हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 12 अंक : 215 | देहरादून, शनिवार, 17 फरवरी 2024 | मूल्य : एक रुपया | पृष्ठ : 16

टिहरी लोकसभा की लाभार्थी सम्पर्क अभियान की कार्यशाला आयोजित 3

खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर एवं खेल सुविधाओं का विकास पर फोकस : राधा रतूड़ी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 17 फ़रवरी , राज्य में प्रस्तावित 38वें राष्ट्रीय खेलों के साथ ही दूरदर्शी योजना (Legacy Plan) के साथ उत्तराखण्ड में लम्बी अवधि के लिए खेल इन्फ्रारस्ट्रक्चर एवं खेल सुविधाओं का विकास पर विशेष बल देते हुए मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने राज्य में विश्व स्तरीय खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर व सुविधाएं निर्धारित समयसीमा में विकसित करने के निर्देश खेल विभाग को सचिवालय में 38वें राष्ट्रीय खेलों के लिए गठित उच्चाधिकार समिति (एचपीसी) की बैठक के दौरान दिए हैं। प्रस्तावित नेशनल गेम्स के इन्फ्रास्ट्रक्चर विकास से सम्बन्धित 80 प्रतिशत कार्य पूरा हो चुका है।

मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने कहा कि राष्ट्रीय खेलों का आयोजन उत्तराखण्ड को ग्रीन स्पोर्ट्स तथा ग्रीन टूरिज्म के विश्व स्तरीय मेजबान के रूप में स्थापित करने का स्वर्णिम अवसर है। उन्होंने निर्देश दिए कि खेल सुविधाओं एवं खेल इन्फ्रास्ट्रक्चर का विकास इस प्रकार किया जाना चाहिए ताकि राज्य के खिलाड़ी एवं युवा भविष्य में लम्बी अवधि तक इन सुविधाओं का लाभ उठा सके तथा राज्य में स्पोर्ट्स स्प्रिट एवं खेल संस्कृति का विकास हो।

मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने राज्य में प्रस्तावित राष्ट्रीय खेलों को एण्टी ड्रग्स अभियान, ग्रीन नेशनल गेम्स तथा राज्य में खेल संस्कृति विकसित करने के अभियान से जोड़ने के निर्देश दिए हैं। प्रस्तावित राष्ट्रीय खेलों को ग्रीन नेशनल गेम्स के रूप में आयोजित करने अवधारणा पर बल देते हुए मुख्य सचिव ने रिसाइक्लड मेडल के उपयोग के निर्देश दिए हैं। इसके लिए उन्होंने अधिकारियों से अनुरोध किया है कि विभिन्न अवसरों पर अधिकारियों को मिलने वाले स्मृति चिन्ह इस कार्य के लिए दान किये जा सकते हैं। इसके साथ ही मुख्य सचिव ने प्रस्तावित राष्ट्रीय खेलों के स्टेडियम एवं खेल स्थलों को ग्रीन कॉन्सेप्ट तथा सेल्फ सस्टेनबल की अवधारणा पर विकसित करने के निर्देश दिए हैं। उन्होंने स्टेडियम तथा खेल स्थलों पर उरेडा के सहयोग से सोलर लाइट आदि की व्यवस्था करने के निर्देश दिए हैं।

मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने प्रस्तावित राष्ट्रीय खेलों के दृष्टिगत सड़कों के सुधार एवं मजबूती के लिए इस सम्बन्ध में लोक निमार्ण विभाग तथा अन्य सम्बन्धित विभागों के साथ एक बैठक तत्काल आयोजित करने के निर्देश दिए हैं। उन्होनें राष्ट्रीय खेलों के आयोजन के दौरान इंटरनेट सुविधाओं पर विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए हैं।बैठक में विशेष प्रमुख सचिव खेल एवं युवा कल्याण अमित सिन्हा, सचिव शैलेश बगौली सहित खेल विभाग के अन्य अधिकारी उपस्थित थे।

ऋषिकेश-बदरीनाथ हाईवे पर बस पलटी, सभी सुरक्षित

रुद्रप्रयाग।, 17 फ़रवरी , ऋषिकेश-बदरीनाथ हाईवे पर एक रोडवेज की बस अनियंत्रित होकर हाईवे पर ही पलट गई, जिससे बड़ा हादसा होने से टल गया। द्वाराहाट से देहरादून जा रही बस में कुल 35 लोग सवार थे। सूचना मिलते ही पुलिस टीम ने मौके से सभी सवारियों को सुरक्षित निकाला। कुछ लोगों पर मामूली चोटें आई।जानकारी के अनुसार शुक्रवार सुबह 10:15 मिनट पर रुद्रप्रयाग से 7 किमी दूर नरकोटा के पास एक रोडवेज की बस अनियंत्रित होकर हाईवे पर ही पलट गई, जिससे किसी तरह की जनहानि नहीं हुई।

सूचना मिलते ही कोतवाली निरीक्षक राजेंद्र सिंह रौतेला मय फोर्स मौके पर पहुंचे। जबकि डीडीआरएफ की टीम भी मौके पर पहुंच गई। स्थानीय लोगों की मदद से सभी लोगों को बस से सुरक्षित बाहर निकाला गया। कुछ लोगों को एहतियातन अस्पताल भिजावाया गया। हालांकि कोई भी गंभीर चोटिल नहीं हुआ। सभी लोग सुरक्षित हैं। कोतवाली निरीक्षक राजेन्द्र सिंह रौतेला ने बताया कि उक्त वाहन से संबंधित दुर्घटना की जानकारी के लिए सवारियों व बस कंडक्टर से पूछताछ के दौरान पता चला कि रोडवेज बस द्वाराहाट से से देहरादून जा रही थी, जिसमें करीब 30-35 सवारियां बैठी हुई थी। उन्होंने बताया कि मौके पर सवारियों को सुरक्षित निकलवा कर अन्य वाहनों से यथा स्थान भेज दिया गया। कुछ सवारियों को मामूली चोटें आई हैं, गंभीर दशा में कोई व्यक्ति नहीं है। चोटिल व्यक्तियों को 108 तथा प्राइवेट वाहनों से अस्पताल भिजवाया गया है।

डीएम अध्यक्षता में हुई लोकसभा सामान्य निर्वाचन-2024 की तैयारियों के सम्बन्ध में बैठक

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 17 फ़रवरी ,जिला निर्वाचन अधिकारी/जिलाधिकारी सोनिका की अध्यक्षता में लोकसभा सामान्य निर्वाचन-2024 की तैयारियों के सम्बन्ध में ऋषिपर्णा सभागार कलैक्ट्रेट में बैठक लेते सम्बन्धित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

उन्होंने निर्वाचन हेतु नियुक्त समस्त नोडल अधिकारियों को निर्देशित करते हुए कहा कि सभी नोडल निर्वाचन में अपने-2 दायित्वों को भलीभांति समझ लें तथा उसके अनुरूप चैकलिस्ट तैयार करें, तथा कार्मिकों एवं उपकरणों की समय पर मांग कर लें। निर्वाचन में किसी प्रकार की गलती की कोई गुजाईश नही होती है इसके लिए सभी अधिकारी गंभीरता से अपने दायित्वों का निर्वहन करें।

जिला निर्वाचन अधिकारी/जिलाधिकारी ने सभी नोडल अधिकारियों को आपसी समन्वय से कार्य करें तथा नोडल एवं सह नोडल अधिकारी बेहतर समन्वय बनाकर कार्य करें। जिलाधिकारी ने स्वीप एक्टीविटी के तहत नगर निगम/नगर निकाय के कूड़ा उठान वाहनों पर जिगंल प्रसारित करने तथा वोटर जागरूकता वैन चलाएं के निर्देश दिए। उन्होंने वाहन अधिग्रहण की स्थिति की जानकारी ली तथा आवश्यक सेवा वाले विभागों के वाहनों को अधिग्रहण से मुक्त रखने के निर्देश दिए।

जिलाधिकारी ने निर्देशित किया निर्वाचन की विभिन्न गतिविधि हेतु चलाई जा रही पत्रावली को त्वरित उचित स्तर पर प्रस्तुत करें इस कार्य में किसी प्रकार का विलम्ब न हो इसके लिए सभी नोडल अधिकारी आपसी समन्वय से कार्य करेंगे।

जिला निवार्चन अधिकारी/जिलाधिकारी ने कार्मिकों के सम्बन्ध में स्थिति की जानकारी लेने पर नोडल अधिकारी कार्मिक ने बताया कि जनपद में 1880 पोलिंग बूथ पर 1880 पोलिंग पार्टी के साथ ही 193 पोलिंग पार्टी रिजर्व में रहेंगी।

उन्होंने बताया कि पोलिंग पार्टीयों हेतु रिजर्व कार्मिक सहित कुल 10380 कार्मिकों की आवश्यकता होगी। जोनल मजिस्टेऊट 39 जोनल तथा 223 सैक्टर मजिस्टेऊट की रहेंगे है, इसके अतिरिक्त 10 प्रतिशत जोनल एव 10 प्रतिशत सैक्टर मजिस्टेऊट को रिजर्व में रखा गया है। बताया कि लगभग 9 हजार से अधिक कार्मिकों का विवरण प्राप्त हो गया है, 17 विभागों द्वारा अभी तक भी कार्मिकों का डाटा नही दिया है, जिस पर जिलाधिकारी ने सम्बन्धित विभागों के विरूद्ध प्राथमिकी दर्ज करने के निर्देश दिए। उन्होंने कार्मिकों का आयोग की गाईड लाईन अनुसार प्रशिक्षण समय सारणी बनाते हुए प्रशिक्षण दिए जाने के निर्देश दिए।

बैठक में मुख्य विकास अधिकारी/उप जिला निर्वाचन अधिकारी सुश्री झरना कमठान, मुख्य नगर आयुक्त नगर निगम गौरव कुमार, अपर जिलाधिकारी वित्त एवं राजस्व रामजीशरण शर्मा, अपर जिलाधिकारी प्रशासन जयभारत सिंह, अपर नगर आयुक्त नगर निगम बीर सिंह बुदियाल, अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी स्मार्ट सिटी तीरथपाल सिंह, नगर आयुक्त नगर निगम ऋषिकेश शैलेन्द्र सिंह नेगी, मुख्य कोषाधिकारी रोमिल चौधरी, मुख्य चिकित्साधिकारी डॉ संजय जैन, सहायक निदेशक सूचना बी.सी नेगी सहित समस्त नोडल अधिकारी उपस्थित रहे।

ब्लॉक स्तर पर जल्द खुलेंगे ओपन जिम : रेखा आर्या

देहरादून , 17 फ़रवरी , खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा है कि ब्लॉक स्तर पर ओपन जिम खोलने का काम जल्द शुरू होगा। उन्होंने अधिकारियों को इसके लिए जमीन चिन्हित करने के निर्देश दिए हैं। शुक्रवार को अपने आवास पर खेल विभाग की समीक्षा बैठक के बाद मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि पूर्व में की गई घोषणा के क्रम में ब्लॉक स्तर पर ओपन जिम खोलने को लेकर विभाग ने प्रस्ताव तैयार कर लिया है। शासनादेश जारी होने साथ ही विभागीय अधिकारी भूमि चयन की प्रक्रिया प्रारंभ कर दें। उन्होंने कहा कि विभिन्न जिलों में भ्रमण के दौरान युवक मंगल और महिला मंगल दलों ने उनसे इसकी मांग की थी, जो अब पूरी होने जा रही है। उन्होंने कहा कि ओपन जिम हर वर्ग के व्यक्ति की स्वास्थ्य की देखभाल करेगा। साथ ही प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के फिट इंडिया मुहिम अभियान को सार्थक करेगा।

नेशनल गेम्स के 80 प्रतिशत काम पूरे : मुख्य सचिव राधा रतूड़ी ने राज्य में प्रस्तावित 38वें राष्ट्रीय खेलों की तैयारी समय से पूरा करने को कहा है। सचिवालय में राष्ट्रीय खेलों के लिए गठित उच्चाधिकार समिति की बैठक में राधा रतूड़ी ने कहा कि प्रस्तावित नेशनल गेम्स के इन्फ्रास्ट्रक्चर विकास से सम्बंधित 80 प्रतिशत कार्य पूरे हो चुके हैं। उन्होंने कहा कि इस आयोजन के जरिए उत्तराखंड को ग्रीन स्पोर्ट्स तथा ग्रीन टूरिज्म मेजबान के रूप में खुद को स्थापित करने का स्वर्णिम अवसर मिला है। मुख्य सचिव ने रिसाइक्लड मेडल के उपयोग के निर्देश दिए हैं। उन्होंने स्टेडियम तथा खेल स्थलों पर उरेडा के सहयोग से सोलर लाइट की व्यवस्था करने के निर्देश दिए हैं। बैठक में विशेष प्रमुख सचिव खेल अमित सिन्हा, सचिव शैलेश बगौली सहित अन्य अधिकारी उपस्थित हुए।

थकान ही तो है...कहीं यही सोच कर लापरवाही तो नहीं कर रहे आप ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

