बुधवार
20 मार्च 2024

पृष्ठ 4

आयुष शर्मा एक्शन से फिर धमाल मचाने के लिए तैयार

पृष्ठ 5

आंखों में इंफेक्शन या जलन होने पर न करें यह गलतियां

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 53
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

एकता का किला सबसे सुदृढ़ होता है। उसके भीतर रह कर कोई भी प्राणी असुरक्षा अनुभव नहीं करता।

– अज्ञात

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

आयकर विभाग को 6 साल बाद फिर आई मेरी याद: गोदियाल

हमारे संवाददाता

देहरादून। पौड़ी लोकसभा सीट पर हार के डर से भाजपा बौखला गयी है। लोकसभा चुनावों के दौरान आयकर विभाग द्वारा करीब छह साल बाद मुझे तीन नोटिस भेज कर तलब किया गया है। कांग्रेस भवन में आयोजित पत्रकार वार्ता के दौरान यह बात पौड़ी लोकसभा सीट से कांग्रेस प्रत्याशी गणेश गोदियाल द्वारा कही गयी।

उन्होने केन्द्र सरकार पर हमला बोलते हुए कहा कि भाजपा पौड़ी संसदीय सीट

पर हार के डर से बौखला गई है और उनके द्वारा ऐसे हथकंडे अपनाए जा रहे हैं। उन्होने बताया कि इससे पहले वर्ष 2018 में भी आयकर विभाग ने उन्हे नोटिस जारी किया था। तब उनके बैंक खाते भी फ्रीज करा दिए गए थे। गणेश गोदियाल ने बताया कि वह बदरी केदार मंदिर समिति के पूर्व अध्यक्ष हैं और तब उन्होंने केदारनाथ मंदिर में कराए गए लेजर शो का विरोध किया था। लेजर शो में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी का गुणगान

❑भेजे 3 नोटिस और किया तलब

किया गया था। जब कांग्रेस नेताओं ने ने आरोप लगाया था कि यह कार्रवाई लेजर शो का विरोध करने के चलते की गई है। तब आयकर विभाग ने बताया था कि गणेश गोदियाल पर आयकर के रूप में करीब 96 लाख रुपये का बकाया है और इसी क्रम में कार्रवाई की गई है।

आयकर विभाग के सूत्रों के मुताबिक कांग्रेस नेता गणेश गोदियाल का उत्तराखंड से लेकर महाराष्ट्र तक कारोबार है। वर्ष 2017-18 के आसपास उनकी आयकर रिटर्न का असेसमेंट किया गया था। कुछ सूचनाएं भी मिली थीं। जिनके परीक्षण पर पता चला था कि गोदियाल को कुछ कंपनियों से धनराशि मिली थी। जिसे उन्होंने रिटर्न में खर्चे के रूप में समायोजित

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

लोकसभा निर्वाचन: इस बार हथियार नहीं होंगे जमा

संवाददाता

देहरादून। चुनाव की तारीख घोषित होते ही जिला प्रशासन लाईसेंसी हथियारों को जमा करने के आदेश दे देता था। लेकिन इस बार ऐसा नहीं होगा। हाईकोर्ट में जनहित याचिका डाले जाने के बाद जिला व पुलिस प्रशासन ने अपने कदम पीछे कर लिये हैं और इस बार हथियार जमा नहीं होंगे।

जब भी चुनावी बिगुल बजता है तो जिला व पुलिस प्रशासन चुनावी प्रक्रिया को शांतिपूर्वक सम्पन्न कराने के लिए कई कदम उठाते हैं। जिनमें से एक कदम लाईसेंसी हथियारों को थानों में जमा कराने की प्रक्रिया भी शुरू की जाती है। इसके साथ ही क्षेत्र के असामाजिक तत्वों पर भी 107/116 सीआरसीपी, गुण्डा एक्ट सहित विभिन्न कार्रवाही अमल में लायी जाती हैं। पुलिस द्वारा एक लाईन से सभी लोगों के हथियार जमा करने के आदेश दे दिये जाते हैं। जबकि होना यह चाहिये कि जिसने अपने लाईसेंसी हथियार का दुरूपयोग किया हो, या जो कोई हिस्ट्रीशीटर बदमाश हो, या फिर जिसके द्वारा चुनाव प्रक्रिया में व्यवधान उत्पन्न किया जाता है ऐसे व्यक्तियों के हथियार जमा होने चाहिए लेकिन इसमें सम्मानित लोगों को भी इस परिधि में लाना कहां तक न्यायोचित है।

इस बार देहरादून निवासी सुमेन्द्र सिंह बोहरा ने हाईकोर्ट में एक जनहित याचिका डाली। कोर्ट द्वारा निर्वाचन आयोग व जिला प्रशासन से आख्या मांगी गयी। और सुनवायी के लिए चार अप्रैल की तिथि निहित की गयी। जिलाधिकारी द्वारा बताया गया कि देहरादून में निर्वाचन प्रक्रिया के दौरान शांतिपूर्ण मतदान सुनिश्चित किये जाने हेतू तथा चुनाव बूथों की सुरक्षा के दृष्टिगत शस्त्रों को जमा कराये जाने के सम्बन्ध में कार्यवाही की जाती है। निर्वाचन आयोग के द्वारा समय-समय पर जारी निर्देशों के क्रम में जनपद स्तर पर शस्त्र जमा कराये जाते हैं। हाईकोर्ट में जनहित याचिका डाले जाने के बाद हाईकोर्ट द्वारा निर्वाचन आयोग व जिला प्रशासन से आख्या मांगे जाने के बाद निर्वाचन आयोग व जिला प्रशासन के द्वारा स्वंय ही निर्णय लिया गया कि जिन लोगों से चुनाव प्रक्रिया को खतरा दिखायी देता है

◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

उम्रकैद की सजा काट रहे आसाराम को नहीं मिली इलाज के लिए महाराष्ट्र जाने की इजाजत

नई दिल्ली। रेप के मामले में राजस्थान की जोधपुर की जेल में बंद आसाराम को हाईकोर्ट से राहत नहीं मिली है। कोर्ट ने आसाराम को इलाज के लिए महाराष्ट्र भेजने से इनकार कर दिया है। अस्पताल से रिपोर्ट मिलने के बाद हाईकोर्ट ने ये फैसला किया है। दरअसल आसाराम ने महाराष्ट्र के पुणे के माधवबाग अस्पताल में आयुर्वेद इलाज की अनुमति के लिए याचिका दायर की थी, जिसे हाईकोर्ट ने खारिज कर दिया है। इस संबंध में महाराष्ट्र पुलिस ने सुरक्षा का हवाला देकर आसाराम को इलाज के लिए मंजूरी नहीं देने की बात भी कही थी। ऐसे में अब जोधपुर के करवड़ अस्पताल में ही आसाराम का इलाज हो सकता है। इस मामले पर गुरुवार को राजस्थान हाईकोर्ट में सुनवाई होगी।

बता दें कि 2018 में आसाराम को जोधपुर की एक विशेष पोक्सोअदालत ने बलात्कार सहित यौन उत्पीड़न का दोषी ठहराया था और आजीवन कारावास की सजा सुनाई थी। आसाराम 2 सितंबर 2013 से जेल में है।

भारत ने स्टार्टअप-20 के तहत दुनिया भर के स्टार्टअप इकोसिस्टम को एक साथ लाने की कोशिश की: मोदी

नई दिल्ली। भारत मंडपम में स्टार्टअप महाकुंभ में पीएम मोदी ने कहा, भारत ने स्टार्टअप-20 के तहत दुनिया भर के स्टार्टअप इकोसिस्टम को एक साथ लाने की कोशिश की है। उसी भारत मंडपम में स्टार्टअप को न केवल पहली बार दिल्ली जी20 घोषणापत्र में शामिल किया गया, बल्कि इसे विकास का प्राकृतिक इंजन भी माना जाता है।

स्टार्टअप महाकुंभ में पीएम मोदी ने आगे कहा आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस युवा इनोवेटर्स और वैश्विक निवेशकों के लिए कई रास्ते खोलता है। नेशनल क्वांटम मिशन, भारत एआई मिशन और सेमीकंडक्टर मिशन जैसी पहल युवाओं

के लिए अवसरों के द्वार खोलती है।

पीएम मोदी ने कहा, जी20 शिखर सम्मेलन के दौरान, विभिन्न देशों के नेता हमारे यूपीआई से आश्चर्यचकित थे। इससे भारत को ग्रामीण-शहरी संबंधों को जोड़ने में मदद मिली है। पीएम ने कहा कि भारत ने प्रौद्योगिकी के उपयोग को लोकतांत्रिक बना दिया है। हम सम्पन्न और वंचित की बहस से ऊपर उठ गए हैं। हमारे 45% से अधिक स्टार्टअप महिलाओं द्वारा चलाए जाते हैं।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा, स्टार्टअप इंडिया पहल ने नए विचारों के लिए एक मंच प्रदान किया, उन्हें फंडिंग स्रोतों से जोड़ा, और टिंकरिंग लैब्स और इनक्यूबेटिंग लैब्स शुरू की। सभी ऐसे प्रयासों से टियर 2 और टियर 3 शहरों के युवाओं को अपने विचारों को विकसित करने में मदद मिली। प्रधानमंत्री ने स्टार्टअप महाकुंभ में इशारों-इशारों में नाम लिए बगैर कांग्रेस नेता राहुल गांधी को निशाने पर लिया। उन्होंने कहा, स्टार्ट-अप तो बहुत लोग लॉन्च करते हैं, और राजनीति में तो ज्यादा ही, बार-बार लॉन्च करना पड़ता है।

दून वैली मेल

संपादकीय

चुनाव है तो सब चकाचक

आपने अमूमन अपने शहरों में देखा होगा कि कल शाम तक जो सड़क उबड़-खाबड़ पड़ी थी आप जब सुबह उठकर आते हैं तो आपको एकदम चकाचक मिलती है। हैरान परेशान आप जानना चाहते हैं कि आखिर यह चमत्कार रातों-रात कैसे हो गया पता चलता है कि कुछ विदेशी राष्ट्राध्यक्ष किसी कार्यक्रम में हिस्सा लेने आ रहे हैं जो इसी सड़क से गुजरेंगे। हमारे देश की राजनीति का असली सच भी शायद कुछ इसी तरह का है। हर 5 साल बाद जब चुनाव आने वाले होते हैं तो कभी इंडिया साइनिंग करने लगता है तो कभी उसके अच्छे दिन आ रहे होते हैं। कभी देश को गरीबी से निजात मिल जाती है तो कभी बेरोजगारी से। यहां जितनी आसानी से छोटे से छोटा और बड़े से बड़ा काम हो जाता है वैसा शायद विश्व के अन्य किसी भी मुल्क में हो ही नहीं सकता है। क्योंकि इस देश के नेता इतने चमत्कारी या यूं कहिए कि प्रतिभा के इतने धनी है कि उनके पास हर मर्ज का इलाज है। वह आदर्श ग्राम भी बना सकते हैं और स्मार्ट सिटी भी और तो और अब तो वह विकसित भारत बनाने का दावा भी कर रहे हैं। अपने देश के नेताओं की एक खासियत है कि वह करते कुछ नहीं है। उन्हें सिर्फ बातें करना या भाषण देना आता है या फिर वायदे करना आता है जिसमें उनका कोई मुकाबला नहीं कर सकता है। आप अगर भारत सरकार की बीते 10 साल की उपलब्धियां को लीजिए जिनके बारे में बीते दो महीनो में हजारों करोड़ के विज्ञापन छप चुके हैं धरातल पर इन उपलब्धियां की हकीकत क्या है? पीएम मोदी ने अपने सभी सांसदों से एक-एक गांव गोद लेने को कहा गया था भारत के 303 सांसदों ने गांव तो गोद ले लिए लेकिन इन सांसद गांवों के हालात में क्या कुछ सुधार आया और सांसदों ने क्या कभी उस गांव जाकर एक बार भी उसका हाल जानने की कोशिश की? यह सवाल आप न सरकार से कर सकते हैं और न सांसदो से? क्योंकि वह सिर्फ अपने मन की बात सुनना जानते हैं किसी के मन की बात सुनना उन्हें कतई भी पसंद नहीं है। भारत सरकार द्वारा देश के शहरो को स्मार्ट सिटी बनाने की जो कवायद शुरू की गई थी उसकी हकीकत जानकर किसी को भी हैरानी हो सकती है हाल के एक सर्वे में 47 स्मार्ट सिटी विश्व के सर्वाधिक प्रदूषित शहरों की सूची में है। इसलिए आगे यह पूछने की तो जरूरत भी नहीं है कि कितने स्मार्ट सिटी बन चुके हैं। अगर आप दून के रहने वाले हैं तो आप अपने मन में यह जरूर सोच रहे होंगे कि आपका दून 2000 से पहले तक जरूर एक स्मार्ट सिटी समझे जाने लायक था। जब से अलग राज्य बना और दून को राज्य की अस्थाई राजधानी बनाया गया तब से इस खूबसूरत शहर की जो दुर्दशा हुई है उसका दर्द दून के सीनियर सिटीजनों की जुबान पर आए बिना नहीं रहता है। खैर बात हो रही थी चुनावी दौर और चुनावी दौर के उन वायदों की जिनका इन दिनों चारों ओर शोर और जोर दोनों दिख रहा है। महिलाओं, युवाओं, किसानों और श्रमिकों के चार वर्ग ऐसे हैं जिनकी चुनाव में भागीदारी और वह किस राजनीतिक दल के पक्ष में खड़े हैं यह बात सबसे अधिक महत्वपूर्ण है। दून के मतदाताओं को अपने-अपने पालों में खींचने के लिए सभी दल तरह-तरह के लोक लुभावन वायदे भी कर रहे हैं। जैसे बीते चुनावों में होता आया है। हर बार चुनाव परिणामों के बाद देश का मतदाता स्वयं को ठगा सा महसूस करता है आखिर क्यों? इस बार वोट डालने से पहले इस सवाल पर चिंतन जरूर करना अगर आपको जवाब मिल जाए तो समझ लेना अब आपको कोई बेवकूफ नहीं बना सकता और न ठग सकता है।

