बुधवार
01 मई 2024

पृष्ठ 4

वॉशिंग मशीन में कॉटन के कपड़े धोते समय...

पृष्ठ 5

नायरा बनर्जी बिग बॉस ओटीटी 3...

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 92
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

जिस प्रकार रात्रि का अंधकार केवल सूर्य दूर कर सकता है, उसी प्रकार मनुष्य की विपत्ति को केवल ज्ञान दूर कर सकता है।

— नारदभक्ति

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

एक ईमेल और दहल गई दिल्ली

❑स्कूलों को बम से उड़ने की धमकी, तमाम स्कूल बंद

विशेष संवाददाता

नई दिल्ली। आज की सुबह दिल्ली वासियों के लिए एक नई मुसीबत लेकर आई। राजधानी दिल्ली और एनसीआर के लगभग सौ स्कूलों का स्टाफ जैसे ही स्कूल पहुंचा तो ईमेल के जरिए आए एक मैसेज जिसमें स्कूल में अत्याधुनिक डिवाइस सेट करने की बात कहते हुए बम से उड़ने की धमकी दी गई थी, को पढ़ने ही हड़कम मच गया। दिल्ली पुलिस के सभी मुख्यालयों में अलग-अलग स्कूलों द्वारा 7 से 8 बजे के बीच सूचनाएं दिए जाने से पूरे पुलिस महकमें में हड़कंप मच गया।

सूचना मिलते ही राजधानी की पूरी पुलिस फोर्स लाव-लश्कर के साथ इन स्कूलों की ओर दौड़ लगाती दिखी। अभी बच्चे स्कूल पहुंचे ही थे कि उन्हें बिना किसी पैनिक के किसी तरह से अपने-अपने घर भेजना शुरू कर दिया गया जिन बच्चों के अभिभावक बच्चों को खुद छोड़ने आते थे उन्हें भी फोन कर बुलाया गया और बच्चों को सुरक्षित उनके हवाले कर दिया गया। जिसके बाद मौके पर बम निरोधक दस्ते और अग्निशमन के पुख्ता इंतजाम कर स्कूलों के चप्पे-चप्पे की तलाशी शुरू की गई जो समाचार लिखे जाने तक जारी थी।

❑सुबह 4 से 5 बजे के बीच एक साथ भेजा मैसेज
❑पुलिस प्रशासन में हड़कंप, छानबीन जारी
❑एक ही आईपी एड्रेस से विदेशी सर्वर से आया मैसेज

प्रारंभिक दौर में 6 स्कूलों से ऐसी सूचनाओं मिली लेकिन 1 घंटे के अंदर ही यह स्कूलों की संख्या 6 से बढ़कर 60 तक पहुंच गई। वही एनसीआर और गाजियाबाद तक के स्कूल भी इसकी चपेट में आ गए। इन स्कूलों की पूरी तलाशी लेने में पुलिस महकमें की भी सांसें फूल गई। क्योंकि मामला बच्चों की सुरक्षा से जुड़ा था और इसका दायरा पूरी दिल्ली व एनसीआर तक फैला था दोपहर तक पूरा पुलिस महकमा जब अधिकांश स्कूलों की जांच कर चुका था तब गृह मंत्रालय द्वारा भी इसे एक अफवाह बताते हुए कहा गया कि घबराने की कोई बात नहीं है। लेकिन इसके बीच भी इस घटना को मामूली बात कहकर नहीं ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

नशा मुक्त देवभूमि की बात और हर घर ठेके खोलने की तैयारी

विशेष संवाददाता

देहरादून। सरकार एक तरफ देवभूमि को नशा मुक्त बनाने के दावे करती है वहीं दूसरी तरफ राज्य में पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए उन्हें तमाम अच्छी से अच्छी ब्रांड की शराब उपलब्ध कराने की कोशिशें में जुटी है। जो दो नाव की सवारी करने जैसा ही है। सरकार की इस दोहरी नीति के कारण आए दिन स्थानीय लोगों के विरोध प्रदर्शन देखे जा रहे हैं।

दून मसूरी मार्ग पर भट्टा गांव में बने आधुनिक डिपार्टमेंट स्टोर में शराब के ठेके को लेकर स्थानीय लोगों द्वारा जो विरोध प्रदर्शन किया जा रहा है वह तो सिर्फ एक बानगी भर है। अभी कुछ समय पहले ऋषिकेश जो चार धाम यात्रा का प्रवेश द्वार कहा जाता है वहां भी डिपार्टमेंटल स्टोर से शराब बेचे जाने को लेकर स्थानीय लोगों ने ऐसा ही विरोध प्रदर्शन किया था। आबकारी विभाग का कहना है कि यह कोई सामान्य शराब ठेके की तरह नहीं है यहां सिर्फ उम्दा किस्म की विदेशी और महंगी शराब की बिक्री ही की जाएगी।

डिपार्टमेंटल स्टोर से शराब की बिक्री, कड़ा विरोध का मुद्दा

उल्लेखनीय है कि राज्य में सरकार द्वारा जिस तरह से शराब की बिक्री को बढ़ावा दिया जा रहा है उसका विरोध स्वाभाविक है। अभी राजधानी दून के बालावाला और प्रेमनगर क्षेत्र में स्थानीय लोगों द्वारा शराब की नई दुकानों का विरोध किया गया था। देखा यह जा रहा है कि सरकार एक तरफ उत्तराखंड को गोवा की तरह ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

लोगों की जिंदगी से खिलवाड़ करने वालों को जनता कभी माफनहीं करेगी: अखिलेश

लखनऊ। लोकसभा चुनाव 2024 का मतदान अपने अंतिम पड़ाव पर पहुंच गया है, वहीं अब विपक्ष ने कोविडशील्ड वैक्सीन को चुनावी मुद्दा बना लिया है जिसके चलते समाजवादी पार्टी के अखिलेश यादव अपनी जनसभा में भारतीय जनता पार्टी पर आम लोगों की जिंदगी का सौदा करने का आरोप तक लगा रहे हैं। अखिलेश यादव ने सोशल मीडिया के अपने एक्स अकाउंट पर बयान जारी करते हुए भारतीय जनता पार्टी पर निशाना साधा है। अखिलेश ने कहा है कि एक व्यक्ति को 2 वैक्सीन के हिसाब से लगभग 80 करोड़ भारतीयों को कोविशील्ड वैक्सीन दी गई है। इस बारे में उसका मूल फॉर्मूला बनाने वाली कंपनी ने कहा है कि इससे हार्ट अटैक यानी हृदयाघात का खतरा हो सकता है। उन्होंने कहा कि लोगों की जिंदगी से खिलवाड़ करने वालों को जनता कभी माफ नहीं करेगी। ऐसी जानलेवा दवाइयों को अनुमति देना किसी की हत्या के षड्यंत्र के बराबर है और इसके लिए जिम्मेदार सभी पर आपराधिक मुकदमा चलना चाहिए।

महिलाओं ने सेना को घेरकर 11 उपद्रवियों को जबरन रिहा करवाया!

इंफाल। मणिपुर के बिष्णुपुर जिले में महिलाओं के नेतृत्व में प्रदर्शनकारियों के एक बड़े समूह ने भारतीय सेना को घेरकर रोका और अपने 11 उपद्रवियों साथियों को जबरन रिहा करवाए।

मणिपुर पुलिस ने कहा है कि, मंगलवार को बिष्णुपुर जिले में मैतेई महिला प्रदर्शनकारियों ने सेना के जवानों को बीच रास्ते में रोक लिया था और 11 उपद्रवियों को हथियारों और गोला-बारूद के साथ हिरासत में लेने के बाद जबरदस्ती रिहा करवाया।

मणिपुर पुलिस ने कहा कि, गश्त के दौरान, भारतीय सेना की महार रेजिमेंट की एक टुकड़ी ने पुलिस की वर्दी पहने सशस्त्र बदमाशों को रोका और हिरासत

में लिया। उन्होंने बताया, जब सेना कुंबी इलाके में गश्त कर रही थी, तब उन्होंने दो एसयूवी को रोका। सेना के जवानों को देखकर दोनों वाहनों में सवार लोग अपने हथियार छोड़कर भाग गए। थे।

मणिपुर पुलिस ने कहा कि महार रेजिमेंट के सैनिकों ने तीन एके राइफल (7 मैगजीन और 210 गोला-बारूद), पांच इंसास (13 मैगजीन और 260 गोला-बारूद), दो एसएलआर (9 मैगजीन और 180 गोला-बारूद, दो हैंड ग्रेनेड और बुलेटप्रूफ जैकेट और अन्य सामान जब्त किए थे।

मणिपुर पुलिस ने सोशल मीडिया पर जानकारी दी है कि, जैसे ही सेना के जवान ने राइफल, गोला-बारूद बरामद किए, कुछ देर बाद ही मीरा पैबिस यानी मैतेई महिलाओं के एक समूह ने सुरक्षा बलों की आवाजाही को रोकने के लिए सड़क जाम कर दिए। सेना द्वारा स्थिति बिगड़ने की सूचना मिलने पर जिला पुलिस मौके पर पहुंची। पहुंचने पर, सेना के जवानों ने बताया कि उन्होंने काफी कोशिश की, इसके बावजूद महिलाओं को शांत करने के लिए 11 लोगों को रिहा करने पड़े।

दून वैली मेल

संपादकीय

कर्नाटक की कलंक कथा

पाप का घड़ा जब भर जाता है तो उसका फूटना तय होता है भले ही पाप कर्म करने वाला कितना भी शक्तिशाली और प्रभावशाली क्यों न हो उसके जीवन भर की कमाई इज्जत और शोहरत एक पल में धूल में मिल जाती है। लोकसभा चुनाव के मध्य पूर्व प्रधानमंत्री एचडी देवगौड़ा का परिवार इसका सबसे ताजा उदाहरण है। जिनके पुत्र और पोते के कारनामों की चर्चा पूरे देश और दुनिया में हो रही है। कर्नाटक के सबसे प्रभावशाली इस राजनीतिक परिवार के सेक्स स्कैंडल ने कर्नाटक ही नहीं देश की राजनीति में भूचाल ला दिया है। खास बात यह है कि इस सेक्स स्कैंडल जिसे लेकर सांसद प्रज्वल रेवन्ना और उसके पिता के खिलाफ एफआइआर दर्ज हो गई उसके कारनामों की जानकारी होने के बाद भी भाजपा ने उसे न सिर्फ टिकट दिया बल्कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी खुद उसके लिए चुनाव प्रचार करने गए। अब जब प्रज्वल की एक पेन ड्राइव से ढाई हजार से अधिक अश्लील वीडियो सामने आ चुके है और उन्हें पार्टी से निष्कासित किया जा चुका है वह देश से भाग चुका है। कर्नाटक के इस सेक्स स्कैंडल को निठारी कांड से बड़ा और देश का अब तक का सबसे बड़ा सेक्स स्कैंडल बताया जा रहा है। इस पर पीएम और भाजपा को भी जवाब देते हुए नहीं बन रहा है। एनडीए पर अब यह सवाल उठाए जा रहे हैं कि उसने 400 पार जाने के लिए सब कुछ पता होते हुए भी न सिर्फ प्रज्वल को अपना प्रत्याशी बनाया बल्कि भाजपा कार्यकर्ताओं पर उसके लिए प्रचार करने और जिताने के लिए भारी दबाव बनाया गया। कर्नाटक की इस पूरी कलंक कथा का जब भांडा फूट गया है तो इस कांड के अश्लील वीडियो वायरल करने के लिए कांग्रेस को कटघरे में खड़ा किया जा रहा है। लेकिन इसका भांडा कैसे फूटा इसका रेवन्ना का वह ड्राइवर अब सबको बता रहा है उसने ही भाजपा के एक नेता को वह पेन ड्राइव दी थी और इसके पीछे देवगौड़ा परिवार द्वारा उसकी जमीन हड़प लेने व मारपीट किया जाना था। जिसका केस अदालत में चल रहा है वर्तमान लोकसभा चुनाव शुरू होने से लेकर अब तक हर रोज कोई न कोई ऐसा मामला सामने आ रहा है जो एनडीए व भाजपा पर भारी पड़ता जा रहा है। कर्नाटक की यह कलंक कथा भले ही दो चरणों के मतदान संपन्न होने के बाद सामने आई हो लेकिन अभी भी पांच चरणों का चुनाव बाकी है। तथा अभी आधी से अधिक सीटों पर चुनाव होना बाकी है जिसमें उत्तर प्रदेश की 50 से अधिक सीटें भी शामिल है। अब भले ही सत्ता समर्थक मीडिया व भाजपा के नेताओं द्वारा इसे लेकर ढकने ढकाने की लाख कोशिश की जाए लेकिन चुनाव पर इसका प्रभाव पढ़ने से नहीं रोका जा सकता है। इस बड़े सेक्स स्कैंडल के सामने आने के बाद जहां कर्नाटक में भारी विरोध प्रदर्शनों का दौर शुरू हो गया है वहीं अन्य उन तमाम राज्यों जहां अभी भी चुनाव होने हैं तमाम राजनीतिक दलों के नेता और कार्यकर्ता अब सड़कों पर उतर चुके हैं। यही नहीं इसे लेकर खुद भाजपा के कार्यकर्ताओं में भारी आक्रोश देखा जा रहा है। जो कार्यकर्ता दिन-रात पार्टी के काम करने वाले हैं उनकी अनदेखी कर रेवन्ना जैसे लोगों को विरोध के बावजूद भी टिकट दिए जाने से यह कार्यकर्ता नाराज है। जिसका असर भाजपा और एनडीए पर पड़ना तय है। पहले चरण के मतदान के बाद वैसे ही भाजपा को कोई सकारात्मक रुझान नहीं मिल रहे थे। अब यह एक और बड़ी समस्या उनके सामने खड़ी हो गई है। महिला रेसलर यौन उत्पीड़न के आरोपी को टिकट देने से बच रही भाजपा अब प्रज्वल सेक्स स्कैंडल की लपटों से घिर गई है। देखना होगा कि क्या वह इसका कोई तोड़ ढूंढ पाती है या नहीं।

