बुधवार
27 सितम्बर 2023

पृष्ठ 4
फूलगोभी खाने से किन लोगों को बचना चाहिए...!

पृष्ठ 5
16 साल बाद फिर बड़े पर्दे पर धमाल मचाएगी शाहिद और करीना की जोड़ी?

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 229
● 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

भय से ही दुःख आते हैं, भय से ही मृत्यु होती है और भय से ही बुराइयाँ उत्पन्न होती हैं।
– विवेकानंद

एनआईए का उत्तराखण्ड में डेरा, राजधानी दून व बाजपुर में छापेमारी

हमारे संवाददाता

देहरादून। राष्ट्रीय जांच एजेंसी (एनआईए) द्वारा गैंगस्टर और खलिस्तानी-आतंकियों के खिलाफ देश के कई राज्यों में छापेमारी की गयी है। गैंगस्टरों व आतंकियों के मददगारों की तलाश में एनआईए की टीम द्वारा दिल्ली एनसीआर, उत्तर प्रदेश, हरियाणा, राजस्थान, पंजाब और उत्तराखंड के करीब 50 इलाकों में छापेमारी की यह कार्यवाही की जा रही है। इस क्रम में आज सुबह एनआईए टीम द्वारा राजधानी दून के एक गन डीलर को हिरासत में लिया गया है जिसके पास से जरूरी दस्तावेज कब्जे में लेकर पूछताछ की जा रही है।

जानकारी के अनुसार उत्तराखण्ड की राजधानी देहरादून के टर्नर रोड व उधम सिंह नगर के बाजपुर में एनआईए

❑दिल्ली, उत्तर प्रदेश, हरियाणा, राजस्थान, पंजाब व उत्तराखण्ड में 50 इलाकों में की जा रही है छापेमारी
❑दून के गन डीलर को एनआईए ने लिया हिरासत में, पूछताछ जारी

की टीमों द्वारा आज सुबह से छापेमारी की कार्रवाही की जा रही है। बता दें कि पिछले साल दिल्ली में कारतूसों का जखीरा पकड़े जाने पर यह बात सामने आयी थी कि देहरादून के गन डीलर परीक्षित नेगी के गन स्टोर से पकड़े गये कारतूस ले जाये गये थे। जिसके बाद दिल्ली पुलिस की टीम द्वारा नेगी को गिरफ्तार किया गया था जोकि फिलहाल जमानत पर बाहर चल रहा है और अब एनआईए टीम द्वारा उसके टर्नर रोड स्थित घर पर छापेमारी की गयी है। जिसको हिरासत में लेकर पूछताछ की जा रही है।

वहीं दूसरी ओर उधमसिंहनगर में भी एनआईए की टीम द्वारा आज सुबह बाजपुर के ग्राम धंसारा में शकील अहमद के घर छापा मारा गया है। शकील अहमद बाजपुर में एक गन हाउस की दुकान चलाता है। सूत्रों का दावा है कि शकील अहमद खालिस्तान समर्थकों को अवैध तरीके से असलाहों की सप्लाई करता है। जिसके बाद एनआईए की टीम द्वारा उसके घर पर छापेमारी की गयी है। दरअसल, भारत में बैठे आतंकी मददगार विदेशों में रहे रहे आतंकियों और गैंगस्टरों को हवाला के माध्यम से हथियार और ड्रग्स की सप्लाई करते हैं। ◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

बिना पासपोर्ट और वीजा के देश में रह रहा विदेशी नागरिक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बिना पासपोर्ट भारत में रह रहे एक बांग्लादेशी नागरिक को पुलिस और एलआईयू की टीम ने गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी के खिलाफ संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर कार्यवाही शुरू कर दी गयी है। बताया जा रहा है कि यह बांग्लादेशी नागरिक पिछले कई वर्षों से देश के अलग-अलग हिस्सों में रहकर व भीख मांग कर अपना गुजारा किया करता था।

जानकारी के अनुसार बीते रोज एनआईयू व पुलिस को सूचना मिली कि एक व्यक्ति जिसकी भाषा शैली भारत की प्रतीत नहीं हो रही है, वह निर्माणाधीन अस्पताल में बैठा हुआ है। सूचना पर एलआईयू और पुलिस की टीम मौके पर पहुंची तो उन्हें देखकर एक व्यक्ति जो कि एक पैर से लंगड़ा था वह वहां से नजरे चुराता हुआ जाने लगा। जिस पर पुलिस द्वारा उसे रोक कर पकड़ा गया। पूछताछ में उसने अपना नाम शेख अब्दुल रफीक पुत्र शेख अबिदुल अजीज निवासी बादशाही मस्जिद के पास जिला भरुच (गुजरात) उम्र लगभग 48 वर्ष बताया। उसकी तलाशी लेने पर कुछ कपड़े और 210 रुपए बरामद हुये। पकडे गये व्यक्ति का दाहिना पैर घूटने के नीचे से कटा हुआ है। पैर कटे होने के कारण उसने प्लास्टिक का पैर लगा रखा है। उससे जब सख्ती से पूछताछ की तो उसने अपने आपको फकीर बताते हुए बताया कि वह बांग्लादेश का निवासी है और वर्ष 1998 में बांग्लादेश से पैंसे कमाने के लिये बैनापुर बोर्डर को चोरी से पार करके कोलकाता (भारत) आया था। इसके उपरान्त वह वर्ष 2012 के बाद बादशाही मस्जिद के पास जिला भरुच (गुजरात) में रह रहा था। बताया कि 24 सितंबर को वह गुजरात से ट्रेन के द्वारा रुडकी आया। रुडकी आकर उसे उर्स की जानकारी मिली तो वह ई-रिक्शा ◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

ट्रम्प ने संपत्ति का मूल्य बढ़ाकर धोखाधड़ी की: न्यायाधीश

न्यूयॉर्क। न्यूयॉर्क के एक न्यायाधीश ने अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप और उनके बेटों को धोखाधड़ी के लिए जिम्मेदार ठहराते हुए कहा है कि उन्होंने लगभग एक दशक तक गलत वित्तीय विवरण प्रदान किए। न्यायाधीश आर्थर एंगोरोन ने पाया

कि पूर्व राष्ट्रपति और उनकी कंपनी ने उनकी संपत्ति का अत्यधिक मूल्यांकन करके सौदों और वित्तपोषण प्राप्त करने में इसका इस्तेमाल किया। उन्होंने दस्तावेजों में अपनी निवल संपत्ति को बढ़ा-चढ़ाकर पेश करके बैंकों, बीमाकर्ताओं और अन्य लोगों को धोखा दिया। समाचार एजेंसी शिन्हुआ की रिपोर्ट के अनुसार, जज ने आदेश दिया कि सजा के तौर पर ट्रंप के कुछ बिजनेस लाइसेंस रद्द कर दिए जाएं। मुकदमे में, न्यूयॉर्क के अटॉर्नी जनरल लेटिटिया जेम्स ने आरोप लगाया कि ट्रम्प, उनके तीन बच्चों और उनकी कंपनियों ने बैंकों और बीमाकर्ताओं को बेहद बढ़ा-चढ़ाकर आंकड़े सौंपे। वह 25 करोड़ डॉलर के जुर्माने और ट्रंप के न्यूयॉर्क राज्य में कारोबार करने पर प्रतिबंध लगाने की मांग कर रही हैं। दावों और उनके द्वारा दी जाने वाली किसी भी सज़ा पर निर्णय लेने से पहले एंगोरॉन द्वारा 2 अक्टूबर से एक गैर-जूरी सुनवाई शुरू करने की उम्मीद है।

अनंतनाग में गाड़ी में हुआ जोरदार धमाका, 8 मजदूर घायल

जम्मू। दक्षिण कश्मीर के अनंतनाग जिले में बुधवार सुबह एक वाहन के अंदर विस्फोट से 8 बिहारी श्रमिक झुलस गए और कुछ दुकानें क्षतिग्रस्त हो गईं। यह घटना डूरू अनंतनाग के लारकीपोरा बाजार में घटी।

पुलिस ने बताया कि मजदूरों के साथ लोड कैरियर में ले जाई जा रही सीमेंट मिक्स सेटलिंग वाइब्रेशन मशीन, बगल के पोर्टेबल जेनरेटर और तेल के टिन के डिब्बे में विस्फोट हो गया। पुलिस ने बताया कि 8 मजदूर झुलसकर घायल हुए हैं जिनका अस्पताल में इलाज किया जा रहा है। सभी घायलों की हालत स्थिर है और विस्फोट में कोई आतंकवादी पहलू शामिल नहीं है।

प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि एक वाहन जेके 18-4476 बाजार में रुकी थी, तभी अचानक गाड़ी के अंदर ब्लास्ट हो गया। विस्फोट में कई दुकानों का अगला हिस्सा क्षतिग्रस्त हो गया। पुलिस प्रवक्ता के अनुसार, एक जोरदार धमाका हुआ और वाहन में सवार प्रवासी श्रमिक झुलस गए और स्थानीय लोगों ने उन्हें अस्पताल पहुंचाया। विस्फोट में घायल हुए सभी 8 लोग भारत के उत्तरी राज्य बिहार के रहने वाले हैं। सरकारी मेडिकल कॉलेज अनंतनाग के चिकित्सकों ने घायलों की पहचान छोटू कुमार पुत्र सूर्य कुमार, परमजीत पुत्र जितेंद्र, भवन कुमार पुत्र मोहन कुमार, फिकन लाल पुत्र नंद लाल, जतिन रेशी पुत्र नंदा रेशी, टीटू कुमार पुत्र मेहर कुमार और के रूप में की है। नंद कुमार के पुत्र शान कुमार के रूप में की है।

दून वैली मेल

संपादकीय

इन्वेस्टर्स समिट, राजनीतिक पैंतरा

उत्तराखंड में एक बार फिर अक्टूबर 2018 की तर्ज पर आयोजित की जाने वाली इन्वेस्टर्स समिट में देश और दुनिया के तमाम उद्योगपति और पूंजी पतियों का जमावड़ा होने जा रहा है। 8-9 दिसंबर को देहरादून में होने वाली ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के जरिए लाखों करोड़ का निवेश जुटाने के प्रयासों में जुटे मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी इन दिनों लंदन में है और उद्योगपतियों को समझा रहे हैं कि उत्तराखंड में निवेश के जरिए उनके कैसे पौ बारह हो सकते हैं और उनकी सरकार निवेशकों को क्या-क्या सुविधाएं मुहैया करायेगी। उनके साथ अधिकारियों की भी पूरी फौज गई हुई है। लंदन से आई खबर के मुताबिक रोपवे निर्माण में महारत रखने वाली पोमा कंपनी के साथ 2 हजार करोड़ का निवेश प्रस्ताव भी साइन किया गया है। धामी सरकार ने इस ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट से 2.50 लाख करोड़ का निवेश जुटाने का लक्ष्य रखा गया है जो त्रिवेंद्र सरकार की डेस्टिनेशन इन्वेस्टर्स समिट से दो गुने से भी अधिक है। त्रिवेंद्र सरकार ने 1.25 करोड़ निवेश के प्रस्ताव आने का दावा किया था लेकिन धरातल पर केवल 30 हजार करोड़ के प्रस्ताव ही उतर सके थे। खास बात यह है कि त्रिवेंद्र सरकार द्वारा अपनी इन्वेस्टर्स समिट के प्रचार प्रसार और आयोजन को सफल बनाने के लिए 80 करोड रुपए खर्च किए गए थे उन्होंने भी तमाम देशों में इसका प्रचार प्रसार किया था तथा देश के आईटी हब शहर बेंगलुरु से अपने रोड शो से इसकी शुरुआत की थी तथा दिल्ली, मुंबई, हैदराबाद, लखनऊ सहित तमाम शहरों में रोड शो किए गए थे। राजधानी दून को दुल्हन की तरह सजाया गया था पीएम मोदी से लेकर अडानी अंबानी तक बड़े उद्योगपति आए थे जिनकी बाद में कभी न तो शक्ल दिखी न उनका कोई उद्योग ही राज्य में शुरू हुआ। जो भी थोड़ा बहुत निवेश इस समिट के जरिए आया उसका दायरा भी उधम सिंह नगर और दून तक ही सीमित रहा था। इनमें से कितने उद्योग अभी राज्य में चल रहे हैं इसकी कोई जानकारी तक सरकार के पास नहीं है। त्रिवेंद्र सिंह रावत ने राज्य में आयुष, हर्बल, पर्यटन, ऊर्जा, फूड प्रोसेसिंग, फिल्म निर्माण तथा आईटी क्षेत्र व साहसिक पर्यटन तथा धार्मिक पर्यटन की अपार संभावनाएं निवेशकों को गिनवाई गई थी। अब ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट से पूर्व वही सब बातें एक बार फिर दोहराई जा रही है। सब कुछ ठीक वैसा ही चल रहा है जो 2018 के समिट से पहले देखा गया था फर्क सिर्फ इतना है कि तब त्रिवेंद्र रावत थे और अब पुष्कर धामी है। जो दिल्ली के रोड शो व 7 हजार करोड़ निवेश प्रस्ताव से इसकी शुरुआत कर चुके हैं और अब 2 हजार करोड़ का प्रस्ताव लंदन से मिल चुका है। दरअसल यह नए भारत की नई तस्वीर है जिसको दिखाने के पैतरे भी नए हैं। इन दिनों लगने वाले रोजगार मेलों की तरह जिसमें पीएम हजारों युवाओं को नियुक्ति पत्र बांट रहे हैं वैसे ही इन्वेस्टर्स समिट में यह दिखाने का एक सशक्त पैंतरा व दांव बन गया है। जिससे ऐसा लगता है कि बस अब बहुत जल्द हर एक राज्य और देश का कल्याण होना तय है न भूख प्यास होगी न बेरोजगारी व गरीबी। शायद हमारे पूर्व नेताओं को यह कला आती ही नहीं थी। अगर आती होती तो उत्तराखंड के सबसे पहले पूर्ण कालिक मुख्यमंत्री एन डी तिवारी ने अपने कार्यकाल में ऐसी कई ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट जरूर आयोजित किए गए होते। लेकिन फिर भी वह एनडी तिवारी ही थे जिनके द्वारा देहरादून, हरिद्वार और उधम सिंह नगर के औद्योगिक क्षेत्र की न सिर्फ नींव रखी गई बल्कि इस प्रदेश को एक औद्योगिक प्रदेश बनाने में सबसे लंबी लाइन भी खींची गई जिसे अब तक की कोई सरकार पार नहीं कर सकी है। धामी सरकार की यह ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट तमाम विदेश का दौरा कर के भी क्या कुछ कर पाएगी समय ही बताएगा।

