

جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی نے 34 واں بلبیدان دیویں امر شہید سر وانند کول پرسی کی کووقف کیا

جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی نے 34 واں بلبیدان دیویں امر شہید سر وانند کول پرسی کی کووقف کیا۔ منظر عام پر آنے والی تقریب میں جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی کے سربراہان اور افسران نے شرکت کی۔ تقریب میں جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی کے سربراہان اور افسران نے شرکت کی۔ تقریب میں جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی کے سربراہان اور افسران نے شرکت کی۔

فن کاروں کی پیمان خطے کے شاندار ثقافتی ورثے کو تحفظ کیلئے اہم ہے چیف سکریٹری

جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی کے سربراہان اور افسران نے شرکت کی۔ تقریب میں جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی کے سربراہان اور افسران نے شرکت کی۔ تقریب میں جموں و کشمیر کچھرا ل اکیڈمی کے سربراہان اور افسران نے شرکت کی۔

صرف مسلمانوں کے زیادہ بچے ہیں؟

میرے 5 ہیں، کھڑے کا پی ایم مودی کو سخت جواب
 میرے 5 ہیں، کھڑے کا پی ایم مودی کو سخت جواب۔ میرے 5 ہیں، کھڑے کا پی ایم مودی کو سخت جواب۔ میرے 5 ہیں، کھڑے کا پی ایم مودی کو سخت جواب۔

سرینگر جموں شاہراہ پر ٹریفک آمدورفت بحال

سرینگر جموں شاہراہ پر ٹریفک آمدورفت بحال۔ سرینگر جموں شاہراہ پر ٹریفک آمدورفت بحال۔ سرینگر جموں شاہراہ پر ٹریفک آمدورفت بحال۔

پدم ایوارڈ 2025-26 کے لیے نامزدگیوں کا آغاز

پدم ایوارڈ 2025-26 کے لیے نامزدگیوں کا آغاز۔ پدم ایوارڈ 2025-26 کے لیے نامزدگیوں کا آغاز۔ پدم ایوارڈ 2025-26 کے لیے نامزدگیوں کا آغاز۔

شمال مشرقی خطے کی ترقی کی وزارت کی خواتین ملازمین کو "ذاتی دفاع" کے تئیں حساس بنانے پر وکٹاپ

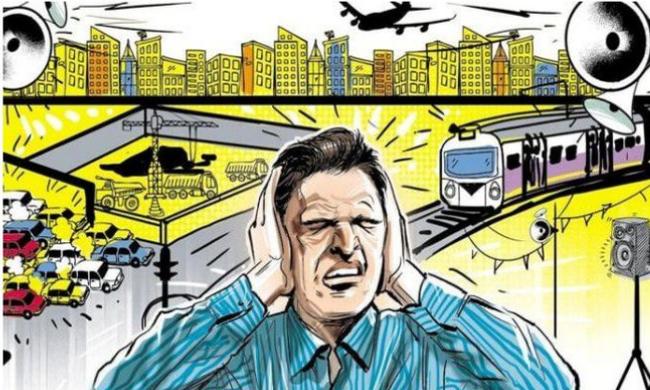
شمال مشرقی خطے کی ترقی کی وزارت کی خواتین ملازمین کو "ذاتی دفاع" کے تئیں حساس بنانے پر وکٹاپ۔ شمال مشرقی خطے کی ترقی کی وزارت کی خواتین ملازمین کو "ذاتی دفاع" کے تئیں حساس بنانے پر وکٹاپ۔

ای سی اے نے سپریم کورٹ کے حکم کی تعمیل میں سمبل لوڈنگ ایکشن کو سنبھالنے اور ذخیرہ کرنے کی ہدایات جاری کیں۔ ای سی اے نے سپریم کورٹ کے حکم کی تعمیل میں سمبل لوڈنگ ایکشن کو سنبھالنے اور ذخیرہ کرنے کی ہدایات جاری کیں۔

سامنے آئے ہیں جن میں ٹریفک کے شور کو
امراض قلب کے خطرے کے ایک اہم عنصر کے
طور پر تسلیم کیا گیا ہے۔

