हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 12 अंक : 111 देहरादून, शनिवार, 21 अक्टूबर, 2023 मूल्य : एक रुपया पृष्ठ : 08

एसीएस राधा रतूड़ी ने प्रधानमंत्री द्वारा घोषित योजनाओं की समीक्षा की 3

सोशल मीडिया के भी दबंग साबित हो गए मुख्यमंत्री धामी

सीएम धामी के ऑफिसियल यूट्यूब चैनल को सिल्वर बटन मिला

❖ जनकल्याणकारी योजनाओं के प्रचार-प्रसार हेतु सोशल मीडिया बेहतर प्लेटफार्म : मुख्यमंत्री

❖ विभाग पारंपरिक प्रचार के तरीक़ों के साथ ही सोशल मीडिया का भी उपयोग करें : मुख्यमंत्री

मो.सलीम सैफी
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 21 अक्टूबर , सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म यूट्यूब द्वारा मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के ऑफिसियल यूट्यूब चैनल को सिल्वर बटन प्रदान किया गया है। सूचना महानिदेशक बंशीधर तिवारी ने मुख्यमंत्री धामी को यूट्यूब से प्राप्त उनके ऑफिसियल यूट्यूब चैनल का प्रमाणपत्र भेंट किया। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि सोशल मीडिया प्लेटफ़ार्म सूचनाओं के आदान- प्रदान के साथ ही प्रचार- प्रसार का सबसे बेहतर माध्यम है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार की प्राथमिकता है कि हर नागरिक तक योजनाओं को पहुँचाया जाए इसके लिए उन्होंने सभी विभागाध्यक्षों को निर्देश जारी करते हुए कहा कि सरकारी योजनाओं के व्यापक प्रचार- प्रसार हेतु सोशल मीडिया का बेहतर प्रयोग किया जा सकता है, सभी विभाग जन-कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी को आम जन तक पहुँचाने के लिए पारंपरिक प्रचार के तरीक़ों के साथ ही सोशल मीडिया का भी उपयोग करें। इस अवसर पर मुख्यमंत्री सोशल मीडिया टीम के सदस्य एवं सूचना विभाग के अन्य अधिकारीगण मौजूद रहे।

जेंडर रिस्पॉन्सिव प्लानिंग एवं बजटिंग कार्यशाला आयोजित

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 21 अक्टूबर , यूएनडीपी के सहयोग से आयोजित दो दिवसीय जेंडर रिस्पॉन्सिव प्लानिंग एवं बजटिंग कार्यशाला का कैबिनेट मंत्री डॉ प्रेमचंद अग्रवाल ने शुभारंभ किया। दो दिवसीय कार्यशाला के शुभारंभ के अवसर पर कैबिनेट मंत्री डॉ अग्रवाल ने बतौर मुख्य अतिथि के रूप में प्रतिभाग किया। इस कार्यशाला में लैंगिक समानता,महिला सशक्तिकरण के लिये जेंडर बजटिंग की आवश्यकता एवं महिलाओं की भागेदारी सहित तमाम बिंदुओं व पहलुओं पर चर्चा की जाएगी एवं महत्वपूर्ण सुझाव लिए जांएगे। वित्त एवं शहरी मंत्री डॉ अग्रवाल ने अपने सम्बोधन में कहा कि सरकार महिला सशक्तिकरण के समावेशी विकास के लिए दृढ़ संकल्पित है। जेंडर बजट में और क्या प्रावधान एवं अपेक्षित सुधार लाने की आवश्यकता है इस हेतु अधिकारियों को पहले ही निर्देश दिए जा चुके है। उन्होंने कहा कि वर्ष 2024-25 के लिए जेंडर बजट का प्रावधान किया गया है,इस हेतु विभागों से ऑनलाइन बजट की मांग भी प्राप्त हो रही है। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड के निर्माण में महिलाओं का अविस्मरणीय योगदान रहा है, महिलाएं हर क्षेत्र में आगे रही है। जेंडर बजट से हमारी एकल व दिव्यांग जैसी महिलाओं को भी मजबूती मिलेगी। कार्यशाला में सचिव,योजना विभाग और सीईओ - सीपीपीजीजी डॉ.आर.मीनाक्षी सुंदरम, सचिव महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास हरिचन्द्र सेमवाल,यूएनडीपी राज्य प्रमुख उत्तराखंड डॉ. प्रदीप मेहता, वित्त नियंत्रक सूचना बालकराम बासवान,मनमोहन मैनाली सहित अन्य अधिकारी उपस्थित रहे।

डायबिटीज का नया लक्षण आया सामने, दिखते ही तुरंत कराएं जांच

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 21 अक्टूबर : डायबिटीज एक सामान्य स्थिति है जो इंडिया में काफी तेजी से फैल रही है. इन सभी मामलों में से 90 प्रतिशत मामले टाइप 2 डायबिटीज के हैं. ऐसा दावा किया गया है कि अगर आपके मुंह से असामान्य गंध आती है तो आपकी ब्लड शुगर हाई हो सकती है यानी आपको डायबिटीज हो सकती है.फल जैसी गंध वाली सांस डायबिटिक कीटोएसिडोसिस का लक्षण हो सकती है जो डायबिटीज का पहला संकेत हो सकता है।

वेट वॉचर्स के अनुसार, डायबिटिक कीटोएसिडोसिस शरीर के अंदर एक प्रक्रिया है जिसमें इंसुलिन की कमी के कारण खून में हानिकारक कीटोन्स का निर्माण होता है, और यह डायबिटीज का एक असामान्य संकेत है. ऐसा दावा किया गया है कि डायबिटीज के कारण सांसों में दुर्गंध भी आ सकती है, क्योंकि इस स्थिति के कारण मुंह में ग्लूकोज का स्तर बढ़ सकता है ,बैक्टीरिया इस चीनी का उपयोग भोजन के रूप में करते हैं जो बाद में संक्रमण और मसूड़ों की बीमारी का कारण बनता है. मसूड़ों की बीमारी मुंह से दुर्गंध के सबसे आम कारणों में से एक है जिसमें मुंह से दुर्गंध आती है।

वेट वॉचर्स ने कहा, सांस से फलों जैसी गंध या स्वाद आती है तो वह डायबिटिक कीटोएसिडोसिस नामक खतरनाक स्थिति का संकेत हो सकता है. डायबिटीज कीटोएसिडोसिस पहला संकेत भी हो सकता है कि आपको टाइप 1 डायबिटीज है. पर्याप्त इंसुलिन के बिना, आपके शरीर को ग्लूकोज से आवश्यक ऊर्जा नहीं मिल पाती है इसलिए यह फैट का उपयोग करने लगता है और कीटोन्स नामक कैमिकल उत्पन्न करता है. फिर जब आपके खून में बहुत अधिक कीटोन्स जमा हो जाते हैं ,तो यह आपके स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकते हैं. हालांकि फल जैसी गंध वाली सांस डीकेए की पहचान है लेकिन यह एकमात्र लक्षण नहीं है. आपको सांस लेने में भी परेशानी हो सकती है, त्वचा लाल हो सकती है या उल्टियां आ सकती हैं।

डायबिटीज के सबसे आम लक्षणों में कटना या घाव होना, जिसे ठीक होने में अधिक समय लगता है. साथ ही काफी अधिक प्यास के साथ अधिक पेशाब भी लगती है. यदि आप अपने आपमें डायबिटीज के चेतावनी संकेत या लक्षण देखते हैं या आपको लगता है कि आपको डायबिटीज का जोखिम हो सकता है तो आपको डॉक्टर से बात करनी चाहिए. इस स्थिति का इलाज काफी जरूरी है नहीं तो आगे चलकर ह्रदय रोग और स्ट्रोक सहित कुछ घातक बीमारियों का खतरा अधिक हो सकता हो सकता है।

स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है बासी दही चावल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 21 अक्टूबर , खाने में अगर रात के चावल बच जाए तो हम इसे फ्राइ कर लेते है तो कही दही के साथ चाव से खाते है यह कई राज्यों की फेमस डिश में से एक होती है। यह खाने में स्वादिष्ट होती ही है बल्कि इसका सेवन करने से स्वास्थ्य को भी अच्छा फायदा होता है। अगर आप भी बासी दही चावल का सेवन करते है तो इन फायदों के बारे में जान लेना जरूरी है।

आइए जानते है बासी दही चावल खाने के फायदे -

यहां पर खाने में बासी दही चावल का सेवन करने से सेहत को शानदार फायदे मिलते है, जैसे

1- हड्डियों और दांतों को बनाता है मजबूतयहां पर दही चावल में कई सारे पौष्टिक गुण होते है जिसमें कैल्शियम, विटामिन डी और प्रोटीन गुणों के होने से शरीर की हड्डियों और दांतों को मजबूती मिलती है। इसमें शामिल विटामिन डी कैल्शियम अवशोषण में सहायता करता है, तो प्रोटीन हड्डियों की मरम्मत करता है।

2- गर्म दिनों में दिलाता है राहतइस प्रकार का भोजन अगर आप करते है तो यह आपके पेट की गर्मी को शांत करता है इतना ही नहीं सबसे ज्यादा गर्मी में खाया जाने वाला फूड होता है। अगर आप पाचन को बेहतर रखना चाहते है तो इस डिश को ऑप्शन के तौर पर चुन सकते है।

3- वजन रहता है कंट्रोलयहां पर दही चावल का सेवन करने से मोटापे को कंट्रोल करना आसान होता है। यह कैलोरी इनटेक को भी कंट्रोल में रखता है, इसमें प्रोबायोटिक होते हैं जो पाचनशक्ति को अच्छा रखने के साथ-साथ शरीर के टेंपरेचर को कंट्रोल करता है और वजन भी कंट्रोल करता है।

4- आंत के हेल्थ के लिए सहीयहां पर बासी दही चावल का सेवन करने से शरीर को प्रोबायोटिक मिलता है जो पेट के खराब बैक्टीरिया को खत्म करता है। यह खाद्य आंत के हेल्थ के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद होता है. ये प्रोबायोटिक्स पाचन में सहायता करते हैं, पोषक तत्वों के अवशोषण को बढ़ाते हैं और इम्युनिटी को मजबूत करते हैं।

5- पचाना होता है आसानयहां पर दही चावल का सेवन करने से आपको खाने को अच्छी तरह से पचाना आसान होता है। इस प्रकार से खाने में संवेदनशील पेट और पाचन में आने वाले दिक्कतों को दूर करने की शक्ति होती है। इसलिए इस खाने को आप डाइट में शामिल कर सकते है।

राष्ट्रीय राजमार्गों पर हर 10 किलोमीटर में लगेंगे आधुनिक कैमरें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 21 अक्टूबर , भारतीय राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण (एनएचएआई) ने राष्ट्रीय राजमार्ग और एक्सप्रेसवे पर सड़क सुरक्षा बेहतर बनाने और यातायात नियमों के पालन को लेकर कदम उठाया है। इसके तहत अत्याधुनिक यातायात प्रबंधन प्रणाली (एटीएमएस) का उपयोग किया जा रहा है।

एनएचएआई ने अधिकारिक बयान में कहा कि जो बदलाव किये गये हैं उसमें पुराने वीआईडीएस (वीडियो इंसिडेंट डिटेक्शन सिस्टम) कैमरों की जगह 'वीडियो इंसिडेंट डिटेक्शन एंड एनफोर्समेंट सिस्टम' (वीआईडीईएस) का उपयोग शामिल है। नये अत्याधुनिक कैमरों में 14 अलग-अलग घटनाओं की पहचान करने की क्षमता है। इसमें दोपहिया वाहनों पर तीन लोगों का बैठना, हेलमेट और सीटबेल्ट का उपयोग नहीं कर नियमों का उल्लंघन, गलत लेन या दिशा में गाड़ी चलाना, राजमार्ग पर जानवरों की उपस्थिति और पैदल यात्री का सड़क पार करना शामिल हैं।

