हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 12 अंक : 50 देहरादून, शुक्रवार, 11 अगस्त, 2023 मूल्य : एक रुपया पृष्ठ : 08

केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री से मिले कैबिनेट मंत्री डॉ. रावत

3

राजस्व वृद्धि के लिए विभाग सजगता और सक्रियता से कार्य करें : धामी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 11 अगस्त , राजस्व वृद्धि के लिए सभी विभाग सजगता और पूरी सक्रियता से कार्य करें। इस वर्ष निर्धारित राजस्व प्राप्ति के लिए सभी विभाग समन्वय से कार्य करें। राजस्व अर्जन के लिए सभी विभाग इनोवेटिव प्रयास करें, इसके लिए ऑनलाइन सिस्टम को और मजबूत किये जाने की दिशा में विशेष ध्यान दिया जाए। बैठकों में जो निर्णय लिये जा रहे हैं, अगली बैठक होने से पूर्व उन निर्णयों की एक्शन टेकन रिपोर्ट प्रस्तुत की जाए। यह निर्देश मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सचिवालय में राजस्व प्राप्ति के सम्बंध में बैठक लेते हुए अधिकारियों को दिये।

मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिये कि राजस्व वसूली की नियमित मॉनिटरिंग की जाय, इसके लिए पोर्टल विकसित किया जाए। इससे विभिन्न विभागों द्वारा दिये गये राजस्व वसूली के डाटा एवं राजस्व परिषद में राजस्व वसूली के डाटा में जो अन्तर दिख रहा है, उस समस्या का समाधान होगा। मुख्यमंत्री ने सभी जिलाधिकारियों को निर्देश दिये की राजस्व वसूली की कार्यवाही में तेजी लाई जाए। इसके लिए जनपदों में बनाई गई समिति की नियमित बैठक की जाए। उन्होंने कहा कि देहरादून, हरिद्वार, उधमसिंहनगर एवं नैनीताल जनपद में राजस्व वसूली में और तेजी लाए जाने की आवश्यकता है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि ऊर्जा के क्षेत्र में यूपीसीएल एवं यूजेवीएनल को राजस्व बढ़ाने की दिशा में विशेष प्रयासों की जरूरत है। बिजली चोरी संभावित क्षेत्रों में लगातार सतर्कता आधारित गतिविधियां चलाई जाए एवं उच्च औद्योगिक मांग वाले क्षेत्रों में बिलिंग दक्षता बढ़ाने की दिशा में विशेष ध्यान दिया जाए। वन सम्पदाओं के बेहतर उपयोग से राजस्व वृद्धि की दिशा में और प्रयास किये जाएं। तराई क्षेत्रों में कमर्शियल प्लांटेशन की दिशा में तेजी से कार्य किये जाएं। प्रकाष्ठ बिक्री के लिए उचित व्यवस्था की जाए। जड़ी-बूटियों के संरक्षण एवं सतत विकास के लिए दीर्घकालिक योजना को ध्यान में रखकर कार्य किये जाएं। वन क्षेत्रान्तर्गत के बरसाती नालों को चिन्हित कर चैनेलाइज करने की दिशा में ध्यान दिया जाए।

मुख्यमंत्री ने बैठक में अधिकारियों को निर्देश दिये कि पिछले सालों की रिकवरी की गति में और तेजी लाई जाए। परिवहन, खनन, जीएसटी आदि क्षेत्रों में गहन निगरानी रखने के लिए ऑनलाईन सिस्टम को और बेहतर बनाया जाए। जीएसटी के तहत राजस्व वृद्धि बढ़ाने के लिए और प्रयास किये जाएं। कर चोरी करने वालों पर सख्त कारवाई की जाए। जीएसटी संग्रह के लिए अन्य राज्यों की बेस्ट प्रैक्टिस का भी गहनता से अध्ययन किया जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि अतिवृष्टि के कारण नदियों का जल स्तर लगातार खतरे के निशान के आस-पास चल रहा है, इसके कई क्षेत्रों में बाढ़ की स्थिति बनी रहती है। बाढ़ की स्थिति से बचाव के लिए सिंचाई विभाग द्वारा ठोस कार्ययोजना बनाई जाए। जिलाधिकारी भी आपदा प्रबंधन की दृष्टि से इन सभी चीजों को ध्यान में रखते हुए कार्य करें।

मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिये कि राज्य के पर्वतीय क्षेत्रों में उद्योगों को बढ़ावा देने की दिशा में प्रयास किये जाए। राज्य में होने वाले इन्वेस्टर समिट में निवेशकों को पर्वतीय क्षेत्रों में निवेश के लिए प्रोत्साहित किया जायेगा। सभी जिलाधिकारी देख लें कि उनके जनपदों में किस-किस क्षेत्र में निवेश की अधिक संभावनाएं हैं। मुख्यमंत्री ने निर्देश दिये कि भारत सरकार से मिलने वाली ग्रांट पर तेजी से कार्य किये जाएं। प्रदेश का समग्र विकास हम सबकी सामूहिक जिम्मेदारी है।

बैठक में कैबिनेट मंत्री प्रेम चंद अग्रवाल, मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधू, अपर मुख्य सचिव राधा रतूड़ी, प्रमुख सचिव आर. के. सुधांशु, सचिव आर. मीनाक्षी सुंदरम, दिलीप जावलकर, अरविन्द सिंह ह्यांकी, डॉ. पंकज कुमार पाण्डेय, नई दिल्ली में उत्तराखण्ड के स्थानिक आयुक्त अजय मिश्रा एवं वर्चुअल माध्यम से सभी जिलाधिकारी उपस्थित थे।

उत्तराखंड में अगले चार दिन इन जिलों में भारी बारिश का रेड अलर्ट जारी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 11 अगस्त : उत्तराखंड में जहां बारिश कहर बरपा रही है। जगह जगह से तबाही की खबरें आ रही है। मार्ग अवरुद्ध है, नदी नाले उफान पर हैं तो वहीं मौसम विभाग ने प्रदेश के लिए अगले पांच दिन भारी बताएं है। इस दौरान कई जिलो में अत्यधिक भारी बारिश का रेड अलर्ट जारी किया है। साथ ही कहीं कहीं आकाशीय बिजली गिरने की आशंका भी जताई गई है। ऐसे में लोगों से 15 अगस्त तक सावधानी बरतने की अपील की गई है।मिली जानकारी के अनुसार सोमवार से शुरू हुआ बारिश का दौर अभी भी जारी है। भारी बारिश के साथ-साथ भूस्खलन से घरों में मलबा आ गया है।

दून समेत आसपास के इलाकों में सुबह से ही बदल छाए हुए हैं। कहीं-कहीं तड़के हल्की बौछारें भी दर्ज की गईं। वहीं मौसम विभाग ने कई जिलों में अगले पांच दिन भारी बारिश का अलर्ट जारी किया है। बताया जा रहा है कि अगले 24 घंटे में नैनीताल, चंपावत, उधम सिंह नगर और पौड़ी में भारी से अत्यधिक भारी वर्षा की आशंका को देखते हुए रेड अलर्ट जारी किया गया है। साथ ही देहरादून, टिहरी, अल्मोड़ा, पिथौरागढ़ और बागेश्वर में भी भारी बारिश हो सकती है। उन्होंने नदी किनारे रहने वालों लोगों को आगामी 15 अगस्त तक सतर्क रहने की सलाह दी है।वहीं हरिद्वार में गंगा खतरे के निशान से ऊपर बह रही है। प्रशासन के लिए चिंता बढ़ गई है। वहीं उत्तरकाशी की बात करें तो यहां बीते दिन से ही बादल छाए हुए हैं। जिला मुख्यालय सहित आसपास के क्षेत्रों में हल्के बादल छाए हुए हैं, जल्द ही बारिश की संभावना है। जनपद के मोरी और भटवाड़ी क्षेत्र में रात के समय हल्की वर्षा हुई है। गंगोत्री और यमुनोत्री राष्ट्रीय राजमार्ग पर यातायात सुचारू है। मौसम विभाग के बारिश के अलर्ट को देखते हुए आज बृहस्पतिवार 10 अगस्त को चंपावत, बागेश्वर, पौड़ी, नैनीताल और चमोली जिले के सभी विद्यालयों में अवकाश घोषित किया गया है।

मुख्य सचिव ने की बद्रीनाथ मास्टर प्लान एवं केदारनाथ पुनर्निर्माण कार्यों की समीक्षा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून। मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधु ने गुरुवार को सचिवालय स्थित अपने सभागार में बद्रीनाथ मास्टर प्लान एवं केदारनाथ पुनर्निर्माण कार्यों की समीक्षा की। मुख्य सचिव ने संबंधित विभागों के अधिकारियों सहित बद्रीनाथ एवं केदारनाथ में कार्य कर रहे ठेकेदारों के साथ प्रत्येक कार्य के सम्बन्ध में विस्तार से चर्चा की। मुख्य सचिव ने कार्यों के पूर्ण होने की तिथि निर्धारित करते हुए समय सीमा में कार्यों को पूर्ण किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि भौगोलिक परिस्थितियों एवं मौसम के खराब होने के कारण कार्य किया जाना आसान नहीं है, परन्तु जो काम किए जा सकते हैं उन्हें जरूर किया जाए। उन्होंने कहा कि जो भवन तैयार हो गए हैं उनके भीतर जो भी कार्य होने हैं उन्हें समय से शुरू कर दिया जाए। अत्यधिक ठंड के कारण श्रमिकों को कार्य करने में समस्या हो रही होगी, इसके लिए अलाव एवं हीटर की व्यवस्था सुनिश्चित की जाए।

मुख्य सचिव ने कहा कि सितम्बर माह के पहले सप्ताह के उपरान्त चिनूक हेलीकॉप्टर भी उपलब्ध हो जाएगा, जो भी भारी निर्माण सामग्री चिनूक के माध्यम से पहुंचायी जानी है उसके लिए अभी से पूर्ण तैयारियां सुनिश्चित कर ली जाएं। उन्होंने कार्यों की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान दिए जाने के भी निर्देश दिए।

इस अवसर पर सचिव सचिन कुर्वे एवं डॉ. पंकज कुमार पाण्डेय सहित वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से चमोली एवं रूद्रप्रयाग जनपद के जिलाधिकारी उपस्थित थे।

कॉर्न विलेज के नाम से मशहूर है मसूरी का सैंजी गांव

साभार - सो. मी.

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 11 अगस्त , भारत में ऐसे कई गांव हैं, जो अपनी खासियत के चलते खूब प्रसिद्ध हैं। ऐसा ही एक गांव मसूरी के पास है, जिसे कॉर्न विलेज के नाम से जाना जाता है। हांलाकि इस गांव का वास्तविक नाम सैंजी गांव है। इसे कॉर्न विलेज क्यों कहा जाता है, इसका मतलब इस गांव में कदम रखते ही समझ आ जाता है। क्योंकि इस गांव में ऐसा बहुत कुछ हैं, जो आपको अचरज में डाल देगा । टिहरी गढ़वाल जिले में मसूरी के प्रसिद्ध केम्पटी फॉल्स से 5 किमी की दूरी पर सैंजी गांव अपनी विशेषता के कारण पर्यटकों के बीच काफी पॉपुलर है। यहां आपको हर घर में मक्के लटकते हुए नजर आएंगे।

वास्तव में मक्के गांव की खूबसूरती में चार चांद लगा देते हैं। लेकिन दोस्तों इस सैंजी गांव की पूरी कहानी आपको यहाँ आने पर मज़बूर भी कर देगी ।दरअसल इस गांव में हर घर में मकई को लटकाने के पीछे वजह है इन्हें सुखाना और बीज के रूप में इकठ्ठा करना । क्योंकि यह खेत के बीज उपलब्ध कराने के साथ घरों की साज-सज्जा में इजाफा करता है। बालकनियां, खिड़कियां यहां तक की दरवाजे भी इनकी फसलों से ढंके हुए हैं।मकई यानी भुट्टा इस गांव की मुख्य फसल है। ग्रामीण लोग फसल को सुखाने के बाद इसका आटा बनाते हैं। यहां हर घर को पके हुए मक्के से खूबसूरती से सजाया जाता है।

यह इस गांव में धन का संकेत माना जाता है क्योंकि लोगों के लिए मकई आहार का प्रमुख हिस्सा है और यहां के लोगों का पसंदीदा भोजन मक्के दी रोटी और अखरोट की चटनी है। यहां पर ग्रामीण न केवल मक्का, बल्कि गेहूं, चावल और अन्य सब्जियां भी उगाते हैं। फसल के मौसम के ठीक बाद , कुछ खेतों को सर्दियों के लिए तैयार किया जाता है।हांलाकि इस गांव में कुल 35 परिवार रहते हैं।लेकिन यह गांव बहुत ही सुंदर और स्वच्छ है। अगर if आप यहना आएंगे तो यहां के रंगीन घर आकर्षक लगेंगे क्योंकि इन घरों के बीच कोई दुकान नहीं है। तो निकल पढ़िए Corn Village देखने।

सेविंग अकाउंट पर रखना होगा मिनिमम बैलेंस, जानें बैंक में क्या है नियम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 11 अगस्त , आपके बेहद काम की खबर आज हम आपको बता रहे हैं क्योंकि ये जुड़ा है आपकी बचत से .. क्या आप जानते हैं कि बचत खातों में न्यूनतम बैलेंस बनाए रखना भी जरूरी है। अगर आप ऐसा नहीं करते हैं तो बैंक आप पर जुर्माना भी लगा सकता है. बैंकों में न्यूनतम बैलेंस की सीमा होती है. जिसे बरकरार रखना जरूरी है. यह न्यूनतम शेष राशि अलग-अलग बैंकों में अलग-अलग हो सकती है।

जीरो बैलेंस अकाउंट क्या है?

हालाँकि, कई बैंक अपने ग्राहकों को जीरो बैलेंस बैंक खाते की सुविधा भी प्रदान करते हैं। इसमें आपको कोई भी बैलेंस बनाए रखने की जरूरत नहीं है. बैंक ऑफ बड़ौदा की आधिकारिक वेबसाइट के अनुसार, जीरो बैलेंस खाता एक ऐसा खाता है जहां उपयोगकर्ताओं को कोई न्यूनतम बैलेंस बनाए रखने की आवश्यकता नहीं होती है। ऐसे खातों में आमतौर पर मुफ्त लेनदेन और निकासी पर मासिक सीमा होती है। यदि आपका कुल लेनदेन मूल्य या निकासी की संख्या इस सीमा से अधिक है, तो बैंक लेनदेन के तरीके के आधार पर आपसे अतिरिक्त शुल्क ले सकता है। आइए विभिन्न बैंकों में न्यूनतम शेष मानदंड की जाँच करें।

साभार गूगल

एसबीआई मिनिमम बैलेंस

मार्च 2022 में, भारतीय स्टेट बैंक (SBI) ने अपने मूल बचत खाते पर औसत मासिक शेष को खत्म करने का निर्णय लिया था। इससे पहले, एसबीआई खाताधारकों को अपने खाते में 3,000 रुपये, 2,000 रुपये या 1,000 रुपये का औसत मासिक बैलेंस बनाए रखना होता था। यह बैलेंस अपनी ब्रांच के हिसाब से रखना होता था.

