हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 11 अंक : 255 देहरादून, बुधवार, 05 अप्रैल, 2023 मूल्य : एक रुपया पृष्ठ : 08

CM धामी ने FM से सौंग बांध पेयजल परियोजना में मांगे 1774 करोड़ 3

राजस्व के मामले में मुख्यमंत्री धामी की धमक और चमक दिखी

GST Collection का आंकड़ा पहुंचा 14 हजार करोड़ के पार

- वित्त मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने अपने वित्त कौशल का मनवा दिया लोहा,जीएसटी में 27% तो स्टांप ड्यूटी में 33% का इज़ाफा
- जीएसटी कमिश्नर डॉ अहमद इकबाल के नाम दर्ज हुआ प्रदेश का रिकॉर्ड राजस्व संग्रह करने वाले अधिकारी के रूप में नाम
- उधमसिंह नगर और हरिद्वार सहित मुख्य ज़िलों में हुई थी जमकर कार्यवाही,जेल भी गए कई टैक्स चोर
- बिल आओ,इनाम पाओ योजना भी जमकर हुई लोकप्रिय, टैक्स चोर हो गए परेशान

मो.सलीम सैफी
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 5 अप्रैल , ये खबर पहाड़ी राज्य उत्तराखंड के लिए बड़ी राहत भरी है,मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी हर मोर्चे पर अपनी सफलता के झंडे गाड़ रहे है,मुख्यमंत्री धामी का प्रयास है कि प्रदेश में विकास के साथ साथ राजस्व में भी रिकॉर्ड बढ़ोतरी हो और उनका ये विज़न साकार किया है युवा आईएएस अधिकारी डॉ.अहमद इकबाल ने।इसी मिशन के तहत धामी सरकार ने एक योजना भी चलाई ₹बिल लाओ - इनाम पाओ ₹ जिसकी सफलता ने उत्तराखंड में सारे पिछले रिकॉर्ड ध्वस्त कर दिए,अभी अभी 31 मार्च को समाप्त हुए वित्तीय वर्ष में प्रदेश में जीएसटी संग्रह में 3534 (27%) करोड़ रुपये की बढ़ोतरी दर्ज की गई है तो स्टांप ड्यूटी में 1980 करोड़ (33%) का इज़ाफा हुआ ।आयुक्त राज्य कर डा. अहमद इकबाल के मुताबिक वित्तीय वर्ष 2021-22 में प्रदेश ने सीजीएसटी, एसजीएसटी, आइजीएसटी व सेस को मिलाकर जो संग्रह किया गया था उसकी तुलना में बीते वित्तीय वर्ष 2022-23 में 14,028.38 हजार करोड़ रुपये का संग्रह किया गया। आयुक्त डा.अहमद इकबाल के अनुसार, कराधान को बेहतर बनाने के लिए मुख्यमंत्री जी के विज़न के अनुरूप वित्त मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल के मजबूत संचालन से लेकर मुख्य सचिव स्तर से भी निरंतर निगरानी की जाती रही।

परस्परं भावयन्तः श्रेयः परमवाप्स्यथ
राज्य कर विभाग
उत्तराखण्ड

इसका असर विभाग की कार्यशैली पर भी पड़ा। जिसका नतीजा यह रहा कि राज्य में रिकार्ड स्तर पर कर वसूली की जा सकी। राज्य स्टांप ड्यूटी में 1980 करोड़ रुपये बढ़ा सिर्फ स्टेट जीएसटी की बात की जाए तो वित्तीय वर्ष 2021-22 में हम 5690.53 करोड़ रुपये की वसूली कर पाए थे, जबकि 2022-23 में यह आंकड़ा बढ़कर 7224.48 करोड़ रुपये हो गया.इसी तरह नान जीएसटी यानी वैट में 2292.33 करोड़ रुपये के सापेक्ष हाल में बीते वर्ष में 2548.43 करोड़ रुपये की बढ़ोतरी दर्ज की गई। मार्च माह में भी पकड़ी रफ्तार वित्तीय वर्ष के अंतिम माह मार्च 2023 में उत्तराखंड में जीएसटी में 1523 करोड़ रुपये की वसूली की गई, जबकि बीते वर्ष के मार्च माह में यह वसूली 1255 करोड़ रुपये थी। इस तरह इसी एक माह में 21.34 प्रतिशत की बढ़ोतरी पाई गई। वहीं, इस माह का राष्ट्रीय औसत 14.39 प्रतिशत रहा।

मुख्यमंत्री धामी ने की केंद्रीय रेलमंत्री अश्विनी वैष्णव शिष्टाचार भेंट

देहरादून-मोहंड-सहारनपुर को रेलमार्ग से जोड़ा जाए : धामी

देहरादून। उत्तराखंड के लंबित रेल प्रोजेक्ट को लेकर मुख्यमंत्री पुष्कर धामी ने केंद्रीय रेल मंत्री अश्विनी वैष्णव से मुलाकात की। उन्होंने देहरादून-मोहंड-सहारनपुर को रेल लाइन से जोडने, टनकपुर से दून के बीच जनशताब्दी और रामनगर से दिल्ली के बीच शताब्दी रेल सेवा शुरू करने का अनुरोध किया। मंगलवार को दिल्ली में मुख्यमंत्री धामी ने केंद्रीय मंत्री वैष्णव से शिष्टाचार मुलाकात की। उन्होंने कहा कि राजधानी दून से नई दिल्ली तक रेल की यात्रा करने के लिए मौजूदा समय में हरिद्वार होकर जाना पड़ता है। हरिद्वार-देहरादून रेल लाइन सिंगल लेन है और दून से हरिद्वार तक का अधिकांश हिस्सा राजाजी नेशनल पार्क के अंतर्गत आता है। उन्होंने कहा कि वन्यजीव जंतुओं के सुरक्षा के मद्देनजर रेल की गति अत्यंत नियंत्रित रहती है और इससे आवागमन में अधिक समय लगता है।

उन्होंने कहा कि देहरादून से मोहंड होते हुए सहारनपुर तक रेल लाइन जिसका कुछ भाग टनल के माध्यम से भी होगा, बनाई जानी चाहिए। इससे दून और दिल्ली के बीच रेल से आवागमन त्वरित होगा और उत्तराखंड में पर्यटकों की आवाजाही सुविधाजनक होने के साथ-साथ व्यवसायिक गतिविधियों को भी बल मिलेगा। धामी ने ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल परियोजना में अपनाई जा रही टनल प्रणाली के समान ही दून से सहारनपुर को मोहंड होते हुए रेलवे से जोडने के लिए टनल आधारित रेल लाइन परियोजना की संभावना का परीक्षण कराकर परियोजना की स्वीकृति देने का आग्रह किया।

मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि टनकपुर-देहरादून के बीच जनशताब्दी और दिल्ली-रामनगर के मध्य शताब्दी एक्सप्रेस रेल सेवा का संचालन भी जरूरी है। कहा कि वर्तमान में कुमाऊं और गढ़वाल को जोडने के लिए देहरादून-काठगोदाम जनशताब्दी एक मात्र रेल सेवा है। कुमाऊं क्षेत्र के एक बड़े हिस्से के साथ-साथ नेपाल बोर्डर होने से वहां के लोगों का आवागमन भी टनकपुर से ही होता है। इसलिए टनकपुर-देहरादून के मध्य एक जनशताब्दी रेल सेवा की जरूरत है।

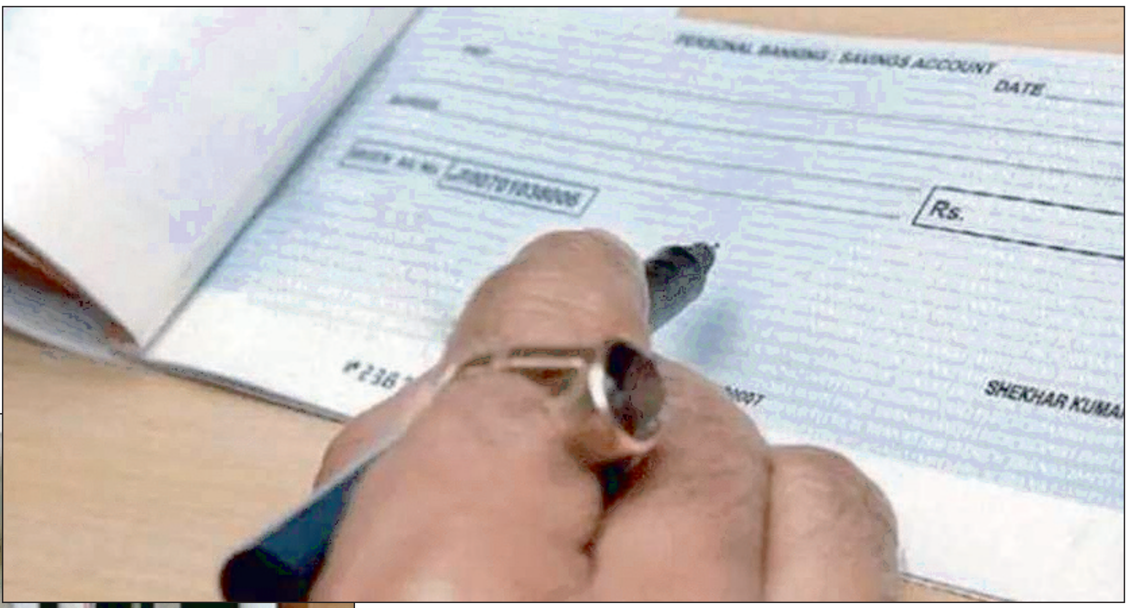
उन्होंने कहा कि रामनगर स्थित प्रसिद्ध पर्यटन स्थल जिम कार्बेट नेशनल पार्क में देश-विदेश से पर्यटकों का निरंतर आवागमन होता है। दिल्ली- रामनगर शताब्दी एक्सप्रेस रेल सेवा शुरू होने से पर्यटकों की आवाजाही बढ़ेगी और स्थानीय लोगों को रोजगार भी मिल सकेगा।

काम की बात : बैंक के नियम कैसे बन जाते हैं आपके लिए मुसीबत

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , अगर आप बैंक खाता खुलवाने जा रहे हैं तो सबसे पहले उस बैंक के नियमों के बारे में अच्छे से जानकारी कर लीजिए. मौजूदा समय में तेजी से बढ़ती महंगाई के दौर में बैंक के नियम आम लोगों के लिए मुसीबत बनते जा रहे हैं. क्योंकि बैंक द्वारा ऐसे नियम तैयार किए जा रहे हैं कि बैंक आम लोगों को कई तरह की बेहतर सुविधाएं देकर अलग-अलग चार्जेज वसूल सके, लेकिन कुछ लोगों को पता ही नहीं होता है कि बैंक द्वारा उनसे कौन-कौन से चार्ज वसूलते हैं.न्यूज़ वायरस आपको बैंक से जुड़ी कुछ ख़ास जानकारी दे रहा है जो आपके कई सवालों का जवाब हो सकते हैं।

देश भर के कई बड़े बैंक आम लोगों को खाते खुलवाने पर कई तरह की सुविधाएं मुफ्त में देते हैं और कुछ सुविधाओं के नाम पर अलग-अलग चार्जेज वसूलते हैं. जिसका बोझ आम लोगों की जेब पर पड़ता है. अगर आपका भी बैंक खाता है तो आपको भी बैंक के ये नियम परेशानी में डाल सकते हैं. क्योंकि बैंक अलग-अलग सुविधाओं के नाम पर चार्ज वसूल रहे हैं.



