

मंत्री रेखा आर्या ने खाद्य विभाग के अधिकारियों के साथ बैठक कर दिए दिशा-निर्देश



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 17 मई : अपने यमुना कॉलोनी स्थित शासकीय आवास पर खाद्य मंत्री रेखा आर्या ने खाद्य विभाग के अधिकारियों के साथ विभाग की महत्वपूर्ण विषयों के संबंध में समीक्षा बैठक की।

बैठक में खाद्य विभाग द्वारा संचालित योजनाओं की समीक्षा की गई, साथ ही आगामी प्रस्तावित योजनाओं पर भी चर्चा की गई। खाद्य मंत्री रेखा आर्या ने बताया कि बैठक में राशनकार्ड धारकों को 50 प्रतिशत सब्सिडी पर नमक और चीनी दिए जाने का जो निर्णय लिया गया है उसकी प्रगति रिपोर्ट के बारे में जाना, साथ ही अधिकारियों को यह स्पष्ट दिशा निर्देश दिए कि आगामी कैबिनेट बैठक में प्रस्ताव बनाकर इसकी संपूर्ण तैयारी कर ली जाए।

बताते चले कि पूर्व में हुई बैठक में अन्तोदय

और पीएचएच कार्ड धारकों को प्रतिमाह प्रति कार्ड 50 प्रतिशत सब्सिडी के साथ 2 किलो चीनी और 1 किलो नमक दिए जाने, राशन डीलरों को प्रतिकार्ड एक प्रतिशत का लाभांश दिए जाने व मुफ्त तीन गैस रिफिल सिलेंडर विषय पर चर्चा हुई। खाद्य मंत्री ने कहा कि पूर्व के बजट में हम लोगों ने कुछ चीजों का प्रावधान किया था जिसमें नमक व चीनी शामिल थी तो आखिरकार उसको लेकर विभाग ने क्या तैयारी करी है और प्रस्ताव कहां तक पहुंचा है इस बारे में समीक्षा बैठक की गई है। साथ ही कहा कि विभाग को नमक और चीनी का प्रस्ताव बनाने के निर्देश दिए गए हैं जिसे की जल्द ही कैबिनेट बैठक में लाया जाएगा इसके तहत अन्तोदय और पीएचएच राशनकार्ड धारकों को प्रतिमाह 2 किलो चीनी और एक किलो नमक 50 प्रतिशत सब्सिडी पर दी जाएगी।

देवभूमि उत्तराखंड विवि में युवाओं को मिला तकनीकी सोच विकसित करने का मंच

देहरादून। आधुनिक युग में सपनों की उड़ान में अगर बेहतर तकनीक के पंख लगे हों तो कामयाबी जरूर मिलेगी, लेकिन इसके लिए छात्रों में तकनीकी सोच विकसित करनी होगी। ये बात तकनीकी शिक्षा मंत्री सुबोध उनियाल ने मंगलवार को मांडूवाला स्थित देवभूमि उत्तराखंड विवि के टेक्नो फेस्ट नवधारा के दौरान कही। उन्होंने कहा कि ऐसे आयोजन युवाओं को तकनीकी सोच विकसित करने का नया मंच देते हैं। जहां तक शिक्षा की बात है तो धीरे-धीरे शिक्षा में तकनीक का समावेश बढ़ता जा रहा है। कार्यक्रम में यूकोस्ट के महानिदेशक डॉ. दुर्गेश पंत ने नवधारा स्मारिका का विमोचन किया। साथ ही छात्रों के तकनीकी हुनर की प्रशंसा की और कहा कि देवभूमि उत्तराखंड यूनिवर्सिटी का नवधारा मंच छात्रों को आगे बढ़ने की प्रेरणा देगा। स्थानीय विधायक सहदेव सिंह पुंडीर ने छात्रों द्वारा तैयार वर्किंग मॉडल्स को देखा और उनकी प्रशंसा की साथ ही देवभूमि उत्तराखंड यूनिवर्सिटी के प्रयास को छात्रों के लिए काफी उपयोगी बताया। इस दौरान लगभग 50 टीमों ने हिस्सा लिया और अपने हुनर को प्रदर्शित किया। इस दौरान वैज्ञानिक सुशील कुमार, शोध विशेषज्ञ डॉ. नवनीत कुमार, आईआईटी रुड़की के प्रोफेसर डॉ. इंद्रदीप सिंह, प्रोडक्शन हेड राकेश कुमार, सीनियर आर्किटेक्ट डॉ. रवि तोमर ने निर्णायक के रूप में तीन विजेता घोषित किए। अंत में विजेताओं को पुरस्कार के रूप में तीन लाख रुपये तक की धनराशि दी गई। इस दौरान कुलाधिपति संजय बंसल, उपकुलाधिपति अमन बंसल, कुलपति डॉ. प्रीति कोठियाल, उपकुलपति डॉ. आरके त्रिपाठी, वरिष्ठ सलाहकार डॉ. एके जायसवाल, रजिस्ट्रार डॉ. पंकज राणा, डीन ऑफ एकेडेमिक्स अफेयर्स डॉ. संदीप शर्मा, डीन छात्र कल्याण प्रकोष्ठ प्रो. दिग्विजय सिंह सहित कई लोग मौजूद रहे।

रिजर्व बैंक देहरादून ने महिलाओं को वित्तीय प्रबंधन की जानकारी दी

विकासनगर। हरबर्टपुर के फतेहपुर गांव में भारतीय रिजर्व बैंक देहरादून द्वारा मंगलवार को स्वयं सहायता समूह की महिलाओं के साथ वित्तीय साक्षरता के अंतर्गत सेमिनार का आयोजन किया गया। जिसमें महिलाओं को वित्तीय प्रबंधन की महत्वपूर्ण जानकारी दी गई। कार्यक्रम में पहुंची भारतीय रिजर्व बैंक की सहायक महाप्रबंधक मीनाक्षी वर्मा ने महिलाओं को समूह की आजीविका संवर्धन के मार्गदर्शन कर वित्तीय प्रबंधन की महत्वपूर्ण जानकारी दी। बताया महिलाओं के लिए सरकार द्वारा कई महत्वपूर्ण योजनाएं चलाई जा रही हैं।

जिसका लाभ लेकर महिलाएं आत्मनिर्भर बन सकती हैं। बताया कि अपने लिए रोजगार स्वयंम उत्पन्न कर सकती हैं। पंजाब नेशनल बैंक एफएलसी कृष्ण गोपाल सिंह राठौर ने सामाजिक सुरक्षा योजना, बीमा योजना, अटल पेंशन योजना, आदि की जानकारी देकर महिलाओं को इसके महत्व के बारे में बताया। महिला जागृति समूह की अध्यक्ष श्यामा चौहान ने स्वयं सहायता समूह बनाने और महिलाओं के समूह बनाकर किस तरह अपनी आजीविका स्वयंम करती हैं। अपने समूह की प्रगति से भारतीय रिजर्व बैंक की अधिकारियों को अवगत कराया। इस दौरान सुमित्रा, लक्ष्मी, बीना, अंकिता, सीमा, शिवानी आदि मौजूद रही।

3 दिवस में खुल जायेंगे हेमकुंड साहिब के कपाट, तेजी से हो रहा है बर्फ हटाने काम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 17 मई ; हेमकुंड साहिब की तीर्थयात्रा को शुरू होने में अब सिर्फ चार दिन का समय शेष रह गया है। इसे देखते हुए आस्था पथ से लेकर हेमकुंड साहिब तक बर्फ हटाने का काम तेजी से हो रहा है। हेमकुंड साहिब परिसर में स्नो कटर मशीन से बर्फ हटाई जा रही है। हेमकुंड साहिब मैनेजमेंट ट्रस्ट के अध्यक्ष नरेंद्रजीत सिंह बिंद्रा ने बताया कि फिलहाल हेमकुंड साहिब में धूप खिली है। मार्ग को बर्फ काटकर और चौड़ा किया जा रहा है। 17 मई को ऋषिकेश से श्रद्धालुओं का पहला जत्था पंच प्यारों की अगुवाई में हेमकुंड साहिब के लिए रवाना होगा। इस दौरान राज्यपाल गुरमीत सिंह, मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी व संत मौजूद रहेंगे।



खुशबूदार साबुन भी करता है मच्छरों को आकर्षित, नई रिसर्च ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : साल वह समय एक बार फिर आ गया है जब मच्छरों की आबादी बढ़ जाती है और वे काफी एक्टिव हो जाते हैं। ऐसे समय में जरूरी है कि हम खुद को मच्छरों से बचाएं, ताकि हम मलेरिया, डेंगू, जिका और वेस्ट नाइल वायरस जैसी घातक बीमारियों से बच सकें। उमस और गर्मी का पारा चढ़ने ने मच्छरों की तादाद भी बढ़ने लगती है। ऐसा इसलिए क्योंकि यह समय मच्छरों की ब्रीडिंग के लिए बेस्ट होता है। इसलिए जरूरी है कि इस बारे में अपनी जानकारी बढ़ाएं और इस मौसम में हम बीमार पड़ने के रिस्क को कम करें। वर्जीनिया पॉलिटेक्निक इंस्टीट्यूट और स्टेट यूनिवर्सिटी के शोधकर्ताओं द्वारा किए गए एक नए अध्ययन में बताया कि अगर आपको मच्छर ज्यादा काटते हैं, तो इसके पीछे आपके द्वारा इस्तेमाल किया जा रहा साबुन भी जिम्मेदार हो सकता है। शोध में इस फैक्ट को साबित भी किया गया।

