देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित www.page3news.in नगर संस्करण वर्ष 18 अंक: 244 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार–प्रवाह...
हमले के पीछे

देहरादून, शनिवार, 6 जनवरी 2024

पेज थ्री

मौसम अधिकतम 18.0° न्यूनतम 9.0°

71883.74

2 मुइज्जू को भारी पड़ेगी भारत से दुश्मनी

7 जोश हेजलवुड ने बरपाया कहर

राज्य में जल्द लाये नई योग नीति

सीएम ने की आयुष एवं आयुष शिक्षा विभाग की समीक्षा, अधिकारियों को दिए निर्देश

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने शुक्रवार को सचिवालय में आयुष एवं आयुष शिक्षा विभाग की समीक्षा करते हुए अधिकारियों को निर्देश दिये कि उत्तराखण्ड को आयुष और वेलनेस के क्षेत्र में प्रमुख डेस्टिनेशन बनाने के प्रभावी कार्य योजना के साथ कार्य किये जाएं। उत्तराखण्ड को विश्व का सर्वश्रेष्ठ योग गंतव्य बनाने के लिए नई योग नीति शीघ्र लाने के निर्देश दिये। उन्होंने कहा कि पंचकर्मा को बढ़ावा देने के लिए विशेष प्रयास किये जाएं। राज्य में जड़ी बूटियों के उत्पादन को और बढ़ावा दिया जाए। इसके लिए आयुष विभाग उद्यान और वन निगम से समन्वय कर संग्रह और विपणन की उचित व्यवस्था की जाए।

मुख्यमंत्री ने आयुष के क्षेत्र में बेहतर कार्य संचालन के लिये वेलनेस केंद्रों की स्थापना, आयुष सेवाओं के प्रमाणीकरण तथा आयुष चिकित्सकों एवं फार्मशिस्टों को प्रसिद्ध आयुष विशेषज्ञों के माध्यम से प्रशिक्षण की व्यवस्था पर ध्यान देने को कहा। इससे आयुष चिकित्सा को जनता से जोडने में मदद मिलेगी।

बैठक में जानकारी दी गई कि राज्य में आयुष नीति लागू की गई है। इसमें वेलनेस, स्वास्थ्य, आयुष उत्पादन, आयुष शिक्षा और शोध एवं औषधीय पादपों की खेती से संबंधित प्राविधान किये गये हैं। नीति में उच्च गुणवत्ता युक्त आयुर्वेदिक जड़ी बूटियों के उत्पादन को प्रोत्साहन किये जाने, गुड एग्रीकल्चर प्रैक्टिसेज (जीएपी) के अंतरराष्ट्रीय मानक का पालन किये जाने की अनिवार्यता, ड्रोन आधारित नवीनतम तकनीक का प्रयोग, पीपीपी मोड पर कोल्ड स्टोरेज की स्थापना, औषधीय पादपों के विक्रेताओं तथा क्रेताओं को एक मंच पर लाए जाने हेतु ऑनलाइन प्लेटफार्म की स्थापना, औषधीय पादपों के लिए 'एश्योर्ड बाय–बैक' योजना, राज्य में अग्रणी निर्माताओं एवं प्रतिष्ठित विपणन एजेंसी के सहयोग से उत्तराखंड में उगाए जाने वाले प्रमुख औषधीय पादपों की ब्रांडिंग के लिए स्पष्ट दिशा निर्देश शामिल किये गये हैं।

बैठक में उपाध्यक्ष अवस्थापना अनुश्रवण समिति विश्वास डाबर, अपर मुख्य सचिव राधा रतूड़ी, सचिव आर. मीनाक्षी सुंदरम, सचिव आयुष डॉ. पंकज कुमार पाण्डेय एवं आयुष विभाग के अधिकारी उपस्थित थे।

आयुष चिकित्सालयों की स्थापना पर भी दें ध्यानः सीएम

मुख्यमंत्री ने आम नागरिकों तक आयुष चिकित्सा की उपलब्धता पर ध्यान दिये जाने की जरूरत बताते हुये कहा कि आयुष के क्षेत्र में निजी भागीदारी के साथ गुणवत्ता युक्त आयुष चिकित्सालयों की स्थापना पर भी ध्यान दिया जाय। आयुष के क्षेत्र को बढावा देने के लिये जडी बूटी कृषकों के उत्पादों के विपणन के लिये उचित प्लेटफार्म की व्यवस्था बनाने के भी मुख्यमंत्री ने निर्देश दिये। स्कूली छात्रों को आयुष संबंधी जानकारी दिये जाने के लिये आयुर्विधा कार्यक्रमों के संचालन में तेजी लाये जाने के प्रयासों की जरूरत बताते हुये उन्होंने सभी स्कूलों में इसकी व्यवस्था सुनिश्चित किये जाने तथा आयुष नीति के प्रभावी क्रियान्वयन में भी शीघ्रता के निर्देश दिये।

10 प्रतिशत तक अतिरिक्त पूंजीगत सहायता

आयुष नीति में नवीनतम एमएसएमई नीति तथा मेगा औद्योगिक व निवेश नीति आयुष विनिर्माण इकाइयों पर भी लागू की गई है। सभी आयुष विनिर्माण इकाइयों के लिए 10 प्रतिशत तक अतिरिक्त पूंजीगत सहायता, आयुष उत्पादों की गुणवत्ता मूल्यांकन के लिए राज्य के 2–3 महत्वपूर्ण स्थानों पर सामान्य परीक्षण प्रयोगशालाओं की स्थापना को प्रोत्साहन, आयुष उत्पादों हेतु आयुष प्रीमियम मार्क आयुष स्टैंडर्ड मार्क प्राप्त किया जाना अनिवार्य किया गया है। इस नीति में आगामी 5 वर्षों में एनएबीएच से प्रत्यायन प्राप्त करने वाले प्रत्येक आयुष चिकित्सालयध्आयुष हेल्थकेयर क्लिनिक को एनएबीएच से प्रत्यायन प्राप्त करने हेतु निर्धारित शुल्क की प्रतिपूर्ति, आयुष टेली कंसल्टेशन ऐप प्रारंभ किए जाने की योजना शामिल की गई है।

संक्षिप्त समाचार

राजस्थान सरकार में विभागों का बंटवारा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। राजस्थान के राज्यपाल कलराज मिश्र ने शुक्रवार को राजस्थान सरकार में विभागों के आवंटन की लिस्ट जारी कर दी है। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा के पास गृह विभाग, आबकारी विभाग और एंटी करप्शन ब्यूरो समेत 8 विभाग हैं। जबकि डिप्टी सीएम दीया कुमारी को वित्त विभाग, पर्यटन विभाग और महिला एवं बाल विकास समेत 6 विभाग मिले हैं। डिप्टी सीएम प्रेम चंद बैरवा को उच्च शिक्षा विभाग और सड़क परिवहन एवं राजमार्ग समेत 4 विभाग मिले हैं।

छुट्टी पर निकले बीएसएफ जवानों की गाड़ी पलटी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) कांकेर। छत्तीसगढ़ के कांकेर और नारायणपुर सीमावर्ती गांव के नजदीक बीएसएफ का एक निजी वाहन पलट गया। वाहन पलटने से बीएसएफ 162वीं वाहिनी के 15 जवान घायल हो गए। इनमें चार जवान गंभीर रूप से घायल हैं।

उत्तर 24 परगना में ईडी के अधिकारियों पर हमला

अधिकारियों की गाड़ियों में तोड़फोड़, कई के सिर फटे, अस्पताल में भर्ती कराए गए

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

कोलकाता। राशन घोटाले की जांच के सिलसिले में केंद्रीय एजेंसी ईडी ने शुक्रवार सुबह कोलकाता तथा उससे सटे जिले उत्तर 24 परगना में कुल 12 जगहों पर तलाशी अभियान चलाया। इस क्रम में उत्तर 24 परगना के संदेशखाली में तृणमूल नेता व ब्लाक अध्यक्ष शाहजहां शेख के घर पर छापेमारी करने पहुंची ईडी की टीम पर बड़ी संख्या में उनके समर्थकों ने हमला बोल दिया। उनकी गाड़ियों में तोड़फोड़ की गई। मीडिया कर्मियों को भी नहीं बख्शा गया। उनके फोन छीन लिए गए। जान से मारने की धमकी देकर उनके पासवर्ड पूछे गए। इस घटना में कई ईडी अधिकारी जख्मी हो गए। कई के सिर फट गए हैं। परिणामस्वरूप ईडी अधिकारियों को वहां से भागना पड़ा। जख्मी अधिकारियों को स्थानीय कैनिंग अस्पताल में भर्ती कराया गया है। सूत्रों के मुताबिक भीड़ ने अचानक हमला बोल दिया, जिसका केंद्रीय बल के जवानों को अनुमान नहीं था। बड़ी संख्या में लोग होने के कारण जवान अधिकारियों का बचाव भी नहीं कर सके।

स्थानीय सूत्रों के मुताबिक टीएमसी नेता के समर्थकों ने डर से जहां–तहां छिपे अधिकारियों को चुन चुनकर पिटाई की है। तृणमूल नेता के समर्थकों ने जवानों के खिलाफ भी विरोध प्रदर्शन किया। स्थानीय थाने के अधिकारी घटनास्थल पर पहुंचे हुए हैं। इलाके में स्थिति बेहद तनावपूर्ण बनी हुई है। ईडी के अधिकारियों ने जिले के बनगांव में तृणमूल नेता शंकर आढ्य के घर पर भी छापेमारी की। दोनों टीएमसी नेता राशन घोटाले में गिरफ्तार मंत्री ज्योतिप्रिय मल्लिक के करीबी बताए जा रहे हैं।

रोहिंग्या ने कानून–व्यवस्था बिगाड़ी

ईडी पर हमले के बाद पश्चिम बंगाल भाजपा प्रमुख सुकांत मजूमदार का बयान आया है। मजूमदार ने कहा कि इन सभी के खिलाफ शिकायत और भ्रष्टाचार के आरोप हैं। ईडी कार्रवाई करती रहेगी, यह बिल्कुल स्पष्ट है। भाजपा नेता ने कहा कि पश्चिम बंगाल के संदेशखाली में ईडी पर हमला यह दिखाता है कि रोहिंग्या राज्य में कानून–व्यवस्था के साथ क्या कर रहे हैं।

सर्वे रिपोर्ट सार्वजनिक होगी या नहीं, आज आएगा आदेश

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

वाराणसी। ज्ञानवापी परिसर से संबंधित एएसआई की सीलबंद सर्वे रिपोर्ट के सार्वजनिक करने के मामले में शुक्रवार को भी आदेश नहीं आया। वाराणसी जिला जज डॉ. अजय कृष्ण विश्वेश की अदालत शनिवार को आदेश दे सकती है। मामले में गुरुवार को अदालत का फैसला आना था, मगर सुनवाई टल गई। इस मामले में आदेश के लिए शुक्रवार की तिथि तय की गई थी लेकिन आज भी सुनवाई टल गई।

बता दें कि एएसआई ने जिला जज की अदालत में आवेदन देकर कहा कि 4 सप्ताह तक सर्वे रिपोर्ट सार्वजनिक न की जाए। क्योंकि इलाहबाद हाईकोर्ट ने वर्ष 1991 के लंबित वाद लार्ड विश्वेश्वर मामले में भी सर्वे रिपोर्ट दाखिल करने को कहा है। ऐसे में द्वितीय प्रति तैयार करने में समय लगेगा। इसलिए समय दिया जाए और रिपोर्ट सार्वजनिक न की जाए।

भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण (एएसआई) ने जिला जज डॉ. अजय कृष्ण विश्वेश की अदालत में दो सील बंद लिफाफों में ज्ञानवापी की सर्वे रिपोर्ट दाखिल की है। रिपोर्ट की मांग हिंदू के साथ ही मुस्लिम पक्ष ने भी की है। हिंदू पक्ष ने रिपोर्ट की प्रति तत्काल दिए जाने का अनुरोध किया था। मुस्लिम पक्ष ने पहले आपत्ति जताई थी, फिर ईमेल आईडी देकर रिपोर्ट मांगी है।

ज्ञानवापी सर्वे

■एएसआई ने रिपोर्ट सार्वजनिक न करने का दिया था आवेदन

सर्वे रिपोर्ट लीक न हो, मीडिया कवरेज पर लगे रोक

अंजुमन इंतेजामिया मसाजिद कमेटी ने जिला जज की अदालत में आपत्ति दाखिल की है। कमेटी ने अनुरोध किया कि शपथ पत्र लेने के बाद ही सर्वे की रिपोर्ट दी जाए। यह सुनिश्चित किया जाए कि सर्वे की रिपोर्ट लीक नहीं होगी। मीडिया कवरेज पर रोक लगाने की मांग भी की गई है।

Are you Planning to make a Website or already have ?
If yes, then we are here to serve you
What we do
Website Development
All type of Websites E-Commerce, Hotel Booking, Travel, Bus Ticket Booking, News Portal, Blogs, or as per client requirement.
Promotion & Branding
1. Website Promotion & Branding in any country (200+ Countries)
2. Social Media
3. Bulk SMS
Search Engine Optimisation
A-2-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.
Contact:
Gadoli Media Ventures
Shivam Market, 2nd Floor, Darshan Lal Chowk, Dehra Dun. I Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in

हाइजैक शिप छुड़ाने के लिए ऐक्शन में आइएनएस

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। सोमालिया के पास हाइजैक हुए जहाज को बचाने के लिए भारत पूरी तरह से ऐक्शन में हैं। भारतीय नौसेना का युद्धक जहाज आईएनएस चेन्नई हाइजैक हुए एमवी लीला नॉरफॉक के पास पहुंच चुका है। भारतीय युद्धपोत ने अपना हेलीकॉप्टर लांच कर दिया है और हाइजैकर्स को चेतावनी भी जारी कर दी है।

मरीन कमांडो मार्कोस ऑपरेशन के लिए तैयार

सेना के अधिकारियों से मिली सूचना के मुताबिक जहाज पर सवार भारतीय क्रू पूरी तरह से सुरक्षित है। वहीं, मरीन कमांडोज मार्कोस ऑपरेशन के लिए तैयार है। गौरतलब है कि लाइबेरिया के झंडे वाले इस जहाज पर 15 भारतीय क्रू मेंबर हैं। इस ऑपरेशन के तहत युद्धपोत आईएनएस चेन्नई से भारतीय नौसेना के विशिष्ट मरीन कमांडो ने हाइजैक हुए जहाज एमवी लीला नॉरफॉक पर काम शुरू कर दिया है।

