

# बढ़ता राजस्थान

■ Since : 2004

/// कदम बढ़ाएं, सच के साथ

वर्ष : 15 | अंक : 190

जयपुर | गुरुवार, 15 मई, 2025

बैशाख, शुक्र पक्ष तृतीय संवत्-2082

भारत व राज्य सरकार से विज्ञापनों के लिए स्वीकृत

| मूल्य : ₹ 5.00 | पृष्ठ : 12

www.badhatarajasthan.in badhatarajasthan@yahoo.com badhatarajasthan.dainik badtarajasthan

## संक्षिप्त समाचार

राजस्थान में सोने-चांदी के फिर कम हुए दाम

स्टैंडर्ड सोने की कीमत घटकर पहुंची  
96,400, चांदी 500 रुपए हुई सर्ती

बढ़ता राजस्थान

जयपुर। अंतर्राष्ट्रीय बाजार में आई स्थिरता और डॉलर की मजबूती का असर कीमती धातुओं पर नर आगे लगा है। भारतीय बाजार में बुधवार को स्टैंडर्ड सोने की कीमत 200 रुपए टट्टकर 96 हजार 400 प्रति 10 ग्राम पर पहुंच गई है। जबकि चांदी प्रति किलो की कीमत 500 रुपए टट्टकर 96 हजार 800 रुपए पर आ गई है। सोना क्वार्टरिंगों के अनुसार आगे एक सोने में सोने और चांदी की कीमत में बढ़ोतारी की प्रबल संभावना है। जयपुर सर्वांग कमेटी की ओर से जारी भाव के अनुसार जयपुर में 10 ग्राम 24 कैरेट सोने की कीमत 96 हजार 400 रुपए पर आ गई है। 22 कैरेट प्रति 10 ग्राम सोने की कीमत 89 हजार 600 रुपए पहुंच गई है। सोना 15 कैरेट 77 हजार 200 रुपए प्रति 10 ग्राम और 14 कैरेट 60 हजार 700 रुपए प्रति 10 ग्राम पर पहुंच गया है। वर्तीं, चांदी रिफाइन की कीमत 98 हजार 800 रुपए प्रति किलो तक पहुंच गई है।

**कांग्रेस का सवाल- सीजफायर में अमेरिका का बया दोल**  
पीएम मोदी-जयशंकर जवाब दें, कशीर पर वर्ष सिंह भारतीय संसद में ही हो सकती है

बढ़ता राजस्थान

नई दिल्ली। कांग्रेस महासचिव जयराम रमेश ने कहा, पिछले कुछ दिनों से कांग्रेस पार्टी पूछ रही है कि अमेरिकी राष्ट्रीय डोलान्ड ट्रम्प ने भारत और पाकिस्तान के बीच संघर्ष विराम की घोषणा कर्त्ता की ओसा पहली बार हो रहा है। पीएम मोदी इस पर कठ्ठे भी बोलते हैं। अमेरिकी विदेश मंत्री मार्कों संबिंद ने देखते हैं कि अमेरिकी विदेश मंत्री मार्कों संबिंद ने देखते हैं कि उनकी वज्र से ही यह युद्ध रुका। विदेश मंत्री डॉ. जयशंकर इसका जवाब भी नहीं देते हैं। हम लगातार पूरे रहे हैं कि पीएम मोदी और विदेश मंत्री इस बात का जवाब देनी दे रहे हैं कि अमेरिका की भूमिका क्या है?

उन्होंने कहा, कशीर पर चर्चा सिर्फ भारतीय संसद में ही हो सकती है। इस पर मध्यस्थान करने का अधिकार किसी को नहीं। हम अपनी सेना के साथ चबूत्र की तह खड़े हैं। हम अतिकंवाद के खिलाफ और पाकिस्तान के खिलाफ जो कार्रवाई की जा रही है उसका पूरा समर्थन कर रहे हैं।

**कैबिनेट बैठक**  
**देश की छठी सेमीकंडक्टर यूनिट को मंजूरी**  
बढ़ता राजस्थान

नई दिल्ली। पीएम नंदेंद्र मोदी की अध्यक्षता में प्रधानमंत्री आवास में हुई कैबिनेट बैठक में देश की छठी सेमीकंडक्टर यूनिट को मंजूरी दी गई है। यह यूनिट 3706 करोड़ रुपए में उत्तर प्रदेश के जेवा में लगाई जाएगी। इसका लालौल और फॉकसकॉन मिलकर इस यूनिट को बनाएंगे। प्लाट में मोबाइल फोन, लैपटॉप, ऑटोमोबाइल्स, परसनल कम्प्यूटर, और दूसरे डिस्प्ले डिवाइसेज के लिए डिस्प्ले ड्राइवर चिप्स बनेंगे। यह महानी 3.6 करोड़ चिप्स बनेंगे। इंडिया सेमीकंडक्टर मिशन 2022 में ताँच किया गया था। इसके तहत अब तक 6 प्रोजेक्ट्स अरूप हो गए हैं। निर्माण कार्य तेजी से चल रहा है। 3.6 शेषकांत संस्थानों और 70 स्टार्टअप्स के छात्र लेटेस्ट टूल्स के जरिए सेमीकंडक्टर टेक्नोलॉजी सीख रहे हैं।

