सोमवार
27 मार्च 2023

पृष्ठ 4

हटाना चाहते हैं आंखों से चश्मा ?

पृष्ठ 5

असल जिंदगी में बेहद बोल्ड है सिमरत कौर!

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 59
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

हजार योद्धाओं पर विजय पाना आसान है, लेकिन जो अपने ऊपर विजय पाता है वही सच्चा विजयी है।

– गौतम बुद्ध

दूनवैलीमेल

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

पन्नू की धमकी के बाद एसटीएफ भी आयी मैदान में

जी-20 सम्मेलन के लिए सुरक्षा के कडे इंतेजाम: सेंथिल

संवाददाता

देहरादून। प्रतिबंधित संगठन के गुरपतवंत सिंह उर्फ पन्नू के द्वारा दी गयी धमकी के बाद एसटीएफ भी मैदान में उतर गयी है। डीआईजी एसटीएफ सेंथिल अबुदेई कृष्ण राज एस ने कहा कि रामनगर व ऊधमसिंह नगर में चौकसी बढा दी गयी है।

उल्लेखनीय है कि प्रतिबंधित संगठन सिख फॉर जस्टिस के खालिस्तानी आतंकवादी गुरपतवंत सिंह उर्फ पन्नू के द्वारा उत्तराखण्ड के सीएम पुष्कर सिंह धामी को धमकी दी गयी थी कि अगर उत्तराखण्ड में उनके संगठन के लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज हुआ तो इसके जिम्मेदार मुख्यमंत्री होंगे। यह मामला देर रात पुलिस महानिदेशक अशोक कुमार के संज्ञान में भी आया तो उन्होंने तत्काल इसकी जांच एसटीएफ को सौंप दी। एसटीएफ ने जांच शुरू करते हुए उन तमाम नम्बरों को खंगालना शुरू कर दिया।

आज यहां डीआईजी एसटीएफ सेंथिल अबुदेई कृष्ण राज एस ने बयान जारी करते हुए कहा कि रामनगर में होने वाले जी–20 के आयोजन को लेकर यह पब्लिकसिटी गेम मात्र है लेकिन इसको हल्के नहीं लिया जायेगा। उन्होने बताया कि रामनगर व ऊधमसिंह नगर में सुरक्षा व्यवस्था बढा दी गयी है। इसके साथ ही प्रत्येक मेहमान की सुरक्षा के इंतेजाम कर लिये गये हैं तथा सर्तकता बढा दी गयी है तथा एसटीएफ इस मामले की गम्भीरता से जांच में जुट गयी है। जल्द ही मामले का खुलासा कर दिया जायेगा।

एटीएम लूटने आये बदमाशों पर भारी पड़ी पुलिस, पांच गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। एटीएम लूटने आये बदमाशों को उस समय मुंह की खानी पड़ी जब पुलिस ने मौके पर पहुंच कर उन्हे गिरफ्तार कर लिया। हालांकि इस दौरान बदमाशों द्वारा एटीएम तो तोड़ा जा चुका था लेकिन वह लाखों के कैश पर हाथ साफ कर पाते इससे पहले ही पुलिस ने उन्हे दबोच लिया। बदमाशों के कब्जे से पुलिस ने घातक हथियार व अन्य सामान भी बरामद किया है।

जानकारी के अनुसार आज रात करीब 2.30 बजे चेतक पर तैनात पुलिसकर्मी सुनील राणा व गजय तोमर को गश्त के दौरान जगजीतपुर स्थित पंजाब नेशनल बैंक के एटीएम के अंदर से कुछ आवाजे सुनाई दी। नजदीक जाने पर जेनरेटर की आड़ लिए एक लड़का दिखने पर पुलिसकर्मियों ने उक्त लड़के को पकड़

❑तमंचे-कारतूस सहित अन्य सामान बरामद

कर पूछताछ की। जिसके द्वारा अपने अन्य साथियों के साथ मिलकर एटीएम तोड़कर डकैती डालने की योजना के बारे में बताया। जिसकी सूचना तत्काल ही दोनो कर्मियों द्वारा थाने को दी गई। जिस पर जल्द ही थाने से अन्य फोर्स मौके पर पहुंचा तथा एटीएम के अंदर घुसे अन्य बदमाशों को सुझबुझ दिखाते हुए पकड़ लिया। जिनके पास से तमंचे, एटीएम तोड़ने के लिए लाई गई हथौड़ी, कुल्हाड़ी, मिर्ची पाउडर व अन्य सामान बरामद हुआ। हालांकि इस दौरान आरोपियों द्वारा एटीएम मशीन तोड़ ली गई थी, इससे पहले कि ये लोग पैसे निकालते पुलिस में उन्हे दबोच लिया। पूछताछ में

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

लोन लेने वालों का पक्ष सुने बिना अकाउंट फ्रॉड घोषित न करें बैंकः सुप्रीम कोर्ट

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को बैंकों को लेकर अहम फैसला सुनाया है। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि जब तक लोन लेने वालों का पक्ष ना सुना जाए, तब तक उनके खातों को फ्रॉड घोषित नहीं किया जाएगा। कोर्ट ने कहा कि ये एक तरह से लोन लेने वालों को ब्लैक लिस्ट में डालने के समान होता है। मुख्य न्यायाधीश डीवाई चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली बेंच ने तेलंगाना हाईकोर्ट के फैसले को बरकरार रखते हुए कहा कि लोन लेने वाले के पक्ष को सुनना भी जरूरी है। क्योंकि उनका पक्ष सुने बिना अगर उनके बैंक खाते को फ्रॉड घोषित कर दिया जाता है, तो उनकी सिबिल पर गंभीर असर पड़ता है। कोर्ट ने कहा कि लोन लेने वाले के अकाउंट को धोखाधड़ी के रूप में वर्गीकृत करने के फैसले का तार्किक तरीके से पालन किया जाना चाहिए। यह फैसला स्टेट बैंक ऑफ इंडिया की याचिका पर आया है। कोर्ट ने कहा कि ऑडी अल्टरम पार्टेम के सिद्धांतों को भी पढ़ा जाए। ऑडी अल्टरम पार्टेम का मतलब है प्राकृतिक न्याय का सिद्धांत है। इसके तहत कोई भी व्यक्ति बिना सुनवाई के अपराधी घोषित नहीं किया जाएगा। हाल ही में एक रिपोर्ट सामने आई थी, जिसके मुताबिक पिछले साल एक तिमाही में भारत में जितने लोगों ने बैंक में लोन लेने के लिए आवेदन दिया, उसमें से 43 फीसदी लोग 18 से 43 साल के थेइसमें भी ज्यादातर युवा पर्सनल लोन लेना चाहते थे।

काले कपड़े पहनकर सदन में पहुचे कांग्रेसी सांसद

नई दिल्ली। लोकसभा में पिछले दो सप्ताह की तरह सोमवार को भी प्रश्नकाल और शून्यकाल नहीं चल सके और कांग्रेस सहित कुछ विपक्षी सदस्यों के शोर–शराबे के कारण बैठक शुरू होने के कुछ ही मिनट बाद शाम चार बजे तक स्थगित कर दी गई।

कांग्रेस नेता राहुल गांधी को सूरत की एक अदालत द्वारा वर्ष 2019 के मानहानि के एक मामले में सजा सुनाये जाने के मद्देनजर शुक्रवार को लोकसभा की सदस्यता से अयोग्य ठहराये जाने के विरोध स्वरूप कांग्रेस सदस्य सदन में काले कपड़े पहन कर आए थे।

कांग्रेस की वरिष्ठ नेता सोनिया गांधी काला स्कार्फ पहने हुए थीं। नेशनल कॉन्फ्रेंस सांसद फारूक अब्दुल्ला काला

कुर्ता पहन कर आए थे। कुछ सदस्यों को कागज फाड़कर हवा में उछालते हुए भी देखा गया। सुबह 11 बजे सदन की कार्यवाही शुरू होते ही कांग्रेस सहित कुछ विपक्ष दलों के सदस्य नारेबाजी करने लगे। कुछ कांग्रेस सदस्य आसन के समीप आकर तख्तियां दिखा रहे थे।

इस बीच, लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला ने कहा, 'मैं सदन गरिमा के साथ चलाना चाहता हूं।' इसके बाद उन्होंने कार्यवाही शाम चार बजे तक स्थगित कर दी।

मोदी सरनेम टिप्पणी मामले में दोषी ठहराए जाने के बाद कांग्रेस पार्टी के नेता राहुल गांधी की संसद सदस्यता को रद्द कर दिया गया है। मानहानि में दोषी पाए जाने के बाद उनकी संसद सदस्यता को खारिज कर दिया गया है। इसी के साथ राहुल गांधी ने अपने ट्विटर बायो में खुद को डिस्क्वालीफाईड एमपी बताया है। अयोग्य ठहराए जाने के बाद राहुल गांधी द्वारा अपने ट्विटर बायो में यह बदलाव किया गया है। इसी के खिलाफ बीते कल कांग्रेस पार्टी के नेता व कार्यकर्ताओं ने महात्मा गांधी की प्रतिमाओं के सामने एक दिवसीय सत्याग्रह का आयोजन किया।

दून वैली मेल

संपादकीय

हथियार बड़ा, लड़ाई कमजोर

भले ही राहुल गांधी ने अपनी प्रेस कॉन्फ्रेंस में यह कहा हो कि भाजपा ने पैनिक होकर उनकी लोकसभा सदस्यता को रद्द करा दिया, लेकिन ऐसा करके सरकार ने विपक्ष को एक बड़ा राजनीतिक हथियार थमा दिया। राहुल गांधी की यह बात निसंदेह सही है लेकिन इसके साथ ही यह सवाल भी अहमं है कि इस बड़े हथियार का कांग्रेस और विपक्षी दल कितना सही इस्तेमाल कर पाते हैं। देश में ऐसे करोड़ों लोग हैं जो यह जान समझ रहे हैं कि राहुल गांधी को अदालत से हुई 2 साल की सजा जो 4 साल पहले के एक चुनावी भाषण को लेकर हुई है तथा लोकसभा से तुरत-फुरत इस सजा के आधार पर उनकी सदस्यता समाप्त किए जाने की कार्यवाही राजनीति से प्रेरित है और गलत है लेकिन कांग्रेस अपनी इस सही बात को देश के समाज को कितने प्रभावी ढंग से समझा पाती है और इसे चुनाव तक कैसे एक जनांदोलन में तब्दील करती है। यह कांग्रेस के लिए कठिन काम होगा, अगर चंद दिनों के धरने-प्रदर्शनों और सत्याग्रह के बाद यह मुद्दा भी अन्य मुद्दों की तरह ही सामान्य मुद्दा बन जाता है तो कांग्रेस को इस बड़े हथियार का कोई फायदा होने वाला नहीं है। इस घटना ने राहुल गांधी को और अधिक कद्दावर छवि वाला नेता बना दिया है, इसमें भी कोई शक और संदेह नहीं है। इसकी झलक उनकी प्रेस कॉन्फ्रेंस में भी देखने को मिली विपक्ष के वह तमाम बड़े नेता भी राहुल गांधी व कांग्रेस का समर्थन करते दिख रहे हैं तो यह यूं ही नहीं है। लेकिन राहुल गांधी और कांग्रेस को अधिक उदारता के साथ सभी विपक्षी दलों के नेताओं के साथ समन्वय और सहयोग बनाने की जरूरत है। अगर उनकी इस लड़ाई में पूरा विपक्ष अंतिम समय तक उनके साथ खड़ा रह सकता है तभी वह इस लड़ाई को निर्णायक मुकाम तक ले जा पाएंगे। भाजपा कांग्रेस के विरोध और इस लड़ाई को कमजोर करने के लिए उनके द्वारा ओबीसी समाज का अपमान बताकर प्रचारित किया जा रहा है वहीं अदालत के आदेश के खिलाफ आंदोलन बताकर यह कहा जा रहा है कि कांग्रेस न संविधान को मानती है और न न्यायपालिका में उसका विश्वास है। कांग्रेस को भाजपा के प्रचार का माकूल जवाब देना होगा कल खड़गे ने जो कहा कि ललित मोदी और मेहुल चौकसी तथा नीरव मोदी भगोड़े अपराधी हैं भाजपा सरकार उनका विरोध क्यों नहीं सुन पा रही है। उनका कहना है कि नीरव ललित और चौकसी क्या ओबीसी वर्ग के हैं फिर भाजपा कैसे कह सकती है कि राहुल ने ओबीसी का अपमान किया है। कांग्रेस के लिए इस मुद्दे से जुड़ी एक अहम बात यह है कि कांग्रेस का खुद का संगठन इस लड़ाई को आगे कैसे ले जाता है। क्या राहुल गांधी को अपनी 2 साल की सजा के खिलाफ उच्च न्यायालय में अपील में जाना चाहिए? अगर उच्च न्यायालय उन्हें बरी कर देता है या सजा को कम कर देता है तब क्या 2024 के चुनाव से पहले उनकी सदस्यता बहाल हो सकती है? और अगर लोकसभा अध्यक्ष ने सदस्यता बहाल नहीं की तो क्या होगा? आदि कई ऐसे सवाल हैं जिन पर कांग्रेस के रणनीतिकारों को विमर्श की जरूरत है। कांग्रेसी सांसद अगर इस मुद्दे पर खुद लोकसभा से इस्तीफा देकर विपक्ष को भी इसके लिए प्रेरित कर पाते हैं तो यह लड़ाई निश्चित तौर पर और अधिक मजबूती से लड़ी जा सकती थी। लेकिन कांग्रेसी खुद ही इस लड़ाई को आधे अधूरे मन से लड़ते दिख रहे हैं। जो कांग्रेस की कमजोरी को साबित करता है।

