शुक्रवार
22 सितम्बर 2023

पृष्ठ 4
काले और हरे अंगूर से ज्यादा फायदेमंद होता है लाल अंगूर, जानें इसके चमत्कारी फायदे

पृष्ठ 5
मैं बिल्कुल फिल्मी शादी चाहती हूं:शफक नाज़

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 224
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दूनवैलीमेल

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

आज का विचार

मेहनत करने से दरिद्रता नहीं रहती, धर्म करने से पाप नहीं रहता, मौन रहने से कलह नहीं होती और जागते रहने से भय नहीं होता।

— चाणक्य

रिजार्ट में चल रहे कैसीनो का भंडाफोड़, 27 जुआरी हिरासत में

हमारे संवाददाता

पौड़ी। रिजार्ट की आड़ में चल रहे कैसीनो का भंडाफोड़ करते हुए पुलिस ने जहां 27 जुआरियों को हिरासत में लिया है वहीं जुआ खिलाने वाली चार महिलाए व पांच डासंर भी पकड़ ली गयी है। मौके से पुलिस ने भारी मात्र में कैश, ताश की गड्डियां, कैसीनो चिप्स व मोबाइल भी बरामद कर लिये है। जिस रिजार्ट में छापेमारी हुई है वह मिर्गी रोग का इलाज करने वाले डॉक्टर आरके गुप्ता का बताया जा रहा है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार पौड़ी एसएसपी श्वेता चौबे को सूचना मिली थी कि गंगा भोगपुर स्थित नीरज फॉरेस्ट रिजॉर्ट में अवैध रूप से जुआ खिलाने के लिए कसीनो चलाया जा रहा है। सूचना के आधार पर एडिशनल एसपी जया

❑जुआ खिलाने वाली चार महिलाए व पांच महिला डांसर पकड़ी

बलूनी के नेतृत्व में गठित टीम ने अचानक नीरज फॉरेस्ट रिजॉर्ट पर आधी रात को छापेमारी कर दी। पुलिस की छापेमारी होते ही रिजॉर्ट कर्मचारियों में हड़कंप मच गया। पुलिस टीम ने रिजार्ट के पिछले हिस्से में बने वैलनेस सेंटर के बेसमेंट में देखा कि वहां अवैध रूप से जुआ खिलाने के लिए कैसीनो चलाया जा रहा है। गिनती करने पर कैसीनो में 27 लोग पकड़े गए। जुआ खिलाने वाली चार महिलाओं के अलावा पांच महिलाएं मौके पर मौजूद मिली। जिन्होंने खुद को कसीनो में डांसर होना बताया।

एसएसपी श्वेता चौबे ने बताया कि छापेमारी के दौरान भारी मात्रा में कैसिनो चिप्स, ताश की गड्डियां, कैश, मोबाइल बरामद हुआ है। वहीं इस मामले में नीरज रिजॉर्ट के स्वामी डॉक्टर आर के

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

लोकायुक्त गठन की कवायद फिर शुरू

विशेष संवाददाता

देहरादून। हाईकोर्ट के सख्त निर्देशों के बाद अब सूबे की सरकार ने राज्य में लोकायुक्त गठन की प्रक्रिया को आगे बढ़ाना शुरू कर दिया है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की अध्यक्षता में आज हुई चयन समिति की बैठक में एक विधि विशेषज्ञ को भी शामिल करने पर सहमति हो गई है। लोकायुक्त चयन समिति में विधि विशेषज्ञ के नाम पर सहमति के बाद अधिकारियों को विधि विशेषज्ञ की तलाश करने के निर्देश दिए गए हैं।

आज मुख्यमंत्री की अध्यक्षता में हुई इस बैठक में नैनीताल हाई कोर्ट के मुख्य न्यायाधीश विपिन सांघी तथा विधानसभा अध्यक्ष ऋतु खंडूरी, नेता विपक्ष यशपाल आर्य ने भाग लिया। एक और कानूनी मामलों के जानकार को चयन समिति में शामिल किए जाने पर इसकी संख्या 5 हो जाएगी चयन समिति का गठन पूर्ण होने के बाद एक सर्च कमेटी का गठन किया जाएगा जो लोकायुक्त पद के लिए कुछ नाम चयन समिति को सुझाएगी। जिनमें से किसी एक नाम पर आम सहमति या फिर मत विभाजन के जरिए लोकायुक्त के नाम पर फैसला लिया

❑सीएम की अध्यक्षता में चयन समिति की बैठक
❑चयन समिति में विधि विशेषज्ञ के नाम पर सहमति

जा सकेगा।

उल्लेखनीय है कि राज्य में सबसे पहले 2011 में तत्कालीन बीसी खंडूरी के नेतृत्व वाली सरकार के कार्यकाल में लोकायुक्त का गठन किया गया जिसे राष्ट्रपति की संस्तुति के लिए भेजा गया था। लेकिन इसके बाद राज्य में हुए सत्ता परिवर्तन के कारण पूर्व सीएम विजय बहुगुणा ने इसमें कुछ खामियां बात कर इसे खारिज कर दिया गया। तभी से यह मामला अधर में लटका हुआ था। भाजपा ने अभी पिछले चुनाव और पूर्ववर्ती चुनावो के लिए जारी अपने दृष्टि पत्रों मे सूबे की जनता से लोकायुक्त के गठन का वायदा किया गया था लेकिन इसके लिए पूर्ववर्ती

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

कनाडा को वीजा सेवा बंद करने से लाखों पंजाबियों पर पड़ेगा असर: बादल

चंडीगढ़। भारत ने गुरुवार को 'परिचालन कारणों' का हवाला देते हुए कनाडा में वीजा सेवाओं को निलंबित कर दिया है। शिरोमणि अकाली दल के प्रमुख सुखबीर बादल ने गुरुवार को कहा, यह पंजाबियों के लिए बड़ी बाधा, अनिश्चितता और चिंता पैदा करने वाला है। बादल ने कहा, यह भारतीय मूल के विदेशी नागरिकों या उस देश में छात्रों के रूप में रहने वाले लाखों पंजाबियों को प्रभावित करता है, खासकर सिखों के सबसे देशभक्त समुदाय के सदस्यों के लिए, जिन्होंने न केवल देश की आजादी के लिए बल्कि सीमाओं पर विदेशी आक्रामकता से लड़ने के लिए भी अद्वितीय बलिदान दिया है। वीजा सुविधा की बाधाएं विशेष रूप से हमारे युवाओं को प्रभावित करेंगी, जो हर साल हजारों की संख्या में छात्र के रूप में कनाडा जाते हैं और जो अब वहां रह रहे हैं। मेरे पास कनाडा में पंजाबियों और उनके परिवारों और रिश्तेदारों से कॉल और संदेशों की बाढ़ आ गई है। स्थिति की गंभीरता को समझते हुए, शिरोमणि अकाली दल ने दोनों देशों की सरकारों से मामले का जल्द से जल्द समाधान खोजने का आग्रह किया। खालिस्तानी आतंकवादी हरदीप सिंह निज्जर की हत्या को लेकर भारत और कनाडा के बीच राजनयिक रिश्ते में खटास आ गई है।

महिला कांस्टेबल पर हमला करने वाला बदमाश एनकाउंटर में ढेर

हमारे संवाददाता

लखनऊ। सरयू एक्सप्रेस में महिला मुख्य आरक्षी पर हमले के मामले में पुलिस ने फरार चल रहे एक बदमाश को मुठभेड़ में ढेर कर दिया है। बदमाश के दो दो अन्य साथी भी मुठभेड़ के दौरान घायल हुए हैं जो पुलिस गिरफ्त में है। इस मुठभेड़ में एसओ पुराकलंदर रतन शर्मा व दो अन्य सिपाही के भी घायल होने की सूचना है।

जानकारी के अनुसार क्षेत्र के थाना पूराकलंदर के छतरिवा पारा कैल मार्ग पर यह मुठभेड़ हुई है। इसी मामले में थाना इनायत नगर से भी दो अन्य आरोपियों को भी पुलिस मुठभेड़ में गिरफ्तार किया गया है। बता दें कि सावन मेले के दौरान 31 अगस्त को सरयू एक्सप्रेस में महिला मुख्य आरक्षी पर बदमाशों द्वारा हमला

किया गया था। महिला को गंभीर हालत में लखनऊ ट्रामा सेंटर में भर्ती कराया गया था जहां उसका इलाज चल रहा है।

❑दो घायल बदमाश गिरफ्त में, कुछ पुलिसकर्मी भी घायल

घटना के खुलासे के लिए एसटीएफ व जीआरपी को लगाया गया था। इस मामले में कोर्ट ने भी संज्ञान लिया था और आधी रात को कोर्ट खोलकर सुनवाई की गई थी। जानकारी के अनुसार मुठभेड़ में मारा गया अनीस महिला कांस्टेबल से छेड़खानी करने लगा था। महिला कांस्टेबल ने बदमाश को पटक दिया तो तीनों बदमाशों ने महिला पर जानलेवा हमला कर दिया। ट्रेन की खिड़की से सिर लड़ाकर महिला को घायल कर दिया था। अयोध्या से पहले ट्रेन धीमी हुई थी तो तीनों बदमाश फरार हो गए थे। यूपी एसटीएफ और अयोध्या पुलिस ने महिला कांस्टेबल पर जानलेवा हमला करने वाले एक बदमाश को मार गिराया है। मारे गए बदमाश अनीस के दो अन्य साथी आजाद और विशंभर दयाल उर्फ लल्लू घायल है जिन्हे गिरफ्तार कर लिया गया है।

स्पेशल डीजी लॉ एंड ऑर्डर प्रशांत कुमार ने कहा कि सरयू एक्सप्रेस में महिला कांस्टेबल पर हमला करने वाला मुख्य आरोपी अयोध्या के पूरा कलंदर में पुलिस के साथ मुठभेड़ में मारा गया।

दून वैली मेल

संपादकीय

लो मिल गया आरक्षण

कई दशकों तक विरोध और राजनीतिक दांव पेंचों के बीच हिचकोले खाता रहने वाला महिला आरक्षण बिल आखिरकार संसद से पारित हो ही गया। 2024 के आम चुनाव से पूर्व लाये गए इस विधेयक को संसद की मंजूरी के बाद राष्ट्रपति की मंजूरी के लिए भेजा जाना और उस पर राष्ट्रपति भवन की मोहर लगना अब एक औपचारिकता भर शेष रह गई है। इसके बाद यह विधेयक कानून का रूप ले लेगा। निश्चित तौर पर यह महिलाओं की राजनीतिक भागीदारी बढ़ाने में भी मील का पत्थर साबित होगा भले ही अभी इसके लागू होने में कुछ समय जरूर लगेगा लेकिन इस बिल को संसद से मंजूरी मिलते ही यह जरूर सुनिश्चित हो चुका है कि एक न एक दिन देश की संसद और विधानसभाओं में महिलाओं की बराबरी की उपस्थित दिखाई देगी। इस बिल पर हुई चर्चा के दौरान तमाम विपक्षी दलों के नेताओं द्वारा महिलाओं को 33 के बजाय 50 फीसदी आरक्षण देने की पैरोकारी की गई। देश की आधी आबादी को 50 फीसदी आरक्षण देने का तर्क भले ही वाजिब सही लेकिन 33 फीसदी से ज्यादा संख्या में महिलाएं लोकसभा या राज्य विधानसभा में चुनकर नहीं जा सकती हैं ऐसा कोई प्रतिबंध नहीं है। उनकी संख्या 50 और इससे भी अधिक प्रतिशत हो सकती है। आने वाले समय में हमें यह संसद से लेकर विधानसभाओं तक में देखने को मिलेगा कि जब सदन में महिलाओं की संख्या पुरुषों से अधिक होगी। इस आरक्षण का लाभ केवल राजनीतिक घरानो तक ही सीमित न रहे यह एक अहम सवाल जरूर है। क्योंकि देश की आम महिलाओं को राजनीति से ज्यादा सरोकार नहीं होता है तथा उनके पास चुनाव में खर्च करने के लिए धन का भी अभाव होता है ऐसी स्थिति में उन्हें राजनीति में हाथ आजमाने के मौके कम ही मिल पाएंगे वह या तो किसी राजनीतिक दल की मेहरबानी या अपने राजनीतिक परिवार की मेहरबानी से ही आगे बढ़ पाएंगी? लेकिन अब उनके आगे बढ़ने का रास्ता जरूर प्रशस्त हो गया है, भले ही वह धीमी गति से आगे बढ़ पाए? लेकिन आने वाले दिनों में देश की राजनीति में महिलाओं की सिर्फ भागीदारी ही नहीं बढ़ेगी उनका वर्चस्व भी बढ़ेगा इस बिल को लोकसभा में पेश किए जाने से पूर्व प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा था कि ईश्वर ने इस पवित्र कार्य के लिए उन्हें ही चुना है। उनका यह वक्तव्य श्रेय की राजनीति नहीं था तो क्या था? इस बिल को लाने के लिए पूर्व समय में कब-कब किस-किसने क्या प्रयास किया अगर उन पर नजर डाली जाए तो यही पता चलता है कि यह बिल सभी के सामूहिक प्रयासों का परिणाम है इस बिल का समूचे विपक्ष द्वारा समर्थन किया जाना भी यही दर्शाता है। मोदी सरकार द्वारा इस बिल को जानबूझकर रणनीतिक तरीके से ऐसे समय में लाया गया है जिसका 2024 के चुनाव में उसे लाभ मिल सके। विपक्षी दलों ने भी इसे समर्थन इसलिए दिया है क्योंकि वह आधी आबादी का विरोध मोल लेने का जोखिम नहीं उठाना चाहते थे। पांच राज्यों में होने वाले विधानसभा चुनावों और 2024 के चुनाव व परिणाम से ही पता चल सकेगा कि इसका किसे कितना लाभ मिल सका और किसे कितना नुकसान हुआ फिलहाल भाजपा अपनी इस जीत पर खुश है और वह इसे एक मास्टर स्ट्रोक के तौर पर देख रही है। अच्छा होता कि सरकार इसे तुरंत लागू करने का भी समाधान निकालती जिससे इसे लेकर उठ रहे तमाम सवालों का भी जवाब मिल पाता।