**पंचतत्व में लिलीन हुए पाक हमले में शहीद जगान रामबाबू पार्थिव शरीर से लिपटकर से पड़े मां और बाचा, भारत माता के नारे लगे**

बढ़ता राजस्थान

सीवान। पाक हमले में शहीद सीवान के जवान रामबाबू प्रसाद (28) बुधवार को पंचतत्व में विलीन हो गए। उनके पैतृक गांव सिलपुर के ही शमाल घाट में उनका अतिम संस्कार किया गया। इससे पहले उन्हें गार्ड ऑफ ऑनर दिया गया। बात पर लोगों की भारी भीड़ थी। लोगों की आंखें नम थीं, लेकिन जोश दिखाई दे रहा था। भारत पर लोगों की भारी भीड़ थी। लोगों की आंखें नम थीं, लेकिन जोश दिखाई दे रहा था। दोपहर ढाई बजे शहीद की पार्थिव देह पटना से सीवान लाई गई। पार्थिव शरीर जिस गाड़ी से लाया गया।

सीवान। पाक हमले में शहीद सीवान के जवान रामबाबू प्रसाद (28) बुधवार को पंचतत्व में विलीन हो गए।

**सीबीएसई 12वीं में जयपुर के टॉपर्स : साइंस में दीपशिखा और कॉर्मर्स में राधव ने 99.60 प्रतिशत अंक हासिल किए, कला में अनामिका 99.40 प्रतिशत पर**

बढ़ता राजस्थान

जयपुर। सीबीएसई ने मंगलवार को 12वीं कक्षा का परीक्षा परिणाम जारी किया। नीरज मोदी स्कूल की दीपशिखा विषयों में पूर्ण 100% अंक प्राप्त किए। उन्होंने तीन विषयों में पूर्ण 99.60% अंक प्राप्त किए। उन्होंने तीन विषयों में पूर्ण 99.8% अंक प्राप्त किए।

सेंट जेवर एसीएस इंटरनेशनल स्कूल की छात्र राधव जैन ने कार्मर्स में 99.60% अंक प्राप्त किए। राधव ने भी तीन विषयों में 100% अंक हासिल किए।

एन के पालिक स्कूल की छात्र अनामिका की कॉर्मर्स में कला विषयों में 99.40% अंक प्राप्त किए।

व इनफॉर्मेटिक्स प्रैक्टिसेज में पूर्ण 99.8% अंक हासिल किए। भारतीय विद्याभाल स्कूल की छात्र संयम अग्रवाल ने 99.2% नंबर हासिल किए। पेरामार्ट विद्याप्राम स्कूल की अनुष्ठान विद्यालय ने कला विषयों में 99% अंक हासिल किए। उन्होंने 500 में से 495 अंक प्राप्त किए। अनुष्ठान विषयों में पूर्ण 99.8% अंक प्राप्त किए।

परीक्षाएं 15 फरवरी से 4 अप्रैल 2025 के बीच आयोजित की गईं। जयपुर में सीबीएसई की 10वीं और 12वीं की परीक्षा में कुल 2.70 लाख विद्यार्थियों ने भाग लिया। इनमें से 1.30 लाख छात्र 12वीं कक्षा के थे।

नंबर हासिल किए।

सोलाइंग पालिक स्कूल के छात्र संयम अग्रवाल ने 99.2% नंबर हासिल किए। पेरामार्ट विद्याप्राम स्कूल की अनुष्ठान विद्यालय ने कला विषयों में 99% अंक हासिल किए। उन्होंने 500 में से 495 अंक प्राप्त किए। अनुष्ठान विषयों में पूर्ण 99.8% अंक प्राप्त किए।

परीक्षाएं 15 फरवरी से 4 अप्रैल 2025 के बीच आयोजित की गईं। जयपुर में सीबीएसई की 10वीं और 12वीं की परीक्षा में कुल 2.70 लाख विद्यार्थियों ने भाग लिया। इनमें से 1.30 लाख छात्र 12वीं कक्षा के थे।

