हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 12 अंक : 176 | देहरादून, बृहस्पतिवार, 04 जनवरी, 2024 | मूल्य : एक रुपया | पृष्ठ : 08

पर्वतीय जिलों में स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत करने में जुटी धामी सरकार 3

लखवाड़ और किशाऊ परियोजनाओं पर भी तेज हो कार्य : मुख्यमंत्री

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून, 4 जनवरी, मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सचिवालय में ऊर्जा विभाग की समीक्षा करते हुए अधिकारियों को निर्देश दिये कि राज्य में ऊर्जा एवं वैकल्पिक ऊर्जा के क्षेत्र में तेजी से कार्य किये जाएं। राज्य में निवेश में तेजी से वृद्धि होगी, इसको ध्यान में रखते हुए गतिमान परियोजनाओं पर तेजी से कार्य किये जाएं। उन्होंने कहा कि कार्यों को तेजी से धरातल पर उतारने के लिए और प्रयासों की जरूरत है। यह प्रयास किये जाएं कि परियोजनाओं को पूर्ण करने की जो समयावधि है, उस समयावधि के अन्दर पूर्ण हो जाएं। यदि कहीं पर किसी भी प्रकार की समस्याएं आ रही हैं, तो समस्याएं बताई जाएं, उनका उचित समाधान किया जायेगा। मुख्यमंत्री ने कहा कि ऊर्जा से संबंधित जिन प्रस्तावों पर केन्द्र सरकार के स्तर से आवश्यक कार्यवाही होनी है, उनका विस्तृत प्रस्ताव बनाया जाय।

ऊर्जा विभाग की समीक्षा के दौरान मुख्यमंत्री ने निर्देश दिये कि हाइड्रो और सोलर ऊर्जा में उत्पादन को तेजी से बढ़ाया जाए। यू.जे.वी.एन.एल की अतिरिक्त भूमि पर पर्यटन आधारित गतिविधियों और सोलर के लिए प्राथमिकता के आधार पर उपयोग किया जाए। इन्वेस्टर्स समिट में निवेश के लिए जिन परियोजनाओं के लिए करार किये गये हैं, उनकी ग्राउंडिंग जल्द की जाए। लखवाड़ और किशाऊ बहुउद्दशीय परियोजनाओं पर भी तेजी से कार्य करने के मुख्यमंत्री ने निर्देश दिये। मुख्यमंत्री ने निर्देश दिये डिजिटल भुगतान को तेजी से बढ़ावा दिया जाय। राजस्व वृद्धि के लिए लगातार प्रयास किये जाएं। मुख्यमंत्री ने पिटकुल से विद्युत पारेषण तंत्र की मजबूती की दिशा में ध्यान देने को कहा। अल्प, मध्य एवं दीर्घकालिक योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन पर भी ध्यान देने के निर्देश दिये।

बैठक में जानकारी दी गई कि वर्तमान में हाइड्रो और सोलर ऊर्जा उत्पादन 7513 मिलियन यूनिट है, जिसे 2031 तक 18740 मिलियन यूनिट तक करने का लक्ष्य रखा गया है। 17 मे.वा. कीकुल 03 सौर ऊर्जा परियोजनाएं 2024 से शुरू होंगी। 29.25 मे.वा. की कुल 06 परियोजनाएं अक्टूबर 2025 तक शुरू होंगी। 2026 तक 5.5 मे.वा की नादेही, 18 मे.वा. की कर्मी कपकोट और 11.5 मे.वा. की बागेश्वर के पास शामा गांव सौर ऊर्जा परियोजना को 2026 तक शुरू करने का लक्ष्य रखा गया है। बैठक में जानकारी दी गई कि अभी तक 21520 करोड़ की परियोजनाओं की ग्राउंडिग हो चुकी है। जिसमें 6780 करोड़ रूपये की जल विद्युत परियोजनाएं, 14670 रूपये करोड़ की पंप स्टोरेज परियोजनाएं और 70 करोड़ रूपये की सौर आधारित परियोजनाएं शामिल हैं। जबकि इन्वेस्टर्स समिट में निवेश के लिए हुए करारों पर 54977 करोड़ रूपये की जल विद्युत, पंप स्टोरेज, सौर आधारित एवं अन्य परियोजनाओं की ग्राउडिंग की कार्यवाही गतिमान है।

इस अवसर पर तिलोथ विद्युत गृह (मनेरी भाली प्रथम चरण) के आर.एम.यू के बारे में भी प्रस्तुतिकरण दिया गया। यू.जे.वी.एन.एल द्वारा नवाचार के रूप में हाइड्रो काइनेटिक टरबाइन के लिए आई.आई.टी रूड़की के साथ अनुसंधान और विकास कार्य किया जा रहा है। ग्रीन हाइड्रोजन के लिए प्रथम चरण में पथरी मोहम्मदपुर में एक मेगावाट क्षमता का प्लांट स्थापित किया जा रहा है। ''जीरो इन्वेस्टमेंट/एक्सपेंस मॉडल'' के आधार पर 01 जनवरी 2026 के बाद ऊर्जीकृत परियोजनाओं को ग्लोबल कार्बन काउंसिल के ग्रीनहाउस मिटिगेशन प्रोग्राम में पंजीकृत कर ' कार्बन क्रेडिट ' जारी करा कर विक्रय करने की प्रक्रिया गतिमान है इस अवसर पर उपाध्यक्ष अवस्थापना अनुश्रवण समिति विश्वास डाबर, अपर मुख्य सचिव राधा रतूड़ी, सचिव आर. मीनाक्षी सुंदरम, एमडी यू.जे.वी.एन.एल संदीप सिंघल, एमडी यूपीसीएल अनिल कुमार, एमडी पिटकुल पी.सी.ध्यानी एवं संबंधित अधिकारी उपस्थित थे।

उत्तरकाशी बना मिसाल, सीएम और डीएम की मेहनत रंग लाई

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

नयी दिल्ली, 4 जनवरी, नेशनल वन डिस्ट्रिक वन प्रोडक्ट (ओडीओपी) अवार्ड में उत्तरकाशी जिले को दूसरा पुरस्कार मिला है। देशभर के लगभग पांच सौ जिलों के बीच उत्तरकाशी को कृषि की श्रेणी में यह सम्मान मिला है। जबकि राज्य अवार्ड में भी उत्तराखंड को दूसरा स्थान मिला है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में हासिल इस उपलब्धि से राज्य एवं जिले में खेती-किसानी को लाभदायक व्यवसाय में बदलने की सरकार की मुहिम को राष्ट्रीय स्तर पर पहचान और सम्मान मिलने से राज्य में आम लोगों के जीवन को बेहतर बनाने और उन्हें आजीविका के नए अवसर प्रदान कराने के सरकार के अभिनव और प्रतिबद्ध प्रयाद फलीभूत हो रहे हैं। कुछ समय पहले ही उत्तराखंड के लाल धान को जीआई टैग और अब राष्ट्रीय स्तर पर सम्मान मिलना राज्य के लिए बड़ी उपलब्धि है।

ओडोओपी नेशनल अवार्ड में मिला द्वितीय पुरस्कार

केन्द्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल की अध्यक्षता में आत्म निर्भर भारत उत्सव का आयोजन हुआ। उत्सव का उद्घाटन समारोह में मुख्य अतिथि विदेश मंत्री डा. एस. जयशंकर ने किया। इस दौरान देशभर के जिलों के बीच कृषि की श्रेणी में उत्तरकाशी जिले ने लाल धान की खेती को लेकर दूसरा स्थान हासिल किया है। इस दौरान मुख्य अतिथि केंद्रीय विदेश मंत्री डा. एस. जयशंकर के हाथों जिलाधिकारी उत्तरकाशी अभिषेक रूहेला ने जिलों की श्रेणी में प्रथम रनर अप का नेशनल ओडीओपी पुरस्कार ग्रहण किया। इस मौके पर जिले के मुख्य कृषि अधिकारी जे.पी तिवारी के साथ ही महाप्रबंधक जिला उद्योग केन्द्र उत्तरकाशी शैली डबराल भी उपस्थित रही। जबकि ओडीओपी अवार्ड में राज्यों के बीच उत्तराखंड राज्य को भी दूसरा स्थान मिला है।

मुख्यमंत्री ने पारंपरिक खेती को बढ़ावा देने की मुहिम शुरू की

जिलों की श्रेणी में उत्तरकाशी जिले को नेशनल ओडीओपी अवार्ड प्रदान करते हुए केन्द्र सरकार के द्वारा मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में राज्य व जिले में कृषि के क्षेत्र में किए गए उल्लेखनीय प्रयासों को सराहा गया है। इधर, मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने राष्ट्रीय स्तर पर मिले सम्मान की सराहना की। कहा कि टीम वर्क से आगे भी इस तरह के नए उत्पादों को राष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाएं। मुख्यमंत्री ने राज्य और जिले की टीम को बधाई दी।

डीएम खुद लाल धान की रोपाई को उतरे

उत्तराखंड के उत्तरकाशी जिले में विशिष्ट गुणों वाले लाल धान का उत्पादन होता है। जिले के पुरोला क्षेत्र सहित रवांई घाटी में परंपरागत रूप से बड़े पैमाने पर लाल धान की खेती होती है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पारम्परिक खेती के क्षेत्र में विद्यमान सम्भावनाओं को देखते हुए लाल धान और अन्य पारम्पारिक फसलों के उत्पादन को बढ़ावा देने की हिदायत देते हुए अधिकारियों को इस दिशा में प्रतिबद्ध प्रयास करने की अपेक्षा की थी। मुख्यमंत्री श्री धामी के विजन और मिशन पर अमल करते हुए जिला प्रशासन एवं कृषि विभाग के द्वारा जिले में लाल धान की पारंपरिक खेती का संरक्षण व संवर्द्धन के लिए बहुआयामी प्रयास करने के साथ ही गंगा घाटी के इलाकों में भी इसकी पैदावार करने के लिए किसानों को प्रोत्साहित कर पिछले वर्ष से लाल धान की खेती शुरू करवाई गई। इस मुहिम में स्वयं डीएम अभिषेक रुहेला और अन्य अधिकारी खुद खेतों में उतर कर रोपाई की थी।

ऐसा हुआ ओडोओपी पुरस्कार हेतु चयन

वन डिस्ट्रिक वन प्रोडक्ट के तहत उत्तरकाशी जिले से लाल धान को पूर्व नामित किया गया था। जिला प्रशासन, कृषि विभाग एवं उद्योग विभाग ने राष्ट्रीय पुरस्कार हेतु के लिए गत अगस्त माह में भारत सरकार से आवेदन किया था। जिसके बाद भारत सरकार के दल ने बीते अक्टूबर व नवंबर माह में जिले का दौरा कर जिले के दावे की पड़ताल की और तय मानकों पर जिले के दावे को उपयुक्त पाया।नेशनल वन डिस्ट्रिक वन प्रोडक्ट (ओडीओपी) अवार्ड में लाल धान और उत्तरकाशी जिला देश भर से दावेदार लगभग 500 जिलों के बीच सराहना और सम्मान का पात्र बना। इस उपलब्धि पर जिले में हर्ष की लहर है।

