

# सीएम योगी ने काशी की बेटियों को दी सिलाई मशीन, बोले- आत्मनिर्भर बन रही हैं बहन-बेटियां

## मशीन, बोले- आत्मनिर्भर बन रही हैं बहन-बेटियां

सीएम योगी काशी दौरे पर हैं। सोमवार को उन्होंने काशी की बेटियों को सिलाई मशीन व लैपटॉप दिए। उन्होंने सभी छात्र छात्राओं, बेटियों, बहनों को भी इस प्रकार के प्रशिक्षण के लिए बधाई दी। उन्होंने कहा कि मां जगत जननी के पूजन-अर्चन के बाद आज शरद पूर्णिमा के अवसर पर हम सभी मां अन्नपूर्णा के इस पुण्य कार्यक्रम में उपस्थित हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश में संचालित मिशन शक्ति कार्यक्रम में ये कार्यक्रम जुड़कर नारियों के स्वावलंबन के प्रति श्रद्धा और सम्मान का भाव प्रस्तुत करता है। मां

**संक्षिप्त समाचार**

**इम्यून सिस्टम को बेहतर तरीके से समझने की खोज, इन तीन वैज्ञानिकों को चिकित्सा का नोबेल**

चिकित्सा के क्षेत्र में नोबेल पुरस्कार का एलान हुआ है। इस साल ‘फिजियोलॉजी या मेडिसिन’ का नोबेल पुरस्कार मैरी ई. ब्रुनको, फ्रेड रामस्टेल और शिमोन साकागुची को दिया गया।शरीर की शक्तिशाली प्रतिरक्षा प्रणाली को नियंत्रित करना आवश्यक है अन्यथा यह हमारे अपने अंगों पर ही हमला कर सकती है। मैरी ई. ब्रुनको, फ्रेड रामस्टेल और शिमोन साकागुची को इस संबंध में उनकी अभूतपूर्व खोजों के लिए 2025 का फिजियोलॉजी या मेडिसिन का नोबेल पुरस्कार मिला। यह पुरस्कार शरीर की रक्षा प्रणाली (इम्यून सिस्टम) को बेहतर समझने की खोज- पेरिफेरल इम्यून टॉलरेंस के लिए मिला है। इन खोजों ने अनुसंधान की नई राह खोल दी है। इससे कैंसर तथा ऑटोइम्यून रोगों के उपचारों को और प्रभावी बनाने में मदद मिल सकती है पिछले साल का पुरस्कार अमेरिकी नागरिक विक्टर एम्ब्रोस और गैरी रुवकुन को सूक्ष्म ‘आरएनए’ (राइबोन्यूक्लिक एसिड) की खोज के लिए दिया गया था। यह सम्मान 1901 से 2024 के बीच 115 बार 229 नोबेल पुरस्कार विजेताओं को प्रदान किया जा चुका है। खोज की महत्वपूर्ण बातों को जानिए- पेरिफेरल इम्यून टॉलरेंस एक ऐसा तरीका है जिससे शरीर अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली को अनियंत्रित होने और शरीर के ही ऊतकों पर हमला करने से रोकता है। जिस खोज के लिए वैज्ञानिकों ने इस साल का नोबेल दिया गया है उसमें ये पता लगाया गया है



अन्नपूर्णा के प्रसाद स्वरूप ही हम अन्न को प्राप्त कर पाते हैं। सीएम ने कहा कि हम सभी का सौभाग्य है कि काशी का नेतृत्व प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी द्वारा किया जा रहा है। कहा कि प्रधानमंत्री के नारियों के उत्थान हेतु ही बेट्टी बचाओ बेट्टी पढ़ाओ, प्रदेश में 60 लाख महिलाओं को आवास प्रदान करना, 12 करोड़ से ज्यादा लोगों को शौचालय मुहैया कराना, 10 करोड़ से ज्यादा लोगों को गैस कनेक्शन देना, तीन करोड़ लोगों को घरौनी मुहैया कराकर महिलाओं के लिए कार्य किए जा रहे हैं। महिलाओं का सफर आसान कर रही सरकार स्वास्थ्य, शिक्षा, रिक्रल मिशन के माध्यम से सरकार लगातार महिलाओं को स्वावलंबी बनाकर उनका सफर आसान कर रही है। उन्होंने बताया कि दुनिया में कृषि के बाद सबसे अधिक लोगों को रोजगार वस्त्र सेक्टर देता है। उन्होंने महिलाओं से कहा कि आप जितनी सिलाई करेंगी, आपकी आय में उतनी अधिक वृद्धि होगी। पूरे विश्व की महिलाएं पहनेंगी यहां तैयार किए गए कपड़े उन्होंने प्रदेश में संचालित वन डिस्ट्रिक्ट वन प्रोजेक्ट का उदाहरण भी दिया और कहा कि महिलाएं यहां कपड़ा जो तैयार करेंगी उसको पूरे विश्व की महिलाएं पहनेंगी। प्रदेश की राजधानी में 1100 एकड़ में वस्त्र मित्र पार्क बन रहा। प्रदेश के विभिन्न स्थानों पर टेक्सटाइल पार्क बनाया जा

रहा है, जो आने वाले समय में वस्त्र रोजगार के लिए वरदान साबित होगा। संस्कृत के लिए लगातार कार्य कर रहा ये मठ सीएम ने कहा यह मठ देव वाणी संस्कृत के लिए भी लगातार कार्य कर रहा है। अन्नपूर्णा मंदिर के संस्कृत महाविद्यालय के बच्चे सभी कार्यक्रमों में वैदिक मंत्रोच्चार करके माहौल को आध्यात्मिक बना देते हैं। यहां गोसेवा भी बहुत अच्छे से की जा रही है। भारत की यही संस्कृति रही, जिस पद्धति को ये मठ बहुत तेजी से आगे बढ़ा रहा है। यहां छात्रों को संस्कृत परंपरा के साथ जुड़कर आधुनिक शिक्षा दी जा रही है। आने वाले समय में दुनिया को जोड़ने वाली भाषा संस्कृत ही होगी। संस्कृत को बढ़ावा देने के लिए सरकार ने स्कॉलरशिप तथा रहने खाने, उच्च स्तर पर शोध के लिए लगातार कार्य कर रही है। दुनिया का पहला विश्वविद्यालय तक्षशिला भी भारत की ही देन है, जिसकी उपज पाणिनि थे, जिनका व्याकरण हमको देखने को मिलता है। महर्षि वाल्मीकि ने दुनिया का पहला संस्कृत महाकाव्य रचा था। संस्कृत दिव्य ज्ञान की भाषा है, जिसमें आध्यात्मिक ज्ञान के साथ भाव भी चाहिए तभी विश्व कल्याण का रास्ता निकलेगा इससे पहले मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने माता सरस्वती, महादेव एवं माता अन्नपूर्णा की तस्वीर पर पुष्पांजलि अर्पित करने के पश्चात् दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का

