



केंद्र से बरसती सौगातें और पीएम के सानिध्य से बढ़ रहा धामी का कद

धामी के कार्यकाल में राज्य को मिली सर्वाधिक केंद्रीय परियोजनाएं



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून, 3 अगस्त, विपक्षियों की राय कुछ भी हो, लेकिन जिस तरह से राज्य पर केंद्र की और से सौगातें बरस रही हैं वह राज्य हित में सुखद ही कही जायेगी। पुष्कर सिंह धामी राज्य के अब तक एकमात्र ऐसे मुख्यमंत्री साबित हुए हैं जिनके कार्यकाल में राज्य को सबसे अधिक केंद्रीय सहायता से विकास की योजनाएं मिलीं। बेशक, उनके कुशल नेतृत्व क्षमता से इन योजनाओं को अमली जामा पहनाने की प्रक्रिया पर काम चल रहा है, लेकिन पीएम नरेंद्र मोदी का मार्गदर्शन भी अधिक अहम है। राज्य में इस समय डेढ़ लाख करोड़ से अधिक की सड़क, वायु और रेलवे सहित पर्यटन की

अनेक योजनाएं चल रही हैं। प्रधानमंत्री अनेकों बार कह चुके हैं कि उनका उत्तराखंड से विशेष लगाव है।

वहीं मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी अक्सर इस बात को दोहराते रहे हैं कि मोदी उनके और राज्य के अभिभावक और मार्गदर्शक हैं। पीएम के मार्गदर्शन में राज्य आगामी दशक का सर्वश्रेष्ठ राज्य होगा। जल प्रलय के बाद उजड़े केदारनाथ की जो तस्वीर आज विश्व पटल पर उभरी है उसके पीछे मोदी के अध्यात्मिक स्वरूप और राज्य के प्रति विशेष लगाव ही रहा। हेमकुंड साहिब तक रोप वे लगाने का हो या आल वेदर रोड से आसान सफर अथवा कर्णप्रयाग तक रेल संपर्क इसी काल खंड में साकार हो पाया।

जहाँ तक सीएम की कार्यशैली का सवाल है तो वह केंद्र की अपेक्षाओं पर खरे उतरते दिख रहे हैं। उत्तराखंड के लिए अब केंद्र के द्वार सुलभ हो चुके हैं। राज्य में हाइवे से लेकर संचार और मेडिकल सुविधाएं अब आम आदमी की पहुँच में आसानी से आ रही हैं। वहीं भ्रष्टाचार के खिलाफ जिस तरह से धामी ताबड़तोड़ बैटिंग कर रहे हैं उससे एक बात साफ है कि वह दबावमुक्त होकर पारी खेल रहे हैं। घपले घोटालों के खिलाफ जो कार्यवाही अब तक सामने आयी वह नजीर भी है।

सीएम धामी की प्रधानमंत्री मोदी के साथ हुई बैठक भी खासी चर्चाओं में रही। लंबी

बैठक में राज्य में चल रही विकास योजनाओं पर विस्तृत चर्चा हुई और सीएम ने बाद में प्रेस वार्ता में कुछ मुद्दों को लेकर खुलासा किया। वार्ता के दौरान उन्होंने यह संकेत जरूर दिये कि राज्य को केंद्रीय परियोजनाओं की एक बड़ी खेप मिलने वाली है। हालांकि उनकी पीएम से मुलाकात को मंत्रिमंडल के विस्तार और दायित्व बंटवारे से जोड़कर देखा जा रहा था। राजधानी में संगठन के राष्ट्रीय महामंत्री बीएल संतोष द्वारा ली गयी कोर कमेटी की बैठक में शिरकत के बाद उन्होंने दिल्ली का रुख किया और पीएम के साथ लंबी मैराथन बैठक में पीएम को विकास योजनाओं की नई

सूची थमा दी।

युवा चेहरे के तौर पर हाई कमान की पसंद बने सीएम पुष्कर सिंह धामी का पार्टी में भी कद बढ़ रहा है। विगत माह पार्टी के प्रदेश प्रभारी दुष्यंत गौतम उन्हें देश के सर्वश्रेष्ठ मुख्यमंत्री कह चुके हैं। पार्टी में अंदरूनी स्थिति जो भी हो, लेकिन पीएम मोदी और केंद्र के साथ वह अल्प समय में उत्तराखंड के नजदीक रिश्ते स्थापित करने में कामयाब हुए हैं उससे निश्चित रूप से कहा जा सकता है कि इसका लाभ राज्य को मिल रहा है और भविष्य में अधिक संभावना है। भाजपा या गैर भाजपा सरकारों में उत्तराखंड को इस समय जो तवज्जो मिल रही है उसे भी पुष्कर सिंह धामी की एक बड़ी उपलब्धि माना जा सकता है।

राज्य के केंद्र से बेहतर रिश्ते बनाने में भी कामयाब

मदन दास देवी के निधन से समाज की अपूरणीय क्षति : मुख्यमंत्री

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हरिद्वार, 3 अगस्त, मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भीमगोडा स्थित कृष्ण कृपा आश्रम में आयोजित श्रद्धांजलि सभा में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के पूर्व सह कार्यवाह मदन दास देवी जी को श्रद्धांजलि अर्पित की। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि मदन दास देवी के निधन से समाज की अपूरणीय क्षति हुई है। उन्होंने कहा कि उनका पूरा जीवन राष्ट्र को समर्पित रहा तथा वे निरन्तर राष्ट्र के निर्माण में सन्नद्ध रहे, जो हमारे लिये प्रेरणा का स्रोत है। श्रद्धांजलि सभा में महामंडलेश्वर स्वामी हरिचेतनानंद महाराज, भाजपा राजधानी कार्यालय प्रमुख महेंद्र पांडेय, प्रफुल आकांत, डॉ. शैलेन्द्र आदि ने भी श्री मदन दास देवी जी को श्रद्धांजलि दी।

श्री मदन दास देवी जी को श्रद्धांजलि देने वालों में महानिर्वाणी अखाड़े के सचिव महंत रविन्द्र पुरी, महंत रूपेंद्र प्रकाश, महंत राम मुनि, महंत जसविंद्र शास्त्री, महंत विष्णुदास, अनिल गुप्ता, सुनील, दयानन्द, आशीष चौहान, अधिवक्ता परिषद से हरि बोरिकर,



उमेश दत्त शर्मा, अमोल, कैबिनेट मंत्री सतपाल महाराज, डॉ. धन सिंह रावत व प्रेमचन्द्र अग्रवाल, रूडकी विधायक प्रदीप बत्रा, हरिद्वार नगर विधायक मदन कौशिक, ऋषिकेश मेयर अनिता ममगाई, पदम सिंह, दिनेश सेमवाल, डॉ. शैलेन्द्र, अजय कुमार, सुरेश जोशी, रमेश गाड़िया, विक्रम, डॉ. ममता सिंह, रितांशु कंडारी, नवीन पन्त, पूर्व मेयर हरिद्वार मनोज गर्ग, रोहन सहगल, डॉ. यतींद्र नागयन,

विकास तिवारी आदि प्रमुख थे। श्रद्धांजलि सभा का संचालन कुँवर रोहिताश्व ने किया। श्रद्धांजलि सभा के बाद पूर्व सह कार्यवाह स्वर्गीय मदन दास देवी जी की अस्थियों को पूर्ण विधि विधान से हर की पौड़ी ब्रह्मकुंड से विसर्जित किया गया। श्रीगंगा सभा की ओर से अध्यक्ष नितिन गौतम, महामंत्री तन्मय वशिष्ठ, सिद्धार्थ चक्रपाणि, उज्ज्वल पण्डित, अनमोल आदि तीर्थ पुरोहित मौजूद थे।

डीएम ने किया कलेक्ट्रेट परिसर स्थित कार्यालयों का औचक निरीक्षण

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून। जिलाधिकारी सोनिका ने आज कलेक्ट्रेट परिसर स्थित कार्यालयों का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान जिलाधिकारी ने रिकार्डरूम, संयुक्त कार्यालय, प्रोटोकॉल आदि पटलों का अवलोकन कर आवश्यक व्यवस्था बनाने के निर्देश उप जिलाधिकारी मुख्यालय को दिए। जिलाधिकारी ने निरीक्षण के दौरान स्पष्ट निर्देश दिए कि पत्रावलियों को अनावश्यक लम्बित न रखें जो पत्रावली लिम्बित है उसका कारण भी दर्ज करें तथा जनमानस से मधुर व्यवहार करें। उन्होंने कहा कि अनावश्यक परेशान की जाने वाली शिकायतों को गंभीरता से लिया जाएगा पुष्टि होने पर सम्बन्धित के विरुद्ध नियमानुसार कार्यवाही की जाएगी।

जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि प्रत्येक पटल पर जो कार्य सम्पादित हो रहा है का विवरण/सूची लगाई जाए ताकि जनमानस को अनावश्यक न भटकना पड़े। प्रत्येक पटल पर आवेदनों की स्थिति की जानकारी रखें तथा उप जिलाधिकारी मुख्यालय को नियमित मॉनिटरिंग करने के निर्देश दिए। उन्होंने

निर्देश दिए कि प्रत्येक पटल पर रजिस्टर रखते हुए प्राप्त आवेदनों/पत्रावलियों का अंकन किया जाए साथ ही पत्रावली/आवेदन किस स्तर पर है का विवरण उल्लिखित करने के निर्देश दिए।

उन्होंने अपर जिलाधिकारी को निर्देशित किया कि विभिन्न पटल पर रोस्टवार अधिकारियों (अपर जिलाधिकारी, उप जिलाधिकारी) की ड्यूटी लगाई जाए जो निरीक्षण करते हुए मॉनिटरिंग करेंगे। निरीक्षण के दौरान एक आन्दोलनकारी द्वारा लम्बे समय से पेंशन न मिलने की शिकायत की जिस पर जिलाधिकारी ने सम्बन्धित पटल से जानकारी लेने पर बताया गया कि जीवन प्रमाण पत्र न देने के फलस्वरूप पेंशन में विलम्ब हुआ है, इस पर जिलाधिकारी ने सम्बन्धित पटल से ऐसे समस्त प्रकरणों का विवरण तलब करने के निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान अपर जिलाधिकारी वित्त एवं राजस्व रामजीशरण शर्मा, उप जिलाधिकारी सदर नरेश चन्द्र दुर्गापाल, उप जिलाधिकारी मुख्यालय शालिनी नेगी, मुख्य वैयक्तिक सहायक वीरेन्द्र सिंह आदि उपस्थित रहे।

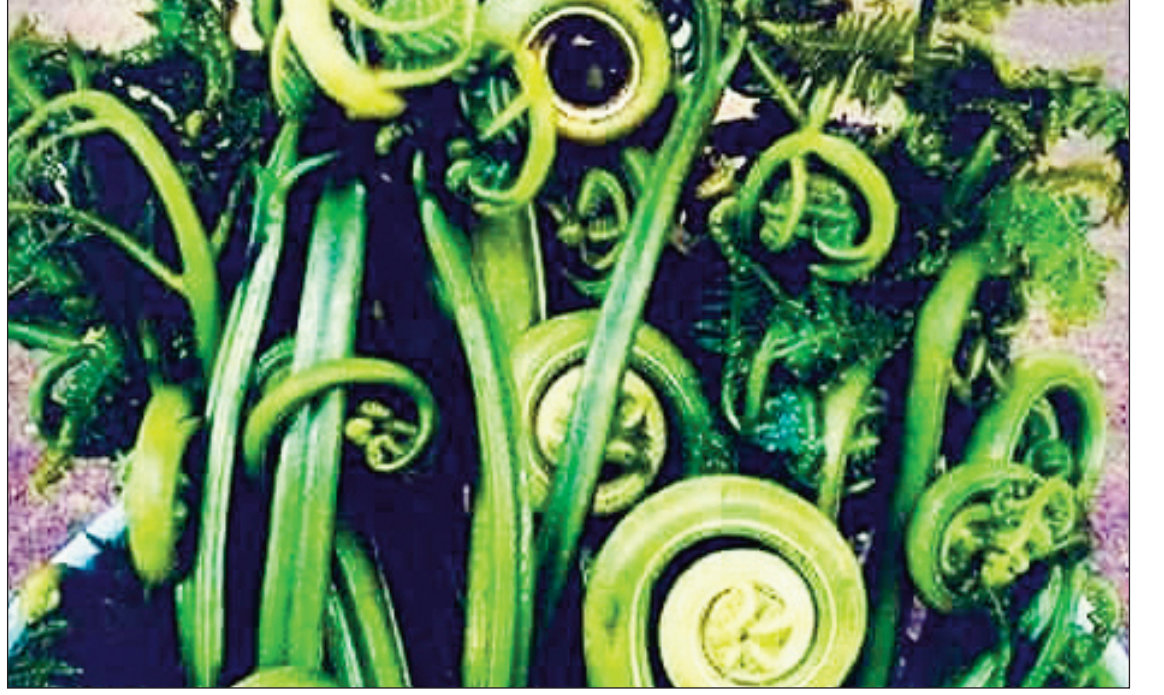
दिल, किडनी, हड्डियों का पक्का इलाज है लिंगुड़ा, जानिए इसके फायदे