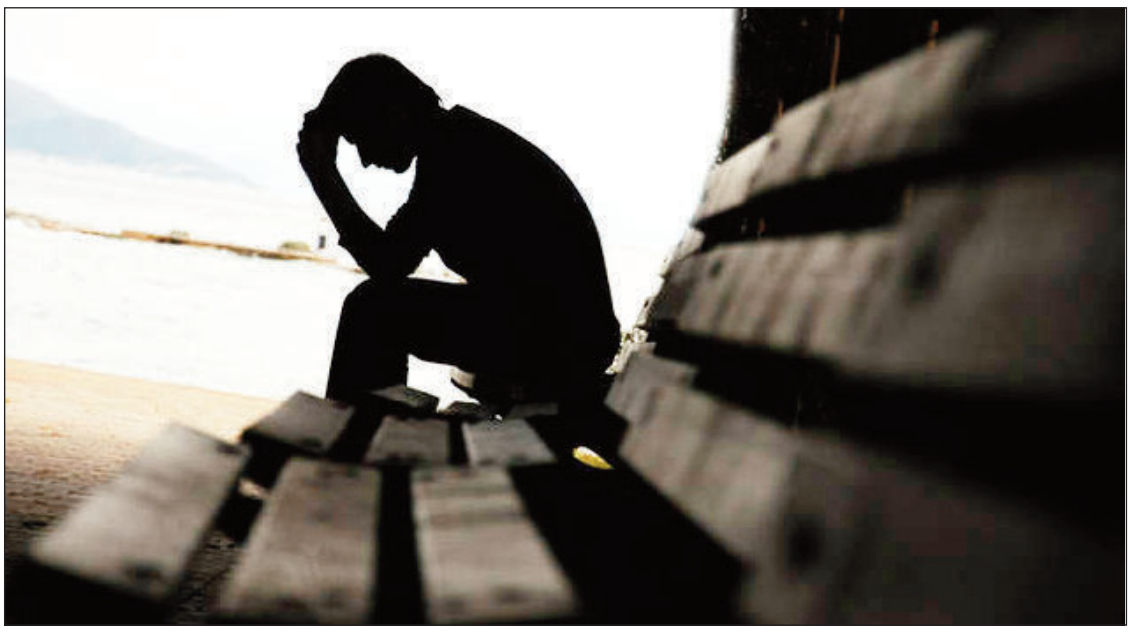
ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , थकान ही तो है...ये सोच कहीं आपके अंदर तो नहीं है? अगर हां, तो ये आपकी सबसे बड़ी भूल हो सकती है. दरअसल, थकान हंसती-खेलती जिंदगी को तबाह करने के लिए काफी है. कई बार ये थकान तनाव का भी कारण बन सकती है, जोकि हमें डिप्रेशन तक में धकेल सकती है. बता दें कि, हमारी हर फिजिकल एक्टिविटी का संबंध दिमाग से होता है. दरअसल, जब हम खुद में कमजोरी महसूस करते हैं, तो हम शारीरिक सेहत पर तो ध्यान देते हैं, लेकिन मानसिक सेहत को अनदेखा कर जाते हैं. जबकि तनाव भी थकान का ही एक कारण हो सकता है. ऐसे में न तो सुकून की नींद आती है और न ही खाने का मन करता है. ऐसे में थकान को अनदेखा करना घातक साबित हो सकता है. अब सवाल है कि थकान सेहत के लिए कैसे घातक? क्या हो सकती समस्याएं? कैसे करें बचाव? इस सवालों के बारे में जानते हैं

डॉ. बताते हैं कि कई लोगों की जिंदगी में भविष्य की चिंता, काम और घर का तनाव पूरी तरह हावी है. ऐसी स्थिति में लोगों को न तो सोते समय सुकून मिल पाता है और न ही जागते समय हम खुश रह पाते हैं. इसके चलते शरीर के हार्मोन तेजी से प्रभावित होते हैं. इससे सिर दर्द, पेट दर्द, भूख न लगना और किसी काम में ठीक से मन न लगना जैसी समस्याएं हो सकती हैं.

एक्सपर्ट के मुताबिक, तनाव के चलते हम थकान और कमजोरी का अनुभव करते हैं. इसके लिए हमें अपने डेली रुटीन में बदलाव लाना होगा. इस स्थिति में हमें उस काम को करने की कोशिश करनी होगी, जिसमें हमारा मन लगता हो. इसके अलावा योग, ध्यान, एक्सरसाइज और मार्निंग वॉक भी करना चाहिए. ऐसा करने से इस परेशानी से निजात पाया जा सकता है

डिप्रेशन एक ऐसी प्रॉब्लम है, जिससे तमाम लोग जूझ रहे हैं. इसके लक्षणों में से थकान भी है. साथ ही, डिप्रेशन होने पर किसी भी काम को करने में मन नहीं लगता है. सीधे शब्दों में कहें, तो अवसाद यानी डिप्रेशन हमारी फिजिकल और मेंटल हेल्थ दोनों को प्रभावित करता है. यदि आप इस समस्या से ग्रसित हो रहे हैं, तो इसे नजरअंदाज न करें, बल्कि तुरंत साइकाइट्रिस्ट की सलाह लें.

डॉक्टर कहते हैं कि, अक्सर काम की भागदौड़ में हम अपनी दिनचर्या बिगाड़



लेते हैं. इसके चलते टाइम पर न खाना खाते हैं और सोते हैं. इसका असर सबसे पहले हमारे दिमाग पर पड़ता है. जानकारों के अनुसार मेंटल हेल्थ को दुरुस्त रखने के लिए 7 से 8 घंटे की पर्याप्त नींद लेना बहुत जरूरी है. इसके साथ ही हमें समय पर सोना और समय से बिस्तर छोड़ने की आदत बनानी चाहिए. अनुशासित दिनचर्या हर तरह से हेल्दी रहने के लिए बहुत आवश्यक है.

तनाव से बचाएंगे ये बदलावः थकान से होने वाले तनाव से बचने के लिए कुछ काम जरूर करने चाहिए. जैसे- हमेशा ऐसा काम चुने, जो आपको पसंद हो, ऑफिस की बातें और काम ऑफिस तक ही सीमित रखें, हमेशा अपनी बात खुलकर कहें, फुरसत के पलों में अपने मन के अनुसार काम करें और तनाव से दूर रहें.

टॉयलेट का ढक्कन भी मुसीबत बन सकता है !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , अगर आपके माता-पिता हमेशा आपको फ्लश करने से पहले टॉयलेट का ढक्कन बंद करने के लिए कहते थे, तो वास्तव में वे सही थे. और एक्सपर्ट कहते हैं कि आपको हमेशा ऐसा करना चाहिए. आमतौर पर हम वेस्टर्न टॉयलेट का इस्तेमाल करने के बाद इसे फ्लश करके सीधा बाहर निकल जाते हैं. हम सभी के जीवन का एक नियमित हिस्सा है, लेकिन यह खतरनाक है. मुसीबत कभी भी आपके गले पड़ सकती है.

रिपोर्ट के मुताबिक, कोलोराडो बोल्डर विश्वविद्यालय के वैज्ञानिकों ने इस पर रिसर्च की. पाया कि फ्लशिंग के समय टॉयलेट का ढक्कन खुला रखने से कई खतरनाक बैक्टीरिया हवा के कॉन्टेक्ट में आ जाते हैं. उस वक्त टॉयलेट हवा में एक तरह का जेट उत्पन्न करता है, जो कटोरे से पांच फीट ऊपर तक कणों को ले जा सकता है. इन कणों में रोगाणु, वायरस और बैक्टीरिया शामिल होते हैं, जो सिर्फ 8 सेकेंड के अंदर आप तक पहुंच सकते हैं. तो अगर आपको संक्रमण से बचना है तो हमेशा टॉयलेट का ढक्कन बंद करके ही फ्लश करना चाहिए.

नग्न आंखों से दिखाई नहीं देतीं

वैज्ञानिकों ने कहा, ये तरल बूंदें आमतौर पर नग्न आंखों से दिखाई नहीं देतीं. इन्हें देखने के लिए आपको लेजर का उपयोग करना होगा. इनमें ई. कोली, नोरोवायरस और संभवतः यहां तक कि कोरोनोवायरस जैसे खतरनाक रोगाणु होते हैं. ये कण 6.6 फीट प्रति सेकंड की गति से बाहर निकल सकते हैं, और 1.5 मीटर ऊपर तक पहुंच सकते हैं. खास बात सबसे बड़ी बूंदें सेकंड के भीतर सतहों पर जाकर चिपक जाती हैं, लेकिन हल्के कण कई मिनटों तक हवा में लटके रहते हैं. ये नाक के बालों से बचकर फेफड़ों में गहराई तक पहुंच सकते हैं और आपको बीमार कर सकते हैं.

कैसे चुने जाते हैं राज्यसभा के सांसद, कौन करता है वोट ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , 27 फरवरी को देश के 15 राज्यों की 56 राज्यसभा सीटों के लिए मतदान होना है. इन सीटों के लिए 15 फरवरी तक नामांकन किए जा सकते हैं. उम्मीदवार 20 फरवरी तक अपने नाम वापस ले सकते हैं. आइए जान लेते हैं कि आखिर राज्यसभा का चुनाव कैसे होता है और यह दूसरे चुनाव से अलग कैसे होता है? राज्यसभा चुनाव वाले राज्यों में यूपी, महाराष्ट्र, बिहार, गुजरात, पश्चिम बंगाल, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, कर्नाटक, ओडिशा, हरियाणा, हिमाचल, राजस्थान, उत्तराखंड, मध्यप्रदेश और छत्तीसगढ़ हैं. आइए जान लेते हैं कि आखिर राज्यसभा का चुनाव कैसे होता है और यह दूसरे चुनाव से अलग कैसे होता है?

हर दो साल में पूरा हो जाता है एक तिहाई सदस्यों का कार्यकाल

व्यवस्था ऐसी है कि राज्यसभा के एक तिहाई सदस्यों का कार्यकाल हर दूसरे साल पूरा होता रहता है और उनकी जगह पर नया चुनाव होता है. वैसे अगर राज्यसभा का कोई सदस्य इस्तीफा दे दे या किसी की मृत्यु हो जाए अथवा किसी कारण से किसी सदस्य को सदन के अयोग्य घोषित कर दिया जाए, तो उसकी जगह पर उप चुनाव भी होता है. जिस सीट के लिए बीच में चुनाव होता है, उस पर चुना गया सांसद पूरे छह साल का कार्यकाल पूरा नहीं करता, बल्कि वह उतने ही समय के लिए सांसद बनता है, जितना समय पहले के सदस्य के कार्यकाल का बचा होता है.

अधिकतम 250 सदस्य हो सकते, फिलहाल 245 है संख्या

भारतीय संविधान के अनुच्छेद 80 में राज्यसभा के कुल सदस्यों की अधिकतम संख्या 250 तय की गई है. इनमें से 238 सदस्य राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों की ओर से चुने जाते हैं. राज्यसभा के 12 सांसदों को राष्ट्रपति सरकार की सलाह पर

मनोनीत करते हैं. ये देश के प्रतिष्ठित लोग होते हैं. फिलहाल राज्यसभा में सदस्यों की कुल संख्या 245 है.

राज्यसभा के सदस्यों के लिए न्यूनतम उम्र सीमा 30 साल तय की गई है. वहीं, लोकसभा सदस्यों के लिए यह सीमा 25 साल है. राज्यसभा की जिन सीटों के लिए कार्यकाल पूरा होता जाता है, चुनाव आयोग उनके लिए नए चुनाव की घोषणा करता है. इस चुनाव में राज्यों की विधानसभा के चुने हुए विधायक ही हिस्सा ले सकते हैं. देश के पांच राज्यों में विधान परिषद भी हैं, जो राज्यसभा की तर्ज पर ही काम करती हैं. इनके सदस्य राज्यसभा चुनाव में हिस्सा नहीं ले सकते हैं.

इस फॉर्मूले से चुने जाते हैं राज्यसभा के सांसद

दरअसल, राज्यसभा सांसद को चुनने के लिए एक फॉर्मूला तय है. किसी भी सीट से राज्यसभा सांसद बनने के लिए कितने वोटों की जरूरत होती है, यह पहले से तय होता है. इस फॉर्मूले के तहत राज्यसभा का सदस्य बनने के लिए एक विधानसभा के कुल विधायकों की संख्या को 100 से गुणा किया जाता है. इस संख्या को राज्य की कुल राज्यसभा सीटों में एक जोड़कर उससे भाग किया जाता है. अब जो नई संख्या मिलती है, उसमें एक और जोड़ दिया जाता है. इसके बाद जो संख्या बनती है, राज्यसभा का सदस्य बनने के लिए कम से कम उतने विधायकों के वोट जरूरी होते हैं.