जिलाधिकारी ने जनता मिलन कार्यक्रम में सुनी जनसमस्याएं

कार्यालय संवाददाता

टिहरी। जिलाधिकारी टिहरी गढ़वाल डॉ. सौरभ गहरवार द्वारा आज अपने कार्यालय कक्ष में जनता मिलन कार्यक्रम के तहत जनता की समस्याएं सुनी गई। इस मौके पर 30 शिकायतें/अनुरोध पत्र दर्ज किये गए। जिलाधिकारी द्वारा प्रकरणों के निस्तारण हेतु समयसीमा निर्धारित कर संबंधित अधिकारियों को समयान्तर्गत प्रकरणों के निस्तारण करने के निर्देश दिये गये।

इस मौके पर ग्राम भेलुन्ता प्रतापनगर के रामकृष्ण जोशी ने प्रतापनगर पम्पिंग योजना निर्माण से अपने खेतों को हुए नुकसान एवं जंगली जानवर से हुए नुकसान का मुआवजा दिलाने का अनुरोध किया गया, जिस पर जिलाधिकारी द्वारा एसडीएम प्रतापनगर, अधिशासी अभियन्ता जल निगम एवं अधिशासी अभियन्ता जल संस्थान को संयुक्त रूप से मौके पर जाकर निरीक्षण कर रिपोर्ट उपलब्ध कराने के निर्देश दिये गये हैं। जगदीश कुलियाल सचिव भा.क.पा. उत्तराखण्ड ने गूलर-सालब -भगवासेरा घेराधार जमोला मोटरमार्ग के किमी 10 से आगे किमी. 20 तक के नव निर्माण एंव वन भूमि स्थानान्तरण करने का अनुरोध किया गया, प्रकरण के संबंध में अधिशासी अभियन्ता लोक निर्माण विभाग नरेन्द्रनगर को 10 किमी तक का स्टेट्स रिपोर्ट उपलब्ध कराने के निर्देश दिये गये।

ग्राम सांकरी के प्रेमलाल भट्ट ने एनएच 94 ऑल वेदर रोड़ ग्राम सांकरी के 'विला कुंआ' तोक के डम्पिंग जोन भुगतान करवाने का अनुरोध किया गया, जिस पर एडीएम/एसएलएओ को एक सप्ताह में प्रकरण का निस्तारण करने के निर्देश दिये गये।

एडवोकेट कोटे कम्पाउंड नई टिहरी देवेन्द्र सिंह दुमोगा ने तहसील प्रतापनगर के अन्तर्गत तेलुंगा मांजफ-घोल्डानी मोटर मार्ग हेतु अधिग्रहित फलदार वृक्षों के मुआवजे की गई, इस पर जिलाधिकारी ने अधिशासी अभियन्ता लोक निर्माण विभाग टिहरी को 15 दिन में आवश्यक कार्यवाही कर निस्तारित करने के निर्देश दिये।

प्रदीप सजवाण निवासी ई-ब्लॉक नई टिहरी ने भूमिधर विस्थापित की हैसियत से आंवटित प्लाट पर अवैध अतिक्रमण की शिकायत की गई, जिस पर एसडीएम टिहरी को 03 दिवस में जांच कर रिपोर्ट उपलब्ध कराने के निर्देश दिये गये।

इसके अलावा जनता मिलन कार्यक्रम में राशन कार्ड बनवाने, भूमि आंवटन लाटरी में सम्मिलित करने, विस्थापित भवन/जमीन स्वामियों की निःशुल्क रजिस्ट्री करवाने, घर के आंगन से बिजली का पोल हटाने, खाता खतौनी/भू-अभिलेख में नाम दर्ज करने, जल जीवन मिशन के तहत लाभान्वित करने, नया अन्तोदय राशन कार्ड बनवाने, नई सड़क का सर्वे, मलबे से दबे सिचिंत खेतों की स्लेब सफाई हेतु अनुमति, ऑन लाइन मोबाइल मॉनिटरिंग के द्वारा हाजरी न लगने आदि शिकायते/अनुरोध पत्र दर्ज किये गये, जिनके संबंध में जिलाधिकारी द्वारा संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश देते हुए तत्काल निस्तारित करने के निर्देश दिये गये।

जनता मिलन कार्यक्रम में मुख्य विकास अधिकारी टिहरी गढ़वाल मनीष कुमार, पीडी डीआरडीए प्रकाश रावत, डीडीओ सुनील कुमार सहित अन्य जिला स्तरीय अधिकारी उपस्थित रहे।

डीबीएस महाविद्यालय के बालिका इकाई का सात दिवसीय शिविर का समापन

संवाददाता

देहरहादून। डीबीएस एनएसएस बालिका इकाई का सात दिवसयी विशेष शिविर का सफाई कार्यक्रम के साथ समापन हुआ।

आज यहां तपोवन में स्थित वैदिक साधन आश्रम में चल रहा सात दिवसीय विशेष शिविर संपन्न हुआ। सर्वप्रथम स्वयं सेविकाओं द्वारा प्रभात फेरी में भजन गाए गए उसके बाद योगा और आश्रम के हवन में सहभागिता के साथ दिन की शुरुआत हुई। इसी क्रम में स्वयं सेविकाओं द्वारा विदाई समारोह में सांस्कृतिक कार्यक्रम व नाटक आदि प्रदर्शित किया गया। समारोह के मुख्य अतिथि सेवानिवृत्त आई जी कार्मिक पुष्पक ज्योति ने स्वयं सेविकाओं को संबोधित किया साथ ही साथ विशिष्ट अतिथि प्रदीप शर्मा ने स्वयं सेविकाओं के द्वारा किए गए कार्य की सरहना की गई। कार्यक्रम के अंत में स्वयं सेविकाओं को प्रमाण पत्र वितरित किए गए। दोपहर के पश्चात स्वयंसेविकाओ ने सफाई की। कार्यक्रम में डीबीएस महाविद्यालय की एनएसएस स्वयं सेविकाओ ने अपनी सेवा का प्रतिपादन किया। कार्यक्रम का निर्देशन डी बी एस महाविद्यालय के एनएसएस अधिकारी डॉ आराधना शर्मा(कार्यक्रम अधिकारी) व डॉ शैली(कार्यक्रम अधिकारी) द्वारा किया गया।

शहीद स्मारक के सौंदर्यकरण के लिए सतपाल महाराज को भेजा ज्ञापन

संवाददाता

देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति ने शहीद स्मारक के सौंदर्यकरण के लिए जिलाधिकारी के माध्यम से कैबिनेट मंत्री सतपाल महाराज को ज्ञापन भेजा।

आज यहां नेताजी संघर्ष समिति ने शहीद स्मारक कचहरी के सौंदर्यकरण को लेकर जिलाधिकारी के माध्यम से सतपाल महाराज कैबिनेट मंत्री उत्तराखंड शासन को ज्ञापन प्रेषित किया। समिति ने मांग की है कि शहीद स्मारक का सौंदर्यकरण किया जाए। नेताजी संघर्ष समिति जनहित में मांग करती है कि कचहरी स्थित शहीद स्मारक का सौन्दर्यकरण शीघ्र कराएं जिसका उन्होंने वादा शहीद स्मारक में आकर किया था। क्योंकि शहीद स्मारक उनके विभाग के अधीन आता है शहीद स्मारक की स्थिति दिन-प्रतिदिन दयनीय होती जा रही है। शहीद स्मारक की बाउंड्री पर अतिक्रमण होने के कारण स्मारक की सुंदरता पर असर पड़ रहा है समिति आशा करती है कि वह इस संदर्भ में उचित कार्यवाही कर इस कार्य को शीघ्र कराएंगे। ज्ञापन देने वालों में प्रभात डंडरियाल, आरिफ वारसी, प्रदीप कुकरेती, विपुल नौटियाल, सुशील विरमानी, राजकुमार बत्रा आदि शामिल रहे।

अरमतिरनर्वणो विश्वो देवस्य मनसा।
आदित्यानामनेह इत्।

(ऋग्वेद ८-३१-१२)

प्रभु की सत्य स्तुति करने वाला कभी पापी नहीं हो सकता क्योंकि प्रभु की स्तुति से हमें सद्बुद्धि की प्राप्ति होती है।

One who truly worships the Lord can never be a sinner, because by worshipping the Lord we get true wisdom. (Rig Ved 8-31-12)

अब एक ही जगह पर मिलेंगे सीमांत क्षेत्र के गांवों के उत्पाद

कार्यालय संवाददाता

मुनस्यारी। चीन सीमा से लगे सीमांत क्षेत्र के गांवों का उत्पाद अब आपको एक ही जगह पर मिलेगा। जिपंस जगत मर्तोलिया के प्रस्ताव पर मुख्यमंत्री बीएडीपी के अंतर्गत विकास खंड मुनस्यारी के परिसर में बिक्री केंद्रों के निर्माण को हरि झंडी मिल गई। इसके लिए 20 लाख रुपए की धनराशि स्वीकृत कर दी गई है।

मुनस्यारी क्षेत्र में सब्जी, बागवानी,जड़ी बूटियां, रिगांल तथा ऊनी हस्तशिल्प के अलावा डेरी, ट्राउट मछली आदि उत्पादन अलग -अलग स्थानों पर होता है। महिला स्वयं सहायता समूहों की महिलाओं द्वारा पैदा किए जाने वाले इन उत्पादों की बिक्री के लिए अभी तक मुनस्यारी विकास खंड में एक स्थान तय नहीं था।

हरकोट की सब्जी, पैंकुती का मिर्च, बोना तथा क्वीरीजीमिया का राजमा एवं आलू, दुम्मर का तैमूर, जोशा का रिंगाल

का सामान, मल्ला जोहार तथा रालम की जड़ी बूटियां, जनजाति समुदाय का ऊनी हस्तशिल्प, नापड़ का गूड़, बलाती फार्म का ट्यूलिप, ढिमढिमिया तथा प्यागंती का घी, राथी तथा जैती का ट्राउट मछली, पापड़ी के देशी मुर्गी तथा कड़कनाथ के अंडे सहित सीमांत क्षेत्र में उत्पादित जैविक सामान एक ही स्थान पर मिलेगा। जिपंस जगत मर्तोलिया ने महिला स्वयं सहायता समूहों की महिलाओं के इन उत्पादों की बिक्री के लिए विकास खंड मुनस्यारी के परिसर में सड़क से लगी जगह पर बाजार हेतु दुकानों को बनाने का प्रस्ताव दिया था।

उन्होंने बताया कि जिला अधिकारी रीना जोशी तथा मुख्य विकास अधिकारी वरुण चौधरी ने इस प्रस्ताव के महत्व को समझते हुए इसे स्वीकृति प्रदान कर दी है। विकास खंड को इसके लिए कार्यदायी संस्था बनाया गया है।

जिपंस जगत मर्तोलिया ने बताया कि गांवों में होने वाले उत्पादों को स्थानीय बाजार में बिचोलियों की मनमानी के कारण उचित मूल्य नहीं मिल पा रहा था। उन्होंने कहा कि यह स्थान सीमांत क्षेत्र के लोकल मंडी के रूप में भी आने वाले समय में स्थान लेगा। उन्होंने कहा कि स्थानीय काष्ठ कला के अंतर्गत इसके भवन का निर्माण किया जाएगा, ताकि इसके देखने से ही लोकल लुक की अनुभूति होगी।

जिपंस जगत मर्तोलिया ने इसके लिए जिलाधिकारी रीना जोशी तथा मुख्य विकास अधिकारी वरुण चौधरी का आभार व्यक्त किया। कहा कि विजनरी अधिकारियों के कारण इस तरह के नवाचार हो रहे है।

नंदिता दास ने ज्विगाटो के जरिए गंभीर मुद्दे पर लोगों का खींचा ध्यान

चार्ली चैपलिन को मॉडर्न टाइम्स रिलीज हुए 87 साल हो चुके हैं। फिल्म कारखाने के कर्मचारी की कहानी और आधुनिक, औद्योगिक दुनिया में डिप्रेशन के मुकाबले जीवित रहने के संघर्ष की कहानी बताती है। लगता है कुछ भी नहीं बदला है, बल्कि केवल मजदूरों के शोषण के साधन बदले हैं।

फिल्ममेकर-एक्ट्रेस नंदिता दास की नई फिल्म ज्विगाटो एक गिग वर्कर की मानवीय कहानी बताती है, जो टाइटैनिक फूड डिलीवरी प्लेटफॉर्म के साथ काम करती है। नंदिता ने बताया कि बढ़ती बेरोजगारी और गिग वर्क की जटिलता के बारे में अपने प्रकाशक दोस्त समीर पाटिल के साथ चर्चा के दौरान फिल्म का विचार आया।

फिल्म निर्माता ने कहा: फिर हमने एक डिलीवरी राइडर के जीवन में एक दिन के बारे में एक शॉर्ट फिल्म लिखना शुरू किया। फिर अप्लॉज एंटरटेनमेंट के सीईओ समीर (नायर) ने मुझे एक फीचर फिल्म के लिए इसका विस्तार करने के लिए प्रेरित किया। मैंने इसकी गहराई से जाना शुरू किया, मैं मानवीय पहलुओं और श्रमिकों के जीवन के प्रति आकर्षित होती चली गई।

