



संपादकीय

भारत में पुरुष या महिलाएं आलसी होने से चलते मध्यमेह व हृदय रोग दिन प्रतिदिन बढ़ते जा रहा है



'भारत का हृदय दूसरा नागरिक आलसी है'

जे पी चौधरी

ग्लोबल हेल्थ जर्नल की वह हालिया रिपोर्ट आईना दिखाने वाली है जिसमें पचास फीसदी भारतीयों के शारीरिक श्रम न करने का उल्लेख है। यहां शारीरिक श्रम से अभिप्राय स्पाध में मध्यम गति की ढाई घंटे की शारीरिक गतिविधि या सवा घंटे की तीव्र गति वाली शारीरिक सक्रियता से है। शारीरिक सक्रियता को पैदल चलने, व्यायाम, सैर, योग, डौड़, जिम या तैराकी आदि के रूप में परिभाषित कर सकते हैं।

रिपोर्ट के अनुसार जहां पचास फीसदी वयस्क भारतीय शारीरिक श्रम से दूर हैं तो महिलाओं की स्थिति ज्यादा चिंता बढ़ाने वाली है। उनकी निष्क्रियता का प्रतिशत 57 है। वैसे अंकेले पुरुषों की निष्क्रियता का प्रतिशत 42 है। विडंबना यह है कि जैसे-जैसे समाज में शारीरिकण के चलते उपभोक्तावाद का विस्तार हुआ है, हमारी शारीरिक निष्क्रियता में इजाजा हुआ है। हम आरामदायक जीवन-शैली के आदी होते गये हैं। आशंका है कि वर्ष 2000 में भारतीयों में जो शारीरिक निष्क्रियता की फीसदी थी, वह वर्ष 2030 तक बढ़कर साठ फीसदी तक हो सकती है। यानी देश की साठ हफ्ती आवादी गैर-संचारी रोगों में सलन डायबिटीज और हृदय रोगों के खतरे के दायरे में आ जाएगी। यहां उल्लेखनीय है कि भारतीयों में अनुवांशिक रूप से मध्यमेह व हृदय रोग होने की आशंका अन्यों के मुकाबले कहीं ज्यादा है। जिसका निष्कर्ष है कि शारीरिक रूप से निष्क्रिय रहने से हम इन बीमारियों को और जरूर आमंत्रित कर रहे हैं। चिंता की बात यह भी है कि जहां दुनिया में औसत शारीरिक निष्क्रियता पांच फीसदी बढ़कर 31 फीसदी हुई है, वहीं भारत में बढ़कर पचास फीसदी हो गई है। विश्व स्वास्थ्य संगठन सहित शोधकर्ताओं का मानना है कि भारत एशिया प्रशास्त में उच्च आय वर्ग वाले देशों में निष्क्रियता के क्रम में दूसरे स्थान पर है।

जहां तक महिलाओं की शारीरिक निष्क्रियता का प्रतिशत पुरुषों से अधिक यानी 57 फीसदी होने का प्रश्न है, तो उसके मूल में भारतीय परिवारिक संरचना व सांस्कृतिक कारण भी हैं। घर-परिवार संभालने वाली महिलाओं में धारण है कि घर का काम काज ही शारीरिक सक्रियता का मापदंड है। जबकि यह समस्या की व्यावहारिक व्याख्या नहीं है। निस्सदृह, लैंसेट ग्लोबल हेल्थ जर्नल की हालिया रिपोर्ट अंतर्व्याख्या खोलने वाली है। यह जानते हुए भी कि भारत लगातार मध्यमेह और हृदय रोगों की राजधानी बनने की ओर अग्रसर है। दूरअस्त, आजादी के बाद देश में अर्थिक विकास को गति मिली है। भले ही हम अपेक्षित लक्ष्य हासिल न कर पाए हों, औसत भारतीय के जीवन स्तर में सुधार जरूर आया है।

