हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 12 अंक : 78 | देहरादून, बुधवार, 13 सितंबर, 2023 | मूल्य : एक रुपया | पृष्ठ : 08

स्कीइंग डेस्टिनेशन बनेगा औली, धामी कैबिनेट के धाकड़ फैसले 3

सीएम धामी और केंद्रीय शिक्षा मंत्री ने किया विद्या समीक्षा केन्द्र का लोकार्पण

"पीएम श्री योजना" का हुआ शुभारंभ, मुख्यमंत्री और केन्द्रीय शिक्षा मंत्री रहे मौजूद

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 13 सितंबर , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी एवं केन्द्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान ने ननूरखेड़ा स्थित शिक्षा निदेशालय में राज्य के विद्या समीक्षा केन्द्र का लोकार्पण किया। इस अवसर पर राज्य के 141 पी.एम.श्री विद्यालयों एवं नेताजी सुभाष चन्द्र बोस आवासीय विद्यालय का शिलान्यास भी किया गया। मुख्यमंत्री एवं केन्द्रीय शिक्षा मंत्री ने राज्य में मुख्यमंत्री उच्च शिक्षा मेधावी छात्रवृत्ति योजना एवं मुख्यमंत्री उच्च शिक्षा शोध प्रोत्साहन योजना का शुभारंभ भी किया। कार्यक्रम में एन.डी.ए एवं आई.एम.ए में चयनित कैडेट को पुरूस्कार की धनराशि भी प्रदान की गई।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा राज्य में केंद्र सरकार सहायतित "विद्या समीक्षा केन्द्र" एवं "पीएम श्री योजना" का शुभारंभ किया गया है, यह प्रदेश के लिए हर्ष का विषय है। इसके लिए उन्होंने केन्द्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द प्रधान का आभार भी व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि विद्या समीक्षा केंद्र विद्यालय, छात्रों एवं अध्यापकों से संबंधित सभी आंकड़ों को, रियल टाइम आधार पर संकलित करेगा तथा छात्र आकलन के आधार पर शिक्षा के क्षेत्र में गुणात्मक सुधार के लिए सभी का मार्गदर्शन करेगा। इस केंद्र में आज से अध्यापकों एवं छात्र-छात्राओं की रियल टाइम ऑनलाइन उपस्थिति प्रारम्भ भी हो गई है। इस केंद्र का उपयोग शीघ्र ही शिक्षा विभाग से सम्बन्धित मानव संसाधन पोर्टल, विद्यालय में उपलब्ध संसाधनों के ऑनलाइन रख-रखाव, ऑनलाइन स्थानान्तरण, ऑनलाइन नियुक्ति, ऑनलाइन मॉनीटरिंग आदि के लिए भी किया जाएगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड अग्रणी राज्यों में से है, जहां केन्द्र सरकार द्वारा समय-समय पर प्रारम्भ की गई योजनाओं को जनहित में सबसे पहले क्रियान्वित किया जाता है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 का शुभारंभ उत्तराखण्ड ने सबसे पहले किया। पीएम श्री योजना के तहत राज्य में 141 स्कूल इस योजना के अन्तर्गत विकसित किए जा रहे हैं। इसके लिए भारत सरकार द्वारा 72 करोड़ की धनराशि स्वीकृत भी की गई है। इस सहयोग के लिए उन्होंने प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी एवं केंद्रीय शिक्षा मंत्री आभार का व्यक्त किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य में शिक्षा में गुणात्मक सुधार के लिए अनेक कार्य किये जा रहे है। बालिका शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए लगातार प्रयास किये जा रहे हैं। राज्य में बालिकाओं के लिए 40 कस्तूरबा गांधी आवासीय छात्रावास संचालित हैं, जिनमें सभी सुविधाएं निःशुल्क प्रदान की जा रही हैं।

केन्द्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के विद्या समीक्षा केन्द्र के गुजरात मॉडल को लागू करने वाला पहला राज्य उत्तराखण्ड है। जिसमें अभी 05 हजार स्कूल जोड़े गये हैं। उन्होंने कहा कि अक्टूबर-नवम्बर तक प्रदेश के सभी 22 हजार स्कूल सभी डाटा के साथ जोड़ने के अधिकारियों को निर्देश दिये गये हैं। राज्य के कक्षा 01 से 12वीं तक के लगभग 23 लाख 50 हजार विद्यार्थी इस विद्या समीक्षा केन्द्र से जुड़ेंगे। राज्य के 01 लाख 22 हजार से अधिक शिक्षकों का डाटा भी इसमें रहेगा। विद्या समीक्षा केन्द्र के माध्यम से बच्चों एवं शिक्षकों की प्रतिदिन की उपस्थिति का पता चलेगा। दीक्षा टीवी एवं इन्टरनेट के माध्यम से पढ़ाई की व्यवस्था विद्या समीक्षा केन्द्र में रहेगी। राज्य के सभी डायट, को जोड़ने एवं शिक्षकों की कैपिसिटी बढ़ाने की व्यवस्था इसमें बनाई जा रही है। स्कूली शिक्षा की सभी जानकारी विद्या समीक्षा केन्द्र में रहेगी।

केन्द्रीय शिक्षा मंत्री ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 दार्शनिक तत्व है। 21वीं सदी की भारत की नई पीढ़ी ज्ञान के आधार पर विश्व का नेतृत्व करने वाली है। राज्य में मॉडल स्कूल के रूप में प्रारंभिक चरण में पी.एम.श्री के तहत 141 स्कूलों का चयन किया गया है। उच्च शिक्षा में राज्य में मुख्यमंत्री उच्च शिक्षा प्रोत्साहन छात्रवृत्ति योजना और मुख्यमंत्री शोध प्रोत्साहन योजना शुरू करने का सराहनीय कार्य हुआ है। उन्होंने कहा कि जी 20 के शिखर सम्मेलन में प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति की ग्लोबल मॉडल के रूप में स्वीकृति करा दी। भारत की राष्ट्रीय शिक्षा नीति केवल भारत के 30 करोड़ विद्यार्थियों के लिए ही नहीं, विश्व के विकसित देशों के विद्यार्थियों के लिए नया बैंचकार्क बना रही है। उन्होंने कहा कि शिक्षा के प्रसार के लिए केन्द्र सरकार की ओर से राज्य को पूरा सहयोग दिया जायेगा। उन्होंने कहा कि देवभूमि उत्तराखण्ड उन्हें अपने गृह राज्य की तरह ही प्रिय है।

प्रदेश के शिक्षा मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने कहा कि उत्तराखण्ड विद्या समीक्षा केन्द्र का शुभारंभ करने वाला गुजरात के बाद देश का दूसरा राज्य है। माध्यमिक एवं उच्च शिक्षा में भी राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 को लागू करने वाला देश का पहला राज्य उत्तराखण्ड बना। राज्य में शुरू की गई उच्च शिक्षा मेधावी छात्रवृत्ति योजना में विभिन्न संकायों में स्नातक स्तर पर छात्र-छात्राओं को प्रतिवर्ष महाविद्यालय स्तर / विश्वविद्यालय परिसर स्तर पर प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त करने वालों को क्रमशः 03 हजार रूपये, 02 हजार रूपये एवं 1500 प्रतिमाह छात्रवृत्ति दी जायेगी। स्नातक अंतिम वर्ष के उपरान्त प्रथम स्थान, द्वितीय स्थान तथा तृतीय स्थान प्राप्त करने पर एकमुश्त पुरस्कार राशि के रूप में क्रमशः 35 हजार रूपये, 25 हजार रूपये एवं 18 हजार रूपये दिये जायेंगे।

विभिन्न संकायों में विषयवार स्नातकोत्तर स्तर पर अध्ययनरत छात्र-छात्राओं प्रतिवर्ष महाविद्यालय स्तर / विश्वविद्यालय परिसर स्तर पर प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त करने पर क्रमशः 05 हजार रूपये, 03 हजार रूपये एवं 02 हजार रूपये प्रतिमाह छात्रवृत्ति दी जायेगी। परा स्नातक अंतिम वर्ष के उपरान्त प्रथम स्थान, द्वितीय स्थान तथा तृतीय स्थान प्राप्त करने पर एकमुश्त पुरस्कार राशि के रूप में क्रमशः 60 हजार रूपये, 35 हजार रूपये तथा 25 हजार रूपये की धनराशि दी जायेगी। शिक्षा मंत्री डॉ. धन सिंह रावत ने कहा कि मुख्यमंत्री उच्च शिक्षा शोध प्रोत्साहन योजना का उद्देश्य राज्य के उच्च शिक्षण संस्थानों में शोध / अन्वेषण एवं नवाचार के वातावरण का सृजन करते हुए राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के प्रावधानों और मूल्यों के अनुरूप उत्कृष्ट शिक्षा और शोध के केन्द्र के रूप में संस्थाओं को विकसित करते हुए शिक्षकों एवं छात्रों को शोध एवं नवाचार के लिए प्रोत्साहित करना है। इस अवसर पर सांसद नरेश बंसल, विधायक उमेश शर्मा काऊ, भारत सरकार के अपर शिक्षा सचिव विपिन कुमार, उच्च शिक्षा सचिव शैलेश बगोली, विद्यालयी शिक्षा सचिव रविनाथ रमन, महानिदेशक शिक्षा बंशीधर तिवारी एवं शिक्षा विभाग के अन्य अधिकारी उपस्थित थे।

पैक्स कम्प्यूटराईजेशन पर डीएम सोनिका ने दिए निर्देश

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 13 सितंबर , जिलाधिकारी सोनिका की अध्यक्षता में जनपद की पैक्स कम्प्यूटराईजेशन के लिए केन्द्र प्रायोजित परियोजना हेतु जिला स्तरीय कार्यान्वयन एवं अनुश्रवण समिति (डीएलआईएमसी) की समीक्षा बैठक आयोजित की गई। बैठक में जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि पैक्स कम्प्यूटराईजेशन तथा रिकांउशिलेशन कार्यो को 1 माह के भीतर पूर्ण कर लिया जाए तथा इसके लिए रणनीति बनाकर कार्य करने के निर्देश दिए। समिति के संयोजक/महाप्रबन्धक जिला सहाकारी बैंक ने अवगत कराया कि जनपद में 39 समितियां है, जिनमें से 18 समितियों की डेएन्ड की प्रक्रिया सम्पन्न हो चुकी है।

जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि समितियों के कम्प्यूटराईजेशन एवं रिकांउसिलेशन कार्यों को शीघ्रता से पूर्ण करें इस कार्य में आने वाली बाधाओं को दूर करते हुए कार्यों को पूर्ण करें। बैठक में जिला सहायक निबन्धक सुमन कुमार, डीडीएम नाबार्ड पुनीत कुमार,महाप्रबन्धक एवं सयोंजक सी.के कमल, उप महाप्रबन्धक श्रीमती सुधा वर्मा, आर एम अभिषेक बौंठियाल, पैक्स कम्प्यूटराइजेशन के प्रभारी राम रावत, विपिन कुमार, अर्जुन गिरी आदि उपस्थित रहे।

बीज नहीं अब छिलकों से उगाएं जायेंगे पौधे !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , जड़ और बीजों की मदद से तो आपने पेड़-पौधों को उगते हुए देखा होगा, लेकिन क्या आपने कभी सोच है कि छिलकों से भी फलों के पौधे उगाए जा सकते हैं? अगर नहीं, तो अब आपको ऐसा कुछ जल्द ही देखने को मिल सकता है। दरअसल, वैश्विक खाद्य संकट और खाद्य सुरक्षा से संबंधित चुनौतियों से निपटने के लिए वैज्ञानिकों ने नया तरीका खोजा है। न्यूजीलैंड में शोधकर्ताओं की ओर से इस पर काम किया जा रहा है। ये खबर उन लोगों के लिए भी बेहद खास है जो रूफ टॉप गार्डिंग और किचन गार्डिंग का शौक रखते हैं।

नए तरीके से फल विकसित करने का चल रहा है शोध

न्यूजीलैंड में वैज्ञानिकों द्वारा प्रयोगशाला में विकसित फल पर शोध किया जा रहा है। शोधकर्ता और वैज्ञानिक पौधों की कोशिकाओं से फल के ऊतक विकसित करने की उम्मीद कर रहे हैं। ऐसे में उनका कहना है कि वो इस शोध में एक दिन सफल होंगे और फल जैसे स्वाद, गंध और अहसास वाले फलों को विकसित कर पाएंगे। न्यूजीलैंड में खाद्य सुरक्षा से संबंधित बढ़ती चुनौतियों से निपटने के लिए शोधकर्ताओं एक नया कॉन्सेप्ट लेकर आ रहे हैं, जिसे प्रयोगशाला में उगाए गए फल यानी लैब ग्रोन फ्रूट कहा जा रहा है। अगर शोधकर्ता लैब ग्रोन फ्रूट शोध में कामयाब रहे तो वास्तव में इससे दुनिया भर की सरकारों को बढ़ती खाद्य असुरक्षा से निपटने में मदद मिल सकेगी।

भविष्य पर ध्यान रखते हुए किया जा रहा है शोध

सरकार समर्थित प्लांट एंड फूड रिसर्च में फूड बाय डिजाइन कार्यक्रम के प्रमुख वैज्ञानिक डॉ. बेन शॉन का कहना है कि "यहाँ न्यूज़ीलैंड में, हम पारंपरिक बागवानी फसलें उगाने में अच्छे हैं," आगे कहते हैं, "लेकिन भविष्य पर ध्यान दे रहे हैं, जनसंख्या वृद्धि, बढ़ते शहरीकरण और जलवायु परिवर्तन के साथ दुनिया में बहुत सारे बदलाव आ रहे हैं।"विशेषज्ञों का कहना है कि ये कार्यक्रम अभी भी विकास के शुरुआती चरण में है। लैब ग्रोन फ्रूट के तहत फलों के सिर्फ खाने योग्य हिस्से ही उगाए जाएंगे। आमतौर पर लोग फलों के कुछ हिस्सों को त्याग दिया करते हैं, अब इनसे से फल को विकसित किया जाएगा। ऐसे में लोगों को भोजन की बर्बादी कम करने में भी सहायता मिलेगी। हालांकि, शोधकर्ताओं का कहना है कि सेब का कोर या संतरे का छिलके से लैब फ्रूट का विकास नहीं हो पाएगा।

कौन से फल लैब में उगाए जाएंगे?