दुनिया देखेगी उज्जैन की जमीन से तारों को करीब से

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , उज्जैन में देश की पहली रोबोटिक कंट्रोल वेधशाला स्थापित हो गई है। जिससे डोंगला में लगे रोबोटिक टेलीस्कोप से कम्प्यूटर के जरिए किसी भी दिशा में घुमाकर ग्रह-नक्षत्रों की तस्वीर ली जा सकती हैं। साथ ही कहीं से भी ऑनलाइन जुड़कर रिसर्च की जा सकेगी। अब शोधकर्ता इससे खगोल विज्ञान से जुड़ी घटनाओं, ग्रहों और तारों की स्टडी कर सकेंगे। आपको बता दें कि अमेरिका के वैज्ञानिकों ने डोंगला में लगाए टेलीस्कोप को ठीक कर दिया है। यानी अब दुनिया उज्जैन की जमीन से तारों को नज़दीक से देख सकेगी। टेलीस्कोप के लिए 65 लाख रुपए की लागत से डोम बनाकर तैयार किया जा चुका है।

सिर्फ शोधार्थी कर सकेंगे इस्तेमाल

मध्यप्रदेश के उज्जैन में इस व्यवस्था का इस्तेमाल सिर्फ रिसर्च स्कॉलर ही कर सकेंगा। यह व्यवस्था आम लोगों के लिए नहीं है। साथ ही सौर मंडल और तारों को देखने के लिए उज्जैन स्थित तारा मंडल में इसका लाइव प्रसारण देखा जा सकेगा। इसके लिए तैयारियां चल रही हैं। बाहर लगे टावर से ऑनलाइन टेलीकास्ट कर सकेंगे। आम लोग छोटे टेलीस्कोप से आकाशीय नजारे देख सकेंगे। करीब 6 महीनों में यह सुविधा शुरू हो जाएगी।

रिसर्च के लिए ये होगी प्रोसेस

मध्यप्रदेश के उज्जैन की इस वेधशाला में रिसर्च के लिए देश की किसी भी यूनिवर्सिटी के शोधकर्ता स्कॉलर को सबसे पहले मध्यप्रदेश विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी परिषद (मैपकास्ट) में आवेदन देना होगा। इसके बाद रिसर्च स्कॉलर एक तय तारीख दी जाएगी। दी गई तय तारीख को ऑनलाइन के माध्यम से या फिर डोंगला आकर टेलीस्कोप से रिसर्च का काम कर सकेंगे। तारे का अध्ययन करने के लिए दो-तीन महीने का समय दिया जाएगा। जिससे वह इसकी रिसर्च फाइल बना सकें।

यहां टेलीस्कोप को ऑपरेट करने वाला एक व्यक्ति मैपकास्ट के माध्यम से मौजूद रहेगा। टेलीस्कोप को ऑपरेट करने वाले व्यक्ति की स्थायी व्यवस्था नहीं होने की वजह से अभी ऑपरेटर को भोपाल से आना पड़ता है। स्थायी ऑपरेटर जल्द ही नियुक्ति की जाएगी। शोधार्थी यहां विशेषकर तारों के जन्म और मृत्यु के साथ ग्रहों की खोज के बारे में भी जानकारी जुटा सकेंगे।

स्कूल वैन में CCTV कैमरे लगवाना अनिवार्य, आदेश जारी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , स्कूल में पढ़ने वाले छात्रों की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए उत्तर प्रदेश में योगी सरकार ने बड़ा फैसला लिया है. प्रमुख सचिव परिवहन लक्को वेंकटेश्वरलू द्वारा जारी आदेश में कहा गया है कि उत्तर प्रदेश मोटर वाहन नियम, 1998 के नियम 222 के तहत स्कूल वैन और बसों में अनिवार्य सीसीटीवी कैमरों का प्रावधान होगा. इसमें राज्य में स्कूली बच्चों को लाने ले जाने में लगी बसें भी शामिल होंगी.

3 माह का दिया समय

जारी आदेश के अनुसार, सीसीटीवी लगवाने के लिए 3 माह का समय दिया गया है. स्कूल मैनेजमेंट के साथ वैन के मालिकों की जिम्मेदारी होगी कि यह आदेश का पालन समय से हो जाए.स्कूल बसों को लेकर पहले ही कानून में विशेष प्रावधान किए गए हैं. इसके तहत ये है नियम -

– हर स्कूल बस या वैन को पीले रंग में ही रंगा होना चाहिए.– स्कूल बस शब्द का इस्तेमाल भी बस या वैन के अगले हिस्से में बड़े अक्षरों में किया जाना चाहिए.– व्हीकल्स में प्रेशर हॉर्न या मल्टी-टोन हॉर्न नहीं लगे हों.– आपात हालातों को लेकर वाहनों में अलार्म या घंटी या फिर सायरन लगे होने चाहिए– व्हीकल्स में फायर एक्सटेंशन, जीपीएस ट्रैकिंग भी होना चाहिए.

निजी एजेंसी नियुक्त

एक वरिष्ठ परिवहन अधिकारी ने ये भी जानकारी दी कि, प्रस्तावित केंद्रीकृत वाहन स्थान ट्रैकिंग केंद्र कार्य करने के लिए तैयार होने के बाद सभी सार्वजनिक परिवहन वाहनों में ऐसे कैमरे लगाए जाएंगे. परिवहन विभाग ने राज्य में व्हीकल लोकेशन ट्रैकिंग सिस्टम (वीएलटीएस) के कार्यान्वयन के लिए पहले ही एक निजी एजेंसी को नियुक्त कर लिया है.उन्होंने आगे बताया कि, एजेंसी को निर्भया ढांचे के तहत वाहनों की ट्रैकिंग और निगरानी के लिए वाहन ट्रैकिंग प्लेटफॉर्म को तैनात करने, एकीकृत करने, परीक्षण करने और चालू करने का अधिकार है.

गौरी-शंकर रुद्राक्ष है सुखी वैवाहिक जीवन का आधार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , आज के समय में पति-पत्नी के बीच अनावश्यक तनाव देखा जाता है, तनाव के कई कारण हो सकते हैं जिसमें एक-दूसरे की आदतें, आस-पास के लोगों का हस्तक्षेप तथा जन्मकुण्डली में स्थित ग्रह और ग्रहों का गोचर प्रमुख माने गए हैं। कभी-कभी आदतों में परिवर्तन कर दाम्पत्य जीवन में सामंजस्य स्थापित किया जा सकता है।

अक्सर प्रेम विवाह में जन्मपत्री का मिलान नहीं कराया जाता है और कभी-कभी जन्म समय सही से ज्ञात न होने पर पुकारने के नाम की राशि अथवा त्रुटिपूर्ण जन्मपत्री मिलान के कारण दाम्पत्य जीवन में आए दुखों के निवारण के लिए ग्रह शांति, मंगल दोष, नाड़ी दोष, भकूट दोष, गण दोष के निवारण करने से अनबन में कमी आती है।

चाहें दाम्पत्य जीवन का क्लेश अथवा कोई भी संकट क्यों न हो, पूजा-पाठ, उपाय, रुद्राक्ष आदि धारण करने से ईश्वर कृपा से समस्या का निवारण होता है, बस उपाय के उपर आपके मन में सच्ची श्रद्धा एवं विश्वास का होना जरूरी है। कभी-कभी पति-पत्नी एक-दूसरे की शिकायत करते हुए कहते हैं, कि उनके जीवनसाथी को किसी ने अपने वश में कर लिया है, अर्थात सम्मोहित कर लिया, ऐसी अवस्था में रुद्राक्ष धारण करना काफी मददगार साबित होता है, क्योंकि मान्यताओं के अनुसार रुद्राक्ष धारण करने वाले को कोई भी व्यक्ति सम्मोहित नहीं कर सकता, यहां तक कि भूत-प्रेत आदि के भय से भी छुटकारा मिलता है।

सुखी वैवाहिक जीवन के लिए अनेक उपाय ज्योतिष शास्त्र, वास्तु विज्ञान, लाल किताब आदि में वर्णित हैं, जिनमें रत्न, यंत्र, मंत्र, रुद्राक्ष, औषधि आदि का प्रयोग करने की सलाह दी जाती है। कुछ रुद्राक्ष प्राकृतिक रूप से आपस में जुड़े होते हैं, ये जुड़वां रुद्राक्ष भी वृक्ष पर ही होते हैं। प्राकृतिक तौर पर परस्पर दो जुड़े रुद्राक्षों को ''गौरी शंकर'' रुद्राक्ष कहा जाता है।

'लव गुरु' बने पाक पीएम के अजीबोगरीब टिप्स !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , पाकिस्तान में अगले महीने आम चुनाव होने वाले हैं। इससे पहले पाकिस्तान के कार्यवाहक प्रधानमंत्री अनवर-उल-हक काकर लव गुरु बन गए हैं। पागल सास, शादी की कोई उम्र नहीं, इसे लेकर पाक के लव गुरु पीएम ने नए साल पर अपने देशवासियों को कई अजीबोगरीब टिप्स दिए हैं। उन्होंने वीडियो के जरिये इन सवालों के जवाब दिए हैं। साथ ही उन्होंने पहले प्यार या नौकरी के सवाल पर भी जवाब दिया है।नए साल के मौके पर पाकिस्तान के प्रधानमंत्री अनवर-उल-हक कक्कर ने नौजवानों को टिप्स देते हुए कहा कि भले व्यक्ति की उम्र 52 साल हो या 82 साल, उन्हें अपनी पसंद की महिला जरूर शादी करनी चाहिए। उन्होंने सास पागल होने के सवाल पर कहा कि ऐसे लोगों को अपनी सास से निपटने के लिए क्राइसिस मैनेजमेंट कोर्स करना चाहिए।अगर किसी व्यक्ति के पास पैसे नहीं हैं और वह किसी को प्रभावित करना चाहता है तो इसके लिए क्या करना चाहिए, इस सवाल के जवाब पर कक्कर ने कहा कि मैंने आजतक किसी व्यक्ति को प्रभावित करने का प्रयास नहीं किया है, बल्कि वे खुद ही प्रभावित हुए हैं। इसके बाद उन्होंने प्यार पर जवाब दिया है।प्यार और नौकरी के बीच किसी एक चीज को चुनना हो तो क्या करना चाहिए, इस पर कक्कर ने कहा कि किसी व्यक्ति को विदेश में नौकरी उनकी क्षमता के अनुसार मिलती है, जबकि प्यार संयोग मिलता है। ऐसे में आपको नौकरी का मौका नहीं छोड़ना चाहिए।

पर्वतीय जिलों में स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत करने में जुटी धामी सरकार

पिथौरागढ़ जिले के जौलजीबी पीएचसी के लिए 10 पदों पर होगी भर्ती

- स्वास्थ्य अधिकारी, फार्मासिस्ट, नर्स, लैब टेक्नीशियन
- चतुर्थ कर्मचारियों समेत 10 पदों पर होगी नियुक्तियां

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 4 जनवरी , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के निर्देश पर राज्य स्वास्थ्य विभाग पर्वतीय जिलों में स्वास्थ्य सेवाओं को युद्वस्तर पर मजबूत करने पर जुटा हुआ है। इसको लेकर सबसे पहले राज्य के सभी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों में चिकित्सा स्टाफ की कमी के साथ ही चिकित्सा उपकरणों की कमी दूर करने के निर्देश मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने स्वास्थ्य सचिव डॉ आर राजेश कुमार को दिए हैं। इसी क्रम में स्वास्थ्य विभाग ने पिथौरागढ़ जिले के धारचुला विकासखंड के जौलजीबी गांव स्थित प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के संचालन के लिए 10 पदों के सृजन के लिए मंजूरी प्रदान की है। इन पदों में स्वास्थ्य अधिकारी, नर्स, फार्मासिस्ट, लैब टेक्नीशियन और तीन पद चतुर्थ कर्मचारियों के लिए हैं।

स्वास्थ्य सचिव डा. आर राजेश कुमार ने कहा है कि इन पदों पर नियुक्ति के लिए महामहिम राज्यपाल से अनुमति मिल गयी है। जौलजीबी में इंडियन पब्लिक हेल्थ स्टैंडर्ड के मानकों के अनुसार प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र का संचालन किया जा रहा है। इसके लिए चिकित्सा स्वास्थ्य महानिदेशालय ने विभाग से 10 पदों के सृजन के लिए अनुमति मांगी थी।

