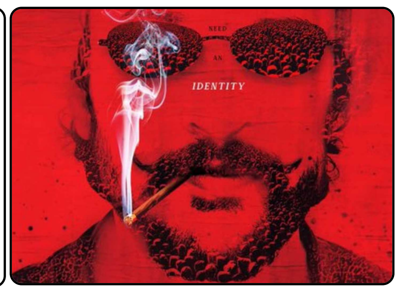
सोमवार
15 अप्रैल 2024

पृष्ठ 4
ज्यादा मात्रा में कीवी खाने से होगा डबल..

पृष्ठ 5
नानी 33: नानी ने श्रीकांत ओडेला के...



● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 76
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

धैर्यवान मनुष्य आत्मविश्वास की नौका पर सवार होकर आपत्ति की नदियों को सफलतापूर्वक पार कर जाते हैं।
– भर्तृहरि

दूनवैलीमेल

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

माला को जितायें, मोदी को पीएम बनाएंः नड्डा

●10 सालों में हुआ राज्य का विकास
●कांग्रेस ने सिर्फ भ्रष्टाचार बढ़ायाः धामी

विशेष संवाददाता

मसूरी। उत्तराखंड राज्य के विकास और प्रधानमंत्री मोदी को तीसरी बार प्रधानमंत्री बनाने के लिए भाजपा को वोट करें। यह बात आज मसूरी में एक चुनावी जनसभा को संबोधित करते हुए भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा ने अपने संबोधन में कही।

उन्होंने कहा कि भाजपा 2047 तक विकसित भारत के संकल्प के साथ आगे बढ़ रही है। जिसे पूरा करने के लिए केंद्र में एक मजबूत और स्थिर सरकार जरूरी है। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड सैनिकों की भूमि है और भाजपा ने हमेशा ही सैनिकों के हितों का ख्याल रखा है। उन्होंने कहा कि हमारे सैनिक 40 सालों से वन रैंक वन पेंशन की मांग कर रहे थे लेकिन केंद्र की किसी भी सरकार ने उनकी बात नहीं सुनी। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सैनिकों को वन रैंक वन पेंशन लागू की, जिसका लाभ उत्तराखंड के सैनिकों को मिल रहा है।

जेपी नड्डा ने कहा कि उत्तराखंड के विकास के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने जितना काम 10 सालों में किया पुरानी सरकारों ने 70 सालों में भी नहीं किया। उन्होंने आल वेदर रोड निर्माण से लेकर राज्य की सीमाओं तक सड़के और पुल निर्माण का जिक्र करते हुए कहा कि आज उत्तराखंड के लोगों को कहीं भी आने-जाने में किसी भी तरह की कोई दिक्कत नहीं होती है। उन्होंने कहा कि यह चुनाव भाजपा प्रत्याशी माला राज लक्ष्मी शाह को जिताने भर का चुनाव नहीं है। बल्कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को तीसरी बार प्रधानमंत्री बनाने के लिए होने वाला चुनाव है जिससे विकसित भारत का सपना पूरा हो सके।

इस अवसर पर मुख्यमंत्री धामी ने भी जनसभा को संबोधित करते हुए कहा कि इस चुनाव में एक तरफ भ्रष्टाचार मिटाओ वाले हैं तो दूसरी तरफ भ्रष्टाचारी बचाव वाले हैं। उन्होंने कहा कि अब इन भ्रष्टाचारियों ने मोदी को हटाने के लिए गठबंधन बना लिया है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस के शासनकाल में सिर्फ भ्रष्टाचार होता था अब केवल विकास हो रहा है। उन्होंने कहा कि डबल इंजन सरकार ने राज्य में तमाम विकास के कार्य किए हैं। मोदी की सरकार अंत्योदय उदय के लिए काम कर रही है। भाजपा का घोषणा पत्र भी इसकी तस्दीक करता है। जिसमें हर वर्ग के कल्याण की योजनाएं शामिल है। उन्होंने लोगों से 19 अप्रैल को भाजपा के पक्ष में मतदान करने की अपील की।

चार धाम यात्रा का पंजीकरण शुरू

❑पहले दो घंटे में 4 हजार से अधिक पंजीकरण

❑शासन-प्रशासन चुनाव में व्यस्त ❑❑यात्रा में 25 दिन शेष, कब होगी तैयारी

विशेष संवाददाता

देहरादून। भले ही सत्ता में बैठे लोग बीते साल चारधाम यात्रा पर आए रिकॉर्ड 56 लाख श्रद्धालुओं की संख्या को लेकर अपनी खूब पीठ थपथपा रहे हो, लेकिन इस साल यात्रा की तैयारी कैसे समय से पूरी होगी यह एक अहम सवाल बना हुआ है। क्योंकि शासन-प्रशासन इन दिनों चुनाव में व्यस्त है और 10 मई से शुरू होने वाली इस यात्रा में अब महज 25 दिन का समय ही शेष बचा है।

यूं तो बीते कुछ दिनों से चारधाम यात्रा की छुटपुट तैयारी शुरू हो चुकी है और पैदल मार्गो से बर्फ हटाये जाने का काम किया जा रहा है। लेकिन फरवरी और मार्च माह में हुई भारी बर्फबारी के कारण अभी सभी चारों धामों सहित हेमकुंड साहिब के रास्तों पर बर्फ की मोटी चादर बिछी हुई है। जिसे हटाने के काम में भारी मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है। धामों तक पहुंचने के लिए रास्ता तैयार करने से लेकर यात्रा ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

दिल्ली शराब घोटालाः के.कविता को राउज एवेन्यू कोर्ट ने 23 अप्रैल तक न्यायिक हिरासत में भेजा

नई दिल्ली। दिल्ली शराब घोटाले में के.कविता के मुश्किलें बढ़ती हुई नजर आ रही हैं। राजधानी दिल्ली की राउज एवेन्यू कोर्ट ने कथित दिल्ली आबकारी नीति घोटाले के संबंध में भ्रष्टाचार के एक मामले में गिरफ्तार भारत राष्ट्र समिति (बीआरएस) की नेता के.कविता को सोमवार को 23 अप्रैल तक न्यायिक हिरासत में भेज दिया। सीबीआई ने तेलंगाना के पूर्व सीएम के.चंद्रशेखर राव की बेटी को तिहाड़ जेल से गिरफ्तार किया था। इससे पहले कविता को प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने गिरफ्तार किया था,

जिसके बाद से वह तिहाड़ में बंद थीं। जज द्वारा पहले दी गई 3 दिन की पुलिस हिरासत की अवधि खत्म होने के बाद सीबीआई ने आरोपी को कोर्ट में पेश किया और ज्यूडिशियल कस्टडी की मांग की। सीबीआई अधिकारियों ने हाल ही में एक स्पेशल कोर्ट से परमिशन लेने के बाद कविता से जेल के अंदर पूछताछ की थी। बीआरएस नेता से मामले में सह-आरोपी बुच्ची बाबू के फोन से मिले व्हाट्सएप चैट और एक जमीन सौदे से संबंधित डाक्यूमेंट्स के बारे में पूछताछ की गई थी। आरोप है कि दिल्ली की शराब पॉलिसी में कथित बदलाव के लिए आम आदमी पार्टी (आप) को रिश्वत के रूप में 100 करोड़ रुपये दिए गए थे।

21 पूर्व जजों ने चीफ जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ को लिखी चिट्ठी, न्यायपालिका पर अनुचित दवाब का किया जिक्र

नई दिल्ली। चीफ जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ को हाईकोर्ट और सुप्रीम कोर्ट के पूर्व जजों ने चिट्ठी लिखी है। इस चिट्ठी में न्यायपालिका पर बढ़ते दबाव के बारे में जिक्र किया गया है।

इस चिट्ठी में कुल 21 पूर्व जजों ने हस्ताक्षर हैं, जिनमें सुप्रीम कोर्ट के चार पूर्व जज और हाईकोर्ट के 17 पूर्व जज शामिल हैं। चिट्ठी में न्यायपालिका पर अनुचित दवाब का भी जिक्र किया गया है। चिट्ठी ने कहा गया है कि राजनीतिक हितों और निजी लाभ से प्रेरित कुछ तत्व हमारी न्यायिक प्रणाली में जनता के विश्वास को खत्म कर रहे हैं। इनके तरीके काफी भ्रामक हैं, जो हमारी अदालतों और जजों की सत्यनिष्ठा पर

आरोप लगाकर न्यायिक प्रक्रियाओं को प्रभावित करने का स्पष्ट प्रयास हैं। पूर्व जजों ने चिट्ठी में आगे लिखा इस तरह की गतिविधियों से न सिर्फ न्यायपालिका की शुचिता का असम्मान होता है बल्कि जजों की निष्पक्षता के सिद्धांतों के सामने चुनौती भी है। इन समूहों द्वारा अपनाई जा रही योजना काफी परेशान करने वाली भी है, जो न्यायपालिका की छवि धूमिल करने के लिए आधारहीन थ्योरी गढ़ती है और अदालती फैसलों को प्रभावित करने का प्रयास करती है। हम विशेष रूप से गलत सूचना की रणनीति और न्यायपालिका के खिलाफ जनता की भावनाओं के बारे में चिंतित हैं। यह न केवल अनैतिक हैं, बल्कि हमारे लोकतंत्र के मूलभूत सिद्धांतों के लिए भी हानिकारक हैं।

21 सेवानिवृत्त न्यायाधीशों की ओर से चीफ जस्टिस को लिखे गए पत्र में कहा गया है कि न्यायिक निर्णयों की चुनिंदा रूप से प्रशंसा करने की प्रथा किसी के विचारों के साथ मेल खाती है। साथ ही उन लोगों की तीखी आलोचना करती है जो न्यायिक समीक्षा और कानून के शासन के सार को कमजोर नहीं करते हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

मोदी की गारंटी

जी हां! यह बदलते दौर की राजनीति है। यहां सब कुछ बहुत तेजी से बदल रहा है इतनी तेजी से किसी को यह समझ भी न आ सके कि यह हो क्या रहा है। तेज गति से दौड़ती किसी रेलगाड़ी में बैठे किसी यात्री को जैसे यह पता नहीं चल पाता है कि कौन सा स्टेशन था जिससे अभी उसकी ट्रेन गुजरी है। अभी कुछ साल पहले तक चुनाव के समय राजनीतिक दल अपने विजन पर कि अगर वह सत्ता में आए तो यह सब काम करेंगे। जिसे उस पार्टी का घोषणा पत्र कहा जाता था। जो वर्तमान तक आते-आते अब दृष्टि पत्र, संकल्प पत्र, वचन पत्र और संकल्प पत्र से होता हुआ गारंटी पत्र तक पहुंच गया है। कांग्रेस ने अभी अपना एक गारंटी पत्र जारी किया गया था। इस गारंटी पत्र में देश की गरीब महिलाओं को हर साल एक लाख रूपये युवाओं के लिए 30 लाख नौकरियां और डिग्री डिप्लोमा पूरा होने पर उन्हें अप्रेंटिस तथा नौकरी न मिलने तक मानदेय, महिलाओं को 50 फीसदी आरक्षण, किसानों को एमएसपी, अग्निवीर जैसी योजना को खत्म करने जैसी 25 गारटियां दी गई थी। जिन्हें लेकर तमाम लोग हैरान थे और कह रहे थे कि इस गारंटी पत्र की योजनाओं को पूरा किया जाना संभव नहीं है। वही सत्ता पक्ष का तो यहां तक कहना था कि कांग्रेस को यह पता है कि जब सत्ता में आना ही नहीं तो कुछ भी कह दो इसमें क्या जाता है। बीते कल भाजपा ने अपना गारंटी पत्र जारी कर दिया है। मोदी की गारंटी के नाम पर जारी इस संकल्प पत्र के बारे में अब विपक्ष ने पहला सवाल यही उठाया है कि यह बीजेपी का नहीं या राजनीतिक दल का नहीं बल्कि मोदी की गारंटी की गारंटी है। कांग्रेसी नेता कह रहे हैं भाजपा चुनाव जीत भी जाए अगर मोदी की जगह कोई दूसरा पीएम बना तो वह कह देगा कि यह तो मोदी की गारंटी थी मैंने तो कोई गारंटी नहीं दी न मेरी पार्टी का यह गारंटी पत्र है। जैसे विदेशों में जमा धन को वापस लाने के लिए और गरीबों के खातों में 15-15 लाख डालने के वायदे के लिए कह दिया गया था कि वह तो एक चुनावी शगुफा था। भले ही भाजपा ने अपने इस मोदी की गारंटी वाले अपने संकल्प पत्र में न तो 2014 व 2019 की तरह कोई बड़े-बड़े वायदे या दावे किए हैं न महंगाई व बेरोजगारी मिटाने की कोई गारंटी दी है और न ही भ्रष्टाचार मुक्त भारत का वायदा किया गया जिसे लेकर आने वाले दिनों में कोई यह सवाल न उठा सके कि आपने झूठे वायदे किए थे। इसमें 2047 तक भारत को एक विकसित राष्ट्र बनाने का संकल्प किया गया है और अभी हम 2024 में है। आने वाले 24 साल किसने देखे हैं तब तक गंगा जमुना में बहुत पानी बह चुका होगा। लेकिन मोदी का यह गारंटी पत्र यह जरूर बताता है कि भाजपा की सोच में बड़ा बदलाव बीते 10 सालों में आया है। अब वह 2024 का चुनाव उन लाभार्थियों के भरोसे लड़ रही है जिन्हें मुफ्त राशन, पानी व नगदी मिल रही है। यह मुफ्त के लाभार्थी ही भाजपा का चुनावी मुद्दा है।

