बुधवार
16 मार्च 2022

पृष्ठ 4

माइग्रेन होने पर भूल से भी नहीं खानी चाहिए ये चीजें

पृष्ठ 5

कहानी में फिल्म नायिका की अवधारणा को फिर से परिभाषित किया: विद्या

● देहरादून
● वर्ष 30
● अंक 50
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक
आर.एन.आई.- 59626/94
डीएवीपी से मान्यता प्राप्त
email: doonvalley_news@yahoo.com Website: dunvalleymail.com

आज का विचार

एकता का किला सबसे सुरक्षित होता है। न वह टूटता है और न उसमें रहने वाला कभी दुखी होता है।

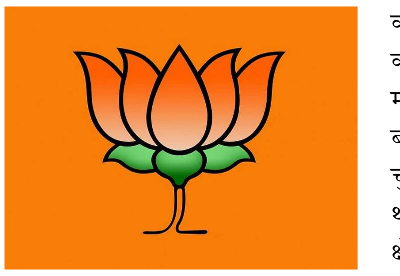
– अज्ञात

क्या भाजपा अपने फैसले से फिर सबको चौंकाएगी

राज्य में पहली महिला सीएम बनाएगी!

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड का नया मुख्यमंत्री कौन होगा? इस सवाल पर अभी संशय की स्थिति बनी हुई है। दिल्ली में बैठकों का दौर जारी है। सूबे के तमाम नेता केंद्रीय नेताओं से मिल रहे हैं लेकिन हाईकमान ने अभी तक अपने पत्ते नहीं खोले हैं। राजनीतिक हलकों में चर्चा यह भी है कि भाजपा हाईकमान अपने फैसले से एक बार फिर सबको चौंका सकता हैं। राज्य में इस बार भाजपा को जो बड़ी जीत मिली है उसकी पटकथा राज्य की महिला मतदाताओं द्वारा लिखी गई है। इस आध ी आबादी के मतों पर अपनी मजबूत पकड़ बनाएं रखने की रणनीति के तहत भाजपा किसी महिला को भी राज्य की मुख्यमंत्री की कुर्सी पर बैठा सकती है। कोटद्वार विधायक रितु खंडूरी को इसके लिए सबसे उपयुक्त चेहरा माना जा रहा है जबकि रेखा आर्य भी इस दौड़ में शामिल है।



●रितु खंडूरी दौड़ में सबसे आगे
●रेखा आर्य भी कर रही है दावेदारी
●महिला वोटरों से मिली बड़ी जीत

उल्लेखनीय है कि सीएम धामी के चुनाव हार जाने के कारण नए सीएम को लेकर दिल्ली में कवायद जारी है। खास बात यह है कि इस रेस में शामिल विधायकों की एक लंबी कतार हो चली है। रेखा आर्य जो इन दिनों खुद भी दिल्ली में है उनका कहना है कि सभी जीते हुए 47 विधायक सीएम पद के दावेदार हैं, वह खुद भी है। सभी की आगे बढ़ने के लिए अपनी महत्वकांक्षाएं होती हैं मेरी भी हैं। मैं भी दो बार की विधायक और मंत्री हूं मेरा भी लंबा राजनीतिक अनुभव है। उधर रितु खंडूरी का नाम भी मुख्यमंत्री पद के लिए जीत के समय से शामिल है। भाजपा महिला मोर्चा ने अभी रितु खंडूरी को मुख्यमंत्री बनाए जाने की मांग की थी। 2017 के चुनाव में रितु खंडूरी विधायक चुनी गई थी इस बार भाजपा ने उनका विधानसभा क्षेत्र बदलकर उन्हें कोटद्वार से अपना प्रत्याशी बनाया था। सीट बदले जाने के बावजूद भी उन्होंने कांग्रेस प्रत्याशी सुरेंद्र सिंह नेगी को साढ़े तीन हजार से अधिक मतों से हराया है। यह वही सुरेंद्र सिंह नेगी है जिन्होंने रितु खंडूरी के पिता बीसी खंडूरी को सीएम रहते हुए भी हरा दिया था। रितु खंडूरी भी इन दिनों दिल्ली में है। भाजपा पूर्व सीएम बीसी खंडूरी की साफ–सुथरी छवि का लाभ भी उन्हें दे सकती है। रेखा आर्य भले ही आज भाजपा का हिस्सा है, लेकिन वह कांग्रेस छोड़कर भाजपा में आई है।

हालांकि भाजपा अपने चौंकाने वाले फैसलों के लिए जानी जाती है उसने

◀◀ शेष पृष्ठ 8 पर

मदन कौशिक को हाईकोर्ट का नोटिस

विशेष संवाददाता

नैनीताल। भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष मदन कौशिक को नैनीताल हाईकोर्ट द्वारा पुस्तकालयों के निर्माण घोटाले में नोटिस जारी कर 20 अप्रैल तक जवाब मांगा गया है।

उल्लेखनीय है कि हरिद्वार निवासी सचिदानंद ने मदन कौशिक द्वारा विधायक निधि से बनवाए गए पुस्तकालयों में धांधली का आरोप लगाते हुए जांच की मांग की गई थी। इस मामले में खास बात यह है कि मदन कौशिक द्वारा विधायक निधि से 11 पुस्तकालय बनवाएं गये थे। लेकिन जांच में सामने आया कि धरातल पर एक भी पुस्तकालय नहीं बनाया गया है। कोर्ट द्वारा अब इस मामले में मदन कौशिक और आरईएस के अधिशासी अभियंता रामलाल को भी नोटिस जारी करते हुए 20 अप्रैल तक जवाब देने को कहा गया है।

❑विधायक निधि से बनवाए गए पुस्तकालयों में धांधली का मामला

हाईकोर्ट का यह नोटिस ऐसे समय में आया है जब धामी सरकार में काबीना मंत्री रहे मदन कौशिक सीएम बनने का ताना–बाना बुन रहे हैं। भावी मुख्यमंत्रियों की दौड़ में शामिल मदन कौशिक को इस नोटिस के कारण बड़ा झटका लग सकता है। पार्टी की जीत के बाद भले ही पूर्व में भाजपा विधायक संजय गुप्ता द्वारा उन पर लगाए गए आरोपों का मामला शांत हो गया हो लेकिन यह धांधली का मामला उनकी राह में रोड़े अटका सकता है।

अब वाहनों के विंडस्क्रीन पर फिटनेस प्रमाण-पत्र, वाहन पंजीकरण का चिन्ह दिखाना अनिवार्य

नई दिल्ली। केन्द्रीय सड़क एवं परिवहन मंत्री नितिन गडकरी के निर्देशन में सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय द्वारा जारी मसौदा अधिसूचना के तहत, वाहन के विंडस्क्रीन पर तारीख, माह और वर्ष के प्रारुप में फिटनेस प्रमाण–पत्र की वैधता की सूचना देनी होगी। इसके साथ ही मोटर वाहन का रजिस्ट्रेशन चिह्न भी निर्धारित तरीके से वाहनों पर प्रदर्शित होना चाहिए। अधिसूचना से मिली जानकारी अनुसार, भारी माल, यात्री वाहनों, मध्यम माल, यात्री वाहनों और हल्के मोटर वाहनों के मामले में इसे विंड स्क्रीन के बाईं ओर के ऊपरी किनारे पर नीले रंग की पृष्ठिभूमि में पीले रंग में टाइप एरियल बोल्ड स्क्रिप्ट में प्रदर्शित किया जाएगा। इसी तरह ऑटो–रिक्शा, ई–रिक्शा, ई–कार्ट और क्वाड्रिक साइकिल में यदि विंड स्क्रीन फिट है तो स्क्रीन के बाईं ओर के ऊपरी किनारे पर सूचना प्रदर्शित की जाएगी7 इसके अलावा मोटरसाइकिल के मामले में इसे वाहन के साफ दिखाई देने वाले हिस्से पर प्रदर्शित किया जाएगा। इसे टाइप एरियल बोल्ड स्क्रिप्ट में नीले रंग की पृष्ठभूमि पर पीले रंग में प्रदर्शित किया जाएगा। सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय ने यह सूचना सार्वजनिक कर दी है, ताकि बिना किसी देरी के वाहन चालक परिवहन मंत्रालय द्वारा जारी आदेश की पालना सुनिश्चित कर सकें।

देश में पिछले 24 घंटे में कोरोना के आए 2876 नए मामले, 98 लोगों की हुई मौत

नई दिल्ली। भारत में एक दिन में कोविड–१९ के २,८७६ नए मामले सामने आने के बाद देश में कोरोना वायरस संक्रमितों की कुल संख्या ४,२९,९८,९३८ हो गई है। वहीं, उपचाराधीन मरीजों की संख्या घटकर ३२,८११ रह गई है। केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के बुधवार को सुबह आठ बजे जारी अद्यतन आंकड़ों के अनुसार, देश में ९८ और लोगों की संक्रमण से मौत के बाद मृतक संख्या बढ़कर ५,१६,०७२ हो गई। देश में कोविड–१९ के उपचाराधीन मरीजों की संख्या घटकर ३२,८११ हो गई है, जो कुल मामलों का ०.०८ प्रतिशत है। पिछले २४ घंटे में उपचाराधीन मरीजों की संख्या में १,१०६ की कमी दर्ज की गई।

मरीजों के ठीक होने की राष्ट्रीय दर बढ़कर ९८.७२ प्रतिशत हो गई है। अद्यतन आंकड़ों के अनुसार, देश में अभी तक कुल ४,२४,५०,०५५ लोग संक्रमण मुक्त हो चुके हैं और कोविड–१९ से मृत्यु दर १.२० प्रतिशत है। वहीं, राष्ट्रव्यापी टीकाकरण अभियान के तहत अभी तक कोविड–१९ रोधी टीकों की १८०.६० करोड़ से अधिक खुराक दी जा चुकी हैं। संक्रमण की दैनिक दर ०.३८ प्रतिशत और साप्ताहिक दर ०.४४ प्रतिशत दर्ज की गई। देश में अभी तक कुल ७८.०५ करोड़ नमूनों की कोविड–१९ संबंधी जांच की गई है, जिनमें से ७,५२,८१८ नमूनों की जांच पिछले २४ घंटे में की गई। उल्लेखनीय है कि देश में सात अगस्त २०२० को संक्रमितों की संख्या २० लाख, २३ अगस्त २०२० को ३० लाख और पांच सितंबर २०२० को ४० लाख से अधिक हो गई थी।

संक्रमण के कुल मामले १६ सितंबर २०२० को ५० लाख, २८ सितंबर २०२० को ६० लाख, ११ अक्टूबर २०२० को ७० लाख, २९ अक्टूबर २०२० को ८० लाख और २० नवंबर को ९० लाख के पार चले गए थे।

दून वैली मेल

संपादकीय

यह कुर्ता घसीटन कब तक?

उत्तराखंड में कांग्रेस की हार को लेकर कांग्रेसी नेता चिंतन मंथन नहीं कर रहे हैं एक दूसरे का चीर हरण कर रहे हैं। इस हार के बाद अगर कांग्रेसियों के कोई निशाने पर है तो वह पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत है। यह कोई अप्रत्याशित नहीं है क्योंकि वही इस चुनाव में सबसे अग्रिम पंक्ति में खड़े थे। भले ही रणनीतिक कारण से पार्टी ने चुनाव पूर्व सीएम का चेहरा घोषित न किया सही लेकिन वह अंतिम समय तक इसके लिए प्रयासरत रहे। यह इत्तेफाक है कि कांग्रेस के हिस्से में एक बार फिर हार आई, अगर पार्टी जीत जाती तो हरीश रावत के अलावा कोई दूसरा मुख्यमंत्री हो ही नहीं सकता था भले ही एक बार फिर पार्टी में विभाजन ही क्यों न हो जाता। हरीश रावत चुनाव हार कर भी हार मानने वाले नहीं है। इस चुनाव की पूरी कमान उन्होंने अपने हाथ में ले रखी थी। डॉ. हरक सिंह को टिकट न मिलना और उनकी अपनी बेटी को टिकट मिल जाना सब कुछ उनके नियंत्रण के कारण ही हुआ। प्रीतम सिंह को अध्यक्ष पद से हटाकर नेता विपक्ष बनाया जाना और गोदियाल को प्रदेश अध्यक्ष की कुर्सी पर बैठाया जाना उनकी ही रणनीति का हिस्सा था। चुनाव प्रचार अभियान तक की कमान उन्होंने अपने ही हाथों में रखी। लेकिन चुनावी नतीजों ने एक बार फिर उनकी सारी रणनीतियों और राजनीति कौशल पर पानी फेर दिया। ऐसी स्थिति में अब अगर उन्हें लोग कांग्रेस के वर्तमान हालात के लिए जिम्मेदार ठहरा रहे हैं तो इसमें उनकी क्या गलती है उसके बाद हरीश रावत अब अपने ऊपर लग रहे आरोपों से आहत होकर पार्टी से अपने निष्कासन की मांग कर रहे हैं तो इसकी उन्हें जरूरत क्या है? हार की नैतिक जिम्मेदारी के बाद और इस्तीफा, पार्टी छोड़ने के लिए काफी है। लेकिन हरीश रावत ऐसा कुछ नहीं करेंगे। वह यह भी जानते हैं कि पार्टी उन्हें निष्कासित नहीं करेगी। पार्टी ने उनसे तब इस्तीफा नहीं मांगा जब वह 2017 में दो-दो सीटों से चुनाव हार गए थे। हरीश रावत हार मानने वाले नेता नहीं है। उन्होंने सीएम की कुर्सी चले जाने पर भी हार नहीं मानी थी 2016 में प्रदेश कांग्रेस में बड़े विभाजन के बाद भी हार नहीं मानी थी। लोकसभा चुनाव में हार के बाद भी हार नहीं मानी थी, अब 2022 में भी वह अपनी व पार्टी की हार के बाद भी हार मानने वाले नहीं हैं। लेकिन सवाल यह है कि वह हार माने न माने कांग्रेस को हर बार यह जो हार माननी पड़ी है उसकी जवाबदेही से वह बच नहीं सकते हैं। उनके हार न मानने से या स्वयं को सिद्ध करने की जिद पर अड़े रहने से अब न कांग्रेस का कुछ भला होने वाला है और न खुद उनका। हरीश रावत को अब खुद अपने बारे में आत्ममंथन करने की जरूरत है उनकी वरिष्ठता के लिहाज से भी उन्हें अब अपनी यह कुर्ता घसीटन नहीं करानी चाहिए। उन्हें खुद ही अब इस राजनीति की होलिका में अपनी तृष्णाओं का दहन कर देना चाहिए। यह जरूरी नहीं होता कि राजनीति के इस खेल की शुरुआत आपकी अपेक्षाओं के अनुरूप हो और अंत भी, लेकिन इन कमबख्त हसरतों का क्या कीजिए इनका सिलसिला ही कुछ ऐसा है कि कहीं खत्म ही नहीं होता।

