हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 12 अंक : 77 | देहरादून, मंगलवार, 12 सितंबर, 2023 | मूल्य : एक रुपया | पृष्ठ : 08

डेंगू के हॉटस्पाट बन रहे इलाकों में चलेगा जागरूकता अभियान : स्वास्थ्य सचिव 3

भारत पुनः विश्व गुरु के पद पर आरूढ़ होगा : मुख्यमंत्री धामी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

राजस्थान , 12 सितंबर , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के सम्मान में सोमवार को श्री गंगानगर राजस्थान के मानकसर गांव में क्षेत्रवासियों द्वारा सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। मुख्यमंत्री ने कहा कि गुरु जंभेश्वर भगवान की पूण्यभूमि में आकर वे अविभूत है।

उन्होंने कहा कि गुरु जंभेश्वर जी ने जीवन में 29 नियम अपनाने के लिए कहा था। उनके द्वारा दिये गए नियमों को आत्मसात कर आज विश्नोई समाज, वाणी पर संयम रखने के साथ ही अन्य नियमों का पालन कर रहा है।मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने राजस्थान में वन एवं पर्यावरण संरक्षण की अलख जगाने वाली अमृता देवी विश्नोई की शहादत को नमन करते हुए कहा कि देवभूमि उत्तराखण्ड जैसे हिमालय क्षेत्र में वन संरक्षण को लेकर हुए चिपको आंदोलन से तो काफी लोग वाकिफ हैं। परंतु इससे सैकड़ों वर्ष पहले राजस्थान में भी अमृता देवी जी के नेतृत्व मैं चिपको जैसा आंदोलन हो चुका है,जिसमें पेड़ों को बचाने के लिए 363 लोगों ने अमृता देवी जी के नेतृत्व में अपना बलिदान दिया। इस प्रकार हम पीढ़ियों से पर्यावरण के संरक्षक रहे हैं। प्रकृति के साथ सामंजस्य बनाना हमारा संस्कार है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हमारे पुरखों ने प्रकृति और मानव के सह-अस्तित्व पर एक समृद्ध विचारधारा को पोषित किया और आज सदियों बाद भी, हम उस विचार का, उतनी ही निष्ठा से अनुसरण करते आ रहे हैं।

हमारी संस्कृति में वृक्षारोपण और वृक्ष संरक्षण दोनों का ही एक वैभवशाली और अनुसरणीय इतिहास रहा है। अमृता देवी जी और उनके साथियों के बलिदान की गाथा को कोई नहीं भूल सकता। इस महिला सत्याग्रही ने पूरी दुनिया में पर्यावरण संरक्षण और नारी सशक्तिकरण को नए अर्थों में परिभाषित किया।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के कुशल नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में आज भारत एक शक्तिशाली और सुरक्षित राष्ट्र बन चुका है।

हमें भी राष्ट्रविरोधी शक्तियों को परास्त कर राष्ट्रवादी शक्तियों को विजयी बनाने का कार्य करना है। आपके एक वोट का ही कमाल है जो आज भारत शक्तिशाली देश बनकर उभर रहा है। आज भारत को जी-20 की अध्यक्षता मिलना भारतवासियों के लिए गर्व की बात है। आप स्वयं देख रहे हैं कि दिल्ली में संपन्न हुये तीन दिवसीय जी-20 के सम्मेलन में भारत ने अपनी शक्ति और सामर्थ्य का परिचय संपूर्ण विश्व को किस प्रकार कराया है। प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में वह दिन अब दूर नहीं जब भारत पुनः विश्व गुरु के पद पर आरूढ़ होगा। इसमें हम सबको सहयोगी बनना होगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि देवभूमि उत्तराखण्ड और वीरभूमि राजस्थान सांस्कृतिक रूप से एक-दूसरे के पूरक रहे हैं। राजस्थान प्राचीन काल से ही वीर भूमि रही है। यहां के वीरों तथा वीरांगनाओं ने अपना सर कटा दिया पर शत्रुओं के सामने कभी सर नहीं झुकाया। उनका भी राजस्थान की इस महान धरती से गहरा सम्बन्ध है, क्योंकि उनके पूर्वज भी राजस्थान से ही उत्तराखंड में आये थे।

उत्तरकाशी में देर रात को डोली धरती भूकंप के झटके से कांपे लोग

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 12 ,सितम्बर : उत्तरकाशी में आधी रात को भूकंप का तेज झटका महसूस किया गया है। गहरी नींद में सो रहे लोग तेज झटके से कांप उठे। लोग तुरंत भय से घर छोड़कर बाहर भागे। फिलहाल किसी तरह के नुकसान की कोई सूचना नहीं है। रात 3.49 मिनट पर उत्तरकाशी के यमुनाघाटी में धरती डोली। जनपद के तहसील पुरोला, बड़कोट, मोरी में भी भूकंप के हल्के झटके महसूस किए गए। भूकंप का समय कम था, लेकिन झटका तेज़ था। गहरी नींद में सोए हुए लोग जागे और तुरंत बाहर की ओर भागे। भूकंप का केंद्र बड़कोट स्यालना के जंगलों में जमीन से पांच किमी नीचे था। रिक्टर स्केल पर भूकंप की तीव्रता 2.9 रही। सभी तहसील थाना चौकिया से डेल्टा के माध्यम से दूरभाष द्वारा सूचना ली गई है जिसमें भूकंप से कहीं भी जनहानि पशु हानी नहीं हुई है ।

मुख्य सचिव ने की प्रदेश में जड़ी बूटी, ईको टूरिज्म, हर्बल और एरोमा पर्यटन को बढ़ावा देने हेतु सम्बन्धित विभागों के साथ बैठक

देहरादून। मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधु ने सोमवार को सचिवालय में प्रदेश में जड़ी बूटी, ईको टूरिज्म, हर्बल और एरोमा पर्यटन को बढ़ावा देने हेतु सम्बन्धित विभागों एवं हितधारकों के साथ बैठक की। मुख्य सचिव ने हितधारकों से वार्ता कर उन्हें इस व्यवसाय में आ रही समस्याओं और सरकार द्वारा दिये जाने वाले सहयोग के सम्बन्ध में विस्तार से चर्चा की। कहा कि प्रदेश को प्रकृति ने जड़ी बूटियों से भरपूर वन सम्पदा और इसके उत्पादन के लिए उचित प्राकृतिक वातावरण दिया है, जिसे प्रदेश के युवाओं को रोजगार उपलब्ध कराने एवं प्रदेश की आर्थिकी बढ़ाने में उपयोग किया जा सकता है।

मुख्य सचिव ने इसकी पॉलिसी तैयार करते समय सभी हितधारकों के अच्छे सुझावों को शामिल करते हुए एक ऐसी पॉलिसी तैयार किए जाने के निर्देश दिए जिससे एक सकारात्मक माहौल तैयार हो। उन्होंने आमजन में जड़ी बूटियों और औषधीय पादपों के सम्बन्ध में छोटे छोटे वीडियोज के माध्यम से जानकारी उपलब्ध कराए जाने के निर्देश दिए। अधिक से अधिक वन मेलों का आयोजन कर अधिक से अधिक जानकारी उपलब्ध करायी जाए। उन्होंने कहा कि वन पंचायतों में जड़ी बूटी उत्पादन के साथ ही वैल्यू एडीशन एवं अन्य प्रकार के कार्यों के लिए स्थानीय स्वयं सहायता समूहों को भी शामिल किया जाए। उत्पादों की गुणवत्ता बनाए रखने के लिए पर्याप्त मात्रा में टेस्टिंग लैब स्थापित की जाएं। प्रदेशभर में खाली बंजर पड़ी जमीनों में औषधीय पौधों की खेती को बढ़ावा दिया जाए।

मुख्य सचिव ने कहा कि जड़ी बूटी, ईको टूरिज्म, हर्बल और एरोमा पर्यटन को बढ़ावा देने, इस क्षेत्र से जुड़े विशेषज्ञों को शामिल करते हुए शोध एवं विकास की दिशा में भी कार्य किया जाए। उन्होंने कहा कि इस क्षेत्र में स्टार्टअप को भी बढ़ावा दिए जाने हेतु व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। मुख्य सचिव ने कहा कि ऑर्गेनिक सर्टिफिकेशन मैकेनिज्म तैयार किया जाए। उन्होंने उत्पादन से लेकर मार्केटिंग आदि से सम्बन्धित प्रशिक्षण कार्यक्रमों को भी तैयार कर सभी को प्रशिक्षित किये जाने के निर्देश दिये।

अमीर लोग कैसे चलाते हैं इंटरनेट ? जानकर रह जाएंगे दंग !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , आज के दौर में इंटरनेट ज्यादातर लोगों के पास है फिर चाहे वो गरीब हो या अमीर. दुनिया भर के लोग इंटरनेट पर कुछ न कुछ सर्च करते हैं या फिर कुछ न कुछ ऑर्डर करते हैं. इंटरनेट चलाते समय आम लोग Amazon, Flipkart और YouTube जैसे प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल करते हैं. अगर हम आपसे पूछें कि अल्ट्रा रिच लोग यानी दुनिया के टॉप अमीर इंसान इंटरनेट कैसे चलाते हैं तो क्या जवाब होगा? आइये आपको बताते हैं कि अल्ट्रा अरबपति लोग इंटरनेट कैसे यूज करते हैं.

दुनिया के सबसे अमीर इंसान यूनीक और लग्जरी वेबसाइट्स और प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल करते हैं. शॉपिंग से लेकर सोशल मीडिया और डेटिंग जैसी जरूरतों के लिए इनके अलग ही शौक होते हैं. फिर चाहे कितना ही पैसा खर्च हो जाए, कोई फर्क नहीं पड़ता. तो चलिए देखते हैं कि ये लोग इंटरनेट पर क्या खोजते हैं.

James Edition

जिस तरह आम लोग ऑनलाइन शॉपिंग के लिए अमेजन और फ्लिपकार्ट का इस्तेमाल करते हैं, वहीं अल्ट्रा रिच लोग शॉपिंग के लिए James Edition का इस्तेमाल करते हैं. इस वेबसाइट पर लग्जरी रियल स्टेट, महंगी कार, अल्ट्रा लग्जरी घड़ियां, हवाई जहाज, याच, हेलीकॉप्टर, ज्वैलरी, एंटीक आइटम का कलेक्शन जैसा सामान मिलता है.

Rich Kids

ज्यादातर लोग सोशल मीडिया ऐप के नाम पर फेसबुक और इंस्टाग्राम चलाते हैं. अगर दुनिया के टॉप अमीरों की बात करें तो वे और उनके बच्चे Rich Kids नाम का सोशल मीडिया ऐप यूज करते हैं. इसके एक महीने की सब्सक्रिप्शन फीस 1,000 यूरो यानी लगभग 90,000 रुपये है. इस वेबसाइट का सबसे खास फीचर यही है कि आप पैसे देकर केवल दूसरों के फोटो देख सकते हैं.

Luxy

आप पैसा चाहे जितना कमा लें लेकिन जो सुकून आपको प्यार दे सकता है वो कोई और नहीं दे सकता. आजकल इंटरनेट भी किसी लवर पॉइंट से कम नहीं है. टिंडर जैसे ऐप पर लोग अपना प्यार ढूंढ रहे हैं, लेकिन अल्ट्रा रिच लोग डेटिंग के लिए Luxy ऐप का इस्तेमाल करते हैं. इसका

तीन महीने का सब्सक्रिप्शन 999 डॉलर यानी करीब 83,000 रुपये है.

Book My Charters

जब आप कहीं घूमने जाते हैं तो IRCTC, Where is My Train, Book My Trip जैसे ऐप का इस्तेमाल करते हैं. हालांकि, टॉप अमीर लोग Book My Charter का इस्तेमाल करते हैं, जिससे जेट, हेलीकॉप्टर और याच बुक किया जाता है.

