हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 11 अंक : 167 देहरादून, बृहस्पतिवार, 22 दिसंबर, 2022 मूल्य : एक रुपया पृष्ठ : 08

गुरूग्राम में एस.जी.टी विश्वविद्यालय पहुंचे सीएम धामी ने शिक्षा नीति पर की चर्चा 3

मुख्यमंत्री धामी ने रचा इतिहास, शुद्ध ज़मीनी पत्रकार को बना दिया सूचना आयुक्त, योगेश भट्ट ने ली शपथ

योगेश भट्ट वरिष्ठ पत्रकार के साथ साथ राज्य आंदोलनकारी रहे है

मो.सलीम सैफी
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून, 22 दिसंबरः उत्तराखण्ड के राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल (सेवानिवृत्त) गुरमीत सिंह ने राजभवन में आयोजित कार्यक्रम में वरिष्ठ पत्रकार योगेश भट्ट को राज्य सूचना आयुक्त के तौर पर नियुक्त होने के बाद पद और गोपनीयता की शपथ दिलाई है।

उत्तराखंड की पुष्कर धामी सरकार ने राज्य आंदोलनकारी और वरिष्ठ पत्रकार योगेश भट्ट को सूचना आयुक्त की जिम्मेदारी सौंपी है। उनका कार्यकाल पद ग्रहण करने के दिन से अगले तीन साल तक रहेगा। योगेश की नियुक्ति पर तमाम पत्रकारों और राज्य आंदोलनकारी संगठनों से उन्हें बधाई दी है।न्यूज़ वायरस नेटवर्क और समूह संपादक सलीम सैफी की तरफ़ से योगेश भट्ट को हार्दिक शुभकामनाएं,मुख्यमंत्री धामी को धन्यवाद, एक शुद्ध ज़मीनी पत्रकार को सम्मान देने के लिए और महाराष्ट्र के महामहिम राज्यपाल आदरणीय भगत सिंह कोश्यारी को उनके उचित मार्गदर्शन व आशीर्वाद के लिए जिन्होंने योगेश भट्ट को उनकी नई जिम्मेदारी पर शुभकामनाएं प्रेक्षीत की है।

'सूचना का अधिकार' भ्रष्टाचार के विरुद्ध आम आदमी के हाथ बड़ा हथियार : योगेश भट्ट

नवनियुक्त सूचना आयुक्त योगेश भट्ट से न्यूज़ वायरस नेटवर्क के संपादकीय सलाहकार एम. फ़हीम 'तन्हा' ने खास मुलाकात की

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून,22 दिसंबर।उत्तराखंड के सूचना आयुक्त के रूप में योगेश भट्ट ने राजभवन में बुधवार को शपथग्रहण करने के बाद आयोग पहुंचकर कार्यभार संभाल लिया है। सूचना आयुक्त योगेश भट्ट को पद एवं गोपनीयता की राज्यपाल ने राजभवन में एक सादे कार्यक्रम में शपथग्रहण कराई।

पेशे से वरिष्ठ पत्रकार रहे योगेश भट्ट को उत्तराखंड का सूचना आयुक्त बनने पर राज्यपाल ले.ज.गुरमीत सिंह, मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी सहित तमाम राजनीतिक, सामाजिक और पत्रकार जगत के गणमान्य लोगों ने बधाई एवं शुभकामनाएं दी हैं। कार्यभार संभालने के बाद उत्तराखंड सूचना आयोग में नवनियुक्त सूचना आयुक्त योगेश भट्ट से न्यूज़ वायरस नेटवर्क के संपादकीय सलाहकार एम. फ़हीम 'तन्हा' ने खास मुलाकात की।

मुलाकात में सूचना आयुक्त योगेश भट्ट ने कहा कि वे इस महत्वपूर्ण पद पर चुने जाने के लिए मुख्यमंत्री सहित चयन कमेटी के सभी सदस्यों का आभार जताते हैं। उन्होंने कहा कि सूचना आयुक्त के रूप में उनके जीवन की एक नई पारी प्रारंभ हो रही है, ये एक महत्वपूर्ण और बड़ी जिम्मेदारी है। बातचीत में उन्होंने कहा कि सूचना का अधिकार अधिनियम बनने से लेकर आजतक उसकी उपयोगिता सिद्ध होती रही है, ये किसी से छिपा नहीं है कि

सूचना का अधिकार अधिनियम-2005 के कारण ही आम आदमी को सरकारी विभागों से जनहित की सूचनाएं पाने का अधिकार मिला है और इससे विभिन्न भ्रष्टाचार और अनियमितताओं के मामले भी खुलते रहे हैं जिनपर सरकार कार्यवाही भी करती हैं।

भेंट में सूचना आयुक्त योगेश भट्ट ने कहा कि उनकी कोशिश होगी कि आम आदमी को मिले इस सूचना का अधिकार का उद्देश्य सार्थक होता रहे और सूचनाओं से जुड़े जो मामले उनके समक्ष आएं उनमें वे अधिनियम के अनुसार न्यायसंगत भूमिका निभा सकें। उन्होंने ये भी माना कि सूचना का अधिकार आम आदमी के हाथ में भ्रष्टाचार के विरुद्ध एक हथियार है।

जानलेवा है रूम हीटर, जानिए इस्तेमाल का सही तरीका

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

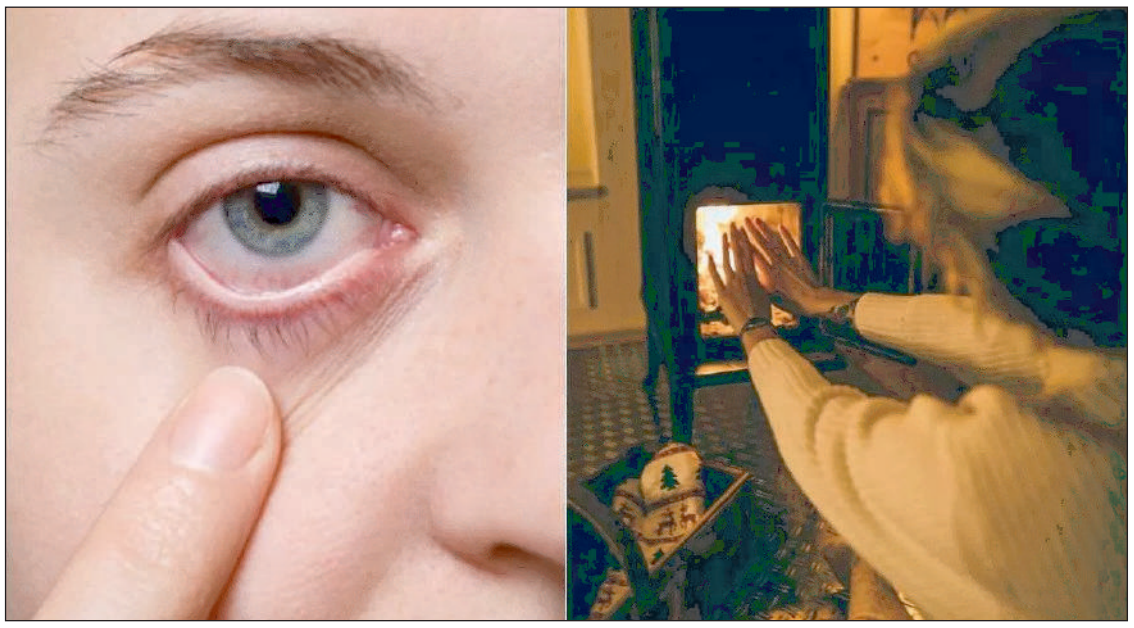
ब्यूरो रिपोर्ट , 22 दिसंबर , सर्दियों में अधिकतर लोग अपने कमरों में रूम हीटर चलाकर सोते हैं। लेकिन हाल ही में उत्तर प्रदेश के संभल से एक ऐसा मामला सामने आया है, जहां पर रात भर रूम हीटर चलाने से पति-पत्नी की दम घुटने से मौत हो गई। वहीं, बच्चा भी गंभीर रूप से घायल है। सर्दियों में रूम हीटर का इस्तेमाल करना काफी कॉमन चीज होती है। सर्दी से बचने के लिए लोग इसका इस्तेमाल करते हैं। लेकिन कई बार जानकारी के अभाव में सही तरीके से हम रूम हीटर का इस्तेमाल नहीं कर पाते हैं। जिससे यह हमारी जान तक ले सकता है। ऐसे में आइए हम आपको बताते हैं रूम हीटर से होने वाले नुकसान और इसे इस्तेमाल करने के तरीकों के बारे में...

रूम हीटर इससे निकलती है खतरनाक गैस

दरअसल, जब आप रूम हीटर चलाते हैं तो इससे हवा के रूप में कार्बन मोनोऑक्साइड गैस निकलती है। यह गैस दिल संबंधित बिमारियों से जुड़े लोगों के लिए खतरनाक हो सकती है। इस सीने में दर्द बढ़ सकता है। साथ ही जो लोग पहले स्मोकिंग करते हैं उनके लिए तो यह गैस काफी नुकसानदायक होती है। इसे बच्चे और बुजुर्गों के लिए भी खतरनाक माना जाता है। दरअसल, कार्बन मोनोऑक्साइड गैस शरीर में खून की सप्लाई को रोक सकती है, जिससे दिमाग तक खून पहुंचने में दिक्कत आ सकती है। इस स्थिति में ब्रेन हेमरेज और दम घुटने जैसी समस्या का सामना करना पड़ सकता है और कई बार तो यह मौत का सबब भी बन जाता है।

स्किन संबंधी समस्याएं

जी हां, लंबे समय तक रूम हीटर चलाकर बैठने से स्किन ड्राई होने लगती है। साथ ही स्किन एलर्जी की समस्या भी हो सकती है। इतना ही नहीं अगर आप सीधे रूम हीटर की हवा अपने चेहरे पर लेते हैं, तो चेहरे की स्किन झुलस सकती है साथ ही



आंखों पर इसका बुरा प्रभाव पड़ सकता है और आपको कंजेक्टिवाइटिस की समस्या हो सकती है।अस्थमा के मरीजों के लिए खतरनाक जिन लोगों को अस्थमा या श्वसन संबंधी समस्याएं होती हैं उनके लिए रूम हीटर बहुत नुकसानदायक हो सकता है। इस से निकलने वाली कार्बन मोनोऑक्साइड गैस सांस की नली के जरिए शरीर में पहुंच जाती हैं और अस्थमा के मरीजों के लिए खतरनाक स्थिति पैदा कर सकती है।