लाखों की स्मैक सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

अल्मोड़ा। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को एसओजी व पुलिस की सयुंक्त टीम द्वारा गिरफ्तार किया गया है। जिसके कब्जे से 7.85 ग्राम स्मैक बरामद की गयी है। जानकारी के अनुसार बीते रोज एसओजी व कोतवाली अल्मोड़ा पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक नशा तस्कर नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस व एसओजी टीम द्वारा क्षेत्र में संयुक्त चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान संयुक्त टीम को विवेकानन्द स्मारक विश्रामगृह लोधिया रोड अल्मोड़ा पर एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखाई दिया। टीम द्वारा जब उसे रोकने का प्रयास किया गया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 7.85 ग्राम स्मैक बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम जलस धामी उर्फ जलज पुत्र चन्दन सिंह धामी निवासी सरकारी की आली खोल्टा, अल्मोड़ा बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है। बरामद स्मैक की कीमत दो लाख 35 हजार पांच सौ रूपये बतायी जा रही है।

पवस्व देववीतय इन्दो धाराभिरोजसा।
आ कलशं मधुमान्सोम नः सदः।।

(ऋग्वेद ९-१०६-७)

हे परमात्मा ! हमें पवित्र करो। हमें ज्ञान प्रदान करो जिससे कि हम देवत्व के पथ पर चलें। हमें आपकी उपस्थिति का अनुभव सदैव अपने अंत:करण में होता रहे।

अग्निशमन कार्य के दौरान शहीद हुए फायर कर्मियों को दी श्रद्धांजलि

कार्यालय संवाददाता

चमोली। राष्ट्रीय अग्निशमन सेवा दिवस के अवसर पर आज पुलिस अधीक्षक चमोली सर्वेश पंवार के निर्देशन में पुलिस उपाधीक्षक चमोली अमित सैनी द्वारा अग्निशमन सेवा सप्ताह का शुभारंभ किया गया। इस दौरान फायर स्टेशन गोपेश्वर में पुलिस उपाधीक्षक चमोली एवं फायर अधिकारी/कर्मचारी द्वारा अग्निशमन कार्य के दौरान शहीद हुए फायर कर्मियों को पुष्प अर्पित कर भावभीनी श्रद्धांजलि दी गयी तथा 02 मिनट का मौन धारण किया गया।

पुलिस उपाधीक्षक चमोली द्वारा अपने सम्बोधन में कहा गया कि आज हम सभी अभूतपूर्व साहसिक कार्य करने वाले एवं अपने कर्तव्य की बलिवेदी पर सहर्ष बलिदान करने वाले अग्निशमन कर्मियों के प्रति अपनी भावना व्यक्त करने एवं उनकी सेवा भावना के अनुरूप कार्य करने का संकल्प लेने हेतु यहां एकत्र हुए है। इस दौरान उपस्थित कर्मियों को बताया गया की संभावित आग की घटनाओं से जान माल के नुकसान को कम करने के लिए तकनीकी के साथ-साथ व्यवहारिक ज्ञान भी जरूरी है। आग से होने वाले प्राकृतिक, आर्थिक एवं वन सम्पदा सम्बन्धी नुकसान को कम करने के लिए अग्निशमन कर्मियों को अपने कर्तव्यों के प्रति 24×7 तत्पर रहने तथा 20 अप्रैल तक चलने वाले अग्निशमन सेवा सप्ताह के तहत जनपद के स्कूलों, महाविद्यालयों, होटलों व औद्योगिक संस्थानों में आग से बचाव एवं अग्नि सुरक्षा उपकरणों को चलाने का प्रशिक्षण दिए जाने हेतु निर्देशित किया गया। तत्पश्चात पुलिस उपाधीक्षक चमोली द्वारा फायर सर्विस के वाहनों को हरी झड़ी दिखाकर विभिन्न क्षेत्रों के लिए रवाना किया गया। ये फायर सर्विस वाहन अग्निशमन सप्ताह के दौरान आमजनमानस को अग्नि दुर्घटनाओं, आग से होने वाले नुकसान व अग्नि सुरक्षा उपायों प्रति की जागरूक करेंगे। मुम्बई बंदरगाह पर फोर्टस्टीकेन नामक मालवाहक जहाज जिस में रुई की गांठे, विस्फोटक सामग्री एवं युद्ध उपकरण भरे हुये थे। जिसमें अचानक आग लगने पर 66 दमकल कर्मी आग बुझाने के दौरान वीरगति को प्राप्त हो गये थे। इन बहादुर अग्निशमन कर्मियों की स्मृति में पूरे भारतवर्ष में अग्निशमन दिवस मनाया जाता है। इस दौरान यातायात उनि दिगम्बर उनियाल, प्रभारी फायर यूनिट गोपेश्वर एलएफएम प्रदीप द्विवेदी सहित अन्य कर्मगण उपस्थित रहे।

माला राज्य लक्ष्मी शाह के समर्थन में मांगे वोट

संवाददाता

देहरादून। टिहरी लोकसभा प्रत्याशी माला राज्य लक्ष्मी शाह के समर्थन में 'दिल से मैं हूं मोदी का परिवार'' कहकर वोट मांगे।

आज भारतीय जनता पार्टी अंबेडकर नगर मंडल पूर्व पार्षद प्रत्याशी धामावाला वर्ड 26 में हाजी रईस अंसारी के नेतृत्व में बड़ी संख्या में दुर्गा मंदिर कांम्पलेक्स प्रांगण में हुए कार्यक्रम क्षेत्र वासियों ने 'मैं भी मोदी का परिवार हूं दिल से' कहा। रईस अंसारी ने बताया कि यहां मौजूद सभी लोगों को पीएम मोदी ने व्यक्तिगत कार्य जो हम कार्यकर्ताओं को ऋषिकेश से सौंपा था मोदी का प्रणाम और राम-राम वह भी हमने मोदी की ओर से सभी को बोला।

सभी ने मोदी को अबकी बार 400 पार उत्तराखंड से पांचो लोकसभा सीट जीतने का आशीर्वाद दिया। कार्यक्रम में मौजूद लोगों ने पांचो सांसद भारतीय जनता पार्टी के जीताने का संकल्प लिया और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को मजबूत करने का संकल्प लिया। टिहरी लोकसभा सीट से श्रीमती माला राज्यालक्ष्मी शाह भारी मतों से विजय बनाने की अपील की गई। 19 तारीख का दिन होगा चुनाव चिन्ह कमल होगा और वहां मौजूद सभी लोगों को यह भी कहा कि 19 तारीख को पहले मतदान करें फिर जलपान करें। कार्यक्रम में मुख्य रूप से सुमित सहगल, सचिन, मोहित, अजय, सागर, अर्जुन, सुनील यादव, रंजीत, अनिल शर्मा, मकबूल अमजद, बड़ी संख्या में भाजपा कार्यकर्ता एवं क्षेत्रवासी मौजूद रहे।

चुनाव ड्यूटी के दौरान अपने आचरण एवं व्यवहार सही रखेंः जोशी

संवाददाता

टिहरी। एडिशनल एसपी जेआर जोशी ने कहा कि चुनाव ड्यूटी के दौरान अपने आचरण एवं व्यवहार इस प्रकार का रखें जिससे आम जनमानस को निर्भीक होकर अपने मताधिकारों का प्रयोग करने हेतु प्रेरित किया जा सके।

आज यहां आगामी लोकसभा सामान्य निर्वाचन-2024 को सकुशल सम्पन्न कराये जाने हेतु एडिशनल एसपी जेआर जोशी जनपद टिहरी गढ़वाल द्वारा हिमांचल व दिल्ली से प्राप्त होमगार्ड को पुलिस लाईन चंबा, में ब्रीफ किया गया। लोकसभा निर्वाचन को निष्पक्ष व शांतिपूर्ण तरीके से संपन्न कराने के परिपेक्ष्य में जनपद को प्राप्त फोर्स को पुलिस अधीक्षक द्वारा निर्वाचन के दृष्टिगत सुरक्षा व अन्य पहलुओं पर ब्रीफ करते हुए उनके रूकने, परिवहन के साधनों व अन्य बुनियादी व्यवस्थाओं के सम्बन्ध में जानकारी प्राप्त की गई व उनका समाधान किया गया।

स्ट्रांग रुम व मतदान के दिन क्रिटिकल पोलिंग बूथ पर किस प्रकार से अपने कर्तव्यों का निर्वहन करना है के संबंध में विधिवत रुप से ब्रीफ करते हुए चुनाव आयोग द्वारा जारी गाईडलाइन/ दिशा-निर्देशों का अक्षरश: कडाई से पालन किये जाने हेतु निर्देशित किया गया।

सवेंदनशील तथा अति सवेंदनशील बूथों पर तैनात पुलिस बल को चुनाव को सकुशल सम्पन्न कराये जाने हेतु आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। समस्त पुलिस बल को निर्देशित किया गया की अपने अधीनस्थ कर्मचारियों को भलीभांति ब्रीफ कर लें कि चुनाव ड्यूटी के दौरान अपने आचरण एवं व्यवहार इस प्रकार का रखें जिससे आम जनमानस को निर्भीक होकर अपने मताधिकारों का प्रयोग करने हेतु प्रेरित किया जा सके।

महिलाओं की समृद्धि समाज की समृद्धि है

-डॉ. वीरेन्द्र भाटी मंगल

जब हम समाज के विभिन्न पहलुओं पर विचार करते हैं, तो महिलाओं का योगदान और महत्व स्पष्ट होता है। महिलाएं समाज की आधारशिला होती हैं और उनकी समृद्धि समाज की समृद्धि के लिए अत्यंत आवश्यक है। महिलाओं का योगदान समाज में विभिन्न क्षेत्रों में व्यापक है। वे न केवल घरेलू कार्यों में ही सक्रिय हैं, बल्कि उन्हें नौकरियों, विज्ञान, कला, राजनीति और अन्य क्षेत्रों में भी उन्नति के लिए मिलता है। अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस का मुख्य उद्देश्य जेंडर इक्वलिटी को प्रोत्साहित करना है। महिलाओं को समाज में उनके अधिकारों की प्राप्ति और समानता का अधिकार है। सामाजिक परिपेक्ष्य में महिलाओं की दशा और दिशा में महत्वपूर्ण बदलाव आया है। भारतीय महिला वर्तमान दौर में समाज में प्रतिष्ठित और सम्मानित हो रही है। महिला अब घर में कैद मात्र लक्ष्मी ही नहीं रह गई है, बल्कि घर से बाहर समाज के कर्तव्य निभाने के लिए आगे बड आई है। वह घर की चार दीवारी से अपने कदम को बडाती हुई समाज की विकलांग दशा को सुधारने के लिए कार्यरत हो रही है। इसके लिए वह पुरूष के समकक्ष पद व अधिकार को प्राप्त करती हुई पुरुष को चुनौती दे रही है। वह पुरुष को यह अनुभव कराने के साथ-साथ उसमें नई चेतना भर रही है कि महिला में किसी प्रकार की शक्ति और क्षमता में कम नहीं है। मात्र अवसर मिलने भर की देर है। महिला का स्थान हमारे समाज में आज सर्वाधिक मजबूती के साथ उभर कर सामने आया है। वर्तमान दौर में भारतीय महिलाओं का उत्थान और विकास नजर आ रहा है। यह महिला सशक्तिकरण के एक पहलू के रूप में देखा जा रहा है। भारतीय महिला सदैव पिता, पति, पुत्र पर आश्रित थी आज वो स्वयं सक्षम है। शिक्षा के विकास के साथ महिला विभिन्न क्षेत्रों में आत्मनिर्भर बनी है। महिलाओं ने परम्परावादी सामाजिक नियमों से हटकर कुछ कर दिखाया है। महिला को घर से बाहर काम करने और परिवार के मामलों में बोलने की स्वतंत्रता मिल गई है। वर्तमान में महिलाएं सोशियल मीडिया जैसी सोशल नेटवर्किंग साइट्स पर अपनी बातें व गति-प्रगति को समाज के सामने प्रस्तुत कर रही है। घर-कार्यालय में समन्वय स्थापित कर रही शिक्षा, विज्ञान, प्रौद्योगिकी, चिकित्सा, खेल, उद्योग, कला, संगीत, मीडिया, राजनीति, समाज सेवा आदि क्षेत्र में प्रसिद्धि प्राप्त कर रही है। वर्तमान भारत की महिला ने खुद को पहचान लिया है और काफी हद तक अपने हक के लिए आवाज बुलन्द करना भी सीख लिया है।

