शनिवार
15 अप्रैल 2023

पृष्ठ 4

क्या आपके फ्रिज में भी आ चुकी हैं कोल्ड ड्रिंक की बोतलें?

पृष्ठ 5

मुझे अलग-अलग शैलियों और कहानियों के साथ एक्सपेरिमेंट करना पसंद है: रेवती

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 76
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

तृष्णा वैतरणी नदी के समान है जिसके कारण मनुष्य को सदैव कश्ट झेलने पडते हैं।

– चाणक्य

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

नशा मुक्ति केन्द्र में युवक की हत्या मामले में संचालक सहित 4 गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। नशा मुक्ति केन्द्र में बेसबाल के डण्डे से पीट-पीटकर युवक की हत्या करने के मामले में पुलिस ने संचालक सहित चार लोगों को गिरफ्तार कर उनके कब्जे से हत्या में प्रयुक्त डण्डा व कागजात बरामद कर लिये। पुलिस ने सभी को न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार 11 अप्रैल को थाना क्लेमेंट टाउन पर हेमंत निवासी लेन-1 क्लेमेंट टाउन द्वारा लिखित सूचना दी गई कि उसके भाई सिद्धार्थ उर्फ सिद्धू को लगभग 20- 25 दिन पहले आराध्य फाउंडेशन नशा मुक्ति केंद्र चंद्रबनी में भर्ती कराया गया था। जिसको नशा मुक्ति केंद्र के संचालक प्रशांत जुयाल, अजय शर्मा, मनीष कुमार, एवं मोहन थापा द्वारा बेरहमी से पीटकर हत्या कर आज सुबह लगभग सात बजे सिद्धार्थ के मृत शरीर को कपड़े में लपेटकर उनके घर के बाहर छोड़कर भाग गए, जिसके आधार पर तत्काल थाना क्लेमेंट टाउन पर हत्या एवं अनुसूचित जाति एवं अनुसूचित जनजाति निवारण अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज किया गया। मामले की जांच क्षेत्राधिकारी सदर पंकज गैरोला के सुपुर्द हुई, जिनके द्वारा तत्काल जांच ग्रहण कर घटनास्थल का निरीक्षण कर साक्ष्य संकलन किया गया। जिसमें पाया गया कि नशा केंद्र संचालक प्रशांत जुयाल एवं अजय शर्मा के द्वारा 10 अप्रैल की रात में सिद्धार्थ के साथ काफी मारपीट की गई थी, जिस कारण अगले दिन सुबह तक सिद्धार्थ की मृत्यु हो चुकी थी, फिर प्रशांत के कहने पर अजय, मनीष कुमार एवं मोहन थापा के द्वारा प्रशांत की गाड़ी स्विफ्ट कार से मृतक सिद्धार्थ के शव को सिद्धार्थ के घर के बाहर क्लेमेंट टाउन में छोड़ा गया था। जांच में आरोपों की पुष्टि होने पर आरोपियों की गिरफ्तारी हेतु पुलिस

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

ईमानदारी व कर्तव्यनिष्ठा से किये कार्य में सफलता अवश्य मिलती है: सीएम

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री ने सभी युवाओं को संबोधित करते हुए कहा कि वे अपने जीवन में जिस भी क्षेत्र को चुने, उसमें पूर्ण मनोयोग से कार्य करें। यदि हम किसी कार्य को पूरी ईमानदारी एवं कर्तव्यनिष्ठा से करते हैं, तो उसमें सफलता अवश्य मिलती है।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने शनिवार को मुख्यमंत्री आवास स्थित मुख्य सेवक सदन में 'हिल की बात युवा संवाद' कार्यक्रम में स्कूली छात्र-छात्राओं से संवाद किया। कार्यक्रम में विभिन्न स्कूलों के छात्र-छात्राओं द्वारा उत्तराखण्ड की लोक परंपरा एवं संस्कृति पर आधारित प्रस्तुतियां दी गई। स्कूली बच्चों द्वारा भाषण एवं कविता का प्रस्तुतीकरण भी दिया गया। इस अवसर पर बच्चों ने मुख्यमंत्री से संवाद भी किया।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने हिल की बात : युवा संवाद कार्यक्रम में आये सभी विद्यार्थियों एवं युवाओं का स्वागत किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मार्गदर्शन में उत्तराखण्ड विकास की ओर तेजी से बढ़ रहा है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री का देवभूमि उत्तराखण्ड से विशेष लगाव है। उनका देवभूमि उत्तराखण्ड से कर्म एवं मर्म का रिश्ता है। प्रधानमंत्री के 9 साल के कार्यकाल में उन्होंने उत्तराखण्ड के लिए

◀◀ शेष पृष्ठ 8 पर

जापान के प्रधानमंत्री फुमियो किशिदा पर बम से जानलेवा हमला

टोक्यो। जापान के प्रधानमंत्री फुमियो किशिदा पर जानलेवा हमला हुआ है। फुमियो किशिदा एक रैली को संबोधित कर रहे थे, तभी उन पर बम फेंका गया। बम एक पाइप जैसी वस्तु के रूप में था, जिसे उनकी तरफ फेंका गया। गिरने के बाद धमाका भी हुआ। इसे स्मॉक बम बताया जा रहा है। अच्छी बात यह है कि फुमियो किशिदा को उनके सुरक्षाकर्मियों ने बचा लिया। द जापान टाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक, यह पूरा घटनाक्रम वाकायामा शहर का है। फुमियो किशिदा पूरी तरह सुरक्षित हैं। हमलावर को पकड़ लिया गया है। अभी यह साफ नहीं हुआ है कि हमला क्यों किया गया, लेकिन प्रधानमंत्री स्तर के नेता की सुरक्षा में इतनी बड़ी चूक गंभीर है। जापान के पूर्व प्रधान मंत्री शिंजो आबे की जुलाई 2022 में पश्चिमी शहर नारा में हत्या कर दी गई थी। आबे चुनाव से पहले भाषण दे रहे थे, तभी उन्हें सीने और गर्दन में कई बार गोली मारी गई थी। तेत्सुया यामागामी के रूप में पहचाने गए एक संदिग्ध को घटनास्थल पर हिरासत में लिया गया था।

बस खाई में गिरने से 12 यात्रियों की मौत, 25 से ज्यादा घायल

मुम्बई। महाराष्ट्र के रायगढ़ जिले में शनिवार सुबह दर्दनाक हादसा हो गया। मुंबई-पुणे ओल्ड हाईवे पर खोपोली इलाके में शिंगरोबा मंदिर के पीछे एक निजी बस खाई में गिर गई। इस हादसे में बस में सवार 12 यात्रियों की मौत हो गई, जबकि 25 से ज्यादा यात्री घायल हो गए। हादसे की सूचना मिलने पर पहुंची पुलिस ने मौके पर रेस्क्यू ऑपरेशन शुरू किया।

रायगढ़ जिले के एसपी सोमनाथ घारगे ने बताया कि बस में 40 से 45 यात्री सवार थे, जिसमें से 12 यात्रियों की मौत हो गई है, जबकि 25 से ज्यादा यात्री घायल हैं। बस को निकालने के लिए क्रेन को बुलाया गया है। बस में गोरेगांव इलाके की एक संस्था से जुड़े

लोग सवार थे। ये सभी पुणे में एक कार्यक्रम में शामिल होने के लिए गए थे। पुणे से वापस लौटते समय इनकी बस दुर्घटनाग्रस्त हो गई। एसपी सोमनाथ घारगे के मुताबिक, बस लगभग 200 फीट गहरी खाई में गिरी है। अभी हादसे की वजह स्पष्ट नहीं है कि ड्राइवर की लापरवाही से दुर्घटना हुई या अन्य कोई वजह हो सकती है, उसकी जांच की जाएगी। स्थानीय लोगों ने बताया कि बस जब खाई में गिरी तो तेज आवाज आई। आवाज सुनकर लगा कि कोई हादसा हुआ है। जब मौके पर पहुंचकर देखा गया तो बस दिखाई नहीं दे रही थी, क्योंकि 200 फीट गहरी खाई में गिरी थी। हम लोगों ने इसकी सूचना स्थानीय थाने को दी। थाने की टीम जब मौके पर पहुंची तो नीचे उतर कर देखा गया। बस में लोग चीख-पुकार मचा रहे थे। आनन-फानन में बस के शीशे तोड़कर कुछ लोगों को निकाला गया और अस्पताल में भर्ती कराया गया। सीएम एकनाथ शिंदे ने हादसे पर दुख जताया। साथ ही मृतकों के परिवारजनों को पांच लाख रुपए मुआवजा देने का ऐलान किया। उन्होंने कहा कि घायलों का सरकारी अस्पताल में फ्री में इलाज किया जाए।

दून वैली मेल

संपादकीय

जो भी हो कानून के दायरे में हो

आम आदमी को अक्सर पुलिस प्रशासन में बैठे लोगों को आपने यह नसीहत देते देखा होगा कि वह कानून को अपने हाथ में न लें। कई लोगों को यह कहते हुए भी सुना होगा कि कानून तो सिर्फ आम आदमी के लिए होता है खास लोगों के लिए नहीं। सत्ता में बैठे लोग जब विपक्षी नेताओं को कानूनी शिकंजे में फंसा कर सलाखों के पीछे पहुंचा देते हैं तो वह कहते हैं कि हमने क्या किया है कानून अपना काम कर रहा है। कानून अंधा होता है यह बात भी आप सभी ने सुनी होगी। कानून की इस तरह की जितनी भी बातें या धारणाएं प्रचलित है वह कोई भी गलत नहीं है लेकिन इस सब के बीच भी कानून ही सर्वोच्च है। कानून से ऊपर कोई भी नहीं हो सकता है देश का संविधान भी यही कहता है। कानून के साथ खिलवाड़ करने का अधिकार किसी को भी नहीं होना चाहिए यह अपराध है। हर अपराध का फैसला करने के लिए अदालतें बनी है। भले ही हमें फैसला ऑन द स्पॉट जैसा डायलॉग बहुत अच्छा लगता हो लेकिन अगर अदालतों की जगह फैसला करने का अधिकार कोई भी सरकार पुलिस को सौंप देगी तो इसके परिणाम देश और समाज के लिए अच्छे नहीं हो सकते हैं। ऐसी स्थिति में तो पुलिस जिसे चाहेगी जहां चाहेगी ठोक देगी। और जिसकी लाठी उसकी भैंस जैसे हालात हो जाएंगे। जब वह सत्ता में होंगे वह तुम्हें ठोकेंगे और जब तुम सत्ता में होगे तुम उन्हें ठोक दोगे। देश में जिस एनकाउंटर की संस्कृति को बढ़ावा देकर माफिया और बदमाशों को खत्म करने की प्रैक्टिस की जा रही है वह निश्चित तौर पर एक गलत परंपरा है और इसके दूरगामी परिणाम समाज और देश के लिए घातक ही होंगे। यूपी में योगी सरकार के कार्यकाल में अब तक लगभग 190 एनकाउंटर हो चुके हैं सवाल यह है क्या यूपी में अपराध खत्म हो गए? इसके विपरीत एक बिहार का भी उदाहरण है जहां पप्पू यादव, शहाबुद्दीन, अनंत सिंह, मुन्ना शुक्ला जैसे अनेक नाम जो कल तक आतंक के पर्याय बने थे वह अब या तो जेल में सजा काट रहे हैं या जेल से बाहर आकर सामान्य जिंदगी जी रहे हैं या मर गए हैं। लेकिन लोगों में उनका कोई भय नहीं है। अपराध रोकने और कानून व्यवस्था को दुरुस्त करने के कई मॉडल हो सकते हैं। एक यूपी का योगी मॉडल है और दूसरा नीतीश का बिहार मॉडल। बीते 2 दिन पहले यूपी के माफिया अतीक अहमद के बेटे असद को पुलिस एनकाउंटर में ढेर कर दिया गया। असद निसंदेह अपराधी था कुछ लोग इस एनकाउंटर पर सवाल उठा रहे हैं तथा इस पुलिसिया प्रवृत्ति को लोकतंत्र व संविधान विरोधी करार दे रहे हैं वहीं कुछ लोग इस फैसले को अच्छा बता रहे हैं। भारत भावनाओं का देश है उसमें बह कर अनेक फर्जी एनकाउंटर भी सही साबित हो चुके हैं वहीं कुछ जायज भी फर्जी साबित हो चुके हैं। 2019 में हैदराबाद में एक चिकित्सक महिला से रेप लूट के आरोपियों को पुलिस ने फर्जी एनकाउंटर में मार डाला था। मुठभेड़ के बाद पुलिस पर लोगों ने खूब फूल बरसाए थे लेकिन अब तक 10 पुलिस अधिकारी हत्या के आरोप में मुकदमा झेल रहे हैं। 2009 में दून में रणवीर सिंह एनकाउंटर की भी आपको याद होगी जिसमें 18 पुलिसकर्मियों को सजा हो चुकी है। आपको विकास दुबे कानपुर वाले का एनकाउंटर याद होगा जिस पर कई सवाल उठे। हो सकता है कल असद एनकाउंटर में ऐसा ही कुछ हो। लेकिन एक बात साफ है अपराध का न्याय न्यायालय में ही होना चाहिए पुलिस को न्यायाधीश बनकर कानून अपने हाथ में नहीं लेना चाहिए।

आशीष बने महानगर सोशल मीडिया के संयोजक

देहरादून (सं)। भारतीय जनता पार्टी प्रदेश अध्यक्ष महेन्द्र भट्ट ने आशीष शर्मा को महानगर के सोशल मीडिया संयोजक नियुक्त किया। आज यहां भारतीय जनता पार्टी उत्तराखंड प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट के द्वारा देहरादून महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल की संस्तुति के पश्चात भाजपा महानगर में आशीष शर्मा को सोशल मीडिया का महानगर संयोजक नियुक्त किया है। आशीष शर्मा इससे पहले भी प्रदेश युवा मोर्चा में सोशल मीडिया का कार्य देख चुके है। कैंट विधानसभा से आने वाले आशीष शर्मा पूर्व में मण्डल उपाध्यक्ष एवं महामंत्री भाजपा युवा मोर्चा तथा महानगर में भाजपा युवा मोर्चा के सोशल मीडिया की भी जिम्मेदारी निभा चुके है। आशीष शर्मा को जिम्मेदारी मिलने के पश्चात सभी कार्यकर्ता अति उत्साहित है, उनको जिम्मेदारी मिलने से सोशल मीडिया में भारतीय जनता पार्टी को और मजबूती मिलेगी, इसके साथ ही अर्नोल्ड लाजरस को महानगर में सह संयोजक सोशल मीडिया की जिम्मेदारी मिली है।