वाईक की टक्कर से दो महिलाएं घायल

देहरादून (संवाददाता)। बाईक की टक्कर से दो महिलाएं गम्भीर रूप से घायल हो गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार झाझरा निवासी कृष्णा देवी ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह सुभारती अस्पताल के पास से जा रही थी तभी तेज गति से आ रही मोटरसाईकिल ने उसको व एक अन्य महिला को टक्कर मारकर घायल कर दिया ओर वाहन चालक मौके से फरार हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

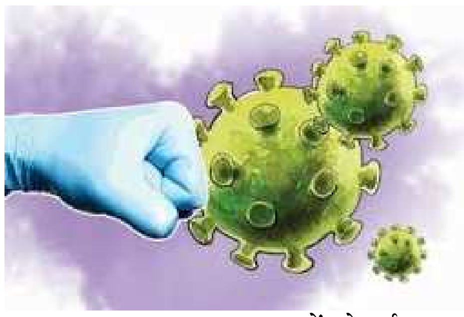
निर्माणाधीन मकानों से सामान चोरी

देहरादून (संवाददाता)। चोरों ने दो निर्माणधीन मकानों से सिमेंट के कट्टे व सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार गुरुद्वारा गली फतेहपुर निवासी कुलदीप शर्मा ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके व उसके पडोस में बन रहे मकान से चोरों ने सीमेंट के कट्टे, पानी की मोटर, पाईप, हेमर, कट्टर व ड्रील मशीन चोरी कर ली है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

आफत से राहत में नयी कार्य संस्कृति

सुरेश सेठ

विशेषज्ञों के अनुसार कोरोना की तीसरी लहर का दबाव लगभग खत्म हो चुका है। जहां देशभर में प्रतिदिन लाखों की संख्या में संक्रमण के मामलों की रपट हो रही थी, वहीं अब वह कुछ हजार तक पहुंच गयी है। इस तीसरी लहर में मृत्यु की दर कम रही और संक्रमित लोगों को अस्पताल जाने की जरूरत भी कम पड़ी। देश में रिकार्ड स्तर पर टीकाकरण अभियान चला, देखते ही देखते एक सौ अस्सी करोड़ टीकों की खुराक लोगों को लगा दी गयी। पंद्रह से अठारह आयु वर्ग के किशोरों को टीका लगाने का फैसला हुआ और रिकार्ड समय में उनको भी पहली डोज़ लगा दी गयी।



अब बारह से पंद्रह वर्ष की आयु के किशोरों को भी टीका लगाने का निर्णय ले लिया गया है। संतोष की बात है कि भारतीय टीके 'कोवैक्सीन' से लेकर 'कोवावैक्स' तक को अमेरिकी मार्डना और फाइजर से किसी भी दृष्टि से कम नहीं पाया गया बल्कि लागत और आसानी से सुरक्षित रख सकने के गुण के कारण इन टीकों की मांग भी ब्रिटेन और अमेरिका के टीकों से कम नहीं है। प्रशासन को गर्व है कि देश में टीकाकरण का यह अभियान रिकार्ड स्तर पर चला, इसीलिए तीसरी लहर के डेल्टा प्लस और ओमीक्रोन के मिले-जुले परन्तु त्वरित प्रभाव से हमें इतनी जल्दी निजात मिल गयी। अब यह भी सोचा जा रहा है कि अगर टीकाकरण का अभियान उसी तेजी से चलता रहता है, लोग शारीरिक अंतर रखने और चेहरे पर मास्क पहनने को एक स्वाभाविक आदत बना लेते हैं तो यह महामारी उन मारक तेवरों के साथ फिर देश में प्रकट नहीं होगी, जिस प्रकार पिछले दो वर्ष देश इसे झेलता रहा है। इसके साथ ही यह खबर आ रही है कि अभी तक अपने देश में लगाये जाने वाले टीके कोरोना निरोधी थे, ये रोगी और संक्रमित की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ा देते थे। जरूरत महसूस की जा रही थी कि हमारा फार्मा उद्योग ऐसे कोरोना उन्मूलक टीके भी बनाये, जो उसके रूप बदलते वायरस को जड़ से पकड़ उखाड़ फेंकें, ताकि इस देश की श्रम शक्ति और इसके कामकाजी लोग अवसादग्रस्त होकर हताशा के अंधड़ में चकराते न फिरें, या अपना देश छोड़कर विदेशों की ओर पलायन का रुख न अपनायें। दो वर्ष का कोरोना ग्रस्त समय जो इस धरती के लोगों पर गुजरा, वह आर्थिक आपदा का समय था। इसमें महंगाई ने डॉ. मनमोहन सिंह काल की बुलन्दियों को फिर छुआ। बेकारों की संख्या में इतनी आश्चर्यजनक वृद्धि हुई कि जो पिछले पैंतालीस साल में नहीं देखी गयी थी।

इसमें आर्थिक पाबन्दियों के कारण लकवाग्रस्त निवेश, व्यवसाय, उत्पादन ने मेहनती मजदूरों को उनकी महानगरीय जड़ों से उखाड़ अपनी जड़ों अर्थात अपने ग्रामीण अंचलों में वापस जाने पर विवश कर दिया जहां अधिकांश किसान आज भी दो एकड़ से पांच एकड़ तक की सीमा में खेती करते हैं और मुश्किल से अपनी गुजर-बसर करते हैं। अब इनमें आ जुड़ा उनके परिवारों का वह अंश जो वैकल्पिक रोजगार की तलाश में महानगरों में जा बसा था या जिसने विदेशों का रुख किया था। अब कोरोना वायरस का यह तूफान तो विश्वव्यापी था। इस कारण देश की धरती के बेटे विदेशों से लौट रहे थे और महानगरों में वैकल्पिक रोजगार तलाश रहे थे, ठिकाना ढूंढने गये लोग अब अपने गांव-घरों की ओर लौट रहे थे।

स्थिति बदलती न देख, कोरोना की एक लहर से दूसरी, तीसरी और अब चौथी के आने की आशंका बताने वालों की कमी नहीं है। इसीलिए यह श्रम शक्ति अब फिर महानगरों की ओर जाने या प्रवासी बनने के लिए तैयार नहीं हो रही। आंकड़े चौंकाते हैं कि जितना उखड़े हुए शरणार्थियों का पलायन भारत विभाजन के समय हुआ था उससे कहीं अधिक इस कोरोना की मारक लहरों की दहशत ने कर दिया।

लोग गांवों में लौटने के बाद वहां से जाने के लिए तैयार नहीं हो रहे हैं। सरकार ने वचन दिया कि उनके लिए उनके गांवों और इर्दगिर्द के कस्बों में लघु, कुटीर और मध्यम दर्जे के उद्योगों की कायापलट से यह संभव किया जायेगा। तब दो आर्थिक बूस्टर दिये और सक्लिड भारत अभियान से हर वर्ष दो लाख नये रोजगार पैदा करने की घोषणा की गई, लेकिन वह अब तक कुछ हजारों तक क्यों सिमट गया

देश के ग्रामीण समाज में लघु और कुटीर उद्योगों की नयी दुनिया बसाने की बातें बहुत हुई, लेकिन यह दुनिया क्यों हवाई रही गांव-घरों के पास विकसित होती नजर क्यों नहीं आयी कहां तो कुशल भारत साढ़े पांच करोड़ को रोजगार देने के वादे कर रहा था और कहां वहां उखड़े हुए लोगों के दबाव के कारण अब करोड़ों लोग रोजगार तलाशते नजर आने लगे। लघु और कुटीर उद्योगों का विकास तो इस वर्ष वित्तमंत्री निर्मला के बजट में भी घोषित हुआ है। लेकिन लाल डोरा क्षेत्रों में धन कुबेरों को भी निवेश की इजाजत मिल जाने के बाद एक नया संकट पैदा होता नजर आने लगा। स्टार्टअप उद्योगों की योजना सिर नहीं उठा रही और निजीकरण के प्रति योजनाबंदी के समर्पित हो जाने के कारण अब रोजगार मेले भी उन्हीं को समर्पित होते नजर आ रहे हैं।

कोरोना के विदा लेने के माहौल के साथ आम आदमी के निर्जीव चेहरों पर जो रौनक लौटनी चाहिए थी, वह क्यों नहीं आ पायी ग्रामीण और शहरी क्षेत्र के नौजवान अपनी शिक्षा को रोजगार उन्मुख न पा फिर विदेशों का रुख कर रहे हैं। इस समय कोरोना का प्रभाव विश्वव्यापी घटा है और देश के युवा श्रम को परायी धरती फिर लुभाने लगी है। विश्वविद्यालयों में शोध और कला संकाय सूने पड़े हैं और आइलेट अकादमियों का बोलबाला हो रहा है।

नौजवान अपने परीक्षा परिणामों में ऊंचे से ऊंचा प्रतिशत लाने के बारे में नहीं सोचते, बल्कि इस देश से पलायन के लिए अपेक्षित बैंड बटोरने की बात कहते हैं। अध्यापक, मार्गदर्शक और गुरु की महत्ता कम होने लगी है। चुस्त-दुरुस्त जनसंपर्क अधिकारी चैनलों में नजर आते हैं, जो कम बैंडों के साथ विदेशी धरती पर उतर सकने के शॉर्ट कट बताते हैं।

कोरोना के इन दो वर्षों ने देश की युवा पीढ़ी को अवसाद दिया या इस माहौल से पलायन वाद की उत्कट इच्छा। अब जब माहौल के सामान्य हो जाने की उद्घोषणा सरकारी ही नहीं, सार्वजनिक स्तर पर भी हो रही है, अपनी धरती पर जीते-मरते हुए श्रम की महत्ता को फिर से स्थापित किया जाना चाहिए।

लेकिन विडंबना यह है कि इस प्रेरणा के पुनर्जागरण के स्थान पर राहत और रियायत संस्कृति ने जन्म ले लिया है। नवनिर्माण के कठिन रास्ते को अपनाने के स्थान पर चोर दरवाजा संस्कृति ने जन्म ले लिया है। यह संस्कृति अध्यवास, शोध और नयी जमीन तोड़ने वाली पुस्तक संस्कृति के बल पर आगे नहीं बढ़ना चाहती, बल्कि उसके स्थान पर ऐसी संस्कृति उभर रही है, जो संपर्क, परिवारवाद या हथेलियों पर सरसों जमाने का दम भरती है।यह भारत जैसे उभरते और संवरते देश के लिये एक ऐसा दुखद परिवर्तन है कि जहां देश की युवा शक्ति अपनी जमीन पर खड़े हो, निर्माण के लिये डटने के स्थान पर इस धरती से प्रवासी हो अजनबी धरती पर अपने सपनों के गांव बसाना चाहती है। पलायन के यह चोर मार्ग बंद हों। शिक्षा की रीति-नीति बदलकर उसे व्यावहारिक तेवर दिया जाये। मृत होते मूल्यों की जगह नैतिक मूल्यों का आविर्भाव और राष्ट्र निर्माण का वैकल्पिक संसार पुन: उदय हो। राष्ट्र के कर्णधारों का दायित्व इस माहौल को बनाने में कम नहीं। क्या आपाधापी के इस दौर में उनसे यह उम्मीद की जा सकती है

इन्द्र ज्येष्ठं न आ भरँ ओजिष्ठं पपुरि श्रवः।
येनेमे चित्र वज्रहस्त रोदसी ओभे सुशिप्र प्राः।।
(ऋग्वेद ६—४६—५)

