बुधवार
08 फरवरी 2023

पृष्ठ 4

कानों में सुनाई देती है अजीब आवाजें ?

पृष्ठ 5

वरुण धवन और जाह्नवी कपूर की बवाल की रिलीज डेट टली

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 15
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

फल के आने से वृक्ष झुक जाते हैं, वर्षा के समय बादल झुक जाते हैं, संपत्ति के समय सज्जन भी नम्र होते हैं। परोपकारियों का स्वभाव ही ऐसा है।

—तुलसीदास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

email: doonvalley_news@yahoo.com Website: dunvalleymail.com

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

आरटीआई लाने का उद्देश्य सरकारी कार्यालयों में पार्दशिता लाना था:पुनेठा

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सूचना आयुक्त उत्तराखण्ड अनिल चन्द्र पुनेठा ने कहा कि सूचना अधिकार अधिनियम को लाने के लिए बहुत संघर्ष हुआ है सूचना अधिकार अधिनियम को लाने का उद्देशीय शासकीय कार्यालयों में पार्दशिता लाना है।

आज यहां डा. आर.एस. टोलिया, उत्तराखण्ड, प्रशासन अकादमी, नैनीताल के सौजन्य से जनपद देहरादून के दून लाइब्रेरी सभागार हॉल में जनपद के विभिन्न विभागीय अधिकारियों को विभिन्न विषयों पर प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। प्रशिक्षण कार्यक्रम के तीसरे दिवस में सूचना अधिकार अधिनियम 2005 के संदर्भ में एक दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया। प्रशिक्षण कार्यक्रम में सुबह के सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में प्रतिभाग कर रहे मुख्य सूचना आयुक्त उत्तराखण्ड अनिल चन्द्र पुनेठा ने दीप प्रज्वलित कर प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारम्भ किया। उन्होंने अपने सम्बोधन में सूचना अधिकार अधिनियम के अन्तर्गत कार्मिकों एवं लोक सूचना अधिकारियों/प्रथम अपीलीय अधिकारियों की भूमिका/दायित्वों पर विशेष प्रकाश डाला। मुख्य सूचना आयुक्त उत्तराखण्ड अनिल चन्द्र पुनेठा ने कहा कि सूचना अधिकार अधिनियम को लाने के लिए बहुत संघर्ष हुआ है सूचना अधिकार अधिनियम को लाने का उद्देशीय शासकीय कार्यालयों में पार्दशिता लाना है उन्होंने कहा कि इस व्यवस्था को लाने के लिए वर्ष 1980-90 से संघर्ष/आन्दोलन हुए इसमें सेवानिवृत्त अधिकारियों एवं सामाजिक कार्यकर्ताओं ने अपनी अहम भूमिका निभाई, जिसके फलस्वरूप वर्ष 2005 में यह अधिनियम लागू हुआ है। उन्होंने जानकारी देते हुए बताया कि विश्व के लगभग 50 से अधिक देशों में इस प्रकार की व्यवस्था है। उन्होंने कहा कि अधिकारियों/कार्मिकों से अवार्ड-रिवार्ड के लिए नहीं बल्कि निर्भीक होकर पारदर्शी व्यवस्था बनाने हेतु कार्य करने का आह्वाहन किया जिससे आम जनमानस को लाभ मिल सकें। उन्होंने कहा कि शासकीय कार्यालयों में इस प्रकार की व्यवस्था बनें जिससे अभिलेखों में छेड़छाड़ की संभावना न रहे। उन्होंने कहा कि सूचना अधिकार अधिनियम के अन्तर्गत प्राप्त हो रहे आवेदनों को ध्यान से पढ़कर बिन्दुवार

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

चीनू पंडित के नाम से प्रोपर्टी डीलर से मांगी दस लाख की रंगदारी

संवाददाता

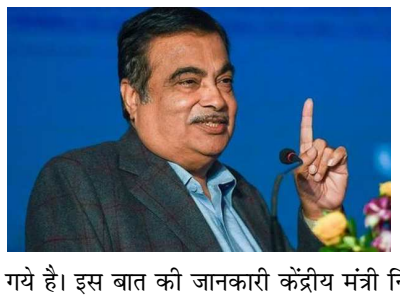
देहरादून। चीनू पंडित के नाम से प्रोपर्टी डीलर से दस लाख की रंगदारी मांगने व परिवार सहित खत्म करने की धमकी देने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

उल्लेखनीय है कि पश्चिमी उत्तर प्रदेश, हरिद्वार सहित कई शहरों में आतंक का पर्याय बने चीनू पंडित की धमक दून में भी सुनायी देने लग गयी है। चीनू पंडित व सुनील राठी गैंग में काफी समय से गैंगवार जारी है तथा उत्तराखण्ड एसटीएफ ने भी चीनू पंडित को विकासनगर क्षेत्र से एके 47 के साथ गिरफ्तार किया था लेकिन उसके बाद दून में चीनू पंडित का नाम सुनायी नहीं दिया था। लेकिन अब एक बार फिर चीनू पंडित का नाम सामने आने पर पुलिस अधिकारी भी चौकस हो गये हैं। पेसेफिक हिल्स राजपुर निवासी प्रोपर्टी डीलर शाहनवाज राणा ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि चार फरवरी से आज तक लगातार उसके मोबाइल पर एक अंजान व्यक्ति के से धमकी भरी काल व व्हाटसप काल आ रही है जिसकी रिकर्डिंग उसके उपरोक्त मोबाइल नम्बर पर रिकार्ड है और वह व्यक्ति अपने आपको चीनू पण्डित का नामक कुख्यात व दबंग व्यक्ति का नाम लेकर खुद को उसका आदमी व शार्पसूटर बताता है और उसको व्हाटसप काल के माध्यम से माँ-बहन की गन्दी गन्दी गालियां देता है और यह धमकी दे रहा है कि वहं जहां कहीं भी है वही से उसको व उसके परिवार को जान से मारने के लिए अपने व्यक्ति भेज रखे हैं। जो मौका मिलते ही तुझे व तेरे परिवार को जान से मार देंगे अगर तू अपने व अपने पविार की जान की रक्षा चाहता है तो उसको दस लाख रूपये नगद उसके बताये व्यक्ति या क्यूआर कोड पर अदा करो वरना तुझे व तेरे परिवार को कभी भी गोलियां पड सकती है। चीनू पंडित का नाम सामने आने पर पुलिस विभाग में भी हडकम्प मच गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

भानियावाला-ऋषिकेश रोड होगी अब फोर लेनः गडकरी

हमारे संवाददाता

नई दिल्ली। केंद्र सरकार द्वारा उत्तराखंड राज्य को बड़ी सौगात देते हुए देहरादून के भानियावाला-ऋषिकेश रोड को 4-लेन बनाये जाने का फैसला लिया गया है। जिसके लिए एचएएम मोड के तहत 1,036.23 करोड़ की स्वीकृति मजूंर की गयी है। साथ ही यूपी-उत्तराखंड में बरेली-सितारगंज रोड का भी सुधार किया जायेगा। जिसके लिए एचएएम मोड के तहत 1,464.19 करोड़ स्वीकृत किये गये है। इस बात की जानकारी केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी ने ट्वीट कर दी गयी है। केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी ने ट्वीट कर लिखा है कि भानियावाला-ऋषिकेश रोड को 4-लेन बनाया जाएगा। जिसके लिए एचएएम मोड के तहत 1,036.23 करोड़ स्वीकृत किये गये है। वहीं यूपी-उत्तराखंड में बरेली-सितारगंज रोड का सुधार किया जायेगा जिसके लिए भी एचएएम मोड के तहत 1,464.19 करोड़ की स्वीकृति दी गयी है।



भूकंप से मरने वालों की संख्या 7,900 के पार

नई दिल्ली। तुर्किये और सीरिया में आए 7.8 तीव्रता के विनाशकारी भूकंप में मृतकों का आंकड़ा बढ़कर 7,900 के पार चला गया है। हजारों इमारतों के मलबे में बचे लोगों को ढूंढ़ने के लिए बचावकर्मी काम में लगे हुए हैं। तुर्की बेहद कठिन समय से गुजर रहा है और दुनियाभर के देशों ने बचाव एवं राहत कार्यों में मदद के लिए टीम भेजी है। तुर्किये की आपदा प्रबंधन एजेंसी ने कहा कि 24,400 से अधिक आपातकालीनकर्मी मौके पर मौजूद हैं। तुर्किये के उपराष्ट्रपति फुअत ओकते ने कहा कि अकेले तुर्किये में ही इमारतों के मलबे से 8,000 से अधिक लोगों को निकाला गया है और करीब 3,80,000 लोगों ने सरकारी आश्रय स्थलों या होटलों में शरण ली है। आपदा

में बचे हुए लोगों तक पहुंचने के प्रयास में शून्य से नीचे का तापमान और करीब 200 की संख्या में आए भूकंप के बाद के झटके भी बाधा बन रहे हैं, इससे अस्थिर ढांचों के भीतर लोगों को खोजना काफी खतरनाक हो गया है। अधिकारियों ने बताया कि भूकंप के केंद्र के दक्षिण पूर्व में स्थित हते में करीब 1500 इमारतें जमींदोज हो गईं और कई लोगों ने अपने परिजनों के मलबे में फंसे होने और किसी बचाव दल या मदद के नहीं पहुंचने की शिकायत की है।

भारत ने कहा कि वह विशेष रूप से श्वान दस्तों और चिकित्सा कर्मियों सहित दो खोज और बचाव दल भेजेगा। अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडन ने नाटो सहयोगी तुर्किये के लोगों के प्रति संवेदना व्यक्त करने और सहायता की पेशकश करने के लिए एर्दोआन से फोन पर बातचीत की।

सीरियाई शहर अलेप्पो और तुर्किये के दियारबाकिर शहर के बीच के 330 किलोमीटर से अधिक क्षेत्र में फैले इलाके में हजारों इमारतों के ध्वस्त होने की खबर है। यूएस जियोलॉजिकल सर्वेश्श ने सोमवार को आए भूकंप की तीव्रता 7.8 मापी जिसका केंद्र जमीन के नीचे 18 किलोमीटर था।

दून वैली मेल

संपादकीय

नशा मुक्त प्रदेश बनाने के लिए कड़े प्रयास जरूरी

उत्तराखण्ड को आने वाले 2025 तक नशा मुक्त बनाने के लिए मुख्यमंत्री धामी द्वारा अब तक कई मंचों से इसकी घोषणा की गयी है। लेकिन क्या राज्य को नशा मुक्त बनाने की दिशा में सही प्रयास किये जा रहे है, यह एक बड़ा सवाल है। बीते रोज जहां सीएम धामी कुमांऊ के प्रवेश द्वार हल्द्वानी से प्रदेश की जनता को आने वाले दो वर्षो में प्रदेश को नशा मुक्त करने का अपना दावा करते दिखायी दे रहे थे तो वहीं इसी दौरान राज्य की राजधानी में पुलिस द्वारा एक दम्पत्ति से 51 लाख रूपये की स्मैक बरामद कर उन्हे सलाखों के पीछे भेजा जा रहा था। राज्य को नशा मुक्त बनाने के लिए सबसे पहले उन पहाड़ों को खंगालना होगा जहां सदियों से भांग व अफीम की खेती की जाती है और जिन्हे स्थानीय प्रशासन व स्थानीय नेताओं का संरक्षण प्राप्त रहता है। वर्तमान मुख्यमंत्री जो कुछ कह रहे है और कर रहे है उसमें ऐसा कुछ खास नहीं है जो पहली बार किया या कहा जा रहा हो। पूर्ववर्ती मुख्यमंत्री भी अपने-अपने समय में ऐसे ही तमाम दावे करते रहे है। राज्य गठन के बाद नशे का कारोबार राज्य में चार गुना अधिक हो चुका है। स्कूल, कॉलेज और छात्रावासों तक को इस नशे ने अपनी गिरफ्त में ले रखा है। मुख्यमंत्री धामी का कहना है कि नशा समाज के लिए सबसे बड़ा अभिशाप बन चुका है। सवाल यह है कि इस अभिशाप को समाप्त करने के लिए अब तक की सरकारों द्वारा क्या किया गया है? अगर राजधानी देहरादून की बात करें तो जिले में 40 पंजीकृत नशा मुक्ति केंद्र हैं जबकि इससे भी ज्यादा नीम हकीमों की दुकानें हैं लेकिन यह नशा मुक्ति केंद्र भी नशा मुक्ति के लिए नहीं चल रहे हैं बल्कि नशा मुक्ति के नाम पर सिर्फ कारोबार कर रहे हैं। इन नशा मुक्ति केंद्रों में नशे के कारोबार से लेकर यौन शोषण व मारपीट और उत्पीड़न के अलावा कुछ नहीं हो रहा है। जिससे तंग आकर लोग आत्महत्या तक कर रहे हैं तथा यहां से जान बचाकर भागने पर आमादा हैं। सही मायनों में यह नशा मुक्ति केंद्र नहीं यातना केंद्र हैं। जिन्हें देखने वाला कोई नहीं है और इन पर किसी का कोई नियंत्रण नहीं है। नशा तस्करी का धंधा करने वालों को अगर पुलिस पकड़ भी लेती है तो वह चार दिन में फिर बाहर आ जाते हैं और धधें पर लग जाते हैं। सरकार को चाहिए कि वह इन सभी नशा मुक्ति केंद्रों को बंद कर सरकारी अस्पतालों में नशा मुक्ति वार्ड बनाएं तथा नशे के आदी लोगों का डॉक्टरों की देखरेख में इलाज हो सके वहीं नशा तस्करी पर सख्ती से रोक लगाई जाए और पहाड़ों पर होने वाली भांग व अफीम की खेती को नहीं होने दिया जाये तभी राज्य को नशा मुक्त बनाये जाने में कुछ सफलता हासिल हो सकती है। सिर्फ दावे करने से प्रदेश को नशा मुक्त नहीं बनाया जा सकता है।