गिग इकॉनमी 21वीं सदी से काम कर रही है, क्योंकि विभिन्न प्रकार की फ्रीलांस नौकरियां उभरी हैं, हाल ही में, यह महामारी के साथ हाई-स्पीड इंटरनेट के आगमन के साथ मुख्यधारा में आ गई है। जोमैटो, स्विगी और डंजो जैसी सेवाओं ने न सिर्फ लोगों को राहत पहुंचाई है बल्कि भारत की जीडीपी को भी मजबूत किया है।

हर दिन, अनगिनत डिलीवरी पार्टनर और कैब ड्राइवर भारतीय शहरों की सड़कों पर लोगों को खाना खिलाने या उनके सामान की डिलीवरी और ट्रांज़िट में मदद करने के लिए सांप पकड़ते हैं। मौसम कैसा भी हो, खराब मौसम हो, ट्रैफिक जाम हो, त्योहार हो, भारत की गिग इकॉनमी की मशीनरी बिना रुके चलती रहती है।

नंदिता ने कहा: गिग इकॉनमी के उदय के साथ, आदमी और मशीन के बीच का संघर्ष जिसे चैपलिन ने मॉडर्न टाइम्स में दर्शाया था, अब आदमी और एल्गोरिदम के बीच एक में स्थानांतरित हो गया है। ज्विगाटो जीवन की निरंतरता के बारे में एक कहानी है।

महामारी के दौरान, हम उपभोक्ता, अपनी सुविधा के लिए, गिग श्रमिकों पर अधिक से अधिक निर्भर हो गए और उनके संघर्ष के बारे में कम से कम जागरूक हो गए। हम सभी ने कोविड-19 के दौरान ऑर्डर किया है और शायद ही कभी हमने उन्हें धन्यवाद दिया या उन्हें रेटिंग दी हो।

टीम ने फिल्म के रिसर्च में दो साल का निवेश किया। जितना अधिक दिमाग डेटा एकत्रित करता है, आउटपुट उतना ही बेहतर होता है।

नंदिता ने कहा: फिल्म शुरू करने से पहले, मैं प्रोत्साहन और एल्गोरिदम की दुनिया को उतना ही समझती थी जितना कि मेरे नायक ने किया था! जैसे-जैसे मैं गहराई में जाती गई, मुझे गिग इकॉनमी के बारे में जो कुछ पता चलता गया, उससे मैं और अधिक परेशान होती गयी। हमने कई राइडर्स का इंटरव्यू लेकर तथ्यों के साथ-साथ व्यक्तिगत कहानियां भी इकट्ठी कीं। उनके संघर्षों, दुविधाओ और आकांक्षाओं ने मुझे उनकी दुनिया को करीब से समझने में मदद की।

नंदिता और उनकी टीम ने फूड डिलीवरी कंपनियों के पूर्व कर्मचारियों से भी बात की और फूड डिलीवरी ऐप के एनालिटिक्स विभागों के वरिष्ठ प्रबंधकों से भी बात की।

नंदिता ने कहा, इन वार्तालापों ने हमें ऐप और एल्गोरिदम में किए गए बदलावों और इस तरह के बदलावों के पीछे विचार प्रक्रिया को समझने में मदद की। जबकि यह सब फिल्म में नहीं है, यह समझना महत्वपूर्ण था कि गिग इकॉनमी में चीजें कैसे काम करती हैं।

डिलीवरी जितनी दूर होती है, राइडर को उतना ही अधिक फ्यूल पर खर्च करना पड़ता है। उन्हें अपने क्षेत्र से बाहर जाने के लिए पेट्रोल शुल्क मिलता है, लेकिन लौटने के लिए नहीं, और यह केवल भारत में ही नहीं बल्कि दुनिया में हर जगह है।

इस तरह की मानवीय कहानी के लिए कपिल शर्मा के रूप में एक टीवी सुपरस्टार को चुनने के बारे में पूछे जाने पर, फिल्म निर्माता ने कहा कि यह निर्णय उनकी सहजता से प्रेरित था। कपिल को कास्ट करना कोई बहादुरी का काम नहीं था, मैंने उन्हें स्वाभाविक, बेहिचक और स्पष्टवादी पाया। मैंने उनका शो कभी नहीं देखा, लेकिन क्लिप में मैंने देखा कि वह मेरे किरदार मानस के लिए सही हैं।

मैं उनसे मिलने पहुंची और फिल्म का ऑफर दिया, उन्होंने कहानी सुन तुरंत हां कर दी। उन्होंने कहा, एक फिल्म में कास्टिंग बेहद महत्वपूर्ण है। यदि पात्र विश्वसनीय हैं, तभी दर्शक विश्वास कर पाते हैं और किरदारों से जोड़ पाते हैं। सबसे बड़ी चिंता कपिल का पंजाबीपन बाहर नहीं निकाल पाना था, लेकिन कपिल ने ये चुनौती भी स्वीकार की और इसके लिए मेहनत की।

उन्होंने कहा: मैंने उन्हें झारखंड लहजे में बोलने के लिए सभी डायलॉग दिए, जो कड़ी मेहनत के बाद कपिल ने आखिरकार शानदार तरीके से कर दिखाया। नंदिता की फिल्म का सार सहानुभूति है और उन्हें लगता है कि यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि सहानुभूति आमतौर पर हमें बच्चों के रूप में नहीं सिखाई जाती है।

नंदिता ने एक नोट पर हस्ताक्षर करते हुए कहा: मेरा मानना है कि ज्यादातर लोग सहानुभूति रखने की इच्छा रखते हैं, और जब वे ज्विगाटो जैसी फिल्म देखते हैं, तो यह उनके भीतर एक अलग भावना को जगाता है और पात्रों के लिए सहानुभूति की भावना पैदा करता है। यह वह प्रतिक्रिया रही है जो मुझे काफी हद तक मिली है और यह जानकर मेरे दिल को इससे ज्यादा खुशी कुछ नहीं हुई कि जिस मंशा के साथ मैंने फिल्म बनाई है वह दर्शकों तक पहुंची।

दांतों की तरह रोज जीभ साफ करना भी जरूरी

टंग स्क्रैपिंग यानी जीभ पर जमी बैक्टीरिया की परत को साफ करने से मुंह की अच्छी सफाई होती है। आपको बता दें कि हेल्थ को अच्छा बनाए रखन के लए मुंह की सफाई भी बहुत जरूरी होती है। ओरल हाईजीन के चलते ही लोगों को कई तरह की पेट की समस्याओं से छुटकारा मिलता है। इसके अलावा जीभ की सफाई करने से ऐसे तत्वों को भी बाहर करने में मदद मिलती है, जिनकी वजह से मुंह से बदबू आती है। टंग स्क्रैपिंग प्लास्टिक या मेटल से बने टूल से की जाती है। हालांकि यह ब्रशिंग का विकल्प नहीं है, लेकिन रोजमर्रा की जिंदगी में इससे ओरल केयर बनाए रखने में मदद मिलती है। आइए आपको बताते हैं कि टंग स्क्रैपिंग या जीभ की सफाई के क्या फायदे हो सकते हैं।

मुंह का स्वाद करता है बेहतर

कई रिसर्च में यह बात सामने आई है कि जीभ की अच्छी तरह से सफाई करने से मुंह का स्वाद सही बना रहता है। इससे जीभ साफ रहती है, जिससे खाने के अलग-अलग तरह के स्वाद जैसे कि खट्टा, मीठा, कड़वा में फर्क कर पाना आसान होता है। कई बार जीभ गंदी होने से खाने का टेस्ट नहीं मिल पाता है। ऐसे में सही तरीके से जीभ को साफ करना बहुत जरूरी होता है।

मुंह से बैक्टीरिया का सफाया

डॉक्टरों की मानें तो दिन में रोजाना दो बार जीभ को टंग क्लीनर से साफ करने से बैक्टीरिया को रोकने में मदद मिलती है। ये दोनों ही दांतों में सड़न और सांसों में बदबू के लिए जिम्मेदार माने जाते हैं। इन बैक्टीरिया की मुंह से सफाई होने से कैविटीज और मसूड़े की बीमारियों को रोकने में मदद मिलती है। सिर्फ इतना ही नहीं इससे फास्ट फूड की क्रेविंग को रोकने में भी मदद मिलती है क्योंकि जीभ साफ रहने पर खाई जाने वाली चीजों का रियल टेस्ट मिलता है, जिससे पेट भरा हुआ महसूस होता है। यही नहीं टंग स्क्रैपिंग से जीभ साफ दिखती है और सेंस्टिविटी बरकरार रहती है।

जीभ के टिशुज रहते हैं हेल्दीजीभ पर डेड सेल्स और बैक्टीरिया के होने की वजह से कई बार एक सफेद परत सी जम जाती है। रोजाना टंग क्लीन करने से यह सफेद परत हट जाती है और जीभ बिल्कुल साफ नजर आती है। टंग स्क्रैपिंग से जीभ में ब्लड सर्कुलेशन सही रहता है। इससे हेल्दी टिशुज की ग्रोथ बनी रहती है। साथ ही इससे जीभ तक ऑक्सीजन और न्यूट्रिएंट्स पहुंचने में भी मदद मिलती है।

टंग क्लीन करने से मुंह में बदबू पैदा करने वाले बैक्टीरिया को साफ करने में मदद मिलती है। नियमित रूप से जीभ को साफ करने से ओरल हेल्थ सही बनी रहती है। आपको बता दें कि खाने-पीने के बाद मुंह में लगातार बैक्टीरिया की ग्रोथ होती है और अगर नियमित अंतराल पर जीभ को साफ न किया जाए तो उससे मुंह में कीटाणु बढ़ सकते हैं। रोज जीभ को साफ करना बहुत जरूरी होता है।

थप्पड़ की मदद से बढ़ाएं अपने चेहरे की खूबसूरती!

आजकल की भागदौड़ वाली जिंदगी में हम और आप अपने ऊपर ध्यान ही नहीं दे पाते। देश हो या विदेश हर कोई किसी न किसी कारण से परेशान हैं। कोई अपनी खराब सेहत को लेकर झूज रहा हैं तो कोई अपनी मोटी तोंद के चलते निशाने पर हैं। अगर इतने सबसे आप बच भी गए तो वहीं आपकी अनहेल्दी लाइफस्टाइल स्किन प्रॉब्लम्स को बुलावा देने के लिए काफी है। कई बार लड़कियों को इस बात की शिकायत होती है कि उनका रंग गोरा तो है लेकिन स्किन में ग्लो नहीं है। इसके लिए महंगे से महंगे पार्लर जाकर हर महीने फेशियल कराना हो या फिर ब्लीच, घरेलू नुस्खे आजमाने हो या फिर महंगे प्रोडक्ट का इस्तेमाल करना हो, आप हर वो चीज करती हैं जिससे आपकी खूबसूरती बढ़ सकती है। लेकिन क्या आप जानती हैं कि आप खुद को एक थप्पड़ मारकर भी अपनी खूबसूरती बढ़ा सकती हैं? यकीन नहीं हुआ ना, लेकिन ये सच है जनाब और ऐसा हम नहीं, बल्कि खुद कोरिएन एक्सपर्ट का कहना है।

स्लैपिंग मसाज है क्या?

अमेरिका के कैलिफोर्निया में स्थित थाई मसाज थेरेपिस्ट गम पुक्कलुनुन ने इस बात का पता लगाया है कि शरीर में ऊर्जा रेखाएं होती हैं। ये ऊर्जा रेखाएं आपके चेहरे पर भी मौजूद होती हैं। तेज थ्रैटिंग या थप्पड़ मारने से मांसपेशियों को आराम मिलता है और ऊर्जा लाइनें खुल जाती हैं। बार-बार फेशियल एरिया पर थप्पड़ मारने से ब्लड का सर्कुलेशन बढ़ता है। साथ ही साथ स्किन में एनर्जी लेवल भी दोगुना हो जाता है। जिससे चेहरे की छिपी रौनक वापस आ जाती है। इस तकनीक का इस्तेमाल आप क्रीम और मॉइश्चराइजर लगाते वक्त भी कर सकती हैं। ऐसा करने के लिए आप अपने चेहरे को जोर से थपथपाएं और फिर ऊपर से नीचे की और क्रीम लगाएं।

थप्पड़ मारने से मिलेगी मदद

कहा जाता है कि प्लम्पर दिखने वाली स्किन (सांवली त्वचा), स्किन में मौजूद छोटे छिद्रों और झुर्रियों को दूर करने के साथ-साथ बेहतर रक्त परिसंचरण के लिए चेहरे पर थप्पड़ मारने से दूसरा कोई बेहतरीन विकल्प नहीं है। मांसपेशियों को सक्रिय करने और रक्त प्रवाह को बढ़ाने तक ये थेरेपी आपको कोमल त्वचा देती है क्योंकि यह स्किन में कोलेजन के उत्पादन को उत्तेजित करती है जिसके कारण आपकी स्किन अंदर से ग्लोइंग करना शुरू कर देती है। इसके अलावा यह तकनीक आपकी त्वचा में क्रीम-सीरम और चेहरे के तेल को अधिक प्रभावी ढंग से अवशोषित करने में भी मदद करती है। हालांकि थप्पड़ मारने का यह बिल्कुल मतलब नहीं है कि खुद को चोट पहुंचाएं।