लोकसभा चुनाव 2024: बीजेपी कार्यकर्ताओं ने जीत के लिए कसी कमर

कार्यालय संवाददाता

उत्तरकाशी। लगभग तीन सौ किलोमीटर दूर जनपद मुख्यालय के अंतिम गांव भितरी शक्ति केंद्र में भारतीय जनता पार्टी और प्रधानमंत्री मोदी की जनकल्याणकारी योजनाओं को जनता के बीच शक्ति केंद्र के माध्यम से टिहरी लोकसभा चुनाव के पुरोला विधानसभा प्रभारी लोकेंद्र सिंह बिष्ट ने गांव पहुंचकर रखी। लोकसभा चुनाव के लिए जहां अन्य पार्टियां अपने प्रत्याशी घोषित करने में देरी कर चुकी है। वहीं भारतीय जनता पार्टी और पार्टी कार्यकर्ताओं नें लोकसभा चुनाव की तैयारी 90 प्रतिशत पूरी कर दी है।

भारतीय जनता पार्टी के अलग-अलग शक्ति केंद्रों पर मां भारती, हेडगेवारजी, पंडित दीनदयाल उपाध्याय के छायाचित्रों पर दीप प्रज्ज्वलित कर बैठक और चुनाव का शुभारंभ किया। बैठक में शक्ति केंद्रों के प्रभारी, संयोजक व बूथ अध्यक्ष, पन्ना प्रमुख एवं कार्यकर्ताओं के साथ बैठक की। साथ ही बुजुर्गों, युवाओं, महिलाओं व हर एक मतदाताओं को प्रधानमंत्री मोदी जी और उनके द्वारा किए गए एतिहासिक कार्यों की जानकारी दी।पुरोला विधानसभा प्रभारी लोकेंद्र सिंह बिष्ट नें पांच मंडलों के अलग-अलग गांवों के शक्ति केंद्रों भितरी, दणगाणगांव, खरसाड़ी पुजेली, नौगांव, चंदेली, बरनीगाड़ के शक्ति केंद्रों में बीजेपी के कर्मठ कार्यकर्ताओं के साथ हर एक वोट को साधकर बूथ को मजबूत बनाने का संदेश दिया।

टिहरी लोकसभा चुनाव के पुरोला विधानसभा प्रभारी के साथ शक्ति केंद्र दौरे में जिला उपाध्यक्ष चमन रावत, मंडल प्रभारी जयचंद रावत, मंडल अध्यक्ष मोरी ईशवन पंवार, मंडल अध्यक्ष सांकरी दर्शन रावत, मंडल अध्यक्ष बर्नीगाड़ दिनेश नौटियाल, मंडल अध्यक्ष नौगांव संदीप असवाल, पुरोला मंडल अध्यक्ष जगमोहन पंवार, मोरी मीडिया प्रभारी दर्शन पंवार, पुलम पंवार, ओबीसी मोर्चे के उपाध्यक्ष रघुवीर रावत, पवन चौहान, शक्ति केंद्र प्रभारी अनिल राणा, पूर्व प्रधान बलबीर राणा, चतर सिंह राणा, किसान मोर्चे के सुरेश चौहान, वर्तमान प्रधान देवेंद्री चौहान, महामंत्री सांकरी बलबीर पंवार, किसान मोर्चा अध्यक्ष केदार सिंह रावत आदि मौजूद रहे।

गौशाला में छिपायी गयी 26 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद, एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

बागेश्वर। लोकसभा चुनाव को लेकर चलाये जा रहे चैकिंग अभियान तहत एसओजी टीम को खासी सफलता हाथ लगी है। एसओजी द्वारा एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर उसके पास से 26 पेटी शराब बरामद की गयी है। आरोपी द्वारा यह शराब गौशाला में छिपायी गयी थी।

जानकारी के अनुसार बीते रोज एसओजी व एसओजी एवं लिकर मॉनिटरिंग टीम द्वारा एक सूचना के बाद संयुक्त कार्यवाही करते हुए ग्राम कालो बदियाकोट थाना कपकोट में छापेमारी कर एक व्यक्ति को उसके घर/गौशाला में रखी गयी 26 पेटी अंग्रेजी शराब सहित गिरफ्तार किया गया है। जिसने पूछताछ में अपना नाम सुंदर सिंह दानू पुत्र प्रताप सिंह दानू निवासी ग्राम कालो बदियाकोट बताया। जिसके खिलाफ थाना कपकोट में मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी गयी है।

गौरैया हमारे पर्यावरण संरक्षण के लिए भी बहुत महत्वपूर्ण है: राणा

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। प्रत्येक वर्ष 20 मार्च को विश्व गौरैया दिवस मनाया जाता है। इस दिवस को मनाने का मुख्य उद्देश्य गौरैया के बारे में जागरूकता बढ़ाना और घरेलू गौरैया के संरक्षण के उपायों के बारे में लोगों को बताना है। पिछले कुछ वर्षों में देखा गया है कि गौरैया की संख्या में काफी कमी पाई गई है इसके पीछे के कारणों में आहार की कमी, बढ़ता आवासीय संकट, कीटनाशक का व्यापक प्रयोग, जीवन-शैली में बदलाव, प्रदूषण और मोबाइल फोन टावर से निकलने वाले रेडिएशन को दोषी बताया जाता रहा है, हालांकि, देश के छह मेट्रो बेंगलुरु, चेन्नई, दिल्ली, हैदराबाद, कोलकाता और मुंबई और अन्य बड़े शहरों में इनकी संख्या में कमी देखी गई है।

पर्यावरण प्रेमी और गौरेया को बचाने की मुहिम में कई वर्षों से कार्यरत झंडा बाजार निवासी रोशन राणा आज गौरेया दिवस पर अपने हाथ से बनाए गए धौसले नि:शुल्क वितरण किए और कुछ घोंसले गौरेया के संभावित क्षेत्रो में लगाये।

उन्होंने बताया कि गौरैया हमारे पर्यावरण संरक्षण के लिए भी बहुत महत्वपूर्ण है इसकी रक्षा करना भी हम सबका कर्तव्य बनता है , बहुत ही मामूली से खर्चे में इनके रहने की व्यवस्था हो जाती है और इनका भोजन तो हमारे बचे हुए भोजन से ही हो जाती है, बस इन्हें बचाने की जिज्ञासा हमारे दिलो में होनी चाहिए, इसी मंशा के तहत रोशन राणा जी प्रत्येक वर्ष सैकड़ो की संख्या में अपने हाथ से बने हुए घोंसले निशुल्क वितरण करते व जन जन को गौरेया के प्रति जागरूकता जगाते आ रहे हैं

विश्व गौरैया दिवस: चिड़ियों के घर और खाना-पानी रखने के बर्तन बाँटे

देहरादून (सं)। विश्व गौरैया दिवस पर फोरगिवनेस फाउंडेशन ने चिडियों के घर और खाना पानी रखने के बर्तन बांट पक्षियों के संरक्षण के लिए जानकारियां दी। आज यहां प्रसिद्द सामाजिक संस्था फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी ने विश्व गौरैया दिवस के अवसर पर पक्षियों के प्रति जागरूकता और संवेदना जगाने के लिए छात्रों, युवाओं और अन्य लोगों को चिड़ियों के 24 घर और पक्षियों के लिए खाना-पानी रखने के लिए बर्तन बाँटे और पक्षियों के संरक्षण के लिए जानकारियां दी। संस्था के अध्यक्ष डॉ. पवन शर्मा ने बताया कि उन्होंने ये घर लकड़ी और टीन के सुंदर, मजबूत और पर्यावरण अनुकूल है और स्थानीय दिव्यांग कारीगरों द्वारा बनवाये गये है, जिससे उन्हें थोड़ा रोजगार दे सके। उन्होंने कहा कि प्रत्येक जीव प्रकृति के लिए आवश्यक है और उन्होंने आह्वान किया कि कोई भी व्यक्ति इस तरह के छोटे छोटे प्रयासों से पर्यावरण और अन्य जीवों के संरक्षण के अपना योगदान दे सकता है। इस कार्यक्रम में सभी सदस्यों ने अपना योगदान दिया।

तिस्रो वाच ईरयति प्र वह्निर्ऋतस्य धीतिं ब्रह्मणो मनीषाम्।
गावो यन्ति गोपतिं पृच्छमानाः सोमं यन्ति मतयो वावशानाः।।
(ऋग्वेद ९-९७-३४)

सर्व प्रेरक परमात्मा हमें तीन प्रकार की वाणियों को धारण करने की प्रेरणा देता है। (1) नियमित जीवन के कार्य हेतु सत्य वाणी। (2) शब्द ब्रह्म रूप वेदों की दिव्य वाणी। (3) मन रूप गहन विचार की वाणी जो दिव्यता की ओर प्रेरित करती है। मेधावी लोग जो इस प्रकार की वाणियों को धारण करते हैं उनकी यह वाणियां परमात्मा को ऐसे प्राप्त होती हैं जिस प्रकार गायें गोस्वामी को प्राप्त होती है।

'कपड़ा कमेटी' देहरादून के त्रिवार्षिक चुनाव संपन्न

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। दून के कपड़ा व्यापारियों की सबसे पुरानी, सन् 1935 में स्थापित 'कपड़ा कमेटी' देहरादून के त्रिवार्षिक चुनाव आज पटेल नगर स्थित एक होटल में संपन्न हुए। कपड़ा कमेटी के अध्यक्ष प्रवीण कुमार जैन की अध्यक्षता में संपन्न बैठक में चुनाव अधिकारी सुकुमार जैन ने चुनाव कराए।

कपड़ा कमेटी के प्रधान पद पर प्रवीण कुमार जैन सर्वसम्मति से पुन: प्रधान निश्चित किए गए। उप प्रधान पद पर सिरी सुनील जैन, रमेश चंदन, सुरेश भाटिया एवं सरदार आई डी सिंह चुने गए। मंत्री पद पर अंशुमन गुप्ता तथा उपमंत्री पद पर जितेंद्र अरोरा, उदय अरोड़ा एवं ललित कोहली व कोषाध्यक्ष इंद्र कुमार भाटिया चुने गये, समिति के प्रचार मंत्री देवेंद्र गोयल एवं गुलशन कुकरेजा बने तथा लेखा निरीक्षक आलोक गुप्ता को नियुक्त किया गया सभी पदों पर चुनाव प्रतिक्रिया निर्विरोध संपन्न हुई। कमेटी के प्रधान प्रवीण कुमार जैन ने घोषणा की गजेंद्र वासन एवं विजय गुप्ता (खंडेलवाल) कपड़ा कमेटी के संरक्षण पद पर रहेंगे।

चुनाव प्रतिक्रिया के दौरान कमेटी के सभी पदाधिकारी संरक्षण मंडल और कार्यकर्ता शामिल हुए।

नॉर्मल डिलीवरी चाहती हैं तो प्रेगनेंसी में इस समय करें बद्ध कोणासन

अक्सर महिलाओं के मन में प्रेगनेंसी के आखिरी महीने या हफ्तों में शरीर को लेबर के लिए तैयार करने के तरीकों के बारे में जानने का ख्याल जरूर आता है। इस समय एक्टिव रहने और लो इंटेंसिटी एक्सरसाइज से आप काफी हद तक नॉर्मल डिलीवरी की संभावना को बढ़ा सकती हैं। लेकिन कुछ योगासन ऐसे हैं जो नॉर्मल डिलीवरी के चांसेस को काफी हद तक बढ़ा देते हैं, इनमें से एक है बद्ध कोणासन।

बद्ध कोणासन को कॉब्लर पोज भी कहते हैं। इस योगासन से पेल्विस को खोलने में मदद मिलती है और डिलीवरी के लिए कूल्हों के जोड़ ढीले होते हैं। आइए जानते हैं प्रेगनेंसी में बद्ध कोणासन करने के फायदों और इस आसन को करने के तरीके के बारे में। इस आसन को करने से शरीर में रक्त प्रवाह में सुधार आता है। किडनी, प्रोस्टेट ग्लैंड, मूत्राशय, गर्भाशय और पेट के अंदरूनी अंग इस आसन से एक्टिव होते हैं। यह आसन जांघों और कूल्हों की मांसपेशियों में लचीलापन लाता है। इस आसन की मदद से साइटिका के दर्द से भी राहत पाई जा सकती है।

बद्ध कोणासन प्रेगनेंट महिला के शरीर में लचीलापन लाता है जिससे डिलीवरी के समय मदद मिलती है। यह शरीर को एक्टिव रखता है जिससे नॉर्मल डिलीवरी की संभावना बढ़ती है। डिलीवरी के समय पेल्विस और इससे जुड़ी मांसपेशियों और लिगामेंट पर बहुत दबाव पड़ता है इसलिए बद्ध कोणासन इन हिस्सों को लचीला बनाता है। इससे डिलीवरी के बाद होने वाली समस्याओं को भी कम किया जा सकता है। काब्लर पोज कमर को सीधी रखता है और पोस्चर में सुधार लाने में मदद कर सकता है जिससे कमर दर्द में आराम मिल सकता है। प्रेगनेंसी की तीसरी तिमाही में कमर दर्द बहुत परेशान करता है और बद्ध कोणासन इस दर्द से छुटकारा दिला सकता है।

बद्ध कोणासन करने का तरीका

*इस आसन को करने के लिए सबसे पहले दंडासन की स्थिति में बैठ जाएं।

*दोनों पैरों को घुटनों से मोड़कर जमीन पर रखें, इस समय आपके दोनों पैरों के तलवे आपस में मिले होने चाहिए।

*हाथों की उंगलियों को एक-दूसरे में फंसाकर पैरों के नीचे रखें।

*कमर को सीधा रखें और छाती बाहर की ओर होनी चाहिए।

*कुछ देर इसी अवस्था में रहकर गहरी सांस लेने का अभ्यास करें।

*धीरे-धीरे सांस अंदर लें और फिर बाहर छोड़ें।

*प्रेगनेंट महिलाएं बीच-बीच में पैरों को ऊपर डइाकर रिलैक्स कर सकती हैं।

*इसके बाद दोनों पैरों को ऊपर हवा में उठाएं और फिर नीचे लाएं। इसमें आपके पैर तितली के पंखों की तरह ऊपर नीचे होते हैं।