उत्तराखण्ड को प्रकृति ने पर्यटन की दृष्टि से बहुत अधिक समृद्ध बनाया हैः सीएस

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधु ने मंगलवार को सचिवालय में पर्यटन विभाग द्वारा संचालित विभिन्न योजनाओं एवं गतिविधियों की समीक्षा की। मुख्य सचिव ने प्रदेश में पर्यटन को आर्थिकी को मजबूत करने के लिए एक महत्त्वपूर्ण श्रोत बताया। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड को प्रकृति ने पर्यटन की दृष्टि से बहुत अधिक समृद्ध बनाया है।

मुख्य सचिव ने पिछली बैठक के निर्देशों के अनुपालन में पर्यटन विभाग द्वारा की गई तैयारियों की जानकारी ली। उन्होंने कहा कि राफ्टिंग और कयाकिंग के लिए सर्वे करवा कर नए स्थानों का चिन्हीकरण कर राफ्टिंग और कयाकिंग को बढ़ावा दिया जाए। उन्होंने पैरा सेलिंग, वाटरबाइक, ऐरो पैरामोटर, ऐरो पैराग्लाइडिंग आदि गतिविधियों को बढ़ावा दिए जाने की आवश्यकता बताई। उन्होंने कहा कि इन गतिविधियों को बढ़ावा दिए जाने के लिए स्पर्धाएं एवं कार्यक्रमों का आयोजन किया जाए। इनका प्रचार प्रसार भी किया जाए ताकि पर्यटक इनकी ओर आकर्षित हों।

मुख्य सचिव ने कहा कि टिहरी झील में हाउस बोट और क्रूज आदि के साथ ही फिक्स्ड हॉट एयर बैलून की संभावनाओं को तलाशा जाए। उन्होंने कहा कि हिमालय दर्शन योजना के अंतर्गत मंदाकिनी घाटी की खूबसूरती को एक्सप्लोर किए जाने की आवश्यकता है।

मुख्य सचिव ने एस्ट्रो टूरिज्म की दिशा में हुई प्रगति की जानकारी लेते हुए कहा कि उत्तराखण्ड का वातावरण इसके लिए उपयुक्त है। उन्होंने कहा कि बेनिताल एस्ट्रो विलेज की तर्ज पर आसपास अन्य एस्ट्रो विलेज पर तेजी से कार्य करते हुए चारधाम यात्रियों को इस और आकर्षित किया जा सकता है। उन्होंने प्रत्येक जिले में कम से कम एक एस्ट्रो विलेज विकसित किए जाने के भी निर्देश दिए।

मुख्य सचिव ने रोपवे परियोजनाओं की प्रगति की समीक्षा करते हुए, रोपवे परियोजनाओं को शीघ्र पूर्ण किए जाने के निर्देश दिए। साथ ही उन्होंने चारधाम यात्रा ऑफिस, मानसखंड कॉरिडोर के कार्यों में भी गति लाने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने ट्रैकर्स और पर्वतारोहियों को रेडियो बैंड उपलब्ध कराए जाने हेतु व्यवस्थाएं सुनिश्चित किए जाने के भी निर्देश दिए। कहा कि इस क्षेत्र में बहुत सी तकनीकें उपलब्ध हैं। उनका अध्ययन कर सबसे उपयुक्त वर्ल्ड क्लास टेक्नोलॉजी का प्रयोग किया जाए। इस अवसर पर सचिव सचिन कुर्वे सहित अन्य सम्बन्धित अधिकारी उपस्थित थे।

अज्ञात वाहन की चपेट में आकर युवती की मौत, युवक घायल

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। सड़क दुर्घटना में देर रात अज्ञात वाहन की चपेट में आकर जहां बाइक सवार युवती की मौके पर ही मौत हो गयी वहीं युवक गम्भीर रूप से घायल हुआ है। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर युवती का शव कब्जे में लेकर युवक को अस्पताल पहुंचाया। जहां उसकी हालत चिंताजनक देखते हुए उसे हायर सेन्टर रैफर कर दिया गया है।

जानकारी के अनुसार पुरकाजी थाना क्षेत्र निवासी मालती (19) नाम की युवती अपनी रिश्तेदारी में झबरेडा थाना क्षेत्र के भक्तोंवाली गांव आई थी। बताया जा रहा है कि देर शाम वह बाइक पर सवार होकर सेंटी नामक युवक के साथ वापस लौट रही थी। जब उनकी बाइक सरोली गांव के पास पहुंची तो उनकी बाइक पर किसी अज्ञात वाहन ने टक्कर मार दी जिस कारण मालती की मौके पर ही मौत हो गई जबकि सेंटी गंभीर रूप से घायल हो गया। सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस ने सेंटी को उपचार के लिए सिविल अस्पताल में भर्ती कराया जहां पर उसकी गंभीर हालत को देखते हुए हायर सेंटर रेफर कर दिया गया। वहीं मालती के शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी गयी है।

आ याहि सुषुमा हि त इन्द्र सोमं पिबा इमम्।
एदं बर्हिः सदो मम्॥

(ऋग्वेद ८-१७-१)

हे ईश्वर ! हम ज्ञान, कर्म और उपासना रुपी अर्घ्य आपको श्रद्धा सहित अर्पण करते हैं। इसको स्वीकार करें और हमारी उपासना से परिपूर्ण हृदयाकाश में आकर अपना आसन ग्रहण करें।

O God ! We offer you token of knowledge, deed, and worship with devotion. Accept this and come and take your seat in our heart space, which is full of adoration for you. (Rig Ved 8-17-1)

डीएम ने भू-धंसाव प्रभावितों के लिए राहत सामग्री के 5 ट्रकों को किया रवाना

कार्यालय संवाददाता

हरिद्वार। जिलाधिकारी विनय शंकर पाण्डेय ने बुधवार को एचआरडीए परिसर से जनपद चमोली के अन्तर्गत जोशीमठ क्षेत्र में भू-धंसाव से उत्पन्न हुई आपदा की स्थिति के दृष्टिगत हरिद्वार प्रशासन की ओर से जोशीमठ के भू-धंसाव प्रभावित लोगों को राहत पहुंचाने के उद्देश्य से राहत सामग्री-राशन-फूड पैकेट, कम्बल आदि को पांच ट्रकों के माध्यम से, दूसरी खेप को, जोशीमठ के लिये हरी झण्डी दिखाकर रवाना किया।

इस मौके पर जिलाधिकारी विनय शंकर पाण्डेय ने बताया कि वे लगातार चमोली जिला प्रशासन के सम्पर्क में हैं। उन्होंने कहा कि जोशीमठ में जैसी आवश्यकतायें होंगी, उसी अनुसार जिस किसी भी सामग्री की जरूरत होगी, कम से कम समय में यहां से भेजी जायेगी, जिसके लिये हरिद्वार प्रशासन निरन्तर सक्रिय है। उन्होंने बताया कि जिन पांच ट्रकों के माध्यम से आज जो सामग्री भेजी जा रही है, उनमें 550 कम्बल, 2550 फूड पैकेट(जिसमें-पांच किलो चावल, पांच किलो आटा, दो किलो दाल, एक लीटर सरसों का तेल, एक किलो नमक, मिर्च, हल्दी, चायपत्ती, चीनी आदि शामिल हैं) प्रमुख हैं। उन्होंने कहा कि वहां जो प्री-फैब्रिकेटेड घर बनाये गये हैं, उनमें जो लोग शिफ्ट होंगे, शुरूआती दौर में उन्हें कोई दिक्कत न हो, इसको देखते हुये ये सामग्री भेजी जा रही है। इस अवसर पर मुख्य विकास अधिकारी प्रतीक जैन, सचिव एचआरडीए उत्तम सिंह चौहान, संयुक्त मजिस्ट्रेट रूड़की अभिनव शाह, आपदा प्रबन्धन अधिकारी सुश्री मीरा कैन्तुरा, तहसीलदार सुश्री रेखा आर्य, सहित सम्बन्धित अधिकारीगण उपस्थित थे।

90 वर्ष से अधिक के नागरिकों को सम्मानित करेगी दून सिख वेलफेयर सोसाइटी

नगर संवाददाता

देहरादून। दून सिख वेलफर सोसाइटी द्वारा 90 वर्ष या इससे अधिक आयु पूर्ण कर चुके नागरिको को 19 मार्च को सुबह 11 बजे सुभाष रोड स्थित श्री गुरू नानक वैडिंग प्वांइट में सम्मानित किया जायेगा।

संस्था द्वारा निर्णय लिया गया है कि ये सम्मान 15 मार्च 2023 तक जो विशिष्ट नागरिक (पुरूष या महिला)जो 90 वर्ष अथवा इस से अधिक आयु पूर्ण कर चुके हो उन सभी पुरूष अथवा महिलाओं को 19 मार्च 2023 को श्री गुरु नानक वेडिंग पॉइंट, 60 सुभाष रोड पर सुबह 11.00 बजे सम्मानित किया जायेगा।

संस्था द्वारा सभी वरिष्ठ नागरिकों से अनुरोध किया गया है कि आप अपनी आयु के प्रमाण पत्र के लिये अपने आधार कार्ड की एक कॉपी एवँ एक पासपोर्ट साइज फोटोग्राफ एवँ पूरा पता अथवा कोई भी मोबाइल नम्बर हमें उपलब्ध कराये जाये।

सर्दियों में रखें ये सावधानियां

सर्दी के दिनों में आप सुंदरता का विशेष ख्याल रखने के लिए कई सावधानियां भी रखती हैं लेकिन कहीं यह सावधानियां ही आपके स्वास्थ्य को बिगाड़ न दे इस बात का भी आपको ध्यान रखना होगा। स्वास्थ्य के लिहाज से रखी जाने वाली अतिरिक्त सावधानियां ही कभी-कभी आपके लिए समस्या बन सकती है।

सर्दी के मौसम में अगर आप पूरा दिन और पूरी रात अपने पैरों और हाथों को ढंककर रखते हैं, तो ऐसा करना आपके स्वास्थ्य को बिगाड़ सकता है। इससे शरीर में आवश्यकता से अधिक गर्मी पैदा हो सकती है, जिससे आपको मितली या अन्य परेशानियां हो सकती है। इस मौसम में प्यास अधिक नहीं लगती लेकिन इसका मतलब यह बिल्कुल नहीं है कि आप बिलकुल भी पानी न पिएं। शरीर में तरलता बनाए रखने और आंतरिक अंगों के सही क्रियान्वयन के लिए पानी पीना जरूरी है। इसके अलावा पाचन के लिए भी पानी जरूरी है।

सर्दियों में सभी को गर्मागर्म हलवा, पराठे, मीठी या मसालेदार जैसी चीजें खाना पसंद आती हैं, लेकिन रोज-रोज ऐसी चीजों का सेवन करना आपके वजन को बढ़ा सकता है साथ ही शरीर में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को बढ़ा सकता है, जो आपके लिए ातक होगा। इन दिनों में आपको स्वास्थ्य के साथ-साथ त्वचा की भी देखभाल करनी होती है। रूखेपन से बचाने के लिए अगर आप बार-बार त्वचा पर तेल या क्रीम लगा रही हैं, तो यह धूल, मिट्टी और कीटाणुओं को अपनी ओर खींचकर आपकी त्वचा को नुकसान पहुंचा सकता है।सर्दी के दिनों में अगर आप आइसक्रीम खाने की शौकीन हैं तो इसे छोड़ दें क्योंकि इसे गला खराब हो सकता है।

सर्दियों में गरम पानी से बालों को धोने से कई लाभ होते हैं। इससे आपके बाद मुलायम औ खूबसूरत नजर आते हैं। इसका कारण यह है कि गुनगुने पानी से बाल धोने पर स्कैल्प के डैंड्रफ से बंद हुए पोर्स खुल जाते हैं। खुले पोर्स की वजह से ऑयलिंग करते वक्त आपके बालों में तेल के सभी विटामिन स्कैप्ल को मिलते हैं, जिससे वो मजबूत और बढ़ते हैं। वहीं ठंडा पानी बालों के नैचुरल ऑयल को अलग नहीं होने देता इससे स्कैप्ल हाइड्रेट बनी रहती है। इसके अलावा ठंडे पानी से पोर्स भी बंद रहते हैं, जिससे बाहर की गंदगी और एक्सेस ऑयल को स्कैप्ल के अंदर नहीं जाती। खुले पोर्स में बालों की जड़ों में बाहर का प्रदूषण, धूल-मिट्टी जाने का खतरा ज्यादा बना रहता है। सबसे पहले हल्के गुनगुने पानी से बालों को धोने की शुरूआत करें। शैम्पू के साथ स्कैप्ल की अच्छे से मसाज करें और स्कैप्ल पर जमी गंदगी और एक्सेस ऑयल को खत्म करें। इसके बाद शैम्पू को हल्के गुनगुने पानी से ही बालों से निकालें और फिर कंडीशनर लगाएं। अंत में पांच मिनट बाद कंडीशनर को ठंडे पानी से निकालें। अब होंगे रेशमी बाल।

