शनिवार
24 फरवरी 2024

पृष्ठ 4
कहीं आप भी इस तरीके से तो नहीं खाते हैं सेब?

पृष्ठ 5
एक्शन फिल्मों में महिलाओं का विकास प्रेरणादायक है : एमी

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 30
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दूनवैलीमेल

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

आज का विचार

मुस्कान थके हुए के लिए विश्राम है, उदास के लिए दिन का प्रकाश है तथा कष्ट के लिए प्रकृति का सर्वोत्तम उपहार है।
– अज्ञात

पुलिस मुठभेड़ में दो बदमाशों को लगी गोली, पुलिसकर्मी भी घायल

हमारे संवाददाता

देहरादून। राजधानी दून में देर रात हुई पुलिस मुठभेड़ में जहां दो बदमाशों के पैर में गोली लगी वहीं पुलिस कांस्टेबल भी घायल हो गया। गैंग का सरगना 11 सालों से वांटेड है जिस पर पूर्व में भी पुलिस पर हमला बोलने के मुकदमे दर्ज है। मुठभेड़ के बाद पुलिस ने दो घायलों सहित चार बदमाशों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से पिस्टल, तमंचे, कारतूस व एक स्कार्पियों कार भी बरामद की गयी है। घायल बदमाशों व पुलिस कर्मी का उपचार जारी है।

जानकारी के अनुसार देर रात थाना क्लेमेंटाउन क्षेत्र में नाकाबन्दी के दौरान बदमाशों और पुलिस के बीच मुठभेड़ हो गई। बताया जा रहा है कि यह मुठभेड़ गोकशी/ पशु तस्करी के मामलों में कुख्यात 11 साल से वांटेड बदमाश व उसके गिरोह के साथ हुई है। मुठभेड़ में कांस्टेबल प्रदीप के पैर में एक गोली लगी वहीं जवाबी फायरिंग में सहारनपुर के कुख्यात बदमाश फैजान उर्फ फिल्टर के पैर पर दो गोली लगी है और दूसरे बदमाश एहसान के एक गोली लगना बताया जा रहा है। मुठभेड़ के दौरान पुलिस ने 4 बदमाशों को गिरफ्तार कर उनके पास से स्कॉर्पियो वाहन भी बरामद कर लिया गया है जिसमें बदमाश घूम रहे थे।

वहीं बदमाशो के कब्जे से, पिस्टल, तमंचे भी पुलिस द्वारा बरामद किए गए हैं। आरोपी फैजान उर्फ फिल्टर निवासी फतेहपुर सहारनपुर 5000 रूपये का इनामी बदमाश है, जिस पर 15 से भी ज्यादा आपराधिक मुकदमे दर्ज हैं व उस पर 2 वर्ष पूर्व में भी सहारनपुर पुलिस पर फायरिंग करने (पुलिस मुठभेड़) का मुकदमा दर्ज हैं, आरोपी फैजान वर्ष 2012 से वांटेड चल रहा हैं। वहीं शमीम पर 12 मुकदमे हैं व एहसान पर 4 मुकदमे दर्ज हैं। घटना की जानकारी मिलने पर एसएसपी देहरादून द्वारा टीमें गठित कर तत्काल बदमाशों की गिरफ्तारी के निर्देश दिए गए थे व एसएसपी द्वारा घटनास्थल पर जाकर निरीक्षण किया गया तथा घायल कांस्टेबल के स्वास्थ्य की जानकारी चिकित्सालय जाकर चिकित्सकों से ली गई। घायल पुलिस कांस्टेबल व बदमाशों को उपचार हेतु अस्पताल में भर्ती कराया गया है।

यूसीसी को अमली जामा पहनाने की तैयारी तेज

❑ रूल्स एंड इम्पलीमेंट समिति की बैठक, 3 उप समिति बनाई

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में जल्द से जल्द यूसीसी कानून को धरातल पर उतारने की कवायद तेजी से जारी है। 7 फरवरी को विधानसभा से यूसीसी विधेयक को पारित करने के लिए बाद इसे लागू करने के लिए नियम कानून बनाने के लिए आज बीजापुर गेस्ट हाउस में एक बैठक का आयोजन किया गया। रूल्स एंड इंप्लीमेंटेशन के लिए बनाई गई समिति द्वारा आज इस मुद्दे पर चिंतन मंथन किया गया कि इस कानून को बेहतर तरीके से कैसे लागू किया जाए।

पूर्व मुख्य सचिव शत्रुघ्न सिंह की अध्यक्षता में बनी इस समिति के सदस्यों ने आज इसके लिए और उप समितियां बनाने का फैसला लिया है। समिति के सदस्यों का मानना है कि इन उप समितियों के जरिए इस बात की कोशिश की जाएगी कि कोई भी काम समय से पहले ही पूरा किया जा सके। विधानसभा से पास हो जाने के बाद अब यह बिल राज्यपाल की मंजूरी के लिए राजभवन भेजा गया है। देखना होगा कि राजभवन द्वारा इसमें यथावत हस्ताक्षर के वापस गृह विभाग को भेज दिया जाता है। गृह विभाग द्वारा यह बिल राष्ट्रपति की मंजूरी के लिए राष्ट्रपति भवन जाएगा। राष्ट्रपति भवन से हस्ताक्षर होते ही सभी औपचारिकताएं पूरी हो जाएगी। लेकिन इसमें थोड़ा समय भी लग सकता है। लोकसभा चुनाव की अधिसूचना जो अब 15 दिन के अंदर कभी भी जारी हो सकती है इसलिए सरकार का प्रयास है कि इससे पूर्व ही इन्हें पूरा कर लिया जाए। मुख्यमंत्री धामी खुद इसकी पैरोंकारी करने में लगे हैं। देखना होगा कि कब तक काम पूरा हो पाता है।

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

यूपी पुलिस की भर्ती परीक्षा निरस्त

हमारे संवाददाता

लखनऊ। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने बड़ा निर्णय लिया है। यूपी पुलिस सिपाही भर्ती परीक्षा निरस्त की जाएगी। मुख्यमंत्री योगी ने कहा कि 6 माह के भीतर ही पूर्ण शुचिता के साथ परीक्षा आयोजित की जाएगी।

बता दें कि यूपी पुलिस भर्ती परीक्षा में पेपर लीक होने की घटना के बाद योगी सरकार ने बड़ा फैसला लेते हुए पेपर को रद्द करने का ऐलान किया है। सीएम योगी ने बताया कि 6 महीने के अंदर ही फिर से परीक्षा कराई जाएगी। मुख्यमंत्री योगी ने कहा कि युवाओं की मेहनत और परीक्षा की शुचिता से खिलवाड़ करने वालों के खिलाफ कठोरतम कार्रवाई होगी।

बता दें कि पेपर लीक कराने वाले एसटीएफ की रडार पर हैं और अब तक कई गिरफ्तारियां हो चुकी हैं।

श्रद्धालुओं से भरी ट्रैक्टर ट्राली तालाब में गिरी, 20 की मौत

हमारे संवाददाता

कासगंज। सड़क दुर्घटना में आज सुबह श्रद्धालुओ से भरी एक ट्रैक्टर ट्राली के तालाब में गिर जाने से 20 लोगों की मौत हो गयी है। मृतकों में आठ महिला व सात बच्चे भी शामिल है। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर राहत व बचाव कार्य शुरू कर घायलों को अस्पताल पहुंचाया। जहां उनकी हालत गम्भीर बनी हुई है।

मामला पटियाली-दरियावगंज मार्ग का है। मिली जानकारी के अनुसार यहां पर एक ट्रैक्टर ट्रॉली का भारी हादसा हुआ है, जिसमें श्रद्धालुओं से भरी गाड़ी तालाब में जा गिरी। इस हादसे में अब तक 20 से अधिक लोगों की मौत हो चुकी है, जिनमें आठ महिलाएं और साथ ही बच्चे भी शामिल हैं।

बताया जा रहा है कि हादसे के बाद तालाब में जाकर ट्रैक्टर ट्रॉली पलट गई, जिसमें ज्यादातर लोगों ने दर्दनाक स्थिति में दम तोड़ दिया। मौके पर राहत और बचाव का कार्य जारी है। जिला अस्पताल में चिकित्सकों की टीम मौके पर पहुंची है और गंभीर घायलों का इलाज शुरू हो गया है। परिवारों में चीत्कार मची हुई है और राज्य सरकार ने घायलों के लिए मुआवजा घोषित किया है। मृतकों में एक एक परिवार के कई-कई लोग शामिल हैं। प्रशासन द्वारा अब तक 20 लोगों की मौत की पुष्टि की जा चुकी है। सीएमओ डॉ. राजीव अग्रवाल ने बताया कि सात बच्चे और आठ महिला पटियाली के सीएचसी पर मृतक घोषित किए गए हैं। इसके साथ ही पांच और को मृत घोषित कर दिया गया। एंबुलेंस से जो अन्य घायल जिला अस्पताल लाए गए हैं उनका परीक्षण चल रहा है। मृतकों की संख्या बढ़ने की आशंका बनी हुई है। स्थिति अधिक गंभीर है।

दून वैली मेल

संपादकीय

कर्मचारियों को बड़ी राहत

उत्तराखंड राज्य गठन के बाद से तमाम सरकारी विभागों में कर्मचारियों की कमी को पूरा करने के लिए दैनिक वेतन, तदर्थ और संविदा पर बड़ी संख्या में कर्मचारी को काम पर रखे जाने की एक रवायत जारी रही है। इसमें कोई संदेह नहीं है कि इन कर्मचारियों को किसी संवैधानिक चयन संस्था द्वारा चयनित नहीं किये जाने के कारण तमाम अयोग्य लोग भी सरकारी सेवा में आने में कामयाब हो गए वहीं शासन-प्रशासन में बैठे लोगों का फायदा उठाने वालों ने इसका भरपूर लाभ भी उठाया लेकिन इन कर्मचारियों को राज्य में 10-15 सालों तक सेवाएं देने के बावजूद भी नियमित न किया जाना इन कर्मचारियों के साथ अन्याय ही कहा जा सकता है। भले ही उन्होंने यह नौकरी अपने रसूखों के जरिए पाई हो या किसी अन्य सोर्स सिफारिश से लेकिन उन्होंने सरकार को अपनी सेवाएं दी है। इससे इनकार नहीं किया जा सकता है। सरकार और अदालत के फैसलों के बीच इन कर्मचारियों का भविष्य जिस तरह से बीते 18-20 सालों से अधर में लटका हुआ है वह कतई भी ठीक नहीं कहा जा सकता है। हाई कोर्ट द्वारा इन कर्मचारियों के नियमितीकरण पर लगी रोक को हटाते हुए 10 साल से अधिक समय से काम करने वाले सभी कर्मचारियों को नियमित करने के आदेश दिए गए हैं जिससे राज्य के 10 हजार के आसपास कर्मचारियों के नियमित होने का उम्मीदें एक बार फिर बढ़ गई है। ऐसा हम इसलिए कह रहे हैं क्योंकि न्यायालय द्वारा तो इस मुद्दे पर पहले भी फैसला दिया गया था जिसे सरकार ने नहीं माना था। दरअसल राज्य की सरकारों द्वारा अपने-अपने हिसाब और सुविधाओं के अनुसार इन्हें इस्तेमाल किया जाता रहा है कभी कोई सरकार इन्हें 5 साल काम करते हुए, कोई सरकार 10 साल काम करने के आधार पर नियमित करने या उनका सेवाकाल घटा व बढ़ाकर अथवा उनको वेतन और अन्य सुविधाएं देकर इन कर्मचारियों को बहलाती रही है। लेकिन उनकी स्थाई समस्या का समाधान किसी ने भी नहीं किया है अब एक बार फिर हाई कोर्ट द्वारा इन्हें स्थाई करने का जो फैसला दिया गया है वही सही मायने में इन कर्मचारियों की तमाम समस्याओं का सही समाधान है। अब देखना यह है कि चुनावी दौर में आये इस अदालती फैसले पर सरकार कब और कैसे अमल करती है। क्योंकि 15 दिन के अंदर चुनाव आचार संहिता भी लागू होने वाली है। जिसके बाद सरकार पर तमाम पाबंदियां भी लग जाएगी। लेकिन इसमें कोई संदेह नहीं है कि यह फैसला उन तमाम कर्मचारियों के लिए सही है जो तदर्थ या फिर संविदा पर 10 साल से भी अधिक समय से काम कर रहे हैं। जहां तक राज्य में सरकारी नौकरियों के बंदर बांट का सवाल है वह भी किसी से नहीं छिपा है। एक तरफ रसूखदारों ने बैकडोर से अपने परिजनों व रिश्तेदारों को सरकारी नौकरी दिलाने का काम किया जाता रहा है वहीं भर्तियों में भी भारी धांधली होती रही है। अकेले शिक्षा विभाग में सैकड़ो की संख्या में फर्जी दस्तावेजों से लोगों ने शिक्षकों की नौकरियां पा ली। विधानसभा और सचिवालय में बैठे लोगों ने न जाने कितने अपने लोगों को नौकरियों पर लगवा दिया। खैर जो अनियमित कर्मचारी है वह अगर नियमित हो जाते हैं तो उनकी जिंदगी का अंधेरा जरूर दूर हो जाएगा। कोर्ट का यह फैसला उनके लिए बड़ी राहत वाला फैसला है।