प्र यद्वस्त्रिष्टुभमिषं मरुतो विप्रो अक्षरत्।
वि पर्वतेषु राजथ॥

(ऋग्वेद ८-७-१)

राष्ट्र का जो धन जनकल्याणकारी योजनाओं के लिए निर्धारित किया जाता है उसे तीन क्षेत्रों- शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक की उन्नति के लिए व्यय किया जाना चाहिए तभी राष्ट्र विकसित होगा।

It is only when the nation's money, which is earmarked for public welfare programs, is spent on three domains:- physical, mental, and spiritual—that the nation will develop. (Rig Ved 8-7-1)

भैरव सेना का पंचगव्य शुद्धिकरण अभियान यात्रा सम्पन्न

संवाददाता

देहरादून। भैरव सेना देवभूमि भैरव वाहिनी का सात दिवसीय पंजगव्य शुद्धिकरण अभियान सम्पन्न हुआ।

आज यहां भैरव सेना देवभूमि भैरव वाहिनी की 9 अप्रैल से प्रारंभ हुई सात दिवसीय पंचगव्य शुद्धिकरण अभियान यात्रा प्रात: त्रिवेणी घाट में हवन पूर्णाहुति के साथ सम्पन्न हुई। पूर्णाहुति में भैरव सेना, षड दर्शन साधु समाज अखिल भारतीय सनातन धर्म रक्षा समिति तथा गंगा सभा समिति त्रिवेणी घाट ऋषिकेश के कार्यकर्ता भी उपस्थित थे। भैरव सेना के केंद्रीय अध्यक्ष संदीप खत्री ने बताया कि सात दिवसीय पंचगव्य शुद्धिकरण अभियान यात्रा के पड़ाव यमुनोत्री धाम, हनुमान चट्टी, जानकी चट्टी, गंगोत्री धाम, उत्तरकाशी महाकाल विश्वनाथ मंदिर, चौरंगीनाथ, धारी देवी, रुद्रप्रयाग कोटेश्वर महादेव, रूद्रनाथ, गौरीकुंड, त्रिजुगी नारायण, गुप्तकाशी महाकाल, अर्द्धनारीश्वर, शीतकालीन केदारनाथ ऊखीमठ, मग्गूमठ्ठ, तुंगनाथ, अनुसूइया देवी, गोपीनाथ, जोशीमठ शीतकालीन बद्रीनाथ धाम, नृसिंह मंदिर, कर्णप्रयाग, श्रीनगर, देवप्रयाग, ऋषिकेश त्रिवेणी घाट पर पूर्णाहुति के साथ सम्पन्न हुआ। इस दौरान यात्रा मार्ग में पड़ने वाले समस्त तीर्थ, पंच प्रयाग, सिद्धपीठ-शक्तिपीठ पंचगव्य शुद्धिकरण यात्रा के मुख्य पड़ाव रहे। केंद्रीय अध्यक्ष संदीप खत्री का कहना था कि जब वेटिकन सिटी में गैर-ईसाई, मक्का-मदीना में गैर-इस्लामिक प्रतिबंधित हैं, तो हिन्दूओं के विश्व स्तरीय तीर्थ धामों में गैर हिन्दूओं का प्रवेश भी कम से कम 51 किलोमीटर के क्षेत्र में प्रतिबंधित होना चाहिए। केशव स्वरूप ब्रह्मचारी ने कहा कि अवैध धार्मिक घुसपैठ रोकने में पंचगव्य का आचमन अनिवार्य किये जाने का उपाय कारगर होगा। जिसकी मांग संगठन के द्वारा विगत कई वर्षों से तीर्थ बचाओ अभियान के अंतर्गत जन चेतना के माध्यम से की जा रही है साथ ही बताया कि सभी तीर्थ धाम के महंत अध्यक्ष एवं सदस्यों के प्रधानमंत्री के नाम बने मांग पत्र पर सहमति हस्ताक्षर करवा कर पंचगव्य आचमन सभी तीर्थों में अनिवार्य हो का शासनादेश के लिए मांग की। इस अवसर पर सर दर्शन सभी समाज अखिल भारतीय सनातन धर्म रक्षा समिति के राष्ट्रीय अध्यक्ष महंत गोपाल गिरी, जनार्दन दण्डीबाडा आश्रम के संचालक केशव स्वरूप ब्रह्मचारी, गंगा सभा ऋषिकेश के कार्यकारी अध्यक्ष राहुल शर्मा के अतिरिक्त पंचगव्य शुद्धिकरण अभियान यात्रा के संयोजक प्रदेश मीडिया प्रभारी करण शर्मा तथा व्यवस्थापक प्रदेश कोषाध्यक्ष संजय पंवार, प्रदेश उपाध्यक्ष अरुण बुटोला तथा सहयोगी प्रदीप नगवाल, आचार्य धीरेन्द्र पंत सहित दर्जनों कार्यकर्ताओं ने भी पूर्णाहुति में भाग लिया।

डॉ. अम्बेडकर महान विचारक थेः काऊ

संवाददाता

देहरादून। बाबा साहिब डा. भीम राव अम्बेडकर की 132वीं जयन्ती पर विधायक उमेश शर्मा काऊ ने कहा कि डा. अम्बेडकर एक महान विचारक थे।

यहां संविधानविद बाबा साहेब डॉ भीम राव अम्बेडकर की 132 वीं जयंती को संकल्प दिवस के रूप में हर्षोल्लास से मनाया गया। कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि रायपुर विधानसभा क्षेत्र विधायक श्री उमेश शर्मा काऊ ने कहा कि बाबा साहेब एक महान सक्शियत के साथ ही एक विचार थे। वार्ड संख्या 61 ऋषिनगर के अम्बेडकर पार्क में आयोजित कार्यक्रम में बाबा साहेब के चित्र पर माल्यअर्पण किया गया। क्षेत्रीय पार्षद नीतू बाल्मीकि ने विधायक उमेश शर्मा को चांदी का मुकुट पहनाकर सम्मानित किया गया।

विधायक शर्मा ने कहा कि बाबा साहेब का ऐतिहासिक बलिदान रहा है उन्होंने एक वर्ग विशेष नहीं बल्कि सर्व समाज के अधिकार एवं हितों के साथ साथ महिला एवं शोसित वर्ग के उत्थान के लिए कार्य किया। कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि भाजपा के महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल ने कहा कि बाबा साहेब ने विपरीत परिस्थिति में जो शिक्षा प्राप्त की उनके इस संघर्ष को शब्दों में बयाँ नहीं किया जा सकता। उनके विचारों को आत्मसात् कर हमें उनके विचारों को आगे बढ़ाना चाहिए। कार्यक्रम का संचालन भाजपा एससी मोर्चा के पूर्व महानगर अध्यक्ष राकेश सिलेलान ने किया। कार्यक्रम में तपोवन मण्डल अध्यक्ष संजीव मल्होत्रा, महामंत्री विजय गिरी, नरेन्द्र चौधरी, गौरव कुमार, संयम कुमार के अलावा सैकड़ों क्षेत्रवासी उपस्थित रहे।

सुखमय वृद्धावस्था के लिए

अपने स्वयं के स्थायी स्थान पर रहें ताकि स्वतंत्र जीवन जीने का आनंद ले सकें।

अपना बैंक बेलेंस और भौतिक संपत्ति अपने पास रखें। अति प्रेम में पड़कर किसी के नाम करने की ना सोचें।

अपने बच्चों के इस वादे पर निर्भर ना रहें कि वो वृद्धावस्था में आपकी सेवा करेंगे, क्योंकि समय बदलने के साथ उनकी प्राथमिकता भी बदल जाती है और कभी कभी चाहते हुए भी वे कुछ नहीं कर पाते।

उन लोगों को अपने मित्र समूह में शामिल रखें जो आपके जीवन को प्रसन्न देखना चाहते हैं , यानी सच्चे हितैषी हों।

किसी के साथ अपनी तुलना ना करें और ना ही किसी से कोई उम्मीद रखें।

अपनी संतानों के जीवन में दखल अन्दाजी ना करें, उन्हें अपने तरीके से अपना जीवन जीने दें और आप अपने तरीके से अपना जीवन जीएँ!

अपनी वृद्धावस्था को आधार बनाकर किसी से सेवा करवाने, सम्मान पाने का प्रयास कभी ना करें। लोगों की बातें सुनें लेकिन अपने स्वतंत्र विचारों के आधार पर निर्णय लें।

प्रार्थना करें लेकिन भीख ना मांगे, यहाँ तक कि भगवान से भी नहीं। अगर भगवान से कुछ मांगें तो सिर्फ माफी और हिम्मत।

अपने स्वास्थ्य का स्वयं ध्यान रखें, चिकित्सीय परीक्षण के अलावा अपने आर्थिक सामर्थ्य अनुसार अच्छा पौष्टिक भोजन खाएं और यथा सम्भव अपना काम अपने हाथों से करें। छोटे कष्टों पर ध्यान ना दें, उम्र के साथ छोटी मोटी शारीरिक परेशानियां चलती रहती हैं।

अपने जीवन को उल्लास से जीने का प्रयत्न करें खुद प्रसन्न रहने की चेष्टा करें और दूसरों को प्रसन्न रखें।

प्रति वर्ष अपने जीवन साथी के साथ भ्रमण/ छोटी यात्रा पर एक या अधिक बार अवश्य जाएं, इससे आपका जीने का नजरिया बदलेगा।

किसी भी टकराव को टालें एवं तनाव रहित जीवन जिऐं।

जीवन में स्थायी कुछ भी नहीं है चिंताएं भी नहीं इस बात का विश्वास करें।

अपनी सामाजिक जिम्मेदारियों को रिटायरमेंट तक पूरा कर लें, याद रखें जब तक आप अपने लिए जीना शुरू नहीं करते हैं तब तक आप जीवित नहीं हैं।

साभार: सोशल मीडिया

उम्र के हिसाब से कितनी बार बदलें बच्चे का डायपर

अगर छोटे बच्चों का समय पर डायपर न बदला जाए तो गीलेपन की वजह से उन्हें डायपर रैशेज की दिक्कत हो जाती है। डिलीवरी के बाद बच्चे का पहला साल मां के लिए बहुत चुनौतीपूर्ण होता है, क्योंकि यही वो समय होता है जब मां को बच्चे की जरूरतों को उसके बिना बोले ही समझना होता है। इसी समय में मां को बच्चे के बिना बोले उसके भूख लगने और डायपर बदलने का खुद ही अंदाजा लगाना होता है। आपकी इस मुश्किल को कम करने के लिए आज हम आपको इस आर्टिकल के जरिए बताने जा रहे हैं कि उम्र के हिसाब से बच्चे का डायपर कब और कितनी बार बदलना चाहिए।

नवजात शिशु से लेकर एक महीने की उम्र : नवजात शिशु को बड़े बच्चों की तुलना में डायपर की ज्यादा जरूरत होती है। एक महीने से छोटे शिशु को एक दिन में कम से कम 6 से 10 डायपर की जरूरत होती है। इस उम्र में बच्चे लगभग तीन से चार बार पॉटी और लगभग हर घंटे में पेशाब करते हैं, इसलिए शुरुआती महीने में आपको डायपर की बहुत जरूरत पड़ती है।

एक महीने से पांच महीने तक : एक महीने के बच्चे को 4 से 6 डायपर की जरूरत पड़ती है। स्तनपान करने वाले बच्चों को फॉर्मूला मिल्क लेने वाले बच्चों की तुलना में ज्यादा डायपर की जरूरत पड़ सकती है। ब्रेस्ट मिल्क पचाने में आसान होता है और इसीलिए स्तनपान करने वाले बच्चे ज्यादा पॉटी और पेशाब करते हैं।

पांच महीने से अधिक उम्र : पांच महीने का होने पर शिशु पहले की तुलना में कम बार पॉटी करता है। फॉर्मूला मिल्क लेने वाले बच्चों की तुलना में स्तनपान करने वाले बच्चों का मल पतला होता है। इस उम्र में शिशु को दिन में आठ डायपर की जरूरत भी पड़ सकती है।

एक साल की उम्र तक : 9 महीने से 12 महीने तक के बच्चे को भी दिन में आठ डायपर की जरूरत पड़ती है। इस हिसाब से इस उम्र का शिशु महीने में 240 डायपर इस्तेमाल करता है।

उम्र के हिसाब से शिशु के लिए डायपर की औसत उपयोग की संख्या बताई गई है। हालांकि, सभी बच्चों में इसकी संख्या में थोड़ा बदलाव हो सकता है।

कब बदलना चाहिए डायपर : जब भी आपको लगे कि आपके बच्चे का डायपर गीला हो गया है तो तुरंत उसे बदल दें। पेशाब या मल की वजह से शिशु को इंफेक्शन हो सकता है और इसका इलाज बच्चे को तकलीफ दे सकता है।

जब भी बच्चा सोकर उठता है तो उसका डायपर जरूर चेक करें। डायपर बदलने के लिए बच्चे को नींद से जगाने की जरूरत नहीं है। दूध पिलाने से पहले भी बच्चे का डायपर चेक करना चाहिए। रात को सुलाने से ठीक पहले डायपर जरूर बदलें।

नवजात शिशु एक से 3 घंटे के अंदर और दूध पीने के बाद पेशाब जरूर करता है। डायपर बदलने के लिए उसके ज्यादा गीले या भारी होने का इंतजार न करें। थोड़े-थोड़े समय में चेक करते रहें कि बच्चे का डायपर गीला है या नहीं और उसके रूटीन के हिसाब से डायपर बदलने के कुछ समय निर्धारित कर लें।(आरएनएस)