आपको जानकारी के लिए बता दें कि पिछले 18 महीने से पौधा एवं खाद्य अनुसंधान कार्यक्रम चल रहा है। शोध के मुताबिकत प्रयोगशालाओं में सेब, ब्लूबेरी, चेरी, आड़ू, नेक्टराइन, अंगूर और फीजोआ जैसे फल उगा सकते हैं। फिलहाल, इस तरह की तकनीक को विकसित करने में अभी भी कई साल लग सकते हैं। शोध में किसी ऐसी चीज की कटाई के अंतिम लक्ष्य को प्राप्त करके फल विकसित किया जा सकेगा जो पौष्टिक होने के साथ-साथ लोगों को खाने में पसंद भी आ सके।

पुलिस की वर्दी का रंग क्यों होता है खाकी ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , क्या कभी आपने यह सोचा है कि पुलिस के कपड़े का रंग खाकी में क्यों होता है? क्या इसके पीछे कोई खास कारण है या संविधान में इसको लेकर कोई कानून पारित किया गया है. आखिर ऐसी क्या वजह है कि देश के लगभग राज्यों की पुलिस का ड्रेस खाकी कलर में तैयार किया गया होता है. आज की स्टोरी में हम आपको इसके बारे में बताएंगे.

भारतीय पुलिस की वर्दी का रंग खाकी क्यों होता है?

भारतीय पुलिस की वर्दी की असली पहचान उसका खाकी रंग है. हर पुलिसकर्मी को अपनी वर्दी से बहुत प्यार होता है. ऐसा नहीं है कि हर जगह की पुलिस खाकी रंग की ही वर्दी पहनती है. कोलकाता पुलिस अभी भी सफेद वर्दी पहनती है, जबकि पश्चिम बंगाल पुलिस खाकी वर्दी पहनती है. पुलिस के वर्दी का कलर समझने के लिए हमें थोड़ा पीछे जाना पड़ेगा. बात तब की है जब अंग्रेज भारत आये तो भारतीय पुलिस विभाग की वर्दी खाकी के बजाय सफेद रंग की हुआ करती थी, लेकिन सफेद रंग की वर्दी के साथ दिक्कत ये थी कि लंबी ड्यूटी के दौरान ये जल्दी गंदी हो जाती थी. इससे पुलिस को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ा.

बाद में ब्रिटिश अधिकारी वर्दी बदलने की योजना लेकर आए. इस दौरान पुलिस अधिकारियों ने एक डाई बनाई, जिसका रंग 'खाकी' था. इस रंग को बनाने के लिए चाय की पत्तियों का उपयोग किया जाता था, हालांकि, अब सिंथेटिक रंगों का उपयोग किया जाता है. उसके बाद धीरे-धीरे पुलिसकर्मियों ने अपनी वर्दी का रंग सफेद से खाकी कर लिया. खाकी रंग हल्के पीले और भूरे रंग का मिश्रण है. देश की आजादी से 100 साल पहले 'नॉर्थवेस्ट फ्रंटियर' के गवर्नर के एजेंट सर हेनरी लॉरेंस ने पुलिसकर्मियों को खाकी रंग की वर्दी पहने देखकर साल 1847 में आधिकारिक तौर पर खाकी रंग अपना लिया था.

लॉरेंस ने दिसंबर 1846 में लाहौर में 'कोर ऑफ गाइड फोर्स' की स्थापना की. यह बल ब्रिटिश भारतीय सेना की एक रेजिमेंट थी, जिसका गठन उत्तर-पश्चिम सीमा पर सेवा के लिए किया गया था. इस तरह भारतीय पुलिस विभाग की आधिकारिक वर्दी 'सफ़ेद' से 'खाकी' हो गई, जो आज भी इस्तेमाल की जा रही है. हाल ही में, देश के सबसे बड़े अर्धसैनिक बल, केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल (CRPF) ने उसको एक अलग पहचान देने के लिए अपने 3 लाख से अधिक कर्मियों की खाकी वर्दी को बदलने की मांग करते हुए एक प्रस्ताव पेश किया था.

देश का नाम बदलने पर क्या होता है ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , इस बार संसद के विशेष सत्र को लेकर चर्चाओं का बाजार काफी गर्म है, कहा जा रहा है कि सरकार इंडिया का नाम बदलने का प्रस्ताव रख सकती है. कई बार पहले भी इंडिया का नाम बदलकर भारत रखने की मांग उठी है, लेकिन ध्यान देने वाली बात यह है कि इंडिया हो या फिर भारत दोनों ही नाम संविधान में दिए गए हैं.अगर इस प्रस्ताव को मंजूरी मिल जाती है और इंडिया का नाम अगर बदलकर भारत हुआ तो कई बड़े बदलाव देखने को मिल सकते हैं. जैसा कि आप और हम सभी जानते हैं कि सबकुछ डिजिटल हो गया है, ऐसे में नाम बदलने के बाद भारतीय साइट्स पर इसका असर पड़ सकता है. ऐसी साइट्स जो .in पर काम करती हैं. फिलहाल ये एक चर्चा का विषय है, ये देश पर निर्भर होता है कि वह टॉप लेवल डोमेन को आखिर क्या रखता है. आइए जानते हैं कि अगर इंडिया का नाम बदला तो कौन-कौन सी बदलाव हैं जो देखने को मिल सकते हैं.

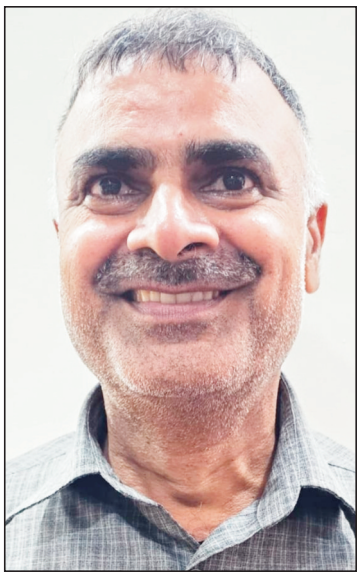
हर किसी के ज़हन में ये सवाल उठने लगा है कि क्या .in पर चलने वाली साइट्स नाम बदलने के बाद ठप पड़ जाएंगी? किसी भी डोमेन के अंत में हर देश का एक कोड लगा होता है जैसे कि .in जैसे कि इंडिया. ऐसे में अगर इंडिया का नाम बदलकर BHARAT हुआ तो क्या डोमेन के आखिर में Bh लग जाएगा तो ऐसे में फिर जो डोमेन .in पर चल रहे हैं उनका क्या होगा?अगर कोई देश अपना नाम बदलता है तो TLD यानी जो टॉप लेवल डोमेन होता है उसपर इसका असर पज़ता है. टॉप लेवल डोमेन दो अक्षर का डोमेन होता है जो किसी भी देश की पहचान कराता है. उदाहरण के माध्यम से आइए आपको समझाते हैं, अगर किसी डोमेन के आखिर में .us लगा है यानी अमेरिका, .uk है तो यूनाइटेड किंगडम आदि.नाम बदलने के साथ ही TLD को भी बदला जा सकता है और इसके लिए IANA और ICANN के सहयोग की जरूरत होती है. ये दोनों हीऑर्गेनाइजेशन्स ग्लोबल स्तर पर डोमेन के नाम और IP ऐड्रेस को मैनेज करने का काम करती हैं. अगर कोई देश नाम बदलने के बाद TLD को नहीं बदलना चाहे तो पहले की तरह ही सबकुछ चलता रहता है और टीएलडी में कोई भी बदलाव नहीं किया जाता है.अगर टीएलडी बदला तो पहला सवाल खड़ा होता है कि साइट की रैंकिंग पर इसका क्या असर पड़ेगा? ऐसी स्थिति में दोनों ही टीएलडी उपलब्ध रहेंगे, पुराने टीएलडी को नए पर रिडायरेक्ट किया जाएगा.

मुनेश राणा और जितेंद्र सिंह एमडीडीए में जेई बने, शासनादेश जारी

मौ.सलीम सैफी
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून,12 सितंबर। धामी सरकार के आवास विभाग ने मुनेश राणा और जितेंद्र सिंह के अलावा बलराम सिंह को प्रोन्नति देते हुए बतौर जेई नई तैनाती के आदेश जारी किए है,मुनेश राणा और जितेंद्र सिंह अभी तक एमडीडीए में और बलराम एचआरडीए में सुपरवाइजर की जिम्मेदारी निभा रहे थे,इनकी प्रोन्नति और तैनाती का आदेश आवास विभाग के अपर सचिव अतर सिंह की तरफ़ से जारी कर दिया गया है।

उत्तराखंड लोक सेवा आयोग की संतुति पर शासन ने ये आदेश जारी किए है जिनको लेवल 7 के तहत 44,900-1,42,500 वेतनमान के साथ अवर अभियंता(सिविल) के रूप में प्रमोशन के साथ साथ नई तैनाती दी गई है।उत्तराखंड आवास एवं नगर विकास प्राधिकरण के संयुक्त मुख्य प्रशासक प्रकाश चंद दुमका ने पिछले 10 सालों से अपने प्रमोशन का इंतजार करने वाले मुनेश राणा और जितेंद्र सिंह के प्रमोशन का रास्ता आसान किया और उनके प्रोमेशन की फाइल शासन और उत्तराखंड लोक सेवा आयोग को प्रेषित की जिसके चलते इनकी पिछले 10 सालों की मायूसी ,अब खुशी में बदल गई है,मुख्य प्रशासक आनंद वर्धन और सचिव आवास एसएन पांडे के सकारात्मक रुख के चलते ही सुपरवाइजरों को बतौर जेई तैनाती मिल पाई है।



मुनेश राणा,नवनियुक्त अवर अभियंता (सिविल), एमडीडीए

जितेंद्र सिंह, नवनियुक्त अवर अभियंता (सिविल), एमडीडीए

एमडीडीए के उपाध्यक्ष बंशीधर तिवारी,सचिव मोहन सिंह बर्निय और संयुक्त सचिव रजा अब्बास ने मुख्यमंत्री धामी के विज़न के अनुरूप सुपरवाइजरों को प्रमोशन मिलने पर काफी संतोष व्यक्त किया है और उन्हें प्रमोशन की बधाई दी है क्योंकि मुख्यमंत्री धामी, विकास प्राधिकरणों में जेई और एई की कमी को दूर करते हुए विकास की गति को रफ्तार देना चाहते है।

10 साल के लंबे इंतज़ार के बाद प्रमोशन पाकर शिवभक्त मुनेश राणा बहुत खुश है और धामी सरकार को धन्यवाद प्रेषित कर रहे है,1992 से सुपरवाइजर के पद पर अपनी सेवाएं देने वाले राणा मूल रूप से मेरठ के ग्राम खेड़ी, मेनिहॉल तहसील मवाना के रहने वाले मुनेश राणा एक किसान के बेटे है और बीटेक इंजीनियर बेटे व डॉक्टर बेटी के पिता है,वर्ष 2008 से हर शिवरात्रि और सावन पर बड़े बड़े यज्ञों का आयोजन करने वाले मुनेश राणा केदारपुरम, सिद्धेश्वर मंदिर के साथ साथ टपकेश्वर मंदिर,गढ़ी कैंट के 15/20 हज़ार से ज्यादा शिवभक्तों का प्रतिनिधित्व करते है और 1990 से नियमित तौर पर कावड़ यात्रा और भंडारा करते है जिसके लिए वो एक रूपये का दान और सहयोग प्राप्त करके लाखो का बड़ा आयोजन करते है,सिविल इंजीनियरिग में डिप्लोमा हासिल करने वाले मुनेश राणा बीए की उपाधि भी अपने पास रखते है।