भारत रंग महोत्सव वैश्विक एकता को बढ़ावा देने का सफल प्रयास : महाराज

संस्कृति मंत्री ने किया इंटरनेशनल थियेटर फेस्टिवल-2024 का शुभारंभ

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

रामनगर (नैनीताल), 17 फरवरी, भारत भूमि में नाट्यशास्त्र भरतमुनि के समय से लोक और शास्त्र के बीच अध्ययन और प्रदर्शन का विषय रहा है। कला साहित्य और संस्कृति हमारे जीवन-दर्शन का हिस्सा है। थिएटर भी इसका एक महत्वपूर्ण हिस्सा है ।ये बात प्रदेश के पर्यटन एवं संस्कृति मंत्री सतपाल महाराज ने एन०डी०तिवारी ऑडिटोरियम में भारत सरकार के प्रतिष्ठित संस्थान ₹राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय (एन0एस0डी) के अंतर्गत आयोजित ₹भारत रंग महोत्सव-इंटरनेशनल थियेटर फेस्टिवल-2024₹ के अवसर पर बतौर मुख्य अतिथि प्रतिभाग करते हुए कही।

उन्होंने कहा कि थियेटर दर्शकों के सामने भावनाओं को जीवंत करने का सशक्त माध्यम है। इसके लिए अत्यधिक अभिनय कौशल और प्रशिक्षण की आवश्यकता होती है। फिल्मों के विपरीत, थिएटर में कोई रीटेक नहीं होता है। संस्कृति मंत्री महाराज ने कहा कि जहां तक उत्तराखण्ड की बात है तो यह देवभूमि भी अपने लोक रंग के लिए खास तौर पर जानी जाती है। उन्हें खुशी है कि भारत रंग महोत्सव के पच्चीसवें वर्ष का यह आयोजन देश के जिन चुनिंदा शहरों में हो रहा है उनमें से देवभूमि का एक स्थान यह भी है। देश के अलग-अलग शहरों में चलने वाले इस 21 दिवसीय थिएटर फेस्टिवल में 150 (एक सौ पचास) से अधिक नाटकों का प्रदर्शन, कार्यशालाएं, चर्चाएं और मास्टर क्लास का कार्यक्रम हमारे संस्कार और संस्कृति दोनों को सशक्त करेगा।

उन्होंने कहा कि इस महोत्सव में भारत ही नहीं बल्कि विदेशी टीमें भी अपने रंगमंच का प्रदर्शन कर रही हैं। इसी कड़ी में यह थिएटर फेस्टिवल, राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय तथा शाइनिंग स्टार स्कूल के सहयोग से यहां भी 15 फरवरी से 20 फरवरी तक किया जा रहा है। इस वर्ष के लिए ₹वसुधैव कुटुंबकम-वंदे भारंगम₹ को इसकी टैगलाइन बनाया गया है। महाराज ने राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय के अधिकारियों तथा शाइनिंग स्टार स्कूल के प्रबंधकों को भारत रंग महोत्सव के सफल आयोजन के लिए अपनी बधाई देते हुए कहा कि यह रंगमंच के माध्यम से वैश्विक एकता को बढ़ावा देने, सामाजिक सद्भाव को समृद्ध करने का एक सकारात्मक प्रयास तो है ही साथ ही इसका उद्देश्य कला के माध्यम से विविध संस्कृतियों को एक साथ लाते हुए, एक साझा वैश्विक परिवार की भावना को साकार करना है। इस अवसर पर राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय के वीसी डा. भरत गुप्ता, श्रीमती माधवी बर्थवाल, संजय मिश्रा और प्रोफेसर रामजी बाली आदि अनेक लोग मौजूद थे।

टिहरी लोकसभा की लाभार्थी सम्पर्क अभियान की कार्यशाला आयोजित

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

टिहरी, 17 फरवरी, कार्यशाला में लाभार्थी संम्पर्क अभियान के प्रदेश संयोजक ज्योति प्रसाद गैरोला जी नें सभी अतिथियों का स्वागत अभिन्दन करते हुये लोकसभा के लाभार्थी सम्पर्क अभियान के सभी कार्यकर्ताओं को बताया कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में पिछले 10 सालों से जितनी भी योजनाओं से देश के अन्तिम व्यक्ति तक लाभान्वित किया है इस कार्यशाला के माध्यम से प्रदेश के सभी लाभार्थीयों को हम सभी कार्यकर्ताओं के द्वारा उनसे सम्पर्क एवं संवाद स्थापित करना है ताकि आने वाले समय में यह सभी लाभार्थी विश्व के सबसे बडे लोकतंत्र में अपनी भूमिका देकर भारतीय जनता पार्टी के पक्ष में अपना मत देकर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को पुनः तीसरी बार देश के प्रधानमंत्री के रूप में देश की सेवा करने का मौका देंगे साथ ही गैरोला जी नें यह भी बताया की हम सभी कार्यकर्ताओं की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है कि हम सभी लाभार्थीयों को समन्वय के माध्यम से मत में परिवर्तित कर पायें। इस कार्यशाला के बाद हम सभी को मण्डलों में भी कार्यशाला करनी है और मण्डलों में कार्यकर्ताओं को चिन्हित कर लाभार्थीयों तक भेजना है।

मुख्य वक्ता के रूप में राष्ट्रीय महामंत्री दुष्यंत गौतम नें सभी कार्यकर्ताओं को देवतुल्य बताते हुये अभिनन्दन किया और कहा की आज देश अमृत काल के लिये अग्रसर है और देश के प्रधानमंत्री मोदी के आवहन पर देश को 2047 तक विकसित भारत के रूप में निर्माण करना है आज जहां चुनाव का बिगल बज चुका है इसके साथ ही हम लोग किस निति के साथ चुनाव जितायेंगे इसके लिये हमे तैयार रहना है। कांग्रेस की सरकार नें 60 वर्षों तक शासन किया लेकिन गरीबी हटाओ का नारा दिया लेकिन गरीबी हटी नहीं परन्तु मोदी जी के नेतृत्व में देश की गरीबी पर कार्य किया जा रहा है और कई योजनाओं से देश के लोगों को लाभान्वित किया जा रहा है। हमारे सामने चुनौती थी 18 हजार गांव में जब बिजली नहीं थी घरों मे नल नहीं थे मोदी के नेतृत्व में आज उन 18 हजार गांव में रोशनी एवं जल दिया जा रहा है

हमारी सरकार नें घरों में शौचालय देने का काम किया है हमनें 25 करोड लोगों को गरीबी रेखा से ऊपर लानें का काम बडी मजबूती से किया है। यह मानव की प्रवृति है कि वह सबकुछ भूल जाता है हम सब लोगों को इस अभियान के माध्यम से सभी लाभार्थियों को अवगत कराना है कि जितनी भी योजनायें आप को दी गई है वह नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में है हम सभी लाभार्थियों को मोदी जी के पक्ष में मत में परिवर्तित करना है हम मोदी का संदेश देने का वाहक बनेगें ।हमारी मेहनत देश के निर्माण में काम आये इसके लिये हमें निरंतर कार्य करना हैं जहां एक ओर मोदी नें देश को सुरक्षा देने का काम किया है वहीं पिछली सरकार में देश में आंतकी माहौल उत्पन करते रहते थे लेकिन मोदी नें देश के प्रत्येक व्यक्ति को सुरक्षा देकर उसको सुरक्षित किया है।

इस कार्यक्रम में महामंत्री संगठन अजेय कुमार ने सभी अतिथि एवं कार्यकर्ताओं का अभिनंदन किया और कहा की केन्द्र की ओर से संगठन में कई अभियान चल रहे हैं जिसके माध्यम से हम सब कार्यकर्ताओं को समाज में रहने वाले प्रत्येक व्यक्ति प्रत्येक वर्ग में जाकर चर्चा समन्वय स्थापित करना है इस कार्यशाला का मुख्य उदेश्य यही है कि हम कार्यकर्ताओं द्वारा योजनाओं से लाभान्वित व्यक्तियों को भारतीय जनता पार्टी के पक्ष में उनका हृदय परिवर्तन कर सकें।

संक्षिप्त खबरें

मां सरस्वती स्वर एवं ज्ञान की देवी हैं: स्वामी विज्ञानानंद सरस्वती

हरिद्वार। श्रीगीता विज्ञान आश्रम के अध्यक्ष महामंडलेश्वर स्वामी विज्ञानानंद सरस्वती ने कहा कि भारत का संविधान और संस्कृति दोनों अद्वितीय हैं। यहां बदलते मौसम और सामाजिक परिवेश के अनुरूप पर्वों का निर्धारण होता है। यह बातें उनहोंने सरस्वती पूजा और वसंतोत्सव में प्रतिभाग करने वाले वैदिक विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कही। दो दिन से चल रहे वसंतोत्सव के समापन समारोह को संबोधित करते हुए महामंडलेश्वर ने कहा कि मां सरस्वती स्वर और ज्ञान की देवी हैं। जिनकी आराधना हमारी भावी पीढ़ी को व्यवहार और वार्तालाप में मधुरता एवं सौम्यता का संदेश देती है। उन्होंने कहा कि वाणी की मधुरता व्यक्ति को सामाजिक सम्मान की पात्रता प्रदान करती है।

आंदोलनकारियों के पेंशन मामले निपटाएं

हरिद्वार। जन समस्याओं को लेकर चिन्हित राज्य आंदोलनकारी समिति की ओर से जिलाध्यक्ष सूर्यकांत भट्ट, सदस्य भीमसेन रावत ने जिलाधिकारी को ज्ञापन सौंपा। जिलाध्यक्ष ने बताया कि राज्य आंदोलनकारियों की पेंशन संबंधित समस्याओं के निराकरण में देरी हो रही है। उन्होंने डीएम से प्रशासनिक स्तर पर आ रही दिक्कतों को दूर करने की मांग की। जिलाधिकारी ने उचित कार्यवाही करने का भरोसा दिलाया। इसके साथ ही कनखल क्षेत्र में स्थित सिल्ट रिजेक्टर संजय नहर की सफाई की मांग की। सफाई न होने से नहर से पानी ओवरफ्लो होकर आवासीय कॉलोनी पंजाब सिंध क्षेत्र और विद्या विहार में प्रवेश कर रहा है।

आयोग के गठन को लेकर विधायक को सौंपा व्यापारियों ने ज्ञापन

हरिद्वार। व्यापारी आयोग गठन समेत 11 सूत्रीय मांगों को लेकर व्यापारियों ने शहर विधायक मदन कौशिक को मुख्यमंत्री के नाम का ज्ञापन सौंपा। व्यापारियों ने आकस्मिक परिस्तिथियो में हर छोटे बड़े व्यापारी के लिए विशेष राहत पैकेज की मांग की। छोटे मध्यम स्तर का कारोबार करने वालों को नए उद्यम लगाने के लिए विशेष व्यवस्था देने की मांग भी उठाई। महानगर व्यापार मंडल के जिलाध्यक्ष सुनील सेठी ने कहा कि सरकार लगातार पर्यटन विकास को लेकर कार्य कर रही है। व्यापार बढ़ रहा है, तो हर वर्ग के छोटे और बड़े व्यापारी का निवेश भी बढ़ रहा है। जो समय समय पर सरकार को विभिन्न कर देकर राजस्व बढ़ाने का काम करता है।

दो दिवसीय आनलाइन स्टार्टअप बूटकैंप का शुभारम्भ

हरिद्वार। देव भूमि उद्यमिता योजना-देवभूमि उद्यमिता केंद्र की ओर से राजकीय महाविद्यालय भूपतवाला में दो दिवसीय ऑनलाइन बूट कैंप आयोजित किया गया। प्राचार्य डॉ. दिनेश कुमार शुक्ल की अध्यक्षता में महाविद्यालय के छात्र-छात्राओं को उद्यमिता और स्टार्टअप के लिए प्रेरित करने के लिए ऑनलाइन सत्र आयोजित किया। प्राचार्य डॉ. शुक्ल ने महाविद्यालय के छात्र-छात्राओं को उद्यमिता का महत्व बताया। ऑनलाइन माध्यम से छात्र-छात्राओं ने उद्यमिता संबंधित विचार रखे। डॉ. स्मिता बसेड़ा ने बताया कि इस योजना से उद्यमिता के नए-नए अवसर उत्पन्न हो सकेंगे। जिससे राज्य में होने वाला पलायन रोका जा सकेगा। बताया कि जल्द महाविद्यालय में 12 दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया जाना प्रस्तावित है।

केंद्र सरकार की नीतियों के विरोध में प्रदर्शन

हरिद्वार। ट्रेड यूनियनों के आह्वान पर शुक्रवार को सीटू से संबद्ध यूनियन के कार्यकर्ताओं ने पश्चिमी गेट की ओर जाने वाले भेल चौराहे पर केंद्र सरकार की नीतियों के खिलाफ नारेबाजी कर प्रदर्शन किया। भेल सहित तमाम सार्वजनिक क्षेत्र की कंपनियों का निजीकरण बंद करने,भेल में नई भर्तियां शुरू करने,भेल असपताल में विशेषज्ञ डॉक्टरों, पैरा मेडिकल स्टाफ के भर्ती के साथ ही आधुनिक उपकरणों, सुविधाओं को देने, संविदा श्रमिकों को साल के पूरे बारह माह काम देने की मांग की।

2024 में होगा दुनिया का सबसे महंगा चुनाव ? खर्च होंगे इतने करोड़

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , देश में अगले कुछ माह में लोकसभा के चुनाव होने वाले हैं. इससे पहले ही सुप्रीम कोर्ट ने चुनावी बॉन्ड पर रोक लगा दी है, इसके बाद राजनैतिक पार्टियों को मिलने वाले चंदे में कमी आने का अनुमान है. 2019 में हुआ लोकसभा चुनाव दुनिया का सबसे महंगा चुनाव था. सेंटर फॉर मीडिया स्टडीज (सीएमएस) के अनुसार, 2019 में चुनावों में 50,000 करोड़ रुपये खर्च का अनुमान जताया गया था, लेकिन असल में यह 60,000 करोड़ लगा. लोकसभा चुनाव 5 सालों में होते हैं और उतनी ही तेजी से खर्चे बढ़ते जाते हैं.

2009 में हुए 15वें लोकसभा चुनाव का बजट भारत में उससे पहले हुए चुनावों से 15 गुना ज्यादा था. इससे पहले की बात करें तो 1993 में लोकसभा चुनावों में 9000 करोड़, 1999 में 10,000 करोड़, 2004 में 14,000 करोड़, 2009 में 20,000 करोड़, 2014 में 30,000 करोड़ और 2019 में 60,000 करोड़ रुपये चुनाव पर खर्च हुए. इस लिहाज से देखें तो 2014 के चुनाव का खर्च 2009 से डेढ़ गुना बढ़ा था. इसी तरह 2019 के चुनाव में 2014 के हिसाब से लागत दोगुनी हुई थी. इस आंकड़े को आधार मानें तो 2024 के चुनाव में 1 लाख 20 हजार करोड़ रुपये का खर्च आ सकता है. जो दुनिया का सबसे महंगा चुनाव हो सकता है.

