





# लीच और एंडरसन ने इंग्लैंड को दिलाई बड़ी जीत, भारत 227 रन से हारा

चेन्नई। जैक लीच की फिरकी के जादू और दुनिया के सबसे सफल तेज गेंदबाज जेम्स एंडरसन की तूफानी गेंदबाजी से इंग्लैंड ने पहले क्रिकेट टेस्ट के पांचवें और अंतिम दिन मंगलवार को यहां भारत को 227 रन से हराकर चार मैचों की श्रृंखला में 1-0 की बढ़त बनाई।

इस जीत के साथ इंग्लैंड अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद की विश्व टेस्ट चौथीपिंयनशिप तालिका में शीर्ष पर पहुंच गया है जबकि इस मैच से पहले वह चौथे स्थान पर था। इस मैच से पहले शीर्ष पर चल रहा भारत चौथे स्थान पर खिसक गया। लीच (76 रन पर चार विकेट) और एंडरसन (17 रन पर तीन विकेट) की सधी हुई गेंदबाजी के सामने भारतीय टीम 420 रन के विश्व रिकॉर्ड लक्ष्य का पीछा करते हुए कप्तान विराट कोहली (72) और शुभमन कोहली (72) और शुभमन



ने 2012-13 में भारत को उसकी सरजर्मी पर 2-1 से हराया

था। दूसरा टेस्ट भी इसी एमए चिंदंबरम स्टेडियम में 13 फरवरी

से खेल जाएगा। भारत ने दिन की शुरुआत एक विकेट पर 39 रन से की। सलामी बल्लेबाज गिल अच्छी लय में दिखे।

## ऋषभ पंत ICC के पहले मृतीने के सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी बने

ऋषभ पंत आईसीसी के पहले मृतीने के सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी बने। इस साल के पंत ने ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ सिडनी में 97 रन की पारी खेली जिससे भारत मैच ड्रॉ कराने में सफल रहा।



दुबई। ऑस्ट्रेलिया में भारत की ऐतिहासिक जीत में अहम भूमिका निभाने वाले विकेटकीपर बल्लेबाज ऋषभ पंत को सोमवार को अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) के मृतीने के सर्वश्रेष्ठ पुरुष खिलाड़ी के पहले पुरस्कार के लिए चुना गया। आईसीसी ने पहली बार मृतीने के सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी के पहले पुरस्कार के लिए चुना गया। आईसीसी के लिए टीम की जीत में शामिल हुए।

रुपया चार पैसे की गिरावट के साथ 72.97 रुपये प्रति डॉलर पर बंद हुआ

मुंबई। डॉलर की धारणा मजबूत होने और आयातकों की डालर की मांग बढ़ने के कारण सोमवार को विदेशीमुद्रा विनिमय बाजार में उसके मुकाबले रुपये की विनिमय दर चार पैसे की गिरावट के साथ 72.97 रुपये पर बंद हुई। हालांकि, विदेशी संस्थागत निवेशकों के सतत निवेश और शेयर बाजार में आई मजबूती ने रुपये की गिरावट पर अंकुश लगा दिया। अन्तर्राष्ट्रीक विदेशीमुद्रा विनिमय बाजार में कारोबार के दौरान डॉलर के मुकाबले रुपया 72.86 पर काफी मजबूत खुला और बाद में 72.80 के उच्चतम स्तर को छोड़ दिया। शुक्रवार को बंद के समय विनिमय दर तीन पैसे की तेजी दर्शाता 72.93 रुपये प्रति डॉलर पर बंद हुआ था। वैशिक बाजार में डॉलर का शेयरों की धारणा को बल मिला। तीस शेयरों पर आधारित बीएसई संसेक्स 167.14 अंक यानी 1.22 प्रतिशत मजबूत होकर रिकार्ड 51,348.77 अंक पर बंद हुआ। कारोबार के दौरान यह 51,523.38 अंक तक गया। नेशनल स्टॉक एक्सचेंज का निपटी भी 191.55 अंक यानी 1.28 प्रतिशत उछलकर 15,115.80 अंक के उच्चतम स्तर पर बंद हुआ। कारोबार के दौरान यह 15,159.90 अंक तक चला गया। इस तेजी के साथ निवेशकों की संपत्ति करीब 2.50 लाख करोड़ रुपये बढ़ी। इससे बीएसई में सूचीबद्ध कंपनियों का बाजार पूँजीकरण 202.82 लाख करोड़ रुपये पहुंच गया। संसेक्स के शेयरों में सर्वाधिक लाभ में महिंद्रा एंड महिंद्रा रही। इसमें 7.23 प्रतिशत की तेजी आयी। इसके अलावा बाजाज फिनसर्व, भारती एयरटेल, पारवग्रिड, इप्पोसिस और आईसीआईसीआई बैंक में भी अच्छी तेजी रही। दूसरी तरफ जिन शेयरों में गिरावट दर्ज की गयी, उनमें एचप्यूल, कोटक बैंक, बाजाज फाइनेंस, आईटीसी,

## क्रिकेट मैच की रिकॉर्डिंग के लिए मैदान के ऊपर उड़ेंगे ड्रोन

बयान में कहा गया कि बीसीसीआई और विविडिक को 31 दिसंबर 2021 तक भारत में क्रिकेट मैचों के फिल्मांकन के लिए विमानन नियम, 1937 के विभिन्न प्रावधानों से सर्वश्रेष्ठ दृष्टि दी गयी है।

