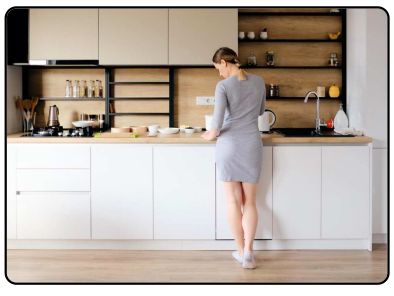
शुक्रवार
24 दिसम्बर 2021



पृष्ठ 4

मॉडर्न किचन से बिगड़ रही है महिलाओं की सेहत!

पृष्ठ 5

'आकाशवाणी' के फ्लॉप होने पर टूट गई थीं नुसरत भरूचा

● देहरादून
● वर्ष 28
● अंक 310
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

प्रत्येक व्यक्ति की अच्छाई ही प्रजातंत्रीय शासन की सफलता का मूल सिद्धांत है।
– राजगोपालाचारी

दूनवैलीमेल

29 वां वर्ष email: doonvalley_news@yahoo.com आर.एन.आई. 59626/94 Website: dunvalleymail.com

सांध्य दैनिक
डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

जो लोग हो गए 80 के पार, घर बैठे वोट करेंगे इस बार

संवाददाता

देहरादून। भारत निर्वाचन आयोग द्वारा देश में पहली बार ऐसी व्यवस्था की जा रही है जब 80 साल से अधिक आयु वाले मतदाता घर बैठे अपना वोट डाल सकेंगे। यह बात आज उत्तराखंड दौरे पर आए मुख्य निर्वाचन आयुक्त सुशील चंद्रा ने आज दून में आयोजित पत्रकार वार्ता के दौरान कही।

सुशील चंद्रा ने कहा कि निर्वाचन आयोग राज्य में निष्पक्ष और शांतिपूर्ण चुनाव संपन्न कराने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा कि राज्य विधानसभा का 23 मार्च 2022 को कार्यकाल पूरा होने जा रहा है। इससे पूर्व नई सरकार के गठन की सभी प्रक्रिया पूरी कर ली जाएगी। उन्होंने कहा कि राज्य में कुल 70 विधानसभा सीटें हैं जिनमें से 55 सीटें सामान्य वर्ग की हैं शेष 15 सीटें रिजर्व श्रेणी में आती हैं। सुशील चंद्रा ने कहा कि मतदान में सभी लोगों की भागीदारी होनी चाहिए, जिससे लोकतंत्र की स्वस्थ्य

❑सभी लोगों से मतदान करने की अपील
❑ब्लैक मनी का इस्तेमाल सख्ती से रोके
❑मौसम की विसंगतियों का भी रखा जाये ख्याल

परंपरा को कायम रखा जा सके। उन्होंने सभी लोगों से मतदान की अपील करते हुए कहा कि हर व्यक्ति को अपने मत की कीमत को समझने की जरूरत है।

उन्होंने कहा कि जो लोग 80 वर्ष की आयु पूरी कर चुके हैं उनके मतदान के लिए इस बार ऐसी व्यवस्था की जा रही है कि वह घर बैठे मतदान कर सकेंगे। उन्होंने बताया कि इसके लिए बीएलओ बुजुर्ग मतदाताओं के घर जाएंगे और उनसे 12 डी फार्म भरवाएंगे। जो मतदान से 5 दिन पूर्व भरा जाएगा। मतदान वाले दिन निर्वाचन अधिकारी घर जाकर उनको मतदान की सुविधा प्रदान करेंगे, जिसकी वीडियोग्राफी भी की जाएगी। स्वतंत्रता के इतिहास में यह पहला मर्तबा है जब बुजुर्ग लोगों को घर बैठे मतदान की सुविधा प्रदान की जा रही है। इससे पूर्व बुजुर्ग मतदाताओं को उनके परिजन ही किसी तरह मतदान केंद्रों तक लेकर जाते थे।

सुशील चंद्रा ने कहा कि चुनाव के दौरान शराब और अवैध रूप से इस्तेमाल किए जाने वाले धन पर नियंत्रण रखने के सख्त निर्देश अधिकारियों को दिए गए हैं जिसके लिए विशेष जांच अभियान चलाया जाएगा तथा ऐसे लोगों पर पैनी नजर रखी जाएगी। उन्होंने कहा कि

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

मैं ही चुनाव को लीड करूंगा: रावत

❑कांग्रेस भवन में दो गुटों में भिड़ंत, गाली-गलौज, हाथापाई

संवाददाता

देहरादून। पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत के ट्वीट के बाद कांग्रेस में घमासान की स्थिति पैदा हो गई है। इस घमासान को समाप्त करने के लिए जहां कांग्रेस हाईकमान दिल्ली में बैठक कर अपने शीर्ष नेताओं को समझाने बुझाने में लगे हुए हैं वहीं दूसरी ओर प्रदेश कांग्रेस मुख्यालय को कार्यकर्ताओं ने जंग का मैदान बना दिया है।

कांग्रेस में गुटबाजी अब किस कदर हावी हो चुकी है इसका एक नमूना उस समय देखने को मिला जब दो गुटों के युवा कार्यकर्ताओं कांग्रेस भवन में ही आपस में भिड़ गए। इन कार्यकर्ताओं के बीच जमकर न सिर्फ गाली-गलौज हुई बल्कि हाथापाई भी हुई। जिसकी वीडियो अब वायरल हो रही है। गनीमत यह रही कि मौके पर मौजूद कुछ लोगों ने इन कार्यकर्ताओं को अलग-थलग कर दिया वरना एक बार फिर इनके बीच खूनी संघर्ष की नौबत आ गई थी।

यह कांग्रेसी कार्यकर्ता पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत और नेता विपक्ष प्रीतम सिंह के समर्थक बताए गए हैं। हरीश रावत

के ट्वीट के बाद से ही इन समर्थकों द्वारा अपने नेताओं के पक्ष में तरह-तरह के मैसेज भेजे जा रहे हैं जिनकी चर्चा आम है। इसी क्रम में आज इन कार्यकर्ताओं के बीच भिड़ंत भी हुई। कांग्रेस नेता मथुरा दत्त जोशी ने इस स्थिति पर खेद जताते हुए कहा है कि जो कुछ भी हो रहा है वह अमर्यादित है और इससे पार्टी की छवि खराब हो रही है। लोगों को आपस में इस तरह का व्यवहार नहीं करना चाहिए।

उधर आज दिल्ली में राहुल गांधी के घर पर एक बैठक बुलाई गई है जिसमें हरीश रावत, प्रीतम सिंह, गणेश गोदियाल भाग ले रहे हैं। इस बैठक में प्रदेश प्रभारी देवेंद्र यादव, दीपिका पांडे, केसी वेणुगोपाल आदि नेता मौजूद है। हरीश रावत के ट्वीट के बाद सामने आई उनकी नाराजगी

◀◀ शेष पृष्ठ 2 पर

उप्र में कल से रात 11 बजे से सुबह पांच बजे तक रहेगा कोरोना कर्फ्यू

लखनऊ । मध्यप्रदेश के बाद अब उत्तर प्रदेश में भी नाइट कर्फ्यू का ऐलान कर दिया गया है। यूपी की योगी सरकार ने ओमीक्रॉन के संभावित खतरों को देखते हुए ये कदम उठाया है। आदेश के मुताबिक नाइट कर्फ्यू २५ दिसंबर से प्रभावी होगा। रिपोर्ट के मुताबिक नाइट कर्फ्यू रात ११ बजे से सुबह ५ बजे तक प्रभावी रहेगा। वहीं शादियों में भी लोगों की भीड़ को देखते हुए अब २०० से ज्यादा लोगों को शामिल होने की इजाजत नहीं है।

गौरतलब है कि ओमीक्रॉन के देशभर में बढ़ते मामलों को देखते हुए हाल ही में मध्य प्रदेश सरकार ने नाइट कर्फ्यू का ऐलान किया। शिवराज सिंह चौहान सरकार ने गुरुवार को घोषणा की कि राज्य में २३ दिसंबर की रात से नाइट कर्फ्यू लागू हो जाएगा। नाइट कर्फ्यू के तहत रात ११ बजे से सुबह ५ बजे तक बंदिशें लागू रहेंगी। वहीं इस बीच अब यूपी सरकार ने भी कदम उठाते हुए राज्य में नाइट कर्फ्यू लगाने का आदेश दे दिया है। इस तरह कोरोना की संभावित आगामी लहर को देखते हुए नाइट कर्फ्यू लगाने वाला उत्तर प्रदेश देश का दूसरा राज्य बन गया है। उधर, इलाहाबाद उच्च न्यायालय ने गुरुवार को भारत के चुनाव आयोग से चुनावी रैलियों पर तुरंत प्रतिबंध लगाने और विधानसभा चुनाव को १–२ महीने के लिए स्थगित करने का अनुरोध किया। न्यायमूर्ति शेखर कुमार यादव की पीठ ने पीएम मोदी से चुनावी सभाओं पर प्रतिबंध लगाने पर विचार करने का भी आग्रह किया

एक दिन में कोविड-19 के 6,650 नए मामले सामने आए, देश में पिछले 24 घंटे में ओमीक्रोन के 122 नए मामले

नयी दिल्ली। भारत में एक दिन में कोविड–१९ के ६,६५० नए मामले सामने आने के बाद देश में संक्रमितों की संख्या बढ़कर ३,४७,७२,६२६ हो गई। वहीं, उपचाराधीन मरीजों की संख्या घटकर ७७,५१६ रह गई है। ३७४ और संक्रमितों की मौत के बाद मृतक संख्या बढ़कर ४,७६,१३३ हो गई। देश में २४ घंटे में कोरोना वायरस के नए स्वरूप श्ओमीक्रोनश के १२२ नए मामले सामने आने के बाद, देश में इस स्वरूप के मामले बढ़कर ३५८ हो गए। इनमें से ११४ लोग संक्रमण मुक्त हो चुके हैं या अन्य स्थानों पर चले गए हैं। केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने शुक्रवार को बताया कि महाराष्ट्र में श्ओमीक्रोनश स्वरूप के सबसे अधिक ८८ मामले, दिल्ली में

६७, तेलंगाना में ३८, तमिलनाडु में ३४, कर्नाटक में ३१ और गुजरात में ३० मामले सामने आए।

मंत्रालय के आंकड़ों के अनुसार, देश में पिछले २४ घंटे में संक्रमण से मौत के जो ३७४ मामले सामने आए, उनमें से केरल के ३२३ और महाराष्ट्र के १७ मामले थे। केरल सरकार ने शुक्रवार को एक बयान में बताया कि राज्य में सामने आए मौत के ३२३ मामलों में से ५४ मामले पिछले कुछ दिनों में सामने आए। वहीं, मौत के २६६ मामलों को केन्द्र तथा उच्चतम न्यायालय के नए दिशानिर्देशों के आधार पर कोविड–१९ से मौत के मामलों में जोड़ा गया है।

आंकड़ों के अनुसार, देश में संक्रमण से अभी तक कुल ४,७६,१३३ लोगों की मौत हुई है, जिनमें से महाराष्ट्र के १,४१,३६२ लोग, केरल के ४५,८६१ लोग, कर्नाटक के ३८,३०१ लोग, तमिलनाडु के ३६,७०७ लोग, दिल्ली के २५,१०३ लोग, उत्तर प्रदेश के २२,६१५ लोग और पश्चिम बंगाल के १६,७०२ लोग थे। आंकड़ों के अनुसार, देश में लगातार ५७ दिन से कोविड–१९ के दैनिक मामले १५ हजार से कम हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

रैलियों पर रोक जरूरी

कोरोना काल में हमारी सरकारों और आम जनता ने कई नए अनुभव और प्रयोग किए हैं। जान है तो जहान है से लेकर जान भी और जहान भी जैसे कई दौर से गुजरते हुए देशवासियों ने ताली थाली भी बजाई और पूर्ण लॉकडाउन के दौरान कई महीनों तक घरों में कैद भी रहे। अस्पतालों के बाहर अपनों को बिना इलाज के तड़प तड़प कर मरते हुए भी देखा। रेल, बसों और हवाई जहाजों के पहियों को थमते हुए भी देखा और शमशानों में अंतिम संस्कार के लिए लगी लंबी-लंबी लाइनों को भी देखा। जब समूचा देश थम गया था तब भी अगर कुछ गतिमान रहा था तो वह थी राजनीतिक गतिविधियां। उस दौर में भी जब आम आदमी के जीवन पर तमाम तरह की पाबंदियां लागू थी, जिन राज्यों में चुनाव थे वहां देश के तमाम दल और नेता बड़ी-बड़ी रैलियां और जलसे जुलूस करने में व्यस्त थे। अब एक बार फिर कोरोना के नए वैरीयंट ओमीक्रोन को लेकर देश और दुनिया में हड़कंप मचा हुआ है। विश्व के कई देशों में ओमीक्रोन ने कहर मचा रखा है ब्रिटेन जैसे कई देशों में फिर से लाकडाउन लगा दिया गया है। वहीं भारत में अब 17 राज्यों में ओमीक्रोन के ढाई सौ से अधिक संक्रमित मिल चुके हैं तथा कोरोना की तीसरी लहर दस्तक दे चुकी है। पांच राज्यों में अगले दिनों में होने वाली विधानसभा चुनावों को लेकर रैलियों और जनसभाओं का दौर शुरू हो चुका है। दिल्ली, मध्य भारत और पंजाब तथा हरियाणा जैसे राज्यों में तमाम पाबंदियां लगाई जा चुकी है क्या ऐसे दौर में चुनावी रैलियों में जिनमें लाखों लोगों की भीड़ उमड़ रही है, से कोरोना का कोई खतरा नहीं है? बीते कल एक खबर आई कि सपा प्रमुख अखिलेश यादव की पत्नी और बेटी कोरोना पॉजिटिव है। इस खबर के बाद अखिलेश यादव ने आगामी तीन दिन तक अपनी सभी रैलियां रद्द कर दी है। इन रैलियों को अब उनके द्वारा डिजिटल संबोधित किया जाएगा। चुनाव भले ही 5 राज्यों में सही लेकिन इन चुनावों में सभी प्रमुख दल व्यस्त हैं। पीएम से लेकर इन राज्यों के सीएम तक हर रोज खूब भीड़ इकट्ठी कर रहे हैं बीते कल एक अधिवक्ता ने सुप्रीम कोर्ट में भी एक जनहित याचिका दायर कर चुनावी रैलियों पर रोक लगाने की मांग की है। क्योंकि इससे फिर कोरोना वायरस का खतरा बना हुआ है। सवाल यह है कि जनहित के बड़े-बड़े दावे करने वाले देश के नेताओं और राजनीतिक दलों को देश की जनता की जान की चिंता क्यों नहीं है? जान है तो जहान है कि बात करने वाले यह नेता क्यों आम आदमी की जान से और जहान से खिलवाड़ कर रहे हैं। देखना यह है कि जब ओमीक्रोन का खतरा मुंह बांए खड़ा है तब देश की अदालत इस बारे में क्या फैसला लेती है? देश और जनहित मैं फिजिकली इन रैलियों में जमा होने वाली भीड़ को किसी भी कीमत पर रोके जाने की जरूरत है अन्यथा हमें फिर दूसरी लहर जैसे संताप को झेलने के लिए तैयार रहना चाहिए।