स्वास्थ्य सचिव डा. आर. राजेश कुमार ने बताया कि सरकार ने इस प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के लिए इन पदों पर नियुक्तियों की अनुमति प्रदान कर दी है। उन्होंने बताया कि प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र में एक चिकित्सा अधिकारी, चार स्टाफ नर्स, एक फार्मासिस्ट, एक लैब टेक्निशियन, एक सेनेटरी वर्कर कम वॉचमैन, दो मल्टीस्किल्ड ग्रुप डी की नियुक्ति करने का मंजूरी दी गयी है। यह पद फिलहाल अस्थायी होंगे। जरूरत के मुताबिक पदों का सृजन बढ़ाया जा सकता है और सेवाओं को समाप्त किया जा सकेगा। स्वास्थ्य सचिव ने कहा माननीय मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी जी के निर्देश पर राज्य में प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत बनाने पर कार्य किया जा रहा है। इसको लेकर चिकित्सा स्टाफ की नियुक्ति के साथ जरूरी उपकरण भी खरीदे जा रहे हैं ताकि प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर ही मरीजों को बेहतर ईलाज मिल सके।

भारतवासियों का पांच सौ साल का इंतजार अब होगा खत्म : प्रेमचंद अग्रवाल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ऋषिकेश 4 जनवरी ऋषिकेश विधायक व मंत्री डा. प्रेमचंद अग्रवाल ने कार्यकर्ताओं के साथ अयोध्या में रामलला के प्राण प्रतिष्ठा के निमित्त राम भक्तों को आमंत्रित किया। इस दौरान अक्षत कलश यात्रा का आशुतोष नगर में स्वागत किया गया। कलश के स्वागत के साथ जय श्री राम के नारे लगे। इस दौरान यात्रा का पुष्प वर्षा से स्वागत किया गया।आशुतोष नगर में आयोजित कलश यात्रा के दौरान डा. अग्रवाल ने कहा कि 500 साल के लंबे संघर्षों एवं कई बलिदानों के बाद सत्य सनातन धर्म के प्रभु श्रीराम अयोध्या में बन रहे भव्य दिव्य नव्य मंदिर में 22 जनवरी को विराजमान होंगे। कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी इसका विधिवत लोकार्पण करेंगे।जो हर भारतीय के लिए गर्व की बात है। कहा कि केंद्र सरकार ने हमेशा लोगों के हितों और श्रद्धा को ध्यान में रखते हुए कार्य किया है। मंत्री डा. अग्रवाल ने आमजनमानस को प्रभु श्रीराम का आशीर्वाद स्वरूप पूजित अक्षत एवं श्रीराम मंदिर का चित्र भी वितरित किया।

डॉ अग्रवाल ने बताया कि श्री राम जन्मभूमि के आंदोलन के दौरान उनकी भूमिका श्रीराम कार सेवक समिति के जिला संयोजक के रूप में रही। मंदिर बनाने को लेकर तत्काल यूपी की तानाशाही यादव सरकार की लाठियां भी खाई। आज उन्हें बहुत गर्व हो रहा है। डा. अग्रवाल ने कहा कि भगवान राम के जीवन की एक-एक घटना और उनका प्रत्येक निर्णय हमें एक आदर्श व्यक्ति बनाने के लिए काफी है। कहा कि श्रीराम शांति के स्वरूप भी हैं और शक्ति के भी। उन्होंने कहा कि यह बड़े सौभाग्य की बात है कि हम सभी 22 जनवरी को उस घड़ी के साक्षी होने जा रहे है। जब रामलला अपने जन्मस्थान में विराजित होंगे। कहा कि भगवान राम के कृतित्व ने मुझे जीवन में सही राह चुनने में हमेशा मदद की।

डा. अग्रवाल की अगुआई में कलश यात्रा निकालकर सभी रामभक्तों को आमंत्रित भी किया गया। उन्होंने क्षेत्रवासियों से आगामी 22 जनवरी को अयोध्या पहुंचने का आह्वान किया। इस मौके पर जिलाध्यक्ष रविन्द्र राणा, जिलाध्यक्ष महिला मोर्चा कविता शाह, मण्डल अध्यक्ष सुमित पंवार, कार्यक्रम संयोजक अनिता तिवाड़ी, महामंत्री नितिन सकसेना, इंद्र कुमार गोदवानी, जितेंद्र अग्रवाल, कृष्ण कुमार सिंघल, संजय शास्त्री, संजय व्यास, शम्भू पासवान, अनिल धयानी, जिलाध्यक्ष अल्पसंख्यक मोर्चा सतीश सिंह, मण्डल अध्यक्ष महिला मोर्चा माधवी गुप्ता, प्रभा भट्ट, योगेश पाहवा, मंजू, राजू नरसिम्हा आदि उपस्थित रहे।

कुष्ठ आश्रम में एसएसपी अजय सिंह ने बांटी मानवता

आश्रम में रहने वाले परिवारजनों का जाना हाल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 4 जनवरी , अपनी शार्प पुलिसिंग से टेढ़े क्रिमिनल्स को सीधा और पेचीदा अपराधों को सुलझाने में माहिर साइबर एक्सपर्ट आईपीएस और देहरादून के स्मार्ट एसएसपी ने जब दिव्यांगों और शोषितों के बीच कुछ लम्हे गुज़ारे तो लोगो ने उन्हें भर भर कर दुआएं दी। दरअसल अपने व्यस्त शेड्यूल के बीच नए साल पर वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह के0के0एम0 हैंडविग सोसायटी (कृपाओं की माता) कुष्ट आश्रम पहुंचे, जहाँ उन्होंने आश्रम में रहने वाले 48 परिवारजनों से मुलाकात कर उनको स्थिति जानी और कर उनका हाल-चाल पूछा

इस दौरान एसएसपी अजय सिंह ने आश्रम में रहने वाले सभी परिवारजनों को कम्बल वितरित किये और साथ ही थानाध्यक्ष रायपुर को निर्देशित किया कि थाना क्षेत्रान्तर्गत स्थित आश्रमों में समय-समय पर जाकर उनमें निवासरत व्यक्तियों से मिलकर उनकी कुशलक्षेम की जानकारी लेते हुए उनकी समस्याओ का समाधान करें। इस दौरान भावुकता से भरे इन निराश्रितों ने जब एसएसपी अजय सिंह से मिलकर स्नेह के लिए उनके सिर पर हाथ फेरकर उन्हें आशीर्वाद दिया तो सबकी आँखे नम हो गयी। ये सन्देश भी है कि समाज को अपने साथ साथ ऐसे बेबस लोगों के लिए वक़्त और संसाधन बांटना चाहिए जिससे मानवता का सन्देश दूसरे लोगों को भी प्रेरित कर सके।

आश्रम में महिला -पुरूषों को वितरित किये कम्बल

एसएसपी से मिले अपनत्व पर लोगों ने दिया आशीर्वाद

ताबूत में ठोक दी थी आखिरी कील! 6 दिन बाद किचन में खाना बनाती हुई दिखी 'दादी'

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 04 जनवरी : मौत अटल है. एक बार जब इंसान मर जाता है तो उसको वापस लौटना मुश्किल होता है. आपने अक्सर बॉलीवुड फिल्मों में पुनर्जन्म या मरे हुए लोगों को दोबारा जिंदा होते हुए देखा होगा. लेकिन, सोचिए अगर असल जिंदगी में ऐसा हो जाए तो क्या होगा. एक ऐसा ही अजीबो-गरीब मामला सामने आया है।

एक मृत महिला मरने के छह दिन बाद अचानक जीवित हो उठी. 95 साल की महिला को मौत के छठे दिन बाद ताबूत से बाहर आते देख हर कोई हैरान रह गया. यह अजीब घटना चीन के गुआंगशी प्रांत की बताई जा रही है. महिला के पड़ोसियों को लगा कि महिला की मौत सोते वक्त हो गई. पड़ोसियों ने महिला को जगाने की काफी कोशिश की, लेकिन वह नहीं जागी. इसके बाद पड़ोसियों ने उसे मरा हुआ समझ लिया और उसके दाह संस्कार की तैयारी कर ली। इसके बाद छठे दिन पड़ोसियों ने जब उसी महिला को रसोई में खाना बनाते देखा तो उनके होश उड़ गए. डेली स्टार के मुताबिक, चीन में ली जुफेंग नाम की 95 साल की महिला सिर में चोट लगने के बाद अपने घर में पड़ी हुई पाई गई. पड़ोसियों ने उसे होश में लाने की बहुत कोशिश की लेकिन उनकी सारी कोशिशें व्यर्थ गईं।

महिला का शरीर ठंडा नहीं था लेकिन वह सांस नहीं ले रही थी और उसे होश नहीं आया. इससे पड़ोसियों को लगा कि महिला की नींद में ही मौत हो गयी है. इस बुजुर्ग महिला का पड़ोसी खुद 60 साल का है. पड़ोसी ने बताया कि उसने महिला को हिलाकर जगाने की कोशिश की लेकिन वह नहीं जागी. चूंकि महिला अकेली रहती थी, इसलिए पड़ोस में रहने वाले परिवार के सदस्यों ने उसके दाह संस्कार की भी व्यवस्था की।

असल में क्या हुआ

महिला के शव को ताबूत में रखा गया. महिला के शव को कुछ दिनों के लिए उसके घर पर रखा गया ताकि दोस्त और रिश्तेदार उनके अंतिम दर्शन कर सकें. ताबूत बंद नहीं था. छह दिन बाद जब पड़ोसी ताबूत को दफनाने आए तो वह खाली था और महिला का शव अंदर नहीं था. इतना ही नहीं महिला किचन में स्टूल पर बैठकर खाना बनाती नजर आई.यह देखकर पड़ोसी को अपनी आंखों पर विश्वास नहीं हुआ और वह बहुत डर गया. बाद में महिला ने बताया कि काफी देर तक सोने के बाद उसे भूख लगी थी, इसलिए वह कुछ बनाने के लिए किचन में चली गई. डॉक्टर इस प्रकार को कृत्रिम मृत्यु कहते हैं, जिसमें शरीर सांस तो नहीं लेता, लेकिन शरीर ठंडा भी नहीं होता.

