हिंदी दैनिक

न्यूज़ वायरस

वर्ष : 13 अंक : 55 देहरादून, बृहस्पतिवार, 15 अगस्त, 2024 मूल्य : एक रुपया पृष्ठ : 8

भारत माता की जय : पुष्कर सिंह धामी

देश के विभाजन के दर्द को कभी भुलाया नहीं जा सकता : मुख्यमंत्री

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 15 अगस्त , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने 'विभाजन विभीषिका स्मृति दिवस' के अवसर पर देश के विभाजन के दौरान अपनी जान गंवाने वाले लोगों को नमन करते हुए विभाजन की विभीषिका का दर्द सहने वाले तमाम सेनानियों के परिजनों को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। उन्होने कहा कि देश के विभाजन के दर्द को कभी भुलाया नहीं जा सकता।मुख्यमंत्री ने कहा कि 15 अगस्त 1947 को जब हम आजादी का जश्न मना रहे थे वहीं दूसरी ओर देश के विभाजन का भी हमने दुःख सहा है।

भारत के स्वतंत्रता आंदोलन के कारण सामने आई परिस्थितियों को देखते हुए भारत दो टुकड़ों में विभक्त हुआ। लाखों लोग इधर से उधर हुए उनका घर-बार छूटा, परिवार छूटा, लाखों की जानें गईं। भारत के लिए यह घटना किसी विभीषिका से कम नहीं थी। वर्ष 2021 में इसी दर्द को याद करते हुए प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने 14 अगस्त को ''विभाजन विभीषिका स्मृति दिवस'' मनाने का निर्णय लिया। तब से यह दिन मनाया जा रहा है, जिससे हम अपने उन लाखों सेनानियों व परिवारजनों से बिछड़े लोगों के बलिदान को याद कर सके।

मुख्यमंत्री ने कहा कि यह दिन उन सभी सेनानियों की याद दिलाता है जिन्होंने भारत माँ के लिए बलिदान दिया। भारत के बंटवारे ने सामाजिक एकता, सामाजिक सद्भाव और मानवीय संवेदनाओं को तार-तार कर दिया था। उन्होंने कहा कि यह हमारा कर्तव्य है कि हम देश को स्वतंत्र कराने वाले और देश के विभाजन की यातनाएं झेलने वाले मां भारती के प्रत्येक सपूत के प्रति अपनी कृतज्ञता प्रकट करें।

मुख्यमंत्री ने कहा कि विभाजन विभीषिका की पीड़ा सह चुके लोग प्रदेश के विभिन्न क्षेत्रों के विकास में सहयोगी बने हैं। देश विभाजन के समय हुई दर्दनाक हिंसक घटनाओं ने मानवता को ही शर्मसार नहीं किया बल्कि हिंसा का वह अमानवीय तांडव कभी न भरने वाला घाव दे गया, जिसकी टीस आज भी हमें महसूस होती है। यह दिवस हमारी भावी पीढ़ी को इतिहास की उस विभीषिका से परिचित कराता रहेगा।मुख्यमंत्री ने कहा पिछले वर्ष रूद्रपुर में आयोजित विभाजन विभीषिका स्मृति दिवस के अवसर पर उन्होने विभाजन का दंश झेलने वालों की स्मृति भी विभाजन विभीषिका स्मृति स्मारक बनाये जाने की घोषणा की थी जिस पर कार्य चल रहा है।

मुख्यमंत्री ने विभाजन की विभीषिका को इतिहास का काला अध्याय तथा दुनिया का सबसे बडा विभाजन बताते हुऐ कहा कि लाखों लोगों ने अपनी जान गवाकर विभाजन के साथ विस्थापना का दर्द झेला।मुख्यमंत्री ने कहा कि 1947, 1971 के बाद आज फिर बांगलादेश की घटना लोगों के लिये पलायन के लिये मजबूर कर रही है।

आज हम सबको बांगलादेश के हिन्दुओं व अन्य अल्पसंख्यक समुदाय की चिन्ता करनी है। किन्तु देश में छोटी छोटी घटनाओं पर विरोध करने तथा मानवाधिकार का रोना रोने वाले न जाने कहां खो गये हैं, वे सीन से ही गायब हो गये हैं। यह अवसर सजग और सतर्क रहने के साथ ऐसे ढोंगियों से सतर्क रहने का भी है।

जश्न ए आज़ादी की शुभकामनाएं : पुष्कर सिंह धामी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 15 अगस्त , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने देश के 78वें स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर प्रदेशवासियों को शुभकामनाएँ दी है।इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों, अमर शहीदों, राज्य आंदोलनकारियों सहित राष्ट्र निर्माण के लिए अपना सर्वोच्च बलिदान देने वाले सैनिकों को भी श्रद्धांजलि अर्पित की है।मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड को हर क्षेत्र में देश का सर्वश्रेष्ठ एवं अग्रणी राज्य बनाने का हमारा संकल्प है। समृद्ध और आत्मनिर्भर उत्तराखंड बनाने के लिए हमारे प्रयास निरन्तर जारी है। अनुकूल औद्योगिक नीति, शांत औद्योगिक वातावरण, दक्ष मानव संसाधन और उदार कर लाभों तथा पूंजी निवेश में वृद्धि के कारण उत्तराखंड भारत में तेजी से विकास करने वाले राज्यों में से एक बन गया है। नीति आयोग, भारत सरकार द्वारा जारी 2023-24 की एसडीजी रिपोर्ट में उत्तराखण्ड ने सतत विकास लक्ष्यों की कसौटी पर खरा उतरते हुए पूरे देश में पहला स्थान हासिल किया है।प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में उत्तराखण्ड ग्लोबल इन्वेस्टर समिट-2023 के दौरान राज्य सरकार के साथ कुल 3.5 लाख करोड़ रूपये के निवेश समझौते हुए हैं, जिसमें 81 हजार करोड़ के समझौते की ग्राउण्डिंग की जा चुकी है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मार्गदर्शन में उत्तराखंड में लगभग 02 लाख करोड़ की योजनाओं पर तेजी से कार्य हो रहे हैं। राज्य सरकार के प्रयासों से उत्तराखण्ड पर्यटन हब, ऐडवेंचर टूरिज्म हब, फिल्म शूटिंग डेस्टिनेशन के रूप में भी तेजी से उभर रहा है। इसके लिये उद्योग तथा पर्यटन को बढावा देने के लिये नई नीतियां तैयार की गई है। दिल्ली देहरादून एलिवेटेड रोड तैयार होने तथा वंदे भारत एक्सप्रेस से देहरादून जल्द ही दिल्ली एनसीआर का हिस्सा बन जाएगा, जिससे यहाँ निवेश, उद्योगों के विकास, रोजगार के नए-नए अवसर उपलब्ध होंगे।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार समावेशी विकास के मूलमंत्र के साथ प्रदेश के सभी क्षेत्रों के सतुंलित एवं समान विकास के साथ कार्य कर रही है। केदारनाथ व बदरीनाथ की तर्ज पर कुमायूं के पौराणिक मंदिरों को भव्य बनाने के लिये मानसखण्ड मंदिर माला मिशन की कार्ययोजना पर कार्य हो रहा है। चार धामों की कनेक्टिविटी के लिए ऑल वेदर रोड, ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल लाइन का निर्माण कार्य तेजी से हो रहा है जबकि टनकपुर-बागेश्वर रेललाइन सर्वे का कार्य गतिमान है। जौलीग्रांट एयरपोर्ट एवं पंतनगर एयरपोर्ट को अंतर्राष्ट्रीय एयरपोर्ट के रूप में विकसित करने का कार्य भी गतिमान है। मुख्यमंत्री ने कहा कि मातृशक्ति का सम्मान हमारी परम्परा रही है। राज्य निर्माण आन्दोलन तथा इसके बाद प्रदेश के विकास व प्रगति में राज्य की महिलाओं का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। आज भी राज्य की मातृ शक्ति ग्रामीण जनजीवन, आर्थिकी, सामाजिक व सांस्कृतिक ताने बाने की रीढ़ हैं। महिलाओं को आर्थिक रूप से सशक्त बनाने हेतु लखपति दीदी योजना के तहत महिला स्वयं सहायता समूहों को

5 लाख तक का ऋण बिना ब्याज के दिया जा रहा है। 2025 तक 1.25 लाख महिलाओं को लखपति दीदी बनाने का लक्ष्य रखा गया है। महिलाओं के लिए सरकारी नौकरियों में 30 प्रतिशत क्षैतिज आरक्षण लागू किया गया है। आंगनबाड़ी बहनों के मानदेय में बढ़ोतरी की गई है। अन्त्योदय नि:शुल्क गैस रिफिल योजना के तहत वर्ष में 3 गैस सिलैण्डर रिफिल मुफ्त दिये जा रहे है।

मुख्यमंत्री ने प्रदेशवासियों को दी स्वतंत्रता दिवस की शुभकामना

मुख्यमंत्री ने कहा कि भारत की इस स्वर्णिम यात्रा में उत्तराखण्ड का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। उत्तराखण्ड देवभूमि के साथ वीरभूमि भी है। हमें अपनी सैनिक परम्परा और देशभक्ति की विरासत पर गर्व हैं। सैनिक परम्परा वाले वीरभूमि उत्तराखण्ड में पीढ़ियों से लगभग हर परिवार से वीर व वीरांगनाएं देश की रक्षा में अपना योगदान दे रहे हैं। राज्य सरकार द्वारा शहीद सैनिकों के सम्मान में देहरादून में शौर्य स्थल का निर्माण किया गया है। राज्य में शहीद सैनिकों को मिलने वाली अनुग्रह अनुदान राशि 10 लाख रूपये से बढ़ाकर 50 लाख रूपये की गई है। शहीद सैनिकों के परिवार के एक सदस्य का सरकारी नौकरी में समायोजन किया जा रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश में समान नागरिक संहिता लागू करने की दिशा में हम आगे बढ़े हैं। इससे हमने देश और दुनिया को समानता और न्याय का एक प्रभावी संदेश देने का प्रयास किया है। बिना किसी भेदभाव के सभी को समान अधिकार मिलने चाहिए, इस सोच को मजबूत करना ही यूसीसी उद्देश्य है। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में जबरन धर्मांतरण पर रोक लगाने के लिये एक सख्त धर्मांतरण विरोधी कानून लागू किया गया। अब प्रदेश में जबरन या प्रलोभन देकर धर्मांतरण कराने या करने पर 10 साल तक की सजा का प्रावधान है। राज्य में दंगारोधी कानून को कैबिनेट से मंजूरी मिल गई है। अब दंगाइयों पर कड़ी कार्रवाई करने के साथ ही दंगे में होने वाली सार्वजनिक संपत्ति के नुकसान की भरपाई भी दंगाइयों से ही की जाएगी। इसके लिए क्लेम ट्रिब्यूनल का गठन कर दिया गया है। हमने लैंड जेहाद पर कार्यवाही करके देवभूमि उत्तराखंड में सुख, शांति और अमन-चैन सुनिश्चित किया है। लैंड जिहाद के तहत की गई कार्यवाही के दौरान प्रदेश में करीब 5 हजार एकड़ सरकारी भूमि को कब्जामुक्त कराया गया है।