कई ब्यूटी प्रोडक्ट्स का विकल्प बन सकता है आईशैडो

आईशैडो एक आई मेकअप प्रोडक्ट है, जिसका इस्तेमाल आईलिड पर किया जाता है और इससे कई तरह के स्टाइल आसानी से क्रिएट किए जा सकते हैं। हालांकि, इसका इस्तेमाल सिर्फ यहीं तक सीमित नहीं है। आप चाहें तो कई तरह के ब्यूटी प्रोडक्ट्स के विकल्प के तौर पर भी इसका इस्तेमाल कर सकते हैं। आइए आज आईशैडो से जुड़े पांच बेहतरीन हैक्स के बारे में जानते हैं।

आइब्रो को उभारने के लिए किया जा सकता है इस्तेमाल

अगर आपकी आइब्रो पेंसिल खत्म हो गई है या आप इसमें निवेश नहीं करना चाहते हैं तो अपनी आइब्रो को उभारने के लिए आप आईशैडो का भी इस्तेमाल करे सकते हैं। आइब्रो पर आईशैडो पाउडर का इस्तेमाल करने से वे अधिक प्राकृतिक, मुलायम और मोटी दिखती हैं। इसके लिए मैट डार्क ब्राउन या ब्लैक शेड चुनें और इसे एंगल्ड ब्रश से अपनी आइब्रो पर लगाएं।

चीकबोन्स को करें कंटूर

महंगे कंटूर स्टिक या ब्रॉन्जर की जगह भी आप आईशैडो का इस्तेमाल कर सकते हैं। इससे आप इन प्रोडक्ट के लिए अधिक पैसा खर्च करने से भी बच सकते हैं। अपनी त्वचा की टोन से एक या दो शेड गहरे रंग का आईशैडो चुनें और इसे अपने चीकबोन्स के बीच में जॉ लाइन के नीचे और माथे के किनारों पर एंगल्ड ब्रश से लगाएं और फिर इसे अच्छे से ब्लेंड करें।

बतौर आईलाइनर करें इस्तेमाल

अपने आईशैडो शेड को एक लिक्विड आईलाइनर में बदलें और इसे अपनी लैश लाइन पर एक एंगल्ड ब्रश से लगाएं। इस्तेमाल से पहले ब्रश को गुलाब जल से गीला करना न भूलें। आप भूरे या काले जैसे क्लासिक आईलाइनर रंगों को चुन सकती हैं या चमकीले रंगों के साथ एक्सपेरिमेंट भी कर सकते हैं। आप इसे अपनी वॉटरलाइन पर भी इस्तेमाल कर सकते हैं।

न्यूड लिपस्टिक की तरह करें इस्तेमाल

क्या आप जानते हैं कि आपका आईशैडो न्यूड लिपस्टिक में भी बदल सकता है? एक न्यूड आईशैडो पैलेट न्यूड लिपस्टिक शेड की तरह प्रभावी रूप से काम कर सकता है और आपको आकर्षक लुक दे सकता है। इसके लिए सबसे पहले अपने होठों पर थोड़ा कंसीलर लगाएं। फिर इन पर थोड़ा न्यूड आईशैडो शेड लगाएं और अच्छी तरह ब्लेंड करें। अंत में होंठों पर लिपबाम लगाएं।

हाइलाइटर के रूप में करें इस्तेमाल

अगर आप अपने नियमित हाइलाइटर का इस्तेमाल करके ऊब चुके हैं तो अपने आईशैडो से एक अच्छा शेड चुनकर अपने लुक के साथ एक्सपेरिमेंट करें। फ्लॉलेस मेकअप फिनिश पाने के लिए न्यूड शेड चुनें और इससे अपने चेहरे के विशेष हिस्सों को हाइलाइट करें। ग्लैम लुक के लिए आप गोल्ड या मैटेलिक आईशैडो का भी इस्तेमाल कर सकती हैं। आप अपने कॉलरबोन पर भी आईशैडो लगा सकती हैं।

ब्यूटी स्पॉट कहीं खतरे का संकेत तो नहीं

चेहरे या शरीर के किसी अन्य हिस्से पर दिखने वाले तिल या मस्से हमेशा ब्यूटी स्पॉट नहीं होते। अगर 2 की उम्र के बाद ऐसे तिल या मस्से शरीर के किसी भी हिस्से में निकलते हैं तो उनके प्रति सचेत रहना बेहद जरूरी है, क्योंकि वो खतरे की घंटी हो सकते हैं। इस समस्या के बारे में जानना बेहद जरूरी है।

फिल्म अभिनेत्री रेखा के होठों के ऊपर का तिल और रति अग्निहोत्री के चेहरे का तिल अनायास ही लोगों को अपनी ओर आकर्षित करते हैं। यह सच है कि चेहरे के किसी विशिष्ट स्थान का ब्यूटी स्पॉट आकर्षण का केंद्र होता है, लेकिन अगर आपके चेहरे पर अचानक से ही कोई तिल निकल आये तो आपको खुश नहीं होना चाहिए, बल्कि सावधान हो जाना चाहिए।

सावधानी है जरूरी

अधिकतर ब्यूटी स्पॉट 2 साल तक की उम्र में निकल जाते हैं, जो आमतौर पर हानिकारक नहीं होते, लेकिन अगर 2 साल के बाद अचानक से ही आपके चेहरे पर ब्यूटी स्पॉट यानी तिल या मस्सा निकले तो उसकी निगरानी जरूरी है। यह जरूरी नहीं कि आपके शरीर पर ब्यूटी स्पॉट खतरे की निशानी ही हो, लेकिन डॉक्टर से संपर्क करना जरूरी है।

परमानन्द चैरिटेबल हॉस्पिटल में त्वचा रोग विशेषज्ञ

डॉ. राकेश भारद्वाज का कहना है कि कई बार अचानक ही चेहरे पर तिल और मस्सा निकलने लगता है। अगर जन्म के समय से ही आपके चेहरे पर मस्सा या तिल है तो वह हानिकारक नहीं होता, लेकिन अचानक से ही चेहरे पर बहुत ज्यादा तिल निकलने लगें तो यह खतरे की निशानी हो सकते हैं।

जैसे ही आपके चेहरे पर तिल या मस्सा निकले तो आप उसका निरीक्षण करें। अगर उसमें बदलाव होने लगे तो फिर तुरंत ही त्वचा रोग विशेषज्ञ से संपर्क करें। इस बात का पता चल जाने पर कि आपके चेहरे पर निकला ब्यूटी मार्क हानिकारक है, उसे निकाल कर शरीर के दूसरे हिस्सों में होने वाले संक्रमण को रोका जा सकता है।

जांच है जरूरी

रॉकलैंड हॉस्पिटल में डर्मेटोलॉजिस्ट डॉ. राकेश वोहरा का कहना है कि तिल या मस्से को कई बार लोग बिना किसी चेकअप के लेजर तकनीक से हटवा लेते हैं, जो गलत है। तिल या मस्से को हटवाने से पहले जांच करवा लेनी चाहिए, ताकि पता चल सके कि वह कैंसर का कारण तो नहीं।

अलग-अलग होते हैं ब्यूटी स्पॉट

जब चेहरे पर कोई तिल या मस्सा निकलता है तो छोटे आकार में हल्के भूरे रंग का होता है, लेकिन समय के साथ यह अलग आकार और रंग में बदल सकता है।

यह बदलाव ब्यूटी स्पॉट के रूपरंग पर निर्भर करता है। जो मोल्स जन्म के समय से ही शरीर पर होते हैं, उन्हें कंजेनिटल मोल्स के तौर पर जाना जाता है। एक प्रतिशत लोग ही ऐसे होते हैं, जिनके शरीर पर जन्म के समय कोई तिल या मस्सा होता है। आगे चल कर यह त्वचा संबंधी समस्या का कारण बन सकता है, लेकिन यह जरूरी नहीं है।

जब चेहरे पर एक साथ बहुत सारे तिल या मस्से निकल आएं तो इसे एच यर्ड मोल्स के नाम से जाना जाता है। यह बहुत ज्यादा धूप में रहने की वजह से भी हो जाते हैं। इससे बचने के लिए धूप से बचाव जरूरी है। ये खतरनाक नहीं होते। कई बार चेहरे पर असामान्य आकार के स्पॉट नजर आने लगते हैं, जो या तो गहरे भूरे रंग के होते हैं या फिर लाल रंग के। इनका आकार बढ़ता जाता है। अगर आपके चेहरे पर इस तरह के निशान नजर आएं तो डॉक्टर से संपर्क करें।

दिल के लिए फायदेमंद है हरी मटर

आलू मटर, मटर पनीर जैसी सब्जियों का स्वाद बढ़ानी वाली हरी मटर सर्दियों में सबसे ज्यादा खाई जाती है. लोग कच्चा मटर खाना भी बहुत पसंद करते हैं. हरी मटर न केवल पौष्टिक होती है बल्कि इसमें फाइबर और एंटी-ऑक्सीडेंट की मात्रा भी अच्छी होती है. इसके अलावा कई शोध में यह बताया गया है कि ये आपको हृदय रोगों और कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों से भी बचाता है. आइए आपको बताते हैं हरे मटर के कुछ ऐसे फायदों के बारे में जो आपके शरीर पर एक अलग ही जादू चला सकते हैं.

दिल के लिए फायदेमंद

मटर में फाइबर की मात्रा बहुत अधिक होती है जो आपके दिल को बीमारियों से दूर रखने में मदद करता है. सप्ताह में कम से कम दो बार हरी मटर का सेवन करने से हार्ट अटैक की समस्या बहुत हद कम हो जाती है.

वजन कम करना

हरी मटर में विटामिन के, मैंग्निज, कॉपर, विटामिन सी, फॉस्फोरस और फोलेट जैसे जरूरी पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो आपको सही वजन बनाएं रखने में मदद करते हैं. आपको बता दें कि आधा कप मटर में केवल 62 कैलोरी होती हैं, जो आपका पेट भरने के साथ-साथ वजन भी बैलेंस करती है.

पाचन तंत्र होता है दुरुस्तविटामिन-सी हमारे पाचन तंत्र को दुरुस्त रखने में मदद करता है, जो कि हरी मटर में भी पाया जाता है. हरी मटर में पाया जाने वाला विटामिन सी आपकी दैनिक जरूरत का 13 फीसदी हिस्सा पूरा करता है. विटामिन सी से भरी मटर आपके पाचन तंत्र को दुरुस्त बनाने का काम करती है. हरी मटर न सिर्फ पाचन में बल्कि पेट के कैंसर के खतरे को भी कम करती है.

कोलेस्ट्रॉल

हरी मटर के सेवन से आपके शरीर में अच्छे व खराब कोलेस्ट्रॉल के बीच संतुलन बना रहता है, जिस कारण आपका दिल भी सुरक्षित रहता है.

हड्डियां होती हैं मजबूत

हड्डियों के लिए जितना जरूरी कैल्शियम है उतना ही जरूरी है प्रोटीन. प्रोटीन की कमी होने पर टूटी हड्डियों का जुड़ना मुश्किल हो जाता है. साथ ही प्रोटीन की कमी आपकी हड्डियों को कमजोर कर देती है. प्रोटीन से भरपूर हरी मटर आपकी हड्डियों को मजबूत बनाने का भी काम करती है.

स्किन की समस्याएं होती हैं छूमंतर

अगर आप स्किन संबंधी समस्याओं से परेशान हैं तो हरी मटर का दरदरा पेस्ट बनाएं और उसे चेहरे पर लगाएं. ऐसा करने से स्किन संबंधी समस्याओं से छुटकारा मिलता है. अगर आपका शरीर का कोई हिस्सा जल गया है तो मटर का पेस्ट बनाकर उस पर लगाएं. पेस्ट लगाने से प्रभावित हिस्से पर ठंडक पड़ जाती है और आपको राहत मिलती है.

क्या अब 24 घंटे राजनीति करेंगे राहुल ?

कांग्रेस के नेता उत्साह में हैं कि पांच महीने की भारत जोड़ो यात्रा से राहुल गांधी की छवि सुधर गई है। अब उनको एक गंभीर राजनेता माना जाने लगा है। यात्रा के समापन के बाद कांग्रेस के संगठन महासचिव केसी वेणुगोपाल ने कहा कि भाजपा द्वारा राहुल गांधी की 'पप्पू' की जो झूठी छवि गढ़ी गई थी वह इस यात्रा से ध्वस्त हो गई है। इसमें कोई संदेह नहीं है कि पांच महीने की यात्रा से राहुल की छवि बेहतर हुई है और इन पांच महीनों में भाजपा को भी कोई खास मौका नहीं मिला है उनको अटैक करने का। लेकिन असली सवाल यह है कि आगे क्या होगा?