परिषद ने श्रमिक दिवस पर शहीदों को दी श्रद्धांजलि

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद ने श्रमिक दिवस पर शहीदों को याद कर उनको श्रद्धा सुमन अर्पिल किये।

आज यहां उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद के जिला अध्यक्ष व प्रदेश उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल ने एक संयुक्त बयान जारी करते हुए एक मई दिवस पर श्रमिकों व शहीदो को याद करते हुए श्रद्धा सुमन अर्पित किये। स्मरण रहे कि एक मई के दिन रूस के अंदर एक सभा के दौरान कई श्रमिक शहीद हुए थे उन्हीं की याद यह दिवस मनाया जाता है। प्रभात डंडरियाल व सुरेश कुमार ने केन्द्र व प्रदेश सरकार से मांग की है कि वह श्रमिकों के उत्थान हेतु व्यापक कदम उठाए ताकि वह इस महंगाई के जमाने में अपना भरण पोषण सरलता के साथ कर सकें उन्हें किसी भी प्रकार की परेशानी ना हो।

प्र ते यक्षि प्र त इयर्मि मन्म भुवो यथा वन्द्यो नो हवेषु।
धन्वन्निव प्रपा असि त्वमग्न इयक्षवे पूरवे प्रत्न राजन्।।
(ऋग्वेद १०-४-१)

हे परमेश्वर! मैं यज्ञनिक कर्मों द्वारा आपसे संयुक्त होता हूं। मैं अपने विचार और प्रार्थना आपका प्रकाश पाने के लिए करता हूं जिससे कि जीवन के संघर्ष में मैं सफल हो सकूं। आप मेरे लिए मरूप्रदेश में प्याऊ के समान है। (ऋग्वेद १०-४-१)

देश की जनता की जान के साथ खिलवाड़ किया भाजपा नेः धस्माना

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस के प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकान्त धस्माना ने कहा कि कोविड काल में लोगों को सरकार ने जो वैक्सीन लगवाई थी वह कई लोगों की जान ले रही है और यह स्वीकारोक्ति खुद ब्रिटेन की अदालत में की है।

आज यहां कांग्रेस मुख्यालय में पत्रकारों से वार्ता करते हुए प्रदेश कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकान्त धस्माना ने कहा कि कोविड काल में लोगों को सरकार ने जो वैक्सीन लगवाई थी वह कई लोगों की जान ले रही है और यह स्वीकारोक्ति खुद ब्रिटेन की अदालत में की है जिसमें कंपनी ने अपनी वैक्सीन के साइड इफेक्ट के बारे में हलफनामा दिया है और सबसे आश्चर्यजनक बात का खुलासा यह हुआ है कि इस कंपनी ने भारतीय जनता पार्टी को इलेक्ट्रोल बॉन्ड खरीद कर बावन करोड़ रूपए का चंदा भारतीय जनता पार्टी को दिया है यानी भाजपा ने देश की जनता की जान से खिलवाड़ कर डाला और भाजपा का यह घृणित चेहरा पूरे देश और दुनिया के सामने बेनकाब हो गया है और बाकी बचे पांच चरणों के चुनाव में जनता

इनको इस पाप की सजा देगी। उन्होंने कहा कि गौ मांस का व्यापार करने वाली बीफ कंपनी से चंदा खाने का खुलासा हुआ तब भी भाजपा ने इस पर कोई सफाई नहीं दी और अब को कोविशील्ड वैक्सीन के नुकसान के बारे में खुलासा हुआ है उसने तो भाजपा की नैतिक पतन की पूरी दास्तान दुनिया के सामने खोल कर।रख दी है कि किस प्रकार से देश को जनता के स्वास्थ्य और जान के साथ भाजपा द्वारा खिलवाड़ किया गया है। धस्माना ने बताया कि केंद्र सरकार ने कोविड काल में सीरम कंपनी को कोविड वैक्सीन बनाने बनाने के अधिकार दिए थे और इसी दैरान इस कंपनी ने तीन किश्तों में चालीस फिर दस और फिर ढाई करोड़ रुपए के इलेक्ट्रोल बॉन्ड खरीद कर भाजपा को दिए यह खुलासा सुप्रीम कोर्ट के आदेश के बाद एसबीआई के द्वारा फटकार पड़ने के बाद उपलब्ध कराई गई जानकारी से हुआ। धस्माना ने कहा कि सीरम कंपनी ने ब्रिटेन की अदालत में दी गई जानकारी में यह स्वीकार किया कि उनकी वैक्सीन के साइड इफेक्ट्स होते हैं और जिनको यह वैक्सीन लगवाई गई उनमें से अनेक शिकायतें हार्ट अटैक की और खून में थक्के पड़ने की प्राप्त हुई हैं। श्री।ध स्माना ने कहा की भारत में अस्सी फीसद लोगों ने कोविशिल्ड वैक्सीन का ही इस्तेमाल किया और देश भर से रोजाना स्वस्थ लोगों में इस प्रकार के लक्षण से मृत्यु होने के समाचार मिलते रहते हैं। धस्माना ने कहा कि अब पूरा देश इस बात को जान गया है कि वोट की खातिर लोगों को गाय के नाम पर लड़वाने वाली और देश भक्ति की बात करने वाली व मतदाताओं को देव तुल्य कह कर संबोधित कर भ्रमित करने वाली पार्टी पैसे और सत्ता के लिए इस देवतुल्य जनता की जान के साथ खिलवाड़ भी कर सकती है जो अब प्रमाणित हो चुका है।

लिंक मार्गो पर भी हो बसों का संचालनः विक्रम नेगी

संवाददाता

देहरादून। प्रतापनगर विधायक विक्रम सिंह नेगी ने कहा कि लिंक मार्गो पर भी बसों का संचालन होना आवश्यक है।

आज यहां प्रतापनगर विधायक विक्रम नेगी ने ऋषिकेश भटवाड़ा बस सर्विस को झंडी दिखाकर रवाना किया। ये बस प्रातः दस ऋषिकेश से चल कर चम्बा डोबराचाटी मौटणा पड़िया धारकोट रजाखेत होते हुये चार बजे भटवाड़ा पहुंचेगी। यही बस दूसरे दिन प्रातः छः बजे चल कर सात बजे रजाखेत से ऋषिकेश जायेगी। इस अवसर पर प्रतापनगर विधायक विक्रम सिंह नेगी ने कहा कि काफी समय से इस मार्ग पर

बस चलाने की मांग की जा रही थी इस बस सेवा से क्षेत्र की जनता को काफी लाभ मिलेगा और यात्रा सुगम होगी। उन्होंने कहा कि कांग्रेस ने अपने शासनकाल में लिंक मार्गो पर बसों का संचालन किया था जिससे यात्रियों का सफर आरामदायक था और समय पर गंतव्य तक पहुंचा जाता था भाजपा ने सत्ता में आते ही ये सेवाए समाप्त कर दी। उन्होंने कहा कि टी जी एम ओ एवं जी एम ओ पहाड़ की जीवन रेखा है जिनका पहाड़ के आम जनजीवन में गहरी छाप है प्रतिस्पर्धा के युग में सस्ती और सुलभ सेवा देकर टी जी एम ओ ने कीर्तिमान स्थापित किया है जिसके लिए वे बधाई के पात्र है। इस अवसर पर टी जी एम ओ के अध्यक्ष जितेन्द्र नेगी, उपाध्यक्ष बलबीर रौतेला, उत्तरकाशी लोकल रोटेशन अध्यक्ष गजपाल सिंह रावत, संचालक प्रेमपाल बिष्ट, यशपाल सिंह राणा, महिपाल सिंह नेगी, मनोज सेमवाल, तुला राम पैन्यूली, मेताब सिंह नेगी, धारकोट के पूर्व प्रधान मेहरबान सिंह नेगी, दयाल सिंह सजवाण, संदीप रावत, प्रमोद नेगी मौजूद थे।

1400 करोड़ का लाइन लॉस विद्युत उपभोक्ताओं पर बरपा रहा कहर : मोर्चा

संवाददाता

विकासनगर। जनसंघर्ष मोर्चा के अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि भारी विद्युत लाइन लॉस के चलते सरकार लगातार बिजली के दामों में बढ़ोतरी कर उपभोक्ताओं पर कहर बरपा रही है।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने पत्रकारों से वार्ता करते हुए कहा कि भारी विद्युत लाइन लॉस के चलते सरकार लगातार बिजली के दामों में बढ़ोतरी कर उपभोक्ताओं पर कहर बरपा रही है, जिसकी वजह से आमजन का जीना दुभर हो गया है। सरकार द्वारा सीधे तौर पर जनता से व्यापार किया जा रहा है, यानी लूटने का काम किया जा रहा है। नेगी ने कहा कि अगर आंकड़ों पर गौर करें तो वर्ष 2020-21 में यूपीसीएल द्वारा लगभग 13287 मिलियन यूनिट्स बिजली खरीदी गई एवं इसके सापेक्ष 11432 मिलियन यूनिट्स बिजली बेची गई, यानी 1855 मिलियन यूनिट्स का नुकसान हुआ, जिसकी कीमत 1109 करोड रुपए बैठती

है। इसी प्रकार वर्ष 2021-22 में 14581 एमयू खरीदी गई तथा 12519 एमयू बेची गई, यानी 2063 एमयू का लॉस हुआ जिसके चलते औसतन 1176 करोड रुपए का नुकसान हुआ एवं इसी क्रम में वर्ष 2022-23 में 15757 एमयू खरीदी गई एवं 13491 एमयू बेची गई, यानी 2266 एमयू का नुकसान हुआ, जिसका औसत मूल्य लगभग 6.12 रुपए प्रति यूनिट था, इस प्रकार 1387 करोड़ रूपया पानी में बह गया।

वर्ष 2023- 24 में भी लाइन लॉस में कोई कमी नहीं आई। हैरानी की बात यह है कि सरकार/ यूपीसीएल आदि चाहते तो इस लॉस को काफी कम कर सकते थे, लेकिन लॉस कम होने से इनके मंसूबों पर पानी फिर जाएगा अथवा खेला नहीं हो पाएगा। नेगी ने कहा कि यह हाल तब है, जब सरकार को बहुत कम दामों में विद्युत रॉयल्टी एवं अपनी जल विद्युत परियोजनाएं हैं, अगर यह सब न होता तो सरकार 10 यूनिट बिजली बेचती। नेगी ने कहा कि लगभग 1400-1500 करोड़ रूपया लाइन लॉस आदि में चला जाना बहुत ही गंभीर मामला है तथा इस लॉस की वजह से जनता का दम निकला जा रहा है, लेकिन सरकार/ निगम को कोई फिक्र नहीं है। थोड़ा-बहुत लॉस होना लाजमी है,लेकिन इतना कैसे स्वीकार हो सकता है। पत्रकार वार्ता में मोर्चा महासचिव आकाश पंवार, विजयराम शर्मा, अंकुर वर्मा व सुशील भारद्वाज मौजूद थे।

युवाओं में हार्ट अटैक: सिर्फ एक नहीं, कारण अनेक

अतुल मलिकराम

यार उसे हार्ट अटैक कैसे आ सकता है? वह तो हट्टाकट्टा जवान और एकदम फिट था! पिछले दो-चार सालों में हार्ट अटैक के कुछ आश्चर्यजनक मामले देखने के बाद आपके भी जहन में यह सवाल जरूर उठा होगा। जहां हार्ट अटैक को कभी बुजुर्गों को होने वाली बीमारी समझा जाता था, वह आज 25 से 40 आयु वर्ग के युवाओं के दिलों को भी अपनी चपेट में लेने लगा है। कोई क्रिकेट खेलते हुए अचानक हार्ट अटैक का शिकार हो जाता है, तो कोई डांस करते-करते दिल पकड़कर भगवान को प्यारा हो रहा है, कोई जिम में एक्सरसाइज करते हुए तो कोई योग-ध्यान में बैठे-बैठे ही अपने दिल की धड़कनों को थमते हुए देख रहा है। ऐसे मामले सोशल मीडिया पर वायरल वीडियोज में काफी देखने को मिल रहे हैं। लेकिन हार्ट अटैक के मामले में कुछ ऐसे नाम भी सामने आए हैं, जिनकी लाइफस्टाइल देखकर कोई अंदाजा भी नहीं लगा सकता कि उन्हें दिल का दौरा पड़ सकता है, जैसे बिग बॉस विनर और यूथ आइकॉन सिद्धार्थ शुक्ला, मशहूर प्लेबैक सिंगर केके और महज 25 साल के तमिल व हिन्दी टीवी एक्टर पवन सिंह...।

