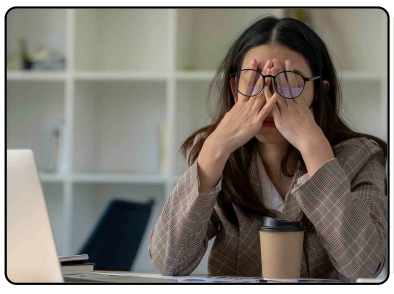
बृहस्पतिवार
04 जनवरी 2024



पृष्ठ 4

ऑफिस जाने के नाम से ही होने लगती है घबराहट, कहीं ये वर्कलेस एंजाइटी तो नहीं

पृष्ठ 5

दिशा पाटनी फिर हुई कैमरे के सामने बेबाक

● देहरादून
● वर्ष 31
● अंक 320
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

चंद्रमा अपना प्रकाश संपूर्ण आकाश में फैलाता है परंतु अपना कलंक अपने ही पास रखता है।
— रवींद्र

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

email: doonvalley_news@yahoo.com Website: dunvalleymail.com

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

करोड़ों की एमडीएमए ड्रग्स सहित तीन गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। नशा तस्करी में लिप्त तीन लोगों को पुलिस ने करोड़ों की एमडीएमए ड्रग्स (क्रिस्टल मेथ) सहित गिरफ्तार कर लिया है। आरोपियों का एक साथी फरार है जिसकी तलाश जारी है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक मंजूनाथ टी. सी. द्वारा बताया गया कि बीती शाम थाना पुलभट्टा पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर भारी मात्रा में नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को शंकर फार्म कट के समीप बाइक सवार तीन संदिग्ध आते हुए दिखायी दिये। पुलिस ने जब उन्हे रोकना चाहा तो वह बाइक मोड़कर भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उनके पास से 365 ग्राम एमडीएमए ड्रग्स बरामद हुई। पूछताछ में उन्होने अपना नाम दीपक गायन पुत्र ज्ञानेन्द्र गायन निवासी शिवनगर थाना ट्रांजिट कैम्प जिला उधम सिंह नगर, समल मंडल पुत्र उपेन मंडल निवासी ग्राम भरतपुर थाना न्यूरिया जिला पीलीभीत उ.प्र. व सुनील पुत्र भोलाराम निवासी मोहल्ला तिलहर थाना तिलहर जिला शाहजहाँपुर हाल निवासी किरायेदार मोहन बिष्ट निवासी दानपुर थाना रुद्रपुर उधमसिंह नगर बताया। बताया कि वह तीनों पहले जब जेल में बंद थे उनकी मुलाकात एमडीएमए ड्रग्स के मामले मे रूद्रपुर थाने से जेल आये शुभांकर विश्वास पुत्र सुभाष विश्वास निवासी पिपलिया गदरपुर व खोकन गोलदार पुत्र घोलू गोलदार निवासी कुलतला थाना हावडा कोलकत्ता पश्चिम बंगाल हाल किरायेदार शुभांकर विश्वास का घर गदरपुर के साथ हुयी। बताया कि खोकन गोलदार झाड फूक का काम करता था जो अंडमान निकोबार से 3 किलो एमडीएमए ड्रग्स लाया था जिसमे से 1 किलो उसने दिल्ली मे किसी व्यक्ति को बेच दी थी तथा 2 किलो एमडीएमए बिकवाने के लिए उसने शुभांकर विश्वास से सम्पर्क किया था और वह 2 किलो एंमडीएमए लेकर शुभांकर के घर किराये मे अपने साथी विश्वजीत मजूमदार के साथ रहने लगा शुभांकर खोकन और विश्वजीत को एक किलो ड्रग्स के साथ 25 जनवरी 2022 को एसओजी ने पकड लिया था और 1 किलो एमडीएमए ड्रग्स उन्ही के पास बच गया

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

क्या घोटालेबाजों को जेल भेजेगी सरकारः गरिमा

विशेष संवाददाता

देहरादून। प्रधानमंत्री सिंचाई योजना में हुए करोड़ों के घोटाले पर आज विपक्षी कांग्रेस ने सरकार और कृषि मंत्री पर जबरदस्त हमला बोला। कांग्रेस भवन में आयोजित पत्रकार वार्ता में कांग्रेस की मुख्य प्रवक्ता गरिमा दसौनी ने कहा कि इस मामले की उच्च स्तरीय जांच कराई जानी चाहिए तथा गरीब किसानों के हक पर डाका डालने वालों को बेनकाब किया जाना चाहिए।

गरिमा दसौनी ने कहा कि आपने शायद ऐसा विचित्र किस्म का घोटाला पहली बार देखा और सुना होगा जहां मृतक और अंगूठा छाप किसानों के फर्जी हस्ताक्षर कर उनकी योजनाओं का पैसा विभागीय अधिकारी और कार्यकारी कंपनी डकार जाए। उन्होंने कहा कि इस मामले में सफेदपोशों की संलिप्ता की संभावनाओं से इनकार नहीं किया जा सकता है। घोटाले को अंजाम देने वाले और घोटालेबाजों को संरक्षण देने का काम किसने किया यह जनता के सामने आना चाहिए। उन्होंने कहा कि घोटालेबाजों ने किसे फॉर्च्यूनर कार गिफ्ट की जिसकी चर्चा आम है उसका पता लगना चाहिए।

❑किसे की गई फॉर्च्यूनर कार गिफ्ट ?
❑कृषि मंत्री नैतिकता के आधार पर दे इस्तीफा

उन्होंने कहा कि भ्रष्टाचार पर जीरो टॉलरेंस का दावा करने वाली राज्य की धामी सरकार और जिनके विधानसभा क्षेत्र में इस घोटाले को अंजाम दिया गया कृषि मंत्री इस मुद्दे पर खामोश क्यों है। उन्होंने कहा कि कृषि विभाग से जुड़ा यह घोटाला कृषि मंत्री के क्षेत्र का है इसलिए उन्हें नैतिकता के आधार पर इस्तीफा दे देना चाहिए। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री को इस मुद्दे पर सामने आना चाहिए और बताना चाहिए कि उनकी सरकार घोटाला करने वालों और घोटाला करने वालों को संरक्षण देने वालों के खिलाफ क्या

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

उत्तरायणी पर होने वाले आयोजन अयोध्या थीम पर हो आयोजितः धामी

देहरादून (सं)। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि उत्तरायणी पर होने वाले आयोजन अयोध्या थीम पर आयोजित हो। आज यहां 22 जनवरी को अयोध्या में राम मंदिर प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम को लेकर उत्तराखंड में भी तैयारियां तेज हो गयी हैं। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने निर्देश दिए हैं कि उत्तरायणी पर होने वाले कार्यक्रमों को अयोध्या में प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम की थीम पर आयोजित किए जाएं। साथ ही लोगों से अपील की है कि वे दीपोत्सव के साथ ही विभिन्न आयोजन इस अवधि में करें। राम मंदिर प्राण प्रतिष्ठा समारोह को लेकर पूरे देश में उत्साह का माहौल है। देवभूमि उत्तराखंड के लोगों में भी इस समारोह को लेकर विशेष उमंग एवं ऊर्जा का माहौल है। इसी क्रम में मुख्यमंत्री ने निर्देश दिए हैं कि उत्तरायणी को इस बार अयोध्या समारोह की थीम पर आयोजित किया जाए। इसके अलावा उन्होंने लोगों से प्राण प्रतिष्ठा समारोह पर घरों में दीपोत्सव करें। साथ ही इस अवधि में कलश यात्राओं के अलावा राम कथा आयोजित करने के साथ ही प्रमुख नदियों के घाटों की साफ-सफाई का अभियान चलाया जाए। इसके अलावा स्कूलों में राम के आदर्शों पर निबंध एवं चित्रकला प्रतियोगिताएं आयोजित की जाएं।

ईडी पूछताछ के बहाने गिरफ्तार करना चाहती हैः केजरीवाल

नई दिल्ली। दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने गुरुवार को प्रेस कांफ्रेंस की। इस दौरान उन्होंने हर उस सवाल का जवाब दिया, जो ईडी के तीन समन जारी होने के बाद लगातार पूछा जा रहा था। केजरीवाल ने बताया कि आखिर 3 समन जारी होने के बाद भी वे ईडी के सामने पेश क्यों नहीं हुए। उन्होंने ईडी के समन को गैरकानूनी करार देते हुए कहा कि लोकसभा चुनाव से पहले जांच एजेंसी उन्हें गिरफ्तार करना चाहती है।

प्रेस कांफ्रेंस के दौरान केजरीवाल ने कहा,श्शराब घोटाला..., आपने पिछले दो साल में यह शब्द कई बार सुना होगा। लेकिन इन दो सालों में जांच के बाद भी

कहीं से एक पैसा नहीं मिला। अगर घोटाला हुआ है तो पैस गए कहां। क्या पैसा हवा में गायब हो गया। आप के कई नेताओं को जेल में रखा गया है। अब बीजेपी झूठे आरोप लगाकर मुझे गिरफ्तार करना चाहती है। मुझे समन भेजे गए। मेरे वकीलों ने बताया कि ये समन गैरकानूनी हैं।श सीबीआई ने 8 महीने पहले बुलाया था। मैं गया भी था और जवाब भी दिए थे। अब लोकसभा चुनाव के पहले बुलाया जा रहा है तो उनका मकसद मुझसे पूछताछ करना नहीं है। वो लोग तो मुझे बुलाकर गिरफ्तार करना चाहते हैं। ताकि मैं प्रचार ना कर सकूं। नेताओं को अपनी पार्टी में शामिल करने के लिए आज बीजेपी ईडी और सीबीआई का इस्तेमाल कर रही है।श सीएम केजरीवाल ने आगे कहा कि मनीष सिसोदिया और संजय सिंह इसलिए जेल में नहीं है कि उन्होंने कोई भ्रष्टाचार किया है। बल्कि, वे तो इसलिए जेल में हैं क्योंकि उन्होंने बीजेपी में जाने से इनकार कर दिया।

केजरीवाल ने आगे कहा कि इस तरह से देश आगे नहीं बढ़ सकता है। जो कुछ भी चल रहा है, वह जनतंत्र के लिए बहुत खतरनाक है।

दून वैली मेल

संपादकीय

राम मंदिर अभी भी राजनीतिक मुद्दा

भले ही धर्म और आस्था तथा राजनीति को अलग-अलग विषय और मुद्दे होने की बात की जाती रही हो लेकिन सच्चाई इसके एकदम अलग है। इन्हें एक दूसरे से अलग नहीं रखा जा सकता है। देश का राजनीतिक इतिहास इस बात का गवाह है। बीते 5 दशकों में देश में होने वाला कोई एक चुनाव ऐसा नहीं रहा है जिस पर धर्म और आस्था को मुद्दा न बनाया गया हो। बात चाहे अयोध्या, काशी और मथुरा की हो या फिर पंजाब के खालिस्तान की। आतंकवादी मुहिम जिसकी तपिश आस्था के आयाम स्वर्ण मंदिर तक पहुंची। किसी न किसी रूप और संदर्भ में ध र्म और आस्था को हमने राजनीति से जुड़ते हुए देखा है। अयोध्या में राम मंदिर निर्माण का काम अब पूरा हो चुका है। यह अत्यंत ही सुखद स्थिति है कि इस अत्यंत ही कठिन और जटिल मुद्दे का समाधान दोनों ही पक्षों की सहमति और न्यायालय के सर्वमान्य फैसले से हो सका लेकिन राम मंदिर आंदोलन का इतिहास जिस रक्त रंजित दौर से गुजर कर इस मुकाम तक पहुंचा है और इस मुद्दे के इर्द-गिर्द जिस तरह से देश की राजनीति घूमती रही है वह भी किसी से छिपा नहीं है। 2024 के चुनाव में एक बार फिर यह मुद्दा चुनावी चर्चा के केंद्र में आ गया है। 22 जनवरी को अयोध्या राम मंदिर में प्राण प्रतिष्ठा कार्यक्रम है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी इससे पूर्व अपने अयोध्या दौरे में नवनिर्मित हवाई अड्डे और रेलवे स्टेशन का लोकार्पण कर यहां से चलने वाली कई ट्रेनों को हरी झंडी दिखा चुके हैं। अपने इस दौरे पर उन्होंने देशवासियों से सभी देवालयों में पूजा अर्चना करने और दीपावली जैसा उत्सव मनाने को कहा है। कहने का आशय है कि इस दिन को एक बार फिर दीपावली महोत्सव मनाने की तैयारी की जा रही है। देश भर में भाजपा और विश्व हिंदू परिषद के कार्यकर्ता इसकी तैयारी में जुट गए हैं। घर-घर पांच-पांच दिए वितरित किए जा रहे हैं अयोध्या में इस दौरान क्षमता से भी अधि क भीड़ जुटने की संभावना है। जिसे लेकर सुरक्षा की तैयारी भी अभी से जारी हैं देश के कोने-कोने से लोग अयोध्या आएंगे और जो अयोध्या नहीं जा सकेंगे वह अपने गांव कस्बे और शहर में ही दीपावली मनाएंगे। देवालयों में विशेष पूजा अर्चना के साथ हनुमान चालीसा और अखंड रामायण अथवा सुंदरकांड का पाठ भी किया जाएगा। मुद्दा हिंदुत्व से और धर्म तथा आस्था से जुड़ा हुआ है इसलिए इसका कोई विरोध नहीं कर सकता। हिंदुत्व, हिंदू व हिंदी और मंदिर की बात अगर हिंदुस्तान में नहीं होगी तो फिर और क्या पाकिस्तान में होगी। जो कुछ भी हो रहा है वह बिल्कुल ठीक है और होना भी चाहिए। लेकिन कांग्रेस सहित अन्य तमाम दलों द्वारा सवाल भी उठाये जा रहे हैं क्योंकि यह सब कुछ लोकसभा चुनाव से पूर्व हो रहा है। कांग्रेस इसका यह कहकर विरोध कर रही है कि भाजपा इसका चुनावी लाभ लेने के लिए आधे अधूरे मंदिर निर्माण कार्य के बीच ही प्राण प्रतिष्ठा का जो कार्यक्रम आयोजित कर रही है वह गलत है। वहीं भाजपा अयोध्या में राम मंदिर निर्माण का जितना भी जिस माध्यम से भी प्रचार कर सकती है उसमें पूरी ताकत के साथ लगी हुई है। भाजपा के लिए अयोध्या का राम मंदिर निर्माण का यह मुद्दा हमेशा ही बड़ा मुद्दा रहा है इसी मुद्दे पर भाजपा का राजनीतिक भविष्य का सफर आगे और आगे बढ़ता रहा है। अब यह मुद्दा अपने अंतिम पड़ाव पर पहुंच चुका है। जहां तक इस पर राजनीति की बात है वह अभी भी जारी है और शायद आगे भी जारी रहेगी। अभी 2 दिन पूर्व सीएम धामी ने अपने बयान में कहा था कि अगर सपा की यूपी में सरकार रही होती तो अयोध्या में राम मंदिर का निर्माण कभी नहीं हो सकता था। इसी तरह के तमाम राजनीतिक बयान अभी भी लगातार जारी हैं जो यह बताने के लिए काफी है कि अयोध्या में बनाए गए राम मंदिर निर्माण का यह मुद्दा आने वाले लोकसभा चुनाव में भी एक अहम मुद्दा रहने वाला है इससे साथ ही अब काशी और मथुरा की बारी है वाले नारों की गूंज भी इस चुनाव में सुनाई देगी।

