सोमवार
19 जून 2023

पृष्ठ 4
घने और मुलायम बालों के लिए एक बार ट्राई कीजिए हेयर डिटॉक्स!

पृष्ठ 5
अगर मैं कभी प्यार में पड़ती हूं, तो मेरे लिए उम्र कोई मायने नहीं रखेगी: वंदना राव

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 136
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

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

आज का विचार

सच्चाई से जिसका मन भरा है, वह विद्वान न होने पर भी बहुत देश सेवा कर सकता है।
पं. मोतीलाल नेहरू

पुलिस कस्टडी से कैदी फरार, मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। पुलिस अभिरक्षा से कैदी के फरार होने पर दरोगा ने अपने ही खिलाफ मुकदमा दर्ज करा दिया है।

मामला पटेलनगर कोतवाली क्षेत्र का है। प्राप्त जानकारी के अनुसार पुलिस चौकी सैक्टर-1 थाना सैक्टर-7 पंचकुला हरियाणा के दरोगा राकेश कुमार ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह मुकदमा नम्बर 39 30 सितम्बर 2021 धारा 406,420,506,120 बी थाना सैक्टर 7 पचकुला में नामजद आरोपी प्रवीन कुमार पुत्र दशोन्दी राम निवासी मकान गनोली गैट छछरोली जिला यमुनानगर हरियाणा को अदालत श्रीमती रजनी कौशल सीजेएम कोर्ट पंचकुला से प्रोडक्शन वारन्ट पर 14 जून 2023 को सहारनपुर जेल से अदालत मे पेश किया गया था जो अदालत के आदेश के अनुसार शामिल जांच करके 5 दिन का पुलिस रिमाण्ड प्राप्त किया गया था। आरोपी के अनुसार सह अपराधियो विजय कुमार, नरेन्द्र आदि की गिरफ्तारी की जानी थी।

आरोपी ने बतलाया था कि सह आरोपियान देहरादून बस अड्डा के आस पास किसी होटल मे मिल सकते है। इस सुचना पर वह साथी कर्मचारी सिपाही सुरेन्द्र कुमार के साथ समय करीब साढे ग्यारह पीएम पर होटल शुभ मगलमं मे जाकर कमरा नम्बर 106 किराये पर लिया था, खाना खाने के बाद वह तथा आरोपी प्रवीन कुमार मय साथी कर्मचारी कमरा नम्बर 106 मे रुक गये थे।

इस दौरान प्रवीन कुमार ने उससे रात्रि तीन बजे कहा कि उसको बाथरुम जाना है तो प्रवीन कुमार बाथरुम करने के लिये चला गया। जब प्रवीन कुमार बाथरुम से बाहर आया तो उसने अपने हाथ मे लिये प्लास्टिक जग से उसके ऊपर पानी मुहँ पर मारा और उसको धक्का मारा और वह नीचे गिर गया और नीचे गिरने के कारण उसके बाये हाथ पर हल्की चोटे लगी। उसने प्रवीन कुमार को पकडने की काफी कोशिश की लेकिन प्रवीन कुमार अन्धेरे का फायदा उठाकर पुलिस हिरासत से भागने मे कामयाब हो गया। तो उसने अपने साथी कर्मचारी के साथ काफी समय तक प्रवीन कुमार की तलाश की लेकिन वह कही पर नही मिला। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

पुलिस कस्टडी से पूर्व में भी फरार होते रहे है कैदी

देहरादून। पुलिस कस्टडी से कैदी के फरार होने का यह कोई पहला मामला नहीं है। इससे पूर्व भी कई कुख्यात पुलिस कस्टडी से फरार होते रहे है। इन सब में पुलिस की लापरवाहीं ही सामने आती रही है। कुछ वर्ष पूर्व देहरादून पुलिस जब कुख्यात बदमाश अमित भूरा को लेकर यूपी में एक मुकदमें के सिलसिले में गयी थी तब वहां अमित भूरा के साथियों ने पुलिस की आंखो में मिर्चो झोंककर उसे छुड़ा लिया गया था। सवाल किसी एक राज्य की पुलिस का नही है। बदमाशों की कस्टडी लेने के बाद पुलिस लापरवाह हो जाती हैं और तो और कई बार तो पुलिस इन बदमाशों के साथ उनके घरों तक जाती है तथा उनकी सेवाए लेती है। पुलिस को अगर बदमाशों की फरारी पर अंकुश लगाना है तो पहले उसे बदमाशों की सेवाए लेना बंद करनी होगी।

बाइक चुराने वाली गोवा की शातिर महिला ऋषिकेश से गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। बुलेट चुराने के मामले का पर्दाफाश करते हुए पुलिस ने गोवा निवासी एक महिला को चुरायी गयी बुलेट के साथ गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार थाना मुनिकीरेती में बीते रोज ब्रह्मानंद भट्ट निवासी ललित विहार कालोनी खादरी खड्क माफ ऋषिकेश ने तहरीर देकर बताया गया था कि शनिवार की शाम करीब 6 बजे वह अपनी बुलेट बाइक पर सवार होकर लक्ष्मण झूला रोड आनंद धाम आश्रम के पास गया था। बताया कि उसने अपनी मोटरसाइकिल रॉयल इनफील्ड (बुलेट) सड़क पर खड़ी कर दी थी। गलती से मोटरसाइकिल पर ही चाबी छूट गई थी। जब वह वापस आया तो उसकी मोटरसाइकिल चोरी हो गई थी। पुलिस ने तत्काल मामला दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी।

थाना प्रभारी रितेश शाह ने बताया कि रविवार की शाम हिल बाईपास मार्ग तपोवन पर एक महिला को रॉयल इनफील्ड मोटरसाइकिल के साथ रोक कर जब जांच की गई तो यह मोटरसाइकिल चोरी की निकली। इस मामले में कैंडी, निवासी 20 बाडेज, 60 ए सेंट माइकल चर्च, अंजुना गोवा को गिरफ्तार किया गया। पुलिस के अनुसार यह महिला शातिर किस्म की है। गोवा पुलिस से संपर्क कर इसके अपराधिक इतिहास की जानकारी ली जा रही है।

डीयू के साउथ कैंपस में छात्र की चाकू मारकर हत्या

नई दिल्ली। दिल्ली विश्वविद्यालय (डीयू) के प्रथम वर्ष के एक छात्र की रविवार को दक्षिण परिसर (साउथ कैंपस) में आर्यभट्ट कॉलेज के बाहर कथित तौर पर चाकू मारकर हत्या कर दी गई। पुलिस के मुताबिक मृतक की पहचान पश्चिम विहार के रहने वाले निखिल चौहान (19) के रूप में की गई है और वह स्कूल ऑफ ओपन लर्निंग (एसओएल) से राजनीति विज्ञान में बीए (ऑनर्स) की पढ़ाई कर रहा था। पुलिस को चरक पालिका अस्पताल से निखिल चौहान के भर्ती होने के बारे में सूचना मिली और वह मौके पर पहुंची। प्रारंभिक जांच में पता चला है कि करीब एक सप्ताह पहले स्कूल ऑफ ओपन लर्निंग के एक छात्र ने कॉलेज में निखिल की प्रेमिका के साथ कथित तौर पर दुर्व्यवहार किया था। पुलिस के एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि रविवार को अपराह्न करीब 12.30 बजे, आरोपी और उसके तीन सहयोगी आर्यभट्ट कॉलेज के बाहर निखिल से मिले और उसके सीने में कथित तौर पर चाकू घोंप दिया। उन्होंने कहा कि निखिल को नजदीकी अस्पताल ले जाया गया, जहां उसे मृत घोषित कर दिया गया। पुलिस को संदेह है कि कथित दुर्व्यवहार की घटना को लेकर निखिल और आरोपियों के बीच बहस के बाद उस पर हमला किया गया था। पुलिस ने कहा कि आरोपियों की पहचान कर ली गई है।

खालिस्तानी आतंकी हरदीप सिंह निज्जर की कनाडा में गोली मारकर हत्या

नई दिल्ली। कनाडा में खालिस्तानी आतंकी हरदीप सिंह निज्जर की गोली मारकर हत्या कर दी गई है। दो अज्ञात बंदूकधारी कनाडा के सरे में एक गुरुद्वारा के बाहर निज्जर को गोली मारकर फरार हो गए।

निज्जर कनाडा में सिख फॉर जस्टिस संगठन का प्रमुख और खालिस्तानी टाइगर फोर्स का मुखिया भी था। वो कनाडा में बैठकर भारत के खिलाफ देश विरोधी गतिविधियों को अंजाम दे रहा था। हरदीप सिंह निज्जर का नाम पंजाब के जालंधर में 2021 में हिंदू पुजारी की हत्या में भी सामने आया था। इसके अलावा राज्य की और भी कई वारदातों में उसकी भूमिका रही थी। पिछले साल राष्ट्रीय जांच एजेंसी एनआईए की ओर से हरदीप सिंह पर 10 लाख रुपए का इनाम भी घोषित किया गया था। वहीं, भारत सरकार ने निज्जर को वांटेड आतंकवादी घोषित कर रखा था। हाल ही में भारत सरकार की ओर से जारी 40 मोस्ट वांटेड आतंकवादियों की सूची में भी इसका नाम शामिल था। निज्जर की हत्या ऐसे समय में हुई जब पिछले हफ्ते ब्रिटेन में खुंखार खालिस्तानी आतंकी और लंदन में स्थित भारत दूतावास पर तिरंगे का अपमान करने वाले अवतार सिंह खांडा ने बीमारी के बाद अस्पताल में दम तोड़ दिया। खांडा को 'वारिस पंजाब दे' के मुखिया अमृतपाल सिंह का मेन हैंडलर माना जाता था। पिछले कुछ महीने से ब्रिटेन में सामने आई खालिस्तानी गतिविधियों में खांडा की भूमिका अहम रही है। ब्रिटेन में बैठकर वो भारत में अपने स्लीपर सेल के जरिए वो अमृतपाल को सुरक्षित स्थान मुहैया कराया था।

इस महीने की शुरुआत में खालिस्तानी समर्थकों की ओर से कनाडा में भारत की पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की हत्याकांड से जोड़कर एक आपत्तिजनक झांकी भी निकाली थी। जिसमें वर्दीधारी दो पुतले इंदिरा गांधी की तस्वीर पर गोली चलाते हुए नजर आए थे। सोशल मीडिया पर इसका वीडियो भी सामने आया था। हालांकि, इस घटना पर विदेश मंत्री एस जयशंकर ने आपत्ति भी जताई थी।

दून वैली मेल

संपादकीय

हड़ताल पर रोक का प्रयोजन

चुनावी साल में उत्तराखंड की सरकार द्वारा सरकारी कर्मचारियों की हड़ताल पर 6 माह के लिए रोक लगा दी गई है। सरकार द्वारा हड़ताल पर रोक के फैसले के पीछे चार धाम यात्रा को सुनियोजित ढंग से संचालित करना और मानसूनी आपदाओं से प्रभावी ढंग से निपटने का कारण बताया जा रहा है। लेकिन विपक्ष और कर्मचारी सरकार के इन तर्कों से सहमत नहीं हैं। सत्ता पक्ष का यह भी आरोप है कि विपक्ष कांग्रेस द्वारा सरकारी कर्मचारियों को भड़काया जा रहा है। वही कांग्रेस का कहना है की कई विभागों के कर्मचारी अपनी मांगों और पुरानी पेंशन बहाली की मांग को लेकर सड़कों पर धरने प्रदर्शन कर रहे थे अब सरकार सत्ता की हनक में दमनकारी रवैया अपना रही है सरकार कर्मचारियों की मांगों पर विचार करने या उनकी समस्याओं का समाधान करने की बजाए हड़ताल और प्रदर्शनों पर रोक लगाकर उन्हें चुपचाप बैठने पर विवश कर रही है। सरकार के इस फैसले पर कर्मचारियों की नाराजगी भी स्वाभाविक है क्योंकि इन कर्मचारियों को भी यह उम्मीद होती है कि सरकार भले ही पूरे 5 साल तक उनकी किसी भी मांग पर गौर करने या सुनने को तैयार न हो लेकिन चुनावी दौर में उनकी मांगों पर गौर करना सरकार की मजबूरी हो जाता है। इन दिनों जिन सरकारी विभागों और कर्मचारी यूनियनों द्वारा हड़ताल की जा रही थी उनके द्वारा सरकार को साफ चेतावनी दी जा रही थी कि अगर सरकार उनकी मांगों पर गौर नहीं करेगी या उनकी बात को नहीं माना जाएगा तो वह वोट की चोट से सरकार को अपनी ताकत का एहसास कराएगें। इसमें कहीं कोई संदेह नहीं है कि सरकार भी जानती है कि कर्मचारियों की नाराजगी का उसे चुनाव में क्या नुकसान हो सकता है आमतौर पर अब तक यही होता है कि जब चुनाव आने वाले होते हैं तो सरकारी कर्मचारी और कर्मचारी यूनियनों द्वारा अपनी बात मनवाने के लिए आंदोलन शुरू कर दिए जाते हैं और चुनाव आने तक इन्हें तेज और तेज किया जाता है तथा सरकारों द्वारा भी पहले इन कर्मचारियों की हड़ताल व धरने प्रदर्शनों को अनदेखा करने और फिर इन्हें बल प्रयोग के माध्यम से समाप्त कराने का प्रयास किया जाता है और अंत में अगर बात नहीं बनती दिखती है तो फिर उनकी मांगों को मानकर कर्मचारियों को खुश करने की कोशिशें की जाती है। लेकिन इसमें कोई संदेह नहीं है कि हड़ताल पर रोक जैसे फैसले जो किसी भी सरकार द्वारा लिए जाते हैं वह राजनीति से प्रेरित ही होते हैं। इन फैसलों के पीछे सरकार द्वारा भले ही जनहित से जुड़ी कुछ वजह बताई जाए लेकिन यह पूरा सच नहीं है। सच यह भी है कि सरकार इस तरह के फैसले कर्मचारियों के आंदोलनों को दबाने या कमजोर करने के लिए ही देती है या अपनी जवाबदेही से बचने और मुख्य मुद्दों से जनता का ध्यान भटकाने के लिए इस तरह के फैसले लिए जाते हैं। सरकार ने कर्मचारियों की हड़ताल पर जो छह माह की रोक लगाई है इस दौरान अब धरने प्रदर्शन भी नहीं कर सकेंगे क्योंकि इसके लिए उनके पास समय ही नहीं होगा। सरकारी कर्मचारियों की हड़ताल पर रोक और उन पर अस्मा लगाने जैसे काम कोई नहीं बात नहीं है। हमने देखा है कि जब कर्मचारी सरकार की बात मानने को तैयार नहीं होते हैं तो वह उनका वेतन काटने और अस्मा लगाने की कार्रवाई करती है लेकिन जब आंदोलन समाप्त होते हैं और कर्मचारियों की मांगे मान ली जाती हैं तब उनके खिलाफ अस्मा के तहत दर्ज मामले भी वापस ले लिए जाते हैं तथा उनका वेतन काटने का फैसला भी वापस ले लिया जाता है। कहने का आशय है कि यह तमाम काम चाहे हड़ताल पर रोक लगाने के फैसला हो या फिर उन पर लगाए जाने वाला अस्मा और वेतन काटने का फैसला सभी का उद्देश्य कर्मचारियों को डराने धमकाने के लिए ही किया जाता है। जबकि सही मायने में इन सब का प्रयोग जनहित कार्यों के लिए किया जाना चाहिए।