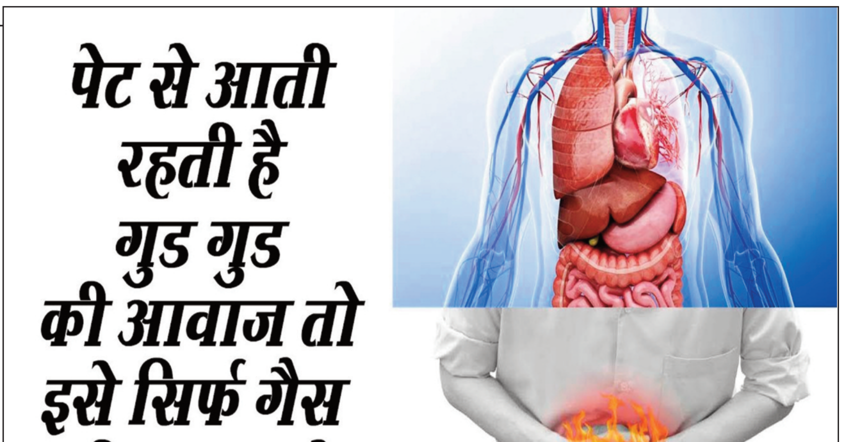
आम लोगों से बैंक खाते पर लगते हैं ये चार्जेज

PNB के ग्राहक अगर अपने ही बैंक के एटीएम से पैसा निकालते हैं तो वह हर महीने केवल 5 बार ही मुफ्त में पैसा निकाल सकते हैं. अगर आप 6वीं बार पैसा निकालते हैं तो इसके लिए आपके खाते से 10 रुपए ट्रांजेक्शन चार्ज काट लिया जाएगा. वहीं अगर आप दूसरे बैंक के एटीएम से पैसा निकालते हैं तो सिर्फ 3 बार ही रुपए निकाल सकते हैं. इसके बाद आपसे ट्रांजेक्शन चार्ज वसूल किया जाएगा.मुफ्त ट्रांजेक्शन के ये नियम लगभग देश के सभी बैंक लागू किए हुए हैं. आगे आने वाले में इन नियमों में कभी भी बदलाव हो सकता है. इसके अलावा बैंक आपसे एटीएम कार्ड के लिए सालाना चार्ज भी लते हैं. इसके लिए आपको 125 रुपए से लेकर 350 रुपए तक सालाना चार्ज देना होता है.

इसके अलावा आपको देश की सभी बैंक ग्राहकों को खाता खुलवाने के बाद खाते में मिनिमम बैलेंस से पैसा कम होने पर भी चार्ज वसूलते हैं. यानि आप अपने खाते में मिनिमम बैलेंस से पैसा कम होता है तो भी आपको चार्ज देना होता है. मिनिमम बैलेंस के लिए प्रत्येक बैंक के लिए चार्जेज अलग-अलग हैं. इसलिए बैंक खाते में मिनिमम बैलेंस को बनाए रखना जरूरी होता है.अगर आप किसी को इंटरनेट बैंकिंग के जरिए पैसा ट्रांसफर करते हैं और NEFT या RTGS के माध्यम से पैसा भेजते हैं तो भी आपको ट्रांजेक्शन चार्जेज देना पड़ता है. इसके लिए आप उसी हिसाब से पैसा लिया जाता है कि आपक कितना पैसा ट्रांसफर कर रहे हैं. वहीं इंटरनेशनल लेवल पर ट्रांजेशन करने पर भी आपसे कुछ पैसे चार्ज किए जाते हैं.

सेहत की बात : पेट से क्यों आती है गुड़गुड़ की आवाज ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क



ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , खानपान की गलत आदतें अक्सर लोगों के पेट में समस्या की मुख्य वजह बनती हैं। इन गलत आदतों की वजह से लोगों को पेट दर्द, गैस, अपच, एसिडिटी और पेट से आवाज आने की समस्या होती है। पेट से आवाज आने के कई कारण हो सकते हैं। लेकिन पेट से आवाज आना हर बार परेशानी का कारण नहीं होता है। पाचन प्रक्रिया के दौरान जब आहार आमाशय से पेट की छोटी आंत की तरफ बढ़ता है तो भी पेट से आवाज आने लगती है। लेकिन अगर आपके पेट से आवाज आने की समस्या लगातार हो रही है तो ये किसी बड़ी परेशानी का कारण हो सकता है। फूड एलर्जी, फूड इनटॉलरेंस, गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल इंफेक्शन, आंतों में ब्लॉकेज और इरिटेबल बाउल सिंड्रोम आदि के कारण भी पेट से आवाज आने का लक्षण महसूस हो सकता है। इस लेख में पेट से आवाज आने की समस्या से बचाव के उपायों को बताया गया है।

पेट से गुड़गुड़ की आवाज आने की समस्या को कम करने के लिए किन उपायों को अपनाएं ?

स्मॉल डाइट

पेट से गुड़गुड़ आवाज आने की समस्या में आप कुछ आहार लें, क्योंकि कई बार भूख लगने पर भी पेट से आवाज आने की समस्या देखी जाती है। जरूरी नहीं है कि आप कंप्लीट डाइट ही लें, स्मॉल डाइट लेने से भी आप आप इस समस्या में आराम पा सकते हैं। अगर आपको एक ही समय पर पेट से गुड़गुड़ की आवाज आती हो तो ये पेट खाली होने का इशारा हो सकता है। इस स्थिति में आप एक बार में अधिक खाने की अपेक्षा रोजाना 4 से 6 बार थोड़ा-थोड़ा खाना अवश्य खाएं।

खाना चबा चबाकर खाएं

पाचन प्रक्रिया आपके द्वारा आहार को चबाने से शुरु हो जाती है। यदि आप भोजन को अच्छी तरह से चबाते हैं तो इससे भोजन आसानी से पचता है और आपको गैस, एसिडिटी और पाचन संबंधी अन्य समस्याएं नहीं होती है। कई बार पाचन क्रिया में बाधा होना, एसिडिटी और गैस की वजह से भी पेट से गुड़गुड़ की आवाजें आने लगती है।

गैस करने वाले आहार का सेवन न करें

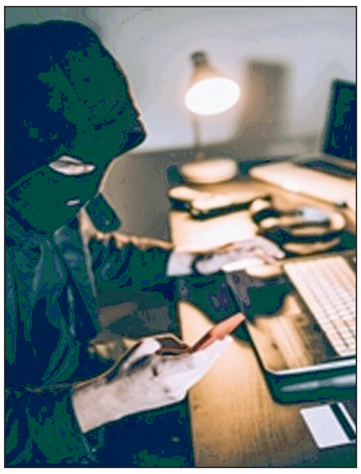
कुछ आहार और ड्रिंक गैस की मुख्य वजह होते हैं। अगर पेट में गैस की वजह से आपको पेट से आवाज आने की समस्या है तो ऐसे में आप गैस करने वाले आहार से दूरी बनाएं। कुछ लोगों को राजमा, छोले, ज्यादा तैलीय आहार, गोभी आदि से गैस की समस्या होने लगती है। इसी तरह खाना खाने के तुरंत बाद आप चाय या कॉफी लेने की वजह से भी कुछ लोगों को गैस की समस्या होने लगती है।

पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं

पेट से गुड़गुड़ की आवाज आने पर यदि आप तुरंत खाना नहीं खा सकते हैं, तो ऐसे में आप एक गिलास पानी पी सकते हैं। इसके साथ ही आप एक बार में अधिक मात्रा में पानी न पिएं। ज्यादा पानी पीने से भी पेट में गुड़गुड़ की आवाजें आने लगती है। इसलिए एक बार में कम मात्रा में ही पानी पीने की आदत डालें।

सावधान ! हाउस वाइफ को ठगने वाला 'फिल्मी गैंग' बेनकाब

न्यूज़ वायरस नेटवर्क



ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , शहरों में इन दिनों घर में कामकाज के लिए ज्यादातर हाउस हेल्प की मदद ली जाती है। पति और बच्चों के ऑफिस और स्कूल जाने के बाद महिलाएं अक्सर फ्री होती है और इस फ्री टाइम में वो कुछ प्रोडक्टिव करना चाहती हैं। खासकर उनका मकसद होता है इस समय का इस्तेमाल करके कुछ पैसा कमाना। वो अपनी छोटी-मोटी जरूरतों के लिए अपने पति पर निर्भर रहने के बजाय खुद का पैसा कमाना चाहती हैं। बस महिलाओं की इसी सोच का फायदा उठा रहा है शहरों में एक्टिव 'फिल्मी गैंग'।

घर बैठे फिल्म देखकर लाखों कमाओं

ये गैंग महिलाओं को घर बैठे पैसे कमाने की ऑफर देता है। ऑफर भी इतनी लुभावनी कि कोई भी इसके झांसे में आ जाए। ये गैंग महिलाओं को फिल्म देखकर उसके रिव्यू लिखने काम बताता है। घर में फिल्म देखकर पैसे कमाना कौन नहीं चाहेगा। बस हाउस वाइफ इस गैंग के निशाने पर आ जाती हैं। उन्हें लगता है कि अगर फिल्म देखकर पैसे कमाने का मौका मिल रहा है तो क्यों न इसे जल्द से जल्द लपक लिया जाए। सबसे बड़ी बात महिलाएं अक्सर अपने पतियों से इस तरह की बात शेयर नहीं करती। वजह उनकी साइकी कि एक बार वो अच्छे से पैसे कमा लेंगी तो फिर ही इस बारे में पति को बताएंगी।

पहले दिल्ली, नोएडा और गुड़गांव में इस तरह से ठगी का शिकार बनी महिलाओं के बारे में जान लीजिए जो ऐसे ही घर बैठ गंवा चुकी हैं लाखों रुपये। गुड़गांव की रहने वाली करीब तीस साल की एक हाउस वाइफ के पास दिसंबर महीने में एक मेल आया। ये वेबसाइट मेल के जरिए लगातार महिला से कांटेक्ट करती रही। मेल में फिल्म देखकर पैसे कमाने का ऑफर दिया गया। गुरुग्राम इस गृहणी को ये ऑफर काफी अट्रेक्टिव लगा।

पैसा डबल करने की दी गई थी ऑफर

इसके बाद इन्हें एक मैसेज ग्रुप में जोड़ा गया और फिर उन्हें टास्क बताए गए। सबसे पहले महिला को कुछ पैसे देने के लिए बोला गया जो कि लाखों में थे। महिला ने अपने अकाउंट से पैसे ट्रांसफर कर दिए। इसके बाद उन्होंने कई फिल्मों की रेटिंग की। इनसे और पैसे मांगे गए, ये कहा गया कि वो जितना पैसा जमा करेंगी उसका डबल उन्हें मिलेगा। इस तरह कुल 12 लाख इन्होंने इस फर्जी अकाउंट में जमा करवा दिए, लेकिन कोई भी पैसा वापस नहीं मिला और अब आखिरकार महिला ने रिपोर्ट दर्ज करवाई है।

CM धामी ने FM से सौंग बांध पेयजल परियोजना में मांगे 1774 करोड़

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

नयी दिल्ली , 5 अप्रैल , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केन्द्रीय वित्त मंत्री श्रीमती निर्मला सीतारमण से शिष्टाचार भेंट की। भेंट के दौरान मुख्यमंत्री ने केंद्रीय वित्त मंत्री से सौंग बांध पेयजल परियोजना हेतु 1774 करोड़ की धनराशि का वित्तपोषण भारत सरकार के पूंजीगत व्यय हेतु विशेष सहायता के अन्तर्गत कराने का अनुरोध किया। उन्होंने कहा कि इस परियोजना से देहरादून की पेयजल समस्या का समाधान हो जाएगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि देहरादून नगर एवं इसके उपनगरीय क्षेत्रों में पेयजल की व्यवस्था मुख्य रूप से नलकूप के द्वारा की जा रही है, जिसके फलस्वरूप भूजल स्तर में लगातार गिरावट हो रही है। देहरादून की बढ़ती हुई आबादी के कारण पेयजल की मांग निरन्तर तेजी से बढ़ती जा रही है, जिसके कारण वर्तमान पेयजल आपूर्ति व्यवस्था भविष्य की पेयजल मांग को पूर्ण करने में सक्षम नहीं होगी। इस समस्या के दृष्टिगत व भविष्य में सतत पेयजल की सुविधा प्रदान करने हेतु गंगा नदी की सहायक नदी सौग नदी पर सौंग बांध पेयजल परियोजना' प्रस्तावित है प्रस्तावित परियोजना की कुल लागत रू0 2021 करोड़ है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि परियोजना के निर्माण से 150 एम.एल.डी. पेयजल 'गुरुत्व' के माध्यम से देहरादून नगर व इसके उपनगरीय क्षेत्रों के लगभग 10 लाख आबादी को पेयजल उपलब्ध होगा। परियोजना के निर्माण उपरान्त पेयजल व्यवस्था की नलकूपों पर निर्भरता लगभग समाप्त हो जाएगी, जिससे भूजल दोहन में भारी कमी आएगी जिसके फलस्वरूप भू जल स्तर में बढ़ोतरी होगी ग्रीन हाउस गैसों के उत्सर्जन में कमी आयेगी एवं भविष्य में नए नलकूपों एवं उन पर होने वाले संचालन व रखरखाव संबंधी व्यय में भी भारी कमी आएगी। इसके अतिरिक्त परियोजना के निर्माण से झील का निर्माण होगा जो कि क्षेत्र में पर्यटन को बढावा देगा, जिससे रोजगार सृजन होगा एवं स्थानीय नागरिकों के आय में वृद्धि होगी। झील निर्माण से पर्यावरण को भी लाभ होगा। इस परियोजना का एक अन्य मुख्य लाभ बाद नियंत्रण है, परियोजना के निर्माण के फलस्वरूप