एचडीएफसी बैंक न्यूनतम शेष

एचडीएफसी बैंक की वेबसाइट के मुताबिक, सेविंग अकाउंट में मिनिमम बैलेंस रखना जरूरी है। शहरी क्षेत्रों में शाखाओं के लिए न्यूनतम बैलेंस मानदंड 10,000 रुपये या 1 लाख रुपये की एफडी या 5000 रुपये का औसत मासिक बैलेंस या 50,000 रुपये की एफडी है। जबकि सेमी अर्बन ब्रांच के लिए यह तीन महीने में 2500 रुपये है.

आईसीआईसीआई बैंक

आईसीआईसीआई बैंक के नियमित बचत खाते के लिए औसत न्यूनतम शेष राशि मानदंड 10,000 रुपये और अर्ध-शहरी शाखाओं के लिए 5,000 रुपये और ग्रामीण क्षेत्रों की शाखाओं के लिए 2,000 रुपये है।

केनरा बैंक

केनरा बैंक के ग्राहकों के लिए औसत मासिक शेष सभी शाखाओं में 2,000 रुपये, अर्ध-शहरी क्षेत्रों में 1,000 रुपये और ग्रामीण क्षेत्रों में 500 रुपये है।

पीएनबी मिनिमम बैलेंस

पंजाब नेशनल बैंक के ग्राहकों के लिए न्यूनतम बैलेंस मानदंड ग्रामीण शाखाओं में 1,000 रुपये, अर्ध-शहरी क्षेत्रों में 2,000 रुपये और मेट्रो शहरों में 5,000 रुपये से 10,000 रुपये है।

क्या होता है बायोफ्यूल ? ग्लोबल वार्मिंग सेबचने में हैं सक्षम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 11 अगस्त , बायोफ्यूल यानी जैव ईंधन हमें ग्लोबल वार्मिंग के बड़े खतरे से बचा सकता है. दरअसल पारंपरिक ईंधन की बढ़ती खपत और उससे होने वाले प्रदूषण से बचाने के लिए जैव ईंधन का प्रयोग बढ़ाने की वकालत की जा रही है. यह ऊर्जा का ऐसा स्रोत हैं जो अनंत हैं, यानी कभी न खत्म होने वाले. इसे बढ़ावा देने के लिए हर साल 10 अगस्त को वर्ल्ड बायोफ्यूल डे मनाया जाता है.वर्ल्ड बायोफ्यूल डे के लिए 10 अगस्त का दिन इसलिए चुना गया क्योंकि इसी दिन सर रूडोल्फ डीजल ने वनस्पति तेल के उत्पादन का सफल प्रयोग किया था, उन्होंने मूंगफली के तेल से एक इंजन को चलाने में सफलता प्राप्त की थी.

क्या होता है बायोफ्यूल

यह एक गैर पारंपरिक ईंधन है जो विश्व में लगातार उत्सर्जित हो रहे कार्बन की रोकथाम का समाधान बन सकता है. इसका प्रयोग यदि बढ़ता है तो भारत की कच्चे तेल आयात पर निर्भरता कम हो जाएगी, इसके अलावा पर्यावरण के प्रदूषण में भी कमी आएगी. दरअसलइनमें पारंपरिक ईंधन की अपेक्षा 86 प्रतिशत कम ग्रीनहाउस गैसें होती हैं, इसके अलावा ये 47 प्रतिशत धुआं भी कम फेंकते हैं.

साभार गूगल

क्या है इसका महत्व

पारंपरिक ईंधन यानी डीजल-पेट्रोल खपत की वजह से लगातार कम हो रहे हैं, ऐसे में इनकी कीमतों में भी उछाल आ रहा है, आने वाले समय में इनकी कीमतें और बढ़ सकती हैं, इलेक्ट्रिक वाहन विकल्प हैं, लेकिन इसे अफॉर्ड करना हर किसी के बस की बात नहीं. ऐसे में बायो फ्यूल बढ़िया विकल्प बन सकते हैं, गैर पारंपरिक ईंधन होने की वजह से ये कभी न होने वाला विकल्प बन सकते हैं जो पारंपरिक ईंधनों की तुलना में बेहद सस्ते दाम पर उपलब्ध होंगे.

भारत में फ्यूल के कई विकल्प

भारत में बायोफ्यूल के कई विकल्प हैं जिन्हें लगातार बढ़ावा देने के लिए समय-समय पर जागरुकता कार्यक्रम चलाए जाते हैं. इनमें पहला विकल्प बायोइथेनॉल है जो गन्ना, चुकंदर, मीठा ज्वार या ऐसी सामग्री से प्राप्त होता है जिसमें स्टार्च हो. मसलन आलू, शैवाल, मक्का आदि तथा लकड़ी का कचरा, कृषि अवशेष इसका प्रमुख माध्यम बन सकते हैं. पिछले दिनों सरकार ने दावा किया था बहुत ही जल्द ऐसी कार मार्केट में होंगी जो बायो इथेनॉल से चलाई जा सकें. इसके अलावा बायोडीजन, उन्नत जैव ईंधन, भुट्टे का स्टोवर, ड्रॉप-इन ईंधन और बायो सीएनजी ऐसे माध्यम हैं जो पारंपरिक ईंधन का बड़ा विकल्प बन सकते हैं.

केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री से मिले कैबिनेट मंत्री डॉ. रावत

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून, 11 अगस्त , सूबे के चिकित्सा स्वास्थ्य एवं चिकित्सा शिक्षा मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री डॉ. मनसुख मंडाविया से मुलाकात की। इस दौरान डॉ. रावत ने केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री को ऊधमसिंह नगर जनपद में एम्स ऋषिकेश के सैटालाइट सेंटर के भूमि पूजन कार्यक्रम में आमंत्रित किया। इसके अलावा उन्होंने केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री को सूबे के राजकीय मेडिकल कॉलेजों में शैक्षिक सत्र 2023-24 से हिन्दी माध्यम में एमबीबीएस पाठ्यक्रम का विधिवत शुभारम्भ करने के लिये भी आमंत्रित किया। जिस पर केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री ने अपनी सहमति प्रदान कर दोनों कार्यक्रमों में प्रतिभाग करने उत्तराखंड आने का आश्वासन दिया।

स्वास्थ्य मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने मीडिया को जारी बयान में बताया कि उन्होंने नई दिल्ली में आज केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री डॉ. मनसुख मंडाविया से मुलाकात कर उत्तराखंड की स्वास्थ्य सुविधाओं एवं भविष्य की योजनाओं पर विस्तृत चर्चा की। डॉ. रावत ने बताया कि उन्होंने केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री को ऊधमसिंह नगर जनपद में स्वीकृत एम्स ऋषिकेश के सेटेलाइट सेंटर के भूमि पूजन हेतु आमंत्रित किया। उन्होंने बताया कि ऊधमसिंह नगर में एम्स ऋषिकेश का सेटेलाइट सेंटर स्थापित होने पर पूरे कुमाऊं मंडल को इसका लाभ मिलेगा और प्रदेश की स्वास्थ्य व्यवस्था को और मजबूती मिलेगी। इसके अलावा मुलाकात के दौरान डॉ. रावत ने केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री को सूबे के मेडिकल कॉलेजों में शैक्षिक सत्र 2023-24 से एमबीबीएस की पढ़ाई अंग्रेजी के साथ-साथ हिन्दी में कराये जाने की जानकारी दी।

उन्होंने केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री को हिन्दी मीडियम में एमबीबीएस पाठ्यक्रम का विधिवत शुभारम्भ करने के लिये भी आमंत्रित किया। जिस पर केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री ने दोनों कार्यक्रमों में शामिल होने पर अपनी सहमति जताई और शीघ्र उत्तराखंड आने का सकारात्मक आश्वासन दिया। डॉ. रावत ने बताया कि मध्य प्रदेश की भांति उत्तराखंड में भी मेडिकल की पढ़ाई अंग्रेजी के साथ-साथ हिन्दी माध्यम में होगी। इसके लिये चिकित्सा शिक्षा विभाग ने अपनी सभी तैयारियां पूरी कर ली है।

उन्होंने बताया कि मेडिकल पाठ्यक्रम हिन्दी में तैयार करने के लिये विभाग ने राजकीय मेडिकल कॉलेजों के विशेषज्ञ चिकित्सकों की एक विशेष समिति गठित की। इस समिति ने मध्य प्रदेश में लागू एम-बीबीएस के हिन्दी पाठ्यक्रम का अध्ययन कर राज्य के मेडिकल कॉलेजों के लिये हिन्दी माध्यम में सिलेबस तैयार किया और इसे हेमवती नंदन बहुगुणा चिकित्सा शिक्षा विश्वविद्यालय को सौंपा। विश्वविद्यालय ने भी हिन्दी मीडियम पाठ्यक्रम लागू करने की सभी औपचारिकताएं पूरी कर दी है। शीघ्र ही केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री के हाथों इसे प्रदेश के मेडिकल कॉलेजों में लागू कर दिया जायेगा। यह उन छात्रों के लिये बड़ी सौगात होगी जो हिन्दी मीडियम के स्कूलों से पढ़कर आये हैं।

कल्जीखाल में मैक्स वाहन गिरा खाई में, 7 घायल

पौड़ी। कल्जीखाल ब्लाक के बडक़ोट गांव के खैरालिंग मंदिर के समीप एक मैक्स वाहन दुर्घटनाग्रस्त हो गई। जिसमें वाहन चालक सहित 7 लोग घायल हो गए। सूचना पर पहुंची राजस्व पुलिस ने घायलों का रेस्क्यू कर घंडियाल अस्पताल पहुंचाया। जहां से गंभीर दो घायलों को डाक्टरों ने जिला अस्पताल के लिए रेफर कर दिया गया। कल्जीखाल ब्लाक के नाहसैंण-बडकोट-कांसखेत मोटरमार्ग पर यात्रियों से भरा मैक्स वाहन अनियंत्रित होकर सडक़ से नीचे करीब 50 गहरी खाई में जा गिरा। आस पास के लोगों ने हादसे की जानकारी राजस्व पुलिस को दी। जिस पर राजस्व प्रशासन अपनी टीम के साथ घटना स्थल पर पहुंचा। राजस्व उपनिरीक्षक धजवीर सिंह चौहान ने बताया कि वाहन बडक़ोट से पौड़ी आ रहा था। तभी गांव के समीप ही खैरालिंग मंदिर के समीप वाहन अनियंत्रित होकर 50 मीटर नीचे खाई में जा गिरा। जिससे वाहन में चालक सहित 7 लोग घायल हो गए। राजस्व विभाग की टीम द्वारा घायलों का रेस्क्यू कर पीएचसी घंडियाल पहुंचा गया। नायब तहसीलदार हरेंद्र खत्री ने बताया कि दुर्घटना में 76 वर्षीय उमा देवी निवासी बडकोट, शमा देवी 60 साल दोनो गंभीर रूप से घायल हो गए। जिनको जिला अस्पताल के लिए रेफर किया गया है। जबकि दुर्घटना में घायल वाहन चालक सूरज26 ग्राम उज्याड़ी, गुलाब सिंह 80, गणेशलाल 54, जयपाल 48 तीनो निवासी बडक़ोट, नितिन 22 ग्राम पोखरी का सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र घंडियाल में उपचार किया जा रहा है।

मंदिर के पास कांजी हाउस निर्माण का विरोध

पौड़ी। कल्जीखाल ब्लाक के सिलेथ गांव की सीमा के क्यार्केश्वर महादेव मंदिर के समीप नगर पालिका प्रशासन द्वारा कांजी हाउस को लेकर भूमि चयनित करने के विरोध में ग्रामीणों ने डीएम को ज्ञापन देकर यहां पर कांजी हाउस ना बनाए जाने की मांग की है। गुरुवार को कांग्रेस के प्रदेश सचिव एवं स्थानीय ग्रामीण दीपक असवाल सहित सिलेथ के ग्रामीणों ने कपोलस्यूं पट्टी के क्यार्केश्वर महादेव मंदिर के समीप नगरपालिका पौड़ी द्वारा कांजी हाउस बनाने जाने को लेकर डीएम को ज्ञापन दिया। इस दौरान ग्रामीणों ने कहा कि राजस्व विभाग द्वारा नगरपालिका को यह भूमि कांजी हाउस निर्माण के लिए दी गई है। कहा कि इस स्थान पर पहले से ही एक गोधाम चल रहा है। ऐसे में वहां पर पौड़ी नगर पालिका द्वारा कांजी हाउस खोला जाना सही नहीं होगा। कहा कि यहां गांव के बाजारों में पहले से ही आवारा पशुओं की भरमार है प्रशासन इन आवारा पशुओं की कोई व्यवस्था नहीं कर पाया है। गोधाम के लिए चयनित भूमि खेल मैदान व चारागाह है। बताया कि बिना ग्रामीण लोगों, ग्राम पंचायत की सहमति के सिलेथ गांव की सीमा के पालिका प्रशासन पौड़ी द्वारा कांजी हाउस बनाए जाने का पुरजोर विरोध किया जाएगा। उन्होंने आवंटित भूमि को वापस लेते हुए कांजी हाउस निर्माण की कवायत को रोकने की मांग उठाई है। इस मौके पर विपिन, मनबर बिष्ट, विकास, बलवंत सिंह, शिव सिंह, रोशन, धीरज, भोपाल, रविंद्र, नीरज, ठाकुर, दिनेश आदि शामिल थे।

महिलाओं को दी स्वरोजगार की जानकारियां

पौड़ी। नाबार्ड द्वारा वित्तीय सहायता प्राप्त दिशा कृषक उत्पादन संगठन (एफपीओ) के वार्षिक आम सभा का आयोजन किया गया। जिसमें पौड़ी ब्लॉक के विभिन्न ग्राम सभाओं की महिलाओं को अचार, चटनी, जैम, हर्बल टी आदि को बनाने की जानकारी के साथ ही विपणन की जानकारियां दी गई। इस मौके पर एफपीओ के निदेशक मंडल का गठन भी किया गया। पौड़ी ब्लाक के डोभ श्रीकोट स्थित दिशा कृषक उत्पादन संगठन (एफपीओ) के वार्षिक आम सभा में विभिन्न ग्राम सभाओं की महिलाओं को स्वरोजगार के माध्यम से आजीविका को सुदृढ़ करने की जानकारियां दी गई। इस मौके पर एफपीओ के सीईओ नीरज बलूनी ने बताया कि संगठन की ओर से पौड़ी ब्लाक की डेढ़ दर्जन से अधिक ग्राम सभाओं की महिलाओं को अचार, चटनी, जैम, हर्बल टी आदि को बनाने की जानकारियां दी जा रही हैं। उन्होंने कहा कि महिलाएं अपने गांवों में ही स्वरोजगार के माध्यम से अपनी आजीविका को सुदृढ़ कर सकते हैं। नाबार्ड के डीडीएमओ हिंमाक शर्मा ने विभिन्न योजनाओं की जानकारियां दी। इस मौके पर एफपीओ के निदेशक मंडल के चयन में धर्मादेवी को अध्यक्ष, कुलदीप नौडियाल को कोषाध्यक्ष, मीना देवी व मंजूदेवी को सदस्य चुना गया। कार्यक्रम में एटीआई के भरत रावत ने तकनीकी जानकारियां दी।