सेना क्षेत्र में चोरी करता एक गिरफ्तार

देहरादून (सं)। सेना के क्षेत्र में चोरी करते एक को लोगों ने पकड पुलिस के हवाले किया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार एमईएस के जूनियर इंजीनियर श्रीनिवास रेड्डी ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि विगद 3-4 दिनो से सब ऐरिया केन्टीन गढी कैन्ट के आस पास आरर्मी क्वार्टस मे नल व फिटिग्स की चोरी हो रही थी तथा आज जब वह व सेना पुलिस की टीम सब एरिया कैन्टीन के आस-पास क्वर्टस मे चोकिग कर रहे थे तो क्वार्टर बीचर रोड का दरवाजा टूटा हुआ था उन्होंने अन्दर जाकर देखा तो एक लडका जिसका नाम रोहित क्षेत्री उर्फ गौतम उर्फ लावेर पुत्र स्व श्री भगत बहादुर क्षेत्री जो कि डाकरा बजार देहरादून का रहने वाला है मिला तथा उसके पास से मिकसर डाट पनट कलट (01), एक वालब मिक्सर एलवो सेट पम्प सहित चोरी का सामान उसके बोरे में था। पुलिस ने उसको गिरफ्तार कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

दून चिकित्सालय में चोर पकडा

देहरादून (सं)। दून चिकित्सालय में चोरी करते एक युवक को लोगों ने पकडकर पुलिस के हवाले किया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार दून चिकित्सालय के पीआरओ अतुल रावत ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि आज रात दून अस्पताल मे चोर पकडा गया जो कि अलग- अलग कमरों में तलाशी ले रहा था और नल खोलते पकडा गया। आये दिन दून अस्पताल में विभिन्न चोरी कि वारदातों को अन्जाम दिया जा रहा। जिसमे मरीजा के तीमारदारो के फोन एवं सामान चोरी किया जा रहा है। पुलिस ने युवक को गिरफ्तार कर उसका नाम पूछा तो उसने अपना नाम खालिद पुत्र अब्दुल हकीम निवासी नई बस्ती अधोईवाला बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

कुछ फूड्स हैं जो पसीने की बदबू को बढ़ाते हैं

पसीने की दुर्गंध खुद को ही नहीं बल्कि दूसरों को भी परेशान करती है। ऑफिस, पार्टी या बाहर खुली हवा में भी शरीर की गंध कहीं न कहीं हमारे व्यक्तित्व की पहचान बन जाती है। कई लोग पसीने की बदबू से छुटकारा पाने के लिए परफ्यूम और डिओड्रेंट पर हजारों रुपए खर्च करते हैं लेकिन आपको बता दें कि पसीने को रोकने का ये गलत तरीका है। अगर आप महंगे परफ्यूम लगाते हैं लेकिन अपनी डायट में कुछ खास चीजों को ले रहे हैं तो महंगे से महंगा परफ्यूम भी कुछ नहीं कर सकता है। जी हां, कुछ ऐसे फूड्स हैं जो पसीने की बदबू को बढ़ाते हैं।

रेड मीट

रेड मीट में अधिक मात्रा में कैलोरी होती है और लाल मांस को पचाना काफी मुश्किल होता है। ये अक्सर हमारे पाचन तंत्र में जाकर ठहर जाता है और जब यह शरीर में सड़ने लगता है तो इससे विषाक्त पदार्थ और बदबूदार गैस रिलीज होती है। इसकी वजह से पेट फूलने लगता है और पसीने से बदबू आने लगती है।

मसालेदार खाना

जी हां, ये बात सच है कि मसालेदार या मिर्च वाली चीजें खाने से शरीर से बदबू आने लगती है। वैसे तो लाल मिर्च मेटाबोलिज्म को तेज करती है लेकिन इससे त्वचा के रोमछिद्रों पर जो गैस रिलीज होती है उससे पसीने से बदबू की समस्या पैदा होगी। ये बदबू शरीर पर कई घंटों तक रहती है।

लहसुन

लहसुन में कई औषधीय गुण होते हैं लेकिन ये आपके शरीर से दुर्गंध आने का कारण भी हो सकता है। जब लहसुन में मौजूद सल्फर यौगिक एलिसिन एलिन में टूटकर त्वचा के रोमछिद्रों से बाहर आता है तो इससे शरीर से दुर्गंध आने लगती है।

प्याज

प्याज से भी शरीर से दुर्गंध आने लगती है। प्याज में कैसेले तेल होते हैं और प्याज का सेवन करने पर ये तेल रक्त वाहिकाओं में जाकर फेफड़ों में पहुंच जाते हैं। इसके कारण पसीने की दुर्गंध बढ़ सकती है। इसलिए कच्ची प्याज खाने से बचना चाहिए।

कॉफी

कॉफी में एसिड की मात्रा बहुत ज्यादा होती है इसलिए कॉफी पीने से भी आपके शरीर से बदबू आ सकती है। एक कप गर्म कॉफी पीने के बाद लौंग या पुदीना खा लें। इससे कॉफी का नकारात्मक असर कम हो जाता है।

शराब

इस बात के कई प्रमाण मिले हैं कि ज्यादा शराब पीने से मुंह में गुड बैक्टीरिया कम बनता है। इसकी वजह से मुंह से बदबू आने लगती है और दांतों से जुड़ी कई बीमारियां पनपने लगती हैं। हमारा शरीर एल्कोहल को एसिटेट के रूप में पचाता है। आप जितनी ज्यादा शराब पीएंगे, शरीर में उतना ही एसिटेट बनेगा।। एसिटेट की वजह से पसीने से बदबू आने लगती है।

अब अगर आप भी उन लोगों में से एक हैं जो पसीने से बदबू आने की समस्या से परेशान हैं तो सबसे पहले तो ऊपर बताई गई चीजों को अपने आहार से निकाल दें। इन खाद्य पदार्थों में मौजूद तत्व आपके लिए मुश्किलें पैदा हो सकती हैं। हालांकि, कम मात्रा में इनका सेवन किया जा सकता है। लहसुन और प्याज को कच्चा खाने की बजाय खाने में पकाकर ले सकते हैं।

नैचुरल चीजों से धोएं अपना चेहरा, नजर आएगा ग्लो

चेहरे से गंदगी साफ करनी हो या मेकअप, ज्यादातर लोग फेशवॉश का इस्तेमाल करते हैं। आपको बता दें कि नियमित रूप से फेशवॉश का इस्तेमाल करने से आपकी स्किन को नुकसान पहुंच सकता है। इससे स्किन ड्राई हो जाती है और त्वचा पर रैशेज आ जाते हैं। आइए आपको बताते हैं चेहरे को धोने के नैचुरल तरीकों के बारे में जिससे आपकी स्किन को बिल्कुल नुकसान नहीं पहुंचेगा।

शहद

शहद एक नैचुरल क्लींजर की तरह काम करता है। यह स्किन को हाइड्रेट और मॉश्चराइज रखता है। इससे चेहरे के पोर्स साफ होते हैं जिससे चेहरा क्लीन नजर आता है। चेहरे को साफ करने के लिए आप शहद का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले अपना चेहरा गीला करें और फिर शहद की कुछ बूंदे अपने चेहरे पर लगा लें और पांच मिनट के लिए छोड़ दें। फिर चेहरे को पांच मिनट के लिए छोड़ दें।

दही

दही एक नैचुरल मॉश्चराइजर है जो स्किन को नमी प्रदान करता है और साथ ही गंदगी भी साफ करता है। यह टैनिंग की समस्या को भी दूर करता है। फेसवॉश की जगह आप चेहरे को दही से धो सकते हैं।

एलोवेरा

एलोवेरा स्किन के लिए बहुत अच्छा होता है। एंटी एजिंग गुण से भरपूर एलोवेरा में एंटी ऑक्सिडेंट की मात्रा भी मौजूद होती है। इससे किसी भी प्रकार के स्किन इंफेक्शन से छुटकारा मिलता है। साथ ही यह त्वचा को पोषण भी देता है। आप चेहरा साफ करने के लिए एलोवेरा जेल को इस्तेमाल कर सकते हैं।

नारियल का तेल

अगर आपको अपने चेहरे से मेकअप रिमूव करना है तो आप फेसवॉश की जगह नारियल के तेल का इस्तेमाल कर सकते हैं। नारियल का तेल स्किन के लिए बहुत अच्छा होता है। इसे कुछ देर के लिए अपने चेहरे पर मलें और फिर गुनगुने पानी से धो लें।

कच्चा दूध

दूध न सिर्फ हेल्थ के लिए अच्छा होता है बल्कि यह स्किन को भी ग्लोइंग बनाता है। आप कच्चे दूध की मदद से स्किन की गंदगी को साफ कर सकते हैं। यह त्वचा की खूबसूरती को भी बढ़ाता है। चेहरे पर कॉटन की मदद से कच्चा दूध लगाएं और सूखने के बाद पानी से धो लें।

फेस ऑयल कैसे चुनें?

चेहरे के लिए ऐसे तेल चुनें, जो प्राकृतिक और जैविक अवयवों से बने हों और आपकी त्वचा को पोषण प्रदान करें। मिट्टी जैसी और ताजी सुगंध वाले तेल शुद्ध और अनरिफाइंड गुणों का संकेत देते हैं। अगर आपकी तैलीय या मुंहासे वाली त्वचा है तो जोजोबा, हेजलनट और पेरिला के अर्क वाले फेशियल ऑयल चुनें।

नेटफ्लिक्स पर सबसे ज्यादा देखी गई फिल्म चोर निकल के भागा, आरआरआर को भी पछाड़ा

यामी गौतम और सनी कौशल की फिल्म चोर निकल के भागा रिलीज होने के बाद से लगातार सुर्खियों में है।

फिल्म को समीक्षकों से खूब प्यार मिला था और अब नेटफ्लिक्स पर भी इसे दर्शकों का खूब प्यार मिल रहा है। दिलचस्यप बात यह है कि ये फिल्म स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म पर पहले 2 हफ्ते में सबसे ज्यादा देखी जाने वाली भारतीय फिल्म बन गई है और इस मामले में इसने आरआरआर जैसी ब्लॉकबस्टर फिल्म को भी पीछे छोड़ दिया है।

फिल्म समीक्षक तरण आदर्श ने ट्वीट किया, चोर निकल के भागा नेटफ्लिक्स पर छाई हुई है। रिलीज के 2 हफ्तों में यह दुनियाभर में इस ओटीटी प्लेटफॉर्म पर सबसे ज्यादा देखी जाने वाली भारतीय फिल्म बन गई है। इसे 2 करोड़ 9० लाख घंटे की व्यूअरशिप मिली है। दूसरी तरफ पहले 2 हफ्तों में आरआरआर को 2 करोड़ 55 लाख घंटे के आसपास देखा गया था, वहीं गंगूबाई काठियावाड़ी की व्यूअरशिप 2 करोड़ 21 लाख घंटे थी।

पिछले साल आरआरआर के हिंदी वर्जन और गंगूबाई काठियावाड़ी को नेटफ्लिक्स पर सबसे ज्यादा देखा गया था। तीसरे नंबर पर कार्तिक आर्यन की फिल्म भूल भुलैया 2 थी। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, आरआरआर को कुल 7 करोड़ 3० लाख घंटे, गंगूबाई काठियावाड़ी को 5 करोड़ घंटे और भूल भुलैया 2 को 2 करोड़ 1० लाख घंटों की व्यूअरशिप मिली थी। ये तब था, जब तीनों ही फिल्में ओटीटी पर आने से पहले सिनेमाघरों में रिलीज हो चुकी थीं।

चोर निकल के भागा 24 मार्च को नेटफ्लिक्स पर आई थी। इसमें यामी और सनी के अलावा अभिनेता शरद केलकर ने भी अहम भूमिका निभाई थी। अजय सिंह इसके निर्देशक हैं। फिल्म की कहानी नेहा नाम की महिला की है, जो एक फ्लाइट अटेंडेंट है और अपने बॉयफ्रेंड का करोड़ों रुपये का कर्ज चुकाने के लिए उसके साथ मिलकर जमीन से कई हजार फीट ऊपर उड़ रहे एक प्लेन में हीरों की चोरी को अंजाम देने की तैयारी करती है।

यामी ने फिल्म में खूब तारीफ बटोरी। पिछली बार फिल्म लॉस्ट में भी उन्होंने अपनी अदाकारी से खूब वाहवाही लूटी थी और इसी के साथ अब उन्होंने ओटीटी प्लेटफॉर्म पर अपनी सीट पक्की कर दी है। डर, चिंता, बेबसी, गुस्सा हर भाव को उन्होंने बखूबी अपने चेहरे पर उतारा। फिल्म की कहानी के केंद्र में यामी ही थीं और उन्होंने शुरू से लेकर अंत तक दर्शकों को खुद से बांधे रखा। उनकी मौजूदगी ने फिल्म में चार चांद लगा दिए।

नानी की दसरा का जलवा कायम, दुनिया भर में कमाए 1०० करोड़ रुपये

रामनवमी के अवसर पर रिलीज हुई सुपरस्टार नानी की पैन इंडिया फिल्म दसरा सिनेमाघरों में तहलका मचा रही है।

मौजूदा वक्त में नानी सातवें आसमान पर हैं क्योंकि उनकी फिल्म दसरा ने दुनिया भर में 1०० करोड़ रुपये का आंकड़ा पार कर लिया है। हालांकि, 68 करोड़ रुपये के बजट में बनी इस फिल्म ने बुधवार को सिर्फ भारत में 2.०9 करोड़ रुपये कमाए हैं। अब फिल्म का भारत में कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 66.64 करोड़ रुपये हो गया है।

रिपोर्ट्स के मुताबिक, दसरा 68 करोड़ के बजट में बनीं है, वहीं फिल्म ने रिलीज के 7 दिनों के भीतर 66 करोड़ से ज्यादा की कमाई कर ली है यानी फिल्म कुछ दिनों में भारत में अपनी लागत निकालने में कामयाब हो जाएगी। इस फिल्म को आप हिंदी समेत तेलुगु, तमिल, मलयालम और कन्नड़ में देख सकते हैं। दसरा श्रीकांत ओडेला के निर्देशन में बनी पीरियड एक्शन ड्रामा है। इसमें नानी, कीर्ति सुरेश और दीक्षित शेट्टी मुख्य भूमिका में हैं।

फिल्म ने न केवल घरेलू बाजार में बल्कि विदेशी बाजारों में भी अपनी छाप छोड़ी है, खासकर अमेरिका में जहां यह 2 मिलियन डॉलर तक पहुंचने के करीब है। हाल ही में रिलीज हुई कई बॉलीवुड फिल्मों के लिए दशहरा कड़ी टक्कर भी साबित हुआ है।

दर्शकों के प्रति आभार व्यक्त करते हुए नानी ने ट्वीट किया- हमारा प्रयास, आपका उपहार।

फिल्म की सफलता का जश्न मनाने के लिए करीमनगर में एक बड़ा कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें निर्देशक को एक बीएमडब्ल्यू कार मिली और टीम के प्रत्येक सदस्य को 1० ग्राम सोने का सिक्का उपहार में दिया गया।

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

क्या आपके फ्रिज में भी आ चुकी हैं कोल्ड ड्रिंक की बोतलें?