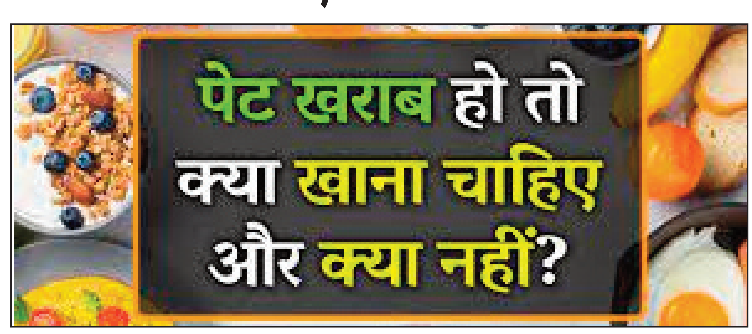
मोबाइल ऐप जरिए मिलेंगी सूचनाएं

बयान के अनुसार, घटना के आधार पर नये कैमरे रास्ते में निगरानी का काम कर रहे वाहनों या एम्बुलेंस को अलर्ट करेंगे, ई-चालान सृजित करें, समीप के 'वैरिएबल मैसेजिंग बोर्ड पर अलर्ट जारी करेंगे या पास के यात्रियों को 'राजमार्गयात्रा' मोबाइल ऐप के माध्यम से सूचनाएं भेजेंगे। व्यापक कवरेज के लिये इन कैमरों को राष्ट्रीय राजमार्गों पर हर 10 किलोमीटर पर स्थापित करने की योजना है। हर 100 किमी पर अत्याधुनिक कमांड और नियंत्रण केंद्र विभिन्न कैमरों से मिली सूचना या जानकारी को एकीकृत करेंगे।

कैमरों का उपयोग होगा बेहतर

इसके अलावा, वाहन की गति का पता लगाने वाली प्रणाली (वीएसडीएस) को अब वीआईडीईएस से जोड़ा गया है। यह स्वचालित नंबर प्लेट पहचान (एएनपीआर) कैमरों के उपयोग को बेहतर बनाएगा। बयान के अनुसार, यातायात निगरानी कैमरा प्रणाली (टीएमसीएस) को भी उन्नत बनाया जाएगा। राष्ट्रीय राजमार्ग पर हर एक किलोमीटर पर स्थित ये कैमरे दुर्घटनाओं और रुके हुए वाहनों का स्वचालित पता लगाने जैसी उन्नत क्षमताओं से युक्त हैं।

क्यों खराब होता है पेट? जानिए क्या खाएं और क्या नहीं



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 21 अक्टूबर , फूड पॉइजनिंग से बचना है तो जरूरी बातों का ध्यान रखना चाहिए। अगर खानपान पर ध्यान नहीं देते हैं तो फूड पॉइजनिंग की परेशानी हो सकती हैं। फूड पॉइजनिंग होने पर उल्टी, सिरदर्द, पेट में दर्द, डायरिया जैसी समस्या हो जाती हैं। कई बार आपको थकान भी महसूस होने लगती है। ऐसे में लापरवाही से बचना चाहिए। कुछ घरेलू उपचार भी इसमें असरदार होते हैं। फूड पॉइजनिंग का ऐसा ही एक मामला अलीगढ़ मुस्लिम यूनिवर्सिटी में सर सयैद डे के बाद हुई पार्टी में खाना खाने के बाद 100 से अधिक छात्राएं बीमार हो गई। इसके पीछे की वजह फूड प्वॉइजनिंग बताई गई है।

कैसे होती है फूड प्वाइजनिंग

खराब खाने के सेनव से हानिकारक बैक्टीरिया, वायरस शरीर के अंदर चले जाते हैं। इसका मतलब है खराब खाना खाने से हुई फूड पॉइजनिंग हो सकती है। आप खाने क्या-क्या खाते हैं, ये अधिकतर उस पर निर्भर करता है। खाने में अगर प्याज का यूज़ करने से खाना ज्यादा टाइम तक ठीक नहीं रहता है। कुछ ही घंटों में खराब हो जाता है। अगर वातावरण में गंदगी रहती है तो भी फूड पॉइजनिंग का चांस रहता है। कोई बीमार है और अगर वो खाने को छू ले तो भी उसके शरीर के कीटाणु उस खाने में आ जाते हैं और भोजन खराब हो सकता है। खाना बनाते टाइम भी प्रयोग होने वाली चीजें इस्तेमाल करते हैं तो भी खाना जहरीला हो सकता है।

बचाव कैसे करें -

खाना बन जाने के बाद उसे ज्यादा देर तक न रखें।

फास्ट फूड, जंक फूड खाने से बचें।

प्लास्टिक में रखा खाना खाने से बचें।

फूड पॉइजनिंग होने पर अदरक, नींबू, केला का सेवन करें।

ज्यादा हालत खराब हो तो डॉक्टर से उपचार लें।

नाबार्ड को प्रस्तावों की स्वीकृति में तेजी लाने के निर्देश : मुख्य सचिव

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 21 अक्टूबर , मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधु ने सचिवालय में विभिन्न विभागों द्वारा नाबार्ड से ऋण के लक्ष्यों के सम्बन्ध में समीक्षा की। मुख्य सचिव ने कहा कि स्वीकृत प्रस्तावों के सापेक्ष विभागों द्वारा डिस्बर्शमेंट की प्रगति संतोषजनक नहीं है। सभी विभागों को इसमें तेजी लाने की आवश्यकता है। मुख्य सचिव ने नाबार्ड को भी प्रस्तावों की स्वीकृति में तेजी लाने के निर्देश दिए।

मुख्य सचिव ने सभी विभागों के सचिवों एवं विभागाध्यक्षों को ऋण वितरण एवं अदायगियों में तेजी लाने के लिए साप्ताहिक समीक्षाएं किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि विभागों को वितरण और अदायगियों में आ रही समस्याओं का निवारण कर शीघ्र कार्यों को पूर्ण किया जाए। उन्होंने विभागीय सचिवों को आरआईडीएफ के अंतर्गत प्रस्तावों को विभागीय कैलेंडर से जोड़ते हुए स्वीकृति से लेकर डिस्बर्शमेंट तक निर्धारित समयसीमा में पूर्ण कराया जाए। उन्होंने प्रोजेक्ट कम्प्लीशन रिपोर्ट्स भी शीघ्र जमा कराए जाने के भी निर्देश दिए।

मुख्य सचिव ने कहा कि अच्छे प्रस्ताव लगातार तैयार कर प्रस्ताव वित्त को भेजे जाने के साथ ही डीपीआर नाबार्ड को भी भेज दी जाए, ताकि समय पर नाबार्ड की भी संस्तुति मिल सके। उन्होंने प्रत्येक सप्ताह और पाक्षिक रूप से प्रस्तावों की लगातार मॉनिटरिंग किए जाने के निर्देश दिए। उन्होंने पीएम गति शक्ति उत्तराखण्ड पोर्टल पर भी लगातार अपडेट किए जाने के निर्देश दिए।

बैठक में सचिव दिलीप जावलकर ने बताया कि नाबार्ड से लिए जाने वाले 1090 करोड़ के ऋण के लक्ष्य के सापेक्ष विभागों ने 907.93 करोड़ के प्रस्ताव नाबार्ड को भेज दिए हैं, नाबार्ड ने 501.20 करोड़ के प्रस्ताव को स्वीकृति दे दी है। शेष प्रस्तावों का परीक्षण प्रगति पर है। उन्होंने बताया कि 900 करोड़ के डिस्बर्शमेंट के लक्ष्य के सापेक्ष अभी तक विभागों द्वारा मात्र 273.82 करोड़ का डिस्बर्शमेंट किया गया है।

इस अवसर पर सचिव डॉ. बी.वी.आर.सी. पुरूषोत्तम, दीपेन्द्र कुमार चौधरी, एस.एन. पाण्डेय, अपर सचिव सी. रविशंकर एवं विनीत कुमार सहित विभागों के विभागाध्यक्ष एवं उच्चाधिकारी उपस्थित थे।

एसीएस राधा रतूड़ी ने प्रधानमंत्री द्वारा घोषित योजनाओं की समीक्षा की

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

- प्रधानमंत्री द्वारा घोषित की गई योजनाओं की क्रियान्वयन की नियमित मॉनिटरिंग प्रधानमंत्री कार्यालय द्वारा
- विभागों को कागजी प्रक्रियाओं को कम से कम समय में पूरा करने की नसीहत
- अधिकारियों को अन्र्तविभागीय समन्वय पर विशेष ध्यान देने के निर्देश
- लोक निर्माण विभाग को गढ़वाल एवं कुमाऊँ क्षेत्र की कनेक्टिविटी को मजबूत करने के निर्देश
- आदि कैलाश व ओम पर्वत की बेहतर सुविधाएं व कनेक्टिविटी पर आईटीबीपी के साथ एमओयू

देहरादून , 21 अक्टूबर , एसीएस राधा रतूड़ी ने विभागों को कागजी प्रक्रियाओं को कम से कम समय में पूरा करने की कड़ी नसीहत दी है। योजनाओं के सम्बन्ध में विभागों से कार्यवृत (मिन्ट्स) समय पर न मिलने पर कड़ी नाराजगी व्यक्त करते हुए एसीएस रतूड़ी ने सभी विभागों को स्पष्ट किया है कि योजनाओं के क्रियान्वयन को तेजी से आगे बढ़ाने के लिए विभागीय प्रक्रियाओं को निर्धारित डेडलाइन पर पूरा करें। उन्होंने अधिकारियों को अन्र्तविभागीय समन्वय पर विशेष ध्यान देने की कड़ी हिदायत दी है।

सचिवालय में प्रधानमंत्री द्वारा हाल ही में पिथौरागढ़ भ्रमण के दौरान घोषित की गयी योजनाओं की प्रगति की समीक्षा के दौरान एसीएस राधा रतूड़ी ने अधिकारियों को स्पष्ट किया कि प्रधानमंत्री द्वारा घोषित की गई योजनाओं की क्रियान्वयन की नियमित मॉनिटरिंग प्रधानमंत्री कार्यालय द्वारा की जा रही है इसके साथ ही उत्तराखण्ड के 51 सीमान्त गांवों के विकास के लिए संचालित वाइब्रेंट विलेज प्रोग्राम की सीधी मॉनिटरिंग गृह सचिव भारत सरकार द्वारा की जा रही है तथा इस सम्बन्ध में प्रत्येक सप्ताह समीक्षा बैठक की जा रही है। वाइब्रेंट विलेज प्रोग्राम के तहत चयनित इन 51 गांवों में की अर्थव्यवस्था, आजीविका, सामाजिक संरचना, बुनियादी ढांचे, शिक्षा, बिजली और दूरसंचार सुविधाओं को मजबूत करने एवं इनके समग्र विकास को सुनिश्चित करने के लिए राज्य सरकार के सभी विभागों को मिशन मोड पर कार्य करना होगा।

चारधाम यात्रा के श्रद्धालुओं एवं पर्यटकों को मानसखण्ड मंदिरों एवं आदि कैलाश हेतु प्रोत्साहित करने के विषय पर चर्चा करते हुए एसीएस रतूड़ी ने लोक निर्माण विभाग को गढ़वाल एवं कुमाऊँ क्षेत्र की कनेक्टिविटी को मजबूत करने हेतु कार्य करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने लोक निर्माण विभाग को सीमावर्ती क्षेत्रों को विकास के सम्बन्ध में केन्द्र सरकार की योजनाओं के क्रियान्वयन में सहयोग करने, राज्य सरकार द्वारा इन क्षेत्रों में किये जा रहे प्रयासों को त्वरित करने , सीमावर्ती क्षेत्रों में सड़कों और पुलों के निर्माण के प्रस्ताव तत्परता से केन्द्र को भेजने के निर्देश दिए हैं।

एसीएस राधा रतूड़ी ने पर्यटन विभाग को आदि कैलाश व ओम पर्वत की यात्रा हेतु बेहतर सुविधाएं व कनेक्टिविटी मजबूत करने की कार्ययोजना पर कार्य करने के निर्देश दिए हैं। पर्यटन विभाग द्वारा जानकारी दी गई कि इस सम्बन्ध में एक एमओयू आईटीबीपी के साथ किया गया है। इसके साथ ही श्री केदारनाथ एवं श्री हेमकुण्ड साहिब में प्रस्तावित रोपवे हेतु निविदा हो चुकी है।

