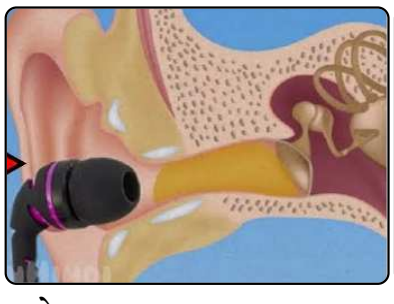
शुक्रवार
29 मार्च 2024



पृष्ठ 4

जानिए कान में जाने के बाद अंदर क्या-क्या करता है ईयरफोन

पृष्ठ 5

उर्वशी रौतेला स्टारर जेएनयू 5 अप्रैल को सिनेमाघरों में दस्तक देगी

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 61
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

अनुभव की पाठशाला में जो पाठ सीखे जाते हैं, वे पुस्तकों और विश्वविद्यालयों में नहीं मिलते।

— अज्ञात

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

भाजपा सभी पांचों सीटों पर जीतेगीः धामी

❑19 अप्रैल तक तुम पसीना बहाना फिर मैं आपके लिए पसीना बहाऊंगाः बलूनी

विशेष संवाददाता

कर्णप्रयाग (थराली)। पौड़ी सीट से भाजपा प्रत्याशी अनिल बलूनी के प्रचार अभियान में भाग लेने थराली पहुंचे मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का स्थानीय लोगों ने फूल बरसाकर भव्य स्वागत किया और उनके रोड शो में भारी भीड़ उमड़ी। इस अवसर पर आयोजित जनसभा को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी अपने लिए नहीं देश की 140 करोड़ जनता के लिए काम करते हैं। समाज के अंतिम छोर पर खड़े व्यक्ति को भी प्रधानमंत्री अपना परिवार मानते हैं।

मुख्यमंत्री ने कहा कि गरीबों के लिए पक्के घर और हर घर नल से जल तथा उज्ज्वला योजना के तहत गरीबों के घर तक रसोई गैस सिलेंडर पहुंचाने का काम प्रधानमंत्री मोदी द्वारा किया गया है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का उत्तराखंड के प्रति जो प्रेम है वह किसी से छुपा नहीं है। बीते 10 सालों में

उनके नेतृत्व वाली केंद्र सरकार द्वारा राज्य के विकास के लिए जितने काम किए गए हैं वह आज हमारे सामने हैं। राज्य के सीमांत क्षेत्रों तक विकास को पहुंचाने का जो असाधारण काम मोदी ने किया वह बीते 50 साल में भी नहीं किया गया था।

पौड़ी से भाजपा प्रत्याशी अनिल बलूनी ने कहा कि आज इस चटक धूप में आप मेरे लिए पसीना बहा रहे हैं मैं आपसे वायदा करता हूं कि 19 अप्रैल के बाद मैं आपके लिए पसीना बहाउंगा। उन्होंने कहा कि इस बार आपको एनडीए 400 पार और भाजपा 390 पार के नारे को सच करना है और मोदी को फिर से पीएम बनाना है तो भाजपा को वोट कर सभी पांचों सीटों पर जीत दिलायें।

उन्होंने केंद्रीय नेतृत्व के सहयोग के लिए आभार जताते हुए कहा कि आने वाला समय राज्य के विकास का समय होगा। उनके रोड शो और जनसभा में आसपास के क्षेत्र से बड़ी संख्या में लोग पहुंचे थे।

- श्री नानकमत्ता गुरुद्वारे के कार सेवा प्रमुख की हत्या प्रकरण -

हत्यारों की हो चुकी है पहचान, शीघ्र होगा खुलासाः अभिनव

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। श्री नानकमत्ता गुरूद्वारे के कार सेवा प्रमुख बाबा तरसेम सिंह की हत्या के मामले में डीजीपी अभिनव कुमार ने कहा कि हत्यारों की पहचान हो चुकी है, शीघ्र खुलासा किया जायेगा।

आज यहां श्री नानकमत्ता गुरूद्वारे में पहुंचे डीजीपी अभिनव कुमार ने गुरूद्वारा प्रबन्धक समिति व पुलिस अधिकारियों के साथ बैठक की, जिसमें सभी पहलुओं पर चर्चा के बाद उन्होने अधिकारियों को जरूरी दिशा निर्देश दिये। बैठक के बाद पत्रकारों को जानकारी देते हुए उन्होने कहा कि गत दिवस हुई घटना काफी दुखद है। उन्होने कहा कि हत्यारों की पहचान हो चुकी है तथा उसके खुलासे के लिए एसटीएफ, एसओजी, स्थानीय पुलिस के चुनिंदा व

अनुभवी अधिकारियों व कर्मचारियों को लगाया गया है। उन्होने बताया कि इसके साथ ही उत्तर प्रदेश, दिल्ली, पंजाब के पुलिस अधिकारियो का भी उन्हे सहयोग मिल रहा है और वह भी अपने स्तर पर हत्यारों की तलाश में जुटे हुए है। उन्होने कहा कि इस घटना में हत्यारोपियों के अलावा अगर किसी अन्य का भी हाथ ◀◀ शेष पृष्ठ 7 पर

उमर ने की मुख्तार अंसारी का पोस्टमॉर्टम दिल्ली एम्स के डॉक्टरों से कराने की मांग

लखनऊ। मुख्तार अंसारी के बेटे उमर अंसारी ने बांदा के जिलाधिकारी को पत्र लिखकर मांग की है कि उनके पिता का पोस्टमॉर्टम दिल्ली एम्स के डॉक्टरों से कराया जाए। अपने पत्र में अंसारी ने लिखा है कि उनके परिवार को बांदा की चिकित्सा व्यवस्था पर भरोसा नहीं है। मुख्तार अंसारी के बेटे उमर अंसारी ने 2 पन्नों के खत में आरोप लगाया कि 63 वर्षीय पांच बार के पूर्व विधायक, मुख्तार अंसारी को बांदा जेल में भोजन में मिलाकर धीमा जहर दिया जा रहा था। उमर ने ये भी आरोप लगाया कि जब वो अपने पिता से मिलने अस्पताल पहुंचा था तब उसे उसके पिता से मिलने नहीं दिया गया। उमर के अनुसार उसके पिता ने फोन पर उससे कहा, बेटा, मैं अब बचूंगा नहीं। मुख्तार अंसारी के बेटे ने खत में उत्तर प्रदेश सरकार पर भरोसा ना होने की बात कहते हुए अपने पिता का पोस्टमार्टम दिल्ली एम्स के डॉक्टरों से कराने की बात की है। साथ ही उसने आरोप लगाया है कि उसके पिता की मौत एक सुनियोजित साजिश के तहत की गई है, इसलिए इसकी उच्चस्तरीय जांच कराई जाए। अस्पताल के मेडिकल बुलेटिन के अनुसार, अंसारी को बांदा जिले के रानी दुर्गावती मेडिकल कॉलेज ले जाने के कुछ ही घंटों के भीतर गुरुवार, 28 मार्च को हृदय गति रुकने से मृत्यु हो गई।

'भारत में बच्चा पैदा होता है तो वो आई और एआई दोनों बोलता है'

नई दिल्ली। भारतीय न केवल प्रौद्योगिकी को अपना रहे हैं बल्कि आगे भी बढ़ रहे हैं। हमारे यहां जब बच्चा पैदा होता है, तो आई (मां) भी बोलता है और एआई (आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस) भी बोलता है।

यहा बातें प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अरबपति निवेशक और माइक्रोसॉफ्ट के को-फाउंडर बिल गेट्स ने नई दिल्ली में पीएम आवास पर उनसे बातचीत के दौरान कही। इस इंटरव्यू को आज ब्रॉडकास्ट किया गया। इसकी थीम श्फ्रोम एआई टू डिजिटल पैमेंट्सश है। इस बातचीत का एक टीजर 28 मार्च को जारी किया गया था। बिल गेट्स ने बातचीत के दौरान पीएम मोदी से कहा कि भारत

जिन विषयों को सामने लाता है उनमें से एक यह है कि टेक्नोलॉजी सभी के लिए होनी चाहिए।

माइक्रोसॉफ्ट के को-फाउंडर बिल गेट्स ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का इंटरव्यू लिया है। इसमें आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) से लेकर डिजिटल पब्लिक इंफ्रास्ट्रक्चर और जलवायु परिवर्तन से लड़ने के मुद्दों पर बातचीत हुई। दोनों की बातचीत प्रधानमंत्री आवास पर हुई। इस इंटरव्यू की थीम फ्राम एआई टू डिजिटल पेमेंट्स है। पीएम मोदी ने कहा कि मैं महिलाओं के हाथों में टेक्नोलॉजी देना चाहता हूं, गांव के सभी लोगों को लगना चाहिए कि ये हमारे गांव को बदल रही है। ड्रोन दीदी से मैं इन दिनों बातें करता हूं, तो कहती हैं कि मुझे साइकिल चलाना नहीं आता था, आज मैं ड्रोन चला रही हूं, पायलट बन गई हूं। पीएम मोदी ने बिल गेट्स को यह भी बताया कि 2023 जी20 शिखर सम्मेलन के दौरान एआई का उपयोग कैसे किया गया, काशी तमिल संगमम कार्यक्रम के दौरान उनके हिंदी भाषण का तमिल में अनुवाद कैसे किया गया और नमो ऐप में एआई का उपयोग कैसे किया गया।

दून वैली मेल

संपादकीय

न्यायपालिका पर बड़ी जिम्मेदारी

देश के वरिष्ठ अधिवक्ताओं के एक समूह द्वारा देश के प्रधान न्यायाधीश डी वाई चंद्रचूड़ को पत्र लिखकर न सिर्फ इस बात पर चिंता जताई गई है कि देश के कुछ शक्तिशाली समूहों द्वारा न्यायिक प्रक्रिया में हेर फेर कर अदालती फैसलों को प्रभावित करने की कोशिश की जा रही है बल्कि न्यायपालिका की छवि को धूमिल करने का प्रयास किया जा रहा है। इन अधिवक्ताओं ने प्रधान न्यायाधीश को सलाह दी है कि वह किसी के दबाव में आकर फैसला न ले। अधिवक्ताओं के इस पत्र को इसलिए भी गंभीरता से लिए जाने की जरूरत है क्योंकि वह सीध तौर पर देश की सर्वोच्च अदालत पर और प्रधान न्यायाधीश पर यह आरोप लगा रहे हैं कि उनके फैसले दबावों में लिए जा रहे हैं जिससे न्यायपालिका के अस्तित्व को खतरा पैदा हो गया है। इस देश की इसे विडंबना ही कहा जा सकता है कि यहां अब देश के लोकतंत्र और संविधान से लेकर देश की एकता और अखंडता पर खतरे से कम शब्दों का इस्तेमाल के बिना किसी भी बात में वजन पैदा ही नहीं होता है। लोकतंत्र और संविधान का अस्तित्व खतरे में है और अब न्यायपालिका का अस्तित्व भी खतरे में बताया जा रहा है। हास्यास्पद बात यह है कि अधिवक्ताओं द्वारा प्रधान न्यायाधीश को लिखे गये खत में विभिन्न शक्तिशाली समूहों की सक्रियता की बात तो की गई है लेकिन वह शक्तिशाली समूह कौन-कौन से हैं इसका कोई भी उल्लेख नहीं किया गया है। क्या देश के नेताओं का कोई समूह है या फिर वह समूह खुद अधिवक्ताओं का समूह है। पत्र में कही गई एक लाइन जिसमें कहा गया है कि इन समूहों द्वारा दिन में आरोपी नेताओं को बचाने के लिए बहस की जाती है और रात में न्यायाधीशों को प्रभावित करने की कोशिश की जाती है। अधिवक्ताओं के बीच परस्पर प्रतिद्वंतिता का होना स्वाभाविक है लेकिन जिस तरह से अधिवक्ताओं ने अपने इस सामूहिक पत्र के जरिए न्यायपालिका को भी राजनीति में घसीटने का प्रयास किया गया है उसे किसी भी स्तर पर उचित नहीं ठहराया जा सकता है। बात राजनीति की हो या देश की कानून व्यवस्था अथवा सामाजिक सुरक्षा और नागरिकों के संवैधानिक अधिकारों की रक्षा की एकमात्र न्यायपालिका ही तो है जिस पर देश का विश्वास टिका हुआ है, कि उन्हें न्याय मिलेगा। पीड़ित अगर कोई नेता या राजनीतिक दल भी है तो न्याय के लिए वह न्यायपालिका के पास ही जाएगा न्यायपालिका जो फैसला सुनाती है वह संवैधानिक नियम कानून के दायरे में ही होता है। फिर इन अधिवक्ताओं को अगर यह लगता है कि न्यायालय ने कोई फैसला किसी दबाव या प्रभाव में लिया है तो वह बड़ी अदालत में अपील कर सकते हैं जैसे राहुल गांधी ने अपनी संसद सदस्यता समाप्त किए जाने व मानहानि मामले में हुई सजा के खिलाफ अपील की थी। अधिवक्ताओं के इस पत्र को लेकर अब सत्ता पक्ष और विपक्ष के बीच जो आरोप प्रत्यारोप लगाए जा रहे हैं वह स्वाभाविक ही है। चुनावी दौर में सभी बातें चुनावी मुद्दा बना दी जाती हैं। न्यायपालिका पर अधिवक्ताओं द्वारा अगर किसी तरह का अविश्वास जताया जाता है तो यह अत्यंत ही चिंताजनक है। न्यायपालिका की गरिमा और उसकी महत्वता एवं आम आदमी की उसमें निष्ठा बनाए रखने की जिम्मेदारी भी इन अधिवक्ताओं के ऊपर है जो इस तरह के सवाल उठा रहे हैं। ऐसे समय में जब देश की राजनीति और मीडिया दिशा भ्रम की स्थिति से गुजर रहा हो तथा झूठ को देश के लोगों के सामने ऐसे परोसा जा रहा हो कि इससे बड़ा सच कुछ हो ही नहीं सकता है। न्यायाधीश और अधिवक्ताओं की जिम्मेवारी और भी बड़ी हो जाती है।