ऐसे होता है चुनाव खर्च का बंटवारा

यदि 2019 में चुनाव पर खर्च हुई राशि की बात करें तो इसमें से 20 प्रतिशत यानी 12 हजार करोड़ रुपये चुनाव आयोग ने चुनाव प्रबंधन पर खर्च किए. 35 प्रतिशत यानी 25000 करोड़ रुपए राजनैतिक पार्टियों द्वारा खर्च किया गया. 25000 करोड़ में से 45% बीजेपी ने खर्च किए जबकि कांग्रेस ने 20% और बाकी ने 35% खर्च किया. 2019 में अकेले 5000 करोड़ रुपये सोशल मीडिया पर खर्च किए गए.

उम्मीदवार की खर्च लिमिट तय, पार्टी पर पाबंदी नहीं

चुनाव आयोग द्वारा उम्मीदवार के खर्च पर लिमिट तय की गई है, लेकिन पार्टियों के ऊपर कोई पाबंदी नहीं है. लोकसभा चुनाव में पार्टी उम्मीदवारों के समर्थन करने वाली रैली, प्रचार-प्रचार और दूसरी चीजों में खर्च करती है. सेंटर फॉर मीडिया स्टडीज ने चुनावी खर्च को लेकर जो रिपोर्ट जारी की है, उसके हिसाब से हर लोकसभा क्षेत्र में औसतन 100 करोड रुपये से अधिक खर्च हुए हैं. इसको अगर वोटर के हिसाब से देखा जाए तो यह ₹700 प्रति वोटर आएगा. वैसे चुनाव खर्च का यह अनुमान भर है.

दून अस्पताल में गर्दन के ट्यूमर की जटिल सर्जरी

चार घंटे की सर्जरी के बाद निकाला गया ट्यूमर

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादूनः दून मेडिकल कालेज चिकित्सालय में 61 साल की महिला का चार घंटे तक अत्यंत जटिल आपरेशन किया गया। महिला की गर्दन में ट्यूमर था। चिकित्सकों की टीम ने इस आपरेशन में ट्यूमर को पूरी तरह निकालने में सफलता हासिल की है।

ईएनटी विभाग के एसोसिएट प्रोफेसर डा. विकास सिकरवार ने मरीज को 2-3 माह से खाना गटकने में दिक्कत आ रही थी। साथ ही गले में दर्द की भी शिकायत थी। उसकी एमआइआर और अन्य जांच की गई तो पता चला कि महिला की गर्दन में बड़ा ट्यूमर है। यह ट्यूमर गले के बहुत जटिल भाग पैराफेरीन्जियल स्पेस में था, जो मुख्य तंत्रिका और रक्तवाहिकाओं से चिपका हुआ था।

ऐसे में चिकित्सकों ने आपरेशन करने का फैसला लिया, जो काफी जटिल था। रक्त वाहिकाएं और तंत्रिकाओं के ट्यूमर से चिपके होने की वजह से यह जानलेवा भी हो सकता था। ऐसे में चिकित्सकों की टीम ने आपरेशन के दौरान दूरबीन का भी इस्तेमाल किया। आपरेशन में करीब चार घंटे लगे और ट्यूमर को सफलतापूर्वक निकाल लिया गया।

आपरेशन करने वाली टीम में डा. विकास सिकरवार के साथ डा. प्रियंका, डा. मोनिका, डा. अनुराग, एनेस्थीसिया विभाग की डा. शोभा, डा. दीपिका, नैना और लक्ष्मी मौजूद रहे। प्राचार्य डा. आशुतोष सयाना, एमएस डा. अनुराग अग्रवाल, डिप्टी एमएस डा. धनंजय डोभाल, विभागाध्यक्ष डा. भावना पंत ने सफल आपरेशन के लिए टीम को बधाई दी है।

मरीजों का इलाज सामान्य दिनों की तरह चलता रहा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

आज राजकीय दून मेडिकल कॉलेज चिकित्सालय में कुल 1786 मरीजों ने ओपीडी में डॉक्टर्स को दिखाया इसके अतिरिक्त लगभग 400 पुराने मरीजों को भी पुराने रजिस्ट्रेशन पर ही देखा गया इसके अतिरिक्त आज 88 मरीज भर्ती हुए पैथोलॉजी विभाग में 1730 जांचें की गई रेडियोलोजी विभाग में 343 एक्स Ray 78 अल्ट्रासाउंड 35 सीटी स्कैन 25 एमआरआई किए गए

मेडिसिन विभाग में 84 ईसीजी किए गए कार्डियोलॉजी विभाग में 20 इको किए गएआज सुबह से ही रजिस्ट्रेशन काउंटर एवं बिलिंग काउंटर पर भी पैरामेडिकल स्टूडेंट एवं आईटीआई से मंगाए गए 24 डाटा एंट्री ऑपरेटर द्वारा मरीज के रजिस्ट्रेशन किए गए एवं उनके बिल बनाए गएबिलिंग काउंटर एवं रजिस्ट्रेशन काउंटर पर स्थिति बिलकुल सामान्य रही

प्राचार्य डॉ आशुतोष सायना ने आज सुबह पुरे चिकित्सालय का निरीक्षण कर स्थिति का जायजा लिया प्राचार्य सीधे बिलिंग काउंटर पहुंचे वहां मरीजों के लिए अतिरिक्त काउंटर की व्यवस्था कराई उसके पश्चात इमरजेंसी

का निरीक्षण किया वहां भर्ती मरीजों की जानकारी ली उसके पश्चात सभी वार्डो का निरीक्षण कर मरीजों से उनका हाल-चाल पूछ एवं उपचार कर रहे डॉक्टरों को सभी मरीजों का उचित उपचार करने हेतु निर्देश किया। ओपीडी में भी सभी विभागों के डॉक्टरों द्वारा मरीज को सामान्य रूप से देखा गया चिकित्सालय में हड़ताल का आज कोई असर नहीं देखा गया सभी विभागों द्वारा आपरेशन थियेटर में सर्जरी की गई ईएनटी विभाग द्वारा आज एक बड़ा एवं जटिल ऑपरेशन किया गया उक्त मरीज की स्थिति बिलकुल सामान्य है चिकित्सालय में एमबीबीएस के छात्रों की परीक्षा भी चल रही हैचिकित्सा अधीक्षक डॉक्टर अनुराग अग्रवाल ने बताया कि चिकित्सालय आने

वाले सभी मरीजों का इलाज सामान्य दिनों की तरह चल रहा है इसके अतिरिक्त चिकित्सालय में बिलिंग काउंटर एवं रजिस्ट्रेशन काउंटर पर आने वाले मरीजों के लिए सुविधा के लिए अतिरिक्त काउंटर लगा दिए गए हैं एवं एवं भुगतान के लिए ऑनलाइन पेमेंट की सुविधा कर दी गई है जिससे कि समय की बचत भी हो रही है।

कोटद्वार में आशा कार्यकर्ताओं का प्रदर्शन

कोटद्वार । केंद्रीय ट्रेड यूनियन के आह्वान पर उत्तराखंड स्वास्थ्य आशा कार्यकत्री यूनियन कोटद्वार क्षेत्र से जुड़ी आशा कार्यकत्रियों ने तहसील परिसर में धरना प्रदर्शन किया और प्रधानमंत्री को प्रेषित ज्ञापन में आशा कार्यकत्रियों को सरकारी कर्मचारी घोषित करने की मांग की। शुक्रवार को कोटद्वार क्षेत्र की समस्त आशा कार्यकत्रियां तहसील में एकत्रित हुई। तहसील में एकत्रित होकर उन्होंने धरना प्रदर्शन किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि प्रदेश के ग्रामीण व शहरी सेवा की बुनियाद के रूप में आशा वर्कर ईमानदारी से कार्य करती आ रही है। आशाओं ने प्रसव से लेकर टीकाकरण तक का कार्य ईमानदारी से संचालित किया है, इसके बाद भी किसी भी सरकार ने आशाओं की मांगों की ओर ध्यान नहीं दिया। उनके मेहनताना में वृद्धि नहीं की गई, जिस कारण आशा कार्यकत्रियों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। मौके पर आशा कार्यकत्रियों को सरकारी कर्मचारी घोषित करने, सेवानिवृत्त होने पर पेंशन देने, भविष्य निधि व ईएसआई सुविधा देने, 46वें श्रम सम्मेलन की सिफारिशों को लागू करने व आशा वर्कर्स के मानदेय में वृद्धि करने और सभी स्वास्थ्य केंद्रों में आशा घर बनाने की मांग की गई। तत्पश्चात मांगों के संबध में प्रधानमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया गया। धरना प्रदर्शन में यूनियन अध्यक्ष प्रभा देवी, उपाध्यक्ष मीरा नेगी, नीलम कुकरेती, संगीता रावत, कविता नेगी, इंदू देवी, मीनाक्षी चमोली,संगीता कुलाश्री और निर्मला सहित अन्य आशा कार्यकत्रियां शामिल रही।

गोपेश्वर में आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं ने निकाली रैली

चमोली। अपनी विभिन्न मांगों को लेकर जनपद की आंगनबाड़ी कार्यकर्ता और भोजन माताओं ने सीटू के नेतृत्व में कलक्ट्रेट परिसर में धरना-प्रदर्शन किया। आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं ने प्रतिमाह 18000 रुपये मानदेय दिए जाने की मांग समेत विभिन्न मुद्दों की बात उठाई। शुक्रवार को सुबह 11 बजे सबसे पहले आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं ने नगर के मुख्य तिराहे से कलक्ट्रेट परिसर तक नारेबाजी कर प्रदर्शन किया। आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं ने सेवानिवृत्त होने पर दो लाख रुपये जमा फंड के रूप में दिए जाने, गोल्डन कार्ड जारी करने और मिनी आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं को पदोन्नति का लाभ दिए जाने की मांग उठाई। इस मौके पर

धोखा से उबरने में आदमी को कितना समय लगता है ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , धोखा या ब्रेकअप ऐसी चीज है जो किसी भी इंसान को तोड़कर रख देती है. इससे उबरने में किसी को भी सालों लग जाते हैं. दिल के किसी कोने में उसका दर्द रह ही जाता है. वो भी बेवफाई उसने की हो, जिसके साथ आप भावनात्मक और मानसिक रूप से जुड़े हुए हों और आगे का जीवन उसी के साथ बिताने का इरादा कर लिया हो. या उसके साथ वैवाहिक बंधन की डोर में बंध चुके हों. ऐसे में यह सवाल उठता है कि क्या कुछ ऐसी चीजें हैं जो ब्रेकअप से उबरने में मदद करती हैं? क्या वास्तव में ऐसा कोई तरीका है जिससे दिल टूटने की स्थिति को सकारात्मक ढंग से संभाला जाए?

अफेयर रिकवरी के फाउंडर और अध्यक्ष रिक रेनाल्ड्स का कहना है कि किसी ब्रेकअप या बेवफाई से उबरना सिर्फ यह मामला नहीं कि कोई जल्दी ठीक होना चाहता है. बल्कि यह समय और समर्पण का भी मामला है. रिक रेनाल्ड्स कहते हैं कि मैं आपको नहीं बता सकता कि मुझसे कितनी बार पूछा जाता है, "इसमें कितना समय लगेगा?" मेरा उत्तर हमेशा यही होता है, "यह निर्भर करता है." एक बात पक्की है: किसी अफेयर से उबरने में आप को अपेक्षा से अधिक समय लगेगा, और यह जरूरी नहीं कि आप कितना उबरना चाहते हैं, इस पर निर्भर करता हो.

अधिकांश लोगों को या जोड़ों को इसमें दो से तीन साल लग जाते हैं, और ऐसा तब होता है जब उन्हें मार्गदर्शन के लिए किसी योग्य पेशेवर की मदद मिलती है. दुर्भाग्य से, इसमें अधिक समय लग सकता है जब वे नुकसान की भरपाई और अपने जीवन को पुनः ढर्रे पर लाने के लिए समान लक्ष्य या समर्पण के स्तर को साझा नहीं करते हैं. जब ध्यान केवल उस पर से हटकर आगे बढ़ने पर होता है, तो इसमें अधिक समय लग सकता है. बेवफाई के भावनात्मक घाव गंभीर होते हैं और अक्सर रिश्ते के लिए विनाशकारी होते हैं, वह भी तब जब आप इसे अकेले जीने की कोशिश करते हैं.

लोगों को यह समझने की जरूरत है कि बेवफाई के सदमे को कम होने में कम से कम दो साल लगते हैं. इसका मतलब यह नहीं है कि दो साल तक सब कुछ खराब रहेगा. वास्तव में, चोट खाए व्यक्ति या जोड़े को लग सकता है कि वो उस अवधि के दौरान पहले से कहीं बेहतर कर रहा है या कर रहे हैं. ठीक होने के शुरुआती छह हफ्तों के दौरान, व्यक्ति कभी न खत्म होने वाले उतार-चढ़ाव वाले सफर पर होता है. धोखा खाए शख्स को उत्तेजित होने और भावनात्मक रूप से अभिभूत होने की स्थिति में आने में केवल सेकंड के 200वें हिस्से का समय लगता है. धीरे-धीरे आगे बढ़ना, ईमानदार होना और एक अच्छी सहायता ढूंढना इस चरण में प्रभावी उपचार के लिए सबसे बढ़िया है.

महिला-पुरुष में अलग-अलग होते हैं हार्ट अटैक के लक्षण

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , हार्ट अटैक और हार्ट डिजीज तेजी से बढ़ती बीमारी है. पिछले कुछ समय में इसके काफी केस बढ़े हैं. अब 40 साल से कम लोगों में भी दिल की बीमारी बढ़ रही है. यह जानलेवा बीमारी है. इसलिए ज्यादा सावधानी की जरूरत पड़ती है. हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक, हार्ट अटैक (Heart Attack) के लक्षण कई महीनों पहले ही नजर आने लगती है. एक नए अध्ययन के मुताबिक, महिलाओं और पुरुषों में हार्ट अटैक के लक्षण अलग-अलग नजर आ सकते हैं. ऐसे में आइए जानते हैं महिला या पुरुष हार्ट अटैक से सबसे ज्यादा खतरा किसे है और उनमें किस तरह के लक्षण होते हैं...