85.41 लाख की पाईप लाईन निर्माण की स्वीकृति पर मंत्री का किया आभार प्रकट

देहरादून (सं)। 85.41 लाख रूपये की पाईप लाईन निर्माण की स्वीकृति प्रदान करने पर डोभालवाला निवासियों ने कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी का आभार प्रकट किया। आज यहां कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने कैंप कार्यालय में डोभालवाला के क्षेत्र वासियों ने मुलाकात कर कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी का डोभालवाला में पाईप लाईन निर्माण के लिए 85.41 लाख रूपये की स्वीकृति प्रदान करने पर कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी का आभार प्रकट किया। ज्ञात हो कि इस पेयजल लाईन के निर्माण से डोभालवाला के उत्तरी क्षेत्र सहित विजय कालोनी वार्ड के कुछ पूर्वी क्षेत्र के निवासियों को जल संकट की समस्या से निजात मिलेगी और क्षेत्रवासियों को लाभ प्राप्त होगा। इस अवसर पर मोहन बहुगुणा, अजय कुमार, विनोद गौड़, विनय नौटियाल, अजय शर्मा आदि उपस्थित रहे।

एष स्य परि षिच्यते मर्मृज्यमान आयुभिः।
उरुगायः कविक्रतुः।।
(ऋग्वेद ९-६२-१३६

सोम जीवन की सुंदरता और महिमा की भावना है जो शुद्ध आचरण और उत्तम नेतृत्व को विकसित करता है। (ऋग्वेद ९-६२-१३)

उत्तरकाशी जिले को मिला ओडीओपी नेशनल अवार्ड में द्वितीय पुरस्कार

कार्यालय संवाददाता

उत्तरकाशी। नई दिल्ली में आयोजित वन डिस्ट्रिक वन प्रोडक्ट (ओडीओपी) नेशनल अवार्ड में उत्तरकाशी जिले को दूसरा पुरस्कार मिला है। देशभर के लगभग पांच सौ जिलों के बीच उत्तरकाशी को कृषि की श्रेणी में यह सम्मान मिला है। जबकि राज्य अवार्ड में भी उत्तराखंड को दूसरा स्थान मिला है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में हासिल इस उपलब्धि से राज्य एवं जिले में खेती-किसानी को लाभदायक व्यवसाय में बदलने की सरकार की मुहिम को राष्ट्रीय स्तर पर पहचान और सम्मान मिलने से राज्य में आम लोगों के जीवन को बेहतर बनाने और उन्हें आजीविका के नए अवसर प्रदान कराने के सरकार के अभिनव और प्रतिबद्ध प्रयाद फलीभूत हो रहे हैं । कुछ समय पहले ही उत्तराखंड के लाल धान को जीआई टैग और अब राष्ट्रीय स्तर पर सम्मान मिलना राज्य के लिए बड़ी उपलब्धि है।

नई दिल्ली स्थित प्रगति मैदान के भारत मंडपम में केन्द्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल की अध्यक्षता में आत्म निर्भर भारत उत्सव का आयोजन हुआ। उत्सव का उद्घाटन समारोह में

मुख्य अतिथि विदेश मंत्री डा. एस. जयशंकर ने किया। इस दौरान देशभर के जिलों के बीच कृषि की श्रेणी में उत्तरकाशी जिले ने लाल धान की खेती को लेकर दूसरा स्थान हासिल किया है।

इस दौरान मुख्य अतिथि केंद्रीय विदेश मंत्री डा. एस. जयशंकर ने हाथों जिलाधि कारी उत्तरकाशी अभिषेक रूहेला ने जिलों की श्रेणी में प्रथम रनर अप का नेशनल ओडीओपी पुरस्कार ग्रहण किया। इस मौके पर जिले के मुख्य कृषि अधिकारी जे.पी तिवारी के साथ ही महाप्रबंधक जिला उद्योग केन्द्र उत्तरकाशी शैली डबराल भी उपस्थित रही।जबकि ओडीओपी अवार्ड में राज्यों के बीच उत्तराखंड राज्य को भी दूसरा स्थान मिला है। जिलों की श्रेणी में उत्तरकाशी जिले को नेशनल ओडीओपी अवार्ड प्रदान करते हुए केन्द्र सरकार के द्वारा मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह ध ामी के नेतृत्व में राज्य व जिले में कृषि के क्षेत्र में किए गए उल्लेखनीय प्रयासों को सराहा गया है। इधर, मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी ने राष्ट्रीय स्तर पर मिले सम्मान की सराहना की। कहा कि टीम वर्क से आगे भी इस तरह के नए उत्पादों को राष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाएं। मुख्यमंत्री ने राज्य और जिले की टीम को बधाई दी।

वन डिस्ट्रिक वन प्रोडक्ट के तहत उत्तरकाशी जिले से लाल धान को पूर्व नामित किया गया था। जिला प्रशासन, कृषि विभाग एवं उद्योग विभाग ने राष्ट्रीय पुरस्कार हेतु के लिए गत अगस्त माह में भारत सरकार से आवेदन किया था। जिसके बाद भारत सरकार के दल ने बीते अक्टूबर व नवंबर माह में जिले का दौरा कर जिले के दावे की पड़ताल की और तय मानकों पर जिले के दावे को उपयुक्त पाया। नेशनल वन डिस्ट्रिक वन प्रोडक्ट (ओडीओपी) अवार्ड में लाल धान और उत्तरकाशी जिला देश भर से दावेदार लगभग 500 जिलों के बीच सराहना और सम्मान का पात्र बना। इस उपलब्धि पर जिले में हर्ष की लहर है।

उत्तराखण्ड की बेटी मेजर प्रिया को मंत्री गणेश जोशी ने सम्मानित किया

संवाददाता

देहरादून। भारतीय सेना में कमीशन प्राप्त करने वाली पहली महिला मेजर प्रिया सेमवाल को सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने सम्मानित किया।

आज यहां सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी से कैंप कार्यालय में देहरादून धोरणखास गांव निवासी मेजर प्रिया सेमवाल ने मुलाकात की। इस अवसर पर सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने मेजर प्रिया सेमवाल शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया और उनकी हौसला अफजाई भी की। ज्ञात हो कि मेजर

प्रिया सेमवाल देश की पहली महिला है, जिसने पति (नायक अमित शर्मा) के शहीद होने के उपरांत भारतीय सेना में कमीशन प्राप्त किया। मेजर प्रिया सेमवाल को उत्तराखंड सम्मान, प्रथम वीर नारी सम्मान से भी सम्मानित किया गया है। मेजर प्रिया देश की पहली वीर नारी है जिनको परमानेंट कमीशन मिला है। मेजर प्रिया सेमवाल के अलावा देहरादून के दो और बेटियों मेजर मेघा ठाकुर, मेजर कनिका कुकरेती को भी परमानेंट कमीशन मिला है। गौरतलब है कि 20 जून 2012 को अरुणाचल में सेना के ऑपरेशन ऑर्किड में दून निवासी 14 राजपूत रेजीमेंट के नायक अमित शर्मा शहीद हो गए थे। जिसके बाद साल 2013 में प्रिया सेमवाल कमीशन हुई और 15 मार्च 2014 को प्रिया ऑफिसर्स ट्रेनिंग एकेडमी(ओटीए) चेन्नई से बतौर लेफ्टिनेंट पासआउट हुई।

6 सूत्रीय मांगों को लेकर लघु व्यापारियों ने मुख्य नगर आयुक्त को सौंपा ज्ञापन

संवाददाता

हरिद्वार। अपनी छह सूत्रीय मांगों को लेकर रेडी पटरी के लघु व्यापारियों ने मुख्य नगर आयुक्त को ज्ञापन सौंपा।

आज यहां अपने निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार फुटपाथ के कारोबारी रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों के एकमात्र संगठन लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा के नेतृत्व में नगर निगम क्षेत्र के रेडी पटरी लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधि नगर निगम सभागार में इकट्ठा होकर जुलूस के रूप में जोरदार प्रदर्शन के साथ नारेबाजी करते हुए अपनी 6 सूत्रीय मांगू को लेकर मुख्य नगर आयुक्त वरुण चौधरी के नाम संबोधित ज्ञापन प्रेषित किया।

ज्ञापन मे प्रमुख मांगों को दोहराते हुए फेरी समिति की बैठक तत्काल बुलाए जाने की मांग को दोहराया। इस अवसर पर संजय चोपड़ा ने कहा भगत सिंह

चौक से सेक्टर 2 बैरियर के वेंडिंग जोन की लाभार्थी सूची के सभी लघु व्यापारियों को दूसरे चरण की सूची प्रकाशित की जानी चाहिए ताकि आगामी 20 जनवरी स्ट्रीट वेंडर्स दिवस के अवसर पर सेक्टर 2 बैरियर भगत सिंह चौक का वेंडिंग जोन व्यापारी गतिविधियों के लिए संचालित किया जा सके। उन्होंने कहा कि पूर्व के फेरी समिति के निर्णय के आदेशों का समय से क्रियान्वन नहीं किया जा रहा है जिससे फुटपाथ के कारोबारी रेडी पटरी के लघु व्यापारी राज्य फेरी नीति नियमावली का संरक्षण नहीं ले पा रहे हैं। संजय चोपड़ा ने मांग की शीघ्र ही फेरी समिति की बैठक का आयोजन कर भारत सरकार में राज्य सरकार की स्ट्रीट वेंडर्स पर चलाई जा रही योजना का संरक्षण दिया जाना न्याय संगत होगा। ज्ञापन प्रेषित करने वालों में मनोज कुमार मंडल, राजकुमार एंथोनी, तस्लीम अहमद, हंसराज अरोड़ा, आशीष अग्रवाल, प्रिंस साहू, प्रदुमन गुप्ता, विकास सक्सेना, कपिल कश्यप, नंदकिशोर आदि प्रमुख रूप से शामिल रहे।

कंघी करते वक्त गुच्छे में टूटते हैं आपके भी बाल ?

सर्दी के मौसम में तापमान कम होने से हवा में नमी कम हो जाती है। जिसकी वजह से स्किन ड्राई और कई तरह की समस्याएं होने लगती है। ठंड में स्किन ही नहीं, बालों की समस्याएं भी काफी बढ़ जाती हैं। ज्यादातर लोग इस मौसम में हेयरफॉल की परेशानी से भी जूझते हैं। गर्मी की अपेक्षा सर्दी में बालों का झडना़ दोगुनी हो जाती है। कई लोग कंघी करते हैं तो उनके हाथ में बालों का गुच्छा ही टूटकर आ जाता है। ऐसे में आइए जानते हैं आखिर सर्दियों में बालों का टूटना-झडना़ ज्यादा क्यों हो जाता है और इससे कैसे बचा जा सकता है।।।

सर्दी के मौसम में क्यों बढ़ जाती है हेयर फॉल की समस्या

एक्सपर्ट के मुताबिक, सर्दियों में तापमान कम होने से हवा ड्राई हो जाती है। इससे स्कैल्प ड्राई होने लगती है। नमी की कमी के चलते बाल कमजोर होकर टूटने लगते हैं। ज्यादातर लोगों के साथ ऐसा होता है। ड्राई एयर बालों के टूटने का सबसे बड़ा कारण है। ठंड में बालों को धोने के बाद सुखाने के लिए हेयर ड्रायर के इस्तेमाल से हेयरफॉल बढने़ लगता है। हेयर ड्रायर बालों को कमजोर बना सकता है। इससे बाल तेजी से टूट सकते हैं। हेयरफॉल की एक और बड़ी वजह गलत लाइफस्टाइल और अनहेल्दी खानपान होता है। इसके अलावा केमिकल वाले शैंपू के यूज से भी बालों का झडना़ तेज हो सकता है।

सर्दियों में हेयरफॉल कैसे रोके

डर्मेटोलॉजिस्ट के मुताबिक, हेयरफॉल रोकना है तो हफ्ते में दो-तीन बार शैंपू करने के बाद कंडीशनर करें। इससे बालों में नमी बरकरार रहेगी और हेयरफॉल-डैंड्रफ से राहत मिल जाएगी। स्कैल्प की नमी बरकरार रखने के लिए सर्दियों में हफ्ते में कम से कम 1-2 बार स्कैल्प की नारियल तेल या किसी हेयर ऑयल से मसाज करनी चाहिए। इससे बालों की जड़ों में ब्लड की सप्लाई अच्छी बनी रहती है और माइक्रो सर्कुलेशन इंप्रूव होता है, जिससे हेयर फॉल में कमी आती है।

केमिकल वाले शैंपू, डाई या अन्य प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल बिल्कुल भी न करें। क्योंकि ये बालों को नुकसान पहुंचाकर उन्हें कमजोर बना देते हैं। आप चाहें तो डर्मेटोलॉजिस्ट से मिलकर अपने लिए शैंपू चुन सकते हैं।

हेयरफॉल और बालों की हर समस्या से बचने लिए खानपान को बेहतर बनाएं। लोगों को अपनी डाइट में मौसमी फल और सब्जियां जरूर रखें। जितना हो सके पानी पिएं। इससे बालों को पोषण तत्व मिलेगा और बालों का टूटना कम हो जाएगा।

बालों को मजबूत बनाने और हेयरफॉल से बचने के लिए रोजाना एक्सरसाइज करना चाहिए। फिजिकल एक्टिविटी से बालों तक सही मात्रा में पोषण पहुंचता है। इसके साथ ही बालों को सुखाने के लिए हेयर ड्रायर का इस्तेमाल कम करना चाहिए। इससे हेयरफॉल की समस्या कम होगी।

सर्दियों में गर्म पानी से चेहरा धोना फायदेमंद होता है या नुकसानदायक ?