## जयपुर के होनहार



दीपशिखा 99.60%



राधव जैन 99.40%

**जम्मू-कश्मीर के शोपिया में सेना को मिला हथियारों का जखीरा**

एके-47, हैंड ग्रेनेड, हजारों गोलियां बायमट; ऑपरेशन केलर में ढेर हुए थे 3 आतंकी



बढ़ता राजस्थान



**भारत के 52वें सीजेआई बने जरिस बीआर गवर्नर राष्ट्रपति ने शपथ दिलाई; देश के पहले बौद्ध चीफ जरिस, 6 महीने का कार्यकाल**

बढ़ता राजस्थान

नई दिल्ली। जरिस भण्ड रामकृष्ण गवर्नर को बुधवार को भारत के 52वें चीफ जरिस के रूप में शपथ ली। राष्ट्रपति द्वारा मुख्य जरिस गवर्नर को सीजेआई पद की शपथ दिलाई। मोजूदा सीजेआई सर्जन चांदी डॉ. जयशंकर जवाबदी ने देखते हैं कि उनकी वज्र से ही यह युद्ध रुका। विदेश मंत्री डॉ. जयशंकर इसका जवाब भी नहीं देते हैं। हम लगातार पूरे रहे हैं कि पीएम मोदी और विदेश मंत्री इस बात का जवाब देनी दे रहे हैं कि अमेरिका की भूमिका क्या है?

उन्होंने कहा, कशीर, कशीर पर चर्चा सिर्फ भारतीय संसद में ही हो सकती है। इस पर मध्यस्थान करने का अधिकार किसी को नहीं। हम अपनी सेना के साथ चबूत्र की तह खड़े हैं। हम अतिकंवाद के खिलाफ और पाकिस्तान के खिलाफ जो कार्रवाई की जा रही है उसका पूरा समर्थन कर रहे हैं।

**जरिस गवर्नर ने 1985 में कार्यकाल सिर्फ दिलाई**  
**कानूनी करियर शुरू किया**

जरिस गवर्नर का 24 नवंबर 1980 को महाराष्ट्र के अमरावती में जम्मू हुआ था। उन्होंने 1985 में कानूनी करियर शुरू किया। 1987 में वार्षिक हाइकोर्ट में स्थित राष्ट्रपति शुरू कर्त्तव्य दिलाई। उन्होंने एक साधारण स्कूल में पढ़ाई की और विदेश जरूरतमयों की मदद करते रहे हैं, चाहे वह कार्यकाल का नाम नाम दिया गया था। यह एक अंतर्राष्ट्रीय विदेशी विद्यालय था। इसके बाद विदेशी सेवा के लिए एक विदेशी सेवा के लिए एक विदेशी सेवा के लिए एक व





















## बच्चों को सेहतमंद और फुर्तीला बनाने के लिए रोज 30 मिनट कराएं एरोबिक एक्सरसाइज



इसमें कोई शक नहीं है कि बच्चे सुपरएक्टिव होते हैं। बच्चों में ड्राइंग बनाने, खिलाफे से खेलने, डॉल्ट और म्यूजिक हर गतिविधियों के लिए भरपूर एक्झी होती है। बच्चों के शरीर के लचीला बनाने के लिए और उन्हें एक्टिव रखने के लिए उनका खेलना-कृद्धना बहुत जरूरी है। इसके कई फायदे हैं लेकिन क्या आपको बच्चा कोई हृदय से संबंधित या शारीरिक गतिविधियों से संबंधित एक्सरसाइज करता है। दरअसल एरोबिक एक ऐसा ही एक्सरसाइज है, जिसकी मदद से हवा में ऊपरब्द ऑक्सीजन बच्चे के शरीर में प्रवेश करता है। एरोबिक व्यायाम कार्डियो व्यायाम है, जो हृदय तथा अंत में सुधार करता है और श्वसन की शरीर में बेहतर ढंग से प्रवाहित करते हैं। बच्चों में एरोबिक एक्सरसाइज करने के कई फायदे हैं।

संबंधित एक्सरसाइज करते हैं। दरअसल एरोबिक एक ऐसा ही एक्सरसाइज है, जिसकी मदद से हवा में ऊपरब्द ऑक्सीजन बच्चे के शरीर में प्रवेश करता है। एरोबिक व्यायाम कार्डियो व्यायाम है, जो हृदय तथा अंत में सुधार करता है और श्वसन की शरीर में बेहतर ढंग से प्रवाहित करते हैं। बच्चों में एरोबिक एक्सरसाइज करने के कई फायदे हैं।