अर्थिक समृद्धि ने हमें सुविधाभोगी बनाया है। इस संकट की वजह शहरीकरण और जीवन के लिये जल्दी सुविधाओं का घर के आस-पास उपलब्ध हो जाना भी है। पहले देश की साठ फीसदी से अधिक आवादी कृषि व उत्सर्जन की कार्यक्रमों में सक्रिय थी। मेहनतकश किसान की कोई शारीरिक श्रम करने की जरूरत नहीं थी। लैंकिन धौर-धीर कृषि में भी आधुनिक यंत्रों व तकनीकों ने शारीरिक श्रम की महत्वा को कम किया है। किसान संस्कृति से बड़ी संख्या में निकले लोगों ने शहरों को अपना ठिकाना बनाया, लैंकिन वे शारीरिक सक्रियता को बरकरार नहीं रख पाये। उन्होंने पांच की इयूटी करने वाले भी दफ्तर व घर के होकर रह गये। कहीं ही कहीं सुविधाओं के विस्तार ने भी हमें आलसी बनाया। कुछ दूर पर सब्जी-फल लेने जाने पर भी हम वाहनों का इस्तेमाल करते हैं।

सरकार ने एनडीआरएफ कर्मियों के लिए 40 प्रतिशत जोखिम भत्ते को मंजूरी दी : अमित शाह

नयी दिल्ली। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने शनिवार को घोषणा की कि केंद्र सरकार ने राष्ट्रीय आपदा मोचन बल (एनडीआरएफ) बचाव कर्मियों द्वारा पूरे किये जाने वाले कठिन अभियानों को ध्यान में रखते हुए उनके लिए 40 प्रतिशत जोखिम और कठिनाई भत्ते को मंजूरी दी है। यह लंबे समय से लंबित मांग थी... बल के सभी 16,000 कर्मियों को इसका लाभ मिलेगा। अधिकारियों ने बताया कि यह भत्ता वेतन के अतिरिक्त दिया जाएगा। शाह ने कहा कि सरकार ने विभिन्न केंद्रीय सशस्त्र पुलिस बलों (सीएपीएफ) और एनडीआरएफ जैसे विशेष संगठनों के लिए खेलों को जरूरी बनाने का भी निर्णय लिया है। उन्होंने कहा कि यह निर्णय लिया गया है कि इन सुरक्षा बलों की सीमा पर रिश्त है। शाह ने विजय नामक अभियान दल का स्वागत करते हुए यह बताया कि वह काम करता है।



के बाद कहा, सरकार ने कल ही एनडीआरएफ कर्मियों के लिए 40 प्रतिशत जोखिम और कठिनाई भत्ते को मंजूरी दी है। यह लंबे समय से लंबित मांग थी... बल के सभी 16,000 कर्मियों को इसका लाभ मिलेगा। अधिकारियों ने बताया कि यह भत्ता वेतन के अतिरिक्त दिया जाएगा। शाह ने कहा कि यह भत्ता वेतन के अतिरिक्त दिया जाएगा। शाह ने कहा कि उनकी सरकार ने एनडीआरएफ और राज्य आपदा मोचन बलों की क्षमता निर्माण और प्रशिक्षण के लिए 2004-14 के दौरान 66,000 करोड़ रुपये की

तुलना में 2014-24 के दौरान दो लाख करोड़ रुपये आवंटित करके अधिक धनराशि आवंटित की है। उन्होंने सफल अभियान के लिए एनडीआरएफ टीम की साराहना करते हुए कहा कि इस तरह की कवायद से बल की क्षमता और मोबाल बढ़ेगा तथा आपदाओं और दुर्घटनाओं के दौरान वे बेहतर कार्य कर सकेंगे।

तमिलनाडु में एक पटाखा फैक्ट्री में विस्फोट, चार श्रमिकों की मौत



विरुद्धनगर। तमिलनाडु के विरुद्धनगर के निकट शनिवार में एक पटाखा निर्माण इकाई में विस्फोट के बाद चार श्रमिकों की मौत हो गई और एक अन्य व्यक्ति घायल हो गया। पुलिस के एक पटाखा के विस्फोट और आग लगने का कारण पटाखा बनाने में रासायनिक पदार्थों का गलत तरीके से इसेमाल किया जाना बताया जा रहा है। उन्होंने बताया कि इकाई के नजदीक मौजूद एक अन्य व्यक्ति घायल हो गया। उन्होंने बताया कि पटाखा निर्माण इकाई की इमारत को भूमि पर हुई और दुर्घटनाओं के दौरान वे बेहतर कार्य कर सकेंगे।

