

योग शरीर को स्वस्थ रखने की कला है, इसे दिनचर्या में शामिल करें : शुक्ल

विश्व योग दिवस पर उप मुख्यमंत्री ने अधिकारियों, विद्यार्थियों एवं आमजनों के साथ किया योगाभ्यास

नवभारत न्यूज
रीवा, 21 जून, जिले में 12वां विश्व योग दिवस उत्साह व उमंग के साथ मनाया गया। उप मुख्यमंत्री राजेन्द्र शुक्ल ने स्पोर्ट्स काम्प्लेक्स रीवा में आयोजित जिला स्तरीय कार्यक्रम का शुभारंभ किया। उप मुख्यमंत्री श्री शुक्ल तथा सांसद जनार्दन मिश्र ने वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारियों, शिक्षकों, स्थानीय नागरिकों तथा बड़ी संख्या में छात्र-छात्राओं ने सामूहिक योग किया।

समारोह में अनुसूचित जाति आयोग के अध्यक्ष कैलाश जाटव, विन्ध्य विकास प्राधिकरण के अध्यक्ष डॉ. पंचूलाल प्रजापति, उपाध्यक्ष विन्ध्य विकास प्राधिकरण डॉ. अजय सिंह, जिला भाजपा अध्यक्ष वीरेन्द्र गुप्ता, कमिश्नर



रीवा संभाग बीएस जामोद, आईजी गौरव राजपूत, पुलिस अधीक्षक गुरकरन सिंह, सीईओ जिला पंचायत मेहताव सिंह गुर्जर, अपर कलेक्टर श्रीमती सपना त्रिपाठी ने भी सामूहिक योगाभ्यास किया। समारोह में

कोलकाता में आयोजित विश्व योग दिवस के राष्ट्रीय कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के उद्बोधन का सजीव प्रसारण भी दिखाया गया। इस अवसर पर उप मुख्यमंत्री राजेन्द्र शुक्ल ने कहा कि योग शरीर को स्वस्थ रखने की कला है। योग को दिनचर्या में शामिल करने से हम अपने स्वास्थ्य को ठीक रख सकते हैं। महर्षि पतंजलि ने देश व समाज को योग से अवगत कराया। इस प्राचीन ज्ञान को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने पदभार ग्रहण करने के बाद वर्ष 2014 से जनजन तक पहुंचाने का प्रयास किया। बाबा रामदेव ने भी योग को घर-घर तक पहुंचाने का कार्य किया। देश के यशस्वी प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के प्रयासों से योग आज विश्वव्यापी हो गया है। चीन,



जापान से लेकर यूरोप और अमेरिका में बड़ी संख्या में लोग योग से जुड़े हुए हैं। विश्व योग दिवस दुनिया का सामूहिक योगाभ्यास का सबसे बड़ा कार्यक्रम बन गया है। विश्व योग

दिवस पर जिला मुख्यालय के साथ-साथ विकासखण्ड तथा ग्राम पंचायतों में भी सामूहिक योगाभ्यास के कार्यक्रम आयोजित किए गए। सभी शिक्षण संस्थाओं तथा आयुष

विभाग के आरोग्य मंदिरों एवं आंगनवाड़ी केन्द्रों में सामूहिक योगाभ्यास किया गया। सामूहिक योगाभ्यास में संभागीय आयुष अधिकारी डॉ. शिवराम साकेत, जिला आयुष अधिकारी डॉ. शारदा मिश्रा, एसडीएम हजूर अनुराग तिवारी, संभागीय खेल अधिकारी एमके धोलपुरी, सहायक संचालक शिक्षा राजेश मिश्रा सहित विद्यार्थी, गणमान्य नागरिक पुलिस अधिकारी शामिल हुए।

भाजपा कार्यालय में योगाभ्यास-अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर भाजपा कार्यालय अटल कुंज में योग कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस कार्यक्रम में मुख्य रूप से उप मुख्यमंत्री राजेन्द्र शुक्ला, जिलाध्यक्ष वीरेन्द्र गुप्ता, विन्ध्य विकास प्राधिकरण अध्यक्ष