अन्य समस्याएं

ज्यादा समय तक रूम हीटर का इस्तेमाल करने से जहरीली कार्बन मोनोऑक्साइड गैस आपके शरीर के अंदर चली जाती है, जिससे सिर दर्द, चक्कर आना, पेट दर्द, असहज होना और उल्टी आने जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं।

कैसे करें रूम हीटर का इस्तेमाल

1. अगर आप अपने कमरे में रूम हीटर का इस्तेमाल करते हैं तो उसके साथ एक बाल्टी में पानी भरकर जरूर रखें। पानी रखने से कमरे में नमी बनी रहती है।

2. रूम हीटर का इस्तेमाल करते समय इस बात का ध्यान रखें कि आप इसके बिल्कुल सामने नहीं बैठे। इसकी तरफ पीठ या साइड एंगल करके बैठे और कम से कम इससे 2 से 3 फीट की दूरी बनाकर रखें।

3. रूम हीटर के ऊपर कोई भी चीज नहीं रखे, ना ही इसके पास में कोई पेपर, कंबल या लोहे के फर्नीचर के ऊपर से रखें। इससे यह सामान जल सकता है। इसे किसी कठोर चीज या फिर लकड़ी के टेबल के ऊपर रखा जा सकता है।

4. सोते समय कभी भी रूम हीटर का इस्तेमाल नहीं करें, क्योंकि रात भर रूम हीटर चलाने से जहरीली कार्बन मोनोऑक्साइड गैस पूरे कमरे में फैल सकती है और इससे आपको सांस लेने में तकलीफ हो सकती है।

सावधान ! लौट रहा है कोरोना का खतरा, क्या आप सतर्क हैं ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 22 दिसंबर , चीन , अमेरिका , और तमाम देशों में एक बार फिर हाहाकार की आहट सुनाई दे रही है। कोरोना वायरस ने चीन-अमेरिका सहित दुनिया के कई देशों में फिर से तांडव मचा दिया है। चीन में इमरजेंसी के हालात हैं। अमेरिका में अब तक कोरोना मरीजों की कुल संख्या 100 मिलियन पार कर चुकी है। ऐसे में सबसे बड़ी खबर ये है कि बेपरवाह और रिलैक्स हो चुके भारतियों के लिए बुरी खबर हो सकती है क्योंकि इसी मुद्दे पर आज भारत में केंद्रीय हेल्थ मिनिस्टर डॉ. मनसुख मांडविया रिव्यू मीटिंग करने जा रहे हैं। कोरोना वायरस ने चीन-अमेरिका सहित दुनिया के कई देशों में फिर से हाहाकार मचा दिया है। चीन में इमरजेंसी के हालात हैं। दवाओं की कालाबाजारी रोकने प्रशासन लगातार छापे मार रहा है। वहीं,अमेरिका में अब तक कोरोना मरीजों की कुल संख्या 100 मिलियन पार कर चुकी है। जहां तक भारत का सवाल है, यहां केस नहीं बढ़ रहे हैं, फिर भी सरकार हाईअलर्ट मोड पर आ गई है। इसी मुद्दे पर आज(21 दिसंबर) को केंद्रीय हेल्थ मिनिस्टर डॉ. मनसुख मांडविया रिव्यू मीटिंग करेंगे। इससे पहले केंद्रीय स्वास्थ्य सचिव राजेश भूषण ने सभी राज्यों को पत्र लिखकर पॉजिटिव केस के सैम्पल्स जीनोम सीक्वेंसिंग के लिए भेजने को कहा है, ताकि कोरोना के नए वेरिएंट का पता लगाया जा सके।

दिल से संबंधी बीमारियों से होने वाली मौतें कोविड में नहीं गिनी जाएंगी

चीनी चिकित्सा विशेषज्ञों ने COVID-19 से संबंधित मौतों की गणना के लिए क्राइटेरिया स्पष्ट करने का निर्णय लिया है।

उन्होंने मंगलवार(20 दिसंबर) को कहा कि इसमें निमोनिया(pneumonia) और कोविड के कारण श्वसन विफलता(respiratory failure) से होने वाली मौतों को ही शामिल किया जाएगा। यानी पहले से मौजूद बीमारियों से मरने वालों को कोविड से मरने वालों की लिस्ट में शामिल नहीं किया जाएगा। जैसा कि संक्रमण की पहली लहर के बीच नए वेरिएंट उभर रहे हैं, विशेषज्ञों ने कहा कि वायरल म्यूटेशन की कड़ी निगरानी की जाएगी और बुजुर्गों को वैक्सीन लगाई जाना चाहिए और सावधानी बरतनी चाहिए।

जॉन्स हॉपकिन्स यूनिवर्सिटी(Johns Hopkins University) के आंकड़ों के अनुसार, मंगलवार को अमेरिका में पुष्टि किए गए COVID-19 मामलों की कुल संख्या 100 मिलियन से अधिक हो गई। डेटा ने संकेत दिया कि 20 दिसंबर की शाम 5:21(Eastern Time) बजे तक कुल 1,088,218 मौतों के साथ, यूएस COVID-19 मामले की संख्या बढ़कर 100,002,248 हो गई। पूर्वीय समय। राज्य स्तर पर, 11.6 मिलियन से अधिक मामलों के साथ कैलिफ़ोर्निया केसलोड सूची में सबसे ऊपर है। इसके बाद क्रमशः टेक्सास और फ्लोरिडा में लगभग 8.1 मिलियन और 7.3 मिलियन से अधिक मामलों की पुष्टि हुई है।

गुरूग्राम में एस.जी.टी विश्वविद्यालय पहुंचे सीएम धामी ने शिक्षा नीति पर की चर्चा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

गुरुग्राम , 22 दिसमबर , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने हरियाणा के गुरूग्राम में एस.जी.टी विश्वविद्यालय, बुधेरा में ''राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 से राष्ट्र निर्माण'' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में प्रतिभाग किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि इस विश्वविद्यालय की स्थापना श्री गुरू गोबिंद सिंह जी महाराज के नाम पर हुई। विश्विद्यालय ने शिक्षा जगत में किए गए अपने कार्यों द्वारा अपने इस नाम को चरितार्थ किया है। गुरु गोबिंद सिंह जी महाराज जहां एक ओर महान योद्धा थे वहीं दूसरी ओर वे अद्वितीय लेखक, विचारक और विश्व में आध्यात्मिक चेतना का पुनर्जागरण करने वाले विराट व्यक्तित्व भी थे। शौर्य, समर्पण और बलिदान से परिपूर्ण उनका जीवन न केवल भारतवासियों के लिए प्रेरणापुंज है बल्कि समस्त विश्व के लिए एक पाथेय का कार्य भी करता है। वे शिक्षा के प्रचार-प्रसार को विशेष महत्व दिया करते थे। उन्होंने कहा कि किसी भी देश के समन्वित विकास के लिए सबसे महत्त्वपूर्ण माध्यम शिक्षा है।

शिक्षा से समाज में सकारात्मक बदलाव लाया जा सकता है। मुख्यमंत्री ने कहा कि

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व और दिशा निर्देशन में तैयार की गई राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 में मनुष्य से मानवता तक और अतीत से आधुनिकता तक सभी बिंदुओं का समावेश है। नई शिक्षा नीति समय की मांग थी। उन्होंने कहा कि आजादी के अमृतकाल में नए भारत के निर्माण और सामर्थ्य को सार्थक करने में यह शिक्षा नीति अपनी प्रभावी भूमिका का निर्वहन करने में सफल होगी। नई शिक्षा नीति में मातृभाषा और क्षेत्रीय भाषाओं के प्रयोग पर विशेष बल दिया गया है। यह कदम जहां एक ओर देश के सर्वांगीण विकास हेतु सहायक सिद्ध होगा वहीं देश को एकता के एक सूत्र में पिरोने का कार्य भी करेगा। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में कौशल विकास अभियान के तहत ''युवा भारत-नया भारत'' से युवाओं को प्रोत्साहन मिला है। युवाओं को आत्मनिर्भर बनाने हेतु इस शिक्षा नीति में जो विशेष प्राविधान किए गए हैं वे "आत्मनिर्भर" भारत के लिए नींव का पत्थर साबित होंगे। मुख्यमंत्री ने कहा कि एक शिक्षित और संस्कारी समाज के निर्माण में शिक्षकों की विशेष भूमिका रहती है। नई शिक्षा नीति के बेहतर क्रियान्वयन के लिए सभी शिक्षकों को पूरे मनोयोग से कार्य करने होंगे। यह महान कार्य तभी पूर्ण होगा जब नई शिक्षा नीति पूर्ण रूप से पूरे देश में लागू हो जाएगी। शिक्षा नीति को लागू करने के इस अभियान में हमारे शिक्षक पूर्ण उत्साह से कार्य कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड देश का प्रथम राज्य है जिसने स्कूली शिक्षा एवं उच्च शिक्षा दोनों में राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2022 को लागू किया है।

इस अवसर पर सांसद लल्लू सिंह,एसजीटी विश्वविद्यालय के चांसलर राम बहादुर राय, कुलपति प्रो.ओ.पी.कालरा, मधुप्रीत कौर चावला, मनमोहन सिंह चावला, विश्वविद्यालय के अध्यापक एवं अन्य गणमान्य उपस्थित थे।

दिसंबर में उत्तराखंड में 100% बारिश की कमी, रबी फसलों पर असर पड़ने की संभावना

उत्तराखंड में दिसंबर के महीने में अब तक 100% बारिश की कमी दर्ज की गई है और अभी तक एक बार भी बारिश नहीं हुई है। क्षेत्रीय मौसम विज्ञान केंद्र ने कहा कि हिमालयी राज्य के सभी 13 जिलों में बारिश नहीं हुई, जिसके परिणामस्वरूप कम बारिश हुई।मौसम विज्ञान केंद्र के अनुसार, उत्तराखंड में 1 दिसंबर से 21 दिसंबर के बीच औसतन 8.5 मिमी बारिश होने की उम्मीद थी। हालांकि, दर्ज की गई वास्तविक वर्षा शून्य है, जिसके परिणामस्वरूप शत-प्रतिशत की कमी हुई है।केंद्र के अधिकारियों ने कहा, ₹पहाड़ी और मैदान दोनों दिसंबर में सूखे रहे। 13 जिलों में से चमोली और उत्तरकाशी जिलों में दिसंबर में होने वाली बारिश अधिक रहने की उम्मीद है, जहां भी बारिश नहीं हुई है।₹ क्षेत्रीय मौसम विज्ञान केंद्र के निदेशक बिक्रम सिंह ने बताया, ₹कोई भी मजबूत पश्चिमी विक्षोभ नहीं हुआ है, जो सर्दियों के महीनों में बारिश और हिमपात लाता है। नवंबर और दिसंबर दोनों अब तक पूरी तरह से सूखे रहे हैं। किसी बड़े जादू का आने वाले दिनों में भी कोई संकेत नहीं है।₹इसके चलते दिसंबर में अधिकतम तापमान सामान्य से अधिक दर्ज किया जा रहा है।

