देहरादून,पौड़ी-गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित | www.page3news.in | नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 164 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार-प्रवाह...
भागीदारी का मुद्दा

देहरादून, गुरूवार, 3 अक्टूबर 2024

पेज श्री

मौसम अधिकतम 31.0° न्यूनतम 21.0°

79924.77

2 भारत के दुश्मन से दोस्ती बढ़ा रहा रूस

7 कोहली ने टॉप-10 में की जोरदार वापसी

शहीदों के बलिदान से हमें प्राप्त हुआ उत्तराखंड: सीएम

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने शहीद स्थल रामपुर तिराहा, मुजफ्फरनगर में राज्य आंदोलनकारी शहीदों को दी श्रद्धांजलि

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने बुधवार को शहीद स्थल रामपुर तिराहा, मुजफ्फरनगर, (उ.प्र.) में उत्तराखण्ड राज्य आंदोलनकारी शहीदों की पुण्य स्मृति में आयोजित कार्यक्रम में प्रतिभाग करते हुए शहीद स्मारक में पुष्पांजलि अर्पित कर शहीदों को श्रद्धांजलि दी। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने रामपुर तिराहा गोलीकांड में शहीद हुए प्रत्येक राज्य आंदोलनकारी की याद में शहीद स्थल रामपुर में उनकी प्रतिमा लगाए जाने की घोषणा की। मुख्यमंत्री ने शहीद स्थल के लिये भूमि दान करने वाले दिवंगत महावीर शर्मा की प्रतिमा का भी शिलान्यास किया।

मुख्यमंत्री धामी ने शहीद राज्य आंदोलनकारियों को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा कि शहीदों के बलिदान एवं परिश्रम से हमें उत्तराखंड राज्य प्राप्त हुआ है। पृथक उत्तराखंड राज्य के लिए चलाए गए आंदोलन के दौरान आंदोलनकारियों को अनेकों यातनाओं और अत्याचारों को सहना पड़ा था। 2 अक्टूबर 1994 को रामपुर तिराहे पर घटित हुए गोली कांड राज्य आंदोलन का सबसे क्रूर और गहरा जख्म देने वाला अध्याय रहा। शांतिपूर्ण तरीके से आंदोलन करने जा रहे आंदोलनकारियों पर हुए अत्याचारों से मिले घावों को कोई भी उत्तराखंडवासी भुला नहीं सकता।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखंड राज्य के निर्माण और बेहतर भविष्य के लिए आंदोलनकारियों ने अपना वर्तमान बलिदान कर दिया था। उत्तराखण्ड की जनता सदैव इन वीरों की ऋणी रहेगी। उन्होंने कहा राज्य निर्माण आंदोलन में राज्य की महिलाओं ने बढ़ चढ़कर भाग लिया, राज्य की महिलाएं कभी अत्याचारों के आगे नहीं झुकी। जिस राज्य के निर्माण के लिए हमारे आंदोलनकारियों ने अपना सर्वस्व न्यौछावर किए। राज्य सरकार उस उत्तराखंड को देश का सर्वश्रेष्ठ राज्य बनाने हेतु रात दिन कार्यरत है।

सीएम ने कहा कि राज्य सरकार शहीद आंदोलनकारियों के आदर्शों और उनके सपनों को साकार करने के लिए हर संभव प्रयास कर रही है। उत्तराखंड में विभिन्न योजनाओं के जरिए अंतिम छोर पर खड़े व्यक्ति तक विकास की धारा पहुंचाने के प्रयास जारी हैं।

उत्तराखंड में सख्त भू-कानून लाने की तैयारी कर रही है राज्य सरकार

मुख्यमंत्री ने कहा कि पृथक राज्य की परिकल्पना में हमारे प्रदेश की डेमोग्राफी को संरक्षित रखने की चिंता भी शामिल थी। राज्य सरकार देवभूमि उत्तराखंड की डेमोग्राफी को संरक्षित रखने हेतु प्रतिबद्धता के साथ कार्य कर रही है। डेमोग्राफी को संरक्षित करने का दायित्व हर किसी को निभाना है। मुख्यमंत्री ने कहा राज्य में सख्त धर्मांतरण रोधी कानून लागू किया गया है। सरकारी भूमि से अतिक्रमण को हटाने का कार्य जारी है। राज्य में देश का सबसे कड़ा नकल विरोधी कानून और दंगा रोधी कानून भी लागू किया है। उन्होंने कहा राज्य सरकार बहुत जल्द उत्तराखंड में सख्त भू-कानून को लाने की तैयारी कर रही है। जिसके लिए सभी स्टेकहोल्डर, विशेषज्ञों, आंदोलनकारियों से विचार विमर्श किया जा रहा है।

वीर सपूतों की बदौलत हमें राज्य मिलाः डॉ.रमेश पोखरियाल निशंक

पूर्व मुख्यमंत्री डॉ.रमेश पोखरियाल निशंक ने शहीद राज्य आंदोलनकारियों को नमन करते हुए कहा कि वीर सपूतों की बदौलत हमें राज्य मिला है। उन्होंने कहा रामपुर तिराहा कांड सत्य और अहिंसा की कड़ियों से जुड़ा हुआ है। उत्तराखंड की महिलाओं ने इस आंदोलन में सक्रिय भूमिका निभाई। उन्होंने कहा सन 2000 में तीन राज्यों का गठन हुआ था। जिसमें उत्तराखंड राज्य विकास के क्षेत्र में सबसे आगे है। केंद्र एवं राज्य सरकार के प्रयासों से राज्य निरंतर नई ऊंचाइयों को छू रहा है। उन्होंने कहा जब तक हम आंदोलनकारियों के सपनों का उत्तराखंड नहीं बना लेते, तब तक चैन से नहीं बैठेंगे।

संक्षिप्त समाचार

सीएम नें महात्मा गांधी तथा लाल बहादुर शास्त्री को दी श्रद्धांजलि

संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने राष्ट्रपिता महात्मा गांधी और पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री की जयंती के अवसर पर बुधवार को मुख्यमंत्री आवास में उनके चित्र पर श्रद्धा सुमन अर्पित कर श्रद्धांजलि दी।

मुख्यमंत्री सौर स्वरोजगार योजना के प्रति भी तेजी से बढ़ रही लोगों की रुचि

संवाददाता देहरादून। सचिव डॉ. आर मीनाक्षी सुंदरम ने बताया है कि मुख्यमंत्री सौर स्वरोजगार योजना की गाइडलाइन में संशोधन के बाद इस योजना के प्रति लोगों की तेजी से रूचि बढ़ी। अभी इस योजना के तहत 174 मेगावाट की परियोजनाओं पर कार्य गतिमान हैं। इस योजना के तहत टिहरी, उत्तरकाशी और चम्पावत जिला में काफी अच्छा कार्य हो रहा है। सचिव ने कहा कि पीएम सूर्य घर योजना के तहत राज्य में आवेदनों के डिस्पोजल रेट के हिसाब से उत्तराखण्ड देश में पहले नम्बर पर है।

आदिवासियों के विकास के लिए गांधी का विजन हमारी पूंजी: पीएम

पीएम ने किया हजारीबाग में विकास परियोजनाओं का शिलान्यास और शुभारंभ

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

झारखण्ड। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बुधवार को झारखंड के हजारीबाग में विभिन्न विकास परियोजनाओं का शिलान्यास और शुभारंभ किया। इसके साथ ही अपने संबोधन में प्रधानमंत्री ने कहा कि ये योजनाएं आदिवासी समाज के कल्याण और उत्थान से जुड़ी हैं। उन्होंने कहा कि धरती आबा जनजातीय ग्राम उत्कर्ष अभियान से पांच करोड़ आदिवासियों को लाभ मिलेगा। उन्होंने कहा, आज मुझे एक बार फिर झारखंड की विकास यात्रा में सहभागी बनने का सौभाग्य मिल रहा है। कुछ ही दिन पहले मैं जमशेदपुर आया था। जमशेदपुर से मैंने झारखंड के लिए सैकड़ों करोड़ की विकास परियोजनाओं का शुभारंभ किया था। झारखंड के हजारों गरीबों को पीएम आवास योजना के तहत अपना पक्का घर मिला था और अब कुछ ही दिनों के भीतर आज झारखंड में 80 हजार करोड़ रुपये से ज्यादा की विकास परियोजनाओं का शिलान्यास और लोकार्पण हुआ है। ये योजनाएं आदिवासी समाज के कल्याण और उत्थान से जुड़ी हैं।

पीएम मोदी ने आगे कहा, पूज्य बापू की जन्म जयंती है। आदिवासी विकास के लिए उनका विजन, उनके विचार हमारी पूंजी है। गांधी जी का मानना था कि भारत का विकास तभी हो सकता है, जब जनजातीय समाज का तेज विकास हो। मुझे संतोष है कि आज हमारी सरकार आदिवासी उत्थान पर सबसे ज्यादा ध्यान दे रही है। अभी मैंने यहां धरती आबा जनजातीय ग्राम उत्कर्ष अभियान कार्यक्रम का शुभारंभ किया है। इस योजना पर करीब 80 हजार करोड़ रुपये खर्च किए जाएंगे।

हिंदुओं और आदिवासियों की घट रही आबादी

प्रधानमंत्री ने आगाह करते हुए कहा कि झारखंड में हिंदुओं और आदिवासियों की आबादी घट रही है। उन्होंने झामुमो के नेतृत्व वाली गठबंधन सरकार पर राज्य की पहचान, संस्कृति और विरासत की कीमत पर घुसपैठियों का समर्थन कर वोट बैंक की राजनीति में शामिल होने का आरोप लगाया। उन्होंने जोर देकर कहा कि अब माटी, बेटी, रोटी की रक्षा के लिए ऐसी ताकतों को बाहर फेंकने का समय आ गया है।

भारत ने कहा-ईरान की यात्रा से बचें नागरिक

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

तेहरान। इजरायल पर हमले के बाद अब ईरान में खौफ का माहौल है। ईरान ने अपने हवाई क्षेत्र को बंद करने का एलान किया है। इसी के साथ सभी फ्लाइट्स को भी रद्द कर दिया गया है। ईरान की तस्नीम समाचार एजेंसी के मुताबिक ईरान ने सभी उड़ानों को स्थानीय समयानुसार आज सुबह पांच बजे तक रद्द करने की घोषणा की है।

मंगलवार की रात ईरान ने इजरायल पर 181 बैलेस्टिक मिसाइलों से हमला किया था। इस दौरान इजरायल ने अपने हवाई क्षेत्र को एक घंटे और बेन गुरियन हवाई अड्डे को कुछ समय के लिए बंद किया था। रिपोर्ट के मुताबिक सुरक्षा कारणों से जॉर्डन और इराक ने भी अपने हवाई क्षेत्र को अस्थायी रूप से बंद करने का फैसला किया है। सभी उड़ानों को अगले आदेश तक निलंबित किया गया है।

भारतीय विदेश मंत्रालय ने ईरान में रहने वाले अपने नागरिकों के लिए एडवाइजरी जारी की है। विदेश मंत्रालय ने कहा कि ईरान में रहने वाले भारतीय सतर्क रहें। मंत्रालय ने लोगों को ईरान की यात्रा न करने की सलाह भी दी। वहीं तेहरान स्थित भारतीय दूतावास के संपर्क में रहने को कहा है।

अलर्ट

■खौफजदा ईरान ने बंद किया अपना एयर स्पेस

ईरान ने क्यों किया हमला?

ईरान ने इजरायल पर ताजे हमले को हमास और हिजबुल्लाह के खिलाफ की गई कार्रवाई का बदला बताया है। 27 सितंबर को इजरायल ने लेबनान की राजधानी बेरुत में हिजबुल्लाह के सरगना नसरल्लाह को मारा था। ईरान की राजधानी तेहरान में हमास प्रमुख इस्माइल हानिया को ढेर किया था। ईरान ने अप्रैल महीने में इजरायल पर 200 से अधिक ड्रोन और मिसाइलों से हमला किया था।

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

गुमनाम विरासतों को किया जाएगा पुनर्जीवित: डीएम

संवाददाता

देहरादून। प्राकृतिक सौंदर्य के बीच जिलाधिकारी सविन बंसल ने ऐतिहासिक महत्वपूर्ण विरासत स्थल पर बुद्धिजीवियों, समाजसेवियों, पर्यावरण विशेषज्ञों और विरासत विशेषज्ञों सहित युवाओं के बीच जन संवाद के माध्यम से स्वच्छता तथा जल संरक्षण का संकल्प लेते हुए सभी स्वतंत्रता सेनानियों को श्रद्धांजलि अर्पित की, जिन्होंने इस स्थान पर 'नून' से नमक आन्दोलन का नेतृत्व किया था। विगत दिनों से जिलाधिकारी युवाओं और सामाजिक संगठनों के साथ ऐतिहासिक प्राकृतिक जल स्रोतों को चिन्हित करते हुए उनकी स्वच्छता और संरक्षण का कार्य भी कर रहे हैं। गांधी जयंती के अवसर पर ''खारा खेत'' में इस कार्यक्रम का आयोजन इन उद्देश्यों की पूर्ति को और अधिक विस्तार देगा, ऐसा मेरा मानना है।

डीएम ने कहा कि स्वच्छता जल संरक्षण ऐतिहासिक स्थलों का संवर्धन एवं संरक्षण आर्थिक प्रगति के साथ-साथ इनको भी संरक्षित रखना एक महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है। गुमनाम विरासतों को किया जाएगा पुनर्जीवित।

