शनिवार
26 अगस्त 2023

पृष्ठ 4

मॉनसून में माइग्रेन अटैक का बना रहता है डर ?

पृष्ठ 5

बॉडीकॉन रेड गाउन में अनन्या पांडे लगाया हॉटनेस का तड़का

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 199
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

युवावस्था आवेशमय होती है, वह क्रोध से आग हो जाती है तो करुणा से पानी भी।

— प्रेमचंद

दूनवैलीमेल

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

भूकंप से भू धसाव व भूस्खलन वाले क्षेत्रों में दहशत का माहौल

विशेष संवाददाता

देहरादून। मानसूनी आपदा से त्रस्त पहाड़ों पर भूस्खलन और भू धसाव का खतरा मंडरा रहा है। उसके ऊपर से भूकंप के झटके पहाड़ों को हिला रहे हैं जिससे लोगों में भय का माहौल है और वह अपने जान माल की सुरक्षा तथा भावी भविष्य को लेकर चिंतित और परेशान है। चमोली के जोशीमठ क्षेत्र में आज सुबह 10.37 बजे जब धरती डोलने लगी तो लोगों में भारी दहशत देखी गई 2.8 की कम तीव्रता होने के कारण भले ही इस भूकंप से कोई जान माल के नुकसान की खबर नहीं है किंतु जोशीमठ जो पहले से ही भू धसाव के कारण मकान में आई मोटी-मोटी दरारों को लेकर खौफजदा हैं इन भूकंप के झटको से और अधिक डर गया है।

भूकंप का क्षेत्र जोशीमठ से 23 किलोमीटर दूर दक्षिण पश्चिम में बताया गया है। अतिवृष्टि के कारण आपदा की मार झेल रहे चमोली जनपद के जोशीमठ के अस्तित्व पर पहले ही संकट के

❑जोशीमठ क्षेत्र में भूकंप के झटके, 2.8 की तीव्रता मापी गई

बादल छाए हुए हैं जिन दरार युक्त जर्जर घरों में लोग अभी भी रह रहे हैं उन्हें इस बात का खतरा है कि अगर थोड़ी अधिक तीव्रता का भूकंप यहां आया तो उनका सब कुछ समाप्त हो जाएगा। उधर जोशीमठ क्षेत्र के पंगनो गांव में भूस्खलन की जद में आए पांच-छह मकान के ध्वस्त होने की खबर है। इस गांव के 30-35 परिवार भूस्खलन के कारण खतरे की जद में आ गए हैं जिन्हें तुरंत विस्थापन की जरूरत है। चमोली में भूस्खलन और भू धसांव के कारण मुख्य राष्ट्रीय राजमार्ग सहित 30 से अधिक सड़कों पर मलवा आने से लोगों को आवागमन में भारी मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है।

उधर टिहरी झील के आसपास के तमाम गांवों में भू धसाव के कारण मकानों में दरारें आने की खबरें आ रही है। सर्वे में पता चला है कि अत्यधिक बारिश के कारण टिहरी झील का जलस्तर बढ़ने से इस क्षेत्र में भू धसाव हो रहा है। दर्जन भर मकानों पर जमीदोज होने का खतरा मंडरा रहा है जिन्हें प्रशासन द्वारा खाली करा लिया गया है। भू धसाव व भूस्खलन की समस्या से चमोली, पौड़ी के कई क्षेत्र ही नहीं अपितु उत्तरकाशी के धरासू व बड़कोट क्षेत्र में बड़ी समस्या बनी हुई है तथा सड़कों का हाल बेहाल है। रुद्रप्रयाग की केदार घाटी भी बुरी तरह से भूस्खलन की चपेट में है और यहां तमाम लैंडस्लाइड जोन बन चुके हैं। कोटद्वार में भारी बारिश के कारण खोह नदी में आए उफान से भारी तबाही का मंजर देखा गया है मकान व सड़के सब कुछ ध्वस्त हो गया है। इस मानसूनी

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

देह व्यापार का भंडाफोड़, होटल मालिक सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। देह व्यापार का भंडाफोड़ करते हुए पुलिस ने होटल मालिक सहित दो लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। मौके से पुलिस ने आपत्तिजनक सामग्री भी बरामद की है तथा वहां बरामद एक युवकी को उसके परिजनों की सुपुर्दगी में दे दिया है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम रामनगर कोतवाली पुलिस और एंटी ह्यूमन ट्रैफिकिंग सेल की संयुक्त टीम द्वारा रामनगर के आसपास के होटल और रिसॉर्ट में चेकिंग अभियान चलाया गया। इस दौरान जब टीम रामनगर स्थित रानीखेत रोड पर गर्जिया बेस्ट होटल पहुंची तो वहां होटल के एक कमरे में एक युवक व एक युवती को आपत्तिजनक अवस्था में पाया गया। पुलिस कर्मियों ने कमरे से आपत्तिजनक सामग्री भी बरामद की है। टीम द्वारा जब दोनों से इस संबंध में पूछताछ की गई तो वह कोई संतोषजनक उत्तर नहीं दे सके। होटल स्वामी से उक्त संबंध में पूछताछ की गई तो होटल स्वामी न तो होटल का कोई रजिस्ट्रेशन और न ही एंट्री रजिस्टर दिखा सका।

मामले में होटल संचालक शेखर चंद्र निवासी रानीखेत रोड और परविंदर सिंह निवासी ग्राम धर्मपुर औलिया रामनगर को गिरफ्तार कर लिया गया है। पुलिस ने दोनों के खिलाफ अनैतिक देह व्यापार निवारण अधिनियम के तहत विभिन्न धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश कर दिया है। वहीं पीड़िता को उसके परिजनों के सुपुर्दगी में दे दिया गया है।

ट्रेन में लगी भयंकर आग, 10 लोगों की मौत

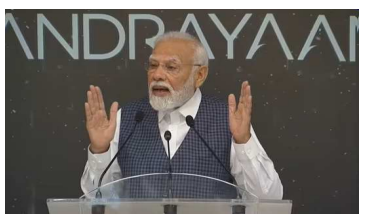
चेन्नई। तमिलनाडु में एक भयंकर ट्रेन हादसा हुआ है। तमिलनाडु के मदुरै रेलवे के पास खड़ी एक ट्रेन में भयंकर आग लग गई, जिसमें 10 लोगों के मरने की खबर है, साथ ही 20 घायल हैं। मृतकों के परिवार को दस-दस लाख रुपये की अनुग्रह राशि देने की घोषणा की गई। आग लगने की सूचना सुबह लगभग 5.15 बजे एक निजी पार्टी कोच के अंदर मिली, जब ट्रेन मदुरै यार्ड में खड़ी थी।

ट्रेन के आस-पास के डिब्बों को कोई नुकसान नहीं हुआ क्योंकि दमकल गाड़ियों को तुरंत बुलाया गया और सुबह लगभग 7 बजे तक आग पर काबू पा लिया गया। निजी पार्टी कोच ने 17 अगस्त को लखनऊ से अपनी यात्रा शुरू की थी और रविवार तक उसे चेन्नई पहुंचना था। प्रारंभिक जांच में पता चला है कि आग सिलेंडर फटने से लगी है। जिस कोच में आग लगी, उसमें लखनऊ के करीब 65 यात्री सवार थे। जब कोच यार्ड में खड़ा था तो कुछ यात्रियों ने कथित तौर पर चाय और नाश्ता तैयार करने के लिए अवैध रूप से तस्करी किए गए रसोई गैस सिलेंडर का इस्तेमाल किया जिससे आग लग गई। जिस डिब्बे में आग लगी, वह एक 'प्राइवेट पार्टी कोच' (किसी व्यक्ति द्वारा बुक किया गया पूरा डिब्बा) था और उसमें सवार यात्री उत्तर प्रदेश के लखनऊ से मदुरै पहुंचे थे।

23 अगस्त को अब 'नेशनल स्पेस डे' के रूप में मनाया जायेगा

बेंगलुरु। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बेंगलुरु में इसरो टेलीमेट्री ट्रैकिंग एंड कमांड नेटवर्क मिशन कंट्रोल कॉम्प्लेक्स में चंद्रयान-3 मिशन में शामिल इसरो टीम की महिला वैज्ञानिकों से मुलाकात की। चंद्रयान-3 प्वाइंट को 'शिवशक्तिक' प्वाइंट और चंद्रयान-2 प्वाइंट को 'तिरंगा' नाम दिया है। 23 अगस्त को 'नेशनल स्पेस डे' के रूप में मनाने की भी घोषणा की।

पीएम मोदी ने भावुक होकर वैज्ञानिकों से कहा, मैं आपसे जल्द से जल्द मिलना चाहता था और आपको सलाम करना चाहता था... आपके प्रयासों को सलाम। मैं दक्षिण अफ्रीका में था लेकिन मेरा मन पूरी तरह से आपके साथ ही लगा हुआ था। उन्होंने कहा भारत नवाचार



❑चांद पर होगा 'शिवशक्ति' और 'तिरंगा' प्वाइंट

और अंतरिक्ष प्रौद्योगिकी में एक वैश्विक लीडर बन जाएगा। अंतरिक्ष स्टार्ट-अप की संख्या 150 से अधिक हो गई है। कृषि समेत हर क्षेत्र, नीतियों के विकास में अंतरिक्ष क्षेत्र अहम भूमिका निभाता है। चंद्रयान-3 की सफलता मानवता की सफलता है। इसरो की सफलता भारत की नींव बन गई है। इसरो की इस सफलता से भारत विश्व मानचित्र पर पांचवीं सबसे शक्तिशाली अर्थव्यवस्था बन गया है। भारत अंतरिक्ष और प्रौद्योगिकी क्षेत्र में देशों की पहली पंक्ति में पहुंच गया है।

उन्होंने कहा कि इस मिशन की महिला वैज्ञानिकों ने इसकी सफलता सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। इससे पहले पीएम मोदी ने इस आश्चर्यजनक सफलता के लिए इसरो के अध्यक्ष एस.सोमनाथ और चंद्रयान-3 मिशन के परियोजना निदेशकों और वैज्ञानिकों को बधाई दी। इसरो चेयरमेन एस.सोमनाथ और प्रोजेक्ट डायरेक्टर ने चंद्रयान 3 की प्रतिमूर्ति या रेप्लिका और चंद्रयान से भेजे चांद के चित्र प्रधानमंत्री को भेंट किये।

दून वैली मेल

संपादकीय

लोकायुक्त से डर क्यों?

उत्तराखंड की वर्तमान धामी सरकार और पूर्ववर्ती भाजपा सरकार भले ही भ्रष्टाचार के मुद्दे पर जीरो टॉलरेंस का दावा करती रही हो लेकिन राज्य में व्यापक स्तर पर हो रहे भ्रष्टाचार को रोकने के प्रति अगर भाजपा की सरकारें वाकई दृढ़ संकल्पित होती तो राज्य में 6 साल पहले ही एक सशक्त लोकायुक्त का गठन हो गया होता। बीते 6 सालों में जो भाजपा की सरकारें लोकायुक्त का गठन नहीं कर सकी वह अब हाई कोर्ट से 6 माह का समय मांग रही हैं। सवाल यह है कि भाजपा की सरकारों ने बीते 6 सालों में लोकायुक्त का गठन क्यों नहीं किया? हाई कोर्ट ने सरकार की इस अपील को खारिज करते हुए 3 माह के अंदर लोकायुक्त गठन का समय दिया है। सच यह है कि सत्ताधारी दल और उसके नेता चाहते ही नहीं है कि राज्य में भ्रष्टाचार को रोकने के लिए ऐसी कोई स्वायत्तता और सशक्त संस्था बने जो भ्रष्ट अफसरों और नेताओं पर शिकंजा कस सके उन्हें इस बात का डर सताता रहा है कि अगर ऐसी कोई संस्था अस्तित्व में आई तो उसके कई बड़े नेताओं को जेल की हवा खानी पड़ सकती है। 2017 के विधानसभा चुनाव के अपने घोषणा पत्र में भाजपा ने सत्ता में आने के 100 दिन के अंदर लोकायुक्त के गठन का वायदा किया, जीत के बाद जब त्रिवेंद्र सिंह रावत को सीएम की कुर्सी पर बैठने का मौका मिला तो उन्होंने अपनी पहले पत्रकार वार्ता में भ्रष्टाचार के खिलाफ जीरो टॉलरेंस की बात कही थी और अपनी सरकार के पहले विधानसभा सत्र में ही उनके द्वारा लोकायुक्त का प्रस्ताव भी सदन में पेश किया गया जिसे विपक्ष की सहमति के बावजूद विधानसभा की प्रवर समिति के पास भेज दिया गया था। 6 साल बीतने के बाद भी उनके इस प्रस्ताव का कुछ अता-पता नहीं है कि वह कहां धूल फांक रहा है। उनके बाद तीरथ सिंह रावत और उनके भी बाद पुष्कर सिंह धामी सीएम की कुर्सी पर आसीन रहे लेकिन सरकार अपने कार्यकाल को पूरा करने के बाद भी लोकायुक्त का गठन नहीं कर सकी? अब धामी पार्ट-2 सरकार को भी एक साल से अधिक का समय बीत चुका है लेकिन स्थिति जस की तस बनी हुई है। अभी अगर हल्द्वानी निवासी रवि शंकर जोशी ने हाईकोर्ट में जनहित याचिका दायर नहीं की होती तो शायद इस मुद्दे पर सरकार रत्ती भर भी विचार नहीं करती। खास बात यह है कि राज्य में जितनी भी जांच एजेंसियां हैं वह सब राज्य सरकार के अधीन है वह अपनी मर्जी से किसी भी अधिकारी या मंत्री तथा विधायक के खिलाफ किसी भी मामले की जांच नहीं कर सकती है। उन्हें पहले राज्य सरकार से अनुमति लेनी पड़ती है ऐसी स्थिति में यह स्वाभाविक है कि सिर्फ उन्हीं मामलों की जांच संभव है जिनकी जांच सरकार या मुख्यमंत्री करना चाहेंगे। क्या कोई सरकार अपने मंत्री या विधायक के खिलाफ जांच कराएगी? और अगर कराती भी है तो क्या वह एजेंसी जिसे सरकार के अधीन कम करना है किसी मामले की जांच निष्पक्ष कर सकती है? यह संभव ही नहीं है। भाजपा की सरकारों ने बीते 6 सालों में जो जांच कराई है वह सिर्फ खानापूर्ति है या दिखावा भर है। सरकार द्वारा अधिकांश मामलों में एसआईटी जांच कराने की बात कही जाती है सवाल यह है कि यह एसआईटी क्या है? जब विजिलेंस भी सरकारी तंत्र का हिस्सा है तो फिर किसी जांच का काम निष्पक्ष किया जाना कैसे संभव है। तत्कालीन मुख्यमंत्री बीसी खंडूरी ने बड़े दमखम के साथ लोकायुक्त की पहल को आगे बढ़ाया था लेकिन कांग्रेस ने उनके प्रयासों को पलीता लगा दिया और अब भाजपा भी इसे अधर में लटकाए रखने में ही अपनी भलाई देख रही है लेकिन अब हाई कोर्ट के निर्देश के बाद यह उम्मीद की जा सकती है कि इस राज्य को जल्द लोकायुक्त मिल जाए।