आगे भाजपा के नेता राहुल गांधी को 'पप्पू' नहीं कहेंगे या बाकी पार्टियां भी उनको गंभीरता से लेंगी या कांग्रेस में उनकी सर्वोच्च नेता वाली स्थिति टिकाऊ हो जाएगी, यह सब इस बात पर निर्भर करेगा कि वे आगे क्या करेंगे? उन्होंने श्रीनगर में यात्रा के समापन कार्यक्रम में बहुत मार्मिक और अच्छा भाषण दिया। उन्होंने लोगों से कश्मीर के लोगों से कनेक्ट किया और साथ ही सेना व सुरक्षा बलों के जवानों से भी कनेक्ट किया। लेकिन सवाल है कि वे फिर कब कश्मीर जाएंगे? संभव है कि इस साल जम्मू कश्मीर में विधानसभा का चुनाव हो तो क्या राहुल अभी से चुनाव अभियान शुरू करेंगे वहां? प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी छह फरवरी को कर्नाटक जा रहे हैं। इस साल यानी 2023 के पहले 37 दिन में यह उनकी तीसरी यात्रा होगी। वहां मई में चुनाव होने हैं। राहुल गांधी भारत जोड़ो यात्रा के दौरान कई दिन कर्नाटक में रहे लेकिन चुनाव अभियान का आगाज करने वे कब कर्नाटक जाएंगे? पूर्वोत्तर के तीन राज्यों में विधानसभा के चुनाव होने वाले हैं। त्रिपुरा में 16 फरवरी को और नगालैंड व मेघालय में 27 फरवरी को चुनाव हैं। राहुल गांधी का वहां का क्या कार्यक्रम है? वे कितने दिन इन तीन राज्यों में जाएंगे और चुनावी रैलियां करेंगे? राजस्थान में इस साल के अंत में चुनाव है और वहां पार्टी का आंतरिक संकट सुलझ नहीं रहा है। उसे सुलझाने के लिए राहुल के पास क्या योजना है? संसद का बजट सत्र के पहले ही दिन राहुल गांधी व पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे इसमें शामिल नहीं हुए क्योंकि खराब मौसम के कारण वे कश्मीर में ही अटक गए थे। सत्र से पहले सरकार की बुलाई सर्वदलीय बैठक में कांग्रेस नहीं शामिल हुए। उसने कहा कि खराब मौसम के कारण नहीं शामिल होंगे। यह बहुत फालतू की सफाई थी। कांग्रेस अपने किसी भी सांसद को भेज सकती थी लेकिन उसका कोई सांसद उस सर्वदलीय बैठक में नहीं गया, जिसमें 27 पार्टियों के नेता शामिल हुए। यह कोई अच्छी एप्रोच नहीं है। सो, राहुल की छवि सुधरी हुई तभी मानी जाएगी जब वे 24 घंटे राजनीति में उतरते हैं। राज्यों के दौरे करते हैं, संसद की कार्यवाही में हिस्सा लेते हैं और संगठन के आंतरिक मुद्दे सुलझाते हैं। अगर यात्रा करके संत बनना है तो अलग बात है!(आरएनएस)

प्रभावशाली शुरुआत के बाद

अब चुनौती इसके आगे है। पहली गतिविधि के रूप में भारत जोड़ो यात्रा भावनात्मक सवालों पर प्रभावशाली साबित हुई। लेकिन अगली गतिविधियों में लोग उन ठोस प्रश्नों पर राहुल गांधी या कांग्रेस से वैकल्पिक मार्ग बताने की उम्मीद करेंगे, जिनसे उनकी जिंदगी मुहाल हो गई है। राहुल गांधी ने अपनी भारत जोड़ो यात्रा की समाप्ति के मौके पर कहा था कि जो अभियान उन्होंने छेड़ा है, यह उसका अंत नहीं है। इसके आगे वे अपना अगला कदम लेकर आएंगे। उन्होंने उचित ही कहा कि जिस संघर्ष के क्रम में उन्होंने यह यात्रा की, वह सिर्फ एक शुरुआत है। बहुत से लोग उनसे सहमत होंगे कि उनकी यह शुरुआत इस बात को जताने में ठोस रूप से कामयाब रही कि भारतीय जनता पार्टी भारत को जैसी पहचान देने की कोशिश कर रही है, देश की जनसंख्या के बहुत बड़े हिस्से ने उसे स्वीकार नहीं किया है। वह हिस्सा भारत को उसी रूप में देखना चाहता है, जिसकी परिकल्पना स्वतंत्रता आंदोलन के दिनों में सामने आई थी। कन्याकुमारी से कश्मीर तक जिस तरह लोगों का जुड़ाव इस यात्रा से बना, उससे यह साफ संकेत मिला कि देश को जिस दिशा में ले जाया गया है, उससे भारतीय जनमत का बहुत बड़ा हिस्सा असंतुष्ट है। भारत जोड़ो यात्रा ऐसे तमाम लोगों के लिए अपनी भावनाओं को व्यक्त करने का एक मौका बनी।

राहुल गांधी ने यह पद यात्रा शुरू करने से पहले इसके जो कारण बताए थे, उसे जनता का यह हिस्सा सही मानता है। राहुल गांधी ने यात्रा शुरू करने का कारण यह बताया था कि अब चूंकि पारंपरिक रूप से विपक्ष की भूमिका निभाने की स्थितियां नहीं बची हैं, इसलिए सीधे जनता के बीच जाने के अलावा कोई और चारा नहीं है। वर्तमान सरकार के तहत जिस तरह से संवैधानिक संस्थानों और मीडिया पर पूरा नियंत्रण कर लिया गया है, जिस तरह अब संसद तक में सरकार के लिए असहज बातों को कहने की अनुमति नहीं है, और जिस तरह चुनावों में अब सभी पक्षों के लिए समान धरातल नहीं बचा है, उसके बीच अब राजनीति करने का तरीका बदलना होगा। बदलाव का यही प्रयास ये यात्रा थी। लेकिन अब चुनौती इसके आगे है। पहली गतिविधि भावनात्मक सवालों पर प्रभावशाली साबित हुई। लेकिन अगली गतिविधियों में लोग उन ठोस प्रश्नों पर राहुल गांधी या कांग्रेस से वैकल्पिक मार्ग बताने की उम्मीद करेंगे, जिनसे उनकी जिंदगी मुहाल हो गई है।(आरएनएस)

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 व लेख 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

कानों में सुनाई देती है अजीब आवाजें ?

जब कान के परदे के अंदर और बाहर के दबाव में अंतर होता है तो इससे कान में अलग-अलग तरह की अजीब आवाजें आने लगती है। ये आवाजें काफी परेशान करने वाली हो सकती हैं। ईयरवैक्स का जमाव, गलत तरीके से कान की सफाई या कोई संक्रमण होने के कारण कान में ऐसी आवाजें आ सकती हैं। आइए आज हम आपको पांच ऐसे तरीके बताते हैं, जो इस समस्या को दूर करने में प्रभावी साबित हो सकते हैं।

कान की करें सिकाई

अगर आपको कान में से अजीब आवाजें आ रही हैं तो हॉट पैड से कान की सिकाई करें। अगर हॉट पैड न हो तो एक सूती कपड़ा लें और गैस पर तवा गर्म कर लें। अब कपड़े की कई तह बनाकर उसे गर्म तवे से छुएं और फिर इससे कान के आस-पास की सिकाई करें। रोजाना कुछ मिनट ऐसा करने से आपको काफी हद तक समस्या से राहत मिल सकती है।

हाइड्रोजन पेरोक्साइड का करें इस्तेमाल

सबसे पहले किसी सपाट जगह पर करवट लेकर लेट जाएं। एक दवा ड्रॉपर में थोड़ी हाइड्रोजन पेरोक्साइड लें और इसे कान में डालें। सुरक्षा के लिए किसी की मदद लें। 10 से 15 मिनट के लिए हाइड्रोजन पेरोक्साइड को अपने कान में छोड़ दें। फिर यही प्रक्रिया दूसरे कान के लिए भी दोहराएं। इससे आपको पहली बार में ही काफी आराम मिल जाएगा।

गर्म पानी से नहाएं

अगर आप कान की अजीब आवाजों से परेशान है तो इससे राहत पाने के लिए रोजाना गर्म पानी से नहाएं। कई अध्ययन इस बात का जिक्र करते हैं कि गर्म पानी से कान को भाप मिलती है, जिससे कई समस्याएं दूर हो सकती हैं। हालांकि, ध्यान रखें कि नहाने का पानी आपकी सहन शक्ति के अनुसार ही गर्म होना चाहिए। अधिक गर्म पानी से आपनी त्वचा के जलने का खतरा हो सकता है।

कोल्ड कंप्रेस से भी मिल सकती है राहत

अगर आप कान की अजीब आवाजों से जल्द राहत पाना चाहते हैं तो इसके लिए कोल्ड कंप्रेस का इस्तेमाल करना लाभदायक हो सकता है। दरअसल, ठंडे पानी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो कान के संक्रमण को दूर करके अजीब आवाजों से छुटकारा दिला सकते हैं। राहत के लिए तौलिए का थोड़ा सा हिस्सा ठंडे पानी में डुबो लें और फिर इसे निचोड़कर चार-पांच मिनट तक प्रभावित कान पर लगाकर रखें। यकीनन इससे आपको काफी आराम मिलेगा।

बेकिंग सोडा का इस्तेमाल करें

इस समस्या से राहत पाने के लिए बेकिंग सोडा का इस्तेमाल भी किया जा सकता है। इसके लिए दो चम्मच पानी में थोड़ा बेकिंग सोडा मिलाकर पतला घोल बनाएं। अब इस घोल की कुछ बूंदे अपने कान में डालकर एक से दो मिनट के लिए रूके। इसके बाद कान को जमीन की तरफ झुकाएं ताकि बेकिंग सोडा का घोल निकल जाएं।

शब्द सामर्थ्य -019

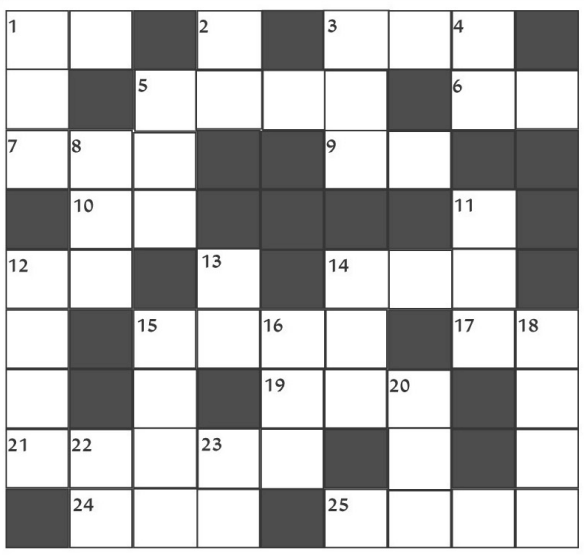
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. खूब कसा हुआ, फूर्तिला, जो शिथिल व आलसी न हो 3. सार्वजनिक स्थान, संस्था, अस्तित्व, समिति 4. पौरुष, पुरुषत्व, मर्द होने का भाव 6. अंधेरा, अंधकार 7. लिपाई करना 9. शरीर, काया, जिस्म 10. मां के पिता, विभिन्न 12. महीना, मास 14. प्रियतम, बलमा, सजना 15. पांडवों का सबसे छोटा भाई 17. नशा, घमंड, खाता 19. वनोपज, वन से प्राप्त सामाग्री 21. शक्तिशाली, बलवान 24. तीव्र इच्छा 25. हथेली।

ऊपर से नीचे

1. निंदा, बुराई 2. निर्जीव, निष्प्राण 3. ध्वनियों या स्वरों का विशिष्ट लय में प्रस्फुटन, धुन, म्युजिक 4. झुका हुआ, विनीत 5. रूठे हुए को प्रसन्न करना, राजी करना 8. आश्रय, शरण 11. जन्म, जिंदगी 12. इंसानियत, मनुष्यता 13. रास्ता, मार्ग 14. एक हिंदी महीना, श्रावण 15. सपाट, जो उबड़-खाबड़ न हो 16. पति का छोटा भाई 18. गहरा कीचड़, पंक 20. आत्मा, अंत:करण (उ.) 22. बीता हुआ या आने वाला दिन 23. बगुला।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 18 का हल

गु	मा	न			प	यो	द	
न		ह	क	दा	र		ल	य
ह	वा	ला	त		च		द	म
गा			रा	ज	म	ह	ल	
र	ई	स		ग		स		अ
	मा		प	त	वा	र		ल
ख	न	क	ना		ह	त		बे
स	दा		ह		वा		शो	ला
रा	र				ही	र	क	

इब्राहिम खान की अभिनय में एंट्री

सैफ अली खान के बेटे इब्राहिम अली खान पिछले काफी समय से बॉलीवुड में एंट्री करने को लेकर चर्चा में हैं। अब ये इंतजार खत्म होने जा रहा है क्योंकि इब्राहिम अपनी पहली फिल्म की शूटिंग शुरू करने जा रहे हैं। करण जौहर इस फिल्म के प्रोडक्शन का काम संभाल रहे हैं, वहीं इसके निर्देशन की जिम्मेदारी बोमन ईरानी के बेटे कायोज ईरानी को सौंपी गई है।

इब्राहिम की पहली फिल्म में उनके साथ काजोल और पृथ्वीराज सुकुमारन भी अहम भूमिका में नजर आएंगे। इसमें काजोल और पृथ्वीराज एक-दूसरे के विपरीत हैं, जबकि इब्राहिम के रोल के बारे में अभी कोई खुलासा नहीं किया गया है। फिलहाल इब्राहिम फिल्म के लिए अपने शारीरिक बदलाव पर काम कर रहे हैं। बता दें कि इस फिल्म का नाम अभी तक सामने नहीं आया है, लेकिन इसकी कहानी कश्मीर में आतंकवाद के खिलाफ और सुरक्षाबलों पर आधारित होगी।