शुभारंभ किया। अन्नपूर्णा मंदिर के महंत शंकर पुरी द्वारा मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के प्रति धन्यवाद ज्ञापित करते हुए स्वागत व वंदन किया गया। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ काशी में दो दिवसीय दौरे पर आए हैं। सोमवार को शिवपुर स्थित अन्नपुर्णा ऋषिकुल ब्रह्मचर्याश्रम संस्कृत महाविद्यालय में आयोजित काशी अन्नपूर्णा अन्न क्षेत्र ट्रस्ट द्वारा संचालित सिलाई-कढ़ाई एवं कंप्यूटर प्रशिक्षण केंद्र के 14वें सत्रांत में शामिल हुए। इस अवसर पर सीएम योगी द्वारा लगभग 250 बालक-बालिकाओं में सिलाई मशीन, लैपटॉप एवं प्रमाण पत्र का वितरण किया गया। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने लोगों को संबोधित करते हुए कार्यक्रम के भव्य आयोजन के लिए अन्नपूर्णा आश्रम के महंत शंकरपुरी को धन्यवाद दिया। उन्होंने कहा कि मां अन्नपूर्णा की धरा पर 108 वर्षों से संचालित इस आश्रम में अनेक लोककारी कार्य किए जा रहे हैं। उसके लिए सीएम ने महंत शंकर पुरी व पूरी टीम को बधाई दी। जनता दर्शन में सीएम योगी आदित्यनाथ प्रदेशभर से आए लोगों की समस्याओं से रूबरू हुए। लोगों की समस्याएं सुनकर निश्चित समयावधि में निस्तारण के लिए अफसरों को निर्देशित किया। इस मौके पर उन्होंने कहा कि हर चेहरे पर खुशी व संतुष्टि ही सरकार की प्राथमिकता है। राजधानी लखनऊ में सोमवार

को मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने %जनता दर्शन% में प्रदेशभर से आए फरियादियों की समस्याएं सुनीं। उनके प्रार्थना पत्र लेकर अफसरों को निश्चित समयावधि में उनका निस्तारण कराने के लिए कहा। इस मौके पर पुलिस, राजस्व और आर्थिक सहायता से जुड़े मामले लेकर फरियादी पहुंचे थे। अपनी समस्याएं लेकर मुख्यमंत्री से मिलने के लिए 50 से अधिक पीड़ित पहुंचे थे। सीएम एक-एक करके सभी के पास पहुंचे। उनका प्रार्थना पत्र लिया। तत्काल निराकरण के लिए अफसरों को निर्देश दिया। इस दौरान पुलिस, बिजली, नौकरी और आर्थिक सहायता की मांग लेकर फरियादी पहुंचे थे। %जनता दर्शन% से भी हो रहा समस्याओं का निराकरण इस मौके पर सीएम योगी ने कहा कि किसी के चेहरे पर खुशी लाना ही ईश्वर की सेवा है। प्रदेश सरकार हर पीड़ित को खुशहाल करने की भावना से कार्य कर रही है। सरकार की योजनाओं का बिना भेदभाव सभी को लाभ मिल रहा है। %जनता दर्शन% के माध्यम से भी समस्याओं का निराकरण कराया जा रहा है। बच्चों को दी चॉकलेट - सीएम ने %जनता दर्शन% में फरियादियों के साथ आए बच्चों का भी हाल जाना। उनके सिर पर हाथ फेरकर दुलार किया। उन्हें अपनत्व का अहसास कराया। सभी बच्चों को चॉकलेट-टॉफी देकर खूब पढ़ने-खेलने की भी सलाह दी।

बिहार का विधानसभा चुनाव दो चरणों में कराया जाएगा। पहले चरण की वोटिंग 6 नवंबर को और दूसरे चरण की वोटिंग 11 नवंबर को होगी। 14 नवंबर बिहार विधानसभा चुनाव के नतीजे आएंगे बिहार विधानसभा चुनाव के लिए तैयारियां कुल पोलिंग स्टेशन की संख्या - 90, 712 एक पोलिंग स्टेशन पर वोटर्स का एवरेज - 818 शहरों में पोलिंग स्टेशन की संख्या - 13,911 गांवों में पोलिंग स्टेशन की संख्या - 76, 801 युवाओं द्वारा प्रबंधित पोलिंग स्टेशन की संख्या- 38 महिलाओं द्वारा प्रबंधित पोलिंग स्टेशन की संख्या - 1,044 मॉडल बूथों की संख्या- 1350 मतदान केंद्रों पर क्या-क्या सुविधाएं होंगी?एसआईआर पर भी बोले मुख्य चुनाव आयुक्त लगभग 22 वर्षों के बाद बिहार में मतदाता सूची के शुद्धिकरण का काम पूरा हुआ। सभी राजनीतिक दलों ने यह मांग की थी कि मतदाता सूची में काफी गड़बड़ियां हैं। सोशल मीडिया में इसके बारे में काफी बड़-चढ़कर कहा गया। लेकिन सच्चाई यह है कि 243 विधानसभाओं में 1.6 लाख बूथ लेवल एजेंट्स के साथ मिलकर । एसआईआर में जमीनी स्तर के अधिकारियों को जबरदस्त मेहनत करनी पड़ी है। एक नई व्यवस्था बनाई गई है। किसी भी पोलिंग स्टेशन के ठीक बाहर कोई भी मतदाता अपना मोबाइल फोन जमा करा सकता है। इसके बाद वोट करने के बाद इसे लेकर वापस जा सकता है बिहार में विधानसभा का चुनावी आंकड़ा राज्य में कुल 243 सीटें सामान्य सीट -203 एसटी सीट - 02 एससी सीट - 38 बिहार में कुल मतदाता - 7.42 करोड़ बुजुर्ग मतदाताओं की संख्या - 4 लाख 100 साल पूरे कर चुके मतदाता - 14 हजार पहली बार वोट करने वाले मतदाता - 14 लाख पुरुष मतदाताओं की संख्या - 3.92 करोड़ महिला मतदाताओं की



संख्या - 3.50 करोड़ ट्रांसजेडर्स मतदाताओं की संख्या - 1725 दिव्यांग मतदाताओं की संख्या - 7.2 लाख 85 साल उम्र के मतदाताओं की संख्या - 4.04 लाख सेवारत मतदाओं की संख्या - 1.63 लाख 20-29 साल उम्र के मतदाताओं की संख्या- 1.63 करोड़बिहार विधानसभा चुनाव के लिए चुनाव आयोग की तरफ से प्रेस कॉन्फ्रेंस की जा रही है। मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार की तरफ से प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित किया जा रहा है। उन्होंने कहा- बिहार की पावन भूमि पर पांच वर्षों के बाद अब विधानसभा चुनाव का आगमन हो रहा है।जैसा कि आप सबको पता है चुनाव आयोग एक संवैधानिक संस्था है और यह अपनी जिम्मेदारी दो चरणों में निभाती है। पहला चरण- मतदाता सूची बनाना और दूसरा चरण- चुनाव कराना। जून 2025 से शुरू हुए एसआईआर से मतदाता सूची का शुद्धिकरण हुआ। एक अगस्त को ड्राफ्ट सूची प्रकाशित हुई और सभी राजनीतिक दलों को दी गई। एक सितंबर तक दावों और आपत्ति का समय रहा। इसमें राजनीतिक दल, बूथ एजेंट्स और नागरिकों को भरपूर समय दिया गया। उसके बाद पात्रता का परीक्षण हुआ और 30 सितंबर को फाइनल मतदाता सूची प्रकाशित हुई। अभी भी उसमें कोई अधिकारियों से गलती रह गई हो तो जिलाधिकारी के पास अपील डाली जा सकती है। किसी का नाम छूट गया हो तो नामांकन के 10 दिन पहले तक