हे संपूर्ण ज्ञानवान और गुणों से पूर्ण ऐश्वर्यावन परमात्मा ! हमें सर्वोत्तम ज्ञान और दिव्यता का आनंद भोग प्रदान करो जिसे हम धारण कर पूर्ण हो। आप पाप का हनन करने वाले और वज्रहस्त हैं। जिस तरह आपने अपने आनंद रस से पृथ्वीलोक से लेकर द्युलोक तक को व्यापकता से पूर्ण किया है। उसी प्रकार हमारे अंदर भी श्रेष्ठ आनंद भोग भर दो।

O resplendent lord of the noblest virtues and knowledge ! Bring us the best food in the form of true wisdom and divinity. You are the most powerful and wielder of the bolt of justice. You nourish us with the way you fulfill beautifully, from earth to heaven and beyond, with your blissful juice. (Rig Veda 6-46-5)

राजपुर रोड व्यापार समिति ने विधायक खजानदास को किया सम्मानित

विशेष संवाददाता

देहरादून। राजपुर रोड व्यापार समिति द्वारा भाजपा विधायक खजानदास को पुष्प गुच्छ देकर सम्मानित किया गया। इस दौरान समिति के लोगों द्वारा उनसे शहर की समस्याओं पर भी चर्चा की गयी।

आज यहां राजपुर रोड व्यापार समिति के अध्यक्ष अजय वाधवा के नेतृत्व में समिति के लोगों ने भाजपा नेता व निर्वाचित विधायक खजानदास से उनके आवास मोहित नगर में मुलाकात कर उन्हे पुष्प गुच्छ देकर सम्मानित किया गया। इस दौरान समिति के लोगों ने विधायक खजानदास से शहर की सफाई व्यवस्था के साथ-साथ स्मार्ट सिटी के कार्यो को शीघ्र अति शीघ्र पूरा करने पर चर्चा की गयी। इस मौके पर अनुज रस्तोगी, डा. विश्वा रमन, राहुल सूद, प्रमोद गुप्ता, शकील अहमद व सुनील शर्मा सहित अन्य लोग मौजूद रहे।

यूक्रेन-रूस युद्ध को तत्काल रोके जाने की मांग

देहरादून (विशेष संवाददाता)। दून के सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधियों ने यूक्रेन रूस युद्ध में शरणार्थी बने लाखों लोगों के द्वारा झेली जा रही कठिनाइयों के प्रति संवेदना प्रकट करते हुए इस युद्ध को तत्काल रोके जाने की मांग की है। विश्व उपभोक्ता दिवस पर तस्मिया एकेडमी में आयोजित कार्यक्रम में वक्ताओं ने कहा कि यह युद्ध मानवता के इतिहास का कुरूरतम अध्याय है, जिससे तीसरे विश्व युद्ध की आशंका जाहिर हो रही हैं। वक्ताओं ने कहा कि इस युद्ध से दोनों देशों के लोगों को गंभीर मानवीय, आर्थिक व सैन्य नुकसान भी हो रहा है। भारत सहित सभी देशो पर इसके गंभीर परिणाम हो सकते है। वक्ताओं ने भारत द्वारा किए गए शांति प्रयासों का भी समर्थन किया। वक्ताओं में पदम श्री कल्याण सिंह रावत, संयुक्त नागरिक संगठन के संरक्षक डॉ एस फारूक, उपभोक्ता समिति के अध्यक्ष ब्रिगेडियर केजी बहल,समानता मंच के एलपी रतूड़ी, स्वतंत्रता संग्राम सेनानी उत्तराधिकारी संगठन के मुकेश शर्मा, संसदे के सुशील त्यागी, सेवा सिंह माथुर आदि शामिल रहे।

ब्राह्मण जन सेवा समिति ने काउफ व चमोली का किया अभिनंदन

देहरादून (संवाददाता)। अखिल भारतीय देवभूमि ब्राह्मण जन सेवा समिति के एक प्रतिनिधी मण्डल ने उमेश शर्मा काऊ व विनोद चमोली के विधायक निर्वाचित होने पर उनका अभिनंदन कियां आज यहां अखिल भारतीय देवभूमि ब्राह्मण जन सेवा समिति के एक प्रतिनिधीमण्डल ने समिति के संरक्षक मंडल उमेश शर्मा काऊ व विनोद चमोली को प्रचण्ड बहुमत से पुनः विधायक निर्वाचित होने पर उनके निवास पर उनका अभिनंदन किया। समिति के एक संरक्षक पवन शर्मा (डायरेक्टर कैलाश अस्पताल), केंद्रीय अध्यक्ष अरुण कुमार शर्मा, उत्तराखंड प्रदेश अध्यक्ष विजय जोशी, देहरादून जिला अध्यक्ष अनुराग गौड, उमेश कौशिक, वासु वशिष्ठ ने विधायक उमेश शर्मा काऊ व विधायक विनोद चमोली को समिति के माध्यम से पुष्प गुच्छ, अंगवस्त्र व परशुराम का परसा प्रतीक चिन्ह के रूप में प्रदान किया। आशा है विधायक देवभूमि के सम्मान की रक्षा , जनउपयोगी कार्यो को करते हुए ब्राह्मण समाज के उचित सम्मान के लिए भी कार्य करेंगे। यह दोनों ही विधायक समाज सेवा की मूल जड़ नगर निकाय से कार्य करते हुए प्रदेश की राजनीति में अपनी सेवाएं दे रहे है।

चौराहों पर लगे सीसीटीवी कैमरे बने शौपीस ?

संवाददाता

देहरादून। शहर के अधिकांश चोराहों पर लगे सीसीटीवी कैमरे शौपीस बनकर रह गये हैं। इनका उपयोग किस लिए हो रहा है इसका अभी तक जनता को पता नहीं है।

जनपद में यातायात सुधार के लिए कई प्रयोग किये गये हैं। इसके लिए अधिकारी कोई ना कोई नया प्रयोग करते रहते हैं। जो भी नया अधिकारी जनपद की कमान सम्भालता है उसका पहली प्राथमिकता दून की यातायात व्यवस्था को सुधारना होता है ओर वह अपने प्रयोग को आगे बढाने के लिए अपने अधीनस्थों के साथ मंथन कर कोई नयी योजना लागू करने के लिए अपने कदम आगे बढाता है। इसी के चलते शहर के चौराहों पर सीसीटीवी कैमरे लगाये गये। पुलिस अधिकारियों का कथन था कि इन सीसीटवी कैमरों के सहारे अब शहर की यातायात व्यवस्था पर नजर रखी जायेगी तथा गलत तरीके से वाहन चलाने वालों के घर चालान पहुंचाया जायेगा। लेकिन अभी तक ऐसा कुछ देखने को नहीं मिला है। हां यह जरूर है कि इन कैमरों की मदद से अधिकारी यातायात डयूटी पर लगे कर्मचारियों पर निगाह रख सकते हैं कि कौन डयूटी सही कर रहा है और कौन आराम फरमा रहा है। ऐसा देखने को भी मिला है कि एसएसपी बंगले से ही सीधे आदेश आ जाते हैं कि फलां चौराहे पर फलां कर्मचारी सही डयूटी नहीं कर रहा है उसको लाइन हाजिर किया जाता है। यह कैमरे बस इसी कार्य के लिए सहीं साबित हुए हैं। यह कर्मचारियों पर निगाह रखने के लिए अधिकारियों की तीसरी आंख साबित हो रहे है। इसके अलावा कुछ नहीं। कुछ चौहारों पर तो कैमरों का यह आलम है कि वह चौराहे पर होने वाली घटना को भी उजागर करने में विफल रहे हैं।

अगर कोई वाहन किसी को टक्कर मारकर भाग जाये तो कैमरे में उक्त वाहन का नम्बर तक नहीं आता तो फिर वह किस काम के हैं। सर्वे चौक पर एक बार ऐसी ही घटना सामने आयी कि एक वाहन पर पीछे से आ रहे वाहन सवारों से पत्थरों से हमला कर दिया। जब पीडित पुलिस के पास पहुंचा तो पुलिस वालों ने बताया कि चौराहे पर लगे कैमरे में पुलिस चौकी का गेट तो दिखायी देता है लेकिन चौराहे के दूसरी तरफ क्या हो रहा है वह दिखायी नहीं देता। यह तो वह बात हो गयी कि सीसीटीवी कैमरा है नहीं और जनता को डराया जाता है कि आप सीसीटीवी कैमरे की नजर में हैं और आमजन इससे डर जाता है कि उनकी हरकतों को देखा जा रहा है लेकिन हकीकत कुछ ओर ही होती है। यही नहीं कुछ समय पूर्व घंटाघर चौक के सामने से एक व्यक्ति की मोटरसाईकिल चोरी हो गयी जब वह पुलिस के पास पहुंचा तो पुलिस अधिकारियों का कहना था कि चौराहे पर लगे सीसीटीवी कैमरों में ऐसा कुछ नहीं दिखायी देता है। पुलिस अधिकारियों को समय रहते इन चौराहों पर लगे कैमरों की सच्चाई को देख लेना चाहिए और इनकी खामियों को दुरूस्त करना चाहिए।

पर्वतीय विकलांग सेवा संस्थान ने खेली गुलाब के फूलों की होली

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। इन्दर रोड स्थित ऑफिस मे पर्वतीय विकलांग सेवा संस्थान के तत्ववाधान मे होली मिलन के कार्यक्रम मे सभी ने मिल कर गुलाब के फूलों की होली खेल एक दूसरे को होली की शुभकामनायें दी। इस अवसर पर संस्था के प्रदेश अध्यक्ष गुलशन बाहरी का जन्मदिन केक काट कर मनाया गया।

मंच का संचालन करते हुए गुलशन बाहरी ने कहा कि संस्था विगत ३४ वर्षों से दिव्यांगों की हर प्रकार की सेवा करती आ रही है इस अवसर पर पंजाबी गाने कौन कहींदा मे बूढा हाँ पर ६७ वर्ष के वेद प्रकाश दुग्गल के साथ सभी ने नृत्य कर समा बांध दिया एवं मैजिक भी दिखा कर मनोरंजन किया गया लिस अवसर पर मुख्यातिथि डॉ. एस फारुख, कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे ब्रिगेडयर के जी बहल ने कार्यक्रम की प्रशंसा करते हुए होली की एवं गुलशन जी को जन्मदिन की बधाई दी।

इस अवसर पर मुख्यातिथि समाजसेवी डॉ. एस फारुख, ब्रिगेडयर के जी बहल, सेवा सिंह मठारु, वेद प्रकाश दुग्गल, जितेंदर ददोणा, गोविन्द वाधवा, दलीप शर्मा, अभेय उनियाल,आर के बखशी, बलबीर नौटियाल, रौशनी धीमान, गुलिश्ता खानम, अनीता आदि उपस्थित थे।

6 पेटी देशी शराब सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। होली के दौरान शराब बेचकर मुनाफा कमाने के लालच में तस्करी कर ला रहे 6 पेटी शराब सहित पुलिस ने एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर लिया गया है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह थाना मुखानी पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक व्यक्ति काफी मात्रा में देशी शराब सहित आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को कमलवागांजा रोड़ गोविन्दपुर गढ़वाल तिराहे के समीप से एक व्यक्ति राहुल कुमार राठी पुत्र पूरन सिह राठी निवासी राजपुरा को 6 पेटी पिकनिक देशी शराब के साथ गिरफ्तार किया गया।

पूछताछ में उसने बताया कि वह आगामी होली के त्यौहार को देखते हुए कम दामों में शराब की पेटी खरीद कर होली के दिने अधिक दामों में शराब को बेचकर मुनाफा कमाना था। पुलिस ने उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश कर दिया है।

बदलाव वक्त की मांग

पांच राज्यों के विधानसभा चुनावों के नतीजे आने के बाद अगर कांग्रेस के अंदर से असंतोष के स्वर उठने शुरू हुए तो इसे अस्वाभाविक नहीं कहा जा सकता। यह जरूर पूछा जा सकता है कि ये स्वर कितने मजबूत हैं और पार्टी के अंदर सुधार की प्रक्रिया को किसी तार्किक परिणति तक ले जा सकते हैं या नहीं। इसमें दो राय नहीं कि ये चुनावी नतीजे कांग्रेस के लिए करारा झटका हैं। पांच राज्यों की कुल 690 विधानसभा सीटों पर हुए हुए चुनावों में कांग्रेस बमुश्किल 55 सीटें जीत पाई। यूपी में 403 सीटों पर लड़कर वह महज दो सीटें हासिल कर सकी। पंजाब में आम आदमी पार्टी की आंधी के सामने वह टिक नहीं पाई। उत्तराखंड, गोवा, मणिपुर कहीं से भी ऐसी कोई खबर नहीं आई, जिससे थोड़ी बहुत भी तसल्ली मिल पाती। इसके बाद जी-23 के एक प्रमुख सदस्य गुलाम नबी आजाद ने कहा कि वह पार्टी को इस तरह मरते नहीं देख सकते। जी-23 के ही एक और अहम सदस्य शशि थरूर ने भी कहा कि अगर पार्टी कामयाब होना चाहती है तो बदलाव अनिवार्य हैं। ध्यान रहे जी-23 नाम तब सामने आया, जब कांग्रेस के 23 वरिष्ठ नेताओं ने अगस्त 2020 में पार्टी की कार्यकारी अध्यक्ष सोनिया गांधी को संगठनात्मक सुधार का सुझाव देते हुए पत्र लिखा था। हालांकि पार्टी नेतृत्व ने इनके प्रमुख सुझावों पर सहमति जताते हुए संगठनात्मक चुनाव का इरादा भी घोषित किया था, लेकिन कोरोना के कारण उन पर अमल नहीं हो सका। बहरहाल, विचार-विमर्श को लेकर पार्टी नेतृत्व ने भी तैयारी दिखाई है। सोनिया गांधी ने चुनाव परिणामों पर विचार के लिए जल्द ही पार्टी कार्यसमिति की बैठक बुलाने की बात कही है। लेकिन बड़ा सवाल यह है कि विचार-विमर्श के नाम पर क्या होने वाला है और पार्टी के अंदर किस हद तक बदलाव स्वीकार किए जाने वाले हैं। क्या पार्टी को गांधी परिवार की अगुआई से मुक्ति मिलने वाली है? हालांकि गांधी परिवार से बाहर के किसी शख्स को राष्ट्रीय अध्यक्ष बनाने भर से इस बात की गारंटी नहीं हो जाती कि पार्टी में गांधी परिवार का प्रभाव समाप्त हो जाएगा। पहले भी कई बार पार्टी का नेतृत्व गांधी परिवार से बाहर के व्यक्ति के हाथों में गया है, लेकिन पार्टी इस परिवार के आभामंडल से बाहर नहीं निकल पाई। फिर यह बात भी है कि अच्छा हो या बुरा, पर पिछले काफी समय से यही परिवार पार्टी की मुख्य प्राण शक्ति भी बना हुआ है। ऐसे में पार्टी और गांधी परिवार, संकट दोनों के सामने है। वे जिन मूल्यों की भी बात करें, उन्हें बचाने की उनकी कवायद का कोई मतलब तभी बनता है, जब वे राजनीति में प्रासंगिक बने रहें। और राजनीति पूरी तरह बदल चुकी है। अगर देश की सबसे पुरानी पार्टी को इतिहास में दफन हो जाने से बचना है तो अपना कायाकल्प करना ही होगा।(आरएनएस)