बैठक में एसीएस राधा रतूड़ी ने ग्राम्य विकास विभाग को राज्य में रिवर्स पलायन हेतु ग्रामीण क्षेत्रों में सड़क, बिजली, पानी, शिक्षा, स्वास्थ्य सुविधाओं को बेहतर किये जाने के साथ-साथ स्थानीय रोजगार को बढ़ावा देने के लिए मुख्यमंत्री पलायन रोकथाम योजना के प्रभावी क्रियान्वयन के निर्देश दिए हैं। ग्राम्य विकास विभाग द्वारा जानकारी दी गई कि राज्य में बी पी एल परिवारों को गरीबी रेखा से ऊपर लाने के लिए राज्य सरकार द्वारा लखपति दीदी योजना संचालित की जा रही है। इसके तहत वर्ष 2022-23 में 40 हजार महिलाओं को लखपति दीदी बनाया गया। वर्ष 2023-24 में 50 हजार महिलाओं को लखपति दीदी बनाये जाने का लक्ष्य है तथा 2025 तक एक लाख महिलाओं को लखपति दीदी बनाया जाएगा। अपर मुख्य सचिव ने खेल विभाग को ओलम्पिक, एशियन गेम, कॉमनवेल्थ गेम व अन्य अन्तर्राष्ट्रीय खेलों में प्रतिभाग करने वाले खिलाड़ियों हेतु पुरस्कार एवं बेहतर व्यवस्था बनाने के निर्देश दिए।

IAS डॉ आर. राजेश बने उज्जैन के आब्जर्वर, पढ़िए पूरी लिस्ट

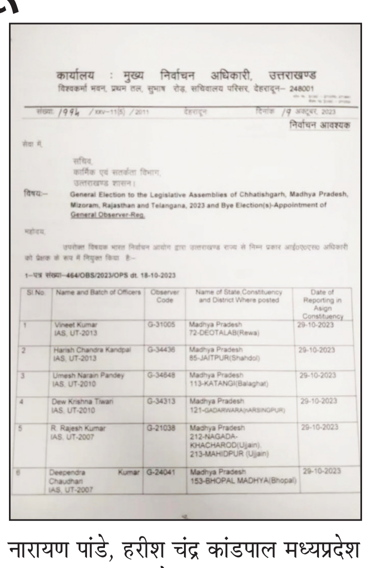
■ अनुभवी स्वास्थ्य सचिव जाएंगे उज्जैन

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 21 अक्टूबर , उत्तराखंड सरकार के बेहद कामयाब और एक्टिव ब्यूरोक्रेट और सचिव स्वास्थ्य जैसे अहम महकमे की रंगत सुधार रहे अनुभवी आईएएस डॉ आर. राजेश कुमार को अब मध्य प्रदेश चुनाव में उज्जैन जैसे अहम जिले में विधानसभा चुनाव को सकुशल सम्पन्न कराने की ज़िम्मेदारी मिली है। आपको बता दें कि उत्तराखंड के 8 IAS अधिकारियों की चुनावी ड्यूटी लगी है।

मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, राजस्थान के विधानसभा चुनाव में ड्यूटी लगायी गयी है जिसमें आईएएस आर राजेश कुमार, देव कृष्ण तिवारी, विनीत कुमार, नितिन सिंह भदोरिया, मनुज गोयल, दीपेंद्र चौधरी, उमेश नारायण पांडे, हरीश चंद्र कांडपाल की विधानसभा चुनाव में ड्यूटी लगी है लिस्ट देखें तो आईएएस नितिन

सिंह भदोरिया, मनुज गोयल छत्तीसगढ़ में ऑब्जर्वर बनाए गएआर राजेश कुमार, देव कृष्ण तिवारी, विनीत कुमार, दीपेंद्र चौधरी, उमेश



कार्यालय : मुख्य निर्वाचन अधिकारी, उत्तराखण्ड
विश्वकर्मा भवन, प्रथम तल, सुभाष रोड, सचिवालय परिसर, देहरादून– 248001

संख्या: 1994 /XXV–11(5) /2011 देहरादून दिनांक 19 अक्टूबर, 2023

निर्वाचन आवश्यक

सेवा में,
सचिव,
कार्मिक एवं सतर्कता विभाग,
उत्तराखण्ड शासन।

विषयः– General Election to the Legislative Assemblies of Chhatishgarh, Madhya Pradesh, Mizoram, Rajasthan and Telangana, 2023 and Bye Election(s)-Appointment of General Observer-Reg.

महोदय,

उपरोक्त विषयक भारत निर्वाचन आयोग द्वारा उत्तराखण्ड राज्य से निम्न प्रकार आई०ए०एस० अधिकारी को प्रेक्षक के रूप में नियुक्त किया है:–

1–पत्र संख्या–464/OBS/2023/OPS dt. 18-10-2023

Sl.No.	Name and Batch of Officers	Observer Code	Name of State, Constituency and District Where posted	Date of Reporting in Asign Constituency
1	Vineet Kumar IAS, UT-2013	G-31005	Madhya Pradesh 72-DEOTALAB(Rewa)	29-10-2023
2	Harish Chandra Kandpal IAS, UT-2013	G-34436	Madhya Pradesh 85-JAITPUR(Shahdol)	29-10-2023
3	Umesh Narain Pandey IAS, UT-2010	G-34648	Madhya Pradesh 113-KATANGI(Balaghat)	29-10-2023
4	Dew Krishna Tiwari IAS, UT-2010	G-34313	Madhya Pradesh 121-GADARWARA(NARSINGPUR)	29-10-2023
5	R. Rajesh Kumar IAS, UT-2007	G-21038	Madhya Pradesh 212-NAGADA-KHACHAROD(Ujjain), 213-MAHIDPUR (Ujjain)	29-10-2023
6	Deependra Kumar Chaudhari IAS, UT-2007	G-24041	Madhya Pradesh 153-BHOPAL MADHYA(Bhopal)	29-10-2023

नारायण पांडे, हरीश चंद्र कांडपाल मध्यप्रदेश विधानसभा चुनाव के लिए ऑब्जर्वर नियुक्त किये गए हैं।

राजभवन ऑडिटोरियम में आयोजित हुआ परिवार मिलन कार्यक्रम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून । राजभवन के समस्त कार्मिकों एवं उनके परिजनों हेतु परिवार मिलन कार्यक्रम आयोजित किया गया। राजभवन ऑडिटोरियम में आयोजित परिवार मिलन कार्यक्रम में राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) और प्रथम महिला श्रीमती गुरमीत कौर ने समस्त कार्मिकों एवं उनके परिजनों से मुलाकात की।

इस कार्यक्रम में राज्यपाल ने राजभवन की एसओपी (मानक संचालन प्रक्रिया) का विमोचन किया। इस एसओपी में राज्यपाल सचिवालय एवं राजभवन गृहस्थ अधिष्ठान के अधिकारियों के मध्य कार्यों का विभाजन, राजभवन में अतिविशिष्ट एवं विशिष्ट अतिथियों के आगमन व प्रस्थान पर व्यवस्था संबंधी कार्य व्यवस्था व निर्देश, राज्यपाल/राजभवन सुरक्षा में नियुक्त विभिन्न सुरक्षा इकाइयों की एकीकृत कमांड, राजभवन में आयोजित होने वाले शपथ ग्रहण समारोह व अन्य कार्यक्रमों के सम्बन्ध में व्यवस्था संबंधी निर्देश, राज्यपाल की स्वास्थ्य सम्बन्धी एस0ओ0पी और राजभवन के आवास आवंटन नियम के संबंध में विस्तार से स्पष्ट किया गया है। राजभवन में संपादित किए जाने वाले कार्यों/गतिविधियों हेतु पृथक से कोई नियम/निर्देश नहीं होने के कारण समय-समय पर आवश्यकतानुसार जारी निर्देशों एवं प्रचलित परंपराओं के आधार पर ही कार्यों एवं गतिविधियों का कार्यान्वयन किया जाता रहा है। राज्यपाल ने कहा कि राजभवन की एसओपी के माध्यम से यहां किए जाने वाले कार्यों हेतु सभी की जिम्मेदारियां और उत्तरदायित्व स्पष्ट किए गए हैं इससे कार्मिकों की कार्य कुशलता बढ़ेगी। इस अवसर पर राज्यपाल ने ''वातायन'' पुस्तक का विमोचन किया।

राज्यपाल के जीवनवृत्त पर आधारित इस पुस्तक को श्री श्री के. के. पाण्डे, ईआरपी सेल कुमाऊं विवि नैनीताल और श्री पारितोष बंगवाल, मीडिया को-ऑर्डिनेटर राजभवन द्वारा संयुक्त रूप से संपादन किया गया है।

उत्तराखंड में 26 नवंबर से शुरू होगी अग्निवीर भर्ती

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 21 अक्टूबर : कोटद्वार के विक्टोरिया क्रॉस गबर सिंह कैंप में 26 नवंबर से एक दिसंबर तक आयोजित अग्निवीर भर्ती रैली को लेकर तैयारियां शुरू हो गई हैं। बीते दिन एसडीएम की अध्यक्षता में भर्ती से संबंधित विभागों के अधिकारियों की बैठक हुई, जिसमें सेना के भर्ती अधिकारी परितोष मिश्रा ने विभागीय अधिकारियों को भर्ती से संबंधित व्यवस्थाओं की जानकारी दी। एसडीएम ने सभी अधिकारियों को उचित व्यवस्थाएं बनाने के निर्देश दिए। बताया कि कोटद्वार में सात जिलों की 61 तहसीलों के अग्निवीरों की भर्ती होगी। अभ्यर्थियों की लिखित परीक्षा अप्रैल माह में हो चुकी है।

कोटद्वार तहसील सभागार में आयोजित बैठक में लैंसडौन सेना भर्ती अधिकारी कर्नल परितोष मिश्रा ने कहा कि कौड़िया स्थित गबर सिंह कैंप में 26 नवंबर से एक दिसंबर तक प्रदेश की दूसरी अग्निवीर सेना भर्ती रैली का आयोजन किया जाना है। पहले यह भर्ती सितंबर में होनी थी, लेकिन भारी बरसात व आपदा के दृष्टिगत इसे स्थगित करना पड़ा। कहा कि भर्ती रैली के सफलतापूर्वक संचालन के लिए सिविल विभागों की भूमिका अहम रहेगी।

बताया कि सात जिलों के 61 तहसीलों के युवाओं की भर्ती के लिए काशीरामपुर तल्ला में एंट्री प्वाइंट बनाया जाएगा। कैंप के बाहर सुरक्षा की पूरी जिम्मेदारी स्थानीय पुलिस प्रशासन की होगी, जबकि कैंप के भीतर की सभी व्यवस्थाएं आर्मी के जवान संभालेंगे। उन्होंने दौड़ का ट्रैक बनाने, भर्ती रैली में शामिल होने वाले युवाओं के लिए चिकित्सा, खाने, ठहरने, यातायात आदि की उचित व्यवस्था करने का आग्रह किया।

बैठक के बाद कर्नल परितोष मिश्रा के नेतृत्व में एसडीएम समेत सभी अधिकारी कौड़िया कैंप पहुंचे। उन्होंने भर्ती स्थल का निरीक्षण किया। इस दौरान एसडीएम ने संबंधित विभागीय अधिकारियों को भर्ती के लिए व्यवस्थाएं बनाने के निर्देश दिए। इस अवसर पर सीओ विभव सैनी, गबर सिंह कैंप के सूबेदार मेजर अशोक कुमार, लोनिवि के अधिशासी अभियंता डीपी सिंह समेत सभी विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

ऐसे होगा भर्ती रैली का आयोजन26 नवंबर को पहले दिन चमोली के 115, देहरादून के 126, हरिद्वार के 62, पौड़ी के 246, रुद्रप्रयाग के 61, टिहरी के 75 और उत्तरकाशी के 29 युवा, कुल 714 युवा भर्ती रैली में शामिल होंगे।27 नवंबर को चमोली जनपद के 353, हरिद्वार के 228, रुद्रप्रयाग के 251, टिहरी के 290, उत्तरकाशी के 197 युवा, कुल 1319 युवा प्रतिभाग करेंगे।28 नवंबर को देहरादून के 568 व पौड़ी जिले के 719 युवा, कुल 1287 युवा रैली में प्रतिभाग करेंगे।29 व 30 नवंबर को छूटे हुए अभ्यर्थियों के प्रमाणपत्र, मेडिकल, फिजिकल आदि की जांच होगी।

त्योहारी सीजन के लिए 34 स्पेशल ट्रेन शुरू

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 21 अक्टूबर : अगर आप इस त्योहारी सीजन में रेल सफर करने की सोच रहे हैं तो आपके लिए अच्छी खबर है. दरअसल,उत्तर रेलवे ने त्योहार के समय अपने घर जाने वाले यात्रियों की भीड़ के मद्देनजर रखते हुए 34 स्पेशल ट्रेन शुरू की हैं. ये स्पेशल ट्रेन 18 अक्टूबर से 11 दिसंबर के बीच 377 फेरे लगाएंगी. इनमें से 351 फेरे देश के पूर्वी हिस्से की ओर तथा 26 फेरे उत्तरी क्षेत्र की ओर लगाने वाली स्पेशल ट्रेन होंगी।

उत्तर रेलवे के महाप्रबंधक शोभन चौधरी ने कहा, ''इन 34 ट्रेन के अलावा, मौजूदा 69 ट्रेन में अतिरिक्त कोच जोड़े जाएंगे. कुल मिलाकर, उत्तर रेलवे त्योहारी मौसम के दौरान यात्रियों की आवाजाही में वृद्धि को देखते हुए 5.5 लाख अतिरिक्त सीट उपलब्ध कराएगा.इन रूट्स पर दौड़ेंगी स्पेशल ट्रेनेंये विशेष ट्रेन देश भर के प्रमुख गंतव्यों जैसे दिल्ली, नई दिल्ली, आनंद विहार, पटना, छपरा, जोगबनी, सहरसा, जयनगर, कटिहार, गुवाहाटी, दरभंगा, गोरखपुर, वाराणसी, बरौनी, रक्सौल, मुजफ्फरपुर,

गया, लखनऊ, कोलकाता, श्री माता वैष्णो देवी कटरा, अमृतसर, सहारनपुर और अंबाला को जोड़ेंगी.