पूर्व सैनिकों ने प्रदेश कार्यकारिणी की सूची प्रदेश अध्यक्ष को सौंपी

देहरादून (सं)। 5 सितम्बर को आयोजित होने वाली बैठक में भागीदारी करने के लिए पूर्व सैनिकों ने प्रदेश कार्यकारिणी की सूची प्रदेश अध्यक्ष को सौंपी। आज यहां राजीव भवन देहरादून स्थित कार्यालय में पूर्व सैनिक विभाग के अध्यक्ष कैप्टन बलबीर सिंह रावत की अध्यक्षता में पूर्व सैनिकों की बैठक का आयोजन किया गया। बैठक के दौरान सैनिक विभाग संगठन से सम्बन्धित आवश्यक बिन्दुओं पर चर्चा की गई। सभी पूर्व सैनिकों से 05 सितम्बर 2023 को आयोजित की जाने वाली बैठक की तैयारी पर अपनी भागीदारी करने का आवाहन किया गया। इस मौके पर पूर्व सैनिक विभाग के अध्यक्ष कैप्टन बलबीर सिंह रावत, उपाध्यक्ष कर्नल मोहन सिंह, तथा गोपाल सिंह गडिया, महासचिव संगठन कोषाध्यक्ष मेजर सुदर्शन सिंह नेगी एवं हवलदार बलवीर सिंह पंवार ने मिलकर प्रदेश कार्यकारिणी की सूची प्रदेश कांग्रेस उपाध्यक्ष संगठन/प्रशासन मथुरा दत्त जोशी के माध्यम से प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष करन माहरा सौंपी गयी।

पिबतं सोमं मधुमन्तमश्विना बर्हिः सीदतं सुमत्।
ता वावृधाना उप सुष्टुतिं दिवो गन्तं गौराविवेरिणम्।।

(ऋग्वेद ८-८७-४)

हे गृहस्थ के नर नारी ! परमेश्वर के बनाए हुए पदार्थों के बारे में ज्ञान प्राप्त करें। जिस प्रकार दो हिरण एक नदी के जल से अपनी तृषा को शांत करते हैं। उसी प्रकार तुम भी परमेश्वर द्वारा बनाए जीवन उपयोगी पदार्थों का उपभोग कर आनंद प्राप्त करो और उन पदार्थों की समृद्धि और वृद्धि के लिए कार्य करो।

करोड़पति बनाने के सपने दिखा ठगे साढे तीन करोड़ रुपये

संवाददाता

देहरादून। करोडपति बनाने के सपने दिखाकर साढे तीन करोड रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार दिल्ली निवासी रमेश मिनोचा ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका परिचय एक इन्द्रप्रीत सिंह कोहली निवासी जबलपुर मध्यप्रदेश ने अनिल उपाध्याय व विजय उपाध्याय उर्फ विजू डंगवाल पुत्रगण ओम प्रकाश उपाध्याय हाल निवासी आर्य नगर डालनवाला देहरादून से करवाया था, उक्त लोगों ने उसको अवगत कराया था कि वह बहुत बड़े बिजनेसमैन हैं और वह होटल तथा टूरिस्ट ट्रेवल्स का और बहुमंजली बिल्डिंग तथा प्रोपर्टी डिलिंग का कार्य भारत वर्ष के अतिरिक्त थाईलैण्ड के कई सम्बन्धित नगरो मे करते है तथा वह वीआर इंटरनेश्नल थाई कम्पनी लिमिटेड के नाम से कार्य करते है। प्रार्थी ने जब वीआर का अर्थ इन लोगो से पूछा तो इन्होने इसका मतलब विजय तथा राजीव इन्टरनेश्नल बताया और इससे सम्बन्धित दस्तावेज उसको दिखाए थे और उसको कहा कि वह उनके साथ पूंजी निवेश करे तो उसको लाखों रुपये का लाभ हो सकता है। उसने इन लोगों की बात पर विश्वास किया और उसके उपरान्त अनिल व विजय उपाध्याय ने हमारे घर आना शुरू कर दिया तथा मेरे परिवार के लोगों से निकटता करनी शुरू कर दी जिस कारण से वह व उसके परिवार के सदस्यों के मध्य अनिल उपाध्याय व विजय उपाध्याय के मध्य विश्वास पूर्ण सम्बन्ध उत्पन्न हो गये थे और उसने उक्त लोगों का विश्वास करते हुए उनको व्यवसायिक कार्य हेतु धनराशी देनी आरम्भ कर दी। वह व उसके परिवार के लोगो द्वारा 85 लाख रूपये अनिल उपाध्याय के खाते में आर टी जी एस के माध्यम से ट्रासफर किये गये थे यह धनराशी उसके अतिरिक्त उसके निकट सम्बन्धी श्रीमती राधिका सिंह पत्नी रमेश मनोचा व सास श्रीमती सुधा सिंह व उसके साले आकाश दीप सिंह के द्वारा उपरोक्त खाते में ट्रासफर किये गये थे, वर्ष 2016 से वर्तमान समय तक उपरोक्त लोग उससे 2 करोड 4 लाख रूपये नगद, आर टी जी एस, चैकों के माध्यम से प्राप्त कर चुके है और अबतक वह वह व उसके निकट सम्बन्धियों से 3 करोड 35 लाख रूपये प्राप्त कर चुके है, इन लोगों के द्वारा उसके साथ न तो कोई पार्टनरशिप डीड की गयी और न ही अब तक किसी के प्रकार की कोई भागदारी से प्राप्त कोई लाभ उसको दिया गया है। इन लोगों ने उसको राजीव कुमार निवासी नहोनी अम्बाला हरियाणा राज्य को अपना पार्टनर बताया और हमेशा यह दर्शाया की उनका कार्य व्यपार दिल्ली व बैंकॉक के मध्य निरन्तर चल रहा है, इनके द्वारा उसको मल्टीपल स्टोरी बिल्डिंग उसको यह कह कर दिखाई गयी कि इसमें उसके द्वारा दी गयी धनराशी लगी है, और विक्रय होने के बाद मूल तथा लाभांश उसको दिया जायेगा। जिसके बाद से इन लोगों ने उससे सम्पर्क करना बंद कर दिया है। उसने अपने जीवन भर की पूंजी इन लोगों को दे दी और इन्होंने उसके साथ धोखाधडी की है।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

निगम की भूमि पर कब्जा करने पर मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। नगर निगम की भूमि पर कब्जा कर निर्माण कराये जाने पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नगर निगम के रविन्द्र कुमार दयाल सहायक नगर आयुक्त ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि ग्राम मालसी में एक भूमि जो नगर निगम की भूमि है जिस पर अनिरुद्ध तन्खा, निवासी सर्कुलर रोड डालनवाला, द्वारा कमरे का निर्माण किया गया था। उक्त अवैध निर्माण को पूर्व में नगर निगम द्वारा हटा दिया गया था पुनः स्थलीय जांच में पाया गया की अनिरुद्ध तन्खा द्वारा उसी जगह पर कमरे का निर्माण किया गया है। इनके द्वारा बार-बार नगर निगम/ सरकारी सम्पत्ति को खुर्द-बुर्द किया जा रहा है जो अपराधिक कृत्य है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

455 ग्राम गांजा के साथ महिला गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने 455 ग्राम गांजे के साथ महिला को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार थाना नेहरू कालोनी में गठित पुलिस टीम द्वारा रिस्पना पुल सपेरा बस्ती के पास एक महिला को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडी हुई। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर पकड लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 455 ग्राम गांजा बरामद कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम मंजीता उर्फ संगीता पत्नी शशि कपूर निवासी सपेरा बस्ती रिस्पिना पुल बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय मे पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

सड़क जाम करने पर बेरोजगार संघ के पदाधिकारियों पर मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। सडक पर जाम लगाने पर पुलिस ने बेरोजगार संघ के 11 पदाधिकारियों सहित 50 लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार डालनवाला कोतवाली में तैनात दरोगा देवेश खुगशाल ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 24 अगस्त को उसको प्रभारी निरीक्षक डालनवाला द्वारा टेलीफोन से सूचना दी कि बेरोजगार संघ/फ्रंट लाईन हैल्थ वर्कर यूनियन के कुछ लोग कनक चौक पर एकत्र होकर अपनी मांगों को लेकर सड़क सरेआम पर बैठें है। इस सूचना पर वह फोर्स के साथ मौके पर पहुंचा जहां पर पूर्व से राकेश कुमार गुसांई प्रभारी निरीक्षक कोतवाली नगर व कुन्दन लाल थानाध्यक्ष रायपुर प्रभारी निरीक्षक डालनवाला व उनि प्रदीप सिंह रावत कोतवाली नगर, चौकी प्रभारी कुसुमलता पुरोहित नालापानी, पंकज महिपाल, चौकी प्रभारी आराघर, ओम प्रकाश चौकी प्रभारी हाथीबड़कला प्रेम सिंह बिष्ट समय लगभग साढे नौ बजे से 11 बजे रात्रि लगभग सुशील कैन्तुरा बेरोजगार संघ, धनवीर सिंह, संतोष राणा, अमित, मुकेश शर्मा, संजीव कुमार, प्रदीप थपलियाल, अनुश्री, मिथिलेश बलूनी , सीता मंजू देवी पता अज्ञात व अन्य 50 से 60 लोग नाम पता अज्ञात धरना प्रदर्शन करते हुए कनक चौक के पास बीच सडक सरेआम में बैठे थे जिससे यातायात बाधित होने से आमजन को काफी परेशानी का सामना करना पड़ रहा था एवं दोनो ओर का यातायात बाधित हो रहा था, जिन्हे मौजूद पुलिस बल द्वारा समझाने का भरसक प्रयास किया गया पूछताछ की गयी कि वह बिना अनुमती के धरना प्रदर्शन करके सड़क सरेआम में बैठे हैं परन्तु समझाने बुझाने पर नही माने एवं जिद पर अड़े रहे व जोर जोर से नारेबाजी कर रहे थे। उन्होंने आने जाने हेतु आमजन के प्रयोगार्थ रास्ते को वाधित कर दिया गया व करीब डेढ़ घण्टा यातायात बाधित रहा, काफी समय व्यतीत होने पर बामूश्किल उन लोगों को वहा से हटाया जा सका। उपरोक्त व्यक्तियों द्वारा बिना किसी अनुमति एक राय होकर समझाने बुझाने के बावजूद भी मार्ग अवरुध करते हुए अपनी जिद पर अड़े रहे जिनके धरना प्रदर्शन के कारण यातायात व्यवस्था बाधित रही जिस कारण आने जाने वाले लोगों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ा व पुलिस के सरकारी कार्य नही हो पाये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

फलों का सेवन करते समय इन गलतियों को करने से बचें, नहीं होगा नुकसान

जब फिटनेस और स्वास्थ्य की बात आती है तो फल हर किसी के लिए पोषण का पसंदीदा स्रोत होते हैं।हालांकि, कई लोग अनजाने में इनके सेवन के दौरान कुछ ऐसी गलतियां कर देते हैं, जो फायदे से ज्यादा नुकसान पहुंचा सकती हैं।ऐसे में आइये आज हम आपको फलों का सेवन करते समय होने वाली 5 सामान्य गलतियां बताते हैं, जिनसे आपको बचना चाहिए।

रात को फल खाने से बचें

ज्यादातर लोग रात के समय फल खा लेते हैं, जो गलत है।रात का खाना हल्का होना चाहिए और खाने से ठीक पहले फल खाना कई तरह से नुकसानदेह हो सकता है।इसका सबसे बड़ा कारण यह है कि इनमें मौजूद प्राकृतिक शुगर आपको लंबे समय तक जगाए रख सकती है क्योंकि यह ऊर्जा के स्तर को बढ़ाती है।इस कारण रात की बेहतर नींद के लिए सोने से कम-से-कम 2 से 3 घंटे पहले ही फल खा लें।