जलवायु परिवर्तन से यह भी

डेढ़ डिग्री तक की वृद्धि से आठ प्रतिशत पौधे अपनी आधी से ज्यादा किस्में खो देंगे। अगर तापमान में दो डिग्री तक का इजाफा हुआ, तो यह आंकड़ा 16 प्रतिशत तक पहुंच जाएगा। कई जीवों और पौधों के लिए बढ़ते तापमान के मुताबिक ढलना अभी से ही मुश्किल हो रहा है। जलवायु परिवर्तन का किन किन मोर्चों पर असर हो रहा है, इस बारे में अभी दुनिया में पूरी चेतना नहीं है। दुर्भाग्यपूर्ण यह है कि इन खतरनाक परिणामों पर चर्चा भी मामूली होती है। ऐसी बातों को मीडिया में हाशिये पर जगह मिलती है। जबकि हर ऐसी समस्या जलवायु परिवर्तन के व्यापक खतरों से जुड़ी है। हाल में 'वर्ल्ड वाइड फंड फॉर नेचर' (डब्लूडब्लूएफ) ने एक नए पहलू की तरफ ध्यान खींचा है। डब्लूडब्लूएफ ने संयुक्त राष्ट्र के 'इंटरगवर्नमेंटल पैनल ऑन क्लाइमेट चेंज' (आईपीसीसी) की एक रिपोर्ट के आधार पर ये बात सामने रखी है। आईपीसी ने बताया है कि ग्लोबल वॉर्मिंग के कारण तापमान में डेढ़ से दो डिग्री सेल्सियस तक की वृद्धि का क्या असर होगा। ताजा जानकारी के मुताबिक डेढ़ डिग्री तक की वृद्धि से आठ प्रतिशत पौधे अपनी आधी से ज्यादा किस्में खो देंगे। अगर तापमान में दो डिग्री तक का इजाफा हुआ, तो यह आंकड़ा 16 प्रतिशत तक पहुंच जाएगा। कशेरुकियों में यह आंकड़ा चार से आठ प्रतिशत तक रहने की आशंका है। कई जीवों और पौधों के लिए बढ़ते तापमान के मुताबिक ढलना अभी से ही मुश्किल हो रहा है, जबकि अभी दुनिया के और गर्म होने की आशंका है।

डब्लूडब्लूएफ ने कहा है कि ग्लोबल वॉर्मिंग के कारण पूरी दुनिया में जीवों और पौधों पर असर पड़ा है। अपनी एक रिपोर्ट 'फीलिंग द हीट' में संगठन ने बताया कि मौसम की अतिरेकता से जुड़ी घटनाएं, मसलन- गरम हवा के थपेड़े, सूखा और बाढ़ के कारण जानवरों और पौधों की दुनिया बहुत प्रभावित हो रही है। बढ़ते तापमान के मुताबिक ढलना अभी से ही उनके लिए बहुत मुश्किल साबित हो रहा है। जलवायु परिवर्तन के कारण पैदा होने वाला संकट सुदूर भविष्य से जुड़ी कोई अवधारणा नहीं है। यह हमारे वर्तमान में पहुंच चुका है। हमारे दरवाजे पर खड़ा है। जैसे-जैसे जलवायु गर्म होता जाएगा, हम पर पड़ने वाला दबाव भी बढ़ता जाएगा।

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

माइग्रेन होने पर भूल से भी नहीं खानी चाहिए ये चीजें

आज के समय में कई लोग माइग्रेन की समस्या से परेशान हैं। जी दरअसल यह एक न्यूरोलॉजिकल समस्या है और इसकी वजह से सिर के एक हिस्से में झनझनाहट तेज दर्द होता है। आप सभी को बता दें कि यह दर्द कुछ घंटों से लेकर 2 या 3 दिन तक असर छोड़ जाता है और इस सिरदर्द के साथ-साथ गैस्ट्रिक, मितली, उल्टी जैसी समस्याएं भी हैं। जी दरअसल हमारे रोज के खाने में ऐसी बहुत सारी चीजें हैं जिन्हें खाने से माइग्रेन अटैक हो सकता है। हालाँकि कुछ हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार अगर आप काफी लंबे समय से माइग्रेन की समस्या से परेशान हैं तो आपको अपने खाने में इन चीज़ों को शामिल नहीं करना चाहिए। आइए जानते हैं किन चीजों को।

चॉकलेट- जानकारों के मुताबिक माइग्रेन अटैक से बचने के लिए चॉकलेट से दूर रहना चाहिए। जी दरअसल कुछ रिपोर्ट्स के मुताबिक अमेरिकन माइग्रेन फाउंडेशन की स्टडी में चॉकलेट की वजह से 22 फीसदी लोगों में माइग्रेन की समस्या बढ़ जाती है।

कैफीन- ज्यादा मात्रा में कैफीन लेने से माइग्रेन का खतरा बढ़ जाता है। जी हाँ और चॉकलेट, कॉफी चाय में कैफीन की मात्रा ज्यादा होती है। ऐसे में यह ध्यान रहे कि चाय या कॉफ़ी का सेवन कम हो या सीमित मात्रा में हो तो अच्छा होगा।

आर्टिफिशियल शुगर- ज्यादातर प्रोसेस्ड फूड में आर्टिफिशियल शुगर एस्पार्टेम होती है। एस्पार्टेम की वजह से माइग्रेन हो जाता है।

प्रिजर्व्ड मीट- हैम बर्गर, हॉट डॉग सॉसेज में कलर टेस्ट को प्रिजर्व करने के लिए नाइट्रेट का इस्तेमाल किया जाता है। आपको शादी नहीं पता होगा कि नाइट्रेट खून के संपर्क में आने के बाद नाइट्रिक ऑक्साइड बनाता है, जिससे खून की नसों को नुकसान पहुँचता है।

स्ट्रीट फ़ूड- खाने में ज्यादा स्ट्रीट फ़ूड नहीं खाना चाहिए क्योंकि उसमे मौजूद तेल, मसालें माइग्रेन के दर्द को ट्रिगर करते हैं जो नसों को तकलीफ पहुंचाता है। इस वजह से ज्यादा से ज्यादा कोशिश करें कि सीमित मात्रा में ही स्ट्रीट फ़ूड खाएं।(आरएनएस)

गर्मी में इस तेल से करें शिशु की मालिश, स्किन और बालों को होंगे बेहतरीन फायदे

शिशु की त्वचा कोमल रहे, और उन्हें कोई नुकसान ना हो इसके लिए लोग तरह-तरह के नुस्खे अपनाते हैं। ऐसे में बच्चों के लिए सबसे लाभदायक होती है तेल मालिश। जी दरअसल इसकी जरूरत बच्चो को अधिक होती है। वहीं तेल मालिश करने से नवजात को त्वचा संबंधी समस्याएं नहीं होती। आज के समय में बाजार में कई तेल उपलब्ध हैं, लेकिन बच्चों की मालिश के लिए ऑलिव ऑयल यानी जैतून के तेल का अपना महत्व है।जी दरअसल जैतून तेल से मालिश करने के फायदे बहुत हैं। अब आज हम आपको उन्ही के बारे में बताने जा रहे हैं।

जैतून तेल से बच्चों की मालिश करने के फायदे

त्वचा को मॉइस्चराइज करे- शिशु की त्वचा बहुत कोमल होती है और ऑलिव ऑयल मॉइस्चराइजिंग गुणों से भरपूर होते हैं। इसी के चलते इस तेल से मालिश करने के बाद बच्चे की त्वचा कोमल और सौम्य रहती है।

स्किन को पोषण देता है- जैतून यानी ऑलिव ऑयल में स्क्वैलिन होता है, और यह एक हाइड्रेटिंग एजेंट है, जो आपके बच्चे की त्वचा को नरम रखने में मदद करता है और पोषण देने का काम करता है।

डायपर रैशेज से छुटकारा - अगर आपका बच्चा डायपर पहनता है तो आप ऑलिव ऑयल को डायपर रैशेज के घरेलू उपचार के रूप में ले सकते हैं। इसका इस्तेमाल करने के लिए सबसे पहले ऑलिव ऑयल को हल्का गुनगुना करके बच्चे के रैशेज वाले हिस्से पर लगा सकते हैं। इससे बच्चे के शरीर पर दाने नहीं आएंगे।

अच्छी नींद - हेल्थ एक्सपर्ट्स कहते हैं कि बच्चों के लिए अच्छी नींद लेना बेहद जरूरी है। जी हाँ क्योंकि इससे उनका शारीरिक और मानसिक विकास अच्छे से होता है। वहीं बच्चों को अच्छी नींद आए, इसके लिए आप जैतून तेल से मालिश करें।

बालों के लिए फायदेमंद- ऑलिव ऑयल में विटामिन ई पाया जाता है, जिसकी मदद से बच्चों के बालों की ग्रोथ अच्छी रहती है।

सावधानियां-

बच्चे को किसी तरह की एलर्जी है तो जैतून के तेल का इस्तेमाल न करें।

इस तेल के उपयोग से शरीर पर रैशेज आने लगें तो इस्तेमाल बंद कर दें।

आप किसी तरह के मिलावटी जैतून तेल का इस्तेमाल न करें। (आरएनएस)

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।

1	2	■	3		4	■	■	■
5				■	6		7	8
■		■	9			■	10	
■		■		■	11	12		
13				■	14		■	■
	■	■	■	■	■	15		16
	■	17		18			■	
19			■		■	■	20	
■	■	21					■	

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	■	■

गंगूबाई काठियावाड़ी की स्ट्रीमिंग में एक महीने की देरी करेगा नेटफ्लिक्स

संजय लीला भंसाली की गंगूबाई काठियावाड़ी बॉक्स ऑफिस पर अच्छा प्रदर्शन कर रही है। फिल्म 25 फरवरी को सिनेमाघरों में आई है। इसमें आलिया भट्ट के अभिनय की खूब तारीफ हो रही है। उन्होंने गंगूबाई के किरदार से दर्शकों और फिल्म समीक्षकों को प्रभावित किया है। खबरें आई थीं कि थिएट्रिकल रिलीज के एक महीने बाद फिल्म हिन्दी में नेटफ्लिक्स पर आएगी। अब सुनने में आ रहा है कि गंगूबाई काठियावाड़ी की स्ट्रीमिंग में नेटफ्लिक्स एक महीने की देरी करेगा।

रिपोर्ट के मुताबिक, गंगूबाई काठियावाड़ी को नेटफ्लिक्स पर रिलीज होने में एक महीने की देरी होगी। एक सूत्र ने बताया कि स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स से मेकर्स ने फिल्म की ओटीटी रिलीज को एक महीने के लिए टालने का अनुरोध किया है। ऐसा इसलिए किया गया है, ताकि फिल्म को सिनेमाघरों में अच्छा मुनाफा मिले। खबरों की मानें तो गंगूबाई काठियावाड़ी अब अप्रैल के अंतिम सप्ताह में नेटफ्लिक्स पर प्रसारित होगी। लॉकडाउन में ट्रेंड बन गया था कि फिल्में थिएट्रिकल रिलीज के एक महीने बाद ओटीटी पर आ जाती थीं। अब ओटीटी के दर्शकों का इंतजार बढ़ सकता है। जैसे ही बॉक्स ऑफिस पर खोई हुई रौनक वापस लौटी है, मेकर्स थिएट्रिकल और ओटीटी रिलीज के गैप को बढ़ाना चाहते हैं। अब बॉक्स ऑफिस पर फिल्म की कमाई के अनुसार ओटीटी रिलीज की रूपरेखा तैयारी की जा रही है। गंगूबाई काठियावाड़ी के मेकर्स भी यही प्लान पर काम कर रहे हैं।