नाम जुड़ा सकता है।आगमी विधानसभा चुनाव को देखते हुए बिहार में चुनाव आयोग के द्वारा विशेष गहन पुनरीक्षण यानी एसआईआर करवाया गया। इसमें नए सिरे से बिहार में मतदाताओं की गणना की गई। यह प्रक्रिया जून से शुरू हुई थी जिसकी अंतिम सूची 30 सितंबर को आयोग की वेबसाइट पर जारी कर दी गई। 30 सितंबर 2025 को आई इस सूची के अनुसार बिहार में कुल 7,41,92,357 मतदाता पंजीकृत है। 2020 में यह आंकड़ा 7,36,47,660 था। यानी, 2020 के मुकाबले इस बार चुनाव में 5,44,697 मतदाताओं का इजाफा हुआ है। हालांकि, एसआईआर के बाद राज्य में पंजीकृत मतदाताओं की संख्या में 47,77,487 कमी आई है। ठाकुर को लेकर चर्चा है कि वे 2025 का विधानसभा चुनाव लड़ सकती हैं। यह चर्चा इसलिए हो रही है, क्योंकि उन्होंने बीजेपी के नेताओं से मुलाकात की है। इस मुलाकात के दौरान उनके पिता भी साथ में थे। विनोद तावड़े और नित्यानंद राय के साथ जब से उनकी तस्वीर सामने आई है चुनाव लड़ने को लेकर अटकलें लगाई जा रही हैं बिहार चुनाव के लिए NDA में सीटों के बंटवारे पर बिहार सरकार के मंत्री नितिन नबीन ने कहा, सीटों के बंटवारे पर हमारी पार्टी के वरिष्ठ नेताओं की NDA के सभी दलों के बड़े नेताओं के साथ बात हो रही है। बहुत जल्द इस पर निर्णय हो जाएगा। हमारे सभी दलों का नेतृत्व इस पर सही निर्णय लेने में सक्षम है।

# स्वामी प्रसाद मौर्य के निशाने पर फिर ब्राह्मण-क्षत्रिय और धर्म, बोले- देश के खंड-खंड करना चाहते ठेकेदार

स्वामी प्रसाद मौर्य ने एक बार फिर ब्राह्मण-क्षत्रिय और धर्म को लेकर विवादास्पद टिप्पणी की है। उन्होंने कहा कि कुछ ढोंगी देश के खंड-खंड करना चाहते हैं।यूपी के अमेठी में सोमवार को एक दिवसीय दौरे पर पहुंचे पूर्व मंत्री एवं अपनी जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष स्वामी प्रसाद

मौर्य ने एक बार फिर विवादित बयान दिया है। उन्होंने कहा कि 10 साल का ब्राह्मण 100 साल के क्षत्रिय का पिता होता है। सरकारी नीतियों पर प्रहार करते हुए कहा कि सरकार हिंदू-मुस्लिम, मंदिर-मस्जिद के मुद्दों को बनाए रखना चाहती है। इसे खत्म करना नहीं चाहती है। मंच से संबोधन के दौरान



संस्कृत का एक श्लोक पढ़ते हुए स्वामी प्रसाद मौर्य ने कहा कि 10 साल का ब्राह्मण 100 साल के क्षत्रिय का पिता होता है। हाल ही में जेल में गायत्री प्रसाद प्रजापति पर हुए हमले पर कहा कि इस

समय जंगलराज चल रहा है। जेल में हमला हो जा रहा है। भाजपा को हराने के लिए गठबंधन स्वीकार- धर्म को लेकर उन्होंने कहा कि देश को आजाद कराने के लिए कई लोगों ने कुर्बानी दी है। लेकिन, कुछ ठेकेदार धर्म का चोला पहनकर देश के साथ धोखा करना चाहते हैं। जो

देश कभी अखंड था, उसको खंड-खंड करना चाहते हैं। यह देश भारतीय संविधान से चलेगा, किसी ढोंगी के कहने से नहीं। 2027 का विधानसभा चुनाव हम सभी सीटों पर लड़ने के लिए तैयार हैं। भाजपा को हराने के लिए गठबंधन करना पड़ेगा तो वो भी करेंगे।

संपादकीय Editorial

Rahul Gandhi calls alleged attacks on democracy the biggest threat to India

Rahul Gandhi once again stated on foreign soil that democracy in India is in danger. He described alleged attacks on democracy in Colombia as a major threat to India. He has previously expressed concerns about the future of Indian democracy during his foreign trips. According to Rahul Gandhi, he believes that Indian democracy will remain in danger until Congress comes to power. Rahul Gandhi once again stated on foreign soil that democracy in India is under attack from all sides. This time, he described alleged attacks on democracy in Colombia as the biggest threat to India. While Rahul Gandhi has long seen Indian democracy under threat, he has recently been exaggerating this threat. He has previously raised fears about the future of Indian democracy during his foreign trips. He even once said that democracy in India is dying and that major democratic countries are not even concerned about it. He has also raised the issue of vote theft as a threat to democracy, but this issue seems to be losing steam. Several days have passed since the final draft of the voter list was released in Bihar, yet those claiming vote theft are unable to identify those who are citizens of Bihar and whose names have been deleted from the voter list despite possessing all valid documents. It seems that Rahul Gandhi will continue to see Indian democracy in danger until Congress comes to power at the center. Is the only guarantee of democracy's security if a particular party, namely Congress, consistently wins elections and also rules the country? Is ruling the country Congress's birthright? If Rahul Gandhi believes that repeating a false allegation will turn it into truth, that is unlikely to happen, even if he travels the world repeating his allegations. Rahul Gandhi's problem isn't just that he makes baseless accusations and then can't seem to stand by them, but also that he often makes esoteric or puzzling statements that are neither understandable nor explainable. Sometimes, even his colleagues find it difficult to interpret them. If his bizarre and incomprehensible explanation of the difference in engine weight between a car and a motorcycle became the subject of ridicule among engineering students at Columbia, he can't blame anyone else. His inability to stand by his accusations and his frequent utterances are hindering Rahul Gandhi's image as a mature leader. If anyone should be most concerned about this, it's the Congress party. All the more so because Rahul Gandhi is unofficially running it.