गाडियों की बैटरी चुराते दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। गाडियों की बैटरी चुराने वाले दो लोगों को लोगों ने पकडकर पुलिस के हवाले कर दिया। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार खैरी रोड नेपाली फार्म निवासी नवनीत कंसल ने रायवाला थाना पुलिस को बताया कि उन्होंने आसपास के लोगों की मदद से दो लोगों को गाडियों से बैटरी चोर करते रंगेहाथों पकड लिया है। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और दोनों को गिरफ्तार कर लिया।

पूछताछ में उन्होंने अपने नाम सुमित थापा पुत्र गोप सिंह थापा निवासी इंदिरा कालोनी रायवाला, सौरभ नेगी पुत्र मदन सिंह नेगी निवसी खण्ड गांव रायवाला बताये। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

आ जामिरत्के अव्यत भुजे न पुत्र ओण्यो:।
सरज्जारो न योषणां वरो न योनिमासदम्।।

(ऋग्वेद ९-१०१-१४)

जिस प्रकार एक बालक अपने माता-पिता की गोद में सुरक्षा और प्रसन्नता का अनुभव करता है। जिस प्रकार एक प्रेमी प्रेमिका के पास प्रसन्न होकर जाता है। जिस प्रकार एक दूल्हा विवाह की वेदी पर प्रसन्न होकर बैठता है। उसी प्रकार सोम अपने पसंदीदा स्थान प्रेम में स्थित होकर प्रसन्न होता है।

गुड फ्राईडे को सभी गिरजाघरों में हुई प्रार्थना सभा

संवाददाता

देहरादून। गुड फ्राईडे पर शहर के सभी गिरिजाघरों में प्रार्थना सभा का आयोजन कर प्रभु यीशु से अपनी गलतियों की माफी मांगी, यीशु द्वारा बताये गये प्रेम व विश्वास के मार्ग पर चलने की शपथ ली।

आज राजधानी देहरादून के सन्त फ्रांसिस चर्च में फादर पिंटो , मॉरिसिस्न मेमोरियल चर्च के पादरी रेव पी जे सिंह,सेंट्रल मेथोडिस्ट चर्च के पादरी रेव दिनेश कुमार प्रसाद,संत जोन्स चर्च के पादरी रेव सैमुएल लाल सहित राजधानी के तमाम गिरजाघरों में गुड फ्राइडे की प्रार्थना सभा का आयोजन किया किया। सेंट्रल मेथोडिस्ट चर्च देहरादून के पास्टरेट कमेटी के सदस्य राहुल दयाल ने बताया की ईसाई धर्म ग्रंथों के अनुसार, रोम में ईसा मसीह काफी लोकप्रिय थे, तब वहां के धर्म गुरुओं को अपनी लोकप्रियता कम होने का डर सताने लगा। तब यहूदी शासकों ने प्रभु यीशु पर राजद्रोह का आरोप लगाया और उन्हें मृत्युदंड की सजा सुनाई। इस दौरान ईसा मसीह को कई तरह की यातनाएं दी और फिर उन्हें सूली में लटका दिया। माना जाता है कि जिस दिन प्रभु यीशु ने अपने प्राण त्यागे थे, उस दिन शुक्रवार था। साथ ही यह भी माना जाता है कि अपनी मौत के दो दिन बाद यानी रविवार के दिन ईसा मसीह दोबारा जीवित हो गए थे। इसलिए हर साल ईस्टर सन्डे से पहले पड़ने वाले शुक्रवार को गुड फ्राईडे मनाया जाता है। गुड फ्राइडे के दिन लोग चर्च जाकर प्रार्थना करते हैं और प्रभु यीशु के बलिदान को याद करते हैं।

आरटीआई एवं ह्यूमन राइट्स वर्कर बिना वेतन जनता के सिपाही: ललकार

संवाददाता

देहरादून। आरटीआई एक्टिविस्ट एवं हयूमन राइटस फेडरेशन के राष्ट्रीय अध्यक्ष कुलदीप सिंह ललकार ने कहा आर टी आई एक्टिविस्ट एंड ह्यूमन राइट्स वर्कर बिना वेतन के समाज के सच्चे सिपाही है जो बिना भय के समाज में फैले भ्रष्टाचार को उजागर करता है।

आज चुक्खुवाला में श्री राम मंदिर में राष्ट्रवादी आर टी आई एक्टिविस्ट एंड ह्यूमन राइट्स फेडरेसन भारत द्वारा बैठक आयोजित की गई। जिसमें सभी लोगों को उनके जन अधिकारों मानवाधिकार व आर टी आई एक्ट की सम्पूर्ण जानकारी दें कर अवगत कराया। वही संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष कुलदीप सिंह ललकार ने कहा आर टी आई एक्टिविस्ट एंड ह्यूमन राइट्स वर्कर बिना वेतन के समाज के सच्चे सिपाही है जो बिना भय के समाज में फैले भ्रष्टाचार को उजागर करता है। जो जिम्मेदारी और पारदर्शिता के सिद्धांत को उजागर करता है और समाज का सच्चा प्रदर्शक होता है। वही राष्ट्रीय माहमंत्री वेद गुप्ता ने कहा की आर टी आई एवं मानवाधिकार कार्यकर्ता समाज की धुरी व पथ प्रदर्शक होता है और जिम्मेदार नागरिक के रूप में कार्य करता है। वही प्रदेश अध्यक्ष राकेश कुमार भट्ट ने कहा की आर टी आई कार्यकर्ताओं के लिये जो प्रदेश से बाहर से आते है अभी तक उनके रहने हेतु सस्ते दर पर सरकारी सुविधा अनुसार कम दर पर रहने (आर टी आई)की व्यवस्था होनी चाहिए। प्रदेश माहमंत्री राकेश कुमार शर्मा द्वारा आर टी आई कार्यकर्त्ताओ के लिये मान्यता प्राप्त रिपोटर की तर्ज पर कार्ड जारी करने की माँग रखी। जिसे सभी ने ध्वनि मत से आपना समर्थन दिया। वही वोटर जागरूकता अभियान के अंतर्गत शपथ भी ली गई। इस अवसर पर राष्ट्रीय सचिव अरविन्द मल्होत्रा, एडवोकेट मनीष, अमित वर्मा, राष्ट्रीय संगठन सचिव कृष्ण गोपाल रुहेला, प्रदेश उपाध्यक्ष कैलाश सेमवाल, कोषाध्यक्ष दीपक गुसाई, प्रदेश सचिव शुभम ठाकुर, बिजेंद्र सेमवाल, संगठन सचिव हेमंत शर्मा, प्रदेश प्रभारी राजकुमार, कार्यकारिणी सदस्य दारा सिंह, गढ़वाल मण्डल अध्यक्ष राजेश नाथ जिला आदि मौजूद थे।

अल्जाईमर रोग की रोकथाम और जागरूकता के लिए पोस्टर जारी

संवाददाता

देहरादून। फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसायटी ने अल्जाईमर रोग की रोकथाम व जागरूकता के लिए तीन पोस्टर जारी किये।

आज यहां मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में कार्यरत सामाजिक संस्था फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी ने अल्जाईमर रोग की रोकथाम और जागरूकता के लिए तीन पोस्टर जारी किये। ये पोस्टर फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी और 82.5 कम्युनिकेशन के सहयोग से तैयार कर के डिजिटल और प्रिंट संस्करण द्वारा भी जारी किये हैं। इस मौके पर डॉ. पवन शर्मा (द साइकेडेलिक) ने बताया कि अल्जाईमर रोग आमतौर पर बढ़ती उम्र के लोगों को होता है मगर आजकल की व्यस्त और अस्त व्यस्त जीवन शैली के कारण कई मानसिक रोग समय से पहले ही हमारे जीवन को प्रभावित करने लगते हैं। मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी शर्मिंदगी को हटा कर जागरुकता के साथ समय पर इन संकेतों को पहचान कर और पेशेवर मदद लेने की पहल करने से ऐसे कई रोगों से बचा जा सकता है। फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी संस्था मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए निशुल्क परामर्श शिविर, कार्यशालाओं जैसे कार्यक्रमों का आयोजन करती रहती है जिनमें संस्था के सदस्य और समाज सेवी विभा भट्ट, भूमिका भट्ट, एडवोकेट कुलदीप भारद्वाज, पूनम नौडियाल, सुनिष्ठा सिंह अपना सक्रीय योगदान देते हैं।

18 दिवसीय उद्यमिता विकास कार्यक्रम का समापन

संवाददाता

देहरादून। आईडीबीआई बैंक द्वारा वितपोषित व भारतीय उद्यमिता विकास संस्थान द्वारा संचालित प्रोजेक्ट रईस के अन्तर्गत 18 दिवसीय तकनीक आधारित उद्यमिता विकास कार्यक्रम समापन हो गया।

आज यहां रायपुर विकासखण्ड की ग्राम पंचायत सोडा सरौली में आईडीबीआई बैंक द्वारा वितपोषित व भारतीय उद्यमिता विकास संस्थान अहमदाबाद द्धारा संचालित प्रोजेक्ट रईस के अंतर्गत 18 दिवसीय तकनीक आधारित उद्यमिता विकास कार्यक्रम का समापन हो गया है।

भारतीय उद्यमिता विकास संस्थान के ट्रैनर मोटीवेटर गिरधर सिंह बिष्ट द्वारा बताया गया कि इस 18 दिवसीय तकनीक आधारित उद्यामिता विकास कार्यक्रम में 8 दिन उद्यमिता विकास और 10 दिन तकनीकी प्रशिक्षण दिया गया।

कार्यक्रम की मास्टर ट्रेनर शिवानी थापा द्वारा बताया गया कि इस प्रशिक्षण में रायपुर ब्लॉक की सोडा सरौली ग्राम पंचायत में 28 महिलाओ को मोटे अनाज से निर्मित उत्पाद जैसे (मंडुवे के लड्डू, मंडुवे की नमकीन, झंगोरे के लडडू, झंगोर की नमकीन, रोटना आदि) बनाने का प्रशिक्षण दिया गया है और वह आगे भी महिलाओं को मार्केटिंग में भी सहयोग करेंगी।

बच्चों को लिखना ऐसे सिखायें

लिखना भी एक कला है, लेकिन बच्चों को लिखना सिखाना तो यह और भी बड़ी कला है। बच्चों को लिखना सिखाने के लिए माता-पिता, अध्यापक तथा घर के अन्य बड़े सदस्यों का सहयोग बहुत ही आवश्यक है। बहुत से माता-पिता को यह समस्या होती है कि बच्चों को लिखना कैसे सिखाया जाए? जिस प्रकार बच्चों को पढ़ाने के लिए लगातार अभ्यास कराना पड़ता है, उसी प्रकार लिखने का भी निरन्तर प्रयास कराना आवश्यक है। पढ़ने की तुलना में लिखना ज्यादा कठिन है। ऐसा देखा गया है कि जो जल्दी पढ़ना सीख जाते हैं वे लिखना देर से सीखते हैं। कुछ बच्चों को पढ़ना-लिखना साथ-साथ सिखाया जाता है। बच्चों को लिखना सिखाने के लिए माता-पिता, अध्यापक तथा घर के अन्य बड़े सदस्यों का सहयोग बहुत ही आवश्यक है।

यदि बच्चे ने मेहनत करके लिखा है तो बड़ों को चाहिए कि वह उसे देखें तथा उन्हें पढ़ कर सुनाने के लिए कहें। समान्यत: बच्चे वही लिखते हैं, जो सरल पाते हैं। बच्चे लिखने-पढ़ने में जल्दबाज़ी नहीं करते। कुछ बच्चे लिखना पढ़ना एक साथ सीख जाते हैं। प्रारम्भ में बच्चों को लिखने की शिक्षा माता-पिता तथा घर के अन्य बड़े सदस्यों द्वारा घर पर ही दी जाती है। बाद में जब बच्चा स्कूल जाने लगता है तो यह ज़िम्मेदारी शिक्षकों पर आ जाती है, लेकिन स्कूल जाना प्रारम्भ करने के बाद भी माता-पिता की ज़िम्मेदारी बनी ही रहती है कि बच्चा स्पष्ट व सुंदर लिखे। शिक्षकों का कहना है कि बच्चों को सर्वप्रथम छपे हुए अलग-अलग वर्णमाला पढ़ना सिखाना चाहिए, जिससे अक्षरों को पढ़ने व पहचानने की क्षमता जागृत हो। आमतौर पर वे बेहद एकाग्र होकर कसकर पैंसिल पकड़ कर लिखते हैं, जिससे उनकी आंखों पर जोर पड़ने की सम्भावना होती है। परिणामस्वरूप शीघ्र ही उसे चश्मा पहनना पड़ता है। माता-पिता को बच्चों की इस आदत पर नियंत्रण प्रारम्भ से ही रखना चाहिए। आज की पीढ़ी में देखा गया है कि बच्चे काफी कम उम्र में लिखने-पढ़ने के प्रति रुचि दिखाने लगते हैं। विशेषकर दूरदर्शन, रेडियो आदि के प्रभाव से जल्द समझदार हो जाते हैं। उनमें बड़ों को देख कर लिखने की इच्छा जागती है। वे अपना, अपने मित्रों तथा माता-पिता का नाम लिखने का प्रयास करते हैं।