■हरियाणा के सिरसा में अरविंद केजरीवाल ने किया रोड शो

न्यूज डायरी

भारत के दुश्मन से दोस्ती बढ़ा रहा रूस, पाकिस्तान से किया व्यापार समझौता

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) मॉस्को। पाकिस्तान–रूस व्यापार और निवेश फोरम का उद्घाटन रूसी राजधानी मॉस्को में हुआ। दोनों देशों के बीच आर्थिक संबंधों को मजबूत करने में यह महत्वपूर्ण है। इस फोरम में 60 सदस्यों वाला पाकिस्तानी व्यापार प्रतिनिधिमंडल था। पाकिस्तान के निजीकरण, निवेश और संचार बोर्ड के केंद्रीय मंत्री अब्दुल अलीम खान ने इसका नेतृत्व किया। इस मीटिंग के दौरान समझौता ज्ञापन यानी डवन पर हस्ताक्षर किया गया, जिसे पाकिस्तानी मीडिया एक ऐतिहासिक डील बता रहा है। हालांकि इस डवन पर हस्ताक्षर कर रूस ने पाकिस्तानी पीएम शहबाज की एक मुराद पूरी कर दी है। रूस में पाकिस्तान के राजदूत मोहम्मद खालिद जमाली और रूसी उद्योग और व्यापार उप मंत्री, एलेक्सी ग्रुजदेव ने फोरम का उद्घाटन किया। इसमें परिवहन मंत्री के सलाहकार एवगेनी फिडचुक सहित अन्य वरिष्ठ रूसी अधिकारी भी शामिल थे। इस दौरान दोनों देशों के बीच वस्तु विनिमय व्यापार को लेकर डवन पर हस्ताक्षर हुआ। वस्तु विनिमय के तहत हम एक सामान देकर दूसरा सामान खरीदते हैं। विदेशी मुद्रा भंडार की कमी और प्रतिबंधों से बचने के लिए पाकिस्तान लंबे समय से रूस से यह समझौता चाहता था। रूस की फर्म एलएलसी और दो पाकिस्तानी कंपनियों के बीच छोले, चावल, फल, आलू और दाल जैसे सामानों के आदान प्रदान पर सहमति बनी।

कूटनीति हो तो ऐसी, जयशंकर ने अमेरिका को भी नहीं छोड़ा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। पाक का मामला हो या चीन का अक्सर अमेरिका भारत के आंतरिक मामलों पर टिप्पणी करता रहता है। लेकिन अब इसी अमेरिका को भारतीय विदेश मंत्री एस जयशंकर ने दो टूक जवाब दिया है। जयशंकर ने अमेरिका में एक बार फिर अपनी कूटनीति का उदाहरण पेश किया। दरअसल, अमेरिकी थिंक टैंक श्कार्नेगी एंडोमेंट फॉर इंटरनेशनल पीसश में जयशंकर से भारत में लोकतंत्र के बारे में अमेरिकी नेताओं के बयानों पर एक सवाल पूछा गया तो उन्होंने कहा कि कमेंट करना सभी का अधिकार है, लेकिन मुझे भी आपके कमेंट पर बोलने का अधिकार है। बस जब मैं कमेंट करूं तो बुरा न मानना। जयशंकर ने इसके बाद कहा कि भारत और अमेरिका में लोकतांत्रिक व्यवस्था है और हम दोनों को अपने विचार रखने का अधिकार है। अमेरिका में कई विषयों पर बहस होती रहती है, लेकिन कई बार अमेरिका के नेता हमारे लोकतंत्र के बारे में बयान दे देते हैं। उन्होंने कहा कि अब दुनिया बहुत ग्लोबलाइज्ड हो गई है। अब देश की राजनीति उसकी सीमाओं में ही हो ऐसा नहीं है और अमेरिका भी ये कोशिश करता रहा है कि ऐसा न हो। विदेश मंत्री ने आगे कहा कि कुछ पक्ष ऐसे हैं जो अपने देश ही नहीं पूरी दुनिया में अपने एजेंडो को चलाना चाहते हैं। लेकिन लोकतंत्र का एक जैसा सम्मान होना चाहिए। अगर कोई एक बयान देता है तो दूसरे को उस बयान पर टिप्पणी करने का भी अधिकार है।

बांग्लादेश की पाकिस्तान को दो टूक– अच्छे रिश्तों के लिए माफी तो मांगनी होगी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) ढाका। बांग्लादेश की अंतरिम सरकार ने कहा है कि वह पाकिस्तान से अच्छे रिश्तों के हक में है लेकिन 1971 को नहीं भूला जा सकता है। बांग्लादेश की अंतरिम सरकार में विदेश मामलों के सलाहकार मोहम्मद तौहीद हुसैन ने कहा कि पाकिस्तान से मतभेदों को दूर किया जा सकता है लेकिन इसके लिए इस्लामाबाद को 1971 पर बात करने का साहस दिखाना होगा और माफी मांगनी होगी। ढाका में विदेश मंत्रालय में इस्लामाबाद से संबंधों से जुड़े एक एक सवाल का जवाब देते हुए कहा हुसैन ने कहा, श्बांग्लादेश निश्चित रूप से पाकिस्तान के साथ अच्छे संबंध चाहता है लेकिन यह संदेश देने की कीमत पर नहीं कि 1971 की भयावहता को भुला दिया गया है। 1971 में जो हुआ, उसे हम भूले नहीं है। हुसैन ने कहा कि दोनों देशों के बेहतर रिश्तों का रास्ता आसान होगा अगर पाकिस्तान सरकार 1971 में जो हुआ उसका जिक्र करने का साहस दिखाएं और उन घटनाओं पर बात करे। खासतौर से पाकिस्तान अगर 1971 के लिए इसके लिए माफी मांगने का साहस दिखाए। हुसैन ने कहा कि अंतरिम सरकार के मुखिया मुहम्मद यूनुस ने 25 सितंबर को न्यूयॉर्क में संयुक्त राष्ट्र महासभा के इतर पाकिस्तानी प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ से बैठक की थी।

पाकिस्तान में अपनी सेना तैनात करेगा चीन

पहले किया विरोध... जिनपिंग ने दिखाई आंख तो ढीले पड़े शहबाज

रिपोर्ट

- ■पीएलए करेगी चीनी नागरिकों की सुरक्षा
- ■चीनियों को बख्तरबंद वाहन भी मिलेंगे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। पाकिस्तान में चीन की पीपुल्स लिबरेशन आर्मी की तैनाती होगी। जल्द ही इस दिशा में पाकिस्तान और चीन एक समझौता करने जा रहे हैं। चीन का मानना है कि पाकिस्तान चीनी नागरिकों की सुरक्षा करने में सक्षम नहीं है। वह चाहता है कि पीएलए पाकिस्तान में चीनी नागरिकों की सुरक्षा करे। पाकिस्तान में पिछले कुछ समय में चीनी नागरिकों को निशाना बनाकर कई हमलों को अंजाम दिया गया है। इससे शी जिनपिंग सरकार की चिंता बढ़ गई है।

समझौते के मुताबिक पाकिस्तान में अब चीनी नागरिकों को बख्तरबंद वाहनों से परिवहन की सुविधा प्रदान की जाएगी। बता दें कि मौजूदा समय में हजारों की संख्या में चीनी नागरिक पाकिस्तान में काम कर रहे हैं। मगर लगातार उन पर हो रहे हमलों ने दोनों देशों की चिंता बढ़ा दी है। पहले पाकिस्तान ने चीनी सेना की तैनाती का विरोध किया है। मगर चीन के भारी दबाव की वजह से शहबाज सरकार को झुकना पड़ा।

चीन पाकिस्तान का सबसे बड़ा निवेशक है। पाकिस्तान में अरबों डॉलर की चीनी परियोजनाएं विद्रोहियों निशाने पर हैं। चीन को सबसे बड़ा खौफ बलूचिस्तान लिबरेशन आर्मी का है। बीएलए कई बार चीनी नागरिकों पर हमला कर चुका है। यहां तक बलूचिस्तान में स्थित ग्वादर पोर्ट को खाली करने की चेतावनी तक दे चुका है। मगर चीन ने इस पोर्ट पर भारी भरकम निवेश किया है। यह पोर्ट 50 बिलियन डॉलर के चीन–पाकिस्तान आर्थिक गलियारे का हिस्सा है।

चीन ने पाकिस्तान को चीनी नागरिकों की सुरक्षा सख्त करने को कहा। इसके बावजूद जब हमले नहीं रोके तो चीन ने अपनी सेना तैनात करने का निर्णय लिया। चीन और पाकिस्तान संयुक्त सुरक्षा कंपनी की स्थापना करेंगे। समझौते के मुताबिक चीनी नागरिकों की सुरक्षा के पहले घेरे में शी जिनपिंग की सेना तैनात होगी। इसके बाद बाहरी घेरे में पाकिस्तान की सेना और पुलिस तैनात होगी।

निक्केई एशिया की रिपोर्ट के मुताबिक साल 2022 में चीन ने पाकिस्तान से चीनी नागरिकों की सुरक्षा स्वयं की सेना से करने की अनुमति मांगी थी। मगर पाकिस्तान ने उसकी इस मांग को ठुकरा दिया। इस बीच कर्ज में डूबे पाकिस्तान ने कई बार अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष से बेलआउट पैकेज की मांग की। मगर सफलता नहीं मिली। इसके बाद चीन ने अधिक निवेश का प्रस्ताव दिया। मगर शर्त यह रख दी कि चीन की सेना की तैनाती पाकिस्तान में की जाएगी। चीन के इस प्रस्ताव के आगे पाकिस्तान को झुकना पड़ा।

तुर्की के राष्ट्रपति रेसेप तैय्यप एर्दोगन इजरायल पर भड़के

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज अंकारा। तुर्की के राष्ट्रपति रेसेप तैय्यप एर्दोगन ने अंदेशा जताया है कि इजरायल का हमला उनके देश पर भी हो सकता है क्योंकि नेतन्याहू की नजर इस ओर भी है। एर्गादन ने कहा कि लेबनान में इस दफा इजरायली सेना के जमीनी ऑपरेशन के नतीजे पिछले हमलों से बहुत अलग होंगे क्योंकि बेंजामिन नेतन्याहू की सरकार गाजा और बेरूत के बाद तुर्की को भी निशाना बना सकती है।

रिपोर्ट के अनुसार एर्दोगन ने अंकारा में अपने एक संबोधन में कहा, लेबनान में जमीनी कार्रवाई के परिणाम इजरायल के पिछले कब्जे के समान नहीं होंगे। इसकी वजह ये है कि इजरायल की महत्वाकांक्षाएं फिलिस्तीन और लेबनान से आगे निकल गई हैं। इजरायली सरकार और सेना तुर्की को भी निशाना बना सकती है।

एर्दोगन ने कहा कि इजरायली आक्रामकता तुर्की के लिए सीधा खतरा है लेकिन हम साफ कर देना चाहते हैं कि हमारी सरकार राष्ट्र की सुरक्षा और इसकी संप्रभुता की रक्षा के लिए सभी तरीके अपनाएगी। तुर्की के राष्ट्रपति ने कहा कि इजरायल पश्चिम एशिया की स्थिति को ही बदलना चाहता है उन्होंने उत्तरी इराक और सीरिया में अलगाववादी समूहों का लाभ उठाकर छोटे सैटेलाइट ढांचे स्थापित करने की इजराइल की रणनीति पर भी चिंता जाहिर की। उन्होंने कहा कि ये आक्रामकता हमारे बगल में हो रही है।

मोसाद के दफ्तर के पास 30 फीट गहरा, 50 फीट चौड़ा गड्ढा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) तेल अवीव। ईरान ने रात इजराल पर भीषण हमला बोलते हुए करीब 200 बैलिस्टिक मिसाइलें दागीं। ईरान की मिसाइलों के निशाने पर इजरायल के दो सैन्य ठिकानों और खुफिया एजेंसी मोसाद का हेड ऑफिस था। ईरान की मिसाइलों में से एक तो अपने टारगेट के करीब यानी मोसाद ऑफिस के बाहर गिरी। मिसाइल ने यहां एक बड़ा गड्ढा बना दिया। ईरान के हमले के बाद इजरायल में सोशल मीडिया पर एक वीडियो काफी देखा जा रहा है। ये वीडियो मोसाद मुख्यालय के बाहर उस जगह का है, जहां ईरानी मिसाइल आकर गिरी। मिसाइल के गिरने से मोसाद मुख्यालय के बाहर बड़ा गड्ढा बन गया। रिपोर्टों के अनुसार, ये गड्ढा करीब 30 फीट गहरा और 50 फीट चौड़ा है। ये मोसाद ऑफिस से 1,500 मीटर की दूरी पर है।

दोनों स्कूल के बच्चों की तरह लड़ रहेः डोनाल्ड ट्रंप

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

वाशिंगटन। अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने इजराइल और ईरान के बीच बढ़ते संघर्ष को लेकर बाइडन और कमला हैरिस पर जमकर हमला बोला। उन्होंने इस जंग की तुलना स्कूल के मैदान में लड़ रहे दो बच्चों से की। उन्होंने कहा कि मंगलवार को इजराइल पर ईरान के रॉकेट अटैक जैसी घटनाएं कभी नहीं होनी चाहिए थीं और अमेरिका को भी सही भूमिका निभानी चाहिए थी।

अमेरिकी राष्ट्रपति चुनाव के लिए रिपब्लिकन उम्मीदवार ट्रंप ने कहा कि यह वास्तव में बुरा है, लेकिन अब ये तकरार खत्म होनी चाहिए। ट्रंप ने कहा कि इसे स्कूल के

ईरान–इजराइल जंग को लेकर बाइडन पर बरसे डोनाल्ड ट्रंप

मैदान में लड़ रहे दो बच्चों की तरह समझना होगा, जिन्हें कभी–कभी आपको थोड़ी देर अलग छोड़ देना होता है। ट्रंप ने कहा कि यह एक भयानक युद्ध है। उन्होंने कहा कि ये कहीं आसानी से रुकने वाला नहीं हैं। ट्रंप ने कहा कि अमेरिका को अब मध्य पूर्व में ध्यान बढ़ाना होगा।

ईरान ने हिजबुल्लाह प्रमुख हसन नसरल्लाह की हत्या के जवाब में इजरायल पर लगभग 200 मिसाइलें दागीं। अधिकांश मिसाइलों को इजरायल ने अमेरिकी सेना और अन्य एजेंसियों की सहायता से रोककर नष्ट कर दिया। हमले के तुरंत बाद, ट्रंप ने अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडन और कमला हैरिस की आलोचना की और स्थिति को ष्वैश्विक तबाही के बहुत करीबष् बताया। पूर्व राष्ट्रपति ने कहा कि मैं लंबे समय से तीसरे विश्व युद्ध के बारे में बात कर रहा हूं और मैं भविष्यवाणियां नहीं करना चाहता क्योंकि भविष्यवाणियां हमेशा सच होती हैं। उन्होंने कहा कि दुनिया तबाही के बहुत करीब ।