किसान सभा ने अपनी समस्याओं को लेकर मुख्यालय पर किया प्रदर्शन

संवाददाता

डोईवाला। किसानों के गन्ने की फसल को होने वाले नुकसान सहित विभिन्न मुद्दों को लेकर अखिल भारतीय किसान सभा ने तहसील मुख्यालय पर प्रदर्शन कर ज्ञापन सौंपा।

आज यहां शुगर मिल से निकले कैमिकल युक्त शीरे से किसानो के गन्ने की फसल को पहुंचे नुकसान और किसानो के ज्वलंत मुद्दों के समाधान के लिए अखिल भारतीय किसान सभा ने तहसील मुख्यालय पर जोरदार प्रदर्शन कर उप जिलाधिकारी एवं कोई भी सक्षम अधिकारी के तहसील में न होने से नाराज किसानो ने उप जिलाधिकारी के पेशगार को ज्ञापन दिया। अखिल भारतीय किसान सभा के लोग सुबह 10 बजे डोईवाला गन्ना सोसाइटी मे एकत्रित हुए जहाँ से वह एक साथ तहसील मुख्यालय पहुंचे और सरकार व मिल प्रशासन के खिलाफ जोरदार नारेबाजी के साथ प्रदर्शन करते हुए सरकार के खिलाफ हल्ला बोला।

आंदोलित किसानो को सम्बोधित करते हुए किसान सभा के जिला अध्यक्ष दलजीत सिंह ने कहा कि डोईवाला मिल से निकलने वाला शीरा एक कैमिकल एक्सिडेंट है जिससे न सिर्फ फसलों को नुकसान पहुंचेगा बल्कि ये कृषि भूमि को भी बंजर कर देगा। उन्होंने सरकार से मांग करते हुए कहा कि सरकार मिल प्रशासन को सख्त हिदायत दे कि सफाई के दौरान मिल द्वारा सिंचाई नहर मे उक्त केमिकल को न बहा कर इसकी उचित व्यवस्था करे। मण्डल अध्यक्ष बलबीर सिंह ने कहा कि गत 08 जून 2023 को मिल द्वारा छोड़े गये शीरा युक्त केमिकल खेत की सिंचाई करते हुए पानी के साथ हंसूवाला निवासी परमजीत सिंह, जगतार सिंह व दीन मुहम्मद आदि कई किसानो के खेत मे चला गया था जिससे उनकी फसल अधिकांश रूप से नष्ट हो चुकी जिसमे किसानो का एक प्रतिनिधि मंडल मिल प्रशासन से मिला और किसानो के नुकसान की भरपाई हेतु जांच की मांग की जिसमे मिल द्वारा किसानो को भरोसा भी दिया गया परन्तु एक सप्ताह बाद भी कोई जांच अथवा कार्यवाही नहीं हुई। मण्डल सचिव याकूब अली ने चांडी प्लानटेशन के किसानो की सिंचाई सम्बन्धी समस्याओं पर कहा कि चांडी के किसानो को कृषि भूमि मे सिंचाई की बहुत परेशानी है उनको ट्यूब वेल की बहुत आवश्यकता है। उन्होंने ट्यूब वेल लगाने की मांग की। संगठन उपाध्यक्ष जाहिद अंजुम ने कहा कि चांडी का पूरा क्षेत्र तीनो ओर से जंगल से घिरा होने के कारण वहां के किसानो को जंगली जानवरों से अपनी फसलो को बचाने का बहुत बड़ा संकट है। रात दिन जान हथेली पर रख कर वह अपनी फसलो की सुरक्षा करते हैं। वन विभाग को इस सम्बन्ध मे कई बार लिखकर भी दिया गया परन्तु आज तक कोई समाधान नही निकला। प्रदर्शनकारियों को सरजीत सिंह, पूरण सिंह, अनूप पाल,सुरेंद्र सिंह, प्रेम सिंह आदि ने भी सम्बोधित किया। प्रदर्शनकारियों मे मुख्य रूप से हरबंश सिंह, रणजीत सिंह, नरेंद्र सिंह, किशन सिंह, जगिरी राम, ध्यान सिंह, सिंघाराम, करमजीत सिंह, कमल अरोड़ा आदि काफी संख्या में किसान उपस्थित थे।

स्थापना दिवस पर शिव सैनिकों ने किया रक्तदान

संवाददाता

देहरादून। शिव सेना के स्थापना दिवस पर शिव सेनिकों ने रक्तदान शिविर का आयोजन किया।

आज यहां शिवसेना (उद्धव बाला साहेब ठाकरे) के स्थापना दिवस के उपलक्ष में रक्तदान शिविर का आयोजन दून अस्पताल में 11 बजे से किया गया। जिसमे मुख्य रूप से प्रदेश अध्यक्ष गौरव कुमार उपस्थित रहे। रक्तदान करने वालों में जितेंद्र चौधरी, रोहित बेदी, अभिनव, शिवम् गोयल , विकास मल्होत्रा , अमित डिमरी, अक्षय महेंद्रू , संजय सोनी , किशन कमल, विजय, अनिरुद्ध , वासु, गोकुल, हर्षित, मन्नी आदि मौजूद रहे।

जैन पारस मिलन संस्था के रक्तदान शिविर में 78 यूनिट रक्त एकत्रित किया

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। विश्व रक्तदाता दिवस के उपलक्ष में जैन मिलन पारस देहरादून संस्था द्वारा श्री दिग्मबर जैन पंचायती मंदिर जैन भवन में एक रक्तदान शिविर तथा रक्तदाता सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। रक्तदान शिविर में 78 महिला व पुरुषों द्वारा रक्तदान किया गया।

रक्तदान शिविर का उद्घाटन मुख्य अतिथि प्रवीण कुमार जैन सर्राफ एवं अति विशिष्ट अतिथि भाजपा अल्पसंख्यक मोर्चा उत्तराखंड के प्रदेश उपाध्यक्ष अंकुर जैन ने दीप प्रज्ज्वलित करके किया। कार्यक्रम अध्यक्ष जैन मुनि क्षुल्लक समर्पण सागर जी महाराज ने सम्बोधित करते हुए कहा कि रक्तदान समाज एवं मानवता की सेवा का सर्वोत्तम माध्यम है।

मुख्य अतिथि प्रवीण जैन सर्राफ ने कहा कि एक स्वस्थ युवा घ्यक्ति को स्वैच्छिक रूप से नियमित रूप से तीन माह बाद रक्त दान अवश्य करना चाहिये। शिविर संयोजक व जैन मिलन पारस के मंत्री अंकित जैन ने कहा कि जैन समाज आमजन के हित में राष्ट्रीय स्तर पर सदैव विभिन्न प्रकार से सहयोग करता रहा है,और करता रहेगा। समस्त जैन धर्म के अनुयायी समाज सेवा का कोई भी अवसर नहीं छोड़ते। विश्व रक्तदाता दिवस के उपलक्ष में रक्तदान व रक्तदाता समारोह का आयोजन किया जाना जैन मिलन पारस का इस श्रृंखला में एक विशेष कदम है।जिसे लगातार जारी रखा जायेगा।

इस अवसर पर रक्तदाता सम्मान समारोह के अंतर्गत 150 से अधिक बार रक्तदान कर चुके रक्तदाता शिरोमणि अनिल वर्मा, चेयरमैन यूथ रेडक्रास समिति सहित अन्य महिला-पुरुष रक्तदाताओं को जैन मिलन रक्तदाता सारथी अवार्ड प्रदान करके सम्मानित किया गया। रक्तदाता प्रेरक अनिल वर्मा ने रक्तदाता द्वारा रक्तदान करने के फायदों के संबंध में बताया कि नियमित रक्तदान करने वाले व्यक्ति को हार्ट अटैक, कैंसर होने की संभावना बहुत कम होती है। बी॰पी॰, कोलेस्ट्रॉल, ट्राई ग्लिसराइड, फैट आदि संतुलित रहते हैं। साथ ही नये ब्लड सेल्स बनने से शरीर में नई ऊर्जा का संचार होने से शरीर स्वस्थ एवम स्फूर्त बना रहता है। रक्तदान शिविर, के कुशल संयोजन एवम संचालन में अध्यक्ष नितिन जैन सचिव अंकित जैन, कोषाध्यक्ष विरेश जैन, इंडियन रेडकॉस सोसायटी सदस्य मेजर प्रेमलता वर्मा, मीडिया इंचार्ज गोपाल सिंघल, दीपक जेठी, सतीश चंद जैन, डॉ॰ संजय जैन, अशोक जैन,संदीप जैन, विपिन जैन, सचिन जैन अमित जैन हिमांश जैन नेहा जैन, गरिमा जैन, नीरू जैन, अनामिका जैन, रीना सिंघल, महंत इंद्रेश हॉस्पिटल ब्लड बैंक की टीम के समन्वयक अमित चंद्रा, अंकिता, सचिन सेमवाल, विपिन चंद, हीरा सिंह नेगी तथा हिमांशु का विशेष सहयोग रहा।

सवा दो करोड़ की ठगी में पति पत्नी के खिलाफ मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। सवा दो करोड की ठगी के मामले में पुलिस ने पति पत्नी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार विडलास बायोटेक के अधिशासी निदेशक पवन कुमार ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनकी कम्पनी अंग्रेजी औषधि बनाने का कार्य करता है। एक कम्पनी जिसका पंजीकृत कार्यालय प्रथम तल मनीष मैट्रो प्लाजा, चतुर्थ, प्लट नं0 4 सेक्टर 12. द्वारका, नई दिल्ली के डारेक्टर दिग्विजय श्रीवास्तव व श्रीमती सपना श्रीवास्तव ने उसकी फर्म से सम्पर्क किया तथा विश्वास दिलाया कि वह औषधि क्षेत्र की अग्रणी कम्पनी है तथा व्यापार का प्रस्ताव दिया। माह जून, 2022 उक्त व्यक्ति अपने दावे व आश्वासन के बल पर उससे कुल 3,16,18,864 रूपये का माल प्राप्त करने में सफल रहा। जिसमें से उसके अथक प्रयास से 1,04,00,000 रूपये प्राप्त कर सका परन्तु उनके द्वारा शेष देय धनराशि रूपये 2,14,49,472 का भुगतान उसको नहीं किया जा रहा है तथा मांग करने पर उसको व उसके कर्मचारियों से गाली-गलौच कर डराया धमकाया जा रहा है तथा बकाया धनराशि भूल जाने की धमकी दी जा रही है। उसको ज्ञात हुआ है कि इन लोगों की प्रारम्भ से ही नीयत एक सुनियोजित तरीके से बड़े स्तर पर छल करने की थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्रेगनेंट महिलाओं को कुछ कामों से बिलकुल दूरी बना लेनी चाहिए

गर्भावस्था का समय बहुत नाजुक होता है। इस दौरान महिलाओं का वजन बढ़ जाता है तो वहीं दूसरी ओर उनके शरीर में कई तरह के बदलाव भी आते हैं। गर्भ में शिशु होने के कारण पेट का वजन भी बढ़ जाता है जिसकी वजह से महिलाओं को कुशलता से काम करने में भी दिक्कत आती है। ऐसे में घर के काम करने तो जरूरी होते हैं लेकिन प्रेगनेंट महिलाओं को इस नाजुक समय में घर के कुछ कामों से बिलकुल दूरी बना लेनी चाहिए।

यहां हम आपको बताने जा रहे हैं कि प्रेग्नेंसी में घर के कौन-से काम नहीं करने चाहिए और किन घरेलू कामों को गर्भवती महिलाएं आसानी से कर सकती हैं।

क्या प्रेग्नेंसी में घरेलू काम करना सुरक्षित है

इस मामले में आपको थोड़ा संतुलन बनाकर चलना पड़ेगा। प्रेग्नेंसी में ज्यादा तनाव वाले काम करने से बचें। कठिन काम करने से थकान तो जल्दी होगी ही साथ ही ये आपके स्वास्थ्य के लिए भी ठीक नहीं रहेगा। वहीं अगर आप कुछ भी काम नहीं करती हैं या गतिहीन जीवनशैली अपना लेती हैं तो इसका दुष्प्रभाव आपकी प्रेग्नेंसी पर पड़ सकता है। इसलिए आपको घर के ऐसे काम करने चाहिए जो आपके लिए सुरक्षित हों।

गर्भावस्था में कर सकती हैं घर के ये काम

1.प्रेग्नेंसी में बड़ी आसानी से सब्जियां को काटने और साफ करने का काम किया जा सकता है। कई महिलाएं खड़े होकर सब्जियां काटती हैं जबकि प्रेग्नेंसी में ऐसा करना सही नहीं है। आपको बैठकर ये काम करना चाहिए।

2.आप लंबे हैंडल वाली झाडू और पोछे का इस्तेमाल कर घर की सफाई भी कर सकती हैं। झाडू या पोछा लगाने के लिए ज्यादा झुकने की जरूरत नहीं है। अगर इस काम को करने में आपको दिक्कत हो रही है तो तुरंत छोड़ दें।

3.गर्भवती महिलाएं बाथरूम की सफाई भी कर सकती हैं। इसमें ईको फ्रेंडली क्लीनिंग प्रोडक्ट का इस्तेमाल करें। प्रेग्नेंसी में सफेद सिरका, नींबू का रस और बेकिंग सोड़ा का इस्तेमाल सुरक्षित होता है।