करण के साथ रहकर ही इब्राहिम ने फिल्ममेकिंग की बारीकियां सीखीं थीं। वह उनकी आने वाली फिल्म रॉकी और रानी की प्रेम कहानी के सहायक निर्देशक हैं। सैफ अली खान ने इस पर अपनी मुहर लगाते हुए कहा था कि इब्राहिम ने बतौर सहायक निर्देशक अपने करियर की शुरुआत की क्योंकि वह पहले यह देखना चाहते थे कि पर्दे के पीछे काम कैसे होता है। फिल्ममेकिंग सीखने के बाद अब वह बतौर हीरो बॉलीवुड में एंट्री करने जा रहे हैं।

इब्राहिम बॉलीवुड में आने से पहले ही लोगों के बीच बेहद लोकप्रिय हैं। वह सोशल प्लेटफॉर्म पर काफी सक्रिय रहते हैं और उनकी काफी अच्छी फैन फॉलोइंग है। उनकी तस्वीरें और वीडियो सोशल मीडिया पर छाए रहते हैं। इब्राहिम बॉलीवुड के लोकप्रिय स्टार किड हैं। उनके लुक और फैशन सेंस को काफी पसंद किया जाता है। स्टाइल के मामले में वह अपने पिता को भी मात देते हैं। इब्राहिम मैगजीन के लिए फोटोशूट भी करा चुके हैं।

करण को फिल्म इंडस्ट्री में स्टारकिड्स को लॉन्च करने के लिए जाना जाता है। वह फिल्म बेधड़क के जरिए संजय कपूर की बेटी शनाया कपूर को बॉलीवुड में लॉन्च कर रहे हैं। उन्होंने आलिया भट्ट को स्टूडेंट ऑफ द ईयर और अनन्या पांडे को स्टूडेंट ऑफ द ईयर 2 से बॉलीवुड में लॉन्च किया था। वरुण धवन को बॉलीवुड में लाने वाले भी करण हैं, वहीं जाह्नवी कपूर ने करण की फिल्म धड़क से इंडस्ट्री में अपनी शुरुआत की थी।

तेलुगू फिल्म दशहरा का धमाकेदार टीजर सामने आया

साउथ इंडस्ट्री की मूवी को खूब पसंद किया भी किया जा रहा है। इस बात का सबूत उनके बॉक्स ऑफिस कलेक्शन में नजर आ रहा है। पुष्पा, आरआरआर, केजीएफ 2 और कांतारा जैसी मूवी को लोगों ने खूब प्यार दिया है। अब साउथ इंडस्ट्री की एक और फिल्म आने वाली है और इसका टीजर रिलीज भी किया जा चुका है। खबरों का कहना है कि साउथ एक्टर नानी की तेलुगू फिल्म दशहरा का धमाकेदार टीजर सामने आया है जिसे देखने के उपरांत लोग फिल्म का बेसब्री से प्रतीक्षा कर रहे है। मूवी दशहरा के टीजर और नानी के अंदाज को देखकर लोगों का बोलना है कि ये साउथ की ही मूवी पुष्पा को टक्कर देने आ रही है। फिल्म के टीजर की ना सिर्फ फैंस बल्कि सेलिब्रिटीज भी तारीफ भी कर रहे है। आइए जानते है कि नानी की मूवी दशहरा के टीजर में ऐसा क्या है।

साउथ एक्टर नानी की मूवी दशहरा के टीजर में भी दिखाया है कि एक गांक वीरलापल्ली होता है और यहां का एक लड़का अपने लोगों के लिए लड़ाई भी कर रहे है। टीजर की शुरुआत में कोयले से ढेर से घिरे गांव वीरलापल्ली से होती है और बैकग्राउंड में आवाज आती है कि गांव के लोग शराब लत की वजह से नहीं पीते हैं बल्कि ये यहां की परंपरा है। टीजर के बीच जमकर एक्शन सीन और खून खराबी दिखाया जाता है और आखिर में नानी अपने अंगूठे को धारदार हथियार से काटकर अपने माथे पर खून का तिलक लगाते हैं। पूरे टीजर में नानी का अंदाज छा गया है। मूवी दशहरा में नानी के लुक की तुलना फिल्म पुष्पा के अल्लू अर्जुन से की जाने लगी है।

जब शर्म से पानी-पानी हुए पठान!

पिछले माह 25 जनवरी को दुनियाभर में रिलीज हुई शाहरुख की फिल्म पठान ने 500 करोड़ से ज्यादा की कमाई कर बॉक्स ऑफिस पर हंगामा मचा दिया है। पिछले दिनों पठान की सफलता पर मुंबई में एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया था। रिपोर्ट के मुताबिक, इस इवेंट में पठान की लीड स्टार कास्ट शाहरुख सहित दीपिका पादुकोण और जॉन अब्राहम भी स्टेज पर मौजूद थे, जहां सभी मीडिया से बातचीत करते नजर आए। इस दौरान दीपिका पादुकोण अपने फेवरेट शाहरुख के गालों पर किस कर बैठीं। ये देख जहां हर कोई हैरान रह गया तो वहीं शाहरुख तो शर्म से ऐसे लाल हुए कि गालों पर डिंपल पड़ गया।

दीपिका की तारीफ तो शाहरुख हर मंच से करते ही रहे हैं लेकिन इस बार दीपिका के अलावा उन्होंने पठान के विलेन जॉन अब्राहम पर भी खूब प्यार लुटाया। जॉन मीडिया के सवालों का जवाब दे ही रहे थे कि शाहरुख सीट से उठकर अभिनेता के पास पहुंचे और किस कर लिया। शाहरुख ने कहा, मैंने कई बार दीपिका को किस किया है और यह जॉन के साथ पहली बार हुआ है और यह अलग था।

इसके बाद जॉन ने कहा, इतना प्यार, पहली बार, मुझे लगता है कि मैं शरमा रहा हूं। जॉन ने शाहरुख के साथ अपना अनुभव भी साझा किया।

वरुण धवन और जाह्नवी कपूर की बवाल की रिलीज डेट टली

वरुण धवन और जाह्नवी कपूर अपनी आगामी फिल्म बवाल को लेकर चर्चा में हैं। साजिद नाडियाडवाला द्वारा निर्मित यह फिल्म 7 अप्रैल, 2023 को रिलीज होने वाली थी। हालांकि, अब प्रशंसकों को इस फिल्म के लिए थोड़ा और इंतजार करना होगा क्योंकि कुछ तकनीकी मुद्दों के कारण इस फिल्म की रिलीज डेट को आगे बढ़ा दिया गया है। बता दें कि यह वरुण के करियर की अब तक की सबसे महंगी फिल्म होगी।

रिपोर्टेस के मुताबिक, निर्देशक नितेश तिवारी ने कहा, फिल्म की गुणवत्ता को बनाए रखने के लिए हम किसी भी तरह से फिल्म के इफेक्ट्स से समझौता नहीं कर सकते हैं। इसी वजह से हमने फिल्म की रिलीज डेट को स्थगित करने का फैसला लिया है। बवाल फिल्म की ऑनस्क्रीन प्रस्तुति को लेकर निर्माता काफी ज्यादा उत्साहित हैं, इसलिए वह पोलैंड में एक विशेष तकनीक का इस्तेमाल करके इस फिल्म की शूटिंग कर रहे हैं।

बवाल एक छोटे शहर के एक लड़के की कहानी है और वह शहर की सबसे खूबसूरत मानी जाने वाली लड़की से शादी करना चाहता है। बवाल की शूटिंग के लिए करोड़ों रुपये खर्च किए गए हैं। इसमें एक खास ऐक्शन सीन की शूटिंग में करीब ढाई करोड़ रुपये प्रतिदिन खर्च हुए। वहीं 10 दिन में यूरोप में शूट किए गए एक दृश्य पर करीब 25 करोड़ रुपये खर्च किए गए थे।

इस फिल्म की शूटिंग भारत के अलावा पेरिस, पोलैंड, बर्लिन और एम्सटर्डम की महंगी जगहों पर की गई है। फिल्म के लिए स्टंटबाज और एक्शन डायरेक्टर जर्मनी से बुलाए गए हैं। इसके क्रू में 700 से ज्यादा लोग शामिल हैं। इस फिल्म के निर्माता दर्शकों के लिए इसे एक बेहतरीन अनुभव बनाने का कोई मौका नहीं छोड़ना चाहते हैं, इसलिए इस फिल्म की शूटिंग में खूब पैसा बहा रहे हैं।

आने वाले दिनों में वरुण अपने करियर की पहली बायोपिक इक्कीस में नजर आएंगे, जो युद्ध नायक अरुण खेत्रपाल के जीवन पर आधारित है। उनका नाम फिल्म सनकी से भी जुड़ा है, जिसमें वह अभिनेत्री परिणीति चोपड़ा के साथ नजर आएंगे। इसका निर्देशन अनुराग सिंह कर रहे हैं। इसके अलावा वरुण दक्षिण भारतीय फिल्मों में भी काम करना चाहते हैं। यदि उन्हें अच्छा ऑफर मिलेगा तो वह साउथ फिल्मों में भी नजर आ सकते हैं।

फ़िल्म जंगल महल में सुरैया परवीन ने दिखाया अदाकारी का जौहर

फ़िल्म अभिनेत्री सुरैया परवीन अपनी लेटेस्ट फ़िल्म जंगल महल को लेकर बहुत खुश और उत्साहित हैं।

साउथ से लेकर बॉलीवुड तक अपनी अदाकारी के जौहर दिखा चुकी सुरैया की यह फ़िल्म 20 जनवरी शुक्रवार को सिनेमाघरों में रिलीज हुई है, जिसे दर्शकों द्वारा खूब पसन्द किया जा रहा है। फ़िल्म जंगल महल बेहद दिलचस्प सिनेमा है और इसमे उनकी भूमिका भी काफी महत्वपूर्ण है। वह एक एनजीओ के लिए काम करने वाली नीलिमा के किरदार में बिग स्क्रीन पर दिखाई दे रही हैं।

सुरैया परवीन ने इस चैलेंजिंग रोल को निभाने के लिए कड़ी मेहनत की है। रियल लोकेशन्स पर इस फ़िल्म की शूटिंग की गई है, इसलिए जिसमे एक रियलिस्टिक टच है।

वह फ़िल्म मेकिंग को एक टीम वर्क मानती हैं इसलिए वह उत्साहित हैं कि सबकी मेहनत रंग लाई है।सुरैया परवीन साउथ का सिनेमा भी कर चुकी हैं, लेकिन अब वह हिंदी फिल्में ज्यादा कर रही हैं। उनकी अब तक की जर्नी बहुत शानदार रही है और उन्हें उम्मीद है कि आगे उन्हें और भी बेहतर फिल्में और रोचक किरदार करने का अवसर मिलेगा।

इस फ़िल्म के अलावा उनके और भी कई अपकमिंग प्रोजेक्ट्स हैं। उनकी नेक्स्ट रिलीज नारी है जो महिला केंद्रित सिनेमा है और वह उसमे मेन लीड प्ले कर रही हैं। उसके बाद उनके हाथ मे एक और हिंदी फिल्म है जिसकी शूटिंग जल्द शुरू होगी। फ़िल्म जंगल महल द अवेकनिंग के निर्माता टरगोल बहाडोरी, निर्देशक अरुनवा चौधरी हैं। इसमे सुरैया परवीन के अलावा आदित्य बालियान, मसुमेह एबी, अमित रैना, फरहाद खैरी और प्रशांत शिंदे जैसे कलाकार हैं।

ऋषभ शेट्टी की कांतारा का बनेगा प्रीक्वल

पिछले साल ऋषभ शेट्टी की फिल्म कांतारा ने दुनियाभर में कमाल दिखाया था। फिल्म की हर तरफ चर्चा हुई और बॉक्स ऑफिस पर फिल्म ने 400 करोड़ रुपये से ज्यादा कमाए थे। फिल्म की सफलता के बाद दर्शक इसके सीक्वल की मांग कर रहे थे। सीक्वल को लेकर तरह-तरह की खबरें आती रहती हैं। एक पुरानी रिपोर्ट में ऋषभ सीक्वल की बात को खारिज कर चुके हैं, लेकिन अब निर्माता विजय किरागंदूर ने इसे लेकर नई जानकारी दी है।

रिपोर्ट के अनुसार कांतारा के प्रीक्वल की तैयारी हो रही है। निर्देशक ऋषभ शेट्टी फिल्म के सीक्वल नहीं, प्रीक्वल पर काम कर रहे हैं। मतलब फिल्म की कहानी आगे नहीं बढ़ेगी बल्कि उसकी लोक कथा को और विस्तार दिया जाएगा। विजय ने पुष्टि की कि ऋषभ फिल्म के प्रीक्वल की कहानी लिख रहे हैं और जमीनी स्तर पर भी इसकी तैयारियों में जुटे हुए हैं। कुछ ही महीने में इसकी शूटिंग भी शुरू हो जाएगी।

विजय ने कहा, ऋषभ फिल्म की कहानी लिख रहे हैं। फिलहाल वह अपने लेखक साथियों के साथ कर्नाटक के तटीय जंगल वाले इलाके में गए हैं। वहां वह करीब दो महीने बिताएंगे और फिल्म के लिए रिसर्च करेंगे। इसकी शूटिंग जून में शुरू हो जाएगी क्योंकि फिल्म में बरसात के मौसम वाले दृश्यों की जरूरत है। विजय ने यह भी खुलासा किया कि वे इस फिल्म को अगले साल अप्रैल-मई में रिलीज करने की योजना बना रहे हैं।

