हिन्दी साप्ताहिक

Title Code:- UTTBIL00534

उत्तराखण्ड अभ्युदय

♦वर्ष -01 ♦ अंक-15 ♦देहरादून - रविवार 02 फरवरी 2025 ♦पृष्ठ : 4 ♦मूल्य: 1/-

38वें राष्ट्रीय खेल: सीएम धामी ने रुद्रपुर के स्पोर्ट्स स्टेडियम वेलोड्रोम में साइकिलिंग पदक विजेताओं को मेडल प्रदान कर शुभकामनाएं दी

देहरादून(आरएनएस)। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने 38वें राष्ट्रीय खेल के अंतर्गत रुद्रपुर के स्पोर्ट्स स्टेडियम वेलोड्रोम में साइकिलिंग पदक विजेताओं को मेडल प्रदान कर शुभकामनाएं दी। मुख्यमंत्री ने गुरुवार को मनोज सरकार स्पोर्टस स्टेडियम में 38वें राष्ट्रीय खेलों के अन्तर्गत शिवालिक वेलोड्रम मे ट्रैक साइकिलिंग प्रतियोगिता को दर्शक दीर्घा से देखा। उन्होंने वेलोड्रम पहुंचकर खिलाड़ियो से परिचय प्राप्त कर ट्रैक पर साइकिलिंग भी की। इसके बाद मुख्यमंत्री ने पुरूष वर्ग के टीम परस्यूट डिस्टेंस 4000 मीटर प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक विजेता सर्विसेज स्पोर्टस कंट्रोल बोर्ड, रजत पदक विजेता पंजाब व कांस्य पदक विजेता राजस्थान को मैडल व पहाड़ी टोपी पहनाकर सम्मानित किया। इसके उपरान्त मुख्यमंत्री ने खिलाड़ियों के साथ भोजन किया व खिलाड़ियों के लिए की गई व्यवस्थाओं के बारे में खिलाड़ियों से जानकारी ली जिस पर खिलाड़ियो ने सभी प्रकार की व्यवस्थाओं पर प्रसन्नता व्यक्त की। मुख्यमंत्री ने कहा कि 28 जनवरी को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 38वें राष्ट्रीय खेलों का देहरादून से शुभारम्भ किया। उन्होंने कहा कि खेल के शुभारम्भ होने के दिन से ही पूरे प्रदेश में एक उत्साह का माहौल है। इस राष्ट्रीय खेल की प्रतियोगिताओं के संचालन के लिए लगभग 20 हजार लोगों द्वारा प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रूप से अपना योगदान दिया जा रहा है। प्रदेश के विभिन्न स्थानों पर हो रही प्रतियोगिताओं की व्यवस्थाओं पर मुख्यमंत्री अधिकारियों से लगातार अपडेट ले रहे हैं और स्वयं जाकर भी व्यवस्थाओं को देख रहे हैं। सम्बन्धित अधिकारियों को निर्देश दिये गये हैं कि खिलाड़ियों के लिए हर संभव सुविधाएं उपलबध कराई जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि हमारे प्रदेश के खिलाड़ियों का प्रदर्शन भी बेहतर देखने को मिल रहा है, अभी तक लगभग 33 मैडल उत्तरखण्ड के खिलाड़ियों ने विभिन्न प्रतियोगिताओं में हासिल किये हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि यहां पर बने वेलोड्रम की सराहना देशभर से आने वाले खिलाड़ी कर रहे है। प्रदेश में अनेक स्थानों पर बहु उद्देशीय हॉल का भी निर्माण किया गया है, खटीमा के चकरपुर में भी मलखम्ब, टनकपुर में राफ्टिंग की प्रतियोगिता आयोजित होनी है। पूरे प्रदेश में 11 विभिन्न स्थानों पर खेल प्रतियोगिताएं आयोजित हो रही हैं, जो अपने आप में बहुत शानदार आयोजन है। उत्तराखण्ड में हो रही ये खेल प्रतियोगिताएं निश्चित रूप से हमारे प्रदेश के युवा खिलाड़ियों के लिए प्रेरणा का काम करेंगी और खिलाड़ी खेल के क्षेत्र में अपना शानदार भविष्य बनायेंगें। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री जी के द्वारा इस राष्ट्रीय खेल का शुभारम्भ हुआ था और 14 फरवरी को हल्द्वानी में गृहमंत्री अमित शाह जी के द्वारा इसका समापन किया जायेगा। इसके बाद मुख्यमंत्री ने 46वीं वाहिनी पीएसी में पहुंचकर शॉटगन और स्कीट प्रतियोगिता का विधिवत फीता काटकर व पूजा अर्चना कर खेल शुभारम्भ की घोषणा की। उन्होने शॉटगन से टैप शूटिंग भी की। इस दौरान उन्होने खिलाड़ियों से मिलकर अग्रिम शुभकामनाऐं दी।

इस दौरान विधायक शिव अरोरा, दर्जामंत्री अनिल कपूर डब्बू, उत्तम दत्ता, नवनिर्वाचित मेयर विकास शर्मा, जिलाध्यक्ष भाजपा कमल जिन्दल, जिला महामंत्री अमित नारंग, पूर्व मेयर रामपाल सिंह, जिलाधिकारी नितिन सिंह भदौरिया, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक मणिकांत मिश्रा, मुख्य विकास अधिकारी मनीष कुमार उपस्थित थे।

आंदोलन की तैयारी में पर्वतीय कर्मचारी शिक्षक संगठन

देहरादून(आरएनएस)। उत्तरांचल पर्वतीय कर्मचारी शिक्षक संगठन ने सितंबर 2024 में अपर मुख्य सचिव कार्मिक के साथ बैठक में मिले आश्वासनों के पूरा न होने पर नाराजगी जताई। 16 फरवरी को होने वाले प्रदेश कार्यकारिणी की बैठक में आंदोलन की रणनीति तैयार होगी। महामंत्री अशोकराज उनियाल ने कहा कि कर्मचारियों की मांगों का निस्तारण नहीं किया जा रहा है। इसे लेकर कर्मचारियों में आक्रोश है। कहा कि स्वास्थ्य विभाग में डिप्लोमा फार्मासिस्ट के जो पद कम किए गए हैं, उन्हें पहले की तरह यथावत रखा जाए। ग्रामीण विकास विभाग में ग्राम विकास अधिकारी की पदोन्नति पर लगाई रोक को हटाकर जल्द पदोन्नतियां की जाएं। कोरोना काल में कार्य करने वाले स्वास्थ्य विभाग के सभी कार्मिकों को प्रोत्साहन भत्ता दिया जाए।