सर्दियों के मौसम में हमारी त्वचा काफी सूखी और रूखी हो जाती है। ठंड और कम आर्द्रता की वजह से स्किन पर असर पड़ता है। ऐसे में सर्दियों में अपने चेहरे का खास ख्याल रखने की जरूरत होती है ताकि त्वचा को हेल्दी और खूबसूरत बनाए रखा जा सके। वहीं सर्दियों के मौसम में अधिकतर लोग गर्म पानी से अपना चेहरा धोना पसंद करते हैं। गर्म पानी से चेहरा धोने की यह आदत कई लोगों को आरामदायक लगती है। इसलिए, सर्दियों में गर्म पानी से चेहरा धोना फायदेमंद है लेकिन बहुत अधिक गर्म नहीं होना चाहिए। सही तापमान का पानी इस्तेमाल करके इसके फायदे उठाए जा सकते हैं और नुकसान से बचा जा सकता है।आइए यहां जानते हैं एक्सपर्ट के अनुसार सर्दियों में गर्म पानी से चेहरा धोना फायदेमंद होता है या नुकसानदायक।।।

सबसे पहले तो गर्म पानी से चेहरे की सफाई बेहतर हो जाती है। जब हम अपना चेहरा गर्म पानी से धोते हैं तो पानी की गर्मी के कारण हमारी त्वचा के रोमछिद्र खुल जाते हैं। इन खुले रोमछिद्रों से त्वचा में जमा गंदगी, तेल, और डेड सेल्स बाहर निकल जाते हैं और चेहरा साफ हो जाता है। यही कारण है कि गर्म पानी से चेहरे की सफाई अच्छी हो जाती है।लेकिन हमें यह भी ध्यान रखना चाहिए कि पानी बहुत अधिक गर्म नहीं होना चाहिए। अत्यधिक गर्म पानी से हमारी त्वचा झुलस सकती है और इससे चेहरे पर दर्द, लालिमा जैसी समस्याएं पैदा हो सकती हैं। इसलिए सावधानी बरतना जरूरी है, गुनगुने पानी से चेहरा धोने का फायदा यह है कि इससे चेहरे की रक्त संचार बढ़ जाती है, जिसके कारण चेहरे की चमक आती है। दरअसल, जब हम गुनगुने पानी की मदद से अपना चेहरा धोते हैं तो पानी की हल्की गर्मी के कारण चेहरे की रक्त वाहिकाएं खुल जाती हैं। इससे चेहरे की रंगत में सुधार होता है और चेहरे की स्वस्थ, चमकदार और ताजगी भरी चमक आती है इस तरह सर्दियों में गुनगुने पानी से चेहरा फायदेमंद होता है। सर्दियों में कई बार हमारा चेहरे सुबह उठने के बाद सुजा हुआ दिखता है ऐसे में गुनगुने पानी से चेहरा धोने से फायदे के फायदे होते हैं। इससे चेहरे की सूजन और दर्द में भी कमी आती है।

नुकसान-

* बहुत गर्म पानी से त्वचा जल सकती है। इससे लालिमा, सूजन और झुर्रियां पड़ सकती हैं। गर्म पानी से त्वचा की नमी बहुत ज्यादा निकल जाती है जिससे रूखापन और इरिटेशन हो सकता है। इससे त्वचा का प्राकृतिक तेल व नमी खत्म हो सकती है। सेंसिटिव स्किन वालों को गर्म पानी से एलर्जी, लालिमा या खुजली हो सकती है।

फास्ट फूड खाने के बाद अधिक व्यायाम आवश्यक

अगर आप लंच में फास्ट फूड खाते हैं तो इससे निर्मित कैलोरी घटाने के लिए आपको अधिक मशक्कत करनी पड़ेगी, क्योंकि एक शोध के मुताबिक इससे बनने वाली कैलोरी को घटाने के लिए अधिक ऊर्जा, व्यायाम और समय की आवश्यकता होती है।

सिडनी स्थित जॉर्ज इंस्टीट्यूट फॉर ग्लोबल हेल्थ के शोधकर्ताओं द्वारा बुधवार को जारी की गई सूची में कुछ खास व्यंजनों के सेवन से बढ़ने वाली कैलोरी और उसे जलाने के लिए आदर्श व्यायाम और समय की जानकारी दी गई है।

इस शोध में लगभग एक-चौथाई व्यंजनों की जांच की गई थी, जिसमें बर्गर, सलाद, सैंडविच, पिज्जा आदि व्यंजन शामिल थे। औसत ऑस्ट्रेलियाई लोग एक दिन में सिर्फ 8,700 किलोजूल कैलोरी का उपभोग करते हैं। उनके भोजन में दो हजार किलोजूल से अधिक कैलोरी की जरूरत नहीं है, जिसे घटाने के लिए 90 मिनट तक पैदल चलना पड़ता है।

औसतन ऑस्ट्रेलिया के लोग दिन में केवल 30 मिनट ही शारीरिक श्रम करते हैं, जो इस तरह के भोजन से प्राप्त कैलोरी को जलाने के लिए पर्याप्त नहीं है। पीटरसन ने कहा, कार्यालय कर्मचारियों और अन्य लोगों को बाहर खाने के बजाए घर से खाना ले जाना चाहिए। इससे आप अधिक बेहतर ढंग से देख पाएंगे कि आप क्या और कितना खा रहे हैं। अगर आप फिर भी बाहर से खाना मंगवा रहे हैं तो जागरूक रहें कि आप क्या खा रहे हैं। भोजन सूची में छोटे बदलाव वजन को नियंत्रित करने में बड़े मददगार साबित होते हैं।

रविकांत पेरेपु ने जानबूझकर एक ऐसी दुनिया बनाई, जिससे मैं जुड़ सकूं: मानसा चौधरी

पुत्तूर में जन्मीं और चेन्नई में पली-बढ़ीं मानसा चौधरी ने मनोरंजन उद्योग में करियर की उम्मीद में कैमरा चेतना पर काबू पाने के लिए कई साल मॉडलिंग में बिताए। तमिल ओटीटी मूल इमोजी ने उनके अभिनय की शुरुआत की और हालांकि उन्होंने कुछ संगीत वीडियो में अभिनय किया, लेकिन बड़े स्क्रीन की पेशकश उनसे दूर रही। यह उनके माता-पिता ही थे जिन्होंने उन्हें फिल्मों में हाथ आजमाने के लिए प्रेरित किया।

बबलगम, उनकी तेलुगु पहली फिल्म, रविकांत पेरेपु के दोस्त आदित्य मंडला के माध्यम से साकार हुई। बाद वाले ने अपनी प्रोफ़ाइल क्षणम फिल्म निर्माता को बताई जिसके बाद चीजें ठीक हो गईं। रविकांत ऑडिशन में विश्वास नहीं करते हैं और अपने अभिनेताओं से प्रदर्शन निकलवाने में आश्वस्त हैं। उन्होंने मुझसे मेरी जड़ों, रुचियों के बारे में कुछ सवाल पूछे, मुझे अंतिम रूप देने से पहले मेरी इंस्टा प्रोफ़ाइल देखी।

केक पर आइसिंग यह थी कि रविकांत ने बबलगम में जाह्नवी के साथ उसके वास्तविक जीवन के व्यक्तित्व को कैसे मिश्रित किया। उन्होंने एक ऐसी जगह बनाई जहां मैं भूमिका में अपने इनपुट ला सकता था। यहां तक कि फिल्म में मेरे दोस्त भी मेरे कॉलेज के दोस्तों जैसे ही दिखे और मुझे बिल्कुल भी बर्फ तोडने़ की जरूरत नहीं पड़ी। इसके अलावा, खुद एक फैशन-उत्साही होने के नाते, निर्देशक ने गुलाबी पैलेट का पालन करते हुए, उन्हें वेशभूषा के साथ स्वतंत्रता दी।

अंतरंग दृश्यों के साथ, रविकांत तब तक सेट पर नहीं जाते थे जब तक कि वह और रोशन एक-दूसरे के साथ सहज महसूस नहीं करते थे। वह बताती हैं, शूटिंग के दौरान कम तैयारी करना और कई टेक लेना हमारे लिए सही नहीं होता। जबकि एक गरीब लड? से मिलने वाली अमीर लड?ी की कहानी रोमियो जूलियट टेम्पलेट पर आधारित है, मानसा ने जोर देकर कहा कि कहानी इसी के बारे में है। उतना ही सम्मान करो जितना प्यार करो.

हम निश्चित रूप से कुछ नया छू रहे हैं। अधिकांश प्रेम कहानियाँ लोगों के बीच के मुद्दों से संबंधित हैं। बबलगम उसके बारे में है और अन्य कारकों के बारे में भी है जो उनके जीवन के रास्ते में आते हैं। यह प्रासंगिक है और आज भी अपने स्वरूप में है। वह एक साल से अधिक समय से टीम बबलगम के साथ जुड़ी हुई हैं और उनके अनुभव का सबसे बड़ा लाभ यह है कि सेट पर उनके साथ समान व्यवहार किया जाए।

रविकांत उन सबसे सकारात्मक लोगों में से एक हैं जिनसे मैं कभी मिला हूँ। यहां तक कि अगर उनकी कोई असहमति है या कुछ संवाद करना चाहते हैं, तो वह संवेदनशील तरीके से ऐसा करते हैं और टीम द्वारा मेरा अच्छी तरह से ख्याल रखा गया। मानसा ने बबलगम की शूटिंग में बहुत समय बिताया, वह मानती हैं कि प्रचार अभियान चुनौतीपूर्ण रहा है।

सेट पर माहौल अंतरंग और शांत था, जबकि मुझे अपनी लय ढूंढने और फिल्म के बारे में खुलकर बात करने में कुछ समय लगा। इन महीनों में बबलगम को देखने का मेरा तरीका बदल गया है।

बेहतर सेहत के लिए आवश्यक विटामिन्स

विटामिन या जीवन सत्व भोजन के अवयव है जिनकी सभी जीवों को अल्प मात्रा में आवश्यकता होती है। ये कार्बनिक यौगिक होते हैं। उस यौगिक को विटामिन कहा जाता है जो शरीर द्वारा पर्याप्त मात्रा में स्वंय उत्पन्न नहीं किया जा सकता बल्कि खाने के रूप में लेना आवश्यक हो। विटामिन ए, बी, सी, डी, ई, बी-कॉम्प्लेक्स, आयोडीन, फास्फोरस, कॉपर, सिलिकॉन, आयरन, मेग्निशियम, पोटेशियम आदि तत्वों की आवश्यकता होती है।

विटामिन ए-: बालों की सुंदरता के लिए विटामिन ए सबसे महत्वपूर्ण तत्व है, जो इन्हें लंबा, घना व मुलायम बनाए रखता है। विटामिन ए की कमी का प्रभाव सबसे पहले बालों पर ही पडता है, वे बेजान दिखाई देते हैं। बॉडी में विटामिन ए की 1000 से 4000 यूनिट की जरूरत होती है।

विटामिन सी-: शरीर में विटामिन सी की कमी हो जाने से बालों में रूखापन आ जाता है। सिर की त्वचा पर सूखी पपड़ी जम जाती है, जिससे बालों की जडें कमजोर होती हैं और बाल गिरने लगते हैं।

विटामिन डी-: शरीर में विटामिन डी बालों को मोटा, लंबा व स्वस्थ बनाए रखता है। कई रिसर्च के अनुसार विटामिन डी शरी की टी-कोशिकाओं की क्रियाविधि में वृद्धि करता है, जो किसी भी बाहरी संक्रमण से शरीर की रक्षा करती है। इसकी मानव प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मुख्य भूमिका होती है और इसकी पर्याप्त मात्रा के बिना प्रतिरक्षा प्रणालीकी टी-कोशिकाएं बाहरी संक्रमण पर प्रतिक्रिया देने में असमर्थ रहती है।

विटामिन ई यह विटामिन शरीर के सेक्स हारमोन एंड्रोजन को उत्प्रेरित करता है, जो बालों को सुंदर, घना, चमकदार बनाने में सहायता करता है। हर रोज खाने में हरी सब्जी, सलाद, अंकुरित अनाज, दूध, दूध के बने पदार्थ, ताजे फल, सूखा मेवा, मछली, दालें, अंडे, चावल, चोकरयुक्त आटे की रोटी, खोपरा आदि का भरपूर सेवन करें। प्रतिदिन 6-7 लीटर पानी पिएं व कब्ज न रहने दें। जिन विटामिनों की कमी से गंजापन आता है, उनमें विटामिन बी ग्रुप के आइनोसिटॉल और पीएबीए शामिल हैं, ये विटामिन रोमकूपों की रक्षा करते हैं। पीएबीए न केवल रोमकूपों की रक्षा करता है, बल्कि बालों को अपना कुदरती रंग बनाए रखने में भी मदद करता है।

खेल संभावनाओं को धक्का

मोहन कुमार

पहलवानों में फैली बेबसी की भावना अब सामने आई है। लेकिन यह भावना सिर्फ उन तक ही सीमित नहीं होगी। अनुमान लगाया जा सकता है कि कुछ इलीट स्पोर्ट्स को छोडकर बाकी पूरे दायरे में लड़कियों में असुरक्षा और बेबसी का भाव और गहरा गया होगा।

कांग्रेस नेता राहुल गांधी के हरियाणा के एक अखाड़े में अचानक पहुंच जाने से पहलवानों की मौजूदा मनोदशा का अंदाजा देश को मिला है। महिला पहलवान विनेश फोगट के अपने खेल रत्न और अर्जुन पुरस्कारों को लौटाने की घोषणा करने के एक दिन बाद सुबह-सुबह राहुल अखाड़े पर गए। इसके पहले बजरंग पुनिया अपना पद्मश्री लौटा चुके हैं और ओलिंपिक पदक विजेता साक्षी मलिक के आंसू तमाम देशवासियों ने देखे हैं। राहुल ने अपने परिचित अंदाज में अखाड़े जाकर व्यायाम किया और पहलवानों के साथ नाश्ता किया। लेकिन यह बात अहम नहीं है। महत्त्वपूर्ण उनके दौरे के कारण जमीनी स्तर के पहलवानों को मीडिया के सामने आकर अपनी बात कहने का मिला मौका है। पहलवानों के सामने प्रस्तावित राष्ट्रीय टूर्नामेंट का सवाल आया। इस पर उन्होंने कहा कि ये टूर्नामेंट तो हो जाएगा, लेकिन उससे बड़ी समस्या पहलवानों और खासकर महिला पहलवानों के सामने है। जाहिर है, ये वही समस्या है, जिसको लेकर साक्षी मलिक और विनेश फोगट साल भर से संघर्ष कर रहे हैं।

जब यह पूछा गया कि क्या राहुल गांधी के आने से कोई फर्क पड़ेगा, तो एक पहलवान ने कहा कि उनके हाथ में क्या है, जो करना है, वह तो सरकार ही करेगी। ये टिप्पणियां पहलवानों में फैली बेबसी को जाहिर करती हैं। लेकिन यह भावना सिर्फ उन तक ही सीमित होगी, यह मानने का कोई कारण नहीं है। बल्कि अनुमान लगाया जा सकता है कि कुछ इलीट स्पोर्ट्स को छोडकर बाकी पूरे दायरे में लड़कियों में असुरक्षा और बेबसी का भाव और गहरा गया होगा। आखिर जो अनुभव पहलवानों को हुआ, वह दूसरे खेलों की खिलाडि?ों के लिए भी असामान्य नहीं है। इस मामले में खास यह हुआ कि कुछ पहलवानों ने लड़ाई लड़ी। लेकिन पूरा सिस्टम- जिसमें सत्ता पक्ष भी है- आरोपी के बचाव में खड़ा नजर आया। अब डैमेज कंट्रोल के लिए कुछ कदम जरूर उठाए गए हैं, लेकिन उन कदमों की गंभीरता पर सवाल लगातार बना हुआ है। ऐसे सवालों के बीच खेल जगत में भारत के उत्थान की उम्मीदों का कोई मजबूत आधार नहीं हो सकता। असल में ऐसी उम्मीदों को तगड़ा झटका लगा है।