नयी दिल्ली। विमानन क्षेत्र के नियामक डीजीसीए और नागरिक विमानन मंत्रालय ने भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) को इस साल क्रिकेट मैच के मैदान के ऊपर ड्रोन के जरिए फिल्मांकन के लिए लिए सशर्त मंजूरी दे दी है। एक आधिकारिक बयान में सोमवार को बताया गया, 'नागरिक विमानन मंत्रालय को मंजूरी प्रदान करने और सीधे प्रसारण के संबंध में रिमोटली पायलटेड एयरक्राप्ट सिस्टम (आरपीएस) के इस्टेमाल के लिए बीसीसीआई और विविडिक से अनुरोध मिला था'। बयान में कहा गया कि बीसीसीआई और विविडिक को 31 दिसंबर 2021 तक भारत में क्रिकेट मैचों के फिल्मांकन के लिए विमानन नियम, 1937 के विभिन्न प्रावधानों से सर्वश्रेष्ठ दृष्टि दी गयी है। नागरिक विमानन महानिदेशालय (डीजीसीआई) और नागरिक विमानन मंत्रालय ने सर्वश्रेष्ठ अनुमति प्रदान करने के लिए चार फरवरी को अलग-अलग आदेश जारी किया। नागरिक विमानन मंत्रालय के संयुक्त सचिव अंबर दुबे ने बताया, 'हमारे देश में 'ड्रोन इकोसिस्टम' का तेजी से विस्तार हो रहा है। कृपि, खनन, स्वास्थ्य और आपदा प्रबंधन से लेकर खेल और मनोरंजन क्षेत्र में इसका इस्टेमाल बढ़ रहा है।' उन्होंने कहा कि देश में ड्रोन के वाणिज्यिक इस्टेमाल को बढ़ावा देने के लिए केंद्र सरकार के उद्देश्यों के तहत यह अनुमति प्रदान की गयी है।



## बाजार में छठे दिन तेजी जारी, सेंसेक्स पहली बार 51,000 के ऊपर पहुंचा

बाजार औंटो और सन कार्मा शामिल हैं। इनमें 1.43 प्रतिशत की गिरावट आयी। जियोजीत फाइनेंशियल सर्विसेज के शोध प्रमुख विनोद नायर ने कहा, 'वैशिक तरत पर मजबूत रुख से घरेलू तेजी को बल मिला। सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों में पिछले कुछ दिनों से जारी तेजी पर विराम लगा। दैनिक उपयोग का सामान बाजार वाली कंपनियों (एफएमसीजी) के शेयरों में कुछ सुधार देखने को मिला।'

उन्होंने कहा, 'कुल मिलाकर बाजार में तेजी बनी हुई है। सभी क्षेत्रों में खासकर वाहन, आईटी और धातु कंपनियों के शेयरों में तेजी देखी जा रही है। एफपीआई (विदेशी पोर्टफॉलियो निवेशक) के पूँजी प्रवाह के साथ घरेलू बाजार के परिवृत्त्य में सुधार उत्तराहजनक है।'

अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन के 1,900 अरब डॉलर के कोविड-19 राहत पैकेज

को संसद द्वारा जल्द मंजूरी मिलने की उम्मीद में वैशिक बाजारों में रिकार्ड तेजी रही। एशिया के अन्य बाजारों में शंघाई कंपोजिट सूचीकांग, हांगकांग का हांगसेंग और जपान के निकी में उल्लेखनीय तेजी रही। जबकि दक्षिण कोरिया कोरिया का कोस्पी नुकसान में रहा। यूरोप के प्रमुख बाजारों में मौर्खा कारोबार में सकारात्मक रुख रहा। इस बीच, वैशिक तेल मानक ब्रैंट कूड 0.76 प्रतिशत मजबूत होकर 60.01 डॉलर प्रति बेरेल पर रहा। अमेरिकी डॉलर के मुकाबले रुपये की विनिमय दर 4 पैसे टूटकर 72.97 रही।



रविचंद्रन अश्विन ने रचा इतिहास, 100 साल में पारी की पहली गेंद पर विकेट लेने वाले पहले स्पिनर बने

चेन्नई। भारत के अनुभवी आप स्पिनर रविचंद्रन अश्विन टेस्ट क्रिकेट में सौ साल में पारी की पहली गेंद पर विकेट लेने वाले पहले स्पिनर बन गए। इंग्लैंड के खिलाफ चौथे टेस्ट के चौथे दिन अश्विन ने इंग्लैंड के सलामी बल्लेबाज रोरी बर्नस को दूसरी पारी की पहली गेंद पर आउट किया जिनका कैच स्लिप में अंजिक्य रहाये ने लपका। वह खेल के 134 साल के इतिहास में यह कारनामा करने वाले तीसरे स्पिनर हैं। आखिरी बार दक्षिण अफ्रीका के लेग स्पिनर बर्ट वोगलेर ने 1907 में इंग्लैंड के टीम हैवर्ड को टेस्ट मैच में पारी की पहली गेंद पर आउट किया था। यह उपलब्ध अर्जित करने वाले पहले स्पिनर है। टीम प्रबंधन ने मुझे बताया कि ऐसे तो साल में पहली बार हुआ है। मैं विराट को बध्योंके मुझे पता था कि तुम (ईशांत) गेंदबाजी की शुरुआत करोगे लेकिन विराट ने मुझे पहला ओवर दिया।

**केनरा बैंक ने ऋण, जमाओं पर ब्याज**

**दरों में 0.1 प्रतिशत की कटौती की**

बैंगलुरु। केनरा बैंक ने एन दिन और एक महीने की अवधि 1 के लिए कोषों की सीमांत लागत आधारित उधार दर (एससीएलआर) में 0.1 प्रतिशत की कटौती की है। बैंक ने सोमवार को एक बयान में बताया कि ओवरनाइट और एक महीने के लिए एमसीएलआर अब 6.7 प्रतिशत है। इसके अलावा तीन महीने के लिए एमसीएलआर 6.95 प्रतिशत, छह महीने के लिए एमसीएलआर 7.30 प्रतिशत और एक साल के लिए एमसीएलआर 7.35 प्रतिशत है। बयान में कहा गया कि रेपो से जुड़ी उधारी दर (आरएलएलआर) 6.90 प्रतिशत पर यथावत है।

**एनएसई में सूचीबद्ध कंपनियों में एफपीआई की हिस्सेदारी पांच साल के उच्चतम स्तर पर**

नयी दिल्ली। प्रमुख शेयर बाजार एनएसई में सूचीबद्ध कंपनियों में एफपीआई की हिस्सेदारी दिसंबर 2020 में बढ़कर पांच साल के उच्चतम स्तर 22.74 प्रतिशत पर पहुंच गई। दिसंबर में ख्त्व हुई चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही के दौ