गौरतलब है कि शिप के हाइजैक होने की जानकारी मिलते ही भारतीय नौसेना सक्रिय हो गई थी। इसके बाद नेवी ने अपने युद्धपोत आईएनएस चेन्नई को उस तरफ रवाना कर दिया था।

न्यूज डायरी

सुरक्षा परिषद के सदस्यों की हाउती विद्रोहियों से हमला रोकने की अपील

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) संयुक्त राष्ट्र। संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद के सदस्यों ने यमन के हाउती विद्रोहियों से लाल सागर और अदन की खाड़ी में जहाजों पर अपने हमले रोकने की अपील की है। कहा कि ये हमले अवैध हैं और क्षेत्रीय स्थिरता, समुद्री आवाजाही की स्वतंत्रता और वैश्विक खाद्य आपूर्ति को खतरे में डालते हैं। 2024 में सुरक्षा परिषद की पहली औपचारिक बैठक को संबोधित करते हुए सदस्यों ने यह भी मांग की कि हाउती विद्रोही गैलेक्सी लीडर और उसके चालक दल के सदस्यों को रिहा कर दें। गैलेक्सी लीडर एक इजरायली कंपनी से जुड़ा और जापानी व्यक्ति द्वारा संचालित मालवाहक जहाज है, जिसे हाउती विद्रोहियों ने 19 नवंबर को जब्त कर लिया था। कुछ सदस्यों ने सुरक्षा परिषद से हाउती विद्रोहियों द्वारा मिसाइल और ड्रोन हमले रोकने के लिए कार्रवाई करने का आग्रह भी किया। लेकिन सुरक्षा परिषद ने बंद कमरे में परामर्श के लिए जाने से पहले खुले सत्र में कोई औपचारिक कदम नहीं उठाया। हाउती विद्रोहियों द्वारा कई वाणिज्यिक जहाजों पर हमले तेज करने को लेकर बढ़ती वैश्विक चिंताओं के बीच भारत ने कहा कि वह लाल सागर में उभरती स्थिति पर करीब से नजर रख रहा है। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता रणधीर जायसवाल की टिप्पणी भारतीय नौसेना के यह कहने के एक दिन बाद आई है कि उसके जहाज और विमान उत्तर और मध्य अरब सागर में निगरानी बनाए रखने और समुद्री सुरक्षा अभियान चलाने के लिए तैनात हैं।

मैरी पोपिन्स की अभिनेत्री ग्लाइनिस जॉन्स का 100 वर्ष की उम्र में निधन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) न्यूयॉर्क। ब्रिटिश अभिनेत्री ग्लाइनिस जॉन्स, जो मैरी पोपिन्स में विनीफ्रेड बैंक्स की भूमिका के लिए सबसे ज्यादा जानी जाती थीं, उनका गुरुवार को 100 वर्ष की आयु में निधन हो गया, जैसा कि वैरायटी द्वारा रिपोर्ट किया गया है। जॉन्स के प्रबंधक, मिच क्लेम ने इस बात पर प्रकाश डाला कि जॉन्स की मृत्यु लॉस एंजिल्स में एक सहायता प्राप्त घर में हुई। इसके अलावा, उनके प्रचारक ने कहा कि उनकी मृत्यु प्राकृतिक कारणों से हुई, जैसा कि एबीसी न्यूज ने रिपोर्ट किया था। जॉन्स ने अपनी फिल्मी शुरुआत 1938 में की थी जब वह किशोरी थीं, लेकिन 10 साल बाद जब उन्होंने मिरांडा में एक जलपरी की भूमिका निभाई, तब तक उन्हें सफलता नहीं मिली। वह 20 वर्षों से अधिक समय तक इंग्लैंड में एक अभिनेत्री रही थीं, जब उन्हें डिज्नी के पी.एल. के रूपांतरण में कास्ट किया गया था। ट्रैवर्स के मैरी पोपिन्स उपन्यास। वैरायटी के अनुसार, 60 से अधिक फिल्मों में अभिनय करते हुए, जॉन्स ने व्हाइल यू वेयर स्लीपिंग और द सनडाउनर्स के लिए ऑस्कर नामांकन भी अर्जित किया। ग्लाइनिस ने बुद्धिमत्ता, बुद्धिमत्ता और प्रदर्शन के प्रति प्रेम के साथ जीवन में अपना मार्ग प्रशस्त किया।

मोदी के चाणक्य से मिल बदले चीन समर्थक ओली के सुर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) काठमांडू। नेपाल के दौरे पर पहुंचे भारतीय विदेश मंत्री एस जयशंकर ने देश के पूर्व प्रधानमंत्री और सीपीएन यूएमएल के नेता केपी शर्मा ओली से मुलाकात की है। इस मुलाकात को जयशंकर ने जहां बहुत अच्छी बताई है, वहीं ओली ने भी भारत के साथ रिश्तों की तारीफ की। चीन के इशारे पर नाचने वाले केपी ओली ने कहा कि भारत और नेपाल की सदियों से चली आ रही दोस्ती को कोई बदल नहीं सकता है। भारत के खिलाफ विवादित नेपाली नक्शा जारी करने वाले केपी ओली ने कहा कि अगर कोई विवाद है तो भारत और नेपाल उसे बातचीत करके सुलझाएं। नेपाल में चीन अपनी पकड़ मजबूत करने के लिए पूरी ताकत लगाए हुए है और भारतीय वध्दिेश मंत्री ने नेपाल के साथ कई समझौते करके ड्रैगन को कड़ा संदेश दे दिया है। ओली ने जयशंकर से कहा कि सदियों से बने नेपाल और भारत के बहुआयामी रिश्तों को कोई भी बदल नहीं सकता है। पूर्व नेपाली पीएम ने कहा, अगर हमारे बीच कोई विवाद है तो हमें उन पर चर्चा करनी चाहिए और उन्हें सुलझाना चाहिए। हम नेपाल के लोग भारत और चीन दोनों के आर्थिक विकास का लाभ उठाना चाहते हैं। केपी ओली के साथ मुलाकात के बाद जयशंकर ने कहा कि यह बहुत सार्थक और सफल रही।

चीन के 'गुलाम' मुइज्जू को भारी पड़ेगी भारत से दुश्मनी

रिपोर्ट

मालदीव को अब साफ संदेश है कि भारत को उसकी जरूरत नहीं

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

माले। मालदीव में मोहम्मद मुइज्जू के राष्ट्रपति बनने के बाद भारत के साथ उसके संबंध अब रसातल में पहुंचते दिखाई दे रहे हैं। मोहम्मद मोइज्जू इंडिया आउट कैंपेन चलाकर सत्ता में आए हैं और आते ही उन्होंने भारत के साथ सभी समझौतों को तोड़ना शुरू कर दिया है। मालदीव के राष्ट्रपति ने कहा है कि भारत अपने सैनिकों को माले से हटाए ताकि उनके देश में लोकतंत्र की रक्षा की जा सके। मालदीव के राष्ट्रपति ने जब भारत के खिलाफ जहर उगला, ठीक उसी समय पीएम नरेंद्र मोदी ने मालदीव से सटे भारत के लक्षद्वीप से अद्भुत तस्वीरें शेयर कर मोइज्जू को कड़ा संदेश दे दिया। विशेषज्ञों का कहना है कि पीएम मोदी का मालदीव को अब साफ संदेश है कि भारत को उसकी जरूरत नहीं है।

मालदीव के राष्ट्रपति ने अपनी चीन

यात्रा से ठीक पहले यह भी कहा है कि अगर भारत अपने सैनिकों को मालदीव से नहीं हटाता है तो देश के जनता की लोकतांत्रिक इच्छा का असम्मान होगा और लोकतंत्र के भविष्य को संकट में डाल देगा। अब तक मालदीव में नया राष्ट्रपति बनने के बाद वहां के नेता सबसे पहले भारत का दौरा करते रहे हैं। मोइज्जू ने इसको बदलते हुए तुर्की की यात्रा की और अब वह चीन जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि भारत मालदीव के जनता की इच्छा का सम्मान करे।

उन्होंने कहा कि बिना संसदीय मंजूरी के विदेशी सेनाओं की मौजूदगी मालदीव के संविधान का उल्लंघन है। मोइज्जू ने यह भी दावा किया कि भारत मालदीव के सबसे करीबी दोस्तों में शामिल है।

मोइज्जू एक तरफ भारत को सबसे करीबी दोस्त बता रहे हैं, वहीं चीन के इशारे पर उन्होंने भारत के साथ होने वाले हाइड्रोग्राफिक सर्वे के समझौते को खत्म कर दिया है। माना जा रहा है कि मोइज्जू अब चीन के साथ ऐसे समझौते पर आगे बढ़ सकते हैं। इस समझौते साल 2019 में पीएम मोदी की यात्रा के दौरान किया गया था और इसे भारत और मालदीव के बीच रक्षा समझौतों का प्रतीक माना जाता था। मालदीव के इस भारत विरोधी रुख के बाद अब भारत सरकार ने भी कमर कसनी शुरू कर दी है। पीएम मोदी के रणनीतिक रूप से बेहद अहम लक्षद्वीप से तस्वीरों के जारी करने और पर्यटकों से आने की अपील को कई विशेषज्ञ मालदीव से जोड़कर देख रहे हैं।

दरअसल, मालदीव के समुद्री तट अपनी सुंदरता के लिए पूरी दुनिया में बहुत प्रसिद्ध हैं। ये मालदीव की कमाई का प्रमुख स्रोत है। साल 2018 में भारत मालदीव के लिए पर्यटकों के स्रोत के मामले में 5वां सबसे बड़ा स्रोत था। साल 2019 में भारत दूसरे स्थान पर पहुंच गया। भारत से कुल 1,66,030 पर्यटक मालदीव पहुंचे। कोरोना काल में भी भारत के 63 हजार पर्यटक मालदीव पहुंचे जो सबसे ज्यादा थे।

अमेरिका में फिर हिंदू मंदिर पर हमला, भारत विरोधी नारे लिखे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) वाशिंगटन। अमेरिका में एक बार फिर हिंदू मंदिर को निशाना बनाया गया है। खालिस्तान समर्थकों ने हिंदू मंदिर पर खालिस्तान समर्थक नारे लिखे हैं। खालिस्तानियों ने 14 दिन में दूसरी बार हिंदू मंदिर को निशाना बनाकर भारत विरोधी नारे लिखे हैं। हेवर्ड में विजय शेरावाली मंदिर को स्वामीनारायण मंदिर पर हमले के ठीक दो सप्ताह बाद निशाना बनाया गया है। उसी क्षेत्र में शिव दुर्गा मंदिर में चोरी भी की गई थी।

घटना की जानकारी देते हुए हिंदू-अमेरिकन फाउनडेशन ने कहा कि हम एक बार फिर सभी मंदिर प्रमुखों को सुरक्षा मापदंड अपनाने की सलाह देते हैं। मंदिरों में सुरक्षा कैमरे और अलार्म सिस्टम स्थापित करने का महत्व भी बताया। पुलिस ने कहा कि इससे पहले दिसंबर में, संदिग्ध खालिस्तान समर्थकों ने कैलिफोर्निया के नेवार्क में स्वामीनारायण मंदिर को कथित तौर पर नुकसान पहुंचाया था।

हिंदू मंदिर की बाहरी दीवार को भारत विरोधी नारों से विकृत कर दिया गया था। नेवार्क पुलिस ने बर्बरता की जांच शुरू कर दी थी। इससे पहले अमेरिकी विदेश विभाग ने कैलिफोर्निया में श्री स्वामीनारायण मंदिर में हुई तोड़फोड़ की निंदा की थी। विभाग ने नेवार्क पुलिस विभाग के कार्यों को सराहा था।

जावा में दो ट्रेनों की भीषण टक्कर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) जकार्ता। इंडोनेशिया के मुख्य द्वीप जावा पर शुक्रवार को दो रेलगाड़ियां आपस में टकरा गईं। अधिकारियों ने बताया कि इस हादसे में ट्रेन के डब्बे पलट गए, जिसमें अब तक तीन लोगों की मौत हो गई है। राष्ट्रीय रेलवे पीटी केरेटा एपी इंडोनेशिया के प्रवक्ता अयेप हनापी ने कहा कि यह दुर्घटना पश्चिम जावा के बांडुंग शहर में सिकलेंग्का ट्रेन स्टेशन से लगभग 500 मीटर की दूरी पर हुई। उन्होंने कहा कि पूर्वी जावा प्रांत की राजधानी सुराबाया से बांडुंग जा रही एक ट्रेन ने सिसलेंग्का स्टेशन से पदालारंग की ओर जा रही एक कम्यूटर ट्रेन को टक्कर मार दी। पश्चिम जावा पुलिस के प्रवक्ता इब्राहिम टोम्पो ने कहा, लगभग तीन लोग मारे गए और कई अन्य घायल हो गए।

तानाशाह किम जोंग उन ने सुबह-सुबह मचाया हड़कंप

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

- कोरियाई द्वीपों के निवासियों को खाली करने का आदेश
- दक्षिण कोरिया सेना ने उत्तर कोरिया पर लगाया आरोप

सिओल। दक्षिण कोरिया पर शुक्रवार की सुबह लगातार 200 से अधिक तटीय तोपखाने गोले दागे गए हैं। दक्षिण कोरिया की सेना ने कहा कि उत्तर कोरिया ने उनपर गोले दागे हैं। दो दक्षिण कोरियाई द्वीपों के निवासियों को एक अज्ञात स्थिति के कारण खाली करने का आदेश दिया गया था।

दक्षिण कोरिया ने अपने बयान में कहा कि गोलीबारी के कारण दक्षिण कोरिया से किसी नुकसान की खबर नहीं है। गोले उत्तरी सीमा रेखा के उत्तर में गिरे, जो दोनों कोरिया के बीच समुद्री सीमा है।

दो दक्षिण कोरियाई द्वीपों के निवासियों को एक अज्ञात स्थिति के कारण खाली करने का आदेश दिया गया था। निवासियों को भेजे गए एक पाठ संदेश और एक द्वीप अधिकारी द्वारा पुष्टि की गई, जिसमें शुक्रवार को दोपहर 3 बजे से दक्षिण कोरियाई सैनिकों द्वारा की जाने वाली नौसैनिक गोलीबारी का हवाला दिया गया।