अवकाश सूचना

सभी पाठकों को स्वतंत्रता दिवस की हार्दिक शुभकामना। हमारे कार्यालय में बृहस्पतिवार, 15 अगस्त, 2024 को अवकाश रहेगा। अतः समाचार पत्र का अगला अंक शनिवार, 17 अगस्त, 2024 को उपलब्ध रहेगा।

-संपादक

15 अगस्त विशेष : जंग ए आज़ादी के नायक मेरठ की कहानी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 15 अगस्त , मेरठ, उत्तर प्रदेश का एक ऐसा ऐतिहासिक शहर है, जिसने 1857 के प्रथम स्वतंत्रता संग्राम में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी. इस संग्राम की शुरुआत यहीं से हुई थी. और इसके कुछ प्रमुख स्थलों में स्वतंत्रता संग्राम की घटनाओं के निशान आज भी देखे जा सकते हैं. मेरठ से शुरू हुए प्रथम स्वतंत्रता संग्राम ने पहली बार अंग्रेजों को यह आभास कराया था कि अब वो लंबे समय तक भारत को गुलामी की जंजीरों में जकड़ कर नहीं रख पाएंगे. मेरठ में आज भी ऐसी कई जगह है जो प्रथम स्वतंत्रता संग्राम की ऐतिहासिक गवाह हैं.न्यूज़ वायरस हिंदी दैनिक आज़ादी के इस महापर्व पर आपको बता रहा है मेरठ के उन ऐतिहासिक स्थलों के बारे में जहाँ आज भी 1857 के विद्रोह की यादें तरोताज़ा है

सदर बाजार मेरठ का वह स्थान है जहां 10 मई 1857 को भारतीय सिपाहियों ने ब्रिटिश अधिकारियों के खिलाफ विद्रोह किया था. यह विद्रोह की पहली चिंगारी थी जिसने बाद में पूरे देश को अपनी चपेट में ले लिया.विक्टोरिया पार्क में विद्रोही सिपाहियों की एक बड़ी सभा हुई थी, जहां उन्होंने अंग्रेजों के खिलाफ बगावत का फैसला लिया था. आज यह पार्क 1857 के वीरों की याद दिलाने वाला एक प्रमुख स्थल है. अब यह पार्क भामाशाह पार्क के नाम से भी जाना जाता है. सेंट जॉन चर्च मेरठ का एक पुराना चर्च है, जो 1819 में बनाया गया था. 1857 के विद्रोह के दौरान, यह चर्च अंग्रेजों के नियंत्रण में था और विद्रोह के दौरान चर्च पर हमला हुआ था, जो औपनिवेशिक शासन के खिलाफ विद्रोह का प्रतीक था.यह मंदिर 1857 के विद्रोह के दौरान मेरठ के भारतीय सिपाहियों के लिए एक महत्वपूर्ण स्थान था. यहीं से विद्रोह की शुरुआत हुई थी जब सिपाहियों ने मंदिर में पूजा के बाद विद्रोह का बिगुल फूंका.यह स्मारक उन भारतीय सिपाहियों की स्मृति में बनाया गया है जिन्होंने 1857 के स्वतंत्रता संग्राम में अपने प्राणों की आहुति दी थी. यह स्मारक आज भी मेरठ के गौरवशाली इतिहास की गवाही देता है.

इस शहीद स्मारक के शिलालेख पर उन 85 सिपाहियों के नाम शिलालेख पर आज भी दर्ज हैं जिन्होंने 1857 की क्रांति का बिगुल फूंका था. दरअसल इन सैनिकों ने चर्बी लगे कारतूस इस्तेमाल करने से मना कर दिया था, जिसके बाद इन सिपाहियों का कोर्टमार्शल कर विक्टोरिया पार्क स्थित जेल में बंद कर दिया गया था. मेरठ कैंट स्थित औघड़ नाथ मंदिर परिसर में भी एक शहीद स्मारक बना है, जिसके नीचे वही कुआं जहां स्वतंत्रता 1857 के स्वतंत्रता संग्राम की पहली चिंगारी भड़की थी. अंग्रेजी सेना में भर्ती हुए भारतीय इसी कुएं पर पानी पीने के लिए आते थे. इसी कुएं पर एक साधु ने सैनिकों को उकसाते हुए कहा था कि कैसे धर्म के अनुयाई हो जो सूअर और गाय की चर्बी के कारतूस को मुंह से खोलते हो. साधू की इस बात ने सैनिकों को विरोध के लिए उकसाया था.

सैनिकों का अपमान कर उन्हें इस तरह जेल में बंद कर देने के विरोध ने ही 1857 की क्रांति को जन्म दिया था. 9 मई 1857 को सैनिकों ने चर्बी वाले कारतूस का विरोध किया और 10 मई 1857 की शाम होते-होते विरोध की चिंगारी स्वतंत्रता संग्राम की आग बन चुकी थी. मेरठ में ऐसी तमाम जगह हैं जो स्वतंत्रता संग्राम का हिस्सा बनीं.अगर इनके बारे में जानना चाहते हैं तो मेरठ का राजकीय स्वतंत्रता संग्राम संग्राहलय आपकी इच्छा पूरी कर सकता है. इस संग्राहलय में मेरठ ही नहीं बल्कि देश में दूसरी जगहों पर भी हुई आजादी की घटनाओं का उल्लेख मिलता है. यहां आजादी के आंदोलनों के सभी बड़े क्रांतिकारियों के नाम लिखे हैं.

राष्ट्रीय अवकाश से जश्न ए आज़ादी तक, ये है 15 अगस्त की ख़ास बातें

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 15 अगस्त हर घर तिरंगा , तिरंगा यात्रा और तिरंगे में रंगा हिंदुस्तान का कोना कोना .... भारत और भारतवासी 77वां स्वतंत्रता दिवस समारोह मना रहा है। हर बार की तरह देशवासियों में आजादी के पर्व को लेकर क्रेज दिख रहा है। स्वतंत्रता दिवस समारोह को लेकर राजधानी दिल्ली से देहरादून और कश्मीर से लखनऊ तक खासी तैयारियां की गई हैं। ऐसे में आइये आपको स्वतंत्रता दिवस से जुडी बेहद खास 10 बातें बताते हैं।

देश मना रहा है 77वां स्वतंत्रता दिवस समारोह

144 करोड़ भारतीयों को इस दिन का बेसब्री से इंतजार रहता है। राजधानी दिल्ली में 15 अगस्त को लेकर कड़े सुरक्षा इंतजाम किए गए हैं। स्वतंत्रता दिवस समारोह गर्व का प्रतीक है। जो हमें आजादी के उन परवानों की याद दिलाता है, जिन्होंने हंसते-हंसते अपना बलिदान देश के लिए दिया। 15 अगस्त का दिन हमें एकता और अखंडता का संदेश देता है। आपको 10 ऐसी रोचक बातें बताते हैं, जो स्वतंत्रता दिवस समारोह से जुड़ी हुई हैं। हर भारतीय को इन बातों का पता होना चाहिए। आजादी के जश्न के मौके पर राष्ट्रध्वज, राष्ट्रगान और ध्वजारोहण से जुड़ी ये जानकारियां काम की हैं।

पहला आंदोलन

अंग्रेजों ने भारत पर करीब 200 साल तक राज किया। अंग्रेजों को उखाड़ फेंकने के लिए पहला आंदोलन 1857 में शुरू हुआ था। ब्रिटिश ईस्ट इंडिया कंपनी के खिलाफ

देशभर में क्रांति फैली और पूरे देश में लोगों ने अंग्रेजों के खिलाफ बिगुल फूंका था। अंग्रेजों के बढ़ते उत्पीड़न के खिलाफ पहली बार भारतीय ताकतों ने विरोध जताया था।

पहला ध्वजारोहण

15 अगस्त 1947 को आजादी मिलने के बाद पहली बार लाल किले पर पंडित जवाहर लाल नेहरू ने तिरंगा फहराया था। तभी से ये परंपरा जारी है। हर साल प्रधानमंत्री लाल किले की प्राचीर से देश को संबोधित करते हैं। हर साल ध्वजारोहण किया जाता है।

तिरंगे का डिजाइन

आपको बता दें कि भारतीय ध्वज के डिजाइन को पिंगली वेंकैया ने तैयार किया था। महात्मा गांधी को इसका मूल डिजाइन 1921 में पेश किया गया था। लेकिन वर्तमान तिरंगे के डिजाइन को 22 जुलाई 1947 को संविधान सभा ने मंजूरी दी थी।

राष्ट्र ध्वज में रंगों का महत्व

भारत के राष्ट्रीय ध्वज में केसरिया रंग को साहस का प्रतीक माना जाता है। वहीं, सफेद रंग को शांति और सत्य का प्रतीक मानते हैं। हरी पट्टी भूमि की पवित्रता, उर्वरता और बढ़ोतरी का प्रतीक है। तिरंगे के बीच में जो अशोक चक्र है, उसमें 24 तीलियां होती हैं।

पहला राष्ट्रगान

आजादी के पर्व पर राष्ट्र गान 'जन गण मन' गाया जाता है। पहली बार इसे 1911 में गाया गया था। मौका था भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस का कलकत्ता (वर्तमान में कोलकाता) अधिवेशन का। राष्ट्रीय गान के रचयिता रवींद्रनाथ टैगोर हैं।

राष्ट्रगान के नियम

जब राष्ट्रगान गाया जाता है तो हमेशा सावधानी की मुद्रा में खड़ा होना होता है। उच्चारण बिल्कुल सही होना चाहिए। इसे 52 सेकेंड की अवधि में पूरा करना होता है।

राष्ट्रीय प्रतीक

26 जनवरी 1950 को पहली बार राष्ट्रीय प्रतीक की घोषणा की गई थी। अशोक स्तंभ को इसके तौर पर अपनाया गया था। यह प्रतीक गुजरात के सारनाथ से लिया गया है।