## सम्पादकीय.....

## भारतीय वैक्सीन हैं सुरक्षित

भारत सरकार कोरोना महामारी से निवारण के लिए अपनी वैक्सीन विकसित कर स्वास्थ्यकर्मियों और कोरोना के खिलाफ युद्ध में संलग्न अन्य कर्मियों समेत तीन करोड़ लोगों को वैक्सीन लगाने की मुहिम के शुरू से ही कुछ निहित स्वास्थ्य तत्वों द्वारा स्वर्देशी वैक्सीन के खिलाफ दुष्प्रचार किया जा रहा है। इस दुष्प्रचार और कुछ अन्य कारणों से कुछ लोग वैक्सीन के प्रति हतोत्साहित हो रहे हैं। इस कारण प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने लोगों से अपील की है कि वे इस दुष्प्रचार से प्रभावित न हों। प्रधानमंत्री स्वास्थ्य मंत्री और सरकारी प्रतिनिधियों के द्वारा बार-बार समझाया भी जा रहा है कि भारतीय वैक्सीन सुरक्षित भी है और प्रभावी भी। लगभग एक सदी के बाद मानवता एक भयानक महामारी से गुजर रही है। विशेषज्ञों को इससे निवारण के लिए कोई भी इलाज नहीं सूझा रहा था। ऐसे में इस बीमारी के प्रति शरीर में प्रतिरोधात्मक शक्ति विकसित करना ही एकमात्र हल सोचा जा रहा है। एलोपैथिक विकित्सासास्त्र में इसके लिए वैक्सीन एक उपाय माना जाता है। सामान्य परिस्थितियों में एक वैक्सीन को विकसित करने में सात से 10 साल का समय लगता है, लेकिन इस महामारी में विशेषज्ञों पर दबाव था कि वे जल्द से जल्द वैक्सीन विकसित करें। दुनियाभर में 200 से अधिक प्रयास चल रहे हैं, जिनमें 18 प्रयास भारत में हो रहे हैं। गौरतलब है कि भारत लंबे समय से वैक्सीन के क्षेत्र में अग्रणी देश रहा है। यहां की लगभग सात कंपनियां वैक्सीन बना कर दुनियाभर में बेचती रही हैं। दुनिया में वैक्सीन कहीं भी विकसित हो, उसके बड़े स्तर पर उत्पादन में भारतीय कंपनियों को खासी महारत हासिल है। सीरम इंस्टीट्यूट और भारत बायोटेक नामक दो भारतीय कंपनियों ने कोरोना वैक्सीन का व्यावसायिक उत्पादन शुरू कर दिया है और कोरोना योद्धाओं के यह वैक्सीन दी जा रही है। लेकिन भारत बायोटेक की वैक्सीन कोवैक्सिन के खिलाफ दुष्प्रचार भी तेज हो गया है। पहले से ही कुछ अन्य कारणों और स्वाभाविक डर के कारण वैक्सीन के प्रति हिचकिचाहट के साथ यह दुष्प्रचार वैक्सीन के प्रति कुछ लोगों को हतोत्साहित कर रहा है। हालांकि दोनों भारतीय वैक्सीनों को सभी प्रक्रियाओं को प्रूफ करने के बाद आपातकालीन उपयोग की अनुमति दी गयी है, लेकिन कोवैक्सिन के बारे में प्रचारित किया जा रहा है कि चूंकि इसके तीसरे चरण के परीक्षण पूर्ण नहीं हुए हैं, इसलिए इसकी प्रभावी क्षमता सुनिश्चित नहीं है, जबकि सच यह है कि ऑक्सफोर्ड विश्वविद्यालय द्वारा विकसित और सीरम इंस्टीट्यूट द्वारा निर्मित 'कोविशील्ड' और भारत बायोटेक द्वारा विकसित एवं निर्मित 'कोवैक्सिन' दोनों को प्रयोग विशेषज्ञ समिति की अनुशंसा पर ही अनुमति मिली है। कहा जा रहा है कि इस वैक्सीन को देने से पहले जिन्हें वैक्सीन दी जा रही है, उनकी सहमति जरूरी है। गौरतलब है कि विशेषज्ञों के मार्गदर्शन में चयनित इन टीकों के बारे में किसी भी प्रकार की शंका का कोई स्थान नहीं है। समझना होगा कि वर्तमान में कोरोना योद्धाओं और अन्य ऐसे व्यक्तियों, जिन्हें इस संक्रमण का सबसे अधिक खतरा है, उन्हें ये वैक्सीन आपातकालीन व्यवस्था के अंतर्गत दी जा रही है, क्योंकि उनके जीवन को खतरे में नहीं डाला जा सकता। यहीं नहीं, विश्व के अत्यंत सम्मानजनक मैडिकल जरनल 'लैंसेट' द्वारा प्रकाशित दस्तावेज के अनुसार भारत बायोटेक द्वारा विकसित वैक्सीन 'कोवैक्सिन' सुरक्षित भी है और प्रभावी भी।

## आज का राशिफल

मेष :- निकट संबंधों में शंकाओं को हावी न होने दें। भौतिक आकांक्षाओं की पूर्ति होने के आसार बनेंगे। नौकरी का वातावरण सुखद होगा। सगे—संबंधों में प्रगाढ़ा बढ़ेगी।

बुध :- अर्थिक क्षेत्र में लाभ के आसार हैं। अवरोधित कार्य हल होंगे। योजनाओं के फलीभूत होने से मन प्रसन्न होगा। विद्यार्थियों के लिए ग्रहों की अनुकूलता लाभप्रद होगी।

मिथुन :- संबंधों में कठु वचनों का प्रयोग न करें। माता के स्वास्थ के प्रति सचेत रहें। अच्छे कार्यों द्वारा प्रशंसा के पात्र बनेंगे। राजनीति से जुड़े लोगों को ग्रहों की अनुकूलता का लाभ मिलेगा।

कर्क :- बीती बातों को भूलने की कोशि करें। रोजगार में कुछ अच्छे अवसर मिलेंगे। भौतिक इच्छाएं बलवती होंगी। अभिभावकों के भावनात्मक सहयोग से उत्साह में वृद्धि होगी। आकांक्षाओं की पूर्ति होगी।