स्पर्म-अंडे और गर्भाशय के बिना बनाया कृत्रिम मानव भ्रूण

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , आधुनिक युग में रोज नए आविष्कार हो रहे हैं जो आने वाले भविष्य में मानव जीवन के लिए क्रांतिकारी साबित होंगे. हाल ही में ब्राजील में एक ऐसी महिला मां बनी थी जिसके गर्भाशय नहीं था. अब वैज्ञानिकों ने एक ऐसा कृत्रिम मानव भ्रूण बनाने में सफलता हासिल की है जो बिना स्पर्म, अंडे और गर्भाशय के बना है.

रिसर्च कर रही टीम के मुताबिक स्टेम सेल से मानव भ्रूण बनाने के पीछे उनका उद्देश्य मानव भ्रूणों के साथ प्रयोग किए बिना उन बदलावों का पता लगाना है जो गर्भावस्था के शुरुआती चरण में होते हैं. टीम ने जिस मॉडल भ्रूण को विकसित किया है वह किसी भी महिला में प्रत्यारोपित नहीं किया जा सकता. वैज्ञानिकों का कहना है कि यह वास्तविक मानव भ्रूण नहीं है, इसीलिए ये कभी विकसित नहीं हो सकता.

ऐसा होता है मानव भ्रूण

वैज्ञानिकों के मुताबिक एक संपूर्ण मानव भ्रूण 9 से 12 सप्ताह के बाद माना जाता है, जब उसकी प्रमुख अंग प्रणालियां विकसित हो जाती हैं और वह इंसान के तौर पर पहचाना जा सकता है. हालांकि इस कृत्रिम भ्रूण मॉडल में सभी तत्व मौजूद हैं जो 14 दिन के मानव भ्रूण में होने की उम्मीद होती है, जैसे प्लेसेंटा, झिल्ली और ऊतक.

शोध में मिलेगी सहायता

रिसर्च टीम को लीड कर रहे प्रोफेसर जैकब हन्ना के मुताबिक शुरुआती दौर में कई बार गर्भपात के मामले सामने आते हैं, लेकिन ऐसा क्यों होता है इस बारे में पुख्ता जानकारी नहीं है. टीम ने जो भ्रूण बनाया है वह काफी हद तक हमें ये समझने में मदद करेगा कि ऐसा कैसे होता है. अब तक जो मानव भ्रूण मॉडल बनाए गए हैं वे इतने सटीक नहीं रहे हैं, क्योंकि उनमें प्लेसेंटा और झिल्ली आदि नहीं होती थीं.

ऐसे बनाया भ्रूण

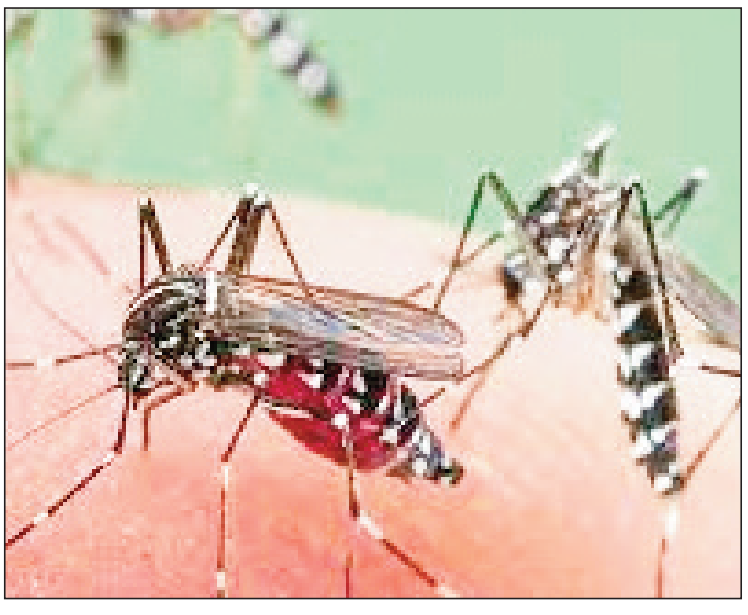
वैज्ञानिकों के मुताबिक स्टेम सेल से भ्रूण बनाने के लिए तकरीबन 120 कोशिकाओं का सटीक अनुपात में प्रयोग किया गया. 14 दिन तक इस मिश्रण को रसायनों की मदद से 2500 कोशिकाओं में बदला गया. प्रोफेसर हन्ना के मुताबिक इस प्रक्रिया को तब तक के लिए छोड़ दिया गया जब तक यह वास्तविक मानव भ्रूण से तुलना लायक न हो जाए. इस रिसर्च को नेचर जर्नल में जगह मिली है.

डेंगू की रोकथाम के लिए उत्तराखंड सरकार का नया प्लान

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 12 सितम्बर : डेंगू की रोकथाम के लिए प्रदेश सरकार ने अब नया प्लान तैयार किया है। जिसमें कोविड की तरह डेंगू रोकथाम के लिए रणनीति बनाई गई। एक ही जगह से डेंगू के 10 से अधिक मरीज मिलने पर माइक्रो कंटेनमेंट जोन घोषित किए जाएंगे। जहां पर प्रत्येक घर में लार्वा नष्ट करने के लिए सफाई अभियान के साथ फॉगिंग की जाएगी। प्रत्येक कंटेनमेंट जोन में निगरानी के लिए नोडल अधिकारी नामित होंगे। देहरादून में रोजाना डेंगू के मामले बढ़ने पर नगर निगम के 100 वार्डों में रोकथाम के लिए नए प्लान पर काम होगा।

प्रदेश में अब तक डेंगू मरीजों की संख्या 1130 पहुंच गई है। इसमें 655 मामले देहरादून जिले के हैं।डेंगू से बचाव और रोकथाम के लिए नगर निगम देहरादून के 100 वार्डों में लार्वा नष्ट करने के लिए अभियान चलाया जाएगा। इसके लिए स्वास्थ्य, नगर निगम, शहरी विकास टीमें बनेंगी। किसी मोहल्ले में डेंगू के 10 से अधिक मरीज मिलने पर उस क्षेत्र को माइक्रो कंटेनमेंट

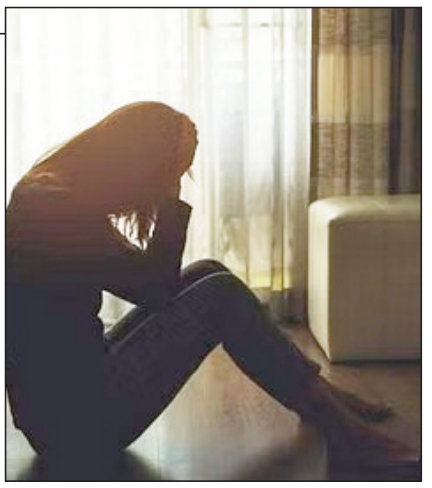


जोन बनाकर नोडल अधिकारी तैनात होंगे। स्वास्थ्य मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने बताया कि देहरादून नगर निगम क्षेत्र के सभी वार्डों में डेंगू रोकथाम के लिए प्लान बनाया गया है। प्रत्येक घर में स्वास्थ्य विभाग, नगर निगम की टीमें लार्वा नष्ट के लिए जाएंगी।

टेंशन लेना भी जरूरी इससे इम्यूनिटी बढ़ती है, रिसर्च

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 12 सितम्बर : 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।

डेंगू के हॉटस्पाट बन रहे इलाकों में चलेगा जागरूकता अभियान : स्वास्थ्य सचिव

डेंगू नियत्रंण को सभी विभागों की सामूहिक जिम्मेदारी : डॉ० आर. राजेश कुमार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 12 सितंबर , मुख्यमंत्री धामी और स्वास्थ्य मंत्री डॉ धन सिंह रावत के डेंगू मुक्त उत्तराखंड लक्ष्य को साकार करने के लिए उत्तराखंड के सचिव स्वास्थ्य डॉ आर राजेश कुमार ने डेंगू पर नियंत्रण और जनजागरूकता पर मिशन मोड में अभियान छेड़ रखा है। फील्ड से लेकर अस्पताल और मीटिंग से लेकर सख्त कार्यवाही तक उनके नेतृत्व में की जा रही है। मकसद है सरकार और विभाग के उद्देश्य को पूरा करते हुए जल्द से जल्द डेंगू पर काबू पाया जा सके। अब इसी अभियान में एक नया कदम उठाया जा रहा है। क्या है ये योजना आपको बताते हैं।

डेंगू नियंत्रण के लिए समीक्षा बैठक में जिलाधिकारी देहरादून सोनिका, स्वास्थ्य महानिदेशक डॉ विनीता शाह, निदेशक चिकित्सा शिक्षा आशुतोष सयाना, मुख्य चिकित्सा अधिकारी देहरादून डॉ संजय जैन, निदेशक राज्य संचरण परिषद डॉ अजय नगरकर, कार्यक्रम अधिकारी एनएचएम डॉ पंकज सिंह सहित जनपद देहरादून के नगर स्वास्थ्य अधिकारी तथा अन्य अधिकारी मौजूद रहे। जिसमें तय हुआ कि चिकित्साअधिकारी व आशायें अब घर-घर जनजागरूकता अभियानचलायेंगी

जी हाँ अब आपको आपके घर आकर चिकित्साअधिकारी और आशा बहनें आपको जागरूक करेंगी । इसके साथ ही अगर कहीं डेंगू का लार्वा है तो उसको नष्ट करने का काम भी टीम करेगी। इसके साथ ही आम जनमानस को डेंगू को लेकर कोई जानकारी लेना चाहे तो चिकित्साअधिकारी इसमें अहम ज़िम्मेदारी निभायेंगे।

स्वास्थ्य सचिव ने डेंगू महामारी रोकने को सभी विभागों को मिलकर कार्य करने के निर्देश जारी किये हैं। स्वास्थ्य, नगर निगम, शिक्षा, लोकनिर्माण, पेयजल सहित सभी विभागों को मिलकर कार्य करने को कहा गया है। जिन स्थानों पर चेतावनी के पश्चात भी पानी जमा होने से डेंगू मच्छर पैदा होने की स्थितियां उत्पन्न हो रही हैं, ऐसे संस्थानों व लोगों पर आर्थिक दण्ड का प्रावधान किया जाये ताकि जनहित में डेंगू रोग के खतरे से लोगों को बचाया जा सके व महामारी का रूप लेने से रोका जा सके।

वरिष्ठ नागरिकों से शिकायतों पर तेज़ी से हो निपटारा : सोनिका, डीएम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 12 सितंबर जिलाधिकारी सोनिका की अध्यक्षता में हुई जनसुनवाई में 97 शिकायतें प्राप्त हुई, प्राप्त शिकायतों पारिवारिक मामले तथा वरिष्ठ नागरिकों के भरणपोषण आदि से सम्बन्धित प्रकरण प्राप्त हुए। इसके अतिरिक्त भूमि विवाद, भूमि सीमांकन, अतिक्रमण, सरकारी धन का दुरूपयोग आदि से सम्बन्धित शिकायतें प्राप्त हुई। जिलाधिकारी ने सम्बन्धित विभागों के अधिकारियों को निर्देशित किया कि वरिष्ठ नागरिकों से सम्बन्धित प्रकरणों पर यथाशीघ्र कार्यवाही करते हुए निस्तारण करें इसके लिए उप जिलाधिकारी सदर एवं पुलिस क्षेत्राधिकारी नगर को आवश्यक दिशा-निर्देश देते हुए यथा शीघ्र निस्तारण करने को कहा। साथ ही उप अधिकारियों को निर्देशित किया कि भूमि सम्बन्धी शिकायतों पर मौके पर जाकर जांच कराते हुए नियमानुसार कार्यवाही करें।

जिलाधिकारी ने कारगीग्रान्ट एवं चांचक में भू-माफियाओं द्वारा नाले को पाटकर किये जा रहे अतिक्रमण की शिकायत पर तहसीलदार सदर को मौका मुआवना करते हुए कार्यवाही के निर्देश दिए। डिफेंस कालोनी में लोनिवि की सड़क/भूमि पर किये जा रहे अतिक्रमण की शिकायत पर लोनिवि के अधिकारियों को कार्यवाही करते हुए आख्या प्रस्तुत करने के निर्देश दिए। डांडा लखौण्ड में भू-माफियाओं द्वारा किये जा रहे अतिक्रमण पर क्षेत्रीय निवासियों द्वारा शिकायत की गई, जिस पर जिलाधिकारी ने नगर निगम एवं राजस्व के अधिकारियों को मौका मुआवना करते हुए कार्यवाही के निर्देश दिए।