महिलाओं में हार्ट अटैक के लक्षण

ज्यादा पसीना आनामतली या उल्टी महसूस होनाचक्कर आनाज्यादा थकान लगनासोते या आराम करते समय ये समस्याएं ज्यादा महसूस होना

पुरुषों में हार्ट अटैक के लक्षण

चेस्ट पेनचेस्ट में ज्यादा दबाव महसूस करनाएंग्जायटी या बेचैनी होना

महिला-पुरुष में क्यों अलग-अलग होते हैं हार्ट अटैक के लक्षण

स्टडी में बताया गया है कि जब महिलाओं को हार्ट अटैक के लक्षण नजर आते हैं तो लोग इसे सही तरह समझ नहीं पाते है, क्योंकि हार्ट अटैक के लक्षण वाली समस्याएं महिलाओं को रोजमर्रा के जीवन में आए दिन महसूस होती रहती है. इसलिए ज्यादातर लोग इसे हल्के में लेते हैं, जबकि पुरुषों में ये कॉमन नहीं होते और साफ-साफ समझ आते हैं. डॉक्टर के मुताबिक, हर उम्र की महिलाओं को हार्ट अटैक को गंभीरता से लेना चाहिए, क्योंकि महिलाओं को बिना किसी लक्षण के भी हार्ट अटैक आ सकता है. कोरोनरी हार्ट डिजीज के चलते जिन महिलाओं की मौत हुई है, उनमें से 64 प्रतिशत में पहले किसी तरह के लक्षण नहीं दिखाई दिए थे.

दिल दहल जाएगा स्टूडेंट की हरकत से !

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ से एक ऐसा मामला सामने आया है, जिसके बारे में जानकर आपका दिल दहल जाएगा। जहां इंटर के एक छात्र ने अपनी जीवन लीला समाप्त कर ली। घटना का पता लगते ही पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। सुसाइड करने से पहले छात्र ने मोबाइल में एक सुसाइड नोट लिखा। जिसमें उसने अपने माता-पिता से माफी मांगी थी। वहीं मृतक युवक के दोस्तो ने बताया कि दानियाल ऑनलाइन गेम खेलने का आदी था। इश वजह से वह बड़ी रकम हार चुका था। कई बार घर वालों से भी उसे डांट पड़ चुकी थी। इसी वजह से उसने यह दिल दहला देने वाला कदम उठाया। फिलहाल, अभी तक पुलिस ने आत्महत्या के कारणों की पुष्टि नहीं की है।

जानिए, क्या कहना है मृतक छात्र के मामा का?

सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार, मामा शाबाद रिजवी ने बताया कि दानियाल (16) पुत्र शाहिद हुसैन गाजी मंडी बजाजा मोहल्ला 12वीं कक्षा का छात्र था। हर रोज की तरह वह मंगलवार को भी पढ़ने के लिए स्टडी रूम में गया था। काफी समय के बाद जब उसकी मां उसे बुलाने के लिए कमरे में गई तो वहां पर बेटे का शव देखकर चीख पड़ीं। उसकी चीख सुनकर अन्य लोग भी कमरे में पहुंच गए। इसके बाद तुरंत घटना की सूचना पुलिस को दी गई। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और शव को पोस्टमार्टम के लिए भेजा।

क्या कहना है मामले की जांच कर रहे इंस्पेक्टर का ?

मामले की जांच कर रहे चौक इंस्पेक्टर नागेश उपाध्याय ने बताया कि इंटर के छात्र दानियाल की मौत का मामला सामने आया है। मृतक छात्र के मोबाइल फोन में सुसाइड नोट मिला है। जिसमें उसने खुदकुशी करने के लिए अपने घरवालों से माफी मांगी है। आत्महत्या की वजह अभी तक साफ नहीं हो पाई है। हालांकि, सुसाइड के पीछे ऑनलाइन गेम खेलने को लेकर बातें सामने आ रही हैं, जिसकी पुष्टि नहीं हो सकी है। पुलिस का कहना है कि शव को पोस्टमार्टम के लिए भेजा गया है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने पर ही मामले में आगे की कार्रवाई की जाएगी।

'पत्नी ने कभी मुझे पति माना ही नहीं', पढ़िए मामला

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , अक्सर एक पत्नी अपने पति से ज्यादा उम्मीद पाल लेती है। शादी के बाद उसे लगता है कि पति का सारा टाइम और पैसे पर सिर्फ उसका हक है। अगर वो अपने दूसरे रिश्ते को वक्त और पैसे देता है तो यह बात पत्नी को नागवार गुजरती है। एक ऐसी ही महिला अपने पति के खिलाफ मुंबई के एक सेशन कोर्ट में याचिका दायर किया। जिसे कोर्ट ने सिरे से खारिज करते हुए कहा कि एक एक पुरुष द्वारा अपनी मां को समय और पैसा देना घरेलू हिंसा नहीं माना जा सकता है। आइए जानते हैं पूरा मामला।

राज्य सचिवालय में सहायक के रूप में काम करने वाली एक महिला ने सुरक्षा, मौद्रिक राहत और मुआवजे की मांग के लिए घरेलू हिंसा के तहत मजिस्ट्रेट अदालत के समक्ष शिकायत दर्ज की थी। उसने आरोप लगाया कि उसके पति ने अपनी मां की मानसिक बीमारी की बात छिपाकर और उसे धोखा देकर उससे शादी की है।महिला ने यह भी दावा किया कि उसकी सास उसकी नौकरी का विरोध करती थी और उसे परेशान करती थी और उसके पति और उसकी मां उससे झगड़ते थे।

पति पर लगाया मां को वक्त और पैसे देने का आरोप

उन्होंने कहा कि उनके पति सितंबर 1993 से दिसंबर 2004 तक अपनी नौकरी के लिए विदेश में रहे। जब भी वह छुट्टी पर भारत आते थे, तो अपनी मां से मिलने जाते थे और उन्हें हर साल ₹10,000 भेजते थे। महिला ने कहा, उसने अपनी मां की आंख के ऑपरेशन के लिए भी पैसे खर्च किए। महिला

अपने ससुराल के अन्य सदस्यों द्वारा उत्पीड़न का भी दावा किया।

'पत्नी ने कभी मुझे पति माना ही नहीं'

हालाँकि, उसके ससुराल वालों ने सभी आरोपों से इनकार किया। उस शख्स ने दावा किया कि महिला ने कभी भी उसे पति के रूप में स्वीकार नहीं किया और उस पर झूठे आरोप लगाती रही।उनके अनुसार, उन्होंने उसकी क्रूरताओं के कारण फैमिली कोर्ट में तलाक की याचिका दायर की थी।उन्होंने यह भी आरोप लगाया कि उनकी पत्नी ने बिना किसी जानकारी के उनके एनआरई (अनिवासी बाहरी) अकाउंट से 21.68 लाख रुपये निकाले और इस रकम से एक फ्लैट खरीदा। इतना ही नहीं महिला की याचिका लंबित रहने के दौरान ट्रायल कोर्ट (मजिस्ट्रेट) ने उसे प्रति माह 3,000 रुपये का अंतरिम गुजारा भत्ता दिया।

कोर्ट ने महिला की याचिका खारिज किया

सेशन कोर्ट में महिला के दायर याचिका पर जब कोर्ट ने सबूतों पर गौर किया तो पाया कि महिला के पास यह साबित करने के लिए कुछ नहीं है कि उसके पति और ससुरालवालों ने घरेलू हिंसा की है। कोर्ट ने कहा कि यह रिकॉर्ड की बात है कि आवेदक मंत्रालय में कार्यरत एक 'सहायक' है और वेतन प्राप्त कर रही है। पूरे साक्ष्य से यह पता चला है कि उसकी शिकायत यह है कि, प्रतिवादी, उसका पति, अपनी मां को समय और पैसा दे रहा है , जिसे घरेलू हिंसा नहीं माना जा सकता। इसमें कहा गया है कि महिला घरेलू हिंसा से महिलाओं की सुरक्षा अधिनियम के तहत किसी भी राहत की हकदार नहीं है।

यातायात व्यवस्था के संचालन में उत्कृष्ट पुलिसकर्मियों को किया गया सम्मानित

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 17 फ़रवरी , 34 वां सड़क सुरक्षा माह-2024 के समापन कार्यक्रम का प्रारम्भ सर्वेश पंवार, पुलिस अधीक्षक यातायात देहरादून द्वारा किया गया । 15/01/2024 से 14/02/2024 तक मनाए गये सड़क सुरक्षा माह कार्यक्रम की रुपरेखा के सम्बन्ध में उपस्थित अधिकारियों तथा गणमान्य व्यक्तियों को अवगत कराया । जनपद में मनाये गये 34 वें सड़क सुरक्षा माह कार्यक्रम के सम्बन्ध में अजय सिंह, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा बताया गया कि गत वर्षों की भांति इस वर्ष भी सड़क सुरक्षा माह के निर्धारित कार्यक्रम में सड़कों पर सुरक्षित चलनें के सम्बन्ध में आवश्यकता का प्रचार- प्रसार किया गया । जनपद देहरादून पुलिस द्वारा सड़क सुरक्षा माह के दौरान, आम जनता के बीच जाकर सड़क सुरक्षा के संबंध में जागरूकता बढ़ाई गई और सभी हितधारकों को सड़क पर चलते समय दूसरों की सुरक्षा हेतु अपनी जिम्मेदारी निभाने के लिए प्रेरित किया गया । इस अवसर पर पूरे देश में सड़क सुरक्षा से जुड़े हुए विभिन्न अभियानों एवं कार्यक्रमों का आयोजन किया गया ।

Red-FM के साथ विभिन्न विद्यालयों में सड़क सुरक्षा जागरुकता कार्यक्रम किये गये । (रुको जरा सब्र करो)YI" Young India संस्था के साथ Chota Cop कार्यक्रम किये गये ।Shardhanjali Trust के द्वारा यातायात पुलिस के साथ शहर के प्रमुख तिराहों / चौराहों पर जागरुकता कार्यक्रम किये गये । विभिन्न तिराहों / चौराहों / मार्गों पर विभिन्न वाहनों में रिफ्लेक्टर टेप चिपकाये गये ।यमराज वेशधारी के माध्यम से घण्टाघर / दिलाराम चौक पर वाहन चालकों को यातायात नियमों के प्रति जागरुक किया गया ।कनक से 50 मीटर तक की दूरी में स्लो रेस का आयोजित की गयी जिसमें वाहन की गति सीमित रखकर संचालित किये जाने का संदेश प्रसारित किये जाने का प्रयास किया गया ।

जनपद के विभिन्न स्कूलों में क्विज प्रतियोगिता आयोजित कर चयनित छात्रों को 01 दिन का ट्रैफिक / सीपीयू इन्सपेक्टर बनाया गया ।विभिन्न व्यापिक प्रतिष्ठानों में यातायात नियमों की जानकारी प्रदान की गयी ।व्यवसायिक वाहनों के चालकों / परिचालकों का नेत्र परीक्षण किया गया ।शहर के समस्त विद्यालयों के छात्र-छात्राओं को यातायात पुलिस द्वारा आयोजित निबन्ध, पेंटिंग एवं स्लोगन प्रतियोगिता में आमन्त्रित किया गया लगभग 100-

100 छात्रों के निबन्ध, पेंटिंग एवं स्लोगन प्राप्त हुए ।ट्रक / बस / टैक्सी चालकों तथा यूनियन के प्रधानों के साथ सहसपुर / सेलाकुई / विधानसभा टैक्सी स्टैण्ड, दीनदयाल उपाध्याय पार्क तहसील चौक, ट्रासपोर्ट नगर, मसूरी डाईवर्जन, बल्लुपुर चौक पर भिन्न- भिन्न तिथियों में गोष्ठी आयोजित कर यातायात नियमों की जानकारी दी गयी । सड़क सुरक्षा एवं सड़क दुर्घटनाओं के सम्बन्ध में सुरक्षा उपायों के क्रम में हेलमेट व सीट बैल्ट का प्रयोग करनें के सम्बन्ध में विभिन्न तिराहों / चौराहों पर जन-जागरुकता अभियान चलाया गया ।

सड़क दुर्घटना में घायलों की मदद हेतु वाहन चालकों / परिचालकों / अन्य व्यक्तियों को इन्द्रेश अस्पताल के चिकित्सकों के साथ आईएसबीटी चिकित्सक द्वारा फस्ट एड सम्बन्धी जानकारी प्रदान की गयी । जनपद पुलिस का भरसक प्रयास है कि सड़क सम्बंधी नियमों एवं कानूनों के बारे में जानकारी का प्रचार - प्रसार किया जाए । वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून के अभिभाषण के उपरान्त सड़क सुरक्षा माह में मुख्य अतिथि निदेशक यातायात महोदय द्वारा सराहनीय योगदान देने वाले तथा उत्कृष्ट कार्य करनें वाले निम्नवत को सर्टिफिकेट देकर पुरस्कृत किया गया -

स्लो रेस में प्रथम / द्वितीय / तृतीय आने वाले वाहन चालक

1. प्रथम स्थान – फरीद खान निवासी टर्नर रोड देहरादून 2. द्वितीय स्थान – प्रणव जोशी निवासी नकरोंदा हर्रावाला देहरादून 3. तृतीय स्थान – सौरभ चौहान निवासी करनपुर देहरादून

सामाजिक कार्यकर्ता

1. Ishita Maikhuri (Shradhanjali Trust) 2. Dr. Tejender Nath Jawhar, Member Special juvenile Uttarakhand Police Unit 3. श्री उमेश्वर सिंह रावत, PLV जिला विधिक सेवा प्राधिकरण 4. Avinash Kumar Singh, District Youth Officer Dehradun5. Mr. Pravesh Singh Bajwal, APA Dehradun6. Dr. Naveen Singhal, Chief Proctor, DIT University

हड्डियों को खोखला कर सकती हैं ये चीजें! आज ही बनाएं दूरी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , शरीर का पूरा वजन हड्डियों के ढांचे पर टिका होता है इसलिए हड्डियों का मजबूत और स्वस्थ होना बहुत जरूरी है. लेकिन आजकल ऑस्टियोपोरोसिस, लो बोन डेंसिटी, और ओस्टियोआर्थराइटिस जैसी हड्डियों से जुड़ी समस्या के मामले बढ़ते जा रहे हैं. हमारा अनहेल्दी और इनएक्टिव लाइफस्टाइल साथ ही खान पीन से जुड़ी खराब आदतों की वजह से ऐसे समस्याएं बढ़ती जा रही हैं. इसलिए हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाने की सलाह दी जाती है जैसे कि फिजिकल एक्टिव रहने के लिए रोजाना एक्सरसाइज करना और कैल्शियम, प्रोटीन और विटामिन डी जैसे न्यूट्रिएंट्स अपनी डाइट में शामिल करने को कहा जाता है. क्योंकि हम जो भी खाते हैं, वो हमारे शरीर को लगता है. ऐसे में अगर हम अनहेल्दी फूड्स खाते हैं, तो इससे हमारी सेहत पर बुरा असर पड़ सकता है.