सिंह :- नकारात्मक चिंताओं का त्याग करें। महत्वपूर्ण जिम्मेदारियों अपनी पूर्ति हेतु मन पर दबाव बनाएंगी। वर्तमान में आपको सकारात्मक सोच के साथ सकारात्मक दिशा में प्रयास करना चाहिए।

कन्या :- किसी नये कार्य की ओर आपका रुझान बढ़ेगा। किसी महत्वपूर्ण फैसले के लिए मन कोंद्रित होगा। नवीन योजनाओं द्वारा प्रगति होगी। जीवन साथी के साथ सधूरता कायम रखें।

तुला :- महत्वाकांक्षाएं मन पर प्रभावी होंगी। घरेलू कायरों में अत्यधिक व्यय का योग है। कार्यक्षेत्र में व्यस्तता बढ़ेगी। परिवार में सुखद स्थिति प्रसन्नता लाएंगी। रोजगार में लाभकारी स्थिति रहेगी।

वृश्चिक :- परिश्रम का समुचित लाभ प्राप्त होगा। परियारिक वातावरण सुखद व उत्साहपूर्ण होगा। महत्वपूर्ण योजनाओं के क्रियान्वयन हेतु प्रयत्न तीव्र होगा। परिवार में किसी मेहमान का आगमन सभव।

धनु :- मन सुदर कल्पनाओं से प्रभावित रहेगा। नये संबंधों के प्रति निकटता बढ़ेगी। उपस्थित साधनों में सन्तुष्ट व तृप्त होने का प्रयत्न करें। जीवन साथी के स्वास्थ के प्रति सतकता लावें। कुछ नई अभिलाषाएं मन में जागृत होंगी। प्रियजनों का सन्दर्भ प्राप्त होगा।

कुंभ :- राजनीति से जुड़े लोगों के लिए समय अनुकूल रहेगा। अच्छे कार्यों के लिए प्रशंसनीय होंगे। शासन—सत्ता से लाभ के अवसर प्राप्त होंगे। कोई महत्वपूर्ण निर्णय लेने में मन दुष्कृत्यरस्त होगा।

मीन :- आवाश में किये गये कार्य से कष्ट संभव। भावनात्मक समस्याओं पर सगे—संबंधियों के बीच खुलकर बात करें। कुछ नये उत्साह व कार्य क्षमता की अनुभूति करें। महत्वपूर्ण कार्यों को कल पर न टालें।

## किसान आंदोलन का निष्कर्ष निकलना चाहिए

## -राजेश माहेश्वरी

जहां तक ठेके की खेती का सवाल है, तो पंजाब समेत 20 से ज्यादा राज्यों में यह व्यवस्था जारी है।

प्रधानमंत्री ने पिछले दिनों कृषि सुधारों के गतिरेख पर राज्यसभा में चर्चा का उत्तर देते हुए किसान के राजनीति के बाबत रख दिया है कि आखिरकार किसान आंदोलन का निष्कर्ष क्या निकलेगा? क्या ऐसे ही किसान आंदोलन के लिये सड़कों धरकर बैठे रहेंगे? क्या आंदोलन की वजह से आम नागरिक, व्यापारी और उद्योग परेशान व नुकसान उठाते रहेंगे। इसमें कोई दो राय नहीं है कि दिल्ली का लाल किला देश की गरिमा है। दंगाइयों ने लाल किले की गरिमा को कम कर दिया। उन्होंने इस देश के गौरव के गुबदों को क्षतिग्रस्त कर दिया। यह पहली बार है कि हमारे अपने देशवासियों ने इस विरासत को नुकसान पहुंचाया है। यह पहली बार है कि हमारे अपने देशवासियों ने इस विरासत को नुकसान पहुंचाया है। उन्होंने किसानों को भरोसा दिया कि न्यूनतम समर्थन मूल्य यानी

एमएसपी पहले भी था,

भ्रम नहीं फैलाया जाना चाहिए। एनिस्संदेह लंबे

गतिरेख के बाद जब

दिल्ली की सीमाओं पर

आंदोलनकारी किसान दो

महीने से अधिक समय से

जमे हुए हैं और पीछे हटने

को तैयार नजर नहीं आते,

तब सरकार की तरफ से

बातचीत की पहल की

उम्मीद तो की ही जा रही

थी।

सुधारों के गतिरेख पर राज्यसभा में चर्चा का उत्तर देते हुए किसान भाइयों से आंदोलन पर आकर अटक गया। किसान पंचायतों की जमकर तारीफ किये जाने से ये लगा कि सरकार पूरी तरह दबाव मूक है। और गत दिवस संसद में श्री तोमर द्वारा जिस तरह के आक्रामक तेवरत पर ये उससे लगता है। उन्होंने किसानों को भरोसा दिया कि न्यूनतम समर्थन मूल्य यानी एमएसपी पहले भी था, एमएसपी है। और भविष्य में तीखेन और तल्ली एक जरूरत पर ये गर्भावाना रुक्ष छोड़ देंगी है। ये बात भी गौरतलब है कि राजनेताओं को आंदोलन के पास तक न फटकन देने वाली जिद भी एक झटके में दरकिनार कर दी गई। जो राजनेता किसान आंदोलन को दूर से देखते थे वे राजेश टिकैत की बयानों में तीखेन देने अंतर्लीकरण की गिरावंत हो गई। इसको लेकर भ्रम नहीं फैला जाना चाहिए। एनिसंदेह लंबे

गतिरेख के बाद जब

दिल्ली की सीमा पर

राजनीति की वजह से

जमे हुए हैं और पीछे हटने

को तैयार नजर नहीं आते,

तब सरकार की तरफ से

बातचीत की पहल की

उम्मीद तो की ही जा रही

# बैंडस्टैंड में लोगों की भीड़ देरव हैरान हुई मलाइका अरोड़ा, फोटो शेयर कर पूछा— क्या रवत्म हो गया कोरोना ?



दुनियाभर में फैली कोरोना वायरस ने भारत में भी कोहराम मचाकर रखा है। हालांकि, स्थिति में पहले से काफी सुधार है। सरकार ने लोगों को एक-दूसरे से दूरी बनाने और मास्क पहनने की अपील की है ताकि कोरोना से संक्रमित होने से बचा जा सके। कोविड महामारी से जूझ रहे देश की