योनप्योंग द्वीप के एक अधिकारी, जो विवादित उत्तरी सीमा रेखा (एनएलएल) समुद्री सीमा के ठीक दक्षिण में स्थित है, ने कहा कि दक्षिण कोरियाई सेना के अनुरोध पर निकासी का आदेश दिया गया था। रिपोर्ट के मुताबिक, दक्षिण कोरिया का कहना है कि उत्तर कोरिया ने उनकी विवादित समुद्री सीमा पर तोपखाना अभ्यास किया है।

2010 में, उत्तर कोरियाई तोपखाने ने येओनपयोंग द्वीप पर कई राउंड गोलीबारी की, जिसमें दो नागरिकों सहित चार लोगों की मौत हो गई, यह 1953 में कोरियाई युद्ध समाप्त होने के बाद से अपने पड़ोसी पर सबसे भारी हमलों में से एक था। उत्तर कोरिया ने उस समय कहा था कि उसे उकसाया गया था दक्षिण कोरियाई लाइव-फायर अभ्यास द्वारा हमला, जिसने उसके क्षेत्रीय जल में गोले गिराए।

बगदाद में अमेरिकी सेना की एयर स्ट्राइक

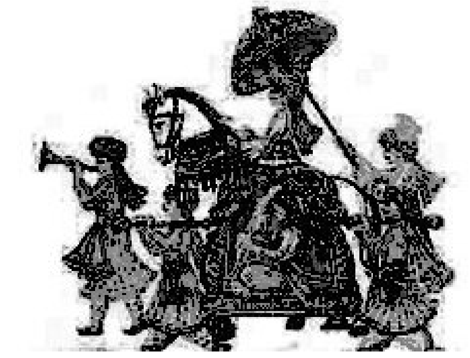
एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) बगदाद। ईराक की राजधानी बगदाद में अमेरिका की एयर स्ट्राइक में ईरान समर्थित मिशिलिया के एक वरिष्ठ कमांडर की मौत हो गई। मिलिशिया के अधिकारियों ने यह जानकारी दी है। मिलिशिया अधिकारियों ने कहा कि मध्य बगदाद में उनके मुख्यालय पर ये अमेरिकी हवाई हमला हुआ, जिसमें एक उच्च पदस्थ कमांडर की मौत हो गई। यह हमला ऐसे वक्त हुआ है जब इजरायल-हमास जंग को लेकर पहले ही क्षेत्र में तनाव बढ़ा हुआ है और अंदेशा जताया जा रहा है कि संघर्ष आसपास के देशों में फैल सकता है। पॉपुलर मोबिलाइजेशन फोर्स, पीएमएफ ने एक बयान में कहा है कि कि बगदाद में हुए हमले में मारे गए उसके कमांडर की पहचान हरकत अल-नुजाबा के उप प्रमुख मुश्ताक जवाद काजिम अल-जवारी अबू तकवा के रूप में की गई है। हमले में दो लोगों की मौत हुई है और पांच अन्य जख्मी हुए हैं।

Page Three
Classified

Adds can be booked under these Categories : (all day publication)

Recruitment
Property
Business Opportunity
Vehicles
Announcements
Antiques & Collectables
Barter
Books
Computers
Domain Names
Education
Miscellaneous
Entertainment & Event
Hobbies & Interests
Services
Jewellery & Watches
Music
Obituary
Pets & Animals
Retail
Sales & Bargains
Health & Sports
Travel

Matrimonial (Sunday Only)



अब मात्र रु. 20 प्रति शब्द

अग्रेंजी हकुमत के तर्ज पर लोगों को किया जा रहा प्रताड़ित

धरना-प्रदर्शन

पार्क प्रशासन के खिलाफ ढोल नागाड़ों के साथ प्रदर्शन कर दिया धरना

संवाददाता

पुरोला। गोबिंद पशु बिहार क्षेत्र के ग्रामीणों व पर्यटन व्यवसाय से जुड़े लोगों ने पुरोला में पार्क प्रशासन के खिलाफ धरना प्रदर्शन कर जमकर नारेबाजी करते हुए उपनिदेशक के स्थानांतरण की मांग की। शुक्रवार को पुरोला मुख्य बाजार में सांकरी क्षेत्र के ग्रामीणों ने पर्यटन व्यवसाय को प्रभावित करनें एवं क्षेत्र के कास्तकारों के राजशाही के समय से मिल रहे पीडी, फ्री ग्रांट आदि हकहकुक आबंटन बंद करनें हक हकूकों को लेकर मनमानी करने के खिलाफ आक्रोशित ग्रामीणों ने डीएफओ टौंस तथा उप निदेशक गोविंद वन्य पशु विहार राष्ट्रीय पार्क के खिलाफ जमकर नारेबाजी कर तानाशाही रवैये का आरोप लगाते हुए पर्यटन व्यवसाईयों व ग्रामीणों ने मोरी,सांकरी,नैटवाड़ ,सौड व कोटगांव समेत गांव –गांव से छाडा बैंड से ढोल नगाड़ों के साथ जुलूस लेकर मुख्य बाजार होते

हुए तहसील परिसर में धरना प्रदर्शन किया।

पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार मोरी क्षेत्र के सांकरी, सौड, कोटगांव, नैटवाड़ आदि गांवों के पर्यटन व्यवसाय से जुड़े व्यवसाईयों तथा टौंस वन क्षेत्र के ग्रामीणों ने हकहकुकों के आवंटन में मनमानी करने तथा पर्यटन व्यवसाय को चौपट करने के खिलाफ रवांई जन एकता मंच के अध्यक्ष चंद्रमणि रावत व मोहन लाल भुराटा ने पर्यटन व्यवसाई से जुड़े पोटर व ट्रैकिंग एजेंसी, होमस्टे, होटल मालिक परिवहन से जुड़े लोगों को संबोधित करते हुए संगठन अध्यक्ष चंद्रमणि रावत व पूर्व नगर पंचायत अध्यक्ष प्यारे लाल समेत मोहनलाल भुराटा ने आक्रोश व्यक्त कर कहा कि टौंस वन प्रभाग एंव गोविंद पशु विहार क्षेत्र में दोनों अधिकारियों की मनमानी के चलते अग्रेंजी हकुमत के तर्ज पर लोगों को प्रताड़ित किया जा रहा है व हमारे राजशाही से प्रदत पीड़ी, फ्री ग्राट हक हकुकों को बंद कर जलौनी, विवाह समारोह व दाह–संस्कार के लिए लकड़ी तक बंद कर ग्रामीणों को परेशान किया जा रहा है तथा पर्यटक स्थलों के माध्यम से बेरोजगार युवाओं को पोटर,होमस्टे,होटल परिवहन से प्राप्त रोजगार पर भी पर्यटकों की संख्या पर नियंत्रण कर सैकड़ों लोगों युवाओं व व्यवसाईयों का रोजगार छीन लिया है।

वक्ताओं ने ऐलान किया कि जब तक पर्यटक स्थलों में सीमित संख्या के आदेश 2016 को निरस्त करने, पंजीकरण की सिंगल विंडो सिस्टम लागू करनें व क्षेत्र के हकहकुकों को पूर्व की भांति यथावत रखनें एवं उपनिदेशक पार्क को अन्यत्र स्थानांतरण एवं टूर आपरेटरों के काटे गए चालन को निरस्त नहीं किया जाता है तो समस्त रंवाई क्षेत्र की जनता के साथ मिलकर उग्र आंदोलन किया जाएगा।

धरना प्रदर्शन करने वालों में रवांई जन एकता मंच संयोजक चंद्रमणि रावत,भगत सिंह रावत,बलवीर सिंह,संतोष,प्रशांत आदि सैकड़ों पर्यटक व्यवसाई व कास्तकार मौजूद थे।

न्यूज डायरी

बेस अस्पताल के हड्डी रोग की बंद रही ओपीडी

संवाददाता हल्द्वानी। बेस अस्पताल में शुक्रवार को हड्डी रोगों से संबंधित बीमारी का उपचार कराने पहुंचे मरीजों को चिकित्सक नहीं मिले। अस्पताल के एक हड्डी रोग विशेषज्ञ डॉ॰ पीसी पंत कैंप ड्यूटी में बाहर गए हैं तो वहीं डॉ. एचएस ऐरी ओटी में व्यस्त थे। जिसके चलते बेस का हड्डी रोग विभाग बंद रहा। सुबह अस्पताल पहुंचे मरीजों को पंजीकरण काउंटर से जब पता चला कि ओपीडी में कोई डॉक्टर नहीं है तो मरीजों को मायूस लौटना पड़ा। बता दें कि बेस अस्पताल के हड्डी रोग विभाग में रोज 140–150 लोग ओपीडी में उपचार को आते हैं। पीएमएस डॉ, सविता ह्यांकी ने बताया कि एक डॉ. कैंप ड्यूटी में बाहर गए हैं और दूसरे डॉ. की ड्यूटी ओटी में थी। इस कारण ओपीडी बंद रही। शनिवार को डॉ. ऐरी ओपीडी लेंगे।

युवा शक्ति को संचित और पोषित कर राष्ट्र उन्नति का आधार बनें

संवाददाता देहरादून। एक महान युवा सन्यासी, समाज सुधारक और विदेशों में भारतीय संस्कृति के सम्मान में चार चाँद लगाने वाले स्वामी विवेकानंद जी का जन्म दिवस 12 जनवरी 'राष्ट्रीय युवा दिवस' के रूप में मनाया जाता है। एपी जे. अब्दुल कलाम के अनुसार युवा अवस्था वह बिन्दु है जब व्यक्ति असाधारण तल में प्रवेश कर जाता है और सफलता की नई ऊँचाई को छूता है। जर्मन लेखक गेटे ने भी कहा है, 'दुनिया नौजवानों को इसलिए चाहती है क्योंकि वह होनहार होते हैं। उनमें कुछ कर गुजरने की चाहत होती है। श्री आशुतोष महाराज जी भी अकसर नौजवानों को समझाते हुए अपने प्रवचनों में कहा करते हैं– 'युवा होना सिर्फ उम्र की एक अवस्था का नाम नहीं बल्कि यह किसी दीपक की वह अवस्था है जब उससे सब से ज्यादा प्रकाश की उम्मीद की जाती है। संसार के महान विचारकों ने वर्तमान भारत को सौभाग्यशाली देश कहा क्योंकि भारत की कुल आबादी का लगभग 66 प्रतिशत वर्ग युवा है।

श्री सीमेंट ने मास्टर ब्राण्ड 'बांगुर' के साथ अपने ब्राण्ड को दी नई पहचान

संवाददाता देहरादून। भारत के सबसे बड़े सीमेंट निर्माताओं में से एक श्री सीमेंट लिमिटेड ने अपनी कॉर्पोरेट ब्राण्ड पहचान में बड़ा बदलाव लाते हुए मल्टीपल ब्राण्ड पेशकश 'बांगुर' को मास्टर ब्राण्ड के रूप में लॉन्च किया है। बांगुर के रूप में ब्राण्ड की नई पहचान उपभोक्ताओं की जरूरतों एवं राष्ट्र की महत्वाकांक्षाओं पर खरा उतरते हुए 'बिल्ड स्मार्ट' के मूल दृष्टिकोण पर आधारित है। बांगुर मास्टर ब्राण्ड का अनावरण जाने–माने बॉलीवुड अभिनेता सनी देओल के साथ एक नए विज्ञापन के साथ किया गया, जिन्हें कंपनी ने अपना ब्राण्ड अम्बेसडर बनाया है।

वित्त राज्यमंत्री भगवत कराड से मिला नैनीताल बैंक का प्रतिनिधिमंडल

संवाददाता हल्द्वानी। द नैनीताल बैंक ऑफिसर्स एसोसिएशन के प्रतिनिधिमंडल ने शुक्रवार को राज्यसभा सांसद अनिल बलूनी की अगुवाई में वित्त राज्यमंत्री भगवत कराड से दिल्ली में मुलाकात की। उनसे नैनीताल बैंक का निजीकरण न करते हुए बैंक ऑफ बड़ोदा में विलय की मांग रखी।

वित्त राज्यमंत्री ने कहा कि प्रतिनिधिमंडल की मांग व लोकसभा की याचिका समिति एवं रिजर्व बैंक ऑफ इंडिया की सिफारिशों पर बैंक ऑफ बड़ौदा प्रबंधन से वार्ता कर उनके क्रियान्वयन के लिए कार्रवाई की जाएगी। वहीं राज्यसभा सांसद ने प्रतिनिधिमंडल को आश्वस्त किया कि नैनीताल बैंक को प्राइवेट हाथों में नहीं जाने देंगे व उत्तराखंड की आर्थिकी के दृष्टिगत तथा कर्मचारियों के हित में उचित कदम उठाएंगे। एसोसिएशन के अध्यक्ष चंद्रशेखर कन्याल ने बताया कि 2018 में लोकसभा की याचिका समिति ने, नैनीताल बैंक ऑफिसर्स एसोसिएशन की याचिका पर स्पष्ट रूप से सिफारिश की थी कि, बैंक ऑफ बड़ौदा को नैनीताल बैंक का विलय अपने साथ कर लेना चाहिए।

एसोसिएशन के महासचिव पीयूष पयाल ने कहा कि नैनीताल बैंक के बैंक ऑफ बड़ौदा में विलय होने पर नैनीताल बैंक के कर्मचारियों का भविष्य तो सुरक्षित होगा ही साथ ही नैनीताल बैंक के ग्राहकों को भी बैंक ऑफ बड़ौदा की उत्कृष्ट बैंकिंग सेवाओं, ग्राहकों की जमापूंजी की सुरक्षा आदि योजनाओं का लाभ भी अनवरत मिलता रहेगा।

मुख्य विकास अधिकारी ने किया ईवीएम वेयर हाउस का मासिक निरीक्षण

संवाददाता चमोली। मुख्य विकास अधिकारी/नोडल स्वीप अभिनव शाह ने शुक्रवार को राजनीतिक दलों के पदाधिकारियों की मौजूदगी में ईवीएम वेयर हाउस का मासिक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान ईवीएम व वीवीपैट मशीनें डबल लॉक में सुरक्षित पाई गई। मुख्य विकास अधिकारी ने वेयर हाउस में विद्युत व्यवस्था, सीसीटीवी कंट्रोल रूम, साफ सफाई और सुरक्षा व्यवस्थाओं का जायजा लेते हुए जरूरी दिशा निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान सहायक जिला निर्वाचन अधिकारी डीसी सती, बीजेपी किसान मोर्चा अध्यक्ष गोविन्द सिंह बजवाल, कांग्रेस पार्टी के वरिष्ठ जिला उपाध्यक्ष आनंद सिंह पंवार, आम आदमी पार्टी के पूर्व प्रभारी अनूप सिंह रावत आदि मौजूद थे।