कहा कि अभी तक चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों की 2400 ग्रेड वेतनमान और राजकीय वाहन चालक संघ को 4800 ग्रेड वेतनमान समेत पदोन्नतियों में शिथलीकरण का लाभ देने का आदेश नहीं हो पाया है।

"अभ्युदय वात्सल्यम" का भव्य सांस्कृतिक आयोजन "लोक संस्कृति महोत्सव"

देहरादून। प्रत्येक वर्ष की तरह इस बार भी अभ्युदय वात्सल्यम् संस्था द्वारा बड़े स्तर के सांस्कृतिक आयोजन के क्रम में सांस्कृतिक कार्यक्रम ष्लोक संस्कृति महोत्सव -2025ष का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत मुख्य अतिथि उत्तराखंड के वित्त मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने ने दीप प्रज्वलित कर के किया।

वित्त मंत्री ने विकास के पथ पर अग्रसर देवभूमि उत्तराखण्ड की उपलब्धियों-गतिविधियों को समाहित करते हुए एक स्मारिका ष्देवभूमि उत्तराखण्डष का विमोचन किया। मंत्री ने संस्था की गतिविधियों और आयोजन की सराहना की।

संस्था के संस्थापक डॉ अशोक कुमार मिश्र षक्षितिजष ने बताया कि इस कार्यक्रम में लोक कलाकारों द्वारा गढ़वाली, कुमाऊंनी, जौनसारी, गोरख्याली ,भोजपुरी,अवधी, भोजपुरी सांस्कृतिक प्रस्तुतियां सहित अनेक कार्यक्रम प्रस्तुत किए गए। साथ ही संस्था द्वारा संचालित किए जा रहे, पर्यावरण संरक्षण,जल संरक्षण और ष्नशामुक्ति अभियानष के संबंध में भी प्रस्तुतियां दी गईं।

कार्यक्रम में एक भारत- श्रेष्ठ भारत के अन्तर्हित संदेश के साथ, ष्करो योग रहो निरोगष का संदेश के साथ भारत के संविधान ष्मूल अधिकारोंष को अभिव्यक्त करते हुए विभिन्न छात्र-छात्राओं द्वारा एक नाटिका प्रस्तुत की गई।

संस्था के सांस्कृतिक कार्यक्रम के दूसरे सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में देहरादून कैंट से विधायक श्रीमती सविता कपूर जी मौजूद रहीं। विधायक श्रीमती कपूर ने कहा कि संस्था के ऐसे आयोजन बेहद सराहनीय हैं। अभ्युदय वात्सल्यम् संस्था को मेरी हार्दिक शुभकामनाएं।

विधायक श्रीमती कपूर ने कलाकारों, छात्र छात्राओं एवं विशिष्ट व्यक्तियों को सम्मानित भी किया। कार्यक्रम का संचालन जाने माने कवि श्रीकांत श्री ने किया।

संस्था की अध्यक्ष एवं निदेशक डॉ (श्रीमती) गार्गी मिश्रा ने बताया कि सतत सेवारत अभ्युदय वात्सल्यम् संस्था महिलाओं, बच्चों तथा वृद्ध नागरिकों के लिए विशेष रूप से सेवारत हैं। संस्था द्वारा वर्ष भर विभिन्न जागरूकता अभियान संचालित किए जाते हैं।

संस्था द्वारा उत्कृष्ट समाज सेवा के लिए स्वप्निल सिन्हा, शशि भूषण मैठानी, शिवशंकर कुशवाहा, रमेश चंद द्विवेदी, विपिन जोशी को विभिन्न सम्मान से सम्मानित किया गया।

छात्र छात्राओं द्वारा विभिन्न प्रस्तुतियां दीं गईं। मौलिक अधिकार के प्रति जागरूकता विषयक नाटिका की प्रस्तुति में श्रीशांगी, कुणाल, शिवांश,अभिषेक, समीक्षा, मोहित, आस्था,अर्जुन, दिव्यांशु,सागर ने प्रतिभाग किया।

लोक गायक हरीश मेहरा एवं गिरीश सनवाल व उनके टीम की रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियां बेहद सराहनीय रहीं।डॉ.अशोक कुमार मिश्र षक्षितिजष की भोजपुरी प्रस्तुति मनमोहक रही

सम्पादकीय

आलोकित करता भव्य,दिव्य,अद्भुत महाकुम्भ

गंगा तीरे नमस्तुभ्यं, त्रिवेणी संगमे शुभे।
यत्र स्नानं कृतं पापं, तत्क्षणादेव नश्यति्
हे गंगा माता, हे त्रिवेणी संगम, आपको बारंबार नमन! जो भी श्रद्धालु यहाँ स्नान करता है, उसके समस्त पाप तत्क्षण ही नष्ट हो जाते हैं।

प्रयागराज में आयोजित महाकुम्भ भारतीय संस्कृति,आस्था और आध्यात्मिकता का महानतम संगम है,समागम है।यह केवल एक मेला नहीं, बल्कि सनातन ध र्म की जीवंत परंपरा का प्रतीक है,जहाँ श्रद्धालु गंगा, यमुना और अदृश्य सरस्वती के पवित्र संगम में स्नान कर अपने जीवन को पावन बनाने का अवसर प्राप्त करते हैं। इस अलौकिक आयोजन में संत-महात्माओं की दिव्य वाणी गुंजायमान है,जो धर्म,योग और आत्मज्ञान का संदेश दे रही है। कुंभ की दिव्यता और भव्यता न केवल भारत, बल्कि पूरे विश्व के अगणित श्रद्धालुओं को भी अपनी ओर आकर्षित कर रही है।

यह आयोजन सनातन संस्कृति की अनुपम धरोहर को सहेजते हुए आस्था, परंपरा और अध्यात्म का अद्भुत समागम है।

महाकुम्भ के पुण्य अवसर पर सभी साधु-संत, गृहस्थ, योगी और आस्थावान जन एकत्र होकर दिव्य वातावरण का सृजन कर रहे हैं। अखाड़ों की पेशवाई, गंगा आरती, कथा-प्रवचन और साधु-संतों के सत्संग से संपूर्ण वातावरण भक्तिमय हो उठा है। यह सनातन संस्कृति का भव्यतम उत्सव है, जहाँ विश्वभर के लोग भारतीय आध्यात्मिकता के आलोक में स्वयं को तन्मय कर रहे हैं। इस पावन पर्व पर हर दिशा में गूंज रही जय मां गंगे, जय प्रयागराज, जय महाकुंभ की उद्घोषणा इस दिव्य आयोजन की महत्ता को और अधिक उजागर कर रही है।

देवभूमि उत्तराखण्ड की पावन भूमि को पतित पावनी गंगा एवं भानु-सुता यमुना के उद्गम स्थल होने का सौभाग्य व गौरव प्राप्त है।

महाकुंभ का आयोजन,समरसता और साहचर्य को और समृद्धि प्रदान करें। सांस्कृतिक पर्यटन के विकास व गांवों की आत्मनिर्भरता के प्रयास सार्थक हों, सफल हों, यही ईश्वर से कामना है।

देवभूमि उत्तराखण्ड को अग्रणी राज्य बनाने के हमारे प्रयास अहर्निश जारी रहेंगे।।
जय देवभूमि उत्तराखण्ड!!जय भारत !!

