संस्थापक : श्रद्धेय राकेश भारद्वाज | समूह संपादक : रवि भारद्वाज | ऊना, सोमवार 22 जून 2026 ₹ 2 | www.actionindialive.com | Facebook.com/actionindialivee

दिल्ली भाजपा ने सभी 256 मंडलों में किया सामूहिक योग दिवस कार्यक्रमों का आयोजन

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
एक्शन इंडिया
वर्षः 15 अंकः 173 पृष्ठः 08
RNI : HPHIN/2012/48072
actionindiauna@gmail.com
हिमाचल संस्करण
दिल्ली - हरियाणा - हिमाचल प्रदेश - उत्तराखण्ड - चंडीगढ़
RKB GROUP Rakesh Bhardwaj Group

नीट री-एग्जामः 22 लाख से ज्यादा छात्र हुए शामिल, फिजिक्स-केमिस्ट्री ने घुमाया, तो बायोलॉजी के प्रश्न आसान थे'

टीम एक्शन इंडिया

नई दिल्ली। नेशनल टेस्टिंग एजेंसी द्वारा , 21 जून 2026 को देश-विदेश के विभिन्न परीक्षा केंद्रों पर नीट री-एग्जाम का सफल आयोजन किया गया। इस पेन-एंड-पेपर आधारित परीक्षा में देशभर से 20 लाख से अधिक मेडिकल अभ्यर्थी शामिल हुए। परीक्षा देकर बाहर निकले छात्रों के अनुसार, ओवरऑल पेपर 'मध्यम' स्तर का था, जिसमें फिजिक्स और कैमिस्ट्री के प्रश्न थोड़े कठिन थे।

देश और विदेश के 5,440 केंद्रों पर हुई परीक्षा

तय शेड्यूल के अनुसार, परीक्षा दोपहर 2:00 बजे से शाम 5:15 बजे तक एक ही शिफ्ट में आयोजित की गई। इसके लिए भारत के 551 शहरों और विदेशों में 14 शहरों को मिलाकर कुल 5,440 परीक्षा केंद्र बनाए गए थे, जहां सुरक्षा के कड़े इंतजाम थे।

720 अंकों की थी परीक्षा

नीट यूजी 2026 के प्रश्न पत्र में फिजिक्स (भौतिक विज्ञान), केमिस्ट्री (रसायन विज्ञान) और बायोलॉजी से कुल 180 प्रश्न पूछे गए थे, जो कि कुल 720 अंकों के थे।

क्या बोले छात्र, कैसा था पेपर का स्तर?

अलग-अलग राज्यों से सामने आई प्रतिक्रियाओं में भी फिजिक्स को सबसे कठिन विषय बताया गया। श्रीनगर के एक छात्र ने कहा, 'पेपर बहुत अच्छा रहा, तैयारी मेरी अच्छी थी। बस फिजिक्स थोड़ी कठिन रही।
ओवरऑल पेपर अच्छा रहा।'
केरल के तिरुवनंतपुरम में एक अभ्यर्थी ने कहा, "परीक्षा कठिन थी। पेपर का स्तर मध्यम से कठिन रहा। फिजिक्स कठिन थी। केमिस्ट्री की जा सकती थी, लेकिन उसमें काफी समय लगा। बायोलॉजी भी हल की जा सकती थी।" रांची के एक छात्र ने कहा, "पेपर आसान से मध्यम स्तर का था। बायोलॉजी आसान थी, केमिस्ट्री मध्यम रही और फिजिक्स पिछली बार की तुलना में ज्यादा कठिन थी।" चेन्नई के एक अभ्यर्थी ने कहा, "बायोलॉजी ठीक थी, लेकिन फिजिक्स और केमिस्ट्री कठिन थीं। पहली ठएएळ परीक्षा आसान थी, यह ज्यादा कठिन लगी।" पश्चिम बंगाल के एक छात्र ने कहा, "पेपर अच्छा था। बायोलॉजी आसान थी और फिजिक्स व केमिस्ट्री मध्यम स्तर की थीं। पिछली बार का पेपर इससे बेहतर था।"

फास्ट न्यूज

जदयू की महाबैठकः नीतीश कुमार अध्यक्ष घोषित

पटनाः जनता दल यूनाइटेड (जदयू) की राष्ट्रीय परिषद और राज्य परिषद की महत्वपूर्ण बैठक रविवार को पटना में संपन्न हो गई। बैठक में कई अहम फैसले लिए गए। सबसे महत्वपूर्ण निर्णय के तहत नीतीश कुमार को सर्वसम्मति से पार्टी का राष्ट्रीय अध्यक्ष घोषित किया गया। वहीं राज्य परिषद की बैठक में उमेश कुशवाहा को एक बार फिर प्रदेश अध्यक्ष की जिम्मेदारी सौंपे जाने पर भी मुहर लगा दी गई। बैठक के दौरान पार्टी नेताओं ने साफ संकेत दिए कि आने वाले समय में निशांत कुमार की भूमिका संगठन में और बढ़ेगी। राष्ट्रीय परिषद की बैठक में नीतीश कुमार को राष्ट्रीय अध्यक्ष चुने जाने का औपचारिक अनुमोदन किया गया। पार्टी नेताओं ने उनके नेतृत्व पर भरोसा जताते हुए कहा कि जदयू आगे भी उनके विजन और विकास मॉडल को लेकर आगे बढ़ेगी। उप मुख्यमंत्री विजय चौधरी ने कहा कि राष्ट्रीय परिषद की बैठक में नीतीश कुमार के राष्ट्रीय अध्यक्ष बनने की औपचारिक घोषणा की गई है। पार्टी उनके विचारों और कामों को आगे बढ़ाने का काम करेगी। उन्होंने कहा कि आज की बैठक में निशांत कुमार भी शामिल हुए और आने वाले दिनों में पार्टी को संगठनात्मक स्तर पर कई महत्वपूर्ण काम करने हैं।

मोदी देश तो ट्रंप दुनिया को कर रहे बर्बाद': खरगे

बंगलूरू। कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप पर हमला बोला है। उन्होंने कहा कि खुद को अच्छा दोस्त बताने वाले ये दोनों नेता अपने-अपने क्षेत्रों को तबाह कर रहे हैं। खरगे ने दावा किया कि इनमें से एक देश को बर्बाद कर रहा है और दूसरा पूरी दुनिया को। इस दौरान उन्होंने अयोध्या राम मंदिर ट्रस्ट में धन की हेराफेरी के आरोपों और नीट परीक्षा विवाद को लेकर भी केंद्र सरकार को आड़े हाथों लिया।

योग दिवस पर रेड रोड में भव्य आयोजन, पीएम मोदी बोले–योग मानव चेतना से जुड़ने का जरिया

योगमय हुआ विश्व

योगासन

कोलकाता में मोदी बोले–70 की उम्र में 50 जैसा दिखें: योग इसमें मददगार, यह सबको जोड़ता है

टीम एक्शन इंडिया

कोलकाताः कोलकाता के रेड रोड पर 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर रविवार को भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने योगाभ्यास में भाग लिया। उनके साथ पश्चिम बंगाल के मुख्यमंत्री शुभेंदु अधिकारी, राज्यपाल आरएन रवि, राज्य सरकार के मंत्री, विधानसभा अध्यक्ष रथींद्रनाथ बसु, विधायक, छात्र-छात्राएं, खिलाड़ी, योग साधक तथा विभिन्न संगठनों के प्रतिनिधि मौजूद रहे। प्रधानमंत्री के दौरे और योग दिवस के मुख्य आयोजन को लेकर पूरे इलाके में सुरक्षा के कड़े इंतजाम किए गए थे। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी रविवार सुबह रेड रोड पहुंचे और मंच से देशवासियों को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि 21 जून वर्ष का वह दिन है, जब पृथ्वी के एक हिस्से में सबसे लंबा दिन होता है, लेकिन अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मान्यता मिलने के बाद इस दिन का महत्व और बढ़ गया है। प्रधानमंत्री ने कहा कि योग सभी को जोड़ने का माध्यम है और आज 21 जून दुनिया के सबसे बड़े पर्वों में परिवर्तित हो चुका है। प्रधानमंत्री ने कहा कि योग भारत की प्राचीन परंपरा होने के बावजूद अब पूरी दुनिया की जीवनशैली का हिस्सा बन रहा है। उन्होंने कहा कि भारत में हिमालय से हिंद महासागर तक, पूर्वोत्तर और बंगाल से लेकर पश्चिम में सौराष्ट्र तक योग की ऊर्जा दिखाई दे रही है। प्रधानमंत्री ने कहा कि कोलकाता में योग दिवस के आयोजन में शामिल होना उनके लिए सौभाग्य की बात है। उन्होंने पश्चिम बंगाल की आध्यात्मिक और सांस्कृतिक विरासत का उल्लेख करते हुए कहा कि यह श्री अरविंद, स्वामी विवेकानंद और श्री रामकृष्ण परमहंस की भूमि है। प्रधानमंत्री ने कहा कि इस धरती पर योग दिवस का आयोजन विशेष महत्व रखता है। उन्होंने श्री अरविंद के विचारों का उल्लेख करते हुए कहा कि श्री अरविंद ने अपने पूरे जीवन को योग से जुड़ा बताया था और योग वास्तव में मानव चेतना से जुड़ने का मार्ग है। प्रधानमंत्री ने कोलकाता के नागरिकों की भी सराहना की। उन्होंने कहा कि योग दिवस के आयोजन के लिए शहरवासियों ने स्वच्छता, व्यवस्था और नागरिक कर्तव्य के निर्वहन में काफी मेहनत की है। उन्होंने कहा कि नागरिकों का यह उत्साह और सहयोग प्रशंसनीय है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा कि योग को केवल एक दिन के कार्यक्रम तक सीमित नहीं रखना चाहिए। इसे रोजमर्रा के जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाना होगा। उन्होंने कहा कि योग स्वस्थ जीवन जीने में सहायता करता है और मानसिक स्वास्थ्य के साथ शारीरिक स्वास्थ्य को भी बेहतर बनाए रखने का मार्ग दिखाता है। योग जीवनशैली में संतुलन लाता है तथा व्यक्ति को उम्र बढ़ने के बावजूद ऊर्जावान बनाए रखता है।

समाज स्वस्थ होगा तो देश भी स्वस्थ बनेगाः पीएम मोदी

प्रधानमंत्री ने कहा कि श्रीकृष्ण ने भी गीता में योग के महत्व का उल्लेख किया है। उन्होंने कहा कि समाज स्वस्थ होगा तो देश भी स्वस्थ बनेगा।
प्रधानमंत्री के संबोधन के बाद रेड रोड पर सामूहिक योगाभ्यास शुरू हुआ। इस बीच मुख्यमंत्री शुभेंदु अधिकारी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का स्वागत करते हुए कहा कि पश्चिम बंगाल में योग की पुरानी परंपरा रही है। प्रधानमंत्री की उपस्थिति से राज्य में योग दिवस का आयोजन ऐतिहासिक बन गया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि लंबे समय तक पश्चिम बंगाल में योग दिवस को लेकर सरकारी स्तर पर कोई विशेष पहल नहीं हुई, लेकिन अब राज्य में योग के प्रति लोगों का उत्साह बढ़ा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व और उनके निर्णयों के कारण आज पश्चिम बंगाल में योग दिवस का इतना बड़ा आयोजन संभव हो सका है। उन्होंने दावा किया कि रेड रोड पर आयोजित योग कार्यक्रम के लिए 2 लाख 57 हजार लोगों ने पंजीकरण कराया है।
मुख्यमंत्री ने प्रधानमंत्री को योग दिवस कार्यक्रम में शामिल होने के लिए धन्यवाद दिया। रेड रोड पर मुख्य योग कार्यक्रम सुबह करीब 6:30 बजे शुरू हुआ। कार्यक्रम में लगभग 35 हजार लोगों के प्रधानमंत्री के साथ योगाभ्यास में शामिल होने की व्यवस्था की गई थी।

केंद्रीय गृह और सहकारिता मंत्री अमित शाह ने गुजरात के अहमदाबाद में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर एक योग सत्र में भाग लिया।

सरकारी अस्पतालों व कॉलेजों की छतों पर लगेंगे सोलर पैनलः सैनी

चंडीगढ़ः हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने कहा कि हरियाणा के सभी सरकारी अस्पताल जल्द ही निजी अस्पतालों से भी अधिक सुविधा संपन्न होंगे। इसके लिए सरकार ने रोड मैप तैयार कर लिया है। नायब सिंह सैनी ने कहा कि सभी सरकारी अस्पतालों व मेडिकल कॉलेजों की छतों पर सोलर पैनल लगाए जाएं ताकि संबंधित अस्पताल की बिजली जरूरतें इसी से पूरी हो सकें। इन सोलर प्लांट को नेट मीटरिंग के माध्यम से ग्रिड से जोड़ा जाए ताकि अतिरिक्त बिजली ग्रिड में चली जाए।
मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी रविवार को हरियाणा सिविल सचिवालय में हरियाणा की स्वास्थ्य सुविधाओं, सरकारी अस्पतालों के आधुनिकीकरण तथा मेडिकल कॉलेजों के निर्माण कार्यों की समीक्षा बैठक की अध्यक्षता करते हुए कही।

योग हमारी संस्कृति की सबसे बड़ी धरोहरः सुखविंद्र सिंह सुक्खू

टीम एक्शन इंडिया
पंकज शर्मा

शिमला। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य पर मुख्यमंत्री ठाकुर सुखविन्द्र सिंह सुक्खू ने आज जिला हमीरपुर के अणु स्थित भारतीय खेल प्राधिकरण के सिंथेटिक ट्रैक ग्राउंड में राज्य स्तरीय कार्यक्रम में बतौर मुख्यातिथि भाग लिया।
आयुष विभाग द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में उन्होंने वरिष्ठ नागरिकों, युवाओं और बच्चों सहित लगभग दो हजार लोगों के साथ करीब 45 मिनट तक योगाभ्यास किया। उन्होंने दीप प्रज्ज्वलन और धनवंतरि पूजन के साथ योगाभ्यास सत्र का शुभारंभ किया। उन्होंने आईडीवाई यानि इंटरनेशनल डे फॉर योगा से संबंधित एक पुस्तिका का विमोचन भी किया। खेल मंत्री यादविन्द्र गोमा, विधायक सुरेश कुमार और कैप्टन रणजीत सिंह, राज्य कृषि विपणन बोर्ड के अध्यक्ष कुलदीप सिंह पठानिया, कांगड़ा सहकारी प्राथमिक कृषि एवं ग्रामीण विकास बैंक के अध्यक्ष राम चंद्र पठानिया, राज्य नशा निवारण बोर्ड के संयोजक एवं सलाहकार नरेश ठाकुर, ओबीसी वित एवं विकास निगम के उपाध्यक्ष डॉ. मोहन लाल आदि ने योगी किया।

वैश्विक अनिश्चितताओं के बावजूद अप्रैल से 14 जून तक निर्यात 15 फीसदी बढ़ा : गोयल

टीम एक्शन इंडिया

नई दिल्ली। केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने रविवार को कहा कि वैश्विक आर्थिक अनिश्चितताओं के बावजूद चालू वित्त वर्ष 2026-27 में अप्रैल से 14 जून तक देश के माल निर्यात में लगभग 15 फीसदी की वृद्धि दर्ज की गई है। मई में भारत का निर्यात 18 फीसदी बढ़कर 45.2 अरब अमेरिकी डॉलर पर पहुंच गया, जो छह महीने का उच्चतम स्तर है। केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री ने मुंबई में योग दिवस के अवसर पर चार्टर्ड अकाउंटेंट्स के साथ संवाद के दौरान यह बात कही। 50 फीसदी अमेरिका शुल्क लगाए जाने के बावजूद पिछले वित्त वर्ष 2025-26 में भारत के निर्यात में मजबूत वृद्धि हुई है। अगर हम अप्रैल और मई के पूरे महीनों के साथ ही जून के 14 दिन के उपलब्ध आंकड़ों की बात करें, तो इसमें निर्यात में 15 फीसदी की वृद्धि रही है।

समुद्री बेड़े में एक साथ शामिल हुए 3 जहाज, नौसेना की युद्धक क्षमता बढ़ेगी

'ट्राई-कमीशनिंग'

'ट्राई-कमीशनिंग' से भारत की युद्धपोत निर्माण क्षमताओं में बढ़ोतरी होगी : नौसेना प्रमुख

टीम एक्शन इंडिया

नई दिल्ली। भारत के समुद्री बेड़े में रविवार को एक साथ तीन जहाजों का शामिल होना बड़ी उपलब्धि है। साथ ही भारतीय नौसेना की समुद्र में ताकत बढ़ी है। इसमें एक जहाज गहरे समुद्र और तटीय इलाकों के हाइड्रोग्राफिक सर्वेक्षण के लिए डिजाइन किया गया है, जिससे अब खोज और बचाव कार्यों में और तेजी आ सकेगी। घातक ब्रह्मोस मिसाइलों, टॉरपीडो और रडार से बचने की उन्नत तकनीकों से लैस आईएनएस दूनागिरी मिलने से नौसेना की युद्धक क्षमता बढ़ेगी। नौसेना में शामिल किया गया आईएनएस अग्रय पनडुब्बी रोधी युद्धपोत है, जिससे पानी में ही दुश्मन की पनडुब्बियों को नष्ट करने की क्षमता बढ़ेगी। पश्चिम बंगाल के कोलकाता स्थित श्यामा प्रसाद मुखर्जी पोर्ट पर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने रविवार को तीन अत्याधुनिक स्वदेशी जहाजों आईएनएस अग्रय, आईएनएस दूनागिरी और आईएनएस संशोधक राष्ट्र को समर्पित किये। तीनों जहाजों का औपचारिक रूप से नौसेना में शामिल होना निश्चित ही भारत की बढ़ती समुद्री ताकत का प्रमाण है।

इंग्लैंड के खिलाफ वनडे सीरीज के लिए भारतीय टीम का ऐलान, कोहली-बुमराह की वापसी

टीम एक्शन इंडिया

नई दिल्ली। भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) ने इंग्लैंड के खिलाफ तीन मैचों की वनडे सीरीज के लिए रविवार को भारतीय टीम का ऐलान कर दिया है।
15 सदस्यीय टीम में स्टार बल्लेबाज विराट कोहली की वापसी हुई है। फिटनेस टेस्ट में पास होने पर ही वो इस सीरीज में भाग ले पाएंगे। कोहली को इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) 2026 के फाइनल में हैमस्ट्रिंग में चोट लग गई थी, जिसके चलते वह अफगानिस्तान के खिलाफ वनडे सीरीज से बाहर हो गए थे।
तेज गेंदबाज बुमराह भी वनडे टीम में लौटे हैं। बुमराह आखिरी बार 2023 वर्ल्ड कप फाइनल में भारतीय टीम के लिए 50 ओवर का क्रिकेट खेले थे।

आगामी शिक्षा सत्र के दौरान कक्षा तीन से नौ तक योग शिक्षा को पाठ्यक्रम में लागू किया जाएगाःमुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी

हरियाणा में तीसरी से नौवीं कक्षा तक के पाठ्यक्रम में शामिल होगा योगः नायब सैनी

योगासन

सभी पीटीआई, डीपीआई, पीजीटी तथा चिन्हित पीआरटी शिक्षकों को योगासन का प्रशिक्षण मिलेगा

टीम एक्शन इंडिया

चंडीगढ़। हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सैनी ने 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर रविवार को पंचकूला में आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम के दौरान देश विदेश से आए योग साधकों तथा प्रदेशवासियों को संबोधित करते हुए कहा है कि प्रदेश में इसी शैक्षणिक सत्र के दौरान आठवीं कक्षा के पाठ्यक्रम में शामिल किया गया है।

आगामी शिक्षा सत्र के दौरान कक्षा तीन से नौ तक योग शिक्षा को पाठ्यक्रम में लागू किया जाएगा। इससे विद्यार्थियों में शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक विकास को बढ़ावा मिलेगा। उन्होंने कहा कि प्रदेश के सभी विद्यालयों में योग तथा योग शिक्षा को नियमित रूप से प्रोत्साहित करने के लिए सभी पीटीआई, डीपीआई, पीजीटी तथा चिन्हित पीआरटी शिक्षकों को योगासन का विशेष प्रशिक्षण दिया जाएगा, ताकि प्रत्येक विद्यालय में विद्यार्थियों को नियमित रूप से योगाभ्यास करवाया जा सके।
पंचकूला में आयोजित अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के राज्य स्तरीय समारोह में अफगानिस्तान, बंगलादेश, भूटान, नेपाल, गांबिया, इराक, लेसेथे, मेडागास्कर, दक्षिणी सुडान, तंजानिया, युगांडा और जिम्बावे समेत 16 देशों के योग साधक पहुंचे और कार्यक्रम का हिस्सा बने। इसके अलावा आईटीबीपी, सीआरपीएफ तथा हरियाणा पुलिस के जवानों ने भी योग कार्यक्रम में भाग लिया।
मुख्यमंत्री नायब सैनी ने ऐलान किया कि हरियाणा कर्मचारी चयन आयोग तथा हरियाणा लोक सेवा आयोग द्वारा आयोजित सभी परीक्षाओं में योग से संबंधित कुछ प्रश्नों को अनिवार्य रूप से शामिल किया जाएगा। इसके लिए परीक्षा नीति में आवश्यक संशोधन किए जाएंगे। उन्होंने मोरनी में प्राकृतिक चिकित्सा एवं योग के क्षेत्र में कार्य करने वाले एक राज्य स्तरीय संस्थान की स्थापना का ऐलान करते हुए कहा कि इस संस्थान में प्राकृतिक चिकित्सा तथा योग से संबंधित स्नातक स्तर के पाठ्यक्रम संचालित किए जाएंगे।
मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों में स्थापित किए जा रहे पांच सेंटर ऑफ एक्सीलेंस में भी योग को एक प्रमुख घटक के रूप में शामिल किया जाएगा। जिसके तहत विश्वविद्यालयों में योग शिक्षा, प्रशिक्षण, अनुसंधान एवं नवाचार को बढ़ावा दिया जाएगा। हरियाणा के उच्चतर शिक्षा विभाग के सभी स्पोर्टस विभागों का नाम परिवर्तन कर अब स्पोर्टस एवं योग विभाग रखा जाएगा, ताकि योग को संस्थागत स्तर पर उचित स्थान एवं पहचान प्राप्त हो सके।

तमिलनाडुः सीफूड यूनिट में अमोनिया गैस लीक होने से सात महिलाओं की मौत, 65 श्रमिक बेहोश

टीम एक्शन इंडिया

तिरुवल्लूरः तमिलनाडु के तिरुवल्लूर जिले में रविवार को एक सीफूड निर्यात इकाई में अमोनिया गैस रिसाव की घटना सामने आई है। यह रिसाव पेरियापालयम के पास कन्निगाइपैर स्थितसेंट पीटर्स पॉल सीफूड्स एक्सपोर्ट्स फैक्ट्री में हुआ। जिसमें सात महिलाओं की मौत हो गई और 67 श्रमिक बीमार हैं।
प्रशासन ने मामले की जांच के आदेश दे दिए हैं और राहत एवं बचाव कार्य जारी है। वहीं, घटना की सूचना मिलते ही अरक्कोनम स्थित राष्ट्रीय आपदा मोचन बल (एनडीआरएफ) की चौथी बटालियन को अलर्ट किया गया। इसके बाद चेन्नई से 30 एनडीआरएफ कर्मियों की एक विशेष टीम तुरंत मौके के लिए रवाना की गई। एनडीआरएफ की टीम अत्याधुनिक सुरक्षा उपकरणों से लैस होकर घटनास्थल पहुंची। टीम के पास पर्सनल प्रोटेक्टिव इक्विपमेंट (पीपीई), गैस डिटेक्शन डिवाइस और रासायनिक, जैविक, रेडियोलॉजिकल और परमाणु (सीबीआरएन) आपदा से निपटने वाले विशेष उपकरण मौजूद हैं। अधिकारियों के अनुसार, गैस रिसाव को नियंत्रित करने और प्रभावित क्षेत्र को सुरक्षित बनाने के लिए बचाव एवं राहत कार्य जारी है। फिलहाल स्थिति पर लगातार नजर रखी जा रही है।

ऊना, 22 जून 2026
दैनिक एक्शन इंडिया
ACTION INDIA
www.actionindialive.com

पानी की एक भी बूंद व्यर्थ न जाए, जल संरक्षण को जनआंदोलन बनाएं : मुख्यमंत्री

मुख्यमंत्री ने की मॉनसून, पेयजल एवं भूजल संरक्षण की समीक्षा, प्रदेश में कहीं न हो पेयजल संकट, जलापूर्ति व्यवस्था रहे निर्बाध, मुख्यमंत्री ने की मॉनसून, पेयजल एवं भूजल संरक्षण की समीक्षा, भूजल संरक्षण के प्रयासों से मिली बड़ी सफलता, अतिदोहित विकासखंड 113 से घटकर 44 हुए, संभावित कम वर्षा के मद्देनजर जल संरक्षण और वर्षाजल संचयन को मिलेगी नई गति

कैच द रेन

प्रधानमंत्री मोदी के आह्वान पर संचालित कैच द रेन अभियान को और अधिक प्रभावी ढंग से संचालित किया जाए

टीम एक्शन इंडिया
लखनऊः मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने जल संरक्षण को जनआंदोलन बनाने का आह्वान करते हुए कहा है कि मौसम की अनिश्चितता और मानसून की संभावित अनियमितता को देखते हुए प्रत्येक प्रदेशवासी को जल संचयन एवं जल संरक्षण के प्रयासों से जुड़ना होगा। उन्होंने कहा कि पानी की एक भी बूंद व्यर्थ नहीं जानी चाहिए। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आह्वान पर संचालित कैच द रेन अभियान को और अधिक प्रभावी ढंग से संचालित किया जाए तथा वर्षाजल संचयन को व्यापक जनभागीदारी से जोड़ा जाए। रविवार को मौसम की स्थिति, मानसून की प्रगति, पेयजल आपूर्ति तथा भूजल संरक्षण से संबंधित कार्यों की उच्चस्तरीय समीक्षा करते हुए मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि प्रदेश के किसी भी क्षेत्र में पेयजल संकट की स्थिति उत्पन्न नहीं होनी चाहिए। जलापूर्ति व्यवस्था निर्बाध एवं सुचारु बनी रहे तथा नागरिकों को किसी प्रकार की असुविधा का सामना न करना पड़े। उन्होंने कहा कि संभावित कम वर्षा की परिस्थितियों को देखते हुए सभी विभाग अग्रिम तैयारियां सुनिश्चित करें। बैठक में मौसम विशेषज्ञों ने बताया कि भारत मौसम विज्ञान विभाग के दीर्घावधि पूर्वानुमान के अनुसार वर्ष 2026 के दक्षिण-पश्चिम मानसून के दौरान उत्तर प्रदेश में सामान्य से कम वर्षा होने की संभावना है। पूर्वी एवं पश्चिमी उत्तर प्रदेश दोनों क्षेत्रों में जून से सितंबर तक वर्षा सामान्य से कम रहने के संकेत प्राप्त हुए हैं। जून माह में भी प्रदेश के अधिकांश हिस्सों में सामान्य से कम वर्षा तथा अधिकतम एवं न्यूनतम तापमान सामान्य से अधिक रहने का अनुमान व्यक्त किया गया है। मुख्यमंत्री ने सिंचाई, पंचायती राज, भूगर्भ जल विभाग, नमामि गंगे, राजस्व तथा कृषि विभाग को मिलकर एक समेकित कार्ययोजना तैयार करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जल संरक्षण के प्रयास केवल विभागीय कार्यक्रमों तक सीमित न रहें।