यह फिल्म कन्नड़ में पिछले साल 30 सितंबर को रिलीज हुई थी। इसे हिंदी, तमिल, तेलुगु और मलयालम में 14 अक्टूबर को रिलीज किया गया था। कांतारा का प्लॉट 1847 पर आधारित है। फिल्म मानव और प्रकृति के टकराव की कहानी है और इसमें कर्नाटक के तटीय क्षेत्रों का एक काल्पनिक गांव दिखाया गया है। फिल्म में ऋषभ शेट्टी मुख्य भूमिका में नजर आए हैं। यह फिल्म आईएमडीबी पर सबसे ज्यादा रेटिंग वाली भारतीय फिल्मों में से एक है।

कांतारा दर्शकों के साथ क्रिटिक्स को भी काफी पसंद आई थी। फिल्म ने दुनियाभर के बॉक्स ऑफिस पर 400 करोड़ रुपये से ज्यादा की कमाई की थी। कांतारा केजीएफ: चैप्टर 2 के बाद यह आंकड़ा छूने वाली दूसरी कन्नड़ फिल्म बनी थी। कर्नाटक में फिल्म ने केजीएफ: चैप्टर 2 का रिकॉर्ड तोड़ते हुए करीब 168 करोड़ रुपये की कमाई की थी। रिपोर्ट्स के अनुसार केजीएफ 2 ने कर्नाटक में करीब 155 करोड़ रुपये कमाए थे। यह फिल्म पहले क्षेत्रीय भाषाओं में अमेजन प्राइम पर स्ट्रीम की गई थी। हिंदी दर्शकों के लंबे इंतजार के बाद यह आखिरकार हिंदी में नेटफ्लिक्स पर रिलीज की गई। फिल्म अपने गाने वाराह रूपम की वजह से भी चर्चा में रही।

सबको खुश रखने की कोशिश

राजेश रपरिया

केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने अपना पांचवां बजट पेश करते समय सबको भरमाने की पूरी कोशिश की है। इस साल नौ विधानसभाओं के चुनाव हैं, और 2०24 में लोक सभा चुनाव।

इसलिए उन्होंने ग्रामीण, शहरी मतदाताओं को रिझाने के लिए भरपूर कोशिश की है। मोदी सरकार के सड़क एवं राजमार्ग मंत्री नितिन गड़करी ने यह कहने में कोई संकोच नहीं किया कि मध्यम वर्ग को घास नहीं डाली जाती है, लेकिन इस बजट में उनका ध्यान रखा गया है पर आयकरदाताओं को जो राहत वित्त मंत्री ने दी है, वे नये और पुराने, टैक्स राज के भ्रमजाल में उलझ कर रह गई है।

वित्त मंत्री ने पुराने टैक्स राज में कोई राहत प्रदान नहीं की है जबकि आज की तारीख में 9० फीसदी से अधिक करदाता पुराने टैक्स राज के माध्यम से अपना टैक्स अदा करते हैं, जिसमें 8० सी के तहत डेढ़ लाख रुपये सालाना बचत निवेश पर टैक्स छूट मिलती थी। नये टैक्स राज में प्रोत्साहित करने के लिए उन्होंने इसमें इनकम टैक्स छूट की सीमा 5 लाख रुपये से बढ़ा कर 7 लाख रुपये कर दी है। इसके साथ 5० हजार रुपये की मानक कटौती का लाभ भी अब नये टैक्स राज में मिलेगा जो पहले नहीं मिलता था। वित्त मंत्री के अनुसार मानक कटौती के शामिल होने से ही प्रत्येक वेतनभोगी व्यक्ति, जिसकी आय 15.5 लाख रुपये या उससे अधिक है, को परिणामस्वरूप 52 हजार 5०० रुपये का लाभ मिलेगा। इस बजट में मेहनतकश, श्रमजीवी और गरीबों के लिए कोई खास घोषणाएं नहीं की गई हैं जबकि देश के धनाढ़यों पर अधिकतम टैक्स दर 42.7 फीसदी थी, इसे घटाकर 39 फीसदी कर दिया गया है। यह उच्चतम अधिभार 37त्न को घटाकर 25 फीसदी कर दिया गया है जिससे अधिकतम 25 टैक्स दर में तकरीबन 4 फीसदी की कमी आई है।

ग्रामीण मतदाताओं को भरमाने के लिए वित्त मंत्री ने अपने बजट भाषण में बहुत जोर देकर घोषणा की है कि प्रधान मंत्री आवास योजना के परिव्यय को 66 फीसद से बढ़ाकर 7959० करोड़ रुपये कर दिया गया है। पर वित्त मंत्री द्वारा पेश दस्तावेज बताते हैं कि पिछले साल इस पर 7713० करोड़ रुपये आने का संशोधित अनुमान है। प्रधानमंत्री मोदी की प्रधान मंत्री सड़क योजना सबसे पसंदीदा योजनाओं में से एक है लेकिन इसके परिव्यय में कोई बढ़ोतरी पिछले या संशोधित बजट अनुमान से नहीं की गई है। बजट बनाते समय वित्त मंत्री पर चुनावों का दबाव साफ दिखाई देता है। कर्नाटक राज्य में सूखे से निपटने के लिए 53०० करोड़ रुपये बजट में दिए गए हैं।

यहां भाजपा की सरकार है और भाजपा की स्थिति यहां डावांडोल बताई जाती है। मई, 2०23 में यहां विधानसभा के चुनाव होने हैं। केरल, तमिलनाडू और ओडिशा में आई प्राकृतिक आपदाओं के लिए कभी बजटीय प्रावधान की घोषणा नहीं की गई थी। इस बजट की सबसे गजब बात यह है कि वित्त मंत्री ने अपने पूरे बजट भाषण में किसानों की आय दोगुनी करने का जिक्र तक नहीं किया। प्रधानमंत्री मोदी ने 2०16 में आह्वान किया था कि 2०22 तक किसानों की आय दोगुनी हो जाएगी। किसानों की आय कहां तक पहुंची है, अब स्वयं प्रधानमंत्री भी इसका जिक्र नहीं करते हैं। पेश बजट में कुल व्यय का अनुमान 45.०3 लाख करोड़ रुपये रखा गया है, जो पिछले बजट से 7.5 फीसदी ज्यादा है, और कुल राजस्व प्राप्तियां 26.32 लाख करोड़ रुपये की दर्शाई गई हैं, जो पिछले बजट के संशोधित अनुमान से लगभग 12 फीसदी ज्यादा है। ये सारी गणनाएं 1०.5 फीसदी की सांकेतिक जीडीपी (सकल घरेलू उत्पाद) विकास दर पर की गई हैं।

1०.5 फीसदी की सांकेतिक जीडीपी दर का गणित बीते मंगलवार को पेश आर्थिक सव्रेक्षण से मेल नहीं खाता है। इस सव्रेक्षण में बताया गया है कि वित्त वर्ष 2०23-24 में जीडीपी की विकास दर 6 से 6.8 फीसदी रहेगी। यदि सांकेतिक दर में से महंगाई दर घटा देते हैं, तो वास्तविक जीडीपी विकास दर आ जाती है। अब सांकेतिक जीडीपी दर 1०.5 में से 6 फीसदी की वास्तविक जीडीपी दर घटा दें तो महंगाई दर 4.5 फीसदी आती है, जिसकी कोई चर्चा न बजट में है, न आर्थिक सव्रेक्षण में। मोदी सरकार के आर्थिक सलाहकार नागेरन का भरोसा है कि 2०23-24 में जीडीपी विकास दर 6.5 रहेगी तो महंगाई दर महज 4 फीसदी होनी चाहिए जिसका भरोसा स्वयं भारतीय रिजर्व बैंक को नहीं है, जो महंगाई को नियंत्रित करने के लिए मौद्रिक उपाय करता है। मतलब यह है कि बजट का गणित कच्चा लगता है।

रोजगार को बढ़ाने के लिए बजट भाषण में पर्यटन विकास पर वित्त मंत्री ने काफी जोर दिया है। लेकिन यह कैसे बढ़ेगा, इसका कोई खाका पेश नहीं किया गया है। पर्यटन उद्योग जीएसटी की भारी दरों से परेशान है, जिससे पर्यटन उद्योग का विकास ठहरा हुआ सा है। हां, बजट घाटा अनुमान के अनुसार जीडीपी का 5.9 फीसदी रखा गया है। पूंजीगत खव्रे में खासी वृद्धि की गई है, जिसके लिए 1० लाख करोड़ रुपये का प्रावधान है।

भाजपा के लिए जदयू के अंगूर खट्टे हैं

पिछले साल अगस्त में जब नीतीश ने भाजपा से तालमेल खत्म किया और वापस राजद के साथ मिल कर सरकार बनाई तभी से भाजपा के नेता प्रचार कर रहे थे कि नीतीश एक बार फिर पलटी मारेंगे और भाजपा के साथ आ जाएंगे। निश्चित रूप से जदयू में भी ऐसे कई नेता हैं, जो राजद के साथ बहुत सहज नहीं हैं और उनकी भी इच्छा थी कि वापस एनडीए में चला जाए। नीतीश कुमार की रोज की 'भूंजा पार्टी' में बैठने वाले दो-तीन नेता तो बेहद बेचैन थे और चाहते थे कि किसी तरह से राजद से संबंध टूटे और भाजपा से बहाल हो। लेकिन उनसे ज्यादा बेचैनी भाजपा के नेताओं में थी।

सत्ता गंवाने के बाद से प्रदेश भाजपा के नेता परेशान थे। उन्होंने कई तरह की अफवाहें फैलाईं, जिनमें सबसे बड़ी अफवाह यह था कि नीतीश एनडीए वापसी कर रहे हैं और इस बार वे मुख्यमंत्री नहीं बनेंगे। भाजपा और आरएसएस के कुछ पदाधिकारियों की ओर से दिल्ली और पटना की मीडिया में यह खबर चलवाई गई कि नीतीश कुमार ने शर्त रखी है कि अगर भाजपा सुशील मोदी को मुख्यमंत्री बनाती है तो वे एनडीए में लौटेंगे। यह भी कहा गया गया कि नीतीश केंद्र सरकार में मंत्री बनेंगे और राज्य में उनके समर्थन से भाजपा की सरकार बनेगी।

इस अफवाह की हवा निकलने के बाद भाजपा की ओर से दूसरा प्रचार किया गया कि बिहार में महाराष्ट्र होने जा रहा है। भाजपा के प्रति सद्भाव रखने वाले और भाजपा, आरएसएस के थिंकटैंक माने जाने वाले एक पत्रकार ने तो ट्विट भी कर दिया कि बिहार में महाराष्ट्र की कहानी दोहराई जाएगी। यानी जनता दल यू में टूट हो जाएगी और उसका बड़ा हिस्सा अलग होकर भाजपा से तालमेल कर लेगा। फिर या तो भाजपा की सरकार बनेगी या भाजपा के समर्थन से जदयू के टूटे हुए धड़े की सरकार बन जाएगी। अब इस अफवाह की भी हवा निकल गई है और भाजपा को लग गया है कि अंगूर खट्टे हैं तो उसने ऐलान किया है कि अब नीतीश के साथ कभी तालमेल नहीं होगा।

भाजपा की प्रदेश कार्यसमिति की दरभंगा में हुई बैठक में इसका विधिवत प्रस्ताव पास किया गया कि बिहार में भाजपा फिर कभी नीतीश कुमार के साथ तालमेल नहीं करेगी। पार्टी के राज्यसभा सांसद और पूर्व उप मुख्यमंत्री सुशील मोदी ने यह भी बताया कि फैसला केंद्रीय नेतृत्व का है, जिसे प्रदेश कार्यकारिणी में स्वीकार किया गया है।

उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और गृह मंत्री अमित शाह ने यह फैसला किया है कि नीतीश के साथ अब तालमेल नहीं होगा। असल में यह मजबूरी का फैसला है। भाजपा को लग गया है कि अब नीतीश पलटी नहीं मारने वाले है कम से कम अगले लोकसभा चुनाव तक। इस बीच नीतीश की पार्टी के एक बड़े पिछड़ा नेता उपेंद्र कुशवाहा के अलग पार्टी बनाने की चर्चा चल रही है, जिनके साथ भाजपा का तालमेल हो सकता है। इसलिए भाजपा ने अब यह पोजिशन लिया है कि वह तालमेल नहीं करेगी।

सू- दोकू क्र.019

	7				1		3	
1		9				5		
			3				1	
		5						3
3					2		5	
				3				2
	4						7	
7		8		1		6		
	6		7		9			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.18 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