कांग्रेस से उलट भाजपा की रणनीति

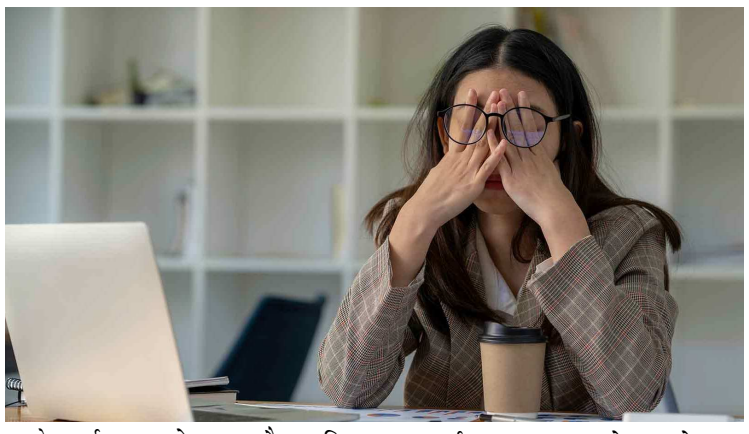
कांग्रेस की तरह भाजपा ने भी अगले लोकसभा चुनाव में लक्षित लड़ाई की रणनीति बनाई है। लेकिन कांग्रेस से उलट भाजपा का लक्ष्य ऐसे राज्य हैं, जहां वह पारंपरिक रूप से मजबूत नहीं रही है। एक तरफ कांग्रेस ने ऐसे राज्यों को लक्ष्य किया है, जहां वह अकेले या गठबंधन के साथ मजबूत है, जबकि भाजपा ने ऐसे राज्यों पर फोकस किया है, जहां वह पारंपरिक रूप से मजबूत नहीं है लेकिन जातीय, सामाजिक समीकरण ऐसा है, कि वह जीत सकती है। तभी ने सबसे पहले पश्चिम बंगाल को लक्ष्य बनाया है, जहां वह पिछली बार 18 सीटों पर जीती थी। इस बार पार्टी ने राज्य की 42 में से 35 सीटें जीतने का लक्ष्य रखा है। पार्टी कितनी गंभीर है इसका अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि मंगलवार को पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह एक साथ बंगाल के दौरे पर पहुंचे। भाजपा को उम्मीद है कि अगर वह अपने वोट आधार में एक से दो फीसदी का भी इजाफा कर लेती है तो 30 से ज्यादा सीटें जीत सकती है। भाजपा के जानकार नेताओं के मुताबिक पार्टी को लग रहा है कि अगर कुछ राज्यों में सीटों का नुकसान होता है तो उसकी भरपाई बंगाल से हो सकती है। इसके अलावा कांग्रेस दक्षिण भारत के चार राज्यों को लक्ष्य बना रही, जहां उसका आधार कमजोर है। यहां तक कहा जा रहा है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी या गृह मंत्री अमित शाह में से कोई दक्षिण भारत में चुनाव लड़ सकता है। कर्नाटक के अलावा आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, केरल और तमिलनाडु की 101 लोकसभा सीटों में से भाजपा के पास चार सीटें हैं। इसे दो अंकों में पहुंचाने की रणनीति पर भाजपा राजनीति कर रही है। भाजपा को तमिलनाडु की कन्याकुमारी सीट पर चार लाख से ज्यादा वोट मिले थे और तिरुवनंतपुरम सीट पर तीन लाख से ज्यादा वोट मिले थे। इन दोनों सीटों पर इस बार जीत के इरादे से भाजपा लड़ेगी। आंध्र प्रदेश में पवन कल्याण की जन सेना पार्टी से भाजपा ने तालमेल कर लिया है और संभव है कि टीडीपी से भी तालमेल हो सकता है। वहां भी भाजपा खाता खुलने की उम्मीद कर रही है। तेलंगाना में पिछली बार उसे चार सीटें मिली थीं इस बार उसमें इजाफा करने के रणनीति पर पार्टी काम कर रही है।(आरएनएस)

वैधानिक सूचना

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

–प्रबंधक विज्ञापन

ऑफिस जाने के नाम से ही होने लगती है घबराहट, कहीं ये वर्कप्लेस एंजाइटी तो नहीं



ज्यादातर लोग दिन का मैक्सिमम टाइम ऑफिस में बिताते हैं। जिसका असर उनकी मेंटल हेल्थ पर पड़ता है। एक वक्त में कई प्रोजेक्ट का हाथ में होना और सीनियर्स की बढ़ती एक्सपेक्टेशंस वर्कप्लेस स्ट्रेस लेवल को बढ़ाने का काम करता है, जो एंग्जाइटी बन सकता है। इसकी वजह से कुछ लोग शॉर्ट टेम्पर्ड हो जाते हैं, तो कुछ सिरदर्द या बदन दर्द की समस्याओं से जूझने लगते हैं। महिलाओं में भी इस तरह का स्ट्रेस खतरनाक माना जाता है। मनोचिकित्सक का कहना है कि वर्कप्लेस एंग्ज़ाइटी की वजह से काम पर फोकस नहीं हो पाता है और कई तरह के निगेटिव थॉट्स घेर लेते हैं। ऐसे में कुछ टिप्स को फॉलो कर ऑफिस एंग्जाइटी से खुद को बचा सकते हैं। आइए जानते हैं।।।

वर्कप्लेस एंग्जाइटी दूर करने के 5 टिप्स

टाइम मैनेज करना सीखें

अगर आप अपने काम को समय पर पूरा कर लेते हैं तो आपकी आधी चिंताएं अपने आप ही खत्म हो जाती हैं। दरअसल, बहुत से लोग ज्यादा से ज्यादा समय सोशल मीडिया पर बिता देते हैं, जिसका असर उनके वर्क पर पडने़ लगता है। इसलिए असाइन टास्क को डेडलाइन का इंतजार करने से पहले की खत्म करने की कोशिश करें।

सोशल एंगेजमेंट कम न होने दें

ज्यादातर समय अकेले बिताने वाले लोगों में मायूसी और उदासी ज्यादा देखने को मिलती है। ऐसे में अपनी सोशल एंगेजमेंट बढ़ाने की कोशिश करें। दोस्तों के साथ समय बिताएं। इससे मेंटल हेल्थ बूस्ट होगी और आप फ्रेंडली नेचर के होंगे। अपना समय दोस्तों के साथ घूमने-फिरने में दें।

निगेटिव सेल्फ टॉक से बचने की कोशिश करें

कई बार हम खुद को कमजोर मान लेते हैं, जिससे खुद से शिकायतें बढ़ जाती हैं। इससे निगेटिव सेल्फ टॉक भी बढ़ जाते हैं। इसलिए अपनी खूबियों को पहचानकर छोटी छोटी सफलताओं को सेलिब्रेट करना शुरू करें। इससे सेल्फ कॉन्फिडेंस बढ़ता है और सक्सेस आसानी से मिलती है।

टॉक्सिक कलीग से दूरी बनाएं

हर वर्कप्लेस पर कुछ लोग ऐसे होते हैं, जो निगेटिविटी से भरे होते हैं। ऐसे लोगों से दूरी बनाने में ही भलाई है, क्योंकि उनके साथ समय बिताने पर आप अपने फोकस और काम से भगटक सकते हैं। ऐसे में काम से पिछडने़ पर एंग्जाइटी का शिकार हो सकते हैं।

एक्सरसाइज जरूर करें

एक्सरसाइज न सिर्फ फिजिकल हेल्थ बल्कि मेंटल हेल्थ को भी प्रभावित करता है। यह आपको रिलैक्स रखता है और हर सिचुएशन से निपटने की ताकत देता है। इसलिए अगर आप खुद को वर्क प्लेस एंग्ज़ाइटी से बचाना चाहते हैं तो एक्सरसाइज करना न भूलें।

नींद पूरी लें

रात में 8-10 घंटे की नींद दिमाग को रिलैक्स रखने में मदद करता है। इसलिए नींद से समझौता न करें। सोने से कुछ देर पहले फोन दूर रख दें। इससे स्लीप पैटर्न सही होगा और स्ट्रेस-एंग्जाइटी की समस्या दूर होगी। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -052

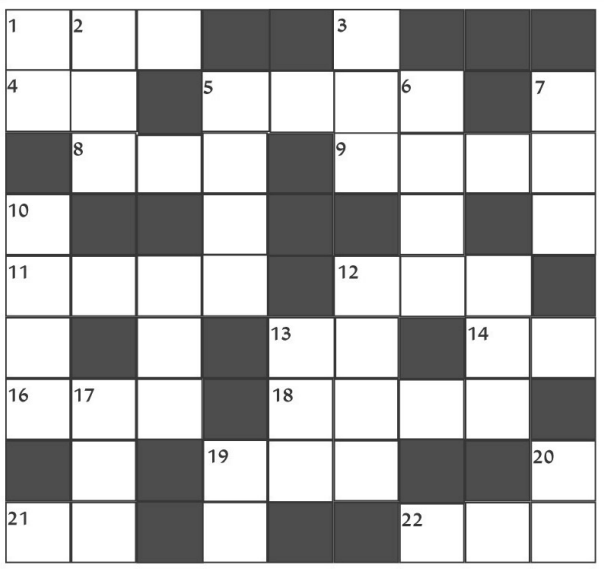
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. व्यर्थ, अकारण, बेवजह (उर्दू) 4. साथ में, सहित 5. वर्षा, बारिश, बरखा 8. कथा, किस्सा 9. चिढ़चिड़ा, बदमिजाज 11. प्रलय, आफत, हलचल 12. लाख ढकने का कपड़ा 13. पिता, क्लर्क, सम्मानित व्यक्ति 14. वायु, पवन 16. निवास करना, उपस्थित होना, ठहरना 18. जिसे लात खाने की आदत हो गई हो 19. सेवक, दास, चाकर 21. भ्राता 22. मेघ, जलद, नीरद।

ऊपर से नीचे

1. विशेष, विशिष्ट 2. सुगंध, खुशबू 3. आदमी, मनुष्य, मानव 5. अपेक्षाकृत, अपेक्षया 6. कष्ट, दर्द, दिक्कत 7. पठन, पढ़ने का काम, शिक्षा 10. किस्मत, नसीब, भाग्यवान 12. एक पक्षी जो पुराने समय में संदेश वाहक का काम करता था 13. बाल, बच्चा, लड़का, छोकरा 17. वायु संबंधी, हवा में रहने, उड़ने या होने वाला, बिलकुल काल्पनिक और निर्मूल 19. नाव, कश्ती 20. वर्ष, बरस, एक इमारती वृक्ष।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 51 का हल

पं	क्ति	■	स्वा	द	■	स	ब	ब
जा	■	सु	हा	ना	■	■	ली	द
ब	हु	धा	■	द	ल	ना	■	ल
■	■	क	मा	न	■	ग	ह	ना
भं	व	र	■	■	■	वा	म	■
गी	त	■	म	ज	बू	र	■	ट
■	न	म	स्का	र	■	■	■	र
■	■	र्या	■	■	बी	■	ना	का
सं	वि	दा	■	ब	स	च	ल	ना

थिएटर के बाद अब कंगना की एक्शन पैक्ड तेजस ओटीटी पर होगी रिलीज

कंगना रनौत के लिए साल 2023 अनलकी रहा। एक्ट्रेस की इस साल बैक टू बैक कई फिल्में बॉक्स ऑफिस पर फ्लॉप रहीं। वहीं कंगना को अपनी आखिरी रिलीज फिल्म 'तेजस' से काफी उम्मीद थी लेकिन ये फिल्म भी दर्शकों को पसंद नहीं आई और एक्ट्रेस की फ्लॉप फिल्मों की लिस्ट में शामिल हो गई। 27 अक्टूबर को सिनेमाघरों में रिलीज हुई 'तेजस' की अब ओटीटी रिलीज की तारीख आ गई है। चलिए यहां जानते हैं कंगना की ये फिल्म कब और किस ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज होगी। एरियल एक्शन पैक्ड थ्रिलर 'तेजस' में कंगना रानौत एक भारतीय वायु सेना पायलट की भूमिका निभाई है। इस फिल्म को सर्वेश मेवाड़ा द्वारा लिखित और निर्देशित किया गया है और रोनी स्क्रूवाला द्वारा इसे प्रोड्यूस किया गया है। वहीं 'तेजस' की अब ओटीटी रिलीज डेट आ गई है। ये फिल्म 5 जनवरी को ओटीटी प्लेटफॉर्म जी 5 पर प्रीमियर होगी।

एक वीडियो में कंगना ने कहा था, दोस्तों, मेरी फिल्म तेजस कल सिनेमाघरों में रिलीज हो गई है। जिसने भी यह फिल्म देखी है, वह हमें बहुत सराहना और आशीर्वाद दे रहा है। लेकिन दोस्तों, कोविड 19 के बाद हमारी हिंदी फिल्म इंडस्ट्री पूरी तरह से ठीक होने में सक्षम नहीं रही है। 99त्न फिल्मों को दर्शकों द्वारा मौका ही नहीं दिया जाता है। मैं जानती हूं कि आज के युग में हर किसी के पास मोबाइल फोन और घर पर टीवी है। लेकिन सिनेमाघरों में सामुदायिक फिल्म देखना जो हमारी सभ्यता का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है शुरू से ही। डांस, कला।।। हर तरग के नृत्य, लोकगीत।।। सभी जरूरी हैं। इसलिए, यह हिंदी फिल्म दर्शकों और विशेष रूप से मल्टीप्लेक्स दर्शकों से मेरी रिक्वेस्ट है। अगर आपको उरी पसंद आई, मैरी कॉम और नीरजा, तो तेजस भी पसंद आएगा। हालांकि कंगना की तेजर को थिएटर्स में ऑडियंस ने बुरी तरह नकार दिया, वहीं अब जब यह ओटीटी पर रिलीज हो रही है, तो उम्मीद है कि फिल्म ज्यादा लोगों तक पहुंचेगी। वहीं कंगना के वर्क फ्रंट की बात करें तो वे जल्द ही इमरजेंसी में नजर आएंगी जिसका निर्देशन भी एक्ट्रेस ने ही किया है।

दुनियाभर में फिल्म डंकी ने कर ली बंपर कमाई

सुपरस्टार शाहरुख खान की फिल्म डंकी बॉक्स ऑफिस पर छाई हुई है। किंग खान की मूवी पर ऑडियंस भर-भरकर प्यार लुटा रही है। देश में ही नहीं बल्कि विदेशों में भी डंकी का डंका बज रहा है और हर दिन करोड़ों रुपये की ताबड़तोड़ कमाई हो रही है। जानिए शाहरुख खान की डंकी ने बॉक्स ऑफिस पर अब तक टोटल कितने करोड़ रुपये का कलेक्शन कर लिया है।