प्रवासियों के मामले में एसडीएम की रिपोर्ट के बाद ही जारी हो मृत्यु प्रमाण पत्र

हरिद्वार। नागरिक पंजीकरण (सीडीआर) निदेशक आईएएस इवा आशीष श्रीवास्तव ने कहा कि प्रवासियों के मामले में बिना एसडीएम की रिपोर्ट के मृत्यु प्रमाण पत्र जारी न किए जाएं। उन्होंने कहा कि जब तक ठोस आधार न हो किसी भी तरह का प्रमाण पत्र जारी नहीं किया जाए। यह निर्देश उन्होंने निरीक्षण के दौरान अधिकारियों को दिए। इवा गुरुवार को हरिद्वार नगर निगम पहुंचीं। इस दौरान उन्होंने नगर निगम के जन्म-मृत्यु केंद्र का निरीक्षण किया। व्यवस्थाओं को लेकर उन्होंने संतोष जताया। उन्होंने कहा कि निगम में बेहतर व्यवस्था है, इसी तरह अन्य निगमों में भी व्यवस्था लागू कराई जाएगी। हालांकि उनको कुछ खामियां भी मिली हैं, जिसे उन्होंने जल्द दूर करने के निर्देश दिए। उन्होंने जल्द से जल्द सभी दस्तावेजों को ऑनलाइन जमा कराने के निर्देश दिए। पुराने सभी रिकॉर्ड को ऑनलाइन किया जाए। उन्होंने बताया कि जल्द ही प्रमाण पत्रों को लेकर एक नया सॉफ्टवेयर लॉन्च किया जाएगा, जिससे आसानी होगी। इस दौरान नगर आयुक्त दयानंद सरस्वती, नगर स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. तरुण मिश्रा और अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

पावन धाम आश्रम में 12 को स्वास्थ्य शिविर

हरिद्वार। आई फ्लू, बुखार, खांसी की जांच और निशुल्क दवा वितरण के लिए पावन धाम आश्रम में स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया जा रहा है। पावन धाम की संचालक संस्था गीता भवन ट्रस्ट सोसाइटी की ओर से 12 अगस्त को पावन धाम आश्रम में कैंप आयोजित किया जाएगा। इसमें इंडियन रेड क्रॉस सोसाइटी के सचिव डॉ. नरेश चौधरी के नेतृत्व में डॉक्टरों की टीम लोगों की जांच करेगी।

बाइक सवार तीन बदमाशों ने मनी ट्रांसफर कंपनी के कर्मचारियों से दिनदहाड़े 14 लाख लूटे

हरिद्वार। भेल के सेक्टर दो में मनी ट्रांसफर कंपनी के कर्मचारियों से 14 लाख रुपये की रकम से भरा बैग लूटकर बाइक सवार तीन बदमाश फरार हो गए। दिनदहाड़े लूट की बड़ी वारदात से हरिद्वार पुलिस में हडक़ंप मच गया। जिले भर में सघन चेकिंग अभियान चलाया गया लेकिन आरोपी पुलिस के हत्थे नहीं चढ़े। एसएसपी अजय सिंह ने सीआईयू और रानीपुर पुलिस को जल्द वारदात के खुलासे के निर्देश दिए हैं।

संक्षिप्त खबरें

वन आरक्षी के पदों पर शारीरिक दक्षता परीक्षा 23 से

हरिद्वार। उत्तराखंड लोक सेवा आयोग की ओर से वन आरक्षी परीक्षा-2022 की शारीरिक अर्हता परीक्षण एवं शारीरिक दक्षता परीक्षा का आयोजन 23 से 26 अगस्त के बीच किया जाएगा। शारीरिक दक्षता परीक्षा का आयोजन राजीव गांधी अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम रायपुर देहरादून में किया जाएगा। इस परीक्षा के लिए अभ्यर्थी 12 अगस्त से आयोग की अधिकृत वेबसाइट से अपने प्रवेश पत्र डाउनलोड कर सकते हैं। आयोग के सचिव गिरधारी सिंह रावत की ओर से इस संबंध में आयोग की वेबसाइट पर सूचना जारी की गई है।

वैध रूप से संचालित मांस व शराब के कारोबार पर रोक लगाने की मांग को दिया धरना

हरिद्वार। अवैध रूप से संचालित मांस व शराब के कारोबार पर रोक लगाने की मांग को लेकर देवभूमि भैरव सेना संगठन के पदाधिकारियों ने सिटी मजिस्ट्रेट कार्यालय पर धरना दिया। धरने को संबोधित करते हुए जिलाध्यक्ष चरणजीत पाहवा के कहा कि बिना लाइसेंस के अवैध रूप से चल रही मांस की दुकानों और शराब के अवैध कारोबार पर रोक लगाने के लिए लगतार धरना प्रदर्शन किए जाने के बावजूद कोई कार्रवाई नहीं की जा रही है। मांस के अवैध कारोबार के चलते गंगा भी प्रदूषित हो रही है। उन्होंने कहा कि यदि एक सप्ताह में कार्रवाई नहीं की गई तो संगठन की महिला मोर्चा शहर अध्यक्ष शिल्पी ग्रोवर भूख हड़ताल करेंगी। श्रीअखंड परशुराम अखाड़े के अध्यक्ष पंडित अधीर कौशिक ने कहा कि तीर्थ नगरी की मर्यादा बनाए रखना प्रशासन की जिम्मेदारी है। इस मौके पर शिल्पी ग्रोवर, बख्शी चौहान, सौरभ चौहान, विक्की प्रजापति, विनेश प्रजापति, अनिल सैनी, बंटी पाल, विशु चौहान, कुंवर पाल, सूरज, सन्नी, सचिंत ग्रोवर, विजेंद्र, मधुसूदन चौहान, मोहन शर्मा, मुकेश कश्यप, योगेंद्र, सुनील कुमार चौहान, मुकेश चौहान, लव चौहान, कुश चौहान, अंशुल कौशिक आदि शामिल रहे।

बीएचईएल में हुआ 'गुणता चक्र इकाई सम्मेलन का आयोजन

हरिद्वार। बीएचईएल के व्यापारिक उत्कृष्टता विभाग में गुरुवार को 'गुणता चक्र इकाई सम्मेलन का आयोजन किया गया । इस दो दिवसीय सम्मेलन का उद्घाटन बीएचईएल के कार्यपालक निदेशक प्रवीण चन्द्र झा ने किया। प्रवीण चन्द्र झा ने बीएचईएल के उत्कृष्ट प्रदर्शन में गुणता चक्रों की महत्ता पर विशेष जोर दिया। कहा कि संस्थान के सभी क्रियाकलापों में गुणात्मक सुधार के लिए आवश्यक है कि हम सब इस दिशा में सामूहिक रूप से प्रयास करें । इस सम्मेलन में 66 गुणता चक्रों के 400 से अधिक प्रतिभागियों ने अपने-अपने क्षेत्र से संबंधित सुधार कार्यों का प्रस्तुतीकरण दिया । निर्णायकों द्वारा विभिन्न मापदंडो के आधार पर इन प्रस्तुतीकरणों का मूल्यांकन किया गया। इस अवसर पर महाप्रबंधक एवं प्रमुख (सीक्यू एवं बीई) राहुल बंसल, अपर महाप्रबंधक (बीईएक्स) पूनम सिंह आदि मौजूद थे।

डीएम ने किया श्यामपुर कांगड़ी गांव के पास तटबंध बहने के बाद हो रहे कटाव का निरीक्षण

हरिद्वार। जिलाधिकारी धीराज सिंह गर्ब्याल ने श्यामपुर कांगड़ी गांव के पास तटबंध बहने के बाद हो रहे कटाव को लेकर ट्रैक्टर पर बैठकर निरीक्षण किया। इस दौरान डीएम ने तटबंध की मरम्मत के लिए 20 लाख रुपये की धनराशि आपदा प्रबन्धन अधिनियम का तहत स्वीकृत की। साथ ही उत्तराखंड सिंचाई विभाग हरिद्वार की अधिशासी अभियंता मंजू को क्षतिग्रस्त तटबंध की मरम्मत और सुरक्षात्मक कार्य को तत्काल करने के निर्देश दिए। डीएम ने लोगों से गंगा तट पर न जाने की अपील करते हुए क्षेत्र में मुनादी कराई। साथ ही पुलिस, एसडीआरएफ, फ्लड कंपनी, आपदा प्रबंधन, राहत बचाब दल आदि संबंधित विभाग को मौके पर पहुंचने के निर्देश दिए। डीएम ने खुद मौके पर पहुंच कर गांव का निरीक्षण। इस दौरान डीएम ट्रैक्टर पर बैठकर उस स्थान पर पहुंचे, जहां पर गंगा नदी से कटाव हो रहा था। मौके पर मौजूद अधिकारियों को डीएम ने जरूरी दिशा निर्देश दिए। इस मौके पर एसडीएम पूरण सिंह राणा, आपदा प्रबंधन अधिकारी मीरा रावत, वन विभाग एसडीओ संदीपा शर्मा, दीपेश घिल्डियाल, संबंधित विभाग के अधिकारी और बड़ी संख्या में ग्रामीण उपस्थित रहे।

क्या पिता की संपत्ति पर बेटे और बेटी दोनों का समान अधिकार है ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 11 अगस्त , पिता की संपत्ति में बेटी का अधिकारः भारत में संपत्ति के बंटवारे को लेकर अलग-अलग कानून हैं। जानकारी के अभाव और बंटवारा न होने के कारण यह हमेशा विवाद का विषय बना रहता है। फिलहाल भारत में बेटियों को संपत्ति में कितना अधिकार है और कब बेटियों को पिता की संपत्ति में हिस्सा नहीं मिलता है, इसे लेकर स्पष्ट कानून है. कहीं कोई भ्रम नहीं है. यहां हम आपको पिता की संपत्ति पर बेटियों के अधिकार से जुड़े कानूनी प्रावधानों के बारे में बताएंगे।

कानून क्या कहता है

वर्ष 2005 में हिंदू उत्तराधिकार अधिनियम, 1956 में संशोधन करके बेटियों को पैतृक संपत्ति में बराबर हिस्सा पाने का कानूनी अधिकार दिया गया है। संपत्ति पर दावे और अधिकार के प्रावधानों के लिए यह कानून 1956 में बनाया गया था. इसके अनुसार पिता की संपत्ति पर बेटी का भी उतना ही अधिकार है जितना बेटे का। बेटियों के अधिकारों को मजबूत करते हुए, इस उत्तराधिकार कानून में 2005 के संशोधन ने पिता की संपत्ति पर बेटी के अधिकारों के बारे में किसी भी संदेह को समाप्त कर दिया।

जब बेटी पिता की संपत्ति पर दावा नहीं कर सकती

स्वयं अर्जित संपत्ति के मामले में बेटी का पक्ष कमजोर होता है। अगर पिता ने अपने पैसे से जमीन खरीदी है, मकान बनाया है या खरीदा है तो वह इस संपत्ति को जिसे चाहे दे सकता है।

स्वअर्जित संपत्ति को अपनी मर्जी से किसी को देना पिता का कानूनी अधिकार है। यानी अगर पिता बेटी को अपनी ही संपत्ति में हिस्सा देने से इनकार कर दे तो बेटी कुछ नहीं कर सकती.

बेटी की शादी होने पर क्या कहता है कानून?

2005 से पहले, हिंदू उत्तराधिकार अधिनियम में, बेटियों को केवल हिंदू अविभाजित परिवार (HUF) का सदस्य माना जाता था, सहदायिक यानी समान उत्तराधिकारी नहीं। हमवारी या समान उत्तराधिकारी वे होते हैं जिनका अपने से पहले की चार पीढ़ियों की अविभाजित संपत्तियों पर अधिकार होता है। हालाँकि, एक बार बेटी की शादी हो जाने के बाद, उसे हिंदू अविभाजित परिवार (एचयूएफ) का हिस्सा भी नहीं माना जाता है। 2005 के संशोधन के बाद बेटी को सहदायिक माना गया है। अब बेटी की शादी से पिता की संपत्ति पर उसके अधिकार में कोई बदलाव नहीं आता है. यानि शादी के बाद भी बेटी का पिता की संपत्ति पर अधिकार होता है।

संपत्ति नहीं मिलने पर कोर्ट जा सकते हैं

पिता की संपत्ति में हक के लिए बेटी कोर्ट जा सकती है. इसके लिए उसे सिविल कोर्ट में केस दायर करना होगा. अगर दावा सही है तो बेटी को पिता की संपत्ति में अधिकार मिलेगा.