हर्षोल्लास से मनाई जाएगी महर्षि बाल्मीकि जयंतीः मकवाना

संवाददाता

देहरादून। राष्ट्रीय बाल्मीकि क्रांतिकारी मोर्चा के संस्थापक अध्यक्ष भगवत प्रसाद मकवाना ने कहा कि हर्षोल्लास के साथ महर्षि बाल्मीकि जयंती को मनाया जायेगा। उन्होंने सरकार से मांग की है कि बाल्मीकि जयंती पर राष्ट्रीय अवकाश घोषित किया जाना चाहिए।

आज यहां राष्ट्रीय बाल्मिकी क्रांतिकारी मोर्चा ने पवित्र ग्रन्थ रामायण के रचयिता आदि कवि महर्षि बाल्मिकी जयंती को सामाजिक समरसता के रूप में मनाने का निर्णय लिया है। साथ ही महर्षि बाल्मिकी जयंती को राष्ट्रीय अवकाश घोषित करने की सरकार से मांग की है। मोर्चा की एक बैठक डालनवाला करनपुर स्थित महर्षि बाल्मिकी सामुदायिक केन्द्र में आयोजित की गई। बैठक में आगामी 28 अक्टूबर को महर्षि बाल्मीकि जयंती के उपलक्ष्य में देशभर में एक सप्ताह तक विभिन्न कार्यक्रम आयोजित करने का निर्णय लिया गया।

बतौर मुख्य अतिथि पूर्व राज्यमंत्री एवं मोर्चा के संस्थापक /राष्ट्रीय अध्यक्ष भगवत प्रसाद मकवाना ने अपने संबोधन में कहा कि शिक्षित एवं संगठित रहना ही समाज के विकास की बुनियाद है। मोर्चा देशभर में भ्रमण कर समाज को

❑बाल्मिकी जयंती को राष्ट्रीय अवकाश घोषित करने की मांग

एक मंच पर लाकर जोड़ने का काम कर रहा है। देश में स्वच्छता कर्मचारियों की समस्याएं आज भी पूर्व की भांति हैं। ठेकेदारी प्रथा का मोर्चा हमेशा से विरोध करता रहा है। उन्होंने कहा कि शिक्षा रोजगार एवं राजनीति में बाल्मिकी समाज को प्राथमिकता से भागीदारी मिलनी चाहिए। आरक्षण का अपेक्षित लाभ भी बाल्मिकी समाज को अबतक नही मिल पाया है। मकवाना ने कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए सभी से अपील की। बैठक का संचालन मोर्चा के जिला अध्यक्ष राजेन्द्र मनचल ने किया। बैठक में मोर्चा के प्रदेश अध्यक्ष राजेन्द्र केसला, प्रदेश प्रमुख महामंत्री मदन बाल्मिकी, प्रदेश महामंत्री महामंत्री हरीश सिसोदिया, प्रदेश सचिव विजयराज अज्जू, कृष्णा चौहान, जिला अध्यक्ष कुलवंत सूद,महानगर कार्यकारी अध्यक्ष सुखनंदन उज्जैन, अमन बाल्मीकि एवं सतीश आजाद सहित काफी संख्या में लोग उपस्थित रहे।

नाबालिग को भगाने वाला गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने नाबालिग को बहला फुसलाकर भगाने वाले को गिरफ्तार कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार देसी गांव मोथरोवाला निवासी व्यक्ति ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पडोस में रहने वाला युवक उसकी पुत्री को बहला फुसलाकर भगा ले गया है। पुलिस ने जांच शुरू करते हुए युवक को गिरफ्तार कर नाबालिग को परिजनों के सुपुर्द किया। पुलिस ने उसके खिलाफ पोक्सो सहित अन्य धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

चेन लूट की घटना का खुलासा एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चेन लूट की घटना का खुलासा करते हुए लूटी गयी चेन के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार 23 सितम्बर की सांय टर्नर रोड पर एक स्कूटी सवार व्यक्ति द्वारा बाजार से सब्जी लेकर जा रही एक बुजुर्ग महिला के साथ चेन लूट की घटना को अंजाम दिया गया, घटना के सम्बन्ध में उमाशंकर नैनवाल निवासी टर्नर रोड क्लेमेन्टाउन द्वारा दी गयी तहरीर के आधार पर थाना क्लेमेंटाउन पर तत्काल मुकदमा दर्ज कर पुलिस टीम का गठन किया गया। गठित पुलिस टीम द्वारा घटना स्थल के आस-पास के सीसीटीवी कैमरों को चैक करते हुए जानकारियां एकत्रित की गयी, जिसके फलस्वरूप गत दिवस पुलिस टीम द्वारा घटना में सलिप्त मुदस्सर पुत्र अली हसन को टर्नर रोड से गिरफ्तार किया गया। उसके पास से घटना में लूटी गयी बुजुर्ग महिला की चेन व घटना में प्रयुक्त स्कूटी बरामद की गयी। पूछताछ में उसके द्वारा बताया गया कि वह प्लम्बर का कार्य करता है तथा पारिवारिक स्थिती ठीक न होने तथा उस पर अत्यधिक कर्जा होने के कारण उसके द्वारा उक्त घटना को अजांम दिया गया था। पुलिस से बचने के लिये उसने घटना से पूर्व अपनी स्कूटी की नम्बर प्लेट को उतार दिया तथा घटना करने के पश्चात आगे सुनसान मार्ग पर जाकर दोबारा नम्बर प्लेट लगा ली गई।

पुलिस ने उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

टप्पेबाजों ने उड़ाया हजारों रुपयों से भरा बैग

संवाददाता

देहरादून। टप्पेबाजों ने कार से हजारों रूपयों से भरा बैग चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार जाखन रोड नियर हैलीपेड निवासी ओमप्रकार ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी गाडी गुप्ता आटा चक्की के पास खडी थी, तभी सदिग्ध व्यक्ति ने उसको बोला कि आपके रूपये सडक पर गिरे है जब उसने उस तरफ देखा तो उसी समय उसका ब्राउन हैड बैग जिसमें मोबाईल व 65000 रूपये नकद रूपये 500 के नोट थे तभी खिडकी से हाथ अन्दर डाल के उसका बैग लेकर भाग गया जब वह घर पहुँचे तभी दरोगा मुकेश नौटियाल का फोन आया कि आपका बैग किसी व्यक्ति को बुद्वा चौक से मिला जो कि अब उनके पास है। वह आकर ले जाये अब फोन और बैग उसको मिल गया है परन्तु 65000 रूपये नही मिले। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

त्वमग्ने बृहद्वयो दधासि देव दाशुषे।
कविर्गृहपतिर्युवा॥

(ऋग्वेद ८-१०२-१)

हे सर्वप्रकाशक और सर्वव्यापक प्रभु ! आपको जो समर्पित हो जाता है वह बुद्धियुक्त दीर्घ जीवन को प्राप्त होता है। वह सब प्रकार की बुराइयों से दूर हो जाता है। प्रभु ही इस सृष्टि का रचयिता है। उसी की उपासना हमें करनी चाहिए।

देहरादून हरिद्वार में लोग डेंगू से मर रहे और सीएम लंदन के दौरे परः धीरेंद्र

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष व प्रवक्ता धीरेन्द्र प्रताप ने कहा कि देहरादून, हरिद्वार में लोग डेंगू से मर रहे हैं वहीं मुख्यमंत्री लंदन का दौरा कर रहे हैं।

आज यहां उत्तराखंड कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष और प्रवक्ता धीरेंद्र प्रताप ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के विनिवेश के नाम पर लंदन के दौरे को राज्य की जनता के साथ छलावा बताते हुए कहा है कि देहरादून हरिद्वार में सैकड़ो लोग डेंगू की भयानक बीमारी से ग्रस्त है और मुख्यमंत्री विनिवेश के नाम पर लंदन दौरे में मस्त है। धीरेंद्र प्रताप ने मुख्यमंत्री धामी की तुलना रोम के बदनाम सम्राट नीरो से करते हुए कहा कि जब रोम

❑मरने वालों के परिजनों को सरकार दे दस लाख रुपया मुआवजा

जल रहा था तो नीरो बंसी बजा रहा था। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री को इस वक्त विदेश दौरे से बचना चाहिए था और इस राज्य की जनता के प्रति मुख्यमंत्री के रूप में जो उनकी नैतिक जिम्मेदारी है उसको पूरा करना चाहिए था। धीरेंद्र प्रताप ने कहा कि सरकार को, जो लोग भी डेंगू से मृत्यु को प्राप्त हुए हैं उनके परिवारों को 10-10 लाख रुपए मुआवजा देना चाहिए और जो लोग गंभीर रूप से बीमार है उनकी पूरी व्यवस्था सरकार को उठानी चाहिए, कि डेंगू से मौत के लिए कोई जिम्मेदार है तो राज्य सरकार है जिसने लोगों के स्वास्थ्य की चिंता ना करके और लापरवाही की है। उन्होंने कहा कि यदि सरकार ने ऐसा ना किया तो सामाजिक संस्थाओं ने उनसे कहा है कि वे इसके विरुद्ध हाई कोर्ट का दरवाजा खटखटाएंगे जिसकी पूरी जिम्मेदारी राज्य सरकार पर होगी।

नाश्ते के लिए आलू एक बेहतर विकल्प है

नाश्ते में हमें कुछ ऐसा चाहिए होता है, जो पचाने में आसान हो और देर तक हमारे शरीर को ऊर्जा देता रहे। आलू इस चुनाव में एकदम पर्फेक्ट है। यह पोषक तत्वों का खजाना होता है। दिक्कत यह है कि अधिकतर लोगों को आलू खाने का सही तरीका नहीं पता है और वे अपनी अज्ञानता के चलते आलू को सेहत के लिए हानिकारक बताकर, उसे यूं ही बदनाम करते रहते हैं! मजाक की बातें हो गई, अब आलू की खूबियों पर फोकस करते हैं...

आलू में मौजूद पोषक तत्व

-पोषण के मामले में आलू बहुत समृद्ध है। यही वजह है कि आलू को सब्जियों का राजा माना जाता है, ज्यादातर सब्जियां आलू के बिना अधूरी-सी लगती हैं। आलू में स्टार्च प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

-आलू प्रोटीन, आयरन, कार्बोहाइड्रेट, विटामिन-ए, विटामिन-बी और विटामिन-सी से युक्त होता है। जब आलू को क्रीम और वसा युक्त खाद्य पदार्थों के साथ मिलाकर तैयार किया जाता है, तब इसमें फैट बढ़ाने की क्षमता कई गुना बढ़ जाती है।

अपने पतले होने से परेशान हैं!

-एक तरफ दुनिया के ज्यादातर लोग अपना बढ़ता मोटापा कम करने में लगे हैं तो वहीं ऐसे लोग भी बहुत बड़ी संख्या में हैं, जो अपने पतलेपन से परेशान हैं। ये लोग अपने शरीर पर फैट बढ़ाने के लिए हर संभव कोशिश करते हैं लेकिन कोई लाभ नहीं होता है।

-अगर आप भी ऐसे लोगों में शामिल हैं तो आप अपने नाश्ते में नियमित रूप से आलू का सेवन कर सकते हैं। हर दिन आलू की अलग-अलग रेसिपी ट्राई करें, इससे आपको शरीर के लिए जरूरी पोषक तत्वों के साथ ही वसा बढ़ाने में भी सहायता मिलेगी।

पाचन में सहायक

-उबले हुए आलू को पचाना बहुत आसान होता है। जिन लोगों को पाचन संबंधी समस्या हो यानी जिन्हें भोजन पचाने में दिक्कत होती हो, वे आलू का सेवन कर सकते हैं। ध्यान रखें कि लूज मोशन या पेट दर्द की स्थिति में आलू का सेवन नहीं करना चाहिए।

त्वचा के लिए लाभकारी

-अपने पोषक तत्वों के कारण आलू आपकी त्वचा और बालों को खूबसूरत बनाने का काम करता है। जिन्हें त्वचा पर दाग-धब्बों की समस्या हो, वे अपनी त्वचा पर भी आलू लगा सकते हैं। साथ ही अपनी डायट में आलू की मात्रा बढ़ा सकते हैं।

इन्हें आलू से बचना चाहिए

-जो लोग बहुत अधिक मोटे हैं, या जिन्हें अपने बढ़ते हुए फैट से समस्या हो रही है, उन्हें आलू का सेवन बहुत ही सीमित मात्रा में करना चाहिए। इसके साथ ही जिन्हें एसिडिटी की समस्या रहती हो, उन्हें भी आलू नहीं खाना चाहिए। यदि आलू खाना ही हो तो दही के साथ खाएं या दिन में अधिक से अधिक तरल पदार्थों का भी सेवन करें।

ग्रीन-टी पीने का सही समय और तरीका

सिर्फ अपने देश ही नहीं अगर दुनिया के रूटीन पर नजर डालें तो ज्यादातर लोग अपने दिन की शुरुआत किसी ना किसी गर्म पेय के साथ करते हैं। इनमें भी चाय का नंबर सबसे पहला है। फिर यह चाय अलग-अलग फ्लेवर और कलर में हो सकती है। बदलते वक्त में ग्रीन-टी ज्यादातर लोगों की पसंदीदा मॉर्निंग-टी है। यहां जानें, ग्रीन-टी पीने का सही समय और तरीका...