बैंकों को ऋण जमा अनुपात 40 प्रतिशत प्राप्त करने के निर्देश

संवाददाता रुद्रप्रयाग। परियोजना निदेशक विमल कुमार ने जनपद के बैंक, एनआरएलएम, उद्योग समेत जिला स्तरीय पुनरीक्षण समिति की बैठक ली। उन्होंने बैंकों एवं समिति के सदस्यों को आपसी समन्वय बढ़ाते हुए सरकार की योजनाओं का लाभ अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाने को कहा। साथ ही बैंकों को ऋण जमा अनुपात 40 प्रतिशत प्राप्त करने के निर्देश दिए।

शुक्रवार को विकास भवन सभागार में आयोजित डीएलआरसी की बैठक में विमल कुमार ने मुख्यमंत्री स्वरोजगार योजना, नैनो योजना, पीएमईजीपी, एनआरएलएम, वीर चंद्र सिंह गढ़वाली पर्यटन योजना, नाबार्ड से पोषित योजाओं सहित

परियोजना निदेशक ने की उद्योग समेत जिला स्तरीय पुनरीक्षण समिति की बैठक

जन सुरक्षा से जुड़ी सभी योजनाओं एवं किसान क्रेडिट कार्ड की विस्तृत समीक्षा की। उन्होंने सभी योजनाओं में राज्य की ओर से दिए गए लक्ष्य प्राप्त करने के लिए बैंक एवं संबंधित अधिकारियों को बेहतर समन्वय स्थापित करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि केंद्र एवं राज्य सरकार विभिन्न योजनाओं के माध्यम से जन कल्याण एवं उत्थान के लिए जो भी योजनाएं चला रही है उसकी जानकारी अंतिम व्यक्ति तक पहुंचना जरूरी है। उन्होंने बैंक प्रबंधकों को निर्देशित करते हुए कहा कि जिन बैंकों के ऋण जमा अनुपात 40 प्रतिशत से कम है, वे अपनी कार्य योजना तैयार कर आगामी तीन महीने में भारतीय रिजर्व बैंक के मानक के अनुसार 40 प्रतिशत प्राप्त करना सुनिश्चित करें। साथ ही जिन बैंकों के ऋण जमा अनुपात 40 प्रतिशत से अधिक है वे आगे बढ़ाने के लिए प्रयास करें। उन्होंने कहा कि सभी बैंक यह सुनिश्चित कर लें कि अपने–अपने क्षेत्रों में नए–नए प्रोजेक्ट हेतु ऋण वितरण करें तथा सभी संबंधित विभाग भी उनके स्तर से बड़ा प्रोजेक्ट बनाते हुए बैंकों को प्रेषित करें ताकि सीडी रेशियो बढ़ाया जा सके। इस दौरान वित्तीय वर्ष–2023–24 में 15 दिसंबर, 2023 तक सरकारी ऋण योजनाओं की अद्यतन प्रगति समीक्षा भी की गई।

विकसित भारत संकल्प यात्रा के तहत बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन

संवाददाता भीमताल। ओखलकांडा विकासखंड परिसर में विकसित भारत संकल्प यात्रा के तहत बहुउद्देशीय शिविर लगाया गया। जिसका शुभारंभ मुख्य अतिथि विधायक राम सिंह कैड़ा व प्रमुख कमलेश कैड़ा ने किया। शिविर में कृषि, उद्यान, मंडी परिषद, पशुपालन, स्वास्थ्य, बैंक, आयुष्मान, पीएम उज्ज्वला योजना, जिला उद्योग, सहकारी समिति, खाद्य आपूर्ति विभाग ने स्टाल लगाए। शिविर में 50 से अधिक दिव्यांगों प्रमाण पत्र, 12 के आधार कार्ड बनाए गए। साथ ही शिविर में ग्रामीणों के खून की जांच के साथ निशुल्क दवा वितरित की। इस मौके पर विधायक राम सिंह कैड़ा ने कहा, विकसित भारत संकल्प यात्रा सरकार की योजनाओं को पूरा करने के लक्ष्य से शुरू की जा रही है। इसका उद्देश्य योजनाओं को ग्रामीणों तक पहुंचना है। वहीं प्रमुख कमलेश कैड़ा ने कहा, यात्रा सभी गावों में जाएगी। इस दौरान प्रदीप मटियाली, रवि गोस्वामी, डीकर मेवाड़ी, दीपक बर्गली, राम सिंह, बीडीओ तनवीर असगर मौजूद रहे।

हमले के पीछे

जाहिर है स्थिति गंभीर है। लेकिन हूती विद्रोही खुले तौर पर हमास के साथ खड़े हैं। माना जाता है कि उन्हें ईरान का समर्थन हासिल है। व्यवहार में इसका असर यह हुआ है कि इस रूट को अब सुरक्षित नहीं माना जा रहा। इसलिए बड़ी शिपिंग कंपनियां यह रूट लेने में हिचकने लगी हैं।

अनुज सनवाल।।

भारत आ रहे एक कमर्शल ऑयल टैंकर पर दक्षिण लाल सागर में रविवार को हुआ ड्रोन हमला हर तरह से खतरनाक है। जहाज पर झंडा भले एक अफ्रीकी देश का था, उसके सारे 25 क्रू मेंबर भारतीय थे। एक दिन पहले शनिवार को अरब सागर में गुजरात तट से महज 200 समुद्री मील दूर एक और जहाज पर हमला हुआ था। अभी तक किसी ने इन हमलों की जिम्मेदारी नहीं ली है, लेकिन अमेरिकी सेंट्रल कमान के मुताबिक रविवार को हुए हमले के पीछे हूती विद्रोहियों का हाथ था, जबकि शनिवार को ऑयल टैंकर फेरी पर ईरान से छोड़े गए ड्रोन ने हमला किया था। वैसे शनिवार को अब सागर में हुए हमले की भारतीय नौसेना ने अपने स्तर पर जांच शुरू कर दी है। देखना होगा कि यह जांच किस नतीजे तक पहुंचती है।

लाल सागर में रविवार को हुए हमलों को लेकर ज्यादा संदेह इसलिए नहीं है क्योंकि हूती विद्रोही इस इलाके से गुजरने वाले जहाजों पर हमला करते रहे हैं। खासकर, अक्टूबर में हमास–इस्राइल जंग शुरू होने के बाद से यह उनका घोषित स्टैंड रहा है कि वे इस्राइल जाने वाले जहाजों को निशाना बनाएंगे। इस लिहाज से देखा जाए तो हाल के दोनों हमलों का भारत से सीधे तौर पर रिश्ता नहीं है, लेकिन निश्चित रूप से यह बाकी पूरी दुनिया की तरह भारत के लिए भी गंभीर चिंता की बात है।

चिंता की सबसे बड़ी वजह यह है कि इस्राइल–हमास जंग के कारण हूती विद्रोहियों के निशाने पर आया लाल सागर और स्वेज कैनाल का रूट दुनिया का सबसे बिजी रूट है। सालाना 17000 जहाज इधर से होकर गुजरते हैं। दूसरे शब्दों में हर साल होने वाले कुल वैश्विक व्यापार का 12 फीसदी हिस्सा लाल सागर के जरिए होता है।

जाहिर है स्थिति गंभीर है। लेकिन हूती विद्रोही खुले तौर पर हमास के साथ खड़े हैं। माना जाता है कि उन्हें ईरान का समर्थन हासिल है। व्यवहार में इसका असर यह हुआ है कि इस रूट को अब सुरक्षित नहीं माना जा रहा। इसलिए बड़ी शिपिंग कंपनियां यह रूट लेने में हिचकने लगी हैं। एशिया और यूरोप को जोड़ने वाले इस रूट को छोड़ने का मतलब है केप ऑफ गुड होप वाला वैकल्पिक रूट लेना। लेकिन लाल सागर के मुकाबले वह रूट करीब 3500 समुद्री मील (लगभग 6500 किलोमीटर) ज्यादा लंबा पड़ता है। इस दूरी को नापने में जहाजों को करीब 9 दिनों का अतिरिक्त समय लगता है। यानी माल पहुंचने में देर तो होती ही है ट्रांसपोर्ट का खर्च भी बढ़ जाता है। खास बात यह कि इस रूट से भेजे जाने वाले माल में तेल की भी बड़ी मात्रा रहती है। जाहिर है, पहले ही कई तरह की चुनौतियों से जूझती ग्लोबल इकॉनमी को महंगाई का एक और झटका भारी पड़ सकता है।

उलूक वाहिनी

धर्म-दर्शन

अशोक वोहरा। लक्ष्मीजी ने चारों ओर देखा उन्हें कोई भी पशु या पक्षी वहां नजर नहीं आया। तो उन्होंने उल्लू को अपना वाहन स्वीकार कर लिया। तभी से उन्हें उलूक वाहिनी कहा जाता है।

भारतीय सांस्कृतिक उल्लू को बहुत महत्व दिया जाता है, क्योंकि यह पक्षी मां लक्ष्मी जी का वाहन है।

उल्लू को किसी भी धर्म ग्रंथ में मूर्ख नहीं माना गया है यानी उल्लू, उल्लू नहीं है। लिंगपुराण में (2, 2.7–10) कहा गया है कि नारद मुनि ने मानसरोवरवासी उल्लू से संगीत शिक्षा ग्रहण करने के लिए उपदेश लिया था। इस उल्लू की हू हू हू सांगीतिक स्वरों में निकलती थी। उल्लू को भारतीय संस्कृति में शुभता और धन संपत्ति का प्रतीक माना जाता है।

हालांकि अधिकतर लोग इससे डरते हैं। इस डर के कारण ही इसे अशुभ भी माना जाता है।

संपादकीय

अपना अजेंडा नहीं

जहां राजनीतिक दल जातिगत भेदभाव को वोट बैंक के लिए इस्तेमाल करने पर अपना ध्यान केंद्रित कर जातिगत जनगणना जैसे मुद्दे उठाकर ध्रुवीकरण का प्रयास कर रहे हैं, वहीं संघ सामाजिक समरसता के लिए जमीन पर काम करने में जुटा हुआ है। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि संघ कभी अपना अजेंडा समाज पर नहीं थोपता है बल्कि समाज में जो भाव है उसी के अनुरूप काम करता और अपना मत बनाता है क्योंकि संघ मानता है कि वह कोई संगठन नहीं बल्कि एक प्रवाह है जिसे समाज का संगठन कर उसी में विलीन हो जाना है। इसके बाद दूसरा विश्व हिंदू सम्मेलन 1979 में प्रयागराज में और तीसरा सम्मेलन प्रयागराज में ही 2017 में हुआ। इन सभी सम्मेलनों में चर्चा, प्रस्ताव आदि का केंद्र बिंदु सामाजिक समरसता ही थी। संघ और संघ से प्रेरित तीन दर्जन संगठन देश भर में सामाजिक समरसता के लिए दो लाख से अधिक प्रकल्प चला रहे हैं। इस दृष्टि से देखेंगे तो स्पष्ट होगा कि जातिगत गणना हो या जातियों से जुड़ा कोई भी अन्य मसला, संघ में कोई विरोधाभास नहीं है। उसका मत स्पष्ट है कि उसे सामाजिक समरसता के लिए काम कर हाशिए पर खड़े समुदायों के जीवन में वास्तविक अंतर लाना है।

संघ के कार्यकर्ता तीन दर्जन से अधिक संगठन चला रहे हैं। संघ की 60 हजार से अधिक दैनिक शाखाएं हैं और 6000 से अधिक प्रचारक। लाखों स्वयंसेवक ऐसे हैं, जिनके पास संगठन की दृष्टि से कोई न कोई दायित्व है।

सामाजिक समरसता पर जोर

अरुण आनंद।।

जाति आधारित जनगणना को लेकर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का स्टैंड क्या है? क्या संघ ने अपना स्टैंड बदला है? इन सवालों पर आजकल चर्चा काफी तेज हो गई है। संघ का इस मामले में क्या रुख है, उस पर जाने से पहले यह समझना आवश्यक है कि संघ का ऑफिशल स्टैंड रखने के लिए मौजूदा दौर में तीन ही पदाधिकारी अधिकृत हैं सरसंघचालक, सरकार्यवाह और अखिल भारतीय प्रचार प्रमुख।

संघ के कार्यकर्ता तीन दर्जन से अधिक संगठन चला रहे हैं। संघ की 60 हजार से अधिक दैनिक शाखाएं हैं और 6000 से अधिक प्रचारक। लाखों स्वयंसेवक ऐसे हैं, जिनके पास संगठन की दृष्टि से कोई न कोई दायित्व है। अक्सर ऐसा होता है कि संघ के अलग–अलग स्तर के पदाधिकारी विभिन्न मंचों पर अपने विचार रखते हैं। लेकिन उन्हें संघ का ऑफिशल स्टैंड नहीं कहा जा सकता।

संघ के अखिल भारतीय प्रचार प्रमुख सुनील आंबेकर ने इस मुद्दे पर संघ का अधिकृत मत स्पष्ट किया है, 'पिछले कुछ समय से जाति आधारित जनगणना की चर्चा दोबारा शुरू हुई है। हमारा मत है कि इसका उपयोग समाज के सर्वांगीण उत्थान के लिए हो और ऐसा करते समय सभी पक्ष यह सुनिश्चित करें कि किसी भी कारण से सामाजिक समरसता एवं एकात्मता खंडित न हो।'

इस मत का विश्लेषण करें तो यह साफ है कि संघ का जोर सामाजिक समरसता को बनाए रखने और उसे अधिक मजबूत करने पर है। बीजेपी के केंद्र की सत्ता में आने के बाद से विश्लेषक संघ को और ज्यादा करीब से देखने लगे हैं पर उनमें से अधिकतर को संघ के इतिहास की गहरी जानकारी न होने के कारण उन्हें जातिगत भेदभाव तथा सामाजिक समरसता को लेकर संघ का मत नया लगता है। सचाई यह है कि संघ ने अपने जन्म से ही सामाजिक समरसता को अपना मूल आधार बनाया है। सामाजिक समरसता उसकी कार्यशैली का अभिन्न अंग है।

1974 में वसंत व्याख्यानमाला में तीसरे सरसंघचालक बाला साहब देवरस ने कहा था, 'अगर छुआछूत अपराध नहीं है तो इस दुनिया में कुछ भी अपराध नहीं है।' इससे पूर्व 1964 में मुंबई के संदीपनी आश्रम में जब लगभग 40 गणमान्य व्यक्तियों की उपस्थिति में जन्माष्टमी के दिन विश्व हिंदू परिषद (टभ्च्) की स्थापना हुई तो वह संघ की ओर से स्वतंत्रता के बाद सामाजिक समरसता का एक बड़ा प्रयास था। इससे भी पहले 1950 के दशक में वनवासी कल्याण आश्रम की स्थापना कर संघ ने जनजातीय क्षेत्र में सामाजिक समरसता अभियान की शुरूआत बिना किसी शोर–शराबे के कर दी थी।

वीएचपी की स्थापना को आप संघ की इस पहल का दूसरा चरण कह सकते हैं। संघ के वरिष्ठ प्रचारक दादा साहेब आप्टे ने वीएचपी के गठन से पहले देश भर का भ्रमण किया और सभी पंथों व संप्रदायों के लोगों को एक साथ एक मंच पर लेकर आए। इस अभियान का सबसे बड़ा लक्ष्य था हिंदू समाज में जाति प्रथा पर आधारित भेदभाव को समाप्त करना। उस समय, यानी 1960 के दशक में यह आसान नहीं था।

अष्टयोग- 4936

			6		7	
4	33	4	40	7	31	2
	2		3	5		
1	29	3	37	6	35	5
		7	4		5	
6	30	2	24	1	30	3
	6		4			

प्रस्तुत खेल सुडोकू व जोड़ की पद्धति का मिश्रण है. खड़ी व आड़ी पंक्तियों में 1से 7 तक के अंक लिखने अनिवार्य हैं. गहरे काले वर्ग में लिखी संख्या चारों ओर के 8 वर्गों की संख्या का कुल योग होगी. सीधी अथवा आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के अंक होना अनिवार्य है.