ग्रामीण क्षेत्रों में ऐसी व्यवस्था विकसित की जाए जिससे पानी की एक भी बूंद व्यर्थ न जाए- योगी

साथ ही यह सुनिश्चित किया जाए कि तालाबों और पोखरों में गांवों का गंदा पानी न जाने पाए। मुख्यमंत्री ने पंचायती राज विभाग को निर्देश दिए कि ग्रामीण क्षेत्रों में ऐसी व्यवस्था विकसित की जाए जिससे पानी की एक भी बूंद व्यर्थ न जाए। उन्होंने अमृत सरोवरों के संरक्षण, स्वच्छता तथा नियमित रखरखाव पर विशेष ध्यान देने को कहा। मुख्यमंत्री ने वर्षाजल संचयन को मिशन मोड में आगे बढ़ाने पर बल देते हुए कहा कि सरकारी भवनों को जल संरक्षण का आदर्श मॉडल बनाया जाए। अपर मुख्य सचिव, भूगर्भ जल विभाग ने बताया कि भूजल पुनर्भरण के लिए किए गए प्रयासों का प्रभाव स्पष्ट रूप से दिखाई दे रहा है। वर्ष 2013 में प्रदेश में अतिदोहित विकासखंडों की संख्या 113 थी, जो वर्ष 2025 में घटकर 44 रह गई है। वर्ष 2017 में अन्य स्रोतों से लगभग 30.59 लाख करोड़ लीटर भूजल पुनर्भरण होता था, जो वर्ष 2025 में बढ़कर 35.79 लाख करोड़ लीटर हो गया है।

इसी अवधि में प्रदेश का कुल वार्षिक भूजल पुनर्भरण 69.91 लाख करोड़ लीटर से बढ़कर 73.39 लाख करोड़ लीटर तक पहुंच गया है। यह भी बताया गया कि सतत विकास लक्ष्य-6 के अंतर्गत भूजल दोहन की दर को 70 प्रतिशत के स्तर पर लाने का लक्ष्य उत्तर प्रदेश ने प्राप्त कर लिया है। वर्ष 2022 में यह दर 70.66 प्रतिशत, वर्ष 2023 में 70.76 प्रतिशत, वर्ष 2024 में 70.45 प्रतिशत तथा वर्ष 2025 में 70 प्रतिशत रही। पिछले दस वर्षों के दौरान प्रदेश के 361 विकासखंडों में भूजल स्तर में सुधार दर्ज किया गया है।

'आगामी वर्षों की कार्ययोजना को जल संरक्षण, हरित ऊर्जा तथा आधुनिक सिंचाई तकनीकों से जोड़ा जाए'

अपर मुख्य सचिव, भूगर्भ जल विभाग ने बताया कि भूजल पुनर्भरण के लिए किए गए प्रयासों का प्रभाव स्पष्ट रूप से दिखाई दे रहा है। वर्ष 2013 में प्रदेश में अतिदोहित विकासखंडों की संख्या 113 थी, जो वर्ष 2025 में घटकर 44 रह गई है। वर्ष 2017 में अन्य स्रोतों से लगभग 30.59 लाख करोड़ लीटर भूजल पुनर्भरण होता था, जो वर्ष 2025 में बढ़कर 35.79 लाख करोड़ लीटर हो गया है। इसी अवधि में प्रदेश का कुल वार्षिक भूजल पुनर्भरण 69.91 लाख करोड़ लीटर से बढ़कर 73.39 लाख करोड़ लीटर तक पहुंच गया है। यह भी बताया गया कि सतत विकास लक्ष्य-6 के अंतर्गत भूजल दोहन की दर को 70 प्रतिशत के स्तर पर लाने का लक्ष्य उत्तर प्रदेश ने प्राप्त कर लिया है। वर्ष 2022 में यह दर 70.66 प्रतिशत, वर्ष 2023 में 70.76 प्रतिशत, वर्ष 2024 में 70.45 प्रतिशत तथा वर्ष 2025 में 70 प्रतिशत रही। पिछले दस वर्षों के दौरान प्रदेश के 361 विकासखंडों में भूजल स्तर में सुधार दर्ज किया गया है। वर्ष 2021 से 2025 के बीच 29 जनपदों में औसत भूजल स्तर में उल्लेखनीय सुधार परिलक्षित हुआ है। 172 विकासखंडों में प्रतिवर्ष 10 सेंटीमीटर से अधिक तथा 69 विकासखंडों में दस वर्षों के दौरान 20 सेंटीमीटर से अधिक सुधार दर्ज किया गया है।

योगमय हुई देवभूमि, चारधाम से औली तक गूंजा स्वस्थ जीवन का संदेश

योगाभ्यास

बनबसा में आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम में बड़ी संख्या में लोगों के साथ योगाभ्यास किया

टीम एक्शन इंडिया
देहरादून। 12 वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर रविवार को उत्तराखंड में पहाड़ से लेकर मैदान तक योग की धूम रही। चारधाम, केदारनाथ धाम और ऊखीमठ स्थित ओंकारेश्वर मंदिर परिसर,औली, ऋषिकेश, मसूरी, देहरादून, चमोली और सीमांत क्षेत्रों में हजारों लोगों ने सामूहिक योगाभ्यास कर स्वस्थ जीवन का संदेश दिया। मुख्यमंत्री ने चंपावत जिले के बनबसा में आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम में बड़ी संख्या में लोगों के साथ योगाभ्यास किया। उन्होंने योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने और युवाओं से नशे से दूर रहने का आह्वान किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार उत्तराखंड को योग एवं वेलनेस की वैश्विक राजधानी के रूप में विकसित करने के लिए प्रतिबद्ध है। विधानसभा अध्यक्ष एवं कोटद्वार विधायक श्रीमती ऋतु खण्डूडी भूषण ने कोटद्वार क्षेत्र में आयोजित विभिन्न योग कार्यक्रमों में भाग लिया।
उन्होंने रतनपुर ग्रास्टनगंज, मालवीय उद्यान और निम्बूचौड़ में आयोजित सामूहिक योग सत्रों में शामिल होकर योग के महत्व पर प्रकाश डाला।

योग के साथ स्वच्छता का संदेश

जागरूकता

स्वच्छता और स्वास्थ्य एक-दूसरे के पूरक हैं तथा स्वच्छ वातावरण स्वस्थ समाज की नींव है

टीम एक्शन इंडिया
चंपावत। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर जिला न्यायालय परिसर में शनिवार को योग एवं स्वच्छता जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम में न्यायिक अधिकारियों, अधिवक्ताओं, न्यायालय कर्मियों और पैरा लीगल वॉलंटियर्स ने योगाभ्यास किया।
कार्यक्रम की अध्यक्षता जिला जज एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के अध्यक्ष अनुज कुमार संगल ने की। प्रशिक्षित योग विशेषज्ञ के मार्गदर्शन में आयोजित सत्र में प्रतिभागियों ने विभिन्न योगासन और प्राणायाम का अभ्यास किया। इस अवसर पर मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट निहारिका मित्तल गुप्ता तथा सिविल जज (जूनियर डिवीजन) एवं जिला विधिक सेवा प्राधिकरण के प्रभारी सचिव विशाल गोयल भी उपस्थित थे। योग कार्यक्रम के बाद जिला न्यायालय परिसर से छतार पुल तक स्वच्छता अभियान चलाया गया। अभियान में अधिवक्ताओं, न्यायालय कर्मचारियों, पैरा लीगल वॉलंटियर्स, यूनिवर्सल ग्रीन इंटर कॉलेज के एनसीसी कैडेटों तथा नगरपालिका कर्मियों ने भाग लिया। प्रतिभागियों ने मार्ग और आसपास के क्षेत्रों में सफाई कर स्वच्छता के प्रति जागरूकता का संदेश दिया। इस दौरान एक जागरूकता रैली भी निकाली गई, जिसमें लोगों से सार्वजनिक स्थलों को स्वच्छ रखने और पर्यावरण संरक्षण में सहयोग करने की अपील की गई। कार्यक्रम के समापन पर संगल ने कहा कि स्वच्छता और स्वास्थ्य एक-दूसरे के पूरक हैं तथा स्वच्छ वातावरण स्वस्थ समाज की नींव है।

मुख्यमंत्री ने बलिदानी लेफ्टिनेंट बीरेश्वर गोस्वामी के परिजनों से की भेंट, दी श्रद्धांजलि

सर्वोच्च बलिदान

लेफ्टिनेंट बीरेश्वर गोस्वामी ने आतंकवाद रोधी अभियान के दौरान कर्तव्य निर्वहन करते हुए सर्वोच्च बलिदान दिया था

टीम एक्शन इंडिया
अल्मोड़ा। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने रविवार को यहां पांडेखोला स्थित आवास पहुंचकर जम्मू-कश्मीर के राजौरी क्षेत्र में सैन्य अभियान के दौरान वीरगति को प्राप्त 5 असम रेजिमेंट के अधिकारी लेफ्टिनेंट बीरेश्वर गोस्वामी को श्रद्धांजलि अर्पित की और उनके परिजनों से मुलाकात कर शोक संवेदना व्यक्त की।
एक आधिकारिक बयान के अनुसार, मुख्यमंत्री ने शहीद अधिकारी की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित किए तथा परिजनों को इस दुख की घड़ी में धैर्य बनाए रखने का संबल दिया। धामी ने कहा कि राष्ट्र की रक्षा के लिए लेफ्टिनेंट गोस्वामी द्वारा दिया गया सर्वोच्च बलिदान सदैव स्मरणीय रहेगा और उनकी वीरता आने वाली पीढ़ियों को प्रेरित करती रहेगी। शोक संतप्त परिवार को राज्य सरकार की ओर से हरसंभव सहयोग का आश्वासन देते हुए कहा कि सरकार इस कठिन समय में परिवार के साथ खड़ी है।
गौरतलब है कि लेफ्टिनेंट बीरेश्वर गोस्वामी ने राजौरी में आतंकवाद रोधी अभियान के दौरान कर्तव्य निर्वहन करते हुए सर्वोच्च बलिदान दिया था।
उनके पार्थिव शरीर का अल्मोड़ा में सैन्य एवं राजकीय सम्मान के साथ अंतिम संस्कार किया गया।

मेघालय में मूसलाधार बारिश का कहर

टीम एक्शन इंडिया
शिलांग। मेघालय के विभिन्न हिस्सों में लगातार हो रही भारी बारिश ने जनजीवन को प्रभावित कर दिया है।
मौसम विभाग के अनुसार, पूर्वी खासी हिल्स जिले के मावसिनराम में पिछले 24 घंटों के दौरान 530 मिमी वर्षा दर्ज की गई, जो राज्य में सर्वाधिक रही। मौसम विभाग द्वारा जारी आंकड़ों के अनुसार, आरकेएम सोहरा में 470 मिमी तथा मावकिरवाट में 390 मिमी वर्षा रिकॉर्ड की गई। इसके अलावा शेला में 100 मिमी, विलियमनगर और मावरिंगकनेंग में 90-90 मिमी, जोवाई में 80 मिमी तथा बरापानी और राताछेरा में 70-70 मिमी बारिश दर्ज की गई।
लगातार हो रही बारिश के कारण भारत-बांग्लादेश सीमा के निकट दावकी को शिलांग से जोड़ने वाले राष्ट्रीय राजमार्ग का एक हिस्सा भी क्षतिग्रस्त हो गया है। जिला प्रशासन के अधिकारियों के अनुसार, शिलांग से लगभग 35 किलोमीटर दूर लैतलिंगकोट क्षेत्र के पास सड़क का एक हिस्सा वर्षा के पानी में बह गया, जिससे दावकी की ओर सड़क संपर्क बाधित हो गया है। हालांकि इस घटना में किसी के हताहत या घायल होने की सूचना नहीं है, लेकिन मार्ग क्षतिग्रस्त होने से यातायात प्रभावित हुआ है। एनएचआईडीसीएल के अधिकारियों और निर्माण एजेंसियों ने सड़क की मरम्मत और संपर्क बहाल करने का कार्य शुरू कर दिया है।

कांग्रेस नेताओं ने हार के डर से चुनाव मैदान छोड़ना किया शुरूः महेंद्र

टीम एक्शन इंडिया
देहरादून। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के प्रदेश अध्यक्ष एवं राज्यसभा सांसद महेंद्र भट्ट ने कहा कि कांग्रेस नेता हार की डर सेचुनाव का मैदान छोड़ना शुरू कर दिया है। भाजपा नेता भट्ट रविवार को नेता प्रतिपक्ष यशपाल आर्य के पुत्र एवं पूर्व विधायक संजीव आर्या के आगामी अगला विधानसभा चुनाव नहीं लड़ने की घोषणा पर प्रतिक्रिया दे रहे थे। भाजपा की ओर से रविवार को जारी एक बयान में महेंद्र भट्ट ने कहा कि कांग्रेस का एक परिवार, एक टिकट का सिद्धांत महज बहाना है। उन्होंने दावा किया कि कांग्रेस नेताओं को यह आभास हो

गया है कि आगामी चुनाव में उनके परिवारों का कोई सदस्य जीत हासिल नहीं कर पाएगा। महेंद्र भट्ट ने कहा कि संजीव आर्य का चुनाव नहीं लड़ने का फैसला इस बात का संकेत है कि कांग्रेस चुनावी पराजय की आशंका से जूझ रही है। उन्होंने आरोप लगाया कि पार्टी के भीतर निराशा और हताशा का माहौल है तथा एक परिवार, एक टिकट की बात राजनीतिक मजबूरी के तहत कही जा रही है।
भाजपा नेता ने यह भी दावा किया कि संजीव आर्य की 2017 की जीत भाजपा के चुनाव चिह्न और उस समय की राजनीतिक परिस्थितियों की वजह से संभव हुई थी। उन्होंने कहा कि कांग्रेस के टिकट पर उनकी चुनावी संभावनाएं सीमित हैं।
भट्ट ने आरोप लगाया कि इस निर्णय के माध्यम से यशपाल आर्य ने एक ओर अपने पुत्र को संभावित चुनावी पराजय से बचाने का प्रयास किया है, वहीं दूसरी ओर कांग्रेस के अन्य वरिष्ठ नेताओं के सामने परिवारवाद से जुड़े प्रश्न खड़े कर दिए हैं। उन्होंने कहा कि कांग्रेस में गुटबाजी और आंतरिक मतभेद बढ़ रहे हैं।

रेल डिब्बा कारखाना, कपूरथला में योग दिवस का आयोजन

टीम एक्शन इंडिया
कपूरथला : रेल डिब्बा कारखाना, कपूरथला में 12वें अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया । आर सी एफ के कम्यूनिटी हाल में आयोजित इस कार्यक्रम में रेल डिब्बा कारखाना के अधिकारियों और कर्मचारियों ने बढ़-चढ़ कर भाग लिया ।
कार्यक्रम का आयोजन सभी प्रतिभागियों द्वारा नियमित योग को अपने दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने के संकल्प के साथ हुआ। इस अवसर पर अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2026 की थीम "स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योग" के अनुरूप स्वस्थ, संतुलित एवं सकारात्मक जीवनशैली अपनाने का संदेश भी दिया गया।कार्यक्रम की शुरूआत श्रीअजय नंदन महाप्रबन्धक द्वारा दीप प्रजवलन कर के की गई। इस अवसर पर प्रधान मुख्य यांत्रिक इंजीनियर श्री रवि कुमार,अन्य उच्च अधिकारी भी उपस्थित थे । भारतीय योग संस्थान, रेल डिब्बा कारखाना इकाई के योग आचार्य श्री करण सिंह ने इस कार्यक्रम में योग क्रियाएं करवाईं और योग से होने वाले फायदों का विस्तृत रूप से व्याख्यान किया। मंच पर बैठे साधक सरबजीत सिंह और प्रवीण ने उपस्थित योग प्रेमियों को योग आसन करवाए। श्री करण सिंह ने योग साधनों के फायदों के बारे में बताया कि योग से शारीरिक और मानसिक दोनों रूपों से लाभ मिलता है। इसके अलावा योग आचार्य श्री तेजबीर सिंह ने प्राणायाम और ध्यान की क्रियाएं करवायीं और इनसे होने वाले फायदों के बारे में विस्तार से बताया। इनमें हंसी क्रिया, अनुलोम-विलोम, कपालभाति आदि प्रमुख थीं।

तैयारियां

सरकार मोटरस्पोर्ट्स को भविष्य में भारत में फॉर्मूला-1 रेस आयोजित करने की दिशा में ठोस कदम उठाने जा रही

सीएम योगी ने हमीरपुर में 636 करोड़ से अधिक की लागत से 75 विकास परियोजनाओं का किया लोकार्पण/शिलान्यास

पहचान का संकट खड़ा करने वालों को अब दुत्कारती है जनताः मुख्यमंत्री

टीम एक्शन इंडिया
हमीरपुरः मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा कि अब उत्तर प्रदेश नहीं, बल्कि वे लोग पहचान के लिए मोहताज हैं, जिन्होंने यूपी को बीमारू बनाया था। आज उन सबके सामने पहचान का संकट खड़ा हो गया है। जनता अब उन्हें दुत्कारती है, भगाती है। उन्हें भाव नहीं देती। जनता ने कमल के फूल पर वोट देकर हमीरपुर व राठ में भाजपा को जिताया तो सुरक्षा, हर घर नल, एक्सप्रेसवे समेत अनेक योजनाएं व नवाचार हो रहा है। सीएम ने बुंदेलखंड वासियों से अपील की कि माफिया के सरपरस्तों को दोबारा आने नहीं देना है। इन्हें पहचान के लिए मोहताज कराना है। जाति, क्षेत्र, भाषा के नाम पर विभाजित नही होना है और विकास, विरासत, आस्था, अर्थव्यवस्था के लिए स्वस्थ प्रतिस्पर्धा को बढ़ाना है। सीएम ने स्वामी ब्रह्मानंद डिग्री कॉलेज, राठ में 636 करोड़ रुपये से अधिक की लागत से 75 विकास परियोजनाओं का लोकार्पण/शिलान्यास किया। यहां हमीरपुर के विकास को समर्पित लघु फिल्म भी दिखाई गई।

यमुना व बेतवा के संगम वाला जनपद 9 वर्ष पहले पानी के लिए तरसता था

सीएम ने कहा कि 9 वर्ष पहले बुंदेलखंड की कनेक्टिविटी ठीक नहीं थी। सड़कें गड्ढों में तब्दील थीं। माताएं-बहनें मिट्टी का घड़ा सिर पर लेकर पानी ढोने में जिंदगी गुजार देती थीं। यमुना व बेतवा के संगम वाला हमीरपुर पानी और यहां का नौजवान पहचान के लिए तरसता था। बालू, खनन, भूमाफिया गरीबों का शोषण करते थे। देश में लोग यूपी वालों को शक की निगाहों से देखते थे।

दुनिया के सामने योग दिवस पर फिर प्रस्तुत हुई भारत की पहचान

सीएम ने कहा कि 12 वर्ष में पीएम मोदी के नेतृत्व में भारत बदला है। आज सुबह लगभग 100 देश के लाखों लोग योग से जुड़े थे। इससे वर्तमान-अतीत गौरवान्वित व भविष्य प्रफुल्लित होता दिख रहा था। पीएम मोदी ने 12वें योग दिवस पर भारत की पहचान को फिर दुनिया के सामने प्रस्तुत किया। मोदीजी ने कुंभ को भी मानवता की अमूर्त सांस्कृतिक धरोहर के रूप में मान्यता दिलाई। सीएम ने कहा कि जातिवाद की राजनीति करने वालों ने सत्ता में आने पर सिर्फ परिवार का पेट भरा। मोदी जी के लिए 140 करोड़ का भारत व हमारे लिए 25 करोड़ का प्रदेश ही परिवार है। कार्य करना, योजना बनाना और प्रभावी ढंग से लागू करने के उद्देश्य से काम होता है।
तो परिणाम आने में देर नहीं

सीएम ने जोल सप्पड़ में 35 करोड़ रुपए से बनने वाले क्रिटिकल केयर ब्लॉक का शिलान्यास किया

लैब

» सभी मेडिकल कालेजों में 150 करोड़ की लागत से स्थापित होंगी अत्याधुनिक लैब्स

पवन धीमान

हमीरपुर। मुख्यमंत्री ठाकुर सुखविन्द्र सिंह सुक्खू ने आज जिला हमीरपुर के जोल सप्पड़ में डॉ. राधाकृष्णन राजकीय चिकित्सा महाविद्यालय हमीरपुर के नए परिसर में लगभग 35 करोड़ रुपये की लागत से निर्मित होने वाले अत्याधुनिक क्रिटिकल केयर ब्लॉक का शिलान्यास किया।

इसके बाद उन्होंने इसी परिसर में नवनिर्मित अस्पताल ब्लॉक और अकादमिक ब्लॉक तथा अन्य निर्माणाधीन भवनों के कार्यों का निरीक्षण किया। उन्होंने सीपीडब्ल्यूडी, पीडब्ल्यूडी और मेडिकल कॉलेज के अधिकारियों को अस्पताल ब्लॉक और अकादमिक ब्लॉक को मेडिकल कॉलेज प्रबंधन को सौंपने तथा कॉलेज एवं अस्पताल के विभिन्न विभागों को जोल सप्पड़ शिफ्ट करने की प्रक्रिया को तेजी से पूरा करने के निर्देश दिए।

मुख्यमंत्री ने कहा कि जुलाई के पहले सप्ताह में मेडिकल कॉलेज के इन महत्वपूर्ण विभागों का संचालन जोल सप्पड़ में शुरू कर दिया जाएगा। उन्होंने मेडिकल कॉलेज से संबंधित अन्य मामलों तथा स्थानीय लोगों की समस्याओं को लेकर भी अधिकारियों के साथ व्यापक विचार-विमर्श किया।

उन्होंने कहा कि प्रदेश के मेडिकल कॉलेजों की लैब्स के आधुनिकीकरण के लिए प्रदेश सरकार 150 करोड़ रुपये का प्रावधान कर रही है। इस धनराशि से लैब्स में अत्याधुनिक मशीनें स्थापित की जाएंगी। मुख्यमंत्री ने कहा कि इंदिरा गांधी मेडिकल कॉलेज शिमला और टांडा के मेडिकल कॉलेज में दशकों पुरानी मशीनों एवं उपकरणों के स्थान पर इनकी जगह नवीनत्तम टैक्नोलॉजी की मशीनें एवं उपकरण स्थापित किए जाएंगे।

उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार बड़े पैमाने पर डॉक्टरों, प्रोफेसरों, नर्सों और अन्य स्वास्थ्य कर्मचारियों की भर्ती कर रही है। इससे सभी मेडिकल कॉलेजों एवं चिकित्सा संस्थानों में पर्याप्त स्टाफ उपलब्ध होगा और लोगों को बेहतरीन चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध होंगी।

इस अवसर पर मेडिकल कॉलेज के प्रधानाचार्य डॉ. रमेश भारती, सीपीडब्ल्यूडी और पीडब्ल्यूडी के अधिकारियों ने मुख्यमंत्री ने निर्माणाधीन नए परिसर में जारी विभिन्न निर्माण कार्यों की वस्तु स्थिति से अवगत करवाया।

दियाडा में युवक से मारपीट, दो लोगों के खिलाफ मामला दर्ज

राजन पुरी

ऊना। पुलिस थाना अंब के तहत दियाडा गांव में एक युवक के साथ मारपीट का मामला सामने आया है। पुलिस ने शिकायत के आधार पर दो लोगों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में अजय कुमार निवासी दियाडा ने बताया कि गत शाम वह गांव में स्थित एक जनरल स्टोर के बाहर खड़ा था। इसी दौरान गांव के ही मनोहर लाल और मिंटू वहां पहुंचे और रास्ता रोक लिया। शिकायतकर्ता के अनुसार दोनों आरोपियों ने उसके साथ मारपीट की, जिससे उसे चोटें आईं। घटना के बाद मामले की सूचना पुलिस को दी गई। शिकायत के आधार पर पुलिस ने आरोपियों के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है। डीएसपी अंब अनिल पटियाल ने बताया कि मामले की जांच जारी है।

मेडिकल कॉलेज पर झूठ बोल रहे हैं सुक्खू, सांसद के किए कार्यों का श्रेय लेने की बीमारी से ग्रस्त है कांग्रेस : आशीष शर्मा, विजय अग्निहोत्री

पवन धीमान

हमीरपुर। हमीरपुर विधायक आशीष शर्मा और भाजपा नेता एवं पूर्व विधायक विजय अग्निहोत्री ने जारी संयुक्त प्रेस बयान में कहा कि मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू हमीरपुर मेडिकल कॉलेज को लेकर लगातार झूठ पर झूठ बोल रहे हैं और जनता को गुमराह करने का प्रयास कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री को सांसद अनुराग सिंह ठाकुर द्वारा करवाए गए विकास कार्यों का झूठा श्रेय लेने की बीमारी लग गई है, जबकि सच्चाई और तथ्य कुछ और ही कहानी बयां करते हैं। आशीष शर्मा और विजय अग्निहोत्री ने कहा कि मोदी सरकार में तत्कालीन केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जे.पी. नड्डा के कार्यकाल में 2015 में सांसद अनुराग सिंह ठाकुर के सतत प्रयासों से जोलसप्पड़ में डॉ. राधाकृष्णन मेडिकल कॉलेज को

स्वीकृति मिली और इसके लिए 174 करोड़ रुपये की राशि उपलब्ध कराई गई। उन्होंने कहा कि केंद्र की स्वीकृति के बावजूद तत्कालीन कांग्रेस सरकार ने लगभग ढाई वर्षों तक इस परियोजना को लटकाए रखा और भूमि तक उपलब्ध नहीं करवाई। वर्ष 2017 में प्रदेश में भाजपा सरकार बनने के बाद तत्कालीन मुख्यमंत्री जयराम ठाकुर के नेतृत्व में भूमि उपलब्ध करवाई गई तथा पर्यावरण एवं वन मंत्रालय से आवश्यक स्वीकृतियां प्राप्त करने के बाद 6 जून 2018 को तत्कालीन केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जे.पी. नड्डा, मुख्यमंत्री जयराम ठाकुर और सांसद अनुराग सिंह ठाकुर की उपस्थिति में डॉ. राधाकृष्णन मेडिकल कॉलेज हमीरपुर का शिलान्यास किया गया।

उन्होंने कहा कि भारत सरकार ने मूल परियोजना लागत 189 करोड़ रुपये में अपने 90 प्रतिशत हिस्से के रूप में 170.10 करोड़ रुपये जारी किए हैं। अनुराग सिंह ठाकुर के प्रयासों से चंबा और नाहन मेडिकल कॉलेजों के लिए भी समान वित्तीय प्रावधान सुनिश्चित किया गया।

स्वास्थ्य मंत्रालय की 24 अक्टूबर 2021 की प्रेस विज्ञप्ति में 157 मेडिकल कॉलेजों के लिए लगभग 17,691.08 करोड़ रुपये के आवंटन का विवरण उपलब्ध है, जिसमें प्रति मेडिकल कॉलेज 189 करोड़ रुपये का प्रावधान किया गया था।

एसजेवीएन ने 12वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया

टीम एक्शन इंडिया

शिमला। भूपेन्द्र गुप्ता, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, एसजेवीएन ने 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर कर्मचारियों को शारीरिक स्वास्थ्य, समग्र कल्याण, मानसिक सजगता तथा आंतरिक सामंजस्य के लिए नियमित रूप से योग करने के लिए प्रोत्साहित किया।