रामगढ ढालनवाला में 35 बीघा भूमि पर अवैध प्लाटिंग की शिकायत पर एमडीडीए के अधिकारियों को मौके पर जाकर वस्तुस्थिति से अवगत कराने तथा अवैध प्लाटिंग पर कार्यवाही के निर्देश दिए। तहसील डोईवाला अन्तर्गत दूधली क्षेत्र में पुलिया टूटने की शिकायत पर जिलाधिकारी ने उप जिलाधिकारी डोईवाला को दूरभाष पर पुलिया आंगणन करवाकर प्रस्ताव आपदा में प्रस्तावित करने के निर्देश दिए। ग्राम आसाई चकराता में सरकारी धन के दुरूपयोग की शिकायत पर जिला विकास अधिकारी को जाचं के निर्देश दिए। विकासनगर में भूमि विवाद की शिकायतों पर उप जिलाधिकारी विकासनगर को मौके पर टीमें भेजकर कार्यवाही के निर्देश दिए। दिलाराम बाजार चौक में फुटपाथ खोदकर छोड़ने की शिकायत पर लोनिवि प्रान्तीय खण्ड एवं नगर निगम को कार्यवाही के निर्देश दिए।

इस अवसर पर अपर जिलाधिकारी वित्त एवं राजस्व रामजी शरण शर्मा, नगर मजिस्ट्रेट प्रत्युष सिंह, उप जिलाधिकारी सदर नंदन कुमार, उप जिलाधिकारी मुख्यालय शालिनी नेगी, जिला विकास अधिकारी सुशील मोहन डोभाल, मुख्य शिक्षा अधिकारी प्रदीप रावत, पुलिस क्षेत्राधिकारी नगर नीरज सेमवाल,अधि0 अभि0 सिंचाई राजेश लांबा, विद्युत राकेश कुमार, सहायक संभागीय परिवहन अधिकारी राजेन्द्र विराटिया, जिला पंचायतीराज अधिकारी विद्याधर सोमनाल, जिला प्रोबेशन अधिकारी मीना बिष्ट, जिला पूर्ति अधिकारी विवेक शाह, तहसीलदार सदर मौ शादाब सहित सम्बन्धित विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे।

कांग्रेस को सनातन विरोधी करार दिया

हरिद्वार। तमिलनाडु के मंत्री उदयनिधि स्टालिन की ओर से दिए गए बयान को लेकर पूर्व विधायक संजय गुप्ता ने कांग्रेस को सनातन विरोधियों के समर्थन में खड़े होने का आरोप लगाया है। प्रेस को जारी बयान में संजय गुप्ता ने कहा कि गलत का साथ देना भी पापाचार होता है। कहा कि कांग्रेस पार्टी सनातन पर हो रहे हमले के विरोध में एक शब्द भी नहीं बोली, बल्कि उनके साथ खड़ी है। कहा कि कांग्रेस सनातन पर हमला करने वालों का विरोध कर भी कैसे सकती है। कांग्रेस शुरू से ही सनातन विरोधी रही है। उन्होंने कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खडगे के उस बयान को भी दुर्भाग्यपूर्ण बताया, जिसमें उन्होंने कहा कि सनातन धर्म मजबूत हुआ तो नरेन्द्र मोदी फिर से प्रधानमंत्री बन जाएंगे।

स्मैक तस्करी के फरार आरोपी को पकड़ा

हरिद्वार। स्मैक तस्करी के मामले में फरार चल रहे आरोपी को ज्वालापुर पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया। आरोपी को कोर्ट में पेश करने के बाद जेल भेज दिया गया। एसएसआई संतोष सेमवाल ने जानकारी दी कि पिछले साल अक्तूबर में रजत निवासी सूखी नदी खडख़ड़ी को 3.75 ग्राम स्मैक के साथ पकड़ा था जबकि उसका साथी निशु शर्मा निवासी भीमगोड़ा भी 4.11 ग्राम स्मैक के साथ पकड़ा गया था।

महिला के हाथ से कड़ा छीनने की जांच करेगी जीआरपी

हरिद्वार। पंजाब से ट्रांसफर होकर आए महिला यात्री के हाथ से कड़ा छीन लेने के मामले की जांच अब जीआरपी हरिद्वार करेगी। एसओ अनुज सिंह ने बताया कि अजय कुमार वकील पुत्र दीपक कुमार निवासी मकान संत लाल रोड फिरोजपुर छावनी ने जीआरपी फिरोजपुर में शिकायत दर्ज कराई थी कि 24 जुलाई को उसके परिजन हरिद्वार से फिरोजपुर जा रहे थे।

बादशाह अकबर के खाने में क्यों नहीं होता था आलू, मिर्च, टमाटर?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , कहा जाता है कि मुगलों को गोश्त काफी पसंद था लेकिन इतिहास के पन्नो पर नजर डालें तो यह बात पूरी तरह से सच नहीं है। मुगल बादशाह अकबर से लेकर औरंगजेब तक को सब्जियों और साग काफी पसंद थे अकबर के लिए गोश्त सिर्फ शरीर को मजबूत रखने के लिए एक खानपान था उसके लिए गोश्त पकाने और उसे पेश करने का भी अलग ही तरीका था। अकबर के दस्तरखान में तरह-तरह के व्यंजन देखने को मिलते थे लेकिन वह दिन में केवल एक बार ही खाना खाते थे और उसके लिए भी कोई सीमा तय नहीं थी।

इतिहासकार के अनुसार , मुगल बादशाह क्या खाएंगे और क्या नहीं यह तय करने का काम सल्तनत के शाही हकीम किया करते थे बादशाह के सामने जब खाना परोसा जाता था तो उसमें कई तरह के जायके शामिल होते थे वे लिखती है की अकबर के खाने में जो गोश्त पेश किया जाता है उसे खास तरह से तैयार किया जाता था उसे पकाने के लिए पहले गोश्त को आटे में लपेटा जाता था फिर जमीन के नीचे धीमी धीमी गर्माहट के साथ पकाया जाता था उस व्यंजन को 'मुर्ग जमींदोज 'कहा जाता था इसके साथ ही दही और 30 तरिके के अचार और चटनी पेश की जाती थी जिनमें खासतौर पर अदरक , दालचीनी, जीरा ,लौंग, काली मिर्च ,इलायची और केसर का प्रयोग होता था। अकबर के नवरत्न रहे अबुल फजल ने अपनी किताब 'आईने अकबरी ' में लिखा है अकबर के खाने में आलू , टमाटर , लाल मिर्च नहीं होते थे , ऐसा इसलिए था क्योंकि उत्तर भारत के उस दौर में इनकी पहुंच नहीं थी।

इतना ही नहीं शाही बावर्ची खाने में सरसों ,तिल के दाने ,कढ़ी पत्ता और कलौंजी का भी इस्तेमाल नहीं होता था। मुगलों में फलों को लेकर काफी आकर्षण रहता था आम औरंगजेब को आम काफी पसंद थे और अकबर को खरबूजे ,यही वजह है कि दुनिया के अलग-अलग हिस्सों से उनके लिए खरबूजे मंगवाए मंगवाए जाते

थे अकबर का आदेश था कि शाही बावर्ची खाने में जो भी उनके लिए भोजन तैयार हो उनमें से कुछ हिस्सा गरीबों को भी बंटवाया जाए। इतिहासकारों का कहना है कि अकबर के लिए हर साल करीब 1000 जोड़ी कपड़े सिलवाए जाते थे वह भी सिल्क के ,उन कपड़ों को बादशाह की जरूरत से पहले ही सिलवा लिया जाता था जिसमें सोने के तारों की कढ़ाई देखने को मिलती थी।

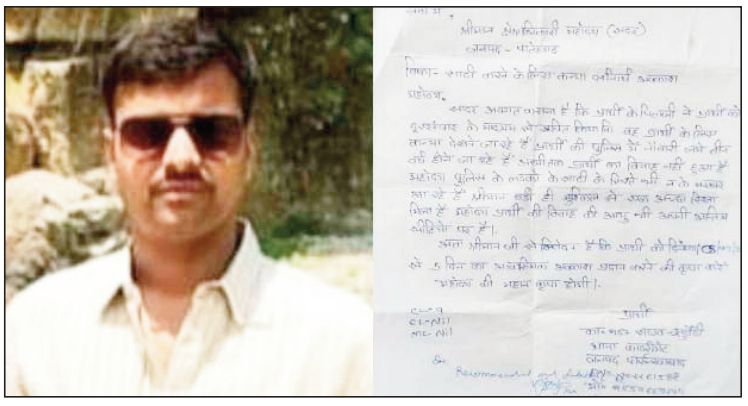
शादी की उम्र निकली जा रही साहब सिपाही की अप्लीकेशन वायरल

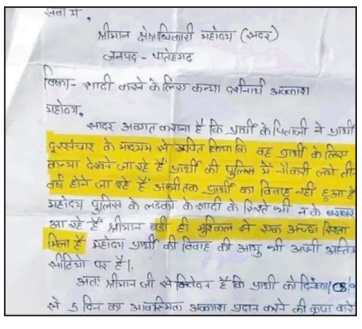
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , उत्तर प्रदेश के फतेहगढ़ के एक सिपाही की फरियाद इस समय सोशल मीडिया पर खासी वायरल हो रही है। इस सिपाही की ओर से अपनी स्थिति के बारे में बताया है। दरअसल, सिपाही को अपनी शादी की चिंता सता रही है। आवेदन के जरिए सीनियर अधिकारी से सिपाही ने लड़की देखने के लिए पांच दिनों की छुट्टी की मांग की है। इस पत्र की भाषा ऐसी है, जिसे पढ़कर हर कोई मजे ले जा रहा है। सिपाही इसमें नौकरी के तीन साल बाद भी रिश्ता न हो पाने की कसक को बयां करता दिखता है। फतेहगढ़ सदर थाने के सर्कल ऑफिसर ने सिपाही के आवेदन को स्वीकार करते हुए उसे लड़की देखने जाने के लिए पांच दिनों की छुट्टी दे दी है।

आवेदन में क्या लिखा

सिपाही ने सदर सीओ को दिए आवेदन में छुट्टी की मांग की है। इसमें उसने लिखा कि पिता ने उसे फोन के जरिए लड़की देखने के लिए चलने की सूचना दी है। सिपाही ने आवेदन में लिखा कि उसे पुलिस में नौकरी करते 3 साल होने जा रहे हैं। अभी तक उसका विवाह नहीं हुआ है। पुलिसकर्मियों की शादी के लिए अच्छे रिश्ते न आन की पीड़ा को व्यक्त करते हुए सिपाही ने लिखा कि महोदय पुलिस के लड़कों की शादी के





रिश्ते न के बराबर आ रहे हैं। बड़ी ही मुश्किल से एक अच्छा रिश्ता मिला है। हमारे विवाह की उम्र भी अब अंतिम सीढ़ियों पर है। इसलिए, 10 सितंबर से 5 दिन का आकस्मिक अवकाश देने की कृपा करें।

सिटी सीओ ने स्वीकृत किया आवेदन

सिटी सीओ प्रदीप सिंह ने कादरी गेट थाने में तैनात सिपाही के आवेदन को स्वीकार कर लिया। उन्होंने कहा कि शादी के लिए लड़की देखने को सिपाही ने आवेदन किया था। यह आवेदन सही था। इसलिए उन्हें पांच दिनों की छुट्टी दी गई है। उन्होंने कहा कि सिपाही को छुट्टी दिया जाना जरूरी था। छुट्टी स्वीकृत होने के बाद सिपाही अपने घर चले गए हैं। वहीं, उनका छुट्टी का आवेदन सोशल मीडिया पर खासी चर्चा बटोर रहा है।