एग्जाम में टॉयलेट ब्रेक एंट्री के लिए होगी बायोमेट्रिक और तलाशी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , देश के टॉप इंजीरियरिंग कॉलेजों में एडमिशन लेने के लिए इसी महीने एंट्रेंस एग्जाम (जेईई मेन 2024) होने वाले हैं। दो चरणों में जेईई मेंस की परीक्षाएं होंगी। पहला चरण 24 जनवरी से 1 फरवरी और दूसरा चरण 1 अप्रैल से 15 अप्रैल 2024 तक होगा। इसे लेकर परीक्षार्थी तैयारी में जुटे हुए हैं। इसे लेकर उम्मीदवारों के लिए कुछ दिशा-निर्देश भी जारी किए हैं।

इस बार जेईई मेन के एग्जाम को लेकर कुछ सख्त नियम बनाए गए हैं। एग्जाम सेंटरों में प्रवेश से पहले अभ्यर्थियों की बॉयोमेट्रिक उपस्थिति होगी। अगर एग्जाम के बीच कोई उम्मीदवार टॉयलेट करने के लिए उठा तो उसकी फिर से बॉयोमेट्रिक जांच होगी। परीक्षा में नकल रोकने के लिए नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (NTA) ने यह गाइडलाइन जारी की है। साथ ही इस प्रक्रिया से सेंटरों के शिक्षकों को भी गुजरना पड़ेगा। इस साल पहली बार छत्तीसगढ़ के बस्तर और मेघालय के तुरा में भी जेईई मेन 2024 के लिए सेंटर बनाए गए हैं।

जेईई मेन 2024 के लिए आवेदनों का रिकार्ड टूटा

जेईई मेन 2024 की परीक्षा के लिए इस बार सबसे ज्यादा आवेदन प्राप्त किए गए। पुराने सारे रिकार्ड टूट गए हैं। पहली बार आवेदनों की संख्या 10 लाख के पार पहुंची है। 8 दिसंबर 2023 तक 12.3 लाख उम्मीदवारों ने जेईई मेन के लिए फॉर्म भरे थे। साथ ही दूसरे चरण में अप्रैल महीने में होने वाले जेईई मेन एग्जाम में अभ्यर्थियों की संख्या और भी बढ़ने की उम्मीद है। एनटीए के अधिकारियों का कहना है कि इस परीक्षा में नकलचियों को रोकने और मेहनती उम्मीदवारों को मौका मिले, इसके लिए सख्त नियम बनाए गए हैं।

सेंटरों पर सुरक्षा के रहेंगे पर्याप्त इंतजाम

एनटीए के महानिदेशक सुबोध कुमार सिंह का कहना है कि जेईई मेन एग्जाम से पहले केंद्रों और सेंटरों पर सुरक्षा के पर्याप्त इंतजाम किए जा रहे हैं। परीक्षा केंद्रों में एंट्री लेने से पहले अभ्यर्थियों की तलाशी और बॉयोमेट्रिक जांच होगी। टॉयलेट ब्रेक के बाद फिर प्रवेश के लिए छात्र-छात्राओं को दोबारा बॉयोमेट्रिक उपस्थिति दर्ज करानी पड़ेगी। ये नियम सिर्फ उम्मीदवारों के लिए नहीं हैं, बल्कि सेंटर में उपस्थित अधिकारी, टीचर और अन्य स्टाफ की भी बायोमेट्रिक जांच होगी।

खुदाई में निकाला खजाना, मिली ऐसी बेशकीमती चीजें कि देखकर चौंक गए अधिकारी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 04 जनवरी : रोम के पास सौर ऊर्जा संयंत्र स्थापित करने के लिए दो साल की खुदाई में एक प्राचीन रोमन क़ब्रिस्तान का पता चला है जिसमें 57 अलंकृत कब्रों में 67 कंकाल दबे हुए हैं. पुरातत्त्ववेत्ता इस खोज से चकित रह गए. ऐसा माना जा रहा है कि यह दूसरी और चौथी शताब्दी के बीच के हैं. ये कंकाल सुनहरे आभूषण और महंगे चमड़े के जूते पहने हुए पाए गए.रोम के उत्तर में प्राचीन शहर टारक्विनिया के करीब 52 एकड़ भूमि पर यह खोज अधिकारियों के लिए आश्चर्य की बात थी, बावजूद इसके कि यह क्षेत्र ऐसी खोजों के लिए प्रसिद्ध है. खुदाई के दौरान सुनहरे हार और झुमके के साथ एम्बर और उत्कीर्ण आद्याक्षर वाली चांदी की अंगूठियां, कीमती पत्थर, टेराकोटा मिट्टी के बर्तन, सिक्के, चमकदार चश्मा, ताबीज और यहां तक कि कपड़े तक मिले।

सीएनएन के अनुसार, साइट पर प्रमुख उत्खनन पुरातत्वविद् इमानुएल जियानिनी ने उन्हें बताया, "हमें कई कंकाल मिले जो अभी भी अपने महंगे मोज़े और जूते पहने हुए थे. ये सारी दौलत और यह तथ्य कि हड्डियों पर तनाव या शारीरिक श्रम का कोई निशान नहीं दिखता (हमें विश्वास दिलाता है) ये स्थानीय किसान नहीं थे, बल्कि शहरों से आने वाले रोमन परिवारों के ऊपरी स्तर के सदस्य थे."जियानिनी ने कहा कि जमीन के नीचे संभावित प्राचीन निर्माणों की पहचान करने के लिए क्षेत्र सर्वेक्षण और परीक्षण खाइयों जैसी "पूर्व-खाली पुरातत्व" की तकनीकों का उपयोग किया गया था.जियानिनी ने बताया, "हमें इस बात का हल्का-सा अंदाजा था कि वहां कुछ खजाना छिपा हो सकता है, क्योंकि ऐतिहासिक स्रोतों ने साइट के पास यात्रियों के लिए एक डाक स्टेशन के स्थान का उल्लेख किया है. कई रोमन रात को खाने और आराम करने के लिए (यहां) रुकते थे, लेकिन खोज बेजोड़ है."

अवशेषों के पास रखी अंत्येष्टि वस्तुओं की विविधता और कब्रों के अंदर शानदार डिजाइन और अस्तर से पुरातत्वविद अंदाजा लगा रहे हैं कि ये लोग अपने सांसारिक घरों के समान स्वर्गीय स्थानों को फिर से बनाना चाहते थे. कई कब्रों के आंतरिक भाग में मूल रूप से विस्तृत कपड़े की परतें थीं या वे छोटे घरों की तरह टाइल्स या टेराकोटा के टुकड़ों से घिरे और ढंके हुए थे. जियानिनी ने कहा कि एक और

आश्चर्यजनक पहलू यह है कि खोजी गई अधिकांश कब्रें अलग नजरिये की थी, मसलन वे कम से कम दो रहने वालों के लिए बनाई गई थीं, जिनका संभवतः पारिवारिक संबंध था. कुछ कंकाल एक-दूसरे से लिपटे हुए पाए गए.उन्होंने कहा, "पूरे परिवार के सदस्यों के लिए कब्रों का निर्माण एक विशिष्ट प्राचीन रोमन विशेषता है, लेकिन ये अपनी आंतरिक सजावट में उत्कृष्ट हैं, जो धन और स्थिति को दर्शाता है"

सर्दियों में इन गंदी आदतों से बढ़ जाती है कब्ज की शिकायत

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , कब्ज होने के प्रमुख कारण फाइबर और पानी की कमी है. अगर कोई व्यक्ति काफी वक्त तक एक्सरसाइज नहीं कर रहा है या बाथरूम लगने पर भी वह नहीं जा रहा है रोक कर रखा है तो कब्ज की शिकायत हो सकती है. कुछ लोगों की गंदी आदत की वजह से भी कब्ज की शिकायत होती है. कब्ज एक आम पाचन समस्या है जो लाइफस्टाइल की गंदी आदतों सहित विभिन्न कारकों के कारण हो सकती है. जबकि कभी-कभी सुस्ती सामान्य है, पुरानी कब्ज अंतर्निहित समस्याओं का संकेत हो सकती है

शरीर में पानी की कमी

आपके पाचन तंत्र को ठीक से काम करने के लिए पानी की आवश्यकता होती है. जब आप निर्जलित होते हैं, तो मल शुष्क हो जाता है और मलत्याग करना कठिन हो जाता है, जिससे कब्ज हो जाता है. पूरे दिन खूब सारा पानी पीने का लक्ष्य रखें, खासकर व्यायाम के बाद या गर्म मौसम में. मीठे पेय, कॉफ़ी और शराब से बचें, जो निर्जलीकरण का कारण बन सकते हैं.

खाने में कम फाइबर खाना

कम फाइबर वाला आहार कब्ज का एक आम कारण है. फाइबर मल में मात्रा जोड़ता है, इसे नरम करता है और नियमित मल त्याग को बढ़ावा देता है. प्रोसेस्ड खाना, परिष्कृत अनाज और फलों और सब्जियों की कमी अपर्याप्त फाइबर सेवन में योगदान कर सकती है. स्वस्थ पाचन में सहायता के लिए अपने आहार में साबुत अनाज, फल, सब्जियाँ और फलियाँ जैसे फाइबर युक्त खाद्य पदार्थ शामिल करें.

लाइफस्टाइळ

शारीरिक निष्क्रियता के कारण पाचन तंत्र धीमा हो जाने के कारण कब्ज हो सकता है. नियमित व्यायाम आंतों में मांसपेशियों की गतिविधि को बढ़ावा देकर मल त्याग को प्रोत्साहित करने में मदद करता है. सप्ताह के प्रत्येक दिन कम से कम 30 मिनट के लिए मध्यम गतिविधि में शामिल होने का प्रयास करें. चलना, जॉगिंग या योग जैसी सरल गतिविधियाँ आंत्र नियमितता बनाए रखने में महत्वपूर्ण अंतर ला सकती हैं.

तनाव और स्ट्रेस

तनाव और चिंता कब्ज को बढ़ा सकते हैं. उच्च तनाव का स्तर पाचन तंत्र की प्राकृतिक लय को बाधित कर सकता है, जिससे मल त्याग धीमा हो सकता है. आंत-मस्तिष्क कनेक्शन आंतों के कार्य को प्रभावित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है. विश्राम तकनीकों, दिमागीपन और जीवनशैली समायोजन के माध्यम से तनाव का प्रबंधन पाचन स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकता है. कब्ज को रोकने और समग्र कल्याण को बढ़ावा देने के लिए शारीरिक और भावनात्मक दोनों पहलुओं को संबोधित करना महत्वपूर्ण है.

नेचर के कॉल को इग्नोर करना

मल त्याग करने की इच्छा को नज़रअंदाज करना कब्ज में योगदान दे सकता है. जब शरीर जाने की आवश्यकता का संकेत देता है, तो तुरंत प्रतिक्रिया देना आवश्यक है। मल त्याग में देरी करने से बृहदान्त्र में पानी का अवशोषण बढ़ सकता है, जिसके परिणामस्वरूप मल सख्त हो सकता है। नियमित बाथरूम दिनचर्या स्थापित करें और कब्ज को रोकने के लिए प्राकृतिक आग्रहों पर प्रतिक्रिया देने को प्राथमिकता दें.

राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल में कराना चाहते हैं बच्चों का दाखिला, तो जानें प्रक्रिया

राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल की फीस

कैटेगरी	ट्यूशन फीस प्रति वर्ष	कॉशन मनी
OR एवं नेवी व एयरफोर्स में उनके समकक्ष (एक्स सर्विसमैन सहित)	12000 रुपये	1200 रुपये
जेसीओ और नेवी व एयरफोर्स में उनके समकक्ष (एक्स सर्विसमैन सहित)	18000 रुपये	1800 रुपये
तीनों सेनाओं के सर्विस ऑफिसर्स (एक्स सर्विसमैन सहित)	32000 रुपये	3800 रुपये
सिविलियन	51000 रुपये	6000 रुपये
सिविलियन एससी/एसटी	सिविलियन की फीस का 25%	6000

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 04 जनवरी : देश में कई तरह के सैनिक स्कूल हैं. जिनमें बच्चों को पढ़ाने को लेकर लोगों में जबर्दस्त क्रेज है. ऐसा ही एक सैनिक स्कूल है राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल. देश में कुल पांच राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल हैं. कर्नाटक के बेंगलुरु, हिमाचल प्रदेश के चैल, बेलगाम और राजस्थान के धौलपुर और अजमेर में. पहले राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल की स्थापना साल 1925 में में जालंधर कैंट में हुई थी. इसकी नींव 1922 में प्रिंस ऑफ वेल्स ने रखी थी. जो साल 1960 में चैल, शिमला में शिफ्ट हो गया. इसके बाद 1930 में अजमेर, 1945 में बेलगाम और फिर 1946 में बेंगलुरु में हुई. आजादी के बाद साल 1962 में पांचवें राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल की स्थापना राजस्थान के धौलपुर में हुई.