लोगों द्वारा उपयोग किए जा रहे अलग-अलग खुशबू वाले साबुन को स्टडी किया

गया, जिनकी ओर मच्छर आकर्षित होते हैं। इस शोध के नतीजे जर्नल iScience में प्रकाशित किए गए। इस रिसर्च के वैज्ञानिकों के अनुसार, मच्छर साबुन की ओर आकर्षित हो सकते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि वे जब खून नहीं पी रहे होते, तो वे पौधे के रस के साथ चीउनी का सेवन पूरा करते हैं। ऐसे में वे खुशबू वाले साबुन की ओर भी आकर्षित हो जाते हैं। शोध में भी देखा गया कि मच्छर उन लोगों की ओर ज्यादा आकर्षित हो रहे हैं, जो खुशबूदार साबुन से नहाते हैं। मच्छरों से कैसे बचा जा सकता है? मच्छरों को अपनी ओर कम आकर्षित करने के लिए पीच ने कुछ सुझाव दिए। जिसमें उन्होंने कहा कि सबसे अच्छा है कि आप मॉस्कोटो रिपेलेंट का इस्तेमाल करें, इसके अलावा गहरे रंग के कपड़े पहनने से बचें, हल्के रंग का ज्यादा से ज्यादा उपयोग करें। कई शोध में पता चला है कि नारियल युक्त केमिकल खून पीने वाले कीड़ों के लिए अच्छे रिपेलेंट साबित होते हैं। इसलिए अगर आपको ज्यादा ही मच्छर काटते हैं, तो आपको इनका उपयोग जरूर करना चाहिए।



गर्मी से राहत पाने के लिए ट्राई करें आईस टी, दिनभर बने रहेंगे कूल ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : सुहाने मौसम के साथ शुरू हुआ मई का महीना अब आग बरसाने लगा है। बीते कुछ दिनों से लगातार बढ़ते पारे की वजह से लोगों का हाल बेहाल हो गया है। चिलचिलाती धूप और तेज गर्मी ने लोगों का जीना मुहाल कर दिया है। ऐसे में गर्मी की वजह से लोगों को अक्सर थकान महसूस होने लगती है। अगर आपका हाल भी गर्मी की वजह से बेहाल हो चुका है, तो आज हम आपको बताएंगे कुछ ऐसी आईस टी के बारे में, जिन्हें पीने से न सिर्फ आपको गर्मी से राहत मिलेगी, बल्कि आप रीफ्रेशिंग भी फील करेंगे।

पाइनएप्पल आइस टीगर्मियों के मौसम में अगर आप खुद को ऊर्जावान बनाए रखना चाहते हैं, तो पाइनएप्पल आइस टी एक बढ़िया विकल्प होगी। इसे बनाना बेहद आसान है। घर पर ही इसे तैयार करने के लिए आपको पाइनएप्पल जूस को ब्लैंड करने के बाद इसमें बर्फ के टुकड़े और स्वादानुसार नमक डालें।

इसके बाद इसमें ग्रीन मिलाकर और पुदीने के पत्ते से गार्निश कर सर्व करें। नींबू आइस टीनींबू और पुदीने की चाय बनाने के लिए पानी में ग्रीन टी, नींबू का रस और बर्फ के कुछ टुकड़े डालकर मिलाएं। आप इसमें पाइनएप्पल जूस या शहद भी मिला सकते हैं। अब इसमें पुदीने के पत्ते डालकर गार्निश करें और गर्मी में ठंडा-ठंडा सर्व करें। वाटरमेलन आइस टीगर्मियों के मौसम में मार्केट में काफी तरबूज मिलते हैं। आप इन तरबूजों का इस्तेमाल खाने के अलावा आइस टी बनाने के लिए भी कर सकते हैं। इसे बनाने के लिए तरबूज को ऑरेंज पल्प के साथ ब्लैंड करें और फिर ग्रीन टी बनाएं। अब इसमें पल्प मिक्स करें और सर्विस ग्लास में इस मिश्रण को डालकर इस में नींबू का रस, बर्फ के टुकड़े और पुदीने के पत्ते मिलाकर सर्व करें। मैंगो आइस टीफलों का राजा आम भी गर्मियों के मौसमी फलों में शामिल है। इस मौसम में कई किस्म के आम खाने को मिलते हैं। आम के शौकीन लोग इस



मौसम में बड़े चाव से खाना पसंद करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि आम

की आइस टी भी बनाई जाती है। अगर नहीं तो इस समर सीजन आप गर्मी से

राहत पाने के लिए मैंगो आइस टी ट्राई कर सकते हैं।

गंभीर समस्याओं का कारण बन सकता है हाइपरटेंशन, सावधान रहे ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

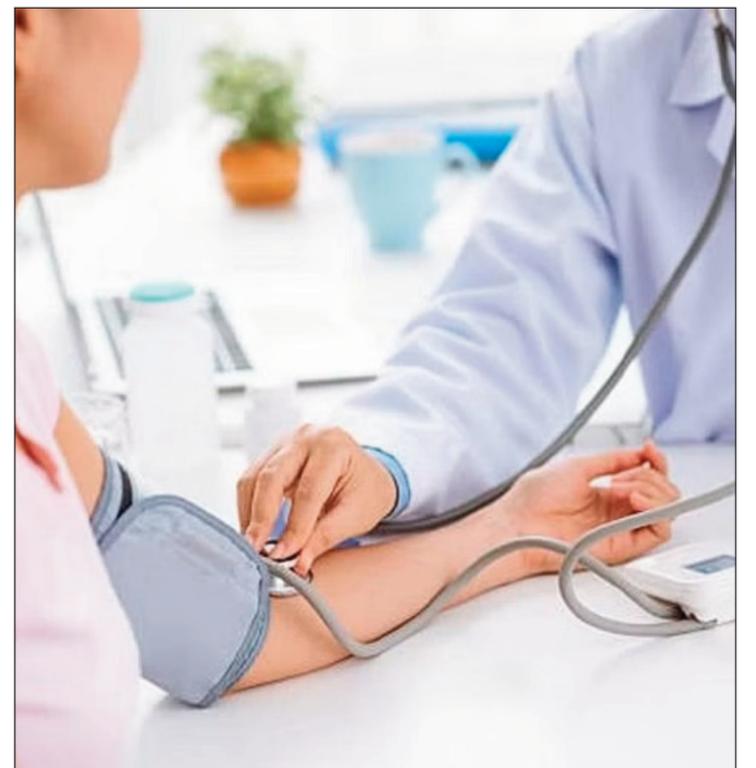
ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : बिगड़ती जीवनशैली और काम के बढ़ते बोझ की वजह से इन दिनों लोग कई समस्याओं का शिकार हो रहे हैं। डायबिटीज, बीपी जैसी समस्याएं आजकल काफी आम हो चुकी हैं, जिससे कई लोग परेशान हैं। हाइपरटेंशन भी इन्हीं समस्याओं में से एक है, जो कई बार स्ट्रोक, दिल और किडनी की बीमारियों की वजह बनता है। कम लोग यह जानते होंगे कि हाई ब्लड प्रेशर की समस्या को ही मेडिकल की भाषा में हाइपरटेंशन कहा जाता है। जिसके प्रति लोगों को जागरूक करने के मकसद से हर साल 17 मई को विश्व हाइपरटेंशन दिवस मनाया जाता है। आप भी हाइपरटेंशन की समस्या से जूझ रहे हैं, तो हम आपको बताएंगे कुछ ऐसे आयुर्वेदिक इलाज के बारे में, जिसकी मदद से आप इस समस्या से निजात पा सकते हैं।

अर्जुन की छालकई औषधीय गुणों से भरपूर अर्जुन की छाल सेहत के लिए बेहद लाभकारी होती है। यह कई बीमारियों के इलाज के लिए भी इस्तेमाल की जाती है।

हाई ब्लड प्रेशर की समस्या को कम करने के लिए भी अर्जुन की छाल बेहद फायदेमंद मानी जाती है। इतना ही नहीं इसके सेवन से शरीर में बढ़ा कोलेस्ट्रॉल का लेवल भी कम होता है। नियमित रूप से इसकी चाय बनाकर पीने से हाइपरटेंशन से राहत मिलती है। चुकंदरचुकंदर हमारी सेहत के लिए काफी लाभकारी होता

अश्वगंधातनाव हाइपरटेंशन का एक मुख्य कारण है। ऐसे में अगर आप अश्वगंधा का सेवन करते हैं, तो इससे तनाव दूर करने में मदद मिलती है। दरअसल, अश्वगंधा में तनाव दूर करने वाले औषधीय गुण पाए जाते हैं। अगर आप भी तनाव या हाइपरटेंशन की समस्या से जूझ रहे हैं, तो दूध में एक चम्मच अश्वगंधा मिलाकर नियमित रूप से पीने से आपको फायदा मिलेगा। दालचीनीदालचीनी भारतीय किचन में इस्तेमाल होने वाले प्रमुख मसालों में से एक है। यह न सिर्फ हमारे खाने का स्वाद बढ़ाता है, बल्कि सेहत को भी कई सारे फायदे हो जाता है। इसमें मौजूद पोटेसियम, फाइबर, कैल्शियम