फलों का जूस न बनाएं

जब आप किसी भी फल का जूस निकालते हैं तो उसकी सारी प्राकृतिक शुगर गिलास में रह जाती है और उसका फाइबर और छिलके वाले पदार्थ बाहर निकल जाते हैं। इसके बाद जब आप जूस को पीते हैं तो यह आपको अग्नाश्य पर जल्द-से-जल्द चीनी को संसाधित करने के लिए दबाव डाल सकता है। इससे बचाव के लिए या तो साबुत फल खाए या फिर जूस में 5० प्रतिशत पानी मिलाकर पीये।

फलों को काटने के बाद देर तक बाहर न रखें

कुछ लोग फल को काटकर रख देते हैं और फिर लंबे अंतराल के बाद उन्हें खाते हैं। ऐसा करना सही नहीं है।जब आप फल काटते हैं तो ऑक्सीकरण तुरंत शुरू हो जाता है। इससे उनमें पोषण कम हो जाता है और वे तापमान और हवा से जल्दी खराब हो सकते हैं।इस कारण जब भी आपको फल खाना हो उसी वक्त ही उन्हें काटें। इससे उनमें पोषण बरकरार रहेगा।

फल खाने के तुरंत बाद पानी न पीये

स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि फल खाने के तुरंत बाद पानी नहीं पीना चाहिए क्योंकि यह शरीर के श्वङ्क स्तर को बिगाड़ता है और पाचन समस्याओं का कारण बनता है। इसके कारण आपका पेट फूला हुआ भी महसूस हो सकता है या गैस और अम्लता का अनुभव हो सकता है क्योंकि फल खाने के बाद पानी पीने से पाचन धीमा हो जाता हैइससे बचाव के लिए फल खाने के कम-से-कम 2० से 25 मिनट बाद पानी पीये।

ठंडे फल खाने से बचें

ज्यादातर लोगों को ठंडे फल खाना पसंद होता है। हालांकि, इन्हें सीधे फ्रिज से बाहर निकालकर खाना हानिकारक है।ऐसा इसलिए है क्योंकि ठंडे फल खाने से शरीर को एक छोटा-सा झटका लगता है, जिससे ब्लड सर्कुलेशन में बाधा होती है, त्वचा रूखी होती है और ब्रेन फॉग भी हो सकता है। (आरएनएस)

जानें क्या है जुवेनाइल आर्थराइटिस, जो बच्चों को बना सकती है अपंग

जुवेनाइल आर्थराइटिस बच्चों में होने वाली एक ऑटोइम्यून बीमारी है। आंकड़ों पर ध्यान दें तो हमारे देश में हर 1,००० बच्चों में से एक बच्चा इस बीमारी से प्रभावित है। इसमें 16 साल से कम उम्र के बच्चों में गठिया का सबसे आम रूप पाया जाता है। इसकी वजह से क्रोनिक दर्द, जोड़ों में विकृति, विकास में समस्या और डेली की एक्टिविटीज में परेशानी शुरू हो जाती है। अगर शुरुआत में ही जुवेनाइल आर्थराइटिस पहचानकर इसका इलाज कराया जाए तो बच्चों में विकलांगता और जोड़ में परेशानी को रोका जा सकता है। इससे बचाव में डॉक्टर की दवा, लाइफस्टाइल में बदलाव और फिजिकल थेरेपी काफी मदद करती है। आइए जानते हैं इस बीमारी से जुड़ी हर एक डिटेल्स।

जुवेनाइल आर्थराइटिस के लक्षण

ऐसे बच्चे जो जुवेनाइल आर्थराइटिस के शिकार होते हैं, उन्हें कई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। दर्द, जोड़ों में अकडन् और कम चल-फिर पाने जैसी समस्याएं हो सकती हैं। इसके चलते रोजाना की एक्टिविटीज और स्कूल, खेलकूद में बच्चों को परेशानियां होती हैं। कई बार इस बीमारी में दूसरे बच्चों से खुद को कम आंक बच्चे आइसोलेशन में भी चले जाते हैं। ये बीमारी उनकी आंख, दिल, फेफड़े और पाचन तंत्र को भी प्रभावित कर सकता है।

जुवेनाइल आर्थराइटिस का इलाज

माता-पिता को बचपन से ही बच्चे की हर गतिविधि पर नजर रखनी चाहिए। अगर उनमें इससे जुड़ी किसी भी तरह के संकेत दिखाई देते हैं तो तुरंत डॉक्टर के पास ले जाएं। क्योंकि सूजन से बच्चों की हड्डियों और जोड़ों में गंभीर समस्याएं हो सकती हैं। पैरेंट्स की देखभाल बच्चों की कठिनाई से बाहर आने में काफी मदद करती है। बच्चों को जुवेनाइल आर्थराइटिस से बचाने कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए।। बाल रोग विशेषज्ञ, रुमेटोलॉजिस्ट, बाल चिकित्सा आर्थोपेडिक सर्जन से नियमित तौर पर बच्चों की जांच इस बीमारी से बचाने में उनकी मदद कर सकती है। बच्चों को समय पर दवा देना चाहिए, ताकि दर्द और सूजन को कम किया जा सके। पोषक तत्वों से भरपूर भोजन करना चाहिए। बच्चों को हल्के एक्सरसाइज करवाना चाहिए। इस स्थिति से निपटने के लिए बच्चों को इमोशनल सपोर्ट करें। जुवेनाइल आर्थराइटिस के बारे में ज्यादा से ज्यादा लोगों को बताने से इसकी समझ बढ़ सकती है और स्कूल- खेल के मैदान में सपोर्ट का माहौल बन सकता है।(आरएनएस)

कान है कुछ खास, बनाए रखिए संजीदा

सभी इंद्रियों में कान की स्थिति विशिष्ट है। शेष सभी इंद्रियों को कम या ज्यादा समय के लिए नियंत्रित किया जा सकता हैएकिंतु कान को आप नियंत्रित नहीं कर सकते। यदि कोई ध्वनि आ रही है, तो वह आपके कानों में जाती ही है। उम्र बढ़ने के साथ ही अक्सर लोगों की सुनने की क्षमता कमजोर होने लगती हैए लेकिन शुरू से ध्यान दिया जाए तो सुनने की आपकी यह विशेष शक्ति हमेशा बरकरार रह सकती है.

सड़क पर होने वाला ट्रैफिक का शोर, ट्रैफिक जाम होने पर लगातार बजने वाले हॉर्नए ये तो कम करना अकेले आपके बस में नहीं हैए लेकिन घर में टीवी या स्टीरियो की वॉल्यूम तो आप कम कर ही सकते हैं। घर में बजने वाले साउंड सिस्टम की वॉल्यूम इतनी ही होना चाहिए कि दरवाजा बंद करने पर आवाज बाहर तक सुनाई न दे। अगर आवाज बाहर के लोग भी आसानी से सुन सकते हैं तो इसका मतलब है यह बहुत ज्यादा है। कार के स्टीरियो सिस्टम के साथ भी यही बात लागू होती है। हेडफोन पर रेडियो या गाने सुनते हों तो यह केवल आपको ही सुनाई देना चाहिए। अगर आपके पास खड़ा व्यक्ति यह बता दे कि आप कौन सा संगीत सुन रहे हैं तो इसका मतलब है कि ये वॉल्यूम कानों के लिए हानिकारक है। अगर आप भी इतनी ऊँची आवाज में सुनने के आदि हैं तो जान लें कि आवाज कम कर लेने में ही भलाई है।

यदि अपने से एक या दो फुट की दूरी पर खड़े व्यक्ति से बात करने के लिए आपको चिल्लाना पड़ रहा हो तो इसका मतलब है कि उस स्थान पर शोर बहुत ज्यादा हो रहा है। ऐसी स्थिति में वहाँ से दूर हो जाएँए यह संभव न हो सके तो इयर प्रोटेक्शन पहन लें।

ईयर प्लग रखें साथ

शोरगुल वाली जगहों पर परेशान होकर कानों में रुई लगा लेने से बहुत फर्क नहीं पड़ता। शोर से बचने के लिए अपने साथ ईयरप्लग रखने की आदत डालें, ताकि भीड़ भाड़ या भारी शोर वाले स्थानों पर फँसने पर कानों को बचाया जा सके। ईयरप्लग काफी छोटे होते हैं और आसानी से बैग या फिर जेब में इन्हें रखा जा सकता है। ये शोर से बचने में बहुत असरकारी होते हैं। खरीदने से पहले शोर कम करने की रेटिंग जरूर देख लेंए इससे यह पता चलता है कि यह किस हद तक शोर को कम कर सकता है। ईयरप्लग की रेटिंग कम से कम 15 डेसिबल होना चाहिए।

क्या आप टीवी और रेडियो एकसाथ चलाकर रखते हैं या फिर कोई आवाज करने वाले उपकरण और टीवी को एक ही कमरे में चलाकर काम करते हैं अगर हाँए तो यह जल्द से जल्द बंद कर दें। एक बार में या तो रेडियो चला लें या फिर टीवी देख लें। दो आवाज करने वाले उपकरण एक साथ चलाने से आवाजों को शोर में बदलते देर नहीं लगती।

दिन में 6.8 एस्प्रिन लेने वालों को कान में सीटियां सुनाई देने लगती हैं या फिर अस्थायी बहरेपन की समस्या भी हो सती है। कई तरह की एंटीबायोटिक दवाएं कानों को नुकसान पहुंचा सकती हैं। कोई दवा लेने के बाद यदि कम सुनाई देने लगे तो डाक्टर को इस समस्या के बारे में बताएं। हो सकता है कि वे उस दवा का डोज कम करें या दवा बदल दें।

धूम्रपान करने से कानों तक रक्त का बहाव कम हो जाता है। तेज शोर.शराबे से कानों को होने वाली क्षति की प्राकृतिक रूप से जो मरम्मत होती हैएवो तंबाकू के दुष्प्रभावों की वजह से नहीं हो पाती। इसलिएएयदि तंबाकू लेने या धूम्रपान के आदी हों तो तुरंत इसे छोड़ दें।

कॉफी से मिलने वाला कैफीन निकोटिन की तरह ही कानों तक रक्त के प्रवाह को कम कर देता है जिससे सुनने की क्षमता कम होने की आशंका बढ़ जाती है। इसलिएएकॉफी या कैफीन के अन्य स्रोतों की मात्रा कम से कम कर दें। अधिक मात्रा में ये नुकसान करते हैं।

संतुलित आहार

वसा और कॉलेस्ट्रॉल से भरपूर आहार हृदय के अलावा कानों के लिए भी हानिकारक होता है। धमनियों में वसा का जमावड़ा और उच्च रक्तचाप.दोनों कारणों से रक्त का प्रवाह घट सकता है। इसलिएएरोज संतुलित आहार और फल-सब्जियां लेना अन्य अंगो के साथ कानों के लिए भी उतना ही महत्वपूर्ण है। मौसंमी फल-सब्जियां, अंकुरित व खड़े अनाज, दालें, सूखे मेवे, खमीरीकृत चीजें सभी बहुत जरूरी होती हैं। (आरएनएस)

बच्चों को बुद्धिमान बनाने के उपाय...!

बच्चों के दिमागी विकास और उन्हें बुद्धिमान बनाने के लिए बच्चों के साथ छोटे-छोटे दिमागी खेल खेलें। पहले उन्हें विस्तार से खेल का तरीका बताएं फिर उनके साथ बच्चा बनकर ही खेलें और गलती होने पर उन्हें अवश्य बताएं।

दोपहर में सोना

दोपहर में खाना खाने के बाद करीब एक घंटे की नींद लेने से बच्चों की याददाश्त बढ़ती है। शोधकर्ताओं के मुताबिक दिमाग को मजबूत बनाने और सीखने के लिए दोपहर की नींद बेहद अहम है।

अध्ययन के मुताबिक जो महिलाएं अपने नवजात बच्चे के प्रति ज्यादा शिष्ट रहती हैं, उनके बच्चों के दिमाग के हिप्पोकेंपस क्षेत्र में ज्यादा नर्व कोशिकाएं बनती हैं जिससे बच्चे का दिमाग तेज होता है।

मिसिंग नंबर के बारे में जानने को कहें

यह उन बच्चों के लिए अच्छा है, जिन्हें गिनती आती है। अपने बच्चे को 1 से 20 तक गिनती में बीच-बीच में कोई अंक छोड़ दें और उसे उन मिसिंग नंबर के बारे में जानने को कहें। इससे उनके मनोरंजन के साथ दिमागी विकास भी होगा।

अपोजिट बताने के लिए कहें

यह छोटे बच्चों के लिए बहुत अच्छा है। अपने बच्चे के सामने कोई शब्द बोलें और उसे उस शब्द का अपोजिट बताने के लिए कहें। पर यह खेल खेलते हुए इस बात का ध्यान रखें कि ऐसे शब्द बोलें जिसे वे समझ सकें।

सही तरीके से गाने को कहें

बच्चों के साथ खेलते समय आप उन्हें एक अच्छा-सा टंग ट्विस्टर सही तरीके से गाने को कहें। इससे बच्चों का दिमागी विकास होने के साथ उनकी एकाग्रता भी बढ़ती है।

नए शब्दों का प्रयोग

जब भी बच्चों से बात करें किसी नए और आसान शब्द का प्रयोग करें। इतना ही बच्चे को इसका अर्थ भी जरूर समझाएं और उसे वो शब्द इस्तेमाल करने के लिए प्रेरित करें।

सवालों का जवाब दें

कई बार बच्चे टीवी देखते समय कई ऐसी बातें जानना चाहते हैं लेकिन अभिभावक उनकी बातों का जवाब देना जरूरी नहीं समझते जो सही नहीं है। बच्चे के सवालों का जबाव दें और विषय के बारे में समझाएं।

बच्चों के साथ खेलें

बच्चे के साथ वीडियो गेम्स या अन्य तरह के खेलें, ताकि उसमें अपनी दृष्टि को केंद्रित करने की शक्ति बढ़े। इससे ये फायदा होगा कि बच्चा जहां भी गलती करेगा आप उसे समझा सकते हैं।

बातें साझा करें

दिन में हुई किसी भी घटना को डिनर पर बच्चे के साथ शेयर करें। बच्चे को भी अपने स्कूल और मित्रों की बातें शेयर करने के लिए प्रोत्साहित करें।

चेहरा धोकर तौलिए से पोंछते हैं आप? जानिए ऐसा क्यों नहीं करना चाहिए?