देहरादून जनपद के 10 ग्रामों की लगभग 15000 आबादी को सौंग नदी में प्रतिवर्ष आने वाली बाढ़ से सुरक्षा प्रदान होगी। परियोजना देहरादून नगर के जलापूर्ति हेतु अत्यन्त महत्वपूर्ण है परियोजना से सम्बन्धित सभी आवश्यक तकनीकी वन भूमि हस्तान्तरण स्टेज-1 एवं अन्य आवश्यक स्वीकृतियाँ संबंधित विभागों / मंत्रालयों प्राप्त की जा चुकी है। परियोजना से प्रभावित होने वाले कुटुम्बों के पुनर्वास एवं पुनर्व्यवस्थापन हेतु व्ययभार (रू. 247 करोड़) राज्य सरकार द्वारा वहन किया जायेगा।

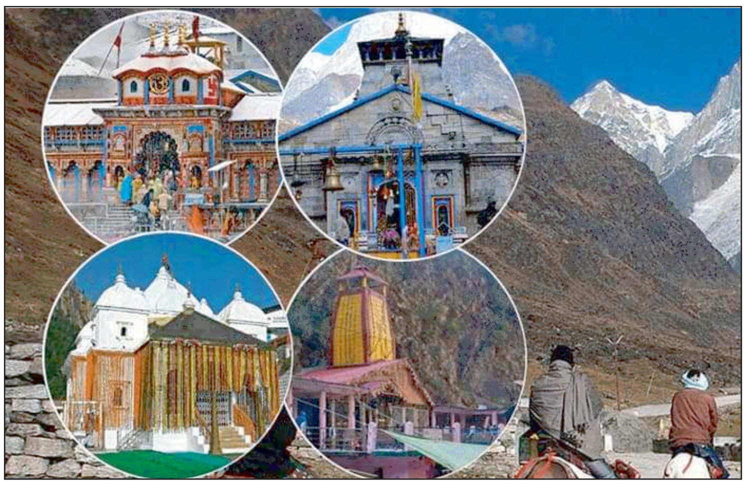
बद्रीनाथ धाम को बनाएंगे 'स्मार्ट स्प्रिचुअल हिल टाउन' : सतपाल महाराज

चारधाम यात्रा : जीएमवीएन की बुकिंग का आंकडा पहुंचा 7 करोड़ के पार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 5 अप्रैल , चारधाम यात्रा के लिए जिस प्रकार से यात्री लगातार बडी संख्या में अपना पंजीकरण करवा रहे हैं और गढ़वाल मंडल विकास निगम के गेस्ट हाउसों की बुकिंग का आंकडा रोज बढ़ता जा रहा है वह इस बात का प्रत्यक्ष प्रमाण है कि इस वर्ष की चारधाम यात्रा पिछले सभी रिकॉर्ड तोड़कर नये कीर्तिमान स्थापित करेगी। गत वर्ष की भांति इस बार भी सरकार चारधाम यात्रा की तैयारियों एवं व्यवस्थाओं को लेकर लगातार समीक्षा कर रही है।

प्रदेश के पर्यटन, लोक निर्माण, धर्मस्व एवं संस्कृति मंत्री सतपाल महाराज ने जानकारी देते हुए कहा कि चारधाम यात्रा के लिए जिस प्रकार से यात्री लगातार बडी संख्या में अपना पंजीकरण करवा रहे हैं और गढ़वाल मंडल विकास निगम के गेस्ट हाउसों की बुकिंग का आंकडा रोज बढ़ता जा रहा है वह इस बात का प्रत्यक्ष प्रमाण है कि इस वर्ष की चारधाम यात्रा पिछले सभी रिकॉर्ड तोड़कर नये कीर्तिमान स्थापित करेगी। उन्होने कहा कि 22 अप्रैल से शुरू होने जा रही है चारधाम यात्रा के तहत केदारनाथ-349944, बद्रीनाथ-291537, यमनोत्री-161149 और गंगोत्री धाम के लिए 166310 यात्री विभिन्न



माध्यमों से अपना पंजीकरण करवा चुके हैं। अभी तक कुल 968951 यात्री अपना पंजीकरण करवा चुके हैं। इतना ही नहीं 16 फरवरी 2023 से शुरू हुई जीएमवीएन गेस्ट हॉउसों की बुकिंग के तहत अभी तक कुल 74177667 (सात करोड़ इकतालीस लाख सतहतर हजार छह सौ सढ़सठ हजार) रुपये की बुकिंग की जा चुकी है।

पर्यटन मंत्री महाराज ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के दिशा निर्देशन और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में चारों धामों के विकास के लिए हम निरंतर प्रयत्नशील हैं। वर्ष 2013 में आई भीषण प्राकृतिक आपदा के बाद केन्द्र के सहयोग से जहां प्रदेश सरकार केदारनाथ धाम का पुनर्निर्माण करवा रही है वहीं दूसरी ओर बद्रीनाथ धाम को एक ₹स्मार्ट स्प्रिचुअल हिल टाउन₹ के रूप में विकसित किए जाने का सरकार चरणबद्ध रूप से कार्य कर रही है। चारधाम यात्रा और पर्यटन के विकास के लिए कनेक्टिविटी बहुत महत्वपूर्ण है।इसलिए हम देश के अन्य क्षेत्रों के साथ कनेक्टिविटी बेहतर बनाने पर तेजी से काम कर रहे हैं। हवाई सेवाओं का भी विस्तार किया जा रहा है। चारधाम ऑल वेदर रोड और ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल परियोजना पर काम जोरों पर चल रहा है। गोविंदघाट से हेमकुंड साहिब तथा सोनप्रयाग-केदारनाथ रोपवे परियोजना को विकसित करने की कार्यवाही भी प्रारंभ कर दी गई है। दोनों रोपवे परियोजनाओं को 3 वर्ष में पूर्ण किए जाने का लक्ष्य रखा गया है। हाल ही में प्रदेश सरकार ने खरसाली से यमुनोत्री तक 166 करोड़ से भी अधिक की धनराशि से बनने वाने रोपवे परियोजना को मंजूरी दी है।

महाराज ने कहा कि केदारनाथ धाम के कपाट 25 अप्रैल को तो बदरीनाथ के 27 अप्रैल को खुलेंगे जबकि परंपरा के अनुसार 22 अप्रैल को अक्षय तृतीया के दिन गंगोत्री व यमुनोत्री धाम के कपाट खुलेंगे। सरकार ने चारधाम सहित हेमकुंड यात्रा के लिए भी अपनी तैयारियां पूरी कर ली है। यात्री सुविधाओं को देखते हुए इस बार प्रत्येक पंजीकृत यात्री के लिए विशेष टोकन की व्यवस्था की गई है जो उन्हें प्रत्येक धामों के दर्शन कराने में सहायक होगी। उन्होंने चार धाम यात्रा पर आने वाले श्रद्धालुओं से अपील करते हुए कहा कि चार धाम यात्रा की विस्तृत सुविधाओं का लाभ लेने के लिए वह पंजीकरण अवश्य करवाएं। राज्य सरकार द्वारा प्रदेश में विभिन्न धार्मिक सर्किटों जिनमें शाक्त, शैव, वैष्णव, गोलज्यू, गुरुद्वारा, हनुमान, नाग देवता, स्वामी विवेकानंद, महासू देवता, नरसिंह देवता, और नवग्रह देवता सर्किट का निर्माण किया गया है। अपनी सुविधानुसार यात्री इन धार्मिक सर्किट के दर्शन कर पुण्य लाभ अर्जित कर सकता है।

पर्यटन ने कहा कि चारधाम यात्रा के लिए ऑनलाइन पंजीकरण की प्रक्रिया प्रारम्भ है। इसलिए चारधाम यात्रा पर आने वाले श्रद्धालु पर्यटन विभाग की वेबसाइट registrationandtouristcare.uk.gov.in या व्हाट्सअप नंबर 8394833833 याटोल फ्री नंबर 1364 के जरिये भी अपना रजिस्ट्रेशन करवा सकते हैं।

क्राइम अलर्ट : देश भर में चल रही है डॉक्टर बनाने की फैक्ट्री

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , अगर आप अपने बच्चे को डॉक्टर बनाने का प्लान बना रहे हैं तो पहले ये खबर पढ़ लीजिये क्योंकि सावधानी हटी दुर्घटना घटी .... जी हां हैरान मत होइए, खबर एक ऐसी फैक्ट्री से जुडी है जहां एमबीबीएस की डिग्री तैयार की जाती है। न छात्रों की पढ़ने की जरूरत होती है, न एग्जाम देने की और न ही कॉम्पिटीशन की चिंता। बस लाखों रुपये खर्च कीजिए और कारखाने में डिग्री तैयार। लाखों रुपये दीजिए और आप बन गए डॉक्टर। पूरे देश में पैसे देकर डॉक्टर बनाने का काम धड़ल्ले से चल रहा है और हैरानी की बात ये है कि पढ़े लिखे लोग इस फैक्ट्री में पैसे देने को तैयार भी हैं। पैसे देकर डॉक्टर बनने वालों की संख्या काफी ज्यादा है और इसका फायदा उठा रहे हैं इस फैक्ट्री को चलाने वाले।

लाखों रुपये लेकर डॉक्टर बनाने का दावा

दिल्ली, हरियाणा, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, राजस्थान, बिहार हर जगह फर्जी डिग्री तैयार करने का काम चल रहा है। दिल्ली में शिव शक्ति नाम के एक शख्स ने साइबर क्राइम डिपार्टमेंट में शिकायत दर्ज करवाई थी। शिवशक्ति ने बताया कि उनके बेटे को एमबीबीएस की डिग्री दिलाने के नाम पर उनसे 12 लाख रुपये ठग लिए गए हैं। 12 लाख रुपये में शिव शक्ति के बेटे को बैंगलोर मेडिकल कॉलेज में एडमिशन दिलाने का झांसा दिया गया था और शिव शक्ति इस झांसे में आ गए।

दिल्ली से लकी सिद्धू नाम का शख्स गिरफ्तार

पुलिस ने इस मामले में कार्रवाई करते हुए दिल्ली से लकी सिद्धू नाम के एक शख्स को गिरफ्तार किया है शिवशक्ति के अलावा इसने कई और लोगों के साथ ठगी की थी। इसके पास से 59 लाख रुपये बरामद किए गए हैं। कई सालों से ये इसी काम में लगा था। जो बच्चे नीट के एग्जाम पास नहीं कर पाते, ये उनके परिवार से कॉन्टेक्ट करता और फिर उन्हें अपने झांसे में लेता। न सिर्फ दिल्ली बल्कि दूसरे राज्यों के लोगों से भी ये ठगी कर चुका है। शिवशक्ति दसवीं पास है और पहले प्रॉपर्टी डीलर था। अब सोचिए ये शख्स बच्चों को डॉक्टर बनाने का सपना दिखा रहा था।

नोएडा से यशवंत चौबे भी चला रहा था MBBS फैक्ट्री

करीब 2 महीने पहले नोएडा से यशवंत चौबे नाम के शख्स को गिरफ्तार किया गया था। ये भी MBBS बनाने की फैक्ट्री चला रहा था। डॉक्टर बनाने के नाम पर लोगों से 35 लाख रुपये लेता था और फिर फरार हो जाता था। इसने अपने गैंग में कुछ लोगों को भी शामिल किया हुआ था। ये गैंग गुजरात, कानपुर और राजस्थान में लोगों को अपने झांसे में ले चुका था।

लखनऊ में भी चल रही थी डॉक्टर बनाने की फैक्ट्री

लखनऊ से भी जनवरी के महीने में एमबीबीएस के नाम पर ठगी का एक ऐसा ही मामला सामने आया था। दो छात्रों को हापुड़ के सरस्वती इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंस में एडमिशन दिलाने के नाम पर 60 लाख रुपये ठगे गए थे। परिवारवालों ने शिकायत दर्ज करवाई थी। इसपर कार्रवाई करते हुए पुलिस ने कानपुर और नोएडा में एक गैंग चला रहे करीब 7 लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया था।

कौन है इस बड़ी ठगी का दोषी ?