उदाहरण के लिए, देहरादून में दिन का तापमान वर्तमान में 25 डिग्री सेल्सियस से ऊपर चल रहा है, जो बुधवार को बादल छाए रहने के कारण गिरकर 21.3 डिग्री सेल्सियस हो गया।मौसम विभाग के अधिकारियों ने कहा, इसके अलावा, कम वर्षा भी रबी फसलों की बुवाई को प्रभावित करने वाली है, विशेष रूप से वर्षा आधारित क्षेत्रों में। सर्दियों के दौरान रबी की फसल उगाना।

क्या आपको पता है खुशी का पहला आंसू दाई और दुखी का पहला आंसू बाई से निकलता है

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

जब कोई व्यक्ति रोता है और उसकी दाहिनी आंख से आंसू की पहली बूंद गिरती है, तो वह खुशी होती है। लेकिन जब पहला आंसू बाएं से निकलता है तो दर्द होता है। रोने से व्यक्ति के मूड का पता चलता है, लेकिन इसकी विकासवादी उत्पत्ति लंबे समय से एक रहस्य रही है। क्योंकि भावनात्मक आँसुओं में आँखों में जलन पैदा करने वालों की तुलना में एक अलग रासायनिक श्रृंगार होता है। अध्ययन के अनुसार, विभिन्न संस्कृतियों में लोग जिस तरह से रोते हैं, उसकी एक अलग धुन होती है... नवजात शिशु दुनिया में एक ही तरह से रोते हुए आते हैं। लेकिन जैसे-जैसे वे बड़े होते हैं, वे एक संस्कृति के विशिष्ट तरीके से रोने के लिए सामाजिक हो जाते हैं। समाज ने हमेशा बारिश की तुलना गिरते हुए आँसुओं से की है, जिसके कारण कई लोग बारिश की बूंदों के आकार को एक समान आकार में मानते हैं।

वास्तव में, वे बिल्कुल नहीं हैं। जब एक बारिश की बूंद गिरना शुरू होती है तो यह लगभग एक पूर्ण चक्र में शुरू होती है, और फिर आकार में बदलने लगती है।दरअसल हंसने और रोने की दोनों ही क्रियाएं भावनाओं की अभिव्यक्ति हैं। हँसते-हँसते रोने के, यानी आँसू बहाने के दो कारण बताए गए हैं। अगर आपके साथ भी ऐसा होता है और आप जानना चाहते हैं कि ऐसा क्यों होता है तो आज हम आपको इसके बारे में बताने जा रहे हैं... कि खुशी का पहला आंसू और दुख का पहला आंसू कौन सा होता है। जैसे हंसने और रोने के दो कारण होते हैं। इसमें सबसे पहला कारण यह बताया गया है कि जब हम

खुलकर हंसते हैं तो हमारे चेहरे की कोशिकाएं अनियंत्रित रूप से काम करने लगती हैं। ऐसा होने पर दिमाग हमारी लैक्रिमल ग्लैंड्स पर नियंत्रण खो देता है और आंसू निकल आते हैं।

हंसने पर आंसू क्यों निकलते हैं?

वहीं, दूसरा कारण यह भी माना जाता है कि ज्यादा हंसने की स्थिति में व्यक्ति भावुक हो जाता है। अधिक भावुक होने से चेहरे की कोशिकाओं पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है, जिससे आपके आंसू निकल आते हैं। ऐसा करने से हमारा शरीर आंसुओं के जरिए हमारे तनाव को संतुलित करने की कोशिश करता है। दरअसल यह पूरी प्रक्रिया हर व्यक्ति के लिए अलग-अलग हो सकती है।

यह संबंधित व्यक्ति की भावनाओं पर निर्भर करता है। कुछ लोग कम रोते हैं तो कुछ बहुत जल्दी भावुक हो जाते हैं। साथ ही महिला या पुरुष होने से भी इस पूरी प्रक्रिया पर फर्क पड़ता है। माना जाता है कि महिलाएं पुरुषों की तुलना में अधिक भावुक होती हैं। ऐसे में महिलाओं के साथ हंसते समय आंसू निकलने के चांस ज्यादा होते हैं।

मनोवैज्ञानिक क्या कहते हैं

मनोवैज्ञानिक के अनुसार, कम या ज्यादा भावनात्मक होने में हार्मोन प्रमुख भूमिका निभाते हैं। जब हम हंसते हैं तो दिमाग का जो हिस्सा सक्रिय होता है, वह रोने पर भी सक्रिय हो जाता है। लगातार हंसने या रोने की स्थिति में मस्तिष्क की कोशिकाओं पर अधिक तनाव पड़ता है। ऐसे में शरीर में कोर्टिसोल और एड्रेनालाईन नामक हार्मोन रिलीज होते हैं। ये हार्मोन शरीर में हंसने या रोने की विपरीत प्रतिक्रिया के लिए जिम्मेदार होते हैं। इसके अलावा हंसने और रोने पर एक और दिलचस्प तत्व की बात करें तो माना जाता है कि खुशी का पहला आंसू दायीं आँख से आता है और पहला आंसू दुख का बायीं आँख से बहता है

सतपाल महाराज की मेहनत रंग लाई, महासू देवता, जागेश्वर मंदिर का बनेगा मास्टर प्लान

कैबिनेट के निर्णय का स्वागत , निकटवर्ती क्षेत्रों के विकास से स्थानीय लोगों को मिलेगा रोजगार : महाराज

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

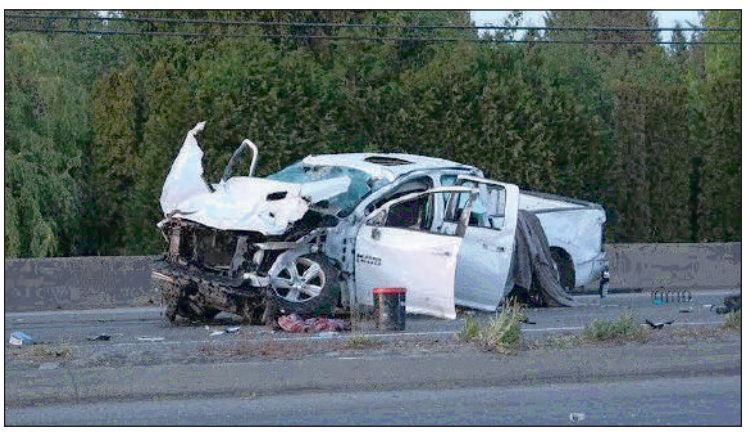
देहरादून , 22 दिसंबर , सरकार द्वारा बद्री-केदार की तर्ज पर जौनसार-बावर के हनोल स्थित श्री महासू देवता मंदिर और अल्मोडा के जागेश्वर मंदिर का मास्टर प्लान बनाने के कैबिनेट के निर्णय का प्रदेश के पर्यटन, धर्मस्व एवं संस्कृति मंत्री सतपाल महाराज ने स्वागत किया है।प्रदेश के पर्यटन, धर्मस्व एवं संस्कृति मंत्री सतपाल महाराज ने कहा कि कैबिनेट के इस निर्णय से जहां एक ओर लाखों श्रद्धालु में खुशी की लहर है। वहीं इस निर्णय से प्रदेश में पर्यटन को बढावा मिलने के साथ साथ महासू देवता एवं जागेश्वर मंदिर के निकटवर्ती क्षेत्रों का विकास होगा और स्थानीय लोगों को रोजगार भी उपलब्ध हो सकेगा।ज्ञात हो कि जौनसार-बावर के हनोल स्थित श्री महासू देवता मंदिर में 30-31अगस्त, 2022 को सम्पन्न हुए दो दिवसीय परंपरागत रजागड़ाह महोत्सव के मौके पर हजारों श्रद्धालु की मौजूदगी में पर्यटन, धर्मस्व एवं संस्कृति मंत्री सतपाल महाराज ने जागड़ा को राजकीय मेले का दर्जा देने के साथ-साथ मंदिर को बद्री-केदार की तर्ज पर विकसित करने के लिए मास्टर प्लान तैयार करने की बात कही थी। मंत्री सतपाल महाराज ने हनोल स्थित महासू मंदिर में एक ओर जहां भंडारे की शुरुआत करवाई वहीं अन्य व्यवस्थाओं को भी चाक

चौबंध करवाया। पर्यटन मंत्री सतपाल महाराज की मौजूदगी में हुए इस बार के रजागड़ाह महोत्सव के आयोजन को 28 लाख लोगों द्वारा गूगल पर सर्च किया गया जबकि 128 देशों के लगभग 7 करोड लोगों द्वारा इसका लाइव प्रसारण देखा गया। महाराज ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा मन की बात में सिद्ध पीठ महासू देवता के महत्व के विषय में देशवासियों को बताया था। जिसके परिणाम स्वरुप महासू देवता और जागेश्वर मंदिर के प्रति लाखों श्रद्धालुओं की अपार आस्था और श्रद्धा को देखते हुए सरकार ने बद्री-केदार की तर्ज पर इसका मास्टर प्लान तैयार कर विकसित करने का एक ऐतिहासिक निर्णय लिया है। उन्होंने सरकार के इस निर्णय का स्वागत करते हुए मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी, अपने मंत्रिमंडलीय सहयोगियों, मंदिर समिति के सदस्यों के साथ-साथ सभी श्रद्धालुओं का भी इसके लिए आभार व्यक्त किया है।