श्री सिद्धि विनायक गणेश महोत्सव पंडाल में की गई की विशेष पूजा अर्चना

देहरादून (कासं)। गणपति महोत्सव चतुर्थ दिवास श्री सिद्धि विनायक गणेश महोत्सव पंडाल गढ़ी कैंट में आज प्रातः भगवान श्री गणेश जी की विशेष पूजा अर्चना पंडित संजय जोशी द्वारा की गई विशेष प्रातः कालीन पूजा अर्चना के बाद आरती की गई उसके बाद संगीतमय सुन्दरकाण्ड पाठ के बाद सायंकाल में सिद्धि विनायक सेवा समिति के संरक्षक आध्यात्मिक गुरु आचार्य बिपिन जोशी के हाथो भजन गायकों,सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत करने वाले कलाकारों और प्रतिभावान विद्यार्थियों को पुरुस्कृत किया जाएगा और कल प्रातः 11 बजे भगवान श्री गणेश जी महाराज की नगर परिक्रमा और शोभा यात्रा के साथ श्री टपकेश्वर महादेव मंदिर के पास बहने वाली तमसा नदी में विसर्जन किया जाएगा, आज के कार्यक्रम में पंडित राजकुमार शर्मा, भगवती जोशी, सुधा विजय, राजीव विजय, आजीव विजय, नीलम विजय, मधुसूदन शर्मा सहित काफी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित रहे।

श्रायन्त इव सूर्यं विश्वेदिन्द्रस्य भक्षत।
वसूनि जाते जनमान ओजसा प्रति भागं न दीधिमं।।
(ऋग्वेद ८-९९-३)

सूर्य की किरणें सूर्य पर आश्रित होते हुए उसके प्रकाश को चारों ओर फैलाती हैं। उसी प्रकार तुम भी परमात्मा पर आश्रित होते हुए उसके ज्ञान अर्थात् वेदों के प्रकाश को चारों ओर फैलाओ। यह ही परमेश्वर का सत्य धन है इसे सभी को वितरित करो।

एसएसपी अजय सिंह ने किया पुलिस लाइन का भ्रमण

संवाददाता

देहरादून। एसएसपी अजय सिंह ने पुलिस लाईन का भ्रमण करते हुए पुलिस कर्मियों की बैरकों का जायजा लेने के साथ ही मैस में बने खाने का भी निरीक्षण कर अधिकारियों को जरूरी दिशा निर्देश दिये।

आज यहां वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह द्वारा पुलिस लाइन देहरादून में आयोजित परेड का निरीक्षण किया गया। परेड के निरीक्षण के दौरान महोदय द्वारा उपस्थित अधिकारियों को आगामी 21 अक्टूबर (पुलिस स्मृति दिवस) तथा 9 नवंबर (राज्य स्थापना दिवस) के अवसर पर आयोजित होने वाली रैतिक परेड के संबंध में समय से तैयारियां शुरू करने के निर्देश दिए गए। पुलिस लाइन के भ्रमण के दौरान एसएसपी द्वारा वहां चल रहे निर्माण कार्यों का जायजा लेते हुए उन्हें जल्द से जल्द पूरा करवाने के संबंध में उपस्थित अधिकारियों को निर्देश दिए गए। इस दौरान एसएसपी द्वारा पुलिस लाइन परिसर में जवानों की बैरिकों,

सीपीसी कैंटीन, आवासीय परिसर आदि का निरीक्षण करते हुए वहाँ की व्यवस्थाओं का जायजा लिया गया, साथ ही जवानों से संबंधित किसी भी समस्या को सीधे

❑बैरकों व मैस का भी किया निरीक्षण

उनके समक्ष रखते हुए उसके समयबद्ध निस्तारण के अधीनस्थ अधिकारियों को निर्देश दिए गए। इस दौरान एसएसपी द्वारा पुलिस जिला मेस में जाकर वहां जवानों के लिए बनाये गये भोजन को स्वयं भी ग्रहण किया तथा जवानों के भोजन की गुणवत्ता को उच्च कोटि के रखने के निर्देश दिए गए। पुलिस लाइन परिसर में स्थित पुलिस मॉडर्न स्कूल के निरीक्षण के दौरान एसएसपी द्वारा स्कूली बच्चों से बातचीत की गई तथा वहां उपस्थित शिक्षकों से बच्चों की शिक्षा के साथ- साथ उन्हें कराई जा रही एक्स्ट्रा एक्टिविटी के संबंध में जानकारी ली गई। अपने बीच एसएसपी अंकल को देख वहां उपस्थित बच्चों के चेहरे खिल उठे तथा उनके द्वारा मासूमियत के साथ उनसे कई सवाल पूछे गए, जिनका एसएसपी द्वारा बड़ी सहजता से जवाब दिया गया।

निवेश के नाम पर ठगे 73 हजार रुपये

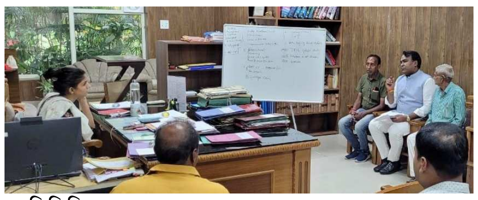
देहरादून। कम्पनी में निवेश के नाम पर 73 हजार रूपये की ठगी के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार टैगोर विला निवासी देवेन्द्र अहूजा ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके फोन पर एकोमेरीकॉन नामक कम्पनी के द्वारा व्हाटसएप नम्बर पर 16 सितम्बर से मैसेज आया कि वह उनकी कम्पनी में धनराशि निवेश करके व ऑन लाईन काम करके मुनाफा कमा सकते है। उसने उस कम्पनी के खाते में 73000 रुपये निवेश किये और काम भी किया पर जब उसने उन्हे अपने मुनाफे के लिये कहा तो उन्होने उससे और धनराशि निवेश करने को कहा तब उसके द्वारा अपना मुनाफ व पैसे वापस मागें तो उक्त कम्पनी द्वारा मना कर दिया गया तब उसको ज्ञात हुआ कि यह कम्पनी फ्राड है और उसके साथ धोखा कर रहे है।

कुम्हार समाज की समस्या को लेकर भाजपा महानगर अध्यक्ष मिले डीएम से

संवाददाता

सेवाददाता

देहरादून। कुम्हार समाज की समस्या को लेकर भाजपा महानगर अध्यक्ष सिद्धार्थ अग्रवाल ने जिलाधिकारी श्रीमती सोनिका से मुलाकात कर समस्या के समाधान की मांग की। आज यहां भारतीय जनता पार्टी महानगर के अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल के नेतृत्व में कुम्हार समाज के हस्तशिल्पकार प्रतिनिधि मंडल द्वारा जिलाधिकारी से विशेष विषय पर चर्चा करने के लिए भेंट की। महानगर के अध्यक्ष सिद्धार्थ उमेश अग्रवाल ने जिलाधिकारी जी को अवगत कराया की चकराता रोड पर ईदगाह कुमार मंडी है जहां पर अधिकांश परिवार कुमार प्रजापति समाज से आते हैं जिनका विशेष व्यापार एवं परिवार का भरण पोषण मात्र हाथ के द्वारा मिट्टी के बर्तनों एवं मूर्तियां पर आधारित होता है परंतु पिछले कुछ वर्षों से इन बर्तनों और मिट्टी की मूर्तियों को बनाने के लिए विशेष मिट्टी की आवश्यकता होती है जो की बहार अन्य राज्यों से मंगवानी पड़ती है। क्योंकि अन्य राज्यों से आने पर चेक पोस्टों पर



गाड़ी को रोका जाता है और अवैध वसूली होती है। क्योंकि देश के प्रधानमंत्री भी शिल्प कलाकारों को प्रेरित कर रहे हैं अतः आप इस समस्या का समाधान हेतु उचित व्यवस्था करें ताकि हमारे कुम्हार समाज को कोई व्यवधान उत्पन्न हो। वार्ता में वरिष्ठ महानगर उपाध्यक्ष राजेंद्र ढिल्लों, बबलू बंसल, पार्षद संजय सिंह एवं समाज के व्यक्ति उपस्थित थे।

बीएस नेगी महिला पालीटेक्निक में निशुल्क कम्प्यूटर कोर्स का हुआ समापन

हमारे संवाददाता

देहादून। बी.एस.नेगी महिला पालीटेक्निक में छात्राओं के लिए चलाये जा रहे निशुल्क कम्प्यूटर प्रशिक्षण कोर्स का समापन हो गया है। समापन समारोह में मुख्य अतिथि विधायक सविता कपूर रही। एनआईआईटी फांउडेशन से विकास व उनकी टीम ने कार्यक्रम में शिरकत की। यह कोर्स एनआईआईटी फाउंडेशन एंव इंडस टावर्स के सहयोग से सम्पन्न हुआ।

इस मौके पर विधायक सविता कपूर ने कहा कि यह संस्थान छात्राओं व महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने में महत्वपूर्ण योगदान दे रहा है और इसमें कम्प्यूटर प्रशिक्षण एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। उन्होने कहा कि यह छात्राओं के लिए सौभाग्य का विषय है कि उन्हे इस प्रकार के निशुल्क कम्प्यूटर कोर्स

❑विधायक सविता कपूर रही मुख्य अतिथि

करने का अवसर मिला। उन्होने कहा कि यह पालीटेक्निक उनके विधानसभा क्षेत्र के अंदर आता है। उन्होने संस्थान की टैक्सटाइल लैब और कैटींन के रेनोवेशन हेतू विधायक निधि से तीन लाख रूपये प्रदान करने की घोषणा की और व्यक्तिगत स्तर से संस्थान को आगे ले जाने हेतू हर संभव सहयोग देने का आश्वासन भी दिया। इस अवसर पर सत्र 2022-23 की टापर छात्राओं रितु गुरूंग (फैशन डिजाइनर) मानसी राना (टैक्सटाइल डिजाइनर) मौलिका बिष्ट (गारमेंट टैक्नोलजी) ईशा आलक(इंटीरियर डिजाइनर) स्वाती कांबोज (एमओएम एंड एसपी) व शरमीन (पीजीडीसीए) को पुरस्कृत किया गया।

आपके होंठों को गुलाबी और चमकदार बना देंगे ये 10 देसी घरेलू टिप्स!

गुलाबी होंठों की चाहत भला किस महिला को नहीं होती। होंठों से न केवल सुंदरता में निखार आता है बल्कि प्राकृतिक रूप से गुलाबी होंठ किसी के भी स्वस्थ होने का भी संकेत देते हैं। वैसे तो होठों की बाहरी चमक बनाए रखने के लिए बाजार में कई तरह के बाम और लिपस्टिक्स उपलब्ध हैं लेकिन लंबे समय तक इनका उपयोग करने से होंठों को नुकसान होता है। ऐसे में घरेलू उपाय ही ज्यादा लाभदायक हैं। चम्मच दूध , और 1 चम्मच क्रीम लें और इसमें थोड़ा केसर डालें। इन्हें मिलाकर फ्रिज में रख लें और ठंडा होने पर होठों पर लगाकर रूई से पोंछें। 1 चम्मच दूध लें

और फिर इसमें लाल गुलाब की कुछ पंखुड़ियों को डाल कर पीसें जब तक कि वह गुलाबी न हो जाए। फिर पंखुड़ियों को निकाल कर इसे फ्रिज में रखें। ठंडा होने पर इसमें 1 चम्मच बादाम पाउडर डालकर गाढ़ा पेस्ट बना लें। इसे होंठों पर लगाकर 1०-15 मिनट बाद रूई के फाहे से साफ़ करें। इस उपाय से होंठ मुलायम , चमकदार और गुलाबी हो जाएंगे।

2. क्रीम के एक चम्मच के साथ चुकंदर का रस या अनार के रस की कुछ बूंदें मिलाएँ । यह मिश्रण फटे होठों को ठीक करेगा और होंठ का गुलाबी रंग वापस लाने में भी मदद करेगा।

3. एक छोटा चम्मच शहद में छोटा चम्मच नीबू का रस मिलाकर लगाने से कुछ ही देर में होंठ गुलाबी नजर आने लगते हैं।

चुकंदर के रस की तरह गाजर का रस भी होंठों के लिए फायदेमंद है। इसे रूई से होंठों पर लगाएं।

5. होंठों का रंग निखारने के लिए इन पर खीरे के टुकड़ों को 2 मिनट तक रगड़ें।

6. संतरे का छिलका भी होंठों को अतिरिक्त चमक देने के लिए इस्तेमाल कर सकते हैं।

7. अच्छे गुलाबी होंठ पाने के लिए शहद और नीबू के रस के साथ जैतून का तेल का प्रयोग करें इन तीनों को मिलाकर एक बाम बनाएं और रोज़ाना इस्तेमाल करें।

हल्दी पाउडर और दूध का पेस्ट बनाकर होंठों को एक साफ ब्रश से साफ करके लगाएँ। 2-3 मिनट बाद फिर से ब्रश से रगड़ें।