स्किन को हेल्दी, सॉफ्ट और ग्लोइंग बनाए रखने के लिए हम क्या-क्या नहीं करते। एक से एक महंगे-महंगे ब्यूटी प्रोडक्ट यूज़ करते हैं। तरह-तरह के लेप और फेस पैक लगाते हैं। कई घरेलू उपाय करते हैं। लेकिन फिर भी कई बार त्वचा से जुड़ी समस्याएं परेशान करने लगती हैं। फिर लोग सोच में पड़ जाते हैं कि इतनी देखभाल करने के बावजूद आखिर कैसे स्किन प्रॉब्लम्स हो सकती हैं। दरअसल सिर्फ अच्छे प्रोडक्ट का इस्तेमाल करने और फैस पैक लगाने से त्वचा को स्वस्थ नहीं रखा जा सकता। आपको उन गलतियों को भी सुधारना होगा, जो त्वचा को खराब कर रही हैं।

हम त्वचा की देखभाल करते वक्त कुछ ऐसी गलतियां अक्सर कर जाते हैं, जिनकी वजह से हमें स्किन प्रॉब्लम्स होने लग जाती हैं, जैसे- तौलिए का चेहरे पर इस्तेमाल करना। बहुत से लोग मुंह धोने के बाद तौलिए से अपना मुंह पोंछते हैं। कई लोग ऐसे भी हैं, जिनका तौलिया काफी गंदा रहता है, फिर भी वो इसका इस्तेमाल बेफिक्र होकर करते चले जाते हैं। आपको यह जानकर हैरानी होगी कि तौलिया भी आपको कई स्किन प्रॉब्लम्स दे सकता है।

स्किन में प्रवेश कर सकता है बैक्टीरिया

मिरर की रिपोर्ट के मुताबिक, स्किन एंड सैंक्चुअरी की एस्थेटिक थेरेपिस्ट फातमा गुंदुज ने बताया कि तौलिए से चेहरे को पोंछने से स्किन पर बुरा असर पड़ सकता है। ऐसा इसलिए क्योंकि तौलिए में ई।कोली (एस्चेरिचिया कोलाई) जैसे खतरनाक बैक्टीरिया पाए जाते हैं। जब आप तौलिए से अपना चेहरा पोंछते हैं तो इसके माध्यम से ई।कोली बैक्टीरिया आपकी स्किन में प्रवेश कर सकता है।

खुरदरे तौलिए का ना करें इस्तेमाल

सिर्फ ये बैक्टीरिया ही नहीं, तौलिए की खुरदरी बनावट भी त्वचा को नुकसान पहुंचाने का काम करता है। क्योंकि चेहरा पोंछते वक्त आप तौलिए से त्वचा को रगड़ते हैं। इसकी वजह से त्वचा पर छोटी-छोटी दरारें पड़ सकती हैं और कोई दीर्घकालिक क्षति हो सकती हैं। तौलिए का इस्तेमाल आपको इसलिए भी नहीं करना चाहिए, क्योंकि ये आपकी स्किन पर मौजूद नेचुरल ऑयल को रिमूव कर सकता है, जिससे त्वचा रूखी और बेजान हो सकती हैं। चेहरे को पोंछने के लिए हमेशा सॉफ्ट टॉवल या कपड़े का इस्तेमाल करें और रगड़ने के बजाय थप-थप करके सुखाएं।

सुबह उठकर सबसे पहले चेक करते हैं अपना फोन?

आज के दौर में फोन जैसे शरीर का एक जरूरी हिस्सा बन गया है। हर कोई हर जगह इसे अपने साथ लेकर जाने लगा है। यहां तक कि लोग वॉशरूम भी जाते हैं तो भी बिना फोन के नहीं जाते। खाते वक्त, सोते वक्त, नहाते वक्त, घूमते वक्त हर समय फोन लोगों की जरूरत बन गया है। यही वजह है कि अधिकतर लोग मेंटल हेल्थ को लेकर अक्सर परेशान रहते हैं। बहुत से लोग सुबह उठते ही सबसे पहला काम मोबाइल चलाने का करते हैं। कुछ तो ऐसे भी होते हैं जो सुबह उठकर बिस्तर पर ही घंटों तक मोबाइल चलाते हैं। अगर आप भी यही काम करते हैं तो अब समय आ गया है कि अपनी इस आदत को सुधार लें। क्योंकि यह आपकी हेल्थ के लिए बिल्कुल सही नहीं है।

आजकल लोग अपने फोन को या तो अपने बगल में या सिरहाने पर रखकर सोते हैं। इससे काफी नुकसान होता है। क्योंकि मोबाइल से रेडिएशन निकलती है, जो कैंसर सहित कई खतरनाक बीमारियों का कारण बनती है। आइए जानते हैं कि क्यों आपको सुबह उठकर सबसे पहले फोन चलाने की गलती नहीं करनी चाहिए।

सुबह उठकर तुरंत क्यों नहीं चलाना चाहिए फोन?

बढ़ता है तनाव: बहुत से लोग 8-9 घंटे की नींद लेने के बाद भी सुबह तनाव महसूस करते हैं और सोचते हैं कि उनके साथ ऐसा क्यों हो रहा है। दरअसल इसके पीछे की वजह आपका फोन है। जब आप सुबह फोन खोलकर देखते हैं तो उसमें कई चीजें ऐसी होती हैं, जो आपको चिंता या तनाव में डाल देती हैं। इसकी वजह से नेगेटिविटी बढ़ने लगती है, जिससे आपको स्ट्रेस फील होता है।

प्रोडक्टिविटी में आती है कमी: आपने कई बार यह महूसस किया होगा कि तरोताजा होने के बावजूद आपका काम में मन नहीं लगता। आप एक्टिव महसूस नहीं करते और तो और प्रोडक्टिविटी में भी कमी आने लगती है। यह कहीं न कहीं सुबह उठकर फोन चलाने की वजह से होता है। क्योंकि आधी एनर्जी आपकी उसमें चली जाती है। मेंटल हेल्थ पर पड़ता है बुरा असर: सुबह उठकर जब आप फोन खोलते हैं तो कई बार आपको कुछ नेगेटिव और नफरती भरे मैसेज पढ़ने को मिल जाते हैं, जिसकी वजह से आपका मूड अपसेट हो सकता है और मेंटल हेल्थ पर बुरा असर पड़ता है। (आरएनएस)

वैधानिक सूचना

सुविज्ञ पाठकों से आग्रह है कि इस समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन में दिए गए तथ्यों, शर्तों और दावों के प्रति वह खुद भी आश्वस्त हो लें। पाठकों से आग्रह है कि वह प्रकाशित विज्ञापन से प्रभावित होकर कोई कदम उठाने से पहले अपने स्तर पर भी स्वयं के संतुष्ट होने तक संपूर्ण व्यावहारिक जानकारी कर लें। भविष्य में किसी भी प्रकाशित विज्ञापन व लेख में निहित दावों या शर्तों को लेकर पाठकगण को कोई असुविधा या परेशानी होती है तो *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

मॉनसून में माइग्रेन अटैक का बना रहता है डर ?

माइग्रेन होने के कई कारण हो सकते हैं। बरसात में माइग्रेन ज्यादा बढने लगता है। जैसे मतली, तेज रोशनी से दिक्कत, तेज आवाज से दिक्कत होना। माइग्रेन में सिर में तेज दर्द होने लगता है। यह एक आम बीमारी है लेकिन दुनिया के लाखों लोग इससे प्रभावित हैं। हालांकि ऐसा नहीं है कि माइग्रेन सिर्फ बरसात में ही बढ़ता है। यह कभी भी किसी को भी हो सकता है। लेकिन मॉनसून के मौसम में यह अधिक बढ़ जाता है। मानसून के मौसम में लोगों को अधिक माइग्रेन होने का एक मुख्य कारण मौसम के पैटर्न में बदलाव है।

इस दौरान ह्यूमिडिटी का लेवल बढ़ता है और बैरोमीटर के दबाव में कमी होती है। अध्ययनों से पता चला है कि ऐसे परिवर्तन व्यक्तियों में माइग्रेन को ट्रिगर कर सकते हैं। बैरोमीटर के दबाव में उतार-चढ़ाव मस्तिष्क में ऑक्सीजन और ब्लड के फ्लो के लेवल को काफी हद तक प्रभावित कर सकता है। जिससे माइग्रेन की शुरुआत हो सकती है। मौसम में कई तरह के बदलाव माइग्रेन को ट्रिगर करने के लिए जाना जाता है, और यह अनुमान लगाया गया है कि लगभग 2 प्रतिशत माइग्रेन मौसम में बदलाव के कारण होते हैं।

साथ ही मानसून का मौसम अपने साथ कई अन्य कारक भी लाता है जो माइग्रेन को बढ़ाने का काम करते हैं। हवा में नमी को बढ़ाना जिसेस फफूंद और कवक के विकास को बढ़ावा दे सकती है, जो माइग्रेन के लिए जाने जाते हैं। इसके अलावा, इस दौरान पराग और धूल के कण जैसे एलर्जी कारकों का प्रसार भी बढ़ जाता है। जो इन एलर्जी के प्रति संवेदनशील व्यक्तियों में माइग्रेन के लक्षणों को बढ़ा सकता है। अच्छा लाइफस्टाइल और खानपान की वजह से माइग्रेन की बीमारी कंट्रोल में रह सकती है। आयुर्वेद विशेषज्ञ डॉ। डिंपल जांगड़ा ने कुछ उपाय सुझाए हैं जो माइग्रेन में मदद कर सकते हैं।

शिरोलेपा

शिरोलेपा माइग्रेन और तनाव के कारण होने वाली मानसिक थकावट को ठीक करने में मदद करता है। यह एक ऐसी तकनीक है जिसमें कुछ जड़ी-बूटियों को मिलाकर एक पेस्ट बनाया जाता है। पेस्ट को सिर पर रखा जाता है और एक घंटे के लिए केले के पत्ते की मदद से ढक दिया जाता है।

शिरोधारा

गर्म तेल की एक पतली धारा लगातार माथे पर डाली जाती है। वह क्षेत्र जहां हमारी नसें अत्यधिक केंद्रित होती हैं। जब लगातार तेल डाला जाता है, तो तेल का दबाव माथे पर एक कंपन पैदा करता है, जिससे हमारे दिमाग और तंत्रिका तंत्र को मानसिक आराम की गहरी स्थिति का अनुभव होता है।

कवला ग्रह

कवला ग्रह के कोई साइड इफेक्ट्स नहीं है यह माइग्रेन के सिरदर्द से राहत दिलाता है। आयुर्वेद माइग्रेन के हमलों को ठीक करने के लिए चंदनादि तैल और महानरायनी तैल से तेल से सिर दबाने का सुझाव दिया जाता है।

स्नेहा नासया

यह थेरेपी नाक के रास्ते दी जाती है। शिद्भिन्दु तैला या अनु तैला जैसे चिकित्सीय तेल नाक में उसी तरह डाले जाते हैं जैसे आप नाक में डालने वाली बूंदें डालते हैं। यह कंधे के क्षेत्र के ऊपर दर्द के इलाज में मदद करता है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -021

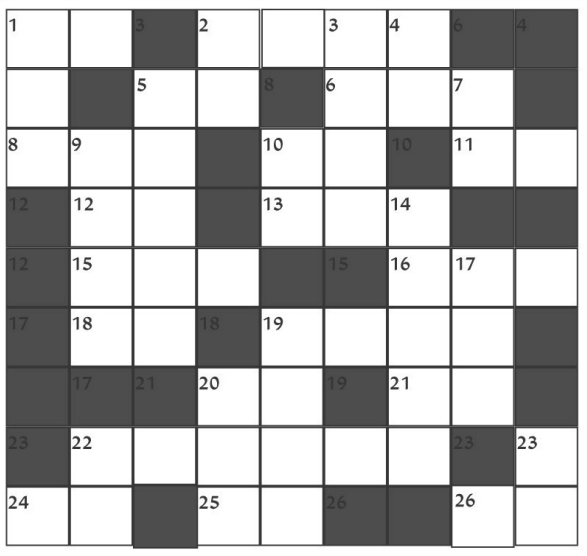
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. पानी, नीर, अंबु 2. आना-जाना, आवागमन 5. बहुत, बढ़िया 6. दूर रहने वाला (घटना) जो वर्तमान में न घट सके 8. अबोध, नासमझ, अनाड़ी 10. सब्जी, शाक 11. निशान, उद्देश्य, अनुमान योग्य वस्तु 12. नाखून 13. द्रव पदार्थ 15. सूनसान, जनविहीन स्थान 16. चटकीला, चमकीला, चटपटा, गौरैया 18. भगवान, खुदा 19. इन दिनों, वर्तमान दिनों में 20. अग्नि, पावक 21. अन्नकण, अनाज का टुकड़ा 22. टालमटोल, बहाने बाजी 24. भैया की पत्नी 25. पांच से छोटी एक विषम संस्था 26. हत्या, कत्ल.