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 03 अगस्त : पहाड़ में रहते हैं तो कभी न कभी लिंगुड़ा की सब्जी जरूर खाई होगी। आज की जनरेशन पहाड़ में मिलने वाले परंपरागत खानपान से दूरी बना चुकी है और इसी आहार को अब विदेशी अपनाने लगे हैं।

लिंगुड़ा ऐसी ही सब्जी है, जिसे सुपर फूड कहा जाता है। स्वास्थ्य की देखभाल के नाम पर आज लोग ओमेगा-3 फैटी एसिड, आयरन, जिंक और कैल्शियम के लिए महंगे कैप्सूल ले रहे हैं और ये सभी तत्व लिंगुड़ा में प्राकृतिक रूप से पाए जाते हैं। लिंगुड़ा यानी फिडरहेड फर्न्स उत्तराखंड में मिलने वाली जंगली सब्जी है। जिसमें ओमेगा-3 होने के साथ ही कई खनिज प्राकृतिक रूप से मौजूद हैं। इसके सेवन से कैंसर नहीं होता, हृदय, यकृत, त्वचा और हड्डियों संबंधी बीमारी में भी इसके सेवन से लाभ मिलता है। बरसात में मिलने वाले लिंगुड़ा या लिंगुड़ा को जो सम्मान हम नहीं दे पाए वो सम्मान

विदेशों में मिल रहा है। पूरी दुनिया में ये सुपरफूड के रूप में मशहूर है और उत्तराखंड से इसे अमेरिका सहित अन्य देशों में सप्लाई किया जा रहा है। शोध में पता चला है कि लिंगुड़ा ओमेगा-3 फैटी एसिड का एक उत्कृष्ट गैर-समुद्री वैकल्पिक आहार स्रोत है। इसके खिले हुए पत्तों में किसी भी खाने योग्य हरे पौधे से अधिक फैटी एसिड स्पेक्ट्रम मौजूद है। ओमेगा-3 फैटी एसिड पूरे मानव शरीर में कोशिका झिल्ली का एक अभिन्न अंग होता है और सूजन और कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मदद करता है। ओमेगा-3 फैटी एसिड के लिए लोग महंगी दवाइयों का सेवन करते हैं, जबकि लिंगुड़ा में ये नेचुरल तौर पर मिलता है। उत्तराखंड और हिमाचल में लिंगुड़ा समुद्र तट से 1800 से 3000 मीटर की ऊंचाई पर नमी वाली जगह पर मार्च से जुलाई तक उगता है। इसका वैज्ञानिक नाम डिप्लाजियम एसकुलेंटम है। यह वनस्पतियों के एथाइरिप्सी कुल से संबंधित है। दुनियाभर में लिंगुड़ा की 400 प्रजाति पाई जाती हैं।



महिलाओं ने 6 करोड़ लिपस्टिक और नेल पॉलिश लगाकर साबित की काबिलियत

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 3 अगस्त , दुनियाभर में महिलाओं के कॉस्मेटिक्स प्रेम से भला कौन वाकिफ नहीं है। भारतीय महिलाओं के बारे में भी यही बात लागू होती है। अगर आंकड़ों पर गौर फरमाएं तो पता चलेगा कि भारत के टॉप-10 शहरों में लिपस्टिक, नेल पॉलिश और आईलाइनर जैसे कॉस्मेटिक्स प्रोडक्ट्स की बीते छह महीने में सेल 5,000 करोड़ रुपये की रही है। आखिर क्यों कॉस्मेटिक की सेल में इजाफा हो रहा है? चलिए ये जानने से पहले जानते हैं कॉस्मेटिक्स, जवाहर लाल नेहरू और जेआरडी टाटा का किस्सा...

एक मीडिया रिपोर्ट बताती है कि ये किस्सा तब का है जब देश नया-नया आजाद हुआ था। तब देश में कॉस्मेटिक्स बनते नहीं थे और भारतीय महिलाएं इसे विदेशों से मंगवाती थीं।

कॉस्मेटिक्स के इस इंपोर्ट ने देश के पहले प्रधानमंत्री जवाहर लाल नेहरू को परेशान कर दिया और इसके समाधान के लिए वह पहुंचे उद्योगपति जेआरडी टाटा के पास और इस तरह 1952 में शुरू हुआ Lakme ब्रांड, ये देवी लक्ष्मी का ही फ्रेंच भाषा में दिया गया नाम था।

आखिर क्यों बढ़ रही कॉस्मेटिक की सेल ? भारत में सिर्फ 6 महीने के अंदर कॉस्मेटिक्स पर 5,000 करोड़ रुपये का खर्चा होने को लेकर कंठार वर्ल्डपैनल ने एक स्टडी की है। इसके हिसाब से कॉस्मेटिक्स की सेल में बढ़ोतरी होने की वजह अब ज्यादा महिलाओं का घर से बाहर काम के लिए निकलना है। स्टडी में पता चला है कि कॉस्मेटिक्स की 40 प्रतिशत सेल ऑनलाइन है। इतना ही नहीं ऑनलाइन या ऑफलाइन कॉस्मेटिक्स खरीदने वाली महिलाओं में अधिकतर वकिंग वीमेन हैं। ये सामान्य

कॉस्मेटिक्स खरीदार के मुकाबले ब्यूटी प्रोडक्ट्स पर 1.6 गुना अधिक खर्च करती हैं। हालांकि although मीडिया रिपोर्ट के अनुसार एक्सपर्ट का कहना है कि जैसे-जैसे और अधिक महिलाएं वर्कफोर्स का हिस्सा बनेंगी, कॉस्मेटिक्स की पहुंच और उपयोग बढ़ेगा और आने वाले भविष्य में ये सेक्टर अच्छी ग्रोथ करेगा।

बिक्री 3 करोड़ से ज्यादा लिपस्टिक बीते छह महीने में 10 करोड़ से अधिक ब्यूटी प्रोडक्ट्स देशभर में बिके हैं। इसमें 3.1 करोड़ लिपस्टिक, 2.6 करोड़ नेल पॉलिश, 2.3 करोड़ आई लाइनर इत्यादि और 2.2 करोड़ क्रीम-पाउडर की सेल हुई है। बीते 6 महीने में कॉस्मेटिक्स पर हर महीने का औसत खर्च 1,214 करोड़ रुपये रहा है। सबसे ज्यादा लिपस प्रोडक्ट की सेल हुई है और ये टोटल सेल का करीब 38 प्रतिशत रहा है।



लाइट में सोने से सेहत को खतरा : रिसर्च

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : सोने के कई तरीके होते हैं। जहां कुछ लोग पूरे अंधेरे में सोना पसंद करते हैं, वहीं कुछ थोड़ी रोशनी के साथ सोते हैं। हाल ही में अमेरिका में हुई एक नई रिसर्च के मुताबिक, लाइट में सोना आपकी सेहत के लिए नुकसानदायक होता है। नॉर्थवेस्टर्न यूनिवर्सिटी फीनिक्स स्कूल ऑफ मेडिसिन द्वारा की गई एक स्टडी में पाया गया कि थोड़ी सी भी लाइट आंखों में घुसकर आपका हार्ट रेट और ब्लड शुगर लेवल बढ़ा सकती है। यानी इससे दिल की बीमारी और टाइप-2 डायबिटीज हो सकती है। लाइट में सोने से दिल को खतरा, हो सकता है डायबिटीज दिन में हमारा हार्ट रेट ज्यादा होता है और रात में आमतौर पर कम हो जाता है।

मगर रिसर्च में शामिल लोग जब लाइट में सोए तो रात में भी उनका हार्ट रेट ज्यादा पाया गया। इससे भविष्य में जल्दी मौत होने का खतरा बढ़ जाता है। बता दें कि रात में हमारा दिमाग शरीर को रिपेयर करने में लगा रहता है इसलिए हार्ट रेट कम हो जाता है। रिसर्च में सुबह उठकर लोगों में हाई ब्लड शुगर लेवल भी पाया गया। लॉन्ग टर्म में यह टाइप-2 डायबिटीज का कारण बन सकता



हैलाइट के इस्तेमाल से मोटापे का रिश्ता इससे पहले हुई एक रिसर्च में वैज्ञानिकों ने कहा था कि रात में सोते समय आर्टिफिशियल लाइट का इस्तेमाल आपको मोटा कर सकता है। इससे वजन बढ़ने का खतरा ज्यादा होता है।

सोते समय लाइट कम करने की टिप्स नॉर्थवेस्टर्न यूनिवर्सिटी ने रिसर्च में सोने के दौरान लाइट कम करने के कुछ तरीके बताए हैं। रात में लाइट बल्ब

जलाकर न सोएं। यदि आपको लाइट की जरूरत है ही तो जमीन के पास कम से कम लाइट रखें। लाइट के रंग पर ध्यान दें। रेड, ऑरेंज कलर की लाइट आंखों को ज्यादा प्रभावित नहीं करती। वहीं व्हाइट और ब्लू लाइट को हमेशा सोते हुए इंसान से दूर रखना चाहिए। यदि आप बाहरी लाइट कंट्रोल नहीं कर पा रहे हैं तो आई मास्क का इस्तेमाल करें। अपने विस्तर को लाइट से दूर रखें।

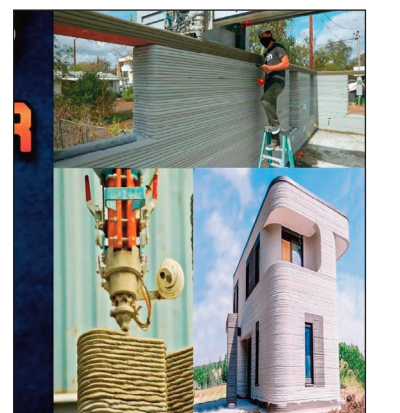
कुछ घंटों में बनेगा आपका घर महीनों का खत्म होगा इंतज़ार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 3 अगस्त , देश-दुनिया में टेक्नोलॉजी के नए-नए आयाम स्थापित किए जा रहे हैं। इन्हीं में से एक है श्री डी प्रिंटिंग। आज के समय में दुनिया के कई देश श्री प्रिंटिंग का इस्तेमाल कर रहे हैं लेकिन क्या आप जानते हैं श्री डी प्रिंटिंग क्या है और इसका इस्तेमाल कैसे कर सकते हैं? इस वक्त सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायरल हो रहा है। जिसमें दिखाया कि कैसे श्री डी प्रिंटिंग का इस्तेमाल कर कुछ घंटों में घर को तैयार किया जा सकता है।

3D Printing से कुछ घंटों में बनाया घर

अक्सर किसी घर को बनाने में महीनों और सालों का वक्त लग जाता है। तब जाकर पूरा घर तैयार हो पाता है लेकिन अब दुनिया में ऐसी टेक्नोलॉजी विकसित की जा रही है जिसके माध्यम से कुछ ही घंटों में घर बनकर तैयार हो जाएगा। दरअसल, बीते दिनों एक कंटेंट सोशल मीडिया पर शेयर किया गया है और दिखाया है कि कैसे श्री डी प्रिंटिंग की मदद से कुछ घंटों में घर तैयार किया जा सकता है। इस वीडियो को



इंस्टाग्राम पर पेज से शेयर किया गया है। आखिर क्या होती है 3D Printing ? 3D Printing टेक्नोलॉजी का यूज ज्यादातर मैन्यूफैक्चरिंग और डिजाइनिंग के लिए होता है। इस टेक्नोलॉजी का इस्तेमाल कर श्री डायमेंशनल ऑब्जेक्ट का निर्माण किया जाता है। साथ ही डिजिटल तौर पर एर श्री डायमेंशनल ऑब्जेक्ट को डिजाइन किया जाता है। इसमें खास तरह के प्रिंटर का प्रयोग किया जाता है। वहीं श्री डी प्रिंटिंग के जरिए उसे फिजिकली बनाया जाता है।

उत्तराखंड को उत्कृष्ट राज्य बनाने में छात्र छात्राओं की अहम भूमिका : मुख्यमंत्री



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून, 3 अगस्त, मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने दून विश्वविद्यालय में आयोजित नवप्रवेशित विद्यार्थियों के दीक्षारम्भ समारोह कार्यक्रम में प्रतिभाग किया। इस अवसर पर उन्होंने दून विश्वविद्यालय परिसर में ओपन एयर थियेटर एवं स्कूल ऑफ मैनेजमेंट भवन का लोकार्पण भी किया। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने इस अवसर पर 'Changing Paradigms in Business and Technology' एवं 'Innovative Management Practices' नामक पुस्तकों का विमोचन किया। मुख्यमंत्री धामी ने छात्रों से संवाद करते हुए कहा कि उत्तराखंड को उत्कृष्ट राज्य बनाने में छात्र छात्राओं