जागरुक बने सुरक्षित रहें

दुनिया भर के स्वाथ्य संगठन और सरकारें कोरोना महामारी से लड़ने और इससे जीतने की कोशिशों कर रही है। दुनिया का हर इन्सान इस मुश्किल से उबरने की कोशिश कर रहा है। हम भी अपनी जिम्मेदारी तय करने और इस वायरस से उत्पन्न परिस्तिथि को गम्भीरता से लेते हुए सोशल मीडिया के प्लेटफार्म पर भ्रांतियाँ फैलाने से बचें। लोगो को डराने की बजाये उनमे जागरुकता और सकारत्मकता बढाने की कोशिश करें। जागरुक बने सुरक्षित रहें।अनावश्यक घर के बाहर या भीड़ भाड़ वाले स्थानो पर जाने से बचें।सरकार और स्वाथ्य विभागो द्वारा दिये जा रहे सुझावो और नियमो का पालन करे।डरे नही ना ही दूसरो को डराये। एक सबसे जरुरी बात बेकार के घरेलू नुस्खो को खुद पर आजमाने से बचें।

मैं ही चुनाव को लीड करुंगा..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

को दूर करने के लिए बुलाई गई इस बैठक में राहुल गांधी चुनाव के दौरान आपसी एकता बनाए रखने की नसीहत जब सूबे के नेताओं को दे रहे थे उसी समय दून में प्रीतम और हरीश गुट के कार्यकर्ताओं में गुत्थम-गुत्था हो रही थी। चुनाव से पूर्व कांग्रेस नेताओं के हाई वोल्टेज ड्रामे से कांग्रेस की फजीहत तो हो ही रही है साथ ही पार्टी की छवि भी खराब हो रही है। जिसका चुनाव पर प्रभाव पड़ता दिख रहा है। हालांकि दिल्ली के सूत्रों से मिली खबर के अनुसार हाईकमान इस विवाद को सुलझाने में कामयाब रहे हैं। बैठक के बाद हरीश रावत ने कहा कि चुनाव को मैं ही लीड करूंगा, भाजपा किसी मुगालते में न रहे। उन्होंने कहा कि मैं कम्पेन कमेटी का चेयरमैन होने के नाते चुनाव में लीड करूंगा। नेता विधायक दल का चुनाव, चुनाव बाद ही होगा। मुझे चुनाव में सभी लोग सहयोग करेंगे।

आम नागरिकों को कब सुलभ होंगे मानवाधिकार!

विकास कुमार

प्रत्येक वर्ष 1० दिसंबर को विश्व मानवाधिकार दिवस के रूप में मनाया जाता है। यह पहल संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा 1० दिसंबर ,1948 से की गयी थी। 1939 से 1945 द्वितीय विश्वयुद्ध के पश्चात वैश्विक राजनीति के चिंतकों एवं विचार को ने मानवीय गरिमा एवं मनुष्य के मूलभूत अधिकारों से ओतप्रोत होकर इस नवाचार की पहल को संयुक्त राष्ट्र संघ के सिद्धांतों एवं उद्देश्य में लागू किया। तत्पश्चात सदस्य देशों को भी निर्देशित किया गया की वह अपने देश में मानवाधिकार से संबंधित आयोग कि स्थापना करें जो देश में रहने वाले नागरिकों के मूलभूत अधिकारों की रक्षा कर सकें जिनको सरकारें और शासन नकार देती हैं एवं अनदेखा कर देती हैं। भारत में भी इस अनुक्रम को अपनाते हुए 1993 में मानवाधिकार आयोग की स्थापना की गई जिसका कार्य नागरिकों के अधिकारों की रक्षा करता है।

यह एक यात्रा का परिणाम है सर्वप्रथम 1215 में ब्रिटेन में मैग्नाकार्टा के रूप में नागरिकों के कुछ अधिकारों को सुनिश्चित किया गया था। यही पहल अमेरिका के स्वतंत्रता की घोषणा पत्र 1776 में मानव गरिमा को प्रमुख मानते हुए अधिकारों को सक्रियता प्रदान की गई थी। यही कारण रहा कि अमेरिका जैसे विकसित देश ने संविधान अपनाते समय मौलिक अधिकारों का समायोजन एवं संकलन अपने संविधान में किया। 1789 की फ्रांसीसी क्रांति स्वतंत्रता, समानता एवं बंधुत्व के नारे पर हुई थी जिन में मानवाधिकारों के मूलभूत प्रावधान देखने को मिलते हैं। 1946 में संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा मानवाधिकार आयोग का गठन किया गया एवं 1948 में सार्वभौमिक रूप से मानव अधिकार दिवस की घोषणा की गई। इन्हीं आयामों से संबंधित 1949 में जिलों में संधि हुई तथा 195० में मानव अधिकार तथा मौलिक स्वतंत्रता ओं के संरक्षण हेतु यूरोपीय संधि हुई। इसी प्रक्रिया में 1961 में यूरोपीय सामाजिक घोषणा पत्र पर हस्ताक्षर की हुई तथा 1966 में आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक अधिकारों की अंतरराष्ट्रीय संधि ,नागरिक एवं राजनैतिक अधिकारों की अंतरराष्ट्रीय संधि, नागरिक एवं राजनीतिक अधिकारों से जुड़ी ऐच्छिक संधि का प्रावधान किया गया। इस प्रकार से आधुनिक समय में मानव अधिकारों का विकास हुआ। भारत में 1993 के अधिनियम के द्वारा राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग एवं राज्य के मानव अधिकार आयोग से संबंधित प्रावधान किए गए। मानव अधिकार आयोग के धारा 2(1) स्त्र में प्रावधान मिलता है कि जो मानव गरिमा एवं मानव सम्मान को प्रबलता प्रदान करते हैं ऐसे अधिकारों को मानव अधिकार की श्रेणी में रखा जाएगा। माननीय सुप्रीम कोर्ट ने भी कई मामलों में भारतीय संविधान के अनुच्छेद 14 एवं भारतीय संविधान के अनुच्छेद 21 को मानवाधिकार से संबंधित बताया है। संविधान का अनुच्छेद 21 जीवन के अधिकार से संबंधित है जिसमें जीवन से संबंधित इन मूलभूत अन्य अधिकारों की भी वृहद एवं विस्तृत चर्चा की गई है। कई अन्य मामलों की सुनवाई करते हुए सुप्रीम कोर्ट ने कई प्रकार की श्रेणियों के अधिकारों को अनुच्छेद 21 में सम्मिलित करने का निर्देश देते रहे हैं। आज विश्व सार्वभौमिक रूप से मानव अधिकारों की अवधारणा को अपना चुका है।

यह कहना बिल्कुल सत्य है कि इस अवधारणा को अपनाने के पश्चात मनुष्य में मानव अधिकारों के प्रति जागरूकता एवं उनके अधिकार कुछ हद तक सुरक्षित एवं संरक्षित हुए हैं परंतु जिस संरचना के संरक्षण के तहत इनकी परिकल्पना की गई थी क्या वह आज साकार होते दिख रहे हैं? यह समाज और शासन दोनों के समक्ष एक बड़ा प्रश्न है? जिसको ना अकादमिक जगत के लोग, नाही न्यायिक प्रक्रिया से जुड़े लोग और स्वयं मानव अधिकारों के सक्रिय लोग भी इसको नकार नहीं सकते। सामान्य तौर पर शिक्षित नागरिकों के भी अधिकार सुरक्षित होते नहीं दिखाई दे रहे हैं कई प्रकार के मानवाधिकारों से मेल न खाने वाली गतिविधियों का प्रयोजन बता कर उनके अधिकारों को ठेस पहुंचाई जाती है। यहां पर एक पक्ष लेना उचित नहीं होगा। यह भी स्पष्ट करना आवश्यक है कि कई संगठन और राजनेताओं का जत्था मानवाधिकारों की दुहाई देकर प्रशासन की गरिमा को भी ठेस पहुंचाते हैं। परंतु यह अल्प संख्या में होता है। गरीब लोगों को नाही कानून की जानकारी होती है और ना ही मानवाधिकारों की। छोटे से छोटे काम के लिए उनसे व्यापक रूप से रिश्वत ली जाती है। फुटपाथ पर सोने वाले बिहारी मजदूरों से वसूली की जाती है। रिक्शा चलाने वाले दैनिक रूप से दो से ?3०० कमाने वाले असंगठित मजदूर से छोटे से कानून के उल्लंघन पर पैसा लिया जाता है। किसानों के क्रेडिट कार्ड बनवाने एवं सरकारी योजनाओं से लाभान्वित प्रक्रिया में पहले से ही परसेंटेज तय कर दिया जाता है। आवास एवं सरकारों द्वारा संचालित आवंटित राशन में कई तकनीकी समस्याओं का हवाला देकर परेशान किया जाता है। सरकारी अस्पतालों में अच्छी दवा लेने के लिए डॉक्टर को अलग से पैसा देना होता है। एक ग्लोबल सूचकांक के अनुसार एवं यूएनडीपी के रिपोर्ट के अनुसार 27 फ़ीसद से अधिक भारत की जनसंख्या मूलभूत प्राथमिक शिक्षा और स्वास्थ्य से वंचित है। आज भ्रष्टाचार का स्तर बढ़ता जा रहा है, लोकतांत्रिक शासन प्रक्रिया में आम नागरिकों को महत्वहीन समझा जा रहा है। केवल मतदान के समय ही उसका महत्व समझा जाता है। कई प्रकार के प्रोटोकॉल और कानूनों को केवल आम नागरिकों पर ही लागू किया जाता है। आज तक किसी सामंत, बड़े घराने, राजनेताओं एवं पूंजी पतियों को किसी भी प्रकार की गतिविधियों में लाइन में खड़े होते हुए नहीं देखा गया है। जब तक मानव अधिकारों का प्रावधान आम जनमानस को नहीं मिलेगा तब तक तब तक मानव अधिकारों का श्रेष्ठ उद्देश्य साकार नहीं होगा। क्योंकि यह अधिकार संपूर्ण मानव के विकास के लिए एवं मानवता के रक्षा के लिए निर्धारित किए गए हैं। यदि किसी वर्ग विशेष को इससे वंचित रखा जाएगा तो इनका सिद्धांत और सपना अधूरा रह जाएगा। संस्थाओं और सरकारों को चाहिए कि मानव अधिकारों से संबंधित गतिविधियों को कानून पर आधारित प्रक्रिया के माध्यम से संचालित करें। जिससे विधि का शासन सुनिश्चित होगा और लोकतंत्र अधिक मजबूत बन सकेगा। 1992 के पश्चात नागरिक समाज कि अधिक सक्रियता और गतिविधियों को सुनिश्चित करने के लिए सुशासन की अवधारणा लोकतंत्र में सुनिश्चित हुई जिसमें मानवाधिकार से संबंधित संरक्षण का प्रावधान एक अहम मूल्य है। क्योंकि मानवाधिकारों का मूल्यांकन शासन की जवाबदेही, उत्तरदाई, विधि के शासन, संविधानवाद, एवं मानव गरिमा को सुदृढ़ता प्रदान करने के लिए किया जाता है। आज आवश्यकता इस बात की है कि मानव अधिकारों का लाभ संपूर्ण मानव समुदाय को मिले। इसके प्रति सभी जागरूक हूं। तभी वास्तविकता मानवाधिकारों के उद्देश्यों का सपना साकार हो सकेगा।

(लेखक- केंद्रीय विश्वविद्यालय अमरकंटक में रिसर्च स्कॉलर हैं एवं राजनीति विज्ञान में गोल्ड मेडलिस्ट है।)

प्रातर्यजध्वमश्विना हिनोत न सायमस्ति देवया अजुष्टम्।
उतान्यो अस्मद्यजते वि चावः पूर्वःपूर्वो यजमानो वनीयान्।।

(ऋग्वेद ५-७७-२)

हे मनुष्यों ! तुम प्रातःकाल जल्दी उठो। उषा और सूर्य का भरपूर लाभ उठाओ। दिव्य शक्तियों का स्मरण करो और अपनी मानसिक और शारीरिक शक्ति में वृद्धि करो। इस सबके लिए सायंकाल इतना उपयुक्त नहीं होता है। जो प्रातः काल में आगे हो जाता है वह सारे दिन आगे आगे ही रहता है।

