नक्सली बंद का असर, नहीं चली बसें

डोंगरगढ़, 29 जुलाई। उत्तर गढ़चिरौली डिविजन दर्रेकसा एरिया कमेटी द्वारा 28 जुलाई से 3 अगस्त तक बंद के आव्हान पर आज पहले दिन व्यापक असर रहा। आज वनांचल क्षेत्रों की ओर जाने वाली बसों के पहिए बस स्टैंड पर ही थमे रहे। बंद के चलते आज किराणा दुकानें, पान ठेले व खेती किसानी के काम भी बंद रहे। बंद का खास असर ग्राम ढारा में दिखा। यहां सभी दुकानों, बस, टेम्पो, ट्रैक्टर सहित दुर्ग-राजनांदगांव बैंक भी बंद रहे। ज्ञात हो कि ग्रामीणों ने यह निर्णय लिया है कि पहले व आखिरी दिन कार्यों को बंद रखेंगे। इसी प्रकार बरनाराकला, बोरतालाब, जटकन्हार आदि क्षेत्रों में भी बंद का व्यापक असर दिखा।

प्रमाण पत्र बनवाने चक्कर लगा रहे स्कूली छात्र

छत्तीसगढ़ संवाददाता

चांपा, 28 जुलाई। क्षेत्र के विद्यार्थी आय, जाति, निवासी बनवाने के लिए तहसील कार्यालय एवं वकीलों के चक्कर काट रहे है। चांपा तहसीलदार एसके गुप्ता कहते है कि कार्यालय में कामकाज की अधिकता के कारण केवल गुरूवार को आय, जाति, निवास फार्म जमा किया जाता है और एक सप्ताह बाद गुरूवार को उसे वितरित किया जाता है।

ज्ञात हो कि सभी तरह के स्कूलों को खुले अब महीने भर होने जा रहा है और कक्षा 6 से ऊपर के सभी विद्यार्थियों को उनके पालक के आय के अनुरूप आय प्रमाण प्रत्र के अतिरिक्त जाति एवं निवासी प्रमाण पत्र को विद्यालय में जमा करने के लिए बच्चों को जोर दिया जा रहा है। अभिभावक स्थानीय पार्षद, पटवारी तथा तहसीलदार के पास बारी-बारी से दौड़ रहे है। हरि देवांगन, प्रकाशचंद देवांगन, संतोष थवाईत, एवं रेशय लाल यादव कहते है कि वकील एवं तहसील कार्यालय के चक्कर एवं हो रही दिक्कतों के कारण छात्रवृत्ति नहीं लेने का सोच रखते है।

तहसील कार्यालय चांपा के नए नियमों के कारण चांपा तहसील के अधिन आने वाले ग्रामीण हर रोज भटक रहे है अथवा बच्चों की पढ़ाई खराब हो रही है वहीं किसान खेती कार्य में जुटे हुए है। अभिभावकों ने जिले में व्यवस्था बनाने की अपील की है। जिससे अधिकाधिक विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति का लाभ मिल सके।

काईट में एम.बी.ए. का ओरिएंटेशन प्रारंभ

कृति इंस्टीट्यूट ऑफटेक्नालॉजी एण्ड इंजिनियरिंग (काईट) के तत्वावधान में संस्थान के प्रबंधन संकाय के अंर्तगत एम.बी.ए. के प्रथम बैच का ओरिएंटेशन कार्यक्रम 29 जुलाई से प्रारंभ होने जा रहा है। एम.बी.ए. कार्यक्रम में प्रबंधन क्षेत्र के गुरूजनों का योगदान हमेशा महत्वपूर्ण रहा है। इसी तारतम्य में 4 दिवसीय कार्यक्रम के दौरान प्रबंधन के विभिन पहलुओं पर प्रबुद्ध वक्ताओं द्वारा विद्यार्थियों को मार्गदर्शित किया जाएगा।

