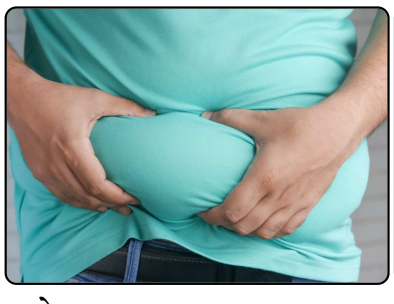
शनिवार
09 दिसम्बर 2023



पृष्ठ 4
काफी कोशिशों के बाद भी आपका वजन कम नहीं हो रहा है?

पृष्ठ 5
अनन्या पाडे की खो गए हम कहां 26 दिसंबर को नेटफिलक्स पर दस्तक देगी

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 296
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

असत्य फूस के ढेर की तरह है। सत्य की एक चिनगारी भी उसे भस्म कर देती है।
— हरिभाऊ उपाध्याय

दूनवैलीमेल

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

उत्तराखंड में निवेश की बरसात

❑लक्ष्य 2.5 लाख करोड़, 3.5 लाख करोड़ से अधिक के एमओयू साइन

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की राजधानी दून में आयोजित होने वाली ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट का आज दूसरा और अंतिम दिन है। समापन समारोह में मुख्य अतिथि के तौर पर भाग लेने पहुंचे केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह का कहना है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने जो कहा था वैसा ही सब कुछ हो रहा है, यह उत्तराखंड के विकास का समय है। आने वाले दिनों में पहाड़ के परिवेश में भारी और बड़ा बदलाव देखने को मिलेगा।

बीते कल प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने इस समिट का उद्घाटन करते हुए अपने संबोधन में निवेशकों को गारंटी देते हुए यह भरोसा दिलाया गया था कि उत्तराखंड में विकास की अपरमित संभावनाएं हैं। उन्होंने गारंटी देते हुए कहा था कि आप यहां निवेश कीजिए मैं आपको फायदे की गारंटी देता हूं। उन्होंने कहा कि अब पहाड़ की जवानी और पानी दोनों पहाड़ के काम आएंगे यह मेरी गारंटी है। उनके इस भरोसे के बाद निवेशकों ने भी उन पर भरोसा किया और इस निवेश को 3.5 लाख करोड़ के ऊपर पहुंचा दिया।

आज समिट के समापन संबोधन में गृह मंत्री अमित शाह ने कहा कि मैं सबसे पहले इस देवभूमि और केदार बाबा तथा बद्री विशाल को प्रणाम करता हूं। उन्होंने कहा कि धामी जी की सोच

❑प्रधानमंत्री की गारंटी पर निवेशको को भरोसा
❑मैदान ही नहीं अब पहाड़ तक पहुंचेंगे उद्योग
❑अमित शाह बोले बदलेगा पहाड़ का परिवेश

से मैं पूर्णतया सहमत हूं। उन्होंने कहा कि डेस्टिनेशन उत्तराखंड का आज समापन नहीं शुरुआत हो रही है कहां कि इस 3.5 लाख करोड़ के निवेश को धरातल पर उतारे जाने के बाद पहाड़ का पूरा परिवेश बदल जाएगा। उन्होंने कहा कि सीएम धामी अब हर 2 साल बाद ऐसे आयोजन किए जाने की बात कर रहे हैं जो इस समिट की सफलता का प्रतिफल है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बहुत पहले कह दिया था कि यह दशक उत्तराखंड के विकास का दशक होगा।

गृहमंत्री अमित शाह ने कहा कि इस राज्य को अटल जी ने बनाया था और मोदी जी इसे सजाने संवारने का काम कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड के साथ छत्तीसगढ़ व दूसरे राज्य का गठन हुआ लेकिन उत्तराखंड आज विकास की दौड़ में सभी को पीछे छोड़ चुका है। उन्होंने सिलक्यारा सुरंग हादसे का जिक्र करते हुए सीएम धामी के धैर्य और संयम की तारीफ करते हुए कहा कि भले ही सीएम धामी इसका श्रेय किसी को भी दें लेकिन मैं आपसे कहना चाहता हूं कि संकट की उसे घड़ी में जिस धैर्य संयम का परिचय देते हुए उन्होंने इस अभियान का नेतृत्व किया वह काबिले तारीफ था तथा 41 श्रमिक बंधुओ की जान बचाने का श्रेय उन्हें ही जाता है।

अमित शाह ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व और व्यक्तित्व का लोहा आज पूरा विश्व मानता है। बीते एक दशक में भारत की अर्थव्यवस्था ही नहीं भारत में सभी क्षेत्रों में आद्वित्य विकास किया है आजादी के बाद बीते 10 सालों में जितना विकास हुआ है उतना विकास कभी भी किसी दशक में नहीं हुआ है। उन्होंने कहा कि अब प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 2047 तक भारत को पूर्ण विकसित राष्ट्र बनाने का जो लक्ष्य रखा है उस लक्ष्य को पूरा करने की जिम्मेदारी देश के युवाओं को सौंपी गई है।

उन्होंने कहा कि तमाम देश यह मानते हैं कि भारत आज सबसे तेजी से विकसित होने वाली अर्थव्यवस्था वाला देश है तथा वह जापान व ब्रिटेन को पीछे छोड़कर बहुत जल्द विश्व की सबसे बड़ी ताकत बन जाएगा। इससे पूर्व उनके दून पहुंचने पर सीएम धामी ने उन्हें उत्तराखंडी टोपी पहनाकर और सॉल भेंट कर उनका स्वागत किया था। उनके साथ राज्यसभा सांसद अनिल बलूनी का भी सीएम ने स्वागत किया।

सीएम ने जताया सभी का आभार और सभी को दिया धन्यवाद

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने समिट के समापन पर अपने संबोधन में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और गृहमंत्री अमित शाह से लेकर इस आयोजन को सफल बनाने में किसी भी तरह का सहयोग करने वाले अधिकारियों व कर्मचारियों का आभार जताया और उन्हें धन्यवाद देते हुए कहा कि मैं यहां आए सभी मेहमानों, अतिथियों और उद्योगपतियों का हृदय से आभार व्यक्त करता हूं जिनके सहयोग से हम इस आयोजन को सफलतापूर्वक संपन्न कर पाए। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की प्रेरणा से ही यह संभव हुआ है कि अब नए भारत का यह नया उत्तराखंड देश का ग्रोथ इंजन बनने को तैयार है। उन्होंने कहा कि मैं उन सभी निवेशकों को धन्यवाद देता हूं जिन्होंने हमारे और उत्तराखंड वासियों के ऊपर भरोसा जताया है मैं उन्हें विश्वास दिलाना चाहता हूं कि हम उनका भरोसा टूटने नहीं देंगे और उस पर खरा उतरने की कोशिश करेंगे।

महिला सिपाही के बेटे की 30 बार चाकू से गोदकर हत्या

नवादा । बिहार के नवादा में महिला सिपाही के बेटे की बेहरमी से सरेआम हत्या कर दी गई। हत्या से पहले आरोपी ने युवक की आंखों में मिर्च पाउडर डाल दिया। इसके बाद चाकू से 30 बार हमला किया। इस घटना का सीसीटीवी फुटेज

सामने आया है। जिस समय ये घटना हुई, उस दौरान सड़क पर लोगों की आवाजाही जारी थी, लेकिन किसी ने भी युवक को बचाने की कोशिश नहीं की। फिलहाल पुलिस इस मामले की जांच में जुटी है। जानकारी के अनुसार, यह घटना नवादा-कादिरगंज रास्ते पर कॉलेज के पास हुई है। मृतक युवक की पहचान 20 वर्षीय राहुल कुमार के रूप में हुई है। राहुल नगर थाना क्षेत्र के शिवनगर मोहल्ला निवासी वासुदेव साव का इकलौता पुत्र था। राहुल की मां मुंगेर जेल में सिपाही के पद पर तैनात है। इस घटना के बाद पूरे इलाके में दहशत का माहौल है। युवक के परिजनों का कहना है कि किसी ने राहुल को फोन करके कॉलेज की तरफ बुलाया था। वहीं घटना को अंजाम दिया गया। मृतक राहुल बनारस में रहकर पढ़ाई कर रहा था। वह छठ पूजा पर माता-पिता के बुलाने पर घर आया था।

दुनिया के सबसे लोकप्रिय नेता बने हुए हैं प्रधानमंत्री मोदी

नई दिल्ली। ग्लोबल लीडर अप्रूवल रेटिंग ट्रैकर के अनुसार भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी दुनिया के सबसे लोकप्रिय नेता बने हुए हैं। उन्हें सर्वे में शामिल 76 फीसदी लोगों ने अपना पसंद बताया है। यह रिजल्ट 29 नवंबर से 5 दिसंबर तक जुटाए गए डाटा के आधार पर जारी किया गया है। अप्रूवल रेटिंग हर देश के वयस्क नागरिकों से लिए गए मत के आधार पर तय किया जाता है। देश के अनुसार सैंपल साइज अलग-अलग होते हैं। अमेरिका स्थित कंसल्टेंसी फर्म 'मॉर्निंग कंसल्ट' के एक सर्वे के अनुसार, पीएम मोदी को 76 फीसदी अप्रूवल रेटिंग मिली है।

नरेंद्र मोदी (भारत के प्रधानमंत्री) को सर्वे में शामिल 76 फीसदी लोगों ने स्वीकार्य किया है। वहीं, 18 फीसदी लोगों ने इस बारे में अपना मत नहीं दिया है। एंड्रेस मैनुअल लोपेज ओब्रेडोर (मेक्सिको के राष्ट्रपति) को 66 फीसदी लोगों ने स्वीकार्य और 29 फीसदी ने अस्वीकार्य किया है। एलेन बर्सेट (स्विट्जरलैंड के राष्ट्रपति) को 58 फीसदी लोगों ने मंजूर और 28 फीसदी ने नामंजूर बताया है। लुइज इनासियो लूला दा सिल्वा (ब्राजील के राष्ट्रपति) को 49 फीसदी लोगों ने पसंद और 44 फीसदी ने नापसंद किया है। एंथोनी अल्बानीज

(ऑस्ट्रेलिया के प्रधानमंत्री) को 47 फीसदी लोगों ने पसंद और 42 फीसदी ने नापसंद किया है जियोर्जिया मेलोनी (इटली की प्रधानमंत्री) को 41 फीसदी लोगों ने मंजूर और 52 फीसदी लोगों ने नामंजूर किया है अलेक्जेंडर डी क्रू (बेल्जियम के पीएम) को 37 फीसदी लोगों ने स्वीकार्य और 47 फीसदी लोगों ने अस्वीकार्य किया है। जो बाइडेन (अमेरिका के राष्ट्रपति) को 37 फीसदी लोगों ने पसंद और 55 फीसदी ने नापसंद किया है। पेड्रो सांचेज (स्पेन के पीएम) को 37 फीसदी लोगों ने मंजूर और 59 फीसदी ने नामंजूर किया है। लियो वराडकर (आयरलैंड के पीएम) को 36 फीसदी लोगों ने पसंद और 56 फीसदी लोगों ने नापसंद किया है।