4.आप घर पर बर्तन धोने का काम भी कर सकती हैं लेकिन 15 से 2० मिनट से ज्यादा समय तक खड़ी न रहें।

प्रेग्नेंसी में न करें ये घरेलू काम

अगर आप प्रेगनेंट हैं तो नीचे बताए गए काम बिलकुल न करें :

1.ज्यादा भारी सामान : प्रेग्नेंसी में कमर दर्द पहले से ही रहता है। ऐसे में भारी वजन उठाना आपके लिए खतरनाक साबित हो सकता है। पानी की बाल्टी, राशन का सामान जैसी भारी चीजों को उठाने की गलती न करें।

2.केमिकल युक्त चीजें : साफ-सफाई के लिए केमिकल युक्त चीजों की बजाय प्राकृतिक उत्पादों जैसे कि सिरके या बेकिंग सोडा का इस्तेमाल करें। इनके इस्तेमाल के दौरान हमेशा दस्ताने पहनकर रखें और मुंह को भी ढक कर रखें। प्रेग्नेंसी में आपको केमिकल युक्त क्लीनिंग प्रोडक्ट का इस्तेमाल बिलकुल नहीं करना है।

3.सीढियां चढ़ना :प्रेग्नेंसी में सीढियां चढ़ने के लिए भी मना किया जाता है। सीढियां चढ़ने पर गिरने का खतरा रहता है इसलिए ऐसा करने से बचें।

4.बार-बार झुकना : सोने, झाडू लगाने, कूड़ा साफ करने या कपड़े धोने के लिए बार-बार झुकना पड़ता है। ऐसे काम करने से बचें।

नवजात शिशु की जीभ कैसे साफ करें

जन्म के समय भले ही शिशु के दांत नहीं होते हैं लेकिन फिर भी नियमित शिशु के मुंह को साफ करने की जरूरत होती है। अगर आपका बच्चा अभी छोटा है तो आपको रोज उसकी जीभ साफ करनी चाहिए वरना शिशु को ओरल हैल्थ से जुड़ी परेशानी हो सकती है।

आइए जानते हैं कि बच्चों की जीभ साफ करने का सही तरीका क्या है।

क्यों जरूरी है जीभ साफ करना

अगर आप रोज शिशु की जीभ और मुंह की सफाई करती हैं तो इससे बच्चे में मुंह से बदबू आने और बैक्टीरिया मने एवं ओरल इंफेक्शन और मसूड़ों से जुड़ी बीमारियों का खतरा कम हो जाता है।

दांत आने से पहले ही शिशु के मुंह की सफाई करना शुरू कर देना चाहिए। शुरुआत में ही ऐसा करने से बच्चे के दांत आने की प्रक्रिया में मदद मिलती है और दांत भी आगे चलकर साफ और मजबूत रहते हैं।

शिशु की जीभ साफ करने का तरीका

1.सबसे पहले तो आप अपने हाथों को धो लें और फिर एक साफ सूती कपड़ा लें और उसे गर्म पानी में भिगोकर अपनी तर्जनी अंगुली पर लपेट लें।

2.अब शिशु को मुंह खोलें और अपनी अंगुली अंदर डालें। अंगुली को जीभ पर गोल-गोल घुमाएं। आपकी अंगुली शिशु के गले तक नहीं जानी चाहिए।

3.अगर बच्चे के दांत आ चुके हैं तो उन्हें भी कपड़े से साफ करें।

4.शिशु की मुंह की सफाई करते समय देखें कि कहीं उसकी जीभ पर कोई सफेद कोटिंग तो नहीं है। ये ओरल थ्रश हो सकता है। अगर ऐसा है तो तुरंत डॉक्टर को दिखाएं।

5.दिन में कम से कम एक बार शिशु की जीभ और मुंह की सफाई जरूर करें। आप डॉक्टर से पूछकर फिंगर टूथब्रश या टंग क्लीनर का इस्तेमाल भी कर सकते हैं।

कमर दर्द दूर करेंगे योगासन, जानें तरीका

अगर आप कमर दर्द की समस्या से परेशान हैं तो योग आपकी इसमें काफी मदद कर सकता है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस, 21 जून के तहत हम योग से जुडी जानकारी देने का प्रयास करेंगे। इसमें हम आपको कई ऐसे योग और योगासन की जानकारी देंगे, जिनकी मदद से आप कई परेशानियों से आसानी से निजात पा सकते हैं। योग, दिमाग और शरीर दोनों के स्वास्थ्य के लिए थेरेपी की तरह काम करता है। सही योगासन करने से आपको बैक पेन की समस्या से निजात मिल सकता है। याद रहे किसी भी चीज का नतीजा तभी अच्छा मिलता है जब आप उसे रोजाना करें। एक-दो दिन या एक-दो हफ्ते में परिणाम न मिलने पर निराश न हों। लंबे समय तक समस्या से छुटकारा पाने के लिए इन आसनों को अपने रूटीन में फॉलो करें।

अधोमुख श्वानासन: इस योगासन को रोजाना करने से बैक पेन से छुटकारा मिलने एक साथ-साथ आपके शरीर का बैलेंस भी बेहतर होगा और मजबूती भी बढ़ेगी।

इस तरह करें ये आसान:

– घुटनों के बल बैठ जाएं और दोनों हाथ जमीन पर टिका लें। पीठ को सीधा रखें।

– अब अपने हाथों पर जोर देते हुए एक-एक करके टांग को पीछे की ओर ले जाएं।

– दोनों पैर फ्लोर से ऊपर न उठें, इस बात का ध्यान रखें। अब कूल्हों को छत की ओर उठा लें। आपकी एड़ियां जमीन पर रहनी चाहिए। पहली बार ऐसा न कर पाएं तो कोई बात नहीं। धीरे-धीरे रोजाना यह आसन करने पर शरीर फ्लेक्सिबल होता जाएगा।

– इस मुद्रा में आपको टांगों में खिंचाव महसूस होगा।

– अपने हाथों सीधा रखते हुए और पीठ को सीधा रखते हुए छाती को जितना हो सके जमीन की ओर ले जाएं।

– इस आसन को 3० सेकंड्स से 6० सेकंड्स तक किया जा सकता है। जब आपको इस आसन की आदत हो जाए तो इसे 9० सेकंड्स तक करें।

कब न करें यह आसन:

– आपकी पीठ में चोट हो तो यह आसन न करें।

– गर्भवती महिलाएं यह आसन न करें।

– जितना हो उतना ही करें, अपने शरीर पर जोर न डालें।

बालासन: बाल यानि बच्चे के शब्द पर इस आसन का नाम रखा गया है। बालासन करने से कूल्हों, जांघों ओर टखनों में खिंचाव आता है। यह पीठ और गर्दन के दर्द से छुटकारा दिलाता है और तनाव से निकलने, मन को शांत रखने में भी मदद करता है।

बालासन करने का तरीका:

– बालासन करने के लिए सबसे पहले वज्रासन में बैठ जाएं।

– ध्यान दें, योग में सांसों के अवलोकन की भी बड़ी भूमिका होती है। इसलिए अपना मन इधर-उधर न भटकाएं और आती-जाती सांसों पर अपना ध्यान केंद्रित करें।

– सांस को अंदर लेते हुए दोनों हाथों को सिर के ऊपर उठा लें। आसन करते हुए हाथों को मिलाएं न, बल्कि कंधों की सीध में हाथ ऊपर की ओर रखें।

– अब सांस को बाहर छोड़ते हुए आगे की ओर झुकें। आपको कमर के हिस्से से नहीं, कूल्हों के भाग से नीचे झुकना है।

– हाथों को जमीन से टिका लें ओर हाथ सीधे ही रखें।

– अब सिर को भी जमीन से टिका लें। शुरुआत में इसे करने में मुश्किल आ सकती है, इसलिए जितना हो, वहीं तक सिर लेकर जाएं। धीरे-धीरे इसमें सुधार आता जाएगा।

– यह बालासन है, थोड़ी देर इसी अवस्था में रहकर सांसों को लें और छोड़ें, और दिमाग को रिलैक्स होने दें।

– इस आसन को 3० सेकंड्स से 5 मिनट तक किया जा सकता है।

कब न करें:

– दस्त होने पर या घुटने में चोट होने पर बालासन न करें।

– अपनी क्षमता से अधिक जोर न लगाएं।

एक पाद राज कपोतासन: यह योगसन रीढ़ की हड्डी मजबूत करने और छाती फुलाने के काम आता है। इसे कबूतर मुद्रा भी कहा जाता है। इस आसन के स्वास्थ्य को लेकर कई फायदे हैं।

जानते हैं इसे करने का तरीका:

– इस आसन को करने के लिए एक मैट या दरी पर पेट के बल लेट जाएं।

– अब दोनों हाथों को फर्श पर रखें ओर उन पर वजन डालते हुए अपने शरीर को ऊपर उठाएं। आपका मुंह सामने की ओर रहना चाहिए।

– अब एक पैर को आगे करें ओर और मोड़ते हुए छाती तक ले आएं। इसी के साथ हाथ भी मोड़ लें।

– जांघों को फर्श पर रखें। इसमें दूसरा पैर सीधा ही रहता है।

– इसी प्रक्रिया को दूसरे पैर से भी करें।

– यह कूल्हे के जोड़ को मजबूत करने के साथ-साथ मूत्र विकारों को भी दूर करता है।

गर्दन के कालेपन के चलते बार-बार होते हैं शर्मिंदा ? लगाएं घर के बने ये कारगर पेस्ट

हर व्यक्ति की खूबसूरत दिखने की ख्वाहिश होती है, फिर चाहे वो लड़का हो या लड़की। अधिकतर लोग अपने चेहरे को साफ और चमकदार बनाने के लिए तो जीतोड़ मेहनत करते हैं। लेकिन इस कड़ी में वो अक्सर अपनी गर्दन की सफाई करना भूल जाते हैं या शायद इसपर ध्यान देना जरूरी नहीं समझते। माना कि चेहरा सबको सबसे पहले नजर आता है, इसलिए इसको चमकदार बनाना बहुत जरूरी होता है। हालांकि अपने स्किन केयर रूटीन में गर्दन को नजरअंदाज कर देना भी सही नहीं है। क्योंकि कई बार लोगों की नजर गलती से ही सही, गर्दन के कालेपन पर चली जरूर जाती है और फिर आपको शर्मिंदा होना पड़ जाता है।

ऐसा नहीं है कि गर्दन के कालेपन से छुटकारा पाने का कोई तरीका नहीं है। आपके घर में ही ऐसी कई चीजें मौजूद हैं, जिनकी मदद से आसानी से गर्दन के कालेपन से छुटकारा पाया जा सकता है। आज हम आपको उन्हीं चीजों के बारे में बताएंगे, जिनकी मदद से आप गर्दन के

कालेपन को दूर कर सकते हैं।

कैसे दूर करें गर्दन का कालापन?

1 आलू का रस: आलू सिर्फ सेहत के लिए ही फायदेमंद नहीं है, बल्कि ये गर्दन के कालेपन को दूर करने में भी मददगार है। आपको बस एक बड़े आलू को कद्दूकस करना होगा। फिर कद्दूकस किए गए आलू को निचोड़कर इसका रस निकालना होगा। इस रस में थोड़ा सा नींबू का रस मिलाएं और फिर गर्दन के काले हिस्से पर लगाएं। 1०-2० मिनट तक इसे लगे रहने दें, फिर पानी से गर्दन धो लें।

2 शहद: शहद भी गर्दन के कालेपन को दूर कर सकता है। आपको बस शहद में दो चम्मच नींबू का रस मिलाना है। फिर इस पेस्ट से गर्दन के काले हिस्से की अच्छी तरह से मसाज करनी है। फिर 2० मिनट बाद पानी से धो लेना है।

3 बेकिंग सोडा: बेकिंग सोडा शरीर के जिद्दी से जिद्दी कालेपन को भी दूर कर सकता है। काली गर्दन पर इसका इस्तेमाल करने के लिए आपको सादे पानी में बेकिंग सोडा मिलाना है और एक गाढ़ा पेस्ट तैयार करना है। फिर इस पेस्ट को प्रभावित हिस्से पर लगाकर कुछ समय के लिए रहने देना है।

4 कच्चा पपीता: सबसे पहले तो कच्चा पपीता को पीस लें। फिर पिसे हुए कच्चे पपीते में पानी मिलाएं और एक गाढ़ा पेस्ट तैयार करें। इस पेस्ट को गर्दन की काले हिस्से पर लगाएं और 15 से 2० मिनट के लिए छोड़ दें। बाद में साफ पानी से गर्दन धो लें।

5 नींबू का रस: नींबू का रस भी गर्दन के कालेपन को दूर कर सकता है। बस आपको एक नींबू लेना है और इसका रस निकाल लेना है। फिर इस रस को गर्दन के काले हिस्से पर लगाना है। जब यह सूख जाए तब साफ पानी से गर्दन को धो लेना है। (आरएनएस)

क्या आप भी दांत साफ करते समय ब्रश को करते है गीला?