9. नीबू का रस काले होठों के लिए सबसे अच्छा उपाय है। यह होठों से काले धब्बों को दूर करता है। सोने से पहले होठों पर नींबू का रस लगाएँ।

1०. होंठों पर घी, मक्खन या केसर का प्रयोग करने से होंठ गुलाबी और चमकदार बनते हैं।(आरएनएस)

चुटकियों में ब्लैकहेड्स भगाने के लिए स्क्रब के साथ करें ये उपाय

नाक और चेहरे के टीजोन यानी की चिक्स, नोज और चिन के पास जमा ब्लैकहेड्स देखने में बहुत खराब लगते हैं। ये चेहरे की सुंदरता बिगाड़ने के लिए काफी रहते हैं। साथ ही क्लोजअप तस्वीरों में इनका दिखना किसी शर्मिंदगी से कम नहीं लगता। बहुत सारे लोग तो इसे हटाने के लिए स्क्रब का सहारा ले लेते हैं। लेकिन कई बार ये इतने जिद्दी होते हैं कि केवल स्क्रब से हटाना मुश्किल हो जाता है। अगर आप इस समस्या से जूझ रहे हैं तो स्क्रब के साथ ये उपाय जरूर आपके काम आएंगे और हर हफ्ते आपको पार्लर दौड़ने की भी जरूरत नहीं पड़ेगी।

बेकिंग सोडा

चेहरा चमकाने में बेकिंग सोडा अचूक नुस्खे की तरह काम करता है। चेहरे के ब्लैकहेड्स देखने में काफी खराब लगते हैं। अगर आपके बार-बार स्क्रब करने से भी ये ब्लैकहेड्स नहीं जा रहे तो बेकिंग सोडा का इस्तेमाल करें। बेकिंग सोडा और गुलाब जल को मिला कर एक पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को ब्लैकहेड्स वाले हिस्से पर लगाकर सूखने के लिए छोड़ दें। सूखने के बाद हल्के हाथों से रगड़कर चेहरे को पानी से धो लें। पहली ही बार में असर साफ नजर आने लगेगा।

टूथब्रश

अगर आपके बार-बार स्क्रबिंग से भी ब्लैकहेड्स नहीं जा रहे तो टूथब्रश के ऊपर थोड़ा सा टूथपेस्ट जैसे कोलगेट या पेप्सोडेंट लेकर इसे ब्लैकहेड्स वाले हिस्से पर हल्के हाथों से रगड़ें। रोजाना ऐसा करने से कुछ ही दिनों में ब्लैकहेड्स से छुटकारा मिल जाएगा। लेकिन ध्यान रखें ब्रश को बहुत ही हल्का रगड़ें क्योंकि ज्यादा रगड़ने से त्वचा के छिल जाने का डर रहता है।

शहद और चीनी

बाजार के स्क्रब के बजाय घर पर बने नेचुरल स्क्रब से ब्लैकहेड्स को आसानी से साफ किया जा सकता है। बस शहद और चीनी को लेकर पेस्ट बना लें। इसके बाद इस पेस्ट को ब्लैकहेड्स वाली जगह पर लगाकर उंगलियों के पोरों से रगड़ें। कुछ मिनट बाद पानी से धो लें। फर्क साफ नजर आने लगेगा।

चारकोल

बाजार में एक्टिवेटेड चारकोल की कैप्सूल बड़ी ही आसानी से मिल जाती है। दो कैप्सूल को अच्छे से मिलाकर इसमें चौथाई चम्मच जिलेटिन की डालें। अब जो पेस्ट तैयार हुआ है, उसे ब्लैकहेड्स वाले हिस्सों व आस-पास अच्छी तरह से लगा लें। इस मास्क को 5-1० मिनट तक चेहर पर रखें फिर धोलें।(आरएनएस)

समाज में मातृ शक्ति का अहम योगदान हैः जोशी

संवाददाता

रुद्रपुर/ पंतनगर। कृषि एवं ग्राम्य विकास मंत्री गणेश जोशी ने कहा कि राज्य के निर्माण में महिलाओं की भूमिका अहम रही है और समाज में मातृ शक्ति का अहम योगदान है।

आज यहां प्रदेश के कृषि एवं ग्राम्य विकास मंत्री गणेश जोशी ने रतन सिंह प्रेक्षागृह, कॉलेज ऑफ वेटनेरी, पंतनगर विश्वविद्यालय में राष्ट्रीय महिला आयोग एवं ग्राम्य विकास के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित "महिला किसान और महिला दैनिक मजदूरो के पलायन" से संबंधित संगोष्ठी के कार्यक्रम के प्रतिभाग कर संगोष्ठी का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन किया। एक दिवसीय संगोष्ठी में महिला किसान/महिला दैनिक मजदूरो के पलायन से संबंधित बिंदुओ पर चर्चा की गई। इस दौरान कई वक्ताओं ने महिला सशक्तिकरण पर अपने विचार रखें। इस अवसर पर मंत्री गणेश जोशी ने अपने संबोधन में कहा राज्य के निर्माण में महिलाओं की भूमिका अहम रही है और समाज में मातृ शक्ति का अहम योगदान है। मंत्री ने नारी शक्ति वंदन अधिनियम की सभी महिलाओं को बधाई एवं शुभकामनाएं दी। उन्होंने कहा केंद्र सरकार मातृ शक्ति की कितना चिंता करती है यह इस बात का संकेत है। मंत्री गणेश जोशी ने कहा चाहे दिल्ली की केंद्र सरकार हो या राज्य की पुष्कर सिंह धामी सरकार लगातार महिलाओं के कल्याण के लिए काम कर रहे। मंत्री ने कहा आज कैप के माध्यम से 25 हजार से अधिक किसानों को जोड़ा गया है। जिसका 95 करोड़ टर्न ओवर है। उत्तराखंड की लगभग 90 प्रतिशत जनसंख्या कृषि आधारित है और इनमें मुख्य शक्ति का सबसे बड़ा सहयोग है। उन्होंने कहा महिलाओं को सशक्त करने के लिए पंचायत में 33 प्रतिशत आरक्षण दिया था, उत्तराखंड में उसे बढ़ाकर 50 प्रतिशत किया है।

कृषि विभाग द्वारा आत्मा योजना के तहत महिला समूह को प्रतिवर्ष प्रशिक्षण दिया जाता है पर्वत का क्षेत्र में मशीनीकरण को बढ़ावा दिए जाने के लिए महिला किसानों को लाभ मिलेगा। इस दौरान मंत्री ने श्री अन्न के लाभ और उसके महत्व के बारे में भी जानकारी दी। इस अवसर राष्ट्रीय महिला आयोग सदस्य सचिव मीनाक्षी नेगी, अधिशासी निदेशक आर.डी. पालीवाल, राष्ट्रीय महिला आयोग समन्वयक सर्वेश पांडे, पूर्व विधायक राजेश शुक्ला, ऊमा जोशी सहित प्रदेश से आयी हुई महिलाएँ मौजूद रहे।

शराब के साथ महिला गिरफ्तार

देहरादून (सं)। पुलिस ने शराब के साथ महिला को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार कोतवाली पुलिस ने मद्रासी कालोनी फ्लाई ओवर के पास एक महिला को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडी हुई। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 55 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम रेखा देवी पत्नी रोहताश निवासी रेस्ट कैम्प बताया।

शराब पिलाने पर चार होटल संचालक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने अवैध रूप से शराब पिलाने पर चार होटल संचालाकों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार रायपुर थाना पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र के रेस्टोरेंट व होटल संचालको के द्वारा अपने यहां अवैध रूप से शराब पिलायी जा रही है। जिसके बाद रायपुर थाना पुलिस ने अधोईवाला, वाणी विहार, ऋषि नगर व सहस्त्रधारा रोड पर चार होटलों पर छापा मारा तो वहां पर अवैध रूप से शराब पिलाते हुए पाया गया। जिसके बाद पुलिस ने चार होटल संचालकों को गिरफ्तार कर लिया। जिन्होंने अपने नाम राहुल पुत्र दिनेश निवासी अपर अधोईवाला, सुरेन्द्र भारद्वाज पुत्र शमशेर भारद्वाज निवपसी वाणी विहार, सचिन पुत्र बृजेश निवासी ऋषिनगर व रामपाल पुत्र बलबीर सिंह निवासी मुनिकी रेती बताया। पुलिस ने चारों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

सोनप्रयाग पार्किंग में ओवर रेटिंग के आरोपों की होगी जांच

कार्यालय संवाददाता

रूद्रप्रयाग। जिला प्रशासन को सोनप्रयाग जीके इंटरप्राइजेज द्वारा संचालित पार्किंग में ओवर रेटिंग करते हुए अतिरिक्त शुल्क वसूले जाने की शिकायत प्राप्त हुई है। जिसका जिलाधिकारी डॉ सौरभ गहरवार ने तत्काल संज्ञान लेते हुए संबंधित फर्म की जांच के निर्देश दिए हैं। अपर मुख्य अधिकारी जिला पंचायत पूरे मामले की जांच करेंगे। यदि जांच में संबंधित पार्किंग संचालक द्वारा अतिरिक्त धनराशि की वसूली करने की बात पुष्टि होती है तो संचालन शुरू होने से वर्तमान तक जो भी ओवर रेटिंग की गई है, उस धनराशि की वसूली संबंधित पार्किंग संचालक से की जाएगी। यदि उनके द्वारा उक्त धनराशि समय पर जमा नहीं किया जाता है तो आवश्यक कानूनी कार्रवाई सुनिश्चत करने के निर्देश भी दिए हैं। उन्होंने यह भी कहा कि जिला प्रशासन यात्रियों को जायज दाम एवं तय मानकों पर सभी सुविधाएं उपलब्ध करवाने के लिए प्रतिबद्ध है, इसमें अगर किसी स्तर पर लापरवाही बरती जाएगी

❑जिलाधिकारी ने दिए जांच के निर्देश

तो संबंधित के खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी।

अपर मुख्य अधिकारी जिला पंचायत सोहन सिंह ने अवगत कराया कि श्री केदारनाथ धाम यात्रा के महत्पवूर्ण पड़ाव सोनप्रयाग में यात्रियों की सुविधा के लिए जिला प्रशासन की ओर से तैयार वाहन पार्किंग संचालक पर ओवर रेटिंग के आरोप लगे हैं। प्रशासन को मिली शिकायत के अनुसार प्रशासन की ओर से तय मानक एवं दामों से ज्यादा वसूली की जा रही है। सोनप्रयाग स्थिति पार्किंग जिला पंचायत रूद्रप्रयाग के अधीन है, इसके लिए प्रतिवर्ष यात्रा के दौरान टेंडर के माध्यम से पार्किंग संचालन का मौका बाह्य कंपनी को दिया जाता है। इस वर्ष जीके इंटरप्राइजेज को यह काम मिला है। जिला पंचायत रूद्रप्रयाग द्वारा निधरित शुल्क जीएसटी सहित लिया जाना तय है, जो 12 घंटे अथवा पार्ट टाइम हेतु अधिकतम तय किया गया है। जिसमें लोडर वाहनों जिसमें चार टायर से अधिक वाले वाहन शामिल हैं, उनके लिए 200 रुपये, बस एवं ट्रक हेतु 150 रुपये, ट्रैक्टर, ट्रॉली एवं टैंकर हेतु 120 रुपये, कार एवं जीप हेतु 100 रूपये, स्कूटर, मोटर साइकिल आदि दुपहिया के लिए 50 रुपये और साइकिल के लिए 20 रुपये प्रति वाहन प्रति 12 घंटे का रेट तय है। शिकायत के अनुसार जीएसटी के नाम पर पार्किंग संचालक द्वारा अतिरिक्त शुल्क वसूला जा रहा है।

उन्होंने अवगत करवाया है कि पार्किंग में ओवर रेटिंग की शिकायत मिलने पर जिलाधिकारी ने इस पर तुरंत जांच के आदेश दिए हैं। उन्होंने कहा कि इस संबंध में उनके द्वारा त्वरित जांच शुरू की जा रही है।

इन बीमारियों की वजह से दिख सकता है धुंधला, समय रहते संभल जाएं

आजकल लाइफस्टाइल इतनी खराब होती जा रही है कि आंख से जुड़ी समस्याएं बढ़ती जा रही हैं। कम उम्र में ही लोगों को धुंधला दिखाई देने लगा है। हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक, आंखों की कई बीमारियों की वजह से साफ न देख पाने की समस्या हो सकती है। हालांकि, कई बार दूसरी गंभीर बीमारियों की वजह से भी धुंधला दिखाई दे सकता है। युवाओं में स्मार्टफोन विजन सिंड्रोम की वजह से आंखों में धुंधलापन की समस्या आ रही है। अगर इलाज के बाद भी समस्या दूर नहीं हो रही है तो डॉक्टर से मिलकर स्वास्थ्य चेकअप करवाना चाहिए। आइए जानते हैं आंखों में धुंधला दिखने का कारण।।।

लंबे समय तक स्क्रीन पर समय बिताने से आंखों से धुंधला नजर आने लगता है। स्क्रीन पर देखते समय कई बार पलकें कम झपकाते हैं, इसकी वजह से आंखों की सतर को चिकनाहट और तरोताजा रखने के लिए आंसू कम होने लगते हैं। इस वजह से धुंधला नजर आने लगता है।

शुगर लेवल कंट्रोल में न रहने की वजह से भी आंखों की समस्याएं खासकर धुंधला दिखना शुरू हो सकता है। ज्यादातर मामलों में ग्लूकोज लेवल सामान्य होने के साथ ये समस्या भी कम होने लगती है। डायबिटीज मरीजों को रेटिनोपैथी, आंख के पिछले हिस्से में रक्तस्राव और आंखों से जुड़ी समस्याओं का खतरा ज्यादा रहता है। इसलिए डायबिटीज को कंट्रोल रखने की कोशिश करनी चाहिए।