स्लैपिंग थेरपी काफी लोकप्रिय

कोरिया और अमेरिका में खूबसूरत स्किन के लिए स्लैपिंग थेरपी काफी लोकप्रिय हो रही है। लोग स्किन को सॉफ्ट रखने और रिंकल्स दूर करने के लिए इसका खूब इस्तेमाल कर रहे हैं। लेकिन ध्यान रखें ऐसा करते वक्त आप अपने चेहरे पर उतना ही प्रेशर डालें जिससे प्रोडक्ट चेहरे में अच्छी तरह अब्जॉर्ब हो जाएं और फेशियल सेल्स में ब्लड सर्कुलेशन बेहतर हो जाए। जब आप ऐसा करना शुरू करेंगी तब आपको खुद ही अपनी स्किन में फर्क महसूस होगा।

इन बातों का रखें ध्यान

यदि चेहरे की सफाई करने वाले ब्रश या ग्रिट्री स्क्रब का उपयोग करना पहले से ही आपकी स्किनकेयर रूटीन का हिस्सा है, तो चेहरे पर थप्पड़ मारने से आपको कोई नुकसान नहीं होगा। लेकिन, अगर थप्पड़ मारने से आपकी संवेदनशील त्वचा लाल हो जाती है, तो आपको हमें यह बताने की आवश्यकता नहीं है कि यह उपाय आपके लिए नहीं है। ऐसा करने से आप बचें।

काली चाय पीने से होंगे ये फायदे, जरूर जानें

दुनिया भर में चाय का शौक रखने वालें की कमी नहीं है। चाय के अलग-अलग स्वाद और प्रकार अपने-अपने फायदे के लिए जाने जाते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि काली चाय भी आपके लिए बहुत फायदेमंद होती है। काली चाय से होने वाले लाभ जानना चाहते हैं, तो जरूर पढ़ें -

1 हृदय के लिए फायदेमंद - जी हं काली चाय आपके दिल के लिए बेहद फायदेमंद है। रोजाना एक कप काली चाय पीना दिल की सेहत को बनाए रखने में आपकी मदद करेगा। इसमें मौजूद फ्लेवेनॉयड्स एलडीएल कोलेस्ट्रॉल को कम करता है। इसके

अलावा काली चाय का प्रयोग हृदय की धमनियों को स्वस्थ रखने में मदद करती है और रक्त के जमने की प्रक्रिया को भी कम करने में सहायक है।

2 कैंसर - काली चाय को रोजाना अपनी डाइट में शामिल कर आप प्रोस्टेट, ओवेरियन और फेफड़ों के कैंसर से बच सकते हैं। काली चाय का

प्रयोग शरीर में कैंसर कोशिकाओं को खत्म करने में मदद करता है। यह महिलाओं में ब्रेस्ट कैंसर की संभावना को रोकती है साथ ही मुंह के कैंसर से भी बचाने में मदद करती है।

3 दिमाग के लिए - दिमाग की कोशिकाओं को स्वस्थ रखने के साथ ही उनमें रक्त के प्रवाह को और भी बेहतर बनाने के लिए काली चाय पीना बहुत उपयोगी है। दिन में लगभग 4 कप काली चाय का सेवन तनाव को कम करने में सहायक है यह दिमाग को तेज की आप की याददाश्त को बढ़ाती है और आप पहले से अधिक सतर्क व सक्रिय होते हैं।

4 पाचन - काली चाय में मौजूद टेनिन पाचन के लिए बहुत फायदेमंद होता है। यह गैस के अलावा पाचन संबंधी अन्य समस्याओं में भी काफी लाभदायक होती है। साथ ही दस्त या अतिसार होने पर काली चाय का सेवन बहुत फायदेमंद होता है।

5 एनर्जी - रोजाना काली चाय पीने का एक बेहतरीन फायदा यह भी है कि इसे पीने से आप अधिक ऊर्जा महसूस करते हैं और सक्रिय भी रहते हैं। काली चाय में मौजूद कैफीन, कॉफी या कोला के मुकाबले अधिक फायदेमंद होता है और आपके मस्तिष्क को सतर्क रखता है जिससे आपके शरीर में ऊर्जा का संचार निरंतर होता रहता है।

6 कोलेस्ट्रॉल - यह आपके शरीर में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करती है, जिससे आपका वजन धीरे-धीरे कम होने लगता है। इसके अलावा इसमें फैल बहुत कम मात्रा में होता है, जो मोटापा नहीं बढ़ाता। साथ ही यह शरीर में मेटाबॉलिक प्रक्रिया को बढ़ाने में सहायक है जो वजन कम होने में मदद करता है।

7 त्वचा - काली चाय पीना आपको त्वचा की समस्याओं, खास तौर से संक्रमण से बचाने में मदद करता है। इसके अलावा यह झुर्रियों से आपकी त्वचा को बचाती है और इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट तत्व, त्वचा के कैंसर से भी आपको बचाने में सहायक है।

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

हटाना चाहते हैं आंखों से चश्मा ?

आंखें हमारे शरीर के सबसे अहम हिस्सों में से एक है और इसका केयर करना भी बेहद जरूरी है। लेकिन आजकल देखने को मिल रहा हैं कि बच्चे हों या बड़े सभी की आंखों पर नजर का चश्मा लगता जा रहा हैं। प्रदूषण, टीवी, कंप्यूटर और मोबाइल से निकलने वाली किरणों और पोषण की कमी आदि नजर कमजोर होने के कुछ कारण हो सकते हैं। आंखों की रोशनी कम होने की वजह से सिरदर्द और आंखों से पानी निकले जैसी समस्याएं होने लगती हैं। अगर वक्त रहते अपनी दृष्टि और इसमें परेशानी के कारणों पर ध्यान नहीं दिया जाता है तो चश्मा चढ़ने या इसके नंबर बढ़ने की स्थिति आ जाती है। अगर आप चाहते हैं कि आंखों की रोशनी को बढ़ाया जाए और चश्मा हटाया जाए, तो यहां बताए जा रहे उपायों को आजमा सकते हैं। आइये जानते हैं इनके बारे में..

पेंसिल से एक्सरसाइज : पेंसिल को हाथ में सीधा खड़ा करके पकड़ें। फिर उसे धीरे-धीरे अपनी आंखों के सामने लाएं और फिर दूर ले जाएं। इस तरीके को रोजाना दिन में 5 से 10 बार आजमाएं। आंखों की रोशनी को बढ़ाने के लिए यह बेहद कारगर तरीका माना जाता है।

हथेलियों की मालिश : आंखों से स्ट्रेस दूर करने के लिए अपनी दोनों हथेलियों को आपस में रगडकर गर्मी पैदा करें। फिर आंखे बंद करके हथेलियों को आंखों पर रखें। इस दौरान इस बात का खास ख्याल रखें कि आंखों पर हाथ रखते पर रोशनी बिल्कुल ना आएं। दिन में ऐसा 3-4 बार करें।

सन स्विंगिंग : सूरज की ओर आंख कर उसे बंद कर लिजिए और अपने शरीर को एक साइड से दूसरी साइड तक स्विंग कीजिए। पांच मिनट तक ऐसा करें। इससे आई बॉल की मसाज होती है।

पलकों को जल्दी-जल्दी झपकाएं : आंखों की रोशनी बढ़ाने के लिए पलकों को 20 से 25 बार जल्दी-जल्दी झपकाएं। आंखों की इस एक्सरसाइज को दिन में एक बार जरूर आजमाएं। ज्यादातर लोग फोन और कंप्यूटर चलाते समय अपनी पलकों को कम झपकाते हैं, जिसकी वजह से आंखों की रोशनी कम होती चली जाती है। पलक झपकाने से आंखों की रोशनी बढ़ती है।

गाजर का जूस : गाजर में कई तरह के विटामिन्स होते है, ये सभी प्रकार के तत्व आंखों को सही रखने मे कारगर होते हैं, इसलिए इस सब्जी का जूस पीना आंखों के लिए लाभकारी होता है। कोशिश करें की आप इस जूस को नियमित रूप से पीते रहें।

बादाम, सौंफ और मिश्री का पाउडर : बादाम, सौंफ और मिश्री को सामान मात्रा में मिलाकर पाउडर बना लें। रोजाना रात को सोने से पहले 250 मिलि दूध में 10 ग्राम तैयार मिश्रण मिलाएं और सेवन करें। इससे आंखों की रोशनी बढ़ती हैं।

त्रिफला: कई हजारों सालों से त्रिफला को कई बीमारियों के इलाज के लिए इस्तेमाल किया जाता रहा है। इसमें विटामिन ए होने के कारण यह आंखों में होने वाली जलन को रोकता है। त्रिफला कॉर्नियल डायस्ट्रोफिस, कंजंक्टिवाइटिस, आंखों की रोशनी जाना और उम्र के कारण आंखों के कमजोर होने जैसी परिस्थितियों में मदद करता है। एक गिलास गुनगुने पानी में एक बड़ी चम्मच त्रिफला चूर्ण मिलाएं और पानी को ठंडा होने दें। इसे रात भर पड़ा रहने दें और इस पानी से सुबह अपनी आंखें धो लें। इसे सिर्फ एक महीने और प्रति दिन में एक बार ही इस्तेमाल करें।

आंवला: विटामिन सी की अधिकता वाला यह पावरफुल एंटीऑक्सीडेंट आंखों के लिए काफी अच्छा है। यह रेटिना सेल्स के काम करने के तरीके में भी सुधार करता है और स्वस्थ कोशिकाओं को बढ़ावा देता है। पानी में 2 से 4 चम्मच आंवले का पाउडर और शहद मिला लें। इसे कुछ महीनों तक रोजाना दो बार पीएं।

धनिया की आई ड्रॉप: तीन भाग धनिया के साथ एक भाग चीनी मिक्स करें। दोनों को पीसकर पेस्ट बना लें। फिर इसे पानी में गर्म करें और एक घंटे के लिए कवर करके रख दें। फिर एक साफ कॉटन का कपड़ा लेकर इस मिश्रण को छान लें और आंखों में आई ड्रॉप की तरह इस्तेमाल करें।

गुलाब जल: गुलाब जल आंखों को ठंडक देने का कार्य करता है और इसको आंखों में डालने से आंखों की रोशनी बनी रहती है और कम भी नहीं होती है। इसलिए अगर आपको चश्मा चढ़ा हुआ है तो आप हफ्ते में दो बार गुलाब जल इनमें जरूर डालें। हालांकि गुलाब जल आंखों में डालने से पहले ये सुनिश्चित कर लें, कि ये आपकी आंखों को सूट करता हो और जो जल आप डाल रहे हैं वो सही क्वालिटी का हो।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -067

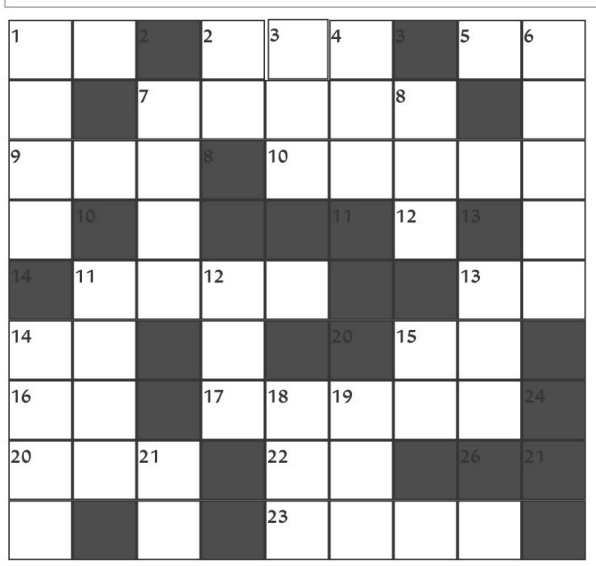
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. लज्जत, जायका 2. मुकाबला, भेंट, होड़ 5. बंदी, कैद की सजा पाने वाला व्यक्ति 7. खल-पात्र, नाटक फिल्म आदि का बुरा पात्र 9. कामी, व्याभिचारी 10. इज्जत जाना, बेइज्जती होना (उपमा)11. ऊटपटांग, विचित्र, कठिन 13. वैभव, ठाट-बाट 14. साथ, सहित 15. कामदेव की पत्नी, प्रेम 16. मैं का बहुवचन 17. दरवाजे-दरवाजे 20. एक राशि, मगर 22. नमी, सीड़, मुहर, ठप्पा 23. औषधालय, चिकित्सालय।

ऊपर से नीचे

1. आत्मनिर्भर, स्वालंबन भावना से युक्त, स्वाश्रित 2. वर्ष, बरस 3. राजी करना, रूठे हुए को खुश करना, प्रसन्न करना 4. नाटक फिल्म आदि का मुख्यपात्र 6. दीवानगी, पागलपन, 7. दो वस्तुओं के टकराने से उत्पन्न ध्वनि, बैर-विरोध, अनबन 8. खीरे की प्रजाति का एक फल 11. बेवकूफ, मूर्ख 12. बादल, मेघ 13. बहुत चालाक, होशियार 14. जिसका मत दूसरे से मिलता हो, 15. दांत, दंत 18. प्राप्ति, वस्तु आदि मिलने का प्रमाण पत्र 19. दंगा-फसाद, उपद्रव विप्लव 21. बचाव, सुरक्षा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 66 का हल

ग	ल	त	ज्ञ	■	■	खा	म	खाँ
णे	■	ल	■	झ	प	की	■	■
श	र	ब	त	10 रं	■	■	मि	
■	ज	गा	ना	■	प	रा	का	ष्ठा
14	नी	र	■	वि	रा	ज	मा	न
ना	च	■	18	प	20	■	य	■
म	र	णा	स	न्न	■	पा	नी	24
ची	25	■	प	■	पा	■	26	भो
न	ज	रा	ना	■	स	मा	चा	र

ट्विटर पर ट्रेंड हो रहा है किक 2!