दांत को साफ करने के लिए लोग ब्रश करते हैं। साइंस के अनुसार, कम से कम 2-3 मिनट तक दांतों को ब्रश करना चाहिए। एक विशेषज्ञ का कहना है कि हम में से लाखों लोग गलत तरीके से अपने दांतों को ब्रश कर रहे हैं। लंदन में मैरीलेबोन स्माइल क्लिनिक के संस्थापक डॉ साहिल पटेल ने बताया कि वह अक्सर अपने मरीजों को कई त्रुटियों करते हुए देखते हैं जो उनकी ओरल हेल्थ के लिए खतरनाक हो सकती है। ऐसी ही सबसे बड़ी त्रुटियों में से एक है, ब्रश पर टूथपेस्ट लगाने से पहले लोग टूथब्रश को गीला कर लेते हैं। अगर आप ऐसा करते हैं तो आप गलत कर रहे हैं।

डॉ साहिल ने बताया कि यदि आप टूथपेस्ट लगाने से पहले लोग टूथब्रश को गीला कर रहे हैं तो ऐसा करना गलत होता है। इसकी वजह है कि टूथपेस्ट में पहले से ही सही मात्रा में नमी होती है तथा यदि आप ब्रश को भी गीला कर लेंगे तो ज्यादा नमी की वजह से झाग जल्दी बनेगा। डॉ साहिल कहते हैं, यदि आपका टूथब्रश गीला होगा तो यह तेजी से झाग बनाएगा तथा आप जल्दी से टूथपेस्ट को मुंह से बाहर कर देंगे। इसके अतिरिक्त जोर लगाकर ब्रश करना, इंटरडेंटल ब्रश पर फ्लॉस लगाकर ब्रश करने से भी ओरल हेल्थ बिगड़ सकती है। ऐसे में कई व्यक्तियों का सवाल होगा कि ब्रश को यदि नहीं धोएंगे तो उसमें जो धूल लग जाती है, उससे कैसे बचें? विशेषज्ञ की सलाह है कि टूथब्रश को धूल से बचाने के लिए कैप आता है। ब्रश करने के पश्चात् वह कैप टूथब्रश में लगा दें जिससे इुसमें धूल नहीं लगेगी।

डॉ साहिल कहते हैं, यदि ब्रश दांतों पर फिसल रहे हैं तो वह अच्छे से काम नहीं करेंगे। दांत कठोर होते हैं तो ब्रश को साफ होना चाहिए जिससे वह दांतों के बीच की सफाई करते हुए कोनों में से भी गंदगी निकाल सकें। जहां टूथब्रश नहीं पहुच पाता वहां की सफाई फ्लॉस से की जाती है। डॉ साहिल बोलते हैं, मैं चाहता हूं कि कोई दिन में कई बार ब्रश करने की जगह एक बार भी अच्छी प्रकार से ब्रश कर सकता है। दिक्कतें तब शुरू होती हैं जब हम नियमित रूप से केवल दांतों की ही सफाई करते हैं। यदि आप सही प्रकार से दिन में एक बार भी ब्रश करते हैं तो वह बेहतर होगा। किन्तु मैं सलाह दूंगा कि सुबह उठकर ब्रश करना सबसे अच्छा होता है।

गर्मी में पसीने के कारण खुजली से हो गए है परेशान, तो अपने ये नुस्खे

गर्मियों में धूप एवं उमस की वजह से पसीने की परेशानी बहुत अधिक बढ़ जाती है और यही पसीने सूखने के बाद खुजली की परेशानी हो जाती है। यदि वक्त पर इसका केयर ना किया जाए तो इन्फेक्शन का खतरा बढ़ जाता है। यदि आपको भी गर्मियों में इस प्रकार की परेशानी हो जाती है तो हम आपको कुछ घरेलू नुस्खे बता रहे हैं जिसकी सहायता से आप खुजली की समस्या से बच सकते हैं।

अपनाएं ये घरेलु उपाय:-

* नीम के पत्ते:-

नीम के पत्तों को पानी में उबालें और उस पानी को ठंडा करके स्नान के दौरान उपयोग करें। नीम की पत्तियों में मौजूद एंटीफंगल और एंटीबैक्टीरियल गुण खुजली को कम करने में मदद कर सकते हैं।

* तुलसी के पत्ते:-

कुछ तुलसी के पत्ते को पीसकर उसका रस निकालें और खुजली वाली जगह पर लगाएं। इससे खुजली में आराम मिलेगा और त्वचा को शीतलता महसूस होगी।

* दही:-

दही में प्रोबायोटिक्स होते हैं जो त्वचा की स्वास्थ्य बनाए रखने में मदद करते हैं। खुजली वाली जगह पर दही को लगाएं और उसे 15-20 मिनट तक छोड़ें, फिर धीरे-धीरे धो लें।

* नींबू का रस:-

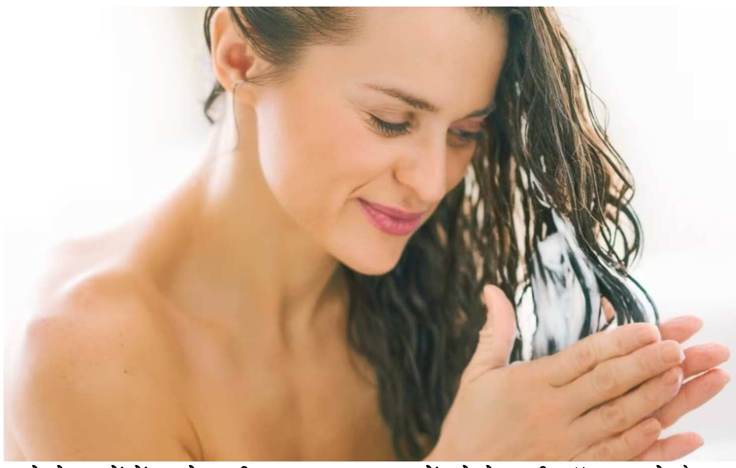
नींबू का रस खुजली को कम करने में मदद कर सकता है। नींबू का रस निकालें और इसे खुजली वाली जगह पर लगाएं। इसे कुछ मिनट तक सुखने दें और फिर धो लें।

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 *साध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

-प्रबंधक विज्ञापन

घने और मुलायम बालों के लिए एक बार ट्राई कीजिए हेयर डिटॉक्स!



अच्छी सेहत के लिए जिस तरह से खानपान के साथ शरीर को डिटॉक्स करने की जरूरत पड़ती है। ठीक उसी तरह से घने और लंबे बालों के लिए, सर्फ शैंपू, कंडीशनर और ऑयलिंग ही नहीं बल्कि आपको हेयर डिटॉक्स करने की भी जरूरत होती है। कई बार शैंपू से स्कैल्प और जड़ों में जमी धूल मिट्टी साफ नहीं होती है। इस वजह से आपको हेयर फॉल, ड्राई हेयर, हेयर ग्रोथ से जुड़ी परेशानी होने लगती है। ऐसे में आप हेयर डिटॉक्स करके इन सारी समस्याओं से छुटकारा पा सकते हैं, आईए जानते हैं घर में हेयर डिटॉक्स करने का तरीका क्या है

हेयर डिटॉक्स के फयादे

1प्रदूषण के चलते स्कैल्प पर गंदगी जमा हो जाती है, जिस वजह से आपके बालों का ग्रोथ रुक जाता है। हेयर डिटॉक्स की मदद से स्कैल्प की सफाई होगी स्कैल्प में ऑक्सीजन ठीक से पहुंचेगा और बाल लंबे और घने होंगे।

2प्रदूषण और ठीक से सफाई न करने की वजह से बालों की जड़ों में गंदगी जमा होने लगती है, जो कई बार रेगुलर शैंपू से साफ नहीं हो पता है। इस वजह से बाल जड़ से कमजोर होने लगते हैं और हेयर फॉल की समस्या हो जाती है। ऐसे में हेयर डिटॉक्स काफी फायदा पहुंचा सकता है।

3प्रदूषण और धूल मिट्टी के संपर्क में आने से बालों में ड्राइनेस की समस्या बढ़ जाती है। इसकी नमी खो जाती है ऐसे में आप हेयर डिटॉक्स करके बालों में नमी सकते हैं।

कैसे करें हेयर डिटॉक्स

मुल्तानी मिट्टी

1।एक कटोरा में चार से पांच चम्मच मुल्तानी मिट्टी लीजिए। इसके बाद इसमें दो से तीन चम्मच ऐलोवेरा जेल मिलाएं। आखिर में दो चम्मच सेब का सिरका मिलाएं। इसमें आप गुलाब जल भी मिल सकते हैं। अब आप पतला सा पेस्ट तैयार कर लीजिए। इस पेस्ट को स्कैल्प और बालों में लगे और अच्छे से मसाज करते हुए बाल धोएं।आपको बता दें कि ईरानियन जर्नल आफ पब्लिक हेल्थ की एक रिसर्च के मुताबिक मुल्तानी मिट्टी का इस्तेमाल बालों को नेचुरली सॉफ्ट बनाने के साथ ग्रोथ में मदद करती है। ये आपके स्कैल्प को ठंडा रखने में मदद करता है। स्कैल्प पर जमी गंदगी को साफ करती है। वहीं सेब का सिरका एक माइल्ड एसिड होता है जो बैक्टीरिया इन्फेक्शन को खत्म करने के साथ केमिकल को निकालने में मदद करता है।

बेकिंग सोडा

2 से 3 कप गुनगुना पानी ले लीजिए। इसमें आधा कप बेकिंग सोडा डाल लीजिए और आधा नींबू निचोड़ लीजिए। इस अच्छे से मिक्स करके धीरे-धीरे अपने बालों पर डालें और हल्के हाथों से जड़ों में मसाज करें। कम से कम 10 मिनट ऐसा करने के बाद गुनगुने पानी के साथ शैंपू कर ले और कंडीशनर अप्लाई करें।

दिव्यांका त्रिपाठी और हिना खान फिर खतरों के खिलाड़ी 13 में आएंगी नज़र

अगर आप रियलिटी शो को और दिलचस्प बनाना चाहते हैं तो फैंस के लिए ये और भी अच्छा होता है। रोहित शेट्टी द्वारा होस्ट किया जाने वाला शो खतरों के खिलाड़ी 13 बस यही करना चाहता है और इसलिए उन्होंने इस बार शो में कुछ नए बदलाव किए हैं। मेकर्स ने दिव्यांका त्रिपाठी और हिना खान से केपटाउन जाने के लिए संपर्क किया है ताकि वो उन कंटेस्टेंट्स में शामिल हो सकें जो इस समय आपस में कड़ी टक्कर दे रहे हैं। इसके पीछे का कारण भी काफी दिलचस्प है।

हालांकि, हमें इस बात की कोई जानकारी नहीं है कि हिना खान और दिव्यांका त्रिपाठी गेस्ट के रूप में आने के लिए कहा गया है या नहीं। इससे पहले शो से जुड़ी एक और खबर आई थी कि दो कंटेस्टेंट्स शिव ठाकरे और अर्चना गौतम के बीच फिर से झगड़ा हो गया और इस बार ये खतरों के खिलाड़ी 13 के सेट पर हुआ।

इस बीच, रोहित शेट्टी कंटेस्टेंट्स के साथ शो को कर रहे हैं और सभी कंटेस्टेंट्स के साथ मिलकर सो को आगे बढ़ा रहे हैं। रोहित शेट्टी के शो में खतरों के खिलाड़ी बने सभी कंटेस्टेंट्स आपस में जोरदार भिड़ंत कर रहे हैं।

दिव्यांका और हिना की बात करें तो, उन्हें अभी कुछ दिन पहले ही कॉल आया है और उन्होंने अभी तक शो को साइन नहीं किया है। अब देखना ये है कि क्या दोनों एक्ट्रेसेस अगले कुछ दिनों में मुंबई-केप टाउन की उड़ान भरती हैं या नहीं। शो में आगे क्या होगा, ये देखना दिलचस्प होगा।

शब्द सामर्थ्य -052

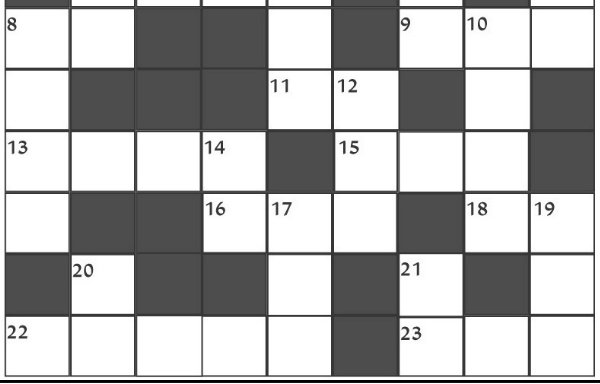
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।

ऊपर से नीचे

1. हृदर, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. घोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. बबार्दी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रीय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 51 का हल

चु	स्त		मु		सं	स्था	न	
ग		म	र्दा	न	गी		त	म
ली	प	ना			त	न		
	ना	ना					ज	
मा	ह		रा		सा	ज	न	
न		स	ह	दे	व		म	द
व		म		व	न	ज		ल
ता	क	त	व	र		मी		द
	ल	ल	क		क	र	त	ल

काजोल की द ट्रायल सीरीज 14 जुलाई को रिलीज होगी

बॉलीवुड अभिनेत्री काजोल को पिछली बार सलाम वेंकी में देखा गया था। यह फिल्म जी5 पर उपलब्ध है। अब काजोल ओटीटी की दुनिया में कदम रखने के लिए तैयार हैं। उन्होंने शनिवार को अपनी पहली वेब सीरीज द ट्रायल- प्यार कानून धोखा का ऐलान किया था। सोमवार को निर्माताओं ने द ट्रायल का शानदार ट्रेलर जारी कर दिया है। इसमें वह तेजतर्रार वकील, मां और पत्नी नयनिका सेनगुप्ता की भूमिका निभाती हुई नजर आने वाली हैं।

काजोल की द ट्रायल डिज्नी+ हॉटस्टार पर आएगी। निर्माताओं ने इसकी रिलीज तारीख से भी पर्दा उठा दिया है। यह सीरीज 14 जुलाई को रिलीज होगी। काजोल ने अपने आधिकारिक ट्विटर पर द ट्रायल का ट्रेलर साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, ट्रायल सिर्फ कोर्ट रूम में नहीं, जिंदगी में भी होते हैं। नोयोनिका सेन गुप्ता का सामना देखें। उसके जीवन की सबसे कठिन परीक्षा। द ट्रायल अमेरिकी टीवी वेब सीरीज द गुड वाइफ का हिंदी रीमेक है।

हाल ही में एक्ट्रेस की इस दमदार सीरीज का ट्रेलर लॉन्च किया है। ये एक कोर्ट रूम ड्रामा सीरीज हैजिसमें काजोल एक तेजतर्रार वकील, मां और पत्नी नयनिका सेनगुप्ता की भूमिका निभाने वाली हैं। जो अपनी लाइफ की परेशानियों से जूझती हुई नजर आने वाली हैं। इस ट्रेलर को डिज्नी प्लस हॉटस्टार के इंस्टाग्राम पेज पर शेयर किया गया है। जिसके कैप्शन में लिखा गया है- 'परीक्षा जितनी कठिन होगी, वापसी उतनी ही कठिन होगी।।'।