ब्लड प्रेशर कम या ज्यादा होना दोनों खतरनाक होता है। इसकी वजह से कमजोरी और चक्कर आने जैसी समस्याएं हो सकती हैं। यह आंखों को प्रभावित करने वाला भी हो सकता है। अगर ब्लड प्रेशर बहुत कम या ज्यादा है और दवाईयां खा रहे हैं तो धुंधला दिखने की समस्या हो सकती है।

माइग्रेन की समस्या से परेशान एक चौथाई लोगों में धुंधला दिखाई देने की समस्या हो सकती है। कई बार सिरदर्द के बिना या बाद में भी आंखों से जुड़ी समस्या हो सकती है। सीवियर माइग्रेन की समस्या में ये परेशानियां हो सकती हैं।(आरएनएस)

महिलाओं में क्यों ज्यादा होती है नींद ना आने की समस्या, जानें कारण

अच्छी नींद का मेंटल और फिजिकल हेल्थ से गहरा कनेक्शन होता है। अगर आप की नींद पूरी होती है तो आपका दिमाग तेज चलता है और सेहत से जुड़ी कई समस्याएं शरीर से दूर रहती हैं। कई रिसर्च में पाया गया है कि नींद से जुड़ी समस्याएं पुरुषों की तुलना में महिलाओं को ज्यादा परेशान करती है। इसका सबसे बड़ा कारण हार्मोनल बदलाव हो सकता है। इसलिए अगर आप भी नींद की समस्या से जूझ रही हैं तो इन बातों को जान लेना चाहिए।

वुमन्स हेल्थ के अनुसार, अच्छी नींद लेकर आप माइंड और बॉडी को हेल्दी बना सकती हैं। जब आप सोती हैं तो आपकी बॉडी खुद को ऑटोहील करता है। लेकिन अगर रेस्टलेस लेग सिंड्रॉम से जूझ रही हैं तो नींद ले पाना कठिन हो जाता है। ऐसे में नींद न पूरी होने से मेंटल हेल्थ बुरी तरह प्रभावित हो सकता है। इसलिए दिनभर खुद को फ्रेश रखने के लिए महिलाओं को कम से कम 7 से 9 घंटे तक सोना चाहिए। प्रेग्नेंसी में रेस्ट लेना और भी ज्यादा जरूरी हो जाता है। न्यू मॉम को भी अच्छी नींद की दरकार होती है।

महिलाओं में नींद की समस्या ज्यादा होने के 3 कारण

प्रीमेंस्ट्रुम सिंड्रोम और प्रीमेंस्ट्रुअल डिस्फोरिक डिसऑर्डर है। इस समस्या में पीरियड की वजह से रातभर नींद नहीं आती है, जो महिलाओं में डिप्रेशन की वजह बन सकती है।

प्रेगनेंसी की वजह से नीदं की समस्या हो सकती है। दरअसल, थर्ड ट्राइमस्टर में महिलाएं पैर में होने वाले क्रैंप, सोने में दिक्कत और बार-बार बाथरूम जाने की वजह से ठीक तरह से सो नहीं पाती हैं।

पेरीमेनोपॉज की वजह से महिलाओं में अनिद्रा की शिकायत हो सकती है। इसमें हॉट फ्लश और रात के वक्त ज्यादा पसीना आने के कारण नींद पूरी नहीं होती है।

अगर नींद न आने से परेशान हैं और आपको लगता है कि आप स्लीप डिसऑर्डर की शिकार हो गई हैं तो कुछ लक्षणों से इसका पता लगा सकती हैं। बहुत कोशिश करने के बावजूद भी नींद न आना, सोते समय सांस लेने में अचानक से परेशानी आना, सोते वक्त कई बार सांस न लेा, पैरों का ज्यादा हिलना, खर्राटे की समस्या, रात में बार-बार टॉयलेट जाना, सुबह उठने पर फ्रेश न फील करना और दिनभर नींद आना स्लीप डिसऑर्डर के लक्षण हो सकते हैं। ऐसे में तुरंत डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए।(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 *साध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

काले और हरे अंगूर से ज्यादा फायदेमंद होता है लाल अंगूर, जानें इसके चमत्कारी फायदे

छोटे-छोटे लाल रंग के ये गुच्छे न सिर्फ दिखने में सुहावने लगते हैं, बल्कि स्वास्थ्य के लिए भी बहुत फायदेमंद होते हैं। लाल अंगूर में ऐसे असरदार गुण छिपे हुए हैं, जो न सिर्फ शरीर को बीमारियों से बचाते हैं बल्कि इसे अंदर से मजबूत भी बनाते हैं। अंगूर तीन रंगों में पाए जाते हैं - हरे, काले और लाल। इन तीनों में से, लाल अंगूर सबसे ज्यादा स्वास्थ्य लाभ देने वाला माना जाता है। लाल अंगूर में भरपूर मात्रा में विटामिन सी, एंटीऑक्सिडेंट्स और रेशों की मात्रा होती है। लाल अंगूर के सेवन से हमारा पाचन तंत्र सुधरता है, शरीर में आयरन की कमी दूर होती है और हृदय रोगों से बचाव होता है। यही नहीं, लाल अंगूर में पाए जाने वाले एंटीऑक्सीडेंट फ्री रेडिकल्स के कारण होने वाले नुकसान से बचाते हैं और कई प्रकार के कैंसर के खतरे को भी कम करते हैं।

पुरुषों के लिए फायदेमंद

लाल अंगूर पुरुषों के लिए काफी फायदेमंद होता है। लाल अंगूरों में बोरॉन नामक खनिज पाया जाता है, जो पुरुष हार्मोन के उत्पादन में सहायक होता है। विशेषज्ञों के अनुसार, लाल अंगूर का नियमित सेवन करने से पुरुषों में टेस्टोस्टेरोन जैसे सेक्स हार्मोन्स का स्तर बढ़ जाता है। ये हार्मोन पुरुषों की सेक्स पावर और लाइबिडो को बढ़ाने में मदद करते हैं। इसलिए, लाल अंगूर को डाइट में शामिल करके पुरुष अपनी सेक्स लाइफ को और अधिक सकारात्मक बना सकते हैं।

दिल के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद

लाल अंगूर में फ्लेवोनॉयड्स पाए जाते हैं जो कोलेस्ट्रॉल कम करने में सहायक होते हैं। इसमें पाए जाने वाले एंटीऑक्सिडेंट धमनियों को साफ रखते हैं और रक्त प्रवाह को बेहतर बनाते हैं। रेस्वेराट्रोल नामक यौगिक लाल अंगूर में पाया जाता है, जो दिल को स्वस्थ रखता है।

उच्च रक्तचाप को नियंत्रित करना

अंगूर में पाये जाने वाले पोटैशियम से रक्तचाप को संतुलित रखने में मदद मिलती है। लाल अंगूर में पोटेशियम, कैल्शियम और मैग्नीशियम जैसे खनिज पाए जाते हैं जो रक्तचाप को कम करने में सहायक होते हैं।

आंखों के लिए फायदेमंद

लाल अंगूर में ल्यूटिन और जेक्सैंथिन नामक कैरोटेनॉयड पाए जाते हैं जो आंखों की रोशनी को बेहतर बनाने में मदद करते हैं। इसमें एंटीऑक्सीडेंट गुण होता है जो आंखों की मांसपेशियों को आराम देता है और तनाव कम करता है।

स्किन के लिए

लाल अंगूर में विटामिन सी और एंटीऑक्सिडेंट्स होते हैं जो स्किन को डैमेज से बचाते हैं। इसमें मौजूद लाइकोपीन और रेस्वेराट्रोल त्वचा को चमकदार बनाते हैं। इसका रस त्वचा की नमी बनाए रखने में मदद करता है। यह सनबर्न और त्वचा के अन्य समस्याओं से राहत दिलाता है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -048

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संबंध, लगाव, नाता, काम 2. सिसकने की आवाज, सीत्कार 4. आग की ज्वाला, दहक 5. दियासलाई 7. प्रतिकार, प्रतिशोध 8. बाबुल की दुआएं लेती जा... गीतवाली बलराज साहनी, मनोजकुमार, राजकुमार, वहीदा की फिल्म 11. करतल ध्वनि 13. आपसी व्यवहार का संबंध, वास्ता 15. वचन, जीभ 16. रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला 17. एक सुंदर फूलदार वृक्ष 19. पत्नी, बीवी 20. मसालेदार सुगंधित सुरती।

ऊपर से नीचे

1. उचित, उपयुक्त, जायज 2. किवाड़ को अंदर से बंद करने लगा छड़, चटखनी 3. मांस के अत्यंत छोटे टुकड़े 4. माथा, मस्तक 6. कटोरी के आकार का नलीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं 9. रेखा 10. खून से लथपथ 11. छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर ताकने की क्रिया 12. व्यापार, धंधा 13. श्रृंगार करना, साजन 14. श्रवणइंद्रीय 16. सीमा, हद 18. चमड़ा, चाम 19. बोझ, दबाव।

1		■	■	2		3	■	■
	■	4			■	5	6	
7			■		■	■		■
■	■		■	8	9			10
11		■	12	■		■	■	
	■	13		14		■	■	
	■	15			■	16		
17	18			■	19		■	
■		■	■	20			■	■

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 47 का हल

मै	दा	न	■	स	र	ग	म	■
त्री	■	सी	■	■	क्षा	■	धु	र्रा
■	सा	ह	स	■	■	■	र	■
स्वा	ग	त	■	स	म	झौ	ता	■
व	र	■	■	र	■	■	■	म
लं	■	वि	ला	स	■	■	दा	म
बी	न	■	ज	■	सा	मा	न	ता
■	ज	■	वा	हि	या	त	■	■
त	र	की	ब	■	ना	■	खा	ली

वेस्टर्न ही नहीं एथनिक में भी बवाल लगती हैं नोरा फतेही

बॉलीवुड की फेमस डांसर और अभिनेत्री नोरा फतेही आए दिन अपने बहतरीन लुक्स से इंटरनेट पर बिजलियां गिराती रहती हैं। लेटेस्ट तस्वीरों में एक्ट्रेस ने सिंपल सी साड़ी पहन कर एक बार फिर से सोशल मीडिया पर लाइमलाइट लूट ली है। इन तस्वीरों में उनकी कातिलाना अदाएं देखकर फैंस के दिलों पर खंजर चल गए हैं। डांसिंग क्वीन नोरा फतेही ने हाल ही में अपनी लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरों से फैंस को दीवाना बना दिया है। इन तस्वीरों में नोरा फतेही ने ग्रीन कलर की बनारसी लुक में साड़ी पहनी हुई है,साथ ही डीपनेक ब्लाउज से अपने लुक को टिम अप किया हुआ है। ओपन हेयर, कानों में झुमकें और मिनिमल मेकअप कर के एक्ट्रेस नोरा फतेही ने अपने लुक को अच्छे से निखारा है। बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी हर एक लुक पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं। इन तस्वीरों में नोरा फतेही का खूबसूरत और कातिलाना अंदाज देखकर फैंस मदहोश हो गए हैं। नोरा फतेही ने इन तस्वीरों को क्लिक करवाते हुए एक से बढ?र एक कातिलाना पोज दिए हैं। बता दें कि नोरा फतेही सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। साथ ही लाइफ से जुड़ी हर एक अपडेट्स फैंस के बीच शेयर करती हैं। एक्ट्रेस की इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं कि नोरा ने एक बार फिर अपने लुक से लाइमलाइट लूट ली है। (आरएनएस)

भूमि पेडनेकर की फिल्म थैंक यू फॉर कमिंग का पहला गाना हांजी जारी

भूमि पेडनेकर पिछले कुछ वक्त से अपनी आगामी फिल्म थैंक यू फॉर कमिंग को लेकर चर्चा में हैंइसका निर्देशन रिया कपूर के पति करण बूलानी कर रहे हैं। यह बतौर निर्देशक उनकी पहली फिल्म हैरिया और एकता कपूर ने मिलकर इस फिल्म के प्रोडक्शन का काम संभाला है। अब निर्माताओं ने थैंक यू फॉर कमिंग का पहला गाना हांजी जारी कर दिया था, जिसे सोशल मीडिया पर प्रशंसकों का बेशुमार प्यार मिल रहा है। भूमि ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम पर थैंक यू फॉर कमिंग का पहला गाना हांजी साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, रैगर फेंकने का समय? हांजी। यह गाना सारेगामा म्यूजिक यूट्यूब चैनल और अन्य सभी प्रमुख ओटीटी स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म पर उपलब्ध हैथैंक यू फॉर कमिंग में शहनाज गिल, कुशा कपिला, डॉली सिंह, करण कुंद्रा, शिबानी बेदी और अनिल कपूर भी नजर आएंगेयह फिल्म 6 अक्टूबर को सिनेमाघरों में दस्तक देने के लिए तैयार है। हांजी को कोयोट अग्ली स्टाइल क्लब बैंगर में फिल्माया गया है, भूमि और उसका गिरोह पार्टी के लिए बाहर जाते हैं। लहराते शरीरों के समुद्र के बीच गर्ल गैंग डांस फ्लोर पर थिरकती है और फिर पार्टी को बार में ले जाती है। वे बार पर चढ़ते हैं और कुछ कामुक डांस मूव्स करते हैं! करण बुलानी द्वारा निर्देशित, एक उभरती हुई कॉमेडी के रूप में प्रस्तुत, थैंक यू फॉर कमिंग, कनिका कपूर की कहानी है, जिसका किरदार भूमि पेडनेकर ने निभाया है, जो 3० साल की एक अकेली लड?ी है, और वह सच्चे प्यार और आनंद की तलाश करती है।