अष्टयोग 4935 का हल

3	5	7	4	2	1	6
1	30	2	37	6	31	3
5	1	6	3	7	2	4
6	37	3	34	1	25	5
4	7	5	6	3	2	1
7	33	4	32	4	30	2
2	3	1	4	5	6	7

Jagrutidaur.com, Bangalore

अपना ब्लॉग

सभी हिंदू बराबर

मोहन। यह सच है कि कई हिंदू धार्मिक नेता, संत आदि ऐसे थे, जो धर्मग्रंथों की रूढ़िवादी व्याख्या कर जातिगत भेदभाव को समाप्त करने के लिए चुनौतियां पैदा कर रहे थे। इन सभी को एक मंच पर लाकर उन्हीं के मुंह से यह बुलवाना आवश्यक था कि जाति के आधार पर किसी से भी भेदभाव करना गलत है, किसी भी हिंदू को किसी जाति के आधार पर मंदिर में आने–जाने से रोकना गलत है, सभी हिंदू एक हैं। संघ के द्वितीय सरसंघचालक माधव सदाशिव गोलवलकर गुरुजी को इस बात का अहसास था कि हिंदू समाज में जो दरारें हैं, उन्हें चौड़ा करने के बजाए संत समाज को उसे भरने में लगाना जरूरी है। अपने लक्ष्य को प्राप्त करने की ओर पहला बड़ा कदम VHP ने कुंभ के अवसर पर प्रयागराज में प्रथम विश्व हिंदू सम्मेलन आयोजित कर किया। इसमें 11 प्रस्ताव पारित हुए और संत समाज ने एक स्वर में घोषणा कर दी कि 'हिंदू समाज में किसी भी प्रकार की छुआछूत पाप है, किसी भी हिंदू से कोई भेदभाव नहीं होना चाहिए।' यह एक बड़ी उपलब्धि थी क्योंकि इससे पहले सभी हिंदू धर्मगुरुओं ने एक साथ ऐसा कभी नहीं कहा था।

शादी के दो महीने बाद अमला पॉल ने दी गुड न्यूज

साउथ की फेमस एक्ट्रेस और प्रोड्यूसर अमला पॉल और उनके पति जगत देसाई के घर बच्चे की किलकारियां गूंजने वाली है। उन्होंने सोशल मीडिया के जरिए गुड न्यूज दी है कि वो मां बनने वाली हैं। बेबी बंप फ्लॉन्ट करते हुए उनकी फोटोज इंटरनेट पर वायरल हो गई हैं। बता दें कि अमला ने दो महीने पहले 5 नवंबर को जगत से शादी की थी। अमला पॉल ने इंस्टाग्राम पर फोटोज शेयर की हैं। उन्होंने पति संग समंदर के किनारे मेटरनिटी फोटोशूट कराया। इन्हें शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा, मुझे तुम्हारे साथ पता है कि 11 अब 3 होता है। अमला ने 5 नवंबर को कोच्चि, केरल में जगत देसाई संग क्रिश्चियन रीति–रिवाज से शादी की थी। ये एक लैवेंडर–थीम वेडिंग थी। जैसा कि फोटोज से भी जाहिर है। ये अमला की दूसरी शादी है। इससे पहले उन्होंने तमिल डायरेक्टर एएल विजय से शादी की थी, लेकिन इनका रिश्ता सिर्फ 3 साल तक ही चल सका। साल 2017 में दोनों का तलाक हो गया। वर्कफ्रंट की बात करें तो उन्होंने अजय देवगन संग भोलाश फिल्म में काम किया है। वो साउथ की फेमस एक्ट्रेस हैं।

मुंबई के पॉश होटल में है पावर स्टार पवन सिंह के बर्थडे की तैयारी

भोजपुरी फिल्मों के पावर स्टार पवन सिंह का जलवा यूं तो बॉक्स ऑफिस पर बरसों से चलता आ रहा है लेकिन बीते कई सालो से उनका स्टारडम सिर चढ़ कर बोल रहा है। बीता हुआ साल उनके कई सारे गानों की वजह से खूब चर्चा मे रहा, जिसे लोगों ने खूब चाव से सुना। भोजपुरी फैन्स के लिए 5 जनवरी का दिन खास है क्योंति ये पवन सिंह और उनके चाहने वाले के लिए एक त्योहार की तरह होता है। आपको बता दे कि 5 जनवरी को भोजपुरी के पावर स्टार कहे जानेवाले पवन सिंह का जन्मदिन है, जिसे हर साल वो शानदार तरीके से सेलब्रेट किया जाता है। इस साल भी बर्थडे की तैयारियां लगभग पूरी कर ली गई है। पवन सिंह के मैनेजर सोनू निगम ने बताया कि इस साल उनके बर्थडे की पार्टी का इंतजाम मुंबई के फेमस होटल जे डब्लू मैरियट में किया है।

आइरा खान की रॉयल शादी के लिए उदयपुर में बुक हुए 176 कमरे

राजस्थान में रॉयल वेडिंग के लिए फेमस लेक सिटी उदयपुर एक बार फिर चर्चा में आ गया है। दरअसल आमिर खान की बेटी आइरा खान डेस्टिनेशन वेडिंग कर रही हैं। आइरा ने 3 जनवरी को मंगेतर नूपुर शिखरे के साथ रजिस्टर्ड मैरिज की थी, और अब 8 जनवरी को उदयपुर में शादी करेंगी। शादी की सभी रस्में उदयपुर में होटल ताज अरावली में होंगी। वहीं बाद में मुंबई में रिसेप्शन आयोजित किया जाएगा। पहले तो जान लीजिए कि आइरा खान और नूपुर शिखरे ने परिवार और करीबी दोस्तों की मौजूदगी में अपनी शादी रजिस्टर करवाई थी। शादी के लिए नूपुर शिखरे दौड़ते हुए वेडिंग वेन्यू तक पहुंचे थे। साथ में बारात भी दौड़ते हुए ही पहुंची थी। रजिस्टर्ड मैरिज के लिए जहां आइरा ने जहां चप्पल और हैरम पैंट पहनी थी, वहीं नूपुर शिखरे ने शॉर्ट्स और बनियान पहनी। वहीं आमिर खान शेरवानी में नजर आए थे। इस रजिस्टर्ड मैरिज में मुकेश अंबानी और परिवार भी शामिल हुआ था। अब 8 जनवरी को उदयपुर के ताज अरावली होटल में आइरा और नूपुर की शादी होगी। 7 जनवरी से मेहमानों के आने का सिलसिला शुरू हो जाएगा। सारे फंक्शन 10 जनवरी तक चलेंगे। उधर, सारी तैयारियां देखने और पूरी व्यवस्था के लिए आमिर खान 5 जनवरी को उदयपुर पहुंचेंगे।

एकता कपूर की वेब सीरीज में लीड रोल कर रहीं प्रियंका चाहर चौधरी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

उड़ारियां में अपने खास रोल के लिए जानी जाने वाली फेमस टीवी एक्ट्रेस प्रियंका चाहर चौधरी ने एकता कपूर के साथ एक बड़ा प्रोजेक्ट साइन किया है, जिसकी शूटिंग फाइनली शुरू हो गई है। प्रियंका ने बिग बॉस 16 में रहने के दौरान बड़े लेवल पर पहचान हासिल की। प्रियंका ने रियलिटी शो के दौरान एकता का ध्यान अपनी ओर खींचा, जिसके बाद एकता कपूर ने उन्हें एक बड़ा ऑफर दिया था। एकता ने तब शो में कहा था कि किसी एक कंटेस्टेंट को वो कुछ खास ऑफर करने वाली हैं, जिसका पता उसे बाहर जाकर ही पता चलेगा। अब खुलासा हो गया है कि वो प्रियंका ही थीं।

दस जून की रात की शूटिंग शुरू

पावरहाउस मेकर एकता कपूर ने बिग बॉस 16 के घर में ये खास घोषणा की थी, जहां उन्होंने अपने आगामी प्रोजेक्ट के लिए लीड एक्ट्रेस को कास्ट करने की बात कही थी। हालांकि, उन्होंने उस वक्त कास्टिंग और प्रोजेक्ट दोनों ही छिपाकर रखा था। अब प्रियंका चाहर चौधरी ने एकता की वेब सीरीज के सेट से पर्दे के पीछे की तस्वीर शेयर की है।

प्रियंका चाहर चौधरी की वेब सीरीज

प्रियंका चाहर चौधरी ने सोशल मीडिया पर अपनी एक्साइटमेंट और आभार जताते हुए लिखा, श्तो चलिए इस कहानी की

शुरुआत करते हैं, आप सभी के प्यार से। आइए शुरू करें!!!! दस जून की रात प्रियंका चाहर चौधरी।

तुषार कपूर के साथ लीड रोल

प्रियंका ने वेब सीरीज में अपने कैरेक्टर के बारे में अधिक जानकारी नहीं दी, जिससे फैंस के बीच एक्साइटमेंट बनी हुई है और वे अधिक जानकारी का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। श्दस जून की रातश टाइटल से एकता कपूर की वेब सीरीज धमाकेदार होने वाली है, और प्रियंका चाहर चौधरी, तुषार कपूर के साथ शो में एक खास रोल के लिए तैयार हैं।

अभी से ही प्रियंका के फैंस एक्साइटेड

हालांकि उनके किरदार के बारे में ज्यादा जानकारी नहीं दी गई है, लेकिन प्रियंका के फैंस इस नई सीरीज के बारे में अभी से एक्साइटेड हो गए हैं। छोटे पर्दे से एकता कपूर की वेब सीरीज में लीड रोल करने तक प्रियंका का सफर उनकी बढ़ती लोकप्रियता का उदाहरण है। जैसे ही प्रियंका इस नए चौप्टर की शुरुआत कर रही हैं, उनके फैंस उनसे एक और शानदार परफॉर्मेंस की उम्मीद कर रहे हैं।

जब सैफ ने होटल चेन से वापस लेना चाहा था अपना पटौदी पैलेस

हाल ही में सैफ अली खान अपनी फैमिली के साथ पटौदी पैलेस पहुंचे थे जहां उन्होंने अपनी ढेर सारी पुरानी यादों के साथ कुछ सुकून के पल भी बिताए। सैफ अक्सर काम से वक्त निकालकर अपने इस पैतृक घर का मुआयना करने जरूर पहुंचते हैं। हरियाणा में मौजूद ये पटौदी पैलेस की हवेली अपनी भव्यता और अपने आलीशान एतिहासिक स्ट्रक्चर के लिए काफी फेमस रही है।

10 एकड़ में फैली हुई है, जहां 150 कमरे हैं

सैफ अली खान की ये पैतृक हवेली पटौदी पैलेस करीब 10 एकड़ में फैली हुई जिसमें लगभग 150 कमरे हैं। इनमें 7 ड्रेसिंग रूम, 7 बेडरूम और सात बिलियर्ड रूम शामिल हैं। सैफ के पिता मंसूर अली खान पटौदी के निधन के बाद, इस हवेली को नीमराना होटल्स को लीज पर दे दिया गया, जिसने साल 2014 तक इसे एक लग्जरी प्रॉपर्टी के रूप में चलाया।

एक कॉन्फ्रेंस का आयोजन किया और मांगे बहुत सारे पैसे

सैफ ने अपनी इस प्रॉपर्ट के बारे में मिड–डे से बातचीत में कहा था, लोगों की एक फिक्स्ड सोच है उस मामले के लिए और यहां तक कि पटौदी पैलेस के भी साथ। जब मेरे पिता की मृत्यु हो गई तो इसे नीमराना होटल को रेंट पर दे दिया गया। अमन नाथ और फ्रांस के ब्रपंतह ये होटल चला रहे थे। इसके बाद फ्रांसिस का निधन हो गया। उन्होंने कहा था कि अगर मैं अपना पैलेस वापस चाहता हूं तो मैं उन्हें बता सकता हूं। मैंने कहा– मुझे ये वापस चाहिए। इसके बाद उन्होंने एक कॉन्फ्रेंस का आयोजन किया और कहा– ठीक है, इसके लिए आपको हमें बहुत सारे पैसे देने होंगे,जो मैंने इससे तब कमाए थे।

दादा ने उनकी दादी के लिए बनवाई थी ये हवेली

सैफ ने कहा था– उनके दादा–दादी और पिता वहां दफन हैं और वहां की सुरक्षा, शांति के अलावा उस माहौल से एक आध्यात्मिक जुड़ाव है। एक्टर ने कहा था कि जमीन कई सदी पुरानी है लेकिन जो महल उनके दादा ने उनकी दादी के लिए बनवाया था वो करीब 100 साल पुराना है। तब वहां उनका साम्राज्य हुआ करता था लेकिन बाद में टाइटल वगैरह सब खत्म हो गए। एक्टर ने बताया था कि उनकी मां शर्मिला टैगोर का वहां एक कॉटेज है, जहां वो बेहद खुश हैं। हालांकि सैफ ने ये भी कहा कि मौका मिलते ही बची हुई लीज निपटाकर उन्होंने इस हवेली को वापस ले लिया था। एक्टर ने कहा था कि ये एक फाइनैंशल अग्रीमेंट था।

ऐसे लोगों को जल्दी होती है विटामिन बी12 की कमी

शरीर को स्वस्थ रखने के लिए जिस तरह प्रोटीन और कैल्शियम जैसे पोषक तत्वों की जरूरत होती है, ठीक उसी तरह विटामिन बी12 की भी जरूरत होती है। विटामिन बी12 आपके शरीर में कई काम करता है। उदाहरण के लिए, यह आपके डीएनए और रेड ब्लड सेल्स बनाने में मदद करता है।

विटामिन बी12 की कमी के लक्षण क्या हैं?