निगम के निर्माण कार्य निम्न क्वालिटी के:पिन्नी

संवाददाता

देहरादून। जन संघर्ष मोर्चा के मीडिया प्रभारी प्रवीण शर्मा पिन्नी ने कहा कि भंडारागार निगम के द्वारा खाद्यान्न गोदामों के जो निर्माणकार्य कराये वह सभी निम्न क्वालिटी के हैं।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा के जिला मीडिया प्रभारी प्रवीण शर्मा पिन्नी ने कहा कि वर्ष 2022 व 2023 में राज्य भंडारागार निगम ने विकासनगर के खाद्यान्न गोदामों की मरम्मत, रंग पुताई, प्लेटफॉर्म मरम्मत, शटरों की ऊंचाई, नाली निर्माण, सड़क निर्माण, सड़क मरम्मत, रैंप उठाने आदि कार्यों लगभग डेढ़ करोड़ रुपए खर्च कर डाले, जिसमें जनवरी 2022 में 24.65 लाख, अक्टूबर 2022 में लगभग 59.00 लाख व मई 2023 में 65.00 लाख के कार्य कराये, जिनकी गुणवत्ता बहुत ही निम्न प्रकार की है। यहां तक की कुछ माह पहले बनी सड़क टूट चुकी है तथा गोदाम मरम्मत में प्रयुक्त सामान भी निम्न क्वालिटी का लगाया गया है यानी मानकों की धज्जियां उड़ाई गई हैं। अगर गहनता से जांच की जाए तो टेंडरों में भी हुए गड़बड़झाले से इनकार नहीं किया जा सकता। मोर्चा इस घोर अनियमितता की जांच कराने को लेकर शासन में दस्तक देगा।

ज्योतिर्यज्ञस्य पवते मधु प्रियं पिता देवानां जनिता विभूवसुः।
दधाति रत्नं स्वधयोरपीच्यं मदिन्तमो मत्सर इन्द्रियो रसः।।
(ऋग्वेद ९-८६-१०)

हे परमात्मा ! आप समस्त ब्रह्मांड की आनंद ज्योति हो। आप प्रबुद्ध और पवित्र मनुष्यों के प्रिय हैं। आप समस्त संसार के निर्वाहक हो। आप सभी पदार्थ और आत्मा में व्याप्त हो। आप उपासकों के हृदय की ज्योति हो। आप आनंद और शांति के गुप्तकोश के स्वामी हो। आपकी सबको वंदना करनी चाहिए।

उत्तराखण्ड में सनातन परंपरा युक्त संत नेतृत्व की आवश्यकता है: गिरी

संवाददाता

देहरादून। हिन्दू रक्षा सेना के राष्ट्रीय अध्यक्ष महामंडलेश्वर स्वामी प्रबोधानन्द गिरी ने कहा कि उत्तराखण्ड को बचाने के लिए उत्तराखण्ड में मजबूत सक्रिय, तुष्टिकरण रहित, सनातन परंपरा युक्त संत नेतृत्व की आवश्यकता है।

आज यहां परेड ग्राउंड स्थित एक क्लब में पत्रकारों से वार्ता करते हुए महामंडलेश्वर स्वामी प्रबोधानन्द गिरी ने कहा कि निरंतर देव भूमि के स्वरूप को बिगड़ने में नेताओं की उदासीनता प्रमुख कारण है। उन्होंने कहा कि देवभूमि के आध्यात्मिक स्वरूप को बचाने के लिए उत्तराखण्ड के संत चिंतित है। उत्तराखण्ड में निरंतर लव जिहाद, लैंड जिहाद, धर्म परिवर्तन, सीमाओं पर देशद्रोही गतिविधियां आदि घटनाएं निरंतर बढ रही है देवभूमि के शांतिप्रिय स्वरूप को बिगाडने का निरंतर प्रयास हो रहा है जिसका परिणाम हल्द्वानी में दंगा होना तथा अन्तर्राष्ट्रीय सीमाओं पर देशद्रोही एवं जिहादी गतिविधियों का बढना देवभूमि के लिए दुर्भाग्यपूर्ण है। जिसके कारण संतों ने अनेकों मीटिंग की समस्या के समाधान पर चर्चाएं हुई।

उन्होंने कहा कि चर्चाओं में निष्कर्ष निकाला कि उत्तराखण्ड को बचाने के लिए उत्तराखण्ड में मजबूत सक्रिय तुष्टिकरण रहित, सनातन परम्परा युक्त संत नेतृत्व की आवश्यकता है। भारत साधु समाज के अध्यक्ष बाबा हठयोगी ने कहा कि देवभूमि बचाना संतों का प्रथम धर्म है देवभूमि बचाने के लिए देवभूमि का द्वार हरिद्वार संसदीय क्षेत्र का नेतृत्व भारतीय सनातन संस्कृति का स्थानीय संत करें।

बाबा हठयोगी ने कहा कि देवभूमि के वास्तविक स्वरूप को बचाने के लिए कोई स्थानीय संघर्षशील सनातनी, जनता की पीढा को महसूस करने वाले संत को भारतीय जनता पार्टी हरिद्वार लोकसभा का प्रत्याशी बनाए जो संसद में सांसद बनकर उत्तराखण्ड की आवाज को बुलंद कर सके।

आंदोलनकारी परिषद ने किया रंत रविदास को याद

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद ने संत रविदास जयंती पर उनको याद कर उनके जीवन से प्रेरणा लेने का आहवान किया।

आज यहां कचहरी परिसर स्थित शहीद स्थल पर उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद ने संत रविदास जयंती के अवसर पर उन्हें याद किया।

इस अवसर पर परिषद के जिला अध्यक्ष सुरेश कुमार व प्रदेश उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल ने कहा कि हमें संत रविदास के जीवन से प्रेरणा लेनी चाहिए तथा अपने जीवन को सफल बनाना चाहिए साथ ही समाज के उत्थान हेतु कार्य करने चाहिए जिससे दबे कुचले लोगों का उद्धार हो सके।

संत रविदास को याद करने वालों में नवनीत गुसांई, शमशेर सिंह चौहान, सुशील विरमानी, राजू थापा, मनीष चौहान व राकेश भटट आदि शामिल हुए।

15 लीटर कच्ची शराब सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

चमोली। कच्ची शराब तस्करी में लिप्त दो लोगों पुलिस ने अलग-अलग स्थानों से 15 लीटर कच्ची शराब सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिनके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत अग्रिम कार्यवाही जारी है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना गोपेश्वर पुलिस द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान पुलिस को नया बस अड्डा गोपेश्वर के समीप बाइक सवार एक संदिग्ध आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह बाइक मोड़कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। वाहन पर से पुलिस ने जैरिकन में रखी दस लीटर कच्ची शराब बरामद की। पूछताछ में उसने अपना नाम रविंदर पाल पुत्र जसवंत सिंह निवासी ब्रह्मसैंण गोपेश्वर बताया। वहीं दूसरी ओर पुलिस ने बादल पुत्र विजय पुंडीर निवासी नया बस अड्डा गोपेश्वर को 5 लीटर कच्ची शराब के साथ गिरफ्तार किया गया है। पुलिस ने दोनो आरोपियो के खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी गयी है।

रविदास जयंती पर की विशेष पूजा अर्चना, रविदास घाट के निर्माण की मांग

संवाददाता

हरिद्वार। संत शिरोमणि रविदास जयंती पर पूर्व मंडी अध्यक्ष संजय चोपडा ने विशेष पूजा अर्चना कर सरकार से हरिद्वार में रविदास घाट के निर्माण की मांग की।

आज यहां संत शिरोमणि रविदास की जयंती के अवसर पर पूर्व मंडी अध्यक्ष संजय चोपड़ा के नेतृत्व में बिरला घाट पर मां गंगा की विशेष पूजा अर्चना के साथ भजन कीर्तन कर प्रसाद वितरण के साथ संत शिरोमणि रविदास के चित्र पर माला अर्पण कर पुष्पांजलि अर्पित की। संत शिरोमणि रविदास को याद करते हुए सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि यों ने उत्तराखंड सरकार से मांग की संत शिरोमणि रविदास की मूर्ति का अनावरण कर मां गंगा के समीप रविदास घाट बनाए जाने के साथ संत शिरोमणि रविदास उद्यान पार्क बनाए जाने की मांग को भी

दोहराया। इस अवसर पर पूर्व मंडी अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा संत शिरोमणि रविदास मां गंगा के सच्चे भक्त थे मुगल शासन के दौरान हिंदुत्व को जगाते हुए सनातन के लिए एक अनोखी मुहिम चलाकर जगत में नया प्रकाश किया था गंगा पुत्र संत शिरोमणि रविदास के नाम पर सरकार द्वारा वाराणसी बनारस की तर्ज पर घाट का निर्माण किया जाना चाहिए और नई पीढ़ी संत शिरोमणि रविदास द्वारा किए गए रचनात्मक कार्यों को याद रख सके। इसके लिए मां गंगा के समीप संत शिरोमणि रविदास उद्यान पार्क बनाए जाने की सार्थक पहल सरकार की और से की जानी चाहिए। संत शिरोमणि रविदास की जयंती के अवसर पर मां गंगा की विशेष पूजा अर्चना अपने श्रद्धा सुमन अर्पित करते सामाजिक कार्यकर्ता ओमप्रकाश भाटिया, पंडित मनीष शर्मा, जय सिंह बिष्ट, लालचंद, भोले शंकर, विजय शंकर, बबली, पंडित कृष्णानंद, ओमप्रकाश कालियान, जयपाल जाटव, नीरज जाटव, हरेंद्र सिंह, राजेश अरोड़ा, मीरा देवी, पुष्पा दास, सुषमा देवी आदि प्रमुख रूप से शामिल रहे।

केल बनाम पालकः जानिए सेहत के लिए इनमें से किसका सेवन है ज्यादा बेहतर

जब हरी पत्तेदार सब्जियों की बात आती है तो सूची में सबसे आगे केल और पालक को माना जाता है।ये दोनों सब्जियां विभिन्न खनिजों से भरपूर होती हैं, जिस वजह से इन्हें डाइट में शामिल करने से कई स्वास्थ्य लाभ मिल सकते हैं, लेकिन इनमें से बेहतर कौन-सी सब्जी है?कई लोग इस बात को लेकर बहस करते हैं कि केल में पालक से ज्यादा पोषण होते हैं। आइए इन दोनों सब्जियों की तुलना कर इसकी सच्चाई जानते हैं।

केल और पालक का स्वाद

केल ब्रैसिका ओलेरासिया पौधे के परिवार से संबंधित है और इसकी पत्तियां गहरे हरे रंग की होती हैं। केल की पत्तियों को सलाद के तौर पर खाया जाता है और इनका स्वाद थोड़ा कड़वा और चटपटा होता है।हालांकि, केल की कुछ किस्में खाने योग्य नहीं होती हैं।पालक ऐमारैंथ नामक पौधे के परिवार से संबंधित है। इसका स्वाद हल्का कड़वा होता है और इसे कच्चा या पकाकर खाया जा सकता है।

पालक के फायदे

पालक कई ऐसे पोषक तत्वों से समृद्ध होता है, जो शारीरिक और मानसिक विकास में अहम भूमिका अदा कर सकते हैं। इसके साथ ही ये कई गंभीर बीमारियों के प्रभाव को कम करने में मदद कर सकते हैं।उदाहरण के लिए, मधुमेह के स्तर को नियंत्रित रखने, मोटापे से राहत दिलाने और कुछ तरह के कैंसर के जोखिम को कम करने में पालक सहायक साबित हो सकता है।पालक का सेवन हड्डियों और मेटाबॉलिज्म के लिए भी लाभदायक है।

केल के सेवन से मिलने वाले स्वास्थ्य लाभ

केल में अन्य पत्तेदार सब्जियों की तुलना में अधिक मात्रा में एंटी-ऑक्सीडेंट गुण शामिल होते हैं, इसलिए इसका सेवन शरीर से मुक्त कणों को दूर करने और अलग-अलग तरह की शारीरिक सूजन को कम करने में मदद कर सकता है।यहीं नहीं, केल में एंटी-ऑक्सीडेंट के साथ-साथ कार्डियोप्रोटेक्टिव और हेपेटोप्रोटेक्टिव प्रभाव मौजूद होते हैं, जो हृदय और लीवर को सुरक्षित रखने में मदद कर सकते हैं।इसलिए केल को डाइट में जरूर शामिल करें।

इनमें से किसका चयन करना ज्यादा बेहतर है?

केल और पालक की पोषण सामग्री और स्वास्थ्य लाभों में छोटे-छोटे अंतर ही हैं, इसलिए यह आपका व्यक्तिगत फैसला की इनमें से किसका चयन करना चाहिए।वैसे दोनों ही सब्जियां स्वास्थ्य के लिए लाभदायक हैं, लेकिन इनका अधिक सेवन सेहत के लिए खतरा भी बन सकता है। इसलिए इनका सेवन सीमित मात्रा में ही करें।पालक को तो आप इन 5 व्यंजनों के जरिए भी अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं।(आरएनएस)

बच्चा करे पीठ दर्द की शिकायत तो न करें नजर अंदाज

क्या आपका युवा होता बच्चा अक्सर कमर दर्द की शिकायत करता है? अगर ऐसा है तो अलर्ट हो जाइए ऐसे में वह स्मोकिंग और ड्रिंकिंग की तरफज्यादा झुकाव महसूस कर सकता है।

इतना ही नहीं उसे ऐंग्जाइटी और डिप्रेशन जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं। हालांकि अक्सर लोग इसे मामूली समझकर अक्सर इस पर ध्यान नहीं देते लेकिन कुछ युवा बच्चों को होने वाला बैकपेन उनकी रोजमर्रा की जिंदगी पढ़ाई और उनके स्वास्थ्य पर प्रभाव डालता है। स्टडी में पता चला कि दर्द की फ्रीक्वेंसी जितनी बढ़ी उसी अनुपात में स्मोकिंग ड्रिंकिंग और स्कूल मिस करने के मामले सामने आए। मान लीजिए 14-15 साल के जिन बच्चों को हफ्ते में 2-3 बार से ज्यादा बार दर्द हुआ वे दर्द न होने वाले बच्चों की अपेक्षा 2-3 गुना ज्यादा ड्रिंक और स्मोकिंग करते पाए गए। इसी तरह जिन बच्चों को हफ्ते में एक बार से ज्यादा दर्द हुआ उन्होंने दोगुना स्कूल मिस किया।

कहीं मुश्किल में न डाल दे ओवरईटिंग की आदत!