दैनिक अखबार क्यूँ न लिखूँ सच  
को जिला एवं तहसील स्तर पर  
ब्योरो संवाददाता व विज्ञापन  
प्रतिनिधि चाहिए  
9027776991  
knslive@gmail.com

"Swadeshi" is just a slogan

We have been hearing the slogan "Swadeshi" for seven decades. Even before independence, it was a core issue of the RSS. When the Jan Sangh was formed in 1951, this RSS issue was adopted politically. It was also an election issue for the Jan Sangh. When the BJP was formed in 1980, it also promoted "Swadeshi" extensively. In fact, we are not opposed to "Swadeshi," because it is a primary issue for the country's self-reliance. Now, in the RSS's centenary celebrations and Dussehra addresses, respectively, Prime Minister Modi and Sarsanghchalak Mohan Bhagwat have once again praised "Swadeshi." They have linked Swadeshi and Khadi to the country's independence. But the question is: can a country with a population of over 1.46 billion people survive on "Swadeshi" alone? Is it possible to expand the country's economy? We believe that in an era of global liberalization, international trade, foreign investment, exports, and ultimately, self-reliance, cannot be achieved solely on the basis of "Swadeshi." Khadi production is worth ₹3,783 crore (37.83 billion rupees) and trade is ₹7,146 crore (71.46 billion rupees). India ranks 10th in global trade. We are an economy worth over \$4 trillion. How can the country survive on just this much commercial capital? India's total exports are ₹37 lakh crore (37 lakh crore rupees) and imports are ₹61 lakh crore (61 lakh crore rupees). Consequently, our trade deficit is around ₹9,000 crore (90 billion rupees). If 'Swadeshi' is to be implemented 100%, then the concerns of micro, small, and medium enterprises (MSMEs), which can be the backbone of 'Swadeshi', must be addressed. During the COVID-19 pandemic, the lockdowns led to the closure of 75,082 small and cottage industries. Before that, they were severely affected by demonetization. It is estimated that around 600,000 such cottage industry companies and factories have closed. While the government announced economic packages and easy banking loans, the existence of MSMEs could not be saved. The government could issue a formal statement clarifying the current status of cottage industries. The Modi government had set a target for manufacturing to contribute 23% to the country's gross domestic product (GDP). This has fallen from 16-17% to around 13%. When India currently lags behind in manufacturing, how is "swadeshi" possible? The concept of "swadeshi" production and economy should have been implemented in India before 1991. The globalization and liberalization that began in India in 1991 were implemented in China as early as 1979, helping it achieve self-reliance much earlier. Today, China's industrial policy is such that it is not dependent on any country. It needs only 13-14% of its trade with the United States. Even if that were to be lost, China's economy would not be faltering. India lacks such a robust industrial policy. Today, Southeast Asian countries are outpacing powerful countries like India in the international market. If the Prime Minister or Commerce Minister were to visit these countries once, they would learn how to do business. America has imposed a 50% tariff on us. This is bound to adversely affect companies that produce goods worth crores. For example, carpets and clothing are "swadeshi." If the tariff hike prevents them from being consumed in the American market, can the government make any arrangements to ensure that their "swadeshi" goods can be sold domestically? During its 11-year tenure, the Modi government has implemented foreign direct investment (FDI) measures ranging from 74% to 100% in defense, insurance, communications, pharmaceuticals, multi-item trade, etc. If only indigenous goods are to be sold and purchased, why is foreign investment needed? Why would any multinational company invest in India? What will happen to liberalization? Let us clarify once again that we are not against "swadeshi," but today, even the largest superpower, America, is dependent on goods from other countries. India cannot become an economic superpower in isolation. The Sarsanghchalak has also indicated this. At a time when international dependence is increasing, Swadeshi can only be adopted to a certain extent. Every country today is strengthening its ties with other nations. Swadeshi has its limitations. India ranks 10th in global trade. We are an economy worth over \$4 trillion. How can the country survive on just this much commercial capital? India's total exports are ₹37 lakh crore (37 lakh crore rupees) and imports are ₹61 lakh crore (61 lakh crore rupees). Consequently, our trade deficit is around ₹9,000 crore (90 billion rupees). If 'Swadeshi' is to be implemented 100%, then the concerns of micro, small, and medium enterprises (MSMEs), which can be the backbone of 'Swadeshi', must be addressed. During the COVID-19 pandemic, the lockdowns led to the closure of 75,082 small and cottage industries. Before that, they were severely affected by demonetization. It is estimated that around 600,000 such cottage industry companies and factories have closed. While the government announced economic packages and easy banking loans, the existence of MSMEs could not be saved. The government could issue a formal statement clarifying the current status of cottage industries. The Modi government had set a target for manufacturing to contribute 23% to the country's gross domestic product (GDP). This has fallen from 16-17% to around 13%. When India currently lags behind in manufacturing, how is "swadeshi" possible? The concept of "swadeshi" production and economy should have been implemented in India before 1991. The globalization and liberalization that began in India in 1991 were implemented in China as early as 1979, helping it achieve self-reliance much earlier. Today, China's industrial policy is such that it is not dependent on any country. It needs only 13-14% of its trade with the United States. Even if that were to be lost, China's economy would not be faltering. India lacks such a robust industrial policy. Today, Southeast Asian countries are outpacing powerful countries like India in the international market. national dependence is increasing, Swadeshi can only be adopted to a certain extent. Every country today is strengthening its ties with other nations. Swadeshi has its limitations.

The digital revolution has reached the Panchayats, benefiting everyone.

More than 12,800 Gram Panchayats across the country uploaded over 21,000 video-based minutes using this innovative tool. On this occasion, nearly all of Tripura's 1,193 Gram Panchayats and traditional local bodies adopted "Sabhasaar," setting a new example of success, while other states also participated actively. Recently, Gram Panchayats in Visakhapatnam were awarded the National e-Governance Awards (NAEG) 2025 for grassroots initiatives in digital services. Over 145,000 entries were evaluated for this award, resulting in four Gram Panchayats being awarded in the "Grassroots Initiatives in Gram Panchayats to Deepen Service Delivery" category. Two of these Gram Panchayats are headed by women. The digital divide isn't just a lack of access to technology; it's deeply rooted in socio-economic inequalities, gender norms, and digital literacy gaps. Women leaders in Panchayati Raj institutions face numerous obstacles, including limited access to digital infrastructure. However, the Modi government's relentless call for a digital revolution over the past decade has transformed this landscape, resulting in these awards. The winning Panchayats have set new standards in digital governance, transparency, and participatory service delivery. Gold Award winner Rohini Gram Panchayat in Maharashtra became the first Gram Panchayat in the state to adopt a completely paperless e-office system. The Panchayat provides 1,027 services online and ensures 100% household digital literacy. Immediate grievance redressal and SMS communication ensure that every citizen remains connected to governance decisions. Silver Award winner West Majlispur Gram Panchayat in Tripura has transformed into a model of citizen charter-based Panchayat governance. Services such as birth, death, and marriage certificates, business licenses, property records, and MNREGA job cards are available online. Every request is digitally monitored, ensuring accountability, timeliness, and transparency. The Jury Award winner, Palsana Gram Panchayat in Gujarat, has integrated portals like "Digital Gujarat" and "Gram Suvidha" to enable QR/UPI-based property tax payments, online grievance redressal, and transparent welfare delivery. The second Jury Award winner, Suakati Gram Panchayat in Odisha, has digitized essential services through the "Odisha One" and "Seva Odisha" platforms, providing citizens with 24-hour updates. This demonstrates how technology bridges the gap between government and citizens. The National e-Governance Plan was launched in 2006. Under this, e-Gram Swaraj was launched to strengthen e-governance in Panchayati Raj institutions and reduce the complexities involved in e-governance applications. Today, Panchayat meetings, including Gram Sabha meetings, are being managed through the "Panchayat Nirnay App." To enhance citizen participation in Gram Sabhas, the app has been provisioned so that whenever a Gram Sabha meeting is scheduled or the Panchayat uploads the agenda or minutes of the meeting on the Panchayat Nirnay Portal or mobile app, app users can easily access all the information. Panchayats in many states are now electronically providing services such as issuance of birth, death, income, marriage, residence certificates, construction and business permits, and payment of property and house taxes. Maharashtra, Jharkhand, and Chhattisgarh are using the ServicePlus application developed to deliver services electronically. The recently launched "SabhaSaar" by the Ministry of Panchayati Raj is a significant milestone in its digital journey. This smart tool, based on AI and natural language processing, generates a well-organized meeting summary in minutes from audio/video recordings of Gram Sabha and Panchayat meetings. The use of "Sabhasaar" during the special Gram Sabhas held on August 15th was remarkable and encouraging, with over 12,800 Gram Panchayats across the country using this innovative tool to upload over 21,000 video-based minutes. On this occasion, nearly all of Tripura's 1,193 Gram Panchayats and traditional local bodies set a new example of success by adopting "Sabhasaar," while other states also participated actively. "Sabhasaar" is available in 13 Indian languages. This multilingual innovation ensures inclusivity for Panchayats across diverse linguistic regions. It is also a visionary initiative to strengthen participatory democracy in Gram Panchayats, ensure transparent documentation of decision-making processes, and ensure speedy subsequent action. This initiative provides Panchayat representatives with an opportunity to focus more on improved local self-governance and excellent service delivery, paving the way for further strengthening grassroots democracy in the Amrit Kaal.