शाहरुख खान की डंकी के वर्ल्डवाइड कलेक्शन के लेटेस्ट आंकड़े सामने आ गए हैं। रेज चिलीज एंटरटेनमेंट के ऑफिशियल इंस्टाग्राम अकाउंट पर फिल्म के कलेक्शन की जानकारी शेयर हुई है, जिसके अनुसार शाहरुख खान की डंकी दुनियाभर में सिर्फ 7 दिनों 300 करोड़ का आंकड़ा पार कर गई है। एक हफ्ते में फिल्म ने टोटल 305 करोड़ रुपये का बिजनेस कर लिया है। साल 2023 में डंकी रिलीज हुई शाहरुख खान की तीसरी फिल्म है। इससे पहले एक्टर की दो फिल्में जवान और पठान रिलीज हुई थीं। दोनों ही फिल्में कमाई के मामले में बॉक्स ऑफिस पर ऑल टाइम ब्लॉकबस्टार साबित हुईं। जवान और पठान में शाहरुख खान अपने एक्शन अवतार से छा गए थे। शाहरुख खान की डंकी में बताया गया है कि कैसे लोग बिना वीजा और पासपोर्ट के दूसरे देश में गैरकानूनी तरीके से घुस जाते हैं और इस तरह के काम का अंजाम क्या होता है। शाहरुख खान की फिल्म डंकी का निर्देशन मशहूर डायरेक्टर राजकुमार हिरानी ने किया है। इसमें तापसी पन्नू, विक्की कौशल, बोमन ईरानी, विक्रम कोचर और अनिल ग्रोवर ने अहम भूमिका निभाई है। रिलीज के बाद डंकी को क्रिटिक्स और ऑडियंस से मिक्स रिव्यूज मिले थे। राष्ट्रपति भवन में भी शाहरुख खान की डंकी की स्क्रीनिंग हुई थी।

मृणाल और नानी की फिल्म हाय नन्ना 4 जनवरी को नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम होगी

साउथ स्टार नानी और मृणाल ठाकुर स्टारर फिल्म हाय नन्ना 7 दिसंबर को सिनेमघरों में रिलीज हुई है। फिल्म को दर्शकों की तरफ से काफी पसंद किया गया। पहली बार स्क्रीन शेयर करते मृणाल और नानी की जोड़ी को भी फैंस ने काफी प्यार दिया है। वहीं, थिएटर्स में धूम मचाने के बाद अब फिल्म अपना डिजिटल डेब्यू करने वाली है। नानी और मृणाल की ये फिल्म सिनेमाघरों में रिलीज होने के बाद अब ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज की जाएगी। नए साल पर मेकर्स ये ऐलान कर दर्शकों एक तोहफा दिया है। ये फिल्म ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर 4 जनवरी को रिलीज होने जा रही है। इस बात ऐलान खुद नेटफ्लिक्स ने एक्स पर कर किया है। नेटफ्लिक्स के अकाउंट से पोस्ट में शेयर कर अनाउंसमेंट की गई है। इसमें लिखा- आय नन्ना 4 जनवरी को तेलुगू, तमिल, मलयालम, कन्नड़ और हिंदी में नेटफ्लिक्स पर स्ट्रीम होने के लिए तैयार है। ये एक रोमांटिक और फैमिली फिल्म है। इसमें एक बेटी और पिता के खूबसूरत रिश्ते को दिखाया गया है। फिल्म में नानी ने पिता का किरदार निभाया है, जिनकी एक बेटी है माही (कियारा)। वो अपनी बेटी की अकेले परवरिश करते हैं। माही ये जानने के लिए बेताब है कि उसकी मां कौन हैं। फिल्म में नानी की पत्नी के रोल में मृणाल ठाकुर हैं। फिल्म की स्टारकास्ट की बात करें तो, इसमें नानी और मृणाल के साथ ही चाइल्ड आर्टिस्ट कियारा खन्ना, प्रियदर्शी पुलिकोंडा, अंगद बेदी और विराज अश्विन जैसे कलाकारों ने अहम भूमिका निभाई है।

सोशल मीडिया की असलियत दिखाती है फिल्म खो गए हम कहां

आजकल हम जिंदगी सोशल मीडिया पर ही जीते हैं। हम से मतलब ज्यादातर लोग दिन में 200 बार अपना फोन चेक करते हैं। किसी ना किसी को डंठल भी करते हैं यानि देखते हैं कि दूसरे लोग सोशल मीडिया पर क्या कर रहे हैं। किसी को ब्लॉक कर देने के बाद भी दूसरा अकाउंट बनाकर देखते हैं कि वो इंसान क्या कर रहा है। कम से कम आज की जनरेशन तो ऐसा खूब करती हैं और ये फिल्म इस हकीकत को बड़े शानदार तरीके से दिखाती है।

ये कहानी है तीन दोस्तों की , अनन्या पांडे। सिद्धांत चतुर्वेदी और आदर्श गौरव। अनन्या और सिद्धांत एक ही फ्लैट में रहते हैं। नहीं भाई, रिलेशनशिप में नहीं हैं। लिव इन में भी नहीं हैं, दोस्त हैं और एक लडका और लडकी दोस्त हो सकते हैं। सिद्धांत ने 9 साल की उम्र में अपनी मां को खो दिया था और अब वो अपने दर्द को स्टैंड अप कॉमेडी के जरिए कम करने की कोशिश करता है। वो सबसे फनी तभी होता है जब सबसे दुखी होती है, अनन्या जॉब करती हैं लेकिन बॉयफ्रेंड ने ब्रेकअप कर लिया तो अब उसका फुल टाइम काम ये देखना है कि वो सोशल मीडिया पर क्या कर रहा है। किसके साथ है। आदर्श जिम ट्रेनर है और अपनी जिम चेन खोलना चाहता है। तीनों दोस्त मिलकर तय करते हैं कि वो तीनों ये शुरू करेंगे। लेकिन फिर क्या होता है।।कैसे सोशल मीडिया की ये दुनिया इनकी जिंदगी बदलती है। ये देखने के लिए नेटफ्लिक्स पर ये फिल्म जरूर देखिएगा। आपको पता चलेगा कि आप अपने फोन और सोशल मीडिया पर क्या कर रहे हैं। क्या सही और क्या गलत।

अनन्या पांडे ने इस फिल्म में अच्छी एक्टिंग की है। ये लाइन पढ़ते ही ट्रोलर बोलेंगे इसको पैसे मिल गए लेकिन भाई अब अच्छी एक्टिंग की है तो की है। अनन्या का किरदार वैसा ही है जैसे आजकल के यंगस्टर्स हैं और ये किरदार उन्होंने पूरी ईमानदारी से निभाया है। वो रियल लगती हैं। लगता नहीं कि कुछ ऐसा कर रही हैं जो हजम नहीं हो रहा। सिद्धांत चुतर्वेदी अच्छे एक्टर हैं और यहां भी वो ये बात साबित कर जाते हैं। स्टैंड अप कॉमिक का किरदार वो कमाल तरीके से निभाते हैं। स्टैंड अप कॉमेडी भी ऐसे करते हैं कि लगता है ये भी उनका करियर ऑप्शन हो सकता है। आदर्श गौरव ने कमाल का काम किया है। वो जिम ट्रेनर के रोल में हैं। सुपर फिट लगते हैं। जब मलाइका उनके साथ फोटो पोस्ट कर देती हैं तो उनके चेहरे के एक्स्प्रेशन वैसे ही होते हैं जैसे किसी आम जिम ट्रेनर के होते जिसकी इस फोटो के बाद सोशल मीडिया पर फॉलोइंग बढ़ जाती कल्कि कोचलिन ने भी अच्छा काम किया है। रोहन गुरबख्शानी का काम भी अच्छा है।

ये ना जवान है। ना पठान है। ना एनिमल और ना डंकी। ये वो है जो हम जीते हैं। इस फिल्म को देखते हुए आपको याद आएगा कि अरे आप भी तो ऐसा करते हैं। आपके दोस्त भी तो ऐसा करते हैं। ये फिल्म हकीकत के काफी करीब है। यहां कोई हीरोपंती नहीं है। सब रियल है। फिल्म अपनी पेस से चलती है। ना कहीं कोई ऐसी चौंकाने वाली चीज आती है कि आप हिल जाएं और ना कहीं ऐसा लगता है कि बंद करो यार। आप बस इस फिल्म के साथ साथ कुछ ना कुछ सोचते जाते हैं कि ऐसा हमारे आसपास भी तो होता है। हम सोशल मीडिया के दौर में इंफ्लूएंसर्स के दौर में कितना कुछ खोते जा रहे हैं। हम दूसरे के जैसी जिंदगी जीना चाहते हैं। हम छुट्टियां मनाने नहीं छुट्टियों पर तस्वीरें पोस्ट कर जाते हैं। कंटेंट लेने जाते हैं। हमारे बर्थडे एनिवर्सरी सब सोशल मीडिया इवेंट बनते जा रहे हैं। ये फिल्म हमें वो रिएलिटी चेक देती है जिसकी जरूरत आज के दौर में सबसे ज्यादा है। अर्जुन वरैन सिंह ने फिल्म को डायरेक्ट किया है। वो गली बॉय में असिस्टेंट डायरेक्टर थे और ये पहली फिल्म है जो उन्होंने डायरेक्ट की है। फिल्म देखकर लगता है कि वो यंगस्टर्स को बड़े अच्छे से समझते हैं। फिल्म को उन्होंने वैसे ही बनाया है जैसे इस तरह की फिल्म बननी चाहिए थी ना कोई हौ हल्ला। ना कोई हीरोपंती वाले डायलॉग। फिर भी फिल्म आपको छूती है। कुल मिलाकर ये फिल्म देखनी चाहिए और जरूर देखनी चाहिए।

सालार और डंकी के आगे धड़ल्ले से जारी है एनिमल की कमाई

रणबीर कपूर स्टारर 'एनिमल' ने बॉक्स ऑफिस पर बवाल मचाया है. इस फिल्म ने अपनी रिलीज के 26 दिनों में बंपर कलेक्शन कर लिया है. यहां तक कि ये फिल्म लेटेस्ट रिलीज प्रभास स्टारर सालार और शाहरुख खान की डंकी के आगे भी धड़ल्ले से कारोबार कर रही है. हालांकि फिल्म की कमाई में अब काफी गिरावट भी देखी जा रही है बावजूद इसके 'एनिमल' करोड़ों में कलेक्शन कर रही है. 'एनिमल' को रिलीज हुए अब एक महीना पूरा हो गया है. इस दौरान इस फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर कई रिकॉर्ड अपने नाम किए और जमकर नोट भी छापे. ये फिल्म साल 2023 की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्मों की लिस्ट में शामिल हो चुकी है. फिल्म रिलीज के चौथे हफ्ते में भी करोड़ों में कारोबार कर रही है. 'एनिमल' की कमाई की बात करें तो इस फिल्म ने चौथे फ्राइडे 1.05 करोड़ का कारोबार किया था. चौथे शनिवार 'एनिमल' की कमाई 1.65 करोड़ रही वहीं चौथे रविवार इस फिल्म ने 2.18 करोड़ का कलेक्शन किया. वहीं 'एनिमल' की चौथे मंडे की कमाई 1.85 करोड़ रही. वहीं अब इस फिल्म की रिलीज के 26वें दिन यानी चौथे मंगलवार की कमाई के शुरुआती आंकड़े आ गए हैं.'एनिमल' ने घरेलू बाजार में तो गदर मचाया ही है वहीं इस फिल्म ने दुनियाभर के बॉक्स ऑफिस पर भी खूब कोहराम बरपाया है. फिल्म की वर्ल्डवाइड कमाई की बात करें तो इसने रिलीज के 25 दिनों में 874 करोड़ का कलेक्शन कर लिया था. 'एनिमल' को संदीप रेड्डी वांगा ने निर्देशित किया है. इस फिल्म की स्टारकास्ट की बात करें तो फिल्म में रणबीर कपूर के अलावा बॉबी देओल, रश्मिका मंदाना, अनिल कपूर और तृप्ति डिमरी सहित कई कलाकारों ने अहम रोल प्ले किया है.

दिशा पाटनी फिर हुई कैमरे के सामने बेबाक

दिशा पाटनी लगातार अपनी फिल्मों, लव लाइफ और फिटनेस की वजह से चर्चा में बनी रहती हैं। आज उनके दुनियाभर में मौजूद चाहने वाले दिशा की एक झलक देखने के लिए बेताब रहते हैं। वहीं, एक्ट्रेस भी अपने फैंस के साथ जुड़ी रहने के लिए सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहने लगी हैं। लगभग हर दूसरे दिन दिशा अपने इंस्टाग्राम पेज पर ग्लैमरस अदाएं दिखाते हुए कई फोटोज शेयर कर देती हैं। अब फिर से उन्होंने अपने गॉर्जियस अवतार से इंटरनेट का पारा हाई कर दिया है।

लेटेस्ट फोटोज में दिशा ब्लू बिकिनी फ्लॉन्ट करती नजर आ रही हैं। दिशा ने स्वीमिंग पूल के पास बैठकर अपना गॉर्जियस अंदाज दिखाया है। दिशा ने अपने इस लुक को नो-मेकअप टच दिया है। यहां उन्होंने सिर्फ गले में एक क्रॉस का नेकपील कैरी किया है और बालों को ओपन रखा हुआ है। इस सिंपल लुक में भी दिशा बेहद खूबसूरत और हॉट दिख रही हैं। दिशा ने अपने इस बिकिनी लुक को बेबाकी से कैमरे के सामने फ्लॉन्ट करते हुए किलर पोज दिए हैं। दिशा यहां दोस्तों के साथ फुरसत के पल बिता रही हैं। अब एक्ट्रेस की इन अदाओं पर भी चाहने वालों की नजरें टिकी रह गई हैं। कुछ ही देर में दिशा की तस्वीरों पर लाखों लाइक्स आ चुके हैं, जो हर मिनट तेजी से बढ़ते ही जा रहे हैं। दूसरी ओर दिशा के वर्क फ्रंट की बात करें तो इस समय उनके पास कई प्रोजेक्ट्स पाइटपलाइन में है। जल्द ही एक्ट्रेस सुपरस्टार प्रभास की मोस्ट अवेटेज फिल्म कल्कि 2898 एडी में नजर आने वाली हैं। इसके बाद उन्हें योद्धा, कांगुवा और वेलकम टू द जंगल जैसी बड़ी फिल्मों में भी देखा जाने वाला है। फैंस दिशा को एक बार फिर पर्दे पर देखने के लिए बेताब हैं।

24 में 76 देशों में लोकतंत्र की परीक्षा!