निम्नलिखित स्थितियाँ होने पर बेटियों को पिता की संपत्ति पर अधिकार नहीं मिल सकता:

हिंदू संपत्ति विधेयक (हिंदू विवाह अधिनियम) के तहतः हिंदू संपत्ति विधेयक के तहत, यदि पिता जीवित है तो बेटी को पिता की संपत्ति पर कोई अधिकार नहीं है। संपत्ति का स्वामित्व पिता के पास रहता है और उनकी मृत्यु के बाद यह संपत्ति उनके वंश के अन्य सदस्यों, जैसे माँ, भाई, बहन आदि के बीच वितरित की जाती है।

यदि संपत्ति ऋणभार के अधीन हैः यदि संपत्ति पर ऋणभार का आरोप है, जैसे किसी अपराध की कार्रवाई के तहत, तो बेटी को पिता की संपत्ति पर अधिकार नहीं मिल सकता है। इस स्थिति में, यदि अदालत या संबंधित प्राधिकारी इसे उचित ठहराता है, तो संपत्ति का विलय किया जा सकता है और बेटी का उस पर कोई अधिकार नहीं है।

यदि पिता ने संपत्ति उपहार के रूप में हस्तांतरित की हैः यदि पिता ने अपनी संपत्ति उपहार के रूप में हस्तांतरित की है और उसे व्यक्तिगत या व्यावसायिक उद्देश्यों के लिए किसी बैंक, संगठन या अन्य व्यक्ति को सौंप दिया है, तो बेटी इसकी हकदार होगी। पिता की संपत्ति. संपत्ति पर कोई अधिकार नहीं है.यदि स्थिति आपके लिए विवादास्पद है, तो आपको एक कानूनी सलाहकार से परामर्श लेना चाहिए जो आपको विवादों के संबंध में विशिष्ट जानकारी और सलाह प्रदान कर सकता है

सिरदर्द से लेकर माइग्रेन तक में राहत दिलाएगा पेपरमिंट ऑयल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

क्या आप भी सरदर्द से परेशान हैं ? क्या माइग्रेन की तड़प खत्म नहीं हो रही है ? तो फिर जान लीजिये कि हेल्थ के मामले में आयुर्वेदिक नुस्खे भी बड़े काम के होते है। अगर आप सही तरीके से इन चीजों का उपयोग करते है तो आपको इससे सीधा फायदा हो सकता है। वैसे आपने पेपरमिंट ऑयल का नाम सुना होगा। लेकिन आपने अगर इसका कभी उपयोग किया है तो यह बड़े ही काम की चीज है। ऐसे में आज बता रहे है इसके फायदे।

सिरदर्द से राहत दिलाए

आपका अगर सिरदर्द हो रहा है तो आप पेपरमिंट ऑयल से इसे दूर कर सकते है। पेपरमिंट ऑयल अपने कूलिंग और एनाल्जेसिक गुणों के कारण सिरदर्द और माइग्रेन से राहत दिलाता है।

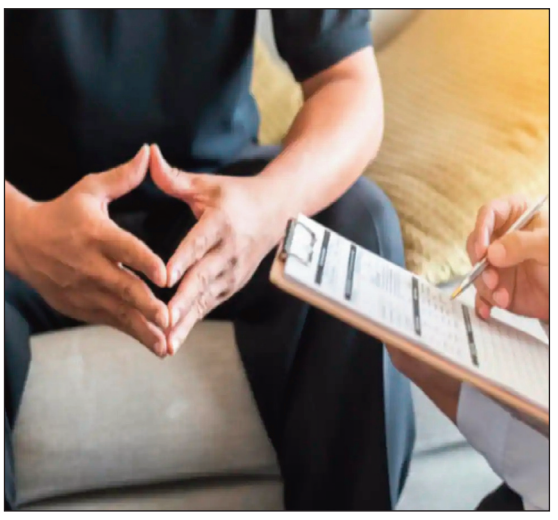
पाचन में करे सुधार

इसके अलावा आप पेपरमिंट ऑयल का उपयोग अपच, सूजन और गैस जैसी बीमारियों को दूर करने के लिए भी कर सकते है। पेपरमिंट ऑयल पाचन को बढ़ावा देकर गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल ट्रैक की मांसपेशियों को आराम देने में मदद करता है।

टेंशन लेना भी जरूरी इससे इम्यूनिटी बढ़ती है, दिमाग युवा बना रहता

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 11 अगस्त : भागदौड़ भरी जिंदगी में रोजमर्रा के छोटे-छोटे तनाव लेना अच्छा होता है। इससे दिमाग युवा बना रहता है और वृद्धावस्था बेहतर तरीके से गुजारने में मदद मिलती है। हाल ही में एक रिसर्च में यह बात सामने आई है। इससे पहले 1990 के दशक में इस तरह के तनाव को सेहत के लिए हानिकारक माना जाता था, लेकिन पहली बार फिरदौस डाभर नाम के एक अमेरिकी मनोचिकित्सक ने न्यूयॉर्क की रॉकफेलर यूनिवर्सिटी के एक रिसर्च के साथ इस संबंध में स्टडी की।छोटे-छोटे तनाव हमारे इम्यून सिस्टम पर सकारात्मक असर डाल रहे हैं। आधुनिक दुनिया के लिए छोटे-छोटे तनाव बेहद जरूरी हैं। उदाहरण के तौर पर किसी एथलीट को आगामी दौड़ को लेकर थोड़ा तनाव होना जरूरी है। इससे हृदय और मांसपेशियों को मजबूती मिलती है और प्रदर्शन में सुधार आता है। हल्के शारीरिक व मानसिक तनाव दोनों से रक्त में इंटरल्यूकिन नामक रसायन बनता है। जो इम्यून सिस्टम को सक्रिय करता है। यह संक्रमण से लड़ने में मदद करता है। दिमाग का आकार 40 साल के बाद एक दशक में लगभग 5% की दर से घटता है। 70 की उम्र के बाद



गिरावट की दर बढ़ जाती है। दिमाग की यह सिकुड़न ऐसे बुजुर्ग में 4 साल तक कम हो जाती है जो नियमित व्यायाम करते हैं।

ITR फाइल करने के बाद भी नोटिस मिले तो क्या करें ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 11 अगस्त , इनकम टैक्स रिटर्न (ITR Filing) दाखिल करने की आखिरी तारीख 31 जुलाई थी. जो लोग 31 जुलाई तक इनकम टैक्स रिटर्न दाखिल नहीं कर पाए हैं उन्हें अब जुर्माना भरना होगा. आईटीआर दाखिल करने वालों को आयकर विभाग की ओर से नोटिस भी जारी किया जा रहा है.सभी रिटर्न की जांच आयकर विभाग द्वारा की जाती है। जिसके बाद जिस भी रिटर्न में उन्हें कोई गड़बड़ी या कमी मिलती है तो उन्हें नोटिस जारी किया जाता है। कई बार छोटी सी गलती की वजह से भी आपको ये नोटिस मिल सकता है. कुछ समय पहले, आयकर विभाग ने कुछ वेतनभोगियों को नोटिस भेजकर उनके रिटर्न में दावा की गई आय और कटौती का प्रमाण मांगा था। अगर

आपको भी किसी कारण से आयकर विभाग से नोटिस मिले तो आपको क्या करना चाहिए?

इस क्षेत्र के विशेषज्ञों का कहना है कि कई बार आयकर रिटर्न में दाखिल दावे ऐसे होते हैं, जिनसे आयकर विभाग का ध्यान आपकी ओर आकर्षित हो सकता है। ऐसे में आपको आयकर विभाग से नोटिस मिल सकता है. अगर आपको कभी भी इनकम टैक्स का नोटिस मिले तो उसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए और न ही घबराना चाहिए. नोटिस में जवाब देने की समय सीमा भी लिखी हुई है. जानिए जब आपको भी आयकर विभाग से नोटिस मिले तो क्या करें।

सबसे पहले ध्यान से पढ़ें

जब भी आपको आयकर विभाग से कोई नोटिस मिले तो सबसे पहले आपको उसे अच्छी तरह पढ़ लेना चाहिए। इसमें आपको हर चीज ध्यान से पढ़नी होगी.

किसी पेशेवर से सलाह लें

अगर आपको आयकर विभाग से मिले नोटिस में कुछ समझ नहीं आ रहा है तो आप किसी प्रोफेशनल से सलाह ले सकते हैं। आप उस नोटिस को किसी भी चार्टर्ड अकाउंटेंट के पास ले जा सकते हैं। इसके जरिए आप आसानी से फीडबैक दे सकते हैं।

दस्तावेज़

आपने जो भी दस्तावेज एकत्रित आईटीआर में विवरण दिया है। इसे इकट्ठा करो। नोटिस में उल्लिखित सभी विसंगतियों को इन दस्तावेजों के माध्यम से समझा जा सकता है।

उत्तर देने से पहले एक ड्राफ्ट तैयार करें

जब भी आप आयकर विभाग से मिले नोटिस का जवाब देने वाले हों तो सबसे पहले उसका ड्राफ्ट तैयार कर लें। ध्यान रखें कि आपका उत्तर बहुत संक्षिप्त और स्पष्ट होना चाहिए। इसके साथ ही आपको सबूत भी देना होगा.

रुद्रप्रयाग में मेरी माटी-मेरा देश, माटी को नमन-वीरों का वंदन अभियान

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

रुद्रप्रयाग , 11 अगस्त , आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में मेरी माटी- मेरा देश, माटी को नमन-वीरों का वंदन अभियान के अंतर्गत ग्राम पब्जागपुडा में पौधारोपण एंव स्वतंत्रा सेनानी की वीरागना को सम्मानित किया गया। पब्जागपुडा के प्रधान अरविंद सिंह द्वारा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में ग्रामवासियों द्वारा पौधारोपण अभियान चलाया गया। इसके साथ ही शहीद स्वतंत्रता सेनानी शिवराज सिंह की वीरागंना सीता देवी को सम्मानित किया गया।नेहरू युवा केन्द्र, रूद्रप्रयाग द्वारा शिक्षा एंव प्रशिक्षण संस्थान, रतूड़ा में पौधारोपण अभियान चलाया गया। इसके साथ ही कार्यक्रम में पंच प्रण की शपथ ली गई। कार्यक्रम में सभी प्रतिभागियों को इस कार्यक्रम की महत्वता के बारे में बताया गया। एंव साथ ही अपने आस-पास के स्वतंत्रता सेनानियों को सम्मानित करने के लिये प्रेरित किया गया।इसी क्रम में रा0इ0का0, सिद्वसौड़ में मेरी माटी- मेरा देश, माटी को नमन-वीरों का वंदन के अंतर्गत कार्यक्रम अधिकारी उर्मिला राणा एंव सहायक प्रभारी ऋषि बहुगुणा द्वारा

कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें पूर्व सैनिक प्रताप सिंह, सुरेन्द्र सिंह, सत्य सिंह पंवार एंव दशरथ सिंह कंडारी को सम्मानित किया गया एंव पंच प्रण की शपथ ली गई।

ग्राम पंचायत बरगाली, उषाड़ा, भिंगी में कार्यक्रम आयोजित किए गएए जिसमें ग्रामीणों द्वारा पंच प्रण शपथ एवं राष्ट्रगान का आयोजन किया गया तथा ग्रामीणों द्वारा इस अवसर पर वृक्षारोपण कार्यक्रम भी आयोजित किया गया तथा राष्ट्र निर्माण में योगदान के लिए शपथ भी ली गई। ग्राम प्रधान की अध्यक्षता में ग्राम पंचायत दानकोट के शहीद चित्रा लाल, शहीद भागचंद सिंह रावत, शहीद जय सिंह रावत तथा ग्राम पंचायत जुटाई में निर्माणाधीन अमृत सरोवर में फलकमश् स्थापित किया गया, जिसमें शहीद भगवंत सिंह एवं गजपाल सिंह का नमन एवं वंदन किया गया तथा परिवार के सदस्यों को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम स्थल पर ग्रामीणों ने पंचप्रण शपथ एवं राष्ट्रगान का आयोजन कर वसुधा वंदन एवं वीरों का वंदन पूर्ण आदर के साथ करते हुए समस्त ग्राम वासियों द्वारा राष्ट्र योगदान के लिए शपथ भी ली गई।

इस अवसर पर पर्यावरण के संरक्षण एवं संवर्द्धन के लिए ग्राम वासियों द्वारा वृक्षारोपण भी किया गया। इसके साथ ही कार्यालय परिसर में जिला युवा अधिकारी राहुल डबराल द्वारा सभी स्वंयसेवको के साथ पंच प्रण की शपथ ली गई एंव पूर्व सैनिक दिलबर सिंह खत्री को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में लेखाकार एंव कार्यक्रम सहायक कविता जुगरान,, राष्ट्रीय युवा स्वयंसेवक विजय, राजेन्द्र, मयंक, सुमित एंव तनुज एंव अन्य सभी प्रतिभागी मौजूद रहे।रा0इ0का0 फाटा, रा0इ0का0 भीरी, रा0इ0का0 चन्द्रनगर, रा0इ0का0 रतूड़ा में भी कार्यक्रमों का आयोजन किया गया जिसमें पंच प्रण की शपथ ली गई एंव साथ ही विद्यालय परिसर में वृक्षारोपण किया गया।

चमोली : पूर्व सैनिक की लगी बंपर लॉटरी, ड्रीम 11 में जीते 1.5 करोड़ रुपये

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

चमोली 11 अगस्त : उत्तराखंड में ड्रीम 11 ने अब तक कई लोगों को करोड़पति बना दिया है। इस बीच एक खबर चमोली जिले से आई है। यहां एक पूर्व सैनिक की रातों रात बंपर लॉटरी लग गई। उन्होंने ड्रीम 11 पर 1.5 करोड़ रुपये जीते हैं। जी हां हम बात कर रहे हैं चमोली जिले के नन्दा नगर के चरी गांव के रहने वाले पूर्व सैनिक सुरजीत नेगी की।

सुरजीत नेगी की किस्मत ड्रीम 11 ने बदल दी। दरअसल बीते दिन भारत और वेस्टइंडीज के बीच टी-20 मैच खेला गया था। इस मैच में सुरजीत नेगी ने भी ड्रीम 11 पर किस्मत आजमाई और अपनी टीम बनाई। पूर्व सैनिक सुरजीत नेगी ने 1.5 (डेढ़

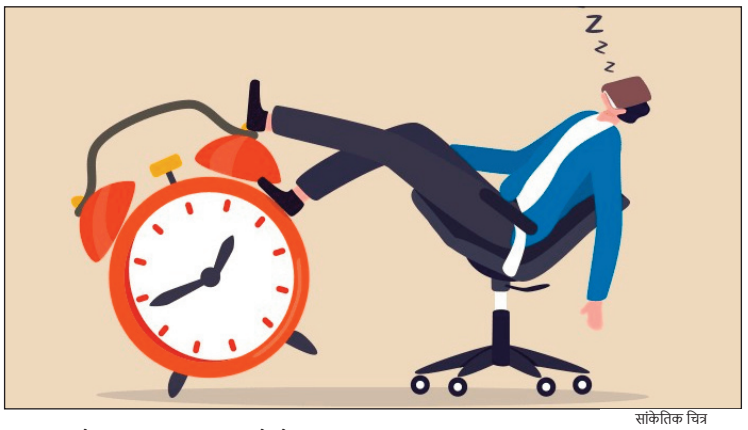
करोड़) रुपये जीते है। सुरजीत नेगी इससे पहले भारतीय सेना में अपनी सेवाएं दे चुके हैं। वो वर्तमान में राजकीय नर्सिंग कॉलेज गोपेश्वर में सुरक्षाकर्मी के पद कार्यरत है। स्थानीय लोगों ने उन्हें ड्रीम-11 में करोड़पति बनने पर बधाई एवं शुभकामनाएं दी रहे है।

टाल मटोल की आदत से रिश्ते बिगड़ते हैं, रिसर्च

ब्यूरो रिपोर्ट 11 अगस्त : टालमटोल की आदत से लोगों के रिश्ते बिगड़ रहे हैं। नींद प्रभावित हो रही है। ऐसे लोग अकेला महसूस करते हैं। अवसाद का शिकार हो रहे हैं। स्टाकहोम सहित अन्य 8 यूनिवर्सिटी के छात्रों पर हुए एक शोध में हाल ही यह बातें सामने आई है। शोध के मुताबिक, यूनिवर्सिटी छात्रों के पास स्वतंत्रता बहुत है, लेकिन टालमटोल करने की आदत के चलते 50% छात्रों की शिक्षा प्रभावित होती है। यह आदत अक्सर एक अच्छे इंसान के व्यक्तित्व और उसके जिन्दगी की कामयाबियों को खत्म कर देती है।