डॉ.(श्रीमती)गार्गी मिश्रा

गडकरी अच्छे या मोदी?

हरिशंकर व्यास

जवाब व्यक्ति की सत्यवादी बनाम अंध विश्वासी मनोदशा में होगा। हम हिंदू अंधविश्वासी हैं। अवतार में विश्वास रखते हैं। इलहाल और झूठ में जीते हैं। इसलिए प्रोपेगेंडा के दस साला महाअभियान में डूबे असंख्य लोग मोदी को नि:स्वार्थी लोक सेवक, व्रत-उपवास रखने वाला धार्मिक तथा कर्मयोगी भगवान समझते हैं।

मगर मनुष्यता की कसौटी में सत्य से जीने वाले समझदारों में यदि जन सर्वेक्षण हो, भाजपा-संघ के भीतर भी सर्वे हो तो नतीजा क्या होगा? मेरा मानना है गडकरी जीतेंगे, मोदी हारेंगे। इसलिए क्योंकि मेरी धारणा है इंसान अंतत: अच्छाई का आकांक्षी है। और प्रमाण में इतिहास है तो मोदी की इमेज में विश्व मीडिया का आईना है। सनातन धर्म का भी शाश्वत सत्य है कि मर्यादा का मान है, राम की पूजा है। जबकि अहंकार और रावण अमान्य हैं। ध्यान रहे राम-रावण की कथा हम हिंदुओं की ही है।

मेरा दो व्यक्तियों के सवाल में इतना पीछे जाना इसलिए जरूरी है क्योंकि 140 करोड़ लोगों का देश इस वक्त ऐसा बंटा हुआ है कि झूठ को सत्य मानते हैं और सत्य को झूठ। बहुत ही मुश्किल है। मैं पहले भी लिखता रहा हूं कि आज की राजनीति नेहरू, नरसिंह राव, वाजपेयी, मनमोहन सिंह को कितना ही खारिज करे लेकिन आजाद भारत के इतिहास में ये सहज-सरल-मर्यादित राजनीति के अच्छे चेहरे थे और हमेशा रहेंगे। सो, कसौटी अच्छा होना और भलेपन की है। अहंकार और झूठ से न नेता की पुण्यता टिकाऊ होती है और न नस्ल और देश का भला होता है। रअसल इस सप्ताह की घटनाओं से मेरा ध्यान चेहरों पर हुआ। हिमाचल, यूपी, कर्नाटक में दलबदल, गुजरात से लेकर झारखंड में नेताओं की खरीद फरोख्त और भाजपा के टिकटों की चर्चा में बहुत कुछ सुना। नितिन गडकरी, प्रतिभा सिंह, मधु व गीता कोड़ा, डीके शिवकुमार पर सोशल मीडिया के हेडिंग और कवर दिखे तो नरेंद्र मोदी 'द डिक्टेटर' वीडियो की लोकप्रियता के आंकड़े मालूम हुए। पर फिर सवाल था कि लोकसभा चुनाव से ठीक पहले यह सब देख, जान लोग क्या अच्छे-बुरे का फैसला करने में समर्थ हैं?

मैं दिन में फोन पर सोशल मीडिया, यूट्यूब को मुश्किल से पांच-सात मिनट देता हूं। स्क्रॉल करते हुए हेडिंग, कवर देखता हूं। इस सप्ताह मोदी पुराण के एक्सट्रीम के बीच में नितिन गडकरी पर भी चर्चा दिखी। कैसी हैरानी की बात है जो 2014 में सरकार बनने से लेकर आज तक नरेंद्र मोदी-अमित शाह के ईर्द-गिर्द बेइंतहां खर्च का जहां मीडिया नैरेटिव है। वही नितिन गडकरी भी 2014 के पहले से अब तक लगातार दिलचस्पी के केंद्र हैं। फिलहाल यह कयास है कि मोदी-शाह सबको निपटा रहे हैं तो शिवराज, वसुंधरा की तरह नितिन गडकरी, राजनाथ सिंह आदि के टिकट कट जाने हैं।बावजूद इसके गडकरी भाषणों के हवाले सोशल मीडिया में चर्चित हैं। भला गडकरी से ऐसा लगाव क्यों? एक ही वजह है। और वह है उनसे लोगों में फीलगुड! निश्चित ही दस वर्षों में नरेंद्र मोदी ने रंग-बिरगी पोशाकों, जुमलों, दिखावों, प्रवचनों, शृंगारों, झांकियों, नौटंकियों, विश्वगुरू के प्रोपेगेंडा नैरेटिव से अपने को अंध विश्वासियों में भगवान बनाया है। उनके प्रति हिंदुओं में भक्ति है। मगर वही ठीक कंट्रास्ट में लुटियन दिल्ली, भाजपा और संघ से ले कर समझदार आम जन में नितिन गडकरी का उनके मनसा, वाचा, कर्मणा से यह भाव है कि एक अच्छा आदमी। कितना काम किया और कितना समझदार! लग रहा होगा मेरा नितिन गडकरी से कोई स्वार्थ है। उनसे मेरा मेल-जोल है। रत्ती भर नहीं। मगर मेरा मानना है भाजपा-संघ-हिंदुवादी चेहरों की जमात के लिए नितिन गडकरी का आज अकेला चेहरा है, जिससे पूरी जमात के अच्छेपन, भलेपन और उसमें रीढ़ की हड्डी होने का तर्क दिया जा सकता है। नरेंद्र मोदी के अहंकारी, अमर्यादित, नकली नेतृत्व ने देश-विदेश में संघ-भाजपा की जो इमेज बनाई है उसमें जमात पर ऊगलियां हैं। भविष्य के खतरे हैं।

मगर एक चेहरा तो ऐसा है जो सहज, सरल है। काम की सत्य बात करता है। एकात्म मानवतावादी है और संघ की शाखा से निकला वह पारिवारिक, सामाजिक जीव है और लोगों में नफरत नहीं, विभाजन नहीं बढ़ाता, बल्कि बल्कि दिल जीतता है। असली वसुधैव कुटुंबकमवादी है!