इन स्कूलों से देश के कई दिग्गज लोग पढ़ाई कर चुके हैं. पहले इन स्कूलों में सिर्फ सैन्य कर्मियों के ही बच्चों के दाखिले होते थे. लेकिन आजादी के बाद साल 1952 में इन्हें सिविलियन के लिए भी खोला गया. राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल आर्मी के ए कैटेगरी के इस्टेबलिशमेंट में आते हैं. जो डायरेक्ट्रेट जनरल ऑफ मिलिट्री ट्रेनिंग के अंतर्गत काम करते हैं. आइए, जानते हैं कि इन स्कूलों में एडमिशन कैसे मिलता है और इनमें फीस कितनी है.

इंडियन मिलिट्री स्कूल में एडमिशन

इंडियन मिलिट्री स्कूलों में कक्षा छह और कक्षा नौ में एडमिशन होते हैं. इसके लिए प्रवेश परीक्षा होती है. जिसमें ऑब्जेक्टिव टाइप प्रश्न पूछे जाते हैं. कक्षा 6 में एडमिशन के लिए छात्र की उम्र 31 मार्च को 10 साल से कम और 12 साल से अधिक नहीं होनी चाहिए. इसी तरह कक्षा 9 में दाखिले के लिए उम्र 13 साल से कम और 15 साल से अधिक नहीं होनी चाहिए. कक्षा 6 से 8 तक लड़के और लड़कियों, दोनों के एडमिशन होते हैं लेकिन नौवीं में सिर्फ लड़कों के एडमिशन होते हैं. अधिक जानकारी के लिए राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल की वेबसाइट https://www.rashtriyamilitaryschools.edu.in/ पर विजिट किया जा सकता है.

उत्तराखंड : घने कोहर के चेतावनी, शीतलहर की आशंका

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 4 जनवरी , देशभर में शीतलहर का प्रकोप जारी है। मौसम विभाग ने उत्तरी राज्यों के लिए अलर्ट जारी कर दिया है। इस बीच मौसम विभाग ने पंजाब, हरियाणा, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड और राजस्थान के कुछ हिस्सों में घना कोहर के चेतावनी दी है। आईएमडी ने मध्य भारत के कुछ हिस्सों में 5 से 11 जनवरी के बीच तापमान में गिरावट होने और शीतलहर की आशंका जताई है।

मौसम विभाग के मुताबिक पंजाब, हरियाणा, उत्तरी राजस्थान, पूर्वी राजस्थान से सटे पश्चिमी मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश के मध्य भागों, दक्षिणी असम और त्रिपुरा में मध्यम से घना कोहरा छाया हुआ है। IMD की ओर से कोहरे के चादर की सैटेलाइट इमेज जारी की गई गई है. जिसमें पूरे पंजाब, नॉर्थ राजस्थान, हरियाणा, दिल्ली, उत्तर प्रदेश, बिहार, मध्य प्रदेश, उत्तराखंड के कुछ इलाकों पश्चिमी बंगाल में कोहरे की लेयर दिखाई दे रही है। आईएमडी के मुताबिक मध्य प्रदेश और छत्तीसगढ़ में और 3 से 5 जनवरी के बीच उत्तर प्रदेश, बिहार, झारखंड और ओडिशा में छिटपुट बारिश की भी संभावना है।

मौसम विभाग ने अपने पूर्वानुमान में कहा है कि पश्चिमी विभोक्ष के सक्रिय होने के चलते उत्तर भारत के राज्यों में और अधिक ठंड बढ़ सकती है। इसको लेकर आईएमडी ने रेड और ऑरेंज अलर्ट जारी किया है।

यूपी, राजस्थान, पंजाब, मध्य प्रदेश समेत कई राज्यों में अगले सप्ताह में भी लोगों को कोहरे और ठंड से राहत की उम्मीद नहीं है। दरअसल, इससे पहले पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़, उत्तराखंड, राजस्थान, हिमाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, उत्तर पूर्व भारत और कुछ अन्य क्षेत्रों में घना कोहरा पड़ने की आशंका जताई गई थी।

मौसम विभाग ने कहा है कि इस हफ्ते दक्षिण तमिलनाडु, दक्षिण केरल और लक्षद्वीप में हल्की से मध्यम बारिश की संभावना है। जबकि लक्षद्वीप और केरल में 4 जनवरी तक बारिश की संभावना व्यक्त की गई है।

लाल, हरी, पीली शिमला मिर्च... कौन है बेहतर

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , लाल, हरी और पीली शिमला मिर्च पोषण से भरपूर होता है. इसे आप रोजाना खा सकते हैं या नहीं? लाल, हरी और पीली इन तीनों शिमला मिर्च में से पोषण तत्व से भरपूर कौन सा है? आज हम इस पर बात करेंगे. साथ ही जानेंगे हर रोज खाने में तीनों में से कौन सी वाली शिमला मिर्च सबसे बेहतर है? इन सभी सवालों के जवाब आज हम इस आर्टिकल के जरिए देंगे. यदि आप हाई विटामिन ए और सी को अपनी डाइट में शामिल करना चाहते हैं तो लाल शिमला मिर्च आपकी पसंदीदा पसंद हो सकती है. इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन K होता है.

लाल शिमला मिर्च

लाल शिमला मिर्च, सबसे अधिक परिपक्व होने के कारण, सबसे मीठी होती है और इसमें कुछ पोषक तत्वों का स्तर उच्चतम होता है. "लाल शिमला मिर्च में हरे और पीले रंग की तुलना में अधिक विटामिन ए होता है. स्वस्थ त्वचा, दृष्टि और इम्युनिटी को बनाए रखने के लिए विटामिन ए जरूरी होता है. इसके अलावा लाल शिमला मिर्च में आमतौर पर हरी और पीली मिर्च की तुलना में विटामिन सी का लेवल अधिक होता है. विटामिन सी एक एंटीऑक्सीडेंट है जो इम्युनिटी को मजबूत करता है और शरीर को आयरन को अवशोषित करने में मदद करता है.

ग्रीन शिमला मिर्च

हरी शिमला मिर्च की कटाई पूरी तरह पकने से पहले की जाती है, इसलिए लाल शिमला मिर्च की तुलना में उनका स्वाद थोड़ा अधिक कड़वा होता है. हालाँकि, वे विटामिन K का उत्कृष्ट स्रोत हैं, जो रक्त के थक्के जमने और हड्डियों के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है.गोयल ने बताया कि हरी शिमला मिर्च भी अच्छी मात्रा में विटामिन सी प्रदान करती है.

पीली शिमला मिर्च

परिपक्वता और पोषण सामग्री के मामले में पीली शिमला मिर्च लाल और हरे रंग के बीच में आती है. "उनका स्वाद लाल शिमला मिर्च की तुलना में हल्का होता है लेकिन फिर भी मीठा स्वाद देता है. लाल और हरी शिमला मिर्च की तरह, पीली शिमला मिर्च भी विटामिन ए और सी से भरपूर होती है.

स्वाद के मामले में अगर तीनों शिमला मिर्च की तुलना करें

लाल शिमला मिर्च

ये सबसे मीठी होती हैं और इनका स्वाद थोड़ा फल जैसा होता है. वे उन व्यंजनों में अच्छा काम करते हैं जहां मीठा या धुएँ के रंग का स्वाद वांछित होता है, जैसे भुनी हुई सब्जियाँ या भरवां मिर्च.

हरी शिमला मिर्च

लाल मिर्च की तुलना में हरी मिर्च का स्वाद अधिक तीव्र और थोड़ा कड़वा होता है। इन्हें अक्सर फ़ैजिटास, स्टर-फ्राई जैसे स्वादिष्ट व्यंजनों में या सलाद में कुरकुरे व्यंजन के रूप में उपयोग किया जाता है.

पीली शिमला मिर्च

हरी मिर्च की तुलना में पीली मिर्च हल्का और मीठा स्वाद प्रदान करती है, जो उन्हें विभिन्न व्यंजनों के लिए एक बहुमुखी विकल्प बनाती है. वे उन लोगों के लिए बहुत अच्छे हैं जो अपने व्यंजनों में सूक्ष्म स्वाद पसंद करते हैं.

खाना पकाने में किया गया इस्तेमाल

लाल शिमला मिर्च

पकने के कारण, लाल मिर्च नरम होती है और भूनने और ग्रिल करने में अच्छी होती ह मीठे और रसदार क्रंच के लिए इन्हें सलाद में कच्चा भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

हरी शिमला मिर्च

हरी मिर्च की बनावट मजबूत होती है, जो उन्हें उच्च तापमान पर पकाने के लिए उपयुक्त बनाती है। वे स्टर-फ्राई में अपना आकार अच्छी तरह से बनाए रखते हैं और अक्सर पके हुए व्यंजनों में उपयोग किए जाते हैं।

पीली शिमला मिर्च

लाल और हरे रंग के बीच की बनावट के साथ, पीली मिर्च बहुमुखी होती है. इन्हें सलाद में कच्चा खाया जा सकता है या विभिन्न व्यंजनों में पकाया जा सकता है, जो मिठास और कुरकुरापन का संतुलन प्रदान करते हैं.

च्युइंग गम चबाने से कम हो जाती है चेहरे की चर्बी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 04 जनवरी : च्यूइंग गम चबाना कई लोगों की लोकप्रिय आदतों में से एक है, जिसे लोग विभिन्न कारणों से अपनाते हैं। कुछ लोग ताजी सांस के लिए च्युइंग गम चबाते हैं, तो कुछ लोग अपनी भूख को कम करने के लिए या सिर्फ मनोरंजन के लिए ऐसा करते हैं, लेकिन क्या च्युइंग गम सचमुच वजन घटाने में मदद कर सकती है? इस आर्टिकल में, हम पता इसी बात का लगाएंगे कि क्या च्युइंग गम वास्तव में वजन कम करने में आपकी मदद कर सकती है या नहीं।

जब आप च्युइंग गम चबाते हैं, तो इसके लिए आप लगातार अपना जबड़ा हिलाते रहते हैं, जिससे आपकी कैलोरी बर्न बढ़ सकती है। हालांकि, कैलोरी व्यय में वृद्धि न्यूनतम है, फिर भी यह समय के साथ वजन घटाने में योगदान दे सकती है। हालांकि, यह ध्यान रखना भी जरूरी है कि वजन घटाने के लिए अकेले च्यूइंग गम चबाना ही काफी है। बेहतर नतीजों के लिए आप अपनी दिनचर्या में स्वस्थ आहार और नियमित व्यायाम शामिल कर सकते हैं। वजन घटाने के लिए लोग च्युइंग गम इसलिए भी खाते हैं, क्योंकि यह भूख को कम करने की क्षमता रखती है। च्युइंग गम चबाने से, आप अपने मस्तिष्क को यह सोचने पर मजबूर करते हैं कि आप कुछ खा रहे हैं, जिससे क्रेविंग्स कम करने और ओवरईटिंग से बचने में मदद मिल सकती है। हालांकि, अनावश्यक कैलोरी इनटेक से बचने के लिए शुगर-फ्री च्युइंग गम चुनना जरूरी है।