श्रुति व्यास

सन् 2024 चुनावों का साल होगा। दुनिया के कोई 76 देशों में चुनावी राजनीति, ध्रुवीकरण, तू-तू मैं-मैं और कहासुनी की बहार होगी। प्रतिद्वंदी पार्टियों के बीच विवाद होगें। सहयोगी पार्टियों के बीच भीसो जहा युद्ध की राजनीति पृष्ठभूमि में चली जाएगी वही सोशल मीडिया पर, टीवी पर, घरों में और पार्कों में भी बहस-मुबाहिसे होंगे। खूब नाटक-नौटंकी होगी और वह भी पैसा वसूल से। खबरों के मुताबिक दुनिया की लगभग आधी आबादी 2024 में वोट डालेगी। मतलब यह कि आज तक किसी भी साल में उतने वोट नहीं डाले गए होंगे, जितने अगली साल डाले जाएंगे। दुनिया के दस सबसे ज्यादा आबादी वाले देशों में से आठ - बांग्लादेश, ब्राजील, भारत, इंडोनेशिया, मेक्सिको, पाकिस्तान, रूस और अमेरिका - में 2024 में चुनाव होंगे। और दिलचस्प किंतु साथ ही चिंताजनक तथ्य यह है कि चुनाव वाले इन देशों में लोकतंत्र की परीक्षा भी होगी।

निश्चित है कि बांग्लादेश, मेक्सिको, पाकिस्तान और रूस में चुनाव मात्र एक दिखावा, सिर्फ ढकोसला होंगे, और इनसे सत्ता में कोई बदलाव नहीं होगा। ताईवान में इस चुनाव में यह तय होगा कि वह चीन के चंगुल में रहेगा या उससे मुक्त होगा। चीन से ताईवान के संबंध कैसे होंगे, यह इस चुनाव में निर्धारित होगा। सम्भावना यही है कि स्वतंत्रता-समर्थक डेमोक्रेटिक प्रोग्रेसिव पार्टी राष्ट्रपति पद एवं संसद पर काबिज रहेगी।

इंडोनेशिया के राष्ट्रपति जोको विडोडो राजनीति में अपने वंश की जड़ें मजबूत करने में जुटे हैं। इसके अलावा यूक्रेन भी है, जो युद्ध में उलझा रहेगा। राष्ट्रपति व्लादिमिर जेलेंस्की ने देश में चुनाव होने की संभावना से इस तथ्य के बावजूद इंकार नहीं किया है कि वहां मार्शल लॉ लागू है जिसके अंतर्गत चुनाव करवाना प्रतिबंधित है। ऐसा चुनाव कभी भी पुर्णतः स्वतंत्र और निष्पक्ष नहीं हो सकता जब देश के एक हिस्से पर विदेशी कब्जा है और दसियों लाख यूक्रेनी अपने घर छोडकर विस्थापित हैं। इन हालातों में यह तय मानना चाहिए कि जेलेंस्की ही राष्ट्रपति पद पर काबिज रहेंगे।

अफ्रीका सबसे अधिक चुनावों वाला महाद्वीप है। लेकिन वहां मतदाताओं का लोकतांत्रिक प्रणाली से मोहभंग हो गया है। वहां हुई रायशुमारियों से पता लगता है कि अधिकाधिक अफ्रीकी सैन्य शासन के पक्ष में होते जा रहे हैं। वहां तख्तापलट की घटनाएं भी बढती जा रही हैं और 2020 से लेकर अब तक इस तरह के नौ सत्ता परिवर्तन हो चुके हैं।

लेकिन सबसे बड़े चुनाव होंगे भारत और अमरीका में। भारत में चुनाव का आकार और उनका कैनवास दुनिया के किसी भी अन्य चुनाव से बड़ा होता है। हमारे यहां चुनाव में जाति, धर्म, अन्य सभी प्रकार के विभाजन, रेवड़ी, अहं का टकराव, अपनी ढपली बजाना आदि सभी की भूमिका होती है। जाहिर है कि भारत में 2024 नए-नए जुमलों और खूब कहा-सुनी का साल होगा। एक ऐसा साल जिसमें 'संयुक्त विपक्ष' की शक्ति का मुकाबला नरेन्द्र मोदी की ताकत और उनके प्रति जुनून से होगा। यह चुनाव इंडिया बनाम भारत, लोकतंत्र बनाम लोकलुभावनवाद का होगा। यह एक ऐसा चुनाव होगा जिनमें अन्य रूटीन मुद्दों के अतिरिक्त लोगों के मन में भारत के 'विश्व गुरू' बनने का इलहाम होगा। मीडियाकर्मी देश के कोने-कोने में पहुचेंगे, अपने-आप आकलन और धारणाओं का खुलासा करेगें और मोदी के खिलाफ सत्ता विरोधी लहर की चर्चा होगी। मगर दीवारों से लेकर आसमान तक सब जगह बड़े-बड़े अक्षरों में लिखा होगा - मोदी फिर से।हाँ, भारत में भी बांग्लादेश, मेक्सिको, पाकिस्तान, रूस और यूक्रेन की तरह सत्ता परिवर्तन नहीं होगा।

पिछले दस सालों में भारत में भी हालात बिगड़े हैं और यहां के लोकतंत्र में नुक्स पैदा हो गए हैं। लेकिन हमारे पड़ोसियों और रूस की तुलना में, जहां तानाशाही का बोलबाला है और जहां लोकतंत्र का केवल 'दिखावा' किया जाता है, भारत में चुनाव स्वतंत्र एवं निष्पक्ष होंगे (ईव्हीएम हैक किए जाने की बातें कोरी बकवास हैं)। और यदि ईश्वर ने विपक्ष का साथ देने का मन बना लिया तो हो सकता है कि बदलाव भी हो जाए। मगर हमें यह स्वीकार करना ही होगा कि पिछले कुछ सालों में हमारा राजनैतिक तंत्र कमजोर हुआ है। प्रेस का ज्यादातर हिस्सा वैसी खबरें ही देगा जैसी देने के लिए उसे कहा जाएगा, अधिकारी उसी तरह से काम करेंगे जैसा करने के निर्देश उन्हें दिए जाएंगे। जहां राहुल गांधी भारत की आत्मा की रक्षा का आव्हान करेंगे वहीं नरेन्द्र मोदी भारत की आत्मा की 'भ्रष्ट इंडिया' से बचाने का दावा करेंगे। प्रचार की आंधी में लोगों का कॉमन सेंस सूखे पत्ते के तरह उड़ हुआ होगा।

एक अन्य देश जहां ठीक यही होगा वह है संयुक्त राज्य अमरीका। वहां साल के अंत में राष्ट्रपति पद के लिए मतदान होगा। चुनाव प्रचार कटुतापूर्ण, बल्कि ज़हरीला और देशा को ध्रुवीकृत करने वाले होगा और ऐसा होना सारी दुनिया की राजनीति के लिए बुरा होगा। यह स्पष्ट हो चुका है कि इस चुनाव में वही दो बड़े मियां भिड़ेगें, जिनके बीच पिछला चुनाव हुआ था। और वह भी तब जबकि ज्यादातर मतदाता नहीं चाहते कि इन दोनों में से कोई भी उम्मीदवार बने। यह उम्मीद करना बेकार है कि अंतिम क्षणों में रिपब्लिकनों के रूख में ऐसा बदलाव आएगा जिसके नतीजे में ट्रंप का नामांकन न हो। ऐसे व्यक्ति का नामांकन करना जिसने पिछले चुनाव के नतीजों को पलटने का प्रयास किया था, अपने आप में अमरीका के लोकतंत्र के प्रकाशस्तंभ होने की छवि को धूमिल करता है। हालांकि ट्रंप को उनके अपराधों के लिए सजा भी सुनायी जा सकती है लेकिन ऐसा होगा यह सोचना नाउम्मीदी के तूफ़ान में उम्मीद का दीया जलाने जैसा होगा। ट्रंप के चुनाव जीतने की संभावना, जो बाइडन की अलोकप्रियता के कारण चिंताजनक स्तर तक बढ़ गई है।

जो भी हो, जैसा कि मैंने कहा, 2024 दिलचस्प और चिंताजनक साल होगा। नरेन्द्र मोदी भले ही कितने बड़े मसीहा क्यों न हों, उनकी एक और जीत देश के लिए शुभ नहीं होगी। डोनाल्ड ट्रंप के दुबारा व्हाइट हाउस में प्रवेश के दुष्परिणाम सारी दुनिया को भुगतने पड़ेंगे। ये दोनों चुनाव लोकतंत्र को बचाने का कवायद नहीं होंगे बल्कि प्रबल संभावना यह है कि यह एक ऐसे चुनाव होंगे जिनसे लोकतंत्र घायल ही होगा।

बॉक्स ऑफिस पर फिल्म सालार दुनियाभर में बनी 500 करोड़ी

प्रभास की सालार-पार्ट 1 - सीजफायर 22 दिसंबर 2023 को रिलीज होने के बाद से ही बॉक्स ऑफिस पर तहलका मचा रही है। इसका निर्देशन प्रशांत नील ने किया है, जो इससे पहले केजीएफ जैसी सुपरहिट फ्रैंचाइजी दर्शकों के बीच पेश कर चुके हैं। फिल्म ने अब तक कमाई के कई रिकॉर्ड अपने नाम किए हैं।वीकेंड पर धुआंधार कमाई करने के बाद कामकाजी दिनों में भी इस फिल्म का टिकट खिड?ी पर जलवा बरकरार है।

सालार की कमाई के छठे दिन के आंकड़े सामने आ चुके हैं, जो गिरावट देखने को मिली है।

रिपोर्ट के मुताबिक, फिल्म ने बुधवार को 17 करोड़ रुपये का कारोबार किया, जिसके बाद इसका कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 297.40 करोड़ रुपये हो गया है।भारतीय बॉक्स ऑफिस पर सालार की कमाई 300 करोड़ रुपये की ओर है। यह फिल्म काल्पनिक शहर खानसार पर आधारित है और दो दोस्तों (प्रभास और सुकुमारन) पर केंद्रित है।

सालार का देश में ही नहीं, बल्कि दुनियाभर में डंका बज रहा है। दुनियाभर में यह फिल्म 500 करोड़ रुपये की कमाई का आंकड़ा पार कर चुकी है।इसी के साथ पठान, जवान, जेलर, एनिमल और लियो के बाद सालार वैश्विक स्तर पर 500 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार करने वाली 2023 की छठी भारतीय फिल्म बन गई है।सालार में पृथ्वीराज सुकुमारन भी मुख्य भूमिका है। श्रुति हासन और जगपति बाबू भी इसका अहम हिस्सा हैं।

सू- दोकू क्र.052

		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. 51 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

भारतीय राजनीति में पक्ष-विपक्ष में बढ़ती दूरी

अजय दीक्षित

21 दिसम्बर 2023 को संसद का शीतकालीन सत्र अनिश्चत काल के लिए स्थगित हो गया । यह सत्र कई मायनों में उल्लेखनीय रहा है । इस सत्र में कई महत्वपूर्ण बिल पारित हो गये । दण्ड संहिता से सम्बन्धित आई.पी.सी., सी.आर.पी.सी. जैसे अंग्रेजों के काल से चले आ रहे तीन नये बिल लाये गये । गृहमंत्री ने कहा कि अंग्रेजों के बनाये ये कानून दण्ड देने के लिए थे । गुलाम मानसिकता से छुट्टी पा कर नये बिल न्याय देने के लिए हैं। अब दण्ड संहिता की पुरानी धाराओं के स्थान पर नयी धाराएं आ गई हैं । राजद्रोह की जगह इसे देशद्रोह किया गया है । इसी प्रकार मुख्य चुनाव आयुक्त और अन्य आयुक्तों की नियुक्ति सम्बन्धी कमेटी की सदस्यता बदल दी गई है । अब मुख्य न्यायाधीश के स्थान पर प्रधानमंत्री द्वारा नामित एक मंत्री सदस्य होगा। यानि प्रधानमंत्री, एक अन्य मंत्री और विपक्ष का लीडर । अब निश्चय ही मनचाहा व्यक्ति नियुक्त किया जा सकेगा । यूं पहले भी नियुक्त आयुक्त कुछ स्वतंत्र होकर कार्य करते नहीं दीखते थे । कुछ साल पहले एक आयुक्त ने प्रधानमंत्री की सभाओं पर अपना विमत दिया था जो सार्वजनिक नहीं होने दिया । यह भी आरोप है कि बाद में उस आयुक्त को, उसकी पत्नी, पुत्रों को शासन की एजेन्सियों द्वारा प्रताड़ित किया गया । यह बात दूसरी है कि शेसन के समय माहौल कुछ और था । अस्तु, मुख्य बात यह है कि ये सभी महत्वपूर्ण बिल बिना बहस के पारित हो गये क्योंकि लोकसभा और राज्यसभा के धीरे-धीरे दिन पर दिन 146 सदस्यों को निष्कासित कर दिया गया । इस बार संसद सचिवालय ने निलम्बित सदस्यों को लाबी, गैलरी व अपने कक्ष में जाने से भी वंचित कर दिया । मानों ये अब सांसद ही नहीं है । कानून वेक्ता कहते हैं यह आदेश सिरे से गलत है क्योंकि निष्कासन मात्र कार्यवाही में भाग न ले सकने को कहते हैं । जो भी हो संसदीय कार्य मंत्री की अनुशंसा के बाद राज्यसभा के सभापति या लोकसभा के अध्यक्ष ने इन 146 सदस्यों को शेष सत्र के लिए निष्कासित कर दिया । कुछ सदस्यों का मामला प्रिविलेज कमेटी को भी भेजा गया।

कुल मिलाकर यह स्थिति भारतीय राजनीति का काला पक्ष है क्योंकि पक्ष और विपक्ष दोनों के संयोग से संसदीय कार्य सम्पन्न होते हैं ।

मेरे अंग्रेज मित्र पत्रकार जो लंदन से छपने वाले गार्जियन और डेली टेलीग्राफ दैनिकों के लिए लिखते हैं और वे ब्रिटिश पार्लियामेंट को कवर करते हैं, बतलाते हैं कि वहां सत्ताधारी पार्टी और विपक्ष की पार्टी के सदस्यों में परस्पर सौहार्द रहता है । संयुक्त क्रिकेट मैच होते हैं, साथ-साथ लंच होता है, साथ-साथ पिकनिक होती है और लेबर और कंजरवेटिव पार्टी के सदस्य एक ही कार में संसद में आते दिखलाई देते हैं । अब यह कहा जा सकता है कि यह तो गुलाम मानसिकता वाले देश का उदाहरण है, तो भारतीय उदाहरण में कुरुक्षेत्र युद्ध में पाण्डव शाम ढलते कौरवों के कैम्प में जाकर भीष्म पितामह के घावों में मलहम लगाते थे ।

असल में दोनों पक्षों को आत्म चिंतन की जरूरत है । यदि राज्यसभा के सभापति की नकल उतारना गलत है तो प्रधान सेवक द्वारा राहुल गांधी की नकल उतारना भी गलत है। यह कहना भी गलत है कि बरसाती पहनकर नहाना तो कोई डाक्टर साहब से पूछे । यह कटाक्ष डॉ. मनमोहन सिंह के लिए था ।