सामयिक : जांच एजेंसियों पर उठते सवाल

विनीत नारायण

पिछले कुछ समय से विवादों में घिरी सरकार की दो जांच एजेंसियां प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) और सीबीआई विपक्ष का निशाना बनी हुई हैं।

इस विवाद में ताजा मोड़ तब आया जब हाल ही में मुंबई की एक विशेष अदालत ने पात्रा चॉल पुनर्विकास से जुड़े मनी लॉन्ड्रिंग मामले में ईडी द्वारा शिवसेना के सांसद संजय राउत की गिरफ्तारी को 'अवैध' और 'निशाना बनाने' की कार्रवाई करार दिया। इसके साथ ही राउत की जमानत भी मंजूर कर ली गई। अदालत के इस आदेश ने विपक्ष को और उत्तेजित कर दिया है। राज्यों में चुनावों के दौरान ऐसे फैसले से विपक्ष को एक और हथियार मिल गया है। विपक्ष अपनी चुनावी सभाओं में इस मुद्दे को जोर-शोर से उठाने की तैयारी में है।

हालांकि चुनाव आयोग संवैधानिक संस्था है, और उसे जांच एजेंसियों के समकक्ष खड़ा नहीं किया जा सकता, फिर भी यह ध्यान देने योग्य है कि उत्तर प्रदेश के समाजवादी नेता आजम खां के मामले में भारत के चुनाव आयोग को भी अदालत की तीखी टिप्पणी झेलनी पड़ी। जिस तरह चुनाव आयोग ने अति तत्परता से आजम खां की सदस्यता निरस्त कर उपचुनाव की घोषणा भी कर डाली उस पर सर्वोच्च न्यायालय ने सवाल खड़ा किया कि ऐसी क्या मजबूरी थी कि जो आयोग को तुरत-फुरत फैसला लेना पड़ा और आजम खां को अपील करने का भी मौका नहीं मिला।

न्याय की स्वाभाविक प्रक्रिया है कि आरोपी को भी अपनी बात कहने या फैसले के खिलाफ अपील करने का हक है जबकि इसी तरह के एक अन्य मामले में मुजफ्फरनगर जिले की खतौली विधानसभा से एक विधायक की सदस्यता रद्द करने में ऐसी फुर्ती नहीं दिखाई गई। एक ही अपराध के दो मापदंड कैसे हो सकते हैं? जहां तक जांच एजेंसियों की बात है तो दिसम्बर, 1997 के सर्वोच्च न्यायालय के 'विनीत नारायण बनाम भारत सरकार' के फैसले के तहत इन जांच एजेंसियों को निष्पक्ष और स्वायत्त बनाने की मंशा से काफी बदलाव लाने वाले निर्देश दिए गए थे। इसी फैसले के तहत इन पदों पर नियुक्ति की प्रक्रिया पर भी विस्तृत निर्देश दिए गए थे। उद्देश्य था इन संवेदनशील जांच एजेंसियों की अधिकतम स्वायत्ता को सुनिश्चित करना। इसकी जरूरत इसलिए पड़ी क्योंकि हमने 1993 में एक जनहित याचिका के माध्यम से सीबीआई की अकर्मण्यता पर सवाल खड़ा किया था। तमाम प्रमाणों के बावजूद सीबीआई हिजबुल मुजाहिद्दीन की हवाला के जरिए हो रही दुबई और लंदन से फंडिंग की जांच को दो बरस से दबा कर बैठी थी।

उस पर भारी राजनैतिक दबाव था। इस याचिका पर ही फैसला देते हुए सर्वोच्च न्यायालय ने उक्त आदेश जारी किए थे, जो बाद में कानून बने, परंतु पिछले कुछ समय से ऐसा देखा गया है कि ये जांच एजेंसियां सर्वोच्च न्यायालय के उस फैसले की भावना की उपेक्षा कर कुछ चुनिंदा लोगों के खिलाफ ही कार्रवाई कर रही हैं। इन एजेंसियों के निदेशकों की सेवा विस्तार देने के ताजा कानून ने तो सर्वोच्च न्यायलय के फैसले की अनदेखी ही कर डाली। नये कानून से आशंका प्रबल होती है कि जो भी सरकार केंद्र में होगी वो इन अधिकारियों को तब तक सेवा विस्तार देगी जब तक वे उसके इशारे पर नाचेंगे।

केंद्र में जो भी सरकार रही हो उस पर इन जांच एजेंसियों के दुरुपयोग का आरोप लगता रहा है। पर मौजूदा सरकार पर विपक्ष द्वारा यह आरोप बार-बार लगातार लग रहा है कि वो अपने राजनैतिक प्रतिद्वंद्वियों या अपने विरुद्ध खबर छापने वाले मीडिया प्रतिष्ठानों के खिलाफ इन एजेंसियों का लगातार दुरु पयोग कर रही है। पर यहां सवाल सरकार की नीयत और ईमानदारी का है। सर्वोच्च न्यायालय का वो ऐतिहासिक फैसला इन जांच एजेंसियों को सरकार के शिकंजे से मुक्त करना था जिससे कि वे बिना किसी दबाव या दखल के अपना काम कर सकें क्योंकि सीबीआई को सर्वोच्च अदालत ने भी 'पिंजरे में बंद तोता' कहा था।

इसी फैसले के तहत इन एजेंसियों के ऊपर निगरानी रखने का काम केंद्रीय सतर्कता आयोग को सौंपा गया था। यदि ये एजेंसियां अपना काम सही से नहीं कर रहीं तो सीवीसी के पास अधिकार है कि वो अपनी मासिक रिपोर्ट में जांच एजेंसियों की खामियों का उल्लेख करे। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी, गृह मंत्री अमित शाह और भाजपा के अन्य नेता गत 8 वर्षों से हर मंच पर पिछली सरकारों को भ्रष्ट और अपनी सरकारों को ईमानदार बताते आए हैं। मोदी दमखम के साथ कहते हैं, 'न खाऊंगा न खाने दूंगा'। उनके इस दावे का प्रमाण यही होगा कि भ्रष्टाचार के विरुद्ध जांच करने वाली ये एजेंसियां सरकार के दखल से मुक्त रहें। अगर वे ऐसा नहीं करते तो विपक्ष द्वारा मौजूदा सरकार की नीयत पर शक होना निराधार नहीं होगा।