ऊपर से नीचे

1. दुनिया, संसार, ठोस रूप में परिवर्तित करना 2. चमक, पानी 3. बाजीगर, जादू का खेल दिखाने वाला 4. एक पंजाबी प्रेमगीत, रांझा की प्रेमिका 5. मार-काट, खून-कत्ल 7. भूमि, जमीन, भू-भाग 9. बहुत बड़ा दानी, 10. संगीत के सुरों की संख्या 14. लचीला, लोचयुक्त 17. खिसकना, अपने स्थान से हटना, विचलित होना 19. प्रवेश करना, पधारना, आना 20. धूप-दीप से पूजा 22. इसी समय 23. गुस्सा, कहर.



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 20 का हल

स्वा	द		सा	म	ना		कै	दी
व		ख	ल	ना	य	क		वा
लं	प	ट		ना	क	क	ट	ना
बी		प				ड़ी		प
	अ	ट	प	टा			शा	न
स	ह		यो			र	ति	
ह	म		द	र	ब	द	र	
म	क	र		सी	ल			
त		क्षा		द	वा	खा	ना	

पुष्पा 2: द रूल से अल्लू अर्जुन के फर्स्ट लुक को 7 मिलियन लाइक्स मिले

अल्लू अर्जुन की फिल्म पुष्पा 2: द रूल के फर्स्ट लुक पोस्टर ने सोशल मीडिया की दुनिया में तहलका मचा दिया है और इंस्टाग्राम पर इसे सात मिलियन लाइक्स मिले हैं। निर्माताओं ने आइकन स्टार के जन्मदिन के विशेष अवसर पर फिल्म से पुष्पा राज के रूप में अल्लू अर्जुन का बहुप्रतीक्षित फर्स्ट लुक पोस्टर जारी किया था।

सोशल मीडिया पर खबर साझा करते हुए, माइथ्री मूवी मेकर्स ने लिखा: आइकन स्टार अल्लूअर्जुन का राष्ट्रव्यापी नियम पुष्पा2: द रूल फर्स्ट लुक ने एक सनसनीखेज रिकॉर्ड बनाया, इंस्टाग्राम पर 7 मिलियन लाइक्स पाने वाला पहला भारतीय फर्स्ट-लुक पोस्टर बन गया।

अपनी घोषणा से ही, पुष्पा 2: द रूल ने दर्शकों के दिमाग पर एक महत्वपूर्ण छाप छोड़ी है, जिसने इसकी सफलता की मिसालें कायम कीं, जब निर्माताओं ने एक बड़े अभियान के साथ पहला पोस्टर जारी किया, जो लगभग हर क्षेत्र में पहुंचा। देश के छोटे शहरों से लेकर महानगरों तक।

पिछले महीने, अभिनेता ने दर्शकों की बहुप्रतीक्षित प्रत्याशा को तेज कर दिया था, और एक कार्यक्रम में पुष्पा 2 द रूल के एक संवाद का खुलासा किया था।

स्टार से उनकी आगामी फिल्म की एक छोटी सी झलक देने के लिए कहा गया था, और अल्लू अर्जुन ने एक संवाद उद्धृत करते हुए कहा: ईदंथा जारिगेदी ओकाते रूल मीडा जारुगुतानादादी, पुष्पा गाडी रूल।

पहली किस्त पुष्पा: द राइज में लाल चंदन की तस्करी सिंडिकेट में कुली पुष्प राज (अल्लू अर्जुन) के उदय को दर्शाया गया है, जो केवल आंध्र प्रदेश में चित्तूर की शेषचलम पहाड़ियों में उगता है। पुष्पा 2 द रूल सुकुमार द्वारा निर्देशित है और इसमें अल्लू अर्जुन, रश्मिका मंदाना और फहद फासिल ने अभिनय किया है। फिल्म का निर्माण माइथ्री मूवी मेकर्स द्वारा किया गया है। (आरएनएस)

बिग बॉस ओटीटी 2 से चमक उठी मनीषा रानी की किस्मत, अब बॉलीवुड में मचाएंगी धमाल!

सलमान खान के शो बिग बॉस ओटीटी 2 में कदम रखने वाली मनीषा रानी देशभर के लोगों के दिलों में राज करने लगी हैं। मनीषा के स्टाइलिश लुक्स, बोलने का तरीका और कॉमिक अंदाज हर किसी का मन मोह लेता है। उन्होंने शो के अंदर रहते हुए काफी कम वक्त में एक बड़ा नाम हासिल कर लिया है।

मनीषा को पसंद करने वालों में सिर्फ आम लोग ही नहीं, बल्कि कई हस्तियों के नाम भी शुमार हो चुके हैं। कभी टिक-टॉक वीडियोज बनाने वाली मनीषा रानी ने खुद भी नहीं सोचा होगा कि उन्हें कभी इतनी सफलता मिल पाएगी। खबरों की माने तो मनीषा को आज कई फिल्मों के लिए भी ऑफर्स दिए जा रहे हैं। कहा जा रहा है कि मनीषा को हाल ही में 5 फिल्मों के ऑफर्स मिल हैं।

हालांकि, फिलहाल इन फिल्मों को लेकर आधिकारिक तौर पर कुछ नहीं कहा जा सकता, लेकिन इतना जरूर कह सकते हैं कि शो से बाहर आते ही मनीषा की झोली में कई प्रोजेक्ट्स होंगे। खबरों की माने तो मनीषा एक एनजीओ के लिए भी योगदान करती हैं।

मनीषा रानी अक्सर कहती हैं कि उन्हें बचपन से ही डांस और एक्टिंग करने का बहुत शौक है। इसी क्षेत्र में वह अपना करियर भी बनाना चाहती थीं। कहते हैं कि जब टिक-टॉक बंद हो गया तो मनीषा बिल्कुल टूट गई थीं। उन्हें ऐसा लगा कि उनके हाथ से एक प्लेटफॉर्म छिन गया और वह 5 दिनों तक बिना कुछ खाए-पिएं रोती रहीं। अब मनीषा के चाहने वाले उन्हें पर्दे पर एक नए अंदाज में देखने के लिए उत्साहित हो गए हैं।

अनुष्का सेन ने शेयर किया हॉट फोटोशूट, न्यूयॉर्क से इंटरनेट का पारा किया हाई

एक्ट्रेस अनुष्का सेन हमेशा अपनी बोल्ड और ग्लैमरस तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर फैंस का ध्यान अपनी ओर खींच लेती हैं। वो आए दिन अपने सिजलिंग लुक्स के कारण लोगों के बीच सुर्खियां बटौरती रहती हैं। हाल ही में अनुष्का सेन ने अपने लेटेस्ट न्यूयॉर्क वेकेशन की कुछ तस्वीरें शेयर की हैं। इन तस्वीरों में उनका स्टाइलिश अंदाज देखकर फैंस दीवाने हो गए हैं। साथ ही लोग उनके इस लुक की तारीफ करते नहीं थक रहे हैं। टीवी की जानी-मानी अभिनेत्री अनुष्का सेन आए दिन अपनी हर एक अदाओं से फैंस को लट्टू कर देती हैं। उनका हर एक लुक इंस्टाग्राम पर आते ही तेजी से वायरल होने लगता है। हालिया फोटोशूट के दौरान एक्ट्रेस ने लूइस विंटन ब्रांड के कपड़े पहने हुए हैं। बता दें कि एक्ट्रेस इन दिनों न्यूयॉर्क में अपनी छुट्टियां मना रही हैं। वहीं से उन्होंने अपनी लेटेस्ट फोटोज शेयर करी हैं। इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं अनुष्का सेन ने डेनिम ब्लू कलर का क्रॉप टॉप और साथ ही व्हाइट कलर की स्कर्ट पहनी हुई है। ओपन हेयर, गॉगल्स और मिनिमल मेकअप कर के एक्ट्रेस ने अपने इस आउटलुक को कंप्लीट किया है। अनुष्का सेन अपनी इन फोटोज में न्यूयॉर्क के स्ट्रीट में खड़े होकर बेहद ही सिजलिंग अंदाज में पोज देते हुए फोटोज क्लिक करवा रही हैं। अभिनेत्री जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी हर एक तस्वीरों पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं। वेस्टर्न हो या फिर एथनिक एक्ट्रेस अपने हर अंदाज में कहर ढाती हैं। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर ट्रेंड करता है। (आरएनएस)

बॉडीकॉन रेड गाउन में अनन्या पांडे लगाया हॉटनेस का तड़का

अनन्या पांडे उन स्टार किड्स में हैं, जिन्होंने काफी कम वक्त में सिर्फ अपने दम पर इंडस्ट्री में ही नहीं, बल्कि दुनियाभर के दर्शकों के दिलों में खास जगह बना ली है। आज फैंस अनन्या की एक झलक के लिए बेताब रहते हैं। एक्ट्रेस भी किसी न किसी वजह से अक्सर खबरों में बनी ही रहती हैं। फिलहाल तो एक्ट्रेस अपनी फिल्मों, लव लाइफ और स्टाइल जैसी कई वजहों से सुर्खियों में हैं। हालांकि, इस बार उनका नया लुक सभी का ध्यान खींच रहा है।

अनन्या ने कुछ देर पहले ही अपने इंस्टाग्राम पेज पर अपने लुक की झलक दिखाई है। इसमें उन्हें रेड कलर का स्लीवलेस बॉडीकॉन गाउन पहने हुए देखा जा रहा है।

इस आउटफिट को एक्ट्रेस ने बहुत ग्रेसफुल कैरी किया है। अनन्या ने इस लुक में अपना परफेक्ट कर्वी फिगर फ्लॉन्ट करते हुए कैमरे के सामने एक से एक किलर पोज दिए हैं।

अनन्या ने अपने इस लुक को सटल बेस, न्यूड ग्लॉसी लिप्स और शाइनी न्यूड स्मोकी आईज से कंप्लीट किया है। इसके साथ उन्होंने सिल्वर हाई हील्स कैरी की हैं और बालों को ओपन रखा है।

एक्सेसरीज के तौर पर अनन्या ने सिर्फ कानों में गोल्ड ईयररिंग्स पहने हैं। एक्ट्रेस इस लुक में बहुत खूबसूरत और अट्रैक्टिव दिख रही हैं। फैंस के बीच उनका ये नया लुक काफी वायरल हो रहा है। (आरएनएस)

सुप्रिया पाठक की खिचड़ी 2 का ऐलान

आतिश कपाड़िया के निर्देशन में बनी खिचड़ी को दर्शकों द्वारा काफी सराहा गया था।कॉमेडी से भरपूर यह फिल्म 2010 में सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी और इसने बॉक्स ऑफिस पर अच्छा प्रदर्शन किया था। इसमें सुप्रिया पाठक, अनंग देसाई, राजीव मेहता, जमनादास मजेठिया और निमिषा वखारिया जैसे कलाकार मुख्य भूमिका में नजर आए थे। अब निर्माताओं ने खिचड़ी के सीक्वल का ऐलान कर दिया है। इसके साथ फिल्म की रिलीज तारीख भी सामने आ चुकी है।

खिचड़ी 2 इसी साल दिवाली के खास मौके पर सिनेमाघरों में रिलीज होगी। आतिश ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम पर खिचड़ी 2 से जुड़ा एक वीडियो साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, इस दिवाली, हंसी का धमाका सिनेमाघरों में।खिचड़ी 2 का निर्माण जमनादास मजेठिया द्वारा किया जाएगा, जबकि फिल्म की कहानी आतिश कपाड़िया ने लिखी है। 12 नवंबर को बॉक्स ऑफिस पर खिचड़ी 2 का सामना सलमान खान की टाइगर 3 से होने वाला है।

खिचड़ी, जो पहली बार एक मंचीय नाटक के रूप में अस्तित्व में आई, पारेख नामक एक गुजराती परिवार की कहानी है, जो एक पुरानी हवेली में रहते हैं। संयुक्त परिवार को कई विशिष्ट भारतीय स्थितियों का सामना करना पड़ता है, लेकिन वे इसे सबसे अपरंपरागत तरीकों से हल करने का प्रयास करते हैं। वे अपनी पैतृक संपत्ति बेचकर बाहर जाना चाहते हैं और अपना एकल परिवार बनाना चाहते हैं। लेकिन उनके परिवार का मुखिया इससे सहमत नहीं है. वह उन्हें बाहर जाने और अपने दम पर जीवित रहने का विकल्प देता है, लेकिन कोई भी उन पैसों को छोड़ने के लिए तैयार नहीं है जो उन्हें देय हैं।

विजय देवरकोंडा और सामंथा रुथ प्रभु स्टारर खुशी का गाना सब्र ए दिल टूटे हुआ रिलीज

विजय देवरकोंडा और सामंथा रुथ प्रभु ने हर किसी को खुशी दे दी है। इससे पहले आप कुछ सोचे, जी हां हम बात कर रहे हैं दोनों की अपकमिंग रोमांटिक फिल्म खुशी की, जिसकी चर्चा हर तरफ है। फिल्म के ट्रेलर से लेकर अब तक आए इसके सभी गानों ने भी दर्शकों पर जादू चलाया है। अब बारी है फिल्म के एक और नए गाने की जिसके बोल सब्र ए दिल टूटे है जो अब रिलीज हो चुका है।