डॉक्टर बनाने के नाम पर ऐसी ठगी के मामले अक्सर सामने आते हैं। कभी एक शहर से तो कभी दूसरे से, लेकिन सवाल ये है कि कोई ऐसे लोगों को झांसे में आता ही क्यों है। एमबीबीएस जैसी डिग्री के लिए पैसे खर्च करने वाले भी कम दोषी नहीं हैं। कड़ी मेहनत करने के बाद छात्र नीट का एग्जाम पास कर पाते हैं, ऐसे में ये सोचना कि पैसे देकर डिग्री हासिल कर लेंगे बेहद गलत है।

खाद्य सुरक्षा को लेकर धामी सरकार सख्त, आयुक्त डॉ. आर. राजेश कुमार की ताबड़तोड़ कार्यवाही

मो.सलीम सैफी
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून,4 अप्रैल। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी आम जनता के स्वास्थ सुरक्षा को लेकर काफ़ी गंभीर है,उन्ही के विज़न के अनुरूप आयुक्त खाद्य सुरक्षा एवं औषधि प्रशासन डा. आर. राजेश कुमार के आदेश पर वृहद स्तर पर सैम्पलिंग और निरीक्षण कार्ययोजना के अन्तर्गत विशेष अभियान चलाया गया जिस के तहत गढ़वाल मण्डल खाद्य सरक्षा उपायुक्त ने जनपद टिहरी के तपोवन, मुनि की रेती, शीशमझाड़ी क्षेत्रों और ऋषिकेश के हीरा साल मार्ग, कोयल घाटी, हरिद्वार रोड एवं रेलवे रोड़ पर स्थित दूध, पनीर, तेल, आदि के आपूर्तिकर्ता व विक्रेताओं का औचक निरीक्षण करते हुए खाद्य सुरक्षा मानक अधिनियम 2006 के अन्तर्गत विधिक कार्यवाही की गई.

संयुक्त टीम मे सम्मिलित उपायुक्त खाद्य गढ़वाल आर० एस० रावत, उपायुक्त मुख्यालय सी०सी० कण्डवाल, टिहरी एम० ए० जोशी, सुरक्षा अधिकारी शारदा भी शामिल हुए, शिवपुरी के आसपास स्थित कैसा व रिसोर्ट के निरीक्षण में यह पाया कि उक्त प्रतिष्ठानों द्वारा निम्न गुणावत्ता के पनीर व मसाले प्रयोग में लाये जा रहे हैं. ऋषिकेश में कृष्णा डेयरी रेलवे रोड़ से खुले पनीर का व गोपाल डेयरी, हरिद्वार रोड, नजदीक कोयल हाटी से खुले पनीर व प्रकाश डंगरी से खुले पनीर के नमूने लिए गए, साथ ही 40 किलो मिलावटी पनीर को मौके पर नष्ट कराया गया.

मिलावटी उत्पादों की जांच हेतु प्रेषित किये गये। जाँच रिपोर्ट के आधार पर विधिक कार्यवाही अमल मे लाई जायेगी। F.D.A के तीन दिवसीय विशेष अभियान में अभी तक कुल 19 नमूने लिये गये जिसमे मिस ब्रान्डेड मसाले आदि उत्पाद सीज किये गए.

अगर आप भी खरीदने वाले हैं इलेक्ट्रिक कार तो जान लीजिये पहले ये बातें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

इसमें कोई शक नहीं कि पृथ्वी को बचाने के लिए मनुष्य को पेट्रोल-डीजल की खपत को कम करके ऊर्जा के कभी न खत्म होने वाले स्रोतों की तरफ मुड़ना होगा. और पिछले कुछ वर्षों में इसे शिद्दत से महसूस किया जा रहा है. 2-3 सालों में मनुष्य ने इस दिशा में काफी तेजी से कदम आगे बढ़ाए हैं. इलेक्ट्रिक गाड़ियां इसका बड़ा सबूत हैं. लगभग हर बड़ी ऑटो मेकर कंपनी इन दिनों अपने-अपने इलेक्ट्रिक व्हीकल्स पर काम कर रही है. कई कंपनियों ने अपने इलेक्ट्रिक वाहन बाजार में उतार भी दिए हैं. यूजर्स को सीधा-सीधा जीरो प्रदूषण के साथ-साथ इन्हें चलाने की लागत का लाभ नजर आता है. यहां तक कि कई इलेक्ट्रिक वाहनों पर टैक्स छूट भी दी जा रही है. इतना सब होने के बाद भी लोग अभी इलेक्ट्रिक कार की तरफ उतनी तेजी से नहीं बढ़े हैं, जितनी उम्मीद थी. इसके पीछे कई सारी समस्याएं समझ में आती हैं. तो चलिए जानते हैं वो कारण, जो लोगों के कदमों को बांधकर रखते हैं-

ऑटोमोबाइल कंपनियों का भी फोकस इलेक्ट्रिक वाहनों पर है. बावजूद इसके इलेक्ट्रिक वाहनों की बिक्री उम्मीद से कम है. अगर आप भी एक इलेक्ट्रिक कार खरीदने का प्लान बना रहे हैं तो ये 5 सवाल आपको परेशान कर सकते हैं. ये वे सवाल हैं जो कार खरीदने वाले हर शख्स के मन में उठते हैं.

कौन सी कार खरीदें ?

अगर आप 10 लाख रुपये तक इलेक्ट्रिक कार खरीदना चाहते हैं तो आपके पास 1 ही ऑप्शन है. टाटा टियागो ईवी. दूसरी ओर 10 लाख रुपये तक ढेर सारी पेट्रोल कार के ऑप्शन हैं. इसमें हैचबैक, सब-कॉम्पैक्ट सेडान, क्रॉसओवर और माइक्रो एसयूवी शामिल हैं. हालांकि, इससे ज्यादा कीमत में कार खरीदने वाले सीमित हैं. हालांकि, आने वाले समय में 10 लाख के अंदर भी इलेक्ट्रिक कार के कई ऑप्शन मिल सकते हैं.

कहां चार्ज होगा वाहन ?

एक इलेक्ट्रिक कार सिटी यूज के लिए अच्छी हो सकती है, लेकिन जो लोग कभी-कभी लंबी यात्रा पर जाते हैं उनके लिए इलेक्ट्रिक कार लेकर जाना एक समस्या भरा काम हो सकता है. क्योंकि अभी हाईवे पर चार्जिंग इंफ्रास्ट्रक्चर की प्रोपर व्यवस्था नहीं है. हां, अगर घर और ऑफिस तक आना-जाना है तो कोई दिक्कत की बात नहीं है.

क्यों खरीदें महंगी इलेक्ट्रिक कार ?

इलेक्ट्रिक कार अभी काफी महंगी हैं. अगर आप हर दिन लंबी गाड़ी नहीं चला रहे हैं, तो पेट्रोल-डीजल पर जो लागत बच सकती है, उसे वसूलने में कई साल लग जाएंगे. इलेक्ट्रिक कार तभी बेहतर हैं, जब आपकी डेली रनिंग ज्यादा हो. वरना आपको चुकाई गई ज्यादा कीमत वसूलने में कई साल लग जाएंगे. यह स्थिति पेट्रोल पर खर्च करने से ज्यादा महंगी पड़ सकती है.

कौन खरीदेगा पुरानी इलेक्ट्रिक कार ?

अभी तक कुछ पता नहीं है कि सेकेंड हैंड कार मार्केट में एक इलेक्ट्रिक कार की कितनी मांग होगी ? इसके अलावा एक और चिंता यह है कि क्या इलेक्ट्रिक कारों की रीसेल वैल्यू उतनी होगी, जितनी अभी आम पेट्रोल-डीजल कारों की होती है.

कब तक चलेगी कार की बैटरी ?

ज्यादातर कंपनियां बैटरी पर आठ साल की वारंटी दे रही हैं. इसमें भी कई तरह के नियम और शर्तें लागू हैं बैटरी की लागत कम हो रही है, यह अभी भी एक इलेक्ट्रिक कार का सबसे महंगा पार्ट है. इसे बदलने में काफी खर्च करना पड़ सकता है. बैटरी को ठीक करने या बदलने के लिए पैसा खर्च करना बजट के लिए एक बड़ा खतरा हो सकता है.

शहीद टीकम सिंह को नम आंखों से दी अंतिम विदाई

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून। अपराह्न ठीक साढ़े तीन बजे जैसे ही लद्दाख में शहीद हुए असिस्टेंट कमांडेंट टीकम सिंह नेगी का पार्थिव शरीर उनके घर राजावाला पौडवाला पहुंचा। वैसे ही पूरा माहौल गमगीन हो गया। मौके पर मौजूद लोगों के आंखों में आंसू छलक आये। शहीद के सम्मान में देशभक्ति के नारे गूंजने लगे। जब तक सूरज चांद रहेगा, टीकम तुम्हारा नाम रहेगा। शहीद को पुलिस व आईटीबीपी के जवानों ने सलामी दी। जिसके बाद शहीद के पार्थिव शरीर को अंतिम संस्कार के लिए रखा गया। जहां कैबिनेट मंत्री धनसिंह रावत, पूर्व मंत्री अरविंद पांडेय, विधायक सहदेव सिंह पुंडीर, एसएसपी देहरादून, एसपी देहात, आईटीबीपी के आईजी सहित अधिकारी और कर्मचारियों ने शहीद के शव पर पुष्प चक्र चढ़ाकर श्रद्धांजलि अर्पित की। अंतिम दर्शनों के बाद सवा चार बजे शहीद के पार्थिव शरीर को लोगों ने नम आंखों से विदाई दी। शहीदों की चिताओं पर हर बरस लगेंगे मेले, वतन पर मरने वालों का बाकी यही निशां होगा। लद्दाख में स्पेशल पेट्रोलिंग के दौरान शहीद हुए आईटीबीपी के असिस्टेंट कमांडेंट टीकम सिंह नेगी का शव जब उनके पैतृक आवास राजावाला पौडवाला पहुंचा तो हजारों लोग वहां शहीद के पार्थिव शरीर के इंतजार में खड़े थे। शव के पहुंचते ही माहौल गमगीन हो गया। मौजूद लोगों की आंखें छलग आयी। इस बीच शहीद की याद व सम्मान में पूरा माहौल नारों गुंजायमान हो उठा। इस बीच आईटीबीपी व सेना के जवानों शहीद को सलामी दी। सलामी के बाद शहीद के पार्थिव शरीर को दर्शन के लिए रखा गया। जहां सभी ने शहीद को श्रद्धासुमन अर्पित किये। मौजूद नेताओं, मंत्रियों, अधिकारियों सहित सभी ने शहीद के पार्थिव शरीर पर पुष्प चक्र अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। इसके बाद शहीद के पार्थिव शरीर को अंतिम संस्कार के लिए प्रेमनगर घाट के लिए अंतिम यात्रा निकली। करीब सवा चार बजे लोगों ने नम आंखों से शहीद टीकम सिंह नेगी के पार्थिव शरीर को अंतिम विदाई दी।

हेल्थ टिप्स : क्या आप भी है 'कॉफिया अरेबिका' पीने के शौकीन ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , चाय को छोड़ आज के समय में लोग कॉफी पर ज्यादा ध्यान दे रहे है और दिन-रात कॉफी के सेवन में लगे रहते है। कई लोग तो कॉफी के इतने शौकीन बन गए है कि उन्होंन एक दिन में कितनी बार ही कॉफी पीने के लिए दे दे। लेकिन क्या आपको पता है कि एक दिन में कितनी बार कॉफी पीनी चाहिए, नहीं तो चलिए न्यूज़ वायरस की रिसर्च टीम के इस आर्टिकल में हम आपको बताते है।

कॉफी के फायदे

कॉफी के अंतर्गत कफीन नामक एक मात्रिक तत्व होता है जो उसमें मौजूद होता है जो उसे कुछ स्वास्थ्य लाभ प्रदान करता है। कुछ कॉफी के फायदे आप यहाँ पढ़ लीजिये - जागरूकता बढ़ाने में मददगारः कॉफी में मौजूद कैफीन कार्यक्षमता को बढ़ाता है जो आपको जागरूक और सक्रिय रखता है।मनोदशा को बेहतर बनाने में मददगारः कॉफी के सेवन से दिमाग में डोपामाइन नामक एक उत्पादक हार्मोन उत्पन्न होता है जो आपकी मनोदशा को बेहतर बनाता है।डायबिटीज़ के रोगी के लिए लाभदायकः कुछ अध्ययनों के अनुसार, कॉफी में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट आपके शरीर के इंसुलिन का स्तर नियंत्रित करता है जो डायबिटीज़ के रोगियों के लिए बहुत लाभदायक होता है।कैंसर के खतरे को कम करता हैः कुछ अध्ययनों के अनुसार, कॉफी में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट और एंटी-इंफ्लेमेटरी कार्यक्षमता कैंसर के खतरे को कम करती है।

एक दिन में कितनी बार पीनी चाहिए कॉफी ?