एक अन्य शोध में सामने आया कि टालमटोल की आदत से मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य प्रभावित होता है। जो लोग टालमटोल करते हैं उनमें उच्च स्तर का तनाव होने का जोखिम ज्यादा होता है। इससे आत्मविश्वास में भी कमी होती है।

जामा नेटवर्क ओपन में प्रकाशित इस



सांकेतिक चित्र

अध्ययन के लिए 3,525 छात्रों में से 2,587 से नौ माह तक सवालों का उत्तर पूछा गया। इसके जवाब देते समय कई स्वास्थ्य संबंधी जांचे भी की गई। इस दौरान सामने आया कि टालमटोल करने वाले छात्रों के कंधे बाहों में दर्द, खराब नींद की गुणवत्ता, अधिक अकेलापन, और अधिक वित्तीय कठिनाइयों की अधिक संभावना रही। हालांकि अच्छी बात को सुधारा भी जा सकता है। दिनचर्या में छोटे बदलावों का भी बड़ा असर होता है। जैसे कुछ समय मोबाइल बंद कर अपने आप को समय देना। स्वयं के लिए समय निकालना। इसके पीछे की वजह तलाश करना कि आप टालमटोल क्यों कर रहे हैं।

संक्षिप्त खबरें

पौड़ी में वरिष्ठ नागरिकों का होगा सम्मान

पौड़ी। पौड़ी में वरिष्ठ नागरिकों के सम्मान को लेकर आह्वान संस्था आगे आई है। संस्था अध्यक्ष प्रियंका थपलियाल व सचिव विमल वर्मा ने बताया कि इस बाबत तैयारियां भी शुरू कर दी गई हैं। संस्था अक्टूबर में इस आयोजन को करने जा रही है। आयोजन में बतौर मुख्य अतिथि मुख्य मंत्री को आमंत्रित किया गया है। इसके लिए सीएम से मुलाकात कर कार्यक्रम की विस्तृत जानकारी दी गई है। आयोजन को लेकर सीएम ने भी आश्वासन दिया है। बताया कि संस्था बीते एक साल से महिला उत्थान एवं बाल विकास के कार्यों कर रही है। बीते मई में संस्था ने मातृ दिवस पर पौड़ी में दो सौ से अधिक महिलाओं के सम्मान में कार्यक्रम का आयोजन किया था जिसमें मुख्य अतिथि महिला आयोग अध्यक्ष कुसुम कंडवाल ने शिरकत की थी। अब अक्टूबर में वरिष्ठ नागरिकों के सम्मान में कार्यक्रम का आयोजन कर रही है। इसे सफल बनाने के लिए संस्था ने जिम्मेदारियां भी दी हैं।

राजमार्गो, सरकारी एवं वन भूमि से त्वरित अतिक्रमण हटाने जाने के संबध में डीएम ने की समीक्षा बैठक

चमोली। मा0 उच्च न्यायालय नैनीताल द्वारा प्राप्त रिट में पारित आदेशों के क्रम में राजमार्गो, सरकारी एवं वन भूमि से त्वरित अतिक्रमण हटाने जाने के संबध में जिलाधिकारी हिमांशु खुराना ने समीक्षा बैठक ली। उन्होंने निर्देशित किया कि राजमार्गो, अन्य सडक़ मार्गो के किनारे पडने वाली सरकारी भूमि एवं वन भूमि पर चिन्हित अवैध अतिक्रमण को हटाने के लिए नोटिस जारी करते हुए त्वरित कार्रवाई की जाए। सभी एसडीएम तहसील स्तर पर विभागों के साथ अतिक्रमण मामलों की नियमित समीक्षा करें और विभागों से निर्धारित प्रारूप में फोटोग्राफ सहित इसकी रिपोर्ट उपलब्ध करें। ऐसे मामले जिनमें शासन से मार्ग निर्देशन की आवश्यकता है उनकी सूची भी दें। अपर जिलाधिकारी डॉ अभिषेक त्रिपाठी ने बताया कि विभागों द्वारा सरकारी भूमि पर 3307 अतिक्रमण चिन्हित किए गए है। जिसमें से 458 स्थलों पर अतिक्रमण हटा लिए गए है। अतिक्रमण हटाने के लिए विभागों द्वारा 536 व्यक्तियों को नोटिस दिए गए है। इस दौरान सभी तहसीलों से उपजिलाधिकारी, विभागीय अधिकारी वर्चुअल माध्यम से उपस्थित थे।

डीएम ने की वीसी माध्यम से विस्थापन और पुनर्वास के तहत लंबित प्रकरणों की समीक्षा

चमोली। जिलाधिकारी हिमांशु खुराना ने गुरूवार को वीसी के माध्यम से विस्थापन और पुनर्वास के तहत लंबित प्रकरणों की समीक्षा की। उन्होंने निर्देशित किया कि जिन प्रभावित परिवारों को भवन निर्माण हेतु धनराशि जारी की गई है, उनके भवन निर्माण कार्य शीघ्र पूर्ण कराए जाए। पुनर्वास कार्यो के लिए समय सीमा निर्धारित करते हुए तहसील स्तर पर इसकी नियमित समीक्षा की जाए। विस्थापित परिवारों के लिए विद्युत, पानी, रास्ते एवं अन्य मूलभूत सुविधाएं सुनिश्चित की जाए। आपदा प्रभावित क्षेत्रों में सुरक्षात्मक कार्य किए जाने हेतु संयुक्त रूप से जियोलॉजिकल सर्वेक्षण कराने के बाद शीघ्र इसकी रिपोर्ट प्रस्तुत करें। ताकि प्रभावित क्षेत्रों में सुरक्षात्मक कार्य किए जा सके। जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी एनके जोशी ने बताया कि 24 गांवों के 382 परिवारों को विस्थापन एवं पुनर्वास हेतु 1574.55 लाख धनराशि अवमुक्त की गई है। ग्राम सरपाणी में विस्थापित परिवारों के लिए विद्युत व्यवस्था हेतु शासन को प्रस्ताव भेजा गया है। ग्राम मठ, छिनका, हरमनी के पोल तोक, झलिया, ओडर, रैणी, देवग्राम, पगनौं, जुग जुग के विस्थापन हेतु भूमि चिन्हित किए जाने की कार्यवाही गतिमान है। वीसी में सभी तहसीलों से उप जिलाधिकारी एवं तहसीलदार वर्चुअल माध्यम से उपस्थित थे।

बच्चों को शांत करने के लिए मोबाइल थमाना नुकसानदेह

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 11 अगस्त : कई बार बच्चे रोते हैं तो पैरेंट्स उन्हें मोबाइल या टैबलेट देकर शांत करा देते हैं। इससे बच्चे उस वक्त तो शांत हो जाते हैं, लेकिन भविष्य में इसके गंभीर परिणाम सामने आते हैं। दरअसल, 9 साल की उम्र पूरी होने के बाद इस तरह के बच्चे जब दूसरे बच्चों के संपर्क बनाते हैं, तो डिवाइस की लत के चलते उन्हें घुलने-मिलने में दिक्कत होती है।उनकी एकाग्रता घटती है और कार्य करने की क्षमता प्रभावित होती है। स्क्रीन का बच्चों पर असर जानने के लिए हाल ही में हार्वर्ड यूनिवर्सिटी सेंटर ऑफ डेवलपिंग चाइल्ड में हुए एक शोध हुआ। इसमें सामने आया कि 9 साल की उम्र तक ज्यादा समय मोबाइल या टैबलेट के साथ बिताने वाले बच्चों की एकेडमिक परफॉर्मेंस घटती है। मानसिक स्वास्थ भी बिगड़ता है। शोध में बताया गया कि ऐसे बच्चों को बचपन में मोबाइल थमाना उनसे बचपन छीनने जैसा होता है। इससे ज्यादा उन्हें बड़ों से बातचीत करने देना ज्यादा जरूरी है। इसके अलावा उन्हें सोशल एक्टिविटी या शारीरिक गतिविधियां कराने की भी जरूरत है, ताकि शारीरिक और

मानसिक विकास हो सके।

ऐसे बच्चे भावनात्मक रूप से काफी कमजोर होते हैं। इसका असर लड़कों में ज्यादा होता है। एक अन्य शोध के अनुसार स्क्रीन टाइम बढ़ने से बच्चों में चिड़चिड़ापन बढ़ जाता है और वे कई बार चुनौतीपूर्ण माहौल में आक्रामक व्यवहार करने लगते हैं। इससे बच्चों की फिजिकल एक्टिविटी तो कम होती ही है।इम्यूनिटी व नींद का गहरा संबंध, देर रात तक जागने से घटती है इम्यूनिटीब्यूरो रिपोर्ट ,11 फ़रवरी , तापमान में हल्की गिरावट भी इम्यूनिटी को 50 प्रतिशत तक घटा देती हैं। इसका असर नाक पर सर्वाधिक होता है। यही कारण है कि ठंड के मौसम में सर्दी, जुकाम जैसे संक्रमण के मामले तेजी से बढ़ते हैं। ऐसे में इनसे बचने के लिए सबसे ज्यादा जरूरी इम्यूनिटी को बढ़ाना और उसे बनाए रखना है।

पर्याप्त नींद के साथ ही यदि हेल्दी डाइट, शरीर को हाइड्रेट रखने के लिए पर्याप्त पानी और फिजिकल एक्टिविटी को बनाए रखा जाए तो इम्यूनिटी को मजबूत रखा जा सकता है।सवाल. कमजोर इम्यूनिटी की निशानी क्या है। इसके अलर्ट को कैसे समझें ?जवाब. बार-बार बीमार पड़ना, बार-बार कोई इन्फेक्शन होना (फेफड़ों , आंतों का या त्वचा का इन्फेक्शन), वजन कम होना, लिवर तिल्ली और लिम्फ नोड्स का बढ़ जाना या इम्युनोग्लोबुलिन का कम हो जाना कमजोर इम्यूनिटी के लक्षण हैं।

सवाल. कौन-कौन-से व्यायाम हैं, जिन्हें करने से इम्यूनिटी बढ़ती है?

जवाब. प्रतिदिन 30 से 45 मिनट पैदल घूमना, योग करना या किसी भी तरह का स्पोर्ट्स खेलने से इम्यूनिटी बढ़ती है।

सवाल. क्या नींद का इम्यूनिटी से भी संबंध है। एक स्वस्थ व्यक्ति को कितने घंटों की नींद लेनी चाहिए?

जवाब. रिसर्च से पता चला है कि नींद का इम्यून सिस्टम से गहरा संबंध है। एक स्वस्थ व्यक्ति को 7 से 8 घंटे की नींद अवश्य लेना चाहिए जो लोग रात को देर तक जगे रहते है उनका इम्यून सिस्टम कमजोर हो जाता है।

सवाल. अच्छी इम्यूनिटी के लिए खानपान में कौन-सी चीजों को जरूर शामिल किया जाना चाहिए?

जवाब. कोई विशेष प्रकार के खाने से इम्यून सिस्टम नहीं सुधरता। एक बैलेंस्ड फूड ज़रूर फायदा पहुंचाता है। घर का हिंदुस्तानी ख़ाना श्रेष्ठ है।\

सवाल. रोजमर्रा की ऐसी कौन-सी आदतें हैं जो इम्यूनिटी को कमजोर करती हैं। ऐसे ही कौन सी आदतें इम्यूनिटी के लिए अच्छी होती हैं?

जवाब. देर तक जागना, शराब और धूम्रपान करना और नकारात्मक सोच ये सब इम्यून सिस्टम को कमजोर करते है। बैलेंस्ड फूड, व्यायाम, योग, पर्याप्त नींद ये सब इम्यून सिस्टम को बेहतर बनाते हैं।

उत्तराखंड : ढोली गांव के नवनीत पांडेय बने चंपावत जिले के नए डीएम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

चम्पावत 11 अगस्त : उत्तराखंड में हाल ही में बड़े स्तर पर प्रशासनिक फेरबदल किए गए हैं। राज्य सरकार ने 2 IAS और 51 पीसीएस अधिकारियों के तबादले किए हैं। नवनीत पांडे को चंपावत का जिलाधिकारी बनाया गया है। जी हां, आखिरकार मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के विधानसभा क्षेत्र चम्पावत जिले को नया जिलाधिकारी मिल ही गया है। उत्तराखण्ड शासन ने बीते रोज आदेश जारी कर आईएएस नवनीत पांडेय को चम्पावत जिले के 23वें जिलाधिकारी की जिम्मेदारी सौंपी है। दरअसल अब तक चम्पावत जिले में जिलाधिकारी नरेंद्र सिंह भंडारी अपनी सेवाएं दे रहे थे।

मगर उन्होंने यूएसए के हार्वर्ड विश्वविद्यालय में अंतरराष्ट्रीय विकास के अध्ययन की पढ़ाई के लिए जाने की बात कहकर बीते 25 जुलाई को अपनी जिम्मेदारियों से त्यागपत्र दे दिया था। तभी से चम्पावत जिला, डीएम विहीन हो गया था। हर कोई अपनी अपनी तरफ से कयास लगाए जा रहा था कि चंपावत में आखिर किसको डीएम बनाया जाएगा।

अब आखिरकार तमाम सवालों पर विराम लगाते हुए धामी सरकार ने जिलाधिकारी नवनीत पांडेय को चम्पावत जिले के 23वें डीएम के रूप में तैनात किया है। अब शासन द्वारा आईएएस अधिकारी नवनीत पांडेय का तबादला करने से चम्पावत जिले को एक बार फिर पूर्णकालिक जिलाधिकारी मिल गया है।

आईएएस नवनीत पांडेय 2015 बैच के अधिकारी हैं। बीते वर्ष ही उन्हें पीसीएस अफसर के पद से पदोन्नत कर आईएएस अधिकारी बनाया गया है। आईएएस अधिकारी नवनीत पांडेय अब तक समेकित बाल विकास परियोजना, शहरी विकास निदेशक की जिम्मेदारी संभाल रहे थे। वह इससे पूर्व अल्मोड़ा जिले के मुख्य विकास अधिकारी (सीडीओ) की जिम्मेदारी भी संभाल चुके हैं। मूल रूप से ढोली गांव नैनीताल निवासी पांडे के पूर्वज चंपावत के सिमल्टा गांव के रहने वाले हैं। इनके परिवार के लोग भी शीर्ष पदों में कार्यरत हैं। लोग आईएएस नवनीत पांडे का जिलाधिकारी के रूप में लोग हर्षोल्लास से स्वागत कर रहे हैं।