शिल्पा शेट्टी की सुखी का पहला गाना नशा जारी

बॉलीवुड अभिनेत्री शिल्पा शेट्टी मौजूदा वक्त में अपनी आने वाली फिल्म सुखी को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैं। यह फिल्म 22 सितंबर को सिनेमाघरों में दस्तक देने के लिए तैयार है। अब निर्माताओं ने सुखी का पहला गाना नशा जारी कर दिया है, जिसे बादशाह, चक्षु कोतवाल और अफसाना खान ने अपनी आवाज दी है। गाने के बोल राजा दिलवाला ने लिखे हैं। नशा का संगीत बादशाह और हितेन ने तैयार किया है। शिल्पा ने इंस्टाग्राम पर नशा गाना साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, अब सबको चढ़ेगा, रीयूनियन का नशा। नशा गाना अब रिलीज़ हो गया है। यह गाना पॉप सॉन्ग है, जिसमें इलेक्ट्रॉनिक इन्फ्लुएंस है, जो सिंथ-पॉप या मॉडर्न इलेक्ट्रॉनिक पॉप की खासियत है, हालांकि इसमें बॉलीवुड के डांस सॉन्ग का टच भी है, और निश्चित रूप से यह एक फुट टैपर है। नशा गाना फिल्म की थीम से कहीं अधिक मेल खाता है और दर्शकों को खुशी का एहसास कराता है। नशा के वीडियो में शिल्पा के इसी नाम के किरदार सुखी और उसके दोस्तों को दिखाया गया है, जो अपने स्कूल रियूनियन में जाते हैं। यह गाना उनके मां के किरदार की भावना को बखूबी दर्शाता है, जो रूटीन लाइफ से ब्रेक लेकर एन्जॉय करना चाहती हैं। फिल्म का निर्देशन सोनल जोशी ने किया है, जबकि इसकी कहानी राधिका आनंद, पॉलोमी दत्ता और रूपिंदर इंद्रजीत ने लिखी हैभूषण कुमार फिल्म के निर्माता हैंसुखी में पवलीन गुजराल, दिलनाज ईरानी, चैतन्य चौधरी और अमित साध जैसे कलाकार भी मुख्य भूमिकाओं में दिखाई देंगे। (आरएनएस)

दिलजीत दोसांझ संग फिर बनी शहनाज गिल की जोड़ी

शहनाज गिल पिछले कुछ वक्त से अपनी आने वाली फिल्म थैंक यू फॉर कमिंग को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैंकरण बूलानी द्वारा निर्देशित यह फिल्म 6 अक्टूबर को सिनेमाघरों में दस्तक देने वाली हैअब इस बीच शहनाज ने अपनी नई पंजाबी फिल्म रान्ना च धन्ना का ऐलान कर दिया हैइसमें उनकी जोड़ी एक बार फिर दिलजीत दोसांझ के साथ बनी है। इससे पहले दोनों फिल्म हौंसला रख में साथ काम कर चुके हैं।

रान्ना च धन्ना अगले साल 2 अक्टूबर को सिनेमागरों में रिलीज होगीशहनाज ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम पर फिल्म का पहला पोस्टर साझा किया है। उन्होंने इसके कैप्शन में लिखा, इश्क ने गालिब निकम्मा कर दिया वरना चीज तो हम थे काम की। फिल्म 2 अक्टूबर, 2०24 को दुनिया भर के सिनेमाघरों में रिलीज होगीरान्ना च धन्ना का निर्देशन अमरजीत सरोन द्वारा किया जा रहा हैफिल्म में सोनम बाजवा भी मुख्य भूमिका में नजर आने वाली हैं।

शहनाज ने फिल्म का पोस्टर शेयर किया है जिसमें सभी एक्टर्स का एनिमेशन नजर आ रहा है। दिलजीत दोसांझ किसी राजा जैसे नजर आ रहे हैं और उनके बगल में खड़ीं सोनम बाजवा और शहनाज गिल उनकी रानी लग रही हैं। उनके पीछे भी कुछ लोग महिलाएं दिख रही हैं। पोस्ट के साथ शहनाज ने कैप्शन में लिखा, इश्क ने गालिब निकम्मा कर दिया वरना चीज तो थे हम भी काम की।

शहनाज को फिलहाल इस फिल्म के लिए सोशल मीडिया पर ढेर सारी मुबारकबाद मिल रही है। एक्ट्रेस को लोग कह रहे हैं कि ये बिग बॉस की सबसे कामयाब कंटेस्टेंट्स में से एक हैं।

शहनाज गिल किसी का भाई किसी की जान के बाद और भी बॉलीवुड फिल्मों में नजर आने वाली हैं। हाल ही में भूमि पेडनेकर स्टारर फिल्म थैंक्यू फॉर कमिंग का ट्रेलर रिलीज हुआ है। इस फिल्म में भी शहनाज गिल अपनी छाप छोड़ती नजर आएंगी। इसके अलावा एक्ट्रेस एक और फिल्म में दिखाई देंगी जिसमें जॉन अब्राहम और नोरा फतेही लीड रोल मे हैं। इस फिल्म का अभी ऑफिशियल अनाउंसमेंट नहीं हुआ है।(आरएनएस)

रेड ड्रेस में रकुल प्रीत सिंह ने मचाया बवाल

बॉलीवुड एक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह ने हाल ही में अपने लेटेस्ट लुक्स से सोशल मीडिया पर सनसनी मचा दी है। इन तस्वीरों में उनका हॉट लुक देखकर फैंस का दिल मचल गया है।

बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो लोग उनकी फोटोज पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते हुए नहीं थकते हैं। एक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह हमेशा अपनी बोल्डनेस और फैशन स्टेटमेंट्स के कारण फैंस के बीच लाइमलाइट में रहती हैं। वो जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस अक्सर उनके हर एक लुक पर अपना दिल हार जाते हैं।

हालिया फोटोशूट के दौरान रकुल प्रीत ने बेहद ही ग्लैमरस अंदाज में तस्वीरें क्लिक करवाई हैं। इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं कि एक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह ने रेड कलर की डीपनेक आउटफिट पहना हुआ है। एक्ट्रेस का बोल्ड ड्रेसिंग सेंस देखकर फैंस एक बार फिर से उनके हुस्न के दीवाने हो गए हैं। रकुल प्रीत सिंह अपनी इन फोटोज में कैमरे के सामने सिजलिंग अंदाज में पोज देते हुए नजर आ रही हैं। बता दें कि एक्ट्रेस अपने फैंस के साथ जुड़े रहने के लिए सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। हालांकि फैंस भी उनकी हर एक फोटोज और वीडियोज का बेसब्री से इंतजार करते हैं। (आरएनएस)

मैं बिल्कुल फिल्मी शादी चाहती हूं:शफक नाज़

शफक नाज़ टीवी इंडस्ट्री की सबसे पॉपुलर एक्ट्रेस में से एक हैं। वह महाभारत, चिड़ि?ा घर, कुल्फी कुमार बाजेवाला जैसे कई हिट शो में अपनी शानदार परफॉर्मेंस से लाखों दिल जीत चुकी हैं। वहीं शफक की पर्सनल लाइफ की बात करें तो वे इसे सिंपल रखना पसंद करती हैं।

इन सबके बीच बता दें कि शफक काफी समय से मस्कट बेस्ड बिजनेसमैन जीशान को डेट कर रही हैय कुछ महीने पहले खबरें आई थीं कि दोनों जल्द शादी के बंधन में बंध जाएंगे और मई 2०23 में कोर्ट मैरिज करेंगेय हालांकि इसके फौरन बाद, एक और रिपोर्ट सुर्खियों में आने लगी कि एक्ट्रेस ने कुछ इश्यू की वजह से शादी तोड़ दी है। वहीं हाल ही में एक इंटरव्यू में शफक ने इस बारे में खुलकर बात की और ऐसे सभी दावों को खारिज कर दिया।

हाल ही में शफक नाज़ ने अपने ब्रेकअप की अफवाहों के बारे में खुलकर बात की। एक्ट्रेस ने कहा कि वह और उनके बॉयफ्रेंड जीशान एक दूसरे के साथ बहुत अच्छे हैं और वे अब चार साल से रिलेशनशिप में हैं। शफ़ाक ने कहा, ईमानदारी से कहूं तो हम हमेशा अच्छे थे, और यह सब इसलिए भी हो रहा था क्योंकि मेरे और मेरे पार्टनर के लिए इतने सारे लोगों को हैंडल करना और डायजेस्ट करना बहुत मुश्किल था।

कोई भी नहीं चाहता कि उनकी शादी टल जाए लेकिन हम दोनों हैं अब अच्छा है, और यही मायने रखता है, शादी हम दोनों के लिए सिर्फ एक फॉर्मेलिटी है और जब भी यह होगी, लोगों को पता चल जाएगा। मैं वह इंसान हूं जो बड़ी धूमधाम से इंडियन वेडिंग चाहती है और मैं एक ठेठ फिल्मी शादी चाहती हूं, सब कुछ एक्साइटमेंट और बिग फंक्शंस के साथ। मेरे दिमाग में, हम पहले से ही शादीशुदा हैं और मैं इससे खुश हूं।

शफक नाज़ ने अपने बॉयफ्रेंड जीशान की तारीफ की और शेयर किया कि वह उनके लिए बहुत कीमती हैं। शफक ने कहा,मुझे थोड़ा गुस्सा आता है कि यह क्या स्टेटमेंट है, जैसे कि मैंने ऐसा नहीं कहा है, उन्होंने इसे इस तरह से क्यों लिखा है और जीशान कहते हैं, यह ठीक है, इसे छोड़ दो, तुम्हें पता है कि चीजें कैसी हैं, रहने दो। वह रिश्ते में काफी शांत इंसान है, और वह बहुत हद तक ऐसा ही है, वह सुलझा हुआ है, लेकिन जब चीजों को गलत तरीके से दिखाया जाता है और मैं उन लोगों के प्रति बहुत प्रोटेक्टिव हूं जिनसे मैं प्यार करती हूं और मैं अपने बॉयफ्रेंड से प्यार करती हूं, और जब तक वे प्रभावित नहीं होते हैं मैं ठीक हूं। (आरएनएस)

लैंगिक दृष्टि से संवेदनशील स्थायी परिवर्तन को प्रोत्साहन

संगीता रेड्डी

जी२० एम्पॉवर वैश्विक स्तर की एक ऐसी पहल है, जो शिक्षा और आर्थिक भागीदारी के माध्यम से महिला सशक्तिकरण को बढ़ावा देने हेतु जी२० देशों की सरकारी संस्थाओं और निजी संगठनों को एक मंच पर लाती है।

महिला सशक्तिकरण की कहानी में एक महत्वपूर्ण मोड़ उस समय आया जब प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने %महिलाओं के नेतृत्व वाले विकास' की अवधारणा पेश की। भारत के लिए खास यह अभिनव दृष्टिकोण अब जी२० एम्पॉवर के साझा शब्दकोष का हिस्सा बन गया है। इस दृष्टिकोण ने अपना ध्यान महिलाओं को मात्र सशक्त बनाने से हटाकर ऐसे माहौल को बढ़ावा देने पर केन्द्रित किया है, जहां महिलाएं केवल लाभार्थी हों भर न हों बल्कि विकास की अगुआ भी हों।

जी२० एम्पॉवर की भारत की अध्यक्षता के तहत, हमने इस अवधारणा को पूरे दिल से अपनाया है और कथानक में इस परिवर्तन को दर्शाते हुए एक रोडमैप बनाने का प्रयास किया है। हमारा ध्यान तीन पहलुओं पर है- शिक्षा, महिला उद्यमिता और सभी स्तरों पर महिला नेतृत्व को बढ़ावा देने के लिए साझेदारी बनाना। हमारा मानना है कि डिजिटल समावेशन इन सभी क्षेत्रों में एक साझा विषय है और हम यह सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध हैं कि महिलाओं को सफल होने के लिए आवश्यक डिजिटल उपकरण और संसाधन उन्हें समान रूप से सुलभ हों।

शिक्षा के क्षेत्र में, हम महिलाओं के लिए एसटीईएम शिक्षा और उच्च विकास वाली नौकरी के अवसरों को और अधिक सुलभ बनाने की हिमायत कर रहे हैं। हम विभिन्न बड़ी कंपनियों को प्रशिक्षुता कार्यक्रमों और भविष्योन्मुखी समावेशी पाठ्यक्रम में निवेश करने के लिए प्रोत्साहित कर रहे हैं। हम विभिन्न सरकारों से ऐसी स्पष्ट नीतियों और कानूनी ढांचे से लैस ऋसंपूर्ण-सरकारऋ का दृष्टिकोण अपनाने का भी आग्रह कर रहे हैं, जो महिलाओं और लड़कियों को निरंतर सीखने के लिए प्रोत्साहित करे।

महिला उद्यमिता के संदर्भ में, हमने महिला उद्यमियों, विशेषकर सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यमों (एमएसएमई) के उद्यमियों के उत्थान के लिए एक व्यापक रणनीति विकसित की है। हमारा मानना है कि महिला उद्यमियों को अर्थव्यवस्था का मजबूत स्तंभ बनने में समर्थ बनाना एक लाभकारी सौदा है - यानी व्यापक लैंगिक समानता के साथ एक समृद्ध अर्थव्यवस्था। हम निजी क्षेत्र को न केवल एक वित्तपोषक एवं खरीददार के रूप में, बल्कि एक मार्गदर्शक एवं विकास के उत्प्रेरक के रूप में भी आगे आने के लिए प्रोत्साहित कर रहे हैं।