इस पोषक तत्व की कमी से आपको कमजोरी, थकान, या चक्कर आना, दिल की धड़कन और सांस लेने में तकलीफ, पीली त्वचा, चिकनी जीभ, कब्ज, दस्त, भूख न लगना, या गैस, तंत्रिका संबंधी समस्याएं जैसे सुन्न होना या झुनझुनी, मांसपेशियों में कमजोरी और चलने में समस्या, कम दिखाई देना, मानसिक समस्याएं जैसे अवसाद, स्मृति हानि या व्यवहार में परिवर्तन आदि लक्षण महसूस हो सकते हैं।

रोजाना कितने विटामिन बी12 की जरूरत होती है?

अगर आप वयस्क हैं, तो आपको रोजाना कम से कम 2.4 माइक्रोग्राम, गर्भवती होने पर प्रति दिन 2.6 माइक्रोग्राम और ब्रेस्टफीडिंग कराने पर रोजाना 2.8 माइक्रोग्राम विटामिन बी12 की जरूरत है। अगर आपको इतनी मात्रा में विटामिन बी12 नहीं मिल रहा है, तो आपको किआ गंभीर लक्षण और समस्याएं महसूस हो सकते हैं।

गैस्ट्राइटिस और एनीमिया से पीड़ित लोग

एट्रोफिक गैस्ट्राइटिस, जिसमें आपके पेट की परत पतली हो जाती है और आपके लिए विटामिन बी12 को अवशोषित करना कठिन हो जाता है। दूसरी स्थिति है गंभीर एनीमिया होना, जो आपके शरीर के लिए विटामिन बी12 को अवशोषित करना कठिन बना देता है।

छोटी आंत में परेशानी

अगर आप किसी हेल्थ प्रॉब्लम से पीड़ित हैं, जो आपकी छोटी आंत को प्रभावित करती है, तो आपको विटामिन बी12 की कमी हो सकती है। उदाहरण के लिए क्रोहन डिजीज, सीलिएक डिजीज, बैक्टीरिया या पैरासाइट की चपेट में आना। अगर आप बहुत अधिक शराब पीते हैं, तो आपके शरीर के लिए पोषक तत्वों को अवशोषित करना कठिन हो सकता है या आपको पर्याप्त कैलोरी खाने से रोका जा सकता है। आपके शरीर में पर्याप्त बी12 की कमी का एक संकेत ग्लोसिटिस या सूजी हुई जीभ हो सकता है।

विटामिन बी12 की कमी से कैसे बचें

अधिकांश लोग पर्याप्त मांस, पोल्ट्री, समुद्री भोजन, डेयरी उत्पाद और अंडे खाकर विटामिन बी12 की कमी को रोक सकते हैं। यदि आप पशु उत्पाद नहीं खाते हैं, या आपको कोई ऊपर बताई कोई हेल्थ प्रॉब्लम है, तो आप मल्टीविटामिन या अन्य विटामिन बी 12 सप्लीमेंट्स ले सकते हैं। विटामिन बी12 की खुराक लेने से पहले अपने डॉक्टर से बात करें।

ठंडा पानी पीने से होगा जुकाम-खांसी या झूठ है ये बात?

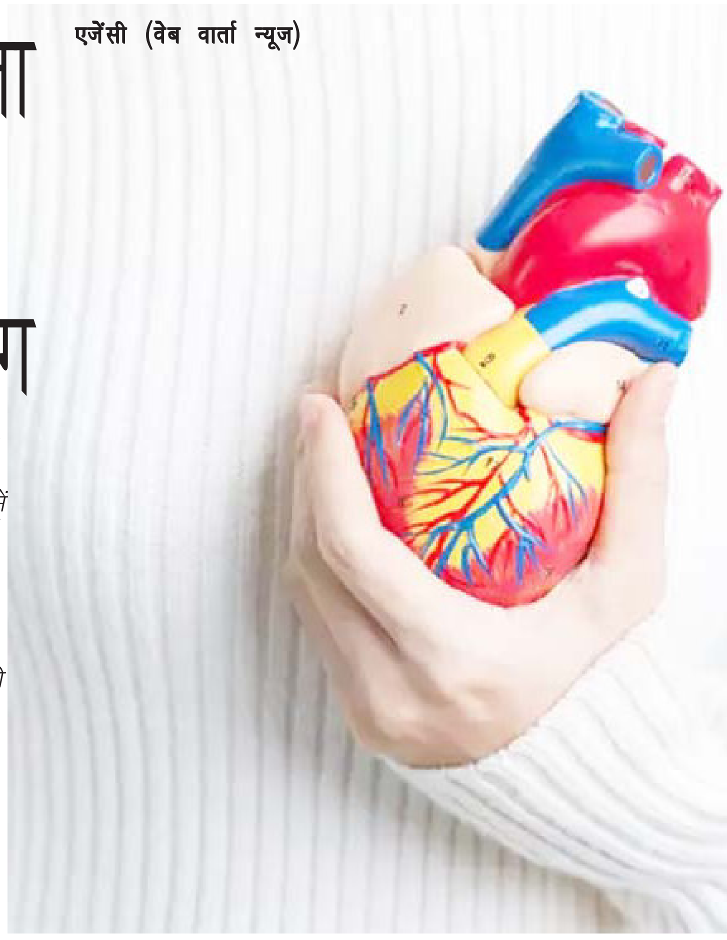
रिपोर्ट के मुताबिक सोशल मीडिया पर कुछ वीडियोज में बताया कि ठंडा पानी खून की नसों को सिकोड़कर और डायजेशन को कम करके हेल्थ प्रॉब्लम्स पैदा करता है। लेकिन इसके बहुत कम सबूत हैं। 2001 के एक रिसर्च में पाया कि अध्ययन की गई 669 महिलाओं में से 51 को ठंडा पानी पीने से सिरदर्द हुआ था, लेकिन उनमें से अधिकतर पहले से ही माइग्रेन झेल रही थीं और उसके बाद ऐसा कोई अध्ययन नहीं हुआ। 2012 में देखा गया था कि कोल्ड ड्रिंक से अचलासिया (जो कि एक दुर्लभ बीमारी है) के मरीजों को दिक्कत होती है, लेकिन रिसर्च में केवल 12 प्रतिभागी शामिल थे। अधिकतर लोगों के लिए पानी का तापमान पसंद और स्थितियों पर निर्भर करता है। गर्मियों में एक्सरसाइज के बाद ठंडा पानी या सर्दियों में आराम करने के लिए गर्म पानी पीने से आपके पूरे स्वास्थ्य पर कोई खास फर्क नहीं पड़ेगा। इस मान्यता के पीछे कुछ हद तक वैज्ञानिक सच्चाई भी छिपी है। गर्म पानी आम तौर पर ठंडे पानी के मुकाबले बेहतर सॉल्वेंट होता है, इसलिए यह पाइप से मेटल और मिनरल को घोल लेता है। गर्म पानी भी टैंकों में अक्सर स्टोर करते हैं और इसे कई बार गर्म और ठंडा किया जा सकता है। नल से निकले ठंडे पानी को किसी बर्तन में गर्म करके पीना बेहतर है।

फैटी लिवर से हैं परेशान? आज ही आजमाएं ये उपाय, तुरंत मिलेगा आराम

फैटी लिवर एक गंभीर परेशानी है। इसमें लिवर सही तरह से कार्य नहीं करता है। इसके मुख्य कारण खराब खानपान व अनहेल्दी लाइफस्टाइल को माना गया है।खानपान की गलत आदत का लीवर पर बुरा असर होता है। कुछ मामलों में यह समस्या मोटापा व डायबिटीज के कारण भी हो सकती है। आमतौर पर शुरुआत में इसके कोई लक्षण नजर नहीं आते हैं और जब तक इसके बारे में पता चलता है, तो बहुत देर हो चुकी है। समय के साथ फैटी लिवर की समस्या गंभीर रूप ले सकती है। यह हाई ब्लड प्रेशर, लिवर कैंसर, डायबिटीज, किडनी और हार्ट संबंधित परेशानी का जोखिम बढ़ाती है। इसलिए, फैटी लिवर की शिकायत को दूर करने के लिए बिना देरी कर डॉक्टर सौरभ सेठी द्वारा शेयर किए गए टिप्स को फॉलो करें। अपनी डाइट में फल और सब्जियों का अच्छी मात्रा में शामिल करें। इसके अलावा साबुत अनाज जैसे गेंहू, बाजरा, ज्वार, राई, मक्का, रागी आदि का सेवन करें। प्रोटीन हमारे लिए कितना आवश्यक है, इससे हम अच्छे से वाकिफ हैं।

चुन-चुनकर खत्म करता है कैंसर-डायबिटीज, फिर भी नहीं खाते लोग

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)



पालक को काफी ताकतवर और पौष्टिक फूड बताया जाता है। मगर एक सब्जी इससे भी ज्यादा हेल्दी है। इसके अंदर कैंसर को मिटाने की ताकत भी मौजूद है मगर विदेशी होने की वजह से इसके बारे में बहुत कम लोगों को पता है। कुछ लोगों को लगता है कि यह सिर्फ गोभी का ही प्रकार है मगर यह वेजिटेबल उससे बहुत ज्यादा स्वास्थ्यवर्धक है। हम ब्रोकली की बात कर रहे हैं जो कई सारे विटामिन, मिनरल, एंटीऑक्सीडेंट्स और फाइबर का भंडार है। इसे खाने से अंदर की सूजन कम होती है और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ने लगती है। ब्रोकली कई सारी बीमारियों का समाधान बन सकती है इसलिए इसे खाने से नहीं बचना चाहिए।

कैंसर का अचूक इलाज

ब्रेस्ट कैंसर, प्रोस्टेट कैंसर, गैस्ट्रिक कैंसर, कोलोरेक्टल कैंसर, किडनी कैंसर, ब्लैडर कैंसर आदि से डरने की जरूरत नहीं है। ब्रोकली में किसी भी क्रूसिफेरस सब्जी के मुकाबले बहुत ज्यादा बायोएक्टिव कंपाउंड होते हैं जो सेल डैमेज को रोकते हैं। स्टडी के मुताबिक ये नुकसान कैंसर की जड़ होता है।

डायबिटीज होगी कंट्रोल

ब्लड शुगर मैनेज करने के लिए फाइबर और एंटीऑक्सीडेंट्स की जरूरत होती है। इसलिए डायबिटिक मरीजों के लिए ब्रोकली संजीवनी की तरह काम करती है। फाइबर की वजह से ग्लूकोज खून में धीरे-धीरे रिलीज होता है और एंटीऑक्सीडेंट्स इस से होने वाली डैमेज से बचाते हैं।

कार्डियक फंक्शन बढ़िया

शराब, हाई कोलेस्ट्रॉल, फैट और ट्राइग्लिसराइड की वजह से नसें ब्लॉक हो जाती हैं। ऐसे में दिल को ज्यादा फोर्स के साथ पंप करना पड़ता है और वक्त के साथ प्रेशर बढ़ता जाता है। ब्रोकली में इन सभी नुकसानों से बचाने की काबिलियत होती है।

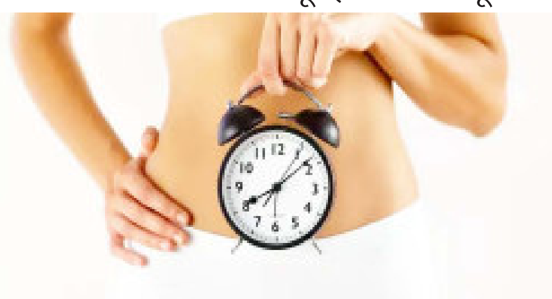
गट हेल्थ की जान है ब्रोकली

यह फूड डायजेशन और पेट के बैक्टीरिया के लिए हेल्दी होता है। इससे खाने का पाचन आसान बनता है और पेट की समस्याओं का खतरा बिल्कुल कम हो जाता है। हेल्दी बैक्टीरिया बढ़ने से आंतों का स्वास्थ्य बढ़ने लगता है और रोजाना की गंदगी आसानी से बाहर निकल जाती है।

पालक से ज्यादा ये पोषण

आपको जानकर हैरानी होगी कि ना सिर्फ इसमें पालक से ज्यादा पोषक तत्वों की संख्या होती है। साथ ही प्रोटीन, फाइबर और विटामिन सी में यह उसका भी बाप है। हालांकि हर सब्जी का अपना महत्व है इसलिए बैलेंस डाइट में सभी को मिलाकर खाना चाहिए।

इन वजहों से हर साल टूट जाता है वजन कम करने का न्यू ईयर रेजोल्यूशन



नया साल आते ही हम अपने जीवन में कुछ बदलाव लाने का संकल्प लेते हैं। इनमें से सबसे लोकप्रिय संकल्प में से एक है वजन कम करना। हम अपने आप को एक नई शुरुआत देने का वादा करते हैं, अपने आहार और व्यायाम में बदलाव करते हैं, और अपने सपनों के शरीर को पाने की उम्मीद करते हैं। लेकिन क्या आपको पता है कि लगभग 80ः लोग अपने वजन कम करने के लक्ष्य को नए साल के पहले महीने में ही छोड़ देते हैं? इसका मतलब है कि हमारा वजन कम करने का संकल्प अक्सर असफल हो जाता है। डायटिशियन- हॉलिस्टिक कोच एक्सपर्ट और हेल्थिशियन के फाउंडर नेहा और वरुण इस आर्टिकल में इसके पीछे के कुछ कारणों और समाधानों के बारे में बता रहे हैं। हमारा वजन कम करने का संकल्प असफल होने का पहला कारण है कि हम अक्सर अनुचित या अव्यवहारिक लक्ष्य निर्धारित करते हैं। हम यह सोचते हैं कि हम एक ही रात में अपना वजन कम कर सकते हैं, या हम अपने शरीर को किसी फिल्म स्टार या मॉडल की तरह बना सकते हैं। लेकिन यह लक्ष्य हमारी शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए उपयुक्त नहीं होते हैं। ये लक्ष्य हमें निराशा, फ्रस्ट्रेशन और गुस्सा महसूस कराते हैं, जब हम उन्हें पूरा नहीं कर पाते हैं। इससे हमारा आत्मविश्वास कम हो जाता है और हम अपने संकल्प को त्याग देते हैं।