दून वैली मेल

संपादकीय

सवाल संसद और सांसदों की गरिमा का

तृणमूल कांग्रेस की सांसद महुआ मोइत्रा को रिश्वत लेकर संसद में सवाल पूछने का दोषी मानते हुए उन्हें संसद की सदस्यता से वंचित कर दिया गया है। एक दूसरा बड़ा समाचार कांग्रेस के राज्यसभा सांसद धीरज साहू के पास करोड़ों रुपए की बरामदगी का है जिसे लेकर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपनी तस्वीर के साथ पोस्ट करते हुए लिखा है कि देश के लोग इस नोटों के ढेर को देखें जो जनता की गाढ़ी कमाई से लूटा गया है साथ ही उन्होंने यह भी लिखा कि लेकिन हम ऐसे लोगों को छोड़ेंगे नहीं यह मोदी की गारंटी है। यह दोनों ही घटनाएं सिर्फ देश में व्याप्त भ्रष्टाचार को ही रेखांकित नहीं करती है अपितु हमारे माननीयों और सांसदों के आचरण की भी नग्न तस्वीरें को प्रदर्शित करती है। भले ही तृणमूल कांग्रेस की सांसद अब अपने ऊपर के आरोपो को गलत बताती रही है या संसद की आचार समिति पर यह आरोप लगाती रहे कि बिना उनका पक्ष जाने ही उन्हें सजा सुना दी गई है। लेकिन हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि धुंआ वहीं उठता है जहां आग होती है। मोदी के मुकाबले एकजुट होकर खड़े हुए इंडिया के घटक दलों के नेताओं द्वारा भले ही केंद्र की सरकार पर यह आरोप लगाया जाता रहा है कि वह सरकारी एजेंसियों का दुरुपयोग कर रही है तथा विपक्षी नेताओं को भ्रष्टाचार के झूठे मामलों में फंसाया जा रहा है लेकिन इन नेताओं को यह भी स्वीकार करने और समझने की जरूरत है कि वह एक जुटता के दम पर अपने गलत कामों पर न तो पर्दा डाल सकते हैं और न ही मोदी और भाजपा का मुकाबला कर सकते हैं। यह देश के इतिहास में कोई पहली बार नहीं हुआ है जब संसद की अचार समिति की सिफारिश पर किसी सांसद की लोकसभा सदस्यता खत्म की गई हो। 2005 में भी भ्रष्टाचार के ऐसे मामले को लेकर 11 सांसदों की सदस्यता समाप्त कर दी गई थी। फर्क सिर्फ इतना है कि आज जो हो रहा है इस समय केंद्र में भाजपा की सरकार है और तब कांग्रेस की सरकार थी और आज विपक्षी दल इसके विरोध में सोनिया गांधी के नेतृत्व में इस कार्यवाही का विरोध करते हुए सदन से बहिर्गमन कर रहे हैं और 2005 में लाल कृष्ण आडवाणी के नेतृत्व में विपक्ष ने बर्हिगमन किया था। संसद की आचार समिति के रिपोर्ट के अनुसार महुआ ने अनधिकृत रूप से अपना सांसद वाला स्लाग इन अकाउंट किसी बाहरी व्यक्ति को शेयर किया जो एक गंभीर अपराध है। यही नहीं इस अकाउंट का 2019 से 2023 के बीच 47 बार प्रयोग किया गया। रिपोर्ट में यह भी खुलासा हुआ है कि उन्होंने सदन में जो 61 सवाल पूछे उनमें से 50 सवाल विदेश में बैठे एक व्यवसायी को लाभ पहुंचाने से जुड़े थे। देश की जनता अगर किसी को संसद में बैठने का अधिकार देती है तो इसका मतलब यह नहीं होता है कि वह संसद में बैठकर अपने निजी स्वार्थों की पूर्ति करें। यह संसद और सांसद दोनों को ही गरिमा के प्रतिकूल है जिसे रोकने के प्रयास किये ही जाने चाहिए। रही बात कांग्रेस के राज्यसभा सांसद धीरज साहू की तो उनके पास से छापे के दौरान जो 156 बैग नोटों से भरे मिले हैं जिसमें 225 करोड रुपए बरामद हुए हैं उसके बारे में उन्हें बताना ही चाहिए कि उनके पास यह भारी भरकम रकम कहां से आई, इस आय का जरिया क्या है। मायने यह बात नहीं रखती है कि धीरज साहू किस पार्टी के सांसद हैं न 225 करोड़ की रकम का सवाल अहम है। महत्वपूर्ण बात है कि एक सांसद और जनप्रतिनिधि का भ्रष्टाचारी होना। जिससे हम भ्रष्टाचार रोकने और एक उच्च आदर्शवादी आचरण की उम्मीद करते हैं। देश को अगर देश के नेता इस तरह से लूटते रहेंगे तो देश के गरीब तो हमेशा गरीब ही बने रहेंगे। अभी एक समाचार आया था मध्य प्रदेश में इतने विधायक करोड़पति और राजस्थान में इतने विधायक करोड़पति। क्या देश में कोई भी एक नेता या जनप्रतिनिधि चाहे वह छोटा हो या बड़ा क्या कोई गरीब है? नेताओं के अमीर और अधिक अमीर होने का रहस्य और क्या कुछ हो सकता है शिवाय भ्रष्टाचार के। लेकिन मिसाल के तौर पर ही सही इनके खिलाफ कार्यवाही का आभार।

लोड़िग गाडी से चालीस हजार रुपये चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने लोडिंग गाडी से चालीस हजार रूपये चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार इंद्रप्रस्थ नत्थनपुर निवासी रणवीर सिंह नेगी ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह यहां सेवला कला में रावत बैकर्स के यहां सामान लेकर आया था। उसने अपना लोडिंग बैकरी के बाहर खडा कर वह अन्दर चला गया जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसके लोडिंग के अन्दर रखे चालीस हजार रूपये गायब थे। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

परि सोम ऋतं बृहदाशुः पवित्रे अर्षति।
विघ्नन्रक्षांसि देवयुः॥

(ऋग्वेद ९-५६-१)

दिव्य सोम अर्थात परमेश्वर सत्य स्वरूप है। यह सार्वभौमिक नियम और सर्वव्यापी है। यह पवित्र मनुष्यों के हृदय में प्रकट होता है और उन्हें सत्य मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित करता रहता है। यह विनाशकारी शक्तियों का विनाशक है।

-वन अतिक्रमण हटाओ अभियान की खुली पोल-

वनों का 10 प्रतिशत अतिक्रमण भी खाली नहीं करा पाई सरकार

हमारे संवाददाता

देहरादून। राज्य में बीते समय में चलाये गये अतिक्रमण हटाओ अभियान के दौरान सरकार ने दावे तो बहुत बड़े-बड़े किए लेकिन उन दावों की पोल सूचना के अधिकार के तहत मांगी गयी जानकारियों से ही खुल गयी। दरअसल अतिक्रमण हटाओ अभियान के दौरान वनों से जो अतिक्रमण हटाए गए वह टोटल वनों का 10 प्रतिशत भी नहीं है प्रदेश के 11,814.47 हैक्टेयर वन भूमि में हुए अतिक्रमण में से केवल 1, 254. 67 हैक्टेयर भूमि ही सरकार खाली कराने में कामयाब रही।

आर.टी.आई. एक्टिविस्ट हेमंत गौनिया द्वारा मांगी गई एक जानकारी में मुख्य वन संरक्षक डॉ.पराग मधुकर धकाते द्वारा बीती 16 अक्टूबर को जारी पत्र में दी गई सूचना के अनुसार 31 मार्च 2020 तक प्रदेश के 11,814.47 हैक्टेयर वन भूमि में अतिक्रमण हुआ है। इसमें से केवल 1, 254.67 हैक्टेयर भूमि को ही खाली कराया जा सका है। वनों से अतिक्रमण हटाओ अभियान के नोडल अधिकारी के रूप में सरकार ने डॉ. धकाते को नियुक्त किया है। जानकारी में कहा गया है कि उत्तराखण्ड के दस वन प्रभागों और नैशनल पार्कों में से देहरादून और उत्तरकाशी जिले में यमुना वृत्त, जिसमें मसूरी, चकराता, अपर यमुना और टोंस वन प्रभाग आता है में 111.75 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था जिसमें से 36. 83 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटा दिया गया है।

देहरादून, हरिद्वार और पौड़ी जिले के हरिद्वार, कालसी, देहरादून और लैंसडाउन क्षेत्र के शिवालिक वृत्त में 632.73 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था, जिसमें से 73.54 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटा दिया गया है। टिहरी और उत्तरकाशी जिले में पड़ने वाले टिहरी, उत्तरकाशी और नरेंद्रनगर के भागीरथी वृत्त में 77.97 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था, जिसमें से 20.26 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटा दिया गया है। रुद्रप्रयाग, पौड़ी और चमोली जिले में पड़ने वाले गढ़वाल वृत्त में 1472.4 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था जिसमें से 182.02 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटा दिया गया है।

नैनीताल और उधमसिंह नगर जिले के हल्द्वानी, रामनगर, तराई केंद्रीय, तराई पश्चिमी और तराई पूर्वी के पश्चिमी वृत्त की 9317.67 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था जिसमें से 815.86 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटा दिया गया है। बागेश्वर, चंपावत, अल्मोड़ा और पिथौरागढ़ जिले में बागेश्वर, पिथौरागढ़, चंपावत, सिविल सोयम अल्मोड़ा के उत्तरी कुमाऊं वृत्त में 157.29 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था जिसमें से केवल 4.24 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटाया जा सका है। नैनीताल, अल्मोड़ा और पौड़ी जिले के नैनीताल, भूमि संरक्षण नैनीताल, भूमि संरक्षण रानीखेत और भूमि संरक्षण रामनगर के दक्षिणी कुमाऊं वृत्त में 15.87 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था जिसमें से 5.00 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटाया जा सका है। नैनीताल और पौड़ी जिले में पड़ने वाले कॉर्बेट नैशनल पार्क और कालागढ़ टाइगर रिजर्व के निदेशक कॉर्बेट टाइगर रिजर्व में 9.11 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था, जिसमें से 96.83 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटा दिया गया है। देहरादून और उत्तरकाशी जिले में पढ़ने वाले राजाजी नैशनल पार्क, गोविंद पशु विहार और गंगोत्री पशु विहार की 5.09 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था, जिसमें से 2.93 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण को हटा दिया गया है। इसके साथ ही चमोली जिले में केदारनाथ वन्यजीव प्रभाग और नंदादेवी राष्ट्र पार्क के नंदादेवी बायोस्फियर रिजर्व में 14.59 हैक्टेयर भूमि में कब्जा था जिसमें से 15.16 हैक्टेयर भूमि से अतिक्रमण हटा दिया गया है।

पाठ्यक्रमों में स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों की जीवनी को स्थान दिया जायेः त्यागी

देहरादून (सं)। सुशील त्यागी ने बताया कि स्वतंत्रता संग्राम सेनानी ने अपनी अंतिम इच्छा जताते हुए कहा कि केंद्रीय तथा राज्यों की शिक्षण संस्थाओं के पाठ्यक्रम में आजादी का इतिहास तथा सेनानियों की जीवनी को प्रमुख स्थान देने तथा पूर्व की भांती भूखंड आवंटित करने की मांग की है। आज यहां उत्तराखंड स्वतंत्रता सेनानी एवं उत्तराधिकारी कल्याण समिति, के संरक्षक सुशील त्यागी ने बताया कि दून अस्पताल में गंभीर अवस्था में भर्ती उत्तरकाशी के शतायु पूरी कर चुके स्वतंत्रता संग्राम सेनानी चिनदरिया लाल राही ने जाहिर की अंतिम इच्छा। इस सेनानी ने अपनी आवाज को अपने पुत्र चिरंजीव के माध्यम से शब्दों का जामा पहनाया है। प्रधानमंत्री मोदी को लिखे पत्र में इन्होंने केंद्रीय तथा राज्यों की शिक्षण संस्थाओं के पाठ्यक्रम में आजादी का इतिहास तथा सेनानियों की जीवनी को प्रमुख स्थान देने तथा पूर्व की भांती भूखंड आवंटित करने की मांग की है। इन्होंने कहा है की राजधानी दिल्ली में स्वतंत्रता सेनानी मेमोरियल तथा सेनानी सदन स्थापित किया जाए, केंद्रीय तथा राज्य सेवाओं में 10 प्रतिशत लम्बवत आरक्षण तीसरी पीढ़ी तक लागू किया जाए। इनकी प्रमुख मांग है कि भारत सरकार द्वारा सेनानियों के हितों को लेकर जो कमेटी पूर्व वर्षों में गठित की गई है इसमें प्रथम पीढ़ी के उत्तराधिकारियों को वयोवृद्ध सेनानियो की जगह शामिल किया जाए जो अपने हितों के लिए सुझाव भेजने में समर्थ है। क्योकि देश में बचे अस्वस्थ सेनानी अब इस अवस्था में नहीं है कि वे इस कमेटी में होने वाली बैठक में नियमित रूप से शामिल हो सकें।

रिलायंस ज्वैलरी शोरुम डकैती प्रकरण- पूरा हुआ एक माह

घटना में शामिल पांच, गिरफ्तार आठ रिकवरी शून्य

संवाददाता

देहरादून। रिलायंस ज्वैलरी शोरूम में पडी डकैती के एक माह का समय पूरा होने पर पुलिस ने घटना को अंजाम देने वालों सहित आठ लोगों को गिरफ्तार कर लिया। लेकिन आठ गिरफ्तारियों के बाद भी अभी तक पुलिस रिकवरी के नाम पर शून्य ही है।

उल्लेखनीय है कि 9 नवम्बर को सुबह साढे दस बजे हथियारबंद बदमाशों ने राजपुर रोड पर स्थित रिलायंस ज्वैलरी शोरूम में डकैती की घटना को अंजाम देकर वहां से बीस करोड रूपये के जेवरात लूट लिये थे। इस घटना के बाद पुलिस महकमें में हडकम्प मच गया था। बदमाशों ने कर्मचारियों को बंधक बनाकर एक कमरे में बंद कर दिया था। पुलिस ने घटनास्थल का निरीक्षण कर आसपास के सीसीटीवी कैमरों को खंगाला तो घटना में पांच लोगों के शामिल होने के साक्ष्य मिले थे। जिसके बाद पुलिस की कई टीमें बनाकर उत्तराखण्ड से बिहार तक टीमों को भेजा गया था। पुलिस अधिकारियों ने दावा किया था कि जल्द ही बदमाशों को पकडकर लूटा गया सामान बरामद कर लिया जायेगा। जिसके बाद पुलिस ने घटना में प्रयुक्त मोटरसाईकिलें व कार सहसपुर क्षेत्र से बरामद कर ली थी तथा पुलिस को इस बात का भी पता चल गया था कि घटना से पूर्व कुछ बदमाश सहसपुर क्षेत्र में किराये का कमरा लेकर रह रहे थे तथा उन्होंने ही शोरूम की रैकी की थी। जिसके बाद पुलिस की टीमें दिल्ली व हरियाणा पहुंची तो पता चला कि घटना में प्रयुक्त मोटरसाईकिलें हरियाणा से चोरी हुई थी तथा घटना में प्रयुक्त कार को दिल्ली से बुक कराकर उसको लूटा गया था। कार चालक से पूछताछ में उसने एक बदमाश का नाम व पता पुलिस को बताया जिसको पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया था। पुलिस ने घटना में शामिल विशाल कुमार, अमृत कुमार, अखिलेश कुमार उर्फ अभिषेक उर्फ गांधी, कुन्दन कुमार, मौहम्मद आदिल खान, आशीष कुमार व अकबर को पूर्व में गिरफ्तार कर लिया था। जिनके द्वारा बताया कि उनके साथ विक्रम कुमार कुशवाहा पुत्र राम प्रवेश सिंह निवासी ग्राम पानापुर दिलावरपुर थाना बिंदुपुर वैशाली बिहार भी शामिल था। जिसपर पुलिस ने दो लाख रूपये का ईनाम घोषित कर दिया। जिसको गत दिवस पुलिस ने मुठभेड के बाद गिरफ्तार कर लिया। इस पूरे मामले में पुलिस विभाग ने रात दिन महनत की तथा दूसरे राज्यों की भूखे प्यासे रहकर बदमाशों की तलाश की। लेकिन सोचने वाली बात है कि एक माह में पुलिस ने घटना में शामिल पांच में से उनके साथ योजना बनाने वालों तक आठ लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। लेकिन रिकवरी के नाम पर पुलिस एक झुमका तक बरामद नहीं कर सकी तो फिर यह गिरफ्तारियां का क्या फायदा जबतक रिकवरी नहीं हो जाती है!