अब CRASH Investigation Cell करेगी सड़क दुर्घटना की वैज्ञानिक जांच

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 21 दिसंबर , देहरादून यातायात पुलिस ने पिछले 1 साल से ड्रोन का उपयोग, कैमरा से रेड लाइट जम्प के चालान, स्पीड कैमरा, ट्राफिक आइ अप्प आदि का प्रयोग से अपने आप को आधुनिक साबित किया हे। इसी के क्रम में सड़क दुर्घटनाओं की वैज्ञानिक जांच तथा उन पर आवश्यक कार्यवाही हेतु यातायात पुलिस द्वारा दुर्घटना जांच इकाई सेल (Crash Investigation Cell) गठित की गई हेआज दुनिया भर में सड़क हादसे भयावह तरीके से बढ़ रहे हैं. जिस क्रम से जनपद देहरादून में भी सड़क दुर्घटनाओं की संख्याओं में लगातार वृद्धि हो रही हैं । मृत्यु के इस खेल में हजारों बेकसूर लोग मारे जाते हैं. वाहनों की बढ़ती संख्या तथा लापरवाही के कारण आज सड़क पर चलना या वाहन चलाना जोखिम भरा हो गया हैं । जैसे-जैसे लोग ऑटोमोबाइल खरीद रहे हैं, सड़क दुर्घटनाओं की घटनाओं में दिन-प्रतिदिन वृद्धि हो रही है। जनपद में घटित होने वाली सड़क दुर्घटनाओं के प्रबन्धन और दुर्घटना की जांच के लिए प्रद्योगिकी का प्रभावी ढंग से उपयोग करके सुरक्षा में सुधार किये जाने हेतु जनपद में नई पहल के तहत श्री अक्षय कोड़े, पुलिस अधीक्षक यातायात देहरादून द्वारा



अपने निर्देशन में दुर्घटना जांच इकाई (Crash Investigation Cell) का गठन किया गया है । इस cell में SI - 01, HC- 01, Constable -05, leady Constable - 01 को तैनात किया गया है । इसका नेतृत्व SI प्रकाश चंद्र करेंगे जिनका यातायात तथा फॉरेंसिक में विशेष अनुभव हे। दुर्घटना जांच इकाई (Crash Investigation Cell) में तैनात कर्मियों द्वारा जनपद में घटित होने वाली सड़क दुर्घटनाओं पर निम्न कार्य किया जाएगा -

1- प्रत्येक दुर्घटना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने वाले विभिन्न व्यक्ति और अवसंरचनात्मक वाहन सम्बन्धी कारकों को पकडने की कार्यवाही ।

2- चैकिंग कार्यवाही के दौरान वाहनों की RC व चैसिस नम्बर आदि संबंधित दस्तावेजों के अनियमितता की जांच की जायेगी ।

3- सडक दुर्घटनाओं के अभियोगो से सम्बन्धित कार्यवाही हेतु संबंधित थानों के विवेचको से समन्वय स्थापित कर स-समय MACT की रिपोर्ट मा0 न्यायालय को प्रेषित करवाना ।

4- सडक दुर्घटनाओ में घायल व्यक्तियों को अस्पताल पहुचाने वाले व्यक्तियों (Good Samaritan) को चिन्हित कर उनकी पुरस्कृत किए जाने हेतु रिपोर्ट सम्बन्धित उच्चाधिकारियों को समय से प्रेषित करना ।

5- सडक दुर्घटनाओं के कारणो की जांच कर सम्बन्धित को रिपोर्ट प्रेषित करना ।6- i- RAD एप्प में सडक दुर्घटनाओं का विवरण अध्यावधिक करना ।

दरअसल पुलिस अन्य कार्यो में व्यस्त होने से रोड एक्सीडेंट सिर्फ FIR लिखने तक ही सीमित रहती हे। इस इकाई के माध्यम से हम सीनियर ऑफिसर द्वारा हर एक एक्सीडेंट पर नजर रखी जाएगी, उसकीं जांच होगी तथा उक्त जगह या कारणों से फिर दुर्घटना ना हो इसलिए कदम उठाए जाएंगे - SP ट्राफिक अक्षय कोंडे

सीएम धामी ने दिल्ली दौरे में केंद्रीय मंत्रियों से की ताबड़तोड़ बैठकें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

नई दिल्ली , 22 दिसम्बर , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने नई दिल्ली में रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह , से मुलाकात की इस दौरान दोनों लीडरों में कई मुद्दों पर चर्चा हुई। वही सीएम धामी केंद्रीय मंत्री, भारी उद्योग मंत्रालय महेन्द्र नाथ पाण्डेय से मुलाकात कर उत्तराखंड में औद्योगिक विकास के लिये मिल रहे केंद्र सरकार के सहयोग के लिए आभार व्यक्त किया। मुख्यमंत्री ने केंद्रीय मंत्री से राज्य में इलैक्ट्रॉनिक चार्जिंग स्टेशन जल्द बनाने के लिए अनुरोध किया। उत्तराखंड में इलेक्ट्रिकल व्हीकल्स एवं बैटरी उत्पाद में निवेश के लिए सहायता का अनुरोध किया। साथ ही ऑटोमोटिव उद्योग में नवाचार और नई तकनीक पर शोध एवं प्रोत्साहन के लिए उत्तराखंड में इंडस्ट्री पार्टनर के साथ सेंटर ऑफ एक्सीलेंस शुरू करवाने का आग्रह किया ताकि प्रदेश में दक्षता विकास, औद्योगिक विकास के साथ साथ औद्योगिक निवेश भी आये। राज्य में निवेश बढ़ने से रोज़गार सृजन के अवसर बढ़ेंगे ।केंद्रीय भारी उद्योग मंत्री महेंद्र नाथ पांडेय ने राज्य में औद्योगिक विकास के लिए केंद्र सरकार से हर संभव सहयोग के प्रति आश्वस्त किया।

मैरीनों भेड़ों की सफलता पर आस्ट्रेलिया सरकार का आभार : सौरभ बहुगुणा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

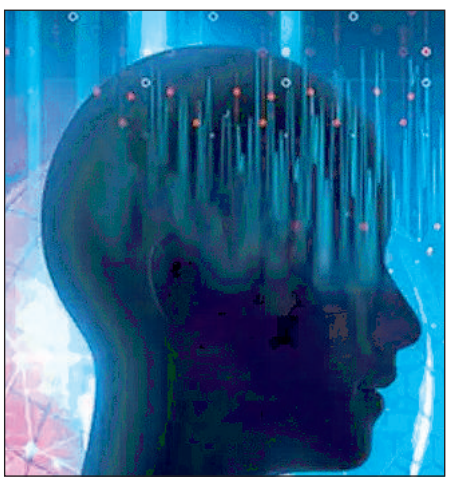
देहरादून , 22 दिसम्बर कैबिनेट मंत्री, पशुपालन, डेयरी, मत्स्य पालन सौरभ बहुगुणा,द्वारा अध्ययन भ्रमण के दूसरे दिन डगल्ड सॉन्डर्स, राज्य कृषि मंत्री, न्यू साउथ वेल्स, आस्ट्रेलिया के साथ निर्वाचन कार्यालय में बैठक की गयी। कैबिनेट मंत्री सौरभ बहुगुणा ने दिसम्बर 2019 में आस्ट्रेलिया से आयातित मैरीनों भेड़ों की सफलता पर आस्ट्रेलिया सरकार का आभार व्यक्त किया गया और डगल्ड सॉन्डर्स, राज्य कृषि मंत्री न्यू साउथ वेल्स को उत्तराखण्ड की ओर से स्मृति चिन्ह भेंट की । पशुपालन मंत्रीबहुगुणा ने आस्ट्रेलिया के भेड़ पालको द्वारा अपनाई जा रही तकनीकी तथा आधुनिक मेड़ पालन विधि को उत्तराखण्ड राज्य में अपनाने व उत्तराखण्ड राज्य के पशुपालको के प्रशिक्षण व कौशल विकास तथा सूचना हस्तांतरण में न्यू साउथ वेल्स सरकार से सहयोग किये जाने का अनुरोध किया गया। साथ ही कृषि, डेयरी विकास, मत्स्य पालन व अन्य हेतु आस्ट्रेलिया के साथ संभाव्य व्यापार (Potential Market) की संभावनाओं

पर चर्चा की गयी। डगल्ड सॉन्डर्स, राज्य कृषि मंत्री, न्यू साउथ वेल्स, आस्ट्रेलिया राज्य कृषि मंत्री ने आश्वासन दिया कि न्यू साउथ वेल्स सरकार उत्तराखण्ड राज्य में भेड़ पालन, डेयरी विकास, मत्स्य पालन व अन्य क्षेत्रों में सहयोग प्रदान करने हेतु तैयार हैं जिसके लिए उत्तराखण्ड सरकार व न्यू साउथ वेल्स सरकार के मध्य MoU / Joint Venture का प्रस्ताव रखा गया जिसके अन्तर्गत, Technology / Information transfer- Consultation o Training and Skill Development इत्यादि पर कार्य किया जाएगा। राज्य कृषि मंत्री न्यू साउथ वेल्स ने कैबिनेट मंत्री सौरभ बहुगुणा की ओर से प्रस्ताव भेजने का अनुरोध किया । साथ ही राज्य कृषि मंत्री न्यू साउथ वेल्स द्वारा मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड सरकार को जनवरी /फरवरी 2023 में आस्ट्रेलिया का दौरा करने हेतु आमंत्रित किया गया। बैठक के दौरान डा० अविनाश आनन्द, अपर निदेशक/ मुख्य अधिशासी अधिकारी, उत्तराखण्ड भेड एवं ऊन विकास बोर्ड, देहरादून, उत्तराखण्ड तथा मैथ्यू कोडिंगटन, निदेशक, स्टड मैरीनों ब्रीडर्स एसोसिएशन, न्यू साउथ वेल्स, आस्ट्रेलिया उपस्थित रहे।

म्यूजिक थेरेपी से कम होती है कैंसर मरीजों की बेचैनी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हाल ही में किए गए एक अध्ययन के अनुसार, संगीत चिकित्सा ने कैंसर रोगियों और अकादमिक कैंसर केंद्रों में देखभाल करने वाले सिकल सेल रोग (SCD) रोगियों में दर्द और चिंता को काफी कम करने में साबित रहा है। इसके अलावा, एससीडी को छोड़कर हेमेटोलॉजिक और/या ऑन्कोलॉजिकल बीमारियों वाले मरीजों की तुलना में, एससीडी वाले मरीजों ने संगीत चिकित्सा के तहत असुविधा और चिंता के आधारभूत स्तर की काफी अधिक रिपोर्ट की।एक नए अध्ययन के अनुसार, संगीत चिकित्सक ने इस पूर्वव्यापी अध्ययन के लिए यूएच सीडमैन कैंसर सेंटर में 2,400 मुठभेड़ों के दौरान 1,152 रोगियों को 4,002 संगीत चिकित्सा सत्र प्रदान किए, जिससे यह इस पूर्वव्यापी अध्ययन के लिए बना। हेमेटोलॉजी और ऑन्कोलॉजी में संगीत चिकित्सा की वास्तविक प्रभावकारिता की अब तक की सबसे बड़ी परीक्षा रही है । कैंसर सेंटर में प्रदान की जाने वाली संगीत थेरेपी प्रोग्रामिंग रोगियों और परिवार के सदस्यों के लिए उनकी कैंसर यात्रा के दौरान लक्षण प्रबंधन का एक