knlslive@gmail.com

श्री सिंह एवं जिला प्रोबेशन अधिकारी मोनिका राणा के निर्देशानुसार जेण्डर स्पेशलिस्ट हब फॉर एंपावरमेंट ऑफ वीमेन द्वारा कस्टूरबाग डेफेंस कार्यशाला कार्यक्रम का आयोजन किया गया। विकास विभाग द्वारा जगह का आरक्षण किया गया। विद्यालय की छात्राओं को हरविंदर कौर एवं प्रमोद कौर द्वारा कार्यशाला आयोजित की गई। कार्यशाला में छात्राओं की जानकारी प्रदान करने के साथ ही महिला थाना द्वारा जानकारी दी गयी, जिसमें मुख्यतः 1098-चाइल्ड हेल्पलाइन, 112-विप्रेड आदि महत्वपूर्ण हेल्पलाइन नम्बरों की जानकारी दी गयी और जेण्डर सिकाएँ। उन्हें मार्शल आर्ट्स, कराटे या किसी और तरह की प्रशिक्षण देकर आप को किसी भी खतरे से बचा सकती है। आत्मरक्षा से उनका जीवन सुरक्षित रहे व विद्यालय की अध्यापिका आदि उपस्थित रहे।

संक्षिप्त समाचार

जयपत्तपुरवा गांव में

# खडंजा मार्ग बद्दहाल



गोल निर्धारित किया है उस पर ही अटल रहे अपने गोल को बार बार ना बदले इस अवसर पर सोहिल सर ने कहा कि हमें अपनी क्षमता का खुद आकलन करना चाहिए उसी के हिसाब से हमें अपनी पढ़ाई एवं अपना गोल निर्धारित करना चाहिए हमें अपने वजन के आकलन के हिसाब से ही वजन को उठाना चाहिए यदि आप पुलिस में भर्ती योग्य है तो उसकी तैयारी करें यदि उसके योग्य नहीं है तो उसकी तैयारी ना करें साथ ही साथ हमें गूगल प्रणाली को छोड़कर गुरु की पद्धति को अपनाना है इस अवसर पर सोहिल सर ने उपस्थित छात्राओं के मध्य कहा कि आपको जो भी क्षेत्र चुनना है और जिस भी क्षेत्र के विषय में आपको कोई जानकारी करनी है तो वह आज मुझे आकर ले सकते हैं इस अवसर पर एसआरपी इंटर कॉलेज के शिक्षक एस पी सिंह ने अपने उद्बोधन में कहा कि स्वर्गीय राम प्यारी देवी रेजा एजुकेशनल ट्रस्ट वाकई एक शानदार कार्य कर रहा है मुझे आज बहुत प्रसन्नता है कि ट्रस्ट के माध्यम से आज सारे साहब और रेजा जी हमारे स्कूल के छात्रों को बहुत महत्वपूर्ण जानकारीयां दी इस अवसर पर मैथिली सर भी उपस्थित रहे आए हुए सभी अतिथियों का आभार विद्यालय के अध्यापक अनुतल ने व्यक्त किया

# वन्य जीव प्राणी सप्ताह गोष्ठी का आयोजन

रक्षा उत्साह, 20 से अधिक ने किया रक्तदान सूरजपुर/ सामाजिक सरोकार और मानवता के प्रतीक

स्थित शासकीय नवीन महाविद्यालय में स्वेच्छिक रक्तदान शिविर चिकित्सालय सूरजपुर के दिशा-निर्देशन में तथा महाविद्यालय के हुआ। कार्यक्रम में रेड क्रॉस एवं रेड रिबन संगठन के जिला संयोजक शिविर का मुख्य उद्देश्य छात्रों एवं आम नागरिकों में रक्तदान के प्रोत्साहन करना और समाज में निःस्वार्थ सेवा की भावना को बढ़ावा देना रक्तदान एक ऐसा पुनीत कार्य है जो न केवल जरूरतमंद की जान लाभदायक होता है। शिविर का शुभारंभ बी.ए. अंतिम वर्ष के छात्र तिवारी के इस कदम ने छात्रों में उत्साह का संचार किया और उनके बाद एक छात्र-छात्राएं आगे आकर रक्तदान करने लगे। कुल मिलाकर रक्तदान किया। शिविर को सफल बनाने में मेडिकल ऑफिसर डॉ. जिला चिकित्सालय सूरजपुर के चिकित्सा स्टाफ, तथा स्वास्थ्य भूमिका निभाई। पूरी टीम ने रक्त संग्रहण से लेकर सुरक्षा प्रोटोकॉल के शिक्षकों एवं कर्मचारियों में भी इस शिविर को लेकर उत्साह गुसा, रामनिवास सहित अन्य स्टाफ सदस्य सक्रिय रूप से उपस्थित बस, रवनी साहू, निभम जायसवाल सहित कई छात्र-छात्राओं ने न में भी सहयोग किया। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित वक्ताओं ने कहा को दूर करना बेहद आवश्यक है। प्राचार्य रंजीत कुमार सातपुते ने सेवा का सर्वोत्तम उदाहरण है। हर व्यक्ति को जीवन में कम से कम के धीरेन्द्र कुमार जायसवाल ने अपने संबोधन में कहा कि आज के भूमिका निभा रहे हैं। रक्तदान जैसे आयोजन न केवल मानवता की को जीवनदान भी मिलता है। कार्यक्रम के अंत में महाविद्यालय

नियमित रूप से इस प्रकार के सामाजिक कार्यों में भाग लेने के लिए प्रेरित किया। रक्तदान शिविर मिला। यह आयोजन न केवल एक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम साबित हुआ, बल्कि समाज में यह