महिलाओं का समाज में जिस गति से बदलाव हो रहा है उससे महिलाओं के प्रति लोगों के चिंतन में सकारात्मक बदलाव आया है। हम आज भी प्राचीन व दकियानुसी सोच का परिचय देते है और कहते है कि महिलाएं बदलाव को तैयार नहीं है, जबकि जब भी महिलाओं को अवसर मिला है उन्होंने प्रगति की राह को समझा है और आगे बडी है। जहां एक ओर महिलाओं की आर्थिक स्वतंत्रता के साथ आर्थिक रूप से आत्मनिर्भरता होना है तो दूसरी और समाज में पुरुषों के बराबर स्थिति पर पहुंचना है।भारत में महिलाएं दिन-ब-दिन अपनी लगन, मेहनत एवं उत्कृष्ट कार्यों द्वारा राष्ट्रीय पटल पर अपनी पहचान बनाने में कामयाब हुई हैं। मौजूदा दौर में महिलाएं नए भारत के विश्वास की प्रमुख कडी दिख रही हैं। अथक परिश्रम के बाद भारतीय महिलाएं आज समूचे अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बना चुकी है। पुरुष प्रधान रूडिवादी समाज में महिलाएं निश्चित रूप से देश के विकास की नींव और मजबूत करने का हरसंभव प्रयास कर रहीं हैं, जो हमारे लिए गर्व की बात है। कुछ अंश में आज भी महिलाएं घर की चारदीवारी में कैद होकर रूडिवादी परंपराओं का बोझ तले दबती जा रही है, इसके पीछे कारण यही है कि अभी भी महिला पुरुषवादी मानसिकता में बंधी हुई है। भारत में महिला सशक्तिकरण पर चिंतन करते समय महिलाओं की वास्तविक स्थिति को देखना जरूरी है। महिला सशक्तिकरण के दौर में महिला समाज, राजनीति और प्रशासन में कितना आगे बड सकी है। महिलाओं की यह सजगता महानगर केंद्रित है या अति संपन्न, सुसंपन्न और सुशिक्षित परिवारों में परिलक्षित होता है। छोटे शहरों और ग्रामीण इलाकों की महिलाओं की स्थिति कहीं नहीं बदली है। आदिवासी व पिछड़े क्षेत्र की महिलाओं की स्थिति सामान्य महिलाओं की तुलना में काफी बदहाल दिखती है। अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस पर एसोचैम द्वारा जारी रिपोर्ट में कहा गया है कि 32 से 58 वर्ष की 72 प्रतिशत कामकाजी महिलाएं अवसाद, पीठ में दर्द, मधुमेह, हायपरटेंशन, उच्च कोलेस्ट्रोल, ह्रदय एवं किडनी की बीमारियों से ग्रस्त पाई है। महिलाओं के स्वास्थ्य, शिक्षा, सम्मान, समानता, समाज में स्थान की जब भी बात होती है, कुछ रिपोर्ट व आंकडों को आधार बनाकर निष्कर्ष पर पहुंचने की कोशिश की जाती है कि उसमें इतना सुधार आया है कि महिलाओं के लिए समानता के बारे में बडे-बडे दावे किए जाते हैं, लेकिन समानता की बात तो दूर, यह आधी आबादी आज तक अपने बुनियादी अधिकारों से वंचित है। लिंग विषमता और महिला सशक्तिकरण के जो कानून बने उनसे सीमित महिलाओं को ही लाभ हो रहा है।

गले में चुभन का अहसास होने पर अपनाएं घरेलू नुस्खे

गले में चुभन होना एक सामान्य समस्या है जो किसी को कभी भी हो सकती है। हालांकि कई बार इस समस्या का सामना करना मुश्किल हो जाता है क्योंकि इसके कारण खाने से लेकर बोलने तक में काफी परेशानी होने लगती है। इसके अलावा इस समस्या की वजह से गले में दर्द भी होने लगता है। आज आपको कुछ ऐसे असरदार घरेलू नुस्खे बताने जा रहे हैं जिन्हें आजमाकर गले की चुभन को जल्द दूर किया जा सकता है।

नमक के पानी से करें गरारे

यह दादी-नानी का सबसे पुराना घरेलू नुस्खा है जो गले से जुड़ी किसी भी तरह की समस्या से राहत दिलाने में काफी मदद कर सकता है। समस्या से राहत पाने के लिए एक गिलास गुनगुने पानी में एक छोटी चम्मच नमक अच्छे से मिलाएं और फिर इससे गरारे करें। यह मिश्रण गले को साफ करने के साथ-साथ इसमें होने वाली चुभन को कम करने में भी प्रभावी ढंग से काम कर सकता है।

भाप लें

भाप नाक और मुंह के जरिए गले की अशुद्धियों को दूर कर इसकी चुभन को दूर करने में मदद कर सकती है। राहत के लिए पहले आवश्यकतानुसार पानी को एक पैन में अच्छे से उबाल लें और फिर इसे ध्यान से एक स्टील के कटोरे में डालें। अब अपने सिर को तौलिए से ढककर भाप की तरफ मुंह करें और आंखे बंद कर धीरे-धीरे गहरी सांस लेते रहें। लगभग 10-15 मिनट तक भाप लेने से आपको काफी आराम मिलेगा।

गर्म पेय पदार्थों का करें सेवन

गर्म पेय पदार्थों का सेवन भी गले की चुभन को कम करने में काफी मदद कर सकता है। गर्म पेय पदार्थों के तौर पर आप अपनी डाइट में दालचीनी की चाय, अदरक की चाय, तुलसी की चाय या देसी मसाला चाय आदि को शामिल कर सकते हैं। इन पेय पदार्थों के साथ-साथ पूरे दिन गुनगुने पानी का सेवन भी करें। इन गर्म पेय पदार्थों की गर्माहट से गले को आराम मिलेगा और इसकी चुभन भी काफी कम हो जाएगी।

खाने में नरम खाद्य पदार्थ खाएं

जब भी गले में चुभन या फिर कोई अन्य समस्या होती है तो खाने को निगलने में काफी परेशानी होती है। इसलिए अगर आपको कभी भी किसी कारणवश गले में चुभन की समस्या हो तो आपको इससे राहत पाने के लिए ऐसे खाद्य पदार्थों का सेवन करना चाहिए जो नरम हों। नरम खाने के रूप में आप खिचड़ी, दलिया, दाल और उपमा जैसी चीजों का सेवन कर सकते हैं क्योंकि इन्हें निगलने में परेशानी नहीं होती है।

अगर प्योर अल्कोहल डायरेक्ट चख लें तो क्या होगा!

जब कोई भी व्यक्ति शराब पीता है तो अल्कोहल तुरंत पचती नहीं है बल्कि वह तेजी से ब्लड सर्कुलेशन में एंटर करती है। जिसके बाद यह धीरे-धीरे शरीर के बाकी सभी हिस्से में पहुंच जाता है। शराब सबसे पहले दिमाग पर असर डालता है। फिर आपकी किडनी, फेफड़े और लिवर पर भी असर डालता है। हर इंसान के उम्र, लिंग और वजन पर शराब का अलग-अलग असर होता है।

बियर-व्हिस्की और रम तो नशा करती ही हैं वहीं अगर प्योर अल्कोहल डायरेक्ट चख लें तो उसका क्या असर होगा इसी सवाल के जवाब की तलाश में हमने काफी कुछ रिसर्च किया। आखिर में हमें क्वोरा पर लिखे गए कुछ जवाब से हम संतुष्ट हुए वह आपके लिए लेकर आए हैं। क्वोरा पर जैक वेक्सन नाम के एक व्यक्ति लिखते हैं कि हाल ही में मैंने इसोप्रोपिल अल्कोहल जोकि प्योर अल्कोहल है उसे उंगली के जरिए चखने की कोशिश की। मुंह में एक बूंद डालते ही लगा जैसे मेरे मुंह के अंदर किसी ने आग लगा दी हो। जबकि मैंने ज्यादा नहीं एक बूंद ही आजमाई थी। लेकिन मैंने अपने अनुभव से कहता हूं कि यह मेरे अब तक का सबसे दर्दनाक ड्रिंक था। अगर आप सिर्फ इसे चखना चाहते हैं तो तब भी ठीक है लेकिन अगर आप इसे पीने की कोशिश करेंगे तो इससे पाचन संबंधी समस्याएं हो सकती है।

प्योर अल्कोहल अगर किसी ने चख लिया है तो 2 मिनट के लिए मुंह का पूरा टेस्ट खराब हो जाएगा।

राष्ट्रीय राजधानी विष केंद्र ने क्या कहा

प्योर अल्कोहल एक बूंद चखने तक ठीक है। लेकिन आप शॉट या एक-2 गिलास पीने का सोच रहे हैं तो आपके शरीर के लिए गंभीर साबित हो सकती है। राष्ट्रीय राजधानी ज़हर केंद्र ने साफ शब्दों में कहा है कि प्योर अल्कोहल चखने तक ठीक है लेकिन अगर आप इसकी ज्यादा मात्रा पिएंगे तो यह मुश्किल पैदा कर सकती है।(आरएनएस)

सुबह उठकर शरीर में अकड़न महसूस होती है तो योगासनों के अभ्यास से पाएं छुटकारा

कई बार गलत पॉश्चर में सो जाने या फिर किसी शारीरिक समस्या के कारण कई लोगों को सुबह उठते ही शरीर में अकड़न महसूस होने लगती है। आप कुछ योगासनों का रोजाना अभ्यास करके इस समस्या से राहत पा सकते हैं तो चलिए फिर इनके अभ्यास का तरीका जानते हैं।

अधोमुख श्वानासन : इस योगासन के लिए सबसे पहले योगा मैट पर वज्रासन की मुद्रा में बैठ जाएं। अब सामने की तरफ झुकते हुए अपने हाथों को जमीन पर रखें और गहरी सांस लेते हुए कमर को ऊपर उठाएं। इस दौरान घुटनों को सीधा करके सामान्य रूप से सांस लेते रहें। वहीं, शरीर का पूरा भार हाथों और पैरों पर होना चाहिए और शरीर का आकार वी जैसा नजर आना चाहिए। कुछ मिनट इसी अवस्था में रहने के बाद धीरे-धीरे सामान्य हो जाएं।

अंजनेयासन : सबसे पहले दोनों पैरों को एक दूसरे से दूर फैला लें। अब दाएं पैर के पंजे को बाहर की तरफ घुटने से मोड़ते हुए बैठें। इसके बाद सांस भरते हुए अपने दोनों हाथों को एक साथ सिर के ऊपर ले जाएं और सांस छोड़ते हुए अपने ऊपरी शरीर को पीठ के पीछे मोड़ने की कोशिश करें। कुछ देर इसी मुद्रा में बने रहें और फिर धीरे-धीरे सामान्य हो जाएं। अब इस प्रक्रिया को विपरीत दिशा से दोहराएं।

गोमुखासन : सबसे पहले योगा मैट पर दंडासन की स्थिति में बैठ जाएं। अब अपने दाएं पैर को मोड़ें और इसे बाईं जांघ के ऊपर से ले जाते हुए बाएं नितंब के पास जमीन पर रखें। इसी तरह अपने बाएं पैर को मोड़ते हुए दाईं जंघा के नीचे से दाए नितंब के पास जमीन पर रखें। अब अपने दोनों हाथों को कोहनी से मोड़ते हुए उन्हें पीठ के पीछे आपस में पकड़ने का प्रयास करें। कुछ देर इसी मुद्रा में बने रहें।

धनुरासन : सबसे पहले योगा मैट पर पेट के बल लेट जाएं। अब अपने दोनों घुटनों को अपनी कमर की तरफ से मोड़े और हाथों से टखनों को मजबूती से पकड़ लें। इसके बाद सांस लेते हुए अपने पूरी शरीर को इस प्रकार ऊपर उठने की कोशिश करें कि शरीर का आकार धनुष के समान लगे। फिर अपनी क्षमता के हिसाब से इस मुद्रा में रहे और धीरे-धीरे सांस लेते और छोड़ते रहें। फिर कुछ सेकेंड बाद धीरे-धीरे सामान्य हो जाएं।

अब लोग शहरों से गांवों की ओर जाने लगे

रंजना मिश्रा

एक समय था जब लोग गांवों से शहरों की ओर भागते थे। नौकरी, शिक्षा और सुविधाओं की तलाश में लोग गांवों को छोडकर शहर चले जाते थे, लेकिन आजकल यह सिलसिला उल्टा हो गया है। अब लोग शहरों से गांवों की ओर जाने लगे हैं। हालांकि आज भी इसकी तुलना में गांवों से शहरों की ओर पलायन का अनुपात काफी अधिक है। वैसे तो भारत एक कृषि प्रधान देश है और भारत की अधिकांश जनता शहरों की अपेक्षा गांवों में अधिक बसती है, लेकिन पिछले कुछ दशकों में तीव्र गति से ब?ते शहरीकरण के कारण ग्रामीण क्षेत्रों से लोगों का ब?ी संख्या में पलायन हुआ है। लेकिन हाल के वर्षों में, एक नई प्रवृत्ति उभरी है, जिसे रिवर्स माइग्रेशन के रूप में जाना जाता है। इस प्रवृत्ति में शहरों से लोग अपने मूल गांवों की ओर वापस लौट रहे हैं। रिवर्स माइग्रेशन का अर्थ है कि किसी व्यक्ति या समूह का अपने मूल स्थान पर वापस लौटना। सामान्य शब्दों में, रिवर्स माइग्रेशन से तात्पर्य महानगरों और शहरों से गांवों एवं कस्बों की ओर होने वाले पलायन से है। रिवर्स माइग्रेशन एक नई प्रवृत्ति है, जो भारत सहित कई देशों में देखी जा रही है।