ट्रंप ने यह भी दावा किया कि जब वह अमेरिकी राष्ट्रपति थे, तो मध्य पूर्व में कोई युद्ध नहीं था और ईरान पूरी तरह से नियंत्रण में था। अब ट्रंप ने ये भी कहा कि अगर वो राष्ट्रपति होते तो ईरान काबू में रहता।

डेनमार्क में इजरायली दूतावास के पास दो धमाके

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) कोपेनहेगन। डेनमार्क की राजधानी कोपेनहेगन में इजरायली दूतावास के पास दो बम धमाकों से हड़कंप मच गया। मौके पर भारी पुलिस बल को तैनात किया गया है। वहीं सुरक्षा के लिहाज से पूरे इलाके की घेरेबंदी भी की गई है। डेनमार्क पुलिस ने कहा कि धमाकों की जांच शुरू कर दी है। अभी तक किसी के घायल होने की खबर नहीं है। घटना पर अभी इजरायल ने कोई प्रतिक्रिया नहीं दी है। डेनमार्क की पुलिस ने बुधवार को कहा कि कोपेनहेगन के उत्तरी इलाके में इजरायली दूतावास के आसपास हुए दो धमाकों की जांच की जा रही है। पुलिस ने एक्स पर लिखा, धमाके में कोई भी शख्स घायल नहीं हुआ है। घटनास्थल पर प्रारंभिक जांच जारी है। क्या घटना इजरायली दूतावास से जुड़ी थी? इसकी भी जांच की जा रही है। डेनमार्क की मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक भारी पुलिस बल ने पूरे इलाके को घेर लिया है।

एक मिनट की सफलता बरसों की असफलता की कीमत चुका देती है।
-अज्ञात

विचार-प्रवाह
देहरादून, गुरूवार, 3 अक्टूबर 2024
पेज थ्री
www.page3news.in

सबको मिले सुविधा

बहुत से लोग जीवन बीमा और स्वास्थ्य बीमा को एक ही चीज समझ लेते हैं। लेकिन, जब बीमारी सिर पर आती है, तो पूरे घर के बजट को तोड़कर रख देती है। सरकार का मौजूदा कदम कई परिवारों को ऐसे आर्थिक दुष्चक्र में फंसने से बचा सकता है।

अनुज श्रीवास्तव।।

सरकार ने आयुष्मान भारत प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना में 70 साल से अधिक उम्र के सभी बुजुर्गों को शामिल करने को मंजूरी दे दी है, जो कि एक अच्छा कदम कहा जाएगा। इस फैसले से देश के लगभग 6 करोड़ वरिष्ठ नागरिकों को पांच लाख रुपये तक का इलाज मुफ्त मिल सकेगा। साथ ही, इतनी ही कीमत का हेल्थ इंश्योरेंस कवर भी मिलेगा। इस फैसले की जरूरत इसलिए थी क्योंकि सोशल सिक्यॉरिटी के मामले में भारत बहुत पीछे है। नैशनल फैमिली हेल्थ सर्वे 2019–21 की रिपोर्ट से पता चलता है कि देश में ऐसे परिवारों की संख्या केवल 41 प्रतिशत है, जिनके कम से कम एक सदस्य का हेल्थ इंश्योरेंस हो। बिहार, महाराष्ट्र जैसे बड़ी आबादी वाले राज्यों में तो यह राष्ट्रीय औसत के करीब आधे के बराबर है।

इंश्योरेंस को लेकर यह उदासीन रवैया हमारी उस आदत की वजह से है, जिसमें ज्यादातर लोग यह सोचते हैं कि जब बीमारी आएगी तो देखा जाएगा। बहुत से लोग जीवन बीमा और स्वास्थ्य बीमा को एक ही चीज समझ लेते हैं। लेकिन, जब बीमारी सिर पर आती है, तो पूरे घर के बजट को तोड़कर रख देती है। सरकार का मौजूदा कदम कई परिवारों को ऐसे आर्थिक दुष्चक्र में फंसने से बचा सकता है।

महंगा इलाज भारत में इलाज दिनों–दिन महंगा होता जा रहा है। ब्रोकरेज फर्म डमतबमत ंदक डंती ठमदमपिजे के सर्वे के मुताबिक, भारत में 2023 में मेडिकल इन्फ्लेशन 9.6 प्रतिशत थी, जो मौजूदा साल में 11 प्रतिशत हो सकती है। कोरोना के दौर में पूरे एशिया में चिकित्सा पर महंगाई की सबसे ज्यादा मार हिंदुस्तान पर ही पड़ी थी। तब हमारे यहां मेडिकल इन्फ्लेशन 14 प्रतिशत हो गई थी, चीन से भी ज्यादा।

विश्व स्वास्थ्य संगठन का डेटा बताता है कि भारत में जीवन प्रत्याशा 67.3 साल है। पिछले दो दशकों में ही जन्म के समय life expectancy में पांच बरस से अधिक का इजाफा हो चुका है। निश्चित ही यह अच्छी खबर है, लेकिन इसके साथ यह चिंता भी जुड़ी हुई है कि देश में दिल से जुड़े रोगों और डायबिटीज के मरीजों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। फोर्ब्स की एक रिपोर्ट कहती है कि भारत में हर साल लगभग 58 लाख लोगों की मौत होती है। इनमें सबसे ज्यादा लोग मरते हैं हार्ट डिजीज और कैंसर से।

सरकार ने बजट में स्वास्थ्य के लिए कोटा बढ़ाया है। हालांकि चीन और अमेरिका की तुलना में यह अब भी कम है। मेडिकल इंफ्रा बढ़ाने के साथ यह इंतजाम भी करना होगा कि आम जनता उसका फायदा उठा सके। सरकार का हालिया फैसला इसी दिशा में उठाया गया कदम है, लेकिन यह भी सुनिश्चित करना होगा कि योजना को सही ढंग से लागू किया जाए।

महाकाल की महिमा

धर्म-दर्शन

अशोक वोहरा।

भोलाराम मंदिर के अंदर पहुँचते ही, साधु के सामने अपनी कावड़ रख देता है। साधु भोलाराम से कहते हैं, "मेरे मस्तक में जल डालो" और जैसे ही, भोलाराम मटकी से, साधु के सर में जल डालता है, अचानक उसके सामने, का नजारा बदल जाता है और वह वाराणसी की, गंगा नदी के किनारे पहुँच चुका होता है। उसे कुछ समझ में नहीं आता, क्योंकि अभी यहाँ तक पहुँचने के लिए, उसे पाँच दिन का सफर और करना था, लेकिन यह सफर पलक छपकते ही पूरा हो चुका था। महाकाल की महिमा को वह समझ चुका था। भोलाराम की आँखों में आँसू आ जाते हैं और वह गंगा नदी के किनारे, महाकाल के ध्यान में बैठ जाता है। भोलाराम की कावड़ यात्रा स्वयं महाकाल ने सम्पन्न की थी जिससे भोलाराम का जीवन धन्य हो गया था और उसकी कावड़ यात्रा पूरी होते ही, महाकाल की कहानी गाथा समाप्त हो जाती है।

संपादकीय

समाज बंटने का तर्क

बीजेपी और आरएसएस का मानना है कि जाति जनगणना विभाजनकारी और जातिवाद बढ़ाने वाला है। लेकिन सवाल है कि क्या अभी हमारा समाज जातियों में नहीं बंटा है? दलित और आदिवासियों की गणना तो आजादी के बाद से हो रही है। क्या इससे समाज बंटा है? क्या कर्नाटक और बिहार में हुए जाति सर्वेक्षण ने वहां समाज को बांट दिया? सामान्य वर्ग के आर्थिक रूप से कमजोर लोगों को दस प्रतिशत आरक्षण बिना किसी गिनती के दे दिया गया है। इसे सुप्रीम कोर्ट ने कानूनी करार दिया। लेकिन पिछड़ों के आरक्षण में वृद्धि को सर्वोच्च न्यायालय आंकड़ों के अभाव के आधार पर अस्वीकार कर देता है? ऐसे में, पिछड़ों के सामने जाति जनगणना की मांग करने के अलावा क्या रास्ता है? यह सोचना गलत होगा कि जाति जनगणना सारी असमानताओं को मिटा देगा। यह तो महज जातियों के बीच की खाई को मापने का तरीका है। राहुल गांधी की इस बात में दम है कि यह समाज का एक्सरे है। एक्सरे के बाद ही बीमारी के इलाज की बात हो सकती है।

पिछड़े, दलित और आदिवासियों की भागीदारी काफी कम है, यह एक तथ्य है। लेकिन इस सीमित भागीदारी का मौका भी कुछ खास जातियों या समूहों तक ही सिमटा रह गया है।

भागीदारी का मुद्दा

अनिल सिन्हा।।

जाति जनगणना फिलहाल देश का सबसे महत्वपूर्ण मुद्दा बन गई है और माना जा रहा है कि अब इसे नजरअंदाज करना सरकार के लिए संभव नहीं होगा। इंडिया ने इसे अपने अजेंडे में पहला स्थान दे रखा है। लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी के पिछले डेढ़–दो साल की राजनीति पर गौर करें तो लगेगा कि अब इसे वह अपना सबसे बड़ा हथियार बना चुके हैं। संसद में जाति जनगणना पर उनके जोर देने से ठश्रच इतनी नाराज हुई कि उसने उनकी जाति ही पूछ ली।

आरक्षण के सवाल की ही तरह जाति जनगणना का सवाल भी शब्दों के तीखे हमले की स्थिति बना देता है। राहुल गांधी गिनती कराने लगते हैं कि सरकारी महकमों में अभी भी फैसले लेने वाले पदों पर दलित, पिछड़े और आदिवासियों की संख्या नगण्य है। उनका यह कथन पूरी तरह सही है। लेकिन यह सवाल भी तो है कि क्या यह स्थिति आज की है? पिछड़ों को तो नब्बे के दशक में आरक्षण दिया गया, लेकिन दलित व आदिवासी आजादी के समय से ही नौकरियों और शिक्षा में रिजर्वेशन पा रहे हैं। फिर भी फैसला लेने वाले पदों पर उनकी संख्या नगण्य है। इसका जवाब तो कांग्रेस को देना पड़ेगा। इसका मतलब है कि जाति जनगणना

को सिर्फ पार्टियों के चश्मे से देखना सही नहीं है।

जाति जनगणना और संख्या के हिसाब से रोजगार, शिक्षा और सत्ता में भागीदारी का मामला काफी जटिल है। पिछड़े, दलित और आदिवासियों की भागीदारी काफी कम है, यह एक तथ्य है। लेकिन इस सीमित भागीदारी का मौका भी कुछ खास जातियों या समूहों तक ही सिमटा रह गया है। अशिक्षा, गरीबी और बेरोजगारी से निकलने के तंग रास्ते में प्रवेश करना अनेक समूहों और जातियों के लिए संभव नही हो पाया है। बिहार के मुसहर, उत्तर भारत के वाल्मीकि, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना तथा कर्नाटक के मादिगा और महाराष्ट्र के मातंग ऐसे ही समूह हैं। ये अनुसूचित जातियां हैं। इसी तरह अनुसूचित जनजातियों में बिरहोर और कोरबा जैसे कई समूह हैं। पिछड़े वर्गों में राजभर, निषाद से लेकर अनेक जातियां हैं जो अत्यंत पिछड़ी अवस्था में हैं।

75 सालों के दलित–आदिवासी आरक्षण और करीब 35 सालों के पिछड़ा आरक्षण से समूहों के बीच की असमानता में बहुत बड़घ बदलाव नहीं आया। इन समूहों और अगड़ी जातियों के बीच का अंतर कम नहीं हुआ है। आरक्षण पाने वाली जातियों के मुठ्ठी भर लोग शिक्षा और रोजगार में इस अगड़ी जातियों से कुछ हद तक स्पर्धा करने की स्थिति में जरूर आ गए। लेकिन यह सांकेतिक ही है। फिर भी ऊंच–नीच की सीढ़ियों वाले ऐसे समाज में जहां शादी में घोड़ी चढ़ना भी कुछ जातियों के लिए मना हो, ये परिवर्तन महत्वपूर्ण हैं। लोकतंत्र के फैलाव के साथ असमानता की गहरी खाई मिटाने की ललक भी बढ़ी है। राजनीतिक पार्टियों खास कर सामाजिक न्याय वाली पार्टियों ने इसमें बड़ी भूमिका निभाई है। समाजवादियों, साम्यवादियों और आंबेडकरवादियों ने अपने–अपने तरीके से लोगों को सामाजिक तथा राजनीतिक तौर पर संगठित किया है और उनमें इतनी सजगता लाई कि वे अब उचित भागीदारी की मांग करने लगे हैं।

जाति जनगणना भागीदरी की इसी मांग की अभिव्यक्ति है। इस मांग के जोर पकड़ने की कई वजहें हैं। पिछड़ों को लग रहा है कि आरक्षण पूरी तरह लागू नहीं हो रहा है और उनके हिस्से की नौकरी अगड़ी जातियों को चली जाती हैं। उनका आरोप है कि योग्य उम्मीदवार नहीं मिलने जैसे बहानों से उन्हें आरक्षण के लाभ से वंचित कर दिया जाता है। अत्यंत पिछड़ों की शिकायत है कि उनके बीच की ही कुछ जातियां आरक्षण का लाभ निगल रही हैं।

अष्टयोग-5025

	3	1	5		7	4
	29	4	29	6	29	
7		2			1	
	31		38		30	2
1	5		7	4		6
	32	5	36		34	7
		7		1	6	

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 5024 का हल

6	3	2	5	4	1	7
1	27	7	33	5	38	3
3	4	1	2	7	6	5
7	27	6	35	3	38	2
2	1	3	7	6	5	4
4	27	5	35	2	27	1
5	3	4	7	1	2	6