हम सभी जानते हैं ओवरईटिंग की वजह से मोटापा बढ़ता है। ये हमारे स्वास्थ्य के लिए नुकसानदायक है। इसकी वजह से मोटापा बढ़ने लगता है और कई तरह की बीमारियां हो सकती हैं। अमेरिकन जर्नल ऑफ फिजियोलॉजी- एंडोक्रिनोलॉजी एंड मेटाबॉलिज्म में प्रकाशित अध्ययन कहता है कि कभी- कभार ओवरईटिंग करने से कोई साइडफेक्ट नहीं होता है। लेकिन रोजाना ओवरईटिंग करने से शरीर में फैट जम जाता है, जिसकी वजह से वजन बढ़ने लगता है और डायबिटीज समेत अन्य गंभीर बीमारियां हो सकती हैं। आइए जानते हैं ओवरईटिंग किस तरह अपकी सेहत के लिए नुकसानदायक है।

फैट का जमना

ओवरईटिंग से डाइजेशन प्रोसेस धीरे हो जाता है। जिसकी वजह से आपके पेट में लंबे समय तक खाना जमा हो जाता है। इसकी वजह से आपका वजन बढ़ने लगता है और आप मोटापे से जूझने लगते हैं।

टाइप- 2 डायबिटीज का खतरा

ओवरईटिंग से वजन अधिक हो जाता है जिसकी वजह से आप टाइप 2 डायबिटीज के शिकार हो जाते हैं। अमेरिकन डायबिटीज एसोसिएशन का कहना है कि क्रोनिक ओवरईटिंग की वजह से ब्लड सेल्स में ग्लूकोज की मात्रा बढ़ जाती है। इसकी वजह से डायबिटीज का खतरा बढ़ जाता है।

सोने के पैटर्न पर असर पड़ता है

ओवरईटिंग की वजह से सुस्ती हो सकती है और सोने के पैटर्न को प्रभावित करता है। अधिक खाने की वजह से पेट की परेशानी हो सकती हैं और आपके लिए सोना भी मुश्किल हो सकता है।

हृदय स्वास्थ्य के जोखिम को बढ़ाता है

अधिक खाने की वजह से हृदय से संबंधित बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। ओवरईटिंग की वजह से स्ट्रेस हार्मोन रिलीज होते हैं जो हार्ट रेट और ब्लड प्रेशर को बढ़ाने का काम करते हैं। अगर किसी व्यक्ति को हृदय की समस्या है तो ओवरईटिंग की वजह से ये खतरा 4 गुना बढ़ जाता है।

दिमाग सही से काम नहीं कर सकता है

खाने में बहुत अधिक कैलोरी खाने की वजह से याददाश्त कमजोर हो सकती है। ओवरईटिंग की वजह से यूरोग्रैलाइन हार्मोन का उत्पादन सही से नहीं होने की वजह से दिमाग के सिग्नल ढंग से काम नहीं कर पाते हैं।

ओवरईटिंग को रोकने के टिप्स

1। कई लोग बस इसलिए इतना ज्यादा खाते हैं क्योंकि उनकी भूख शांत नहीं होती है। कुछ समय बाद दोबारा भूख लग जाती है।

2। बेहतर पाचन के लिए धीरे-धीरे खाना खाएं और अपना भोजन ठीक से चबाएं।

3। फाइबर से भरपूर भोजन खाएं क्योंकि यह आपको अधिक समय तक फुल रखता है।

4। भूख बढ़ाने वाले हार्मोन घ्रेलिन की भूख के स्तर को कम करने के लिए डाइट में प्रोटीन शामिल करें।

घर के कोनों पर निर्माण से पड़ता है विपरीत प्रभाव

कई बार देखा जाता है कि नये घर में जाने के बाद व्यक्ति की परेशानियां बढ़ जाती हैं। इसके पीछे सही वास्तु के अनुसार घर का निर्माण नहीं होना भी जिम्मेदार हो सकता है।

कई घरों में लोग किसी एक कोने में भी निर्माण करा लेते हैं। कोई कमरा या गैराज बनाकर उसका उपयोग करते हैं। वास्तु के अनुसार, इस तरह के निर्माण का घर और उसमें रहनेवाले व्यक्तियों पर विपरीत प्रभाव पड़ता है।

प्लॉट की पूर्व और उत्तर दिशा के मिलने पर बने कोने को ईशान कोण कहते हैं। अगर इस कोण पर ढक्कन लगा दिया जाए तो इस घर में रहनेवाले लोगों का जीवन कष्टों से भर सकता है। उन्हें कई प्रकार की समस्याएं आ सकती हैं। वास्तु के अनुसार, यह निर्माण खासतौर पर घर के बड़े पुत्र के लिए कष्टदायी हो सकता है।

यदि कंपाउंड वॉल के आग्नेय कोण यानी पूर्व और दक्षिण दिशा के मिलने की जगह पर निर्माण करा दिया जाता है तो इससे परिवार में अनहोनी और अकाल मृत्यु की स्थितियां निर्मित हो सकती हैं।

प्लॉट की कंपाउंड वॉल के वायव्य कोण यानी उत्तर और पश्चिम दिशा के कोने पर यदि निर्माण कराया जाता है तो इस घर में रहनेवाले लोगों को आर्थिक और पारिवारिक जीवन में बहुत ही अधिक दिक्कतों का सामना करना पड़ सकता है। जब तक भाग्य घर के लोगों का साथ देता है, तब तक इन प्रभावों का अहसास नहीं होता लेकिन जैसे ही ग्रह-स्थिति बदलती है तो परिवार की हालत बहुत खराब हो जाती है।

उर्दू भाषा के तौर-तरीकों और लहजे को अपनाना आसान नहीं था: सीरत कपूर

शो रब से है दुआ में मन्नत का किरदार निभा रहीं अभिनेत्री सीरत कपूर ने खुलासा किया कि उर्दू भाषा के तौर-तरीकों और लहजे को अपनाना आसान नहीं था।

एक महिला द्वारा दूसरी शादी के लिए अपने पति के अनुरोध पर सवाल उठाने के बारे में शो की अलग-अलग कहानी मुख्य कलाकारों अदिति शर्मा (दुआ), करणवीर शर्मा (हैदर) और ऋचा राठौड़ (गज़ल) के साथ पूरे शो के दौरान सुर्खियों में रही।

हालांकि, शो में 22 साल का लीप आएगा और अदिति शर्मा की जगह अभिनेत्री रेमन ककड़ बड़ी दुआ की भूमिका निभाएंगी। उन्हें अब एक मजबूत कुलमाता के रूप में देखा जाता है जिसने पारिवारिक व्यवसाय संभाल लिया है।

यह शो अब दुआ की बेटियों - सौतेली बहनों इबादत (हैदर और गजल की बेटी), और मन्नत (हैदर और दुआ की बेटी) की यात्रा पर केंद्रित होगा, जो पुरुषों द्वारा बहुविवाह की अनुमति देने वाले कानून के दुरुपयोग के खिलाफ हैं।

इसमें टेलीविजन के दिलों की धड़कन धीरज धूपर सुभान की भूमिका निभाएंगे, और सीरत और येशा रुघानी क्रमशः मन्नत और इबादत की भूमिका निभाते नजर आएंगे।

अपनी भूमिका की तैयारियों के बारे में बात करते हुए, सीरत ने कहाः मैंने बहुत सारा होमवर्क किया क्योंकि मैं चाहती थी कि यह बहुत स्वाभाविक और प्रामाणिक हो। मैं इस खूबसूरत भाषा को बोलने में कोई गलती नहीं करना चाहती थी। हमारे

पास कार्यशालाएं थीं और मैंने पढ़ा और ढेर सारा सामान सुना।

उन्होंने साझा किया, यह कोई आसान काम नहीं था, लेकिन यह बहुत मजेदार था। कठिनाई इसे दिलचस्प बनाती है, आपको बहुत सी नई चीजें सीखने को मिलती हैं।

अपने किरदार के बारे में बात करते हुए सीरत ने बताया कि मन्नत एक बहुत मजबूत और आत्मविश्वासी लड़की है, जो अपने लक्ष्यों और आकांक्षाओं को लेकर स्पष्ट है।

वह महत्वाकांक्षी है लेकिन बच्चों जैसी भी है, जो मुझे उसके बारे में बहुत पसंद आया। वह बहुत बहुस्तरीय है और उसमें कई शेड्स हैं। वह अपने साथ-साथ दूसरों के अधिकारों के लिए भी लड़ती है इसलिए वह सबसे अलग है।

सीरत ने पहले खुलासा किया था कि वह अपने किरदार से काफी जुड़ी हुई हैं, लेकिन कोशिश कर रही हैं कि वह अपने किरदार को घर तक न ले जाएं।

शो इमली का हिस्सा रहीं अभिनेत्री ने कहा, एक अभिनेत्री के रूप में, मैं इसे नहीं करना सीख रही हूं। यह कुछ ऐसी चीज है जिसके लिए अभ्यास की आवश्यकता होती है, इसलिए मैं हर समय आत्म-जागरूक रहना सीख रही हूं।

वाणी कपूर, परेश रावल और अपारशक्ति खुराना ने मिलाया हाथ

बीते कुछ सालों में कई पारिवारिक ड्रामा फिल्मों ने दर्शकों का मनोरंजन किया है तो कमाई के मामले में भी इनका अच्छा प्रदर्शन रहा है।इनमें जुग जुग जियो, रॉकी और रानी की प्रेम कहानी और सत्यप्रेम की कथा जैसी कई फिल्में शामिल हैं।ऐसे में अब निर्माताओं का झुकाव पारिवारिक ड्रामा फिल्मों की ओर बढ़ रहा है।इसी बीच अब निर्देशक नवजोत गुलाटी ऐसी ही फिल्म लाने की तैयारी में हैं, जिसके लिए सितारों का चयन हो गया है।

रिपोर्ट के अनुसार, गुलाटी की इस बिना शीर्षक वाली फिल्म का निर्माण निकी विक्की भगनानी फिल्म्स द्वारा किया जाएगा।सूत्र ने बताया कि निर्माता इस फिल्म के लिए वाणी कपूर, परेश रावल और अपारशक्ति खुराना के साथ काम करने के इच्छुक थे। ऐसे में जब इन सितारों से फिल्म के लिए संपर्क किया गया तो ये तिकड़ी तुरंत राजी हो गई।तीनों पहली बार किसी फिल्म के लिए साथ आए हैं।

रिपोर्ट के अनुसार, फिल्म की शूटिंग जल्द ही लंदन में शुरू होने वाली है। इसमें वाणी और अपारशक्ति भाई-बहन की भूमिका निभा रहे हैं तो परेश का किरदार भी काफी शानदार होगा।सूत्र ने आगे बताया कि इस फिल्म की कहानी आधुनिक समय में खराब हो रहे रिश्तों की पृष्ठभूमि पर आधारित होगी, जिसमें ड्रामे के साथ कॉमेडी भी देखने को मिलेगी।गुलाटी ने फिल्म के निर्देशन के साथ ही लेखन का जिम्मा भी खुद उठाया है।

गुलाटी गिन्नी वेड्स सन्नी, जय मम्मी दी जैसी फिल्मों के निर्देशन के लिए जाने जाते हैं और अब वह इस पारिवारिक ड्रामा की तैयारी में जुट गए हैं।हालांकि, इससे पहले वह टीवीएफ के साथ इंडस्ट्री लेकर आएंगे तो उनकी फिल्म पूजा मेरी जान भी इसी साल रिलीज होने वाली है।इस फिल्म में मृणाल ठाकुर और हुमा कुरैशी मुख्य भूमिका में है, जिसका निर्देशन गुलाटी ने विपाशा अरविंद के साथ मिलकर किया है तो दिनेश विजान इसके निर्माता है।

वाणी अब राजकुमार गुप्ता के निर्देशन में बन रही फिल्म रेड 2 में अजय देवगन के साथ दिखाई देंगी। फिल्म की फिलहाल शूटिंग चल रही है और 15 नवंबर को यह बड़े पर्दे पर दस्तक देगी।उधर परेश हेरा फेरी के सीक्वल का हिस्सा है, जिसमें अक्षय कुमार और सुनील शेट्टी शामिल होंगे। उनकी झोली में वेलकम टू द जंगल भी है, जो 2० दिसंबर को सिनेमाघरों में आएगी, वहीं अपारशक्ति स्त्री 2 से दर्शकों का मनोरंजन करने वाले हैं। (आरएनएस)