अनूठा और प्रभावी साधन प्रदान करती है। विशेष रूप से, संगीत चिकित्सा सेवाएं पूरी तरह से इनपेशेंट और आउट पेशेंट दोनों इकाइयों में एकीकृत होती हैं ताकि देखभाल की निरंतरता प्रदान की जा सके। इसके अतिरिक्त, यूएच कॉनर होल हेल्थ एक्यूपंक्चर, कायरोप्रैक्टिक, और एकीकृत चिकित्सा परामर्श सहित एकीकृत स्वास्थ्य और चिकित्सा पद्धतियों की एक विविध पेशकश प्रदान करता है, जो रोगियों के संपूर्ण कल्याण पर केंद्रित हैं।एन ईएमएमपीआईआरई रेट्रोस्पेक्टिव स्टडीर में शोधकर्ताओं ने कैंसर सेंटर में क्लिनिकल डिलीवरी और म्यूजिक थेरेपी की प्रभावशीलता की जांच की और दर्द, चिंता और थकान के बीच संगीत थेरेपी की प्रभावशीलता की तुलना की। एससीडी वाले वयस्क रोगियों की तुलना में एससीडी (हेमओएनसी समूह) को छोड़कर हेमेटोलॉजिक और/या ऑन्कोलॉजिकल स्थितियों वाले वयस्क रोगियों की तुलना में।

यूपी कारपेंटर ने अपनी नैनो कार को बनाया हेलिकॉप्टर

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

आजमगढ़ के एक कारपेंटर ने नैनो कार को हेलीकॉप्टर में तब्दील कर दिया जो सड़क पर दौड़ सके और यात्रियों को हवाई यात्रा का अनुभव दे सके. सलमान के रूप में अपना परिचय देने वाले कारपेंटर ने कहा, ₹हमने एक हेलीकॉप्टर बनाया है जो सड़क पर चलता है। इसमें मुझे लगभग चार महीने लगे और लगभग 3 लाख रुपये खर्च हुए। अब इसकी बहुत मांग है।₹उन्होंने कहा, ₹सड़कों पर दौड़ते इस हेलीकॉप्टर को देखने के लिए लोग बड़ी संख्या में इकट्ठा होते हैं। जो लोग हेलीकॉप्टर में उड़ नहीं सकते, वे इसके माध्यम से अनुभव प्राप्त कर

सकते हैं।₹उन्होंने यह भी कहा कि वह इस विचार को आगे बढ़ा सकते हैं और इससे भी अधिक अनोखे आविष्कार कर सकते हैं।अगर सरकार और कंपनियां हमारी मदद करें तो हम पानी और हवा से चलने वाले हेलीकॉप्टर भी बना सकते हैं। हम इसी तरह के आविष्कारों के लिए इस विचार को आगे बढ़ा सकते हैं।'

मैं ट्विटर के सीईओ पद से इस्तीफा दे दूंगा : एलोन मस्क

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

एलोन मस्क ने बुधवार को कहा कि वह अपने ट्विटर पोल में एलोन मस्क के पद से इस्तीफे के पक्ष में 57.5% मतदान के बाद ट्विटर के सीईओ के रूप में पद छोड़ देंगे। मस्क ने कहा कि जैसे ही वह किसी को ₹नौकरी लेने के लिए पर्याप्त मूर्ख₹ पाएंगे, वह सीईओ के पद से इस्तीफा दे देंगे। ₹उसके बाद, मैं सिर्फ सॉफ्टवेयर और सर्वर टीमों को चलाऊंगा,₹ एलोन मस्क ने कहा।मस्क ने 19 दिसंबर को ट्विटर पोल डाला और वादा किया कि वह पोल के

नतीजों का पालन करेंगे। कुल 17,502,391 वोट पड़े और 57.5% ने उनके इस सवाल पर हां कहा कि क्या उन्हें ट्विटर प्रमुख के पद से इस्तीफा दे देना चाहिए। दूसरी ओर, 42.5% ने 'नहीं' कहा।

चौकी आईएसबीटी कोतवाली पटेल नगर पुलिस नें चलायी पाठशाला

देहरादून , 22 दिसंबर , उत्तरांचल कॉलेज ऑफ पैरामेडिकल आईएसबीटी देहरादून में छात्राओं को उत्तराखंड पुलिस एप, गौरा शक्ति एप, नशे के दुष्प्रभाव, नाबालिक द्वारा वाहन चलाने के दुष्परिणाम, साइबर क्राइम आदि की जानकारी देकर गौरा शक्ति एप मे कराया रजिस्ट्रेशनदेहरादून के वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक दलीप सिंह कुंवर द्वारा दिए गए निर्देशों के क्रम में पुलिस अधीक्षक नगर व क्षेत्राधिकारी/ सहायक पुलिस अधीक्षक सदर के मार्गदर्शन में प्रभारी निरीक्षक पटेल नगर के नेतृत्व उत्तरांचल कॉलेज ऑफ पैरामेडिकल आईएसबीटी देहरादून अध्ययनरत छात्राओं व शिक्षिकाओं को महिलाओ के लिये उपयोगी उत्तराखंड पुलिस ऐप में निहित गोरा शक्ति एप, नशे के दुष्प्रभाव, नाबालिक द्वारा वाहन चलाना व साइबर क्राइम की जानकारी देकर 150 छात्राओ को उत्तराखंड पुलिस एप, गौरा शक्ति एप डाउनलोड करा कर रजिस्ट्रेशन कराया गया।

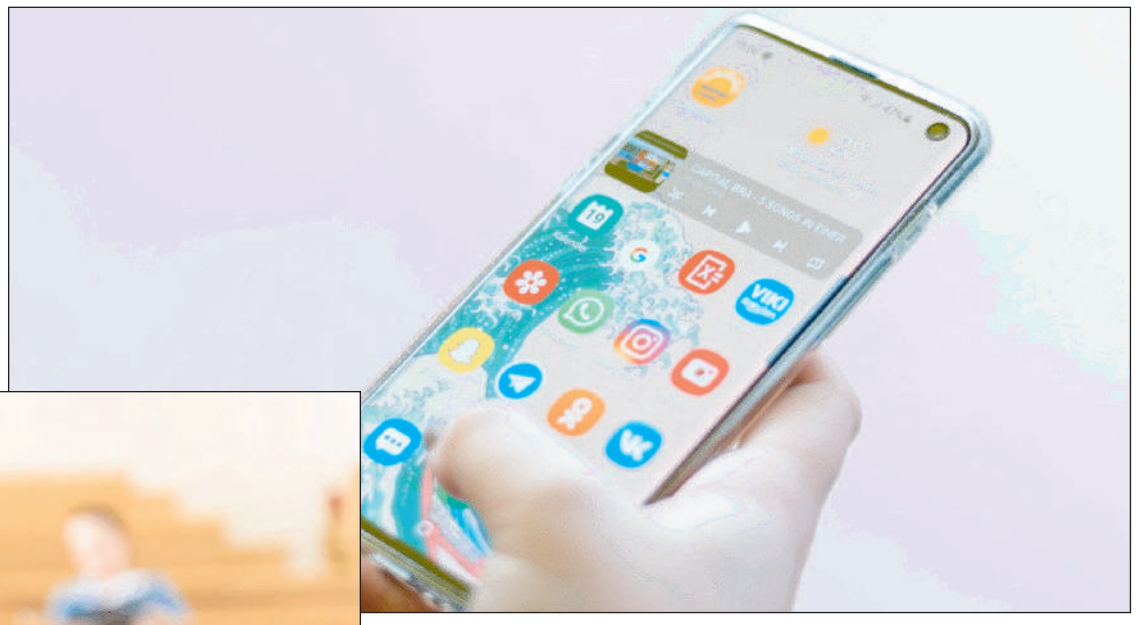
सोशल मीडिया की लत छुड़ाने वाला ऐप

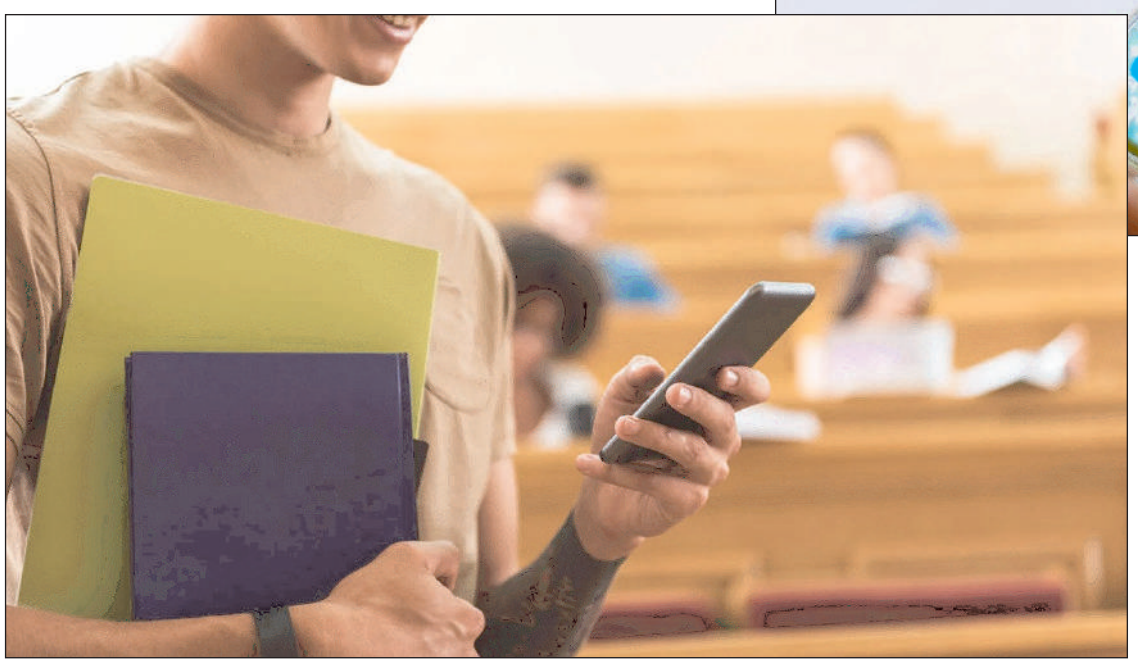
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 22 दिसंबर , जर्मनी के फ्रेडरिक रिडेल इंस्टाग्राम पर कुछ ज्यादा ही वक्त बिताने लगे थे। हालांकि यह हाल में हुआ बदलाव नहीं था। रिडेल दुनिया के बाकी लोगों की तरह कोरोना लॉकडाउन की वजह से बर्लिन में अपने घर पर रहने को मजबूर थे। इसलिए उनके हाथ मोबाइल पर बने ऐप के आइकन (वर्गाकार बॉक्स) पर चले ही जाते थे।वे खुद भी अच्छी तरह समझते थे कि उन्हें सोशल मीडिया ऐप्स की लत लग गई है। ऐसा नहीं है कि रिडेल ने इससे बचने के जतन नहीं किए। उन्होंने मोबाइल पर वह फंक्शन आजमाया, जो ऐप इस्तेमाल करने की समय सीमा निर्धारित करता है। पर वे इस आदत पर नियंत्रण पाने में नाकामयाब ही रहे।