जब अपनी हेल्थ और फिटनेस को लेकर बेहद एलर्ट रहने वाले ये सेलिब्रिटीज भी हार्ट अटैक का शिकार हो सकते हैं, तो जाहिर तौर पर मामला गंभीर और डराने वाला है। वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनाइजेशन की एक रिपोर्ट बताती है कि भारत में 40-69 साल के आयु वर्ग में होने वाली मौतों में से 45 प्रतिशत मामले दिल की बीमारियों के होते हैं। तो अब सवाल यह है कि भारत में खासकर युवाओं में दिल की बीमारियां आखिर इतनी तेजी से घर क्यों कर रही हैं? क्या स्ट्रेस इसका प्रमुख कारण है? जवाब हां या न जो भी हो, लेकिन इससे निजात पाने के लिए हम सामूहिक और व्यक्तिगत रूप से क्या प्रयास कर रहे हैं, यह गौर करने वाली बात है।

मेडिकल एक्सपर्ट्स की मानें, तो भारतीय युवाओं की लाइफस्टाइल में हो रहे अंधाधुंध बदलाव, इसका एक प्रमुख कारण हो सकते हैं, जो उनके शरीर में डायबिटीज, मोटापा, बीपी या बैड कोलेस्ट्रॉल जैसी बीमारियों को बढ़ावा दे रहे हैं और ये बीमारियां सीधे तौर पर हार्ट अटैक के खतरे को दिन-प्रतिदिन बढ़ावा दे रही हैं। हालांकि लाइफस्टाइल के साथ-साथ रिलेशनशिप से जुड़े भावुक मामले, घर से अधिक बाहरी खाने पर निर्भरता, ऑफिस के काम का जरुरत से अधिक प्रेशर व स्ट्रेस, डेली रूटीन पर न के बराबर ध्यान, सोने का लगातार कम होता समय और शौक के चक्कर में अत्यधिक शराब व सिगरेट का सेवन, जैसी आदतें भी युवा दिलों को बीमार करने का कारण बन रही हैं।

ऐसे में हम सीधे तौर पर स्ट्रेस को युवाओं में हार्ट अटैक से जोड़कर नहीं देख सकते, बल्कि उपरोक्त कारणों के आधार पर खुद की दिनचर्या में झांकने और उसे सुधारने की जरुरत के हिसाब से भी समझ सकते हैं। स्ट्रेस एक कारण जरूर हो सकता है, लेकिन वह है क्यों, उसे समझने की क्षमता विकसित करना बहुत जरुरी है। डॉक्टर्स या हेल्थ एक्सपर्ट्स आपको आपका दिल तंदरुस्त रखने के कई उपायए जैसे आपकी डाइट में ओमेगा फैटी एसिड से भरपूर चीजें और हरी सब्जियां शामिल करने का सुझाव दे सकते हैं, लेकिन आप खुद को और अपने दिल को कितना समझते हैं, इसका रास्ता आपको खुद ही निकालना होता है।

कॉम्पिटिशन के इस दौर में चीजें तेजी से भाग रही हैं, लेकिन युवा ठहरे हुए हैं। घंटों कुर्सी पर बैठे काम करना हो या मार्केटिंग के लिए दिनरात भटकना हो, लग्जरी लाइफस्टाइल के चक्कर में लाखों रुपए के लोन का बोझ सिर पर ढोना हो या फिर दुनिया क्या कहेगी के फेर में फंसना हो, इन सब के बीच यदि युवा पीढ़ी खुद से खुद को डिसिप्लिन रखने का फैसला करती है तो निश्चित ही तमाम उलझनों और तनाव के बाद भी दिल को मजबूत रख सकता है। डिसिप्लिन से अर्थ खुद से किए गए कुछ नेक वादे हैं, जो आपको सूरज के उगने से पहले उठने और सूरज की तरह चमकने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। जाहिर तौर पर खान-पान और व्यायाम में अनुशासन आपको मानसिक रूप से विपरीत परिस्थितियों से लड़ने की शक्ति देगा। अंत में बस इतना ही कह सकता हूं कि जिसे तूफान से उलझने की हो आदत मोहसिन, ऐसी कश्ती को समंदर भी दुआ देता है। (ये लेखक के अपने विचार हैं)

कॉन्टेक्ट लेंस लगाते हैं तो जरूर बरतें ये सावधानियां, नहीं होगी कोई परेशानी

पहले कॉन्टेक्ट लेंस सिर्फ वही लोग लगाते थे जिनकी आंखे कमजोरी होती थी लेकिन अब ये फैशन का हिस्सा बन गए हैं। हालांकि अगर कॉन्टेक्ट लेंस को सही तरीके से न लगाया जाए या फिर इनकी रोजाना सफाई न की जाए तो इनसे आपको फायदे की बजाय नुकसान पहुंच सकता है। इसलिए अगर आप कॉन्टेक्ट लेंस लगाते हैं तो आपको खास सावधानी बरतनी चाहिए। आइए आज ऐसी ही कुछ सावधानियों के बारे में जानते हैं।

धूप में निकलने से बचें

अगर आप रोजाना कॉन्टेक्ट लेंस लगाते हैं तो आपके लिए अपनी आंखों को सूरज की हानिकारक यूवी किरणों से बचाकर रखना जरूरी है। दरअसलए आंखों में लेंस लगाने के बाद यूवी किरणों के संपर्क में आने से आपकी आंखों में संक्रमण हो सकता है। वैसे तो कई ब्रांड यूवी किरणों से सुरक्षित कॉन्टेक्ट लेंस बनाते हैंए लेकिन बेहतर यही होगा कि आप लेंस लगाने के बाद धूप का चश्मा लगाकर ही घर से बाहर निकलें।

चेहरा न धोएं

अगर आपने अपनी आंखों में कॉन्टेक्ट लेंस लगाए हुए हैं तो भूल से भी अपने चेहरे को न धोएं क्योंकि इससे आपकी आंखों और कॉन्टेक्ट लेंस दोनों को ही नुकसान पहुंच सकता है। हालांकि स्विमिंग के दौरान कॉन्टेक्ट लेंस पहनना मजबूरी है तो आंखों पर एयर टाइट गॉगल्स जरूर पहनें। इसके साथ ही यह भी ध्यान रखें कि कॉन्टेक्ट लेंस की सफाई कभी भी नल के पानी से नहीं करनी चाहिए।

आंखों को न रगड़ें

न्यूयॉर्क यूनिवर्सिटी स्कूल ऑफ मेडिसिन में हुए एक छोटे से अध्ययन से पता चला है कि कॉन्टेक्ट लेंस पहनने के बाद आंखों को रगडना या फिर कहें कि मसलना नहीं चाहिए। इसका मुख्य कारण यह है कि ऐसा करने से आंखों का लाल होनाए आंखों से पानी आना और दर्द जैसी कई तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। वहीं इससे आंखों के आस.पास कीटाणु पनप सकते हैं जो आंखों के स्वास्थ्य को काफी प्रभावित कर सकते हैं।

अधिक समय तक कॉन्टेक्ट लेंस न लगाएं

अधिक समय तक कॉन्टेक्ट लेंस लगाने से भी आंखों को नुकसान पहुंच सकता है। दरअसलए लंबे समय तक कॉन्टेक्ट लेंस पहनने के कारण आंखें रूखी हो जाती हैं क्योंकि लेंस से आंखों में हाइपरटॉनिक ;बहुत ज्यादा दबावद्ध उत्पन्न होता है जिसकी वजह से आंखों में दिक्कत हो सकती है। इसके अलावा कॉन्टेक्ट लेंस पहनकर सोना भी गलत है क्योंकि आंखें बंद करने से लेंस वाली जगह पर ऑक्सीजन की कमी हो जाती है जिससे संक्रमण का खतरा बढ़ता है।

बच्चों की ग्रोथ में मोबाइल है बड़ा रुकावट, रहना होगा सावधान

आज के डिजिटल युग में मोबाइल फोन हमारी जिंदगी का एक अहम हिस्सा बन चुका है। बच्चों के हाथों में भी अक्सर मोबाइल दिख जाता है। चाहे खेलने के लिए हो या पढ़ाई के लिए, मोबाइल का उपयोग बढ़ता जा रहा है। लेकिन, क्या आप जानते हैं कि इसके अधिक उपयोग से बच्चों की शारीरिक और मानसिक विकास पर विपरीत प्रभाव पड़ सकता है? आइए जानते हैं यहां।

मोबाइल का ज्यादा इस्तेमाल करने से बच्चों में कई समस्याएं आ सकती हैं। पहली समस्या नींद की कमी है। जब बच्चे देर रात तक मोबाइल चलाते हैं, तो उन्हें सही समय पर नींद नहीं आती, और उनका शरीर और दिमाग ठीक से आराम नहीं कर पाता। इसके अलावा, ज्यादा समय तक स्क्रीन देखने से आंखों में जलन और धुंधलापन हो सकता है। फिर, लगातार बैठे रहने से उनकी मांसपेशियों में अकडन् आ जाती है। ये सभी चीजें मिलकर बच्चों के हेल्थ और विकास को प्रभावित करती हैं।

जब बच्चे अधिक समय तक मोबाइल पर गेम खेलते हैं या वीडियो देखते हैं, तो उनकी एकाग्रता और सीखने की गति में कमी आ सकती है। इससे उनके स्कूल की पढ़ाई पर भी बुरा असर पड़ता है। बच्चे जब लगातार स्क्रीन देखते हैं तो उनका मन भटकने लगता है और वे पढ़ाई में ध्यान नहीं लगा पाते। इसलिए जरूरी है कि मोबाइल का उपयोग सीमित किया जाए। बच्चे जब मोबाइल पर ज्यादा समय बिताते हैं, तो उनका असली दुनिया से संपर्क कम हो जाता है। इससे उन्हें नए दोस्त बनाने में दिक्कत हो सकती है क्योंकि वे लोगों से बातचीत में हिचकिचाते हैं। सामाजिक ज्ञान जैसे कि टीम में काम करना, संवाद करना और समझदारी से पेश आना भी कम हो सकते हैं। इसलिए मोबाइल का इस्तेमाल कम करके बच्चों को खुले में खेलने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए।

बच्चों के खान-पान और पढ़ाई के अलावा खिलौनों पर भी दें ध्यान

प्रत्येक खिलौने पर लेबल लगा होता है। लेबल खेल सामग्रीए चेतावनियों और खिलौनों को संभालने के तरीके के बारे में जानकारी प्रदान करता है।

खिलौने खरीदते समय लेबल को ध्यान से पढ़ें। यह आपको वह जानकारी प्राप्त करने में मदद करता है जो आपको खेलने के लिए आवश्यक है। समाप्ति तिथि भी महत्वपूर्ण है। आप जानते हैं कि कब खेलना बंद करना है।

बच्चे खेलते समय गलती से अपने मुंह में रिबन लगा सकते हैं। अगर रिबन पेट में चला जाए तो यह सेहत के लिए हानिकारक हो सकता है। इस जोखिम को देखते हुए खिलौनों से अतिरिक्त रिबन या तार काट दें। सबसे अच्छा उपाय यह है कि रिबन वाले खिलौने न खरीदें।

छोटे आकार के खिलौने बच्चों के लिए खतरनाक हो सकते हैं। छोटे आकार के खिलौने बच्चों के मुंह में जा सकते हैं। इसलिए खिलौने खरीदते समय आपको खिलौनों के आकार पर ध्यान देना चाहिए।

बच्चों के लिए ज्यादातर खिलौने बैटरी से चलने वाले होते हैं। ज्यादातर बच्चों को खिलौनों की बैटरी काटने की आदत हो जाती है। यह आदत बच्चों के स्वास्थ्य पर हानिकारक प्रभाव डाल सकती है। इसलिए बेहतर होगा कि बैटरी से चलने वाले खिलौने न खरीदें। हेलमेट पहनना बड़ों की सुरक्षा के लिए उतना ही जरूरी है जितना कि बच्चों के लिए। यदि आपके बच्चे साइकिल स्कूटर बाइक स्केटबोर्ड का उपयोग कर रहे हैं तो उन्हें हेलमेट दें। सुरक्षा के लिए हेलमेट जरूर पहनना चाहिए।