मोनालिसा के लेटेस्ट लुक ने इंटरनेट पर मचाया बवाल

भोजपुरी क्वीन मोनालिसा आए दिन अपनी बोल्ड फोटोशूट की तस्वीरों से फैंस को हैरान कर देती हैं। एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर शेयर करती हैं तो वो चंद ही मिनटों में फैंस के बीच वायरल होने लगती हैं। हाल ही में मोनालिसा ने अपनी लेटेस्ट स्टनिंग लुक्स में तस्वीरें पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में उनका किलर लुक देखकर लोग उनकी तारीफ करते नहीं थक रहे हैं। सोशल मीडिया पर अपनी ग्लैमरस फोटोज से धमाल मचाने वाली एक्ट्रेस मोनालिसा आज किसी भी पहचान की मोहताज नहीं हैं।

वो जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनके सारे लुक्स को काफी पसंद भी करते हैं।

हाल ही में एक्ट्रेस मोनालिसा ने अपनी लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम अकाउंट पर पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों को देखकर फैंस उनकी तारीफ करने से खुद को रोक नहीं पा रहे हैं।

इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं मोनालिसा ने ग्रीन कलर का स्टाइलिश आउटफिट पहना हुआ है।

एक्ट्रेस अपने इस लुक में बेहद ही क्लासी और हॉट नजर आ रहीं हैं, जिन पर फैंस अपना दिल हार बैठे हैं।

मोनालिसा की इन स्टनिंग फोटोज को देखकर फैंस कॉमेंट्स के जरिए उनकी पोस्ट पर तारीफों के पुल बांधते नहीं थक रहे हैं।

एक यूजर ने कॉमेंट करते हुए लिखा है नाइस आई लाइक इट तो वहीं दूसरे यूजर ने लिखा है आप बहुत ही खूबसूरत हैं।

बताते चलें कि एक्ट्रेस मोनालिसा सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। इंस्टाग्राम पर उनकी फैन फॉलोइंग लिस्ट काफी जबरदस्त 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

कहीं आप भी इस तरीके से तो नहीं खाते हैं सेब ?

सेब वैसे तो हर मौसम में मिल जाती है लेकिन सर्दियों में बेहद अच्छे-अच्छे सेब दिखाई देते हैं। सेब ढेर सारी पोषक तत्वों से भरपूर होता है। जिसमें ड्राइट्री फाइबर, पोटैशियम, मैग्नीशियम, फॉस्फोरस, विटामिन सी, बी 6, विटामिन ई, विटामिन के, प्रोटीन, कार्ब्स और एंटीऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि सेब भी काफी ज्यादा एसिडिक होता है। इसमें पीएच लेवल 3 और 3।5 तक हो सकता है। वैसे तो यह नींबू के मुकाबले कम एसिडिक होता है। लेकिन इसके बावजूद सेब को आप सब तरह डाइट के साथ नहीं खा सकते हैं।

डाइटिशियन की मानें तो आप सेब खाते समय अक्सर कुछ खास गलतियां कर बैठते हैं जो आपको नहीं करनी चाहिए। सेब खाते समय इन बातों का खास ध्यान रखें।

सेब खाने का सही वक्त क्या होता है?

जिन लोगों को गैस और अपच यानि पेट संबंधी परेशानी है तो उन्हें खाली पेट सेब खाने से बचना चाहिए। खाना खाने के 2 घंटे ही सेब खाना चहिए।

डेयरी प्रोडक्ट के साथ सेब बिल्कुल न खाएं

कुछ लोग डेयरी प्रोडक्ट के साथ सेब खा लेते हैं। जैसे दूध, दही, चीज, बटर के साथ सेब खा लेते हैं। लेकिन ऐसा करने से बचना चाहिए। क्योंकि सेब में साइट्रिक एसिड होता है जो दूध वाली चीजों के साथ मिलकर रिएक्शन कर सकता है। जिसके कारण इसे पचने में दिक्कत हो सकती है। बाजारों में मिलने वाले एप्पल शेक इसलिए नहीं पीना चाहिए क्योंकि वो दूध में मिलाकर बनाए जाते हैं। जिसका असर आंत पर भी होता है। दूध के साथ सेब खाने से इसका असर स्किन संबंधी परेशानी भी बढ़ा सकती है। स्किन संबंधी डिसऑर्डर, सोरायसिस, एक्जिमा आदि।

आपने अक्सर देखा होगा कि सेब, केला, आलू, नाशपाती में पॉलीफेनॉल ऑक्सीडेज एंजाइम होते हैं। जो काटने के बाद उसके एंजाइम हवा के संपर्क में आते हैं तो आयरन से भरपूर फिनोल के साथ रिएक्ट करता है। इसके कारण काटने के बाद वह पीला और काला हो जाता है।

सेब खाते समय किन बातों पर दें ध्यान

खाते वक्त सेब को छीलकर खाना चाहिए। क्योंकि उसमें मौजूद जो वैक्स या कैमिकल्स होते हैं उनसे आप बच सकते हैं।

अगर आप अपने बच्चे को लंच बॉक्स में सेब दे रहे हैं तो उसमें एक चुटकी नमक मिला लें। और फिर गर्म पानी में भिगो दें। ऐसा करने से सेब पीला या ब्राउन कलर का नहीं होगा। साथ ही उसका पीएच लेवल भी अच्छा रहेगा। सेब को खाने से पहले अच्छी तरह से वॉश करें। (आरएनएस)

लेटेस्ट लुक से वाणी कपूर ने ढाया कहर

वाणी कपूर अपनी एक्टिंग के साथ-साथ स्टाइलिश और ग्लैमरस अवतार के लिए जानी जाती हैं।

इंटरनेट पर वाणी का ग्लैमरस लुक अक्सर वायरल रहता है। एक बार फिर वाणी कपूर का ग्लैमरस लुक धमाल मचा रहा है। एक्ट्रेस ने जींस के साथ ब्रालेट पहन फोटोशूट कराया है। इंटरनेट पर उनका ये अवतार तहलका मचा रहा है।

वाणी कपूर के लेटेस्ट लुक की बात करें तो वाणी कपूर ने जींस के साथ ब्रालेट बना हुआ है।

.ब्रालेट पहन वाणी कपूर अपना फिगर फ्लॉन्ट कर रही हैं। इंटरनेट पर वाणी कपूर का ग्लैमरस अवतार धमाल मचा रहा है। वाणी कपूर ने लाइट मेकअप कैरी किया हुआ है। लाइट मेकअप में एक्ट्रेस बेहद स्टनिंग लग रही हैं।

वाणी कपूर सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। उनका इंस्टाग्राम उनकी बोल्ड और फोटो वीडियो से भरा हुआ हैं। वाणी कपूर अक्सर इंस्टाग्राम लाइव के द्वारा अपने फैंस के साथ जुड़ी रहती हैं। इसके अलावा वह अपने सोशल मीडिया पर अपनी पर्सनल लाइफ के बारे में भी फैंस को जानकारी देती हैं।

वाणी कपूर का जन्म 23 अगस्त 1988 को दिल्ली में हुआ था। उनके पिता का दिल्ली में फर्नीचर एक्सपोर्ट का बिजनेस है। वहीं उनकी मां मार्केटिंग एग्जीक्यूटिव के रूप में काम करती हैं। वाणी कपूर की पढ़ाई दिल्ली से ही हुई है।

शब्द सामर्थ्य - 82

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :
1. लज्जत, जायका 2. मुकाबला, भेंट, होड़ 5. बंदी, कैद की सजा पाने वाला व्यक्ति 7. खल-पात्र, नाटक फिल्म आदि का बुरा पात्र 9. कामी, व्याभिचारी 10. इज्जत जाना, बेइज्जती होना (उपमा) 11. ऊटपटांग, विचित्र, कठिन 13. वैभव, ठाट-बाट 14. साथ, सहित 15. कामदेव की पत्नी, प्रेम 16. मैं का बहुवचन 17. दरवाजे-दरवाजे 20. एक राशि, मगर 22. नमी, सीड़, मुहर, ठप्पा 23. औषधालय, चिकित्सालय।

ऊपर से नीचे
1. आत्मनिर्भर, स्वालंबन भावना से युक्त, स्वाश्रित 2. वर्ष, बरस 3. राजी करना, रूठे हुए को खुश करना, प्रसन्न करना 4. नाटक फिल्म आदि का मुख्यपात्र 6. दीवानगी, पागलपन, 7. दो वस्तुओं के टकराने से उत्पन्न ध्वनि, बैर-विरोध, अनबन 8. खीरे की प्रजाति का एक फल 11. बेवकूफ, मूर्ख 12. बादल, मेघ 13. बहुत चालाक, होशियार 14. जिसका मत दूसरे से मिलता हो, 15. दांत, दंत 18. प्राप्ति, वस्तु आदि मिलने का प्रमाण पत्र 19. दंगा-फसाद, उपद्रव विप्लव 21. बचाव, सुरक्षा।

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

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 81 का हल

ग	ल	त				खा	म	खाँ
णे		ल		झ	प	की		
श	र	ब	त		रं			मि
	ज	गा	ना		प	रा	का	ष्ठा
	नी	र		वि	रा	ज	मा	न
ना	च			प			य	
म	र	णा	स	न्न		पा	नी	
ची			प		पा			भो
न	ज	रा	ना		स	मा	चा	र

बड़े मियां छोटे मियां का टाइटल ट्रैक का टीज़र हुआ रिलीज

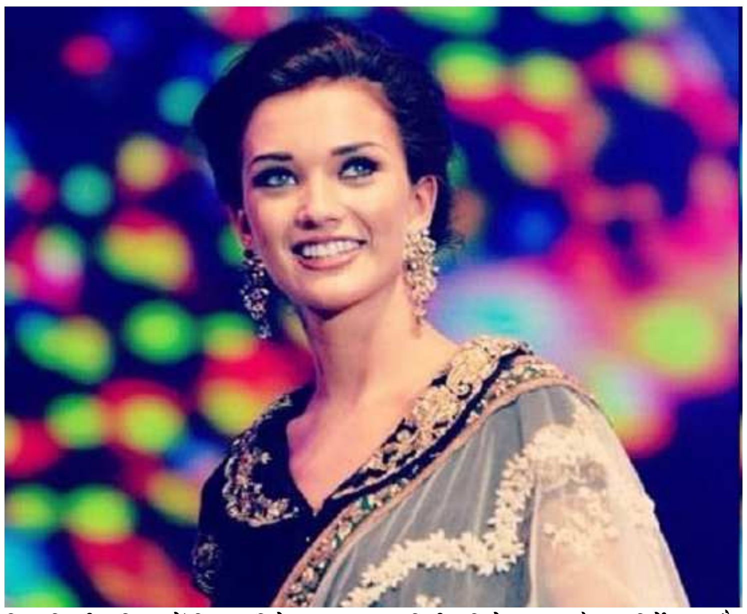
सोशल मीडिया इस समय अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ की बड़े मियां छोटे मियां से जुड़ी अपडेट्स से गुलजार है। अली अब्बास जफर की डायरेक्टेड यह फिल्म साल की मोस्ट अवेटेड फिल्मों में से एक है। लुभावने सीन, पोस्टर और टीज़र के रिलीज़ होने के बाद से, फैंस यह देखने के लिए उत्सुक हैं कि बॉलीवुड के दिग्गज अपने गतिशील प्रदर्शन के साथ क्या नया लाएंगे। जहां फैंस फिल्म के टाइटल ट्रैक का इंतजार कर रहे हैं, जो कल आएगा, वहीं मेकर ने इसका टीज़र जारी करके उत्साह बढ़ा दिया है। कुछ समय पहले, बड़े मियां छोटे मियां के मेकर्स ने एक बार फिर इंटरनेट पर हलचल मचा दी है क्योंकि उन्होंने इसके टाइटल ट्रैक का टीज़र जारी किया है। 16 सेकंड की एक वीडियो क्लिप दर्शकों को अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ की एहम जोड़ी की संक्रामक जीवंतता और सहज स्वैग और स्टाइल से परिचित कराती है। इसके अलावा, शानदार लोकेशन पर बड़े पैमाने पर बनाए गए उत्साह की एक छोटी सी झलक भी उनकी भाईचारे की केमिस्ट्री और अद्भुत डांस मूव्स का संकेत देती है। फिल्म का टाइटल 1998 की रिलीज बड़े मियां छोटे मियां से लिया गया है, जिसमें मूल रूप से मेगास्टार अमिताभ बच्चन और गोविंदा ने अभिनय किया था। एक छोटी सी झलक यह वादा करती है कि इस बार, मेकर्स ने गाने और इंडस्ट्री में एक नई शैली के साथ पूरे वाइब को दोहराया है। कुछ दिन पहले ही मेकर्स ने इंस्टाग्राम पर बड़े मियां छोटे मियां के पहले गाने की रिलीज डेट की घोषणा की थी। एक पोस्टर साझा करते हुए, उन्होंने कैप्शन दिया, बड़े का स्वैग, छोटे का स्टाइल, 3 डेज़ टू गो! #बड़ेमियांछोटेमियां टाइटल ट्रैक 19 फरवरी को रिलीज होगा। बने रहें! बॉलीवुड की मोस्ट अवेटेड बड़े मियां छोटे मियां का निर्देशन अली अब्बास जफर ने किया है और इसमें मुख्य जोड़ी अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ कठिन सैन्य किरदारों में हैं, जो भारत की सुरक्षा के लिए खतरा पैदा करने वाले एक खतरनाक खलनायक का सामना करने के लिए तैयार हैं। इसके अलावा, पृथ्वीराज सुकुमारन एक प्रतिपक्षी की भूमिका निभाते हैं, जिसमें मानुषी छिल्लर महिला प्रधान भूमिका निभाती हैं। फिल्म में सोनाक्षी सिन्हा, अलाया एफ और रोनित रॉय भी अहम भूमिकाओं में हैं।(आरएनएस)

शाहिद-कृति की फिल्म ने मचाई धूम, 60 करोड़ के पार हुई कमाई

शाहिद कपूर और कृति सेनन स्टारर फिल्म 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' एक रोबोटिक ड्रामा लव स्टोरी पर बेस्ड फिल्म है. अमित जोशी और आराधना शाह के डायरेक्शन में बनी ये मूवी 9 फरवरी को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी. फिल्म की ओपनिंग ठंडी रही थी बावजूद इसके 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' ने अच्छा कलेक्शन कर लिया है. ये फिल्म 50 करोड़ का आंकड़ा पार कर चुकी है. फिल्म की कमाई की बात करें तो 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' ने पहले दिन 6.7 करोड़, दूसरे दिन 9.65 करोड़, तीसरे दिन 10.75 करोड़, चौथे दिन 3.65 करोड़, पांचवें दिन 3.85 करोड़, छठे दिन 6.75 करोड़, सातवें दिन 3 करोड़ कमाए. और इसी के साथ फिल्म के पहले हफ्ते का कलेक्शन 44.35 करोड़ रुपये हो गया है.