आज हम बात करेंगे उन चीजों के बारे में जिन्हें खाने से आपकी बोन्स को नुकसान पहुंचता है. ऐसे में आपको अपनी डाइट में इन चीजों का सेवन कम करना चाहिए.

मीठी चीजें

आपने ये तो सुना ही होगा की किसी भी चीज का ओवरयूज हमें नुकसान पहुंचाता है. ऐसे ही ज्यादा मात्रा में शुगर खाना भी सेहत के लिए नुकसानदायक हो सकता है. आजकल डिब्बाबंद या पैकेट में मौजूद खाने की हर चीज में शुगर मिलाया जाता है, जो शरीर को बहुत नुकसान पहुंचा सकता है, इससे बोन डेंसिटी कम हो सकती है.

नमक

ज्यादा नमक खाने से भी हड्डियां कमजोर हो सकती हैं. लोगों को प्रोसेस्ड फूड और फास्ट फूड खाना बहुत पसंद होता है लेकिन इसमें ज्यादा मात्रा में नमक होता है, जो आगे चलकर हड्डियों से जुड़ी गंभीर समस्याओं का कारण बन सकता है.

आयरन

जी हां वैसे तो आयरन हमारी सेहत के लिए काफी फायदेमंद होता है. लेकिन शरीर में आयरन की मात्रा जरूरत से ज्यादा होने पर कैल्शियम के अब्सॉर्प्शन में रुकावट आती है, जिससे हड्डियां कमजोर होने लगती हैं.

सोडा और सॉफ्ट ड्रिंक

लोग सोडा पीना बहुत पसंद करते हैं. लेकिन इसमें एस्पार्टेम और फॉस्फोरिक एसिड पाया जाता है, जो शरीर के कैल्शियम को अब्सॉर्ब करने की क्षमता को भी प्रभावित कर सकता है और इस तरह ये हड्डियों के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है.

कुवैत और अरब देश क्यों ले रहे हैं भारतीय गोबर?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , तेल और गैस का भंडार कुवैत और अरब देश भारत से कई टन गोबर खरीद रहा है. कुछ समय पहले कुवैत ने 192 भारत को 192 मीट्रिक टन गोबर का ऑर्डर दिया था जो अब पूरा भी हो चुका है. इसी तरह दोनों देश भारत से बड़ी मात्रा में गोबर मंगा रहे हैं. लेकिन क्या आप जानते हैं कि आखिर कुवैत और अरब देश भारत से आखिर इतना गोबर मंगाते क्यों हैं. यदि नहीं तो चलिए जान लेते हैं.

क्यों भारत से गोबर मंगा रहे कुवैत और अरब

दरअसल कृषि वैज्ञानिकों को एक रिसर्च के दौरान पता चला है कि गाय के गोबर को पाउडर के रूप में प्रयोग करने से खजूर की फसल बढ़ रही है. इसके इस्तेमाल से फल के आकार और उत्पादन की मात्रा में अच्छी बढ़ोतरी देखी गई. इसके बाद से ही कुवैत और अरब में गाय के गोबर की मांग बढ़ गई है और इन दोनों देशों में भारत से गोबर का निर्यात होता है.

भारत में कितना होता है गोबर का उत्पादन

बता दें कि भारत में लगभग 30 करोड़ मवेशी हैं. जिनसे हर रोज लगभग 30 लाख टन गोबर का उत्पादन होता है. भारत में मुख्य रूप से गोबर का इस्तेमाल उपला बनाकर ईंधन के रूप में होता है. हालांकि चीन और ब्रिटेन जैसे कई देशों में गोबर के जरिए बिजली और गोबर गैस का उत्पादन किया जाता है. हालांकि खाद के रूप में भी गोबर का इस्तेमाल किया जाता है। बता दें वैसे तो गोबर की कीमत बहुत कम है लेकिन पिछले कुछ समय में खाड़ी देशों में इसका रुझान बड़ा है. जिसे देखते हुए ये लगभग 30 से 50 रुपए किलो में बेचा जा रहा है. आने वाले समय में इसकी मांग और बढ़ती है तो इसकी कीमतों में बढ़ोतरी देखी जा सकती है.

छात्रों को परीक्षा के तनाव को मैनेज करने के लिए एक वर्कशॉप आयोजित

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून । एजुकेशन इकोसिस्टम के लिए एआई संबंधित समाधान प्रदान करने वाले संगठन 'जैमिट' ने 'परीक्षा के तनाव को प्रबंधित करने के लिए प्रभावी अध्ययन रणनीतियाँ टॉपिक पर इंटरैक्टिव पैनल का आयोजन जिसका उद्देश्य 12 से 18 साल के युवाओं को परीक्षा के दौरान होने वाली मानसिक चुनौतियों से छुटकारा दिलाना और परीक्षा में अच्छा प्रदर्शन करने में मदद करना था।

अनीज़ कात्रे द्वारा संचालित वर्कशॉप में पढ़ाई से संबंधित रणनीतियों, टाइम मैनेजमेंट तकनीकों, नोट्स लेने की स्किल और परीक्षा की तैयारी में कई मूल्यवान जानकारी प्रदान की। टीचर ट्रेनिंग, ऑर्गेनाइजेशनल स्किल, मैनेजमेंट, स्टॉफ और स्टूडेंट डेवलपमेंट (छात्र विकास) में पारंगत कात्रे का शिक्षा के क्षेत्र में काम करने का प्रभावशाली इतिहास रहा है। सोशल इमोशन इंटेलिजेंस (सामाजिक भावनात्मक बुद्धिमत्ता), पेस्टोरल केयर, एक्सपीरियंस लर्निंग (अनुभवात्मक शिक्षा) और छात्रों को फ्यूचर रेडी (भविष्य के लिए तैयार) स्किल से लैस करने में अपनी व्यापक विशेषज्ञता के आधार पर उन्होंने वर्कशॉप में हिस्सा लेने वाले छात्रों के साथ परीक्षाओं में अच्छा अंक लाने के लिए अमूल्य जानकारी साझा की।जैमिट के सीईओ अभिजीत मुखर्जी ने कहा कि प्रैक्टिकल एक्सरसाइज़ में शामिल होना और आवश्यक स्किल प्राप्त करना न केवल शिक्षार्थियों को शैक्षणिक सफलता के लिए तैयार करता है बल्कि आजीवन सीखने की कला भी सिखाता है। व्यावहारिक अनुभवों और स्किल डेवलपमेंट के माध्यम से छात्र विषय वस्तु की गहरी समझ हासिल करते हैं, आलोचनात्मक सोच क्षमताओं को बढ़ाते हैं और प्रॉब्लम सॉल्विंग स्किल विकसित करते हैं।

पवित्र शहर मदीना को इंटरनेशनल लेवल पर मिली नई पहचान

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , Saudi Arab के 3 और शहरों को नई पहचान मिली है. पवित्र शहर मदीना के साथ अब्दुल्ला इकोनॉमिक सिटी और अल-अहसा को UNESCO ने अपने लर्निंग सिटी नेटवर्क में शामिल किया है. आइये जानते हैं ये लर्निंग सिटी नेटवर्क क्या है?

दुनियाभर के मुसलमानों के लिए पवित्र शहर समझे जाने जाने वाले सऊदी अरब के मदीना शहर को इंटरनेशनल लेवल पर एक और बड़ी पहचान मिली. हर साल लाखों की तादाद में दुनियाभर से मुसलमान यहां आते हैं, दुनिया की दूसरी सबसे बड़ी मस्जिद 'मस्जिदे नबवी' भी यहीं मौजूद है. यूं तो इस्लामी इतिहास के लिहाज से ये शहर अपनी अलग अहमियत रखता है. लेकिन अब इस शहर को इंटरनेशनल लेवल पर एक और पहचान मिल गई है. यूनेस्को (UN Educational, Scientific and Cultural Organization) ने मदीना को अपने ग्लोबल नेटवर्क ऑफ लर्निंग सिटीज में शामिल किया है.

इस लिस्ट में इस साल सऊदी के तीन शहरों को शामिल किया गया है. मदीना के अलावा किंग अब्दुल्ला इकोनॉमिक सिटी और अल-अहसा को भी इस लिस्ट में भी शामिल किया गया है. ग्लोबल नेटवर्क ऑफ लर्निंग सिटीज में अब सऊदी अरब के 5 शहर हो चुके हैं. इससे पहले 2020 और 2022 में जुबैल इंडस्ट्रियल सिटी और यानबू इंडस्ट्रियल सिटी को शामिल किया गया था.

क्या है ग्लोबल नेटवर्क ऑफ़ लर्निंग सिटीज?

UN ने 2012 में ग्लोबल नेटवर्क ऑफ़ लर्निंग सिटी की शुरुआत की थी. इस नेटवर्क का मकसद एजुकेशन पॉलिसी पर चर्चा को बढ़ावा देने, शहरों और इंस्टीट्यूशन्स में लोकल और इंटरनेशनल भागीदारी को बढ़ाकर दुनिया भर में आजीवन में सुधार करना है. UNESCO के इस नेटवर्क की खासियत एजुकेशन, स्किल, कम्यूनिटी, एम्प्लॉयर और पब्लिक सेक्टर के बीच संबंध बनाना है.

संपादकीय

चुनावी बॉन्ड 'असंवैधानिक'

सर्वोच्च अदालत ने चुनावी बॉन्ड को असंवैधानिक और मनमाना करार दिया है। अदालत ने संविधान के अनुच्छेद 19 (1ए) के तहत अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता और सूचना के अधिकार का उल्लंघन माना है। ये बॉन्ड चुनावी पारदर्शिता और मतदाता के अधिकार के भी खिलाफ हैं। मतदाता को राजनीतिक, चुनावी चंदे को जानने का अधिकार है। इनसे यह पता नहीं चलता कि चुनावी बॉन्ड क्यों खरीदे गए? एक निश्चित राजनीतिक दल को ही चंदा क्यों दिया गया? इनसे स्वतंत्र चुनावों की निष्पक्षता भी खतरे में पड़ जाती है। नतीजतन पांच न्यायाधीशों की संविधान पीठ ने चुनावी बॉन्ड पर तुरंत प्रभाव से रोक लगाने का फैसला सुनाया है। अब भारतीय स्टेट बैंक को 12 अप्रैल, 2019 से आज तक बिके, भुनाए गए बॉन्ड्स का संपूर्ण ब्योरा 6 मार्च तक चुनाव आयोग को देना है। आयोग 13 मार्च तक अपनी वेबसाइट पर सार्वजनिक करेगा कि कितने बॉन्ड खरीदे गए और मूल्य कितना था? व्यक्ति, समूह और कॉरपोरेट कंपनी के एक-एक नाम का भी खुलासा करना होगा। चुनावी चंदे को लेकर जो गोपनीयता बरती जा रही थी अथवा दानदाता उनकी पहचान को छिपाने का आग्रह करते रहे थे, अब कुछ भी गोपनीय नहीं रहेगा। सभी बेनकाब होंगे। देश में आम चुनाव से करीब 100 दिन पहले संविधान पीठ का यह फैसला बेहद कड़ा और ऐतिहासिक है। दरअसल किसी भी दल को यह मुगालता नहीं पालना चाहिए कि संविधान पीठ ने भ्रष्टाचार के किसी गुप्त रहस्य को बेनकाब किया है। भ्रष्ट दानदाताओं और सरकार के बीच चंदे का कोई खेल जारी रहा है? न्यायिक पीठ ने किसी भ्रष्ट गतिविधि का रहस्योद्घाटन भी नहीं किया है, लेकिन चुनावी चंदे की गोपनीयता पर सवाल किए हैं। 2017 के बजट में चुनावी बॉन्ड की घोषणा की गई थी और 2018 में इस योजना को लागू किया गया। इससे पहले चुनावी चंदे की व्यवस्था यह थी कि 20,000 रुपए तक का चंदा गोपनीय रखा जा सकता था। वह चंदा नकदी भी दे सकते थे अथवा चेक के जरिए भी दिया जाता था। दानदाताओं के नाम और चंदे की राशि सार्वजनिक करने की कोई कानूनी बाध्यता नहीं थी। उस दौर में बहुत-सा काला धन 'सफेद' किया गया होगा! अब संविधान पीठ ने सार्वजनिक सूचना और खुलासे को लोकतंत्र की बुनियाद तथा समानता माना है, तो देश यह न्यायिक फैसला मानने को बाध्य है। अब यह खुलासा भी हुआ है कि तृणमूल कांग्रेस को करीब 97 फीसदी चंदा 'अज्ञात स्रोतों' से प्राप्त हुआ है, जबकि कांग्रेस को करीब 72 फीसदी और भाजपा को 60 फीसदी से अधिक चंदा 'अज्ञात स्रोतों' से मिला है। यह बेहद अहम सवाल है कि ये 'अज्ञात स्रोत' कौन हैं? क्या ये सूचना के अधिकार कानून की परिधि में हैं? चुनावी बॉन्ड से पता चला है कि 2018-23 के दौरान भाजपा को 6566 करोड़ रुपए का चंदा मिला है, जबकि कांग्रेस को 1123 करोड़, तृणमूल को 1092 करोड़ और बीजद को 774 करोड़ रुपए का चंदा मिला है। गौरतलब है कि जब कांग्रेस सत्ता में थी, तो उसे सर्वाधिक चंदा मिला करता था। कभी, किसी अदालत ने सवाल नहीं किया और न ही उसे 'मनी लॉन्ड्रिंग' करार दिया। कमोबेश आज यह आंकड़ा संसद में भी रखा जा सका है कि फरवरी, 2024 तक 16,518 करोड़ रुपए के बॉन्ड खरीदे गए।