मलाइका अरोड़ा लोगों की भीड़ देख हैरान हो गई है कि क्या कोरोना खत्म हो गया है? मलाइका अरोड़ा ने इंस्टा स्टोरी पर बैंडस्टैंड की एक फोटो शेयर की है, जिसमें लोगों की भीड़ देखी जा सकती है। मलाइका ने कैशन में लिखा, रश्योविड या नो कोविड इश मालूम हो कि कुछ समय पहले मलाइका और

उनके बॉयफ्रेंड अर्जुन कपूर भी कोरोना के शिकार हो गए थे। ऐसे मलाइका को रिप्पिली डांस शो इंडियाज बैस्ट डांसर से ब्रेक लेना पड़ा था। हालांकि, उनकी जगह नोरा फतेही शो को कुछ दिनों के लिए जज करती नजर आई थीं। कंगना रनोत ने तज कसते कहा— था श्वी गेड़ एकट्रेस, तापसी पन्नू बोलीं— मुझे बड़ी फिल्मों की

जरूरत नहीं 'गुड़िया हमारी सभी पे भारी' ने पूरा किया 300 एपिसोड्स का सफर, टीम ने मनाया जश्न कोरोना से ठीक होने के बाद मलाइका को फैन्स को कहा था—शुक्रिया कोरोना वायरस से ठीक होने के बाद मलाइका अरोड़ा ने सोशल मीडिया पर अपना अनुभव साझा किया था। मलाइका लिखती हैं— शशाउट एंड

अबाउटश आखिरकार कई दिनों के बाद मैं कमरे से बाहर निकली हूं। यह खुद के आउटिंग जैसा लग रहा है। मैं अपने आप को खुशनसीब मानती हूं कि कम दर्द और समस्या मैं मैंने इस डॉक्टर्स को बहुत बहुत शुक्रिया कहना मुश्किल है। बीएमसी को निशुल्क प्रक्रिया के लिए

शुक्रिया। परिवार, दोस्तों और फैन्स से लेकर उन सभी लोगों को शुक्रिया जिन्होंने प्रार्थनाएं और जल्दी स्वरथ होने की कामना की। इस मुश्किल बक्त ने आप लोगों ने जो कुछ भी किया, उसके लिए मैं शब्दों में आपको शुक्रिया कहना मुश्किल है। आप सभी सुश्रित और अपना ध्यान रखें।

## माधुरी के धक-धक सॉन्ग पर धमाकेदार नाचीं अंकिता लोखंडे



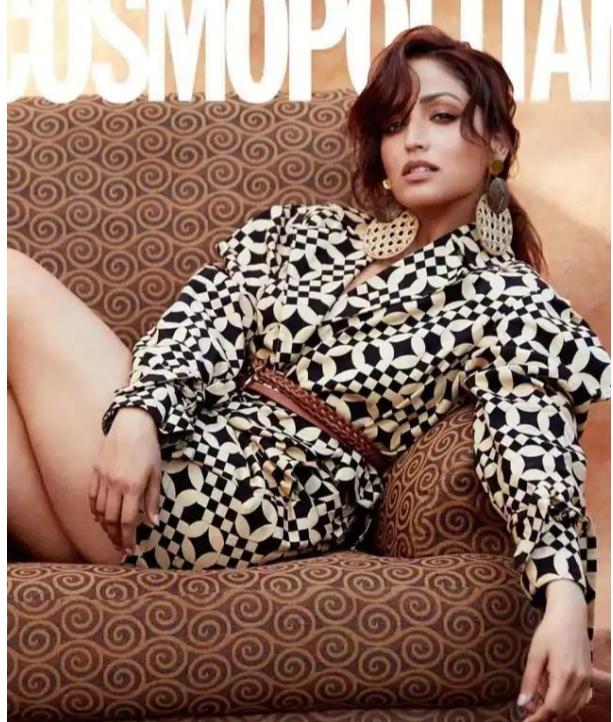
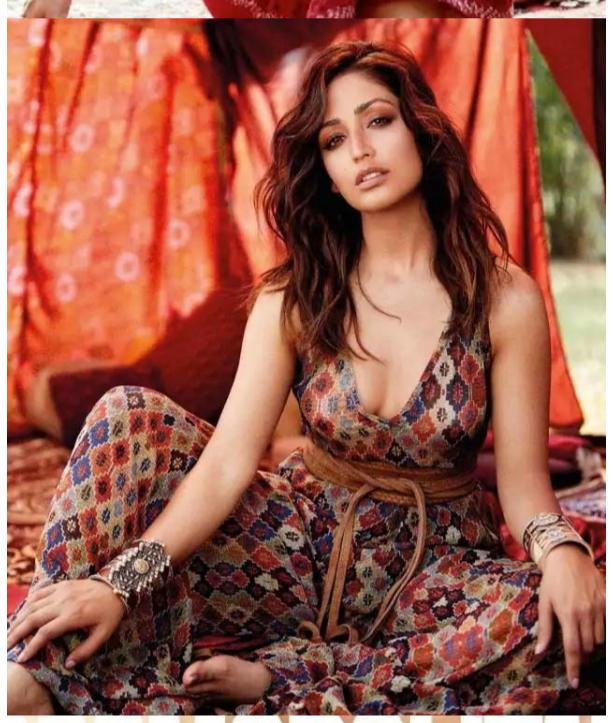
अंकिता लोखंडे को डांस करना बहुत पसंद है और उनका इंस्टाग्राम अलग—अलग गानों पर थिरकते हुए उनके वीडियो से भरा हुआ है। अभिनेत्री ने हाल ही में सोशल मीडिया पर 1992 के फिल्म बेटा के हिट गाने धक धक करने लागा पर नाचते हुए एक वीडियो पोस्ट किया। अंकिता लोखंडे को डांस करना बहुत पसंद है और उनका इंस्टाग्राम अलग—अलग गानों पर थिरकते हुए उनके वीडियो से भरा हुआ है। अभिनेत्री ने हाल ही में सोशल मीडिया पर 1992 के फिल्म बेटा के हिट गाने धक धक करने लागा पर नाचते हुए एक वीडियो पोस्ट किया। उन्होंने मूल गीत से माधुरी नीक्षित के लुक को भी कैरी किया। ऑरिजिनल गाने में माधुरी ने ऑरेज कलर का लेहंगा पहने हुआ था लेकिन अंकिता ने इस गाने में साड़ी पहन कर डांस किया। उनकी यह पोस्ट तुरंत सोशल मीडिया पर वायरल हो गई। अंकिता लोखंडे ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर वीडियो डाला है। वीडियो में वह पीले शिफॉन की साड़ी और धूधराले बालों में दिखाई दे रही हैं। उन्होंने डांस करने के लिए अपने घर को रोशनी और मोमबत्तियों से सजाया और माधुरी नीक्षित की तरह स्टीमी डांस करने के लिए अपने घर में धूमती रही। इंस्टाग्राम पर वीडियो शेयर करते हुए अंकिता ने इसे कैशन दिया, आर्टिस्ट हमेशा एक कलाकार होगा चाहे वे छोटे या बड़े पर्दे पर प्रदर्शन करें.. या एक इंस्टाग्राम रील पर। कुछ दिनों पहले, अंकिता लोखंडे ने एक और वीडियो साझा किया था, जहाँ वह शाहरुख खान की चेन्नई एक्सप्रेस के ट्रेन गाने पर नाचती हुई नजर आ रही थीं। उसने पोस्ट को कैशन दिया था, घस जब कैटरपिलर को लगा कि उसकी जिंदगी खत्म हो गई है, तो उसने उड़ान भरना शुरू कर दिया