हम सभी स्तरों पर महिला नेतृत्व को बढ़ावा देने के लिए भी प्रतिबद्ध हैं। हम निर्णय लेने वाले स्तर पर महिलाओं के पहुंचने की प्रक्रिया को बढ़ावा देने के लिए क्षमता निर्माण कार्यक्रम विकसित कर रहे हैं, समावेशी कार्यस्थल से जुड़ी नीतियां पेश कर रहे हैं, लैंगिक विविधता के आयामों की नियमित समीक्षा व उसके बारे में प्रकाशन कर रहे हैं और महिला कर्मचारियों की सुरक्षा एवं कल्याण सुनिश्चित कर रहे हैं। महिलाओं को वास्तव में सशक्त बनाने के लिए, हमें समाज के सभी स्तरों पर नेतृत्व और निर्णय लेने की प्रक्रिया में उनकी भूमिका को प्रोत्साहित करने की आवश्यकता है।

हमें भारत की अध्यक्षता में इस पहल के तहत प्राप्त छह ठोस परिणामों को रेखांकित करने का विशेष रूप से गर्व है। सबसे पहले, हमने टेकइक्विटी प्लेटफॉर्म का शुभारंभ किया है, जो महिलाओं को ज्ञान के माध्यम से आगे रहने में मदद करने के उद्देश्य से डिज़ाइन किया गया एक अनूठा डिजिटल प्लेटफॉर्म है। कुल 12० भाषाओं में उपलब्ध इस प्लेटफॉर्म के अगले छह महीनों में कम से कम दस लाख महिलाओं तक पहुंचने की उम्मीद है।

दूसरा, हमने एक केपीआई डैशबोर्ड विकसित किया है जो महिला सशक्तिकरण एवं प्रतिनिधित्व के मामले में हुई प्रगति का पता लगाने के लिए एक मापने योग्य एवं व्यवस्थित तरीका प्रदान करता है। मजबूत कार्यप्रणाली का उपयोग करके इन आंकड़ों पर लगातार नजर रखकर, हम सभी क्षेत्रों में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने हेतु रुझानों, मूल कारणों और संभावित उपायों की पहचान कर सकते हैं।

तीसरा, हमने एक %उत्कृष्ट कार्यप्रणाली प्लेबुक' बनाई है। यह एक सर्वेक्षण-आधारित विश्लेषणात्मक उपकरण है, जो उत्कृष्ट कार्यप्रणालियों को संकलित करता है और इसे दुनिया भर की प्रभावी रणनीतियों एवं कार्यप्रणालियों को साझा करने के उद्देश्य से डिजाइन किया गया है। इस प्लेबुक के 2०23 संस्करण में जी२० के 19 सदस्य व अतिथि देशों की 149 उत्कृष्ट कार्यप्रणालियां संकलित हैं।

चौथा, हमने जी२० देशों और अतिथि देशों की सफल महिलाओं की सफलता की कहानियों को सामने लाने के उद्देश्य से जी२० एम्पॉवर की वेबसाइट पर प्रेरणादायक कहानियों का एक विशेष खंड तैयार किया है। जी२० एम्पॉवर की वेबसाइट पर 1० देशों की 73 प्रेरणादायक कहानियां प्रदर्शित की गई हैं।

पांचवां, हमारी अध्यक्षता के तहत, भारत ने हिमायत करने वालों के नेटवर्क का विस्तार करने और संकल्प को अपनाने के लिए जी२० एम्पॉवर पहल का समर्थन करना जारी रखा है। जी२० एम्पॉवर के हिमायत करने वालों के नेटवर्क, जिसमें लैंगिक समानता को बढ़ावा देने के लिए प्रतिबद्ध प्रभावशाली संगठन शामिल हैं, ने अपना विस्तार करना जारी रखा है और जी२० देशों में इसके समर्थकों की संख्या 5०० से अधिक हो गई है।

इन पहलों के अलावा, हमने %गांधीनगर घोषणा' भी पेश की है। यह घोषणा निजी क्षेत्र की ओर से लैंगिक समानता के प्रति एक महत्वपूर्ण प्रतिबद्धता है।

इस घोषणा के तहत, कंपनियां यह सुनिश्चित करने का संकल्प लेती हैं कि उनकी श्रमशक्ति में कम से कम 3० प्रतिशत महिलाएं शामिल होंगी। उन क्षेत्रों में जहां श्रमशक्ति में पहले से ही 3० प्रतिशत महिलाएं मौजूद हैं, यह घोषणा इस बात को सुनिश्चित करने तक जाती है कि उक्त संगठन के सभी स्तरों पर 3० प्रतिशत महिलाएं मौजूद हों।

3० गुणा 3० की यह शक्तिशाली घोषणा, जिसके लक्ष्य को 2०3० तक पूरा कर लेना है, अपेक्षाकृत अधिक न्यायसंगत एवं समावेशी श्रमशक्ति के निर्माण की हमारी सामूहिक प्रतिबद्धता का एक प्रमाण है।

(लेखिका जी२० एम्पॉवर की अध्यक्ष और फिक्की की भूतपूर्व अध्यक्ष हैं; ये उनके निजी विचार हैं)

सू- दोकू क्र.048

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.47 का हल

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

इरादा पूरा कैसे होगा?

आईएमईसी की घोषणा के साथ प्रश्न उठा कि इसकी फंडिंग का सिस्टम क्या होगा, टेक्नोलॉजी और सामग्रियां कौन उपलब्ध कराएगा, परियोजनाओं पर अमल कौन-सी कंपनियां करेंगी और प्रोजेक्ट तैयार होने पर उनका प्रबंधन कौन करेगा? नई दिल्ली में जी-2० शिखर सम्मेलन के दौरान एक महत्वपूर्ण पहल यह हुई कि भारत से पश्चिम एशिया होते हुए पूर्वी यूरोप तक एक आर्थिक गलियारा बनाने का एलान हुआ। इसे इंडिया- मिडल ईस्ट-यूरोप कॉरिडोर (आईएमईसी) नाम दिया गया है। इरादा यह है कि इस पूरे क्षेत्र को जोड़ने के लिए रेल और जल मार्गों का विकास किया जाएगा। विभिन्न देशों के बीच बंदरगाहों को जोड़ा जाएगा, जिससे कारोबार आसान हो जाएगा। अमेरिकी पहल पर हुए इस करार की जब घोषणा हुआ, तो सहज ही इसके पहले की अमेरिका की दो बड़ी घोषणाएं याद आईं। राष्ट्रपति बनने के कुछ महीनों के बाद ही राष्ट्रपति जो बाइडेन ने बिल्ड बैक बेटर वर्ल्ड नाम से इन्फ्रास्ट्रक्चर निर्माण की महत्त्वाकांक्षी परियोजना शुरू करने का एलान किया था। मौका जी-7 का शिखर सम्मेलन था। तब उन्होंने कहा था कि इसके लिए निजी क्षेत्र से 2०० बिलियन डॉलर की रकम जुटाई जाएगी। साल भर बाद यानी 2०22 के जून में जब जी-7 देशों के नेता फिर मिले, तो बाइडेन ने इस परियोजना का नाम बदल कर ग्लोबल पार्टनरशिप फॉर इन्फ्रास्ट्रक्चर एंड इन्वेस्टमेंट करने का एलान किया। फिर 2०० बिलियन डॉलर जुटाने की बात कही। अब 2०23 के सितंबर में इस प्रोजेक्ट ने उन्होंने एक बार फिर 2०० बिलियन डॉलर जुटाने की बात दोहराई।

जाहिर है, ये प्रोजेक्ट कहीं नहीं पहुंचा है। इसीलिए आईएमईसी की घोषणा के साथ प्रश्न उठा कि इसकी फंडिंग का सिस्टम क्या होगा, टेक्नोलॉजी और सामग्रियां कौन उपलब्ध कराएगा, परियोजनाओं पर अमल कौन-सी कंपनियां करेंगी और प्रोजेक्ट तैयार होने पर उनका प्रबंधन कौन करेगा? ये प्रश्न इसलिए अहम हैं, क्योंकि जो देश इसमें शामिल हुए हैं, उनके पास ऐसी उत्पादक क्षमताओं का अभाव है, जिससे इतने बड़े पैमाने पर किसी योजना को लागू किया जा सके। फिर निजी क्षेत्र की भूमिका समस्याग्रस्त है, क्योंकि बड़ी सब्सिडी या तुरंत मुनाफे की आस ना होने पर इस क्षेत्र की कंपनियों की कोई दिलचस्पी नहीं रहती। चीन बेल्ट एंड रोड इनिशिएटिव को इसलिए लागू कर पाया है, क्योंकि उसके पास सार्वजनिक क्षेत्र और उत्पादक अर्थव्यवस्था है। यह बात खुद जो बाइडेन और उनके राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार जेक सुलिवन स्वीकार कर चुके हैं।(आरएनएस)

राजवीर देओल का पालोमा ढिल्लों संग दिखा रोमांटिक अंदाज

सनी देओल के बेटे राजवीर देओल अभिनय की दुनिया में कदम रखने के लिए तैयार है।वह पिछले कुछ वक्त से अपनी पहली फिल्म दोनों को लेकर चर्चा में हैं।इसमें उनकी जोड़ी पूनम ढिल्लों की बेटी पालोमा के साथ बनी है, जिसे देखने के लिए दर्शक काफी उत्साहित हैं।अब निर्माताओं ने दोनों का पहला गाना अग लगदी जारी कर दिया है, जिसमें राजवीर और पालोमा एक-दूसरे के प्यार में डूबे नजर आ रहे हैं।

जियो स्टूडियो ने अपने आधिकारिक एक्स हैंडल पर दोनों का पहला गाना अग लगदी साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, यह डांस फ्लोर पर आग लगाने का समय है।इस गाने को सिद्धार्थ महादेवन और लिसा मिश्रा ने अपनी आवाज दी है, जबकि इसके बोल इरशाद कामिल ने लिखे हैं।यह फिल्म 5 अक्टूबर को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।दोनों के जरिए सूरज बड?त्या के बेटे अवनीश एस बड?त्या निर्देशन की दुनिया में कदम रख रहे हैं।

गौरतलब है कि इन दोनों के माता-पिता भी पहले फिल्म में नायक-नायिका के तौर पर नजर आ चुके हैं। सनी देओल और पूनम ढिल्लों ने साल 1984 में आई लव स्टोरी फिल्म सोहनी महिवाल में लीड रोल प्ले किया था। अब दोनों के बच्चे एक साथ फिल्म करने जा रहे हैं। फिल्म दोनों राजश्री प्रोडक्शन की 59वीं फिल्म है। बताते चलें कि अवनीश एस बडज़ात्या ने इससे पहले साल 2०15 में रिलीज हुई फिल्म प्रेम रतन धन पायो में असिस्टेंट डायरेक्टर और फिल्म ऊंचाई में एसोसिएट डायरेक्टर के तौर पर काम किया है।

यह फिल्म एक ताज़ा प्रेम कहानी होगी जो आपको मैंने प्यार किया के आकर्षण को फिर से देखने पर मजबूर कर देगी।

डेविल से संयुक्ता का फर्स्ट लुक पोस्टर सामने आया

नंदामुरी कल्याण राम की उत्सुकता से प्रतीक्षित अवधि जासूसी थ्रिलर, डेविल, अभिषेक नामा के निर्माण और निर्देशन के तहत 24 नवंबर, 2०23 को सिनेमाघरों में रिलीज होने के लिए पूरी तरह तैयार है।

संयुक्ता के जन्मदिन के अवसर पर, जो फिल्म में निषाधा की मुख्य भूमिका निभा रही हैं, निर्माताओं ने उनके चरित्र पोस्टर का अनावरण किया। पोस्टर में, संयुक्ता पारंपरिक पोशाक में लालित्य का परिचय दे रही है, एक गर्म मुस्कान के साथ, नारियल और फूलों से सजे मंदिर की यात्रा का संकेत दे रही है।

डेविल में श्रीकांत विस्सा की मनमोहक कहानी, पटकथा और संवाद हैं। फिल्म का संगीत हर्षवर्द्धन रामेश्वर ने तैयार किया है, जबकि सौंदराजन छायाकार हैं। इस बहुप्रतीक्षित पीरियड स्पाई थ्रिलर पर अधिक अपडेट के लिए हमारे साथ बने रहें।