शहर से गांव की ओर पलायन की प्रवृत्ति बढने के कई कारण हो सकते हैं। इनमें आर्थिक, सामाजिक, पर्यावरणीय तथा व्यक्तिगत कारण शामिल हैं। इसका एक आर्थिक कारण यह है कि महानगरों और शहरों में रहने की लागत ब?ती जा रही है। शहरों में रहने के लिए उच्च किराए, भोजन, शिक्षा और स्वास्थ्य देखभाल जैसे खर्चों को पूरा करना मुश्किल हो रहा है। इसका सामाजिक कारण यह है कि शहरों में रहने के कारण लोगों को अपने परिवार और दोस्तों से दूर रहना प?ता है, जिससे उन्हें अकेलापन और अलगाव महसूस होता है। शहरों में जीवन की रफ्तार तेज होने के कारण लोगों को अधिक तनाव में रहना पडता है। लोगों को काम, घर और परिवार के लिए कई तरह की जिम्मेदारियों का बोझ उठाना पडता है। इससे लोग तनावग्रस्त हो जाते हैं। गांवों में जीवन की रफ्तार धीमी होती है और लोग एक-दूसरे के करीब रहते हैं। इससे लोगों को तनाव कम होता है। इसके अलावा शहरों में प्रदूषण और अन्य पर्यावरणीय समस्याएं अधिक हैं। शहरों में तेजी से बढते प्रदूषण और ग्लोबल वार्मिंग के कारण लोग स्वच्छ और स्वस्थ वातावरण की तलाश में गांवों की ओर पलायन कर रहे हैं। शहरों में वाहनों और कारखानों के धुएं और अन्य प्रदूषणकारी पदार्थों से वायु और जल प्रदूषित हो रहा है। इससे लोगों को सांस लेने में तकलीफ होती है और कई तरह की बीमारियां होती हैं। इसीलिए लोग ऐसी जगहों में जाकर रहना चाहते हैं, जहां प्रदूषण कम हो। गांवों में शहरों की तुलना में प्रदूषण का स्तर कम होता है और वातावरण अधिक शुद्ध होता है। इससे लोगों का स्वास्थ्य अच्छा रहता है। गांवों में जीवन की रफ्तार धीमी होती है। वहां का वातावरण शांत होता है। इससे लोगों को तनाव कम होता है। गांवों में लोग एक-दूसरे के करीब रहते हैं। वे एक-दूसरे की मदद करते हैं। इससे लोगों को सामाजिक सुरक्षा मिलती है। शहरों में वाहनों के शोरगुल और भीडभाड से भी लोग परेशान हो रहे हैं। कुछ लोग अपने शहरी जीवन से ऊब चुके हैं। वे अपने जीवन में बदलाव लाना चाहते हैं और एक सरल और शांतिपूर्ण जीवन जीना चाहते हैं। गांवों में प्राकृतिक सुंदरता देखने को मिलती है। इससे लोगों को शांति और आनंद मिलता है। पहले गांवों में सुविधाओं का अभाव था। लेकिन आजकल गांवों में भी कई तरह की सुविधाएं उपलब्ध हैं, जैसे कि बिजली, पानी, सडकें, स्कूल, अस्पताल आदि। इससे लोग गांवों में रहने के लिए आकर्षित होते हैं। गांवों में रहने के कई लाभ हैं। कृषि क्षेत्र में अपार संभावनाओं के कारण भी लोग गांवों की ओर पलायन कर रहे हैं। गांवों में कृषि भूमि अपेक्षाकृत सस्ती होती है, जिससे व्यावसायिक कृषि करना आसान हो जाता है। इसके अलावा, सरकार द्वारा कृषि क्षेत्र में सब्सिडी और अन्य प्रोत्साहन भी प्रदान किए जा रहे हैं, जो किसानों को आकर्षित कर रहे हैं। इसके अलावा ग्रामीण क्षेत्रों में उद्योगों की स्थापना होने से लोगों के लिए रोजगार के अवसर बढ रहे हैं। साथ ही पशुपालन, मत्स्य पालन, पर्यटन आदि क्षेत्रों में भी बेहतर अवसर उपलब्ध होने की वजह से लोग शहरों से वापस गांवों की ओर लौट रहे हैं।

भारत में रिवर्स माइग्रेशन एक बढती हुई प्रवृत्ति है। २०२० में कोविड-19 महामारी के कारण कई प्रवासी श्रमिकों को अपने मूल स्थान पर वापस लौटना पडा। कोरोना महामारी के बाद लोगों में ऐसी जगहों पर जाकर रहने का ट्रेंड देखने को मिला है, जहां का वातावरण शुद्ध है और यह सब वर्क फ्रॉम होम जैसे विकल्पों की उपलब्धता के कारण संभव हो सका। वायु प्रदूषण की वजह से अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ब?ी संख्या में पलायन के उदाहरण देखने को मिले हैं। यही कारण है कि समाज के अमीर वर्ग के लोग भी अब गांवों की ओर आकर्षित हो रहे हैं। वे गांवों में जमीन खरीद रहे हैं, फार्म हाउस बनवा रहे हैं और खेती कर रहे हैं। वैसे तो शहरों जैसी सुविधाएं गांवों में उपलब्ध नहीं होतीं, लेकिन आजकल लोग अपने स्वास्थ्य के प्रति अधिक सचेत हो रहे हैं। ऑर्गेनिक खाद्य पदार्थों और मोटे अनाजों का चलन फिर बढ रहा है।

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

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

ज्यादा मात्रा में कीवी खाने से होगा डबल नुकसान!

कीवी सेहत के लिए रामबाण से कम नहीं है। इसमें विटामिन सी, पोटैशियम और अन्य महत्वपूर्ण पोषक तत्व पाए जाते हैं लेकिन इसमें एक खास एंजाइम भी पाया जाता है, जो कुछ लोगों में पेट की समस्याओं का कारण बन सकता है। ऐसा कीवी ज्यादा खाने पर होता है। दरअसल, कीवी एक ऐसा फल है, जो डेंगू की बीमारी को ठीक कर देता है।

साथ ही शरीर की रिकवरी के लिए लाभदायक होता है। यह खाने को पचाने में मदद भी करता है, लेकिन अगर इसे ज्यादा मात्रा में खा लिया जाए तो कई दिक्कतें भी शुरू हो सकती हैं। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन की एक रिपोर्ट के अनुसार, ज्यादा कीवी खाने से पेट की समस्याएं और एलर्जी भी हो सकती हैं।

ज्यादा कीवी खाने से कौन-कौन सी समस्याएं

ब्लीडिंग प्रॉब्लम

कीवी के अधिक सेवन से कुछ लोगों को ब्लीडिंग हो जाती है। कीवी शरीर में खून के जमने की प्रक्रिया के समय को बढ़ा देता है, जिससे खून का बहाव रूकता नहीं है। इसकी वजह से छोटी सी चोट के बाद भी ज्यादा ब्लीडिंग होने लगती है। इसलिए ज्यादा कीवी खाने से मना किया जाता है।

एलर्जी

ज्यादा मात्रा में कीवी खाने से कई लोगों में एलर्जी की समस्या भी हो सकती है। इसमें क्रॉस सेंसिटाईजेशन नाम की एलर्जी भी है। ऐसा होने पर छोटी-मोटी चोट में भी बहुत ज्यादा दर्द होता है। खून भी ज्यादा निकलती है। इससे स्किन प्रॉब्लम्स और लाल चकत्ते भी हो सकते हैं।

जी मचलना

ज्यादा कीवी खाने से कुछ लोगों में पेट की समस्याएं हो जाती हैं। इसकी वजह से पेट दर्द, उल्टी, जी मचलना, डायरिया और पाचन से जुड़ी दिक्कतें होती हैं। इस वजह से ज्यादा कीवी खाने से मना किया जाता है।

ओरल एलर्जी सिंड्रोम

अधिक मात्रा में कीवी खाने से कुछ लोगों को मुंह में सूजन भी हो जाती है। कीवी में मौजूद एंजाइम ब्रोमेलिन के कारण, कुछ लोगों में ऐसे एलर्जिक रिएक्शन देखने को मिल सकते हैं। अगर कीवी खाने के बाद इनमें से कोई भी लक्षण नजर आए तो डॉक्टर को दिखाना चाहिए।(आरएनएस)

भुनते हुए अक्सर जल जाते हैं प्याज, इस तरह स्टेप बाई स्टेप करें फ्राई

प्याज एक ऐसी चीज़ है जिसका इस्तेमाल हम सभी नियमित रूप से खाना पकाने में करते हैं। किसी डिश के बेस को तैयार करने के लिए इसका विशेष रूप से इस्तेमाल किया जाता है, जिससे स्वाद कई गुना बढ़ जाता है।

प्याज भुनना हर डिश को कुक करने का सबसे पहला स्टेप है और इसी में कई लोग गलती कर जाते हैं। अगर आपके प्याज भी भुनते हुए या तो जल जाते हैं या फिर कच्चे रह जाते हैं, तो यहां कुछ ट्रिक्स बताए गए हैं, उन्हें फॉलो करें।

प्याज को समान रूप से काटें। क्योंकि जिस तरह से आप अपने प्याज को काटते हैं, उससे उन्हें जलने से रोका जा सकता है। सबसे बेहतरीन परिणामों के लिए, आपको उन्हें एक बराबर काटना चाहिए। अगर आप उन्हें असमान रूप से काटते हैं, तो इस बात की बहुत अधिक संभावना है कि प्याज ठीक से नहीं पकेंगे।

धीमी-मध्यम आंच पर पकाएं। प्याज भूनते समय इस बात का विशेष रूप से ध्यान रखें कि आपने फ्लेम को कितना रखा है। अधिकांश लोग यह सोचकर फ्लेम हाई कर देते हैं कि इससे प्याज जल्दी भुन जाएंगे। लेकिन ऐसा नहीं है, क्योंकि इससे स्थिति और खराब हो जाती है। आंच को हमेशा धीमी से मध्यम रखें, इससे प्याज अच्छे से पक जाएंगे।

पर्याप्त तेल का इस्तेमाल करें। प्याज भूनते समय आपको तेल की मात्रा का भी ध्यान रखना चाहिए। अगर पर्याप्त मात्रा में तेल नहीं होगा, तो वे ठीक से नहीं पकेंगे। हालांकि, बहुत कम या बहुत अधिक तेल मिलाना भी सही नहीं है।

लगातार प्याज को हिलाते रहें। एक बार जब आपके पास पैन में कटा हुआ प्याज और तेल हो, तो आपको उन्हें हिलाते रहना होगा। इससे हमारा मतलब यह नहीं है कि आपको लगातार ऐसा करने की ज़रूरत है, लेकिन कुछ मिनटों के अंतराल पर ऐसा करते रहें। यह प्याज को तवे पर चिपकने से रोकता है और यह भी सुनिश्चित करता है कि वे जलें नहीं।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -133

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. ठुड्डी पर के बाल, ठुड्डी, ठोढ़ी 3. विशेष और सामान्य (आदमी), आम और खास लोग (उ.) 5. इच्छा, हसरत, अभिलाषा 6. शारीरिक कोमलता, सुकुमारता (उ.) 7. सविनय, विनती पूर्वक 10. बिलख-बिलख कर रोना 11. कहानी, उपन्यास 12. कुशल, दक्ष, विशेषज्ञ 13. भार, दबाव 14. शुभ-अशुभ की पूर्व सूचना, शुभ अवसर पर होने वाला मंगल कार्य संबंधी गीत 15. एहसान, भलाई, हित 17. सूत काटने, लपेटने में काम आने वाली चर्खे से लगी सलाई 19. एक हिन्दी महीना, श्रावण 20. सप्ताह का एक दिन, बृहस्पतिवार।

ऊपर से नीचे

1. जंगल में लगी आग, दावाग्नि 2. मूल्य, दाम 4. स्वतंत्र, स्वाधीन 5. संकट, कष्ट, दर्द 7. लकड़ी, कन्या, कानों में पहनने का छल्ला, श्रेष्ठ 8. बेइज्जती, अनादार 9. शोभा, सुंदरता, बसंत ऋतु 10. तबाह करने वाला,विनाशक 11. इस समय 13. असुर, राक्षस, दैत्य 14 ए. गुरुमंत्र, बहुत अच्छी युक्ति 15. पर्व, त्यौहार 16. शिकायत, उलाहना, ग्लानि 17. वृक्ष, पेड़ 18. मुंह से निकलने वाला थूक जैसा पदार्थ।

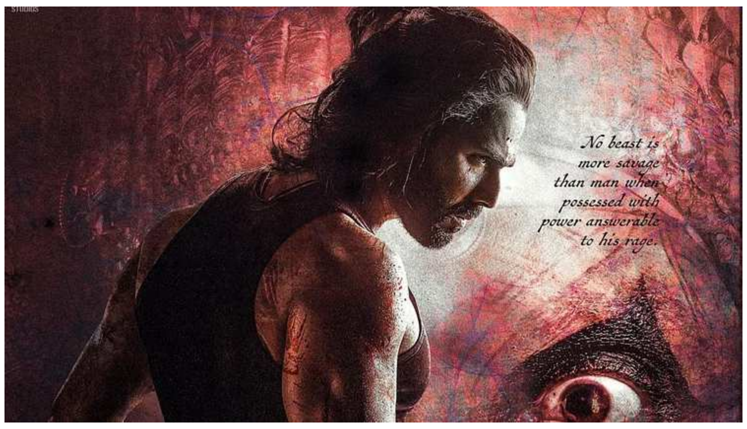
1		■	2	■	3		4	
	■	5			■	■		■
6				■	7	8		9
	■		■	10			■	
■	11				■	12		
13		■	■	14	14ए		■	■
	■	15				■	16	■
	■		■		■	17		18
■	19			■	20			

शब्द सामर्थ्य क्रमांक132का हल

खा	म	खां	■	■	इं	■	■	■
स	ह	■	ब	र	सा	त	■	प
■	क	हा	नी	■	न	क	च	ढ़ा
त	■	■	स्ब	■	■	ली	■	ई
क	या	म	त	■	क	फ	न	■
दी	■	र्दा	■	बा	बू	■	ह	वा
र	ह	ना	■	ल	त	खो	र	■
■	वा	■	नौ	क	र	■	■	सा
भा	ई	■	का	■	■	बा	द	ल