एसजेवीएन ने कारपोरेट मुख्यालय, शिमला तथा भारत और नेपाल स्थित समस्त कार्यालयों एवं परियोजनाओं में हर्षोल्लास एवं उमंग के साथ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया।

अजय कुमार शर्मा, निदेशक (कार्मिक) ने 412 मेगावाट रामपुर जलविद्युत स्टेशन, हिमाचल प्रदेश में आयोजित विशेष योग सत्र का शुभारंभ किया तथा उसमें भाग लिया। इस अवसर पर विकास मारवाह, परियोजना प्रमुख (रामपुर एचपीएस), विवेक शर्मा, परियोजना प्रमुख (लूहरी-1 एचईपी) तथा अन्य वरिष्ठ अधिकारियों ने योगाभ्यास किया।

पार्थजीत डे, निदेशक (वित्त) ने एसजेवीएन के सम्पर्क कार्यालय, नई दिल्ली में योग सत्र का शुभारंभ किया तथा वरिष्ठ अधिकारियों एवं कर्मचारियों के साथ इस योग सत्र में योगाभ्यास किया। राजेश कुमार चंदेल, निदेशक (परियोजनाएं) ने निगम मुख्यालय, शिमला में आयोजित योग सत्र का शुभारंभ किया।

देहलां में दुकान के बाहर युवक से मारपीट, मामला दर्ज

राजन पुरी

ऊना। पुलिस थाना मैहतपुर के तहत देहलां क्षेत्र में एक व्यक्ति के साथ मारपीट का मामला सामने आया है। पुलिस ने शिकायत के आधार पर नामजद आरोपी सहित अन्य लोगों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पुलिस को दी शिकायत में अजैब सिंह निवासी अप्पर देहलां ने बताया कि गत शाम वह देहलां स्थित अपनी दुकान के बाहर खड़ा था। इसी दौरान राम सिंह अपने 3-4 अन्य साथियों के साथ वहां पहुंचा और उसका रास्ता रोक लिया। शिकायतकर्ता का आरोप है कि आरोपियों ने उसके साथ मारपीट की। एएसपी ऊना संजीव भाटिया ने बताया कि पुलिस ने शिकायत के आधार पर आरोपियों के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया गया है।

शिकायत पर भड़के पड़ोसी, पत्थरों से मारपीट का आरोप

राजन पुरी

ऊना। पुलिस थाना चिंतपूर्णी के अंतर्गत गिंडपुर मलौण गांव में बच्चों की तेज रफ्तार

मोटरसाइकिल चलाने की शिकायत को लेकर विवाद हो गया। मामले में एक व्यक्ति के साथ पत्थरों से मारपीट किए जाने पर पुलिस ने दंपति के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

पुलिस को दी शिकायत विशाल राणा निवासी गिंडपुर मलौण ने बताया कि गत दिवस की शाम उसने गांव में पंकज शर्मा और श्वेता शर्मा को बताया कि उनके बच्चे बुलेट मोटरसाइकिल को तेज रफ्तार से चलाते हुए और तेज आवाज वाले पटाखे जैसी ध्वनि निकालते हुए सड़क पर गए हैं, जिससे लोगों को परेशानी हो रही है।

शिकायतकर्ता का आरोप है कि इस बात को लेकर दोनों पक्षों के बीच कहासुनी हो गई। आरोप है कि इसके बाद पंकज शर्मा और श्वेता शर्मा ने उसका रास्ता रोक लिया तथा उसके साथ पत्थरों से मारपीट की, जिससे उसे चोटें आईं। डीएसपी अंब अनिल पटियाल ने बताया कि पुलिस ने शिकायत के आधार पर दोनों आरोपियों के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया गया है। पुलिस मामले की जांच में जुट गई है।

संक्षिप्त खबरें

सिंगी पंचायत में 11 वर्षीय किशोरी ने फंदा लगाकर दी जान, जांच में जुटी पुलिस

हामिद खान

चंबा। जिले की सिंगी पंचायत में एक हृदयविदारक घटना सामने आई है, जहां 11 वर्षीय किशोरी ने अपने घर के कमरे में फंदा लगाकर आत्महत्या कर ली। घटना के बाद पूरे क्षेत्र में शोक की लहर दौड़ गई है। पुलिस ने मामला दर्ज कर मौत के कारणों की जांच शुरू कर दी है।

जानकारी के अनुसार किशोरी शुक्रवार को स्कूल नहीं गई थी और घर पर ही मौजूद थी। शाम करीब चार बजे उसने घर के एक कमरे में फंदा लगा लिया। काफी देर तक कमरे से बाहर नहीं आने पर परिजनों को संदेह हुआ। जब उन्होंने कमरे में जाकर देखा तो किशोरी फंदे से लटकी हुई मिली। यह दृश्य देखते ही परिवार में चीख-पुकार मच गई।

घटना की सूचना तुरंत द्रड्डा पुलिस चौकी को दी गई। सूचना मिलते ही पुलिस टीम मौके पर पहुंची और घटनास्थल का निरीक्षण किया। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर आवश्यक कानूनी प्रक्रिया पूरी की तथा मामले की जांच शुरू कर दी।

प्रारंभिक जांच में घटनास्थल से ऐसा कोई साक्ष्य बरामद नहीं हुआ है, जिससे किशोरी द्वारा यह कदम उठाने के कारणों का स्पष्ट पता चल सके। पुलिस परिजनों और आसपास के लोगों से पूछताछ कर मामले के सभी पहलुओं की जांच कर रही है।

पुलिस ने परिजनों के बयान और प्रारंभिक तथ्यों के आधार पर बीएनएसएस की धारा 194 के तहत कार्रवाई अमल में लाई है। पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया।

जिला पुलिस अधीक्षक विजय कुमार सकलानी ने मामले की पुष्टि करते हुए बताया कि किशोरी की मौत के कारणों का पता लगाने के लिए विस्तृत जांच की जा रही है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट और जांच के आधार पर आगामी कार्रवाई की जाएगी।

जिला ऊना में धूमधाम से मनाया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

राजन पुरी

ऊना। जिलेभर में योग कार्यक्रमों का आयोजन शुरू हो गया, जिनमें जिला प्रशासन, जनप्रतिनिधियों, सामाजिक संस्थाओं, शिक्षण संस्थानों के विद्यार्थियों तथा आम नागरिकों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। लोगों ने योगाभ्यास कर स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया।

जिला स्तरीय मुख्य योग कार्यक्रम हिमकैप्स नर्सिंग एंड लॉ कॉलेज, बढ़ेड़ा परिसर में आयोजित किया गया, जहां बड़ी संख्या में प्रतिभागियों ने सामूहिक योगाभ्यास किया। इस वर्ष की थीम स्वस्थ आयु के लिए योग के अनुरूप आयोजित कार्यक्रम में प्रशिक्षुओं, विद्यार्थियों, विभिन्न विभागों के अधिकारियों-कर्मचारियों तथा स्थानीय लोगों सहित लगभग 600 प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक हिस्सा लिया। मुख्य अतिथि सहायक आयुक्त विनय मोदी ने कहा कि योग हमारे ग षि-मुनियों द्वारा प्रदत्त अमूल्य विद्या है, जिसने भारत की प्राचीन ज्ञान परंपरा को विश्व पटल पर विशिष्ट पहचान दिलाई है। उन्होंने कहा कि करें योग, रहें निरोग का भाव स्वस्थ और संतुलित जीवन का मूल मंत्र है। विशेष रूप से युवाओं को योग को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनाना चाहिए, क्योंकि नियमित योगाभ्यास से शरीर और मन में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है, एकाग्रता बढ़ती है और व्यक्ति तनावमुक्त एवं अनुशासित जीवन जीने के लिए प्रेरित होता है। कार्यक्रम में आयुष विभाग के योग प्रशिक्षकों ने विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास करवाया तथा योग के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक लाभों की जानकारी दी।

सड़क किनारे मिट्टी धंसने से पलटी पिकअप, चालक की दर्दनाक मौत

राजन पुरी

ऊना। उपमंडल बंगाणा के अंतर्गत चौकीमन्यार-कैंट सड़क मार्ग पर पेश आए दर्दनाक सड़क हादसे में 46 वर्षीय व्यक्ति की मौत हो गई। मृतक की पहचान टकारला निवासी निवासी अजय कुमार के रूप में हुई है। पुलिस ने शव का पोस्टमार्टम करवाकर परिजनों के सुपुर्द कर दिया। साथ ही मामले की जांच शुरू कर दी है।

जानकारी के अनुसार अजय कुमार शनिवार शाम अपनी पिकअप गाड़ी में जंगल से लकड़ी लेकर घर लौट रहे थे। इसी दौरान जब वह चौकीमन्यार-कैंट सड़क मार्ग से गुजर रहे थे, तो सड़क किनारे की मिट्टी अचानक धंस गई। मिट्टी धंसने से वाहन का संतुलन बिगड़ गया और पिकअप सड़क से नीचे गहरी ढलान में जा गिरी। दुर्घटना इतनी भयावह थी कि वाहन कई बार पलटता हुआ नीचे जा पहुंचा और अजय कुमार उसके नीचे दब गए। हादसे की सूचना मिलते ही आसपास के ग्रामीण मौके पर पहुंचे और राहत कार्य शुरू किया। स्थानीय लोगों ने कड़ी मशक्कत के बाद अजय कुमार को वाहन के नीचे से बाहर निकाला।

बिजली बिलों में बढ़ोतरी के खिलाफ आज चम्बा बिजली बोर्ड कार्यालय का घेराव करेगी भाजपा

हामिद खान

चंबा। प्रदेश में बिजली के बिलों में की जा रही लगातार बढ़ोतरी और नए टैक्सों के बोझ के खिलाफ भाजपा ने सरकार के खिलाफ मोर्चा खोल दिया है। भाजपा प्रदेश कार्य समिति सदस्य जय सिंह के नेतृत्व में आज उपभोक्ताओं के साथ मिलकर चम्बा स्थित बिजली बोर्ड कार्यालय का घेराव और उग्र धरना-प्रदर्शन किया जाएगा। जय सिंह ने कांग्रेस सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए कहा कि चुनाव से पहले कांग्रेस ने जनता को 300 यूनिट मुफ्त बिजली देने का बड़ा वादा किया था। लेकिन सत्ता में आते ही मुफ्त बिजली देना तो दूर, सरकार ने बिलों में कई तरह के छुपे हुए टैक्स लगा दिए हैं। उन्होंने चेतावनी दी कि जनता के साथ हो रहे इस धोखे का खामियाजा कांग्रेस सरकार को आगामी विधानसभा चुनाव में भुगतना पड़ेगा। भाजपा नेता ने आंकड़ों के साथ स्पष्ट किया कि बिजली बोर्ड ने बिलों में भारी बढ़ोतरी की है, जो सीधे तौर पर आम जनता से लूट है। सरकार द्वारा बढ़ाए गए अतिरिक्त चार्ज के चलते जिन घरों का बिजली बिल पहले सामान्य तौर पर 500 से 600 रूपए आता था, वह अब अप्रत्याशित रूप से बढ़ चुका है।

योग से स्वास्थ्य, संतुलन और सफलता की ओर बढ़ने का संदेश

हामिद खान

चंबा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर डीएवी पब्लिक स्कूल हरदासपुरा में शनिवार को भव्य योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों, अध्यापकों तथा गैर-शिक्षण कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेकर योग के महत्व को आत्मसात किया। आयोजन का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में योग के प्रति जागरूकता बढ़ाना तथा स्वस्थ एवं संतुलित जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना था।

कार्यक्रम का शुभारंभ सामूहिक प्रार्थना के साथ हुआ। इसके बाद मुख्य अतिथि एवं पतंजलि योग समिति के प्रभारी तथा योग प्रशिक्षक बालक राम ने विद्यार्थियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम और ध्यान क्रियाओं का अभ्यास करवाया। उन्होंने ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, वज्रासन तथा अनुलोम-विलोम सहित अनेक योग प्रक्रियाओं का प्रदर्शन कर उनके लाभों की जानकारी दी। विद्यार्थियों ने पूरे अनुशासन और उत्साह के साथ योगाभ्यास में भाग लेकर योग के प्रति अपनी रुचि का परिचय दिया। इस अवसर पर विद्यालय के प्रधानाचार्य अशोक कुमार गुलेरिया ने कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ शरीर, शांत मन और सकारात्मक जीवन दृष्टिकोण का आधार है। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय की व्यस्त जीवनशैली में योग तनाव को कम करने, एकाग्रता बढ़ाने तथा मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने का प्रभावी माध्यम है। उन्होंने विद्यार्थियों से नियमित योग करने और समाज में इसके प्रति जागरूकता फैलाने का आह्वान किया। विद्यालय के शिक्षकों ने भी योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि नियमित योगाभ्यास से आत्मविश्वास, अनुशासन और कार्यक्षमता में वृद्धि होती है। कार्यक्रम के समापन पर सभी प्रतिभागियों ने योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने तथा स्वस्थ भारत के निर्माण में योगदान देने का संकल्प लिया।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के इस सफल आयोजन के माध्यम से विद्यार्थियों को योग की उपयोगिता और उसके सकारात्मक प्रभावों की विस्तृत जानकारी प्राप्त हुई।

कोल वैली नर्सिंग इंस्टिट्यूट हरनोडा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2026 पर भव्य आयोजन, नर्सिंग प्रशिक्षुओं ने सीखे योग के गुर

कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर। हरनोडा स्थित कोल वैली नर्सिंग इंस्टिट्यूट में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2026 के अवसर पर संस्थान के निदेशक डॉ. प्रकाश चंद ठाकुर ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की।

कार्यक्रम में प्रशिक्षित योग शिक्षक भीम और नरेंद्र कुमार ने नर्सिंग विद्यार्थियों को योग के महत्व के बारे में जागरूक करते हुए विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास करवाया।

योग प्रशिक्षक भीम ने बताया कि 'योग' का अर्थ है जुड़ना— अर्थात शरीर, मन और आत्मा के बीच संतुलन स्थापित करना। वहीं 'व्यायाम' का उद्देश्य शरीर को स्वस्थ बनाकर बीमारियों से दूर रखना है। उन्होंने कहा कि नियमित योगाभ्यास से व्यक्ति मानसिक शांति के साथ आध्यात्मिक संतुलन भी प्राप्त कर सकता है।

मुख्य अतिथि डॉ. प्रकाश चंद ठाकुर ने अपने संबोधन में कहा कि योग केवल एक विद्या नहीं, बल्कि स्वस्थ और संतुलित जीवन जीने की कला है। उन्होंने विद्यार्थियों को प्रेरित करते हुए कहा कि योग को केवल एक दिन तक सीमित न रखकर दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना चाहिए। नियमित योग से शारीरिक स्वास्थ्य बेहतर होता है।

खेत में पानी लगाने गए व्यक्ति से मारपीट, मामला दर्ज

राजन पुरी

ऊना। पुलिस थाना टाहलीवाल के अंतर्गत गांव बट्ट कलां में रास्ता रोककर मारपीट और धमकाने का मामला सामने आया है। पुलिस ने शिकायत के आधार पर दो लोगों के खिलाफ मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

पुलिस से प्राप्त जानकारी के अनुसार महिंद्र लाल निवासी बट्ट कलां ने शिकायत दर्ज करवाई है कि गत शाम अपने खेत में पानी लगाने के लिए गया था। आरोप है कि इसी दौरान गांव के ही देस राज और कृष्णा देवी ने उसका रास्ता रोक लिया तथा उसके साथ गाली-गलौज शुरू कर दी।

मेहल गांव में विधायक के पीएसओ से कथित मारपीट, वर्दी फाड़ने का आरोप

हामिद खान

चंबा। चुराह विधानसभा क्षेत्र के मेहल गांव में विधायक के निजी सुरक्षा अधिकारी (पीएसओ) के साथ कथित दुर्व्यवहार और मारपीट का मामला सामने आया है। घटना के दौरान पीएसओ की वर्दी फाड़ने का भी आरोप लगाया गया है।

मामले के बाद क्षेत्र में कुछ समय के लिए तनाव का माहौल बना रहा, जिसके चलते पुलिस को मौके पर पहुंचकर स्थिति संभालनी पड़ी।

जानकारी के अनुसार चुराह के विधायक अपने समर्थकों के साथ मेहल गांव में एक शोक संतप्त परिवार से मिलने पहुंचे थे। इसी दौरान रास्ते में एक व्यक्ति ने विधायक का रास्ता रोक लिया और उनसे बहस शुरू कर दी। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार देखते ही देखते विवाद बढ़ गया और कथित तौर पर उक्त व्यक्ति ने विधायक के पीएसओ के साथ धक्का-मुक्की कर दी।

आरोप है कि इस दौरान आरक्षी की वर्दी भी फाड़ दी गई। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस विभाग सक्रिय हो गया। नकरोड़ पुलिस चौकी से पुलिस टीम को तत्काल मौके पर भेजा गया। पुलिस ने घटनास्थल पर पहुंचकर स्थिति का जायजा लिया और संबंधित लोगों के बयान दर्ज करने शुरू कर दिए। मामले की गंभीरता को देखते हुए पुलिस सभी पहलुओं से जांच कर रही है तथा प्रत्यक्षदर्शियों से भी पूछताछ की जा रही है।

डीएसपी रंजन शर्मा ने घटना की पुष्टि करते हुए बताया कि मामले से जुड़े सभी तथ्यों को एकत्रित किया जा रहा है। जांच पूरी होने के बाद जो भी तथ्य सामने आएंगे, उनके आधार पर नियमानुसार कार्रवाई की जाएगी।

उन्होंने कहा कि क्षेत्र में शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए पुलिस आवश्यक कदम उठा रही है और मामले की निष्पक्ष जांच की जा रही है।

टाहलीवाल फायर पोस्ट बना सब फायर स्टेशन

राजन पुरी

ऊना। हरोली विधानसभा क्षेत्र को प्रदेश सरकार ने एक और बड़ी सौगात दी है। सरकार ने टाहलीवाल फायर पोस्ट को तत्काल प्रभाव से सब फायर स्टेशन के रूप में अपग्रेड करने की अधिसूचना जारी कर दी है।

इसके साथ ही 16 नए पदों के सृजन तथा दो अत्याधुनिक अग्निशमन वाहनों की व्यवस्था को भी मंजूरी प्रदान की गई है।

उपमुख्यमंत्री एवं हरोली के विधायक मुकेश अग्निहोत्री ने कहा कि टाहलीवाल औद्योगिक क्षेत्र और आसपास के क्षेत्रों में औद्योगिक गतिविधियों के विस्तार को देखते हुए लंबे समय से सब फायर स्टेशन की आवश्यकता महसूस की जा रही थी।

प्रदेश सरकार ने जनहित को प्राथमिकता देते हुए इस मांग को पूरा किया है। जारी अधिसूचना के अनुसार नए सब फायर स्टेशन में एक सब फायर अधिकारी, एक लीडिंग फायरमैन, 10 फायरमैन तथा चार ड्राइवर-कम-पंप ऑपरेटर के पद सृजित किए गए हैं।

इसके अलावा स्टेशन के लिए एक वाटर ब्राउजर और एक सीओ-2 फायर वाहन भी उपलब्ध कराया जाएगा।

मुकेश अग्निहोत्री ने कहा कि इस निर्णय से टाहलीवाल औद्योगिक क्षेत्र सहित पूरे हरोली विधानसभा क्षेत्र में अग्निशमन एवं आपदा प्रबंधन सेवाएं और अधिक सुदृढ़ होंगी।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर रामपुर में हुआ सामूहिक योगाभ्यास

लिहान्टू

रामपुर बुशहर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आज रामपुर में पद्म वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला रामपुर बुशहर के ऑडिटोरियम में सामूहिक योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम प्रात: 6:00 बजे से 8:00 बजे तक आयोजित हुआ, जिसमें विभिन्न विभागों के अधिकारियों, कर्मचारियों, विद्यार्थियों तथा स्थानीय लोगों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

इस अवसर पर सहायक आयुक्त राजस्व एवं तहसीलदार रामपुर योगेश कुमार ने कहा कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का उद्देश्य योग के प्रति जन-जागरूकता बढ़ाना तथा लोगों को स्वस्थ एवं संतुलित जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना है। उन्होंने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

कार्यक्रम के दौरान आयुष विभाग रामपुर के प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान की विधियों का अभ्यास करवाया तथा योग के नियमित अभ्यास से होने वाले शारीरिक एवं मानसिक लाभों की जानकारी दी। इस अवसर पर उपस्थित लोगों ने पूरे उत्साह के साथ योगाभ्यास में भाग लिया।

मंत्री राजेश धर्माणी ने निहारी त्यून खास किले की सुंदरता, पर्यटन विकास का दिया आश्वासन

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, मंत्री राजेश धर्माणी ने त्यून खास स्थित प्राचीन किलों एवं ऐतिहासिक स्थलों का निरीक्षण किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि यह क्षेत्र प्राकृतिक सौंदर्य और ऐतिहासिक महत्व से परिपूर्ण है तथा इसे पर्यटन की दृष्टि से विकसित किए जाने की अपार संभावनाएं मौजूद हैं। पर्यटन मानचित्र पर इस क्षेत्र को स्थापित करने के लिए आवश्यक कदम उठाए जाएंगे ताकि अधिक से अधिक पर्यटक यहां आ सकें और स्थानीय लोगों को रोजगार एवं स्वरोजगार के अवसर प्राप्त हो सकें। उन्होंने कहा कि क्षेत्र के समग्र विकास के लिए एक इको.टूरिज्म समिति का गठन किया जाएगा, जिसमें स्थानीय लोगों की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित की जाएगी। इसके अतिरिक्त वन विभाग के अधिकारियों को भी समिति से जोड़ा जाएगा ताकि क्षेत्र का विकास सामूहिक प्रयासों से किया जा सके। उन्होंने कहा कि स्थानीय संस्कृति, परंपराओं तथा पारंपरिक व्यंजनों को भी बढ़ावा दिया जाएगा, जिससे यहां आने वाले पर्यटक हिमाचल की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत का अनुभव कर सकें और स्थानीय लोगों की आय में वृद्धि हो। राजेश धर्माणी ने कहा कि संबंधित पंचायत को आदर्श पंचायत के रूप में विकसित किया जाएगा। क्षेत्र के प्रत्येक गांव को बेहतर सड़क संपर्क उपलब्ध करवाने तथा सभी प्रमुख मार्गों को पक्का करने की दिशा में कार्य किया जा रहा है। कई सड़क परियोजनाओं पर कार्य प्रगति पर है तथा अनेक परियोजनाओं के टेंडर जारी किए जा चुके हैंए जिन पर शीघ्र कार्य आरंभ होगा। उन्होंने कहा कि क्षेत्र में सुगम एवं बेहतर यातायात सुविधाएं उपलब्ध करवाई जाएंगी ताकि ग्रामीण क्षेत्रों को शहरों से बेहतर ढंग से जोड़ा जा सके। त्यून खास स्कूल का किया औचक निरीक्षण कर उन्होंनें दो कमरों तथा रिटेनिंग वॉल का प्राक्कलन तैयार करने के दिये निर्देश दिए।

अल्फा सीनियर सेकेंडरी स्कूल में योग दिवस पर हर वर्ग ने किया योगाभ्यास

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में अल्फा पब्लिक सीनियर सेकेंडरी स्कूल बरठीं द्वारा एक दिवसीय भव्य योग शिविर का आयोजन किया गया। इस अवसर पर सैकड़ों विद्यार्थियों, अभिभावकों और अध्यापकों ने योगाभ्यास किया। कार्यक्रम में मुख्य प्रशिक्षक के रूप में प्रदीप शर्मा तथा आयुर्वेदिक स्वास्थ्य केंद्र मनहण के आयुर्वेदिक मेडिकल ऑफिसर डॉ. अभिषेक कुमार व योग गाइड पंकज परमार उपस्थित रहे। उन्होंने विद्यार्थियोंए अभिभावकों एवं शिक्षकों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान की विधियों का अभ्यास करवाया। साथ ही योग के शारीरिकए मानसिक एवं आध्यात्मिक लाभों की विस्तृत जानकारी देते हुए बताया कि नियमित योगाभ्यास से शरीर स्वस्थए मन शांत तथा जीवन संतुलित रहता है। स्कूल के प्रधानाचार्य टीडी शर्मा ने कहा कि योग भारत की प्राचीन एवं अमूल्य धरोहर है, जिसे आज पूरा विश्व अपना रहा है।

सरकार के आदेश न मानने वाले विभागाध्यक्षों पर हो कड़ी कारवाई: सीआर वर्मा

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, पेंशनर्ज वेलफेयर एसोसिएशन बिलासपुर के प्रधान चेत राम वर्मा, महामंत्री सुशील पुंडीर, वरिष्ठ उपप्रधान कुबेर ठाकुर, रुमा चंदेल, उपप्रधान सन्देश शर्मा, हंस राज शर्मा, गोपाल कृष्ण शर्मा, मुख्य प्रचार सचिव प्रेम लाल पराशर, खंड प्रधान जय कृष्ण शर्मा, सचिव राम प्रकाश वर्मा, शहरी इकाई के प्रधान रविंदर नाथ भट्टा, सचिव श्याम लाल पंवर, देवेश्वर गौतम, कर्म सिंह चंदेल, लक्ष्मण ठाकुर, हरिदास ठाकुर, बाबू राम शर्मा आदि ने संयुक्त बयान में कहा है कि 13.5.2026 को शिमला में मुख्यमंत्री के साथ प्रदेश अध्यक्ष सुरेश ठाकुर की अध्यक्षता में जो बैठक हुई थी उसके परिणाम आने शुरू हो गए है। उन्होंने कहा कि जैसे कि मुख्यमंत्री ने आश्वासन दिया था कि 15 दिनों के भीतर लंबित चिकित्सा बिलों का भुगतान कर दिया जायेगा, जिसके के लिए अधिकतर विभागों में बजट आना शुरू हो गया है
लेकिन कुछ विभागाध्यक्षों द्वारा चिकित्सा बिलों के भुगतान के लिए एक महीना बीत जाने के बाद भी बजट की मांग नहीं की गई है। जिसमें डायरेक्टर शिक्षा, डायरेक्टर कृषि विभाग, खंड अधिकारी शिक्षा, मुख्य अभियंता लोक निर्माण विभाग, प्रमुख अभियंता लोक निर्माण विभाग, स्वास्थ्य विभाग अन्य आदि शामिल है, ने अभी तक अपने विभागों की सूचना एकत्रित करके वित्त विभाग को नहीं भेजी। उन्होंने मुख्यमंत्री से आग्रह किया है कि ऐसे लापरवाह विभागाध्यक्षों के विरुद्ध कार्यवाही अमल में लाई जो कि मुख्यमंत्री के आदेशों का पालन नहीं कर रहे हैं। जिनकी वजह से सरकार की कार्यशैली पर भी गलत प्रभाव पड़ता है और सरकार भी बदनाम होती है। वर्मा ने कहा है कि कुछ विभागों को बजट आवंटित कर दिया गया है तथा बजट कार्यालय में आये हुए एक महीने से ऊपर हो गया लेकिन अभी तक बिलों की अदायगी के लिए कोई भी प्रयास नहीं किए जा रहे है तथा बहानेबाजी की जा रही है कि स्टॉफ की कमी व रिक्त पदों के चलते बिलों के भुगतान देरी हो रही है इसलिए सरकार को चाहिए रिक्त पदों को विभाग में कार्यरत कर्मचारियों में से पदोंन्नति करके रिक्त पदों को भरा जाये ताकि दफ्तर का कार्य सुचारु रूप से चलाया जा सके।