च्युइंग गम स्नैकिंग से ध्यान भटकाने का काम भी कर सकती है। जब आपको खाने के बीच नाश्ता करने की इच्छा होती है, तो च्युइंग गम का एक टुकड़ा खाने से अतिरिक्त कैलोरी इनटेक किए बिना ही आप अपनी भी इच्छा को शांत कर सकते हैं। यह आपको तृप्ति की भावना देता है और आपको अनहेल्दी नाश्ता खाना खाने से भी रोक सकता है। च्युइंग गम से वजन कम होने के व्यक्तिगत परिणाम भिन्न हो सकते हैं। कुछ लोगों को च्युइंग गम से वजन घटाने में मदद मिली है। लेकिन क्या च्युइंग गम चेहरे की चर्बी कम करने में मदद कर सकता है? वजन घटाने और चेहरे की चर्बी को कम करने के लिए च्युइंग गम के कुछ संभावित लाभ हो सकते हैं, लेकिन इसे वजन घटाने और चेहरे की चर्बी कम करने का एकमात्र तरीका नहीं माना जा सकता है। वजन घटाने के लिए संतुलित आहार और नियमित व्यायाम का पालन करना आवश्यक है।

सामाजिक रिश्ते निभाना सेहत में अच्छे इन्वेस्टमेंट की तरह : रिसर्च

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 04 जनवरी : व्यस्तता के चलते इन दिनों लोग घर या वर्कप्लेस में सिमटकर रह गए हैं। इसका नतीजा यह हुआ कि लोग सामाजिक रूप से अलग-थलग हो गए। 'चैरिटी टू एंड लोनलीनेस' कैंपेन की ताजा रिपोर्ट के मुताबिक, ब्रिटेन में 40 लाख लोग लंबे समय से अकेलेपन से जूझ रहे हैं।एक्सपर्ट कहते हैं- इस समस्या से निपटने का सबसे बेहतर तरीका बातचीत करना है। पड़ोस में रहने वालों से सकारात्मक चर्चा से शारीरिक और भावनात्मक फायदे तो मिलते ही हैं, सामाजिक दायरा भी मजबूत होता है।

कोलंबिया यूनिवर्सिटी के इरविंग मेडिकल सेंटर में मनोचिकित्सक केली हार्डिंग कहती हैं- सामाजिक रिश्तों को बनाए रखना सेहत में निवेश की तरह है। ब्रिटिश वैज्ञानिक डॉ. माइकल मोसले कहते हैं- पड़ोसी या अजनबी से बात करने से उनकी और आपकी मानसिक सेहत पर सकारात्मक असर पड़ता है। मैनचेस्टर यूनिवर्सिटी में रिलेशनशिप एक्सपर्ट प्रो. पामेला क्वाल्टर कहती हैं- पड़ोसियों की मदद करना अकेलेपन को कम करने का शक्तिशाली तरीका है। प्रो. क्वाल्टर के निर्देशन में हुई एक स्टडी के तहत लोगों को महीनेभर तक, हफ्ते में एक बार पड़ोसी के लिए कोई मदद या काम करना था। जैसे कि उनका कूड़ेदान बाहर निकालना या सड़क पर मुलाकात हो तो बातचीत करना। नतीजे बताते हैं कि इससे दोनों पक्षों में अकेलेपन की भावना कम हुई, जबकि एकता के भाव में बढ़ोतरी दिखी।

मैरीलैंड यूनिवर्सिटी की रिसर्च के मुताबिक पड़ोसियों के साथ सामाजिक रूप से जुड़े रहने से सेहत से जुड़ी समस्याओं का जोखिम कम होता है। मैरीलैंड यूनिवर्सिटी में मनोविज्ञान विशेषज्ञ प्रो. मेरिसा फ्रैंकों कहती हैं- अकेलापन न रहने से चिंता और अवसाद की आशंका कम हो जाती है। साथ ही खराब नींद, दिल के रोग, स्ट्रोक व समय से पहले मौत के खतरे भी घट जाते हैं। एक्सपर्ट कहते हैं- पड़ोसियों से बातचीत कम है तो रोजाना कुछ कारण तलाशें। जिज्ञासु बनकर, सवाल पूछकर उनकी प्रतिक्रिया जान सकते हैं। अपनी बातों को छोटा और विषय पर केंद्रित रखें। चीजों को उनकी नजर से देखने की कोशिश करें और ऐसे समाधान निकालने की कोशिश करें, जो दोनों के लिए कारगर हों।

नीदरलैंड्स के जंबो सुपरमार्केट ने 2021 में बुजुर्गों और अकेलेपन से जूझ रहे लोगों के लिए 200 स्टोर में स्लो चेकआउट काउंटर शुरू किए थे। ताकि जिन्हें जल्दी नहीं है, वे कैशियर या कतार में खड़े अजनबी लोगों से आराम से बातें कर सकते हैं। स्टोर में समय-समय पर अकेलापन दूर करने के लिए एक्टिविटी भी रखी जाती हैं। अब यह सुविधा सभी 700 स्टोर में देने की तैयारी है। प्लायमाउथ यूनिवर्सिटी ने ताजा स्टडी के तहत अकेले रह रहे लोगों को रोबोटिक कैट और डॉग दिए थे। ये थोड़ा इधर-उधर घूमते हैं और आवाजें निकालते हैं। इन्हें गले भी लगा सकते हैं।

हरिद्वार : बच्चों के हाथ में वाहन थमाने वाले अब हो जाएं सावधान रहें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हरिद्वार 04 दिसंबर : अपने बच्चे को जीवन का उपहार दें, बाइक नहीं...ये स्लोगन हम अक्सर पढ़ते हैं, लेकिन इस पर अमल नहीं करते। हमारे आस-पास कई नाबालिग तेज रफ्तार से वाहन दौड़ाते मिल जाते हैं। इनकी वजह से कई बार हादसे भी होते हैं। उत्तराखंड में पुलिस ऐसे नाबालिगों के साथ-साथ उनके पैरेंट्स को भी खूब सबक सिखा रही है। हरिद्वार में पुलिस ने दोपहिया वाहन चला रहे नाबालिग को पकड़ लिया।

पुलिस ने उसके परिजनों को बुलाकर 38 हजार का चालान भी किया है। घटना बीती शाम की है। हरकी पैड़ी चौकी प्रभारी संजीव चौहान चेकिंग कर रहे थे। इस दौरान उन्होंने एक दोपहिया वाहन सवार लड़के को पकड़ा पूछताछ हुई तो पता चला कि लड़का नाबालिग है। उसके पास गाड़ी के कागज भी नहीं थे

जिस पर पुलिस ने किशोर के वाहन को सीज कर दिया। साथ ही उसके माता-पिता को भी फोन पर खूब खरी-खोटी सुनाई। चौकी प्रभारी संजीव चौहान ने बताया कि मोटर यान अधिनियम के तहत नाबालिग के वाहन चलाने पर 25 हजार रुपये जुर्माना निर्धारित है। पकड़े गए नाबालिग के पास ना तो ड्राइविंग लाइसेंस था और ना ही वाहन से जुड़ा अन्य कोई दस्तावेज। इसलिए 38 हजार रुपये का जुर्माना लगाया गया है। जुर्माने की रकम उस व्यक्ति से वसूली जाएगी, जिसके नाम पर वाहन होगा। नाबालिग वाहन चालकों के कारण आए दिन सड़क हादसे सामने आ रहे हैं। ऐसे में अभिभावकों की यह जिम्मेदारी बनती है कि वो अपने नाबालिग बच्चों को वाहन न चलाने दें।

गणतंत्र दिवस परेड में पहली बार महिला अग्निवीरों का जॉइंट दस्ता होगा शामिल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , देश हर साल की तरह इस बार भी 26 जनवरी 2024 के दिन दिल्ली के कर्तव्य पथ पर अपना गणतंत्र दिवस मनाएगा. गणतंत्र दिवस की सारी तैयारी पूरी हो चुकी है. सेना के सभी विंग लगातार गणतंत्र दिवस परेड के लिए अभ्यास कर रहे हैं. साथ ही गणतंत्र दिवस परेड में पहली बार आर्मी, इंडियन नेवी और एयरफोर्स की महिला अग्निवीरों का जॉइंट दस्ता होगा. इन तीनों फोर्स की महिला ऑफिसर इस दस्ता को लीड करेंगी. ऐसा पहली बार हो रहा है कि आर्मी, इंडियन नेवी और एयरफोर्स की महिला ऑफिसर एक साथ परेड में लीड करेगी.

अब तक ट्राई सर्विस दस्ता यानी तीनों सेनाओं का जॉइंट दस्ता गणतंत्र दिवस परेड में शामिल नहीं हुआ था. बता दें कि तीन दस्ते आर्मी की महिला अग्निवीर, नेवी की महिला अग्निवीर और एयरफोर्स की महिला अग्निवीर का दस्ता समानांतर (पैरलर) मार्च करेगा. हालांकि तीनों सेनाओं की परेड करने की स्टाइल में भी फर्क है, इसलिए आर्मी, नेवी और एयरफोर्स की महिला अग्निवीर गणतंत्र दिवस परेड के लिए अपनी मार्चिंग स्किल को भी फाइन ट्यून कर रही हैं, ताकि कदम से कदम मिलाकर कर्तव्य पथ पर मार्च कर सकें.

बीटिंग रिट्रीट सेरेमनी स्वदेशी

इस बार बीटिंग रिट्रीट सेरेमनी पूरी तरह से स्वदेशी होगी. सूत्रों के मुताबिक बीटिंग रिट्रीट में जो भी धुनें बजाई जाएंगी वह स्वदेशी होंगी. इतना ही नहीं इसके लिए धुनों को चयन कर लिया गया है.

क्या है धुन

'अबाइड विद मी' धुन 1950 से लेकर हर साल 29 जनवरी तक बीटिंग रिट्रीट समारोह में बजाई जाती थी. इससे पहले 2020 में भी इसे हटाने की कोशिश की गई थी, लेकिन विवाद होने के बाद तब इसे फिर से शामिल कर लिया गया था. लेकिन सूत्रों के मुताबिक इस बार बीटिंग रिट्रीट में हर धुन स्वदेशी होगी. इसमें ताकत वतन की हम से है..., कदम कदम बढ़ाए जा...., ऐ-मेरे वतन के लोगो...., फौलाद का जिगर...., शंखनाद... भागीरथी.... जैसी धुनें शामिल हैं. बता दें कि बीटिंग रिट्रीट सेना की बैरक में वापसी का प्रतीक है.

महिला सेलर्स की भी भर्ती शुरू

इंडियन नेवी में अग्निपथ स्कीम लागू होने के साथ ही अग्निवीर के तौर पर महिला सेलर्स की भी भर्ती शुरू हो गई है. नेवी के अग्निवीर के पहले बैच में 2600 अग्निवीर थे, इसमें 273 महिला अग्निवीर भी शामिल थी. इंडियन एयरफोर्स में अग्निवीर के पहले बैच में महिलाएं नहीं थी, लेकिन दूसरे बैच में 153 महिला अग्निवीर थी जो पिछले महीने ही पासआउट हुई हैं. बता दें कि तीसरे बैच की ट्रेनिंग चल रही है और इसमें भी महिलाएं हैं. इंडियन आर्मी में 2019 से महिलाओं की सैनिक के तौर पर भी भर्ती शुरू हुई थी. महिलाएं कोर ऑफ मिलिट्री पुलिस में सैनिक के तौर पर तैनात हैं. अग्निपथ स्कीम लागू होने के साथ ही अग्निवीर के तौर पर महिलाएं कोर ऑफ मिलिट्री पुलिस में भर्ती हो रही हैं.