हमारा व्यक्तिगत अनुभव भी यही रहा है कि पिछले इन 8 वर्षों में हमने सरकारी या सार्वजनिक उपक्रमों के बड़े स्तर के भ्रष्टाचार के विरुद्ध सप्रमाण कई शिकायतें सीबीआई और सीवीसी में दर्ज कराई हैं पर उन पर कोई कार्रवाई नहीं हुई जबकि पहले ऐसा नहीं होता था। इन एजेंसियों को स्वायत्ता दिलाने में हमारी भूमिका का सम्मान करके हमारी शिकायतों पर तुरंत कार्रवाई होती थी। हमने जो भी मामले उठाए उनमें कोई राजनैतिक एजेंडा नहीं रहा है। जो भी जनहित में उचित लगा उसे उठाया। इसलिए जिनके विरुद्ध हमने अदालतों में लंबी लड़ाई लड़ी वे भी हमारी निष्पक्षता और पारदर्शिता का सम्मान करते हैं।

यही लोकतंत्र है। शिकायतकर्ता को शत्रु नहीं, बल्कि शुभचिंतक माना जाए। संत कह गए हैं, 'निंदक नियरे राखिए, आंगन कुटी छवाय, बिन पानी, साबुन बिना, निर्मल करे सुभाय।' मामला संजय राउत का हो, आजम खां का हो, केजरीवाल सरकार के शराब घोटाले का हो या मोरबी पुल की दुर्घटना का हो, जांच एजेंसियों का निष्पक्ष होना बहुत महत्त्वपूर्ण है। जानता के बीच ऐसा संदेश जाना चाहिए कि जांच एजेंसियां अपना काम स्वायत्त और निष्पक्ष रूप से कर रही हैं। किसी भी दोषी को बख्शा नहीं जाएगा चाहे वो किसी भी विचारधारा या राजनैतिक दल का समर्थक क्यों न हो। कानून अपना काम कानून के दायरे में ही करेगा।

सिरदर्द से लेकर खांसी-जुकाम तक के लिए उपयोगी है एलोवेरा, जानिए फायदे

आप सभी ने अक्सर सुना होगा एलोवेरा एक ऐसी जड़ीबूटी है जो स्किन से लेकर सेहत के लिए फायदेमंद होता है। जी हाँ, एलोवेरा को औषधि की तरह इस्तेमाल किया जाता है। एलोवेरा के कई चौकाने वाले फायदे है जो आज हम आपको बताने जा रहे हैं।

एलोवेरा के फायदे-

सिर दर्द - सिरदर्द के लिए एलोवेरा जेल लें, और इसमें थोड़ी मात्रा में दारु हल्दी (दारुहरिद्रा) का चूर्ण मिला लें। अब इसे गर्म करके दर्द वाले स्थान पर बांधें। जी दरअसल इससे वात और कफ दोष के कारण होने वाले सिरदर्द से आराम मिलता है।

आंखों की बीमारी में- जी दरअसल आप एलोवेरा के औषधीय गुण से आंखों की बीमारी का इलाज कर सकते हैं। कहा जाता है एलोवेरा जेल को आंखों पर लगाने से आंखों की लालिमा खत्म होती है। जी दरअसल यह विषाणु से होने वाले आखों के सूजन (वायरल कंजक्टीवाइटिस) में लाभदायक होता है। इसी के साथ एलोवेरा का औषधीय गुण आँखों के लिए बहुत फायदेमंद होता है।

कान दर्द में - कान दर्द में भी एलोवेरा से लाभ मिलता है। इसके लिए एलोवेरा के रस को हल्का गर्म कर लें और जिस कान में दर्द हो रहा है, उसके दूसरी तरफ के कान में दो-दो बूंद टपका लें। इससे कान के दर्द में आराम मिलता है।

खांसी-जुकाम - खांसी-जुकाम में भी इससे फायदा होता है। इसके लिए गूदा और सेंधा नमक लेकर भस्म तैयार कर लें और इस भस्म को 5 ग्राम की मात्रा में मुनक्का के साथ सुबह-शाम सेवन करें। वैसे इससे पुरानी खांसी और जुकाम में लाभ होता है।

सर्दियों में चेहरे की चमक बढ़ाने के लिए संतरा का करें इस्तेमाल

संतरे को चेहरे के लिए बहुत बेहतरीन माना जाता है। जी दरअसल इसमें मौजूद विटामिन-सी और एंटीऑक्सीडेंट न सिर्फ सेहत बल्कि खूबसूरती को बरकरार रखने में भी काफी फायदेमंद है। जी हाँ और इसके छिलकों में पोटैशियम, मैग्नीशियम और कैल्शियम जैसे तत्व मौजूद होते हैं, जिससे आप कई तरह की स्किन प्रॉब्लम्स से छुटकारा पा सकते हैं। अब आज हम आपको आपको बताते हैं कि ये स्किन के लिए क्यों फायदेमंद है।

आयली स्किन- जी दरअसल तैलीय त्वचा को दूर करने का सबसे अच्छा तरीका है संतरा। ऐसा इसलिए क्योंकि इसका एस्ट्रिंज तत्व त्वचा से अतिरिक्त तेल को आसानी से सोख लेता है। जी हाँ और इसके लिए दूध/दही या गुलाब जल में 1 बड़ा चम्मच संतरे के छिलके का पाउडर मिलाएं और अब चेहरे पर 10-15 मिनट लगाएं और फिर गुनगुने पानी से धो लें। ऐसा हफ्ते में 2 बार करें।

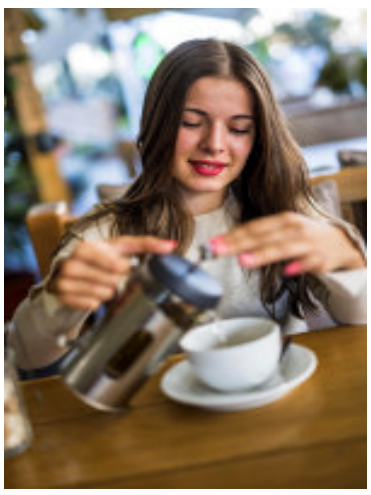
बेजान स्किन- सनबर्न, प्रदूषण और बढ़ती उम्र कई कारणों से त्वचा अपनी चमक खोने लगती है। ऐसे में 1 चम्मच संतरे के छिलके से पाउडर बनाएं और इसमें 2 चम्मच शहद मिलाकर चेहरे व गर्दन पर 10-15 मिनट लगाएं। अब सूखने के बाद ठंडे पानी से धो लें। ये ग्लोइंग और हाइड्रेटेड त्वचा के लिए फेस पैक हैं। इससे स्किन ड्राई भी नहीं होगी।

चेहरे पर दाने- इसके लिए 1 चम्मच संतरे के छिलके के पाउडर का पेस्ट बनाएं। इसमें 1 चम्मच नीम पाउडर और गुलाब जल मिलाएं। अब इसे चेहरे पर 15 मिनट लगाएं और सूखने के बाद ताजे पानी से धो लें।