मार्केट में उपलब्ध ग्रीन-टी के प्रकार

-बाजार में मिलनेवाली ग्रीन-टी कई अलग-अलग पैकिंग्स और फॉर्म्स में मिलती है। आप इन्हें अपनी सुविधा और पसंद के हिसाब से खरीदते हैं। लेकिन इस बारे में कम ही लोग जानते हैं कि ग्रीन-टी की सिर्फ पैकेजिंग अलग-अलग तरह से नहीं होती है। बल्कि ग्रीन-टी भी एक से अधिक प्रकार की होती है।

-पूरी दुनिया में जिस ग्रीन-टी का सबसे अधिक उपयोग किया जाता है, उसका टेक्निकल नाम सेन्चा है। इसे तैयार करते समय वही सामान्य प्रक्रिया अपनाई जाती है, जो अपने देश में आसाम और दार्जिलिंग में चाय तैयार करने के लिए अपनाते हैं।

-चाय की पत्तियों को सुखाने के लिए धूप और भाप का उपयोग किया जाता है। जरूरी प्रक्रियाओं के बाद 5 अलग-अलग तरह की पैकेजिंग के साथ इसे मार्केट में उपलब्ध कराया जाता है। इनमें, स्वीटनर ग्रीन-टी, टी-बैग, ग्रीन लीफ, ग्रीन-टी पाउडर और ग्रीन-टी सप्लिमेंट्स के रूप में उपलब्ध कराया जाता है।

ग्रीन-टी पीने का सही समय

-अगर आपको लगता है कि दिन की शुरुआत ग्रीन-टी के साथ करना लाभकारी होता है तो आप पूरी तरह सही नहीं हैं। आयुर्वेद के अनुसार, ग्रीन-टी आपके लिए सुबह की पहली ड्रिंक या नाश्ते का हिस्सा नहीं होनी चाहिए।

-बल्कि नाश्ता करने के एक घंटे बाद या लंच के कम से कम 1 घंटे बाद आप ग्रीन-टी का सेवन करें। यह आपके शरीर में जमा हुए फैट को तोड़ने का काम करेगी। साथ ही पाचनतंत्र को गति देने का काम भी करेगी।

-अन्य चाय की तरह ग्रीन-टी में भी कैफीन होता है, जो आपके शरीर को ऐक्टिव रखने में सहायता करता है। जब भी एक्सर्साइज करनी हो या वॉक पर जाना हो, उससे आधा घंटा पहले ग्रीन-टी का सेवन करने से आपको अधिक लाभ होगा।

पोषक तत्वों से भरपूर होता है एप्पल विनेगर

खानपान में सेब के सिरके का इस्तेमाल बहुत-सी चीजों में किया जाता है। कुछ लोग इसे औषधि के रूप में भी इस्तेमाल करते हैं। एप्पल विनेगर पोषक तत्वों से भरपूर होता है। एन्टीऑक्सीडेंट से भरपूर सेब का सिरका पाचन ठीक करने में भी काम आता है। इसमें कैलोरी काफी कम मात्रा में होती है। ज्यादातर लोग इसका इस्तेमाल वजन कम करने के लिए भी करते हैं। साथ ही त्वचा की खूबसूरती के लिए भी इसका इस्तेमाल किया जाता है। सेहत के लिए फायदेमंद रहने वाला एप्पल विनेगर यदि गलत तरीके से इस्तेमाल किया जाए तो शरीर के लिए खतरनाक भी हो सकता है। कुछ शोध में भी यह खुलासा हुआ है कि एप्पल विनेगर वजन तो कम करता है, लेकिन अनियमित व अत्यधिक उपयोग से कुछ बीमारियां भी पैदा करता है। एप्पल विनेगर का उपयोग अधिकतर लोगों को पता नहीं होता है कि कैसे किया जाता है। तो आइए एप्पल विनेगर का सही उपयोग कैसे करते हैं, ये जानते हैं।

पीने से पहले कभी इसकी गंध न लें

एपल विनेगर को पीने से पहले सूंघना नहीं चाहिए, क्योंकि सिरके की गंध बहुत तेज होती है, जो शरीर में अंदर जाकर नुकसान पहुंचा सकती है, इसलिए सिरके के सेवन से पहले सांस तेजी से न लें। इसके सेवन का ज्यादा अच्छा तरीका है कि इसे पीने से पहले सेब का सिरका 1-3 चम्मच लें और इसमें 1०० मिलीलीटर पानी मिलाकर इसे पतला कर लें, फिर इसे पीने से परेशानी भी नहीं होगी और शरीर को भी यह नुकसान नहीं पहुंचाएगा।

खाना खाने के बाद कभी न पिएं विनेगर

कुछ लोग खाना खाने के बाद एपल विनेगर का इस्तेमाल करते हैं, जो ठीक नहीं है। खाना खाने के तुरंत बाद एपल विनेगर लेने की आदत गलत होती है, क्योंकि ऐसा करने से इसका ज्यादा फायदा शरीर को नहीं मिलता है। खाली पेट विनेगर ज्यूस पीने से पाचन संबंधी समस्या जल्द ठीक होती है। दरअसल यह खाली पेट रहने पर पेट की आंतों की अच्छे से सफाई कर पाता है।

सोने से पहले भी नहीं पीना चाहिए एपल विनेगर

सोने से ठीक पहले एपल विनेगर का सेवन भोजन-नली को नुकसान पहुंचा सकता है, क्योंकि सोने पर यह भोजन नली से बाहर की ओर निकल सकता है और उल्टी की समस्या हो सकती है। जब भी सेब के सिरके का सेवन करें तो करीब एक घंटे तक सोना नहीं चाहिए। इसे पीने के बाद आधे घंटे तक बैठें रहें तो यह नुकसान नही पहुंचाएगा या थोड़ा टहल भी सकते हैं।

साथ में न लें फलों के जूस

सेब का सिरका कभी भी खट्टे फलों के साथ नहीं लेना चाहिए, क्योंकि एप्पल विनेगर में पहले से ही एसिटिक एसिड काफी मात्रा में मौजूद होता है। इसका सेवन पानी में मिलाकर किया जाए तो इससे नुकसान नहीं होगा। अन्य फलों के साथ एप्पल विनेगर लेने पर शरीर में एसिटक एसिड बढ़ने का खतरा रहता है। नियमित सेवन से अल्सर का भी खतरा रहता है।

लो-डायबिटीज संभल कर करें इस्तेमाल

एप्पल विनेगर ब्लड शुगर के स्तर को कम करता है। सिरका में मौजूद एसिटिक एसिड एंजाइमों को अवरुद्ध करने में मदद करता है, जो स्टार्च को पचाने में मदद करता है, जिससे स्टार्चयुक्त भोजन जैसे कि पास्ता या ब्रेड के सेवन के बाद रक्त शर्करा को पचाने में यह मदद करता है। ऐसे में लो डायबिटीज वाले मरीजों को इसके सेवन से पहले सावधानी रखना चाहिए।

बाल पतले हो रहे हैं तो कास्मेटिक छोड़ लहसुन का करें इस्तेमाल!

लहसुन रसोई में एक पारंपरिक रूप से उपयोग किया जाने वाला इनग्रेडिएंट है क्योंकि यह किसी भी व्यंजन के स्वाद को दोगुना कर सकता है। यही नहीं, इसमें औषधीय गुण पाए जाते हैं जो विभिन्न बीमारियों को ठीक करने में मदद करते हैं। यह केवल स्वाद के लिए ही नहीं बल्कि दवा के रूप में भी इस्तेमाल किया जाता है। यह बालों के लिए भी काफी लाभदायक सामग्री है। यदि आप बाल झड़ने की समस्या से जूझ रहे हैं तो आपको लहसुन का एक बार इस्तेमाल जरूर करना चाहिए। हालांकि, बाल झड़ना शरीर में कमी या असंतुलन का संकेत होता है, लेकिन लहसुन में उपस्थित सल्फर और सेलेनियम बालों को मजबूत करने और झड़ने से बचाते हैं।

लहसुन के लाभ

लहसुन में एंटी-माइक्रोबियल गुण होते हैं, जो बालों में रूसी को खत्म करने में मदद करता है। कच्चे लहसुन में विटामिन सी होता है जो बालों को स्वस्थ रखने और कोलेजन उत्पादन को भी बढ़ाता है जो बालों के विकास को प्रोत्साहित करने में मदद करता है। लहसुन में सेलेनियम की उपस्थिति अधिकतम पोषण के लिए रक्त परिसंचरण को बढ़ावा देने में मदद करती है।

लहसुन और हनी पैक

शहद और लहसुन आपको घने और स्वस्थ बाल देने के लिए एक साथ काम करते हैं। आप लहसुन और शहद का उपयोग करके एक हेयर मास्क तैयार कर सकते हैं। इसके लिए आपको 8 लहसुन की कलियां और 1 चम्मच शहद की आवश्यकता होगी। लहसुन का पेस्ट बनाएं और इसमें शहद मिलाएं। अच्छी तरह से मिलाएं और अपने सर पर और बालों पर लगाएं। इसे 2० मिनट के लिए छोड़ दें और फिर धो लें। आप इसे सप्ताह में दो बार कर सकते हैं।

बालों के लिए लहसुन का तेल

हम सभी लंबे और घने बालों के सपने देखते हैं। क्या आप जानते हैं कि लहसुन का तेल बालों पर इस्तेमाल करने से आपके बालों की जड़ें मजबूत होती हैं और आपके बाल जल्दी बढ़ते हैं। आप आसानी से घर पर लहसुन का तेल बना सकते हैं, इसके लिए आपको आवश्यकता होगी: 8 पीस लहसुन, 1 प्याज, 1/2 कप तेल

विधि

एक पैन में तेल डालें, आप किसी भी तेल, जैतून, नारियल या अरंडी (कैस्टर) के तेल का उपयोग कर सकते हैं। इसमें लहसुन और प्याज का पेस्ट मिलाएं। इसे अच्छे से पका लें, जब तक ये भूरा ना हो जाए। गैस को बंद कर दें और इसे दूसरे बर्तन में छान लें। ठंडा होने के बाद अपने बालों पर अच्छे से तेल लगाएं। इसे रात भर लगा रहने दें या एक घंटे बाद शैम्पू कर लें।

लहसुन-शैम्पू: बनाने की विधि

क्या आपने कभी लहसुन-शैम्पू के बारे में सुना है? नहीं ना, तो हम आपको लहसुन का शैंपू बनाने की विधि बताने जा रहे हैं। उसके लिए आपके पास 1० से 15 लहसुन की कलियां, 1 चम्मच ऑलिव ऑयल, 3 से 5 बंदू पेपरमिंट ऑयल, 3 से 5 बूंद टी ट्री ऑयल और एक 1०० द्रव्य माइल्ड शैंपू होना चाहिए।

सबसे पहले लहसुन की कलियों को छीलकर उसका पेस्ट तैयार कर लें। इसके बाद पेस्ट में जैतून का तेल और पेपरमिंट का तेल मिलाएं। फिर टी ट्री ऑयल डालें और सब सामग्री को मिलाकर पेस्ट तैयार करें। अब इस पेस्ट को माइल्ड शैंपू में मिला लें। सर्वोत्तम परिणाम के लिए सप्ताह में 3 बार इससे अपने बालों को शैम्पू करें।

लहसुन और अदरक का पेस्ट

लहसुन के 8 पीस और थोड़ी-सी अदरक लें। दोनों को ग्राइंडर से पीस लें और पेस्ट तैयार कर लें। एक पैन में, नारियल का तेल डालें और उसमें अदरक लहसुन का पेस्ट डालें। अच्छी तरह मिलाएं और थोड़ी देर बाद गैस को बंद कर दें। ठंडा होने के बाद इसे छलनी से छान लें और इसे सिर पर और बालों में सभी जगह अच्छे से लगाएं। लहसुन एक प्राकृतिक चीज है और इसका उपयोग आपके बालों की समस्याओं के इलाज के लिए अलग-अलग तरीकों से किया जा सकता है। लहसुन का उपयोग करने के बारे में सबसे अच्छी बात यह है कि इसका कोई दुष्प्रभाव (साइड-इफेक्ट्स) नहीं है। इ

लैपटॉप को घर पर इन 5 तरीकों से करें क्लीन, दिखेगा नए जैसा

लैपटॉप हमारा दैनिक कामकाज करने का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा बन गया है। चाहे ऑफिस का काम हो या फिर घर पर मनोरंजन, हम लैपटॉप के बिना अपने काम पूरे नहीं कर पाते। हम लगभग हर जगह लैपटॉप का इस्तेमाल करते हैंइस वजह से लैपटॉप पर तरह-तरह के बैक्टीरिया, वायरस और गंदगी जमा हो जाती है। जो लैपटॉप को गंदा दिखाने के साथ-साथ उसकी लाइफ को भी कम कर देते हैं। लैपटॉप को साफ रखना बेहद जरूरी हो जाता है।अकसर लोग लैपटॉप को साफ कराने के लिए सर्विस सेंटर जाते हैं, लेकिन घर पर भी कुछ आसान तरीकों से आप इसे क्लीन और हाइजीनिक बना सकते हैं। घर पर भी हम बिना किसी परेशानी के लैपटॉप की सफाई कैसे करें आइए जानते हैं लैपटॉप को साफ करने के 5 बेहतरीन तरीके।

स्क्रीन की सफाई

* इसके लिए मुलायम कपड़ा या माइक्रोफाइबर क्लॉथ उपयोगी होता है।

* थोड़ा डिस्टिल्ड वाटर या विशेष स्क्रीन क्लीनर कपड़े पर डालें। सीधे स्क्रीन पर डालने से बचें।

* स्क्रीन पर हल्के हाथ से रगड़ें और सूखने दें। स्क्रीन पर सीधा पानी न जाए इससे बचें।