कंक्रीट के जंगल में तब्दील हो रहा है भारत

-राम शर्मा

किसी भी देश के विकास के तौर तरीकों को लेकर विकासवादियों और पर्यावरण वादियों में सदैव बहस होती आई है। विकास का अर्थ क्या है? क्या आधारभूत सरंचनाएं तैयार करना ही विकास है? क्या जैविक जंगलों की बलि देकर कंक्रीट के जंगल तैयार करना ही विकास है? आधुनिक जगत में यह आज भी शोध का विषय है कि सम्यक विकास कैसे हो? यानि देश में पर्यावरण को नुकसान पहुंचाए बिना कैसे आधारभूत ढांचा खड़ा किया जाए। भारत के संदर्भ में बात करें तो आज तक हम विकास का एक समुचित मॉडल तैयार नहीं कर पाए, जिससे विकास और पर्यावरण में संतुलन स्थापित हो। यही कारण है कि भारत लगातार कंक्रीट के जंगल में तब्दील होता जा रहा है। पर्यावरण संरक्षण कहीं पीछे छूटता जा रहा है। नए विश्लेषण से पता चला है कि 2005-06 से 2022-23 तक पिछले 17 सालों में भारत का निर्मित क्षेत्र लगभग 25 लाख हेक्टेयर तक बढ़ गया है। इस रुझान ने इस अवधि के दौरान देशभर में तीव्र गति से हो रहे शहरीकरण और बुनियादी ढांचे के विकास को उजागर किया।

हैदराबाद में राष्ट्रीय रिमोट सेंसिंग सेंटर (एनआरएससी) और इसरो द्वारा जारी वार्षिक भूमि उपयोग और भूमि कवर के व्यापक मूल्यांकन में यह बात उभर कर आई है। इस रिपोर्ट के अनुसार, 2005-06 और 2022-23 की अवधि के दौरान

निर्मित भूमि में लगभग 31 प्रतिशत की समग्र वृद्धि के साथ बढ़ोतरी देखी गई। इस अवधि के दौरान लगभग 35 प्रतिशत निर्मित क्षेत्र जुड़ गया है, जिसमें भूमि कवर से सालाना लगभग 2.4 प्रतिशत की औसत वृद्धि हुई है, जिसमें बंजर भूमि और कृषि भूमि भी शामिल हैं। भारत के सालाना भूमि उपयोग और भूमि कवर एटलस शीर्षक वाले एनआरएससी मूल्यांकन के अनुसार बंजर भूमि, जिसमें खराब और अनुत्पादक भूमि शामिल है, ने 12.3 प्रतिशत तक निर्मित क्षेत्र के विस्तार में अहम योगदान दिया। एटलस से पता चलता है कि निर्मित क्षेत्रों की वृद्धि का एक बड़ा हिस्सा कृषि भूमि में बदलाव या डायवर्जन के कारण है। रिपोर्ट के मुताबिक, निर्मित क्षेत्र में विस्तार का एक बड़ा हिस्सा कृषि भूमि से उत्पन्न हुआ, जिसमें 6.3 प्रतिशत दोहरी या तिगुनी सालानाए 5.3 प्रतिशत खरीफ की फसल, 3.1 प्रतिशत रबी की फसल, 2.9 प्रतिशत वृक्षारोपण और 5.8 प्रतिशत परती भूमि का हिस्सा शामिल है। रिपोर्ट के अनुसार तेजी से बढ़ते राज्यों के लिए निर्मित क्षेत्र का रुझान काफी स्थिर प्रतीत होता है, जहां 17 वर्षों में क्षेत्रफल में मामूली वृद्धि हुई है। मध्य प्रदेश, गुजरात, कर्नाटक, पश्चिम बंगाल और आंध्र प्रदेश में निर्मित क्षेत्र में स्पष्ट वृद्धि देखी गई। एनआरएससी एटलस के अनुसार निर्मित क्षेत्र शब्द इमारतों (छत वाली संरचनाओं), पक्की सतहों (सड़कों, पार्किंग स्थल),व्यावसायिक और औद्योगिक स्थलों (बंदरगाहों, लैंडफिल, खदानों, रनवे) और शहरी हरियाली वाले क्षेत्रों (पार्क, उद्यान) से संबंधित है। भारतीय रिजर्व बैंक के अनुसार, राज्य और केंद्र पूंजीगत व्यय वित्त वर्ष 2005-06 में 1.28 लाख करोड़ रुपए से बढ़कर वित्त वर्ष 2022-23 में 11.92 लाख करोड़ रुपए हो गया। नई सड़कें, राजमार्ग, रेलवे लाइनें और अन्य बुनियादी ढांचे से संबंधित विकास परियोजनाएं इस प्रगति के स्पष्ट संकेत हैं। राष्ट्रीय रिमोट सेंसिंग सेंटर 2005 से 2023 के बीच गुजरात में (175 प्रतिशत), कर्नाटक में (109 प्रतिशत), आंध्र प्रदेश (94 प्रतिशत), मध्य प्रदेश (75 प्रतिशत) और पश्चिम बंगाल में (58 फीसदी) राष्ट्रीय राजमार्ग की लंबाई बढ़ी। हालांकि इस तरह का बुनियादी ढांचागत विकास महत्वपूर्ण है, लेकिन ये कृषि भूमि और पर्यावरण की कीमत पर है, जो किसानों के लिए आजीविका का स्रोत है। एनआरएससी एटलस ने भी इसका खुलासा किया है। लेकिन किसानों को पर्याप्त मुआवजा नहीं दिया गया है, ऐसी विकास परियोजनाओं के लिए नाम मात्र के मुआवजे के खिलाफ किसानों ने हाल ही में विरोध प्रदर्शन किया। गुजरात में किसानों ने वापी से शामलाजी तक राष्ट्रीय राजमार्ग 56 के विकास का विरोध किया था। फरवरी 2024 में, मध्य प्रदेश में भी किसान इंदौर के पश्चिमी रिंग रोड और इंदौर-बुधनी रेल लिंक के लिए भूमि अधिग्रहण के विरोध में सामने आए। कुल मिलाकर एनआरएससी एटलस की रिपोर्ट यह संदेश देती है कि हमें भौतिक विकास और पर्यावरण संरक्षण में संतुलन बिठाते हुए ही काम करना होगा। *(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

वॉशिंग मशीन में कॉटन के कपड़े धोते समय इन बातों का रखें ध्यान, वरना हो जाएंगे जल्दी पुराने

गर्मियों में हम सभी कॉटन के कपड़े खूब पहनते हैं क्योंकि ये हल्के और ठंडे होते हैं। लेकिन, कॉटन के कपड़ों की अच्छी देखभाल करना भी जरूरी है ताकि वे लंबे समय तक चलें और अच्छे दिखें। वॉशिंग मशीन में इन्हें धोते समय कुछ खास टिप्स का पालन करना चाहिए, ताकि ये कपड़े जल्दी पुराने न हों। इन आसान उपायों को अपनाकर आप अपने कॉटन के कपड़ों को नया जैसा बनाए रख सकते हैं। आइ जानते हैं कैसे?

ठंडे पानी का प्रयोग

जब भी आप कॉटन के कपड़े धोएं, हमेशा ठंडे पानी का इस्तेमाल करें। गर्म पानी से कपड़ों का रंग फीका पड़ सकता है और कपड़े भी सिकुड़ सकते हैं। ठंडा पानी इस्तेमाल करने से आपके कपड़े अच्छे से साफ होंगे और उनका रंग भी बना रहेगा, और वे नए जैसे लगेंगे।

मिल्ड डिटर्जेंट चुनें

कॉटन के कपड़ों के लिए हमेशा मिल्ड और कपड़े के अनुकूल डिटर्जेंट का ही इस्तेमाल करें। कडक़ डिटर्जेंट से कपड़ों में रूखापन आ सकता है, जिससे वे जल्दी खराब हो सकते हैं। हल्के डिटर्जेंट से कपड़े नरम रहते हैं और उनकी उम्र भी बढ़ती है। इससे आपके कॉटन के कपड़े लंबे समय तक अच्छे बने रहेंगे और उनकी चमक भी बरकरार रहेगी।

अलग से धोएं

अगर आपके कपड़े रंग छोड़ते हैं, तो उन्हें अलग से धोएं। इससे दूसरे कपड़े रंगीन नहीं होंगे और खराब भी नहीं होंगे। जब कपड़े धोते हैं तो ध्यान रखें कि रंग छोडऩे वाले कपड़ों को बाकी कपड़ों से अलग रखें। यह एक आसान तरीका है जिससे आपके सभी कपड़े सुरक्षित रहेंगे और उनका रंग भी अच्छा रहेगा।

सुखाने का तरीका

कॉटन के कपड़े जब धोएं, तो उन्हें धूप में सीधे न सुखाएं क्योंकि सीधी धूप से उनका रंग फीका पड़ सकता है। इसके बजाय, कपड़ों को छाया में सुखाने की कोशिश करें। छाया में सुखाने से कपड़े लंबे समय तक अच्छे बने रहेंगे और उनकी चमक भी बरकरार रहेगी। यह तरीका आपके कपड़ों को नया जैसा रखने में मदद करेगा और उन्हें जल्दी पुराना होने से भी बचाएगा। (आरएनएस)

दांत दर्द और मुंह की बदबू से हैं परेशान, तो हो सकती है शरीर में विटामिंस की कमी

दांतों में अक्सर पायरिया होने की वजह तेज दर्द और मुंह की दुर्गंध का सामना करना पड़ता है, लेकिन अगर आप कुछ अहम विटामिंस युक्त भोजन करेंगे तो ऐसी परेशानियां पेश नहीं आएंगी।

दांत हमारी खूबसूरती में चार चांद लगा देता है। अगर इसमें किसी तरह की गड़बड़ी हुई तो पूरी खूबसूरती बिगड़ जाएगी।

ओरल हेल्थ यानि मुंह की सफाई बेहद जरूरी होती है। अगर आप इसका ध्यान नहीं रखेंगे तो आप कई सारी गंभीर बीमारियों का शिकार हो सकते हैं।

ओरल हेल्थ आपकी पूरी तरह से पर्सनालिटी और कॉन्फिडेंस को कम करता है। कई बार मुंह की बदबू और दांत की गंदगी के कारण शर्मिंदगी का सामना करना पड़ता है।

दांतों को हेल्दी रखना है तो आपको ध्यान देना होगा कि कहीं आपके दांत में विटामिन बी12 की कमी तो नहीं। इस विटामिन की कमी के कारण दांत की इम्युनिटी पर बुरा असर पड़ता है। जिसके कारण यह पायरिया का रूप ले लेती है।

खाने में डेयरी प्रोडक्ट्स, फैटी फिश को शामिल करने से विटामिन बी 12 की कमी को एक हद तक पूरी की जा सकती है।

पायरिया की कमी विटामिन सी की कमी के कारण होती है। यह हमारी इम्युनिटी को बेहतर करती है। विटामिन सी हमें कई सारे बैक्टीरियल इंफेक्शन से भी बचाता है।

विटामिन सी, डी और विटामिन बी 12 की कमी के कारण कई बार दांतों से जुड़ी दिक्कतें होती है। जिसका समय रहते इलाज करना बेहद जरूरी है।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य - 66

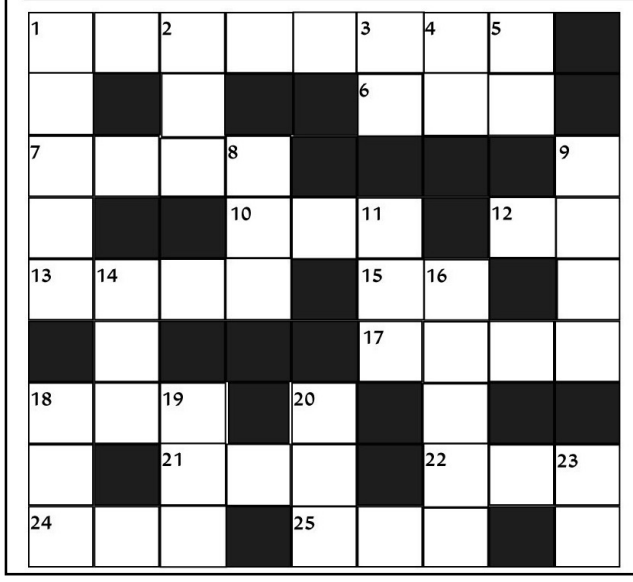
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. राजद प्रमुख 6. रखवाला, रक्षा करने वाला 7. दयालु, रहम करने वाला (उ.) 10. युग्म, जोड़ा, एक राशि, एक फिल्म अभिनेता 13. कैदखाना, जेल, हिरासत 15. जानकी, जनकनंदनी 17. व्यर्थ की बात, बकबक 18. नारी, स्त्री, महिला 21. विक्रय करना 22. वाणी, कथन, वादा 24. ताश में दस अंकों वाला पत्ता 25. नगर का, नागरिक, चतुर।

ऊपर से नीचे

1. बेफ्रिक, निश्चिंत, जिसे कोई परवाह न हो 2. मूर्ति 3. दोस्त, प्रेमी 4. कुशल, विशेषज्ञ 5. बगुला 8. झुका हुआ, झुकाया गया, नत 9. इधर-उधर, पास पड़ोस 11. किस्मत, तकदीर, भाग्य 14. बंदर, मर्कट, कपि 16. शक्तिशाली, बलवान 18. संतान, संतति 19. अस्तबल, घुड़साल 20. राजी करना, रूठे हुए को प्रसन्न करना 23. सरिता, नदिया, नद।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 65 का हल