स्वतंत्रता सेनानियों की यादें

आजादी के पर्व के मौके पर स्वतंत्रता सेनानियों को नमन किया जाता है। बापू गांधी, नेताजी सुभाष चंद्र बोस, भगत सिंह, चंद्रशेखर आजाद और सरदार पटेल जैसी अनगिनत विभूतियों को श्रद्धांजलि दी जाती है।

लाल किले पर परेड

सबसे अधिक आकर्षण का केंद्र लाल किले की परेड होती है। परेड में वायु सेना, नौसेना और थलसेना के अलावा भारत के रक्षा बलों की टुकड़ियां भाग लेती हैं। देश में जितने भी राज्य हैं, सबकी झांकियां निकाली जाती हैं।

राष्ट्रीय अवकाश

देश जब आजादी का पर्व मनाता है तो 15 अगस्त को अवकाश घोषित किया जाता है। सभी सरकारी दफ्तर, स्कूल और निजी संस्थाओं में छुट्टी होती है। लेकिन हर संस्था में ध्वजारोहण जरूर किया जाता है।

सीएम धामी ने धुले गाँधी जी के पाँव, झाड़ू भी लगाई

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 15 अगस्त , मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने गाँधी पार्क देहरादून में विशेष स्वच्छता अभियान के अन्तर्गत स्वयं झाड़ू लगाकर स्वच्छता का संदेश दिया। मुख्यमंत्री ने इस अवसर पर पंचायती राज विभाग के माध्यम से 13 जनपदों के लिए स्वच्छता वाहनों (लीटर पीकर क्लीनिंग मशीन) का फ्लैग ऑफ कर रवाना किया। मुख्यमंत्री ने कार्यक्रम के दौरान राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की प्रतिमा की सफाई कर उन्हें श्रद्धांजलि दी एवं सभी को स्वच्छता की शपथ भी दिलाई।

मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि स्वच्छता अभियान को सामूहिक प्रयासों से ही प्रभावी ढंग से किया जा सकता है। सभी को अपनी सामाजिक जिम्मेदारियों का निर्वहन करते हुए पूरी क्षमता से स्वच्छता मिशन पर कार्य करना चाहिए। शहरों की स्वच्छता की जिम्मेदारी हम सभी की है। उन्होंने कहा मानसून के दौरान बीमारियों से बचाव के लिए पर्यावरण मित्रों ने अपनी जिम्मेदारी का निर्वहन पूर्ण मनोयोग से किया है। प्रदेश में 12 से 15 अगस्त तक विशेष स्वच्छता अभियान चल रहा है। देहरादून में भी विभिन्न सामाजिक संगठनों, युवाओं, एनजीओ के सहयोग से जन जागरूकता के कार्य किए जा रहे हैं। मुख्यमंत्री ने हल्द्वानी में स्वच्छता के प्रति जागरूक करने वाली बैणी सेना की प्रशंसा करते हुए कहा कि स्वच्छता हमारी संस्कृति और सभ्यता का अभिन्न अंग है। वेद एवं पुराणों में भी स्वच्छता को महत्वपूर्ण बताया गया है। जहां स्वच्छता होती है वहां देवी देवताओं का वास होता है। उन्होंने कहा प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने सपूर्ण देश में स्वच्छ भारत अभियान की शुरुआत की, स्वच्छता की यह शुरुआत जन आंदोलन के रूप में सामने आया है। उन्होंने कहा राज्य सरकार द्वारा शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्र में स्वच्छता के क्षेत्र में लगातार कार्य किये जा रहे हैं। जिसके लिए राज्य सरकार कई योजनाओं पर निरंतर कार्य कर रही है।

कैबिनेट मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने कहा कि शहरी विकास के माध्यम से स्वच्छता हेतु विशेष अभियान चलाया जा रहा है। प्रदेश के हर शहर को साफ करने का अभियान चलाया गया हैं। पर्यावरण मित्रों का इस स्वच्छता अभियान में बेहद महत्वपूर्ण योगदान है। उन्होंने कहा मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में पर्यावरण मित्रों का मानदेय भी बढ़ाया गया है। पर्यावरण को स्वच्छ रखना हम सभी की सामूहिक जिम्मेदारी है। इस दौरान राज्यसभा सांसद नरेश बंसल, विधायक खजान दास, विधायक उमेश शर्मा काऊ, निवर्तमान मेयर सुनिल उनियाल गामा, महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ अग्रवाल, जिलाधिकारी देहरादून सोनिका, अपर सचिव शहरी विकास नितिन भदोरिया, नगर आयुक्त नगर निगम गौरव कुमार मीडिया पैनलिस्ट लक्ष्मी अग्रवाल सहित कई नेता मौजूद थे।

129 छात्र-छात्राओं को राज्य सरकार करेगी सम्मानित : शिक्षा मंत्री

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून , 15 अगस्त , आर्म्ड फोर्स द्वारा आयोजित विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं में उत्तीर्ण 129 छात्र-छात्राओं को राज्य सरकार द्वारा सम्मनित किया जाएगा। इसके लिये उच्च शिक्षा विभाग के अंतर्गत संचालित विशेष आर्थिक सहायता योजना के अंतर्गत सरकार ने 64.50 लाख की पुरस्कार राशि स्वीकृत कर दी है। योजना के अंतर्गत प्रत्येक चयनित अभ्यर्थियों को आर्थिक सहयोग के तौर पर 50-50 हजार की पुरस्कार राशि दी जायेगी। आर्म्ड फोर्सेज में चयनित सभी अभ्यर्थियों को उच्च शिक्षा मंत्री धन सिंह रावत ने बधाई देते हुये उन्हें उज्जवल भविष्य की शुभकामनाएं प्रेषित की।

सूबे के उच्च शिक्षा मंत्री डॉ धन सिंह रावत ने बताया कि संघ लोक सेवा आयोग, राज्य लोक सेवा आयोग एवं आर्म्ड फोर्सेस द्वारा आयोजित विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले प्रदेश के युवाओं को प्रोत्साहित करने लिये सरकार ने उच्च शिक्षा विभाग के अंतर्गत विशेष आर्थिक सहायता योजना शुरू की है। इस योजना के अंतर्गत वित्तीय वर्ष 2024-25 की पहली छमाही में आर्म्ड फोर्सेस की विभिन्न परीक्षाओं में चयनित प्रदेश के 129 युवाओं को सरकार द्वारा सम्मानित किया जाएगा। इसके लिये सरकार ने योजना के अंतर्गत 64.50 लाख की पुरस्कार राशि को स्वीकृति प्रदान कर दी है। शीघ्र ही शासन स्तर से इसका शासनादेश जारी कर दिया जाएगा।

डॉ रावत ने बताया कि आर्म्ड फोर्सेस की विभिन्न परीक्षाओं यथा एनडीए में प्रदेश के 27 युवाओं की चयन हुआ है। इसी प्रकार आईएनए में 14,आईएमए 27, ओटीए 31 तथा आईएएफ में 30 छात्र-छात्राओं का इस वर्ष चयन हुआ है। इन सभी चयनित अभ्यर्थियों को योजना के अंतर्गत 50-50 हजार की नकद पुरस्कार राशि दी जायेगी। इसके लिये विभागीय अधिकारियों को शीघ्र सभी तैयारियां पूरी कर चयनित अभ्यर्थियों को सम्मानित करने निर्देश दे दिये गए हैं।विभागीय मंत्री ने बताया कि सरकार द्वारा संचालित इस योजना के चलते प्रदेश के युवाओं में संघ लोक सेवा आयोग, राज्य लोक सेवा आयोग तथा आर्म्ड फोर्सेस की प्रतियोगी परीक्षाओं के प्रति नई चेतना व जागरूक आई है। प्रत्येक वर्ष बड़ी संख्या में युवाओं द्वारा इन परीक्षाओं में प्रतिभाग किया जा रहा है।

सावधान ! हेडफोन बना रहा बहरा

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 15 अगस्त , आज के समय में हर कोई हेडफोन या इयरफोन का इस्तेमाल करते मिल जाएंगे, जो बेहद ही खतरनाक है। बदलती लाइफस्टाइल में ईयरफोन, इयरबड्स और हेडफोन लोगों के लिए काफी जरूरी हो गए हैं। उनकी आधे से ज्यादा काम इसी के सहारे चल रहा होता है। ऑफिस में काम करते वक्त, किसी से बात करते वक्त, गाड़ी ड्राइव करते वक्त आदि लोग लंबा-लंबा समय इयरफोन कानों में लगाकर बिता देते हैं। ज्यादा देर तक हेडफोन लगाना कानों की सुनने की क्षमता को कम कर रहा है। हेडफोन लगाने का सीधा असर कानों की सेहत पर पड़ता है। आने वाले समय में लोगों को यह शौक उन्हें बहरा बना सकता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन यानी की डब्लूएचओ की एक रिपोर्ट में चौंकाने वाला खुलासा हुआ है। जिसमें डब्लूएचओ की मेक लिसनिंग सेफ गाइडलाइंस में अनुमान जताया है कि 2050 तक दुनिया के 100 करोड़ से अधिक युवा बहरे हो सकते हैं। जी हां उनकी सुनने की क्षमता काफी कम हो जाएगी। इन की उम्र 12 से 35 साल तक होगी। इसके पीछे सीधे-सीधे हेडफोन-ईयरफोन ही जिम्मेदार हैं।

हेडफोन-ईयरफोन क्यों खतरनाक

मेक लिसनिंग सेफ गाइडलाइंस में बताया गया है कि अभी करीब 50 करोड़ लोग अलग-अलग वजाहों से बहरेपन के शिकार हैं, इसकी उम्र 12 से 35 साल तक की है। इनमें से 25 प्रतिशत लोग ईयरफोन, ईयरबड, हेडफोन पर ज्यादा तेज साउंड को लगातार कुछ सुनने वाले हैं। जबकि करीब 50% लोग लंबे समय तक आसपास बजने वाले तेज म्यूजिक, सिनेमा, क्लब, डिस्कोथेक, फिटनेस क्लासेज बार या किसी अन्य तेज साउंड के संपर्क में रहते हैं। जिसका मतलब है कि लाउड म्यूजिक सुनने का शौक या ईयरफोन का ज्यादा इस्तेमाल करते हैं। इसकी वजह से वह बहरा बना सकता है।