स्वास्थ्य, अनुशासन और सकारात्मक जीवनशैली को समर्पित निरंकारी मिशन का योग दिवस

बिलासपुर, कश्मीर ठाकुर।
सतगुरु माता सुदीक्षा जी महाराज एवं निरंकारी राजपिता रमित जी के पावन आशीर्वाद से अंर्तराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर संत निरंकारी मिशन की विभिन्न शाखाओं में योग एवं आध्यात्मिक जागरूकता पर केंद्रित कार्यक्रमों का सफल आयोजन किया गया। इसी क्रम में बिलासपुर शाखा के स्थानीय संयोजक गुलशन नड्डा ने जानकारी सांझा करते हुए बताया कि संत निरंकारी मिशन की शाखा बिलासपुर में भी योग दिवस उत्साहपूर्वक हुआ।

समोह में संत निरंकारी मिशन ने लिया स्वस्थ व संतुलित जीवनशैली मनाने का संकल्प

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, सतगुरु माता सुदीक्षा जी महाराज एवं निरंकारी राजपिता रमित जी के पावन आशीर्वाद से अंर्तराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर संत निरंकारी मिशन की विभिन्न शाखाओं में योग एवं आध्यात्मिक जागरूकता पर केंद्रित कार्यक्रमों का सफल आयोजन किया गया। इसी क्रम में स्थानीय जोनल इंचार्ज, संयोजक, मुखी ने जानकारी सांझा करते हुए बताया कि संत निरंकारी मिशन की शाखा समोह में भी योग दिवस उत्साहपूर्वक हुआ। कार्यक्रम में श्रद्धालु भक्तों, सेवादल स्वयंसेवकों एवं स्थानीय नागरिकों ने सक्रिय सहभागिता की। अनुभवी योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में आयोजित योग सत्र में प्रतिभागियों ने योगाभ्यास कर स्वस्थ एवं संतुलित जीवनशैली अपनाने का संकल्प लिया। सतगुरु माता जी अक्सर अपने विचारों में स्वस्थ मन सहज जीवन का उल्लेख करते हुए बताते है कि हमारा शरीर निरंकार प्रभु की देन है जिसे स्वस्थ रखना हमारा मूल कर्तव्य है, इसलिए दीर्घायु और सक्रिय सफल जीवन के लिए योग नितांत आवश्यक है। इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम स्वस्थ आयु के लिए योग थी जिसने यह संदेश दिया कि वास्तविक स्वास्थ्य शारीरिक, मानसिक और आत्मिक संतुलन का समन्वित स्वरूप है।

बल्लू खरयाला में 29 जून को मनाया जाएगा संत शिरोमणी कबीर जी महाराज का प्रकटोत्सव: विजय कालिया

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, संत शिरोमणि कबीर जी महाराज का 629वां प्रकटोत्सव आगामी 29 जून को बड़ी धूमधाम से मनाया जाएगा। प्रैस को जारी बयान में कबीरपंथी समाज सुधार सभा के जिला प्रधान विजय कालिया ने बताया कि 29 जून सोमवार को होने वाले इस उत्सव का आयोजन संत शिरोमणि कबीर मंदिर बल्लू खरयाला किया जाएगा। कबीर पंथी समाज सुधार सभा बिलासपुर और मंदिर कमेटी बल्लू खरयाला के संयुक्त तत्वावधान में हर वर्ष की भांति बड़ी धूमधाम से मनाया जाएगा। उन्होंने बताया कि कार्यक्रम का शुभारंभ ध्वजारोहण से किया जाएगा। इसके बाद कबीर बंदना का भव्य आयोजन होगा तत्पश्चात महिला मंडल द्वारा सत्संग व महापुरुषों के शुभ विचार संत शिरोमणि कबीर जी की शिक्षाओ पर आधारित होंगे। इस दौरान शीतल जल की छबील, फ्रूटस आदि के साथ लंगर का आयोजन भी किया जाएगा। प्रधान विजय कालिया ने सभी कबीर भक्तों से अनुरोध किया है कि 29 जून सोमवार सुबह 9 बजे कबीर मंदिर बल्लू खरयाला में पहुंच कर कार्यक्रम की शोभा बढ़ाएं और कबीर महाराज जी का आशीर्वाद प्राप्त करें।

योग अपनाएं, स्वस्थ जीवन पाएं: पीएम श्री विद्यालय पांगणा में योग दिवस आयोजन

टीम एक्शन इंडिया

मंडी। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर पीएम श्री राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला, पांगणा में एक विशेष योग सत्र का सफल आयोजन किया गया। इस अवसर पर विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं अतिथियों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता कर योग के प्रति अपनी जागरूकता और रुचि का परिचय दिया। कार्यक्रम में योग प्रशिक्षक राजेश शर्मा ने मुख्य योग विशेषज्ञ के रूप में उपस्थित होकर सभी प्रतिभागियों को योग के महत्व एवं उसके लाभों से अवगत कराया। उनके साथ योग शिक्षक जगदीश शर्मा भी विशेष रूप से उपस्थित रहे। योग सत्र के दौरान राजेश शर्मा ने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को सूक्ष्म व्यायाम, सतत योग, प्राणायाम, विभिन्न योगासन, सूर्य नमस्कार तथा महिलाओं, पुरुषों और बच्चों के लिए उपयुक्त विशेष योग क्रियाओं का अभ्यास करवाया। उन्होंने बताया कि योग केवल शरीर को स्वस्थ रखने का माध्यम नहीं है, बल्कि यह मानसिक शांति, एकाग्रता, आत्मविश्वास और आत्म-अनुशासन को भी विकसित करता है। अपने संबोधन में उन्होंने सभी को नियमित रूप से योग अपनाने के लिए प्रेरित करते हुए कहा कि 'योग जीवन में सकारात्मकता, संतुलन और अनुशासन का संचार करता है। यह तनाव को दूर कर व्यक्ति को आत्मचिंतन एवं आत्मविकास की ओर अग्रसर करता है। विद्यालय के प्रधानाचार्य संजय कुमार एवं समस्त स्टाफ सदस्यों ने कार्यक्रम में पधारे सभी अतिथियों का हार्दिक स्वागत एवं आभार व्यक्त किया।

आधुनिक एफडीआर तकनीक से सुदृढ़ हो रहा करसोग का सड़क नेटवर्क

टीम एक्शन इंडिया

मंडी। राज्य सरकार द्वारा सड़क अवसंरचना को सुदृढ़, सुरक्षित और टिकाऊ बनाने के लिए प्रभावी सड़क विकास नीति अपनाई जा रही है। ग्रामीण एवं दूरदराज क्षेत्रों तक आधुनिक तकनीक पर आधारित बेहतर सड़क संपर्क उपलब्ध करवाने पर विशेष बल दिया जा रहा है। इसके दृष्टिगत लोक निर्माण विभाग द्वारा प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के तृतीय चरण (पीएमजीएसवाई-3) में करसोग क्षेत्र में सड़कों के निर्माण में आधुनिक तकनीक एफडीआर (फुल डेप्थ रिक्लेमेशन) का प्रयोग किया जा रहा है।
सड़कें विकास की आधारशिला मानी जाती हैं। बेहतर सड़क संपर्क से शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, बागवानी, पर्यटन तथा व्यापारिक गतिविधियों को गति मिलती है। करसोग क्षेत्र की भौगोलिक परिस्थितियों और बढ़ते यातायात दबाव के दृष्टिगत राज्य सरकार द्वारा सड़क निर्माण कार्यों में आधुनिक तकनीक को प्राथमिकता प्रदान की जा रही है, ताकि लोगों को लंबे समय तक बेहतर, आरामदायक और सुरक्षित यातायात सुविधा उपलब्ध हो सके। करसोग क्षेत्र की चार महत्वपूर्ण सड़कों का पुनर्निर्माण एफडीआर तकनीक के माध्यम से किया गया है। इनमें लगभग 17 किलोमीटर लंबी खील से भगालू सड़क, 11 किमी लंबी खील से कुफरी माहूंनाग, चलोग से बगैला लगभग 10 किलोमीटर तथा केलोधार से स्यांज सड़क लगभग 15 किलोमीटर शामिल है। इन सभी सड़कों के पुनर्निर्माण पर लगभग 44.50 करोड़ रुपये व्यय किए जा रहे है। इन सड़क परियोजनाओं से क्षेत्र के हजारों लोगों को बेहतर सड़क सुविधा उपलब्ध हुई है तथा आवागमन अधिक सुगम और सुरक्षित बना है। एफडीआर अर्थात फुल डेप्थ रिक्लेमेशन सड़क पुनर्निर्माण की एक आधुनिक और वैज्ञानिक तकनीक है। इस विधि में सड़क की पुरानी एवं क्षतिग्रस्त परतों को पूरी गहराई तक मशीनों की सहायता से उखाड़ कर पुनः उपयोग में लाया जाता है। पुरानी सामग्री को विशेष तकनीकी प्रक्रिया के माध्यम से मजबूत आधार परत में परिवर्तित किया जाता है, जिसके ऊपर नई सड़क का निर्माण किया जाता है। इस प्रक्रिया से सड़क की पूरी संरचना मजबूत होती है तथा निर्माण कार्य में गुणवत्ता सुनिश्चित होती है, साथ ही पुरानी सामग्री के पुनः उपयोग से संसाधनों का संरक्षण भी होता है पारंपरिक सड़क मरम्मत कार्य में आमतौर पर केवल ऊपरी सतह को ठीक किया जाता है, जबकि सड़क की निचली परतों में मौजूद कमजोरियां बनी रहती हैं। इसके कारण कुछ समय बाद सड़क पर पुनः दरारें और गड्ढे बनने लगते हैं। एफडीआर तकनीक इन कमियों को दूर करती है और सड़क की पूरी संरचना को सुदृढ़ बनाती है। विशेष रूप से पहाड़ी क्षेत्रों में जहां वर्षा, तापमान में बदलाव तथा भौगोलिक परिस्थितियों का प्रभाव अधिक होता है, वहां यह तकनीक अधिक प्रभावी सिद्ध हो रही है। सड़क की आधारभूत संरचना मजबूत होने से उसकी भार वहन क्षमता बढ़ती है और सड़क लंबे समय तक बेहतर स्थिति में बनी रहती है।

जोगिंद्रनगर -आरठी लिंक रोड की बदहाली पर भड़के शांति स्वरूप शर्मा, विभाग को लगाई फटकार

टीम एक्शन इंडिया
संगराय

जोगिंद्रनगर। जोगिंद्रनगर की आरठी सड़क की दयनीय स्थिति को लेकर पूर्व सांसद स्वर्गीय रामस्वरूप शर्मा के सुपुत्र एवं भाजपा कार्यकर्ता शांति स्वरूप शर्मा ने लोक निर्माण विभाग और प्रदेश सरकार पर तीखा हमला बोला है। उन्होंने कहा कि आरठी रोड की हालत इतनी खराब हो चुकी है कि इस पर सफर करना लोगों के लिए परेशानी का सबब बन गया है, लेकिन विभाग अब तक गहरी नींद में सोया हुआ है। शांति स्वरूप शर्मा ने कहा कि सड़क पर जगह-जगह बड़े-बड़े गड्ढे बन चुके हैं, जिससे वाहन चालकों और राहगीरों को रोजाना कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। बरसात के मौसम में स्थिति और भी गंभीर हो जाती है तथा दुर्घटनाओं का खतरा लगातार बना रहता है। उन्होंने कहा कि कई बार स्थानीय लोगों द्वारा सड़क की मरम्मत की मांग उठाई जा चुकी है, लेकिन विभाग की ओर से कोई ठोस कदम नहीं उठाया गया। उन्होंने लोक निर्माण विभाग को 'कुंभकर्णी नींद' से जागने की सलाह देते हुए कहा कि अधिकारियों को एक बार स्वयं इस सड़क का निरीक्षण करना चाहिए ताकि उन्हें लोगों की परेशानी का अंदाजा हो सके। उन्होंने कहा कि जनता टैक्स देती है और बदले में अच्छी सड़कें एवं मूलभूत सुविधाएं पाने की हकदार है।

घुमारवीं कन्या स्कूल में बच्चों ने लिया नशे से दूर रहने का संकल्प

बिलासपुर, कश्मीर ठाकुर।
युवाओं को नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करने के उद्देश्य से करगिल शहीद विजयपाल मैमोरियल पीएम श्री राजकीय कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय घुमारवीं में नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय की प्रधानाचार्या आशिमा जसवाल ने की। कार्यक्रम ड्रग्स कमेटी की अध्यक्षा एवं नोडल ऑफिसर प्रतिमा वर्मा ने विद्यार्थियों को नशीले पदार्थों के सेवन से होने वाले शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक दुष्प्रभावों की जानकारी दी गई। उन्होंने बताया कि नशा व्यक्ति के स्वास्थ्य, शिक्षा, परिवार तथा समाज पर नकारात्मक प्रभाव डालता है

योग से स्वस्थ जीवन और नशामुक्त समाज का दिया संदेश

टीम एक्शन इंडिया
कमल शर्मा

नेरचौक। दक्ष पब्लिक स्कूल अरठी में रविवार को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस उत्साह और उमंग के साथ मनाया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों, शिक्षकों और स्थानीय लोगों ने बढ़-चढ़कर भाग लेते हुए योग के प्रति जागरूकता का संदेश दिया।कार्यक्रम में मांडव्य कला मंच की ओर से सेवानिवृत्त डीपीआरओ कुलदीप गुलेरिया अपनी टीम सहित उपस्थित रहे। वहीं आर्ट ऑफ लिविंग की योग प्रशिक्षिका उमा गुलेरिया ने उपस्थित बच्चों और स्थानीय लोगों को विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास करवाया। उन्होंने योग के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक लाभों पर प्रकाश डालते हुए कहा कि नियमित योग न केवल शरीर को स्वस्थ रखता है, बल्कि मन को भी शांत और सकारात्मक बनाता है।इस अवसर पर पूर्व बीसीसी अध्यक्ष अंजना रावत मांडल पंचायत के उपप्रधान सुरेंद्र कुमार, कमल शर्मा सहित क्षेत्र के अनेक गणमान्य लोग मौजूद रहे। कुलदीप गुलेरिया ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जिसे अपनाकर स्वस्थ और संतुलित जीवन जिया जा सकता है।
कार्यक्रम के अंत में सभी उपस्थित लोगों ने सामूहिक प्रतिज्ञा ली कि वे प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से अपने आसपास नशे को बढ़ावा नहीं देंगे तथा समाज को नशामुक्त बनाने के लिए लोगों को जागरूक करेंगे। इस दौरान युवाओं को नशे से दूर रहकर योग और सकारात्मक गतिविधियों को अपनाने का भी संदेश दिया गया।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सेरी मंच में हुआ सामूहिक योगाभ्यास

टीम एक्शन इंडिया

मंडी।अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर रविवार को ऐतिहासिक सेरी मंच मंडी में जिला स्तरीय योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। सुबह से ही बड़ी संख्या में लोगों ने कार्यक्रम में पहुंचकर सामूहिक योगाभ्यास किया और स्वस्थ जीवन के लिए योग अपनाने का संकल्प लिया। इस अवसर पर अतिरिक्त उपायुक्त गुरसिमर सिंह ने सभी को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि योग भारत की प्राचीन और अमूल्य धरोहर है, जिसे आज पूरी दुनिया ने अपनाया है। उन्होंने कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ, संतुलित और सकारात्मक जीवन जीने की एक प्रभावी पद्धति है। योग से बच्चों में अनुशासन और एकाग्रता बढ़ती है, युवाओं में आत्मविश्वास का विकास होता है तथा कामकाजी लोगों के तनाव को कम करने में भी यह सहायक है। उन्होंने कहा कि वरिष्ठ नागरिकों के लिए भी योग स्वस्थ और सक्रिय जीवन का आधार बन सकता है। उन्होंने सभी से योग को अपनी दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया। योग सत्र की शुरुआत सूक्ष्म व्यायाम से की गई।
डॉ. प्रिया ने खड़े होकर किए जाने वाले विभिन्न योगासनों का अभ्यास करवाया, जबकि फार्मासिस्ट अशोक कुमार ने बैठकर किए जाने वाले योगासनों की जानकारी दी और उनका अभ्यास कराया। प्रतिभागियों ने ताड़ासन, वृक्षासन, पादहस्तासन, त्रिकोणासन, मंडूकासन, वज्रासन, वक्रासन और भद्रासन सहित कई योगासनों का अभ्यास किया। इसके साथ ही प्राणायाम और शांति पाठ भी कराया गया। नवोत्थान सेवाधाम एनजीओ के राजकमल, आर्ट ऑफ लिविंग की माया वर्धन तथा योग गाइड रेखा और सोनी ने योगासनों का प्रदर्शन कर उपस्थित लोगों को योग के प्रति प्रेरित किया। इस अवसर पर पूर्व मंत्री एवं विधायक मंडी सदर अनिल शर्मा, बल्ह के विधायक इंद्र सिंह गांधी, नगर निगम पार्षद सुमन ठाकुर, जिला आयुष अधिकारी डॉ. संजय शर्मा, आयुष विभाग के चिकित्सक, जिले के गणमान्य नागरिक, सरदार पटेल विश्वविद्यालय के प्राध्यापक एवं विद्यार्थी, वल्लभ राजकीय महाविद्यालय मंडी के प्राध्यापक एवं विद्यार्थी, आईटीआई के प्रशिक्षक एवं विद्यार्थी तथा विभिन्न विद्यालयों के शिक्षक एवं विद्यार्थियों ने योगाभ्यास में भाग लिया।

जिला न्यायालय मंडी में मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

टीम एक्शन इंडिया

मंडी। 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर जिला एवं सत्र न्यायालय मंडी परिसर में विशेष योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में जिला एवं सत्र न्यायाधीश पारस डोगर ने मुख्य अतिथि के रूप में भाग लिया। उन्होंने उपस्थित सभी लोगों को नियमित योग अपनाकर स्वस्थ एवं संतुलित जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया इस अवसर पर न्यायाधीशों, अन्य न्यायिक अधिकारियों, अधिवक्ताओं तथा न्यायालय कर्मियों ने सामूहिक रूप से योगाभ्यास किया। योग सत्र का संचालन आयुष विभाग मंडी के योगाचार्य डॉ. किरण ठाकुर एवं योगेश कुमार ने किया।

योग ही स्वस्थ जीवन की वैज्ञानिक पद्धति : सुंदर सिंह ठाकुर

टीम एक्शन इंडिया
श्याम कुल्वी

कुल्लू। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर कुल्लू के ऐतिहासिक ढालपुर रथ मैदान में योग शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विधायक सुंदर सिंह ठाकुर ने मुख्य अतिथि के रूप में दीप प्रज्ज्वलित कर योग शिविर का शुभारंभ किया। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित शिविर में 500 से अधिक लोगों में भाग लिया। शिविर में जिला प्रशासन के अधिकारी, नागरिक, युवाओं, महिलाओं, विद्यार्थियों तथा योग साधकों ने भाग लिया और सामूहिक योगाभ्यास के माध्यम से स्वस्थ एवं निरोग जीवन का संदेश दिया। आयुष विभाग द्वारा अनुभवी योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में प्रतिभागियों ने विभिन्न योगासनों, प्राणायाम तथा ध्यान का अभ्यास किया। विधायक सुंदर सिंह ठाकुर ने ज़िला वासियों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक समग्र एवं वैज्ञानिक पद्धति है। योग शरीर, मन और आत्मा के बीच संतुलन स्थापित कर व्यक्ति को स्वस्थ एवं सकारात्मक जीवन की ओर प्रेरित करता है। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में युवाओं के समक्ष मानसिक तनाव और नशे जैसी सामाजिक चुनौतियां बढ़ रही हैं। ऐसे में योग एक प्रभावी सुरक्षा कवच के रूप में कार्य कर सकता है। उन्होंने युवाओं से नशे से दूर रहकर अपनी ऊर्जा को योग, खेलकूद और रचनात्मक गतिविधियों में लगाने का आह्वान किया। विधायक ने कहा कि यदि प्रत्येक व्यक्ति अपनी दैनिक दिनचर्या में योग को शामिल करे तो स्वस्थ, आदि

मनाली में जरूरतमंद बच्चों के लिए नि:शुल्क जिउ-जित्सु एवं आत्मरक्षा प्रशिक्षण शुरू

टीम एक्शन इंडिया
श्याम कुल्वी

कुल्लू। बच्चों और युवाओं को आत्मरक्षा के साथ-साथ अनुशासन, आत्मविश्वास और जीवन कौशल से सशक्त बनाने के उद्देश्य से गार्डियन इंडिया ने बिग माउंटेन जिउ-जित्सु, मनाली के सहयोग से गार्डियन जिउ-जित्सु स्कॉलरशिप प्रोग्राम की शुरुआत की है। इस पहल के तहत आर्थिक रूप से कमजोर एवं जरूरतमंद बच्चों को पूरी तरह नि:शुल्क जिउ-जित्सु और सेल्फ-डिफेंस प्रशिक्षण प्रदान किया जाएगा।
यह प्रशिक्षण कार्यक्रम मनाली के भजोगी स्थित ऑक्सीजन फिटनेस जिम में प्रत्येक सोमवार, बुधवार और शुक्रवार को सायं 4:00 से 5:00 बजे तक आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम में बच्चों और युवाओं को बिना किसी शुल्क के प्रशिक्षण दिया जाएगा, ताकि आर्थिक स्थिति उनके सीखने और आगे बढ़ने में बाधा न बने। आयोजकों ने बताया कि जिउ-जित्सु केवल एक मार्शल आर्ट नहीं, बल्कि एक प्रभावी आत्मरक्षा प्रणाली है, जो बच्चों को कठिन परिस्थितियों में शांत रहना, स्वयं की सुरक्षा करना और बिना अनावश्यक हिंसा के स्थिति को नियंत्रित करना सिखाती है। इसके साथ ही यह खेल शारीरिक फिटनेस, मानसिक मजबूती, अनुशासन, सम्मान, नेतृत्व क्षमता और सकारात्मक सामाजिक व्यवहार विकसित करने में भी सहायक है।

ताजमहल का टेंडर' के मंचन के साथ 'हिम रंग षष्ठी' के कुल्लू संस्करण का समापन

टीम एक्शन इंडिया
श्याम कुल्वी

कुल्लू। राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय रंगमंडल द्वारा कुल्लू में आयोजित तीन दिवसीय ग्रीष्मकालीन नाट्योत्सव 'हिम रंग षष्ठी' के कुल्लू संस्करण का समापन आज अटल सदन स्थित अंतरंग सभागार में रंगमंडल के बहुचर्चित एवं पिछले लगभग 28 वर्षों से निरंतर लोकप्रिय रहे नाटक 'ताजमहल का टेंडर' के प्रभावशाली मंचन के साथ हुआ। इस अवसर पर रंगकर्म के क्षेत्र में प्रदेश के पहले हिमाचल गौरव सम्मान प्राप्त वरिष्ठ रंगकर्मी केहर सिंह ठाकुर मुख्यतिथि के रूप में उपस्थित रहे। इस नाटक की रचना अवकाश प्राप्त सिविल सेवा अधिकारी अजय शुक्ल ने की है, जबकि इसकी संगीत परिकल्पना एवं मूल निर्देशन राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय के निदेशक चित्तरंजन त्रिपाठी द्वारा किया गया है। उल्लेखनीय है कि लगभग 28 वर्ष पूर्व इस नाटक के प्रथम मंचन के समय चित्तरंजन त्रिपाठी स्वयं रंगमंडल के कलाकार थे और आज राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय के निदेशक के रूप में कार्यरत हैं।

सुक्खू सरकार की नाकामी से बल्क ड्रग पार्क की रफ्तार थमी, झूठ बोलकर केंद्र पर दोष मढ़ना बंद करे सरकार : बिक्रम ठाकुर

टीम एक्शन इंडिया

धर्मशाला : भारतीय जनता पार्टी के वरिष्ठ नेता एवं पूर्व मंत्री बिक्रम ठाकुर ने कांग्रेस सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए कहा कि हरोली में बनने वाला महत्वाकांक्षी बल्क ड्रग पार्क प्रदेश की अर्थव्यवस्था और युवाओं के रोजगार का एक बड़ा आधार बनने वाला था, लेकिन सुक्खू सरकार की सुस्ती, लापरवाही और नकारात्मक सोच के कारण यह परियोजना तय समय और गति के अनुसार आगे नहीं बढ़ पा रही है। बिक्रम ठाकुर ने कहा कि प्रदेश की कांग्रेस सरकार लगातार जनता को गुमराह करने का प्रयास कर रही है। सच्चाई यह है कि बल्क ड्रग पार्क हिमाचल प्रदेश को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार और तत्कालीन भाजपा सरकार के प्रयासों से मिला था। कोरोना काल के दौरान देश ने दवा निर्माण में इस्तेमाल होने वाले कच्चे माल के लिए विदेशी निर्भरता की चुनौती देखी, जिसके बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भारत को फार्मा क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनाने के उद्देश्य से देश में तीन बल्क ड्रग पार्क स्थापित करने का ऐतिहासिक निर्णय लिया था। उन्होंने कहा कि कड़ी प्रतिस्पर्धा के बीच हिमाचल प्रदेश को यह बड़ी उपलब्धि तत्कालीन भाजपा सरकार की मेहनत और प्रभावी पैरवी के कारण मिली। इस परियोजना का शिलान्यास भी भाजपा सरकार के कार्यकाल में हुआ और इसे प्रदेश के औद्योगिक विकास की नई क्रांति के रूप में देखा गया था। इससे हजारों युवाओं को प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रोजगार मिलने की संभावनाएं हैं। बिक्रम ठाकुर ने कहा कि केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जे.पी. नड्डा ने भी स्पष्ट कर दिया है कि बल्क ड्रग पार्क हिमाचल प्रदेश को केंद्र सरकार ने दिया है और इसे किसी अन्य राज्य में ले जाने का कोई सवाल ही नहीं उठता। लेकिन दुर्भाग्यपूर्ण बात यह है कि प्रदेश सरकार अपनी प्रशासनिक विफलताओं को छिपाने के लिए केंद्र सरकार पर आरोप लगाने और झूठ फैलाने में लगी हुई है, जबकि वास्तविकता यह है कि परियोजना की गति धीमी होने के लिए प्रदेश सरकार स्वयं जिम्मेदार है। उन्होंने कहा कि यदि सुक्खू सरकार ने इस परियोजना को मिशन मोड में आगे बढ़ाया होता तो आज हिमाचल में बड़े पैमाने पर निवेश आ चुका होता, उद्योग स्थापित होने शुरू हो गए होते और प्रदेश के हजारों युवाओं को रोजगार के नए अवसर मिल रहे होते। अन्य राज्यों में ऐसी परियोजनाओं की प्रगति तेजी से हो रही है क्योंकि वहां की सरकारों ने विकास कार्यों को राजनीतिक दृष्टिकोण से नहीं बल्कि जनहित की भावना से आगे बढ़ाया।

बिक्रम ठाकुर ने कहा कि मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू को केंद्र सरकार को कोसने और भ्रम फैलाने की राजनीति छोड़नी चाहिए। केंद्र सरकार ने हमेशा हिमाचल प्रदेश के विकास को प्राथमिकता दी है