बेबी जॉन फिल्म में फुल एक्शन अवतार में नजर आएंगे वरुण धवन

आने वाले दिनों में वरुण धवन को एक्शन थ्रिलर फिल्म बेबी जॉन में देखा जाएगा। इसी कड़ी में अभिनेता अपने ऑफिशियल सोशल मीडिया अकाउंट पर शूटिंग अपडेट साझा करते रहते हैं। हाल ही में जारी हुए फिल्म के टीजर ने फैंस का उत्साह बढ़ाया हुआ है। अब अभिनेता की लेटेस्ट पोस्ट ताबड़तोड़ सुर्खियां बटोर रही है।



वरुण धवन की एक्शन एंटरटेनर बेबी जॉन इस साल बॉलीवुड की सबसे बहुप्रतीक्षित आगामी फिल्मों में से एक है। फिल्म फिलहाल फ्लोर पर है और वीडी ने 70 दिन की शूटिंग पूरी कर ली है। अभिनेता ने हाल ही में इंस्टाग्राम पर साझा किया कि वह और टीम शूटिंग के लिए कितनी मेहनत कर रहे हैं।

बेबी जॉन में वरुण धवन फुल एक्शन अवतार में नजर आएंगे। वरुण ने इंस्टाग्राम पर अपने लुक की झलक फैंस के साथ साझा करते हुए कहा कि यह उनके करियर की सबसे कठिन शूटिंग में से एक है। अभिनेता ने पोस्ट के कैप्शन में लिखा, जब तक सूरज नहीं निकला तब तक लगातार फिल्मांकन होता रहा और फिर हमारी यूनिट भी चलती रही। सबसे कठिन शूटों में से एक जो मैंने ग्राइंड पर किया था। इसके साथ ही वरुण ने हैशटैग बेबी जॉन 70 का भी इस्तेमाल किया है।

वरुण धवन की पोस्ट सामने आते ही सुर्खियों में छा गई, और इस पर अभिनेता के फैंस टिप्पणी कर अपना प्यार जाहिर करने लगे। एक सोशल मीडिया यूजर ने लिखा, सर आप बहुत मेहनती हैं। दूसरे ने लिखा, ऑल द बेस्ट बेबी जॉन..गो स्ले इट। वहीं एक अन्य लिखते हैं, बेबी जॉन नाम सुन के बच्चा समझे है क्या...फायर है अपुन।

बेबी जॉन मुराद खेतानी और एटली का संयुक्त प्रयास है। इस फिल्म में वरुण धवन मुख्य भूमिका में हैं। साथ ही इसमें वामिका गब्बी और कीर्ति सुरेश भी दमदार किरदार में नजर आने वाली हैं। यह फिल्म बॉलीवुड में कीर्ति सुरेश के डेब्यू को चिन्हित करेगी। यह फिल्म जियो स्टूडियोज, एटली के ए फॉर एप्पल स्टूडियोज और सिने1 स्टूडियोज के बैनर तले बन रही है।

हीरामंडी के नवाबों का हुआ खुलासा, फरदीन खान से लेकर शेखर सुमन का शाही फर्स्ट लुक आउट

वेब सीरीज हीरामंडी कई मायनों में खास है। सबसे बड़ी वजह हैं निर्देशक संजय लीला भंसाली, जो अपनी भव्यता के लिए जाने जाते हैं। फिल्मों की तरह उन्होंने अपनी इस सीरीज को भव्य बनाने में भी कोई कसर नहीं छोड़ी हैइस सीरीज से अध्ययन सुमन का नाम तो पहले भी जुड़ा था, लेकिन यह जानकारी नहीं थी कि उनके पिता शेखर सुमन भी इसका हिस्सा हैंअब हीरामंडी से पुरुष कलाकारों की पहली झलक भी सामने आ गई है। 14 साल के लंबे ब्रेक के बाद अभिनेता फरदीन खान पर्दे पर वापसी के लिए तैयार हैं। हीरामंडी से उनकी पहली झलक देख तो लग रहा है कि वह एक बार फिर अपने अवतार और अंदाज से दर्शकों को अपना दीवाना बनाने वाले हैंसामने आए पोस्टर में फरदीन कुर्ता-पायजामा पहनकर ठाठ से बैठे दिख रहे हैं। इसमें वह वली मोहम्मद का किरदार निभाने वाले हैंफरदीन को 2010 में फिल्म दूल्हा मिल गया में देखा गया था। हीरामंडी में शेखर, जुल्फिकार के किरदार में दिखेंगे। सामने आए पोस्टर में शेखर अपनी मूछों पर ताव देते नजर आ रहे हैंउधर जोरावर बने शेखर के बेटे अध्ययन के नवाबी लुक ने भी दर्शकों का ध्यान खींचा हैइस सीरीज में अभिनेता ताह शाह भी हैं, जो ताजदार की भूमिका निभाएंगे, जो एक नवाब का बेटा है और प्यार व परंपरा के बीच फंसा हुआ हैहीरामंडी- द डायमंड बाजार 1 मई को नेटफ्लिक्स पर रिलीज होगी। हीरामंडी की कहानी आजादी से पहले चल रहे वेश्यालय पर आधारित है। सीरीज में प्यार, धोखा, राजनीति और तवायफों के जीवन को करीब से जानने का मौका मिलेगाइसमें अदिति राव हैदरी, सोनाक्षी सिन्हा, ऋचा चड्ढा, संजीदा शेख, मनीषा कोइराला और शरमीन सहगल जैसी कई अभिनेत्रियां अहम भूमिका में नजर आने वाली हैंहीरामंडी पर भंसाली पहले फिल्म बनाने की सोच रहे थे, लेकिन फिर नेटफ्लिक्स को ये कहानी इतनी पसंद आई कि उन्होंने सीरीज की पेशकश कर दी। भंसाली के मुताबिक, हीरामंडी बनाने का विचार उन्हें 15 साल पहले उनके दोस्त मोईन बेग ने दिया था, लेकिन तब वह इस पर काम नहीं कर पाएभंसाली कहते हैं कि फिल्म के बजाय सीरीज पर काम करना बेहद कठिन है, क्योंकि अगर सीरीज बनाते समय एक भी महत्वपूर्ण शॉट छूट गया तो फिर स्क्रिप्ट पर वापस जाना पड़ता है। रिपोर्ट्स के मुताबिक, हीरामंडी को भंसाली ने मुगल-ए-आजम की तरह बनाया है। हर फ्रेम में कला का काम है।

शिंदा शिंदा नो पापा का पोस्टर हुआ रिलीज

पंजाबी एक्टर गिप्पी ग्रेवाल ने अपनी अपकमिंग फिल्म शिंदा शिंदा नो पापा का पहला लुक जारी किया, जिसमें उनके बेटे शिंदा हैं और साथ ही हिना खान भी हैं। इस फिल्म के जरिए बिग बॉस 11 की कंटेस्टेंट हिना पंजाबी इंडस्ट्री में डेब्यू कर रही हैं। सोशल मीडिया पर एक्टर ने फिल्म का पहला लुक शेयर किया, जिसमें हिना और गिप्पी को दरवाजे के पीछे छुपते हुए देखा जा सकता है, साथ ही उनका बेटा शिंदा हाथ फैलाए दरवाजे पर खड़ा है और चिल्लाता हुआ नजर आ रहा है। हिना ने ऑरेंज और ब्लू कलर की बॉडीकॉन ड्रेस और इसके साथ व्हाइट हील्स पहनी हैं। गिप्पी ने ऑरेंज कलर की टी-शर्ट और ब्लेक जींस पहनी हैं।

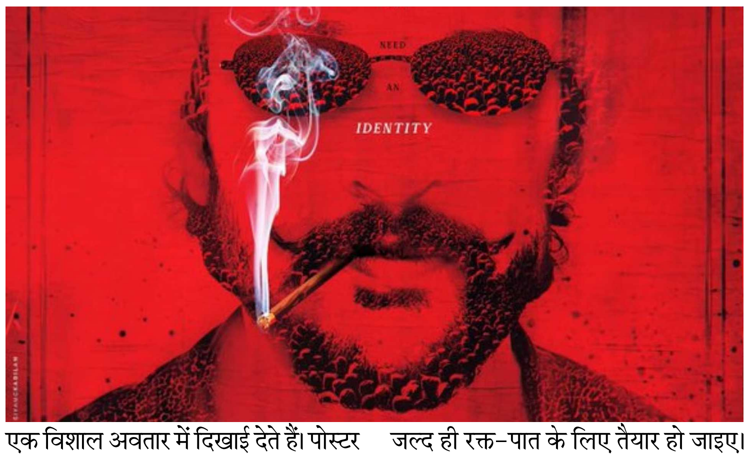
पोस्ट को शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा गया, शिंदा शिंदा नो पापा का फर्स्ट लुक जारी... 10 मई 2024 को सिनेमाघरों में मिलते हैं। पोस्ट के कमेंट सेक्शन में हिना के फैंस ने जमकर कमेंट किए। एक फैन ने लिखा, हिना खान के लिए इंतजार नहीं कर सकते, एक अन्य फैन ने लिखा, हिना की पहली पंजाबी फिल्म ब्लॉकबस्टर होने वाली है यह फिल्म अमरप्रीत जीएस छाबड़ा द्वारा निर्देशित, नरेश कथूरिया द्वारा लिखित और गिप्पी और रवनीत कौर ग्रेवाल द्वारा निर्मित है। यह 10 मई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

कमल हासन की इंडियन 2 की रिलीज डेट का हुआ खुलासा

बॉलीवुड और साउथ की मेगास्टार कमल हासन की अपकमिंग फिल्म इंडियन 2 का बेसब्री फैंस इंतजार कर रहे हैं। इस फिल्म के लिए कमल हासन लगातार सुर्खियों में बने हुए हैं। फिल्म से जुड़ी एक नई अपडेट सामने आ चुकी है। बीते दिन इंडियन 2 को लेकर अलग-अलग तरह के अटके लगाए जाते थे। अब इस पिक्चर की रिलीज डेट भी सामने आ चुकी है। कमल हासन की आने वाली फिल्म इंडियन 2 का इंतजार जल्दी फैंस के लिए खत्म होने वाला है। इस फिल्म को फेमस डायरेक्टर शंकर ने डायरेक्ट किया है। वही इंडियन 2 को लेकर लगातार दावा किया जा रहा है कि यह फिल्म इस साल 13 जून को सिनेमाघर में रिलीज होगी। हालांकि इसको लेकर अभी तक कोई भी आधिकारिक पुष्टि नहीं की गई है। कमल हासन बॉक्स ऑफिस पर ब्लॉकबस्टर फिल्में देने के लिए काफी फेमस है। ऐसे में फिल्म से भी इसी तरीके की उम्मीद लगाई जा रही है। फिल्म के अंदर कमल हासन के अलावाकाजल अग्रवाल, सिद्धार्थ, बॉबी सिम्हा, समुथिरकानी और नेदुमुदी वेणु, रकुल प्रीत सिंह, प्रिया भवानी शंकर, गुलशन ग्रोवर जैसे लीड किरदार शामिल है। खबरों के मुताबिक फिल्मों के अंदर मौजूद गाने को भी काफी अहमियत दी गई है। जिसे मशहूर सिंगर अनिरुद्ध द्वारा गाया गया है। रिपोर्ट्स की माने तो इंडियन 2 को 2 पार्ट्स में रिलीज किया जाएगा। फिलहाल डायरेक्टर शंकर राम चरण की फिल्म गेम चेंजर और इंडियन 2 की प्री प्रोडक्शन में बिजी है। डायरेक्टर के बारे में बता दे की रामचरण के साथ ये उनकी पहली फिल्म होने वाली है। जिसको लेकर चर्चा लगातार सामने आ रही है। डायरेक्टर शंकर दो बड़ी फिल्मों को एक साथ रिलीज करने वाले हैं, हालांकि यह वक्त ही बताएंगा कि उनकी कौन सी फिल्म किस तरह का कमाल करके दिखाती है। इसके साथ ही फिल्म के पहले पार्ट इंडियन की बात करेंतो 1996 में से रिलीज किया गया था। रिपोर्ट के मुताबिक इस फिल्म का बजट करीब 8 करोड़ का था और इस फिल्म में दुनिया भर में 60 करोड़ के करीब कारोबार को पूरा किया था।

नानी 33: नानी ने श्रीकांत ओडेला के साथ फिर मिलाया हाथ

दशहरा तिकड़ी, निर्देशक श्रीकांत ओडेला, अभिनेता नानी और निर्माता सुधाकर चेरुकुरी, एक नई फिल्म के लिए फिर से साथ आए हैं। पिछले साल उनकी फिल्म की रिलीज के ठीक एक साल बाद, नानी ने शनिवार को एक्स पर नई फिल्म की घोषणा की। एलान मात्र से ही फैंस का उत्साह सातवें आसमान पर पहुंच गया है।



एक्स पर घोषणा करते हुए, नानी ने आगामी फिल्म को पागलपन कहा, और श्रीकांत के साथ फिर से काम करने के लिए स्पष्ट रूप से अपना उत्साह जाहिर किया। उन्होंने लिखा, दशहरा आज एक साल का हो गया। इस अवसर पर नानी 33। एक श्रीकांत ओडेला पागलपन फिर से। 2023 में, श्रीकांत ने दशहरा से डेब्यू किया, जिसमें कीर्ति सुरेश और दीक्षित शेट्टी भी मुख्य भूमिकाओं में थे। यह फिल्म उस साल सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्मों में से एक थी।

घोषणा पोस्टर को लाल रंग से रंगा गया है, जो दर्शाता है कि फिल्म हिंसक होगी, जबकि नानी दाढ़ी और मूंछों के साथ एक विशाल अवतार में दिखाई देते हैं। पोस्टर में वह सिगार पीते हुए नजर आ रहे हैं। पोस्टर पर लिखा है, नेता बनने के लिए आपको किसी पहचान की आवश्यकता नहीं है। नानी के चेहरे और शरीर पर उनके अनुयायियों की भीड़ नजर आ रही है।