बच्चे को जो लिखवाया जा रहा है, उसे जोर-जोर से बोलना चाहिए ताकि वह शब्द बच्चा अच्छी तरह से सुने। बच्चे जैसा सुनेंगे वैसा लिखेंगे। अगर बच्चा अशुद्ध और अस्पष्ट लिख रहा है तो उसे डांटने फटकारने के बजाय प्यार से बताना चाहिए। यदि उसे डांटा-फटकारा गया तो उसमें हीन भावना आ जाएगी और वह यही समझेगा कि मैं सुन्दर और शुद्ध लिख ही नहीं सकता। बच्चे को ऐसा लगना चाहिए कि मैं जो कुछ लिख रहा हूं, उस पर माता-पिता खुश हो रहे हैं। यह बहुत आवश्यक है, इससे बच्चे का उत्साह बढ़ता है। बच्चे किसी एक काम से बहुत जल्दी ऊब जाते हैं, इसलिए लिखने का काम भी उनसे जबरदस्ती नहीं करवाना चाहिए। बच्चे से ऐसी चीजें लिखवाएं जिससे उसमें रुचि पैदा हो।

बेडशीट बिछाने में होती है परेशान तो अपनाएं ये ट्रिक, कई दिनों तक नहीं हटेंगे चादर

अगर आपको भी बेडशीट बार-बार सरकने या ठीक से न बिछने की समस्या होती है, तो घबराएं नहीं। एक छोटी सी ट्रिक से आपकी ये परेशानी दूर हो सकती है आज हम आपको ऐसी ट्रिक बताएंगे जिससे आपकी बेडशीट न केवल जल्दी बिछेगी बल्कि लंबे समय तक वैसी ही बनी रहेगी। आपको बार-बार इसे सही करने की झंझट दूर हो जाएगी। इससे आपका काम आसान होगा और आपका कमरा भी सुंदर दिखेगा। तो, चलिए सीखते हैं इस आसान ट्रिक को।

इलास्टिक बेडशीट का उपयोग करें

इलास्टिक वाली बेडशीट आपके बिस्तर के लिए एक बेहतरीन विकल्प है। ये चादरें बिस्तर के कोनों में इलास्टिक के कारण अच्छे से फिट हो जाती हैं और खिसकती नहीं हैं। इसकी मदद से चादर बिछाना आसान हो जाता है और चादर सारे समय तनी रहती है, जिससे बिस्तर हमेशा सजा-सजाया और आकर्षक दिखता है। इलास्टिक बेडशीट्स के इस्तेमाल से आपके कभी खराब नहीं होंगे।

बेडशीट गार्टर्स का इस्तेमाल करें

बाजार में मिलने वाले बेडशीट गार्टर्स या क्लिप्स की मदद से आप अपनी चादर को चारों कोनों से अच्छी तरह पकड़ सकते हैं। ये छोटी सी चीज चादर को एक जगह टिकाए रखते हैं, जिससे वो सरकती नहीं है। इससे आपकी चादर हमेशा सही तरह से बिछी रहेगी और आपको बार-बार ठीक करने की झंझट नहीं होगी।

सही आकार की बेडशीट चुनें

जब भी बेडशीट खरीदें, अपने बिस्तर के आकार का ध्यान रखें। अगर चादर बहुत बड़ी या छोटी होगी, तो उसे बिछाने में मुश्किल होगी। बिस्तर से मेल खाती चादर न सिर्फ आसानी से बिछेगी बल्कि देखने में भी अच्छी लगेगी। इसलिए, चादर खरीदते समय बिस्तर के सही आकार की चादर चुनें ताकि आपको बाद में कोई परेशानी न हो।

हर रोज चादर को थोड़ा सा तानें

सुबह जागने के बाद, अपनी चादर को खींचकर अच्छे से सीधा करें और उसे दोबारा बिस्तर पर सजा दें। इस सिंपल सी आदत से आपकी चादर पर सिलवट नहीं पडने देंगे। यह छोटा सा काम आपके बिस्तर को सुंदर बनाने के साथ-साथ आपको अच्छा महसूस होगा। इन सरल ट्रिक्स को अपनाकर, आप अपनी बेडशीट को कई दिनों तक बिना किसी परेशानी के बिछाए रख सकते हैं।

सीएए : पीड़ितों को मिलेगी नागरिकता

प्रमोद भार्गव

आखिरकार, लंबी चली जद्दोजेहद के बाद नागरिकता संशोधन कानून (सीएए) के नियम अधिसूचित कर दिए हैं। लोक सभा चुनाव के ठीक पहले इस कानून को अमल में लाना भाजपा की चुनावी रणनीति का हिस्सा माना जा सकता है।

कांग्रेस और तृणमूल कांग्रेस समेत अन्य विपक्षी दल इस कानून का इसलिए दुष्प्रचार करते रहे हैं कि इससे मुसलमानों की नागरिकता संकट में पड़ जाएगी जबकि इसमें देश के किसी भी धर्म से जुड़े नागरिक की नागरिकता छीनने का कोई प्रावधान नहीं है। हां, घुसपैठियों को जरूर नागरिकता सिद्ध नहीं होने पर बाहर का रास्ता दिखाया जा सकता है।

संसद और उसके बाहर ऐसे अनेक बौद्धिक आलोचक थे, जो प्रमाणित करने में लगे थे कि यह कानून 'आइडिया ऑफ इंडिया' अर्थात संविधान की मूल भावना के विरुद्ध है लेकिन यह संदेह जम्मू-कश्मीर से हटाई गई धारा-370 और 35-ए की तरह ही संवैधानिक है। इस कानून का मुख्य लक्ष्य धार्मिक आधार पर प्रताड़ितों, हिन्दू, सिख, बौद्ध, जैन, पारसी और ईसाई, जिन्हें पाकिस्तान, बांग्लादेश और अफगानिस्तान से पलायन को मजबूर होना पड़ा है, को भारत में नागरिकता प्रदान करना है।

पहले भी इन तीनों देशों के मुसलमानों को भारतीय नागरिकता दी जा चुकी है। जाहिर है कि यह कानून किसी धर्म या संप्रदाय के आधार पर भेदभाव से नहीं जुड़ा है। साफ है, यह कानून किसी की नागरिकता छीनने का नहीं, बल्कि देने का कानून है। यह विधेयक मूल रूप में 1955 के नागरिकता विधेयक में ही कुछ परिवर्तन करके अस्तित्व में लाया गया है। 1955 में यह कानून देश में दुखद विभाजन के कारण बनाया गया था। इस समय बड़ी संख्या में अलग-अलग धर्मों के लोग पाकिस्तान से भारत आए थे। इनमें हिन्दू, सिख. जैन, बौद्ध, पारसी और ईसाई थे।

आजादी के बाद भारत ने धर्मनिरपेक्ष लोकतांत्रिक देश बनने का निर्णय लिया लेकिन पाकिस्तान ने खुद को इस्लामिक राष्ट्र घोषित कर दिया। पाक के संस्थापक एवं बंटवारे के दोषी मोहम्मद अली जिन्ना के प्रजातांत्रिक सिद्धांत तत्काल नेस्तनाबूद कर दिए गए। 1948 में जिन्ना की मौत के बाद पाकिस्तान पूरी तरह कट्टर मुस्लिम राष्ट्र में बदलता चला गया। नतीजतन, जो भी गैर-मुस्लिम समुदाय थे, उन्हें प्रताड़ित करने के साथ उनकी स्त्रियों के साथ दुराचार और धर्म परिवर्तन का सिलसिला तेज हो गया। ऐसे में ये पलायन कर भारत आने लगे। दरअसल, इन गैर-मुस्लिमों का भारत के अलावा कोई दूसरा ठिकाना इसलिए भी नहीं था कि पड़ोसी अफगानिस्तान भी कट्टर इस्लामिक देश बन गया था। 1955 तक करीब 45 लाख हिन्दू और सिख भागकर भारत आ गए थे। इनके दृष्टिगत नागरिकता निर्धारण विधेयक, 1955 बनाया गया था।

1971 में जब पाकिस्तान से अलग होकर बांग्लादेश बना तो इस दौरान हिन्दू समेत अन्य गैर-मुस्लिमों पर विकट अत्याचार हुए। फलतः इनके पलायन और धर्मस्थलों को तोडने का सिलसिला और तेज हो गया। बड़ी संख्या में हिन्दुओं के साथ बांग्लादेशी एवं पाकिस्तानी मुस्लिम भी बेहतर भविष्य के लिए भारत चले आए जबकि वे धर्म के आधार पर प्रताड़ित नहीं थे। ये घुसपैठिए बनाम शरणार्थी पूर्वोत्तर के सातों राज्यों समेत प. बंगाल में भी घुसे चले आए। इनकी संख्या तीन करोड़ तक बताई जाती है। शरणार्थियों की तो सूची है, लेकिन घुसपैठिए अनुमान के आधार पर ही हैं। पाकिस्तान, बांग्लादेश और अफगानिस्तान से आए शरणार्थियों की सूची मात्र 1 लाख 16 हजार लोगों की है, बाकी घुसपैठिए हैं। इन घुसपैठियों और शरणार्थियों की सही पहचान करने की दृष्टि से ही नागरिकता संशोधन विधेयक लाया गया है।

छब्बीस सितम्बर, 1947 को एक प्रार्थना सभा में महात्मा गांधी ने कहा था, 'पाकिस्तान में जो हिन्दू एवं सिख प्रताड़ित किए जा रहे हैं, उनकी मदद हम करेंगे।' 1985 में केंद्र में जब राजीव गांधी की सरकार थी, तब असम में घुसपैठियों के विरुद्ध जबरदस्त प्रदर्शन हुए थे। नतीजतन, राजीव गांधी और आंदोलनकारियों के बीच समझौता हुआ जिसमें घुसपैठियों को क्रमबद्ध खदेडने की शर्त रखी गई। लेकिन इस पर अमल नहीं हुआ।

डॉ. मनमोहन सिंह ने प्रधानमंत्री रहते हुए सदन में कहा था कि यदि पाकिस्तान और बांग्लादेश में धार्मिक अल्पसंख्यक प्रताड़ित किए जा रहे हैं और वे पलायन को मजबूर हुए हैं, तो उन्हें भारतीय नागरिकता दी जानी चाहिए। किंतु मनमोहन सिंह ने दस साल प्रधानमंत्री बने रहने के बावजूद इस दिशा में कोई पहल नहीं की जबकि असम में इस दौरान कांग्रेस की सरकार थी। यदि नेहरू और लियाकत अली के बीच समझौते का पालन पाक ने किया होता तो इस विधेयक की न तो 1955 में बनाने की जरूरत पड़ती और न ही अब संशोधन की। बहरहाल, यह कानून मानवीयता के सरोकारों से जुड़ा अहम कानून है, जिसे दुनिया को मिसाल के रूप में देखना चाहिए।

पिएं करेले का जूस, कई शारीरिक समस्याओं से मिलेगी मुक्ति

करेला एक ऐसी सब्जी है जिसे देखते ही सबका मुंह बनने लगता है खाना तो दूर की बात है. हालांकि आपको ये पता होना चाहिए कि करेला खाना सेहत के लिए बहुत ही अच्छा होता है. यह शरीर में शुगर लेवल को कंट्रोल में रखने के साथ साथ वजन को भी नियंत्रित रखता है. अधिकतर लोग इसे खाना पसंद नहीं करते हैं क्योंकि इसे खाकर कड़वा महसूस होता है पर ये कड़वाहट ही शरीर से कई प्रकार की बीमारियों को दूर रखती है. करेला सेहत के लिए बहुत ही फायदेमंद साबित होता है इसलिए इसका सेवन जरूर करना चाहिए. कुछ लोग करेले की सब्जी बनाते हैं तो कुछ इसे जूस के रूप में पीते हैं. अगर आप करेले की सब्जी खाते हैं तो ऐसे में आप इसका जूस भी पी सकते हैं. करेले का जूस पीने से आपकी सेहत के साथ साथ स्किन और बालों की समस्याएं भी दूर होती हैं. करेले का जूस पीने से चेहरे पर ग्लो आता है. साथ ही बॉडी अच्छे से डिटॉक्स हो जाती है जिससे वेट कंट्रोल होता है. करेला विटामिन सी से भरपूर होता है ऐसे में यह शरीर के इम्यून सिस्टम को स्ट्रॉन्ग रखता है. आइए जानते हैं करेले के जूस के फायदों के बारे में.

डायबिटीज में फायदा

डायबिटीज में करेला हमेशा फायदेमंद साबित होता है. इसमें इंसुलिन होता है जिसे पॉलीपेप्टाइड भी कहा जाता है. करेले का जूस बॉडी मेंब्लडशुगर लेवल को कंट्रोल में रखता है. इसे खाली पेट पीने की कोशिश करें.

लिवर के लिए फायदेमंद

करेले का जूस आपकी आंतो को साफ करता है. करेले के जूस में मोमोर्डिका चारेंटिया नामक एक तत्व पाया जाता है. ये एक एंटीऑक्सीडेंट है जो लिवर के कामों को मजबूत करके लिवर डैमेज से सुरक्षा प्रदान करता है. ये गॉल ब्लैडर के काम को भी बढ़ावा देता है.