गर्मियां शुरू होते ही सभी अपने आहार में बदलाव लाते हुए ऐसी चीजों को शामिल करते हैं को उनके मन को ठंडक प्रदान करें। ऐसा ही कुछ होता हैं कोल्ड ड्रिंक्स के साथ जिसका सेवन लोग गर्मियां आते ही करने लगते हैं। आजकल कोल्ड ड्रिंक्स का सेवन बहुत अधिक बढ़ गया है। आज के दौर में कोल्ड ड्रिंक्स हर पार्टी की शान मानी जाती है। पार्टी में कोल्ड ड्रिंक न हो ऐसा हो ही नहीं सकता है। कई लोगों को तो कोल्ड ड्रिंक्स की लत लग जाती है और यह लत छुड़ानी मुश्किल होती है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि जिस कोल्ड ड्रिंक को आप गर्मी से राहत पाने के लिए पीते हैं, वह आपकी सेहत के लिए काफी हानिकारक हो सकती है। आइए जानते हैं कि अगर आप कोल्ड ड्रिंक का सेवन करें तो आपकी सेहत को क्या क्या नुकसान हो सकता है।

शुगर बढ़ने का खतरा : जब आप खाना खाते हैं तो आप खाने में कार्बोहाइड्रेट्स और अन्य पोषक तत्वों का सेवन करते रहते हैं, लेकिन जब आप इसके साथ कोल्ड ड्रिंक पीते हैं तो ड्रिंक की शुगर भी आपके शरीर में जाती है और आपके शरीर में शुगर की मात्रा ज्यादा बढ़ जाती है। इसलिए खाने से साथ ये ना लें।

फैटी लीवर की समस्या: कोल्ड ड्रिंक के सेवन से आपको फैटी लीवर की समस्या भी हो सकती है। आपको बता दें कि कोल्ड ड्रिंक में दो तरह की शुगर पाई जाती है। ग्लूकोज और फ्रुक्टोज ग्लूकोस बॉडी में तुरंत अब्सॉर्ब और मेटाबोलाइज़ हो जाता है। वहीं दूसरी तरफ फ्रुक्टोज केवल लिवर में जमा हो जाता है। ऐसे में आप अगर हर दिन कोल्ड ड्रिंक पी रहे हैं तो फ्रुक्टोज आप के लिवर में अतिरिक्त मात्रा में जमा हो जाएगा और लिवर पर असर डालेगा और इससे लिवर से जुड़ी समस्याएं पैदा होंगी।

हड्डियां हो सकती हैं कमजोर: सॉफ्ट ड्रिंक आपकी हड्डियों से कैल्शियम सोखने का काम करता है, जिससे हड्डियां कमजोर और भंगुर हो जाती हैं। सॉफ्ट ड्रिंक में फॉस्फोरिक एसिड मिला होता है जो कि एक अम्लीय होता है। ये हड्डियों से कैल्शियम सोख लेता है। कैफीन भी कैल्शियम सोखने का काम करती है जिससे हड्डियों पर बुरा असर पड़ता है।

कैंसर का जोखिम: आश्चर्यजनक रूप से कुछ अध्ययन इस बात की तरफ भी इशारा करते हैं कि अधिक मात्रा में कोल्ड ड्रिंक्स के सेवन की आदत कई ऐसी स्थितियों का भी कारण बन सकती है जो आपमें कैंसर के खतरे को बढ़ा देती है। 6०,००० से अधिक वयस्कों पर किए गए एक अध्ययन से पता चला है कि जो लोग प्रति सप्ताह 2 या इससे अधिक केन कोल्ड ड्रिंक्स पीते हैं, उनमें अग्नाशयी कैंसर विकसित होने की आशंका 87 फीसदी अधिक हो सकती है।

मोटापे का जोखिम : अधिक वजन किसी समस्या का कारण नहीं है, लेकिन इसकी वजह से हृदय और प्रतिरक्षा तंत्र पर दबाव पड़ने लगता है। जो बच्चे कोल्ड ड्रिंक को ज्यादा पीते हैं उनको मोटे होने का खतरा अधिक होता है। एक अध्ययन में पाया गया कि रोजाना कम कोल्ड ड्रिंक और सोफ्ट ड्रिंक पीने वाले मोटे बच्चों और किशोरों का वजन तेजी से कम हुआ।

पेट के लिए हानिकारक: कई सारी कोल्ड ड्रिंक्स में कार्बन डाई ऑक्साइड मौजूद रहती हैं, जो पेट में जाते ही गर्मी की वजह गैस में बदलने लगती है। यही कारण है कि कोल्ड ड्रिंक पीते ही कुछ लोगों को तुरंत डकार आती है। सॉफ्ट ड्रिंक में मौजूद यह कार्बन डाई ऑक्साइड पेट के लिए एक ब्लीचिंग एजेंट की तरह काम करता है, जिसकी वजह से पेट में बनने वाले डाइजेस्टिव एंजाइम पर असर होता है। यही वजह है कि कई बार ज्यादा या रात के समय कोल्ड ड्रिंक पीने से सीने में जलन होने लगती है।

दिमाग पर पड़ता है बुरा असर: कोल्ड ड्रिंक्स में कैफीन भी होता है, जो एक तरह का एडिक्टिव कंपाउंड है। रिसर्च में पाया गया है कि कोल्ड ड्रिंक्स पीने के 5-1० मिनट के अंदर ही आपके शरीर में डोपामाइन का लेवल बढ़ जाता है। इस हार्मोन के कारण आपको थोड़ी देर खुशी महसूस होती है, जिसके कारण आप इसे और ज्यादा पीना चाहते हैं। मेडिकल न्यूज टुडे पर छपे एक लेख में इस नशीलेपन की तुलना हेरोइन के नशे से की गई है। इसलिए इसका असर आपके ब्रेन फंक्शन पर भी पड़ता है।

दांत खराब होने की परेशानी: सॉफ्ट ड्रिंक आपके दांतों के लिए बहुत नुकसानदायक है। सोडा में फॉस्फोरिक एसिड और कार्बोनिक एसिड होता है जो लंबे समय में दांतों के इनेमल को खराब कर सकता है। चीनी के साथ एसिड आपके मुंह में बैक्टीरिया को पनपने के लिए सही वातावरण तैयार करता है, जिससे कैविटी हो सकती है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -088

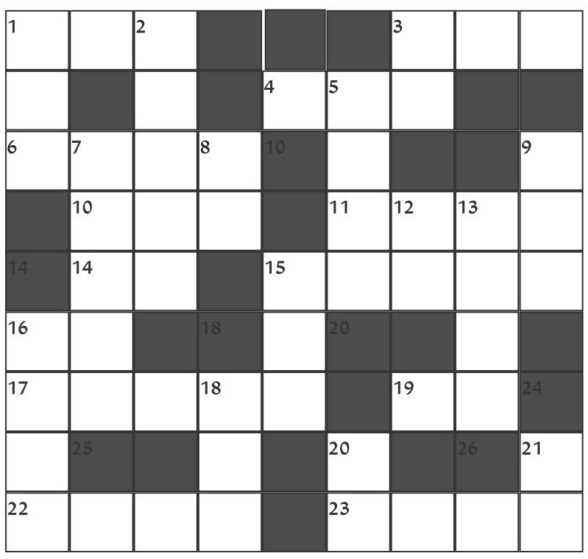
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 3. बेवजह, बिनाकारण, व्यर्थ 4. हल्कीनींद, चकमा, धोखा 6. शक्कर पानी आदि का मीठा घोल 10. सोते से उठाना, सावधान करना, प्रदीप्त करना 11. चरमसीमा, सीमांत 14. पानी, आंसू 15. बैठा हुआ, विराजित 16. नृत्य 17. मृतप्राय, मृत्यु के करीब 19. जल, अम्बु 22. उपहार, भेंट 23. खबर, संदेश।

ऊपर से नीचे

1. गणपतिजी, 2. मांगनेवाला, पाने की इच्छा करने वाला 3. मिट्टी के रंग का, मटमैला 5. चला आता हुआ क्रम प्रथा, प्रणाली, रीति-रीवाज, 7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 8. पेड़ का धड़ा जहां से शाखाएं निकलती है, 9. मिठाई, खाने की मीठी चीज 12. शासन, गुप्तबात 13. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य 15. विपत्तिग्रस्त, दुखी, अभागा 16. प्रसिद्ध, नामवर 18. स्वप्न, ख्वाब 20. करीब, नज़दीक, समीप 21. सुबह, प्रातः, सबेरा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 87 का हल

अ	भि	षे	क	■	प	स	■	■
जा	त	■	थ	प	थ	पा	ना	■
य	र	का	नी	■	भ्र	■	र	श्मि
ब	घा	र	■	क	ष्ट	प्र	द	■
■	त	ना	त	नी	■	र्व	■	ब
अ	■	मा	■	ज	मा	त	■	ल
स	जा	■	■	■	■	क	ज	रा
बा	■	बे	स	हा	रा	■	ग	म
ब	गु	ला	■	रा	ज	दू	त	■

अलिफ लैला से बालवीर 3 तक इंडस्ट्री में बहुत बदलाव आ गया : श्वेता रस्तोगी

'अलिफ लैला' जैसे फैंटेसी ड्रामा का हिस्सा बनने के बाद अभिनेत्री श्वेता रस्तोगी एक और फैंटेसी शो 'बालवीर 3' कर रही हैं। श्वेता ने 'बालवीर 3' का हिस्सा बनने और टीवी पर एक ही शैली की प्रस्तुति अब तक समय के साथ कैसे बदल गई है, इस बारे में साझा करते हुए कहा, 'अलिफ लैला' से लेकर 'बालवीर' तक इंडस्ट्री बहुत बदल गई है।

फैंटेसी शो वर्षों से टीवी का प्रमुख हिस्सा रहे हैं, लेकिन मैं कहूंगी कि कल्पनाशील भावना और जिस तरह से चीजों को स्क्रीन पर पेश किया जाता है वह पूरी तरह से बदल गया है। प्रौद्योगिकी और उन्नति के कारण फैंटेसी शो निश्चित रूप से एक पायदान ऊपर उठे हैं। अभिनेत्री ने आगे कहा कि पहले, फैंटेसी-थीम वाले शो के लिए चीजों को प्रोजेक्ट करना और निष्पादित करना एक कठिन काम था, लेकिन अब यह उतना कठिन नहीं है।

पर्दे के पीछे से वीएफएक्स तक, सब कुछ बहुत बदल गया है। अभिनेत्री श्वेता रामानंद सागर के शो 'श्री कृष्णा' में राधा की भूमिका निभाने के लिए लोकप्रिय हैं। अभिनेत्री ने 'खुदगर्ज', 'खून भरी मांग', 'परिंदा' और 'किशन कन्हैया' जैसी फिल्मों में भी काम किया। वह 'केसर', 'पलकों की छांव में', 'वो रहने वाली महलों की' जैसे टीवी शो का भी हिस्सा थीं।

एक बार फिर फैंटेसी ड्रामा का हिस्सा बनने के बारे में बात करते हुए, श्वेता ने कहा कि एक अभिनेत्री होने के नाते, मैं हमेशा चुनौतीपूर्ण और अनूठी भूमिकाएं करना चाहती हूं जो मुझे अपनी क्षमताओं के साथ प्रयोग करने का मौका प्रदान करें। और 'बालवीर' एक ऐसा ही शो है। मैं फैंटेसी शो करने को लेकर काफी उत्साहित हूं और निजी तौर पर मुझे भी उन्हें देखने में मजा आता है।

अल्लू अर्जुन की पुष्पाः द रूल से रश्मिका मंदाना का पहला लुक जारी

रश्मिका मंदाना, अल्लू अर्जुन की आने वाली फिल्म पुष्पा: द रूल में अपनी यादगार भूमिका, श्रीवल्ली को फिर से दिखाने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। यह सुकुमार द्वारा निर्देशित ब्लॉकबस्टर फिल्म पुष्पा: द राइज की अगली कड़ी है। आज, उसके जन्मदिन के अवसर पर, निर्माताओं ने रश्मिका के श्रीवल्ली के रूप में एक नए पोस्टर को लॉन्च किया।

इस पोस्टर में वह बहुत खूबसूरत लग रही हैं। फिल्म के निर्माताओं ने ट्विटर पर रश्मिका मंदाना के नए पोस्टर को श्रीवल्ली के रूप में शेयर किया। लाल साड़ी में वह बहुत खूबसूरत लग रही हैं, उनके बाल खुले हैं और लाल बिंदी इस खूबसूरती में चार चांद लगा रहे हैं। फैंस इस पोस्टर पर प्यार बरसा रहे हैं। वह यह देखने के लिए इंतजार नहीं कर सकते कि फिल्म के दूसरे भाग में अभिनेत्री क्या-क्या करने वाली हैं। पहले भाग में दर्शकों ने श्रीवल्ली के रूप में उन्हें काफी पसंद किया था। पोस्टर को साझा करते हुए, निर्माताओं ने लिखा, टीम स पुष्पा: द रूल भव्य श्रीवल्ली उर्फ रश्मिका जन्मदिन की बहुत-बहुत बधाई। आप हमारे दिलों पर राज करते रहें।