निर्माताओं द्वारा साझा किए गए एक प्रेस नोट में लिखा है, क्रांति शुरू होने से पहले हिंसा अपना सही रूप ले लेती है। श्रीकांत ने नानी को एक और पावर-पैक किरदार में पेश करने के लिए एक और विजेता स्क्रिप्ट तैयार की। नानी 33 के साथ जल्द ही रक्त-पात के लिए तैयार हो जाइए। इसके लिए अपना दिल थामकर बैठिए। जब यह अफवाह उड़ी कि श्रीकांत फिर से नानी के साथ काम करेंगे, तो कई लोगों को आश्चर्य हुआ कि क्या यह फिल्म दशहरा की अगली कड़ी होगी। हालांकि, यह फिल्म सीक्वल नहीं है, निर्देशक पूरी तरह से अलग विषय पर लिख रहे हैं। सुधाकर श्री लक्ष्मी वेंकटेश्वर सिनेमाज बैनर के तहत फिल्म का निर्माण कर रहे हैं। जबकि बाकी कलाकारों और क्रू की घोषणा अभी बाकी है। फिल्म 2025 की गर्मियों के दौरान रिलीज होगी।

टूटना मतलब दल का पतन

प्रो. नवल किशोर

किसी भी राजनीतिक दल के उदय, स्थापना और विस्तार में जन समर्थन ही मुख्य तत्व है। प्रायः चुनावी दंगल में किसी भी दल को हासिल जनादेश को तीन खंड में देखने की कोशिश की जाती है जिसे कोर वोट, समर्थन वोट और तिरती वोट की संज्ञा दी गई है।

इन तीनों में कोर वोट किसी भी दल की रीढ़ होती है। इसका टूटना मतलब उस दल का पतन। बाकी दोनों प्रकार के वोटों का ऊपर-नीचे होना स्वाभाविक है क्योंकि वह समसामयिक मुद्दों और अभियान पर निर्भर करता है।

राष्ट्रीय जनता दल की स्थापना 25 जुलाई 1997 को हुई जो लालू प्रसाद के लिए एक विपरीत कालखंड में हुआ करता था। एक तरफ वह अपनी लोकप्रियता की पराकाष्ठा पर थे वहीं दूसरी तरफ पशुपालन घोटाले के आरोप में उनकी राजनीतिक जीवन बिल्कुल संक्रमण काल से गुजर रही थी। ऐसी परिस्थिति में उन्होंने दो महत्त्वपूर्ण राजनीतिक फैसले लिए थे। पहला, जनता दल से अलग होकर राष्ट्रीय जनता दल (राजद) की गठन की घोषणा करना और दूसरी अपनी गिरफ्तारी से पूर्व राज्य सरकार के नेतृत्व परिवर्तन को अंतिम रूप देकर राबड़ी देवी को मुख्यमंत्री बनाना। उनके नेतृत्व में राजद की सरकार लगभग आठ साल (1997-2००5) तक रही थी।

उन्नीस सौ नब्बे के दशक में लालू प्रसाद यादव अपनी चुनावी सभाओं में कहा करते थे कि जब तक 'माय' का आशीर्वाद रहेगा तब तक कोई माई का लाल उन्हें सत्ता से बेदखल नहीं कर सकता। उन्होंने जेपी आंदोलन (1974), जनता पार्टी (1977) और जनता दल (1989) के रास्ते बिहार की राजनीति में करिश्माई नेतृत्व, स्वीकार्यता और लोकप्रियता अर्जित की। फिर एक खास परिस्थिति में राजद (1997) का गठन किया। यह उनके सक्रिय राजनीतिक हस्तक्षेप से अर्जित आत्मविश्वास की एक झलक थी। उसी दौर में केंद्र-राज्य के मद्देनजर झटकते हुए उन्होंने एलान किया कि वे घुटनना टेक नहीं बल्कि सीनातान मुख्यमंत्री हैं। इस प्रकार उनके नेतृत्व उभार से स्थापित होने में स्पष्टवादिता एक रोचक पक्ष रही है।

उनकी भूमिका मंडल आयोग रिपोर्ट को लागू कराना हो या आडवाणी को गिरफ्तार कर बिहार में रथयात्रा से संभावित दंगों को रोकने में हो, दोनों परिघटनाओं ने लालू प्रसाद यादव को पिछड़ों-अकलियतों के बीच बेहद लोकप्रिय बना दिया था। अपनी करिश्माई एवं जनवादी नीतियों के मद्देनजर वे समाजवाद, सामाजिक न्याय और सौहार्द के मुखर प्रवक्ता बन चुके थे। अपनी वाकपटुता और जन-संपर्क से राष्ट्रीय राजनीति में भी वे सदैव अग्रणी भूमिका में रहते थे। लगभग एक दशक (2००5-15) तक विपक्ष में रहने के बाद जब राजद सत्ता में वापस राजद सुप्रीमो लालू प्रसाद यादव ने संघ प्रमुख मोहन भागवत आरक्षण समीक्षा की बात को चुनाव प्रचार में भाजपा विरोध अस्त्र बनाने सफल रहे। परिणामस्वरूप भाजपा को करारी शिकस्त मिली।

राजद सबसे बड़े दल रूप में जीत हासिल की और तेजस्वी प्रसाद यादव विधायक दल के नेता निर्वाचित हुए। महागठबंधन सरकार में उपमुख्यमंत्री भी बने। लालू प्रसाद यादव की अनुपस्थिति उन्होंने एनडीए के खिलाफ बिहार विधानसभा (2०2०) चुनाव पढ़ाई, कमाई, दवाई, सिंचाई और कारवाई को अभियान का मुख्य बिंदु बनाने में सफल रहे। लगभग सत्रह महीने के कार्यकाल में नौकरी, जाति गणना और आबादी के हिसाब से हिस्सेदारी को तय करने में तेजस्वी ने अहम भूमिका निभाया। जनवरी 2०24 में नीतीश कुमार ने एक बार फिर महागठबंधन से नाता तोड़ा और राजद सरकार से बाहर हुए, लेकिन अल्पकालिक कार्यकाल में पांच लाख नौकरी देने के मुद्दे पर सभी जातियों के युवाओं के बीच तेजस्वी की स्वीकार्यता ज्यादा बढ़ती दिखी। उन्होंने कहा कि राजद सिर्फ माय की पार्टी नहीं बल्कि बाप (बीएएपी) की भी पार्टी है, जिसका तात्पर्य बहुजन, अगड़ा, आधी आबादी (महिला) और पुअर (गरीब) है। मूल आशय था कि यह पार्टी सभी जाति/धर्म के सदस्यों के लिए एक समान है।

अपने सीमित कार्यकाल में दिए पांच लाख नौकरी की चर्चा 'एनडीए के सत्रह साल बनाम सत्रह महीने' को सक्रिय अभियान का हिस्सा बनाया। दरअसल 'ए टू जेड' की राजनीति से तेजस्वी प्रसाद ने समाज के सभी धर्म/वर्ग/जातियों को जोडने की शुरुआत की है। इटली के सुविख्यात राजनीतिक विचारक निकोलो मैकियावेली ने की उक्ति यहां समुचित प्रतीत होता है - 'प्रत्येक राजनेता अपने समय-देशकाल का शिशु होता है। उसके समक्ष अपनी प्राथमिकताएं एवं चुनौतियां होती हैं।' दूसरे शब्दों में, कहा जा सकता है कि लालू प्रसाद यादव के 'माय' समीकरण की राजनीति आज व्यापक फलक को प्राप्त करता हुआ 'बीएएप' अर्थात समावेशी एवं समदर्शी राजनीति को प्राप्त कर चुका है। यह बिहार जैसे विविधतासम्पन्न राजनीतिक प्रदेश के लिए मील का पत्थर सरीखा उपलब्धि है। इससे समाज के प्रत्येक तबके का सतत एवं सामंजस्यपूर्ण विकास संभव हो सकेगा।

सू- दोकू क्र.133

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.132 का हल

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

इश्क विश्क रिबाउंड एक्ट्रेस नैला ग्रेवाल ने बताया शाहिद कपूर को अपना क्रश

आने वाली फिल्?म इश्क विश्क रिबाउंड में नजर आने वाली अभिनेत्री नैला ग्रेवाल ने बताया कि उन्?हें एक समय पर एक्?टर शाहिद कपूर पर क्रश था।

इश्क विश्क रिबाउंड में नैला के अलावा रोहित सराफ, पश्मीना रोशन और जिबरान खान भी हैं। फिल्म का निर्देशन निपुण अविनाश धर्माधिकारी ने किया है।

मूल फिल्म इश्क विश्क से प्रभावित होने के बारे में बात करते हुए एक्ट्रेस ने कहा, मैंने इश्क विश्क कई बार देखी है और बड़े होते हुए शाहिद कपूर मेरे क्रश हो गए थे। अब इस फिल्म के नए वर्जन इश्क विश्क रिबाउंड में अवसर पाना वास्तव में एक सपने के सच होने जैसा है। यह एक क्लासिक को फिर से देखने का एक शानदार अवसर है।

नैला को रवि किशन के साथ नेटफ्लिक्स पर रिलीज हुई स्ट्रीमिंग सीरीज मामला लीगल है में भी देखा गया था। यह सीरीज अब अपने दूसरे सीजन के साथ वापसी के लिए तैयार है।

कुपोषण की भयावह समस्या से जूझती पूरी दुनिया

-डॉ. अनीता मोदी

भूख की आग मानव विकास के नाम पर कलंक है, मानव अस्तित्व पर प्रश्न चिन्ह है। विश्व में 'भूख' कुपोषण व अल्पपोषण की ब?ती ज्वाला पर चिन्ता अभिव्यक्त करते हुए संयुक्त राष्ट्र ने यह तथ्य उजागर किया है कि विश्व के लगभग 8० करो? लोग कुपोषण के शिकार हैं, जो कि समस्त विश्व के लिए शर्मनाक है। कुपोषण से जुझते इन अबोध बालकों पर सदैव मौत की तलवार लटकती रहती है, कुपोषण की वजह से कितने ही बच्चे अकाल मौत का शिकार हो जाते हैं, कितने ही बच्चे असाध्य रोगों के शिकंजे में जक? जाते हैं। विडम्बना है कि हमारे बच्चों पर कुपोषण व अल्पपोषण को काली छाया का संकट मंडरा रहा है। देश के एक तिहाई बच्चों पर कुपोषण का मंडराता संकट देश में संचालित सभी योजनाओं, गरीबी निवारण व रोजगार कार्यक्रमों की सार्थकता पर प्रश्न चिन्ह लगा रही है। संयुक्त राष्ट्र खाद्य एवं कृषि संगठन द्वारा जारी रिपोर्ट में भी यह तथ्य बताया गया है कि देश की 15 से 49 आयु की आधी प्रतिशत महिलाएं खून की कमी से जूझ रही है तथा पांच वर्ष से कम आयु के 38.4 प्रतिशत बच्चों की लंम्बाई उनकी आयु के मुताबिक कम पाई गई है जिसके लिए कुपोषण व अल्पपोषण ही जिम्मेदार है। संयुक्त राष्ट्र खाद्य एवं कृषि संगठन द्वारा जारी रिपोर्ट में भारत में कुपोषित लोगों की संख्या 19 करो? दर्ज की गई है जो कि देश के लिए चिन्ता जनक व विचारणीय तथ्य है।

निसंदेह रूप से, बच्चों के शारीरिक, मानसिक व बौद्धिक विकास के लिए पर्याप्त पोषकाहार आवश्यक है। 'खाद्य सुरक्षा' सुनिश्चित करने तथा अल्पपोषण व कुपोषण के ब?ते तूफान को रोकने के लिए सरकार के द्वारा अनेक नीतियों, कार्यक्रमों व योजनाओं को क्रियान्वित किया जा रहा है। किन्तु इन सबके बावजूद भी हकीकत यही है कि देश में कुपोषण का आंक?ा चिन्ताजनक है।

'गरीबी' ही वह मूलभूत कारण है जिसकी वजह से बच्चों को भरपेट भोजन उपलब्ध नहीं होता है, पर्याप्त पोषक आहार की कल्पना तो निरर्थक प्रतीत होती हैं। क्रय शक्ति की अपर्याप्तता के कारण गरीब वर्ग ही खाद्य सुरक्षा के सर्वाधिक शिकार है। हमें इस तथ्य पर विचार करना होगा कि केवल योजनाओं का श्रीगणेश करके गरीबी व बेरोजगारी जैसे दानवों का अंत करना संभव नहीं है। असली तथ्य यह है कि इन योजनाओं को प्रभावशील एवं परिणामोंन्मुखी बनाने के लिए कठोर कदम यथाशीघ्र उठाए जाए ताकि देश को चंगुल कुपोषण से मुक्त किया जा सके तथा 'खाद्य सुरक्षा' जैसे उद्देश्य को यर्थाथ रूप से प्राप्त किया जा सके। इस संदर्भ में यह भी तथ्य उल्लेखनीय है कि गरीबी रेखा से नीचे जीवन यापन कर रहे लोगों की संख्या का अनुमान सही पद्धति से एवं सही रूप से आकलित किया जाए अन्यथा अनेक गरीब लोग 'खाद्य सुरक्षा' की परिधि में समावेशित होने से वंचित रह जाएंगे।