Jagrutidaar.com, Bangalore

अपना ब्लॉग

50 फीसदी की सीमा

मोहन। आरक्षण की 50 प्रतिशत की सीमा को लेकर भी विवाद है। चुनावों ने जातियों के अंकगणित को महत्वपूर्ण बना दिया है और कमोबेश जातियों की आबादी की मोटी जानकारी लोगों के पास है। इसलिए पिछड़ों को 27 प्रतिशत आरक्षण अपनी आबादी से कम लगता है। कई राज्यों ने उनका आरक्षण बढ़ाया भी। लेकिन 50 प्रतिशत की सीमा के कारण यह फैसला सुप्रीम कोर्ट में टिक नहीं पाता। अदालतें कई फैसलों में सही आंकड़े तैयार करने की सलाह दे चुकी हैं। साल 2010 में संसद ने सर्वसम्मति से यह प्रस्ताव किया कि 2011 की जनगणना में जाति की गणना भी हो। लेकिन तत्कालीन सरकार ने इसके बदले सामाजिक–आर्थिक तथा जाति का सर्वे किया। यह काम ग्रामीण विकास व शहरी विकास मंत्रालय ने किया। कई लोगों का मानना है कि इसे सही ढंग से नहीं किया गया और जातियों की संख्या 46 लाख तक पहुंच गई। गलतियों को ही कारण बताते हुए इस सर्वेक्षण को सरकार ने प्रकाशित नहीं किया।

विकसित भारत, सशक्त उत्तराखण्ड

"माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के दूरदर्शी नेतृत्व में हम अपने राज्य की प्राकृतिक सुंदरता, समृद्ध सांस्कृतिक विरासत और अपार संभावनाओं का लाभ उठाते हुए समग्र विकास के लिए प्रतिबद्ध हैं। हमारा लक्ष्य स्थायी नीतियों और रणनीतिक पहलों के माध्यम से राज्य के आर्थिक विकास को बढ़ावा देना, बुनियादी ढांचे में सुधार करना और नागरिकों की जीवन गुणवत्ता को बेहतर करना है। हम उत्तराखंड को प्रगति का एक ऐसा मॉडल बनाना चाहते हैं, जहां परंपरा नवाचार से मिलती है। हर व्यक्ति राज्य की समृद्धि व कल्याण में अपना अपार योगदान दे सकता है।

-पुष्कर सिंह धामी, मुख्यमंत्री

एसडीजी इंडिया इंडेक्स 2023-24 में उत्तराखंड का शानदार प्रदर्शन

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के दूरदर्शी मार्गदर्शन और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के कुशल नेतृत्व में उत्तराखंड ने सतत विकास लक्ष्यों (एसडीजी) में शानदार प्रगति का प्रदर्शन किया है, जो कि एसडीजी इंडिया इंडेक्स 2023-24 में प्रदर्शित हो रहा है

PIC: DIPR, UTTARAKHAND GOVERNMENT

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को उत्तराखंड के अनाज उपहार में देते मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी

हाल ही में जारी एसडीजी (सस्टेनेबल डेवलपमेंट गोल्स) इंडिया इंडेक्स 2023-24 में उत्तराखंड सबसे बेहतरीन प्रदर्शनकर्ता के रूप में उभरा है। उत्तराखंड ने केरल के साथ 79 के प्रभावशाली स्कोर के साथ यह रैंकिंग हासिल की है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के दूरदर्शी मार्गदर्शन और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के कुशल नेतृत्व में राज्य ने विकास, नवीकरणीय ऊर्जा को बढ़ावा देने, स्वास्थ्य के बुनियादी ढांचे को बढ़ाने, शहरी परिवेश को विकसित करने और जैव विविधता को संरक्षित करने जैसे विषयों पर काम किया है, जो सतत विकास और प्रभावी नीति क्रियान्वयन के प्रति उत्तराखंड सरकार की प्रतिबद्धता को रेखांकित करता है। अपने इस प्रयास के चलते प्रदेश ने कई एसडीजी लक्ष्यों में शीर्ष पांच राज्यों में स्थान प्राप्त किया है।

गरीबी उन्मूलन और वित्तीय सुरक्षा

गरीबी उन्मूलन में देवभूमि उत्तराखंड का प्रदर्शन सराहनीय रहा है, जो इस दिशा में राज्य के प्रयासों की सफलता को दर्शाता है। एसडीजी इंडिया इंडेक्स इस बात पर जोर देता है कि उत्तराखंड ने गरीबी के स्तर को कम करने, अपने नागरिकों के लिए वित्तीय सुरक्षा सुनिश्चित करने और प्रभावशाली सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रमों को लागू करने में किन महत्वपूर्ण उपलब्धियों को हासिल किया है। राज्य की प्रभावी नीतियों में वंचित लोगों के लिए व्यवसाय सृजन, आवास, स्कूली शिक्षा और स्वास्थ्य जैसे मूलभूत सुविधाओं तक पहुंच में सुधार के लिए लक्षित रणनीतियां शामिल होती हैं। इन प्रयासों ने सामूहिक रूप से गरीबी उन्मूलन में राज्य की शीर्ष रैंकिंग में योगदान दिया है।

सभी तक स्वास्थ्य लाभ पहुंचाने का प्रयास

उत्तराखंड राज्य ने स्वास्थ्य सेवाओं को बढ़ावा देने में उल्लेखनीय प्रगति की है। राज्य की स्वास्थ्य सेवा प्रणाली ने मां और बच्चे के स्वास्थ्य, टीकाकरण कवरेज, संचारी और गैर-संचारी रोगों के प्रबंधन के साथ विभिन्न हेल्थ इंडीकेटर्स में उत्कृष्ट प्रगति की है। स्वास्थ्य सेवा के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने, दूरदराज के इलाकों तक स्वास्थ्य सुविधाओं का लाभ पहुंचाने और

SDG INDIA INDEX 23-24

PERFORMANCE OF STATES AND UTs ON SDGs | INDIA-71

UTTARAKHAND	+7	79
KERALA	+4	79
TAMIL NADU	+4	78
GOA	+5	77
HIMACHAL PRADESH	+3	77
PUNJAB	+8	76
SIKKIM	+6	76
KARNATAKA	+2	75
GUJARAT	+5	74
ANDHRA PRADESH	+7	74
TELANGANA	+5	74
MAHARASHTRA	+3	73
MIZORAM	+4	72
HARYANA	+2	72

उत्तराखंड ने स्वास्थ्य, स्वच्छ ऊर्जा, गरीबी उन्मूलन, शहरी स्थिरता और पर्यावरण संरक्षण सहित कई अहम क्षेत्रों में अग्रणी रहकर नए मानक स्थापित किए हैं

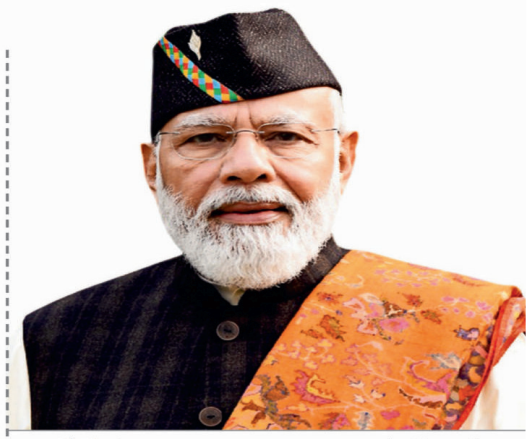
स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता में सुधार लाने में सरकार का प्रयास कारगर सिद्ध हुआ है। स्वास्थ्य एजेंडा और सार्वजनिक स्वास्थ्य में विस्तारित निवेश ने उत्तराखंड की रैंकिंग को और मजबूती दी है। इससे उत्तराखंड सर्वोच्च उपलब्धि हासिल करने वाले राज्यों में शामिल हो गया है।

किफायती और स्वच्छ ऊर्जा का विस्तार

एसडीजी इंडिया इंडेक्स में उत्तराखंड की उपलब्धियां नागरिकों तक पर्याप्त, सतत व स्वच्छ ऊर्जा की पहुंच सुनिश्चित करने पर जोर देती हैं। राज्य ने अक्षय ऊर्जा क्षमता को बढ़ाने, विशेष रूप से अपनी जलविद्युत क्षमता का उपयोग करने की दिशा में उल्लेखनीय कदम उठाए हैं। इसके अलावा, उत्तराखंड ने ऊर्जा दक्षता को बढ़ाने, ग्रामीण और दूरदराज के क्षेत्रों में बिजली ग्रिड के विस्तार पर ध्यान दिया है, जिससे स्वच्छ ऊर्जा तक समग्र पहुंच सुनिश्चित हो सकी है। इन उपायों ने ऊर्जा सुरक्षा में सुधार के साथ पर्यावरणीय स्थिरता में योगदान दिया है। इससे राज्य इस वर्गीकरण में अग्रणी स्थान प्राप्त कर सका है।

समावेशी और सतत शहरी समुदायों का विकास

उत्तराखंड ने शहरों और मानव क्षेत्रों को समावेशी, सुरक्षित और टिकाऊ बनाने के लिए सराहनीय कदम उठाए हैं। राज्य ने बुनियादी ढांचे को बढ़ाने, सार्वजनिक सेवाओं में सुधार करने और सतत शहरीकरण को प्रोत्साहित करने के लिए कई महानगरीय विस्तार प्रयासों को लागू किया है। आवश्यक उपक्रमों में स्मार्ट शहरों का विकास, किफायती आवास योजनाएं और शहरी नियोजन में आपदा जोखिम को कम करने के प्रयासों का एकीकरण शामिल है। इन प्रयासों ने शहरी नागरिकों के जीवन गुणवत्ता में सुधार किया है और उत्तराखंड को सतत विकसित शहरों व समुदायों के निर्माण में शीर्ष राज्यों में शामिल किया है।



"मैं उत्तराखंड सरकार को पिछले कुछ वर्षों में हासिल की गई उपलब्धियों के लिए बधाई देता हूं। यह पर्यटन और नवीकरणीय ऊर्जा जैसे प्रमुख क्षेत्रों पर निरंतर नीतिगत प्रोत्साहन और इस पर ध्यान देने से ही संभव हुआ है। साथ ही, राज्य ने बुनियादी ढांचे के विकास में महत्वपूर्ण प्रगति की है, जो सतत विकास के लिए नए मानक स्थापित करता है। अपने प्राकृतिक संसाधनों के उपयोग और पर्यटन को बढ़ावा देने की प्रतिबद्धता ने न केवल यहां की अर्थव्यवस्था को मजबूती दी है, बल्कि वैश्विक मंच पर राज्य ने अपनी क्षमता को प्रदर्शित किया है। मैं समावेशी विकास के लिए राज्य के समर्पण की सराहना करता हूं और आने वाले वर्षों में इसकी निरंतर सफलता की आशा करता हूं।

-नरेंद्र मोदी, प्रधानमंत्री

स्थलीय पारिस्थितिकी तंत्र और जैव विविधता का संरक्षण

स्थलीय पारिस्थितिकी तंत्र और जैव विविधता को बनाए रखने के लिए उत्तराखंड की प्रतिबद्धता एसडीजी इंडिया इंडेक्स रैंकिंग में साफतौर पर देखी जा सकती है। राज्य ने जंगलों को बचाने, उन्हें पुनर्जीवित करने, जंगल की विविधता को समझने और भूमि क्षरण को रोकने के लिए अथक प्रयास शुरू किए हैं।

उत्तराखंड की समृद्ध जैव विविधता और विशाल वन क्षेत्र राज्य की महत्वपूर्ण संपत्ति हैं, जिन्हें विभिन्न पर्यावरणीय दृष्टिकोण और समुदाय-आधारित संरक्षण एजेंडा से संरक्षित किया गया है। सतत खेती और वानिकी तकनीकों को बढ़ावा देने के उपायों ने राज्य के पारिस्थितिक सामंजस्य को और मजबूत किया है, जिससे प्राकृतिक संसाधनों के दीर्घकालिक बने रहने का विश्वास मिलता है। विकास के लिए उत्तराखंड की समग्र रणनीति में सामाजिक समावेशन और पर्यावरण प्रबंधन के साथ आर्थिक विकास को भी शामिल किया गया है, जो राज्य के सतत विकास लक्ष्यों के प्रति उनके समर्पण को दर्शाती है।

PICS: DIPR, UTTARAKHAND GOVERNMENT

उत्तराखंड ने सकल पर्यावरण उत्पाद (जीईपी) सूचकांक शुरू करने का ऐतिहासिक कदम उठाया है। इस तरह से उत्तराखंड पारिस्थितिकी को अर्थव्यवस्था से जोड़ने वाला पहला भारतीय राज्य बन गया है

सकल पर्यावरण उत्पाद सूचकांक शुरू करने वाला पहला राज्य बना उत्तराखंड

उत्तराखंड ने सकल पर्यावरण उत्पाद (जीईपी) सूचकांक शुरू करने का ऐतिहासिक कदम उठाया है, जो प्रदेश की पारिस्थितिकी को अर्थव्यवस्था से जोड़ने वाला अनूठा कदम है। इसके साथ ही उत्तराखंड ऐसा अग्रणी प्रयास शुरू करने वाला पहला भारतीय राज्य भी बन गया है। जीईपी सूचकांक हाल ही में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा लॉन्च किया गया और इसमें चार जरूरी तत्वों को शामिल किया गया है, जिसमें वायु, जल, वन और मिट्टी की गुणवत्ता के आधार पर राज्य के पर्यावरणीय स्वास्थ्य का मूल्यांकन किया जाता है। जीईपी 2020 से 2022 तक के सापेक्ष डेटा के माध्यम से 0.9% की वृद्धि को दर्शाता है, जो विस्तार के साथ अनुकूल पर्यावरणीय रुझानों का संकेत देता है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने वित्तीय विकास और पारिस्थितिकी संरक्षण के बीच संतुलन को सुविधाजनक बनाने में इस प्रयास के महत्व पर प्रकाश डाला। जीईपी सूचकांक भावी पर्यावरण संरक्षण उद्देश्यों को बनाने और प्राकृतिक संसाधनों की सुरक्षा के महत्व के बारे में लोगों की समझ बढ़ाने में महत्वपूर्ण पहल के रूप में कार्य करेगा। मुख्यमंत्री ने उत्तराखंड की समृद्ध प्राकृतिक विरासत पर जोर देते हुए व्यापक पौधरोपण, जल संरक्षण संबंधी उपायों के माध्यम से वन संपदा के प्रभावी उपयोग और जल स्रोतों के पुनरोद्धार की आवश्यकता पर भी प्रकाश डाला।