मा	म	ला	■	सि	वा	य	■	कि
लि	■	चा	ह	त	■	म	म	ता
क	सू	र	■	म	ग	न	■	ब
■	र	■	■	■	द	■	■	■
क	मा	न	■	पा	र	स	■	स
मी	■	म	जा	ल	■	न	क	ली
ना	दा	न	■	ना	र	द	■	का
■	मि	■	■	■	तौं	■	■	■
सु	नी	ल	■	अ	धी	र	■	जी

पृथ्वीराज सुकुमारन की द गोट लाइफ ने दुनियाभर में मचा दिया तहलका

मलयालम उद्योग इस साल शानदार प्रदर्शन कर रहा है। कई ब्लॉकबस्टर फिल्मों के 100 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार करने के बाद, पृथ्वीराज सुकुमारन की नवीनतम सर्वाइवल थ्रिलर आदुजीविथम- द गोट लाइफ ने दुनिया भर में 150 करोड़ का आंकड़ा पार कर लिया है। ब्लेसी द्वारा निर्देशित, यह मनोरंजक फिल्म बेन्यामिन के 2008 के सबसे ज्यादा बिकने वाले मलयालम उपन्यास आदुजीविथम पर आधारित है। ब्लॉकबस्टर पुलीमुरुगन को पीछे छोड़ते हुए, अब तक की तीसरी सबसे अधिक कमाई करने वाली मलयालम फिल्म के रूप में उभरने के बाद, आदुजीविथम ने अपना विजयी प्रदर्शन जारी रखा। महज 25 दिनों में फिल्म ने दुनिया भर में 150 करोड़ से ज्यादा की कमाई कर ली।

यह उपलब्धि इसे मंजुम्मेल बॉयज़ और 2018 जैसी अन्य मॉलीवुड हिट फिल्मों के साथ रखती है, जो दुनिया भर में क्रमशः 235+ करोड़ और 180 करोड़ की कमाई के साथ समान मील के पत्थर तक पहुंची। आदुजीविथम- द गोट लाइफ एक मलयाली आप्रवासी मजदूर नजीब की सच्ची कहानी से प्रेरणा लेती है, जिसने सऊदी अरब में अकल्पनीय कठिनाइयों का सामना किया था। हजारों भारतीयों को देशी अरबों द्वारा रेगिस्तान में एकांत खेतों में चरवाहों के रूप में गुलामी के लिए मजबूर किया गया था। फिल्म में दिखाया गया है नजीब के अस्तित्व, लचीलेपन और अंततः मुक्ति के संघर्ष पर प्रकाश। मुख्य भूमिका में पृथ्वीराज सुकुमारन एक शक्तिशाली प्रदर्शन करते हैं जो दर्शकों को पसंद आता है। नजीब का उनका चित्रण एक प्रतिकूल वातावरण में फंसे एक व्यक्ति की हताशा, साहस और दृढ़ संकल्प को दर्शाता है। निर्देशक ब्लेसी की उनके द्वारा चुनी गई कहानी के प्रति प्रतिबद्धता और एआर रहमान की संगीत प्रतिभा ने मिलकर एक सम्मोहक कथा प्रदान की।

एलएसडी 2 ने बॉक्स ऑफिस पर तोड़ा दम, चंद लाख में सिमटी दो और दो प्यार!

थिएटर्स में इन दिनों कई हिंदी फिल्में पर्दे पर लगी हुई हैं. मैदान से लेकर बड़े मियां छोटे मियां तक और दिबाकर बनर्जी की एलएसडी 2 से लेकर विद्या बालन स्टारर दो और दो प्यार तक, सिनेमाघरों में दर्शकों को एंटरटेन कर रही हैं. हालांकि कोई भी फिल्म बॉक्स ऑफिस पर कमाल की परफॉर्मेंस नहीं दे पा रही है और इसका असर उसके बिजनेस पर साफ नजर आ रहा है. दिबाकर बनर्जी की एलएसडी 2 का दर्शकों को लंबे समय से इंतजार था. रोमांस, ड्रामा और क्राइम फिक्शन बेस्ड ये फिल्म साल 2010 की एलएसडी का सीक्वल है. हालांकि रिलीज के बाद दर्शकों का फिल्म को खास रिस्पॉन्स नहीं मिल रहा है. सैकनिल्क की रिपोर्ट की मानें तो पहले दिन एलएसडी 2 ने 15 लाख रुपए से घरेलू बॉक्स ऑफिस पर खाता खोला था. वहीं दूसरे दिन फिल्म की कमाई में कमी देखी गई है. वीकेंड के बावजूद एलएसडी 2 ने दूसरे दिन महज 12 लाख रुपए कमाए हैं. यानी दो दिनों में फिल्म सिर्फ 27 लाख रुपए का ही कलेक्शन कर पाई है. एलएसडी 2 के अलावा विद्या बालन स्टारर फिल्म दो और दो प्यार ने भी 19 अप्रैल को ही सिनेमाघरों में दस्तक दी है. ये फिल्म भी कुछ खास बिजनेस नहीं कर पा रही है लेकिन इसकी परफॉर्मेंस एलएसडी 2 से काफी बेहतर है. पहले दिन दो और दो प्यार ने 55 लाख रुपए की ओपनिंग की थी. वीकेंड पर फिल्म का कलेक्शन बढ़ा और इसने 85 लाख रुपए की कमाई की. इस तरह घरेलू बॉक्स ऑफिस पर फिल्म ने दो दिन में 1.40 करोड़ रुपए बटोर लिए. शीर्षा गुहा ठाकुरता के डायरेक्शन में बनी फिल्म दो और दो प्यार एक रोमांस-ड्रामा है. फिल्म में विद्या बालन के अलावा प्रतीक गांधी, इलियाना डिक्रूज और सेंधिल राममूर्ति भी अहम किरदार निभाते दिखाई दिए हैं.

अरनमनई 4 का गाना अचाचो हुआ रिलीज, तमन्ना-राशी की दिलकश अदाओं ने जीता दिल

निर्देशक सुंदर सी की हॉरर कॉमेडी अरनमनई 4 का गाना अचाचो रिलीज कर दिया गया। इस गाने में तमन्ना भाटिया और राशी खन्ना डांस करती नजर आ रही हैं। इस गाने को अभीतक चार लाख लोग देख चुके हैं। जिसमें तमन्ना और राशी की दिलकश अदाओं पर फैंस फिदा हो गए हैं। इस डांस नंबर में हिपहॉप तमिझा का संगीत, विग्नेश श्रीकांत के बोल और खरेस्मा रविचंद्रन के स्वर हैं। फिल्म के निर्माता खुशबू सुंदर ने फिल्म का गाना अपने सोशल मीडिय हैंडल पर शेयर किया है। उन्होंने लिखा, आनंद लें इस गाने का और साथ ही इस सैसी नंबर पर थिरकें। अरनमनई 4 26 अप्रैल को रिलीज हुई।

यह गाना तेलुगु में पंचुको के नाम से रिलीज किया गया। डांस नंबर में तमन्ना और राशी अपने हिप-हॉप दिखाते हुए नजर आई। इस डांस नंबर को लेकर फैंस बेहद उत्साहित हैं। यह हॉरर कॉमेडी सीरीज अरनमनई की चौथी फिल्म है। अरनमनई 4 तेलुगु में बाक के नाम से रिलीज हो रही है, जिसका नाम फिल्म के भूत के नाम पर रखा गया है। फिल्म के मेकर्स ने हाल ही में एक ट्रेलर जारी किया जिसमें फिल्म की कहानी की झलक मिली। इस फ्रैंचाइजी की पहली फिल्म 2014 में रिलीज हुई थी। इसमें सुंदर, हंसिका मोटवानी, विनय राय और एंड्रिया जेरेमिया ने एहम किरदार निभाया था। दूसरी फिल्म, जो 2016 में रिलीज हुई थी, उसमें सिद्धार्थ और तृषा के अलावा सुंदर और हंसिका भी थे। तीसरी फिल्म, जो 2021 में रिलीज हुई, में सुंदर, आर्य, राशी और एंड्रिया ने अभिनय किया।

नायरा बनर्जी बिग बॉस ओटीटी 3 में बिखेरेंगी हुस्न का जलवा?

सलमान खान के शो बिग बॉस ओटीटी 3 में जाने वाले कंटेस्टेंट के नाम लगातार सामने आ रहे हैं। मेकर्स एक से बढक़र एक सेलेब्स को शो में आने के लिए अप्रोच कर रहे हैं। अभी तक बिग बॉस ओटीटी 3 में धमाका करने के लिए अभी तक शहजादा धामी, प्रतीक्षा होनमुखे, सना सईद, विकास जैन के नाम सामने आ रहे हैं।

हालांकि, अभी तक किसी भी सेलिब्रिटी के शो में जाने को लेकर कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है। इसी तरह अब नायरा बनर्जी, जिन्हें आखिरी बार रोहित शेट्टी की खतरों के खिलाड़ी 13 में देखा गया था, के रियलिटी शो में जाने की अटकलें हैं। अच्छी बात ये है कि नायरा ने शो में जाने की अफवाहों पर रिएक्ट करते हुए चुप्पी तोड़ी है।

बिग बॉस ओटीटी 3 में अपनी जाने की अफवाहों पर रिएक्ट करते हुए, नायरा बनर्जी ने बताया कि वह सलमान खान द्वारा होस्ट किये जाने वाला शो वह नहीं कर रही हैं। नायरा ने कहा कि उनसे हर साल बिग बॉस के लिए संपर्क किया जाता है। यहां तक कि बिग बॉस ओटीटी 3 के लिए भी मेकर्स ने उनसे संपर्क किया, लेकिन हमेशा की तरह उन्होंने इस प्रस्ताव को ठुकरा दिया है। एक्ट्रेस ने बताया कि वह रियलिटी शो करने के मूड में नहीं हैं।

बता दें कि ये सिर्फ नायरा बनर्जी नहीं है, जिन्होंने सलमान खान के शो को मना कर दिया है। इससे पहले भी मिश्कत वर्मा, गशमीर महाजनी और कई सेलेब्स ने खुले तौर पर कहा हैं कि वह इस शो के लिए नहीं बने हैं और इसलिए वे इसमें हिस्सा नहीं लेना चाहेंगे।

नायरा बनर्जी की बात करें तो एक्ट्रेस हाल ही में टीवी एक्ट्रेस निशांत मलखानी के साथ अपने ब्रेकअप को लेकर खबरों में थीं। हालांकि नायरा और निशांत ने कभी भी रिश्ते में होने की बात स्वीकार नहीं की है और हमेशा कहा है कि वे सबसे अच्छे दोस्त हैं, लेकिन ऐसी अफवाहें थीं कि दोनों कुछ सालों से एक-दूसरे को डेट कर रहे थे। वहीं कुछ हफ्ते पहले ये खबर आई थी कि दोनों ने अलग होने का फैसला किया है।

मैं मुंबई छोडऩे ही वाली थी, जब मीठा खट्टा प्यार हमारा का ऑफर आया : आर्ची सचदेवा

एक्ट्रेस आर्ची सचदेवा टीवी शो मीठा खट्टा प्यार हमारा में सांची का किरदार निभाती नजर आएंगी। उन्होंने कहा कि यह किरदार निभाना उनकी किस्मत में था।

एक्ट्रेस मुंबई छोडऩे वाली थी, जब उन्हें सांची का रोल ऑफर हुआ।

आर्ची ने बताया- मैं मीठा खट्टा प्यार हमारा का हिस्सा बनकर बेहद एक्साइटेड हूं। जब मैं जनवरी में मुंबई पहुंची, तो मैंने सांची के किरदार के लिए नहीं, बल्कि किसी दूसरे रोल के लिए ऑडिशन दिया। कई ऑडिशन के बावजूद, चीजें उम्मीद के मुताबिक नहीं रहीं और मैंने मुंबई छोडऩे का फैसला किया।

एक्ट्रेस ने आगे कहा, किस्मत मेरे साथ थी, और मुझे सांची के रोल के लिए चुना गया था, और शायद यह किरदार निभाना मेरी किस्मत में था। सांची मॉडर्न और स्मार्ट लडक़ी है, वह वही हासिल करना चाहती है जिस पर उसने अपना दिल और नजरें जमा रखी हैं।

मीठा खट्टा प्यार हमारा में प्रेरणा सिंह और अविनाश मिश्रा भी हैं।

मीठा खट्टा प्यार हमारा का प्रीमियर 24 अप्रैल को स्टार प्लस पर होगा।

टाइगर नागेश्वर राव के हिंदी वर्जन ने तोड़े रिकॉर्ड, यूट्यूब पर मिले 100 मिलियन से ज्यादा व्यूज

रवि तेजा की फिल्म टाइगर नागेश्वर राव एक बार फिर से चर्चा का विषय बन गई है। यह फिल्म साल 2023 में रिलीज हुई थी। तेलुग के बाद इस फिल्म को कुछ समय पहले यूट्यूब पर हिंदी में भी रिलीज किया गया था। अब खबर आ रही है कि फिल्म ने यूट्यूब पर धमाल मचा दिया है।