कुपोषण को कम करने जैसे महत्वपूर्ण व ज्वलन्त उद्देश्य की प्राप्ति के लिए सर्वप्रथम खाद्यान्नों के उत्पादन में वृद्धि करनी होगी। कृषि भारत की आत्मा है इस मूलमंत्र को दृष्टिगत रखते हुए कृषि पर मंडराते संकट के बादलों को हटाने की भरसक कोशिश करनी होगी। इस के लिए कृषि के विकास, कृषिगत उत्पादकता में वृद्धि तथा कृषकों में खेती के प्रति आकर्षण को ब?ाने के लिए प्रभावी व्यूह रचना का सफल क्रियान्वयन सुनिश्चित करना आवश्यक है। कितनी वि?म्बना है कि एक तरफ कुपोषण व अल्पपोषण की मंडराती छाया विशालकाय होती जा रही है, भूखों की सूची में देश निचले पायदान पर खिसकता जा रहा है, वहीं दूसरी तरफ ऐसा अनुमान प्रस्तुत किया गया है कि देश में होने वाले कुल खाद्यान्न उत्पादन का दसवा हिस्सा प्रति वर्ष पर्याप्त व यथेष्ट संरक्षण व्यवस्था का प्रावधान नहीं होने से बर्बाद हो जाता है।

देश में खाद्यान्न भंडारण व रखरखाव की समुचित व पर्याप्त व्यवस्था करके ही खाद्य सुरक्षा, समावेशी विकास तथा कुपोषण व अल्पपोषण में कमी जैसे लक्ष्यों की प्राप्ति संभव है। अतः सरकार को नए गोदामों के निर्माण के लिए सार्वजनिक निजी साझेदारी पद्धति को प्रोत्साहित करना चाहिए। प्रत्येक पंचायत में खाद्यान्न बैंकों की स्थापना करके किसानों को वैज्ञानिक भंडारण के लिए ऋणों की आपूर्ति तथा परम्परागत खाद्यान्न भंडारण व्यवस्था को अपनाकर देश को कुछ सीमा तक खाद्य संकट से मुक्त कराना संभव है एवं कुपोषण से जुझते लोगों को जीवनदान दिया जा सकेगा। कुपोषण की इस भयावह समस्या के लिए विश्व खाद्य कार्यक्रम की रिपोर्ट में लक्षित सार्वजनिक वितरण प्रणाली, अपूर्ण सूचना, पारिवारिक विशेषताओं के अनुचित मापन, भ्रष्टाचार व अदक्षता को जिम्मेदार ठहराया गया है। इस संदर्भ में यह आवश्यक है कि सार्वजनिक वितरण प्रणाली को सार्वभौम, मजबूत एवं पारदर्शी बनाया जाए तथा इसका क्रियान्वयन ईमानदारी पूर्वक किया जाए।

सरकार ने कुपोषण की इस भयावह समस्या का समाधान करने के लिए राष्ट्रीय पोषण मिशन को गठित किया है ताकि विभिन्न मंत्रालायों द्वारा संचालित योजनाओं व कार्यक्रमों में समन्वय स्थापित किया जा सके। इस मिशन का मुख्य उद्देश्य पोषण को जन आंदोलन का स्वरूप प्रदान करना है तथा पोषण केन्द्रों की स्थापना करके कुपोषण के स्तर को कम करना है।

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने सचिवालय में राज्य में ग्रीष्मकाल के दौरान जंगलों में आग लगने की संभावनाओं के दृष्टिगत वनाग्नि रोकने की तैयारियो के संबंध में वन विभाग की समीक्षा बैठक ली । बैठक में प्रमुख सचिव आर के सुधांशु सहित वन विभाग के अन्य संबंधित अधिकारी मौजूद रहे।

चोरी की एक्टिवा के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी की एक्टिवा 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 भण्डारी बाग निवासी महिपाल धीमान पुत्र रुपराम द्वारा उनके घर के बाहर खडी उनकी एक्टिवा को किसी अज्ञात व्यक्ति द्वारा चोरी कर ले जाने के सम्बन्ध में मुकदमा दर्ज कराया था। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। घटना के खुलासे हेतु पुलिस टीम द्वारा घटना स्थल का मुआयना कर आस-पास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेजों से घटना में शामिल आरोपियों के संबंध में जानकारी एकत्रित की गई।

पुलिस टीम द्वारा किये जा रहे लगातार प्रयासों से पुलिस टीम द्वारा सूखा तालाब कूड़े दान के पास से घटना में शामिल जहाँगीर आलम पुत्र मसरुर अहमद निवासी ग्राम माधवपुर हसरतपुर बडी मस्जिद के पास थाना गंगनहर रुडकी जिला हरिद्वार को चोरी की एक्टिवा के साथ गिरफ्तार किया गया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

ट्रैक्टर से सामान चोरी करने पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। ट्रैक्टर से सामान चोरी करने पर नामजद मुकदमा दर्ज कर पुलिस ने आरोपी की तलाश शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार खुशहालपुर निवासी अफजल ने सहसपुर थाने मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका महेन्द्रा ट्रैक्टर घर के बाहर खडा था। गांव के ही सोहेल पुत्र फारूख ने उसके ट्रैक्टर से हीच, लिप्ट व चार पीन चोरी कर ली है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी।

मकान का ताला तोड लाखों के जेवरात व नगदी चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने मकान का ताला तोड वहां से लाखों रूपये के जेवरात व नगदी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सत्संग भवन के पास डोईवाला निवासी राकेश बिष्ट ने डोईवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह परिवार के साथ बाहर गया था। आज जब वह वापस आया तो उसने देखा कि उसके मकान का ताला टूटा हुआ था तथा अन्दर सारा सामान बिखरा हुआ था। चोर उसके यहां से 25 हजार रूपये नगद व लाखों रूपये के जेवरात चोरी कर लिये है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चार धाम यात्रा का पंजीकरण....

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

मार्गो पर जन सेवाओं की बहाली तक तमाम काम अभी किए जाने हैं।

सभी चारों धामों के कपाट खुलने की तारीख है तय हो चुकी है। केदार धाम, गंगोत्री व यमुनोत्री धामों के कपाट 10 मई को खोले जाने का समय व मुहूर्त तय हो चुका है जबकि बद्रीनाथ धाम के कपाट 12 मई को खोले जाएंगे 10 मई से यात्रा का शुभारंभ हो जाएगा। जिसके लिए आज से पर्यटन विभाग द्वारा पंजीकरण शुरू कर दिए गए हैं। आज पंजीकरण शुरू होते ही पहले दो घंटों में 7 बजे से 9 बजे तक 4 हजार से अधिक श्रद्धालुओं ने अपने पंजीकरण कराए हैं। जो यात्रा पर आने वालों के उत्साह का प्रतीक है। लेकिन शासन-प्रशासन के सामने सबसे बड़ी चुनौती समय रहते तैयारियों को पूरा करने की है। यात्रा शुरू होने में 25 दिन शेष बचे हैं। धामों में तथा यात्रा मार्गों व पड़ावों पर यात्रियों के रहने व खानपान की व्यवस्था करने से लेकर मार्ग को तैयार करने का काम अत्यंत ही कठिन है। हेमकुंड साहिब की यात्रा भी 10 मई से ही शुरू होगी लेकिन मार्ग पर कई-कई फीट बर्फ जमा है। देखना होगा कि यह तैयारी कब तक पूरी हो पाती है। बीते साल यात्रा पर रिकॉर्ड 56 लाख श्रद्धालु पहुंचे थे जिनकी संख्या में और बढ़ोतरी की उम्मीद जताई जा रही है।

गणेश जोशी ने घायल महिला को अपने निजी वाहन से पहुंचाया अस्पताल

संवाददाता

देहरादून। सडक हादसे में घायल महिला को कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने अपने निजी वाहन से अस्पताल पहुंचाया।

आज यहां कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने सड़क हादसे में घायल महिला को अपने निजी वाहन से अस्पताल पहुंचाया। कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी गत चुनाव प्रचार तथा मसूरी में आयोजित होने वाले भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा और मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की जनसभा के कार्यक्रम स्थल मसूरी (गांधी चौक) के निरीक्षण करने पहुंचे थे। वहां से देर रात जब वे वापस लौट रहे थे, तो उन्हें करीब साढ़े ग्यारह बजे राजपुर रोड़ में एक सड़क दुर्घटना में घायल महिला दिखी। घायल महिला मन्नत जो देहरादून राजपुर रोड़ में ही एक निजी कैफे में

नौकरी करती है और वह वहां से अपने घर आ रही थी।

कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने सड़क पर घायल को देख कर अपना काफिला रुकवाया और घायल की मदद करते हुए उसे तत्काल अपने निजी वाहन से दून अस्पताल पहुंचाया। कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने मौके पर ही अस्पताल प्रशासन से फोन पर वार्ता कर घायल का तत्काल उपचार करने के निर्देश दिए। एक बार फिर कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी का मानवीय चेहरा नजर आया है।

परचून के खोखे में आग लगाने पर पति पत्नी के खिलाफ मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। वृद्ध व्यक्ति के परचून के खोखे में आग लगाने पर पुलिस ने पति पत्नी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार जमनीपुर नयां गांव निवासी राजकुमार ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह वृद्ध व बीमार व्यक्ति है जिसके कारण वह भारी काम नहीं कर सकता है। उसने डेढ वर्ष पहले सुशील कुमार की भूमि में कच्ची दुकान लकडी तिरपाल छप्पर वाली में परचून का थोडा सामान रखकर गुजर बसर करता चला आ रहा है। उसके द्वारा सुशील कुमार की सहमति से उक्त कच्ची दुकान बनायी थी। दुकान कुर्सियां, चारपायी व खाने पीने का सामान रखा है। 10 अप्रैल को जमनीपुर निवासी अनिल कुमार ने उसके पास आकर कहा कि दुकान यहां से हटा ले नहीं तो उसमें आग लगा दूंगा और उसके साथ गाली गलौच कर वहां से चला गया। अगले दिन अनिल कुमार व उसकी पत्नी भारती व उसके पुत्र देवांश उर्फ सेतु के साथ मिलकर उसकी कच्ची दुकान में आग लगा दी। गांव वालों ने आग बूझाने का प्रयास किया लेकिन तब तक उसकी दुकान चलकर राख हो गयी थी।

लोकसभा चुनाव की तैयारियों को लेकर समीक्षा बैठक आयोजित

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। एसएसपी प्रमेन्द्र डोबाल की अध्यक्षता में पुलिस लाइन रोशनाबाद स्थित सम्मेलन कक्ष में आज आगामी लोकसभा चुनाव की तैयारियों को लेकर समीक्षा बैठक आयोजित की गई। बैठक में जनपद के सभी पुलिस अधिकारियों द्वारा प्रतिभाग किया गया।

बैठक के दौरान कप्तान प्रमेन्द्र डोबाल द्वारा चुनाव ड्यूटी हेतु अन्य राज्यों से हरिद्वार पहुंचे केन्द्रीय अर्द्धसैनिक बलों एवं होमगाड्र्स की ठहरने एवं खाने की व्यवस्थाओं के बारे में जानकारी प्राप्त करने के पश्चात मातहतों से लोकसभा चुनाव को सकुशल सम्पन्न कराने के लिए अब तक गुण्डा/गैंगस्टर एक्ट एवं 107/116 सीआरपीसी के तहत अब तक की गई कार्यवाही का लेखा-जोखा मांगकर दिनांक 19 अप्रैल को होने वाले मतदान से पूर्व 72 घन्टे एवं 48 घन्टे में की जाने वाली कार्यवाही को लेकर योजना तैयार की गयी।

तत्पश्चात पोस्टल बैलट के माध्यम से पुलिस कर्मियों द्वारा अब तक किये गये मतदान एवं शेष कर्मचारियों के प्राप्त ईडीसी की अद्यावधिक स्थिति को जांचा गया। जनपद को प्राप्त अर्द्धसैनिक बल एवं होमगार्ड्स के माध्यम से आगामी दिनों में की जाने वाली कार्यवाही एरिया सर्चिंग/ फ्लैग मार्च/चैकिंग की कार्ययोजना को अन्तिम रूप देने के पश्चात एसएसपी प्रमेन्द्र डोबाल द्वारा दिनांक 18 अप्रैल को केन्द्रीय विद्यालय बीएचईएल से पोलिंग पार्टियों के रवाना होने एवं दिनांक 19 अप्रैल को पोलिंग के दौरान कानून व्यवस्था,यातायात प्रबन्धन एवं पार्किंग को अन्तिम रूप दिया गया।

मेहंदी से कमल बनाकर माला राज्य लक्ष्मी शाह के पक्ष में मांगे वोट

संवाददाता

देहरादून। महिलाओं के हाथों में मेहंदी से कमला का फूल बनाकर टिहरी लोकसभा से भाजपा प्रत्याशी माला राज्य लक्ष्मी शाह के पक्ष में वोट मांगे।

आज यहां डोभाल वाला क्षेत्र में वरिष्ठ भाजपा नेत्री श्रीमती सरिता गॉड के निवास पर महानगर उपाध्यक्ष डॉक्टर बबीता सहोत्रा, कंचन ठाकुर, इंदुबाला महिलाओं के हाथों पर मेहंदी से कमल का फूल बनाकर महारानी माला राज्य लक्ष्मी शाह के लिए मतदान करने की अपील की।

इस अवसर पर बबीता सहोत्रा ने कहा कि मोदी ने हम महिलाओं की पीड़ा को समझा है महिलाओं के लिए