हेडफोन का कितना वॉल्यूम है सेफ

एक्सपर्ट्स के अनुसार पर्सनल डिवाइसों में वॉल्यूम का लेवल अलग-अलग होता है। यह 75 डेसीबल से 136 डेसीबल तक रहता है। हर देशों में इसका अलग लेवल भी हो सकता है। यूजर्स को 75 डेसीबल से 105 डेसीबल तक ही वॉल्यूम रखना चाहिए। कानों के लिए सेफ वॉल्यूम 20 से 30 डेसीबल है। इससे ज्यादा साउंड लगातार सुनने से कानों की सेंसरी सेल्स को नुकसान पहुंचाता हैं।

नहीं ठीक हो सकता बहरापन

डॉक्टर्स के मुताबिक हेडफोन-ईयरफोन के इस्तेमाल से आया बहरापन कभी भी ठीक नहीं होता है। लगातार और लंबे समय तक तेज साउंड सुनने से हाई फ्रीक्वेंसी की नर्व डैमेज हो जाती है, जो आगे चलकर कभी भी रिवर्सिबल नहीं होती है। अगर एक बार नर्व डैमेज हो गई तो यह कभी भी ठीक नहीं होते हैं। इससे बेहतर है कि डिवाइसेज का इस्तेमाल सावधानीपूर्वक किया जाए।

शेयर न करें ईयरफोन

किशोर और युवाओं के कान में इंफेक्शन भी काफी तेजी से बढ़ रहा है। इसकी एक वजह इयरफोन या हेडफोन की शेयरिंग करना भी है। ईयरफोन को शेयर करने से एक के कानों की गंदगी दूसरे के कानों तक पहुंच जाती हैं। साफ सफाई न होने से कान में बैक्टीरिया या फंगस पहुंच जाता है, इसकी वजह से कानों में दर्द और कई अन्य बीमारियां हो जाती हैं। इसलिए साफ-सुथरे ईयरफोन का ही इस्तेमाल करें और हो सके तो ईयरफोन को समय-समय पर सैनिटाइज करके इस्तेमाल करें।

उत्तराखण्ड शासन

सभी देशवासियों को

स्वतंत्रता दिवस

की

हार्दिक शुभकामनाएँ

“मैं, भारत माता की स्वाधीनता के लिए अपने प्राणों की आहुति देने वाले सभी अमर शहीदों, महान स्वतन्त्रता सेनानियों तथा स्वतन्त्र भारत की सुरक्षा एवं अखंडता में अपना महत्वपूर्ण योगदान देने वाले सभी वीर सैनिकों को नमन् करता हूँ। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में नए भारत के निर्माण में नए उत्तराखण्ड का योगदान अमूल्य है। आइए, स्वतंत्रता दिवस के पावन पर्व पर हम उत्तराखण्ड को देश का सर्वश्रेष्ठ राज्य बनाने के विकल्प रहित संकल्प को लेकर राष्ट्रीय पर्व को धूमधाम से मनाएँ।”

जय हिन्द, जय उत्तराखण्ड

पुष्कर सिंह धामी
मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड

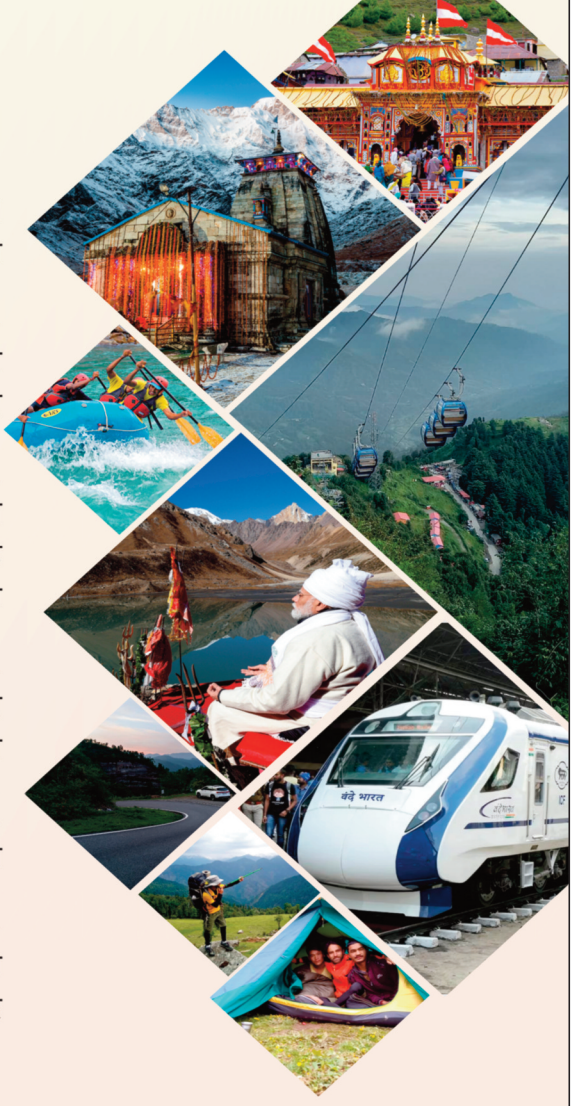
आओ, मिलकर फहराएँ
हर घर तिरंगा
15 अगस्त 2024

“21वीं सदी के विकसित भारत के निर्माण के दो प्रमुख स्तंभ हैं। पहला, अपनी विरासत पर गर्व और दूसरा, विकास के लिए हर संभव प्रयास। आज उत्तराखण्ड, इन दोनों ही स्तंभों को मजबूत कर रहा है। ये दशक उत्तराखण्ड का दशक होगा।”

नरेन्द्र मोदी
प्रधानमंत्री

विकसित भारत - सशक्त उत्तराखण्ड

- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में उत्तराखण्ड ग्लोबल इन्वेस्टर समिट-2023 के दौरान राज्य सरकार के साथ कुल 3.5 लाख करोड़ रूपये के हुए निवेश समझौते। जिसमें 81 हजार करोड़ के समझौते की ग्राउण्डिंग।
- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में श्री केदारनाथ धाम का हुआ भव्य एवं दिव्य पुनर्निर्माण कार्य। बद्रीनाथ धाम में मास्टर प्लान के तहत विकास कार्य गतिमान।
- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के आदि कैलाश और जागेश्वर धाम के दर्शन के बाद मानसखंड यात्रा को मिली नई पहचान।
- चार धामों की कनेक्टिविटी के लिए ऑल वेदर रोड का हुआ निर्माण। ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल लाइन का निर्माण कार्य तथा टनकपुर-बागेश्वर रेललाइन सर्वे का कार्य गतिमान।
- नैनीताल जिले की बहुद्देशीय जमरानी बांध परियोजना को प्रधानमंत्री कृषि सिंचाई योजना के अंतर्गत मिली मंजूरी।
- उत्तराखण्ड जल विद्युत निगम की लखवाड परियोजना पर कार्य प्रारंभ।
- उत्तराखण्ड को दो वंदे भारत ट्रेन की मिली सौगात। देहरादून से दिल्ली एवं देहरादून से लखनऊ का सफर हुआ आसान।
- देहरादून-दिल्ली एक्सप्रेस वे (इकोनॉमिक कारिडोर) का निर्माण कार्य तेजी से जारी, 2 से 2.5 घंटे में सफर होगा पूरा।
- पर्वतीय क्षेत्रों में रोपवे नेटवर्क निर्माण के लिए पर्वत माला परियोजना को मिली मंजूरी। श्री केदारनाथ, हेमकुंड साहिब एवं पूर्णागिरी मंदिर रोपवे के निर्माण कार्य का हुआ शिलान्यास।
- उधमसिंहनगर के किच्छा क्षेत्र में एम्स के सैटेलाइट सेंटर का निर्माण कार्य गतिमान। वाइब्रेंट विलेज योजना के तहत उत्तराखण्ड के सीमांत गाँवों का हो रहा चहुँमुखी विकास।
- जौलीग्रांट एयरपोर्ट एवं पंतनगर एयरपोर्ट को अंतर्राष्ट्रीय एयरपोर्ट के रूप में विकसित करने हेतु कार्य गतिमान।
- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने दिया वेड-इन-उत्तराखण्ड का मंत्र। जिसके तहत राज्य सरकार नए वेडिंग डेस्टिनेशन कर रही विकसित।



नीति आयोग, भारत सरकार की ओर से एसडीजी 2023-24 की रिपोर्ट जारी की गई है।

रिपोर्ट में उत्तराखण्ड ने सतत विकास लक्ष्यों की कसौटी पर खरा उतरते हुए पूरे देश में पहला स्थान हासिल किया है।

सूचना एवं लोक संपर्क विभाग, उत्तराखण्ड द्वारा जनहित में जारी।

www.uttarainformation.gov.in uttarakhandDIPR DIPR_UK uttarakhand DIPR

उत्तराखण्ड शासन

सभी देशवासियों को

स्वतंत्रता दिवस

की

हार्दिक शुभकामनाएँ

“मैं, भारत माता की स्वाधीनता के लिए अपने प्राणों की आहुति देने वाले सभी अमर शहीदों, महान स्वतन्त्रता सेनानियों तथा स्वतन्त्र भारत की सुरक्षा एवं अखंडता में अपना महत्वपूर्ण योगदान देने वाले सभी वीर सैनिकों को नमन् करता हूँ। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में नए भारत के निर्माण में नए उत्तराखण्ड का योगदान अमूल्य है। आइए, स्वतंत्रता दिवस के पावन पर्व पर हम उत्तराखण्ड को देश का सर्वश्रेष्ठ राज्य बनाने के विकल्प रहित संकल्प को लेकर राष्ट्रीय पर्व को धूमधाम से मनाएँ।”