सावधानियां

*इस आसन को एक बार में दो से तीन मिनट से ज्यादा न करें।

*घुटनों या पैरों में तेज दर्द होने पर यह आसन करने से बचें।

*अगर आपका वजन ज्यादा है तो पहले एक पैर से प्रैक्टिस करें और फिर दूसरे से। प्रेगनेंट महिलाएं बद्ध कोणासन करने से पहले एक बार डॉक्टर से सलाह जरूर लें।

अगल-अलग भाषाएं सीख कर पायें अच्छी नौकरी

अगर आप तेजी से आगे बढ़ना चाहते हैं तो हिंदी और अंग्रेजी के साथ ही अलग-अलग भाषाएं सीखना आपके लिए फायदेमंद हो सकता है। अलग-अलग और नई तरह की भाषा आपको एक अच्छी नौकरी भी दिला सकती है। अगर इन भाषाओं का ज्ञान हिंदी के साथ हो तो आपको नौकरी मिलने की संभावना बढ़ जाती है।

अगर किसी भाषा को वाकई वैश्विक भाषा का दर्जा मिल सकता है तो वो स्पेनिश है। दुनिया भर में इस भाषा से जुड़े रोजगार के अवसर मिल सकते हैं। अमेरिका में बड़ी संख्या में ऐसे लोग रहते हैं, जो स्पेनिश बोलते हैं। इसके अलावा मुसाफिरों की तादाद भी काफी है। इसे सीखना तुलनात्मक रूप से आसान है। स्पेन के अलावा ये भाषा दक्षिण अमेरिका के कई देशों और मेक्सिकों में भी बोली जाती है।

जर्मनी के अलावा स्विटजरलैंड में भी ये जर्मन भाषा काफी प्रचलित है और ये दोनों देश यूरोप में कारोबार का केंद्र माने जाते हैं। ऐसे में ये भाषा कारोबार के लिहाज से अहम है।

दुनिया भर में 20 करोड़ से ज्यादा लोग फ्रेंच भाषा बोलते हैं। दुनिया के 40 से ज्यादा देशों में आप फ्रेंच बोल-सुन सकते हैं। ये 8 देषों की भाषा है और संयुक्त राष्ट्र में इसे आधिकारिक दर्जा हासिल है।

अंगेजी का महत्व आपको पता ही है। लंदन, अमेरिका समेत यूरोप में प्रमुख तौर पर बोली जाने वाली भाषा है। इससे करियर की असीम संभावनाएं आपके लिए खुलती हैं।

अंग्रेजी में कई ऐसे शब्द हैं, जो जापानी भाषा में पहुंचे हैं। अगर एशिया के रोबोटिक केंद्र में जगह बनानी है तो जापानी सीखना अनिवार्य समझ लीजिए।

30 करोड़ लोग अरबी भाषा बोलते हैं। दुबई और आबु धाबी जैसे अंतरराष्ट्रीय वित्तीय केंद्रों की भाषा है। ये भाषा कई क्षेत्रों में रोजगार दिला सकती है। पश्चिम एशिया और अफ्रीका के कई देशों में ये भाषा इस्तेमाल होती है।

सुबह जल्दी उठना है तो करें ये उपाय

रोज सुबह जल्दी उठने के कई फायदे हैं। इससे हम दिनभर चुस्त रहते हैं और हमारे काम भी जल्दी निपट जाते हैं। देरी से उठने के कारण हम स्ट्रेस और आलस फील करते हैं। लेकिन कई लोगों के लिए समस्या यही है कि वे चाहकर भी जल्दी नहीं उठ पाते हैं। आज हम आपको कुछ ऐसे टिप्स बता रहे हैं जिनसे सुबह जल्दी उठने में मदद मिलेगी।

चाय या कॉफी से बनाएं दूरी

रात में खाने के बाद चाय या कॉफी कभी न लें। इससे रात में जल्दी नींद आएगी और सुबह जल्दी नींद खुल जाएगी।

इलेक्ट्रॉनिक डिवाइस से दूरी

फोन, टैबलट या किसी भी इलेक्ट्रॉनिक डिवाइस को अपने साथ बिस्तर में लेकर न सोएं। इससे देर से नींद आएगी और सुबह जल्दी नहीं उठ पाएंगे।

कमरे का तापमान पर ध्यान दें

अगर आप भी कमरे में एसी चलाकर सोने के आदि हैं तो रूम टेम्प्रेरचर मेंटेन करना जरूरी है। बेडरूम का तापमान 18 से 22 डिग्री के बीच ही होना चाहिए।

रात में हल्का भोजन लें

रात में हाई प्रोटीन डाइट लेने से नींद भी देर से आती है। इसलिए रात को हल्का भोजन लें। इससे जल्दी नींद भी आएगी और सुबह जल्दी उठ पाएंगे।

अलार्म टाइम कम करें

सुबह के अलार्म टाइम को हर दिन 5-5 मिनट कम करें। इससे सुबह जल्दी उठने की आदत बन जाएगी।

स्नूज बटन न दबाएं

जैसे ही अलार्म बजे तुरंत उठ जाएं। बार-बार स्नूज बटन न दबाएं। ऐसे में जल्दी उठने में मदद मिलेगी।

खुद पर कंट्रोल जरूरी

सुबह जल्दी उठने के लिए रात में सोने से पहले खुद को मोटिवेट करना जरूरी है। इस बात को कई बार सोचें कि सुबह जल्दी उठना है।

अलार्म को करें दूर

अलार्म को इतना दूर रखें कि आवाज भी सुनाई दे और उसे बंद करने के लिए उठ कर जाना पड़े। बिस्टर छूटने से नींद दूर करने में मदद मिलती है। साथ ही यह भी जरूरी है कि आप कोई अपनी पसंद की अलार्म टोन लगाएं। इससे आप अलार्म बजने पर आसानी से उठ जाएंगे।

त्वचा को निखारने में सहायक हैं आड़ू के ये फेस पैक

आड़ू अपने पोषक गुणों के लिए विश्वभर में प्रसिद्ध है और इसका सेवन शारीरिक स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभकारी होता है। यही नहीं, इसका इस्तेमाल चेहरे को स्वस्थ रखने और निखारने के लिए भी किया जा सकता है। जी हां, ऐसा संभव है और इसलिए आज हम आपको आड़ू से बनने वाले ऐसे फेस पैक्स के बारे में बताने जा रहे हैं, जिनका अगर हफ्ते में कम से कम दो दिन इस्तेमाल किया जाए तो चेहरा एकदम स्वस्थ रहेगा।

आड़ू, नींबू के रस और शहद का फेस पैक : सबसे पहले एक आड़ू को ब्लेंड कर लें। अब इसे कटोरी में एक चम्मच नींबू के रस और एक चम्मच शहद के साथ मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने चेहरे पर लगाकर 15 मिनट बाद इसे ठंडे पानी से धो लें। अंत में चेहरे को तौलिये से टैप-टैप करके सुखा लें। मुंहासे और ब्लैकहेड्स रहित चेहरा पाने के लिए इस फेस पैक का इस्तेमाल बहुत फायदेमंद हो सकता है।

आड़ू, ओट्स, अंडे और शहद का फेस पैक : सबसे पहले आधा आड़ू और एक चम्मच ओट्स को अच्छे से ब्लेंड करके एक कटोरी में निकाल लें। अब इस मिश्रण में एक चम्मच शहद और अंडे का पीला भाग मिलाएं। इसके बाद इस मिश्रण को अपने चेहरे पर लगाकर 15 मिनट के बाद इसे ठंडे पानी से धो लें। यह फेस पैक त्वचा के रूखेपन को दूर करके मॉइस्चराइज और हाइड्रेट करने में मदद कर सकता है।

आड़ू और शहद का फेस पैक :एक कटोरी में दो चम्मच आड़ू के गूदे का पेस्ट और एक चम्मच चम्मच शहद मिलाएं। अब इस मिश्रण को हल्के हाथों से अपने चेहरे पर लगाएं और जब फेस पैक अच्छे से सूख जाए तो चेहरे को ठंडे पानी से धोकर तौलिये से सुखा लें। अंत में चेहरे पर मॉइस्चराइजर लगा लें। इस फेस पैक के इस्तेमाल से चेहरे पर निखार आता है।

जानिए बालों में क्यों इस्तेमाल करना चाहिए सीरम!

ज्यादातर लोगों को बालों की बेहतर देखभाल के लिए शेंपू और कंडीशनर के इस्तेमाल के बारे में तो पता है, लेकिन सीरम को लेकर वे अक्सर कन्फ्यूज रहते हैं। दरअसल हेयर सीरम एक सिलिकॉन बेस्ड प्रोडक्ट है जो बालों की सुरक्षा के लिए लेयर तैयार कर देता है। इससे बालों को धूप, प्रदूषण और धूल-मिट्टी के कारण होने वाले नुकसान कम हो जाते हैं। हेयर सीरम आपके बालों को पोषण देता है और बालों को शाइनी, सिल्की और स्मूद बनाता है। इसके अलावा हीटिंग टूल्स जैसे इलेक्ट्रिक कर्लर और स्ट्रेटनर वगैरह से होने वाले नुकसान को कम करता है।

ऐसे बनाएं होममेड सीरम

घर पर सीरम बनाने के लिए आपको कोई खास मशक्कत करने की जरूरत नहीं है। इसे बनाने के लिए आपको सिर्फ चार चीजें बादाम का तेल, अरंडी का तेल, एसेंशियल ऑयल और गुलाब जल चाहिए। इसके अलावा एक स्प्रे बोतल चाहिए। जानिए कैसे तैयार किया जाता है होममेड सीरम:-

दो बड़े चम्मच बादाम के तेल में एक चम्मच अरंडी का तेल मिलाएं और करीब 5 से 6 बूंदें एसेंशियल ऑयल की डालें। अब चार बड़े चम्मच गुलाब जल को इसमें डालें और सारी चीजों को अच्छी तरह से मिक्स करके इसे एक स्प्रे बोतल में भरकर फ्रिज में रख दें। ध्यान रहे कि जब भी आप घर पर सीरम बनाएं तो इसे 5-6 बार इस्तेमाल करने लायक मात्रा में ही बनाएं। ज्यादा दिनों के लिए स्टोर करके नहीं रखें।

इस तरह करें इस्तेमाल

सीरम का पूरा फायदा लेने के लिए इसे इस्तेमाल करने का तरीका भी पता होना चाहिए। सबसे पहले तो ये जान लीजिए कि सीरम को हमेशा बाल धोने के बाद इस्तेमाल किया जाता है। जब बाल न ज्यादा गीले हों और न ज्यादा सूखे हों यानी बालों में नमी की स्थिति में इसे लगाना चाहिए। बोतल से सीरम की कुछ बूंदें अपने हाथ पर लेकर हथेली पर फैला लें। इसे बालों की आधी लंबाई से टिप्स तक लगाएं। ध्यान रखें कि इसे जड़ों में नहीं लगाया जाता है।

गर्दन दर्द: गर्म या ठंडी सिंकाई, क्या करने से मिलेगा आराम?

दर्द दूर करने में सिंकाई बेहद कारगर होती है। सिंकाई दो तरह की होती है। पहली गर्म और दूसरी ठंडी सिंकाई। दोनों सिंकाई का काम अलग-अलग होता है। कई बार गर्दन में दर्द होने के बाद समझ नहीं आता कि गर्म सिंकाई करें या ठंडी। एक्सपर्ट्स का मानना है कि इसे लेकर कोई प्रमाण नहीं है कि किसी भी दर्द के लिए हीट थेरेपी बेहतर है या कोल्ड थेरेपी। हालांकि, नई चोट और सूजन पर ठंडी सिंकाई की सलाह दी जाती है। जबकि सूजन कम होने, कठोरता और तनाव को कम करने के लिए गर्म सिंकाई की जाती है।

गर्दन में दर्द के लिए कौन सी थेरेपी बेहतर

एक रिसर्च के मुताबिक, गर्दन में दर्द के लिए हॉट और कोल्ड दोनों सिंकाई बेहतर होती है। आमतौर पर एक्यूट नेक इंजरी, गर्दन में मांसपेशियों पर दबाव, सूजन, एक्सरसाइज के बाद मांसपेशियों की राहत के लिए आईस यानी कोल्ड थेरेपी की सलाह दी जाती है। वहीं, दूसरी तरफ हॉट थेरेपी यानी गर्म सिंकाई से सूजन कम हो जाने के बाद पुरानी या बार-बार गर्दन में अकडन, स्ट्रेचिंग या एक्सरसाइज से पहले मांसपेशियों के वॉर्मअप की सलाह दी जाती है।

हॉट थेरेपी और कोल्ड थेरेपी पहले कौन

कुछ रिसर्च में बताया गया है कि एक्सरसाइज के 24 घंटे में ठंडी सिंकाई करना दर्द को कम कर सकता है। हालांकि, गर्दन में दर्द की एक नहीं कई वजहें हो सकती हैं। इसलिए दोनों में किसी एक को बेहतर कहना सही नहीं होगा। बेहतर परिणामों के लिए बारी-बारी दोनों को करना चाहिए। जिससे गर्दन को ज्यादा आराम मिले, उसे चुनना चाहिए। हालांकि, किसी भी सिंकाई को 20 मिनट से ज्यादा नहीं होना चाहिए।

किस काम आती है ठंडी सिंकाई

ठंडी सिकाई में रक्त वाहिकाओं को संकुचित करके, परिसंचरण को धीमा करने और सूजन कम करके नई चोट से होने वाले अचानक दर्द से राहत मिलती है। कोल्ड थेरेपी को मांसपेशियों की ऐंठन और तेज दर्द में बेहतर माना जाता है। गर्दन में दर्द या खिंचाव के कारण बेड रेस्ट पर हैं, इसके लिए एक्सपर्ट्स कोल्ड थेरेपी को बेहतर बताते हैं।