## शॉर्ट से सीधी साड़ी पर आयी अमीषा पटेल, देखें एकट्रेस का ताजा फोटोशूट



बॉलीवुड एकट्रेस अमीषा पटेल सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। एकट्रेस काफी हॉट फोटोज भी अपने फैंस के साथ शेयर करती है। अमीषा पटेल को कई बार उनकी तस्वीरों को लेकर ट्रोल भी किया जाता है जिसकी वजह से उन्होंने काफी दिनों तक अपना कमेंट बॉक्स ऑफ भी रखा था। बॉलीवुड एकट्रेस अमीषा पटेल सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। एकट्रेस काफी हॉट फोटोज भी अपने फैंस के साथ शेयर करती है। अमीषा पटेल को कई बार उनकी तस्वीरों को लेकर ट्रोल भी किया जाता है जिसकी वजह से उन्होंने काफी दिनों तक अपना कमेंट बॉक्स ऑफ भी रखा था। अब वह फिर से अपने कमेंट बॉक्स को ऑन रखने लगी हैं। अमीषा पटेल ने हाल ही में फोटोशूट करवाया है जिसमें वह साड़ी में नजर आ रही हैं। अमीषा पटेल ने फोटोशूट के दौरान डार्क ब्लू कलर की नेट की साड़ी पहनी हुई है। अमीषा पटेल को तस्वीरों में नेचुरल लिक देते हुए देखा जा सकता है। इसके पहले उन्होंने डेनिम जॉंस और सफेद क्रॉप टॉप में तस्वीर शेयर की थी। अमीषा पटेल को उनकी कहो ना प्यार है, गदर एक प्रेम कथा, जलवा, हमराज जैसी सुपरहिट फिल्मों के लिए जाना जाता है।

**यामी गोतम** का ये स्टाइलिश अंदाज देख उड़े फैन्स के होश



बॉलीवुड की खूबसूरत अदाकारा यामी गोतम अक्सर अपनी तस्वीरों के कारण चर्चा में रहती हैं। यूं तो यामी अक्सर सिंपल लुक में नजर आती हैं, लेकिन इस बार यामी ने अपने स्टाइलिश और ग्लैमरस अवतार से सोशल मीडिया पर तहलका मचा दिया है। तो आइए आपको दिखाते हैं यामी की ये फोटोज।



## पहाड़ी लोग सर्दियों में जरूर रखते हैं ये 5 स्वादिष्ट व्यंजन

पहाड़ों व शांत वातावरण में धूमना हर किसी को पसंद होता है। यहाँ के लोग प्राकृतिक के नजदीक होने के साथ दिखने में बेहद ही सुंदर होते हैं। असल में, यहाँ साफ वातावरण और खाने की हर चीज बेहद ही प्योर मिलती है। ऐसे में लोग यहाँ पर उगने वाले पेढ़, पौधों, बीजों, फलों व सब्जियां, ड्राइ फ्रूट्स आदि से खास डिशेज बना कर खाते हैं। ये सभी चीजें यहाँ पर उगने वाले खास मसालों से तैयार होने से टेस्टी और सेहतमंद होती हैं। इससे शरीर को गर्महट मिलने के साथ इन्स्प्रिन्टी बढ़ने में मदद मिलती है। तो चलिए आज हम आपको पहाड़ी इलाकों में खाइ जाने वाली खास डिशेज के बारे में बताते हैं। ऐसे में अगर आप कभी पहाड़ी क्षेत्र पर गए तो यहाँ का स्वाद खेलना भूलें।

### बबरु (पहाड़ी पूरी या कचौड़ी)

पहाड़ी लोग सर्दियों में खासतौर पर बबरु खाते हैं। इसे आटा, नमक, तेल मिलाकर आटे को गूंथ कर कचौड़ी या पूरी की तरह तेल में डीप फ्राई करके तैयार किया जाता है।

### चौसू

चौसू गढ़वाल क्षेत्र में खाइ जाने वाली बेहद ही मशहूर डिश है। इसे काले चने की दाल के साथ बनाकर चावल व रोटी के साथ खाया जाता है। इसमें प्रोटीन की मात्रा अधिक होने से इस डाइट में शामिल करना बेस्ट ऑप्शन है।

### शाकुली (पहाड़ी पापड़)

भोजन के साथ बहुत से लोग पापड़ खाना पसंद करते हैं। ऐसे में आप पहाड़ी पापड़ शाकुली ट्राई कर सकते हैं। इसे बनाने के लिए आटे, नमक, तेल से मिश्रण तैयार करके उबालते हैं। फिर 2-3 दिन धूप में सुखाया जाता है।

