सत्यमेव जयते
हिमाचल प्रदेश सरकार

विश्व पृथ्वी दिवस

(22 अप्रैल 2026)

संदेश

सुखविन्द्र सिंह सुक्खू
मुख्यमंत्री, हि.प्र.

प्रिय प्रदेशवासियो,

22 अप्रैल, 2026 को विश्व पृथ्वी दिवस मनाया जा रहा है। पृथ्वी के बिना जीवन ही संभव नहीं है, इसलिए धरती की रक्षा करना हम सभी का सर्वोच्च कर्तव्य है। हिमाचल प्रदेश अपनी अनुपम प्राकृतिक सुंदरता, स्वच्छ नदियों, घने वनों, जैव-विविधता और संवेदनशील हिमालयी पारिस्थितिकी तंत्र के लिए विश्वभर में जाना जाता है। यह धरोहर न केवल हमारी पहचान है, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए एक अमूल्य विरासत भी है।

आज बदलते जलवायु परिदृश्य, बढ़ते प्रदूषण, अनियंत्रित प्लास्टिक उपयोग और प्राकृतिक संसाधनों के अत्यधिक दोहन के कारण पर्यावरण के समक्ष गंभीर चुनौतियां उत्पन्न हो रही हैं। ऐसे समय में पृथ्वी दिवस हमें यह अवसर प्रदान करता है कि हम अपने कर्तव्यों का पुनः स्मरण करें और प्रकृति के साथ संतुलन स्थापित करने की दिशा में ठोस कदम उठाएं।

मैं प्रदेश के सभी नागरिकों, विशेषकर युवाओं से आग्रह करता हूं कि वे पर्यावरण संरक्षण को एक जन आंदोलन का रूप दें। जल संरक्षण, ऊर्जा की बचत, एकल- उपयोग प्लास्टिक का परित्याग, कचरा पृथक्करण, स्वच्छता अभियान में सक्रिय भागीदारी तथा अधिक से अधिक वृक्षारोपण जैसे छोटे-छोटे प्रयास मिलकर बड़े परिवर्तन का आधार बन सकते हैं। हिमाचल प्रदेश राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा पर्यावरण संरक्षण, प्रदूषण नियंत्रण और जन-जागरूकता के क्षेत्र में निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। इन प्रयासों को जनसहभागिता, स्थानीय निकायों, शैक्षणिक संस्थानों एवं स्वयंसेवी संगठनों के सहयोग से और अधिक प्रभावी बनाया जा सकता है।

आइए, इस पृथ्वी दिवस पर हम सभी संकल्प लें कि हम अपनी जीवनशैली में पर्यावरण के प्रति संवेदनशीलता अपनाएंगे और 'कम उपयोग, पुनः उपयोग और पुनर्चक्रण के सिद्धांतों का पालन करेंगे।

"स्वच्छ पर्यावरण, हरित हिमाचल और सुरक्षित भविष्य" - इसी दिशा में हम सबको मिलकर आगे बढ़ना है।

जय हिन्द, जय हिमाचल।

सुखविन्द्र सिंह

(सुखविन्द्र सिंह सुक्खू)

HPSPCB

हिमाचल प्रदेश राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा जनहित में जारी

@Official_HPSPCB AwarenessHPPCB/ wardmembermeenu hppcb.nic.in

MODEL CODE OF CONDUCT IMPOSED

Himachal's 51 Urban Local Bodies go to polls on May 17

Says elections to Panchayati Raj Institutions will be announced after voter list is finalised on April 27

Saurabh Parashar
Shimla, April 21

HIMACHAL PRADESH State Election Commissioner Anil Kumar Khachi on Tuesday announced that the elections to 51 Urban Local Bodies in Himachal Pradesh will be held on May 17, marking the imposition of the Model Code of Conduct (MCC) in urban areas.

The 51 Urban Local Bodies comprise the four Municipal Corporations of Solan, Mandi, Dharamshala and Palampur, along with 25 Municipal Councils and 22 Nagar Panchayats.

Addressing a press conference here, Khachi said, "A total of 360,859 voters, including 180,963 males, 179,882 females, and 14 in the other gender category, would exercise their franchise. Out of the total voters, 1,808 would be casting their vote for the first time... Voters can also verify their names and those of family members through the Sarathi mobile application."

Khachi said, "As per the schedule, nomination papers will be filed on April 29, 30 and May 2 (till 3 pm). Scrutiny of nominations will take place on May 4 from 10 am onwards, while the last date for withdrawal of nominations is May 6 (from 10 am to 3 pm). Election symbols will be allotted immediately after the withdrawal process."

"Polling will be held on May 17 from 7 am to 3 pm. The counting of votes for Municipal Councils and Nagar Panchayats will be conducted the same day, while counting for the four Municipal Corporations will take place on May 31," the SEC said.

The list of polling stations would be published on April 29, he added.

Khachi further said Rs 1 lakh expenditure limits have been fixed for candidates for the Municipal Corporation elections, Rs 75,000 for the Municipal Council elections and Rs 50,000 for the Nagar Panchayat elections.

The SEC said, "The voter list for the Panchayati Raj Institutions (PRIs) will be finalised on April 27, following which elections are likely to be announced. As of now, only urban local body elections have been notified."

Administrative restrictions have also been imposed in view of the upcoming elections.