की अहम भूमिका होगी। राज्य का भविष्य यहां के युवाओं के भविष्य पर निर्भर करता है। पढ़ाई के साथ युवा हर क्षेत्र में आगे बढ़ें, इसके लिए राज्य सरकार नौजवानों के साथ खड़ी है। मुख्यमंत्री ने दीक्षारम्भ (सत्रारम्भ) समारोह में आए छात्र छात्राओं को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि उच्च शिक्षा में प्रवेश के साथ ही जीवन में एक नए अध्याय की शुरुवात हुई है। जीवन में शिक्षा का महत्व प्राचीन काल से ही रहा है। उच्च शिक्षा में प्रवेश जीवन में ज्ञान के महत्व को इंगित करने का एक अभिनव क्षण है। यह पल आपकी स्मृतियों में जीवनभर ताजा बने रहेगा।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि उत्तराखंड सदियों से ही महान ऋषियों

की कर्मस्थली रही है। जिन्होंने भारतीय ज्ञान परंपरा को भारत ही नहीं बल्कि सम्पूर्ण विश्व में प्रचारित और प्रसारित किया। आज भी हमारे कई शैक्षणिक संस्थान न सिर्फ देश में अपितु वैश्विक स्तर पर अपनी शैक्षणिक गतिविधियों के लिए जाने जाते हैं। उत्तराखंड की समृद्ध ज्ञान परंपरा को आगे बढ़ाते हुए दून विश्वविद्यालय शिक्षा के क्षेत्र में निरंतर प्रगति कर रहा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि युवावस्था जीवन की सबसे बड़ी शक्ति है, इसके बल पर आप लोग चुनौतियों को अवसर में परिवर्तित कर सकते हैं तथा अपनी सृजनशक्ति के द्वारा विभिन्न क्षेत्रों में नित नये-नये कीर्तिमान स्थापित कर सकते हैं। वर्तमान में केन्द्र एवं राज्य सरकार द्वारा युवाओं को राष्ट्र निर्माण में



सहयोग हेतु प्रेरित एवं प्रोत्साहित करने की दिशा में कई कार्यक्रम संचालित किये जा रहे हैं। उत्तराखंड को देश का अग्रणी राज्य बनाने के लिए लगातार प्रयास किये जा रहे हैं। जनता से संवाद स्थापित कर उत्तराखंड को श्रेष्ठ राज्य बनाने के अपने 'विकल्प रहित संकल्प' को पूर्ण करने हेतु निरंतर कार्य किये जा रहे हैं।

उच्च शिक्षा मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने कहा कि उत्तराखंड राज्य के विभिन्न महाविद्यालयों में प्रवेश उत्सव के कार्यक्रमों का आयोजन किया जा रहा है। समर्थ पोर्टल के माध्यम से विभिन्न महाविद्यालयों में एडमिशन हेतु 71 हजार से अधिक छात्र-छात्राओं ने आवेदन किया है। उन्होंने कहा

उत्तराखंड राज्य में डिग्री कॉलेजों हेतु ई-ग्रंथालय की व्यवस्था की गई है। महाविद्यालय में अन्य कार्यक्रमों से छात्र-छात्राओं की पढ़ाई प्रभावित ना हो इसके लिए शैक्षिक कैलेंडर भी जारी किया गया है। उत्तराखंड राज्य के सभी विश्वविद्यालय के दीक्षांत समारोह नवंबर माह में किए जाने का फैसला राज्य सरकार द्वारा लिया गया है। राज्य में मेधावी छात्रों के लिए मुख्यमंत्री छात्रवृत्ति योजना दी जा रही है। उत्तराखंड राज्य के विश्वविद्यालय देश के सर्वोच्च विद्यालयों में शामिल हों, इसके लिए सरकार निरंतर कार्यरत है। इस दौरान कार्यक्रम में विधायक विनोद चमोली, कुलपति दून विश्वविद्यालय सुरेखा डंगवाल एवं अन्य गणमान्य उपस्थित थे।

लगजरी कार में 10 पेटी देशी शराब जाफरान की तस्करी करते हुए एक गिरफ्तार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 03 अगस्त : अवैध शराब की बिक्री/तस्करी व शराब तस्करी के विरुद्ध पुलिस उपमहानिरीक्षक/वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक, जनपद देहरादून के द्वारा अभियान चलाया जा रहा है। जिसके अनुपालन में पुलिस अधीक्षक अपराध, जनपद देहरादून व पुलिस अधीक्षक देहात, जनपद देहरादून के मार्गदर्शन व क्षेत्राधिकारी ऋषिकेश के पर्यवेक्षण में प्रभारी निरीक्षक कोतवाली ऋषिकेश के द्वारा नेतृत्व करते हुए आवश्यक दिशा निर्देशों के साथ थाना एवं चौकी क्षेत्र में पुलिस टीमों गठित कर कोतवाली ऋषिकेश की सीमाओं पर व शहर में मुख्यतः स्थानों को चिन्हित कर चैकिंग अभियान चलाया जा रहा है। जिस पर गठित टीमों द्वारा



अभियान के अनुपालन में गठित टीम के द्वारा दिनांक 01 अगस्त 2023 को मुखबिर की सूचना पर गद्दी तिराहा के पास Nissan sunny कार रजिस्ट्रेशन नंबर UK08Z6188 को रोककर चेक किया गया तो गाड़ी के अंदर से 10 पेटी देशी शराब जाफरान की बरामद हुई वाहन चालक को गिरफ्तार कर आबकारी अधिनियम के अंतर्गत

अभियोग पंजीकृत किया गया है। नाम पता अभियुक्त राहुल कुमार पुत्र रामअवतार निवासी आयुष विहार गढ़वाली कॉलोनी लाडपुर थाना रायपुर देहरादून बरामदगी विवरण 1-कुल 10 पेटी देशी शराब जाफरान 2-Nissan sunny कार रजिस्ट्रेशन नंबर UK08Z6188

- 1- शराब तस्करी के ठिकानों पर दबिशा।
- 2- अवैध शराब बिक्री वाले स्थान पर दबिशा।
- 3- शराब तस्करी के विरुद्ध वाहन चैकिंग। अभियान जारी है।

भूस्खलन की रोकथाम को जिओटेक्निकल, जियोफिजिकल, टोपोग्राफिकल जांच कराई जायेगी: महाराज

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हरिद्वार। जनपद के प्रभारी मंत्री और प्रदेश के सिंचाई, लोक निर्माण, पर्यटन, लघु सिंचाई, पंचायती राज, ग्रामीण निर्माण, जलागम प्रबन्धन, संस्कृति एवं धर्मस्व मंत्री सतपाल महाराज ने मनसा देवी स्थल में हो रहे भू-स्खलन का स्थलीय निरीक्षण कर अधिकारियों को इसकी रोकथाम के लिए आवश्यक दिशा निर्देश दिए। इससे पूर्व उन्होंने भीमगोड़ा, देवीपुरा स्थित कृष्ण कृपा धाम पहुंच कर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के वरिष्ठ प्रचारक पूर्व सह सरकार्यावाह स्वर्गीय मदन दास देवी जी को श्रद्धा सुमन अर्पित किये। जनपद के प्रभारी मंत्री और प्रदेश के सिंचाई, लोक निर्माण, पर्यटन, लघु सिंचाई, पंचायती राज, ग्रामीण निर्माण, जलागम प्रबन्धन, संस्कृति एवं धर्मस्व मंत्री सतपाल महाराज ने बुद्धवार को मनसा देवी स्थल में हो रहे भू-स्खलन का स्थलीय निरीक्षण कर अधिकारियों को इसकी रोकथाम के निर्देश देते हुए कहा कि मनसा देवी क्षेत्र में हो रहे भूस्खलन की संपूर्ण जांच कराई जाएगी इत्तराखंड लैंडस्लाइड मिटिगेशन एंड मैनेजमेंट सेंटर और उत्तराखंड स्टेट डिजास्टर अथॉरिटी मनसा देवी क्षेत्र में हो रहे भूस्खलन की

रिपोर्ट शासन को सौंपेगी। जनपद के प्रभारी मंत्री और प्रदेश के कैबिनेट मंत्री श्री महाराज ने कहा कि मनसा देवी मंदिर श्रद्धालुओं की आस्था और हरिद्वार की शान है। इस लिए परिक्षेत्र में हो रहे भूस्खलन की जिओ टेक्निकल, टोपोग्राफिकल और जियोफिजिकल जांच करवाई जाएगी और उसके पश्चात इसकी रोकथाम के पुख्ता इंतजाम किए जाएंगे। इससे पूर्व श्री महाराज ने भीमगोड़ा, देवीपुरा स्थित कृष्ण कृपा धाम पहुंच कर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के वरिष्ठ प्रचारक पूर्व सह सरकार्यावाह स्वर्गीय मदन दास देवी जी की शोक सभा में पहुंच कर उन्हें श्रद्धांजलि भी अर्पित की। मनसा देवी भूस्खलन क्षेत्र में निरीक्षण के दौरान प्रभारी मंत्री के साथ भाजपा जिलाध्यक्ष संदीप गोयल, लव शर्मा, आशु चौधरी, सचिन शर्मा, नकली राम सैनी जिलाधिकारी धीरज गर्ब्याल, एसएसपी अजय सिंह, एसडीएम, सीडीओ प्रतीक जैन, निदेशक लैंडस्लाइड शांतनु सरकार, आपदा प्रबंधन अधिकारी मीरा रावत, डीएफओ, राजाजी नेशनल पार्क, नगर आयुक्त नगर निगम श्री दयानंद सरस्वती सहित संबंधित अधिकारी उपस्थित थे।

वरिष्ठ नागरिकों को किया साइबर क्राइम से हो रहे नुकसान से बचने हेतु जागरूक

हरिद्वार। वरिष्ठ नागरिक सामाजिक संगठन की बैठक इंटर कॉलेज ज्वालापुर में संपन्न हुई। बैठक में देहरादून से आए हेलप एज इंडिया एनजीओ के सदस्यों ने संगठन सदस्यों को साइबर क्राइम से हो रहे नुकसान से बचने के लिए जागरूक किया। इस दौरान साइबर क्राइम में किस प्रकार ठगी की जा रही इस विषय पर विस्तार से समझाया। एनजीओ के सदस्यों ने वरिष्ठ नागरिक सामाजिक संगठन की बैठक में मौजूद बुजुर्गों को बताया कि कोई अनजान व्यक्ति आपके परिवार की आईडी से फोन पर बहाना बनाकर आपका हितेषी बनकर आपके परिवार के सदस्य के लिए पैसा मांगता है तो उसकी पहले अपने स्तर से जानकारी करें अन्यथा आपके साथ धोखा हो सकता है। उन्होंने जोर देकर कहा कि अपने पासवर्ड में कभी भी जन्मतिथि का उल्लेख न करें। साइबर क्राइम हो जाता है तो फोन नंबर पर सूचना दें ताकि आपकी सहायता हो सके। सभी संगठन सदस्यों ने जानकारी प्राप्त की और साइबर क्राइम के बारे में जागरूक हुए। बैठक के अन्त में प्रति वर्ष जल मूल्य पर बढ़ावा जा रहे सरचार्ज और बार-बार बढ़ते बिजली यूनिट चार्ज ने मंहगाई के इस दौर में आर्थिक बोझ से जनता परेशान है। वरिष्ठ नागरिकों ने सरकार इन बढ़े सरचार्ज को वापस लेने की मांग भी बैठक में की। बैठक में एमसी त्यागी, बदन सिंह, भोपाल सिंह, चौधरी चरण सिंह, एससीएस भास्कर, डीडी शर्मा, अनूप सिंह, गुलाब राय, देवी दयाल, ताराचंद, हरिनाथ धीमान, रामसागर सिंह, सतोख सिंह, सत्यनारयण सिंह, एसएस वर्मा वेद कुमार भाटिया, बसंत लाल, सीताराम चावला, सुंदर लाल, रामपाल धीमान, रामबचन गुप्ता आदि मौजूद रहे।

रेपिड जांच में मिला एक व्यक्ति डेंगू पॉजिटिव

हरिद्वार। चंद्राचार्य चौक स्थित निजी पैथोलॉजी लैब में रेपिड जांच में एक और व्यक्ति डेंगू पॉजिटिव आया है। जिला मलेरिया अधिकारी गुरनाम सिंह ने बताया कि रेपिड जांच में अभी तक पांच पॉजिटिव आए मरीजों की एलाइजा जांच के लिए भेज दिया गया है। आज शाम तक एलाइजा जांच की रिपोर्ट आ जाएगी। चंद्राचार्य चौक स्थित निजी लैब में रेपिड जांच में एक व्यक्ति के डेंगू पॉजिटिव आने के बाद हरिद्वार जिले में रेपिड जांच में अभी तक दस डेंगू के मरीज मिले हैं। स्वास्थ्य विभाग ने रेपिड जांच में पहले पांच पॉजिटिव आए मरीजों की एलाइजा जांच कराने के बाद एक व्यक्ति को डेंगू होने की पुष्टि की थी। स्वास्थ्य विभाग के आंकड़ों के अनुसार रेपिड जांच में पांच और मरीज मिलने की पुष्टि हुई है। जिला मलेरिया अधिकारी गुरनाम सिंह ने बताया कि रेपिड जांच में पॉजिटिव आए मरीजों की आज एलाइजा रिपोर्ट आएगी।

हरिद्वार से रुड़की 13 किमी दूरी बढ़ी, उत्तराखंड रोडवेज बसों में सफर हुआ महंगा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हरिद्वार 03 अगस्त : रुड़की और हरिद्वार के बीच ट्रकों और बसों की आवाजाही का एक मुख्य विकल्प बंद हो गया है। जी हां, हम बात कर रहे हैं रुड़की और हरिद्वार के बीच सोलानी पुल की जिसके जरिए बड़े बड़े वाहन रुड़की और हरिद्वार के बीच में यात्रा किया करते थे। सोलानी पुल को बसों और ट्रकों के लिए बंद कर दिया गया है और इस पुल को भारी वाहनों के गुजरने के लिए लिहाज से खतरनाक करार दिया गया है।

बीते दिन पुल के दोनों छोरों पर बैरिकेडिंग कर पुलिस ने तैनाती कर दी, इससे हरिद्वार से रुड़की जाने वाली बसों और ट्रकों को 13 किलोमीटर घूम कर जाना पड़ेगा। अब इस पुल पर केवल कार और दुपहिया वाहन ही अलाउड हैं। सोलानी पुल के जरिए पहले बड़े वाहनों को आवाजाही करने में काफी सहूलियत होती थी मगर अब उनको 13



साभार - सो.मी.