बता दें कि इस सीरीज का ऐलान करने के लिए काजोल ने एक तगड़ा पब्लिसिटी स्टंट खेला था। दरअसल एक्ट्रेस ने इसके लिए अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर एक क्रिप्टिक नोट शेयर कर सोशल मीडिया से ब्रेक लेने का ऐलान किया था। इस पोस्ट में उन्होंने लिखा था कि- अपनी जिंदगी में सबसे मुश्किल ट्रायल को झेल रही हूं।सोशल मीडिया से ब्रेक ले रही हूं। काजोल की इस पोस्ट ने ना सिर्फ फैंस के बीच बल्कि इंडस्ट्री में भी तहलका मचा दिया था। हालांकि उसी शाम काजोल ने अपनी सीरीज का ऐलान भी कर दिया था। आपको बता दें कि काजोल को आखिरी बार फिल्म 'सलाम वेंकी' में देखा गया था। जिसके बाद अब एक्ट्रेस ने लीक से हटकर ओटीटी पर दमदार वापसी की है। काजोल की ये वेब सीरीज 'द ट्रायल - प्यार, कानून, धोखा' डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर स्ट्रीम होने वाली है। जिसका ट्रेलर देखने के बाद फैंस इसके रिलीज का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। (आरएनएस)

सत्यप्रेम की कथा का नया गाना आज के बाद रिलीज

सत्यप्रेम की कथा के निर्मार्ताओं ने कार्तिक आर्यन और कियारा आडवाणी पर आधारित आज के बाद नामक एक नया गाना रिलीज किया है। गाने को आईकॉनिक बड़ौदा पैलेस में शूट किया गया है। गाने को मनन भारद्वाज और तुलसी कुमार ने गाया है। वहीं आज के बाद के संगीत और भावपूर्ण गीत मनन भारद्वाज द्वारा दिए गए हैं। दिल को छू लेने वाली रोमांटिक धुन के साथ, यह गाना कार्तिक और कियारा की धमाकेदार केमिस्ट्री की झलक देता है।

सत्यप्रेम की कथा के लिए एनजीई और नम: पिक्चर्स ने हाथ मिलाया है। साजिद नाडियाडवाला और शरीन मंत्री केडिया ने किशोर अरोड़ा और निर्देशक समीर विदवान्स के साथ अपनी संबंधित फीचर फिल्मों के लिए राष्ट्रीय पुरस्कार जीता। सत्यप्रेम की कथा 29 जून को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

मस्तराम फेम केनिशा अवस्थी के बोल्ड लुक ने बढ़ाया इंटरनेट का पारा

मस्तराम वेब सीरीज में इंटिमेट सीन्स का तड़का लगाने वाली एक्ट्रेस केनिशा अवस्थी आज किसी भी पहचान की मोहताज नहीं हैं। वो अक्सर इंस्टाग्राम पर अपनी बोल्ड तस्वीरों के कारण लाइमलाइट में रहती हैं। एक्ट्रेस जब भी अपने लुक्स फैंस के बीच शेयर करती हैं तो लोगों की आखें खुली की खुली रह जाती हैं। हाल ही में केनिशा अवस्थी ने अपने बोल्ड फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर शेयर कर इंटरनेट का तापमान बढ़ा दिया है। इन तस्वीरों में वो बेहद ही शानदार नजर आ रही हैं। एक्ट्रेस केनिशा अवस्थी हमेशा अपनी बोल्डनेस और सेक्सी अंदाज के कराण सोशल मीडिया पर छाई हुई रहती हैं। वो जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर अक्सर अपना दिल हार जाते हैं। हाल ही में एक्ट्रेस केनिशा अवस्थी की फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट होते ही तेजी से वायरल होने लगी हैं। इन तस्वीरों में एक्ट्रेस ने व्हाइट कलर की ब्रालेट और डेनिम शॉर्ट्स पहना हुआ है। केनिशा अवस्थी अपने इस लुक में परफेक्ट टोंड बॉडी फ्लॉन्ट करते हुए बेहद ही सेक्सी पोज देती हुई नजर आ रही हैं। अपने बालों को स्टाइलिश लुक में बांध कर और साथ ही मिनिमल मेकअप कर के एक्ट्रेस ने अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है। बताते चले कि एक्ट्रेस केनिशा अवस्थी जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर जमकर कॉमेंट्स और लाइक्स करते हैं। एक्ट्रेस केनिशा अवस्थी के वर्कफ्रंट की बात करें तो वो पहली बार हंसमुख वेब सीरीज में नजर आई थीं। इसके बाद केनिशा एमएक्स प्लेयर की सबसे बोल्ड सीरीज मस्तराम में दिखाई दी।(आरएनएस)

कैरी ऑन जट्टा 3 को पैन इंडिया फिल्म के रूप में देखते हैं गिप्पी ग्रेवाल

पंजाबी गायक और अभिनेता गिप्पी ग्रेवाल इन दिनों सोनम बाजवा के साथ अपनी फिल्म कैरी ऑन जट्टा 3 का प्रचार करने में जुटे हुए हैं। अभिनेता यह सुनिश्चित करना चाहते हैं कि उनकी फिल्म भारत ही नहीं विदेशी दर्शकों तक भी पहुंचने में सफल रहे हैं। अभिनेता 29 जून को रिलीज हो रही कैरी ऑन जट्टा 3 को पैन इंडिया फिल्म के रूप में देखते हैं और चाहते हैं कि पंजाबी फिल्में दुनिया भर में अपनी पहुंच बनाए।

कैरी ऑन जट्टा 3 कॉमेडी फिल्म है, जिसके पहले दोनों भागों ने दर्शकों का खूब मनोरंजन किया था और ऐसे में सभी बेसब्री से इसका इंतजार कर रहे हैं। हाल ही में फिल्म का ट्रेलर मुंबई में आमिर खान और कपिल शर्मा की मौजूदगी में लॉन्च हुआ था, जिससे यह पंजाब के बाहर ट्रेलर लॉन्च करने वाली पहली पंजाबी फिल्म बन गई थी। इस दौरान सितारों ने कहा था कि इस फिल्म को दुनिया भर में ले जाना चाहते हैं।

गिप्पी ने बताया कि क्यों वह कैरी ऑन जट्टा 3 को एक पैन इंडिया फिल्म के रूप में देखते हैं। उन्होंने कहा, कोई भी फिल्म जिसे हम एक बड़े मंच पर लाते हैं, उसमें पैन इंडिया स्तर का कुछ खास होना चाहिए, जो दर्शकों को भा जाए। उन्होंने कहा, कैरी ऑन जट्टा 1 ने अपनी अलग पहचान बनाई, इसलिए दूसरा भाग दुनिया के हर पंजाबी तक पहुंचा और गैर-पंजाबी दर्शकों ने इसे पसंद लिया।

गिप्पी और निर्माता तीसरे भाग को पूरे भारत में रिलीज करना चाहते थे। गिप्पी ने कहा, हमने महसूस किया कि गैर-पंजाबी भाषी दर्शक या भारत के बाहर के दर्शक हमारी फिल्म को ऑनलाइन ही देखते थे। हमारा सिनेमा दिन-ब-दिन आगे बढ़ रहा है और हम चाहते हैं कि यह और भी बड़ा हो। ऐसे में हम एक बड़ी पंजाबी फिल्म चाहते थे और अगर लोगों ने किसी पंजाबी फिल्म के बारे में सुना हो तो वो हमारी फिल्म होनी चाहिए।

गिप्पी ने कहा, फिल्म के दूसरे और तीसरे भाग के बीच 5 साल का अंतर है। इन 5 वर्षों में हमने इसे बड़ा बनाने और दृश्यों में सुधार करने के लिए सब कुछ किया है, लेकिन ध्यान में रखा है कि हम अपने स्वाद को न जाने दें। उन्होंने कहा, हम फिल्म का बड़े पैमाने पर प्रचार और रिलीज कर रहे हैं, ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि दर्शक इसे सिनेमाघरों में कहीं भी देख सकें।

गिप्पी ने आगे कहा, ऐसा नहीं है कि हम इसे समयबद्ध अवसर के रूप में नहीं देख रहे हैं। मेरी पहली फिल्म 2010 में आई थी और इससे पहले मुझे सिर्फ गानों के लिए जाना जाता था। उस समय हमारी फिल्में 12-14 करोड़ रुपये कमाती थीं, लेकिन पिछले 10-12 सालों में यह 60 करोड़ हो गया। उन्होंने कहा, हमारा उद्देश्य फिल्म में निवेश कर एक अच्छा उत्पाद बनाकर प्रचार करना है ताकि उसे उचित समय पर रिलीज कर सके।

गिप्पी ने कहा, आज हम ऐसी जगह पर हैं जहां हमें लगता है कि हम इसे बड़ा बना सकते हैं। हमने देखा है बाकी फिल्म इंडस्ट्री क्या कर रही हैं। उन्होंने कहा, कई लोगों से मैं मिला हूं, जिन्होंने कहा कि कैरी ऑन जट्टा ने उन्हें हंसाया है। कई लोगों ने फिल्मों के उन दृश्यों के बारे में बताया, जिन्होंने उन्हें प्रभावित किया इसलिए हमें लगता है कि बड़े स्तर पर ले जाने के लिए यह सही फिल्म है। (आरएनएस)

ये करते हैं जज रैप सॉन्ग समाज के दोहरे मानकों की बात करता हैः शर्लिन चोपड़ा

एक्ट्रेस शर्लिन चोपड़ा का कहना है कि उनका रैप सॉन्ग ये करते हैं जज समाज के दोहरे मानकों के बारे में बहुत कुछ बताता है। कहा जाता है कि यह गाना निरंतर और लगातार कड़े निर्णय पर आधारित है, जो एक्ट्रेस को अपने अपरंपरागत करियर और जीवन विकल्पों के कारण झेलना पड़ा है।

यह पूछे जाने पर कि क्या उनका रैप सॉन्ग कोई चौंकाने वाला खुलासा करेगा, 34 वर्षीय एक्ट्रेस ने जवाब दिया, यह आपको पता लगाना है! मेरा अपकमिंग रैप सॉन्ग हमारे समाज के दोहरे मानकों

के बारे में बहुत कुछ बताता है। यह आसान नहीं है। खुद पर विश्वास करना आसान नहीं है।

मेरे रैप म्यूजिक वीडियो का मूल खुद पर विश्वास के साथ जीवन को बेहतरीन बनाने पर आधारित है। रैप गाने के बारे में जानकारी साझा करते हुए, शर्लिन कहती हैं, रैप गाना जिसे मुंबई के बाहरी इलाके में शूट किया गया है, स्पीड और स्वैग के साथ मुझे यकीन है कि यह युवाओं द्वारा बेहद पसंद किया जाने वाला है!

मैंने रैप सॉन्ग और इसके म्यूजिक वीडियो में अपना दिल और आत्मा झोंक दी है! मैं इस रैप सॉन्ग के लिए फिट रहने के लिए वर्कआउट रूटीन का पालन कर रही हूं।

अगर मैं कभी प्यार में पड़ती हूं, तो मेरे लिए उम्र कोई मायने नहीं रखेगीः वंदना राव

'ना उम्र की सीमा हो' में चित्रा की भूमिका निभा रहीं एक्ट्रेस वंदना राव का मानना है कि उम्र को प्यार का पैमाना नहीं बनाना चाहिए।

शो ने सभी लोगों को विश्वास दिलाया है कि प्यार में कोई बाधा नहीं होती है। प्यार सच्चा हो तो उम्र कोई मायने नहीं रखती।

यह पूछे जाने पर कि क्या वह कभी किसी ऐसे व्यक्ति के प्यार में पड़ना चाहेंगी जो वास्तविक जीवन में उनकी उम्र से बहुत बड़ा हो, वंदना ने कहा: बिल्कुल हां! अगर कभी प्यार हुआ, तो निश्चित रूप से मेरे लिए उम्र कभी मायने नहीं रखेगी। यह व्यक्ति और प्यार के बारे में है।

क्या होगा यदि कोई व्यक्ति आपकी उम्र के आसपास है, लेकिन वह वफादार नहीं है और आपका अपमान करता है, तो

क्या आप उस रिश्ते में खुश होंगी?, नहीं.. जब आप एक दूसरे के साथ प्यार में होते हैं तो उम्र कोई मायने नहीं रखती। यह आपसी समझ और आपके बिना शर्त प्यार के बारे में है।

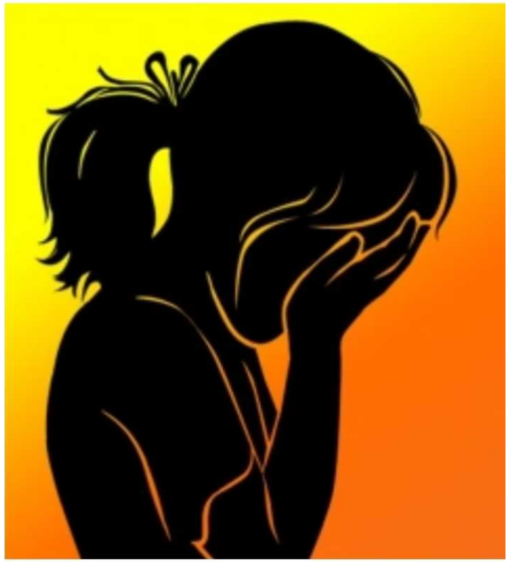
उन्होंने कहा: यह शो एक विश्वास है। यह शो निश्चित रूप से मानसिकता बदल रहा है क्योंकि लोग इसे पूरी तरह से प्यार कर रहे हैं और समाज के दबाव या उम्र के अंतर के बारे में किसी भी वर्जना के बिना प्यार को प्यार के रूप में स्वीकार करने के लिए अपने दिमाग को आकार दे रहे हैं। आखिर में केवल प्यार ही मायने रखता है।

'ना उम्र की सीमा हो' का प्रसारण स्टार भारत पर होता है। (आरएनएस)