कीबोर्ड की सफाई

* लैपटॉप को बंद कर दें।

* कंप्रेस्ड एयर का कैन लेकर, कीबोर्ड की दरारों से धूल निकालें।

* अल्कोहॉल और पानी का समान मिश्रण तैयार करें और इसे कॉटन स्वैब में डुबोकर कीबोर्ड की कुंजियों को साफ करें।

टचपैड और लैपटॉप की बाहरी सतह

* एक मुलायम कपड़ा लें और उसमें थोड़ा डिस्टिल्ड वाटर या अल्कोहॉल मिश्रण डालें।

* धीरे से बाहरी भाग रखें और साफ करें।

पोर्ट्स और वेंट्स

* इन्हें साफ करने के लिए कंप्रेस्ड एयर का प्रयोग करें, जिससे इनमें जमी हुई धूल बाहर निकल जाएगी।

जानें क्या बरतें सावधानी

* लैपटॉप की सफाई से पहले, सुनिश्चित करें कि यह बंद है और बिजली के सोर्स से अलग हो।

* कभी भी सीधा पानी या ड्रॉपलेट्स लैपटॉप पर न डालें।

* कभी भी ज्यादा दबाव या जोर से रगडऩे का प्रयास न करें, इससे लैपटॉप को नुकसान हो सकता है। यदि इन तरीकों का पालन करते हैं, तो आपका लैपटॉप बिल्कुल साफ हो जाएगा।(आरएनएस)

पुष्पा से पहले एक और दक्षिण भारतीय फिल्म करेगी धमाका

दक्षिण भारतीय फिल्में इन दिनों दर्शकों में सबसे ज्यादा माँग में हैं। हर नई फिल्म अपने कथानक के जरिये पूरे देश के दर्शकों को अपनी ओर आकर्षित कर रही हैं। पोन्नियन सेलवन 1-2 के बाद इस फिल्म के नायक जयम रवि अपनी अगली फिल्म सायरन के जरिये बॉक्स ऑफिस पर धमाका करने वाले हैं। हाल ही में जारी हुए इस फिल्म के प्रोमो ने दर्शकों को रोमांचित कर दिया है। इसको देखकर ही समझा जा सकता है कि फिल्म एक जानदार थ्रिलर रहने वाली है। हालांकि ना तो टीजर कहा गया है और ना ही ट्रेलर। इसे प्रीफेस का नाम दिया गया है। यह फिल्म है सायरन है और इसका सायरन प्रीफेस को एक्टर जयम रवि के 43वें जन्मदिन के मौके पर रिलीज किया गया है। इस प्रीफेस को देखकर ही समझा जा सकता है कि यह एक थ्रिलर है और जयम रवि को इसमें अनदेखे अंदाज में देखा जा सकेगा।

जयम रवि की नई फिल्म है सायरन। सायरन के प्रीफेस में जयम रवि को जेल में और उसके बाहर देखा जा सकता है। फिल्म में उनके साथ कीर्ति सुरेश, अनुपरमा परमेश्वरन, योगी बाबू और समुत्रिकनी नजर आएंगे। सायरन को एंटनी भाग्यराज ने निर्देशित किया है और ये उनकी डेब्यू फिल्म है। बताया जा रहा है कि फिल्म में कीर्ति सुरेश पुलिस अफसर के किरदार में नजर आ सकती हैं, जबकि प्रीफेस देखकर समझा जा सकता है कि जयम रवि एक कैदी हैं। (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 या 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

फूलगोभी खाने से किन लोगों को बचना चाहिए...!

फूलगोभी एक बहुत ही फायदेमंद सब्जी मानी जाती है। इसमें विटामिन ष्ट, एंटीऑक्सीडेंट्स और फाइबर की अधिकता होती है जो कई बीमारियों से लडऩे में मदद करते हैं। लेकिन कुछ लोगों को फूलगोभी का सेवन सावधानीपूर्वक करना चाहिए। क्योंकि इसके कुछ नुकसान भी हैं जिनके बारे में जानना जरूरी है। फूलगोभी में मौजूद रैफिनोज नामक कार्बोहाइड्रेट पाचन तंत्र के लिए बेहद हानिकारक साबित हो सकता है।

कुछ लोगों के लिए पाचन क्रियाओं के लिए ठीक नहीं हो सकता। इससे गैस, दस्त और पेट दर्द की समस्या हो सकती है। पहले से पाचन संबंधी समस्याओं जैसे इरिटेबल बाउल सिंड्रोम या आईबीएस वाले लोगों को फूलगोभी का सेवन बहुत कम मात्रा में करना चाहिए। फूलगोभी खाने से उनकी स्थिति और बिगड़ सकती है। आइए जानते हैं यहां और किन लोगों को फूलगोभी नहीं खाना चाहिए।।

थायरॉइड की समस्?या

जिन्हें थायरॉइड की समस्?या है, उन्हें फूलगोभी को सावधानी से खाना चाहिए, क्योंकि यह गोभी में पाये जाने वाले गोइट्रोजेन को कम कर सकता है, जिससे थायरॉइड पर प्रभाव पड़ सकता है।

किडनी स्टोन

जिन्हें किडनी स्टोन की समस्या है, उन्हें फूलगोभी को परहेज से खाना चाहिए, क्योंकि यह कैल्सियम और ऑक्सलेट को बढ़ा सकता है, जो स्टोन के बढऩे का कारण बन सकता है।

ब्रैस्ट कैंसर रिस्क

कुछ अध्ययनों में दिखाया गया है कि जो महिलाएं ब्रैस्ट कैंसर की समस्या से प्रभावित होती हैं, उन्हें फूलगोभी को नहीं खाना चाहिए क्योंकि यह उनके लिए हानिकारक होता है। इस परिमाण के लिए और अध्ययन की आवश्यकता है।

ब्लड थिनर्स का उपयोग

जो ब्लड थिनर्स का उपयोग कर रहे हैं, उन्हें फूलगोभी को बहुत अधिक नहीं खाना चाहिए, क्योंकि यह विटामिन की खपत को बढ़ा सकता है और ब्लीडिंग की समस्याओं का कारण बन सकता है।

गैस की समस्या

पेट में गैस, अपच और पेट फूलने जैसी समस्याओं से परेशान लोगों को फूलगोभी से परहेज करना चाहिए। फूलगोभी में मौजूद रैफिनोज नामक कार्बोहाइड्रेट आंतों में जाकर गैस पैदा कर सकता है, जिससे पेट में दर्द, फूलना और अपच की समस्याएं बढ़ सकती हैं।(आरएनएस)

कह दूं तुम्हें शो में मेरा किरदार सिंगल मदर्स के लिए प्रेरणा: युक्ति कपूर

शो कह दूं तुम्हें में मुख्य भूमिका निभाने वाली अभिनेत्री युक्ति कपूर ने अपने किरदार के बारे में बात की। उन्होंने कहा कि उनका किरदार एक उद्देश्य वाली महिला का है, जो सिंगल मदर्स के लिए एक उदाहरण है।

पंचगनी पर आधारित शो कह दूं तुम्हें एक मनोरंजक, मर्डर मिस्ट्री और प्रेम कहानी है, जिसमें कीर्ति (युक्ति द्वारा अभिनीत) और विक्रांत (मुदित नैय्यर द्वारा अभिनीत) की भावनाओं के विभिन्न रंग और भावनात्मक, रोमांचकारी रोलर कोस्टर देखने को मिलेंगे। शो पर बात करते हुए युक्ति ने कहा, कीर्ति एक सिंगल मदर हैं। वह आत्मविश्वासी, मजबूत महिला हैं। मैं खुद को भाग्यशाली मानती हूं कि मुझे कीर्ति का किरदार निभाने का मौका मिला। दर्शकों को कीर्ति के व्यक्तित्व के विभिन्न पहलू देखने को मिलेंगे। वह एक उद्देश्य वाली महिला है। मेरा लक्ष्य कीर्ति बनकर अन्य सिंगल मदर्स के लिए एक उदाहरण बनना है। निर्माता श्वेता शिंदे ने साझा किया, मैंने अपने मन में एक थ्रिलर शैली का शो बनाने की कल्पना की थी। कह दूं तुम्हें एक ऐसा शो है, जिसमें कॉमेडी के साथ-साथ थ्रिलर ड्रामा भी है। उन्होंने कहा, शो के लिए मुदित नैय्यर हमेशा से मेरी पहली पसंद थे। मैं उनसे बेहद प्रभावित हुई और उन्हें अपने साथ ले लिया। कह दूं तुम्हें के साथ मुझे अपनी प्रतिभा और काम दिखाने का मौका मिला। मैं स्टार प्लस की आभारी हूं। मुझे उम्मीद है कि दर्शक हमारी कड़ी मेहनत के लिए हमें प्यार देंगे। वज्र प्रोडक्शंस द्वारा निर्मित, कह दूं तुम्हें स्टार प्लस पर प्रसारित होता है।

शब्द सामर्थ्य -054

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. आय व्यय का लेखा-जोखा, गणित, एकाउंट 3. विनती, अदब 6. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 7. मूल्यवान, बहुमूल्य 8. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 10. बराबर, सम 12. मुख, चेहरा 14. अनुकृति, अनुकरण, असल का विलोम 17. दिमाग, मस्तिष्क 18. मनोहर, सुंदर, इच्छित, प्यारा 19. गर्मी, ताप 21. रसिया, प्रेमी, रसपान करने वाला 23. दबाव, भार 24. भीख 25. काम से जी चुराने वाला, आलसी।

ऊपर से नीचे

1. साहस, वीरता, बहादुरी 2. बहिन, प्रवाहित होना 3. प्रणय क्रीडा, सुखोपभोग, हावभाव 4. विश्वास, प्रतीति 5. इंतजार 9. खाने-पीने का सामान, रसद 11. नशीला, मदभरा 12. घायल, जख्मी 13. झुकना, प्रणाम, नमस्कार 14. दृष्टि, निगाह 15. तीव्रइच्छा 16. अर्थ, अभिप्राय, स्वार्थ 20. इम्तिहान, योग्यता आदि को परखना 22. जुल्म, अन्याय 23. पत्नी, बीवी, एक प्रत्यय।

1		2		3		4		5
		6				7		
8	9			10	11			
12		13		14		15		16
		17				18		
19	20			21	22			
							23	
24				25				

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 53 का हल

दा	ढ़ी		की		खा	सो	आ	म
वा		त	म	न्ना			जा	
न	जा	क	त		बा	अ	द	ब
ल		ली		वि	ला	प		हा
	अ	फ	सा	ना		मा	हि	र
दा	ब			श	गु	न		
न		उ	प	का	र		शि	
व		त्स		र		त	क	ला
	सा	व	न		गु	रु	वा	र

तितली में मेघा प्रसाद की एंट्री, मनोवैज्ञानिक का निभाएंगी किरदार

एक्ट्रेस मेघा प्रसाद, जिन्होंने लव स्टोरी ड्रामा तितली में एंट्री की है, ने अपने किरदार के बारे में खुलासा करते हुए कहा कि वह हमेशा सामान्य से कुछ अलग करना चाहती थीं।

वह गर्व (अविनाश मिश्रा द्वारा अभिनीत) का इलाज करने वाली मनोवैज्ञानिक का किरदार निभाती नजर आएंगी।

अपनी एंट्री और किरदार के बारे में बात करते हुए मेघा ने कहा, मैं तितली का हिस्सा बनकर बेहद खुश और आभारी हूं। यह एक अनोखा शो है और मैं हमेशा सामान्य से कुछ अलग करना चाहती थी। इसका विषय बहुत अच्छा है।

एक्ट्रेस ने कहा, मैं और भी अधिक उत्साहित हूं क्योंकि मैं एक मनोवैज्ञानिक की भूमिका निभा रही हूं जो दूसरों के मानसिक संतुलन के लिए उनके पिछले दर्दनाक घावों को ठीक करती है।

उन्होंने अपना उत्साह व्यक्त करते हुए कहा, मेरे किरदार का नाम भी मेघा है। मैं बेहद उत्साहित हूं और एक अनोखे तरीके से मेघा का किरदार निभाने के लिए उत्सुक हूं। मुझे उम्मीद है कि लोगों को मेरा किरदार पसंद आएगा।

तितली एक प्रेम कहानी है, जहां तितली नाम की एक खुशमिजाज और जीवंत लड?ी अपने आदर्श पुरुष को ढूंढने और उसके साथ परियों जैसा जीवन जीने की तलाश में है।

नेहा सोलंकी तितली की मुख्य भूमिका निभा रही हैं, जबकि अविनाश तितली के विपरीत गर्व का किरदार निभा रहे हैं।

स्टोरी स्क्वायर प्रोडक्शंस द्वारा निर्मित इस शो में सुशील पाराशर और यश टोंक भी प्रमुख भूमिकाओं में हैं। यह स्टार प्लस पर प्रसारित होता है।

तब्बू स्टारर स्पाई थ्रिलर फिल्म खुफिया का आईएफएफएलए में होगा वर्ल्ड प्रीमियर

बॉलीवुड एक्ट्रेस तब्बू स्टारर एक्शन स्पाई थ्रिलर फिल्म खुफिया लॉस एंजिल्स के इंडियन फिल्म फेस्टिवल ऑफ लॉस एंजेलिस (आईएफएफएलए) में अपने वर्ल्ड प्रीमियर के लिए तैयार है।

विशाल भारद्वाज द्वारा निर्देशित खुफिया अमर भूषण की किताब एस्केप टू नोव्हेयर पर आधारित है। फिल्म में तब्बू को सीक्रेट ऑपरेटिव के रूप में दिखाया गया है, जो एक खतरनाक मिशन पर है और एक जासूस की भूमिका में है।

फेस्टिवल के अन्य फीचर चयनों में अतुल सभरवाल की बर्लिन का विश्व प्रीमियर, डोमिनिक संगमा की गारो भाषा की फिल्म अलौकिक कहानी रैप्चर, आनंद एकार्शी की मलयालम फिल्म अट्टम और देवाशीष मखीजा की जोरम शामिल हैं।

आईएफएफएलए की कार्यकारी निदेशक क्रिस्टीना मरौदा ने कहा- हम आईएफएफएलए के तीसरे दशक को लेकर रोमांचित हैं, जो उभरते हुए दक्षिण एशियाई कहानीकारों के लिए यूनिक और आवश्यक प्लेटफॉर्म प्रदान करता है, और लॉस एंजिल्स के दर्शकों के लिए एक हाई क्यूरेटेड प्रोग्राम ला रहा है।

उन्होंने कहा, लॉस एंजेल्स दक्षिण एशिया और इसके प्रवासी भारतीयों से जुड़े अनगिनत कलाकारों का घर बन गया है। आईएफएफएलए लंबे समय से फिल्म निर्माताओं के लिए एक महत्वपूर्ण कसौटी रहा है, क्योंकि यह उनके काम को अमेरिकी फिल्म उद्योग के केंद्र में देखने के लिए मंच प्रदान करता है और साथ ही निर्देशकों, अभिनेताओं और अन्य फिल्म कलाकारों को समर्थन और नेटवर्किंग प्रदान करता है। महोत्सव का समापन वरुण ग्रोवर की नाटक ऑल इंडिया रैंक के उत्तरी अमेरिकी प्रीमियर के साथ होगा। फिल्म का प्रीमियर जनवरी में रॉटरडैम फेस्टिवल में हुआ था।

16 साल बाद फिर बड़े पर्दे पर धमाल मचाएगी शाहिद और करीना की जोड़ी ?