'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' अब रिलीज के दूसरे हफ्ते में हैं और इसने सेकंड फ्राइडे को 2.85 करोड़, दूसरे शनिवार 5 करोड़ और सेकंड संडे 6 करोड़ की कमाई की. वहीं अब इस फिल्म की रिलीज के 11वें दिन की कमाई के शुरुआती आंकड़े आ गए हैं. रिपोर्ट के मुताबिक 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' ने रिलीज के 11वें दिन 2.25 करोड़ का कलेक्शन किया है. इसी के साथ इस फिल्म की 11 दिनों की कुल कमाई अब 60.45 करोड़ रुपये हो गई है. 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' को दुनियाभर के बॉक्स ऑफिस पर भी जबरदस्त रिस्पॉन्स मिल रहा है और इसी के साथ ये फिल्म वर्ल्डवाइड करोड़ों में कलेक्शन कर रही है. मैडॉक फिल्म्स ने 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' के वर्ल्डवाइड कमाई के 10 दिनों के आंकड़े शेयर किए हैं. इसके मुताबिक फिल्म ने रिलीज के 10 दिनों में दुनियाभर में 107.86 करोड़ की कमाई कर ली है. वहीं 11वें दिन शाहिद की ये फिल्म वर्ल्डवाइड 110 करोड़ का आंकड़ा छू सकती है. 'तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया' की स्टार कास्ट की बात करें तो इस फिल्म में शाहिद कपूर और कृति सेनन ने लीड रोल निभाया है. फिल्म में धर्मेंद्र, डिंपल कपाडिया, राकेश बेदी, राशुल टंडन और अनुभा फेतेहपुरिया ने भी सहायक भूमिका निभाई है. (आरएनएस)

एक्शन फिल्मों में महिलाओं का विकास प्रेरणादायक है : एमी जैक्सन



एमी जैक्सन अपनी अपकमिंग फिल्म क्रैक में सख्त पुलिस अफसर का किरदार निभा रही हैं। उन्होंने कहा कि एक्शन फिल्मों में महिलाओं का विकास प्रेरणादायक है, क्योंकि उन्हें सिर्फ ग्लैमर तक सीमित नहीं रखा गया है। एमी ने बताया, एक्शन फिल्मों में महिलाओं का विकास सशक्त है। यह देखना प्रेरणादायक है कि अब एक्ट्रेस केवल ग्लैमर तक सीमित रहने के बजाय मजबूत, प्रभावशाली भूमिकाएं निभा रही हैं।

2010 में तमिल फिल्म मद्रासपट्टिनम से अपनी शुरुआत करने वाली एक्ट्रेस ने कहा कि महिलाएं पर्दे पर पुरुष अभिनेताओं के बराबर प्रतिनिधित्व करना चाहती हैं।

उन्होंने कहा, सभी उम्र की महिलाएं स्क्रीन पर प्रतिनिधित्व महसूस करना चाहती हैं और एक एक्ट्रेस को भूमिका निभाते हुए देखना चाहती हैं, क्योंकि सिनेमा में समानता के लिए आकर्षक होना महत्वपूर्ण है। आदित्य दत्त द्वारा निर्देशित अपकमिंग फिल्म में एमी अपने को-स्टार्स विद्युत जामवाल, अर्जुन रामपाल और नोरा फतेही के साथ स्टंट करती नजर आएंगी।

जोखिम को देखते हुए एक एक्टर के लिए किसी भूमिका में कितना निवेश करना बहुत अधिक है? इस पर उन्होंने कहा, किसी भूमिका में स्पोर्ट्स और स्टंट के संतुलन को बनाए रखना जरूरी है। सुरक्षा को प्राथमिकता देना और सीमाओं का ध्यान रखना जरूरी है। विद्युत जामवाल जैसे अनुभवी एक्टर के साथ सहयोग करना पूरे अनुभव को बेहतर बनाता है। एक्शन कोरियोग्राफी को अंजाम देने में उनकी अद्वितीय विशेषज्ञता न केवल निर्देशक और कहानी में विश्वास पैदा करती है, बल्कि अभिनेताओं को अपने स्टंट खुद अपनाने के लिए भी सशक्त बनाती है। एमी के लिए विद्युत के साथ काम करना एक सुरक्षित अनुभव था। उन्होंने कहा, ऐसे उस्ताद के साथ काम करना न केवल सुरक्षित लगता है बल्कि मुझे एक अभूतपूर्व कोरियोग्राफर के मार्गदर्शन में रोमांच में डुबो देता है।

वर्ल्डवाइड 350 करोड़ के क्लब में शामिल हुई फिल्म फाइटर

2024 की शुरुआत फाइटर जैसी साल की पहली हिट फिल्म के साथ हुई है. फिल्म ना सिर्फ घरेलू बॉक्स ऑफिस पर बल्कि दुनियाभर में भी दमदार कमाई कर रही है. फाइटर 25 जनवरी को रिलीज हुई थी और अब 25 दिनों के कलेक्शन के साथ फिल्म वर्ल्डवाइड 350 करोड़ क्लब का हिस्सा बन गई है.

फाइटर ने जहां रिलीज के शुरुआती दिनों में शानदार कमाई की तो वहीं बीच में फिल्म का बिजनेस डाउन हो गया था. लेकिन अब एक बार फिर फिल्म की रफ्तार तेज हुई है और फाइटर ने वर्ल्डवाइड 352 करोड़ का धांसू कलेक्शन कर लिया है. खास बात ये है कि 350 करोड़ क्लब का हिस्सा बनने वाली फाइटर इस साल की पहली हिंदी फिल्म है.

घरेलू बॉक्स ऑफिस पर भी सिद्धार्थ आनंद की फाइटर का दबदबा कायम है. रिलीज के 25 दिन बाद भी फिल्म हर रोज करोड़ का आंकड़ा छूने में कामयाब है और 200 करोड़ क्लब का हिस्सा बन चुकी है. फाइटर एक एरियल एक्शन फिल्म है जिसमें दीपिका पादुकोण, अनिल कपूर और करण सिंह ग्रोवर भी अहम किरदार में दिखाई दिए हैं.

फाइटर के साथ सिद्धार्थ आनंद ने सेमी-हिट से लेकर ब्लॉकबस्टर तक बॉक्स ऑफिस पर बैक-टू-बैक आठ फिल्में दी हैं. डायरेक्टर ने साल 2005 में रिलीज हुई फिल्म सलाम नमस्ते के साथ अपने करियर की शुरुआत की थी. उनकी पहली ही फिल्म ने 57.2 करोड़ रुपए की कमाई की था. वहीं उनकी अगली फिल्म ता रा रम पम थी, इस स्पोर्ट्स फैमिली ड्रामा ने भी 70 करोड़ कमाए थे. पिछले साल आई शाहरुख खान की पठान से लेकर ऋतिक रोशन की वॉर तक उनकी हिट लिस्ट का हिस्सा हैं.

सारा अली खान की मर्डर मुबारक का टीजर जारी

करिश्मा कपूर एक बार फिर अपनी दमदार एक्टिंग का जलवा दिखाने आ रहीं है। दरअसल सोमवार को, नेटफ्लिक्स इंडिया ने एक टीज़र के साथ मर्डर मुबारक की रिलीज़ डेट अनाउंस कर दी है। सारा अली खान, करिश्मा कपूर, पंकज त्रिपाठी, संजय कपूर, टिस्का चोपड़ा, विजय वर्मा और सुहैल नैय्यर स्टारर इस फिल्म का निर्देशन होमी अदजानिया ने किया है।

मर्डर मुबारक का आज टीजर रिलीज हो गया है। टीजर में पंकज त्रिपाठी पुलिस डिटेक्टिव के रोल में नजर आते हैं जो एक हत्या की जांच कर रहे हैं। उनकी नज़र सात संदिग्धों पर है - सारा अली खान जो दक्षिणी दिल्ली की राजकुमारी हैं, विजय वर्मा, जो चांदनी चौक का एक डेडली लवर हैं, करिश्मा कपूर, जो सस्पेंस फिल्मों की ड्रीम गर्ल हैं ।वहीं डिंपल कपाडि?ा, संजय कपूर और टिस्का चोपड़ा भी अतरंगी अंदाज में नजर आ रहे हैं।

पंकड त्रिपाठी कहते नजर आते हैं जो कत्ल करते हैं वो दिखते कैसे हैं? जैसे साउथ दिल्ली की शहजादी, या चांदनी चौक का तबाह दिल आशिक, सस्पेंस फिल्मों की पुरानी ड्रीम गर्ल या कोई रंगीली सिरफिरी सी आर्टिस्ट, वो जिसकी रग-रग में शाही खून भरे या कोई गॉसिप की तितली या पार्टियों का मच्छर, असल में ज्यादातर कातिल दिखने में दरिंदे नहीं होते। वे भी ऑर्डिनरी मेन और वुमन होते हैं। आपके मेरे जैसे हो सकता है कि इस वक्त हमारी बगल की कुर्सी पर बैठे मन ही मन मुस्कुरा रहे हों। खुद को बधाई दे रहों कि मर्डर मुबारक हो।

मर्डर मुबारक के इस टीजर के साथ ही फिल्म की रिलीज डेट भी अनाउंस कर दी गई है। ये फिल्म नेटफ्लिक्स इंडिया पर 15 मार्च को रिलीज होगी। ये एक हॉरर कॉमेडी और थ्रिलर फिल्म है। इसका निर्देशन होमी अदजानिया ने किया है और इसे दिनेश विजान ने प्रोड्यूस किया है। वहीं फिल्म की पहली झलक ने इसे लेकर फैंस की एक्साइटमेंट काफी बढ़ा दी है। बता दें कि इससे पहले होमी अदजानिया सास, बहू और फ्लेमिंगो लेकर आए थे। जिसे काफी पसंद किया गया था। वहीं होमी ने कॉकटेल और फाइंडिंग फैनी जैसी फिल्मों का भी निर्देशन किया है।

भाजपा की घबराहट या रणनीति

अजीत द्विवेदी

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी अगले लोकसभा चुनाव को लेकर अति आत्मविश्वास में हैं या घबराहट में हैं? यह एक ऐसा सवाल है, जिसके जवाब को लेकर इस समय देश भर में बहस हो रही है। सोशल मीडिया ने ऐसी बहसों के लिए अच्छा प्लेटफॉर्म मुहैया कराया है। पारंपरिक मीडिया में चलने वाली एकतरफा चर्चाओं के बीच सोशल मीडिया में दोनों तरह के नैरेटिव के लिए जगह बनी है। एक तरफ ऐसा मानने वाले लोग हैं कि प्रधानमंत्री अति आत्मविश्वास में हैं इसलिए उन्होंने चार सौ पार का नारा दिया है। उन्होंने लोकसभा में खड़े होकर कहा कि देश की जनता भाजपा को 370 सीटें तो दे ही देगी और एनडीए को चार सौ के पार पहुंचा देगी। अपने इस भाषण से पहले ही उन्होंने अपने तीसरे कार्यकाल की बात शुरू कर दी थी और उसका एजेंडा तय करने लगे थे। यह विपक्ष के खिलाफ मनोवैज्ञानिक युद्ध की एक रणनीति भी हो सकती है लेकिन उन्होंने ऐसा भरोसा दिखाया है, जिससे विपक्ष का आत्मविश्वास निश्चित रूप से हिला होगा।