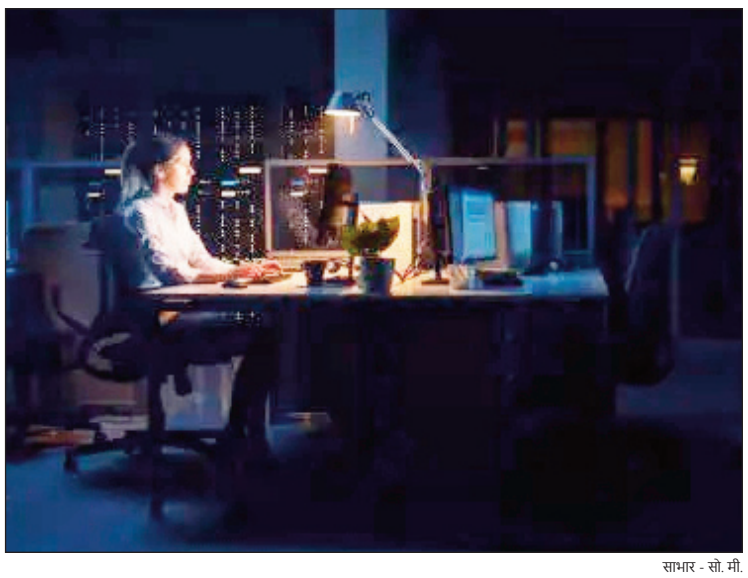
संस्कृत के प्रचार-प्रसार हेतु चलाया जाएगा ओलंपियार्ड

नई टिहरी। केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय ने देश के समस्त शिक्षण संस्थानों के छात्रों में संस्कृत के प्रति रुचि पैदा करने के लिए संस्कृत ओलंपियाड नाम से राष्ट्र स्तरीय अभियान शुरू किया है। जिसमें अलग-अलग चार स्तरों पर स्थान प्राप्त करने वाले प्रतिभागियों को नगद पुरस्कार दिये जाएंगे। 10 जुलाई से शुरू पंजीकरण की अंतिम तिथि 27 अगस्त है। 3 सितंबर को ऑनलाइन परीक्षा होगी व 14 सितंबर को पुरस्कारों की घोषणा होगी। जबकि 16 अक्टूबर को पुरस्कार प्रदान किये जाएंगे। कुलपति प्रो. श्रीनिवास वरखेड़ी ने ओलंपियाड का पोस्टर रिलीज करते कहा कि केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय संस्कृत के प्रचार-प्रसार व संरक्षण के लिए अंतरराष्ट्रीय स्तर की नोडल एजेंसी के रूप में कार्य करता है। संस्कृत को जन-जन की भाषा बनाने के अभियान में इस बार देश के सभी शिक्षण संस्थानों में संस्कृत के प्रति बच्चों की रुचि उत्पन्न करने के उद्देश्य से संस्कृत ओलंपियाड अभियान चलाया है। इसके तहत विभिन्न स्तर पर प्रतियोगिताएं होंगी, जिनमें बच्चों को भाग लेना होगा। वार्षिक आयोजन के रूप में उपलब्ध कराये जा रहे इस मंच में बच्चों को 60 बहुविकल्पीय प्रश्नों के उत्तर देने होंगे। सभी स्तरों में प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय तीन-तीन नगद पुरस्कार दिये जायेंगे। पहला पुरस्कार 11 हजार, द्वितीय 7 हजार व तृतीय पुरस्कार 5 हजार है। इस प्रयास से हम देश के बच्चे-बच्चे तक संस्कृत पहुंचाने में सफलता प्राप्त कर पाएंगे। राष्ट्रीय संयोजक प्रो. कुलदीप शर्मा और डॉ. अमृता कौर ने बताया कि, राज्य स्तर तथा शिक्षण संस्था के स्तर पर भी प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय पुरस्कार दिये जाएंगे। श्री रघुनाथ कीर्ति परिसर देवप्रयाग निदेशक प्रो. पीवीबी सुब्रह्मण्यम ने बताया कि सौ से अधिक छात्रों के पंजीकरण वाली शिक्षण संस्था अथवा संबद्ध शिक्षक को सारस्वत उपहार दिया जाएगा। अभियान के राज्य प्रभारी डॉ. दिनेशचन्द्र पाण्डेय ने बताया कि अभी तक उत्तराखण्ड से लगभग एक हजार बच्चों ने पंजीकरण करा दिया है। 27 अगस्त तक इस संख्या के दस हजार तक पहुंचने की संभावना है। उन्होंने बताया कि प्रतियोगिता में भाग लेने वाले प्रत्येक छात्र को केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय की ओर से प्रमाण-पत्र प्रदान किया जाएगा।

स्वयंसेवी राष्ट्र के विकास में दें योगदान: पुरोहित

श्रीनगर गढ़वाल। हेमवती नंदन बहुगुणा गढ़वाल केंद्रीय विवि के बिड़ला परिसर में आयोजित कार्यक्रम में हैप्रक के एसोसिएट प्रोफेसर डा.विजयकांत पुरोहित ने कहा कि एनएसएस स्वयंसेवी समाज कार्यों में बढ़-चढक़र भागीदारी करें। उन्होंने कहा कि एनएसएस के माध्यम से स्वयंसेवी राष्ट्र के विकास में अपना योगदान दें। बिड़ला परिसर एसीएल सभागार में आयोजित मेरी माटी, मेरा देश कार्यक्रम में एनएसएस स्वयंसेवियों एवं अन्य छात्रों को पांच प्रण की शपथ भी दिलाई गई। मौके पर प्रो. ओके बेलवाल छात्रों को मेरी माटी, मेरा अभियान के बारे में विस्तार से जानकारी दी। कहा हर ग्राम पंचायतों में अमृत सरोवरों के निकट स्मारक पट्टिकाएं स्थापित किए जाने के साथ ही अन्य कार्यक्रम किए जाएंगे। विवि के अधिष्ठाता छात्र कल्याण प्रो. महावीर नेगी, प्रो. आरएस नेगी, डा.राकेश नेगी, डॉ. लक्ष्मण कंडारी, डॉ. सविता भंडारी, डॉ. नशीरुदीन शाह, डॉ. रजनी आदि ने विचार व्यक्त किए।

हार्ट अटैक की वजह बन सकता है लगातार नाइट शिफ्ट करना



साभार - सो. मी.

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 11 अगस्त : इन दिनों काम का बढ़ता प्रेशर लगातार लोगों को कई तरह की समस्याओं का शिकार बना रहा है। काम की वजह से लोग न सिर्फ शारीरिक, बल्कि मानसिक समस्याओं की चपेट में भी आते जा रहे हैं। खासतौर पर नाइट शिफ्ट करने की वजह से इसका लोगों की सेहत पर काफी बुरा असर पड़ने लगा है। नाइट शिफ्ट में काम करने से न सिर्फ आपकी स्लीप साइकल डिस्टर्ब होती है, बल्कि इससे सेहत को भी काफी नुकसान पहुंचता है। तो चलिए जानते हैं नाइट शिफ्ट के कुछ गंभीर साइड फैक्ट्स के बारे में।

हम सभी ने हमेशा से सुना होगा कि रात में जल्दी सोना और सुबह जल्दी उठना हमारी सेहत के लिए काफी अच्छा होता है। लेकिन नाइट शिफ्ट की वजह से कई बार हमारी नींद पूरी नहीं हो पाती है। साथ ही हमारे सोने और उठने की आदतों में भी काफी बदलाव हो जाता है।

ऐसे में नींद की कमी होने लगती है, जो सेहत के लिए हानिकारक साबित हो सकता है। ऑफिस की शिफ्ट का असर हमारे खानपान पर भी देखने को मिलता है। वहीं, अगर आप नाइट शिफ्ट कर रहे हैं, तो इससे आपके खाने की आदत पूरी तरह से बिगड़ जाती है। खानपान में हुई इस गड़बड़ी का असर हमारी पाचन क्रिया पर भी पड़ता है, जिसकी वजह से पाचन संबंधी कई समस्याएं जैसे कब्ज आदि का सामना करना पड़ता है।

नाइट शिफ्ट करने से व्यक्ति कई गंभीर बीमारियों का शिकार हो सकता है। दरअसल, रात में काम करने की वजह से हमारे सोने और खाने की आदतों में काफी बदलाव होने लगता है, जिसका सीधा असर हमारी सेहत पर पड़ता है। नाइट शिफ्ट की वजह से हार्ट अटैक, डायबिटीज जैसी समस्याओं का खतरा काफी बढ़ जाता है.नाइट शिफ्ट करने से न सिर्फ आपकी शारीरिक और मानसिक सेहत पर असर पड़ता है, बल्कि इसका प्रभाव आपके सामाजिक जीवन पर भी पड़ता है। दरअसल, रात में काम करने के बाद व्यक्ति दिन में ज्यादातर समय सोता रहता है, जिसकी वजह से आप सामाजिक रूप से काफी अलग-थलग होने लगते हैं।

कहीं आपको भी नहीं है फूड एलर्जी, ऐसे लगा सकते हैं पता

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 11 अगस्त : आपने कई बार देखा होगा कि कई लोगों को खाने की हर चीज सूट नहीं करती। या फिर आपने खुद भी एक्पीरियंस किया होगा कि कुछ फूड्स खाते ही दिक्कतें शुरू हो जाती हैं। जैसे कई लोगों को मछली या इसी तरह का सीफूड पचता नहीं है, तो किसी के दूध या डेयरी प्रोडक्ट्स के सेवन से एक्ने की समस्या शुरू हो जाती है।

हालांकि, क्या आपने कभी सोचा है कि आखिर फूड एलर्जी क्यों होती है ?गुरुग्राम के सीके बिरला हॉस्पिटल में इंटरनल मेडिसिन कंसल्टेंट, डॉ. ने बताया कि फूड एलर्जी हमारे इम्यून सिस्टम की प्रतिक्रिया होती है, जो किसी खास फूड आइटम को खाने के बाद पैदा होती हैं। एलर्जी पैदा करने वाले खाद्य पदार्थों का मामूली मात्रा में सेवन करने से भी तत्काल तरह-तरह के लक्षण दिखाई देने लगते हैं। फूड एलर्जी के लक्षण आमतौर पर बच्चों और शिशुओं में ज्यादा होते हैं, लेकिन ये किसी भी उम्र में देखे जा सकते हैं। कई बार आपको ऐसे खाद्य पदार्थों से भी एलर्जी हो सकती है, जिन्हें आप बिना किसी दिक्कत के कई सालों से खाते आ रहे हों। फूड एलर्जी के लक्षण हल्के-फुल्के से लेकर गंभीर तक हो सकते हैं। फूड एलर्जी के सबसे सामान्य लक्षणों में शामिल हैं:मुंह में झनझनाहट या खुजली होनापित्ती उछल-नाखुजलाहटहोंठों पर, चेहरे, जीभ और गले या शरीर के अन्य भागों में सूजनपेट में दर्द, डायरिया, मितली या उल्टी।

भूख हड़ताल से जबरन उठाने का लगाया आरोप

रुद्रप्रयाग। बीते दिन कलक्ट्रेट में भूख हड़ताल पर बैठे मैखंडा तल्ला जनपद रुद्रप्रयाग निवासी राकेश अनवाल ने उन्हें परिसर से जबरन भूख हड़ताल से उठाने का आरोप लगाया है। कहा कि वह शांतिपूर्ण और लोकतांत्रिक तरीके से अपनी मांग को लेकर कलक्ट्रेट में भूख हड़ताल पर बैठे थे किंतु रात के दौरान यहां तैनात कर्मचारियों द्वारा उन्हें यहां से हटा लिया गया। जबकि वह अपनी मांग को लेकर जिलाधिकारी कार्यालय में आमरण अनशन को बैठे थे ताकि उनकी समस्या का समाधान हो सके। उन्होंने कहा कि बीते दो सालों से वह परेशान है किंतु किसी तरह से शासन-प्रशासन उनकी समस्या को गंभीरता से नहीं ले रहा है, जिससे मजबूरन यह कदम उठाने पड़ रहे हैं।

वीर सैनिकों के नामों के शिलापट स्थापित किया गया

चमोली। मेरी माटी मेरा देश अभियान मिट्टी को नमन, वीरों का वन्दन कार्यक्रम के अन्तर्गत नगर पंचायत पोखरी द्वारा वीर सैनिकों के नामों के शिलापट की स्थापना की गई। वसुधा वन्दन कार्यक्रम के तहत नगर पंचायत में पौधरोपण किया गया। मौके पर पंचप्रण शपथ ली गई। कार्यक्रम में उपजिलाधिकारी संतोष पाण्डेय, नगर पंचायत अध्यक्ष लक्ष्मी पन्त सहित विद्यालयी छात्र-छात्राएं एवं सरकारी एवं गैरसरकारी विभागों के कर्मचारी उपस्थित रहे। वहीं खण्ड विकास अधिकारी नारायणबगड़ आरसी अमोली ने बताया कि नारायणबगड़ ब्लॉक के ग्राम पंचायत सणकोट, नाखोली, जाख, पैठाणी और बमियाला में शिला फलकम स्थापना के साथ अन्य कार्यक्रम किए गए।

विवेकानंद नेत्रालय ने 20 लोगों को किट देने के साथ लिया गोद

रुद्रप्रयाग। रामकृष्ण मिशन आश्रम द्वारा संचालित विवेकानन्द नेत्रालय देहरादून के माध्यम से राष्ट्रीय क्षय उन्मूलन योजना में ठीक हुए लाभार्थियों का सम्मान किया गया। राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय अगस्त्यमुनि में हुए सम्मान समारोह में जनपद के 20 ऐसे लाभार्थियों का सम्मान किया गया जो क्षय रोग की बीमारी से पूरी तरह ठीक हो गए हैं। इन सभी को विवेकानन्द नेत्रालय देहरादून द्वारा नि-क्षय मित्र कार्यक्रम में गोद लिया गया था। इसके साथ ही विवेकानंद ने 20 अन्य लोगों को गोद ले लिया है जिन्हें पोषण किट वितरित की गई। इस मौके पर मुख्य अतिथि डिप्टी सीएमओ डॉ विमल गुसाईं ने कहा कि टीबी एक गंभीर बीमारी है जो समय पर दवा के साथ पुष्ट भोजन तथा हाई प्रोटीन डाइट लेने से ठीक हो जाती है। कहा कि विवेकानंद संस्थान इस क्षेत्र में पुनीत कार्य कर रहा है। कहा कि रामकृष्ण मिशन जनपद में स्वास्थ्य सेवाओं में हमेशा ही अग्रणी रहा है। क्षय रोग के निदान में भी मिशन का महत्वपूर्ण योगदान है। इस मौके पर अतिथि नपं अध्यक्ष अरुणा बेंजवाल ने संस्थान के कार्यों की प्रशंसा की। इस मौके पर पीजी कालेज अगस्त्यमुनि के प्राचार्य डॉ सीताराम नैथानी, डॉ केपी चमोली, डॉ विष्णु शर्मा, डॉ एके द्विवेदी, डॉ जितेन्द्र कुमार, छात्र संघ अध्यक्ष गौरव भट्ट, क्षयरोग उन्मूलन समिति के जिला समन्वयक मुकेश बगवाड़ी, रामकृष्ण मिशन के मनीष मिश्रा, कॉडिनेटर तेजबहादुर, हनुमन्त सिंह, सौरव, अनूप, राकेश, छात्र संघ पदाधिकारी एवं महाविद्यालय के प्राध्यापक एवं छात्र मौजूद थे।