पंचूलाल प्रजापति उपस्थित रहें। इस अवसर पर प्रधानमंत्री नरेन्द्र

मोदी के सेवा, सुशासन, जनकल्याण और विश्वास के 12



केन्द्रीय जेल में बंदियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

केन्द्रीय जेल रीवा में 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। जेल में निरुद्ध बंदियों को योग गुरु आदर्श पाण्डेय ने मधुर संगीत की धुन पर विभिन्न योगासनो का अभ्यास कराया। बंदियों ने पूरे उत्साह के साथ सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, वृक्षासन, गरुडासन, वीरभद्रासन, धनुरासन, मकरासन और सर्वांगासन जैसी योग क्रियाएं कीं। जेल अधीक्षक सतीश कुमार उपाध्याय ने कहा कि योग केवल एक शारीरिक व्यायाम नहीं है, बल्कि यह शरीर, मन और आत्मा को जोड़ने का एक आध्यात्मिक और दार्शनिक माध्यम है। उन्होंने बताया कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में मध्यप्रदेश विधि सेवा प्राधिकरण द्वारा 15 जून से प्रतिदिन वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग (व्ही.सी.) के माध्यम से प्रदेश की सभी जेलों में बंदियों को योगाभ्यास कराया जा रहा था। कार्यक्रम में जिला विधिक सेवा अधिकारी अभय मिश्रा, आयुष विभाग से डॉ. उमेश ताम्रकार, डॉ. विष्णु माया मिश्रा, योग साधिका राधे चौरसिया और रचना चौरसिया, उप जेल अधीक्षक संजीव कुमार गंदेले, सहायक जेल अधीक्षक श्याम सिंह कुशवाह, हेमंत रावत, शिक्षक राजीव तिवारी, स्वदीप सिंह सहित मेडिकल स्टाफ और समस्त जेल स्टाफ ने भी सामूहिक योगाभ्यास किया।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया

कृषि महाविद्यालय रीवा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। इस अवसर पर योग गुरु डा एस एम कुमर्वंशी ने प्राध्यापकों एवं छात्र



प्रतीक है। यह बिना किसी महंगी दवा के, बीमारियों से बचाव और समग्र कल्याण का सबसे प्राचीन और विश्वसनीय माध्यम है, जिससे मनुष्य अपने आप को स्वस्थ एवं प्रसन्नचित रख सकता है। इस अवसर पर कृषि विज्ञान केन्द्र एवं कृषि महाविद्यालय के वैज्ञानिक एवं प्राध्यापकों के साथ-साथ कर्मचारी एवं छात्र छात्राएं उपस्थित रहे। कार्यक्रम का संचालन डा मनीषा द्विवेदी ने किया।

संक्षिप्त

मुख्य सचिव 25 को करेंगे समीक्षा

रीवा, मुख्य सचिव अनुराग जैन 25 जून को वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से शाम 4 बजे से आयोजित बैठक में निर्धारित एजेण्डा बिन्दुओं की समीक्षा करेंगे। बैठक में स्वास्थ्य एवं कुपोषण, पंचायत एवं ग्रामीण विकास तथा जनजातीय कार्य, स्कूल शिक्षा विभाग, सुशासन, कानून और व्यवस्था, खाद्यान्न वितरण, ई सेवा पोर्टल, ज्ञान भारतम अभियान, अवैध खनिज खनन और परिवहन पर कार्रवाई तथा अन्य बिन्दुओं की समीक्षा की जाएगी। कमिश्नर बीएस जामोद ने सभी संबंधित संभागीय अधिकारियों को जानकारी के साथ कमिश्नर कार्यालय सभागार से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग से शामिल होने के निर्देश दिए हैं।

कृषि उत्पादन आयुक्त 25 को करेंगे समीक्षा

रीवा, कृषि उत्पादन आयुक्त कलेक्ट्रेट सभागार रीवा में 25 जून को आयोजित बैठक में कृषि विकास की समीक्षा करेंगे। बैठक में सुबह 10 बजे से दोपहर 1 बजे तक किसान कल्याण तथा कृषि विभाग, उद्यानिकी, खाद्य प्रसंस्करण, सहकारिता विभाग एवं इनसे जुड़ी संस्थाओं की समीक्षा की जाएगी। बैठक में दोपहर 2 बजे से शाम 6 बजे तक पशुपालन, डेयरी विकास विभाग, मछली पालन विभाग तथा अन्य संबद्ध विभागों की योजनाओं की समीक्षा की जाएगी। बैठक में रीवा और शहडोल संभाग के सभी जिलों के कलेक्टर तथा संबंधित विभागों के संभागीय और जिलाधिकारी उपस्थित रहेंगे। बैठक में रबी फसल 2025-26 की उपलब्धियों तथा खरीफ फसल 2026 की तैयारियों की भी समीक्षा की जाएगी।