उत्तर रेलवे ने संभावित यात्रियों को उसके सोशल मीडिया हैंडल और पूछताछ कार्यालयों से स्पेशल ट्रेन के बारे में पूरी जानकारी प्राप्त करने की सलाह दी है. उत्तर रेलवे के महाप्रबंधक शोभन चौधरी के मुताबिक, दौरान बढ़ी मांग के चलते अतिरिक्त व्यवस्था की गई है.उन्होंने ने कहा, ''मेरा मानना है कि अतिरिक्त व्यवस्थाएं बढ़ी हुई मांग को पूरा करेंगी. हम स्थिति पर नज़र रखेंगे और अगर हमें लगता है कि और अधिक स्पेशल ट्रेन की जरूरत है, तो हम निश्चित रूप से उस पर भी विचार करेंगे. फिलहाल, मुझे लगता है कि यह पर्याप्त है.'' उन्होंने कहा, ''विशेष ट्रेन के परिचालन के अलावा हमने बुकिंग काउंटर पर लंबी कतारों से बचने के लिए विशेष स्पेशल विंडो खोलने और सभी मौजूदा विंडो को चालू करने का फैसला किया है.''

इन स्पेशल ट्रेन के समय पर यात्रा पूरा करने के बारे में सवालों पर उन्होंने कहा कि वे (रेलकर्मी) यथासंभव आगमन और प्रस्थान के निर्धारित समय का पालन करेंगे और अन्य महत्वपूर्ण ट्रेन के कारण देरी नहीं होगी. उन्होंने कहा, ''ये अतिरिक्त ट्रेन हमारे लिए अन्य ट्रेन की तरह ही महत्वपूर्ण हैं और मैं स्पेशल ट्रेन से यात्रा करने की योजना बना रहे सभी यात्रियों को आश्वस्त करूंगा कि वे समय सारिणी का पालन करेंगी.''उन्होंने कहा कि यात्रियों की भीड़ से निपटने के लिए भी व्यवस्था की जाएगी।

उन्होंने कहा कि उत्तर रेलवे ने भीड़ प्रबंधन और कतारों के नियंत्रण की व्यवस्था की है.हम स्टेशनों पर भीड़ को नियंत्रित करने और यात्रियों का मार्गदर्शन करने के लिए बड़ी संख्या में सुरक्षाकर्मियों को तैनात करेंगे.

रात में ये 5 टिप्स अपनाएं, सुबह मूड रहेगा खिला खिला

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 21 अक्टूबर , जीवन में बढ़ता स्ट्रेस लेवल, तनाव, एंग्जायटी के कारण लोगों को रात में नींद नहीं आती है। किसी को जॉब की टेंशन है, तो किसी की आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं होने के कारण तनाव है। रात दिन जिंदगी में चल रहे उतार-चढ़ाव के कारण लोग ठीक से सो भी नहीं पाते हैं. कुछ लोग ऐसे भी होते हैं, जो अपनी आदतों के कारण देर रात तक जागते हैं और सुबह फ्रेश महसूस नहीं करते हैं।कुछ लोग तो स्लीप डिसऑर्डर इन्सोम्निया से ग्रस्त हो जाते हैं और जब रात में नींद नहीं आती है तो नींद आने की दवा खाने लगते हैं। लेकिन, दवाओं का ज्यादा सेवन सेहत को नुकसान पहुंचा सकता है। गहरी नींद में सोने के लिए कुछ आसान से टिप्स को कुछ दिनों के लिए फॉलो करके देखें.

रोजाना मेडिटेशन करें

यदि आपको रात में गहरी नींद से सोना है, तो प्रतिदिन मेडिटेशन का करना शुरू कर दें। एकांत जगह पर बैठकर आप मेडिटेशन कर सकते हैं। मेडिटेशन से दिमाग रिलैक्स होता है। तनाव कम होता है। मन से नेगेटिव विचारों को बाहर निकालने में मदद करता है। यदि किसी को इन्सोम्निया की समस्या है, तो वह रोजाना 15 से 20 मिनट मेडिटेशन ज़रूर करें।

लैवेंडर के तेल से मसाज करें

वर्षों से लैवेंडर के तेल को इन्सोम्निया की समस्या को दूर करने के लिए यूज किया जाता है। यह तेल मन-मस्तिष्क को रिलैक्स फील कराता है। अपने रूमाल पर दो से तीन बूंदें लैवेंडर ऑयल को स्प्रे कर प्रयोग करें। या फिर नहाने के पानी में भी कुछ बूंदें डालकर प्रयोग कर सकते हैं। इसे रात में नींद अच्छी आएगी।

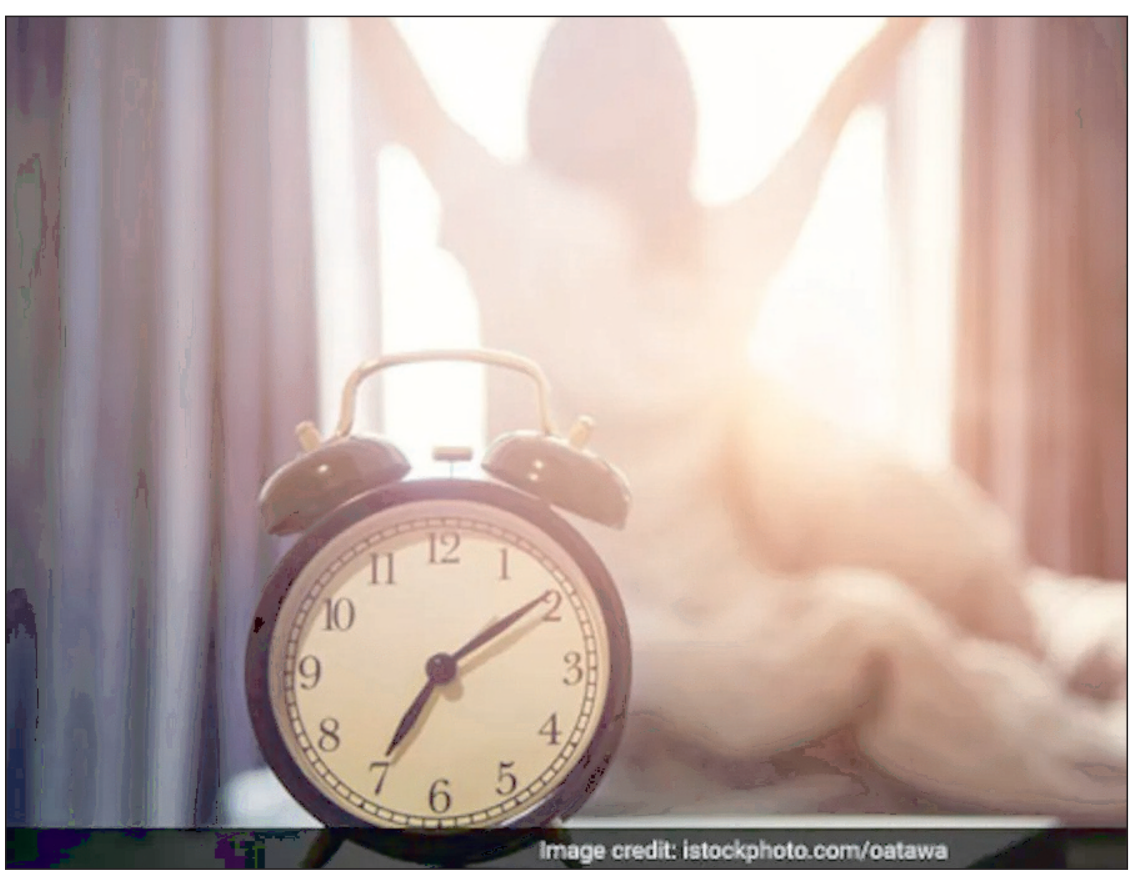
डाइट में मैग्नीशियम शामिल करें

मैग्नीशियम की कमी से भी स्ट्रेस बढ़ता है। यह एक प्राकृतिक रूप से पाया जाना वाला मिनरल है, जो मांसपेशियों को रिलैक्स करता है। इससे नींद अच्छी आती है। साबुत गेहूं, पालक, दही, एवोकाडो,डार्क चॉकलेट आदि का सेवन करें। प्रतिदिन कम से कम 400 मिलीग्राम पोटेशियम का सेवन जरूर करें।

स्लीप हाइजीन है ज़रूरी

यदि आप चाहते हैं कि आपको अच्छी और सुकून भरी नींद आए, जिससे आप सुबह फ्रेश मूड में उठकर अपने ऑफिस और घर के कार्यों को पूरा कर पाएं, तो कुछ स्लीप हाइजीन को मेंटेन करें। जिसके लिए आपको जीवनशैली में कुछ बदलाव लाने होंगे। इसमें कैफीन, एल्कोहल, धूम्रपान आदि का सेवन कम करना होगा। एक्सरसाइज को डेली रुटीन में शामिल करें। सोने वाला कमरे का वातावरण खुशनुमा, तन-मन को रिलैक्स और दिमाग को शांति देने वाला हो।

गहरी नींद के लिए रात में बादाम दूध पिएं



बादाम के दूध में कैल्शियम की मात्रा अच्छी होती है, जो मस्तिष्क को मेलाटोनिन बनाने में मदद करती है. रात में सोने से पहले एक गिलास गर्म बादाम वाला दूध पीने से अनिद्रा से राहत मिलती है। मेलाटोनिन सप्लिमेंट्स भी इन्सोम्निया की समस्या दूर कर अच्छी नींद लेने में मदद करता है। मेलाटोनिन नींद की गुणवत्ता को बढ़ाता है। इससे जल्दी सोने में मदद मिलती है।

देश के लिए ऐतिहासिक क्षण, नए भारत का संकल्प है 'नमो भारत': प्रधानमंत्री मोदी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

मेरठ। देश के लिए ऐतिहासिक क्षण, 'नमो भारत' नए भारत का संकल्प है। साहिबाबाद में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शुक्रवार को साहिबाबाद रैपिडएक्स के उद्घाटन के अवसर पर ये बात कही। उन्होंने स्टेशन पर दिल्ली-गाजियाबाद-मेरठ आरआरटीएस कॉरिडोर के प्राथमिकता वाले खंड का उद्घाटन किया। पीएम ने हरी झंडी दिखाकर ट्रेन को रवाना किया। पहले चरण में साहिबाबाद से दुहाई तक ट्रेन का संचालन होगा।

जनसभा को संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री ने कहा कि दिल्ली-मेरठ का ये 80 किमी से ज्यादा का ट्रैक तो बस एक शुरुआत है। पहले फेज में दिल्ली, यूपी, हरियाणा और राजस्थान के अनेक क्षेत्र नमो भारत ट्रेन से कनेक्ट होने वाले हैं। कहा भारत का विकास, राज्यों के विकास से ही संभव है। आज बेंगलुरु में भी मेट्रो की दो लाइनों को भी देश को समर्पित किया गया है।