इसलिए शादी के समय नथ पहनती हैं लड़कियां

भारतीय परंपरा में नथ को बेहद महत्व दिया गया है। कई शेप, स्टाइल और कलर वाली नथ आपको देखने को मिल जाएंगी। भारत में उत्तर से लेकर दक्षिण तक नथ पहनने की परंपरा है। दक्षिण भारतीय परंपरा में लड़कियां शादी के वक्त नाक के दाएं तरफ नथ पहनती हैं। वहीं, उत्तर भारत में लड़कियां नाक के बाएं तरफ नथ पहनती हैं। नथ पहनने के पीछे फैशन के साथ ही धार्मिक और स्वास्थ्य कारण भी हैं। नथ का धार्मिक महत्व तो है ही इसके साथ ही इसे पहनने से स्वास्थ्य लाभ भी होता है। यह भी कहा जाता है कि नथ पहनकर लड़कियां माता पार्वती के प्रति सम्मान दर्शाती हैं। आयुर्वेद में नथ पहनने के पीछे पीरियड से जुड़ी वजह बताई है। आयुर्वेद में कहा जाता है कि नथ नाक के दाएं या बाएं तरफजहां पहनी जाती है, उस प्रमुख हिस्से में हुए छेद के जरिए महिलाओं को मासिक धर्म से जुड़ी परेशानियों में राहत मिलती है।

शादी के वक्त लड़कियां ज्यादातर सोने का नथ पहनती हैं। हालांकि चांदी के नथ पहनने का प्रचलन भी है। इनदिनों आर्टिफिशियल नथ भी शादी के वक्त पहनी जाती है। आयुर्वेद में स्वर्ण और रजत भस्म को अच्छा माना गया है। इनके शरीर पर स्पर्श से कई तरह की बीमारियों के निदान के बारे में भी बताया गया है।

हालांकि, नथ को लेकर कई अंधविश्वास भी जुड़े हुए हैं। जो अलग-अलग क्षेत्र के लोगों के मुंह से आपको सुनने को मिल जाएंगे।

फ्रीलांस के जरिये कमाई करें

अगर आप नौकरी करने के बाद कुछ काम करके और पैसा कमाना चाहते हैं तो आप फ्रीलांस के क्षेत्र में आ सकते हैं। आप यह काम अपने समय के अनुसार कर सकते हैं और इसके लिए आपको ज्यादा मेहनत भी नहीं करनी होगी। अपने फील्ड से जुड़े फ्रीलांस काम करें- हर फील्ड से जुड़े फ्रीलांस काम होते हैं, जो कि आपके लिए अच्छी कमाई का जरिया बन सकते हैं। इसलिए आप भी अपने फील्ड के अनुसार दूसरा काम कर सकते हैं और दिन में दो-तीन घंटे काम करके आप अच्छा पैसा कमा सकते हैं।

लोकल प्रोडक्ट बेचें- अगर आप अपने होम टाउन से अलग कहीं रहते हैं तो आप उस शहर में अपने होम टाऊन से जुड़े कुछ फेमस प्रोडक्ट लाकर बेच सकते है। आप छोटे स्तर पर उसका कारोबार भी कर सकते हैं। इन प्रोडक्ट में खाने के सामान से लेकर कपड़े आदि भी शामिल है।

सोशल मीडिया एक्ष्सपर्ट बनें- आजकल हर कोई सोशल मीडिया पर काम कर लेता है। अगर आप नौकरी के बाद फ्री रहते हैं तो आप किसी कंपनी या व्यक्ति का सोशल मीडिया हैंडल कर सकते हैं। इसके लिए आपको कुछ खास करने की आवश्कता नहीं है। बस इसके लिए आपके कॉन्टेक्ट होने आवश्यक है।

पीजी का काम शुरू करें- अगर आप नौकरी से वक्त निकाल सकते हैं तो आप अपनी प्रोपर्टी पर या किराए की प्रोपर्टी पर पीजी बना सकते हैं। इसके लिए आपको पीजी में रहने वाले लोगों की व्यवस्था करनी होगी। यह बिजनेस किसी कॉलेज, ऑफिस के पास अच्छा चल सकता है।

कंपनियों के लिए विज्ञापन- विज्ञापन एक बहुत बिजनेस बनकर उभरा है। कई कंपनियां ऐसी हैं जो लोगों को सिर्फविज्ञापन देखने के पैसे देती हैं। आपको बता दें कि इस तरह की कई वेबसाइट्स हैं जो केवल विज्ञापन पढ़ने के पैसे देती हैं।

महिलाओं के लिए जरुरी है नारियल पानी का सेवन

नारियल पानी दोनों का अपना ही मजा है। चढ़ती धुप में नारियल पानी वैसे भी वरदान से कम नहीं है, क्योंकि इसके अंदर मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स और पोषक तत्व आपके शरीर के लिए फायदेमंद तो होते ही है, लेकिन ये कई बीमारियों को भी आपसे कोसों दूर रखता है। नारियल पानी के कई ऐसे फायदे भी होता है जो आपके शरीर के लिए बेहद जरुरी भी होता है।

नारियल पानी के फायदे:

एक नारियल में लगभग 200 से 250 मिलीलीटर पानी होता है। नारियल पानी में कम कैलोरी होने की वजह से ये वजन घटाने में भी आपकी मदद करता है। नारियल पानी में पोटेशियम, मैग्नीज, सोडियम, कैल्शियम के अलावा प्रोटीन और फाइबर भी होता है।

बढ़ती गर्मी की वजह से आपका एनर्जी लेवल काफी कम हो जाता है। इसमें इम्यून सिस्टम कमजोर हो जाता है। नारियल पानी आपको ठंडक देने के साथ ही एनर्जी लेवल को भी बढ़ाता है।

ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में नारियल पानी काफी मदद करता है। नारियल पानी में मौजूद विटामिन सी, पोटैशियम और मैग्नीशियम ब्लड प्रैशर को कंट्रोल रखता है।

आपके मेटाबॉलिज्म में सुधार के बाद शरीर के अंदर फ्री रेडिकल्स बनते हैं जिनकी वजह से व्यक्ति में तनाव की समस्या पैदा हो जाती है। नारियल पानी में मौजूद एंटीऑक्सिडेंट्स इन फ्री रेडिकल्स को दूर करने में मदद करता है।

उम्र से कम दिखने की ख्वाहिश है?

मेकअप अगर सलीके से किया जाए तो आपकी खूबसूरती और भी निखरती है. लेकिन अगर इसके प्रति लापरवाही बरती गई तो समझो गई भैंस पानी में.

अगर आप उन लोगों में से हैं जिनका मानना है कि मेकअप उनपर सूट नहीं करता या वे और भी बुरे लगते हैं, तो आपकी गलतफहमी दूर करने के लिए हम बता दें, कि कमी आपमें या आपके मेकअप में नहीं, बल्कि आपके मेकअप करने के तरीके में है.

आमतौर पर हम मेकअप करते वक्त ये गलतियां करते हैं...

1. स्किन टोन से अलग फाउंडेशन का इस्तेमाल

मेकअप की शुरुआत फाउंडेशन से होती है. कई लोग इससे पहले कंसीलर का भी इस्तेमाल करते हैं, लेकिन अगर चेहरे पर ज्यादा दाग धब्बे नहीं, तो फाउंडेशन से भी काम बन जाएगा. अक्सर महिलाएं अपनी स्किन टोन से एक शेड हल्का फाउंडेशन चुनती हैं. यकीन मानिए यह बहुत बड़ी गलती है. इससे आपके चेहरे की कमी छुपेगी नहीं, बल्कि उसे छुपाने के लिए आपको ज़रूरत से ज्यादा फाउंडेशन थोपना पड़ेगा. इससे आपका चेहरा बुरा दिखेगा. आपका मेकअप भी फटने लगेगा. इसलिए अच्छे से दुकान में जाएं, एक्सपर्ट्स की मदद से अपनी त्वचा के हिसाब से फाउंडेशन खरीदें.

2. गहरे शेड की लिपस्टिक

भले ही डार्क शेड की लिपस्टिक ट्रेंड में हो. लेकिन यह सब पर सूट नहीं करता. दिन के वक्त तो भूलकर भी मरून, लाल या बरगंडी शेड की लिप्सटिक न लगाएं. इनकी जगह पीच, पिंक या नैचुरल शेड की लिप्सटिक का इस्तेमाल करें. ये हर तरह के मौके के लिए सही हैं.

3. आइब्रो की अनदेखी

हममें से कई लोग आइब्रो को उभारना भूल जाते हैं, जिसकी वजह से हमारा मेकअप अधूरा सा लगता है. इस बात का ख्याल रखें कि भौंहें शेप में हों और जब भी मेकअप करें आइब्रो पेंसिल इनपर हल्की हाथों से ज़रूर चलाएं. ग्रेसफुल लुक के लिए यह ज़रूरी है.

4. केवल आखों के निचले हिस्से को उभारना

अक्सर हम आंखों के निचले हिस्से पर ही काजल लगाते हैं. लेकिन ध्यान रखें कि आंखों के ऊपर वाले हिस्से पर भी आईलाइनर या काजल लगाना न भूलें. इससे आपकी आंखों की खूबसूरती और भी निखरेगी.

कैरियर का चुनाव करते समय रहे सतर्क

कैरियर जीवन में एक ऐसा महत्वपूर्ण विषय है जिसका सही चुनाव करना बहुत ही जरूरी है। सही कैरियर मार्गदर्शन से ही आप अपने इच्छा अनुसार कैरियर के बारे में जान सकते हैं और यह भी जान सकते हैं कि क्या वह व्यवसाय या कैरियर आपके लिए सही है या नहीं । गलत कैरियर मार्गदर्शन से आपका जीवन बर्बाद हो सकता है। किसी भी व्यक्ति के जीवन में व्यवसाय ही ऐसा चीज है जिसके माध्यम से अत्यधिक ज्ञान के साथ-साथ वह पैसे कमा सकता है और अपने जीवन में सफलता प्राप्त कर सकता है।

जैसे ही हम आपसे ऊपर दिए गए प्रश्न पूछेंगे आप जरूर सोचने लगेंगे कि कौनसे कैरियर या व्यवसाय से आपको ज्यादा पैसे मिलेंगे। पर लोग यह नहीं सोचते की उस कैरियर या व्यवसाय से जुड़ने को अपनाने के बाद वह कैसे उस कैरियर के माध्यम से सफल हो सकते हैं या लक्ष्य को प्राप्त कर पाएंगे ।

बहुत सारे व्यक्ति अपना कैरियर चुनने से पहले नीचे दिए गए 3 चीजों को भूल जाते हैं -

१ कोई भी कैरियर को चुनने के पश्चात होने वाली घटनाओं को ।

२ कैरियर से होने वाली मुश्किलें ।

३ अपने आपसे पूछना कि आखिर वह कैरियर किस पक्के कारण से उसके लिए सही है ।

सबसे मुख्य बात सही करियर को चुनने समय यह है कि आप अपने करियर से कितने खुश हैं। वाही सही है जो दिल को सुकून दे। आपके लिए सही करियर का चुनाव आप और आपका ज्ञान स्वयं है। आपको वही करियर जमेगा जिसके विषय में आपको ज्ञान है और जिस क्षेत्र में आपको ज्यादा जानकारी है।

जबरदस्ती में चुने हुए करियर से कभी भी सफलता नहीं मिलती। ऐसे चुनाव से मात्र मानसिक तनाव और जीवन बर्बाद होता है क्योंकि ऐसे लोगों को ना तो उस विषय में जानकारी होती है या ना तो वह सही तरीके से उस कार्य को कर सकते हैं।

किसी भी प्रकार के मुश्किल में शिक्षित और बड़े लोगों से पूछने में अपने आपको छोटा ना समझें। जितना हो सके अपने गुरुओं, परिवार के लोगों से या मित्रों की मदद लें। आपने के विषय में आप जितना ज्ञान बटोरेंगे उतना ही सफलता आपका करियर आपको प्रदान करेगा।

सही एक्सरसाइज का चुनाव करने से नहीं होगा घुटनों में दर्द

अधिकतर लोग जब जिम जाना शुरू करते हैं तो वे समझ नहीं पाते कि कौन सी एक्सरसाइज करें और कौन सी ना करें। भले ही आप अपना वजन कम करने के लिए जिम गये हों या एब्स बनाने के लिए लेकिन जिम जाने से पहला अपना लक्ष्य ज़रूर निर्धारित कर लें और फिर उसी हिसाब से एक्सरसाइज का चुनाव करें। जब भी आप योग करना या जिम में एक्सरसाइज करना शुरू करते हैं तो आपके घुटनों पर बहुत ज्यादा जोर पड़ता है। जिस कारण से घुटनों में तेज दर्द होने लगता है। यही कारण है कि कुछ लोग एक हफ्ते तक जिम जाने के बाद जिम जाना छोड़ देते हैं।