प्रवेश के लिये आवेदन तिथि अब 10 जुलाई तक

रीवा, माखनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता एवं संचार विश्वविद्यालय की प्रवेश प्रक्रिया के अंतर्गत ऑनलाइन आवेदन करने की अंतिम तिथि बढ़ाकर अब 10 जुलाई कर दी गई है। जिससे विद्यार्थी अब 10 जुलाई तक ऑनलाइन आवेदन कर प्रवेश ले सकते हैं। अभ्यर्थियों को सूचित किया जाता है कि ऑनलाइन आवेदन केवल विश्वविद्यालय की वेबसाइट अथवा एम.पी.ऑनलाइन पोर्टल के माध्यम से ही स्वीकार किये जायेंगे। विद्यार्थियों की सुविधा और अधिकतम भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए विश्वविद्यालय द्वारा ये निर्णय लिया गया है। एमसीयू में सत्र 2026-27 के लिये प्रवेश प्रक्रिया आरंभ है। जिसमें मीडिया एवं जनसंचार के क्षेत्रों में बीएएमसी, बीएससी इलेक्ट्रॉनिक मीडिया, एमएएमसी, एमएससी इलेक्ट्रॉनिक मीडिया और एमजे में आधुनिक एवं प्रोफेशनल कोर्स संचालित किये जा रहे हैं। कम्प्यूटर शिक्षा में बैचलर डिग्री बीसीए और पोस्ट ग्रेजुएट डिप्लोमा इन कम्प्यूटर एप्लीकेशन के साथ ही एक वर्षीय डीसीए कम्प्यूटर डिप्लोमा कोर्स का भी संचालन किया जा रहा है।

बाल कौशल केंद्र में हुआ सामूहिक योगाभ्यास

रीवा, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नगर निगम रीवा द्वारा संचालित बाल कौशल केंद्र, शासकीय कन्या विद्यालय र में माय भारत के सहयोग से सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में खिलाड़ियों, अभिभावकों एवं सम्मानित नागरिकों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता कर योग के महत्व को समझा और विभिन्न योगासनो का अभ्यास किया। कार्यक्रम में योग गुरु गणेश कुमार गुप्ता ने उपस्थित प्रतिभागियों को योग की बारीकियों से अवगत कराया। उन्होंने नियमित योगाभ्यास के लाभ बताते हुए स्वस्थ एवं निरोगी जीवन के लिए योग को दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने पर बल दिया। साथ ही विभिन्न योगासन एवं प्राणायाम का अभ्यास कराते हुए उनके शारीरिक एवं मानसिक लाभों की जानकारी दी। इस अवसर पर माय भारत के अधिकारी कुलदीप सिंह विशेष अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। उन्होंने खिलाड़ियों एवं नागरिकों का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि योग केवल एक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ और संतुलित जीवन जीने की श्रेष्ठ जीवनशैली है, जिसे प्रत्येक व्यक्ति को अपनाना चाहिए। कार्यक्रम में बाल कौशल केंद्र के ताइक्वांडो प्रशिक्षक पवन किशोर मांझी, नृत्य प्रशिक्षिका श्वेता अग्रवाल, राजलाल दहिया, शुभम दहिया, कौशिकी शुक्ला, सोयल जायसवाल, बी.के. त्रिपाठी सहित बड़ी संख्या में खिलाड़ी, अभिभावक एवं नागरिक उपस्थित रहे। कार्यक्रम का समापन सभी प्रतिभागियों द्वारा नियमित योग करने एवं स्वस्थ समाज के निर्माण में योगदान देने के संकल्प के साथ किया गया।



नोट यूजो के परीक्षार्थियों को चेंकिंग और कड़ी सुरक्षा के बीच केन्द्रों में दिया गया प्रवेश

मानसून के पहले होती हैं सर्वाधिक आकाशीय बिजली की घटनाएं

नवभारत न्यूज
रीवा, 21 जून, आकाशीय बिजली (वज्रपात) से बचाव के लिए स्वास्थ्य और चिकित्सा शिक्षा विभाग ने जन समुदाय के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए हैं।

इन निर्देशों का पालन कर आकाशीय बिजली से सुरक्षा और बचाव किया जा सकता है। आकाशीय बिजली से बाहरी गतिविधियों में शामिल लोग जैसे खेलों, औद्योगिक स्थानों,

निर्माण और सामग्री हैंडलिंग वाले स्थलों पर काम करने वाले लोग सर्वाधिक संवेदनशील होते हैं। आकाशीय बिजली किसी भी समय गिर सकती है। यह मानसून के पहले जून-जुलाई में अधिक होती है। दोपहर और सायंकाल के बीच वज्रपात की घटनाएं सर्वाधिक देखी जाती हैं।