जीईपी की अवधारणा पर्यावरणविद् डॉ. अनिल प्रकाश जोशी द्वारा परिकल्पित की गई थी और यह पर्यावरणीय सेवाओं को आर्थिक मूल्य के साथ बेहतर सामंजस्य स्थापित करने पर जोर देती है। साथ ही, पारिस्थितिक प्रभाव को ठोस आधार भी प्रदान करती है। उत्तराखंड पर्यावरणीय स्थिरता के साथ विकास को संतुलित करने में जीईपी सूचकांक की शुरुआत के साथ विशिष्ट उदाहरण पेश कर रहा है। राज्य अपने नागरिकों के बेहतर कल को सुनिश्चित करते हुए अन्य राज्यों को भी इसके अनुसरण के लिए प्रेरित कर रहा है।

PICS: DIPR, UTTARAKHAND GOVERNMENT

विकास को पर्यावरणीय स्थिरता के साथ संतुलित करने में जीईपी सूचकांक की शुरुआत करके विशिष्ट उदाहरण प्रस्तुत करने का प्रयास कर रहा है उत्तराखंड

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मार्गदर्शन और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के कुशल नेतृत्व में शुरू की गई 'एक जिला दो उत्पाद' योजना का उद्देश्य राज्य के सभी 13 जिलों में स्थानीय उत्पादों को बढ़ावा देना और स्वरोजगार के अवसर सृजित करना है

उत्तराखंड सरकार की ओडीटीपी योजना:

स्थानीय आर्थिक सशक्तिकरण की दिशा में बड़ा कदम

उत्तराखंड की 'एक जिला दो उत्पाद योजना' की (ODTP) योजना अक्टूबर 2021 में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा शुरू की गई एक अभिनव पहल है। इसका उद्देश्य राज्य के सभी 13 जिलों में स्थानीय उत्पादों को बढ़ावा देना और स्वरोजगार के अवसर सृजित करना है। राज्य सरकार का उद्देश्य पारंपरिक और शिल्प उद्योगों पर ध्यान रखते हुए हर जिले में बाजार की मांग के अनुसार कौशल विकास, डिजाइन और कच्चे माल से नई तकनीक के आधार पर दो उत्पाद विकसित करना है।

आर्थिक व रोजगार के दृष्टिकोण से दिख रहा सकारात्मक प्रभाव

ओडीटीपी योजना का एक अहम पहलू स्थानीय स्तर पर रोजगार के अवसर सृजित करना भी है। जिलों में स्थानीय उत्पादों को पहचान कर वहां के पारंपरिक और शिल्प उद्योगों को विकसित करना है। 'एक जिला दो उत्पाद' योजना के तहत अब उत्तराखंड के स्थानीय उत्पादों को देश और दुनिया के बाजार में पहचान मिलेगी। उत्पादों का कारोबार बढ़ने से रोजगार के अवसर भी बढ़ेंगे। बाजार की मांग के आधार पर उत्पाद विकसित करके और आधुनिक तकनीक का उपयोग करके, यह योजना पैकेजिंग, परीक्षण और लॉजिस्टिक्स सहित विभिन्न क्षेत्रों में रोजगार पैदा करती है। व्यापार और निर्यात के अवसरों में वृद्धि से रोजगार को और बढ़ावा मिलने की उम्मीद है, जिससे स्थानीय किसानों, कारीगरों और शिल्पकारों को लाभ होगा।

PIC: DIPR, UTTARAKHAND GOVERNMENT

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी स्थानीय कारीगरों से उत्पाद की जानकारी लेते हुए।

व्यापक रणनीति तैयार

उत्तराखंड सरकार ने ओडीटीपी योजना के सफल कार्यान्वयन को सुनिश्चित करने के लिए एक व्यापक रणनीति तैयार की है। इसमें जिला स्तर पर पैकेजिंग, परीक्षण, विस्तार और लॉजिस्टिक्स के लिए सुविधाएं शामिल हैं। इन संरचनाओं को सुदृढ़ करते हुए योजना के माध्यम से चुने गए उत्पादों की गुणवत्ता और बाजार तक पहुंच को बेहतर बनाना है। कौशल विकास और डिजाइन संवर्द्धन भी इस कार्यान्वयन रणनीति का अहम हिस्सा है। स्थानीय कारीगरों और शिल्पकारों को आधुनिक कौशल और डिजाइन तकनीकों से लैस करके, योजना यह सुनिश्चित करती है कि उत्पाद समकालीन बाजार की मांगों को पूरा करें। यह समग्र दृष्टिकोण न केवल पारंपरिक शिल्प कौशल को संरक्षित करता है, बल्कि इसे आज के बाजार के अनुरूप भी बनाता है।

बाजार और निर्यात की संभावनाएं

ओडीटीपी योजना का उद्देश्य उत्तराखंड के स्थानीय उत्पादों को घरेलू और अंतर्राष्ट्रीय दोनों बाजारों में स्थापित करना है। इन उत्पादों को बढ़ावा देकर, उनकी दृश्यता और मांग को बढ़ाने का प्रयास किया जा रहा है। इसके तहत पैकेजिंग, ब्रांडिंग और मार्केटिंग को बेहतर बनाने के लिए सरकार की ओर से असीमित प्रयास किए जा रहे हैं। बाजार में इस योजना को बढ़ावा देने में पर्यटन की भी अहम भूमिका है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पर्यटकों को अपने कुल खर्च का कम से कम 5% स्थानीय उत्पादों पर खर्च करने के लिए प्रोत्साहित किया है। यह पहल न केवल स्थानीय अर्थव्यवस्था को बढ़ावा देती है, बल्कि उत्तराखंड की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत को संरक्षित करने में भी मदद करती है।

स्थानीय पारंपरिक शिल्प को मिल रही मान्यता

स्थानीय उत्पादों को मिल रहा राष्ट्रीय व वैश्विक मंच

PIC: DIPR, UTTARAKHAND GOVERNMENT

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी निवेशक शिखर सम्मेलन 2023 के दौरान महिला उद्यमियों (एसएचजी) से बात करते हुए

एक जिला एक उत्पाद' (ODOP) योजना आत्मनिर्भर भारत अभियान के तहत एक प्रयास है, जिसका उद्देश्य क्षेत्रीय उत्पादों को बढ़ावा देना और देशभर के जिलों में वित्तीय विकास को बढ़ावा देना है। प्रत्येक जिले के उत्कृष्ट उत्पादों को मान्यता देकर और उन्हें पहचान दिलाकर, यह योजना विनिर्माण को सुविधाजनक बनाने, क्षेत्रीय कारीगरों की मदद करने और देश व दुनिया के बाजारों में इन उत्पादों के लिए एक मंच प्रदान करने का प्रयास करती है। हाल ही में, उत्तराखंड और इसके सीमावर्ती जिले उत्तरकाशी ने इस योजना में देशभर में प्रशंसा हासिल की है, जो राज्य के लिए एक उल्लेखनीय उपलब्धि है।

उत्तराखंड की प्रशंसा आत्मनिर्भर भारत उत्सव 2024 पुरस्कारों के दौरान हुई, जहां उत्तरकाशी जिले ने कृषि श्रेणी में लाल चावल के उत्पादन के लिए दूसरा पुरस्कार जीता। यह पुरस्कार विदेश मंत्री डॉ. एस जयशंकर और वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल द्वारा दिया गया। उत्तराखंड की ओर से उत्तरकाशी के तत्कालीन डीएम अभिषेक रोहिल्ला ने यह सम्मान प्राप्त किया।

उत्तरकाशी के लाल चावल ने अपने स्वास्थ्यवर्धक गुणों के कारण काफी ध्यान आकर्षित किया है। चावल की यह किस्म पोषण के मामले में बहुत महत्वपूर्ण है। इसे जीआई टैग भी मिला हुआ है, जिससे इसकी मार्केटिंग और प्रतिष्ठा में भी सुधार हुआ है। उत्तरकाशी के लाल चावल को एक महत्वपूर्ण कृषि उत्पाद के रूप में पहचान कर इसे राष्ट्रीय और वैश्विक स्तर पर पहचान बनाने की संभावना पर जोर देता है। लाल चावल को उत्तराखंड के विभिन्न जिलों के ओडीओपी योजना के तहत विशेष उत्पादों के रूप में मान्यता दी गई है। हर जिले का विशेष उत्पाद उत्तराखंड की क्षेत्रीय अर्थव्यवस्था की समृद्ध विविधता और संभावनाओं का प्रतीक है।

इन सहायक प्रयासों में कॉमन फैसिलिटी सेंटर (सीएफसी) योजना भी शामिल है, जो परियोजना व्यय का 90 प्रतिशत तक आर्थिक सहायता प्रदान करती है। इससे स्थानीय उत्पादकों को अपने उत्पादन प्रतिष्ठानों में सुधार करने और अपने उत्पाद की गुणवत्ता बढ़ाने में मदद मिलती है। विपणन विकास सहायता योजना राष्ट्रव्यापी और प्रदर्शनियों व मेलों के प्रतिभागियों को आर्थिक सहायता प्रदान करती है। इससे उन्हें अपने ओडीओपी-चयनित उत्पादों का प्रदर्शन और विपणन करने का अवसर मिलता है। इसके अलावा, मार्जिन मनी स्कीम इस परियोजनाओं की स्थापना के लिए सहायता प्रदान करती है, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि आर्थिक सीमाएं स्थानीय उद्यमों के विकास में बाधा न बनें।

राज्य (श्रेणी बी)

रैंक	राज्य	पुरस्कार
1.	जम्मू-कश्मीर	स्वर्ण
2.	उत्तराखंड	रजत
3.	मेघालय	कांस्य
4.	सिक्किम	कांस्य

उत्तराखंड बन रहा आयुष एवं वेलनेस डेस्टिनेशन

उत्तराखंड आयुष नीति ला रही स्वास्थ्य सेवाओं में व्यापक बदलाव

PIC: DIPR, UTTARAKHAND GOVERNMENT

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अपनी आदि कैलाश यात्रा से इस क्षेत्र को एक उल्लेखनीय तीर्थस्थल के रूप में बढ़ावा देने का प्रयास किया

योग और ध्यान के प्रति प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के लगाव ने सदियों पुरानी परंपराओं के प्रति उत्तराखंड में लोकप्रियता को नए आयाम दिए हैं

उत्तराखंड की आयुष नीति में स्वास्थ्य देखभाल प्रक्रियाओं को शामिल करने के साथ ही समग्र स्वास्थ्य और आर्थिक विकास संबंधी उद्यमशील नीतियों को भी शामिल किया गया है।

आयुष नीति का उद्देश्य इसका लाभ उठाकर क्षेत्र के 1,000 से अधिक दुर्लभ औषधीय पौधों की खेती को सक्षम बनाना है। मुख्यमंत्री औषधीय पौध विकास कार्यक्रम जैसे प्रयासों से 50,000 किसानों को इन पौधों की खेती में शामिल करने, इस तरह की खेती के तरीकों को बढ़ावा देने और क्षेत्रीय राजस्व में वृद्धि करने की योजना है।

आयुष उत्पादन को लेकर उत्तराखंड पहले से ही एक विशेष अभियान चला रहा है। इसमें पर्याप्त मात्रा में कच्चा माल और व्यावसायिक आवश्यकताओं पर जोर दिया जा रहा है। राज्य में कई GMP-प्रमाणित विनिर्माण विभाग हैं, जो आयुष दवाओं और उपभोक्ता वस्तुओं की एक विस्तृत श्रृंखला बनाते हैं। नई नीति के तहत, अधिक इकाइयों को WHO GMP प्रमाणन प्राप्त करने और वैश्विक गुणवत्ता मानदंडों का पालन करने में सक्षम बनाने के लिए प्रोत्साहन और सहायता प्रदान की जाएगी। यह एक सकारात्मक कदम है और इससे राज्य के सकल घरेलू उत्पाद में और सुधार होने की उम्मीद है, जिसका वर्तमान में मूल्यांकन 4,000-5,000 करोड़ रुपये है।

प्रदेश में आयुष सेवाओं को अगले पांच वर्षों तक जन-जन तक पहुंचाने का लक्ष्य रखा गया है। उत्तराखंड आयुष नीति में पांच वर्षों के भीतर एनएबीएच (अस्पतालों और स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं के लिए राष्ट्रीय प्रत्यायन बोर्ड) के तहत सभी सरकारी आयुष स्वास्थ्य केंद्रों को मान्यता देने की बात कही गई है।

#ExploreUttarakhand

@DIPR_UK

इसे हल्का पेट दर्द न समझें, ये नरम गांठ हो सकती है हर्निया

हर्निया एक आम समस्या है जिससे बहुत से लोग पीड़ित होते हैं, बेहतर निदान और इलाज के लिए इसके लक्षणों को समझना बहुत जरूरी है, डाक्टर ने हर्निया के लक्षण, जटिलताएं और इलाज बताया है, साथ ही इसके कारण बताए हैं।

हर्निया के लक्षण

- प्रभावित हिस्से में एक उभार या गांठ दिखाई दे सकती है। यह खड़े होने, खांसने या दबाव डालने पर और बड़ी हो सकती है।
- हल्का या तेज दर्द, विशेष रूप से उभार पर दबाव डालने पर।
- प्रभावित हिस्से में भारीपन या असुविधा महसूस होना उभार के आसपास जलन हो सकती है।
- प्रभावित हिस्से की मांसपेशियों में कमजोरी महसूस हो सकती है।

हर्निया के कारण

हर्निया का सबसे आम कारण पेट की कैविटी में बढ़ा हुआ दबाव होता है। ज्यादा दबाव आम तौर से भारी काम करने, जैसे अत्यधिक भारी चीज उठाने, या फिर लंबी खांसी और मूत्र या मल त्याग करने के लिए अत्यधिक जोर लगाने के कारण होता है। कभी–कभी गर्भवती महिलाओं को भी यह हो सकता है। इसके अलावा, पेट पर दबाव बढ़ने का कारण पुराना कब्ज, मोटापा, और लगातार खांसी हो सकती है, जिसके परिणामस्वरूप हर्निया हो सकता है। इसके अलावा, उम्र बढ़ने, खराब पोषण और व्यायाम न करने से भी पेशियाँ और कनेक्टिव टिश्यू कमजोर हो जाते हैं, जिससे हर्निया हो सकता है।