जैसे गुण उच्च रक्तचाप की समस्या से राहत दिलाने में मदद करते हैं। ऐसे में दालचीनी के पानी का सेवन करने से हाइपरटेंशन की समस्या में आराम मिलता है। यही वजह है कि डॉक्टर भी इसे डाइट में शामिल करने की सलाह देते हैं। इसमें मौजूद पोषक तत्व न सिर्फ शरीर में खून की कमी को दूर करते हैं, बल्कि हाइपरटेंशन से भी राहत दिलाते हैं। ऐसे में आप चुकंदर को सलाह या जूस के रूप में अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं। त्रिफलाऔषधीय गुणों से भरपूर त्रिफला का जिक्र आयुर्वेद में भी मिलता है। हाई ब्लड प्रेशर की समस्या से निजात पाने के लिए त्रिफला एक बेहतरीन उपाय है। यह शरीर में ब्लड सरकुलेशन में सुधार कर रक्त वाहिकाओं पर पड़ने वाले दबाव को कम करता है। ऐसे में अगर आप हाइपरटेंशन के शिकार हैं, तो रोजाना रात में खाने के 2 घंटे बाद एक चम्मच त्रिफला चूर्ण आपको फायदा पहुंचा सकता है। इसके सेवन से रक्तचाप नियंत्रित रहता है और पाचन तंत्र भी ठीक होता है।



नयी बाघिन का राजाजी टाइगर रिजर्व में हुआ वेलकम : वन मंत्री सुबोध उनियाल ने दी बधाई

प्रमुख वन संरक्षक (वन्य जीव) डॉ समीर सिन्हा के मजबूत प्रयास

मो सलीम सैफी
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

सोमवार का दिन काबेट टाइगर रिजर्व के लिए खास बन गया क्योंकि इस दिन टाइगर रिजर्व में एक नए मेहमान को लाया गया है। ये नया मेहमान एक बाघिन है, इस ट्रांस-लोकेशन राजाजी टाइगर रिजर्व के पश्चिमी भाग में बाघों की आबादी पुनर्स्थापित करने की दिशा में इसे एक महत्वपूर्ण कदम बताया जा रहा है।

इस परियोजना के अंतर्गत भारत सरकार की राष्ट्रीय बाघ संरक्षण प्राधिकरण द्वारा काबेट टाइगर रिजर्व से 5 बाघों को राजाजी टाइगर रिजर्व में लाने की अनुमति प्राप्त है। पूर्व में दो बाघों एक नर और एक मादा को यहां साल 2020-21 में लाया गया था। सोमवार को लाई गई इस बाघिन का चिन्हीकरण एक विशेषज्ञ समिति द्वारा गहन अध्ययन एवं सफल निरीक्षण के बाद किया गया। इसकी उम्र लगभग 5 साल है, इसको आज सुबह काबेट टाइगर रिजर्व के कोर जोन में निदेशक काबेट टाइगर रिजर्व डॉक्टर धीरज पांडे के नेतृत्व में पशु चिकित्सकों की एक विशेष टीम ने ट्रैकुलाइज किया। इसके बाद इसे पूरी चिकित्सकीय जांच के बाद रेडियो कॉल लगाया गया और इसके बाद राजाजी टाइगर रिजर्व को सड़क मार्ग द्वारा भेजा गया।

सुबह लगभग 10 बजे राजाजी टाइगर रिजर्व में आगमन के बाद एक बार फिर चिकित्सकों की टीम द्वारा इसका गहन परीक्षण किया गया और इसे वहां 1 हेक्टेयर क्षेत्र के निर्मित बाड़े में प्रमुख वन संरक्षक वन्यजीव एवं मुख्य वन्यजीव प्रतिपालक डॉक्टर समीर सिन्हा और निदेशक राजाजी टाइगर रिजर्व डॉ साकेत बडोला की उपस्थिति में सकुशल छोड़ा गया। बाघिन पूरी तरह स्वस्थ है और अपने नए इलाके में इसकी प्रत्येक गतिविधि पर सीसीटीवी कैमरा, ड्रोन और वहां पर तैनात वन कर्मियों द्वारा लगातार निगरानी रखी जा रही है। इस बाघिन को राजाजी टाइगर रिजर्व के खुले वन

निदेशक काबेट टाइगर रिजर्व डॉक्टर धीरज पांडे के नेतृत्व में कार्यवाही पूरी और निदेशक राजा जी नेशनल पार्क डॉ साकेत बडोला का अनुभव वन विभाग की साख बना



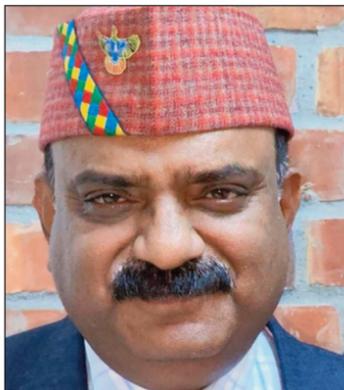
सुबोध उनियाल
वन मंत्री, उत्तराखंड



डॉ. धीरज पांडे, निदेशक
काबेट नेशनल पार्क



डॉ. साकेत बडोला, निदेशक
राजा जी नेशनल पार्क



डॉ. समीर सिन्हा, प्रमुख वन
संरक्षक (वन्य जीव), उत्तराखंड



साभार : वन विभाग, उत्तराखण्ड

में छोड़ने का निर्णय सभी बिंदुओं की समीक्षा कर कुछ समय के बाद किया जाएगा। प्रदेश के वन मंत्री सुबोध उनियाल ने

परियोजना में लगे सभी अधिकारियों और कर्मचारियों को इस सफलता पर बधाई देते हुए कहा है कि उत्तराखंड वन्य जीव संरक्षण

में हमेशा अग्रणी रहा है और आज यह ट्रांसलेशन इसी सफल क्रम की अगली कड़ी है। उन्होंने अपेक्षा की है कि परियोजना के

क्रियान्वयन से न केवल इस वनों में बाघ का कुनबा बढ़ेगा बल्कि इससे पर्यटन के माध्यम से स्थानीय रोजगार के अवसर भी बढ़ेंगे

शिक्षा : कैसे तय करें कब आपके बच्चे को चाहिए ट्यूशन ? पढ़िए

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : हम में से ज्यादातर लोगों का मानना है कि बच्चे को ट्यूशन दिलाया जाना इसलिए जरूरी है क्योंकि बच्चा स्कूली शिक्षा के साथ तालमेल नहीं बिठा पा रहा है, लेकिन असल में यह एक आम गलतफहमी है। बच्चे को ट्यूशन दिलाया जाना न केवल उसके पढ़ाई-लिखाई के नतीजों को बेहतर बनाता है बल्कि किसी विषय की पूरी और व्यावहारिक समझ भी देता है, जो आमतौर पर स्कूली शिक्षा के जरिए मुमकिन नहीं होता लेकिन इसके अलावा और भी वजहें हैं जिनकी वजह से बच्चे को ट्यूशन दिलाया जाना जरूरी हो

जाता है।

यह एक जानी-मानी बात है कि माता-पिता जितना ज्यादा अपने बच्चों की पढ़ाई-लिखाई में दिलचस्पी लेते हैं, बच्चों का प्रदर्शन और स्कूली नतीजे उतने ही अच्छे होते हैं। पर आजकल के भाग-दौड़ भरे जीवन, माता-पिता के कामकाजी होने और एकल परिवार जैसी वजहों से ज्यादातर पैरेंट्स न तो बच्चों की अच्छी परवरिश पर ध्यान दे पाते हैं और न ही उनकी पढ़ाई-लिखाई पर। ऐसी स्थिति में बच्चे को ट्यूशन दिलाया जाना बेहतर होता है। रोजाना होमवर्क में बच्चे को स्कूल में पढ़ाई गई चीजें शामिल होती हैं और यह बच्चे को उन चीजों



को दोहराने और उनका अभ्यास करने का सबसे बेहतर जरिया होता है। इसके अलावा यह बच्चे को किसी विषय को स्कूल के तय समय से ज्यादा देर तक पढ़ने और जानकारी हासिल करने का मौका भी देता है पर देखने में आता है कि बहुत से बच्चे होमवर्क पूरा करने को लेकर संजीदा नहीं होते और और पूरा समय खेलने-कूदने या दूसरे कामों को करने में बर्बाद कर देते हैं। ट्यूशन के जरिए बच्चे को होमवर्क पूरा करने की आदत में सुधार लाया जा सकता है।

अक्सर देखने में आता है कि बच्चे किसी खास विषय में बहुत कमजोर होते हैं। स्कूल में पर्याप्त ध्यान दिए जाने के बावजूद यदि उस विषय में बच्चे के प्रदर्शन में सुधार न हो तो इसका मतलब है कि बच्चे को अतिरिक्त सहायता की जरूरत है। ऐसे में बच्चे को उस विषय के किसी विशेषज्ञ शिक्षक के जरिए ट्यूशन दिलाया जाना चाहिए जिससे बच्चे की कठिनाईयों को दूर करके बच्चे को उस विषय में निपुण बनाया जा सके। बच्चे की अच्छी पढ़ाई-लिखाई में एक कुशल और

अच्छे शिक्षक का अहम किरदार होता है। स्कूलों में अच्छे टीचर्स को लेकर की गई जांचों में पाया गया है कि शुरुआती शिक्षा के समय अयोग्य और अकुशल शिक्षकों द्वारा पढ़ाया जाना बच्चे को उसकी वास्तविक काबिलियत को हासिल करने और निखरने से रोक देता है। अगर आपको बच्चे के स्कूल में शिक्षा और शिक्षकों के स्तर को लेकर किसी तरह का संदेह हो तो इससे बचने के लिए बच्चे को ट्यूशन दिलाना जरूरी हो सकता है।



बालों को बार-बार कलर करने के 5 बड़े नुकसान ?