वनडे से संन्यास ले रहे वॉर्नर

2 जनवरी को, वार्नर ने अपनी बैगी ग्रीन खो दी और दावा किया कि यह उनके सामान से चोरी हो गई थी जब वह सीरीज के तीसरे और अंतिम टेस्ट के लिए सिडनी की यात्रा कर रहे थे। इसके बाद, उन्होंने सोशल मीडिया पर अपनी टोपी वापस करने की गुहार लगाई। बता दें कि डेविड वॉर्नर आखिरी टेस्ट मैच से पहले वनडे क्रिकेट से भी संन्यास लेने की घोषणा की है।

बैगी ग्रीन वापस मिलने पर भावुक हुए डेविड वॉर्नर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। सिडनी क्रिकेट ग्राउंड में ऑस्ट्रेलिया के ओपनर डेविड वॉर्नर अपने करियर का आखिरी टेस्ट मैच खेल रहे हैं। ऐसे में मैच से पहले डेविड वॉर्नर ने इंस्टाग्राम पर एक पोस्ट शेयर करके अपनी कैप खोने की खबर शेयर की थी। अब वॉर्नर ने इंस्टाग्राम पर एक वीडियो शेयर करते हुए अपने ग्रीन कैप मिलने पर खुशी जाहिर करते हुए सबका धन्यवाद किया है। वॉर्नर ने वीडियो में कहा कि मैं काफी खुश हूं कि मेरी बैगी ग्रीन (टेस्ट कैप) मेरे हाथों में आ गई है। मैं राहत महसूस कर रहा हूं। मैं उन सभी का धन्यवाद करता हूं, जिन्होंने इसे ढूंढने में मदद की है। क्वांटास टीम, माल ढुलाई कंपनी, होटल और हमारी अपनी टीम प्रबंधन ने इसे ढूंढने में अहम योगदान दिया है। मैं असल में आपकी सराहना करता हूं और आपको धन्यवाद देता हूं। वॉर्नर ने कहा कि कोई भी क्रिकेटर जानता है कि उनकी कैप कितनी खास है और मैं इसे जीवन भर संभाल कर रखूंगा। पिछले कुछ दिनों में मेरे कंधों पर काफी बोझ था, उतर गया है। 2 जनवरी को वॉर्नर ने अपनी कैप खोने की सूचना दी थी। उनके सामान से कैप चोरी हुई है, जब वे सीरीज के तीसरे और आखिरी मैच के लिए सिडनी जा रहे थे। उन्होंने सोशल मीडिया पर अपनी कैप को वापस करने की गुहार लगाई थी।

डीन एल्गर के आखिरी टेस्ट को विराट और रोहित ने बनाया खास

अंतिम बार मैदान से अनोखे अंदाज में किया विदा, दिया गिफ्ट

क्रिकेट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारत और दक्षिण अफ्रीका के बीच दो टेस्ट मैचों की सीरीज का दूसरा टेस्ट केप टाउन के न्यूलैंड्स में खेला गया। पहले मैच में चोटिल होने के बाद सीरीज से बाहर हुए टेम्बा बावुमा की गैरमौजूदगी में दक्षिण अफ्रीका की टीम के कप्तान और खिलाड़ी डीन एल्गर के टेस्ट करियर का यह आखिरी मैच था। हालांकि वे अपने आखिरी टेस्ट में जीत दर्ज करने में सफल नहीं रहे।

अब भारतीय कप्तान रोहित शर्मा और विराट कोहली ने डीन एल्गर को आखिरी मैच में एक विशेष गिफ्ट दिया है। दोनों ने एल्गर को साइन की हुई एक खास जर्सी गिफ्ट की। मैच के बाद कोहली एल्गर के पास गए और उन्होंने अपनी साइन की हुई जर्सी एल्गर

को गिफ्ट की। जैसे ही कैमरामैन इस पल को कैमरे में कैद करने के लिए गए दोनों खिलाड़ी एक दूसरे से बात करने लग गए। एक तरफ विराट ने एल्गर के फेयरवेल को खास बनाने की कोशिश की तो वहीं, रोहित ने भी खिलाड़ी को एक खास गिफ्ट दिया। रोहित ने एल्गर को भारतीय टीम के सभी खिलाड़ियों द्वारा साइन की हुई जर्सी गिफ्ट की और इस पर एक मैसेज भी लिखा था कि प्रिय डीनो, आगे आने वाली सभी चीजों के लिए शुभकामनाएं। सभी खिलाड़ियों ने एल्गर के आखिरी टेस्ट को खास बनाने की कोशिश की।

इससे पहले रोहित शर्मा ने दक्षिण अफ्रीका की पारी के दौरान डीन एल्गर का विकेट गिरने पर टीम को जश्न मनाने से मना किया। दरअसल जब दूसरी पारी में एल्गर का विकेट गिरा तो सभी खिलाड़ी बल्लेबाज के आउट होने की खुशी मनाने लगे, लेकिन खिलाड़ी को ऐसा करने से रोका। उन्होंने एल्गर को गले लगाकर उन्हें पवेलियन से विदा किया।

जोश हेजलवुड ने पाकिस्तानी बल्लेबाजों पर बरपाया कहर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। ऑस्ट्रेलिया और पाकिस्तान के बीच सिडनी क्रिकेट ग्राउंड पर खेले जा रहे तीसरे टेस्ट मैच का तीसरा दिन खत्म हो गया है। तीसरा दिन पूरी तरह से ऑस्ट्रेलियाई गेंदबाजों के नाम रहा।

तीसरे दिन ऑस्ट्रेलिया की ओर से लाबुशेन और स्मिथ ने पारी की शुरुआत की और तीसरे विकेट के लिए 79 रन जोड़े। ऐसे में पारी के 187 रन पर स्मिथ पवेलियन लौटे। लाबुशेन ने 40.82 के स्ट्राइक रेट से 147 गेंदों में 6 चौके लगाकर 60 रन की अर्धशतकीय पारी खेली।

इसके साथ ही मिचेल मार्श ने भी 113 गेंदों में 6 चौके

■लाबुशेन और स्मिथ की पारी से हुई दिन की शुरुआत

लगाकर 54 रन की अर्धशतकीय पारी खेली। मार्श और एलेक्स कैरी ने छठे विकेट के लिए 84 रन की साझेदारी की। ऑस्ट्रेलिया ने पहली पारी में 299 रन बनाए। हालांकि पाकिस्तान ने पहली पारी में 313 रन बनाए थे।

पाकिस्तान की दूसरे पारी में शुरुआत खराब रही और अब्दुल्ला शफीक 1 रन पर अपना विकेट गंवा बैठे। शान मसूद भी दूसरे ओवर में पवेलियन लौट गए। इसके बाद बाबर और आयूब ने पारी संभाला। दोनों ने तीसरे विकेट के लिए 58 रन जोड़े, लेकिन ऑस्ट्रेलियाई गेंदबाजों के आगे ज्यादा देर वह भी टिक नहीं पाए। पाकिस्तान के तीन बल्लेबाज 0 पर पवेलियन लौट गए। अगर ऑस्ट्रेलियाई गेंदबाजी की बात करें तो जोश हेजलवुड ने शानदार 4 विकेट अपने नाम किए। उन्होंने 5 ओवर में 9 रन देकर अब तक 4 विकेट चटकाए हैं। इसके अलावा मिचेल स्टार्क, नाथन लियोन और ट्रेविस हेड ने एक–एक विकेट अपने नाम किए।

फील्डर की टोपी से रुकी बॉल, फिर भी नहीं लगी पेनल्टी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) सिडनी। पाकिस्तान की टीम ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ सिडनी में टेस्ट मैच खेल रही है। मैच के तीसरे दिन पाकिस्तान के सईम अयूब चोटिल होने से बाल–बाल बच गए। ऑस्ट्रेलिया के स्टीव स्मिथ ने गेंद को मिड ऑफ के ऊपर से खेला। यह ठीक से बल्ले पर नहीं आई और अयूब इसे पकड़ने के लिए पीछे भागे। उन्होंने डाइम मारी लेकिन इस दौरान उनका घुटना जमीन में फंस गया। हालांकि वह चोटिल नहीं हुए। स्टीव स्मिथ का शॉट डाइव मारने के दौरान सईम अयूब को कैप में फंसकर रूक गई। इसके बाद भी ऑस्ट्रेलिया टीम को पेनल्टी नहीं मिली। क्रिकेट के नियम के अनुसार यदि खेल के दौरान गेंद फील्डर के किसी कपड़े, उपकरण या किसी अन्य वस्तु के संपर्क में आती है जो गलती से फील्डर के पास से गिर गई हो तो इसे अवैध फील्डिंग माना जाता है। ऐसे में बल्लेबाजी टीम को पेनल्टी के रूप में 5 रन मिलते हैं। सईम अयूब की टोपी में लगने के बाद भी ऑस्ट्रेलिया को पेनल्टी रन नहीं मिले।

न्यूज डायरी

भारत ने केपटाउन टेस्ट जीतकर डब्ल्यूटीसी पॉइंट्स टेबल में पहना नंबर 1 का ताज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। आईसीसी वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप 2023–25 की शुरुआत हो गई है। यह टूर्नामेंट का तीसरा चक्र है। पहले को न्यूजीलैंड और दूसरे को ऑस्ट्रेलिया ने अपने नाम किया था। अंत में टॉप–2 पर रहने वाले टीमों के बीच फाइनल मुकाबला खेला जाता है। एशेज 2023 से टेस्ट चैंपियनशिप के इस चक्र की शुरुआत हुई है। भारतीय टीम ने टेस्ट चैंपियनशिप के इस चक्र की अपनी पहली सीरीज 1–0 से जीती। वहीं पाकिस्तान ने श्रीलंका को अपनी पहली सीरीज में 2–0 से क्लीन स्वीप कर दिया है। भारतीय टीम अपनी दूसरी सीरीज का पहला मैच साउथ अफ्रीका के खिलाफ पारी और 32 रनों से हार गई है। पाकिस्तान की टीम ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ दूसरा टेस्ट भी हार गई है। मैच जीतने पर 12 अंक दिए जाएंगे। मैच टाई होने पर 6, ड्रॉ होने पर 4 और हारने पर कोई अंक नहीं मिलेगा। वहीं पर्सेंटेज ऑफ पॉइंट्स की बात करें तो जीतने पर 100, टाई पर 50, ड्रॉ रहने पर 33.33 और हारने पर कोई पॉइंट्स नहीं मिलेगा। टीमों को पर्सेंटेज ऑफ पॉइंट्स के आधार पर तय किया जाएगा।

कोहली ने तोड़ा चेतेश्वर पुजारा का रिकॉर्ड, अब अजिंक्य रहाणे को भी छोड़ेंगे पीछे?

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टीम को साउथ अफ्रीका के खिलाफ दूसरे टेस्ट में जीत मिल गई है। मैच के दूसरे ही दिन टीम इंडिया ने मुकाबले को 7 विकेट से अपने नाम कर लिया। केपटाउन के मुश्किल विकेट पर बल्लेबाजी काफी मुश्किल थी। तेज गेंदबाजों ने इसका जमकर फायदा उठाया और यह मुकाबला अब तक का सबसे जल्दी खत्म होने वाला टेस्ट भी बन गया। भारत की इस जीत के साथ ही विराट कोहली के नाम भी बड़ा कारनामा दर्ज हो गया। विराट कोहली की विदेश में खेले गए टेस्ट में 15वीं टेस्ट जीत है। विराट ने 2011 में भारत के लिए पहला टेस्ट खेला था। वह विदेश में 15 ऐसे टेस्ट में प्लेइंग इलेवन का हिस्सा रहे हैं, जिसमें भारतीय टीम को जीत मिली है। विराट कोहली ने 2011 में भारत के लिए टेस्ट डेब्यू किया था। उन्होंने अपना पहला टेस्ट वेस्टइंडीज में ही खेला था। उसमें भारतीय टीम को जीत मिली थी। पुजारा ने विराट से पहले डेब्यू किया था और विदेश में उनकी पहली जीत 2010 में साउथ अफ्रीका के डरबन में आई थी। भारत के लिए विदेशी धरती पर सबसे ज्यादा टेस्ट जीतने के मामले में विराट कोहली अब अजिंक्य रहाणे के बराबर पहुंच गए हैं। अजिंक्य रहाणे भी 15 जीत में प्लेइंग इलेवन का हिस्सा रहे हैं। लेकिन अब टीम से बाहर चल रहे हैं। पुजारा भी टीम का हिस्सा नहीं हैं। ऐसे में विराट कोहली के पास उनका रिकॉर्ड तोड़ने का मौका है। साल के अंत में भारतीय टीम ऑस्ट्रेलिया के दौरे पर जाएगी। वहां विराट के पास रहाणे से आगे निकले का मौका होगा।

सिराज तड़काने लगे हिंदी, जसप्रीत बुमराह ने ट्रांसलेशन में कर दिया खेल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) केपटाउन। केपटाउन के न्यूलैंड्स में दूसरे मैच में जीतने के बाद मोहम्मद सिराज और जसप्रीत बुमराह का पोस्ट प्रेजेंटेशन में भी ब्रोमांस देखने को मिला। मैच के बाद दोनों पेसर पोडियम पर थे और सवालों के जवाब दे रहे थे। इस दौरान सिराज ने अपनी बात हिंदी में कही और साथ ही जसप्रीत बुमराह की तारीफ की। उन्होंने जस्सी भाई को अपनी सफलता का श्रेय भी दिया, लेकिन बुमराह ने ट्रांसलेट करने के दौरान सिराज के क्रेडिट वाली लाइन को एडिट करते हुए कहा कि हम दोनों मिलकर प्लान बनाते हैं। बुमराह की इस विनम्रता की काफी तारीफ हो रही है। दरअसल, बुमराह गेंदबाज मोहम्मद सिराज के लिए ट्रांसलेटर के रूप में काम कर रहे थे, जब मोहम्मद सिराज ने गेंदबाजी के दौरान उनकी मदद करने का श्रेय बुमराह को दिया। इसका अंग्रेजी में अनुवाद करते हुए बुमराह ने जोड़ी और टीम मैनेजमेंट के अनुभव को श्रेय दिया। सिराज ने कहा– जस्सी भाई हमेशा जब स्टार्ट करते हैं तो मैसेज मिलता है कि क्या विकेट पर लाइन या लेंथ बेहतर है। वो मैसेज मिलने से मुझे ज्यादा सोचने की जरूरत नहीं रहती है, बस कंसिस्टेंट वो चीज पे काम करेंगे तो सक्सेस मिलेगी। वह सामने होते हैं तो काफी फायदा होता है। जब वह दूसरे छोर पर होते हैं, तो अच्छा लगता है।

