delhi, seeks well settled blyal girl, 9794022324, 9401131883

CA, Non-Veg 'F' (Foster Veg), Brahmin boy, Wkg in NZ, Seeks Profly Qld girl, fair Brahmin or Hindu, kgs abroad, 983007065

SM4 K&B w/son boy 1986/39/27, B.Tech, M.Tech, well settled w/Engg MNC, all edu, seeks prof girl wkg girl in remote R/R job pp/Brhman, Wapp 982196622

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 K&B w/son boy 1986/39/27, B.Tech, M.Tech, well settled w/Engg MNC, all edu, seeks prof girl wkg girl in remote R/R job pp/Brhman, Wapp 982196622

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

SM4 Brah, Mar 1998, B.Tech, reputed firm, Kgspt B.Tech, seeks well settled blyal girl, caste accptd, Prof. Rajas thn, 979923157, 9710441232

H'SOME, Bannal boy, 36/39, P.H. B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

DOCTOR girl 4, Agrawal boy 46, 57' 9" 1984, B.Tech, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SMART Gupta Boy 34/57, CA, CS Govt Bank Manager, 27/12/67, 6'7, (CS) B.Tech, W.A. 9971716460, Brahm. Whatsapp 96179-54103, Email:sm404@gmail.com

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

SM4 Gupta, Risharwani 30/35, B.Tech, 20 LPA, Delhi based, brahmin, Punjabi family accepted 987279704 call time 11am-11pm

KORLI Lko Boy 20/57, MBA wkg as Consultant in Pvt. Sec. seeks blyal & Educated bride. Prof: consent ed. 9425018579

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SM for Non-Mngk B.Sc. 28/35/77, speech problem, Prof. Job 4.2LPA, Father Retd, Central Govt. Seeks homely girl 9818033121

SALUTING WOMANHOOD



Celebrating women achievers

The Times of India and Navbharat Times recently organised a felicitation ceremony recognising women from diverse fields for their significant contributions to society. The event was presented by Sofy

Aparna Yadav
Response.UP@timesofindia.com

To mark Women's Day, The Times of India and Navbharat Times organised Times Women of Eminence—a celebration of grace, grit and greatness. The event was presented by Sofy, and supported by Nandi, Abhyudaya, BMW Speed Motors, Union Bank, Bank of Baroda and Bank of India. Anandiben Patel, governor of Uttar Pradesh, graced the event with her presence as the Chief Guest, adding great dignity and inspiration to the occasion. Apart from the felicitation of key women achievers, panel discussions on 'Digital Bhagirdari aur Bharat ki Nari' and 'Samaanta ki Kasauti par Mahila Shram' was also organised.

Anandiben Patel, governor of Uttar Pradesh, said, "I congratulate the entire team of The Times of India for organising this wonderful event. Women's Day is truly a proud day for women as their achievements are being recognised and celebrated. I would like to congratulate all the women who are felicitated. Women today are managing both household responsibilities and professional work with great dedication. When women work and achieve something on their own, it brings immense satisfaction and makes them feel proud of their capabilities. The women who have been felicitated here are doing incredible work in their respective fields. I have seen women who are engaged in creative activities such as making dyes from cow dung and producing slippers, some of which have even been sent to the Prime Minister. Various government schemes are also supporting and empowering women in these initiatives."

Ashish Verma, ED, Sales, Unicharm India, said, "It was a truly inspiring event organised by The Times of India, celebrating the remarkable role women play in shaping our society. The gathering beautifully highlighted the strength, dedication, and

achievements of women from diverse walks of life. It was heartening to witness so many voices coming together to acknowledge women's contributions and to promote empowerment, leadership, and equality. Events like these remind us that women are a powerful force behind progress, growth, and positive change in society moving us steadily toward greater equality and a true celebration of womanhood."

Saroj Singh, quality manager, Nandi, shared, "This event is truly impactful for women. It creates a strong sense of unity and helps us understand what we should focus on and how we can move forward in our respective fields. We are from a food manufacturing company, and we always look forward to participating in such meaningful events."



Pulkit Agarwal, MD, Abhyudaya Group, observed, "The Times of India has successfully hosted and celebrated the contributions of women in society. Women from diverse backgrounds came together, each representing determination, talent, and resilience. The event served as a platform to acknowledge their achievements and highlight the important role they play in building a progressive and inclusive society."