जय हिन्द, जय उत्तराखण्ड

पुष्कर सिंह धामी
मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड

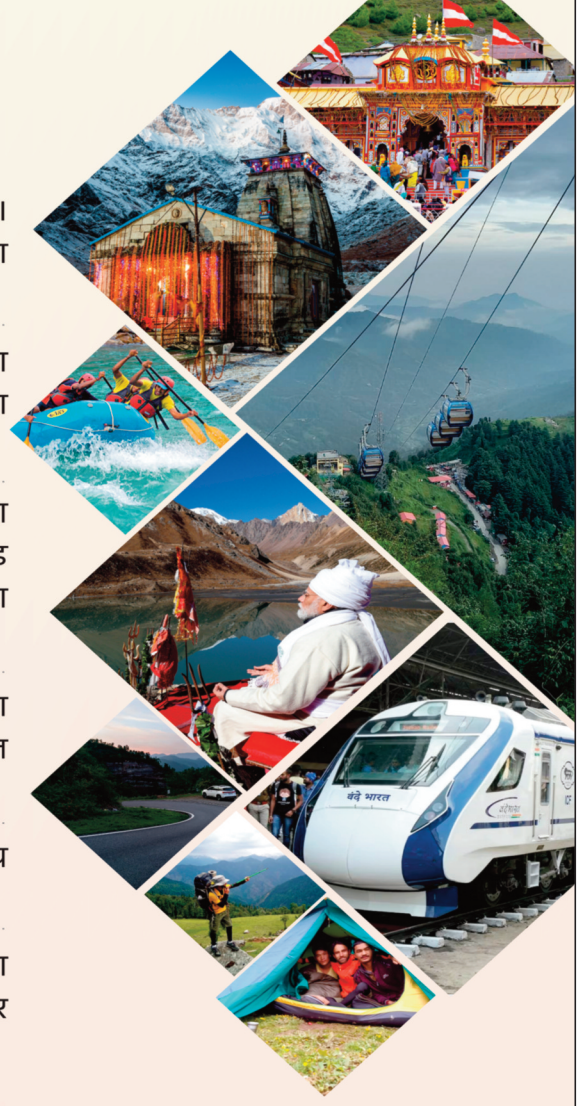
आओ, मिलकर फहराएँ
हर घर तिरंगा
15 अगस्त 2024

“21वीं सदी के विकसित भारत के निर्माण के दो प्रमुख स्तंभ हैं। पहला, अपनी विरासत पर गर्व और दूसरा, विकास के लिए हर संभव प्रयास। आज उत्तराखण्ड, इन दोनों ही स्तंभों को मजबूत कर रहा है। ये दशक उत्तराखण्ड का दशक होगा।”

नरेन्द्र मोदी
प्रधानमंत्री

विकसित भारत - सशक्त उत्तराखण्ड

- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में उत्तराखण्ड ग्लोबल इन्वेस्टर समिट-2023 के दौरान राज्य सरकार के साथ कुल 3.5 लाख करोड़ रूपये के हुए निवेश समझौते। जिसमें 81 हजार करोड़ के समझौते की ग्राउण्डिंग।
- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में श्री केदारनाथ धाम का हुआ भव्य एवं दिव्य पुनर्निर्माण कार्य। बद्रीनाथ धाम में मास्टर प्लान के तहत विकास कार्य गतिमान।
- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के आदि कैलाश और जागेश्वर धाम के दर्शन के बाद मानसखंड यात्रा को मिली नई पहचान।
- चार धामों की कनेक्टिविटी के लिए ऑल वेदर रोड का हुआ निर्माण। ऋषिकेश-कर्णप्रयाग रेल लाइन का निर्माण कार्य तथा टनकपुर-बागेश्वर रेललाइन सर्वे का कार्य गतिमान।
- नैनीताल जिले की बहुद्देशीय जमरानी बांध परियोजना को प्रधानमंत्री कृषि सिंचाई योजना के अंतर्गत मिली मंजूरी।
- उत्तराखण्ड जल विद्युत निगम की लखवाड परियोजना पर कार्य प्रारंभ।
- उत्तराखण्ड को दो वंदे भारत ट्रेन की मिली सौगात। देहरादून से दिल्ली एवं देहरादून से लखनऊ का सफर हुआ आसान।
- देहरादून-दिल्ली एक्सप्रेस वे (इकोनॉमिक कारिडोर) का निर्माण कार्य तेजी से जारी, 2 से 2.5 घंटे में सफर होगा पूरा।
- पर्वतीय क्षेत्रों में रोपवे नेटवर्क निर्माण के लिए पर्वत माला परियोजना को मिली मंजूरी। श्री केदारनाथ, हेमकुंड साहिब एवं पूर्णागिरी मंदिर रोपवे के निर्माण कार्य का हुआ शिलान्यास।
- उधमसिंहनगर के किच्छा क्षेत्र में एम्स के सैटेलाइट सेंटर का निर्माण कार्य गतिमान। वाइब्रेंट विलेज योजना के तहत उत्तराखण्ड के सीमांत गाँवों का हो रहा चहुँमुखी विकास।
- जौलीग्रांट एयरपोर्ट एवं पंतनगर एयरपोर्ट को अंतर्राष्ट्रीय एयरपोर्ट के रूप में विकसित करने हेतु कार्य गतिमान।
- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने दिया वेड-इन-उत्तराखण्ड का मंत्र। जिसके तहत राज्य सरकार नए वेडिंग डेस्टिनेशन कर रही विकसित।



नीति आयोग, भारत सरकार की ओर से एसडीजी 2023-24 की रिपोर्ट जारी की गई है।

रिपोर्ट में उत्तराखण्ड ने सतत विकास लक्ष्यों की कसौटी पर खरा उतरते हुए पूरे देश में पहला स्थान हासिल किया है।

सूचना एवं लोक संपर्क विभाग, उत्तराखण्ड द्वारा जनहित में जारी।

www.uttarainformation.gov.in uttarakhandDIPR DIPR_UK uttarakhand DIPR

देहरादून : THE IRON TEMPLE GYM के सदस्यों ने धूमधाम से मनाया स्वतंत्रता दिवस

अरशद मलिक
न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 15 अगस्त : भारत ने इस वर्ष अपना 78वां स्वतंत्रता दिवस मनाया। आजादी का यह पर्व सिर्फ पर्व तक सीमित नहीं है, बल्कि यह उस दिन को याद करने का प्रतीक है, जब कई शहादत और लंबे संघर्ष के बाद देशवासियों ने आजाद भारत का सूर्योदय देखा था। इसके लिए देश के घर में एक ज्वाला उठी थी, जिसने समय के साथ-साथ अपने विशाल रूप धारण किया और क्रांति की आग ने भारत की आजादी के सपने को सच करने में सहयोग किया। यही वजह है कि इस दिन को पूरे देश में धूमधाम से मनाया जाता है।

इसी के साथ देहरादून THE IRON TEMPLE GYM के सदस्यों द्वारा स्वतंत्रता दिवस बड़े ही धूमधाम से मनाया गया, सभी ने स्वतंत्रता की उस ताकत को महसूस किया, जिसने अपने देश में अपना राज-पाट कायम करने की ताकत दी। हिंदुस्तान की आजादी के लिए सब कुछ न्योछावर करने वाले शहीदों को याद किया गया। इसी अंदाज में उल्लास और उमंग के साथ 78वां स्वतंत्र दिवस मनाया गया।

देश की आजादी के अमृत महोत्सव पर 15 अगस्त को सुबह से ही उत्साह का माहौल रहा। और THE IRON TEMPLE GYM को पूरी तरह तिरंगे के तीन रंगों में सजा दिया गया युवाओं द्वारा तिरंगा के साथ तस्वीर भी खींचकर सोशल मीडिया पर डाली गई। जिम के संचालक शुभम ने बताया की आजादी के अमृत महोत्सव मनाने का उद्देश्य यही है कि हर भारतीय के दिल में अपने देश के प्रति सद्भाव और समर्पण की भावना पैदा करें।

इस अवसर पर संजना, नीतू, सूर्यांश, युवराज, अनीशा बडोला, शौर्य, हर्षित, शौर्य, पीयूष, वाणी, कोएना, आर्यन, ऋषभ, अविकल्प, पारस, स्वास्तिक, आर्यन, शिवांक, अवियलकपी, अजय,अमन, शैंकी, जयदीप, दुर्जय आदि युवा मौजूद रहे।

उम्र के आधार पर कितने घंटे सोना चाहिए ? चार्ट पढ़िए

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 15 अगस्त , जिस तरह से हमारे लिए भोजन, पानी और यहां तक कि सांस लेना बेहद जरूरी होता है, वैसे ही नींद भी बेहद जरूरी होती है. अगर हम पर्याप्त नींद नहीं लेते हैं, तो आपको कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं. डॉक्टरों की मानें तो हर व्यक्ति को रोजाना पर्याप्त नींद लेनी चाहिए, जिससे आपको शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में लाभ मिलता है. लेकिन सवाल यह उठता है कि आखिर किसी व्यक्ति को कितनी नींद लेनी चाहिए?

किस उम्र के लोगों के लिए कितनी नींद

पर्याप्त नींद न लेने से होती हैं कई समस्याएं: ये तो हम आपको बताएंगे कि किसी व्यक्ति के लिए कितनी नींद आवश्यक है, लेकिन उससे पहले आपको यह जानना जरूरी है कि अगर आप पर्याप्त नींद नहीं लेते हैं, तो आपको किन समस्याओं से जूझना पड़ सकता है. डॉक्टरों की मानें तो अगर कोई व्यक्ति पर्याप्त नींद नहीं लेता है, तो उसे मधुमेह यानी डायबिटीज की समस्या हो सकती है. इसके अलावा महिलाओं में कम नींद लेने के चलते ब्रेस्ट कैंसर जैसी गंभीर बीमारी हो सकती है.

कम नींद लेने से शरीर की अन्य कोशिकाओं पर भी बुरा असर पड़ता है. वहीं अगर आप पर्याप्त नींद नहीं लेते हैं, तो इससे शरीर में मिनिरल्स का संतुलन बिगड़ने लगता है और हड्डियां भी धीरे-धीरे कमजोर होने लगती हैं. नींद इस लिए भी जरूरी है, क्यों सोते समय हमारा शरीर विषाक्त पदार्थों की साफ-सफाई करता है और खुद की मरम्मत करता है. लेकिन जब हम नींद पूरी नहीं लेते हैं, तो यह साफ नहीं हो पाता है और हृदय रोग का खतरा बढ़ जाता है.

नेशनल स्लीप फाउंडेशन द्वारा जारी एक रिपोर्ट के आधार पर 65 से ज्यादा की उम्र के लोगों को लगभग 7-8 घंटे की नींद की जरूर लेनी चाहिए, हालांकि, वे इससे थोड़ी कम यानी 5 से 6 घंटे की नींद भी ले सकते हैं. इसके अलावा, वे अपनी नींद की अवधि दो चरणों में भी पूरा कर सकते हैं. इसके लिए वे दिन और रात के आधार पर नींद को बांट सकते हैं.रिपोर्ट के अनुसार वह दिन में करीब 2 घंटे की नींद ले सकते हैं और फिर रात में 4 से 5 घंटे की नींद ले सकते हैं. वहीं 18 से 65 वर्ष की आयु के वयस्कों को लगभग 7-8 घंटे की नींद की जरूरत होती है. बात अगर बच्चों की करें तो वयस्कों की तुलना में बच्चों को ज्यादा समय तक सोने की आवश्यकता होती है.