हर्निया की जटिलताएं

हर्निया अपने आप ठीक नहीं होते हैं। छोटे हर्निया कई सालों तक बने रह सकते हैं लेकिन समय के साथ वो बड़े हो सकते हैं। हर्निया बड़े होने के बाद बहुत बेचौनी, दर्द और गंभीर परेशानियां पैदा कर सकते हैं। ऐसी ही एक समस्या होने पर हर्निया से ग्रसित टिश्यू में खून की सप्लाई रुक जाती है, जिससे उस टिश्यू की मौत हो जाती है। इस तरह की हर्निया एक मेडिकल इमरजेंसी होती है और इसके लिए तुरंत सर्जरी किया जाना जरूरी होता है।

हर्निया का इलाज

हर्निया का इलाज मुख्यतः सर्जरी द्वारा होता है। सर्जरी की तकनीकों में ओपन हर्निया रिपेयर शामिल है, जिसमें एक चीरा लगाकर हर्निया ग्रसित टिश्यू को वापस उसकी जगह धकेल दिया जाता है। इसके अलावा लैपरोस्कोपिक सर्जरी भी की जा सकती है, जो एक मिनिमली इन्वेजिव सर्जरी है। इन दोनों सर्जरी में कमजोर हिस्से में एक जाली लगा दी जाती है ताकि टिश्यू वापस फैल न सके। अगर सर्जरी करना संभव न हो, तो जीवनशैली में सुधार, काउंसलिंग, और सपोर्टिव डिवाईस का उपयोग किया जा सकता है, लेकिन इनसे हर्निया ठीक नहीं होता है।

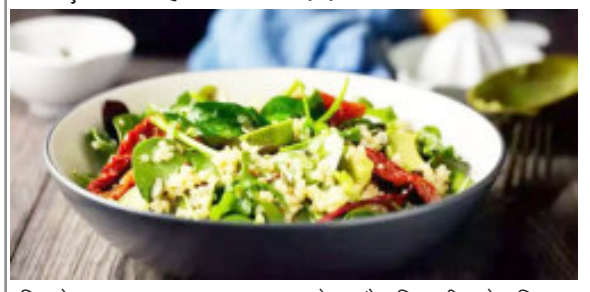
फिटनेस का नया मंत्र है नॉर्डिक वॉक, तेजी से बर्न होती है कैलोरी

खुद को फिट रखने के लिए फिजिकल एक्सरसाइज करना बहुत ही जरूरी है। शारीरिक फिटनेस हमें कई बीमारियों से दूर रखती है। स्कैंडिनेवियन यानी नॉर्डिक देशों में नॉर्डिक वॉकिंग एक शारीरिक गतिविधि है, जिसमें पोल (लाठी) के सहारे चलने की एक विशेष तकनीक का प्रयोग किया जाता है। नॉर्डिक वॉकिंग नॉर्मल वॉकिंग से कहीं अधिक प्रभावी है। यह एक एक्सरसाइज मेथड है, जो स्कैंडिनेवियन देश में उत्पन्न हुई। इसमें वॉकिंग पोल्स का इस्तेमाल किया जाता है, जो मांसपेशी समूह को टोन करने और इसे मजबूत बनाए रखने में मदद करता है। यह संपूर्ण शरीर का व्यायाम है। नॉर्डिक वाकिंग हृदय संबंधी बीमारियों को काफी कम करता है। डॉ. अमित अग्रवाल, फिटनेस विशेषज्ञ के मुताबिक इसके दौरान शरीर पर दबाव तो कम पड़ता है लेकिन काफी कैलोरीज बर्न होती है। नॉर्डिक वॉकिंग हमारे शरीर के ऊपर और निचले हिस्से दोनों को सक्रिय करता है। वॉकिंग पोल्स का इस्तेमाल करने से पूरे शरीर की गतिविधि संतुलित होती है। पारंपरिक वॉकिंग के दौरान हमारे शरीर का निचले हिस्से का अधिक उपयोग होता है लेकिन नॉर्डिक वाकिंग में पूरे शरीर का इस्तेमाल किया जाता है। इसलिए इससे बेहतर कैलोरीज बर्न होती है और हृदय संबंधित बीमारियां दूर रहती हैं। वॉकिंग के लिए सबसे पहले सही पोल्स का चयन करना चाहिए।

पानी साफ करने वाले वॉटर फिल्टर में भी जम जाती है गंदगी

बदलते वक्त में शुद्धता को लेकर लोगों की चिंता बहुत ज्यादा बढ़ चुकी है, यहां तक कि अब पानी को भी साफ करने के लिए लोग अपने घर में वॉटर फिल्टर लगवाने लगे हैं। दरअसल पानी गंदा होने से पेट खराब होने की परेशानी होने लगती है साथ ही बीमारियां भी जकड़ सकती हैं। ऐसे में साफ सुथरा पानी के पानी के लिए लोग वॉटर फिल्टर की मदद लेते हैं। लेकिन जरा सोचिए, वॉटर फिल्टर से ही बदबू वाला पानी आएगा तो क्या होगा, ऐसा तब होता है जब फिल्टर में गंदगी जम जाती है। इसलिए जरूरी है कि नियमित रूप से वॉटर फिल्टर की सफाई जरूर की जाए। अगर आपके घर में भी वॉटर फिल्टर लगा है, तो कुछ बातों का ध्यान जरूर रखना चाहिए। इसकी क्लीनिंग के लिए हम कुछ आसान उपाय भी बता रहे हैं। सबसे पहले आपको यह पता करना होगा कि आपका वॉटर फिल्टर गंदा है या नहीं। इसके लिए वॉटर फिल्टर के पानी पर ध्यान दें, जैसे उसका स्वाद बदल गया है या फिर पानी का प्रभाव कम हो गया है। इससे आपको समझ आ जाएगा कि फिल्टर को साफ करने की जरूरत है या नहीं।

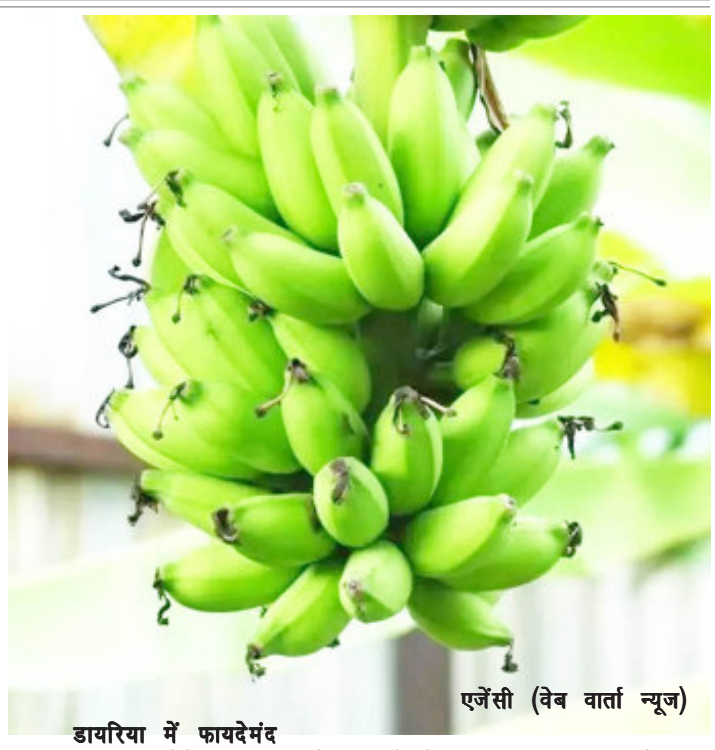
प्रोटीन से भरा क्विनोआ गलत तरीके खाएंगे तो होगा पेट दर्द



क्विनोवा एक तरह का अनाज होता है, जिनकी लोकप्रियता पिछले कुछ सालों में तेजी से बड़ी है। जो लोग अपनी डाइट में पौष्टिक साबुत अनाज को शामिल करना चाहते हैं उनके लिए क्विनोवा सीड्स एक बेहतर विकल्प है। क्विनोआ को सुपर ग्रेन के नाम से भी जाना जाता है, जिसमें, फाइबर एंटीऑक्सीडेंट, प्रोटीन और कई अन्य पोषक तत्वों की प्रचुरता होती है। इसमें भरपूर मात्रा में प्रोटीन पाया जाता है, जो हमारे मेटाबॉलिज्म को मजबूत बनाने में मदद करता है। यह बीज चौलाई फैमिली का हिस्सा होता है, जो कई हेल्थ से जुड़ी समस्याओं से लड़ने में सक्षम होता है। जिस तरीके से उपमा ओट्स और दलिया को सब्जियों के साथ मिक्स करके बनाया जाता है। उसी तरह क्विनोवा की रेसिपी भी तैयार की जाती है। इसके फायदे को तो सभी जानना चाहते हैं लेकिन इसके साइड इफेक्ट्स को भी नजरअंदाज नहीं किया जा सकता है। क्विनोवा का अधिक सेवन एलर्जी, पाचन से जुड़ी परेशानियों, लो ब्लड प्रेशर की समस्या समेत कई परेशानियों का सबक बन सकता है। इस अनाज में सैपोनिन होता है, जो एलर्जी की वजह बन सकता है। ऐसे में स्किन में खुजली, जलन, लाल निशान जैसी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। अगर आप किसी खास तरह की एलर्जी से परेशान है तो डॉक्टर से पूछे बिना का करने से बच्चे वरना एलर्जी की परेशानी और अधिक बढ़ सकती है।

बेहद करामाती है कच्चा केला, कैंसर से करता बचाव

फलों का सेवन करना सेहत के लिए बहुत ही अच्छा होता है। डॉक्टर्स भी रोजाना फल खाने की सलाह देते हैं। फलों में कई तरह के पोषक तत्व पाए जाते हैं जो हमारे शरीर को मजबूत बनाकर बीमारियों से लड़ने की ताकत देते हैं। सेब, संतरा, अमरूद, अनार ऐसे कई फल हैं जिन्हें खाने से अनगिनत फायदे मिलते हैं। ऐसा ही एक और फल है जिसे कच्चा भी खाया जा सकता है। यहां हम बात कर रहें हैं केले की जिसमें सेहत का खजाना छिपा हुआ है।



एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

बस इस तरीके से खाएं

वैसे तो पके केले में विटामिन, आयरन, प्रोटीन, मैग्नीशियम, फाइबर, पोटेशियम, कॉपर जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं लेकिन कच्चे केले में भी पोषक तत्वों का भंडार होता है। कच्चा केला बड़ी बड़ी बीमारियों बचाव करता है और राहत देने का भी काम करता है। आइए आपको कच्चे केले के कुछ चमत्कारी फायदों के बारे में बताते हैं।

कैंसर से बचाव

हरे केले में भरपूर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं जो फ्री रेडिकल से लड़ते हैं। यह एंटीऑक्सीडेंट हेल्दी सेल्स को ऑक्सीडेटिव डैमेज से भी बचाने का काम करते हैं। हरे केले में विटामिन सी के साथ बीटा कैरोटीन ल्यूटिन और जेक्सैन्थिन जैसे अन्य फाइटोन्यूट्रिएंट्स पाए जाते हैं।

डायरिया में फायदेमंद

डायरिया होने पर कच्चा केला खाने से काफी राहत मिलती है। इसमें भारी मात्रा में पोषक तत्व होते हैं। ऐसे में कच्चा केला खाने से उल्टी, मिलती, थकान आदि से समस्याएं दूर होती है।

कंट्रोल रहेगा ब्लड शुगर लेवल

डायबिटीज के मरीजों के लिए हरे केले का सेवन करना बहुत ही फायदेमंद माना जाता है। यह ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल रखता है। इसमें पाए जाने वाले पेक्टिन और रेजिस्टेंट स्टार्च ब्लड शुगर लेवल को कम करने का काम करते हैं।

मोटापा कम करने में सहायक

वेट लॉस करने के लिए भी कच्चे केवल केले का सेवन किया जा सकता है। इसमें भारी मात्रा में फाइबर पाया जाता है। आप इसे उबालकर खा सकते हैं। इसे खाने से आपका पेट भरा हुआ महसूस होगा और आप ओवरईटिंग से बच सकते हैं। ऐसे में आप कच्चे केले से बहुत ही कम समय में अपने बढ़ते हुए वजन को कंट्रोल कर सकते हैं।

पेट के लिए लाभकारी

कच्चा केला खाने से पाचन तंत्र भी मजबूत होता है। इससे पेट से जुड़ी कई समस्याएं दूर होती है। यदि आपको कब्ज, गैस, एसिडिटी ब्लोटिंग आदि जैसी समस्याएं रहती है तो कच्चे केले को उबालकर खाने से आपकी यह सारी परेशानियां खत्म हो सकती है।

हाई ब्लड प्रेशर को कम करता है

कच्चे केले में पोटेशियम होता है जो ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में मदद करता है। इसके अलावा इसमें ओमेगा 3, फैटी एसिड और फाइबर की मात्रा भी अच्छी होती है। ब्लड प्रेशर कंट्रोल रहने से हार्ट भी हेल्दी रहता है।

भारत टीम रैंकिंग में कहां?