टैनिंग की समस्या- टैनिंग हटाने के लिए 1 बड़े चम्मच संतरे के पाउडर में 2 बड़े चम्मच दही या टमाटर का रस मिलाएं। इसे पूरे चेहरे, गर्दन और हाथों पर लगाएं। 10-12 मिनट बाद ठंडे पानी से धो लें। हफ्ते में 2-3 बार इसका इस्तेमाल करें।

दाग के लिए- इसके लिए 1 टेबल स्पून संतरे के छिलके का पाउडर लें। उसमें नींबू का रस मिलाकर चेहरे पर अच्छी तरह लगाएं। 10 मिनट के लिए ठंडे पानी से धो लें। इसे हफ्ते में 2 बार इस्तेमाल करें।

चाय और कॉफी में चीनी की जगह इन चीजों का कर सकते हैं इस्तेमाल



कई लोग अपने दिन की शुरूआत चाय या फिर कॉफी के सेवन से करना पसंद करते हैं, लेकिन इनमें मिलाई जाने वाली चीनी स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती है। इसी वजह से अगर आप चाय और कॉफी में मिठास के लिए चीनी की जगह कुछ अन्य विकल्प खोज रहे हैं तो यह लेख आपके लिए ही है। आइए आज हम आपको बताते हैं कि चाय और कॉफी में चीनी की बजाय किन चीजों को मिलाया जा सकता है।

मेपल सिरप

मेपल सिरप कई तरह के मिनरल्स और विटामिन्स के साथ-साथ एंटी-ऑक्सीडेंट गुण से समृद्ध होता है। यहीं नहीं, इसमें कैलोरी की मात्रा भी बहुत कम होती है, इसलिए इसे चीनी का एक स्वास्थ्यवर्धक विकल्प माना जाता है। आप चाहें तो अपनी चाय या कॉफी में चीनी की जगह मेपल सिरप को मिलाकर उनका स्वाद बढ़ा सकते हैं। इसके अतिरिक्त, आप मेपल सिरप को कई तरह के मीठे व्यंजनों का हिस्सा बना सकते हैं।

गुड़

गुड़ भी चीनी का एक स्वास्थ्यवर्धक विकल्प है क्योंकि इसका सेवन भी स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद है। गुड़ में आयरन, कैल्शियम, प्रोटीन, फास्फोरस और कार्बोहाइड्रेट जैसे कई पोषक तत्व के साथ-साथ एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण और एंटी-एलर्जिक गुण आदि शामिल होते हैं, इसलिए इसे स्वास्थ्य के लिए बेहतर माना जाता है। आप चाहें तो अपनी चाय या कॉफी के लिए गुड़ का इस्तेमाल कर सकते हैं। बस ध्यान रखें कि गुड़ को चाय और कॉफी को बनाने के बाद डालना है।

कोकोनट शुगर

आजकल बाजार में कई तरह की चीनी मौजूद है, जिनमें कोकोनट शुगर यानी नारियल से बनी हुई चीनी भी शामिल है। यह चीनी कई तरह के पोषक तत्वों से समृद्ध होती है, इसलिए इन दिनों यह काफी प्रचलन में है और फिटनेस फ्रीक लोगों के लिए अच्छी मानी जा रही है। इसलिए अगर आप चाहें तो अपनी चाय और कॉफी में कोकोनट शुगर को मिलाकर उनकी मिठास बढ़ा सकते हैं।

शहद शहद एक बेहतरीन आयुर्वेदिक औषधि है क्योंकि इसमें कई प्रकार के खनिज व पोषक तत्व सम्मिलित होते हैं। इसके अतिरिक्त, इसमें एंटी-इंफेक्शन, एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-ऑक्सीडेंट गुण भी मौजूद होते हैं, इसलिए इसे चाय या फिर कॉफी में चीनी की जगह मिलाना काफी अच्छा विचार हो सकता है। इससे न सिर्फ इन चीजों में मिठास आएगी बल्कि यह कई तरह से स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद है। आप चाहें तो स्मूदी और शेक आदि में भी शहद को मिला सकते हैं।

कैसे की जाती है फोम रोलर एक्सरसाइज? जानिए इससे जुड़ी खास बातें

फोम रोलर एक तरह की दर्द निवारक एक्सरसाइज है। इससे हमारा मतलब यह है कि इस एक्सरसाइज की मदद से शरीर के किसी भी हिस्से के दर्द को दूर किया जा सकता है। इसके लिए बस आपको एक 18 इंच या 36 इंच के फोम रोलर के जरुरत पड़ेगी। आइए आज आपको फोम रोलर एक्सरसाइज करने का तरीका, इसके फायदे और इससे जुड़ी कुछ सावधानियां और एक्सरसाइज के दौरान ध्यान में रखने वाली बातों के बारे में बताते हैं।

अभ्यास

फोम रोलर एक्सरसाइज करने का तरीका

फोम रोलर एक्सरसाइज करने के लिए सबसे पहले फोम रोलर को उस जगह पर रखें, जहां आपको दर्द है या फिर आप शरीर के जिस हिस्से की मांसपेशियों की मसाज करना चाहते हैं। इसके बाद हल्का सा दबाव बनाते हुए आपको कुछ सेकेंड धीरे-धीरे ऊपर नीचे और आगे पीछे होना है। अगर आप पहली बार इस एक्सरसाइज को कुछ दिनों तक इसका समय 15 से 20 सेकेंड रखें, फिर समय सीमा को बढ़ाकर 40 से 60 सेकेंड कर दें।

सावधानियां

एक्सरसाइज करते समय जरूर बरतें ये सावधानियां

फोम रोलर को कभी भी अपनी हड्डी के जोड़ो पर रोल न करें क्योंकि इससे उन पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है। अगर शरीर के किसी हिस्से में चोट लगी हो या सर्जरी हुई है तो इस एक्सरसाइज को न करें। गर्भवती महिलाएं इस एक्सरसाइज को करते समय संतुलन बनाने में अधिक सावधानी बरतें या फिर इस एक्सरसाइज को न ही करें। बेहतर होगा कि आप शुरूआत में इस एक्सरसाइज का अभ्यास किसी ट्रेनर की निगरानी में करें।

फायदे

रोजाना फोम रोलर एक्सरसाइज करने से मिलने वाले फायदे

फोम रोलर एक्सरसाइज तंग मांसपेशियों को ठीक करने में मदद कर सकती है और यह पूरे शरीर की मांसपेशियों को मजबूती प्रदान करने में सहायक है। इस एक्सरसाइज से शरीर का ब्लड सर्कुलेशन बेहतर रहता है और इससे शरीर में लचीलापन आता है। यह एक्सरसाइज मोटापे से छुटकारा दिलाने में भी सहायक है। इस एक्सरसाइज से स्टेमिना बढ़ाने में भी काफी मदद मिलती है। शरीर के संतुलन को बेहतर बनाने में भी यह एक्सरसाइज काफी मददगार है।