सरकार जनता के द्वार के तहत जिलाधिकारी ने किया गाँवों का भ्रमण

हरिद्वार (सं)। सरकार जनता के द्वार के अंतर्गत जिलाधिकारी धीरज सिंह गर्ब्याल ने गाँवो का भ्रमण कर निरीक्षण कर रात्रि विश्राम किया । आज यहां जिलाधिकारी धीराज सिंह गर्ब्याल ने देर शाम मुख्यमंत्री की प्राथमिकताओं में सम्मिलित कार्यक्रम 'सरकार जनता के द्वार' के अन्तर्गत विकासखण्ड व तहसील रूड़की के ग्राम कवादपुर लोदीवाला का भ्रमण, निरीक्षण तथा रात्रि विश्राम किया। जिलाधिकारी ने इस मौके पर गांववासियों को सम्बोधित करते हुये कहा कि आपकी जिस स्तर-गांव, ब्लाक, जनपद या शासन स्तर की समस्या हो, उसका निराकरण अधिकारियों द्वारा किया जायेगा। उन्होंने कहा कि सरकार जनता के द्वार के तहत आपकी समस्याओं के समाधान के लिये सचिव स्तर के अधिकारी भी गांवों का भ्रमण कर रहे हैं तथा आपके द्वारा प्रस्तुत समस्याओं की मॉनिटरिंग शासन द्वारा भी की जा रही है। धीराज सिंह गर्ब्याल ने स्वच्छता ही सेवा पखवाड़े का जिक्र करते हुये कहा कि स्वच्छता ही सेवा पखवाड़ा विगत 15 सितम्बर से प्रारम्भ हो चुका है, जो 02 अक्टूबर तक चलेगा। उन्होंने बताया कि स्वच्छ भारत मिशन (ग्रामीण) के अन्तर्गत जनपद हरिद्वार की कुल 482 ग्राम पंचायतों में स्वच्छ सर्वेक्षण 2023 के आधार पर जनपद हरिद्वार को राज्य में प्रथम एवं राष्ट्रीय स्तर पर छठा स्थान प्राप्त हुआ है, जिसके अन्तर्गत जनपद के 13 गांवों को स्वच्छता पुरस्कार प्राप्त हुआ है तथा हम आशा करते हैं कि आने वाले समय में ग्राम कवादपुर लोदीवाला भी पुरस्कार प्राप्त करने की श्रेणी में होगा, जिसके लिये उन्हें अभी से मेहनत करनी होगी। उन्होंने इस मौके पर सभी को स्वच्छता की शपथ भी दिलाई।

गबन की गई राशि नहीं लौटी तो होगा आंदोलन

पिथौरागढ़ (सं)। मुनस्यारी पंचायत प्रतिनिधियों ने डाक अधीक्षक को पत्र लिखकर चेतावनी दी है कि गबन किये गये 94 लाख रूपये नही लौटाये तो आंदोलन किया जायेगा। आज यहां मुनस्यारी के पंचायत प्रतिनिधियों ने 140 किमी दूर जाकर वर्ष 2020 में डाकघर मुनस्यारी में हुई 94 लाख रुपए के गबन की रकम खाता धारकों को दिए जाने की मांग उठाई। उन्होंने डाक अधीक्षक एचसी उपाध्याय को पत्र देकर चेतावनी दी है, कि अगर एक सप्ताह के भीतर इस मामले में कोई कार्रवाई नहीं की गई तो डाक विभाग के खिलाफ आंदोलन किया जाएगा। ज्ञात रहे की डाकघर मुनस्यारी में वर्ष 2020 में हुए गबन में खाता धारकों के 94 लाख एक आउटडोर कर्मचारी द्वारा हड़प लिया गया था। क्षेत्र के जनप्रतिनिधियों के मध्य यह बात तय हुई थी कि तीन माह के भीतर 94 लख रुपए की राशि खाता धारकों को वापस कर दी जाएगी। तीन माह बीत जाने के बाद भी डाक विभाग द्वारा इस संदर्भ में कोई कार्रवाई नहीं किए जाने से नाराज पंचायत प्रतिनिधियों ने जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया की अगुवाई में डाक अधीक्षक एचसी उपाध्याय से मुलाकात की। उन्होंने पोस्ट मास्टर जनरल देहरादून के नाम पत्र सौंपते हुए कहा कि पंचायत प्रतिनिधियों के मध्य तीन माह के भीतर निदेशक ने गबन की हुई रकम वापस लौटने की बात की थी। जिस आधार पर निदेशक का घेराव करने के लिए आए लोगों को शांत किया गया था।

लोकायुक्त गठन की कवायद फिर शुरु...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

त्रिवेंद्र सरकार द्वारा विधानसभा में इसका प्रस्ताव तो लाया गया लेकिन कांग्रेस के समर्थन के बाद सरकार ने इसे विधानसभा की प्रवर समिति को सौंप दिया था। प्रवर समिति ने कुछ संशोधनों के साथ इसे सरकार को वापस भेजा गया था तब से यह सरकार के पास ही धूल फाक रहा है।

अभी बीते दिनों हाईकोर्ट ने एक जनहित याचिका पर सुनवाई के दौरान सरकार को लोकायुक्त गठन के निर्देश देते हुए लोकायुक्त की नियुक्ति के बिना लोकायुक्त कार्यालय पर होने वाले खर्चे पर भी रोक लगा दी थी। अब देखना होगा कि धामी सरकार कब तक लोकायुक्त का गठन कर पाती है।

रिजॉर्ट में चल रहे कैसीनो का भंडाफोड़..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

गुप्ता ने बताया कि यह प्रॉपर्टी बेशक मेरी है लेकिन मैंने तनुज नाम के व्यक्ति को उसे लीज पर दिया हुआ है,रिजॉर्ट में इस तरह की गतिविधियां चल रही थी जिसकी मुझे जानकारी नहीं थी।

बता दें कि नीरज फॉरेस्ट रिजॉर्ट उसी क्षेत्र में है जहां उत्तराखण्ड का बहुचर्चित अंकिता हत्याकांड हुआ था। अंकिता हत्याकांड के मुख्य आरोपी पुलकित आर्य का रिजॉर्ट भी इसी क्षेत्र में है। जहां पर अवैध रूप से जुआ खिलाने की चर्चाएं भी सामने आई थी। अब यह दूसरा रिजॉर्ट जुआ खिलाते हुए पकड़े जाने से क्षेत्र में संचालित हो रहे अन्य रिजॉर्ट भी संदेह के घेरे में आ गए हैं। जिनकी जांच जरूरी है।

'नैक पियर टीम का मूल्यांकन कार्य दो दिनों तक चलेगा'

कार्यालय संवाददाता

नरेन्द्रनगर। भारत की उच्च शिक्षा एवं अन्य शिक्षण संस्थानों की मूल्यांकन एवं प्रत्यायन की मानक संस्था राष्ट्रीय मूल्यांकन एवं प्रत्यायन परिषद नैक पियर टीम के सदस्यों ने आज धर्मानंद उनियाल राजकीय महाविद्यालय नरेंद्र नगर पहुंचकर कॉलेज के विभिन्न कार्यों एवं दस्तावेजों का भौतिक रूप से निरीक्षण एवं मूल्यांकन किया।

उल्लेखनीय है कि नैक पियर टीम के द्वारा शिक्षा, छात्रों के परिणाम, अनुसंधान,संकाय ,बुनियादी ढांचे, वित्त, प्रशासन आदि बिंदुओं के अंतर्गत संस्थानों की गुणवत्ता का मूल्यांकन किया जाता है। जिसके आधार पर संबंधित संस्था को ग्रेड प्रदान की जाती है, जिससे शिक्षा जगत में संस्थाओं की विश्वसनीयता एवं साख का निर्माण होता है।

इस क्रम में धर्मानंद उनियाल राजकीय महाविद्यालय नरेंद्र नगर ने पंजीकरण, आई आई क्यू ए, एस एस आर, डीवीवी आदि मूल्यांकन प्रक्रियाएं सफलता पूर्वक पूरी कर पियर रिव्यू टीम के मूल्यांकन चरण में प्रवेश कर लिया है। इस सिलसिले में नैक पियर टीम ने आज महाविद्यालय का भौतिक मूल्यांकन, आंकड़ों एवं कार्यों का सत्यापन किया।

नैक पियर टीम का यह मूल्यांकन कार्य 22 एवं 23 सितंबर को दो दिनों तक चलेगा। तीन सदस्यीय इस पियर टीम का नेतृत्व चेयरपर्सन के रूप में सिंबोसिस अंतरराष्ट्रीय विश्वविद्यालय पुणे,महाराष्ट्र की कुलपति डॉ रजनी गुप्ते कर रही हैं। इसके साथ ही मेंबर कोऑर्डिनेटर के रूप में डॉ कनिका शर्मा अवकाश प्राप्त प्रोफेसर वनस्पति विज्ञान विभाग एमएलएसयू, उदयपुर, राजस्थान एवं सदस्य के रूप में डॉ हिना पटेल, प्राचार्य ,एम एम शाह महिला आर्ट कॉलेज ,कड़ी ,गुजरात अपनी भूमिका निभा रही हैं।

इससे पूर्व आज प्रात: 9:00 बजे महाविद्यालय परिवार ने नैक पियर टीम सदस्यों का पारंपरिक रूप से स्वागत के साथ परिचय की रस्म पूरी की। महाविद्यालय परिवार एवं पियर टीम सदस्यों के साथ टीम की चेयरपर्सन ने ध्वजारोहणकर राष्ट्रगान किया । टीम के सदस्यों ने शौर्य दीवार पर शहीदों को पुष्पांजलि देकर नमन किया।

महाविद्यालय की ऐतिहासिक यात्रा के एक लघु वीडियो के साथ प्राचार्य प्रोफेसर आर के उभान ने महाविद्यालय के कार्यों का स्लाइड एवं पावर पॉइंट के माध्यम से नैक पियर टीम के समक्ष प्रस्तुतीकरण किया। इसके उपरांत विभाग प्रभारियों के साथ बैठक, विभागों एवं प्रयोगशालाओं का निरीक्षण, प्राध्यापकों एवं विभिन्न समितियों के प्रभारियों से अंतर- क्रिया के कार्यक्रम निर्धारित समय पर आयोजित किए गए।

दोपहर के भोजन के उपरांत टीम ने कॉलेज की विभिन्न गतिविधियों खेल, एन एस एस,गार्डनिंग व्यायामशाला, स्मार्ट क्लासरूम आदि का स्थलीय निरीक्षण किया। पूर्व छात्रों (एलुमिनी), अभिभावकों से अंतर क्रिया के अलावा महाविद्यालय की विभिन्न गतिविधियों में संलग्न प्रकोष्ठों के कार्यों का अवलोकन भी पियर टीम द्वारा किया गया।

आइक्यूएसी सदस्यों, शिक्षणेत्तर कर्मचारियों ,प्रशासनिक , वित्त/ लेखा अधिकारियों से बैठक एवं छात्रों द्वारा प्रदर्शित सांस्कृतिक कार्यक्रमों के अवलोकन के बाद प्रथम दिवस का निरीक्षण , सत्यापन एवं मूल्यांकन कार्य संपन्न हो गया। इस अवसर पर कॉलेज प्राध्यापकों, कर्मचारियों, छात्रों ,पुरातन छात्रों एवं अभिभावकों की विशेष उपस्थिति से चहल-पहल बनी रही।

स्कूटी चालक ने लूटा मोबाइल

संवाददाता

देहरादून। स्कूटी चालक मोबाइल लूटकर फरार हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार चन्दन नगर निवासी कौसल ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह भूरा चिकन कार्नर पर खडा था अचानक एक लड़का समय मेहरुन रंग की स्कूटी मे आया और उसके हाथ से जबरदस्ती उसका मोबाईल फोन लूटकर भाग गया। उसने अपना फोन कस कर पकडा हुआ था लेकिन वह अज्ञात स्कूटी चालक ने जबरदस्ती ताकत लगाकर उसका फोन उसके हाथ से लूटकर ले गया।

पांच पेटी अंग्रेजी शराब सहित तस्कर दबोचा

हमारे संवाददाता

चमोली। शराब तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने पांच पेटी अंग्रेजी शराब व तस्करी में प्रयुक्त कार सहित गिरफ्तार कर लिया है। जानकारी के अनुसार कल देर शाम कोतवाली चमोली पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ शराब तस्कर अवैध शराब की सप्लाई हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को क्षेत्रपाल के पास एक संदिग्ध आल्टो कार आती हुई दिखायी दी। पुलिस ने जब उसे रोकना चाहा तो कार चालक कूदकर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। कार की तलाशी के दौरान पुलिस ने उसमें रखी पांच पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की। पूछताछ में उसने अपना नाम विक्रम प्रसाद पुत्र उदय राम निवासी नंदानगर घाट बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी गयी है।

उप निरीक्षक परीक्षा की जांच करने से क्यों घबरा रही सरकारः मोर्चा

हमारे संवाददाता

विकासनगर। जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि पुलिस उप निरीक्षक (रैंकर परीक्षा) 2014-15 में हुई भारी अनियमितता की उच्च स्तरीय जांच करने में सभी सरकारी मशीनरी ने हाथ खड़े कर दिए हैं।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि पुलिस उप निरीक्षक (रैंकर परीक्षा) 2014-15 में हुई भारी अनियमितता की उच्च स्तरीय जांच करने में सभी सरकारी मशीनरी ने हाथ खड़े कर दिए हैं। पुलिस मुख्यालय ने तो सीधे तौर पर अपना पल्ला ही झाड़ लिया है। हैरत की बात यह है कि गृह विभाग जांच संबंधी पत्रावली कार्मिक विभाग को भेज रहा तथा कार्मिक विभाग गेंद फिर गृह विभाग के पाले में सरका रहा तथा फिर से गृह विभाग कार्मिक विभाग के पाले में गेंद सरका रहा है। यानी कोई भी जांच करने को तैयार नहीं है। मोर्चा द्वारा उच्च स्तरीय जांच को लेकर लगातार आंदोलन किया गया। नेगी कहा कि रैंकर उप निरीक्षक परीक्षा में लगभग 304 परीक्षार्थियों का परिणाम वर्ष 2016 में चयन समिति की सिफारिश पर घोषित किया गया, जिसमें लिखित परीक्षा ओएमआर शीट के माध्यम से कराई गई तथा परीक्षा उत्तराखंड प्राविधिक शिक्षा परिषद द्वारा संपन्न कराई गई थी। सूत्र बताते हैं कि उक्त लिखित परीक्षा में कई सेटिंगबाज अभ्यर्थियों/ जालसाजों ने ओएमआर शीट में बामुश्किल 30-40 प्रश्न हल किए, तथा शीट कोरी छोड़ कर आ गए, जिसको बाद में ओएमआर शीट में सेटिंग-गेटिंग के आधार पर भरा गया, जिसके फलस्वरूप नकारा व जालसाज अत्याधिक अंक अर्जित करने में सफल हो पाए। मोर्चा शीघ्र ही उक्त मामले में मा. न्यायालय की शरण लगा लेगा।