खाने को एक साइड से चबाने के फायदे

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 15 अगस्त , खाने के दौरान एक साइड से चबाने को लेकर विभिन्न संस्कृतियों और परंपराओं में विभिन्न नियम और मान्यताएँ हो सकती हैं। कुछ मान्यताओं के अनुसार, खाने को एक साइड से चबाने की सलाह इसलिए दी जाती है ताकि खाना बेहतर तरीके से पच सके और शरीर को सही पोषक तत्व मिल सकें। यहां कुछ सामान्य कारण हैं:

पाचन प्रक्रिया:

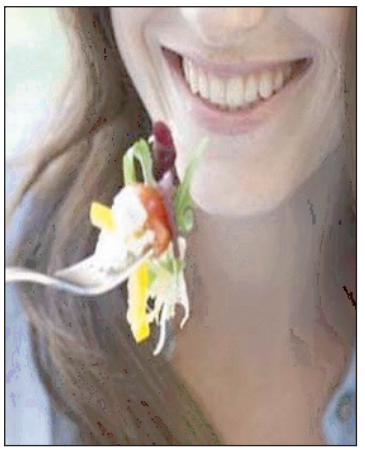
कुछ लोगों का मानना है कि एक साइड से चबाने से खाना ज्यादा अच्छे से चबाया जाता है और पाचन प्रक्रिया में सुधार होता है। इससे खाने के कण छोटे होते हैं और पाचन एंजाइम्स के लिए काम करना आसान होता है।

मूल्यांकन और परंपराएं:

कई सांस्कृतिक परंपराएँ और मान्यताएं हैं जो विशेष रूप से खाने के तरीके पर ध्यान देती हैं। इनमें से कुछ परंपराओं में यह माना जाता है कि एक साइड से खाना चबाना बेहतर होता है और इसके साथ एक प्राचीन ज्ञान जुड़ा हो सकता है।

स्वास्थ्य और सुरक्षा:

किसी विशेष साइड से चबाने की सलाह कभी-कभी दांतों और मुंह के स्वास्थ्य के लिए भी दी जाती है। यह सलाह दांतों के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए दी जा सकती है, जैसे कि दांतों में समान रूप से दबाव डालना।हालांकि, इन सभी मान्यताओं और सलाहों का वैज्ञानिक समर्थन सीमित हो सकता है। अधिकतर मामलों में, खाना चबाने की प्रक्रिया व्यक्तिगत पसंद और आदतों पर निर्भर करती है। महत्वपूर्ण यह है कि खाना अच्छी तरह से चबाया जाए ताकि पाचन प्रक्रिया आसान हो और शरीर को सही पोषक तत्व मिल सकें।



खूबसूरती ऐसी कि आपकी आंखें ठहर जाएंगी

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 15 अगस्त , केरल के कदमककुडी गांव की खूबसूरती ऐसी है कि जब आप इसे देखेंगे, तो आपकी आंखें जैसे ठहर जाएंगी, और मन वही रम जाएगा. ये गांव कोच्चि के पास बसा हुआ है. शहर की भीड़भाड़ से कोसों दूर, शांति और प्रकृति की गोद में. यहां की प्राकृतिक सुंदरता इतनी मंत्रमुग्ध करने वाली है कि यह किसी भी पर्यटक को अपनी ओर खींच लेती है.कदमककुडी केवल एक गांव नहीं है, यह एक अनुभव है—जैसे कि प्रकृति की गोद में बैठकर जीवन का आनंद लेना. जैसे ही आप इस गांव की हद में प्रवेश करते हैं,

आपको हरियाली के बीच में बिछी हुई पतली पगडंडियाँ दिखेंगी, जो झीलों के किनारे-किनारे चलती हैं. यहां सुबह की शांति में पक्षियों की चहचहाहट एक मधुर संगीत की तरह सुनाई देती है, जैसे कि प्रकृति ने खुद यह राग रचा हो. गांव की झीलों के किनारे चलने का अनुभव अद्वितीय है. ठंडी हवाएं आपके चेहरे को सहलाती हैं, और पानी की सतह पर सूरज की किरणें मानो नाचती हैं.

कदमाकुडी की शांत झीलें और चारों तरफ फैली हरियाली ऐसा महसूस कराती हैं कि समय थम गया हो. यह जगह उन लोगों के लिए एक आदर्श स्थान है जो शहरी जीवन की भागदौड़ से दूर कुछ सुकून के पल बिताना चाहते हैं.कदमककुडी केवल अपनी प्राकृतिक सुंदरता के लिए ही नहीं, बल्कि यहां की संस्कृति और जीवनशैली के लिए भी प्रसिद्ध है. यह गांव कई छोटे-छोटे द्वीपों का समूह है, जहां के लोग खेती, मछली पालन और ताड़ी निकालने जैसे पारंपरिक काम करते हैं. यहां के धान के खेत और झीलें अपने आप में अनूठे दृश्य प्रस्तुत करते हैं, जिन्हें देखकर हर किसी का मन प्रसन्न हो जाता है.

कदमककुडी की एक और खास बात यह है कि यह आसानी से पहुंचने योग्य है. यह गांव राष्ट्रीय राजमार्ग-66 से वराब्पुजा कस्बे के पास सड़क के माध्यम से जुड़ा हुआ है. इस गांव की यात्रा एक ऐसा अनुभव देती है जो जीवनभर याद रहेगा.तो, अगली बार जब आप खुद को तनावमुक्त करना चाहें, तो कदमाकुडी की ओर रुख करें. यहाँ की प्राकृतिक सुंदरता, ग्रामीण जीवन की सादगी, और झीलों के किनारे बिताए गए वे सुकून भरे पल आपके दिल को छू लेंगे. यह गांव आपको शहर की भाग-दौड़ से दूर ले जाकर प्रकृति की गोद में ऐसा सुकून देगा जिसे शब्दों में बयां करना मुश्किल है.

संपादकीय

आज़ादी है अनमोल

आज पूरा देश स्वतंत्रता का उत्सव उल्लास व उत्साह से मना रहा है। इस आजादी के लिये लाखों लोगों ने त्याग-बलिदान किया। हम आज जो स्वतंत्रता की खुली हवा में सांस ले रहे हैं, वह अनमोल है। जिसकी रक्षा करना हर भारतीय का पहला कर्तव्य है। हमारी उदासीनता और राजनीतिक-सामाजिक विद्रूपताओं की अनदेखी की कीमत हमें ही चुकानी पड़ती है। हाल के दिनों में हमारे पड़ोसी देशों में लोकतंत्र की उत्कट अभिलाषा और रक्त रंजित संघर्ष लोकतांत्रिक मूल्यों की वास्तविक कीमत को दर्शाते हैं। बांग्लादेश, श्रीलंका और पाकिस्तान में लोग अपनी लोकतांत्रिक आजादी के लिए सड़कों पर उतरे और निरंकुश सत्ता का प्रतिकार किया। भारत में भी विपक्ष गाहे-बगाहे लोकतांत्रिक मूल्यों की लक्ष्मण रेखा के अतिक्रमण की बात करता है। निश्चित रूप से लोकतंत्र सत्ता पक्ष और विपक्ष के सामंजस्य और तालमेल से ही चलता है। जनता ने जहां सत्तापक्ष को सुशासन का दायित्व दिया है, वहीं विपक्ष को लोकतंत्र का सजग प्रहारी बनाया है। यदि विपक्ष जनहित के लिये आवाज उठाता है तो उस पर ध्यान दिया जाना चाहिए। लेकिन राजनीतिक स्वार्थों के लिये महज विरोध के लिए विरोध करना भी अनुचित ही कहा जाएगा। विपक्ष का दायित्व है कि वह जनता को सजग करे और लोकतांत्रिक मूल्यों के प्रति सचेत करे। वहीं राजनीतिक दलों को उन विभाजनकारी मुद्दों से परहेज करना चाहिए जो समाज में विघटन को बढ़ावा दें। हम 21वीं सदी में रह रहे हैं। यदि अब भी राजनीतिक दल जात-पांत और सांप्रदायिकता की राजनीति को बढ़ावा देते हैं तो यह लोकतंत्र के लिये शुभ संकेत कदापि नहीं कहा जा सकता। सदियों पहले देशकाल व परिस्थिति के चलते जो जाति व्यवस्था अस्तित्व में आई थी, उसे आज राजनीतिक हथियार के रूप में इस्तेमाल करना देश को पीछे धकेलने के समान है। कमोबेश यही स्थिति संप्रदायों की राजनीति करने वालों को लेकर भी कही जा सकती है। आज हर नागरिक का पहला दायित्व प्रगतिशील सोच के साथ देश को आगे बढ़ाना होना चाहिए। किसी भी लोकतंत्र में समाज के अंतिम व्यक्ति को न्याय दिलाना पहली प्राथमिकता होती है। निस्संदेह, देश ने 1947 में राजनीतिक आजादी हासिल की थी। अकसर कहा जाता है कि आजादी के बाद हमारी लड़ाई देश में आर्थिक आजादी और सामाजिक न्याय हासिल करने के लिये होनी चाहिए। लेकिन यह भी हकीकत है कि आजादी के सात दशक बाद भी हम आर्थिक आजादी व सामाजिक न्याय के लक्ष्य हासिल नहीं कर पाये। देश में तेजी से बढ़ती अमीर-गरीब की खाई बड़ी चिंता का विषय है। दुनिया में सबसे ज्यादा युवाओं के देश भारत में बेरोजगारी की ऊंची दर नीति-नियंताओं की विफलता को दर्शाती है। कैसी विडंबना है कि रोजगार की तलाश में विदेशों में भटक रहे युवाओं को दलालों ने रूस-यूक्रेन युद्ध में झोंक दिया है। हर हाथ को काम न मिले यह हमारे सत्ताधीशों की विफलता ही कही जाएगी। वहीं दूसरी ओर हम अपने मौलिक अधिकारों की तो बात करते हैं लेकिन अपने मौलिक कर्तव्यों की बात भूल जाते हैं। यह शिक्षा स्कूल-कॉलेजों से ही दी जानी चाहिए ताकि युवा जागरूक व जिम्मेदार बनें। निस्संदेह, समय के साथ देश में साक्षरता का स्तर बढ़ा है। सवाल है कि वे लोग कौन हैं जो चुनाव के दौरान छोटे-छोटे प्रलोभनों के लिये अपना वोट बेच देते हैं। वे कौन हैं जो देश की प्रगति के बजाय जाति-धर्म के आधार पर वोट देते हैं। कौन हैं जो क्षेत्रवाद को अपने मताधिकार से बढ़ावा देते हैं। कौन हैं जो चुनावी प्रक्रिया के दौरान मुफ्त की रेवड़ियों को अपना लक्ष्य बनाते हैं। निस्संदेह, सेवाओं व वस्तुओं का यह प्रलोभन हमारी व्यवस्था को पंगु बनाता है। हमारा राष्ट्रवाद का जज्बा जापान जैसा ऊंचे दर्जे का होना चाहिए। भारतीय लोकतंत्र के सामने यक्ष प्रश्न है कि कौन जनप्रतिनिधि संस्थाओं में अनेक अपराधियों को चुनकर भेजता है? सत्ता में अपराधियों की भागीदारी लोकतांत्रिक व मानवीय अधिकारों का अतिक्रमण ही करती है। यदि हम सजग, सतर्क और सचेत रहेंगे तो दागी जनप्रतिनिधि संस्थाओं में नहीं पहुंच सकते हैं। आज हम आजादी की हवा में सांस ले रहे हैं, लेकिन इस आजादी को अक्षुण्ण बनाये रखने को त्याग-तपस्या की आज भी जरूरत है।