संक्षप्ति खबरें

फरार वारंटी को श्रीनगर पुलिस ने किया गिरफ्तार

श्रीनगर गढ़वाल। विगत आठ सालों से फरार चल रहे एक वारंटी को श्रीनगर पुलिस ने गिरफ्तार किया है। कोतवाली प्रभारी निरीक्षक रवि सैनी ने बताया कि बॉबी खान (43) उर्फ जालालुद्दीन निवासी माजरा देहरादून को गिरफ्तार किया गया। उन्होंने बताया कि वारंटी गिरफ्तारी से बचने के लिए बार-बार ठिकाने बदल कर बचने का प्रयास कर रहा था। पुलिस ने वारंटी को माजरा देहरादून से धर धबोचा है। पुलिस टीम में उपनिरीक्षक रियाज अहमद, मुख्य आरक्षी हरीश कुमार शामिल थे।

गढ़वाल विवि एवं पंतजलि गुरूकुल के छात्रों ने मारी बाजी

श्रीनगर गढ़वाल। टिहरी जनपद स्तरीय योग प्रतियोगिता योग धाम योग सेंटर मढ़ी चौरास में आयोजित की गई। इस मौके पर बतौर मुख्य अतिथि गढ़वाल विवि के गणित विभाग के पूर्व विभागाध्यक्ष प्रो. डीएस नेगी ने सभी छात्र-छात्राओं को शुभकामनाएं देते हुए योग की फायदों के बारे में जानकारी दी। सीनियर वर्ग की योग प्रतियोगिता में गढ़वाल विवि के योग विभाग के छात्र-छात्राओं व जूनियर वर्ग में पंतजलि गुरुकुल मूल्यागांव के छात्रों ने बाजी मारी। प्रतियोगिता में प्रतिभागी छात्र-छात्राओं ने एक से बढक़र एक एडवांस आसनों का अभ्यास कराया। प्रतियोगिता प्रभारी सचिन फोन्दणी ने बताया कि प्रतियोगिता में चयनित छात्रों की राज्य स्तर पर प्रतियोगिता आयोजित की जाएगी।

ऊखीमठ में बंदरों के आतंक से परेशान लोग तहसील पहुंचे

श्रीनगर गढ़वाल। नगर में बंदरों के आतंक से परेशान नगरवासियों ने सोमवार को तहसील में प्रदर्शन किया। लोगों ने उप जिलाधिकारी के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन भेजा। जिसमें जल्द कार्रवाई न होने पर बड़े आंदोलन की चेतावनी दी गई। ऊखीमठ नगर में बंदरों के हमले की घटनाएं लगातार बढ़ रही हैं। सोमवार नगर पंचायत ऊखीमठ की महिलाएं एवं पुरुष हाथ पर बन्दरों के आतंक से मुक्ति दिलाने की तख्ती लेकर एसडीएम कार्यालय में पहुंचे और प्रदर्शन किया। लोगों ने बताया कि नगर में पिछले एक माह में डेढ़ दर्जन से अधिक लोग बन्दरों के काटने से घायल हो चुके हैं। आए दिन बंदरों के काटने से लोग घायल हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि बन्दरों का ख़ौफ़ इतना हो गया है कि घरों से बाहर निकलना मुश्किल हो गया है। आवाजाही करने वाले बच्चे, बुजुर्ग एवं महिलाओं पर सबसे ज्यादा हमले हो रहे हैं। लेकिन उसके बावजूद भी शासन और प्रशासन के द्वारा कोई कार्यवाही नहीं कि जा रही है। नगर में बंदरों के हमले की सर्वाधिक घटनाएं ओंकारेश्वर मंदिर मार्ग, राइंका ऊखीमठ, मुख्य बाजार एवं प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के निकट हो रही हैं। कहा कि स्कूली बच्चों को विद्यालय भेजना और वापस लाना किसी खतरे से कम नहीं है अगर ऐसी ही स्थिति रही अभिभावक बच्चों को स्कूल नहीं भेजेंगे।

हेड फोन 2050 तक 250 करोड़ लोगों को बना देगा बहरा !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

फ्रांस के नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ एंड मेडिकल इंस्टीट्यूट रिसर्च से पता चला है कि फ्रांस में से चार में से एक व्यक्ति को सुनने में परेशानी हो रही है वह धीरे-धीरे बहरे होते जा रहे हैं मतलब कि वहां की 25% आबादी से प्रभावित हो रही है पहली बार फ्रांस में इस तरह की रिसर्च बड़े लेवल पर हुई है इसमें 18 से 75 साल की उम्र के 1 ,86 ,460 लोगों को शामिल किया गया था ।रिसर्च करने वालों का मानना है कि पहले केवल छोटे लेवल पर रिसर्च की जाती थी लेकिन इस बार रिसर्च के अनुसार लोगों को सुनने में समस्या, लाइफ़स्टाइल ,सोशल इश्यू ,डिप्रेशन व तेज आवाज के संपर्क में आने के कारण हो रही है रिसर्च में पाया कि कुछ लोगों में शुगर ,डिप्रेशन की वजह से सुनने की समस्या और वहीं कुछ लोगों को अकेलेपन, शहरी शोर और हेडफोन का यूज करने के कारण परेशानी हो रही है ।डब्ल्यूएचओ के मुताबिक दुनिया में लगभग 150 करोड लोग किसी न किसी रूप में सुनने के में समस्या महसूस कर रहे हैं यह संख्या 2050 तक बढ़कर ढाई सौ करोड़ होने की उम्मीद है इसलिए इसे स्वास्थ्य समस्या के रूप में देखा जा रहा है फ़रांस में केवल 37% लोग ही हियरिंग एड का इस्तेमाल करते हैं धूम्रपान करने वाले और उच्च बीएमआई वाले लोग भी हियरिंग एड का कम इस्तेमाल कर रहे हैं बढ़ती हुई समस्या को देखते हुए पिछले साल प्रांत के स्वास्थ्य विभाग ने भी श्रवण यंत्र के लोगों को उपलब्ध कराए गए थे हियरिंग एड के लिए बीमा का भी प्रावधान किया गया था।

गुस्से की आदत से दूर हो रहे हैं लोग तो बढ़ाइए हैप्पी हार्मोन !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , मूड का असर न सिर्फ खुद की हेल्थ पर होता है बल्कि ये आपके आसपास के लोगों पर भी असर डालता है. जैसे अगर आप खुशमिजाज हैं तो ऑफिस हो या फिर पर्सनल लाइफ सभी आपको पसंद करते हैं जबकि गुस्से वाले, दुखी या फिर चिड़चिड़े लोगों से लोग दूर ही रहना पसंद करते हैं. कुछ प्रॉब्लम्स को लेकर कई बार आपका मूड खराब हो जाता है, लेकिन जब ये समस्या हमेशा बनी रहे तो इस पर ध्यान देना जरूरी होता है. मूड अच्छा रखने के लिए अपना डेली रूटीन सुधारने के साथ कुछ ऐसे फूड्स हैं जिन्हें डाइट में शामिल करने से फायदा मिल सकता है.

दरअसल हार्मोन से भी हमारे मूड का कनेक्शन होता है. जब हम कोई मनपसंद एक्टिविटी जैसे गाने सुनते हैं तो डोपामाइन हार्मोन रिलीज होता है, जिससे आपको स्ट्रेस से राहत मिल सकती है. वहीं कुछ फूड्स को खाने से सेरोटोनिन को बढ़ावा मिलता है जो मन को शांत रखने में हेल्पफुल है. तो चलिए जानते हैं कि कौन से फूड्स आपके मूड को रख सकते हैं रिफ्रेश.

डार्क चॉकलेट

बॉडी में अगर हैप्पी हार्मोन को बढ़ावा देना है तो डार्क चॉकलेट काफी अच्छा ऑप्शन है. इसमें एंटीऑक्सीडेंट पाए जाते हैं जो आपके मूड को बेहतर बनाने में मदद करते हैं. हालांकि इसको एक सीमित मात्रा में ही खाना चाहिए.

नट्स और सीड्स

बादाम, मूंगफली, अखरोट, सूरजमुखी के बीज, तिल, कद्दू के बीज, जैसे नट्स और सीड्स को डाइट में शामिल करें. इससे सेरोटोनिन का उत्पादन बढ़ता है, जो आपके मूड को बेहतर बनाने में सहायक है. इसके अलावा भी नट्स और सीड्स के कईऔर हेल्थ बेनिफिट्स भी हैं.

पालक

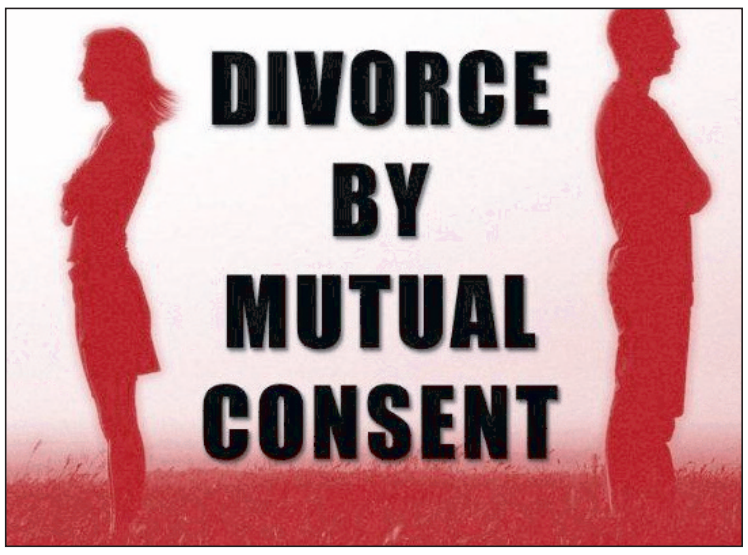
मैग्नीशियम, आयरन जैसे पोषक तत्वों से भरपूर पालक को डाइट में शामिल करें. कई बार मैग्नीशियम की कमी से भी घबराहट, स्ट्रेस जैसी दिक्कतें हो जाती हैं. पालक से सेरोटोनिन का लेवल अच्छा होता है, जिससे मूड बेहतर बनता है. इसके अलावा भी हरी सब्जियां मूड को अच्छा रखने में हेल्पफुल रहती हैं

सेब

दिल की सेहत के लिए तो सेब अच्छा माना जाता है, इसके साथ ही यह आपके मूड को भी अच्छा रखने में सहायक है.

मेंटल हेल्थ को दुरुस्त रखने के लिए सेब को डाइट में शामिल करना चाहिए.

म्यूचुअल डिवोर्स क्या होता है? जानिए भारत का कानून



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , भारत समेत पूरी दुनिया में इन दिनों म्यूचुअल डिवोर्स के मामले बढ़ रहे हैं. हाल ही में ये शब्द तब चर्चा में आया जब लोकप्रिय अंग्रेजी सिंगर जो जोनस और गेम ऑफ थ्रोन्स की एक्ट्रेस सोफी टर्नर ने आपसी सहमति से म्यूचुअल डिवोर्स लेने का फैसला किया. उनकी शादी चार साल पहले हुई थी और अब दोनों ने फैसला किया कि वो अलग अलग अपना जीवन बिताएंगे. भारत में भी कई कपल्स ने इस तरह से म्यूचुअल डिवोर्स लिया है. खासतौर से बॉलिवुड में ऐसे कई मामले देखने को मिलते हैं. चलिए आपको इस आर्टिकल में बताते हैं कि आखिर म्यूचुअल डिवोर्स होता क्या है और भारत में इसे लेकर कानून क्या है.

क्या होता है म्यूचुअल डिवोर्स?

म्यूचुअल डिवोर्स शादी के बंधन को खत्म करने का सबसे आसान और शांतिपूर्ण तरीका होता है. इसमें पति और पत्नि कुछ शर्तों पर अपनी मर्जी से एक दूसरे से अलग होने का फैसला करते हैं. कई बार इस म्यूचुअल डिवोर्स में कोई शर्त भी नहीं होती. जबकि, दूसरी तरफ कंटेस्टेंट डिवोर्स होता है, जो काफी जटिल होता है और उसमें दोनों पक्षों को कानूनी पचड़े में फंसना पड़ता है. यही वजह है कि अब हायर क्लास फैमिली में यानी अमीरों के बीच म्यूचुअल डिवोर्स ज्यादा तेजी से लोकप्रिय हो रहा है.