इम्यूनिटी स्ट्रॉन्ग होती है

करेले में विटामिन-सी भरपूर मात्रा में होता है जो कि शरीर को कई तरह के वायरल इंफेक्शन से बचाता है. यह इम्यून सिस्टम को स्ट्रॉन्ग बनाता है ताकि बॉडी बीमारियों से दूर रह सके.

मोटापा कम करता है

करेले का जूस मोटापा कम करने में काफी मदद करता है. दरअसल करेले में कैलोरी की मात्रा बहुत कम होती है जिससे कैलोरी कंट्रोल में रहती है और वजन नहीं बढ़ता है. करेले का जूस पीने से बॉडी डिटॉक्स होती है. इससे वेट कंट्रोल में रहता है.

स्किन के लिए अच्छा

करेले के जूस में विटामिन ए और सी जैसे शक्तिशाली एंटी-ऑक्सीडेंट पाए जाते हैं जो स्किन को ग्लोइंग बनाते हैं. इसके साथ ही करेले का जूस ब्लड सर्कुलेशन में भी सुधार करता है. ये स्किन इंफेक्शन को भी दूर रखता है.

घर में लगे कांच दिखने लगे हैं गंदे, तो अपनाएं ये आसान टिप्स

अगर आपके घर की खिड़कियों में लगे कांच या कोई और कांच गंदे और धूल से भरे दिख रहे हैं, तो परेशान न हों। कांच को साफ करना कभी-कभी मुश्किल लग सकता है, खासकर जब वे पुराने और धुंधले नजर आने लगें। लेकिन, हम आपको बताएंगे बहुत ही सिंपल और काम के टिप्स, जो आपके कांच को झटपट चमका देंगे, वो भी बस 2 मिनट में। इन आसान उपायों से आपके कांच न केवल साफ हो जाएंगे बल्कि आपका घर भी ज्यादा साफ-सुथरा और खूबसूरत दिखेगा। तो आइए, उन टिप्स को जानते हैं।।

सिरका और पानी का मिश्रण

कांच की सफाई के लिए, एक स्प्रे बोतल में सिरका और पानी को समान मात्रा में मिला लें। इस साधारण सफाई समाधान को गंदे कांच पर छिडें। उसके बाद, एक साफ माइक्रोफाइबर कपड़े की मदद से हल्के हाथों से पोंछ दें। यह आसान तरीका कांच को बिना किसी खरोंच के साफ कर देती है, जिससे वह फिर से चमकने लगता है।

न्यूजपेपर का प्रयोग

कांच को चमकाने के लिए सिरका और पानी का मिश्रण बनाकर उससे कांच साफ करें। इसके बाद, एक पुराने अखबार का टुकड़ा लेकर कांच पर अच्छे से रगड़ें। ये तरीका कांच को बहुत चमकदार बना देता है।। बस, इतना करने से ही आपके कांच फिर से नए जैसे चमकने लगेंगे।

बेकिंग सोडा का उपयोग

कठिन दागों को हटाने के लिए, बेकिंग सोडा और थोड़े पानी से एक गाढ़ा पेस्ट तैयार करें। इस पेस्ट को दाग वाले स्थान पर लगाएं और उसे कुछ मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। यह पेस्ट दाग को सोख लेगा। कुछ समय बाद, एक साफ कपड़े से इसे अच्छी तरह साफ कर दें। यह तरीका दागों को आसानी से हटा देगा और आपके कांच को फिर से नई जैसी चमक देगा।

रबिंग अल्कोहल

कांच को साफ करने के लिए रबिंग अल्कोहल एक बहुत ही अच्छा उपाय है। बस थोड़ा सा रबिंग अल्कोहल एक कपड़े पर डालें और उससे कांच की सतह को अच्छे से पोंछें। इससे कांच साफ होने के साथ-साथ उसपर मौजूद कीटाणु भी मर जाते हैं। यह तरीका न केवल आसान है, बल्कि इससे कांच पर बिना किसी दाग-धब्बे के चमक भी आ जाती है। (आरएनएस)

फैशन टिप्स जिससे आप दिखेंगी सबसे अलग

फैशनेबुल दिखना किसे पसंद नही होता, खासकर ये महिलाओं में यह आदत होती है कि वह हमेशा भीड से अलग दिखना चाहती हैं।

अच्छे कपडे, अच्छे फुटवीयर, अच्छे बैग्स खरीदना आसान है लेकिन यह समझना की आप की पर्सनालिटी पर क्या अच्छा लगेगा ये समझना ही फैशन है। कुछ फैशन टिप्स का ख्याल रखकर आप भी स्टाइलिश और ग्लैमरस नजर आ सकती हैं।

महिलाओं के फैशन टिप्स के बारे में-

महिलाओं के फैशन टिप्स की बात करें तो उनकी अलमारी बहुत महत्वपूर्ण होती है। खुद में बदलाव लाने के लिए आपको सबसे पहले अपना वार्डरोब देखें और जो भी कपडे या अन्य सामान आउट ऑफ फैशन हो गये हो उसे बाहर निकाल दें या किसी जरूरतमंद को दान दे। अगर आप शॉपिंग करने गयी हैं तो कपडे खरीदने से पहले आप एक बार ड्रेस को जरुर ट्राई कर लें और शॉप में मौजूद मिरर की मदद से यह जांच लें कि वह आप पर अच्छी लग रहा है या नहीं।

यदि आप रोजाना अपने कपडों में इस्तरी नही कर पाती हैं लेकिन आप आरामदायक कपडे पहन चाहती हैं तो आप लाइक्रा का चुनाव करें। अच्छी ड्रेस के साथ अच्छा हेयर स्टाइल भी बेहद जरूरी है। सही हेयर स्टाइल आपके लुक को निखार देता है।

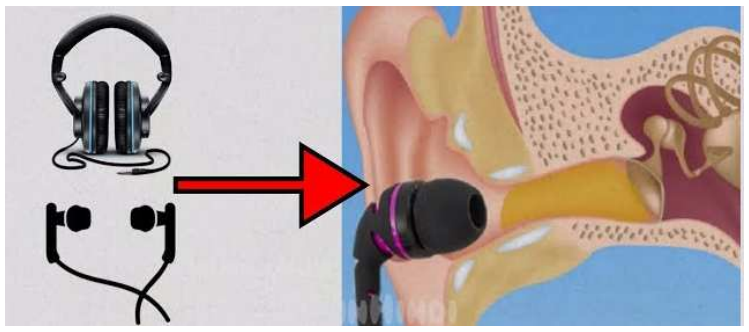
आप बाजार में मौजूद विभिन्न प्रकार के हेयर एक्सेसरीज का इस्तेमाल भी कर सकती हैं। फैशन टिप्स में मेकअप भी अहम योगदान देता है। हमेशा मेकअप ड्रेस और फंक्शन के अनुसार करें। अत्यधिक मेकअप आपके फैशन को खराब कर सकता है। सही परफ्यूम भी बेहद जरूरी होता है। अच्छे कपडो के साथ अच्छी खुशबू आपके फैशन को और अच्छा बना देती है। इसीलिए हमेशा सही परफ्यूम को ही खरीदें।

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

जानिए कान में जाने के बाद अंदर क्या-क्या करता है ईयरफोन



गाना सुनना हर किसी को पसंद होता है। कई बार लोग गाना सुनने के चक्कर में कानों की सेहत के बारे में भूल जाते हैं, जिससे कई बीमारियां होने की संभावना होती है। आज हम आपको इस लेख के जरिए बताएंगे कि ईयरफोन्स या हेडफोन्स से ऊंची आवाज में गाना सुनना कानों के लिए कितना नुकसान दायक हो सकता है। साथ ही इससे हमारे कानों में बैक्टीरिया होने की भी संभावना बढ़ जाती है।

आजकल बच्चों से लेकर बड़ों तक हर कोई ईयरफोन्स लगाकर अपने काम करता है, यहीं नहीं लोग जिम, ऑफिस, घर हर जगह ईयरफोन्स का इस्तेमाल करते हैं। ऐसे में कई बार ध्यान नहीं होने पर हम ईयरफोन्स को कहीं भी रख देते हैं, जिससे आसपास की गंदगी, बारीक मच्छर, धूल जैसे कण ईयरफोन्स पर लग जाते हैं। फिर वहीं से उन्हें उठा कर हम अपने कानों पर लगा लेते हैं, ऐसा करने से ईयरफोन्स में लगे बैक्टीरिया हमारे कानों में जाते हैं। जिसकी वजह से कानों में बीमारीयां होने लगती है।

कई बार लोग ईयरफोन एक दूसरे से बदल लेते हैं। इनको एक्सचेंज करने से भी दूसरे के कान के बैक्टीरिया आपके कानों में आ जाते हैं। ऐसा करने से कान से जुड़ी समस्या होने लगती है। कई लोगों में बहरापन जैसी दिक्कत देखी गई है। ईयरफोन के कान में जाते ही उसमें मौजूद गंदगी, धूल के कण कान में प्रवेश करते हैं। क्योंकि आपके कान की नली अंधेरी और गर्म होती है, इसलिए यह बैक्टीरिया के लिए जगह बनाती है। जिससे हमारे कान में इंफेक्शन होने लगता है और धीरे-धीरे इससे कान से जुड़ी बीमारियां होने लगती है।

लंबे समय तक ईयरफोन का इस्तेमाल करने से कानों में तेज दर्द होने लगता है। इसकी इलेक्ट्रोमैग्नेटिक वेव्स दिमाग पर बुरा असर डालती है, जिससे नसों में सूजन, हियरिंग सेल्स, कान सुन्न, कान के संक्रमण बढ़ने लगते हैं।

ऐसे करें बचाव

हेडफोन या ईयरफोन की जगह मोबाइल का इस्तेमाल करें।

किसी के साथ अपने ईयरफोन ना बदलें।

लंबे समय तक ईयरफोन का यूज ना करें।

हेडफोन और ईयरफोन अच्छी कंपनी का ही इस्तेमाल करें।

समय-समय पर ईयरफोन को साफ करते रहें।

ईयरफोन से बीच-बीच में ब्रेक लें।

दिनभर में 60 मिनट से ज्यादा देर तक हेडफोन और ईयरफोन का इस्तेमाल ना करें। (आरएनएस)

कम उम्र में ही त्वचा की देखभाल करना बेहद जरूरी : हिना खान

टीवी शो ये रिश्ता क्या कहलाता हैं में अक्षरा के किरदार से फेम पाने वाली एक्ट्रेस हिना खान ने युवा पीढ़ी को त्वचा की देखभाल करने की सलाह दी है। एक्ट्रेस ने कहा कि कम उम्र में अपनी त्वचा की देखभाल करना बहुत जरूरी है।

बिग बॉस 11 की प्रतियोगी हिना को अक्सर सोशल मीडिया पर अपने प्रशंसकों के साथ अपने वर्कआउट रूटीन और स्किनकेयर टिप्स शेयर करते हुए देखा जाता है।

हाल ही में मुंबई में काया के नए क्लिनिक के लॉन्च पर हिना ने कहा, मेरा मानना है कि कम उम्र में, खासकर 20 साल की उम्र में अपनी त्वचा की देखभाल करना महत्वपूर्ण है। जिन्होंने ऐसा नहीं किया है, उन्हें मैं बताना चाहती हूं कि मैंने 30 वर्ष के बाद ही इसकी शुरुआत की।

हिना ने कहा, मैं कई डॉक्टरों से मिली हूं और उन्होंने न केवल 20 साल की उम्र में, बल्कि 18 साल की उम्र में ही त्वचा की देखभाल शुरू करने की सलाह दी। मुंहासे और दाग-धब्बों से जूझ रहे लोगों के लिए, 18 या उससे अधिक उम्र में अपनी त्वचा की देखभाल शुरू करना आवश्यक है। इसलिए मेरी सलाह है कि सही समय पर इसकी शुरूआत कर दें, आपको खुद ही परिणाम दिख जाएंगे। हिना अगली बार अंग्रेजी और हिंदी द्विभाषी फिल्म कंट्री ऑफ ब्लाइंड में नजर आएंगी। एक्ट्रेस हाल ही में मुनव्वर फारुकी के साथ हल्की हल्की सी नामक एक रोमांटिक म्यूजिक वीडियो में भी नजर आईं थी।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -117

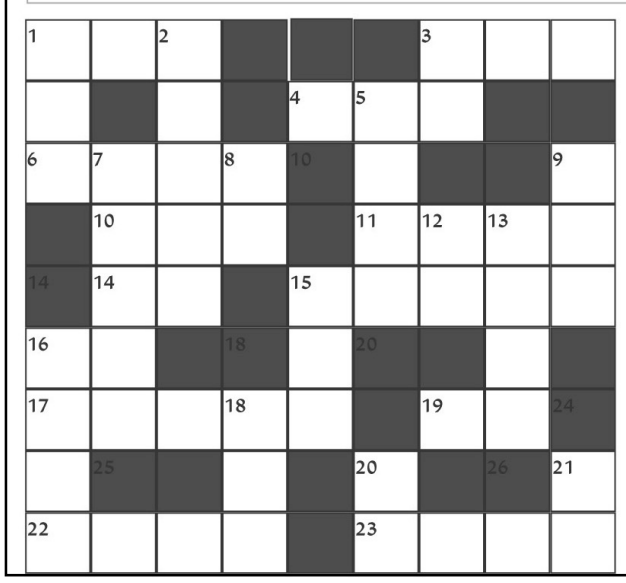
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 3. बेवजह, बिनाकारण, व्यर्थ 4. हल्कीनींद, चकमा, धोखा 6. शक्कर पानी आदि का मीठा घोल 10. सोते से उठाना, सावधान करना, प्रदीप्त करना 11. चरमसीमा, सीमांत 14. पानी, आंसू 15. बैठा हुआ, विराजित 16. नृत्य 17. मृतप्राय, मृत्यु के करीब 19. जल, अम्बु 22. उपहार, भेंट 23. खबर, संदेश।