पेज थ्री देहरादून

देहरादून, शनिवार, 6 जनवरी 2024

हमारा दून

योजनाओं की वित्तीय प्रगति की समीक्षा करते हुए मुख्य विकास अधिकारी।

संक्षिप्त समाचार

पीएमएचएस के चुनाव कार्यक्रम का ऐलान

संवाददाता देहरादून। प्रांतीय चिकित्सा स्वास्थ्य सेवा संघ के चुनाव कार्यक्रम का ऐलान कर दिया गया है। 25 जनवरी से नामांकन की प्रक्रिया शुरू कर दी जाएगी। छह से आठ फरवरी के बीच ई वोटिंग की प्रक्रिया शुरू होगी। संघ की बैठक में चुनाव कार्यक्रम फाइनल किया गया। 25 जनवरी से नामांकन शुरू कर दो फरवरी तक संपन्न होंगे। पांच फरवरी तक नाम वापस लिए जा सकेंगे। चुनाव ऑनलाइन होंगे। इसका जिम्मा सहायक चुनाव अधिकारी डा. दैवज्ञ शर्मा और डा. सुरभि सिंह की रहेगी। वोटर छह फरवरी से आठ फरवरी के बीच ऑनलाइन वोटिंग कर सकेंगे। आठ फरवरी को ही परिणाम जारी कर दिया जाएगा।

आम बगीचे से अवैध तरीके से 50 पेड़ काटने के आरोपियों पर मुकदमा

संवाददाता देहरादून। आम के बागान के अवैध कटान मामले में चार आरोपियों के खिलाफ पटेलनगर थाना पुलिस ने मुकदमा दर्ज किया है। आरोपियों ने मिलकर प्रेमनगर के पौंधा क्षेत्र में कुल पचास पेड़ कटावा दिए। एसओ प्रेमनगर पीडी भट्ट ने बताया कि उद्यान सचल दल केंद्र सहसपुर के प्रभारी जेडी वर्मा ने तहरीर दी। बताया कि पौंधा में सचल दल ने निरीक्षण किया। इस दौरान पाया कि यहां स्थित एक आम के बागान से अवैध तरीके से 50 हरे पेड़ कटवा दिए गए।

ग्राम स्वास्थ्य समितियां होंगी सक्रियः धन सिंह

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड की ग्राम स्वास्थ्य और स्वच्छता समितियों को दोबारा सक्रिय किया जाएगा। स्वास्थ्य मंत्री डा. धन सिंह रावत ने स्वास्थ्य विभाग की समीक्षा करते हुए कहा कि ग्राम स्तर पर लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध हो सके, इसके लिए इन समितियों को सक्रिय किया जाएगा। लम्बे समय से निष्क्रिय पड़ी इन समितियों को सक्रिय करने की जिम्मेदारी मुख्य चिकित्साधिकारियों को दी गई है। इसके लिए हर तीन महीने में ग्राम प्रधान की अध्यक्षता में समितियों की नियमित बैठकें होंगी। इन बैठकों में स्वास्थ्य विभाग के अफर और जनप्रतिनिधि भी मौजूद रहेंगे।

रायपुर बी, गोरखा वॉरियर्स क्वार्टर फाइनल में

संवाददाता देहरादून। 54वें अमर शहीद खड़क बहादुर बिष्ट मेमोरियल फुटबॉल टूर्नामेंट में रायपुर बी ने नवादा इलेवन को 3–1 से हराकर क्वार्टर फाइनल में प्रवेश कर लिया। दूसरे मैच 5/1 गोरखा वॉरियर्स ने एंजॉय एफसी को 4–0 से हराकर अंतिम आठ में जगह बनाई। एसजीआरआर इंटर कॉलेज नेहरूग्राम में चल रहे टूर्नामेंट में शुक्रवार को रायपुर बी और नवादा इलेवन के बीच पहला प्री क्वार्टर फाइनल खेला गया।

पर्वतीय क्षेत्रों में पुराने वाहनों के स्थान पर नये वाहनों की हो व्यवस्था

निर्देश

■ सीएम ने की परिवहन विभाग की समीक्षा, यातायात नियमों के प्रति जन जागरूकता के दिये निर्देश

■ राज्य के प्रमुख स्थलों से अयोध्या के लिये संचालित की जाए बसें

संवाददाता

देहरादून। बस स्टेशनों को स्वच्छ और आधुनिक सुख–सुविधाओं से युक्त बनाया जाए। दुर्घटना संभावित क्षेत्रों में क्रैश बैरियर और सड़कों के किनारे वृक्षारोपण किये जाएं। दुर्घटनाओं को रोकने के लिए वाहनों की फिटनेस टेस्टिंग का विशेष ध्यान रखा जाए। वाहन चालकों के प्रशिक्षण और मेडिकल की भी समुचित व्यवस्था की जाए। यातायात नियमों के प्रति लोगों को निरन्तर जागरूक किया जाए। रोडवेज की बसों के माध्यम से सरकार की महत्वपूर्ण योजनाओं का प्रचार भी किया जाए। जन सुरक्षा की दृष्टि से पर्वतीय क्षेत्रों में पुराने वाहनों की जगह पर नये वाहनों की व्यवस्था की जाए। यह निर्देश मुख्यमंत्री ने शुक्रवार को सचिवालय में परिवहन विभाग की समीक्षा के दौरान अधिकारियों को दिये।

बैठक में जानकारी दी गई कि उत्तराखण्ड परिवहन निगम की स्थिति में पिछले दो वित्तीय वर्ष में लगातार सुधार आया है। वित्तीय वर्ष 2022–23 में निगम को 29.06 करोड़ रूपये का फायदा हुआ, जबकि इस वित्तीय वर्ष में अभी तक 27 करोड़ रूपये का फायदा हुआ है। परिवहन विभाग के राजस्व प्राप्ति में भी पिछले दो वित्तीय वर्ष में लगातार वृद्धि हुई है। 2021–22 में 20.86 प्रतिशत और 2022–23 में 34.52 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। इस वित्तीय वर्ष में भी अभी तक गत वर्ष की तुलना में 11.20 प्रतिशत की वृद्धि हो चुकी है। परिवहन विभाग में ऑनलाईन सुविधाएं बढ़ने से प्रर्वतन संबंधी कार्यवाही में भी तेजी आई है। उत्तरकाशी और पिथौरागढ़ में व्हीकल टेस्टिंग सेंटर के निर्माण के लिए धनराशि अवमुक्त की जा चुकी है। अल्मोड़ा में आईएसबीटी का निर्माण कार्य पूर्ण होने वाला है। परिवहन विभाग द्वारा 58 सेवाएं ऑनलाईन दी जा रही हैं। लाइसेंस संबंधी सभी सेवाएं ऑनलाइन की गई है। पंजीयन से संबंधित 20 सेवाएं और परमिट से संबंधित 08 सेवाएं ऑनलाईन दी जा रही हैं।

प्रवर्तन कार्यों को सुदृढ़ करने के लिए राज्य में 10 चिन्हित स्थानों पर ए.एन.पी.आर कैमरे लगाये गये हैं, जबकि 17 स्थानों पर और लगाये जा रहे हैं। 09 इन्टरसेप्टर वाहनों और 30 बाईक स्क्वैड की तैनाती की गई है। सड़क सुरक्षा की दृष्टि से 66811 वाहनों में व्हीकल लोकेशन ट्रैकिंग डिवाइस लगाये गये हैं। 2023 में 35515 वाहनों पर वी.एल.टी.डी स्थापित किये गये हैं। परिवहन विभाग द्वारा देहरादून, ऋषिकेश, हरिद्वार एवं कोटद्वार में ऑटोमेटिड ड्राइविंग टेस्ट ट्रैक बनाया गया है। जबकि काशीपुर, अल्मोड़ा , उत्तरकाशी, पिथौरागढ़, रूड़की हल्द्वानी और रामनगर में ऑटोमेटिड ड्राइविंग टेस्ट ट्रैक की कार्यवाही गतिमान है। इन्वेस्टर समिट में परिवहन विभाग के साथ 3513 करोड़ के 22 एम.ओ.यू हुए हैं। जिन्हें उच्च मध्यम और निम्न प्राथमिकता के साथ चिन्हित कर धरातल पर उतारने की कार्यवाही की जा रही है।

बस स्टेशनों पर यात्रियों के लिये की जाय बेहतर व्यवस्था

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड में श्रद्धालुओं और पर्यटकों की संख्या में हर साल तेजी से वृद्धि हो रही। राज्य में जो भी नये बस स्टेशन बनाये जा रहे हैं, उनमें यात्रियों की सुविधा के दृष्टिगत व्यवस्थाओं को और सुदृढ़ बनाया जाए। सभी बस स्टेशनों पर स्वच्छता, पेयजल और अन्य मूलभूत सुविधाओं पर विशेष ध्यान दिया जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि अयोध्या के लिए देहरूदन, हल्द्वानी और हरिद्वार से बस सेवा को संचालित किया जाए। यह सुनिश्चित किया जाए कि वाहनों पर नम्बर प्लेट स्पष्ट दिखे, नम्बर प्लेट से छेड़खानी करने वालों पर सख्त कारवाई भी की जाए।

निराश्रित गौंवश को गौशाला में शिफ्ट करने के निर्देश

बैठक

■ जिलाधिकारी ने की जनपदीय पशुक्रूरता निवारण समिति की बैठक

संवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी श्रीमती सोनिका की अध्यक्षता में ऋषिपर्णा सभागार कलैक्ट्रेट में जनपदीय पशुक्रूरता निवारण समिति की बैठक आयोजित की गई।

जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि निराश्रित गौंवश को गौशाला में शिफ्ट करते हुए इसकी नियमित सूचना उपलब्ध कराई जाए। साथ ही निर्देशित किया शीतलहर में घूमन्तू पशुओं को ढंड से बचाने हेतु ऐसे पशुओं को नजदीकी गौशाला में भेजा जाए। गौ सदनों के संचालकों द्वारा अस्थायी गौ शरणालय बनाए जाने के अनुरोध पर जिलाधिकारी ने मुख्य पशु चिकित्सा अधिकारी को प्रस्ताव भेजनें को कहा। तिमली अवस्थित गौशाला में विद्युत एवं पानी की व्यवस्था किये जाने के अनुरोध पर मुख्य पशु चिकित्साधिकारी को सम्बन्धित विभागों के साथ संयुक्त निरीक्षण करते हुए करते हुए रिपोर्ट प्रस्तुत करने को निर्देशित किया। मुख्य पशु चिकित्साधिकारी ने बताया कि छरबा एवं प्रेमनगर में गौ सदन का कार्य गतिमान हैं जो अगले माह तक पूर्ण हो जाएगा तथा विकासखण्ड स्तर पर गौ सदन हेतु स्थल चयनित कर लिए गए है। आवारा पशुओं पर चिप लगाये जाने के कार्य की जानकारी लेने पर नगर निगम के अधिकारियों द्वारा अवगत कराया गया कि चिप लगाने की फाईल चलाई गई है। डॉग ब्रीडर्स/पैट शॉप के पंजीकरण पर चर्चा हुई।

बैठक में मुख्य विकास अधिकारी सुश्री झरना कमठान, पुलिस अधीक्षक क्राइम मिथलेश सिंह, मुख्य पशु चिकित्साधिकारी डॉ विद्याधर कापड़ी, उप प्रभागीय वनाधिकारी अनिल सिंह रावत, खाद्य सुरक्षा अधिकारी पी.सी जोशी, शिव आनंद आश्रम से स्वामी अचितानंद, एसपीसीए के सदस्य मंयक रावत, अमित कुमार, कुनाल ग्रोवर सहित सम्बन्धित विभागों अधिकारी एवं संस्थाओं के प्रतिनिधि उपस्थित रहे।

मुख्य विकास अधिकारी ने योजनाओं की वित्तीय प्रगति की समीक्षा

संवाददाता देहरादून। मुख्य विकास अधिकारी सुश्री झरना कमठान की अध्यक्षता में विकासनभवन सभागार में जिला योजना/राज्य सेक्टर/केन्द्रपोषित एवं वाह्य सहायतित योजनाओं की वित्तीय प्रगति की समीक्षा की गई। बीस सूत्रीय कार्यक्रम में माह अप्रैल से माह अक्टूबर 2023 तक 91.92 प्रतिशत् प्रगति के साथ राज्य में प्रथम स्थान पर रहने पर मुख्य विकास अधिकारी ने सम्बन्धित विभागों की प्रशंसा करते हुए प्रथम स्थान पर बने रहने की दिशा में कार्य करने के निर्देश दिए। तथा 30 सूत्रीय कार्यक्रम में राज्य में 2 स्थान पर रहने पर प्रशसां करते हुए प्रथम स्थान जाने हेतु प्रयास करने के निर्देश दिए। मुख्य विकास अधिकारी ने योजनाओं शत् प्रतिशत् रहने वाले विभागों की प्रसंशा करते हुए अन्य विभागों को भी प्रगति को शत्प्रतिशत् बढाने के निर्देश दिए। मुख्य विकास अधिकारी ने अन्य विभागों को भी जनवरी तक शतप्रतिशत प्रगति बढाने के निर्देश दिए।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के प्रिटर्स,74/9,आराघर,देहरादून
से मुद्रित
व जाखन जोहड़ी रोड,
पी.ओ–राजपुर, देहरादून से प्रकाशित।
संपादकः प्रदीप चौधरी

सिटी कार्यालयः
शिवम् मार्केट, द्वितीय तल
दर्शनलाल चौक, देहरादून।

(M) 9319700701
pagethreedaily@gmail.com
आर.एन.आई.नं0
UTTHIN\2005\15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून ही मान्य होगा।