भारत में इसे लेकर क्या नियम हैं?

भारत में शादी और तलाक को लेकर अलग अलग धर्मों के अपने अपने मैरिज एक्ट हैं. जैसे अगर कोई हिंदू अपनी शादी से खुश नहीं है और तलाक लेना चाहता है तो उसे विवाह अधिनियम 1955 का पालन करना होगा. वहीं अगर कोई ईसाई अपनी शादी में खुश नहीं है और तलाक लेना चाहता है तो वो भारतीय ईसाई विवाह अधिनियम 1872 और ईसाई तलाक अधिनियम 1869 के तहत एक दूसरे से अलग होंगे.

अब समझिए तलाक के बाद गुजारा भत्ता कैसे निर्धारित होता है?

चाहे आप म्यूचुअल डिवोर्स लें या फिर कंटेस्टेंट डिवोर्स पत्नी या पति अगर गुजारा भत्ता का हकदार है तो आपको वो देना ही होगा. हालांकि, गुजारा भत्ता के लिए कुछ चीजों को देखना जरूरी होता है. जैसे- भुगतान करने वाले पति या पत्नी की आर्थिक स्थिति कैसी है. भरण-पोषण चाहने वाले जीवनसाथी की जरूरतें क्या और कितनी हैं. भरण-पोषण चाहने वाले पति या पत्नी की इनकम क्या है. जबकि कई मामलों में, कोर्ट आदेश देती है कि पति की इनकम या पत्नी की इनकम का एक-चौथाई हिस्सा भरण-पोषण के लिए दूसरे पार्टनर को दिया जाए.

अब खुलेंगे मसाज पार्लर वो भी रेलवे स्टेशन पर !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , यूँ तो मसाज पार्लर का नाम आते ही आपके ज़ेहन में थोड़ा नकारात्मक इमेज उभरती ही होगी। आये दिन पुलिस की रेड , अश्लीलता का काला खेल और बदनामी से कराहता मसाज पार्लर , लेकिन अब यही सर्विस आपको रेलवे स्टेशन पर भी मिले तो क्या कहेंगे , जायेंगे मसाज कराने , चलिए पूरी खबर बताते हैं।

अगले महीने शुरू होगी मसाज सेवा

रेलवे ने नायब पहल करते हुए यूपी के झांसी रेलवे स्टेशन पर जल्द ही मसाज पार्लर की सुविधा देने जा रही है। जी हां, अगर आपको मसाज पार्लर जाने का मन हो और यह न पता हो कि किस जगह पहुंचें तो झांसी स्टेशन नया पता है. यात्रियों की सुविधा के लिए मंडल रेल प्रशासन झांसी और ग्वालियर रेलवे स्टेशनों पर मसाज पार्लर शुरू करने जा रहा है. यह सुविधा झांसी स्टेशन के एयर कंडीशन वेटिंग रूम में शुरू की जाएगी.

मसाज पार्लर के लिए जगह रेल प्रशासन उपलब्ध कराएगा तो संचालन निजी एजेंसियां करेंगी. झांसी स्टेशन पर रोजाना 100 से अधिक सवारी गाड़ियां ठहरती हैं. 24 घंटे यहां भीड़भाड़ बनी रहती है और लोगों का आवागमन जारी रहता है. इस भीड़ को देखते हुए ही प्रशासन ने स्टेशन पर मसाज पार्लर शुरू करने की योजना बनाई है. वेटिंग हॉल में मसाज चेयर्स रखी जाएंगी जो पूरी बॉडी को रिलैक्स करने में मदद करती हैं. महज 20 मिनट में यह आपके शरीर की मसल्स को रिलैक्स कर देती है.

दरअसल मसाज की ज़रूरत तो लोग महसूस करते हैं लेकिन बदनाम सर्विस की वजह से ये व्यवसाय अपनी पहचान के लिए जद्दोजहद भी करता है। ऐसे में यह मसाज पार्लर अक्टूबर महीने से शुरू कर दिया जाएगा. झांसी रेल मंडल के मुताबिक मसाज पार्लर खोलने के लिए टेंडर प्रक्रिया शुरू कर दी गई है. अगले महीने से यह मसाज पार्लर संचालित होने लगेगा. यात्रियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए इसे शुरू किया जा रहा है। देखना है कि अगले नंबर पर क्या आपका शहर इस सर्विस के लिए तैयार हो सकता है

धूप से लौटते ही करते हैं ये गलतियां तो हो जाएं सतर्क

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 12 सितम्बर : 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 हैं, तो जल्द से जल्द इसमें सुधार कर लें, वरना यह आपकी सेहत पर भारी पड़ सकती हैं।

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 हैं। दरअसल, बाहर से आने के वजह से शरीर का टेंपरेचर बढ़ा रहता है, ऐसे में ठंडे पानी की वजह से बॉडी 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 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 जाएं। 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।

गुनगुना पानी पीने वाले जान लें इसके फायदे और नुकसान

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , सर्दियां आते ही हमें गर्म पानी पीना अच्छा लगता है। कुछ लोग सर्दियों में गर्म पानी पीने के लिए कहते है। सर्दियों में गर्म पानी पीने से हेल्थ को कई लाभ मिलते है। सर्दियों में बाहर का वातावरण काफी ठंडा होता है, ऐसे अपने बॉडी और वातावरण के बीच एक बैलेंस रखने के लिए हमें गर्म पानी की जरुरत होती है। पानी का टेंपरेचर शरीर के नार्मल टेंपरेचर जितना होना चाहिए। इसलिए, गुनगुना पानी का सेवन करना चाहिए। जिसे आमतौर पर बॉडी को डिटॉक्स करने के लिए या गले की खराश को सही करने के लिए गर्म पानी पीते हैं।

सर्दियों में गर्म पानी पीने से क्या होता है

ब्लड सर्कुलेशन- सर्दियों में टेंपरेचर कम होने के साथ साथ ब्लड वेसेल्स सिकुड़ जाती हैं। और इसी के चलते ब्लड फ्लो धीमा रहता है जिसकी वजह से ठंड महसूस होती है। साथ ही हाई बीपी की शिकायत भी हो सकती है।कंजेशन नहीं होता- सर्दियों में लोगों के सीने में कफ जमना सबसे ज्यादा परेशान करता है। ऐसे में गर्म पानी पीने से कफ शरीर से बाहर निकालने में हेल्प मिलती है। गर्म पानी पीने से सर्दी में होने

वाली खांसी और नाक बहना जैसी दिक्कत कम हो जाती है।जोड़ों में अकड़न- सर्दियों में ज्यादातर लोगों को जोड़ों में दर्द की परेशानी होने लगती है। ये दिक्कत खराब ब्लड सर्कुलेशन की वजह से होती है। इसके अलावा जोड़ों के बीच वाले हिस्से में नमी आने की समस्या को बढ़ावा देती है। ऐसे में गर्म पानी पीना सबसे बेस्ट माना गया है।वजन- जो लोग अपना वजन घटाना चाहते हैं उनके लिए सबसे सही तरीका है। गर्म पानी वजन घटाने में बढ़ावा देता है क्योंकि बॉडी के अंदर का टेंपरेचर चेंज करता है जो मेटाबॉलिज्म को एक्टिव करता है।

कब्ज की समस्या नहीं होती- कुछ लोगों को सर्दियों में कब्ज की समस्या अधिकतर रहती है। ऐसे में गर्म पानी पीना शरीर के मेटाबॉलिज्म को तेज करता है और पाचन भी दुरुस्त करता है।गर्म पानी पीने का सही तरीका- सर्दियों में गर्म पानी पीना अच्छा माना गया है,लेकिन इसके ज्यादा सेवन से किडनी और शरीर की स्किन को नुकसान भी होता है। ऐसे में गर्म पानी पिएं लेकिन ज्यादा नहीं। खासकर भोजन के बाद आप गर्म पानी का सेवन कर सकते हैं। और साथ ही काफी तेज गर्म पानी न पीएं।

ठंडा और गर्म पानी में दोनों में से कौन है अच्छा?

ठंडा पानी मसल्स को सिकुड़ देता है। वहीं, गर्म पानी बॉड़ी में बल्ड फ्लो बनाकर रखता है। इसलिए ज्यादातर लोग गर्म पानी का सेवन करने के लिए बोलते हैं। हमेशा याद रखें भोजन के बाद ठंडा पानी न पीकर गुनगुना पानी पीना चाहिए।

पेट में फट जायेगा दूध, भूलकर भी न करें काम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , अगर कोई ड्रिंक मसल्स, हड्डी, दिमाग को एकसाथ मजबूत बना सकती है तो वो दूध के अलावा कोई नहीं हो सकती। यह बहुत ही न्यूट्रिशनल होता है, जो हर उम्र के लोगों के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। यह एक कंप्लीट ड्रिंक है, जिसे सीमित मात्रा में पीने से विकास तेज होता है। दूध से बनने की वजह से दही, छाछ, पनीर और देसी घी भी इतने ही हेल्दी होते हैं।

हार्वर्ड के मुताबिक रोजाना दूध पीने से प्रोटीन, कैल्शियम, विटामिन बी12, विटामिन बी2, पोटैशियम, फॉस्फोरस, विटामिन ए और फोर्टिफाइड होने के बाद विटामिन डी ले सकते हैं। यह आपकी हड्डियों और मसल्स को बढ़ाने के साथ मजबूत बनाता है। इसलिए बच्चों के लिए दूध एक संपूर्ण आहार माना जाता है।

दूध के साथ केला खाना

दूध के साथ केला खाना सबसे ज्यादा पॉपुलर है। यह शरीर में जान लाने का काम करता है।

मगर आयुर्वेद इस जोड़ी को हर किसी के लिए हेल्दी नहीं मानता है। क्योंकि यह शरीर में कफ बढ़ाता है, जिससे अपर रेस्पिरेटरी प्रॉब्लम हो सकती है। अधिक सेवन करने पर व्यक्ति में बलगम ज्यादा बनने लगता है।

Milk के आसपास खट्टे फल खाना

लोग ब्रेकफास्ट में दूध के साथ कई सारे फल खाते हैं। वैसे तो फलों को अकेला खाना चाहिए। लेकिन खासतौर से नींबू, संतरा जैसे खट्टे फलों को दूध के साथ कभी नहीं खाना चाहिए। इससे पेट में एसिड बढ़ता है और पाचन खराब हो जाता है। इसकी वजह से गैस, पेट दर्द, ब्लोटिंग, सीने में जलन हो सकती है। इसका अंदाजा आप इसी बात से लगा सकते हैं नींबू की एक बूंद से भी दूध फट जाता है। ऐसा ही रिएक्शन पेट के अंदर होता है।

टमाटर वाले फूड

टमाटर से ना सिर्फ खाने में टेस्ट आता है, बल्कि इम्यूनिटी के साथ बालों और स्किन की हेल्थ भी बढ़ती है। मगर टमाटर या इसे मिलाकर बनी सब्जी, पास्ता, पिज्जा को दूध के साथ नहीं खाना चाहिए। यह फूड एसिडिक होता है, जिससे पेट खराब हो सकता है।

कुछ खास तरह की दवाएं

हर दवा लेने का एक सही तरीका होता है। कुछ दवाओं को दूध के साथ लिया जाता है तो कुछ को पानी के साथ खाते हैं। इसलिए दूध के साथ कुछ दवाएं नहीं खानी चाहिए। इससे दवाएं असर नहीं कर पाती और बीमारी जस की तस बनी रहती है।

हाई फाइबर फूड्स

अगर आप दूध के साथ फाइबर वाली चीजें खा रहे हैं तो जरा सावधान रहें। क्योंकि बहुत ज्यादा फाइबर लेने से वो कैल्शियम को अपने साथ बांध सकता है। जिससे शरीर उसका इस्तेमाल नहीं कर पाता और वो पूरा बाहर निकल जाता है। इससे बॉडी में कैल्शियम की भारी कमी हो सकती है।