दर्द से भरा है गाना: खुशी के तीनों गाने पहले ही लोगों का दिल जीत चुके है और अब फिल्म की एल्बम से सामने आया चौथा गाना सब्र ए दिल टूटे एक और खूबसूरत ट्रैक है जो दिलों को छू लेने वाला है। विजय देवरकोंडा और सामंथा रुथ प्रभु स्टारर यह गाना इस बार अपने दर्द भरी धुन के साथ लोगों से इमोशनली कनेक्ट करेगा।

सोशल मीडिया पर हुआ शेयर: निर्माताओं ने विजय देवरकोंडा और सामंथा रुथ प्रभु के एक खूबसूरत पोस्टर के साथ इस गाने को शेयर किया है जिसमें दोनों की केमिस्ट्री नजर आ रही है। इसे उन्होंने कैप्शन दिया, एक और गाना आपकी प्लेलिस्ट में शामिल हो गया है, इस बार दर्द से भरा हुआ है

इस गाने को विशाल मिश्रा और गायत्री अशोकन ने खूबसूरती से गाया हैं और गाने के बोल रकीब आलम ने लिखे हैं। जबकि इसका म्यूजिक हेशम अब्दुल वहाब का हैं।

शिव निर्माण इस मूवी के डायरेक्टर और राइटर हैं और माइथ्री मूवी मेकर्स ने इस मूवी को प्रोड्यूस किया है। यह फिल्म 1 सितंबर को सिनेमाघरों में लोगों के दिलों को खुश करने और प्यार का जश्न मनाने के लिए पूरी तरह तैयार है।

शिक्षा-व्यवस्था : योग्यता का गोरखधंधा

डॉ. प्रवेश कुमार

भारतीय समाज विभिन्नताओं से भरा है, और विभिन्नताओं में एकता का होना ही हिन्दुस्तान है। हम सब सैकड़ों वर्ष विदेशी ताकतों के अधीन रहे। इसके कारणों पर गौर किया जाए तो पता चलता है कि हम गुलाम क्यूं बने। क्या कारण था कि भारत का विशाल हिन्दू समाज भारी संख्या में होने पर भी मुट्ठी भर लोगों से हार गया।

भारत के बौद्ध मत की शक्ति ने जहां अपने विचार से दुनिया के तमाम देशों में अपने अनुयायियों को खड़ा किया वहीं भारत कैसे थोड़े से लोगों का गुलाम हो गया। इसके पीछे के कारणों को हमारे तमाम महापुरुषों ने बताया है।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के संस्थापक डॉ. केशव बलिराम हेडगेवार कहते हैं, 'हिन्दू समाज में सहोदर भाव की कमी के कारण ही हमें अधीनता का काल देखना पड़ा'। वीर सावरकर से लेकर महादेव गोविंद रानाडे अथवा ज्योतिबा फुले एवं बाबा साहेब अंबेडकर ने भी यही माना। यही कारण था कि बाबा साहेब ने आजीवन समाज के असमान माने जाने वाले सभी वर्गों को समाज की मुख्यधारा में 'समान अधिकार-परस्पर सम्मान' दिलाने के लिए संघर्ष किया। सम्मान केवल बोलने से नहीं आने वाला है। मैं अक्सर कहता हूं कि सामाजिक समरसता मात्र बोलने की चीज नहीं, बल्कि उसे आचरण में लाने की आवश्यकता है।

प्राय: लोगों द्वारा कहा जाता है कि हम समरस हैं। हम तो दलितों के यहां भोजन कर लेते हैं, उनके साथ घूमते-फिरते हैं। लेकिन जैसे ही आरक्षित वर्ग का हमारा कोई मित्र कोई पद पा लेता है, तो हम तुरंत यह भी बोल देते हैं कि वो तो आरक्षण था न इसलिए मिल गया, तुम्हारे लोगों की तो मेरिट ही कम जाती है। इस पर मुझे पिछले दिनों के एक लेख का स्मरण हो जाता है, जिसे डॉ. अदिति पासवान ने लिखा। इंडियन एक्सप्रेस में छपे इस लेख 'कोटा किड' में उन्होंने बखूबी दलित समस्या को उभारा है। यह लेख उन तमाम लोगों पर तमाचा है, जो कहते हैं कि हम समरस हैं पर असल में जाति उनके भीतर है। मुझे याद है कि मेरे एक घनिष्ठ मित्र अक्सर मुझसे कहते थे कि 'रामविलास पासवान किसी दलित डॉक्टर से क्यूं नहीं इलाज कराता। हमेशा सामान्य वर्ग के डाक्टर को ही क्यों ढूंढ़ता है'। अब पासवान ऐसे करते थे अथवा नहीं, यह तो हम नहीं जानते पर यह विमर्श जरूर समाज में पैदा किया जाता रहा है। मेरे तमाम उदाहरण देने का मकसद था कि हमारे सभी मनीषियों ने भारत को समरस बनाने के लिए अथक प्रयास किए। उन्हीं प्रयासों का परिणाम था 'प्रतिनिधित्व का अधिकार' यानी कि आरक्षण। समरस समाज को बनाने के लिए छत्रपति साहू जी महाराज ने 1902 में आरक्षण का प्रावधान अपने राज्य के तमाम पिछड़े एवं दलित वर्ग के लिए किया था। आजादी की लड़ाई में ही 1932 में पूना पैक्ट के माध्यम से तमाम अनुसूचित जाति वर्ग के लोगों को आरक्षण दिया गया। यह आरक्षण सर्वप्रथम दलितों को दिया गया-यह मिथ वर्षो से लोगों के मन में है। पहली बार 1852 में अंग्रेजों ने गैर-अंग्रेजों यानी पढ़े-लिखे भारतीयों को आरक्षण दिया। आरक्षण का अभिप्राय भी प्रतिनिधित्व से ही है। जैसे पढ़े-लिखे भारतीयों ने अंग्रेजों से इसकी मांग की थी।

उसी तरह बाबा साहेब अंबेडकर ने अनुसूचित जाति के लिए प्रतिनिधित्व की मांग की। यह प्रतिनिधित्व धीरे-धीरे महिला, अनुसूचित जनजाति एवं अन्य पिछड़ा वर्ग एवं दिव्यांग और हाल में आर्थिक रूप से पिछड़े समाज के लिए भी किया गया है। अब आरक्षण तो लागू हो गया लेकिन उसे जमीन पर लाने की जिम्मेदारी जिन कंधों पर थी, वह सभी जातिवादी मानसिकता से ग्रस्त, गैर-समता में विास करने वाले थे। यही कारण है कि आज भी चतुर्थ श्रेणी को छोड़ कहीं पर भी आरक्षित वर्ग को प्रतिनिधित्व नहीं दिया गया है। क्या उपयुक्त पद के लिए आरक्षित वर्ग के कैंडिडेट नहीं मिलते अथवा मानसिक बीमारी के कारण इस वर्ग का समावेशन नहीं किया जा रहा है। हाल के वर्षो में देश भर के केंद्रीय एवं राज्य विश्वविद्यालयों में आरक्षित वर्ग की सीटों को नहीं भरा गया। हिमाचल केंद्रीय विश्वविद्यालय में तो अधिकतर पदों पर यह लिख दिया गया कि 'हमें आरक्षित वर्ग में कोई भी उपयुक्त अभ्यर्थी नहीं मिला (एनएफएस-नॉट फाउंड सुटेबल'। दिल्ली विश्वविद्यालय में कॉमर्स विभाग अथवा अन्य कई विभागों में-कोई भी उपयुक्त नहीं-लिख कर आरक्षित वर्ग को कमतर बताने का प्रयास किया गया है। लखनऊ विविद्यालय, इलाहाबाद तथा जेएनयू सभी में यही हाल है। अभी गुरु घासीदास यूनिर्वसटिी ने भी अधिकतर सीटों पर एनएफएस लगा दिया है। इस एनएफएस को लेकर आरक्षित वर्ग में काफी रोष है। प्रो. हंसराज सुमन एवं जेएनयू के प्रो. राजेश पासवान कहते हैं कि 'अनुसूचित जाति-जनजाति एवं अन्य पिछड़े वर्ग के अभ्यर्थियों को एनएफएस किया जाना, कुछ लोगों की जातिवादी मानसिकता का परिचायक है। ये लोग अपने विवेक का इस्तेमाल बेईमानी के लिए करते हैं। यह समस्या एक दिन विकराल रूप न बन जाए, मुझे इसकी चिंता जरूर है'।

पिछले दिनों लोक सभा में एक प्रश्न के जवाब में शिक्षा मंत्रालय ने जवाब में कहा कि कुल केंद्रीय विश्वविद्यालयों में केवल एक में ही अनुसूचित जाति का उप-कुलपति है। वहीं जनजाति में भी एक है, अन्य पिछड़ा में 5 हैं। अगर रजिस्ट्रार देखें तो अनुसूचित जाति के 2 हैं, वहीं जनजाति के भी 2 ही हैं, वहीं अन्य पिछड़े समाज के तीन हैं। इन केंद्रीय विश्वविद्यालयों में प्रोफेसर अनुसूचित जाति की तय सीटों की मात्र 7 प्रतिशत ही भरी गई हैं, वहीं जनजातियों एवं पिछड़े समाज की क्रमश: 2 एवं 4.5 प्रतिशत हैं। अमूमन यही स्थिति एसोसिएट और असिस्टेंट प्रोफेसर में भी है। देखें तो भारत में कुल आबादी का सबसे बड़ा हिस्सा आरक्षित वर्ग से आता है लेकिन इसी वर्ग की हालत कोई खास अच्छी नहीं दिखती। जिस तरह से प्रतिष्ठित संस्थानों में जाति के आधार पर योग्य और अयोग्य होने का खेल खेला जाता है, वही सब कुछ गांवों में भी दलित जातियों के साथ बदस्तूर है। हाल में राजस्थान और मध्य प्रदेश की घटनाओं को हम आसानी से समझ सकते हैं। बाबा साहेब अंबेडकर द्वारा संविधान में दिए गए अधिकारों के लिए जब देश के एक बड़े समाज को लड़ना पड़ेगा तो ऐसे में भारत कैसे मजबूत राष्ट्र बनेगा। सबका साथ सबका विकास के साथ सबका विास होना भी जरूरी है। देश में हिस्सेदारी के सवाल पर देश के बड़े वर्ग के भीतर निस्संदेह कुछ बेचैनी और असंतोष है, जिसका समाधान सरकार के पास ही है।

सफलता का शॉर्टकट नहीं

रेणु जैन

यदि हम यह चाहते हैं कि हमें कम से कम काम करके सफलता मिले तो हम अपने आपको ही धोखा दे रहे हैं क्योंकि सफल लोग बहुत कड़ी मेहनत करते हैं। बहुत सी चीजों का त्याग करते हैं, कई बार असफल होते हैं लेकिन फिर भी शार्टकट का चुनाव नहीं करते। विंस्टन चर्चिल का कथन यहां उपयुक्त लगता है कि बार-बार असफल होने पर भी उत्साह ना खोना ही सफलता है। आप सफल इनसान बनने के लिए कमर कस रहे हो तो सबसे पहले आपको अपनी आदतों में सुधार करना होगा। कुछ बातें जाननी चाहिए। मसलन, सफल लोग समय के पाबंद होते हैं।

एक कहावत है जो वक्त के साथ नहीं चला, वक्त उसे पीछे छोड़ देता है। यानी सफलता उससे दूर होती जाती है। हालांकि यह भी उतना ही सच है कि समय प्रबन्धन एक कला है लेकिन इस कला को जानने के लिए न तो कोई बड़ा प्रयास करने की आवश्यकता है और न ही किसी बड़ी संस्था या विशेषज्ञों की सलाह। सफल लोग एक-एक पल का बेहतर इस्तेमाल करने में विश्वास रखते हैं। इसके अलावा वे अपने बारे में पूरी जानकारी रखते हैं। वे जानते हैं कि जिंदगी बहुत खूबसूरत है। बीता हुआ दिन, बीता हुआ घंटा और बीता हुआ एक पल आपकी जिंदगी में दोबारा नहीं आता। इसलिए लड़ाई, झगड़े, नफरत, ईर्ष्या, खुद को कोसना तथा दूसरों को कमतर आंकना जैसी बातें अपने जीवन से दूर ही रखते हैं।

सफल लोग खुशियां बिखेरने वाले होते हैं। जब आप गर्मजोश होंगे तो लोग आपको सहयोग करने के लिए हाजिर भी रहेंगे, मानवता तथा समाज के लिए एक सफल व्यक्तित्व का निर्माण तभी होगा जब हम खुशियां बांटने वाले बनें। आज हर क्षेत्र में ऐसे अनेक उदाहरण भरे पड़े हैं, जिन्होंने समय का महत्व समझा, औरों को समझा, अपने पथ पर चलते रहे, दूसरों को कम नहीं आंका, वे सफल हुए। अपने पथ पर चलते हुए सफलता की सीढ़ी चढ़ने वाला व्यक्ति दूसरों को भी पर्याप्त सम्मान देता है। हमें यह बात माननी होगी कि सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता। सफलता के लिए समय का सदुपयोग करते हुए आगे बढ़ना पड़ता है। स्वामी विवेकानंद का कथन है कि जब आप व्यस्त होते हैं तो सब कुछ आसान होता है लेकिन आलसी होने पर कुछ भी आसान नहीं होता। सफल व्यक्ति इस बात को हरदम याद रखते हैं कि एक मिनट में जिंदगी नहीं बदलती पर एक मिनट में सोचकर लिया हुआ फैसला पूरी जिंदगी बदल देता है।