दयोली मे अपना घर वृद्धाश्रम में बुजुर्गों ने किया योगाभ्यास

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, मानव सेवा ट्रस्ट सुंदरनगर द्वारा संचालित संस्था में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर अपना घर वृद्धाश्रम, देओली में विशेष योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में वृद्धाश्रम में निवास कर रहे बुजुर्गों, कर्मचारियों एवं स्वयंसेवकों ने सामूहिक योगाभ्यास कर स्वस्थ जीवन का संदेश दिया। कार्यक्रम का शुभारंभ योग एवं प्रार्थना के साथ हुआ। योग प्रशिक्षकों ने उपस्थित लोगों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान की क्रियाएं करवाई। बुजुर्गों ने पूरे उत्साह के साथ योगाभ्यास में भाग लिया और योग के महत्व को समझा। इस अवसर पर वक्ताओं ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। नियमित योग करने से तनाव कम होता है तथा व्यक्ति स्वस्थ

और सक्रिय जीवन जी सकता है। वृद्धाश्रम संस्थापक एवं अध्यक्ष प्रकाश चंद बंसल ने बताया कि बुजुर्गों के बेहतर स्वास्थ्य एवं मानसिक संतुलन के लिए समय.समय पर इस प्रकार के कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर सभी को योग को अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल करने का संदेश दिया गया। इस कार्यक्रम में अपना घर वृद्धाश्रम के प्रबंधक रीढू राम समन्वयक एवं स्टाफ नर्स शैलजा, शिवानी, आदि।

नेशनल कराटे में मिनर्वा संस्थान घुमारवीं के छठी कक्षा के सार्थक ने जीता कांस्य पदक

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, मिनर्वा सीनियर सेकेंडरी स्कूल घुमारवीं के छठी कक्षा के छात्र सार्थक ने उत्तराखंड के देहरादून में आयोजित राष्ट्रीय जूनियर कराटे चैंपियनशिप में कांस्य पदक जीतकर विद्यालय और क्षेत्र का नाम राष्ट्रीय स्तर पर रोशन किया है। इस उपलब्धि पर स्कूल में छात्र का स्वागत कर उसे सम्मानित किया गया। बजोहा वार्ड निवासी विवेक कुमार के पुत्र सार्थक ने राष्ट्रीय प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन करते हुए कांस्य पदक अपने नाम किया। राष्ट्रीय स्तर पर सफलता हासिल कर स्कूल पहुंचने पर विद्यालय प्रबंधन, शिक्षकों और विद्यार्थियों ने उनका गर्मजोशी से स्वागत किया। इस अवसर पर आयोजित सम्मान समारोह में सार्थक को सम्मानित कर उसकी उपलब्धि पर गर्व व्यक्त किया गया। प्रधानाचार्य

प्रवेश चंदेल ने कहा कि सार्थक ने कड़ी मेहनत, अनुशासन और खेल के प्रति समर्पण के बल पर यह सफलता अर्जित की है। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय स्तर पर पदक जीतना विद्यालय के लिए गौरव की बात है तथा यह उपलब्धि अन्य विद्यार्थियों को भी खेलों में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए प्रेरित करेगी। उन्होंने कहा कि विद्यालय शिक्षा के साथ.साथ खेल गतिविधियों को भी समान महत्व देता है और विद्यार्थियों को अपनी प्रतिभा निखारने के लिए बेहतर अवसर उपलब्ध कराता है। प्रधानाचार्य परवेश चंदेल ने विश्वास जताया कि सार्थक भविष्य में भी बेहतर प्रदर्शन करते हुए प्रदेश और देश का नाम रोशन करेगा।

समारोह में विद्यार्थियों ने भी सार्थक की उपलब्धि पर खुशी जताते हुए उसे शुभकामनाएं दीं। वहीं, अभिभावकों और क्षेत्रवासियों ने इस उपलब्धि को घुमारवीं के लिए गौरव का क्षण बताया। इस मौके पर लता ठाकुर, पूजा चंदेल व अनु चंदेल सहित अन्य शिक्षक व स्टाफ मौजूद रहा।

शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग को जीवन का नियमित हिस्सा बनाएं: राहुल कुमार

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर लुहणू खेल मैदान परिसर में जिला आयुष, सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता तथा डीएवी स्कूल, बिलासपुर के संयुक्त तत्वावधान में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में उपायुक्त बिलासपुर राहुल कुमार ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की। इस दौरान उपस्थित लोगों को योग की विभिन्न क्रियाओं का अभ्यास करवाया गया तथा योग के महत्व पर प्रकाश डाला गया। इस अवसर पर उपायुक्त राहुल कुमार ने कहा कि योग को जीवन का नियमित हिस्सा बना लेना चाहिए। योग न केवल व्यक्ति को शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ एवं सशक्त बनाता है, बल्कि किसी भी कार्य के प्रति उसकी लगन, एकाग्रता और कार्यक्षमता में भी वृद्धि करता है। उन्होंने कहा कि नियमित योगाभ्यास से जहां बच्चों का समुचित शारीरिक एवं मानसिक विकास सुनिश्चित होता हैए वहीं युवा पीढ़ी भी नशे जैसी सामाजिक बुराइयों से स्वयं को दूर रख सकती है। उन्होंने वर्तमान युवा पीढ़ी को नशे जैसी गंभीर सामाजिक समस्या के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करने तथा उन्हें योग एवं खेल गतिविधियों से जोड़ने पर बल दिया। उन्होंने कहा कि इससे न केवल व्यक्ति को शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रहने में सहायता मिलेगी,

जेबीटी भर्ती में 'ओवरलैपिंग' से खाली रह जाएंगे सैकड़ों पद

धर्मशाला। जेबीटी (जूनियर बेसिक अध्यापक) भर्ती परीक्षाओं में बैठने वाले अभ्यर्थियों पर नौकरियों के नुकसान का एक बड़ा खतरा मंडरा रहा है। इस तकनीकी समस्या को लेकर बीते कल जेबीटी यूनियन के अध्यक्ष जगदीश परयाल की अगुवाई में अभ्यर्थियों की एक बेहद जरूरी डिजिटल बैठक हुई। बैठक में डिंपल सूद, घनश्याम, रोहित, अनुराग और अमन सहित कई अन्य पदाधिकारियों ने हिस्सा लिया। सभी ने इस बात पर गहरी चिंता जताई कि अगर सरकार और राज्य चयन आयोग ने भर्ती की प्रक्रिया को सही क्रम में नहीं बदला, तो लगभग 600 से अधिक पद पूरी तरह खाली होकर बर्बाद हो जाएंगे।

पूरा मामला जेबीटी के दो अलग-अलग पोस्ट कोड की भर्तियों के आपस में टकराने यानी 'ओवरलैपिंग' से जुड़ा है। पहली भर्ती इसी साल फरवरी में हुई थी, जिसका पोस्ट कोड 25004 है। इस परीक्षा का परिणाम तो आ चुका है, लेकिन इसके कागजात की जांच यानी दस्तावेज सत्यापन का काम अभी तक रुका हुआ है। दूसरी तरफ, जून में हुई जेबीटी की नई भर्ती (पोस्ट कोड 26015) का काम आयोग बहुत तेजी से निपटा रहा है।

नौणी में मनाया 12वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

टीम एक्शन इंडिया
मनीष

नौणी : डॉ. यशवंत सिंह परमार औद्यानिकी एवं वानिकी विश्वविद्यालय, नौणी में रविवार को विश्वविद्यालय के खेल परिसर में 12वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस बड़े उत्साह के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यार्थियों, संकाय सदस्यों एवं कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम में इस वर्ष की थीम 'स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योग' पर विशेष जोर दिया गया, जो जीवन भर शारीरिक स्फूर्ति, मानसिक स्पष्टता और भावनात्मक दृढ़ता बनाए रखने में योग की भूमिका को रेखांकित करती है। कार्यक्रम में योगानंद स्कूल ऑफ स्पिरिचुअलिटी एंड हैप्पीनेस के विशेषज्ञों ने योग सत्रों का संचालन किया। इस दल में विभागाध्यक्ष डॉ. निधीश यादव तथा संकाय सदस्य डॉ. रमा मिश्रा और गौतम साहू शामिल थे। विश्वविद्यालय

की अनुसंधान निदेशक डॉ. देविना वैद्य ने प्रतिभागियों का स्वागत करते हुए अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के महत्व एवं इसकी उत्पत्ति पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि आधुनिक जीवनशैली ने जहां जीवन को सुविधाजनक बनाया है, वहीं तनाव एवं जीवनशैली से जुड़ी अनेक बीमारियों को भी जन्म दिया है। 'स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योग' विषय का उल्लेख करते हुए डॉ. वैद्य ने कहा कि नियमित योगाभ्यास सभी आयु वर्ग के लोगों को स्वस्थ रहने, शरीर की लचक एवं रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने तथा मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ करने में सहायता करता है। उन्होंने सभी से स्वस्थ एवं तनावमुक्त जीवन के लिए योग को अपनी दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया। विशेषज्ञों ने एक घंटे के योग एवं ध्यान सत्र का संचालन किया तथा योग, अध्यात्म और सरल जीवनशैली से जुड़े विभिन्न पहलुओं पर अपने विचार साझा किए।

संक्षिप्त खबरें

कोल वैली नर्सिंग इंस्टिट्यूट हरनोडा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2026 का आयोजन

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर। हरनोडा स्थित कोल वैली नर्सिंग इंस्टिट्यूट में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2026 के अवसर पर योग कार्यक्रम का आयोजन बड़े उत्साह के साथ किया गया। इस अवसर पर संस्थान के निदेशक डॉ. प्रकाश चंद ठाकुर ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। कार्यक्रम के दौरान एक प्रशिक्षित योग शिक्षक को आमंत्रित किया गया, जिन्होंने नर्सिंग छात्रों को योग के महत्व एवं विभिन्न योगाभ्यासों का प्रशिक्षण प्रदान किया। प्रशिक्षक के मार्गदर्शन में नर्सिंग प्रशिक्षुओं ने ताड़ासन, वृक्षासन, त्रिकोणासन, भुजंगासन, वज्रासन, नटराज आसन, तितली आसन, गोमुखासन सहित प्राणायाम और सूर्य नमस्कार का अभ्यास किया। मुख्यातिथि डॉ. प्रकाश चंद ठाकुर ने कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि शरीर, मन और आत्मा के संतुलन का माध्यम है। उन्होंने कहा कि योग को एक दिन नहीं बल्कि दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना चाहिए। नियमित योगाभ्यास से स्वास्थ्य बेहतर होता है, मानसिक तनाव कम होता है तथा एकाग्रता में वृद्धि होती है। इस दौरान नर्सिंग इंस्टिट्यूट का समस्त स्टाफ एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे।

शरीर व मन को स्वस्थ रखने के लिए योग आवश्यक - विनोद सुल्तानपुरी

टीम एक्शन इंडिया
मनीष

सोलन। कसौली के विधायक विनोद सुल्तानपुरी ने कहा कि तनाव व भाग-दौड़ वाले समय में शरीर व मन को स्वस्थ रखने के लिए योग आवश्यक है। उन्होंने कहा कि योगाभ्यास से कई शारीरिक व मानसिक लाभ होते है। विनोद सुल्तानपुरी आज परवाणू में 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आयोजित जिला स्तरीय कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे थे।

विनोद सुल्तानपुरी ने कहा की योग हमारी अत्यंत प्राचीन और समृद्ध परंपरा है। आज पूरे विश्व द्वारा योग को अपनाया जा रहा है। उन्होंने कहा की सभी को दैनिक जीवन में योग को अपनाना चाहिए ताकि हम एक दीर्घायु और निरोगी जीवन का आनंद ले सकें।

उन्होंने युवाओं से विशेष तौर पर आग्रह किया कि वह नशे जैसी कुरीतियों से दूर रहकर अपनी ऊर्जा को सकारात्मक कार्यों में लगाएं। योग, खेल व अन्य व्ययाम को अपनाये और अपने भविष्य को उजाले की और ले जाएं।

जिला आयुष अधिकारी सोलन डॉक्टर निशा वर्मा पंवार ने इस अवसर पर अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के विषय 'योग फॉर हेल्दी एजिंग' थीम के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि वृद्धावस्था में शरीर को सक्रिय, निरोग और मानसिक रूप से शांत रखने में योग एक सच्चे साथी की भूमिका निभाता है। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर जिला के सभी उपमंडलीय स्तरों, अस्पतालों, आयुष आरोग्य मंदिरों तथा विभिन्न चिन्हित स्थानों पर भी योग शिविरों

जनगणना के लिए रखे गए तकनीकी सहायक की भर्ती प्रक्रिया में हुई धांधली को लेकर डीसी को सौंपा ज्ञापन

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, बिलासपुर में जनगणना के लिए रखे गए तकनीकी सहायक की भर्ती प्रक्रिया में अभ्यर्थियों ने धांधली का आरोप लगाया है। इसी आशय को लेकर उम्मीदवार बलबीर सिंह और मीना देवी ने डीसी बिलासपुर राहुल कुमार को बाकायदा शिकायत पत्र सौंप कर न्याय की मांग की है। प्रेस को जारी बयान में बलवीर सिंह, मीना देवी ने बताया कि जनगणना के लिए तकनीकी सहायक का साक्षात्कार हेतु शिमला में उनका 9 अप्रैल 2026 को साक्षात्कार एक कंपनी के द्वारा लिया गया था, 18 अप्रैल 2026 को कम्पनी कार्यालय की ऑफिसियल ई मेल आईडी से 10 तकनीकी सहायकों की नियुक्ति की पहली सूची जारी हुई जिसकी आधिकारिक जानकारी कम्पनी द्वारा हिमांचल प्रदेश स्टेट इलेक्ट्रॉनिक डेवेलपमेंट कॉर्पोरेशन लिमिटेड के प्रबंधक, जिलाधीश बिलासपुर, जिला राजस्व अधिकारी व अन्य विभागों को भेजी गई। उन्होंने बताया कि उस लिस्ट में बलवीर सिंह नाम प्रथम स्थान पर था और मीना देवी का नाम सातवें स्थान पर था, लेकिन कंपनी के द्वारा की गई धांधली की वजह से मेरा और मीना देवी का नाम लिस्ट से हटा दिया गया

राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय रंगमंडल द्वारा 'हिम रंग षष्ठी ग्रीष्मकालीन नाट्योत्सव' का आयोजन

टीम एक्शन इंडिया

धर्मशाला, राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय रंगमंडल, नई दिल्ली, एवं भाषा, कला एवं संस्कृति विभाग, हिमाचल प्रदेश सरकार के सहयोग से रंगोत्सव के दूसरे चरण का आयोजन 22 एवं 23 जून 2026 को धर्मशाला में करने जा रहा है। यह रंगोत्सव *अंतर रंग सभागार, राजकीय महाविद्यालय, धर्मशाला* में आयोजित होगा, जहाँ प्रतिदिन सायं *5 :00 बजे* से नाट्य प्रस्तुतियाँ होंगी। सभी नाट्य प्रेमियों एवं आम दर्शकों के लिए प्रवेश नि :शुल्क रहेगा। रंगोत्सव के अंतर्गत राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय रंगमंडल अपनी दो चर्चित प्रस्तुतियाँ मंचित करेगा। 22 जून को दर्शक *'ताजमहल का टेंडर'* का मंचन देख सकेंगे। अजय शुक्ल द्वारा लिखित इस लोकप्रिय व्यंग्य नाटक का संगीत निर्देशन श्री चित्तरंजन त्रिपाठी, निदेशक, राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय ने किया है। ताजमहल का टेंडर एक व्यंग्यात्मक नाटक है, जिसमें सशक्त संगीत के साथ कलाकारों की प्रभावशाली अभिनय-कला देखने को मिलती है। यह नाटक प्रहसन (फार्स) शैली में व्यवस्था और मानवीय प्रवृत्तियों के कुछ कमजोर पक्षों को उजागर करता है। 23 जून को रंगमंडल द्वारा *'बाबूजी'* का मंचन किया जाएगा, जिसका निर्देशन राजेश सिंह, प्रमुख, रंगमंडल, राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय ने किया है।

कांगड़ा घाटी रेलवे: विरासत के संरक्षण और आधुनिकीकरण के बीच संतुलन की तलाश

धर्मशाला। हिमाचल प्रदेश की ऐतिहासिक कांगड़ा घाटी रेलवे वर्तमान में अपने संचालन, बुनियादी ढांचे और वित्तीय व्यवहार्यता को लेकर चर्चा के केंद्र में है। पठानकोट से जोगिंद्रनगर तक जाने वाली यह रेल लाइन क्षेत्र के परिवहन, स्थानीय अर्थव्यवस्था और पर्यटन के दृष्टिकोण से एक महत्वपूर्ण कड़ी मानी जाती है। हालांकि, पिछले कुछ वर्षों में इसके रख-रखाव और यात्री सुविधाओं की स्थिति को लेकर कई चिंताएं सामने आई हैं।

इस रेलमार्ग के प्रशासनिक नियंत्रण को लेकर यह विचार उभर रहा है

भारत की प्राचीन विरासत योग को जीवनशैली का हिस्सा बनाएं : डा.बिंदल

टीम एक्शन इंडिया
एसपी जैरथ

नाहन। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शनिवार को नाहन स्थित माता कालिस्थान मंदिर परिसर में योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में नाहन के प्रबुद्धजन, नेहरू युवा केंद्र के स्वयंसेवी तथा भारतीय जनता पार्टी के कार्यकर्ताओं ने भाग लेकर योगाभ्यास किया।कार्यक्रम को संबोधित करते हुए भाजपा प्रदेश अध्यक्ष डॉ. राजीव बिंदल ने देश, प्रदेश और जिला सिरमौर के लोगों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि भारत की हजारों वर्ष पुरानी

योग परंपरा को वैश्विक पहचान दिलाने का श्रेय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के प्रयासों और पहल को जाता है। उनके नेतृत्व में 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मान्यता मिली और आज विश्व के 200 से अधिक देशों में योग दिवस मनाया जा रहा है। डॉ. बिंदल ने कहा कि योग केवल व्यायाम नहीं बल्कि संपूर्ण जीवन को स्वस्थ, संतुलित और सकारात्मक बनाने का माध्यम है। भारतीय शास्त्रों में स्पष्ट रूप से कहा गया है

कैबिनेट मंत्री राजेश धर्मानी ने सराही बरमाना के वीरेंद्र कुमार की गऊ सेवा पहल

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर। आज के तेज रफ्तार और डिजिटल युग में जहां अधिकतर लोग स्क्रीन तक सीमित हैं वहीं बरमाना के युवा वीरेंद्र कुमार का गऊ सेवा भाव समाज के लिए एक प्रेरणा बनकर उभर रहा है। बरमाना क्षेत्र में गऊ सेवा परिवार के संयोजक वीरेंद्र कुमार ने इस मुहिम की शुरुआत अकेले की थी लेकिन अब यह एक जन-अभियान का रूप ले चुका है। इस सेवा कार्य को 50 दिनों से अधिक का समय हो चुका है। इस दौरान

वीरेंद्र कुमार ने 40 से ज्यादा ड्रम से निर्मित खुर्लियां तैयार करवाई हैं जिससे सड़कों पर भटकने वाले गऊवंश को एक स्थान पर स्वच्छ और ठंडा पानी मिल रहा है। पहले जहां गऊवंश पानी के लिए दर-दर भटकता था वहीं अब यह व्यवस्था उनके लिए बड़ी राहत साबित हो रही है। वीरेंद्र कुमार के इस नेक कार्य से प्रभावित होकर क्षेत्र के कई लोग भी इस अभियान से जुड़ते जा रहे हैं। इनमें होशियार सिंह ठाकुर, रतन सिंह ठाकुर, रामपाल सिंह ठाकुर, संतोष, बाबू राम, कुलदीप ठाकुर, डॉ. अवस्थी, मनोज और गंगा सिंह ठाकुर सहित अन्य लोग शामिल हैं। इस सराहनीय पहल की प्रशंसा कैबिनेट मंत्री राजेश धर्मानी ने भी की है।

योग शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक रूप से बनाता है स्वस्थ एवं सशक्त: राजेश धर्माणी

टीम एक्शन इंडिया
कश्मीर ठाकुर

बिलासपुर, नगर एवं ग्राम नियोजन, आवास, तकनीकी शिक्षा, व्यावसायिक एवं औद्योगिक प्रशिक्षण मंत्री राजेश धर्माणी ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर घुमारवीं विधानसभा क्षेत्र के बलोह तथा त्यून खास में जिला आयुष विभाग के सौजन्य से आयोजित योग शिविरों में बतौर मुख्यातिथि शिरकत की। इस दौरान उन्होंने स्कूली बच्चों, स्थानीय लोगों तथा विभिन्न विभागों के अधिकारियों एवं कर्मचारियों के साथ विभिन्न योगासनों का अभ्यास कर स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया। इस अवसर पर तकनीकी शिक्षा मंत्री राजेश धर्माणी ने कहा कि योग स्वस्थ एवं संतुलित जीवन का आधार है। उन्होंने कहा कि योग हमारी दिनचर्या का एक महत्वपूर्ण हिस्सा होना चाहिए तथा नियमित रूप से अपनाने की आवश्यकता पर बल दिया। योग केवल शारीरिक स्वास्थ्य ही नहीं बल्कि मानसिक एवं आध्यात्मिक संतुलन बनाए रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। उन्होंने कहा कि योग का वास्तविक लाभ तभी प्राप्त होगा, जब इसे नियमित तौर पर सही विधि के अनुसार किया जाए। स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ आत्मा का निवास होता है। उन्होंने कहा कि एक स्वस्थ व्यक्ति ही अपने परिवारए समाजए प्रदेश तथा देश के विकास में प्रभावी योगदान दे सकता है। तकनीकी शिक्षा मंत्री ने कहा कि वर्तमान समय में तनाव अनेक बीमारियों का प्रमुख कारण बनता जा रहा है। ऐसे में लोगों को योग और ध्यान के माध्यम से स्वयं को तनाव मुक्त रखने का प्रयास करना चाहिए। योग जहां मानसिक शांति प्रदान करता है तो वहीं सकारात्मक ऊर्जा का भ प्रवाह करता है।

बढ़ती आयु में स्वस्थ जीवन के लिए योग अपनाए

कांगड़ा। वजीर राम सिंह राजकीय महाविद्यालय, देहरी में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस हर्षोल्लास के साथ मनाया गया यह विशेष आयोजन महाविद्यालय के शारीरिक शिक्षा विभाग, छात्र मानसिक स्वास्थ्य एवं कल्याण प्रकोष्ठ तथा एनसीसी इकाई के संयुक्त तत्वावधान में प्रातः 7 :00 बजे से 8 :00 बजे तक संपन्न हुआ। इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम ' योगा फॉर हेल्दी एजिंग ' रही, जिसके अनुरूप प्रतिभागियों को योग के माध्यम से स्वस्थ, संतुलित एवं सक्रिय जीवन जीने का संदेश दिया गया।

कार्यक्रम का संचालन मुख्य योग प्रशिक्षक श्री रजीत शर्मा द्वारा किया गया। उन्होंने उपस्थित प्रतिभागियों को विभिन्न योगासनों, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास करवाते हुए उनके शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक लाभों की विस्तृत जानकारी दी।

मां भंगायणी मेले के समापन समारोह का निरादर सुक्खू को मंहगा पड़ेगा : पृथ्वी सिंह

टीम एक्शन इंडिया
एसपी जैरथ

नाहन। सिरमौर जिला भाजपा अनुसूचित मोर्चा के पूर्व अध्यक्ष पृथ्वी सिंह ने मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू पर सिरमौर वासियों को बार-बार निराश करने का आरोप लगाया है। उन्होंने कहा कि सिरमौर जिला के हरिपुरधार में प्रसिद्ध मां भंगायणी मेले के समापन समारोह की परंपरा को तार तार करते हुए तो मुख्यमंत्री हरिपुरधार नहीं आए परंतु गत दिवस एक निजी विवाह समारोह में शामिल होने के लिए हरिपुरधार के निकट टूटटी गांव पहुंच गए । उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री अपने निजी दौरे पर जनता के पैसे का दुरुपयोग कर हेलीकॉप्टर के माध्यम से हरिपुरधार पहुंचे जिससे यह स्पष्ट हो गया है कि मुख्यमंत्री को इस पिछड़े क्षेत्र के विकास की कोई चिंता नहीं है । उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री मात्र मित्र मंडली के पोषण में लगे हुए हैं । उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री ने शुरू से ही अपने मित्र मंडली के पोषण पर प्रदेश के वित्तीय संसाधनों का दुरुपयोग किया है और प्रदेश के विकास को हाशिये पर धकेल दिया है । भाजपा नेता ने कहा कि सिरमौर के लोगों ने मां भंगायणी मेला के दौरान परंपरा अनुसार समापन समारोह की अध्यक्षता के लिए मुख्यमंत्री को इस उम्मीद से आमंत्रित किया था कि वह इस इलाके के विकास के लिए कुछ घोषणाएं करेंगे परंतु मुख्यमंत्री ने हरिपुरधार आना भी उचित नहीं समझा।

पृथ्वी सिंह ने कहा कि मुख्यमंत्री ने इस क्षेत्र के विकास के लिए पूर्व भाजपा सरकार द्वारा खोले गए सिविल हॉस्पिटल हरिपुरधार, विद्युत मंडल संगड़ाह और विद्युत उपमंडल हरिपुरधार जैसे अनेक सरकारी संस्थाओं को डीनोटिफाई करके बंद किया है जिससे इस क्षेत्र के विकास की उम्मीद पर पानी फेर दिया है ।

300 यूनिट मुफ्त बिजली का वायदा निकला खोखला, फ्यूल चार्ज और टैक्स का जनता पर और डाका: विनय गुप्ता

टीम एक्शन इंडिया
एसपी जैरथ

सिरमौर । हिमाचल प्रदेश में बिजली बिलों में फ्यूल चार्ज और अन्य अतिरिक्त शुल्क लगाए जाने को लेकर भाजपा ने प्रदेश सरकार पर तीखा हमला बोला है। भाजपा प्रदेश प्रवक्ता विनय गुप्ता ने कहा कि कांग्रेस सरकार ने विधानसभा चुनाव के दौरान प्रदेश की जनता से 300 यूनिट मुफ्त बिजली देने का वादा किया था, लेकिन आज वही सरकार फ्यूल चार्ज, सेस और विभिन्न टैक्सों के माध्यम से लोगों पर अतिरिक्त आर्थिक बोझ डाल रही है। विनय गुप्ता ने कहा कि कांग्रेस ने चुनाव के समय बड़े-बड़े वादे कर प्रदेशवासियों को गुमराह किया, लेकिन सत्ता में आने के बाद जनता को राहत देने के बजाय नए-नए शुल्क लगाकर उनकी जेब पर बोझ बढ़ाया जा रहा है। उन्होंने कहा कि 300 यूनिट मुफ्त बिजली का वादा अब केवल चुनावी घोषणा बनकर रह गया है, जबकि वास्तविकता यह है कि बिजली उपभोक्ताओं को बढ़े हुए बिलों का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि वर्तमान में बिजली उपभोक्ताओं से लगभग 33 पैसे प्रति यूनिट की दर से फ्यूल चार्ज वसूला जा रहा है।

इसके अनुसार 100 यूनिट बिजली खर्च करने वाले उपभोक्ता पर लगभग 33 रुपये और 300 यूनिट तक बिजली उपयोग करने वाले उपभोक्ता पर करीब 100 रुपये से अधिक का अतिरिक्त भार पड़ रहा है।