इस भरोसे और चार सौ के पार के नैरेटिव के बीच एक दूसरा पक्ष है, जो भाजपा की ओर से किए जा रहे माइक्रो मैनेजमेंट को उसकी घबराहट के तौर पर देख रहा है। अनेक लोग ऐसे हैं, जो नीतीश कुमार को एनडीए में शामिल कराने के राजनीतिक घटनाक्रम को भाजपा की घबराहट या बेचैनी के रूप में देख रहे हैं। उनको लग रहा है कि कर्पूरी ठाकुर को मरणोपरांत भारत रत्न देकर भाजपा अंतिम समय में अति पिछड़ा वोट आधार को साधने की राजनीति कर रही है। ऐसे लोग चौधरी चरण सिंह को मरणोपरांत भारत रत्न से सम्मानित करने और उनके पोते जयंत चौधरी की एनडीए में वापसी को भाजपा का डेस्परेट अटेम्प मान रहे हैं। तमिलनाडु के रहने वाले महान कृषि वैज्ञानिक व अर्थशास्त्री एमएस स्वामीनाथन और आंध्र प्रदेश के रहने वाले पूर्व प्रधानमंत्री पीवी नरसिंह राव को मरणोपरांत भारत रत्न देने को दक्षिण भारत में पैर जमाने की कोशिश के तौर पर देख जा रहा है। एक सामान्य नैरेटिव यह बना है कि मोदी ने कर्पूरी ठाकुर के जरिए मंडल को, लालकृष्ण आडवाणी के जरिए मंदिर को, पीवी नरसिंह राव के जरिए मार्केट को और स्वामीनाथन व चौधरी चरण सिंह के जरिए मंडी को यानी किसानों को साधने का प्रयास किया है।

यह सवाल भी पूछा जा रहा है कि जब अयोध्या में श्रीराम जन्मभूमि मंदिर का उद्घाटन हो गया और रामलला विराज गए और काशी व मथुरा का अभियान शुरू हो गया तो भाजपा को क्यों जयंत चौधरी की पार्टी राष्ट्रीय लोकदल की जरुरत है? यह सवाल भी है कि अगर बिहार में अति पिछड़ों के मसीहा रहे कर्पूरी ठाकुर को भारत रत्न दे दिया और गैर यादव पिछड़ा वोट भाजपा के साथ है तो फिर उसे नीतीश की जरुरत क्यों है? जब अजित पवार से तालमेल कर लिया तो मराठा वोट के लिए अशोक चव्हाण की क्यों जरुरत है? देश भर में विपक्षी पार्टियों के नेताओं पर कार्रवाई या उनको तोड़ कर भाजपा में शामिल कराने या कर्नाटक से लेकर बिहार और उत्तर प्रदेश से लेकर आंध्र प्रदेश, पंजाब और महाराष्ट्र तक के नए व पुराने सहयोगियों को एनडीए से जोडने् की कवायद को भी इस रोशनी में देखा जा रहा है कि भाजपा में घबराहट है और वह अंतिम समय में इस तरह के उपाय कर रही है, जो कारगर नहीं भी हो सकते हैं। विकसित भारत संकल्प यात्रा, अमृत काल में भारत को विकसित बनाने, भारत के विश्व गुरू बनने, मोदी के मजबूत नेतृत्व, विपक्ष के भ्रष्ट होने के प्रचार, राममंदिर के उद्घाटन, अनुच्छेद 370 की समाप्ति और समान नागरिक संहिता के बावजूद भाजपा जिस तरह के छोटे छोटे प्रबंधन कर रही है उसको उसकी घबराहट के तौर पर देखा जा रहा है।

लेकिन क्या सचमुच ऐसा है? क्या इस तरह के माइक्रो मैनेजमेंट को घबराहट माना जाना चाहिए या इसे पार्टी की रणनीति मान कर इसका विश्लेषण होना चाहिए? सोचें, प्रधानमंत्री मोदी ने एनडीए के लिए चार सौ सीट का लक्ष्य घोषित कर दिया है तो क्या वह उसी तरह चुनाव लड़ कर हासिल हो जाएगा, जैसे पिछला चुनाव लड़ा गया था? नए लक्ष्य को हासिल करने के लिए नई तैयारियां करनी होती है, नई रणनीति बनानी होती है और यह काम सारी पार्टियां करती हैं। आखिर लगातार दो चुनावों में बुरी तरह से हारने के बाद ही तो राहुल गांधी को ख्याल आया कि पूरे देश की यात्रा करते हैं! सक्रिय राजनीति में आने के 18 साल के बाद राहुल सितंबर 2022 में पदयात्रा पर निकले थे। लगातार दो चुनाव हारने के बाद ही विपक्षी पार्टियों ने साथ मिल कर भाजपा से मुकाबला करने का फैसला किया था। पिछले साल मई-जून में विपक्षी पार्टियों ने भाजपा की नींद उड़ाई थी, जब कर्नाटक में कांग्रेस जीती और उसके बाद 26 पार्टियों ने एकजुट होकर फैसला किया कि भाजपा के हर उम्मीदवार के खिलाफ विपक्ष का एक उम्मीदवार उतारेंगे। उसके बाद ही भाजपा को अपनी चुनावी रणनीति में बदलाव करने की जरुरत पड़ी है।

सो, यह सवाल बचकाना है कि जब राममंदिर हो गया या जब ये सारे काम हो गए तो इतने माइक्रो मैनजमेंट की क्या जरुरत है। इस तरह के सवाल हर बार पूछे जाते हैं, तब भी जब राज्यों के भी चुनावों में प्रधानमंत्री मोदी अंधाधुंध सभाएं कर रहे होते हैं या एक एक राज्य में कई कई बार रैलियां करते हैं। लेकिन किसी भी मुकाबले का कोर सिद्धांत यह है कि जब लड़ें तो पूरी तैयारी और ताकत के साथ लड़ें। आधी अधूरी लड़ाई का कोई मतलब नहीं होता है। अगर किसी के पास संसाधन हैं या ताकत हैं तो उन्हें लड़ाई में झोंकना होता है। उसे बचा कर रखने का कोई तर्क नहीं है। प्रधानमंत्री मोदी इस सिद्धांत से चुनाव में उतरते हैं। वे कोई कसर नहीं छोड़ते हैं। जंग जीतने के लिए साम, दाम, दंड और भेद सबका इस्तेमाल करते हैं।

इसलिए नरेंद्र मोदी की चुनावी राजनीति को निकट अतीत के इतिहास से समझने की जरुरत है। वे कोई भी चीज संयोग के भरोसे नहीं छोड़ते हैं। अपनी तरफ से सुनिश्चित करने की कोशिश करते हैं। हो सकता है इसमें कई बार विफलता भी मिली हो लेकिन इससे हर लड़ाई में अपना सब कुछ झोंकने की उनकी सोच नहीं बदलती है। बिहार भाजपा के नेताओं ने उनको बताया था कि नीतीश के बगैर भी 25-30 सीटें जीत सकते हैं। लेकिन उन्होंने कहा कि पिछली बार की तरह 39 या सभी 40 सीटें जीतनी हैं। इसलिए तमाम आलोचनाओं के बावजूद नीतीश कुमार की एनडीए में वापसी कराई गई। उत्तर प्रदेश में भी कहा गया कि राममंदिर की लहर और योगी के बुलडोजर न्याय से भाजपा अपनी 62 सीटें आराम से जीत जाएगी लेकिन उन्होंने सभी सीटें जीतने का लक्ष्य रखा। इसलिए, चौधरी चरण सिंह को भारत रत्न दिया गया और जयंत चौधरी को एनडीए में शामिल कराया गया ताकि पश्चिमी उत्तर प्रदेश के साथ साथ हरियाणा और राजस्थान की जाट बहुल सीटों पर भाजपा का मुकाबला आसान हो।

कर्नाटक में भाजपा ने पिछली बार 25 सीटें जीती थी। इस बार कांग्रेस की बड़े बहुमत की सरकार बनने के बाद भाजपा को नुकसान की आशंका हुई तो एचडी देवगौड़ा की पार्टी जेडीएस से तालमेल कर लिया। इसी तरह ओडिशा में भाजपा को आठ सीटें मिली थीं लेकिन इस बार सीटें बढ़ाने या बाकी सीटों को एनडीए में लाने के लिए बीजू जनता दल के नवीन पटनायक से बात चल रही है। पंजाब में भाजपा की दो सीटें हैं और दो अकाली दल की। ये चार सीटें फिर से एनडीए में आएं इसके लिए अकाली दल से तालमेल की वार्ता चल रही है। महाराष्ट्र में भाजपा को 23 और एनडीए को 41 सीटें मिली थीं। इस बार भी एनडीए यह प्रदर्शन दोहराए इसके लिए हर तरीके का इस्तेमाल करके शिव सेना और एनसीपी को तोड़ा गया। इतने से काम बनता नहीं दिखा तो कांग्रेस के अशोक चव्हाण लाए गए और आगे कुछ उपाय हो सकते हैं।

ध्यान रहे, जहां चुनाव जीतने की बात आती है वहां विचारधारा और नैतिकता का कोई मतलब नहीं होता है। विपक्षी पार्टियां भी विचारधारा और नैतिकता को ताक पर रख कर ही चुनावी रणनीति बना रही हैं नहीं तो कोई कारण नहीं था कि कांग्रेस का शिव सेना के साथ तालमेल होता या आम आदमी पार्टी के साथ कांग्रेस गठबंधन बनाने की पहल करती। ऐसा नहीं है कि आज भाजपा का कोई नेता कांग्रेस में शामिल होना चाहे तो कांग्रेस उसे मना कर देगी। इसलिए विपक्ष को इस मुगालते में रहने की जरुरत नहीं है कि मोदी डर गए हैं और घबराहट में इस तरह के काम कर रहे हैं। विपक्ष को उनकी रणनीति समझने और मुकाबले के लिए अपनी तैयारी करने की जरुरत है।

सू- दोकू क्र. 82

		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.81 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

गरीब को पांच किलो अनाज

हरिशंकर व्यास

प्रधानमंत्री की बताई चार जातियों में से एक जाति गरीब की है, जिसके बारे में सरकार की ओर से दावा है कि पिछले नौ साल में 25 करोड़ लोगों को गरीबी से बाहर निकाला गया है। अंतरिम बजट से पहले सरकार के मुख्य आर्थिक सलाहकार की ओर से तैयार की गई एक रिपोर्ट में यह दावा किया गया, जिसे बाद में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी दोहराया। हालांकि भारत में गरीबों की संख्या के आकलन का कोई स्पष्ट आधार नहीं है। राष्ट्रीय नमूना सर्वेक्षण विभाग यानी एनएसएसओ की ओर से 2017-18 में गरीबी का आंकड़ा जारी करने वाला था, जिसे सरकार ने रोक दिया था। इस तरह 2011 के बाद से गरीबी का औपचारिक आंकड़ा जारी नहीं हुआ है। फिर भी सरकार का दावा है कि 25 करोड़ को बहुआयामी गरीबी से बाहर निकाला है। अब कितने गरीब बचे हैं इसका आधिकारिक आंकड़ा नहीं है। वैसे भी न तो गरीबी के आंकड़े जारी हुए हैं और न 2011 के बाद जनगणना हुई है। हर दस साल पर होने वाली जनगणना 2021 में होनी थी लेकिन 2020 में आए कोरोना की वजह से इसे रोक दिया गया। बाद में सारे चुनाव हुए और दूसरी तमाम गतिविधियां हुईं लेकिन जनगणना नहीं हुई। इसलिए भी आबादी और उसकी सामाजिक, आर्थिक स्थिति के बारे में सरकार के पास कोई औपचारिक डाटा नहीं है। कोरोना के बीच सरकार ने पांच किलो अनाज मुफ्त देने की योजना शुरू की थी, जिसे प्रधानमंत्री गरीब कल्याण अन्न योजना नाम दिया गया। इसे दुनिया की सबसे बड़ी खाद्य सुरक्षा योजना बना कर प्रचारित किया जा रहा है। छत्तीसगढ़ में चुनाव के दौरान पिछले साल प्रधानमंत्री मोदी ने इसे पांच साल के लिए बढ़ाने का ऐलान किया। यानी 2028 तक देश के 80 करोड़ से ज्यादा लोगों को पांच किलो अनाज मिलता रहेगा। अब यह पता नहीं है कि जो 25 करोड़ गरीबी से बाहर निकल गए हैं उनको पांच किलो अनाज मिल रहा है या नहीं? अगर उसे छोड़ें तब भी कम से कम 80 करोड़ गरीब तो है ही, जिनको पांच किलो अनाज मिल रहा है।

अगर विश्व बैंक की रिपोर्ट को आधार मानें तो भारत की 10 फीसदी आबादी गरीब है। उसकी गरीबी का पैमाना यह है कि किसी व्यक्ति को 2.15 डॉलर रोज यानी करीब 175 रुपए रोज की आमदनी हो रही है या नहीं। इस पैमाने का मतलब है कि 52 सौ रुपए महीना कमाने वाला व्यक्ति गरीब नहीं है। सोचें, इस रिपोर्ट के मुताबिक देश में 14 करोड़ के करीब लोग हैं, जो 175 रुपया रोज नहीं कमा पाते हैं। इसके थोड़ा ऊपर यानी जिसको गरीबी रेखा से ठीक ऊपर यानी एपीएल माना जाता है उनकी आबादी इससे बहुत ज्यादा होगी।

अक्षय और टाइगर की जोड़ी को देखने के लिए फैंस काफी एक्साइटेड

अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ इन दिनों अपनी मच अवेटेड फिल्म बड़े मियां छोटे मियां को लेकर खूब चर्चा में बने हुए हैं। सिल्वर स्क्रीन पर अक्षय और टाइगर की जोड़ी को देखने के लिए फैंस काफी एक्साइटेड हैं। वहीं फैंस के एक्साइटमेंट को दोगुना बढ़ाने के लिए अब मेकर्स ने फिल्म का धांसू टाइटल ट्रैक रिलीज कर दिया है।

इस टाइटल ट्रैक में टाइगर और अक्षय की एनरजेटिक जोड़ी धमाल मचाती हुई नजर आ रही है। वहीं रिलीज होते ही ये गाना सोशल मीडिया पर छाया गया है। गाने को लेकर फैंस की तरफ से पॉजिटिव रिस्पॉन्स मिल रहा है। लोगों को अक्षय-टाइगर की जोड़ी खूब पसंद आ रही है। वहीं ये गाना आपको अमिताभ बच्चन और गोविंदा स्टारर फिल्म बड़े मियां छोटे मियां की याद दिलाता है।

बता दें कि इस टाइटल के को अनिरुद्ध रविचंदर और विशाल मिश्रा ने गाया है। वहीं इसके लिरिक्स इरशाद कामिल ने लिखे हैं। वहीं कुछ समय पहले फिल्म का टीजर जारी किया गया था जिसमें अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ की पावरहाउस जोड़ी फूलऑन एक्शन मोड में दिखी. बता दें कि दोनों आर्मी ऑफिसर का रोल प्ले कर रहे हैं.