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. : UTTHIN/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

पैरों में दिखती हैं नीली नसें, जान लें क्या है ये बीमारी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 17 फ़रवरी , कुछ लोगों के पैरों में नसें उभरने लगती है। इन उभरी हुई नसों का रंग नीला और बैंगनी दिखाई देने लगता है। इसे वेरिकोज वेन्स कहते हैं। ये समस्या शरीर के निचले हिस्से या पैरो की नसों में होती है। नसों में सूजन आ जाती है और रंग गहरा होने लगता है। इसकी वजह लंबे समय तक खड़े रहना या देर तक चलना होता है। वेरिकोज वेन्स की समस्या होने पर कुछ लोगों नसों में दर्द, खिंचाव और तकलीफ होने लगती है। वहीं कुछ लोगों को किसी तरह की परेशानी नहीं होती है। यही वजह है कि लोग इस समस्या को अनदेखा कर देते हैं, जो बाद में परेशानी पैदा कर सकती हैं। इसलिए आप इस बीमारी के बारे में जान लें कि इसके लक्षण, कारण और इलाज क्या है?

वेरिकोज वेन्स के कारण

ज्यादा देर तक खड़े रहना- अगर आपकी ऐसी नौकरी या काम है जिसमें आपको ज़्यादा देर तक खड़े रहना पड़ता है तो आपको ये समस्या हो सकती है। इसमें पैरो में सूजन आने लगती हैं। ज़्यादा वजन- ज़्यादा वजह भी इस समस्या का कारण बन सकता है। अगर आपका वजन ज्यादा है और खड़े रहकर काम करते हैं तो इससे नसों पर दबाव पड़ता हैं, जिसकी वजह से ब्लड़ फ्लो धीमा हो जाता है और नसें सूज जाती हैं।पैरो पर ज़्यादा ज़ोर पड़ना- जब पैरों या शरीर के निचले हिस्से पर ज़्यादा ज़ोर पड़ता हैं, तो खून जमने लगता है। ऐसी स्थिति में नसों में सूजन आने लगती है। हाई ब्लड प्रेशर, मोटापा या प्रेगनेंट महिलाओं के साथ ऐसा हो सकता है।अनुवांशिक कारण- कई बार ये बीमारी परिवार में किसी को होती है तो अगली पीढ़ी के लोगों में भी हो सकती है। अगर आपकी फैमिली में किसी को वैरिकोज की समस्या है, तो आपको भी होने की संभावना बढ़ जाती है।

वेरिकोज वेन्स के लक्षण

नसों में दर्द और सूजन होनापैरो में सूजन आने लगती हैसूखी त्वचा का होनारात में कई बार पैरो में दर्द होनानसों के आसपास त्वचा का रंग बदलनावेरिकोज नसों का इलाज

व्यायाम करें- ऐसे लोगों को व्यायाम करना चाहिए जिससे वजन कम होगा और पैरों पर दबाव ज्यादा नहीं पड़ेगा। एक्सरसाइज से ब्लड़ फ्लो भी सही रहेगा और इस परेशानी को दूर करने में मदद मिलेगी।

ज़्यादा देर तक खड़े न रहें- अगर आपकी स्टैंडिंग जॉब है तो कोशिश करें कि बीच-बीच में कुछ मिनट के लिए बैठ जाएं। ज्यादा देर तक खड़े होने से बचें।

टाइट कपड़े न पहनें- ऐसे लोगों को टाइट कपड़े नहीं पहनने चाहिए। इससे नस दबने लगती है और सूजन आ जाती है। इसलिए लूज कपड़े ही पहनें।

हील्स न पहने- अगर आपको वेरिकोज की समस्या है तो हील्स न पहनें। हील्स पहनने से पैरों में सूजन आ जाती है। जिससे ये समस्या और बढ़ सकती है।

कम्प्रेशन मोजों का इस्तेमाल करें- ऐसे लोगों को कंप्रेशन सॉक्स यानि कंप्रेशन मोजे का इस्तेमाल करना चाहिए। इससे ब्लड़ फ्लो सही रहता है और पैरों में सूजन कम हो जाती है। इससे ब्लड क्लॉट होने से भी बचा जा सकता है।

कुण्डसौड़ में नृसिंह देवता मंदिर का होगा विकास

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

रुद्रप्रयाग। विकासखण्ड जखोली के कुण्ड सौड़ व पटागणियां को पर्यटन स्थल के रूप में विकसित करने को लेकर स्थानीय लोगों एवं जनप्रतिनिधियों ने सरकार से मांग की है। पूर्व क्षेत्र पंचायत सदस्य एवं कांग्रेस के प्रदेश संगठन सचिव रघुवीर सिंह राणा ने कहा है कि कुण्ड सौड़ में भगवान नृसिंह देवता का आदि मंदिर हमारी ऐतिहासिक धरोहर है। इसको संजोकर रखने के लिए जितना कुछ किया जाए कम है। इस ऐतिहासिक मंदिर को पूजा स्थल के साथ ही पर्यटक स्थल के रूप में भी विकसित किया जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि पूर्व में जब वह क्षेत्र पंचायत जखोली के सदस्य थे तो उस दौरान उन्होंने क्षेत्र पंचायत सदन के माध्यम से पर्यटन विभाग को इसका प्रस्ताव भेजा था, ओर साथ ही जखोली विकासखण्ड मुख्यालय से धनकुराली होते हुए पालाकुराली तक 17 किमी मोटर मार्ग शासन से स्वीकृत करवा रखा था, लेकिन बाद में शासन प्रशासन में इसे ठंडे बस्ते में डाल दिया। पूर्व क्षेत्र पंचायत सदस्य रघुवीर सिंह राणा ने कहा है कि कुण्ड सौड़ में भगवान नृसिंह देवता मन्दिर का स्थानीय जनता एवं जनप्रतिनिधियों के सहयोग से जीर्णोद्धार कर मंदिर को भव्य तरीके से कायाकल्प किया जायेगा। साथ ही उन्होंने पटागणियां को भी पर्यटक स्थल के रूप में विकसित करने के लिए सरकार से मांग की है। उन्होंने कहा कि इसके साथ ही कुण्ड सौड़ में भव्य पार्क का भी निर्माण कार्य कर इसे देश विदेश से आने वाले पर्यटकों के लिए विकसित किया जायेगा। कहा कि कुण्ड सौड़ में भगवान नृसिंह देवता मंदिर को पर्यटन स्थल के रूप में पहचान मिलने से सम्पूर्ण लस्या पट्टी की इस ऐतिहासिक धरोहर को संजोकर रखने के लिए जो प्रयास किए जा रहे हैं वे सराहनीय हैं।

उन्होंने बताया कि पर्यटन स्थल के रूप में विकसित करने का प्रस्ताव पूर्व में पास होने के साथ ही शासन को भेजा जा चुका था, लेकिन कार्यवाही न होने के कारण सम्पूर्ण क्षेत्र आज भी प्राकृतिक एवं नैसर्गिक सुंदरता होने के बावजूद भी सडक़ों के अभाव से पर्यटकों व देश विदेश के सैलानियों से अछूता है। पूर्व क्षेत्र पंचायत सदस्य रघुवीर सिंह राणा ने बताया है कि पूर्व में पूर्व मुख्यमंत्री त्रिवेन्द्र सिंह रावत ने अपने कार्यकाल में यहां आकर इसे पर्यटन स्थल के साथ ही गैस्ट हाउस बनाने की भी घोषणा की थी।

यहाँ मुख्य विकास अधिकारी के निरीक्षण में गायब मिले कर्मी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

गदरपुर 17 फरवरी, मुख्य विकास अधिकारी मनीष कुमार ने विकास खण्ड गदरपुर का आकस्मिक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान लेखाकार मदन सिंह सैनी, आईपीआरपी नदीम मल्लिक, सुश्री सुनीता, राखी अनधिकृत से अनुपस्थित पाये गये। मुख्य विकास अधिकारी ने खण्ड विकास अधिकारी को उक्त अनुपस्थित कार्मिकों का स्पष्टिकरण प्राप्त कर प्रस्तुत करने के निर्देश दिये। उन्होने सहायक खण्ड विकास अधिकारी को निर्देश दिये कि प्रधानमंत्री आवास योजना (ग्रामीण) के समस्त लाभार्थियों के नाम पता एवं मोबाइल नम्बरों का विवरण तथा समस्त आवासों का निरीक्षण कर अक्षांतर/देशांतर सहित फोटो अपने पास रखें। उन्होने कहा कि समस्त फिल्ड स्तरीय कर्मचारी अपनी-अपनी दैनिक डायरी में प्रतिदिन प्रविष्टियां करेंगे तथा प्रत्येक 15 दिवस में खण्ड विकास अधिकारी को अवलोकित कराये।

उन्होने निर्देशित करते हुये कहा कि समस्त ग्राम विकास अधिकारी प्रधानमंत्री आवास योजना (ग्रामीण) एवं प्रधानमंत्री जनमन धन योजनान्तर्गत प्रथम किस्त प्राप्त कर चुकें लाभार्थियों के निर्माणाधीन आवासो का जियोटेग करते नियमानुसार द्वितीय एवं अतिम किस्त निर्गत करने हेतु प्रस्ताव प्राथमिकता के आधार पर प्रस्तुत कराते हुए उक्त कार्यमाह फरवरी 2004 में पूर्ण कराना सुनिश्चित करें। उन्होने निर्देश दिये कि एनआर०एस०ए०के अन्तर्गत लक्ष्य के सापेक्ष अवशेष 06 समूहों का गठन करना तथा अभियान संचालित कर गठित समस्त समूहों का लोकेज में प्रविष्टियां करना सुनिश्चित करें।

सी.सी. लिमिट हेतु अवशेष लक्ष्य को तत्काल पूर्ण कराये तथा लम्बित प्रकरणों का विवरण बैंकवार जनपद मुख्यालय को प्रेषित करें। उन्होने विकास खण्ड परिसर में निर्माणाधीन भवन के निरीक्षण के दौरान कनिष्ठ सहायक अभियन्ता को निर्देश दिये कि निर्माणाधीन भवन का मानचित्र एवं प्राकलन की प्रति बीडीओ उपलब्ध कराये तथा निर्माणाधीन भवन का कार्य उच्च गुणवत्तायुक्त निर्धारित समय पर पूर्ण कराना सुनिश्चित करें। निरीक्षण के दौरान यद्यपि कार्यालय कक्षों एवं कार्यालय परिसर में सफाई व्यवस्था सतोषजनक पायी गयी तथापि कार्यालय परिसर की दीवारों के पास भी सफाई व्यवस्था सुनिश्चित कराने के निर्देश दिये गये। निरीक्षण के दौरान प्रभारी खण्ड विकास अधिकारी शेखर जोशी उपस्थित थे।

ये हैं बनभूलपुरा दंगे में वांटेड उपद्रवी, दीजिये जानकारी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

हल्द्वानी , 17 फ़रवरी , बीते दिनों देवभूमि को दहलाने वालों के चेहरे अब सामने आ गए हैं। नैनीताल पुलिस ने वांटेड गुनहगारों के पोस्टर जारी किये हैं जिसमें कई लोग शामिल हैं। : आपको बता दें कि बनभूलपुरा क्षेत्र में अतिक्रमण हटाने के दौरान उपद्रवियों द्वारा पुलिस, प्रशासन, नगर निगम व मीडिया कर्मियों पर पथराव, आगजनी व गोलीबारी की हिंसक घटना के सम्बन्ध में थाना-बनभूलपुरा में मुकदमे दर्ज किए गए तथा घटना में संलिप्त उपद्रवियों की गिरफ्तारी के लिये प्रहलाद नारायण मीणा, एस0एस0पी0 नैनीताल द्वारा हरबन्स सिंह, एस0पी0सिटी हल्द्वानी के पर्यवेक्षण में विभिन्न टीमों का गठन किया गया है।

पुलिस टीमों द्वारा घटनास्थलों के आसपास के CCTV के अवलोकन एवं अन्य साक्ष्यों के आधार पर अभी तक 42 उपद्रवियों को गिरफ्तार कर उनके कब्जे से अवैध हथियार व कारतूस बरामद किये गये। इस हिंसक घटना में संलिप्त उपद्रवियों में से 9 वांछित दंगाइयों के पोस्टर जारी किए गए हैं। नैनीताल पुलिस द्वारा वांछित उपद्रवियों के पोस्टर शहर में जगह–जगह चस्पा किए गए हैं। पुलिस की टीमें लगातार इन उपद्रवियों की सभी संभावित ठिकानों में तलाश कर रही हैं।