सुपरवाइजर से जेई बने जितेंद्र सिंह एमडीडीए के संयुक्त सचिव रजा अब्बास के सहायक के तौर पर अपनी कार्यशैली का लोहा मनवा चुके है,मृदुभाषी और सरल स्वभाव वाले जितेंद्र अगस्त 1994 से एमडीडीए में सुपरवाइजर है,मूल रूप से रामपुर के निस्बीह गांव के रहने वाले जितेंद्र सिंह की पत्नी डॉ. भावना सिंह आर्मी पब्लिक स्कूल में शिक्षिका है और उनके एक बेटा और एक बेटी है, बीए और सिविल में डिप्लोमा करने वाले जितेंद्र कुमार भी एक शिवभक्त है और मुनेश राणा के साथ मिलकर हर साल बहुत बड़े यज्ञों का आयोजन करते है जिससे इनकी ख्याति दूर दूर तक है,ईमानदार और स्वच्छ छवि वाले शिवभक्त मुनेश राणा और जितेंद्र कुमार अब बतौर जेई एमडीडीए अपनी सेवाएं देकर धामी सरकार के विकल्प रहित संकल्प को साकार करने में जुटेंगे।

स्कीइंग डेस्टिनेशन बनेगा औली, धामी कैबिनेट के धाकड़ फैसले

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 13 सितंबर , राज्य सरकार की नज़र जहाँ रोज़गार बढ़ाने , उद्योग और स्वरोज़गार को मज़बूत करने पर हैं वहीँ पर्यटन , साहसिक खेलों सहित अलग अलग क्षेत्रों से प्रदेश की आर्थिकी को मज़बूत करना भी है। ऐसे में धामी कैबिनेट द्वारा लिये गए महत्वपूर्ण फैसलों पर आइये डालते हैं एक नज़र -

1. पर्यटन विभाग के अंतर्गत श्री केदारनाथ एवं श्री बद्रीनाथ धाम के मास्टर प्लान के वास्तुविद सेवाओं के कार्य M/s INI Design Studio Pvt. Ltd द्वारा किए जाने के दृष्टिगत श्री केदारनाथ एवं श्री बद्रीनाथ धाम में विभिन्न स्थानों पर स्थापित की जाने वाली विभिन्न विशेष प्रकृति की कलाकृतियों एवं मूर्तियों के Conceptual Desing, Detailed Design DPR, Post-Implementation हेतु M/s INI Design Studio Pvt. Ltd से 6.5 प्रतिशत की दर से एकल स्रोत के माध्यम से कन्सलटेन्सी सेवायें लिये जाने का निर्णय।

2. इसके अतिरिक्त औली को पर्यटन के क्षेत्र में विकसित किये जाने हेतु Skiing Destination Plan एवं उसके क्रियान्वयन हेतु औली विकास प्राधिकरण का गठन किये जाने के सम्बन्ध में निर्णय लिया गया है। किसी क्षेत्र में पर्यटन और पर्यटन व्यवस्था सम्बन्धित सेवाओं में सुधार किये जाने हेतु समय-समय पर उत्तराखण्ड विशेष क्षेत्र अधिनियम के तहत राज्य सरकार द्वारा विशेष पर्यटन विकास क्षेत्र घोषित किया जाता है। क्योंकि उत्तराखण्ड में औली सबसे लोकप्रिय स्कीइंग गंतव्य स्थल है। अतः औली को Skiing Destination के रूप में विकसित किये जाने हेतु Skiing Destination Plan एवं उसके क्रियान्वयन हेतु औली विकास प्राधिकरण का गठन किया गया है।

3. औद्योगिक विकास विभाग के अंतर्गत उत्तराखण्ड सेवा क्षेत्र नीति-2023 के संबंध में भी कतिपय निर्णय लिये गये है। इसके तहत उत्तराखण्ड सरकार द्वारा स्वास्थ्य देखभाल, वेलनेस एवं पारम्परिक चिकित्सा, शिक्षा, फिल्म और मीडिया, खेल, आई.टी.ई.एस., डाटा सेंटर, कौशल विकास के क्षेत्रों में सेवा क्षेत्र को बढ़ावा देने के लिए उत्तराखण्ड सेवा क्षेत्र नीति-2023 लायी गई है। उक्त नीति के प्रख्यापन से राज्य की अर्थव्यवस्था में सेवा क्षेत्र को बढ़ावा मिलेगा। नीति के अतंर्गत सेवा अर्थव्यवस्था (पर्यटन को छोड़कर) 2030 तक 27 बिलियन अमरीकी डालर तक बढ़ेगी, और राज्य के सकल घरेलू उत्पाद में कम से कम 40 प्रतिशत का योगदान देगी। उत्तराखण्ड 2030 से पहले सेवा क्षेत्रों में 60,000 करोड़ रुपये के निवेश को आकर्षित करेगा। 2027 से पहले 45,000 करोड़ रुपये निवेश का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। इसके तहत सेवा क्षेत्र में 20 लाख लोगों को रोजगार मिलेगा तथा सेवा क्षेत्रों में 10 लाख श्रमिकों का कौशल विकास होगा। सेवा क्षेत्र में निवेशकों को भूमि एवं पूंजीगत सब्सिडी का प्रावधान किया गया है।

4. सचिवालय प्रशासन विभाग के तहत मा० उच्च न्यायालय उत्तराखण्ड के आदेश दिनांक 31.03.2023 के क्रम में अपर निजी सचिव परीक्षा-2017 में समतुल्य शैक्षिक अर्हता होने के दृष्टिगत 04 अभ्यर्थियों के चयन की सहमति लोक सेवा आयोग को प्रेषित किये जाने के संबंध में निर्णय लिया गया है कि उच्च शिक्षा विभाग द्वारा समतुल्यता समिति द्वारा संस्तुति दी गयी कि अपर निजी सचिव-2017 के विज्ञापन में अपर निजी सचिव पद हेतु उल्लिखित शैक्षिक अर्हता के रूप में सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त किसी संस्था / विश्वविद्यालय से 01 वर्षीय कम्प्यूटर पाठ्यक्रम प्रमाण पत्र अथवा कम्प्यूटर विज्ञान विषय के साथ स्नातक उपाधि के साथ क्रमशः बी०सी०ए० एवं बी०टैक० उपाधि धारित समस्त याचिगणों को पाठ्यक्रम में 75 प्रतिशत से अधिक की साम्यता के आधार पर अर्ह माना जा सकता है।

समतुल्यता समिति की रिपोर्ट के आधार पर मा० उच्च न्यायालय उत्तराखण्ड के आदेश अंतिम निर्णय दिनांक 31.03.2023 के क्रम में चार अभ्यर्थियों/याचीगणों (सुश्री शिवानी धस्माना, श्री दीपक डिमरी, श्री राशिद तथा श्री महेश प्रसाद) की शैक्षिक अर्हता में 75 प्रतिशत से अधिक की साम्यता के आधार पर अर्ह माने जाने के कारण चारों अभ्यर्थियों के अपर निजी सचिव के पद पर चयन के सम्बन्ध में लोक सेवा आयोग को सहमति प्रदान की जानी प्रस्तावित की गई है।

5. ऊर्जा एवं वैकल्पिक ऊर्जा विभाग के अंतर्गत उत्तराखण्ड राज्य में पम्प स्टोरेज परियोजनाओं की ड्राफ्ट नीति पर अनुमोदन प्रदान किया गया। इसके तहत केंद्रीय विद्युत प्राधिकरण द्वारा निर्गत राष्ट्रीय विद्युत योजना के अन्तर्गत पम्प भण्डारण परियोजनाओं हेतु निर्धारित कुल क्षमता एवं राज्य हेतु निर्धारित अनुमानित लक्ष्य के आलोक में भारत सरकार द्वारा पम्प भण्डारण परियोजनाओं हेतु निर्गत दिशा-निदेशों के अनुसार राज्य में पम्प भण्डारण क्षमता विषयक परियोजनाओं के विकास हेतु ड्राफ्ट नीति तैयार कर मा० मंत्रिमण्डल के अनुमोदन हेतु प्रस्तुत की गयी है।

इस नीति का मुख्य उद्देश्य पम्प भण्डारण परियोजनाओं के माध्यम से राज्य में इस क्षेत्र की चिन्हित क्षमता का दोहन करना, नवीकरणीय ऊर्जा स्रोतों का प्रबन्धन एवं सदुपयोग कर ग्रिड स्थिरता प्रदान करना, स्व-निर्धारित ऑफस्ट्रीम स्थलों के विकास को प्रोत्साहित करना, संगत क्षेत्र में सार्वजनिक एवं निजी निवेश के माध्यम से राज्य का आर्थिक विकास एवं उक्त परियोजनाओं के जल से पेयजल तथा सिंचाई की आवश्यकताओं की पूर्ति करना इत्यादि प्रमुख रूप से है।प्रस्तावित नीति में उक्त परियोजनाओं के त्वरित विकास हेतु अन्तः राज्यीय पारेषण शुल्क, स्थानीय क्षेत्र विकास निधि, निःशुल्क रॉयल्टी विद्युत, भूमि पर हस्तांतरण/निकासी की त्वरित अनुमति, जल कर एवं सरकारी भूमि को 45 वर्षों की अवधि के लिए सर्कल दर से जुड़ी वार्षिक पट्टा दर पर आवंटित किये जाने विषयक कई छूट/रियायतें प्रदान किये जाने का प्रावधान किया गया है।

6 ऊधमसिंहनगर में जो गैस आधारित प्लांट हैं, उनमें बाहरी देशों से लिक्विफाइड गैस जो आती है उसपर वैट शून्य है जबकी सी.एन.जी गैस पर वैट 20 प्रतिशत है। इससे गैस आधारित प्लांट के संचालन में कठिनाई होने के कारण इस वैट को भी शून्य किये जाने का निर्णय कैबिनेट द्वारा लिया गया है। इससे गैस आधारित प्लांट संचालित हो सकेंगे और प्रदेश में बिजली आपूर्ति की कमी को दूर किया जा सकेगा।

शादी के बाद अचानक क्यों बढ़ जाता है लड़कियों का वजन

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , अक्सर देखा जाता है कि शादी से पहले लड़किया काफी फिट और स्लिम रहती है, लेकिन जैसे ही उनकी शादी हो जाती है ये स्लिम ट्रिम लड़कियां तेजी से मोटी होने लग जाती है। लड़कियों में ये बदलाव देखते हुए हर किसी के मन में ये सवाल आता है कि शादी के बाद ऐसा क्या हो जाता है जिसकी वजह से लड़कियों का वजन इतना बढ़ जाता है। वहीं, पुरुषों के शरीर में शादी के बाद इस तरह के बदलाव कम ही देखने को मिलते हैं। तो फिर आखिर शादी के बाद लड़कियों के साथ ऐसा क्या होता है, जो उनका वजन बढ़ जाता है। आइए इसके पीछे का कारण जानते हैं।

हार्मोनल चेंज

शादी के बाद सेक्सुअल लाइफ की वजह से लड़की की इंटरनल बॉडी में कई तरह के चेंज

होते हैं। जिसकी वजह लड़कियों के शरीर में काफी बदलाव देखने को मिलते है और इसी कड़ी वजन बढ़ना भी आता है। वहीं, अगर लड़कियां गर्भनिरोधक दवाओं का इस्तेमाल करती है तो वजन बढ़ने की संभावना और भी बढ़ जाती है। इसके अलावा गर्भावस्था की वजह से भी लड़कियों का वजन बढ़ जाता है।

असंतुलित खानपान

शादी के बाद लड़कियों में वजन बढ़ने की एक वजह उनका असंतुलित खानपान भी होता है। अक्सर शादी के लड़कियों को अपने सुसराल वालों के अनुसार ही भोजन खाना पड़ता है। जिसमें वो अपने शरीर और डाइट के अनुसार खाना नहीं खा पाती जिसका सारा असर उनकी बॉडी पर मोटापे की शक्ल में दिखता है।

स्ट्रेस का बढ़ना

लड़कियों को अक्सर शादी के बाद स्ट्रेस का भी सामना करती है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि शादी के बाद लड़कियों उनती आजादी नहीं होती जितनी उन्हें शादी से पहले होती है। इस वजह से ज्यादातर लड़कियां शादी के बाद स्ट्रेस और टेशन में रहती है। स्ट्रेस की वजह से उनकी दिनचर्या में काफी बदलाव होते हैं जिसके कारण उनका वजन बढ़ने लगता है।