दैनिक न्यूज़ वायरस
संपादक : मौ.सलीम सैफी न्यूज़ वायरस नेटवर्क प्रा. लिमिटेड के लिए मुद्रक एवं प्रकाशक मौ.सलीम सैफी द्वारा विश्वनाथ प्रिंटर्स, अजबपुर कलां, देहरादून से मुद्रित एवं न्यूज़ वायरस नेटवर्क प्रा. लिमिटेड, 48/3 बलबीर रोड, डालनवाला, देहरादून से प्रकाशित। **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

World Record बनाने के चक्कर में 12 दिन लगातार जागता रहा YouTuber

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट 15 अगस्त : 19 साल के एक युवक ने वो कर दिखाया, जिसकी शायद ही कोई कल्पना कर सकता है. ऑस्ट्रेलियाई यूट्यूबर नॉर्म ने सबसे लंबे समय तक जागने का गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड तोड़ दिया है. उन्होंने लगातार 12 दिनों तक जागकर वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने का प्रयास किया और इसे अपने यूट्यूब चैनल पर लाइव स्ट्रीम भी किया, जिसमें उन्हें जागते हुए दिखाया गया. हालांकि, इस कारण उन्हें कई दिक्कतों का भी सामना करना पड़ा।

मीडिया रिपोर्ट के अनुसार , यूट्यूबर नॉर्म को 12 दिन लगातार जागते हुए देखकर फैन्स चिंतित हो गए और उन्होंने अधिकारियों को उनकी जांच करने के लिए बुला लिया. नॉर्म का आरोप है कि यूट्यूब ने उन्हें रिकॉर्ड बनाने से रोकने की पूरी कोशिश की, लेकिन उन्होंने सोशल साइट के वैकल्पिक मंच 'रंबल' पर यह कारनाम कर दिखाया. रिपोर्ट के अनुसार,

नॉर्म ने जब 264 घंटे और 24 मिनट के साथ यह रिकॉर्ड तोड़ा, तब 'रंबल' पर 9,000 दर्शक लाइव थे।

बिना सोये रहने का पिछला रिकॉर्ड रैंडी गार्डनर नाम के व्यक्ति के नाम था, जो 1964 में 17 साल की उम्र में लगातार 11 दिनों तक जागता रहा था. बताया जाता है कि इस प्रयास के दौरान रैंडी को मतिभ्रम और अत्यधिक भ्रम का अनुभव हुआ, जिससे वे आज भी जूझ रहे हैं. वैज्ञानिकों ने तब रैंडी की हर गतिविधि को डॉक्युमेंट किया था।

जानकारी के मुताबिक, गिनीज ने पिछले साल मार्च में अपने एक बयान में कहा था कि वह अब नींद की कमी से जुड़े रिकॉर्ड की निगरानी नहीं करेगा. मतलब ये हुआ कि यूट्यूबर नॉर्म ने भले ही इस रिकॉर्ड को तोड़ दिया है, लेकिन आधिकारिक रूप से उन्हें न तो कोई मान्यता मिलेगी और न ही कोई ईनाम।

डॉक्टरों के मुताबिक, तीन दिन से ज्यादा जागने पर लोगों में मनोविकृति का अनुभव होने लगता है और शरीर ऑफलाइन होने लगता है. आपकी आंखें बंद नहीं होती हैं, पर मस्तिष्क अनिवार्य रूप से 'माइक्रोस्लीप' के लिए स्विच ऑफ कर देता है. हालांकि, इस समय यह स्पष्ट नहीं है कि नॉर्म ने रिकॉर्ड तोड़ते समय कैसा महसूस किया, सिवाय इसके कि जब उसने रैंडी को पीछे छोड़ा तो उसने और उसके दोस्तों ने कितनी खुशी मनाई।

सचमुच आत्मा का वजन क्या 21 ग्राम होता है ?

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 15 अगस्त , आत्मा क्या है? वाकई में आत्मा है भी या नहीं? इसके बारे में अभी कोई scientific जवाब हमें नहीं मिल पाया है. अगर आत्मा है तो कहा है? और कहा जाती है? इसके बारे में आज तक बहुत सारे research किए गए हैं मगर इसका जवाब अभी तक नहीं मिल पाया है.इस सब के बावजुद भी अगर हम आपको बता दें कि आत्मा है. उसका वजन भी होता है जो की 21 ग्राम होता है तो क्या आप यकीन करेंगे?

21 grams Experiment के नाम से जाना जाता है.

सन 1901 में Doctor Duncan MacDougall नाम के फिजिशियन ने इस बात का पता लगाने के लिए एक प्रयोग किया था. उन्होंने अपने चार अन्य साथी डॉक्टर्स के साथ इस प्रयोग को किया था. कहा जाता है कि उन्होंने इस प्रयोग के लिए कुछ ऐसे 6 लोगों को चुना जिनकी मौत जल्दी ही होने वाली थी.यह 6 लोग उन्होंने ऐसे चूने थे जो अलग अलग वजह से जल्दी ही मरने वाले थे, और शारीरिक थकावट से ग्रस्त थे. जिससे की वो लोक ज्यादा हलचल ना कर सके और वो प्रयोग ज्यादा से ज्यादा accurate हो.डॉक्टर ने उन लोगों का मरने से पहले का वजन लिया. उसके बाद यही procedure फिर से वह लोग मरने के बाद भी की. दोस्तों इसके बाद जो

नतीजे आए वह बहुत चौका देने वाले थे.

मरने से पहले का और मरने के बाद का लोगों का वजन उसमे तकरीबन 21 Gram से 21.8 Gram तक का difference था. इससे यह नतीजा निकाला गया की आत्मा का वजन 21.3 ग्राम Soul Weight-21.3 Grams होता है और इसीलिए इस Theory को 21 ग्राम थिओरी (21 grams Experiment) के नाम से जाना जाता है. हालांकि इस Theory को अभी भी कुछ scientists नहीं मानते है. इस पर अभी भी बहुत सारे विवाद है. इस Theory को ना मानने वाले scientists का कहना है कि, मरने के बाद इंसान का वजन इसलिए कम होता है क्योंकि मौत के बाद फेफड़ों का काम करना बंद हो जाता है. जिससे की रक्त को ठंडा करने की प्रक्रिया बंद हो जाती है और उसकी वजह से शरीर से ज्यादा मात्रा में पसीना चला जाता है और शरीर का वजन कम होता है.

लेकिन हम इस बात को भी नजरअंदाज नहीं कर सकते हैं कि हर एक के शरीर के वजन में 21 ग्राम्स का difference आना तो कोई संयोग नहीं हो सकता. क्योंकि हर एक का वजन अलग अलग होता है. कोई मोटा होता है तो कोई पतला होता है. तो मरने के बाद भी वजन में आई गिरावट अलग अलग होनी चाहिए. लेकिन ऐसा ना होते हुए प्रयोग किए हुए सभी लोगों के वजन में आई गिरावट एक जैसी ही कैसे हो सकती है?इस पर फैसला तो आपका विवेक और वैज्ञानिकों के फैक्ट्स ही करेंगे।

उत्तराखंड : प्रीपेड होगी बिजली, 16 लाख स्मार्ट मीटर लगना शुरू

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

देहरादून 15 अगस्त : उत्तराखंड में इस महीने से स्मार्ट प्रीपेड मीटर लगाने का काम शुरू किया जाएगा। इस योजना के तहत यूपीसीएल और संबंधित कंपनी ने तैयारी पूरी कर ली है। इस परियोजना की शुरुआत वीवीआईपी आवासों से की जाएगी। उत्तराखंड में 2025 तक केंद्रीय ऊर्जा मंत्रालय की योजना के तहत 15,84,205 घरों में स्मार्ट प्रीपेड मीटर लगाए जाएंगे।

इसके साथ ही 38,016 ट्रांसफार्मर और 33 केवी के 379 व 11 केवी के 1254 फीडरों पर भी ये मीटर स्थापित किए जाएंगे। ये स्मार्ट मीटर प्रीपेड की तरह काम करेंगे और बिजली रिचार्ज समाप्त होने पर एसएमएस के जरिए सूचित करेंगे। यूपीसीएल के एमडी अनिल कुमार के अनुसार, इस प्रणाली से बिजली की खपत की जानकारी घंटा, दिन और वर्ष के आधार पर प्राप्त की जा सकेगी।

उपभोक्ताओं की बिजली के अधिक उपयोग की भी सूचना मिल जाएगी, साथ ही बिजली आपूर्ति और मांग का डेटा भी आसानी से उपलब्ध होगा। इससे बिजली चोरी पर प्रभावी नियंत्रण संभव होगा। बिलिंग से जुड़ी समस्याएं समाप्त हो जाएंगी और विवादों का समाधान भी आसान होगा। इसके साथ ही लोगों को बिजली बचाने की प्रेरणा भी मिलेगी। ऐसी 10 लाख की आबादी है जहां इंटरनेट कनेक्टिविटी की सुविधा नहीं है, इसलिए वहां बिना इंटरनेट वाले प्रीपेड मीटर लगाए जाएंगे।