सबसे जरूरी बात यह है कि जब भी जिम जायें तो शुरुवात में ही सारी ताकत ना झोंक दें बल्कि धीरे धीरे एक्सरसाइज करें। ऐसा कई लोगों के साथ होता है कि वे पहले दिन से ही हैवी एक्सरसाइज करने लगते हैं जिस कारण उनके घुटनों में दर्द होने लगता है। इसलिए ऐसा बिल्कुल न करें और शुरुवात में ट्रेडमिल पर स्पीड भी स्लो रखें।

कई लोग घुटनों में दर्द के कारण जल्द ही जिम जाना छोड़ देते हैं जबकि घुटनों में दर्द आपके गलत तरीके से एक्सरसाइज करने के कारण होता है। इसलिए जिम में किसी भी एक्सरसाइज को करने से पहले फिटनेस ट्रेनर से अच्छे से सीख लें फिर करें। कई लोग जिम में एक्सरसाइज करने से पहले स्ट्रेचिंग या वार्मअप नहीं करते हैं जिस कारण इंजरी होने का ख़तरा बढ़ जाता है। इसलिए अगली बार जब भी एक्सरसाइज करें उसके पहले वार्मअप ज़रूर कर लें। वार्मअप के लिए स्ट्रेचिंग के अलावा आप कुछ योगासन भी कर सकते हैं।

हद से ज्यादा सेब खाने के हैं यह नुकसान, सेहत बनाएगा तो नहीं बिगाड़ जरुर देगा

हर रोज एक सेब खाने से सेहत अच्छा रहता है। ऐसा इसलिए कहा जाता है क्योंकि यह पोषक तत्व से भरपूर होता है। सेब में पोटैशियम, फॉस्फोरस, मैग्नीशियम और आयरन प्रचुर मात्रा में होते हैं। सिर्फ इतना ही नहीं इसे खाने से कभी खून की कभी नहीं होती है। आयुर्वेद के मुताबिक सेब खाने से त्वचा संबंधी बीमारी, सीने में जलन, बुखार और कब्ज की परेशानी से राहत मिलती है। सेब में भरपूर मात्रा में

एंटी-ऑक्सीडेंट, फाइबर, विटामिन-सी और विटामिन-बी भरपूर मात्रा में पाया जाता है। जो आपकी आंखों के लिए काफी अच्छा होता है। लेकिन अगर आप एक दिन 1-2 सेब से ज्यादा खाते हैं तो यह आपकी शरीर के लिए काफी ज्यादा नुकसानदायक साबित हो सकता है।

ज्यादा सेब खाने से होने वाले नुकसान

मोटापा- अगर आप जरूरत से ज्यादा सेब खाते हैं तो यह आपकी सेहत के लिए काफी ज्यादा नुकसानदायक साबित हो सकता है। इससे वजन भी बढने़ लगता है और मोटापा के शिकार हो सकते हैं। इसमें शुगर की मात्रा काफी ज्यादा होती है इसलिए यह कैलोरी भी बढ़ा सकती है। फैट भी बढ़ता है।

पाचन : सेब में भरपूर मात्रा में फाइबर होता है। अगर इसे आप ज्यादा खाएंगे तो गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल सिस्टम में गैस बनने लगता है। जिसकी वजह से पेट में दर्द, ऐंठन की समस्या हो सकती है।

ब्लड शुगर: ज्यादा सेब खाने से ब्लड में शुगर लेवल बढ़ जाता है। जिससे काफी ज्यादा शरीर को नुकसान हो सकता है। सेब में भरपूर मात्रा में कार्बोहाइड्रेट्स, फाइबर और अन्य पोषक तत्व मौजूद होते हैं। कार्बोहाइड्रेट्स से शरीर को काफी ज्यादा एनर्जी मिलती है।

दांतों: सेब में मौजूद एसिड से दांत को काफी ज्यादा नुकसान पहुंचता है। इसलिए जरूरत से ज्यादा सेब खाना नुकसानदायक हो सकता है। (आरएनएस)

बिग बी, राजेश खन्ना, शाहरुख जैसे दिग्गज हीरों के काम से आकर्षित होकर बड़ा हुआ हूं: आयुष्मान खुराना

बॉलीवुड एक्टर आयुष्मान खुराना ने बताया कि कैसे बड़े होने के दौरान सिनेमा उनकी रोजमर्रा की जिंदगी का हिस्सा था और कहा कि वह अमिताभ बच्चन, राजेश खन्ना, शाहरुख खान, अनिल कपूर, सलमान खान और आमिर खान जैसे दिग्गज हीरों के काम से आकर्षित होकर बड़े हुए। आयुष्मान ने कहा कि वह बड़े पर्दे पर हीरो बनने के अपने बचपन के सपने को जी रहे हैं। विक्की डोनर फेम अभिनेता ने कहा, मुझे याद है कि मैं हर बार सिनेमाघरों में जाने को लेकर बेहद उत्साहित रहता था। मुझे वह दुनिया बहुत पसंद आई जिसमें फिल्में मुझे ले गईं। मैंने हीरो को आदर्श माना। हम हमेशा टीवी पर फिल्में भी देखते थे। सिनेमा हमेशा से हमारे दैनिक जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा रहा है। उन्होंने आगे कहा, मैं अमिताभ बच्चन, राजेश खन्ना, शाहरुख खान, अनिल कपूर, सलमान खान, आमिर खान जैसे कुछ महान हीरों के काम से आकर्षित होकर बड़ा हुआ हूं! मैं भी बड़े पर्दे का हीरो बनना चाहता था। इसलिए, मैं अब अपना सपना जी रहा हूं और मैं खुद को बेहद भाग्यशाली मानता हूं कि मैंने अपने लिए एक जगह बनाई है। उन्होंने कहा, इंडस्ट्री ने मेरा शानदार स्वागत किया है और दर्शकों ने मुझे बहुत प्यार दिया है। मैं तहे दिल से इसका सम्मान करता हूं। एक्टर आभारी हैं कि उनके माता-पिता ने उन्हें हिंदी फिल्म के हीरो बनने के सपने को आगे बढ़ाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा, फिल्मों के प्रति प्यार ने ही मुझे कॉलेज में थिएटर करने के लिए प्रेरित किया। इसने मुझे मुंबई खींच लिया, जहां मैंने नाम कमाने की कोशिश की, सालों तक संघर्ष किया, जब मेरी फिल्में चलीं तो खुशी से रोया। मेरे दिल-दिमाग में फिल्मों के प्रति प्यार पर्याप्त नहीं होता तो मैं शहर या इंडस्ट्री में टिक नहीं पाता। आयुष्मान ने आगे कहा, जब मैं पीछे मुड?र देखता हूं, तो मैं खुद को आभारी महसूस करता हूं कि मैं सिनेमा में बड़ा हुआ हूं और कैसे मेरे माता-पिता ने मुझे अपने सपने को आगे बढ़ाने के लिए प्रेरित किया। वर्कफ्रंट की बात करें तो, उन्हें आखिरी बार एन एक्शन हीरो में देखा गया था।

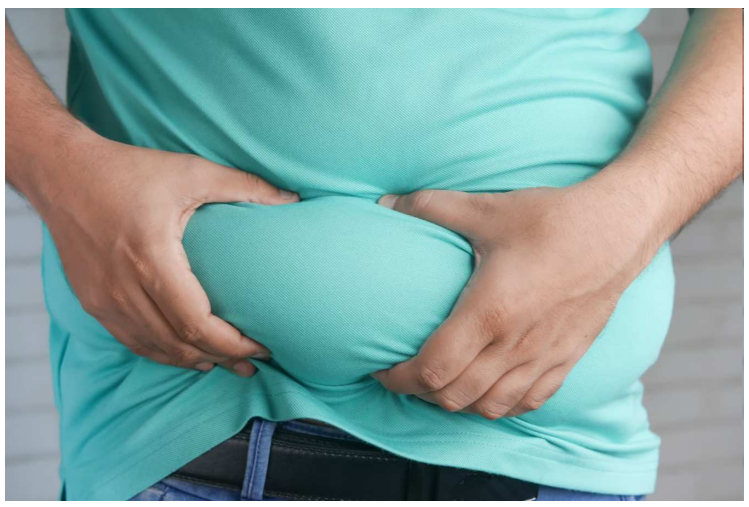
वैधानिक सूचना

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

–प्रबंधक विज्ञापन

काफी कोशिशों के बाद भी आपका वजन कम नहीं हो रहा है?

बहुत से लोग वजन कम करने के लिए कड़ी मेहनत करते हैं, लेकिन कुछ को अपना वजन कम करने में काफी मुश्किलों का सामना करना पड़ता है। ऐसे में अक्सर यह सवाल उठता है कि आखिर कौन सी वे बीमारियां हैं जो हमारे शरीर को वजन घटाने से रोकती हैं। कुछ स्वास्थ्य समस्याएं होती हैं जो हमारे शरीर के मेटाबॉलिज्म और हार्मोनल संतुलन को बाधित करती हैं जिससे वजन कम कर पाना मुश्किल हो जाता है। ये बीमारियां हमारे शरीर के मेटाबॉलिज्म क्रिया को धीमा करके या भूख बढ़ाकर वजन कम होने से रोकती हैं। अगर आपको लगता है कि वजन घटाने के लिए आप कितनी भी कोशिश क्यों न करें, वजन कम नहीं हो रहा है तो हो सकता है कि आप इन बीमारियों का शिकार हो।



थायरॉयड

थायरॉयड हार्मोन की वजह से हाइपरथायरॉयडिज्म बीमारी होता है जिससे भी वजन कम करना कठिन हो जाता है। व्यक्ति चाहकर भी अपना वजन कम नहीं कर पाता। क्योंकि थायरॉयड हार्मोन की अधिक होने से लोगों का मोटापा बढ़ता है। थायरॉयड के संतुलन के बिना शरीर का वजन, चाहे वह कम हो या ज्यादा, नियंत्रित नहीं रह पाता। अत: थायरॉयड की समस्या वजन घटाने में एक बड़ी बाधा बनती है।

पीसीओएस

पीसीओएस यानी पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम एक आम समस्या है जो महिलाओं में देखी जाती है। पीसीओएस वाली महिलाओं के शरीर में इन्सुलिन नामक हार्मोन ज्यादा होता है। इन्सुलिन की वजह से खाने से मिलने वाली कैलोरी जल्दी वसा में बदल जाती है। यानी मोटापा बढने़ लगता है। इसके अलावा, हार्मोन्स में असंतुलन होने से पीसीओएस में शरीर की सामान्य प्रक्रियाएं भी बिगड़ जाती हैं। इनमें से एक मेटाबॉलिज्म कहलाने वाली प्रक्रिया है। इन सब कारणों से, पीसीओएस वाली महिलाएं डाइट पर कंट्रोल और एक्सरसाइज करने के बाद भी वजन नहीं घटा पातीं।

कॉर्टिकोस्टेरॉयड्स

कॉर्टिकोस्टेरॉयड शरीर में मौजूद एक प्रकार का हार्मोन होता है, जो स्ट्रेसफुल स्थितियों में अतिरिक्त मात्रा में बनता है। इस हार्मोन की अधिकता से कई समस्याएं पैदा हो सकती हैं, जिनमें से एक है - वजन बढना़ और फिर वजन कम करने में परेशानी। एक बार जब व्यक्ति मोटा हो जाता है तो फिर कॉर्टिकोस्टेरॉयड के कारण उसे अपना वजन कम करने में बहुत ज्यादा मेहनत करनी पड़ती है। यही कारण है कि कॉर्टिकोस्टेरॉयड की अधिकता वाले लोग आसानी से वजन नहीं कम कर पाते।

डिप्रेशन

डिप्रेशन के कारण कुछ लोगों की भूख कम हो जाती है, जबकि कुछ लोग अधिक खाने लगते हैं। जो लोग अधिक खाते हैं, उनमें तेज़ी से वजन बढने़ लगता है। डिप्रेशन में शरीर में सेरोटोनिन नामक हार्मोन कम हो जाता है, जो भूख और मूड को नियंत्रित करता है।(आरएनएस)

स्वस्थ रहने के लिए सुबह खाली पेट करें दो गिलास पानी का सेवन

शरीर में पानी की कमी होने पर सेहत से जुड़ी बहुत सारी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। डॉक्टर्स भी रोजाना 8 से 10 गिलास पानी पीने की सलाह देते हैं। अगर आप रोजाना सुबह खाली पेट दो गिलास पानी का सेवन करते हैं तो इससे आपको सेहत से जुड़ी बहुत सारी समस्याओं से छुटकारा मिल सकता है।

पानी पीने के फायदे: सुबह खाली पेट दो गिलास पानी पीने से शरीर में मौजूद विषाक्त पदार्थ बाहर निकल जाते हैं। जिससे शरीर बीमारियों से बचा रहता है।