O people ! You get up early in the morning. Make use of dawn and the Sun to the fullest. Adore the divine powers and augment your mental and physical strength. Evening is not so suitable for all this. One who is ahead in the morning stays ahead for the whole day. (Rig Veda 5-77-2)

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से शुक्रवार को मुख्यमंत्री आवास में बुलंदशहर के सांसद एवं भारतीय जनता पार्टी अनुसूचित मोर्चा के राष्ट्रीय महामंत्री डॉ. भोला सिंह ने शिष्टाचार भेंट की।

संक्रमण को खुद निमंत्रण दे रहे लोग

नगर संवाददाता

देहरादून। ओमीक्रॉन दस्तक से राजधानी में भी सख्ती की बात की जा रही है लेकिन यह सख्ती क्या सिर्फ कागजों तक रहेगी। कोरोना के आंकड़े कम होने के बाद लोग मास्क और सोशल डिस्टेंसिंग तक को भूल चुके हैं तो ऐसे लोगों से अब सतर्कता की उम्मीद क्या की जा सकती है। कुल मिला प्रशासन को ही अपने स्तर पर सख्ती करनी होगी। कोविड के मामले जैसे-जैसे कम होने लगे वैसे-वैसे ही लोगों ने कोविड नियमों को भी दरकिनार करना शुरू कर दिया। संक्रमण से बचाव में मास्क, सेनिटाइजर और सोशल डिस्टेंसिंग सबसे ज्यादा जरूरी है लेकिन लोगों को इन सबसे अब कोई सरोकार नहीं रहा। वे बिना मास्क के बेधड़क बाजार, पिकनिक स्पॉट, मॉल आदि में घूम रहे हैं। वहीं बाहर से आने-जाने वालों की भले ही बॉर्डर पर ट्रेसिंग और टेस्टिंग की जा रही हो लेकिन इसके बाद पर्यटक हों या फिर यहां स्थायी वासी कोई भी कोविड नियमों का पालन नहीं कर रहा है। वहीं बाजार में न तो व्यापारी और न ही लोग नियमों का पालन कर रहे हैं। मास्क को भी कोई तरजीह नहीं दी जा रही है। त्योहारी सीजन से पहले साप्ताहिक बंदी का सख्ती से पालन करवाया जा रहा था। साप्ताहिक बंदी के दिन बाजार में सेनिटाइजेशन अभियान भी चलाया जाता था लेकिन त्योहारों को देखते हुए व्यापारियों की मांग पर साप्ताहिक बंदी में छूट दे दी गई और तब से सातों दिन बाजार खुल रहा है। अब न तो सेनिटाइजेशन हो रहा है और न ही नियमों का पालन। यहां तक कि रविवार को जितनी भीड़ पल्टन बाजार या आसपास के क्षेत्रों के लगने वाले बाजार में होती है उतनी ही भीड़ रेंजर्स ग्राउंड में लगने वाले संडे मार्केट में होती है। तो ऐसे में भला संक्रमण को बढ़ने से कैसे रोका जा सकता है। इसीलिए प्रशासन के निर्देशों का पालन करने के साथ ही आम जनता को खुद ही जागरूक और सतर्क होना होगा ताकि संक्रमण को फैलने से रोका जा सके।

प्रथम स्व. एच सी मेमोरियल फुटबॉल टूर्नामेंटः यू के पुलिस एवं आधोईवाला एफसी जीते

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। देहरादून स्पोर्ट्स एसोसिएशन के तत्ववधान में आयोजित प्रथम स्व. एच सी मेमोरियल फुटबॉल टूर्नामेंट में उत्तराखंड पुलिस ने केंट फ़ोर्ट एफ सी को एवं आधोईवाला एफ सी ने दून ईगल को हरा कर अगले चक्र में प्रवेश किया।

पवेलायन ग्राउंड पर खेले गये मैच में उत्तराखण्ड पुलिस ने केंट फ़ोर्ट को १– ० से हराया मध्यन्तर तक दोनों टीमे बराबरी पर खेल रही थी, मध्यन्तर के पश्चात यू के पुलिस के तेजतरार खिलाडी ७ न. जर्सी में खेल रहे शलेदर नेगी ने ५५वे मिनट में गोल कर बढ़त बनाई जो मैच के आखिर तक बनी रहने के कारण मैच जीत कर क्वाटर फाइनल में प्रवेश किया।

दूसरे मैच में दून ईगल के शिव ने २८ वें मिनट में गोल कर १–० से बढ़त बनाई ही थी कि २ मिनट बाद ही आधोईवाला एफ सी के सूरज ने गोल कर मैच को बराबरी पर ला दिया। मैच का निर्णय पेनल्टी शूट आउट से हुआ जिसमे आधोईवाला ने दून ईगल को ५ – ४ से हरा कर अगले चक्र में प्रवेश किया।

इस अवसर पर अध्यक्ष राम प्रसाद, जनरल सेक्रेटरी गुरचरण सिंह, कोषाध्यक्ष राकेश उपाध्याय, आर्गेनिसिंग सचिव निर्मल कुमार, उस्मान खान, एल पी सुन्द्रियाल, लक्ष्मण सिंह ठाकुर, पी सी वर्मा, राकेश बलूनी, संजीव डोभाल, बी एस रावत आदि उपस्थित थे। मैचों का संचालन सुदर्शन, प्रमोद, अजय, अजीत, कैलाश जोशी, अवनीश, काला, अंशुल ने की।

डेढ़ किलो गांजे सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। धर्मनगरी हरिद्वारा में नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने कल देर शाम डेढ़ किलों गांजे सहित गिरफ्तार कर लिया है।जानकारी के अनुसार कल देर शाम कोतवाली ज्वालापुर पुलिस द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान पुलिस को लालपुल के पास एक संदिग्ध आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा, जिसे शक होने पर मौके पर पकड़ लिया गया। तलाशी के दौरान पुलिस ने उसके पास से डेढ़ किलो गांजा बरामद किया। कोतवाली लाकर की गयी पूछताछ में उसने अपना नाम मो. साजिद उर्फ काली पुत्र सादी हुसैन निवासी इंदिरा बस्ती लाल मंदिर कोतवाली ज्वालापुर बताया। पुलिस ने उसे एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर दिया है।

विस अध्यक्ष ने स्व. बड़ोनी को दी श्रद्धांजलि

नगर संवाददाता

ऋषिकेश। विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल ने आज बैराज रोड स्थित कैंप कार्यालय पर वरिष्ठ राज्य आंदोलनकारी स्वर्गीय इंद्रमणि बड़ोनी की जयंती पर उनके चित्र पर पुष्प अर्पित कर उनका भावपूर्ण स्मरण किया।

इस अवसर पर विस अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल ने इंद्रमणि बड़ोनी द्वारा चलाए गए उत्तराखंड राज्य आंदोलन की यादों को ताजा करते हुए कहा कि उत्तराखंड को अलग राज्य बनाने के लिए आंदोलन की शुरुआत करने वाले इंद्रमणि बड़ोनी को उत्तराखंड का गांधी यूं ही नहीं कहा जाता है, इसके पीछे उनकी महान तपस्या व त्याग रहा है।

अग्रवाल ने कहा कि राज्य आंदोलन को लेकर उनकी सोच और दृष्टिकोण को लेकर आज भी उन्हें शिद्दत से याद किया जाता है। स्व. बड़ोनी 24 दिसंबर, 1925 को टिहरी जिले के जखोली ब्लॉक के अखोड़ी गांव में पैदा हुए थे। अग्रवाल ने अपने संबोधन में कहा है कि स्व. इंद्रमणि बड़ोनी एक साधारण परिवार में जन्मे, परंतु उन्होंने इस प्रदेश के लिए असाधारण कार्य किया। बड़ोनी का जीवन अभावों में गुजरा। उनकी शिक्षा गांव में ही हुई।

देहरादून से उन्होंने स्नातक की उपाधि हासिल की थी। वह ओजस्वी वक्ता होने के साथ ही रंगकर्मी भी थे। लोकवाद्य यंत्रों को बजाने में निपुण थे। उत्तराखंड राज्य आंदोलन में उनका महत्वपूर्ण योगदान था।

अग्रवाल ने कहा है कि आज उत्तराखंड राज्य युवा अवस्था में है और हमको इस राज्य को विकसित करने के लिए अपने कर्तव्य का ईमानदारी से निर्वहन करने की आवश्यकता है। अग्रवाल ने कहा है कि स्व. इंद्रमणि बड़ोनी की जयंती के दिन हमें राज्य को उन्नतसील और विकसित राज्य बनाने का संकल्प लेना चाहिए।

इस अवसर पर राज्य आंदोलनकारी कमला नेगी, डोईवाला के ब्लॉक प्रमुख भगवान सिंह पोखरियाल, सीमा रानी, क्षेत्र पंचायत सदस्य अमर खत्री, पूर्व प्रधान सतेंद्र धामंदा, पार्षद शिव कुमार गौतम, अरुण बड़ोनी, सुमित पंवार, रविंद्र कश्यप, स्वरूप सिंह पुंडीर, राजेंद्र पांडे, भगवान सिंह महर, रीना शर्मा, कविता शाह, कमल कुमार आदि सहित अनेक लोग उपस्थित थे।

नेताजी संघर्ष समिति ने किया स्व. बड़ोनी को नमन

नगर संवाददाता

देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति के पदाधिकारियों ने आज पर्वतीय गांधी स्वर्गीय इंद्रमणि बड़ोनी की जयंती के अवसर पर घंटाघर स्थित उनकी मूर्ति पर पुष्पांजलि अर्पित की।

इस मौके पर समिति के प्रभात डंडरियाल और आरिफ वारसी ने कहा कि स्व. बड़ोनी को सच्ची श्रद्धांजलि यही होगी कि राज्य का चौमुखी विकास हो तथा राज्य की स्थाई राजधानी गैरसैंण बनाई जाए। कहा कि समिति के पदाधिकारियों ने राज्य प्राप्ति आंदोलन स्व. बड़ोनी के कुशल नेतृत्व में संयुक्त रूप से लड़ा था।

स्व. बड़ोनी को श्रद्धासुमन अर्पित करने वालों में समिति के अध्यक्ष अरविंद गुप्ता, अरुण खरबंदा, प्रवीण शर्मा, राम सिंह, प्रधान राजकुमार बत्रा, दानिश नूर, इल्यास कुरेशी आदि मौजूद रहे।

हर विद्यालय को मिलेगा अपना भवनः गंगोला

संवाददाता

बेरीनाग। राजकीय इंटर कालेज कार्कीनगर नव निर्मित १ करोड़ २८ लाख का भवन और ६० लाख का विज्ञान प्रयोगात्मक भवन शिलान्यास विधायक मीना गंगोला ने किया ।

इस मौके पर विधायक मीना गंगोला ने कहा कि नये भवन बनने से छात्र छात्राओं को पठन–पाठन में सुविधा होगी । विद्यार्थियों के बैठने के लिए कुर्सी टेवल और कमप्यूटर भी विधायक निधि से दिया गया ह ै गंगोलीहाट विधानसभा के हर स्कूल का अपना भवन बनाया जा रहा है सरकार के द्वारा सभी स्कूलों में हर सुविधा देने के साथ बच्चों को अच्छी शिक्षा दी जा रही है इस मौके पर स्कूली छात्र छात्राओं के द्वारा रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। प्रधानाचार्य लता बिष्ट ने विधायक का स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। इस मौके पर ब्लांक प्रमुख विनीता बाफिला ,जिला पंचायत सदस्य ज्योति जोशी, नंदन बाफिला, भाजपा मंडल अध्यक्ष धीरज बिष्ट, दीपक धानिक, सतीश जोशी, गोकुल गंगोला, हरीश चुफाल, मनोज कार्की, दिनेश आर्या, भूपेन्द्र कार्की ,मनीष पंत,अभिनेश बनकोटी आदि मौजूद थे। संचालन प्रदीप जोशी ने किया।

राजस्व उप निरीक्षकों की हड़ताल शुरू, नहीं बने प्रमाण पत्र

संवाददाता

बेरीनाग / थल। राजस्व निरीक्षक, उपनिरीक्षक तथा राजस्व सेवकों के चार सूत्रीय मांग पर अनिश्चिकालीन हड़ताल में चले जाने से तहसीलों का कामकाज ठप हो गया हैं। राजस्व उप निरीक्षकों ने कहा की जब तक इनकी मांग पूरी नहीं होती ये अनिश्चितकालीन हड़ताल पर रहेंगे।

अपनी चार सूत्रीय मांग में एकीकरण न करने,समान कार्य के लिए समान वेतन, समान संसाधन,१६ वें राजस्व निरीक्षक और उप निरीक्षक बैच के ठोस पुनर्गठन करने की मांग की। मांग पूरी नही होने तक आंदोलन जारी रखने का ऐलान किया है धरने में मनीषा बिष्ट, मोहित चंद, पवन चौहान, वीरेंद्र बोरा, शिवेंद्र कुमार, आशा राज, कंचन प्रिया सहित आदि मौजूद थे उधर थल में राजस्व उप निरीक्षकों ने तहसीलदार हीरा सिंह रौतेला के माध्यम से जिलाधिकारी को भेजा हैं। ज्ञापन देने वालों में शंकर लाल वर्मा राजस्व निरीक्षक थल, भूपेंद्र पंत राजस्व उप निरीक्षक थल, संजीव द्विवेदी राजस्व उप निरीक्षक आमथल,विपिन चंद्र पाठक राजस्व उप निरीक्षक कोटगाड़ी,प्रमोद कार्की राजस्व उप निरीक्षक सिल्दौं,सुरेंद्र सिंह बिष्ट राजस्व उप निरीक्षक चोपड़ा,मोहन चंद्र ततराड़ी राजस्व सेवक,भुवन चंद्र पाठक राजस्व सेवक,आकांक्षा चौहान राजस्व सेवक मुख्य थे।