सोशल मीडिया की लत से छुटकारे के लिए ऐप बनाया

रिडेल कहते हैं, 'हममें से ज्यादातर लोग इस स्थिति से गुजर रहे हैं। फिर ऐप डेवलपर होने के नाते मैंने इसका हल





खोजने की कोशिश की।' उनका समाधान बहुत सरल था। उन्होंने 'वन सेक' ऐप बनाया, जो सोशल मीडिया आइकन पर अंगुली रखने पर सक्रिय हो जाता है। इससे सोशल मीडिया ऐप खोलने की प्रक्रिया जारी रखने के लिए 10 सेकेंड इंतजार करना पड़ता है। इस अवधि में ऐप यूजर को गहरी सांस लेने के लिए प्रेरित करता है।

रिडेल ने देखा कि इसके इस्तेमाल के बाद उनका सोशल मीडिया उपयोग तेजी से घटने लगा। रिडेल के मुताबिक इतना छोटा सा बदलाव भी हमारी आदतों को लंबे वक्त तक प्रभावित करता है। 2020 के अंत में रिडेल ने एपल के ऐप स्टोर पर वन सेक आईओएस ऐप अपलोड किया।

ऐप्स की लत किशोरों के लिए बड़ी चुनौती

सोशल मीडिया की लत बड़ी समस्या है। प्यू रिसर्च के मुताबिक, 35% अमेरिकी किशोरों ने स्वीकार किया है कि वे कम से कम एक सोशल मीडिया ऐप का इस्तेमाल लगातार कर रहे हैं। 36% किशोर महसूस करते हैं कि वे सोशल मीडिया पर ज्यादा वक्त बिताते हैं, वहीं 54% मानते हैं कि इसे छोड़ना बहुत ही मुश्किल होगा।

क्या आप भी कम उम्र में झड़ते सफेद बाल से परेशान हैं ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 22 दिसंबर , अभी मेरी उम्र ही क्या है ? इतनी जल्दी कम उम्र में सफेद बालों (White Hair) की परेशानी आपकी और हमारी टेंशन बढ़ा देती है. ये भी सही है कि उम्र से पहले ही बाल सफेद होने से पर्सनैलिटी पर बुरा असर पड़ता है और लुक भी खराब हो जाता है. इस परेशानी से बचने के लिए बड़ी संख्या में युवा हेयर कलर इस्तेमाल करना शुरू कर देते हैं, लेकिन इससे सफेद बालों की परेशानी ज्यादा बढ़ सकती है. अब सवाल उठता है कि प्रीमेच्योर हेयर ग्रेइंग यानी उम्र से पहले ही सफेद बालों से किस तरह बचाया जाए ?

क्यों उम्र से पहले सफेद होते हैं बाल ?

बालों की बिमारियों और उनसे जुडी समस्याओं के एक्सपर्ट डर्मेटोलॉजिस्ट डॉ. कहते हैं कि कम उम्र में बाल सफेद होने की कई वजह होती हैं. इसकी सबसे बड़ी वजह न्यूट्रिशनल डिफिशिएंसी यानी जरूरी पोषक तत्वों की कमी होती है. अगर आप अच्छी डाइट नहीं लेंगे, तो शरीर में पोषक तत्वों की कमी हो जाएगी और आपके बाल सफेद होने लगेंगे. विटामिन B12 की कमी, लंबे समय से चली आ रही बीमारी, जेनेटिक डिसऑर्डर, थायराइड डिसऑर्डर, पैरासिटिक इंफेक्शन और ज्यादा तनाव की वजह से सफेद बालों की समस्या कम उम्र में हो जाती है.

सफेद बालों की परेशानी से कैसे करें बचाव ?

पोषक तत्वों से भरपूर डाइट लें- डर्मेटोलॉजिस्ट कहते हैं कि सफेद बालों की परेशानी से बचने के लिए आपको पोषक तत्वों से भरपूर डाइट लेनी चाहिए. खूब फल और सब्जियां खानी चाहिए. सर्दियों के मौसम में धूप भी लेनी चाहिए, ताकि विटामिन डी भरपूर मात्रा में मिल सके. आप वेजिटेरियन हैं, तो डाइट का खास ख्याल रखें.हर सप्ताह स्कैल्प की मसाज करें- जो लोग सफेद बालों की समस्या से जूझ रहे हैं उन्हें सप्ताह में एक बार अपनी स्कैल्प की अच्छी तरह मसाज करानी चाहिए. इससे माइक्रोसर्कुलेशन इंप्रूव होता है और बालों की जड़ों तक ब्लड की सप्लाई प्रॉपर तरीके से होती है. ऐसा करने से आपके बाल मजबूत होंगे और सफेद बालों की समस्या से छुटकारा मिल सकता है.शैंपू के बाद कंडीशनर इस्तेमाल करें- सर्दियों में लोगों को अपने बाल धोने के बाद अच्छी तरह सुखाने चाहिए और वीक में दो-तीन बार शैंपू के बाद कंडीशनर इस्तेमाल करना चाहिए. इससे बालों में नमी बनी रहती है और बाल सफेद होने का खतरा कम हो जाता है. इससे डैंड्रफ से भी छुटकारा मिल सकता है.बालों पर कलर करने से बचें- कुछ लोग बाल सफेद होने पर तुरंत हेयर कलर इस्तेमाल करना शुरू कर देते हैं, जिससे सफेद बालों की समस्या बढ़ सकती है. हेयर कलर में केमिकल्स होते हैं, जो हमारे बालों को नुकसान पहुंचा सकते हैं. ऐसे में सफेद बाल होने पर डॉक्टर से मिलकर इलाज करवाएं और हेयर कलर यूज ना करें.

एक जनवरी से बदल जाएंगे बैंक के नियम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

साल 2022 खत्म होने में अब चंद दिन ही बचे हैं। नए साल की शुरुआत के साथ ही बैंक से जुड़े कई नियम भी बदलने वाले हैं। अगर किसी बैंक में अकाउंट के साथ ही आप लॉकर सुविधा का लाभ उठा रहे हैं, या लॉकर लेने की योजना बना रहे हैं तो जान लें कि 1 जनवरी, 2023 से लॉकर से जुड़े नियमों में बदलाव होने वाला है। रिजर्व बैंक ऑफ इंडिया (RBI) की संशोधित अधिसूचना के मुताबिक, नए नियम लागू होने के बाद बैंक मनमानी नहीं कर सकेंगे। इसके अलावा कस्टमर्स को नुकसान होने पर अपनी जिम्मेदारी से नहीं भाग सकेंगे। स्टेट बैंक ऑफ इंडिया (SBI) और पंजाब नेशनल बैंक (PNB) के अलावा देश के कई बैंक ग्राहकों को लॉकर संबंधी नए नियम की जानकारी दे रहे हैं। बैंक कस्टमर्स के रजिस्टर्ड मोबाइल नंबर पर एसएमएस (SMS) के जरिए नए नियमों की जानकारी शेयर कर रहे हैं। इसके मुताबिक, 1 जनवरी 2023 तक मौजूदा लॉकर ग्राहकों के साथ लॉकर एग्रीमेंट रिन्यू किया जाएगा। ऐसे में ग्राहकों को बैंक जाकर नए एग्रीमेंट पर साइन करना जरूरी है।

1 जनवरी से लॉकर नियमों में होगा ये बदलाव :

- रिजर्व बैंक की ओर से कहा गया है कि नए नियमों के तहत बैंकों को खाली लॉकरों की लिस्ट और वेटिंग लिस्ट दिखानी जरूरी होगी।

- इसके अलावा बैंक लॉकर के लिए ग्राहक से एक बार में ज्यादा से ज्यादा 3 साल तक का किराया ही ले सकेंगे।

- अगर किसी कस्टमर को नुकसान होता है तो बैंक शर्तों का हवाला देकर अपनी जिम्मेदारी से बच नहीं सकता। बल्कि उसे ग्राहक के नुकसान की पूरी भरपाई करनी होगी।

शर्तों का हवाला देकर नहीं मुकर सकेंगे बैंक :

रिजर्व बैंक के नए नियमों के मुताबिक, बैंकों को अब यह इंश्योर करना होगा कि उनके द्वारा कराए गए लॉकर एग्रीमेंट में कोई ऐसी शर्त तो शामिल नहीं है, जिससे ग्राहक को नुकसान होने पर बैंक अपनी जिम्मेदारी से बच सकें। ऐसा कई बार होता है कि ग्राहक को नुकसान होने पर बैंक एग्रीमेंट की शर्तों का हवाला देकर बच जाते

बैंक ग्राहकों को मुआवजा देगा :।

RBI के नए नियमों के मुताबिक, अगर बैंक की लापरवाही की वजह से लॉकर में रखी सामग्री को नुकसान पहुंचता है तो इसकी भरपाई बैंक को करनी होगी। ये बैंकों की जिम्मेदारी है कि वे लॉकर की सुरक्षा के लिए तमाम इंतजाम करें।