कॉफी के सेवन की मात्रा व्यक्ति के शारीरिक और मानसिक स्थिति पर निर्भर करती है। यह व्यक्ति से व्यक्ति भिन्न होती है। अधिकतर विशेषज्ञों का मानना है कि एक स्वस्थ व्यक्ति दैनिक रूप से 3-4 कप कॉफी का सेवन कर सकता है।यदि आप नींद की समस्या से पीड़ित हैं, तो अधिक कॉफी नहीं पीना चाहिए और यदि आपको अतिरिक्त कॉफी से उत्तेजित होने की समस्या है तो आपको कॉफी की मात्रा कम करनी चाहिए। हालांकि, अगर आप बच्चे हैं, गर्भवती हैं, या किसी तरह की स्वास्थ्य समस्या है तो आपको कॉफी की मात्रा के बारे में अपने चिकित्सक से परामर्श लेना चाहिए।अत्यधिक कॉफी सेवन से अस्थमा, अग्निमांद्य, नींद न आने की समस्या, तनाव, अधिक धुंधला महसूस होने की समस्या आदि हो सकती है।कुछ लोग कॉफी के कैफीन के अतिरिक्त अन्य तत्वों से अलर्जी प्राप्त कर सकते हैं। कॉफी का अतिरिक्त सेवन मूत्र नलिकाओं को अतिरिक्त बार-बार उत्तेजित कर सकता है, जिससे पेशाब का उत्सर्जन अधिक हो सकता है और इससे अतिरिक्त पेशाब निकलने की समस्या हो सकती है।सामान्य रूप से, एक व्यक्ति एक दिन में कम से कम एक कप या दो कप कॉफी पी सकता है, लेकिन इसमें भी व्यक्तिगत अनुभव और स्वास्थ्य के अनुसार इसे बढ़ाया या कम किया जा सकता है। ज्यादातर लोग दोपहर तक दो कप से ज्यादा कॉफी नहीं पीते हैं।

बह सुबह उठेंगे तो तन और मन दोनों रहेंगे स्वस्थ

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

सुबह जल्दी उठना मनुष्य को स्वस्थ, धनी और बुद्धिमान बनाता है। स्वस्थ रहने के लिए सुबह जल्दी उठने की आदत डालें। यह दिमाग, शरीर और आत्मा को तरोताजा करने के साथ इम्यून सिस्टम को भी मजबूत करता है। सूर्योदय से पहले उठने से शरीर और दिमाग फ्रेश रहता है और कब्ज व अपच की समस्या भी नहीं होती।

सुबह जल्दी उठने से शरीर और मन दोनों ही स्वस्थ रहते हैं

सुबह जल्दी उठने से और भी अनेक फायदे हैं या फिर यह कहे कि अनगिनत फायदे हैं। सुबह उठने से हमारा शरीर स्वस्थ और फिट रहता है। सूरज निकलने से पहले उठना बॉडी, माइंड और स्पिरिट के लिए बहुत फायदेमंद होता है। इस वक्त उठने से माइंड और बॉडी में ब्लड सर्कुलेशन पॉजिटिव रहता है। जबकि सूरज निकलने के बाद उठना नेगेटिव ब्लड सर्कुलेशन का कारण बनता है। सूर्योदय से पहले उठने से शरीर और दिमाग फ्रेश रहता है और कब्ज व अपच की समस्या भी नहीं होती। फिर पूरा दिन आपका मूड फ्रेश रहता है। इससे आपकी पावर व कपैसिटी बढ़ती है, याददाश्त तेज होती है और नजर भी कमजोर नहीं होती। अगर आप जल्दी उठेंगे तो सोएंगे भी जल्दी ही, जो सेहत के लिए और बेहतर है।

सुबह जल्दी उठने के फायदे अन्य फ़ायदे

मानसिक स्वास्थ्य में सुधार करता है

दुनिया भर में किए गए शोध बताते हैं कि सुबह जल्दी जागना और रात को जल्दी सो जाना हमारे शरीर को पर्याप्त आराम दिलाने में मदद करता है। पर्याप्त नींद कम शारीरिक और मानसिक तनाव के लिए सीधे आनुपातिक है, अगर पर्याप्त नींद मिलती है तो हमारा शरीर खुद को फिर से जीवंत करता है।

आउटपुट बेहतर होगा

सुबह जल्दी उठने से शरीर का आलस खत्म होगा। आप काम जल्दी नपिटाकर ऑफसि पर जल्दी फोकस करेंगे। ऐसे में आपका आउटपुट अच्छा होगा।

प्रमोटेड कंटेंट

खुद के लिए वक्त

यूं तो सुबह जल्दी उठने के हजारों फायदे हैं, उनमें से एक फायदा है अपने लिए समय निकाल पाना। जब आप सुबह जल्दी उठते हैं तब आपके पास दिनचर्या शुरू होने से पहले कुछ घंटे होते हैं। इन घंटों को आप खुद को दे सकते हैं।

रात में अच्छी नींद आती है

सुबह जल्दी उठने से आपको रात में अच्छी नींद आती है। इससे आप पर्याप्त नींद लेते हैं। पूरी नींद लेने से मोटापा समेत अन्य बीमारियां नहीं होती है। अच्छी नींद लेने से आपकी त्वचा प्राकृतिक रूपे से ग्लो करता है।

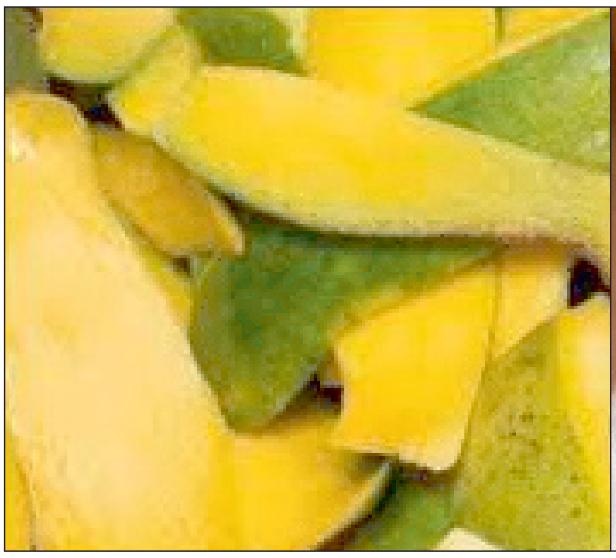
डाइट हेल्दी रहेगी

जल्दी उठेंगे तो दनि में क्या खाना है, इसका प्लान बना सकेंगे। साथ ही ब्रेकफास्ट करने का समय भी होगा। वैसे भी नाश्ते से जो एनर्जी मलिती है, दनि भर की एक्टविटिीज उसी पर नर्भिर रहती हैं।

आम के छिलके की चाय पीने के 5 फायदे

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , क्या आप जानते हैं, सिर्फ आम का फल ही नहीं, बल्कि इसके छिलके भी कई तरह से सेहत के लिए लाभकारी होते हैं। इनमें भी कई विटामिन, मिनरल्स और औषधीय गुण मौजूद होते हैं। यह डाइट्री फाइबर, एंटी-ऑक्सीडेंट, विटामिन्स, मैग्नीशियम, पोटेशियम आदि से भरपूर होते हैं। जो संपूर्ण स्वास्थ्य की भलाई के लिए बहुत जरूरी हैं। लेकिन अक्सर लोग इस बात को लेकर काफी असमंजस में रहते हैं, कि सेहतमंद रहने के लिए आम के छिलकों को डाइट में शामिल कैसे करें। क्लीनिकल न्यूट्रिशनिस्ट और डायटीशियन गरिमा गोयल की मानें तो वैसे तो आम के छिलकों का सीधे तौर पर भी सेवन किया जा सकते है, लेकिन इसके स्वास्थ्य लाभ प्राप्त करने का सबसे आसान तरीका है इसकी चाय बनाकर पीना। आम के छिलके की चाय पीने से सेहत को कई लाभ मिल सकते हैं, इस लेख में हम इसके 5 फायदे बता रहे हैं।



ब्लड शुगर कंट्रोल कर सकती है

एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर आम के छिलके की चाय ब्लड शुगर कंट्रोल रखने में मदद कर सकती है। यह ऑक्सिडेटिव स्ट्रेस को कम करने और मेटाबॉलिज्म बढ़ाने और पाचन को दुरुस्त रखने में भी मदद कर सकती है।

वेट लॉस में मिल सकती है मदद

वजन घटाने वाले लोगों के लिए भी यह चाय एक अच्छा विकल्प है। दूध वाली चाय पीने से सेहत को कई नुकसान हो सकते हैं, साथ यह वजन भी बढ़ाती है। लेकिन आम के छिलके चाय पाचन दुरुस्त करती है और मेटाबॉलिज्म बढ़ाती है, जिससे अधिक कैलोरी बर्न करने में मदद मिलती है।

त्वचा के लिए लाभकारी है

यह चाय शरीर को डिटॉक्स करने, टॉक्सिन्स और हानिकारक कणों को नष्ट करने में मदद मिल सकती है। इस तरह यह त्वचा से जुड़ी कई समस्याओं से बचाव और उनसे छुटकारा दिलाने में मदद कर सकता है।

पाचन संबंधी समस्याओं से बचाए

अगर आप अक्सर ही पाचन संबंधी समस्याओं जैसे पेट में गैस ब्लोटिंग, कब्ज आदि से परेशान रहते हैं, तो इस आम के छिलके की चाय पानी से आपको इनसे बचाव और राहत पाने में मदद मिलेगी।

इम्यूनिटी बनाए मजबूत

अगर आप भी बहुत जल्दी बीमार पड़ जाते हैं और आए दिन सर्दी-खांसी, जुकाम, बुखार से परेशान रहते हैं, तो नियमित आम के छिलके की चाय पीने से आपको इनसे बचाव में मदद मिलेगी।

बनाने का तरीका -- एक टी पैन में डेढ़ कप पानी डालें, फिर इसमें ड्राइ 1-2 आम के छिलके, आधा चम्मच दालचीनी पाउडर, 2 लौंग और 1 हरी इलायची डालकर उबालें। जब पानी एक कप रह जाए, तो गैस बंद कर दें और इस चाय को छान लें। उसके बाद इसमें गुड़ या शहद मिलाकर सेवन करें।

लंबी क़ानूनी लड़ाई के बाद फिर से हॉफ बन गए राजीव भरतरी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क से भरतरी ने की ख़ास बातचीत पढ़िए क्या क्या बोले

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 5 अप्रैल : लंबी क़ानूनी लड़ाई जीतने के बाद प्रमुख वन संरक्षक(हॉफ)के पद पर फिर से लौटे राजीव भरतरी ने अपने इस अनुभव के साथ-साथ रिटायरमेंट के बाद की प्लानिंग के साथ और भी बहुत कुछ दिल खोल कर साझा किया न्यूज़ वायरस के संवाददाता सरवर कमाल के साथ।

प्रश्न- आपने न्यायिक लड़ाई लड़ी है इस दौरान किस तरह का अनुभव रहा?