कपड़े पर लगे सोया सॉस के जिद्दी दागों को छुड़ाने के लिए अपनाएं ये तरीके

अगर चाऊमीन या फिर सुशी जैसे व्यंजनों को बनाते समय सोया सॉस कपड़े पर गिर जाती है तो लोग उस कपड़े को फेंक देते हैं या बाजार से महंगे-महंगे वॉशिंग प्रोडक्ट्स लाकर दाग को साफ करने की कोशिश करते हैं। हालांकि, इनसे भी दाग टस से मस नहीं होते हैं, इसलिए आज हम आपको कुछ ऐसी तरीके बताने जा रहे हैं, जिन्हें अपनाकर आप अपने कपड़े पर लगे सोया सॉस के दाग को आसानी से साफ कर सकते हैं।

कपड़े से सोया सॉस के दागों को साफ करने के लिए सिरके का इस्तेमाल किया जा सकता है क्योंकि इसके एसिड गुण इस काम को आसान बनाने में कारगर हैं। इसके लिए सबसे पहले एक कटोरी में आधा चम्मच डिटर्जेंट पाउडर और एक चम्मच सिरका मिलाएं, फिर इस मिश्रण को दाग पर लगाकर कपड़े को रगड़ें। इसके बाद कपड़े को सामान्य तरीके से धो लें। ऐसा दो-तीन बार करने से दाग गायब हो जाएंगे।

अगर आपके किसी कपड़े पर सोया सॉस का दाग लग गया है तो उसे अच्छे से साफ करने के लिए आप लिक्विड अमोनिया का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले लिक्विड अमोनिया को किसी बोतल में डालकर कपड़े की दाग वाली जगह पर छिड़के, फिर कपड़े को साफ पानी से धो लें। बता दें कि मार्केट से आपको सही दाम में लिक्विड अमोनिया आसानी से मिल जाएगा।

कपड़ों से किसी भी तरह के जिद्दी दाग हटाने के लिए रबिंग अल्कोहल का इस्तेमाल किया जा सकता है क्योंकि यह एक अच्छा क्लीनिंग सॉल्यूशन है। अगर आपके किसी कपड़े पर सोया सॉस के दाग लग गए हैं तो दाग वाली जगह पर रबिंग अल्कोहल की कुछ बूंदे डालकर 10-15 मिनट के लिए कपड़े को ऐसे ही छोड़ दें। इसके बाद गुनगुने पानी से कपड़े को धोकर सुखा दें। इससे दाग आसानी से साफ हो जाएगा।

आप चाहें तो कपड़े पर लगे सोया सॉस के दाग को साफ करने के लिए कॉर्नस्टार्च का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए एक छोटे टब में कॉर्नस्टार्च के साथ डिटर्जेंट पाउडर का एक घोल तैयार कर लें, फिर इस घोल को दाग पर लगाकर कुछ देर के लिए ऐसे ही छोड़ दें। थोड़ी देर बाद कपड़े को हल्के हाथों से रगड़कर सामान्य तरीके से धो लें। ऐसा एक-दो बार करने से दाग आसानी से निकल जाएगा।

घर पर ब्लेजर को साफ करने के लिए अपनाएं ये आसान तरीके

आमतौर पर लोग गंदे ब्लेजर को साफ करने के लिए ड्राई क्लीन का विकल्प चुनते हैं ताकि कपडे की चमक बनी रहे और फैब्रिक भी खराब न हो। यकीनन यह विकल्प काफी अच्छा भी है, लेकिन बार-बार ब्लेजर को ड्राई क्लीन करवाने से आपका बजट बिगड़ सकता है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसी टिप्स देते हैं, जिन्हें अपनाकर आप अपने ब्लेजर को घर पर आसानी से साफ कर सकते हैं और इससे आपके ब्लेजर को नुकसान भी नहीं पहुंचेगा।

शैंपू या फिर माइल्ड डिटर्जेंट लिक्विड का करें इस्तेमाल

ब्लेजर की सफाई के लिए शैंपू या फिर माइल्ड डिटर्जेंट लिक्विड का इस्तेमाल किया जा सकता है। इसके लिए एक बड़े टब में थोड़ा माइल्ड डिटर्जेंट लिक्विड या शैंपू डालकर इसको पानी से भर दें, फिर इसमें 15 मिनट के लिए ब्लेजर को भिगो दें। ध्यान रखें कि ब्लेजर को सीधा ही भिगोना है। इसके बाद ब्लेजर को ठंडे पानी से धोकर किसी खुली हवादार जगह पर हैंगर पर टांग दें, जिससे यह जल्दी सूख जाए।

फैब्रिक सॉफ्टनर से बनाएं दूरी

शायद यह बात सुनने में थोड़ी अजीब लगे, लेकिन घर पर ब्लेजर को साफ करते समय आपको फैब्रिक सॉफ्टनर का इस्तेमाल करने से बचना चाहिए क्योंकि फैब्रिक सॉफ्टनर आपके ब्लेजर का आकार बर्बाद कर सकता है। वहीं, यह आपके ब्लेजर पर सफेद परत भी जमा सकता है। साफ शब्दों में कहें तो फैब्रिक सॉफ्टनर का इस्तेमाल करने से ब्लेजर पर उल्टा असर हो सकता है। इसलिए इसे साफ करने के लिए फैब्रिक सॉफ्टनर का इस्तेमाल न करें।

ब्लेजर को ज्यादा धोने से बचें

ब्लेजर की शेल्फ लाइफ को बढ़ाने के लिए इसे कम से कम धोने की कोशिश करें। हालांकि इसका मतलब यह बिल्कुल भी नहीं है कि आपको गंदे ब्लेजर पहनने चाहिए। सिर्फ ब्लेजर को ज्यादा धोने से बचें क्योंकि ऐसा करने से यह अपनी चमक खोने लगते हैं। उदाहरण के लिए अगर आपका ब्लेजर हल्का सा गंदा लग रहा है तो इस पर दो से तीन बार सॉफ्ट ब्रश फेरें। इससे आपका ब्लेजर साफ दिखने लगेगा।

वैधानिक सूचना

सुविज्ञ पाठकों से आग्रह है कि इस समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन में दिए गए तथ्यों, शर्तों और दावों के प्रति वह खुद भी आश्वस्त हो लें। पाठकों से आग्रह है कि वह प्रकाशित विज्ञापन से प्रभावित होकर कोई कदम उठाने से पहले अपने स्तर पर भी स्वयं के संतुष्ट होने तक संपूर्ण व्यावहारिक जानकारी कर लें। भविष्य में किसी भी प्रकाशित विज्ञापन में निहित दावों या शर्तों को लेकर पाठकगण को कोई असुविधा या परेशानी होती है तो *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

मॉडर्न किचन से बिगड़ रही है महिलाओं की सेहत!

एक समय था जब घर के किचन में बैठकर खाना बनाने की व्यवस्था होती थी. हमारे घर की महिलाएं उस समय पाटे पर बैठकर पूरे घर के लिए ढेर सारा खाना पका देती थीं. पाटे पर बैठते समय वो पैरों को मोड़कर पेट से चिपका लेती थीं और उनके पंजे जमीन को टच करते थे. इस तरह बैठकर खाना बनाने से उनकी पीठ, पेट और हिप्स की मसल्स पर प्रेशर पड़ता था. इसके कारण उस हिस्से में फ्लेक्सिबिलिटी बनी रहती थी. पेट नहीं बढ़ता था और कमर दर्द जैसी समस्या भी नहीं होती थी. लेकिन जैसे जैसे समय बदला, वैसे वैसे हमारी पारंपरिक रसोई भी बदल गई. बैठकर खाना बनाने की जगह खड़े होकर सारा काम करने का कल्चर आ गया. इस कल्चर ने महिलाओं को तमाम बीमारियां भी दे दी हैं. खड़े होकर खाना बनाने से हमारे शरीर का सारा भार लोअर बैक एरिया और एंकल पर पड़ता है. इसके कारण कम समय में ही महिलाओं को जोड़ों में दर्द और कमर में दर्द जैसी परेशानियां होने लगी हैं.

इतना ही नहीं, लगातार खड़े होकर खाना बनाने की आदत की वजह से महिलाओं के बैक में कर्व बढ़ जाता है. इसके कारण उनका बॉडी शेप भी खराब होने लगता है. वहीं रही बची कसर आजकल फोन ने बिगाड़ दी है. तमाम काम करते हुए महिलाएं अपने मोबाइल को पास रखती हैं. इस बीच कॉल करते समय मोबाइल उनके कंधे और कान के बीच में रहता है. इस पोजीशन में काम करने की वजह से बॉडी मूवमेंट बिगड़ जाता है और गर्दन के आसपास के एरिया में दर्द की शिकायत होने लगती है.

समस्या के समाधान के लिए क्या करें

1. मॉडर्न समय के आए इस कल्चर को बदल पाना इतना आसान नहीं, लेकिन हम अपनी आदतों में बदलाव जरूर कर सकते हैं. इसके लिए लगातार खड़े होकर काम न करें. किचन में कोई चेयर या स्टूल रख लें. बीच बीच में उस पर बैठ जाएं.

2. जो काम बैठकर किए जा सकते हैं, जैसे सब्जी काटना, आटा गूंथना, उन्हें खड़े होकर न करें. चटाई पर या पाटे पर बैठकर करें.

3. आप खुद ही सारे कामों का जिम्मा न लें. काम को बांट लें और परिवार के अन्य सदस्यों की मदद लें. इससे सारा भार आप पर नहीं पड़ेगा और आपके काम करने की टाइमिंग भी कम हो जाएगी.

4. खाना बनाते समय मोबाइल के इस्तेमाल की आदत को छोड़ दें. बहुत जरूरी हो तो ईयर फोन का इस्तेमाल करें.

5. नियमित रूप से योग और एक्सरसाइज करें. ताकि आपकी तमाम समस्याएं नियंत्रित रहें. पद्मासन, बटरफ्लाई, पवनमुक्तासन और मत्स्यासन का अभ्यास जरूर करें. इनसे बैक, लोअर बैक और पेट की मसल्स मजबूत होती हैं.

83 में देशभक्ति, क्रिकेट और भावनाओं का जुड़ाव है : ताहिर राज भसीन

अभिनेता ताहिर राज भसीन का कहना है कि आगामी क्रिकेट महाकाव्य 83 पूरे भारत में सभी आयु वर्ग के लोगों के साथ जुड़ेगी क्योंकि यह देशभक्ति, क्रिकेट और भावनाओं के जुड़ाव के साथ एक सच्ची पासा पलट देने वाली कहानी है। ताहिर इस फिल्म में महान सुनील गावस्कर की भूमिका निभाते नजर आएंगे। उन्होंने कहा, 83 जैसी इवेंट फिल्में लोगों को सिनेमाघरों में वापस लाने के लिए समय की जरूरत है। इसका हिस्सा बनना एक अच्छा एहसास है एक ऐसी फिल्म की जो मनोरंजन उद्योग के इंजनों पर राज करने की क्षमता रखती है और पूर्व-महामारी युग के स्तरों पर लौटने के लिए व्यवसाय के लिए उत्प्रेरक के रूप में कार्य करती है।

83 देखने के लिए सिनेमाघरों में वापस आने के लिए देश भर के दर्शकों को एकजुट करने पर प्रकाश डालते हुए, ताहिर कहते हैं, मुझे लगता है कि 83 पूरे भारत में सभी आयु वर्ग के लोगों से जुड़ेगी क्योंकि यह एक पफरेरमेंस के जरिए पासा पलट देने वाली कहानी है।

उन्होंने कहा, इसमें देशभक्ति है, इसमें क्रिकेट है, इसमें भावनाओं का जुड़ाव है, क्योंकि 1983 की टीम वास्तव में भारत भर की क्रिकेट प्रतिभाओं का एक समामेलन थी जो आखिरी गेंद तक लड़ना चाहती थी। विश्व कप जीतने के लिए कुछ ऐसा करो जो इस देश के इतिहास में कभी नहीं किया गया!