अगर आपको पेट से जुड़ी परेशानियां रहती हैं तो सुबह खाली पेट दो गिलास पानी का सेवन करें। ऐसा करने से पेट पूरी तरह से साफ हो जाता है और भूख भी लगने लगती है। खाली पेट दो गिलास पानी पीने से दिमाग को ऑक्सीजन आसानी से मिलने लगता है। जिससे तनाव की समस्या दूर हो जाती है और दिमाग हमेशा एक्टिव रहता है। सुबह खाली पेट दो गिलास पानी का सेवन करने से किडनी में मौजूद विषैले तत्व आसानी से बाहर निकल जाते हैं और पथरी की समस्या नहीं होती है।

शब्द सामर्थ्य -011

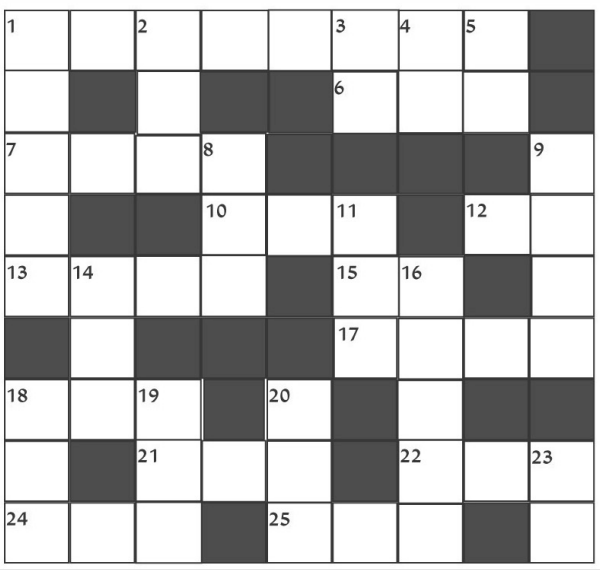
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. राजद प्रमुख 6. रखवाला, रक्षा करने वाला 7. दयालु, रहम करने वाला (उ.) 10. युग्म, जोड़ा, एक राशि, एक फिल्म अभिनेता 13. कैदखाना, जेल, हिरासत 15. जानकी, जनकनंदनी 17. व्यर्थ की बात, बकबक 18. नारी, स्त्री, महिला 21. विक्रय करना 22. वाणी, कथन, वादा 24. ताश में दस अंकों वाला पत्ता 25. नगर का, नागरिक, चतुर।

ऊपर से नीचे

1. बेफ्रिक, निश्चिंत, जिसे कोई परवाह न हो 2. मूर्ति 3. दोस्त, प्रेमी 4. कुशल, विशेषज्ञ 5. बगुला 8. झुका हुआ, झुकाया गया, नत 9. इधर-उधर, पास पड़ोस 11. किस्मत, तकदीर, भाग्य 14. बंदर, मर्कट, कपि 16. शक्तिशाली, बलवान 18. संतान, संतति 19. अस्तबल, घुड़साल 20. राजी करना, रूठे हुए को प्रसन्न करना 23. सरिता, नदिया, नद।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 10 का हल

मा	म	ला	■	सि	वा	य	■	कि
लि	■	चा	ह	त	■	म	म	ता
क	सू	र	■	म	ग	न	■	ब
■	र	■	■	■	द	■	■	■
क	मा	न	■	पा	र	स	■	स
मी	■	म	जा	ल	■	न	क	ली
ना	दा	न	■	ना	र	द	■	का
■	मि	■	■	■	तौं	■	■	■
सु	नी	ल	■	अ	धी	र	■	जी

फिल्म एनिमल में रणबीर कपूर के साथ काम करना अद्भुत था: तृप्ति डिमरी

बॉलीवुड एक्टर रणबीर कपूर की फिल्म एनिमल इन दिनों बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचा रही है। 1 दिसंबर को रिलीज हुई एनिमल ने सैम बहादुर के साथ हुए क्लैश के बावजूद ओपनिंग डे पर शानदार कलेक्शन किया। फिल्म ने पहले दिन वर्ल्डवाइड 1०० करोड़ का आंकड़ा पार कर इस साल की दसरी सबसे बड़ी ओपनर फिल्म बनी।

फिल्म एनिमल में भले ही रश्मिका मंदाना लीड रोल में नजर आईं लेकिन उनसे ज्यादा फैंस का ध्यान एक्ट्रेस तृप्ति डिमरी ने खींचा। सोशल मीडिया पर इस वक्त हर तृप्ति छाई हुई हैं। दरअसल, फिल्म में उन्होंने रणबीर कपूर के साथ कुछ कुछ इंटीमेट सीन्स दिए हैं। जिसकी फोटोज और वीडियो सोशल मीडिया पर खूब वायरल हो रही हैं। इस बीच तृप्ति ने रणबीर के साथ काम करने का अपना अनुभव साझा किया।

तृप्ति डिमरी ने कहा कि, रणबीर कपूर के साथ काम करना अद्भुत था। वह एक महान अभिनेता हैं होने के साथ वह सभ्य और खुशनुमा इंसान हैं। यह देखना काफी अच्छा लगता है कि तमाम फैंस हमारी केमिस्ट्री को इतना प्यार दे रहे हैं। मुझे उम्मीद है कि हम भविष्य में फिर से किसी और प्रोजेक्ट के लिए सहयोग करेंगे।

बता दें कि, फिल्म एनिमल में तृप्ति का बहुत छोटा सा किरदार है। उन्होंने जोया का किरदार निभाया है जिसका रणबीर कपूर के साथ एक्सट्रा मैरिटल अफेयर चल रहा था। फिल्म में दोनों के कई बोल्ड सीन दिखाए गए हैं। जिसकी वीडियो और फोटोज सोशल मीडिया पर जमकर वायरल हो रही हैं। कुछ लोगों ने इस फिल्म की जमकर तारीफ की तो कुछ ने इसे परिवार के साथ ना देखने की सलाह भी दी।

संदीप रेड्डी वांगा के डायरेक्शन में बनी फिल्म एनिमल में रणबीर कपूर के अलावा रश्मिका मंदाना, बॉबी देओल और अनिल कपूर लीड रोल में नजर आए। फिल्म की कहानी पिता और बेटे के रिश्ते पर आधारित है। फिल्म ने दो दिनों में कुल 13० करोड़ की कमाई कर ली। देखना होगा कि आने वाले दिनों में एनिमल और कितने रिकॉर्ड तोड़ पाती है। (आरएनएस)

निक्की तंबोली के बोल्ड लुक ने इंटरनेट पर मचाई सनसनी

बिग बॉस फेम एक्ट्रेस निक्की तंबोली हमेशा अपने बोल्ड और स्टनिंग लुक्स के कारण चर्चाओं में रहती हैं। एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्रम पर शेयर करती हैं तो फैंस हमेशा उनकी तस्वीरों पर अपना दिल हार जाते हैं।

एक्ट्रेस निक्की तंबोली हमेशा अपनी बोल्ड तस्वीरों से सोशल मीडिया पर सुर्खियां बटौरती रहती हैं। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट के दौरान की कुछ तस्वीरें शेयर की हैं। इन तस्वीरों ने एक बार फिर से सोशल मीडिया पर सनसनी मचा दी है। एक्ट्रेस निक्की तंबोली की हमेशा पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ की झलक उनके इंस्टाग्राम पर देखने को मिलती रहती है। अपनी लेटेस्ट फोटोज में निक्की तंबोली ने फ्लोरल ब्रालेट टॉप पहना हुआ है और साथ ही फ्लोरल स्कर्ट भी पहनी हुई है।

एक्ट्रेस निक्की तंबोली का ये लुक फैंस को काफी पसंद आ रहा है। स्मोकी आईज मेकअप और बालों को ओपन कर के एक्ट्रेस निक्की ने अपने इस आउटलुक को कंप्लीट किया है। निक्की अपनी इन तस्वीरों में बेहद ही ग्लैमरस और हॉट अंदाज में अलग-अलग पोज देते हुए तस्वीरें क्लिक करवा रही हैं।

ऋतिक रोशन की फिल्म फाइटर के साथ रिलीज होगा बड़े मियां छोटे मियां का टीजर

आने वाले दिनों में टाइगर श्रॉफ एक से बढ?र एक फिल्मों में नजर आएंगे। बड़े मियां छोटे मियां 2 उनकी बहुप्रतीक्षित फिल्मों में शुमार है।इसमें अक्षय कुमार भी मुख्य भूमिका हैं।अब फिल्म के टीजर से जुड़ी एक अहम जानकारी सामने आ रही है। रिपोर्ट के मुताबिक, अक्षय और टाइगर की बड़े मियां छोटे मियां 2 का टीजर ऋतिक रोशन की फाइटर के साथ जारी किया जाएगा। यह फिल्म 25 जनवरी, 2०24 को रिलीज होगी।

बड़े मियां छोटे मियां 2 का टीजर एक्शन से लबरेज होगा। इसी के साथ फिल्म का प्रचार शुरू होगा।यह फिल्म अगले साल ईद के खास मौके पर सिनेमाघरों में दस्तक देगी। यह फिल्म सुल्तान और भारत के बाद अली अब्बास जफर की तीसरी ईद रिलीज होगी। इसमें सोनाक्षी सिन्हा, मानुषी छिल्लर और पृथ्वीराज सुकुमारन भी हैं। इसका निर्माण वाशु भगनानी, जैकी भगनानी और दीपशिखा देशमुख ने किया है।फिल्म का बजट 3०० करोड़ रुपये बताया जा रहा है।

बड़े मियां छोटे मियां 2 के अलावा टाइगर सिंघम फ्रेंचाइजी की तीसरी किस्त सिंघम अगेन को लेकर चर्चा में हैं।इसमें रणवीर सिंह, करीना कपूर, अजय देवगन, अक्षय कुमार और दीपिका पादुकोण भी हैं।अक्षय की फिल्मों की बात करें तो वह वर्तमान में फ्रेंचाइजी की पांचवीं किस्त हाउसफुल 5 की शूटिंग में व्यस्त हैं।इसके अलावा अभिनेता स्काई फोर्स का हिस्सा हैं। मराठी फिल्म वेदत मराठे वीर दौडले सात भी अक्षय के खाते से जुड़ी है। (आरएनएस)

अनन्या पांडे की खो गए हम कहां 26 दिसंबर को नेटफ्लिक्स पर दस्तक देगी

बॉलीवुड अभिनेत्री अनन्या पांडे मौजूदा वक्त में अपनी आने वाली फिल्म खो गए हम कहां को लेकर चर्चा में हैं ।इसमें वह सिद्धांत चतुर्वेदी और आदर्श गौरव के साथ नजर आएंगी।खो गए हम कहां सिनेमाघर में नहीं, बल्कि ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर दस्तक देगी। इसका प्रीमियर 26 दिसंबर को होगा।अब फिल्म का पहला गाना होने दो जो होता है रिलीज हो चुका है, जिसमें अनन्या और सिद्धांत एक-दूजे के प्यार में डूबे नजर आ रहे हैं।

होने दो जो होता है को सवेरा और लोथिका ने मिलकर गाया है। इस गाने के बोल जावेद अख्तर ने लिखे हैं।खो गए हम कहां के जरिए अर्जुन वरन सिंह निर्देशन की दुनिया में कदम रखने जा रहे हैं, जबकि फरहान अख्तर के प्रोडक्शन हाउस एक्सेल एंटरटेनमेंट के बैनर तले इस फिल्म का निर्माण किया जाएगा।इसकी कहानी जोया अख्तर, अर्जुन वरैन सिंह और रीमा कागती ने लिखी है।कल्कि कोचलिन भी फिल्म का महत्वपूर्ण हिस्सा हैं।

फिल्म को लेकर जोया अख्तर और रीमा कागती कहती हैं- खो गए हम कहां हमारे दिलों में एक खास स्थान रखती है। अर्जुन के साथ इस कहानी को लिखने और जुडने़ की प्रक्रिया रोमांचक थी। यह डिजिटल जनरेशन की आने वाली फिल्म है, जिससे उम्मीद है कि यह युवाओं को पसंद आएगी।

नेटफ्लिक्स इंडिया ओरिजिनल फिल्म्स की डायरेक्टर रुचिका कपूर शेख ने फिल्म के बारे में कहा, सिद्धांत चतुर्वेदी, अनन्या पांडे और आदर्श गौरव अभिनीत यह फिल्म दिल को छू लेने वाली कहानी है, जो पुराने जमाने की दोस्ती की भावनाओं पर आधारित है। (आरएनएस)

डीप नेक साड़ी में दिशा पाटनी ने दिए किलर पोज

बॉलीवुड एक्ट्रेस दिशा पाटनी हमेशा अपने किलर लुक्स से फैंस के दिलों की धड?नें बढ़ाए रहती हैं। सोशल मीडिया पर उनकी बोल्डनेस को देखकर फैंस भी हैरान रह जाते हैं। उनकी हर तस्वीर पर फैंस भर-भर कर प्यार बरसते हैं।

एक्ट्रेस दिशा पाटनी ने अपने अधिकारिक इंस्टा अकाउंट पर ग्रीन कलर की साड़ी और डीप नैक ब्लाउज में कुछ तस्वीरें पोस्ट की हैं। इस तस्वीरों में दिशा पाटनी बेहद खूबसूरत और बोल्ड नजर आ रही हैं। एक्ट्रेस इन तस्वीरों में जमकर अपनी बोल्डनेस फ्लॉन्ट कर रही हैं। एक्ट्रेस की इन तस्वीरों पर फैंस भर-भर का प्यार बरसा रहे हैं।

एक्ट्रेस मोनी रॉय ने भी दिशा की इन तस्वीरों पर फायर साइन कमेंट कर बता दिया कि वह कितनी हॉट लग रही हैं। वहीं अन्य फैंस ने भी दिशा की इन तस्वीरों पर कमेंट कर उनकी खूबसूरती को सराहा है। एक यूजर ने कमेंट कर लिखा- दिवाली का पटाखा।

वहीं एक्ट्रेस ने कुछ और बेहद बोल्ड तस्वीरें पोस्ट की हैं। जगह-जगह से खुली इस ड्रेस में भी एक्ट्रेस काफी बोल्ड नजर आ रही हैं। दिशा पाटनी अपने बोल्ड और किलर लुक के लिए हमेशा सुर्खियों में रहती हैं। फैंस उनकी एक-एक तस्वीर का बेसब्री से इंतजार करते हैं। दिशा पाटनी का जन्म 13 जून 1993 को देहरादून में हुआ था। साथ ही दिशा पाटनी ने एक्टिंग की दुनिया में डेब्यू साल 2०15 में आई फिल्म लोफर से किया था।

भूल भुलैया 3 में नजर नहीं आएंगी तब्बू ?