इससे बेंगलुरु के आईटी हब की कनेक्टिविटी और बेहतर हुई है। अब बेंगलुरु में रोज लगभग आठ लाख लोग मेट्रो से सफर कर रहे हैं। 21वीं सदी का हमारा भारत आज हर क्षेत्र में प्रगति की नई गाथा लिख रहा है। आज का भारत चंद्रयान को चंद्रमा पर उतारकर दुनिया में छाया हुआ है। आज का भारत जी20 का इतना शानदार आयोजन करके दुनिया के लिए आकर्षण, उत्सुकता और दुनिया का भारत के साथ जुड़ने का एक नया अवसर बन गया है। आज का भारत एशियन गेम्स में 100 से ज्यादा पदक जीतकर दिखाता है। आज का भारत अपने दम पर 5जी लॉन्च करता है और उसे देश के कोने-कोने में ले जाता है। आज का भारत दुनिया में सबसे ज्यादा डिजिटल लेन-देन करता है। आज जो तेज रफ्तार नमो भारत शुरू हुई है, वो भी मेड इन इंडिया है, भारत की अपनी ट्रेन है। अभी प्लेटफार्म पर स्क्रीन डोर के सिस्टम का लोकार्पण हुआ है, वो भी मेड इन इंडिया है। नमो भारत, भविष्य के भारत की झलक है। नमो भारत, इस बात का भी प्रमाण है कि जब देश की आर्थिक ताकत बढ़ती है, तो कैसे हमारे देश की तस्वीर बदल जाती है।

प्रधानमंत्री ने साहिबाबाद रैपिडएक्स स्टेशन पर हरी झंडी दिखाकर ट्रेन का उद्घाटन किया

पीएम ने स्कूली बच्चों और चालक दल के साथ की बातचीत

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने साहिबाबाद को दुहाई डिपो से जोड़ने वाली रैपिडएक्स ट्रेन में स्कूली बच्चों और चालक दल के साथ बातचीत की।

एनसीईआरटीसी में काम करने वाले मजदूरों के साथ पीएम ने सफर किया। वहीं उनके साथ ट्रेन में स्कूली बच्चे सवार रहे।

डबल इंजन के प्रयास से ये संभव हुआ: योगी आदित्यनाथ

उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने अपने संबोधन में कहा कि वंदे भारत ने हमें नए भारत की झलक दिखाई। आज देश का सबसे अधिक आबादी वाला राज्य नए बुनियादी ढांचे का गवाह बन रहा है। यह डबल इंजन सरकार का प्रयास से संभव हुआ। आज यूपी के पांच शहरों में मेट्रो रेल सेवाएं हैं। जनवरी में मेट्रो रेल आगरा में भी सेवाएं शुरू होंगी। वाराणसी में भी रोपवे सेवा का निर्माण कार्य चल रहा है।

पवित्र छड़ी यात्रा का सतपाल महाराज ने किया शुभारंभ

अधिष्ठात्री माया देवी व कोतवाल आनंद भैरव के किये दर्शन

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हरिद्वार , 21 अक्टूबर , उत्तराखंड के चारों धामों सहित समस्त पौराणिक तीर्थस्थलों के प्रचार प्रसार, विकास तथा पलायन रोकने के लिए प्रतिवर्ष निकाली जाने वाली पावन पवित्र छड़ी यात्रा का प्रदेश सरकार के पर्यटन, संस्कृति मंत्री सतपाल महाराज शुभारम्भ किया। प्रदेश के पर्यटन, लोक निर्माण, पंचायतीराज मंत्री महाराज ने श्री पंच दशनाम जूना (भैरव) अखाड़ा पहुंच कर पौराणिक सिद्ध पीठ नगर की अधिष्ठात्री माया देवी मंदिर में विधिवत पूजा अर्चना कर नगर कोतवाल आनंद भैरव के दर्शन किए। इस मौके पर महाराज ने पवित्र छड़ी यात्रा की सफलता व राष्ट्र की सुख समृद्धि शांति के लिए प्रार्थना की। उन्होंने कहा कि तीर्थों की पवित्र छड़ी यात्रा हमारी सनातन परंपरा का प्रतीक है । यह परंपरा आद्य जगतगुरु शंकराचार्य महाराज के समय से ही चली आ रही है ।उत्तराखंड में यह प्राचीन काल से ही बागेश्वर से चलती थी और पूरे उत्तराखंड के सनातन धर्म और वैदिक संस्कृति का प्रचार करती थी।

कालांतर में मुगलों ने इस पर रोक लगा दी थी। लेकिन जूना अखाड़े ने पुनः इस परम्परा को प्रारंभ कर अत्यंत महत्वपूर्ण कार्य किया है ।उन्होंने कहा कि इस पवित्र छड़ी यात्रा से उत्तराखंड के उपेक्षित विस्मृति पौराणिक तीर्थ का विकास तो होगा, साथ ही स्थानीय नागरिकों को रोजगार के अवसर भी प्राप्त होंगे और पलायन पर रोक लगेगी। इससे पहले जूना अखाड़ा पहुंचने पर कैबिनेट मंत्री सतपाल महाराज का जूना अखाड़े के अंतरराष्ट्रीय अध्यक्ष महंत प्रेम गिरी महाराज, अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष ममहंत रवींद्र पुरी, सचिव महंत महेश पुरी, महंत शैलेंद्र गिरी, उपाध्यक्ष मंहत केदार पुरी ने माल्यार्पण कर स्वागत किया ।महंत प्रेम गिरि महाराज ने बताया कि इस पवित्र छड़ी यात्रा का कैबिनेट मंत्री महाराज ने शुभारंभ कर दिया है। यह छड़ी यात्रा 27 अक्टूबर तक पंचपुरी हरिद्वार में सभी पौराणिक सिद्धपीठों, अखाड़ों, आश्रमों में पूजन हेतु जाएगी। 28 अक्टूबर को हर की पैड़ी पर मां गंगा की पूजा अर्चना के बाद दुग्ध अभिषेक के पश्चात मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा माया देवी मंदिर प्रांगण से पवित्र छड़ी को उत्तराखंड की यात्रा के लिए रवाना किया जायेगा। इस अवसर पर महंत शिव दत्त गिरी, महंत पशुपति गिरी, कोठारी महाकाल गिरी पुजारी महंत सुरेशानंद सरस्वती, महंत दीनदयाल गिरि, महंत आकाश पुरी, महंत आदित्य गिरि, महंत भीष्म गिरि, महंत राजेंद्र गिरि, महंत गौतम गिरि, महंत राजगिरी,महंत बलपुरी तथा महंत रतन गिरी सहित बड़ी संख्या में साधु संतों के अलावा स्थानीय नागरिक एवं श्रद्धालु उपस्थित थे।

संक्षिप्त खबरें

एनएसयूआई ने परीक्षा परिणाम जल्दी घोषित करने की उठाई मांग

पौड़ी। छात्र संगठन एनएसयूआई ने परीक्षा परिणाम अभी तक घोषित नहीं कए जाने पर नाराजगी जताई है। इस संबंध में परिसर निदेशक पौड़ी को ज्ञापन देकर रिजल्ट को जल्दी घोषित करने की गुहार लगाई गई है। पौड़ी परिसर निदेशक को सौंपे ज्ञापन में एनएसयूआई ने कहा है कि बीए द्वितीय और चतुर्थ सेमेस्टर सहित बीएससी द्वितीय सेमेस्टर के परीक्षा परिणाम घोषित करने की मांग की। छात्रसंघ के प्रत्याशी रहे अर्जुन गोदियाल ने कहा कि छात्रों को परीक्षा दिए 2 महीने से अधिक का समय हो गया, लेकिन छात्रों परीक्षा परिणाम अभी तक घोषित नहीं किए गए। परीक्षा परिणाम घोषित न होने के कारण छात्र कक्षाओं में प्रवेश नहीं ले पा रहे हैं। जिससे छात्रों को समस्या का सामना करना पड़ रहा है। एनएसयूआई ने कहा कि यदि शीघ्र छात्रों का परीक्षा परिणाम घोषित नहीं किया जाता है तो , विवश होकर आंदोलन के लिए बाध्य होना पड़ेगा। परिसर निदेशक को ज्ञापन देने वालों में पूर्व छात्रसंघ सचिव मुकुल कुमार, अमन नेगी, विद्या जी, आयुष, रोहन, मोहित आदि मौजूद रहे।

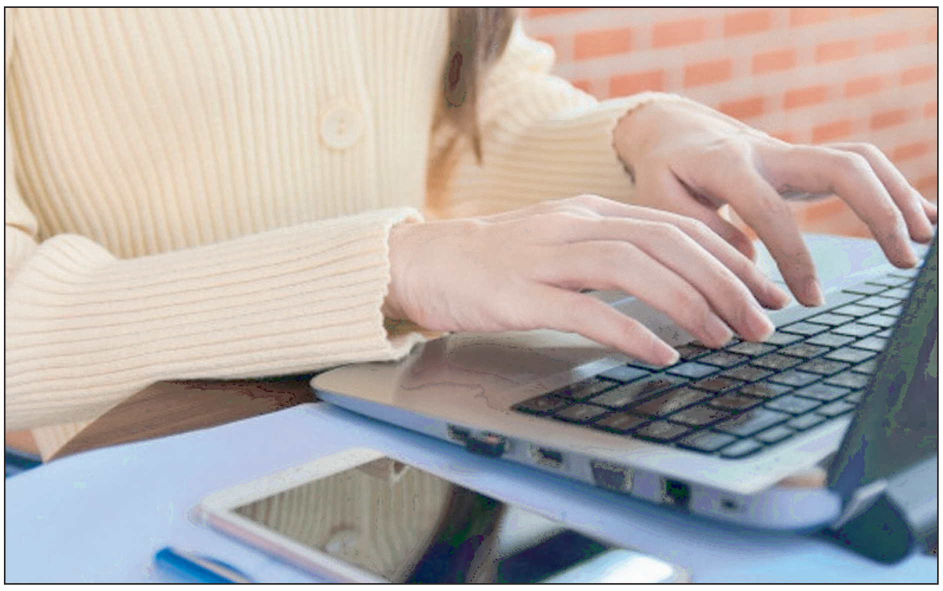
अपर सचिव स्वास्थ्य ने जांची स्वास्थ्य केंद्रों की व्यवस्था

चमोली। अपर सचिव स्वास्थ्य अमनदीप कौर ने सीमांत जनपद चमोली के विभिन्न स्वास्थ्य केन्द्रों का निरीक्षण किया। निरीक्षण के द्वितीय दिवस में अपर सचिव ने प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र पांडुकेश्वर एवं बदरीनाथ धाम में स्थित स्वास्थ्य केन्द्रों का निरीक्षण कर स्वास्थ्य सेवाओं का जायजा लिया। बदरीनाथ स्वास्थ्य केन्द्रों में स्वास्थ्य लाभ ले रहे तीर्थ यात्रियों से स्वास्थ्य सेवाओं के बारे में जानकारी ली। तीन दिवसीय भ्रमण के अंतिम दिन अपर सचिव स्वास्थ्य ने हेल्थ एंड वैलनेस केंद्र बड़ागांव, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र जोशीमठ, हेल्थ एंड वेलनेस केंद्र लंगसी, हेल्थ एवं वेलनेस केंद्र टंगड़ी, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र पीपल कोठी, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र चमोली, एवं जिला चिकित्सालय गोपेश्वर का भ्रमण कर स्वास्थ्य सेवाओं का जायजा लिया। उन्होंने आयुष्मान भारत भवः अभियान के अंतर्गत संचालित गतिविधियों का निरीक्षण किया। लोगों से वार्ता करके टीवी मुक्त ग्राम एवं आयुष्मान भारत हेल्थ अकाउंट (आभा) आईडी अभियान के प्रगति के बारे में जाना। इस दौरान मुख्य चिकित्सा अधिकारी डा. राजीव शर्मा अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डा. अभिषेक गुप्ता, मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डा. अनुराग धनिक, अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डा. एमएस खाती ,अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डा. उमा रावत ,अपर मुख्य चिकित्सा अधिकारी डा. बीपी सिंह आदि लोग मौजूद रहे।