ताहिर कहते हैं मेरे माता-पिता ने जब ट्रेलर देखा तो उनके रोंगटे खड़े हो गए और मेरे पिता लॉर्डस में फाइनल में शक्तिशाली वेस्टइंडीज पर भारत की शानदार जीत को फिर से हासिल करने के लिए वास्तव में भावुक हैं।उन्होंने कहा, मुझे सिनेमा के इतिहास का हिस्सा होने पर गर्व है जो उन्हें यह अनुभव देगा। 83 में रणवीर सिंह द्वारा निभाए गए कपिल देव के किरदार में 1983 का विश्व कप जीतने वाले भारत पर प्रकाश डाला गया है।

शब्द सामर्थ्य - 69

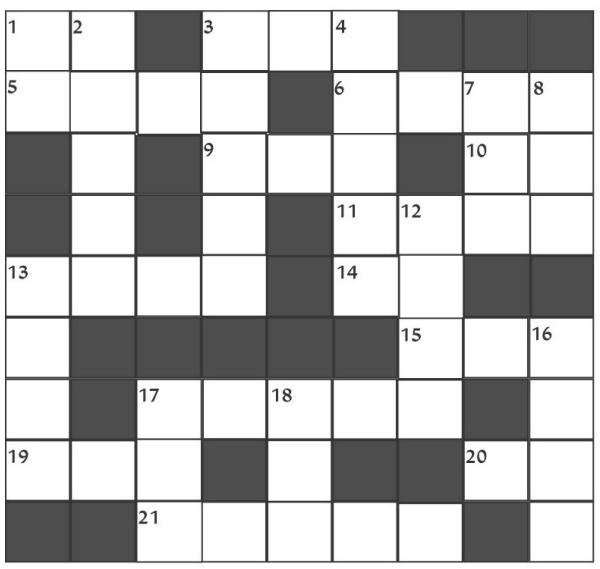
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. समाप्ति, खात्मा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहराई 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, 'लेवल' 15. बिजली, तड़ित 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. लगातार, तड़-तड़ करते हुए।

ऊपर से नीचे

1. शरीर का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल 3. वोट देने का हक 4. जो अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज़, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 68 का हल

वा	स्ता			सि	स	की		
जि		ल	प	ट		मा	चि	स
ब	द	ला		क			ल	
		ट		नी	ल	क	म	ल
ता	ली		का		की			हू
क		स	रो	का	र			लु
झां		ज	बा	न		म	सी	हा
क	च	ना	र		भा	र्या		न
	र्म			ज	र	दा		

अवनीत कौर ने फिल्म टीकू वेड्स शेरू से शेयर की एक झलक

अवनीत कौर इन दिनों बतौर लीडिंग एक्ट्रेस अपनी पहली अपकमिंग फिल्म टीकू वेड्स शेरू की शूटिंग में व्यस्त चल रही है। बता दें कि अवनीत लंबे समय से बॉलीवुड में एंट्री करने की तलाश में थी, हालांकि उन्होंने इससे पहले भी कई फिल्मों में छोटे-मोटे किरदार निभाएं है, लेकिन यह फिल्म अवनीत के लिए बहुत ही खास है जो यकीनन उनके करियर को एक नई ऊंचाई पर ले जाएगी।

अवनीत जहां शूटिंग में व्यस्त चल रहीं हैं वहीं उन्होंने अपने फैंस के साथ फिल्म से अपनी एक झलक शेयर की है, जिसे खूब पसंद किया जा रहा है। अवनीत ने उस फोटो को अपने सोशल मीडिया हैंडल पर शेयर करते हुए लिखा, टीकू वेड्स शेरू से टीकू की एक झलक।

इस फोटो में आप देख सकते हैं कि अवनीत एक टैक्सी में बैठकर उसकी विंडो से बाहर की ओर देख रहीं हैं। उनके आसपास कैमरा और साथ ही यूनिट के कुछ लोग खड़े दिखाई दे रहें हैं।

बता दे कि टीकू वेड्स शेरू में अवनीत कौर, नवाजुद्दीन सिद्दीकी के ऑपोजिट नजर आएंगी। कंगना के प्रोडक्शन तले बनने वाली पहली फिल्म और नवाजुद्दीन सिद्दीकी जैसे होनहार अभिनेता के साथ काम करने का मौका इस उम्र में मिलना बहुत बड़ी बात है, जिसके लिए अवनीत के फैंस ने उनकी जमकर तारीफ भी की थी।

नवाज फिल्म में शेरू का किरदार निभाते नजर आएंगे जबकि अवनीत टीकू नाम की बेहद ही ग्लैमरस लड़की का किरदार निभाएंगी। साई कबीर के डायरेक्शन में बन रही इस फिल्म को कंगना रनौत अपने प्रोडक्शन हाउस के बैनर तले प्रोड्यूस कर रही हैं। फिल्म अगले साल रिलीज़ होगी।

'मड्डी' को बॉक्स ऑफिस पर मिली जबरदस्त शुरुआत

प्रागभल की मड्डी, भारत की पहली 4×4 मड रेस थ्रिलर फिल्म है, जो कि सभी सिनेमाघरों में रिलीज हो गई है. रिलीज होने के बाद से ही फिल्म को बॉक्स ऑफिस पर अच्छा रिस्पॉन्स मिला है. फिल्म को पहले दिन ही जबरदस्त प्रतिक्रिया मिली और तब से इसे सभी से अच्छे रिव्यू मिल रहे हैं और दर्शक फिल्म और टीम की प्रशंसा कर रहे हैं. फिल्म की प्रशंसा के लिए सभी के प्रति आभार व्यक्त करते हुए, निर्देशक प्रागभल ने कहा, मैं मड्डी मूवी को स्वीकार करने के लिए सभी को धन्यवाद देता हूं, पूरी फिल्म के बीच आपकी तालियों ने पूरी टीम को खुश कर दिया है. हमें स्वीकार करने के लिए धन्यवाद और यही हमारी सफलता है. फिल्म के संगीत निर्देशक, केजीएफ फेम रवि बसरूर, जिन्होंने अपनी पहली मलयालम फिल्म के लिए संगीत दिया है. उन्होंने ने सभी का धन्यवाद किया है और कहा, आपकी सभी की प्रतिक्रिया के लिए शुक्रिया. साउंड्स पूर्ण रूप से थिएटर के अनुभव के लिए डिज़ाइन की गई थी, और आप सब को यह पसंद आई, यह हमारे लिए बहुत जरूरी था.

एक मजबूत कहानी आधार, अद्वितीय दृश्यों और ध्वनि अनुभव के साथ, मड्डी, एक फुल टाइम 4×4 मड रेस फिल्म भारत में पहली बार बनाई गई है और रिलीज़ के साथ ही यह एक बड़े पैमाने की फिल्म बन गई है. यह अंग्रेजी सहित छः अलग-अलग भाषाओं में रिलीज होने वाली पहली फिल्म भी है.

फिल्म की कोरियोग्राफी डिजाइन निर्देशक प्रागभल के लिए सबसे बड़ी चुनौती थी क्योंकि मड्डी रेस के लिए रेफर करने के लिए कोई अन्य फिल्म नहीं थी और फिल्म को शुरू करने के लिए उन्हें पांच साल रिसर्च करनी पड़ी. फिल्म के कैरेक्टर्स को दो साल के लिए मड रेस का प्रशिक्षण दिया गया और राष्ट्रीय स्तर के असली मड रेस दौड़ने वालों को भी फिल्म का हिस्सा बनाया गया.

154 में एक अंडरकवर पुलिस वाले की भूमिका निभाएंगे चिरंजीवी

तेलुगु मेगास्टार चिरंजीवी अपनी आगामी फिल्म आचार्य की रिलीज का इंतजार कर रहे हैं। उनकी आने वाली फिल्मों में बॉबी द्वारा निर्देशित फिल्म में उन्होंने एक पुलिस वाले की भूमिका निभाई है। सूत्र इस प्रोजेक्ट से जुड़ी दिलचस्प जानकारियां सामने ला रहे हैं।

अपनी 154 वीं फिल्म को चिह्नित करते हुए, चिरंजीवी फिल्म में एक पुलिस वाले की भूमिका निभाएंगे, जो एक तटीय शहर में खतरनाक अपराध की स्थिति को रोकने के मिशन पर रहता है। रिपोर्ट्स यह भी बताती हैं कि इस प्रोजेक्ट के लिए विचार किए जाने वाले शीर्षकों में वाल्टेयर वीरैया नाम भी शामिल है।

फिल्म की कहानी श्रीलंकाई पृष्ठभूमि में होगी, जबकि चिरंजीवी को एक रूपांतरित रूप में देखा जाएगा। फिल्म में एक अन्य लोकप्रिय अभिनेता रवि तेजा को एक महत्वपूर्ण कैमियो में भी देखा जा सकता है। मैथरी मूवी मेकर्स द्वारा निर्मित, इस फिल्म में देवी श्री प्रसाद ने संगीत दिया है, जबकि छायांकन को आर्थर ए विल्सन द्वारा नियंत्रित किया गया है। इस फिल्म के अलावा, चिरंजीवी को भोला शंकर और गॉडफादर के लिए अनुबंधित किया गया है, जिनका निर्देशन क्रमशः मेहर रमेश और जयम मोहन राजा कर रहे हैं।(आरएनएस)

'आकाशवाणी' के फ्लॉप होने पर टूट गई थीं नुसरत भरूचा

बॉलीवुड एक्ट्रेस नुसरत भरूचा इन दिनों हर जगह छाई हुई हैं. हाल ही में उनकी फिल्म छोरी ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज हुई है. इस फिल्म में नुसरत की एक्टिंग की काफी तारीफ की जा रही है. नुसरत ने बड़ी मेहनत करके इंडस्ट्री में अपनी एक अलग जगह बनाई है. नुसरत ने अपनी फिल्म 'आकाशवाणी' के फ्लॉप होने को लेकर बात की है.

नुसरत ने हाल ही में बताया है कि उनकी फिल्म आकाशवाणी उनके दिल के बहुत करीब थी. मगर इसके फ्लॉप होने के बाद वह बुरी तरह से टूट गई थीं. इस फिल्म में नुसरत के साथ कार्तिक आर्यन लीड रोल में नजर आए थे. फिल्म के फ्लॉप होने के बाद वह प्रोड्यूसर के ऑफिस में ही रो पड़ी थीं.

नुसरत ने बताया था कि उनकी फिल्म आकाशवाणी ने जब एक हफ्ते तक बॉक्स ऑफिस पर अच्छा बिजनेस नहीं किया था तो उसे थिएटर से हटा दिया गया था क्योंकि ऑडियन्स का खराब रिस्पॉन्स मिला था. उन्होंने कहा ये फिल्म उनके दिल के बहुत करीब है और इसके लिए उन्होंने बहुत मेहनत की थी. नुसरत ने बताया कि उस किरदार में रहने के लिए उन्होंने अपने परिवार से एक महीने तक बात नहीं की थी.

नुसरत ने आगे कहा कि फिल्म ने अच्छा काम नहीं किया. मुझे याद है मैं कुमार जी के ऑफिस गई थी और रोई थी. हम सभी बैठे हुए थे और बातचीत कर रहे थे कि फिल्म नहीं चली. इतना नुकसान. जहां एक तरफ प्रोड्यूसर कुमार मंगत पाठक ने फिल्म के फ्लॉप होने पर इतना परेशान नहीं हुए वहीं नुसरत टूट गई थीं. उन्होंने नुसरत से कहा अरे, कोई बात नहीं होता है, पिक्टर फ्लॉप होती हैं. इस पर नुसरत ने कहा था कि मेरी पिक्चर फ्लॉप हुई है, आपको इतना नुकसान हो गया. कार्तिक, लव रंजन और अभिषेक मेरे साथ ही वहां बैठे थे और मुझे समझा रहे थे क्योंकि मैं बहुत रो रही थी.

आपको बता दें नुसरत ने कार्तिक के साथ प्यार का पंचनामा, प्यार का पंचनामा 2, सोनू के टीटू की स्वीटी में काम किया है. ये तीनों फिल्में सुपरहिट साबित हुई थीं. अब वह जल्द ही राम सेतु, जनहित में जारी और हुड़दंग में नजर आने वाली हैं.(आरएनएस)

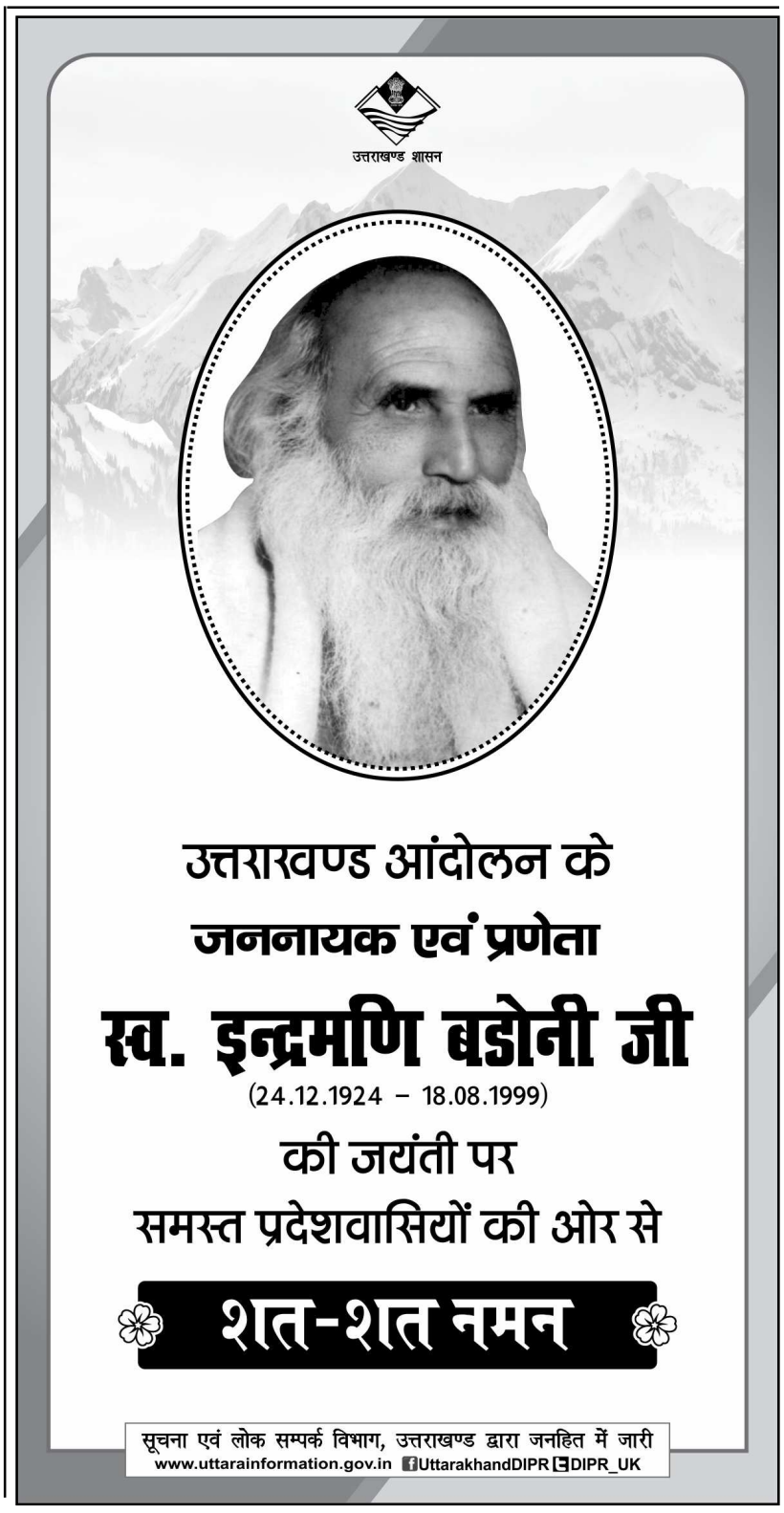
अनेरी वजानी को अनुपमा में अहम भूमिका के लिए चुना गया