निर्माताओं द्वारा हाल ही में एक विशेष पोस्टर के साथ रोमांचक अपडेट की पुष्टि की थी। वीडियो में पुष्पा की खोज दिखाई जा रही है। जिसमें लोग रैलियां कर रहे हैं, और टेलीविजन चैनल उसके बारे में बात कर रहे हैं। आपको बता दें कि पुष्पा की रिलीज ने अल्लू अर्जुन पूरे देश में प्यार और प्रसिद्धि दिलाई। अगली कड़ी, पुष्पा: द रूल में अभिनेता अपनी भूमिका में लौट आएंगे। सीक्वल में रश्मिका मंदाना को श्रीवल्ली, फहद फासिल भी होंगे।

अभिनेत्री सिमरन कौर ने शेयर किया पटाया में शर्मिंदा की शूटिंग का अनुभव

अगर तुम ना होते की अभिनेत्री सिमरन कौर ने अपने नवीनतम म्यूजिक वीडियो शर्मिंदा के लिए थाईलैंड के पटाया में शूटिंग के अपने अनुभव को साझा किया है। उन्होंने कहा, शर्मिंदा दिल टूटने के बारे में संगीत वीडियो है। लड़का लड़की को धोखा देता है और बाद में लड़की उससे भिड़ जाती है। यह बहुत ही दिल को छू लेने वाला गाना है। हम इस गाने की शूटिंग के लिए थाईलैंड गए और पटाया के खूबसूरत लोकेशंस पर शूट किया।

अभिनेत्री ने अपने संगीत वीडियो के लिए जिस तरह की प्रतिक्रिया मिल रही है, उसके बारे में कहा कि यह जबरदस्त है। उन्होंने कहा कि लोगों को गीत के बोल और संगीत पसंद आ रहे हैं। मुझे इस संगीत वीडियो के लिए इतनी अच्छी प्रतिक्रिया मिल रही है, मैं इसके लिए बहुत खुश हूं। मुझे मेरे अभिनय के लिए बहुत सराहना मिल रही है और प्रशंसक वास्तव में गीत में मेरे भावों को पसंद कर रहे हैं। सोशल मीडिया पर, मुझे अपने सभी प्रशंसकों से बहुत सारे संदेश मिल रहे हैं कि वह गाना देखने के बाद वास्तव में भावुक हो गए हैं, इसलिए मुझे लगता है कि अगर लोग आपके प्रदर्शन से जुड़ रहे हैं और गाना सही रागों को छू रहा है, तो यह सबसे अच्छी तारीफ है।

अपनी भविष्य की परियोजनाओं के बारे में जानकारी देते हुए, उन्होंने साझा किया: मैंने दो और संगीत वीडियो के लिए शूट किया है। शूटिंग पूरी हो चुकी है और वह बहुत जल्द रिलीज भी होंगी।

रामजी गुलाटी द्वारा निर्देशित शर्मिंदा संगीत वीडियो रिलीज हो चुका है।

मुझे अलग-अलग शैलियों और कहानियों के साथ एक्सपेरिमेंट करना पसंद हैः रेवती

जानी-मानी एक्ट्रेस और निर्देशक रेवती रोमांटिक फैंटेसी थ्रिलर टूथ परी: व्हेन लव बाइट्स में वैम्पायर के खिलाफ एक समूह की शासक लूना लुका की भूमिका निभा रही है। अपने रोल को लेकर उन्होंने खुलकर बात की।

रेवती ने कहा कि इस किरदार को हां करने से पहले, उन्होंने काफी समय लिया क्योंकि यह उनके लिए पूरी तरह से नया है। हालांकि, वह हमेशा अलग-अलग शैलियों और कहानियों के साथ एक्सपेरिमेंट करना पसंद करती हैं।

वेब सीरीज में शांतनु माहेश्वरी एक डेंटिस्ट रॉय की भूमिका में हैं, जो तान्या मानिकतला द्वारा अभिनीत एक वैम्पायर रूमी के प्यार में पड़ जाता है।

एक सीरीज का हिस्सा होने और पूरी तरह से एक नई शैली के बारे में बात करते हुए, 56 वर्षीय एक्ट्रेस ने कहा: मैंने जो भी प्रोजेक्ट चुना है उसके पीछे हमेशा बहुत सोच-विचार किया है। टूथ परी: व्हेन लव बाइट्स की कहानी सुनी तो मुझे इसमें एक ऐसी शैली दिखी, जिस पर मैंने पहले कभी गौर नहीं किया था। यह कोई सामान्य रोजमर्रा की कहानी नहीं थी, बल्कि कुछ नया था, जिसे हमारे निर्देशक प्रतिम दासगुप्ता ने कोलकाता में सोचा और प्लॉट किया। रेवती तमिल, मलयालम, तेलुगु, हिंदी और कन्नड़ सिनेमा में अपने काम के लिए जानी जाती हैं। उन्होंने 1983 में तमिल फिल्म मन वसानई से अभिनय की शुरूआत की। उन्होंने रजनीकांत और कमल हासन जैसे दक्षिण के सुपरस्टार के साथ काम किया। उन्होंने 1991 की रोमांटिक फिल्म लव में बॉलीवुड सुपरस्टार सलमान खान के साथ भी काम किया। पिछले साल उन्होंने अपने निर्देशन में बनी फिल्म सलाम वेंकी में काजोल को कास्ट किया।

उन्होंने कहा कि वह हमेशा विभिन्न शैलियों और चुनौतीपूर्ण विषयों के साथ एक्सपेरिमेंट करना पसंद करती हैं।

उन्होंने कहा, नए और असामान्य फॉर्मेट्स की खोज करना एक चुनौती है जिसे मैं करना पसंद करती हूं। सीरीज में, मैंने एक ऐसी भूमिका निभाई है, जो दृढ़ इच्छाशक्ति, अपने विश्वासों में मजबूत और सभी बाधाओं से लड़ने के लिए तैयार है। मुझे इस तरह की अच्छी तरह से गढ़ी गई भूमिकाएं निभाना पसंद है। टूथ परी: व्हेन लव बाइट्स 20 अप्रैल से नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम होगी। (आईएएनएस)

स्त्री 2 के साथ होगी हॉरर-कॉमेडी यूनिवर्स की वापसी

राजकुमार राव और श्रद्धा कपूर हॉरर-कॉमेडी स्त्री के बाद जल्द ही स्त्री 2 में नजर आने वाले हैं। 2018 में आई इस फिल्म को दर्शकों ने काफी पसंद किया था और यह 129.9 करोड़ रुपये कमाने में सफल रही थी। स्त्री को मिली शानदार सफलता के बाद निर्माताओं ने भेड़िया के साथ हॉरर-कॉमेडी यूनिवर्स बनाने की ओर कदम उठाए। वरुण धवन स्त्री 2 का हिस्सा बनने वाले हैं।

पिछले साल रिलीज हुई वरुण और कृति सैनन की भेड़िया बॉक्स ऑफिस पर अपना कमाल दिखाने में असफल साबित हुई, लेकिन इसने हॉरर-कॉमेडी यूनिवर्स में क्रॉसओवर की शुरुआत की। फिल्म में राजकुमार मिड-क्रेडिट सीन में नजर आए तो श्रद्धा ठुमकेश्वरी गाने में दिखाई दी थीं। इसके बाद से ही दर्शकों को स्त्री 2 का हिंट मिल गया और वह इसका इंतजार कर रहे हैं। अब जानकारी के मुताबिक स्त्री 2 में वरुण का कैमियो कहानी के लिए बेहद जरूरी होगा। यह कुछ इस तरह का होगा जो स्त्री 2 में मस्ती को और भी बढ़ाएगा। वरुण का किरदार भेड़िया में नजर आए स्त्री के किरदारों की तरह नहीं होगा, जो आखिर में फिल्म में आते हैं और कहानी से उनका कोई लेना-देना नहीं होता।

भेड़िया के मिड-क्रेडिट सीन से पता चलता है कि अभिषेक बनर्जी का किरदार जनार्दन कोई और नहीं बल्कि स्त्री में नजर आया जाना है। अमर कौशिक ने स्त्री और भेड़िया दोनों का निर्देशन किया था और अब वह स्त्री 2 का भी निर्देशन कर रहे हैं। हालिया रिपोर्ट के अनुसार, फिल्म के इस साल जुलाई में शुरू होने की उम्मीद है। इसके बाद अगले साल यह सिनेमाघरों में दस्तक देने के लिए तैयार हो सकती है।

इस सबके बीच स्त्री और भेड़िया के निर्माता दिनेश विजान एक और हॉरर-कॉमेडी फिल्म पर काम कर रहे हैं, जो इस यूनिवर्स का हिस्सा होगी। शरवरी वाघ की मुख्य भूमिका वाली मुंझा की शूटिंग भी शुरू हो चुकी है। अब स्त्री, रूही और भेड़िया के बाद मुंझा भी हॉरर कॉमेडी यूनिवर्स का हिस्सा बन गई है।

मैं डांसर बनना चाहती थी, लेकिन अभिनय अचानक हो गया : मेघा चक्रवर्ती

अभिनेत्री मेघा चक्रवर्ती, जो वर्तमान में टेलीविजन शो इमली में मुख्य भूमिका निभा रही हैं, उन्होंने साझा किया कि उन्हें डांस में अधिक रुचि थी और अभिनय उनके दिमाग में कभी नहीं था, लेकिन यह अचानक हुआ। उन्होंने कहा: मैं एक डांसर बनना चाहती थी, लेकिन अभिनय अचानक हो गया। मैंने अभी-अभी एक ऑडिशन में अपना शॉट दिया और सेलेक्ट हो गया.. और फिर मेरा सफर शुरू हो गया।

शो के सफल होने और इमली के रूप में सुम्बुल तौकीर से संबंधित दर्शकों के शो में शामिल होने के बारे में बात करते हुए, मेघा ने कहा कि उस पर अपनी जगह बनाने का बहुत दबाव था। जैसा कि उन्होंने कहा: निश्चित रूप से क्योंकि इमली पहले से ही हिट थी। निर्माता कहानी में कुछ बदलाव चाहते थे और यह इमली को पहले की तरह बनाए रखने और टीआरपी बनाए रखने का दबाव था। मैं दर्शकों को खुश रखने की कोशिश कर रही हूं और हम एक नई टीम के रूप में अपना सर्वश्रेष्ठ देने की कोशिश कर रहे हैं।

बड़ी देवरानी, कृष्णा चली लंदन जैसे शो कर चुकीं मेघा ने कहा कि इंडस्ट्री में बहुत प्रतिस्पर्धा है और सफलता हासिल करना आसान नहीं है। उन्होंने कहा, हर क्षेत्र में गलाकाट प्रतिस्पर्धा है। आपको कई बार अस्वीकृति का सामना करना पड़ता है और कभी-कभी आप कारणों को नहीं समझ पाते। यह सब हमारे काम का हिस्सा है। इस इंडस्ट्री में भी नेपोटिज्म है और कुछ लोगों को आसानी से जॉब मिल जाती है। लेकिन बाद में , उन्हें अपनी ताकत भी साबित करनी होगी। उनके लिए भूमिका पाना आसान है और बाद में, प्रतिभा का प्रदर्शन उन पर निर्भर करता है।

हम जैसे लोग, जो इंडस्ट्री से नहीं हैं, कम कॉन्टैक्ट्स की वजह से पैर जमाने में मुश्किल होती है। टीवी में भी बहुत प्रतिस्पर्धा है लेकिन नए लोगों को भी मौका दिया जाता है इसलिए यह एक स्वस्थ प्रतिस्पर्धा है। लंबे समय तक टिके रहने के लिए प्रतिभावान होना जरूरी है।

मेघा, जो एक बहुत अच्छी डांसर हैं, शाहरुख खान की बहुत बड़ी फैन हैं। उन्होंने कहा, शाहरुख खान ने हमेशा मुझे प्रेरित किया है और मैं उनके काम की बहुत बड़ी प्रशंसक हूं। मैंने कभी नहीं सोचा था कि मैं एक अभिनेता बनूंगी, लेकिन जब से मैं बनी हूं, मैं हमेशा उनसे सीखना चाहती हूं। मैं शाहरुख खान का हर इंटरव्यू देखती हूं और इससे मुझे काफी प्रेरणा मिलती है। वह जिस तरह से बोलते हैं, उसकी आंखों में एक चमक है जिसे आप नजरअंदाज नहीं कर सकते।

अपनी पूरी यात्रा के बारे में बात करते हुए मेघा ने कहा, यात्रा बहुत अच्छी रही है। उतार-चढ़ाव हर किसी के करियर में होते हैं, लेकिन मैं खुशकिस्मत हूं कि चीजें बहुत अच्छी चल रही हैं और मैं अपने काम का आनंद ले रही हूं।

मोदी विरोधी अभियान का फायदा किसको ?

अजीत द्विवेदी

अरविंद केजरीवाल की राजनीति देख कर ऐसा लग रहा है कि उनका इतिहास अपने को दोहरा रहा है। कोई 13-14 साल पहले अरविंद केजरीवाल ने इंडिया अगेंस्ट करप्शन के बैनर तले एक सामाजिक कार्यकर्ता के तौर पर अपने सार्वजनिक जीवन की शुरुआत की थी। उस समय उन्होंने अन्ना हजारे को आगे किया था और पूरे देश में आंदोलन का ऐसा तूफान खड़ा किया था कि मनमोहन सिंह जैसे ईमानदार और भले प्रधानमंत्री की छवि को धूल में मिला दिया था। अन्ना हजारे और केजरीवाल के आंदोलन ने यूपीए सरकार के सारे अच्छे कामों पर भी पानी फेर दिया था। यूपीए सरकार ने कई अधिकार आधारित कानून बनाए थे, जिनसे आम लोगों का जीवन बदला था और लोकतंत्र को मजबूती मिली थी। लेकिन अन्ना और केजरीवाल के उठाए भ्रष्टाचार के बवंडर में सारे सत्कर्म भी समाप्त हो गए।

केजरीवाल तब इतने बड़े आंदोलन का राजनीतिक लाभ लेने की स्थिति में नहीं थे। उनके पास संगठन नहीं था और अखिल भारतीय स्तर की राजनीति करने की सलाहियात नहीं थी। हालांकि ऐसा नहीं है कि उन्होंने प्रयास नहीं किया। उन्होंने 2014 के लोकसभा चुनाव में सवा चार सौ से ज्यादा उम्मीदवार उतारे और खुद वाराणसी जाकर भाजपा के प्रधानमंत्री पद के दावेदार नरेंद्र मोदी के खिलाफ चुनाव लड़ा। लेकिन कामयाबी नहीं मिली। उनकी पार्टी के सिर्फ चार ही सांसद जीत सके। वे सिर्फ दिल्ली, पंजाब तक सिमट गए और उनके आंदोलन का पूरा फायदा भाजपा को मिल गया। ऐसा इसलिए हुआ क्योंकि भाजपा उस स्थिति का फायदा उठाने की स्थिति में थी। उसके पास पूरे देश में मजबूत संगठन था, राष्ट्रीय स्वंयसेवक संघ का समर्थन था और नरेंद्र मोदी जैसा नेता था। सो, माहौल अन्ना हजारे और केजरीवाल ने बनाया, फायदा भाजपा और नरेंद्र मोदी ले गए। एक फिल्मी गाने से इसे ऐसे समझें- भंवरे ने खिलाया फूल, फूल को ले गया राजकुंवर!