ऊपर से नीचे

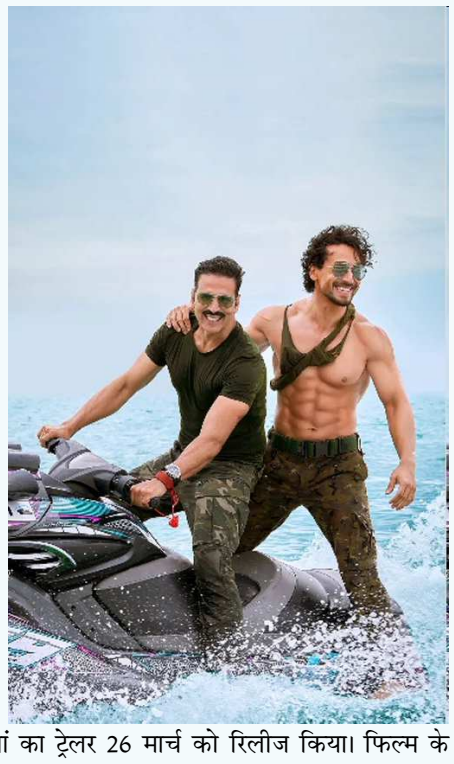
1. गणपतिजी, 2. मांगनेवाला, पाने की इच्छा करने वाला 3. मिट्टी के रंग का, मटमैला 5. चला आता हुआ क्रम प्रथा, प्रणाली, रीति-रीवाज, 7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 8. पेड़ का धड़ा जहां से शाखाएं निकलती है, 9. मिठाई, खाने की मीठी चीज 12. शासन, गुप्तबात 13. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य 15. विपत्तिग्रस्त, दुखी, अभागा 16. प्रसिद्ध, नामवर 18. स्वप्न, ख्वाब 20. करीब, नज़दीक, समीप 21. सुबह, प्रातः, सबेरा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 116 का हल

अ	भि	षे	क	■	प	स	■	■
जा	त	■	थ	प	थ	पा	ना	■
य	र	का	नी	■	भ्र	■	र	श्मि
ब	घा	र	■	क	ष्ट	प्र	द	■
■	त	ना	त	नी	■	र्व	■	ब
अ	■	मा	■	ज	मा	त	■	ल
स	जा	■	■	■	■	क	ज	रा
बा	■	बे	स	हा	रा	■	ग	म
ब	गु	ला	■	रा	ज	दू	त	■

अक्षय और टाइगर ने दिया फैंस को तोहफा



अक्षय कुमार और टाइगर श्रॉफ स्टारर फिल्म बड़े मियां छोटे मियां लगातार सुर्खियों में है। फिल्म के टीजर और गाने सामने आने के बाद से दर्शकों में इस फिल्म को लेकर खासा उत्साह है। दर्शक बेसब्री से फिल्म के ट्रेलर का भी इंतजार कर रहे थे, लेकिन अब उनका इंतजार खत्म हो गया है।

गौरतलब है कि फिल्म का टीजर सामने आने के बाद से दर्शक इस ट्रेलर का इंतजार कर रहे हैं। मेकर्स का दावा है कि वाशु भगनानी और पूजा एंटरटेनमेंट की इस बहुप्रतीक्षित फिल्म का ट्रेलर दर्शकों की धडकन बढ़ाने वाला है। अली अब्बास जफर द्वारा निर्देशित बड़े मियां छोटे मियां का ट्रेलर 26 मार्च को रिलीज किया। फिल्म के जबर्दस्त एक्शन सीक्वेंस और शानदार स्टार कास्ट दर्शकों के रोमांच को बढ़ाने वाले हैं। हाल ही में फिल्म का नया गाना वल्लाह हबीबी रिलीज किया गया था, जो दर्शकों के बीच खूब लोकप्रिय हो रहा है। ट्रेलर के रिलीज डेट की घोषणा करते हुए मेकर्स की तरफ से एक पोस्टर भी शेयर किया गया है। जिसमें अक्षय कुमार बड़े मियां तो टाइगर श्रॉफ छोटे मियां के रूप दिख रहे हैं। वहीं, उनके साथ मानुषी छिल्लर और अलाया एफ हाथ में हथियार लिए नजर आ रही हैं। फिल्म का यह पोस्टर देख अंदाजा लगाया जा सकता है कि बड़े मियां छोटे मियां सभी किरदार ताबड़तोड़ एक्शन करते हुए नजर आने वाले हैं।

फिल्म को अली अब्बास जफर ने लिखा और निर्देशित किया, जिसके निर्माता वाशु भगनानी, दीपशिखा देशमुख, जैकी भगनानी, हिमांशु किशन मेहरा और अली अब्बास जफर हैं। फिल्म ईद के मौके पर बड़े पर्दे पर 10 अप्रैल 2024 को रिलीज होगी।

सिद्धार्थ मल्होत्रा की योद्धा का गाना किस्मत बादल दी जारी, बी प्राक ने लगाए सुर

सिद्धार्थ मल्होत्रा, राशि खन्ना और दिशा पाटनी जैसे सितारों से सजी फिल्म योद्धा को 15 मार्च को सिनेमाघरों में रिलीज किया गया था। यह फिल्म शुरुआत से बॉक्स ऑफिस पर ठीक-ठाक कमाई कर रही है।अब इस बीच निर्माताओं ने योद्धा का नया गाना किस्मत बादल दी जारी कर दिया है, जिसे बी प्राक ने अपनी आवाज दी है। इस दौरान एमी विर्क ने उनका खूब साथ दिया।इस गाने के बोल जानी ने लिखे हैं।

योद्धा का निर्देशन सागर आंब्रे और पुष्कर ओझा ने किया है। करण जौहर इस फिल्म के निर्माता हैं। यह फिल्म धर्मा प्रोडक्शंस की पहली एरियल एक्शन फ्रैंचाइजी है। रिपोर्ट्स के अनुसार, योद्धा सिनेमाघरों में कमाई करने के बाद ओटीटी प्लेटफॉर्म अमेजन प्राइम वीडियो पर दस्तक देगी। फिल्म का प्रीमियर मई की शुरुआत तक किया जा सकता है। फिलहाल इस खबर की आधिकारिक पुष्टि होना बाकी है।

बॉक्स ऑफिस पर अजय देवगन की फिल्म शैतान की पकड़ बरकरार

अजय देवगन और आर माधवन अभिनीत फिल्म शैतान का खुमार रिलीज के दूसरे सप्ताह में भी दर्शकों के सिर चढ?र बोल रहा है।हॉरर के साथ सस्पेंस के तड? से भरपूर इस फिल्म को शुरुआत से दर्शकों का बेशुमार प्यार मिल रहा है।शायद यही वजह है कि वीकेंड पर धुआंधार कमाई करने के बाद कामकाजी दिनों में यह बॉक्स ऑफिस पर ठीक-ठाक नोट छाप रही है।अब शैतान की कमाई के 13वें दिन के आंकड़े सामने आए हैं।

बॉक्स ऑफिस ट्रैकर सैकनिल्क के मुताबिक, शैतान ने अपनी रिलीज के 13वें दिन यानी दूसरे बुधवार 2.75 करोड़ रुपये का कारोबार किया, जिसके बाद इसका कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 111.8 करोड़ रुपये हो गया है।महज 65 करोड़ रुपये की लागत में बनी फिल्म शैतान का डंका दुनियाभर में खूब बज रहा है। यह फिल्म अब तक 156.56 करोड़ रुपये से अधिक का कारोबार कर चुकी है।इस फिल्म में साउथ की जानी-मानी अभिनेत्री ज्योतिका भी मुख्य भूमिका में हैं।

शैतान के बाद अजय मैदान में नजर आएंगे। यह फिल्म 11 अप्रैल को सिनेमाघरों में दस्तक देगी।इसके निर्देशन की कमान अमित शर्मा ने संभाली है तो वहीं बोनी कपूर इस फिल्म के निर्माता हैं।इसके बाद अजय फिल्म औरों में कहां दम था में दिखाई देंगे। इसमें एक बार फिर तब्बू उनकी जोड़ीदार होंगी। यह फिल्म 26 अप्रैल को सिनेमाघरों में दस्तक देगी।इसके अलावा अजय सिंघम अगेन और रेड 2 जैसी फिल्मों में भी अपनी मौजूदगी दर्ज कराएंगे।

गोल्डन ड्रेस में प्रग्या जैसवाल ने बिखेरे हुस्न के जलवे

प्रज्ञा जैसवाल का लेटेस्ट फोटोशूट वायरल- कांचे ब्यूटी प्रज्ञा जैसवाल अपनी खूबसूरती से मंत्रमुग्ध कर रही हैं। लेटेस्ट तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर करने से फैंस के बीच गर्मी बढ़ जाएगी।

कांचे ब्यूटी प्रज्ञा जयसवाल को उनकी खूबसूरती के बावजूद मौके नहीं मिल रहे हैं। हाल ही में इस हसीना ने एक बार फिर हॉट बम फोड़ा है. इंस्टाग्राम पर शेयर की गई इन तस्वीरों में प्रज्ञा गोल्डन ड्रेस में नजर आ रही हैं। इस महिला की खूबसूरती पर लोग फिदा हैं। प्रज्ञा जायसवाल इन दिनों अपनी आने वाली फिल्म खेल खेल में को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैं। इस फिल्म में प्रज्ञा अक्षय के साथ आने वाली हैं।

प्रज्ञा अपनी इस फिल्म को लेकर काफी उत्साहित दिखाई दे रही हैं। प्रज्ञा ने अपने लुक को पूरा करने के लिए खुला रखा हैं, सोशल मीडिया पर उनकी नई तस्तीरें काफी वायरल हो रही हैं। प्रज्ञा दिन-ब-दिन ग्लैमर का डोज बढ़ाती जाती है। इसके तहत वह हॉट फोटोशूट कराकर लोगों को आकर्षित करती हैं। ये हसीना सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती है. अगर वह कोई पोस्ट डालती हैं तो वह सेकेंडों में वायरल हो जाता है.

प्रज्ञा पन्ना हरे रंग की बालियां जैसे सहायक उपकरण चुनकर निर्दोष समन्वय का प्रदर्शन करती है जो पीले गाउन के साथ मेल खाते हैं।

गाउन का बैकलेस डिज़ाइन प्रज्ञा के लुक में परिष्कार और आकर्षण का स्पर्श जोड़ता है।

गाउन का चमकीला पीला रंग प्रज्ञा की त्वचा के रंग से पूरी तरह मेल खाता है, जिससे उसकी प्राकृतिक सुंदरता और चमक बढ़ जाती है।

प्रज्ञा का चमकदार मेकअप उसकी विशेषताओं को बढ़ाता है और उसके समग्र स्वरूप में एक ग्लैमरस स्पर्श जोड़ता है, बोल्ड लाल लिपस्टिक नाटकीयता और आकर्षण का संकेत देती है। अपने बालों को झरझरा लहरों में खुला छोड़ते हुए, प्रज्ञा सहजता से अपना चेहरा ढाँक लेती है। अपनी बेबाक शैली और आत्मविश्वासपूर्ण आचरण के माध्यम से, प्रज्ञा अपने शानदार फोटोशूट से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर देती है। (आरएनएस)

उर्वशी रौतेला स्टारर जेएनयू 5 अप्रैल को सिनेमाघरों में दस्तक देगी

अपकमिंग फिल्म जहांगीर नेशनल यूनिवर्सिटी को लेकर सोशल मीडिया पर काफी बज बना है। फिल्म कॉलेज स्टूडेंट्स के माध्यम से कुछ ऐसे सीरियस मुद्दों को दिखाएगी, जिसके बारे में कम ही बात हुई या सुनी गई हो। कुछ दिनों पहले फिल्म का पोस्टर रिलीज किया गया था, जिसमें कहानी के सारांश की झलक नजर आ रही थी। अब मूवी का टीजर आउट कर दिया गया है।

जेएनयू फिल्म छात्र राजनीति पर आधारित है। जारी किए गए टीजर में दिखाया गया है कि दो अलग-अलग विचारधारा के छात्रों का गुट है। कोई लाल सलाम तो कोई जय श्रीराम का नारा लगाते नजर आता है। जहांगीर नेशनल यूनिवर्सिटी में राजनीति और इससे जुड़े कई मुद्दे दिखाए गए हैं।

इस मूवी में पॉपुलर एक्टर रवि किशन पुलिस ऑफिसर के रोल में हैं, जो यूनिवर्सिटी में हुई घटनाओं का जायजा लेने वहां आते नजर आएंगे।

रवि किशन के अलावा फिल्म में बिग बॉस 13 फेम रश्मि देसाई, बॉलीवुड एक्ट्रेस उर्वशी रौतेला, पीयूष मिश्रा, सिद्धार्थ बोदके, विजय राज और अतुल पांडे की एक्टिंग भी देखने को मिलेगी।

विनय शर्मा के डायरेक्शन में बनी जहांगीर नेशनल यूनिवर्सिटी के टीजर पर फैंस का मिक्स रिएक्शन आया है।