संपादकीय

भारत की हत्या संभव नहीं

प्रधानमंत्री मोदी मणिपुर नहीं गए, क्योंकि वह मणिपुर को हिन्दुस्तान का हिस्सा नहीं मानते। उन्होंने मणिपुर को दो भागों में बांट दिया है। मणिपुर में भारत की हत्या कर दी है भारत माता की हत्या की गई है मेरी मां की हत्या की गई है, क्योंकि मणिपुर की सरजमीं ही मेरी मां है। यही भारत माता है। यही हिन्दुस्तान है, जिसे मारा जा रहा है। सत्ता-पक्ष की ओर इशारा करते हुए कांग्रेस सांसद राहुल गांधी ने कहा-ये देश के रखवाले नहीं, हत्यारे हैं। ये देशद्रोही हैं, देशभक्त और देशप्रेमी नहीं हैं। कांग्रेस सांसद का यह अत्यंत गंभीर आरोप था कि सरकार पूरे देश में केरोसिन (मिट्टी का तेल) फेंक रही है। फिर चिंगारी देकर आग लगा रही है। मणिपुर को जलाने के बाद इन्होंने हरियाणा में भी आग लगाई। ये पूरे देश को जला देना चाहते हैं।'' अविश्वास प्रस्ताव पर लोकसभा में कांग्रेस सांसद राहुल गांधी के वक्तव्य का यह आक्रामक, आवेशी, अभूतपूर्व और एंग्री यंगमैन वाला अंदाज था। भाषण की शब्दावलि ऐसी नहीं थी कि वह संसद के सदन में बोली जा सके। स्पीकर ओम बिरला ने भी उन्हें दो-तीन बार टोका कि सदस्य संयम से बोलें। भारत माता हम सब की मां है, लेकिन राहुल गांधी के आक्रोशी, तीखे तेवर बरकरार रहे। सांसदी बहाल होने के बाद यह उनका पहला वक्तव्य था। वह इस नाजुक मौके को भुना सकते थे। उन्होंने करीब 40 मिनट तक भाषण दिया, जिसमें करीब 15 मिनट तक उनके तेवर बेहद आक्रामक रहे। उन्होंने 'भारत जोड़ो यात्रा' के कुछ संस्मरणों से वक्तव्य की शुरुआत की। बेहद संयत और शांत अंदाज में बोलते रहे। सदन को विश्वास दिलाया कि आज आप आराम से बैठें। वह ऐसा कुछ नहीं बोलेंगे, जो आपको चुभे। यह उनकी रणनीति हो सकती थी, क्योंकि वह अचानक मणिपुर पर आए। अपने प्रवास के दौरान जिन दो महिलाओं से मिले, उनकी पीड़ा, दुख, मुश्किलों के बारे में सदन को बताते रहे। अचानक आक्रामक हो गए। फिलहाल यह जानकारी नहीं मिल पाई कि राहुल गांधी के भाषण का कितना अंश 'रिकॉर्ड' से बाहर निकाल दिया गया है। राहुल ने संसद में भावुक और उत्तेजित भाषण दिया और अपने पक्षधर समर्थक-समूह को संबोधित कर संदेश दे दिया। दरअसल राहुल का भाषण लाक्षणिक भी था। जिस तरह भारत को एक 'आवाज' मानते हुए उन्होंने 'लक्षणा' शब्द-शक्ति का प्रयोग किया, उसी तरह उन्होंने मणिपुर को 'जीवंत प्राणी' माना, जिसकी हत्या की गई। केंद्रीय मंत्री स्मृति ईरानी अमेठी संसदीय क्षेत्र में राहुल गांधी की राजनीतिक प्रतिद्वंद्वी रही हैं और 2019 के आम चुनाव में वह विजयी रही थीं। राहुल अब केरल के वायनाड से सांसद हैं। भाजपा ने पलटवार के लिए स्मृति को ही उतारा। उन्होंने भी आक्रामक जवाब में हुंकार भरी कि भारत कभी भी खंडित नहीं किया जा सकता, लिहाजा उसकी हत्या का प्रश्न ही नहीं उठता। मणिपुर भारत का अभिन्न अंग है। हमारा भी यही मानना है कि भारत या भारत माता की हत्या असंभव है। राहुल कुछ और शब्दों का इस्तेमाल कर सकते थे। भारत माता तो अखंड, अजर, अमर, अविभाजित है। बहरहाल स्मृति ईरानी ने आपातकाल, सिख-विरोधी दंगों, कश्मीरी पंडित महिलाओं का सामूहिक बलात्कार और बर्बर हत्याएं, राजस्थान में 14 साल की नाबालिग बेटी के साथ दुष्कर्म के बाद उसे भ_ी में जला देने की दरिंदगी और बंगाल में औरतों के साथ अमानवीय अत्याचार आदि घटनाओं का जिक्र कर स्थापित करने की कोशिश की कि इतिहास खून से सना है, फिर भी भारत मां का अस्तित्व यथावत, जिंदा मौजूद है।

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

संक्षिप्त खबरें

पुरस्कार वितरण के साथ बेनीताल मेले का हुआ समापन

चमोली। एस्ट्रोविलेज बेनीताल में आयोजित दो दिवसीय शहीद स्मृति मेले का समापन पुरस्कार वितरण और रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों के साथ हुआ। मेला समिति में क्षेत्र में सामाजिक गतिविधियों में विशेष काम करने वाले लोगों को सम्मानित किया गया। बेनीताल मेला मैदान में आयोजित कार्यक्रमों में महिला मंगल दल सिमतोली, बणगांव, ऐरवाडी, कोल्सों, बगोली, सहित आस पास की महिलाओं ने झुमैलो, चांछरी सहित अन्य पारंपरिक जागरों की प्रस्तुति दी। वहीं नंदा के जागरों से पूरा क्षेत्र जयकारों से गूंज उठा। जबकि जीआईसी केदारूखाल, घंडियाल, सिमतोली, ऐरवाडी के स्कूली बच्चों ने भी लोकगीत-लोकनृत्य की मनमोहन प्रस्तुतियां मेले में दी। समापन अवसर पर मेला समिति ने प्रतिभागियों को सम्मानित किया। इस दौरान मेले में स्वास्थ्य विभाग, कृषि, पशुपालन, उद्यान विभाग व उद्योग द्वारा लोगों को योजनाओं की जानकारी दी गई। जबकि चमोली पुलिस द्वारा लोगों को साइबर क्राइम की जानकारी देते हुए जागरूक किया गया। वहीं युवाओं को नशे के दुष्प्रभाव बताते हुए नशे से दूर रहने की अपील की। इस मौके पर मेला समिति अध्यक्ष मगन सिंह नेगी, सचिव बीरेन्द्र मिंगवाल ने सभी अतिथियों का आभार जताया। कार्यक्रम में कांग्रेस जिलाध्यक्ष मुकेश नेगी, पूर्व कनिष्ठ उपप्रमुख सुभाष रावत, कांग्रेस ब्लाक अध्यक्ष गौतम मिंगवाल, पुष्कर सिंह रावत, मेला समिति उपाध्यक्ष यशपाल कठैत, कोषाध्यक्ष राकेश सिह कोटियाल, सचिव बीरेन्द्र मिंगवाल, संजय रावत, दीप चंद्र, सीमा देवी आदि मौजूद थे।

कर्णप्रयाग पीजी कालेज के टॉपरों को मिलेगी छात्रवृत्ति

चमोली। डा. शिवानंद नौटियाल राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय प्रबंधन ने अपना 45वां स्थापना दिवस धूमधाम से मनाने का निर्णय लिया है। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. केएल तलवाड़ ने मामले में महाविद्यालय के संस्थापक सदस्यों और सामाजिक कार्यकर्ताओं से वार्ता करते हुए मामले में तैयारियां करने की बात कही। साथ ही महाविद्यालय के सभी संकायों के 15 टॉपरों को प्रशस्ति पत्र, मेडल और 1100 रुपये की नकद धनराशि देकर छात्रवृत्ति देने की बात भी कही है। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. केएल तलवाड़ ने महाविद्यालय में पत्रकारों से वार्ता करते हुए कहा कि महाविद्यालय में शैक्षणिक माहौल को बेहतर करने के लिए छात्रवृत्ति दिए जाने की तैयारी हो रही है। वहीं नैक टीम के निरीक्षण के लिए सभी विभाग तैयारी कर रहे हैं। प्राचार्य ने बताया कि स्नातक स्तर पर व्यवसायिक पाठ्यक्रमों के संचालन को लेकर विभाग और शासन से वार्ता की जाएगी। साथ ही महाविद्यालय में इग्नू पाठ्यक्रम शुरू करने के लिए आवेदन किया गया है। इस मौके पर महाविद्यालय के संस्थापक सदस्य भुवन नौटियाल, भगवती प्रसाद थपलियाल, डा. एमएस कंडारी, डा. आरसी भट्ट आदि मौजूद थे।

वन भूमि हस्तांतरण के 44 मामले लंबित

चमोली। चमोली जिले में वन भूमि हस्तांतरण के सैद्धान्तिक स्वीकृति के 44 प्रस्ताव विभिन्न स्तर पर लंबित हैं। जिसमें से प्रस्तावक विभाग के पास 32, एसडीएम स्तर पर 2, प्रभाग के पास 3, नोडल अधिकारी स्तर पर 5 तथा राज्य और भारत सरकार स्तर पर एक-एक प्रस्ताव हैं। जिलाधिकारी हिमांशु खुराना ने कहा कि जिले में वन भूमि हस्तांतरण के कारण कोई भी विकास कार्य नहीं रुकने चाहिए। विभागीय अधिकारी स्वयं लंबित प्रकरणों के निस्तारण के लिए प्रभागीय वनाधिकारी से संपर्क एवं समन्वय स्थापित कर जिला स्तर से प्रस्ताव शासन को भेजें। किसी कारण से जो प्रकरण निरस्त होने हैं उनको निरस्त किया जाए। ऐसे प्रकरण जिनमें आपत्तियां लगी हैं उनका तत्काल निस्तारण करें। इसमें किसी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। जिलाधिकारी ने लोनिवि, पेयजल निगम, सिंचाई, पिटकुल आदि विभागों के अन्तर्गत लंबित वन भूमि हस्तांतरण प्रकरणों की समीक्षा में यह निर्देश दिए । समीक्षा बैठक में डीएफओ सर्वेश कुमार दुबे, अपर जिलाधिकारी डॉ. अभिषेक त्रिपाठी सहित लोक निर्माण विभाग के सभी डिवीजनों के अधिशासी अभियंता मौजूद रहे।

गौरीकुंड में सातवें दिन मिली रेस्क्यू दल को कामयाबी

रुद्रप्रयाग। गौरीकुंड में बीते एक सप्ताह पूर्व हुई भूस्खलन की घटना में लापता हुए 20 लोगों की खोजबीन जारी है। सातवें दिन रेस्क्यू दल को बड़ी कामयाबी मिली है। लगातार बारिश और उफनती मंदाकिनी के साथ ही विषम परिस्थितियों में रेस्क्यू अभियान जारी रहा। गुरुवार को रेस्क्यू दल ने राहत की सांस ली जब उन्हें खोजबीन के दौरान एक शव बरामद हुआ। उक्त शव की शिनाख्त भी कर दी गई है। जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी नंदन सिंह रजवार ने बताया कि गौरीकुंड डाटपुलिया के समीप हुए भू-स्खलन के कारण लापता हुए 20 लोगों की खोजबीन के लिए सावतें दिन भी रेस्क्यू जारी है। जिलाधिकारी के निर्देशों पर सर्च एंड रेस्क्यू दल को गुरुवार खोजबीन के दौरान एक व्यक्ति का शव बरामद हुआ है। उक्त व्यक्ति के नाम की शिनाख्त वीर बहादुर निवासी नेपाल के रूप में हुई है। मृतक की पहचान उसकी जेब में मिले आधार कार्ड से हुई है। उन्होंने बताया कि पुलिस द्वारा आगे की कार्रवाई की जा रही है। रेस्क्यू टीम में डीडीआरएफ, एनडीआरएफ, एसडीआरएफ, वाईएमएफ, पुलिस, प्रशासन आदि के जवान मौजूद हैं। आपदा प्रबंधन अधिकारी ने बताया कि पुलिस थाना, चौकी एवं फायर सर्विस अपने स्तर से भी अपने क्षेत्रों में नदी किनारे सर्च रेस्क्यू अभियान चला रहे हैं।

दुर्गाधार में हुआ पुलिस का जनसंवाद कार्यक्रम

रुद्रप्रयाग। तल्लानागपुर क्षेत्र के नवसृजित रिपोर्टिंग पुलिस चौकी दुर्गाधार में जनसंवाद कार्यक्रम का आयोजन किया गया। एसपी ने समस्याओं को सुनकर उपस्थित जनसमुदाय के सामने अधीनस्थ चौकी प्रभारी को आवश्यक दिशा निर्देश दिए गए। वहीं स्थानीय लोगों ने पुलिस की इस पहल का स्वागत किया है। चौकी दुर्गाधार में आयोजित जनसंवाद कार्यक्रम में पुलिस अधीक्षक विशाखा अशोक भदाणे का स्थानीय जनप्रतिनिधियों ने स्वागत किया। इस अवसर पर महिला मंगल दल एवं प्राथमिक विद्यालय के छात्र-छात्राओं ने स्वागत गान एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए। इस अवसर पर वक्ताओं के स्तर से पुलिस स्तर से किए जा रहे आवश्यक सहयोग, किसी भी सूचना पर तुरन्त प्रतिक्रिया देते हुए तत्परता से पुलिस के पहुंचने, निरन्तर जन-जागरुकता करने व इस क्षेत्र के कुछ असामाजिक तत्वों की गतिविधियों पर रोक लगने सम्बन्धी कार्यों के साथ ही इस क्षेत्र के सनबैण्ड एवं मौणधार में शराबियों के आतंक से निजात दिलाने के लिए गश्त किए जाने, दूरस्थ ग्रामों में भी पुलिस की पहुंच होने, टैक्सी स्टैण्ड पर वाहन को लगवाये जाने समेत कई सुझाव प्राप्त हुए। एसपी ने कहा कि प्राप्त सुझावों एवं समस्याओं को नोट कर लिया गया है, पुलिस विभाग से सम्बन्धित समस्याओं पर अधीनस्थों के माध्यम से आवश्यक कार्यवाही सुनिश्चित कराई जाएगी।