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : फैशन के इस युग में लोग सुंदर और आकर्षक दिखने के लिए तरह-तरह के तरीके आजमाते रहते हैं। बालों की सुंदरता के लिए महिलाएं कई तरीके अपनाती हैं। अधिकतर महिलाएं अपने बालों को स्टाइल करने के लिए हेयर स्टाइलिंग टूल्स का इस्तेमाल करती हैं। बालों को स्टाइल करने के लिए स्टाइलिंग टूल्स का इस्तेमाल करना आसान है, जो

देखने में बालों को खूबसूरत और स्टाइलिश तो बना सकते हैं लेकिन इसका ज्यादा इस्तेमाल करने से बाल बुरी तरह प्रभावित हो सकते हैं। आइए आज हम आपको बताते हैं कि रोज कलिंग करने से बालों को क्या नुकसान हो सकते हैं।

1. उलझे और बेजान बाल: डायसन डॉट कॉम में छपी एक खबर के मुताबिक, बालों को ज्यादा कलर करने से बाल डैमेज हो सकते हैं। जिससे

वे हमेशा उलझे हुए नजर आते हैं और जिन्हें सुलझाना मुश्किल होता है। कमजोर बाल सुलझाते हुए बहुत टूटते हैं। इससे बाल झड़ने की समस्या भी हो सकती है।

2. बालों का नेचुरल टेक्सचर खराब होना: हेल्दी बालों का नेचुरल टेक्सचर काफी सुंदर लगता है। लेकिन हेयर स्टाइलिंग टूल्स की हीट बालों का नेचुरल टेक्सचर छीन लेती है जिससे बाल पीले

और भदे नजर आने लगते हैं। इसलिए आप भी अग्र रोजाना बालों को कलर कर रहे हैं तो सावधान हो जाइए।

3. ग्रोथ रुकना: बालों को रोजाना कलर करने से बाल कमजोर हो जाते हैं और बालों कि ग्रोथ रुक जाती है। हेयर स्टाइलिंग टूल्स का ज्यादा इस्तेमाल करने से बालों महीनों तक नहीं बढ़ते हैं।

4. बालों का झड़ना: बालों को रोजाना कलर करने से बाल बेहद कमजोर हो जाते

हैं। जिसके कारण कमजोर बाल अपने आप बीच से टूटने लगते हैं। जिस कारण से बाल दोमुंहे और बेजान हो जाते हैं। इससे बाल तेजी से झड़ने लगते हैं।

5. चमक खत्म हो जाना: रोजाना बालों को कलर करने से बालों की चमक खत्म हो जाती है। बालों को कलर करने से बालों की चमक खत्म हो जाती है। जिसके कारण बाल रूखे और बेजान लगने लगते हैं।

पति-पत्नी के रिश्ते को मजबूत बनाती हैं ये 5 बातें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : जिस तरह लोग अलग-अलग होते हैं। उसी तरह उनके रिश्ते भी अलग होते हैं। खासकर पति-पत्नी को अपने रिश्ते में इन बातों को अपनाने की कोशिश करनी चाहिए जिससे रिश्ते की डोर कच्ची होकर टूटे ना और लंबे समय तक रिश्ते में प्यार, विश्वास, अपनापन और साझेदारी बनी रहे।

1. जब कुछ अच्छा महसूस नहीं होता और कोई आपको अच्छे से ट्रीट नहीं करता तो व्यक्ति अपने पार्टनर से सहानुभूति और प्रेम की अपेक्षा रखता है। अगर पति या पत्नी ही एक दूसरे के साथ विनम्र व्यवहार नहीं रखेंगे तो भला कौन करेगा। इसलिए यह बेहद जरूरी है कि आप हर मुश्किल घड़ी में निंदा से पहले नम्रता से व्यवहार करें।

2. खुशियां चाहे छोटी हों या बड़ी होती को खुशियां ही हैं। एक साथ कुछ सेलिब्रेट करने या मनाने के लिए किसी बड़े दिन या सालगिरह का इंतजार न करें बल्कि छोटे-छोटे अवसरों को सेलिब्रेट करें। आप दोनों को इस बहाने हंसने-खिलखिलाने का मौका भी मिल जाएगा।

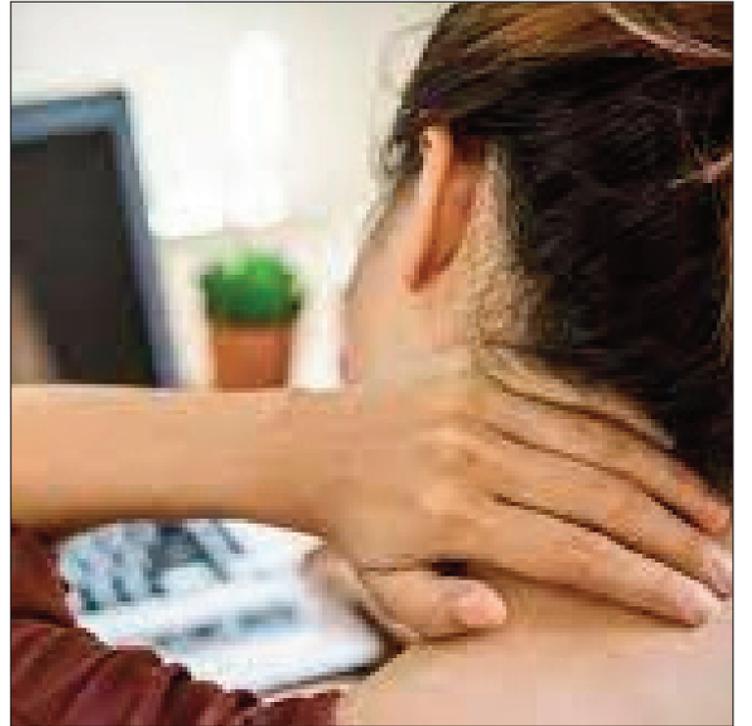
3. पति-पत्नी एक दूसरे के बेहद करीब होते हैं और कई बार तारीफ या सराहना को छोटा समझने लगते हैं। लेकिन, एक दूसरे की तारीफ करना कभी छोटा हो ही नहीं सकता। जब आप अपने पार्टनर की सराहना करते हैं तो उन्हें खुशी भी होती है और आपके प्रति आकर्षण भी महसूस होने लगता है। वे आपके लिए तैयार होने लगते हैं या वह काम करने लगते हैं जो आपको अच्छे लगने लगे।

4. कई बार पति और पत्नी अपनी

पसंद से नया हेयर कलर करवा लेते हैं या फिर कुछ अलग स्टाइल में नजर आते हैं जिससे सामने वाले पार्टनर को यह पसंद नहीं आता। इस बात को समझें कि जरूरी नहीं कि हर बार ही आपकी पसंद एक जैसी हो इसलिए पार्टनर से यह अपेक्षा करना कि वह आपकी पसंद के आगे अपनी पसंद को नजरअंदाज कर दे, गलत है। एक दूसरे के बदलावों को स्वीकारना एक साथ आगे बढ़ने की निशानी है।

5. अपने रिश्ते में आप ही विश्वास बना सकते हैं और आप ही इसे तोड़ भी सकते हैं। कोशिश करें कि आप एक दूसरे का विश्वास ना तोड़ें, झूठ ना बोलें और सच छुपाने की कोशिश ना करें। एक दूसरे से सुख-दुख बांटना अच्छा है। कभी-कभी छोटी बातें भी रिश्ते पर बड़ा असर डाल देती हैं।

कंप्यूटर के सामने बैठने से हो गई है गर्दन में अकड़न, ऐसे होगी ठीक ?



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई ; डेस्क जॉब वालों के साथ सबसे बड़ी प्रॉब्लम होती है कि लगातार कंप्यूटर और लैपटॉप के सामने बैठने की वजह से सिर्फ कमर दर्द की ही प्रॉब्लम नहीं होती बल्कि इससे गर्दन और कंधे में भी दर्द और अकड़न की शिकायत बनी रहती है। कई बार तो यह दर्द इतना ज्यादा बढ़ जाता है कि लोगों को दवाएं लेनी पड़ती है। तो अगर आप भी इस समस्या से जूझ रहे हैं, तो यहां बताए जा रहे योगासनो का शुरू कर दें अभ्यास। इनके नियमित अभ्यास से जल्द कंधे और गर्दन के दर्द से छुटकारा पाया जा सकता है।

इस आसन को आप आराम से अपनी कुर्सी पर बैठकर भी कर सकते हैं। इसके

लिए एक तरफ का हाथ ऊपर उठाएं और पीठ के पीछे की तरफ ले जाएं। अब दूसरा हाथ नीचे की तरफ से पीठ के पीछे की तरफ लेकर जाएं। पीठ के पीछे इन दोनों हाथों को आपस में उंगलियों की मदद से पकड़ने का प्रयास करें। अब इस प्रक्रिया को दूसरी तरफ से भी कर लें।

इस आसन को आप आराम से अपनी कुर्सी पर बैठकर भी कर सकते हैं। इसके लिए एक तरफ का हाथ ऊपर उठाएं और पीठ के पीछे की तरफ ले जाएं। अब दूसरा हाथ नीचे की तरफ से पीठ के पीछे की तरफ लेकर जाएं। पीठ के पीछे इन दोनों हाथों को आपस में उंगलियों की मदद से पकड़ने का प्रयास करें। अब इस प्रक्रिया को दूसरी तरफ से भी कर लें।