संपादकीय

परिवार की बदलती कहानी

जब संबंधों की जड़ें स्वार्थ की धूप में सूखने लगती हैं, तब सभ्यताओं का मौन पतन शुरू हो जाता है। भारतीय समाज उसी क्षरण से गुजर रहा है, जहाँ दिगंबर जैन दर्शन का गृहस्थ-धर्म–संतुलन, संयम और सांस्कृतिक दृढ़ता का प्रतीक–मोह, लोभ और भोग में गल रहा है। नेशनल फैमिली हेल्थ सर्वे-5 (2019-21) की वास्तविकता चुभती है–शहरी भारत में एकल परिवार 70% तक पहुँचकर संयुक्त परिवारों का स्थान ले रहे हैं, और महानगरों में 30-40% तलाक दर रिश्तों की घटती आत्मीयता दशार्ती है। उपभोक्तावाद, सोशल मीडिया और व्यक्तिवादी सोच ने संयम व संतोष को विस्थापित कर दिया है, जिससे युवा सांस्कृतिक व आध्यात्मिक जड़ों से कटकर क्षणिक सुखों की दौड़ में खो रहे हैं। दिगंबर दृष्टि में यह परिग्रह की मूर्छा है, जो आत्मा को शुद्ध स्वरूप से दूर करती है। यह केवल सामाजिक विघटन नहीं, बल्कि आध्यात्मिक पतन है, जिसका उपचार अपरिग्रह, अहिंसा और सम्यक चारित्र में निहित है। जब घरों में संवाद की जगह चुप्पियाँ बोलने लगें और अपनापन यंत्रों की चमक में धुंधला जाए, तब परिवार बिखरने लगता है। शहरों की ओर भागती ज़िंदगी ने संयुक्त परिवारों को कमजोर किया है, और व्यस्तता ने बच्चों की भावनात्मक निकटता छीन ली है। मोबाइल और इंटरनेट ने लोगों को एक ही छत के नीचे अलग-अलग दुनिया में बाँट दिया है। पीढ़ियों का अंतर, आर्थिक दबाव, नशे की प्रवृत्ति और नैतिक गिरावट रिश्तों की नींव कमजोर कर रहे हैं। जब जीवन का केंद्र धन और सुख बन जाता है, तब रिश्ते उपयोग और बोझ बन जाते हैं। जैन दर्शन इसे आसक्ति और कर्म-बंधन की जकड़न मानता है, जहाँ आत्मा विकारों से ढक जाती है। मन की कटुता (भाव-हिंसा) घरों को मौन टकराव और टूटन की ओर ले जाती है। जब भीतर का संतुलन टूटने लगे और संबंधों की डोर ढीली पड़ जाए, तब जैन दर्शन जीवन को दिशा देता है। अहिंसा परमो धर्मः केवल सिद्धांत नहीं, बल्कि चेतना को निर्मल करने वाली जीवन-धारा है, जो मन, वचन और कर्म से किसी जीव को कष्ट न देने का संकल्प कराती है। जहाँ परिवारों में करुणा, क्षमा और समभाव बने रहते हैं, वहाँ विघटन की गुंजाइश नहीं रहती। इसके विपरीत, भोग-लालसा और कामुक प्रवृत्तियाँ रिश्तों की पवित्रता क्षीण करती हैं। जैन गृहस्थ परंपरा में ब्रह्मचर्य को एकपत्नीत्व और इंद्रिय-संयम के रूप में माना गया है, जो विश्वास, मयार्दा और स्थायित्व का आधार बनता है। जब मनुष्य इंद्रियों पर संयम साध लेता है, तब परिवार बाहरी आकर्षणों से मुक्त होकर सुदृढ़ बन जाता है। जब मेरा और मेरा ही की पकड़ जीवन पर हावी होने लगे, तब जैन दर्शन का अपरिग्रह इच्छाओं के बंधन को विलीन करने वाली जागृति बन जाता है। यह त्याग नहीं, बल्कि वह स्थिति है जहाँ संतोष जीवन का आधार बनता है। अनियंत्रित संचय लालच, ईर्ष्या और तुलना को जन्म देकर परिवारों में तनाव और दूरी बढ़ाता है। तीर्थंकरों का संदेश है कि अनावश्यक संग्रह सबसे भारी बंधन है। आज जीवन दिखावे और और चाहिए की दौड़ में फँसकर संबंधों के लिए समय व संवेदना खो रहा है।

नई दिल्ली कार्यालय
एक्शन बालाजी हाउस, बी-244, मजलिस पार्क, दिल्ली- 110033

उत्तरी दिल्ली कार्यालय
शक्ति कॉम्पलैक्स, 6/18, समयपुर इंडस्ट्रियल एरिया, दिल्ली- 110042

चंडीगढ़ कार्यालय
फर्स्ट फ्लोर, देश सेवक बिल्डिंग, सेक्टर- 29डी, चंडीगढ़

पंजाब कार्यालय
7/2, थर्ड फ्लोर, मोनिका, टावर, ईआर-146, पक्का बाग, मिलाप चौक, जालंधर

करनाल कार्यालय
224, सेक्टर 32पी, करनाल- 132001

सोनीपत कार्यालय
ऑफिस no. 11, ग्राउंड फ्लोर पवन मेगा मॉल सुभाष चौक सोनीपत

शिमला कार्यालय
किशोर भवन, जोधा निवास, डेजी बैंक एस्टेट, लोअर जाखू, शिमला- 171001

ऊना कार्यालय
कृष्णा टावर, सब्जी मंडी के सामने, ऊना-174303

देहरादून कार्यालय
7/1, बल्लूपुर रोड़, कृष्णा नगर चौक, देहरादून

मल्लखंभ: भारत का प्राचीन एवं कठिनतम खेल

कुमार कृष्णन

> बालमभट्ट दादा देवधर को 19वीं सदी में इसके पुनरुद्धार और इसे एक लोकप्रिय मार्शल आर्ट प्रशिक्षण के रूप में स्थापित करने का श्रेय जाता है। किंवदंती है कि उन्हें यह विद्या भगवान हनुमान से मिली, जब उन्होंने जंगल में बंदरों के फुतीर्ले और लचीले करतबों को देखकर अभ्यास किया। बालमभट्ट ने इसी खंभे पर अभ्यास कर-के हैदराबाद के निजाम के दिग्गज पहलवानों (गुलाम और अली) को हराकर अपनी श्रेष्ठता साबित की थी। अपने बचपन में नाना साहब और तात्या टोपे के साथ मिलकर बालम्भट्टा से मल्लखंभ की शिक्षा ली

मल्लखंभ भारत की प्राचीनतम और सबसे कठिन शारीरिक कलाओं में से एक है।भारत के सबसे प्राचीन पारंपरिक खेलों में से मल्लखंभ ताकत, लचीलापन, संतुलन और मानसिक दृढ़ता का अनोखा संगम है। इस कला में खिलाड़ी हवा में योग और जिम्नास्टिक के करतब एक उर्ध्वाधर खंभे या लटकी हुई रस्सी पर दिखाते हैं। यह योग के विभिन्न आसनों का ही एक उन्नत और अधिक चुनौतीपूर्ण रूप है। मल्लखंभ में भी खंभे या रस्सी पर टिके रहने के लिए चरम स्तर की एकाग्रता, सांसों पर नियंत्रण और जागरूकता की आवश्यकता होती है, जो कि योग और मानसिक अनुशासन का ही हिस्सा है। जिस प्रकार योग में प्राणायाम और सांस पर ध्यान केंद्रित किया जाता है। मल्लखंभ में भी मुश्किल करतब करते समय सांस पर नियंत्रण बनाए रखना अनिवार्य होता है, ताकि शरीर का संतुलन बना रहे।

विडंबना यह है कि अपनी शानदार विरासत और विदेशी मंचों पर मिली प्रशंसा के बावजूद, इसे अपने ही देश में लंबे समय तक घोर उपेक्षा का सामना करना पड़ा है। भारत में इसे वह मुकाम नहीं मिला, जबकि विदेशों में इसे भारी सम्मान मिल रहा है। जर्मनी, अमेरिका, जापान, और चेक गणराज्य सहित दुनिया के 26 से अधिक देशों में मल्लखंभ खेला जा रहा है। यहाँ तक कि अंतरराष्ट्रीय स्तर पर इसे पहचान दिलाने के लिए 'मल्लखंभ वर्ल्ड चैंपियनशिप' भी आयोजित की जा चुकी है। भारत में मल्लखंभ एक जमाने से खेला जाता रहा है लेकिन वक्त के साथ-साथ चीजें तेजी से बदल रही हैं। मल्लखंभ के बारे में प्राचीन भारतीय ग्रंथ रामायण में वर्णन है। पहला प्रत्यक्ष वर्णन बारहवीं शताब्दी की शुरूआत में मानसोलस नामक पाठ में है। इसे चालुक्य राजा सोमेश्वर तृतीय द्वारा लिखा गया। भारत के बौद्ध चीनी तीर्थ यात्रियों की किताबों में भी इसका उल्लेख है।

12वीं सदी में भारत में मल्लखंभ की शुरूआत हुई थी। 1600 के दशक के अंत से लेकर 1800 दशक के शुरूआत तक गतिविधि निष्क्रिय रही। पेशवा बाजीराव द्वितीय ने इसे लोकप्रिय बनाने में अहम भूमिका निभाई। दादा बालमधर देवधर मल्लखंभ के आद्य गुरु माने जाते हैं। वे बाजीराव पेशवा के दरबार में एक जाने-माने कुश्तीगीर और कसरतपटू थे। दादा बालमधर देवधर,पेशवा बाजीराव द्वितीय ने अपनी पेशवा सेना को प्रशिक्षित करने में कला को पुनर्जीवित किया।

बालमभट्ट दादा देवधर को 19वीं सदी में इसके पुनरुद्धार और इसे एक लोकप्रिय मार्शल आर्ट प्रशिक्षण के रूप में स्थापित करने का श्रेय जाता है। किंवदंती है कि उन्हें यह विद्या भगवान हनुमान से मिली, जब उन्होंने जंगल में बंदरों के फुतीर्ले और लचीले करतबों को देखकर अभ्यास किया। बालमभट्ट ने इसी खंभे पर अभ्यास करके हैदराबाद के निजाम के दिग्गज पहलवानों (गुलाम और अली) को हराकर अपनी श्रेष्ठता साबित की थी। मराठा साम्राज्य की एक प्रमुख योद्धा झाँसी की रानी, ने अपने बचपन में नाना साहब और तात्या टोपे के साथ मिलकर बालम्भट्टा से मल्लखंभ की शिक्षा ली।

मुख्य रूप से तीन प्रकार के मल्लखंभ खेले जाते हैं। पहला पोल मल्लखंभ है, जो पारंपरिक रूप है, जिसमें जमीन पर गड़े 2.6 मीटर ऊंचे लकड़ी के खंभे का इस्तेमाल होता है। दूसरा रोप मल्लखंभ,इसमें खिलाड़ी एक लटकी हुई रस्सी के सहारे शारीरिक संतुलन और कलाबाजियां दिखाते हैं और तीसरा हैंगिंग यानी झूलता मल्लखंभ जमीन से थोड़ा ऊपर लटका हुआ खंभा, जो चारों तरफ घूम सकता है। भारत के इस प्राचीन खेल मल्लखंभ ने पहली बार बर्लिन 1936 के ओलंपिक के दौरान पूरी दुनिया का ध्यान आकृष्ट किया। उस समय मल्लखंभ कबड्डी सहित कई स्वदेशी भारतीय खेलों में एक था, जिसे ओलंपिक शुरू होने से पहले बर्लिन में प्रदर्शित किया गया था। इन खेलों में स्थानीय लोगों के साथ-साथ अंतर्राष्ट्रीय समुदायों ने हिस्सा लिया था। तब से यह खेल पूरी दुनिया में फैल गया। साल 2019 में मुंबई में पहली बार मल्लखंब विश्व चैम्पियनशिप आयोजित की गई, जिसमें 17 राष्ट्र खेल में भाग लेने के लिए आए थे। इस आयोजन को याद करते हुए, दीपक ने कहा कि वह विदेश में प्रतिस्पर्धा के स्तर को देखकर खुश हैं। 'विश्व चैंपियनशिप में न केवल एशियाई देशों से बल्कि यूरोपीय देशों के भी एथलीट थे। कुछ देशों ने हमें इटली और जापान सहित अच्छी प्रतिस्पर्धा दी, जो देखने में बहुत अच्छा था क्योंकि यह इंगित करता है कि खेल दुनिया भर में फैल रहा है।' मुझे बहुत गर्व की अनुभूति हुई जब प्रधानमंत्री मोदी जी ने मन की बात पर मल्लखंब के बारे में बात की और मल्लखंभ उपकरण के संबंध में अमरीका और जापान को भारत सरकार की सहायता की चर्चा की। उन्होंने कहा, पीएम मोदी, मल्लखंभ फेडरेशन ऑफ इंडिया और केन्द्रीय खेल और युवा मामलों के मंत्रालय ने खेल को सार्वभौमिक मान्यता दिलाने में मदद की है। भारत के कई इलाकों में मल्लखंभ खेल काफी लोकप्रिय है। पुणे, मुंबई, और अमरावती (यहाँ का हनुमान व्यायाम प्रसारक मंडल) मल्लखंभ के ऐतिहासिक और प्रमुख केंद्र हैं। मध्य प्रदेश मल्लखंभ का सबसे बड़ा गढ़ है। मध्य प्रदेश सरकार ने 2013 में इसे अपना 'राज्य खेल' भी घोषित किया था। उज्जैन को इस खेल का मुख्य केंद्र या तीर्थ माना जाता है, जहाँ इसकी राष्ट्रीय स्तर की अकादमियां स्थित हैं। इसके अलावा इंदौर, ग्वालियर, जबलपुर और भोपाल में भी यह बेहद लोकप्रिय है बिहार के भागलपुर स्थित श्री मारवाड़ी व्यायामशाला भागलपुर ने भारत की प्राचीन स्वदेशी खेल कला मल्लखंभ को सहेजने और उसे राष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाने में ऐतिहासिक और अग्रणी भूमिका निभाई है। मल्लखंभ के क्षेत्र राष्ट्रीय फलक पर बिहार को स्थापित करने में भागलपुर के मारसवाड़ी व्यायामशाला के प्रशिक्षक हृदय नारायण ठाकुर, विश्वनाथ प्रसाद यादव और योगिराज हरिदेव प्रसाद ठाकुर का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। इन गुरूओं के अथक परिश्रम का ही नतीजा था कि पहले भागलपुर विश्वविद्यालय और बाद में नाम परिवर्तन के बाद तिलकामांझी भागलपुर विश्विद्यालय का देशभर में दबदबा रह चुका है। दो दशक पूर्व में ऑल इंडिया विवि स्तर पर आयोजित प्रतियोगिता में भागलपुर विश्वविद्यालय के खिलाड़ी पवन कुमार पोद्दार, जगदीश प्रसाद शर्मा, बनवारी लाल वर्मा, रघुनंदन भिवानीवाला, मदनमोहन शर्मा, विजय कुमार बाजोरिया और ज्ञान प्रकाश सिन्हा ने पदक जीत कर विवि की देश भर में पहचान बनायी थी। इसके बाद शंकर कुमार कर्ण, रमण कर्ण ने कानपुर में 2002 में आयोजित राष्ट्रीय प्रतियोगिता में बिहार का प्रतिनिधित्व किया। इस खेल के लिए खिलाड़ी आगे नहीं आए नतीजतन मलखंब खेल पूरी तरह विवि में बंद हो गया। हाल के वर्षों में राज्य सरकार, बिहार राज्य खेल प्राधिकरण और बिहार राज्य खेल प्रतिभा खोज (मशाल प्रतियोगिता) के जरिए जमीनी स्तर की प्रतिभाओं को सामने ला रही है, जिससे बिहार का राष्ट्रीय फलक पर प्रतिनिधित्व बढ़ा है। वहीं झारखंड में मल्लखंभ को लोकप्रिय बनाने और राष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाने में राज्य के खिलाडि?ों, कोचों और झारखंड राज्य मल्लखंभ एसोसिएशन का बहुत महत्वपूर्ण योगदान रहा है। झारखंड में इस प्राचीन कला को जीवित रखने और नई पीढ़ी तक पहुंचाने में 'झारखंड राज्य मल्लखंभ एसोसिएशन' के महासचिव डॉ. अजय झा की अहम भूमिका है। वे बिना किसी फीस के बच्चों को इसका प्रशिक्षण दे रहे हैं।

स्थिरता की गारंटी या लोकतांत्रिक विवेक पर अंकुश?

डॉ. प्रियंका सौरभ

भारतीय लोकतंत्र की सफलता का आधार केवल नियमित चुनाव नहीं, बल्कि निर्वाचित प्रतिनिधियों की जवाबदेही, राजनीतिक स्थिरता और जनादेश के प्रति निष्ठा भी है। संसद और विधानसभाएँ जनता की आकांक्षाओं का प्रतिनिधित्व करती हैं तथा इन संस्थाओं की स्थिरता लोकतांत्रिक शासन के सुचारु संचालन के लिए आवश्यक है।

किंतु भारतीय राजनीति में लंबे समय तक दल-बदल की प्रवृत्ति ने लोकतांत्रिक व्यवस्था को गंभीर चुनौती दी। व्यक्तिगत लाभ, मंत्री पद, आर्थिक प्रलोभन अथवा राजनीतिक अवसरवाद के कारण निर्वाचित प्रतिनिधि बार-बार अपनी निष्ठा बदलते रहे, जिससे सरकारें गिरती रहीं और जनादेश का अपमान होता रहा। इसी समस्या के समाधान के लिए 1985 में संविधान के 52वें संशोधन द्वारा दसवीं अनुसूची के अंतर्गत दल-बदल विरोधी कानून लागू किया गया। इसका मुख्य उद्देश्य निर्वाचित सदस्यों को राजनीतिक दलों के प्रति अनुशासित बनाए रखना तथा सरकारों की स्थिरता सुनिश्चित करना था।

हालाँकि समय के साथ यह कानून स्वयं बहस का विषय बन गया है। एक पक्ष इसे राजनीतिक भ्रष्टाचार और अवसरवाद के विरुद्ध आवश्यक सुरक्षा कवच मानता है, जबकि दूसरा पक्ष तर्क देता है कि यह सांसदों और विधायकों की स्वतंत्र सोच तथा अंतरात्मा के आधार पर निर्णय लेने की क्षमता को सीमित करता है। इस प्रकार दल-बदल विरोधी कानून भारतीय लोकतंत्र में स्थिरता और स्वतंत्रता के बीच संतुलन की जटिल बहस को जन्म देता है। दल-बदल की समस्या स्वतंत्रता के बाद के दशकों में तेजी से बढ़ी। 1967 के आम चुनावों के बाद अनेक राज्यों में विधायकों ने बड़े पैमाने पर दल बदले। उस समय ह्लआया राम, गया रामह्व शब्दावली भारतीय राजनीति का प्रतीक बन गई। हरियाणा के विधायक गया लाल द्वारा एक ही दिन में कई बार दल बदलने की घटना ने इस समस्या की गंभीरता को उजागर किया। इसके परिणामस्वरूप सरकारें अस्थिर हुईं, राजनीतिक नैतिकता कमजोर हुई और जनता का लोकतांत्रिक संस्थाओं पर विश्वास कम होने लगा। इसी पृष्ठभूमि में दल-बदल को नियंत्रित करने की आवश्यकता महसूस हुई। दसवीं अनुसूची के अनुसार यदि कोई निर्वाचित सदस्य स्वेच्छा से अपनी पार्टी की सदस्यता छोड़ देता है या पार्टी व्हिप के विरुद्ध मतदान करता है अथवा मतदान से अनुपस्थित रहता है, तो उसे अयोग्य ठहराया जा सकता है।

स्वतंत्र सदस्य किसी दल में शामिल नहीं हो सकता और मनोनीत सदस्य भी निर्धारित अवधि के बाद किसी राजनीतिक दल में शामिल होने पर अयोग्य घोषित किया जा सकता है।

विचार

कश्मीर में गूंजते मंत्र और भाईचारे का संदेश

महेन्द्र तिवारी

कश्मीर को सदियों से विविध संस्कृतियों, परंपराओं और आस्थाओं की साझा भूमि के रूप में जाना जाता रहा है। यहाँ की पहचान केवल उसकी प्राकृतिक सुंदरता से नहीं, बल्कि उस सामाजिक ताने-बाने से भी रही है जिसमें अलग-अलग समुदायों ने लंबे समय तक एक साथ जीवन बिताया। कश्मीरी पंडित और मुसलमानों के बीच पीढ़ियों से विकसित हुए सामाजिक, सांस्कृतिक और मानवीय संबंध इस भूमि की सबसे बड़ी विशेषताओं में रहे हैं। हालांकि 1989 और 1990 के उथल-पुथल भरे दौर ने इस साझा जीवन को गहरी चोट पहुँचाई। बड़ी संख्या में कश्मीरी पंडितों को घाटी छोड़कर देश के विभिन्न भागों में विस्थापित जीवन बिताने के लिए मजबूर होना पड़ा। उस दौर की पीड़ा आज भी हजारों परिवारों की स्मृतियों में जीवित है। ऐसे समय में दक्षिण कश्मीर के पुलवामा जिले के मुर्रान गाँव से आई एक खबर ने अनेक लोगों के मन में आशा का संचार किया है। लगभग 36 वर्षों के लंबे अंतराल के बाद कश्मीरी पंडित अपनी कुलदेवी के मंदिर में हवन और पूजा-अर्चना के लिए लौटे और स्थानीय मुस्लिम समुदाय ने उनका स्वागत कर भाईचारे का संदेश दिया। यह घटना केवल एक धार्मिक अनुष्ठान भर नहीं थी, बल्कि यह उन भावनाओं का संगम थी जो दशकों से लोगों के भीतर कहीं दबकर रह गई थीं। जब वर्षों पहले अपने घर छोड़ने को मजबूर हुए लोग वापस अपने गाँव पहुँचे तो उनके सामने केवल मंदिर नहीं था, बल्कि उनकी स्मृतियाँ थीं, उनका बचपन था, उनके पूर्वजों की यादें थीं और वे रिश्ते थे जो समय और दूरी के बावजूद पूरी तरह समाप्त नहीं हुए थे। अनेक परिवारों के लिए यह यात्रा अतीत और वर्तमान के बीच एक भावनात्मक पुल बन गई। जिन गलियों में उन्होंने बचपन बिताया था, जिन घरों के आँगनों में खेला था और जिन पड़ोसियों के साथ जीवन के सुख-दुख साझा किए थे, उन सबको फिर से देखना उनके लिए अत्यंत भावुक अनुभव रहा। मुर्रान गाँव उन स्थानों में से एक है जहाँ कभी कश्मीरी पंडितों और मुसलमानों का जीवन एक-दूसरे से गहराई से जुड़ा हुआ था। दोनों समुदाय सामाजिक अवसरों, पारिवारिक आयोजनों और स्थानीय परंपराओं में सहभागिता करते थे। लेकिन 1989-90 के दौरान बढ़ी हिंसा और असुरक्षा की परिस्थितियों ने इस सामाजिक संतुलन को तोड़ दिया। बड़ी संख्या में पंडित परिवारों ने अपने घर, जमीन, व्यवसाय और सामाजिक परिवेश को छोड़कर पलायन किया। विस्थापन केवल भौगोलिक परिवर्तन नहीं होता, वह व्यक्ति की पहचान, स्मृतियों और सामाजिक संबंधों को भी प्रभावित करता है। इसलिए जब कोई परिवार दशकों बाद अपने मूल स्थान पर लौटता है तो वह केवल एक जगह पर नहीं लौटता, बल्कि अपनी जड़ों और इतिहास से पुनः जुड़ने का प्रयास करता है। मुर्रान में आयोजित पूजा-अर्चना का सबसे महत्वपूर्ण पक्ष स्थानीय मुस्लिम समुदाय की भागीदारी रही। उपलब्ध जानकारी के अनुसार स्थानीय लोगों ने मंदिर परिसर की सफाई, व्यवस्था और आयोजन की तैयारियों में सहयोग दिया। उन्होंने लौटकर आए कश्मीरी पंडितों का स्वागत किया और उनके साथ संवाद स्थापित किया। यह सहयोग केवल औपचारिक नहीं था, बल्कि उसमें उन पुराने रिश्तों की झलक दिखाई दी जो कभी इस क्षेत्र की सामान्य सामाजिक वास्तविकता हुआ करते थे। जब विभिन्न समुदायों के लोग एक-दूसरे के धार्मिक ल्लि सांस्कृतिक आयोजनों का सम्मान करते हैं, तब समाज में विश्वास का वातावरण मजबूत होता है। मुर्रान की घटना इसी विश्वास की पुनर्स्थापना का संकेत देती है। कई लौटे हुए परिवारों ने अपने पुराने पड़ोसियों से मुलाकात की। वर्षों बाद हुए इन मिलनों में भावनाएँ स्वाभाविक रूप से उमड़ पड़ीं। कुछ लोगों ने उन दिनों को याद किया जब पूरा गाँव एक परिवार की तरह रहता था। कुछ ने अपने उन मित्रों को याद किया जिनके साथ उन्होंने जीवन के महत्वपूर्ण वर्ष बिताए थे। ऐसे अवसर यह दिखाते हैं कि राजनीतिक और सुरक्षा संबंधी परिस्थितियाँ चाहे कितनी भी कठिन क्यों न हों, मानवीय रिश्तों की स्मृतियाँ लंबे समय तक जीवित रहती हैं। यही स्मृतियाँ भविष्य में नए विश्वास का आधार भी बन सकती हैं। इस घटना का महत्व इसलिए भी बढ़ जाता है क्योंकि पुलवामा का नाम पिछले कई वर्षों तक आतंकवाद, हिंसा और तनाव से जुड़ी खबरों में प्रमुखता से आता रहा है।

एक्शन इंडिया दैनिक

भगवान शंकर जी के ग्यारहवें रुद्रावतार हनुमान जी (मेंहदीपुर, श्री बाला जी) के संरक्षण में संचालित किया जाता है। समाचार-पत्र का यह अंक भी उन्हीं के चरणों में श्रद्धापूर्वक समर्पित है।

आरएनआई: HPHIN / 2012 / 48072

एक्शन इंडिया मल्टीमीडिया प्राइवेट लिमिटेड के लिए मुद्रक एवं प्रकाशक रवि भारद्वाज द्वारा एक्शन इंडिया कार्यालय, कृष्णा टावर, सब्जी मंडी के सामने, ऊना हिमाचल प्रदेश–174303 से प्रकाशित एवं अर्थ प्रकाश प्रैस, अर्थ प्रकाश भवन, सेक्टर–29डी, चंडीगढ़ से मुद्रित।

संस्थापक : श्रद्धेय राकेश भारद्वाज जी
समूह संपादक : रवि भारद्वाज (9999889104)
स्थानीय संपादक : पंकज शर्मा (9418026789)
ई–मेल : actionindiashimla@gmail.com
actionindiauna@gmail.com

एक्शन इंडिया शिमला कार्यालय: किशोर भवन, जोधा निवास, डेजी बैंक एस्टेट, लोअर जाखू, शिमला– 171001
एक्शन इंडिया ऊना कार्यालय: कृष्णा टावर, सब्जी मंडी के सामने, ऊना, हिमाचल प्रदेश–174303