संपादकीय

जापान जलजलों के बावजूद

नया साल जापान के लिए सुखद नहीं रहा, बल्कि त्रासद ही रहा है। पहली जनवरी को ही ऐसा जलजला आया, जिसने जापान को हिला कर रख दिया। सबसे तीव्र 7.6 का भूकंप था। उसके बाद 155 और झटके लगातार महसूस किए जाते रहे, लेकिन उनकी तीव्रता 4-5 के बीच रही। भूकंपों के कारण करीब 55 जापानियों की मौत हुई। जो अनौपचारिक तौर पर खुलासा किया गया है, उसके मुताबिक हजारों घर क्षतिग्रस्त हुए हैं। हजारों मकान ढह भी गए हैं। सैकड़ों लोगों के फंसे होने की आशंका है, लिहाजा मृतकों और घायलों का आंकड़ा बढ़ भी सकता है। बीते साल तुर्किए में 7.8 रिक्टर स्केल वाला भूकंप आया था, जिसमें 52,000 से अधिक लोग मारे गए थे और असंख्य इमारतें 'मलबा' हो गई थीं। जापान में 1923 के उस जलजले को भी याद किया जा रहा है, जिसकी तीव्रता लगभग मौजूदा भूकंप जितनी ही थी, लेकिन करीब 1,40,000 लोग मारे गए थे। अब मौतों की जो संख्या है या जो क्षतियां हुई हैं, वे अतीत के अनुभव और तुर्किए के जलजले की तुलना में बेहद कम हैं। इसका श्रेय जापान के आपदा प्रबंधन और भूकंपरोधी इमारतों के कानूनों को दिया जा रहा है। जापान तो जलजलों के ऊपर बसा एक देश है, जो औसतन 5 भूकंपीय झटके हररोज झेलता है। जापान में 6 तीव्रता से ज्यादा के कमोबेश 20 फीसदी भूकंप होते हैं। जलजलों के बावजूद जापान विश्व की तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था है। जापान में 2 जनवरी को टोक्यो एयरपोर्ट पर दो विमानों में टक्कर हो गई और विमान आग के शोले में तबदील हो गए। एक विमान तटरक्षक विभाग का था, जो भूकंप प्रभावितों के लिए राहत सामग्री लेकर जाने वाला था। उसमें सवार 6 में से 5 लोगों की मौत हो गई, जबकि पायलट को बचा लिया गया, लेकिन दूसरे विमान में, जो लैंडिंग कर रहा था, 379 यात्री सवार थे। कितना बड़ा मानवीय संकट सामने था! ऐसी भयानक घटना के बावजूद सभी यात्रियों को सुरक्षित बचा लिया गया। यह है जापान के आपदा प्रबंधन का कमाल... ! दुनिया में विमान दुर्घटना का एक भी ऐसा मामला नहीं है कि एक भी यात्री हताहत न हुआ हो ! जापान सागर के तट पर स्थापित परमाणु ऊर्जा का प्लांट भी सुरक्षित रहा। दरअसल जापान से सभी को सबक सीखने चाहिए। वहां भूकंपरोधी इमारतों की मुख्यतः तीन श्रेणियां हैं। इमारतों की नींव में रबड़ के पैड्स और प्लेटफॉर्म इस तरह बनाए जाते हैं कि कितने भी तीव्र भूकंपों में इमारतें झूल सकती हैं, लेकिन उनके ध्वस्त होकर गिरने की दर बहुत कम है। जापानी नागरिक इमारतों संबंधी कानूनों का पूर्णतः पालन भी करते हैं। उनकी सोच है कि नियमानुसार इमारत बनाने से वे खुद, उनके परिजन और मित्र सुरक्षित रह सकते हैं। भारत में बहुमंजिला इमारतों के निर्माण में कोताही और भ्रष्टाचार खूब हैं। भारत ऐसे भूकंप और प्रलय झेल चुका है, जिनमें हमारे निर्माण मिट्टी और मलबा हुए हैं। पिछली बारिशों में पहाड़ी इलाकों में घर-मकान ताश के पत्तों की तरह बिखर कर ढहे थे, जो लापरवाही और भ्रष्टाचार के साक्षात उदाहरण हैं। अब भी सब कुछ रामभरोसे चल रहा है। भारत में करीब 8 की तीव्रता वाले भूकंप बहुत कम आए हैं। फिर भी गुजरात का कच्छ और उत्तराखंड आदि के कुछ त्रासद मामले याद आते हैं। पड़ोसी देश नेपाल के विनाशकारी जलजलों को कौन भूल सकता 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

क्या आप जानते हैं राम मंदिर से जुड़ी ये बड़ी बातें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , आज हम आपको विश्व भर में सुर्खियां बना अयोध्या का राम मंदिर से जुडी ख़ास बातें बतायेंगे जिसमें अहम है आपका ये जानना कि फाइनल डिज़ाइन से पहले कंप्यूटर पर 50 माडल बनाए गए थे जिसमें 6 माह का समय लगा। खास बात यह है कि पूरे भवन में कोई सरिया नहीं लगा है। मंदिर की ऊंचाई 161 फिट है। पूरे मंदिर में कलम को एक के ऊपर एक पत्थर को रखकर इंटरलॉकिंग सिस्टम से निर्मित किया गया है। इस निर्माण के दौरान जहाँ एक और इसकी नीव में सेंसर लगाए गए है वही सेंस स्टोन से भव्य मंदिर का निर्माण किया गया है। वही इस निर्माण के दौरान रूडकी सीबीआरआई के अलावा देश की पाँच आईआईटी के वैज्ञानिकों से भी सलाह ली गई है।

राम मंदिर के निर्माण के दौरान भूकम्प के कारण होने वाली क्षति का खास ख्याल रखा गया है और इसकी उम्र एक हज़ार साल निर्धारित की गई है। वैज्ञानिकों के अनुसार जब रामलला को टेंट के नीचे स्थापित किया गया था तभी से रूडकी सीबीआरआई के वैज्ञानिकों द्वारा टेंट को भी इन्ही के द्वारा तैयार किया गया था और उस टेंट की ख़ासियत थी कि उस पर आग व पानी का कोई असर नही होता था।

राम मंदिर के निर्माण में सरिये का इस्तेमाल नहीं हुआ। पत्थर से पत्थर की इंटरलाकिंग की गई है। इसमें बंशी पहाड़पुर के सैंड स्टोन का प्रयोग किया गया है। इसकी वास्तुकला नागर शैली में है। सूर्य तिलक प्रोजेक्ट पर कार्य करने वाले सीबीआरआई रुड़की के वैज्ञानिक डॉ. एसके पाणिग्रही ने बताया कि प्रत्येक साल रामनवमी के दिन प्रभु श्रीराम की प्रतिमा के मस्तक पर सूर्य रश्मियों से तिलक होगा पूरे भवन की प्रतिपल हेल्थ मॉनिटरिंग के लिए नींव, कॉलम और रिटेनिंग वॉल में सेंसर लगाए गए हैं।

मंदिर का भवन कलाकृति का भी बेजोड़ नमूना होगा। पूरे भवन में भार को संतुलित करने के लिए जगह-जगह भारी भरकम हाथी और घोड़े स्थापित किए गए हैं। वैज्ञानिक डॉ. देवदत्त घोष ने बताया कि भवन पूरी तरह भूकंपरोधी है। साथ ही इसे किसी भी प्राकृतिक आपदा की आशंका से दोगुनी क्षमता सहने के हिसाब से तैयार किया गया है।

उत्तराखंड बोर्ड 10वीं और 12वीं परीक्षा 2024 का टाइम टेबल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 4 जनवरी , उत्तराखंड बोर्ड ऑफ स्कूल एजुकेशन (यूबीएसई) ने 10वीं और 12वीं बोर्ड परीक्षा 2024 की डेटशीट जारी कर दी है. बोर्ड परीक्षा 2024 का टाइम टेबल आधिकारिक वेबसाइट ubse.uk.gov.in पर जारी किया गया है, जहां से छात्र इसे डाउनलोड कर सकते हैं. उत्तराखंड बोर्ड 10वीं और 12वीं की परीक्षाएं 27 फरवरी 2024 से शुरू होंगी और 16 मार्च 2024 को समाप्त होंगी.

कक्षा 10वीं के अधिकांश पेपर सुबह 10 बजे से दोपहर 1 बजे के बीच आयोजित किए जाएंगे. वहीं कक्षा 12वीं के भी सभी पेपर की परीक्षाएं सुबह 10 बजे से दोपहर 1 बजे तक होंगी. बोर्ड ने अभी एडमिट कार्ड नहीं जारी किया है.

उत्तराखंड 10वीं बोर्ड परीक्षा 2024 टाइम टेबल

संगीत- 27 फरवरी, हिन्दी – 28 फरवरी, विज्ञान – 1 मार्च, हिंदुस्तानी संगीत – 2 मार्च, गृह विज्ञान – 4 मार्च, उर्दू – 5 मार्च, गणित – 6 मार्च, अंग्रेजी – 9 मार्च. सूचना प्रौद्योगिकी – 12 मार्च, प्राथमिक ड्राइंग – 13 मार्च, संस्कृत – 14 मार्च, बिजनेस – 16 मार्च

उत्तराखंड 12वीं बोर्ड परीक्षा 2024 टाइम टेबल

हिन्दी – 27 फरवरी, हिंदुस्तानी संगीत – 28 फरवरी, भूगोल, भूविज्ञान, अकाउंटेंसी – 29 फरवरी, उर्दू – 1 मार्च, इतिहास, जीवन विज्ञान, व्यवसाय अध्ययन – 2 मार्च, गणित – 4 मार्च, राजनीति विज्ञान – 5 मार्च, ड्राइंग एवं पेंटिंग – 6 मार्च, मनोविज्ञान, शिक्षाशास्त्र, भौतिकी – 7 मार्च, गृह विज्ञान – 9 मार्च, अंग्रेजी मार्च – 11, संस्कृत – 13 मार्च, रसायन विज्ञान – 14 मार्च, सामाजिक विज्ञान – 16 मार्च

धामी सरकार कराएगी विश्व के पांचों महाद्वीप के वन्यजीवों के दीदार

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उत्तराखंड 04 दिसंबर : मोदी सरकार के वन्यजीव संरक्षण में उत्तराखंड की धामी सरकार भी कदमताल कर रही हैं । कुमाऊँ के प्रवेश द्वार हल्द्वानी के गौलापार क्षेत्र में पांचों महाद्वीप के वन्यजीवों के लिए सफारी बनाने जा रही है । मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की पहल पर भारत में पहली बार किसी चिड़ियाघर में विश्व के पाँच महाद्वीप जैसे अफ्रीका, ऑस्ट्रेलिया, यूरोप , अमेरिका व एशिया में पाये जाने वाले वन्यजीवों के लिए विशेष बाड़ों का निर्माण किया जाएगा जिसके लिए भारत के चिड़ियाघर प्राधिकरण से मंजूरी मिल गई है ।

हल्द्वानी जू के लिए हरीश रावत सरकार ने अक्टूबर 2016 में घोषणा करके शिलान्यास तो करके चुनावी फायदा तो उठा लिया, लेकिन सेंट्रल जू अथॉरिटी और अन्य केंद्रीय एजेंसियों से कोई अनुमति नहीं ली थी, ये योजना अब उत्तराखंड की पुष्कर धामी सरकार ने कुमाऊँ के प्रवेश द्वार के विकास के लिए ठंडे बस्ते से बाहर निकाल कर इस पर केंद्रीय अनुमतियां लेने का काम पूरा करवा लिया है ।गौलापार जू के पास ही वन्य जीव हॉस्पिटल व वाइल्ड लाइफ रेस्क्यू सेंटर भी प्रस्तावित है जिसके लिए केंद्र सरकार से बीस करोड़ से ज्यादा की रकम भी जारी की हुई है ।ये योजना भी सीएम पुष्कर सिंह धामी के निर्देश पर फाइलों से बाहर निकाली जा रही है ।जानकारी के मुताबिक केंद्र में पिछली 28 नवंबर की बैठक में उत्तराखंड वन्यजीव अस्पताल संबधी हर बाधा को दूर करते हुए इसका मास्टर प्लान स्वीकार करते हुए अनुमति पत्र जारी कर दिया है।