काईट द्वारा विगत वर्षों में स्थापित गुणवत्ता, प्रबंधन शिक्षा के क्षेत्र में भी स्थापित करने हेतु उच्चकोटि की ढ़ाचागत व्यवस्था के साथ शिक्षा का उत्कृष्ट वातावरण तैयार किया गया है। शिक्षकों में औद्योगिकी अनुभव को प्राथमिकता देकर विद्यार्थियों को भविष्य के लिए तैयार करने के लिए काईट पूर्णत: तैयार है। ओरिएंटेशन कार्यक्रम श्री सच्चिदानंद जोशी (उपकुलपति - कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता विश्वविद्यालय) के मुख्य आतिथ्य में काईट कैम्पस के प्रबंधन विभाग में सम्पन्न होगा।

मोबाइल कॉर्नर

एक तरफ खाड़ी के देशों से लेकर भारत तक ब्लैकबेरी ईमेल सुविधा पर रोक लगाने का विचार चल रहा है क्योंकि इस फोन पर आने वाली ईमेल को खुफिया एजेंसियां नहीं देख सकतीं। लेकिन इस बीच में ब्लैकबेरी फोन बनाने वाली कंपनी इसके लिए एक नया सॉफ्टवेयर भी ला रही है और इसके नए मॉडल भी आ रहे हैं। दुनिया के कई देशों में ब्लैकबेरी सुविधा वाली टेलीफोन कंपनियों ने खुफिया एजेंसियों को एसी तकनीक उपलब्ध कराई है कि वे हर ईमेल को देख सकें और भारत का बाजार इतना बड़ा है कि यहां भी अपना धंधा बंद करने के बजाय कुछ करोड़ की ऐसी तकनीक ब्लैकबेरी फोन और टेलीफोन कंपनियां उपलब्ध करा देंगी।

छोटी सी बात

जब किसी औपचारिक जगह पर कुछ लोग ऐसी भाषा में बात करने लगें जो उनके साथ के दूसरा को समझ न आए, तो वे दूसरों का अपमान भी करते हैं। निजी जगहों पर यह ठीक है लेकिन जब आप सार्वजनिक या औपचारिक जगहों पर दूसरे लोगों के साथ हों, तो ऐसा न करें।

किसी भी टेबिल पर अगर कोई एक चीज सबका ध्यान पूरी तरह खींच सकती है तो वह एप्पल का 27 इंच का एलईडी मॉनिटर है जो बना तो एप्पल के मैक कम्प्यूटरों के लिए है लेकिन इसे इस कंपनी ने सिनेमा डिस्पले का नाम भी दिया है। कम्प्यूटर पर काम करने वाले लोग इतने बड़े मॉनिटर पर कई लोगों को एक साथ बिठा सकते हैं। लेकिन हर अच्छी टेक्नालॉजी कुछ दाम पर ही आती है, इसलिए यह मॉनिटर हजार डॉलर का है, करीब 50 हजार रुपए का।

स्वीकृत राशि की आधी नहीं देने की शिकायत

छत्तीसगढ़ संवाददाता

रामानुजनगर (सरगुजा), 29 जुलाई। पैर से विकलांग सागरपुर गांव के हुकुमसाय सिंह ने सरपंच व सचिव द्वारा इंदिरा आवास योजना के तहत स्वीकृत राशि की आधी राशि नहीं देने की शिकायत जिला कलेक्टर व सीईओ से पत्र के माध्यम से की है। उन्होंने उक्त राशि दिलाए जाने की मांग की है।

हुकुमसाय सिंह ने जिला कलेक्टर एवं सीईओ को पत्र भेज कर शिकायत की है कि सत्र 2009 में उसे इंदिरा आवास के तहत मकान बनाने का प्रकरण स्वीकृत हुआ था। विकलांग

हुकुम साय किसी तरह से मकान बना लिया। उसे सरपंच व सचिव ने मात्र साढ़े 12 हजार रुपए दिए है। शेष साढ़े 12 हजार रुपए आज तक नहीं दिए।

इसने अपने शिकायत पत्र में लिखा है कि मैं गरीबी रेखा के नीचे जीवन व्यापन कर रहा हूं। विकलांग हूं। मेरे नाम पर इंदिरा आवास प्रकरण स्वीकृत है। मुझे सचिव व सरपंच द्वारा पैसा नहीं दिया जा रहा है।