According to the State Election Commission's fresh orders, Deputy Commissioners (DCs), Sub-Divisional Magistrates (SDMs), Block Development Officers (BDOs), and District Panchayat Officers will not be allowed to leave district headquarters without prior permission. The order has come into effect immediately to ensure the smooth conduct of the elections.

Cong to face decisive defeat: BJP

BJP state vice-president and Sullah MLA Vipin Singh Parmar said the Congress would face a decisive defeat in the elections and that the results would lay a strong foundation for the BJP ahead of the 2027 Assembly elections.

Welcoming the announcement of the election schedule, he said, "BJP leaders and workers are fully prepared to contest the urban local body elections with strength and commitment. BJP is a party that works among the people 365 days a year and is always prepared for elections."

Parmar expressed confidence that under the leadership of Himachal BJP president Dr Rajeev Bindal and Leader of the Opposition Jai Ram Thakur, the party would fight the elections with seriousness and a well-planned strategy.

Criticising the Congress government, Parmar said the government had been "attempting to delay" the elections to urban local bodies for the past three to four months.

• Election schedule

3,60,859 Total eligible voters | 1,80,963 Male | 1,808 First-time voters | 1,79,882 Female

District	Municipal Corp
Kangra	Dharamshala
Kangra	Palampur
Mandi	Mandi
Solan	Solan

ACTIVITY	DATE / TIME
Nomination papers filing	April 29, April 30, and May 2, 2026
Scrutiny of nominations	May 4 (from 10:00 am onwards)
Withdrawal of candidature	May 6(before 3:00 pm)
Final list of candidates & symbols	May 6 (after withdrawal deadline)
Polling stations list publication	On or before April 29
Polling (if required)	May 17 (7:00 am – 3:00 pm)
Counting of votes (Municipal	May 17 (immediately after Councils & Nagar Panchayats)
Counting of votes (Municipal Corporations)	May 31 (from 9:00 am onwards)

DISTRICT	MUNICIPAL COUNCILS (25)
Bilaspur	Bilaspur, Shri Naina Devi Ji, Ghumarwin
Chamba	Dalhousie
Hamirpur	Sujanpur
Kangra	Dehra, Jawalamukhi, Kangra, Nagrota Bagwan, Nurpur
Kullu	Kullu, Manali
Mandi	Nerchowk, Jogindernagar, Sundernagar, Sarkaghat
Sirmaur	Nahan, Paonta Sahib
Solan	Parwanoo, Nalagarh
Una	Santokhgarh, Mehatpur Basdehra
Shimla	Rampur, Theog

DISTRICT	NAGAR PANCHAYATS (22)
Bilaspur	Talai
Chamba	Chuari
Hamirpur	Bhota
Kangra	Shahpur
Kullu	Bhuntar, Banjar, Nirmand
Mandi	Rewalsar, Karsog
Sirmaur	Rajgarh
Solan	Arki, Kandaghat
Una	Daulatpur Chowk, Tahliwal, Gagret, Amb
Shimla	Kotkhai, Chopal, Nerwa, Chirgaon, Jubbal, Sunni

Source: State Election Commission, Himachal Pradesh

Fatehpur gets projects worth ₹153 cr

Shimla: Chief Minister Sukhvinder Singh Sukhu on Tuesday launched eight development projects worth Rs 153.81 crore during a one-day visit to the Fatehpur area of Kangra district.

He carried out the 'bhoomi pujan' of an Rs 103.65 crore 800-metre span bridge over Beas river, which will connect Terrace (Pong Dam Jassur road) and Sthana (Bharwain Damtal road), improving connectivity for the people of Fatehpur and Jaswan-Pragpur assembly constituencies.

The chief minister inaugurated a combined office building at Fatehpur built at Rs 12.82 crore, and a road connecting Kodi Bela to Paral via Jatt Beli built at Rs 5.27 crore. He also inaugurated a road connecting Palakh to Charuri and Malhari to Duhag, which was constructed at Rs 5.89 crore, a statement issued here said.

Earlier, the CM also laid the foundation stone of the construction of an electrical division and sub-division office buildings and the augmentation of a 33 KV sub-station at Jawalamukhi in Kangra district.

PTI

SIKSHA 'O' ANUSANDHAN
SAAT-2026
Empowering students for a brighter future
B.TECH PROGRAMMES IN EMERGING COMPUTING
- Computer Science and Engineering (AI and ML)
- Computer Science and Engineering (Cyber Security)
- Computer Science and Engineering (Data Science)
- Computer Science and Engineering (Internet of Things)

APPROVAL & RECOGNITIONS
- Approved by UGC and AICTE
- Re-accredited by NAAC with A++ Grade
- Granted with Category-1 Graded Autonomy by UGC
- NBA Accredited Programmes

NIRF INDIA RANKINGS 2025
- 15th Best in University Category
- 22nd Best in Engineering Category

INTERNATIONAL RANKINGS 2026
- Ranked in QS World Rankings 2026
- Ranked in Times World Rankings 2026

To apply for admission through SAAT, Please visit: www.soa.ac.in

ADMISSION NOTICE 2026
CHRISTIAN MEDICAL COLLEGE
LUDHIANA-141008, PUNJAB
PG MD/MS Degree, MDS/MBBS/BDS/B.Sc NURSING/ BPT/Allied & Healthcare/ MSc Nursing/GNM
Candidates are required to go through the website www.cmcludhiana.in for details regarding admissions to the following courses