उत्तर- क़ानून की समझ बढ़ी, क़ानूनी प्रक्रिया की समझ बढ़ी इसके साथ ये भी सीखा की किस तरह से सब्र के साथ क़ानूनी लड़ाई लड़ी जाती है.

प्रश्न- आपका रिटायरमेंट भी नज़दीक है, सेवा मुक्त होने के बाद क्या प्लानिंग है आपकी?

उत्तर- मै शोध और शिक्षण से जुड़ना चाहूंगा क्यूंकि मुझे हमेशा से शौक़ था पढ़ाने का, मुझे अभी यूनिवर्सिटी ऑफ़ मोंटाना, यूएसए से दिसंबर 2022 में पीएचडी अवॉर्ड हुई है, वो एक अधूरा प्रोजेक्ट है उसको मै आगे ले जाना चाहता हु और उसमे मैंने जो कुछ भी सीखा है वो मै बांटना चाहता हूं यंग रिसर्चस के साथ, स्टूडेंट्स के साथ और पब्लिकेशन्स के माध्यम से।

प्रश्न- हमारे पास युवा मुख्यमंत्री हैं पुष्कर सिंह धामी और उनकी सरकार है क्या कहना चाहेंगे उनके बारे में।

उत्तर- कोई अधिकारी सरकार पर कैसे टिपण्णी कर सकता है लेकिन राज्य के लिए काफी सारी ऐसी चीज़ें हैं जो बहुत अच्छी हो रही हैं और बहुत सारी चीज़ों में संरक्षण की दृष्टि से चुनौतियां भी हैं और उनके हल खोजने के लिए प्रयोग और एक अलग सोच, कुछ अलग हट के कोशिश करने की ज़रूरत है वो सब सुझाव दिए जाएंगे।

प्रश्न- इस न्यायिक लड़ाई से आपकी अब जो एक इमेज बनी है वो एक इंसाफ़ परस्त अफ़सर या इंसाफ़ परस्त इंसान की बनी है, किस तरह से देखते हैं इसको?

उत्तर- देखिये मै तो कहूंगा कि मैंने जीवन मे काफ़ी फ़ेयर तरीक़े से प्रशासन करने की चेष्टा की है और मै कभी भी छोटे से छोटे कर्मचारी या किसी भी वर्ग का व्यक्ति हो उनके साथ सदा एक सद् व्यवहार करना और ऐसे कई प्रकरण आये कि जहाँ पर कभी बुरा भी लगा या अपमानजनक भी लगा पर उसमे दूसरे के हित को देखते हुए एकदम से प्रतिक्रिया नहीं की तो काफ़ी सहनशीलता के साथ मैंने प्रशासन किया है.

प्रश्न- क्या रिटायरमेंट के बाद मानवता के लिए या फॉरेस्ट के लिए आगे भी जुड़े रहेंगे?

उत्तर- मै यहाँ पे जन्मा हूं, बड़ा हुआ हूं मेरा लगाव है यहाँ कि प्रकृति और वन्यजीवों से और मुझे इस बात की बड़ी ख़ुशी होती है की जिन-जिन गाँवों में मै गया वहां पर बैठक की होगी वहां पर आज भी वो ग्रामीण पर्यटन की मिसाल बने हुए है तो मेरा पर्यटन के क्षेत्र में ज़्यादा दख़ल रहा है समझ भी है और अनुभव भी और कॉर्बेट में जब मुझे सरकार ने मौक़ा दिया वहां पे एक बिलकुल नए आयाम पे बाघों के संरक्षण में पर्यटन में मेरे 10 साल वहां बीते हैं एक डॉयरेक्टर और डिप्टी डॉयरेक्टर के रूप में, ज़िंदगी में हम हमेशा सीखते रहते हैं और उसी से हमे आनंद आता है और मुझे नहीं महसूस होता कि मै 60 साल का हो गया हूं या रिटायर होने वाला हूं उसका एक कारण ये भी है कि जब पीएचडी में मै वहां यूनिवर्सिटी में था तो मेरे अधिकांश सहपाठी 22 साल से लेकर 35 साल तक के थे तो उनके बीच में 3 साल तक रहकर जैसे इंसान अपनी आयु का अनुभव खो देता है और उनसे सीखता भी उनसे है क्यूंकि वो एक नई पीढ़ी है उनका एक अलग तरीक़े का दृष्टिकोण और जानकारी होती है.

प्रश्न- मीडिया का आपको साथ और सहयोग मिला क्या कहना चाहेंगे इस पर?

उत्तर- मै दो चीज़े कहूंगा कि सदैव मैने अनुभव किया है कि यहाँ पर मीडिया काफ़ी जानकार है उनको बहुत कुछ पता रहता है और कई मायने में वो आगे आकर सरप्राइज़ देते हैं और दूसरा मै आभारी हूं कि एक बहुत ही धैर्यवान मीडिया रिपोर्टिंग का मुझे साथ मिला।

प्रश्न- क्या मैसेज देना चाहेंगे राज्य और जनता को?

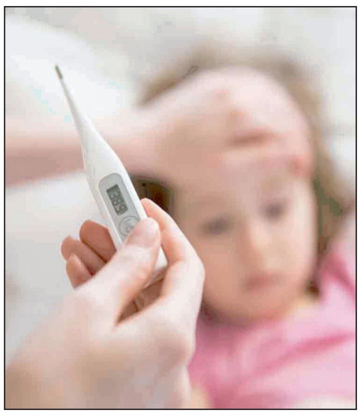
उत्तर- मिल कर के काम करने का मैसेज क्यूंकि सारी समस्याएं हमारी तभी होती हैं जब हम अलग-अलग टुकड़ों में बंट कर के बिखर जाते हैं तो उस से हमारी शक्ति कमज़ोर हो जाती है वो वन विभाग के लिए भी है, आई.एफ.ऐस. अधिकारियों के लिए भी और राज्य के लिए भी कि जितना हम एक जुट होकर सहयोग कर के काम कर पाएंगे उतनी सफ़लता की संभावना अधिक होगी।

मौसम की आँख मिचौली से बच्चे और बुजुर्ग हो रहे बीमार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 5 अप्रैल , दिल्ली से देहरादून तक मौसम की आँख मिचौली के बीच आम आदमी की सेहत पर बारिश धुप और हवाओं का विपरीत असर पड़ रहा है. जिला अस्पताल हो या प्राइवेट क्लीनिक , यहाँ मरीजों की संख्या में इजाफा दिखाई दे रहा है। सामान्य बिमारी में बुखार , सर्दी-बदन दर्द सहित उल्टी दस्त के मरीज भी सामने आ रहे हैं. सुबह होते जिला अस्पताल में पर्चा बनवाने के लिए मरीजों की लंबी लाइन लग जाती है. जिस भी डॉक्टर के पास देखो मरीजों की भीड़ लगी रहती है. ऐसे सर्द-गर्म मौसम के हिसाब से लोग अपने आप को ढाल नहीं पा रहे हैं, जिससे बुखार, उल्टी-दस्त, बदहजमी सहित कई तरह की शिकायतें शुरू हो गई है.

लगातार बदलता मौसम लोगों के लिए अब परेशानी का सबब बनने लगा है. ऐसे में तेज धूप के बाद अचानक बारिश और ओलों से मौसम सर्द हो जाता है. धूप में बाहर निकलने पर प्यास लगती है, ऐसे में ना चाहते हुए भी लोग ठंडे पानी का सेवन कर लेते हैं. बाहर निकलते वक्त भीड़-भाड़ वाले इलाकों में लोग अब पर्याप्त दूरी का भी ख्याल नहीं रखते. इस तरह के मौसम में लोगों के बीमार होने के कारण इंफेक्शन लगातार बढ़ती है और रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होती जाती है.



बदलते मौसम के कारण बढ़ रही मरीजों की संख्या

मार्च और अप्रैल के बीच का समय संक्रमण बीमारियों का होता है. ऐसे में बीते कुछ दिनों से लगातार मौसम में भी बदलाव देखा जा रहा है, जिसके बाद सर्दी, खांसी, जुकाम और बुखार के मरीज लगातार जिला अस्पताल में बढ़ रहे हैं. ऐसे में मरीजों को थोड़ा सा अपने ऊपर ध्यान देने की जरूरत है, वह घर पर ही रह कर और अपनी दिनचर्या में सुधार करके इन बीमारियों से बच सकते हैं.

डॉक्टर बताते हैं कि वायरल को बिल्कुल भी पैनिक होकर नहीं लेना है, ताकि आपकी मानसिक स्थिति सही रहे. घर से निकलते समय आपको कुछ चीजों का विशेष ध्यान रखना है. जैसे कि भीड़भाड़ वाले इलाकों में पर्याप्त दूरी बनाए रखनी है और अपने हाथों पर विशेष ध्यान देना है. क्योंकि यह संक्रमण हाथों के छूने से बहुत तेजी से फैलता है. समय-समय पर हाथों को साफ करते रहें और बाहर निकलते समय अपने चेहरे को किसी चीज से ढक लें, जिससे आप बाहर की धूल मिट्टी से बच सकें. साथ ही ठंडे पानी या किसी भी तरह के तले भुने व्यंजनों का प्रयोग ना करें. जितना हो सके मौसमी फलों जैसे कि ककड़ी-खीरा, तरबूज जैसे तरल फल खाएं. जरा सा संक्रमण महसूस होने पर डॉक्टर से सलाह मशवरा करके दवाओं का सेवन करें.