क्यों न लिखूँ सच / प्रेमचंद जायसवाल / श्रावस्ती प्रभागीय  
वन अधिकारी के निर्देशन में वन्य जीव प्राणी ससाह के  
अवसर पर ककरदरी रेंज में जगपती धाम माता मंदिर रासी  
बैराज पर वन्य जीव के अधिकार व वन्यजीव मानव संघर्ष के  
प्रति लोगों को जागरूक किया गया तथा प्लास्टिक के प्रयोग  
के दुष्प्रणिणाम पर भी प्रकाश डाला गया साथ ही तहत प्रांगण  
की साफ सफाई करके भी जागरूक किया गया मौके पर मंदिर  
की महंत रीतागिरी पट्ट, मंदिर के सेवादार, वन दरोगा बृजलाल  
यादव, वन दारोगा रामचंद्र मौर्य, वनरक्षक अभिषेक सिंह,  
वन रक्षक सुधीर कुमार मिश्र, वन रक्षक शेषमणि मिश्र, वन  
रक्षक विपिन कुमार, वन विभाग के अन्य कर्मचारी तथा  
ग्रामीण उपस्थित रहे। उपस्थित लोगों को वन विभाग के वन  
दारोगा रामचंद्र मौर्य ने बताया कि सभी लोगों वन जीव प्राणी  
की सुरक्षा करना दायित्व है तथा वनों की सुरक्षा वन ग्रामों के  
वसींदों को करना चाहिए तथा वन विभाग के द्वारा समय-  
समय पर ग्रामों में रह रहे लोगों को जागरूक करना चाहिए  
जिससे वन जीव प्राणी व पेड़ पौधों की सुरक्षा हो सके।

## क्षतिग्रस्त सड़क मरम्मत की मांग

क्यों न लिखूँ सच / प्रेमचंद जायसवाल / श्रावस्ती भिनगा  
मुख्यालय से परसा मार्ग पूरी तरह गड्ढे में तब्दील, व क्षतिग्रस्त  
हो गई है।  
जहाँ रास्ते  
भर में बड़े  
बड़े गड्ढे होने  
के कारण  
आप दिन  
छोटी बड़ी  
दुर्घटनाएं  
होती। इस



मार्ग की मरम्मत को लेकर कई बार स्थानीय लोगों ने संबंधित अधिकारियों को प्रार्थना पत्र देकर भिन्ना परसा मार्ग की मरम्मत की मांग किया है। किंतु कोई सुनवाई नहीं हुई। जानकारों की माने तो 24 किमी सड़क का निर्माण प्रधानमंत्री सड़क योजना के तहत निर्माण हुआ था। जहा सड़क का निर्माण होते ही एक वर्ष के अंदर उजाड़ने लगी थी। उक्त प्रकरण पर बीच बीच में सड़क की मरम्मत का कार्य होता रहा और सड़के टूटती और बनती रही। लेकिन पिछले वर्ष से इस सड़क का मरम्मत करवाया नहीं गया। जिससे आज सड़क की दयनीय स्थिति देखने योग्य है। गौर तलब हो इस मार्ग से सैकड़ों ग्राम वासिया को का आना जाना। भिन्ना मुख्यालय से परसा, जमुनहा और राप्ती बैराज तक जाने वाली सड़क पूरी तरह से क्षतिग्रस्त हो गई है।

वार्षीय युवा संगठन, महानगर अलीगढ ( रजि० ) के वी पी एल सीजन २ का फाइनल मैच वी पी एल माधव इंडियंस टीम ने ८ विकेट से जीता, मनीष अजगर बने प्लेयर ऑफ द मैच

वर्षाण्य युवा संगठन, महानगर अलीगढ़ ( रजि0 ) द्वारा आयोजित क्रिकेट लीग वी पी एल सीजन - 2 के अन्तर्गत स्थानीय इंडन पार्क, मडराक, अलीगढ़ के क्रिकेट ग्राउंड पर दूधिया रोशन में हुए फाइनल मैच में वी पी एल गंगा शिवालिक और वी पी एल माधव इंडियंस के मध्य रोमांचक मुकाबला हुआ । वर्षाण्य युवा संगठन महानगर अलीगढ़ ( रजि0 ) के सलाहकार भुवनेश वर्षाण्य आधुनिक के अनुसार वी पी एल माधव इंडियंस के कप्तान मनीष अजगर ने टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी का निर्णय लिया । जो सही साबित हुआ । इस फाइनल मैच की खास बात यह रही कि टॉस सोने के सिक्के से उछाला गया जो अलीगढ़ के इतिहास में पहली बार हुआ । सोने के सिक्के के प्रायोजक रहे धनंजय वर्षाण्य भैय्यन ज्वैलर्स । मैदान पर पहले बैटिंग करने उतरी वी पी एल गंगा शिवालिक टीम के खिलाड़ीयों ने बहुत धीमी शुरुआत की । 15 ओवर के मैच में 8 विकेट के नुकसान पर केवल 82 रन बनाये । लो स्कोरिंग वाले इस फाइनल फाइनल मैच में लक्ष्य का पीछा करने उतरी माधव इंडियंस टीम ने 11.5 ओवर में ही 2 विकेट खोकर 85 रन बना लिए और यह फाइनल मैच माधव इंडियंस टीम 8 विकेट से जीत गई । प्लेयर ऑफ द मैच मनीष अजगर को 112 साल की बुद्धि का घुट्टी के एम डी नितिन घुट्टी की ओर से 1100 रुपए का चेक प्रदान किया गया । मनीष अजगर ने 16 गेंदों में 4 चौकों की मदद से 29 रन बनाए और 4 ओवर में 10 रन देकर 1 विकेट भी लिया । इलेक्ट्रिक प्लेयर ऑफ द मैच गंगा शिवालिक टीम के तनीषक वर्षाण्य युवा जोश को दिया गया । मैच का शुभारंभ संगठन के चेयरमैन नितिन घुट्टी संस्थापक अध्यक्ष विष्णु भैया, एडवोकेट आकाशदीप वर्षाण्य, भुवनेश वर्षाण्य आधुनिक, अनिल अन्नू, कमल कांत वर्षाण्य, मनोज गुप्ता, नकुल गुप्ता, सुमित गोटेवाल, अमित कोल, प्रमोद जलाली, गौरव कोल्ड, विशाल वर्षाण्य बंटी, प्रदीप यमुना एक्सपोर्ट ने अक्रूर जी की प्रतिया के समक्ष पुष्प अर्पित कर किया । इस मैच में खास बात यह रही कि प्रत्येक चौके और छक्के पर चीयर्स लीडर्स भारतीय परिधानों में खिलाड़ियों में जोश भर रही थी । मैच के आखिरी मे आतिशबाजियों ने आसमान को भर दिया रोमांच के भरपूर इस फाइनल मैच को देखने के भारी संख्या में दर्शक पहुंचे । सलाहकार आकाशदीप वर्षाण्य, भुवनेश वर्षाण्य आधुनिक, अध्यक्ष धनंजय वर्षाण्य ज्वेलर्स, महामंत्री मनोज गुप्ता लकी, ज्वाइंट सेक्रेट्री रोहित पीतल, कोषाध्यक्ष आकाश भैया जी, संयोजक लव वर्षाण्य, गौरांग वर्षाण्य स्टील ने सभी अतिथियों का स्वागत पटका पहनाकर किया । मैच का सीधा प्रसारण क्रिक हीरो ऐप के जरिए जितेंद्र टी डी के सहयोग से किया गया । इस अवसर पर नितिन घुट्टी, विष्णु भैया, एडवोकेट आकाशदीप वर्षाण्य, भुवनेश वर्षाण्य आधुनिक, धनंजय वर्षाण्य वर्षाण्य ( भइय्यन ज्वैलर्स ), मनोज गुप्ता लकी, रोहित पीतल, आकाश भैया, गौरांग वर्षाण्य स्टील, लव वर्षाण्य, अर्जुन वर्षाण्य, अंकुश राजाजी, आशु गैस आदि उपस्थित रहे ।