उज्जवला गैस कनेक्शन शौचालय का निर्माण करवाया गया है, जनधन खाता खुलवाए गए हैं। मोदी व पुष्कर धामी सरकार महिलाओं के पक्ष में कार्य कर रही है इसलिए हमें भी ऐसी सरकार को अपना मूल्य वोट देना चाहिए जो महिला हितेषी हो। मोदी ने माला राज्य लक्ष्मी शाह को टिकट देकर हम महिलाओं का मान बढ़ाया है 19 अप्रैल को कमल का बटन दबाकर विजय बनाए। इस अवसर पर श्रीमती कुसुम लता शर्मा, दर्शन, खुशी, पूजा, महक, रश्मि, शकुंतला, राधा, गीत बड़ी संख्या में महिलाओं ने अपने हाथों पर कमल का फूल बनवाया।

एक नजर

कैब ड्राइवर की गोली मारकर हत्या, सड़क किनारे सो रहे भिखारी को भी लगी गोली

नई दिल्ली। देश की राजधानी दिल्ली में लाल किला के पास देर रात एक कैब ड्राइवर की गोली मारकर हत्या कर दी गई। इस दौरान सड़क किनारे सो रहे भिखारी को भी गोली लगी है। यह घटना रात 12 बजे की है, जब एक कैब ड्राइवर अंगूरी बाग लाल किला की रेड लाइट के पास पहुंचा। दरअसल, कैब ड्राइवर की कार बैटरी रिक्शा वाले से टकरा गई और तभी दोनों के बीच बहस हुई। इस दौरान एक स्कूटी पर महिला के साथ सवार लड़का वहां आकर रूका। वहीं दो अन्य लड़के ऑटो में थे, वह भी रुक गए। सभी कैब ड्राइवर से भिड़ गए। तभी उन्हीं में से किसी ने पिस्टल निकाली और गोलियां चलानी शुरू कर दी। गोली कैब ड्राइवर साकिब के पेट में लगी और पास में सो रहे एक भिखारी के पैर में गोली लग गई। वारदात को अंजाम देने के बाद आरोपी मौके से फरार हो गए। घायल कैब ड्राइवर को लोकनायक अस्पताल में भर्ती कराया गया, जहां इलाज के दौरान उसकी मौत हो गई। जबकि भिखारी लड़के का अस्पताल में इलाज जारी है। पुलिस ने जब घटनास्थल की जांच की तो मौके से 4 से 5 खोखे मिले। ये पूरी घटना सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई है।

कनाडा में 24 वर्षीय भारतीय छात्र की गोली मारकर हत्या

ओटावा। कनाडा के दक्षिण वैंकूवर में एक भारतीय छात्र की हत्या की घटना प्रकाश में आई है। स्थानीय पुलिस ने कहा है कि कनाडा के दक्षिण वैंकूवर में एक कार के अंदर भारत के 24 वर्षीय छात्र की गोली मारकर हत्या कर दी गई। विदेशी मीडिया की खबरों के अनुसार घटना 12 अप्रैल को रात करीब 11 बजे की बताई जा रही है। जब निवासियों ने गोलियों की आवाज सुनने के बाद कनाडा के अधिकारियों को 55 ईस्ट एवेन्यू और मेन स्ट्रीट पर बुलाया। तब 24 वर्षीय चिराग को इलाके में एक वाहन के अंदर मृत पाया गया। अभी इस मामले में कोई गिरफ्तारी नहीं हुई है और जांच जारी है।

चिराग के भाई रोनित ने पत्रकारों को बताया कि सुबह जब उनकी फोन पर बात हुई तो चिराग खुश लग रहे थे। बाद में उसने कहीं जाने के लिए अपनी ऑडी निकाली, तभी उनकी गोली मारकर हत्या कर दी गई। घटना के बाद कांग्रेस की छात्र शाखा नेशनल स्टूडेंट्स यूनियन ऑफ इंडिया के प्रमुख वरुण चौधरी ने एक्स पर एक पोस्ट में विदेश मंत्रालय को टैग करते हुए छात्र के परिवार को सहायता देने का अनुरोध किया।उन्होंने लिखा, कनाडा के वैंकूवर में एक भारतीय छात्र चिराग की हत्या के संबंध में तत्काल ध्यान दें। हम विदेश मंत्रालय से जांच की प्रगति की बारीकी से निगरानी करने और यह सुनिश्चित करने का आग्रह करते हैं कि तेजी से न्याय मिले।

कोर्ट ने केजरीवाल की न्यायिक हिरासत 23 अप्रैल तक बढ़ाई

नई दिल्ली। राउज एवेन्यू कोर्ट ने दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल की न्यायिक हिरासत 23 अप्रैल तक बढ़ा दी है।केजरीवाल की 15 दिनों की न्यायिक हिरासत सोमवार को खत्म हो रही थी जिसके बाद आज सोमवार को तिहाड़ जेल से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिए राउज एवेन्यू कोर्ट में केजरीवाल की पेशी हुई और कोर्ट में उन्हें पेश किया गया, जहां अदालत ने उन्हें अब 23 अप्रैल तक के लिए न्यायिक हिरासत में भेज दिया है। आज ही राउज एवेन्यू कोर्ट ने दिल्ली शराब घोटाले की सह-अभियुक्त के कविता की न्यायिक हिरासत भी 23 अप्रैल तक बढ़ा दी है।

आम आदमी पार्टी संयोजक अरविंद केजरीवाल को ईडी ने दिल्ली शराब घोटाला मामले में पूछताछ के बाद गिरफ्तार किया था और तिहाड़ जेल भेज दिया था। दिल्ली हाई कोर्ट से ईडी के द्वारा दंडात्मक कार्रवाई से सुरक्षा देने से इनकार करने के बाद केजरीवाल को 21 मार्च की रात को ईडी ने उनके घर से गिरफ्तार कर लिया था। इससे पहले सुप्रीम कोर्ट में दिन में अरविंद केजरीवाल की गिरफ्तारी के खिलाफ दायर की गई याचिका पर सुनवाई हुई जिसमें कोर्ट ने ईडी से जवाब मांगा है। न्यायमूर्ति संजीव खन्ना और न्यायमूर्ति दीपांकर दत्ता की शीर्ष अदालत की पीठ ने ईडी से इस मामले में 24 अप्रैल तक जवाब देने को कहा और कहा कि मामले की सुनवाई 29 अप्रैल से शुरू होने वाले सप्ताह में की जाएगी।

बंसत विहार क्षेत्र में हुई लूट मामले में दून पुलिस को 'रावण' की तलाश

हमारे संवाददाता

देहरादून। बसंत विहार क्षेत्र में कारोबारी के परिवार को बंधक बनाकर डकैती मामले में जहां पुलिस ने मुठभेड़ के बाद दो बदमाशों सहित तीन को गिरफ्तार कर लिया है। वहीं पुलिस अब इस मामले में फरार चल रहे बदमाशों के साथी और घटना के मास्टर माइंड कपिल कुमार उर्फ रावण सहित दो की तलाश में छापेमारी कर रही है। जिनके खिलाफ कई संगीन मामले अलग-अलग जनपदों में दर्ज है।

बीते शनिवार को थाना बसंत विहार क्षेत्रान्तर्गत पर्ल हाइट सोसाइटी में अज्ञात बदमाशों द्वारा कारोबारी विकास त्यागी के फ्लैट में हथियारों की नोंक पर परिवार को बंधक बनाकर डकैती की घटना को अंजाम दिया गया था। मामले की गम्भीरता को देखते हुए एसएसपी देहरादून द्वारा घटना के खुलासे के लिए तत्काल अलग-अलग टीमों का गठन किया गया। टीमों के अथक प्रयासों के बाद पुलिस ने घटना की रैकी करने वाले 1 बदमाश ओमवीर को बीते रोज डाट काली मन्दिर से आगे सहारनपुर हाइवे से गिरफ्तार किया गया। जिसके पास से घटना मे लूटे गये 3 लाख 50 हजार रूपये बरामद किये गये। पूछताछ में बदमाश ओमवीर

ने बताया कि उसके द्वारा अपने परिचित शुभम त्यागी के कहने पर पर्ल हाईट सोसाइटी में रहने वाले विकास त्यागी के घर की रैकी की गयी थी। तथा घटना के दिन शुभम त्यागी, कपिल कुमार उर्फ रावण व मौहम्मद फुरकान पुत्र मुस्तकीम तथा मौहम्मद वसीम निवासी चरथावल मुजफ्फरनगर को विकास त्यागी के सम्बंध में जानकारी देते हुए टैक्सी के माध्यम से उन्हे घटनास्थल पर छोड़ा गया था। इस बीच पुलिस को जानकारी मिली कि डकैती की इस घटना के दो आरोपी बाइक से देहरादून की ओर आ रहे है। जिस पर पुलिस द्वारा बदमाशों की तलाश में आशारोड़ी पर चैकिंग अभियान चलाया गया। इस दौरान बाइक सवार दो संदिग्ध लोगों को रोका गया तो वह बाइक मोड़कर साथ ही पुलिस पर फायरिंग कर भागने लगे। फायरिंग में एक उपनिरीक्षक सुनील नेगी के बांये पैर पर गोली लग गई, आत्मरक्षा में पुलिस द्वारा की गई फायरिंग में एक बदमाश मौहम्मद फुरकान के पैर पर गोली लगी साथ ही दूसरे को दबोच लिया गया। जिनसे लूटे गये कुछ जेवरात , एक पिस्टल मय कारतूस व तमंचा बरामद हुआ।

पूछताछ में बदमाशों ने बताया कि उनके गांव के रहने वाले कपिल कुमार उर्फ रावण के माध्यम से उनकी मुलाकात शुभम त्यागी से हुई थी, जिसके द्वारा उन्हे विकास त्यागी की जानकारी दी गयी और बताया गया कि यदि उसके घर पर लूट की घटना को अजांम दिया जाये तो उसमें काफी माल मिल सकता है। जिसके बाद योजना के मुताबिक कपिल कुमार उर्फ रावण तथा वह दोनो 13 अप्रैल को मुजफ्फरनगर से देहरादून पहुंचे, जहां ट्रांसपोर्ट नगर में उन्हें शुभम त्यागी तथा ओमवीर मिले, जिनके द्वारा तीनो बदमाशों को टैक्सी के माध्यम से पर्ल हाइट सोसाइटी के गेट पर छोड़ा, जहां कपिल कुमार उर्फ रावण तथा दोनो बदमाशों द्वारा विकास त्यागी के फ्लैट में हथियारो के बल पर लूट की घटना को अजांम दिया गया तथा शुभम त्यागी तथा ओमवीर ने सोसाइटी के बाहर रूककर आने जाने वाले लोगो पर नजर रखी गयी। पुलिस अब मामले में शुभम त्यागी व कपिल कुमार उर्फ रावण की तलाश कर रही है।

दो मन्दिरों में चोरी कर भाग रहे युवक को लोगों ने पकड़ पुलिस को सौंपा

देहरादून (सं)। दो मन्दिरों में चोरी कर भाग रहे युवक को लोगों ने पकडकर पुलिस के हवाले किया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार ग्राम द्राथरा निवासी अनिश कुमार ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि ग्राम ढलानी के भैरव मन्दिर व शिव मन्दिर में एक चोर घुस गया जिसने मन्दिरों से एमप्लिफाइयर, एक पितल का लोटा, पितल की घन्टी, पैन ड्राइव, कान्सा की थाली अन्य सामान व नगदी चोरी कर लिये। जब वह वहां से सामान लेकर भागने की फिराक में था तो लोगों ने उसको पकड लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम अमन पुत्र जगत निवासी ग्राम फुलसेनी कोटडा संतोर बताया। जिसको उन्होंने पुलिस के हवाले कर दिया।

मोटरसाईकिल चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने घर के बाहर खडी मोटरसाईकिल चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार कोटि रोड हरिपुर निवासी हीरा सिंह ने कालसी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपनी मोटरसाईकिल घर के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मुख्य सचिव ने निष्पक्ष मताधिकार का प्रयोग करने की दिलायी शपथ

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने सचिवालय में अधिकारियों कर्मचारियों को निष्पक्ष, निर्भीक होकर मतदान करने की शपथ दिलायी।

आज यहां मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने सचिवालय में समस्त अधिकारियों /कार्मिको को मताधिकार की शपथ दिलवाई। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने सचिवालय के सभी अधिकारियो /कार्मिकों को अपने देश की लोकतांत्रिक परंपराओं की मर्यादाओं को बनाए रखने तथा स्वतंत्र, निष्पक्ष एवं शांतिपूर्ण निर्वाचन की गरिमा को अक्षुण्ण रखते हुए, निर्भीक होकर धर्म, वर्ग, जाति, समुदाय, भाषा अथवा अन्य किसी भी प्रलोभन से प्रभावित हुए बिना निर्वाचन में अपने मताधिकार का प्रयोग करने की शपथ दिलवाई। इस अवसर पर मुख्य निर्वाचन अधिकारी बी वी आर सी पुरुषोत्तम, अतिरिक्त मुख्य निर्वाचन अधिकारी विजय कुमार जोगदंडे सहित सचिवालय के सभी अधिकारी तथा कर्मचारी उपस्थित थे।

स्कूटी सवारों ने लूटा मोबाइल

संवाददाता

देहरादून। स्कूटी सवार बदमाशों ने युवक से मोबाइल लूट लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नया नगर सेवला खुर्द निवासी अनिल कुमार ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह ट्रांसपोर्ट नगर में लाल गेट के पास मोबाइल पर बात करते हुए जा रहा था तभी स्कूटी सवार दो लोग उसके पास आये और उसके हाथ से मोबाइल लूटकर भाग गये। उसने शोर मचाया लेकिन तब तक वह आंखों से ओझल हो गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी 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।