ٹریفک کا شور میں گاڑیوں، ٹریٹوں
اور جہازوں کا شور شامل ہے، ورلڈ ہیلتھ
آگنائزیشن نے پورے دنیا کو دل کی بیماریوں
اور خون کی شریانوں میں خرابی سے نمٹنے کے لیے
ٹریفک کے شور کی وجہ سے مغربی یورپ میں ہر
سال 6.1 ملین افراد متاثر ہوتے ہیں۔
تحقیق میں شامل ممالک کا کہنا ہے
کہ رات کے وقت ٹریفک کا شور خاص طور پر اور
بھی زیادہ نقصان دہ ثابت ہوتا ہے کیونکہ یہ لوگوں
کو نیند سے جگانے کا سبب بنتا ہے اور نیند متاثر
ہونے سے صحت کے لیے انتہائی منفی اثرات مرتب
ہوتے ہیں۔

شور خراب



نیند میں خلل اسٹریس پاورٹوں میں
انسانی کا باعث بنتا ہے اور جسم میں داغ اور
خون کی شریانوں پر آکسیڈیٹو کاؤر بڑھاتا ہے جو
جسم میں فری ریڈیکلز کے اضافے کا باعث بنتا
ہے، یہ فری ریڈیکلز عیادت کو نقصان پہنچا کر
بیماری اور عمر بڑھنے کا باعث بن سکتے ہیں۔
ٹریفک کے شور کی وجہ سے نیند کی
کمی اندرونی موٹوں اور ہائی بلڈ پریشر میں اضافے
کا سبب بن کر امراض قلب کا خطرہ بڑھاتی ہیں۔

بہت جتنا ہے۔
گیولینڈ ٹریفک نے وضاحت کی ہے کہ سیر بیرو
وٹکولوا نامی بیماری ایک ایسی حالت ہے جو آپ
کے دماغ میں خون کے بہاؤ کو متاثر کرتی ہے

ہیلتھ اسٹی ٹیوٹ، یونیورسٹی آف کیمبرج کے
پیرل میں اسکول آف میڈیسن اور سینٹر یونیورسٹی
کے شعبہ امراض قلب کے ماہرین کے مطابق
ٹریفک کا شور امراض قلب اور دماغی بیماریا کا

سبب بنتا ہے۔
گیولینڈ ٹریفک نے وضاحت کی ہے کہ سیر بیرو
وٹکولوا نامی بیماری ایک ایسی حالت ہے جو آپ
کے دماغ میں خون کے بہاؤ کو متاثر کرتی ہے

گاڑیوں کا شور کن خطرناک امراض کا سبب ہے؟ ہوشربا تحقیق

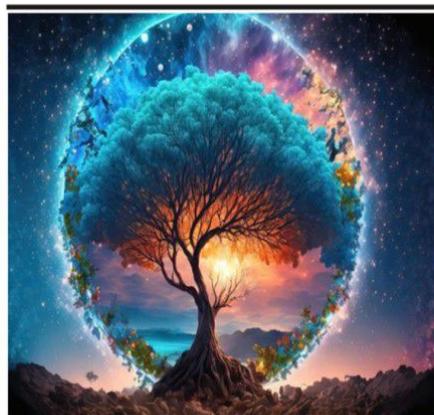
جو لوگ شہروں میں خصوصاً سڑکوں
کے قریب واقع کمانڈ یا فلیٹوں میں رہائش
پذیر ہیں وہ ٹریفک کے گزرنے سے پیدا ہونے
والے شور کی ذہنی آذیت سے نمٹنے کی طاقت نہیں۔
وہیں تو گاڑیوں سے نکلنے والا
دھواں بھی صحت کیلئے انتہائی خطرناک ہے تو
دوسری جانب آج کل اور بان کی آواز میں بھی
نئے نئے دواؤں کو بے چینی کی حد تک بڑھتے ہی جتنی
تھی۔

ایک نئی تحقیق کے مطابق معروف
ٹیوٹ، سوئٹزرلینڈ کے سویٹز ایمیل ایڈیٹریل
سڑکوں کے آس پاس رہنے والے لوگوں کے
لیے ٹریفک کا شور جین ہمارا دل کا سبب بنتا
ٹریفک

سائنس دانوں نے پودوں کے جینیاتی کوڈ کے 1 ارب سے زائد حروف کی مدد سے ناقابل یقین کارنامہ انجام دے دیا