शनिवारों को अपने साथ ले गई। जिनकी जांच के अग्रिम कार्रवाई करेगी। शहर के स्टेशन रोड पर बस स्टैंड के पास शुभम बैटरी पर जीएसटी के नोट के उपायुक्त अनिरुद्ध सिंह व उनकी टीम ने गाना गाड़ियों से पहुंची जीएसटी टीम को देखकर दुकानदार दुकान बंदकर भाग खड़े हुए। लगभग जांच में करोड़ों रुपये के हेर फेर का मामला। बीते पांच साल में सौ करोड़ का माल बेच चुके के यहां शनिवार को जीएसटी की एसआईबी धान शाखा) यूनिट ने छापा मारकर करोड़ों की लूट। अधिकारियों के मुताबिक, कारोबारी ने पांच 15 लाख रुपये ही टैक्स जमा किया है। करीब कार्रवाई के बाद एसआईबी जरूरी दस्तावेज अपने । दीपावली करीब है, ऐसे में टैक्स चोरी करने में की धरपकड़ के लिए जीएसटी की एसआईबी शनिवार शहर के स्टेशन रोड पर पुराना बीसलपुर करीब शुभम बैटरी पर एसआईबी यूनिट के अनिरुद्ध सिंह व उनकी टीम ने छापामारी की। टीम के अनिरुद्ध सिंह के अनुसार बैटरी व्यापारी के यहां उनकी चोरी का संदेह हुआ। इसके बाद विभागीय आराम आदमी बनकर उनके यहां बैटरी खरीद प्रतिष्ठान व्यापारी पर संदेह हुआ। विभागीय जांच टीम द्वारा कार्रवाई का अंजाम दिया गया। उपायुक्त एसआईबी अनिरुद्ध सिंह ने बताया कि शुभम बैटरी छेले पांच साल में 100 करोड़ रुपये के माल की इसमें प्रतिष्ठान द्वारा बड़ी टैक्स चोरी की गई। मात्र छेले पांच साल में जमा किया गया। जीएसटी टीम की दस घंटे चली जांच के प्रतिष्ठान से संप्रकलित कर वापिस लौट गई। जल्द ही टीम कार्रवाई भी तय करेगी।

# 5 Signs of High Uric Acid Are Visible on Your Skin Too, Don't Ignore Them

Do you think high uric acid levels only cause joint pain? If so, you're wrong! Yes, high uric acid levels can also affect your skin. People often ignore these symptoms (Skin Signs of High Uric Acid), but they can lead to serious uric acid levels rise.It's crucial to pay symptoms, you can take care of your body, it causes severe pain and can also be visible on our skin? Yes, but also under the skin, causing a the 5 signs (Uric Acid Skin Symptoms) appropriate treatment. Painful lumps acid levels is the formation of small, around the ears, fingers, elbows, and become very large, they may also When uric acid crystals accumulate This is due to inflammation and If you notice a sudden change in skin or purple spots - In some cases, high These spots often occur around joints. body and should not be ignored. Itchy high uric acid levels. This occurs when uric acid crystals accumulate beneath the skin's surface, causing irritation and itching. If you experience persistent itching for no apparent reason, getting your uric acid levels tested may be a good idea. Slow wound healing: High uric acid levels affect not only the joints but also the body's internal systems. This can lead to increased inflammation, which can make wounds take longer to heal. If you notice minor wounds taking longer than usual, this could also be a sign. It would be wrong to associate uric acid solely with joint pain. Its symptoms can also appear on the skin. If you notice any of these symptoms, consult a doctor immediately and get a proper diagnosis. Uric acid can be controlled with a healthy lifestyle, proper diet, and adequate water intake. Remember, timely detection and treatment can prevent serious problems.



illnesses. The skin also gives off some warning signs when attention to these signs early. By managing these health. We all know that when uric acid levels rise in the swelling in the joints. But did you know that its effects uric acid crystals can accumulate not only in the joints variety of symptoms. That's why it's crucial to recognize mentioned in this article so you can seek timely and on the skin - The most characteristic sign of high uric hard lumps under the skin. These lumps often appear ankles. They can sometimes be painful. If these lumps exude a white, chalk-like substance. Skin discoloration - around joints, the skin in that area may turn red or purple. irritation. The skin may also appear stretched and shiny. color over a joint, it could be a serious warning sign. Red uric acid levels can cause red or purple spots on the skin. These signs indicate that something is wrong inside the skin - Some people may also experience itchy skin due to

## Want to make your brain as sharp as an AI? Include 5 Omega-3-rich foods in your diet for numerous benefits.

Have you ever imagined that your brain could function like a supercomputer? Process millions of data every second, memorize things in a jiffy, and solve even the most complex problems with ease? Yes, it's all possible! Let us tell you for brain health. Omega-3-rich foods can cells, improving focus. Omega-3 in your diet is fast-paced world, everyone wants to make want to improve your memory, improve focus, diet, especially in omega-3 fatty acids. Omega-strengthen brain cells, improve brain function, foods (Omega-3 for Brain) that are rich in - Walnuts are shaped like a brain and are truly antioxidants, and vitamin E. Eating 2-3 function. They also help keep nerve cells active. excellent source of Omega-3. They contain is essential for the body. You can eat flaxseed keeps both the heart and brain healthy. Chia Chia seeds are rich in fiber, protein, and focus, and reduce mental stress. You can soak vegetarian, fatty fish like salmon, mackerel, or essential omega-3 fatty acids like DHA and consumption of fish improves blood circulation Soybeans are also a good source of omega-3 fatty acids. They help strengthen brain cells and enhance memory. You can include soybeans as a vegetable or tofu (soy cheese) in your diet. By simply including these 5 foods in your diet, you can not only sharpen your mind but also keep it healthy for a long time.



about 5 Omega-3-rich foods that are extremely beneficial provide the brain with the right fuel. They strengthen brain essential for making your brain as sharp as an AI. In today's their brain as sharp and fast as a computer. Do you also and relieve mental fatigue? If so, the answer lies in your 3 fatty acids act as a superfood for our brain. They and help fight many mental illnesses. Let's learn about five Omega-3 and can make your brain as sharp as AI. Walnuts beneficial for your brain. They are rich in Omega-3, walnuts daily improves memory and increases brain Flax seeds - If you're a vegetarian, flax seeds are an abundant amounts of alpha-linolenic acid (ALA), which powder by mixing it into yogurt, smoothies, or salads. It Seeds - These tiny seeds are a treasure trove of nutrition. omega-3 fatty acids. They help calm the mind, improve them in water or eat them with oats. Fish - If you're a non-tuna are excellent sources of omega-3s. They contain EPA, which directly impact brain health. Regular in the brain and improves thinking. Soybeans and Tofu -