Prampreet Kaur, marketing head, BMW Speed Motors, added, "The felicitation ceremony was beautifully arranged. Being a woman, it felt truly special to see the hard work and achievements of women being appreciated on Women's Day. Such recognition is inspiring and meaningful. We truly look forward to more events like this that celebrate strength and contributions of women in our society."

Name	Designation	Region	Category
Anjali Agarwal	Founder, Smile Munia Foundation, Varanasi	Varanasi	Social Work
Anjali Tiwari	Founder, Kankur Literature Festival	Kankur	Literature
Anshika Yadav	Wrestler	Gorakhpur	Sports
Anshu Singh Gautam	CEO, Karma Devi Group Basti & Chairperson, GD Goenka School, Bareilly	Bareilly	Education
Bharti Madhok	Vice Chairperson, Sunbeam Group of Educational Institutions, Varanasi	Varanasi	Education
Geeta Devi	Jai Saheli, Jhansi	Jhansi	Social Work
Geeta Sharma	International hockey player	Bareilly	Sports
Green Army	Hope Welfare Trust, Varanasi	Varanasi	Women Empowerment
Dr Hitesha Verma	Founder & CEO, Han Agrocare LLP Dehradun	Dehradun	Business Entrepreneur
Kavita Yadav	Athlete	Prayagraj	Sports
Khushbu Nishad	Mixed Martial Arts	Prayagraj	Sports
Manika Gupta	Group CEO, Prime Hire Inc. World Edix, Phitech Labs & Media Sathi	Kankur	Business Entrepreneur
Pooja Agarwal	Pro Chancellor, Shri Ramswaroop Memorial University, Barabanki	Lucknow	Education
Poonam Rai	Artist	Varanasi	Art & Culture
Dr Poonam Singh	Social Reformer	Aligarh	Social Work
Rachna Govil	Athlete	Lucknow	Sports
Dr Smita Tandon	Jamuna Sewa Sadan Hospital, Varanasi	Varanasi	Healthcare
Prof Soniya Mityarand	VC, KGMU Lucknow	Lucknow	Healthcare
Swati Gupta	Principal, Goya World School, Sambhal	Moradabad	Education
Tulika Kapoor	Founder, Aryashree Siksha Samiti Agra	Agra	Social Work
Dr Vandana Bansal	Director, Jeevan Jyoti Hospital Prayagraj	Allahabad	Healthcare
Vipul B Varshney	Founder director, Shapati Associates India	Lucknow	Architecture & Cultural Heritage
Zainab Khatoun	Power Lifter	Meerut	Sports

Rajesh Kumar, zonal head, Union Bank, said, "We are truly grateful to The Times of India. They are not only organisers but have also become a celebrated presence in the city of Nawabs. The panel discussion was truly thought-provoking and highlighted what society thinks about women today. Both the topics were very relevant and engaging. As responsible citizens, we look forward to more such events, as they are extremely useful in giving new perspectives and hope for bringing positive change in society."



Shailendra Kumar Singh, GM and zonal head, Bank of Baroda, remarked, "We congratulate the entire team for taking this remarkable initiative that celebrates the achievements of women who are shaping the future of our society through their leadership, dedication, and vision. Such platforms play a vital role in recognising women who are driving meaningful change across communities and inspiring others."

Narendra Kumar Das, zonal head, Bank of India remarked, "I sincerely thank The Times of India for organising such a meaningful event. As a leading media organisation, it has taken a commendable step in recognising the achievements of women. Recognition acts as the greatest motivation and encourages women to continue excelling in their respective fields."

SPOTLIGHT



PANEL DISCUSSION 1

The rise of the digitally leveraged woman

A panel discussion also took place on the topic 'Digital Bhagirdari' and 'Bharat ki Nari'. The panelists were Dr Alok Bajpai, psychiatrist and TEDx speaker; Pooja Agarwal, pro chancellor, Shri Ramswaroop Memorial University, Barabanki; Tulika Kapoor, founder, Aryashree Siksha Samiti, Agra; Dr Poonam Singh, social reformer, Aligarh; and Bharti Madhok, vice chairperson, Sunbeam Group of Educational Institutions, Varanasi.