सीटू से सम्बद्ध आशाओं का स्वाथ्य महानिदेशालय पर प्रदर्शन

संवाददाता

देहरादून। सीटू से सम्बद्ध आशा स्वास्थ्य कार्यकत्री यूनियन का स्वास्थ्य महानिदेशलय पर प्रदर्शन कर मांग पत्र सौंपा। आज सीटू से सम्बद्ध उत्तराखण्ड आशा स्वास्थ्य कार्यकत्री यूनियन का मांगों को लेकर स्वास्थ्य महानिदेशालय पर प्रदर्शन कर मांग पत्र दिया। इस अवसर पर सीटू के जिला महामंत्री लेखराज ने कहा कि वर्तमान में केंद्र व राज्य में भाजपा की सरकारें है किंतु उनके द्वारा वर्करों की मांगों को नजर अंदाज किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि लोकसभा के चुनाव की दहलीज पर हम खड़े है यदि सरकार आशाओं की मांगो पर विचार नही करती है तो उसे इसका खामियाजा भुगतना पड़ेगा। इस अवसर पर यूनियन की प्रांतीय अध्यक्ष शिवा दुबे ने कहा कि हमारी यूनियन द्वारा सरकार व विभगीय अधिकारियों को आंदोलन व अन्य माध्यमो से समय समय पर ज्ञापन दिए गए है किंतु सरकार द्वारा कोई सकारात्मक कारवाही नही की गई है इस लिए उन्होंने तय किया गया है कि वे 26 फरवरी 2024 को होने वाले विधानसभा सत्र के दौरान विधानसभा पर प्रदर्शन करेंगे। उन्होंने मांग की कि उनसे वार्ता कर मांगों पर कार्यवाही की जाए। इस अवसर पर स्वास्थ्य महानिदेशक को मांग पत्र दिया गया और कारवाही हेतु मांग की गई। इस अवसर पर यूनियन की प्रांतीय उपाध्यक्ष कलावती चन्दोला, जिला अध्यक्ष सुनीता चौहान, लोकेश देवी, रीता, ममता, नीरा कण्डारी ने वार्ता में भाग लिया। वार्ता में स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों द्वारा आश्वस्त किया गया कि वे शासन में वार्ता कर कार्यवाही करेंगे। इस अवसर पर नीरज यादव राधा, सुनीता , रोशनी , लता , नीलम , भुवनेश्वरी ,अनाली, सुषमा , अंजली , बबीता, सुनयना , आशा ठाकुर , इवन, मेहरून ,सुनितपाल आदि आशाये उपस्थित थी।

बैंक में बंधक भूमि को बेचने पर दो के खिलाफ मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। बैंक में बन्धक भूमि को बेचने के मामले में पुलिस ने दो लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार कमल वर्मा मुख्य प्रबंधक उत्तराखण्ड ग्रामीण बैंक जाखन ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि ऋणी सोनू कुमार के मृत्यु के पश्चात उसकी माता श्रीमती कुसुम व जंगवीर द्वारा बैंक का ऋण चुकाये बिना मूल रजिस्ट्री बैंक में बन्धक होते हुये भी अवैध रुप से धोखाधडी कर भूमि को अन्य को बेच दिया गया है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

सरकार आशाओं को दे मानदेयः मर्तोलिया

संवाददाता

पिथौरागढ़। त्रिस्तरीय पंचायत संगठन के संयोजक व जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने कहा कि सरकार आशा कार्यकर्ताओं को उनका मानदेय दे।

आज यहां उत्तराखंड त्रिस्तरीय पंचायत संगठन के संयोजक तथा जिला पंचायत सदस्य जगत मर्तोलिया ने जिला मुख्यालय में आशा कार्यकर्ताओं द्वारा चलाए जा रहे धरना-प्रदर्शन में बैठ कर सरकार को चेताया। उन्होंने कहा कि वर्ष 2022 में मुख्यमंत्री ने 6000 तथा प्रधानमंत्री ने 12500 मानदेय दिए जाने की घोषणा की थी, जो अभी तक पूरी नहीं हुई है। उन्होंने सरकार से तत्काल आशा कार्यकर्ताओं को मानदेय दिए जाने की मांग की। उन्होंने कहा कि सरकार आशाओं के ऊपर काम के बोझ को लगातार बढ़ा रही है, लेकिन काम के बदले उन्हें पारिश्रमिक नहीं दे रही है। यह महिला समाज के प्रति अन्याय का ज्वलंत उदाहरण है। उन्होंने कहा कि भविष्य में उनके हर आंदोलन में पंचायत के प्रतिनिधि शामिल होकर उनकी ताकत को बढ़ाएंगे।

यूसीसी को अमली जामा पहनाने की..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

आज यूसीसी को लागू करने के लिए नियम कानून बनाने वाली इस समिति के तमाम सदस्यों ने इसके सभी पहलुओं पर विचार मंथन किया। बैठक में अध्यक्ष शत्रुघ्न सिंह, सुलेखा डंगवाल सहित कई लोग मौजूद रहे।

पुलिस उपाधीक्षक ने किया पुलिस बल के रुकने के स्थलों का निरीक्षण

हमारे संवाददाता

रूद्रप्रयाग। आगामी लोकसभा चुनावों के दृष्टिगत पुलिस उपाधीक्षक गुप्तकाशी ने चुनावों के मद्देनजर ड्यूटी पर नियुक्त होने वाले पुलिस, पैरामिलिट्री बल के रुकने हेतु चयनित स्थलों का भ्रमण कर निरीक्षण किया गया।

विदित हो कि आगामी समय में सम्पूर्ण देश भर में लोकसभा सामान्य निर्वाचन प्रस्तावित हैं, इस हेतु आवश्यक तैयारियां प्रारम्भ हो चुकी हैं। लोकसभा चुनाव को सकुशल व शान्तिपूर्ण ढंग से सम्पादित कराये जाने हेतु केन्द्रीय अर्द्धसैनिक बल (पैरामिलिट्री फोर्स) की भी तैनाती है। जनपद में चुनाव के दौरान नियुक्त होने वाले पुलिस, पैरामिलिट्री, होमगार्ड, पीआरडी व अन्य सहायक बल के रुकने, परिवहन व कर्तव्य निर्वहन हेतु आवश्यक व्यवस्थायें सुनिश्चित कराये जाने हेतु पुलिस अधीक्षक रुद्रप्रयाग के निर्देशन में पुलिस उपाधीक्षक गुप्तकाशी को वैलफेयर नोडल अधिकारी नामित किया गया है।

वैलफेयर नोडल अधिकारी पुलिस उपाधीक्षक गुप्तकाशी श्रीमती हर्षवर्धनी सुमन द्वारा चुनाव में लगने वाले पुलिस बल, अर्द्धसैनिक बल, होमगार्ड्स व पीआरडी के जवानों व अन्य सहायक बल के आवासीय व्यवस्था हेतु राजकीय इन्टर कॉलेज अगस्त्यमुनि, जनपद रुद्रप्रयाग का भौतिक निरीक्षण किया गया, पुलिस उपाधीक्षक गुप्तकाशी द्वारा सभी जवानों की मूलभूत आवश्यकताओं, भोजनालय, आवासीय भवन, बिजली, पानी व अन्य बुनियादी जरूरतों का निरीक्षण कर परिलक्षित हो रही कमियों को समय से दुरस्त करने हेतु जिला प्रशासन से पत्राचार करने हेतु आवश्यक दिशा निर्देश दिए गए। इस दौरान राजकीय इंटर कॉलेज अगस्त्यमुनि के प्रधानाचार्य, शिक्षकगण व थाना अगस्त्यमुनि से उपनिरीक्षक प्रदीप चौहान उपस्थित रहे।

आंगनवाडी कार्यकत्रियों का धरना छठवें दिन भी जारी रहा, परिषद ने दिया समर्थन

संवाददाता

देहरादून। अपनी मांगों पर लेकर आंदोलनरत आंगनबाडी कार्यकत्रियों को धरना छठवें दिन भी जारी रहा जिसमें उत्तराखण्ड संयुक्त आंदोलनकारी परिषद ने उनको अपना समर्थन दिया।

आज आंगनबाडी कार्यकत्रियों का अपने मांगों को लेकर छठवें दिन भी धरना प्रदर्शन जारी रहा। अपनी मांगों को लेकर सगठन ने प्रदेश अध्यक्षा श्रीमती रेखा नेगी के नेतृत्व मे दीनदयाल उपाध्याय पार्क में बैठकर सरकार के खिलाफ नरेबाजी की।

आज उत्तराखंड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद ने अपना समर्थन देते हुए आंगनबाड़ी की मागो को जायज ठहराया। उनका कहना था कि उनका न्यूनतम मजदूरी को देखते हुये 600 रूपये प्रतिदिन के हिसाब से 18000 रूपया मानदेय किया जाए,और सीनियरिटी के आधार पर 15 वर्ष पूरे होने पर प्रतिवर्ष सबका मानदेय बढ़ा दिया जाए। इसके साथ ही आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं को रिटायरमेंट होने पर 2 लाख रूपये देने का प्रावधान रखा जाए जिससे कि वह अपनी बचीखुची जिंदगी को अच्छे से व्यतीत कर सके।

आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं को गोल्डन कार्ड जारी किये जाएं जिससे उनको सरकारी योजनाओं का भी लाभ मिल पाए। मिनी आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं का उच्चीकरण का जीओ शीघ्र जारी किए जाए। संगठन ने अपनी मागो पर ध्यान न देने पर 26 फरवरी को विधान सभा पर आर पार की लडाई की चेतावनी दे दी है।

धरने पर ममता चौहान, नीलम पालीवाल, पूनम सिह, सीमा सिह, पुष्पा नेगी,अर्चना शर्मा,शशि धपा, पूजा बुडाथोकी, पुष्पा देवी आदि शामिल थी।

रविदास जयंती पर शास्त्रीनगर में धूमधाम से हुआ ध्वजारोहण

संवाददाता

देहरादून। रविदास जयंती पर कांग्रेस प्रदेश उपाध्यक्ष सूर्यकान्त धस्माना ने ध्वजारोहण करते हुए कहा कि संत रविदास संतों में शिरोमणि थे।

आज यहां संत रविदास चौदहवीं व पंद्रहवीं शताब्दी के सबसे बड़े समाज सुधारक संत थे जिन्होंने छुआछूत व अंधविश्वास पर उस समय चोट की जब पूरा भारतीय समाज इन बुराइयों में बुरी तरह जकड़ा हुआ था यह बात शास्त्रीनगर कांवली में आंबेडकर महासंघ द्वारा रविदास जयंती के अवसर पर आयोजित भव्य कार्यक्रम में ध्वजारोहण व रविदास जी की प्रतिमा पर माल्यार्पण के पश्चात जन समुदाय को बतौर मुख्य अतिथि संबोधित करते हुए सूर्यकान्त धस्माना ने कही। उन्होंने कहा कि जूता बनाने वाले मोची के घर जन्में रैदास ने जिनके गुरु संत कबीर थे अपनी विद्वता ज्ञान व भक्ति से मीरा जैसी शिष्या समाज को दी

और 'मन चंगा तो कठौती में गंगा' जैसा मूल मंत्र समाज को दिया। धस्माना ने कहा कि सिख पंथ के पावित्र ग्रंथ श्री गुरुग्रंथ साहिब में संत रैदास की बाणी का बहुत महत्व है। उन्होंने कहा कि आज जब हम 21वीं शताब्दी में जी रहे हैं तब भी समाज के नेतृत्वकारी लोग समाज में जात पात छुआ छूत व धर्म के नाम पर विभाजन कर रहे हैं व समाज में अंधविश्वास को बढ़ावा दे रहे हैं किंतु संत रैदास के मंदिर में जा कर माथा भी टेक रहे हैं जो वास्तव में प्रपंच है। इस अवसर पर अंबेडकर महासंघ के अध्यक्ष अवधेश कथीरिया, एससी एसटी इम्प्लाइज संघ के महामंत्री राजेन्द्र राज, संजय कटारिया, प्रवीण कश्यप, श्रीमती गुड्डी देवी समेत बड़ी संख्या में रैदासी समाज के लोगों के साथ क्षेत्रवासी उपस्थित रहे। ध्वजारोहण माल्यार्पण व सभा के पश्चात विशाल भंडारे का आयोजन भी किया गया।