करीना कपूर खान और शाहिद कपूर की 'जब वी मेट' बॉलीवुड की सबसे पसंदीदा फिल्मों में से एक है। साल 2007 में रिलीज़ हुई यह रोमांटिक-कॉमेडी ब्लॉकबस्टर रही थी और आज भी ये फिल्म लोगों के दिलों पर राज करती है। फैंस अक्सर इस फिल्म के सीक्वल की मांग करते रहते हैं और फाइनली फैंस की ये ख्वाहिश पूरी होती नजर आ रही है। एक रिपोर्ट के मुताबिक 'जब वी मेट' के सीक्वल की आने की तैयारी हो रही है।

रिपोर्ट के मुताबिक कथित तौर पर 'जब वी मेट' के सीक्वल राज मेहता द्वारा गांधार फिल्म्स बैनर के तहत प्रोड्यूस किया जाएगा, रिपोर्ट्स की मानें तो फिल्म के सीक्वल वर्जन का निर्देशन इम्तियाज अली करेंगे उन्होंने 'जब वी मेट' का भी डायरेक्शन किया था। हालांकि मेकर्स की ओर से अभी तक 'जब वी मेट 2' के बारे में कोई ऑफिशियल अनाउंसमेंट नहीं की गई है।

'जब वी मेट 2' के आने की खबरों के साथ ही ये भी चर्चा शुरू हो गई है कि क्या फिल्म की स्टार कास्ट करीना कपूर खान और शाहिद कपूर फिर से इसके पार्ट 2 के लिए भी एक साथ आएंगे और गीत और आदित्य के रूप में अपनी भूमिकाओं को दोहराएंगे। इसी के साथ बता दें कि फिल्म के सीक्वल के बारे में अफवाहें इंटरनेट पर तब फैलनी शुरू हुई जब शाहिद कपूर ने इसकी संभावना के बारे में थोड़ा हिंट दिया था।

रिपोर्ट्स के मुताबिक, वैलेंटाइन डे पर एक्टर के एक फैन ने उनसे इम्तियाज अली के साथ लगातार बातचीत के बारे में पूछा। इस पर शाहिद कपूर ने कहा था, 'स्मार्ट बॉय।'

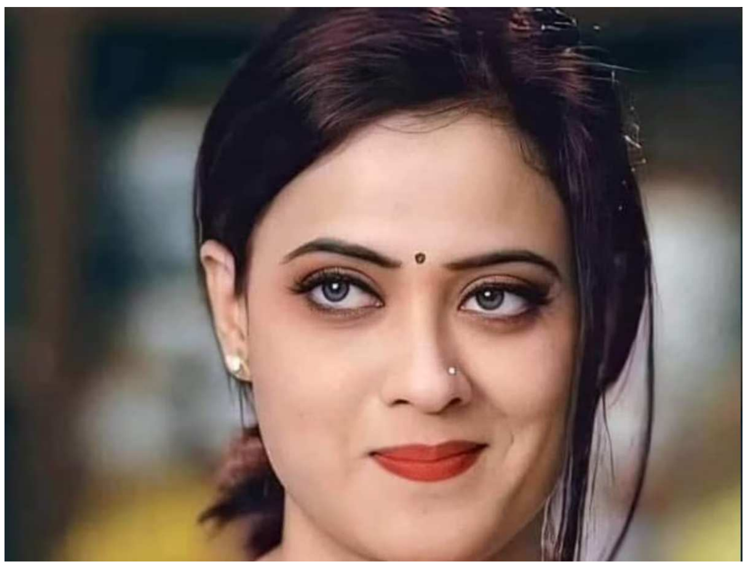
बता दें कि जब वी मेट कुछ दिनों पहले सिनेमाघरों में दोबारा रिलीज हुई थी। हालांकि, उस दौरान शाहिद कपूर से पूछा गया कि क्या वह इस आइकॉनिक फिल्म के सीक्वल में रोल प्ले करना चाहेंगे। इसके जवाब में शाहिद ने कहा कि यह मेनली स्क्रिप्ट पर डिपेंड करता है। उन्होंने मेंशन किया कि अगर स्क्रिप्ट आसानी से ओरिजनल वर्जन से मेल खा सकती है, तो वह यकीनन आगे आएंगे। इतना ही नहीं, शाहिद ने अपनी जब वी मेट की को-एक्ट्रेस करीना की भी जमकर तारीफ की थी और बताया था कि उनके अलावा कोई भी उस भूमिका को नहीं निभा सकता।

चमचमाती हुई साड़ी पहन रकुल प्रीत सिंह ने लगाया ग्लैमर का तडका

बॉलीवुड एक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह हमेशा अपने गॉर्जियस लुक्स के कारण सोशल मीडिया पर लाइमलाइट बटौरती रहती हैं। उनका गजब की हॉटनेस अक्सर फैंस को उनकी ओर लूभाती रहती है। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर सोशल मीडिया का पारा हाई कर लिया है। इन तस्वीरों में वो बला की खूबसूरत नजर आ रही हैं। एक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह हमेशा अपने बोल्ड और हॉट फोटोज से इंटरनेट का पारा गर्म किए रहती हैं।

उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर पोस्ट होते ही फैंस के बीच लाइमलाइट लूट लेता है। हाल ही में एक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें फैंस के बीच शेयर की हैं। इन तस्वीरों में एक्ट्रेस का ट्रेडिशनल लुक देखकर फैंस की नजरें उन पर से हटने का नाम नहीं ले रही है। बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो वो लोग उनकी हर एक तस्वीर पर आपना दिल हार जाते हैं। रकुल प्रीत सिंह की इन तस्वीरों में भी एक्ट्रेस ने कानों में झुमके और बालों के स्टाइलिश लुक में बन बनाकर बांध रखा है। रकुल प्रीत सिंह की इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं कि उन्होंने कातिलाना पोज देते हुए हॉट फोटोज क्लिक करवाई है। एक्ट्रेस के वर्कफ्रंट की बात करें तो वो जल्दी ही फिल्म मेरी पत्नी के रीमेक में दिखाई देने वाली हैं। फैंस भी उनकी इस मूवी का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं।

श्वेता तिवारी ने बॉसी लुक में लगाया इटेंस तडका



श्वेता तिवारी सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहने लगी हैं। अक्सर उनके इंस्टाग्राम पर उनके नए-नए लुक्स देखने को मिल जाते हैं। ऐसे में एक्ट्रेस के फॉलोअर्स की लिस्ट भी लगातार लंबी होती जा रही है। वहीं, श्वेता की भी हर अदा को देखकर ऐसा लगने लगा है कि एक्ट्रेस की उम्र जैसे-जैसे बढ़ती जा रही है वह और ज्यादा जवां होने लगी हैं। श्वेता का हर लुक फैंस के दिलों की धड?नें बढ़ा देता है। अब फिर से एक्ट्रेस ने अदाएं दिखाते हुए इंस्टाग्राम पर अपने नए लुक की झलक दिखाई है।

लेटेस्ट फोटोशूट के लिए श्वेता ने बॉसी लुक में पोज दिए हैं। इन फोटोज में एक्ट्रेस डार्क ग्रे शेट का ट्राउजर और क्रॉप शर्ट पहने हुए नजर आ रही हैं। अपने इस लुक को उन्होंने सटल शाइनी बेस, न्यूड ग्लॉसी लिप्स और न्यूड आई मेकअप से कंप्लीट किया है। इसके साथ एक्ट्रेस ने अपने बालों को ओपन रखकर ही सिंपल हेयर स्टाइल बनाया है। वहीं, एक्सेसरीज के तौर पर श्वेता कानों में हूप ईयररिंग्स कैरी किए हैं।

श्वेता इस लुक में काफी हॉट और अट्रैक्टिव दिख रही हैं। उन्होंने अपने इस स्टाइलिश बॉसी लुक को भी कैमरे के सामने बहुत खूबसूरती से फ्लॉन्ट किया है। उन्होंने इटेंस लुक में कई पोज दिए हैं। अब श्वेता के चाहने वालों के बीच उनका ये स्टाइलिश लुक भी काफी वायरल होने लगा है। फैंस ने उनकी तारीफों के पुल बांधते हुए कई कमेंट्स किए हैं। श्वेता के इस स्टाइलिश लुक को देखकर अंदाजा ही नहीं लगाया जा सकता कि एक्ट्रेस 42 साल की हो गई हैं और 2 बच्चों की मां हैं।

वहीं, श्वेता के वर्क फ्रंट पर नजर डालें तो इन दिनों वह रोहित शेट्टी की वेब सीरीज इंडियन पुलिस फोर्स को लेकर चर्चा में हैं। इसके अलावा एक्ट्रेस हम तुम एंड दैम टाइटल से बन रही सीरीज में भी नजर आएंगी। फैंस उन्हें फिर नए अंदाज में पर्दे पर देखने के लिए काफी उत्साहित हैं।

भारत ने जी20 को आर्थिक सहयोग के एक प्रमुख मंच के रूप में स्थापित किया

लक्ष्मी पुरी

प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में 2० वर्षों में एक बार मिलने वाली जी2० की इंडिया यानी भारत की अध्यक्षता ऐतिहासिक मानी जाएगी। इस अध्यक्षता ने एक ऐसी अमिट छाप छोड़ी है जिसकी अनदेखी करना घरेलू और विदेशी आलोचकों के लिए भी कठिन होगा। भारत की भौतिक, सांस्कृतिक, सभ्यतागत भव्यता और इसकी आर्थिक, वैज्ञानिक व तकनीकी प्रगति एवं गतिशीलता पूरी तरह से परिलक्षित हुई।

भारत की कूटनीतिक व सर्वसम्मति निर्माण कौशल और सबसे अधिक आबादी वाले एवं युवाओं की संख्या के मामले में सबसे समृद्ध तथा सबसे पुराने, सबसे बड़े एवं सबसे अधिक विविधतापूर्ण लोकतांत्रिक देश की हैसियत ने इस जनता के जी2०' में इसकी अध्यक्षता को एक विशेष गरिमा प्रदान की। प्रधानमंत्री मोदी की सरकार की असाधारण प्रतिबद्धता ने भारत को विश्वगुरु' और विश्वामित्र' के रूप में वैश्विक मंच पर स्थापित कर दिया। भारत की यह छवि उच्चतम स्तर की भागीदारी और एक सार्थक दिल्ली घोषणा में दिखाई दी।

यह परिधि से निकलकर वैश्विक आर्थिक निर्णय-प्रक्रिया के केन्द्र में पहुंचने की भारत की यात्रा का प्रतिनिधित्व करता है। भारत ने यह संकेत दिया कि वह उत्तर-दक्षिण सहयोग को बढ़ावा देने और संवाद में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। इसकी सामाजिक न्याय की विशाल परियोजनाएं ग्लोबल साउथ के देशों में प्रतिकृति और विस्तार की दृष्टि से मानक बनती हैं। तीव्र आर्थिक विकास, सतत विकास, जलवायु कार्रवाई और सभी के लिए मानवीय प्रतिक्रिया से लैस वैश्विक सार्वजनिक कल्याण सुनिश्चित करने के विकसित एवं विकासशील देशों के इस सबसे शक्तिशाली समूह को आगे बढ़ाने के जिम्मेदारियों के प्रति प्रधानमंत्री मोदी का समावेशी एवं मानव-केन्द्रित दृष्टिकोण जी2० की भारत की सफल अध्यक्षता की पहचान बन गया।

एक अभिजात्य बहुपक्षीय मंच के तौर पर, जी2० का जन्म 2००8 के वैश्विक संकट के दौरान हुआ था। इसने वास्तविक सार्वभौमिक बहुपक्षीय मंच से वैश्विक आर्थिक एवं वित्तीय शासन के एजेंडे को अपहृत कर लेने की आलोचना को सहते हुए इस संकट से उबरने में काफी हद तक मदद की। पिछले कुछ वर्षों में, जी2० ने अपनी उपयोगिता साबित की है। लेकिन, अब इसे अब तक के गंभीरतम संकटों से निपटना है। अतिव्यापी और आपस में एक-दूसरे से परस्पर जुड़े हुए ये संकट एक साथ उभरे हैं। इन संकटों में जलवायु परिवर्तन एवं पर्यावरणीय क्षरण से लेकर कोविड-19 से उपजे व्यापक सामाजिक-आर्थिक विनाश, रूस-यूक्रेन युद्ध, बढ़ते भू-राजनीतिक तनाव, भोजन, उर्वरक, ईंधन एवं वित्तीय संकट और आपूर्ति श्रृंखला की असुरक्षा शामिल है, जो ग्लोबल साउथ के देशों को गंभीर रूप से प्रभावित कर रहे हैं। यह सब एक ऐसे समय में हो रहा है जब संयुक्त राष्ट्र, विश्व बैंक, अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष और विश्व व्यापार संगठन जैसे बहुपक्षीय संस्थान संयुक्त राष्ट्र महासचिव गुटेरेस के शब्दों में भारी शिथिलता के शिकार हो गए हैं।