हाई प्रोटीन फूड्स

फाइबर की तरह दूध के साथ ज्यादा प्रोटीन भी नहीं लेना चाहिए। ऐसे फूड काफी देर में पचते हैं और दूध का डायजेशन भी लेट होता है। इस वजह से पेट में भारीपन, दस्त, पेट दर्द हो सकता है, कुछ लोगों को इससे काफी ज्यादा तकलीफ हो सकती है।

बैंक खाते से 20 रुपये काटेगा और देगा 2 लाख रुपये का फायदा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 12 सितंबर , प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना एक एक्सीडेंट इंश्योरेंस प्रोग्राम है जो किसी दुर्घटना के कारण मृत्यु या विकलांगता की स्थिति में आकस्मिक मृत्यु और विकलांगता के लिए कवरेज प्रदान करता है। प्रत्येक सदस्य को 20 रुपये का प्रीमियम देना होगा। प्रीमियम को 'ऑटो डेबिट' फंक्शन के माध्यम से योजना के तहत प्रत्येक वार्षिक कवरेज अवधि के 1 जून को या उससे पहले एक किस्त में खाताधारक के बैंक खाते से डेबिट कर लिया जाएगा। पॉलिसी 1 जून से 31 मई तक एक साल के लिए वैध होगी। हालांकि, यदि ऑटो डेबिट 1 जून के बाद होता है, तो कवरेज बैंक द्वारा प्रीमियम के ऑटो डेबिट के दिन से शुरू होगा।

इन बातों का रखें ध्यान

व्यक्तिगत बैंक या डाकघर खाता रखने वाले 18-70 वर्ष की आयु वर्ग के व्यक्ति इस योजना के तहत नामांकन के हकदार हैं। HDFC बैंक के अनुसार, 'भाग लेने वाले बैंकों में 18 से 70 वर्ष की आयु के सभी बचत बैंक खाताधारक शामिल होने के

हकदार होंगे। किसी व्यक्ति के एक या अलग-अलग बैंकों में कई बचत बैंक खाते होने की स्थिति में, व्यक्ति केवल एक बचत बैंक खाते के माध्यम से योजना में शामिल होने के लिए पात्र होगा।'

फायदों पर डालें एक नजर -

बीमा धारक की मृत्यु पर 2 लाख रुपये मिलेंगे

दोनों आंखों की पूर्ण और अपूरणीय क्षति या दोनों हाथों या पैरों के उपयोग की हानि के लिए 2 लाख रुपये दिए जाएंगे'एक आंख की दृष्टि की पूर्ण और अपूरणीय क्षति या एक हाथ या पैर के उपयोग की हानि' के लिए 1 लाख रुपये दिए जाएंगे

वोटर चेतना महा अभियान के तहत जोड़े जा रहे नवीन मतदाता

अल्मोड़ा। भारतीय जनता पार्टी द्वारा चलाए जा रहे वोटर चेतना महा अभियान के तहत भारतीय जनता पार्टी नगर मंडल के तत्वाधान में सोमवार को नंदा देवी बूथ में कार्यक्रम आयोजन किया गया। इस अवसर पर अल्मोड़ा के जिला कोषाध्यक्ष मनोज वर्मा ने कहा कि भारतीय जनता पार्टी विधानसभा के प्रत्येक बूथ पर इस अभियान को चला रही है, इसके तहत 18 वर्ष की आयु पूर्ण कर चुके नव मतदाताओं को इस अभियान में जोड़ा जा रहा है तथा मतदाता सूची में मतदाताओं के पहचान पत्रों में संशोधन तथा नए नाम जोडने व हटाने का कार्य किया जा रहा है। नगर अध्यक्ष अमित साह मोनू ने कहा कि अल्मोड़ा नगर के सभी बूथों में इस अभियान को वृहद रूप पर चलाया जाएगा इसके अंतर्गत सभी बूथ अध्यक्षों को महत्वपूर्ण जिम्मेदारी सौंप गई है। सोमवार को आयोजित बैठक में एक दर्जन से अधिक नव मतदाताओं का पंजीकरण कराया गया। इस अवसर पर किसान मोर्चा जिला अध्यक्ष हरीश कनवाल, नगर महामंत्री मनोज जोशी, अर्जुन बिष्ट, नगर कोषाध्यक्ष दिनेश मठपाल, अशोक गोस्वामी, नमो ऐप जिला संयोजक कृष्ण बहादुर सिंह, सलमान अंसारी, मुकुल कुमार, नव मतदाता अजय तिवारी, अक्षित जोशी, रजत नेगी, तरुण पांडे, मनोज उपाध्याय, करन सिंह नेगी, मोहित तिवारी, मोहित राना, दीक्षित पांडे, अजय साह, संजय वर्मा, राकेश बिष्ट, अमन अधिकारी सहित अन्य कार्यकर्ता उपस्थित थे।

सिनोप्सिस व टूल कंस्ट्रक्शन की बारीकियों से रूबरू हुए शोधार्थी

अल्मोड़ा। सोबन सिंह जीना जीना विश्वविद्यालय के शिक्षा संकाय में रिसर्च कोर्स के दौरान विवि की पूर्व विभागाध्यक्ष प्रो विजयारानी ढ़ौडियाल ने शोध प्रारूप (सिनोप्सिस) की वैज्ञानिक प्रविधि और टूल कंस्ट्रक्शन के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी। शिक्षा संकाय की स्मार्ट कक्षा में आयोजित अतिथि व्याख्यान में शिक्षाविद् प्रो विजयारानी ढ़ौडियाल ने शोधार्थियों को बताया कि शोध प्रारूप शोध का ब्लू प्रिंट होता है। उन्होंने बताया कि सही प्रारूप भवन की नींव रखने के समान होता है। इसलिए शोधकर्ता को वैज्ञानिक प्रविधि की बारीकियों से अवगत होना चाहिए। प्रस्तावना, शोध का महत्व, शोध कथन, संप्रत्यात्मक परिभाषा, संक्रियात्मक परिभाषा, शोध का सीमांकन के साथ रिव्यू आफ लिटरेचर काफी अहम योगदान देता है। कहा कि रिसर्च डिजाइन शोध को दिशा देने का काम करता है।

खून ले जाने वाली धमनी में लगेगा सेंसर हार्ट फेल होने से पहले देगा वार्निंग

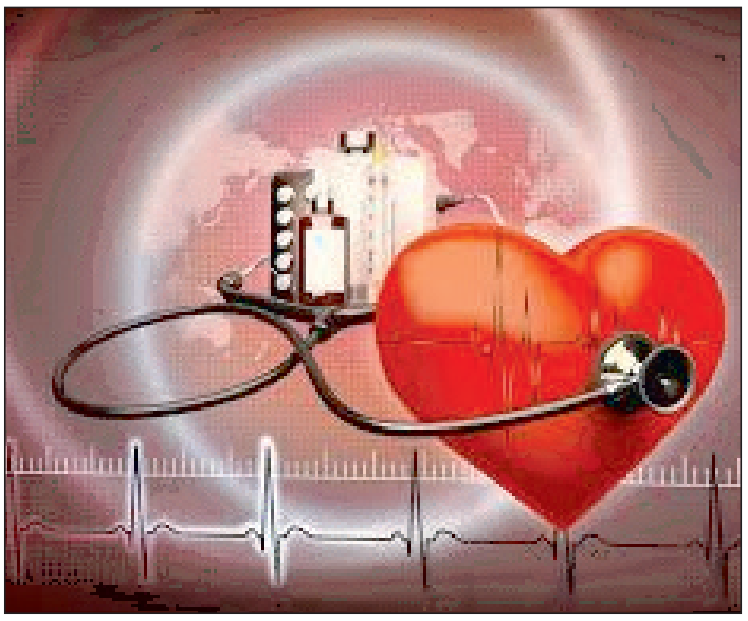
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 12 सितम्बर : हार्ट फेल होता है और किसी को भी पता नहीं चलता. समय से अस्पताल पहुंच भी गए तो डॉक्टरों को कुछ ही मिनट मिल पाता है, देरी हुई तो जीवन खत्म. मगर अब ऐसा नहीं होगा. साइंटिस्ट ने एक अनोखी चिप तैयार की है, जो हार्ट फेल होने से काफी पहले बता देगी कि कुछ दिक्कत हो रही है. आप डॉक्टर के पास जाएंगे और तुरंत इसका इलाज लेकर ठीक हो जाएंगे. डॉक्टरों के मुताबिक, 50 फीसदी मामलों में तो अस्पताल में इमरजेंसी में भर्ती होने की जरूरत भी नहीं पड़ेगी.

डेली मेल की रिपोर्ट के मुताबिक, कार्डियो एमईएमएस नाम के इस छोटे से सेंसर को दिल की ओर जाने वाली धमनियों में से एक में फिट किया जाता है. यह हर मिनट आपके ब्लड प्रेशर को मॉनिटर करता है. उसमें होने वाले उतार-चढ़ाव का पता लगाने में सक्षम है जो बिगड़ते स्वास्थ्य का संकेत दे सकता है. डॉक्टरों के मुताबिक, इंसान को हर सुबह एक तकिये पर लेटना होता है, जो इसके साथ कम्यूनिकेट करता है. लेटते ही यह आपके डॉक्टर को संकेत भेज देता है. बता देता कि फलां धमनी में किसी तरह की दिक्कत आ रही है.

मेडिकल जर्नल द लैंसेट में पब्लशि रिपोर्ट के अनुसार, इस डिवाइस का 348 लोगों पर परीक्षण किया गया. तकरीबन 18 महीने तक इन लोगों पर निगरानी रखी गई. नतीजे चौंकाने वाले थे. पता चला कि जिन लोगों में सेंसर इम्प्लांट किया गया था, उन लोगों को अस्पताल में भर्ती होने की संभावना 44 फीसदी कम थी. हार्ट अटैक तब आता है जब हृदय को रक्त की आपूर्ति अचानक बंद हो जाती है. यह लाइलाज स्थिति है और इसमें मौत की संभावना सबसे ज्यादा होती है. डॉक्टरों के मुताबिक, जब हृदय की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं तो वह सही तरीके से रक्त को पंप नहीं कर पाता. यह मौत का कारण बनती है,

हार्ट फेल्योर की सबसे मुख्य वजह दिल का दौरा पड़ना है, जो मांसपेशियों को नुकसान पहुंचाता है. हार्ट वाल्व, वायरल इंफेक्शन और जेनेटिक समस्या की वजह से भी हार्ट फेल हो सकता है.बुजुर्गों में हार्ट फेल



होने की सबसे बड़ी वजह फेफड़ों के आसपास की नसों में हाई ब्लड प्रेशर को माना गया है.आमतौर पर सांस के रोगियों में यह दिक्कत ज्यादा होती है, क्योंकि शरीर ऑक्सीजन की डिमांड करता है और इसके लिए उन्हें तेज सांस लेने की जरूरत पड़ती है. भारत समेत दुनिया के कई देशों में लाखों लोग इस समस्या से जूझ रहे हैं.