### चना मद्रा

चना मद्रा हिमाचल के लोगों द्वारा खाइ जाने वाली मशहूर डिश है। इसे काबुली चना को गाढ़ दही व मसालों में डालकर धीमी आंच पर बनाया जाता है। ऐसे में यह डिश बेहद ही टेस्टी होती है।

### सिंडू

पहाड़ों के लोग सिंडू को खासतौर पर नाश्ते में खाना पसंद करते हैं। इसे पहाड़ी रोटी भी कहते हैं। सर्दियों में गर्महट का अहसास लेने के लिए लोग इसका चाय के साथ सेवन करते हैं।



## दुनिया का ऐसा झरना जहां पर बिना फिसले चढ़ सकते हैं लोग

सुंदर पहाड़ों व झरनों पर धूमना हर किसी को अच्छा लगता है। ऐसे में लोग खासतौर पर झरनों का मजा लेने के लिए पानी वाली जगहों पर धूमने का प्लान बनाते हैं। बात अगर झरनों की करें तो उसके आसपास कार्ड जमा होती है। इसके कारण वहाँ से फिसलने का डर रहता है। मगर आज हम आपको एक ऐसे झरने के बारे में बताएंगे, जहां पर बिना फिसले कोई भी आसानी से चढ़ जाएगा। जी हां, थार्डलैंड में एक ऐसा झरना है, जो अपने आप में बेहद ही अनोखा है। तो आइए जानते हैं इसके बारे में विस्तार से...

### थार्डलैंड में बुआ थोंग नाम का झरना

330 फीट ऊचा यह अनोखा झरना आपको थार्डलैंड में मिलेगा। इसका नाम शुआ थोंग है। मगर यह शैचिपचिपा झरनाश के नाम से भी मशहूर है। इसकी खासियत है कि यहाँ का पानी चट्टानों से बहता हुए एकदम सफेद दिखाई देता है। साथ ही इसपर पर कोई बिना फिसले आसानी से ऊपर की ओर चढ़ सकता है। साथ ही अगर किसी को सीधे चढ़ने में परेशानी हो तो इसकी साइड में रस्सी बंधी हुई है। ऐसे में इसको पकड़कर आसानी से इस अनोखे झरने पर चढ़ा व उत्तरा जाया जा सकता है।

### लाइम स्टोन की चट्टानों से बना है झरना

दरअसल, यह झरना लाइम स्टोन चट्टानों से बना है, जो छुने पर सख्त स्पर्ज की जैसी लगती है। ऐसे में इसकी पकड़ मजबूत होने से इसपर कोई भी आसानी से चढ़ व उत्तर सकता है। साथ ही चोट लगने का डर भी काफी कम रहता है। इसके अलावा इसके पानी में मौजूद कैल्शियम चट्टानों पर जमा जाने के कारण इसमें कार्ड नहीं परत नहीं आती है।

### लोगों के आकर्षण का मुख्य केंद्र

इसके पानी में चूना मिला होने के कारण इसे विपचिपा झरना कहा जाता है। साथ ही इसमें बबल की तरह क्रीम कलर की चट्टानों के कारण पानी धूध की तरह एकदम सफेद नजर आता है। ऐसे में लोग खासतौर पर इस अनोखे झरने को देखने पर इसपर चढ़ने का मजा लेने आते हैं।



भागदौड़ व बिजी लाइफस्टाइल का असर हमारी सेहत पर पड़ता है। खासतौर पर धंटों लैपटॉप, कंप्यूटर, मोबाइल फोन का इस्तेमाल करने से सिरदर्द की समस्या होती है। इसके पीछे का एक कारण चिंता, थकान व तनाव भी माना जा सकता है। ऐसे में कई बार तो यह दर्द धंटों तक परेशन करता है। वैसे तो इससे राहत पाने के लिए लोग अलग-अलग दवाइयों का इस्तेमाल करते हैं। मगर बार-बार दवाई खाने से सेहत को नुकसान झेलना पड़ सकता है। ऐसे में अगर आप भी सिरदर्द की समस्या से परेशान हैं तो आज हम आपको कुछ हैल्पी होममेड ड्रिंक्स बताते हैं, इसके सेवन से सिरदर्द से छुटकारा मिलने के साथ आपको फ्रेश फील होगा।

### पुदीना की चाय

पुदीना में एंटी-ऑक्सीडेंट, एंटी-बैक्टीरियल, एंटी-वायरल आदि गुण होते हैं। इसकी चाय पीने से सिरदर्द ठीक होने के साथ अपच, उल्टी की परेशानी से भी राहत मिलती है। स्ट्रेस दूर होकर ठंडक व फ्रेश फील होता है।

### पुदीना की चाय बनाने की विधि-

- पैन में 1 कप पानी और और पुदीने की कुछ पत्तियां डालें।
- अब इसमें चुट्कीभर काली मिर्च और खासद अनुसार काला नमक मिलाएं।
- 5 मिनट तक इसे उबाल कर छान लें।
- 4 तैयार चाय को गुनगुना पीने का मजा लें।
- 2 बादाम का दूध

बादाम व दूध में कैल्शियम, प्रोटीन, मैग्नीशियम, फाइबर, एंटी-ऑक्सीडेंट, एंटी-बैक्टीरियल आदि गुण होते हैं। ऐसे में मौजूद मैग्नीशियम माइग्रेन के दर्द को ठीक करने में मदद करता है। एकसप्टेस द्वारा भी सिरदर्द की समस्या होने पर बादाम का दूध पीने की सलाह दी जाती है।

### बादाम का दूध बनाने की विधि-

- इसे बनाने के लिए -45 बादाम को मिक्सी में पीस कर पेस्ट बनाएं।
- फिर 1 गिलास दूध को गर्म करके उसमें बादाम और शहद मिलाएं।
- 3 तैयार बादाम दूध को सोने से पहले पीने का मजा लें।
3. जेहिंजर या अदरक का रस