बॉलीवुड फिल्मों के मशहूर एक्टर सलमान खान अपन स्वैग से प्रशंसकों का दिल जीत लेते हैं। सलमान खान ऑनस्क्रीन ही नहीं बल्कि ऑफस्क्रीन भी हमेशा दिल जीत लेते हैं। हाल ही में सलमान, रानी मुखर्जी की आगामी फिल्म मिसेज चैटर्जी वर्सेज नॉरवे के इवेंट पर पहुंचे जहां उन्होंने रानी मुखर्जी के साथ तस्वीरें क्लिक करवाए। हालांकि कुछ ही देर में रानी और सलमान की तस्वीरें वायरल हो गई एवं ट्विटर पर किक 2 ट्रेंड होने लगा।

दरअसल सलमान खान और रानी की तस्वीर में सलमान खान के लुक के कारण किक 2 चर्चा में आ गई है। सलमान की जो नयी तस्वीर वायरल हो रही है, उस में सलमान का लुक फ्रेंच बियर्ड वाला है। सलमान बिलकुल उस ही लुक में दिखाई दे रहे हैं, जैसे वो फिल्म किक में दिखाई दिए थे। ऐसे में प्रशंसकों का मानना है कि सलमान खान ने किक 2 की शूटिंग आरम्भ कर दी है या फिर जल्दी ही शुरू कर देंगे। बस इसके बाद से ही ट्विटर पर किक 2 ट्रेंड हो रहा है।

वही बात यदि सलमान खान की करें तो दबंग खान की आगामी फिल्मों के खाते में किसी का भाई किसी की जान, सूरज बड़जात्या संग फिल्म, और नो एंट्री का सीक्वल सम्मिलित है। वहीं शाहरुख खान की पठान में भी सलमान खान का कैमियो हाल ही में देखने को मिला है। याद दिला दें कि टाइगर 3 से सभी को बहुत उम्मीदें हैं तथा कहा जा रहा है कि ये फिल्म नए रिकॉर्ड बनाएगी। वहीं खबरों में किक 2 भी है, मगर कोई आधिकारिक घोषणा नहीं हुई है। (आरएनएस)

यूके में दोबारा रिलीज हुई आरआरआर ने मचाया तहलका

एसएस राजामौली की आरआरआर पिछले लंबे वक्त से चर्चा में है। फिल्म के सुपरहिट गाने नाटू-नाटू ने बेस्ट ओरिजनल सॉन्ग श्रेणी में मनोरंजन जगत के सबसे बड़े सम्मान ऑस्कर पुरस्कार को अपने नाम किया है। अब फिल्म से जुड़ी एक अहम जानकारी सामने आ रही है। दरअसल, ऑस्कर पुरस्कार समारोह से पहले आरआरआर को यूके में दोबारा रिलीज किया गया था और अब तक यहां फिल्म का कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 10 करोड़ रुपये हो चुका है। गौरतलब है कि फिल्म आरआरआर ने ऑस्कर जीतकर इतिहास रच दिया है। फिल्म का गाना नाटू-नाटू बेस्ट ओरिजिनल सॉन्ग की श्रेणी में नामांकन हासिल करने वाला और जीतने वाला पहली भारतीय गाना बन गया है। एमएम कीरवानी और चंद्रबोस के इस गाने ने रिहाना और लेडी गागा जैसे बड़े नामों को पीछे छोड़ते हुए यह पुरस्कार अपने नाम किया है। यह गाना पहले ही गोल्डन ग्लोब, क्रिटिक्स चॉइस अवॉर्ड और एलए फिल्म क्रिटिक्स सर्कल पुरस्कार अपने नाम कर चुका है।

फिल्म रॉकी और रानी की प्रेम कहानी में नजर आएंगे भारती सिंह और हर्ष लिंबाचिया

बॉलीवुड की मशहूर अभिनेत्री आलिया भट्ट और एक्टर रणवीर सिंह जल्द ही मूवी रॉकी और रानी की प्रेम कहानी में दिखाई देने वाले है। उनकी यह मूवी इसी वर्ष जुलाई में रिलीज होने वाली है, जिसके लिए फैंस भी बहुत उत्साहित हैं। खास बात तो यह है कि रिलीज से कुछ माह पहले ही रॉकी रानी की प्रेम कहानी टीवी के दो दिग्गज सितारों की भी एंट्री हुई है। ये दिग्गज सितारे कोई और नहीं बल्कि कॉमेडी की दुनिया की चीन भारती सिंह और उनके पति हर्ष लिम्बाच्या हैं। मूवी में दोनों अहम रोल अदा कर सकते हैं और इस बात की सूचना भी खुद भारती सिंह ने दी है।

रणवीर सिंह और आलिया भट्ट की रॉकी और रानी की प्रेम कहानी में भारती सिंह और हर्ष लिम्बाच्या कैमियो रोल भी प्ले कर सकते है। इस बात की सूचना देते हुए भारती सिंह ने कहा था कि उन्हें करण जौहर की टीम की ओर से फोन आ गया था। इस बारे में बात करते हुए भारती सिंह ने बोला था, एक दिन अचानक मेरे पास करण जौहर की टीम की ओर से फोन आया। उन्होंने कहा है कि रॉकी और रानी की प्रेम कहानी में एक विज्ञापन है, जिसमें वह और हर्ष लिम्बाच्या कैमियो अदा कर सकते हैं।

भारती सिंह ने कहा है कि रॉकी और रानी की प्रेम कहानी के सेट पर उन्हें श्रद्धा आर्या भी मिल गई थी। बता दें कि भारती सिंह और हर्ष लिम्बाच्या से पहले भी रॉकी और रानी की प्रेम कहानी में कई टीवी सितारों की एंट्री हो गई थी। इस लिस्ट में अर्जित तनेजा, सृति झा, जन्नत जुबैर और अर्जुन बिजलानी का नाम भी शामिल है। (आरएनएस)

असल जिंदगी में बेहद बोल्ड है सिमरत कौर!

बॉलीवुड एक्टर सनी देओल और अमीषा पटेल एक बार फिर गदर 2 के जरिए सिनेमाघरों में धमाल मचाते नजर आने वाले है। अनिल शर्मा के निर्देशन में बन रही इस फिल्म की शूटिंग अभी चल रही और यह इसी साल 11 अगस्त को रिलीज होगी। गदर 2 का प्लॉट तारा के बेटे चरणजीत की लवस्टोरी पर आधारित होगी। गदर 2 में कई नए किरदार भी जुड़े हैं, जिनमें से एक हैं सिमरत कौर। इस फिल्म में एक्ट्रेस सिमरत कौर तारा सिंह की बहू का किरदार निभाती नजर आएंगी। बता दें कि फिल्म गदर 2 में सिमरत कौर जीते यानी उत्कर्ष शर्मा की पत्नी का किरदार निभाएंगी।

आपको बता दे, सिमरत कौर का जन्म 16 जुलाई 1997 में मुंबई में हुआ था। वह एक पंजाबी परिवार से संबंधी रखती हैं। सिमरत कौर कई पंजाबी म्यूजिक एल्बम्स में नजर आ चुकी हैं। सिमरत बुर्ज खलीफा और लारा लप्पा जैसे पंजाबी गानों में नजर आ चुकी हैं।

बता दें कि सिमरत कौर ने साल 2017 में तेलुगु फिल्म प्रेमाथो मी से एक्टिंग की दुनिया में अपना पहला कदम रखा था। एक्ट्रेस सिमरत कौर नागार्जुन की फिल्म बंगराजू में कैमियो करती हुई नजर आई थीं। इसके अलावा सिमरत साउथ की कई फिल्मों में भी काम कर चुकी हैं। बता दें कि सिमरत कौर मीका सिंह के गाने तेरे बिन जिंदगी में भी नजर आ चुकी हैं। यह रोमांटिक गाना यूट्यूब पर काफी फेमस हुआ था। सिमरत कौर असल जिंदगी में बेहद ही बोल्ड हैं। इंस्टाग्राम पर उनकी अच्छी-खासी फैन फॉलोइंग है। इंस्टा पर सिमरत को 789 के से ज्यादा लोग फॉलो करते हैं। सिमरत की हर एक तस्वीर पर हजारों की संख्या में लाइक्स आते हैं। सिमरत के इन फोटोज पर लोग खूब कमेंट कर रहे हैं।

बता दें कि एक्ट्रेस सिमरत कौर फिल्म गदर 2 में लीड किरदार निभाती नजर आएंगी। रिपोर्ट्स की मानें तो इस बार सनी देओल अपने बेटे के प्यार को लेने के लिए पाकिस्तान जाएंगे। (आरएनएस)

अनेरी वजानी का नया गाना आवाज जल्द रिलीज होगा

हाल ही में रिलीज़ हुए अपने गीत, 'बाद मरने के' में एक सुंदर प्रदर्शन देने के बाद, अभिनेत्री अब एक और गीत के साथ वापस आ गई है। ट्रेलर को अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर करते हुए, अनेरी अपने नए गाने में बहुत ही शानदार लग रही हैं। हालांकि, इस बार, संगीत वीडियो में अनेरी द्वारा निभाई गई एक गहन भूमिका का भी पता चलता है। उन्हें तुषार खन्ना के साथ एक नए अवतार में देखना काफी दिलचस्प है।

गाने के बारे में बात करते हुए, अनेरी कहती हैं, थोड़ा डार्क साइड पर, यह गाना कुछ बंधनों में अशिष्ट व्यवहार को बताता है और कैसे वे कोई शोर (आवाज़) नहीं करते हैं। सभी रिश्ते परिपूर्ण नहीं होते हैं और बदलाव करने के लिए बहुत साहस की आवश्यकता होती है। यह गाना एक अपमानजनक रिश्ते में रेह चुके उन सभी की बहादुरी, धैर्य और वीरता के बारे में है।

आवाज़ की शूटिंग के अपने अनुभव को साझा करते हुए, वह आगे कहती हैं, मैं यह देखने के लिए अधीर हूं कि हर कोई इस गाने की कहानी पर कैसी प्रतिक्रिया देता है। यह मेरे लिए वास्तव में खास है। इस पर काम करना बिल्कुल आश्चर्यजनक था क्योंकि इसने मुझे वास्तव में एक अभिनेता के तौर पे विभिन्न रंगों का अन्वेषण करने का और अपनी अभिव्यक्ति और कौशल का विस्तार करने का मौका दिया है।

अनेरी वजानी ने अपने कई म्यूजिक वीडियो और मेहनती जोश से इस इंडस्ट्री में जगह बनाई है। अनेरी वजानी ने अपने करियर की शुरुआत 'काली – एक पुनर अवतार', 'पवित्र भाग्य' जैसे शो से की थी। अनेरी ने अपने पहले शो 'निशा और उसके कजिन्स' के साथ प्रसिद्धि हासिल की, जिसके लिए उन्हें 'फीमेल एक्टर ऑफ द ईयर' अवार्ड के लिए नामांकित किया गया था और उन्होंने जेनिफर विंगेट और कुशाल टंडन के साथ 'बेहद' शो में अभिनय किया तो जो काफी हिट हुआ था। बाद में, उन्होंने वूट का 'सिलसिला बदलते रिश्तों का 2' हासिल किया था। अनेरी टॉप रेटेड शो 'अनुपमा' का भी हिस्सा थीं जिसमे उन्होंने मालविका उर्फ मुक्कू का किरदार निभाया था।

सिल्वर कलर के डीपनेक गाउन में पलक तिवारी ने दिए स्टनिंग पोज

टीवी इंडस्ट्री की नामचीन एक्ट्रेस श्वेता तिवारी की बेटी पलक तिवारी अपनी मां की तरह ही काफी नाम कमा रही हैं। उनकी बोल्डनेस से भरी तस्वीरें सोशल मीडिया पर कहर बरपाए रहती हैं। फैंस उनकी तस्वीरों का बेसब्री से इंतजार करते रहते हैं। वहीं, सिल्वर कलर के गाउन में एक्ट्रेस पलक तिवारी बेहद ही स्टनिंग लग रही हैं। एक्ट्रेस पलक तिवारी अपने कातिलाना अंदाज से फैंस के दिलों पर कहर बरपाने का हुनर बखूबी जानती हैं। पलक तिवारी सिल्वर कलर के डीपनेक गाउन में बेहद ही चार्मिंग लग रही हैं। उनकी किलर तस्वीरें फैंस को काफी पसंद आ रही हैं। लाइट मेकअप और स्टाइलिश हेयर स्टाइल में एक्ट्रेस पलक तिवारी बेहद ही गॉर्जियस लग रही हैं। अपनी लेटेस्ट तस्वीरों से फैंस के दिलों की धड़कनें बढ़ाए हुए हैं। उनकी तस्वीरें फैंस को काफी पसंद आ रही हैं। बेहद ही कम समय में इस मुकाम को हासिल करने वाली पलक तिवारी सोशल मीडिया पर भी काफी एक्टिव रहती हैं। उनकी तस्वीरें सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल होती हैं। पलक तिवारी अपनी मां श्वेता तिवारी की तरह ही बेहद खूबसूरत हैं।

कितना सही, कितना गलतः राहुल का विदेश में व्याख्यान

डॉ. सुरजीत सिंह गांधी

विश्व के सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण देशों जी-20 की अध्यक्षता कर रहे भारत में बैठकों का दौर निरंतर जारी है। सरकार इसे एक अवसर के रूप में मान रही है।