इमरजेंसी पर कांग्रेस को मिला लालू का साथ, बोले- इंदिरा गांधी ने हमें जेल में डाला लेकिन देशद्रोही नहीं कहा

पटना। राष्ट्रीय जनता दल (राजद) प्रमुख और विवाह के पूर्व मुख्यमंत्री लालू प्रसाद यादव ने शनिवार को 1975-77 के आपातकाल के दिनों ही बात करते हुए भले ही तकालीन प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी के लिए 5 मीनून से अधिक समय तक जेल में था। उन्होंने कहा कि मैं और मेरे सहकर्मी आज भाजपा के कई मंत्रियों को दुर्व्यवहार नहीं किया। एक्स पर साझेकाल के बारे में बोलते हुए साज्जा की गई एक पोस्ट में, राजद प्रमुख ने अपना लेख द संघ साइलेंस इन 1975 साज्जा किया, जो उत्के और प्रमुख नरलिंग नामक राजनीतिक विवरण में लिखा हुआ है, वहीं भारत में बढ़कर पचास फीसदी हो गई है। विश्व स्वास्थ्य संगठन सहित शोधकर्ताओं का मानना है कि भारत एशिया प्रशास्त में उच्च आय वर्ग वाले देशों में निष्क्रियता के क्रम में दूसरे स्थान पर है।

तकालीन प्रधान मंत्री इंदिरा गांधी द्वारा लगाए गए आपातकाल की ज्यादातियों के खिलाफ आंदोलन को आगे बढ़ाने के लिए गठित किया था। मैं सुरक्षा रखरखाव अधिनियम (एनडीआरएस) के तहत 15 मीनून से अधिक समय तक जेल में था। उन्होंने कहा कि मैं और मेरे सहकर्मी आज भाजपा के कई मंत्रियों को दुर्व्यवहार नहीं किया। एक्स पर साझेकाल के बारे में बोलते हुए नहीं जानते थे। इनमें मोदी, जेपी नड्डा और प्रधानमंत्री के कुछ छछ अन्य मंत्रियों के बारे में बोलते हुए नहीं सुना था जो आज हमें स्वतंत्रता के मूल्य पर व्याख्यान देते हैं।

उन्होंने कहा कि इंदिरा गांधी ने हमें से कई लोगों को जेल में डाल दिया था, लैंकिन उन्होंने कहा कि इंदिरा गांधी ने जेल में संघर्ष करने की ओर नहीं जानता था जो आज सार्वजनिक क्रमशः रायबरेली और अमेठी से चुनाव हो गया। इंदिरा गांधी ने जेल में लोकतंत्र पर एक दाग है लैंकिन हमें यह नहीं भूला चाहिए कि 2024 में विषयक।



का सम्मान कौन नहीं करता।

25 जून, 1975 को पूर्व प्रधान मंत्री इंदिरा गांधी ने 21 मीनून का आपातकाल लगाया। इसे 21 मार्च, 1977 को तारा लालू प्रसाद यादव ने जनता गांधी संघर्ष से अमर चुनावों में जानता गांधी से संघर्ष करने के बाद लगाया। इंदिरा गांधी और उनके बेटे संजय गांधी दोनों क्रमशः रायबरेली और अमेठी से चुनाव हो गए। इंदिरा गांधी और उनके बेटे संजय गांधी दोनों पर एक दाग है लैंकिन हमें यह नहीं भूला चाहिए कि इंदिरा गांधी ने जेल में लोकतंत्र पर एक दाग है लैंकिन हमें यह नहीं भूला चाहिए।

हालांकि, 1979 में असमान दल