Course	Commencement of Applications	Last date of Submission of application form	Date of First Counselling
PG MD/MS Degree*	July/Aug 2026*	Aug/Sep 2026*	September 2026*
MDS*	May/June 2026*	July 2026*	July/Aug 2026*
MBBS/BDS*	May/June 2026*	July 2026*	August 2026*
B.Sc. NURSING	April/May 2026	May 2026	June/July 2026
BACHELOR OF PHYSIOTHERAPY*	May/June 2026	June/July 2026	July/August 2026
M.Sc. NURSING	May/June 2026	July 2026	Aug/Sep 2026
ALLIED & HEALTHCARE DIPLOMA AND DEGREE COURSES*	May/June 2026	July/Aug 2026	Aug/Sep 2026
GENERAL NURSING**	July/Aug 2026	August 2026	Aug/Sep 2026

*Subject to notification by Government of Punjab & Baba Farid University of Health Sciences, Faridkot. (www. bfuhs.ggsmch.org) and **Punjab Nurses Registration Council (www.pnrconline.in) (Refer to details given on the institutional website www.cmcludhiana.in (Email: registrar@cmcludhiana.in)
REGISTRAR, CMC LUDHIANA

विश्व पृथ्वी दिवस
(22 अप्रैल 2026)
संदेश

सुखविन्द्र सिंह सुक्खू
मुख्यमंत्री, हि.प्र.

प्रिय प्रदेशवासियो,

22 अप्रैल, 2026 को विश्व पृथ्वी दिवस मनाया जा रहा है। पृथ्वी के बिना जीवन ही संभव नहीं है, इसलिए धरती की रक्षा करना हम सभी का सर्वोच्च कर्तव्य है। हिमाचल प्रदेश अपनी अनुपम प्राकृतिक सुंदरता, स्वच्छ नदियों, घने वनों, जैव-विविधता और संवेदनशील हिमालयी पारिस्थितिकी तंत्र के लिए विश्वभर में जाना जाता है। यह धरोहर न केवल हमारी पहचान है, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए एक अमूल्य विरासत भी है।

आज बदलते जलवायु परिदृश्य, बढ़ते प्रदूषण, अनियंत्रित प्लास्टिक उपयोग और प्राकृतिक संसाधनों के अत्यधिक दोहन के कारण पर्यावरण के समक्ष गंभीर चुनौतियां उत्पन्न हो रही हैं। ऐसे समय में पृथ्वी दिवस हमें यह अवसर प्रदान करता है कि हम अपने कर्तव्यों का पुनः स्मरण करें और प्रकृति के साथ संतुलन स्थापित करने की दिशा में ठोस कदम उठाएं।

मैं प्रदेश के सभी नागरिकों, विशेषकर युवाओं से आग्रह करता हूं कि वे पर्यावरण संरक्षण को एक जन आंदोलन का रूप दें। जल संरक्षण, ऊर्जा की बचत, एकल- उपयोग प्लास्टिक का परित्याग, कचरा पृथक्करण, स्वच्छता अभियान में सक्रिय भागीदारी तथा अधिक से अधिक वृक्षारोपण जैसे छोटे-छोटे प्रयास मिलकर बड़े परिवर्तन का आधार बन सकते हैं। हिमाचल प्रदेश राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा पर्यावरण संरक्षण, प्रदूषण नियंत्रण और जन-जागरूकता के क्षेत्र में निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। इन प्रयासों को जनसहभागिता, स्थानीय निकायों, शैक्षणिक संस्थानों एवं स्वयंसेवी संगठनों के सहयोग से और अधिक प्रभावी बनाया जा सकता है।

आइए, इस पृथ्वी दिवस पर हम सभी संकल्प लें कि हम अपनी जीवनशैली में पर्यावरण के प्रति संवेदनशीलता अपनाएंगे और 'कम उपयोग, पुनः उपयोग और पुनर्चक्रण के सिद्धांतों का पालन करेंगे।

"स्वच्छ पर्यावरण, हरित हिमाचल और सुरक्षित भविष्य" - इसी दिशा में हम सबको मिलकर आगे बढ़ना है।

जय हिन्द, जय हिमाचल|

सुखविन्द्र सिंह
(सुखविन्द्र सिंह सुक्खू)

हिमाचल प्रदेश राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा जनहित में जारी
@Official_HPSPCB AwarenessHPPCB/ wardmembermeenu hppcb.nic.in

Indian Institute of Management Kozhikode
Globalizing Indian Thought
satyam | nityam | purnam
A Journey of Three decades...
Celebrating Excellence
Honouring Achievements
Inspiring Futures
CELEBRATING 30 YEARS OF EXCELLENCE 1996-2026

JOIN
BACHELOR OF MANAGEMENT STUDIES
at IIMK Kochi Campus
A Full-Time 4-Year Honours Programme from one of India's Top-3 Management Schools
Application Deadline Extended: April 25, 2026
Begin Where the Best Begin
Apply Online

#3 India — NIRF
#53 Globally — QS World University Rankings
#65 Globally — FT Global MBA 2026 Ranking
#69 Globally — FT
#76 Globally — FT Open Enrolment
#87 Globally — FT Custom Ranking