यूट्यूब पर फिल्म टाइगर नागेश्वर राव के हिंदी संस्करण को 100 मिलियन से ज्यादा व्यूज मिल चुके हैं। ये वाकई में बहुत बड़ी बात है। व्यूज के अलावा फिल्म लाइक्स के मामले में भी पीछे नहीं है। इस फिल्म को अभी तक 1 मिलियन से ज्यादा लाइक्स मिल चुके हैं। इन आंकड़ों से साफ है कि हिंदी पट्टी के राज्यों में यह फिल्म जलवा बिखेर रही है। हिंदी के दर्शक इस फिल्म को जमकर पसंद कर रहे हैं। दर्शकों से मिली इतनी जबरदस्त प्रतिक्रिया के चलते फिल्म के निर्माता भी काफी खुश है।

फिल्म टाइगर नागेश्वर राव में रवि तेजा ने दक्षिण भारत के एक बहुत बड़े चोर की भूमिका निभाई है। वह इतना शातिर था कि उसने पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी का रूमाल भी चोरी कर लिया था। दर्शक इस फिल्म के हिंदी संस्करण में रवि तेजा को हिंदी बोलते हुए सुन सकते हैं। इससे पहले उनकी हिंदी भाषा में डब होने वाली फिल्मों में उनकी वास्तविक आवाज नहीं होती थी। वह किसी डबिंग आर्टिस्ट की आवाज हुआ करती थी।

फिल्म टाइगर नागेश्वर राव में रवि तेजा के अलावा नुपुर सेनन, गायत्री भारद्वाज, रेनू देसाई, अनुपम खेर, सुदेव नायर, नासर, मुरली शर्मा, अनुकृति, जिशु सेनगुप्ता और हरीश पेराडी ने भी अभिनय किया है। फिल्म का निर्माण अभिषेक अग्रवाल आर्ट्स ने किया है। इसके निर्देशक वामसी कृष्णा हैं।

शिकार बनने से बचा जा सकता है

सतीश सिंह

अनुसंधानकर्ताओं की एक अंतरराष्ट्रीय टीम ने हाल में 'विश्व साइबर अपराध सूचकांक' तैयार किया है। इसके अनुसार साइबर अपराध के मामले में भारत दुनिया में 10वें स्थान पर है।

सूचकांक में 100 देशों को शामिल किया गया है। साइबर अपराध के मामले में रूस शीर्ष पर है, जबकि यूक्रेन दूसरे, चीन तीसरे, अमेरिका चौथे, नाइजीरिया पांचवे, रोमानिया छठे और उत्तर कोरिया सातवे स्थान पर है।

भारत में कई तरह के साइबर अपराध होते हैं। हाल के वर्षो में कॉल फॉरवर्डिंग के जरिए साइबर अपराध करने की घटनाओं में उल्लेखनीय तेजी आई है। टेलीकॉम कंपनियां उपभोक्ताओं को कॉल फॉरवर्डिंग की सुविधा देती हैं, जिसके तहत कॉल एवं एसएमएस को फॉर्वड किया जाता है। उपभोक्ताओं को कॉल फॉरवर्डिंग की सुविधा नंबर पर यूएसएसडी बेस्ड कॉल फॉरवर्डिंग की सेवा को एक्टिवेट करने पर मिलती है। यूएसएसडी कोड का इस्तेमाल आम तौर पर बैलेंस या फोन का आईएमईआई नंबर जानने के लिए किया जाता है।

यह ऐसा फीचर है, जिसकी मदद से एक कोड डायल करके सेवाओं को शुरू या बंद करवाया जा सकता है। कॉल फॉरवर्डिंग के जरिए स्कैमर कॉल करके उपभोक्ताओं को कहता है, 'हम आपकी टेलीकॉम प्रोवाइडर कंपनी से बोल रहे हैं। हमने नोटिस किया है कि आपके नंबर पर नेटवर्क की समस्या है। समस्या को दूर करने के लिए आपको 'स्टार 401 हैशटैग' नंबर डायल करना होगा।' यह नंबर डायल करने के बाद उपभोक्ता को अंजान नंबर पर कॉल करने के लिए कहा जाता है। जैसे ही, उपभोक्ता कॉल करता है, उसके सभी कॉल और मैसेज स्कैमर के पास पहुंच जाते हैं, जिनमें बैंक और क्रेडिट कार्ड से किए जाने वाले लेन-देन के ओटीपी भी शामिल होते हैं। कॉल और ओटीपी का इस्तेमाल स्कैमर उपभोक्ता के बैंक खाते से पैसे निकालने, सोशल मीडिया में एक्सेस करने और नया सिम जारी करवाने में करते हैं।

कॉल फॉरवर्डिंग के जरिए किए जा रहे साइबर अपराध को रोकने के लिए सरकार ने 15 अप्रैल, 2024 से यूएसएसडी बेस्ड कॉल फॉरवर्डिंग की सेवा बंद कर दी है। इसलिए स्मार्टफोन उपभोक्ताओं को कहा गया है कि अपने मोबाइल फोन की सेटिंग की जांच करें और 'स्टार 401 हैशटैग' नंबर डायल करने पर कॉल फॉरवर्डिंग की सेवा चालू दिखती है, तो उसे तुरंत बंद कर दें।

विगत वर्षो में डिजिटलाइजेशन के साथ-साथ साइबर अपराध में तेज वृद्धि हुई है। अब तो फेसबुक और इंस्टाग्राम भी ठगी के साधन बन गए हैं। गूगल सर्च इंजन पर लोग अपने हर प्रश्न का जबाव ढूंढ रहे हैं। ऐसे मनोविज्ञान को दृष्टिगत कर ठग नामचीन भुगतान एप्स जैसे, गूगल पे, फोन पे, पेटीएम के नाम से अपना नंबर इंटरनेट पर सहेज रहे हैं, जिसके कारण खुद से लोग हैकर्स के जाल में फंस जाते हैं। अब तो ब्राउजर एक्सटेंशन की डाउनलोडिंग के जरिए भी साइबर अपराध किए जा रहे हैं। यह काम वायरस के जरिए किया जाता है।

सार्वजनिक चार्जर पोर्ट के माध्यम से भी मोबाइल एवं लैपटॉप संक्रमित हो जाते हैं। क्रोम, मोजिला आदि ब्राउजर के जरिए किए गए ऑनलाइन लेन-देन ब्राउजर के सर्वर में सेव हो जाते हैं, जिन्हें सेटिंग में जाकर डिलीट करने की जरूरत होती है, लेकिन अज्ञानतावश लोग ऐसा नहीं करते और इसका फायदा साइबर ठगों को मिल जाता है। इसलिए जरूरी है कि बैंकिंग डिजिटल उत्पादों जैसे डेबिट और क्रेडिट कार्ड, एटीएम, यूपीआई, इंटरनेट बैंकिंग, क्यूआर कोड आदि के उपयोग में विशेष सावधानी बरती जाए क्योंकि इनके उपयोग में बरती गई असावधानी आपकी जेब को खाली कर सकती है।

फिशिंग के तहत किसी बड़ी या नामचीन कंपनी या यूजर की कंपनी की फर्जी बेवसाइट, जिसका स्वरूप असली बेवसाइट जैसा होता है, बना कर लुभावने मेल किए जाते हैं, जिनमें मुफ्त में महंगी चीजें देने की बात कही गई होती है। मोबाइल का चलन बढने के बाद हैकर्स एसएमएस या व्हाट्सएप के जरिए भी ऑफर वाले मैसेज भेजते हैं, जिनमें मैलवेयरयुक्त हाइपर लिंक दिया हुआ होता है। मैलवेयर, कंप्यूटर या मोबाइल या टैब में इंस्टॉल सॉफ्टवेयर को नुकसान पहुंचाने के साथ-साथ यूजर की वित्तीय जानकारी जैसे डेबिट या क्रेडिट कार्ड का विवरण, उनके पार्सवड, ओटीपी, मोबाइल नंबर, पता, बैंक खाता नंबर, जन्मतिथि आदि चुरा लेता है।

यह यूजर की जानकारी के बिना उसके ईमेल खाते से दूसरे को फर्जी ईमेल भी भेज सकता है, और इसके जरिए ठगी करने के साथ-साथ संवेदनशील जानकारी अवांछित लोगों को बेची भी जा सकती है। इसकी मदद से किसी की सामाजिक प्रतिष्ठा को भी धूमिल किया जा सकता है। आजकल साइबर अपराधी फोन कॉल्स या एसएमएस द्वारा लोगों को बिना कर्ज लिए ही कर्जदार बता कर उनसे पैसों की वसूली कर रहे हैं। लोन रिकवरी एजेंट धमकी देते हैं, आपने हमसे कर्ज लिया है और अगर दो-तीन दिनों में पैसे वापस नहीं करेंगे तो आपकी आपत्तिजनक तस्वीरें वायरल कर दी जाएंगी।

यूजर पढ़ा-लिखा हो या अनपढ़; आज सभी साइबर अपराध के शिकार बन रहे हैं। ऑनलाइन ठगी से न तो शहरी क्षेत्र के लोग बच पा रहे हैं, और न ही ग्रामीण क्षेत्र के लोग। बड़े अधिकारी, बैंक अधिकारी, जज, विधायक, सांसद, मंत्री, पुलिस सभी इसके शिकार हो रहे हैं। बैंक के डिजिटल उत्पाद साइबर अपराध का जरिया बन गए हैं। फिर भी, सजग और जागरूक रह कर डिजिटल उत्पादों से किए जा रहे साइबर अपराधों से बचा जा सकता है। लोग ब्राउजिंग सेशन के दौरान संदेहास्पद पॉप अप से सतर्क रहें, पैड लॉक सिंबल वाला क्रु है या नहीं को सुनिश्चित करें, वेबसाइट्स या मोबाइल या पब्लिक लैपटॉप या डेस्कटॉप पर कार्ड की जानकारी साझा नहीं करें, अनजान नंबर या ईमेल आईडी से आए अटैचमेंट को तुरंत डिलीट कर दें और ऑनलाइन लॉटरी, कैसिनो, गेमिंग, शॉपिंग या फ्री डाउनलोड वाले मैसेज की उपेक्षा करें तो फिशिंग मेल या एसएमएस या व्हाट्सएप के जरिए फॉर्वड होने वाले संदेहास्पद हाइपर लिंक के जाल से बचा जा सकता है। मामले में सावधानी ही बचाव है। लालच नहीं करें। यह सभी समस्याओं की जड़ है। मनोवैज्ञानिक दबाव में नहीं आएं। धमकी मिलने पर पुलिस की मदद लेने से नहीं हिचकें। निडर बनें। तभी साइबर अपराध का शिकार बनने से बचा जा सकता है।

हॉरर कॉमेडी में धमाल मचाने को तैयार सनी लियोन

हॉरर कॉमेडी शैली के अंतर्गत आने वाली फिल्मों की अच्छी मांग है। जो लोग हॉरर और थ्रिलर तत्वों को पसंद करते हैं, और जो लोग मनोरंजन पसंद करते हैं वे भी उन्हें समान रूप से पसंद करेंगे। खैर, सनी लियोन आगामी हॉरर कॉमेडी में मंदिरा के रूप में धमाल मचाने के लिए पूरी तरह तैयार हैं, जहां वह मुख्य भूमिका में नजर आएंगी।

विजन मूवी मेकर्स के बैनर तले इस फिल्म का निर्देशन आर युवान कर रहे हैं। यह साई सुधाकर कोमलपति द्वारा निर्मित और कोमलपति श्रीधर द्वारा प्रस्तुत किया गया है। अंतरिम तौर पर मेकर्स इस फिल्म का अपडेट लेकर आए हैं.