सू- दोकू क्र.021

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

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 20 का हल

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

आमदनी गिरने की कहानी

2019-20 में तीन करोड़ 57 लाख 52 हजार 260 व्यक्ति ऐसे थे, जिन्होंने आय कर का भुगतान किया था। पिछले 31 मार्च को पूरे वित्त वर्ष में हाल यह रहा कि आय कर चुकाने वाले लोगों की संख्या दो करोड़ 23 लाख 93 हजार 891 पर सीमित रही।

वित्त वर्ष 2022-23 के आय कर रिटर्न के आंकड़ों ने चौंकाया तो नहीं है, लेकिन इस बात की एक बार पुष्टि जरूर की है कि देश में लोगों की आमदनी का स्तर संभल नहीं रहा है। जिस समय दुनिया सबसे गति से भारतीय अर्थव्यवस्था के बढ़ने के अनुमानों को लेकर देश में खुशफहमी का माहौल है, आय कर रिटर्न के आंकड़े हकीकत से हमारा सामना कराते हैं। कोरोना महामारी की मार पड़ने के तीन साल बाद आलम यह है कि 2019-20 की तुलना में असल आय कर चुकाने वाले लोगों की संख्या आज भी तकरीबन एक करोड़ कम बनी हुई है। 2019-20 करोना महामारी के पहले का आखिरी वित्त वर्ष था। उस साल तीन करोड़ 57 लाख 52 हजार 260 व्यक्ति ऐसे थे, जिन्होंने आय कर का भुगतान किया था। पिछले 31 मार्च को पूरे वित्त वर्ष में हाल यह रहा कि आय कर चुकाने वाले लोगों की संख्या दो करोड़ 23 लाख 93 हजार 891 पर सीमित रही।

इस बीच की अवधि इस बात का भी खूब शोर रहा है कि आय कर रिटर्न भरने वालों की संख्या बढ़ रही है। टेक्नोलॉजी के विकास और अर्थव्यवस्था को औपचारिक रूप देने की सरकार की कोशिशों के बीच ऐसा सचमुच हुआ है, लेकिन जो लोग असल में टैक्स चुकाते हैं, उनकी संख्या में वैसा कोई उछाल नहीं देखा गया है। अगर देश के विभिन्न हिस्सों से चुकाए गए आय कर पर गौर करें, तो आमदनी क्षेत्रीय विषमता की भी कहानी इन आंकड़ों से सामने आती है। तो हकीकत यह है कि 140 करोड़ की आबादी में देश में सिर्फ लगभग सवा दो करोड़ लोग ऐसे हैं, जिनकी सालाना आमदनी पांच लाख रुपए (डिडक्शन की गणना करें, तो मोटे तौर पर सात लाख रुपए) तक पहुंचती है। जिस देश में दो प्रतिशत से भी आबादी की आय औसतन 50 हजार या उससे ऊपर हो, वह सचमुच कितनी बड़ी आर्थिक शक्ति होने का दावा करने की स्थिति में है- इसका सहज अंदाजा लगाया जा सकता है। अफसोसनाक यह है कि देश में आम जन की आय कैसे बढ़े, यह सवाल फिलहाल राष्ट्रीय एजेंडे में भी कहीं नहीं है। (आरएनएस)

रानीखेत से मुरादाबाद हो रही थी चरस की तस्करी, एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। रानीखेत से मुरादाबाद चरस तस्करी कर रहे एक व्यक्ति को पुलिस व एंटी ड्रग्स टास्क फोर्स द्वारा आधा किलो चरस सहित गिरफ्तार कर लिया गया है। मामला कोतवाली भवाली क्षेत्रांर्तगत चौकी खैरना का है। जानकारी के अनुसार कल देर शाम चौकी खैरना पुलिस व एंटी ड्रग्स टास्क फोर्स को सूचना मिली कि रानीखेत की ओर से बाइक सवार एक व्यक्ति भारी मात्रा में चरस की डिलीवरी लेकर मुरादाबाद की ओर जा रहा है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए संयुक्त टीम ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को रानीखेत की ओर से आ रही एक बिना नंबर प्लेट हीरो होंडा स्प्लेंडर बाइक सवार एक संदिग्ध आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रोकना चाहा तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान पुलिस ने उसके पास से 600 ग्राम चरस बरामद की। पूछताछ में उसने अपना नाम सोमपाल निवासी ग्राम खबड़िया भूड़ा थाना मुंडा पांडे मुरादाबाद उत्तर प्रदेश बताया। बताया कि वह चरस की खेप रानीखेत से लेकर मुरादाबाद जा रहा था। बहरहाल पुलिस ने उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश कर दिया है।

डेंगू नियंत्रण के प्रति गंभीर नही सरकारः जोशी

नगर संवाददाता

देहरादून। सरकार ने डेंगू की रोकथाम को कोई कार्य नहीं किए अभी कुछ साल पहले डेंगू ने विकराल रूप ले लिया था जिससे काफी मौते हुई लेकिन सरकार डेंगू के रोकथाम के प्रति असंवेदनशील बनी हुई है अस्पताल मरीजों से भरे पड़े हैं और सरकार की कोई तैयारी नही है। मीडिया को जारी एक बयान के माध्यम से यह बात आज प्रदेश कांग्रेस के पूर्व सचिव महेश जोशी ने कही। उन्होने डेंगू के बढ़ते मामलों पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि नगर निगम भी कुंभकर्णी नींद में सोया हुआ है। शहर में फॉगिंग का अभाव है, गन्दगी का साम्राज्य है नाली का कूड़ा बरसात में सड़कों पर बह रहा है। बरसाती मौसम में डेंगू को लेकर कोई तैयारी नही है उन्होंने सरकार पर डेंगू के आंकड़े छुपाने का भी आरोप लगाया और आम आदमी को उसके हाल पर छोड़ देने की बात कही। उन्होंने सरकार से युद्ध स्तर पर इसकी रोकथाम के उपाय करने को कहा जिससे आम जनता को इस बीमारी से राहत मिल सके।

15 पेटी शराब सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

रुद्रप्रयाग। शराब तस्करी में लिप्त दो लोगों को पुलिस ने 15 पेटी अंग्रेजी शराब व तस्करी में प्रयुक्त कार सहित गिरफ्तार कर लिया है। बरामद शराब चंडीगढ़ ब्राण्ड की है जिसे तस्कर पहाड़ों में सप्लाई हेतू लाये थे।

जानकारी के अनुसार बीती शाम थाना गुप्तकाशी पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ शराब तस्कर शराब तस्करी हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में नाकाबंदी कर चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को चौकी फाटा क्षेत्र में हरियाणा नम्बर की एक संदिग्ध जायलो कार आती हुई दिखायी दी। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो कार सवार दो लोग भागने का प्रयास करने लगे। इस पर उन्हे घेर कर रोका गया। कार की तलाशी के दौरान पुलिस ने उसमें रखी चंडीगढ़ ब्रांड की 15 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की। पूछताछ में उन्होने अपना नाम नीरज पुत्र यादराम निवासी शेखपुरा व हरपाल पुत्र श्याम सिंह निवासी थाना मंडावर बिजनौर बताया। पुलिस ने उनके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश कर दिया है।

भूकंप से भू धसाव व भूस्खलन वाले क्षेत्रों..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

आपदा के इस दौर में लोगों को भूस्खलन और भू धसाव की घटनाओं ने सबसे अधिक नुकसान पहुंचाया है। लेकिन ऐसी स्थिति पहाड़ की धरती का कांपना लोगों को बड़े खतरे का संकेत लग रहा है जिसे लेकर वह डरे सहमे है।

अंग्रेजों की गुलामी से बाहर नहीं आया दून क्लबः कंडवाल

संवाददाता

देहरादून। बार एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष मनमोहन कंडवाल ने कहा कि दून क्लब में आप अपनी सनातनी वेशभूषा के साथ प्रवेश नहीं कर सकते हैं जिससे यह साफ हो रहा है कि दून क्लब अभी भी अंग्रेजों की गुलामी में ही जीवन जी रहा है।

आज यहां बार एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष मनमोहन कंडवाल धोती कुर्ता व टोपी पहन कर दून क्लब पहुंचे जहां पर उन्होंने रिसेप्शन पर पहुंच क्लब के अध्यक्ष के बारे में पूछा तथा बताया कि वह दून क्लब की सदस्यता के लिए फार्म लेने आये हैं। जिसके बाद उनको वहां पर कार्यालय में बैठा दिया गया तथा उनको क्लब के अन्दर जाने से मना कर दिया गया। जिसके बाद दून क्लब के अध्यक्ष सुमित मेहरा भी वहां पर पहुंच गये थे। दून क्लब के अध्यक्ष सुमित मेहरा ने मनमोहन कंडवाल को अपने क्लब के नियम कानून के बारे में बताया तथा क्लब के नियम कानून व व्यवस्था से सम्बन्धित एक फार्म कंडवाल को दिया। जिसके बाद मनमोहन कंडवाल बाहर आये और उन्होंने पत्रकारों को बताया कि 1901 से अभी तक दून क्लब के पदाधिकारियों की मानसिकता में कोई

परिवर्तन नहीं हो पाया है। वह आज भी अंग्रेजों के बनाये नियमों पर चल रहे हैं।

उन्होंने बताया कि वह अपनी सनातनी वेशभूषा के साथ यहां पर आये तथा उनको अपनी संस्कृति पर गर्व है लेकिन यहां पर इस वेशभूषा में प्रवेश वर्जित है। उन्होंने कहा कि भारत में और देवभूमि में ऐसे नियम आज भी चल रहे हैं जो कि दुर्भाग्य पूर्ण बात है। उन्होंने कहा कि यहां पर आज भी अंग्रेजों के नियम व शर्ते चल रही हैं तथा किसी को भी हिन्दुस्तानी परिधान में प्रवेश करना वर्जित कर रखा है जिससे यह बात साबित होती है कि दून क्लब आज भी अंग्रेजों की गुलामी कर रहा है।

उन्होंने कहा कि पुलिस की ड्रेस समझ में आती है सेना की ड्रेस भी सही है लेकिन एक क्लब में भी ड्रेस के हिसाब से प्रवेश दिया जाना समझ से बाहर है। यह आज भी अपनी मानसिकता बदलने को तैयार नहीं है जिसके लिए वह जरूरी पडा तो आंदोलन करेंगे तथा इसके खिलाफ न्यायालय का दरवाजा खटखटाना पडे तो वह पीछे नहीं हटेंगे लेकिन अंग्रेजों वाले नियम कानून को बदलने के लिए वह कहीं तक भी जा सकते हैं।

वहीं वहां पर मौजूद दून क्लब के अध्यक्ष सुमित मेहरा ने कहा कि क्लब के नियम कानूनों में बदलाव करना उनके अकेले की बात नहीं है इसके लिए हाउस में जाना पडता है तथा क्लब में प्रत्येक माह जनरल हाउस होता है। वह इस बार इस बात को हाउस में रखेंगे तथा उनकी कोशिश होगी कि इसमें कुछ बदलाव हो। पहली बार किसी ने इस मुद्दे को उठाया है इससे पहले यह बात सामने कभी नहीं आयी तो इसके बारे में किसी ने सोचा नहीं था लेकिन अब जब यह मुद्दा उठ गया है तो इसको हाउस में रखा जायेगा।

मेडिकल में एडमिशन के नाम पर ठगे पांच लाख, पति पत्नी पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। गुरूराम राय मेडिकल कालेज में एडमिशन के नाम पर पांच लाख रूपये ठगने के मामले में पति पत्नी के खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार फरीदाबाद निवासी डा. मीनाक्षी शर्मा ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह जून 2018 वह फरीदाबाद से अपने बेटे का मेडिकल में एडमिशन कराने के लिये देहरादून आयी थी वह ग्राम सुद्धोवाला में अपनी फ्रेंड की बहन के यहाँ ठहरी थी, यही पर अनिल श्रीवास्तव व सिम्मी श्रीवास्तव से मुलाकात हुई।

इन्होने बताया की गुरु राम राय मेडिकल कॉलेज मे एड्मिशन इंचार्ज है, उसके बेटे का एडमिशन करा देंगा। उसी समय इन्होने पांच लाख रूपये उससे मांगे और उसने इन्हे पांच लाख रूपये केश दे दिए। पूरे दिन मेडिकल कॉलेज में बैठने के बाद शाम को पता चला कि कॉउसलिंग मे नही आया। तब उसने अपना पैसा इनसे वापिस माँगा तो इन्होने बोला की आपके पैसे मिल जाएँगे। तब से लगभग हर महीने इनके पास फरीदाबाद से देहरादून आते रहे, ये यह कह कर टालते रहे की अभी नही है जब होंगे तब मिल जायेंगे उसके बाद कोरोना कोरोना लॉक डाउन हो गया। हर एक दो महीने में वह इनके पास पैसे मांगने आती रही पर यह ताल मटोल करते रहे और साफ कह दिया कि वह उसको नहीं पहचानते हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

वाममोर्चा ने धर्म निरपेक्ष ताकतों को जीताने की अपील की

संवाददाता

देहरादून। वाममोर्चा ने बागेश्वर उप चुनाव में भाजपा हराओ व जनतान्त्रिक प्रत्याशी को जीताने की अपील की।