Highlights from IIM Kozhikode's Global Rankings
#1 Worldwide — Class Experience: QS Online MBA Rankings 2026
#19 Worldwide — Value for Money: FT Global MBA 2026
#22 Worldwide — Alumni Network: FT Global MBA 2026
#26 Worldwide — Career Progress: FT Global MBA 2026
#48 Worldwide — (1st in India): Citations per Paper: QS World University Rankings by Subject 2026 for Business & Management
216% — Salary increase - Powerful indicator of return on education: FT MiM 2025

"At IIMK ROI is not a return on investment, but a Return on India! In our 30th Anniversary year, we reaffirm our commitment to nation building with impact and excellence!"
Prof. Debashis Chatterjee
Director, IIM Kozhikode

iimk.ac.in IIMKozhikode IIMKozhikodeYT IIMKozhikode iimkozhikode

केदारनाथ मंदिर की सजावट शुरू, आज खुलेंगे कपाट

भास्कर न्यूज़ | केदारनाथ

सोमवार को गणेश जी की माल्यार्पण के साथ ही केदारनाथ मंदिर सजाने का काम शुरू हो गया है। धाम के कपाट 22 अप्रैल को सुबह 8 बजे खुलेंगे। केदारनाथ के वरिष्ठ तीर्थ पुरोहित उमेश चन्द्र पोस्ती ने बताया कि यात्रा को लेकर केदारनाथ में चहल-पहल शुरू हो गई है। दूसरी तरफ बाबा केदार की पंचमुखी चल उत्सव विग्रह डोली रात्रि प्रवास के लिए गौरीकुंड पहुंच गई है। द्वितीय केदार भगवान तुंगनाथ के कपाट 22 अप्रैल को खुलेंगे। सोमवार को भगवान तुंगनाथ की चल उत्सव डोली ने मर्कटेश्वर मंदिर मक्कू से अपने धाम के लिये प्रस्थान किया।

बिजली कटी तो बारात लेकर डीएम दफ्तर पहुंचा दूल्हा, किया प्रदर्शन

भास्कर न्यूज़ | बांदा

यूपी के बांदा में शादी से पहले बिजली कटने से आहत एक दूल्हा बैंड-बाजा और बारातियों के साथ सीधे डीएम कार्यालय पहुंच गया। डीएम दफ्तर पर मेहंदी लगे हाथों में पूजा की थाली लेकर दूल्हे ने प्रदर्शन किया। बारातियों ने हाथों में पोस्टर लेकर जमकर नारेबाजी की।

मटौंध थाना क्षेत्र के डकैहटा गांव में रहने वाले कुलदीप की रविवार को मेहंदी रस्म थी। इसी बीच बिजली विभाग ने लाइट काट दी। कुलदीप ने डीएम से कहा कि अंधेरे में बहू को कैसे घर लाऊं। डीएम ने दूल्हे और बारातियों को समझाया। इसके बाद कुलदीप बारातियों के साथ वापस लौट गया।

गुजरातः शराब विक्रेता प्रत्याशी ने मानी गलती, कहा, 'अब बिक्री बंद'

पाटन | गुजरात की अतान जिला पंचायत की मंडा सीट पर चुनावी रैली में सच्चाई स्वीकार करने और पश्चाताप करने का मामला चर्चा में है। कांग्रेस उम्मीदवार अल्पेश ठाकोर ने एक चुनावी सभा में अपने दो भाइयों और चाचाओं के साथ स्वीकारोक्ति करते हुए कहा, 'यह सच है कि हम शराब बेचते हैं, लेकिन आज से हम अवैध शराब का धंधा बंद कर रहे हैं।' इस सभा में चांसमा से कांग्रेस विधायक दिनेश ठाकोर भी मौजूद थे। अल्पेश ठाकोर के पास बीए की डिग्री है और वे चुनाव प्रचार में खुद को एक शिक्षित व्यक्ति के रूप में पेश करते हैं।

राजस्थान • सबसे बड़े सरकारी दंत चिकित्सालय का हाल

जयपुरः सरकारी डेंटल कॉलेज में मरीजों को पोस्टकार्ड से दे रहे सूचना

सुरेन्द्र स्वामी | जयपुर

राजस्थान में सबसे बड़े सरकारी दांतों के अस्पताल, जयपुर के आरयूएचएस कॉलेज ऑफ डेंटल साइंसेज में हाईटेक युग में भी पोस्टकार्ड सिस्टम चल रहा है। टेढ़े-मेढ़े दांतों को सही करने के लिए आए मरीजों से अस्पताल प्रबंधन उनका पता लिखा पोस्टकार्ड ले लेता है। जब उनका इलाज का दिन आने वाला होता है, तो उसे पोस्टकार्ड भेजकर सूचना दी जाती है। ऐसी व्यवस्था में मरीजों को दिक्कत भी होती है। कई बार मरीजों के पोस्टकार्ड गुम हो जाते हैं या उन तक नहीं पहुंचते हैं। इससे उन्हें फिर से वेटिंग शुरू करनी पड़ती है। टेढ़े-मेढ़े दांतों को सीधा करवाने के लिए आर्थोडॉन्टिक विभाग में एक साल, रूट कैनाल ट्रीटमेंट (आरसीटी) के लिए कंजर्वेटिव डेंटिस्ट्री एवं एंडोडोंटिक्स और कैप लगवाने के लिए प्रोस्थोडॉन्टिक विभाग में तीन से चार माह का इंतजार आम बात है।