वह उक्त राशि के लिए गत वर्ष से मुख्य कार्य पालन अधिकारी जनपद रामानुजनगर का चक्कर लगा रहा है।

ओपन परीक्षा में नकल सामग्री जब्त

रामानुजनगर(सरगुजा), 29 जुलाई। हायर सेकेंडरी स्कूल रामानुजनगर में रसायन शास्त्र के प्रायोगिक परीक्षा के दौरान आकस्मिक निरीक्षण कर अनुविभागीय अधिकारी राजस्व ने 19 छात्रों से आपत्ति जनक नकल सामग्री जब्त कर केंद्राध्यक्ष सहित शिक्षकों के विरूद्ध कार्रवाई के लिए कलेक्टर सरगुजा को प्रतिवेदन भेजा है।

इस संबंध में मिली जानकारी के अनुसार आज शाउमावि में ओपन हायर सेकेंडरी कक्षा 12वीं की प्रायोगिक परीक्षा चल रही थी। परीक्षा में अनियमितता की शिकायत मिलने पर सूरजपुर एसडीएम ए. लाल ध्रुव ने आकस्मिक छापा मारा, जहां केंद्राध्यक्ष विद्यालता लकड़ा एवं कमरा प्रभारी गोपाल सिंह परीक्षार्थियों को नकल सामग्री दे रहे थे। इस कार्य में लिपिक मनमोहन सिंह इनका सहयोग कर रहे थे। उपस्थित 19 छात्रों सहित केंद्राध्यक्ष के विरूद्ध कार्रवाई के लिए श्री ध्रुव ने कलेक्टर को प्रतिवेदन भेजा है।

तहसील ईकाई का गठन

डोंगरगढ़, 29 जुलाई। जिला पत्रकार महासंघ के गठन के बाद तहसील ईकाई का गठन गत दिनों संगठन के जिला अध्यक्ष कमलेश स्वर्णकार की उपस्थिति में किया गया।

इस मौके पर उमाशंकर शर्मा, राकेश यादव, प्रमोद शेन्डे, लोकेश श्रावणी उपस्थित थे। ब्लॉक अध्यक्ष महेश सहारे ने अपनी कार्यकारिणी की घोषणा करते हुए राजू ईवरकर को उपाध्यक्ष, अनिल यादव को सचिव व उत्तम समुंद्रे को कोषाध्यक्ष मनोनित किया है। इस अवसर पर ब्लॉक और जिला के पदाधिकारियों ने सभी को बधाई दी।

आपसी तालमेल के अभाव में विकास कार्य रूके: योगेश

छत्तीसगढ़ संवाददाता

मैनपुर, 29 जुलाई। ग्राम पंचायत हरदीभाठा में पंचायत पदाधिकारियों के आपसी तालमेल के अभाव में विकास कार्य अवरूद्ध है। उक्त बातें भाजपा मंडल अध्यक्ष योगेश शर्मा ने जारी विज्ञप्ति में कही है।

श्री शर्मा ने बताया कि विगत दिनों तालाब गहरीकरण किया गया था, जिसमें खुदा हुआ मुरूम आज तक नहीं निकाला गया। तालाब बरसात के पानी से पुन: भर गया। विधायक मद से 5 लाख रुपए सीसी रोड के लिए विगत तीन माह से ग्राम पंचायत को आबंटित हैं, लेकिन अभी तक

कार्य शुरू नहीं किया गया।

श्री शर्मा ने आगे कहा कि पंचायत पदाधिकारियों को आपसी सामंजस्य बनाकर कार्य करना चाहिए और एक जुट होकर विकास कार्यों को कराकर गांव के विकास में अपना योगदान करना चाहिए, जिससे भविष्य में और भी विकास कार्यों की मांग कर विकास किया जा सके। लेकिन स्थिति यह है कि पंचायत आबंटित राशि का ही उपयोग नहीं कर पा रही है।