खूबसूरती की मिसाल बनी आंध्र प्रदेश की मुर्गी - जीता ब्यूटी कांटेस्ट

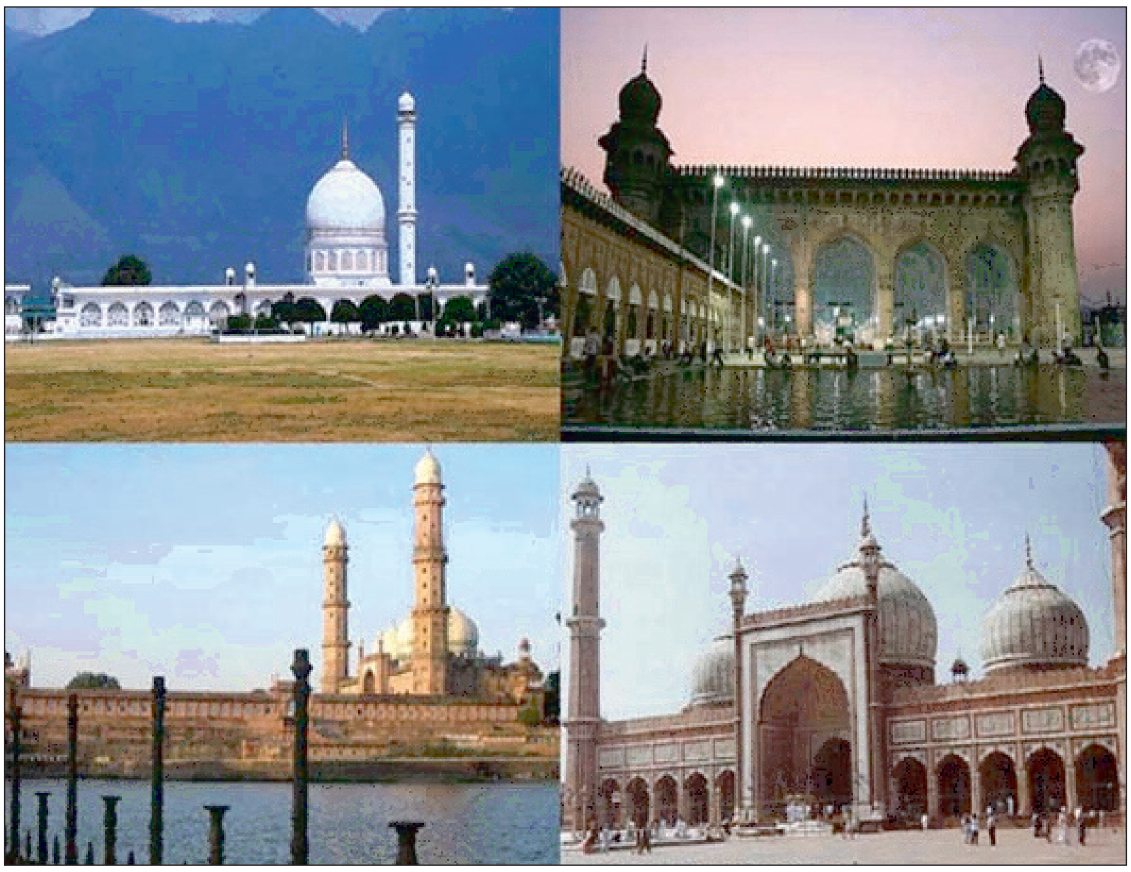
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , सौंदर्य प्रतियोगिता का आयोजन सिर्फ इंसानों के लिए ही नहीं होता है बल्कि पशु और पक्षियों में भी कई बार ऐसे आयोजन किए जाते हैं. अभी कुछ समय पहले ही एक मुर्गी को दुनिया की सबसे खूबसूरत मुर्गी का खिताब मिला है. इस खिताब के मिलने के बाद इस मुर्गी के बारे में लोग जानने को उत्सुक दिखे हैं. मुर्गी के मालिक ने इस मुर्गी की खूबियों के बारे में बताया और यह भी बताया कि कैसे इसे यहां तक पहुंचाया गया है.दरअसल, मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक यह मुर्गी आंध्र प्रदेश के प्रकाशम जिले की रहने वाली है. इस मुर्गी के मालिक का नाम सैयद बाशा है. जानकारी के मुताबिक जिस मुर्गी को अवार्ड मिला है उसे दुनिया की सबसे खूबसूरत मुर्गी बताया गया है. हालांकि मुर्गी ने राष्ट्रीय स्तर की इस प्रतियोगिता में चौथा स्थान प्राप्त किया है. अनंतपुर के धर्मावरम में यह प्रतियोगिता कुछ महीने पहले हुई थी जिसमें इस मुर्गी ने भाग लिया था. इस आयोजन में मुर्गी और उसके मालिक को पुरस्कार राशि और प्रशस्ति प्रमाणपत्र मिला था. हालांकि अवार्ड जीतने वाली मुर्गी के मालिक सैयद बाशा एक साथ कई मुर्गियों का पालन कर रहे हैं. उन्होंने बताया कि ऐसे आयोजनों में एंट्री के लिए काफी मशक्कत करनी पड़ती है. इसमें मुर्गियों को उनके आकार-प्रकार, उनके पंखों की चमक और उनके रंगों के आधार पर विनर बनाया जाता है.जिस मुर्गी को अवार्ड मिला है उसकी खूबसूरती देखने लायक है. मुर्गी की खूबियों के बारे में बात करते हुए उसके मालिक ने कहा कि यह बहुत ही शानदार मुर्गी है और इसकी समझ इंसानों के जैसी है. इसकी चोंच एकदम तोते जैसी है. ऐसी मुर्गियां अधिकतर तमिलनाडु और केरल में पाई जाती हैं.फिलहाल ये शख्स लंबे समय से इन मुर्गियों का पालन कर रहा है.

रमजान विशेष : भारत की ये हैं 5 सबसे खूबसूरत मस्जिदें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , रमजान का पाक महीना चल रहा है। इन दिनों में मुस्लिम समुदाय के लोग रोजा रखते हैं, वहीं पांच वक्त की नमाज अदा कर अल्लाह की इबादत करते हैं। रमजान के महीने के अंत में ईद का त्योहार मनाते हैं। इस त्योहार को धूमधाम से मनाते हैं। वहीं रमजान के महीने में लोग मस्जिदों में जाते है तो चलिए आज हम आपको भारत की सबसे खूबसूरत मस्जिद के बारे में बताते है।



दिल्ली का जामा मस्जिद

दिल्ली का जामा मस्जिद, भारत के दिल्ली शहर में स्थित है। इसे मुगल सम्राट शाहजहाँ द्वारा 1656 में बनवाया गया था। इस मस्जिद का नाम ₹जामा मस्जिद₹ है क्योंकि इसे पूरे शहर में नमाज पढ़ने वाले लोगों के लिए एक साथ जमा करने के लिए बनाया गया था।जामा मस्जिद दिल्ली का एक ऐतिहासिक मस्जिद है और यह भारत के सबसे बड़े मस्जिदों में से एक है। इस मस्जिद में कुछ ऐतिहासिक विशेषताएं शामिल हैं, जैसे कि उसकी बड़ी मिनारें, जो लगभग 70 मीटर की ऊंचाई पर हैं। मस्जिद के अंदर कई छत्र और दरवाजे होते हैं जो उसकी सुंदरता को बढ़ाते हैं। इस मस्जिद में कई लोग नमाज पढ़ने आते हैं और यह एक महत्वपूर्ण धार्मिक स्थल है।

भोपाल की ताज-उल-मस्जिद

भोपाल की ताज-उल-मस्जिद, भारत के मध्य प्रदेश राज्य के भोपाल शहर में स्थित है। इसे मुगल सम्राट शाहजहाँ की पत्नी मुमताज महल के नाम पर निर्मित किया गया था। इस मस्जिद का निर्माण 1868 में शुरू हुआ था और इसे 1901 में पूरा किया गया था। ताज-उल-मस्जिद भारत की सबसे बड़ी मस्जिदों में से एक है। इसका निर्माण पत्थर और सफेद मकानी से किया गया है। इसमें दो बड़े मिनार होते हैं, जो कि इसकी शान हैं। इस मस्जिद के अंदर कुछ शानदार नक्काशी की गई है, जिसमें चांद और सितारे के आकार वाले नक्काशी शामिल हैं। इसके अलावा, इस मस्जिद में कई छतरी और छतें होती हैं जो उसकी सुंदरता को बढ़ाती हैं।

ताज-उल-मस्जिद एक महत्वपूर्ण धार्मिक स्थल है और इसे देखने के लिए देश और विदेश से लाखों लोग भोपाल आते हैं। यह मस्जिद भोपाल के समृद्ध इतिहास और संस्कृति का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है।

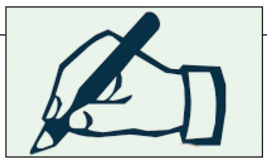
हैदराबाद का मक्का मस्जिद

हैदराबाद का मक्का मस्जिद भारत के तेलंगाना राज्य के हैदराबाद शहर में स्थित है। इसे निजाम मुस्लिम अंग्रेज खान ने बनवाया था और इसे 1694 में पूरा किया गया था। इस मस्जिद को मुगल शासक और निजाम दोनों के रूप में महत्वपूर्ण धार्मिक स्थल के रूप में माना जाता है।मक्का मस्जिद भारत की सबसे पुरानी मस्जिदों में से एक है और इसके निर्माण में गोलियों का शिल्प और इसकी बड़ी मिनारें शामिल हैं। इसका आकार भी बेहद विशाल है, जिसका मतलब है कि यह मस्जिद बहुत बड़ी है। इसके अंदर कुछ शानदार नक्काशी की गई है, जिसमें मकईदों के लिए विशेष जगहें हैं।हैदराबाद का मक्का मस्जिद एक महत्वपूर्ण धार्मिक स्थल है और इसे देखने के लिए देश और विदेश से लाखों लोग हैदराबाद आते हैं। यह मस्जिद हैदराबाद के समृद्ध इतिहास और संस्कृति का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है।

आगरा का जामा मस्जिद

आगरा का जामा मस्जिद भारत के उत्तर प्रदेश राज्य में स्थित है। यह भारत के सबसे अधिक दर्शनीय स्थलों में से एक है और यह मुगल शासक शाहजहाँ द्वारा बनवाया गया था। इसे जामा मस्जिद या जुम्मा मस्जिद भी कहा जाता है।जामा मस्जिद का निर्माण 1650 ईस्वी में पूरा हुआ था। इस मस्जिद के निर्माण में लाल पत्थर और सफेद मार्बल का उपयोग किया गया था। इस मस्जिद में तीन बड़ी मिनारें हैं, जो इसकी सुंदरता को और अधिक बढ़ाती हैं।जामा मस्जिद अपनी विशालता और भव्यता के कारण एक आकर्षण के रूप में जाना जाता है। इसके अंदर कुछ सुंदर मुगल नक्काशी की गई है, जो इसकी सजावट को और अधिक बढ़ाती हैं। इसके अलावा, इस मस्जिद के आसपास कई मुगल इमारतें हैं जो इसकी ऐतिहासिक महत्ता को दर्शाती हैं।

संपादकीय



पूर्वोत्तर का विकास

गृह मंत्री अमित शाह ने विश्वास दिलाया है कि पूर्वोत्तर के सभी राज्यों की राजधानियों को 2025 तक रेल, सड़क और वायु मार्ग से जोड़ दिया जायेगा. उन्होंने यह भी रेखांकित किया कि इस क्षेत्र में हाल के वर्षों में हिंसा की घटनाओं में उल्लेखनीय कमी आयी है तथा शांति एवं विकास का नया दौर चल रहा है. दशकों तक पूर्वोत्तर के राज्य हिंसा, उग्रवाद और अलगाववाद की चपेट में रहे थे. इस कारण विकास पर असर पड़ना स्वाभाविक था. लंबे समय तक क्षेत्रीय विकास को लेकर तथा पूर्वोत्तर को शेष भारत से जोड़ने के लिए सुविचारित योजनाओं का भी अभाव रहा. अब स्थिति में तीव्र गति से सुधार हुआ है. इसका एक संकेत हाल में संपन्न हुए तीन राज्यों की विधानसभाओं के चुनाव से मिलता है. कुछ मामूली घटनाओं को छोड़ दें, तो चुनावी प्रक्रिया बिना किसी व्यवधान के साथ पूरी हुई. वर्ष 2014 के आंकड़ों से तुलना करें, तो तब से अब तक हिंसक घटनाओं में 67 प्रतिशत, सुरक्षाकर्मियों की मृत्यु में 60 प्रतिशत तथा नागरिकों की मौत में 83 प्रतिशत की कमी आयी है. पूर्वोत्तर के बड़े हिस्से से विशेष सैन्य कानून को भी हटाया गया है. विद्रोही समूहों के आठ हजार से अधिक सदस्यों ने बीते नौ साल में आत्मसमर्पण भी किया है. अमित शाह ने फिर से आह्वान किया है कि विद्रोही हथियार छोड़ें और मुख्यधारा में शामिल होकर विकास के सहभागी बनें. इन उपलब्धियों से सरकार में क्षेत्र की जनता का भरोसा भी बढ़ा है. पूर्वोत्तर के विकास के लिए केंद्र सरकार की प्राथमिकता इस तथ्य से रेखांकित होती है कि राजधानियों को जोड़ने की परियोजनाओं का अनुमानित व्यय 1.76 लाख करोड़ रुपये है. हालिया वर्षों में सड़क निर्माण की गति दुगुनी हो चुकी है. इंफ्रास्ट्रक्चर के विस्तार से पूर्वोत्तर को भी राष्ट्रीय अर्थव्यवस्था में बढ़ोतरी का अधिक लाभ मिलने लगा है तथा वहां की संभावनाओं को साकार करने का भी आधार तैयार हो रहा है. प्रधानमंत्री विकास पहल के तहत सौ फीसदी केंद्रीय आवंटन से चलने वाली कई परियोजनाओं को शुरू किया गया है. ये कार्य निर्धारित अवधि में पूरे हो सकें, इसके लिए निगरानी की विशेष व्यवस्था भी की गयी है. इसीलिए यातायात इंफ्रास्ट्रक्चर के बड़े हिस्से के आगामी दो वर्षों में पूरा होने की उम्मीद की जा सकती है. सड़क, रेल और वायु मार्गों के विकास से आर्थिक गतिविधियों और निवेश में गति आने की आशा है. साथ ही, पूर्वोत्तर में पर्यटन के विस्तार की असीम संभावनाएं वास्तविकता बन सकती हैं. दक्षिण एशिया में बांग्लादेश और नेपाल के साथ पूर्वी एशिया के अनेक देशों से भी पूर्वोत्तर के रास्ते व्यापार बढ़ाने में मदद मिलेगी.