देश में अमीरी-गरीबी

अजय दीक्षित

देश की आर्थिक स्थितियों और असमानता पर एक बार फिर आकलन सामने आए हैं। अब उन्हें संबोधित किया जाना चाहिए। भारत के सकल घरेलू उत्पाद, यानी जीडीपी, का आकार लगातार बढ़ता जा रहा है। हम 13.6 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था बन चुके हैं और सफर लगातार आगे बढ़ रहा है। अच्छी और सुखद खबर है कि दिसंबर, 2०22 में थोक महंगाई दर 4.95 फीसदी तक लुढक आई। बीते 22 माह के बाद महंगाई निम्नतम स्तर पर है। अलबत्ता मई, 2०22 में हम यही दर 15.88 फीसदी तक देख चुके हैं। खुदरा महंगाई दर भी 5 फीसदी के करीब है, लेकिन इन दरों से आम आदमी को महंगाई से तुरंत राहत मिलेगी, इस निष्कर्ष पर पहुंचना गलत होगा। खुदरा कारोबारी, गली-मुहल्ले के दुकानदार और रेहड़ीवाले फिलहाल प्रचलित कीमतों पर ही दाल, चावल, आटा, सब्जी आदि बेच रहे हैं। उनकी अर्थव्यवस्था समानांतर चलती है। फिर भी भारत में नियंत्रित मुद्रास्फीति कुछ सुकून और राहत देती है। पड़ोसी देश श्रीलंका में आज भी मुद्रास्फीति की दर 57.2 फीसदी और पाकिस्तान में करीब 25 फीसदी है। अमरीका, ब्रिटेन, यूरोप सरीखे विकसित देश भी इससे अछूते नहीं हैं। इसी ख़बर के साथ-साथ ऑक्सफैम इंडिया की रपट ने कुछ खुलासे किए हैं। कुछ चिंताएं आरएसएस के सरकार्यवाह (महासचिव) दत्तात्रेय होसबले ने फिर दोहराई हैं। हमें लगता है। कि अब समय आ गया है, जब इन आर्थिक मुद्दों और सरोकारों को संबोधित किया जाना चाहिए और अपेक्षित, अनिवार्य सुधार भी किए जाने चाहिए। प्रधानमंत्री मोदी की सत्ता को

करीब पौने 9 साल बीत चुके हैं। अब तो भाजपा की राष्ट्रीय कार्यकारिणी ने 2०24 का आम चुनाव जीतने की भी रणनीति तय कर ली

है । अर्थव्यवस्था में कई प्रयोग किए जा चुके हैं। भारत आत्मनिर्भर होने की दिशा में बढ़ता जा रहा है। आज भारत स्वदेशी रेलगाड़ी %वंदे भारत% का निर्माण और उत्पादन देश के भीतर ही कर रहा है। मोबाइल बनाने में हम दुनिया में दूसरे सबसे बड़े देश हैं। ऑटोमोबाइल्स में जापान के बाद भारत तीसरे स्थान पर है। खाद्यान्न उत्पादन में हम प्रथम या द्वितीय देश हैं। भारत दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी और व्यापक क्रय-शक्ति वाला देश है। हमारे आयात-निर्यात का संतुलन संवर रहा है। हमारे पास विदेशी मुद्रा का भंडार 55० अरब डॉलर से ज्यादा का है और सर्वाधिक विदेशी निवेश भारत में ही हुआ है। इतिहास आर्थिक सुधारों के लिए पूर्व प्रधानमंत्री पीवी नरसिंह राव और तत्कालीन वित्त मंत्री डॉ. मनमोहन सिंह को हमेशा याद रखेगा, क्योंकि उसी दौर के बाद हमारी अर्थव्यवस्था खुली है, लाइसेंस राज समाप्त प्राय: है, भूमंडलीकरण का दौर शुरू हो पाया है आज नतीजा सामने है कि भारत 5 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था पर सक्रियता से सोच पा रहा है और 2०26 तक यह लक्ष्य भी हासिल हो जाना चाहिए, लेकिन आर्थिक विसंगतियां और असमानताएं आज भी भारत में हैं। मसलन मात्र 1 फीसदी धन्नासेठों के पास देश की 4० फीसदी से अधिक संपदा और संसाधन हैं। देश की 5० फीसदी सबसे गरीब आबादी के पास मात्र 3 फीसदी संपत्ति है। देश की करीब 72 फीसदी संपदा और संसाधन 1० शीर्षतम अमीरों के पास हैं। नए अरबपतियों की संख्या 2०22 में 166 तक पहुंच चुकी है। सिर्फ 1०० लोगों के पास 18 माह के राष्ट्रीय बजट के बराबर, करीब 54.12 लाख करोड़ रुपए, धन है, जबकि 25-26 करोड़ भारतीय आज भी गरीबी रेखा के तले जीने को अभिशप्त हैं। यह आर्थिक असमानता कब दूर होगी ?

विधासभा अध्यक्ष ने कुमाऊं दौरे में किए सिद्धपीठ मंदिरों के दर्शन

हमारे संवाददाता

नैनीताल। उत्तराखंड विधानसभा अध्यक्ष ऋतु खंडूरी इन दिनों अपने कुमाऊं दौरे पर है, और यहां वह सिद्धपीठ मंदिरों के दर्शन कर रही है।

बता दें कि विधानसभा अध्यक्ष ऋतु खण्डूरी अपने तीन दिवसीय कुमाऊं भ्रमण के दौरान बीते रोज नैनीताल पहुंची। जहां उन्होने माता पाषाण देवी मंदिर में विशेष पूजा अर्चना की। तत्पश्चात उन्होंने आज सुबह माता नयना देवी मंदिर में जाकर पूजा अर्चना की। उन्होने कहा की नैनीताल उनका ननिहाल है वे बचपन से ही नैनीताल की सुंदरता को देखती आ रही है। उन्होंने कहा की उनका सौभाग्य है की वे सिद्धपीठ मंदिरों के दर्शन कर पा रही है और वे देवी-देवताओं से प्रदेशवासियों की सुख समृद्धि व शांति की कामना कर रही हैं।

नैनीताल के मंदिरों के दर्शन के पश्चात विधानसभा अध्यक्ष ऋतु खंडूरी ने नैनीताल विधायक सरिता आर्या के साथ डीएस ग्राउंड नैनीताल में चल रहे स्वर्गीय एन.के आर्य की स्मृति में आयोजित स्वर्गीय एनके आर्य मेमोरियल क्रिकेट टूर्नामेंट में शिरकत की।

45 पेटी अंग्रेजी शराब सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

पौड़ी। पहाड़ों में हो रही शराब तस्करी पर अंकुश लगाते हुए पुलिस ने आज सुबह 45 पेटी अंग्रेजी शराब व तस्करी में प्रयुक्त वाहन सहित एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर लिया है। बरामद शराब की कीमत 4.5 लाख रूपये बतायी जा रही है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह कोतवाली कोटद्वार पुलिस व सीआईयू को सूचना मिली कि क्षेत्र में कोई शराब तस्कर भारी मात्रा में अंग्रेजी शराब की सप्लाई हेतू आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए कोतवाली पुलिस व सीआईयू की टीम द्वारा क्षेत्र में संयुक्त अभियान चलाया गया। इस दौरान मटिलायी काण्डाखाल के पास एक संदिग्ध पिकअप वाहन आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वाहन चालक वाहन छोड़कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। वाहन की तलाशी के दौरान पुलिस ने उसमें रखी 45 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की। पूछताछ में पकड़े गये व्यक्ति ने अपना नाम अविनाश कण्डवाल पुत्र भास्करानन्द कण्डवाल, निवासी ग्राम बडैथ थाना कोटद्वार बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे गिरफ्तार कर लिया है। बरामद शराब की कीमत 4.5 लाख रूपये बतायी जा रही है।

आरटीआई लाने का उद्देश्य सरकारी..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

स्पष्ट उत्तर देने पर अधिकतर प्रकरण लोक सूचना अधिकारी स्तर पर ही निस्तारित हो जाते है। उन्होंने डॉ. आर.एस. टोलिया, उत्तराखण्ड, प्रशासन अकादमी, नैनीताल का इस प्रकार के प्रशिक्षण आयोजित करने हेतु आभार व्यक्त किया। उन्होंने बताया कि कोरोना काल में सुनवाई बाधित रहने तथा ऑनलाईन सुनवाई में शिकायतकर्ता के न जुड़ पाने के कारण कुछ प्रकरण लम्बित हुए। वर्तमान में लगातार सुनवाई की जा रही है। 4000 लम्बित प्रकरणों में से 2200 प्रकरण निस्तारित किये गए हैं, तथा शेष पर निरन्तर सुनवाई गतिमान है। कार्यक्रम में उत्तराखण्ड, प्रशासन अकादमी, नैनीताल से प्रशिक्षक के रूप में डॉ0 मंजु ढौंडियाल, विशेष कार्याधिकारी व सुश्री पूनम पाठक, उप निदेशक, द्वारा प्रशिक्षण प्रदान किया गया। प्रशिक्षण के दौरान विभागीय अधिकारियों को कार्यस्थल में महिलाओं की सुरक्षा एवं अधिनियम के अन्तर्गत गठित विभिन्न समितियों के गठन कार्यकरण के विषय में विस्तार से जानकारी दी गयी।

मुख्य सचिव ने नैनी सैनी एयरपोर्ट व बेस चिकित्सालय भवन का किया स्थलीय निरीक्षण

कार्यालय संवाददाता

पिथौरागढ़। प्रदेश के मुख्य सचिव एसएस संधु ने जनपद के नैनी सैनी एयरपोर्ट एवं पिथौरागढ़ स्थित बेस चिकित्सालय भवन का स्थलीय निरीक्षण किया।

मुख्य सचिव ने सर्वप्रथम नैनी सैनी एयरपोर्ट का स्थलीय निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया। इस दौरान जिलाधिकारी द्वारा नैनी सैनी हवाई पट्टी के विस्तार की कार्ययोजना का प्रस्तुतीकरण भी पावर प्रजेंटेशन के माध्यम से मुख्य सचिव के समक्ष रखा गया। इस दौरान मुख्य सचिव द्वारा सचिव दिलीप जावलकर से नैनी सैनी में हवाई सेवा शुरू होने के बारे में जानकारी ली गई। जिस पर सचिव श्री जावलकर ने बताया कि आगामी 2 माह के भीतर हवाई सेवा शुरू हो जाएगी।

इसके बाद मुख्य सचिव द्वारा पिथौरागढ़ स्थित बेस चिकित्सालय भवन का स्थलीय निरीक्षण किया गया। उन्होंने जिलाधिकारी को निर्देश दिए कि बेस चिकित्सालय भवन के हैण्ड ओवर की कार्रवाई तुरन्त की जाए। उन्होंने कहा कि बेस चिकित्सालय भवन के उचित रख-रखाव का भी ध्यान रखा जाय। इस दौरान मुख्य सचिव ने बताया कि सचिव स्वास्थ्य बेस चिकित्सालय के निरीक्षण के लिए पहुंच रहे हैं। संभावना है कि बेस चिकित्सालय का संचालन अतिशीघ्र शुरू हो जाएगा। उन्होंने यह भी बताया कि पिथौरागढ़ स्थित बेस चिकित्सालय के संचालन को लेकर सचिवालय स्तर पर भी कुछ दिन पूर्व मीटिंग आयोजित की गई थी।

इस अवसर पर अपर मुख्य सचिव आनंद वर्धन, सचिव सिविल दिलीप जावलकर, सचिव परिवहन अरविंद सिंह हयांकी, जिलाधिकारी रीना जोशी, मुख्य विकास अधिकारी वरुण चौधरी, एसपी लोकेश्वर सिंह, अपर जिलाधिकारी फिंचाराम चौहान, मुख्य चिकित्सा अधिकारी एचएस हंयाकी आदि उपस्थित थे।

बाहरी प्रदेश के कब्जेदारों पर तत्काल नकेल कसे निगम प्रशासनः उंक्राद

नगर संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड क्रांति दल महानगर देहरादून की कार्यकारी अध्यक्ष किरण रावत ने प्रेस वार्ता करते हुए कहा कि देहरादून को अब भी सबसे स्वच्छ शहर बनाया जा सकता है लेकिन इसके लिए उत्तराखंड सरकार, नगर निगम व जन सहभागिता की आवश्यकता होगी। उन्होंने शहर में बढ़ती गंदगी, रिस्पना और बिंदाल में हो रहे कब्जे पर चिंता व्यक्त की।

किरण रावत ने कहा कि यदि सरकार रिस्पना और बिंदाल नदी को फिर से जीवित करना चाहती है तो उसको व्यापक स्तर पर पुनर्वास कराना होगा। जिसके लिए बड़ी योजना की आवश्यकता है। राष्ट्रीय पार्टी के नेताओं ने गरीब लोगों को गुमराह कर पैसे लेकर नदियों पर कब्जा करा दिया है और उनको झूठा आश्वासन दिया जा रहा है कि आपको नियमित कर दिया जाएगा। उन्होने कहा कि निगम प्रशासन और सरकार को यह बताना चाहिए कि उसकी अवैध कब्जे और उनके नियमित किए जाने अथवा विस्थापन के लिए क्या योजना हैं। मेयर देहरादून द्वारा बिना किसी व्यापक योजना के रिस्पना नदी और बिंदाल नदी को साफ करने की बात करना भी बेमानी है। उन्होने कहा कि सरकार और निगम प्रबंधन देहरादून शहर वासियों के सामने एक श्वेत पत्र जारी करें कि उनके पास देहरादून का सौंदर्यीकरण तथा रिस्पना एवं बिंदाल नदियों की सफाई के लिए क्या योजना है? उत्तराखंड क्रांति दल स्पष्ट नीति को लागू करने का पक्षधर है और किसी भी गरीब का घर उजाड़ने का पक्षधर नहीं है। उन नेताओं को सजा मिलनी चाहिए जिन्होंने पैसे लेकर सरकारी भूमि पर कब्जे कराए है।