पिछले साल मीडिया में खबरें आई थीं कि नेटफ्लिक्स ने गंगूबाई काठियावाड़ी के डिजिटल राइट्स 7० करोड़ रुपये में खरीदे हैं। फिल्म को सीधे ओटीटी पर रिलीज करने का भी ऑफर मिला था। हालांकि, भंसाली शुरू से ही इसे थिएटर में रिलीज करना चाहते थे। मेकर्स ने फिल्म को सिनेमाघरों में लाने के लिए लंबा इंतजार भी किया। निर्माताओं के सब्र का ही परिणाम है कि फिल्म को सिनेमाघरों में अच्छी प्रतिक्रिया मिल रही है। इस फिल्म ने दुनियाभर में 1०० करोड़ रुपये कमा लिए हैं। भंसाली प्रोडक्शंस ने अपने आधिकारिक ट्विटर हैंडल पर फिल्म की कमाई का आंकड़ा शेयर किया था। रिपोर्ट के मुताबिक, भारत में इस फिल्म ने अभी तक 82.14 करोड़ रुपये बटोर लिए हैं। फिल्म ने अपने ओपनिंग डे को ही 1० करोड़ रुपये का कलेक्शन कर लिया था। फिल्म ने पहले वीकेंड में अच्छा प्रदर्शन किया और कुल 39.12 करोड़ रुपये की कमाई की। इस फिल्म की कहानी हुसैन जैदी की किताब माफिया चीन्स ऑफ मुंबई पर आधारित है। जैदी ने अपनी इस किताब में गुजरात के काठियावाड़ी की एक लड़की गंगा हरजीवनदास की जिंदगी के कई परतों को खोला है। विजय राज, शांतनु महेश्वरी और सीमा पाहवा भी अहम किरदारों में नजर आए हैं। फिल्म के सभी कलाकारों के प्रदर्शन को सराहा गया है। उम्मीद है कि फिल्म की कमाई की रफ्तार और बढ़ेगी।

फिल्म सरदार के स्टंट सीन मैसूर में शूट कर रहे है कार्थी

निर्देशक पीएस मिथ्रान की बहुप्रतीक्षित एक्शन थ्रिलर सरदार की शूटिंग मैसूर में तेज गति से आगे बढ़ रही है। कार्थी ने फिल्म में दो भूमिकाएँ निभाई हैं और यूनिट अब एक भूमिका से संबंधित एक्शन दृश्यों को तैयार करने में व्यस्त है। फिल्म की यूनिट से जुड़े एक सूत्र का कहना है कि कार्थी ने फिल्म में पिता और पुत्र दोनों की भूमिकाएं निभाई हैं। दोनों भूमिकाओं में एक्शन सीक्वेंस हैं। यूनिट, कोडाइकनाल के जंगलों में प्रमुख स्टंट दृश्यों को शूट करने के बाद, आगे के महत्वपूर्ण स्टंट सीक्वेंस शूट कर रही है। सूत्र ने आगे कहा कि फिल्म के स्टंट कोरियोग्राफर दिलीप सुब्बुरायन जंगलों में कुछ प्रमुख स्टंट दृश्यों की शूटिंग कर रहे हैं।प्रिंस पिक्चर्स के लिए एस लक्ष्मण कुमार द्वारा निर्मित, फिल्म में राशी खन्ना मुख्य भूमिका में होंगी और इसमें अभिनेता युही सेतु, राजिशा विजयन, मुरली शर्मा और मुनीशकांत महत्वपूर्ण भूमिकाओं में होंगे। बहुप्रतीक्षित फिल्म में जी वी प्रकाश कुमार का संगीत और छायांकन जॉर्ज सी विलियम्स का है।

ऑटिस्टिक बच्चों की कहानी है क्राइम थ्रिलर थेयावर कुलैगल नदुंगा

निर्देशक दिनेश लक्ष्मणन की नई खोजी अपराध थ्रिलर में अभिनेता ऐश्वर्या राजेश और अर्जुन मुख्य भूमिका में हैं। इसका शीर्षक थेयावर कुलैगल नाडुंगा रखा गया है। फिल्म की यूनिट के करीबी सूत्र का पहला लुक जारी किया गया। इस कथानक की मूल अवधारणा ऑटिस्टिक बच्चों के इर्द-गिर्द घूमती है।क्राइम इन्वेस्टिगेशन थ्रिलर से उम्मीदें तब से बढ़ रही हैं जब से पहली बार खबर आई थी कि फिल्म में अभिनेता अर्जुन और ऐश्वर्या राजेश एक साथ काम करेंगे। फिल्म के फर्स्ट लुक पोस्टर में ऐश्वर्या राजेश अपने चेहरे पर डरी हुई नजर के साथ एक पवित्र पुस्तक पकड़े हुए हैं और अर्जुन उनके पीछे खड़े हैं और एक छाता पकड़े हुए हैं। पोस्टर ने प्रशंसकों और फिल्म प्रेमियों दोनों का ध्यान आकर्षित किया है। जीएस आर्ट्स के जी. अरुल कुमार द्वारा निर्मित, फिल्म में रामकुमार शिवाजी, जीके रेड्डी, प्रवीण राजा, प्रैंकस्टर राहुल और अभिराम वेंकटचलम भी शामिल होंगे। सरवनन अभिमन्यु फिल्म के सिनेमेटोग्राफर है, जिसका संगीत भरत असीवगन ने दिया है और संपादन लॉरेंस किशोर ने किया है।

कहानी में फिल्म नायिका की अवधारणा को फिर से परिभाषित किया: विद्या बालन

विद्या बालन अभिनीत फिल्म कहानी की रिलीज के 1० साल पूरे हो गए है। अस अवसर पर अभिनेत्री ने कहा कि यह फिल्म हिंदी सिनेमा के लिए गेम चेंजर बनकर उभरी, जिसने मजबूत महिला पात्रों के लिए रोडमैप तैयार किया। फिल्म के शेड्यूल को याद करते हुए, विद्या ने एक बयान में कहा कि कहानी मेरी सबसे खास फिल्मों में से एक है और हमेशा रहेगी। मुझे फिल्म शूट का हर दिन आज भी याद है। ऐसा लगता था जैसे हमारा जीवन इस पर निर्भर था। हमने इसे अपना सब कुछ दिया। बदले में इसने हमें इन वर्षों में बहुत कुछ दिया है और आगे भी देती रहेगी।

विद्या द्वारा निभाई गई एक गर्भवती महिला प्रधान की मजबूत और शक्तिशाली छवि के साथ, कहानी ने दर्शकों का ध्यान खींचा है। सुजॉय घोष की आकर्षक और सम्मोहक थ्रिलर भारतीय सिनेमा में सबसे प्रसिद्ध फिल्मों में से एक है।

अभिनेत्री ने फिल्म में अपनी कहानी के साथ थ्रिलर शैली को पुनर्जीवित करने के लिए अपने निर्देशक की प्रशंसा की, जिनके कारण कहानी का सीक्वेल कहानी 2 दुर्गा रानी सिंह 2०16 में रिलीज किया गया।

विद्या ने आगे कहा कि कहानी के साथ, सुजॉय घोष ने न केवल एक लंबे समय के बाद एक रोमांचक थ्रिलर प्रस्तुत की थी, बल्कि एक तरह से भारत में इस शैली को पुनर्जीवित भी किया था। कहानी ने 1० वर्षों में, भारतीय फिल्म नायिका की अवधारणा ने फिर से परिभाषित किया है।

वर्तमान में, अभिनेत्री एक और पावरहाउस कलाकार शेफाली शाह के साथ जलसा में एक और आकर्षक चरित्र निभाने के लिए तैयार है। फिल्म शकुंतला देवी और शेरनी के बाद प्राइम वीडियो के साथ विद्या की यह तीसरी फिल्म होगी।

ऊं अंटवा गाने के रिलीज के बाद मेरा बाकी काम भूल गए हैं लोग:समांथा रुथ प्रभु

सामंथा रूथ प्रभु ने पुष्पा में अपने खास गाने के बारे में बात की है। क्रिटिक्स च्वाइस अवार्डस में एक मीडिया इंटरेक्शन के दौरान, सामंथा रूथ प्रभु ने कहा कि वह पुष्पा द राइज के अपने विशेष गीत ऊं अंटवा के लिए मिल रही प्रतिक्रिया से अभिभूत हैं।

सामंथा ने कहा कि मैं यह नहीं बता सकती कि लोग मुझ पर किस तरह का प्यार बरसा रहे हैं। मुझे उम्मीद नहीं थी कि ऊं अंटवा पूरे भारत में इतनी हिट होगा।

रंगस्थलम की अभिनेत्री ने कहा कि न केवल तेलुगु दर्शक, बल्कि देश भर के लोग, मेरी अन्य फिल्मों को भूल गए हैं, लेकिन अब मुझे ऊं अंटवा के लिए पहचानते हैं।

सामंथा रुथ प्रभु के पहले विशेष गीत ऊं अंटवा ने कई रिकॉर्ड तोड़े हैं, साथ ही कई रिकॉर्ड बनाए भी हैं। देवी श्री प्रसाद की संगीत रचना में उनकी उपस्थिति अल्लू अर्जुन और रश्मिका मंदाना-स्टारर पुष्पा: द राइज के मुख्य आकर्षण में से एक थी।

सामंथा ने पहले कहा था कि वह आइटम गीत पर हस्ताक्षर करने के लिए अनिच्छुक थीं, लेकिन अल्लू अर्जुन और निर्देशक सुकुमार का मानना था कि गीत एक सनसनी बन जाएगा। अब जबकि अभिनेत्री ऊं अंटवा ने अपने लिए जिस तरह का ध्यान आकर्षित किया है, उससे काफी खुश हैं, वह इसका श्रेय अल्लू अर्जुन और सुकुमार को देती हैं।

श्रेयस तलपड़े करेंगे क्रिकेटर प्रवीण तांबे का रोल

हाल में मेकर्स ने सबसे उम्रदराज आईपीएल क्रिकेटर प्रवीण तांबे पर फिल्म बनाने की घोषणा की है। नीरज पांडे, शीतल भाटिया और सुदीप तिवारी अपने नए वेंचर बूटरूम स्पोर्ट्स के तहत इस बायोपिक का निर्माण करेंगे। अब मेकर्स ने इस बायोपिक फिल्म के लिए मुख्य चेहरा घोषित कर दिया है। फिल्म के लिए अभिनेता श्रेयस तलपड़े को चुना गया है। वह फिल्म में आईपीएल क्रिकेटर तांबे का किरदार निभाने वाले हैं।

श्रेयस ने सोशल मीडिया पर इस बायोपिक फिल्म की घोषणा की है। फिल्म का शीर्षक कौन है प्रवीण तांबे? रखा गया है। श्रेयस ने फिल्म का पोस्टर शेयर करते हुए अपने ट्विटर पोस्ट में लिखा, क्रिकेट का सबसे अनुभवी डेब्यूटेंट और सबसे प्रेरक क्रिकेट कहानी कभी नहीं बताई गई है। कौन है प्रवीण तांबे? का ट्रेलर 9 मार्च को डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर रिलीज हुआ। 1 अप्रैल को फिल्म हॉटस्टार पर प्रसारित होने वाली है।

फिल्म से श्रेयस का फर्स्ट लुक भी शेयर किया गया है। पोस्टर में महेंद्र सिंह धोनी, राहुल द्रविड़, युवराज सिंह और सचिन तेंदुलकर जैसे पूर्व भारतीय क्रिकेटर्स के साथ तांबे को जगह दी गई है। इस फिल्म का निर्देशन जयप्रद देसाई करेंगे। सच्ची घटना पर बन रही यह स्पोर्ट्स ड्रामा फिल्म हिन्दी, तमिल और तेलुगु में दर्शकों के बीच आएगी। फिल्म को फॉक्स स्टार स्टूडियोज, फ्राइडे फिल्मवर्क्स और बूटरूम स्पोर्ट्स द्वारा बनाया जाएगा।

इस फिल्म में आशीष विद्यार्थी, परमब्रत चटर्जी और अंजली पाटिल भी नजर आएंगे। फिलहाल बाकी कलाकारों के रोल के बारे में कोई खास जानकारी नहीं आई है। प्रोड्यूसर सुदीप ने कहा था, हमारा काम असामान्य कहानियों की तलाश करना है और हम क्रिकेटर तांबे के जीवन से प्रेरित फिल्म के साथ अपनी कंपनी शुरू कर रहे हैं। उन्होंने आईपीएल में 41 साल की उम्र में अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में पदार्पण किया और आईपीएल इतिहास के सबसे उम्रदराज खिलाड़ी बने।

तांबे को 2०13 में राजस्थान रॉयल्स ने खरीदा था और आईपीएल में खेलने वाले सबसे उम्रदराज खिलाड़ी बने थे। उस समय 41 साल के तांबे ने बिना कोई फर्स्ट-क्लास मैच खेले आईपीएल डेब्यू किया था। राजस्थान के लिए खेलते हुए तांबे ने शानदार प्रदर्शन किया। हैट्रिक लेने के साथ ही वह लाइमलाइट में आए। उन्होंने गुजरात लॉयंस और सनराइजर्स हैदराबाद के लिए भी 1-1 सीजन खेला। उन्होंने 33 आईपीएल मैचों में 7.75 की इकॉनमी के साथ 28 विकेट लिए हैं।