ऋषिकेश पुलिस : 40 मकान मालिकों के विरुद्ध कार्यवाही, ₹4,00,000 जुर्माना किया ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ऋषिकेश 17 मई : अपराध पर अंकुश लगाने व अपराधियों की धरपकड़ हेतु पुलिस उपमहानिरीक्षक/वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक महोदय जनपद देहरादून के द्वारा समस्त थाना प्रभारियों को अपने-अपने क्षेत्र में किरायेदारों के सत्यापन कराने व सत्यापन न कराने वाले मकान

मालिकों पर कार्यवाही करने हेतु आदेशित किया गया है। उक्त आदेश के अनुपालन में पुलिस अधीक्षक अपराध व पुलिस अधीक्षक ग्रामीण के मार्गदर्शन तथा क्षेत्राधिकारी ऋषिकेश के पर्यवेक्षण में प्रभारी निरीक्षक कोतवाली ऋषिकेश के द्वारा बीते दिन 2023 को प्रातः 5:00 बजे से लक्कड़ घाट, चोपड़ा फार्म,



बलजीत फार्म, खदरी, श्यामपुर में किरायेदारों के सत्यापन की जांच हेतु अभियान चला गया।

उक्त अभियान में वरिष्ठ उपनिरीक्षक ऋषिकेश के नेतृत्व में 06 उपनिरीक्षक, 06 हेड कॉन्स्टेबल, 21 कॉन्स्टेबल, 05 महिला कॉन्स्टेबल की अलग-अलग टीमें गठित की गईं। अभियान से पूर्व

प्रभारी निरीक्षक कोतवाली ऋषिकेश के द्वारा समस्त टीमों को ब्रीफ कर आवश्यक दिशा निर्देश दिए गए। गठित टीमों के द्वारा किरायेदारों का मौके पर सत्यापन करते हुए किरायेदारों का सत्यापन न कराने वाले मकान मालिकों पर पुलिस अधिनियम के अंतर्गत कार्यवाही की गई।

हिमाचल के कुछ भागों में तीन दिनों तक मौसम खराब रहने के आसार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हिमाचल 17 मई : हिमाचल प्रदेश के कुछ भागों में तीन दिनों तक मौसम खराब रह सकता है। मौसम विज्ञान केंद्र शिमला के अनुसार प्रदेश के मध्य व उच्च पर्वतीय कुछ भागों में 17 से 20 मई तक बारिश हो सकती है। ऊंची चोटियों को हल्की बर्फबारी की संभावना है। 18 मई को मैदानी क्षेत्रों में भी बारिश की संभावना है। इस दौरान एक-दो स्थानों पर अंधड़ चलने का येलो अलर्ट भी जारी किया गया है। वहीं, आज राजधानी शिमला व अन्य भागों में मौसम साफ बना हुआ है। तापमान बढ़ने से पहाड़ तपने लगे हैं। ऊना में बीते दिन अधिकतम तापमान 40.8 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया था। डलहौजी 23.2, चंबा 35.0, धौलाकुआं 39.6, केलांग 16.9, धर्मशाला 31.5, हमीरपुर 36.6, सुंदरनगर 34.6, बरटी 36.9, बिलासपुर 38.0, कल्पा 21.8, रिकांगपिओ 26.6, नारकंडा 20.5, कल्पा 21.8, शिमला 25.5 और जुब्बड़हट्टी में 30.0 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया

गया।

शिमला में न्यूनतम तापमान 14.6, सुंदरनगर 13.9, भुंतर 10.2, कल्पा 5.0, धर्मशाला 13.2, ऊना 17.6, नाहन 19.9, केलांग 1.9, पालमपुर 17.0, सोलन 13.4, मनाली 8.2, कांगड़ा 17.6, मंडी 15.1, बिलासपुर 18.0, हमीरपुर 15.2, चंबा 14.3, डलहौजी 15.8, जुब्बड़हट्टी 17.8, कुफरी 13.1, कुकुमसेरी 2.8, नारकंडा 10.2, भरमौर 8.0, रिकांगपिओ 8.5, सेउबाग 8.8, धौला कुआं 18.5, बरटी 14.8, मशोबरा 14.7, पांवटा साहिब 22.0 और देहरा गोपीपुर में 24.0 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया है।

उधर, बर्फबारी से बंद रहा मनाली-लेह मार्ग छह बाद यातायात के लिए बहाल कर दिया है। बीते दिन लाहौर की तरफ से वाहनों को वनवे छोड़ा गया है। सुबह 8:00 से लेकर 11:00 बजे तक फोर बाई फोर और चेन लगी गाड़ियों को भेजा गया। मौसम ने साथ दिया तो जल्द ही मनाली-लेह मार्ग पर पर्यटक वाहनों की आवाजाही शुरू होगी।



आपके सोने की स्थिति आपके स्वास्थ्य को कैसे प्रभावित कर सकती है : पढ़िए

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : हर व्यक्ति की आदत होती है कि वह बहुत ही खास और अनोखे तरीके से सो जाता है। हम में से कुछ को मुलायम तकिए पसंद होते हैं, दूसरों को मोटे, भारी कंबल पसंद होते हैं। वही हमारे सोने के तरीके के लिए कहा जाता है - चाहे हम अपनी पीठ के बल सोना पसंद करते हों या श्रृण की स्थिति में मुड़े हुए हों। यह अजीब लग सकता है, लेकिन ये बहुत कुछ इस बात से संबंधित हैं कि हम सामान्य रूप से कितने स्वस्थ हैं! यह जानने के लिए पढ़ते रहें कि आपकी नींद की आदतें आपके व्यक्तिगत स्वास्थ्य के बारे में क्या कहती हैं! हमें रिचार्ज करने और लंबे दिन के

बाद आराम करने के लिए नींद की जरूरत है यह आपके फोन की बैटरी चार्ज करने जैसा है। लेकिन अच्छी नींद सोते समय भी एक स्वस्थ मुद्रा पर निर्भर करती है! नींद शरीर में कई महत्वपूर्ण कार्यों को बहाल करने में मदद करती है, जैसे कि सेल टर्नओवर, मनोवैज्ञानिक समस्याएं जिनसे हम निपट सकते हैं और डिटॉक्सिफिकेशन, कुछ का नाम लेने के लिए। एक अच्छी रात के आराम के बाद, एक नया दिन शुरू करना बेहतर लगता है। जबकि कुछ के लिए सोना आसान है, अन्य लोगों के लिए लंबे समय तक आराम करना बेहद कठिन हो सकता है। यह सोने की मुद्रा से संबंधित हो सकता है, विश्वास करें या नहीं!



जिलाधिकारी सोनिका की अध्यक्षता में जनसुनवाई में 92 शिकायत प्राप्त हुई

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 17 मई : शिकायतों में नगर निगम की भूमि पर कब्जा, संपत्ति बटवारा विवाद, आर्थिक सहायता दिलाने, स्कूल में दाखिला दिलाने, फीस माफ कराने, भूमि की पैमाइश कराने, पेंशन दिलाने, ठेकेदार द्वारा मकान बनाने, एवं कोरोना काल में पिता की मृत्यु होने पर बच्चों को शिक्षा इत्यादि को लेकर लाभान्वित करने सहित अन्य शिकायतें प्राप्त हुईं। इस दौरान अजबपुर निवासी पूर्व सैनिक बीआर यादव द्वारा गत दिवस जनता दरबार में लगाई गई फरियाद के निस्तारण पर जिलाधिकारी का आभार व्यक्त करते हुए धन्यवाद ज्ञापित किया।

जिलाधिकारी ने शिकायतकर्ता की भूमि को कब्जा मुक्त कराने हेतु संबंधित उपजिलाधिकारी को निर्देश दिए, जबकि आपसी विवाद पुलिस अधीक्षक को निस्तारण के निर्देश दिए। वहीं वेटेरेन सेवानिवृत्त सुविधा बलवंत सिंह रावत द्वारा अपनी पेंशन/लाभ की अधिकारिक मांग पर जिलाधिकारी ने उन्हें अपने सम्मुख बिठा कर उनकी समस्या को विस्तार पूर्वक सुना तथा निस्तारण/कार्यवाही हेतु जिला सैनिक कल्याण अधिकारी

को निर्देशित किया। इसी प्रकार नगर निगम के अधिकारियों को निगम की भूमि से अवैध कब्जे हटाने के निर्देश दिए। साथ संपत्ति विवाद के प्रकरणों पर अभिलेखीय जांच सहित मौका मुआयना कर वस्तुस्थिति से अवगत होते हुए कार्यवाही करने के निर्देश दिए। उन्होंने सम्बन्धित समस्त विभागों के अधिकारियों को निर्देशित किया कि जनसुनवाई में प्राप्त हो रही शिकायतों का त्वरित निस्तारण करें। साथ ही विभाग अपने स्तर पर भी जनसुनवाई प्राप्त हुई शिकायतों के निस्तारण की समीक्षा करें।