इस कार्यक्रम के आर्थिक लाभ लेने की तैयारी के साथ-साथ भारत अपनी सोच, संस्कृति और सामर्थ्य से भी विश्व को परिचित करा रहा है। इसी क्रम में मार्च के पहले सप्ताह में विभिन्न देशों के विदेश मंत्री भारत में एकत्रित हुए थे। उन्होंने प्रत्यक्ष रूप से भारतीय लोकतांत्रक व्यवस्था को देखा एवं महसूस किया होगा कि भारत कितनी तेजी से बदल रहा है। इसके विपरित इसी समय प्रतिपक्ष नेता राहुल गांधी कैंब्रिज विविद्यालय में 'लर्निंग टू लिसन इन द 21 सेंचुरी' विषय व्याख्यान देते हुए देश के लोकतंत्र पर प्रश्न खड़े कर रहे थे।

राहुल गांधी मीडिया और न्यायपालिका पर कब्जा और नियंत्रण की बात कह रहे थे। प्रवर्तन एजेंसियों द्वारा विरोधी पार्टीयों को डराने और धमकाने की बात कर रहे थे। अल्पसंख्यकों, दलितों और आदिवासियों पर हमले किए जाने की बात दोहरा रहे थे। कुल मिलाकर राहुल गांधी देश की एक ऐसी तस्वीर पेश कर रहे थे, जो रहने लायक नहीं है। जहां वह दबाव महसूस कर रहे हैं। उनके इन वक्तव्यों ने देश की राजनीति को गर्मा दिया है। बीजेपी और कांग्रेस में जुबानी जंग छिड़ गई है। अलबत्ता, राहुल गांधी की बातों में कुछ भी नया नहीं है। इस तरह की बातें देश में कई मंचों पर वह कई बार कह चुके हैं। इस बार मंच अंतरराष्ट्रीय है। पिछले कुछ वर्षो में वैश्विक स्तर पर भारत की छवि में काफी सुधार आया है।

आज विश्व के बड़े देश भारत के साथ दोस्ताना संबंध रखना चाहते हैं। कई बड़ी कंपनियों के भारतीय लोग शीर्ष पदों पर हैं। बात खाड़ी देशों की हो या यूरोपीय देशों की, हर देश भारत से व्यापार बढ़ाना चाह रहा है। ऐसे समय में राष्ट्रीय मुद्दों के लिए अंतरराष्ट्रीय मंचों का इस प्रकार से उपयोग कतई भी देश हित में नहीं है। दुनिया का कोई ऐसा देश नहीं हैं, जहां पक्ष और विपक्ष पार्टी में मतभेद न हो, परंतु उस देश के प्रतिनिधि जब दूसरे देशों में जाते हैं तो अपने देश की बुराई नहीं करते हैं।

सबसे पुराना लोकतंत्र का दावा करने वाले देश अमेरिका में भी राष्ट्रपति का चुनाव जीतने वाले जो बाइडन को डोनल्ड ट्रंप से सत्ता को सौंपने के लिए सशस्त्र बलों को बुलाना पड़ा था। अमेरिका की राजनीति में भी दोनों रिपब्लिकन एवं डेमोक्रेट पार्टियों के बीच अपने देश में कितनी ही खींचतान क्यों न हो, उसके बावजूद जब यह दूसरे देशों में जाते हैं तो देशहित को सर्वोपरि मानते हुए अपने संस्थागत संस्थानों की तारीफ ही करते हैं। कुछ इसी तरह की राजनीति ब्रिटेन में भी दिखाई देती है। वहां की राजनीति न सिर्फ विभाजनकारी है बल्कि बहुत नाजुक भी है। राजनेता जमकर नारेबाजी करते हैं। पिछले कुछ समय में प्रधानमंत्री बार-बार बदल रहे हैं। इसके बावजूद ब्रिटिश हित उनके लिए सर्वोपरि है।

देश की राजनीति भी तेजी से बदल रही है। पार्टीयां अपने घर की बातों को कहने के लिए विदेशी धरती को ही सियासी अखाड़े में बदल रही है। एक तरफ वैश्विक स्तर पर भारत की लोकप्रियता बढ़ रही है तो दूसरी ओर इस प्रकार की वैचारिकता के लिए विदेशी मंचों का उपयोग करना कहां तक उचित है? किसी भी देश के विकास में नीतियां सही या गलत हो सकती हैं, परंतु जिस राजनीति का हिस्सा राहुल गांधी भी है, उसको एक सिरे से नकार देना जायज नहीं है। लोकतांत्रिक पद्धति से चुनकर आए एवं संसद में विपक्ष के महत्त्वपूर्ण पद को सुशोभित कर रहे राहुल गांधी द्वारा विदेशी धरती पर भारतीय लोकतंत्र पर आक्षेप उनके पद की गरिमा के विपरीत है। भारत के लोकतंत्र पर आक्षेप करने से पहले देश में लोकतंत्र के इतिहास को पढ़ और समझ लेते तो शायद वह उन बात पर फोकस नहीं करते, जिनको उन्होंने विदेशी धरती पर गाया है। भारत विश्व का बड़ा लोकतांत्रिक देश है, जहां संविधान ही सर्वोपरि है। इतिहास साक्षी है कि विश्व के किसी भी देश में जब नेतृत्व मजबूत हाथों में रहा है तो उसने अपने देश की संस्थाओं और प्रणालियों को हमेशा ही प्रभावित किया है। वह हमेशा ही समाज के ध्रुवीकरण का भी प्रयास करता है। राजनीति में स्वयं को स्थापित करने के लिए कभी भी पहले से खींची लाइनों को मिटाने से अच्छा होता है, अपनी बड़ी लाइन खींचना।

पिछले 50 वर्षो से राहुल गांधी भी भारत की राजनीति को पास से देख समझ रहे हैं। चार बार के निर्वाचित सांसद ने देश की राजनीतिक संस्थाओं, राज्यों, व्यक्तियों और उनके अधिकारों की विकास यात्रा को उन्होंने भी समझा होगा, फिर यह दोषारोपण क्यों? शब्दों की भी अपनी मर्यादाएं होती है, उनका प्रयोग कब और कहां किस प्रकार किया जाना है, यह अवश्य ध्यान में रखा जाना चाहिए। राहुल गांधी यह भी अवश्य जानते होंगे कि विदेशी धरती से संचालित होने वाला खालिस्तान आंदोलन पहले से ही भारत के लिए सिरदर्द बना हुआ है। ऐसे में उनका यह बयान कि भारत में अल्पसंख्यकों के साथ भेदभाव किया जा रहा है, उन्हें दूसरे दर्जे का नागरिक माना जाता है। राहुल के इस बयान के बाद ही जेनेवा में संयुक्त राष्ट्र संघ की इमारत के सामने भारत विरोधी पोस्टर चिपकाए गए, जिसमें दिखाया गया कि भारत में महिलाओं की इज्जत नहीं की जाती और ईसाईयों पर अत्याचार होते हैं, जबकि सच्चाई यह कि भारत की तुलना में कई यूरोपीय और मुस्लिम देशों में महिलाओं पर अधिक अत्याचार होते हैं।

2014 के बाद से, भारत में सांप्रदायिक हिंसा सबसे कम रही है और अल्पसंख्यक परिवारों की समृद्धि अब तक की सबसे अधिक है। राहुल गांधी ने पेगासस पर फोकस करते हुए कहा कि उनका फोन टेप किया जाता था, जिससे वह दबाव महसूस करते हैं। सर्वोच्च अदालत की जांच के बाद भी उनकी पीड़ा कम होती दिखाई नहीं देती है। वास्तविक नियंत्रण रेखा (एलएसी) पर चीन के साथ निरंतर चल रहे सीमा विवाद एवं टकराव के कारण उपजे गतिरोध के कारण राष्ट्रीय सुरक्षा जैसे संवेदनशील मुद्दे पर विपक्षी नेता को विदेशी धरती पर कुछ भी बोलने से परहेज करना चाहिए था। क्योंकि इससे विश्व भर में गलत संदेश का ही संप्रेषण होता है। आज के दौर में बदलती राजनैतिक विचारधारा ने वासुधैव कुटुंबकम की अवधारणा को नुकसान ही पहुंचाया है। देश हित सर्वोपरि ही विकास का मूलमंत्र होना चाहिए।

सू- दोकू क्र.067

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

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 भर 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 66 का हल

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

कितना कसेगा शिकंजा ?

भारतीय रिजर्व बैंक ने कहा है कि क्रिप्टोकरेंसी पर प्रतिबंध लगाया जाना चाहिए क्योंकि वे पोंजी स्कीम के समान हैं। लेकिन सरकार ने यह सलाह नहीं मानी है। इसके बजाय उसने इस कारोबार को विनिमियत करने का महत्त्वाकांक्षी कदम उठाया है।

केंद्र सरकार ने क्रिप्टो करेंसी पर शिकंजा कसने के लिए नए नियम लागू किए हैँ। एक गजट अधिसूचना के मुताबिक अब क्रिप्टोकरेंसी को खरीदना-बेचना, रखना और इससे जुड़ी सेवाओं पर एंटी-मनी लॉन्ड्रिंग कानून लागू होगा। अब क्रिप्टो एक्सचेंजों को वित्तीय खुफिया इकाई भारत (एफआईयू-भारत) को संदिग्ध गतिविधियों की सूचना देनी होगी। समझा जाता है कि यह कदम क्रिप्टो करेंसी के कारोबार को विनिमियत करने के लिए उठाया गया है।

अधिसूचना में कहा गया है कि क्रिप्टो करेंसी की खरीद- बिक्री से जुड़ी तमाम वित्तीय सेवाओं को अब मनी लॉन्ड्रिंग कानून- 2002 के तहत लाया गया है। अब यह देखने की बात होगी कि इस कदम से क्रिप्टो कारोबार सचमुच कितना विनियमित होता है। क्रिप्टो कारोबार एक नई चीज है, जबकि मनी लॉन्ड्रिंग कानून उस समय की स्थितियों के मुताबिक बना था। इसलिए कुछ विशेषज्ञों ने सवाल उठाया है कि क्या यह कदम सचमुच इस नए कारोबार पर लगाम कस सकेगा। भारत ने अभी तक क्रिप्टोकरेंसी के लिए किसी खास कानून या नियमों को लागू नहीं किया गया है, जबकि भारती रिजर्व बैंक ने कई बार उनके इस्तेमाल के प्रति आगाह किया है।

बैंक के गवर्नर शक्तिकांत दास ने इसी साल जनवरी में कहा था कि क्रिप्टोकरेंसी जुए के बराबर है। उन्होंने कहा था कि इसका समर्थन करने वाले इसे संपत्ति या वित्तीय उत्पाद कहते हैं, लेकिन इसमें कोई अंतर्निहित मूल्य नहीं है। क्रिप्टोकरेंसी का मुकाबला करने के लिए आरबीआई ने हाल ही में पायलट मोड में अपना ई-रुपया या केंद्रीय बैंक डिजिटल मुद्रा (सीबीडीसी) लॉन्च किया। भारतीय रिजर्व बैंक ने कहा है कि क्रिप्टोकरेंसी पर प्रतिबंध लगाया जाना चाहिए क्योंकि वे पोंजी स्कीम के समान हैं। लेकिन सरकार ने यह सलाह नहीं मानी है। इसके बजाय उसने इस कारोबार को विनिमियत करने का महत्त्वाकांक्षी कदम उठाया है। नए कदम के तहत अब क्रिप्टोकरेंसी लेनदेन के मामलों में भारतीय अधिकारियों को देश की सीमाओं से बाहर भी इन संपत्तियों के ट्रांसफर की निगरानी में अधिक अधिकार हासिल हो जाएंगे। गौरतलब है कि केंद्र सरकार ने पिछले साल के बजट में वर्चुअल डिजिटल एसेट्स से होनी वाली आय पर तीस प्रतिशत टैक्स लगाने का फैसला किया था। (आरएनएस)

बिहार में भाजपा का पुराना समीकरण

बिहार में भारतीय जनता पार्टी 2024 के चुनाव की तैयारी कर रही है। भाजपा के नेता अब भी नीतीश कुमार के ऊपर डोरे डाल रहे हैं लेकिन साथ ही फिर वहीं समीकरण बनाने की कोशिश कर रही है, जिसके दम पर एनडीए ने 2014 के लोकसभा चुनाव में 32 सीटें जीती थीं। अगर नीतीश साथ आ जाते तो 2019 टाइप से एनडीए 34 सीट जीत जाता। लेकिन नीतीश अभी राजद के साथ हैं और अगले चुनाव में भाजपा को सबक सिखाने की ठाने बैठे हैं। तभी भाजपा 2014 जैसा समीकरण बना रही है। उस समय के जो नेता भाजपा के साथ थे वे फिर साथ आ रहे हैं। उपेंद्र कुशवाहा जदयू से अलग होकर अपनी पार्टी बना चुके हैं। मुकेश सहनी ने 2014 में पार्टी नहीं बनाई थी लेकिन वे भाजपा के साथ थे। बाद में उनकी पार्टी बनी तो भाजपा ने पूरी पार्टी ही अपने में विलय करा ली लेकिन अब वे फिर भाजपा के नजदीक आ रहे हैं। चिराग पासवान पहले से भाजपा के साथ हैं। इन तीनों नेताओं के भाजपा के साथ आने या करीब आने के पीछे कई राजनीतिक कारण हैं। जदयू के राजद के साथ जाने के बाद इन नेताओं के लिए वहां कोई खास गुंजाइश नहीं बची थी। दूसरे, इनका वोट बैंक यादव-मुस्लिम समीकरण में फिट नहीं बैठता है। कोईरी, मल्लाह और दुसाध ये तीनों जातियां राजद के समीकरण में फिट नहीं हैं, जबकि भाजपा के साथ इनका लगभग परफेक्ट कॉम्बिनेशन बनता है। इस बीच भाजपा ने इन तीनों को केंद्रीय सुरक्षा के जाल में भी ले लिया है। जदयू छोड़ते ही उपेंद्र कुशवाहा को वाई प्लस सुरक्षा मिल गई। मुकेश सहनी को वाई प्लस की सुरक्षा मिल गई है, जबकि चिराग पासवान की वाई प्लस की सुरक्षा को अपग्रेड करके जेड श्रेणी का कर दिया गया है। केंद्र सरकार का सुरक्षा घेरा लेकर तीनों नेता अगले चुनाव की तैयारी में जुटे हैं। (आरएनएस)