नारायणबगड़ में वाहन पर गिरी चट्टान, चार घायल

चमोली। नारायणबगड़ विकासखंड के मौणा छीड़ा के समीप चलती हुई कार में अचानक विशाल चट्टान के टूटकर गिर गई। इससे कार चकनाचूर हो गई और इसमें बैठे चार लोग घायल हो गए। स्थानीय लोगों ने समय पर घायलों को पीएससी नारायणबगड़ पहुंचाया। जहां घायलों का उपचार किया जा रहा है। प्राप्त जानकारी के अनुसार सोमवार सुबह के समय सहायक खंड विकास अधिकारी नारायणबगड़ बीरेंद्र असवाल कार से अपने साथ खंड विकास अधिकारी नारायणबगड़ राकेश मोहन नयाल, सहायक खंड विकास अधिकारी रमेश चंद्र अमोली एवं एडीओ कोऑपरेटिव चंद्रमणि बरमोला के साथ अपने विकासखंड कार्यालय आ रहे थे। तभी मौणा छीड़ा के समीप भी अचानक एक विशाल चट्टान चलती हुई गाड़ी में जा गिरी, जिस कारण चारों विकासखंड कर्मी गंभीर रूप से घायल हो गए हैं और कार चकनाचूर हो गई। स्थानीय लोगों एवं विकासखंड कर्मचारियों ने घायलों को प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र नारायणबगड़ पहुंचाया। प्रभारी चिकित्सा अधिकारी डॉक्टर नवीन डिमरी ने बताया कि सभी घायलों का प्राथमिक उपचार करने के बाद घर भेज दिया गया है। सभी की स्थिति खतरे से बाहर है।

संपादकीय

'युद्ध' पर छद्म कूटनीति

जी-20 शिखर सम्मेलन के 'नई दिल्ली घोषणा पत्र' में, युद्ध के संदर्भ में, सिर्फ यूक्रेन का ही उल्लेख क्यों किया गया? युद्ध एकतरफा नहीं हुआ करते। उनकी विभीषिकाएं और प्रभाव भी चौतरफा होते हैं। यूक्रेन पर रूस ने आक्रमण किया था, यह वैश्विक तथ्य है, लेकिन आज यूक्रेन भी, पश्चिमी और यूरोपीय देशों की सैन्य मदद पाकर, मास्को तथा अन्य बड़े शहरों पर ड्रोन हमले कर रहा है। रूस के भी अभी तक 2.5 लाख से अधिक सैनिक मारे जा चुके हैं। तोपखाने, जहाज, बख्तरबंद वाहन और शस्त्रागार आदि कितने ध्वस्त हुए हैं, उनकी संख्या भी हजारों में है। यूक्रेन का अधिकांश क्षेत्र तो खंडहर बन चुका है। यूक्रेन अमरीका और नाटो देशों की 'कठपुतली' बना है और 'बलि का बकरा' बनना उसकी नियति है। युद्ध से मिट्टी-मलबा हुए शहर, गांव और इलाकों के पुनर्निर्माण कब तक होंगे, ऐसा कोई आकलन सामने नहीं आया है। युद्ध ने गेहूं, खाद्य तेल, उर्वरक, गैस आदि की, दुनिया की, प्रमुख सप्लाई चेन को तोड़ कर रख दिया है। रूस और यूक्रेन इन वस्तुओं के प्रमुख निर्यातक देश रहे हैं। नतीजतन वैश्विक संकट हमारे सामने है। यदि जी-20 शिखर सम्मेलन, युद्ध की भयावहता को लेकर, चिंतित होता, तो उसका सम्यक उल्लेख किया जाना चाहिए था। रूस और चीन मंथन और विमर्श के दौरान अपनी असहमतियां जता सकते थे। इंडोनेशिया के बाली शिखर सम्मेलन ने युद्ध के लिए रूस की निंदा की थी। उसके घोषणा-पत्र की भाषा अपेक्षाकृत तीखी थी, लिहाजा बड़ी ताकतों का विभाजन अधिक गहरा और तीक्ष्ण हो गया था। रूस भारत का पुराना और आजमाया हुआ 'दोस्त' है, लिहाजा घोषणा-पत्र में जिक्र के कारण ही संबंध खटास में नहीं डाले जा सकते थे, नतीजतन भारत ने आर्थिक और स्थिर विकास पर फोकस रखते हुए संतुलन साधने का प्रयास किया। बेशक जी-20 अर्थव्यवस्था और विकास का ही सबसे बड़ा मंच है, लेकिन दिल्ली घोषणा-पत्र में जो किया गया, वह बहुत बड़ा झूठ और छद्म कूटनीति का उदाहरण है। रूस-यूक्रेन युद्ध आज भी जारी है। भारत अपने मित्र रूस को युद्ध समाप्त करने को सहमत नहीं कर सका है। नई दिल्ली जी-20 में रूस-चीन के प्रतिनिधियों ने ऐसे घोषणा-पत्र से साफ इंकार कर दिया था, जिसमें युद्ध के लिए रूस की निंदा, भत्र्सना की जाती। अंततः दिल्ली को ऐसी भाषा बुननी पड़ी, जो मास्को और बीजिंग को स्वीकार्य थी।

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

उत्तराखंड : SBI, UIICL और रेलवे में निकली भर्ती, जल्दी करें अप्लाई

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 12 सितम्बर : बेरोजगार युवा ध्यान दें एसबीआई, रेलवे भर्ती सेल और यूनाइटेड इंडिया इंश्योरेंस कंपनी लिमिटेड ने बेरोजगार युवाओं से अलग-अलग पदों के लिए आवेदन मांगे हैं। अगर आप भी नौकरी की तलाश में हैं तो इस मौके पर हाथ से जाने न दें। कुल कितने पदों पर भर्ती निकली है और योग्यता क्या है, जो भी युवा 10वीं, 12वीं पास या ग्रेजुएट हैं, वो आवेदन कर सकते हैं। सबसे पहले भारतीय स्टेट बैंक की ओर से निकली भर्ती की बात करते हैं।एसबीआई ने 6,160 पदों पर अप्रेंटिस भर्ती के लिए आवेदन मांगे हैं। इसका नोटिफिकेशन भी जारी हो गया है। नोटिफिकेशन के मुताबिक एसबीआई अप्रेंटिस के पंजीकरण चल रहे हैं, इसके लिए आवेदन करने की अंतिम तिथि 21 सितंबर है। योग्य उम्मीदवार एसबीआई की आधिकारिक वेबसाइट sbi.co.in के माध्यम से इस भर्ती के लिए आवेदन कर सकते हैं। इसी तरह यूनाइटेड इंडिया इंश्योरेंस कंपनी लिमिटेड (UIICL) में स्पेशलिस्ट पदों पर भर्ती निकली है। आवेदन की अंतिम तिथि और आवेदन शुल्क के भुगतान की अंतिम तिथि 14 सितंबर, 2023 तक है।

योग्य उम्मीदवार यूआईआईसीएल की आधिकारिक वेबसाइट uiic.co.in के माध्यम से ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। रेलवे भर्ती सेल, मध्य रेलवे ने भी अप्रेंटिस के पदों पर भर्ती के लिए ऑनलाइन आवेदन मांगे हैं। इच्छुक उम्मीदवार वेबसाइट rrccr.com के माध्यम से आवेदन कर सकते हैं। भर्ती पंजीकरण की प्रक्रिया 29 अगस्त से शुरू हो चुकी है। आवेदन करने की आखिरी तारीख 28 सितंबर, 2023 तक है। अगर आप भी नौकरी के लिए आवेदन करना चाहते हैं तो आधिकारिक वेबसाइट पर जाकर आवेदन करें। रोजगार से जुड़ी अन्य खबरों के लिए राज्य समीक्षा के साथ जुड़े रहें।

जीआईसी के छात्रों को दी विभिन्न जानकारियां

चमोली। सोमवार को वार मेमोरियल विक्टोरिया क्रास दरवान सिंह नेगी जीआईसी में पुलिस ने गोष्ठी का आयोजन किया। प्रधानाचार्य जीसी डिमरी की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में थानाध्यक्ष देवेंद्र सिंह रावत, एसएसआई पंकज कुमार और साइबर विशेषज्ञ चंदन द्वारा छात्रों को सडक़ सुरक्षा के तहत हेलमेट का प्रयोग, 18 वर्ष के कम आयु के लिए ड्राइविंग कानूनी अपराध सहित नशा उन्मूलन के बारे में बताया। इस दौरान अशोक कोठियाल, आरएल आर्य, बीके उपाध्याय, गरिमा वत्वाल, चंद्रकला, एसपी डिडोयाल, पीएस राणा, प्रकाश चौहान आदि मौजूद थे।

पर्यटकों को देवभूमि की धरोहरों से परिचित कराएंगे टूर गाईडः पूनम

नई टिहरी। तीर्थनगरी में आयोजित दस दिवसीय स्किल डेवलमेट हेरिटेज टूर गाइड प्रशिक्षण के समापन पर तीस युवाओं को प्रमाणपत्र प्रदान दिए गए। पंच प्रयागों में पर्यटक सुविधाओं के लिए हैरिटेज गाइड तैनात किए जाएगें। उत्तराखंड पर्यटन विकास परिषद की अपर निदेशक पूनम चंद ने ऑन लाइन प्रशिक्षुओं से बात की। कहा कि, परिषद प्रदेश में आने वाले सैलानियों को यहां की धरोहर से परिचित करवाने व उन्हें नया अनुभव देने को हैरिटेज टूर योजना की शुरुआत कर रहा है। स्थानीय स्तर पर टूर गाइड तैयार कर उन्हें यह कार्य सौंपा जाएगा। इससे युवाओं को रोजगार मिल सकेगा। नगर पालिका अध्यक्ष कृष्णकांत कोटियाल ने कहा कि युवा ऐसे कार्यों में जुड़ें जिनसे वह भविष्य में अन्य लोगों को भी रोजगार दें सकें। पंकज शर्मा व सीमा शर्मा ने भी जानकारी दी। इस मौके पर डॉ. महेशानंद नौडियाल, डॉ. सृजना राणा, वीरेंद्र ध्यानी, सत्यनारायण कोटियाल आदि मौजूद रहे।

पीजी कॉलेज में अभिविन्यास कार्यक्रम आयोजित

नई टिहरी। पीजी कॉलेज नई टिहरी में बीएससी प्रथम सेमेस्टर विज्ञान संकाय में प्रवेशित छात्रों के मध्यनजर अभिविन्यास कार्यक्रम (इंडक्शन प्रोग्राम) का आयोजन किया गया। महाविद्यालय के विज्ञान संकाय संबंधित विषय के विशेषज्ञ शिक्षकों ने रसायन, भौतिक, जंतु, वनस्पति, मानव, भू विज्ञान के साथ सांख्यिकी एंव गणित विषय पाठ्यक्रम पर आधारित रोजगार के बारे में छात्र-छात्राओं को जानकारी दी। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय प्राचार्य प्रो. पुष्पा नेगी ने दीप प्रज्जवलित कर किया। मौके पर प्रो. डीपीएस भंडारी, डॉ. डीएस तोपवाल, हर्ष नेगी, एएम पैन्यूली, विजय प्रकाश सेमवाल, बीडीएस नेगी, प्रो. आरके त्यागी, डॉ. संदीप बहुगुणा, पुष्पा पंवार, आशा डोभाल,पद्मा वशिष्ठ, गुरुपद गुसाईं, पीसी पैन्यूली, भारती जायसवाल सहित विज्ञान संकाय के छात्र उपस्थित थे।

देहरादून में बार डांसर के हत्यारे लेफ्टिनेंट कर्नल का शर्मनाक खुलासा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 12 सितंबर , देवभूमि जिसको सैन्यधाम का दर्जा मिला है वहाँ एक सैन्य अफसर की करतूत ने शर्मसार कर दिया है। हम ऐसा इसलिए कह रहे हैं क्योंकि रायपुर में महिला की हत्या के मामले में पुलिस ने एक आर्मी अधिकारी को गिरफ्तार किया है। बताया जा रहा है कि युवती काठमांडू नेपाल की रहने वाली थी जो कि सिलीगुड़ी में बार डांसर का काम करती थी। कहा जा रहा है कि यहीं उसकी इस आर्मी अधिकारी से मुलाकात हुई थी। हत्यका की वजह युवती द्वारा आर्मी अफसर से शादी करने के लिए दबाव बनाना था जिसके लिए वो कर्नल के पीछे पीछे देहरादून आ गई थी जहाँ उसको मिली दर्दनाक मौत