अब केजरीवाल फिर फूल खिलाने की तैयारी में हैं। इस बार उन्होंने भाजपा के खिलाफ जंग छेड़ी है। धारणा की लड़ाई में इस बार उनका निशाना नरेंद्र मोदी हैं। वे मोदी को कम पढ़ा लिखा या अनपढ़ साबित करने की कोशिश कर रहे हैं। वे बार बार कह रहे हैं कि यह देश महत्वाकांक्षी युवाओं का है और उनका अधिकार है कि उनको पढ़ा लिखा प्रधानमंत्री मिले। वे बहुत विस्तार से समझाते हैं कि कम पढ़ा लिखा प्रधानमंत्री होने का क्या नुकसान होता है। वे नोटबंदी से लेकर जीएसटी तक के फैसलों को अनर्थकारी बताते हुए उनकी मिसाल देते हैं। केजरीवाल केंद्र सरकार के ऊपर भ्रष्टाचार के बड़े आरोप भी लगा रहे हैं। उन्होंने दावा किया है कि 70 साल में कांग्रेस ने इस देश को जितना लूटा उससे ज्यादा केंद्र की नरेंद्र मोदी सरकार ने सात साल में लूट लिया है। उन्होंने भाजपा के आरोपों का मुंह उसी की तरफ मोड़ते हुए कहा कि सीबीआई और ईडी की वजह से विपक्ष एकजुट नहीं हुआ है, बल्कि एजेंसियों के डर से विपक्ष के सारे भ्रष्ट नेता भाजपा में चले गए हैं।

जाहिर है कि केजरीवाल यह काम अपने लिए कर रहे हैं। वे खुद को कट्टर ईमानदार बताते हैं और पढ़े-लिखे होने का सबूत भी उनके पास है। वे आईआईटी खड़गपुर से पढ़े हैं और भारतीय राजस्व सेवा के अधिकारी रहे हैं। सो, मोदी के कंट्रास्ट में वे अपने को पेश कर रहे हैं।

केजरीवाल के अलावा दूसरी पार्टियां भी अपने अपने स्तर पर भाजपा और केंद्र सरकार के खिलाफ अभियान चला रही हैं। पश्चिम बंगाल में सरकार चला रही तृणमूल कांग्रेस और तेलंगाना में सत्तारूढ़ भारत राष्ट्र समिति भी अपने अपने संसाधनों से भाजपा के खिलाफ मोर्चा खोले हुए हैं। उनका फोकस केंद्रीय एजेंसियों के दुरुपयोग पर है और वे यह साबित करने में जुटे हैं कि भ्रष्टाचार का आरोप उन्हीं विपक्षी नेताओं पर लग रहा है, जो भाजपा से समझौता नहीं कर रहे हैं। जो समझौता कर लेता है, भाजपा में चला जाता है उसके सारे दाग धुल जाते हैं। इसे दिखाने के लिए ममता बनर्जी ने पिछले दिनों कोलकाता में वाशिंग मशीन लेकर प्रदर्शन किया और कहा कि भाजपा इसी तरह की वाशिंग मशीन हो गई है, जिसमें काला कपड़ा डालने पर वह सफेद होकर निकलता है। अपनी बात साबित करने के लिए ये कई ऐसे नेताओं के नाम लेते हैं, जो कांग्रेस या दूसरी पार्टियां छोड़ कर भाजपा में गए हैं।

कांग्रेस और ज्यादातर प्रादेशिक पार्टियों के खिलाफ भाजपा का सबसे बड़ा हथियार वंशवाद का आरोप है। अरविंद केजरीवाल को इस आरोप से कोई मतलब नहीं है। इसलिए वे इस पर चुप हैं। लेकिन बाकी प्रादेशिक पार्टियां इसे लेकर मुखर हैं और वे अपने अपने प्रचार तंत्र के दम पर भाजपा के अंदर के वंशवाद को सार्वजनिक करने में लगे हैं। इस काम में कई जाने माने सामाजिक कार्यकर्ता भी शामिल हैं। ऐसे सामाजिक कार्यकर्ता, जो पहले आम आदमी पार्टी के साथ रह चुके हैं। वे सोशल मीडिया में प्रचारित करते हैं कि भाजपा के कितने बड़े नेताओं के बेटे या बेटियां इस समय विधायक, सांसद या मंत्री हैं या किसी दूसरे उच्च पद पर बैठाए गए हैं। इसमें केंद्र से लेकर राज्यों तक में भाजपा के अनेक बड़े नेताओं के नाम आ रहे हैं।

सो, किसी न किसी तरह से तमाम विपक्षी पार्टियां, प्रधानमंत्री मोदी के बारे में बनी धारणा को तोड़ने के प्रयास में लगी हैं। कम पढ़ा लिखा बता कर नई सदी में नई पीढ़ी के अनुरूप विकास करने की उनकी क्षमता पर सवाल उठाया जा रहा है तो अदानी समूह के बहाने सरकार की ईमानदारी के कठघरे में खड़ा किया जा रहा है और भाजपा नेताओं के बेटे बेटियों की तस्वीरों के सहारे वंशवाद पर उनके हमले को हिप्पोक्रेसी साबित किया जा रहा है। हो सकता है कि यह अभियान पूरे देश में सफल न हो लेकिन संबंधित राज्य में इसका असर हो सकता है। जहां भाजपा सरकारों के ऊपर भ्रष्टाचार के आरोप लगे हैं कम से कम वहां के लोग तो इसे समझते हैं। मिसाल के तौर पर कर्नाटक का मामला हैं। वहां भाजपा दूसरी पार्टियों पर भ्रष्टाचार के आरोप लगाए और खुद को पाक साफ बताए तो लोग कितना यकीन करेंगे! इसी तरह जिन राज्यों में भाजपा नेताओं के बेटे बेटी राजनीति कर रहे हैं वहां दूसरी पार्टियों पर वंशवाद का आरोप कितना कारगर होगा! तभी अगर विपक्ष धारणा की लड़ाई में कुछ भी कामयाब होता है तो उसका फायदा किसको मिलेगा? क्या कांग्रेस उसका फायदा उठाने की स्थिति में है?

मनीष तिवारी का पुनर्वास होगा!

पंजाब से कांग्रेस सांसद और पूर्व केंद्रीय मंत्री मनीष तिवारी वैसे तो अब भी कांग्रेस के प्रवक्ता हैं लेकिन संचार विभाग की ओर से उनको प्रेस ब्रीफिंग में नहीं बुलाया जाता है। जब से उन्होंने कांग्रेस नेतृत्व पर सवाल उठाने वाले जी-23 नेताओं की चिट्ठी पर दस्तखत किया था तब से वे हाशिए में हैं। लेकिन अब कहा जा रहा है कि उनका पुनर्वास होने वाला है। बतौर प्रवक्ता मनीष तिवारी का पुराना स्टैट्स बहाल हो सकता है। यानी नियमित प्रेस ब्रीफिंग से लेकर मीडिया को बाइट देने या विशेष प्रेस कांफ्रेंस का जिम्मा उनको मिल सकता है। पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे उनका अधिकतम इस्तेमाल करने के पक्ष में बताए जा रहे हैं।

पिछले दिनों तिरूवनंतपुरम में विशेष प्रेस कांफ्रेंस के लिए उनको भेजा गया था। संसद की गतिविधियों में भी उनकी भूमिका बढ़ी है। उन्होंने राहुल गांधी को सजा सुनाए जाने और लोकसभा की सदस्यता समाप्त किए जाने के बाद काम रोको प्रस्ताव का नोटिस भी दिया था। केंद्र सरकार ने जब वन संरक्षण संशोधन विधेयक संसद की स्थायी समिति को नहीं भेजा तो तिवारी ने इसका विरोध किया। ध्यन रहे इस मंत्रालय की कमेटी के प्रमुख जयराम रमेश हैं, जो कांग्रेस के संचार विभाग के भी प्रमुख हैं। रमेश ने भी वन संरक्षण विधेयक संसद की स्थायी समिति को नहीं भेजने के विरोध में चिट्ठी लिखी है। उन्हीं की तर्ज पर तिवारी ने भी विरोध किया। सो, ऐसा लग रहा है कि रमेश के साथ उनका सद्भाव बन रहा है। तभी खड़गे की नई टीम में उनके लिए अच्छी जगह की संभावना जताई जा रही है। (आरएनएस)

रिकॉर्ड बनाने वाला संसद सत्र

संसद का बजट सत्र समाप्त हो गया। संसद के दोनों सदनों में हंगामा हुआ और कामकाज बाधित हुआ। उसके बाद संसद को अनिश्चितकाल के लिए स्थगित कर दिया गया। इस सत्र में कुछ बहुत दिलचस्प बातें हुई हैं, जिनमें से एक यह है कि पहली बार ऐसा हुआ है कि सत्तापक्ष ने संसद नहीं चलने दी। पूरे दो हफ्ते तक संसद में विपक्ष के साथ साथ सत्तापक्ष का भी हंगामा चलता रहा, जिसकी वजह से किसी दिन तीन मिनट में तो किसी दिन पांच मिनट में और किसी दिन नौ मिनट में संसद स्थगित होती रही। राहुल गांधी के लंदन में दिए भाषण को देश का अपमान बता कर भाजपा ने उन माफी मांगने का दबाव बनाया और इस नाम पर 13 मार्च से 22 मार्च तक सत्र नहीं चलने दिया।

दूसरी दिलचस्प और रिकॉर्ड बनाने वाली बात यह रही कि पहली बार ऐसा हुआ कि कोई दो हफ्ते तक सबसे बड़ी विपक्षी पार्टी कांग्रेस के सांसद काले कपड़ों में संसद आते रहे और राहुल गांधी की सदस्यता खत्म किए जाने का विरोध करते रहे। दोनों सदनों में कांग्रेस के 80 से ज्यादा सांसद हैं और 23 मार्च से हर दिन लगभग सभी सांसद काले कपड़ों में संसद आते थे और नारेबाजी करते थे। तीसरी रिकॉर्ड बनाने वाली बात यह रही है कि लंबे अरसे के बाद ऐसा हुआ कि संसद के दोनों सदनों में लगातार हंगामा हुआ और कार्यवाही नहीं चली। हंगामे के बीच ही सरकार ने बजट वगैरह पास कराए लेकिन बहस नहीं हुई। (आरएनएस)

सू- दोकू क्र.088

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

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.87 का हल

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

समलैंगिकता का कानूनी पक्ष

अजय दीक्षित

पाँच न्यायाधीशों की संविधान पीठ के सामने एक मानवीय, लैंगिक, प्राकृतिक संबंधों की व्याख्या का मामला है। एक दर्जन से अधिक याचिकाएं विचाराधीन हैं, जिनमें समलैंगिक संबंधों को कानूनी मान्यता देने के आग्रह निहित हैं। भारत सरकार ने अपने 56 पृष्ठीय हलफनामे में समलैंगिकता और ऐसे विवाह का विरोध किया है। इस मुद्दे को संसद के अधिकार क्षेत्र में ही रहने की दलील भी दी गई है। संसद इन संबंधों की सामाजिकता, निजता, स्वाभाविकता और नैसर्गिकता पर व्यापक विमर्श करेगी और फिर कानून पारित करेगी । सरकार अदालती पीठ और इस मुद्दे की सुनवाई को संसद के अधिकार क्षेत्र में दखल का प्रयास मान रही है। दरअसल भारतीय सभ्यता और संस्कृति में विवाह एक पवित्र संस्कार है, विपरीत लिंग के स्त्री- पुरुष का सामाजिक-मानसिक गठबंधन है तथा संतानोत्पत्ति के जरिए इस दुनिया को निरंतर बनाये रखने की सोच और कोशिश है । विकृत्तियां कई स्तर पर हो सकती हैं । ये शारीरिक, दिमागी, गर्भस्थ आदि हो सकती हैं, लेकिन अभी तक जिस व्यवस्था को समाज और कानून में मान्यता प्राप्त है, उसका उल्लंघन क्यों किया जाये? ऐसा अतिक्रमण क्यों जरूरी है, जो प्राकृतिक भी नहीं है। सर्वोच्च अदालत ने 6 सितम्बर, 2018 को एक महत्वपूर्ण, लगभग ऐतिहासिक, फैसले में धारा 377 (1) को गैर आपराधिक घोषित किया था, जिसमें समलैंगिक संबंधों को अप्राकृतिक अपराध कहा गया था । जिस एलजीबीटी समुदाय ने उस फैसले को अपनी निजता, कामेच्छा, स्वाभाविकता की ऐतिहासिक जीत करार दिया था, उसमें महिला-महिला संबंध, पुरुष-पुरुष संबंध, ट्रांसजेंडर, क्वीर, इंटरसेक्स, द्विलिंगी, एसेक्सुअल आदि मनोवृत्तियों के लोग, समुदाय आते हैं।