18वें जी2० शिखर सम्मेलन में दक्षिणी दुनिया के देशों से किए गए प्रधानमंत्री श्री मोदी के वादे - आपकी आवाज भारत की आवाज है, आपकी प्राथमिकताएं भारत की प्राथमिकताएं हैं - को प्रभावशाली और ठोस तरीके से निभाया गया है। भारत ने 54 देशों वाले अफ्रीकी संघ - दूसरे सबसे बड़े संसाधन संपन्न महाद्वीप, जहां 1.466 बिलियन लोग सतत विकास लक्ष्यों (एसडीजी) को पाने के लिए जूझ रहे हैं - को जी2० में शामिल करके वैश्विक शासन की समावेशिता एवं लोकतंत्रीकरण की राह में एक उल्लेखनीय उपलब्धि हासिल की है।

जी2० की अध्यक्षता के लिए भारत की सभी सात विषयगत प्राथमिकताओं का जहां तक प्रश्न है, इसने वास्तव में ग्लोबल साउथ के देशों के लिए समावेशी, महत्वाकांक्षी, कार्योन्मुख और निर्णायक परिणाम दिए हैं। इन परिणामों में एसडीजी को हासिल करने की दिशा में हुई प्रगति में तेजी लाना तथा जी2० कार्ययोजना एवं उच्चस्तरीय सिद्धांतों को लागू करना; वित्तपोषण के मामले में व्याप्त अंतर को पाटने तथा यूएनएसजी के एसडीजी संबंधी प्रोत्साहन का समर्थन करने हेतु सभी स्रोतों से किफायती, पर्याप्त एवं सुलभ वित्तपोषण जुटाना; जी2० रोडमैप के अनुरूप स्थायी वित्त को बढ़ाना; खाद्य सुरक्षा एवं पोषण से संबंधित दक्कन उच्चस्तरीय सिद्धांतों के अनुरूप वैश्विक खाद्य सुरक्षा को बढ़ाना, खाद्यान्नों एवं उर्वरकों की कीमतों में व्याप्त अस्थिरता से निपटना और आईएफएडी संसाधनों को बढ़ाना शामिल है। एक स्वास्थ्य' के दृष्टिकोण को अपनाते हुए, जी2० ने सहयोग का एक व्यापक पैकेज अपनाया, जिसमें विश्व स्वास्थ्य संगठन के नेतृत्व वाली महामारी से जुड़ी तैयारियों एवं निगरानी प्रणालियों को बढ़ाना और स्वास्थ्य सहयोग को वित्तपोषित करना शामिल है।

सबसे महत्वपूर्ण उपलब्धि पेरिस प्रतिबद्धताओं को लागू करने के मजबूत संकल्प के साथ ठोस हरित विकास समझौता थी। प्रधानमंत्री मोदी के लाइफ मिशन को सतत विकास के लिए जीवनशैली से संबंधित जी2० के उच्चस्तरीय सिद्धांतों में रूपांतरित कर दिया गया।

इसने हरित जलवायु कोष (ग्रीन क्लाइमेट फंड) की महत्वाकांक्षी दूसरी पुनर्पूर्ति और निजी वित्त और जलवायु अनुकूल प्रौद्योगिकियों के विकास, साझाकरण, तैनाती और वित्तपोषण और बहुवर्षीय तकनीकी सहायता योजना (टीएएपी) कार्यान्वयन पर मजबूत प्रतिबद्धता का आह्वान किया। इसने अपने एनडीसी को लागू करने के लिए 2०3० से पहले ग्लोबल साउथ के देशों के लिए 5.9 ट्रिलियन अमेरिकी डॉलर की जरूरत और अकेले स्वच्छ ऊर्जा प्रौद्योगिकियों के लिए चार ट्रिलियन अमेरिकी डॉलर की जरूरत को रेखांकित किया। इसने विभिन्न पक्षों से 1०० बिलियन की पेरिस प्रतिबद्धता को लागू करने और एक महत्वाकांक्षी, पता लगाने योग्य एवं पारदर्शी नए सामूहिक मात्रात्मक लक्ष्य (एनसीक्यूजी) को निर्धारित करने का आह्वान किया। न्यायसंगत ऊर्जा परिवर्तन के संबंध में, ऊर्जा परिवर्तन के लिए महत्वपूर्ण खनिजों पर सहयोग के लिए अंतरराष्ट्रीय सौर गठबंधन (आईएसए) के उच्चस्तरीय सिद्धांतों द्वारा संचालित ग्रीन हाइड्रोजन इनोवेशन सेंटर शुभारंभ किया गया। जी2० ने वैश्विक जैव ईंधन गठबंधन के शुभारंभ के लिए भी संदर्भ प्रदान किया।

प्रौद्योगिकी एवं डिजिटल सार्वजनिक बुनियादी ढांचे के संबंध में, इसने जी2० 2०23 वित्तीय समावेशन कार्य योजना, डिजिटल सार्वजनिक बुनियादी ढांचे की प्रणालियों के लिए जी2० फ्रेमवर्क और एक वैश्विक डिजिटल सार्वजनिक बुनियादी ढांचे से संबंधित रिपॉजिटरी के निर्माण व रखरखाव की भारत की योजना का समर्थन किया। कम आय वाले देशों में डीपीआई के लिए क्षमता निर्माण, तकनीकी सहायता और वित्त पोषण संबंधी सहायता प्रदान करने के वन फ्यूचर एलायंस (ओएफए) के भारत के प्रस्ताव का स्वागत किया गया। क्रिप्टो परिसंपत्तियों के लिए एक साझा एफएसबी एवं एसएसबी कार्ययोजना तथा एक व्यापक एवं समन्वित नीतियों एवं नियामक ढांचे के लिए एक रोडमैप निर्धारित किया गया।

जी2० ने संयुक्त राष्ट्र एवं अंतरराष्ट्रीय वित्तीय संस्थानों को फिर से सुदृढ़ करने एवं उनमें सुधार करने, बड़े, बेहतर एवं अधिक प्रभावी बहुपक्षीय विकास बैंक प्रदान करने, आईडीए की महत्वाकांक्षी 21 पुनर्पूर्ति सहित विकास वित्त में बिलियन से ट्रिलियन तक की लंबी छलांग लगाने और आईएमएफ शासन कोटा में सुधार को दिसंबर 2०23 तक पूरा करने का संकल्प व्यक्त किया।

जी2० शिखर सम्मेलन ने यूक्रेन-रूस संघर्ष के मुद्दे पर आम सहमति का प्रतिनिधित्व किया और इस बात पर जोर दिया कि यह युद्ध का युग नहीं होना चाहिए। यह भरोसे के निर्माण की दृष्टि से एक बड़ी जीत है। इसने भारत को जी2० को सबसे अच्छे और सबसे बुरे समय में बेहद जरूरी वैश्विक आर्थिक सहयोग के एक प्रमुख मंच के रूप में बहाल करने में समर्थ बनाया।

(लेखिका भारत की पूर्व राजदूत और संयुक्त राष्ट्र की सहायक महासचिव हैं)

सू- दोकू क्र.054

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

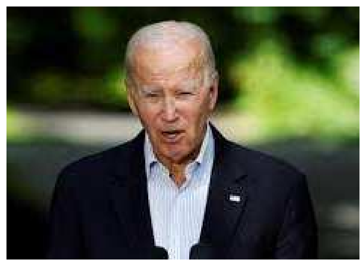
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.53 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

चोरी चोरी- चुपके चुपके!

पश्चिमी देशों के लिए मानव अधिकार जैसी बातें हमेशा विदेश नीति के मकसद साधने की औजार रही हैं। आज की बदलती भू-राजनीति और विश्व शक्ति संतुलन में भारत की जो हैसियत है, उसके बीच वे इस हथियार को चलाने में अनिच्छुक हैं।



अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडेन नई दिल्ली में उन शर्तों के दायरे में रहे, जो भारत सरकार की तरफ से उन्हें बताया गया था। लेकिन जब वे वियतनाम पहुंचे, तो वहां बड़े गोलमोल अंदाज में बताया कि उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से बातचीत के दौरान 'मानव अधिकारों के सम्मान और एक मजबूत एवं समृद्ध देश के निर्माण में नागरिक समाज और स्वतंत्र की भूमिका के महत्व' पर चर्चा की, 'जैसाकि वे हमेशा करते हैं'। इन निराकार बातों से मोदी के लिए कितनी असहज स्थिति पैदा हुई होगी, इसका सहज अंदाजा लगाया जा सकता है। आखिर विश्व मंचों पर ऐसी अमूर्त बातें मोदी भी दोहराते रहते हैं। दरअसल, भारत की अध्यक्षता में हुए जी-2० शिखर सम्मेलन के घोषणापत्र में भी धार्मिक सहिष्णुता और सामाजिक सद्भाव की आवश्यकता की भरपूर चर्चा की गई है। बहरहाल, यह अपेक्षा अपने-आप में गलत सोच पर टिकी है कि अमेरिका या किसी दूसरे देश के नेता को अपनी भारत यात्रा के दौरान ऐसे मसलों पर भारत सरकार के ऊपर दबाव डालना चाहिए।

इस सोच के पीछे यह परोक्ष समझ है कि पश्चिमी देश लोकतंत्र और मानव अधिकार के पहरेदार हैं। यह एक तरह से औपनिवेशक सोच में यकीन करने जैसी बात है। चूंकि ऐसी सोच का प्रभाव आज भी समाज में मौजूद है, तो हनोई में बाइडेन के दिए गए अहानिकर बयान से देश के एक हिस्से में उत्साह की लहर दौड़ गई है। यह एक तरह से भारतीय लोकतंत्र और संवैधानिक व्यवस्था की रक्षा में इस तबके की अपनी नाकामी को भी जाहिर करता है, जिसकी अब उम्मीदें अब विदेशी मदद पर जाकर टिक गई हैं। लेकिन इससे कुछ हासिल नहीं होगा। पश्चिमी देशों के लिए लोकतंत्र और मानव अधिकार जैसी बातें हमेशा विदेश नीति के मकसद साधने की औजार रही हैं। आज की बदलती भू-राजनीति और विश्व शक्ति संतुलन में भारत की जो हैसियत है, उसके बीच वे इस हथियार को चलाने में न सिर्फ अनिच्छुक बल्कि अक्षम भी हो गए हैं। इसलिए एक खास श्रोता वर्ग के लिए धीरे-धीरे कुछ ऐसा बोल जाते हैं, जिसे कोई सुन ना ले! जाहिर है, इन बातों का असल में कोई अर्थ नहीं होता। (आरएनएस)

सनातन पर बयानबाजी अब बंद होगी

डीएमके प्रमुख और तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एमके स्टालिन ने अपनी पार्टी के नेताओं को सख्त निर्देश दिया है कि वे सनातन धर्म पर टिप्पणी बंद करें। असल में उनके बेटे और राज्य सरकार के खेल मंत्री उदयनिधि स्टालिन ने जिसकी शुरुआत की थी वह तेजी से फैलने लगा था। पार्टी के सांसद ए राजा लगातार उस पर बयान दे रहे थे। पिछले दिनों उन्होंने सनातन छोड़ कर हिंदू धर्म पर हमला तेज कर दिया। ए राजा ने कहा कि हिंदू धर्म एक बीमारी की तरह है। पहले वे सनातन के लिए यह बात कह रहे थे। इस बीच विपक्षी गठबंधन 'इंडिया' के नेताओं ने डीएमके नेताओं के बयानों पर आपत्ति जताई। बताया जा रहा है कि बुधवार को शरद पवार के घर पर हुई विपक्षी पार्टियों की बैठक में भी यह मुद्दा उठा। डीएमके की ओर से बैठक में शामिल टीआर बालू से विपक्षी पार्टियों ने कहा कि उनकी पार्टी के नेताओं के बयानों से उत्तर भारत में विपक्षी पार्टियों को नुकसान हो रहा है। भाजपा इसका इस्तेमाल हिंदू वोट के ध्रुवीकरण के लिए कर रही है। बताया जा रहा है कि इसी चिंता में राजद प्रमुख लालू प्रसाद इन दिनों मंदिर मंदिर चक्कर लगा रहे हैं। वे पिछले दिनों राबड़ी देवी के साथ बिहार के सोनपुर में स्थित हरिहरनाथ मंदिर गए, उसके बाद झारखंड में देवघर गए और वहां पूजा करने के बाद बासुकीनाथ के दर्शन को गए। उन्होंने यह भी कहा कि कुछ और तीर्थस्थानों के दर्शन के लिए उनको जाना है।(आरएनएस)