स्कूल की चारदिवारी में मासूम का शोषण

अजय दीक्षित

हैरत की बात है कि स्कूलों में बच्चे सुरक्षित नहीं हैं, मगर इसे लेकर कहीं कोई बात नहीं होती। उनके साथ और जो कुछ हो रहा है, उसको तो जाने ही दें। पर स्कूल की चारदिवारी में मासूमों के शोषण को लेकर लगातार लापरवाही बरती जाती है। अयोध्या के नामी स्कूल सनबीम की छात्रा के साथ हुई दरिंदगी पर गजब की चुप्पी बनी रही। पंद्रह साल की इस बच्ची का स्कूल बिल्डिंग से गिरते हुए वीडियो वायरल हुआ। स्कूल ने शुरुआत में पिता को फोन कर कहा वह झूले से गिरने के कारण चुटहिल हो गई है। पोस्टमार्टम से खुलासा हुआ, उसका गैंग रेप हुआ था। परिवार के अनुसार, प्राचार्या रश्मि भाटिया ने छात्रा को फोन करके स्कूल बुलाया था। स्कूल प्रबंधक बृजेश यादव व खेल टीचर अभिषेक कनौजिया ने बलात्कार किया। उधर हैदराबाद के नालगोंडा जिले की 16 साल की छात्रा के मित्र ने अपने दो अन्य साथियों के साथ मिल कर रेप किया। इससे कुछ ही रोज पहले कौशांबी जिले में तेरह साल की छात्रा का स्कूल से लौटते हुए रेप किया गया। दो हफ्ते पहले ग्रेटर नोएडा की शिव नाडार यूनिवर्सिटी में अनुज ने अपनी दोस्त स्नेहा की गोली मार कर खुद को भी गोली मार ली। अप्रैल मध्य में मुजफ्फरपुर जिले के स्कूल में तीन साल की बच्ची का दस साल के लड़के ने वलात्कार किया। दस साल का बच्चा भी बलात्कारी हो सकता है, इसकी कल्पना भी नहीं की जा सकती। यह मामला सिर्फ दिल दहलाऊ नहीं है। बल्कि इसे खतरे की घण्टी मान लेना चाहिए। इसी माह महाराष्ट्र स्कूल के में नागपुर टीचर ने बारह साल की छात्रा का रेप किया। इससे कुछ ही समय पूर्व दिल्ली में जौनपुर के अजय कुमार ने पांचवीं क्लास की बच्ची का रेप किया। यह स्कूल एमसीडी का है, आरोपी 54 साल का। ये इनी-गिनी घटनाएं महीने - दो महीने की ही हैं। जिन पर कहीं कोई बवेला नहीं हुआ। किसी का खून नहीं खौला। दरिंदगी आलम यह है कि हर रोज अखबारों के पन्नों में प्रकाशित होने वाली ये अनचाही खबरें छोटी सी जगह लेती हैं। इन्हें नजरखेंचूं तभी बनाया जाता है, जब घटना में खास तरह की दरिंदगी शामिल हो। सार्वजनिक जगहों, पास-पड़ोस में तो बलात्कार हो ही रहे हैं। उनके अलावा स्कूलों व कॉलेज परिसर में सुरक्षा न के बराबर है। खासकर छोटे बच्चों के स्कूलों के भीतर सुरक्षा व्यवस्था के लिए वे जिम्मेदार क्यों नहीं हैं। वह भी तब, जबकि खुद स्कूल प्रबंधन व कर्मचारी उसमें लिप्त हों। मासूम बच्चों के साथ होने वाली छेड़छाड़, व्यभिचार व इधर-उधर हाथ लगाने, सहलाने, गलत तरीके से पकड़ने वाली ढेरों घटनाओं का तो कभी अंदाजा भी नहीं लगाया जाता। जबकि खुद को सुरक्षित रखने के गुर स्कूलों में ही सिखाने चाहिए। घर या बाहर तो मां-बाप सतर्कता वरतते हैं। बल्कि कई दफा वे अपने मासूम बच्चे की सुरक्षा की फिक्र में खुद ही मानसिक तौर पर बीमार हो जाते हैं। जिन्हें हैलीकापटर मॉम कह कर उपहास तक किया जाता है। इन या इस तरह के किसी भी मामले में आरोपी को स्कूल से निलंबित करने की खानापूर्ति कर दी जायेगी। कुछ समय तक मामले को ढंकने- मूंद का काम चलेगा। मगर इन्हें मूल रूप से नैतिक जिम्मेदार कब बनाये जायेगा। जब हम अपने मासूम बच्चे को स्कूल के विशाल व मजबूत नजर आने वाले गेट के भीतर छोड़ते हैं। उसके बाद हमें पता भी नहीं चलता कि भीतर उसके साथ क्या घट रहा है। उसी



स्कूल के भीतर जाने के लिए इतनी खानापूर्ति करनी होती है कि सिर चकरा जाये। बच्चों के प्रति शिक्षण संस्थानों को जिम्मेदार बनाना ही होगा। यह कह कर संस्थान नहीं बच सकते कि उनका कर्मचारी या शिक्षक ही दोषी है। खासकर बहुत छोटे बच्चों के इर्द-गिर्द सिर्फ महिलाओं को ही काम पर लगाया जाना चाहिये। बच्चा ज्यों-ज्यों समझदार होता जाता है, उसे स्टेप वाइज गुड टच बैड टच का पाठ रटाया जाये। उसे बार- बार, चित्रों, फिल्मों, खिलौनों व आकृतियों द्वारा समझाया जाये। गोपन अंगों के बारे में बताएं। उन्हें विरोध करना और मां-बाप को ऐसी बातें बताने के लिए सहज होना सिखाना होगा। भयभीत रहने से या बच्चों को डराने से गलीज सोच रखने वालों को नहीं रोका जा सकता। व्यभिचारी या बलात्कारी की मंशा कभी न कभी झलकती है। इस पर परिवार व स्कूल दोनों को पैनी नजर रखनी चाहिये। किशोरवय में जाने वाले बच्चों को हैंडल करना तनिक दुष्कर है। उन्हें सेक्स एजुकेशन दी जाये। उनकी उत्सुकताओं, सवालों और तर्क को बेहद संतुलित ढंग से पूरा करना चाहिये। इन्टरनेट के इस दौर में सेक्स और जिस्मानी सम्बन्धों को ढांपने के प्रयास फिजूल हैं। सिर्फ कराटे सिखाने और विपरीतलिंगी से दूरी बनाये रखने के पाठों से काम नहीं बनना। परम्पराओं व दकियानूसी विचार को परे करके व्यावहारिक तौर पर चेतना होगा।

खासकर लड़कों को नयी सीख दी जाए। उन्हें बताया जाये स्त्री देह के प्रति जुगुप्सा या उसे जबरन हथियाने के नतीजे कितने खौफनाक हो सकते हैं। छेड़छाड़, व्यभिचार व रेप पर लगने वाली धाराएं व सजाएं भी बताई जाएं। लड़कियों से दोस्ती के मायने यह कतई नहीं है कि वह कब्जाई गयी वस्तु हो गयी। प्रेमिका को मारना, बदले की भावना से उस पर प्रहार, एसिड फेंकना, अपने ही प्रेम संबंध के क्षणों को सार्वजनिक प्लेटफार्मों पर डालना या डालने की धमकी देकर ब्लैकमेल करने वाले पुरुषों को सीख देनी जरूरी है। को-एड में पढ़ने का मतलब एक-दूसरे को बेहतरी से जानना है। दुश्मनी गांठना नहीं। संबंध हमेशा सहमति से बनते हैं। कोई भी रिश्ता जबरन थोपा नहीं जा सकता।

सू- दोकू क्र.052

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

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.51का हल

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

भाजपा कहां कहां बदलेगी अध्यक्ष?

भारतीय जनता पार्टी के तीन शीर्ष नेताओं- अमित शाह, जेपी नड्डा और बीएल संतोष की दो दिन में १० घंटे से ज्यादा बैठक हुई है। सोमवार की रात को चार घंटे और मंगलवार की सुबह छह घंटे बैठक चली, जिसमें साल के अंत में होने वाले विधानसभा चुनावों की रणनीति पर चर्चा हुई। लेकिन इसके साथ ही संगठन की कमजोरी और ताकत पर भी वस्तुनिष्ठ तरीके से विचार किया गया है। बताया जा रहा है कि राज्यों से मिली फीडबैक के आधार पर पार्टी के शीर्ष नेताओं का मानना है कि कुछ राज्यों में पार्टी के अध्यक्ष पर्याप्त अनुभव वाले या जमीनी पकड़ वाले नहीं हैं। इसलिए उनके भरोसे लोकसभा का चुनाव नहीं लड़ा जा सकता है। ध्यान रहे साल के अंत में पांच राज्यों में चुनाव हैं लेकिन भाजपा की नजर अगले साल होने वाले लोकसभा चुनाव पर है। सो, तैयारी भी २०24 के हिसाब से हो रही है।

जानकार सूत्रों के मुताबिक चार राज्यों में प्रदेश अध्यक्ष बदले जाने की चर्चा है। इसमें कर्नाटक सबसे ऊपर है। नलिन कुमार कतील को विधानसभा चुनाव से पहले ही बदला जाना था। लेकिन किसी वजह से पार्टी फैसला नहीं कर सकी। चुनाव में भाजपा के बुरी तरह से हारने के बाद प्रदेश अध्यक्ष का बदला जाना तय है। लेकिन कर्नाटक का मामला थोड़ा उलझा हुआ है। वहां भाजपा को विधायक दल का नेता भी तय करना है और यह भी देखना है कि पूर्व मुख्यमंत्री बीएस येदियुरप्पा और उनके परिवार को किस तरह से एडजस्ट किया जाए। पार्टी को लिंगायत वोट का ध्यान रखते हुए ओबीसी का भी ध्यान रखना है। कहा जा रहा है कि कर्नाटक पर खुद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ध्यान दे रहे हैं।

दिल्ली में दो दिन हुई भाजपा नेताओं की बैठक के बाद यह भी कहा जा रहा है कि उत्तर प्रदेश में भी नया अध्यक्ष नियुक्त किया जा सकता है। अभी भूपेंद्र चौधरी अध्यक्ष हैं, जो पश्चिमी उत्तर प्रदेश के हैं और जाट समुदाय से आते हैं। किसानों के बाद पहलवानों के आंदोलन से जाटों में भाजपा की हवा बिगड़ी है। सो, पार्टी कोई मजबूत और बड़ा चेहरा लाने के बारे में विचार कर रही है। वैसे उत्तर प्रदेश में पार्टी के पास योगी आदित्यनाथ का चेहरा है और लोकसभा चुनाव नरेंद्र मोदी को तीसरी बार प्रधानमंत्री बनाने के लिए लड़ा जाना है इसलिए पार्टी के कुछ नेता जातीय समीकरण बनाने की संभावना को नकार रहे हैं। यह भी कहा जा रहा है कि कोई मुखर हिंदुवादी चेहरा आ सकता है।

झारखंड में प्रदेश अध्यक्ष बदले जाने की चर्चा जनवरी से हो रही है लेकिन जेपी नड्डा के कार्यकाल का विस्तार होने के बाद चर्चा थम गई थी। अब फिर कहा जा रहा है कि दीपक प्रकाश की जगह नया अध्यक्ष बनाया जा सकता है। पार्टी आदिवासी अध्यक्ष बनाने पर विचार कर रही है।(आरएनएस)

उत्तरप्रदेश में भाजपा की तैयारी तेज हुई

उत्तर प्रदेश में भाजपा ने लोकसभा चुनाव की तैयारी तेज कर दी है। लोकसभा चुनाव में अब एक साल से कम समय है और भाजपा का लक्ष्य अपनी 62 सीटों में बढ़ोतरी करने की है। पिछले चुनाव में समाजवादी पार्टी और बहुजन समाज पार्टी मिल कर लड़े थे, जिससे भाजपा की सीटें 71 से घट कर 62 रह गई थी। उसकी सहयोगी अपना दल ने दो सीटें जीती थीं। सपा को पांच और बसपा को १० सीट मिली थी और एक सीट कांग्रेस ने जीती थी। इस बार भाजपा का लक्ष्य २014 की तरह नतीजे हासिल करने का है। उस समय भाजपा को 71 और अपना दल को दो सीट मिली थी। सपा ने पांच और कांग्रेस ने दो सीट जीती थी। सीट बढ़ाने के लक्ष्य को ध्यान में रख कर भाजपा हर सीट पर सर्वेक्षण करा रही है। बताया जा रहा है कि लोकसभा की हर सीट पर तीन तीन महीने में सर्वेक्षण कराया जा रहा है। पार्टी के एक जानकार नेता ने बताया कि राजनीतिक स्थिति तेजी से बदल रही है। देश की हर घटना का असर हर सीट पर पड़ता है। इसलिए पार्टी तीन महीने में सर्वेक्षण करा कर फीडबैक ले रही है। क्षेत्र में लोगों का क्या मूड है, वे किस बात से नाराज हैं या किस बात को लेकर भाजपा के प्रति उनका रवैया सकारात्मक है, इस बारे में जानकारी ली जा रही है। (आरएनएस)

कांग्रेस और आप में खुली लड़ाई

कांग्रेस और आम आदमी पार्टी दोनों एक तरफ विपक्षी गठबंधन बनाने और उसमें साथ रहने की बात भी कर रहे हैं और दूसरी ओर खुलेआम लड़ाई भी कर रहे हैं। बिहार में 23 जून को विपक्षी पार्टियों की एक बड़ी बैठक होने वाली है, जिसमें कहा जा रहा है कि कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे और राहुल गांधी दोनों शामिल होंगे। उसमें आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक और दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल को भी हिस्सा लेना है। इस बीच केजरीवाल की पार्टी ने कांग्रेस के ऊपर हमला तेज कर दिया है। कांग्रेस के खिलाफ चुनाव लड़ने की तैयारियों के बीच आप ने कांग्रेस पर एजेंडा चुराने और विफल हो जाने का आरोप लगाया है।

आम आदमी पार्टी के ट्विटर हैंडल से एक ट्विट किया गया, जिसमें मुफ्त की चीजें देने के मामले में कांग्रेस का मजाक उड़ाया गया है। आप ने हिमाचल प्रदेश का हवाला देते हुए कहा है कि कांग्रेस ने आम आदमी पार्टी का एजेंडा कॉपी करके मुफ्त की बिजली देने का ऐलान तो कर दिया लेकिन अब समझ में नहीं आ रहा है उस पर कैसे अमल करें। आप ने प्रचार किया है कि कांग्रेस उसका एजेंडा चुरा कर लागू तो कर रही है लेकिन उसमें सफल नहीं हो पा रही है। दूसरी ओर भाजपा भी इसका मुद्दा बना रही है। गौरतलब है कि हिमाचल में बड़ा आर्थिक संकट खड़ा हो गया है लेकिन उसका मुफ्त की चीजें से लेना देना नहीं हैक्योंकि कांग्रेस को सरकार बनाए अभी सात महीने हुए हैं। केंद्र द्वारा कर्ज लेने की सीमा घटाए जाने से संकट पैदा हुआ है। पर किसी भी बहाने आम आदमी पार्टी कांग्रेस से लड़ रही है।(आरएनएस)