तब्बू और कार्तिक आर्यन स्टारर कॉमेडी हॉरर फिल्म भूल भुलैया 2 कोरोना काल के बाद रिलीज हुई पहली बड़ी हिट फिल्म थी। फिल्म का निर्देशन अनीस बज़्मी ने किया था और यह अक्षय कुमार की 2००7 की फिल्म भूल भुलैया का सीक्वल थी। वहीं अब फिल्म फैंचाइजी की तीसरी किस्त को लेकर खबरें सामने आने लगी हैं। जिसमें खबर आ रही है कि तब्बू शायद इसका हिस्सा नहीं होंगी।

भूल भुलैया 2 में तब्बू की भूमिका को खूब पसंद गया और फिल्म एक बड़ी व्यावसायिक सफलता साबित हुई। हालांकि, हो सकता है कि उन्होंने इसकी तीसरी किस्त के लिए ना कह दिया हो। रिपोर्ट के अनुसार, भारी रकम ऑफर होने के बावजूद एक्ट्रेस ने भूल भुलैया 3 को ठुकरा दिया है। सूत्र का कहना है कि मंजुलिका की भूमिका उनके बहुत करीब है लेकिन वह इसे जल्द ही दोबारा करने के लिए उत्सुक नहीं हैं। कथित तौर पर तब्बू इस भूमिका को दोबारा निभाने से पहले इंतजार करना चाहती हैं। दूसरी ओर, निर्माता फिल्म को जल्द से जल्द शुरू करने के इच्छुक हैं।

भूल भुलैया 2 अनीस बज़्मी द्वारा निर्देशित है और अक्षय कुमार की 2००7 की हॉरर कॉमेडी भूल भुलैया का स्टैंडअलोन सीक्वल है। फिल्म में कार्तिक आर्यन, तब्बू, कियारा आडवाणी, राजपाल यादव और अन्य कलाकार हैं। यह बॉक्स ऑफिस पर बड़ी सफलता पाने वाली फिल्म बनीं।

तब्बू के वर्कफ्रंट की बात करें तो उन्हें आखिरी बार विशाल भारद्वाज की जासूसी थ्रिलर खुफिया में देखा गया था। वह जल्द ही अजय देवगन के साथ औरों में कहां दम था और करीना कपूर खान, कृति सेनन और दिलजीत दोसांझ के साथ द क्रू में नजर आएंगी। (आरएनएस)

कोविड-19 से कितना अलग है चीन का रहस्यमय बाल निमोनिया ?

रंजीत कुमार

करीब चार साल बाद एक बार फिर चीन की किसी बीमारी को लेकर दुनियाभर की स्वास्थ्य मशीनरी चिंतित है। चीन में बड़े पैमाने पर बच्चे सांस की बीमारी से ग्रसित हो रहे हैं। विश्व मीडिया में इसे रहस्यमय बाल निमोनिया कहा जा रहा है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) के अनुरोध पर चीन ने जो आधिकारिक रिपोर्ट दी है उसके मुताबिक यह कोई अज्ञात बीमारी नहीं है और इसके पीछे किसी नए रोगाणु (पैथोजेन) होने के प्रमाण नहीं मिले हैं।

इसी रिपोर्ट को तात्कालिक सच मानते हुए डब्लूएचओ ने वैश्विक स्वास्थ्य एडवायजरी जारी की है। इस एडवायजरी में लोगों को सामान्य सावधानी बरतने की सलाह दी गई है और कहा गया है कि चीने से होने वाली आवाजाही को रोकने की आवश्यकता नहीं है। डब्लूएचओ की एडवायजरी के शब्द हैं, इस घटना को लेकर अब तक जो जानकारी उपलब्ध है, उसके आधार पर डब्लूएचओ किसी प्रकार का व्यापार और यात्रा प्रतिबंध लागू करने के विरुद्ध है।

सवाल है कि क्या सच में यह ठंढ के मौसम में होने वाली सामान्य सर्दी-जुकाम की समस्या है? क्या इसके पीछे सर्दी जुकाम के लिए जिम्मेदार सामान्य-परंपरागत बैक्टेरिया, वायरस का संक्रमण ही है? क्या सच में विश्व समाज को इसे कोविड 19 की तरह नहीं लेना चाहिए?

दुनिया भर के संक्रामक रोग विशेषज्ञों में से अधिकतर का कहना है कि चीन के इस बाल निमोनिया को कोविड 19 की तरह नहीं लेना चाहिए। उन्होंने चीन में बड़े पैमाने पर बच्चों के बीमार होने के पीछे की वजह को परिस्थितिजन्य माना है। प्रसिद्ध विज्ञान शोध पत्रिका नेचर ने अपनी एक रिपोर्ट में इस बीमारी का विश्लेषण कुछ इस तरह किया है, महामारी को रोकने के उपायों- जैसे मास्क लगाना और यात्रा प्रतिबंध आदि में ढील देने के बाद की पहली सर्दी में सांस संबंधित रोगों में वृद्धि होना एक परिचित पैटर्न रहा है। नवंबर 2022 में, अमेरिका में फ्लू से अस्पताल में भर्ती होने वाले मरीजों की संख्या 2010 के बाद सर्वाधिक देखी गई।

नेचर की रिपोर्ट में आगे लिखा है कि यूनिवर्सिटी कॉलेज, लंदन के कम्प्यूटेशनल जीव विज्ञानी फ्रेंकोइस बैलौक्स के अनुसार, राष्ट्रव्यापी लॉकडाउन और कोविड -19 के प्रसार को कम करने के लिए किए गए उपायों ने मौसमी रोगाणुओं के प्रसार को रोक दिया, जिससे आबादी को रोगाणुओं के खिलाफ इम्युनिटी विकसित होने का अवसर नहीं मिला। इसे इम्यूनिटी डेब्ट कहते हैं। चूंकि चीन ने किसी भी अन्य देश की तुलना में कहीं अधिक लंबे समय तक और कहीं अधिक कठोर लॉकडाउन लागू किया था, इसलिए यह अनुमान लगाया गया था कि लॉकडाउन हटाने के बाद चीन में ऐसी बीमारी की लहर आ सकती है। ठीक इसी तरह की विज्ञप्ति चीन के स्वास्थ्य मंत्रालय की ओर से जारी की गई है। चीन के स्वास्थ्य मंत्रालय ने कहा है कि उनके देश में बाल निमोनिया की जो बीमारी सामने आई है, उसके पीछे कोविड 19 जैसा कोई अज्ञात वायरस नहीं है। यह फ्लू और अन्य सामान्य ज्ञात बैक्टेरिया, वायरस के संक्रमण से हो रहा है। इसकी दवा उपलब्ध है और घबराने की आवश्यकता नहीं है। लेकिन, इन सब बातों के बावजूद दुनिया बेफिक्र नहीं हो सकती है। कोविड 19 की तरह ही इस नई महामारी पर चीन के दावे पर शक करने के कई कारण मौजूद हैं। इस बीमारी को लेकर भी चीन ने कोविड 19 की तरह ही व्यवहार किया है। चीन का कहना है कि अक्टूबर के आखिरी सप्ताह में इस बीमारी के बड़े पैमाने पर फैलने की बात सामने आई, जबकि कई मीडिया रिपोर्ट में कहा गया है कि मई महीने से ही चीन के उत्तरी और पूर्वी प्रांतों में इस बीमारी का प्रकोप फैल गया था। ठीक इसी तरह का व्यवहार चीन ने कोविड 19 मामले में भी किया था,जब उसने कई महीने तक बीमारी को दुनिया से छिपाए रखा। गौरतलब है कि प्रोमेड नामक संस्था ने 2019 में काफी पहले शंका जाहिर की थी कि चीन के वूहान प्रांत में कोई अज्ञात महामारी फैली हुई हुई है। इस बार भी प्रोमेड ने इस रहस्यमय निमोनिया को लेकर जो रिपोर्ट प्रकाशित की है, वह चीन के दावे और डब्लूएचओ एवं अन्य विशेषज्ञों की राय से अलग है। प्रोमेड के अनुसार, बहुत बड़ी संख्या में बच्चे अस्पताल में भर्ती हैं। उन्हें खांसी नहीं होती है और उनमें कोई लक्षण (सर्दी के) नहीं होते हैं। उन्हें बस उच्च बुखार होता है और कई बीमार बच्चों के फेफड़े में गांठ विकसित हो रहे हैं। चीन के कई क्षेत्रों से इस अज्ञात श्वसन बीमारी के व्यापक प्रकोप की बात सामने आ रही है। बीजिंग और लियाओनिंग लगभग 800 किमी दूर हैं, लेकिन दोनों जगह बीमारी का प्रकोप है। यह बिल्कुल भी स्पष्ट नहीं है कि इस बीमारी का प्रकोप कब शुरू हुआ। इतनी संख्या में बच्चे जल्द इसकी चपेट में आ जाएंगे, यह कहना असामान्य बात होगी।

इन दोनों पहलू के अलावा एक तीसरे पहलू की भी चर्चा हो रही है। इसमें कहा जा रहा है कि यह निमोनिया का एक सामूहिक प्रकोप है जिसके लिए परंपरागत निमोनिया बैक्टेरिया समेत, इनफ्लुएंजा, एडिनोवायरस, आरएसवी जैसे वायरस भी जिम्मेदार है। शायद इस कारण यह बीमारी तेजी से फैल रही है और इसकी चपेट में बड़ी संख्या में बच्चे आ रहे हैं। उपरोक्त तथ्यों के आधार पर कहा जा सकता है कि फिलहाल दुनिया को स्पष्ट रूप से इस बात की जानकारी नहीं है कि यह कोई नई महामारी है या सामान्य जुकाम की कोई लहर है। डब्लूएचओ ने विश्व बिरादरी को आश्वस्त किया है कि वह लगातार इसकी निगरानी कर रहा है और चीनी अधिकारियों के संपर्क में है। आगे भी वह इसे लेकर दुनिया को अपडेट करता रहेगा। बहरहाल, भारत सरकार भी चीन के इस नए संकट को लेकर सजग है। केंद्र सरकार ने रविवार को सभी राज्यों के लिए एक स्वास्थ्य एडवायजरी जारी की है। इसमें सभी राज्यों को अपनी सार्वजनिक स्वास्थ्य तैयारियों की तुरंत समीक्षा करने की सलाह दी गई है। स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय ने कहा कि उसने अत्यधिक सावधानी बरतते हुए सांस संबंधी बीमारियों के खिलाफ प्रारंभिक उपायों की सक्रिय रूप से समीक्षा करने का फैसला लिया है।

कोविड 19 के त्रासद अनुभव के कारण भारत समेत पूरी दुनिया महामारी के नाम से सहमी हुई है। ऐसी स्थिति में अफवाह फैलने की संभावना अधिक रहती है। सोशल मीडिया में अफवाह फैलाने वाली सामग्री बड़ी संख्या में अपलोड की जा रही है। इसलिए आम लोगों के लिए सबसे अच्छा यह होगा कि वह सरकारी स्वास्थ्य एडवायजरी का नियमित रूप से अवलोकन करते रहें।

सू- दोकू क्र.011

		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.10 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

कांग्रेस का आत्मघाती कार्ड

समय के चक्र को पीछे लौटा कर सियासी चमत्कार कर दिखाने की सोच असल में समझ के दिवालियेपन का संकेत देती है। इस प्रयास में कांग्रेस ने सबकी पार्टी होने की अपनी विशिष्ट पहचान को संदिग्ध बना दिया है। चूंकि विचारधारा और जन-गोलबंदी के मोर्चों पर कांग्रेस नेतृत्व दीर्घकालिक रणनीति के जरिए राजनीति की नई समझ बनाने में विफल है, इसलिए अक्सर वह चुनाव जीतने के ऐसे टोना-टोटकों करने में लग जाता है, जिनके सफल होने की कोई गुंजाइश नहीं होती। हाल में उसने जातीय जनगणना और अस्मिता की राजनीति के ऐसे टोटके अपनाए हैँ। इसके पीछे सोच संभवत- यह है कि अगर जातीय विभाजन रेखा हिंदुओं के बीच राजनीतिक विमर्श का मुख्य बिंदु बन जाए, तो भाजपा की हिंदुत्व की सियासत को हराया जा सकता है।

यह मुद्दा अपनाते वक्त कांग्रेस (यह बात अन्य तमाम विपक्षी दलों पर भी लागू होती है) ने यह सोचने की जरूरत नहीं समझी कि आखिर जातीय न्याय की राजनीति उसका ट्रंप कार्ड कैसे हो सकती है, क्योंकि इससे खुद उसके अपने रिकॉर्ड पर कई सवाल उठेंगे।

राहुल गांधी अगर कहते हैं कि सेक्रेटरी स्तर पर आज ओबीसी के सिर्फ तीन अधिकारी हैं, तो यह प्रश्न उनसे भी पूछा जाएगा कि इसके लिए कांग्रेस की कितनी जिम्मेदारी नहीं बनती है?