संपादकीय

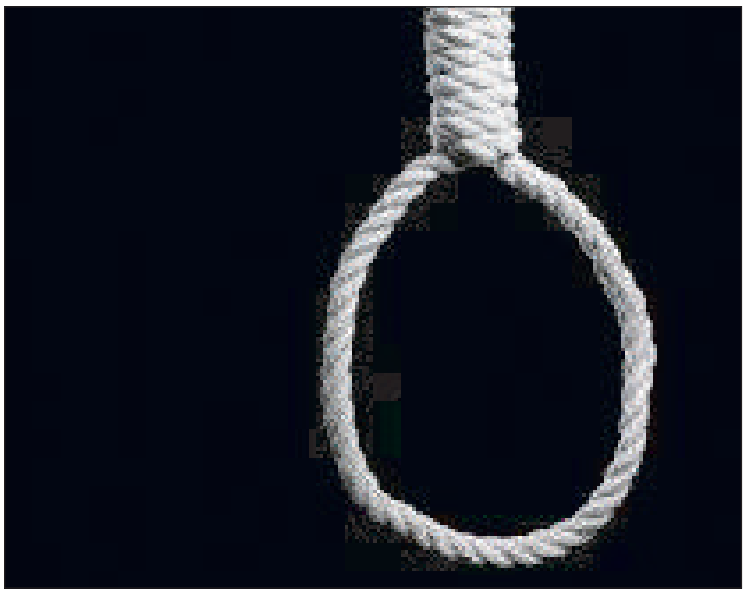
डेटा संप्रभुता समय की मांग

हाल में डिजिटल निजी डेटा संरक्षण विधेयक, 2022 के प्रारूप को साझा करते हुए इस संदर्भ में सरकार ने 17 दिसंबर, 2022 तक लोगों से सुझाव मांगे. गौरतलब है कि आज लोगों की निजी जानकारी एप, वेबसाइट, सेवा प्रदाता समेत विभिन्न डिजिटल माध्यमों से साझा की जाती है. हम जानते हैं कि इस डिजिटल युग में जब हम किसी एप को डाउनलोड करते हैं, तो हमें विभिन्न प्रकार की अनुमतियां देने हेतु पूछा जाता है. यदि उपभोक्ता इसके लिए मना करता है, तो उस एप का इस्तेमाल ही नहीं किया जा सकता. यही बात डिजिटल समाचार पत्रों, विभिन्न सेवा प्रदाताओं और अन्य प्रकार की वेबसाइट पर भी लागू होती है. ऐसे में लोगों की इन निजी जानकारियों का संरक्षण या उस निजी जानकारी का बिना उनकी सहमति के अन्य द्वारा प्रयोग प्रतिबंधित करने के लिए एक कानून की जरूरत महसूस की जा रही थी. इस विधेयक में यह प्रावधान है कि चाहे किसी व्यक्ति ने पहले से अनुमति दी हुई हो, तो भी उसे 'कंसेंट मैनेजर' के माध्यम से वापस लिया जा सकता है. विधेयक में यह भी प्रावधान है कि 18 साल से कम आयु के व्यक्तियों (किशोर व बच्चे) द्वारा बिना अभिभावकों की अनुमति के उन एप या सेवाओं का इस्तेमाल नहीं किया जा सकता. इस संबंध में एक बोर्ड के गठन का भी प्रावधान है, जो इस कानून के संबंधित पक्षों को स्पष्टता प्रदान करेगा. सरकार द्वारा देश की एकता एवं संप्रभुता, सुरक्षा, अन्य देशों से मित्रतापूर्ण संबंध या अपराध हेतु उकसावा को रोकने जैसे मामलों के संदर्भ में सरकार को विधेयक के प्रावधानों से मुक्त रखा गया है. इस प्रयास को सही दिशा में एक कदम माना जा रहा है, लेकिन विशेषज्ञों की राय है कि विधेयक में कई सुधारों की गुंजाइश है. कानून का उल्लंघन करने वाली कंपनियों पर 500 करोड़ रुपये तक के दंड का प्रावधान है. आलोचकों का मानना है कि गूगल, फेसबुक, आमेजन और अन्य बड़ी टेक कंपनियों के व्यवसाय को देखते हुए यह राशि उनके आकार और डेटा के दुरुपयोग से उन्हें होने वाली कमाई की तुलना में बहुत कम है. कई मुल्कों में कानून के ऐसे उल्लंघन की दंड राशि कंपनियों के लाभों के प्रतिशत के रूप में भी निश्चित की गयी है. इस तरह के अंतरराष्ट्रीय अनुभवों का लाभ उठाया जाना चाहिए. एक अन्य आपत्ति यह है कि इस कानून के पालन हेतु जिस बोर्ड का गठन किया जाना है, उसके सदस्यों की संख्या और योग्यता के बारे में कुछ नहीं कहा गया है. विधेयक का कहना है कि यह कोई नियामक बोर्ड नहीं है. ऐसे में किसी नियामक संस्था का होना भी जरूरी है, लेकिन एक बड़ा सवाल यह है कि क्या भारत में निजता के बारे में लोग संवेदनशील हैं. हम लोग तो तमाम निजी जानकारियां पेट्रोल पंप पर ही किसी अनजान व्यक्ति को दे देते हैं.

नैनीताल में हमले के बाद, पीड़ित ने सोशल मीडिया पर पोस्ट कर की खुदकुशी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून से 255 किलोमीटर दूर नैनीताल जिले के कलढुंगी क्षेत्र के दोहनिया गांव में एक 29 वर्षीय व्यक्ति ने कथित तौर पर तीन लोगों द्वारा मारपीट और परेशान किए जाने के बाद जहर खाकर आत्महत्या कर ली। मृतक की पहचान अनिल सिंह निगलटियाल के रूप में हुई है, जो एक स्थानीय सामाजिक कल्याण संगठन के लिए काम करता था और उसने अपने एक दोस्त को अपनी आपबीती सुनाई थी।निगल्तियाल ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर टेलीफोन पर हुई बातचीत का ऑडियो क्लिप पोस्ट किया, जिसमें तीनों आरोपी दलीप और कमल गोस्वामी (भाई) और कुबेर सिंह टडियाल नाम के एक ही गांव के निवासी हैं।कालाढूंगी थाने के एसएचओ राजवीर सिंह नेगी ने कहा कि पुलिस ने निगाल्टियाल को उसके घर के पास एक खेत में मृत पाया, जिसके मुंह से झाग निकल रहा था और जाहिर तौर पर उसने जहर खाकर



आत्महत्या की। नेगी ने कहा, ₹निगलतियाल के दोस्त ने पुलिस को बताया कि उसने कहा कि गोस्वामी बंधुओं ने रविवार को उसे अपने घर बुलाया, ताड़ियाल के साथ मिलकर बिना किसी कारण के उस पर हमला किया। उसके दोस्त ने उससे अपना जीवन समाप्त नहीं करने का आग्रह किया।₹ तीनों को गिरफ्तार कर लिया गया है।

पिथौरागढ़ में नेपाल के स्थानीय लोगों ने मजदूरों पर किया पथराव

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

एक महीने में ऐसी दूसरी घटना में, नेपाल के दारचुला इलाके में स्थानीय लोगों ने पिथौरागढ़ के धारचूला इलाके में काली नदी पर एक तटबंध के पास सुरक्षा दीवार बना रहे भारतीय मजदूरों पर पथराव किया। उन्होंने भारत विरोधी नारे भी लगाए और चरमपंथी माने जाने वाले नेत्रा बिक्रम चंद बिप्लव से जुड़े कम्युनिस्ट पार्टी के गुट के स्थानीय नेताओं के नेतृत्व में एक जुलूस निकाला।

4 दिसंबर को, दीवार के निर्माण कार्य में शामिल एक श्रमिक घायल हो गया था, जब नेपाली नागरिकों के एक समूह ने रिटेनिंग वॉल के निर्माण के विरोध में भारतीय पक्ष पर पथराव किया था, इस डर से कि दीवार बनने के बाद काली नदी नेपाल की ओर मुड़ जाएगी। जिससे उनके क्षेत्रों का क्षरण हो रहा है। इसी तरह की घटनाएं इस साल मार्च और अप्रैल में भी हुई थीं।सीमा पर तैनात एक एसएसबी (सशस्त्र सीमा बल) अधिकारी ने बताया, ' घटना बिप्लव के समर्थकों द्वारा निकाले गए

एक जुलूस के दौरान हुई, जिसमें उन्होंने 'लिंपियाधुरा, कालापानी, लिपुलेख हमारे हैं' जैसे भारत विरोधी नारे लगाए।

दोनों पक्ष इस मुद्दे को सौहार्दपूर्ण ढंग से हल करने के लिए बातचीत कर रहे हैं लेकिन ऐसा लगता है कि राजनीतिक नेताओं का एक समूह है जो अपने निहित स्वार्थों के लिए भारत के खिलाफ जनता को भड़का रहे हैं।₹अधिकारी ने यह भी दावा किया कि ₹इन नेताओं को नेपाल पुलिस से किसी प्रकार का समर्थन प्राप्त है, जो जुलूस के दौरान मौजूद थे।₹एसएसबी कमांडेंट (दारचुला) महेंद्र प्रताप सिंह ने कहा, ₹नेपाल में हमारे समकक्ष, सशस्त्र पुलिस बल के साथ एक औपचारिक विरोध दर्ज कराया गया था। इस बार भारतीय पक्ष में काम करने वाला कोई भी मजदूर घायल नहीं हुआ।

पौड़ी में हाथी का शिकार हुए महिला, इस साल हमलों में 7 की मौत

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

कोटद्वार वन परिक्षेत्र में अपने पशुओं को चराने के लिए ले गई पांच महिलाओं पर मंगलवार को हाथी ने हमला कर दिया। घटना सुबह करीब 10 बजे हुई जब महिलाएं लैंसडाउन वन मंडल के कंपार्टमेंट नंबर 5 ग्वालगढ़ गई थीं।

ध्रुवपुर निवासी लक्ष्मी चौधरी (48) की मौत हो गई, जबकि चार अन्य गंभीर रूप से घायल हो गए और उन्हें श्रीनगर के बेस अस्पताल में भर्ती कराया गया।लैंसडाउन वन प्रभाग के डीएफओ दिनकर तिवारी ने कहा, ₹महिलाएं जंगल में एक संकरी गली पर चढ़ने की कोशिश कर रही थीं, जबकि एक जंबो संभवतः नदी की ओर जा रहा था, तभी उसने समूह का नेतृत्व कर रही महिला को लात मार दी।₹ राज्यपाल रितु खंडूरी ने अपने कर्मचारियों को घायलों से मिलने के लिए भेजा। इस साल राज्य में हाथियों के

हमले से कम से कम सात लोगों की मौत हुई है, जबकि 15 हाथियों की कई कारणों से मौत हो चुकी है.