एक नजर

अधिकारियों के ट्रांसफर पोस्टिंग को लेकर चुनाव आयोग ने उठाया बड़ा कदम

नई दिल्ली। आगामी लोकसभा चुनाव के मद्देनजर अधिकारियों के ट्रांसफर पोस्टिंग को लेकर चुनाव आयोग ने बड़ा कदम उठाया है। चुनाव आयोग ने सभी राज्य सरकारों से यह सुनिश्चित करने को कहा है कि जिन अधिकारियों को 3 साल पूरा करने के बाद जिले से बाहर स्थानांतरित किया जाता है, उन्हें उसी संसदीय क्षेत्र के किसी अन्य जिले में तैनात नहीं किया जाए। मौजूदा निर्देशों में खामियों को दूर करते हुए आयोग ने निर्देश दिया है कि उन राज्यों/केंद्र शासित प्रदेशों को छोड़कर, जिनमें दो संसदीय निर्वाचन क्षेत्र शामिल हैं, अन्य राज्य यह सुनिश्चित करेंगे कि जिन अधिकारियों को जिले से बाहर स्थानांतरित किया गया है, उन्हें उसी संसदीय निर्वाचन क्षेत्र में तैनात नहीं किया जाए। बता दें कि चुनाव आयोग नीति के अनुसार, उन सभी अधिकारियों को स्थानांतरित करने का निर्देश दिया गया है जो या तो अपने गृह जिले में तैनात थे या एक स्थान पर तीन साल पूरे कर चुके हैं। इसमें वे अधिकारी शामिल हैं जो सीधे या पर्यवेक्षी क्षमता में किसी भी तरह से चुनाव कार्य से जुड़े हुए हैं। चुनावों में समान अवसर में खलल डालने के खिलाफ आयोग की जीरो टॉलरेंस नीति रही है। हाल ही में हुए 5 राज्यों के विधानसभा चुनावों में, आयोग ने विभिन्न अधिकारियों, यहां तक कि राज्य में वरिष्ठ स्तर के पुलिस अधिकारियों के स्थानांतरण का आदेश दिया था। आगामी लोकसभा चुनाव को देखते हुए और चुनाव निष्पक्ष कराने के लिए चुनाव आयोग ने उठाया बड़ा कदम माना जा रहा है।

मंदिर जा रहे श्रद्धालुओं को बोलेरो ने कुचला, 4 की मौत

मुंबई। महाराष्ट्र के हिंगोली में बड़ा हादसा हो गया है। यहां पैदल चलकर दर्शन करने मंदिर जा रहे लोगों को पीछे से आ रही बोलेरो ने टक्कर मार दी। इससे चार लोगों की मौत हो गई। वहीं दो गंभीर रूप से घायल हो गए। घायलों को इलाज के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है। जानकारी के अनुसार, यह घटना महाराष्ट्र के हिंगोली वाशिम हाइवे की है। यहां मालहिवरा गांव के पास 6 लोग पैदल जा रहे थे। उसी दौरान पीछे से आ रही बोलेरो ने उन्हें कुचल दिया। इससे 4 लोगों की मौत हो गई। वहीं 2 लोग गंभीर रूप से घायल हो गए हैं। सभी लोग सिरसम गांव के रहने वाले हैं। ये लोग दर्शन के लिए हनुमान मंदिर जा रहे थे। मंदिर जा रहे लोगों को पीछे से तेज रफ्तार वाहन ने टक्कर मार दी और कुचलते हुए दूसरी साइड में जाकर टकरा गया। बताया जा रहा है कि बोलेरो का ड्राइवर नींद में था। इसी वजह से हादसा हो गया। टक्कर लगने की घटना के बाद लोगों ने सूचना पुलिस को दी। जानकारी मिलते ही पुलिस टीम तुरंत मौके पर पहुंची और जायजा लिया। पुलिस ने शव कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी। वहीं घायलों को इलाज के लिए अस्पताल में भर्ती करवाया है।

इंफाल स्थित एक यूनिवर्सिटी के कैंपस में धमाका, एक की मौत दो घायल

इंफाल। मणिपुर के इंफाल स्थित एक विश्वविद्यालय परिसर के अंदर विस्फोट होने की खबर आई है। इस विस्फोट में एक व्यक्ति की मौत और दो अन्य घायल हो गए। सूत्रों के मुताबिक ये धमाका शुक्रवार को करीब रात 9 बजकर 25 मिनट पर हुआ है। इस विस्फोट के बारे में जानकारी देते हुए पुलिस ने बताया कि इंफाल के पश्चिम के थांगमीबैंड स्थित डीएम कॉलेज के अंदर विस्फोट की सूचना मिली थी। ये विस्फोट धनमंजुरी विश्वविद्यालय परिसर के अंदर स्थित ऑल मणिपुर स्टूडेंट्स यूनियन ऑफिस के पूर्वी हिस्से में करीब रात साढ़े नौ बजे हुआ है। पुलिस टीम ने मौके के सबूत को इकट्ठा कर मामले की जांच शुरू कर दी है। इस धमाके को मणिपुर में चल रहे जातीय संघर्ष से भी जोड़कर देखा जा रहा है। हालांकि, अभी किसी पक्ष ने इस धमाके की जिम्मेदारी नहीं ली है। बीते दिनों मणिपुर हाईकोर्ट ने मैतेई समुदाय को अनुसूचित जनजाति में शामिल करने के 2023 के अपने आदेश में संशोधन कर दिया है। हाईकोर्ट का कहना है कि इस फैसले से राज्य में जातीय अशांति बढ़ सकती है। अब तक राज्य में भड़की जातीय हिंसा में 200 से ज्यादा लोगों की मौत हो चुकी है। बता दें कि मणिपुर की आबादी में मैतेई समुदाय की संख्या लगभग 53 प्रतिशत है और वे ज्यादातर इंफाल घाटी में रहते हैं, जबकि आदिवासी, जिनमें नागा और कुकी शामिल हैं।

- महेंद्र भट्ट का कांग्रेस नेताओं को खुला ऑफर -

भाजपा में आओ विधायक बनाने की गारंटी

विशेष संवाददाता

देहरादून। अभी तक आपने इस चुनावी दौर में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के भाषणों में यह जरूर सुना होगा कि यह मोदी की गारंटी है। लेकिन उत्तराखंड भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष भी कांग्रेस नेताओं को ऐसी ही गारंटी दे रहे हैं। उन्होंने कांग्रेस नेताओं को खुला ऑफर दिया है कि भाजपा की सदस्यता लो हम आपको टिकट भी देंगे और चुनाव जीता कर विधायक भी बनाएंगे।

भले ही चुनाव से पूर्व विपक्षी खेमों को कमजोर करने के लिए भाजपा विपक्षी दलों के नेताओं को भाजपा के पाले में खींचने की रणनीति पर काम करती आई हो लेकिन यह पहला मौका है जब भाजपा के किसी नेता द्वारा विपक्ष कांग्रेस को इस तरह का खुला ऑफर दिया गया हो कि भाजपा ज्वाइन करने वाले नेता को सिर्फ बीजेपी का टिकट ही नहीं दिया जाएगा बल्कि उसे चुनाव में जीत दिला कर विधायक बनाने तक की गारंटी दी गई है। वरना टिकट देने का काम तो भाजपा हाई कमान का ही है जैसी बातें ही कही जाती रही हैं। तब क्या राज्यसभा सदस्य निर्वाचित होने के बाद अब भाजपा हाई कमान द्वारा टिकट बांटने का अधिकार भी भट्ट को ही दे दिया है।

भट्ट के इस बयान पर कांग्रेस नेताओं ने तीखी प्रतिक्रिया व्यक्त की है। उनके इस बयान पर कांग्रेस नेता प्रीतम सिंह का कहना है कि भट्ट पहली-पहली बार प्रदेश अध्यक्ष बने हैं और पहली बार

❑ईडी व सीबीआई का डर दिखाकर किसी को भी भाजपा में बुला सकते हैं: कांग्रेस

सांसद बने हैं इसलिए कुछ ज्यादा ही जोश में है। जो कांग्रेस नेता पहले ही भाजपा में चले गए हैं उन्हें ही वह टिकट देकर विधायक बना ले उनके लिए वही काफी होगा। उन्होंने कहा कि भाजपा की यही तो खासियत है कि वह जो कहती है वह करती नहीं है और जो करती है वह कहती नहीं है। भट्ट के इस बयान पर करन माहरा ने कहा है कि कांग्रेस का कोई नेता तो भाजपा में जाने वाला है नहीं। भाजपा के पास सीबीआई और ईडी जरूर है वह जिस नेता को भी कांग्रेस से भाजपा में बुलाना चाहते हैं उनके घर में ईडी और सीबीआई भेज देते हैं। हो सकता है जेल जाने के डर से कोई नेता भाजपा में शामिल हो जाए। क्योंकि भाजपा के पास इसके सिवाय और कोई तो काम रह नहीं गया है। नेताओं को ईडी और सीबीआई का डर दिखाओ और भाजपा में बुलाओ, या फिर चंदा उगाहो।

उल्लेखनीय है कि 28 फरवरी को जेपी नड्डा उत्तराखंड आ रहे हैं भाजपा पहले से ही प्रचार करती रही है कि कई कांग्रेसी नेता उसके संपर्क में है जिनकी वह भाजपा में ज्वॉइनिंग करा सकती है। लेकिन इन चर्चाओं के बीच यह पता नहीं चल रहा है कि कौन-कौन भाजपा में जा सकता है। कुछ लोगों की जुबान पर डा. हरक सिंह रावत का नाम भी है लेकिन ईडी ने उन्हें 29 फरवरी को पूछताछ के लिए बुलाया हुआ है। यह 28 को ही पता चलेगा कि भट्ट सिर्फ शगुफे बाजी कर रहे हैं या फिर उनकी बात में कुछ दम भी है।

घर में घुसकर मारपीट करने पर चार लोगों पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। घर में घुसकर मारपीट करने के मामले में पुलिस ने एक ही परिवार के चार लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार खटीक मौहल्ला रिस्पना नदी निवासी महेन्द्र सिंह ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पडोस में रहने वाले प्रेम, उसकी पत्नी शांति, बेटा नरेश व बेटी सोनी उसके घर में घुस आये और उसकी पत्नी के साथ गाली गलौच करने लगे उसने जब इनका विरोध किया तो इन्होंने उसकी पत्नी के साथ मारपीट कर उसको घायल कर दिया। जब आसपास के लोग वहां पर पहुंचे तो चारो उसकी पत्नी को जान से मारने की धमकी देकर भाग गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

बनभूलपुरा में महिलाओं के साथ नहीं हुई अभद्रताःभरणे

संवाददाता

देहरादून। पुलिस महानिरीक्षक प्रवक्ता पुलिस मुख्यालय नीलश आनंद भरणे ने सोशल मीडिया पर प्रसारित खबरों का खंडन करते हुए कहा कि बनभूलपुरा में पुलिस के द्वारा महिलाओं से किसी प्रकार की अभद्रता नहीं की है।

आज यहां नीलेश आनंद भरणे, पुलिस महानिरीक्षक पी/एम एवं प्रवक्ता पुलिस मुख्यालय ने बताया कि बनभूलपुरा में पुलिस द्वारा महिलाओं के साथ अभद्रता किये जाने संबंधी सोशल मीडिया पर प्रसारित खबरों का हम पूर्णतः खण्डन करते हैं। इस तरह की कोई घटना नहीं हुई है। उत्तराखंड पुलिस 'मित्र पुलिस' के अपने ध्येय पर बहुत गर्व करती है। कर्तव्यों के निर्वहन के दौरान हम कानून का पालन करने वाले सभी नागरिकों विशेषकर महिलाएं और बच्चे के साथ शिष्टाचार, स्नेह और सम्मान का व्यवहार करते हैं। महिलाओं के साथ किसी भी प्रकार के दुर्व्यवहार के प्रति उत्तराखंड पुलिस में शून्य सहिष्णुता है। यदि कोई विश्वसनीय साक्ष्य हैं तो वो उन्हें वर्तमान में चल रही मजिस्ट्रियल जांच के दौरान आयुक्त कुमाऊं या वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों के समक्ष प्रस्तुत कर सकते हैं। हम उस पर विधिसम्मत और त्वरित कार्यवाही करेंगे। हम कानून के अनुसार नागरिकों के सम्मान एवं उनके हितों की रक्षा के लिए कार्य करने का संकल्प रखते हैं।

दुकान से नगदी व सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दुकान का ताला तोड वहां से नगदी व सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सभावाला निवासी शुभम गुप्ता ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी क्षेत्र में दुकान है। आज जब वह दुकान पर पहुंचा तो उसने देखा कि दुकान का ताला टूटा हुआ था तथा अन्दर सारा सामान बिखरा हुआ था। चोर उसके यहां से 30 हजार रूपये नगद व कैमरे की डीबीआर चोरी करके ले गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

दो दुपहिया वाहन चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दो स्थानों से दो दुपहिया वाहन चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मोथरोवाला निवासी प्रताब भान सिंह ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से मंदाकिनी होटल गया था। उसने अपनी स्कूटी होटल की पार्किंग में खडी की थी। जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी स्कूटी अपने स्थान से गायब थी। वहीं अधोईवाला निवासी आशीष कुमार ने राजपुर थाने में पैसेफिक मॉल के बाहर से अपनी मोटरसाईकिल चोरी होने का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने दोनों मुकदमें 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।