पंचायत में वृद्धा पेंशन चार माह से नहीं मिला है। निर्मल ग्राम घोषित ग्राम हरदीभाठा के नाडेब टंकी कचरों से भरी है, जिसकी ओर भी पंचायत का ध्यान नहीं है। गलियों में एवं मैनपुर हरदीभाठा पहुंच मार्ग में गड्ढे हो गए है।

सुपरफास्फेट, पोटाश, डीएपी खाद की उपलब्धता व किसान समृद्धि योजना व शाकंभरी योजना, स्प्रिकलर व ड्रिप वितरण की जानकारी भी दी गई। सामान्य सभा की बैठक में सदस्यों द्वारा पहली से आठवीं तक के बच्चों को नि:शुल्क पाठ्यपुस्तक, सरस्वती सायकल वितरण, गणवेश वितरण व छात्र दुर्घटना बीमा के संबंध में जानकारी ली गई। लोक निर्माण विभाग द्वारा वृहद पुलों व सड़कों के निर्माण कार्यों की प्रगति रिपोर्ट दी गई।

इस दौरान सर्वशिक्षा अभियान की शैक्षणिक गतिविधियों की भी समीक्षा की गई। बैठक में जनप्रतिनिधि व विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित थे। सामान्य सभा की बैठक में जिला पंचायत उपाध्यक्ष विदेशीराम धुर्वे, रघुराज सिंह, संतोष पटेल, गोपाल साहू, इन्द्राणी चंद्रवंशी, दुलौरिन साहू, हेमलता साहू, जनपद अध्यक्ष मोतीराम चंद्रवंशी, जनपद अध्यक्ष अमिषा चंद्रवंशी, जनपद अध्यक्ष संतोषी साहू, अगम दास समेत जनप्रतिनिधि व अधिकारीगण उपस्थित थे।

Laughter Challenge

A six year old comes crying to his Mother because his little
sister pulled his hair.
"Don't be angry," the Mother says, "Your little sister doesn't
realize that pulling hair hurts."
A short while later, there's more crying, and the Mother goes to
investigate.
This time the sister is bawling and her brother says...
"Now she knows."

जिपं सामान्य सभा की बैठक

छत्तीसगढ़ संवाददाता

कवर्धा, 29 जुलाई। जिला पंचायत के सामान्य सभा की बैठक आज जिला पंचायत के सभाकक्ष में आयोजित की गई। बैठक में कृषि, शिक्षा, जल संसाधन, प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना व स्वास्थ्य विभाग की योजनाओं की प्रगति की समीक्षा की गई।

सामान्य सभा की बैठक को संबोधित करते हुए जिला पंचायत अध्यक्ष सीमा अनंत ने कहा कि स्वास्थ्य विभाग की योजनाओं का व्यापक प्रचार-प्रसार सुनिश्चित हो ताकि ग्रामीण अंचल के लोग जनहितकारी योजनाओं का अधिकाधिक लाभ उठा सकें। उन्होंने जिले में सुरक्षित मातृत्व के लिए संस्थागत प्रसव में वृद्धि करने जननी सुरक्षा योजना का व्यापक प्रचार-प्रसार करने स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों को निर्देशित किया।

बैठक के दौरान प्रधानमंत्री ग्राम सड़कों की समीक्षा करते हुए योजना के अंतर्गत गुणवत्तायुक्त निर्माण कार्य करने व सड़कों का मरम्मत करने के निर्देश दिए गए। बैठक के दौरान जिला पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी सुनील जैन ने कृषि, सहकारिता विभाग, शिक्षा, सिंचाई, स्वास्थ्य विभाग व पीएमजीएसवाई विभाग से संबंधित समस्याओं के निराकरण के लिए अधिकारियों को निर्देशित किया। बैठक में जल संसाधन विभाग के अधिकारी ने जानकारी दी कि मध्यम सिंचाई जलाशयों में अच्छी बरसात होने के कारण जल भराव तेजी से हो रहा है।

इसी तरह कृषि विभाग के अधिकारी द्वारा सहकारी समितियों में रासायनिक खाद के भंडारण व उठाव की जानकारी दी गई। यूरिया,