किलोमीटर का अधिक सफर तय करना पड़ेगा। बता दें कि यह पुल काफी पुराना है और यह रुड़की हरिद्वार स्टेट हाईवे को

जोड़ता है। पिछले साल इसका निरीक्षण हुआ था और इस पुल की भार क्षमता को परखा गया और रिपोर्ट आने पर पुल को

असुरक्षित करार कर दिया गया। बता दें कि पुल में कुछ जगहों पर दरारें आई हैं जिस वजह से यह है भारी वाहनों के लिए

सफ़ नहीं है। ऐसे में यहां से भारी वाहनों की आवाजाही को बंद करा दिया गया है। बसों और ट्रकों को रुड़की बाईपास से मंगलौर भेजा गया। ऐसे में रुड़की हरिद्वार की दूरी 13 किलोमीटर बढ़ गई है। पहले यह दूरी 25 किलोमीटर थी और अब 38 किलोमीटर हो गई है। अब ऐसा माना जा रही है कि जल्द ही बसों का किराया भी बढ़ सकता है।

परिवहन निगम के एआरएम सुरेश चौहान ने बताया कि हरिद्वार से करीबन रोजाना 737 बसों का संचालन होता है और 450 बस से हरियाणा, सहारनपुर, दिल्ली, पंजाब, मेरठ, मुजफ्फर आदि क्षेत्रों में संचालित होती है और यह सभी बसें रुड़की से होते हुए गुजरती हैं। पहले इनका संचालन सोलानी पुल के जरिए ही होता था। अब सोलानी पुल के प्रभावित होने के कारण इन बसों को अतिरिक्त चक्कर काटने पड़ रहे हैं।

सेहत की बात : जीवन लंबा पर सेहतमंद नहीं. जीवन शैली से जुड़े मरीज हो गए दोगुने



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : कहने को तो अब हम ज्यादा जीने लगे हैं। बीते पांच दशक में हमारी औसत उम्र (जीवन प्रत्याशा) करीब 22 साल बढ़ गई है। लेकिन उम्र ज्यादा होने से स्वस्थ जीवन में कोई खास इजाफा नहीं हुआ। अब हम पहले के मुकाबले ज्यादा बीमारियों के साथ जीने लगे हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की ताजा रिपोर्ट के हिसाब से बीमारों की देखभाल में तो भारत का प्रदर्शन पहले से अच्छा रहा है लेकिन जीवन शैली से जुड़े डायबिटीज जैसे रोगों ने नई चुनौतियां खड़ी कर दी हैं। कभी पोलियो, खसरा, टीबी और एड्स से लड़ता रहा भारत आज डायबिटीज 'कैपिटल' बन गया है और 2025 तक सात करोड़ से ज्यादा लोग इससे ग्रसित होने के आसार हैं।

सबसे ज्यादा मौतें हृदय रोग से बीते 30 वर्षों में हृदय रोगियों की तादाद दोगुनी हो गई है। हृदय रोग कभी पांचवें पायदान पर था लेकिन अब यह देश में सबसे बड़ी

बीमारी बन गया है। एक अध्ययन के मुताबिक, भारत में बीते तीन दशकों के दौरान लोगों की स्वास्थ्य क्षति में सबसे बड़ा योगदान हृदय, सीओपीडी, डायबिटीज और पक्षाघात जैसे रोगों का रहा है। जीवन शैली के कारण होने वाली बीमारियों ने 35 साल तक की युवा आबादी को शहर ही नहीं, गांवों तक तेजी से अपनी गिरफ्त में लिया है और यह मौत का सबसे बड़ा कारण बन गई है। इसका असर साफ देखने को मिला, जिसमें जान गंवाने वाले आधे भारतीय पहले से ही डायबिटीज और हाइपरटेंशन जैसे रोगों के शिकार थे।

22 साल बढ़ी भारतीयों की उम्र, पर जीवन शैली से जुड़े रोगों के मरीज हो गए दोगुने गैर संक्रामक रोगों से मरने वालों की तादाद हुई 50% दक्षिण एशिया क्षेत्र में काफी लोगों के जीवन का एक बड़ा हिस्सा खराब सेहत की भेंट चढ़ रहा है और गैर-संक्रामक (एनसीडी) रोग इसकी बड़ी वजह बनकर उभरे हैं। शोधकर्ताओं का कहना है कि भारत के स्वास्थ्य तंत्र पर 58

फीसदी रोग भार गैर-संक्रामक रोगों के कारण है, जो 1990 में 29 फीसदी था। एनसीडी के कारण अकाल मौतों की तादाद पहले सिर्फ 22 फीसदी थी, जो अब दोगुने से भी ज्यादा बढ़कर 50 फीसदी हो गई है।

वायु प्रदूषण, उच्च रक्तचाप और खराब भोजन मुख्य कारण 2019 में एक शोध में पता लगा था कि देश में जान लेने वाले शीर्ष पांच कारणों में वायु प्रदूषण (16.7 लाख मौतें), उच्च रक्तचाप (14.7 लाख मौतें), तंबाकू (12.3 लाख), खराब भोजन (10.18 लाख) और उच्च ब्लड शुगर (10.12 लाख) शामिल हैं।

हम 70 साल जीने लगे, 10 हजार लोगों पर महज नौ डॉक्टर 1970 में औसत उम्र 47.7 साल थी, जो 2020 में बढ़कर 69.6 साल हो गई है। डॉक्टर और नर्सों का अनुपात तुलनात्मक रूप से सुधरा है पर व्यापक रूप से हालात अभी कमजोर हैं। 10 हजार लोगों पर नौ डॉक्टर और 24 नर्स ही हैं। इतने ही लोगों पर महज नौ फार्मासिस्ट हैं।

नए-नए रिश्तों में इन बातों का रखें ध्यान, मजबूत होंगे रिश्ते, बढ़ेगा भरोसा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : नए रिश्ते में बात करने के लिए कई टॉपिक होते हैं। एक-दूसरे की पसंद-नापसंद, परिवार, दोस्त आदि के बारे में उत्सुकता रहती है और साथ ऐसी बातें शेयर करना अच्छा भी लगता है। लेकिन, समय गुजरने के साथ रिश्तों को मजबूत बनाने के लिए कुछ जरूरी बातों को समझना और उन्हें फॉलो करना भी आवश्यक होता है। अगर आप अपने रिश्ते को गंभीरता से ले रहे हैं और पार्टनर का साथ जीवनभर चाहते हैं तो आप कुछ बातों को ध्यान में रखकर अपने रिश्ते को मजबूत बना सकते हैं। यहां हम आपको बता रहे हैं कि आप ऐसा कैसे कर सकते हैं।

रोड टू ग्रे काउंसलिंग के मुताबिक, आप जितना साथ वक्त गुजारेंगे, एक-दूसरे को बेहतर तरीके से जान समझ सकेंगे, लेकिन इसके लिए जरूरी नहीं कि आप हर वक्त साथ घूमते ही रहें। आप साथ में बोर्ड गेम खेल सकते हैं, मॉर्निंग या इवनिंग वॉक कर सकते हैं, साथ में एक जैसी किताब पढ़ सकते हैं और उस टॉपिक पर डिस्कस कर सकते हैं। यही नहीं, ईयर

पॉड पर साथ गाना सुनना, कुकिंग करना भी अच्छा साथ वक्त गुजारने का जरिया हो सकता है।

आप अपने पार्टनर की जरूरतों को अगर समय समय पर पूछते रहेंगे तो इससे आप उन्हें ना केवल बेहतर जान पाएंगे, बल्कि आपका पार्टनर आपके प्रति इमोशनली अटैच भी महसूस करेगा। यही नहीं, आप पार्टनर के बुरे वक्त में हेल्प के लिए पूछकर उनका दिल भी जीत सकते हैं। आपके रिश्ते के लिए बहुत जरूरी है कि आप अपने अंदर के डर, गुस्से और इमोशन को पार्टनर के साथ साझा करें। आप उन्हें यह भी बता सकते हैं कि आप रिश्ते में कब ईसिक्वोर महसूस करते हैं। इसके लिए आप लेटर की मदद ले सकते हैं। अगर आप अधिक गुस्से में हैं तो बेहतर होगा कि आप खुद को कूल होने का वेट करें। बेहतर होगा कि आप किसी सीरिया मुद्दे पर बात करने के लिए पार्टनर से सही वक्त मांगें। बिना दूसरे को हार्ट किए आप अपने गुस्से को व्यक्त कर सकते हैं। आप सॉरी बोलते हुए अपने मन की बात को बता सकते हैं।



ICICI समेत इन बैंकों ने बढ़ाया MCLR, बढ़ेगा EMI का बोझ

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट, 3 अगस्त, अगर आप भी लोन देते हैं तो हमारी इस खबर को ध्यान से पढ़ लीजिये क्योंकि पिछले साल मई से रेपो रेट बढ़ने के कारण लोगों की ईएमआई में इजाफा देखने को मिला है। आरबीआई की ओर से ब्याज दर में वृद्धि रोकने के बाद भी कुछ बैंकों की ओर से लेंडिंग रेट्स में बढ़ोतरी की जा रही है।

ताजा बढ़ोतरी आईसीआईसीआई बैंक और बैंक ऑफ इंडिया की ओर से गई है। इन बैंकों द्वारा लोन के एमसीएलआर की दरों को बढ़ा दिया गया है। नई ब्याज दरें एक अगस्त से लागू हो गई हैं।

किस बैंक ने कितनी की बढ़ोतरी?

आईसीआईसीआई बैंक (ICICI Bank) की ओर से एमसीएलआर की दर को 5 आधार अंक बढ़ा दिया गया है। इस बढ़ोतरी के बाद ओवरनाइट और एक महीने का एमसीएलआर 8.40 प्रतिशत, तीन महीने का एमसीएलआर 8.45 प्रतिशत, छह महीने की 8.80 प्रतिशत और एक साल का

एमसीएलआर 8.90 प्रतिशत है। बैंक ऑफ इंडिया (Bank of India) की ओर से कुछ चुनिंदा अवधि के एमसीएलआर को बढ़ाया गया है। एक साल का एमसीएलआर 8.70 प्रतिशत और तीन साल का एमसीएलआर 8.90 प्रतिशत है। वहीं, ओवरनाइट 7.95 प्रतिशत, एक महीने 8.15 प्रतिशत, तीन महीने 8.30 प्रतिशत, छह महीने 8.50 प्रतिशत है।

क्या होता है MCLR?