जनसुनवाई में इसी प्रकार नागल हटवाला देहरादून निवासी रचना द्वारा कोविडकाल के दौरान अपने पति की मृत्यु होने पर अपने दोनों बच्चों को वात्सल्य योजना से जाड़ने हेतु अनुरोध किया। जिस पर कार्यवाही हेतु संबंधित अधिकारी को निर्देशित किया। वहीं भुङगावं पण्डितवाड़ी निवासी वृद्ध महिला मंगला देवी ने अपने मकान का निर्माण कराने वाले ठेकेदार/मिस्त्री द्वारा निर्माण कार्य को अधूरा छोड़ने की शिकायत शिकायत की, जिस पर जिलाधिकारी ने पुलिस अधीक्षक को नियमानुसार त्वरित कार्यवाही करने के निर्देश दिए।



उत्तराखंड : सरकारी जमीन से अब तक हटाए गए 2279 अतिक्रमण ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 17 मई : वन भूमि पर अतिक्रमण हटाओ अभियान के तहत टास्क फोर्स ने उत्तराखंड में 2279 अतिक्रमण हटाए हैं। प्रदेश नोडल अफसर एडीजी कानून व्यवस्था डॉ. वी मुरुगेशन ने बताया कि सबसे ज्यादा अतिक्रमण देहरादून जिले में हटाए गए हैं। यहां 1415 अतिक्रमण हटाकर सरकारी जमीन को कब्जा मुक्त किया गया है। इसके अलावा हरिद्वार में 259, पौड़ी में सात, टिहरी में 106, चमोली में 47, ऊधमसिंह नगर में 416, नैनीताल में 19, अल्मोड़ा में चार, पिथौरागढ़ में पांच और बागेश्वर में एक अतिक्रमण हटाया गया है।

प्रदेश में वन क्षेत्रों में स्थित नदियों में खनन के दौरान मजदूर झुगियां बनाकर नहीं रह सकेंगे। उन्हें दिन में खनन का काम कर रात को स्थायी ठिकाने पर लौटना होगा। वन विभाग शीघ्र ही अभियान चलाकर नदियों में बनी झुगियों को हटाएगा। इसके अलावा जलाशयों और पोखरों में किए गए अतिक्रमण को भी हटाया जाएगा।

प्रदेश में वन भूमि पर किए गए अतिक्रमण के खिलाफ सरकार की कार्रवाई जारी है। इस अभियान के तहत



अब तक अवैध रूप से बनाए गए धार्मिक स्थलों को चिह्नित करते हुए उन्हें हटाने की कार्रवाई की जा रही थी, लेकिन अब अभियान को आगे बढ़ाते हुए नदी क्षेत्रों को भी अतिक्रमण मुक्त कराया जाएगा। इसके तहत तमाम जलस्रोत, झील, तालाब को कब्जा मुक्त कराया जाएगा। इस काम में जिला प्रशासन की भी मदद ली जाएगी। इस बाबत शासन की ओर से भी आदेश दिए गए हैं। शासन की ओर से अवैध

कब्जों को हटाने के लिए 10 सूत्रीय गाइडलाइन तय करने के साथ ही कार्रवाई का समय और अधिकारियों की जिम्मेदारियां तय की गई हैं।

उन्होंने बताया कि अवैध रूप से बनाए गए धार्मिक अतिक्रमणों के खिलाफ कार्रवाई जारी है। अब तक करीब 350 मजारों और 35 मंदिरों को हटाया जा चुका है। उन्होंने बताया कि वन सीमा से सटे अवैध अतिक्रमणों को भी हटाया जाएगा।

बढ़ती उम्र के असर को कम कर देती हैं ये जादुई चाय, 40 की उम्र के बाद जरूर पिएं महिलाएं

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : आज इस लेख में हम कुछ ऐसी चाय के बारे में बात करने जा रहे हैं जिसको पीने से आपकी त्वचा में कसाव और चमक दोनों ही बरकरार रहती है। स्किन केयर के लिए ये चाय रामबाण है। 40 की उम्र के बाद महिलाओं की स्किन ढीली पड़ने लगती है। ऐसे में त्वचा की देखभाल के लिए पहले से ज्यादा ध्यान देना होता है। उम्र के इस पड़ाव में महिलाओं के शरीर में कई तरह के हार्मोनल बदलाव होते हैं। जिसके कारण ना सिर्फ शारीरिक बनावट में बदलाव आता है बल्कि स्वभाव में भी देखने को मिलता है। स्किन केयर के लिए चाय चाहे वजन घटाना हो या फिर बढ़ाना दोनों ही स्थितियों में ये चाय जादू की तरह काम करती है। इसके पोषक तत्व बढ़ती उम्र के असर को कम करने के लिए परफेक्ट हैं। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स शरीर में विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करते हैं।

वहीं "रूडबोस" टी भी सेहत के लिए अच्छी होती है।

इसके भी एंटीएजिंग गुण झुर्रियों को रोकने में मदद करते हैं। इससे आपकी स्किन में कसावट आती है और चमक भी। तो इसे भी आप अपनी रूटीन में शामिल कर सकती हैं। "ऊलोग" टी भी आप पी सकती हैं। इसके भी एंटीएजिंग गुण आपकी स्किन को बेहतर रखने के लिए परफेक्ट हैं। इसकी चाय पीने से चेहरे पर पड़े दाग धब्बे दूर होते हैं। तो अब से आप इस चाय को भी पीजिए। "माचा" टी भी आप पी सकती हैं। यह एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होता है। इससे चेहरे की फाइन लाइन कम होता है। "हिबिस्कस" टी भी आप पी सकती हैं। यह भी आपकी त्वचा के लिए अच्छा होता है। यह बीटा, कैरोटीन, विटामिन सी और एंथोसायनिन से भरपूर होता है, ये एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर चाय है। ब्लैक टी भी आप पी सकती हैं। यह भी स्किन के लिए अच्छी होती है।



कार्तिकेय स्वामी मंदिर : अनसूया मंदिर को पर्यटन सर्किट से जोड़ा जाएगा : महाराज

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 17 मई : उत्तराखंड पर्यटन विकास द्वारा जनपद के क्रौंच पर्वत में स्थित कार्तिकेय स्वामी मंदिर में भव्य 108 बालमपुरी शंख पूजा व हवन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें प्रदेश के पर्यटन मंत्री सतपाल महाराज, केदारनाथ विधायक शैला रानी रावत, दक्षिण भारत से आए शिवाचार्य व गुरुजनों ने पूजा अर्चना की। इस अवसर पर पर्यटन मंत्री ने कहा कि कार्तिक स्वामी मंदिर में 108 बालमपुरी शंख से पूजा व हवन किया गया तथा दक्षिणा वर्त से स्वामी कार्तिकेय का जलाभिषेक किया गया। उन्होंने कहा कि पृथ्वी की परिक्रमा करने के बाद कार्तिकेय स्वामी यहां पर पहुंचे तो गणेश को श्रेष्ठ पद दिया गया है जिसके बाद कार्तिकेय ने अपनी माँ पार्वती से नाराज होकर यहाँ पर तपस्या की। उन्होंने कहा कि इसके बाद कार्तिकेय दक्षिण भारत को चले गए। जहां उनकी मुरगन स्वामी के नाम से विशेष रूप से आराधना की जाती है। उन्होंने कार्तिक स्वामी मंदिर व कार्तिकेय स्वामी के



जीवन के बारे में विस्तार से बताया। कहा कि उत्तर भारत का यह कार्तिकेय स्वामी का एकमात्र मंदिर है। उन्होंने कहा

कि दक्षिण भारत में तमिलनाडु व कर्नाटक में भगवान कार्तिकेय के बहुत अनुयायी हैं तथा दक्षिण के शिवाचार्य आए हैं तथा सभी

अनुयायी देश के आगे बढ़ने की कामना कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि अगस्त्यमुनि के अगस्त्य ऋषि, कार्तिकेय स्वामी मंदिर व

अनसूया मंदिर को पर्यटन सर्किट से जोड़ा जाएगा तथा पर्यटन की दृष्टि से विकसित किया जाएगा। उन्होंने कहा कि कार्तिकेय स्वामी मंदिर के विकसित होने से स्थानीय स्तर पर भी रोजगार के अवसर उपलब्ध होंगे। उन्होंने कहा कि कार्तिकेय मंदिर को पर्यटन के मानचित्र पर उभरकर आए इसके लिए पर्यटन की दृष्टि से इसे विकसित किया जाएगा। उन्होंने कार्यक्रम में शामिल होने पर सभी शिवाचार्य, गुरुजनों एवं भक्तजनों का आभार व्यक्त किया।

इस अवसर पर केदारनाथ की विधायक शैला रानी रावत ने कहा कि उत्तर भारत व दक्षिण भारत के लोगों के लिए यह ऐतिहासिक मिलन का दिन है जहां सभी लोग एक साथ मिले हैं। उन्होंने कहा कि कार्तिकेय स्वामी को पांचवें धाम के रूप में विकसित किए जाने तथा कार्तिक सर्किट बनाए जाने पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि पर्यटन की दृष्टि से इस स्थल को विकसित किए जाने से क्षेत्र के लोगों को रोजगार के अवसर उपलब्ध होंगे तथा प्रदेश विकास के पथ पर अग्रसर होगा।