पुलिस ने नदी में बह रहे व्यक्ति को बचाया

चमोली। पुलिस ने नदी के तेज बहाव में बह रहे एक व्यक्ति की जान बचा ली। पुलिस अधीक्षक कार्यालय से मिली जानकारी के अनुसार थाना गोविंद घाट क्षेत्र अंतर्गत पिनोला घाट के निकट जगदीश स्टोन क्रशर के पास एक व्यक्ति के नदी में बहने की सूचना मिली। जिस पर तत्काल थानाध्यक्ष गोविन्दघाट द्वारा बिना समय गवाएं आपदा राहत बचाव पुलिस व एसडीआरएफ ने घटना स्थल पर पहुंचकर संयुक्त रेस्क्यू अभियान चलाया। पुलिस ने बताया कि घटनास्थल पर जाकर देखा तो युवक नदी के बीचों बीच पत्थरों पर फंसा था। जिस पर पुलिस और एसडीआरएफ के जवानों द्वारा अथक प्रयासों से उक्त व्यक्ति को सुरक्षित बाहर निकला गया। स्थानीय लोगों ने पुलिस की प्रशंसा की है।

लैपटॉप और कंप्यूटर के इस्तेमाल से टेनिस एल्बो का खतरा



न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 21 अक्टूबर , टेनिस एल्बो, जिसे लेटरल एपिकॉन्डिलाइटिस के नाम से भी जाना जाता है, एक ऐसी स्थिति है जिसमें कोहनी के बाहरी हिस्से में टेंडन सूज जाता है। यह टेंडन हाथ की मांसपेशियों को कंधे से जोड़ता है। टेनिस एल्बो आमतौर पर बार-बार हाथों का उपयोग करने से होता है, जैसे कि टेनिस या बेसबॉल खेलना, या दीवार को खरोंचना या नाखून काटना।

लैपटॉप व कंप्यूटर पर बहुत देर तक काम करने से न केवल आंखों और दिमाग के ऊपर इसका बुरा प्रभाव पड़ता है, बल्कि लगातार काम करने से आपको टेनिस एल्बो नामक बीमारी भी हो सकती है, ये बीमारी अक्सर उन्हें होती है जो लंबे समय तक टाइपिंग करते रहते हैं। कंप्यूटर व लैपटॉप में लगातार काम करने से टेनिस एल्बो नाम की बीमारी का खतरा बहुत ही ज्यादा बढ़ जाता है, ऐसा इसलिए हो सकता है क्योंकि कोहनी नीचे रखकर और कीबोर्ड पर ज्यादा समय तक टाइप करने या माउस चलाने में मांसपेशियों को बोन्स से जोड़ने वाले पार्ट ₹टेंडनर₹ में हल्का प्रहार होता है, इसके होने पर शुरुआत में दर्द का अहसास कम होता है, वहीं ये धीरे-धीरे बढ़ने लग जाता है। दर्द की समस्या धीरे-धीरे बाजू में भी होने लग जाती है।

ये बीमारी न केवल मोबाइल व लैपटॉप में काम करने से बढ़ती है बल्कि इसके होने की वजह मोबाइल में ज्यादा देर तक काम करने के कारण भी हो सकती है, यदि ज्यादा देर तक आप मोबाइल में काम करते हैं तो इससे अंगूठे के ऊपर प्रेशर पड़ता है, जिसके कारण भी अंगूठे के साथ गर्दन में दर्द की बहुत ही ज्यादा शिकायत हो सकती है। टेनिस एल्बो की बीमारी होने पर दर्द का अहसास नहीं होता है, लेकिन इसका सही समय में यदि इलाज नहीं होता है तो ये समस्या बढ़ते-बढ़ते गर्दन तक पहुंच जाता है।

टेनिस एल्बो के 10 सबसे आम लक्षण निम्नलिखित हैं:

- कोहनी के बाहरी हिस्से में दर्द, जलन या पीड़ा- हाथ को मोड़ने या फैलाने पर दर्द
- कलाई को मोड़ने या फैलाने पर दर्द
- कोहनी को छूने पर कोमलता- हाथ की मांसपेशियों में कमजोरी
- दर्द जो कलाई या हाथ तक फैलता है- रात में दर्द बढ़ जाना
- दर्द जो काम, खेल या अन्य गतिविधियों को प्रभावित करता है
- कोहनी के आसपास सूजन- कोहनी के आसपास लालिमा

टेनिस एल्बो के लक्षण आमतौर पर धीरे-धीरे विकसित होते हैं और कुछ हफ्तों या महीनों तक रह सकते हैं। यदि आपको टेनिस एल्बो के लक्षण दिखाई देते हैं, तो अपने डॉक्टर से परामर्श करना महत्वपूर्ण है। डॉक्टर आपके लक्षणों का मूल्यांकन करेंगे और यह सुनिश्चित करने के लिए परीक्षण कर सकते हैं कि कोई अन्य स्थिति मौजूद नहीं है।

टेनिस एल्बो का इलाज आमतौर पर आराम, बर्फ, संपीड़न और ऊंचाई (RICE) विधि से किया जाता है। यदि यह मदद नहीं करता है, तो फिजियोथेरेपी या दवा मदद कर सकती है। गंभीर मामलों में, सर्जरी की आवश्यकता हो सकती है। टेनिस एल्बो को रोकने के लिए, बार-बार हाथों का उपयोग करने वाली गतिविधियों को सीमित करना महत्वपूर्ण है। यदि आपको टेनिस एल्बो के लक्षण दिखाई देते हैं, तो आराम करें और RICE विधि का प्रयोग करें।

पुरूष वर्ग आरटीसी 46वीं वाहिनी व महिला वर्ग में 31वीं वाहिनी प्रथम

■ अंतर आरटीसी पुलिस एथलेटिक्स प्रतियोगिता में रिक्रूट आरक्षियों ने दिखाया दम

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 21 अक्तूबर। पुलिस लाइन देहरादून में उत्तराखण्ड प्रादेशिक अंतर आरटीसी पुलिस एथलेटिक्स प्रतियोगिता-2023 का आयोजन हुआ। पुरूष वर्ग आरटीसी 46वीं वाहिनी पीएसी की टीम प्रथम स्थान और आरटीसी एसडीआरएफ की टीम द्वितीय स्थान पर रही। जबकि महिला वर्ग में आरटीसी 31 वीं वाहिनी की टीम प्रथम रहीं, जबकि आरटीसी हरिद्वार ने द्वितीय स्थान पर कब्जा किया।18 से 20 अक्तूबर तक आयोजित प्रतियोगिता का शुभारम्भ डीजीपी अशोक कुमार ने किया था। जबकि समापन पुलिस दूरसंचार अपर महानिदेशक वी. मुरूगेशन मुख्यातिथि रहे। तीन दिवसीय प्रतियोगिता में देहरादून, हरिद्वार, ऊधमसिंह नगर सहित पूरे प्रदेश में विभिन्न जनपद और इकाईयों में प्रशिक्षु आरटीसी की कुल 10 टीमों में 470 प्रतिभागी शामिल हुए। पुरूष वर्ग की 23 तथा महिला वर्ग की 20 प्रतिस्पर्धाओं का आयोजन किया गया। जिनमें 100 मीटर, 400 मीटर, 800 मीटर, 1500 मीटर, 3000 मीटर, 5000 मीटर, 10 किलो मीटर दौड, डिस्कस थ्रो, जैवलिन थ्रो, लम्बी कूद, हाई जम्प, शार्ट पुट, पोल वाल्ट, 100, 400 मीटर रिले रेस आदी प्रतियोगिताएं कराई गईं।ये रहे मौजूदः समापन समारोह में नगन्याल पुलिस महानिरीक्षक गढवाल परिक्षेत्र करन सिंह, सचिव उत्तराखण्ड पुलिस स्पोर्टस कंट्रोल बोर्ड-डीआईजी पीएसी मुख्यालय जन्मेजय खण्डूरी, पुलिस उपमहानिरीक्षक प्रशिक्षण बरिंदरजीत सिंह, पुलिस उपमहानिरीक्षक आरटीसी उत्तराखंड राजकुमार नेगी, अजय सिंह आयोजन सचिव व वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून व अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

फतेहपुर : एसएसपी डॉ. विपिन ताडा ने मुझे जो ज़िम्मेदारी दी है उसे पूरी तरह निभाउंगा : SO सत्येंद्र कुमार राय

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

फतेहपुर : सहारनपुर एसएसपी डॉ. विपिन ताडा ने कानून व्यवस्था दुरुस्त करने के लिए चिलकाना थाना प्रभारी सत्येंद्र कुमार राय को थाना फतेहपुर की कमान सौंपी है। सत्येंद्र कुमार राय ने फतेहपुर थाने की कमान संभालते ही कहा मुझे एसएसपी डॉ. विपिन ताडा ने जो मुझे जिम्मेदारी दी है उसे पूरी तरह निभाऊंगा और मेरी यही कोशिश रहेगी की पुलिस और पब्लिक के बीच की दूरियां कम हो। और अपराधियों की नकेल कसने का काम करेंगे। और साथ में नशा और अपराध के लिए भी समय समय पर अभियान चलाया जायेगा।दोस्तों हमारे देश की सुरक्षा में जितनी भूमिका भारतीय सेना की है, उतनी ही पुलिस की भी होती है। वैसे तो पुलिस के बारे में अलग अलग तरह की बातें की जाती है, लेकिन पुलिस वाले अपनी नींद की क़ुरबानी देते हैं। जिससे जनता रात को आराम से सो सके। साथ में SO सत्येंद्र कुमार राय ने सभी माता-पिता से अपील की है की अपने बच्चो को अच्छी शिक्षा दें, और बच्चों को उन हर चीज से दूर रखें जिससे वो अपराध की दुनिया में कदम रखे . आज कल अलग अलग तरह के अपराध हो रहे है। ऐसा ही एक वीडियो कॉल का इस्केम चल रहा है जिसमे आपका फ़ोन हैक कर लिया जाता आपको पता भी नहीं होता उसी बिच अनजान लड़की की आपके नंबर पर वीडियो कॉल आती है, जिसमे वो आपसे अश्लील बाते करती है और फिर आपकी वीडियो रिकॉर्ड कर लेती है उसके बाद आपको ब्लैक मेल किया जाता है आपसे पैसे मांगे जाते है, तो आपके पास भी कभी किसी अनजान लड़की की वीडियो कॉल आती है तो सावधान रह। और SO सत्येंद्र कुमार राय ने जनता को ये भरोसा दिलाया है, दिन हो या रात, धूप हो या बरसात आपकी सेवा के लिए यूपी पुलिस हमेशा आपके साथ।

चुनाव ड्यूटी के दौरान कार्मिकों के मेडिकल की जांच को होगी टीम गठित

पौड़ी। लोकसभा चुनावों की तैयारियों को लेकर शुक्रवार को आयोग के दिशा-निर्देशों के तहत आयोजित बैठक में जिला निर्वाचन अधिकारी ने चुनाव ड्यूटी से मुक्त करने के लिए कार्मिकों द्वारा लगाएं जाने वाले मेडिकल की जांच के लिए एक मेडिकल टीम बनाने के निर्देश दिए गए। नोडल अफसरों के साथ पौड़ी में आयोजित इस बैठक में जिला निर्वाचन अधिकारी डॉ आशीष चौहान ने कहा कि जिले में जिन स्थानों पर किसी भी संचार कंपनी का कोई नेटवर्क नहीं है, वहां अभी से वैकल्पिक व्यवस्थाएं कर ली जाए। नोडल अफसरों से कहा कि वे अपने दायित्वों के निर्वहन के लिए आयोग के दिशा-निर्दशों को ठीक से अध्ययन कर ले ताकि चुनाव ड्यूटी के समय किसी तरह का संदेह न रहे। जिला निर्वाचन अधिकारी ने कहा कि चुनाव ड्यूटी के लिए कार्मिकों की सूची बना ली जाए और इसमें रिटायर हो चुके और निलंबित कार्मिकों के नाम शामिल न हो। इसके साथ ही चुनाव के दौरान उपयोग में आने वाली समग्री की रेट लिस्ट तैयार करने, वाहनों की उपलब्धता, कार्मिकों की भोजन व्यवस्था को लेकर भी बैठक में चर्चा हुई। भोजन व्यवस्था के लिए डीएसओ को टेंडर सबंधी तैयारियां समय से पूरी करने को भी कहा गया। बैठक में सीडीओ अपूर्वा पाण्डे, एसई लोनिवि पीएस बृजवाल, आरटीओ अनिता चंद,डीएसओ केएस कोहली, जिला अर्थ एवं संख्याधिकारी राम सलोने, ईई लोनिवि शिवा, एसडीओ विद्युत गोविंद सिंह, ईई लोनिवि दुगड्डा डीपी सिंह, जिला सूचना विज्ञान अधिकारी अभिषेक श्रीवास्त सहित अन्य अफसर भी मौजूद रहे।