अभिनेत्री अनेरी वजानी को लोकप्रिय शो अनुपमा में एक प्रमुख भूमिका निभाने के लिए अनुबंधित किया गया है। अभिनेत्री ने अपनी भूमिका और शो के बारे में बात की है। उनेरी शो में अनुज कपाड़िया की बहन की भूमिका निभाएंगी और उनकी एंट्री अनुपमा (रूपाली गांगुली) के जीवन में बहुत सारे मोड़ लेकर आएगी।

वह शो का हिस्सा होने और उसी में अपनी रुचि पर टिप्पणी करती है। उन्होंने कहा कि मैंने शुरूआती एपिसोड देखे हैं। मैं नियमित रूप से शो का अनुसरण नहीं कर रही हूं लेकिन मेरे घर पर हर कोई अनुपमा देखना पसंद करता है। इसलिए मैंने अनुज की एंट्री से पहले इसे देखा है। असल में, मैंने इसे पूरी तरह से नहीं देखा है। इंस्टाग्राम पर सभी क्लिप देखे हैं। मेरा परिवार अनुपमा का बहुत बड़ा प्रशंसक है।

अभिनेत्री आगे निर्माता राजन शाही के साथ और इस शो में अपने काम के अनुभव को लेकर कहती है कि हमने वास्तव में कभी एक साथ काम नहीं किया है, लेकिन हम हमेशा साथ काम करना चाहते थे।

मुझे अभी भी कुछ साल पहले याद है, मुझे लगता है कि 7 साल पहले, मैंने ऑडिशन दिया था, उन्होंने एक शो के लिए मेरा मॉक शूट लिया था।



मुख्यमंत्री ने किया बोधिसत्व विचार श्रृंखला ई संवाद कार्यक्रम को सम्बोधित

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने गुरूवार को मुख्यमंत्री आवास में बोधिसत्व–विचार श्रृंखला – ई संवाद कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए कहा कि उत्तराखण्ड के समग्र विकास के लिये देवभूमि को योग, वेलनेस का शसक्त हब बनाने में सांस्कृतिक संस्थाओं, तीर्थाटन, होम स्टे से जुड़े लोगों की महत्वपूर्ण भूमिका है। उन्होंने कहा कि राज्य के व्यापक हित में राज्य के बुद्धिजीवियों, विषय विशेषज्ञों, प्रवासी प्रदेश वासियों के विचारों की श्रृंखला इस आत्म निर्भर बोधिसत्व कार्यक्रम के तहत आयोजित की गई है। इस संबंध में अब तक तीन श्रृंखला आयोजित की जा चुकी है। नीति आयोग के उपाध्यक्ष डॉ. राजीव कुमार, केन्द्र सरकार के प्रधान वैज्ञानिक सलाहकार डॉ. के विजय राघवन एवं अन्य कई विषय विशेषज्ञों के विचारों का लाभ हम प्राप्त कर चुके हैं।

उन्होंने कहा कि इस श्रृंखला में प्राप्त होने वाले सुझाव व विचार उत्तराखण्ड को २०२५ में रजत जयंती वर्ष के अवसर पर राज्य को देश का श्रेष्ठ व अग्रणी राज्य बनाने में मददगार होंगे, इसके लिये सभी विभागों का आगामी १० सालों का रोड मैप भी तैयार किया जा रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य में अच्छी स्कूल हो, शिक्षा का बेहतर वातावरण हो, स्वास्थ्य सुविधाओं का विकास हो, राज्य के आय के संसाधनों की वृद्धि के साथ ही मूलभूत सुविधाओं के विकास पर कैसे नियोजित ढंग से व्यय हो, पलायन रूके, बेरोजगारी दूर हो इस प्रकार की ज्वलंत समस्याओं का हमें समाधान करना है। उन्होंने कहा कि सरकारी नौकरी सीमित है, इससे ही बेरोजगारी दूर नहीं होगी। इसके लिये स्वरोजगार की दिशा में पहल की गई है। पुलिस विभाग में रिक्त पदों पर नियुक्ति की प्रक्रिया शुरू की है। सरकारी नौकरी हजारों में है और बेरोजगारी लाखों में, यह विषय सभी के लिये सोचनीय है इसके लिये हम सबको सहयोगी बनना होगा। इसमें बुद्धिजीवियों, विषय विशेषज्ञों, तीर्थ पुरोहितों, समाज सेवियों, सभी को योगदान देना होगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हम समाज के हर वर्ग के कल्याण के लिये प्रयासरत हैं। समग्र विकास के लिये जो बेहतर हो सकता है हमने वह सब करने के प्रयास आरम्भ किये हैं। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी कर्मयोगी हैं। देश के समग्र विकास के लिये वे निरंतर चिंतनशील रहते हैं। हाल ही में बनारस में हुए मुख्यमंत्री परिषद की बैठक के बाद जिस प्रकार देर रात उन्होंने बनारस में किये गये कार्यों का निरीक्षण किया वह उनकी कार्यों को धरातल पर देखने की ललक है। उन्होंने सांसद होने के नाते शहर के कार्यों के निर्माणाधीन एवं निर्मित की गई योजनाओं का स्थलीय निरीक्षण किया।

उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में देश विकास के नये आयाम प्राप्त कर रहा है। केदारनाथ धाम पुनर्निर्माण, अयोध्या में भव्य राम मंदिर निर्माण का कार्य तथा काशी विश्वनाथ धाम को भव्य स्वरूप देना इसका उदाहरण है। अहिल्याबाई होल्कर के बाद मोदी जी ने काशी विश्वनाथ धाम का पुनरुद्धार का कार्य किया। बद्रीनाथ धाम के सौन्दर्यीकरण का भी कार्य चल रहा है। २५० करोड़ की योजना इसके लिये तैयार की गई है। इस प्रकार आज प्रधानमंत्री जी के नेतृत्व में देश की सांस्कृतिक विरासत को आगे बढ़ाये जाने का कार्य हो रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि समाज हित हमारे लिये सर्वोपरि है। नर सेवा ही नारायण सेवा है। अपने लिये तो सभी जीते हैं। मनुष्य होने के नाते हमें अपने ज्ञान का लाभ दूसरों को देना होगा ताकि हमारा समाज ज्ञानवान ऊर्जावान, समाज बने सभी के विचारों का विजन धरातल पर उतरे इसका हमारा प्रयास है। विचारों का संकलन के इस मंथन से जो अमृत निकलेगा वह २०२५ में राज्य को देश के अग्रणी राज्यों में शामिल होने के विजन को साकार करने में मददगार होगा। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने छात्रों के शैक्षिक विकास में भी विशेष योगदान देने वाले प्रधानाचार्य श्री हुकुम चंद उनियाल के साथ ही अन्य विषय विशेषज्ञों को सम्मानित भी किया।

इस अवसर पर डॉ. सुनील जोशी कुलपति उत्तराखण्ड आर्युवेदिक विश्व विद्यालय ने प्रदेश में तीर्थाटन के साथ ही आयुष टूरिज्म, योग एवं पंचकर्म तथा जड़ी बूटी कृषिकरण एवं प्रंसस्करण को बढ़ावा देने की जरूरत बतायी। उन्होंने कहा कि उनके विश्वविद्यालय द्वारा इस दिशा में पहल करने के साथ ही बायोकेमिकल लैब की मजबूती पर ध्यान दिया जा रहा है।

प्रो. देवी प्रसाद त्रिपाठी कुलपति उत्तराखण्ड संस्कृत विद्यालय द्वारा योगतंत्र व सांख्य योग को बढ़ावा देने के साथ ही हेल्थ कॉन्शियस के साथ पंचकर्म विद्या के विकास पर ध्यान देने की बात कही। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड देव भूमि, योग भूमि के साथ संस्कृत की भी भूमि है। भरत, वेदव्यास कण्व व कालीदास की इस भूमि में तीर्थस्थलों के पौराणिक महत्व को देश व दुनिया तक पहुंचाने में संस्कृत गाइडों का बड़ा योगदान हो सकता है।

पूर्व वन अधिकारी मोनिष मल्लिक ने केरल की भांति उत्तराखण्ड के चारधाम यात्रा मार्गों तथा अन्य दर्शनीय स्थलों पर अधिक से अधिक होम स्टे बनाये जाने, चाल खाल के विकास के साथ ही भूमि संरक्षण की दिशा में कार्य किये जाने की जरूरत बतायी।

आचार्य भुवन चंद उनियाल, धर्माधिकारी श्री बद्रीनाथ धाम ने कहा कि उत्तराखंड के पंच प्रयागों की मिट्टी व जल की लोग मांग करते हैं। इसकी उपलब्धता की व्यवस्था तथा देवी मंदिरों, शिव मंदिरों, विष्णु मंदिरों का सर्किट तैयार करने तथा होम स्टे योजना में कक्षों की संख्या बढ़ाये जाने का उन्होंने सुझाव दिया।

पंडित विपिन जोशी ने राज्य के विभिन्न तीर्थ स्थलों प्राकृतिक स्थलों से लोगों को जोड़ने, शीतकालीन तीर्थाटन, चारधाम के अलावा अन्य तीर्थ स्थलों के विकास पर ध्यान देने की बात की। उन्होंने गांवों को आयुष से जोड़ने पर भी बल दिया।

इस अवसर पर जिन लोगों ने अपने विचार रखे उनमें डा० सरस्वती काला, योग विभागाध्यक्ष श्री गुरु राम राय विश्वविद्यालय, श्री हुकुम सिंह उनियाल, प्रधानाचार्य पूर्व माध्यमिक विद्यालय, देहरादून, डा० दिनेश जोशी, श्री अनिल तोमर, आगाज फाउंडेशन के श्री जगदंबा प्रसाद मैठाणी, श्री गिरिजा शंकर जोशी, श्रीमती प्रभा शाह गोरखाली सभा देहरादून के साथ ही अग्रवाल समाज, जैन समाज, गुरु सिंह सभा, मराठा समाज, बंगाली समाज आदि के प्रतिनिधियों ने भी अपने सुझाव रखे तथा मुख्यमंत्री द्वारा की गई इस पहल को सराहनीय एवं राज्य के व्यापक हित में बताया।

कार्यक्रम का संचालन मुख्यमंत्री के मुख्य समन्वयक प्रो. दुर्गेश पंत द्वारा किया गया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में प्रवासी उत्तरखण्ड वासियों श्री भाष्कर भट्ट, श्री प्रहलाद अधिकारी आदि ने भी वर्चुअली प्रतिभाग कर अपने सुझावों से अवगत कराया तथा मुख्यमंत्री की इस पहल को राज्य हित में बताया।

सू- दोकू क्र.69

		3					7	
9				6		3		8
	7		9		5		6	
						1		9
3		8		7			5	
	1		3		9			7
		2		8		7		
	8				2		4	3
			1					

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.68 का हल

5	2	4	9	6	7	8	1	3
3	6	7	4	1	8	2	9	5
8	1	9	3	2	5	4	6	7
6	3	5	1	9	4	7	2	8
7	9	8	5	3	2	6	4	1
2	4	1	7	8	6	5	3	9
4	5	3	6	7	9	1	8	2
9	8	6	2	5	1	3	7	4
1	7	2	8	4	3	9	5	6

हादसे टालने को हो सवेदनशील पहल

कृष्ण प्रताप सिंह

नगालैंड में म्यांमार सीमा के निकट स्थित मोन जिले के तिरु व ओटिंग गांवों के बीच अफस्पा के दिये विशेषाधिकारों से लैस सुरक्षा बलों द्वारा 13 नागरिकों को विद्रोही समझकर मार गिराने के खिलाफ जो गुस्सा भड़का है, उसे कोई सार्थक दिशा मिल पायेगी?

फिर भी जो गुस्सा भड़का है और जिसका कुफल सुरक्षा बलों पर हमले के रूप में देखने में आया है, उसकी तीव्रता व स्वाभाविकता का इससे अनुमान किया जा सकता है कि ईस्टर्न नगालैंड पीपुल्स ऑर्गनाइजेशन (ईएनपीओ) ने इस घटना की निन्दा करते हुए उसके विरोध में क्षेत्र के छह जनजातीय समुदायों से राज्य के सबसे बड़े पर्यटन कार्यक्रम 'हॉर्नबिल' महोत्सव से भागीदारी वापस लेने का आग्रह किया है। उसने छह जनजातियों से राज्य की राजधानी के पास किसामा में हॉर्नबिल महोत्सव स्थल 'नगा हेरिटेज विलेज' में अपने-अपने 'मोरुंग' में घटना के खिलाफ काले झंडे लगाने को भी कहा है।

अलबत्ता, उसने संयम बरतते हुए यह भी कहा है कि यह आदेश/कदम राज्य सरकार के खिलाफ नहीं, बल्कि सुरक्षा बलों के खिलाफ नाराजगी जताने और छह जनजातीय समुदायों के प्रति एकजुटता दिखाने के लिए है। लेकिन इस बात से इनकार नहीं किया जा सकता कि इस हत्याकांड के बाद न सिर्फ नगालैंड बल्कि मणिपुर और पूर्वोत्तर के कई अन्य दूसरे इलाकों से अफस्पा हटाने की मांग एक बार फिर जोर पकड़ेगी। इरोम शर्मिला इस मांग को लेकर दुनिया का सबसे लम्बा अनशन कर चुकी हैं।

अतीत के इस तरह के कई मामलों की तरह इसको लेकर सरकार की ओर यह नहीं कहा जा रहा कि उग्रवाद या आतंकवाद प्रभावित इलाकों में सुरक्षा बल कठिन परिस्थितियों में जान हथेली पर रखकर अपने आपरेशन को अंजाम देते हैं तो इस तरह के वाकये हो ही जाते हैं और वहां मानवाधिकारों के हनन के मामले उठाते हुए 'याद' रखना चाहिए कि सुरक्षा बलों के जवानों के भी कुछ मानवाधिकार होते हैं। विपक्ष द्वारा मामले को गंभीरता से उठाये जाने का ही असर है कि केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने इस सिलसिले में जो कुछ और जैसे भी हुआ, उसको लेकर लोकसभा में खेद जताया और जानें गंवाने वालों के परिवारों के प्रति संवेदना व्यक्त की है। सेना द्वारा भी उक्त कांड और उसके बाद हुई घटनाओं को 'अत्यंत खेदजनक' माना जा रहा है तथा उनकी उच्चतम स्तर पर जांच की जा रही है। साथ ही कोर्ट ऑफ इन्क्वायरी के आदेश दिये गये हैं। नगालैंड के मुख्यमंत्री नेफ्यू रियो ने एसआईटी (विशेष जांच दल) से उच्चस्तरीय जांच कराये जाने का वादा और समाज के सभी वर्गों से शांति बनाये रखने की अपील की है।

फिर भी यह सवाल अपनी जगह है कि क्या इतना ही काफी है और क्या बड़ी से बड़ी जांच और मुआवजे की बड़ी से बड़ी घोषणा से भी उक्त तेरह जानों के नुकसान की क्षति पूर्ति की जा सकती है? अगर नहीं तो किसी भी उग्रवाद विरोधी अभियान के वक्त, उसे पुलिस चला रही हो, अर्धसैनिक बल या सैनिक, ऐसी 'अत्यंत खेदजनक' घटनाओं को रोकने के लिए पर्याप्त एहतियात क्यों नहीं बरते जाते?