जिमोन सिक्वेसिंग को भेजेंगे कोविड सैंपल

रुडकी। सिविल अस्पताल में कोविड संक्रमित मरीज के सैंपल जिमोन सिक्वेसिंग के लिए भेजे जाएंगे। सिविल अस्पताल में करीब एक सप्ताह पहले लंदौरा क्षेत्र से एक मरीज आया था। खांसी, बुखार की शिकायत पर फिजिशियन डॉ. अर्पित सैनी ने जांच की थी। उसे निमोनिया की भी शिकायत थी। वार्ड में भर्ती करवाकर मरीज के सैंपल कोविड जांच के लिए भेजे गए थे। सीएमएस डॉ. संजय कंसल ने बताया कि सैंपल जिमोन सिक्वेसिंग के लिए भेजे जा रहे हैं।

पौड़ी पुलिस ने शराब तस्करो के मंसूबों को किया नाकाम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

पौड़ी 17 मई : 08 पेटी अवैध अंग्रेजी शराब के साथ एक शराब तस्कर गिरफ्तार, तस्करी में प्रयुक्त वाहन भी जब्त। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक पौड़ी श्वेता चौबे द्वारा जनपद में अपराधों की रोकथाम, बढ़ते नशे की प्रवृत्ति पर अंकुश लगाने, अवैध मादक पदार्थों की खरीद फरोख्त करने वालों के विरुद्ध प्रभावी चैकिंग अभियान चलाकर कड़ी कार्यवाही करने हेतु समस्त थाना प्रभारियों को निर्देशित किया गया है जिसके क्रम में शेखर चन्द्र सुयाल अपर पुलिस अधीक्षक कोटद्वार के निर्देश, पुलिस उपाधीक्षक पौड़ी के पर्यवेक्षण, थानाध्यक्ष थलीसैण के नेतृत्व में पुलिस टीम द्वारा दौरान चैकिंग बेदीखाल रोड फरसाड़ी के पास में अभियुक्त पंकज सिंह को 08 पेटी अवैध अंग्रेजी शराब मय वाहन संख्या UK07AL0859 में परिवहन करते हुए गिरफ्तार किया गया। जिस सम्बन्ध में जनपद के थाना थलीसैण में अभियुक्त के विरुद्ध आबकारी



अधिनियम के अन्तर्गत अभियोग पंजीकृत कर नियमानुसार वैधानिक कार्यवाही की गयी। गिरफ्तार शुदा अभियुक्त ने पूछताछ में बताया कि वह शराब को राजस्व क्षेत्र पोखड़ा से लाकर बैजरो के आस-पास के गांव में बेचने के लिए लाया था।

नाम पता अभियुक्त:-पंकज सिंह पुत्र श्याम सिंह, निवासी-ग्राम सेरा, थापला,

पो0-जसपुर, थाना- थलीसैण। पंजीकृत अभियोग:-मु0अ0स0-09/23, धारा-60/72 आबकारी अधिनियम। बरामद माल- 8 पेटी अंग्रेजी शराब (MC-DOWELLS) कीमत लगभग- ₹80,000 पुलिस टीम- 1. उपनिरीक्षक अमित भट्ट 2. आरक्षी राकेश गुसाई।

संपादकीय



विभाजित होता पाकिस्तान

पाकिस्तान तितर-बितर, छिन्न-भिन्न हो चुका है। सडकों पर अवाम भी है और हुकूमत समर्थित भीड़ के हुजूम भी हैं। फौज पहली बार इतनी कमजोर लग रही है कि भीड़ उनका कुछ भी फूंक दे। कानून और न्यायपालिका हाफ रहे हैं। मजबूर होते जा रहे हैं, क्योंकि हुकूमती भीड़ ने सुप्रीम कोर्ट पर ही चढ़ाई कर दी है। भीड़ 'रेड जोन' को भी लांघ चुकी है। भीड़ के पास डंडे, लाठियां और पत्थर हैं। अंदरखाने स्वचालित हथियार भी हो सकते हैं। सुप्रीम कोर्ट के न्यायाधीश कितने सुरक्षित हैं, क्योंकि वहां तैनात सुरक्षाकर्मी तो सरकारी हैं, लिहाजा वे मूकदर्शक बने हैं। प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ की हुकूमत ने नेशनल असेंबली (संसद) में देश के मुख्य न्यायाधीश जस्टिस उमर अता बांदियाल के खिलाफ प्रस्ताव मंजूर कर एक कमेटी बना दी है। हुकूमत चीफ जस्टिस को ही हटाने पर आमादा है। हालांकि राष्ट्रपति डॉ. आरिफ अल्वी इस मुहिम में रोड़ा अटका सकते हैं, क्योंकि वह इमरान खान की पार्टी के नेता रहे हैं। राष्ट्रीय सुरक्षा परिषद की बैठकें की जा रही हैं। तमाम कवायदें पूर्व प्रधानमंत्री इमरान खान की नकेल कसने पर केंद्रित हैं। रियाज अहमद ने तो संसद में यह मांग तक की है कि इमरान को सरेंआम फांसी पर लटका देना चाहिए। वह देशद्रोही है। लिहाजा इमरान खान की आशंका ठोस लगती है कि शरीफ सरकार देशद्रोह के इल्जाम में उन्हें 10 साल के लिए जेल में डाल सकती है। उनकी पार्टी 'पाकिस्तान तहरीक-ए-इंसाफ' (पीटीआई) पर पाबंदी थोपी जा सकती है। बेशक पाकिस्तान में 1971 की पुनरावृत्ति के हालात बने हैं। तब हुकूमत ने पूर्वी पाकिस्तान के शेख मुजीबुर्रहमान पर जुल्म ढाए थे और उनकी पार्टी 'अवामी लीग' को प्रतिबंधित किया था। मुजीब किसी तरह भारत के कलकत्ता पहुंचे थे और पूर्वी पाकिस्तान को 'आजाद' घोषित किया था। भारत ने मुजीब की मदद की, उनकी 'मुक्ति वाहिनी' को प्रशिक्षण दिया, लेकिन दिसंबर, 1971 में पाकिस्तान के साथ जंग लड़नी पड़ी। सिर्फ 13 दिन की लड़ाई में ही पाकिस्तान को घुटने टेकने पड़े और उसके 93,000 से ज्यादा फौजियों को भारतीय सेना के सामने आत्म-समर्पण करना पड़ा। पाकिस्तान दोफाड़ हुआ और पूर्वी पाकिस्तान की जगह 'बांग्लादेश' बना। क्या बलूचिस्तान, सिंध और पंजाब में भी 1971 वाले हालात हैं कि पाकिस्तान एक बार फिर विभाजित होगा? इन सूबों में असंतोष है, आंदोलन जारी हैं।

देहरादून से गोवा के लिए अब सीधी फ्लाइट, ये रहेगा शेड्यूल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 17 मई : देहरादून से गोवा के लिए 23 मई से शुरू होगी इंडिगो की सीधी फ्लाइट, ये रहेगा शेड्यूल इंडिगो की यह फ्लाइट गोवा से यात्रियों को लेकर शाम साढ़े पांच बजे जौलीग्रंट एयरपोर्ट पहुंचेगी। आधे घंटे बाद शाम छह बजे यहां से गोवा के लिए उड़ान भरेगी। देहरादून एयरपोर्ट से विभिन्न शहरों के लिए सबसे अधिक उड़ानें संचालित करने वाली विमानन कंपनी इंडिगो आगामी 23 मई से देहरादून-गोवा के बीच अपनी सीधी उड़ान शुरू करने जा रही है।

यह उड़ान हफ्ते में तीन दिन संचालित होगी। इंडिगो की यह फ्लाइट गोवा से यात्रियों को लेकर शाम साढ़े पांच बजे जौलीग्रंट एयरपोर्ट पहुंचेगी। आधे घंटे बाद शाम छह बजे यहां से गोवा के लिए उड़ान भरेगी। इंडिगो 186 सीटर



बड़े विमान से देहरादून-गोवा के बीच फ्लाइट संचालित करेगा। इस फ्लाइट के शुरू होने के बाद देहरादून देश के एक और शहर से हवाई मार्ग से सीधा जुड़ जाएगा। पहले इस फ्लाइट को एयरपोर्ट पर समर शेड्यूल में 25 अप्रैल से संचालित किया जाना था। जिसकी अनुमति भी डीजीसीए से मिल चुकी थी। लेकिन तब फ्लाइट शुरू नहीं कर पाई।

अब इंडिगो 23 मई से इस फ्लाइट को शुरू करने जा रही है। एयरपोर्ट सूत्रों के अनुसार इंडिगो मंगलवार, बुधवार और शनिवार को सप्ताह में तीन दिन यह फ्लाइट संचालित करेगी। देहरादून एयरपोर्ट से दिल्ली, अहमदाबाद, कोलकाता, हैदराबाद, जयपुर, मुंबई, बंगलुरु, लखनऊ और पुणे शहर के लिए सीधी फ्लाइट है।

दैनिक न्यूज़ वायरस

संपादक : मो.सलीम सैफी, कार्यकारी संपादक : आशीष कुमार तिवारी न्यूज़ वायरस नेटवर्क प्रा. लिमिटेड के लिए मुद्रक एवं प्रकाशक मो.सलीम सैफी द्वारा विश्वनाथ प्रिंटर्स, अजबपुर कलां, देहरादून से प्रकाशित एवं न्यूज़ वायरस नेटवर्क प्रा. लिमिटेड, 48/3 बलबौर 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