कोई भी राजनैतिक दल हो, उसके प्रवक्ता टी.वी. चैनलों में अन्य दलों को कोसते रहते हैं । इसके बात-बात में भाजपा या कांग्रेस या सपा या आप या टी.एम.सी. के प्रवक्ता किसी भी मुद्दे का मीडिया ट्रायल करते हैं । इस पर तो सर्वोच्च न्यायालय को रोक लगानी चाहिए क्योंकि अनेक बार न्यायालयों में लंबित केसों पर भी इनके द्वारा टिप्पणी करती देखी जा सकती है । स्वस्थ राजनीति में पक्ष और विपक्ष एक हैं । दोनों के सहयोग से प्रजातंत्र पुष्ट होगा! शेष शुभ ।

दो दिवसीय हिमगिरि महोत्सव की दून में रहेगी धूम

संवाददाता

देहरादून। हिमगिरी संस्था के अध्यक्ष गोपाल जोशी ने बताया कि हिमगिरी सोसाइटी अपनी 31वीं वर्षगांठ पर दो दिवसीय हिमगिरी महोत्सव-2024 का आयोजन करने जा रही है जिसमें लोक संस्कृति के साथ अन्य रंगारंग कार्यक्रमों का आयोजन किया जायेगा।

आज यह परेड ग्राउंड स्थित एक क्लब में पत्रकारो से वार्ता करते हुए संस्था के अध्यक्ष गोपाल जोशी ने पत्रकारों को महोत्सव के विषय विस्तृत जानकारी से रूबरू कराया। कार्यक्रम की रूपरेखा बताते हुये गोपाल जोशी ने कहा कि पहले दिन अर्थात 06 जनवरी प्रात: 11. बजे से साँय 6 बजे तक इंटर स्कूल क्विज प्रतियोगिता, कवि सम्मेलन तथा अनुरागी भाइयों के लोक गीत हैं। सांय 6 बजे मुख्य अतिथि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा दीप प्रज्वलित कर सांस्कृतिक कार्यकर्मों का शुभारंभ किया जाएगा, इसके साथ ही देश दुनिया में उत्तराखंड का नाम रोशन करने वाले महान विभूतियों जिसमें विज्ञान एवं प्रोद्योगिकी के क्षेत्र में डा. दिनेश कुमार असवाल, चित्रकला के क्षेत्र में प्रो. (डॉ०) शेखर चंद्र जोशी, पर्यावरण के क्षेत्र में सचिदानंद भारती को हिमगिरि गौरव सम्मान-2024 से सम्मानित किया जाएगा। इसी अवसर पर हिमगिरि के संस्थापक सदस्य एवं पूर्व निदेशक (अन्वेषण) दिनेश कुमार पांडे को तेल एवं गैस अन्वेषण के क्षेत्र में उनके उल्लेखनीय कार्यों तथा हिमगिरी की स्थापना के लिये मुख्य अतिथि द्वारा लाइफ टाइम अचिएवमेंट पुरस्कार से सम्मानित किया जाएगा। कार्यक्रम दूसरे दिन 07 जनवरी को नशामुक्त उत्तराखंड थीम पर आधारित वॉकथन का शुभारंभ जिलाधिकारी देहरादून द्वारा प्रात: 8 बजे किया जाएगा। तत्पश्चात इंटर स्कूल फोल्क डांस प्रतियोगिता, फैन्सी ड्रेस प्रतियोगिता, फैशन शो, चित्रकला प्रीतियोगिता की जाएंगी। इन्दु कुमार पांडे की संयोजकता में उत्तराखंड दशा एवं दिशा विषय पर विचार गोष्ठी का आयोजन किया जाएगा जिसमें मुख्य वक्ता लोकेश नवानी, श्रीमति कमला पंत, केदार सिंह रावत व प्रोफेसर विनय आनंद बौड़ाई होंगे। पत्रकार वार्ता में संस्था के सचिव आशीष चौहान, संदीप सिंह बिष्ट, एल मोहन लखेड़ा, देवेन्द्र बिष्ट, शोभा नेगी, विजय मधुर, मनमोहन नेगी, परमेश उनियाल, आर जे काव्या, मातबर सिंह असवाल आदि मौजूद थे।

❑मुख्यमंत्री करेंगे महोत्सव की सांस्कृतिक संध्या का शुभारंभ

करोड़ों की एमडीएमए ड्रग्स सहित तीन... ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

था। बाद मे अंडमान निकोबार मे खोकन गोलदार का 1 वीडियो उक्त ड्रग्स के सन्दर्भ मे वायरल हो गया था जिसमे अंडमान निकोबार पुलिस ने खोकन गोलदार व विश्वजीत मजूमदार के विरूद्ध मामला दर्ज किया था रूदपुर मे एसओजी द्वारा पकडे जाने पर शुभांकर खोकन और विश्वजीत हल्द्वानी जेल आये थे जहाँ उनकी हमसे मुलाकात और बातचीत हुयी जमानत मे हम पांचो लोग जब बाहर आये तो खोकन गोलदार और शुभांकर विश्वास ने उस समय का बचा हुआ 01 किलो एमडी एमए बिकवाने हेतु हम लोगो से सम्पर्क किया। हम लोग करीब 600 ग्राम माल टुकडो मे अलग अलग जगहो पर 5 करोड रूपये किलो के हिसाब से बेच चुके है। अब हम तीनो यह माल 45 लाख रूपये मे परोई बहेडी के रईश को देने जा रहे थे। बहरहाल पुलिस ने तीनों तस्करों को न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है। अन्तर्राष्ट्रीय बाजार में बरामद एमडीएमए ड्रग्स क्रिस्टल मेथ की कीमत लगभग 1 करोड 82 लाख रूपये आकी गयी है। वहीं आरोपियों के साथी शुभांकर विश्वास पुत्र सुभाष विश्वास निवासी पिपलिया की तलाश जारी है।

क्या घोटालेबाजों को जेल भेजेगी.. ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

कार्रवाई कर रही है और क्या वह उन्हें जेल भेजेगी? उन्होंने कहा कि अभी एक क्षेत्र विशेष सिल्ला गांव के किसानों के साथ ऐसा फर्जी वाड़ा होने का खुलासा हुआ है अगर इस योजना के अन्य लाभार्थियों की भी जांच सरकार करती है तो यह घोटाला एक बहुत बड़े घोटाले के रूप में सामने आएगा। उन्होंने कहा कि जिन किसानों ने योजना का लाभ लेने के लिए कोई आवेदन तक नहीं किया और न कोई सत्यापन किया गया उनके नाम लाख सवा लाख का लाभ ले लिया गया और अब मामला खुल जाने पर उनके घरों के आसपास प्लास्टिक पाइप व अन्य सामान फेंका गया यह हैरान करने वाली बात है। उन्होंने कहा कि इस मामले में घोटालेबाजों के खिलाफ तमाम सबूत हैं अब सरकार इस मामले में क्या कार्रवाई करती है यह उसके ऊपर निर्भर है। लेकिन एक बात साफ है कि इतना बड़ा घोटाला विभागीय अधिकारियों और कार्यदाई कंपनियों की मिलीभगत और सफेदपोशों के संरक्षण के बिना संभव नहीं है। उन्होंने कहा कि भाजपा जो भ्रष्टाचार पर जीरो टॉलरेंस की नीति का दम्भ भरती है उसके जीरो टॉलरेंस के सच को इस घोटाले ने बेनकाब कर दिया है।

उत्तराखण्ड वक्फ बोर्ड के क्रियाकलापों की वार्षिक रिपोर्ट 20 वर्षो से नहीं बनीः नदीम

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड वक्फ बोर्ड के क्रियाकलाप की वार्षिक रिपोर्ट राज्य सरकार द्वारा बनाकर 20 वर्षों से विधानसभा के समक्ष नहीं रखी गयी हैं। 2003 में राज्य वक्फ बोर्ड गठन से 2023 तक 20 वर्षों में से किसी भी वर्ष की वार्षिक रिपोर्ट बनी ही नहीं है। यह खुलासा सूचना अधिकार कार्यकर्ता नदीम उद्दीन को उत्तराखंड वक्फ बोर्ड के द्वारा उपलब्ध करायी गयी सूचना से हुआ है।

काशीपुर निवासी सूचना अधिकार कार्यकर्ता नदीम उद्दीन एडवोकेट ने वक्फ अधिनियम 1995 की धारा 98 के अन्तर्गत उत्तराखंड वक्फ बोर्ड की वार्षिक रिपोर्ट बनाने, विधानसभा के समक्ष रखने सम्बन्धी सूचना मांगी गयी थी। इसकी सूचना उपलब्ध न होने पर प्रथम अपील तथा उत्तराखंड सूचना आयोग को द्वितीय अपील की गयी। द्वितीय अपील में सूचना आयुक्त अर्जुन सिंह के आदेश के बाद उत्तराखंड वक्फ बोर्ड के लोक सूचना अधिकारी/रिकार्ड कीपर सोहन सिंह रावत ने अपने पत्रांक 1107 दिनांक 21 दिसम्बर 2023 से सूचना उपलब्ध करायी है। उपलब्ध सूचना के अनुसार उत्तराखंड गठन से सूचना उपलब्ध कराने की तिथि तक वक्फ अधिनियम 1995 की धारा 98 के अन्तर्गत प्रदेश के वक्फ बोर्ड व वक्फ सम्पत्तियों के प्रशासन के सम्बन्ध में वार्षिक रिपोर्ट नहीं बनी है तथा वार्षिक रिपोर्ट बनाकर विधानसभा के समक्ष नहीं रखी गयी है। नदीम के सूचना प्रार्थना पत्र के जिन वर्षों की वार्षिक रिपोर्ट नहीं बनी है उसके रिकार्ड पर उपलब्ध आधारों सहित पूर्ण विवरण सम्बन्धी बिन्दु की कोई सूचना नहीं उपलब्ध करायी गयी है। सूचना अधिकार कार्यकर्ता नदीम उद्दीन एडवोकेट ने बताया कि वक्फ अधिनियम 1995 धारा 98 के अनुसार राज्य सरकार वित्तीय वर्ष की समाप्ति के पश्चात यथाशीघ्र राज्य वक्फ बोर्ड के कार्यकरण और प्रशासन तथा उस वर्ष के दौरान राज्य में वक्फों के प्रशासन की बाबत एक साधारण वार्षिक रिपोर्ट तैयार करायेगी और उसे विधानसभा के समक्ष रखवाएगी। उपलब्ध अन्य सूचना के अनुसार राज्य में पंजीकृत वक्फ की संख्या कुल 3004 है जिसमें 2091 सुन्नी वक्फ तथा 13 शिया वक्फ शामिल है। वक्फ बोर्ड को सम्पत्तियों में हुई आय से अंशदान के रूप वित्तीय वर्ष 2022-23 में सुन्नी वक्फ सम्पत्तियों से केवल 22 लाख 48 हजार 805 रू. तथा शिया वक्फ सम्पत्तियों से 13790 रू. की धनराशि प्राप्त हुई है। नदीम के अनुसार राज्य द्वारा वक्फ बोर्ड व सम्पत्तियों के प्रशासन की वार्षिक रिपोर्ट वक्फ बोर्ड के 2003 में गठन से 2023 तक न बनाना अत्यंत चिन्ताजनक व आश्चर्यजनक है। इस रिपोर्ट के बनाने, सार्वजनिक होने तथा विधानसभा के समक्ष रखने से वक्फ सम्पत्तियों पर हो रहे अतिक्रमण को जहां प्रभावी ढंग से रोका जा सकता था तथा वक्फ सम्पत्तियों से होने वाली आय को बढ़ाया जा सकता था जो वक्फ अधिनियम के प्रावधानों के अनुसार मुस्लिमों तथा अन्य लोगों के सार्वजनिक हितों सहित लोक कार्यों में खर्च की जा सकती थी।

बांगा के जन्मदिवस पर रक्तदान शिविर का आयोजन

संवाददाता

देहरादून। सुनील कुमार बांगा के जन्मदिवस पर आयोजित रक्तदान शिविर में 50 लोगों ने रक्तदान किया।

आज यहां वरिष्ठ कांग्रेस व्यापारी नेता सुनील कुमार बांगा के जन्मदिन के उपलक्ष में एक रक्तदान शिविर का आयोजन व्यापारियों ने किया। जिसमें व्यापारियों ने और जनता ने अधिक संख्या में रक्तदान किया और सुनील कुमार को जन्मदिन की हार्दिक शुभकामनाएं और बधाई दी। सुनील कुमार ने भी उनका धन्यवाद किया और साथ इंद्रेश हॉस्पिटल के डॉक्टर अमित चंद्र और उनकी टीम का धन्यवाद किया। इस अवसर पर पूर्व विधायक राजकुमार, पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा, अशोक वर्मा और अधिक संख्या में व्यापारियों ने केक काटकर बांगा को जन्म दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं और बधाई दी और दीर्घायु की कामना की। इस अवसर पर 50 लोगों ने रक्तदान कर सहयोग दिया। रक्तदान देने वालों का आभार प्रकट करते हैं कि उन्होंने किसी दूसरे की जिंदगी बचाने के लिए अपना रक्तदान दिया।

6 जनवरी को पांच ग्राम पंचायतों में होगी संयुक्त बैठकः मर्तोलिया

संवाददाता

मुनस्यारी। नगर पंचायत को लेकर उत्पन्न असंमज्स की स्थिति पर जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया द्वारा 6 जनवरी को पंचायत में शामिल होने वाले 5 ग्राम पंचायतों की संयुक्त बैठक बुलाइ गई है।