वैधानिक सूचना

पाठकों को सलाह है कि एक्शन इंडिया, समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन के आधार पर कोई निर्णय लेने से पहले विज्ञापन में प्रकाशित उक्त उत्पाद या सेवा के बारे में आवश्यक जांच–पड़ताल कर लें। समाचार पत्र प्रबंधक किसी भी विज्ञापन में गुणवत्ता, सेवा आदि के विवरण के बारे में विज्ञापनदाता द्वारा किए गए दावे या उल्लेख की पुष्टि या समर्थन नहीं करता है। अतः समाचार पत्र उक्त विज्ञापनों के बारे में किसी प्रकार से उत्तरदायी नहीं होगा।

आलेख

महत्व, उद्देश्य, थीम और संरक्षण के उपाय

सुनील कुमार

वर्षावनों के संरक्षण तथा पर्यावरण के प्रति जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से प्रतिवर्ष 22 जून को विश्व वर्षावन दिवस (वर्ल्ड रेन फोरेस्ट डे) मनाया जाता है। वास्तव में, यह दिवस पृथ्वी के उन अमूल्य प्राकृतिक संसाधनों के महत्व को रेखांकित करता है, जो मानव जीवन, जैव-विविधता और जलवायु संतुलन के लिए अत्यंत आवश्यक हैं। आज स्थिति अत्यंत चिंताजनक है। एक उपलब्ध जानकारी के अनुसार आज लॉगिंग (पेड़ों की कटाई), अवैध खनन, अनियंत्रित विकास तथा कृषि विस्तार के कारण हर मिनट लगभग 40 फुटबॉल मैदानों के बराबर वर्षावन नष्ट हो रहे हैं।

आंकड़ों के अनुसार पिछले 50 वर्षों में अकेले अमेजन वर्षावन का लगभग 20 प्रतिशत हिस्सा समाप्त हो चुका है। बहरहाल, यदि हम यहां पर इस दिवस के इतिहास की बात करें तो पाठकों को बताता चलूं कि विश्व वर्षावन दिवस की शुरूआत वर्ष 2017 में गैर-लाभकारी संस्था रेनफोरेस्ट पार्टनरशिप द्वारा की गई थी। इसका मुख्य उद्देश्य वर्षावनों के संरक्षण के लिए विश्वभर के लोगों, संगठनों और सरकारों को एक साझा मंच पर लाना था। तब से यह दिवस विश्व के अनेक देशों में पर्यावरण संरक्षण अभियानों, वृक्षारोपण कार्यक्रमों, संगोष्ठियों तथा जन-जागरूकता गतिविधियों के माध्यम से मनाया जा रहा है। पाठकों को जानकारी देना चाहूंगा कि वर्षावन पृथ्वी के सबसे समृद्ध और जैव-विविधता वाले पारिस्थितिक तंत्र हैं। यद्यपि वे पृथ्वी की भूमि का अपेक्षाकृत छोटा भाग घेरते हैं, फिर भी इनमें विश्व की लगभग आधी से अधिक वनस्पति एवं जीव प्रजातियाँ पाई जाती हैं। ये वातावरण से बड़ी मात्रा में कार्बन डाइऑक्साइड अवशोषित करके जलवायु परिवर्तन को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं तथा पृथ्वी के जल-चक्र और वर्षा प्रणाली को संतुलित बनाए रखते हैं। लाखों आदिवासी और स्थानीय समुदाय अपनी आजीविका, संस्कृति और जीवन-निर्वाह के लिए वर्षावनों पर निर्भर हैं। इसके अतिरिक्त आधुनिक चिकित्सा में उपयोग होने वाली 25 प्रतिशत से अधिक दवाओं के तत्व वर्षावनों के पौधों से प्राप्त होते हैं।

व्हिस्की के गिलास में रामराज्य

डॉ. सुरेश कुमार मिश्रा 'उरतृप्त'

धुंधली बत्ती और मच्छर भगाने वाली कॉइल के धुएं के बीच वह बैठ कर फाइलें देख रहा था। सरकारी दफ्तर की घिसी हुई कुर्सी पर बैठे-बैठे उसकी पीठ अकड़ चुकी थी। नाम था उसका अविनाश। पद था सीनियर क्लर्क, लेकिन काम था एक अदद रीढ़ विहीन बंधुआ मजदूर का। बाहर तेज बारिश हो रही थी। पूरा शहर पानी में डूब रहा था। झुग्गियों में पानी घुस चुका था। लोग छतों पर भूखे-प्यासे बैठे थे। कंट्रोल रूम के फोन लगातार बज रहे थे और अविनाश हर फोन पर एक ही रटा-रटाया वाक्य बोल रहा था, राहत सामग्री भेजी जा रही है, धैर्य रखें। तभी उसकी जेब में रखा पुराना फोन थरथराया। स्क्रीन पर चमका, विधायक जी। अविनाश ने हड़बड़ाकर फोन उठाया।

दूसरी तरफ से भारी और रोबीली आवाज आई, सुनो अविनाश, जरा कोठी पर आओ। कुछ जरूरी कागज साइन करने हैं। और हां, वो बाढ़ राहत वाली फाइल भी लेते आना।

अविनाश ने बाहर देखा। घुटनों तक पानी था। कोई साधन नहीं था। लेकिन हुक्म तो हुक्म था। उसने प्लास्टिक की थैली में फाइल को लपेटा, अपनी फटी हुई चप्पल संभाली और पैदल ही निकल पड़ा। भूख से उसके पेट में मरोड़ उठ रही थी। उसकी अपनी बस्ती भी डूबने की कगार पर थी। उसकी बूढ़ी मां और छोटी बहन घर में अकेली थीं। उसने मां को फोन करने की कोशिश की, लेकिन नेटवर्क गायब था। एक अजीब सी घबराहट उसके सीने में बैठ गई थी। आधे घंटे की मशक्कत के बाद वह विधायक निवास के विशाल लोहे के गेट के सामने था। बाहर पुलिस का पहरा था। अंदर का नजारा बाहर की दुनिया से बिल्कुल अलग था। आलीशान लॉन, चमचमाती गाड़ियां और झूमर की रोशनी। अविनाश को सीधे अंदर बड़े हॉल में बुला लिया गया। हॉल का दरवाजा खुलते ही जो मंजर दिखा, उसने अविनाश के पेट की भूख को एक कड़वी ऐंठन में बदल दिया। कमरे में ठंडी हवा चल रही थी। एक बड़े से सोफे पर विधायक जी अपने कुछ खास गुर्गों के साथ बैठे थे। बीच की मेज पर काजू भुने प्लेट में रखे थे और महंगी व्हिस्की ग्लास में तैर रही थी।

योग विश्व को हमारी सांस्कृतिक धरोहर का एक अनमोल उपहार है: द्रौपदी मुर्मु

टीम एक्शन इंडिया
भोपाल। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने कहा कि हम भारत की उस महान योग परंपरा का उत्सव मना रहे हैं, जिसने मानवता के लिये स्वस्थ, संतुलित और सार्थक जीवन का मार्ग प्रदान किया। योग विश्व को हमारी सांस्कृतिक धरोहर का एक अनमोल उपहार है। यह हमारे ऋषियों-मुनियों की हजारों वर्षों की साधना का परिणाम है। राष्ट्रपति मुर्मु रविवार को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर मध्य प्रदेश के जबलपुर में आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम को संबोधित कर रही थीं। उन्होंने कहा कि आज भारतभूमि से स्वास्थ्य, संतुलन, शांति और आत्मकल्याण का संदेश विश्व में प्रसारित किया जा रहा है। मध्य प्रदेश में राष्ट्रपति के मुख्य आतिथ्य में 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की थीम ह्योग स्वस्थ आयु के लिएह्न पर जबलपुर के गैरीसन ग्राउंड में राज्य स्तरीय योग कार्यक्रम का

आयोजन किया गया, जिसमें प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के कोलकाता से आयोजित कार्यक्रम का सजीव प्रसारण देखा व सुना। कार्यक्रम की शुरूआत व अंत में राष्ट्रगीत एवं राष्ट्रगान किया गया। योगाभ्यास में प्रदेश के राज्यपाल मंगुभाई पटेल, मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव, उप मुख्यमंत्री जगदीश देवड़ा, उच्च शिक्षा मंत्री इन्दर सिंह परमार, लोक निर्माण मंत्री राकेश सिंह, पंचायत एवं ग्रामीण विकास मंत्री प्रहलाद सिंह पटेल समेत अन्य जनप्रतिनिधि, प्रशासनिक अधिकारी तथा लगभग पांच हजार योग साधकों ने सामूहिक योगाभ्यास में सहभागिता की। कार्यक्रम में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने नागरिकों को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं देते हुए कहा कि हमारे शास्त्रों में शरीर, मन और आत्मा के संतुलन को जीवन की सफलता का आधार माना गया है। योग उसी संतुलन को स्थापित करने का मार्ग है। ह्योगह्न शब्द का अर्थ है जोड़ना- व्यक्ति को स्वयं से, समाज को प्रकृति से और सम्पूर्ण मानवता को व्यापक विश्व चेतना से जोड़ना। योग एक सशक्त माध्यम है, जो हमें आंतरिक शांति, संतुलन और सामूहिक कल्याण की दिशा में आगे बढ़ाता है। आज जब विश्व अनेक चुनौतियों का सामना कर रहा है, तब योग मानवता को शांति, संतुलन, समरसता और सामूहिक कल्याण का मार्ग दिखाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है।

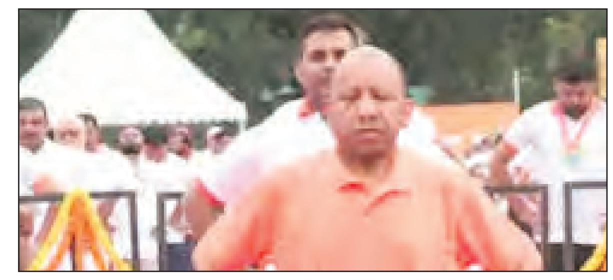
योग जीवनशैली का बनता जा रहा है अहम हिस्सा

उन्होंने कहा कि वर्ष 2014 में भारत की पहल पर संयुक्त राष्ट्र महासभा ने प्रतिवर्ष 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने की घोषणा की। इस पहल से योग को विश्व कल्याण के एक सशक्त माध्यम के रूप में नई पहचान और व्यापक स्वीकार्यता मिली है।

जिसके पास योग से तपा शरीर है वहां रोग और बुढ़ापा नहीं होते : योगी आदित्यनाथ

वैश्विक पहचान

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने हजारों लोगों के साथ योगाभ्यास किया



टीम एक्शन इंडिया
झांसी। झांसी प्रवास के दूसरे दिन 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर रविवार को जिला प्रशासन एवं आयुष विभाग के संयुक्त तत्वावधान में ऐतिहासिक झांसी किले की तलहटी में आयोजित भव्य कार्यक्रम में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने हजारों लोगों के साथ योगाभ्यास किया। इस दौरान उन्होंने योग को स्वस्थ और संतुलित जीवन का आधार बताते हुए सभी से इसे अपनी दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया।
मुख्यमंत्री ने कहा कि योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि शरीर, मन और आत्मा को संतुलित रखने की भारतीय परंपरा है। उन्होंने कहा, हमें नियमित योग को अपने जीवन का हिस्सा बनाना होगा। जिसके पास योग से तपा हुआ शरीर है, वहां न रोग होता है और न ही बुढ़ापा जल्दी आता है। इन समस्याओं से बचने के लिए योग को अपनी दिनचर्या में शामिल करना आवश्यक है। अपने संबोधन में मुख्यमंत्री ने सूर्य की महत्ता पर प्रकाश डालते हुए कहा कि सूर्य हम सभी की जीवंतता और ऊर्जा का प्रमुख स्रोत है। वर्ष में दो बार होने वाले दुर्गा अनुष्ठान भी ऊर्जा साधना के महत्वपूर्ण काल होते हैं। उन्होंने कहा कि योग दिवस का उद्देश्य सूर्य की ऊर्जा को आत्मसात कर जीवन को नई दिशा देना है। योग की परंपरा आदि योगी भगवान शिव के समय से चली आ रही है और यह भारत की प्राचीन सांस्कृतिक धरोहर का महत्वपूर्ण हिस्सा है।

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि उनके नेतृत्व में योग को वैश्विक पहचान मिली है। आज पूरी दुनिया योग को अपनाकर स्वस्थ जीवन की ओर अग्रसर हो रही है। इससे भारत की संस्कृति, परंपरा और विरासत को विश्व मंच पर सम्मान मिला है तथा 140 करोड़ भारतीयों का गौरव बढ़ा है।

योग भारत की आत्मा और सनातन संस्कृति की शाश्वत चेतना: राज्यपाल

टीम एक्शन इंडिया
नैनीताल। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर उत्तराखंड के राज्यपाल सेवानिवृत्त लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह ने रविवार को लोक भवन में आयोजित सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम में प्रतिभाग करते हुए कहा कि योग भारत की आत्मा, हमारी संस्कृति का प्राण और सनातन सभ्यता की शाश्वत चेतना है। उन्होंने कहा कि योग को व्यक्ति से परिवार, परिवार से समाज और समाज से विश्व कल्याण की महायात्रा का माध्यम बनाना होगा। राज्यपाल ने कहा कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस भारत की सनातन संस्कृति, ऋषि परंपरा और आध्यात्मिक चेतना के वैश्विक उत्कर्ष का महापर्व है तथा आज पूरा विश्व भारत की उस ज्ञान परंपरा को सम्मान दे रहा है, जिसने मानवता को स्वास्थ्य, संतुलन, शांति और आत्मबोध का मार्ग दिखाया है। उन्होंने कहा कि योग शरीर, मन,

योगाभ्यास

व्यक्ति से परिवार, परिवार से समाज और समाज से विश्व कल्याण की महायात्रा का माध्यम बनाना होगा

बुद्धि, आत्मा और परमात्मा के दिव्य मिलन का सेतु है तथा संतुलित और सार्थक जीवन का विज्ञान है। राज्यपाल ने कहा कि हिमालय की तपोभूमि उत्तराखंड प्राचीन काल से योग, ध्यान और आध्यात्मिक साधना का केंद्र रही है तथा यहां से प्राप्त ज्ञान ने मानवता को आत्मोन्नति का मार्ग प्रदान किया है। उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की पहल का उल्लेख करते हुए कहा कि योग आज वैश्विक जनआंदोलन बन चुका है और संयुक्त राष्ट्र द्वारा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को मान्यता मिलना भारत की सांस्कृतिक शक्ति का सम्मान है।

स्कूलों और कॉलेजों में योग को पाठ्यक्रम से जोड़ने की दिशा में काम करेगी सरकार : सम्राट चौधरी

टीम एक्शन इंडिया
पटना। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राजधानी पटना के पाटलिपुत्र खेल परिसर में आयोजित मुख्य राज्यस्तरीय कार्यक्रम में मुख्यमंत्री सम्राट चौधरी ने कहा कि बिहार सरकार स्कूलों और कॉलेजों में योग को पाठ्यक्रम और शैक्षणिक गतिविधियों से जोड़ने की दिशा में गंभीरता से काम करेगी। उन्होंने कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ शरीर, स्वस्थ मन और संतुलित जीवन का आधार है, इसलिए इसे नई पीढ़ी की जीवनशैली का हिस्सा बनाया जाना आवश्यक है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि बिहार की धरती का योग से ऐतिहासिक और विशेष संबंध रहा है। विशेष रूप से मुंगेर ने विश्व स्तर पर योग की पहचान स्थापित की है। उन्होंने कहा कि जिस जिले से वह आते हैं, उसी जिले ने योग की परंपरा को वैश्विक स्तर पर प्रतिष्ठित करने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। आज भी देश-विदेश से बड़ी संख्या में लोग मुंगेर पहुंचकर योग की शिक्षा प्राप्त करते हैं और उसके माध्यम से भारतीय संस्कृति एवं ज्ञान परंपरा का प्रचार-प्रसार

योगाभ्यास

योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ शरीर, स्वस्थ मन और संतुलित जीवन का आधार है

कर रहे हैं। सम्राट चौधरी ने कहा कि राज्य सरकार का उद्देश्य केवल विकास कार्यों को आगे बढ़ाना नहीं, बल्कि लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध कराना और उन्हें स्वस्थ जीवन के प्रति जागरूक बनाना भी है। इसी सोच के तहत स्वास्थ्य क्षेत्र में लगातार नई योजनाएं लागू की जा रही हैं और मौजूदा योजनाओं का विस्तार किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि स्वस्थ नागरिक ही किसी भी राज्य और राष्ट्र की सबसे बड़ी शक्ति होते हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि योग स्वस्थ समाज के निर्माण में अत्यंत महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। वर्तमान समय में बढ़ती भागदौड़, मानसिक तनाव और जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों के बीच योग एक प्रभावी समाधान के रूप में सामने आया है। नियमित योगाभ्यास न केवल शरीर को स्वस्थ रखता है, बल्कि मानसिक शांति और आत्मविश्वास भी प्रदान करता है। उन्होंने कहा कि राज्य के विद्यालयों में पहले से खेलकूद और शारीरिक शिक्षा से जुड़े विभिन्न कार्यक्रम संचालित किए जा रहे हैं। अब सरकार इस व्यवस्था को और सुदृढ़ बनाते हुए योग को भी शैक्षणिक गतिविधियों का महत्वपूर्ण हिस्सा बनाने पर विचार कर रही है। आने वाले समय में संबंधित विभागों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए जाएंगे, ताकि विद्यार्थियों के बीच योग के प्रति जागरूकता बढ़ाई जा सके और उन्हें नियमित योगाभ्यास के लिए प्रेरित किया जा सके। सम्राट चौधरी ने कहा कि स्वस्थ शरीर और स्वस्थ मन ही जीवन की सफलता का मूल आधार हैं।

योग दिवस पर सुपौल में भव्य योग कार्यक्रम का हुआ आयोजन

टीम एक्शन इंडिया
सुपौल। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर रविवार को महात्मा गांधी चिल्ड्रेन पार्क, सुपौल में पर्यावरण, वन एवं जलवायु परिवर्तन विभाग की ओर से भव्य योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में अधिकारियों, कर्मचारियों, विद्यार्थियों तथा आम नागरिकों ने भाग लेकर सामूहिक योगाभ्यास किया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि जिलाधिकारी सावन कुमार ने उपस्थित लोगों को संबोधित करते हुए कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो व्यक्ति को शारीरिक रूप से स्वस्थ और मानसिक रूप से सशक्त बनाता है। उन्होंने कहा कि नियमित योगाभ्यास से जीवन में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है तथा तनावमुक्त और संतुलित जीवन जीने में सहायता मिलती है। जिलाधिकारी ने सभी लोगों से योग को दैनिक दिनचर्या में शामिल करने की अपील की। इस दौरान प्रशिक्षकों के निर्देशन में प्रतिभागियों ने विभिन्न योगासन और प्राणायाम का अभ्यास किया। हरित जीवनशैली को बढ़ावा देने और जलवायु परिवर्तन के प्रति जनजागरूकता फैलाने का भी संदेश दिया गया।

मुख्यमंत्री ने बनबसा में हजारों लोगों संग किया योगाभ्यास

टीम एक्शन इंडिया
बनबसा। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर जिले के चंपावत बनबसा में आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम में हजारों योग साधकों, सशस्त्र सीमा बल (एसएसबी) जवानों, छात्र-छात्राओं, युवाओं, महिलाओं और वरिष्ठ नागरिकों के साथ सामूहिक योगाभ्यास किया। इस अवसर पर उन्होंने प्रदेशवासियों को योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए योग को स्वस्थ और संतुलित जीवन का आधार बताया। मुख्यमंत्री ने कहा कि योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि मन, शरीर और

आत्मा के बीच सामंजस्य स्थापित करने वाली जीवन पद्धति है। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में तनाव, अवसाद और अस्वस्थ जीवनशैली से उत्पन्न चुनौतियों के बीच योग एक प्रभावी प्राकृतिक उपचार प्रणाली के रूप में उभरा है। नियमित योग और प्राणायाम से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और मानसिक एकाग्रता और सकारात्मक ऊर्जा का विकास होता है। धामी ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के प्रयासों से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को वैश्विक पहचान मिली और आज 190 से अधिक देशों में करोड़ों लोग योग से जुड़ चुके हैं।

उन्होंने कहा कि योग ने भारतीय संस्कृति के वसुधैव कुटुम्बकम् और सर्वे भवन्तु सुखिनः जैसे संदेशों को विश्व स्तर पर स्थापित किया है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखंड योग, अध्यात्म और साधना की प्राचीन परंपराओं की भूमि है तथा राज्य सरकार इसे योग और वेलनेस की वैश्विक राजधानी के रूप में विकसित करने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने बताया कि राज्य में देश की पहली योग नीति लागू की गई है।

आबूराज को मिलेगी 100 करोड़ रुपये से अधिक के विकास कार्यों की सौगात: भजनलाल

टीम एक्शन इंडिया
सिरोही। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा ने रविवार को आबूराज में आयोजित आबूपर्वत विकास समिति की बैठक में अधिकारियों को आबूराज के पर्यटन, आध्यात्मिक और पर्यावरणीय महत्व के अनुरूप समग्र विकास का विस्तृत ब्लूप्रिंट तैयार करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि आबूराज में शहरी विकास, सड़क, पार्किंग और आवागमन की विश्वस्तरीय सुविधाएं विकसित की जाएंगी, जिससे यहां पर्यटन गतिविधियों को नई गति मिलेगी और अधिकाधिक पर्यटक आकर्षित होंगे। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ह्यविकास भी-विरासत भीह्न के मूल मंत्र के साथ

आबूराज के विकास के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने विकास कार्यों को आपसी समन्वय के साथ समयबद्ध तरीके से पूरा करने के निर्देश देते हुए संभागीय आयुक्त और मुख्य सचिव को इसकी निरंतर मॉनिटरिंग सुनिश्चित करने के लिए कहा। बैठक में मुख्यमंत्री ने नक्की झील के सौंदर्यकरण, प्रकाश व्यवस्था, रंग-रोगन, सीढ़ियों की मरम्मत, सीवरेज व्यवस्था और अन्य आधारभूत सुविधाओं के विकास को लेकर विशेष दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि आबूराज ऋषि-मुनियों की तपोभूमि रही है और इसकी धार्मिक एवं सांस्कृतिक पहचान को संरक्षित रखते हुए धार्मिक

विश्वस्तरीय

आबूराज में शहरी विकास, सड़क, पार्किंग और आवागमन की विश्वस्तरीय सुविधाएं विकसित की जाएंगी

पर्यटन को भी बढ़ावा दिया जाना चाहिए। इसके लिए क्षेत्र के मंदिरों का सूचीकरण कर उन्हें पर्यटन सर्किट से जोड़ने के निर्देश दिए गए।
मुख्यमंत्री ने आबूराज को क्लीन एवं ग्रीन सिटी के रूप में विकसित करने पर विशेष जोर देते हुए इसे स्वच्छता युक्त और अतिक्रमण मुक्त बनाए रखने के निर्देश दिए।
उन्होंने कहा कि क्षेत्र की पर्यावरणीय और सांस्कृतिक विशिष्टताओं को सुरक्षित रखना राज्य सरकार की प्राथमिकता है। इसी के तहत टोकन प्रणाली को पूर्ण पारदर्शिता के साथ ऑनलाइन लागू करने तथा निर्माण सामग्री के आवागमन की प्रभावी निगरानी सुनिश्चित करने के निर्देश भी दिए गए। बैठक में विवेकानंद पार्क के सौंदर्यकरण, गुरु शिखर के विकास एवं सुदृढ़ीकरण, अबुर्दा माता मंदिर और दत्तात्रेय मंदिर के विकास कार्यों, ईवी वाहनों को बढ़ावा देने तथा भारत माता नमन स्थल को ह्यनमो उद्यानह्न के रूप में विकसित करने सहित विभिन्न परियोजनाओं पर विस्तार से चर्चा की गई।

डॉ. हेडगेवार की पुण्यतिथि पर मुख्यमंत्री डॉ. हिमंत ने अर्पित की श्रद्धांजलि

टीम एक्शन इंडिया
गुवाहाटी। असम के मुख्यमंत्री डॉ. हिमंत बिस्व सरमा ने रविवार को राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के संस्थापक डॉ. केशव बलिराम हेडगेवार की पुण्यतिथि पर उन्हें अपनी श्रद्धांजलि अर्पित की है। मुख्यमंत्री ने सोशल मीडिया के अपने आधिकारिक हैंडल से एक पोस्ट शेयर करते हुए कहा है कि मैं मां भारत की एक कट्टर भक्त, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के संस्थापक पूज्य डॉ. केशव बलिराम हेडगेवार डांगरिया की पुण्यतिथि पर उन्हें श्रद्धापूर्वक प्रणाम करता हूं। राष्ट्र निर्माण के

महान आदर्श को समर्पित उनका पूरा जीवन और 'राष्ट्र सर्वोपरि' की सोच हमेशा हमें प्रेरणा देती रही है और आगे भी देती रहेगी।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर सरगुजा में उमड़ा जनसैलाब, साय ने जनता के साथ किया योगाभ्यास

टीम एक्शन इंडिया
अम्बिकापुर। छत्तीसगढ़ के सरगुजा जिले की हृदयस्थली अम्बिकापुर आज एक अभूतपूर्व ऐतिहासिक पल की साक्षी बनी, जहां 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का महा-आयोजन पूरी भव्यता के साथ संपन्न हुआ। शहर के प्रतिष्ठित पीजी कॉलेज ग्राउंड में आयोजित इस गरिमामयी सामूहिक योग कार्यक्रम में सूबे के मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। सुबह की पहली किरण के साथ ही पूरा मैदान ऊर्जा और उत्साह से भर गया, जब विष्णुदेव साय ने जनता के साथ योगाभ्यास किया। जिला प्रशासन द्वारा व्यापक स्तर पर की गई चाक-चौबंद तैयारियों का ही नतीजा था कि इस योग महोत्सव में उम्मीद से कहीं ज्यादा लोगों की भागीदारी देखी गई। भोर की ठंडी हवाओं के बीच हजारों की संख्या में पहुंचे नागरिकों ने जब एक सुर, एक ताल और एक लय में योग के विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया, तो ऐसा लगा मानो पूरा अम्बिकापुर एक सूत्र में पिरो गया हो। इस महा-आयोजन की सबसे खास बात यह रही कि मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय ने केवल मंच से औपचारिकता नहीं निभाई, बल्कि आम लोगों का हौसला बढ़ाते हुए योग को जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाने का मजबूत संदेश दिया। उन्होंने पंडाल में मौजूद जनसैलाब को संबोधित करते हुए योग के जादुई फायदों को बेहद

सरल शब्दों में रेखांकित किया। सीएम ने कहा कि आज की भागदौड़ भरी और तनावपूर्ण जिंदगी में योग केवल शारीरिक कसरत नहीं, बल्कि मानसिक शांति और आत्मिक संतुष्टि का सबसे बड़ा माध्यम है। उन्होंने लोगों को प्रेरित करते हुए बताया कि नियमित रूप से प्राणायाम और आसन करने से न

ऐतिहासिक पल

छत्तीसगढ़ के सरगुजा जिले की हृदयस्थली अम्बिकापुर आज एक अभूतपूर्व ऐतिहासिक पल की साक्षी बनी