माया कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में मदर्स डे पर महिलाओं ने रखे अपने विचार ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 17 मई : महिला दिवस के उपलक्ष में माया ग्रुप ऑफ कॉलेज में एक कॉन्फ्रेंस का आयोजन किया गया जिसमें मदरहुड एवं वर्क लाइफ बैलेंस विषय पर महिलाओं ने अपने विचार व्यक्त किए। कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि पद्मश्री लोक गायिका डॉ माधुरी बरथवाल मौजूद रहीं वहीं बतौर विशिष्ट अतिथि माया देवी एजुकेशन फाउंडेशन की कोषाध्यक्ष प्रभा जुयाल मौजूद थीं। कार्यक्रम की शुरुआत माया ग्रुप ऑफ कॉलेज की मैनेजिंग डायरेक्टर तृप्ति जुयाल सेमवाल ने की उन्होंने सभी आए अतिथियों का स्वागत करते हुए कहा कि मातृत्व सुख ऐसा सुख है जिसकी व्याख्या शब्दों में नहीं की जा सकती वही आज का जो हमारा विषय है कि हम



मातृत्व के साथ-साथ अपने रोजमर्रा के कामों को कैसे बैलेंस करते हैं यह वाकई में बहुत आसान नहीं है।

परंतु आज के हिसाब से हम बदल रहे हैं उसी हिसाब से परिवारों में भी बदलाव आया है और परिवार पहले से सपोर्टिव हो रहे हैं। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि पद्मश्री माधुरी बरथवाल ने अपने जीवन के अनुभवों को साझा करते हुए कहा कि उन्हें परिवार की जिम्मेदारियों के साथ साथ अपने संगीत को जारी रखने के लिए पुरे जीवन अथक प्रयास किये जिसके लिए उन्हें परिवार का पूरा साथ मिला। कार्यक्रम का संचालन बहुत ही खूबसूरत तरीके से अपने काव्य अंदाज में निरावधि की डायरेक्टर डॉ प्राची चंद्रा ने किया। वही विषय पर बात करने के लिए सोशल एक्टिविस्ट एवं एजुकेशन एक्सपोर्ट

गरिमा मेहरा दसोनी, न्यूरोलॉजिस्ट एवं लाइफ कोच निवेदिता गांगुली, ऑकल्ट स्पेशलिस्ट आचार्य वर्षा माटा, सोल फीट हेल्दी फूड की डायरेक्टर रूपा सोनी, दिव्य हिमगिरि मैगजीन की सीनियर एडिटर मोनिका डबराल मौजूद थीं। सभी ने अपने अपने अनुभव छात्रों एवं स्टाफ के साथ शेयर करें।

कार्यक्रम के अंत में कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डॉक्टर माधुरी बरथवाल जी ने गीत प्रस्तुत किया वही सभी को मोमेंटो देकर सम्मानित किया। कार्यक्रम में संस्थान के वाईस चेयरमैन डॉ. आशीष सेमवाल, एडिशनल डायरेक्टर गौरव तोमर, कैंपस डीन डॉ. मनीष पांडेय, डॉ. संजय शर्मा, डॉ. विक्रम सिंह, डॉ. शिवानी जग्गी, विन्नी रावल आदि उपस्थित थे।

आखिर लाल रंग का ही क्यों होता है दुल्हन की शादी का जोड़ा ?



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 17 मई : भारत में शादी-ब्याह को काफी धूमधाम से त्योहार की तरह मनाया जाता है। इस दौरान दूर-दूर से रिश्तेदार आते हैं। शादियों में कई नियम माने जाते हैं। लोग इन नियमों को मानते तो हैं लेकिन इनके पीछे का कारण नहीं जानते। जबकि भारतीय शादियों में होने वाली हर रस्म का एक मतलब और उसके तरीके के एक कारण होता है। शादियों में रंगों की काफी अहमियत होती है। दुल्हन को इस महत्वपूर्ण ओकेजन पर लाल रंग का जोड़ा पहनाया जाता है। लेकिन क्या आप इसकी

वजह जानते हैं ?

इन दिनों शादी का सीजन चल रहा है। इस मौसम में समय के साथ कई बदलाव देखने को मिले हैं। जहां पहले के समय में दुल्हन सिर्फ और सिर्फ लाल रंग के कपड़े पहनती थी, वहीं अब दुल्हनों को लाइट रंग के लहंगे में भी देखा जाने लगा है। लेकिन अगर इतिहास और रिवाज देखा जाए, तो पाएंगे कि दुल्हन सिर्फ लाल रंग का लहंगा ही पहनती है। लेकिन ऐसा क्यों ?

लाल रंग के पीछे मान्यता

अगर ज्योतिष की मानें तो लाल रंग शुभ

होता है। हिन्दू रिवाज के मुताबिक, शुभ कार्य जैसे कि शादी-ब्याह में लाल, पीले और गुलाबी रंग को काफी शुभ माना जाता है। इसमें से लाल रंग को सब ज्यादा महत्व दिया जाता है क्योंकि इसे सौभाग्य का प्रतीक माना जाता है। वहीं अगर लाल रंग के लहंगे के पीछे का वैज्ञानिक कारण देखा जाए तो वो है इसका श्रोत। असल में लाल रंग को ऊर्जा का स्रोत माना जाता है। साथ ही ये पॉजिटिव एनर्जी लेकर आता है। इस वजह से दुल्हन को लाल रंग का लहंगा पहनाया जाता है।

संक्षिप्त खबरें

बिजली कटौती से नाराज कांग्रेसियों ने किया बिजली दफ्तर पर प्रदर्शन

ऋषिकेश। तीर्थनगरी ऋषिकेश और आसपास के क्षेत्रों में पारा चढ़ने से गर्मी बेहाल कर रही है। ऐसे में आए दिन हो रही बिजली कटौती ने लोगों को परेशान किया हुआ है। क्षेत्र में बिजली कटौती को लेकर कांग्रेस मुखर हो गई है। कांग्रेसियों ने विद्युत कटौती पर नाराजगी जताते हुए ऊर्जा निगम के खिलाफ प्रदर्शन किया। मंगलवार को कांग्रेस कार्यकर्ता शैल विहार स्थित विद्युत वितरण खंड कार्यालय में पहुंचे। वहां उन्होंने प्रदर्शन किया और अधिकारियों से मिलने का प्रयास किया। लेकिन कोई भी अधिकारी कार्यालय में मौजूद नहीं मिला। इसके बाद कार्यकर्ताओं ने एकाउंटेंट आशीष श्रीवास्तव को ज्ञापन दिया। कांग्रेस महानगर अध्यक्ष राकेश सिंह मियां ने कहा कि चार धाम यात्रा के प्रवेशद्वार ऋषिकेश में पिछले एक सप्ताह से अधोषिक्त विद्युत कटौती की जा रही है। इससे क्षेत्रवासी परेशान हैं। एक तरफ बढ़ती गर्मी और दूसरी तरफ बिजली कटौती लोगों के लिए परेशानी का सबब बनी हुई है। कहा कि चारधाम यात्रा की वजह से क्षेत्र में बड़ी संख्या में श्रद्धालु ठहरे हुए हैं। लेकिन बिजली कटौती के चलते आम लोगों के साथ ही श्रद्धालुओं को भी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। कहा कि बिजली उस समय गुल होती है, जब घरों में काम का समय होता है। लिहाजा शहर को विद्युत कटौती से मुक्त किया जाए, ताकि लोगों को राहत मिल सके। प्रदर्शन में मधु जोशी, उमा ओबरॉय, हरि सिंह नेगी, मदनमोहन शर्मा, अधिवक्ता अभिनव मलिक, कपिल शर्मा, अजय ठाकुर, शैलेंद्र सेमवाल, पवन शर्मा, बबीता रावत, अशोक शर्मा, विनोद रतूड़ी, विश्वजीत, रविंद्र प्रकाश, गौरव यादव, बबीता रावत, अरुणोदय सिंह नेगी, शैलेंद्र सेमवाल, राहुल रावत आदि शामिल रहे।

युवा ही भाजपा की ताकत : अग्रवाल

ऋषिकेश। मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने कहा कि युवा मोर्चा भाजपा संगठन की रीढ़ है, जो हर वक्त संगठन की ढाल की तरह कार्य करता है। मंगलवार को बैराज रोड स्थित कैंप कार्यालय में भाजपा युवा मोर्चा वीरभद्र मंडल की नवनियुक्त कार्यकारिणी ने मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल से मुलाकात की। अग्रवाल ने सभी नवनियुक्त पदाधिकारियों का स्वागत किया। उन्होंने कहा कि भाजपा सबसे बड़ा संगठन है, इसमें युवाओं की भूमिका सर्वाधिक है। चुनाव में युवा मोर्चा अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता रहा है। उन्होंने युवा मोर्चा की समस्त टीम को बधाई देते हुए सरकार की विकासपरक योजनाओं को जन-जन के बीच लेकर जाने को कहा। कहा कि भाजपा की सरकार में प्रत्येक वर्ग का सम्मान होता है। भाजपा ही ऐसा संगठन है, जहां सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास की भावना के साथ कार्य किया जाता है। मौके पर अध्यक्ष युवा मोर्चा वीरभद्र मंडल निखिल बड़थवाल, उपाध्यक्ष राजीव राणा, उमेश सिंह, शुभम तिवारी, महामंत्री रवि कुमार, रंजीत सिंह, मंत्री रोहित कुमार, रजत चावरिया, कौशल भंडारी, कोषाध्यक्ष अजय कुमार, कार्यालय प्रभारी रामू मौर्य, मीडिया प्रभारी सुशील कुमार शर्मा, सोशल मीडिया प्रभारी अभिनव बडोनी, आईटी प्रभारी विवेक रावत आदि उपस्थित रहे।