बरते जाते तो जैसा कि इस मामले में हुआ, यह क्योंकर संभव होता कि कुछ दिहाड़ी मजदूरों को, जो शाम पिकअप वैन के जरिये एक कोयला खदान स्थित अपने कार्यस्थल से घर लौट रहे हों, प्रतिबंधित संगठन नेशनल सोशलिस्ट काउंसिल ऑफ नगालैंड-के (एनएससीएन-के) के युंग ओंग धड़े के उग्रवादी समझ लिया जाये और उनके वाहन पर गोलीबारी कर दी जाये?

ठीक है कि मोन म्यांमार की सीमा के पास स्थित है और म्यांमार से एनएससीएन का युंग ओंग धड़ा अपनी उग्रवादी गतिविधियां चलाता है और सेना की 3 कोर के मुख्यालय का दावा है कि मोन जिले के तिरु में उग्रवादियों की संभावित गतिविधियों की विश्वसनीय खुफिया जानकारी के आधार पर इलाके में विशेष अभियान चलाए जाने की योजना बनाई गई थी। बहरहाल, जैसे भी संभव हो, ऐसे उपाय किये जाने बहुत जरूरी हैं कि ऐसी वारदातों की किसी भी स्थिति में पुनरावृत्ति न हो।

96वीं जयंती पर पर्वतीय गांधी को दी श्रद्धांजलि

नगर संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड क्रांति दल ने आज पर्वतीय गांधी स्व. इंद्रमणि बड़ोनी की 96वीं जयंती पर भावभीनी श्रद्धांजलि दी गयी।

उक्रांद कार्यकर्ताओं द्वारा सुबह के समय पार्टी कार्यालय में श्रद्धांजलि देने के बाद घंटाघर स्थित स्व. बड़ोनी की प्रतिमा पर माल्यार्पण किया गया। इस दौरान उक्रांद के पदाधिकारियों का कहना था कि स्व. बड़ोनी का जन्म एक साधारण परिवार में 24 दिसंबर 1925 को ग्राम अखोड़ी, पट्टी-ग्यारह गांव, टिहरी गढ़वाल में हुआ था। वह 1956 में जखोली विकास खण्ड के प्रमुख बने। उससे पहले गांव के प्रधान थे। वह 1967 में निर्दलीय प्रत्याशी के रूप में, 1969 में कांग्रेस से तथा 1977 में तीसरी बार निर्दलीय प्रत्याशी के रूप में निर्वाचित होकर लखनऊ विधानसभा में पहुंचे। 1994 में पौड़ी में उन्होंने पृथक उत्तराखंड राज्य के लिये आमरण अनशन शुरू किया। जहां सरकार द्वारा उन्हें मुज्जफरनगर जेल में डाल दिया गया। सम्पूर्ण उत्तराखंड आंदोलन में वे केंद्रीय भूमिका में रहे। एक अहिंसक आंदोलन में उमड़े जन सैलाब की उनकी प्रति अटूट आस्था, करिश्माई पर सहज -सरल व्यक्तित्व के कारण वाशिंगटन पोस्ट ने उन्हें पर्वतीय गांधी की संज्ञा दी। उनका निधन 18 अगस्त 1999 को विठल आश्रम ऋषिकेश में हुआ।

इस अवसर पर लताफत हुसैन, सुनील ध्यानी, जय प्रकाश उपाध्याय, प्रमिला रावत, दीपक रावत, राजेंद्र बिष्ट, किरन रावत कश्यप, प्रीति थपलियाल, मुकेश कुंडरा, प्रांजल खंडूरी, प्रवीन रमोला, योगी राकेश नाथ आदि मौजूद रहे।

कांग्रेस की बीर ग्राम यात्रा पहुंची लखेड़ी व मैखोली

कार्यालय संवाददाता

गैरसैंण। प्रदेश भर में कांग्रेस द्वारा आयोजित वीर ग्राम प्रणाम यात्रा के तहत गैरसैंण विकासखंड के लखेड़ी ग्राम पंचायत स्थित बासीसेम गांव पहुंच कर कांग्रेसियों ने शहीद रणजीत सिंह बिष्ट को श्रद्धांजलि दी। इस मोके पर शहीद परिजनों मे शामिल बलवंत सिंह , आनन्द सिंह , खिमुली देवी व भागा देवी को सम्मानित किया गया।

लखेड़ी ग्राम पंचायत के बाद बीर ग्राम प्रणाम यात्रा मैखोली पहुंची जहां शोर्य चक्र से सम्मानित शहीद रघुवीर सिंह चौहान, शहीद आनन्द सिंह बिष्ट व शहीद दरवान सिंह गुसाई को श्रद्धांजलि अर्पित कर उनके परिजनों को सम्मानित किया। इस मौके पर पूर्व राज्य मंत्री सुरेश कुमार बिष्ट ने शहीदों को याद करते हुए कहा कि इन बीर शहीदों को देस हमेसा याद रखेगा। भाजपा पर सैनकों की उपेक्षा का आरोप लगाते हुए उन्होंने कहा कि आने वाला समय कांग्रेस का है। सरकार बनने पर सीमा पर तैनाद सैनिकों, पूर्व सैनिक व शहीद सैनिकों के गांवों को पूरा सम्मान दिया जाएगा। इस मौके पर दिवंगत सिडीएड विपिन रावत को भी याद किया गया। शहीदों के सम्मान में यात्री दल द्वारा मौन रख कर श्रधांजलि अर्पित की। यात्रा में कांग्रेस प्रदेश महामंत्री हरिकृष्ण भट्ट, जिला पंचायत सदस्य अनिल अग्रवाल, गैरसैंण नगर अध्यक्ष सुरेन्द्र सिंह बिष्ट, वरिष्ठ कांग्रेसी गोपालदत्त पंथ जी,,प्रदीप कुंवर ,गंगा सिंह बिष्ट,संजय कुमार,मदन मोहन राज,सुरेंद्र सिंह नेगी,सुरेंद्र मढवाल,,सुरेंद्र पवार, पूर्व प्रधान प्रताप सिंह, पूर्व छेत्र पंचायत सदस्य चंद्र सिंह,प्रधान विक्रम लाल,प्रधान मंजू पटवाल,सहित बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने भाग लिया।

जो लोग हो गए 80 के पार, घर..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

राज्य में 18 प्लस वाले लोगों का 78 फीसदी वैक्सीनेशन हो चुका है। जिन लोगों को वैक्सीन की एक डोज दी गई है तथा जिनका वैक्सीनेशन नहीं हुआ है उनका शीघ्र वैक्सीनेशन कराने के निर्देश भी दिए गए हैं। उल्लेखनीय है कि उत्तराखंड दौरे पर आए मुख्य निर्वाचन आयुक्त सुशील चंद्रा ने सभी राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों व अधिकारियों तथा आम लोगों से भी उनके सुझाव लिए गए हैं। उन्होंने कहा कि मौसम की विसंगतियों के मद्देनजर मतदान की सभी व्यवस्थाएं की जाएंगी।

गढ़ी श्यामपुर स्कूल में 54 लाख की लागत से बनेंगे दो कक्ष

नगर संवाददाता

ऋषिकेश। ऋषिकेश विधानसभा क्षेत्र के अंतर्गत गढ़ी श्यामपुर में विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल ने समग्र शिक्षा माध्यमिक अभियान के अंतर्गत राजकीय रीता इंटर कॉलेज गढ़ी श्यामपुर में 54 लाख 76 हजार रुपए की लागत से छात्रों के लिए दो अतिरिक्त कक्षा कक्ष एवं शौचालय निर्माण कार्य का विधिवत पूजा अर्चना के पश्चात शिलान्यास किया। इस दौरान अग्रवाल ने महिला मंगल दल एवं युवक मंगल दल को विधानसभा अध्यक्ष विवेकाधीन कोष से दो लाख 20 हजार रुपये देने की घोषणा भी की।

इस अवसर पर अग्रवाल ने कहा है कि शिक्षा प्रत्येक बालक एवं बालिकाओं का अधिकार है और हर बालक को संस्कारवान शिक्षा मिलनी चाहिए। कहा है कि राजकीय इंटर कॉलेज में समग्र शिक्षा माध्यमिक अभियान के तहत कक्षाओं को सुचारू रूप से संचालित करने के लिए दो अतिरिक्त कक्षों का निर्माण किया जाएगा। अग्रवाल ने कार्यदाई संस्था ग्रामीण निर्माण विभाग के अधिकारियों को निर्देशित करते हुए कहा है कि निर्माण कार्य शीघ्र प्रारंभ किया जाए, कार्य की गुणवत्ता उच्च कोटि की होनी चाहिए और कार्य समय सीमा के अंतर्गत पूरा किया जाए।

शिलान्यास कार्यक्रम के अवसर पर के प्रधानाचार्य डॉ बालेश्वर सिंह, ग्रामीण निर्माण विभाग के अधिशासी अभियंता तेजपाल सिंह, सहायक अभियंता बृजपाल सिंह, समाजसेवी रमन रागड़, क्षेत्र पंचायत सदस्य बॉबी रागड़, अभिभावक शिक्षक संघ के अध्यक्ष मनोज कलूड़ा, हुकम सिंह रागड़, शूरवीर सिंह कंडियाल, इंद्र सिंह कलूड़ा, भाजपा नेता राजवीर रावत, रवि कलूड़ा, संदीप कलूडा, शूरवीर सिंह रावत, हुकम सिंह पुंडीर, केसर सिंह गुसाईं, रामपाल सिंह आदि मौजूद रहे।

रमोला बने उपाध्यक्ष

देहरादून (सं)। दिव्यांग क्रिकेट एसोसिएशन उत्तराखंड ने जयप्रकाश अमोला को उपाध्यक्ष नियुक्त किया है। अध्यक्ष तारा सिंह ने इस संबंध में जानकारी दी है कि जयप्रकाश अमोला को दिव्यांग क्रिकेट एसोसिएशन उत्तराखंड का उपाध्यक्ष घोषित किया गया है। जनवरी 2022 माह में 3 राज्यों की टी-20 दिव्यांग क्रिकेट प्रतियोगिता को देखते हुए उन्हें यह जिम्मेदारी सौंपी गई है।

कांग्रेस संकट के आज सुलझ जाने के आसारः धीरेंद्र प्रताप

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड कांग्रेस के उपाध्यक्ष और वरिष्ठ प्रवक्ता धीरेंद्र प्रताप ने कहा है कि पिछले दो-तीन दिन से चर्चाओं में चल रहे तथाकथित कांग्रेस विवाद के आज शाम तक हल होने के आसार हैं।

धीरेंद्र प्रताप ने कहा कि पार्टी की राज्य शाखा के तमाम शीर्ष नेता दिल्ली पहुंच चुके हैं और आज सुबह १०.०० बजे होने वाली बैठक १२.०० बजे तक टाल दी गई थी उन्होंने कहा पार्टी के कई वरिष्ठ नेताओं से उनकी बात हुई है और सभी लोग मौजूदा संकट का तत्काल समाधान चाहते हैं।

धीरेंद्र प्रताप ने कहा राहुल गांधी और श्रीमती प्रियंका गांधी वाड्रा इस मामले को सुलझाने में लगे हैं और कोई शक नहीं कांग्रेस नेताओं के बीच फैल रहे अंधेरे को आज शाम तक दूर कर लिया जाएगा।

प्रताप ने कहा भाजपा कांग्रेस नेताओं के बीच में चल रही वार्ता से परेशान ना हो यह हमारा मां आंतरिक मामला है और सभी नेता बहुत तजुर्बे कार है इसलिए इनके सुलाने में कुछ घंटे भी नहीं लगेंगे।

उन्होंने भाजपा नेताओं से कहा जिनके खुद के घर शीशे के हो वे दूसरे के घरों में पत्थर नहीं फेंका करते।

कांग्रेस नेता ने डोईवाला में चलाया जनसंपर्क अभियान

नगर संवाददाता

देहरादून। डोईवाला विधानसभा क्षेत्र में आज पूर्व राज्य मंत्री मनीष कुमार के नेतृत्व में जनसंपर्क अभियान चलाया गया।