सेहत

मोटापे और एसिडिटी से बचने सुबह नाश्ता करें

यदि आप एसिडिटी और मोटापे के शिकार है और आप में एकाग्रता की कमी है तो शायद इसकी वजह आपका सुबह का नाश्ता न लेने की आदत है। 'ब्रेन फूड' कहा जानेवाला सुबह का नाश्ता दिन भर का सबसे महत्वपूर्ण आहार है।

ऐसा करने वालों में ज्यादातर लोग या तो अपनी व्यस्त जीवनशैली की वजह से नाश्ते को नजरअंदाज करते हैं या फिर वे सोचते हैं कि नाश्ता न लेने से छरहरी काया हासिल की जा सकती है लेकिन विशेषज्ञ कहते हैं कि इससे मोटापा दूर होने की जगह बढ़ता है। आहार विशेषज्ञों के मुताबिक सुबह का नाश्ता बहुत जरूरी है। वे कहते हैं कि नाश्ता संतुलित होना चाहिए और इसमें कैल्शियम (दूध या दूध से बनी वस्तुएं), प्रोटीन, रेशेदार पदार्थ (अंकुरित अनाज) और एंटीऑक्सीडेंट्स (सेब, स्ट्रॉबेरी, केला, संतरा) और विटामिन होने चाहिए। सुचारू चयापचय प्रक्रिया के लिए सुबह पोषक नाश्ता लेना बहुत जरूरी है।

विशेषज्ञों के मुताबिक रात के खाने और सुबह के नाश्ते के बीच 10 से 12 घंटे का अंतराल हो जाता है, जो कि बहुत लंबा समय है। ऐसे में यदि नाश्ता न किया जाए तो यह अंतराल और भी बढ़ जाता है और इस तरह से शरीर की चयापचय प्रक्रिया प्रभावित होती है, जो कि मोटापा बढने और एसिडिटी का मुख्य कारण है।

By Health-Watch

अनुपस्थित शिक्षकों का वेतन काटने के निर्देश

बैकुंठपुर, 29 जुलाई। कलेक्ट्रोरेट में आयोजित समय-सीमा की बैठक में कलेक्टर कोरिया श्रीमती ऋतु सेन द्वारा शाला में उपस्थित नहीं होने पर 7 शिक्षकों के वेतन काटने का निर्देश दिया गया। कलेक्टर द्वारा जिले में विभिन्न शासकीय योजनाओं की समीक्षा की गई तथा कर्तव्य के प्रति लापरवाही बरतने वाले अधिकारियों को चेतावनी भी दी गई।

जिले में विभिन्न शासकीय योजनाएं किस प्रकार से क्रियान्वित की जा रही हैं। ग्रामों के शालाओं में शिक्षकों की उपस्थिति, मध्यान्ह भोजन कार्यक्रम का संचालन, सार्वजनिक वितरण प्रणाली की स्थिति, आश्रम-शालाओं, उप स्वास्थ्य केन्द्रों/आंगनबाड़ी केन्द्र से दी जा रही सेवाओं के आंकलन हेतु कलेक्टर द्वारा जिले के वरिष्ठ अधिकारियों को रोस्टर के अनुसार प्रति सप्ताह न्यूनतम दो ग्राम पंचायतों का निरीक्षण कर प्रतिवेदन देने के निर्देश दिये गये। इस बैठक में इन निरीक्षण प्रतिवेदन तथा उस पर आवश्यक कार्यवाही पर विस्तृत चर्चा की गई। बैठक में निरीक्षण प्रतिवेदन में अधिकारियों ने अवगत कराया है कि कन्या प्राथमिक शाला कन्हरबहरा के प्रधान अध्यापक तारकेश्वर प्रसाद, प्राथमिक शाला लोटाबहरा के शिक्षाकर्मी वर्ग-3 हरि प्रसाद पैकरा विगत 4 माह से शाला में उपस्थित नहीं होने, प्राथमिक शाला धनपुर के शिक्षक बलीराम, प्राथमिक शाला के 4 शिक्षकों के अनुपस्थित रहने की जानकारी दी गई। इसी प्रकार प्राथमिक शाला बसेर में किसी भी शिक्षक के कार्यरत नहीं होने की जानकारी दी गई। पूर्व माध्यमिक शाला बसेर का क्षतिग्रस्त होना बताया गया।