डेंगू के बेकाबू होने पर 'आप' ने दिया स्वास्थ्य निदेशालय में धरना

नगर संवाददाता

देहरादून। आम आदमी पार्टी के पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं ने प्रदेश सह संगठन समन्वयक डीके पाल के नेतृत्व में एकत्रित होकर डेंगू से प्रदेश और शहर के बिगड़े हालातो को लेकर स्वास्थ्य निदेशालय का घेराव कर धरना दिया गया है। इस दौरान प्रदेश सह संगठन समन्वयक डी के पाल ने कहा कि राज्य में डेंगू का प्रकोप जारी है और अस्पतालो में स्वास्थ्य सेवाये धरातल पर नजर नहीं आ रही है इसी कारण से डेंगू से राज्यवासियों को अपनी जान से हाथ धोना पड़ रहा है जो कि बहुत दुर्भाग्यपूर्ण है और जिसे आम आदमी पार्टी बर्दाश्त नहीं करेगी। उन्होने सवाल उठाते हुए कहा है कि क्या नगर निगम के अधिकारी एवं चिकित्सा अधिकारी सरकारी स्कूलों प्राइवेट स्कूलों, कॉलेजों एवं विश्वविद्यालयों का निरीक्षण कर वहां पर पनपने वाले लार्वा की रोकथाम के उपायों पर जानकारी दे रहे हैं? क्या नगर निगम के अधिकारी एवं स्वास्थ्य अधिकारी औद्योगिक क्षेत्र में स्थित औद्योगिक इकाइयों का निरीक्षण कर डेंगू से रोकथाम के उपायों पर चर्चा कर रहे हैं? इस दौरान प्रदेश उपाध्यक्ष उमा सिसोदिया ने भी प्रदेश सरकार को घेरते हुए आरोप लगाया कि प्रदेश सरकार का ध्यान डेंगू की ओर न हो करके इस वक्त चुनाव की तैयारी में लगा हुआ है जो कि जनहित की दृष्टि से दुर्भाग्यपूर्ण है। इस दौरान प्रदेश सचिव नासिर खान, मंजू शर्मा, रेहाना परवीन, राजीव तोमर ,आजाद अंसारी ,सुशील सैनी ,श्याम बाबू पांडे ,योगेंद्र चौहान सहित सैकड़ों कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

स्मैक व चरस के साथ दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने स्मैक व चरस के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार क्लेमनटाउन थाना पुलिस ने टर्नर रोड पर एक युवक को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 6 ग्राम स्मैक बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम सचिन कुमार पुत्र मुकेश कुमार निवासी सहारनपुर बताया। वहीं विकासनगर कोतवाली पुलिस ने अदूवाला शिमला बाईपास से एक युवक को 157 ग्राम चरस के साथ गिरफ्तार किया। पूछताछ में उसने अपना नाम विकास कुमार पुत्र फूल सिंह निवासी आदूवाला बताया। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

आतंक का पर्याय बना गुलदार शिकारी की गोली से हुआ ढेर

हमारे संवाददाता

टिहरी। टिहरी जिले की भरदूरा पट्टी में लम्बे समय से ग्रामीणों के मध्य आतंक के पर्याय बने आदमखोर गुलदार को शिकारी दल द्वारा बीती रात मार गिराया गया है। इस आदमखोर के मारे जाने से ग्रामीणों ने राहत की सांस ली है। पिछले काफी लम्बे समय से भरदूरा पट्टी के लोग आदमखोर गुलदार के भय के साये में जी रहे थे। 1 अगस्त को लमगाँव इलाके में इस आदमखोर गुलदार द्वारा ◀◀ शेष पृष्ठ 8 पर

एनआईए का उत्तराखण्ड में डेरा...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

बता दे कि एनआईए ने यह कार्रवाई ऐसे समय की है, जब कनाडा में खलिस्तानी आतंकी हरदीप सिंह निज्जर की गोली मारकर हत्या कर दी गई। हालांकि उनकी हत्या के बाद कनाडा के प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रुडो ने उन्हें कनाडाई नागरिक बताते हुए भारत पर हत्या का आरोप लगाया गया था। वहीं जानकारी सामने आयी है कि दून के गन डीलर परीक्षित नेगी का रायल आर्म्स गन हाउस का लाईसेंस डीएम देहरादून द्वारा पूर्व में ही निरस्त कर दिया गया था जिसकी जानकारी दिल्ली भेज दी गयी थी।

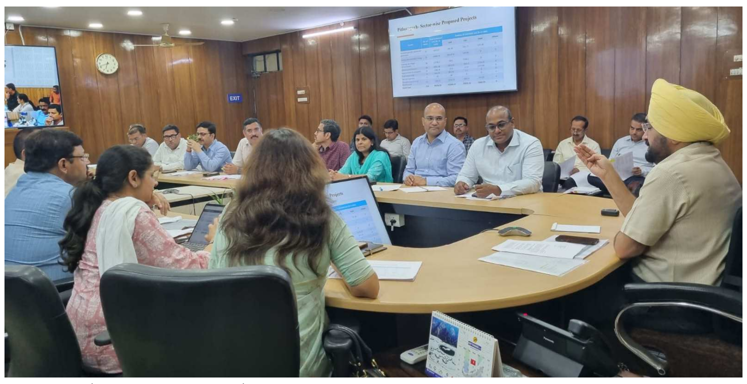
बिना पासपोर्ट और वीजा के देश में....

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

से कलियर आया था। उसका भारत में प्रवेश सम्बन्धित वीजा/पासपोर्ट मांगा गया तो वह दिखा नही पाया। बिना पासपोर्ट के देश में चोरी से आना व बिना वीजा के भारत देश में रहना तथा अवैध रूप से निवास करने पर उसके खिलाफ विदेशी अधिनियम की धाराओं में मुकदमा दर्ज किया गया है।

वाइब्रेंट विलेज को वाईब्रेंट बनाने के लिए ऐसी योजनाएं बने जो व्यवहारिक और सतत् हों: संधु

संवाददाता



देहरादून। मुख्य सचिव डा. एसएस संधु ने सभी जिलाधिकारियों को चिन्हित वाइब्रेंट विलेज को वाईब्रेंट बनाने के लिए ऐसी योजनाओं को संचालित करने के निर्देश दिए जो व्यवहारिक और सतत् हों।

आज यहां मुख्य सचिव डॉ. एस.एस. संधु की अध्यक्षता में सचिवालय में वाईब्रेंट विलेज कार्यक्रम के अंतर्गत राज्य स्तरीय स्क्रीनिंग समिति की बैठक सम्पन्न हुयी। मुख्य सचिव ने वाईब्रेंट विलेज योजना के माध्यम से इन सीमा क्षेत्र के गांवों को जीवन्त करने के लिए इन गांवों से पलायन कर चुके लोगों को वापस लाने के लिए जिलाधिकारियों को चिन्हित वाइब्रेंट विलेज को वाईब्रेंट बनाने के लिए ऐसी योजनाओं को संचालित करने के निर्देश दिए जो व्यवहारिक और सतत् हों। मुख्य सचिव ने कहा कि सड़क, स्वास्थ्य, शिक्षा और पेयजल योजनाओं से वाइब्रेंट विलेज को संतृप्त किया जाए। उन्होंने कहा कि वाईब्रेंट विलेज का हर गांव विशिष्ट है, उसकी अपनी क्षमताएं एवं सम्भावनाएं हैं। क्षेत्र की क्षमताओं और सम्भावनाओं को तलाशते हुए योजनाएं तैयार की जाएं और इन्हें सतत बनाने के लिए प्रयास किए जाएं। उन्होंने इन वाईब्रेंट विलेज के लिए स्वास्थ्य सुविधाओं को भी सुदृढ़ करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि वाईब्रेंट विलेज में नियुक्त स्वास्थ्यकर्मियों को रहने के लिए अच्छी आवासीय सुविधाएं उपलब्ध करायी जाए। साथ ही कर्मचारियों को एक-दो महीने के लिए रोटेशन के आधार पर नियुक्त किया जाए। सिर्फ वाईब्रेंट विलेज ही नहीं बल्कि उनके आसपास के क्षेत्रों में भी स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध करायी जाएं। मुख्य सचिव ने इन वाईब्रेंट विलेज के लिए यूपीसीएल को विद्युत आपूर्ति सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने पंचायती राज विभाग को प्रत्येक वाईब्रेंट विलेज में पंचायत भवन एवं खेल विभाग को भूमि की उपलब्धता के अनुसार खेल का मैदान अनिवार्य रूप से बनाए जाने के निर्देश दिए। इस अवसर पर सचिव श्रीमती राधिका झा, सचिव अरविन्द सिंह ह्यांकी, डॉ. बी.वी.आर.सी. पुरूषोत्तम, डॉ. रंजीत सिन्हा, दीपेन्द्र कुमार चौधरी, अपर सचिव सी. रविशंकर, श्रीमती रंजना राजगुरू, युगल किशोर पंत, निदेशक आईटीडीए सुश्री नितिका खंडेलवाल सहित वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से चमोली, पिथौरागढ़ और उत्तरकाशी जनपदों के जिलाधिकारी उपस्थित थे।

बचपन बचाओ आंदोलन व उत्तराखण्ड सरकार ने तैयार की बाल विवाह रोकने की कार्ययोजना

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। नोबेल शांति पुरस्कार से सम्मानित कैलाश सत्यार्थी द्वारा स्थापित संगठन बचपन बचाओ आंदोलन (बीबीए) ने 'बाल विवाह मुक्त भारत अभियान' के तहत स्वयंसेवी संस्थाओं को लामबंद कर इस मुहिम से जोड़ने के लिए उत्तराखंड सरकार के गृह विभाग के साथ मिल कर देहरादून के आई आर डी टी ऑडिटोरियम सर्वे चौक में एक सम्मेलन का आयोजन किया। इस सम्मेलन में उत्तराखंड सरकार के विभिन्न महकमों के साथ 2030 तक देश से बाल विवाह के पूरी तरह खात्मे के लक्ष्य को हासिल करने के लिए गहन विचार विमर्श किया गया। नोबेल शांति पुरस्कार विजेता श्री कैलाश सत्यार्थी द्वारा पिछले साल 'बाल विवाह मुक्त भारत अभियान' के एलान के बाद बीबीए देश के सभी राज्यों में इस तरह के सम्मेलनों का आयोजन कर रहा है, जिसके तहत उत्तराखंड में भी यह आयोजन हुआ। सम्मेलन में सभी हितधारकों ने विचारों का आदान-प्रदान किया और उत्तराखंड को बाल विवाह मुक्त बनाने के उपायों की रूपरेखा तैयार की।

इस मौके पर कार्यक्रम के मुख्य अतिथि अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी, विशिष्ट अतिथि उत्तराखंड गृह विभाग की अपर सचिव श्रीमती निवेदिता कुकरेती के अलावा प्रदेश के पुलिस महानिदेशक श्री अशोक कुमार, महिला एवं बाल कल्याण विभाग के अपर सचिव श्री प्रशांत आर्य, श्रम विभाग के अतिरिक्त श्रम आयुक्त श्री अनिल पेटवाल और महिला एवं बाल कल्याण विभाग की उप निदेशक श्रीमती सुजाता सिंह भी मौजूद थीं।

'बचपन बचाओ आंदोलन' के कार्यकारी निदेशक श्री धनंजय टिंगल ने सम्मेलन के उद्देश्य को स्पष्ट करते हुए कहा, "पिछले साल नोबेल शांति पुरस्कार विजेता श्री कैलाश सत्यार्थी द्वारा किए गए आह्वान के बाद पूरे देश में इसकी अप्रत्याशित और आश्चर्यचकित कर देने वाली प्रतिक्रिया देखने को मिली है। देश भर के 7028 गांवों से 76,000 महिलाएं और बच्चे मशाल लेकर एक साथ सड़कों पर उतरे और बाल विवाह के खिलाफ आवाज उठाई। देश के 20 राज्यों में आयोजित होने वाले ये सम्मेलन 2030 तक बाल विवाह मुक्त भारत के सपने को पूरा करने की दिशा में एक और कदम हैं। बाल विवाह के खिलाफ लड़ाई और इसके पूरी तरह से खात्मे के लिए हमें एक बहुस्तरीय और बहुआयामी रणनीति की आवश्यकता है। इन परामर्श सम्मेलनों के जरिए हम सभी हितधारकों को साथ लाना चाहते हैं कि ताकि इस अपराध के खिलाफ हम सभी साझा लड़ाई लड़ सकें। इस सामाजिक बुराई के खिलाफ लड़ाई में हम कोई कसर बाकी नहीं रखेंगे और इसमें शामिल लोगों ने जिस तरह की प्रतिबद्धता दिखाई है, उससे हमारे संकल्प और हौसले को और बल मिला है।"

बाल विवाह की बुराई के खिलाफ लड़ाई में सभी हितधारकों के सामूहिक प्रयासों की अहमियत और इस बात पर जोर देते हुए कि शिक्षा अकेले ही बाल विवाह के पूरी तरह खात्मे के लिए सबसे कारगर औजार हो सकती है, अपर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने कहा, "बाल विवाह के खिलाफ प्रभावी तरीके से लड़ाई के लिए हमें एक साझा कार्ययोजना बनाने की जरूरत है। साथ ही हमें समाज के सबसे असुरक्षित बच्चों के साथ काम करने की भी जरूरत है ताकि सुनिश्चित किया जा सके कि उनके साथ किसी प्रकार का अन्याय नहीं होने पाए।"

उत्तराखंड के पुलिस महानिदेशक ने बाल विवाहों को रोकने में सामने आने वाली विभिन्न चुनौतियों पर चर्चा करते हुए स्वीकार किया कि इसके खिलाफ लड़ाई में बिना वक्त जाया किए नए विचारों और उपायों पर अमल की जरूरत है। उन्होंने कहा, "विडंबना ये है कि एक तरफ जहां हम इस सामाजिक बुराई के खिलाफ जंग लड़ रहे हैं तो वहीं दूसरी तरफ नैतिक और कानूनी रूप से गलत होने के बावजूद समाज के कुछ हिस्सों में बाल विवाह को सामाजिक स्वीकृति है।

एक नजर

सरकार ने स्टेडियम में कुत्ता टहलाने वाली आईएएस रिंकू दुग्गा को दी अनिवार्य रिटायरमेंट