इस दौरान पूर्व राज्यमंत्री मनीष कुमार ने कहा कि आज गरीब को दो वक्त की रोटी खाना भी मुश्किल हो गया है क्योंकि महंगाई चरम पर पहुंच गई है। हर चीज के दाम आसमान छू रहे हैं। जिसके लिए राज्य और केंद्र की सरकारें जिम्मेदार हैं। दूसरी ओर जहां कोरोना महामारी के दौरान गरीब लोगों का रोजगार छिन गया था वे आज तक उससे उबर नहीं पाए हैं। कहा कि जहां भाजपा चुनाव पूर्व कहती थी कि हम सौ दिन में महंगाई कम करेंगे परंतु आज महंगाई के नाम पर एक शब्द भी बोलने के लिए यह लोग तैयार नहीं

हैं। मनीष ने कहा कि वह 2022 में कांग्रेस को यहां से अपना समर्थन दें और विजयी बनाएं।

सभा में मुख्य रूप से कांग्रेस के वरिष्ठ नेता धीरेंद्र चौहान, कैलाश पांडे, शिवम सती, अंजलि जनकल्याण सामाजिक संस्था की अध्यक्षा अंजू कुमार भंडारी, हीरालाल उपाध्याय त्रिलोक सिंह, अखिल भारतीय पंचायत परिषद की वार्ड अध्यक्ष तुलसी देवी, रवि कुमार, सारिका तोमर, तुषार कुमार पांडे, सरस्वती देवी, बसंती देवी, कुसुम देवी, द्रौपदी देवी, मोनिका, मंगेश, मनीषा आदि मौजूद रहे।

कोरोना से डरे नहीं सतर्क रहें, सुरक्षित रहें

एक नजर

अनंतनाग में सुरक्षा बलों और आतंकवादियों के बीच मुठभेड़ में एक आतंकी ढेर

अनंतनाग। जम्मू–कश्मीर के अनंतनाग जिले में शुक्रवार को सुरक्षा बलों और आतंकवादियों के बीच मुठभेड़ में एक आतंकवादी मारा गया । इस पर जानकारी देते हुए पुलिस के एक अधिकारी ने बताया कि आतंकवादियों की मौजूदगी की खुफिया जानकारी मिलने के बाद, सुरक्षा बलों ने जिले के अरवानी इलाके के मुमनहाल गांव में घेराबंदी कर तलाश अभियान शुरू किया था। अधिकारी ने यह भी बताया कि आतंकवादियों ने सुरक्षा बलों पर गोलियां चलाईं जिसके बाद सुरक्षा बलों ने भी जवाबी कार्रवाई की और इसके बाद तलाश अभियान मुठभेड़ में तब्दील हो गया। बता दें कि यह अभियान अभी जारी है और मारे गए आतंकवादी और उसके संगठन की अभी पहचान नहीं हो पाई है। पिछले रविवार को श्रीनगर के हरवान इलाके में सुरक्षाबलों के साथ मुठभेड़ में एक लश्कर–ए–तैयबा का आतंकवादी मारा गया था। बताया जा रहा है कि इस आतंकवादी ने हाल में ही बांदीपोरा में मारे गए दो पुलिसकर्मियों की हत्या की थी। घाटी में अभी माहौल कुछ अच्छे नहीं हैं। आए दिन वहां कोई न कोई घटना सामने आती रहती हैं। बता दें कि आजकल घाटी में आतंकवादी आम नागरिक और पुलिस कर्मियों को निशाना बना रहे हैं।

श्रीलंका के प्रधानमंत्री राजपक्षे ने की भगवान वेंकटेश्वर मंदिर में पूजा-अर्चना

तिरुपति (आंध्र प्रदेश) । श्रीलंका के प्रधानमंत्री महिंदा राजपक्षे ने शुक्रवार को यहां के निकट तिरुमला में भगवान वेंकटेश्वर मंदिर में पूजा–अर्चना की। राजपक्षे (७६) अपनी पत्नी श्रीरांति के साथ बृहस्पतिवार दोपहर को यहां पहुंचे। मंदिर के एक अधिकारी ने बताया कि रात में कड़ी सुरक्षा व्यवस्था के बीच अतिथि गृह में रुकने के बाद सुबह पारंपरिक परिधान पहने श्रीलंका के प्रधानमंत्री ब्रह्म मुहूर्त में मंदिर पहुंचे और उन्होंने भगवान वेंकटेश्वर की पूजा की। इससे पहले मंदिर के महाद्वारम पहुंचने पर राजपक्षे का पुजारियों ने पारंपरिक तरीके से स्वागत किया। इस दौरान मंदिर के शीर्ष पदाधिकारी मौजूद थे। अधिकारी ने बताया कि पूजा–अर्चना के बाद मंदिर के पुजारियों ने वैदिक मंत्रोच्चार के बीच राजपक्षे दंपति को मंदिर के विशाल श्री रंगनायक मंडपम में आशीर्वाद दिया। अधिकारी ने बताया कि श्रीलंका के प्रधानमंत्री को मंदिर प्रबंधन ने भगवान वेंकटेश्वर का एक चित्र और लड्डू प्रसाद भेंट किया। पूर्व में भी राजपक्षे इस प्राचीन मंदिर में पूजा अर्चना कर चुके हैं, उस दौरान वह देश के राष्ट्रपति थे।

पंजाब ने बम विस्फोट मामले की जांच में केंद्र सरकार से मांगी मदद

चंडीगढ़। पंजाब के मुख्यमंत्री चरणजीत सिंह चन्नी ने शुक्रवार को कहा कि उनकी सरकार ने लुधियाना जिला अदालत परिसर में हुए बम विस्फोट मामले की जांच कर उसके कारणों का पता लगाने के लिए केंद्र सरकार से मदद मांगी है। चन्नी ने कहा कि उन्होंने विस्फोट के कुछ घंटे बाद केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह से बात की। इसके बाद केंद्र ने बम विस्फोट की जांच के लिए पंजाब में कुछ टीम भेजी हैं। लुधियाना की जिला अदालत परिसर में बृहस्पतिवार को हुए विस्फोट में एक व्यक्ति की मौत हो गई जबकि छह अन्य घायल हो गये। इसके बाद पंजाब सरकार ने राज्य भर में हाई अलर्ट जारी कर दिया। पुलिस को संदेह है कि अदालत परिसर की एक इमारत की दूसरी मंजिल के शौचालय में हुए विस्फोट में मारा गया व्यक्ति विस्फोटक लगाने की कोशिश कर रहा था, या फिर वह आत्मघाती हमलावर भी हो सकता है। मुख्यमंत्री ने विस्फोट के मद्देनजर खुफिया तंत्रों के विफल होने की आशंकाओं को सिरे से खारिज करते हुए कहा, श्श्ऐसा कुछ भी नहीं है। हम पूरी तरह से सतर्क हैं। चन्नी ने बृहस्पतिवार को आशंका जतायी थी कि विस्फोट राज्य में अराजकता पैदा करने का प्रयास हो सकता है, जहां आने वाले समय में विधानसभा चुनाव होने हैं।

अविवाहित बहन की हत्या मामले में दो सगे भाई व भाभी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। सौड़ा सरोली क्षेत्र में हुई युवती की हत्या मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने दो सगे भाईयों व भाभी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी भाईयों द्वारा अपनी बहन को बिहार से लाकर उसकी हत्या की वारदात को राजधानी देहरादून के सौड़ा सरोली क्षेत्र में अंजाम दिया गया था।

एसपी सिटी सरिता डोभाल ने बताया कि बीते 13 दिसम्बर को रायपुर थाना पुलिस को सूचना मिली कि ग्राम सोडा सरोली के जंगलो मे एक युवती का शव पडा हुआ है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने मौके पर पहुंच कर शव को कब्जे में ले लिया जो लगभग एक डेढ़ माह पुराना था। मामले में पुलिस ने मृतक युवती के शिनाख्त के प्रयास किये जिसमें पुलिस को सफलता मिली और एक व्यक्ति मुनटुन भगत निवासी राजीव नगर रिस्पना पुल ने थाने पर आकर उक्त युवती की शिनाख्त अपनी साली रीना पुत्री प्रभुभगत निवासी कोटवा जिला मोतीहारी, बिहार हाल निवासी राजीव

●बिहार से लाकर दून में की गयी थी सगी छोटी बहन की हत्या

नगर के रूप मे की गयी। जिसकी तहरीर पर पुलिस ने थाना रायपुर में हत्या का मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। जांच में जुटी पुलिस को इस बीच पता चला कि मृतका अपने बडे भाई सुभाष भगत तथा सन्दीप भगत के साथ अक्टूबर माह में देहरादून घुमने आयी थी तथा नवम्बर माह के प्रथम सप्ताह में अपने भाई सन्दीप के साथ वापस बिहार चली गयी थी। जिस पर पुलिस टीम बिहार पहुंची और मृतका के भाई सन्दीप भगत से पूछताछ शुरू की। जिसने बताया कि उसने 6 नवम्बर को अपने बडे भाई सुभाष भगत व भाभी फूलकुमारी के साथ मिलकर अपनी बहन रीना की हत्या कर दी थी। जिस पर पुलिस ने उसे गिरफ्तार कर लिया गया। वही पुलिस की दूसरी टीम द्वारा घटना मे संलिप्त अन्य आरोपियों सुभाष भगत व फूलकुमारी को बीते रोज राजीव नगर से गिरफ्तार कर लिया गया है।

प्रेम प्रसंग के चलते की गयी थी छोटी बहन की हत्या

देहरादून। मृतका रीना की हत्या के मामले में उसके दोनो आरोपी भाईयों व भाभी का कहना है कि हमारी बहन हमारे कहने सुनने में नहीं थी। वह गांव के ही हमसे छोटी जाति के लडके के साथ घूमती फिरती थी, हमारे काफी मना करने पर भी वह नही मानी और उसी लड़के के साथ शादी करने की जिद लगाए बैठी थी। जिस कारण गांव में हमारे बिरादरी समाज द्वारा हमें बेदखल करने की धमकी दी जा रही थी। यह सब देखते हुए हम उसे लेकर दून आ गये और उसकी छह नवम्बर को सौड़ा सरोली जंगल में ले जाकर हत्या कर दी थी।

भोजन माता प्रकरण की जांच करेंगे डीआईजी

देहरादून (सं)। चंपावत के राजकीय इंटर कॉलेज में भोजन माता के हाथों से खाना न लेने के मामले को गंभीरता से लेते हुए मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने जांच के आदेश दे दिए हैं तथा दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करने को कहा है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का कहना है कि दुष्प्रचार करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी। मुख्यमंत्री ने डीआईजी कुमाऊं मंडल डॉ. निलेश आनंद भरणे को इस पूरे प्रकरण की जांच करने और दोषियों के खिलाफ कार्रवाई सुनिश्चित करने के आदेश दिए गए हैं। उल्लेखनीय है कि चंपावत जिले के राजकीय इंटर कॉलेज सूखी ढांग में कुछ छात्रों द्वारा अन्य जाति की भोजन माता के हाथ का बना खाना खाने से इंकार किए जाने का मामला प्रकाश में आया था। मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि इस तरह का भेदभाव व दुष्प्रचार करने वालों पर सख्त कार्रवाई की जाएगी।

❑मुख्यमंत्री धामी ने दिए जांच के निर्देश

आवश्यकता है

आवश्यकता है एक माली की।

संपर्क करें-
9358134808

आवश्यकता है

होटल साइना इन में आवश्यकता है वेटर व बिल क्लर्क की।

संपर्क करें-
9358134808

दस लाख की स्मैक सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

देहरादून। नशे के खिलाफ चलाये जा रहे अभियान के तहत नैनीताल पुलिस को कल देर रात खासी सफलता हाथ लगी है। पुलिस व एसओजी की संयुक्त टीम द्वारा कार्यवाही करते हुए एक नशा तस्कर को दस लाख की स्मैक सहित धर दबोचा गया है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम कोतवाली लालकुंआ व एसओजी टीम को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक नशा तस्कर भारी मात्रा में नशीले पदार्थो सहित आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस की संयुक्त टीम द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान संयुक्त टीम को सुभाषनगर बैरियर से 100 मीटर आगे सडक पार घोडानाला की तरफ लालकुआ से एक संदिग्ध आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तोक वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेरकर दबोचा गया। तलाशी के दौरान पुलिस ने उसके पास से 106.90 ग्राम स्मैक बरामद हुई। कोतवाली लाकर की गयी पूछताछ में उसने अपना नाम नासिर उर्फ गुड्डू पुत्र अशरफ निवासी अफजलगढ़ रामपुर उत्तर प्रदेश बताया। पुलिस ने उसे एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर दिया गया है। प्रभारी निरीक्षक कोतवाली लालकुआं संजय कुमार के अनुसार गिरफ्तार व्यक्ति अधिक पैसा कमाने के लालच में स्मैक के धन्धे में लगभग 6-7 महीने से लिप्त था तथा अपने साथी मेहराज पुत्र गुलाम निवासी ग्राम जूठिया थाना शहजादनगर रामपुर उ.प्र. से स्मैक खरीदकर हल्द्वानी, लालकुआ, अल्मोड़ा तथा पिथौरागढ के छात्राओं एवं युवाओं को स्मैक बेचता था। बरामद स्मैक की कीमत दस लाख रूपये बतायी जा रही है।

❑डीआईजी कुमाऊं व एसएसपी नैनीताल ने की पुलिस टीम को 2500 नगद ईनाम देने की घोषणा

आर.एन.आई. 59626/94

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक श्रीमती पुष्पा कांति कुमार द्वारा दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग घंटाघर, देहरादून से प्रकाशित तथा अवि प्रिंटर्स 21 ईसी रोड, देहरादून से मुद्रित।

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

नोट: सभी विवादों के लिये देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा, प्रकाशित सामग्री के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।