हॉट थेरेपी किस लिए बेहतर

गर्म सिंकाई परिसंचरण में सुधार कर पुरानी कठोरता और तंग मांसपेशियों की परेशानी से राहत देने में मदद करता है। इसकी मदद से ज्यादा पोषक तत्व और ऑक्सीजन पहुंचाया जा सकता है। इससे दर्द से निजात मिल सकता है। इस थेरेपी से मांसपेशियों को ढीला करने और ऊतकों को ज्यादा लचीला बनाने में भी मदद करती है। रोजमर्रा का काम करने वालों को एक्सपर्ट्स गर्म सिंकाई की सलाह देते हैं।

फ्रिज में कई दिनों तक खराब नहीं होंगी सब्जियां, ये है रखने का सबसे सही तरीका

रोज रोज सब्जी मंडी जाकर सब्जी लाने का समय किसी के पास नहीं होता। ऐसे में बहुत से लोग हफ्ते भर की सब्जियां एक साथ ही लें आते हैं। अब सवाल ये उठता है कि इन सब्जियों को लंबे समय तक फ्रेश कैसे रखा जाए? वैसे तो सब्जियों को लंबे समय तक फ्रेश रखने के लिए फ्रिज का इस्तेमाल किया जाता है लेकिन कई बार फ्रिज में सब्जियां रखने के बावजूद भी कुछ सब्जियां खराब हो जाती हैं। इसका कारण सही से सब्जियों को स्टोर न करना होता है।

सब्जियों को अलग अलग तरह से स्टोर करने की जरूरत पड़ती है। कुछ सब्जियां रूम टेंपरेचर में ही फ्रेश रखी जा सकती हैं तो कुछ फ्रिज में रखने से फ्रेश रहती हैं। ऐसे में आइए जानते हैं किस सब्जी को किस तरह स्टोर करके लंबे समय तक फ्रेश रखा जा सकता है।

पत्तेदार सब्जियों को ऐसे करें स्टोर

पत्तेदार सब्जियां जैसे पालक, धनिया को स्टोर करने के लिए इन सब्जियों को सीधा फ्रिज में न रखें। फ्रिज में इन सब्जियों को रखने से पहले इन्हें अच्छी तरह से धो लें और सुखा लें। इसके बाद इन सब्जियों को पेपर टॉवल में लपेटकर सील्ड पैक में रखें। इस तरह पैक करने के बाद सब्जियों को आप फ्रिज में रख सकते हैं।

आलू, प्याज और बाकी सब्जियों को इस तरह करें स्टोर

आलू और प्याज जैसी सब्जियों को 1 से 2 हफ्ते तक बड़ी ही आसानी से स्टोर किया जा सकता है। आलू और प्याज को फ्रिज में स्टोर न करें। इन्हें थोड़ी ठंडी और डार्क जगह पर रखें। वहीं खीरे और टमाटर को पानी में डालकर फ्रिज में स्टोर करें। इस तरह से स्टोर करने पर ये सब्जियां लंबे समय तक फ्रेश रहेगी। गाजर को धोकर और अच्छी तरह से सुखाकर ही फ्रिज में स्टोर करें।

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

आंखों में इंफेक्शन या जलन होने पर न करें यह गलतियां

मौसम बदलने पर अक्सर आंखों में इंफेक्शन की समस्या हो जाती है। शुरुआत में तो यह नॉर्मल खुजली और जलन से शुरू होता है लेकिन बाद में यह दोनों आंखों में फैल जाता है। जिसकी वजह से बहुत सारी दिक्कतें शुरू हो जाती हैं। यह इंफेक्शन बैक्टीरिया या किसी खास तरह के इंफेक्शन के कारण होता है। यह किसी भी उम्र के लोगों को हो सकता है। अगर आपको भी आंखों में ऐसी दिक्कत महसूस हो रही है तो आपको बिना समय गवाएं डॉक्टर को दिखाना चाहिए।

आंखों में जब भी इंफेक्शन हो जाए तो बाहर जाने से बचना चाहिए क्योंकि इससे आंखों की खुजली बढ़ सकती है। डॉक्टर के सलाह के बिना किसी भी दवा का इस्तेमाल आंखों में नहीं करना चाहिए। आंखों को साफ रखने के लिए गुनगुने पानी का इस्तेमाल करें। साथ ही हल्के हाथों से आंखों पर जमा गंदगी को साफ करें। आंखों में इंफेक्शन होने पर आंखें लाल हो जाती है। जिसके कारण इसमें खुजली और कई तरह के दूसरे लक्षण दिखाई देते हैं।

आंखों में इंफेक्शन होने पर ये गलतियां न करें

आंखों में इंफेक्शन होने पर पब्लिक प्लेस पर जानें से बचें। अगर जरूरी है तो चश्मा पहनकर ही जाएं। साथ ही आंखों पर हाथ का इस्तेमाल कम करें।

बाहरी लोगों से हाथ मिलाने या टच रने से बचें। बच्चों को भी ऐसे करने से रोकें। एक टाइम गैप पर सैनिटाइजर का इस्तेमाल करते रहें। और हर घंटे हाथों को धोते रहें।

आंखों की देखभाल के लिए हर घंटे साफ पानी से आंख धोंए और फिर आई वाइप्स का इस्तेमाल करें।

आंखों से गंदगी निकालने के लिए आई ड्रॉप का समय-समय पर इस्तेमाल करना चाहिए।

तौलिया, तकिया, कपड़े, चादर, चश्मे और आई मेकअप दूसरे के साथ शेयर न करें।

आंखों को बार-बार मलने या खुजली करने से बचें। जब आंखों में खुजली शुरू हो तो ठंडे पानी से छींटे मारे

आई फ्लू से बचना है तो इस तरह से करें आंखों की देखभाल

आंख बहुत ज्यादा सेंसिटीव होता है। एयर पॉल्यूशन से बचना है तो आंखों की खास देखभाल करने की जरूरत है। आज हम आपको आंखों की देखभाल करने के लिए कुछ खास टिप्स बताएंगे।

आई फ्लू से बचना है तो समय-समय पर हाथ को साफ करते रहें ताकि इंफेक्शन ज्यादा बढ़े नहीं।

बरसात में भीगने या स्वीमिंग पूल में नहाने से बचें

जिस व्यक्ति को आई फ्लू हुआ है उसके कॉन्टैक्ट में आने से बचें

कॉन्टैक्ट लेंस को ठीक से साफ करें।

बाहर निकले तो आई वाइप्स का इस्तेमाल करें ताकि आंखों में गंदगी न घुसे

डाइट में विटामिन ए, बी और सी का इस्तेमाल करें। ढेर सारा पानी पिएं। खाने में विटामिन का इस्तेमाल ज्यादा करें।

धूप, धूल और मिट्टी से बचना है तो गॉगल्स का इस्तेमाल करें।(आरएनएस)

श्रीजिता डे ने शैतानी रस्में में डायन का किरदार निभाने पर की खुलकर बात

शैतानी रस्में मे छाया डायन का किरदार निभाने वाली एक्ट्रेस श्रीजिता डे ने शो में अपनी भूमिका पर खुलकर बात की। उन्होंने कहा कि उन्हें सुपरनैचुरल किरदारों से गहरा लगाव है।

अपनी भूमिका के बारे में बोलते हुए श्रीजिता ने कहा, मैंने पहले एक चुड़ैल का किरदार निभाया, लेकिन यह पहली बार है कि मैं एक डायन का अवतार ले रही हूं। असाधारण शक्तियों का इस्तेमाल करने की क्षमता के कारण मुझे सुपरनैचुरल नाटकों से गहरा लगाव है। मेरा किरदार असाधारण रूप से मजबूत और 200 साल की उम्र वाली एक महिला का है, जिसकी शक्ति उसकी चोटी में होती है।

उतरन फेम एक्ट्रेस ने कहा, उनकी उपस्थिति आकर्षण और मोहक है, जो उनकी मनमोहक सुंदरता के साथ उनके प्रभाव को बढ़ाती है।

तैयारियों के बारे में बात करते हुए बिग बॉस 16 की प्रतियोगी ने कहा, एक सुपरनैचुरल शो में डायन या चुड़ैल की भूमिका निभाने के लिए अच्छी तरह से की गई तैयारी बेहद जरूरी है जिसमें खुद को पूरी तरह से डुबोना पड़ता है।

एक्ट्रेस ने आगे कहा, इस तरह की भूमिका निभाने के लिए मैंने खुद को पूरी तरह से समर्पित करने के साथ अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन दिया। इस किरदार को निभाने के लिए व्यापक तैयारी की गई थी।

शैतानी रस्में स्टार भारत पर प्रसारित होता है।

शब्द सामर्थ्य -107

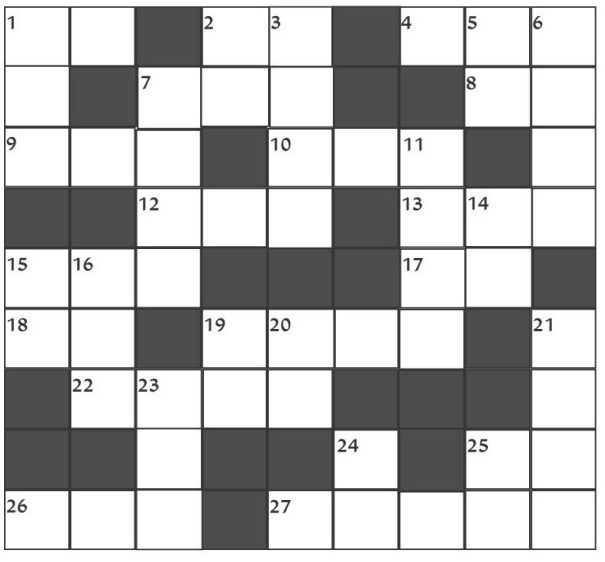
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. कतार, क्रम, पांत 2. लज्जत, जायका 4. कारण, वजह 7. सुंदर प्रतीत होना, सुखद होना 8. घोड़े आदि का मल 9. अक्सर, ज्यादातर 10. चक्की में पीसना, मसलना, कुचलना 12. धनुष, फौजी टुकड़ी 13. आभूषण, जेवर 15. लहरों का चक्कर, जलावर्त, भ्रमर 17. बायां, विरुद्ध 18. गाना, नगमा 19. लाचार, विवश 22. नमन, प्रणाम 25. चौकी, थाना 26. इकरार, समझौता, ठेका 27. अधिकार होना, सामर्थ्य होना (मुहा.)।

ऊपर से नीचे

1. एक प्रदेश जिसकी राजधानी चंडीगढ़ है 2. हविर्दान के समय उच्चारित एक शब्द, भष्म 3. दन-दन करते हुए 5. बलशाली, बलवाला 6. परिवर्तित करना, पहले से भिन्न हो जाना 7. चांद, चंद्रमा, रजनीश 11. अप्रिय, अरुचिकर 14. मैं का बहुवचन 15. भंगेड़ी, भंग करने वाला, झाड़ू लगाने तथा मैला साफ करने वाला 16. मातृभूमि, स्वदेश 19. मक्खन, माखन 20. बुढ़ापा, धन, ज्वर 21. टालना, हटाना, बहाना करके हटाना 23. सीमा, हद 24. सौ का पाचंवा हिस्सा 25. घोड़े के पैरों में लगाने का लोहे का टुकड़ा, पौधे आदि का डंठल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक106 का हल

वि	ज	य	■	ब	नि	या	■	दे
वा	■	ती	त	र	■	रा	जी	व
ह	मा	म	■	स	प	ना	■	ता
■	न	■	■	■	टा	■	■	■
दा	व	त	■	वि	ना	श	■	अ
य	■	ह	त्या	■	■	ह	र्जा	ना
रा	ह	त	■	न	ज	र	■	व
■	वा	■	■	■	मी	■	ना	श्य
दु	ला	रा	■	जा	न	की	■	क

मडगांव एक्सप्रेस नोरा फतेही के किलर डांस मूव्स कर देंगे झूमने पर मजबूर

कुणाल खेमू के डायरेक्शन में बनी फिल्म मडगांव एक्सप्रेस का फर्स्ट सॉन्ग सामने आ गया है। मडगांव एक्सप्रेस का पहला गाना बेबी ब्रिंग इट ऑन एक पार्टी सॉन्ग है, जो आपको भी थिरकने पर मजबूर कर देगा। इस गाने में नोरा फतेही ने एक बार फिर से अपने किलर मूव्स दिखाए हैं, जो दर्शकों को काफी पसंद भी आ रहे हैं।

मडगांव एक्सप्रेस को कुणाल खेमू ने सिर्फ डायरेक्ट ही नहीं किया, बल्कि लिखा भी है। इस फिल्म के निर्माता रितेश सिधवानी और फरहान अख्तर हैं। फिल्म का ट्रेलर पहले ही लॉन्च हो चुका है, जिसे दर्शकों का भरपूर प्यार मिला है। फिल्म नोरा फतेही के साथ दिव्येंदु शर्मा, प्रतीक गांधी, अविनाश तिवारी, छाया कदम और उपेंद्र लिमाय हैं। बेबी ब्रिंग इट ऑन में नोरा फतेही के साथ दिव्येंदु शर्मा, अविनाश तिवारी, छाया कदम और उपेंद्र लिमाय भी नजर आ रहे हैं। इस गाने में नोरा सफेद रंग की शॉर्ट स्कर्ट और क्रॉप टॉप पहने अपने लटके-झटके दिखाती हुई नजर आ रही हैं। इस पार्टी सॉन्ग को अजय-अतुल ने कंपोज किया है। अजय गोवाले और निकिता गांधी ने अपनी मधुर आवाज से इसे सजाया और इस गाने के बोल कुमार ने हिंदी के लिए लिखे हैं। इस गाने के ओरिजनल बोल मराठी में अजय-अतुल ने ही लिखे हैं। इस गाने को रेमो डिसूज ने कोरियोग्राफ किया है।

कुणाल खेमू मडगांव एक्सप्रेस के साथ निर्देशन में डेब्यू कर रहे हैं। फिल्म में प्रतीक गांधी, अविनाश तिवारी और दिव्येंदु तीन दोस्तों की भूमिका निभा रहे हैं, जो किसी दिन गोवा में छुट्टियां मनाने का सपना देखते हैं। लेकिन जब वे वास्तव में गोवा पहुंचते हैं, तो उनका यह ख्वाब एक बुरे सपने में बदल जाता है। ट्रेलर में फिल्म के गुदगुदाने वाले सीन्स की एक सीरीज दिखाई गई है, जिसमें भारतीय ट्रेन के स्लीपर कोच की सवारी के खतरों से लेकर होटल के कमरे में कोकीन का भंडार ढूंढने तक शामिल हैं। पुलिस, डॉन और यहां तक कि कामवाली बाई भी ड्रग्स की तलाश में हैं। फिल्म का ट्रेलर काफी मजेदार और गुदगुदाने वाला है।