Alok Bajpai highlighted that India is currently going through a transition phase regarding the digital divide. While digital technology has reached many parts of the country, there are still areas where internet access and digital infrastructure remain limited. According to him, bridging this divide is essential so that every individual, especially women in rural areas, can benefit from the advantages of the digital world. He also emphasised the importance of maintaining balance while using digital technologies. He warned that excessive dependency on artificial intelligence

should be avoided. Bharti Madhok observed that girls today are becoming more confident and aware. Schools and colleges are increasingly emphasising cyber education, helping young women understand the importance of maintaining a responsible digital footprint. With greater exposure to digital platforms, girls are finding new ways to express themselves and build their identity. However, she also pointed out that digital addition is a growing concern and stressed that education and awareness are necessary to ensure that technology is used wisely.

Speaking about online challenges, Poonam Singh discussed issues such as trolling and defamation on digital platforms. She explained that, like any other tool, digital technology has both advantages and disadvantages. While the internet offers many opportunities to learn new skills and access information, it also exposes users to risks such as online harassment. At the same time, she noted that social media can provide emotional support and help women manage their many responsibilities by offering quick access to information and connections.

Pooja Agarwal described digitalisation as a major force behind increasing awareness and recognition in society. Through digital platforms, individuals are gaining a stronger sense of identity, which in turn empowers women. Government financial schemes are becoming more accessible through digital systems, allowing women in villages to benefit from them easily. She also highlighted how women are using mobile phones to promote culture and participate in social and financial activities.

Similarly, Tulika Kapoor highlighted how the digital revolution has changed how people access information and opportunities. In earlier times, learning depended largely on books, and internet access was limited. Today, even women in rural areas are aware of digital tools and are using them creatively. Many are producing online content, making village-based reels, starting cloud kitchens, and running small businesses through digital platforms.

PANEL DISCUSSION 2

Making society equal and better for 'Her'



Another panel discussion held on the same day on topic 'Samaanta ki Kasauti par Mahila Shram'. The panelists were Atul Tiwari, writer, actor and director, Kankur; Anjali Tiwari, literature festival, Kankur; Anshu Singh Gautam, chairperson, GD Goenka Public School, Bareilly and CEO Karmadevi Group of Institutions, Basti; and Dr Vandana Bansal, Director, Jeevan Jyoti Group of

Hospitals, Prayagraj. A discussion on women's empowerment highlighted the importance of education, equality, and a progressive mindset in society. Dr Vandana Bansal emphasised that a supportive family atmosphere is essential to build confidence in girls and women. She stressed that educating females is necessary so they can actively participate

in fields like science and technology. She also pointed out that women can truly progress only when society changes its thinking, ensuring equal pay and opportunities.

Atul Tiwari stated that Bollywood reflects society, as cinema acts as a mirror of social realities. He noted that women are still not in equal positions in many sectors, including sports, and highlighted challenges such as the casting couch in the film industry.

Anjali Tiwari added that women should recognise their own worth and take responsibility for the kind of contribution they make to society, rather than allowing others to judge them. Anshu Singh emphasised the need for self-awareness among women and said that education is the key to empowerment, and encouraged women to avoid limiting conditioning, and believe in themselves.

NOTE :-

[: राजस्थान पत्रिका , दैनिक जागरण delhi, नवभारत टाइम्स delhi, अमर उजाला delhi, हिन्दुस्तान delhi, Pioneer hindi delhi, जनसत्ता delhi,]

English NEWSPAPERS

[Times Of India delhi, Indian Express delhi, The Hindu delhi, Financial Express delhi, economic times delhi , the Pioneer english delhi , the tribune delhi] ETC.

We are providing all news paper pdf hindi and English want to read daily newspapers by pdf please msg me on telegram

2. आकाशवाणी (AUDIO)

whatsapp Group ka link pane ke liye
Newspaper_pdf_bot par jaye.

Click here to contact:-https://t.me/Newspaper_pdf_bot

Or type in Search box of Telegram

@Newspaper_pdf_bot And you will find a channel

BACKUP GROUP LINK

<https://t.me/joinchat/5P9EL1JaQoYzNTI1>

Hindi-English News Paper

Website:- onlineftp.in