जनसंघर्ष मोर्चा ने की मुख्यमंत्री से मुलाकात

संवाददाता

देहरादून। कर्मचारियों की समस्याओं को लेकर जन संघर्ष मोर्चा के प्रतिनिधि मंडल ने मुख्यमंत्री से मुलाकात की। आज यहां जन संघर्ष मोर्चा प्रतिनिधिमंडल ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से मुलाकात कर उत्तराखंड राज्य भंडारागार निगम के कार्मिकों को सातवें वेतनमान का लाभ प्रदान किए जाने के मामले में उद्यम/औद्योगिक विभाग द्वारा एक वर्ष से लगातार रोड़ा अटकाने के मामले में शिकायत की, जिस पर मुख्यमंत्री ने संज्ञान लेते हुए सचिव को वार्ता हेतु तलब किया। नेगी ने कहा कि उद्यम विभाग की लापरवाही/ निकम्मेपन का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि एक वर्ष से लगातार पत्रावली पर आपत्तियों पर आपत्तियां लगाए जा रही हैं तथा हर बार नए-नए दस्तावेजों की मांग की जा रही थी। नेगी ने कहा कि ये वही औद्योगिक विभाग है, जो खनन कारोबारियों की फाइलें मानकों को ताक पर रखकर रात-रात में पास कर देता है, लेकिन आमजन/ कार्मिकों को न्याय दिलाने के मामले में इनको सांप सूंघ जाता है।

योग हमारी ऋषि मुनि परम्परा के गौरवशाली अतीत, वर्तमान और भविष्य का प्रतीकः जोशी

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। योग हमारी ऋषि मुनि परम्परा के गौरवशाली और वैभवशाली अतीत वर्तमान और भविष्य का प्रतीक है। यह उदगार दून योग पीठ देहरादून के संस्थापक आध्यात्मिक गुरु आचार्य बिपिन जोशी ने अंतराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर दून योग पीठ की हाथीबड़कला और गढ़ी कैंट शाखा, टपकेश्वर महादेव सत्संग हाल और श्री धोलेश्वर महादेव मंदिर में आयोजित विशेष योग घ्यान और साधना शिविरों का सुभारंभ करते हुए व्यक्त किए।

योग साधकों को योग शिक्षक विनय कुमार और योगाचार्य गीता परिहार ने योगाभ्यास कराया आचार्य बिपिन जोशी ने बताया 21 जून अंतराष्ट्रीय योग दिवस तक सभी जगहों पर प्रातः 6 बजे से निःशुल्क योग घ्यान और साधना शिविर आयोजित किए गए है। कल अंतराष्ट्रीय योग दिवस की पूर्व संध्या में दिन में 4 बजे से टपकेश्वर महादेव मंदिर में पूज्य महंत 108 माया गिरी जी महाराज स्मृति योग भवन में टपकेश्वर महादेव मंदिर के श्री महंत 108 कृष्णा गिरी जी महाराज के कर कमलों से योग के क्षेत्र में सराहनीय कार्य करने वाले योग शिक्षकों साधकों और छात्र छात्राओं को प्रशस्ति पत्र और मेडल देकर सम्मानित किया जाएगा। आज के कार्यक्रम में गीता जोशी, विमला जोशी, प्रशांत छेत्री, सीमा उनियाल, रचना जुयाल आदि का विशेष सहयोग रहा।

इंग्लिश स्पीकिंग कोर्स एवं पंजाबी ज्ञान की कक्षाएँ आरम्भ

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। श्री गुरुनानक इंटर कालेज प्रेमनगर के स्टाफ एवं प्रबंधक कमेटी के तत्वावधान में बच्चों के उज्जवल भविष्य पर ध्यान केंद्रित करते हुए 2 प्रकार के कार्यक्रम शुरु कर दिए गए। इंग्लिश स्पीकिंग कोर्स दिल्ली की संस्था द्वारा प्रायोजित कार्यक्रम है जिसमें आने वाले हर व्यक्ति को उक्त कोर्स बिल्कुल निशुल्क उपलब्ध कराए जाएगे , क्योंकि इंग्लिश पढने लिखने के बावजूद व्यक्ति इंटरव्यूज इत्यादि में इंग्लिश नहीं बोल सकता। अतः इस कमी को देखते हुए इस कोर्स को आरंभ किया गया है किसी उम्र, किसी भी वर्ग के लिए यह क्लासेज गर्मी की छुट्टियों के बाद भी लगातार चलती रहेंगी। अपनी मातृ भाषा की चिंता करते हुए पंजाबी के अक्षर ज्ञान से लेकर सिख इतिहास की जानकारी साझा करने के लिए भी क्लासेज शुरु की गई हैं, यह भी बिल्कुल और सभी उम्र, सभी वर्ग निशुल्क के लोगों के लिए पूरा साल जारी रहेंगी। दोनों क्लासेज प्रातः 10 से 01 बजे तक लगेंगी ताकि दोनों क्लासेज एटेंड करने वाले को बार-बार ना आना पड़े, एक एक घंटे की तीन क्लासेज होंगी। अधिक से अधिक लोग इसका लाभ ले सकें, यही हमारा प्रयास है और रहेगा। इस अवसर पर प्रबंधक नरेन्दर पाल सिंह लूथरा, संतोष बाली, सुरिंदर कौर पंजाबी शिक्षिका उपस्थित थे ।

सनातन संस्कृति से खिलवाड़ करने वालों को बर्दाश्त नहीं किया जायेगाः सीएम

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की सनातन संस्कृति से खिलवाड़ करने वालों को बर्दाश्त नहीं किया जायेगा।

एक संवाद कार्यक्रम में यह बात मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा कही गयी। उन्होने स्पष्ट कहा कि उत्तराखंड की सनातन संस्कृति से खिलवाड़ करने वालों को हम बर्दाश्त नहीं करेंगे। उन्होंने कहा कि पुरोला की घटना जनमानस की स्वाभाविक प्रतिक्रिया थी। उन्होने कहा कि उत्तराखंड का एक सनातन स्वरूप रहा है, ये देवभूमि है, कुछ लोग यहां की संस्कृति पर हमले करने के लिए योजनाबद्ध तरीके से सरकारी जमीनों पर कब्जे कर रहे हैं। जब ऐसी रिपोर्ट्स हमारे पास आई तो हमने एक अभियान शुरू किया और अकेले वन विभाग की

ढाई हजार एकड़ जमीन खाली करवा दी गयी है। उन्होने कहा कि यह अभियान जारी है करीब तीन हजार हैक्टेयर जमीन और चिन्हित की गई है, जिसे खाली करवा दिया जायेगा।

सीएम ने कहा कि चार मैदानी जिलों में नदियों के किनारे, नहरों के किनारे, ग्राम सभा, जहां-जहां सरकारी जमीन मिली वहां बाहर से लोग आकर बसने लगे, जिन्हें हटना होगा। हमने उन्हें तीन महीने पहले बोल दिया था कि सरकारी जमीन के कब्जों को खुद छोड़ दें, नही तो हम खाली करवाएंगे और ये अभियान जारी है और तब तक जारी रहेगा जब तक एक फुट जगह भी कब्जे में रहेगी।

लव जिहाद को लेकर सीएम ने कहा कि नाबालिग लड़कियों को बहला-फुसलाकर,मतांतरण के लिए दबाव डालने की हरकत करना, नाम बदलकर फेक आईडी बनाकर आप हरकत करोगे तो प्रतिक्रिया होगी। राज्य में सख्त धर्मांतरण कानून है। उत्तराखंड की सनातन संस्कृति के साथ खिलवाड़ करने वालों को हम बर्दाश्त नहीं करेंगे। सीएम ने यह भी कहा कि किसी को कानून हाथ में लेने की जरूरत नहीं है, उसके लिए सरकार है।

गांजा व नगदी सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने 1 किलो 200 ग्राम गांजे व नगदी सहित गिरफ्तार कर लिया है। मामला सिडकुल थाना क्षेत्र का है। मिली जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना सिडकुल पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को काला गेट ब्रहमपुरी के समीप एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान पुलिस ने उसके पास से 1 किलो 200 ग्राम गांजा व 750 रूपये की नगदी बरामद की। पूछताछ में उसने अपना नाम आशुतोष उर्फ आशु पुत्र श्रीपाल सिंह निवासी शाम्बरी बिहार सहारनपुर व हाल पता वैरियर न-06 रानीपुर बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश कर दिया है।

बंदरों को जहर देकर मारने वाले गिरफ्तार

काशीपुर । अपने फायदे के लिए आम के बाग के ठेकेदार द्वारा अपने साथियों के साथ मिलकर बंदरों की सिलसिलेवार तरीके से हत्या किए जाने का मामला सामने आया है । एक समुदाय की शिकायत पर पुलिस ने मामले में कार्यवाही करते हुए 9 लोगों को गिरफ्तार किया है इनकी निशानदेही पर 7 बंदरों के शव बरामद हुए हैं। जानकारी के अनुसार मामला यहां आईटीआई थाना क्षेत्र के ग्राम जैतपुर घोसी का है । यहां एक बाग के आसपास के ग्रामीणों ने कल शाम आईटीआई थाना इंचार्ज आशुतोष कुमार सिंह को शिकायत की कि एक समुदाय विशेष के लोग जयपुर घोसी में आम के बाग में बंदरों की हत्या कर रहे हैं, इस घटना को लेकर क्षेत्र में काफी तनाव है। सूचना पाकर एसओ आशुतोष

कुमार सिंह के नेतृत्व में पुलिस बल मौके पर पहुंचा। घटनास्थल पर पहुंचने के बाद पुलिस ने बाग के एक कोने में सात बंदरों के शव बरामद किए, जिन्हें पुलिस ने पंचनामा भरने के बाद पोस्टमार्टम के लिए पशु चिकित्सालय भिजवा दिया। इस मामले में पुलिस ने इस बाग का ठेके लेने वाले ठेकेदार जान मोहम्मद पुत्र शेर मोहम्मद निवासी दुमका थाना शाही बरेली तथा उसके सहयोगी इमामुद्दीन पुत्र सफी अहमद निवासी शीशगढ़ बरेली को गिरफ्तार कर लिया, इन दोनों ने संयुक्त रूप से बाग का ठेका लिया है ।बंदरों की हत्या में इन ठेकेदारों के कर्मचारी भी शामिल थे। जिनमें थाना शाही बरेली निवासी छोटे खान, इमरान, अफजल, अनवर ,इकरार, नईम और मुबारक को भी पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया। सभी अभियुक्तों को धारा 295 (का)11 (ठ) पशु क्रूरता अधिनियम 9/5 वन्य जीव संरक्षण अधिनियम के तहत जेल भेज दिया है ।अभियुक्तों को गिरफ्तार करने में आशुतोष कुमार सिंह के अलावा एसआई जितेंद्र कुमार राकेश राय दीवान सिंह बिष्ट सहित पुलिस बल शामिल थे।

डीडीहाट जिले में शामिल नहीं होगी मुनस्यारी, धारचूला ब्लाक

कार्यालय संवाददाता

मुनस्यारी । चीन सीमा क्षेत्र से लगे विकास खंड मुनस्यारी तथा धारचूला के त्रिस्तरीय पंचायत प्रतिनिधियों ने प्रस्तावित डीडीहाट जिले में शामिल होने से दो टूक शब्दों में मना कर दिया। उन्होंने कहा कि आवश्यकता सीमांत क्षेत्र में जिला बनाने की है। इसके लिए सरकार से वार्ता की जाएगी।

लोकसभा चुनाव को देखते हुए डीडीहाट जिले को बनाने की सुगबुहाट शुरू हो गई है। चीन सीमा पर बसे मुनस्यारी तथा धारचूला विकास खंडों के पंचायत प्रतिनिधियों ने समय समय पर उक्त प्रस्तावित जिले में शामिल होने का विरोध किया था।

मुनस्यारी तथा धारचूला क्षेत्र पंचायतों की बैठक में इस आशय का प्रस्ताव भी पारित हो गया है कि यहां की जनता डीडीहाट जिले में शामिल नहीं होना चाहती है। त्रिस्तरीय पंचायत संगठन के प्रदेश अध्यक्ष तथा सीमांत क्षेत्र से जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने आज

❑पंचायत प्रतिनिधियों ने सीएम को भेजा पत्र

ईमेल से पुनः प्रदेश के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी को खत लिखकर कहा कि चीन सीमा से लगे विकास खंड मुनस्यारी तथा धारचूला को मिलाकर सीमांत जिला बनाने के प्रस्ताव पर पहले अमल किया जाए। उन्होंने कहा कि वर्तमान जिला मुख्यालय से 215 किमी दूर स्थित इस सीमा क्षेत्र को जिले का दर्जा मिलना चाहिए। उन्होंने कहा कि डीडीहाट जिले से वर्तमान जिला मुख्यालय मात्र दो घंटे में पहुंच सकते है। जबकि सीमांत क्षेत्र से आज भी मिलम गांव के नागरिक को दो दिन की 67 किमी पैदल यात्रा के बाद सात घंटे वाहन से यात्रा करके वर्तमान जिला मुख्यालय पहुंचते हैं।

मर्तोलिया ने बताया कि डीडीहाट तथा बेरीनाग विकास खंड के 54 ग्राम पंचायतों को भी सीमांत जिले में शामिल किया जा सकता है। उनके लिए भी मुनस्यारी तथा धारचूला के मध्य प्रस्तावित जिला मुख्यालय नजदीक पड़ता है।

उन्होंने सीएम को स्पष्ट किया है कि सीमांत क्षेत्र को जबरन जबरन डीडीहाट में शामिल किया गया तो सीमांत की जनता उसका पुरजोर विरोध करेगा।

एक नजर

राजस्थान में अरविंद केजरीवाल और भगवंत मान के काफिले पर हमला!