केवल शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता (इम्युनिटी) मजबूत होती है, बल्कि यह दिल की बीमारियों, ब्लड प्रेशर और मानसिक अवसाद जैसी गंभीर समस्याओं को हमसे कोसों दूर रखता है। मुख्यमंत्री ने जोर देकर कहा कि यदि हम रोज कुछ मिनट खुद को देंगे, तो एक स्वस्थ और ऊर्जावान समाज का निर्माण होगा। मुख्यमंत्री के इस आत्मीय प्रयास और प्रदेश सरकार की कल्याणकारी नीतियों के चलते छत्तीसगढ़ में आम नागरिकों के लिए योग और स्वास्थ्य सुविधाओं तक पहुंच बेहद आसान हो गई है। सीएम विष्णुदेव साय ने इस बात पर विशेष बल दिया कि सरकार का मुख्य उद्देश्य योग को महलों या खास आयोजनों से निकालकर गरीब, किसान, मजदूर और गांव के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाना है। इसके लिए राज्य सरकार ने स्वास्थ्य केंद्रों से लेकर स्थानीय स्तर तक योग प्रशिक्षकों (ट्रेनर्स) की उपलब्धता को आसान बनाया है, ताकि आम जनता बिना किसी आर्थिक बोझ के मुफ्त में सही मार्गदर्शन पा सके। जीवन को सरल और रोगमुक्त बनाने के इस सरकारी संकल्प ने लोगों के भीतर एक नया विश्वास जगाया है। पीजी कॉलेज ग्राउंड में उमड़ा जबरदस्त जनसैलाब इस बात का जीता-जागता सबूत है कि अब योग छत्तीसगढ़ के जन-जन के संस्कारों में रच-बस गया है। कार्यक्रम के अंतिम दौर में जब हजारों हाथ एक साथ 'सर्वे भवन्तु सुखिनः' की कामना के लिए उठे, तो पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा। छोटे-छोटे बच्चों से लेकर युवाओं और बुजुर्गों तक का जोश इस आयोजन में देखते ही बनता था, जिन्होंने मुख्यमंत्री के साथ कदम से कदम मिलाकर इस दिन को यादगार बना दिया।

प्रदेश के खिलाड़ियों को प्रदान कर रहे हैं बेहतरीन सुविधाएं: ठाकुर सुखविन्द्र सिंह सुक्खू

ईनाम

» अंतरराष्ट्रीय पदक विजेताओं के लिए करोड़ों के ईनाम का प्रावधान

पंकज शर्मा

शिमला। मुख्यमंत्री ठाकुर सुखविन्द्र सिंह सुक्खू ने जिला हमीरपुर के अणु स्थित साई के सेंटर आफ एक्सीलेंस के प्रशिक्षुओं एवं युवा खिलाड़ियों तथा अन्य बच्चों के साथ संवाद किया।

इस अवसर पर उन्होंने कहा कि प्रदेश सरकार प्रतिभाशाली खिलाड़ियों को वर्ल्ड क्लास सुविधाएं प्रदान करने के लिए कृत संकल्प है।

इस क्रम में नादौन में लगभग 125 करोड़ रुपए का अत्याधुनिक इंडोर स्टेडियम बनाया जा रहा है, जिसे इसी वर्ष प्रदेश के खिलाड़ियों को समर्पित कर दिया जाएगा। इसमें तैराकी, बैडमिंटन, वॉलीबॉल और टेनिस सहित 14 खेलों के लिए विश्व स्तरीय सुविधाएं उपलब्ध करवाई जाएंगी।

राज्य स्तरीय योग दिवस समारोह एवं योगाभ्यास सत्र में भाग लेने के बाद खिलाड़ियों के साथ संवाद के दौरान मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश सरकार ने इंटरनेशनल प्रतियोगिताओं के पदक विजेताओं के लिए करोड़ों रुपए की पुरस्कार राशि का प्रावधान किया है। एशियन गेम्स के स्वर्ण पदक विजेताओं के लिए 3 करोड़ रुपए, रजत पदक विजेताओं के लिए 2 करोड़ और कांस्य पदक विजेताओं के लिए डेढ़ करोड़ रुपए तक के नकद पुरस्कार रखे गए हैं।

इसी प्रकार ओलंपिक और अन्य इंटरनेशनल प्रतियोगिताओं में भी सराहनीय प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों को भी करोड़ों रुपए के ईनाम दिए जा रहे हैं।

दो परिवारों के मकान व गोशालाएं जलकर राख, दम घुटने से एक गाय की दर्दनाक मौत

हामिद खान

चंबा। घघरोथा पंचायत के सलेहन गांव में शनिवार दोपहर करीब डेढ़ बजे एक भीषण अग्निकांड हुआ। इस हादसे में दो परिवारों के मकान और गोशालाएं जलकर पूरी तरह राख हो गईं। आग की इस भयावह घटना में तीन कमरे, दो रसोईघर और दो गोशालाएं पूरी तरह नष्ट हो गईं। दुर्भाग्यवश, गोशाला में बंधी एक गाय की दम घुटने के कारण मौके पर ही मौत हो गई। प्रारंभिक अनुमान के अनुसार, इस आगजनी से क्षेत्र में करीब 10.50 लाख रुपये का भारी नुकसान आंका गया है।

प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, आग सबसे पहले संजू पुत्र राजेश के दो मंजिला स्लेटपोश मकान में लगी। मकान की निचली मंजिल में मौजूद राजेंद्र कुमार ने जब अचानक धुएं की गंध महसूस की, तो वे तुरंत बाहर निकले। बाहर आकर देखा तो आग तेजी से विकराल रूप धारण कर चुकी थी और लपटें आसमान छू रही थीं।

मकान से उठते हुए काले धुएं को देखकर पास के सिलाघराट स्कूल के विद्यार्थी, अध्यापक और आसपास के ग्रामीण तुरंत मौके पर पहुंचे और आग बुझाने के कार्य में जुट गए। ग्रामीणों, स्कूली बच्चों और अध्यापकों ने मुस्तैदी दिखाते हुए प्राकृतिक जल स्त्रोतों से पानी लाकर बाल्टियों और डिब्बों के माध्यम से आग पर काबू पाने का भरसक प्रयास किया। तेज लपटों ने देखते ही देखते संजू का मकान, रसोईघर और गोशाला अपनी चपेट में ले लिया। इस भीषण आग में घर के अंदर रखा सारा राशन, कपड़े, बर्तन, फर्नीचर और अन्य घरेलू कीमती सामान जलकर पूरी तरह राख हो गया।

प्रधानमंत्री के प्रयासों से 189 देशों में मनाया जा रहा है योग दिवस : राज्यपाल

योग

» राज्यपाल ने ऐतिहासिक रिज मैदान में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर रिज मैदान पर किया योगाभ्यास

टीम एक्शन इंडिया

शिमला। राज्यपाल कविन्द्र गुप्ता ने आज शिमला के ऐतिहासिक रिज मैदान पर 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आयोजित सामूहिक योग सत्र में योगाभ्यास किया। हिमाचल प्रदेश पुलिस विभाग और आयुष विभाग के संयुक्त तत्वावधान में इस कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

इस अवसर पर राज्यपाल ने कहा कि भारत की प्राचीन योग परम्परा को आज पूरी दुनिया ने अपनाया है। उन्होंने कहा कि योग को हर घर तक पहुंचाने के प्रयास किए जाने चाहिए ताकि हर व्यक्ति स्वस्थ और संतुलित जीवन जी सके। उन्होंने कहा स्वस्थ शरीर में स्वस्थ आत्मा का वास होता है। योग शारीरिक स्फूर्ति, मानसिक स्वास्थ्य और आध्यात्मिक विकास का मार्ग प्रशस्त करता है।

राज्यपाल ने अपनी धर्मपत्नी बिंदु गुप्ता के साथ योग सत्र में भाग लिया और समाज के सभी वर्गों के लोगों को योग को अपनी दैनिक दिनचर्या का अभिन्न हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया।

हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय के योग अध्ययन विभाग के डॉ. सत्य प्रकाश पाठक के मार्गदर्शन में आयोजित योगाभ्यास सत्र में प्राणायाम तथा विभिन्न महत्वपूर्ण योगासन करवाए गए।

विश्वविद्यालय के योग विभाग के विद्यार्थियों ने प्रतिभागियों का लगभग डेढ़ घंटे तक योग अभ्यास में मार्गदर्शन किया।

इससे पूर्व, राज्यपाल ने सभी प्रतिभागियों को नशा मुक्त हिमाचल प्रदेश की शपथ दिलाई।

नाभा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस उत्साह एवं गरिमामय वातावरण में मनाया गया

टीम एक्शन इंडिया

शिमला। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर विवेकानंद केंद्र एवं बूथ नंबर 16, नाभा क्षेत्र के संयुक्त तत्वावधान में योग दिवस बड़े हर्षोल्लास, उत्साह और गरिमामय वातावरण में मनाया गया। कार्यक्रम में स्थानीय नागरिकों, युवाओं, महिलाओं एवं बच्चों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया तथा सामूहिक योगाभ्यास कर स्वस्थ, संतुलित एवं सकारात्मक जीवन जीने का संकल्प लिया।

कार्यक्रम के दौरान योग प्रशिक्षकों एवं वक्ताओं ने योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए बताया कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाता है, बल्कि मानसिक शांति, आत्मिक संतुलन और सकारात्मक सोच को भी विकसित करता है। उपस्थित जनों को नियमित रूप से योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया गया, ताकि वे स्वस्थ एवं तनावमुक्त जीवन व्यतीत कर सकें।

इस अवसर पर सभी प्रतिभागियों को फल वितरित किए गए तथा स्वास्थ्य, अनुशासन, स्वच्छता और सकारात्मक जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया गया।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य समाज में योग के प्रति जागरूकता बढ़ाना तथा भारत की इस महान परंपरा को जन-जन तक पहुँचाना रहा।

योग दिवस आयोजन में उपस्थित नागरिकों ने पूरे उत्साह और समर्पण के साथ सहभागिता कर कार्यक्रम को सफल बनाया। आयोजकों ने सभी प्रतिभागियों एवं सहयोगियों का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि योग केवल एक व्यायाम पद्धति नहीं, बल्कि स्वस्थ तन, शांत मन और सशक्त राष्ट्र निर्माण का मजबूत आधार है।

5 से 10 जुलाई के बीच शुरू होगा जोड़सप्पड़ मेडिकल कॉलेज, ओपीएस विस्तार पर भी सरकार कर रही विचार

पवन धीमान

हमीरपुर। मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खु ने शनिवार को हमीरपुर दौरे के दौरान भाजपा और सांसद अनुराग ठाकुर पर तीखा हमला बोला। जसकोट में निर्माणाधीन हेलीपोर्ट और जोड़सप्पड़ मेडिकल कॉलेज का निरीक्षण करने पहुंचे मुख्यमंत्री ने कहा कि पिछले 20 वर्षों से सांसद रहे अनुराग ठाकुर बताएं कि उन्होंने हमीरपुर जिले के लिए कौन-कौन से बड़े विकास कार्य किए हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि सांसद विकास कार्यों का झूठा श्रेय लेने की राजनीति कर रहे हैं और अब जनता को गुमराह करना बंद करें।

मुख्यमंत्री ने कहा कि जोड़सप्पड़ मेडिकल कॉलेज में अब तक लगभग 500 करोड़ रुपये खर्च किए जा चुके हैं, जबकि केंद्र सरकार का योगदान मात्र 197 करोड़ रुपये है, जो यूपीए सरकार के समय स्वीकृत हुआ था। उन्होंने कहा कि शेष धनराशि प्रदेश सरकार द्वारा उपलब्ध करवाई गई है।

सुक्खु ने दावा किया कि मेडिकल कॉलेज में अत्याधुनिक मशीनरी स्थापित की गई है और यहां मरीजों को बेहतर स्वास्थ्य सुविधाएं मिलेंगी। उन्होंने घोषणा की कि मेडिकल कॉलेज का उद्घाटन 5 से 10 जुलाई के बीच कर दिया जाएगा।

मुख्यमंत्री ने केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जेपी नड्डा पर भी निशाना साधते हुए कहा कि उन्हें तथ्यात्मक जानकारी के आधार पर बयान देने चाहिए। उन्होंने कहा कि अस्पताल निर्माण में जायका के माध्यम से धन खर्च होने संबंधी बयान वास्तविकता से परे हैं और जनता को भ्रमित करने वाले हैं।

नेता प्रतिपक्ष जयराम ठाकुर पर कटाक्ष करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि ऐसा प्रतीत होता है कि वे अभी भी नींद में हैं। उन्होंने दावा किया कि जिला परिषद चुनावों में जनता ने कांग्रेस पर भरोसा जताया था और भाजपा को अपेक्षित समर्थन नहीं मिला।

संक्षिप्त खबरें

मेडिकल कॉलेज चम्बा में मनाया गया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस; स्वस्थ बुढ़ापे के लिए योग थीम पर हुआ भव्य आयोजन

हामिद खान

चंबा। पंडित जवाहरलाल नेहरू सरकारी मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल, चम्बा में रविवार को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस विशेष कार्यक्रम में मेडिकल कॉलेज के एमबीबीएस छात्र-छात्राओं और प्रशिक्षुओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया और विभिन्न योगासनों का अभ्यास किया।

कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य सह डीन डॉ. पंकज गुप्ता ने उपस्थित जनसमूह को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस प्रत्येक भारतीय के लिए एक महान और गर्व का दिन है। इस वैश्विक दिवस की कल्पना भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा की गई थी। डॉ. गुप्ता ने इतिहास पर प्रकाश डालते हुए बताया किसितंबर 2014 में संयुक्त राष्ट्र महासभा में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आह्वान के बाद, संयुक्त महासभा ने एक प्रस्ताव पारित कर 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में घोषित किया था। इसके बाद पहला योग दिवस 21 जून, 2015 को मनाया गया, जो वास्तव में सभी भारतीयों के लिए एक ऐतिहासिक क्षण था। प्राचार्य डॉ. पंकज गुप्ता ने 21 जून की तारीख के चयन के पीछे छिपे वैज्ञानिक और आध्यात्मिक कारणों को विस्तार से साझा किया। उन्होंने बताया कि 21 जून उत्तरी गोलार्ध में साल का सबसे लंबा दिन होता है, जिसे ग्रीष्म संक्रांति भी कहा जाता है। इस दिन सूर्य की किरणें सबसे लंबे समय तक धरती पर रहती हैं।

ऊना शहर में दो बच्चियों और दिव्यांग महिला के बाद अब व्यक्ति पर कुत्ते का हमला

राजन पुरी

ऊना। शहर में आवारा कुत्तों का बढ़ता आतंक लोगों के लिए गंभीर चिंता का विषय बनता जा रहा है। लगातार सामने आ रही हमले की घटनाओं ने शहरवासियों की सुरक्षा पर सवाल खड़े कर दिए हैं। हाल ही में दो बच्चियों और एक दिव्यांग महिला पर हुए हमलों के बाद अब शनिवार देर रात बाल स्कूल ऊना के बाहर एक व्यक्ति पर आवारा कुत्तों के झुंड द्वारा हमला किए जाने की घटना सामने आई है। इस घटना का वीडियो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार ग्राउंड के समीप एक व्यक्ति गुजर रहा था, तभी अचानक कई आवारा कुत्तों ने उसे घेर लिया और हमला कर दिया। कुत्तों के झुंड से बचने के लिए व्यक्ति ने काफी प्रयास किया, जबकि आसपास मौजूद लोगों ने मौके पर पहुंचकर उसे सुरक्षित बाहर निकाला। यदि समय रहते लोग हस्तक्षेप नहीं करते तो बड़ा हादसा भी हो सकता था।

पीरन पंचायत के नवनिर्वाचित प्रतिनिधियों ने की पंचायतीराज मंत्री से शिष्टाचार भेंट

चमन शर्मा

शिमला। जुन्गा तहसील की ग्राम पंचायत पीरन के नवनिर्वाचित पंचायत प्रतिनिधियों ने कसुंपटी कांग्रेस मंडल के पूर्व अध्यक्ष अतर सिंह ठाकुर के नेतृत्व में ग्रामीण विकास एवं पंचायतीराज मंत्री अनिरूद्ध सिंह से शिष्टाचार भेंट की गई ।

मंत्री ने नवनिर्वाचित पंचायत प्रतिनिधियों को अपनी शुभकामनाएं देते हुए कहा कि जिस उम्मीद से लोगों ने उन्हें चुना है उस पर खरा उतरने का प्रयास करें ।

अनिरूद्ध सिंह ने कहा कि ग्राम पंचायतें सरकार व प्रशासन की मूल इकाई मानी जाती है जहां पर सरकार की योजनाओं का निचले स्तर पर कार्यान्वयन किया जाता है।

उन्होने पंचायत प्रतिनिधियों से आग्रह किया कि वह दलगत राजनीति से उपर उठकर पंचायत के विकास और पंचायत स्तर पर होने वाले लोगों के कार्यों को बिना भेदभाव से करने में रचनात्मक भूमिका निभाएं।

उन्होने कहा कि सरकार की कल्याणकारी योजनाओं का पंचायत स्तर सही परिप्रेक्ष्य में निष्पादन करें और यह सुनिश्चित करें कि सरकार की योजनाओं का लाभ गरीब व जरूरतमंद व्यक्ति को मिले।

उन्होने पंचायत प्रतिनिधियों को आश्वासन दिया कि पंचायत के विकास के लिए धन की कमी का आड़े नहीं आने दिया जाएगा।

प्रतिनिधिमंडल में प्रधान निशा देवी, उप प्रधान अतर सिंह ठाकुर, वार्ड मैंबर प्रेम दास शर्मा, अर्चना ठाकुर, नरायण सिह सहित अन्य कांग्रेस पदाधिकारी मौजूद रहे ।

नशा मुक्त भारत अभियान के तहत रामपुर में निकाली गई जागरूकता रैली

लिहान्टू

रामपुर बुशहर। सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग द्वारा शिक्षा विभाग के सहयोग से आज रामपुर में नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत नशा उन्मूलन एवं अवैध मादक पदार्थों की तस्करी के विरुद्ध एक जागरूकता रैली का आयोजन किया गया। इस वर्ष अभियान का विषय नशा मुक्त भारत अभियान, विकसित भारत की पहचान रखा गया है, जिसके माध्यम से युवाओं और आमजन को नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करने का प्रयास किया जा रहा है।

तहसील कल्याण अधिकारी रामपुर मोहन केदारटा ने जानकारी देते हुए बताया कि इस जागरूकता रैली में पदम राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला रामपुर तथा राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला (बालिका) रामपुर के लगभग 300 विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। रैली को पदम राजकीय वरिष्ठ

माध्यमिक पाठशाला रामपुर के प्रधानाचार्य राजेश परमार ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया।

रैली विद्यालय परिसर से प्रारम्भ होकर पुराना बस स्टैंड सहित रामपुर नगर के विभिन्न क्षेत्रों से होकर गुजरी। इस दौरान विद्यार्थियों ने हाथों में जागरूकता संबंधी तख्तियां एवं बैनर लेकर नशे के खिलाफ प्रभावशाली संदेश दिए।

तहसील कल्याण अधिकारी ने कहा कि नशा आज समाज के लिए एक चुनौती बन चुका है, जिसका सबसे अधिक प्रभाव युवा वर्ग पर पड़ रहा है। ऐसे में जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से युवाओं को सही दिशा प्रदान करना अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने कहा कि नशा मुक्त समाज का निर्माण तभी संभव है जब समाज का प्रत्येक वर्ग इस अभियान में सक्रिय भागीदारी निभाए।

रैली के दौरान विद्यार्थियों ने नशे के सेवन से होने वाले शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आर्थिक दुष्प्रभावों के बारे में लोगों को जागरूक किया। साथ ही अवैध मादक पदार्थों की तस्करी के विरुद्ध समाज को सजग रहने तथा ऐसी गतिविधियों की सूचना संबंधित विभागों को देने का भी आह्वान किया गया।

अमलैहड़ में बाबा बालक नाथ जी का वार्षिक भंडारा आयोजित

राजन पुरी

ऊना। अमलैहड़ में डडवाल परिवार द्वारा बाबा बालक नाथ जी का वार्षिक भंडारा एवं धार्मिक आयोजन श्रद्धा, आस्था और भक्तिभाव के साथ हुआ।

कार्यक्रम का शुभारंभ विधिवत हवन-यज्ञ एवं ध्वजारोहण के साथ हुआ। इसके पश्चात भजन-कीर्तन का आयोजन किया गया, जिसमें श्रद्धालु बाबा बालक नाथ जी के भजनों और जयकारों में भाव-विभोर होकर शामिल हुए।

धार्मिक अनुष्ठान के उपरांत विशाल भंडारे का आयोजन किया गया, जिसमें अमलैहड़ सहित आसपास के क्षेत्रों से पहुंचे श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया। इस अवसर पर संजीव डडवाल, राजीव, अशोक, सीमा, कुसुम, सविता, वीना, बानु, मीतू, दीक्षा, मुस्कान सहित अन्य उपस्थित रहे।

योगाभ्यास को बनाया जाए दिनचर्या का महत्वपूर्ण हिस्सा : अमित मैहरा

हामिद खान

चंबा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर चंबा के ऐतिहासिक चौगान में आयुष विभाग के सौजन्य से जिला स्तरीय योग शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में अतिरिक्त उपायुक्त अमित मैहरा ने बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की तथा दीप प्रज्ज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया।

इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2026 की थीम स्वस्थ उम्र बढ़ने के लिए योग रही। इस थीम के माध्यम से लोगों को जीवन के प्रत्येक चरण में स्वस्थ, सक्रिय एवं निरोग रहने के लिए योग को अपनाने हेतु प्रेरित किया गया।

अतिरिक्त उपायुक्त अमित मैहरा ने उपस्थित लोगों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि निरोग एवं स्वस्थ जीवन के लिए योगाभ्यास को अपनी दिनचर्या का महत्वपूर्ण हिस्सा बनाना आवश्यक है। उन्होंने कहा कि नियमित योग करने से व्यक्ति शारीरिक और मानसिक रूप से सशक्त बनता है तथा हृदय रोग, मधुमेह सहित अनेक जीवनशैली संबंधी बीमारियों से बचाव संभव है। उन्होंने सभी लोगों से प्रतिदिन योग के लिए समय निकालने का आह्वान किया।

इस अवसर पर जिला आयुष अधिकारी डॉ. अनीता शर्मा ने मुख्य अतिथि को स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया।

जिला आयुर्वेदिक चिकित्सालय के प्रभारी डॉ. योगेश जरयाल के मार्गदर्शन में प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम करवाए गए।

शोभित आईटीआई चलोला को इलेक्ट्रिक मोटर व्हीकल ट्रेड की मान्यता

राजन पुरी

ऊना। शोभित प्राइवेट आईटीआई चलोला को भारत सरकार के डीजीटी-एनसीवीटी तथा हिमाचल प्रदेश सरकार से शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए इलेक्ट्रिक मोटर व्हीकल ट्रेड संचालित करने की स्वीकृति प्राप्त हो गई है। इस मान्यता के साथ क्षेत्र के युवाओं को आधुनिक ऑटोमोबाइल तकनीक से जुड़कर रोजगार के बेहतर अवसर प्राप्त होंगे। संस्थान में पहले से ही इलेक्ट्रिशियन, फिटर, प्लंबर, मोटर मैकेनिक तथा डीजल मैकेनिक जैसे तकनीकी ट्रेड सफलतापूर्वक संचालित किए जा रहे हैं। संस्थान के प्राचार्य सुखदेव सिंह सैनी ने बताया कि नए शैक्षणिक सत्र के लिए सभी ट्रेडों में प्रवेश प्रक्रिया शुरू हो चुकी है। इच्छुक छात्र-छात्राएं पहले आओ, पहले पाओ के आधार पर प्रवेश लेकर अपने तकनीकी करियर की मजबूत शुरुआत कर सकते हैं।

रामपुर एचपीएस एवं लूहरी एचईपी-I में उत्साहपूर्वक मनाया गया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2026

लिहान्टू

रामपुर बुशहर। रामपुर हाइड्रो पावर स्टेशन एवं लूहरी जल विद्युत परियोजना-। द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2026 का आयोजन आज प्रात: 7:30 बजे से 8:30 बजे तक उत्साहपूर्वक किया गया। इस वर्ष की थीम "Yoga for Healthy Ageing" (स्वस्थ एवं सक्रिय वृद्धावस्था के लिए योग) के अनुरूप कार्यक्रम का उद्देश्य योग के माध्यम से सभी आयु वर्ग के लोगों में शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक संतुलन, भावनात्मक सुदृढ़ता तथा दीर्घकालिक स्वस्थ जीवनशैली के प्रति जागरूकता बढ़ाना रहा, ताकि जीवन के प्रत्येक चरण में स्वास्थ्य, सक्रियता एवं समग्र कल्याण को प्रोत्साहन मिल सके।

कार्यक्रम में निगम के निदेशक (कार्मिक) अजय कुमार शर्मा परिवार सहित उपस्थित रहे। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि मुझे

अत्यंत हर्ष है कि इस वर्ष योग दिवस के अवसर पर मुझे रामपुर जल विद्युत स्टेशन एवं लूहरी जल विद्युत परियोजना के साथ योग अभ्यास करने का अवसर मिला। इस तरह के आयोजन एसजेवीएन प्रबंधन हमेशा से करता आ रहा है और आगे भी करता रहेगा। उन्होंने आगे कहा कि आज का यह आयोजन न केवल हमारे स्वास्थ्य को सुदृढ़ कर रहा है, बल्कि सामुदायिक एकता और सहयोग की भावना को भी मजबूत बना रहा है; आइए हम सब मिलकर संकल्प लें कि योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाएं।

कार्यक्रम में रामपुर हाइड्रो पावर स्टेशन के परियोजना प्रमुख विकास मारवाह एवं लूहरी जल विद्युत परियोजना-। के परियोजना प्रमुख विवेक शर्मा के साथ-साथ आरएचपीएस एवं लूहरी एचपीएस-। के अधिकारी, कर्मचारी तथा आवासीय परिसर के निवासी बड़ी संख्या में शामिल हुए।

खुरालगढ़ साहिब में मनाया गया श्री गुरु रविदास जी का जोती-जोत दिवस

राजन पुरी

ऊना। तप अस्थान श्री गुरु रविदास ऐतिहासिक धर्म अस्थान खुरालगढ़ साहिब में श्री गुरु रविदास जी महाराज का जोती-जोत दिवस श्रद्धा के साथ मनाया गया। इस अवसर पर बड़ी संख्या में संगत ने धर्मस्थल पहुंचकर गुरु चरणों में नतमस्तक होकर आशीर्वाद प्राप्त किया तथा गुरु महाराज की वाणी का श्रवण किया। कार्यक्रम के दौरान भाई बलजिंदर सिंह एवं भाई दीपक सिंह के कीर्तनी जत्थे ने मधुर गुरवाणी कीर्तन प्रस्तुत कर संगत को आध्यात्मिक रस से सराबोर कर दिया। कीर्तन के पश्चात वक्ताओं ने श्री गुरु रविदास जी महाराज के महान जीवन, उनकी शिक्षाओं तथा मानवता, समानता और भाईचारे के संदेश पर विस्तार से प्रकाश डाला। मुख्य सेवादार बाबा केवल सिंह ने बताया कि फरवरी 2027 में श्री गुरु रविदास जी महाराज का 650वां प्रकाश पर्व ऐतिहासिक और भव्य रूप से मनाया जाएगा। कार्यक्रम में कोषाध्यक्ष बाबा हरभजन सिंह, बाबा नरेश सिंह, बाबा सुखदेव सिंह, चरण भारती, चौधरी जीत सिंह सहित अनेक गणमान्य श्रद्धालु एवं संगत उपस्थित रही।