फिल्म देवरा से जाह्नवी कपूर की नई झलक आई सामने

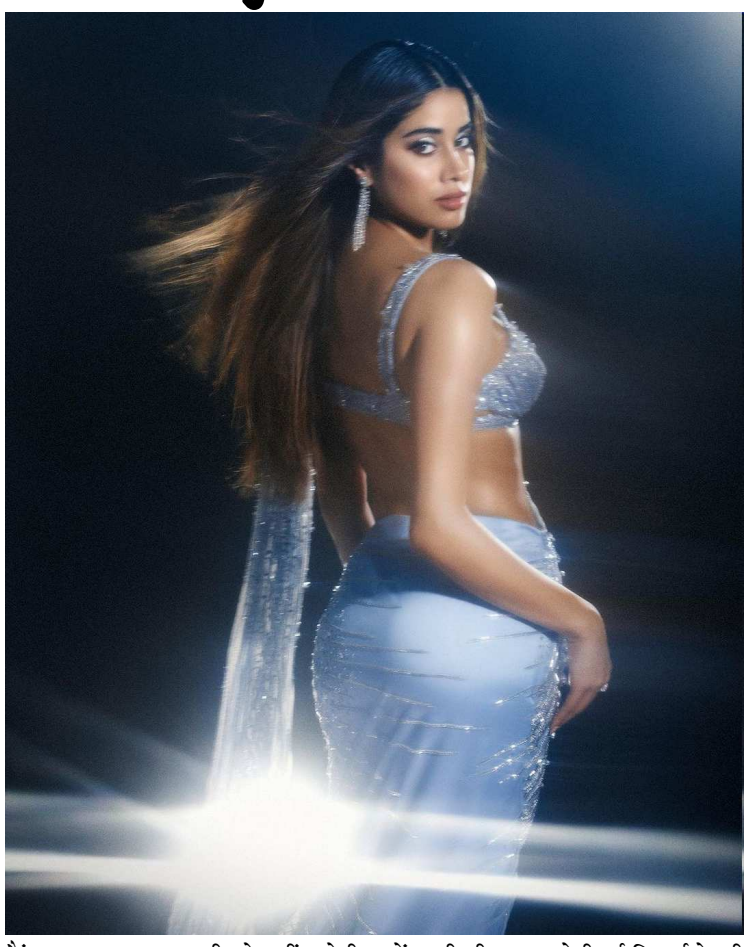
बॉलीवुड एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर अपनी पहली साउथ फिल्म 'देवरा' को लेकर चर्चा में बनी हुई हैं। इसमें वह साउथ सुपरस्टार जूनियर एनटीआर के अपोजिट नजर आएंगी। जाह्नवी कपूर की 27वां बर्थडे के खास मौके पर 'देवरा' के मेकर्स ने फिल्म से उनका फर्स्ट लुक शेयर किया है। इसके साथ ही उन्हें जन्मदिन की बधाई भी दी है।

सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स (ट्विटर) पर 'देवरा' नाम के अकाउंट से एक पोस्ट शेयर किया गया है, जिसमें जाह्नवी कपूर के लुक की झलक दिखाई गई है। तस्वीर में एक्ट्रेस साड़ी पहने हुए ट्रेडिशनल अवतार में नजर आ रही हैं। जाह्नवी कपूर ने माथे पर बिंदी लगाई है। इसके अलावा गले में चोकर और कानों में खूबसूरत ईयररिंग्स ने उनके लुक पर चार चांद लगा रहे हैं। मेकर्स ने 'देवरा' से जाह्नवी कपूर का लुक शेयर करते हुए उन्हें बर्थडे विश भी किया है। कैप्शन में लिखा, 'हमारी प्यारी थंगम जाह्नवी कपूर को जन्मदिन की ढेर सारी शुभकामनाएं।' जाह्नवी कपूर की पहली साउथ फिल्म 'देवरा' का टीजर कुछ दिनों पहले रिलीज हुआ था, जिसमें जूनियर एनटीआर एक्शन अवतार में नजर आए थे। अब फैंस इसके ट्रेलर लॉन्च का इंतजार कर रहे हैं। हाल ही में जूनियर एनटीआर ने 'देवरा' फिल्म के नए पोस्टर की झलक दिखाई थी, जिसके साथ ही उन्होंने बताया कि फिल्म इस साल 10 अक्टूबर, 2024 को सिनेमाघरों में दस्तक देगी। इस फिल्म में विलेन कोई और नहीं बल्कि सैफ अली खान हैं। फिल्म से उनका लुक भी सामने आ चुका है। जूनियर एनटीआर की फिल्म 'देवरा' के अलावा जाह्नवी कपूर राम चरण की मूवी 'आरसी 16' में भी नजर आएंगी। इसके अलावा जाह्नवी कपूर के पास 'उलझ' और 'मिस्टर एंड मिसेज माही' जैसी फिल्में भी हैं।

कल्कि 2898 एडी से प्रभास की नई झलक आई सामने, 9 मई को आएगी फिल्म

नाग अश्विन के निर्देशन में बन रही फिल्म कल्कि 2898-ष्ट पिछले लंबे वक्त चर्चा में हैं।प्रभास, दीपिका पादुकोण और अमिताभ बच्चन जैसे सितारों से सजी फिल्म यह इस साल की बहुप्रतीक्षित फिल्म में से एक है।दिग्गज अभिनेता कमल हासन भी इस फिल्म का हिस्सा होंगे।अब महा शिवरात्रि के खास मौके पर निर्माताओं ने कल्कि 2898 एडी का नया पोस्टटर साझा किया है, जिसमें प्रभास का धांसू अवतार देखने को मिल रहा है। कल्कि 2898 एडी एक पौराणिक साइंस फिक्शन फिल्म है, जिसे 600 करोड़ रुपये की लागत में बनाया गया है।फिल्म में प्रभास का किरदार भगवान विष्णु के 10वें अवतार कल्कि से प्रेरित है।पोस्टर साझा कर निर्माताओं ने दर्शकों को प्रभास के किरदार से मुलाकात करवाई है। फिल्म में उनका नाम भैरवा होगा।उन्होंने लिखा, काशी की भविष्य की गलियों से, भैरवा से मिलिए। भैरव के रूप में प्रभास का लुक स्टाइल, रॉयल्टी और तीव्रता को दर्शाता है, जिसमें अभिनेता चश्मा और पोनीटेल पहने हुए हैं। इस स्टाइलिश उपस्थिति ने फिल्म के प्रति प्रत्याशा को और बढ़ा दिया है। प्रभास के अलावा, फिल्म में दिग्गज कमल हासन और अमिताभ बच्चन भी प्रमुख भूमिकाओं में हैं, जो परियोजना की स्टार पावर को बढ़ाते हैं। दीपिका पादुकोण और दिशा पटानी को मुख्य महिला भूमिका में लिया गया है, जिससे समूह में ग्लैमर और प्रतिभा जुड़ गई है। फिल्म का संगीत संतोष नारायणन द्वारा तैयार किया गया है, जो एक मनोरम और गहन संगीत अनुभव का वादा करता है। (आरएनएस)

जाह्नवी कपूर ने अपने लेटेस्ट एथनिक लुक से इंटरनेट पर कहर बरपाया



बी-टाउन की खूबसूरत हसीनाओं में से एक जाह्नवी कपूर हमेशा अपने बोल्ड और स्टनिंग फोटोशूट की तस्वीरें फैंस के बीच शेयर कर अक्सर सोशल मीडिया का तापमान बढ़ा देती हैं। एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर से नजरें नहीं हटा पाते हैं। हाल ही में जाह्नवी कपूर ने अपने लेटेस्ट एथनिक लुक से इंटरनेट पर कहर बरपा दिया है।

अपनी फिल्मों से ज्यादा फिगर और फैशन स्टेटमेंट्स को लेकर लाइमलाइट में रहने वाली एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर बॉलीवुड इंडस्ट्री की जानी-मानी एक्ट्रेस हैं। वो आए दिन अपनी हॉट एंड बोल्ड फोटोशूट की तस्वीरें शेयर कर फैंस को अपने हुस्न का कायल कर देती हैं।

एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर करती हैं तो अक्सर इंटरनेट पर सनसनी मच जाती हैं। हालांकि इन फोटोज में भी कुछ ऐसा ही देखने को मिल रहा है।

हालिया फोटोशूट के दौरान एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर ने ब्लू कलर की शिमरी साड़ी पहनी हुई है, जिसमें वो बेहद ही गॉर्जियस नजर आ रही हैं। उनका नया लुक सोशल मीडिया पर आते ही छा गया है।

आखों में काजल, ग्लैम मेकअप, कानों में इयररिंग्स और ओपन हेयर कर के एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर ने अपने इस लुक को बेहद ही खूबसूरती से निखारा है। बता दें कि एक्ट्रेस हर बार अपने नए लुक से फैंस का सारा ध्यान अपनी ओर खींच लेती हैं।

इन फोटोज में आप देख सकते हैं एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर कैमरे के सामने एक से बढ?र एक बोल्ड अंदाज में पोज देते हुए हॉट फोटोशूट करवा रही हैं। एक्ट्रेस की इस अदा पर फैंस फिदा हो गए हैं।

एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर अपनी इन फोटोज में प्यारी सी स्माइल देती हुई दिखाई दे रही हैं। उनकी इस प्यारी सी स्माइल ने एक बार फिर से फैंस का दिल लूट लिया है।

जाह्नवी कपूर जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनके हर एक लुक पर अपनी-अपनी प्रतिक्रियाएं देते हैं। हालांकि इन तस्वीरों को भी 8 लाख से ज्यादा लोग लाइक कर चुके हैं।

बॉक्स आफिस पर लापता लेडीज की संघर्ष जारी

फिल्म लापता लेडीज के जरिए किरण राव ने लंबे समय बाद निर्देशक के रूप में वापसी की है।फिल्म को समीक्षकों के साथ दर्शकों की अच्छी प्रतिक्रिया मिली है। इसकी कहानी और तमाम कलाकारों की अदाकारी की भी खूब तारीफ हो रही है।बावजूद इसके बॉक्स ऑफिस पर यह फिल्म उम्मीद के मुताबिक प्रदर्शन नहीं कर सकी। फिल्म धीमी रफ्तार से आगे बढ़ रही है।अब लापता लेडीज की कमाई के 11वें दिन के आंकड़े सामने आ गए हैं।

बॉक्स ऑफिस ट्रैकर सैकनिल्क के मुताबिक, लापता लेडीज ने रिलीज के 11वें दिन 21 लाख रुपये का कारोबार किया, जिसके बाद इसका कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 8.96 करोड़ रुपये हो गया है।

टिकट खिडकी पर लापता लेडीज का मुकाबला अजय देवगन की शैतान और यामी गौतम की आर्टिकल 370 से हो रहा है।इनके अलावा शाहिद कपूर और कृति सैनन की फिल्म तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया भी पिछले चार सप्ताह से बॉक्स ऑफिस पर राज कर रही है।

लापता लेडीज की कहानी घूंघट की आड़ में 2 नई नवेली दुल्हनों की अदला-बदली पर आधारित है। आमिर खान इसके निर्माता हैं।फिल्म में स्पर्श श्रीवास्तव, नितांशी गोयल, रवि किशन और प्रतिभा रांटा जैसे सितारे मुख्य भूमिकाओं में नजर आ रहे हैं।लापता लेडीज सिनेमाघरों में कमाई करने के बाद ओटीटी प्लेटफॉर्म जियो सिनेमा पर दस्तक देने वाली है।फिलहाल इसकी रिलीज तारीख सामने नहीं आई है। हालांकि, इस खबर की आधिकारिक पुष्टि होना बाकी है।

आयुष शर्मा एक्शन से फिर धमाल मचाने के लिए तैयार

आयुष शर्मा की फिल्म रुसलान का टीजर सामने आ गया है। सलमान खान के जीजा आयुष शर्मा एक बार फिर फुल ऑफ एक्शन मोड के साथ पर्दे पर एंट्री लेने के लिए तैयार हैं। करण ललित बुटानी के डायरेक्शन और राधामोहन के प्रोडक्शन में बनी यह फिल्म एक एक्शन-थ्रिलर है जो इसी साल 26 अप्रैल को थिएटर में दस्तक देने के लिए तैयार है।

रुसलान के टीजर में आयुष शर्मा गिटार के साथ एंट्री करते दिखाई दिए है। टीजर देखकर अंदाजा लगाया जा रहा है कि फिल्म एक शख्स को खुद को अपने टैलेंट के दम पर साबित करने की कहानी दिखाने वाली है। आयुष शर्मा का कैरेक्टर अपनी बंदूक और गिटार के साथ, किसी जंग की एक सिम्फनी बनाने वाला है। रोहित शेट्टी ने इंस्टाग्राम पर रुसलान का टीजर वीडियो शेयर किया है और आयुष शर्मा को उनकी फिल्म के लिए विश किया है। उन्होंने लिखा, ऑल द बेस्ट आयुष।

पहले आयुष शर्मा ने फिल्म का पोस्टर शेयर कर टीजर रिलीज की अनाउंसमेंट की थी। उन्होंने लिखा था- पोस्टर शेयर करते हुए उन्होंने लिखा, हारने का खौफ नहीं है, मेरी गन और गिटार के साथ, बस दुनिया जीतने का जोश है। तूफान की तरह नहीं।।। तूफान ही हूं मैं। रुस्लान का टीजर 12 मार्च, 2024 को आ रहा है। रुसलान में आयुष शर्मा के साथ जगपति बाबू, सुश्री मिश्रा और विद्या मालवडे अहम किरदार अदा करते दिखाई देंगे। वहीं जहीर इकबाल का भी खास रोल होगा।

बता दें कि रुसलान 26 अप्रैल, 2024 को पर्दे पर रिलीज होने वाली है। फिल्म अजय देवगन की औरों में कहां दम था के साथ थिएटर्स में टकराएगी। औरों में कहां दम था में अजय देवगन के साथ तब्बू, जिम्मी शेरगिस, साई मंजेरकर, और शांतनु महेश्वरी अहम किरदार अदा करते दिखाई देंगे।

इस समय भला क्यों सीएए ?