बहरहाल, मसला सिर्फ इतना नहीं है। इससे अधिक अहम बात यह है कि भाजपा अगर आज देश के एक बड़े हिस्से में अपराजेय मालूम पड़ती है, तो उसका एक प्रमुख कारण यह है कि जातीय प्रतिनिधित्व की आकांक्षाओं को उसने अपनी हिंदुत्व राजनीति के बड़े तंबू अंदर समेट लिया है। इस तरह वह 1990 के दशक में उभरी मंडलवादी राजनीति की काट तैयार कर चुकी है। हकीकत यह है कि उत्तर भारत में आज ओबीसी मतदाताओं का सबसे बड़ा हिस्सा भाजपा का समर्थक है। दलित और आदिवासी समुदायों में भी उसकी पैठ अब काफी मजबूत हो चुकी है। इसके बीच समय के चक्र को पीछे लौटा कर सियासी चमत्कार कर दिखाने की सोच असल में समझ के दिवालियेपन का संकेत देती है।

उधर इस प्रयास में कांग्रेस ने सबकी पार्टी होने के अपने यूएसपी को संदिग्ध बना दिया है। मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़ और राजस्थान में यह रणनीति आत्मघाती साबित हुई। क्या कांग्रेस अब ताजा चुनाव नतीजों से कोई सबक लेगी? इसकी संभावना कम है, क्योंकि दूसरा रास्ता श्रमसाध्य राजनीति का है, जिसके लिए विपक्ष अभी तैयार नहीं है।(आरएनएस)

साड़ी में पलक तिवारी के बोल्ड अवतार ने मचाया तहलका

टीवी एक्ट्रेस श्वेता तिवारी की बेटी पलक तिवारी भी ग्लैमरस दुनिया में आज किसी पहचान की मोहताज नहीं हैं। बेहद ही कम समय में पलक ने इस मुकाम को हासिल किया है। एक्ट्रेस ने अभी हाल में अपनी लेटेस्ट तस्वीरें शेयर की हैं। पलक तिवारी अपनी लेटेस्ट तस्वीरों से फैंस के दिलों की धड?नें बढ़ाए हुए हैं। पीली साड़ी एयर डीप नेक ब्लाउज में उनकी कुछ तस्वीरें फैंस को काफी पसंद आ रही हैं। एक्ट्रेस अपनी अदाओं और अदाएगी से फैंस के दिलों की धड?नें बढ़ाए रहती हैं। उनकी तस्वीरें इंटरनेट पर धमाल मचाती हैं। पीले कलर की साड़ी में पलक तिवारी बेहद ही खूबसूरत नजर आ रही हैं। उनके इस पोस्ट पर फैंस जमकर तारीफ कर रहे हैं। एक्ट्रेस पलक तिवारी अपने कातिलाना अंदाज और मनमोहक स्माइल से सभी का दिल घायल कर देती हैं। पलक तिवारी सोशल मीडिया पर भी काफी एक्टिव रहती हैं। उनकी तस्वीरें सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल होती हैं। वहीं, फैंस को उनकी तस्वीरें काफी पसंद आती हैं। पंजाबी सिंगर हार्डी संधू के साथ पलक ने बिजली बिजली सॉन्ग किया है। ये गाना इतना पॉपुलर हुआ कि उनका नाम फैंस बिजली गर्ल ही बुलाने लगे।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह के देवभूमि उत्तराखण्ड आगमन पर जीटीसी हैलीपेड पर स्वागत किया।

पीओपी में घुसने का प्रयास कर रहे संदिग्ध को खुफिया विभाग ने दबोचा

संवाददाता

देहरादून। पीओपी में घुसने का प्रयास कर रहे संदिग्ध को खुफिया विभाग की टीम ने दबोच लिया। जिससे पूछताछ जारी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आज प्रातः शहर में चर्चा रही कि आईएमए में होने वाली पासिंग आउट परेड के दौरान एक संदिग्ध युवक सेना की वर्दी पहने वहां पर पहुंचा और आईएमए के अंदर घुसने का प्रयास करने लगा इस दौरान जब उसको रोका गया तो उसने उल्टे हाथ से सेना के अधिकारियों को सैल्यूट कर दिया। बस वह वहीं फंस गया। जिसके बाद खुफिया विभाग ने उसको दबोच लिया और उसको लेकर कैण्ट कोतवाली में ले जाया गया। जहां पर देर सांय तक उससे खुफिया विभाग व पुलिस पूछताछ करती रही। चर्चा है कि पकडा गया युवक उत्तर प्रदेश के मुगलसराय के चंदोली का रहने वाला है। चर्चा है कि देर सांय तक पुलिस अधिकारी भी इस मामले को बताने से बचते दिखायी दिये।

सीएम ने गांववासी को दी भावपूर्ण श्रद्धांजलि

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने पूर्व कैबिनेट मंत्री मोहन सिंह गांववासी को भावपूर्ण श्रद्धांजलि दी। आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भाजपा कार्यालय पहुंचकर पूर्व कैबिनेट मंत्री एवं वरिष्ठ भाजपा नेता मोहन सिंह रावत 'गांववासी' के पार्थिव शरीर पर पुष्प अर्पित कर भावपूर्ण श्रद्धांजलि दी। मुख्यमंत्री ने कहा कि मोहन सिंह रावत गांववासी का निधन भाजपा परिवार के लिए अपूरणीय क्षति है। उन्होंने दिवंगत आत्मा की शांति और शोक संतप्त परिजनों को धैर्य प्रदान करने की ईश्वर से कामना की।

समिट प्रदेश के चौमुखी विकास में मील का पत्थर साबित होगाः महाराज

संवाददाता

संवाददाता

देहरादून। पर्यटन मंत्री सतपाल महाराज ने कहा कि समिट उत्तराखण्ड के चौमुखी विकास में मील का पत्थर साबित होगा।

आज यहां टूरिज्म और एविएशन क्षेत्र में राज्य की प्रगति और समृद्धि के विकास विषय पर आधारित द्वितीय सत्र आयोजित हुआ। सत्र में उत्तराखंड राज्य की टूरिज्म क्षेत्र में क्षमताओं के विकास, हिमालयी क्षेत्रों में पर्यटन विकास में एविएशन की भूमिका, एस्ट्रो टूरिज्म आदि विषयों पर विस्तार से चर्चा की गई। पर्यटन मंत्री सतपाल महाराज ने कहा कि राज्य में आयोजित ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट उत्तराखंड के चौमुखी विकास में मील का पत्थर साबित होगा। जितने भी करार देश के विभिन्न संस्थानों ने राज्य सरकार एक साथ किए है, यह राज्य में रोजगार सृजन कर आर्थिकी को सशक्त करेगी। वही राज्य के साथ हुए सभी करार निवेशकों की राज्य में पारदर्शिता और सुशासन को दर्शाते है। आध्यात्मिक, एस्ट्रो, ईको, मेडिकल, धार्मिक, साहसिक पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए लगातार प्रयास जारी है। यहां आने वाले तीर्थयात्रियों की यात्रा सुलभ, सुगम और सरल हो, इसके लिए सरकार प्रतिबद्ध है। आदि कैलाश और पर्वत के निकट स्थित गुंजी को शिवनगरी के रूप में विकसित किया

जा रहा है। भविष्य में कॉर्बेट के सीतावनी में टोटल एनिमल किंगडम के रूप में विकसित किए जाने की बात भी कही। उन्होंने कहा कि देश के साथ ही विदेशी लोग गंगा आरती, गुरुजनों से मिलने ध र्म नगरी हरिद्वार आते है। सचिव पर्यटन सचिन कुर्वे ने राज्य में बढ़ते पर्यटन अवसर पर विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि उत्तराखंड पर्यटन का राज्य की जीडीपी में लगभग 15 प्रतिशत योगदान है वही राष्ट्र की जीडीपी में 06 प्रतिशत की भागीदारी है। आज उत्तराखंड वैश्विक स्तर पर टूरिज्म हब बन चुका है। पिछले साल 49 मिलियन घरेलू पर्यटक उत्तराखंड आए वहीं विदेशो से 55 हजार विदेशी पर्यटक आए। सोलो वूमेन ट्रैवलर के लिए सर्वाधिक सुरक्षात्मक राज्य का खिताब भी उत्तराखंड ने अपने नाम कर लिया है। स्टारस्केप के फाउंडर रामाशीष रे ने बताया कि कौसानी में एस्ट्रो टूरिज्म चल रहा है। पूरे भारत में उनकी 64 ऑब्जरवेटरी इस क्षेत्र में कार्य कर रही है। राजस एयरोस्पोर्ट्स एंड एडवेंचर लिमिटेड प्राइवेट लिमिटेड के सीईओ मनीष सैनी ने बताया कि उत्तराखंड शासन और प्रशासन के सहयोग से ऋषिकेश में 2013-14 में एयरसाफरी शुरू की थी। यह इंडिया की पहली एयरसफारी थी जिसमे ऋषिकेश से उत्तराखंड की छिपी हुई सुंदरता को पर्यटकों को दिखाने का कार्य शुरू हुआ था। उन्होंने बताया की इसी माह के अगले सप्ताह में राज्य में जायरो कॉप्टर सेवा की शुरुआत भी की जा रही है जो की भारत और दक्षिण एशिया की पहला जेयरोकॉप्टर सफारी होगी।

बच्चों की स्कूल बस में लगी भयंकर आग, सभी बच्चे सुरक्षित

हमारे संवाददाता

नैनीताल। लालकुआं से हल्द्वानी की ओर बच्चों को लेकर स्कूल जा रही शैंम्फोर्ड सीनियर सेकेंडरी स्कूल की बस में अचानक आग लगने से अफरा तफरी फैल गयी। बस में अचानक धुआं देख ड्राइवर ने तत्परता दिखाकर बस को रोका और आसपास के स्थानीय लोगों की मदद से सभी बच्चों को सुरक्षित बस से बाहर निकाल लिया गया। हालांकि इस बीच आग ने भयंकर रूप ले लिया। सूचना के बाद मौके पर पहुंची दमकल की गाड़ी द्वारा आग बुझाया गया। तब तक बस जलकर पूरी तरह राख हो गई थी। फिलहाल बस में आग कैसे लगी इसके पुष्ट कारणों का पता नहीं चल पाया है। हालांकि प्रथम दृष्टया आग लगने का कारण शाट सर्किट माना जा रहा है। वही सुबह-सुबह इस घटना की खबर मिलने के बाद ही आसपास के लोगों में हड़कंप मच गया, अभिभावकों में भी अपने बच्चों के प्रति चिंता होने लगी, लेकिन सभी बच्चों को सुरक्षित स्कूल पहुंचा दिया गया।

सोनिया गांधी के जन्मदिवस पर कुष्ठ रोगियों को किये कम्बल वितरित

हमारे संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस की पूर्व अध्यक्ष सोनिया गांधी के जन्म दिवस के अवसर पर आज कांग्रेसी कार्यकर्ताओं द्वारा कुष्ट रोगियों को कम्बल वितरित किये गये।

सोनिया गांधी के 77वें जन्मदिवस के अवसर पर कांग्रेस कार्यकर्ताओं नें प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा के नेतृत्व में उनके स्वस्थ सुदीर्घ जीवन की कामनाएं की तथा देहरादून के नालापानी स्थित कुष्ठरोगी आश्रम में रोगियों में कंबल भी वितरित किये। करन माहरा ने कहा कि श्रीमती सोनिया गांधी की प्रेरणा से ही नागरिकों को कांग्रेस के कार्यकाल में मनरेगा, शिक्षा का अधिकार, और सूचना का अधिकार प्रदान किये गए। इन कानूनों ने लोगों को सशक्त बनाया। वर्तमान सरकार की प्राथमिकता जहां केवल प्रधानमंत्री मोदी को सशक्त करने की है, वहीं

सोनिया गाँधी ने सदैव देश के नागरिकों को सशक्त करने को प्राथमिकता दी। उन्होने कहा कि सोनिया गांधी का साहस, समर्पण, तथा करुणा और ममता सभी लोगों के लिए ऊर्जा का स्रोत है। महानगर अध्यक्ष डॉ जसविन्दर सिंह गोगी ने कहा कि सोनिया गांधी सभी कांग्रेसियो की प्रेरणास्रोत हैं। भारतीय राजनीति में नागरिक अधिकारों को उन्हीं के प्रेरणा से सरकार की नीतियों में सबसे अधिक प्राथमिकता दी गयी। वे कांग्रेस की ऐसी शीर्ष नेता हैं जिनकी उपस्थिति मात्र पार्टी कार्यकर्ताओं के एकजुट और उत्साहित कर देती है। सभी कार्यकर्ता उनको हार्दिक शुभकामनाएं प्रेषित करते हैं। इस मौके पर मुख्य रूप से प्रदेश महासचिव नवीन जोशी ,अमरजीत सिंह ,मदन लाल ,अनुराधा तिवारी ,पूनम भंडारी , गोपाल सिंह गडडीया, फैजल आदि उपस्थित थे।