यूपीसीएल मुख्यालय में प्रीपेड मीटर के लिए एक कंट्रोल रूम बनाया जा रहा है। पहले एक ट्रायल चलेगा और उसके बाद इसी माह से स्मार्ट मीटर लगाने का काम शुरू होगा। प्रत्येक मीटर की औसत लागत लगभग छह हजार रुपये होगी, जिसमें से 22.5 प्रतिशत केंद्र की ओर से ग्रांट के रूप में मिलेगा। बाकी खर्च मीटर लगाने वाली कंपनी को यूपीसीएल द्वारा प्रति मीटर प्रतिमाह 10 साल तक प्रदान किया जाएगा। उपभोक्ताओं को इस मीटर के लिए कोई अतिरिक्त खर्च नहीं उठाना पड़ेगा।

रुड़की : भारत के Top 8 IIT कॉलेजों में रुड़की भी शामिल

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

रुड़की 14 अगस्त : आईआईटी रुड़की ने राष्ट्रीय संस्थागत रैंकिंग फ्रेमवर्क इंडिया रैंकिंग 2024 में 23 आईआईटी में से 8वां स्थान प्राप्त किया है, जो उत्तराखंड के लिए गर्व की बात है।भारत में कुल 23 आईआईटी हैं जो विभिन्न शहरों में स्थित हैं।

केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने हाल ही में एनआईआरएफ इंडिया रैंकिंग 2024 जारी की। इस रैंकिंग में देशभर के आईआईटी को विभिन्न श्रेणियों में स्थानित किया गया है। उत्तराखंड का आईआईटी रुड़की ने इस बार भी देश के टॉप 10 आईआईटी में अपनी जगह बनाई है। 2022 में आईआईटी रुड़की ने सातवां स्थान प्राप्त किया था, जबकि इस बार इसे आठवां स्थान

मिला है। इस बदलाव ने स्पष्ट किया है कि आईआईटी रुड़की की स्थिति देश के अन्य आईआईटी से अलग है। इस वर्ष की रैंकिंग में आईआईटी मद्रास को पहला, आईआईटी बेंगलुरु को दूसरा और आईआईटी बॉम्बे को तीसरा स्थान मिला है। रुड़की स्थित भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान का टॉप टेन में स्थान पाकर उत्तराखंड के लिए गर्व की बात है। यहां के मैनेजमेंट में भी इस उपलब्धि को लेकर उत्साह और खुशी का माहौल है।

उत्तराखंड : देश की 1200 यूनिवर्सिटी में जीबी पंत को मिला 88वां स्थान

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

उधमसिंह नगर : जीबी पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय ने देश के विश्वविद्यालयों की ओवरऑल रैंकिंग में 88वां स्थान प्राप्त किया है। इसके अलावा देश के कृषि श्रेणी के विश्वविद्यालयों में पूर्व के आठवें स्थान को भी कायम रखने में सफलता प्राप्त की है। नेशनल इंस्टीट्यूशनल रैंकिंग फ्रेमवर्क (एनआईआरएफ) ने देश के लगभग 1200 विश्वविद्यालयों की रैंकिंग जारी की। इस वर्ष जीबी पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय ने देश के

विश्वविद्यालयों की ओवरऑल रैंकिंग में 88वां स्थान प्राप्त किया है।

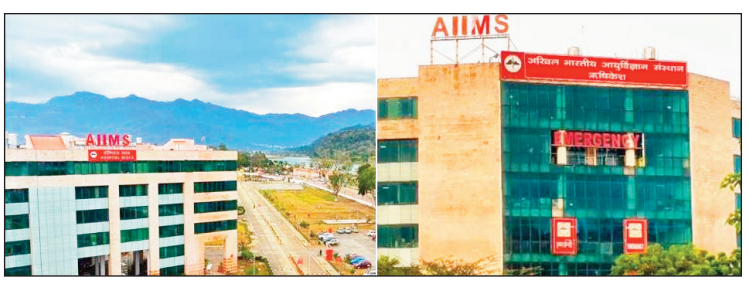
उल्लेखनीय है कि पंत विवि पिछले एक दशक से टॉप-100 में स्थान नहीं बना पा रहा था।देश में राज्य सरकार के अधीन विश्वविद्यालयों की श्रेणी में जीबी पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय ने 38वां स्थान प्राप्त किया है। इसके साथ ही कृषि श्रेणी के विश्वविद्यालयों में अपने पूर्व के आठवें स्थान को बनाए रखने में भी सफल रहा है। इस उपलब्धि पर कुलपति डॉ. मनमोहन सिंह चैहान, कुलसचिव डॉ. दीपा विनय, निदेशक शोध और अन्य अधिकारियों ने विश्वविद्यालय के सभी वैज्ञानिकों, कर्मचारियों और छात्रों को बधाई दी और भविष्य में रैंकिंग को और सुधारने के लिए निरंतर प्रयास करने की आवश्यकता पर जोर दिया।

ऋषिकेश : टॉप चिकित्सा संस्थानों में AIIMS Rishikesh 14वें स्थान पर

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ऋषिकेश 15 अगस्त : इंस्टीट्यूशनल रैंकिंग फ्रेमवर्क (एनआईआरएफ) की ओर से देश के शीर्ष 50 चिकित्सा संस्थानों की सूची में एम्स ऋषिकेश ने 14वां स्थान प्राप्त किया है। नेशनल इंस्टीट्यूशनल रैंकिंग फ्रेमवर्क ने सोमवार को देश के शीर्ष 50 चिकित्सा संस्थानों की रैंकिंग जारी की।

इस बार अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) ऋषिकेश ने 14वां स्थान प्राप्त किया है। पिछली बार संस्थान को 22वीं रैंक मिली थी, लेकिन इस बार एम्स ने अपनी रैंकिंग में आठ पायदान का सुधार करके अपनी क्षमताओं का परिचय दिया है। पिछले कई वर्षों से एम्स ऋषिकेश ने अपनी शोध और तकनीकी नवाचारों के क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। वर्ष 2022 में एम्स की रैंक 49 थी जबकि 2023 में संस्थान



ने प्रदर्शन में उल्लेखनीय सुधार करते हुए 22वां स्थान हासिल किया था।

इस वर्ष एम्स ऋषिकेश ने अपने प्रदर्शन में सुधार को जारी रखते हुए आठ पायदान की लंबी छलांग लगाकर 14वां स्थान प्राप्त किया। दिल्ली के एम्स के बाद नव स्थापित संस्थाओं के बीच एम्स ऋषिकेश ने कम समय में सबसे बेहतर प्रदर्शन करने वाले संस्थानों में अपनी जगह बनाई है। इस उपलब्धि पर एम्स ऋषिकेश की कार्यकारी निदेशक प्रोफेसर डॉ. मीनू सिंह ने खुशी व्यक्त की और इसे सामूहिक मेहनत का परिणाम बताया। उन्होंने इस सफलता को टीम के समर्पण और प्रयासों की सराहना के रूप में पेश किया। यह रैंक केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय द्वारा हर वर्ष जारी की जाती है और संस्थान की उत्कृष्टता का मापदंड होती है।

सफ़ेद चूहों के मंदिर का चमत्कार देखिये

न्यूज़ वायरस नेटवर्क

ब्यूरो रिपोर्ट , 15 अगस्त , ये कहानी है एक ऐसे मंदिर की जहाँ आपको अगर सफेद चूहा दिख जाये तो समझ लीजिये किस्मत खुल जाएगी। भारत के सबसे अद्भुत प्रदेश राजस्थान के ऐसे मंदिर की कहानी है जिसको करणी माता के मंदिर के नाम से जानते हैं। राजस्थान के बीकानेर में यह मंदिर है. जहां भारत के अलग-अलग राज्यों के साथ विदेश के लोग भी पहुंचते हैं. इस मंदिर की खासियत है कि यहां 25 हजार चूहे मौजूद हैं. लोग करणी माता के साथ-साथ चूहों की भी पूजा करते हैं. इस मंदिर में अगर सफेद चूहा दिख जाए तो बल्ले-बल्ले हो जाती है. जानिए आखिर इसके पीछे क्या वजह हो सकती है.

करणी माता मंदिर के सफेद चूहे क्यों है खास ?

बीकानेर के देशनोक में करणी माता मंदिर बना है. इस मंदिर में यूं तो 25 हजार चूहे हैं, लेकिन सफेद चूहे दिखना शुभ माना जाता है. मंदिर के व्यवस्थापक ग्रेजंद्र सिंह का कहना है कि जो लोग अच्छे कर्म करते हैं, वही मृत्यु के बाद मंदिर में सफेद मूषक बनकर आते हैं. सफेद चूहों को करणी मां के 4 बेटों को रूप में भी देखा जाता है. इसी वजह से इस मंदिर में सफेद चूहे दिखना बहुत शुभ माना जाता है. सफेद काबा दिखा मतलब आपको जल्द ही गुड न्यूज मिलने वाली है.आपने बहुत से मंदिरों में पशुओं या गाय आदी हो देखा होगा. लेकिन वो कुछ समय के बाद परिसर से चले जाते हैं, पर करणी माता मंदिर अलग है. यहां के चूहे कभी बाहर नहीं जाते. हर चूहे की एक जगह निर्धारित है. हर चूहे की मंदिर की एक निश्चित जगह है और वो वहां से अंदर या बाहर नहीं जाते. 25 हजार चूहे इस मंदिर के मुख्य दरवाजे से कभी बाहर नहीं गए.

चमत्कार देखने विदेश से आते हैं लोग

इस मंदिर में मौजूद 25 हजार चूहों को काबा कहा जाता है. एक चूहा भी चाहे तो आपके घर में तबाही मचा सकता है. घर से बदबू भी आने लगती है, लेकिन करणी माता के मंदिर में मौजूद चूहे ऐसा कुछ भी नहीं करते.

मंदिर 600 साल पुराना है. बावजूद इसके आज तक चूहों की वजह से कोई बीमारी नहीं फैली है. न ही चूहों का झूठा प्रसाद खाने के बाद लोगों को कुछ होता है.1387 ईसवी में माता करणी का जन्म रिघुबाई के शाही परिवार में हुआ था. मंदिर में बात करने पर पता चलता है कि करणी मां ने अपनी जीवन में 100 साल तक तप्सया की थी. वो 151 साल तक जिंदा रही थीं. शादी के बाद उन्होंने मोह त्याग दिया था और गुफा में तप किया करती थीं. आज भी करणी माता के मंदिर में यह गुफा मौजूद है.इस मंदिर को देखने और फोटो खींचने के लिए विदेशी लोग भी आते हैं. हर दिन अलग-अलग देशों के लोग यहां पहुंचते हैं।