जनपदीय पशु क्रूरता निवारण समिति के चुनाव में जगजोत कौर, अमित पाल, कुनाल ग्रोवर एवं मयंक रावत हुए विजयी। आज मुख्य पशु चिकित्साधिकारी कार्यालय, विकास भवन - देहरादून में जनपदीय पशु क्रूरता निवारण समिति देहरादून का चुनाव हुआ। जिसमें 4 गैर सरकारी सदस्य चुने गए। 45 गैर सरकारी सदस्यों में से 5 प्रत्याशी ने चुनाव के लिए नामांकन किया था। कुल सदस्यों में से 34 ने मतदान किया। जिसमें श्रीमती जगजोत कौर को 21, श्री अमित पाल को 22, श्री कुनाल ग्रोवर को 23, श्री मयंक रावत को 21 एवं श्री कुलबीर सिंह को 14 वोट मिले।

मातृ सेवा सदन मो0 9760941522
वृद्ध माताओं का आश्रम (श्य्याग्रस्त न हों) निःशुल्क भोजन, वस्त्र एवं मैडिकल
सम्पूर्ण समर्पण फॉउन्डेशन (रजि.) 31/1 धर्मपुर, देहरादून
हेड ऑफिसः- साई छाया, जोहड़ी गाँव, देहरादून

एक नजर

पीएम मोदी रिसाइकिल प्लास्टिक से बनी जैकेट पहन पहुंचे संसद

नई दिल्ली। आज संसद में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एक विशेष नीली जैकेट में दिखे। खास बात यह है कि प्रधानमंत्री की यह जैकेट कपड़े से नहीं, बल्कि प्लास्टिक की बोतलों को रिसाइकिल कर बनाई गई है। प्रधानमंत्री की यह जैकेट सदन में लोगों का ध्यान आकर्षित करती दिखी।

आपको बता दें कि प्रधानमंत्री को यह खास जैकेट सोमवार को बेंगलुरु में इंडिया एनर्जी वीक के दौरान इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन द्वारा भेंट की गई। जैकेट को पीईटी बोतलों को रिसाइकिल कर बनाया गया है। इंडिया एनर्जी वीक का उद्देश्य ऊर्जा संक्रमण महाशक्ति के रूप में भारत की बढ़ती शक्ति को प्रदर्शित करना था। इंडिया ऑयल के कर्मचारियों और सशस्त्र बलों के लिए स्थायी वस्त्र बनाने के लिए 10 करोड़ से अधिक पीईटी बोतलों का रिसाइकिल किया जाएगा।

प्रधानमंत्री के इस जैकेट को तमिलनाडु के करूर की कंपनी श्रीरेंगा पॉलिमर्स द्वारा तैयार किया गया है। कंपनी ने इंडियन ऑयल को पीईटी बॉटल से बने 9 अलग-अलग रंग के कपड़े भेजे थे, जिसमें से प्रधानमंत्री के लिए यह कलर चुना गया। इसके बाद इसे गुजरात में प्रधानमंत्री के टेलर के पास भेजा गया, जिन्होंने इस जैकेट को तैयार किया। बताया गया है कि इस तरह के जैकेट को तैयार करने में करीब 15 बोतलों की आवश्यकता होती है, जबकि फुल ड्रेस बनाने में लगभग 28 बोतल लग जाती हैं।

तुर्की की अभिनेत्री ने इमोशनल पोस्ट लिखकर लोगों से मदद की गुहार लगाई

नई दिल्ली। तुर्की और सीरिया में आए विनाशकारी भूकंप के झटकों ने हर किसी को स्तब्ध कर दिया है। भूकंप से हुई तबाही का हाल बेहद डरावना है। सड़कों पर चीख-पुकार मची हुई है और अस्पतालें घायलों से भरे पड़े हैं। दुनिया के कई देश इस मुश्किल घड़ी में तुर्की के साथ खड़े नजर आ रहे हैं। यहां दुनिया भर से पीड़ितों की मदद और बचाव अभियान के लिए लोग आगे आए हैं। इसी बीच इस तबाही को लेकर तुर्की की सिनेमा इंडस्ट्री की सबसे बड़ी एक्ट्रेस बिरसे अकाले ने एक इमोशनल पोस्ट लिखकर लोगों से मदद की गुहार लगाई है।

टर्किश सिनेमा की फेमस स्टार बिरसे अकाले ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम हैंडल पर एक पोस्ट साझा किया है। इस पोस्ट में बिरसे ने वहां के हालात पूरी दुनिया के सामने ला दिए हैं। इसके साथ ही अकाले ने दुनियाभर के लोगों से अपने देश की मदद करने की मांग की है।

पोस्ट में एक्ट्रेस ने लिखा, शहमें अलग-अलग सूत्रों से झटके लगने वाली खबरें मिल रही है। तबाही की जगह पर नौ घंटे बाद एक और उतना ही दहला देने वाला भूकंप फिर आया था। इसकी वजह से 2861 इमारतें ध्वस्त हो गई हैं। तीन एयरपोर्ट इस्तेमाल के लायक नहीं रहे हैं। उस क्षेत्र और उसके आसपास के गांवों में जमीनी रास्ते से पहुंचना मुश्किल है। इस नंबर के आगे बढ़ने की आशंका है। अभी अंधेरा होगा और बर्फबारी भी बढ़ेगी। हम समय से रेस लगा रहे हैं, हमारी ढूंढने और रेस्क्यू करने की कोशिशें काफी नहीं हैं।

पीडीपी चीफ और जम्मू-कश्मीर की पूर्व मुख्यमंत्री महबूबा मुफ्ती पुलिस हिरासत में

नई दिल्ली। दिल्ली में विरोध प्रदर्शन के बाद पुलिस ने पीडीपी चीफ और जम्मू-कश्मीर की पूर्व मुख्यमंत्री महबूबा मुफ्ती को हिरासत में लिया है। पीडीपी नेता मुफ्ती जम्मू-कश्मीर प्रशासन के अतिक्रमण विरोधी अभियान के खिलाफ दिल्ली में प्रदर्शन कर रहीं थीं, जिसके बाद उनको पुलिस ने प्रदर्शनस्थल से हिरासत में लिया है। महबूबा मुफ्ती जम्मू कश्मीर में प्रशासन की ओर से की जा रही अतिक्रमण के खिलाफ कार्रवाई का विरोध करने दिल्ली पहुंचीं थीं। इस दौरान पुलिस ने महबूबा मुफ्ती के साथ मौजूद अन्य पीडीपी नेताओं को भी हिरासत में लिया है। बता दें कि जम्मू-कश्मीर के 20 जिलों से अतिक्रमण हटाने के लिए बुलडोजर से कार्रवाई की जा रही है। जमीन वापस लेने के अलावा कई ढांचों को भी तोड़ दिया गया है।

जम्मू-कश्मीर प्रशासन की ओर से चलाए जा रहे अतिक्रमण विरोधी अभियान के खिलाफ केंद्र शासित प्रदेश की सियासत गरमाई हुई है। विपक्षी दलों ने गरीबों को निशाना बनाने का आरोप लगाया है। बड़े स्तर पर अतिक्रमण के विरोध में बुलडोजर एक्शन के चलते विरोध प्रदर्शन शुरू हो चुका है। इसी कड़ी में दिल्ली में जम्मू-कश्मीर की पूर्व सीएम महबूबा मुफ्ती ने प्रदर्शन किया, जिसके बाद पुलिस ने उनको हिरासत में लिया है। इससे पहले महबूबा मुफ्ती जम्मू कश्मीर प्रशासन के खिलाफ जमकर हमला बोला था। उन्होंने कहा था कि जम्मू कश्मीर में गुंडा राज है। जम्मू कश्मीर को अफगानिस्तान की तरह तबाह किया जा रहा है।अतिक्रमण विरोधी अभियान को लेकर उन्होंने केंद्र पर निशाना साधते हुए कहा था कि बुलडोजरों की वजह से आज कश्मीर आपको अफगानिस्तान जैसा दिखेगा।

भर्तियों में हुई धांधलियों को लेकर बेरोजगारों ने किया जोरदार प्रदर्शन

हमारे संवाददाता

देहरादून। भर्तियों में हुई धांधलियों की सीबीआई जांच की मांग को लेकर आज सैकड़ो बेरोजगारों द्वारा बेरोजगार संघ के बैनर तले गांधी पार्क के बाहर जोरदार प्रदर्शन किया गया।

बता दें कि उत्तराखण्ड में पिछले दिनों भर्तियों में हुई धाधलियों का खुलासा हुआ था। जांच के दौरान कुछ अधिकारियों व कर्मचारियों के नाम सामने आने के बाद इसमें कई गिरफ्तारियां भी की गयी थी। राज्य में भर्तियों में हुई धांधलियों का खुलासा होते ही बेरोजगार युवा ठगे से रह गये। तथा वह सरकार से इन सभी भर्तियों की सीबीआई जांच की मांग करने लगे। लेकिन वर्तमान सरकार द्वारा इन मामलों की जांच एसटीएफ व एसआईटी से करवाई गयी। जिसके बाद इन भर्तियों से सम्बन्धित कई लोगों के खिलाफ मुकदमे दर्ज कर उन्हे जेल भेजा गया। लेकिन राज्य के बेरोजगार युवाओं को अब यह लगने लगा है कि सरकार कुछ लोगों को बचाने का प्रयास कर रही है। इसके चलते आज बेरोजगार संघ के बैनर तले सैकड़ों बेरोजगार राजधानी दून के गांधी पार्क में एकत्र हुए और उन्होने सरकार के खिलाफ जोरदार प्रदर्शन किया।

इस मौके पर बेरोजगार संघ के अध्यक्ष बाबी पंवार ने कहा कि राज्य बनने से लेकर अब तक हुई भर्तियों में लगातार धांधलियां हुई है। जिससे बेरोजगार आक्रोशित है तथा वह इन भर्तियों की सीबीआई जांच कराने की मांग सरकार से कर रहे है।

आईटीबीपी जवान ने गोली मारकर किया आत्महत्या का प्रयास

संवाददाता

देहराहदून। आईटीबीपी के जवान ने राईफल्स से खुद को गोली मारकर आत्महत्या का प्रयास किया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार 23 वाहिनी आईटीबीपी के उप सेनानी विपिन मिश्रा ने बसंत विहार थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनकी वाहिनी में तैनात हैड कांस्टेबल सिद्धराम गौडा. ने जो कि समय लगभग 11 बजे से कैम्प परिसर में जिम गार्ड ड्यूटी के दौरान अपने आपको इन्सास राइफल से गोली मारकर आत्महत्या करने का प्रयास किया है।

उक्त कर्मी वर्तमान समय में संयुक्त चिकित्सालय देहरादून के माध्यम से मंहत इन्द्रेश अस्पताल मे उपचाराधीन है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

एटीएम तोड़ चोरी का प्रयास

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने एटीएम में तोडफोड कर चोरी का प्रयास किया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सेंट्रल बैंक ऑफ इण्डिया क्लेमनटाउन की शाखा प्रबंधक प्रियंका अरोडा ने क्लेमनटाउन थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी शाखा से लिंक्ड सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया एटीएम सेवला खुर्द, सहारनपुर रोड क्लमेटाउन में जनता को बैंकिंग सेवाएं प्रदान करने हेतु लगाया गया है। गत रात्रि के करीब रत्रि एक बजे किसी व्यक्ति द्वारा सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया क्लेमेंटटाउन के एटीएम में तोड़फोड़ कर चोरी का प्रयास किया गया। एटीएम का वाउल्ट, फेसिया लक, कैमरा आदि को नुकसान पहुंचा है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

बीएड व डीएलएड प्रशिक्षितों ने किया शिक्षामंत्री आवास घेराव

संवाददाता

देहरादून। बीएड व दो वर्षीय डीएलड प्रशिक्षितों ने अपनी मांगों को लेकर शिक्षामंत्री के आवास का घेराव कर वहीं धरने पर बैठ गये।

आज यहां गतिमान उत्तराखण्ड प्राथमिक शिक्षक भर्ती की काउंसलिंग प्रक्रिया को पुनः शुरू करवाने को लेकर प्रदेश के अलग अलग जनपदों से पहुंचे दर्जनों बीएड तथा दो वर्षीय डीएलएड प्रशिक्षितों ने अपनी मांगों को लेकर शिक्षामंत्री आवास का घेराव करते हुए वहीं धरने पर बैठ गए। बीएड तथा डी. ईएल. ईडी प्रशिक्षित विगत लंबे समय से प्राथमिक शिक्षक भर्ती की नियुक्ति प्रक्रिया को शुरू करने के लिए विभाग तथा सरकार से निरंतर अनुरोध कर रहे हैं मगर विभाग काउंसलिंग प्रक्रिया को शुरू करने में विलंब कर रहा है जिससे आक्रोशित होकर बीएड तथा डीएलएड प्रशिक्षितों ने शिक्षामंत्री आवास पर ही धरने पर बैठने का निर्णय लिया है तथा प्रशिक्षितों का कहना है की जब तक शासन काउंसलिंग शुरू करने के लिए विभाग को लिखित आदेश नही देता है तब तक वो यहां से नही उठेंगे। शिक्षामंत्री आवास पर पुलिस बल तैनात तथा प्रशिक्षितों की पुलिस के साथ तीखी नौकझौंख भी हुई।

एम्स की पार्किंग से एक्टिवा चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने एम्स की पार्किंग से एक्टिवा चोरी कर लिया है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बद्रीपुर निवासी जगदीश चन्द्र देवराडी ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से एम्स अस्पताल गया था। उसने अपनी एक्टिवा पार्किंग में खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी एक्टिवा अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

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।