एमसीएलआर का पूरा नाम मार्जिनल कॉस्ट ऑफ फंड्स वेस्ट लेंडिंग रेट्स है। यह वह दर होती है, जिसके आधार पर बैंक ग्राहकों को लोन देते हैं। इसमें बदलाव का सीधा असर ग्राहकों की ईएमआई पर पड़ता है। बता दें, आरबीआई की ओर से मई 2022 में ब्याज दरों को बढ़ाना शुरू किया था। तब से लेकर अब तक आरबीआई रेपो में 2.5 प्रतिशत का इजाफा कर चुका है। हालांकि, पिछले दो बार की मौद्रिक कमेटी की बैठक में ब्याज दरों में कोई बढ़ोतरी नहीं की गई है।



प्रतीकचित्र

सुबह सुबह उठेंगे तो तन और मन दोनों रहेंगे स्वस्थ

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : 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 बाँड़ी, माइंड और स्पिरिट के लिए बहुत फायदेमंद होता है। इस वक्त उठने से माइंड और बाँड़ी 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 कैपेसिटी 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 फायदे



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 जीवित करता है।

आउटपुट बेहतर होगा

सुबह जल्दी उठने से शरीर का आलस खत्म होगा। आप काम जल्दी निपटा के ऑफिस पर जल्दी फोकस करेंगे। ऐसे में आपका आउटपुट अच्छा होगा। खुद के लिए वक्त यूँ 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 बीमारियाँ नहीं होती हैं। अच्छी नींद लेने से आपकी त्वचा प्राकृतिक रूप से ग्लो करता है। डाइट हेल्दी रहेगी जल्दी उठेंगे तो दिन में क्या खाना है, इसका प्लान बना सकेंगे। साथ ही ब्रेकफास्ट करने का समय भी होगा। वैसे भी नाश्ते से जो एनर्जी मिलती है, दिन भर की एक्टिविटीज इसी पर निर्भर रहती हैं।

धूप से लौटते ही करते हैं ये गलतियाँ तो हो जाएँ सतर्क

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : बीते कुछ समय से गर्मी ने लोगों का जीना मुहाल कर दिया है। चिलचिलाती धूप और तेज गर्मी की वजह से सभी का हाल बेहाल हो रहा है। भारत के कई राज्यों में बीते दिनों हीटवेव ने लोगों को झुलसा दिया है। गर्मी के मौसम में लू और तेज धूप से अपना बचाव करना बेहद जरूरी है। लू की चपेट में आने से अक्सर काफी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इसके अलावा हमारी कुछ आदतें भी गर्मियों में हमें बीमार करने का बड़ा कारण होती हैं। ऐसे में अपनी कुछ आदतों में बदलाव कर आप इस मौसम में स्वस्थ रह सकते हैं। हम आपको बताएंगे कुछ ऐसी आदतों के बारे में, जिन्हें करने से आपकी सेहत पर बुरा असर पड़ सकता है। अगर आपमें भी इनमें से कोई आदत है, तो जल्द से जल्द इसमें सुधार कर लें, वरना यह आपकी सेहत पर भारी पड़ सकती है।

धूप की वजह से लोग पसीने से तरबतर हो जाते हैं। ऐसे में घर आते ही पसीने से छुटकारा पाने के लिए कुछ लोग तुरंत नहाने चले जाते हैं, लेकिन आपकी यह आदत आपको बीमार बना सकती है। दरअसल, बाहर से आने के वजह से शरीर का टेंपरेचर बढ़ा रहता है, ऐसे में ठंडे पानी की वजह से बाँड़ी टेंपरेचर बिगड़ जाता है, जिससे सर्दी-जुकाम हो सकता है। चिलचिलाती धूप से वापस घर लौटने के बाद कई लोग एसी में बैठ जाते हैं। एसी की ठंडी हवा से आपको धूप और गर्मी से राहत मिल जाती है, लेकिन इसकी वजह से सेहत को



संकेतिक चित्र

काफी नुकसान भी होता है। ऐसे में जब भी आप धूप से लौटें, तो कुछ देर शरीर को तापमान को सामान्य होने दें और फिर कूलर-एसी में बैठें। कामकाज की वजह से अक्सर लोगों को धूप में बाहर निकलना पड़ता है। ऐसे में बेहद जरूरी है कि गर्मी और लू से खुद को बचाने के लिए सभी जरूरी कदम उठाए जाएँ। आप इन तरीकों को अपनाकर खुद को तेज गर्मी, धूप और लू से बचा सकते हैं-

गर्मी में शरीर को डिहाइड्रेट होने से बचाएं। इसके लिए आप शिकंजी, ओआरएस, नारियल पानी आदि पी सकते हैं। गर्मियों में कई सारे ऐसे फल मिलते हैं, जिनके सेवन से शरीर में पानी की कमी पूरी होती है। इसलिए कोशिश करें कि इस मौसम में खरबूजा, तरबूज, अंगूर आदि का ज्यादा से ज्यादा सेवन करें। गर्मियों में सेहतमंद रहने के लिए कोशिश करें कि आप बाहर का तला-भुना और खुले में बनाया हुआ खाना ना खाएं। गर्मियों में अपनी डाइट में प्याज और खीरा को सलाद के तौर पर जरूर शामिल करें।

आयुष्मान योजना से 8 लाख से अधिक लाभार्थियों का हुआ मुफ्त उपचार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून, 3 अगस्त, राज्य स्वास्थ्य प्राधिकरण द्वारा संचालित आयुष्मान योजना की पहुंच आम जन तक दिनों दिन बढ़ रही है। अभी तक 51.44 लाख से अधिक लोगों के आयुष्मान कार्ड बन चुके हैं और 8.28 लाख से अधिक लाभार्थी योजना के तहत मुफ्त उपचार सुविधा का लाभ उठा चुके हैं। इस सेवा पर सरकार द्वारा 15 अरब से अधिक की राशि खर्च की जा चुकी है। गौरतलब है कि प्रदेश में आयुष्मान योजना का लाभ जन-जन तक पहुंचाने के लिए राज्य स्वास्थ्य प्राधिकरण

की ओर से तमाम प्रयास किए जा रहे हैं। योजना के अंतर्गत 102 सरकारी तथा 139 निजी अस्पताल सूचीबद्ध हैं। राज्य के आखिरी छोर के व्यक्ति तक योजना का लाभ पहुंचे इसके लिए राज्य स्वास्थ्य प्राधिकरण की ओर से आयुष्मान कार्ड बनाने के लिए समय-समय पर अभियान व जागरूकता कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं। फलस्वरूप अभी तक 51 लाख 44 हजार से अधिक लोगों के आयुष्मान कार्ड बन चुके हैं। योजना की बेहतरी के लिए सरकार की ओर से भी निर्देशित किया जा रहा है। आयुष्मान के

तहत मुफ्त उपचार सेवा में 1554 करोड़ से अधिक की धनराशि व्यय की जा चुकी है। राज्य स्वास्थ्य प्राधिकरण उत्तराखण्ड के मुख्य कार्यकारी अधिकारी डा. आनन्द श्रीवास्तव बताते हैं कि "प्रदेश में आयुष्मान योजना का लाभ जन-जन तक पहुंचाना हमारी प्राथमिकता में है। सुविधा को और अधिक सुगम बनाने की दिशा में हर संभव प्रयास किए जाएंगे। क्रियान्वयन में आने वाली समस्याओं की त्वरित समीक्षा कर योजना अधिक गतिमान बनाने का प्रयास किया जा रहा है।"



इस राज्य में लव मैरिज के लिए माता-पिता की इजाजत होगी अनिवार्य !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट, 3 अगस्त, गुजरात के मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल ने कहा कि उनकी सरकार इस बात का अध्ययन करेगी कि क्या प्रेम विवाह के लिए माता-पिता की अनुमति को अनिवार्य बनाने का प्रावधान संवैधानिक सीमा में रहकर किया जा सकता है। पटेल ने यह टिप्पणी पाटीदार समुदाय के कुछ धड़ों द्वारा प्रेम विवाह के लिए माता-पिता की अनुमति को अनिवार्य बनाने की मांग के जवाब में की। मेहसाणा जिले में पाटीदार समुदाय का प्रतिनिधित्व करने वाले सरदार पटेल ग्रुप द्वारा आयोजित एक कार्यक्रम में मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य के स्वास्थ्य मंत्री ऋषिकेश पटेल ने उन्हें विवाह के लिए लड़कियों को भगाने की घटनाओं का अध्ययन कराने का सुझाव दिया है, ताकि ऐसी व्यवस्था बनाई जा सके, जिसमें (प्रेम विवाह के लिए) माता-पिता की अनुमति अनिवार्य हो।

सर्वोत्तम व्यवस्था लागू करने की कोशिश



साभार - सो.मी.

मुख्यमंत्री ने कहा, '(ऋषिकेश पटेल ने) मुझसे लड़कियों को भगाने की घटनाओं का अध्ययन कराने को कहा है, ताकि यह देखा जा सके कि क्या (प्रेम विवाह के लिए) माता-पिता की सहमति को अनिवार्य बनाया

जा सकता है। अगर संविधान समर्थन करता है, तो हम इस संबंध में अध्ययन करेंगे और इसके लिए सर्वोत्तम व्यवस्था लागू करने की कोशिश करेंगे।' कांग्रेस विधायक इमरान खेड़ावाला ने कहा कि अगर सरकार

विधानसभा में इस संबंध में कोई विधेयक लेकर आती है, तो वह उसका समर्थन करेंगे। उन्होंने कहा, 'ऐसा समय जिसमें प्रेम विवाह के दौरान माता-पिता को नजरअंदाज कर दिया जाता है, सरकार प्रेम विवाह के

लिए विशेष प्रावधान करने पर विचार कर रही है, जो संवैधानिक हो।'

शीर्ष अदालत में विचाराधीन है मामला

खेड़ावाला ने कहा, 'मुख्यमंत्री ने भरोसा दिलाया है कि प्रेम विवाह के लिए माता-पिता की अनुमति को अनिवार्य बनाने को लेकर अध्ययन कराया जाएगा। अगर राज्य सरकार विधानसभा सत्र में ऐसा कोई विधेयक लेकर आती है, तो मैं उसका समर्थन करूंगा।' गुजरात सरकार ने 2021 में गुजरात धार्मिक स्वतंत्रता अधिनियम में संशोधन किया था और विवाह के लिए जबरन या फर्जी तरीके से धर्मांतरण को दंडनीय अपराध बनाया था। संशोधित अधिनियम के तहत दोषियों को 10 साल के कारावास की सजा देने का प्रावधान किया गया था। हालांकि, बाद में गुजरात उच्च न्यायालय ने अधिनियम की विवादाित धाराओं के अमल पर रोक लगा दी थी। इस फैसले को उच्चतम न्यायालय में चुनौती दी गई थी और मामला शीर्ष अदालत में विचाराधीन है।

स्कूलों के आसपास तंबाकू बेचा तो होगी कार्रवाई : अल्मोड़ा डीएम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

अल्मोड़ा 03 अगस्त : राष्ट्रीय तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम के तहत जिला समन्वय समिति की कलेक्ट्रेट में हुई बैठक में डीएम विनीत तोमर ने जिले के विद्यालयों में तंबाकू जागरूकता कार्यक्रम चलाने, धार्मिक स्थलों, शैक्षणिक संस्थाओं, सार्वजनिक स्थानों को तंबाकू मुक्त करने निर्देश दिए। कहा कि शैक्षणिक संस्थाओं के आसपास तंबाकू बेचने पर पूरी तरह नियंत्रण लगाने के लिए गंभीरता दिखानी होगी।

डीएम ने कहा कि शैक्षणिक संस्थाओं के 100 मीटर के दायरे में नशीले पदार्थों की विक्री पर सख्त प्रतिबंध लगाना होगा। कहा कि यदि किसी दुकानदार ने इस दायरे में तंबाकू उत्पाद बेचे तो उसके खिलाफ सख्त कार्रवाई होगी। उन्होंने जिला, विकासखंड स्तर पर गठित टीम को चालान, अर्थदंड बढ़ाने



के निर्देश दिए। अपर मुख्य चिकित्साधिकारी डॉ. दीपांकर डेनियल ने बताया कि वित्तीय वर्ष 2023-24 में जिले के प्रत्येक ब्लॉक में आशा, एएनएम, सीएचओ, संबंधित क्षेत्रों के जनप्र-

तिनिधियों के सहयोग से 20-20 गांवों को तंबाकू मुक्त बनाने की योजना है। बैठक में सीएमओ डॉ. आर सी पंत, डीपीओ पीतांबर प्रसाद सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

क्या आप जानते हैं 'पुर' का मतलब?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट, 3 अगस्त, भारत दुनिया का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक देश है और यहां के शहरों का अपना एक ऐतिहासिक महत्व है। हमारे भारत में कई ऐसे शहर व गांव हैं जिनका नाम पुर से खत्म होता है जैसे की रामपुर, रायपुर, कानपुर आदि। यहां छोटे से लेकर बड़े गांव के नाम भी पुर से खत्म होते हैं। लेकिन क्या आपने कभी ये सोचा है कि आखिरी इन के नामों के पिछे पुर क्यों लगा होता है।

"पुर" क्यों लगाया जाता है?

"पुर" शब्द प्राचीन काल से ही भारतीय शहरों के नामों में शामिल रहा है और आमतौर पर नाम के अंत में प्रयोग किया जाता है। प्राचीन काल में कई राजा-महाराजा अपने नगरों के नाम अपने नाम के साथ "पुर" शब्द जोड़कर रखते थे। उदाहरण के लिए, जयपुर शहर का निर्माण राजा जय सिंह ने करवाया था। उन्होंने अपने नाम के साथ "पुर" जोड़कर शहर का नाम जयपुर रखा। इसी प्रकार अन्य नगरों के नाम में भी पुर शब्द का प्रयोग होता है।

"पुर" शब्द का क्या अर्थ है?