जयपुर। दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल और पंजाब के सीएम भगवंत मान के काफिले पर हमला हुआ है। दोनों ही मुख्यमंत्रियों पर हमले का दावा आम आदमी पार्टी ने किया है। आम आदमी पार्टी का कहना है कि राजस्थान के श्री गंगानगर जिले में केजरीवाल और भगवंत मान के काफिले पर हमला यूथ कांग्रेस के कार्यकर्ताओं ने किया है। लाठी डंडो से सीएम केजरीवाल और सीएम भगवंत मान के काफिले पर हमला करने का आरोप है। दिल्ली के मुख्यमंत्री केजरीवाल

और पंजाब के सीएम भगवंत मान रविवार को राजस्थान के श्री गंगानगर जिले में एक जनसभा को संबोधित किया। जनसभा को संबोधित करने से पहले दोनों ही मुख्यमंत्रियों का काफिला गुजरा था। इसी दौरान ही काफिले पर हमला करने का आरोप है। श्री गंगानगर जिले में आम आदमी पार्टी की रैली को संबोधित करते हुए केजरीवाल ने दिल्ली के विकास की बाते राजस्थान के लोगों को बताई। केजरीवाल ने बताया कि उनकी सरकार किस तरह लोगों को फ्री में बिजली और पानी दे रही है। इसी तरह पंजाब की आम आदमी पार्टी सरकार भी लोगों के लिए नई-नई योजनाएं शुरू कर रही है। इससे पंजाब की जनता बेहद खुश है। इस साल के अंत में राजस्थान में विधानसभा के चुनाव हैं।

गीता प्रेस ने 1 करोड़ रुपए नकद राशि लेने से किया इंकार !

लखनऊ ।गांधी शांति पुरस्कार मिलने पर कांग्रेस द्वारा आलोचना किए जाने के बाद गीता प्रेस ने नकद राशि लेने से इंकार कर दिया है। गीता प्रेस के प्रबंध क लाल मणि तिवारी ने सोमवार को कहा कि वह सरकार की तरफ से पुरस्कार स्वरूप मिलने वाले एक करोड़ रुपए की नकद धनराशि नहीं स्वीकार करेंगे। उन्होंने कहा कि गीता प्रेस सम्मान स्वरूप केवल प्रशस्ति पत्र एवं पट्टिका स्वीकार करेगा। बता दें कि कांग्रेस नेता जयराम रमेश ने कहा है कि गीता प्रेस को यह पुरस्कार देना एक उपहास है और यह सावरकर एवं गोडसे को पुरस्कार देने जैसा है। रविवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता वाली एक समिति ने वर्ष 2021 का गांधी शांति पुरस्कार गोरखपुर स्थित गीता प्रेस को प्रदान करने का निर्णय लिया

है। यह पुरस्कार सामाजिक, आर्थिक क्षेत्र में अहिंसक और अन्य गांधीवादी तरीकों के माध्यम से राजनीतिक परिवर्तन के लिए उत्कृष्ट योगदान के लिए दिया जाता है। अपनी स्थापना के शताब्दी वर्ष में यह प्रतिष्ठित पुरस्कार मिलना संस्था के लिए बेहद खास है। गीता प्रेस की शुरुआत गोरखपुर में वर्ष 1923 में हुई और यह दुनिया के सबसे बड़े प्रकाशकों में से एक है। गीता प्रेस हिंदू धार्मिक पुस्तकों को छापने वाला दुनिया का सबसे बड़ा प्रकाशक है। संस्था अब तक 15 भाषाओं में 41 करोड़ से ज्यादा हिंदू धार्मिक पुस्तकों का प्रकाशन कर चुकी है। यह पुरस्कार मिलने पर यूपी के सीएम योगी आदित्यनाथ ने गीता प्रेस को बधाई दी थी।

मर्द 80 वर्ष की उम्र तक जवान रहता हैः मौलाना अरशद मदनी

नई दिल्ली। जमीयत उलेमा-ए-हिंद के अध्यक्ष मौलाना अरशद मदनी ने बहु-विवाह को सही ठहराया है। उन्होंने दावा किया कि इस्लाम के अनुसार, मर्द तीन-चार शादी कर सकता है। मदनी के अनुसार, औरतें 45-50 साल की उम्र

में बूढ़ी हो जाती हैं, जबकि मर्द 80 वर्ष की उम्र तक जवान रहता है। मदनी के बयान की आलोचना करते हुए विश्व हिंदू परिषद के महामंत्री मिलिंद परांडे ने कहा कि यह उस सोच का असर है, जिसमें महिलाओं को श्भोग की वस्तुश समझा जाता है। उनके साथ भेदभाव किया जाता है। इसलिए मदनी की बातों पर कोई आश्चर्य नहीं है। इससे पहले भी कई बार मौलाना अरशद मदनी कह चुके हैं कि इस्लाम के अनुसार, अपनी जरूरतों को पूरा करो। ऐसे में पुरुष अपनी जरूरतों को पूरी करने के लिए कई शादियां कर सकता है। एक करे, दो करे, तीन या चार करे। या तो वह तलाक देकर चौथी शादी करे या सबको साथ लेकर चले। विधि आयोग द्वारा समान नागरिक संहिता पर मांगे गए सुझावों को लेकर टीवी चौनल को दिए इंटरव्यू में जमीयत उलेमा-ए-हिंद के अध्यक्ष ने कहा कि हम इसे कुबूल नहीं करते हैं। उन्होंने कहा कि 1300 सालों से मुस्लिम इस देश में रहते आए हैं। पहले यह मामला कभी नहीं आया। अब ऐसी कौन सी आफत आ गई है?

महिला ने गर्भगृह में उड़ाये नोट

विशेष संवाददाता

रुद्रप्रयाग। केदारधाम में सोने की जांच की मांग को लेकर मचे बवाल के बीच अब एक महिला श्रद्धालु द्वारा केदार मंदिर के गर्भगृह में नोट उड़ाए जाने का वीडियो सामने आने से कोहराम मचा हुआ है। सोने की जांच कराने के विवाद को लेकर कांग्रेस पर बड़ा हमला करने वाले बद्री-केदार समिति के अध्यक्ष अजेंद्र अजय ने इस मामले पर नाराजगी जाहिर करते हुए जिलाधिकारी रुद्रप्रयाग और एसएसपी से मामले की जांच करने को कहा है तथा दोषियों के खिलाफ कार्रवाई करने की मांग की है।

धार्मिक आस्थाओं के साथ यह कैसा मजाक है? इसे समझ पाना मुश्किल है। केदारधाम के गर्भगृह में सोने की परत चढ़ाने के लिए रखे गए सोने की शुद्धता पर पहले सवाल उठाए जाते हैं तीर्थ पुरोहित और पुजारियों द्वारा। इस मामले में कांग्रेस अपनी बात कहती है तो बद्री केदार समिति के अध्यक्ष द्वारा कहा जाता है कि कांग्रेसी नेताओं को सनातन धर्म और आस्था से कोई सरोकार नहीं है और वह सनातन तथा धार्मिक आस्था विरोधी पार्टी है। लेकिन अब केदारधाम

●धार्मिक आस्था और भावनाओं से यह कैसा खिलवाड़
●समिति के अध्यक्ष ने डीएम को दिए जांच के निर्देश

के गर्भगृह में एक महिला श्रद्धालु द्वारा नोटों की बरसात करने का जो वीडियो वायरल हो रहा है उसे देखकर हर कोई हैरान और परेशान है। यह वीडियो बद्री केदार समिति की व्यवस्थाओं और तीर्थ पुरोहितों पर सवाल खड़ा करता है जो सोने की शुद्धता का मुद्दा उठाते हैं वहीं दूसरी ओर नोटों की बरसात होने पर खुश नजर आते हैं।

दून वैली मेल सांध्य दैनिक इन वीडियो की पुष्टि नहीं करता है लेकिन सवाल यह है कि यह कैसी आस्था है तथा कैसी व्यवस्था है। खास बात यह है कि बीते दिनों गर्भगृह की सोने की परत चढ़ने की एक तस्वीर खुद बद्री-केदार मंदिर समिति के अध्यक्ष के साथ वायरल हो गई थी। जिसे लेकर काफी बवाल व हंगामा हुआ था।

नियमानुसार गर्भगृह की फोटो खींचना प्रतिबंधित है लेकिन इस बार एक महिला श्रद्धालु जो नोट उड़ा रही है नाच रही है, का वीडियो वायरल हो रहा है। तथा तीर्थ पुरोहित और पुजारियों की उपस्थिति में यह सब हो रहा है। अब इसे लेकर हंगामा मचा हुआ है बद्री केदार समिति के अध्यक्ष अजेंद्र अजय ने अब जिलाधिकारी और एसएसपी को तथा पदाधिकारियों को इस मामले की जांच करने और दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करने के निर्देश दिए गए हैं। जांच के बाद ही यह पता चल सकेगा कि आखिर गर्भ गृह में नोटों की बरसात करने वाली यह महिला कौन थी और मंदिर समिति उसे क्या सजा दिलवा पाता है। लेकिन इस तरह श्रद्धा और धार्मिक भावनाओं और आस्था के साथ खिलवाड़ का वह वीडियो देखकर हर कोई हैरान है।

तमंचे की नोक पर मैनेजर से लूटी कार, मुकदमा दर्ज

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। किच्छा हाईवे पर बैगुल पुल के समीप सफारी से आये बदमाशों द्वारा तमंचे की नोक पर एयरटेल के जोनल सेल मैनेजर से उनकी एक्सयूवी कार लूट ली गयी। लूट के दौरान बदमाशों ने मैनेजर का पर्स भी छीन लिया गया। सूचना मिलने पर पुलिस ने बदमाशों की खोजबीन शुरू की लेकिन बदमाश पकड़ में नहीं आये।

जानकारी के अनुसार बरेली निवासी मनोज कुमार गंगवार एयरटेल कम्पनी में जोनल सेल मैनेजर के पद पर कार्यरत है। जिनकी तैनाती इन दिनों पीलीभीत उधमसिंहनगर में है। बताया जा रहा है कि शनिवार रात लगभग साढ़े ग्यारह बजे वह अपनी एक्सयूवी कार से पीलीभीत से किसी कार्य हेतू रूद्रपुर की ओर जा रहे थे। जैसे ही वह किच्छा रोड के बैगुल पुल के समीप पहुंचे सुनसान सड़क पर पीछे से सफारी वाहन में बैठे बदमाशों द्वारा ओवरटेक कर उनके वाहन को रोक लिया गया। बिना नम्बर के सफारी वाहन से दो बदमाश नीचे उतरे। जिसमें से एक बदमाश के हाथ में तमंचा था। जिन्होने उनके साथ मारपीट कर उनका वाहन लूट लिया। बदमाशों ने इस दौरान उनका पर्स भी छीना और वह एक्सयूवी वाहन लेकर फरार हो गये। जबकि अन्य बदमाश सफारी लेकर मौके से निकल गये। वाहन लूट के बाद किसी तरह मनोज एक ट्रक में बैठकर लूट की सूचना देने के लिए पुलभट्टा थाने की बरा चौकी पहुंचे। जिस पर पुलिस ने त्वरित कार्यवाही करते हुए सितारगंज थाने सहित समूचे जिले में वायरलैस से लूट होने का संदेश प्रसारित कर दिया। हालांकि रात भर चैकिंग के बावजूद बदमाश पुलिस की पकड़ में नही आ सके, जिनकी तलाश जारी है।

50 यात्रियों से भरी बस पलटी, कई घायल

संवाददाता

देहरादून। यात्रियों से भरी बस के रास्ते में पलटने से उसमे सवार लोगों के घायल होने पर एसडीआरएफ ने बचाव कार्य शुरू करते हुए सभी घायलों को अस्पताल पहुंचाया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गत देर रात्रि पुलिस लाइन चम्पावत द्वारा एसडीआरएफ को सूचना प्राप्त हुई की राष्ट्रीय राजमार्ग 09 (धौन के पास) तहसील, चम्पावत में एक बस पलट गयी है, जिसमे रेस्क्यू हेतु एसडीआरएफ टीम की आवश्यकता है। उक्त सूचना पर एसडीआरएफ टीम उपनिरिक्षक राम सिंह बोरा रेस्क्यू उपकरणों के साथ तत्काल घटनास्थल के लिए रवाना हुए। घटनास्थल पर पहुँचकर देखा की एक बस रास्ते में पलटी हुई है। एसडीआरएफ द्वारा जनपद पुलिस, फायर यूनिट व अन्य बचाव इकाइयों के साथ राहत एवं बचाव अभियान चलाया गया। घटना में घायलों को तत्काल 108 के माध्यम से जिला चिकित्सालय पहुंचाया गया। बस में लगभग 50 यात्री सवार थे ।

बस श्री रीठा साहेब गुरुद्वारे से पंजाब की ओर जा रही थी की अचानक धौन के पास पलट गई। घायलों में निक्षतर सिंह निवासी जिला रोपड/ रूपनगर, पंजाब, सुरेन्द्र कौर, कुलदीप कौर, हरवंश कौर, हरमेस कौर, नवदीप, नवजोत कौर, दर्शन सिंह, दलप्रीत सिंह, बन्ना सिंह, विमला देवी, शकुन्ताला देवी, रशपाल कौर, हरबीर सिंह, कमलेश कौर, मनजीत सिंह, बलराम सिंह, निश्तर इन 18 सामान्य घायलो का उपचार जिला चिकित्सालय चम्पावत में चल रहा है तथा रेफर किये गये घायलों में सुश्री लवप्रीत कौर, सुश्री मनजीत कौर, गुरुदेव, सुश्री कमलेश कौर, सुश्री शरणप्रित कौर, सुश्री कुलवंत कौर, अगमजोत सिंह इन 07 गम्भीर घायलों को 108 के माध्यम से उपचार हेतु एसटीएच हल्द्वानी रवाना किया गया। 17 यात्रियों को जिला चिकित्सालया में प्राथमिक उपचार के उपरान्त रैन बसेरा चम्पावत में ठहराया गया है।

प्रीतम की माता के निधन पर शर्मा ने दुख व्यक्त किया

देहरादून (सं)। कांग्रेस के पूर्व प्रदेश अध्यक्ष व चकराता विधायक प्रीतम सिंह की माता के निधन पर लालचंद शर्मा ने दुख व्यक्त किया। आज यहां पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा ने बयान जारी करते हुए बताया कि बड़ा दुखद समाचार मिला के उत्तराखंड के पूर्व अध्यक्ष तथा चकराता विधायक प्रीतम सिंह की माता श्रीमती रूपा देवी का स्वर्गवास हो गया है स्वर्गीय श्रीमती रूपा देवी उत्तर प्रदेश के जमाने से कांग्रेस के वरिष्ठ नेता तथा पर्वतीय विकास मंत्री रहे स्वर्गीय गुलाब सिंह की धर्मपत्नी थी ईश्वर को शायद यही मंजूर था ईश्वर उनको अपने चरणों में स्थान दे तथा परिवार और उनके प्रशंसकों को दुख सहन करने की शक्ति प्रदान करें।

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।