गुरुकुल विवि में डीन-11 और बीपीएड-11 ने जीते मैच

हरिद्वार(आरएनएस)। गुरुकुल कांगड़ी विवि में योग एवं शारीरिक शिक्षा संकाय के अन्तर्गत शारीरिक शिक्षा एवं खेल विभाग के दयानंद स्टेडियम में आयोजित दो दिवसीय क्रिकेट प्रतियोगिता का उदघाटन मैच डीन-11 तथा बीपीईएस-11 के बीच खेला गया। जिसमें बीपीईएस-11 ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करने का निर्णय किया तथा निर्धारित 12 ओवर मे 63 रन का लक्ष्य तय किया। जवाब में उतरी डीन-11 की टीम ने 63 रनों का पीछा करते हुये 8 ओवर तथा 5 विकेट में लक्ष्य हासिल कर मैच जीता। पहले दिन का दूसरा मुकाबला बीपीएड-11 तथा श्रद्धानंद-11 के बीच खेला गया। श्रद्धानंद ने निर्धारित ओवर में 113 रनों का लक्ष्य तय किया। जवाब में बीपीएड-11 ने 3 विकेट पर 114 रन बनाकर मैच जीता। ललित ने सर्वाधिक 40 रनों का योगदान दिया। क्रिकेट प्रतियोगिता का उद्घाटन संकायाध्यक्ष प्रो. सुरेन्द्र त्यागी ने खिलाडियों से परिचय प्राप्त एवं बॉल हिट करके किया गया।

आपका भी है यूट्यूब चैनल तो ध्यान रखें ये बात

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 21 अक्टूबर , गूगल का वीडियो स्ट्रीमिंग प्लेटफार्म यूट्यूब आज इतना पॉपुलर है कि हर 60 सेकंड के भीतर इसमें 500 घंटे से भी ज्यादा का कंटेंट अपलोड हो रहा है. फिर चाहे कंटेंट अच्छा हो या बुरा लेकिन यूजर्स लगातार यूट्यूब पर इसे अपलोड कर रहे हैं. हालांकि जो भी कंटेंट कंपनी के पॉलिसी के खिलाफ होता है उसे यूट्यूब तुरंत हटा देता है. इस बीच कंपनी ने ये जानकारी शेयर की है कि उसने अप्रैल से लेकर जून महीने के बीच 20 लाख से ज्यादा वीडियो को हमेशा के लिए प्लेटफार्म से डिलीट कर दिया है. दरअसल, ये सभी वीडियो कंपनी के नियमों के खिलाफ जाकर अपलोड किए गए थे.

अगर यूट्यूब पर आपका भी चैनल है और आप इसमें लगातार वीडियो अपलोड करते हैं तो चैनल के ग्रोथ के लिए ये बात ध्यान रखें कि कभी भी ऐसा कंटेंट प्लेटफार्म पर अपलोड न करें जो भ्रामक हो, जिसमें जानकारी गलत हो या फिर ये हिंसा, नग्नता या दूसरी गलत चीजों को बढ़ावा देता हो. अगर आप ऐसा कंटेंट प्लेटफार्म पर अपलोड करते हैं तो कंपनी आपके खिलाफ एक्शन ले सकती है और स्थिति के हिसाब से आपका चैनल भी हमेशा के लिए डिलीट हो सकता है. हमेशा प्लेटफार्म पर कंपनी के नियमों के तहत वीडियो को पोस्ट करें. यूट्यूब पर अच्छी ग्रोथ के लिए आपका कंटेंट हमेशा ओरिजिनल और सही होना चाहिए.

गूगल ने बचाए 12,000 करोड रुपए

यूट्यूब के अलावा गूगल ने अपने पेमेंट ऐप गूगल पे पर सस्पिशियस ट्रांजैक्शन पर लोगों को अलर्ट कर और फ्रॉड कर रहे लोगों को ब्लॉक कर पिछले साल 12,000 करोड रुपए लोगों के बचाए हैं. दरअसल, कंपनी एक अलर्ट मैसेज यूजर्स को दिखाती है जब वे किसी अननोन नंबर या कांटेक्ट में बाहर किसी व्यक्ति को पेमेंट करते हैं. इस तरह कंपनी लोगों को सामने वाले व्यक्ति को वेरिफाई करने के लिए कहती है और वे फ्रॉड का शिकार होने से बच जाते हैं.

टिहरी-टाईगर्स को हराकर बौराड़ी ब्लास्टर्स बना टीपीएल सीजन टू का चैंपियन

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

नई टिहरी। डा ऐपीजे अब्दुल कलाम विचार मंच एवं सम्राट क्रिकेट अकादमी के संयुक्त तत्वाधान में गांधी स्टेडियम बौराड़ी में जनपद स्तरीय टिहरी प्रीमियर लीग सीजन टू क्रिकेट चैम्पियनशिप का फाईनल मुकाबला टिहरी-टाईगर्स व बौराड़ी ब्लास्टर्स के बीच खेला गया। जिसमें बौराड़ी ब्लास्टर्स ने टिहरी-टाईगर्स को 9 विकेटों से हराकर बड़ी जीत दर्ज की। फाइनल मुकाबले के मुख्य अतिथि बार एसोसियेशन के पूर्व अध्यक्ष शांति प्रसाद भट्ट ने इस मौके पर विजेता टीम को ट्रॉफी और 21 हजार रुपये एवं विशिष्ट अथिति शहर कांग्रेस अध्यक्ष कुलदीप पंवार ने उप-विजेता टीम को साथ 15 हजार रूपये व ट्रोफी भेंट कर शुभकामनायें दी।

टिहरी-टाईगर्स 16 ओवर्स मे 9 विकटों के नुकसान पर केवल 88 रन ही बना सकी। बौराड़ी ब्लास्टर्स की और से सुमित ने 3 और राकेश व आनन्द ने 2-2 विकेट चटकाए। टिहरी-टाइगर्स की और से मनोज ने 25 रनों का अहम योगदान दिया। 89 रनों के आसान से लक्ष्य का पीछा करने उतरी बौराड़ी ब्लास्टर्स की टीम ने शुरूआत से ही सधी हुई शुरुआत की दोनों सलामी बल्लेबाजों अभिषेक मखलोगा और विक्की बेलवाल ने अच्छी बल्लेबाजी करते हुये पहले विकेट के लिये 43 रनों की साझेदारी की। जिसके चलते बौराड़ी ब्लास्टर्स ने 9 विकेटों से बड़ी जीत दर्ज की। उन्होंने 12वें ओवर्स में 1 विकेट के नुकसान पर 89 रनों का लक्ष्य हासिल कर टिहरी प्रीमियर लीग सीजन टू का खिताब अपने नाम किया। बौराड़ी ब्लास्टर्स की और से विक्की बेलवाल ने 31 गेंदों पर नाबाद 43 रन व अभिषेक मखलोगा ने 23 और सुमित ने नाबाद 16 रनों का योगदान दिया। टिहरी-टाइगर्स की और से सुमित ने एक विकेट लिया। बौराड़ी ब्लास्टर्स के विजय सिंह रावत को चैम्पियनशिप में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने पर मैन ऑफ द सीरीज व सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाज, हितेश भट्ट को सर्वश्रेष्ठ फील्डर, सुमित को फाइनल का मैन ऑफ द मैच तथा टिहरी-टाईगर्स के मनोज नेगी को चैम्पियनशिप का सर्वश्रेष्ठ गेंदबाज चुना गया। इससे पूर्व टिहरी प्रीमियर लीग सीजन टू के फाईनल मुकाबले का शुभारम्भ महिला कांग्रेस की जिलाध्यक्ष आशी रावत ने रिबन काटकर किया। इस अवसर पर डा एपीजे अब्दुल कलाम विचार मंच-उत्तराखण्ड के प्रदेश अध्यक्ष अशद आलम, सचिव राजेश नेगी, अम्पायर प्रवेश डबराल व कैलाश, स्कोरर किशन व अंकुश, आयोजक समिति के नवजीत शाह, अस्मित सिंह, योगेश शाह, दिवाकर बेलवाल, राजेश नेगी, वसीम सिद्धिकी, फहाद शेख , जगवीर गुसाईं, अफताब खान, रोबिन रांगड़, प्रकाश आदि मौजूद रहे।

संपादकीय

एमएसपी की चुनावी बढ़ोतरी

भारत सरकार के कृषि मूल्य आयोग ने गेहूं का न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) बढ़ाया है। गेहूं रबी के मौसम की मुख्य फसल होती है। 2023-24 के लिए एमएसपी में बढ़ोतरी 150 रुपए कर गेहूं के दाम 2275 रुपए प्रति क्विंटल तय किए गए हैं। यह अभी तक की सबसे अधिक वृद्धि है, क्योंकि यूपीए सरकार के दौरान 2006-07 और 2007-08 में लगातार दो साल फसलों के एमएसपी में बढ़ोतरी की गई थी, लेकिन तुलना में वे कम थीं। यह एमएसपी वृद्धि महज किसानों के कल्याण और उनकी आर्थिक स्थिति के मद्देनजर नहीं है। इससे किसानों की आमदनी दोगुनी होने लगेगी, ऐसे कोई आसार नहीं हैं। दरअसल बुनियादी व्यवस्था में ही खोट है, क्योंकि किसान की फसल एमएसपी पर नहीं खरीदी जाती। सरकारी खरीद का लाभ बेहद सीमित है। उसका फायदा 10-12 फीसदी किसानों को भी नसीब नहीं है, लिहाजा किसान कृषि की मंडियों में ही फसल बेचने को विवश है। वहां कई तरह की कटौतियों के बाद किसान के हाथ एमएसपी तक नहीं लगता। फसल बेचना उसकी मजबूरी है, लिहाजा किसान कम दाम पर भी फसल बेचने को विवश है। यही सवाल कई दशकों से किसानों के सामने 'यक्ष' की तरह मौजूद है। मोदी सरकार के 10 साल भी गुजर जाएंगे, लेकिन एमएसपी का सवाल अनुत्तरित रहेगा। वैसे उसने एक समिति का गठन कर रखा है, जिसमें कुछ किसान प्रतिनिधि भी शामिल हैं, लेकिन वह समिति क्या कर रही है, उनका विमर्श किस निष्कर्ष तक पहुंचा है, क्या एमएसपी को कानूनी दर्जा देने की सिफारिश पर सहमति बन चुकी है, लेकिन लंबा समय बीतने के बावजूद कुछ भी सार्वजनिक नहीं किया गया है। अभी एमएसपी की घोषणा करने के आर्थिक के साथ-साथ राजनीतिक, चुनावी आयाम भी हैं। 2024 के लोकसभा चुनावों से पहले एमएसपी में यह आखिरी बढ़ोतरी है। इसके अलावा, पांच राज्यों में विधानसभा चुनावों की प्रक्रिया जारी है। नवम्बर में मतदान होंगे और 3 दिसंबर को जनादेश घोषित किए जाएंगे। इन राज्यों में मध्यप्रदेश और राजस्थान में गेहूं रबी मौसम की प्रमुख फसल है। एमएसपी में बढ़ोतरी की गई है, जाहिर है कि किसानों के वोट बैंक पर निगाहें रही होंगी। वैसे मोदी सरकार ने अपने साढ़े नौ साल के कार्यकाल में गेहूं का एमएसपी 875 रुपए क्विंटल बढ़ाया है, जबकि यूपीए सरकार के दौरान यह बढ़ोतरी 770 रुपए क्विंटल की गई थी। धान का एमएसपी भी मौजूदा सरकार ने 873 रुपए क्विंटल बढ़ाया है, लेकिन यूपीए सरकार के 10 साला कालखंड में यह वृद्धि 760 रुपए की गई थी। वैसे ऐसी तुलनाएं ही गलत हैं, क्योंकि मुद्रा के अवमूल्यन और मुद्रास्फीति को भी ध्यान में रखना होता है। बहरहाल एमएसपी में बढ़ोतरी की घोषणा तब की गई है, जब सरकारी भंडारणों में गेहूं एक अक्तूबर को 239.95 लाख टन बताया गया है। यह न्यूनतम स्टॉक 205.2 लाख टन से कुछ ही अधिक है।