सीएम धामी का कहना है:

मानव - वन्यजीव संघर्ष निवारण के जो काम पूर्व में कांग्रेस सरकार ने अधूरे छोड़े थे उसे भाजपा सरकार ने पूरा कराया है, हल्द्वानी के गौलापार क्षेत्र में जू और वन्य जीव अस्पताल के निर्माण की बाधाएं दूर होती जा रही है, जल्द ही आप इस पर काम पूरा होते देखेंगे। वन्य जीव अस्पताल के बन जाने से वन्य जीवों के इलाज में उत्तराखंड की मिसाल दी जाएगी। हमारे यहां हाथी बाघ तेंदुए के इलाज के लिए बेहतर अस्पताल होगा और दूसरे राज्यो से भी यहां घायल वन्य जीव लाकर इलाज पा सकेंगे ।भारत सरकार द्वारा 27 करोड़ का प्रोजेक्ट स्वीकृत किया गया है ।

गौलापार क्षेत्र में वन्य जीव अस्पताल / रेस्क्यू सेंटर में बाघ, तेंदुए, गिद्ध और अन्य दुर्लभ वन्य जीवों के संरक्षण और स्वास्थ्य के लिए एक बड़ी कार्य योजना तैयार की गई थी ये योजना फाइलों में ही घूम रही थी। सीएम धामी ने पिछली वन्य जीव बोर्ड की बैठक में इस बारे में वन अधिकारियों का जवाब तलब करते हुए उन्हे निर्देशित किया था। पिछले दिनों हाथियों की इलाज के अभाव में मौत, बाघ तेंदुए और भालू के इंसानों पर हमले किए जाने की घटनाएं बढ़ने पर मुख्यमंत्री धामी ने एक बार फॉरेस्ट अधिकारियो की क्लास ली थी। उन्होंने कहा था कि केंद्रीय योजना पर काम पूरा किया जाए ।मुख्यमंत्री ने प्रमुख सचिव वन आर के सुधांशु और वन विभाग के प्रमुख अनूप मलिक को निर्देशित किया था कि ₹ मुझे इस पर सिर्फ़ ओर सिर्फ़ रिजल्ट चाहिए₹। जिसके बाद विभागीय स्तर पर इसकी प्रोजेक्ट फाइल को बाहर निकाला गया।

300 हेक्टेयर में बनेगा जू और वाइल्ड लाइफ हॉस्पिटलः

जानकारी के अनुसार प्रस्तावित वन्य जीव हॉस्पिटल में वन्यजीवों के लिए बाड़े बनाकर उसे प्रस्तावित जू के पहले चरण का रूप दिया जाना है, उसके बाद यहां जू सफारी की योजना पीपीपी मोड में शुरू की जानी है, इस बारे में अब सभी अनुमतियां राज्य सरकार को प्राप्त हो गई है।

यहां 50 बाघों और तेंदुए के बाड़े बनाए जाने है।

जू और वन्य जीव अस्पताल के प्रस्तावित स्थल की चारदीवारी का काम पहले ही पूरा हो चुका है। कुछ विभागीय औपचारिकताएं पूरी करने का काम राज्य स्तर पर बाकी है।

वन सचिव आर के सुधांशु का कहना है कि हम हल्द्वानी के जू और वाइल्ड लाइफ हॉस्पिटल के निर्माण पर तेजी से काम कर रहे है सभी एजेंसियों सीएम के निर्देश पर हर बाधा को दूर करती जा रही है। जल्द ही इसका मूर्ति रूप आप देख सकेंगे ।

वादाख़िलाफ़ी हुई तो करेंगे अनिश्चितकालीन हड़ताल चक्का जाम : सूर्यकांत धस्माना

■ **हड़ताल स्थगित हुई है समाप्त नहीं , हिट एंड रन का नया कानून मंजूर नहीं**

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 4 जनवरी , केंद्र सरकार ने अगर कल नई दिल्ली में आल इंडिया मोटर्स ट्रांसपोर्ट कॉंग्रेस के पदाधिकारियों को हिट एंड रन मामले में संसद से पास किये गए कानून पर जो आश्वासन दिया है उस पर कोई वादाख़िलाफ़ी की तो देश भर में व्यावसायिक वाहनों की अनिश्चितकालीन हड़ताल व चक्का जाम किया जाएगा , हमने हड़ताल स्थगित की है खत्म नहीं यह बात आज देहरादून प्रेस क्लब में आयोजित पत्रकार वार्ता में उत्तराखंड परिवहन महासंघ के संयोजक सूर्यकांत धस्माना ने कही। धस्माना जो कि देहरादून ट्रक ऑपरेटर यूनियन व रोडवेज कर्मचारी संयुक्त परिषद के संकरक्षक भी हैं ने कहा कि केंद्र की सरकार ने बिना किसी परिवहन से जुड़े संगठन को विश्वास में लिए वाहन चालकों के खिलाफ इतना सख्त कानून बना दिया कि अब भविष्य में कोई भी व्यक्ति व्यवसाय के लिए वाहन चालक का व्यवसाय नहीं चुनेगा।

सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि दस पंद्रह हजार की ड्राइवरी की नौकरी करने वाला व्यक्ति दस लाख रुपया जुर्माना और सात साल की कैद की सज़ा की कल्पना भी नहीं कर सकता और इसीलिए जैसे ही इस कानून के सांसद से पास होने की खबर सोशल मीडिया से फैली पूरे देश में इस वर्ग में आक्रोश फैल गया और बिना किसी आधिकारिक आह्वान के पूरे देश में ड्राइवर काम से अलग हो गए और दो दिनों में पूरे देश में व्यावसायिक वाहनों के छक्के जाम हो गए और सरकार के हाथ पांव फूल गए जिसके कारण सरकार को आल इंडिया मोटर्स ट्रांसपोर्ट कांग्रेस को वार्ता के लिए बुलाना पड़ा। धस्माना ने कहा कि केंद्र सरकार ने आश्वासन दिया है कि नया कानून नोटिफाई नहीं किया जाएगा जब तक आल इंडिया मोटर्स ट्रांसपोर्ट कांग्रेस के साथ वार्ता न हो जाय व कानून में आवश्यक बदलाव न कर दिए जाएं।

धस्माना ने कहा कि सरकार को तत्काल बातचीत कर कानून में आवश्यक संशोधन कर जनता के समक्ष लाना चाहिए। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में शासन के अधिकारियों ने परिवहन सचिव की अगुवाई में व्यावसायिक वाहनों के, संगठनों से जो वार्ता की उसमें परिवहन विभाग से जुड़ी तमाम समस्याओं जैसे कि 10 टन लोड , परमिट, बाहरी वाहनों को प्रदेश से संचालन की अनुमति, डग्गामारी, नो एंट्री आदि के समाधान का आश्वासन दिया गया जिस पर शीघ्र संगठनों व शाशन की बैठक की जाएगी। प्रेस वार्ता में ऑल इंडिया मोटर्स ट्रांसपोर्ट कॉंग्रेस के प्रदेश उपाध्यक्ष एपी उनियाल, देहरादून ट्रक ऑपरेटर यूनियन के महासचिव दिनेश नागपाल, उपाध्यक्ष राजेन्द्र धवन, योगेश गंभीर, सरदार जसविंदर सिंह मोठी, अशोक गोलानी आदि उपस्थित रहे।

स्वामी चिदानन्द सरस्वती श्रीराम मन्दिर उद्घाटन समारोह में होंगे शामिल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ऋषिकेश, 4 जनवरी परमार्थ निकेतन के अध्यक्ष स्वामी चिदानन्द सरस्वती जी अपनी विदेश यात्रा के लिये रवाना हुये। उससे पूर्व भारत मंडपम, दिल्ली में आयोजित सूफी आध्यात्मिक गायक पद्मश्री कैलाश खेर जी के कार्यक्रम में सहभाग किया। इस अवसर पर प्रसिद्ध उद्योगपति श्री भूपेन्द्र मोदी जी, श्री दिलीप मोदी जी, पूरा मोदी परिवार और कबीर खेर भी उपस्थित थे।

स्वामी चिदानन्द सरस्वती जी अपनी विदेश यात्रा के पश्चात 22 जनवरी, 2024 को अयोध्या में आयोजित श्री राम उद्घाटन महोत्सव में सीधे सहभाग करेंगे ।चलते-चलते स्वामी चिदानन्द सरस्वती जी ने कहा कि 22 जनवरी, 2024 का दिन इतिहास में दर्ज किया जायेगा। इस दिन भव्य व दिव्य श्री राम मन्दिर में श्री रामलला की प्राण प्रतिष्ठा होगी। यह दिन भारतीय इतिहास के पन्नों पर सुनहरे अक्षरों में लिखा जायेगा। वास्तव में यह केवल प्रभु श्री राम की का मन्दिर नहीं बल्कि राष्ट्र मन्दिर है जिसकी प्रतिक्षा 500 वर्षो से हो रही थी।

इस अवसर पर स्वामी जी ने कला धाम अकादमी की शुरूआत करने के लिये पद्म श्री कैलाश खेर जी का अभिनन्दन किया।

आज सावित्री बाई फुले जी की जयंती पर भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित करते हुये कहा कि नारियों की शिक्षा में सावित्री बाई फुले का अद्भुत योगदान है। वे एक एजुकेटर और एक्टिविस्ट के साथ सशक्त और सहृदय महिला थी, जो समाज के घोर विरोध के बावजूद स्वयं शिक्षित हुई और दूसरी नारियों को भी शिक्षित करने हेतु अपना सम्पूर्ण जीवन समर्पित कर दिया। 18 वीं व 19 वीं सदी में नारियों को शिक्षित करना और अस्पृश्यता आदि सामाजिक मुद्दों पर कार्य करना आसान नहीं था।

स्वामी जी ने कहा कि शिक्षा के माध्यम से एक समृद्ध और सशक्त समाज का निर्माण किया जा सकता है। फुले दम्पति ने मिलकर जेंडर इक्वलिटी और सोशल जस्टिस के लिये कई कार्य किये। साथ ही उन्होंने सत्यशोधक समाज नामक एक संस्था शुरू की जिसके माध्यम से वे दहेज प्रथा को समाप्त करना चाहते थे, विधवा विवाह, अस्पृश्यता का अंत, नारी मुक्ति और पिछड़े समुदायों के लोगों, विशेष कर महिलाओं को शिक्षित करना उनके जीवन का उद्देश्य था ।सावित्रीबाई फुले ने अपनी मराठी कविताओं के माध्यम से अस्पृश्यता का अंत, जेंडर इक्वलिटी, मानवता, समानता, एकता, बंधुत्व और शिक्षा के महत्त्व आदि विषयों को उजागर किया। उन्होंने नारी शिक्षा के लिये स्वयं अपनी आवाज को बुलंद किया और पूरा जीवन नारी अधिकारों के लिये संघर्ष किया।

स्वामी चिदानन्द सरस्वती जी ने कहा कि सावित्रीबाई फुले ने उस समय कन्या भ्रूण हत्या को रोकने के लिये अद्भुत पहल की थी। कन्या भूरण हत्या के लिये न केवल लोगों को जागरूक किया और अभियान चलाया बल्कि नवजात कन्याओं के लालन-पालन के लिये आश्रम भी खोले ताकि उन्हें सुरक्षित जीवन दिया जा सके। आधुनिक नारीवादी एक्टिविस्ट जो स्वंय शिक्षित हुई और दूसरों के जीवन में भी शिक्षा का दीप जलाया ऐसी महान विभूति की समाज सेवा को नमन और भावभीनी श्रद्धांजलि।