सरकार सस्ते रेट पर बेचने जा रही है सोना, जानें डिटेल्स

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , अगर आप बाजार से सस्ता और सरकारी रेट पर सोना खरीदना चाहते हैं तो इसके लिए आपके पास सुनहरा मौका है। 11 सितंबर से रिजर्व बैंक ऑफ इंडिया (RBI) ने सस्ते में सोना बेचने जा रही है। दरअसल सोमवार से आरबीआई चालू वित्त वर्ष सॉवरेन 2023-24 में सॉवरेन गोल्ड बॉन्ड स्कीम (Sovereign Gold Bond Scheme) शुरू करने जा रही है। इस स्कीम के तरह आरबीआई 11 सितंबर से 15 सितंबर तक गोल्ड बॉन्ड बेचने जा रही है। इस स्कीम के तहत निवेशक 11 से 15 सितंबर के बीच सॉवरेन गोल्ड बॉन्ड में निवेश यानी खरीदारी कर सकते हैं। इसके साथ ही इस स्कीम में सरकार लोगों को डिस्कॉउंट भी दे रही है।

अब 5,923 रुपये में खरीदें एक ग्राम गोल्ड

इस स्कीम के तहत कोई भी निवेशक गोल्ड बॉन्ड स्कीम में निवेश कर सकता है। आरबीआई ने इसके लिए इश्यू प्राइज 5,923 रुपये प्रति ग्राम तय किया गया है। यानी इस बार एक ग्राम सोने की कीमत 5,923 रुपये तय की गई है। इतना ही नहीं आरबीआई ऑनलाइन खरीददारी पर डिस्काउंट भी दे रही है। आरबीआई इस स्कीम के तरह ऑनलाइन पेमेंट करने पर 50 रुपये की छूट दे रही है। यानी आपको एक ग्राम सोने के लिए महज 5,873 रुपये देना होंगे।

निवेशक इस स्कीम के तहत गोल्ड बॉन्ड स्टॉक होल्डिंग कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड, डाक घर, मान्यता प्राप्त स्टॉक एक्सचेंज, NSE और BSE से खरीद सकते हैं। आपको बता दें कि स्माल फाइनेंस बैंक और पेमेंट बैंक के जरिए सॉवरेन गोल्ड बॉन्ड की बिक्री नहीं होती है। इसमें निवेशक एक ग्राम से लेकर अधिकतम 4 किलोग्राम तक गोल्ड बॉन्ड खरीद सकता हैं। वहीं ट्रस्ट या फिर किसी संस्था मैक्सिमम 20 किग्रा तक गोल्ड बॉन्ड खरीद सकता है।आपको बता दें आरबीआई की ओर से सॉवरेन गोल्ड बॉन्ड एक सरकारी बॉन्ड है। केंद्र सरकार की पहल पर आरबीआई ने साल 2015 में इसकी शुरुआत की थी।

उत्तराखंड : विदेश से आई कॉल ने बचाई लड़की की जान

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उधमसिंह नगर 13 सितम्बर : उत्तराखंड के जनपद उधम सिंह नगर के बाजपुर में फेसबुक ने एक लड़की की जान बचा ली। दरअसल यहां एक लड़की आत्महत्या करने जा रही थी, मगर उससे पहले उसने सोशल मीडिया पर इंस्टाग्राम पर आत्महत्या करने की पोस्ट डाली। इस पर तत्काल इंस्टाग्राम की विदेश से आई कॉल से स्थानीय पुलिस हरकत में आई। पुलिस ने उसका आईपी एड्रेस खोजा और पुलिस ने रेस्क्यू कर किशोरी की जान बचाई। उसके बाद किशोरी की काउंसलिंग कर उसके परिजनों के सुपुर्द कर दिया।

दरअसल नाबालिग आत्महत्या करने जा रही थी। उसने आत्महत्या से जुड़ी एक पोस्ट भी इंस्टाग्राम पर लिखी थी। इस पोस्ट में उसने लिखा था कि वह सुसाइड कर रही है। इस पर इंस्टाग्राम ने फौरन स्थानीय पुलिस

से संपर्क किया।

पुलिस ने लड़की को खोज निकाला। यह पोस्ट इंस्टाग्राम टीम की नज़र में आ गई। उन्होंने उत्तराखंड स्पेशल टास्क फोर्स से संपर्क किया। उन्होंने इंस्टाग्राम की इस पोस्ट पर तुरंत अलर्ट किया। फौरन उधम सिंह नगर की पुलिस हरकत में आई। तत्काल किशोरी को ट्रेस कर ढूंढ निकाला गया और उसकी जान बचा ली गई। इसकी जानकारी किशोरी के परिजनों को दी गई है।

नशे के फेर में कातिल बने दोस्त हरिद्वार पुलिस का खुलासा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हरिद्वार , 13 सितंबर , कोतवाली गंगनहर में जुलाई माह के अन्तिम सप्ताह में गायब हुए युवक की मृत आत्मा को न्याय दिलाने के लिए लगातार किए जा रहे प्रयासों में सफलता हासिल करते हुए हरिद्वार पुलिस ने मृतक के तीनों हत्यारे दोस्तों को दबोचने में कामयाबी हासिल की। मृतक युवक दीपक के गायब होने पर परिजनों ने तलाश के प्रयास किए तो युवक का शव दिनांक 26.07.2023 को आम के बगीचे में पड़ा मिला। पुलिस द्वारा शव के पंचायतनामें की कार्यवाही की गई। स्थानीय स्तर पर मालुमात करने पर पुलिस टीम को जानकारी मिली कि मृतक और उसके कुछ अन्य दोस्त नशा करने के आदी थे।

गांव में चल रही सुगबुगाहट के बीच मृतक के भाई द्वारा मृतक के दोस्त रवि द्वारा अपने भाई की हत्या करने की संभावना जताने पर कोतवाली गंगनहर में हत्या की धाराओं में मुकदमा पंजीकृत किया गया। नामजद युवक, अन्य दोस्तों एवं मृतक के मोबाइल की लोकेशन एवं कॉल डिटेल की गहनता से पड़ताल करने पर सामने आया कि मृतक द्वारा अन्तिम बार अपने दोस्त नितिन से बात की गई थी। गहराई से पड़ताल करने के पश्चात अन्य कॉल डिटेल के अवलोकन के पश्चात पुलिस टीम ने पुख्ता वैज्ञानिक साक्ष्यों के आधार पर अभियुक्त रवि, नितिन व सन्नी को हत्या प्रकरण में हिरासत में लिया गया।

कत्ल की वजह-

विवेचना के दौरान प्रकाश में आया कि चारों दोस्तों ने खेतों में बैठकर स्मैक पी। पीने के लिए और स्मैक मांगने पर मृतक दीपक द्वारा मना करने व पैसे देकर स्मैक लेने की बात करने पर हुए विवाद पर तीनों अभियुक्तों ने मृतक के हाथ पकड़कर उसके साथ मारपीट की और गला दबाया। इसके पश्चात दीपक को मरा हुआ समझ तीनों अभियुक्त मौके से भाग गए।हत्यारों को दबोचकर मृतक को न्याय दिलाने पर स्थानीय जनता ने हरिद्वार पुलिस की जनहितकारी छवि की प्रशंसा करते हुए आभार प्रकट किया।

पकड़े गए अभियुक्तों का विवरण-

1- रवि पुत्र प्रमोद निवासी इब्राहिमपुर देह कोतवाली गंगनहर2- नितिन पुत्र दीपलाल निवासी उपरोक्त3- सन्नी पुत्र धर्मेन्द्र निवासी उपरोक्त

लहसुन-प्याज के नाम से खौफ खाते हैं इस गांव के लोग, 45 सालों से किसी ने नहीं चखा स्वाद

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 13 सितंबर : प्याज और लहसुन अपने घटते-बढ़ते दामों की वजह से हमेशा खबरों की हेडलाइन में बने रहते हैं. ज्यादातर घरों में इनका इस्तेमाल किया जाता है. प्याज-लहसुन के इस्तेमाल से खाने का स्वाद बढ़ जाता है. यह शरीर की इम्युनिटी पर जबरदस्त असर दिखाते हैं और मौसमी बीमारियों के खतरे को कम करते हैं. इतने फायदे होने के बाद भी कई लोग इससे परहेज करते हैं लेकिन आज हम आपको एक ऐसे गांव के बारे में बताने जा रहे हैं, जहां पिछले 40 से 45 सालों से लहसुन-प्याज का इस्तेमाल नहीं किया गया है.

गांव में मौजूद सभी घरों में लहसुन-प्याज खाने से लोग दूरी रखते हैं. इसका इतना खौफ है कि इसे बाजार से भी नहीं खरीदते हैं. जिस गांव का यहां जिक्र किया जा रहा है, वह बिहार (Bihar) के जहानाबाद के नजदीक है. यह गांव जहानाबाद जिला मुख्यालय से करीब 30 किलोमीटर दूर स्थित है जिसे त्रिलोकी बिगहा गांव (Triloki Bigha Village) के नाम से जाना जाता है जोकि चिरी पंचायत के अंतर्गत आता है. इस गांव में तकरीबन 30 से 35 घर मौजूद हैं और यहां

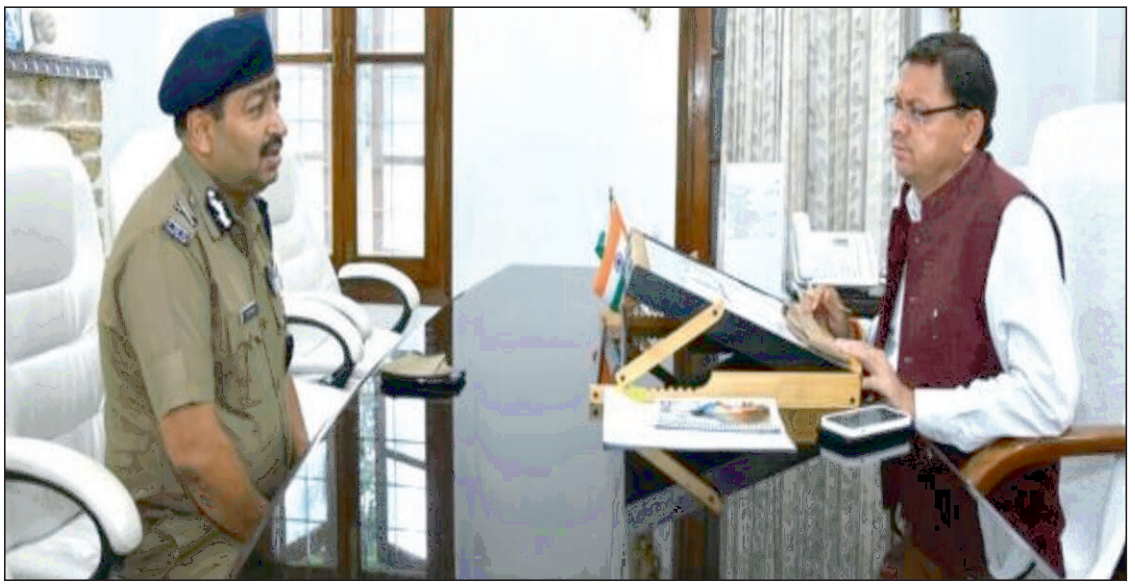
के सभी घरों में प्याज और लहसुन खाने की साफ मनाही है. यहां के सभी लोग बिना प्याज और लहसुन का खाना खाते हैं. त्रिलोकी बिगहा गांव के बुजुर्ग बताते हैं कि इस गांव में तकरीबन 40 से 45 साल पहले ही लोगों ने प्याज और लहसुन खाना छोड़ दिया था और इस परंपरा का पालन यहां के लोग लंबे समय से करते चले आ रहे हैं. गांव के बुजुर्गों की मानें तो गांव में ठाकुरबाड़ी का मंदिर (Thakurbadi Temple) मौजूद है जो कि सालों पुराना है और इसी मंदिर की वजह से लोगों ने लहसुन-प्याज से दूरी बना ली है. उनका कहना है कि कई लोगों ने इस परंपरा को तोड़ने की कोशिश की तो उनके घरों में कई तरह की अनहोनी देखी गई. इन घटनाओं के बाद यहां के लोगों ने लहसुन-प्याज खाना ही नहीं बल्कि बाजार से लाना भी छोड़ दिया. सिर्फ लहसुन और प्याज ही नहीं इस गांव में मांस और शराब जैसी चीजों की सख्त मनाही है. यहां आपको कोई भी शराब पीते हुए नहीं नजर आएगा और यहां के लोगों ने मांस का भी त्याग कर रखा है.