नई दिल्ली। आपको वो आईएएस पति-पत्नी याद हैं, जिनके ऊपर पिछले साल आरोप लगा था कि दिल्ली के स्टेडियम में अपना कुत्ता टहलाने के लिए उन्होंने खिलाड़ियों को स्टेडियम से बाहर निकाल दिया था और जिसके बाद दोनों पति-पत्नी का ट्रांसफर अरुणाचल प्रदेश और लद्दाख कर दिया गया था, अब इन्हें लेकर एक और बड़ी खबर सामने आई है। दरअसल सरकार ने इनमें से पत्नी, आईएएस ऑफिसर रिंकू दुग्गा को अनिवार्य रिटायरमेंट दे दी है। इस बारे में एक वरिष्ठ अधिकारी ने पुष्टि करते हुए बताया, हां, रिंकू दुग्गा के ट्रैक रिकॉर्ड के आधार पर उनकी अनिवार्य रिटायरमेंट के आदेश जारी कर दिए गए हैं। उन्हें 1972 के सेंट्रल सिविल सर्विसेज पेंशन रूल्स के नियम संख्या 48 और फंडामेंटल रूल्स 56(जे) के तहत रिटायर किया गया है। अगर सरकार को ऐसा लगता है कि उसका ये कदम जनहित में है, तो उसके पास किसी भी सरकारी अधिकारी को अनिवार्य रिटायरमेंट देने का अधिकार है।% हालांकि इस मामले पर अभी तक रिंकू दुग्गा की प्रतिक्रिया सामने नहीं आई है। आपको बता दें कि 54 वर्षीय रिंकू दुग्गा 1994 बैच की एजीएमयूटी कैडर की आईएएस अधिकारी हैं। दिल्ली में स्टेडियम विवाद के बाद उनकी पोस्टिंग अरुणाचल प्रदेश में थी।

गणपति बप्पा के दर्शन करने पहुंचे आमिर खान

मुंबई। बॉलीवुड के मिस्टर परफेक्शनिस्ट आमिर खान हाथों में लड्डूओं की बड़ी थाली लेकर मुंबई बीजेपी अध्यक्ष आशीष शेलार के आवास पर आयोजित गणेश उत्सव कार्यक्रम में पहुंचे थे। इस मौके पर एक्टर व्हाइट कुर्ता और बेज पायजामा पहनने हुए नजर आए। सोशल मीडिया पर वायरल हो रही तस्वीरों में एक्टर कई अन्य लोगों के साथ आशीष शेलार के घर की जाते हुए नजर आए। आमिर खान ने इस दौरान पंडाल के बाहर राजनेता सहित तमाम लोगों का हाथ जोड़कर अभिनंदन किया बाद में आशीष ने आमिर को एक गुलदस्ता और एक फोटो फ्रेम भेंट किया। आमिर खान ने भी इस दौरान बप्पा की प्रतिमा पर फूल अर्पित किए। आमिर खान हाथ जोड़कर विघ्नहर्ता से प्रार्थना करते हुए भी दिखे। आमिर खान की गणपति सेलिब्रेशन में जाने की ये तस्वीरें अब काफी वायरल हो रही हैं।

सड़क हादसे में घायल हुए योगी सरकार के कैबिनेट मंत्री आशीष पटेल

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश की योगी सरकार में मंत्री और केंद्रीय मंत्री अनुप्रिया पटेल के पति आशीष पटेल का बुधवार दोपहर प्रयागराज से मिर्जापुर जाते समय एक्सीडेंट हो गया। हादसे में अशीष पटेल को काफी चोटें आई हैं। उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया है। हादसे के कई फोटो और वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहे हैं। जानकारी के मुताबिक ये हादसा प्रयागराज के करछना क्षेत्र में हुआ है। आशीष पटेल योगी सरकार में प्राविधिकी शिक्षा मंत्री हैं। बुधवार को वह अपने काफिले के साथ मिर्जापुर जा रहे थे। काफिला मिर्जापुर के रास्ते पर था। इसी दौरान उनके काफिले में आगे चल रही जिप्सी से मंत्री की फॉर्च्यूनर टकरा गई। एक रिपोर्ट में बताया गया है कि हादसे में मंत्री हाथ और पैर में चोटें आई हैं। उन्हें भर्ती कराया गया है। बता दें कि आशीष पटेल, अनुप्रिया पटेल के पति हैं। अनुप्रिया पटेल केंद्र में मंत्री हैं। जबकि उनके आषीश पटेल यूपी सरकार में प्रविधिकी शिक्षा मंत्री हैं। अनुप्रिया पटेल ने साल 2017 में अपनी मां से विवाद होने के बाद अपना दल को छोड़कर अपना दल (सोनेलाल) बनाया था।

आतंक का पर्याय बना गुलदार शिकारी..

◄◄ पृष्ठ 7 का शेष

एक महिला को अपना निवाला बनाने के बाद 26 अगस्त को फिर भरपूरिया गाँव के एक मासूम बच्चे को अपना निवाला बना लिया गया था। जिसके बाद समस्त इलाके के ग्रामीणों द्वारा जंगलात विभाग के खिलाफ जबरदस्त रोष प्रकट किया गया। जिसके परिणाम स्वरूप विभाग ने इस आदमखोर को मारने का परमिट जारी किया और मशहूर शिकारी जॉय हुकिल को ये जिम्मा सौंपा गया, जिस पर एक महीने की कड़ी मशक्कत के बाद बीती रात शिकारी जॉय हुकिल द्वारा इस आदमखोर गुलदार से ग्रामीणों को निजात दिलाया गया है। बता दें कि जॉय हुकिल का 46वाँ आदमखोर शिकार है, जिनके अनुसार इस आदमखोर गुलदार की उम्र तकरीबन 8/9 साल के आसपास होगी।

26 लाख की स्मैक सहित नशा तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। नशा तस्करी पर बड़ी कार्यवाही करते हुए एसटीएफ की एंटी नार्कोटिक्स टास्क फोर्स द्वारा देर रात रायवाला क्षेत्र से 26 लाख रूपये की स्मैक सहित एक नशा तस्कर को गिरफ्तार कर लिया गया है। गिरफ्तार आरोपी के दामाद को एसटीएफ मई माह में ही लाखों की स्मैक सहित गिरफ्तार कर चुकी है जो इन दिनों जमानत पर है। अब ससुर भी एंटी नार्कोटिक्स टास्क फोर्स की गिरफ्त में आ चुका है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ आयुष अग्रवाल द्वारा बताया गया कि नशा मुक्त उत्तराखण्ड बनाने की दिशा में एसटीएफ द्वारा लगातार कार्यवाही की जा रही है। इस क्रम में बीते रोज एसटीएफ की एण्टी नारकोटिक्स टास्क फोर्स को सूचना मिली कि एक नशा तस्कर रायवाला क्षेत्र में भारी मात्रा में स्मैक सहित आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए एण्टी नारकोटिक्स टास्क फोर्स

❑मई माह में दामाद हुआ था गिरफ्तार अब ससुर भी आया एसटीएफ के शिकंजे में

द्वारा थाना रायवाला के साथ मिलकर संयुक्त कार्यवाही करते हुए मोतीचूर फ्लाईओवर के पास से एक व्यक्ति जिसका नाम आनंद कुमार पुत्र सोनाथ निवासी ग्राम मुस्सेपुर थाना मंडावली जिला बिजनौर उत्तर प्रदेश बताया जा रहा है को 260 ग्राम स्मैक सहित गिरफ्तार किया गया है। जिसके द्वारा पूछताछ में बताया गया कि वह यह स्मैक बरेली से लेकर आया है जिसको वह अपने दामाद कपिल जो कि पिछले माह जमानत पर छूट कर आया है, के माध्यम से रायपुर थाना क्षेत्र में अपने पैडलरो के माध्यम से बिक्री करने जा रहा था।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक आयुष अग्रवाल द्वारा आगे जानकारी देते हुये बताया गया कि पकड़े गये नशा तस्कर आनंद कुमार के दामाद कपिल को इसी साल माह मई में उसकी शादी की सालगिरह के दिन 207 ग्राम स्मैक के साथ एसटीएफ द्वारा गिरफ्तार किया गया था, उस समय एसटीएफ को यह जानकारी मिली थी कि कपिल का ससुर भी स्मैक की तस्करी करता है। इस जानकारी पर एसटीएफ द्वारा विगत 5 माह से उसकी गतिविधियों पर लगातार नजर बनाये हुये थी और उसकी जानकारी एकत्रित कर रही थी।

कल एसटीएफ की एएनटीएफ टीम को सूचना मिलते ही आनन्द कुमार को रायवाला क्षेत्र से बड़ी भारी मात्रा में स्मैक के साथ गिरफ्तार किया गया है।

नाबालिग के अपहरण के मामले में तीन साल से फरार ईनामी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। नाबालिग के अपहरण मामले में तीन साल से फरार चले रहे दस हजार के ईनामी को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। मामले में पुलिस द्वारा पूर्व में कुर्की की कार्यवाही भी की जा चुकी है।

जानकारी के अनुसार जनवरी 2021 में कोतवाली उत्तरकाशी पर नाबालिग के अपहरण का मामला दर्ज कराया गया था। अपहृता के परिजनों द्वारा अपनी नाबालिग बेटी के घर से बिना बताये कहीं चले जाने व वापस घर न लौटने के सम्बन्ध में लिखित तहरीर दी थी, जिसके बाद से ही पुलिस मामले के छानबीन में लग गयी थी। मामले में विनोद लाल नामक युवक का नाम प्रकाश में आया, जो कि अपनी गिरफ्तारी से बच रहा था, पुलिस द्वारा आरोपी की गिरफ्तारी हेतु कई बार सम्भावित क्षेत्रों में दबिश दी गयी किन्तु वह पकड़ में नहीं आया। युवक पिछले करीब 3 साल से गिरफ्तारी से बच रहा था, मामले में पुलिस द्वारा कुर्की की कार्यवाही भी गयी थी। जिसके बाद पुलिस अधीक्षक उत्तरकाशी द्वारा आरोपी पर 10 हजार रूपये का ईनाम घोषित कर आरोपी की गिरफ्तारी व अपहृता की बरामदगी हेतु सम्बन्धित पुलिस अधिकारियों को पुलिस टीम गठित कर उचित कार्यवाही करने के निर्देश दिये गये। जिसके बाद पुलिस लगातार आरोपी की गिरफ्तारी के प्रयास कर रही थी। आरोपी की गिरफ्तारी के प्रयासों में जुटी पुलिस टीम द्वारा बीते रोज एक सूचना के आधार पर आरोपी युवक को रायपुर, देहरादून क्षेत्र से गिरफ्तार किया गया साथ ही अपहृता को भी बरामद किया गया। जिसे न्यायालय में पेश किया गया है।

चोरी के दो विक्रम व मोटरसाईकिल के साथ तीन गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी के दो विक्रमव मोटरसाईकिल के साथ तीन लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार 26 सितम्बर को विजयपाल सिंह पुत्र धूम सिंह निवासी शास्त्रीनगर काले की ढाल हरिद्वार रोड ऋषिकेश द्वारा रात्रि में उनका विक्रम शास्त्रीनगर काले की ढाल सुजुकी शो-रूम के पास से चोरी होने में मुकदमा दर्ज कराया था। वहीं अमितपाल पुत्र पदम प्रसाद निवासी भैरव कालोनी लक्ष्मण झूला रोड ऋषिकेश द्वारा रात्रि में उनके घर के बाहर से विक्रम चोरी का मुकदमा दर्ज कराया। इसके साथ ही पवन कुमार निवासी वीरभद्र ऋषिकेश द्वारा मोटर साइकिल उनके घर के पास चोरी करने का मुकदमा दर्ज कराया। गठित पुलिस टीम द्वारा सीसीटीवी कैमरो

की फुटेजो की सहायता से जानकारी एकत्रित की गई तो एक शातिर गिरोह द्वारा चोरी की उक्त घटनाओं को अंजाम दिया जाना प्रकाश में आया। जिस पर पुलिस टीम द्वारा पर गोल चक्कर आईडीपीएल के पास से चोरी की घटनाओं में संलिप्त 03 लोगों को गिरफ्तार कर उनकी निशानदेही पर चोरी किए गए तीनों वाहनों 02 विक्रम, 01 मोटरसाइकिल को बरामद किया गया। गिरफ्तारी तीनों नशे के आदी हैं, जिनके द्वारा अपने नशे की पूर्ति के लिए उक्त घटनाओं को अंजाम दिया गया था। तीनों पूर्व में भी कोतवाली ऋषिकेश से चोरी तथा आर्म्स एक्ट में जेल जा चुके हैं। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम अजीत राजभर पुत्र देवनाथ राजभर चंद्रशेखर पुत्र मदनलाल, मनीष पुत्र दिनेश कुमार तीनों निवासी निवासी कृष्णा नगर कॉलोनी आईडीपीएल बताया। पुलिस ने तीनों को न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

श्री हनुमान मन्दिर में 9वें गणेश उत्सव का आयोजन

संवाददाता

देहरादून। श्री हनुमान मन्दिर व बाल युवा संगठन के द्वारा 9वें गणेश उत्सव का आयोजन किया गया। आज यहां श्री हनुमान मंदिर व बाल युवा संगठन खुडबुडा मोहल्ला द्वारा 9वे गणेश उत्सव का आयोजन किया। जिसमे हफ्ते भर से चल रहे पूजा अनुष्ठान में सेमवाल पंडित द्वारा विशेष पूजा अर्चना की गई। उसके उपरांत देहरादून के भजन गायक समीर दीप एंड पार्टी द्वारा गणपति महाराज की वंदना की गई एवं भक्तों द्वारा देश की सुख समृद्धि विशेष डेंगू के प्रकोप से मुक्ति की कामना कि गई। इस आयोजन श्री महाकाल सेवा समिति का विशेष सहयोग रहा। इस मौके पर सागर खरबन्दा, रोशन राणा, बालकिशन शर्मा, संजीव गुप्ता, राहुल माटा, वैभव तोमर, विधान शर्मा, पवन ठाकुर, राहुल माटा , गौरव खरबंदा, रजत, अंकित जैन अजय सचदेवा, राहुल सचदेवा, मोहित शर्मा आदि मौजूद रहे।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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