श्रेयस ने इससे पहले क्रिकेट पर आधारित फिल्म इकबाल में काम किया था। फिल्म 2००5 में सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी। सुभाष घई के प्रोडक्शन की इस फिल्म में श्रेयस का अभिनय खूब जमा था। बता दें कि श्रेयस असल जिंदगी में भी क्रिकेट खिलाड़ी रह चुके हैं। श्रेयस ने कहा था, फिल्म इकबाल में मुख्य भूमिका निभाने के 17 साल बाद मैं खुद को भाग्यशाली महसूस करता हूं कि मैं तांबे का किरदार निभा रहा हूं। साउथ स्टार अल्लू अर्जुन की फिल्म पुष्पा को हिन्दी दर्शकों का भी बहुत प्यार मिला। इस फिल्म के हिन्दी वर्जन को श्रेयस ने डब किया है। इसमें अल्लू की आवाज का वॉयस ओवर श्रेयस ने ही किया है।

गर्भवती महिलाएं होली में बरतें खास सावधानी: डॉ0 सुजाता संजय

होली खुशियों और मस्ती से भरपूर त्यौहार है, लाजिमी है तो भला इस खुशी और उमंग से गर्भवती महिलाएं क्यों पीछे रहें। होली एक ऐसा खुशियों और मस्ती से भरा हुआ त्यौहार है, जिसका हर कोई अपने परिवार तथा दोस्तों के साथ लुत्फ उठाना चाहता है। वही गर्भवती महिलाओं को खान–पान का भी खास ख्याल रखना बेहद आवश्यक है। संजय ऑर्थोपीडिक, स्पाइन एवं मैटरनिटी सेंटर की स्त्री एवं प्रसूति रोग विशेषज्ञ डॉ० सुजाता संजय का मानना है कि गर्भवती महिलाओं में प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है, ऐसे में बीमारियों और इंफेक्शन का खतरा भी उन्हें अधिक होता है। साथ ही प्रेग्नेंसी के दौरान आपकी स्किन भी बेहद सेंसिटिव रहती है। इस कारण जिन रंगों से सामान्य लोगों को कोई परेशानी नहीं होती है, उन रंगों के प्रति भी प्रेग्नेंट महिलाएं संवेदनशील हो सकती हैं। मार्केट में आमतौर पर मिलने वाले रंगों में सिंथेटिक, इंडस्ट्रियल डाई और ऑक्सिडाइज्ड मेटल होता है। ऐसे में ये रंग होने वाले बच्चे के नर्वस सिस्टम और सांस से संबंधित रेस्पिरेटरी सिस्टम को नुकसान पहुंचा सकते हैं। इतना ही नहीं केमिकल वाले रंगों की वजह से मिसकैरेज, प्रीमच्योर डिलिवरी और जन्म के वक्त बच्चे का वजन कम होना जैसी गंभीर दिक्कतें भी हो सकती हैं।

डॉ० सुजाता संजय कुछ सावधानी बरतने की सलाह देती हैं, ताकि गर्भवती महिलाओं का स्वास्थ्य न बिगड़े और उनमें त्यौहार का उत्साह बना रहे। उनका कहना हैं कि सावधानी न बरतने पर समय से पहले बच्चे का जन्म होना, जन्म के दौरान बच्चे के वजन में कमी तथा गर्भपात जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। उनका सुझाव है कि गर्भवती महिलाएं हर्बल के रंगों से खेल सकती हैं, जो फलों तथा फूलों के द्वारा बनाई जाती है।

रंगों में डूब जाने का त्योहर, मेल–जोल, खाने–पीने, मस्ती और हुड़दंग का त्योहार होली बस आने ही वाला है। हर तरफ होली की धूम है। हर कोई रंगों में भीग जाना चाहता है। लेकिन आम लोग होली पर जितनी मस्ती, उछल–कूद और हुड़दंग कर सकते हैं, प्रेग्नेंट महिलाओं को उतनी ही सावधानी बरतनी पड़ती है। अगर होली के त्योहार की मस्ती में प्रेग्नेंट महिला जरा सी लापरवाही करे तो उनकी स्किन तो डैमेज होगी ही उनके पेट में पल रहे बच्चे को भी नुकसान हो सकता है। होली के त्योहार में रंगों के साथ ही पानी का भी काफी यूज होता है जिससे आपके बीमार पड़ने का भी खतरा रहता है।

याद रखें, होली खेलना एक तरह का मनोरंजन है। मगर गर्भवतियों को ध्यान रखना चाहिए कि अब सिर्फ आप नहीं हैं, आपके साथ एक नन्हीं जिंदगी भी है, जिसका पूरा ख्याल रखना है। डॉ० सुजाता संजय साफ तौर पर शराब जैसी पदार्थ के सेवन को मना करती। यूं तो केमिकल युक्त रंग और मिलावटी मिठाइयां किसी के लिए खतरनाक हो सकती हैं पर गर्भवती महिलाओं को खास ख्याल रखने की सलाह दी जाती है ये चीजें गर्भवती महिला और उसके गर्भ में पल रहे बच्चे, दोनों ही के लिए नुकसानदेह साबित हो सकती हैं।

अगर आप न्यू मॉम हैं और बच्चे को ब्रेस्ट फीडिंग करवाती हैं तो आपको भी होली के दौरान केमिकल वाले हानिकारक रंगों से बिलकुल दूर रहना चाहिए। ऐसा इसलिए क्योंकि अगर ये रंग आपके दूध के जरिए शिशु के शरीर में पहुंच जाएं, तो नवजात के स्वास्थ्य के लिए घातक हो सकते हैं।

होली खेलने के बाद अपने आपको पूरी तरह से साफ करें। लोग कई बार रंगों को साफ करने के लिए मिट्टी का तेल, नेल पेंट रिमूवर जैसी चीजों का इस्तेमाल करते हैं, मगर आपको ऐसा कुछ करने की जरूरत नहीं है। आप रंगों को हटाने के लिए बेसन का भी प्रयोग कर सकती हैं जो पूरी तरह प्राकृतिक है। अगर आप पर किसी ने गीला या रसायन युक्त रंग डाल दिया है तो तुरंत अपने चेहरे को साफ पानी से धोएं। रंगों को हटाने के लिए हर्बल चीजों का ही इस्तेमाल करें। रंग लगी त्वचा पर जलन, सूखापन तथा फुंसी हो जाए तो डॉक्टर से जांच करवाएं। अपनी आंखों को रंग व गुलाल से बचाएं।

इस साल भी कोरोना वायरस साथ में है इसलिए गर्भवती महिलाओं को दोगुना ध्यान रखना होगा। यह अच्छा होगा कि आप इस साल घर पर ही होली खेलें और इस त्योहार में केवल अपने परिवार के लोगों को ही शामिल करें। बाहर के ज्यादा मेहमानों को बुलाना जहां तक हो सके वहां तक अवॉयड करें। इस होली में आप और ज्यादा मजा एड करने के लिए घर पर ही बहुत अच्छी और स्वादिष्ट डिश और मिठाइयां बना सकते हैं।

गर्भ के दौरान आपके लिए सबसे ज्यादा जरूरी आपकी और आपके बच्चे की सुरक्षा होनी चाहिए न की होली खेलना। अगर आप एक साल होली कम भी खेल लेंगी तो हर साल अपने और अपने बच्चे के साथ इस त्यौहार का आनंद ले पाएंगी। जोकि इस साल से कहीं गुणा ज्यादा होगा। इसलिए होली खेलते समय सभी सुरक्षा नियमों का सावधानी से पालन करें और अपनी ओर बच्चे की सेहत को लेकर थोड़ी सी भी लापरवाही न बरतें। वर्ना यह आप पर और आपके पूरे परिवार पर बहुत भारी होली पड़ सकती है। इन टिप्स का जरूर पालन करें।

श्रीमद्भागवत कथा के चौथे दिन श्रीकृष्ण जन्म का वर्णन सुनाया

संवाददाता

देहरादून। श्रीमद्भागवत कथा के चौथे दिन श्रीकृष्ण के जन्म की कथा सुनायी गयी। आज यहां भागवत कथा का आयोजन प्रमोद पंत रवि पंत एवं समस्त परिवार आईटी पार्क स्थित डांडा लखोंड में किया जा रहा है प्रसिद्ध कथा वाचक दिल्ली निवासी पंडित राकेश चंद्र डुकलान भागवती के सानिध्य में श्रीमद् भागवत कथा का पूरी धार्मिक परंपरा के साथ शुभारंभ किया गया भागवत कथा के चौथे दिन भगवान श्री कृष्ण के जन्म पर कथा सुनाई गई। उन्होंने कहा कि भगवान कृष्ण में जन्म से ही सिद्धियां मौजूद थी उनके पिता वासुदेव माता देवकी के विवाह के समय जब मामा कंस अपनी बहन देवकी को ससुराल पहुंचाने जा रहे थे तभी एक आकाशवाणी हुई जिसमें बताया गया कि देवकी के आठवें पुत्र के हाथों कंस का वध होगा इसके बाद वासुदेव और देवकी को कंस ने कारागार में डाल दिया अष्टमी के दिन रात्रि 12 बजे कंस के कारागार के सभी ताले टूट गए और सभी सैनिक गहरी नींद में सो गए। आकाश में बादल छाने लगे और भयंकर बारिश होने लगी इसके बाद श्री कृष्ण का जन्म हुआ। श्री कृष्ण चंद्रवंशी हैं और चंद्रदेव उनके पूर्वज, भगवान श्री कृष्ण का रात्रि में जब जन्म हुआ तब पूरे ब्रह्मांड का वातावरण सकारात्मक हो गया देवी देवता मंगल गीत गाने लगे और ईश्वर का गुणगान करने लगे पृथ्वी से लेकर इंद्रलोक तक चारों तरफ ईश्वर के आने की खुशी थी जब ईश्वर ने पृथ्वी पर जन्म लिया तो देवी देवताओं ने स्वर्ग से फूल बरसाए।

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

जलसा का एक और पोस्टर हुआ रिलीज

जलसा के मेकर्स ने मूवी के बारे में लेआन करते हुए एक टीजर के माध्यम से दर्शकों के समाने इसकी पहली झलक को पेश कर दिया है, जिसको देखते ही दर्शकों का उत्साह बढ़ गया। अब अमेजन प्राइम वीडियो फिल्म का एक दिलचस्प पोस्टर भी सामने आ चुका है। इस पोस्टर में 2 महिलाएं, माया और रुक्सना को दर्शाया गया है, एक ने आंखों पर पट्टी बांधी है, जबकि दूसरे का मुंह भी उसी पट्टी से बंद कर रखा है, जो इस तथ्य की तरफ इशारा करता है कि माया और रुक्सना दोनों घटना के साथ जुड़ी हुई है। लेकिन अपनी अपनी मजबूरियों की वजह से एक इसे देख नहीं सकती हैं और एक इसके बारे में बात नहीं कर सकतीं। रिपोर्ट्स के अनुसार जलसा सुरेश त्रिवेणी द्वारा निर्देशित और टी–सीरीज़ और अबुदंतिया एंटरटेनमेंट द्वारा निर्मित एक ड्रामा–थ्रिलर है। इस बहुप्रतीक्षित ड्रामा–थ्रिलर में विद्या बालन एक लोकप्रिय पत्रकार माया का रोल अदा किया था। वहीं शेफाली शाह को रुकसाना के रूप में दिखाई देने वाली है, जो माया के घर में एक रसोइया भी है। मूवी में मानव कौल, रोहिणी हट्टंगड़ी, इकबाल खान, विधात्री बंदी, श्रीकांत मोहन यादव, शफीन पटेल और सूर्या कसीभटला जैसे कलाकारों की टुकड़ी भी है। जलसा का ग्लोबल प्रीमियर 18 मार्च को अमेजन प्राइम वीडियो पर इंडिया और दुनिया भर के 24० देशों और इलाकों में होने जा रहा है।

आलराउंडर होने के खतरनाक जोखिम

आलोक पुराणिक

मोहाली टेस्ट में रवींद्र जडेजा ने 175 रन मार दिये, 175 रनों का स्कोर तो स्पेशलिस्ट बैट्समैन के लिहाज से भी बेहतरीन स्कोर है। रवींद्र जडेजा तो स्पेशलिस्ट बैट्समैन नहीं हैं, पर रन दनादन मार गये। ऐसे खिलाड़ियों को आलराउंडर कहा जाता है। वैसे आलराउंडर होने के अपने खतरे हैं। सबसे बड़ा खतरा यह है कि ऐसा प्लेयर अगर बैटिंग न कर पाये तो कह सकता है कि मैं तो बॉलर हूं। और अगर बॉलिंग में न चल पाये तो कह सकता है कि मैं तो मूलत बैट्समैन हूं। ऐसे आलराउंडर कई बार बहुत चौपट करा देते हैं। रवींद्र जडेजा जैसे आलराउंडर औरों के लिए भी दिक्कत पैदा करते हैं। एक के साथ एक फ्री की स्कीम क्रिकेट में चलाते हैं।