पूर्व माध्यमिक शाला कोठाडांड का निर्माण कार्य अधूरा होने के कारण विद्यार्थियों को बैठने में असुविधा होने की जानकारी मिलने पर कलेक्टर ने संबंधित अधिकारी को निर्माण कार्य पूर्ण कराने के निर्देश दिये।

स्वतंत्रता दिवस की तैयारी शुरू

बैकुंठपुर, 29 जुलाई। कलेक्टर ऋतु सेन की अध्यक्षता में स्वतंत्रता दिवस समारोह के आयोजन के लिये बैठक सम्पन्न हुई।

निधन

गगन केजरीवाल

मनेन्द्रगढ़, 29 जुलाई। नगर के प्रतिष्ठित नागरिग सत्यनारायण केजरीवाल के पुत्र गगन केजरीवाल का गुरुवार को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार आमाखेरवा स्थित मुक्तिधाम में किया गया। शव यात्रा में परिजनों सहित काफी संख्या में नागरिक उपस्थित थे।

पार्किंग स्थल पर कीचड़

छत्तीसगढ़ संवाददाता

बैकुंठपुर, 29 जुलाई। पिछले दिनों लगातार हुई बारिश के कारण जिला चिकित्सालय परिसर में स्थित सायकल स्टैंड में पानी जमा होकर अब कीचड़ में तब्दील हो गया है। जिसके कारण मोटर सायकल व सायकल खड़ा करने वालों के लिए परेशानी हो रही है।

इस संबंध में गत दिवस कलेक्टर कोरिया श्रीमती ऋतु सैन ने अपने दौरे के दौरान अस्पताल प्रबंधन से स्थल का समुचित प्रबंध करने के निर्देश दिये गये थे लेकिन अस्पताल प्रबंधन के द्वारा उस ओर ध्यान नही दिये जाने के कारण लगातार हुई बारिश से अब वह स्थान कीचड़ युक्त हो गया है। जिस कारण बाहर से आने वाले मोटर सायकल व सायकल चालक निर्धारित स्थलों पर अपने वाहन खड़ा नही कर अन्य सूखे स्थान पर अपनी वाहन खड़ा कर रहे है। यदि सायकल स्टैंड पर मुरूम डाल दी जाये तो कुछ हद तक कीचड़ व दलदल से छुटकारा मिल सकेगा और यहॉ वहॉ बेतरतीब खड़े किए जा रहे वाहनों को एक स्थान पर व्यवस्थित खड़ा किया जा सकेगा

युवक की मौत पर परिजनों का अस्पताल में हंगामा

छत्तीसगढ़ संवाददाता

बैकुंठपुर, 29 जुलाई। सड़क दुर्घटना में घायल युवक की मौत के बाद परिजनों ने अस्पताल में शव को घंटों रखकर हंगामा किया। इसी बीच आवासीय चिकित्सक डॉ. बघेल के साथ झुमाझटकी भी की गयी। सूचना पर मौके पर पहुॅची पुलिस ने मामला शांत कराया तथा शव का पोस्टमार्टम करा परिजनों को सौंप दिया।

घटना के संबंध में प्राप्त जानकारी के अनुसार मनेंद्रगढ के मौहारपारा निवासी मुन्ना सोनी का 17 वर्षीय पुत्र आकाश अज्ञात बोलेरों वाहन की ठोकर से घायल हो गया था। घायल आकाश को परिजनों ने मनेंद्रगढ़ के सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र में भर्ती कराया था जहां से उसे शाम के समय जिला चिकित्सालय बैकुंठपुर भेज दिया गया। जहां उपस्थित चिकित्सक ने दवाईयॉ देकर भर्ती कर दिया। घायल आकाश की सोनोग्राफी रात में ही की जानी था किन्तु चिकित्सक नही रहने के कारण सोनोग्राफी नही हो सकी।