दरअसल अब प्राचीन ग्रन्थों, पुराण आदि के कुछ दुर्लभ उदाहरण देकर तार्किक मांग की जा रही है कि समलैंगिक संबंधों को भी कानूनी मान्यता दी जाये, ताकि उनके प्रति समाज, कार्यस्थल, रोजाना की जिन्दगी में असामाजिक और घृणित न समझा जाये। भगवत पुराण में ऐसा उल्लेख बताया जाता है कि भगवान शिव ने भगवान विष्णु को मोहिनी के अवतार में देखा और उनके मिलन के फलस्वरूप भगवान अयप्पा का जन्म हुआ। शिखंडिनी और बृहन्नाला के प्रसिद्ध पात्र महाभारत के सबसे सम्मानित ट्रांसजेंडर पात्र हैं । बाल्मीकि रामायण में भगवान शिव के आशीर्वाद से राजा भगीरथ का जन्म उनकी दो माताओं और राजा दिलीप की विधवाओं के मिलन से हुआ था। दरअसल ये मिथकीय कहानियां हैं, आम आदमी के पास वे अलौकिक और दैवीय शक्तियां नहीं हैं, लिहाजा इनके उदाहरण भी बेमानी हैं। भारत में संविधान को ग्रहण करने के बाद भी समलैंगिक संबंधों को आपराधिक कृत्य माना गया था।

गोगी ने नगर निगम चुनाव के लिए 10 सेक्टर प्रभारी बनाये

देहरादून (सं)। महानगर कांग्रेस अध्यक्ष डा. जसविन्दर सिंह गोगी ने नगर निगम चुनाव के दृष्टिगत सभी 100 वार्डो के लिए 10 सेक्टर प्रभारी नियुक्त किये है। आज यहां महानगर कांग्रेस अध्यक्ष डॉ जसविन्दर सिंह गोगी के द्वारा आगामी नगर निगम चुनाव के दृष्टिगत सभी 100 वार्डों के लिए कुल 10 सेक्टर प्रभारी नियुक्त किये गए हैं। गोगी ने कहा कि निगम क्षेत्र में चारों तरफ अव्यवस्था की स्थिति है। नए वार्ड तो शामिल कर लिए गए हैं लेकिन वहां सफाई और अन्य व्यवस्थाओं के लिए कर्मचारी ही नियुक्त नहीं किये गए हैं। ऊपर से इन नए क्षेत्रों को समय से पहले ही टैक्स के दायरे में लाया जा रहा है। निगम में तत्काल नए कर्मचारी नियुक्त हों और दैनिक वेतनभोगी कर्मचारियों को पक्का किया जाए। मलिन बस्तियों की समस्या भी जस की तस है। कांग्रेस इन मुद्दों को लेकर जनता के बीच जाएगी और संगठन पूरी ताकत से नगर निगम चुनाव में जायेगा। संगठन की मजबूती के लिए ही सेक्टर प्रभारियों की नियुक्ति की गई है। सभी प्रभारी जल्द से जल्द वार्ड समितियों की तथा बूथ लेवल एजेंट्स की बैठक लेंगे। इसके अतिरिक्त सभी प्रभारी संगठन सम्बन्धी गतिविधियों में सभी प्रकार के समन्वयन की भूमिका का निर्वहन करेंगे। नियुक्त प्रभारियों के में अभिषेक तिवारी, सतेंद्र पवार, अरुण रतूड़ी, देवी नेगी, विपुल नौटियाल, सोनू रावत, अनिल नेगी, मोहन जोशी, राव नसीम, एच बी थापा शामिल हैं।

निर्माणधीन मकान से चोरी में तीन के खिलाफ मुकदमा दर्ज

देहरादून। निर्माणधीन मकान से सामान चोरी करने के मामले में पुलिस ने तीन लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार बरोटीवाला निवासी अमीरू रहमान ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका अम्बाडी रोड पर मकान बन रहा है। आज जब वह अपने निर्माणधीन मकान में पहुंचा तो उसने देखा कि वहां से हैमर मशीन, पानी की मोटर, डायवेटर 3 पीस गीजर का सामान व अन्य सामान गायब था। उसने जब आसपास से पूछताछ की तो पता चला कि उसका यह सामान इस्तखार पुत्र हमीन, शौकीन पुत्र इस्लाम व शुभम सभी निवासी बरोटीवाला उठाकर ले गये हैं।

ऑपरेशन मुक्ति टीम ने स्कूल छोड़ चुके बालक का पुनः कराया दाखिला

संवाददाता

पिथौरागढ। आपरेशन मुक्ति टीम के द्वारा स्कूल छोड चुके बालक का पुनः स्कूल में एडमिशन कराया गया तथा कहा कि भिक्षा नहीं शिक्षा दें।

आज यहां पुलिस मुख्यालय से प्राप्त आदेश-निर्देशों के क्रम में एवं पुलिस अधीक्षक लोकेश्वर सिंह के निर्देशन में पुलिस उपाधीक्षक ऑपरेशन/ नोडल अधिकारी परवेज अली के पर्यवेक्षण में बाल भिक्षावृत्ति की रोकथाम करने एवं उन्हें शिक्षा की ओर प्रेरित करने हेतु चलाए जा रहे 'ऑपरेशन मुक्ति' अभियान (भिक्षा नहीं शिक्षा दें व सपोर्ट टू एजुकेट ए चाइल्ड) के क्रम में जनपद पिथौरागढ़ की ऑपरेशन मुक्ति टीम द्वारा चिन्हिकरण/सत्यापन की कार्यवाही के दौरान विण में जाकर स्कूल ड्रॉपआउट बच्चा हर्षित पुत्र भगवान सिंह निवासी विण, पिथौरागढ़ की काउन्सलिंग की गई, जो गलत संगत में पड़ने के कारण स्कूल छोड़ चुका था, पुलिस टीम द्वारा उक्त बालक को शिक्षा के महत्व के बारे में बताया गया तथा किसी भी प्रकार की परेशानी होने पर पुलिस को सूचित करने हेतु बताया गया तथा हर सम्भव मदद का आश्वासन दिया गया। उक्त बालक स्कूल जाने को राजी हो गया है, जिस पर पुलिस टीम द्वारा उक्त बालक का माध्यमिक विद्यालय चौसर में दाखिला कराया गया। उक्त अभियान आगे भी जारी रहेगा।

नशा मुक्ति केन्द्र में युवक की हत्या मामले.. ▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

उपमहानिरीक्षक/ वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक दलीप सिंह कुंवर के द्वारा पुलिस अधीक्षक नगर एवं संबंधित जांच अधिकारी क्षेत्राधिकारी सदर को निर्देशित किया गया, जिस पर तत्काल क्षेत्राधिकारी सदर के निर्देशन में थानाध्यक्ष क्लेमेंट टाउन को आरोपियों की गिरफ्तारी हेतु आदेशित किया गया, जिस पर गत रात्रि में उक्त चारों आरोपियों को दौराने चेकिंग दूधली चौक पोस्ट पर मय कार स्विफ्ट में सवार प्रशांत जुयाल पुत्र स्वर्गीय धीरज जुयाल निवासी शिवकुटी क्लेमेंट टाउन, अजय शर्मा पुत्र मोहन लाल शर्मा निवासी डोईवाला, थाना डोईवाला, मनीष कुमार पुत्र स्वर्गीय रामपाल सिंह निवासी चंदर रोड डालनवाला, थाना रायपुर, मोहन थापा पुत्र स्वर्गीय रविंदर सिंह निवासी न्यू बस्ती क्लेमेंट टाउन को गिरफ्तार किया गया तथा उक्त वाहन से घटना में प्रयुक्त बेसबॉल का डंडा भी बरामद किया गया तथा घटना के मुख्य आरोपी प्रशांत की निशानदेही पर संबंधित दस्तावेज भी बरामद किए गए। पुलिस ने सभी को न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

कांग्रेस का अंतर्कलह, आखिर इस मर्ज की दवा क्या है?

कांग्रेस में घमासान जारी

विशेष संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस में राजनीतिक घमासान जारी है। नेताओं की बयानबाजी थमने का नाम नहीं ले रही है। प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा पार्टी की आंतरिक हालात को लेकर हैरान परेशान हैं। कांग्रेस के किसी भी नेता को यह समझ नहीं आ रहा है कि आखिर इस मर्ज की दवा क्या है?

हाईकमान द्वारा पीएल पूनिया को पर्यवेक्षक बनाए जाने के बाद तथा आज उनके आगमन से पूर्व एक बार फिर चकराता विधायक प्रीतम सिंह द्वारा प्रदेश प्रभारी देवेंद्र यादव पर निशाना साधते हुए कहा गया कि यादव कब आते हैं और कब चले जाते हैं कुछ पता नहीं चलता। उनका कहना है कि प्रभारी होने के नाते उनका दायित्व है कि वह अधिक से अधिक समय यहां रहे पार्टी के लोगों की समस्याओं को समझें और आगे की रणनीति पर काम करें, लेकिन उनका तो यह भी पता नहीं चल पाता है कि वह कब आए और कब चले गए। और क्या करने आये थे। उनके इस बयान पर हालांकि करन माहरा यादव का बचाव

●प्रीतम फिर बोले यादव एक्टिव नहीं
●गुटबाजी से परेशान दिखे करन माहरा

करके दिखे और उनके दिशा निर्देशन में होने वाले काम भी गिनवाने लगे लेकिन यह सच है कि जहां भाजपा के प्रदेश प्रभारी लगातार भाजपा के नेताओं व कार्यकर्ताओं के बीच दिखाई देते हैं वैसे यादव को कभी नहीं देखा गया वह बस चुनाव के दौरान ही आते जाते हैं।

पार्टी के बड़े नेताओं के बीच चल रही खींचतान के बीच आज देर शाम तक पीएल पूनिया दून आने वाले हैं। लेकिन उनके आने से पूर्व ही कांग्रेसी नेताओं के बीच यह चर्चा है कि जब सभी स्वयंभू और बड़े नेता है तथा यहां न कोई किसी की मानता है और न सुनता है तो फिर पीएल पूनिया भी यहां आकर क्या कुछ कर लेंगे? उधर करन माहरा का कहना है कि वह सभी बड़े नेताओं महानगर व जिलाध्यक्षों से बात कर अपनी रिपोर्ट हाईकमान को सौंपेंगे। करन माहरा का कहना है कि उनका प्रयास है कि सभी नेता मिलकर निकाय चुनाव और लोकसभा चुनाव की तैयारी में जुटे तथा जिनके बयानों से कार्यकर्ताओं का मनोबल टूटता है उस तरह की बयानबाजी से बचें।

सवाल यह है कि 2017 और 2022 के विधानसभा चुनाव में तथा 2019 के लोकसभा चुनाव में तथा पिछले निकाय चुनाव में करारी हार के बाद भी कांग्रेसी नेताओं के रवैया में कतई भी बदलाव नहीं आया है भले ही अब कांग्रेसी नेता 2024 के चुनाव में अपनी जीत के दावे कर रहे हो लेकिन इन दावों में कितना दम है यह सभी नेता जानते हैं। कम से कम इस अंर्तकलह के बीच तो कांग्रेस कोई चुनाव नहीं जीत सकती है।

गौमांस व गौकशी के उपकरण सहित तीन गिरफ्तार, एक फरार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। गौकशी की सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने तीन आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया है। हालांकि इस दौरान एक आरोपी फरार होने में सफल रहा जिसकी तलाश की जा रही है। पुलिस ने मौके से 165 किग्रा गौ मांस, 15 जीवित गौवंश व भैंशवंशीय पशु व 3 दोपहिया वाहन भी बरामद किये है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह कोतवाली गंगनहर पुलिस को सूचना मिली कि रेलवे स्टेशन के पास शराफत पुत्र रिफाकत निवासी ग्राम तेलीवाला के द्वारा अपने घर में अपने अन्य साथियों के साथ मिलकर दूध की डेरी की आड़ में गौकशी की जा रही है।

सूचना पर त्वरित कार्रवाई करते हुए पुलिस द्वारा दबिश दी गई तो मौके से

165 किलोग्राम गौ मांस, गौकशी उपकरण, 3 दुपहिया वाहन एवं तीन आरोपियों शराफत, आमिर एवं नूर मोहम्मद उर्फ हाथी को उपकरण सहित दबोच लिया गया हालांकि एक आरोपी रिफाकत पुत्र मो. इशितयाक मौके से फरार होने में सफल रहा, जिसकी तलाश जारी है।

सिगरेट जलाने को लेकर दो पक्षों में मारपीट

संवाददाता

देहरादून। सिगरेट सुलगाने को लेकर दो पक्षों में जमकर मारपीट के मामले में पुलिस ने दोनों तरफ से मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार राज थापा पुत्र भीम बहादुर थापा निवासी सीमाद्वार, ने थाना बसंत विहार में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि गत दिवस वह रात लगभग पौने बारह बजे वह और उसका दोस्त अर्पित राठी, बिग सिनेमा के पास खाना खा रहे थे कि अचानक रजत सयाना, मयंक (पांडा) अपने 8-10 साथियों के साथ आए , जिसमे मयंक (पांडा) ने अर्पित से लाईटर मांगा, जब उन्होंने कहा कि उनके पास लाईटर नही है, तो वो उन दोनो से गाली गलौच करने लगे व कहने लगे कि जाओ उनकी सिगरेट जला कर लाओ नही तो जान से मार देंगे उनके द्वारा विरोध करने पर हाथापाई करने लगे। जिसमे अर्पित राठी नीचे गिर गया और उसके ऊपर लात घूंसों व लाठी डण्डो से मारने लगे, वह वहाँ से किसी तरह अपनी जान बचाकर भागे। वहीं दूसरी तरफ से ऋषिविहार निवासी शुभम ने मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह अपने दोस्तो के साथ रेस्ट्रोन्ट में खाना खा रहा था उसी समय दो-तीन वाहनों में आठ दस लोग खाना खाने आए खाना खाने के बाद उसके साथी मंयक द्वारा उन आठ दस लड़को से सिगरेट पीने हेतु लाइटर मांगा गया वो सभी लोग नशे मे लग रहे थे उनके द्वारा लाइटर मांगा गया वो सभी लोग नशे में लग रहे थे उनके द्वारा लाइटर नही दिया गया एवम गुस्से में हम लोगो के साथ गाली गलौच व मार-पीट करने लगे तथा उन लोगो मे से जिन के नाम वह जानते है अरपित राठी ,राज थापा, तनिष्क, शिवम व अन्य लड़के जिनके नाम के द्वारा शुभम रजत मंयक के साथ मारपीट की मारपीट में मयक के तीन दांत तोड़ दिए तथा जान से मारने की नियत में सर पर किसी भारी चीज से सर पर मारा जिससे वो मौके पर ही बेहोश हो गए तथा इनके द्वारा रजत और शुभम के साथ भी मार पीट किया गया जिस में रजत के आठ टांके और शुभम के सर पर पाँच टांके लगे है इस में रजत के जबड़े में भी गंभीर चोट आई है।