एक ही पर फोकस रहे बंदा तो कई नुकसानों से बच जाता है। विजय माल्या सौंदर्य–प्रेमी कारोबारी थे, हर साल बहुत कातिल किस्म का कैलेंडर निकालते थे, बहुत–सी सुंदरियों के बहुत तरह के पोजों वाले। सुंदरियों का इंटरव्यू करते थे, तो खुद को एयर होस्टेसों का भी एक्सपर्ट समझने लगे। खुद को वह एयरलाइंस कारोबार के एक्सपर्ट भी समझने लगे। एयरलाइंस कारोबार में उतर गये। और अपने चलते हुए दारू कारोबार को भी डुबो दिया।

आलराउंडर कई बार सब तरफ चौपट करा देता है। इसलिए विद्वानों का एक स्कूल कहता है कि एक ही धंधे पर फोकस रहना चाहिए। यूक्रेन के राष्ट्रपति जेलेंस्की पॉलिटिक्स में आने से पहले कॉमेडियन थे। फिर यूक्रेन के राष्ट्रपति बन गये। कॉमेडियन बने रहते तो शायद मुल्क का यह हाल न होता, बमों से तबाह न होता। कॉमेडियन के सोचने का अंदाज अलग होता है। कॉमेडियन हर सिचुएशन में मजे लेने की सोचता है। कॉमेडियन कई बार कई बातों को सीरियसली नहीं लेता, पुतिन कई बार गंभीर धमकी दे चुके थे पर उन्हें सीरियसली न लिया गया। और कमाल यह है कि जिन वादों और आश्वासनों को कॉमेडी मानकर उड़ा देना चाहिए था, उन सब को जेलेंस्की ने बहुत ही सीरियसली लिया। अमेरिका ने कई वादे किये थे, जेलेंस्की के साथ कि यह देंगे, वह कर देंगे, कुछ न किया अमेरिका ने। अब अमेरिका के राष्ट्रपति बाइडेन यह बता रहे हैं कि देखो जेलेंस्की, साथ हैं तुम्हारे पर, यहीं से साथ हैं, मतलब आ न पायेंगे। वादे चाहे जितने ले लो। वादों से युद्ध नहीं लड़े जाते, बाइडेन ने जो वादे किये थे, वे कुछ भी न लेकर आये और पुतिन ने जो धमकियां दी थीं वे सब सच कर दीं। यानी समझने की बात यह है कि पुतिन की धमकियों को सीरियसली लेना चाहिए, क्योंकि वह कॉमेडियन नहीं हैं। पुतिन फोकस से काम करते हैं, एक ही काम पर ध्यान लगाते हैं। जेलेंस्की कॉमेडी से पॉलिटिक्स सब एक साथ चलाने की कोशिश करते रहे और पूरी गंभीरता से उन्होंने अपने देश को रुदन में डुबो दिया। बहुत शानदार कॉमेडियन अगर खराब नेता बन जाये, तो देश रोने लग जाता है।

आबकारी विभाग की छापेमारी, 25 सौ लीटर लहन व 35 लीटर कच्ची शराब बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। हरिद्वार के पथरी क्षेत्र में लंबे समय से चल रहे कच्ची शराब के अवैध कारोबार का भंडाफोड़ करते हुए आबकारी विभाग द्वारा छापेमारी कर 25 सौ लीटर लहन व 35 लीटर कच्ची शराब बरामद की गयी है। हालांकि इस दौरान कच्ची शराब के कारोबारी फरार होने में सफल रहे जिनकी तलाश की जा रही है। जानकारी के अनुसार बीते रोज आबकारी विभाग की टीम द्वारा एक सूचना के तहत दिनारपुर सहदेवपुर के खेतों में छापेमारी की गयी। छापेमारी के दौरान करीब 25 सौ लीटर लहन और 35 लीटर कच्ची शराब बरामद हुई। आबकारी विभाग की टीम ने बरामद सभी सामग्री को मौके पर ही नष्ट कर दिया। हालांकि टीम के आने की सूचना की भनक लगते ही कच्ची शराब बनाने वाले लोग मौके से फरार हो गये। जिनकी तलाश की जा रही है। छापेमारी के दौरान टीम में उप निरीक्षक सोबन सिंह, हेड कांस्टेबल जगमोहन सेठी, कांस्टेबल दीपचंद, कमलेश, अमित आदि शामिल रहे।

छात्रा से छेड़छाड़ में एक नामजद

संवाददाता

देहरादून। छात्रा से छेडछाड कर उसका मोबाइल क्षेतिग्रस्त करने पर एक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार डीबीआईटी माडूवाला की छात्रा ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह वैनकीज पोल्ट्री फार्म के पास से जा रही थी तभी कालेज के लिए शिवम अपनी मोटरसाईकिल से वहां पहुचां और उसने उसको पीछे से हाथ मारकर उसके साथ छेडछाड की तथा इस दौरान उसको मोबाइल भी जमीन पर गिरकर क्षतिग्रस्त हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

अग्रवाल ने की राजनाथ से शिष्टाचार भेंट

देहरादून (संवाददाता)। विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल ने रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह से शिष्टाचार भेंट की। आज यहां उत्तराखंड विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल ने रक्षा मंत्री एवं उत्तराखंड के पर्यवेक्षक राजनाथ सिंह से अपने दिल्ली दौरे के दौरान शिष्टाचार भेंट की। इस दौरान केंद्रीय रक्षा मंत्री ने विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल को ऋषिकेश विधानसभा क्षेत्र से चौथी बार निर्वाचित होने एवं उत्तराखंड में बीजेपी को मिली प्रचंड जीत के लिए बधाई दी। इस शिष्टाचार भेंट के दौरान केंद्रीय रक्षा मंत्री एवं विधानसभा अध्यक्ष प्रेमचंद अग्रवाल के बीच उत्तराखंड के राजनीतिक परिदृश्य समेत विभिन्न विषयों पर वार्ता हुई। वहीं रक्षा मंत्री ने प्रेमचंद अग्रवाल को उनके विधानसभा अध्यक्ष के पद पर रहे सफलतम कार्यकाल के लिए भी बधाई दी।

मानव तस्करी का भंडाफोड़, तीन महिलाओं सहित आठ गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। उत्तराखण्ड में मानव तस्करी करने का भंडाफोड़ करते हुए ए.एच.टी.यू उधमसिहनगर द्वारा तीन महिलाओं सहित आठ लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपियों के कब्जे से अस्सी हजार में खरीद फरोख्त कर लाई गयी युवती, 6 मोबाइल फोन, हजारों की नगदी, कार व बाइक भी बरामद की गयी है। हालांकि इस दौरान दो लोग भागने में सफल रहे जिनकी तलाश की जा रही है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज एण्टी ह्यूमन ट्रैफिकिंग युनिट उधमसिंहनगर को सूचना मिली कि काशीपुर बाजपुर क्षेत्र में कुछ महिलाओं व पुरुषों द्वारा दलाल (बिचौलिया) बनकर युवतियों की खरीद फरोख्त काफी समय से की जा रही है। इस क्रम में एक युवती को हरियाणा में अस्सी हजार रुपये में बेचा जा रहा है। जो इस समय बाजपुर रेलवे स्टेशन पर मौजूद है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए एण्टी ह्यूमन ट्रेफिकिंग टीम व पुलिस की संयुक्त टीम द्वारा रेलवे स्टेशन बाजपुर में दबिश देकर मौके से तीन महिलाओं सहित आठ लोगों को हिरासत में ले लिया गया। हालांकि इस दौरान मौके से दो लोग भागने में सफल रहे। पकड़े गये लोगों द्वारा बताया गया कि वह हरियाणा से 80 हजार रुपये में युवती को खरीदने के लिए बाजपुर आये थे। मौके पर पीड़ित युवती द्वारा बताया गया कि इन पकड़े गये लोगों द्वारा जबरन मेरा 80 हजार रूपये में सौदा कर मुझे हरियाणा

80 हजार में खरीद-फरोख्त कर हरियाणा ले जायी जा रही थी युवती

ले जाया जा रहा है। बताया कि जो दो लोग भागे हैं वह पैसा लेकर भाग गये हैं। मौके पर घटना में प्रयुक्त एक कार, बाइक, मोबाइल फोन व नगदी भी बरामद की गयी है। संयुक्त टीम के अनुसार पकड़े गये लोगों में एक महिला लक्ष्मी पत्नी मलकीत सिंह निवासी गंगानगर तिकोनिया जिला लखीमपुर खीरी व हाल निवासी प्रीत बिहार रुद्रपुर पहले भी मानव तस्करी के एक मुकदमें में वांछित चल रही है। बहरहाल संयुक्त टीम द्वारा सभी लोगों के खिलाफ मानव तस्करी के आरोपों में उन्हे गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर दिया गया है। मानव तस्करी में गिरफ्तार किये गये लोगों में लक्ष्मी पत्नी मलकीत सिंह निवासी तिकुनिया लखीमपुर खीरी हाल प्रीत विहार रुद्रपुर, जमुना उर्फ सुनिता पत्नी चन्द्रपाल सिंह निवासी रतनपुरा थाना बाजपुर, कुंवरपाल पुत्र कृपाल निवासी पानीपत हरियाणा, नरेश पुत्र राजेन्द्र निवासी सोनीपत हरियाणा, दिनेश पुत्र राजेन्द्र निवासी सोनीपत हरियाणा, गुरवचन सिंह पुत्र हरि सिंह निवासी ग्राम शिवपुरी उधमसिंहनगर, राजबाला पत्नी स्व. गजेन्द्र निवासी ग्राम मिलकमऊ मुरादाबाद व राजा सिंह उर्फ राजू पुत्र पूरन सिंह निवासी रुद्रपुर शामिल है जबकि फरार लोगों के नाम राजीव चौहान पुत्र मुरारीलाल निवासी काशीपुर व बिजेन्द्र सिंह पुत्र तेजपाल निवासी बाजपुर बताया जा रहा है।

मोबाइल चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने मेडिकल शॉप के काउंटर से मोबाइल चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। प्राप्त जानकारी के अनुसार भगतसिंह कालोनी निवासी शमा मलिक ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह चन्दर नगर में आरोग्य मेडिकल शॉप पर गयी थी तथा उसने अपना मोबाइल काउंटर पर रखा था। थोडी देर बाद उसने देखा कि उसका मोबाइल अपने स्थान से गायब था।

शराब के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने शराब के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार कोतवाली पुलिस ने तिलक रोड पर एक युवक को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ।

पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 17 बोतल शराब की बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम अमित चोपडा पुत्र राजेन्द्र चोपडा निवासी डांडीपुर मौहल्ला बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

विहिप व बजरंग दल कार्यकर्ताओं ने देखी द कश्मीर फाइल

संवाददाता

देहरादून। विश्व हिन्दू परिषद व बजरंग दल कार्यकर्ताओं ने फिल्म द कश्मीर फाइल देख आम जनता से भी इससे देखने का आहवान किया।

आज यहां विश्व हिंदू परिषद बजरंग दल के पदाधिकारियों ने सिल्वर सिटी मॉल में दा कश्मीर फाइल पिक्चर देखी और वहां धर्म व देशभक्ति के गीत कराकर अधिक से अधिक लोगों के द्वारा इस पिक्चर को देखा जाए और देश में घटी इतनी बड़ी भयानक सत्य घटना जिसकी वास्तविकता इस फिल्म के माध्यम से लंबे समय बाद इस सच्चाई को फिल्म के माध्यम से जन जन तक पहुंचानी। फिल्म के डायरेक्टर विवेक अग्निहोत्री अनुपम खेर पल्लवी जोशी आदि का आभार व्यक्त करते हैं। आशा करते हैं भविष्य में उनके द्वारा हिंदुओं पर हुए अत्याचार को लेकर और अन्य सत्य घटनाएं फिल्मों के माध्यम से समाज को दिखाई जाएंगी। पिक्चर के प्रमोशन कार्यक्रम में विश्व हिंदू परिषद बजरंग दल के कार्यकर्ता उपस्थित रहे। जिसमें महानगर सेवा प्रमुख प्रभात वर्मा, आशीष बलूनी, कार्यकारी अध्यक्ष नवीन गुप्ता बजरंग दल प्रांत साप्ताहिक मिलन प्रमुख विकास वर्मा, महानगर सेवा प्रमुख हरीश कोहली,राजेश सिंह, मनीष वर्मा, सुमित गुप्ता, संजीव बालियान, नवनीत यादव, नरेंद्र गॉड, सुमित, राकेश चौहान, अमर चौधरी, रवि कुमार, गुरविंदर कोहली, सार्थक गुप्ता, मोहित गोयल, राजू वर्मा, विशाल कुमार, अखिल अग्रवाल, अरविंद सिंह रावत, मनप्रीत सिंह, सूरत सिंह, मंतोष कुमार, अमित गुप्ता, शिवम गुप्ता, विमल शर्मा, शिवालिक थापा, गौरव रस्तोगी, आशीष धीमान, संदीप यादव, सूरज कुमार, वीरेंद्र राणा, नरेंद्र चौहान अन्य लोग उपस्थित रहे।