"पुर" शब्द का अर्थ "शहर" या "किला"



साभार - सो.मी.

है। यह शब्द प्राचीन संस्कृत में प्रयोग किया जाता था और कई वर्षों से इसे भारतीय शहरों के नामों में जोड़ा जाता रहा है। प्राचीन काल में राजा-महाराजा अपने राज्य की राजधानी एवं अन्य महत्वपूर्ण नगरों को अपने नाम के साथ "पुर" शब्द से सम्बोधित करते थे। इतिहास में बदलते युगों के साथ, उनके संघर्षों के बावजूद, यह उनकी मूल्यवान और सांस्कृतिक विरासत का संकेत माना

जाता है। समय के साथ यह शब्द अलग-अलग शहरों और गांवों के नामों में जुड़ता गया।

अफगानिस्तान एवं ईरान में पुर का प्रयोग कुछ भाषाविदों का मानना है कि "पुर" शब्द का प्रयोग अरबी भाषा में भी होता है। इसी कारण अफगानिस्तान और ईरान के कुछ नगरों में भी "पुर" शब्द का प्रयोग होता है।

टॉयलेट रोका तो गंभीर होगा नतीजा महिलाओं को रहना चाहिए सावधान



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : यूँ तो कहने को ये छोटी सी बात मान सकते हैं क्योंकि ये काम हम और आप कभी न कभी हालात से मजबूरन कर ही देते हैं। लेकिन यही मामूली सी लापरवाही हमको बड़े संकट में भी डाल सकती है। हम बात कर रहे हैं टॉयलेट की जो कभी कभी सही जगह न मिलने की वजह से हम नजरअंदाज कर देते हैं और असहनीय न हो जाए तब तक टॉयलेट रोक कर रखते हैं। यही नहीं आजकल देर रात या ठंड और आलस या कई बार शर्म की वजह से भी लोग ऐसा करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि आपकी ये गलत आदत काफी खतरनाक हो सकती है। यही नहीं आपकी ये आदत कई बीमारियों को जन्म भी दे सकती है।

ज्यादातर लोगों को किसी न किसी चीज से डर लगता है, जिसे फोबिया भी कहते हैं। किसी को ऊँचाई से, तो किसी को पानी में जाने से, या फिर किसी को सांप से डर लगता है। इन सब से अलग कुछ लोगों को टॉयलेट जाने से भी डर लगता है। इसे शाय ब्लैडर सिंड्रोम कहा जाता है। इन लोगों को अपने घर के अलावा किसी और जगह पर

टॉयलेट यूज करने में हिचक महसूस होती है।

महिलाओं में ज्यादा देखी जाती है ये समस्या - इस सिंड्रोम से पीड़ित लोगों को पब्लिक टॉयलेट का इस्तेमाल करने से डर लगता है, खासकर तब जब दूसरे लोग इनके आस-पास होते हैं। शाय ब्लैडर सिंड्रोम वैसे तो महिलाओं में आम है, क्योंकि अधिकतर समय महिलाएं शर्म या गंदे टॉयलेट की वजह से बाथरूम जाने से बचती हैं, लेकिन ये परेशानी पुरुषों और बच्चों में भी देखी जाती है। इंटरनेशनल पैरिसिस एसोसिएशन की एक रिपोर्ट अनुसार दुनिया में करीब 2 करोड़ लोग शाय ब्लैडर सिंड्रोम से जूझ रहे हैं। ये लोग आउटडोर पब्लिक गैदरिंग, ट्रेवलिंग या बाजार तक आने-जाने से भी कतराते हैं। सर्दियों में ये समस्या और भी बढ़ जाती है। ठंड के चलते भी कुछ लोग बहुत देर तक टॉयलेट जाने से बचते हैं। सुनने में भले ही ये छोटी सी बात लगती हो, लेकिन ये समस्या कई और गंभीर बीमारियों का कारण बन सकती है। तो आप भी अगर ऐसी लापरवाही करते हैं तो अब जरा समझ जाएँ और अपनी सेहत से अनजाने में कोई खिलवाड़ न करें।

देश को सांस्कृतिक उन्नति की ओर अग्रसर करने में संत महापुरुषों की अग्रणी भूमिका : श्रीमहंत रविंद्रपुरी

हरिद्वार। महामंडलेश्वर स्वामी हरिचैतनानंद ने कहा कि संत परंपरा सनातन संस्कृति की वाहक है। हरिद्वार के संतों ने विश्व पटल पर भारत का जो स्वरूप प्रस्तुत किया है, वह अद्भुत एवं अकल्पनीय है। कनखल स्थित श्री महर्षि ब्रह्महरि उदासीन आश्रम में आयोजित श्रीमद् भागवत सप्ताह ज्ञानयज्ञ के समापन पर आयोजित संत सम्मेलन की अध्यक्षता करते हुए स्वामी हरिचैतनानंद ने कहा कि संत महापुरुषों ने सदैव ही समाज को नई दिशा प्रदान की है। ब्रह्मलीन महंत ब्रह्महरि महाराज त्याग और तपस्या की साक्षात् प्रतिमूर्ति थे। अखाड़ा परिषद अध्यक्ष एवं श्री पंचायती अखाड़ा महानिर्वाणी के सचिव श्रीमहंत रविंद्रपुरी ने कहा कि देश को सांस्कृतिक उन्नति की ओर अग्रसर करने में संत महापुरुषों ने सदैव ही अग्रणी भूमिका निभाई है।

बेकार हो चुके लिवर को नया बना देगा ये उपाय

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : आजकल लोगों का स्वास्थ्य बेकार हो रहा है। जिसका मुख्य कारण शराब, स्मॉकिंग, तला-भुना खाना, प्रोसेस्ड फूड का सेवन बढ़ना है। ये चीजें शरीर में जहरीले विषाक्त पदार्थ बनाती हैं, जो खून में घुल जाते हैं। फिर यही गंदा खून शरीर के कोने-कोने को नुकसान पहुंचाता है। खून की सफाई का जिम्मा सबसे ज्यादा लिवर पर होता है। यह सारे जहरीले टॉक्सिन को बाहर करता है। लेकिन इस काम में लिवर पर काफी प्रेशर बढ़ता है और धीरे-धीरे कामकाज कमजोर हो जाता है। इसकी वजह से फैटी लिवर, फेलियर या कैंसर भी हो सकता है। खाली पेट कुछ ड्रिंक्स पीकर लिवर की सफाई कर सकते हैं। जिसे लिवर डिटॉक्स कहा जाता है।

मिल्क थिस्ल एक पौधा है, जिसे दूध पत्र भी कहा जाता है। Johns Hopkins के अनुसार (ref.), इसकी हर्बल टी पीने से लिवर की सूजन कम हो सकती है और उसे मजबूत बनाया जा सकता है। आप इसकी पत्तियां उबालकर चाय बना सकते हैं। सूजन मिटाने वाली हल्दी लिवर की गंदगी निकालने में मदद करती है। इसमें एंटी इन्फ्लामेटरी गुण होते हैं, जो फेलियर या कैंसर बनने से रोकते हैं। आप रोजाना हल्दी और अदरक से बनी चाय पी सकते हैं। चुकंदर डिटॉक्स करने के काम आता है। यह सारे टॉक्सिन को एक झटके में बाहर निकाल सकता है। आप रोजाना चुकंदर का जूस खाली पेट पीएं। इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स और



प्लांट बेस्ड नाइट्रेट होता है, जो फैटी लिवर डिजीज से बचाता है। खाली पेट आंवला का जूस जरूर पीना चाहिए। यह डिटॉक्स ड्रिंक आपके बालों और स्किन के लिए भी फायदेमंद होती है। साथ में लिवर को बीमारी से बचाती है। नींबू में एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं और अदरक एक एंटी इन्फ्लामेटरी फूड है।

ये दोनों चीजें जिगर के विषाक्त पदार्थ बाहर करते हैं और सूजन व डैमेज से एक साथ बचाते हैं। डिस्क्लेमर: यह लेख केवल सामान्य जानकारी के लिए है। यह किसी भी तरह से किसी दवा या इलाज का विकल्प नहीं हो सकता। ज्यादा जानकारी के लिए हमेशा अपने डॉक्टर से संपर्क करें।

संक्षिप्त खबरें

वन स्टूडेंट वन ट्री महाअभियान का हुआ समापन

हरिद्वार। गुरुकुल विवि कांगड़ी के अभियांत्रिकी एवं प्रौद्योगिकी संकाय में अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद की ओर से चलाए जा रहे वन स्टूडेंट वन ट्री महाअभियान का बुधवार को समापन हुआ। पौधरोपण का यह अभियान विश्वविद्यालय में पिछले एक महीने से चल रहा था। छात्रों ने पौधरोपण कर सेल्फी विद ट्री लेकर अभियान को सफल बनाया। संकाय के डीन प्रो. विपुल शर्मा ने बताया कि इस अभियान में विभिन्न प्रजाति के करीब 700 पौधे रोपित किए गए। राष्ट्रीय सेवा योजना के इकाई-5 के कार्यक्रम अधिकारी मयंक पोखरियाल ने बताया कि पौधरोपण का कार्यक्रम संकाय परिसर एवं हरिद्वार के विभिन्न क्षेत्रों में किया गया था। विभागाध्यक्ष प्रो. मयंक अग्रवाल ने बताया कि इस अभियान के तहत छात्रों को पौधरोपण और प्रकृति संरक्षण के प्रति जागरूक किया गया। राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई-6 के कार्यक्रम अधिकारी गौरव कुमार ने बताया कि संकाय के छात्रों ने वन स्टूडेंट वन ट्री महाअभियान के तहत अपने घरों के आसपास पौधरोपण करके सेल्फी विद ट्री लेकर अभियान को सफल बनाया। एलुमनी एसोसिएशन के अध्यक्ष मधुसूदन अग्रवाल, डॉ. एमएम तिवारी, डॉ. सुनील कुमार, डॉ. अजय कुमार आदि ने पौधरोपण किया। इस अवसर पर उद्यान अधिकारी धनपाल सिंह, उमाशंकर आदि मौजूद रहे।

10 अगस्त तक हटाए गए कर्मचारियों को नहीं रखा गया तो करेंगे आंदोलन

हरिद्वार। नगर निगम से हटाए गए आउटसोर्स सफाई कर्मचारियों को फिर से रखने की मांग को लेकर विवाद गहराता जा रहा है। नगर आयुक्त ने स्पष्ट तौर पर कहा कि जगह होने पर ही सफाई कर्मचारियों को रखा जाएगा। जबकि पूर्व पार्षद कन्हैया खेवडिया और कार्यकारी महानगर कांग्रेस के कार्यकारी अध्यक्ष अमन गर्ग ने कहा कि यदि 10 अगस्त तक हटाए गए कर्मचारियों को नहीं रखा गया तो आंदोलन किया जाएगा। नगर निगम के अपर रोड क्षेत्र में सफाई का काम करने वाली कंपनी ने करीब 50 अस्थायी सफाई कर्मचारियों को काम से निकाल दिया है। इधर, हटाए गए सफाई कर्मचारियों को फिर रखने की मांग को लेकर मंगलवार को कांग्रेस के पार्षद राजीव भार्गव, महानगर कांग्रेस के कार्यकारी अध्यक्ष अमन गर्ग, पूर्व पार्षद कन्हैया खेवडिया, श्रमिक नेता मुरली मनोहर, युवा कांग्रेसी नेता तुषार कपिल ने नगर आयुक्त से वार्ता की। इस दौरान नगर आयुक्त और प्रतिनिधिमंडल के बीच विवाद हो गया। विवाद इतना गहराया कि नगर आयुक्त के साथ भीड़ ने धक्कामुक्की तक कर दी थी। कन्हैया खेवडिया और अमन गर्ग का कहना है कि इसके बाद मंगलवार शाम को ही वार्ता के दौरान हटाए गए कर्मचारियों को रखने का आश्वासन दिया गया था। वहीं नगर आयुक्त दयानंद सरस्वती का कहना है कि जगह होने पर ही किसी कर्मचारी को रखा जा सकेगा।

संपादकीय



ट्रेन में 'हत्यारा रक्षक'