टिप्स

एक्सरसाइज से जुड़ी खास टिप्स

शुरूआत में इस एक्सरसाइज को अधिक समय तक न करें, बल्कि धीरे-धीरे इसका समय बढ़ाएं। एक्सरसाइज करते समय सामान्य रूप से सांस लेते रहें और अपनी सांस को रोककर न रखें। इस एक्सरसाइज को करते समय अपने सिर और कूल्हों पर अधिक दबाव न डालें और न ही एक्सरसाइज के दौरान अपने शरीर के किसी भी हिस्से को जकड़े क्योंकि इस वजह से चोट लगने की संभावना बढ़ जाती है।

दुग्ध विकास मंत्री सौरभ बहुगुणा ने नव नियुक्त 12 राजकीय दुग्ध पर्यवेक्षकों को नियुक्ति पत्र वितरित किये

देहरादून(आरएनएस)। प्रदेश के दुग्ध विकास मंत्री सौरभ बहुगुणा ने विधानसभा स्थित सभागार कक्ष में नव नियुक्त 12 राजकीय दुग्ध पर्यवेक्षकों को नियुक्ति पत्र वितरित किये। उन्होंने नवनियुक्त राजकीय दुग्ध पर्यवेक्षकों को बधाई देते हुए दायित्वों का निर्वहन ईमानदारी पूर्वक करने को कहा। इसके बाद मंत्री ने आंचल दुग्ध की कार्ययोजना के सम्बन्ध में सम्बन्धित पदाधिकारियों एवं अधिकारियों के साथ बैठक ली तथा प्रदेश मे आंचल दुग्ध उर्पाजन व आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों के विक्रय सम्बन्धी कार्ययोजना की समीक्षा भी की। बैठक में सम्बन्धित अधिकारियों द्वारा आंचल दुग्ध संघों के उपार्जन एवं विक्रय की कार्ययोजना की जानकारी मंत्री श्री बहुगुणा को दी गई। बैठक में मंत्री द्वारा विगत वित्तीय वर्षों की तुलना में वर्तमान वित्तीय वर्ष 2024-25 में प्रदेश में आंचल दुग्ध उपार्जन में हुई वृद्धि पर सन्तोष व्यक्त किया गया। वहीं आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों के कम विक्रय पर असन्तोष व्यक्त करते हुए दुग्ध संघों के अधिकारियों, कर्मचारियों एवं पदाधिकारियो की कार्यशैली पर कड़ी नाराजगी जताई। उन्होंने सम्बन्धित अधिकारियों एवं पदाधिकारियों को निर्देश दिये कि वे प्रदेश में आंचल दुग्ध उत्पादों के विक्रय कार्यों पर विशेष ध्यान दें ताकि आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों का अधिक से अधिक विक्रय हो सके। उन्होंने दुग्ध संघ के प्रबन्धकों को निर्देश दिये कि वे आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों के विक्रय कार्यों में हीला-हवाली बरतने वाले अपने अधीनस्थ स्टाफ को तीन माह का समय देते हुए कार्यशैली में सुधार हेतु तत्काल ही नोटिस जारी करना सुनिश्चित करें। यदि हीला-हवाली बरतने वाले अधीनस्थ स्टाफ द्वारा अपनी कार्यशैली में सुधार नहीं लाया जाता है तो उनके विरुद्ध कड़ी कार्यवाही करना सुनिश्चित करें।

मंत्री ने दुग्ध संघ के अध्यक्षों एवं अधिकारियों को आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों के विक्रय हेतु 6 माह का विक्रय लक्ष्य निर्धारित करते हुए कार्य करने पर जोर दिया तथा कहा कि आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों की 6 माह की विक्रय प्रगति रिपोर्ट उनके(मंत्री) के समक्ष प्रस्तुत करें ताकि उन्हें आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों के विक्रय की प्रगति की जानकारी मिल सके।

मंत्री ने सम्बन्धित अधिकारियों को निर्देश दिये कि आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों के अधिक से अधिक विक्रय हेतु उनके प्रचार-प्रसार पर बल दिया जाय। जगह-जगह पर होर्डिंग्स स्थापित किय जायें।

मंत्री ने सम्बन्धित अधिकारियों को निर्देश दिये कि प्रदेश में चल रही शीतकालीन यात्रा के दौरान भी यात्रा स्थलों एवं मार्गों पर स्थित दुकानों में आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों को उपलब्ध कराने की कार्ययोजना बनायी जाय वहीं प्रदेश में आगामी चारधाम यात्रा तथा आदि कैलाश यात्रा के दृष्टिगत यात्रा स्थलों एवं मार्गों पर स्थित दुकानों में आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों को उपलब्ध कराने की कार्ययोजना बनायी जाय ताकि पर्यटकों को भी आंचल दुग्ध एवं दुग्ध उत्पाद उपलब्ध हो सके।

बैठक में दुग्ध विकास के सचिव बीवीआरसी पुरूषोत्तम, अपर सचिव सुरेश चन्द्र जोशी, दुग्ध संघों के अध्यक्ष, निदेशक व अन्य अधिकारीगण उपस्थित थे।

मंत्री गणेश जोशी ने की हाउस आफ हिमालया के उत्पादों को बढ़ावा देने के संबंध में समीक्षा बैठक

देहरादून(आरएनएस)। आज विधानसभा स्थित कार्यालय कक्ष में कृषि मंत्री गणेश जोशी ने हाउस आफ हिमालया के उत्पादों को बढ़ावा देने के संबंध में समीक्षा बैठक की। प्रदेश के ब्रांड, हाउस ऑफ हिमालया की ब्रांडिंग इन्वेस्टर्स समिट के दौरान प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के द्वारा की गई थी, आज देश ही नहीं विदेशों में भी इसके उत्पादों की मांग हो रही है। उत्पादन तथा इसकी गुणवत्ता को बढ़ाने के लिए आज सहकारिता, ग्राम्य विकास तथा कृषि विभाग की सम्मिलित बैठक की गई, जिसमें शीघ्र ही राज्य के प्रमुख स्थानों तथा पर्यटक स्थलों, जहां पर्यटक ज्यादा संख्या में पहुंचते हैं वहां हाउस ऑफ हिमालया के स्टोर रूम खोले जाएंगे। मंत्री ने हरिद्वार तथा उधम सिंह नगर में अमृत सरोवर योजना के तहत बन रहे सरोवरों में मखाना की खेती को बढ़ावा देने तथा सिंघाड़ा के उत्पादन को बढ़ाने के लिए अधिकारियों को आवश्यक दिशा निर्देश दिए। मंत्री ने कहा कि आगामी बजट में सिंघाड़े तथा मखाने की खेती को बढ़ावा देने के लिए व्यवस्था की जाएगी। उन्होंने प्रदेश में फ्लोरीकल्चर को बढ़ावा देने पर भी जोर देते हुए कहा कि प्रदेश के 93 ऑर्चर्ड (गार्डन) में भी फूलों की खेती की जाए। कृषि मंत्री ने कहा कि विदेशों में हार्टी टूरिज्म बहुत ज्यादा प्रचलित है, इसी तरह उत्तराखंड राज्य में भी हार्टी टूरिज्म को बढ़ाने के लिए अधिकारियों को कार्य योजना तैयार करने के लिए निर्देशित किया गया है। मंत्री ने कहा कि हाउस आफ हिमालया को बढ़ावा देने के लिए प्रदेश में जनपदवार प्लानिंग की जाए तथा हाउस आफ हिमालय की बेहतर ब्रांडिंग की जाए।