ऊंची नुकीली संरचनाओं, पेड़ों पर आकाशीय बिजली गिरने की अधिक संभावना होती है। ऐसे स्थानों से दूर रहने की

सलाह दी गई है।

जारी निर्देश में कहा गया है कि धातु का मचान, धातु के उपकरण, पानी के पाइप या प्लम्बिंग, बिजली का संचालन करने वाली सामग्री अथवा सतहों के संपर्क से बचें। ऊंची अधोसंरचनाएं, पहाड़ी टेकरी, बिजली के खंभे, टेलीफोन के खंभे, ऊंचा पेड़, छत, मचान, धातु की सीढ़ी, बड़े मशीन जैसे बुलडोजर, क्रेन और ट्रैक्टर जैसे वाहनों से दूर रहें। विस्फोट संभावित क्षेत्रों तथा उद्योग

स्थलों से तत्काल सुरक्षित स्थल की ओर प्रस्थान करें। धातुयुक्त वाहनों से विद्युत प्रवाह संभावित होने के कारण तुरंत सुरक्षित स्थलों की ओर जाएं। सड़क पर होने पर तुरंत किसी भवन के अंदर शरण लें। आकाशीय बिजली के गर्जन सुनाई देने के बाद कम से कम 30 मिनट तक सुरक्षित स्थान पर बने रहें। बिजली एवं इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों के संपर्क से दूरी बनाए रखें। इन्हें पावर प्लग से पृथक करें।

ट्रकों की टक्कर में चालक घायल

नवभारत न्यूज
रीवा, 21 जून, मनगवां हाईवे पर रायपुर कर्चुलियान थाना क्षेत्र अंतर्गत बाईपास में दो ट्रकों में टक्कर हो गई। इस दौरान एक ट्रक का चालक मामूली रूप से घायल हो गया है। घटना की सूचना पर पहुंची पुलिस ने सड़क हादसे से बंद हुए यातायात को सुचारु रूप से चालू कराया है।

घटना के संबंध में मिली जानकारी के मुताबिक आगे जा रहे ट्रक के चालक द्वारा अचानक

ब्रेक मार देने के कारण पीछे से जा रहा कैप्सूल ट्रक उसमें टकरा गया। जिससे वाहन बुरी तरह से क्षतिग्रस्त हो गया और चालक घायल हो गया।

बताया गया है की शाम तकरीबन 4 बजे यह सड़क हादसा रायपुर कर्चुलियान थाना क्षेत्र के बाईपास में हुआ है। सड़क हादसे के बाद यातायात पूरी तरह से बाधित हो गया था मौके पर पहुंची पुलिस ने वाहनों को अलग करा यातायात शुरू कराया है और मामले की जांच शुरू कर दी।

तेज रफ्तार बाइक खदान में गिरी, दो की मौत

नवभारत न्यूज
रीवा, 21 जून, तेज रफ्तार बाइक अनियंत्रित होकर खदान में गिर गई। बाइक में तीन युवक सवार थे जिसमें दो की मौत हो गई। वहीं एक युवक की हालत सामान्य थी जो घटना के बाद लापता हो गया। घटना जनेह थाना क्षेत्र के खबरा गांव की है।

बाइक पर सवार होकर तीन युवक यूपी की तरफ जा रहे थे दोपहर करीब तीन बजे वे जैसे ही खबरा गांव के समीप पहुंचे तभी मोड़ पर चालक नियंत्रण खो

बैठा। जिससे बाइक सीधे सड़क के किनारे स्थित तीस फिट गहरी खदान में गिर गई। इस दौरान दो युवक गंभीर रूप से घायल हो गए, जबकि तीसरा सामान्य था जो घटना के बाद लापता हो गया। पुलिस ने घायलों को सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पहुंचाया जहां चिकित्सक ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। मृतकों में एक युवक को पहचान गजेन्द्र कुमार आदिवासी 25 वर्ष निवासी लोतार जारी थाना कौंधियारा जिला प्रयागराज उत्तर प्रदेश के रूप में हुई है।

ट्रांसफार्मर पर चढ़कर युवक ने बिजली सुधार का वीडियो किया वायरल

नवभारत न्यूज
रीवा, 21 जून, जिले में भगवान भरोसे चल रहे बिजली विभाग की लापरवाही का एक और मामला मनगवां क्षेत्र के ग्राम पंचायत तिवनी के ठकुर टोला चौराहे से सामने आया है। यहां विद्युत ट्रांसफार्मर पर एक स्थानीय युवक द्वारा चढ़कर बिजली सुधार कार्य किए जाने का वीडियो सामने आने के बाद