एक नजर

नौगाम में सुरक्षाबलों के साथ मुठभेड़ में लश्कर के 3 आतंकी ढेर

श्रीनगर। नौगाम श्रीनगर मुठभेड़ में लश्कर के तीन आतंकवादी मारे जाने की खबर सामने आई है। कश्मीर के पुलिस महानिरीक्षक विजय कुमार ने बताया कि लश्कर के ये तीनों आतंकी हाल ही में सरपंच समीर भट की हत्या में शामिल थे। कश्मीर पुलिस ने बताया कि मध्य कश्मीर के श्रीनगर जिले के नौगाम इलाके में बुधवार को सुरक्षा बलों के साथ मुठभेड़ में लश्कर–ए–तैयबा की एक शाखा टीआरएफ से जुड़े तीन आतंकवादी मारे गए। कश्मीर जोन पुलिस के अनुसार, श्रीनगर में नौगाम मुठभेड़ में कुल तीन आतंकवादी मारे

गए और हथियार व गोला–बारूद सहित आपत्तिजनक सामग्री बरामद की गई है। फिलहाल, तलाशी अभियान अभी जारी है। बता दें कि इससे पहले अवंतीपोरा जिले के चारसू इलाके में मंगलवार सुबह सुरक्षाबलों और आतंकियों के बीच में मुठभेड़ हुई थी। जानकारी के अनुसार, इस मुठभेड़ में सुरक्षा बलों ने एक आतंकी को मार गिराया था। आतंकियों के छिपे होने की सूचना मिलने पर पुलिस और सेना की एक संयुक्त टीम ने चारसू में घेराबंदी और तलाशी अभियान शुरू किया था। जैसे ही सुरक्षाबलों की टीम संदिग्ध स्थान की ओर बढ़ी तो वहां पर पहले से छिपे हुए आतंकवादियों ने उन पर गोलीबारी शुरू कर दी थी, जिसके बाद मुठभेड़ शुरू हो गई थी।

सुप्रीम कोर्ट ने वन रैंक वन पेंशन पर बरकरार रखा केंद्र सरकार का फैसला

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने वन रैंक वन पेंशन पर सरकार के फैसले को बरकरार रखा है। इसके साथ ही कोर्ट का कहना है कि उसे ओआरओपी सिद्धांत और ७ नवंबर २०१५ की अधिसूचना पर कोई संवैधानिक दोष नहीं लगता है। इस मामले में जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली खंडपीठ ने फैसला सुनाया है।जस्टिस सूर्यकांत और जस्टिस विक्रम नाथ भी इस पीठ में शामिल रहे। बताते चलें कि ओआरओपी के खिलाफ भारतीय पूर्व सैनिक आंदोलन

की ओर से याचिका दायर की गई थी, जिसमें कहा गया कि ओआरओपी नीति का क्रियान्वयन दोषपूर्ण है। पीठ ने फरवरी के महीने में याचिका पर सुनवाई करते हुएअपना फैसला सुरक्षित रख लिया था। भारतीय भूतपूर्व सैनिक आंदोलन (आईईएसएम) की ओर से वरिष्ठ अधिवक्ता हुजेफा अहमदी पेश हुए थे। इस दौरान अहमदी ने दलील दी थी कि यह फैसला मनमाना और दुर्भावनापूर्ण है क्योंकि यह वर्ग के भीतर वर्ग बनाता है और प्रभावी रूप से एक रैंक को अलग–अलग पेंशन देता है।

अमेठी में पूर्व ग्राम प्रधान समेत 4 की हत्या, कई अस्पताल में भर्ती

अमेठी। अमेठी जिले के अमेठी थाना क्षेत्र के ग्राम राजापुर–गंगवाछ गांव में मंगलवार शाम को दो पक्षों में खूनी संघर्ष हुआ। दोनों पक्षों में जमकर लाठी–डंडे चले जिसमें पूर्व ग्राम प्रधान समेत ४ की हत्या कर दी गई। बताया जा रहा है कि दोनों पक्ष जमीन विवाद के कारण आपस में भिड़ गए। विवाद को लेकर दो पक्षों में हुई

मारपीट में धारदार हथियार से एक–दूसरे पर टूट पड़े। अमेठी के अपर पुलिस अधीक्षक (एएसपी) विनोद कुमार पांडे ने पत्रकारों को बताया कि घटना उस समय हुई जब यादव समुदाय के दो गुट जमीनी विवाद में लाठी–डंडों से लैस होकर भिड़ गए, जिसमें ४ लोगों की मौत हो गई। विनोद कुमार पांडे ने बताया कि चार–पांच घायलों को उपचार के लिये अस्पताल में भर्ती कराया गया है। यह घटना भूमि विवाद के कारण हुई।ि पांडे के अनुसार गांव में भारी पुलिस बल तैनात कर दिया गया है और प्रशासनिक एवं पुलिस अधिकारी गांव में डेरा डाले हुए हैं। उन्होंने बताया कि मामले की जांच की जा रही है। रिपोर्ट के मुताबिक, अमेठी थाना क्षेत्र के गांव राजापुर मजरे गुंगवाक्ष निवासी अमरेश यादव पूर्व में ग्राम प्रधान रहे हैं। उनका पड़ोसी रामदुलारे यादव से जमीन विवाद चल रहा था।

मान ने ली लोगों के दिलों पर राज करने की शपथ

विशेष संवाददाता

चंडीगढ़। प्रचंड बहुमत के साथ पंजाब की सत्ता में आने वाली आम आदमी पार्टी ने आज शहीद भगत सिंह के पैतृक गांव खटवाड कला से अपनी सरकार गठन की प्रक्रिया पार्टी द्वारा सीएम का चेहरा बनाए गए भगवंत सिंह के शपथ ग्रहण से शुरू कर दी है। आज यहां आयोजित एक भव्य कार्यक्रम में भगवंत सिंह मान को राज्यपाल बनवारीलाल पुरोहित ने पद और गोपनीयता की शपथ दिलाई। इस अवसर पर आम आदमी पार्टी के संयोजक अरविंद केजरीवाल सहित जीत कर आए सभी 91 विधायक और पंजाब के कोने–कोने से आए हजारों लोग मौजूद रहे।

आम आदमी पार्टी भले ही पहली बार पंजाब में सत्ता में आई है लेकिन उसने अपने शपथ ग्रहण के कार्यक्रम और स्थल का चुनाव से ही यह साफ कर दिया है कि वह सबसे अलग हटकर कुछ करने का इरादा रखती है। इस

❑भगवंत मान बने पंजाब के 17वें मुख्यमंत्री
❑शहीद भगत सिंह के गांव में हुआ शपथ ग्रहण

अवसर पर सीएम मान ने कहा कि आज मैं मुख्यमंत्री पद की शपथ नहीं ले रहा हूं। मेरे साथ पंजाब का हर आम आदमी सीएम की शपथ ले रहा है अब हम सब मिलकर एक नया और अलग पंजाब बनाएंगे। उन्होंने कहा कि बहुत देर हो चुकी है जो काम 70 साल पहले शुरू होना चाहिए था वह आज शुरू हो रहा है। उन्होंने कहा कि हम आज से ही काम शुरू करेंगे हमें भागना–दौड़ना नहीं है आराम से अच्छा काम करना है और लगातार काम करना है।

अपने कार्यकर्ताओं और विधायकों को नसीहत देते हुए उन्होंने कहा कि इस सफलता पर घमंड नहीं करना है। सोशल मीडिया पर किसी के साथ बहस में नहीं उलझना है। उन्होंने कहा कि पंजाब को हम शहीद भगत सिंह के सपनों का पंजाब बनाएंगे। अब पंजाब की सरकार चंडीगढ़ से नहीं चलेगी पंजाब के हर गांव से हम सरकार चलाएंगे। भगवंत मान ने कहा कि हुकूमत वही करते हैं जिनका दिलों पर राज होता है यूं तो कहने के लिए तो मुर्गे के सर पर भी ताज होता है। इस संकल्प के साथ कि भगवंत मान को लोगों के दिलों पर राज करना है पंजाब पर राज नहीं करना है आज पंजाब के मुख्यमंत्री की कुर्सी संभाल ली है। इस भव्य आयोजन में आज शहीद भगत सिंह का गांव पीले रंग में नजर आया समारोह में आए लोगों सहित खुद मान ने भी पीली पगड़ी पहनी हुई थी।

शिक्षक ने की छात्राओं से छेड़छाड़ मुकदमा दर्ज

हमारे संवाददाता

पौड़ी। कोटद्वार में एनएसएस कैंप में एक शिक्षक द्वारा छात्राओं के साथ बदसलूकी व छेड़छाड़ का मामला सामने आया है। छात्राओं के परिजनों की तहरीर पर राजस्व पुलिस ने आरोपित शिक्षक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसे रेगुलर पुलिस को हस्तांतरित कर दिया है।

मिली जानकारी के अनुसार बीते दिनों प्रखंड एकेश्वर के अंतर्गत पब्लिक इंटर कालेज सुरखेत में एक मार्च को राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर का आयोजन किया गया था। बताया जा रहा है कि चार मार्च की रात को करीब नौ बजे उक्त शिक्षक उनके कमरे में शराब पीकर आए और उन्हें कुछ काम सौंप कर चले गए। इसके कुछ समय बाद यह शिक्षक दोबारा उनके कमरे में आए और उनसे छेड़छाड़ शुरू कर दी। विरोध करने पर उनके द्वारा कुछ छात्राओं को धमकाया भी गया। जिसके बाद छात्राओं ने विद्यालय प्रबंधक व प्रधानाचार्य से उक्त शिक्षक के खिलाफ दंडात्मक कार्रवाई की मांग की। लेकिन, विद्यालय प्रशासन की ओर से कार्रवाई करने के बजाए मामले को दबाने का प्रयास किया गया। छात्राओं ने इसकी जानकारी अपने परिजनो को दी तो परिजनों द्वारा राजस्व पुलिस को मामले की तहरीर दी गयी। जिस पर राजस्व पुलिस द्वारा मुकदमा दर्ज कर मामला रेगुलर पुलिस को हस्तांतरित कर दिया गया है।

राज्य में पहली महिला ..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

भले ही अभी अपने पत्ते नहीं खोले हैं लेकिन चर्चा यह भी है कि आंतरिक तौर पर नए सीएम का नाम तय हो चुका है लेकिन इसकी जानकारी विधायक दल की बैठक में ही हो सकेगी। सीएम धामी भी आज केंद्रीय नेताओं से मिलकर देहरादून लौट आए हैं। अब सभी की नजरें हाईकमान के फैसले पर टिकी है।

उत्तराखण्ड में 12 से 14 साल के बच्चों का टीकाकरण शुरू

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड में १२ से १४ आयु वर्ग के ३.६२ लाख बच्चों को कोरोना संक्रमण से बचाव का सुरक्षा कवच मिलेगा। प्रदेश भर में इस आयु के बच्चों का टीकाकरण शुरू हो गया है। इसके लिए स्वास्थ्य विभाग ने सभी जिलों को चार लाख से अधिक कार्बेवैक्स टीके भेज दिए हैं।

स्वास्थ्य विभाग की ओर से स्कूलों, अस्पतालों में बच्चों को कार्बेवैक्स वैक्सीन की पहली डोज लगाई गई। इसके अलावा पहले से चल रहे टीकाकरण केंद्रों पर बच्चों के लिए अलग से काउंटर बनाया गया है। विभाग ने ३.६२ लाख बच्चों को कोविड वैक्सीन लगाने का लक्ष्य रखा है। इस आयु वर्ग में सबसे अधिक हरिद्वार में ७६६५० बच्चे हैं। ऊधमसिंह नगर जिले में ७०६७४ बच्चों को वैक्सीन लगाई जाएगी। सबसे कम रुद्रप्रयाग में ८३२५ बच्चे हैं। राज्य प्रतिरक्षण अधिकारी डॉ. कुलदीप मर्तोलिया का कहना है कि सभी जिलों को कार्बेवैक्स टीके भेजे गए हैं।

उन्होंने कहा कि पहली डोज लगने के २८ दिन के बाद दूसरी डोज लगाई जाएगी। प्रदेश में १५ से १८ आयु के ६.२८ लाख किशोरों में से ६१ प्रतिशत को कोवॉक्सिन की दोनों डोज लगाई जा चुकी है। जबकि ७५ प्रतिशत से अधिक को पहली डोज लगी है। १८ वर्ष से ऊपर वालों को १०२.५ प्रतिशत को पहली और ६५ प्रतिशत को दोनों डोज लगाई जा चुकी है। इसके अलावा ७४ प्रतिशत लाभार्थियों को एहतियाती डोज लगाई गई है।

सार्वजनिक सूचना

सूचित किया जाता है कि प्रार्थी की सम्पत्ति के मूल पंजीकृत पट्टा विलेख पत्र दिनांक 4-11-1987 जिसका पंजीकरण कार्यालय सब रजिस्ट्रार देहरादून में बही संख्या–1, जिल्द संख्या–2873 पृष्ठ संख्या -113 से 121, में दस्तावेज संख्या - 10162/10163 पर दिनांक 09-11-1987 में है। यह दस्तावेज घर से बैंक जाते समय रास्ते में कहीं खो गये हैं। जो काफी तलाशने के बाद भी नहीं मिले। जिस किसी को मिले मुझे सूचित करे। मोबाइल– 7500803981.

प्रार्थी
अभिषेक गुप्ता
पुत्र स्व. डा.पी.सी. गुप्ता
निवासी–सी–2 रक्षा विहार,
रायपुर रोड देहरादून।

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 सलाहकारः
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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