बता दें कि भारतीय टीम ने बांग्लादेश का क्लीन स्वीप करके विश्व टेस्ट चैंपियनशिप की प्वाइंट्स टेबल में अपना शीर्ष स्थान मजबूत कर लिया है। भारतीय टीम के 98 अंक हैं और वह डब्ल्यूटीसी प्वाइंट्स टेबल में नंबर–1 पर काबिज हैं। मगर आईसीसी टेस्ट टीम रैंकिंग में भारत दूसरे स्थान पर है। ऑस्ट्रेलियाई टीम आईसीसी टेस्ट रैंकिंग में शीर्ष स्थान पर काबिज है।

कोहली ने लंबी छलांग लगाकर टॉप–10 में की जोरदार वापसी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारत के स्टार बल्लेबाज विराट कोहली ने ताजा आईसीसी टेस्ट बल्लेबाजी रैंकिंग में टॉप–10 में वापसी कर ली है। कोहली ने छह स्थान की लंबी छलांग लगाकर आईसीसी टेस्ट बल्लेबाजी रैंकिंग में छठा स्थान हासिल किया। कोहली ने बांग्लादेश के खिलाफ कानपुर में संपन्न दूसरे टेस्ट की पहली व दूसरी पारी में क्रमशः 47 और 29' रन बनाए। इस दौरान कोहली ने अपने अंतरराष्ट्रीय करियर के 27,000 रन पूरे किए। कोहली ने महान सचिन तेंदुलकर का रिकॉर्ड तोड़ा और सबसे तेज 27,000 अंतरराष्ट्रीय रन बनाने वाले बल्लेबाज बने। भारतीय टीम के युवा ओपनर यशस्वी जायसवाल को भी आईसीसी टेस्ट बल्लेबाजी रैंकिंग में दो स्थान का फायदा हुआ है। कानपुर टेस्ट की दोनों पारियों में तेजतर्रार अर्धशतक जमाने वाले यशस्वी जायसवाल ताजा आईसीसी टेस्ट बल्लेबाजी रैंकिंग में तीसरे स्थान पर पहुंच गए हैं। जायसवाल को कानपुर में दोनों पारियों में शानदार प्रदर्शन के लिए प्लेयर ऑफ द मैच चुना गया। इंग्लैंड के अनुभवी बल्लेबाज जो रूट शीर्ष स्थान पर काबिज हैं। ऑस्ट्रेलिया के स्टीव स्मिथ और उस्मान ख्वाजा क्रमशः चौथे और पांचवें स्थान पर काबिज है।

शमी का बॉर्डर–गावस्कर ट्रॉफी तक फिट होना मुश्किल

क्रिकेट

भारतीय टीम को बॉर्डर–गावस्कर ट्रॉफी से पहले लगा करारा झटका

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारतीय टीम को बॉर्डर–गावस्कर ट्रॉफी से पहले करारा झटका लगा है। तेज गेंदबाज मोहम्मद शमी को राष्ट्रीय क्रिकेट एकेडमी (एनसीए) में रिहैब के दौरान घुटने में समस्या हो गई है। जानकारी के मुताबिक शमी के घुटने में सूजन आई है। पता हो कि शमी एनसीए में टखने की चोट से उबरने में जुटे हुए थे। दाएं हाथ के तेज गेंदबाज ने 2023 वर्ल्ड कप फाइनल के बाद से कोई अंतरराष्ट्रीय मैच नहीं खेला है। भारतीय टीम नवंबर में ऑस्ट्रेलिया दौरे पर जाएगी, जिसमें शमी की वापसी की उम्मीद थी। इससे पहले वह बंगाल के लिए रणजी ट्रॉफी का मैच खेलने वाले थे।

रिपोर्ट के मुताबिक शमी को घुटने में सूजन आई है, जिससे ठीक होने में उन्हें छह से आठ सप्ताह का

समय लग सकता है। एक बीसीसीआई सूत्र ने टीओआई से कहा, शमी ने गेंदबाजी शुरू कर दी थी और वह लय में दिख रहे थे। वह जल्द ही प्रतिस्पर्धी क्रिकेट में वापसी की राह पर दिख रहे थे। मगर हाल ही में उन्हें घुटने में चोट लग गई।

बीसीसीआई की मेडिकल टीम उनकी चोट पर निगरानी रखे हुए है और उन्हें ठीक होने में कुछ समय लग सकता है। उन्होंने आगे कहा, शमी की चोट एनसीए की मेडिकल टीम के लिए भी जोरदार झटका है। वह साल भर से ज्यादा समय से उनकी चोट पर काम कर रहे हैं। एनसीए का सर्वश्रेष्ठ कार्यभार प्रबंधन प्रणाली है। मेडिकल टीम ने शमी को मैदान पर वापसी कराने के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ प्रयास किया।

याद दिला दें कि शमी को 2015 में घुटने में चोट लगी थी और उन्होंने इस समस्या के साथ ही वर्ल्ड कप खेला था। वैसे, घुटने की चोट शमी को लंबे समय तक खेल से दूर रख सकती है। भारतीय टीम उम्मीद करेगी कि शमी जल्दी ठीक होकर मैदान पर वापसी करें। अगर शमी समय से फिट हुए तो फिर उनको बॉर्डर–गावस्कर ट्रॉफी के लिए भारतीय स्क्वाड में शामिल किया जा सकता है।

भारतीय टीम नवंबर में ऑस्ट्रेलिया दौरे पर जाएगी। इससे पहले वह घरेलू जमीन पर न्यूजीलैंड के खिलाफ टेस्ट सीरीज खेलेगी। भारतीय टीम फिर ऑस्ट्रेलिया में पांच टेस्ट मैचों की सीरीज में हिस्सा लेगी, जिसका पहला टेस्ट 22 नवंबर से शुरू होगा। भारतीय टीम का लक्ष्य डब्ल्यूटीसी 2025 फाइनल में जगह बनाने पर है।

टीम इंडिया का टॉप ऑर्डर फेल तो गेंदबाजों ने किया कमाल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

दुबई। आईसीसी महिला टी20 विश्व कप 2024 के वॉर्म अप मैच में भारतीय टीम ने साउथ अफ्रीका को 28 रन से हरा दिया। मैच में भारत की महिला टीम ने पहले बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 20 ओवर के खेल में 7 विकेट के नुकसान पर 144 रन का स्कोर खड़ा किया था। इसके जवाब में साउथ अफ्रीका की टीम 20 ओवर में 6 विकेट खोकर सिर्फ 116 रन ही बना पाई। मैच में टीम इंडिया को बेशक जीत मिली, लेकिन बल्लेबाजी में एक टेंशन मिल गया।

साउथ अफ्रीका के खिलाफ वॉर्म अप मैच में टीम इंडिया की टॉप ऑर्डर बल्लेबाजी बुरी तरह से फेल रही। मैच में शेफाली वर्मा अपना खाता तक भी नहीं खोल पाई थी।

जेमिमा, दीप्ति और और रिचा घोष ने संभाला मोर्चा

इसके अलावा अनुभवी ओपनर बल्लेबाज स्मृति मंधाना 22 गेंद में सिर्फ 21 रनों का योगदान दे सकी। वहीं कप्तान हरमनप्रीत कौर भी कुछ खास कमाल नहीं दिखा सकी। हरमनप्रीत कौर सिर्फ 10 रन ही बना पाई।

वॉर्म अप मैच में टॉप ऑर्डर की बल्लेबाजी फ्लॉप होने के बाद टीम के लिए जेमिमा रोड्रिगेज, दीप्ति शर्मा और रिचा घोष ने शुरुआती विकेट गिरने के बाद टीम के लिए मोर्चा संभाला। जेमिमा रोड्रिगेज 26 गेंद में 30 रनों की पारी खेली। इसके अलावा रिचा घोष ने 25 गेंद में 2 छक्के और 2 चौके की मदद से 36 रनों की पारी खेली।

इसके अलावा दीप्ति शर्मा 29 गेंद में 35 रन बनाकर नाबाद रही। टॉप ऑर्डर की फ्लॉप बल्लेबाजी के बाद गेंदबाजी में कप्तान हरमनप्रीत कौर ने कुल 9 खिलाड़ियों का इस्तेमाल किया। टीम इंडिया के लिए सबसे ज्यादा आशा शोभना ने 2 विकेट अपने नाम किए। इसके अलावा दीप्ति शर्मा, श्रेयंका पाटिल, हरमनप्रीत कौर और शेफाली वर्मा ने एक–एक विकेट लेकर साउथ अफ्रीका को हार के लिए मजबूर किया। बता दें कि मुख्य टूर्नामेंट की शुरुआत 3 अक्टूबर से हो रही है। प्रतियोगिता का का पहला मैच बांग्लादेश और स्कॉटलैंड के बीच खेला जाएगा। वहीं टीम इंडिया अपने पहले मैच में न्यूजीलैंड के साथ 4 अक्टूबर को भिड़ेगी।

सरफराज खान ने जड़ दिया विस्फोटक शतक

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) लखनऊ। भारतीय टीम के स्टार टेस्ट बल्लेबाज सरफराज खान डोमेस्टिक क्रिकेट के सर डॉन ब्रैडमैन कहे जाते हैं। उन्हें बांग्लादेश के खिलाफ दो मैचों की टेस्ट सीरीज में मौका नहीं मिला था। पहले मैच में वह टीम का हिस्सा थे, लेकिन अगले मैच यानी कानपुर टेस्ट से पहले ही भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड ने उन्हें ईरानी ट्रॉफी खेलने के लिए छुट्टी दे दी। वह कानपुर से लखनऊ पहुंचे तो उनके लिए एक बुरी खबर मिली। उनके भाई और क्रिकेटर मुशीर खान का पिता नौशाद के साथ एक्सीडेंट हो गया। अब उन्होंने रेस्ट ऑफ इंडिया के खिलाफ जबरदस्त बैटिंग करते हुए शानदार शतक ठोक दिया है। उन्होंने मुंबई के लिए जोरदार बैटिंग करते हुए ईरानी ट्रॉफी के दूसरे दिन लंच से ठीक पहले शतक पूरा किया। इस दौरान उन्होंने 14 चौके ठोके, जबकि उनके सीनियर साथी और कप्तान अजिंक्य रहाणे हालांकि 97 रन बनाकर आउट हो गए। वह 3 रन से अपना शतक पूरा नहीं कर सके।

न्यूज डायरी

बांग्लादेश को रौंदने के बाद भारतीय टीम ने चुना सीरीज का सर्वश्रेष्ठ फील्डर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टीम ने कानपुर टेस्ट में अपनी आक्रामक शैली से बांग्लादेश को चारों खाने चित कर दिया। रोहित शर्मा के नेतृत्व वाली भारतीय टीम ने दूसरे टेस्ट में बांग्लादेश को 7 विकेट से पटखनी दी। इसी के साथ भारतीय टीम ने दो मैचों की सीरीज में बांग्लादेश का 2–0 से क्लीन स्वीप किया। भारतीय टीम ने बांग्लादेश को सीरीज में रौंदने के बाद सीरीज का सर्वश्रेष्ठ फील्डर चुना। भारतीय ओपनर यशस्वी जायसवाल और तेज गेंदबाज मोहम्मद सिराज ने कप्तान रोहित शर्मा को पछाड़ते हुए इंपैक्ट फील्डर ऑफ द सीरीज मेडल जीता। भारतीय टीम ने फील्डिंग कोच टी दिलीप की अगुवाई में मेडल सेरेमनी हुई, जिन्होंने पूरी टीम के प्रयास की तारीफ की। दिलीप ने फील्डर्स का महत्व बताया और कहा कि अहम मौकों पर शानदार कैच लपककर खिलाड़ियों ने भारतीय टीम के पक्ष में मैच व सीरीज मोड़ी। रोहित शर्मा, यशस्वी जायसवाल और मोहम्मद सिराज को निरंतर बेहतर फील्डिंग के लिए शॉर्ट लिस्ट किया गया था। भारतीय टीम ने बांग्लादेश को 2–0 से मात दी और अब उसे अगली चुनौती न्यूजीलैंड से मिलेगी। भारत और न्यूजीलैंड के बीच अक्टूबर–नवंबर में तीन मैचों की टेस्ट सीरीज खेली जाएगी। इसके बाद भारतीय टीम ऑस्ट्रेलिया दौरे पर रवाना होगी, जहां वो पांच मैचों की टेस्ट सीरीज में हिस्सा लेगी।

बाबर आजम ने सीमित ओवर प्रारूप से कप्तानी छोड़ी, फैंस हुए आगबबूला

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। पाकिस्तान क्रिकेट के पोस्टर ब्वॉय बाबर आजम ने सीमित ओवर प्रारूप के कप्तानी पद से इस्तीफा दिया। बाबर ने खुलासा किया कि वह खिलाड़ी के रूप में अपने खेल को प्राथमिकता देना और निजी जिंदगी में संतुलन खोजना चाहते हैं। बाबर आजम ने अपने आधिकारिक एक्स (पहले ट्विटर) पर पोस्ट किया, मैंने पाकिस्तान पुरुष क्रिकेट टीम के कप्तानी पद से इस्तीफा देने का फैसला किया। पीसीबी और टीम प्रबंधन को पिछले महीने जानकारी देने के बाद यह प्रभावी होगा। जहां कप्तानी पुरस्कार रूप अनुभव रहा, वहीं इसके कार्यभार ने खेल के आनंद उठाने की क्षमता पर प्रभाव डाला। उन्होंने आगे लिखा, मैं अपने प्रदर्शन को प्राथमिकता देना चाहता हूं। अपनी बल्लेबाजी का आनंद उठाना चाहता हूं और अपने परिवार के साथ क्वालिटी समय बिताना चाहता हूं, जिसमें मुझे आनंद आता है। बाबर आजम ने छह महीने के भीतर ही दोबारा कप्तानी से इस्तीफा दिया। बाबर ने पहले वनडे वर्ल्ड कप 2023 के बाद सभी प्रारूपों की कप्तानी से इस्तीफा दिया था क्योंकि टीम ग्रुप चरण में पहुंचने में नाकाम रही थी। इसके बाद पीसीबी ने उन्हें दोबारा सीमित ओवर कप्तान बनाया। मगर बाबर के नेतृत्व में भी पाकिस्तान संघर्षरत रहा। यही वजह रही कि उन्होंने कप्तानी छोड़ने का बोल्ड फैसला लिया। बता दें कि बाबर आजम ने 43 वनडे में पाकिस्तान का नेतृत्व किया, जिसमें टीम को 26 जीत मिली और 15 शिकस्त झेलनी पड़ी। टी20 इंटरनेशनल प्रारूप में बाबर ने 85 मैचों में कप्तानी की, जिसमें से 48 में जीत और 29 में हार मिली।

न्यूजीलैंड के पूर्व ओपनर ने ऑस्ट्रेलियाई गेंदबाज की बखिया उधेड़ी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। न्यूजीलैंड के पूर्व ओपनर मार्टिन गप्टिल इस समय एक टी20 लीग में खेल रहे हैं, जिसमें दुनियाभर के कई पूर्व दिग्गज क्रिकेटर्स ने हिस्सा लिया है। इस टी20 लीग में गप्टिल सदर्न सुपर स्टार्स का प्रतिनिधित्व कर रहे हैं। अपने जमाने में विस्फोटक बल्लेबाजी के लिए पहचाने जाने वाले गप्टिल ने मणिपाल टाइगर्स के खिलाफ अपना पुराना रूप दिखाया और दर्शकों का मन मोह लिया। पूर्व कीवी ओपनर ने ऑस्ट्रेलिया के पूर्व तेज गेंदबाज डेनियल क्रिश्चियन के एक ओवर में लगातार चार छक्के जड़ दिए। इसका वीडियो तेजी से सोशल मीडिया पर वायरल हो गया है। सदर्न सुपर स्टार्स के लिए खेलते हुए गप्टिल ने मणिपाल टाइगर्स के क्रिश्चियन द्वारा किए पारी के 9वें ओवर में दनादन छक्कों की बरसात की। दाएं हाथ के बल्लेबाज ने पहली ही गेंद से अपना आक्रामक रूप दिखाया और मिड–विकेट के ऊपर से छक्का जड़ दिया। अगली यानी ओवर की दूसरी गेंद पर गप्टिल ने फाइन–लेग की दिशा में छक्का जमा दिया। लगातार दो छक्के जड़ने के बाद मार्टिन गप्टिल ने क्रिश्चियन को नहीं बख्शा और तीसरी गेंद पर डीप मिड–विकेट के ऊपर से सिक्स जड़ दिया।