क्षेत्र में चर्चा का विषय बन गया है। हालांकि वीडियो कितनी सही है इसकी पुष्टि अभी नहीं हुई है। जानकारी के अनुसार उक्त कार्य बिना किसी आधिकारिक अनुमति एवं किसी सुरक्षा मानकों का पालन किए बिना करे जाने का मामला है। स्थानीय निवासीयो द्वारा जारी किए गए वीडियो में आरोप लगाया गया है कि बिजली विभाग की

लापरवाही एवं कार्यप्रणाली में व्याप्त अनियमितताओं के कारण ग्रामीणों को ऐसी परिस्थितियों का सामना करना पड़ रहा है। वीडियो में ट्रांसफार्मर पर चढ़कर विद्युत व्यवस्था सुधारने का प्रयास करते हुए एक युवक दिखाई दे रहा है, जो किसी भी समय गंभीर हादसे का शिकार हो सकता है। ग्रामीणों का कहना है कि विद्युत संबंधी समस्याओं के

समाधान के लिए विभागीय कर्मचारियों की समय पर उपलब्धता नहीं होने से आम लोगों को जोखिम उठाने पर मजबूर होना पड़ता है। वहीं बिना प्रशिक्षण और बिना सुरक्षा उपकरणों के ट्रांसफार्मर पर चढ़कर कार्य करना न केवल नियमों के विरुद्ध है, बल्कि जानलेवा भी साबित हो सकता है।

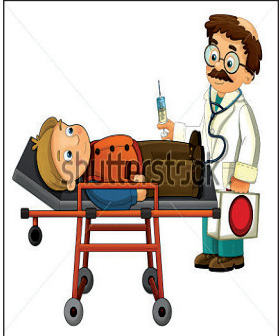
बंद नालियों की नहीं की जाती सफाई

नवभारत न्यूज
रीवा, 21 जून, नगर निगम द्वारा बरसात पूर्व नाला और नालियों की सफाई कराई जा रही है। लेकिन यह सफाई सिर्फ खानापूर्ति तक ही रह गई है।

शहर के कई ऐसे वार्ड हैं जहां खुली नालियों की सफाई तो कर दी गई लेकिन जो नालियां बंद हैं उनका चेम्बर खोल कर सफाई नहीं की गई

है, जिससे बरसात में लोगों को परेशानियों का सामना करना पड़ेगा। इसकी शिकायत सफाई दरोगा से लेकर नगर निगम तक में की जा चुकी है लेकिन इस ओर किसी का ध्यान नहीं जा रहा है।

जब मोहल्ले के लोग सफाई कर्मियों से चेम्बर खोल कर नालियों को सफाई की कहते हैं तो सफाई कर्मी आनाकानी कर निकल जाते हैं।



मरीजो और उनके परिजनो से मनमानी पैसा भी वसूल रहे हैं। कुछ डाक्टरों के ऐसे कर्मचारी हैं जो डाक्टरों से सांठगांठ कर

उनका लाइसेंस दुकानो में लगा रखे हैं और दवाई खुद कर रहे हैं। अगर सही तरीके से शहर के अंदर और मोहल्लो में संचालित क्लीनिको को जांच की जाय तो कई में ताला लग सकता है। लेकिन इस ओर किसी भी जिम्मेदार अधिकारी का ध्यान नहीं जा रहा है। जिसके चलते लोग अवसर पैसे और जिंदगी से हाथ धो रहे हैं। अभी कुछ दिन पूर्व ऐसे झोलाछाप डाक्टरों के खिलाफ जिले में कार्यवाही शुरू हुई थी लेकिन खानापूर्ति के बाद यह कार्यवाही भी ठंडी पड़ गई

है। अगर ऐसे डाक्टरों के खिलाफ समय रहते कार्यवाही नहीं हुई तो किसी भी दिन बड़ा हादसा हो सकता है। सूत्रो की माने तो यह झोलाछाप डाक्टर बिना किसी डर के क्लीनिक खोल कर बैठे हैं और मरीजों को दवा के साथ इंजेक्शन भी लगा रहे हैं। कई बार तो ऐसा भी होता है कि जब मरीज स्वस्थ नहीं होता तो डाक्टरों से सलाह लेकर दवा लेते हैं और अस्पताल में दिखाने की बात कह कर अपना पछा झाड़ लेते हैं। मरीजो की जिंदगी से इनका कोई लेना देना नहीं होता है।