175 करोड़ से ज्यादा की सम्पत्ति ऑपरेशन प्रहार में जब्त : डीजीपी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 13 सितंबर , अपराधियों एवं माफियाओं पर प्रभावी अंकुश लगाये जाने हेतु उत्तराखंड पुलिस के द्वारा धोखाधड़ी एवं गंभीर अपराधों के प्रकरणों में त्वरित एवं सख्त कार्रवाई के 2 माह का विशेष अभियान ऑपरेशन प्रहार 1 अगस्त से शुरू किया गया। पुलिस महानिदेशक उत्तराखंड, अशोक कुमार ने बताया कि ऑपरेशन प्रहार के अन्तर्गत अब तक 1 माह में कुल 101 अभियोग पंजीकृत कर 219 अपराधियों के विरूद्ध वैधानिक कार्रवाई की गयी। पुलिस महानिदेशक अशोक कुमार ने कहा कि उत्तराखंड पुलिस ने 1 जनवरी 2021 से अपराधियों के विरूद्ध सख्त कार्रवाई की है, जिसमें कुल 2,320 अभियोग पंजीकृत कर 4,222 अभियुक्तों पर वैधानिक कार्रवाई की गयी एवं अपराधिक कृत्यों में संलिप्त 2,292 अभियुक्तों को गिरफ्तार किया गया।

भूमि एवं भवन के नाम पर धोखाधड़ी करने वाले 1471 भू-माफियाओं के विरुद्ध वैधानिक कार्रवाई कर शिकंजा कसा गया, साथ ही 74 भू-माफियाओं पर गैंगस्टर एक्ट लगाया गया। गंभीर अपराधों जैसे रंगदारी एवं उद्यापन के 183 मामलों में पुलिस कार्रवाई की गई, जिसमें से 30 अभियुक्तों के विरुद्ध गैंगस्टर एक्ट के तहत कार्रवाई की गई। सरकारी नौकरी लगाने के नाम पर ठगी के 314 मामले एवं किट्टी- चिटफंड-पोंजी स्कीम के नाम पर धोखाधडी करने वालों के विरुद्ध 302 मामलों में पुलिस कार्रवाई की गई। परीक्षा अधिनियम के तहत 139 नकल माफियाओं पर कार्रवाई कर 74 अभियुक्तों पर गैंगेस्टर एक्ट लगाया गया। पिछले 03 वर्षों में विशेष अभियानों के तहत कुल 312 अभियुक्तों पर गैंगस्टर एक्ट लगाया गया, जिसमें कुल ₹175 करोड़ से अधिक मूल्य की सम्पत्ति गैंगस्टर एक्ट के तहत अधिग्रहित की गयी।



अब बेटों के जन्म पर भी मिलेगी महालक्ष्मी किट : रेखा आर्या

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 13 सितंबर , प्रदेश की महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास मंत्री रेखा आर्या ने राष्ट्रीय पोषण माह के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि शिरकत किया जहां कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्ज्वलन कर किया गया। इस दौरान मंत्री रेखा आर्या ने गर्भवती महिलाओं की गोद भराई कराई और कुपोषित महिलाओं को पोषण किट का वितरण किया।साथ ही लाभान्वित महिलाओं को मुख्यमंत्री महालक्ष्मी किट भी वितरित किए।

विभागीय मंत्री ने कहा कि गर्भवती महिलाओं को सहयोग देने व बेटी के जन्म को सकारात्मक बनाने के लिए महालक्ष्मी किट शुरू की गई है।बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ के समान महालक्ष्मी किट व नंदा गौरा योजना लिंग अनुपात बेटियों/ महिलाओं के हित में करने का प्रयास है।कहा कि मुझे यह बताते हुए भी बेहद खुशी है कि आने वाले समय मे हम महालक्ष्मी किट जो कि बेटी होने पर दी जाती है इसे बेटा होने पर भी महिला को दिया जाएगा जो कि जल्द शुरू की जाएगी।

साथ ही कहा कि इस वर्ष का राष्ट्रीय पोषण माह का विषय 'सुपोषित भारत, साक्षर भारत, सशक्त भारत' है। उन्होंने कहा कि पोषण माह के तहत स्तनपान, पूरक आहार, स्वस्थ बालक स्पर्धा, पोषण भी पढ़ाई भी, मेरा माटी मेरा देश, मिशन लाइफ माध्यम से पोषण में सुधार, आयुर्वेद के माध्यम से स्वस्थ जीवन इत्यादि कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा।उन्होंने कहा कि प्रदेश के आंगनवाड़ी केन्द्रों में भी सामुदायिक आधारित गतिविधियों का आयोजन किया जा रहा है।इन गतिविधियों में गोद भराई तथा अन्नप्राशन इत्यादि आयोजित की जा रही है जिसके तहत राष्ट्रीय पोषण माह में आगंनवाड़ी

कार्यकर्ताओं द्वारा पोषण अभियान भी चलाया जाएगा।

मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य कुपोषित बच्चों की पहचान करना है और अगर कोई कुपोषण के दायरे में है तो उनके अभिभावकों को उचित आहार के बारे में जागरूक किया जाना है, ताकि सभी बच्चे कुपोषण के दायरे से बाहर आ सके। इसके साथ-साथ आंगनबाड़ी बहने घर घर जाकर भी सभी लोगों को कुपोषण से बचने के उपाय के बारे में जागरूक कर रही है। बताया कि यह पोषण माह एक अक्तूबर तक जारी रहेगा, जिसके तहत विभिन्न क्रिया कलाप चलाए जाएंगे। इस अवसर पर निदेशक प्रशांत आर्य ,उपनिदेशक विक्रम सिंह ,मुख्य परिवीक्षा अधिकारी मोहित चौधरी ,डीपीओ जितेंद्र कुमार ,सीडीपीओ मुख्यालय तरुणा चमोला ,पार्षद सुमित्रा ध्यानी सहित विभागीय अधिकारीगण और लाभान्वित महिलाएं उपस्थित रही।

डीएम उदयराज सिंह ड्रैनेज मास्टर प्लान की तैयारियों की समीक्षा की

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

रूद्रपुर 13 सितम्बर , जनपद के काशीपुर, रूद्रपुर, सितारगंज तथा खटीमा में जल भराव की समस्या से निजात हेतु प्रभावी कार्य योजना तैयार करना सुनिश्चित करें। यह निर्देश जिलाधिकारी उदयराज सिंह ने चारों शहरों के जीआईएस आधारित ड्रैनेज मास्टर प्लान की तैयारियों की समीक्षा करते हुए दिये। जिलाधिकारी ने निर्देशित करते हुए कहा कि जीआईएस आधारित मास्टर प्लान एवं डीपीआर शुद्ध व सटीक हो, इसके लिए स्थानीय जनप्रतिनिधियों से भी सम्पर्क करते हुए जल भराव के सम्बन्ध में जानकारियां व सुझाव प्राप्त किये जाये।

उन्होंने निर्देशित करते हुए कहा कि शहरों में बढ़ती आबादी तथा शहरीकरण को देखते हुए एवं भविष्य को ध्यान में रखते हुए डीपीआर तैयार की जाये। जिलाधिकारी ने वर्षा, शहरों के कैचमेंट एरिया, शहरों के तेजी से विस्तारीकरण आदि विषयों पर भी गहनता से अध्ययन करने के निर्देश दिये। जिलाधिकारी ने जीआईएस आधारित डीपीआर तैयार कराने हेतु अपर जिलाधिकारी प्रशासन एवं नजूल जय भारत सिंह को नोडल अधिकारी नामित किया।

बैठक में वीकेएस इन्फ्राटैक मैनेजमेंट लिमिटेड के कन्सलटेंट ने बताया कि सिटी प्रोफाइलिंग, शहरी डाटाबेस निर्माण हेतु महत्वपूर्ण डाटा एकत्र किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि प्लानिंग एरिया के अन्तर्गत रूद्रपुर में 55.22 वर्ग किलो मीटर, खटीमा में 16 वर्ग किमी, सितारगंज में 4 वर्ग किमी, काशीपुर 39.62 वर्ग किमी एरिया को शामिल किया गया है। उन्होंने बताया कि जीआईएस बैस्ड ड्रेनेज मास्टर प्लान 14 मार्च 2024 तक तैयार करने का लक्ष्य रखा गया है। इसके साथ ही 22 बिन्दुओं पर डाटा की आवश्यकता आदि के बारे में विस्तार से जानकारी दी। बैठक में अपर जिलाधिकारी प्रशासन एवं नजूल जय भारत सिंह, अधीक्षण अभियंता सिंचाई पीके दीक्षित, अधिशासी अभियंता पीसी पाण्डे, अजय कुमार, सुशील कुमार, कन्सलटेन्ट डॉ.डीके सिंह सहित सम्बन्धित अधिकारी उपस्थित थे।

बैंकिंग फ्रॉड : अकाउंट से चोरी करने वाले ऐप्स से सावधान, वरना हो जायेगा अकाउंट खाली

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 13 सितम्बर : बैंकिंग फ्रॉड में बहुत तेजी से उछाल आया है. डिजिटल ट्रांजैक्शन में जिस तरह तेजी आई है, डिजिटल बैंकिंग स्कैम के मामलों में बढ़ोतरी देखी जा रही है. फ्रॉड करने वाले रोजाना नए तरीकों का इस्तेमाल कर रहे हैं. हाल फिलहाल मोबाइल ऐप्स की मदद से अकाउंट खाली करने का प्रचलन बढ़ गया है. इसमें आपके मोबाइल नंबर पर मैसेज की मदद से एक लिंक शेयर किया जाता है. आप जैसे ही इस लिंक पर क्लिक करते हैं आपका अकाउंट खाली हो जाता है.

Bank ने अपने ग्राहकों को ईमेल भेजकर आगाह किया है. इसमें कहा गया है कि उन ऐप्स से बचकर रहें जो आपके अकाउंट से पैसे चुराते हैं. बैंक

का कहना है कि 'AnyDesk' की मदद से बैंकिंग फ्रॉड के मामलों में काफी उछाल आया है. अगर आपके फोन पर भी 'AnyDesk' का मैसेज या लिंक शेयर किया जाता है तो भूल से भी इसपर क्लिक नहीं करें. यह आपके फोन से बैंक डीटेल चुरा लेता है और फिर अकाउंट खाली कर दिया जाता है. बैंक ने अपने ग्राहकों को डिजिटल बैंकिंग फ्रॉड से बचने के लिए खास टिप्स दिए हैं.अगर आपको किसी नंबर से कॉल आता है और कहा जाता है कि अकाउंट का KYC अपडेट करना है तो ऐसे कॉल्स को एंटरटेन नहीं करना है. ये लोग पहले KYC अपडेट करने के लिए कहते हैं. फिर मैसेज की मदद से भेजे गए लिंक पर डिटेल शेयर करने के लिए कहा जाता है. कई बार तो AnyDesk और Team Viewer की मदद से रिमोट कंट्रोल की भी बात करते हैं. इन लोगों से बचकर रहें. फ्रॉड कॉल करने वाले आपसे 9 डिजिट का कोड मांगते हैं. इस कोड को नहीं शेयर करना है. यह आपका कस्टमर आईडी नंबर होता है. किसी भी सूरत में यह जानकारी नहीं शेयर करनी है.खुद को बैंक एंप्लॉयी बता सकते हैंयह संभव है कि कॉल करने वाले खुद को बैंक के एंप्लॉयी बताएं और KYC अपडेट करने की जगह किसी और काम की बात करें. अगर वे आपसे आपका बैंक अकाउंट डिटेल, कस्टमर आईडी नंबर जैसी जानकारी मांगते हैं तो यह नहीं शेयर करना है , डेबिट कार्ड डिटेल, सीवीवी पिन, एटीएम पिन , ओटीपी, मोबाइल पिन, मोबाइल ऐप्लिकेशन एक्टिवेशन मैसेज की जानकारी साझा नहीं करना है.थर्ड पार्टी मोबाइल ऐप से बचेंथर्ड पार्टी मोबाइल ऐप जैसे Anydesk / Quick Support को ना तो डाउनलोड करना है और ना ही लॉगिन करना है.

जानिए कैसे किया जाता है जमीन का रजिस्ट्रेशन, जानिए प्रोसेस

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , आपने अक्सर लोगों को जमीन खरीदते या बेचते देखा होगा. या फिर जमीन खरीदने या बेचने की बात करते समय आपने इसे सुना होगा.व्यक्ति अपने जीवन में जमीन को बहुत महत्व देता है. इतना ही नहीं इसके लिए लोग अपनी पूरी जिंदगी की कमाई भी जोखिम में डाल देते हैं. तभी तो जिंदगी की सबसे महंगी खरीदारी (जमीन की खरीद) होती है.बैंक बैलेंस, सोना-चांदी, बिजनेस मुनाफे के अलावा लोग अपनी बचत में संपत्ति को भी शामिल करते हैं. इस संपत्ति में ज्यादातर लोग जमीन को प्राथमिकता देते हैं. आखिर यह जमीन कैसे खरीदी गई? भूमि का पंजीकरण कैसे किया जाता है? कैसे होती है रजिस्ट्री?