नैनीताल पुलिस की अपील

जनता को सूचित किया जाता है कि किसी भी व्यक्ति को यदि इन उपद्रवियों के बारे में कोई भी सूचना मिले तो तत्काल नैनीताल पुलिस को 9411112743/9411112741, 9411110396 तथा पुलिस कंट्रोल रूम के नंबर 9411112979 व 9412087770 पर सूचित करने का कष्ट करें।

सीटू और किसान सभा ने किया फाटा में धरना-प्रदर्शन

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

रुद्रप्रयाग। संयुक्त किसान मोर्चा एवं टेड यूनियन समन्वय समिति के आह्वान पर सीटू जिला कमेटी एवं अखिल भारतीय किसान सभा द्वारा ग्रामीण भारत बंद व औद्यौगिक क्षेत्रीय हड़ताल को लेकर किसान सभा द्वारा धरना दिया गया। साथ ही प्रदर्शन कर जिला प्रशासन के माध्यम से राष्ट्रपति को ज्ञापन भेजा गया।

जनपद के फाटा मैंखण्डा में किसान सभा के प्रदेश उपाध्यक्ष राजाराम सेमवाल के नेतृत्व में रैली निकालकर प्रर्दशन किया गया जबकि जनसभा की गई। सीटू जिला महामन्त्री बीरेन्द्र गोस्वामी के नेतृत्व में तहसील उखीमठ परिसर में धरना दिया गया। इस मौके पर मजदूर विरोधी चारों श्रम कोड्स को अविलम्ब वापस लेने के साथ ही 12 घंटे काम करने के आदेश को रद्द करने, किसानों के ऋण माफ करने, सभी फसलों के लिए कानून बनाकर न्यूनतम समर्थन मूल्य मिलने की गारन्टी देने, आंगनबाड़ी, आशा, भोजन माताओं को राज्य कर्मचारी घोषित करने, जब तक राज्य कर्मचारी घोषित नहीं होते तब तक उन्हें वैधानिक न्यूनत्तम वेतन और सामाजिक सुरक्षा देने, सबको निशुल्क शिक्षा, स्वास्थ्य की गारन्टी देने के साथ ही सस्ते गल्ले के माध्यम से केरल की तर्ज पर आवश्यक उपभोग की वस्तुएं सस्ते दाम पर उपलब्ध कराने, रक्षा, रेलवे, बिजली, कोयला, तेल, इस्पात, दूरसंचार, डाक, परिवहन, हवाई अड्डे, बैंक, बीमा, रक्षा उद्योग आदि सभी सार्वजनिक उपकमों के निजीकरण पर रोक लगाने, मनरेगा का शहरी क्षेत्रों तक विस्तार करते हुए हर परिवार को 200 दिन का रोजगार व रुपया 600 प्रतिदिन की मजदूरी देने, भूमिहीन लोगों को जमीन व मकान उपलब्ध कराने, पूर्व में सरकारी भूमि पर काबिज इन लागों को मालिकाना हक देने, जंगली जानवरों से आम आदमी, किसानों के पालतू जानवरों व फसलों की सुरक्षा तथा बाजार भाव से मुआवजा और जन हानि की दशा में मोटर दुर्घटना प्रतिकर की तर्ज पर कानून बनाकर मुआवजा देने आदि मांग की गई। कहा कि केंद्र सरकार के खिलाफ जनता में आक्रोश है। धरना देने वालों में कांग्रेस पार्टी के आनन्द सिंह रावत, रणजीत सिंह रावत, सुरेन्द्र सिंह पुष्पवान, किसान सभा के वलबन्त लाल, बसन्त लाल, विनोद सिंह पंवार किसान सभा के जिला अध्यक्ष अषाड़ सिंह धिरवाण, किसान सभा के पूर्व जिला अध्यक्ष दौलत सिंह रावत, नीलम देवी, गजपाल लाल, दामोदर उनियाल, प्रेम सिंह, विकम लाल, जसपाल लाल, गोविन्द लाल आदि मौजूद थे।

संक्षप्ति खबरें

ट्रेड यूनियन हड़ताल के समर्थन में इंडिया गठबंधन का धरना-प्रदर्शन

देहरादून। संयुक्त ट्रेड यूनियन समन्वय समिति की देशव्यापी हड़ताल के समर्थन में कांग्रेस समेत इंडिया गठबंधन के सहयोगी दलों ने मसूरी में धरना-प्रदर्शन किया। साथ ही एसडीएम के माध्यम से राष्ट्रपति और राज्यपाल को ज्ञापन प्रेषित किया। शहीद भगत सिंह चौक पर शहर कांग्रेस कमेटी, भाकपा, आम आदमी पार्टी और ट्रेड यूनियन के कार्यकर्ताओं ने नारेबाजी की और धरना दिया। उन्होंने किसानों की मांगों को पूरा करने के साथ ही श्रम संहिता को रद्द करने की मांग उठाई। शहर कांग्रेस अध्यक्ष अमित गुप्ता ने कहा कि देशव्यापी हड़ताल को कांग्रेस पार्टी का समर्थन है। मसूरी ट्रेड यूनियन समन्वय समिति के अध्यक्ष आरपी बडोनी ने कहा कि किसानों द्वारा पूर्व में भी आंदोलन किया गया है और एक बार फिर उग्र आंदोलन किया जा रहा है लेकिन केंद्र सरकार इसकी अनदेखी कर रही है जिसका खामियाजा उन्हें आने वाले लोकसभा चुनाव में भुगतना होगा। पूर्व विधायक मसूरी व उत्तराखंड क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष जोत सिंह गुनसोला ने कहा कि किसानों के साथ केद्र सरकार जो छलावा कर रही है उसके विरोध में प्रदर्शन किया जा रहा है। किसान चाहता है कि सभी फसलों पर एमएसपी लागू हो व सरकार उनकी फसलें खरीदे। लेकिन तानाशाह सरकार किसानों की समस्याओं का समाधान नहीं कर रही है। इस मौके पर पूर्व पालिकाध्यक्ष मनमोहन सिंह मल्ल, एआईटीयूसी के अध्यक्ष आरपी बडोनी, गाइड यूनियन के अध्यक्ष विजय सिंह कठैत, बलबीर सिंह, स्कूल कर्मचारी संघ के अध्यक्ष पदम महापात्रा, शहर कांग्रेस अध्यक्ष अमित गुप्ता, भवन निर्माण संघ के अध्यक्ष राकेश ठाकुर, सीपीआई के मंत्री देवी गोदियाल, आम आदमी पार्टी के प्रवक्ता जय प्रकाश राणा, सोबन सिंह पंवार, पूरण सिंह नेगी, विरेंद्र डुगरियाल, मजदूर संघ अध्यक्ष रणजीत चौहान, मेघ सिंह कंडारी, चांद खान, महेश चंद, वसीम खान, रमेश राव, नफीस अहमद मौजूद रहे।

बीएसएनएल कर्मचारियों ने सरकार के खिलाफ किया प्रदर्शन

देहरादून। बीएसएनएल इंपलाइज यूनियन से जुड़े कर्मचारी शुक्रवार को देशव्यापी आंदोलन के तहत हड़ताल पर रहे। आक्रोशित कर्मचारियों ने विभिन्न मांगों को लेकर सरकार के खिलाफ प्रदर्शन किया। सरकार से जल्द ही मांगों के निरारकण की मांग की है। क्रास रोड स्थित परिमंडलीय कार्यालय में धरने पर बैठे कर्मचारियों ने वेतन संशोधन लागू करने, बीएसएनएल की 4जी और 5जी सेवाएं चालू करने, नॉन एग्जीक्यूटिवों के लिए नई प्रमोशन नीति लागू करने, न्यूनतम वेतन 26 हजार रुपये करने समेत आठ सूत्रीय मांगों के निराकरण की मांग की है। कर्मचारियों ने यह भी कहा कि वह कई सालों से मांगों के निराकरण की मांग कर रहे हैं, लेकिन उनकी सुनवाई नहीं हो रही है, जिससे उनका आक्रोश बढ़ता जा रहा है। प्रदर्शन करने वालों में किशोरीलाल चमोली, जयदेव प्रसाद कोठारी, पीएस बिष्ट, जगदंबा प्रसाद, प्रदीप कुमार, हुकुम सिंह, डीपी चमोली, मोहनलाल, संतोष लाल, मनोहर प्रसाद, रवीना, गंगा शर्मा, गीताजंलि, मंजू सैनी, अनूप, संदीप जोशी, मनोहर प्रसाद आदि मौजूद रहे।

गर्दन के ट्यूमर को चार घंटे के ऑपरेशन के बाद सफलता पूर्वक निकाला

देहरादून। दून अस्पताल में 61 साल की महिला का चार घंटे तक जटिल ऑपरेशन किया गया। महिला की गर्दन में ट्यूमर था। डॉक्टरों की टीम ने इस जटिल ऑपरेशन में ट्यूमर को पूरी तरह निकालने में सफलता हासिल की है। ईएनटी विभाग के एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. विकास सिकरवार ने बताया कि पिछले दिनों एक महिला खाना गटकने में दिक्कत और गले में दर्द की शिकायत लेकर आई थी। उसकी एमआईआर और अन्य जांच की गई तो पता चला कि महिला की गर्दन में बड़ा ट्यूमर है। जो मुख्य तंत्रिका और रक्तवाहिकाओं से चिपका हुआ था। डॉक्टरों ने ऑपरेशन करने का फैसला लिया, जो काफी जटिल था। रक्त वाहिकाएं और तंत्रिकाओं के ट्यूमर से चिपके होने की वजह से यह जानलेवा भी हो सकता था। ऐसे में डॉक्टरों की टीम ने ऑपरेशन के दौरान दूरबीन का भी इस्तेमाल किया। ऑपरेशन में करीब चार घंटे निकले और ट्यूमर को सफलतापूर्वक निकाल लिया गया। आपरेशन करने वाली टीम में डॉ. विकास सिकरवार के साथ डॉ. प्रियंका, डॉ. मोनिका, डॉ. अनुराग, एनेस्थीसिया विभाग की डॉ. शोभा, डॉ. दीपिका, नैना और लक्ष्मी मौजूद रहे। प्राचार्य डॉ. आशुतोष सयाना, एमएस डॉ. अनुराग अग्रवाल, डिप्टी एमएस डॉ. धनंजय डोभाल, एचओडी डॉ. भावना पंत ने सफल ऑपरेशन के लिए टीम को बधाई दी है।

विचारों का प्रवाह ही मन की चंचलता का कारण है : आचार्य ममगाई

देहरादून। आचार्य शिव प्रसाद ममगाई ने डंगवाल मार्ग नेशविला रोड में मेजर विभूति शंकर ढौंडियाल की पुण्य स्मृति में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा के दूसरे दिन की कथा में कहा सच्चा सुख तो आत्मज्ञान के बिना नही मिल सकता, उसके लिए इन वृतियों का निरोध आवश्यक है। ये निरंतर अभ्यास और वैराग्य से ही सम्भव है। भगवान श्रीकृष्ण ने गीता में कहा है कि निःसंदेह मन चंचल और कठिनता से वश में होने वाला है परंतु हे कौन्तेय अभ्यास और वैराग्य से यह वश में होता है कर्म छोडना वैराग्य नही है आशक्ति छोडना वैराग्य है। उन्होंने कहा कि चित की स्थिरता के लिए बार-बार जो प्रयत्न करता है वही सफल रहता है। मन बड़ा चंचल है यह एक क्षण भी शांत नही रहता। विचारों का प्रवाह ही मन की चंचलता का कारण है। यह प्रवाह में भी चलता रहता है। स्वप्न भी इसी प्रवाह से आते हैं। यह मन सर्वत्र भागता है, इसे किसी एक ध्येय की ओर स्थिर करने की चेष्टा बारम्बार करना अभ्यास है। ध्यान करने से मन किसी एक शक्ति पर केनद्रित होता है। इससे मन की शक्ति कई गुना बढ़ जाती है। इस अवसर पर सरोज ढौंडियाल, जगदीश प्रसाद वैष्णवी, हरीश चंद्र, सतीश चन्द्र, गिरीश चन्द्र, कर्नल विकास नौटियाल, राजेश पोखरियाल, मुकेश पोखरियाल, विवेकानंद खंडूड़ी, संतोष गैरोला, दमयंती देवी, बसन्ती देवी, इंदु देवी, आचार्य ऋषि प्रसाद सती, सीमा पोखरियाल, सोनिया कुकरेती, गीता बडोनी, रेखा बहुगुणा, लक्ष्मी बहुगुणा, नंदा तिवारी, आचार्य दामोदर सेमवाल, आचार्य दिवाकर भट्ट, आचार्य संदीप बहुगुणा, आचार्य हिमांशु मैठाणी मौजूद रहे।

जिला कबड्डी टीम का चयन 18 फरवरी को होगा

देहरादून। राज्य स्तरीय पुरुष कबड्डी प्रतियोगिता के लिए जिले की टीम का चयन 18 फरवरी को होगा। जिला खेल अधिकारी निधि ने बताया कि चयन ट्रायल पवेलियन मैदान में नौ बजे से आयोजित होगा। ट्रायल में शामिल होने के लिए आवेदक को अपना आधार कार्ड और स्थाई निवास प्रमाण पत्र साथ में लाना होगा। प्रतियोगिता 20 से 22 फरवरी तक रोशनबाद स्थित वंदना कटारिया हॉकी स्टेडियम रोशनाबाद हरिद्वार में होगी।