तुरंत इलाज न मिलने से महंगे क्लिनिक में जाना मजबूरी

निजी क्लिनिक लेते हैं कई गुना फीस

उपचार	सरकारी	निजी क्लिनिक
टेढ़े दांत	₹8170	₹30-50 हजार
सिरेमिक कैप	₹1000	₹2-5 हजार
जरकोनिया कैप	₹4500	₹8-10 हजार

- तेज दर्द में तुरंत इलाज न मिलने से मरीज मजबूरी में महंगे निजी क्लिनिकों का रुख करते हैं।
- इलाज का खर्च मरीजों की जेब पर भारी पड़ रहा है। यदि समय पर इलाज न मिले तो दांतों की समस्या गंभीर रूप ले सकती है।
- समय पर इलाज मुहैया करने के लिए डॉक्टरों की संख्या और सुविधाएं बढ़ाने की जरूरत है।

क्या कहते हैं जिम्मेदार

सीनियर रेजिडेंट और डेंटल टेक्नीशियन के पदों की संख्या कम होने के कारण कुछ विभागों में वेटिंग चल रही है। एसआर और डेंटल टेक्नीशियन मिलने पर वेटिंग को खत्म किया जा सकता है।
-डॉ. संकल्प मित्तल, अधीक्षक, आरयूएचएस कॉलेज ऑफ डेंटल साइंसेज

टेढ़े-मेढ़े दांतों के इलाज करने वाले आर्थोडॉन्टिक विभाग में वेटिंग है जबकि आरसीटी वाले कंजर्वेटिव डेंटिस्ट्री विभाग में वेटिंग नहीं है।
-डॉ. रमेश जायसवाल, एचओडी, आरयूएचएस कॉलेज ऑफ डेंटल साइंसेज

भास्कर नॉलेज

सनस्क्रीन जरूरी क्यों?, एसपीएफ 15, 30 और 50 में फर्क क्या है?

नई दिल्ली | गर्मियों में बाहर निकलते ही सूरज की तेज किरणें सीधे त्वचा पर असर डालती हैं। किरणों में मौजूद अल्ट्रावॉयलेट (यूवी) रेडिएशन धीरे-धीरे स्किन को डैमेज करता है। इससे टैनिंग से लेकर झुर्रियों और स्किन कैंसर तक का खतरा बढ़ता है। सनस्क्रीन इससे बचाती है।

- **सनस्क्रीन क्या है और ये जरूरी क्यों है?**
सूर्य की किरणों से दो तरह का रेडिएशन होता है-
1. यूवीए (एजिंग): ये त्वचा की गहराई तक जाती है और वक्त से पहले बुढ़ापा (झुर्रियां) लाती हैं।
2. यूवीबी (बर्निंग): त्वचा की ऊपरी परत को जलाती (सनबर्न) हैं। स्किन कैंसर का मुख्य कारण बनती हैं। सनस्क्रीन इनसे त्वचा की रक्षा करती है। त्वचा की टोन को एक समान रखती है। चेहरे पर काले धब्बे और पिगमेंटेशन की समस्या को रोकती है।
- **एसपीएफ क्या होता है?**
एसपीएफ यानी 'सन प्रोटेक्शन फैक्टर'। यह बताता है कि सनस्क्रीन आपको सूर्य की 'यूवीबी' किरणों से कितनी देर तक बचा सकती है। अगर आपकी स्किन बिना क्रीम के 10 मिनट में लाल पड़ जाती है, तो एसपीएफ 30 लगाने पर यह समय 30 गुना तक बढ़ सकता है।
- **एसपीएफ 15, 30 व 50 में क्या फर्क है?**
एसपीएफ 15: यह 93% यूवीबी किरणों को रोकता है। एसपीएफ 30: लगभग 97% किरणों को ब्लॉक करता है। एसपीएफ 50: यह 98% तक सुरक्षा देता है।
- **भारतीयों के लिए अच्छा एसपीएफ कौन है?**
त्वचा विशेषज्ञों के अनुसार, भारतीय मौसम और स्किन टोन के लिए एसपीएफ 30 पर्याप्त है। लेकिन अगर आप दिन भर धूप में बाहर रहते हैं या स्विमिंग कर रहे हैं तो एसपीएफ 50 बेहतर विकल्प है।

पेज एक के शेष

हिमाचल प्रदेश के चार... ये चुनाव कुल 449 पदों पर होंगे, जिनमें 89 पद अनुसूचित जाति के लिए आरक्षित हैं और 12 पद अनुसूचित जाति के लिए, जबकि 195 पद महिलाओं के लिए आरक्षित हैं। साची ने कहा कि ये चुनाव ईवीएम के जरिए करवाए जा रहे हैं, जिनमें 3 लाख 60 हजार 859 मतदाता वोट डालेंगे, जिनमें 1 लाख 80 हजार 963 पुरुष और 179882 महिला मतदाता शामिल हैं, जबकि 14 अन्य मतदाता हैं। इनमें 1808 मतदाता पहली बार वोट डालेंगे।