दैनिक
न्यूज वायरस

न्यूज़ वायरस नेटवर्क प्रा. लिमिटेड, मेरठ के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक मौ. सलीम सैफी द्वारा विश्वनाथ प्रिंटर्स, अजबपुर कलां, देहरादून से मुद्रित एवं 48/3 बलबीर रोड, डालनवाला, देहरादून (उत्तराखंड) से प्रकाशित।

सम्पादक :
मौ. सलीम सैफी
कार्यकारी सम्पादक
आशीष तिवारी
दूरभाष : 0135-2672002

email-dainiknewsvirus@gmail.com
RNI No.- UTTHIN/2012/44094

वाद-विवाद का न्याय क्षेत्र देहरादून न्यायालय मान्य होगा

कोरोना एडवाइजरी जारी, पढ़िए मास्क फिर हुआ ज़रूरी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

चीन-अमेरिका समेत दुनिया के कई देशों में बढ़ते जानलेवा कोरोना वायरस को लेकर सरकार सतर्क हो गई है. कोरोना का प्रसार रोकने के लिए सरकार ने नई एडवाइजरी जारी की है. कोरोना पर केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय की बैठक के बाद नीति आयोग के सदस्य डॉ वीके पॉल ने कहा है कि घबराने की कोई बात नहीं है. भीड़भाड़ वाले इलाकों में अंदर और बाहर मास्क जरूर पहनें. साथ ही जिन लोगों ने अभी तक बूस्टर डोज नहीं लगवाई है, वह जल्द से जल्द इसे लगवाएं, ताकि कोरोना को फैलने से रोका जा सके.डॉ वीके पॉल ने कहा है कि अगर आप भीड़भाड़ वाली जगह, घर के अंदर या बाहर हैं तो मास्क का इस्तेमाल करें. यह कॉमरेडिटी वाले या ज्यादा उम्र के लोगों के लिए और भी महत्वपूर्ण है. उन्होंने कहा कि अभी तक केवल 27 से 28 फीसदी लोगों ने बूस्टर डोज ली है. हमें इसे बढ़ाना होगा. हम अन्य लोगों, विशेषकर वरिष्ठ नागरिकों से अपील करते हैं कि वह यह डोज लगाएं. बूस्टर डोज अनिवार्य है और सभी के लिए निर्देशित है.

मीटिंग की बड़ी बातें-निगरानी बढ़ाई जाएगीटेस्टिंग बढ़ाई जाएगीटीकाकरण का दायरा बढ़ाया जाएगानए साल और त्यौहार पर कोई रोक नहींहर हफ्ते मीटिंग होगीविमानन के लिए कोई सलाह नहींभारत में BF.7 वैरिएंट चिन्हित किया गया- सरकार

सरकार ने बताया किसितंबर के जीनोम सर्विलांस में तीन बार भारत में BF.7 वैरिएंट पाया गया, यानी हम इसे चिन्हित कर चुके हैं, जिससे चीन में लोग संक्रमित हो रहे हैं. सरकार ने कहा कि अब राज्यों को मास्क लाने के निर्देश लाकर अनुपालन कराना होगा.

अब हर हफ्ते इस मामले पर मीटिंग करेगी सरकार

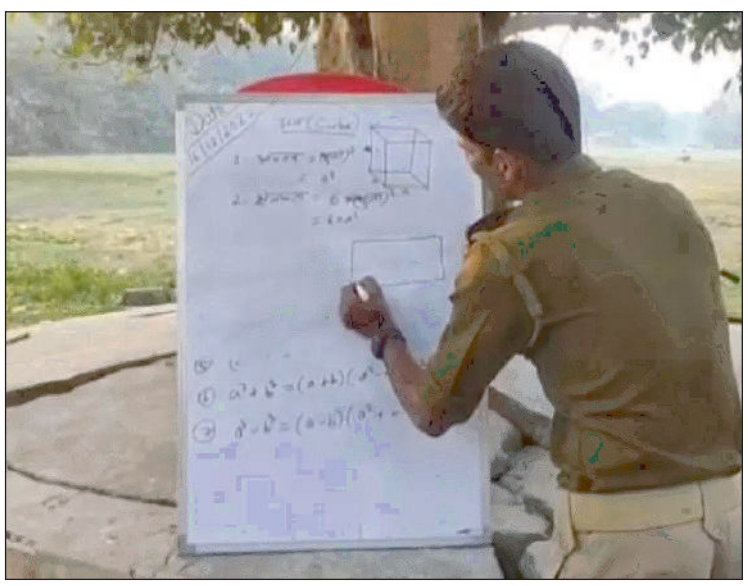
सरकार ने कहा कि अब निगरानी बढ़ाई जाएगी. हालांकि उन्होंने बताया कि क्रिसमस,नए साल और त्योहारों पर कोई रोक नहीं लगेगी. सरकार अब हर हफ्ते इस मामले पर मीटिंग करेगी और स्थिति की समीक्षा कर, उसी हिसाब से एडवाइजरी जारी करेगी.

बेहतर शिक्षा की गरीब बच्चों में अलख जगा रहे सिपाही जाफर को सलाम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 22 दिसंबर , पुलिस का नाम सुनते ही आम हो या खास एक बार डर जरूर जाता है। हालांकि उत्तर प्रदेश पुलिस के जवान इस छवि को बदलने में जुट गए है। यहां जवान डर नहीं बेहतर शिक्षा की गरीब बच्चों में अलख जगा रहे हैं। गोंडा जिले से एक सिपाही ड्यूटी के साथ ही समाज में पुलिस को छवि को बेहतर बनाने का काम कर रहा है। सिपाही मो. जाफर अपनी ड्यूटी खत्म करने के बाद रोज एक घंटे गरीब बच्चों को निशुल्क पढ़ाते है। मो. जाफर चचरी पुलिस चौकी के बगल रोज पुलिस सर की पाठशाला एक पेड़ के नीचे चलाते है। यहां वो किसी भी बच्चे से फीस नहीं लेते।पुलिस सर की इस पाठशाला में कक्षा 1 से 10 तक के बच्चे ट्यूशन पढ़ने आते हैं। यहां एक घंटे में बच्चों को गणित, साइंस समेत लगभग सभी विषयों की क्लान करने को मिलती है। इसी पाठशाला में नवोदय स्कूल में एडमिशन लेने की तैयारी करने वाले भी बच्चे ट्यूशन पढ़ते

है। रोज ट्यूशन पढ़ने आने वाले 7वीं क्लास के करन और शिवानी कश्यप का कहना है कि पुलिस सर बहुत ही शानदार पढ़ाते है। उन्हें इससे काफी मदद मिलती है। प्राइवेट ट्यूशन पढ़ने के लिए उनके पास पैसा नहीं था, लेकिन मो. जाफर सर की क्लास ने काफी मदद कर दी। दो बच्चों के पिता रणवीर सिंह का कहना है कि पुलिस सर रोजाना बच्चों को निशुल्क पढ़ाते है। ये बहुत ही शानदार पहल है।

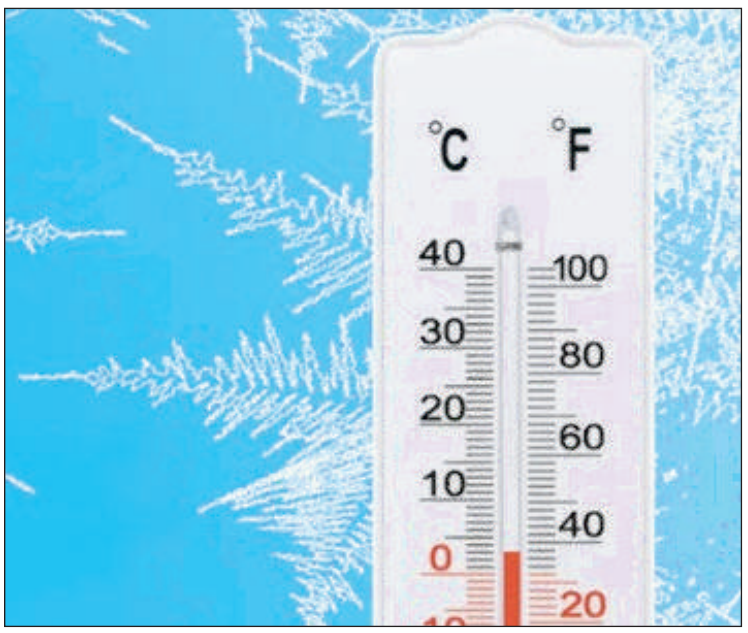


सिविल सर्विसेज में जाना चाहते थे मो. जाफर

सिपाही मो. जाफर का कहना है कि अपनी ड्यूटी खत्म करने के बाद वह घूमने-टहलने नहीं जाते। इसकी जगह रोज गरीब बच्चों को विद्यादान करते है। साइंस से ग्रेजुएशन करने वाले मो. जाफर का सिविल सर्विसेज में जाने का सपना था, जो नहीं पूरा हो पाया। मो. जाफर ने आईएएस और आईपीएस बनने का सपना देखा था। अब वह चाहते है कि मेरे पढ़ाए इन बच्चों में कोई भी अगर कामयाब हो गया तो उनकी ख्वाहिश पूरी हो जाएगी। उन्होंने बताया कि गोंडा जिले के करनैलगंज कोतवाली क्षेत्र के चचरी पुलिस चौकी के बगल रोजाना शाम को 4 बजे पुलिस सर की यह पाठशाला चलती है।

मौसम की चेतावनी!

उत्तराखंड के तापमान में जल्द दिखेगी गिरावट



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड में ठंड का प्रकोप बढ़ने लगा है। राज्य के ज्यादातर इलाकों में आंशिक बादलों के बीच झटके तेज हो गए हैं. मैदानी इलाकों में घना कोहरा लोगों की परेशानी बढ़ा रहा है, वहीं पहाड़ों पर चल रही सर्द हवाओं से लोगों का घर से निकलना मुश्किल हो गया है.मौसम विभाग के अनुसार अगले कुछ दिनों तक ज्यादातर इलाकों में मौसम शुष्क बना रहेगा. कुछ जगहों पर आंशिक रूप से बादल छाए रह सकते हैं। चोटियों पर बर्फबारी की संभावना है। लंबे समय से बारिश और बर्फबारी का इंतजार कर रहे उत्तराखंड में मौसम ने करवट लेना शुरू कर दिया है. अगले कुछ दिनों में चोटियों पर हिमपात और बूंदाबांदी के आसार हैं।बुधवार को देहरादून सहित आसपास के इलाकों में आंशिक रूप से बादल छाए रहे, जिससे ठिठुरन बढ़ गई। घने कोहरे के कारण रुड़की और ऊधमसिंह नगर के कई हिस्सों में तड़के दृश्यता कम रही।

इससे वाहन चालकों को परेशानी का सामना करना पड़ा।मौसम विज्ञान केंद्र के निदेशक बिक्रम सिंह के मुताबिक, अगले कुछ दिनों तक राज्य के ज्यादातर इलाकों में मौसम शुष्क रह सकता है. हालांकि, हिमालयी क्षेत्र में पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय होना शुरू हो गया है। इससे बारिश और बर्फबारी के आसार हैं। कुछ स्थानों पर आंशिक से आंशिक रूप से बादल छाए रह सकते हैं। इससे तापमान में दो से चार डिग्री सेल्सियस की गिरावट आ सकती है।