पुलिस ने दोनों पक्षों का मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

एक नजर

बिहार में जहरीली शराब पीने से 5 लोगों की मौत, 12 गंभीर

मोतिहारी । बिहार के मोतिहारी जिले में कथित तौर पर जहरीली शराब पीने से कम से कम पांच लोगों की मौत हो गई है। ये मौतें राज्य के मोतिहारी जिले के लक्ष्मीपुर गांव में हुईं। बारह अन्य लोगों ने भी गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं की शिकायत की और उन्हें अस्पताल ले जाया गया। इस साल फरवरी में राज्य के आबकारी विभाग ने 15 लोगों को गिरफ्तार किया था, जिनमें से आठ शराब कारोबारी थे। इनके पास से अधिकारियों ने देशी-विदेशी ब्रांडेड शराब भी बरामद की थी। जनवरी में सीवान में कथित तौर पर जहरीली शराब पीने से चार लोगों की मौत हो गई थी। इस घटना के बाद, बिहार पुलिस ने राज्य में शराब के व्यापार, भंडारण और खरीद के मामले में 16 लोगों को गिरफ्तार किया था। पुलिस ने बताया कि शराब माफिया सेनिटाइजर बनाने के बहाने कोलकाता से एथनॉल लाया था, लेकिन इसका इस्तेमाल सूखी अवस्था में शराब बनाने में किया जाता था। छपरा में पिछले साल दिसंबर में कथित तौर पर जहरीली शराब पीने से 80 लोगों की मौत हो गई थी।

सऊदी एयरलाइंस के विमान की विंडशील्ड हवा में टूटी, कोलकाता एयरपोर्ट पर हुई इमरजेंसी लैंडिंग

कोलकाता। सऊदी एयरलाइंस के एक कार्गो विमान द्वारा कोलकाता हवाई अड्डे पर आपातकालीन लैंडिंग करने की एक खबर सामने आई है। बताया जा रहा है कि विमान ने सुरक्षित तरीके से लैंडिंग कर ली है और किसी प्रकार की कोई क्षति की खबर नहीं है। शुरुआती जानकारी से यह पता चला है कि बीच हवा में विंडशील्ड के फटने के कारण यह लैंडिंग हुई है। यह लैंडिंग दोपहर 12:02 बजे कोलकाता हवाईअड्डे पर हुई है। शुरुआती जानकारी के अनुसार, सऊदी एयरलाइंस के कार्गो विमान ने कोलकाता हवाई अड्डे को सूचना दी थी की उसका विंडशील्ड फट गया है, ऐसे में वह यहां आपातकालीन लैंडिंग करना चाहता है। इस सूचना पर काम करते हुए कोलकाता हवाई अड्डे ने विमान को आपातकालीन लैंडिंग के लिए इजाजत दी और प्लेन सुरक्षित तरीके से लैंड हुआ।

कड़ी सुरक्षा के बीच असद अहमद को दफनाया गया

लखनऊ। गैंगस्टर से नेता बने अतीक अहमद के बेटे असद अहमद का शव शनिवार सुबह में कड़ी सुरक्षा व्यवस्था के बीच दफना दिया गया है। उसका अंतिम संस्कार प्रयागराज के कसारी मसारी कब्रिस्तान में हुआ है। ऐसे में कड़ी सुरक्षा के बीच असद के पार्थिव शरीर को दफनाने के लिए प्रयागराज के कब्रिस्तान लाया गया था। असद को दफनाने के लिए उसके नाना द्वारा ही दफनाने की सभी प्रक्रिया को पूरा किया गया है। अतीक अहमद के बेटे असद को दफनाते समय कब्रिस्तान में अतीक अहमद के रिश्तेदारों और परिचितों को ही दाखिल होने दिया गया और मीडियाकर्मियों को भीतर जाने की अनुमति नहीं दी गई थी। असद का शव लेकर एंबुलेंस भारी सुरक्षा के बीच सुबह करीब नौ बजे कब्रिस्तान पहुंची थी। एंबुलेंस में शव के साथ असद का फूफा उस्मान था। इस दौरान अतीक अहमद और उसके परिवार का कोई करीबी सदस्य नजर नहीं आया। कब्रिस्तान के चारों तरफ भारी संख्या में पुलिस बलों की तैनाती की गई थी।

ईमानदारी व कर्तव्यनिष्ठा से किये कार्य.. ▶▶ पृष्ठ 1 का शेष

लाखों करोड़ रूपये के कार्यों की स्वीकृतियां प्रदान की। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह उनका सौभाग्य है कि उन्हें प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मार्गदर्शन में कार्य करने का मौका मिला है। आज प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में देश 'एक भारत श्रेष्ठ भारत' की दिशा में तेजी से आगे बढ़ रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि 2025 तक उत्तराखण्ड को देश के अग्रणी राज्यों की श्रेणी में लाने के लिए राज्य सरकार द्वारा लगातार प्रयास किये जा रहे हैं। मुख्यमंत्री ने सभी युवाओं को संबोधित करते हुए कहा कि वे अपने जीवन में जिस भी क्षेत्र को चुने, उसमें पूर्ण मनोयोग से कार्य करें। यदि हम किसी कार्य को पूरी ईमानदारी एवं कर्तव्यनिष्ठा से करते हैं, तो उसमें सफलता अवश्य मिलती है। उन्होंने कहा कि जो भी अपना कार्यक्षेत्र चुनें, उसमें लीडर की भूमिका में रहें। विकासनगर की वंशिका ने पूछा कि अभिभावकों को कैसे समझाएं कि जो हम करियर में करना चाहते हैं, वे उसमें अपनी सहमति दे दें। मुख्यमंत्री ने कहा कि जो भी कार्य करें, कुछ बनने के लिए नहीं बल्कि जीवन में कोई सराहनीय कार्य करने के लिए करें। बागेश्वर के दिव्यम कंडवाल ने पूछा कि क्या आपके जीवन में कभी ऐसे क्षण आते हैं, जब आप अपने परिवार को समय नहीं दे पाते हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि राजनीतिक व्यक्ति के जीवन में ऐसे क्षण बार-बार आते हैं। राजनीति में कार्य प्रोफेशन नहीं मिशन है, इसके लिए कार्य के प्रति समर्पण बहुत जरूरी होता है। इस अवसर पर यूकॉस्ट के महानिदेशक दुर्गेश पंत, ओहो रेडियो से आर.जे काव्य एवं प्रदेश के विभिन्न क्षेत्रों से आए युवा उपस्थित थे।

कोरोना से घबराने की नहीं, सतर्क रहने की जरूरतः संधू

विशेष संवाददाता

देहरादून। देश और प्रदेश में लगातार बढ़ते कोरोना के मामलों को लेकर मुख्य सचिव एस एस संधू ने लोगों को सलाह दी है कि इससे घबराने की जरूरत नहीं है बल्कि सतर्क रहने की जरूरत है। उनका कहना है कि देश में अब दोबारा ऐसी स्थितियां पैदा नहीं होगी जैसी की दूसरी लहर के दौरान देखने को मिली थी।

मुख्य सचिव का कहना है कि उत्तराखंड सहित देश के दर्जनभर राज्यों में कोरोना केसों की बढ़ोतरी हो रही है जो चिंतनीय है। लेकिन इससे घबराने की जरूरत नहीं है, उनका कहना है कि अब कोरोना के जो भी वैरीयंट सामने आ रहे हैं वह उतने घातक नहीं है जितना कि पहले थे और न ही अब कोरोना के कारण इतनी मौतें हो रही है, इसलिए इससे घबराने की जरूरत नहीं है हां इसे लेकर सतर्कता जरूर बरते। उनका कहना है कि सभी को मास्क पहनने और

●नहीं पैदा होगी दूसरी लहर जैसी स्थिति
●मास्क और सोशल डिस्टेंसिंग जरूरी

सोशल डिस्टेंसिंग का ध्यान रखने की जरूरत है भीड़भाड़ वाली जगहों पर अगर हो सके तो न जाएं?

उनका कहना है कि राज्य सरकार द्वारा कोरोना बढ़ने पर इलाज की पूरी तैयारी कर ली गई है। उन्होंने कहा कि प्रदेश में अभी सक्रिय मरीज बहुत कम है। उन्होंने लोगों से अपील की है कि सामान्य बुखार, खांसी और जुखाम की स्थिति में डॉक्टरों और अस्पतालों के चक्कर न काटे और अगर दिक्कतें बढ़े तभी अस्पताल जाएं। यहां यह उल्लेखनीय है कि देश में अब तक कोरोना के सक्रिय मरीजों की संख्या 50 हजार को पार कर चुकी है तथा मरने वालों की संख्या भी हर रोज बढ़ रही है। अभी जब माक ड्रिल के जरिए स्वास्थ्य सेवाओं को परखा गया था तो हरिद्वार में कई ऑक्सीजन प्लांट काम नहीं कर रहे थे यही नहीं हल्द्वानी के सुशीला तिवारी मेडिकल कॉलेज तक में अभी भी कई वेंटिलेटर खराब पड़े हैं। भले ही सरकार द्वारा कोरोना से निपटने के पुख्ता इंतजामों की बात कही जा रही हो लेकिन सरकार द्वारा न तो जांच पर कोई ध्यान दिया जा रहा है और न ही वैक्सीनेशन का कोई अभियान चलाया जा रहा है। अगर किसी को परेशानी होती है तो उसे खुद ही अपनी जांच करानी पड़ रही है। सरकार ने अब उन्हे उनके ही हाल पर छोड़ दिया है।

कार की टक्कर से ऑटों में बैठी महिला की मौत

संवाददाता

देहरादून। कार की टक्कर से ऑटों में बैठी महिला सवारी की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार रानी गली भूपतवाला हरिद्वार निवासी राधू ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह अपने ऑटो से सवारी छोडने ऋषिकेश जा रहा था जब वह नेपाली फार्म के पास पहुंचा तभी सामने से तेज गति से आ रही कार के चालक ने ऑटों पर टक्कर मार दी और वहां से फरार हो गया। ऑटो में बैठी महिला रीता गम्भीर रूप से घायल हो गयी जिसको स्थानीय चिकित्सालय में भर्ती कराया गया जहां पर चिकित्सकों ने उसको मृत घोषित कर दिया। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज कार चालक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

युवती से दुष्कर्म में मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। युवती को बेहोश कर उसके साथ दुष्कर्म करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सहसपुर निवासी युवती ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि झंडू मौहल्ला झाझरा निवासी पुनित शर्मा ने उसकी पहचान थी। पुनित न`उसको अपने कमरे में बुलाया और उसको पीने के लिए कोल्डड्रिंग दी। जिसके पीते ही वह बेहोश हो गयी जिसके बाद पुनीत ने उसके साथ दुष्कर्म किया तथा उससे पैसे व जेवरात मांगे ना देने पर जान से मारने की ध मकी दी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

उत्तराखण्ड के सैनिक ने सैन्य अस्पताल में ली अंतिम सांस

हमारे संवाददाता

नैनीताल। 6 माह पूर्व एक्सीडेंट में घायल हुए सैनिक ने दिल्ली सेना के अस्पताल में दम तोड़ दिया। जिनका पार्थिव शरीर कल देर शाम उनके निवास पर लाया गया। जिसके बाद उनका आज सुबह पूरे सैन्य सम्मान के साथ दाह संस्कार कर दिया गया है।

ग्राम किशनपुर घुड़दौड़ा हल्द्वानी निवासी जगदीश पांडे जो कि 2001 में कुमाऊं रेजीमेंट में भर्ती हुए थे। बताया जा रहा है कि 6 माह पूर्व छुट्टी पर घर लौटते हुए यूपी गजरौला में हुए रोड एक्सीडेंट में वह घायल हो गए थे, जिन्हें दिल्ली सेना अस्पताल में भर्ती कराया गया लगभग 1 माह पूर्व वह चेकअप के लिए सैनिक अस्पताल दोबारा गए जहां जांच के बाद पता चला उन्हें ट्यूमर है, ट्यूमर के ऑपरेशन के बाद

उन्हे होश नहीं आया और उन्होंने दम तोड़ दिया। जिसके बाद शुक्रवार देर शाम उनके पार्थिव शरीर को हल्द्वानी लाया गया जिसके बाद आज प्रातः पूर्ण सैन्य सम्मान के साथ उन्हें अंतिम विदाई दी गई है।

इस दौरान सैनिक को अंतिम विदाई देने शहर भर के लोग पहुंचे सभी की आंखें नम थी। जगदीश पांडे के परिवार में उनकी पत्नी ममता एवं उनका एक बेटा-बेटी है।

छह दरोगाओं के तबादले, विनोद राणा बने त्यूणी थाना प्रभारी

संवाददाता

देहरादून। एसएसपी ने छह दरोगाओं के कार्यक्षेत्र में फेरबदल कर विनोद राणा को त्याणी थाना प्रभारी बनाया गया।

आज यहां एसएसपी कार्यालय से मिली जानकारी के अनुसार एसएसपी ने छह दरोगाओं के कार्यक्षेत्र में फेरबदल करते हुए विनोद राणा को त्यूणी थाना प्रभारी बनाया गया। इसके साथ ही आशीष रबियान को थाना प्रभारी त्यूणी से कोतवाली नगर, नरेन्द्र बिष्ट को थाना त्यूणी से प्रेमनगर, राकेश चौधरी को पुलिस कार्यालय से थाना त्यूणी, सतेन्द्र सिंह को थाना प्रेमनगर से चौकी प्रभारी इन्द्रा नगर थाना बसंत विहार, दुर्गेश कोठियाल को कोतवाली नगर से एसएसआई क्लेमनटाउन भेजा गया है। सभी को तत्काल प्रभाव से अपना कार्यभार सम्भालने के आदेश दिये गये हैं।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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