राष्ट्रपति 27 अप्रैल से... इसके अलावा फायर ऑडिट, डॉक्टरों की टीम, एम्बुलेंस और खाद्य पदार्थों की नियमित जांच की व्यवस्था भी की जाएगी। राष्ट्रपति के दौरे को देखते हुए राष्ट्रपति निवास मशोबरा 2 मई तक आम लोगों के लिए बंद रहेगा। इस दौरान गाइडेड टूर और सार्वजनिक प्रवेश पूरी तरह बंद रहेगा। प्रशासन ने लोगों से यात्रा कार्यक्रम उसी अनुसार बनाने की अपील की है। राष्ट्रपति निवास 3 मई 2026 से दोबारा पर्यटकों के लिए खोल दिया जाएगा। प्रस्तावित कार्यक्रम के अनुसार राष्ट्रपति शिमला, छराबड़ा, पालमपुर और अटल टनल रोहतांग में विभिन्न आधिकारिक और औपचारिक आयोजनों में भाग लेंगी। राष्ट्रपति 29 अप्रैल को सामरिक दृष्टि से महत्वपूर्ण अटल टनल रोहतांग का निरीक्षण करेंगी। 30 अप्रैल को वह पालमपुर स्थित कृषि विश्वविद्यालय के दीक्षा समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगी। उसी दिन राष्ट्रपति का आर्मी ट्रेनिंग कमांड शिमला जाने का कार्यक्रम भी है, जहां वह सेना की प्रशिक्षण गतिविधियों और व्यवस्थाओं की जानकारी लेंगी।

राज्य में निर्विरोध जीतने वाली पंचायती... खास बात यह है कि इस इंसेंटिव में पहले की तुलना में 150% से लेकर 900 % तक की बढ़ोतरी की गई है, जिससे पंचायत स्तर पर सर्वसम्मति से प्रतिनिधि चुनने को बढ़ावा मिलेगा। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि यह राशि सीधे संबंधित पंचायतों को दी जाएगी, जिसका उपयोग स्थानीय स्तर पर विकास कार्यों में किया जा सकेगा। इन पैसों से सड़क, पानी, स्वच्छता, सामुदायिक भवन और अन्य बुनियादी सुविधाओं को मजबूत किया जा सकेगा, जिससे ग्रामीण क्षेत्रों के विकास को गति मिलेगी। सरकार ने सभी उपायुक्तों और संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए हैं कि इस योजना का व्यापक प्रचार-प्रसार किया जाए, ताकि अधिक से अधिक पंचायतें इसका लाभ उठा सकें। इस फैसले के बाद राज्य में पंचायत चुनावों को लेकर नई रणनीतियां बननी शुरू हो गई हैं और कई स्थानों पर निर्विरोध चुनाव की संभावनाएं बढ़ गई हैं।

ब्रिटेनः शरीर पर 63 मार्वल कैरेक्टर के टैटू, बना रिकॉर्ड

लंदन | ब्रिटेन के शख्स 40 वर्षीय टॉम रैडफोर्ड ने अपने पसंदीदा मार्वल कैरेक्टर (कॉमिक्स, फिल्मों के हीरो-विलेन) के प्रति जुनून दिखाते हुए शरीर पर 63 किरदारों के टैटू बनवाकर विश्व रिकॉर्ड बना लिया। इस उपलब्धि पर उनका नाम गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में दर्ज किया गया है। इससे पहले यह रिकॉर्ड दो लोगों के नाम था, जिनके शरीर पर 34-34 मार्वल कैरेक्टर के टैटू थे।

कैलिफोर्नियाः घर के आंगन में हुई हॉट एयर बलून की लैंडिंग

लॉस एंजिलिस | अमेरिका में कैलिफोर्निया राज्य के टेमेकुला इलाके में एक गर्म हवा के गुब्बारे को एक घर के पीछे आंगन में आपातकालीन लैंडिंग करनी पड़ी। घर का मालिक अचानक आसमान से आए 13 मेहमानों को देखकर घबरा गया। हालांकि इस हादसे में किसी को चोट नहीं आई।

भाखड़ा ब्यास प्रबन्ध बोर्ड
(विद्युत मंत्रालय भारत सरकार के अधीन एक वैधानिक निकाय)
अभिरुचि की अभिव्यक्ति (EoI)
बीबीएमबी द्वारा भाखड़ा और पोंग जलाशयों की गहन खुदाई/गाद निकालने के लिए EoI आमंत्रित है।
इच्छुक फर्म/पार्टी 18.05.2026 को दोपहर 3:00 बजे बीबीएमबी बोर्ड सचिवालय, चंडीगढ़ में आयोजित हितधारक बैठक में भाग ले और 01.06.2026 तक अपनी EoI प्रस्तुत करें।
यह EoI गैर-बाध्यकारी और मात्र प्रारंभिक मार्केट आकलन हेतु है।
विस्तृत EoI के लिए, कृपया www.bbmb.gov.in पर देखें।
जल की बेहतर भविष्य के लिए आज ही जल बचाएं