कुछ ने फिल्म की तारीफ की है, तो कुछ ने इसे प्रोपेगेंडा बताया है। वहीं, कुछ फैंस ने फिल्म के नाम पर ही नाराजगी जाहिर की है। बता दें कि फिल्म 5 अप्रैल को रिलीज हो रही है। (आरएनएस)

आम चुनाव-2024 : सरोकारी माहौल जरूरी

प्रो. आनंद कुमार

भारतीय जनतंत्र में राजनीतिक दलों, मीडिया और मतदाताओं के लिए आम चुनाव एक महत्वपूर्ण संदर्भ होता है। पिछले दिनों चुनाव के बारे में राजनीतिक दलों और नागरिक समाज का दृष्टिकोण अलग-अलग हो गया है।

एक तरफ दल चुनाव को सत्ता की सीढ़ी मानकर इसे जीतने के लिए हर तरह के प्रयास कर रहे हैं, दूसरी तरफ नागरिक समाज में चुनाव में बढ़ रही समस्याओं को लेकर खास तरह का अविश्वास भाव बन रहा है। नागरिक समाज का आग्रह है कि चुनाव व्यवस्था में सुधार किए जाएं और सुधारों की एक लंबी सूची बनती जा रही है। सबसे बड़ा दोष धन शक्ति का बढ़ता प्रभाव था। आधी शताब्दी पहले लोक नायक जयप्रकाश नारायण ने इसे संबोधित किया था। आज पीछे मुड?र देखने पर लगता है कि मोरारजी देसाई की सरकार द्वारा जयप्रकाश नारायण के सुझावों की अनदेखी से एक बड़ी बीमारी की शुरुआत हो गई।

इस समय हर तरफ आम सहमति है कि हमारी चुनाव व्यवस्था के तीन बहुत बड़े दोष हैं। पहला, लोक शक्ति को धन शक्ति ने पराजित कर दिया है, दूसरा, मतदाताओं को सेवा और संगठन के जरिए प्रभावित करने की बजाय सभी दल मीडिया के माध्यम से प्रभावित करने का सहारा लेने लगे हैं, और तीसरा, कई जगहों पर चुनावों के मौके पर असामाजिक तत्वों की भूमिका उल्लेखनीय हो जाती है। कुछ दल तो असामाजिक तत्वों को अपनी पार्टी का उम्मीदवार बनाने में बड़ी शान समझने लगे हैं। सबका विवरण एसोसिएशन फॉर डेमोक्रेटिक रिफॉर्म्स जैसे निर्दलीय नागरिक मंचों द्वारा बराबर सामने आने से अजीब किस्म का असमंजस पैदा हो गया, वोट देने जाएं या न जाएं!

क्या हमारा वोट एक उचित प्रतिनिधि का चयन करने में समाज की मदद करेगा! क्याचुने गए लोग जनप्रतिनिधि हैं, या धन शक्ति के प्रतीक हैं! ऐसी और भी कई बातें हर चुनाव के बाद सामने आने लगी हैं। इसीलिए इस बार के आम चुनाव में नागरिक समाज की भूमिका के बारे में सावधानी की जरूरत है। हमें अच्छी तरह से याद है कि इमरजेंसी के दौर में चुनाव को एक साल के लिए आगे बढ़ा दिया गया था तो सारा देश खुली जेल जैसा होने लगा था। किसी की कोई जिम्मेदारी नहीं थी। गैर-संवैधानिक शक्ति केंद्रों ने सिर उठा लिए थे। प्रधानमंत्री सचिवालय से लेकर थाने के स्तर तक हर तरफ गैर-संवैधानिक ताकतों का बोलबाला हो गया। उस समय यानी 1976 में पूरे देश से एक ही मांग आ रही थी कि चुनाव समय पर और ठीक से कराए जाएं। चुनाव का महत्त्व निर्विवाद है। तमाम दोषों के बावजूद अभी भारतीय जनतंत्र के पास सत्ता के संचालन के लिए, देश को सुचारू रूप से चलाने के लिए चुनाव के अलावा कोई विकल्प नहीं है। प्रशासन के संचालन के लिए हमने उम्मीदवारों का मूल्यांकन करने वाली परीक्षाओं का इंतजाम किया है। उसमें लाखों विद्यार्थी बनते हैं, और कुछ सौ चुने जाते हैं। जिनको पुलिस, प्रशासन, विदेश नीति आदि की जिम्मेदारी दी जाती है। विधानमंडल को चलाने के लिए, संसद का संचालन करने के लिए हमारे जनप्रतिनिधि कैसे चुने जाएं, इस प्रक्रिया को चुनाव के माध्यम से पूरा करना लगातार कठिन होता जा रहा है। लगता है कि पूरी गंगा मैली हो गई है।

इसलिए लोकतंत्र को बचाए रखने के अब दो ही रास्ते बचे हैं-या तो हम चुनाव के दिन अपने-अपने घरों में बैठ जाएं। मानकर चलें कि चुनाव से कुछ नहीं होगा। दूसरा उपाय है कि चुनाव के हर मोड़ पर यानी चुनाव की घोषणा, घोषणा-पत्रों की तैयारी, प्रतिनिधियों का चयन और प्रचार का तंत्र; हर स्तर पर सक्रिय निगरानी करें, सक्रिय भागीदारी करें और सक्रिय योगदान करें। बहुत पहले राहुल सांकृत्यायन ने कहा, 'भागो नहीं, दुनिया को बदलो।' आज लोकतंत्र जिस नाजुक मोड़ पर खड़ा है, उसमें भागने से तो सुधार नहीं होना। बदलने से शायद सुधार हो। वैसे भी, लोकतंत्र की लोकप्रियता सारी दुनिया में घट रही है। दुनिया में जिन देशों का नाम लोकतंत्र के निर्माताओं के रूप में लिया जाता है, वहां चुनाव के जरिए अलोकतांत्रिक जमातें और ताकतें सत्ता में आ रही हैं। अमेरिका में डोनाल्ड ट्रंप से रूस में ब्लादीमिर पुतिन तक के नाम लिए जा सकते हैं। इसलिए 2024 का लोक सभा चुनाव अगले पांच साल की दिशा तय करेगा।

नागरिक समाज का क्या अर्थ है! असल में ये वे लोग हैं, जो सरोकारी नागरिक हैं। संविधान प्रदत्त नागरिक कर्त्तव्य सूची को सम्मान देते हैं और चुनाव के अलग समाज की समस्याओं को सुलझाने में सार्थक और रचनात्मक योगदान करते हैं। समाज के वास्ताविक मुद्दे अब दलों की दिलचस्पी के मुद्दे नहीं रह गए। इसका मतलब यह नहीं है कि समाज को इन मुद्दों पर हस्तक्षेप की जरूरत नहीं है। उसी जरूरत को पूरा करने वाले संगठन अपने छोटे समूहों के माध्यम से इन सवालों को सुलझाने में लगे हैं। यह भारतीय लोकतंत्र का महत्त्वपूर्ण पक्ष है। आम समझ है कि लोकतंत्र चार खंभों पर खड़ी इमारत है और चार खंभे हैं- विधानमंडल, कार्यपालिका, न्यायपालिका और मीडिया। लेकिन असल में इस इमारत के तीन खंभे और हैं, जो भारत के लोकतंत्र को बचाए रखने और संवर्धित करने में योगदान करते हैं। उन तीन खंभों में एक है राजनीतिक दल, दूसरा है विविद्यालय आदि शिक्षा एवं ज्ञान केंद्र। और तीसरा है, नागरिक समाज। यह सातवां खंभा आज बहुत मजबूत है।

इसमें यह भाव नहीं है सत्ता हमारे पास आए, बल्कि यह प्रयास है कि सत्ता योग्य व्यक्तियों के हाथों में जाए। वैसे तो कोई भी सत्ता किसी का दखल पसंद नहीं करती, लेकिन मौजूदा सत्ता संचालक नागरिकों की पहलों को एकदम नापसंद करते हैं। इसलिए काशी से लेकर कलकत्ता तक नागरिक समाज पर ग्रहण लगा हुआ है। आशा करनी चाहिए कि तमाम बाधाओं के बावजूद सक्रिय और सरोकारी नागरिक परस्पर सहयोग का वातावरण बनाकर चुनाव को शुद्ध बनाने, प्रदूषणमुक्त बनाने और निर्मल बनाने के लिए घोषणा-पत्र निर्माण, उम्मीदवारों के चयन, प्रचार की रणनीति और मतदान का पक्ष-सबकी निगरानी करेंगे, सबमें हिस्सेदारी करेंगे और सबमें योगदान करेंगे। इस समय चारों तरफ खास तरह के सरोकार का माहौल दिखाई पड़ रहा है। इसलिए 2024 का लोक सभा चुनाव एक मायने में मील का पत्थर साबित होगा, ऐसी आशा की जा रही है।

सू- दोकू क्र.117

	3		7				2	1
2				9		4		
	7		1				5	
		1		5		2		7
	5				4			
		4		1		8		5
					1			
1		5		3		9		
	2		6		5		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 भर 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.116का हल

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

शक्ति की असल शक्ति

मेरे लिए तो हर मां-बेटी शक्ति का रूप है। मैं इनको शक्ति के रूप में पूजता हूं और इनकी रक्षा के लिए जान की बाजी लगा दूंगा। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने विपक्षी इंडिया गठबंधन पर मुंबई की रैली में कहा।

चुनाव में लड़ाई शक्ति के विनाशकों और शक्ति के उपासकों के बीच है और चार जून को स्पष्ट होने की बात भी की कि कौन शक्ति का विनाश करने वाला है और किसे शक्ति का आशीर्वाद प्राप्त है।

दरअसल, कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने भारत जोड़ो न्याय यात्रा के समापन के अवसर पर मुंबई में आयोजित रैली में कहा था, हिन्दू धर्म में शक्ति शब्द होता है। हम शक्ति से लड़ रहे हैं, एक शक्ति से लड़ रहे हैं।

हालांकि राहुल ने अपने बयान के विवाद के बाद कहा कि प्रधानमंत्री ने उनकी बातों का अर्थ बदलने की कोशिश की। उन्होंने एक्स पर पोस्ट किया-मैंने गहरी सच्चाई बोली है। जिस शक्ति का मैंने उल्लेख किया, जिस शक्ति से हम लड़ रहे हैं, उस शक्ति का मुखौटा मोदी जी हैं।

मोदी ने किसी का नाम न लेते हुए कहा, ये कहते हैं कि जिस शक्ति की मैं बात कर रहा हूं, उन्होंने उनका गला पकड़ कर उनको भाजपा की ओर किया है और वह सब डर गए हैं। जाहिर है, लोक सभा चुनाव की तारीखों का ऐलान होते ही सभी राजनैतिक दल पूरी मशक्कत से जुट गए हैं।

वे आरोपों-प्रत्यारोपों द्वारा, एक-दूसरे पर कीचड़ उछाल कर तथा निशाने लगा कर जनता को लुभाने के वही पुराने तरीके अपना रहे हैं जिनके बूते अपनी पार्टी के उम्मीदवारों को जितवाने की संभावनाएं प्रतीत हो रही हों। राहुल गांधी को अभी पिछले दिनों ही प्रधानमंत्री को अपशब्द कहने पर अदालत से चेतावनी मिल चुकी है।

पिछले कई चुनावों से देखने में आ रहा है कि सत्ताधारी दल और विपक्ष चुनावी भाषणों में शालीनता बनाए रखने में चूकते जा रहे हैं। व्यक्तिगत आरोप और छींटाकशी भरे जुमलों का भरपूर प्रयोग होने लगा है। कुछ भी हो नेताओं को भाषा और शब्दों के चयन की खास शालीनता का ख्याल रखना चाहिए।

चुनाव आयोग द्वारा कड़ाई से आदर्श चुनाव संहिता लागू किए जाने के बावजूद नेताओं द्वारा यह चूक होती नजर आती है। शक्ति स्त्री को कहें या सत्ता को, दरअसल यह तो चार जून को मतदाता ही दिखाएगा कि असली शक्ति किसके हिस्से जाती है। यह मूल रूप से इस शक्ति के ही हाथ है कि वह किसे शक्तिवान बनाती है, और किसे शक्तिहीन कर देती है।(आरएनएस)

निष्पक्ष और स्वतंत्र चुनाव की दिशा में उचित कदम

संध्या

लोकतंत्र में दलीय विचारधारा के आधार पर एक-दूसरे की नीतियों से असहमति हो सकती है लेकिन जब पार्टियों के समर्थक मामूली बात पर आमने-सामने होते दिखें तो चुनाव आयोग के सुरक्षा बंदोबस्तों की परीक्षा भी होती है।

एक वक्त था जब लोकतांत्रिक देशों में भी स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव कराना बड़ी चुनौती थी। भारत जैसे देश में भी स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव की राह में कम चुनौतियां नहीं हैं। चुनाव आयोग अपनी तरफ से बाधा रहित चुनाव कराने के बंदोबस्त में जुटा है। अपने इन्हीं प्रयासों के तहत चुनाव आयोग ने ताजा निर्देशों के तहत छह राज्यों में गृह सचिवों व पश्चिम बंगाल के पुलिस महानिदेशक को हटाने के लिए कहा है। चुनाव आयोग के स्थायी निर्देशों की पालना नहीं होने पर यह सख्ती की गई है। पहले से जारी व्यवस्था के अनुसार चुनाव कार्यों से जुड़े उन अफसरों को अन्यत्र स्थानांतरित करना होता है जो पदस्थापन के तीन साल एक ही जगह पर पूरे कर चुके हैं या जिनकी तैनाती गृह जिले में हैं। हैरत की बात यह है कि चुनाव कार्यक्रम घोषित होने के बाद भी संबंधित राज्यों में इन अहम पदों पर अफसरों को तैनात किया हुआ था। महाराष्ट्र में कुछ नगरीय निकायों में भी आयोग ने निर्देशों की अनदेखी पर नाराजगी जाहिर की है।