अपनी रौशनी

एक साधु के आश्रम में एक युवक बहुत समय से रह रहा था। फिर ऐसा संयोग आया कि युवक को आश्रम से विदा होना पड़ा। रात्रि का समय था और बाहर घना अंधेरा। युवक ने साधु से कहा- 'रौशनी की कुछ व्यवस्था करने की कृपा करें।' साधु ने एक दीया जलाया और युवक के हाथ में दे दिया। युवक को सीढ़ियों से उतारने के लिए साधु खुद उसके साथ हो लिया। जब वह सीढ़ियां और आश्रम का द्वार भी पार कर चुका तो साधु ने कहा कि अब मैं लौट जाऊं, क्योंकि इस जीवन के रास्ते पर बहुत दूर तक कोई किसी का साथ नहीं दे सकता है। अच्छा है कि मैं इसके पहले विदा हो जाऊं कि तुम हकीकत के आदी हो जाओ। इतना कहकर अंधेरी रात में साधु ने उसके हाथ के दीये को बुझा दिया। आश्चर्यचकित युवक बोला- 'यह क्या बात हुई अभी तो हम आश्रम के बाहर भी नहीं निकल पाए, आपने साथ भी छोड़ दिया और दीया भी बुझा दिया।' तब साधु ने कहा, 'दूसरों के जलाए हुए दीपक का कोई मूल्य नहीं है। अपना ही दीया बनो तो अंधेरे में राह मिलेगी। किसी दूसरे का दीया काम नहीं देता।'

प्रस्तुति : सुभाष बुड़ावनवाला

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सोमवार को कालिका मार्ग स्थित श्री कालिका माताजी मंदिर में पूजा-अर्चना कर समस्त प्रदेशवासियों की सुख-समृद्धि एवं खुशहाली की कामना की।

भारत व नेपाल के अधिकारियों ने किया गोष्ठी का आयोजन

●अंतर्राष्ट्रीय सीमा पर आपसी सहयोग व तस्करी रोकने की कही बात

हमारे संवाददाता

चम्पावत। पंचेश्वर क्षेत्रान्तर्गत भारत-नेपाल अन्तर्राष्ट्रीय सीमा पर आपसी सहयोंग बढ़ाये जाने, तस्करी की रोकथाम हेतु दोनों देशों के अधिकारियों द्वारा गोष्ठी का आयोजन किया गया। गोष्ठी में नेपाल की ओर से नेपाल पुलिस, सशस्त्र पुलिस, स्वयंसेवी संस्था पीआरसी की टीम के अधिकारी कर्मचारियों तथा भारत की ओर से कमाण्डेन्ट एसएसबी व कोतवाली पंचेश्वर प्रभारी निरीक्षक इन्द्रजीत सिंह के नेतृत्व में पुलिस व एसएसबी के पदाधिकारियों द्वारा प्रतिभाग किया गया। गोष्ठी के माध्यम से दोनों देशों के बीच मानव व अन्य प्रकार की तस्करी की रोकथाम, मादक पदार्थों की रोकथाम, देशविरोधी गतिविधियों की रोकथाम तथा अन्य बिषयो में आपसी समन्वय स्थापित किये जाने हेतु विचार विमर्श' किया गया तथा समय समय पर आपसी सहयोग दिये जाने के सम्बन्ध में भी चर्चा की गयी है।

भागवताचार्य सुभाष चंद्र जोशी को भेंट किया गौरैया का घोंसला

देहरादून (कासं)। श्री महाकाल सेवा समिति के सदस्यों की टीम ने व्यासपीठ के भागवताचार्य सुभाष चंद्र जोशी से शिष्टाचार भेंट कर उन्हें अपनी संस्था द्वारा किए जा रहे रचनात्मक कार्यों के बारे में बताया और उन्हें गौरैया बचाओ मुहिम के तहत एक गौरैया का घोंसला भी भेंट किया। संस्था के अध्यक्ष रोशन राणा ने बताया कि, आचार्य सुभाष चंद्र जोशी ने संस्था द्वारा किए जा रहे रचनात्मक कार्यों की भूरी भूरी प्रशंसा की और आगामी कार्यक्रम (जन समाज को जागरूक बनाने) और अन्य रचनात्मक कार्य की रूपरेखा तैयार की गई जिसमें सभी ने अपने अपने विचार रखे, आचार्य सुभाष चंद्र जोशी ने आश्वासन दिया कि संस्था द्वारा किए जा रहे कार्य समाज हित में है और संत समाज का आशीर्वाद आपके साथ है। इस दौरान बीके शर्मा, संजीव गुप्ता, जितेंद्र मलिक, आलोक जैन, राहुल माटा, कृतिका राणा, अनुष्का राणा उपस्थित रहे।

एटीएम लूटने आये बदमाशों पर भारी..

▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

उन्होने अपना नाम अमन पुत्र मुकेश, अभिषेक पुत्र सीधक सिंह निवासी मुंडाखेड़ा लक्सर, विशाल पुत्र रवि, दीक्षांत पुत्र विनोद व नरेश पुत्र सेवाराम निवासी फेरपुर पथरी बताया। पुलिस ने उनके खिलाफ सम्बन्धित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश कर दिया है। बैंक प्रबंधन से जानकारी करने पर ज्ञात हुआ कि उस समय एटीएम मशीन में ं 13 लाख 54 हजार रूपये मौजूद थे। जिन्हे पुलिस सर्तकता की वजह से बचा लिया गया।

अक्षय तृतीया के दिन 22 अप्रैल को खुलेंगे श्री यमुनोत्री धाम के कपाट

संवाददाता

उत्तरकाशी। उत्तराखंड चारधाम यात्रा प्रशासन के मीडिया प्रकोष्ठ ने जानकारी देते हुए बताया कि अक्षय तृतीया 22 अप्रैल को दिन में 12 बजकर 41 मिनट में श्री यमुनोत्री धाम के कपाट श्रद्धालुओं के लिए खोल दिये जायेंगे।

आज यहां उत्तराखंड चारधाम यात्रा प्रशासन के मीडिया प्रकोष्ठ ने जानकारी देते हुए बताया कि श्री यमुनोत्री धाम के कपाट अक्षय तृतीया शनिवार 22 अप्रैल को दिन में 12 बजकर 41 मिनट पर कर्क लग्न, अभिजीत मुहूर्त,कृतिका नक्षत्र में खुलेंगे। आज यमुना जयंती चैत्र नवरात्रि के शुभ अवसर पर मां यमुना के शीतकालीन प्रवास खुशीमठ (खरसाली)में मंदिर समिति यमनोत्री द्वारा मां यमुना की पूजा अर्चना के पश्चात विधि विधान पंचाग गणना के पश्चात विद्वान आचार्यों- तीर्थ पुरोहितों द्वारा श्री यमुनोत्री धाम के कपाट खुलने की तिथि तथा समय तय किया गया तथा श्री यमुनोत्री मंदिर समिति के सचिव सुरेश उनियाल ने मंदिर समिति पदाधिकारियों तथा तीर्थ पुरोहितों की उपस्थिति कपाट खुलने की तिथि समय की विधिवत घोषणा की। मंदिर समिति के पूर्व सचिव कीर्तेश्वर उनियाल ने बताया कि इस अवसर पर मां यमुना जी की उत्सव डोली के धाम प्रस्थान का भी कार्यक्रम तय हुआ।

शनिवार 22 अप्रैल को मां यमुना की उत्सव डोली, मां यमुना जी के भाई श्री सोमेश्वर देवता जी के साथ समारोह पूर्वक सेना के बेंड के साथ खुशीमठ से प्रात: 8 बजकर 25 मिनट पर प्रस्थान यमुनोत्री मंदिर परिसर में पहुंचेगी। अक्षय तृतीया 22 अप्रैल को दिन में 12 बजकर 41 मिनट पर श्री यमुनोत्री मंदिर के कपाट श्रद्धालुओं के लिए खोले जायेंगे।

कपाट खुलने की तिथि तय होने के अवसर पर शीतकालीन रावल ब्रह्मानंद उनियाल,मंदिर समिति सचिव सुरेश सेमवाल, उपाध्यक्ष राजस्वरूप उनियाल, श्री यमुनोत्री महासभा अध्यक्ष पुरूषोत्तम उनियाल, यमुनोत्री मंदिर समिति के पूर्व सचिव कृतेश्वर उनियाल, आदि उपस्थित रहे। यहां यह उल्लेखनीय है कि मां यमुना के कपाट भी अक्षय तृतीया के दिन खुलते है। वही श्री बदरीनाथ धाम के कपाट 27 अप्रैल प्रात: 7 बजकर 10 मिनट तथा श्री केदारनाथ धाम के कपाट 25 अप्रैल प्रात: 6 बजकर 20 मिनट पर तथा श्री गंगोत्री धाम के कपाट अक्षय तृतीया 22 अप्रैल दिन में 12 बजकर 35 मिनट पर श्रद्धालुओं के दर्शनार्थ खुलेंगे।

प्रदेश के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी चारधाम यात्रा तैयारियों को 15 अप्रैल तक पूरा करने के निर्देश दे चुके हैं। पर्यटन-धर्मस्व मंत्री सतपाल महाराज ने कहा कि चारधाम यात्रा हेतु श्रद्धालुओं में उत्साह है अभी तक चारों धामों हेतु पंजीकरण की संख्या छ: लाख चौंतीस हजार से अधिक पहुंच गयी है। इसी संदर्भ में चारधाम यात्रा प्रशासन संगठन के विशेष कार्याधिकारी / अपर आयुक्त गढ़वाल नरेन्द्र सिंह क्वीरियाल ने बताया कि शासन के दिशा-निर्देशों के तहत चारों धामों में सभी विभागों को यात्रा संबंधित तैयारियां तथा कार्य को 15 अप्रैल तक पूरा किये जाने हेतु गढवाल कमिश्नर/ अध्यक्ष यात्रा प्रशासन संगठन सुशील कुमार द्वारा जिलाधिकारी चमोली, रूद्रप्रयाग तथा उत्तरकाशी तथा सभी जिलाधिकारियों को आदेश दिये हैं। लगातार बैठकों तथा वीडियो कांफ्रेंसिंग के द्वारा लगातार यात्रा तैयारियों की मानंटरिंग की जा रही है। बदरीनाथ, केदारनाथ, गंगोत्री, यमुनोत्री राष्ट्रीय राजमार्गों सहित बिद्युत, पेयजल, संचार, चिकित्सा,आवास सुविधाओं को समय बद्ध ढ़ग से व्यवस्थित किया जा रहा है। प्रशासन रूद्रप्रयाग द्वारा केदारनाथ में पैदल मार्ग से बर्फ हटाने का कार्य अंतिम चरण में है। यात्रा प्रशासन संगठन के वैयक्तिक सहायक अरविंद कुमार श्रीवास्तव ने बताया कि शासन के दिशा-निर्देश पर ऋषिकेश में चारधाम यात्रा ट्रांजिट केंप में चारधाम यात्रा से पहले आवश्यक यात्री सुविधायें जुटायी जा रही है।

मकान का ताला तोड लाखों के जेवरात व नगदी चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने मकान का ताला तोडकर वहां से लाखों के जेवरात व नगदी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार हरिपुर कला निवासी दीपेन्द्र कुमार ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह परिवार के साथ बाजार गया था। जब एक घंटे बाद वह वापस आया तो उसने देखा कि उसके मकान का ताला टूटा हुआ था तथा अन्दर सारा सामान अस्त व्यस्त पडा था। चोर उसके यहां से लाखों के जेवरात, नगदी व सामान चोरी करके ले गये हैं।

एक किलो गांजे के साथ महिला गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने एक किलो गांजे के साथ महिला को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नेहरू कालोनी थाना पुलिस ने रिस्पना पुल के पास एक महिला को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडी हुई। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही पकड लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से एक किलो 200 ग्राम गांजा बरामद कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम मंजिता पत्नी शशि कपूर निवासी सपेरा बस्ती बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

मंत्री ने ली शहद उत्पादन प्रक्रिया की जानकारी

देहरादून (सं)। कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने शहद उत्पादन की प्रक्रिया के बारे में जानकारी प्राप्त की।