भूमि पंजीकरण की प्रक्रिया

जमीन खरीदने के लिए लोगों को रजिस्ट्रेशन कराना होगा. सेल डीड पंजीकृत होने पर रजिस्ट्री की सारी प्रक्रिया पूरी हो जाती है. सबसे पहले जमीन खरीदने और बेचने वाले को आपसी सहमति से डीड तैयार करानी होगी. इसके बाद इस डीड के आधार पर ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन किया जाता है. जिस जमीन की रजिस्ट्री की जा रही है उसके दस्तावेज और क्रेता-विक्रेता की फोटो आदि ऑनलाइन जमा की जाती है।

ऑनलाइन फॉर्म सबमिट करने के बाद एक रजिस्ट्रेशन नंबर मिलता है. इस रजिस्ट्रेशन नंबर के साथ आपको विक्रय पत्र लेकर रजिस्ट्री कार्यालय पहुंचना होगा। जहां सभी रजिस्ट्रार जांच आदि के बाद डीड को रजिस्टर करते हैं। हालांकि, मूल डीड को सील आदि लगाकर उसी दिन वापस कर दिया जाता है। लेकिन यह बिल खरीदार को अगले दिन भी दिया जा सकता है.

क्या होती है रजिस्ट्री ?

किसी संपत्ति को खरीदने के बाद उसका स्वामित्व विक्रेता से खरीदार को हस्तांतरित करना रजिस्ट्री कहलाता है.सरल शब्दों में कहें तो रजिस्ट्री किसी जमीन के मूल दस्तावेजों से विक्रेता और मालिक का नाम हटाकर खरीदार के नाम पर दर्ज करने की क्रिया है.भारत में रजिस्ट्री एक कानूनी प्रक्रिया है. इसी आधार पर जमीन की खरीद-बिक्री होती है.विक्रय पत्र – क्रेता और विक्रेता मिलकर तहसील में जमीन खरीदने और बेचने के लिए विक्रय पत्र तैयार करवाते हैं. एक तरह से यह दोनों पक्षों (क्रेता और विक्रेता) द्वारा किया गया कानूनी समझौता पत्र है. जो प्रॉपर्टी डील को दर्शाता है.इसमें क्रेता और विक्रेता की सारी जानकारी, संबंधित भूमि, नक्शा, गवाह, स्टाम्प आदि शामिल हैं. समझौते की वे शर्तें इस विलेख में शामिल हैं. जिस पर बिक्री निर्धारित कर दी गई है। इसके जरिए ही विक्रेता जमीन का अंतिम कब्जा खरीदार को देता है.

गिफ्ट डीड – गिफ्ट डीड में जमीन का मालिक उस जमीन का स्वामित्व किसी को दान के रूप में देता है. लोग दान विलेख के माध्यम से अपनी भूमि किसी अन्य को हस्तांतरित भी कर सकते हैं।

वसीयत- किसी भी जमीन की वसीयत करने के लिए लोगों को वसीयत खरीदने की जरूरत नहीं होती है। लोग अपनी वसीयत 100 रुपये के स्टाम्प पर टाइप करवाते हैं. हालांकि कानून में इसकी जरूरत नहीं है.

पावर ऑफ अटॉर्नी – संपत्ति हस्तांतरण के लिए चौथा दस्तावेज पावर ऑफ अटॉर्नी है. यह दस्तावेज़ 100 रुपये के स्टाम्प पर तैयार किया जाता है. कोई भी व्यक्ति इसकी सहायता से अपनी शक्ति दूसरे व्यक्ति को हस्तांतरित करता है.

क्या होता है इकरारनामा ?

कानून में विक्रय पत्र कराने से पहले समझौते का भी प्रावधान है. इसके प्रयोग से लोग तमाम परेशानियों से बच जाते हैं. यह लोगों के लिए काफी फायदेमंद साबित होता है, समझौते के तहत, खरीदार और विक्रेता जमीन की बिक्री के लिए एक समझौता करते हैं. वह समझौता जिसमें क्रेता और विक्रेता सहमत हों. इसमें वह जानकारी खुल जाती है. जिसके आधार पर क्रेता जमीन खरीदने के लिए तथा विक्रेता जमीन बेचने के लिए सहमत हो गया है.

इस एग्रीमेंट में जमीन की बाजार कीमत का 2.5 फीसदी स्टांप ड्यूटी चुकानी पड़ती है. हालाँकि, हस्ताक्षर के समय एग्रीमेंट में खरीदे गए स्टाम्प कम कर दिए जाते हैं. इसका मतलब यह है कि जमीन खरीद स्टांप में एग्रीमेंट का 2.5 फीसदी स्टांप भी जोड़ा जाता है. सबसे पहले संपत्ति या जमीन का बाजार मूल्य निर्धारित किया जाता है। इसके बाद स्टांप पेपर खरीदे जाते हैं. रजिस्ट्रेशन से पहले डीड इन्हीं स्टांप पेपर पर टाइप किया जाता है. स्टाम्प ड्यूटी भूमि मालिक के लिए स्वामित्व के प्रमाण के रूप में कार्य करती है.

विक्रय पत्र के दौरान जमीन के मौजूदा मालिक और जमीन खरीदने वाले व्यक्ति के बारे में सारी जानकारी दर्ज की जाती है. इसके बाद रजिस्ट्रेशन हो जाता है.पंजीकरण संख्या के माध्यम से रजिस्ट्रार कार्यालय में पंजीकरण किया जाता है. रजिस्ट्री में दो गवाहों की भी आवश्यकता होती है.जिसका फोटो, पहचान पत्र और हस्ताक्षर डीड में शामिल है. जमीन से जुड़े जरूरी दस्तावेजों के साथ दोनों पक्षों के पहचान संबंधी दस्तावेज भी दिए जाते हैं.रजिस्ट्रेशन के बाद रजिस्ट्रार ऑफिस से एक स्लिप मिलती है. जो बहुत मायने रखता है. इस पर्ची को हमेशा संभालकर रखना चाहिए. पर्ची प्राप्त होने का मतलब है कि रजिस्ट्री पूरी हो गई है. अब खरीददार को खरीदी गई जमीन का मालिकाना हक मिल जाएगा.

सिर में बनी गैस किस प्रकार के देती है संकेत ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , सिरदर्द होना आम बात है, लेकिन ये सर का दर्द आपकी दिन-रात की नींद उड़ा दे तो आप क्या करेंगे, कभी सोचा है। अक्सर दर्द इतना तेज होता है कि हमें लगता है हमारे सर पर कोई हथोड़े मार रहा हो। इसके कई कारण होते हैं पर एक कारण बड़ा ही आम है और वो है गैस का बनना। गैस बनने के कारण सिर में दर्द काफी भयानक होता है। इसमें ऐसा लगता है जैसे जी खराब हो रहा है, खट्टी डकार भी आती है।

क्यों होता है गैसट्रिक सिरदर्द ?

यह दिक्कत ज्यादातर खराब डाइजेशन से होता है। जब खाना डाइजस्ट नहीं होता तो पेट में गैस बनती है, यही वजह है सिर के एक साइड दर्द होने लगता है। जब कार्बन डाइऑक्साइड गैस बढ़ती है तो सर दर्द शुरू हो जाता है। पेट और दिमाग आपस में लिंक होते हैं, इसलिए सिर दर्द हो सकता है।

गैसट्रिक सिर दर्द के लक्षण -

सिर में तेज दर्द
सिर में भारी पन
नींद की कमी होना
मायूसी
चिड़चिड़ा होना
पेट में दर्द
उल्टी
थकान होना

घरेलू उपचार

नींबू पानी का सेवन
छाछ का सेवन
तुलसी के पत्ते चबाएं
अदरक का पानी पीएं
अजवाइन का पानी
सौंफ का पानी
अच्छी और भरपूर नींद लें
योगा के साथ साथ मेडिटेशन करें

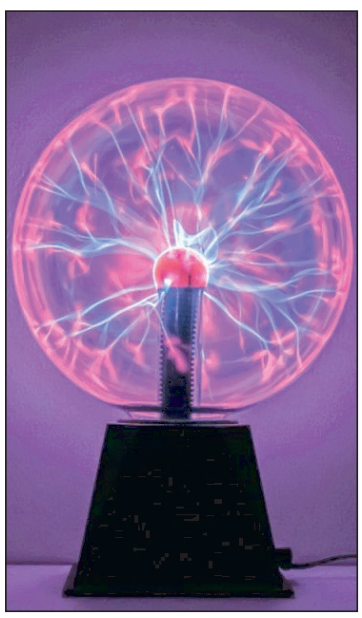
ये सारे घरेलू उपचार आपको गैसट्रिक से होने वाले सिर दर्द को कम करने में हेल्प करेगा। अगर फिर भी ठीक न हो, तो आप डॉक्टर को दिखाएं।

हवा से बनेगी बिजली, खर्चा भी नहीं के बराबर होगा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , मैसाच्यूट्स एमहर्स्ट विश्वविद्यालय में शोधकर्ताओं की एक टीम ने हवा से बिजली बनाने की एक विधि खोज ली है। इस विधि के जरिए बिना किसी बाधा अथवा प्रदूषण के कम कीमत में लगातार लंबे समय तक बिजली बनाई जा सकेगी। इस विधि को 'जेनेरिक एयर-जीन प्रभाव' कहा जा रहा है। रिसर्च के नतीजे Advanced Materials जर्नल में पब्लिश किए गए हैं।शोध में में शामिल इलेक्ट्रिकल और कंप्यूटर इंजीनियरिंग में स्नातक छात्र और पेपर के प्रमुख लेखक, शियाओमेंग लियू ने बताया कि हवा में भारी मात्रा में विद्युत होती है। उदाहरण के लिए पानी से भरा एक बादल। पूरा बादल पानी की नन्हीं बूंदों से मिल कर बना होता है। परन्तु ये पानी की ये बूंदें इलेक्ट्रिकली चार्ज होती है और सही सिचुएशन में बादल पर्याप्त मात्रा में विद्युत जनरेट कर सकता है। हालांकि अभी तक हम यह नहीं जानते थे कि किस तरह बादलों से इलेक्ट्रिसिटी बनाई जाए। हालांकि रिसर्च में हमने एक छोटे बादल के जरिए इलेक्ट्रिसिटी प्रोड्यूस करने में सफलता पाई है।

रिसर्च के आधार पर एक छोटा इलेक्ट्रिसिटी हार्वेस्टर डिजाईन कर सकते हैं। यह हार्वेस्टर 100 नैनोमीटर (मानव बाल की मोटाई के हजारवें हिस्से से भी बारीक) से छोटे नैनोपोर्स से भरी सामग्री की एक पतली परत से बनाया जाएगा जो पानी



के अणुओं को सामग्री के ऊपरी से निचले हिस्से तक जाने देगा। लेकिन क्योंकि प्रत्येक छिद्र इतना छोटा होता है, पानी के अणु पतली परत से गुजरते हुए आसानी से छिद्र के किनारे से टकरा जाते हैं। इसका मतलब यह है कि परत के ऊपरी हिस्से पर निचले हिस्से की तुलना में कई अधिक चार्ज-वाहक पानी के अणुओं के साथ बमबारी की जाएगी, जिससे चार्ज असंतुलन पैदा होगा, जैसा कि एक बादल में होता है। इस तरह एक बैटरी बनेगी जो हवा में नमी का उपयोग कर विद्युत पैदा करेगी।

देवभूमि का रोमांचक ट्रैक सतोपंथ जहां पांडव की हुयी मृत्यु

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 13 सितंबर , पहाड़ों की गोद में बसी ऐसी ही एक मज़ेदार और रोचक कहानी है स्वर्ग की सीढ़ियों की ! इन पौराणिक कथाओं से जुड़ी दिलचस्प कहानियों को माना गाँव के लोगों से सुनिए क्योंकि ये ही वो गाँव है जहाँ से स्वर्गारोहिणी और सतोपंथ झील ट्रेक की शुरुआत होती है।महाभारत के 18 अध्यायों में 17 वे अध्याय, महाप्राथनिका पर्व, में लिखा है कि कुरुक्षेत्र के युद्ध के बाद पांचो पांडव भाइयों ने अपनी पत्नी द्रौपदी में साथ संन्यास ले लिया और महल और राज्य को छोड़, तपस्या के लिए निकल पड़े। तपस्या का ये सफर उन्हें हिमालय के पहाड़ों के बीच ले आया। स्वर्ग की और अपने इस आखिरी सफर पर बढ़ते हुऐ हर किसी को एक-एक कर अपने कर्मों का फल मिलने लगा। सबसे पहले द्रौपदी की मृत्यु हुई। उनका दोष था बाकियों के मुकाबले अर्जुन से उनका ज्यादा प्रेम। सहदेव इस यात्रा को पूरा न कर सके और मारे गए क्योंकि उनको अपने ज्ञान पर बहुत घमंड था। इसके बाद नकुल और अर्जुन की मृत्यु हुई जिसका कारण भी उनका अभिमान था। फिर भीम की बारी आयी और उनका दोष था उनका लालच।