मंत्री ने कहा कि सभी विभाग आपसी समन्वय स्थापित कर प्रदेश में गुणवत्ता तथा उत्पादन बढ़ाने के लिए बेहतर प्रयास करें उन्होंने कहा कि प्रदेश के मंडुआ और झंगोरा की गुणवत्ता देश में सबसे बेहतर आंकी गई है। उन्होंने कहा कि मिलेट्स रिसर्च इंस्टिट्यूट ऑफ हैदराबाद द्वारा उत्तराखंड के मंडुआ और झंगोरा की गुणवत्ता को सबसे बेहतर आंका गया है। उन्होंने कहा कि सरकारी बंजर जमीनों की गुणवत्ता की जांच की जाए तथा उत्पादन बढ़ाने के प्रयास किए जाएं।

इस अवसर पर बैठक में सचिन ग्राम्य विकास राधिका झा, महानिदेशक कृषि रणवीर सिंह चौहान, अपर सचिव सहकारिता सोनिका, आयुक्त ग्राम्य विकास अनुराधा पाल तथा अन्य विभागीय अधिकारीगण उपस्थित रहे।

यूपीईएस देगा डॉक्टर बनने के नए अवसर

देहरादून(आरएनएस)। यूपीईएस के स्कूल ऑफ हेल्थ साइंसेज एंड टेक्नोलॉजी ने मेडिकल यूनिवर्सिटी ऑफ द अमेरिका के साथ एक अनोखा एमओयू किया है। जिसके तहत देश में डॉक्टर बनने की इच्छा रखने वाले छात्रों के लिए यूपीईएस नए कोर्स शुरू करेगा। इस साझेदारी के तहत यूपीईएस अब एक त्वरित मेडिकल शिक्षा कार्यक्रम लांच करेगा। जिसमें पांच वर्षीय बीएससी,एमडी और अंडरग्रेजुएट प्रोग्राम में प्रवेश दिया जाएगा। आवेदन फरवरी 2025 से शुरू होंगे और पहला बैच अगस्त 2025 से पढ़ाई शुरू करेगा। इस कार्यक्रम में पहला वर्ष यूपीईएस में होगा, इसके बाद दो वर्ष एमयूए के सेंट किट्स, नेविस आइलैंड कैंपस में प्री-क्लिनिकल शिक्षा और अंतिम दो वर्ष अमेरिका के संबद्ध अस्पतालों में क्लिनिकल रोटेशन के रूप में पूरे होंगे।

पद्मश्री कल्याण सिंह और सचिदानंद भारती को मिलेगा डा. नित्यानंद सम्मान

देहरादून(आरएनएस)। प्रसिद्ध वैज्ञानिक डा. नित्यानंद के नाम पर हर साल डॉ नित्यानंद हिमालय स्टडी सम्मान दिया जाएगा। गुरुवार को दून विश्वविद्यालय में रिसर्च इनोवेशन सेल की बैठक में ये निर्णय लिया गया। कुलपति की प्रो सुरेखा डंगवाल की अध्यक्षता में हुई इस बैठक में ये भी तय किया गया कि इस बार सामाजिक पर्यावरण के क्षेत्रों कार्य करने वाले दो महानुभावों को सम्मानित किया जाएगा। जिनमें हिमालय में कई वर्षों से जल जल संरक्षण के लिए श चाल खालश पर कार्य करने वाले सच्चिदानंद भारती और वृक्षारोपण के लिए नायाब प्रयोग करने वाले श्मैतीश आंदोलन के प्रणेता पद्मश्री कल्याण सिंह रावत को दिया जाएगा। प्रो. डंगवाल ने बताया कि हर वर्ष डॉक्टर नित्यानंद की जयंती 9 फरवरी को विश्वविद्यालय में स्थापित डॉक्टर नित्यानंद हिमालय शोध एवं अध्ययन केंद्र द्वारा अंतर्राष्ट्रीय संगोष्ठी आयोजित की जाएगी। इसी दौरान ये पुरस्कार दिया जाएगा।

छात्र छात्राओं को बोर्ड परीक्षा के तनाव से मुक्त रहने के उपाए बताए

देहरादून(आरएनएस)। महानिदेशक विद्यालयी शिक्षा और ज्य परियोजना निदेशक समग्र शिक्षा झरना कमठान ने छात्र छात्राओं को बोर्ड परीक्षा के तनाव से मुक्त रहने के उपाए बताए। गुरुवार को राजीव गांधी नवोदय विद्यालय के वर्चुअल स्टूडियो के माध्यम से उन्होंने छात्रों से संवाद किया। इस दौरान उन्होंने बोर्ड परीक्षाओं में प्रतिभाग कर रहे छात्र-छात्राओं को उत्साह से परीक्षा में शामिल होने की भी सलाह दी। महानिदेशक ने कहा कि बोर्ड परीक्षाओं के लिये जितने सीरियस छात्र-छात्रायें हैं, उतना ही सीरियस शिक्षा विभाग भी है। उन्होंने परीक्षा की तैयारी को लेकर भी कई टिप्स विद्यार्थियों को दिए।

स्वामी/प्रकाशक/मुद्रक/सम्पादक **गार्गी मिश्रा** द्वारा इंटर ग्राफिक आफॅसेट प्रिंटर्श 64 नेशविला रोड़ देहरादून, उत्तराखंड से मुद्रित, 98, 2-फ्लोर, सनशाइन अपार्टमेन्ट, नागल हटनाला, कुल्हान, सहस्त्रधारा रोड, देहरादून - 248001 से प्रकाशित।

सम्पादकः
गार्गी मिश्रा
8765441328

समस्त विवाद देहरादून न्यायालय के अधीन होंगे।