आज यहां कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने अपने शासकीय आवास में शहद उत्पादन के लिए स्थापित किए गए मधुमक्खी के बक्सों से निकालने की प्रक्रिया का अवलोकन किया। इस अवसर पर शहद उत्पादन की प्रक्रिया के बारे में भी जानकारी प्राप्त की। दो माह पूर्व लगाए गए 10 बक्सों से लगभग 40 किलोग्राम शहद शहद निकाला गया। मंत्री गणेश जोशी ने कहा उत्तराखण्ड में 6000 कृषक मधुमक्खी पालन व्यवसायिक रूप से कर रहे है, जिससे लगभग 1700 मीट्रिक टन का उत्पादन हो रहा है। इसके अतिरिक्त कई कृषक छोटे स्केल पर भी मधु मक्खी पालन कर रहे हैं। मंत्री जोशी ने कहा कि कृषिको द्वारा एपिसा और मेलिफेरा प्रजातियों से शहद का उत्पादन किया जा रहा है।

उन्होंने कहा हमारी सरकार ने हर जिले में एक मधुग्राम और जनपद चम्पावत व देहरादून में दो मधुग्राम भी चयनित किये गये हैं। मंत्री जोशी ने कहा मधु मक्खी उत्पादन से कृषक अपने आय को बढ़ा सकते हैं। यह उन कृषकों के लिए लाभदायक है, कि जिनके पास भूमि उपलब्ध नहीं है। मंत्री जोशी ने कहा उत्तराखण्ड में उत्पादित होने वाला शहद उच्च गुणवत्ता युक्त है। सरकार के विभिन्न प्रयासों के माध्यम से शहद उत्पादन के लिए किसानों को बेहतर सुविधाएं और प्रशिक्षण दिया जा रहा है। उन्होंने कहा सरकार का प्रयास है कि किसानों की आय दोगुनी हो उस दिशा में यह शहद उत्पादन से जुड़कर कृषक अधिक से अधिक लाभ प्राप्त कर सकते है।

इस अवसर पर उद्यान विभाग के अधिकारी भी उपस्थित रहे।

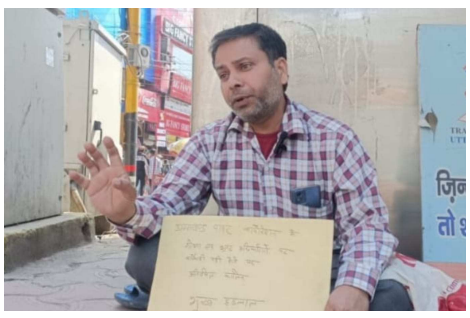
एक नजर

राज्य के परिवहन मंत्री चंदन रामदास ने उत्तराखण्ड की पहली महिला टैक्सी ड्राइवर रेखा पांडे को दी शुभकामनाएं। रेखा रानीखेत से हल्द्वानी टैक्सी चलाती हैं।

अधिकारियों की प्रताड़ना के खिलाफ घंटाघर पर भूख हड़ताल पर बैठा संविदा कर्मचारी

हमारे संवाददाता

देहरादून। ऊर्जा विभाग के अधिकारियों के खिलाफ घंटाघर पर एक कर्मचारी भूख हड़ताल पर बैठ गया है। भूख हड़ताल पर बैठे कर्मचारी का आरोप है। कि वहां अधिकारी संविधा कर्मचारियों से दफ्तर की बजाये घर का काम लिया करते है। घटांघर स्थित पुलिस पिकेट के बाहर भूख हड़ताल पर बैठे ऊर्जा विभाग के संविदाकर्मी बंसत कौशिक का कहना है कि ऊर्जा विभाग के आलाधि कारी संविदाकर्मियों से दफ्तर की बजाय अपने घर का सभी काम लेते है। उन्होने कहा कि उन्होने जब आलाधिकारियों से इस बात की शिकायत की तो उन्होने मामले में कोई संज्ञान नहीं लिया। बताया कि इन सब बातों से परेशान होकर उसने विभाग से कंडीशनल इस्तीफा भी दे दिया है और वह पिछले चार सालों से संबंधित अधिकारियों पर कार्यवाही और न्याय की मांग को लेकर लड़ाई लड़ रहा है। उन्होने बताया कि अधिकारियों से प्रताड़ित होकर वह 2020 में आत्महत्या का प्रयास कर चुका है। उन्होने सरकार से गुहार लगाते हुए कहा है कि उन्हे जल्द से जल्द न्याय दिलाया जाये।



चोरी के सामान के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी के माल के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आर्यन लूथरा निवासी गणेश विहार , गंगा नगर ऋषिकेश द्वारा कोतवाली ऋर्षिकेश मे मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह सायं करीब सात बजे , सहारनपुर सत्संग भवन गए थे। 17 मार्च को शाम करीब साढे सात बजे अपने घर वापस आए तो घर का ताला टूटा हुआ था तथा घर के अंदर रखे नकदी तथा चांदी सोने के जेवरात चोरी हो गए है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। घटना के शीघ्र खुलासे हेतु पुलिस उप महानिरीक्षक/वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक, देहरादून के कुशल निर्देशन, पुलिस अध ीक्षक ग्रामीण व क्षेत्राधिकारी के निकट पर्यावेक्षण में सादा एवं वर्दी में चार पुलिस टीम गठित की गयी। गठित पुलिस टीम द्वारा पूर्व में प्रकाश में आये, जेल से रिहा हुये चोरो के सम्बन्ध में जानकारी एकत्रित कर उनका भौतिक सत्यापन किया गया। घटनास्थल व सड़क में लगे लगभग 35 सीसीटीवी कैमरों की फुटेज चौक की गयी। फुटेज देखने पर एक व्यक्ति घर के अन्दर, आस पास व सड़क पर घूमता हुआ दिखाई दे रहा है। इस वीडियो फुटेज को मुखबिर को दिखाकर जानकारी की गयी। गठित पुलिस टीम द्वारा गत दिवस सूचना पर एक व्यक्ति को रेलवे अंडर पास के पास से पकड़कर चेक किया तो उसके पास से उपरोक्त मुकदमे से सम्बन्धित चोरी का शत् प्रतिशत् माल बरामद हुआ। पूछताछ में उसने अपना नाम नासिर पुत्र कमरूददीन निवासी आजाद कालोनी पटेलनगर बताया। उसने बरामद माल के बारे मे उसके द्वारा बताया गया की कुछ दिन पहले उसने ये माल एक बंद घर से रात मे चोरी किया है। वह नशे का आदि है तथा अपने नशे की पूर्ति के लिए चोरी की घटनाओं को अंजाम देता है। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

सीएम धामी ने जोशीमठ प्रभावित क्षेत्र के लिए राहत सामग्री वाहनों का फ्लैग ऑफ किया

हमारे संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज मुख्यमंत्री कैम्प कार्यालय से जोशीमठ के प्रभावित क्षेत्र के लिए राहत सामग्री के वाहनों का फ्लैग ऑफ किया। यह राहत सामग्री एचडीएफसी बैंक के सीएसआर कार्यक्रम के अंतर्गत दी गई है।

मानव सेवा समाज संस्था द्वारा प्रभावितों को जोशीमठ में यह राहत सामग्री उपलब्ध कराई जाएगी। जोशीमठ में प्रभावितों को 1500 गरम पानी के बैग, 1 हजार कंबल, 8 सोलर चलित गीजर, 1 हजार एमरजेंसी सोलर चार्ज लाईट, 20 हजार सैनेट्री पैड, 260 अंगीठी एवं 460 रूम हीटर एचडीएफसी बैंक द्वारा उपलब्ध कराए गये है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने जोशीमठ के प्रभावितों के लिए दिए गए इस सहयोग के लिए एचडीएफसी बैंक एवं मानव सेवा समाज संस्था का आभार व्यक्त किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि

जोशीमठ के प्रभावितों को पुनर्वास एवं सारी व्यवस्थाएं व्यवस्थित तरीके से हो, इसके लिए सरकार कार्य कर रही है। सरकार के सहयोग के लिए संस्थाएं भी आगे आ रही हैं।

उन्होने बताया कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने जोशीमठ प्रभावित क्षेत्र के लिए समीक्षाएं की हैं, केंद्र सरकार की ओर से राज्य को हर संभव सहयोग का आश्वासन मिला है। इस बार के बजट में जोशीमठ के प्रभावित क्षेत्र के लिए एक हजार करोड़ रुपए की व्यवस्था की गई है। इस अवसर पर एचडीएफसी बैंक के सर्कल हेड बकुल सिक्का, गौरव जैन, विवेक ग्रोवर, मानव सेवा समाज संस्था से आशीष गिरी, जितेंद्र मुदलियार, श्याम सुंदर एवं सुश्री उमा मौजूद थे।

टैम्पो की चपेट में आकर स्कूटी सवार हुआ घायल

संवाददाता

देहरादून। टैम्पों की चपेट में आकर स्कूटी सवार युवती गम्भीर रूप से घायल हो गयी। पुलिस ने टैम्पो चालक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार केसर वाला निवासी कुंवर सिंह ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी बेटी बाजार से घर की तरफ अपनी स्कूटी से आ रही थी जब वह ष्ठिव मंदिर के पास पहुंची तभी तेज गति से आ रहे टैम्पों ने उसको अपनी चपेट में ले लिया जिससे वह गम्भीर रूप से घायल हो गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चरस व तस्करी में प्रयुक्त बाइक सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने 103.60 ग्राम चरस व तस्करी में प्रयुक्त बाइक सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार कल देर रात कोतवाली ज्वालापुर पुलिस को सूचना मिली कि एक नशा तस्कर क्षेत्र में नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाला है।

सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान पर दबिश देकर एक व्यक्ति को 103.60 ग्राम चरस व तस्करी में प्रयुक्त बाइक सहित दबोच लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम साजिद उर्फ शाहिद पुत्र स्वर्गीय शमसुद्दीन निवासी ग्राम सराय ज्वालापुर बताया। पुलिस ने उसे एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर उसे न्यायालय में पेश कर दिया है।

स्वास्थ्य मंत्री व मेयर ने किया हास्पिटल का उद्घाटन

संवाददाता

देहरादून। प्रदेश के स्वास्थ्य मंत्री डा. धन सिंह रावत व मेयर सुनील उनियाल गामा ने अत्याधुनिक सुविधाओं से लैस प्रकाशदीप हास्पिटल का उद्घाटन किया।

आज यहां प्रदेश के स्वास्थ्य मंत्री डॉक्टर धन सिंह रावत व मेयर सुनील उनियाल गामा ने राजधानी देहरादून के माजरा स्थित प्रकाशदीप हॉस्पिटल का उद्घाटन किया। अत्याधुनिक सुविधाओं से लैस इस हॉस्पिटल में सामान्य व इमरजेंसी समेत लगभग 50 बेड हैं। इस अवसर पर स्वास्थ्य मंत्री धन सिंह रावत ने कहा कि प्रदेश में पड़ोसी राज्यों से भी मरीज इलाज के लिए पहुंचते हैं। ऐसी में सरकार स्वास्थ्य सेवाओं में लोगों को बेहतर सुविधाएं प्रदान करने के कटिबद्ध है। उन्होंने बताया कि आयुष्मान योजना के तहत अब तक करीब सात लाख लोगों का फ्री इलाज किया जा चुका है और 52 लाख लोगों के आयुष्मान कार्ड बनाए जा बनाए जा चुके हैं। उन्होंने बताया कि, अब तक 32 लाख डिजिटल हेल्थ आईडी प्रदेश में बनाई जा चुकी है। 275 जांचें निशुल्क की जा रही हैं। इसके अलावा गर्भवती महिलाओं को घर से अस्पताल और जच्चा बच्चा को अस्पताल से घर निशुल्क पहुंचाने के लिए फ्री सेवा दी जा रही है। स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि, चार धाम यात्रा के दौरान निशुल्क एंबुलेंस की सुविधा भी प्रदान की जाएगी। डॉक्टर धन सिंह रावत ने जानकारी देते हुए बताया कि केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री 30 व 31 मार्च को देहरादून दौरे पर आ रहे हैं। इसके बाद वह मलारी व अंतिम गांव नीति माणा भी जायेंगे। कहा कि, प्रदेश में 03 नए मेडिकल कॉलेज बनने जा रहे हैं और रुद्रपुर में एम्स का नया सैटेलाइट सेंटर बनना है। उन्होंने कहा कि 2024 तक उत्तराखंड देश का पहला ऐसा राज्य होगा जहां एमबीबीएस डॉक्टर सरप्लस होंगे। जिससे प्रदेश में डॉक्टरों की कमी नहीं रहेगी।

उन्होंने कहा कि, अगले एक हफ्ते में 350 नए डॉक्टरों को नियुक्ति देने जा रहे हैं। 3 हजार एएनएम को भी नियुक्ति देने जा रहे हैं। वहीं अस्पताल के निदेशक डॉक्टर अनिल प्रकाश ने कहा कि, प्रकाशदीप मल्टी स्पेशलिस्ट हॉस्पिटल में सभी तरह की अत्याधुनिक सुविधाएं हैं। उन्होंने कहा कि लोगों की लोगों की सेवा करने के लिए इस अस्पताल का शुभारंभ हुआ है। यह अस्पताल फिलहाल 40 बेड का है जिसका आने वाले समय में विस्तार किया जाएगा।

इस अवसर पर डॉक्टर अनिल प्रकाश एमडी मेडिशियन (डायरेक्टर), डॉ. दीपशिखा, डॉ. कर्नल संजीव, डॉ. मीनू, डॉ. सूरज, डॉ. सचिन, डॉ. रोहित राणा, अजय राणा, संदीप राणा आदि मौजूद रहे।

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।