ये लम्बी यात्रा पांडवों को हिमालय की गोद तक ले कर तो गयी पर युधिष्ठिर को छोड़ एक-एक कर सबकी मृत्यु हो गयी। यह माना जाता है की एक कुत्ते के भेस में छुपे धर्म के साथ युधिष्ठिर ने स्वर्ग की सीढ़ियां यहीं चढ़ी थी। महाभारत के इस अंश में यह भी बताया जाता है कि बिना मानवीय शरीर छोड़े यही स्वर्गारोहिणी का रास्ता है जहाँ से आप स्वर्ग जा सकते हैं।

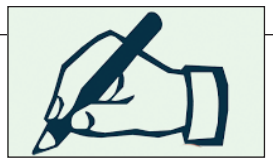
सतोपंथ झील और स्वर्गारोहिणी ग्लेशियर तक का सफर

जून और अगस्त के महीने में अगर आप बद्रीनाथ आएंगे तो आपको ऐसे कई साधू संत मिलेंगे जो बद्रीनाथ से सतोपंथ और स्वर्गारोहिणी का सफर तय करते हैं। माना जाता है कि सतोपंथ झील का यह सफर असली मायने में सत्य के पथ की यात्रा है। स्वर्गारोहिणी तक की यात्रा के बारे में माना जाता है कि ये साक्षात स्वर्ग के मार्ग पर चलने के बराबर है। यहाँ आने वाले सभी हिन्दू तीर्थ यात्रा यह मानते हैं कि मानवीय शरीर के साथ अगर आप पूरी धरती में कहीं से भी स्वर्ग जा सकते हैं तो वो स्वर्गारोहिणी ग्लेशियर का मार्ग है।

माना जाता है कि पांडवों की यात्रा के दौरान नकुल की मृत्यु लक्ष्मी वन में ही हुई थी। स्वर्गारोहिणी जाने वाले यात्री पहली रात इसी लक्ष्मी वन में रुकते हैं।लक्ष्मी वन से अगले दिन कुछ ही दूर चलकर यात्री सहस्त्रधारा पहुँचते हैं। ग्रेनाइट के एक टीले से गिरता हुआ ये झरना सचमुच मन छू लेता है। पांडवों के एक और भाई सहदेव की मृत्यु यहाँ हुई थी। इस जगह से आगे बढ़कर आस-पास के नज़ारे और भी सुन्दर हो जाते हैं। अगर आप मैप में देखें तो आप इस वक़्त ठीक केदारनाथ के पीछे वाली पहाड़ी पर होंगे।

इस यात्रा में अगली जगह है चक्रतीर्थ गुफाएं। काफी लोग रात यहाँ बिताना भी पसंद करते हैं पर अगर आप चल सकें तो यहाँ से कुछ ही दूरी पर सतोपंथ झील है और रात वहाँ बिताना ज्यादा बेहतर होता है। सतोपंथ झील के बारे में किस्से कहानियां बहुत हैं पर ये वो जगह भी है जहाँ भीम ने अपनी अंतिम सासें ली थी। सैलानी यहाँ आकर रात को साधु संतों की झोपड़ियों में रात बिताते हैं। कुछ लोग अपने लिए गुफाएँ ढूंढ लेते हैं या टेंट बना लेते हैं।सतोपंथ झील में एक दिन बिताने के बाद आगे बढ़ कर लोग स्वर्गारोहिणी ग्लेशियर के दर्शन करने जाते हैं। ज्यादातर यात्री सतोपंथ से ही वापस चले जाते हैं, पर इस रास्ते पर आगे चंद्र कुंड और सूर्य कुंड के दर्शन करके स्वर्गारोहिणी साफ़-साफ़ दीखता है। इस ग्लेशियर के सीढ़ीनुमा आकार को ही स्वर्ग की सात सीढ़ियां माना जाता है। हालाँकि किसी भी समय पर यहाँ कोहरे और बर्फ के कारण तीन से ज्यादा सीढ़ियां नहीं दिखती हैं।

संपादकीय



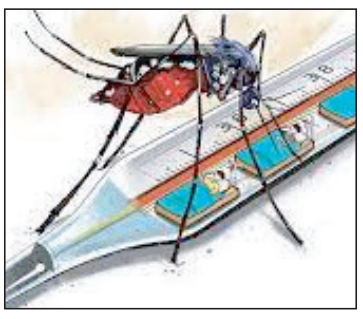
पांच की ही सुरक्षा परिषद

संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद का आकार और 'वीटो' एकाधिकार आज भी वही है, जो करीब आठ दशक पहले था। प्रधानमंत्री मोदी ने जी-20 के मंच से एक बार फिर इसके सुधारों और विस्तार का मुद्दा उठाया था। अमरीकी राष्ट्रपति जो बाइडेन, फ्रांस के राष्ट्रपति मैक्रों, जापान के प्रधानमंत्री किशिदा और ब्रिटेन के प्रधानमंत्री ऋषि सुनक सरीखे विश्व-नेताओं ने सुरक्षा परिषद में भारत की स्थायी सदस्यता का समर्थन किया है। पैरवी और आग्रह भी किए गए हैं। यह समर्थन बीते कुछ वर्षों के दौरान निरंतर रहा है, लेकिन चीन भारत की सदस्यता के खिलाफ आक्रामक रहा है। चीन भूलता रहा है कि वह सुरक्षा परिषद में 'वीटो' अधिकार वाला स्थायी सदस्य है, तो भारत के प्रथम प्रधानमंत्री जवाहर लाल नेहरू की 'कृपा' अथवा ऐतिहासिक गलती के कारण है। संयुक्त राष्ट्र के महासचिव एंटोनियो गुतेरेस भी जी-20 सम्मेलन के दौरान उपस्थित थे, लेकिन उन्होंने बदलती विश्व-व्यवस्था के मद्देनजर संयुक्त राष्ट्र और सुरक्षा परिषद में सुधारों और विस्तार की बात नहीं की। 1945 में द्वितीय विश्व युद्ध के बाद संयुक्त राष्ट्र संघ का गठन किया गया था, ताकि देशों के बीच आपसी शांति, स्थिरता और सह-अस्तित्व का स्थायी भाव बरकरार रहे और युद्ध को नेपथ्य में धकेला जा सके। तब से लेकर आज तक कमोबेश सुरक्षा परिषद के पांच वीटोधारी देशों-अमरीका, रूस, फ्रांस, ब्रिटेन और चीन-में न तो कोई सुधार किया गया है और न ही यह संख्या बढ़ाई जा सकी है। अलबत्ता 1965 में इतना विस्तार जरूर किया गया कि गैर-स्थायी सदस्यों की संख्या 10 कर दी गई। वे बारी-बारी से सुरक्षा परिषद के अस्थायी सदस्य बनाए जा सकते हैं। भारत भी इन देशों में शामिल है। रूस को सोवियत संघ के विघटन के बाद उसकी जगह स्थायी सदस्यता, वीटो समेत, दी गई। बहरहाल स्थायी सदस्य अपने 'वीटो' का दुरुपयोग भी करते रहे हैं। भारत के संदर्भ में चीन 'अड़ंगेबाज' बना रहा है, क्योंकि वह अमरीका और भारत के आतंकवाद-विरोधी प्रस्तावों पर 'वीटो' कर मसूद अजहर सरीखे खूंखार आतंकियों और इनसानियत के कातिलों को बचाता रहा है। इस तरह चीन अपने 'कर्जदार दोस्त' पाकिस्तान की किरकिरी से उसे बचाता रहा है। दरअसल संयुक्त राष्ट्र और सुरक्षा परिषद में सुधारों को पारित करना ही टेढ़ी खीर है। सबसे पहले संयुक्त राष्ट्र चार्टर में संशोधन के लिए दो-तिहाई सदस्य-देश संशोधन के पक्ष में वोट करें।

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

देहरादून में बने डेंगू के कई हॉट स्पॉट अगले 3 दिन तक चलेगा महाअभियान



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 13 सितम्बर : देहरादून में डेंगू का प्रकोप बढ़ता ही जा रहा है। डेंगू की रोकथाम के लिए अब देहरादून में चार दिन तक महाभियान चलाया जाएगा। जी हां, इनकी शुरुआत डेंगू के हॉट स्पॉट इलाकों में बीते दिन से की गई। जिसमें स्वास्थ्य, नगर निगम, जिला प्रशासन की संयुक्त टीमें डेंगू से प्रभावित क्षेत्रों में घर-घर जाकर मच्छरों के लार्वा नष्ट करने की कार्रवाई करेगी। यह नियम पहले ही तय हो गया था कि जिन क्षेत्रों में 10 डेंगू मरीज मिलते हैं, उन क्षेत्रों को कंटेनमेंट जोन बनाकर निगरानी की जाएगी। इसके लिए नोडल अधिकारी भी नामित होंगे।

बीते दिन सचिवालय में स्वास्थ्य सचिव डॉ. आर. राजेश कुमार ने डेंगू रोकथाम की समीक्षा बैठक की। उन्होंने जिलाधिकारी सोनिका से डेंगू नियंत्रण पर फीडबैक लेकर हॉटस्पॉट इलाकों पर चर्चा भी की। इसी बैठक में तय किया गया कि सभी विभाग सामूहिक रूप से चार दिन देहरादून में रोकथाम के लिए महाअभियान चलाएंगे।

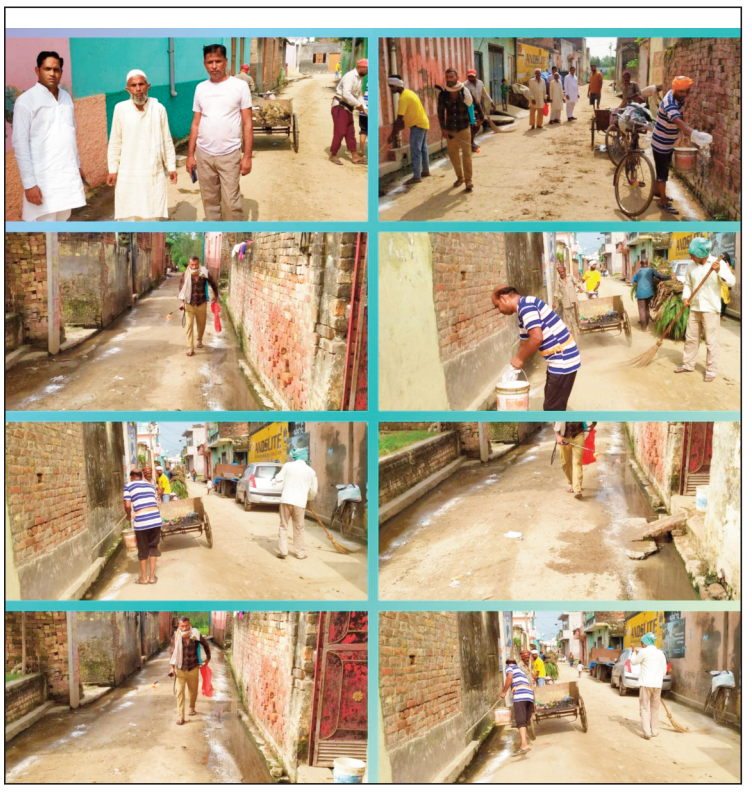
कमालपुर : गांव वालों की समस्या मेरी समस्या : शोएब प्रधान

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

छुटमलपुर 13 सितम्बर : ब्लॉक मुजफ्फराबाद के कमालपुर गांव में बुखार के प्रकोप को फैलने से रोकने के लिए साफ सफाई का ध्यान करते हुए कमालपुर गांव के ग्राम प्रधान शोएब अली ने गांव में सफाई अभियान चलवा कर नालियां व लोगों के घरों के बाहर से कूड़ा हटवाया। और हर गली मोहल्ले मे एंटी लार्वा का छिड़काव व कीटनाशक दवाओं का छिडकाव करवाया वहीं सफाई अभियान भी जोरो से चला रखा है,

गांव में प्रधान द्वारा सर्वप्रथम स्वच्छता की तरफ ध्यान देने से ग्रामीणों ने प्रधान के कार्य की खूब सराहना की। ग्राम प्रधान ने बताया कि वह इस फीवर वायरल जैसी महामारी को हराने के लिए जुट गए हैं। वह अपने कार्यकाल में स्वच्छता साफ-सुथरी सड़कें जैसे कार्यों पर विशेष ध्यान देंगे। उन्होंने ग्रामीणों से भी आग्रह किया है कि वह अपने घरों के आसपास सफाई रखें तभी इस बीमारी को हराया जा सकता है।

यूं तो शोएब प्रधान खुद भी पेशे से डॉक्टर है गाँव की समस्याओं को भली भाँति समझ सकते इसी लिए ग्राम प्रधान शोएब ने सुरक्षा की दृष्टि से गाँव व क्षेत्र में बुखार के प्रकोप को देखते हुए पहले तो गाँव में सफाई अभियान चलाया फिर एंटी लार्वा का छिडकाव करवाया और वहीं कीटनाशक दवाई का छिडकाव भी करवा रहे गाँव के शोएब प्रधान क्षेत्र के प्रति सजग नजर आ रहे है और किसी प्रकार से गाँव मे गाँव के ग्रामीणों को किसी भी प्रकार की कोई परेशानी ना हो वही सभी ग्रामीणों से कहा है अगर किसी भी ग्रामीण को कोई भी किसी भी तरह की परेशानी हो मुझे बताये मै सभी ग्रामीणों के लिए हर वक्त समस्या के समाधान के लिए तैयार हूं