अजीत द्विवेदी

केंद्र सरकार ने नागरिकता संशोधन कानून यानी सीएए लागू करने के लिए चार साल से ज्यादा समय तक इंतजार किया। इसलिए यह तो नहीं कहा जा सकता है कि सत्तारूढ़ भाजपा को इसके असर का अंदाजा नहीं है। साढ़े चार साल के बाद अगर किसी कानून को अमल में लाया जा रहा है तो निश्चित रूप से उसके हर पहलू पर विचार किया गया होगा।

सरकार के स्तर पर इसे लागू करने की प्रशासनिक व कानूनी चुनौतियों पर विचार किया गया होगा तो भाजपा के स्तर पर राजनीतिक चुनौतियों का आकलन किया गया होगा। जब तक भाजपा को इस पर अमल करने से फायदे की बजाय नुकसान ज्यादा दिखता रहा तब तक इसे रोका गया। अब इसे लागू किया जा रहा है तो इसका मतलब है कि भाजपा को नुकसान कम और फायदा ज्यादा दिख रहा है। यह भी कह सकते हैं कि इसे लागू करने के लिए हालात अभी अनुकूल दिख रहे हैं। लेकिन क्या अनुकूल हालात में लागू करने से इस कानून की चुनौतियां कम हो जाएंगी?

चूंकि यह कानून लोकसभा चुनाव से ऐन पहले लागू हो रहा है इसलिए सबसे पहले इसके राजनीतिक पहलुओं पर ही विचार की जरुरत है। ध्यान रहे भाजपा की केंद्र सरकार ने दिसंबर 2019 में नागरिकता कानून में संशोधन किया था। अगर विशुद्ध राजनीतिक नजरिए से देखें तो इस पर अमल रोकने का कारण 2021 के मई में होने वाले विधानसभा चुनाव थे। मई 2021 में एक ही साथ असम और पश्चिम बंगाल दोनों के चुनाव होने वाले थे। अगर पश्चिम बंगाल का चुनाव अलग हो रहा होता तो सरकार इसे लागू कर सकती थी।

लेकिन सरकार और भाजपा दोनों को अंदाजा था कि असम के चुनाव में इसका नुकसान हो सकता है। असम में इस कानून के खिलाफ ही लुरिनजोत गोगोई और अन्य लोगों ने मिल कर असम जातीय परिषद का गठन किया था और इसके खिलाफ आंदोलन शुरू किया था। अस्सी के दशक में हुए असम समझौते को लेकर बेहद संवेदनशील कई जातीय समूहों ने इसका विरोध किया। उनकी चिंता है कि इस कानून के जरिए बांग्लादेश से आए अवैध प्रवासियों को भारत की नागरिकता मिल जाएगी और उसका असर असम की संस्कृति और भाषा दोनों पर होगा। उनको यह भी डर है कि असमी लोग अपने ही राज्य में अल्पसंख्यक हो जाएंगे और बांग्लाभाषियों की बहुलता हो जाएगी। उनकी यह आशंका सही है या नहीं यह बाद की बात है लेकिन इसका राजनीतिक नुकसान संभव था।

तभी भाजपा की सरकार ने 2021 में जोखिम नहीं लिया था। लेकिन अब यह जोखिम लिया जा रहा है तो उसका कारण यह है कि भाजपा को इस बार असम में नुकसान से ज्यादा पश्चिम बंगाल में फायदा दिख रहा है। पश्चिम बंगाल में बांग्लादेश से आए मतुआ समुदाय के हिंदू प्रवासियों की आबादी करीब दो करोड़ है और राज्य की 10 लोकसभा सीटों पर बहुत स्पष्ट प्रभाव है। पिछले विधानसभा चुनाव में इनके असर वाले इलाकों में भाजपा ने 18 सीटें जीती थीं, जहां उससे पहले भाजपा को सिर्फ तीन सीट मिली थी।

इस बार मतुआ आबादी वाले इलाके में भाजपा को बड़ा फायदा मिलने की उम्मीद है। असम में इसका विरोध होगा लेकिन वहां भी करीब 20 लाख ऐसे हिंदू प्रवासी हैं, जिनको इस कानून का लाभ मिलेगा। ध्यान रहे राष्ट्रीय नागरिक रजिस्टर यानी एनआरसी में भी असम में 19 लाख लोगों के नाम नहीं शामिल हुए हैं। इनमें से ज्यादातर हिंदू हैं। उनको इस कानून के जरिए नागरिकता मिलेगी। सो, भाजपा को उम्मीद है कि असम में भी नफा-नुकसान का संतुलन बन जाएगा।

अगर कानूनी चुनौतियों की बात करें तो दिसंबर 2019 में कानून बनने के कुछ दिन बाद से ही यह मामला सुप्रीम कोर्ट में लंबित है। इंडियन यूनियन मुस्लिम लीग ने इस कानून को सुप्रीम कोर्ट में चुनौती दी थी। बाद में कांग्रेस के जयराम रमेश, तृणमूल कांग्रेस की महुआ मोइत्रा, एमआईएम के असदुद्दीन ओवैसी आदि के साथ साथ असम गण परिषद और अन्य लोगों ने भी इस मामले में याचिका दायर की।

अक्टूबर 2022 में तब के चीफ जस्टिस यूयू ललित ने इस पर दिसंबर 2022 से सुनवाई का फैसला किया था। लेकिन उनके रिटायर होने के बाद से यह मामला लंबित है। इन याचिकाओं में दो मसले अहम हैं। पहला मसला संविधान के अनुच्छेद 14 में दिए गए समानता के सिद्धांत का है और दूसरा मसला असम और केंद्र सरकार के बीच 1985 में हुए असम समझौते का है।

संविधान के अनुच्छेद 14 के मुताबिक किसी भी व्यक्ति के साथ धर्म, जाति, नस्ल, रंग या लिंग के आधार पर किसी तरह का भेदभाव नहीं किया जा सकता है। इसके जरिए कानून के समक्ष सबकी समानता सुनिश्चित की गई है। लेकिन नागरिकता संशोधन कानून धर्म को भेदभाव का आधार बनाता है। इसमें कहा गया है कि भारत के तीन पड़ोसी देशों- पाकिस्तान, अफगानिस्तान और बांग्लादेश से प्रताड़ित होकर आने वाले गैर मुस्लिमों को भारत की नागरिकता दी जाएगी। यानी मुस्लिम को छोड़ कर हिंदू, सिख, बौद्ध, जैन, पारसी और यहां तक कि इसाइयों को भी भारत की नागरिकता मिलेगी। सो, पहली नजर में यह धर्म के आधार पर भेदभाव दिखाई देता है।

हालांकि सरकार का कहना है कि जिन तीन देशों का जिक्र किया गया है वो तीनों इस्लामिक देश हैं इसलिए मुस्लिम के वहां प्रताड़ित होने और पलायन करने की बात नहीं मानी जा सकती है। इस आधार पर याचिकाकर्ताओं ने यह भी कहा है कि सीएए और एनआरसी दोनों को मिला कर देखें तो असम में मुस्लिमों के साथ भेदभाव हो सकता है और उनको टारगेट किया जा सकता है। इसमें यह सवाल भी उठाया गया है कि अगर मुस्लिमों को टारगेट करना इसका लक्ष्य नहीं है तो फिर श्रीलंका से प्रताड़ित होकर आने वाले तमिलों का इसमें जिक्र क्यों नहीं है?

दूसरा मसला असम समझौते का है, जो 1985 में केंद्र और असम सरकार के बीच हुआ था। इसके मुताबिक बांग्लादेश से आने वाले अवैध प्रवासियों के लिए एक कटऑफ डेट तय की गई थी। यह मामला भी सुप्रीम कोर्ट में लंबित है और चीफ जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ की बेंच ने सुनवाई के बाद फैसला सुरक्षित रखा है। यह मामला 1995 के नागरिकता कानून में जोड़ी गई धारा 6ए से जुड़ी है। यह धारा असम समझौते के बाद जोड़ी गई थी, जिसमें कहा गया था कि 25 मार्च 1971 तक भारत आने वाले बांग्लादेशियों को नागरिकता मिलेगी।

उसके बाद आने वालों को अवैध माना जाएगा। अगर सुप्रीम कोर्ट 25 मार्च 1971 की तारीख को कटऑफ डेट स्वीकार कर ले तो फिर सीएए का क्या होगा? ध्यान रहे सीएए में 31 दिसंबर 2014 की कटऑफ डेट तय की गई है। यानी 31 दिसंबर 2014 तक जो बांग्लादेशी भारत आए हैं उनको सीएए के तहत नागरिकता मिलेगी। सो, यह बड़ा सवाल है कि 25 मार्च 1971 की तारीख आखिरी मानी जाए या 31 दिसंबर 2014 की? इसे कानूनी तरीके से सुलझाना होगा।

बहरहाल, इस कानून के अमल में प्रशासनिक, कानूनी और राजनीतिक चुनौतियां हैं। लेकिन पहली नजर में कानून का औचित्य समझ में आता है और इसकी आलोचना बहुत तर्कसंगत नहीं लगती है। इसके बारे में यह झूठा प्रचार किया गया है कि यह नागरिकता छीनने वाला कानून है। इसमें किसी की नागरिकता छीनने का कोई प्रावधान नहीं है, बल्कि इससे लाखों, करोड़ों ऐसे लोगों को भारत की नागरिकता मिलेगी, जो दलित, वंचित और पिछड़े समाज के हैं। दुनिया के किसी भी देश में अगर हिंदू धर्म, राजनीति या वहां की सामाजिक व्यवस्था की वजह से प्रताड़ित होते हैं तो उनके लिए निश्चित रूप से भारत में जगह होनी चाहिए। लेकिन यहां सुरक्षा के पहलू को जरूर ध्यान में रखना चाहिए। ऐसे पड़ोसी मुल्क, जिनसे भारत की जन्म जन्मांतर की दुश्मनी है वे इसका लाभ भी उठा सकते हैं।

सू- दोकू क्र. 107

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

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.106का हल

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

पुर्तगाल में भी धुर-दक्षिण

धुर-दक्षिण एजेंडे के लिए पुर्तगाल में बढ़े समर्थन को वर्तमान यूरोपीय परिघटना का हिस्सा माना जा रहा है। दूसरे विश्व युद्ध के बाद से पूरे यूरोप में लोकप्रिय रही सोशल डेमोक्रेटिक पार्टियों का शासन अब 27 सदस्यीय यूरोपियन यूनियन के सिर्फ चार देशों में बचा है।

पुर्तगाल में अपेक्षा के मुताबिक ही सोशलिस्ट पार्टी के हाथ से सत्ता निकल गई है। लेकिन दक्षिणपंथी डेमोक्रेटिक एलांयस भी निर्णायक जीत हासिल नहीं कर पाया है। इन दोनों पार्टियों को मिले वोट प्रतिशत में मामूली अंतर है। 1974 में तानाशाही की समाप्ति के बाद पुर्तगाल में ऐसी स्थिति पहली बार बनी है, जब देश की दोनों प्रमुख पार्टियां अपने सहयोगी दलों को साथ लेकर भी सरकार बनाने की सूरत में नहीं है। यह सूरत धुर-दक्षिणपंथी/ नव-नाजीवादी पार्टी चेगा (बहुत हो चुका) के समर्थन आधार में तेजी से हुई बढ़ोतरी के कारण पैदा हुई है। चेगा को 2019 के चुनाव में 1.7 प्रतिशत वोट मिले थे। 2022 में उसे सात प्रतिशत वोट मिले। इस बार के मध्यावधि चुनाव में उसने 18 फीसदी मत हासिल कर लिए हैं। इन वोटों के आधार पर 230 सदस्यीय संसद में उसे 46 सीटें प्राप्त हो जाएंगी। इस पार्टी का प्रमुख एजेंडा आव्रजन, समलैंगिकता एवं महिला अधिकार विरोध है। इस एजेंडे के लिए पुर्तगाल में बढ़े समर्थन को आम तौर पर इस समय जारी यूरोपीय परिघटना का हिस्सा माना जा रहा है। इसी अनुपात में

सोशल डेमोक्रेटिक पार्टियों का आधार क्षीण हुआ है।

अब हालात ऐसे हैं कि दूसरे विश्व युद्ध के बाद से पूरे यूरोप में लोकप्रिय रही सोशल डेमोक्रेटिक पार्टियों का शासन 27 सदस्यीय यूरोपियन यूनियन के सिर्फ चार देशों में बचा है। उनमें भी स्पेन में सोशलिस्ट पार्टी की सरकार बमुश्किल टिकी हुई है। जबकि आम अनुमान है कि जर्मनी में अगले आम चुनाव में सोशल डेमोक्रेटिक पार्टी (एसपीडी) को भारी नुकसान झेलना होगा। इसीलिए आम समझ है पुर्तगाल के ताजा नतीजों से यूरोप में धुर-दक्षिणपंथ का कारवां आगे बढ़ा है। इसका असर नौ जून को होने वाले यूरोपीय संसद के चुनाव में देखने को मिल सकता है, जिसमें विभिन्न देशों में धुर दक्षिणपंथी पार्टियों को बड़ी सफलता मिलने का अनुमान लगाया जा रहा है। घटनाक्रम का कुल सार यह है कि समृद्धि और आम संपन्नता का दौर गुजरते ही यूरोप के बहुचर्चित कल्याणकारी ढांचे की चूलें हिलने लगी हैं। इस महाद्वीप पर भी (डॉनल्ड) ट्रंप परिघटना का साया हर रोज अधिक गहराता जा रहा है।(आरएनएस)