## Does your child also retort back? Before scolding, learn 10 psychological reasons for thi.

Children's retort isn't just a sign of misbehavior, but it's the result of many deeper reasons. Sometimes it's a feeling of self-defense, sometimes excessive discipline or emotional neglect. Sometimes they try to express their point, this in simple terms. Children learn by cases, children retort back to their to get your attention. Self-protection: suppressed, they retort to clarify their discipline: Too much strictness and lack In such situations, they express their Emotional Neglect - If parents don't love to a child, the child feels neglected Model Influence - Children learn what speaking back, they adopt similar children aren't listened to and are only protest. Age Changes - Due to hormonal become more sensitive, emotional, and to everything. External Pressure and due to school, peers, or other external speaking back at home. Lack of and discipline is not taught, they begin respond back. Attempting to Express opinions. When they don't get a chance insistent. Parents' reaction: If parents disagrees, the child takes it as their response. Children's retort is not just a discipline issue, but a sign that they need to be understood and talked to. In such a situation, if parents act with patience, love, and understanding, children's behavior can be improved.



but the method is wrong. Let's understand observing those around them. In some parents. Sometimes, children do this simply When a child feels unsafe, humiliated, or position or defend themselves. Harsh of freedom can make children rebellious. opinions loudly and in a defiant manner. provide adequate emotional support or and reacts with anger or irritability. Role they see. If they see adults around them behavior. Lack of Communication - When given orders, they may react back in changes during adolescence, adolescents argumentative. As such, they tend to react Stress - When a child is under mental stress pressures, they may vent their anger by Boundaries - If children are given freedom to accept speaking back as normal and Their Opinion - Children also express their to speak, they become stubborn and show excessive anger when a child

# A 10-year-old record will be broken on Diwali, as three superstars did not stake their claim at the box office this time.

The excitement of Diwali is felt across the country. This festival is also very special for Bollywood stars, as every year a superstar releases a film on this occasion. This is the occasion when the highest earnings are expected from is about to be broken this Diwali. Stars Diwali. Everyone strives to ensure that the festival of lights, has the longest of earning a good amount at the box the hearts of the audience, the box office broken, as unlike every other year, screen. Who are these 3 superstars who full details below: Are theatres deserted star has planned their own festivals. Aamir Khan tries to come on been released on Diwali, out of which are of only 3 superstars, who are the release the most movies on the occasion Ajay Devgan. Out of the 15 films by Akshay Kumar, 2 by Salman Khan, 10 years, 8 of these were hits and 5 flops. from 2015 to 2024. Salman Khan's included in the list of films releasing on Singham Again, and Thank God are include Housefull 4, Sooryavanshi, and the special occasion of Diwali include Aamir Khan's 'Thugs of Hindostan' in 2018, Rani Saif's 'Bunty Babli 2' in 2021, and Kartik Aryan's 'Bhool Bhulaiyaa 3' in 2024. Of these, 8 were hits, 5 were flops, and 2 were average. Now, let's see which of these films were hits and which were flops: Film Hit or Flop Prem Ratan Dhan Payo Hit Shivaay Flop Ae Dil Hai Mushkil Hit Golmaal Again Hit Secret Superstar Hit Badhaai Ho Hit Housefull 4 Hit Thugs of Hindostan Flop Sooryavanshi Hit Bunty Aur Babli Flop Ram Setu Flop Thank God Flop Tiger 3 Average Singham Again Average Bhool Bhulaiyaa 3 Hit These 2 films will take over the box office in 2025 This year, Ajay Devgan, Salman Khan, and Akshay Kumar may not have made their mark at the box office, but Diwali will not be dull. Ayushmann Khurrana and Rashmika Mandanna's horror comedy "Thamma" will hit theaters on October 21st. In addition, Harshvardhan Rane's "Ek Deewane Ki Deewaniyat" will compete with "Thamma" at the box office. It will be interesting to see which film emerges victorious in this Diwali box office battle.



# Comedian Sunil Pal vents his anger on Aryan Khan for 'The Ba\*\*ds of Bollywood'

Aryan Khan's directorial debut, The Ba\*\*ds of Bollywood, received critical acclaim. Its outspoken commentary on the Hindi film industry and sharp criticism of certain characters was widely appreciated. However, September 18th, "Ba\*\*ds of Sunil Pal take a dig. Aryan released and is trending on roasting of Bollywood culture, now publicly targeted Aryan that built his father's legacy. podcast, Aryan Khan said, "The now criticizing that Bollywood in king of Bollywood for the past 30 Khan roasted many Bollywood Bollywood actors featured in the years - But comedian Sunil Pal "Aryan Khan had no shortage five more years and done praised." Who appeared in the Bambba, Bobby Deol, Raghav Juyal, Anya Singh, Mona Singh, and Manoj Pahwa, appeared. The show, streaming on Netflix, is the story of an outsider's struggle to establish himself in Bollywood and grapple with internal politics and rivalry.



comedian Sunil Pal was not entirely impressed. Released on Bollywood" saw Aryan Khan mock Shah Rukh Khan and Khan's debut series, "The Ba\*\*ds of Bollywood," has been Netflix. While everyone is praising Aryan Khan for his skillful some people are not happy with it. Comedian Sunil Pal has Khan, accusing him of disrespecting the very film industry Shah Rukh Khan was also roasted. Speaking on a Pinkvilla Bollywood that made your father such a big superstar, you're this way." There's no doubt that Aryan Khan has been the years. He's delivered numerous blockbuster films. Aryan actors in his series, including Shah Rukh Khan. None of the series seemed offended. Aryan could have sat for five more feels Aryan should have done something else instead. He said, of fame, money, or a platform. He could have sat at home for something that even Sanjay Leela Bhansali would have series? Many Bollywood stars, including Lakshya, Sahher

# It felt like her mother was here...Anshula Kapoor got emotional in engagement photos, Janhvi and Khushi were seen posing with their brother-in-law.

Anshula Kapoor Engagement: Arjun Kapoor's sister, Anshula Kapoor, has finally shared her engagement photos on social media. These photos featured her entire family: Boney Kapoor, Arjun Kapoor, Sonam Kapoor and Khushi Kapoor. Shikhar Kapoor. Anshula Kapoor family attended - Anshula felt Anshula Kapoor, got on October 2nd. The her father, Boney Kapoor's family attended. Anshula and 2nd. Two days later, Anshula (engagement ceremony). She Arjun Kapoor, sisters Janhvi Boney Kapoor. These Shikhar Paharia, Khushi A special emotional part of to her late mother, Mona a seat next to her and placing expressed how she felt her Anshula also shared an Arjun Kapoor. Meanwhile, in Anshula and Rohan. A sweet together. In another candid father, Boney Kapoor, while and Khushi. In her caption, love, it was love reflected in every little thing. Ro's favorite words have always been 'always and forever.' His love makes me believe that fairy tales live on not just in books, but in moments like these." Anshula and Rohan met in 2022. She further added, "Laughter, hugs, blessings, and a room full of people who make our world feel full. And then, a mother's love quietly engulfs us. In her flowers, in her words, in her seat, the way her presence was still felt everywhere. All I remember was looking around and thinking, 'This is how it should always feel. God bless you.'" Anshula and Rohan met on a dating app in 2022. In July of that year, Rohan proposed to Anshula in New York's Central Park.