पेज थ्री देहरादून

हमारा दून

देहरादून, गुरूवार, 3 अक्टूबर 2024 पेज 8

राष्ट्रपिता महात्मा गांधी तथा लाल बहादुर शास्त्री को स्मरण करते हुए सीएस।

राज्य की जीएसडीपी में 20 माह में हुई 1.3 गुना वृद्धि

■ सचिव डॉ.आर.मीनाक्षी सुंदरम ने मीडिया सेंटर सचिवचालय में मीडिया से वार्ता कर दी जानकारी

जानकारी

संवाददाता

देहरादून। सचिव डॉ. आर मीनाक्षी सुंदरम ने बुधवार को मीडिया सेंटर सचिवालय में मीडिया से औपचारिक वार्ता करते हुए कहा कि राज्य सरकार द्वारा 2022 में आगामी 05 वर्षों में सकल राज्य घरेलू उत्पाद (जी.एस.डी.पी.) को दोगुना करने का लक्ष्य रखा गया। राज्य की जी.एस.डी.पी में पिछले 20 माह में 1.3 गुना वृद्धि हुई है।

राज्य की प्रति व्यक्ति आय 2021–22 में 02 लाख 05 हजार रूपये थी 2023–24 में यह बढ़कर 02 लाख 60 हजार रूपये हो गई है। पिछले दो सालों में राज्य की प्रति व्यक्ति आय में 26 प्रतिशत वृद्धि हुई है। राष्ट्रीय स्तर पर दो सालों में प्रतिव्यक्ति आय 01 लाख 50 हजार 906 से बढ़कर 01 लाख 84 हजार हुई है। राष्ट्रीय स्तर पर भी प्रति व्यक्ति आय में 20 प्रतिशत की वृद्धि हुई है।

सचिव डॉ.आर. मीनाक्षी सुंदरम ने जानकारी दी कि भारत सरकार के पी.एल.एफ.सर्वेक्षण के अनुसार राज्य का 2022– 23 में लेबर फोर्स पार्टिसिपेशन रेट 15 से 29 आयु वर्ग में 43.7 प्रतिशत था जो 2023–24 में बढ़कर 49 प्रतिशत हो गया है। इसी प्रकार राज्य का वर्क पॉपुलेशन रेशियो 37.5 प्रतिशत से बढ़कर 44.2 प्रतिशत हो गया है। 15 से 59 आयु वर्ग में लेबर फोर्स पार्टिसिपेशन रेट 60.1 से बढ़कर 64.4 प्रतिशत और वर्क पॉपुलेशन रेशियो 57.2 से बढ़कर 61.2 प्रतिशत हो गया है। राज्य में 15 वर्ष से अधिक आयु वर्ग के सभी लोगों का लेबर फोर्स पार्टिसिपेशन रेट 56 से बढ़कर 60.7 प्रतिशत और वर्क पॉपुलेशन रेशियो 53.5 से बढ़कर 58.1 हो गया है।

राज्य में वर्क पॉपुलेशन रेशियो में महिलाओं की भागीदारी बढ़ी है। 15 से 29 आयु वर्ग में यह 26.1 प्रतिशत से बढ़कर 32.4 प्रतिशत और 15 से अधिक आयु वर्ग में 37 प्रतिशत से बढ़कर 43. 7 प्रतिशत हुई है। राज्य में लखपति दीदी योजना और महिला स्वयं सहायता समूहों को बढ़ावा देने की वजह से भी महिलाओं के वर्क पॉपुलेशन रेशियो में वृद्धि हुई है।

राज्य में 15 से 29 आयु वर्ग में बेरोजगारी दर में कमी आई है। 2022–23 में राज्य का बेरोजगारी दर 14.2 प्रतिशत था जो 2023–24 में घटकर 9.8 प्रतिशत रह गई है। उत्तराखण्ड में एक साल में बेरोजगारी दर में 4.4 प्रतिशत की कमी आई है। राज्य सरकार की नई नीतियों और पुरानी नीतियों में संशोधन व रोजगार और स्वरोजगार के लिए चलाये गये कार्यक्रमों से भी जीएसडीपी में वृद्धि हुई है। राज्य में पर्यटन, विनिर्माण क्षेत्र और सरकारी नौकरियों में लोगों को अधिक रोजगार मिला है।

संक्षिप्त समाचार

सीएम ने राज्य आन्दोलनकारी शहीदों को दी श्रद्धांजलि

संवाददाता देहरादून। मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने बुधवार को शहीद स्थल कचहरी, देहरादून में उत्तराखण्ड राज्य आन्दोलनकारी शहीदों की पुण्य स्मृति में उनके चित्र पर श्रद्धा सुमन अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। मुख्यमंत्री ने उत्तराखण्ड राज्य प्राप्ति के लिए अपने प्राणों को न्योछावर करने वाले सभी राज्य आन्दोलनकारियों को नमन करते हुए कहा कि उन्होंने नये राज्य के लिए अनेक सपने देखे थे। उनके सपनों के अनुरूप उत्तराखंड राज्य बनाने की दिशा में राज्य सरकार निरंतर कार्य कर रही है। उत्तराखण्ड को देश का आदर्श राज्य बनाने की दिशा में हर क्षेत्र में तेजी से कार्य हो रहे हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि इस दशक को उत्तराखण्ड का दशक बनाने के लिए राज्य सरकार द्वारा लगातार प्रयास किये जा रहे हैं।

डीजीपी ने महात्मा गांधी व शास्त्री को किये श्रद्धासुमन अर्पित

अर्जुन सिंह भण्डारी देहरादून। महात्मा गांधी व लाल बहादुर शास्त्री के जन्मदिवस के अवसर पर पुलिस महानिदेशक अभिनव कुमार ने अपने अधिकारियों के साथ मिलकर पुलिस मुख्यालय में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी एवं लाल बहादुर शास्त्री के चित्रों पर मालार्पण कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। पुलिस महानिदेशक ने इस मौके पर सभी उपस्थित अधिकारियों व कर्मचारियों को महात्मा गाँधी एवं श्री लाल बहादुर शास्त्री के आदर्शों को अपने जीवन में अपनाकर एक बेहतर समाज बनाने की ओर कदम बढ़ाने का आवाहन किया। पुलिस महानिदेशक द्वारा अपने पुलिस बल को समाज में समानता, साम्प्रदायिक सदभाव और प्रेम फैलाने का प्रयास करने और एक सुदृढ एवं समृद्ध राष्ट्र के निर्माण में अपना योगदान देने हेतु प्रोत्साहित किया।

यूएसडीएमए में श्रद्धापूर्वक मनाई गई गांधी जयंती

संवाददाता देहरादून। उत्तराखंड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण में बुधवार को राष्ट्रपिता महात्मा गांधी तथा पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय लाल बहादुर शास्त्री की जयंती श्रद्धापूर्वक मनाई गई। यूएसडीएमए के अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी प्रशासन आनंद स्वरूप ने राष्ट्रपिता महात्मा गांधी तथा स्वर्गीय श्री लाल बहादुर शास्त्री जी के चित्रों पर माल्यार्पण किया। इसके उपरांत यूएसडीएमए, उत्तराखंड भूस्खलन न्यूनीकरण एवं प्रबंधन केंद्र तथा यू प्रिपेयर के अधिकारियों और कर्मचारियों ने बारी–बारी से दोनों महान विभूतियों को श्रद्धासुमन अर्पित किए। अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी महोदय ने अपने संबोधन में कहा कि गांधी ने भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में अहिंसक प्रतिरोध की एक नई दिशा दी।

सीएस ने राष्ट्रपिता महात्मा गांधी तथा लाल बहादुर शास्त्री को स्मरण किया

संवाददाता देहरादून। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने गांधी जयंती और शास्त्री जयंती के अवसर पर सचिवालय में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी तथा पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री के चित्र पर माल्यार्पण कर उनका भावपूर्ण स्मरण किया। इस अवसर पर भारतखंडे संगीत महाविद्यालय द्वारा गांधी जी के प्रिय भजन वैष्णव जन का समवेत गायन किया गया।

मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने कहा कि प्रतिवर्ष आज के दिन हम दो महान नेताओं गांधी जी एवं शास्त्री जी को याद करते हैं। राष्ट्रपिता गाँधी जी के प्रिय भजन वैष्णव जन में एक सम्पूर्ण दर्शन समाहित है, जिससे हमें जीवन के बहुत से मानवीय मूल्यों को बनाए रखने की प्रेरणा मिलती है। महात्मा गांधी के विचार और सिद्धांत आज भी हमारे लिए प्रासंगिक हैं। हमें उनके द्वारा दिखाए गए मार्ग का अनुसरण करना चाहिए, ताकि हम एक बेहतर समाज का निर्माण कर सकें। हमें सत्य, अहिंसा और प्रेम के मार्ग पर चलने की प्रेरणा लेनी चाहिए। महात्मा गांधी का जीवन हमें सिखाता है कि सच्चाई और मानवता की सेवा सबसे महत्वपूर्ण है।

अल्मोड़ा के बाद अब हरिद्वार मेडिकल कॉलेज भी शुरू

उपलब्धि

■धामी सरकार ने तीन साल में शुरु किए दो मेडिकल कॉलेज

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के तीन साल के कार्यकाल के दौरान, उत्तराखण्ड में दो नए मेडिकल कॉलेज शुरू हो चुके हैं। धामी सरकार के कार्यकाल के दौरान 2022 में अल्मोड़ा मेडिकल कॉलेज शुरू हो चुका है, और अब इसी सत्र से हरिद्वार मेडिकल कॉलेज भी शुरू होने जा रहा है। दोनों जगह की कुल 200 नई सीटें जुड़ने से उत्तराखण्ड में एमबीबीएस प्रथम वर्ष में मेडिकल सीटों की संख्या बढ़कर 625 हो गई है।

हमारी सरकार नए मेडिकल कॉलेजों की स्थापना के जरिए जहां स्तरीय स्वास्थ्य सेवाओं का विस्तार कर रही है, वहीं इससे मेधावी छात्रों को भी अपने प्रदेश में ही मेडिकल की पढ़ाई सस्ती दरों पर करने का मौका मिलेगा। हरिद्वार मेडिकल कॉलेज के लिए जल्द पहले बैच की काउंसिलिंग शुरू होगी, जल्द ही पिथौरागढ़ और रुद्रपुर मेडिकल कॉलेज का निर्माण पूरा करते हुए जरूरी मान्यता दिलाने के प्रयास किए जा रहे हैं।

पुष्कर सिंह धामी
मुख्यमंत्री, उत्तराखंड।

पुष्कर सिंह धामी सरकार के कार्यभार ग्रहण करने से पहले प्रदेश में श्रीनगर, देहरादून और हल्द्वानी मेडिकल कॉलेज ही संचालित हो रहे थे। हालांकि तब तक अल्मोड़ा मेडिकल कॉलेज और हरिद्वार मेडिकल कॉलेज पर भी काम शुरू हो चुका था। कार्यभार ग्रहण करने के तत्काल बाद प्रदेश में स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार के साथ ही एमबीबीएस सीटों की संख्या बढ़ाने के संकल्प के साथ मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने इन दोनों मेडिकल कॉलेजों को प्राथमिकता पर शुरू करने के निर्देश दिए। जिसके बाद दोनों मेडिकल कॉलेज का निर्माण कार्य युद्ध स्तर पर पूरा किया गया। जिसमें से अल्मोड़ा मेडिकल कॉलेज का निर्माण पहले पूरा होने पर यहां 2022 से ही मेडिकल की पढ़ाई शुरू हो चुकी है। अब इसी क्रम में हरिद्वार मेडिकल कॉलेज का भी निर्माण कार्य पूरा होने से इसी शैक्षिक सत्र से यहां भी एमबीबीएस की 100 सीटों पर प्रवेश का रास्ता साफ हो गया है।

केंद्र सरकार ने हरिद्वार मेडिकल कॉलेज के लिए मौजूदा शैक्षिक सत्र 2024–25 के लिए 100 सीटें मंजूर कर दी हैं। इसके लिए अब काउंसिलिंग शुरू की जा रही है। इससे प्रदेश के और अधिक बच्चों को एमबीबीएस करने का मौका मिलेगा, इसके लिए उन्हें सरकारी फीस ही चुकानी है।

महानिदेशक सूचना ने महात्मा गांधी एवं लाल बहादुर शास्त्री की जयंती पर श्रद्धांजलि दी

संवाददाता देहरादून। महानिदेशक सूचना बंशीधर तिवारी ने राष्ट्रपिता महात्मा गांधी एवं पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री की जयंती के अवसर पर रिंग रोड स्थित सूचना निदेशालय में उनके चित्रों पर श्रद्धा सुमन अर्पित कर श्रद्धांजलि दी।

महानिदेशक बंशीधर तिवारी ने कहा कि राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने अहिंसा का जो मार्ग दिखाया, हमें अपने जीवन में उनके सिद्धांतों का पालन करते हुए समाज में शांति, समृद्धि और सामंजस्य स्थापित करने की दिशा में कार्य करना चाहिए। गांधी जी के सत्य और अहिंसा के आदर्श हम सभी को एकजुट होकर आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करते हैं। उन्होंने कहा कि पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री जी के मूल्यों और सिद्धान्तों पर आधारित जीवनशैली के आदर्शों का अनुसरण करते हुए हमें जीवन में आगे बढ़ना चाहिए।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के प्रिंटर्स,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।