### स्वत्थ हृदय और फेफड़े

एरोबिक एक्सरसाइज से मासपेशियों में अधिक ऑक्सीजन होती है, जिससे बच्चे तेजी से सास लेते हैं। इसकी मदद से फेफड़ों में ऑक्सीजन की अधिक तेजी से पहुंचता है और शरीर में रक्त का संचार भी आसानी से होता है। इसके विषयमें अध्यास से हृदय की मात्रा का भी भरपूर उपयोग और फेफड़ों को मजबूत बनाने में मदद मिलती है। इससे बच्चे को कई प्रकार के लाभ मिलते हैं। साथ ही हृदय रोगों से भी छुटकारा मिल सकता है।

### वजन कंट्रोल करने में मदद

कई कारणों से छोटी उम्र में ही बच्चों का वजन बहुत ज्यादा बढ़ता है, लेकिन एरोबिक एक्सरसाइज की मदद से बच्चे के शरीर के लिए कम जमा होता है और लेली की मात्रा का भी भरपूर उपयोग हो जाता है। खेलने की तुलना में एरोबिक्स की मदद से अधिक कैलोरी बर्न की जा सकती है। इससे बच्चे स्वत्थ रहते हैं और वजन भी संतुलित रहता है।

### मांसपेशियों का मजबूत बनाए

एरोबिक्स एक्सरसाइज की मदद से मांसपेशियों को मजबूत बनाने में मदद मिलती है। इसके उपयोग से कैलोरी बर्न के साथ-साथ शरीर में प्रोटीन का भी भरपूर उत्पादन होता है, जिसकी मदद से मांसपेशियों का विकास भी होता है। इससे बच्चे का संपूर्ण शारीरिक विकास होता है।

### इम्यून सिस्टम मजबूत बनाए

एरोबिक व्यायाम बच्चों को मजबूत बनाता है और इसकी मदद से बच्चे का इम्यून सिस्टम मजबूत होता है। इससे शरीर के बैक्टीरिया और अन्य अपशिष्ट पदार्थ बाहर निकाल जाते हैं। साथ ही सफेद रक्त कोशिकाओं और रोगों से लड़ने की शक्ति का विकास होता है।

### बेटर अकादमिक प्रदर्शन

एरोबिक की मदद से बच्चे का मानसिक विकास भी होता है, जिसकी मदद से वह पढ़ाई-लिखाई में भी अच्छा करते हैं। एरोबिक्स से बच्चों को अपना घ्यान केंद्रित करने और यादाशत बढ़ाने में भी मदद मिलती है। साथ ही मस्तिष्क कोशिकाओं के विकास में भी सहायता करता है।

### बच्चे करें ये एरोबिक्स एक्सरसाइज

#### स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को रसी कृद्धन में बहुत मजा आता है। साथ ही यह एक बेहतरीन एरोबिक्स एक्सरसाइज है। इसकी मदद से लंबांग बढ़ाने और शरीर की लचीला बनाने में भी मदद मिल सकती है। इससे बच्चा अकेले भी कर सकता है या पिर इसे और मजेदार बनाने के लिए आप अपने बच्चे के साथ भी ये खेल खेल सकते हैं।

#### साइकिलिंग

साइकिलिंग न केवल बच्चों को फिट रखती है बल्कि आपके फेफड़ों की मांसपेशियों को भी मजबूत बनाती है। इससे शरीर में शुद्ध हवा का संचार होता है और आपके पास साइकिलिंग मजबूत होती है। इससे शरीर के बैक्टीरिया और अन्य अपशिष्ट पदार्थ बाहर निकाल जाते हैं। साथ ही सफेद रक्त कोशिकाओं और रोगों से लड़ने की शक्ति का विकास होता है।

### बेटर अकादमिक प्रदर्शन

एरोबिक की मदद से बच्चे का मानसिक विकास भी होता है, जिसकी मदद से वह पढ़ाई-लिखाई में भी अच्छा करते हैं। एरोबिक्स से बच्चों को अपना घ्यान केंद्रित करने और यादाशत बढ़ाने में भी मदद मिलती है। साथ ही मस्तिष्क कोशिकाओं के विकास में भी सहायता करता है।

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

#### एरोबिक डासिंग

एरोबिक्स का बासरे मजेदार रूप एरोबिक डासिंग है। इसमें बच्चों को खेल से बच्चों की शरीर की मजबूत होती है।

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

स्ट्रीटी कृद्धन

बच्चों को दौड़ने में खुल मजा आता है। दौड़ना भी एक एरोबिक्स एक्सरसाइज है और इसकी मदद से हृदय और फेफड़ मजबूत होते हैं। छुटी बाले दिन आप बच्चों को पार्क या ट्रैक पर ले जा सकते हैं और उनके साथ आप खुद या दोस्तों को रेस लगाने को हक्क सकते हैं। इसे बच्चों की आदत में शामिल करने की कोशिश करें।

## त्वचा की इन समस्याओं को दूर करता है हींग और शहद का मिश्रण