रेलगाड़ी में सफर सबसे सुरक्षित, आरामदेह और सुकूनदायक माना जाता रहा है। रेलवे सुरक्षा बल (आरपीएफ) का सूत्र-वाक्य 'यात्रियों की सुरक्षा, संरक्षा और रेल-यात्रा के प्रति विश्वास को बढ़ाना' भी आश्वस्त करता है, लेकिन सोमवार, 31 जुलाई को 'जयपुर-मुंबई सुपरफास्ट एक्सप्रेस' ट्रेन में, सुरक्षाकर्मी ने ही, जो कल्लेआम किया, उसने रेलवे की छवि पर दाग ही नहीं, कई सवाल चस्पं कर दिए हैं। क्या रेल-यात्रा वाकई सुरक्षित है? आरपीएफ के एक कांस्टेबल ने न केवल अपने वरिष्ठ कर्मचारी, बल्कि 3 यात्रियों की भी हत्या कर दी। अपनी मनःस्थिति को अंजाम देने से पहले वह 'हत्यारा रक्षक' करीब 40 मिनट तक, बोगी-दर-बोगी घूमते हुए, यात्रियों को आतंकिता करता रहा। उसके निशाने पर सिर्फ मुस्लिम यात्री ही थे अथवा उसने सभी को धमकाया था, यह फिलहाल स्पष्ट नहीं है। संभवतः जांच के निष्कर्षों में यह तथ्य उजागर हो सकता है! आरपीएफ ने त्वरित सफाई दी है कि वह मानसिक तौर पर बीमार था, लिहाजा यह कांड कर दिया। यह संदर्भ और सरोकार सैकड़ों रेल-यात्रियों से जुड़ा है। रेलगाड़ी में सशस्त्र सुरक्षा कर्मियों को गश्त लगाते देख कर औसत यात्री, बेशक, सुरक्षित महसूस करता है। यात्री आराम और सुकून की नींद सो पाते हैं। सुरक्षा कर्मियों की गश्त के बावजूद रेलगाड़ी में लूट-डकैती की भी घटनाएं हुई हैं, लेकिन इस तरह सरेआम, यात्रियों से भरी ट्रेन में, गोलियां चलाकर किसी की हत्या नहीं की गई। बहुत बड़ा सवाल है कि यदि आरपीएफ कांस्टेबल मानसिक रोगी था, तो सुरक्षा बल ने, हमलावर राइफल के साथ, उसे ड्यूटी पर तैनात क्यों किया था? नियमित ड्यूटी से पहले अस्पताल में उसका उचित इलाज क्यों नहीं कराया गया? उसे स्वस्थ होने तक छुट्टी पर क्यों नहीं भेजा गया? ऐसे तमाम सवाल आरपीएफ के लापरवाह, आंख मूंदे अधिकारियों की ओर भी संकेत करते हैं। उन्हें भी दंडित किया जाना चाहिए। दरअसल यह कोई इकलौती घटना नहीं है। सैनिकों और पुलिस कर्मियों के शिविरों में ऐसा होता रहा है कि एक जवान ने दूसरे को गोली मार दी अथवा खुद को ही गोली मार कर आत्महत्या कर ली। वरिष्ठ अफसरों को भी निशाना बनाया गया है। ओडिशा के तत्कालीन स्वास्थ्य मंत्री नाबा दास की एक पुलिस कर्मी ने, बीती जनवरी में ही, अपनी सर्विस रिवाल्वर इस्तेमाल करते हुए, गोली दाग कर हत्या कर दी थी।

थायराइड को कंट्रोल करने में मदद करेंगे ये फूड

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 03 अगस्त : थायराइड एक ऐसी बीमारी है, जिसके लिए खराब लाइफ-स्टाइल भी काफी हद तक जिम्मेदार है। खराब लाइफ-स्टाइल और खान-पान की गलत आदतों की वजह से तमाम उम्र साथ रहने वाली थायराइड जैसी बीमारियां अपना शिकार बना लेती हैं। यह एक ऐसी बीमारी है जिसकी चपेट में महिलाएं ज्यादा आती हैं। थायराइड के लक्षण - इस बीमारी की चपेट में आने के बाद महिलाओं की बॉडी में कई तरह के लक्षण दिखने लगते हैं, जैसे- अत्यधिक थकान, बालों का झड़ना, टाइम से पीरियड न आना, टेंशन आदि। इसके अलावा पसीने से तर रहना, बार-बार भूख लगना भी थायराइड के संकेत हैं। थायराइड क्या है - थायराइड गले में स्थित एक ग्रंथि है। यह तितली के आकार का एक ग्लैंड होता है जो सांस की नली के ऊपर होता है। थायराइड ग्लैंड थ्योरी कसिन नाम का हार्मोन बनाता है। ये हार्मोन शरीर के मेटाबॉलिज्म को बढ़ाता है और बॉडी में सेल्स को कंट्रोल करता है। थायराइड की परेशानी बॉडी में आयोडीन की कमी के कारण होती है। डाउन टू अर्थ की रिपोर्ट के अनुसार हमारे देश में चार करोड़ लोग इस बीमारी से पीड़ित हैं। थायराइड ग्रंथि पर्याप्त मात्रा में हार्मोन का निर्माण नहीं कर पाती जिसकी वजह से बॉडी में कई तरह की परेशानियां पैदा होने लगती हैं। थायराइड से बचना चाहते हैं तो इस बीमारी के लक्षणों को समझे और डाइट में कुछ हेल्दी फूड्स को शामिल करें।

थायराइड को कंट्रोल करने के आसान तरीके - अलसी के बीजों का करें सेवन: अलसी में कैलोरी, सोडियम, पोटेशियम, कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, कैल्शियम के साथ ही ओमेगा 3 फैटी एसिड भी मौजूद



होता है जो थायराइड को कंट्रोल करता है, साथ ही वजन भी बढ़ने नहीं देता। नारियल भी करेगा थायराइड कंट्रोल: थायराइड के मरीज नारियल का सेवन करें मेटाबॉलिज्म बूस्ट रहेगा, साथ ही थायराइड की परेशानी से निजात भी मिलेगी। नारियल का इस्तेमाल आप कच्चा, नारियल का तेल, चटनी और लड्डू बनाकर कर सकते हैं।

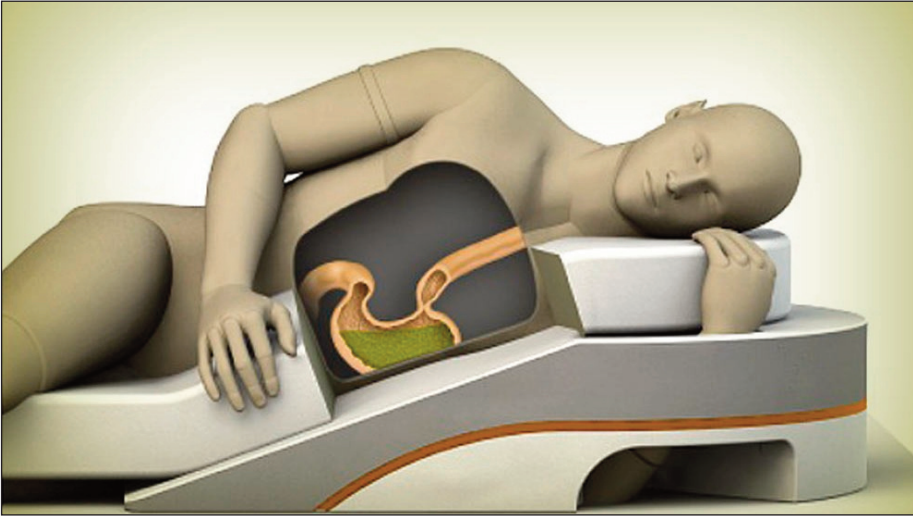
मुलेठी भी है असरदार: मुलेठी में ट्रीटरपेनोइड ग्लाइसेरीथेनिक एसिड मौजूद होता है जो थायराइड कैंसर की कोशिकाओं को खत्म करता है, साथ ही इसपर कंट्रोल भी करता है। मशरूम का करें सेवन: विटामिनस और मिनरल्स से भरपूर मशरूम थायराइड के मरीजों के लिए बेहद उपयोगी है। मशरूम वजन को कंट्रोल करने के साथ ही थायराइड

भी कंट्रोल करता है। हल्दी का दूध भी असरदार: औषधीय गुणों से भरपूर हल्दी थायराइड के मरीजों के लिए बेहद असरदार है। हल्दी के साथ दूध का सेवन करने से थायराइड कंट्रोल रहेगा, साथ ही कई बीमारियों का उपचार भी होगा। रोजाना सोने से पहले एक गिलास दूध में हल्दी डालकर जरूर पिएं। धनिया थायराइड करेगा कंट्रोल: धनिया में विटामिन सी, विटामिन के और प्रोटीन भरपूर होता है। रोजाना एक गिलास पानी में 2 चम्मच साबुत धनिया डालकर रातभर के लिए भिगो दें। सुबह इस धनिया को पानी समेत पांच मिनट के लिए उबालें और फिर छानकर इसका सेवन करें आपको फायदा पहुंचेगा।

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

पत्नी को बाईं तरफ ही सुलाना क्यों है फायदेमंद ?



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट, 3 अगस्त, हर शादीशुदा इंसान की चाहत होती है कि उसकी जिंदगी खुशियों से भरी रहे। उसकी अपने पार्टनर से बनती रहे और उन दोनों को किसी तरह की कोई दिक्कत ना मिले। लेकिन क्या आप जानते हैं कि शादीशुदा जिंदगी में छोटी-छोटी खुशियों के लिए छोटी-छोटी चीजें बहुत ज्यादा मेटर करती हैं। जिंदगी खुशहाल बनी रहे, इसके लिए पत्नी को हमेशा पति के बाएं हिस्से की ओर सोना चाहिए। हालांकि तो यह सब की पसंद पर निर्भर करता है। कुछ लोगों

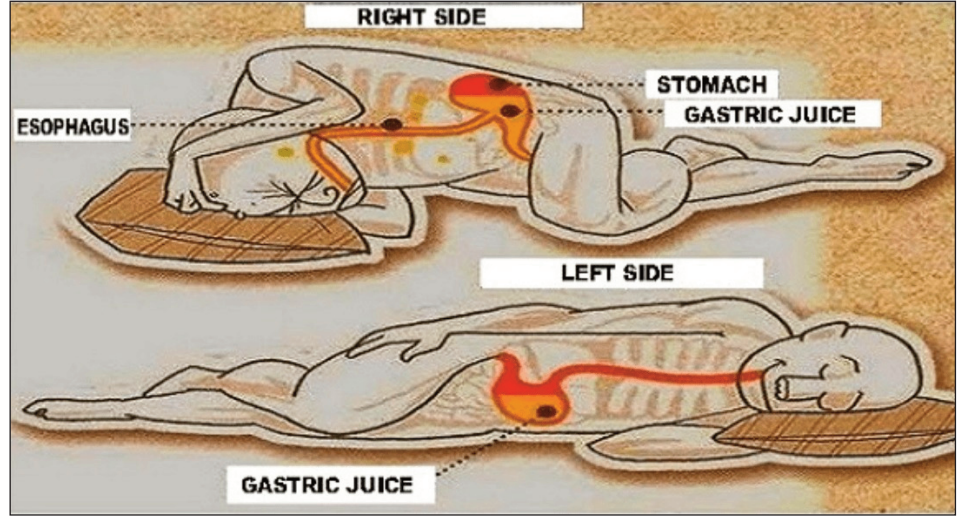
को दाईं ओर सोना पसंद होता है तो कुछ लोगों को बाईं ओर सोना पसंद होता है लेकिन आपको जानकर हैरानी होगी कि पुरुष के बाएं और उसकी पत्नी के सोने के कई दमदार फायदे होते हैं तो चलिए हम आपको बताते हैं कि अगर आपकी बीवी लेफ्ट साइड होती है तो उस से क्या-क्या फायदे मिलते हैं।

बीवी लेफ्ट साइड होती है तो उस से क्या-क्या फायदे मिलते हैं।

यह बात आयुर्वेद में भी लिखी गई है कि पुरुषों के बाईं ओर ही महिलाओं को सोना

चाहिए। इस तरह सोना काफी लाभकारी होता है। इससे महिला ही नहीं पुरुष की भी सेहत पर पॉजिटिव असर पड़ते हैं। क्योंकि इस पोजीशन में सोने से महिला की बाँटी के सारे अंग बेहतर ढंग से काम करते हैं और उनकी ओरल हेल्थ भी काफी अच्छी रहती है। अगर किसी महिला को खराब आते हैं तो उसे बाईं ओर ही सोना चाहिए। इस तरह सोने से नाक की नली ज्यादा खुली रहती है, जिससे कि आप की खराबों की समस्या कम होती है और आप अपने पार्टनर को भी डिस्टर्ब नहीं करती हैं।

जो महिलाएं पति के बाएं ओर सोती हैं,



प्रतीकात्मक चित्र

उनका पाचन तंत्र मजबूत रहता है। इस तरह सोने से उनकी बाँटी में मौजूद वेस्ट मटेरियल छोटी आंत से बड़ी आंत में बड़े आराम से चले जाते हैं और उन्हें कभी भी हेल्थ से जुड़ी कोई प्रॉब्लम नहीं होती है। ऐसा माना जाता है कि दिल की अच्छी सेहत के लिए महिलाओं को पतियों के बाईं ओर ही सोना चाहिए। हालांकि इस पोजीशन में सोने से दिल पर दबाव नहीं पड़ता है। इससे महिलाओं का हार्ट सुचारू रूप से काम करता है। जो महिलाएं दाएं तरफ सोती हैं, उनके दिल पर इसके नेगेटिव असर देखे