भारत के आम चुनावों पर पूरी दुनिया की नजर इसलिए भी रहती है कि यहां के चुनाव दूसरे देशों के लिए नजीर भी बनते हैं। यह बात सही है कि बीते बरसों में हमारे यहां चुनावी हिंसा की घटनाओं में अपेक्षाकृत कमी आई है। लेकिन यह भी सही है कि कुछ राज्य अब भी मतदान पूर्व और इसके बाद होने वाली हिंसक घटनाओं के लिए बदनाम हैं। ऐसे में कई बार स्थानीय अफसरों की मिलीभगत अथवा लापरवाही भी सामने आती रही है। निष्पक्ष चुनावों की दिशा में सिर्फ आयोग का यह कदम ही पर्याप्त नहीं। बड़ी चुनौती कालेधन के प्रवाह को रोकने की भी है। हर बार आयोग की सतर्कता टीमें करोड़ों रुपए बरामद करती रही हैं, जिनका कहीं कोई हिसाब-किताब नहीं होता। इसी तरह चुनावों में प्रलोभन के रूप में मतदाताओं को शराब व अन्य सामग्री बांटे जाने की खबरें भी आती रहती हैं। रही-सही कसर प्रचार अभियान में नेताओं व उनके समर्थकों के बिगड़े बोल पूरी कर देते हैं। पहले से लेकर सातवें चरण तक के मतदान और इसके बाद मतगणना तक का लम्बा समय है।

लोकतंत्र में दलीय विचारधारा के आधार पर एक-दूसरे की नीतियों से असहमति हो सकती है लेकिन जब पार्टियों के समर्थक मामूली बात पर आमने-सामने होते दिखें तो चुनाव आयोग के सुरक्षा बंदोबस्तों की परीक्षा भी होती है। सबसे बड़ा सवाल चुनाव आयोग को और शक्तिमान बनाने का है। जितनी सख्ती अफसरों को हटाने के निर्देश देकर चुनाव आयोग ने दिखाई है, उससे ज्यादा सख्ती चुनाव आचार संहिता का उल्लंघन करने वाले राजनेताओं पर दिखानी होगी। ऐसा हुआ तो चुनाव शांतिपूर्ण होने की उम्मीदें ज्यादा रहेंगी।

बदमाश पर की 110 जी सीआरपीसी के तहत चालानी कार्यवाही

हमारे संवाददाता

टिहरी। लोकसभा चुनाव के दौरान शांति व्यवस्था कायम रखने के लिए पुलिस ने एक अभ्यस्त बदमाश के खिलाफ की 110 जी सीआरपीसी के तहत चालानी कार्यवाही ही है। पुलिस के अनुसार आरोपी शातिर किस्म का बदमाश है। जिस पर पूर्व में भी कुछ मामले दर्ज है।

थाना मुनि की रेती जनपद टिहरी गढ़वाल पुलिस द्वारा वर्तमान में लोकसभा सभा निर्वाचन 2024 को शांतिपूर्ण संपन्न कराने के उद्देश्य से अभ्यस्त बदमाश ज्योति चौधरी पुत्र तेजपाल चौधरी निवासी गली न.13, शीशमझाड़ी, थाना मुनि की रेती जनपद टिहरी गढ़वाल जो वर्तमान में बेरोजगार व घुमक्कड़ प्रवृत्ति का है के द्वारा यह संभावना जताते हुए कि आरोपी ज्योति चौधरी चुनाव के दौरान लड़ाई झगड़ा कर शान्ति व्यवस्था प्रभावित कर सकता है तथा यह एक अभ्यस्त किस्म का आपराधिक व्यक्ति है, तथा इसका प्रतिभूति के बिना स्वछन्द रहना सामाज के लिए परिसंकटमय है साथ ही यह जनता का कोई भी व्यक्ति इसके भय के कारण खुलकर पुलिस में शिकायत करने से डरते है। इसकी सामान्य ख्याति दुस्साहसिक एवं खतरनाक होने की है। इसलिए पुलिस द्वारा आरोपी ज्योति चौधरी का चालान द्वारा चालानी रिपोर्ट अन्तर्गत धारा 110जी सीआरपीसी न्यायालय में प्रेषित की गयी है।

15 पेटी देशी शराब सहित तस्कर दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। अवैध शराब के कारोबार में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके कब्जे से 15 पेटी देशी शराब बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज कोतवाली ज्वालापुर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक व्यक्ति अवैध शराब का कारोबार कर रहा है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान मोहल्ला अहवावनगर के एक घर में छापेमारी करते हुए एक व्यक्ति को 15 पेटी देशी शराब सहित गिरफ्तार कर लिया गया। पूछताछ में उसने अपना नाम शकीम उर्फ छोटा पुत्र सलीम खान निवासी मोहल्ला अहवावनगर कोतवाली ज्वालापुर जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

मंदिर का ताला तोड दानपात्र, मूर्ति का छत्र व अन्य सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने मंदिर का ताला तोडकर वहां से दानपात्र, मूर्ति छत्र व सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार शिव मंदिर व ग्राम कल्याण समिति सुन्दरवाला के महासचिव रवि सिंह ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि आज प्रात: जब वह शितला माता मंदिर पूजा के लिए गये तो उन्होंने देखा कि मंदिर का ताला टूटा हुआ था। अन्दर से मंदिर का दानपात्र, मूर्ति का छत्र व अन्य सामान गायब था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

अज्ञात वाहन की चपेट में आकर मोटरसाईकिल सवार की मौत

संवाददाता

देहरादून। अज्ञात वाहन की चपेट में आकर मोटरसाईकिल सवार की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बडकोट उत्तरकाशी निवासी प्रवेश कुमार ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका बेटा देवांश अपनी मोटरसाईकिल से विकासनगर से हरर्बटपुर की तरफ जा रहा था जब वह हरर्बटपुर चौक के पास पहुंचा तभी अज्ञात वाहन ने उसके बेटे की मोटरसाईकिल को टक्कर मार दी जिससे वह गम्भीर रूप से घायल हो गया। जिसको अस्पताल में भर्ती कराया जहां उपचार के दौरान उसकी मौत हो गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

हत्यारों की हो चुकी है पहचान, शीघ्र होगा..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

सामने आया तो उसे भी बख्शा नहीं जायेगा। डीजीपी ने कहा कि इस घटना का खुलासा इस प्रकार से किया जायेगा कि दोबारा कोई ऐसा दुस्साहिसक कदम न उठा सके।

घटना के खुलासे की समय सीमा बारे में पूछे जाने पर डीजीपी ने कहा कि समय सीमा तय करना सही नहीं होगा लेकिन उनकी कोशिश यही होगी कि शीघ्र अतिशीघ्र हत्यारों को गिरफ्तार किये जाने की होगी।

लोकसभा चुनाव प्रचार अभियान के तहत मसूरी विधानसभा में हुआ सामाजिक समरसता सम्मेलन

संवाददाता

देहरादून। मसूरी विधानसभा क्षेत्र में सामाजिक समरसता सम्मेलन का आयोजन देहरादून के नीलकंठ विहार, पथरियापीर में हुआ। जहां पर भारतीय जनता पार्टी की टिहरी लोकसभा से प्रत्याशी माला राज्यलक्ष्मी शाह और कैबिनेट मंत्री गणेश ने भाजपा कार्यकर्ताओं को संबोधित किया।

कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी की अगुवाई में आयोजित सम्मेलन में कई कांग्रेस कार्यकर्ताओं को भाजपा की सदस्यता भी ग्रहण कराई गई। जनसभा को सम्बोधित करते हुए कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने नील कंठ विहार के पूर्व राज्यमंत्री स्वर्गीय चमन लाल वाल्मिकी को नमन कर श्रद्धांजलि अर्पित की। मंत्री जोशी ने कहा प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व वाली सरकार के अटूट प्रयासों की बदौलत हाशिए के समुदाय अब मुख्यधारा के समाज में शामिल होने के अभूतपूर्व स्तर का अनुभव कर रहे हैं। इस अवसर पर

कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने क्षेत्र वासियों से भाजपा प्रत्याशी माला राज्यलक्ष्मी शाह के पक्ष में मतदान की अपील की।

लोकसभा प्रत्याशी माला राज्य लक्ष्मी शाह ने कहा कि मोदी ने गरीबों के लिए खाद्यान्न योजना, प्रधानमंत्री आवास योजना, किसान सम्मान निधि, उज्ज्वला योजना, रेडी-फेरी वालों को सहयोग समेत अनेक योजनाओं के माध्यम से भारत सरकार ने दलित एवं पिछड़े वर्ग को सशक्त बनाने का कार्य किया है। माला राज्य लक्ष्मी शाह ने कार्यक्रम मे उपस्थित लोगों से लोकसभा चुनाव में भाजपा पार्टी को अपना अमूल्य समर्थन और वोट करने की अपील की। इस अवसर पर लोकसभा प्रभारी विनय रोहिला, शैलेंद्र बिष्ट, महानगर अध्यक्ष सिद्दार्थ अग्रवाल, कमली भट्ट, सुनील उनियाल गामा, महानगर उपाध्यक्ष डॉ बबीता सहोत्रा, सुरेन्द्र राणा, राजेश राजौरिया, भगवत प्रसाद मकवाना आदि उपस्थित रहे।

चरस के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चरस के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार ऋषिकेश कोतवाली पुलिस ने काले की ढाल के पास एक व्यक्ति को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 138 ग्राम चरस बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम दीवाना सिंह पुत्र प्रेमचन्द निवासी कालेकी ढाल बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

कांग्रेस मागेंगी भाजपा से 10 साल के विकास का हिसाब:जोशी

देहरादून (सं)। आज यहां कांग्रेस उपाध्यक्ष प्रशासन एवं संगठन मथुरादत्त जोशी ने कहा कि कांग्रेस पार्टी ने पूरे देश में "मेरे विकास का दो हिसाब" की शुरूआत करते हुए कैंपेन चलाते हुए केन्द्र की मोदी सरकार से 10 साल के विकास का हिसाब मांगा है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस पार्टी ने लोकसभा चुनाव के लिये "मेरे विकास का दो हिसाब" कैंपेन लॉच कर पूरे चुनाव को फिर से जनता के मुद्दों की ओर मोड़ते हुए भाजपा की केन्द्र व राज्य सरकारों से विकास का हिसाब मांगा है। उन्होंने कहा कि भारतीय जनता पार्टी और उसके नेता प्रत्येक चुनाव मे विकास के मुद्दों की बजाय भावनात्मक मुद्दे बदल-बदल कर हवा-हवाई चुनाव लड़कर बाहर निकलना चाह रही है वहीं कांग्रेस पार्टी ने देश के विकास व जनहित से जुड़े मुद्दे उठाकर भारतीय जनता पार्टी पर जनता की ओर से सवालों की बौछार करने का निर्णय लिया है। जोशी ने कहा कि आज पहली बार भारतीय जनता पार्टी चारों तरफ से घिर चुकी है तथा जनता के ज्वलंत सवालों से बचने का रास्ता खोजती नजर आ रही है। उन्होंने कहा कि अब जनता भारतीय जनता पार्टी की जुमलेबाजी से अजीज आ चुकी है तथा जनहित से जुड़े मुद्दों तथा विकास पर हिसाब चाहती है। जोशी ने कहा कि कांग्रेस पार्टी इस कैंपेन के जरिए अपनी नीतियों के माध्यम से किसान, युवा, बेरोजगार, महिला, व्यापारी और छात्र जैसे कई महत्वपूर्ण वर्गों की आवाज उठाकर पूरे चुनाव अभियान को ''भाजपा बनाम जनता" करने में सफलता हासिल की है।

डीएम-एसपी ने किया यमुनोत्री यात्रा रूट का निरीक्षण

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। आगामी चारधाम यात्रा हेतु उत्तरकाशी जिला पुलिस-प्रशासन ने तैयारियां शुरु कर दी हैं। गैर प्रांतो से श्री गंगोत्री एवं यमुनोत्री धाम आने वाले श्रद्धालुओं की यात्रा को सुगम व सरल बनाने के लिये हरसंभव प्रयास किये जा रहे हैं। इस क्रम में आज डीएम एवं एसपी द्वारा यात्रा रूट व व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया गया है।

जिलाधिकारी डॉ. मेहरबान सिंह बिष्ट एवं पुलिस अधीक्षक उत्तरकाशी अर्पण यदुवंशी द्वारा यमुनोत्री मार्ग पर यात्रा व्यवस्थाओं का जायजा लिया गया और अधिकारियों को यात्रा के बेहतर प्रबंधन व समय रहते सभी व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं। जिलाधिकारी व पुलिस अधीक्षक द्वारा तीर्थ पुरोहितों से यात्रा व्यवस्था को लेकर चर्चा-परिचर्चा की गयी। जिलाधिकारी उत्तरकाशी ने कहा कि सुगम यात्रा हेतु व्यवस्थाओं का

कार्य तेजी से चल रहा है, पार्किंग्स, शौचालय, रेलिंग्स व अन्य सुविधाओं पर काम किया जा रहा है। यातायात व ट्रैफिक प्रबंधन, चिकित्सा व्यवस्था के सम्बंध में भी अधिकारियों से विचार विमर्श करते हुए कहा कि यात्रियों को बेहतर सुविधाएं प्रदान करने और यात्रा को सुरक्षित और निरापद संपन्न कराने के लिए सभी विभागों व संगठन मिलकर काम कर रहे हैं।