PSPCL पंजाब स्टेट पॉवर कॉर्पोरेशन लिमिटेड
(पंजी. कार्यालय : पी.एस.ई.बी. मुख्य कार्यालय, द माल, पटियाला-147001)
कॉर्पोरेट पहचान संख्या : U40109PB2010SGC033813 वेबसाइट: www.pspcl.in,
मोबाइल नंबर 96461-18721
टेंडर इन्क्वायरी नंबर QW-343/PO-W तारीख 20.04.2026
[illegible]
1079/12/2026-27/10606 C504/26

PSPCL पंजाब स्टेट पॉवर कॉर्पोरेशन लिमिटेड
(पंजी. कार्यालय : पी.एस.ई.बी. मुख्य कार्यालय, द माल, पटियाला-147001)
कॉर्पोरेट पहचान संख्या : U40109PB2010SGC033813 वेबसाइट: www.pspcl.in,
मोबाइल नंबर 96461-18721
टेंडर इन्क्वायरी नंबर QW-344/PO-W तारीख 20.04.2026
[illegible]
नोट:- अगर कोई कोरिजेंडम और संशोधन है, वो उसे https://eproc.punjab.gov.in पर ऑनलाइन प्रकाशित किया जाएगा।
1079/11/2026-27/10697 C505/26

भारत सरकार, अंतरिक्ष विभाग, इसरो नोदन कॉम्प्लेक्स (आईपीआरसी)
महेंद्रगिरि पी. ओ., तिरुनेलवेली जिला - 627 133 तमिलनाडु, भारत
दूरभाष : 281083/4001/1672; फैक्स : 04637-281681
शुद्धिपत्र दिनांक : 21.04.2026
[illegible] (अनुमानित लागत: ₹ 3559.00 लाख) कार्य के लिए बिक्री अवधि 05.05.2026 तक बढ़ा दी गई है।
अधिक जानकारी के लिए देखें https://www.isro.gov.in/Tenders.html एवं https://www.tenderwizard.com/isro
समूह प्रधान, सीएचजी

भारतीय स्टेट बैंक
क्षेत्रीय व्यवसाय कार्यालय - 03, मंडी क्षेत्रीय, मंडी, हिमाचल प्रदेश
नोटिस
[illegible]
क्षेत्रीय प्रबंधक, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया,
क्षेत्रीय व्यावसायिक कार्यालय मंडी, सौली खडु, मंडी, हि.प्र.

हिमाचल प्रदेश पॉवर कॉरपोरेशन लिमिटेड
(राज्य सरकार का एक उपक्रम)
CIN: U40101HP2006SGC030591
हिमफेड बिल्डिंग, बीसीएस, शिमला-9, हि.प्र.
राष्ट्रीय प्रतिस्पर्धी बोली
बोलियों के लिए आमंत्रण (केवल ई-टेंडर मोड)
टेंडर संदर्भ संख्या: ई - एचपीपीसीएल/एसबीयू/डी/ परामर्श सेवाएं।
"हिमाचल प्रदेश के कांगड़ा जिले के ... में ग्रिड कनेक्टेड ... सोलर पावर प्रोजेक्ट के लिए विस्तृत परियोजना रिपोर्ट (डीपीआर) तैयार करने हेतु परामर्श सेवाएं प्रदान करने के लिए सलाहकार/परामर्श फर्म को नियुक्त करने" के टेंडर के लिए राष्ट्रीय प्रतिस्पर्धी बोलियां (खुला टेंडर मोड) आमंत्रित की जाती हैं।
बोली दस्तावेज की बिक्री शुरू होने का समय : 22.04.2026 को 1400 बजे
बोलियां जमा करने की अंतिम तिथि : 12.05.2026 को 1400 बजे
बोलियां खोलने का समय : 12.05.2026 को 1500 बजे
बोली दस्तावेज की कीमत : INR 2000/- (दो हजार) ...
विस्तृत टेंडर अधिसूचना के लिए, कृपया www.hppcl.in या https://www.tenderwizard.com/HPPCL पर जाएं या उप महाप्रबंधक (विद्युत अनुबंध), HPPCL, टेलीफोन +91 177-2671737 और 2671899 से संपर्क करें।
ईमेल dgm_elect@hppcl.in
उप महाप्रबंधक (ई.डी.)

नाम परिवर्तन
I, Ravi Kumar S/o Sh. Mool Raj R/o Vill. Changer Handola, Mehatpur, PO Mehatpur, Distt Una, HP. declare that in my father discharge book my name is wrongly entered as Ravi Jaswal instead of Ravi Kumar.

अदालती नोटिस
[illegible]

No.7-9/2026-EXN-13215-13241 21st April 2026

Department of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh.

PUBLIC NOTICE

e-AUCTION OF RETAIL LIQUOR UNITS (REMAINING/ LEFT OUT)FOR THE PERIOD OF ONE YEAR WITH EFFECT FROM 01.04.2026 TO 31.03.2027

In continuation to the Department of State Taxes & Excise Himachal Pradesh, public notice No.7-9/2026-EXN-31320-31346 issued on 20.04.2026 and published on 21.04.2026 regarding the e-Auction of the Retail Liquor Units w.e.f. 1.04.2026 to 31.03.2027. The e-Auction process for the remaining/ left out excise units is hereby notified. The date & time of e-Auction in respect of such Retail Liquor Units is mentioned below:-