आज यहां वाममोर्चा, भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी (सीपीआई), मार्क्सवादी कम्युनिस्ट पार्टी(सीपीएम),भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी (माले) की संयुक्त बैठक में बागेश्वर उप चुनाव में भाजपा के प्रत्याशी को हराने तथा धर्म निरपेक्ष जनतान्त्रिक प्रत्याशी को विजयी बनाने की अपील की है। उक्त आशय का निर्णय वाममोर्चे की संयुक्त बैठक में लिया गया। बैठक सीपीएम राज्य कार्यालय में कामरेड समर भण्डारी की अध्यक्षता में सम्पन्न हुई। बैठक में भाजपा के कुशासन के बारे में विस्तार से चर्चा करते हुये वक्ताओं ने कहा कि राज्य की डबल इन्जन सरकार हरेक क्षेत्र में विफल साबित हुई है। बैठक में वक्ताओं ने कहा है कि सरकार अपनी विफलता को छुपाने केे लिए साम्प्रदायिक तनाव फैलाकर आपसी सदभाव बिगाड़ने का सुनियोजित ढंग से कार्य कर रही है। पुरोला से लेकर सहसपुर तथा राज्य में अनेक घटनाऐं इसके उदाहरण मात्र है। वक्ताओं ने कहा राज्य में भयंकर आपदा के लिए सरकार की कमी के साथ ही अनियोजित विकास सीधेतौर पर जिम्मेदार है। वक्ताओं ने कहा वाममोर्चा भाजपा सरकार की साम्प्रदायिक एवं जनविरोधी नीतियों के खिलाफ व्यापक अभियान चलाऐगी। जिसके तहत राज्यव्यापी कार्यक्रम के तहत प्रदर्शन, धरने तथा सेमिनारों का आयोजन करेगी। बागेश्वर में बेरोजगार संघ के अध्यक्ष बॉबी पंवार की गिरफ्तारी को वाममोर्चे ने अलोकतांत्रिक कार्यवाही कहा तथा गिरफ्तारी की निन्दा की। इस अवसर पर आपदा में मारे के लोगों के सम्मान में दो मिनट का मौन रखा गया। बैठक में सीपीआई के राज्य सचिव जगदीश कुड़ियाल, सीपीएम के राज्य सचिव कामरेड राजेन्द्र सिंह नेगी, सीपीआई माले के सचिव इन्द्रेश मैखुरी, राजेन्द्र पुरोहित, कैलाश पाण्डेय, अशोक शर्मा, अनन्त आकाश ने विचार व्यक्त किये।

एक नजर

'मैंने प्यार किया' फिल्म के गीतकार देव कोहली नहीं रहे

मुंबई। ब्लॉकबस्टर फिल्म 'मैंने प्यार किया' के गीतकार देव कोहली नहीं रहे। 100 से ज्यादा फिल्मों के लिए गाने लिखकर इंडस्ट्री में अपनी पहचान बनाने वाले गीतकार देव कोहली का आज सुबह निधन हो गया। देव कोहली ने मैंने प्यार किया, बाजीगर, जुड़वा 2, मुसाफिर, शूटआउट एट लोखनवाला और टैक्सी नंबर 911 जैसी कई हिट फिल्मों के लिए गाने लिखे। उनके लिखे गाने सिनेप्रेमियों के दिलों को छू गए. इतना ही नहीं उन्होंने आनंद मिलिंद, अनु मलिक, राम लक्ष्मण और आनंद राज आनंद जैसे मशहूर संगीतकारों के साथ काम किया। प्रसिद्ध गीतकार देव कोहली का जन्म पाकिस्तान के रावलपिंडी में एक सिख परिवार में

हुआ था। विभाजन के समय वह अपने परिवार के साथ देहरादून में बस गये। उन्होंने अपनी पढ़ाई श्री गुरु नानक देव गुरु महाराज कॉलेज से पूरी की। गीतकार देव कोहली ने गीतकार के रूप में अपने फिल्मी करियर की शुरुआत 1969 में फिल्म गुंडा से की। उन्हें सबसे पहले पहचान फिल्म लाल पत्थर के गाने श्गीत गाता हूं मेंश से मिली। इसके बाद उन्होंने 70-80 के दशक की कई फिल्मों के लिए गाने लिखे। सलमान खान और भाग्यश्री स्टारर राजश्री प्रोडक्शन की फिल्म श्मैंने प्यार कियाश से उन्हें फिर बड़ी सफलता मिली। सूरज बड़जात्या द्वारा निर्देशित इस फिल्म में उनके सभी गाने कबूल जा जा जा.., आजा शाम होने आई और आते खंडे हंसते गेट सुपर-डुपर हिट रहे। इसके बाद उन्होंने इंडस्ट्री को अनु मलिक के साथ फिल्म बाजीगर के लिए ये काली काली अनेके, इश्क का देखो देखो जानम हम जैसे कई हिट गाने दिए।

कुछ विधायक का जाना पार्टी में टूट नहीं: शरद पवार

मुंबई। राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी प्रमुख शरद पवार ने शनिवार को एक बार फिर अपनी पार्टी में टूट से इनकार किया है। उन्होंने कहा, यह सच है कि कुछ विधायक चले गए हैं, लेकिन अकेले विधायकों के जाने का मतलब पूरी राजनीतिक पार्टी की टूट नहीं है। पवार ने आगे कहा, मैं एनसीपी का राष्ट्रीय अध्यक्ष हूं और जयंत पाटिल पार्टी के महाराष्ट्र में प्रदेश अध्यक्ष हैं। पवार ने कहा, एनसीपी में फूट नहीं पड़ी है। हालांकि यह सच है कि कुछ विधायक चले गए हैं, लेकिन विधायकों का मतलब राजनीतिक दल नहीं है। यह पूछे जाने पर कि क्या वह पार्टी के खिलाफ बगावत करने वाले नेताओं के प्रति नरम रुख अपना रहे हैं। इस पर उन्होंने कहा- बागियों का नाम लेकर उन्हें महत्व क्यों दिया जाए। इससे पहले शरद पवार की बेटी और पार्टी की कार्यकारी अध्यक्ष सुप्रिया सुले ने एक बयान में कहा था कि एनसीपी में टूट नहीं हुई और अजित पवार पार्टी के नेता बने रहेंगे। इस सवाल पर शरद पवार ने भी प्रतिक्रिया दी थी। शरद ने कहा था- हां! इसमें कोई विवाद नहीं है।

डब्लूडब्लूई रेसलर विंडहैम रोटुंडा का निधन

नई दिल्ली। डब्लूडब्लूई में ब्रे वायट द फीन्ड के नामों से रेसलिंग करने वाले विंडहैम रोटुंडा का निधन हो गया है। उनकी उम्र मात्र 36 साल थी। वायट कुछ समय से गंभीर स्वास्थ्य की समस्या से जूझ रहे थे।

इसके बारे में अभी कोई खुलासा नहीं हुआ है. बीमारी की वजह से वे रिंग टेलीविजन से दूर थे। आज उनकी मौत को परिवार वालों ने अप्रत्याशित बताया है। रोटुंडा तीसरी पीढ़ी के रेसलर हैं। वे पूर्व रेसलर माइक रोटुंडा के बेटे ब्लैकजैक मुलिगन के पोते हैं। डब्लू डब्लू ई में उनकी एक अलग पहचान है, उन्हें वायट फैमिली के लीडर के रूप में देखा जाता है। ट्रिपल एच ने इस घटना पर दुख प्रकट किया है. उन्होंने ट्वीट करके ब्रे वायट की मौत पर लिखा अभी डब्लू डब्लू ई हॉल ऑफ फेमर माइक रोटुंडा का फोन आया. उन्होंने दुखद खबर दी। हमारे डब्लू डब्लू ई परिवार के आजीवन सदस्य विंडहैम रोटुंडा, जिन्हें ब्रे वायट के नाम से जाना जाता है, आज उनका अप्रत्याशित रूप से निधन हो गया। हमारी संवेदनाएं उनके परिवार के साथ हैं. हम प्रार्थना करते हैं कि इस समय हर कोई उनकी निजता का सम्मान करेगा। ब्रे वायट की जल्द वापसी का इंतजार किया जा रहा था। बॉबी लैश्ले के साथ हाई-प्रोफाइल फाइट के बावजूद उन्हें कुछ हफ्ते टेलीविजन से हटाया गया था। अगस्त माह की शुरुआत में उनकी वापसी का पुर्वानुमान लगाया जा रहा था। ऐसे कयास लगाए जा रहे थे कि वह ठीक हो रहे हैं। मगर गुरुवार को उनका निधन हो गया।

सरकार किसानों के हितों का रखेगी ध्यान: धामी

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि सरकार किसानों के सभी हितों को ध्यान में रखते हुए कार्य कर ही है।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से मुख्यमंत्री कैम्प कार्यालय में नैनीताल जनपद के भाजपा जिलाध्यक्ष प्रताप सिंह बिष्ट एवं मेयर हल्द्वानी डॉ. जोगेन्द्र सिंह रौतेला के नेतृत्व में शिष्टमंडल ने भेंट की। इस अवसर पर उन्होंने जनपद नैनीताल में रेरा (रियल एस्टेट रेगुलेटरी ऑथोरिटी) से किसानों को आ रही समस्याओं से अवगत कराया। मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार किसानों के सभी हितों को ध्यान में रखते हुए कार्य कर ही है। उन्होंने सचिव मुख्यमंत्री एस.एन

पाण्डेय को निर्देश दिये कि नैनीताल क्षेत्रान्तर्गत किसानों को रेरा से जो भी समस्याएं आ रही हैं, जिलाधिकारी से रिपोर्ट लेकर पूरा परीक्षण किया जाए। उन्होंने कहा कि किसानों की समस्याओं का परीक्षण कर यथा सम्भव उचित समाधान निकालने का पूर्ण प्रयास किया जाएगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार द्वारा जो भी निर्णय लिये जा रहे हैं, वह जन भावनाओं के अनुरूप लिये जा रहे हैं। इस अवसर विकास भगत, आनन्द रमवाल, मण्डल अध्यक्ष मुकेश बेलवाल, पूरन भगत, प्रमोद तौलिया, रविन्द्र रैकूनी , त्रिलोक नौला, साकेत अग्रवाल, उमेश शर्मा एवं अन्य प्रतिनिधि उपस्थित थे।

मकान बनाने के नाम पर 53 लाख रुपये लेकर काम न करने पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। मकान बनाने के नाम पर 53 लाख रूपये लेकर मकान का काम अधूरा छोडने पर पुलिस ने ठेकेदार के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार शास्त्री एनक्लेव निवासी विजय सिंह बिष्ट ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने एक मई 2021 को एक व्यक्ति अभय बिष्ट पुत्र विकास बिष्ट निवासी कृष्णा पैराडाईज, गली नम्बर-9 जीएमएस रोड, मोहित नगर, काँवली, से अपने भवन शास्त्री एनक्लेव, के प्रथम तल एवं द्वितीय तल के नव-निर्माण एवं भूतल के पुर्ननिर्माण का ठेका कुल 54 लाख रूपये में तय किया, जिसका अनुबन्ध पत्र एक मई 2021 को हस्ताक्षरित हुआ, जिसको नोटरी द्वारा 04 दिसम्बर 2021 को सत्यापन किया। अभय बिष्ट ने उससे 53 लाख रूपये ले लिये तथा उसके बात काम अधूरा छोडकर चला गया। उसने उसको कई बार कहा लेकिन वह टालता रहा और अब उसको फोन उठाना भी बंद कर दिया गया है। जिसके बाद उसको ज्ञात हुआ कि अभय बिष्ट ने उसके साथ धोखाधडी की है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

गोदाम से तारों के बंडल चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने गोदाम के पीछे की जाली काटकर वहां से तारों के बंडल चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार राजा रोड सेलाकुई निवासी सुधीर कुमार शर्मा ने सेलाकुई थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका क्षेत्र में गोदाम है। आज जब वह अपने गोदाम में पहुंचा तो उसके होश उड गये। चोरों ने गोदाम के पीछे की जाली काटकर वहां से तारों के बंडल चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

94 पेटी अंग्रेजी शराब का जखीरा बरामद, एक दबोचा

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। शराब तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने 94 पेटी अंग्रेजी शराब व तस्करी में प्रयुक्त पिकअप वाहन सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार कल देर शाम थाना जसपुर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ शराब तस्कर अवैध शराब की डिलीवरी हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को सूतमिल तिराहा जसपुर के समीप एक संदिग्ध पिकअप वाहन आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो पिकअप चालक कूद कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया।

पिकअप की तलाशी के दौरान पुलिस ने उसमें रखी 94 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की। पूछाताछ में उसने अपना नाम सतवीर पुत्र वीरेन्द्र निवासी 322 बामनोली 35 थाना बहादुरगढ जिला झज्जर हरियाणा बताया। पुलिस ने उसे आबकारी अधिनियम के तहत गिरफ्तार कर उसे न्यायालय में पेश कर दिया है।

दो मोटरसाईकिल चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दो स्थानों से मोटरसाईकिलें चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार चिरंजीपुर निवासी संजय कुमार ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से पंजाब नेशनल बैंक गया था। उसने अपनी मोटरसाईकिल बैंक के बाहर खडी कर दी थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी।

वहीं ढकरानी निवासी रिहान गनी ने विकासनगर कोतवाली में अपनी मोटरसाईकिल मस्जिद के बाहर से चोरी होने का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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