सुबह देर तक परिजन सोनोग्राफी के लिए भटकते रहे इसी बीच घायल को खून की आवश्यकता होने पर ब्लड बैंक में संपर्क करने पर वहॉ उपस्थित कर्मियों के द्वारा भी टालमटोल किया गया। इस बीच घायल की हालत और बिगड़ती चली जा रही थी जिसे देखते हुए चिकित्सकों ने घायल को अंबिकापुर भेज दिया गया। परिजनों द्वारा अंबिकापुर ले जाते समय ही रास्ते में पटना के पास घायल ने दम तोड़ दिया।

इसके बाद परिजनों ने शव को लेकर जिला चिकित्सालय पहुॅच गये और अस्पताल प्रबंधन के विरूद्ध आक्रोश फूट पड़ा और शव को अस्पताल में रखकर लापरवाह चिकित्सकके विरूद्ध कार्यवाही किये जाने की मॉग करते हुए एक आरएमओ चिकित्सक डॉ बघेल से झूमा-झटकी की गयी। इस वक्त मौके पर पहुॅची पुलिस ने मामला शांत कराया।

दोस्त बनाइए, सेहतमंद रहिए

समाज में हमेशा से ही दोस्तों को जीवन में अहम जगह दी गई है। अब अमरीका में हुए शोध से भी ये बात सामने आई है कि अगर आप मित्रों और अच्छे पड़ोसियों के बीच रहते हैं तो जिंदा रहने के आसार 50 फीसदी बढ़ जाते हैं। नतीजों के मुताबिक कम दोस्त होना सेहत के लिए उतना ही नुकसानदेह है जितना कि शराबी होना या दिन में 15 सिग्रेट पीना। शोध की मानें तो दूसरों का ख्याल रखना दरअसल हमें अपना भी बेहतर तरीके से ध्यान रखना सिखाता है। ब्रिगहैम यंग यूनिवर्सिटी टीम ने 150 अलग-अलग अध्ययनों से आँकड़ा निकाला और इस नतीजे पर पहुँची। ये अध्ययन सोशल नेटवर्कों और लोगों के जिंदा रहने के आसार से जुड़ा हुआ था।

शोधकर्ता जूलियन कहती हैं कि दोस्त, सह-कर्मचारी और परिवार कई तरीकों से हमारे स्वास्थ्य और जीवन पर अच्छा असर डालते हैं।

वे कहती हैं- जब हम दूसरे लोगों से जुड़े होते हैं और उनके प्रति जिम्मेदारी महसूस करते हैं तो यही भावना हमें अपना ख्याल रखने के लिए भी प्रेरित करती है और हम जीवन में कम जोखिम उठाते हैं। शोध के तहत सात वर्षों के दौरान कई महाद्वीपों में विभिन्न पृष्ठभूमि और उम्र के तीन लाख लोगों का अध्ययन किया गया। जिन लोगों का सामाजिक तानाबाना ज़्यादा मजबूत था उनका स्वास्थ्य अच्छा और आयु लंबी पाई गई।

अकेले पड़े लोगों की तुलना में ऐसे लोगों के जिंदा रहने की संभावना डेढ़ गुना ज़्यादा है। शोधकर्ता टिमथी कहते हैं कि आधुनिक तकनीक की वजह से कुछ लोग ये मानने लगे हैं कि आमने-सामने मिलकर और बैठकर संपर्क करना अब जरूरी नहीं है।

शोध टीम का कहना है कि सामाजिक आधार खो जाने से हमारे जिंदा रहने के आसार कम हो जाते हैं- ठीक वैसे ही जैसे मोटापे से जीवनकाल कम हो सकता है या कभी-कभी इससे भी बुरा असर पड़ता है।

शोध में आगाह किया गया है कि आज की आधुनिक जिंदगी में सामाजिक तानाबाना खराब होता जा रहा है। लोगों को अपने करियर, परिवार और काम के बीच तालमेल बिठाने में खासी दिक्कत हो रही है।