जिंजर यानी अदरक में विटामिन, आयरन, फाइबर, एंटी-ऑक्सीडेंट, एंटी-वायरल गुण होने

से दर्द की समस्या से आराम मिलता है। अक्सर लोग सिरदर्द की परेशानी को दूर करने के लिए अदरक की चाय पीते हैं। मगर एक्सपर्ट्स द्वारा इसकी चाय की जगह रस पीना ज्यादा फायदेमंद माना जाता है। एक रिसर्च के अनुसार, 100 माइग्रेन मरीजों को अटेक के समय अदरक का रस पिलाया गया। इससे उनकी सेहत में अधिक सुधार दिखाई दिया। इसके सेवन से स्थिर में जाने वाले खून को बैलेंस रखने में मदद मिलती है।

अदरक का रस बनाने की विधि-

- पैन में 1 कप पानी और 1 इंच अदरक के टुकड़े को पीस कर डालें।
- भीमी आंच पर 1-2 उबाल आने दें।
- 3 तैयार पानी को छान इसमें 1 छोटा चम्मच नींबू का रस और स्वाद अनुसार शहद मिलाकर पीएं।

### 4 तुलसी की चाय

तुलसी में एंटी-ऑक्सीडेंट, एंटी-बैक्टीरियल, एंटी-वायरल गुण होते हैं। ऐसे में इससे तैयार चाय का सेवन करने से सिरदर्द कम होने के साथ फ्रेश फील होता है। यह मौजूद एंटी-स्ट्रेस गुण तनाव को कम करने में मदद करते हैं। साथ ही हीमोग्लोबिन बढ़ने से बीमारियों से बचाव रहता है। माइग्रेन और साइनस की समस्या होने पर इसका सेवन करना फायदेमंद होता है।

तुलसी की चाय बनाने की विधि-

- पैन में 2 कप पानी और तुलसी की 15 पत्तियां तोड़कर उबालें।
- पानी के आधा होने पर इसे आंच से उतार लें।
- 3 तैयार चाय को छान करतर शहद मिलाएं।

### सिरदर्द की समस्या से बचने के अन्य उपाय-

1. लौंग के तेल से सिर की मालिश करें। एंटी-बैक्टीरियल, एंटी-वायरल, एंटी-ऑक्सीडेंट गुणों से भरपूर लौंग सिरदर्द को कम करके रिलेक्स फील कराने में मदद करेगा।
2. इस समस्या से राहत पाने के लिए दालचीनी पाउडर में पानी मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बनाएं। फिर इससे माथे या सिर पर हल्के हाथों से मसाज करते हुए लगाएं। 30 मिनट के बाद इसे गुनगुने पानी से साफ कर लें।

3. पुदीने की कुछ पत्तियों को धोकर इसका रस निकालें। फिर इससे सिर की मालिश करें। बाद में गुनगुने पानी से इसे साफ कर लें।

4. कम मात्रा में पानी का सेवन करने से भी सिरदर्द की परेशानी होती है। ऐसे में रोजाना 8 से 10 गिलास पानी का सेवन करें। खासतौर पर सिरदर्द की समस्या होने पर गुनगुन



## सड़क दुर्घटना में एक की मौत एक गंभीर

अमिट रेखा इमरान

गुठनीमेहरोना देवरिया। गुठनी थानाक्षेत्र के यूपी बिहार मुख्य मार्ग पर श्रीकलपुर गांव के समीप बाइक भारी वाहन के टक्कर में एक व्यक्ति की मौत मौके पर हो गयी तथा दूसरा गंभीर रूप से घायल हो गया। यामीणों ने घायल व्यक्ति को अस्पताल पहुंचाया जहाँ से सीवान सदर के लिये रेफर कर दिया गया। घटना में मौत का शिकार व्यक्ति गुठनी के टड़वा गांव निवासी मदन गिरी का पुत्र अशोक गिरी है वही गंभीर रूप से घायल व्यक्ति सीवान के अधिकारा गुठनी के हरपुर गांव निवासी बैजनाथ पांडे का पुत्र बिमल पांडे है।

## बेहतर स्वास्थ्य सेवा का उत्तम विकल्प है टेली मेडिसिन सेंटर

अमिट रेखा ब्यूरो

फरेंदा, महाराजगंज। जनपद महाराजगंज में सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र बैनकटी फरेंदा सहित नौ सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पर टेलीमेडिसिन सेवा का लाभ मरीजों को मिल रहा है। जिला

समन्वयक लोकेंद्र पांडे

के बेहतर दिशा निर्देश

में टेलीमेडिसिन सेंटर

खुलने के बाद अब मरीजों को इसकी सेवा को खबर रास आने लगी है। टेलीमेडिसिन पद्धति का मुख्य उद्देश्य आमतौर पर स्पेशलिस्ट चिकित्सकों की सेवाएं प्रदान करना है। इस सेवा के शुरू हो जाने से गांव गरीब की आम जनता को बेहतर सेवा के लिए बढ़े शहरों में नहीं जाना पड़ेगा। इस योजना के तहत लखनऊ और मुमुक्षु के विशेषज्ञ चिकित्सक द्वारा मरीजों को ऑनलाइन परामर्श मिलता है। इस योजना के तहत जनरल मेडिसिन, अर्थोडिक, पीडियाट्रिक, गायनी, चर्म रोग, स कार्डियोटैंजिस्ट, नेफ्रोलॉजिस्ट, न्यूरोलॉजिस्ट, यूरोलॉजिस्ट सहित अनेक प्रकार की सेवाएं जनपद महाराजगंज के अंतर्गत सभी चयनित सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों पर पवन श्री फूट प्राइवेट लिमिटेड कंपनी के द्वारा टेलीमेडिसिन के माध्यम से पूर्णता निशुल्क उपलब्ध कराया जाता है।

फरेंदा कलस्टर समन्वयक कौशलेंद्र पांडे

व पैरामेडिकल फरेजना खान व संगठन मंत्री

समाचार पत्र के मंडल प्रभारी

गोरखपुर के साजिद अंसारी

उपस्थिति के लिए रेखा इमरान

सेवाएं जनपद करना है।

परामर्श के लिए अंसारी

मिश्रा ने अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी

मरीजों को लेकर बेहतर सेवा

के लिए अपनी अपनी