एक नजर

पंजाबियों को देशभक्ति का सबूत देने की जरूरत नहीं: शुभनीत सिंह

नई दिल्ली। भारत और कनाडा के बीच राजनयिक रिश्तों में तनाव के बीच पंजाबी रैपर शुभ भी विवादों में आ गए हैं। भारत में शो रद्द होने के बाद कनाडा बेस्ड पंजाबी रैपर शुभनीत सिंह का दर्द छलका है। उन्होंने ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर एक पोस्ट किया है और कहा, भारत मेरा भी देश है। मेरा जन्म भी यहीं हुआ है। यह मेरे गुरुओं और मेरे पूर्वजों की भूमि है। बता दें कि खालिस्तानी समर्थक शुभजीत का भारत में विरोध हो रहा है। शुभ पर खालिस्तानी समूहों को समर्थन देने और भारत का गलत नक्शा शेयर करने का आरोप है। प्रो खालिस्तानी-कनाडाई रैपर शुभ का मुंबई कॉन्सर्ट रद्द किया गया है। बुक माय शो कंपनी ने उन सभी लोगों के टिकट के पैसे भी वापस देना शुरू कर दिया है, जिन्होंने शो के लिए टिकट खरीदे थे। कंपनी ने कहा है कि रिफंड प्रक्रिया में करीब 7-10 कार्य दिवसों का समय लगेगा। भारत में शो रद्द होने पर रैपर शुभ ने इंस्टाग्राम पर लंबे पोस्ट किए। उन्होंने लिखा, भारत के पंजाब से आने वाले एक युवा रैपर-गायक के रूप में अपने संगीत को अंतर्राष्ट्रीय मंच पर रखना मेरे जीवन का सपना है। लेकिन हाल की घटनाओं ने मेरी कड़ी मेहनत और प्रगति को प्रभावित किया है। मैं भारत में अपना दौरा रद्द होने से बेहद निराश हूं। मैं अपने देश में, अपने लोगों के सामने परफॉर्मेंस देने के लिए बेहद उत्साहित था। तैयारियां जोरों पर थीं और मैं पिछले दो महीनों से पूरे दिल से प्रैक्टिस कर रहा था। मैं बहुत उत्साहित, खुश और परफॉर्मेंस के लिए तैयार था। लेकिन मुझे लगता है कि नियति को कुछ और ही मंजूर था। शुभ ने कहा, भारत मेरा भी देश है। मैं यहां पैदा हुआ था। यह मेरे गुरुओं और मेरे पूर्वजों की भूमि है, जिन्होंने इस भूमि की आजादी के लिए, इसकी महिमा के लिए और बलिदान देने के लिए एक पल भी नहीं सोचा। पंजाब मेरी आत्मा है, पंजाब मेरे खून में है।

राहुल गांधी बोले- 2010 में ओबीसी कोटा नहीं देने का अफसोस है

नई दिल्ली। संसद के दोनों सदनों से महिला आरक्षण बिल पास हो चुका है। बिल पर राष्ट्रपति का अप्रूवल मिलते ही यह कानून बन जाएगा। इस बीच कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष और लोकसभा सासंद राहुल गांधी ने महिला आरक्षण बिल को लेकर प्रेस कॉन्फ्रेंस की। राहुल गांधी ने आरक्षण के जरिए केंद्र सरकार पर 'डायवर्जन' का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि डायवर्जन ओबीसी सेंसस से हो रहा है। उन्होंने केंद्र सरकार में सेक्रेटरी और कैबिनेट सेक्रेटरी की जातीय कैटगरी पर बात की। उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी पर हमला बोलते हुए कहा कि अगर वह ओबीसी के लिए इतना ही काम कर रहे हैं तो 90 में सिर्फ तीन लोग ही ओबीसी कैटगरी से क्यों हैं? ओबीसी ऑफिसर्स देश के पांच फीसदी बजट को कंट्रोल कर रहे हैं। प्रेस कॉन्फ्रेंस में राहुल गांधी से पूछे जाने पर कि क्या उन्हें इस बात का अफसोस है कि 2010 में यूपीए की सरकार द्वारा लाए गए विधेयक के तहत ओबीसी कोटा प्रदान नहीं किया गया था, इस पर राहुल गांधी ने कहा, "100% अफसोस है। यह उस समय किया जाना चाहिए था और अब हम इसे पूरा करके छोड़ेंगे।"

सलमान खान ने ढोल नगाड़ों के साथ बप्पा को दी विदाई

मुंबई। आजकल पूरे देश में गणेश चतुर्थी की धूम मची हुई है। लोग बड़े भक्ति भाव के साथ गणपति बप्पा को घर पर आमंत्रित कर रहे हैं और फिर उन्हें धूमधाम से विदाई भी दे रहे हैं। ऐसे में हाल ही में बॉलीवुड के दबंग सलमान खान ने भी ढोल नगाड़ों के साथ गणपति बप्पा को विदाई दी। बता दें कि जिस शानदार तरीके से सलमान खान ने बप्पा का स्वागत किया था, उससे भी धूमधाम तरीके से उन्होंने उनका विसर्जन-पूजन किया। सलमान खान के भगवान गणपति विसर्जन का एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है, जिसमें वह अपनी बहन अर्पिता संग ठुमके लगाते नजर आ रहे हैं। इस वीडियो में सलमान खान अपने पिता सलीम खान के साथ गणेश भगवान की आरती करते भी दिखाई दे रहे हैं। गणपति बप्पा के विसर्जन के दौरान उनके भाई अरबाज खान, सोहेल खान, आयुष शर्मा, रितेश देशमुख, जेनेलिया डिसूजा, यूलिया वंतूर और पुलकित सम्राट समेत कई अन्य जानी मानी हस्तियां भी नजर आ रही हैं। गणपति बप्पा को विदाई देने के कार्यक्रम में सारे के सारे बॉलीवुड सेलिब्रिटी ट्रेडिशनल ड्रेस में नजर आए। वहीं, सलमान खान ने नीले रंग की शर्ट और काले रंग की पैंट में सबका दिल जीत लिया।

करोड़ों की स्मैक बरामद, पुलिस कांस्टेबल सहित तीन गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। बरेली से करोड़ों रुपए की स्मैक लेकर उत्तराखंड पहुंचे तीन तस्करों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। गिरफ्तार आरोपियों में से एक यूपी पुलिस का कांस्टेबल बताया जा रहा है। उत्तराखंड में बरेली से लाई गई स्मैक की कि यह सबसे बड़ी बरामदगी है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक प्रहलाद नारायण मीणा ने बताया कि ड्रग्स फ्री देवभूमि मिशन 2025 के चलते जनपद के सभी थाना प्रभारियों व एस ओ जी को नशा तस्करों के खिलाफ सख्त कदम उठाने के निर्देश दिए गए है।

इसी क्रम में पर नैनीताल पुलिस को उत्तराखंड में अब तक की सबसे बड़ी मात्रा में स्मैक बरामद करने में सफलता प्राप्त हुई है। बताया कि इस क्रम में कोतवाली लाल कुआं पुलिस द्वारा एक सूचना के तहत क्षेत्र में चेकिंग अभियान चलाया गया। इस दौरान पुलिस को सुभाष नगर बैरियर लालकुआ के पास बाइक सवार तीन संदिग्ध आते हुए

दिखाई दिए। पुलिस ने ने जब उन्हें रुकने का इशारा किया गया तो वह बाइक मोड कर भागने लगे। इस पर उन्हें घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान पुलिस ने उनके पास से 1 किलो से अधिक स्मैक बरामद की। पूछताछ में उन्होंने अपना नाम मोरपाल उम्र 20 वर्ष पुत्र लीलाधर निवासी दुनका आनन्दपुर जिला बरेली, अर्जुन पाण्डे उम्र 21 वर्ष पुत्र मनोज कुमार पाण्डे निवासी आजादनगर बरेली व रविन्द्र सिंह उम्र 27 वर्ष पुत्र रामकुमार निवासी सिलाना, बागपत बताया। पुलिस के अनुसार गिरफ्तार आरोपी रविंद्र सिंह जिला बरेली में यूपी पुलिस के कांस्टेबल के पद पर तैनात है। बरहाल पुलिस ने उन्हें संबंधित धाराओं में गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है। बरामद स्मैक की कीमत करोड़ों रुपए बताई जा रही है। वहीं इस बड़ी सफलता पर पुलिस टीम के उत्साहवर्धन हेतु अशोक कुमार पुलिस महानिदेशक उत्तराखंड द्वारा 25 हजार रुपये एवं एसएसपी नैनीताल द्वारा 2,500 रूपये के ईनाम से पुरूस्कृत करने की घोषणा की है।

टेंकर की चपेट में आकर स्कूटी सवार महिला की मौत

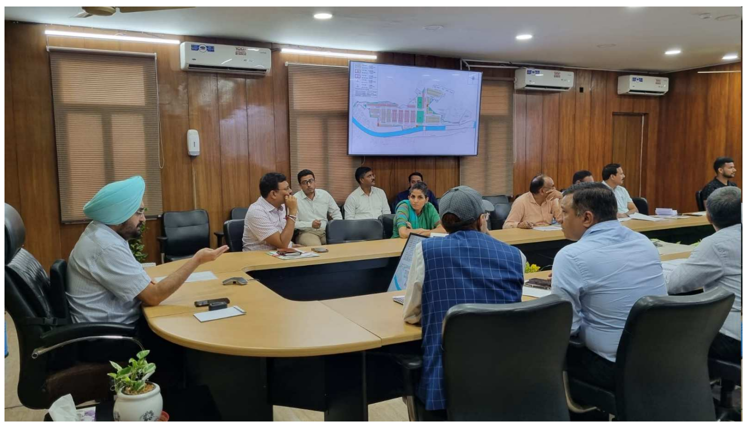
संवाददाता

देहरादून। तेल के टेंकर की चपेट में आकर स्कूटी सवार महिला की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज टेंकर चालक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार केदारपुर मोथरोवाला निवासी दिनेश शाही ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 23 अगस्त को उसकी भाभी श्रीमती भगवती शाही पत्नी राजेश शाही,समय लगभग साढे दस से 11 बजे सुबह घर से अपनी बेटी दीक्षा शाही के साथ अपनी स्कूटी से आर.टी. ओ. देहरादून अपने पुत्र का डी. एल. बनवाने के लिए जा रही थी, जैसे ही वह मयूर ऑटों राजपुर रोड के निकट पहुंची तभी पीछे से आ रहे एक पेट्रोल टैंकर ट्रक जो कि उसके ड्राईवर द्वारा तेजी व लापरवाही से चलाया जा रहा था, उसकी भाभी की स्कूटी को पीछे से टक्कर मार दी और घसीटते हुए कुछ दूर तक ले गया और भाभी के पैरों पर अपने ट्रक का टायर चढा दिया। उसकी भाभी को घायल अवस्था में मैक्स अस्पताल में भर्ती किया गया जहां से मैक्स अस्पताल ने उन्हें 26 अगस्त 2023 को एम्स ऋषिकेश के लिए रेफर कर दिया जहां पर इलाज के दौरान 01 सितम्बर 2023 को उनकी मृत्यु हो गयी। उपरोक्त दुर्घटना में दीक्षा शाही भी घायल हुयी है।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

मुख्य सचिव ने अधिकारियों को आढ़त बाजार निर्माण में तेजी लाने के निर्देश दिए



हमारे संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधु ने शुक्रवार को सचिवालय में उच्चाधिकारियों के साथ आढ़त बाजार के सम्बन्ध में बैठक ली। मुख्य सचिव ने अधिकारियो को आढ़त बाजार निर्माण में तेजी लाने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने एमडीडीए से कार्य शुरू होने से पूर्ण होने तक प्रत्येक स्तर पर कार्य पूर्ण होने की समयसारणी की भी मांग की।

मुख्य सचिव ने कहा कि क्षेत्र का विकास करते समय सभी बुनियादी आवश्यकताओं का विशेष ध्यान रखा जाए। अग्निशमन आदि के लिए उचित स्थान निर्धारित किया जाए। चयनित भूमि का अधिक से अधिक एवं बेहतर तरीके से उपयोग किया जाए। उन्होंने कहा कि कार्यों की गुणवत्ता का पूरा ध्यान रखा जाए। उन्होंने कहा कि हितधारकों से परामर्श लेते हुए दुकानों का आबंटन पूर्व में ही कर लिया जाए, ताकि व्यापारी को पता हो कि उसे कौन सी दुकान आबंटित है। व्यापारी को आबंटित दुकान का डिजाईन उसके कार्य के अनुरूप हो इसके लिए उनसे सुझाव अवश्य लिए जाएं। उन्होंने कहा कि दुकान आबंटित हो जाने के बाद व्यापारी स्वयं भी कार्यों की गुणवत्ता का ध्यान रख सकेंगे।

इस अवसर पर अपर मुख्य सचिव आनन्द बर्द्धन, सचिव एस.एन. पाण्डेय, जिलाधिकारी देहरादून श्रीमती सोनिका, उपाध्यक्ष मसूरी देहरादून विकास प्राधिकरण बंशीधर तिवारी एवं अपर सचिव विनीत कुमार सहित अन्य अधिकारी उपस्थित थे।

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।