279 سائنس دانوں نے جینیاتی کوڈ
کے 1 ارب سے زائد حروف کی مدد سے پھولدار پودوں کا
ناقابل یقین زہری آنت لائننگا کر جان کر لیا۔
جیسے پھر میں شائع ہونے والی ایک
ریسرچ انڈی کے مطابق 279 سائنس دانوں کی ایک
ٹیم الاوقا میں نے 500 سے زیادہ پھولدار پودوں
کی ڈی این اے (species) کے جینیاتی کوڈ کے 8.1
بلین حروف کا استعمال کرتے ہوئے ایک جراثیم
کڑی آنت لائننگا کر لیا ہے۔

بہت بڑا کارنامہ



کئی مہینوں عرصے سے متعلق پودوں (periodic
table) میں ایک عنصر کی پوزیشن کا پتہ لگانے کے
خواص کی پیش گوئی کی جا سکتی ہے اس طرح اس نئی آنت
لائننگ میں کئی پھولدار پودوں کے ڈی این اے میں
اس نئی آنت لائننگ کی پیش گوئی کر سکیں گے۔
اس تحقیق کے ذریعے جو پودے جاننا چاہیں
اسے پڑھیں کرنے میں ایک واہمہ ٹیوٹ کو 18
سال لگیں گے اسے پھولدار پودوں کی تمام 30
جز معلوم کر سکیں گے اسے پڑھیں گے اس
طرف ایک بہت بڑا قدم چڑھایا گیا ہے۔
تحقیق میں 2 ارب بائینٹا سائنس دانوں نے
رہا ٹیوٹ کا گڈو کے ریسرچ فیلو
انگریز ڈیوڈ جیوٹ کے ساتھ مل کر اسے
میں کئی معلومات کوڈ کرنے کے لیے زہری
اس سے پہلے دنیا کا پہلا ایک بہت بڑا قدم
سائنس دانوں نے پھولدار پودوں کی آنت لائننگ
کیلئے اسے پڑھیں گے اس نئی آنت لائننگ
بلین میں جملہ علم کوڈ کرنے کے لیے اور اسے
بڑھانے کا منصوبہ وضع بھی کر رہے ہیں اس سے پودوں
کے ارتقا کی پیچیدگی کی دریافت کے لیے ایک نئی کڑی

آئی ٹیکنالوجی سے "ناراض بیوی" کو منانا ہوا انتھائی آسان؟



دنیا بھر میں بہت سے شہروں میں آئی ٹیکنالوجی (آئی ٹی) کا استعمال انتہائی
کامیابی سے ہو رہا ہے اور اب آپ آئی ٹیکنالوجی کی مدد سے اپنی ناراض بیوی کو بھی انتہائی آسانی سے
منان سکتے ہیں۔

تعمیراتی ذرائع ابلاغ کے مطابق ایک کھیتی کی جانب سے انگریزی میں ایک نئی جیب آئی
جینٹ بوٹ متعارف کرایا گیا ہے، جو لوگ کوئی کھانا کھا کر ناراض یا متعلق ہوئے تو اسے
کھانا دلائی جا سکتی ہے۔

ایٹلیا اور یو ایس کے تیار کرنے والی نئی جیب میں شامل ہے کہ ان کا کھانا کھا کر ایک ڈیزائن کا
مقصد یہ یوں کے ساتھ مل کر آئی ٹی اور ذہنی اور ذہنی کے ساتھ مدد فراہم کرنا ہے۔

آسان کی وضاحت کرتے ہوئے مزید یہ کہنا تھا کہ یہ ایک ایسے مظاہرے سے متحرک کرتی ہے جن
میں تحقیق آئی ٹی میں بیوی سے کھانے کا نام بڑھتا ہے۔

یہ کئی نئی طرح سے دریافت ہوئی کہ 100 سے زیادہ سال کا ہونا ہے 10 سکور بگ اور
ہو جاتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ تحقیق کو پیش اور انفاق سے ان کی فرینڈ کے کوڈ پر اپنا ڈھکا ہے،
اختصاصی سے اس کامران کو شکر اور جو باجاس سے اور اس کو کئی ایٹھ ہوتا ہے، جبکہ کھانے اور نامناسب
انفاق سے مزاج مزید بڑھ جاتا ہے جبکہ سکور میں بھی ہوتی ہے۔