एक नजर

प्रदेश डेस्टिनेशन स्टार्ट अप हब के रूप में हो रहा विकसितः बहुगुणा

देहरादून (सं)। कौशल विकास व सेवायोजन मंत्री डॉ. सौरभ बहुगुणा ने कहा कि आज उत्तराखंड डेस्टिनेशन स्टार्ट अप हब के रूप में विकसित हो रहा है। आज यहां उत्तराखंड में स्टार्ट अप की ग्रोथ के अवसर पर चौथा सत्र आयोजित हुआ। कौशल विकास और सेवायोजन मंत्री डॉ सौरभ बहुगुणा ने उपस्थित निवेशकों और स्टार्ट अप उद्यमियों को संबोधित करते हुए कहा कि आज उत्तराखंड डेस्टिनेशन स्टार्ट अप हब के रूप में विकसित हो रहा है। युवाओं के लिए रोजगार प्रदाता के रूप में उभरने के पर्याप्त अवसर है। इसके लिए सरकार ने उद्योग नीति 2023 को निवेशकों और उद्यमियों के अनुरूप बनाया है जिससे निवेशकों के साथ ही स्टार्ट अप शुरू करने वाले युवाओं को वित्तीय और मार्गदर्शन मिलता रहे। सरकार ने ड्रोन के प्रोमशन और प्रयोग की पॉलिसी 2023, डाटा सेंटर उत्तराखंड सर्विस सेक्टर पॉलिसी 2023, आई टी/ आईटीईइस उत्तराखंड सर्विस सेक्टर पॉलिसी 2023 को हाल ही में बनाया है। हमें विश्वास है कि समस्त निवेशकों और उद्यमियों को राज्य में सिंगल विंडो क्लीयरेंस से आसानी होगी। उन्होंने निवेशकों को किसी भी प्रकार की समस्या आने पर शासन प्रशासन द्वारा हर संभव सहयोग का भरोसा भी दिलाया। उत्तराखंड किस तरह हब के रूप में विकसित हो रहा है, इस पर पैनलिस्ट ने विस्तार से चर्चा की। कहा की उत्तराखंड में अच्छा व्यवसाय माहौल, सरकार का सहयोग और ईको सिसेटम है।

कूड़ेदान में मिला नवजात शिशु का शव

मुंबई। मुंबई में नगर निगम संचालित एक अस्पताल परिसर के कूड़ेदान से नवजात शिशु का शव बरामद हुआ है। पुलिस ने इस नवजात शिशु का शव पाए जाने के बाद केस दर्ज कर लिया है। एक अधिकारी ने शनिवार को यह जानकारी दी। पुलिस अधिकारी के अनुसार, सायन अस्पताल के नाम से मशहूर लोकमान्य तिलक म्युनिसिपल जनरल अस्पताल के एक सफाई कर्मचारी को वॉशरूम के कूड़ेदान के अंदर एक नवजात शिशु का शव मिला। उन्होंने ऑन-ड्यूटी डॉक्टरों को इसके बारे में सूचित किया। डॉक्टरों ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया और पुलिस को सतर्क कर दिया। सायन पुलिस स्टेशन के अधिकारी ने कहा, एक अज्ञात महिला के खिलाफ भारतीय दंड संहिता की धारा 317 (शिशुओं को फेंकना और त्यागना) के तहत मामला दर्ज किया गया है।उन्होंने कहा कि पुलिस अधिक सुराग पाने के लिए अस्पताल में लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज देख रही है। आपको बता दें कि बीते अक्टूबर माह में इसी तरह का मामला महाराष्ट्र के पालघर जिले से भी सामने आया था जहां अज्ञात शख्स ने एक नवजात शिशु को कूड़ेदान में फेंक दिया था। यहां एक राहगीर ने लोनीपाड़ा इलाके में कूड़े के डिब्बे में बच्चे को देखा और पुलिस को सूचित किया।

लालू यादव ने सपरिवार तिरूपति बालाजी मंदिर में की पूजा-अर्चना

तिरूपति। राष्ट्रीय जनता दल के अध्यक्ष लालू प्रसाद यादव, पत्नी राबड़ी देवी और बेटे तेजस्वी यादव समेत परिवार को अन्य सदस्यों के साथ शनिवार को आंध्र प्रदेश के तिरूपति बालाजी मंदिर में पूजा-अर्चना की। मुताबिक लालू यादव परिवार ने सुप्रभातम सेवा में भाग लिया, जो भगवान वेंकटेश्वर के मंदिर में की जाने वाली पहली भोर की सेवा होती है। मंदिर में दर्शन-पूजा के बाद बिहार के डिप्टी सीएम तेजस्वी यादव ने पत्रकारों से बात करते हुए, ष्हम भगवान बालाजी का आशीर्वाद लेने के लिए हम अपनी मां राबड़ी देवी, पिता लालू यादव, भाई तेज प्रताप, पत्नी और बेटी कात्यायनी के साथ यहां आए हैं। मेरी बेटी का मुंडन समारोह था। हमने सभी की भलाई के लिए प्रार्थना की ताकि हमारा देश आगे बढ़ता है और हर कोई समृद्ध होता है। उन्होंने कहा, हमारा पूरा परिवार शुक्रवार को तिरुमाला पहुंचा। इसके बाद हमने आज शनिवार तड़के भगवान बालाजी की पूजा-अर्चना की। यह दर्शन यात्रा हमारी शादी की सालगिरह के मौके पर प्लान की गई थी। तेजस्वी यादव ने दर्शन पूजा के बाद सोशल प्लेटफॉर्म श्एक्सश पर कहा, आज सुबह मैंने अपने परिवार के साथ भगवान श्री तिरूपति बालाजी मंदिर में पूजा और दर्शन कर भगवान वेंकटेश्वर से ऊर्जा और आशीर्वाद प्राप्त किया। तिरूपति बालाजी मंदिर उत्कृष्ट शिल्प कौशल का एक अद्भुत उदाहरण है और आंध्र प्रदेश के तिरुमाला पर्वत भक्ति, विश्वास और श्रद्धा का प्रतीक है।

-रिलायंस ज्वैलरी शोरूम डकैती प्रकरण-

दो लाख का ईनामी मुठभेड़ में हुआ घायल, गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। राजपुर रोड स्थित रिलायंस ज्वैलरी शोरूम डकैती मामले में पुलिस व एसटीएफ द्वारा संयुक्त कार्यवाही करते हुए घटना में शामिल दो लाख के ईनामी एक बदमाश को उत्तर प्रदेश से गिरफ्तार कर लिया गया है। हालांकि गिरफ्तारी के बाद हथियार बरामदगी के दौरान आरोपी द्वारा पुलिस पर फायर कर फरार होने का प्रयास भी किया गया लेकिन जवाबी कार्यवाही में किये गये फायर से आरोपी पैर में गोली लगने से घायल हो गया, जिसका उपचार जारी है। डकैती की इस वारदात में अब तक आठ बदमाश गिरफ्तार किये जा चुके है।

एसएसपी देहरादून अजय सिंह व एसएसपी एसटीएफ उत्तराखण्ड द्वारा मामले में सयुंक्त पत्रकार वार्ता कर बताया गया कि रिलायंस ज्वैलरी शोरूम लूट प्रकरण में फरार चल रहे चार अन्य बदमाशों की तलाश में दून पुलिस व एसटीएफ द्वारा अलग-अलग राज्यों में दबिशें दी जा रही थी। इस दौरान उत्तर प्रदेश गयी संयुक्त टीम को बीते रोज सूचना मिली कि डकैती की घटना में शामिल एक बदमाश विक्रम कुशवाहा पीलीभीत में छुपा है, सूचना पर संयुक्त टीम द्वारा पीलीभीत के कजरी निरंजनपुर कस्बे में दबिश देकर आरोपी विक्रम कुशवाहा को गिरफ्तार कर लिया गया और देहरादून लाया गया। देहरादून में की गयी पूछताछ में आरोपी द्वारा बताया गया कि उसने 9 नवम्बर को रिलायंस ज्वैलरी शोरूम में अपने अन्य साथियों के साथ डकैती की घटना को अंजाम दिया था तथा घटना के बाद पुलिस चैकिंग से बचने के लिये घटना में प्रयुक्त पिस्टल को प्रेमनगर क्षेत्रान्तर्गत शिमला बाईपास रोड पर जंगल में छुपाया था। जिस पर पुलिस द्वारा आरोपी को साथ ले जाकर पिस्टल व अन्य सामान की बरामदगी के प्रयास किये गये।

पिस्टल बरामदगी कराने के दौरान आरोपी द्वारा मौका देखकर पूर्व में जंगल में छुपाई गई लोडेड पिस्टल से पुलिस पर जानलेवा हमला करने की नीयत से फायर किया गया तथा वह मौके से भागने का प्रयास करने लगा, पुलिस द्वारा अपने बचाव में आरोपी पर जवाबी फायर किया गया। जिसमें उसके पैर पर गोली लग गई।

पुलिस द्वारा मौके पर आरोपी को दबोचते हुए उसके पास से लोडेड पिस्टल को बरामद कर उसे उपचार के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया। आरोपी विक्रम कुशवाहा ने बताया कि बिहार जेल में बंद बदमाश शशांक व सुबोध के कहने पर उसने अपने अन्य साथियों के साथ रिलायंस शोरूम में डकैती की घटना को अजांम दिया था। घटना से पूर्व 31 अक्टूबर को वह बिहार से अपने गैंग के अन्य साथियो रोहित व अन्नू के साथ अम्बाला आया था, जिसके बाद वह बिजनौर पहुँचा, जहां दो लोगो ने उसे घटना में प्रयुक्त आर्टिगा गाडी दी गई थी। जिसे लेकर वह देहरादून आया था।

9 नवम्बर को घटना से पूर्व आरोपी प्रिंस द्वारा उन्हे अस्लहे उपलब्ध कराये गये थे। घटना को अंजाम देने के लिये प्रिंस, अभिषेक तथा 2 अन्य लोगों के साथ वह शो रूम में गया था तथा वह आर्टिगा कार के साथ बाहर रूका था। घटना को अंजाम देने के बाद वे सभी अलग-अलग रास्तों से सहसपुर की ओर निकले तथा उनके द्वारा सेलाकुई में अपनी-अपनी गाडियां छोड दी और अपने पास मौजूद अस्लहे को जंगल में छुपा कर अलग-अलग माध्यमो से वे सभी देहरादून से बाहर निकल गये थे। आरोपी द्वारा बताया गया कि लूटे गये माल को अविनाश व राहुल अपने साथ ले गये है। मामले में अब तक आठ आरोपी गिरफ्तार किये जा चुके है।

आईएमए पीओपीः सेना की मुख्यधारा में शामिल हुए 343 अफसर

हमारे संवाददाता

देहरादून। भारतीय सैन्य अकादमी से आज 343 युवा अफसर देश सेवा के लिए सेना की मुख्यधारा में जुड़ गए। इसके साथ ही मित्र राष्ट्रों के 29 कैडेट्स भी पास आउट हुए। पासिंग आउट परेड की सलामी इस बार श्रीलंका के सीडीएस जनरल डॉ. शिवेंद्र सिल्वा ने ली। परेड से पहले परिसर में सेना और बाहर पुलिस की कड़ी सुरक्षा व्यवस्था की गई थी।

भारतीय सैन्य अकादमी के ऐतिहासिक चेटवुड भवन के सामने ड्रिल स्क्वायर पर सुबह आठ बजे परेड शुरू की गयी थी। परेड के बाद पीपिंग सेरेमनी आयोजित की गई। इसके बाद देश और विदेश के 372 कैडेट्स अफसर बनकर अपनी सेनाओं की मुख्य धारा में जुड़ गए। इनमें 343 अफसर भारतीय सेना को मिले। आईएमए की स्थापना के बाद से अब तक यहां से 65234 देशी एवं विदेशी कैडेट्स पास आउट हो चुके हैं। वहीं,

❑श्रीलंका के सीडीएस ने ली परेड की सलामी

आईएमए के नाम अब तक 2914 विदेशी कैडेट्स को ट्रेनिंग देने का गौरव जुड़ गया है।

हर साल आईएमएम में होने वाले पीओपी में भी बड़ी संख्या में उत्तराखंड के युवा अफसर निकलते हैं। आबादी में अन्य प्रदेशों से काफी छोटा होने के बाद भी अफसर देने में उत्तराखंड अव्वल है। इस बार उत्तर प्रदेश के बाद उत्तराखंड दूसरे स्थान पर है। इस बार भी उत्तर प्रदेश सबसे ज्यादा कैडेट्स देने वाला राज्य बना है। उत्तर प्रदेश के 68 कैडेट्स पासआउट होकर सेना में अफसर बनेंगे। जबकि, उत्तराखंड इस बार दूसरे स्थान पर है। पिछली बार 20 राज्यों के कैडेट पीओपी में शामिल थे, लेकिन इस बार 27 राज्यों के कैडेटों ने पीओपी में भाग लिया।

आर.एन.आई.- 59626/94
स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक श्रीमती पुष्पा कांति कुमार द्वारा दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग घंटाघर, देहरादून से प्रकाशित तथा अवि प्रिंटर्स 21 ईसी रोड, देहरादून से मुद्रित।

प्रधान संपादक
कांति कुमार
संपादक
पुष्पा कांति कुमार
समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार
कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*
कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808
नोटः सभी विवादों के लिये देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा, प्रकाशित सामग्री के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।