आशिकी में कत्ल, माशूका बनी कातिल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 13 सितंबर , बीते दिनों देहरादून मसूरी मार्ग पर भट्टा गांव में होटल रोटी चाय 7 नाइट के कमरे में एक व्यक्ति के गला रेत कर हत्या का पुलिस ने खुलासा कर दिया है। आप भी हैरान रह जायेंगे कत्ल की कहानी जानकार क्योंकि आशिक का क़त्ल उसी की माशूका ने बड़ी बेरहमी से कर फरार हो गयी थी।

आपको बता दें कि घटना की सूचना पर पुलिस उपमहानिरीक्षक/वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक दलीप सिंह कुंवर ने खुद घटनास्थल का निरीक्षण किया था और घटना के जल्द खुलासे का अधिकारियो को दिशा निर्देश दिया था । मृतक के शव का निरीक्षण करने पर युवक का गला काटा होना पाया गया तथा होटल में मृतक युवक द्वारा ही अपनी आईडी पर ही कमरा लेना तथा मृतक के साथ एक लड़का और एक लड़की का आना ज्ञात हुआ । मृतक की आईडी से उसकी शिनाख्त कपिल चौधरी पुत्र सत्य चौधरी निवासी आदर्श नगर रुड़की के रुप में हुयी । घटना के सम्बन्ध में पुलिस द्वारा मृतक के परिजनों को सूचित किया गया तथा मृतक के भाई रणवीर चौधरी की तहरीर पर थाना मसूरी पर FIR NO-54/2023 धारा 302 भादवि बनाम अज्ञात पंजीकृत किया गया। जिसकी विवेचना वरि0उ0नि0 गुमान सिंह नेगी के सुपुर्द की गयी ।

पुलिस टीम द्वारा की गयी कार्यवाही -

गठित पुलिस टीमो द्वारा घटनास्थल पर काम करने वाले व्यक्तियों से गहनता से पूछताछ की गयी व घटनास्थल तथा आने व जाने वाले मार्ग पर लगे सीसीटीवी कैमरों को चैक किया गया। जिसमें दिनांक 09-09-2023 की सुबह के समय एक कार मे मृतक के साथ एक लड़का व एक लड़की का होटल में आना तथा दिनांक 10-09-2023 को तडके सुबह केवल एक लड़का व एक लड़की का कार से फरार होना जानकारी में आया। सीसीटीवी कैमरो के अवलोकन से उक्त गाड़ी का नंबर UK17B2632 स्विफ्ट डिजायर तस्दीक हुआ जिसके सम्बन्ध में जानकारी करने पर उक्त कार का मृतक की ही होना प्रकाश में आया। सीसीटीवी फुटेज को मृतकों के परिजन को दिखाने पर मृतक के परिजनों द्वारा सीसीटीवी फुटेज में दिखाई दे रही लडकी की पहचान दिल्ली निवासी कुदरत के रुप में की गयी । जिस पर तत्काल एक टीम को दिल्ली रवाना किया गया जहां पर उक्त लड़की के अपने भाई अब्दुल्ला के साथ फरार होने की जानकारी मिली। टीमो द्वारा आपसी तालमेल से कार्य करते हुये आज मुखबीर की सूचना पर घटना में शामिल दोनो अभियुक्तो अब्दुल्ला तथा कुदरत को मृतक की गाड़ी UK17B2632 के साथ हरिद्वार से गिरफ्तार किया गया । अभियुक्तो से पूछताछ में उनके द्वारा खुद को भाई –बहन होना बताया गया । जिनकी निशानदेही पर पुलिस द्वारा घटना में प्रयुक्त चाकू व अन्य सामग्री को बरामद की गई।

पूछताछ में अभियुक्ता कुदरत ने बताया कि अब्दुल्ला मेरा सगा भाई है। कपिल चौधरी निवासी न्यू आदर्श नगर रूड़की मुझे दिल्ली में करोलबाग मार्केट में पहली बार करीब दो साल पहले मोबाईल की दुकान में मिला था। जहां से हमारी बातचीत शुरू हुई । हमारी फोन पर काफी बाते होने लगी व हम एक दूसरे को चाहने लगे। कपिल अक्सर दिल्ली आकर मुझ से मिलता रहता था। कपिल ने मुझसे शादी करने का वादा किया था लेकिन अब वह अपने घरवालों के कहने पर कहीं और शादी करने जा रहा था और कह रहा था कि जहां मेरे घरवाले मेरी शादी करेंगे मैं वही शादी करूंगा।

मै कपिल से बहुत प्यार करती थी तथा उसके द्वारा कही और शादी किये जाने की बात मैने अपने छोटे भाई अब्दुल्ला को बतायी तो वह बहुत गुस्सा हुआ। इस पर हम दोनो भाई बहन ने कपिल चौधरी को जान से मारने की योजना बनाई योजना के तहत मैने कपिल को फोन कर मिलने को कहा तो वह तैयार हो गया तथा हमे हरिद्वार आने को कहाँ हम दोनो भाई बहन दिनांक 08.09.2023 की शाम को बस से हरिद्वार आ गये थे ,जहां पर हमने ऋषिकुल में एक फेरी वाले से घटना को अंजाम देने के लिए एक चाकू खरीदा व अपने पास छुपाकर रख लिया । कुछ देर बाद कपिल अपनी कार लेकर आया तो मैने कपिल से मसूरी घुमाने के लिए बोला।

फिर हम लोग कपिल की कार से उसके साथ हरिद्वार से मसूरी आ गये । हम लोग 09.09.23 को सुबह के समय मसूरी से कुछ पहले भट्टा फॉल के पास होटल रोटी चाय सेवन नाईट होटल में रूम न0-106 में रूके। योजना के तहत मेरे भाई अब्दुल्ला ने रात को समय करीब चार बजे के आस पास गहरी नींद में सोते समय कपिल का चाकू से गला काट दिया। कपिल के मरने के बाद हम दोनो ने उसके शव को बैड के नीचे छुपा दिया तथा खून से सनी चादर , तकिये के कवर व चाकू को हमने होटल के पीछे झाडियों में फेक दिया ।

इसके बाद हम लोग कपिल की कार लेकर बिना होटल वालों को बताये वहां से भाग गये । उसके बाद हमने कपिल की कार हरिद्वार मे खड़ी कर दी थी व हम लोग अपने घर दिल्ली चले गये थे । आज हम उसकी कार ले जाने के लिए हरिद्वार वापस आये थे पर पुलिस ने हमे पकड़ लिया। मैं कपिल से बहुत प्यार करती थी, मैने अपने हाथ की कलाई पर उसका नाम भी लिखा रखा है पर वह मुझे धोखा दे रहा था, जिस कारण गुस्से में आकर मैने अपने भाई के साथ मिलकर कपिल का चाकू से गला काटकर उसकी हत्या कर दी।

दून राइड टैक्सी यूनियन के रविंद्र आनंद बने अध्यक्ष

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , १ सितंबर , सहस्त्रधारा रोड आईटी पार्क के पास स्थित एक निजी रेस्टोरेंट में दून राइड टैक्सी यूनियन के वार्षिक चुनाव संपन्न हुए ।जिसमें सर्व समिति से वरिष्ठ समाजसेवी एवं राजनेता रविंद्र आनंद को यूनियन का अध्यक्ष चुना गया ।संगठन मंत्री की कमान नवीन सिंह चौहान एवं कोषाध्यक्ष ललित सोनी को मिली ।इस दौरान नवनियुक्त अध्यक्ष रविंद्र आनंद ने कहा कि दून राइड टैक्सी यूनियन जो ड्राइवर एवं टैक्सी , मैक्सी मालिक एवं चालको के हित में पिछले डेढ़ वर्ष से कार्य कर रही है एवं यूनियन के किसी सदस्य को जहां भी जरूरत पड़ी है वहां यूनियन ने आगे बढ़कर मदद की है ।उन्होंने कहा कि यह उनके लिए चुनौती पूर्ण भरा पद है क्योंकि जहां एक और सभी को जोड़कर साथ लेकर के चलना है वहीं दूसरी ओर शासन, प्रशासन एवं परिवहन विभाग के साथ पग पग पर यूनियन के हित में चुनौतियां रहेगी जिसमें कई बार यूनियन का हित साधते हुए आंदोलन भी करने होंगे ।उन्होंने कहा की वर्तमान में जो टैक्सी चालकों की हालत है वह किसी से छुपी नहीं है क्योंकि आए दिन नए-नए एग्रीगेटर ऐप नई -नई चुनौतियां पैदा कर रहे हैं ।इस दौरान संगठन मंत्री नवीन सिंह चौहान ने जल्द से जल्द यूनियन के विस्तार की बात भी कहीं उन्होंने कहा की यूनियन के सदस्यों की संख्या को बढ़ाया जाएगा एवं सबको साथ में लेकर चला जाएगा । नवनियुक्त पदाधिकारीयो के नाम की घोषणा यूनियन के संरक्षक जोत सिंह बिष्ट ने की

नव नियुक्त कार्यकारिणी इस प्रकार है :-

अध्यक्ष - रविंद्र सिंह आनंद संरक्षक - जोत सिंह बिष्ट उपाध्यक्ष - सचिन कुमार ,आशीष वाधवा, नीरज मित्तल कोषाध्यक्ष - ललित सोनी सचिव' प्रशांत चौहान, वीरेंद्र पांडे, आशीष नेगी ,मयंक शर्मा ,राकेश यादव, विजय कुमार संगठन मंत्री - नवीन सिंह चौहान मंत्री - तरुण वर्मा ज्ञान सिंह राणा प्रदीप कुमार, सुमित पाल, राजेश गुप्ता ,शैलेश भारद्वाज इजहार राणा कार्यकारिणी सदस्य - सचिन कोहली, राजेश शर्मा ,दीपक भट्ट, राजेश गोस्वामी, दीपू ,रोहण शर्मा, अशोक मल्होत्रा

ये स्पेशल चाय घटाती है वजन, बढ़ाती है ताकत

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 13 सितम्बर : उम्र को मुट्ठी में करना सभी का सपना है। हर इंसान चाहता है कि जिंदगीभर उसके शरीर में जवानी की तरह ताकत और स्टेमिना रहे। लेकिन आपको जानकर हैरानी होगी कि एक पाकिस्तानी समुदाय के लोग सच में लंबे समय तक खुद को जवान रख सकते हैं। कई रिपोर्ट तो कह भी देती हैं कि ये 70 साल तक जवानों की तरह ताकतवर और हेल्दी रहते हैं।

हुन्जा घाटी के लोग खुद को स्वस्थ रखने के लिए खास डाइट लेते हैं। उनकी औसत उम्र 100 साल से ज्यादा बताई जाती है और कुछ लोग तो 120 साल से ज्यादा भी जी लेते हैं। मेडिकल न्यूट्रिशनिस्ट विपिन राणा के अनुसार, ये खास तरह की चाय पीते हैं, जिसे हुंजा टी कहा जाता है। यह चाय ग्रीन टी या लेमन टी से कई गुना ज्यादा फायदेमंद है।चाय पीना भारतीयों की आदत है, जिसे छोड़ा नहीं जा सकता। लेकिन इसकी वजह से डायबिटीज, एसिडिटी, स्ट्रेस, इंसोम्निया, कैफीन की लत भी हो सकती है। इसलिए आप हुन्जा घाटी की चाय पीना शुरू करें। यह ग्रीन टी या दूध वाली चाय से काफी लाभदायक है। हालांकि, इसे डायबिटीज या मेडिटेशन पर डॉक्टरी परामर्श के बाद लें।4 कप पीने का पानी , 12 पुदीना पत्ती , 8 तुलसी पत्ता, 4 हरी इलायची , 2 ग्राम दालचीनी , 20 ग्राम गुड़ सबसे पहले एक पैन में पानी डालें। अब जैसे ही पानी गर्म हो जाए तो इसमें सारी सामग्री डाल दें। इन मिक्सचर को 5-7 मिनट तक उबलने दें। उसके बाद कप में डालकर परोसें और गुनगुना ही पीएं। फ्लू और खांसी से राहत जल्दी वेट लॉस होता है , मेटाबॉलिज्म बढ़ता है , थायराइड फंक्शन में बढ़ोतरी , तेजी से फैट बर्न होता है , डिस्क्लेमरः यह लेख केवल सामान्य जानकारी के लिए है। यह किसी भी तरह से किसी दवा या इलाज का विकल्प नहीं हो सकता। ज्यादा जानकारी के लिए हमेशा अपने डॉक्टर से संपर्क करें।