जाते हैं और वह चिड़चिड़ी भी रहती है। आखिर में आपको ये भी बता दें कि अगर आपकी पत्नी या कोई अन्य महिला कमर दर्द की समस्या से जूझ रही होती है तो उसे बाईं तरफ सोना चाहिए। इससे कमर दर्द में काफी राहत मिलती है और हो सकता है कि आपको हमेशा के लिए कमर दर्द से छुटकारा मिल जाए। आपको अच्छा भी महसूस होगा। गर्भवती महिलाओं को हमेशा पति के बाईं ओर ही सोना चाहिए। इस दिशा में सोने से उनके गर्भाशय और श्रूण में खून का संचार सही तरीके से होता है और बच्चे के विकास में मदद मिलती है।

टीम पेयजल निगम तैयार, मुख्यमंत्री का विजन साकार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून, 3 अगस्त, उत्तराखंड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम में अफसरों के बड़े पैमाने पर तबादले किए गए हैं। खास बात यह है कि इस बार उन अधिकारियों को खास तवज्जो दी गई है जो फील्ड से लेकर ऑफिस तक रिजल्ट ओरिएंटेड और विकास योजनाओं को तेजी से आगे बढ़ाने के मामले में शानदार रिकॉर्ड रखते हैं। विभाग के मुखिया और सचिव अरविंद सिंह ह्यांकी के आदेश पर जिन अधिकारियों के तबादले किए गए हैं उनमें अनुपम रतन महाप्रबंधक गढ़वाल निर्माण विंग पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम देहरादून को अब मुख्य अभियंता और तकनीकी सलाहकार राज्य परियोजना प्रबंधन ग्रुप यानी नमामि गंगे के पद पर तैनात किया गया है। वही बात करें एक और अहम तबादले की तो उसमें अधीक्षण अभियंता मृदुला सिंह, निर्माण मंडल उधमसिंह नगर को महाप्रबंधक कुमाऊं निर्माण विंग उत्तराखंड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम हल्द्वानी के पद पर तैनात किया गया है। इसी कड़ी में एक और अहम फेरबदल हुआ है महाप्रबंधक मुख्यालय एवं महाप्रबंधक प्रशासन पेय जल



निगम सोहित कुमार बरनवाल का, जिन्हें अब महाप्रबंधक गढ़वाल निर्माण विंग उत्तराखंड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम देहरादून के पद पर तैनात किया गया है और उन्हें बाकी के सभी विभाग यथावत सौंपे गए हैं।

भू सर्वेक्षण प्रधान कार्यालय उत्तराखंड से सम्बद्ध महाप्रबंधक अनुज कौशिक को भी इन ताजा तबादलों में नई जिम्मेदारी सौंपी गई है कौशिक को इकाई समन्वयक, परियोजना प्रबंधन इकाई, स्वजल परियोजना के पद पर पूर्णकालिक रूप से तैनाती दे दी गई है इन नए फेरबदल के पीछे



मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की उन महत्वाकांक्षी योजनाओं को परवान चढ़ाना है जो केंद्र और राज्य सरकार की प्रमुखताओं में शामिल है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी भी हर घर स्वच्छ जल पहुंचाने के लिए जिस तरह से योजनाओं को लागू कर रहे हैं उन्हें धरातल पर साकार करना अब इन्हीं अनुभवी अफसरों के कंधे पर होगी। उम्मीद की जानी चाहिए कि इस नई तैनाती के बाद पेयजल जैसे अहम विभाग में फाइलों की रफ्तार और जनता की शिकायतों के निस्तारण में तेजी आएगी।

कार्यालय- 2678078
2672404
उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम
प्रधान कार्यालय : 11-मोहिनी रोड, देहरादून

पत्रांक 40/अध्यक्ष-कैम कार्यालय/25 दिनांक 02 अगस्त, 2023

कार्यालय आदेश

जनशिक्षण में श्री अनुज कौशिक, महाप्रबंधक, भू-सर्वेक्षण, प्रधान कार्यालय, उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम, देहरादून तथा इकाई समन्वयक, परियोजना प्रबंधन इकाई, स्वजल परियोजना को महाप्रबंधक, भू-सर्वेक्षण, प्रधान कार्यालय, उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम, देहरादून के पद पर से अच्युत किया जाता है। श्री कौशिक इकाई समन्वयक, परियोजना प्रबंधन इकाई, स्वजल परियोजना के पद पर पूर्णकालिक रूप से तैनात रहेंगे।

(अरविंद सिंह ह्यांकी)
अध्यक्ष/सचिव।

पत्रांक : 40/अध्यक्ष-कैम कार्यालय/25 तद्विनिर्गत

प्रतिनिधि निम्नलिखित को सूचना एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित-

1. निजी सचिव, मा. मुख्यमंत्री जी को मा. मुख्यमंत्री जी के संज्ञानार्थ।
2. मिशन निदेशक, जल जीवन मिशन/परियोजना निदेशक, स्वजल/नमामि गंगे।
3. मुख्य महाप्रबंधक, उत्तराखण्ड जल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम, देहरादून।
4. प्रबंध निदेशक, उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम, देहरादून।
5. आदर, नवबाल/कुमर/मण्डल, पौड़ी/कैलाश।
6. समस्त मुख्य अभियंता, उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम।
7. सम्बन्धित जिलाधिकारी, उत्तराखण्ड।
8. सम्बन्धित अभियंता (नाम से)।
9. गार्ड फाईल।

कार्यालय- 2678078
2672404
उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम
प्रधान कार्यालय : 11-मोहिनी रोड, देहरादून

पत्रांक 36/अध्यक्ष-कैम कार्यालय/21 दिनांक 02 अगस्त, 2023

कार्यालय आदेश

जनशिक्षण में श्री सोहित कुमार बरनवाल, महाप्रबंधक (पी.आई.यू.) मुख्यालय एवं महाप्रबंधक (प्रशासन), पेयजल निगम मुख्यालय को महाप्रबंधक (पी.आई.यू.), मुख्यालय के पद पर से अच्युत करके हुए महाप्रबंधक, गढ़वाल (निर्माण विंग), उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम, देहरादून के पद पर तैनात किया जाता है, सेष प्रभार यथावत रहेंगे।

2. श्री सोहित कुमार बरनवाल को निर्दिष्ट किया जाता है कि वे अविलम्ब अपनी नवीन तैनाती के पद का कार्यभार ग्रहण करना सुनिश्चित करें।

(अरविंद सिंह ह्यांकी)
अध्यक्ष/सचिव।

पत्रांक : 36/अध्यक्ष-कैम कार्यालय/21 तद्विनिर्गत

प्रतिनिधि निम्नलिखित को सूचना एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित-

1. निजी सचिव, मा. मुख्यमंत्री जी को मा. मुख्यमंत्री जी के संज्ञानार्थ।
2. मिशन निदेशक, जल जीवन मिशन/परियोजना निदेशक, स्वजल/नमामि गंगे।
3. मुख्य महाप्रबंधक, उत्तराखण्ड जल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम, देहरादून।
4. प्रबंध निदेशक, उत्तराखण्ड पेयजल संसाधन विकास एवं निर्माण निगम, देहरादून।
5. आयुक्त, गढ़वाल/कानपुर, पौड़ी।

संक्षिप्त खबरें

तहसील में फैली पत्रावलियों पर डीएम ने लगाई फटकार

पौड़ी। चाकीसैण तहसील में बेतरतीब रखी पत्रावली और परिसर में फैली गंदगी देख डीएम पौड़ी ने नायब तहसीलदार को जमकर फटकार लगाई। उन्होंने तत्काल पत्रावलियों का रखरखाव करने व परिसर में सफाई के निर्देश दिए। डीएम पौड़ी डा. आशीष चौहान ने चाकीसैण तहसील का औचक निरीक्षण किया। जहां बेतरतीब रखी पत्रावलियों व परिसर में फैली गंदगी पर डीएम काफी नाराज हुए। उन्होंने न सिर्फ नायब तहसीलदार को फटकार लगाई। बल्कि तत्काल पत्रावलियों का सही से रखरखाव करने के भी निर्देश दिए। डीएम डा. चौहान ने तहसील के निरीक्षण के दौरान रजिस्टार कक्ष, आपदा कंट्रोल व रिकार्ड रूम सहित पूरे परिसर का निरीक्षण किया। उन्होंने आपदा कंट्रोल रूम और आपदा उपकरणों का निरीक्षण करते हुए संबंधित कार्मिकों को गंभीरता के साथ कार्य करने के निर्देश दिये। इस मौके पर एसडीएम सदर मुक्ता मिश्रा, नायब तहसीलदार यशोदानंद बड़थवाल, कानूनगो सुरज पाल, आरके प्रमोद पुंडीर, वरिष्ठ सहायक मोहन सिंह गुसाईं सहित अन्य कार्मिक उपस्थित थे।

अनियमितताओं पर हो कार्रवाई

पौड़ी। शिक्षा विभाग के अशासकीय स्कूलों में अनियमितताओं का आरोप लगाते हुए पयासू गांव के निवासी राजेश कोली ने बुधवार को कलक्ट्रेट परिसर के बाहर धरना दिया। आरोप है कि उन्होंने अशासकीय स्कूलों में विभिन्न मामलों को लेकर कार्रवाई की मांग की लेकिन अभी तक इस बाबत कोई कदम विभाग ने नहीं उठाए। कोली इससे पूर्व पौड़ी एडी दफ्तर के बाहर भी धरना दे चुके हैं। पौड़ी में स्व. हेमवती नंदन बहुगुणा मूर्ति स्थल पर धरना देते हुए पयासू गांव निवासी राजेश सिंह राजा कोली ने कहा कि अगर उनकी मांग पूरी नहीं हुई तो वह आज से आयुक्त गढ़वाल के दफ्तर में धरना देंगे।

मेवात की घटना पर जताया आक्रोश

पौड़ी। हरियाणा के मेवात में हुई घटना को विश्व हिंदू परिषद ने दुर्भाग्यपूर्ण बताया। घटना से आक्रोशित विभिन्न संगठनों ने आतंकवाद का पुतला फूका। बुधवार को डीएम कार्यालय के बाहर प्रदर्शन करते हुए विश्व हिंदू परिषद के जिला मंत्री मांतग मलासी ने कहा कि श्रावण में प्रतिवर्ष किसी भी सोमवार पर मेवात के अंदर भगवान शंकर का आशीर्वाद लेने के लिए महाभारत कालीन के पांच मंदिरों में श्रद्धालु जाते हैं। कहा कि बीते सोमवार को यहां 20 से 25 हजार लोग पहुंचे हुए थे। यात्रा शुरू होने के बाद उन पर उपद्रवियों ने गोलियां और पत्थर बरसाने व आगजनी शुरू कर दी। दो लोगों को गोलियां लगीं। लगभग सारे वाहन जला दिए या तोड़ दिए गए। जब पुलिस आती है तो पुलिस को देखकर उपद्रवी भागते हैं और पहाड़ियों पर चढ़कर तीनों तरफ से मंदिर में शरण लिए हुए महिलाओं, बच्चों और अन्य भक्तों पर गोलियां बरसाना शुरू कर देते हैं। विहिप ने आरोप लगाया कि इस घटना के जिम्मेदार वे लोग हैं जो इन दंगाइयों को भडकाते हैं उनके भडकाने के कारण से ही, मुहरंम व रामनवमी पर हमले होते हैं। कहा कि यह दुष्कृत्य किसी हालत में बर्दाश्त नहीं किया जा सकता। बताया कि हिंदू धार्मिक यात्रा पर हुए इस क्रूर हमले के विरोध में जिहाद का पुतला दहन किया गया है। कहा कि इस घटना में बलिदान हुए लोगों के परिवारों को एक-एक करोड़ व घायलों को 20 लाख दिया जाए। पूरे मेवात क्षेत्र को सील करके कॉबिंग कराई जाए और एक-एक अपराधी को पकड़कर सख्त से सख्त सजा दिलवाई जाए। प्रदर्शन में जिला अध्यक्ष राकेश गौड़, बजरंग दल के जिला संयोजक अरुण चमोली, सह संयोजक दीपक रावत, भुवन डोभाल, कुसुम चमोली, बीरा भंडारी, संजय चौहान, पंकज डोभाल, रेखा बलूनी, डब्लु सिंह, संजय, महिताब, सूरज रावत, अर्जुन आदि शामिल रहे।

पौड़ी जेल से प्रकाश पांडे सहित चार कुख्यात हरिद्वार शिफ्ट

पौड़ी। पौड़ी जिला कारागार से बुधवार को कुख्यात प्रकाश पांडे सहित चार को कड़ी सुरक्षा के साथ हरिद्वार कारागार शिफ्ट कर दिया गया। इन सभी हत्या और लूट के मुकदमे हैं। पौड़ी जिला कारागार में इससे पूर्व हरिद्वार जेल से कुख्यात सुनील राठी को मंगलवार को ही शिफ्ट किया गया था। राठी के पौड़ी कारागार शिफ्ट होते ही यहां सजा काट रहे कुख्यातों की शिफ्टिंग शुरू हो गई।