आशिक मिजाज कर्नल की जुबानी पूरी कहानी

हत्यारे कर्नल ने पकडे जाने पर पुलिस को बताया क़ी मै आर्मी में क्लेमेंटाउन देहरादून में लेफ्टिनेंट कर्नल के पद पर तैनात हूँ । मेरी पोस्टिंग कुछ समय पहले सिलिगुडी पश्चिम बंगाल से देहरादून में हुयी थी । मैं वर्ष 2010 में डिपार्टमेंटल कमीशन के रूप में लेफ्टिनेंट बन गया था । मेरा घर पंडितवाड़ी में है। वर्ष 2020 जनवरी में मेरी मुलाकात नेपाली मूल की एक लडकी श्रेया शर्मा सें ZIZZI डांस बार सिटी सेंटर मॉल सिलीगुड़ी पंश्चिम बंगाल में हुई थी। जहां पर मुझे श्रेया शर्मा बहुत पसंद आई । पहले मेरी मुलाकात श्रेया से दोस्ती के नाते हुई उसके बाद हमारी आपसी रिलेशन बन गए । हम दोनों सिलीगुड़ी में पति-पत्नी की तरह रहते थे । मैं श्रेया के सारे खर्चे उठाता था । जब मेरी पोस्टिंग देहरादून जिले में हुई तो मैं श्रेया को भी अपने साथ देहरादून ले आया । जिसकी जानकारी मेरी पत्नी को हुई तो मैंने श्रेया को कुछ दिन होटल में रखने के बाद वापस सिलीगुडी भेज दिया ।

जिसे कुछ दिन बाद मैंने दुबारा देहरादून बुला लिया और कुछ दिन होटल में रखने के बाद मैंने क्लेमनटाउन में एक फ्लैट किराये पर लिया और उसे वहां रख दिया । कुछ दिन सही रहने के बाद वह लगातार मुझे अपनी पत्नी का दर्जा देने का दबाब बनाने लगी और इसको लेकर वहां मुझे गाली गलौज करने लगी । मुझसे पीने के लिये शराब और होटल से खाना मंगाती थी । इसका मेरी पत्नी को भी पता चल गया था ।

श्रेया मुझसे लगातार दुर्व्यवहार करती थी और मुझे गालियां देती थी कहती थी कि तुमने मेरी लाइफ खराब कर दी है मुझे रखैल की तरह रखा हुआ है । मुझसे शादी कर लो इस बात को लेकर हमारा झगड़ा होता रहता था मैं असमंजस की स्थिति में था कि मैं क्या करूं मैं बहुत परेशान हो गया था । इसलिए मैंने उसे जान से मारने की योजना बनायी। दिनांक 09.09.2023 को श्रेया और मैं बीयर पीने के लिए राजपुर रोड स्थित एक क्लब ले गया।

जहां पर रात को हमने शराब पी मैंने उसे ज्यादा शराब पिलाई और खुद कम शराब पी फिर मैंने उसे लॉन्ग ड्राइव में जाने को कहा मैंने अपनी गाड़ी में भी कुछ बीयर और शराब रख ली इसके बाद हम लोग रात्रि को आईएसबीटी घंटाघर बल्लूपुर डोईवाला फिर डोईवाला से वापस होते हुए महाराणा प्रताप चौक से थानो रोड की तरफ निकले। मैंने अपनी गाड़ी थानो रोड पर सोड़ा सरोली से एक रास्ता बाँये ओर जाता है, वहां पर जंगल जाने वाले रास्ते पर लगा ली।

मेरा पूर्व में ही श्रेया को जान से मारने की योजना थी तो मैंने गाड़ी में एक हथौड़ा सीट के पीछे रख लिया था और एक टॉयलेट क्लीनर गाड़ी में रख लिया था। श्रेया अत्यधिक शराब के नशे में मुझे गाडी में शारीरिक सम्बन्ध बनाने को कह रही थी और अपने कपडे उतारने लगी ।

मैंने योजना के अंतर्गत अपनी कार की पिछली सीट में रखे हथौड़े को निकाल कर श्रेया पर ताबड़तोड़ सर में प्रहार किया वह नशे में थी तो डिफेंस नहीं कर पाई मैं सर के पीछे लगातार हथौड़े से वार करता चला गया। जब वह मर गई तो मैं गाड़ी को थोड़ा और आगे ले गया जहां गाड़ी का रास्ता खत्म हो गया तो मैं वापस गाड़ी बैक करी उसके बाद मुझे जहां जगह मिली मेन रोड किनारे उसको फेंक दिया उसके बाद गाड़ी में रखा टॉयलेट क्लीनर निकाला और उसके मुंह पर डाल दिया। श्रेया के शव को ठिकाने लगाकर मैंने हथोडा थानो रोड पर सडक किनारे फेंक दिया । उसके बाद वापस आकर गाडी क्लेमनटाउन स्टोर में छुपा दी व श्रेया के सामान व पहने कपडों को भी गाडी में छुपा दिया । आज मैं अपनी पत्नी के पास मिलने आ रहा था तथा उसे बताना चाहता था कि मैंने श्रेया को वापस भेज दिया लेकिन आज मैं पकड में आ गया।

हरिद्वार में ढाबे पर सो रहे युवक की गोली मारकर हत्या

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हरिद्वार। हरकी पैड़ी क्षेत्र में एक ढाबे पर सो रहे कनखल निवासी युवक की सिर पर गोली मारकर हत्या कर दी गई। चंद घंटों में ही शहर कोतवाली पुलिस ने हत्याकांड का पटाक्षेप करते हुए तीन आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया। आरोपियों के कब्जे से देसी तमंचा बरामद कर लिया गया है। रंजिश के चलते हत्याकांड को अंजाम देने की बात सामने आई है।

घटना हरकी पैड़ी क्षेत्र के हाथीपुल स्थित ढाबे पर सोमवार सुबह करीब पौने पांच बजे की है। कनखल के बजरीवाला बस्ती बैरागी कैंप निवासी कुशलपाल का हाथीपुल के पास ढाबा है। रविवार की रात उसके ढाबे पर करण उर्फ कन्नू (19) पुत्र रघुनाथ निवासी कुम्हारगढ़ा कनखल सोया हुआ था। मोटरसाइकिल सवार तीन युवक ढाबे पर पहुंचे और करण के सिर गोली मार दी। आसपास के लोगों ने मामले की सूचना पुलिस को दी।

सूचना मिलते ही एसपी सिटी स्वतंत्र कुमार सिंह, सीओ सिटी जूही मनराल, कोतवाली प्रभारी भावना कैंथोला टीम के साथ मौके पर पहुंचे। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर जिला अस्पताल भेजा। घटनास्थल के आसपास लगे सीसीटीवी कैमरे की फुटेज खंगालने पर तीन युवक फरार होते हुए दिखाई दिए। पुलिस ने चंद घंटों में ही हत्याकांड को अंजाम देने वाले हर्षित धीमान उर्फ चड्ढा पुत्र धर्मेंद् निवासी पहाड़ी बाजार पीपलवाली हवेली कनखल, संस्कार शर्मा पुत्र मुकेश शर्मा निवासी रामदेव की पुलिया भगवत वाटिका कॉलोनी गली नंबर चार और कपिल चौधरी पुत्र शिवचरण सिंह निवासी किरायेदार रविकांत रामदेव की पुलिया पंजाबी क्षेत्र को गिरफ्तार कर लिया।

जांच में सामने आया कि करीब एक माह पूर्व मुख्य आरोपी हर्षित धीमान की कन्नू और उसके साथियों ने पिटाई कर दी थी। तभी से हर्षित उससे रंजिश रख रहा था। हर्षित ने अपने दो साथियों के साथ मिलकर उसकी हत्या कर डाली। एसएसपी अजय सिंह ने बताया कि आरोपियों से देसी तमंचा और एक खोखा बरामद किया गया है। तीनों आरोपी एक मेडिकल एजेंसी पर कार्यरत करते हैं। मृतक की मां निर्माला ने इस संबंध में हत्या का मुकदमा दर्ज कराया है।

संक्षप्ति खबरें

डीएम को बताई शहर की समस्याएं

पौड़ी। नागरिक कल्याण एवं जागरूक विकास समिति ने शहर की विभिन्न समस्याओं को हल करने की मांग डीएम से की है। कहा कि जल्द ही शहर की समस्याएं हल नहीं होने पर वे आंदोलन करने के लिए बाध्य होंगे। सोमवार को नागरिक कल्याण एवं जागरूक विकास समिति ने डीएम को ज्ञापन दिया। इस दौरान समिति के अध्यक्ष रघुवीर सिंह रावत, मकान सिंह रावत, नरेश नौडियाल आदि ने कहा कि शहर में बंदरों की समस्या से लोग परेशान हैं। वन विभाग और नगरपालिका को कई बार अवगत कराने के बाद भी समस्या का हल नहीं हो पा रहा है। डीएम ने बंदरों की समस्या हल करने के लिए वन विभाग और नगरपालिका प्रशासन की बैठक करने का आश्वासन दिया। समिति ने डीएम से शहर की यातायात व्यवस्था ठीक करने, पर्यटक आवास गृह रांसी को पर्यटकों के लिए जल्द संचालित करने, देहरादून-पौड़ी व पौड़ी-देहरादून के लिए परिवहन निगम की बस फिर से शुरू करने की मांग उठाई गई। इस मौके पर पदमेंद्र सिंह बिष्ट, भरत सिंह आदि शामिल थे।

पर्यावरण मित्रों ने दी कार्यबहिष्कार की चेतावनी

पौड़ी। उत्तराखंड स्वच्छकार कर्मचारी संघ ने शहर में वाल्मीकि मूर्ति स्थापित नहीं किए जाने पर कड़ी नाराजगी जताई है। संघ ने 19 सितंबर तक शहर में वाल्मीकि मूर्ति नहीं लगाए जाने पर कार्यबहिष्कार पर जाने की चेतावनी दी है। सोमवार को उत्तराखंड स्वच्छकार कर्मचारी संघ ने नगरपालिकाध्यक्ष व ईओ को ज्ञापन दिया। इस दौरान संघ के अध्यक्ष प्रवीन कुमार घाघट, नगराध्यक्ष मुकेश ने कहा कि संघ पिछले लंबे समय से धारा रोड के पास वाल्मीकि मूर्ति स्थापित करने की मांग कर रहा है। इसके लिए जिला प्रशासन द्वारा अनापत्ति प्रमाणपत्र भी दिया जा चुका है। जिस पर नगरपालिका प्रशासन द्वारा कार्य किया जाना है लेकिन नगरपालिका इस ओर कोई कदम नहीं उठा रही है। जिससे सभी पर्यावरण मित्रों में नाराजगी बनी हुई है। कहा कि 19 सितंबर तक मूर्ति स्थापित नहीं होने पर सभी पर्यावरण मित्र कार्यबहिष्कार पर चले जाएंगे। इस मौके पर राहुल, सुनील, संजीव, किशोर, शिवचरण, धीरज, राजेश, गणेश, अशोक, सुरेंद्र आदि शामिल रहे।

योजनाओं के प्रचार-प्रसार के लिए फील्ड में जाएं अफसर

पौड़ी। क्षेत्र पंचायत कल्जीखाल की बैठक में जनप्रतिनिधियों ने आपदा से क्षतिग्रस्त हुई सडक़ों, पेयजल लाइन, विद्युत लाइन, रास्तों की समस्याएं उठाईं। ब्लॉक प्रमुख ने कहा कि सरकार की ओर से कई जनकल्याणकारी योजनाएं संचालित की जा रही है लेकिन प्रचार-प्रसार की कमी से ग्रामीणों को योजनाओं की जानकारी नहीं मिल पा रही है। उन्होंने अफसरों को कार्यालय में ना बैठकर गांवों में जाकर ग्रामीणों को योजनाओं की जानकारी देने के निर्देश दिए। सोमवार को आयोजित बैठक में ग्राम प्रधान दिउसा ने एएनएम सेंटर में स्टाफ की कमी को दूर करने, घण्डियाल में पेयजल किल्लत दूर करने, रौंतेला में पेयजल टैंक बनाने, पल्ली मल्ली में निष्प्रोज्य स्कूल में चल रहे स्कूल को हटाने, ग्राम ओलना में अनुसूचित जाति बस्ती के 5 परिवारों को बिजली के कनेक्शन देने, मलाऊ से फल्दा, दलमोटा से सिलेथ पीपला बैण्ड मलाऊ सडक़ की स्थिति को ठीक करने की मांग उठाई।