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

एसएसपी अजय सिंह का बढ़ता भौकाल अपराधियों का हाल हुआ बेहाल

- पुलिस से बचने के लिए भटक रहे दर- बदर
- पैट्रोल पम्प की घटना में शामिल अभियुक्त ने किया आत्म समर्पण
- गिरफ्तारी हेतु पुलिस द्वारा लगातार दी जा रही थी दबिशें
- अभियुक्त पर एसएसपी देहरादून ने 5000/- का ईनाम किया था घोषित

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून में अपराध करके कोई अपराधी बच नहीं सकता, अपराधियों के लिए देहरादून में एक ही है सुरक्षित ठिकाना, वह है जेल, अब ये बात उन्हें भी समझ आने लगी है :- एसएसपी देहरादूनदेहरादून , 21 अक्टूबर , देहरादून के वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह ने सभी थाना प्रभारियो को अपने अपने थाना क्षेत्र में विभिन्न अपराधों में वांछित चल रहे अभियुक्तो की जल्द गिरफ्तारी हेतु कड़े निर्देश दिए है। जिसके अनुपालन में थाना प्रेमनगर पर जानलेवा हमले के सम्बंन्ध में वांछित अभियुक्त सादिक उर्फ जीवन पुत्र मुन्तियाज निवासी ग्राम भूरा थाना कैराना, जिला शामली, उत्तरप्रदेश की गिफ्तारी हेतु टीम गठित की गयी। गठित टीम द्वारा पूर्व में अभियुक्त के मस्कन पर कई बार दबिशें दी गयी किन्तु अभियुक्त गिरफ्तारी से लगातार बचता रहा। अभियुक्त की गिरफ्तारी हेतु मा0 न्यायालय से गैर जमानतीय वारण्ट जारी कराया गया साथ ही धारा 82 सी0आर0पी0सी0 के आदेश प्राप्त कर अभियुक्त के घर पर कुर्की की उद्घोषणा को ढोल-नगाडे बजाते हुए अभियुक्त के घर पर चस्पा कराया गया साथ ही अभियुक्त के फोटो पम्पलेट उसके गांव एवं आस-पास के सम्भावित स्थानों व सम्बन्धित थाने पर चस्पा किये गये। अभियुक्त सादिक उर्फ जीवन की गिरफ्तारी हेतु वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा 5000/- रुपये का ईनाम घोषित किया गया था। पुलिस द्वारा लगातार अभियुक्त की गिरफ्तारी हेतु किये जा रहे प्रयासों व गिरफ्तारी के डर से अभियुक्त सादिक उर्फ जीवन द्वारा आज मा0 न्यायालय देहरादून में आत्म समर्पण किया गया। मा0 न्यायालय द्वारा अभियुक्त सादिक उर्फ जीवन को न्यायिक अभिरक्षा में जिला कारागार सुद्धोवाला भेजा गया।

अल्पसंख्यक बालिकाओं के लिए 3 करोड़ स्वीकृत : धामी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 21 अक्टूबर , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने ''मुख्यमंत्री अल्पसंख्यक मेधावी बालिका प्रोत्साहन योजना'' के अन्तर्गत 3 करोड रू0 की स्वीकृति प्रदान की है। यह धनराशि निदेशक अल्प संख्यक कल्याण विभाग को उपलब्ध करायी गई है। मुख्यमंत्री द्वारा मुख्यमंत्री घोषणा के तहत जनपद पिथौरागढ़ के नगर पालिका परिषद पिथौरागढ के अन्तर्गत आंतरिक सडकों की मरम्मत के लिये इस वित्तीय वर्ष हेतु 1 करोड की धनराशि की वित्तीय स्वीकृति प्रदान की है। इसके साथ ही मुख्यमंत्री ने जनपद पिथौरागढ की विधानसभा क्षेत्र धारचूला में विर्थी फॉल से खलिया टॉप, होकरा बालचन्द कुंड, खलिया से हीरामणि, दालीगाड से थाला एवं सैणराथी से थाला तक ट्रैकिंग रूट के निर्माण के लिये इस वित्तीय वर्ष हेतु 1 करोड, जनपद पिथौरागढ के खडकोट स्थित आवासीय बस्ती के समीप निकासी नाली एवं पिथौरागढ चण्डाक व जी.जी.आई.सी. खडकोट आन्तरिक मोटर मार्ग में सुरक्षात्मक कार्य किये जाने हेतु 93 लाख 27 हजार की वित्तीय एवं प्रशासनिक स्वीकृति प्रदान की गई है। मुख्यमंत्री द्वारा मुख्यमंत्री की घोषणा के तहत जनपद उत्तरकाशी के विधानसभा क्षेत्र पुरोला के अन्तर्गत नगर पंचायत पुरोला क्षेत्रान्तर्गत वार्ड नं0-05 व 06 के आन्तरिक मार्गों में कराये गये निर्माण कार्यों हेतु 56 लाख 68 हजार, जनपद हरिद्वार विधान सभा क्षेत्र रानीपुर के अन्तर्गत नगर पालिका शिवाालिकनगर के नवोदय नगर कालोनी में सी.सी. द्वारा सड़क के निर्माण हेतु 23 लाख 32 हजार, नगर पालिका शिवाालिकनगर के नेहरू नगर कॉलोनी के सी.सी द्वारा सडक निर्माण किये जाने हेतु 23 लाख 34 हजार की वित्तीय एवं प्रशासनिक स्वीकृति प्रदान की है।मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मुख्यमंत्री घोषणा के तहत जनपद पौडी गढवाल के विधानसभा क्षेत्र कोटद्वार में राजकीय सम्प्रेक्षण गृह (किशोरी) सिम्मलचौड में महिला नशा मुक्ति केन्द्र की मरम्मत कार्य हेतु 60 लाख 14 हजार की धनराशि की वित्तीय एवं प्रशासनिक स्वीकृति प्रदान की है।

रंगों से मन की नारी का सृजन करने वाली, सोनल से मिलिए

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 21 अक्टूबर , साहस , समर्पण और स्नेह का एहसास दिलाती साहसी नारी को अपने कैनवास पर रंगों में पिरोने वाली .... ऑक्सफ़ोर्ड ऑफ़ ईस्ट से कैपिटल ऑफ़ कंट्री तक का कामयाब सफर तय करते हुए एक कामयाब चित्रकार की कामयाबी देखना है तो चले आइये ललित कला अकादमी जहाँ आपको इंद्रधनुष के रंगों जैसी आत्मविश्वासी युवा आर्टिस्ट मिलेंगी नाम है सोनल .... इनकी चित्रकारी में आपको दिखेगी नारी के संघर्ष और उसके प्रेम का सजीव संसार

आपको ले चलते हैं एहसास ग्रुप शो में जहाँ छह प्रसिद्ध कलाकारों द्वारा एक शानदार कला प्रदर्शनी रविन्द्र भवन ललित कला अकादमी में आयोजित की गयी है जिसका शुभारंभ सुप्रसिद्ध लेखक एवम कला समीक्षक प्रयाग शुक्ला ने किया। इस प्रदर्शनी के माध्यम से कलाकारों ने आध्यात्मिक, प्राकृतिक व अपने मनोभावों को दर्शाया है। यह प्रदर्शनी 19 से 26 अक्टूबर तक जारी रहेगी। एहसास ग्रुप शो के साथ प्रतिभा और रचनात्मकता का प्रदर्शन, जिसमें छह प्रतिष्ठित कलाकारों का काम शामिल है। यह सहयोगी प्रदर्शनी विविध प्रकार की कलात्मक अभिव्यक्तियों को एक साथ लाती है, प्रत्येक कलाकार अपनी कलात्मकता के माध्यम से अपनी अनूठी कहानियाँ बुनता है।

कलाकारों से मिलें:

सोनल सिंह गुप्ताः

भोपाल में स्थित, सोनल सिंह गुप्ता का काम मानव जीवन और प्रकृति के बीच परस्पर क्रिया से गहराई से प्रेरित है। वह समाज और पर्यावरण के बीच संबंध को प्रेरणा का एक समृद्ध स्रोत मानती हैं। उनकी यात्रा ने उन्हें प्रकृति की सुंदरता और मानव अस्तित्व के सार में गहराई तक जाने के लिए प्रेरित किया है। जेएमआई से ललित कला में स्नातकोत्तर की पढ़ाई पूरी करने के बाद, उनकी कला प्रकृति और समाज के बीच सामंजस्यपूर्ण संबंधों को खूबसूरती से दर्शाती है।

श्वेता उराणेः

भोपाल की रहने वाली श्वेता उराणे एक चित्रकार और प्रिंटमेकर हैं। उनकी कलात्मक यात्रा को दृश्य रचनात्मकता की निरंतर खोज द्वारा चिह्नित किया गया है। 2018 में बैचलर ऑफ फाइन आर्ट्स की डिग्री हासिल करने के बाद, उन्होंने 2019 से 2021 तक भारत भवन प्रिंटमेकिंग कम्युनिटी स्टूडियो में अपना कलात्मक अभ्यास जारी रखा। वर्तमान में मुंबई के सर जे.जे. स्कूल ऑफ आर्ट में प्रिंटमेकिंग में मास्टर ऑफ फाइन आर्ट की पढ़ाई कर रही श्वेता का काम एक है उसकी विकसित होती अवधारणाओं और असीम रचनात्मकता का मूर्त रूप।

नीतू भोपालः

प्रिंटमेकर कलाकार, नीतू भोपाल एक दशक से अपनी कला के प्रति समर्पित हैं। उनकी रचनाएँ उनकी भावनाओं और जीवनशैली का प्रतिबिंब हैं, जिनमें रेखाएँ और धागे केंद्रीय रूपांकन हैं। उनकी कला उनके अनुभवों और भावनाओं का एक विचारोत्तेजक प्रतिनिधित्व है।

तृप्ति पोरवालः

भोपाल की एक स्वतंत्र कलाकार तृप्ति पोरवाल के पास पेंटिंग में मास्टर डिग्री है। उनके काम की विशेषता ज्यामितीय आकृतियों का उपयोग है जो हमारे दैनिक जीवन से मेल खाती है, भले ही अनदेखे तरीकों से। उनकी कला हमारे अस्तित्व के भीतर छिपे संबंधों का पता लगाने का प्रयास करती है।

मनीषा जैनः

मनीषा जैन की कला प्रकृति, मानवता और आध्यात्मिकता के सामंजस्य के इर्द-गिर्द घूमती है। उनका मानना है कि हमारी जड़ें हमारे जीवन में अभिन्न भूमिका निभाती हैं और प्रकृति से गहराई से जुड़ी हुई हैं। उनकी पेंटिंग्स इस विचार को दर्शाती हैं कि हम सभी प्राकृतिक दुनिया के साथ अपने साझा संबंध के माध्यम से एक दूसरे से जुड़े हुए हैं।

गौरव मौर्यः

इलाहाबाद के रहने वाले गौरव मौर्य प्रदर्शनी में एक अनूठा दृष्टिकोण लेकर आए हैं। ग्रामीण परिवेश में पले-बढ़े प्रकृति के प्रति उनका गहरा प्रेम उनके काम में झलकता है। गौरव की कला बदलते पर्यावरण और प्रकृति पर उसके प्रभाव पर प्रकाश डालती है। अपने चित्रों के माध्यम से, वह ठोस रूपों से अमूर्त रूपों में परिवर्तन को दर्शाते हैं, और हमारे परिवेश के अक्सर अनदेखे पहलुओं को उजागर करते हैं।

आज जब देश और केंद्र सरकार महिला अधिकारों पर चर्चा कर रही है। संसद से सड़क तक नारी के प्रतिनिधित्व की बात ज़ोर पकड़ रही है ऐसे में इन युवा महिला चित्रकारों की पेंट और ब्रश से कैनवस पर उकेरी गयी इस रंगों भरी दुनिया को देख सुखद एहसास होना लाज़मी है।