एसपी उत्तरकाशी द्वारा बताया गया की यमुनोत्री पैदल मार्ग पर जाम की समस्या से निपटने व क्राउड मैंनेजमेंट हेतु इस बार बेहतर प्रबंध किये जा रहे हैं, डंडी-कंडी व घोड़ा-खच्चरों के लिये एक बेहतर व्यवस्था बनायी जायेगी, दुर्घटनाओं की रोकथाम हेतु यात्रा मार्ग पर संवेदनशील स्थलों को चिन्हित कर लिया गया है, जहां सुरक्षा के कड़े इंतजाम किये जा रहे हैं। सुव्यवस्थित यातायात प्रबंधन/पार्किंग की भी ठोस रणनीति बनाई जा रही है। इस दौरान जिला पर्यटन विकास अधिकारी केके जोशी, तहसीलदार सुरेश सेमवाल सहित अन्य अधिकारी भी मौजूद रहे।

एक नजर

'आपने अरविंद केजरीवाल को अपना भाई, अपना बेटा कहा है, क्या इस लड़ाई में आप अपने भाई, अपने बेटे का साथ नहीं देंगे'

नई दिल्ली। दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल की पत्नी सुनीता केजरीवाल ने शुक्रवार को तीसरी बार वीडियो जारी किया। उन्होंने कहा कि मैं पिछले 30 साल से मैं उनके साथ हूं। देशभक्ति उनके रोम-रोम में बसी है। आपने अरविंद केजरीवाल को अपना भाई, अपना बेटा कहा है। क्या इस लड़ाई में आप अपने भाई, अपने बेटे का साथ नहीं देंगे। उन्होंने कहा कि कल कोर्ट में अरविंद केजरीवाल ने अपना पक्ष रखा। अगर आपने सुना है तो ठीक है नहीं सुना है तो एक बार जरूर सुनें। जो कुछ उन्होंने कोर्ट में कहा इसके लिए बहुत हिम्मत चाहिए। अरविंद केजरीवाल ने देश की ताकतवार ताकतों को ललकारा है। मुझे विश्वास है कि आप हम मिलकर यह लड़ाई लड़ेंगे। सुनीता ने इस दौरान एक नंबर भी जारी किया। उन्होंने कहा कि आज से हम एक अभियान शुरू कर रहे हैं। केजरीवाल को आशीर्वाद। 8297324624 इस नंबर पर आप केजरीवाल को अपनी बात कह सकते हैं। कई माताओं-बहनों ने केजरीवाल के लिए मन्नत मांगी है। कईयों ने अरविंद केजरीवाल के लिए उपवास रखा है। आपके संदेश पढ़कर उन्हें अच्छा लगेगा। आपके संदेश में उन्हें जेल मैंने देने जाऊंगी। आप किसी भी पार्टी से हो, युवा, अमीर गरीब संदेश जरूर भेजे। इस नंबर का भी प्रचार करें। मालूम हो कि अरविंद केजरीवाल को गुरुवार को राउज एवन्यू कोर्ट में पेश किया गया था। यहां पर केजरीवाल ने अपना पक्ष रखा था। उन्होंने 10 मिनट तक अपनी बात रखी। इधर ईडी ने सात दिनों की रिमांड मांगी। इस पर कोर्ट ने फैसला सुरक्षित रख लिया। कोर्ट ने केजरीवाल की कस्टडी बढ़ाई। केजरीवाल को ईडी कस्टडी में 1 अप्रैल तक रिमांड पर रहना होगा।

मोटरसाईकिल पेड से टकरायी चालक की मौत

देहरादून (सं)। मोटरसाईकिल के पेड से टकराने पर चालक की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आज प्रात: थाना राजपुर को 112 के माध्यम से सूचना प्राप्त हुई की एनआईपीवीडी राजपुर रोड के पास एक मोटरसाइकिल का एक्सीडेंट हो गया है। सूचना पर थाना राजपुर से पुलिस तुरंत मौके पर पहुंची तथा आसपास के लोगों से घटना के संबंध में जानकारी की तो ज्ञात हुआ कि एक मोटरसाइकिल जिसे चालक रविंद्र प्रताप सिंह चला रहा था, अनियंत्रित होकर एनआईपीवीडी के पास पेड़ से टकरा गई। उक्त दुर्घटना में घायल चालक को किसी राहगीर द्वारा अपने निजी वाहन से मैक्स अस्पताल में उपचार हेतु एडमिट किया गया, जहां डॉक्टर ने उसे मृत घोषित कर दिया। थाना पुलिस द्वारा मृतक के परिजनों को उक्त घटना की सूचना दे दी गई है। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

मुख्तार अंसारी का परिवार जो आरोप लगा रहा है, उसकी जांच जरूरी: मायावती

लखनऊ। बहुजन समाज पार्टी प्रमुख मायावती ने शुक्रवार को कहा कि मुख्तार अंसारी की जेल में मौत को लेकर उनके परिवार द्वारा लगाए गए गंभीर आरोपों की श्उच्च स्तरीय जांचश की जरूरत है ताकि उनकी मौत से जुड़े सही तथ्य श्सामने आ सकें। बसपा प्रमुख मायावती ने सोशल प्लेटफॉर्म श्एक्सश पर किये एक पोस्ट में कहा, मख्तार अंसारी की जेल में हुई मौत को लेकर उनके परिवार द्वारा जो लगातार आशंकायें व गंभीर आरोप लगाए गए हैं उनकी उच्च-स्तरीय जाँच जरूरी, ताकि उनकी मौत के सही तथ्य सामने आ सकें। ऐसे में उनके परिवार का दु:खी होना स्वाभाविक। कुदरत उन्हें इस दु:ख को सहन करने की शक्ति दे। मुख्तार अंसारी की कार्डियक अरेस्ट से मौत के बाद उसके बेटे उमर अंसारी ने दावा किया कि बांदा जेल में उसके पिता का हत्या कथिततौर पर हत्या की गई है। उमर अंसारी का आरोप है कि जेल में उसके पिता को मारने के लिए कथिततौर पर स्लो प्वाइजन दिया गया और वो पिता की मौत का इंसाफ पाने के लिए कोर्ट जाएंगे। उमर ने कहा कि श्हमें कोर्ट पर पूरा भरोसा है। पिता की मौक के बारे में मुझे बांदा जेल प्रशासन की ओर से कुछ नहीं बताया गया, मुझे मीडिया के माध्यम से उनकी मौत के बारे में पता चला लेकिन अब पूरा देश सब कुछ जानता है।

शराब तस्करी का विरोध करने पर हुई थी युवक की हत्या, एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

चम्पावत। होली पर्व के दौरान गला घोटकर हुई युवक की हत्या का खुलासा करते हुए पुलिस ने एक शराब तस्कर को गिरफ्तार कर लिया है। जिसके कब्जे से हत्या में प्रयुक्त मफलर भी बरामद किया गया है। हत्या का कारण शराब तस्करी का विरोध करना बताया जा रहा है।

जानकारी के अनुसार बीती 27 मार्च को थाना पाटी पुलिस को सूचना मिली कि ग्राम मंगललेख में एक व्यक्ति का शव पड़ा हुआ है। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर जांच की तो उस शव की पहचान ग्राम मंगललेख निवासी पान सिंह बिष्ट पुत्र कैलाश सिंह बिष्ट, उम्र लगभग 25 वर्ष के रूप में हुई। जिसके गले पर कुछ निशान पाये गये थे। मामले में कुन्दन सिंह पुत्र गंगा सिह निवासी ग्राम मंगललेख ने थाना पाटी में मुकदमा दर्ज कराया कि उनके भतीजे मृतक पान सिंह की हत्या 26 मार्च की रात भगवान सिंह पुत्र मदन सिह तथा कृष्ण सिंह पुत्र मदन सिंह, निवासी ग्राम मंगललेख, थाना पाटी द्वारा की गयी है।

मामले में कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बीती रात संदिग्ध भगवान सिंह पुत्र मदन सिंह निवासी ग्राम मंगललेख से पूछताछ की गयी तो उसने बताया कि उसने ही मृतक पान सिंह की 26 मार्च की रात मफलर से गला घोटकर हत्या की गयी है। जिसकी निशानदेही पर पुलिस ने हत्या में प्रयुक्त मफलर उसके घर से बरामद कर लिया। हत्या किये जाने का कारण पूछने पर आरोपी भगवान सिंह ने बताया कि वह ग्राम मंगललेख में अवैध शराब का कारोबार करता है। जिसके खिलाफ पूर्व में भी कई मुकदमें दर्ज है। जिसका विरोध मृतक पान सिंह व उसका भाई प्रमोद पूर्व से ही करते रहते थे। जिस कारण मैं उनसे रंजिश रखने लगा जिस कारण उनमें रंजिश रहने लगी। घटना के दिन भी मृतक पान सिंह व हत्यारोपी भगवान सिंह द्वारा देर रात तक साथ में शराब पी गयी । इसी दौरान इनका शराब बेचने को लेकर बहस शुरू हो गयी । धीरे-धीरे बहस इतनी बड़ गयी की भगवान सिंह द्वारा मृतक पान सिंह को गला घोटकर हत्या कर दी गयी। पुलिस ने आरोपी को न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

नशीले कैप्सूलों के साथ तीन गिरफ्तार

देहरादून (सं)। पुलिस ने नशे के कैप्सूलों के साथ तीन लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार क्लेमनटाउन थाना पुलिस ने चैकिंग के दौरान आशा रोहडी बैरियर पर एक स्वीफ्ट कार को रूकने का इशारा किया तो कार चालक कार को तेजी से भगा ले गया। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही रोककर उसमें सवार तीन लोगों को हिरासत में ले कार की तलाशी ली तो कार से पुलिस ने 774 नशीले कैप्सूल बरामद कर लिये। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम अकरम अली पुत्र अख्तर वाहिद निवासी आरकेडिया ग्रांट बनियावाला, आमिर खान पुत्र अब्दुल कयूम निवासी मारखम ग्रांट तेलीवाला, शौकीन पुत्र फकीर निवासी टी स्टेट आरकेडिया ग्रांट बनियावाला बताया। पुलिस ने तीनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

दो दुपहिया वाहन चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने दो स्थानों से दो दुपहिया वाहन चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार अधोईवाला निवासी विरेन्द्र सिंह ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से विश्वास क्लीनिक आया था तथा उसने अपनी मोटरसाईकिल क्लीनिक के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। वहीं गढी कैण्ट निवासी रोहित राज ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपनी एक्टिवा बल्लूपुर में खडी की थी जोकि चोरी हो गयी। पुलिस ने दोनों मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

हरियाणा के मुख्य सचिव की अध्यक्षता में हुआ गोष्ठी का आयोजन

हमारे संवाददाता

देहरादून। हरियाणा के मुख्य सचिव की अध्यक्षता में आज लोकसभा निर्वाचन-2024 के दृष्टिगत उत्तर प्रदेश, पंजाब, दिल्ली व उत्तराखण्ड के मुख्य सचिव, गृह सचिव, पुलिस महानिदेशक एंव अपर पुलिस महानिदेशक अपराध व कानून व्यवस्था के साथ आपसी समन्वय हेतू विभिन्न महत्वपूर्ण बिन्दुओं पर विचार विर्मश किया गया।

गृह सचिव उत्तराखण्ड दलीप जावेलकर ने बताया कि लोकसभा निर्वाचन -2024 के परिपेक्ष में उत्तराखण्ड में सम्पूर्ण व्यवस्थाए की गयी है। बार्डर पर सभी प्रदेशों से आपसी समन्वय किया जा रहा है तथा सुरक्षा की दृष्टि से प्लान तैयार किया गया है। साथ ही निकटवर्ती राज्यों से निरन्तर समन्वय कर मुख्य सूचनाओं का आदान-प्रदान किया जा रहा है। अपर पुलिस महानिदेशक अपराध व कानून व्यवस्था ए.पी.अंशुमान ने बताया कि राज्य में स्थापित सभी 93 अंर्तराज्यीय बैरियर को सीसी टीवी कैमरों से सुसज्जित किया गया है। तथा सीमावर्ती राज्यों के साथ समन्वय हेतू अब तक 26 बैठकें हो चुकी है। बार्डर के राज्यों के मुख्यालय स्तर से लेकर थाना स्तर तक वाट्सअप ग्रुप तैयार किये गये है। जिनसे कार्डिनेशन बना हुआ है। उन्होने बताया कि इस गोष्ठी के दौरान हरियाणा राज्य से उत्तराखण्ड राज्य को 2000 होमगार्ड के जवान उपलब्ध कराने का आग्रह किया गया है।

चोरों ने दो मकानों के ताले तोड जेवरात व नगदी चोरी कर लिये

देहरादून। चोरों ने दो मकानों के ताले तोड वहां से जेवरात व नगदी चोरी कर ली। पुलिस ने दोनों मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार नकरौदा निवासी भरत सिंह रावत ने डोईवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराया कि चोरों ने उसके मकान का ताला तोड वहां से 40 हजार रूपये नगद, लाखों के जेवरात व इंवेटर की बैटरी चोरी कर ली। वहीं दूसरी तरफ रेवती विहार बडोवाला निवासी जगदीश चन्द्र जोशी ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराया कि चोरों ने उसके मकान का ताला तोड वहां से लाखों के जेवरात व नगदी चोरी कर ली है। 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 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।