ایٹلیا اور یو ایس کا کھانا کھا کر دیکھا جائے تو ایک کھانے سے مگر اس سے سارے میں کو شکر کی حیات
سے تعلق کے حوالے سے صلاحیت کیلئے یا اسے بہتر بنانے میں مدد مل سکتی ہے۔

اپنا آئی فون خود مرمت کریں لیکن کیسے؟

امریکی ٹیکنالوجی کمپنی ایپل کی جانب سے اپنے
مدیران کی سہولت کیلئے نئی سہولیات فراہم کرنے کا سلسلہ
چلی ہے اس بار بھی ایپل ایک نئے سہولت فراہم کرنا
چاہتا ہے اب آپ کو اپنے آئی فون کی مرمت
کرنے کی سہولت ملے گی۔

خبریں خبر رساں ادارے کی رپورٹ کے مطابق
ایپل نے اپنے صارفین کے لیے اپنی ایپل میں
ڈی ڈی ایچ کا اعلان کیا ہے جس کے مطابق اب
مدیران کے لیے آئی فون کی خود مرمت کرنا آسان ہو گیا
ہے۔ ایپل نے پھر عرصہ لگائی آئی فون کے لیے خود
مرمت کا پروگرام شروع کیا تھا تاہم اب تک مرمت
کھیتی کے پاس آئی ہے آئی فون کی مرمت کا حق ترقی یافتہ ممالک میں آئی فون کی مرمت کے نفاذ کے بعد مدعا میں
بڑھانے کیلئے کاروان کی تیاریوں پر اب بھی کام ہو گا۔



یہ آئی فون کی مرمت کرنے والے ایک ڈی ویڈیو ہے اسے
اپنے آئی فون کی مرمت کرنے کے لیے آپ کو اس کا عمل مکمل ہونے کے ساتھ ساتھ خود بھی
سے بھی اس سے پرہیز سے کام لینی ہے کہ آئی فون کو کھریے اور اسے اپنے ٹیکسٹ کیسٹک کیا سکتا ہے۔
آئی فون کی مرمت کے لیے آپ کو اپنے آئی فون کی مرمت کرنے کے لیے خود مرمت کرنا آسان ہو گیا
کی مدد کی ضرورت تھی اب بھی آپ کو اپنا آئی فون کی مرمت کرنا پڑے گی اور اسے خود مرمت کرنے کے لیے خود
ان کے پاس پہلے سے موجود ہیں۔

واضح ہے کہ یہ دعویٰ آئی فون کی 15 کے لیے کیا گیا تھا پھر اس کے مطابق ایپل آئی فون کی 15
اور اس کے بعد کے ماڈل کے لیے خود مرمت کی ایک نئی پاس کیا ہے، یہ ہے۔ اسے استعمال خود ہونے پھر بیرون
اور بیرون سے ٹیکسٹ کیا جا سکتا ہے۔

یوٹیو بے رکی 85 فٹ سے گرنے کے ویڈیو نے دل دہلا دیے



نیویارک کے میوزیم کے ذریعے
پرواز کرتے ہوئے اچانک
زین سے گرنے کی ویڈیو نے
دیکھنے والوں کے دل دلا دیے
اس کی کورن اور کمر میں فریج
ہو گیا۔ امریکی نیوز 92 کیمپور
کی تصدیق کے ذریعے اسے
ہوئے ٹیکسٹ کے صحرا میں
خوفناک مظاہرہ کر لیا۔

33 سالہ پیر اوٹو اور فریڈ نے اپنے اس ہونا کہ واقعے کی ویڈیو یوٹیوب پر شہرہ کی گئی ہے جس کا
منوان پیر اوٹو کریٹل، آل مسٹ مانی لائف ہے اس نے انکشاف کیا کہ 85 فٹ کی بلندی سے اس وقت
گرا جب اس کے پیر اوٹو کا ہونا کو ہوا تھا۔

رپورٹ کے مطابق سر پرنسپل نے اسے ایک ویڈیو پک نے اس ہونا کہ خوفناک واقعے کو
واقعے کے وقت کے 50+ میل کی تصدیق کے ذریعے اسے ہونا کہ 30 میل کی بلندی سے اچانک زین پر گر
گیا۔