Sr. No.	District	Publishing Date & Time	e-Auction Dates & Time: Document/ Application Submission Start Date & Time	Document/ Application Submission End Date & Time	Approval (Scrutiny) Start Date & Time	Approval (Scrutiny) End Date & Time	Auction Start Date & Time	Auction End Date & Time
1	Bilaspur, &Shimla	22-04-2026: 12:30PM	22-04-2026: 12:45PM	22-04-2026: 03:45PM	22-04-2026: 04:00PM	22-04-2026: 04:45PM	22-04-2026: 05:00PM	22-04-2026: 06:30PM

1. The process of auction shall also be conducted through online mode (e-Auction). The link of e-Auction portal has been provided on the official website of the Department of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh (www.hptax.gov.in) and e-governance portal for excise function (https://egovet.hptax.gov.in/). The e-Auction portal can also be directly accessed using link: https://eauction.gov.in/eauction
2. The e-Auction of the Retail Liquor Units shall be governed by the provisions of the H.P. Excise Policy for the financial year 2026-27 and such terms & conditions as have been notified by the Commissioner of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh.
3. The detailed terms & conditions of e-Auction of the Retail Liquor Units are available in the H.P. Excise Policy for the financial year 2026-27 and the official website of the Department of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh (www.hptax.gov.in). All intending bidders are advised to go through the same thoroughly before submitting the bids.
4. All details regarding the Retail Liquor (Excise) Unit/Vends and other connected details are available in the H.P. Excise Policy for the financial year 2026-27. The H.P. Excise Policy for the financial year 2026-27 is available on the official website of the Department of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh (www.hptax.gov.in).
5. The e-Auction process will be subject to approval by the Commissioner of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh, who reserves the right to reject the same without assigning any reason.
6. The dates & time are liable to be changed by the Commissioner of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh, without assigning any reasons.
7. Applicants may deposit the required amount in advance into their top up account using the 'Auction Top Up Payment' option available on the e-Auction portal. At the time of submitting the application, he/she may utilize the deposited top up balance for making the necessary payments.
8. Applicants are advised to regularly visit www.hptax.gov.in for updates, notices, Excise Policy 2026-27, Standard Operation Procedure (SOP) and further instructions.

0183/2026-27

By Order
Commissioner of State Taxes & Excise, Himachal Pradesh

विश्व पृथ्वी दिवस
(22 अप्रैल 2026)
संदेश

सुखविन्द्र सिंह सुक्खू
मुख्यमंत्री, हि.प्र.

प्रिय प्रदेशवासियो,

22 अप्रैल, 2026 को विश्व पृथ्वी दिवस मनाया जा रहा है। पृथ्वी के बिना जीवन ही संभव नहीं है, इसलिए धरती की रक्षा करना हम सभी का सर्वोच्च कर्तव्य है। हिमाचल प्रदेश अपनी अनुपम प्राकृतिक सुंदरता, स्वच्छ नदियों, घने वनों, जैव-विविधता और संवेदनशील हिमालयी पारिस्थितिकी तंत्र के लिए विश्वभर में जाना जाता है। यह धरोहर न केवल हमारी पहचान है, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए एक अमूल्य विरासत भी है।

आज बदलते जलवायु परिदृश्य, बढ़ते प्रदूषण, अनियंत्रित प्लास्टिक उपयोग और प्राकृतिक संसाधनों के अत्यधिक दोहन के कारण पर्यावरण के समक्ष गंभीर चुनौतियां उत्पन्न हो रही हैं। ऐसे समय में पृथ्वी दिवस हमें यह अवसर प्रदान करता है कि हम अपने कर्तव्यों का पुनः स्मरण करें और प्रकृति के साथ संतुलन स्थापित करने की दिशा में ठोस कदम उठाएं।

मैं प्रदेश के सभी नागरिकों, विशेषकर युवाओं से आग्रह करता हूं कि वे पर्यावरण संरक्षण को एक जन आंदोलन का रूप दें। जल संरक्षण, ऊर्जा की बचत, एकल- उपयोग प्लास्टिक का परित्याग, कचरा पृथक्करण, स्वच्छता अभियान में सक्रिय भागीदारी तथा अधिक से अधिक वृक्षारोपण जैसे छोटे-छोटे प्रयास मिलकर बड़े परिवर्तन का आधार बन सकते हैं। हिमाचल प्रदेश राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा पर्यावरण संरक्षण, प्रदूषण नियंत्रण और जन-जागरूकता के क्षेत्र में निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। इन प्रयासों को जनसहभागिता, स्थानीय निकायों, शैक्षणिक संस्थानों एवं स्वयंसेवी संगठनों के सहयोग से और अधिक प्रभावी बनाया जा सकता है।

आइए, इस पृथ्वी दिवस पर हम सभी संकल्प लें कि हम अपनी जीवनशैली में पर्यावरण के प्रति संवेदनशीलता अपनाएंगे और 'कम उपयोग, पुनः उपयोग और पुनर्चक्रण के सिद्धांतों का पालन करेंगे।

"स्वच्छ पर्यावरण, हरित हिमाचल और सुरक्षित भविष्य" - इसी दिशा में हम सबको मिलकर आगे बढ़ना है।

जय हिन्द, जय हिमाचल।

(सुखविन्द्र सिंह सुक्खू)

हिमाचल प्रदेश राज्य प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा जनहित में जारी
@Official_HPSPCB AwarenessHPPCB/ wardmembermeenu hppcb.nic.in