मंदिरा से सनी लियोन का फर्स्ट लुक पोस्टर जारी किया गया। हालांकि वह रानी के रूप में खूबसूरत लगती हैं, लेकिन भूत के रूप में वह जो किरदार निभाती हैं वह दर्शकों को डराने वाला है। पोस्टर ने निश्चित रूप से फिल्म के प्रति उत्सुकता पैदा कर दी है।

इस फिल्म की शूटिंग पहले ही पूरी हो चुकी थी. फिल्म यूनिट पोस्ट-प्रोडक्शन गतिविधियों में व्यस्त है। बाकी विवरण जल्द ही घोषित किए जाएंगे।

सू- दोकू क्र. 66

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

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.65 का हल

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

पर्यावरण संरक्षण समय की बड़ी जरुरत

-सुनील कुमार महला

पर्यावरण संरक्षण आज के समय की एक बड़ी आवश्यकता है, क्योंकि पर्यावरण है तो हम हैं। आज भारत विश्व में सबसे अधिक जनसंख्या वाला राष्ट्र बन चुका है और जनसंख्या वृद्धि के साथ ही पर्यावरण संरक्षण पर ध्यान दिया जाना बहुत जरूरी इसलिए हो जाता है, क्योंकि आज के समय में दुनियाभर में प्लास्टिक का उपयोग लगातार बढ़ रहा है, ऐसे में हमें वापस हमारे देश की समृद्ध संस्कृति और पारंपरिक मूल्यों की ओर लौटने की जरूरत आन पड़ी है, क्योंकि हमारे देश की सनातन संस्कृति में बहुत सी चीजें, बातें ऐसी हैं जो हमारी धरती की पारिस्थितिकी, यहां के पर्यावरण का ख्याल रखने में महत्वपूर्ण और अति अहम् भूमिका का निर्वहन वर्तमान में कर सकती है।

आज प्लास्टिक और धातु का युग है। प्लास्टिक का उपयोग तो इस धरती पर बेतहाशा रूप से बढ़ गया है और इसके दुष्परिणाम हमें लगातार देखने को मिल भी रहे हैं। आज हम घरों में भोजन करते हैं। विभिन्न कार्यक्रम यथा शादी-ब्याह में दावतों, धार्मिक उद्देश्यों के लिए सवामणी का आयोजन, पार्टी, रिसेप्शन यहां तक कि अंत्येष्टि आदि में भी मेहमानों, रिश्तेदारों, पड़ोसियों, गांव वालों के लिए भोजन करने करवाने आदि के कार्यक्रम आयोजित करते हैं और अधिकतर इनमें डिस्पोजेबल गिलास, कप्स, फ्लेट्स, थाली, कटोरी आदि का उपयोग करते हैं। प्राचीनकाल में उपयोग में लाने वाले पत्तल और दोना के उपयोग को हमने लगभग भुला सा दिया है। कचौरी, समोसे, पकौड़े, चाट, प्रसादी आदि के लिए आज दोना का प्रयोग विरले ही किया जाता है। पत्तल और दोना पर्यावरण के साथी हैं। जहां प्लास्टिक प्लेट, कटोरी नष्ट नहीं होते, ये आसानी से नष्ट हो मिट्टी या खाद बन जाते हैं। कटाई के बाद बचे पत्तों का उपयोग कुम्हार बर्तन पकाने में करते हैं तो जाड़ों में अलाव के लिए यह काम आ जाते हैं।

सच तो यह है कि पत्ते के पत्तल का प्रयोग बड़े पैमाने पर धन व वातावरण की बचत करता है। पत्तल का प्रयोग साथ ही साथ वैदिक काल से चली आ रही हमारी संस्कृति को भी प्रदर्शित करता है। पत्तल और दोना के पत्ते प्रकृति में पर्यावरण के अनुकूल हैं जो साल के पत्तों से बने होते हैं। केला और साल ही नहीं अपितु सागौन, कमल व कटहल के पत्ते भी भोजन परोसने के काम में लाए जाते हैं। जानकारी देना चाहूंगा कि सागौन के पत्तों का उपयोग आमतौर पर पानी पूरी के स्टॉल्स पर लोकप्रिय स्नैक परोसने के लिए पाए जाते हैं, ये पत्ते प्राकृतिक फाइबर से भरपूर होते हैं और उनके कसैले गुण उन्हें स्वस्थ और चमकती त्वचा के लिए आदर्श बनाते हैं।

जानकारों के मुताबिक, इन पत्तियों में ग्लूकोज का प्राकृतिक रूप भी होता है, जिसे खाने से भोजन का स्वाद बढ़ जाता है। जहां तक कमल के पत्तों की बात है तो इसके पत्ते दस्त के लिए एक प्राकृतिक इलाज हैं और हृदय स्वास्थ्य और शरीर में समग्र रक्त परिसंचरण में भी सुधार करते हैं। यदि हम यहां कटहल के पत्तों की बात करें तो कटहल के अंडाकार पत्ते भारत के दक्षिणी हिस्सों में सबसे अधिक उपयोग किए जाते हैं। इनका उपयोग न केवल परोसने के लिए किया जाता है, बल्कि खाना पकाने के लिए भी किया जाता है, क्योंकि भोजन को उनके अंदर लपेटा जा सकता है और स्टीम किया जा सकता है। स्टीमिंग प्रक्रिया फाइटोन्यूट्रिएंट को बाहर निकालती है और कैंसर सहित अन्य हृदय रोगों के जोखिम को कम करती है।

इसके पत्ते विषहरण का भी समर्थन करते हैं और मधुमेह को नियंत्रित करते हैं और ये एंटीऑक्सिडेंट से भरपूर होते हैं। प्राचीनकाल में पत्तल व दोना का उपयोग मुख्य रूप से मंदिरों में भगवान को प्रसाद चढ़ाने के लिए किया जाता रहा है। आज भी कहीं-कहीं इनका उपयोग देखने को मिल जाता है। पत्तल और दोना पत्तों का उपयोग प्राचीन काल से ही इसकी पवित्रता के लिए किया जाता रहा है।

अलग-अलग मामलों में फरार चल रहे तीन आरोपी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। अलग-अलग मामलों में फरार चल रहे तीन लोगों को पुलिस ने कर्नाटक व अन्य स्थानों से गिरफ्तार कर लिया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। जानकारी के अनुसार कोतवाली लालकुंआ में दर्ज एक मुकदमें से सम्बधित मामले में लगातार फरार चल रहे नवीन श्रीवास्तव पुत्र बृजमोहन लाल निवासी ग्राम भरकुरा जिला मिर्जापुर उत्तर प्रदेश के विरुद्ध जारी गैर जमानती वारंट की कार्यवाही में आरोपी की प्राप्त वर्तमान मोबाइल लोकेशन के आधार पर नवीन श्रीवास्तव को बेंगलुरु कर्नाटक से गिरफ्तार किया गया, जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। वहीं थाना लालकुआं पर दर्ज धोखधड़ी मामले में लगातार फरार चल रहे रेलवे बाजार लालकुंआ निवासी पवन रस्तोगी पुत्र स्व. प्रेम रस्तोगी को पुलिस ने बीती शाम एक सूचना के आधार पर उसे उसके ही घर से गिरफ्तार कर लिया गया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। वहीं एक अन्य मामले में फरार चल रहे लालकुंआ निवासी शोएब खान पुत्र मुशर्रफ खान निवासी जवाहर नगर वार्ड नंबर 3 लालकुआं को भी गिरफ्तार कर लिया गया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

मोटरसाईकिल चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने खुले स्थान से मोटरसाईकिल चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार टर्नर रोड निवासी राम आनन्द मौर्या ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से झण्डा बाजार आया था। उसने अपनी मोटरसाईकिल झण्डा तालाब के पास 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।

गांजे के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने गांजे 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 नेहरू कालोनी थाना पुलिस ने सीवर प्लांट के पास एक युवक 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 एक किलो 156 ग्राम गांजा बरामद कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम उमेश पुत्र बालम नाथ निवासी सपेरा बस्ती रिस्पना पुल बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

एक ईमेल और दहल गई दिल्ली..

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

टाला जा सकता है। इसकी तीन स्तरों पर जांच की जा रही है। अभी तक सिर्फ इतना पता चला है कि यह ईमेल एक ही आईपी एड्रेस व एक ही साइबर सेंटर से भेजे गए हैं तथा इसको विदेश से भेजा गया है। जिस साइबर सेंटर से इसे भेजने की बात सामने आ रही है वह रूस में बताया जा रहा है लेकिन यह अभी प्रारंभिक जानकारियां है।

नशा मुक्त देवभूमि की बात और...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

पर्यटन राज्य बनाना चाहती है वहीं दूसरी ओर धार्मिक पर्यटन राज्य, जहां किसी तरह का नशा न हो जो संभव नहीं है। गोवा में हर 21 व्यक्ति पर एक शराब की दुकान है अगर उत्तराखंड को गोवा बनाना है तो फिर बहने दो शराब की गंगा और योग तथा अध्यात्म की राजधानी बनाना है तो फिर शराब पर पूर्ण पाबंदी लगा देनी चाहिए।

यह बड़ी अजीब बात है शराब तो शराब ही है वह देसी हो या विदेशी महंगी हो या सस्ती। अभी पूर्ववर्ती कांग्रेस सरकार के कार्यकाल में राज्य में वैनों से शराब की बिक्री शुरू की गई थी। सरकार को अगर यही करना है तो फिर उसे खुलकर सामने आना चाहिए। राज्य के ठेके ही क्या सभी होटल, रेस्टोरेंट और होमस्टे ही नहीं निजी दुकानों तक में शराब की खुली बिक्री करनी चाहिए। सरकार के अंदर इतना साहस तो हो नहीं सकता है कि बिहार की तरह राज्य में पूरी तरह से शराब की बिक्री पर रोक लगा दें। ऐसी स्थिति में उसे देवभूमि को नशा मुक्त बनाने की बातें भी नहीं करनी चाहिए।

नेपाल और भूटान की तर्ज पर चुनी हुई दुकानों पर और घर-घर से शराब की बिक्री कराने की ओर बढ़ रही सरकार को अपनी आबकारी नीति को सुस्पष्ट बनाने की जरूरत है।

कबाड़ी सहित तीन चोर गिरफ्तार, लाखों का माल बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। निर्माणाधीन हाईवे के फ्लाईओवर की साइट से रात के अंधेरे में सामान चोरी करने वाले कबाड़ी सहित तीन लोगों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से लाखों का सामान व चोरी में प्रयुक्त वाहन भी बरामद हुआ है। गिरफ्तार लोगों में दो सगे भाई बताये जा रहे है।

जानकारी के अनुसार बीती 16 अप्रैल को थाना श्यामपुर हरिद्वार में एनएच-74 हाइवे के कर्मियो द्वारा चोरी के अलग-अलग मुकदमे दर्ज कराये गये थे। जिस पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी। चोरों की तलाश में जुटी पुलिस टीम को आज सुबह सूचना मिली कि पीली नदी पुल के पास जंगल मे खडी बोलेरो वाहन में उक्त चोरियों का माल रखा हुआ है तथा चोरी के आरोपी भी वहां मौजूद है।

सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान की घेराबंदी कर मौके से तीन लोगों को चोरी के माल सहित गिरफ्तार कर लिया गया है। पूछताछ में उन्होने अपना नाम यासीन पुत्र नसीम अहमद निवासी तेली मौहल्ला जौलीग्रांट थाना कोतवाली डोईवाला जिला देहरादून, तहसीन पुत्र नसीम अहमद निवासी तेली मौहल्ला जौलीग्रांट थाना कोतवाली डोईवाला जिला देहरादून व आशीष पुत्र किशोर चन्द निवासी राजीव नगर थाना कोतवाली डोईवाला जिला देहरादून बताया। पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

अलग-अलग स्थानों से दो नशा तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। नशा तस्करी में लिप्त दो लोगों को पुलिस ने स्मैक सहित अलग-अलग स्थानों से गिरफ्तार कर लिया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। जानकारी के अनुसार बीती शाम एक सूचना के आधार पर ए.एन.टी.एफ टीम व मुखानी थाना पुलिस ने मुखानी तिराहे से नारायण नगर की तरफ जीआईसी नारायण नगर के पास वाले बगीचे से एक व्यक्ति को स्मैक की तस्करी करते हुए 19 ग्राम स्मैक के साथ गिरफ्तार किया है। जिसने पूछताछ में अपना नाम आकाश कुमार पुत्र कन्हैया लाल निवासी गोमती सदन, लाल डांट मुखानी नैनीताल बताया। वहीं दूसरी ओर बीती रात कोतवाली भवाली पुलिस द्वारा एक सूचना के आधार पर चौकी क्वारब बैरियर के पास से मिहिर टम्टा पुत्र राजेश कुमार टम्टा निवासी टम्टा मोहल्ला थाना बाजार कोतवाली जिला अल्मोडा को गिरफ्तार किया गया है। जिसके कब्जे से 2.30 ग्राम स्मैक बरामद की गयी है। पुलिस ने दोनो लोगों के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश किया।

पांच गौ तस्कर दबोचे, पांच गौवंशीय पशु जिन्दा बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। गौवंशीय पशुओं की तस्करी कर रहे पांच लोगों को गौ स्क्वाड व पुलिस ने सयुंक्त कार्यवाही कर गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से पांच जिन्दा गौंवशीय पशु , भारी मात्रा में गौमांस व गौकशी में प्रयुक्त उपकरण भी बरामद किये गये है।

जानकारी के अनुसार बीती रात उत्तराखंड गौ स्क्वायड गढ़वाल परिक्षेत्र हरिद्वार की टीम को सूचना मिली कि फुरकान एवं सनव्वर पुत्र खलील निवासी ग्राम खाताखेडी के घर पर गौकशी की जा रही है। सूचना पर गौ स्क्वायड द्वारा मामले की सूचना थाना झबरेड़ा पुलिस को दी गयी। जिसके बाद गौ स्क्वायड व पुलिस द्वारा आरोपियों के घरों में अलग-अलग दबिश दी गयी व मौके पर गौकशी करते हुए पांच आरोपियों कुर्बान पुत्र खलील, सनव्वर पुत्र खलील, तसव्वर पुत्र खलील, लुकमान पुत्र गुफरान व साजिद उर्फ टोला पुत्र सकूर मौके पर पकडा गया। मौके से लगभग 6 कुंतल गौमांस मय गौकशी उपकरण, गौमांस परिवहन हेतु प्रयुक्त की जाने वाले 6 मोटरसाइकिल बरामद की गई। साथ ही 5 जीवित गौवंशीय पशुओं (4 गाय 1 बछिया) को गौकशी से पूर्व ही बचा लिया गया। मौके से बरामद खाल/मांस के पशु चिकित्साधिकारी द्वारा प्रयोगशाला परीक्षण हेतु सैम्पल लिये गये। बरामद गौमांस घटनास्थल से बाहर खाली स्थान पर उचित अम्लीय छिडकाव कर नष्ट किया गया। हालांकि इस दौरान मची अफरा तफरी का फायदा उठाते हुए एक आरोपी मौके से फरार होने में सफल रहा जिसकी तलाश जारी है।