अगर आप भी अंडों को फ्रिज में रखते है, तो ये खबर आपके लिए

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 11 अगस्त : अक्सर हमने टीवी पर अंडे से संबंधित एक विज्ञापन देखा है कि, सन्डे हो या मंडे, रोज खाओ अंडे। लेकिन क्या आपको पता है कि आपको अंडे को कभी भी फ्रिज में नही रखना चाहिए। आप सोच रहे होंगे कि ऐसा क्यों? आज हम इस लेख में आपको यही बताने का प्रयास करेंगे की आपको अंडों को फ्रिज में क्यों नहीं रखना चाहिए। अंडे एक प्राकृतिक खाद्य उत्पाद हैं और प्रोटीन और अन्य कार्बनिक यौगिकों से भरपूर होने के कारण इनके खराब होने की संभावना अधिक होती है। हालांकि, प्रकृति ने अंडों को प्राकृतिक सुरक्षा प्रदान की है और वे वास्तव में हमारी कल्पना से कहीं अधिक मजबूत होते हैं।

दुनिया भर में बड़ी संख्या में लोगों के लिए अंडे दैनिक आहार का हिस्सा हैं। वास्तव में, हम जागरूक होने की तुलना में कई और तरीकों में अंडे का सेवन करते हैं। जबकि इस उच्च प्रोटीन भोजन के ताज़ा स्टॉक का उपयोग करना महत्वपूर्ण है। यह अधिक महत्वपूर्ण है कि आप इसे सही तरीके से संग्रहित करें और इन कीमती खाद्य पदार्थ को बासी और खराब न होने दें। जैसा कि हमने बताया कि अंडे प्रोटीन और कैल्शियम का अच्छा स्रोत हैं। हम सभी हमेशा के लिए अपने रेफ्रिजरेटर में अंडे की ट्रे में अंडे जमा करते रहे हैं। हालांकि, एक नए अध्ययन के अनुसार, अंडे को फ्रिज में रखने से वे खाने के लिए स्वस्थ हो सकते हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि अंडे को कमरे के तापमान पर सबसे अच्छा संग्रहित किया जाता है। अंडे को बहुत ठंडे तापमान में, यानी फ्रिज में रखने से वे अखाद्य हो सकते हैं . कमरे के तापमान पर रखे गए अंडे रेफ्रिजरेट किए गए अंडे की तुलना में तेज़ी से नहीं सड़ते हैं। इसके अलावा, उनमें से कुछ अत्यधिक ठंडे तापमान में संग्रहीत करने के बाद बाहर निकालने पर खट्टे हो जाते हैं।

सभी बेकिंग व्यंजनों में कमरे के तापमान पर संग्रहीत अंडे का उपयोग करने की सलाह दी जाती है, क्योंकि वे रेफ्रिजेरेटर की तुलना में बेहतर तरीके से फुलाते हैं। तो यदि आप अंडों को बेकिंग की प्रक्रिया में शामिल करते है, तो आपको अंडों को कमरे के तापमान पर रखना चाहिए।

उन अंडों को रेफ्रिजरेट करने की आवश्यकता नहीं है जिनमें छल्ली बरकरार है, क्योंकि इसका मतलब है कि वे काफ़ी ताज़ा हैं। छल्ली एक अदृश्य परत होती है जो कि अंडों को ज़्यादा समय तक सुरक्षित रखने में मदद करती है। अगर अंडों को धोए न या फिर गंदगी न आने दे तो ये परत बरकरार रहती हैं। तो अंडे खरीदते समय इस बात का विशेष ध्यान रखें। यह देखा गया है कि अंडों को ठंडे तापमान में रखने और फिर उन्हें कमरे के तापमान पर छोड़ने से संगठन हो सकता है, जिससे खोल पर बैक्टीरिया के विकास को बढ़ावा मिलता है जो संभवतः अंडे में भी मिल सकता है, जो उपभोग के लिए स्वस्थ हो सकता है।

आपकी आवाज चुराकर कोई आपको चूना न लगा दे

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 11 अगस्त , सोशल साइट्स पर अगर वीडियो डालने का शौक है तो ये खबर पढ़ लें, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस चुरा लेगा आपकी आवाज जी हाँ , सोशल मीडिया पर वीडियो अपलोड करना अब खतरे से खाली नहीं है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की डीफेक तकनीक के जरिए चुराई जा रही हैं आवाज। आपकी या आपके रिश्तेदारों की आवाज कॉपी करके कोई भी लगा सकता है आपको चूना। कैसे हो रही है ये धोखाधड़ी चलिए जानते हैं।

फेसबुक पर संभलकर डाले अपने वीडियो

सोशल साइट्स का क्रेज लगातार लोगों में बढ़ता ही जा रहा है। फोटो के साथ-साथ वीडियो अपलोड करने का शौक लोगों में काफी तेजी से बढ़ा है। कोई रील्स बनाकर डालता है, कोई अपने बच्चे का वीडियो डालता है, कोई अपने माता-पिता का। गर्लफ्रेंड बॉयफ्रेंड, पति - पत्नी अपने खुशगवार पलों को सोशल साइट्स पर शेयर करते रहते हैं, लेकिन अब ये बेहद खतरनाक बनता जा रहा है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के जरिए चुराई जा रही हैं आवाज।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस से चुराई जा सकती है आवाज

ऐसा हो सकता है कि आपके पास कोई फोन आए और सामने वाला आपको बताए कि वो आपका बेटा है, पति है या दोस्त है। आप कहोगे कि आप अपनों की आवाज तो पहचान ही लेंगे, नहीं ऐसा नहीं है कि क्योंकि वो आवाज आपके पति, बेटे या दोस्त की होगी जिसे आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की मदद से चुराया गया होगा और फिर आपको ठगने के लिए उसका इस्तेमाल किया गया होगा।

आपकी आवाज चुराकर कोई आपको चूना न लगा दे

सबसे पहले कनाडा के इस को समझिए जहां आर्टफिशियल इंटेलिजेंसी की मदद से आवाज चुराकर एक बुजुर्ग दंपत्ति को चूना लगा दिया गया। बुजुर्ग दंपत्ति के पास एक फोन आया। फोन पर जो आवाज थी वो उनके पोते ब्रैंडन पार्किंग की थी जो दूसरे शहर में रहता था। ब्रेंडन ने अपने दादा-दादी से बात की और कहा कि मैं मुश्किल में हूं।

साभार - सो. मी.

मैं जेल में बंद हूं और मुझे बाहर निकलने के लिए पैसे चाहिए। उसने बताया कि वो अपने वकील के नंबर से फोन कर रहा है। इसके बाद उसके वकील ने भी बात की और कहा कि आप 18 लाख रुपये ट्रांसफर कर दीजिए।

बुजुर्ग दंपत्ति को लगा 18 लाख का चूना

बुजुर्ग दंपत्ति अपने पोते की आवाज सुनकर परेशान हो गए। उन्हें ये समझ आ चुका था कि ये आवाज उनके पोते की है और वो किसी भी कीमत पर उसकी मदद करना चाहते थे। उन्होंने बैंक जाकर 3000 कैनेडियन डॉलर यानी 18 लाख रुपये निकाले और बेटिकन के जरिए उस वकील को ट्रांसफर कर दिए, लेकिन अब आप ये जानकर हैरान रह जाएंगे कि जो फोन उनके पोते ने किया था दरअसल वो उनका पोता नहीं बल्कि उसकी चुराई हुई आवाज थी।

पोते की आवाज यूट्यूब से की गई कॉपी

उनके पोते के कुछ वीडियो यूट्यूब पर मौजूद थे। आर्टिफिशल इंटेलिजेंट के की मदद से उन वीडियो से ब्रेंनडन की आवाज निकाली गई और फिर हुबहू आवाज तैयार की गई। खुद उसके दादा-दादी भी अपने पोते की इस आवाज को सुनकर शक नहीं कर पाए और पैसे ट्रांसफर कर दिए।

सोशल साइट्स से निकाली जा रही है आवाज

दरअसल फेसबुक, इंस्टाग्राम और यूट्यूब में जो वीडियो आप अपने फन के लिए अपलोड कर रहे हैं उनकी मदद से आपकी आवाज को कॉपी करके आपके रिश्तेदारों को फोन किया जा रहा है और फिर पैसों की मांग की जा रही है। हमारे देश में भी इस तरह के धोखाधड़ी के केस आ चुके हैं। आवाज में कोई बदलाव नहीं होने की वजह से कोई शक भी नहीं कर रहा।

डीफेक तकनीक से बुना जा रहा है जाल

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस एक तरह से बनावटी तरीके से विकसित की गई बौद्धिक क्षमता है। इसमें एक डीपफेक तकनीक होती है। इस तकनीक की मदद से ही किसी की भी आवाज, फोटो या वीडियो का सैंपल लेकर उसकी क्लोनिंग कर दी जाती है। इस तकनीक से तैयार ये ऑडियो-वीडियो इतने रियल होते हैं कि खुद आप अपनी आवाज सुनकर भ्रम में पड़ जाएंगे। देशभर में इस तरह की ठगी के कई केस दर्ज हो चुके हैं। पहले ये सिर्फ बाहरी देशों में ही हो रहा था, लेकिन अब यहां भी इस तरह के फ्रॉड काफी ज्यादा बढ़ गए हैं। इसलिए जब भी आप फेसबुक या किसी और साइट्स पर अपने वीडियो डाल रहे हैं तो सावधान रहें।

संक्षिप्त खबरें

15 अगस्त को जनता एकजुट होकर खुलवाएगी गेट

रुद्रप्रयाग। अप्पर बाजार स्थित एक धर्मशाला के रास्ते में गेट लगाने का स्थानीय लोगों ने विरोध किया है। यहां गेट लगने से सिलेंडर वाहन के साथ ही एम्बुलेंस और सरकारी सस्ता गल्ला राशन वाहन यहां नहीं पहुंच पा रहा है। स्थानीय लोगों ने आक्रोश व्यक्त करते हुए अब 15 अगस्त को अपर बाजर में इकट्ठा होकर संबंधित धर्मशाला से गेट खुलवाने में सहयोग देंगे। अपर बाजार के सभासद अंकुर खन्ना ने बताया कि बीते 40 वर्षों से जो रास्ता आम जनता उपयोग कर रही है उसे एक धर्मशाला प्रबंधन द्वारा गेट लगा कर बंद कर दिया गया है। बड़ी बड़ी दीवारें लगाई गई हैं, जो कभी भी किसी दुर्घटना को न्योता दे सकती है। कहा कि इस कार्रवाई के खिलाफ 15 अगस्त सुबह 11 बजे अपर बाजार की जनता, महिला मंगल दल, युवक मंगल दल गेट खुलवाने के लिए एकजुट होंगे। उन्होंने सभी से इस मौके पर पहुंचने का आह्वान किया है।

एक माह में 379 बंदरों को भेजा चिडिय़ापुर

नई टिहरी। आम लोगों को बंदरों से राहत दिलाने के लिए टिहरी वन प्रभाग ने कार्यवाही तेज की है। बंदरों की धरपकड़ निरंतर जारी रखते हुए अब तक 379 बंदरों को वन्यजीव ट्रांजिट एवं पुर्नवास केंद्र हरिद्वार भेजने का काम किया है। इस बाबत टिहरी रेंज के रेंज अधिकारी आशीष डिमरी ने बताया कि बंदरों की आवाजाही क्षेत्र में घुसपैठ को रोकने व आम लोगों की अपील पर निरंतर बंदरों की धरपकड़ की कार्यवाही की जा रही है। जिसके तहत बीते एक माह में 379 बंदरों को चिडियापुर भेजने का काम किया गया है। डिमरी ने बताया कि आम लोगों से अपील है कि जंगली जानवरों को खाना न परोसें व उचित दूरी बनाये रखें, ताकि जंगली जानवरों के हमलों से बचा जा सके। बताया कि आबादी क्षेत्र नई टिहरी, बौराड़ी, बीपूरम आदि में निरंत बंदरों की धरपकड़ की कार्यवाही की जा रही है। बंदरों के आतंक को लेकर आम लोगों की शिकायतों पर विभाग तत्परता से कार्यवाही कर रहा है।

बार एसो. पदाधिकारियों ने डीएम का सम्मान किया

नई टिहरी। जिला बार एसो. पदाधिकारियों ने डीएम मयूर दीक्षित को बार सभागार में आमंत्रित कर डीएम का बुके देकर स्वागत किया। बार एसो. के अध्यक्ष जय प्रकाश पांडे ने डीएम के सम्मुख अधिवक्ताओं की समस्याओं को भी रखा। इस मौके पर बार एसो. सचिव महेंद्र सिंह बिष्ट, उपाध्यक्ष किशन सिंह नेगी, रोशन लाल आर्य, पवना, लाखीराम नौटियाल, चंद्र सिंह गुसाई, अरविन्द्र मोहन उनियाल, बीना सजवाण, जगजीत नेगी आदि उपस्थित थे।

11 सूत्रीय मांगों को लेकर ग्रामीण डाक सेवकों ने किया प्रदर्शन

नई टिहरी। अखिल भारतीय ग्रामीण डाक सेवक संघ के कर्मचारियों ने 11 सूत्रीय मांगों को लेकर नई टिहरी डाक घर में प्रदर्शन कर धरना दिया। उन्होंने सरकार से डाक सेवकों की मांगों पर उचित कार्यवाही की मांग की है। गुरुवार को अखिल भारतीय ग्रामीण डाक सेवक संघ टिहरी व उत्तरकाशी के कर्मचारियों ने केंद्रीय कार्यकारणी के आह्वान पर संघ के मंडलीय अध्यक्ष राम किशोर सिंह के नेतृत्व में नई टिहरी स्थित मुख्य डाक घर परिसर में एक दिवसीय धरना प्रदर्शन किया। संघ के मंडलीय अध्यक्ष ने सरकार से ग्रामीण डाक सेवकों को नियमित कर्मचारी का दर्जा देने के साथ पेंशन की सुविधा, कमलेश चंद्र कमेटी की सिफारिशों को लागू करने, कर्मचारियों के सामूहिक बीमा की धनराशि पांच लाख रुपये तक बढ़ाये जाने, ग्रामीण डाक सेवकों की ग्रेज्यूटी को डेढ़ लाख से बढ़ाकर पांच लाख रुपये किये जाने की मांग की है। इसके साथ ही ग्रामीण डाक सेवक एंव उनके परिवार के सदस्यों को चिकित्सा सुविधा देने, समस्त डाकघरों में लैपटॉप, प्रिंटर, ब्राडबैंड आदि की सुविधा देने, ड्यूटी के दौरान मौत होने पर डाक सेवकों के आश्रित को अनुकंपा के आधार नियुक्ति देने सहित 11 सूत्रीय मांगों के निराकरण की मांग की है। धरना प्रदर्शन करने वालों में मंडलीय सचिव राजपाल सिंह नेगी, राम किशोर भट्ट अध्यक्ष, विक्रम सिंह राणा, द्वारिका प्रसाद डगवाल, चंद्र सिंह सजवाण, इंद्रदत्त भट्ट, आनंद सिंह रावत, मुन्नी तोपवाल, रजनी पंवार, अकबर सिंह पंडीर, नरेन्द्र सिंह, सुरेन्द्र सिंह पंवार, जगदीश लाल सहित भारी संख्या ग्रामीण डाक सेवक उपस्थित थे।