21 मार्च को अमेजन प्राइम वीडियो पर रिलीज होगी ऐ वतन मेरे वतन

बॉलीवुड एक्ट्रेस सारा अली खान अपने नए प्रोजेक्ट्स को लेकर खूब लाइमलाइट में बनी हुई हैं। सारा अली खान जल्द ही ऐ वतन मेरे वतन में एक स्वतंत्रता सेनानी के रूप में नजर आने वाली हैं। ऐ वतन मेरे वतन से मेकर्स ने हाल ही में सोशल मीडिया पर नया सॉन्ग कतरा-कतरा रिवील कर दिया है। कतरा-कतरा सॉन्ग में सारा अली खान का कभी ना देखा गया अवतार देखने को मिल रहा है। सारा एक नौजवान स्वतंत्रता सेनानी के रूप में अंग्रेजों के खिलाफ आंदोलन करती दिखाई दे रही हैं। कतरा-कतरा सोशल मीडिया पर आते ही वायरल हो गया है।

ऐ वतन मेरे वतन का कतरा-कतरा ट्रैक मेकर्स ने सोशल मीडिया पर रिवील कर दिया है। इस सॉन्ग में भरपूर देशभक्ति देखने को मिल रही है। सारा अली खान स्टारर ऐ वतन मेरे वतन के सॉन्ग कतरा-कतरा को मुकुंद सूर्यवंशी, रवि गिरी और रोहन देशमुख ने लिखा है। संगीत देने का काम मुकुंद सूर्यवंशी ने किया है। गाने को आवाज सुखविंदर सिंह ने दी और राघव शर्मा ने इसे लिखा और कंपोज किया है।

सारा अली खान स्टारर ऐ वतन मेरे वतन ओटीटी प्लेटफॉर्म अमेजन प्राइम पर स्ट्रीम होगी। देशभक्ति के जुनून को दिखाती थ्रिलर ड्रामा का प्रोडक्शन धर्माटिक एंटरटेनमेंट ने किया है। जहां करण जौहर के साथ अपूर्व मेहता और सोमेन मिश्रा ने प्रोड्यूस किया है।

मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने की राज्य के स्टेट आइकॉन के साथ बैठक

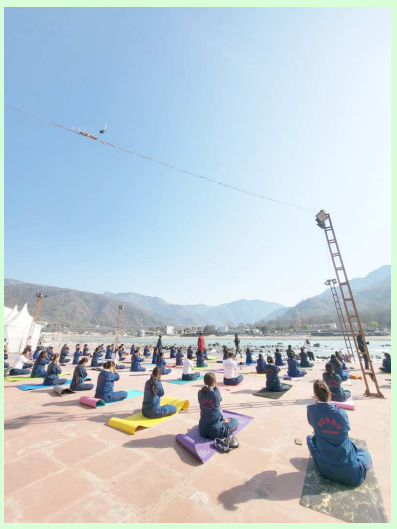
कार्यालय संवाददाता

देहरादून। मुख्य निर्वाचन अधिकारी डॉ. बी.वी.आर.सी. पुरुषोत्तम ने बुधवार को सचिवालय स्थित वीर चंद्र सिंह गढ़वाली सभागार में आयोजित राज्य के स्टेट आइकॉन के साथ बैठक की। इस अवसर पर मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने सभी स्टेट आइकॉन से मतदाता जन-जागरूक कार्यक्रम को और भी व्यापक रूप मतदाताओं तक पहुंचाने के अपील की। मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने कहा कि आगामी 19 अप्रैल को प्रदेश में मतदान होना है, ऐसे में अधिक से अधिक मतदाताओं को मतदान स्थल तक लाने के लिए उन्हें प्रोत्साहित करना होगा। बैठक में पद्मश्री डॉ. प्रीतम भरतवाण, डॉ. कल्याण सिंह रावत, श्रीमती बसंती बिष्ट एवं डॉ. माधुरी बर्थवाल ने अपने अनुभवों को साझा किया। इस अवसर पर अपर मुख्य निर्वाचन अधिकारी डॉ. विजय कुमार जोगदंडे, संयुक्त मुख्य निर्वाचन अधिकारी श्री प्रताप शाह, सहायक मुख्य निर्वाचन अधिकारी श्री मस्तु दास, सुश्री मुक्ता मिश्रा एवं स्टेट नोडल ऑफिसर (स्वीप) मोहम्मद असलम उपस्थित रहे।

छात्रों ने गंगा किनारे किया सूर्यनमस्कार व योगासन

संवाददाता

देहरादून। एसजीआरआर के छात्रों ने गंगा किराने सूर्य नमस्कार व योगासन किया।



आज यहां जीएमवीएन गंगा रिसार्ट में अन्तर्राष्ट्रीय योग महोत्सव-2024 के अवसर पर श्री गुरु राम विश्वविद्यालय, देहरादून के 200 से अधिक विद्यार्थियों ने गंगा के किनारे सूर्यनमस्कार एवं अन्य योगासनों तथा प्राणायाम का अभ्यास किया। इस दौरान योग विज्ञान एवं प्राकृतिक चिकित्सा संकाय के संकायाध्यक्ष प्रो. (डॉ.) कंचन जोशी, विभागाध्यक्ष डॉ. सुरेन्द्र प्रसाद रयाल, असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. अनिल थपलियाल, डॉ. बिजेन्द्र सिंह, श्रीमती अंशु, प्रो. (डा.) सरस्वती काला, स्वाती कुँवर, पूजा बोरा, काजल देवरानी, गौतम पँवार तथा अथिति के रूप में दून योग पीठ, देहरादून के संस्थापक अध्यक्ष योगाचार्य डा. बिपिन जोशी और दून योग पीठ देहरादून के शिक्षक शिक्षिकाएँ आदि उपस्थित रहे।

लोकसभा निर्वाचनः इस बार हथियार नहीं. ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

उनके ही शस्त्र जमा कराये जाये अन्यथा किसी को परेशान न किया जाये। जबकि गत दिवस संयुक्त मुख्य निर्वाचन अधिकारी श्रीमती नमामि बंसल ने पत्रकारों को जानकारी देते हुए बताया कि अभी तक जिला प्रशासन ने 10 हजार 900 शस्त्र जमा करा लिये गये हैं। श्रीमती नमामि बंसल द्वारा बताये गये जिन 10 हजार 900 व्यक्तियों के शस्त्र जमा कराये गये है क्या यह सभी वह लोग हैं जिनसे निर्वाचन प्रक्रिया को खतरा महसूस हो रहा है। अगर ऐसा है तो इतनी संख्या में जनपद में ऐसे लोगों का रहना अपने आपमें खतरे की बात है। लेकिन अब यह तो तय हो गया है कि इस बार चुनाव के दौरान जनपद में हथियार जमा नहीं होंगे।

आयकर विभाग को 6 साल बाद फिर.. ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

कर लिया था। हालांकि, वह खर्चों का स्पष्टीकरण नहीं दे पाए थे। उस दौरान यह बकाया राशि करीब 55 लाख रुपये थी। जो पेनाल्टी और ब्याज के साथ बढ़कर 96 लाख या इससे अधिक हो चुकी है। तब गणेश गोदियाल के रिटर्न का असेसमेंट देहरादून आयकर ने किया था। संभवतः अब उन्होंने अपना पैन महाराष्ट्र ट्रांसफर करवा लिया है। कांग्रेसी नेता गणेश गोदियाल का कहना है कि वह हमेशा ईमानदारी के साथ आयकर जमा कराते रहे हैं। आयकर जो बकाया बता रहा है, उसका जवाब उनके पास है। पूर्व में भी वह आयकर अधिकारियों को जवाब दे चुके हैं। इसके बाद भी विवाद बना हुआ है। चुनाव के मौके पर इस तरह नोटिस भेजा जाना सिर्फ परेशान करने वाली बात है। वह इन बातों से परेशान होने वाले नहीं हैं। वह डटकर मुकाबला करेंगे और रुकेंगे नहीं।

भारी मात्रा में चरस व शराब सहित चार गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। लोकसभा चुनावों के मद्देनजर जनपद में लगाये गये बैरियरों में चैकिंग के दौरान पुलिस ने अलग-अलग क्षेत्रों से भारी मात्रा में चरस, अग्रेंजी शराब व कच्ची शराब बरामद की है। जिसमें पुलिस द्वारा चार लोगों को गिरफ्तार किया गया है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक नवनीत भुल्लर ने बताया कि आगामी लोक सभा चुनाव के मद्देनजर जनपद पुलिस द्वारा अपने अपने थाना क्षेत्रों में चैकिंग हेतू 18 बैरियर लगाये गये है। इन बैरियरों में चैकिंग के दौरान पुलिस ने कल देर रात चार नशा तस्करों को गिरफ्तार कर उनके पास से भारी मात्रा में चरस व अंग्रेजी तथा कच्ची शराब बरामद की गयी है।

बताया कि थाना देवप्रयाग पुलिस द्वारा देर रात पौड़ी तिराहे देवप्रयाग में चैकिंग के दौरान विजय सिंह पुत्र वीरेंद्र सिंह को 1 किलो 05 ग्राम चरस व तस्करी में प्रयुक्त बाइक सहित गिरफ्तार किया गया है। जिसकी अनुमानित कीमत 2,05,000 रु0 आंकी गयी है। वहीं दूसरी ओर थाना कीर्तिनगर पुलिस द्वारा 2 पेटी अंग्रेजी शराब व 6 पेटी बियर सहित ज्ञान सिंह पुत्र दयाल सिंह निवासी ग्राम सिंसाई पट्टी चन्द्रबदनी थाना हिन्डोलाखाल व चैन सिंह पुत्र प्रेम सिंह निवासी ग्राम संकुल्ड पट्टी चन्द्रबदनी थाना हिन्डोलाखाल को गिरफ्तार किया गया है।

थाना थत्यूड पुलिस द्वारा देर रात चैकिंग के दौरान अतोल सिंह पुत्र स्व. सोणू सिंह निवासी ग्राम आबली पट्टी दशज्युला टिहरी गढ़वाल को 15 लीटर कच्ची शराब सहित गिरफ्तार किया गया है। वहीं थाना हिन्डोलाखाल पुलिस द्वारा 62 पव्वे अग्रेजी शराब सहित रामलाल पुत्र सन्तलाल निवासी ग्राम आबली पट्टी दशज्युला टिहरी गढ़वाल को गिरफ्तार किया गया है। पुलिस ने सभी आरोपियों के खिलाफ सम्बन्धित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उनके खिलाफ अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी गयी है।

35 पेटी देशी व 16 पेटी अंग्रेजी शराब सहित तीन गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। शराब तस्करी में लिप्त तीन लोगों को पुलिस ने 35 पेटी देशी व 16 पेटी अंग्रेजी शराब सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से तस्करी में प्रयुक्त कार भी बरामद हुई है।

जानकारी के अनुसार कल देर रात थाना रायवाला पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ शराब तस्कर भारी मात्रा में अवैध शराब की डिलीवरी हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को तीन पानी पुलिया के अण्डर पास निर्मल अस्पताल से जाने वाली पुरानी रोड रायवाला पर एक संदिग्ध आल्टो कार आती हुई दिखायी दी। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो कार सवार भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर रोका गया। कार की तलाशी के दौरान उसमें रखी 35 पेटी देशी व 16 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद हुई।

पूछताछ में उन्होने अपना नाम जोनी कुमार पुत्र जितेन्द्र कुमार निवासी मौहल्ला जम्मू कालोनी कैम्प जिला यमुनानगर हरियाणा, बासुदेव प्रजापति पुत्र प्रीतम प्रजापति निवासी ग्राम चाँदपुर साताइंगरी तहसील धामपुर थाना चाँदपुर जिला बिजनौर व नेपाल सिंह पुत्र नरेश कुमार निवासी गांव निजामपुर तहसील हल्दौर थाना कोतवाली शहर जिला बिजनौर बताया। बताया कि हम तीनों यह शराब ऋषिकेश क्षेत्र में बेचने जा रहे थे। बताया कि इस शराब के धन्धे में हमारा एक और साथी भी है जिसका नाम रिंकू है जो कि जेजे ग्लास फैक्ट्री आईडीपीएल ऋषिकेश का रहने वाला है। उसी के बतायेनुसार हम इस शराब को ऋषिकेश क्षेत्र में बेचने जा रहे थे। बहरहाल पुलिस ने उन्हे आबकारी अधिनियम के तहत गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश कर दिया है।

जमीन के नाम पर 3 करोड की धोखाधडी में पति पत्नी के खिलाफ मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। जमीन के नाम पर सवा तीन करोड रूपये की धोखाधडी में पुलिस ने पति पत्नी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार कर्जन रोड निवासी राजेश नेगी ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी मुलाकात एक मंदीप सन्धू पुत्र एसएस सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू पत्नी मंदीप सन्धू निवासी ग्रेटर कैलाश-1, नई दिल्ली से माह दिसम्बर 2014 में हुई तथा मंदीप सन्धू व उसकी पत्नी ने उसको गुनियाल गांव, देहरादून स्थित अपनी 90 बीघा भूमि दिखाई तथा उसे विक्रय करने का प्रस्ताव उसको दिया। स्थल पर उसको भूमि पसन्द आ गयी व उन्होंने 90 बीघा भूमि को क्रय करने का सौदा मंदीप सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू से कर लिया। सौदा पक्का हो जाने पर मंदीप सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू ने उसको बताया कि उन्होंने उक्त भूमि दिल्ली उच्च न्यायालय द्वारा की गई नीलामी में अपनी कम्पनी मैसर्स डायना यूरो कैम प्रा.लि. के नाम पर क्रय की हुई है तथा उक्त भूमि से सम्बन्धित कुछ प्रपत्र जिसमें भूमि का सेल सर्टिफिकेट व उत्तराखण्ड शासन द्वारा भूमि क्रय की अनुमति अभी प्राप्त होनी शेष है जिसके लिए उन्होंने आवेदन किया हुआ है। इस प्रकार उसने मंदीप सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू द्वारा बनाये गये अनुबन्ध पत्र को स्वीकार कर मंदीप सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू व उसकी कम्पनी के नाम पर अंकन तीन करोड़ पच्चीस लाख रूपये की धनराशि बैंक अन्तरण / चैक द्वारा इन लोगों को अदा कर दी। उक्त विक्रय अनुबन्ध पत्र अंकित हो जाने के पश्चात उसने भूमि की सफाई व नपाई आदि कराने हेतु स्थल पर मजदूरों व सुपरवाईजर को छोड़ा तो उसको अपने सुपरवाईजर के माध्यम से यह ज्ञात हुआ कि उक्त भूमि में काफी हिस्सा ग्राम सभा गुनियाल गांव की भूमि का है, जिसको कि मंदीप सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू ने अवैध रूप से कब्जा किया हुआ था। प्रार्थी ने इस सम्बन्ध में मंदीप सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू से वार्ता की तो इन्होंने प्रार्थी को बताया कि हमारी ग्राम सभा के पदाधिकारियों से बातचीत चल रही है, हम जल्दी ही ग्राम सभा की भूमि का विनिमय/तबादला करा देंगे। इस बीच दिनांक 05.07.2021 को मंदीप सन्धू व श्रीमती संगीता सन्धू ने उक्त भूमि का सेल सर्टिफिकेट भी उच्च न्यायालय दिल्ली के परिसमापक से अपनी कम्पनी के नाम पर अंकित व पंजीकृत करा लिया व उसकी प्रति प्रार्थी को दी तथा भूमि का विक्रय पत्र कराने हेतु उसको कहा तो वह भडक गये और कहा कि वह रजिस्ट्री नहीं करेंगे जो हो सकता है कर ले। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