भाजपा की कथनी करनी में फर्कः कलेर

संवाददाता

देहरादून। आम आदमी पार्टी के प्रदेश कार्यकारी अध्यक्ष एस एस कलेर ने कहा कि बीजेपी की कथनी और करनी मे बड़ा फर्क है।

आज यहां राजधानी देहरादून पहुंचे आप के प्रदेश कार्यकारी अध्यक्ष एस एस कलेर ने वार्ड नंबर 35 श्रीदेव सुमन नगर में एक संकल्प सभा में प्रतिभाग किया। आम आदमी पार्टी के पूर्व जिला अध्यक्ष (अल्पसंख्यक मोर्चा) कासिम ने अपने निवास पर संकल्प सभा का आयोजन किया। इस दौरान आप प्रदेश अध्यक्ष का दून पहुँचने पर जोरदार स्वागत किया गया। इस मौके पर उन्होंने सभा में मौजूद सभी पार्टी पदाधिकारियों का आभार व्यक्त करते हुए आगामी पार्टी की रणनीति पर चर्चा की। अध्यक्ष ने कहा कि जैसे जैसे लोकसभा चुनाव के चरण बीत रहे हैं वैसे वैसे बीजेपी की सांसे फूलनी शुरू हो चुकी है। बीजेपी

की कथनी और करनी मे बड़ा फर्क है। उन्होंने कहा कि अब जनता जुम्लेबाजों की बातों में नहीं आने वाली है। आज लोग महंगाई, बेरोजगारी, भ्रष्टाचार जैसी समस्याओं से झूझ रहे हैं लेकिन बीजेपी इन मुद्दों पर बात करने को तैयार नहीं है। अब समय आ गया है पूरे 10 साल का हिसाब लेने का और जनता अपना मन बना चुकी है, चुनाव नतीजों में बीजेपी मुह की खायेगी। इसके साथ संगठन विस्तार को लेकर महत्व पूर्ण चर्चा हुई। इस बात पर जोर दिया गया कि आने वाले निकाय चुनावों में पार्टी उत्तराखंड में मजबूत भागीदारी सुनिश्चित करेगी और साथ ही सभी ने एकजुट होकर आगामी निकाय चुनावों में आम आदमी पार्टी को भारी बहुमत से विजय बनाने की बात कही और संगठन को बूथ स्तर से लेकर गली मोहल्ले तक मजबूत बनाने का संकल्प लिया। सभा में विशाल चौधरी प्रदेश उपाध्यक्ष, श्याम लाल नाथ पूर्व प्रदेश उपाध्यक्ष, डॉ शोएब अंसारी, उपाध्यक्ष अल्पसंख्यक प्रकोष्ठ, फुरकान प्रधान, अमीर हसन, हारून, गोल्डी, सलीम, तस्लीम, रईस, सहदाब, सोहेल आदि कार्यकर्ता मौजूद रहे।

एक नजर

जलस्रोतों, धाराओं व नदियों के पुनर्जीवीकरण को एक सप्ताह की डेडलाइनः राधा रतूडी

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूडी ने उत्तराखण्ड के जलस्रोतों, धाराओं व नदियों के पुनर्जीवीकरण के लिए सभी जिलाधिकारियों को एक सप्ताह की डेडलाइन दी है।

आज यहां उत्तराखण्ड में जलस्रोतों, धाराओं व नदियों के पुनर्जीवीकरण के सम्बन्ध में जिलों से एक्शन प्लान प्राप्त ना होने पर सख्त नाराजगी जाहिर करते हुए मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने इस सम्बन्ध में जिलाधिकारियों को एक सप्ताह की डेडलाइन दी है। विषय की गम्भीरता को देखते हुए सीएस ने जिलाधिकारियों को इस कार्य हेतु जिलें में तत्काल एक पूर्णकालिक समर्पित जलागम नोडल अधिकारी तैनात करने के निर्देश दिए हैं। मुख्य सचिव ने जिलाधिकारियों को तत्काल तीन दिन के भीतर जिला स्तरीय एसएआरआरए की बैठक लेने के भी निर्देश दिए हैं।

उन्होंने मुख्य विकास अधिकारी को इस अभियान से प्रमुखता से जोड़ने के निर्देश दिए हैं। सीएस ने अपर मुख्य सचिव वित्त को निर्देश दिए कि विभिन्न माध्यमों जैसे मनेरगा, नाबार्ड, कैम्पा, पीएमकेएसवाई से जलस्रोतों व नदियों के पुनर्जीवीकरण हेतु फण्डिंग यूटिलाइजेशन के सम्बन्ध में बैठक करने हेतु पत्र जारी किया जाए। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने सचिवालय में आयोजित बैठक में सम्बन्धित अधिकारियों को राज्य के जलस्रोतों, नदियों, सहायक नदियों, धाराओं के पुनर्जीवीकरण हेतु जिलावार योजना के स्थान पर भ्वसपेजपब ंदक प्दजम. हतंजमक पर कार्य करने के निर्देश दिए हैं। इसके साथ ही जल संरक्षण अभियान 2024 के तहत विकासखंड स्तर पर जल स्रोतों के उपचार का लक्षयों में बताया गया है कि ब्तपजपबंस जल स्रोतों के चिन्हीकरण हेतु पेयजल विभाग एवं जल संस्थान द्वारा चिन्हित ऐसी पेयजल योजनाएं जिसमें जल का प्रवाह अत्यधिक कमी दृष्टिगत हो रही है, के उपचार की योजना निर्माण कर क्रियान्वयन की कार्यवाही प्रांरभ की जा सकती है। बैठक में अपर मुख्य सचिव आनंदवर्धन, प्रमुख सचिव आर के सुधांशु, सचिव शैलेश बगौली सहित सम्बन्धित विभागों के अधिकारी एवं वर्चुअल माध्यम से सभी जिलाधिकारी मौजूद रहे।

हर की पैड़ी पर होगा ड्रेस कोड लागूः गंगा सभा

विशेष संवाददाता

हरिद्वार। समय-समय पर गंगा की पवित्रता और गंगा के प्रति आस्था को अक्षुण बनाए रखने तथा धार्मिक स्थलों की मर्यादा कायम रखने को लेकर कई तरह के सवाल उठाए जाते रहते हैं। हर की पैड़ी पर युवक व युवतियों द्वारा बहुत छोटे-छोटे कपड़े पहनकर जाने और वहां डांस तथा रोमांस करते हुए रील बनाने को लेकर अनेकों बार गंगा की आस्था को क्षति पहुंचाने की बातें होती रही हैं।

❑गंगा घाटों पर अश्लील रील बनाने पर रोक लगाने का प्रयास

इस मुद्दे को लेकर गंगा सभा के अध्यक्ष नितिन गौतम का कहना है कि हरकी पैड़ी तथा अन्य तमाम गंगा घाटों पर अश्लील रील बनाने के मामले उनके सामने आ चुके हैं। जिसमें अमर्यादित ढंग से छोटे कपड़े पहनकर युवक-युवततियों द्वारा आना और फिर फिल्मी गानों पर रील बनाने से हर की पैड़ी की गरिमा को चोट पहुंचाई जाती है। उन्होंने कहा कि हरकी पैड़ी पर आने के लिए अब यहां ड्रेस कोड लागू करने जा रहे हैं और जल्द इसे अमल में लाया जाएगा।

उल्लेखनीय है कि ऋषिकेश में राफ्टिंग के दौरान युवक व युवतियों के शराब व बियर पीने की कुछ घटनाएं भी सामने आई थी जिस पर साधु संतों ने कड़ी आपत्ति जाहिर की थी।

खनन मामले में हुई फायरिंग प्रकरण में दो और आरोपी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

उधमसिंह नगर। बाजपुर में खनन मामले को लेकर हुए फायरिंग प्रकरण में पुलिस ने दो और आरापियों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से घटना में प्रयुक्त पिस्टल भी बरामद की गयी है। मामले में तीन आरोपी पूर्व

❑घटना में प्रयुक्त पिस्टल बरामद

में ही गिरफ्तार कर जेल भेजे जा चुके है।

विदित हो कि 28 अप्रैल को बन्नाखेड़ा बाजपुर में खनन मामले को लेकर हुए फायरिंग प्रकरण में पुलिस ने तीन आरोपियों को गिरफ्तार कर जेल भेज दिया था। जबकि अन्य की तलाश जारी थी। जिसमें पुलिस को बीती रात सफलता मिली। घटना मे शामिल दो अन्य लोगों को पुलिस ने घटना में प्रयुक्त पिस्टल सहित

गिरफ्तार कर लिया है। जिनके नाम को बन्नाखेडा क्षेत्र से गिरफ्तार किया गया है। जिसमें आरोपी शुभम जोशी के कब्जे से घटना में प्रयुक्त 1 पिस्टल 32 बोर भी बरामद किया गया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

निर्माणाधीन भवन से सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। दो अज्ञात महिलाओं द्वारा निर्माणाधीन भवन से सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार लक्खीबाग निवासी राजू कुमार ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनका क्षेत्र में ही चौहान मार्केट में निर्माण का काम चल रहा है।

आज जब वह वहां पर पहुंचा तो वहां से दो अज्ञात महिलाओं के द्वारा दो एल्युमिनियम की फंटी व लोहे के औजार चोरी कर लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

ट्रक खाई में गिरने से लगी जंगल में आग, मची अफरा-तफरी

हमारे संवाददाता

नैनीताल हल्द्वानी बायपास रोड गोला पुल तिराहे के समीप आज सुबह एक ट्रक खाई में गिरने से उसमें आग लग गयी। देखते ही देखते आग ने विकराल रूप धारण कर लिया। हालांकि ट्रक चालक ने ट्रक से निकल कर अपनी जान बचा ली। मामले की सूचना मिलने पर पुलिस, वन विभाग व अग्निशमन विभाग मौके पर पहुंचे और कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया गया।

अग्निशमन अधिकारी हल्द्वानी मनिंदर पाल सिंह ने बताया कि घटना आज सुबह लगभग 4 बजे के आसपास की है जहां अग्निशमन विभाग को सूचना मिली कि गोलापार पुल के पास एक 18 टायरा

ट्रक अनियंत्रित होकर खाई में गिर गया है। जिस कारण उसमें आग लगी हुई है वहीं ट्रक की आग जंगलो की तरफ फैल रही है। सूचना पर त्वरित कार्यवाही करते हुए अग्निशमन की गाड़ी ने मौके पर पहुंच आग पर काबू पाया है। गनीमत रही कि ट्रक खाई में गिरते ही घायल ट्रक चालक किसी तरह से ट्रक से बाहर निकल सड़क तक पहुंचा। जिसके चलते कोई जनहानि नहीं हुई। अग्निशमन की टीम ने कड़ी मशक्कत से आग बुझाया गया जिसमें कोई जनहानि नही हुई और एक बहुत बड़ा हादसा होने से रोका गया। अग्निशमन अधिकारी हल्द्वानी मनिंदर पाल सिंह ने बताया कि आग लगने का कारण का पता लगाया जा रहा है। बताया जा रहा कि हादसे में ट्रक चालक भी घायल हुआ है।

नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः । न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ।।

शोक संदेश

अत्यन्त दुःख के साथ सूचित करना पड़ रहा है कि
मेरे प्रिय छोटे भाई श्री विपुल कांत गोयल जी का स्वर्गवास
दिनांक 22.04.2024 दिन सोमवार को हो गया है, प्रभु की ऐसी
ही इच्छा थी। उनकी आत्मा कि शान्ति हेतु
दिनांक 03.05.2024 दिन शुक्रवार
रस्म पगड़ी(तेहरवीं)
अपराह्न 3.00 से 04.00 बजे तक
होना निश्चित हुई है।
स्थानः स्वामी रामतीर्थ मिशन हरि ओम सत्संग भवन,
राजपुर रोड, देहरादून।
(कृप्या पगड़ी लाने का कष्ट ना करें।)

शोकाकुल परिवारः

आशीष गोयल(भाई)
ब्यूरो चीफ, ए0 एन0 आई0
उत्तराखण्ड ब्यूरो (9997000999)
नीरज गोयल, अतुल गोयल,
गौरव गोयल,(भाई)
शिवांक गोयल, राघव गोयल(भतीजे)

रविन्द्र गोयल(चाचा)
रश्वी गोयल (धर्म पत्नि)
अंशुल गोयल (बेटा)
दीति गोयल (बेटी)
कृतिका गोयल (भतीजी)

प्रतिष्ठान
सरवी कॉस्मेटिक एंड गिफ्ट स्टोर
राजेश्वर नगर, फेज़-1 आईटी पार्क, सहस्त्रधारा रोड, देहरादून।
फोनः 9997012181, 7351006424

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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