दैनिक न्यूज़ वायरस

संपादक : मौ.सलीम सैफी, कार्यकारी संपादक : आशीष कुमार तिवारी न्यूज़ वायरस नेटवर्क प्रा. लिमिटेड के लिए मुद्रक एवं प्रकाशक मौ.सलीम सैफी द्वारा विश्वनाथ प्रिंटर्स, अजबपुर कलां, देहरादून से प्रकाशित एवं न्यूज़ वायरस नेटवर्क प्रा. लिमिटेड, 48/3 बलबीर रोड, डालनवाला, देहरादून से मुद्रित। **फ़ोन :** 0135-4066790, 2672002 **RNI No. :** UT-THIN/2012/44094 **Cert. Ser. No. :** 31406 **E-mail :** dainiknewsvirus@gmail.com **Website :** www.newsvirusnetwork.com **YouTube :** TV News Virus
न्याय क्षेत्राधिकार : जनपद देहरादून (उत्तराखंड), भारत

भारतीय वास्तुकला परिषद (COA) के नए अध्यक्ष बने प्रोफेसर अभय पुरोहित, उपाध्यक्ष गजानंद राम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

नई दिल्ली,4 अप्रैल। वास्तुविद अधिनियम, 1972 के तहत वास्तुकला परिषद एक शीर्ष निकाय है, जिसे पूरे देश में वास्तुकला शिक्षा और व्यवसाय को विनियमित करने के लिए भारतीय संसद द्वारा स्थापित किया गया है।

परिषद में सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के वास्तुविद् प्रतिनिधि, वास्तुशिक्षा संस्थानों के प्रमुखों द्वारा निर्वाचित सदस्य और भारतीय वास्तुकला संस्थान, एआईसीटीई, भारतीय अभियंता संस्थान तथा भारतीय सर्वेक्षक संस्थान के प्रतिनिधि सदस्य हैं।अध्यक्ष और उपाध्यक्ष का चुनाव भारत सरकार के शिक्षा मंत्रालय द्वारा नियुक्त निर्वाचन अधिकारी मदनलाल सोनी ने सम्पन्न कराया।

इन चुनावों में प्रो. अभय पुरोहित, जो कि प्रिंसिपल और निर्देशक आइडियाज इंस्टीट्यूट ऑफ डिजाइन एजुकेशन एंड आर्किटेक्चर स्टडीज, नागपुर तथा वास्तुशिक्षा संस्थानों के प्रमुखों द्वारा चुने हुए सदस्य हैं, ने अध्यक्ष पद का चुनाव जीता और झारखंड राज्य के प्रतिनिधि वास्तुविद व नियोजक गजानंद राम ने उपाध्यक्ष पद का चुनाव जीता।प्रो. अभय पुरोहित वास्तुकला परिषद से पिछले 25 वर्षों से जुड़े हुए हैं और उन्होंने वास्तुकला शिक्षा और व्यवसायिक में सुधार से संबंधित विभिन्न समितियों में अपना योगदान दिया है। वे पिछले 6 वर्षों से परिषद के सदस्य हैं तथा वे आरटीएन नागपुर विश्वविद्यालय के बोर्ड ऑफ स्टडीज के अध्यक्ष भी हैं। उनके पास शिक्षण क्षेत्र का व्यापक अनुभव है।उनकी मुख्य प्राथमिकता वास्तुकला शिक्षा में सुधार लाना है तथा इसे अंतर्राष्ट्रीय स्तर का सक्षम बनाना है ताकि भारतीय वास्तुविद अपनी सेवाएं न केवल देश में बल्कि वैश्विक स्तर पर प्रदान कर सकें।

दून सिख सोसाइटी ने श्रीमहंत देवेन्द्र दास जी को सरोपा पहनाकर किया सम्मानित

सामाजिक कार्यों में सहयोग के लिए श्री महाराज जी का जताया आभार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 5 अप्रैल , दून सिख वेलफेयर सोसाइटी के प्रतिनिधिमण्डल ने श्री दरबार साहिब के सज्जादानशीन श्रीमहंत देवेन्द्र दास जी महाराज से भेंट की। प्रतिनिधिमण्डल सदस्यों ने श्री दरबार साहब में मत्था टेका व श्रीमहंत देवेन्द्र दास जी महाराज से आशीर्वाद प्राप्त किया। सोसाइटी के संस्थापक अध्यक्ष कृपाल सिंह चावला और वर्तमान अध्यक्ष जसबीर सिंह ने श्री महाराज जी को सरोपा भेंट कर सम्मानित किया। श्री महंत इन्दिरेश अस्पताल की ओर से लगाए जा रहे निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरों के आयोजन व सामाजिक कार्यों में अभूतपूर्व योगदान के लिए दून सिख वेलफेयर सोसाइटी ने श्रीमहंत देवेन्द्र दास जी महाराज का आभार जताया एवम् उनका अभिवादन किया।

श्री दरबार साहिब की परंपरा के अनुसार सोसाइटी सदस्यों का स्वागत किया गया। सोसाइटी के वर्तमान अध्यक्ष जसबीर सिंह ने कहा कि श्रीमंहत देवेन्द्र दास जी के सहयोग से जनसेवा के कार्यों में हमेशा ही सहयोग प्राप्त होता है। श्री महंत इन्दिरेश अस्पताल व दून सिख वेलफेयर सोसाइटी के सहयोग से निःशुल्क नेत्र व स्वास्थ्य शिविरों का आयोजन किया जाता है। इन शिविरों से गरीबों व जरूरतमंद परिवारों के मरीजों को बहुत लाभ मिलता है।

भविष्य में भी श्री महंत इन्दिरेश अस्पताल व दून सिख वेलफेयर सोसाइटी परस्पर सहयोग से इस प्रकार के शिविर आयोजित करता रहेगा। इस अवसर पर सोसाइटी के पूर्व अध्यक्ष सरदार गुरजीत सिंह, जी.एस. जस्सल, सोसाइटी के सचिव के.के.अरोड़ा, सोसाइटी के कोषाध्यक्ष त्रिलोचन सिंह आदि भी प्रतिनिधिमण्डल में शामिल रहे।

Drone Policy : उत्तराखंड के सरकारी कॉलेजों में बनेंगे ड्रोन स्कूल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 5 अप्रैल , अगर आप ड्रोन उड़ाने की सोच रहे हैं तो अब ये आपके लिए दोहरी ख़ुशी की खबर है क्योंकि धामी सरकार में जल्द ड्रोन पालिसी सामने आने वाली है जिसके बाद बड़ी संख्या में युवाओं को रोजगार भी मिलेगा। आपको बता दें कि आज ड्रोन आमदनी के साथ साथ बेहतर भविष्य बनाने का माध्यम बन चुका है।

ड्रोन सेल बनेगी, दो आईटीआई सीओएस

ड्रोन के प्रोत्साहन को राज्य में आईटीडीए के अधीन स्टेट ड्रोन कॉर्डिनेशन सेल (एसडीसीसी) गठित की जाएगी। वहीं, आईटीआई कालसी और आईटीआई काशीपुर को निजी सहभागिता से ड्रोन के सेंटर ऑफ एक्सीलेंस के तौर पर चुना गया है। यहां डीजीसीए ने रिमोट पायलट ट्रेनिंग ऑर्गेनाइजेशन (आरपीटीओ) बनाने की अनुमति दे दी है।

सरकारी कॉलेजों में बनेंगे ड्रोन स्कूल

मैकेंजी ग्लोबल के इस प्रस्ताव के तहत निजी संस्थानों को ड्रोन संबंधी कोर्स और प्रशिक्षण कोर्स चलाने को प्रोत्साहित किया जाएगा। सरकारी कॉलेजों और नैक से प्रमाणित निजी विश्वविद्यालयों में ड्रोन स्कूल स्थापित किए जाएंगे।

ड्रोन पॉलिसी का ड्राफ्ट जारी, 10 तक दें सुझाव

सूचना प्रौद्योगिकी विकास एजेंसी, आईटीडीए ने ड्रोन पॉलिसी का ड्राफ्ट वेबसाइट पर जारी कर दिया है। इस पर जनता, हितधारकों से सुझाव मांगे गए हैं। आईटीडीए की निदेशक नितिका खंडेलवाल ने बताया, इस पॉलिसी पर जनसुझाव लेने के बाद अंतिम रूप दिया जाएगा। इसके बाद इसे कैबिनेट में रखा जाएगा। सुझाव देने के लिए आईटीडीए की वेबसाइट पर पहले ड्राफ्ट को पढ़ लें। इस पर दिए गए ई-मेल पते पर अपने सुझाव भेज दें।

IPL चीयरलीडर्स की सैलरी सुन उड़ जायेंगे होश !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 5 अप्रैल , दर्शकों से भरा मैदान , जोश और शोर के बीच दुनियाभर की नज़र रोमांच पर , लेकिन इसी रोमांच में ग्लैमर का तड़का लगाती परियां ... आकर्षक अंदाज , मनमोहक अदाएं और शानदार परफॉर्मेंस .. वो जिनकी झलक देखकर दर्शकों का शोर दोगुना हो जाता है उन्हें ही चीयरलीडर्स कहते हैं। अलग-अलग देशों की चीयरलीडर्स अलग-अलग टीमों को चीयर करने आती हैं। इसके एवज में उन्हें मोटी कमाई भी होती है। पैकेज और सैलरी के अलावा भी ऐसे कई सोर्स हैं, जिनसे उनकी इनकम होती है। आइये बताते हैं -

चीयरलीडर्स कैसे करती है एक्स्ट्रा कमाई

इंडियन प्रीमियर लीग रोमांच से भरपूर यह एक्शन क्रिकेट डांस और म्यूजिक का कॉकटेल भी है। हर चौके-छक्के पर डांस करती चीयरलीडर्स टूर्नामेंट में ग्लैमर का तड़का लगता हैं, लेकिन क्या आप जानते हैं ये चीयरलीडर्स आती कहां से हैं? उनकी सैलरी कितनी होती है? एक सीजन से इनकी कमाई कितनी होती हैं? एक मैच के कितने पैसे मिलते हैं?

चीयरलीडर्स की सैलरी कितनी होती है

आपको जानकर हैरानी होगी कि पहले चीयरलीडिंग का काम पुरुष किया करते थे, हालांकि 1940 के बाद द्वितीय विश्व युद्ध के दौरान जब मर्दों को वॉर पर जाना पड़ा तब मजबूरन महिलाओं से ये काम करवाया जाने लगा। अमूमन हम भारतीय सोचते हैं कि भारत आकर इंटरटेनमेंट इंडस्ट्री में काम करने वाली सारी लड़कियां रशियन ही होती होंगी, लेकिन चीयरलीडर्स के मामले में ऐसा नहीं है। यूरोप के छोटे-बड़े शहरों से वो एजेंसी के माध्यम से आईपीएल तक पहुंचती हैं। ये चीयरलीडर्स मोटे पैकेज पर परफॉर्म करती हैं, उनका कॉन्ट्रैक्ट अधिकतम 20 हजार डॉलर तक हो सकता है। भारतीय करेंसी के हिसाब से लगभग 17 लाख रुपये।

पैकेज के अलावा पार्टी परफॉर्मेंस बोनस, एलिमिनेटर बोनस अलग होता है। अगर चीयरलीडर्स की टीम क्वालिफायर या फाइनल तक पहुंची है तो उस मैच का बोनस अलग मिलता है। मैच के बाद या उससे पहले शाम की पार्टियों में जाने पर उनकी एक्स्ट्रा कमाई हो जाती है। हालांकि इन चीयरलीडर्स का मानना है कि वो जितनी मेहनत करतीं हैं, उस हिसाब से सैलरी नहीं मिलती।सैलरी के अलावा आईपीएल चीयरलीडर्स को हर मैच की मुफ्त टिकट मिलती है।

खाना, रहना और स्टेडियम में फ्री पार्किंग मिलती है। यहां उम्र, अनुभव, सुंदरता और फिगर भी आपकी फीस को कम-ज्यादा कर सकता है।