एक नजर

लोकसभा चुनाव के लिए पहली अधिसूचना जारी, 102 संसदीय सीटों पर नामांकन प्रक्रिया शुरु

नई दिल्ली। देश के 21 राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों के उन 102 संसदीय निर्वाचन क्षेत्रों के लिए नामांकन प्रक्रिया बुधवार को अधिसूचना जारी होने के साथ शुरू हो गई, जहां 19 अप्रैल को लोकसभा चुनाव के पहले चरण में मतदान होगा। राष्ट्रपति की तरफ से निर्वाचन आयोग द्वारा जारी अधिसूचना के अनुसार नामांकन पत्र दाखिल करने की अंतिम तिथि 27 मार्च है। हालांकि बिहार में पहले चरण में जिन लोकसभा सीट के लिए मतदान होना है, उनके लिए नामांकन दाखिल करने की आखिरी तारीख एक त्योहार की वजह से बढ़ाकर 28 मार्च की गई है।

बिहार की 40 में से चार लोकसभा सीट पर मतदान प्रथम चरण में होगा। नामांकन पत्रों की जांच 28 मार्च को की जाएगी। बिहार के लिए यह तारीख 30 मार्च है। नामांकन वापस लेने की आखिरी तारीख 30 मार्च है, वहीं बिहार में प्रथम चरण की चार सीट के लिए नामांकन वापसी की प्रक्रिया दो अप्रैल तक जारी रहेगी। देश में 18वीं लोकसभा के लिए 19 अप्रैल को चुनाव शुरू होंगे और एक जून तक सात चरणों में मतदान होगा। मतगणना चार जून को होगी। निर्वाचन आयोग ने पश्चिम बंगाल के 42 लोकसभा क्षेत्र में से छह क्षेत्र को आर्थिक रूप से संवेदनशील घोषित किया है और राज्य एवं केंद्र की जांच एजेंसियों को उन पर लगातार निगरानी रखने का निर्देश दिया है। एक अधिकारी ने मंगलवार को यह जानकारी दी।

पंजाब में जहरीली शराब पीने से 4 लोगों की मौत

नई दिल्ली। पंजाब के संगरूर में जहरीली शराब पीने से चार लोगों की मौत का मामला सामने आया है। घटना संगरूर जिले के दिरबा पुलिस थाना के अंर्तगत गुज्जरां गांव की है। हाल ही में ऐसा ही एक मामला हरियाणा में भी सामने आया था। सूबे के यमुनाननगर जिले में जहरीली शराब पीने से 10 लोगों की मौत हुई थी, वहीं पड़ोसी जिले अंबाला में भी दो लोगों की जान चली गई थी। पुलिस ने बताया था कि अंबाला में जिन 2 लोगों की मौत हुई थी, वे उत्तर प्रदेश के प्रवासी मजदूर थे। उन्होंने संदिग्ध नकली शराब का सेवन किया था, जो अंबाला जिले में अवैध रूप से तैयार की गई थी। दोनों अंबाला के एक गांव में किराए के मकान में रहते थे और एक फैक्ट्री में काम करते थे। बता दें कि जहरीली शराब से मौत के मामले शराबबंदी वाले बिहार में सामने आते रहे हैं। अप्रैल 2023 में बिहार के मोतिहारी में जहरीली शराब से 5 लोगों की मौत का मामला सामने आया था। इसके अलावा 6 लोगों की हालत गंभीर हो गई थी। मरीजों ने डॉक्टर्स को खुद बताया है कि उन्होंने शराब पी थी, जिसके बाद उनकी तबीयत खराब हुई थी।

पूर्व गर्वनर तमिलिसाई सुंदरराजन फिर से भाजपा में हुई शामिल

नई दिल्ली। तेलंगाना की पूर्व गर्वनर और पुडुचेरी की उपराज्यपाल पद से इस्तीफा देने के दो दिन बाद तमिलिसाई सुंदरराजन फिर से भाजपा में शामिल हो गईं। माना जा रहा है कि उन्हें भाजपा आगामी लोकसभा चुनाव 2024 लड़वाने जा रही है। उन्हें पार्टी की दोबारा सदस्यता तमिलनाडु भाजपा प्रदेश अध्यक्ष अन्नामलाई कुप्पुसामी और तेलंगाना प्रदेश अध्यक्ष जी. किशन रेड्डी ने दिलाई। बीजेपी में फिर से शामिल होने के बाद, तमिलिसाई सुंदरराजन का कहा, मैं चुनाव लड़ना चाहती हूं और मैंने अपनी इच्छा अपनी पार्टी को भी बताई है। मेरे पास जो सदस्यता कार्ड है उसे वापस पाकर मुझे खुशी है। यह सबसे खुशी का दिन है। कठिन निर्णय और सुखद निर्णय भी मैंने लिया। राज्यपाल के रूप में मेरे लिए कई सुविधाएं थीं, लेकिन मैंने इसे छोड़ दिया। मुझे इसका एक प्रतिशत भी अफसोस नहीं है। तमिलनाडु में कमल निश्चित रूप से खिलेगा।श तमिलिसाई सुंदरराजन ने आगे कहा कि उन्होंने अपने कार्यकाल के दौरान करीब 4 मुख्यमंत्रियों को पद ग्रहण करते हुए देखा है। इसके अलावा तमिलनाडु प्रदेश अध्यक्ष ने कहा कि भाजपा आगामी लोकसभा चुनाव 2024 में 400 से भी ज्यादा सीटों पर दर्ज करेगी। उन्होंने कहा कि बस वो एक छोटा सा योगदान करना चाहती हैं। बताते चले कि उनका इस्तीफा बीते मंगलवार को पार्टी ने स्वीकार किया था। तमिलनाडु पार्टी प्रमुख ने कहा कि ऐसे मौके पर वो बता सकते हैं कि पूर्व गर्वनर पार्टी से कितना प्यार करती हैं और भाजपा के प्रति उनके लगाव को भी देखा जा सकता है।

31 लाख की स्मैक सहित दो तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। इंडस्ट्रियल एरिया तथा विभिन्न शिक्षण संस्थानों में स्मैक की तस्करी करने वाले बरेली के दो नशा तस्करों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया हैं। जिनके पास से अनुमानित कीमत 31 लाख की स्मैक बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार कल देर रात थाना सेलाकुई पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर भारी मात्रा में नशीले पदार्थो की खेप सहित आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया गया।

इस दौरान पुलिस को दो संदिग्ध लोग आते हुए दिखायी दिये। पुलिस ने जब उन्हे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उनके पास से 104 ग्राम स्मैक बरामद

की गयी। पूछताछ में उन्होने अपना नाम फुरकान पुत्र शराफत जावेद राजा पब्लिक स्कूल फरकपुर, थाना फरीदपुर, बरेली व मोहम्मद फरमान पुत्र इलियास ग्राम नौगांव थाना फरीदपुर, जनपद बरेली बताया।

बताया कि वह दोनो बरेली के निवासी हैं तथा जल्दी पैसा कमाने के लालच में उनके द्वारा अवैध मादक पदार्थो की अलग-अलग स्थानों पर तस्करी की जाती है। आज भी वह बरेली से स्मैक लाकर उसे देहरादून स्थित इंडस्ट्रियल एरिया तथा विभिन्न शिक्षण संस्थानों में अध्यनरत छात्रों को को बेचने के लिये आये थे। पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

बरेली का तस्कर गिरफ्तार, 22.5 ग्राम स्मैक बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी बरेली का तस्कर है जिसके कब्जे से 22.5 ग्राम स्मैक, इलेक्ट्रानिक तराजू व 1040 रूपये की नगदी बरामद की है। जानकारी के अनुसार बीते रोज लक्सर कोतवाली पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कोई नशा तस्कर नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 22.5 ग्राम स्मैक, इलेक्ट्रानिक तराजू व 1040 रुपये की नगदी बरामद की।पूछताछ में उसने अपना नाम अरबाज पुत्र फैजल निवासी फतेहगंज पश्चिमी नई बस्ती थाना फतेहगंज जनपद बरेली उत्तर प्रदेश बताया। पुलिस ने उसे एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

पिकअप व स्कूटी की चपेट में आकर एक की मौत

संवाददाता

देहरादून। पिकअप व स्कूटी की चपेट में आकर राहगीर की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मेहूंवाला माफी तेलपुर निवासी मौहम्मद आसिफ ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि आज समय लगभग दोपहर 01 बजे शिमला बाई पास रोड, वन बिहार के नजदीक दो अज्ञात वाहन एक स्कूटी और पिकअप से उसके चाचा अब्दुल हमीद पुत्र स्व: अब्दुल गनी निवासी मेहुवाला माफी तेलपुर को टक्कर मार दी गयी जिसके कारण अब्दुल हमीद पुत्र की मौके पर ही मृत्यु हो गयी।

'छत पर किसी दल का झण्डा लगाया तो पार्टी के खर्च में जुड़ेगा'

देहरादून (सं)। मुख्य निर्वाचन अधिकारी डॉ. बीवीआरसी पुरूषोत्तम ने कहा कि नीजि व्यक्ति के द्वारा किसी पार्टी व उम्मीदवार का झण्डा लगाया तो वह पार्टी खर्च में जुड जायेगा। उत्तराखंड के मुख्य निर्वाचन अधिकारी डॉ बीवीआरसी पुरूषोत्तम ने कहा, यह अच्छा है कि चुनाव और त्योहारों के सीजन एक साथ चल रहे हैं। हम सभी राजनीतिक दलों से आग्रह कर रहे हैं कि वे किसी भी तरह का धार्मिक प्रचार न करें। मीडिया मॉनिटरिंग सर्टिफिकेशन कमेटी से पास होने के बाद ही अखबार या टीवी विज्ञापन दिए जा सकते हैं। यदि कोई निजी व्यक्ति अपने घर पर किसी विशेष पार्टी या उम्मीदवार का झंडा लगाता है, तो वह पार्टी के खर्च में शामिल किया जाएगा। दिशानिर्देश स्पष्ट हैं और हमने राजनीतिक दलों को सब कुछ स्पष्ट कर दिया है। देहरादून में हमेशा शांतिपूर्ण चुनाव प्रक्रिया रही है लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि हम इसे गंभीरता से नहीं ले रहे हैं। हमारे पास लगभग 11,700 बूथ हैं। हमने उनमें से 1000-1200 को संवेदनशील बूथों के रूप में पहचाना है, हमारे पास वहां केंद्रीय अर्धसैनिक बल और राज्य पीएसी होगी। हम वहां शांतिपूर्ण चुनाव सुनिश्चित करेंगे।

गहरी खाई में गिरा वाहन, दो की मौत

हमारे संवाददाता

रुद्रप्रयाग। रुद्रप्रयाग जिले में देर रात शिव नंदी क्षेत्र के पास एक बोलेरो वाहन अनियत्रिंत होकर गहरी खाई में जा गिरा। हादसे में पिथौरागढ़ निवासी दो लोगों की मौत हो गई। सूचना मिलने पर एसडीआरएफ टीम ने रात में ही मौके पर पहुंच कर दो शव बरामद किए। जिन्हे अग्रिम कार्यवाही हेतू स्थानीय पुलिस को सौंप दिया है।

जानकारी के अनुसार बीती देर रात आपदा कण्ट्रोल रूम, रुद्रप्रयाग द्वारा एसडीआरएफ टीम को सूचित किया गया कि शिव नंदी के पास एक वाहन खाई में गिर कर दुर्घटनाग्रस्त हो गया है। सूचना पर एसडीआरएफ टीम निरीक्षक कर्ण सिंह के नेतृत्व में आवश्यक रेस्क्यू उपकरणों के तत्काल घटनास्थल के लिए रवाना हुई। घटनास्थल पर पहुंच कर देखा गया कि बोलेरो वाहन जिसमे दो व्यक्ति सवार थे जोकि लगभग 700 मीटर गहरी खाई में दुर्घटनाग्रस्त हुआ था। दोनों सवारों की घटनास्थल पर ही मृत्यु हो गयी थी।

एसडीआरएफ टीम द्वारा त्वरित कार्यवाही करते हुए 1 शव को बरामद कर वैकल्पिक मार्ग से होते हुऐ मुख्य मार्ग तक लाया गया जबकि दूसरे व्यक्ति का शव वाहन के नीचे दबा हुआ था। एसडीआरएफ टीम द्वारा देर रात्रि तक कड़ी मशक्कत करते हुए वाहन को काटकर दूसरे व्यक्ति के शव को निकालकर मुख्य मार्ग तक लाया गया व जिला पुलिस के सुपुर्द किया गया। मृतको की पहचान दरपान सिंह उम्र 53 वर्ष पुत्र भीम सिंह, गंगा सिंह उम्र 31 वर्ष पुत्र अमर सिंह निवासी ग्राम जर्थी होकारा जिला पिथौरागढ़ के रूप में हुई है।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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