پیر اوٹو نے رپورٹ کی کہ اس نے اسے خوفناک واقعے کے بارے میں کہا ہے کہ اسے ایک رپورٹ کی ایک
نئی ویڈیو اور زین پر گر کر اچانک سے درد سے کراہتا ہوا رہا۔
پیر اوٹو اور فریڈ نے اپنے اپنے ڈی ویڈیو سے اسے 911 پر کال کر کے کسی امداد
طلب کی اور کہا کہ اسے کمر میں مدد کرنی چاہیے تاکہ اسے فریب ہو جائے جسے پھر وہیں ہسپتال
پہنچایا گیا۔ پیر اوٹو نے فریڈ کی ویڈیو کو بھی دیکھا ہے اور اسے اس کے مطابق اس کی
گردن کمر اور اس کے ڈی ویڈیو کے انکشاف ہوا ہے اور ان سب کی سر جری کی ضرورت ہے۔

کون کون سے پاس ورڈ زیادہ استعمال کیے جاتے ہیں؟

ایٹان آئن شٹائن اور ایچ ایچ ہیلبرگ نے اپنے اسے پاس ورڈ کا تجزیہ کیا تھا
شرح ضروری ہے۔ ڈی کوئن کی خلاف ورزیوں اور سائبر سکیورٹی کے ذریعے عام طور پر پاس ورڈ
کے اہم عناصر میں سے ایک اس کی فراہمیت ہے لیکن پھر پاس ورڈ اس کے علاوہ کچھ بھی ہوتے ہیں۔
یوں دنیا بھر کے لوگوں کے پاس ورڈ کی استعمال ہونے والے سب سے زیادہ استعمال ہونے
والے پاس ورڈ کے سائبر سکیورٹی کے لیے کئی نئے پاس ورڈ کی ضرورت ہے۔ پاس ورڈ کی ضرورت کے مطابق
پڑاؤ اور سائبر سکیورٹی کے مطابق پاس ورڈ کی فراہمیت کا سبب سے زیادہ ہونے کے مطابق گورنمنٹ
کے دوران دنیا بھر میں 10 پاس ورڈ سب سے زیادہ استعمال کیے گئے۔

ایٹان کی رپورٹ کے مطابق ان کی تحقیقات کے مطابق گورنمنٹ کے مطابق 525.4 ملین لوگوں
نے "123456" کو اپنے پاس ورڈ کے طور پر استعمال کیا اس کے بعد لگا بھ لگا 10 ہزار لوگوں نے
"ایٹان" 13، 71 لاکھ 71 ہزار سے زائد لوگوں نے "12345678" لاکھ 13 ہزار سے زائد لوگوں نے
"123456789" لاکھ 970 ہزار لوگوں نے "1234" پاس ورڈ کے طور پر استعمال کیا ہے۔ رپورٹ
کے مطابق 728 ہزار سے زائد لوگوں نے "12345" کو اپنا پاس ورڈ استعمال کرنے کے لیے پاس ورڈ "ناپ
کیا" 528 ہزار سے زائد لوگوں نے "123" کو اپنا پاس ورڈ استعمال کرنے کے لیے پاس ورڈ "123456789" پاس ورڈ
اور کچھ جینٹا کے پاس ورڈ استعمال کیے۔

ٹیکنالوجی کی دنیا میں سب سے اہم امریکی کمپنی مائیکروسافٹ کی مفادداشت کے مطابق آپ کو محفوظ
پاس ورڈ کے لیے ان چیزوں کا تجزیہ کرنا چاہیے۔ پاس ورڈ ایٹان کے ساتھ ساتھ پاس ورڈ کی ضرورت ہے پاس ورڈ
عدلی میں کسی کوئی اور پاس ورڈ کے پاس کسی کوئی پاس ورڈ کا نام ہونا چاہیے۔ پاس ورڈ میں 12 حرف ہونے چاہئیں،
14 سے زیادہ ہونے چاہئیں۔

آپ کو پاس ورڈ سے خود مرمت، چھوٹے خود مرمت، امداد اور متعلقہ کام ہونا چاہیے۔ پاس ورڈ آپ
کے لیے یاد رکھنے میں آسان ہونا چاہیے اور کے لیے امداد اور متعلقہ کام ہونا چاہیے۔