प्रस्तावित नगर पंचायत को लेकर अभी भी क्षेत्र में असमंजस्य की स्थिति बनी हुई है। इसे दूर करने के लिए जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया द्वारा 6 जनवरी को पंचायत में शामिल होने वाले 5 ग्राम पंचायतों की संयुक्त बैठक बुलाई गई है। बैठक में विभिन्न विषयों के विशेषज्ञों को आर्मंत्रित किया गया है। हिमनगरी के नाम से विख्यात मुनस्यारी विकासखंड के मुख्यालय से जुड़े ग्राम पंचायत बूंगा, सरमोली, जैती, तल्ला घोरपट्टा, मल्ला घोरपट्टा को मिलाकर नगर पंचायत प्रस्तावित किया गया था। वर्ष 2015 में तत्कालीन हरीश रावत की सरकार ने सबसे पहले पंचायत बनाने की घोषणा की थी। भारी विरोध के बाद सरकार को बैक फुट पर जाना पड़ा। उसे काल में मुख्यमंत्री हरीश रावत इस क्षेत्र से विधायक का प्रतिनिधित्व कर रहे थे। सरकार बैक फुट में तो गई लेकिन पंचायत के लिए जारी अधिसूचना को शून्य नहीं किया गया। केवल अधिसूचना पर रोक लगाई गई थी। वर्तमान सरकार के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने वर्ष 2021 तथा 23 में दो बार नगर पंचायत बनाने की घोषणा की। यह सरकार पिछली सरकार से दो कदम आगे बढ़ गई। सरकार ने कैबिनेट में इस घोषणा को पारित करते हुए नगर पंचायत की अधिसूचना जारी कर दी। 19 दिसंबर को जिलाधिकारी रीना जोशी की अध्यक्षता में अधिसूचना के फल स्वरुप हुई आपत्तियों को सुना गया। उसके बावजूद नगर पंचायत के निर्माण का मार्ग प्रशस्त नहीं हो पा रहा है। आज जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया द्वारा प्रस्तावित नगर पंचायत के अंतर्गत सरकारी भूमि पर बसे स्थानीय परिवारों की भूमि का विनयमती करण या पट्टा दिए जाने की मांग को लेकर बैठक बुलाई गई थी। इस बैठक में शामिल ग्राम प्रधानों ने बताया कि आम जनता अभी भी नगर पंचायत को लेकर असमंजस की स्थिति में है। इस बात को दूर करने के लिए एक बैठक बुलाई जाने की आवश्यकता है। ग्राम प्रधानों ने कहा कि नगर पंचायत के निर्माण के बाद होने वाले लाभ तथा हानि के बारे में आम जनता को जागरूक किया जाना आवश्यक है। बैठक में तय किया गया कि 6 जनवरी को विकासखंड मुनस्यारी के सभागार में प्रस्तावित पंचायत को लेकर अंतिम बैठक बुलाई जाएगी। जिला पंचायत सदस्य मर्तोलिया द्वारा बैठक की सूचना जिलाधिकारी को देते हुए नगर पंचायत विशेषज्ञ, भूमि विशेषज्ञ, जल कर विशेषज्ञ, वन पंचायत विशेषज्ञ, पर्यटन विशेषज्ञ आदि को बैठक में आर्मंत्रित किया गया है।

एक नजर

कांग्रेस में शामिल हुई आंध्र के सीएम की बहन, पार्टी का विलय भी किया

नई दिल्ली। वाईएसआर तेलंगाना पार्टी की संस्थापक वाईएस शर्मिला गुरुवार को कांग्रेस पार्टी में शामिल हो गईं। शर्मिला को कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे और राहुल गांधी ने पार्टी दफ्तर में आयोजित कार्यक्रम में सदस्यता दिलाई। उन्होंने इस दौरान वाईएसआर तेलंगाना कांग्रेस के कांग्रेस में विलय की भी घोषणा की और कहा कि उन्हें जो भी जिम्मेदारी दी जाएगी वह उसे निभाएंगी। शर्मिला ने कहा, आज मैं वाईएसआर तेलंगाना पार्टी का कांग्रेस पार्टी में विलय करते हुए बहुत खुश हूं। मुझे बेहद खुशी है कि वाईएसआर तेलंगाना पार्टी आज से भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस का हिस्सा बनने जा रही है। इसके बाद वह कांग्रेस की पूर्व अध्यक्ष सोनिया गांधी के आवास पर उनसे मुलाकात की। कांग्रेस की सराहना करते हुए वाईएस शर्मिला ने कहा कि यह देश की सबसे बड़ी धर्मनिरपेक्ष पार्टी है, क्योंकि यह अटूट रूप से सभी समुदायों की सेवा करती है और सभी वर्गों के लोगों को एकजुट करती है। शर्मिला अविभाजित आंध्र प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री दिवंगत वाईएस राजशेखर रेड्डी की बेटी और आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री वाईएस जगन मोहन रेड्डी की छोटी बहन हैं। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी को प्रधानमंत्री के रूप में देखना उनके पिता का सपना था और उन्हें इसमें योगदान देकर खुशी होगी।

आम आदमी मोहल्ला क्लीनिक में फर्जी टेस्ट मामले की होगी सीबीआई जांच

नई दिल्ली। दिल्ली के सरकारी अस्पतालों में नकली दवाओं की आपूर्ति के बाद अब आम आदमी मोहल्ला क्लीनिक्स में पैथोलॉजी और रेडियोलॉजी टेस्ट में फर्जीवाड़े का मामला सामने आया है। आरोप है कि प्राइवेट लैब्स को लाभ पहुंचाने के लिए आम आदमी मोहल्ला क्लिनिक्स में नकली मरीजों पर लाखों टेस्ट किए गए। इस मामले की सबसे पहले स्वास्थ्य विभाग ने जांच की और अपनी रिपोर्ट विजिलेंस डिपार्टमेंट को भेज दी। विजिलेंस की विस्तृत रिपोर्ट आने के बाद दिल्ली के मुख्य सचिव ने फाइल उपराज्यपाल के पास भेजी। अब दिल्ली के एलजी वीके सक्सेना ने इस मामले में सीबीआई जांच की सिफारिश की है। उपराज्यपाल कार्यालय ने विजिलेंस डिपार्टमेंट की रिपोर्ट के हवाले से कहा है, औचक निरीक्षण में पाया गया कि किसी भी मोहल्ला क्लीनिक में डॉक्टर उपलब्ध नहीं थे। वे पहले से रिकॉर्ड किए गए वीडियो के माध्यम से अपना अटेंडेंस दर्ज कर रहे थे। अनुभवहीन स्टाफ मरीजों को दवा और टेस्ट लिख रहे थे। लाखों फर्जी टेस्ट के बदले प्राइवेट लैब्स को भुगतान किया गया। मरीजों की एंट्री दिखाने के लिए फर्जी और गैर-मौजूद मोबाइल नंबरों का उपयोग किया गया। इसमें कई सौ करोड़ रुपए के घोटाले की आशंका है। उपरोक्त आरोपों के आधार पर एलजी वीके सक्सेना ने मामले में सीबीआई इंक्वायरी की सिफारिश की है।

भगवान राम को मांसाहारी बताने वाले एनसीपी नेता ने मांगी माफी

नई दिल्ली। भगवान राम को मांसाहारी बताने वाले नेशनलिस्ट कांग्रेस पार्टी से विधायक जितेंद्र आव्हाड ने माफी मांग ली है। उन्होंने कहा है कि कभी-कभी गलती हो जाती है। अपने बयान पर माफी मांगते हुए जितेंद्र आव्हाड ने कहा कि वह इस मुद्दे को तूल नहीं देना चाहते थे। लेकिन वाल्मिकी रामायण में कई कांड हैं, जिनमें अयोध्या कांड भी है। इसमें श्लोक नंबर 102 है, जिसमें इसका जिक्र है। आव्हाड ने कहा, मैं बिना रिसर्च कुछ नहीं बोलता। मैं मुद्दे को तूल नहीं देना चाहता, लेकिन अगर मेरी बात से किसी को ठेस पहुंची है तो मैं माफी मांगता हूं। मैं खेद व्यक्त करता हूं। कभी-कभी गलती हो जाती है। बता दें कि शरद पवार गुट के एनसीपी नेता जितेंद्र आव्हाड ने भगवान राम को लेकर विवादित बयान दिया था। जितेंद्र आव्हाड ने विवादित बयान देते हुए कहा था कि राम हमारे हैं और वह बहुजन हैं। राम शाकाहारी नहीं, मांसाहारी थे। वे शिकार करके खाते थे। उनके इस बयान को लेकर बीजेपी और अजित गुट के नेताओं ने नाराजगी जाहिर की थी। अजित गुट की एनसीपी के कार्यकर्ताओं ने मुंबई में आव्हाड के खिलाफ विरोध प्रदर्शन किया था। अयोध्या में हनुमानगढ़ी के महंत राजू दास ने भी जितेंद्र आव्हाड के बयान पर निशाना साधा है। उन्होंने कहा कि भगवान राम पर यह बयान देने वाले भूल जाते हैं कि जंगल में कंदमूल भी पाए जाते हैं। भगवान राम सबके हैं, जितने भगवान राम ठाकुरों के हैं। उतना ही भगवान राम निषाद राज के भी हैं, जितने भगवान राम ब्राह्मणों के हैं उतने ही शबरी के भी हैं।

मुख्यमंत्री करेंगे राज्य स्तरीय युवा महोत्सव का शुभारंभः आर्य

संवाददाता

देहरादून। खेल मंत्री श्रीमती रेखा आर्य ने बताया कि 5 से 9 जनवरी तक होने वाले राज्य स्तरीय युवा महोत्सव का शुभारंभ मुख्यमंत्री के द्वारा किया जायेगा तथा कार्यक्रम स्थल पर प्रत्येक दिन विभिन्न आयोजन किये जायेंगे।

आज यहां सचिवालय स्थित मीडिया सेंटर में आयोजित पत्रकार वार्ता में खेल मंत्री श्रीमती रेखा आर्य ने कहा कि 5 से 9 जनवरी तक देहरादून के परेड मैदान में होने वाले राज्य स्तरीय युवा महोत्सव का मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी शुक्रवार को शुभारंभ करेंगे।

इस दौरान वह युवा महोत्सव कार्यक्रम स्थल पर फोटो गैलरी एवं विभिन्न स्टॉलों का भी भ्रमण करेंगे। युवा महोत्सव के प्रत्येक दिवस पर विभिन्न आयोजन होंगे। उन्होंने बताया कि परेड मैदान के खेल परिसर में स्टार्ट-अप, युवा समूहों, स्वयं सहायता समूहों, हैंडीक्राफ्ट, टेक्सटाइल एवं अग्रोप्रोड्क्ट आदि के 150 स्टॉल लगाए जाएंगे। साथ ही स्थानीय परंपरागत एवं फ्यूजन फूड पर आधारित 25 फूड फेस्टिवल के स्टॉल भी लगाए जाएंगे। इसके अलावा लोक गायकों की प्रस्तुति के साथ अलग-अलग दिवसों पर यूथ एज जॉब क्रिएटर्स विषय पर विभिन्न विशेषज्ञों द्वारा युवाओं के साथ परिचर्चा की जाएगी। खेल मंत्री ने बताया कि 12 जनवरी को स्वामी विवेकानंद जयंती पर देहरादून में राष्ट्रीय युवा दिवस का शुभारंभ भी मुख्यमंत्री ही करेंगे। इस दिन उनके हाथों विवेकानंद यूथ अवार्ड का भी वितरण किया जाएगा। इसके अलावा 12 से 16 जनवरी तक नासिक महाराष्ट्र में होने वाले राष्ट्रीय युवा महोत्सव में युवा महोत्सव के विजेता उत्तराखंड की ओर से प्रतिभाग करेंगे।

❑कार्यक्रम स्थल पर प्रत्येक दिवस पर आयोजित होंगे कार्यक्रम

पीजी कालेज में एडमिशन के नाम पर ठगे 17 लाख रुपये

संवाददाता

देहरादून। पीजी कालेज में दाखिले के नाम पर 17 लाख रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार एमडीडीए कालोनी चन्दर रोड निवासी आनन्द त्यागी ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका पुत्र रिजुल त्यागी जो कि एमबीबीएस उत्तीर्ण है को पीजी कालेज में दाखिला कराने के लिए एक व्यक्ति नाम दीपक कुमार ने सम्पर्क किया जिसने उसके पुत्र को प्रलोभन देते हुए कि वह उसके पुत्र का किसी अच्छे मेडिकल कालेज में कम फीस में दाखिला करा देगा व उपरोक्त दीपक कुमार धीरे धीरे उसके सम्पर्क में आया जिसने उसको आश्वस्त कराया कि वह उसके पुत्र का दाखिला किसी अच्छे कालेज में कम पैसों में करा देगा।

उपरोक्त दीपक कुमार द्वारा अपने बैंक की डिटेल जो कि बचत खाता आईएफएस सी कोड शाखा बिन्डसर पार्क इन्द्रापुरम गाजियाबाद व मनीपाल एजुकेशन सर्विसेज एकाउन्ट नम्बर करन्ट एकाउन्ट शाखा विन्डसर पार्क इन्द्रापुरम गाजियाबाद है उसको वाटसएप पर साझा किया व सभी कालेजों की फीस व कालेजों के नाम साझा किये व कालेज में दाखिले हेतु पैसों की मांग करी। उसको दीपक कुमार द्वारा उसके पुत्र का एडमिशन हेतु आश्वस्त करते हुए उससे 17 लाख रूपये लिये गये जो कि उसके द्वारा अपने एकाउन्ट से ट्रांसफर किये गये थे। उसने व उसके पुत्र द्वारा जब देखा कि काफी समय बीत गया और दीपक कुमार उसके पुत्र का एडमिशन नही करा पाया तो उसने व उसके पुत्र द्वारा बार बार दीपक से अपने रूपयों का तकाजा किया गया जिस पर दीपक कुमार द्वारा कोई न कोई बहाना बनाकर उसको व उसके पुत्र को टाला जाता रहा है।

25 लाख की प्रतिबन्धित काजल लकड़ी सहित तीन गिरफ्तार

लोकेन्द्र सिंह बिष्ट

उत्तरकाशी। पहाड़ों से तस्करी कर ला रहे 25 लाख की प्रतिबन्धित काजल लकड़ी सहित वन विभाग की टीम ने तीन वन तस्करो को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके खिलाफ सम्बधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही की जा रही है।

डीएफओ उत्तरकाशी डीपी बलूनी ने जानकारी देते हुए बताया कि एसडीओ कन्हैया लाल और रेंज अधिकारी मुकेश रतूड़ी के नेतृत्व में वन विभाग की टीम ने आज सुबह करीब पांच बजे गंगोरी बैरियर पर चेकिंग के दौरान एक वाहन को रोका। चेकिंग में वाहन से काजल लकड़ी के 200 कटोरे बरामद हुए। जिसे विभाग ने कब्जे में ले लिया। साथ ही प्रतिबंधित लकड़ी ले जा रहे ऋषि लाल पुत्र सुरेंद्र लाल, सोहन लाल पुत्र स्व. प्यारे लाल निवासी गुमानीवाला ऋषिकेश तथा उज्जन सिंह पुत्र ललित निवासी धारापुरी ओडा नेपाल को गिरफ्तार कर तीनों के खिलाफ वन अधिनियम में मुकदमा पंजीकृत किया है। एसडीओ कन्हैया लाल ने बताया कि आरोपी भटवाड़ी ब्लॉक के सौरा, सारी के जंगलों के प्रतिबंधित काजल लकड़ी लेकर जा रहे थे। बता दें कि विगत वर्ष 28 दिसंबर 2022 को भी पुलिस ने वन माफियाओं से उत्तरकाशी के डुंडा में इनोवा कार में लाखों की कांजल की लकड़ी बरामद की गयी थी।

युवती के इस्टाग्राम अकाउंट पर अभद्र टिप्पणी करने पर मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। युवती के इस्टाग्राम अकाउंट पर अभद्र टिप्पणी करने पर पुलिस ने अज्ञात युवक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार चंद्रबनी चोयला निवासी महिला ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी बेटी के इंस्टाग्राम अकाउंट पर एक युवक द्वारा अभद्र टिप्पणी की जा रही है जिससे उसका परिवार अपनी मान प्रतिष्ठा व जान का खतरा महसूस कर रही है वह एक हिन्दू वादी व समाजिक महिला है उसके पास कोई नही रहता बस दो बेटी व एक विकंलांग भाई है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी 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।