मंगलवार
11 जून 2024

पृष्ठ 4

शुगर के मरीज को ग्लूकोज पाउडर पीना..

पृष्ठ 5

नेहा सिंह की किलर अदाओं के सामने..

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 129
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

विश्वास वह पक्षी है जो प्रभात के पूर्व अंधकार में ही प्रकाश का अनुभव करता है और गाने लगता है।

– रवींद्रनाथ ठाकुर

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

मानसूनी चुनौतियों से निपटने को रहे तैयार: धामी

❑सचिवालय में अधिकारियों से की वार्ता
❑नाले-खालों की साफ-सफाई के निर्देश
❑यात्रियों की सुरक्षा को लेकर रहे गंभीर

विशेष संवाददाता

देहरादून। आगामी 20 जून तक राज्य में मानसून की दस्तक देने की संभावनाओं के मद्देनजर आज मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सचिवालय में आपदा प्रबंधन और जिला प्रशासन से जुड़े तमाम विभागों के अधिकारियों के साथ बैठक की। तथा मानसून काल में पेश आने वाली हर तरह की चुनौतियों से निपटने के लिए समय पूर्व तैयारियां करने के निर्देश दिए गए।

इस अवसर पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि मानसूनी सीजन में अतिवृष्टि, बाढ, भूस्खलन और जल भराव जैसी अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। उन्होंने कहा कि राज्य में बादल फटने और बाढ़ आने जैसी समस्याओं से हर साल बड़ा नुकसान होता है। उन्होंने अधिकारियों को कहा कि वह अगर मानसून से पहले ही कुछ व्यवस्थाओं को अगर दूरस्थ कर लेते हैं तो इस नुकसान से बचा जा सकता है। उन्होंने कहा कि जल निकासी की व्यवस्था को दुरस्त कर लिया जाए, नाली और नालों की सफाई का काम जल्द निपटाए जाएं। जिससे आबादी क्षेत्र में जल भराव की समस्या न हो।

उन्होंने कहा कि इस समय राज्य में चारधाम यात्रा चल रही है मानसून काल में भूस्खलन और सड़कों के कटान की समस्या के कारण यात्रियों को कोई दिक्कत न होने पाए इसके लिए पुख्ता इंतजाम किया जाए। सदके बंद होने के कारण कई बार लंबे-लंबे जाम लग जाते हैं। सड़कों को खोलने में काम में कम समय लगे इसके लिए पहले से ही तैयारी करनी होगी। अतिवृष्टि के कारण नदियों में बाढ़ जैसे हालत पैदा हो जाते हैं तथा तटबंध टूटने से खेत खलिहानों को भारी नुकसान होता है इसके लिए पुश्ते आदि की व्यवस्था पहले ही दुरस्त कर ले।

उन्होंने आपदा प्रबंधन विभाग के अधिकारियों को निर्देश दिए कि संचार के संसाधनों को दूरस्थ रखा जाए तथा रिस्पांस टाइम में सुधार लाया जाए। कई बार दुर्घटना स्थल अत्यंत दुर्गम क्षेत्रों में होता है जहां तक पहुंच पाना मुश्किल हो जाता है या बहुत अधिक समय लग जाता है जिससे नुकसान बढ़ जाता है खाद्य विभाग को मानसून सीजन से पहले पर्याप्त खाद्यान्न की व्यवस्था पहाड़ों में करने को कहा गया है। राज्य में अभी 4 दिन हीट वेव वाला मौसम रहने की संभावना है तथा 15 जून के बाद थोड़ी राहत मिल सकेगी। मौसम विभाग के अनुसार 20 से 25 जून तक पूरे राज्य में मानसूनी बारिश शुरू हो जाएगी।

मोदी सरकार बनते ही राज्य को मिले 1562 करोड़

❑वित्त मंत्री अग्रवाल ने किया पीएम का धन्यवाद
❑पहले ही दिन काम पर लग गई नई सरकार

विशेष संवाददाता

देहरादून। संसदीय कार्य एवं वित्त मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और उनके नेतृत्व वाली केंद्र की एनडीए सरकार की कार्य प्रणाली की सराहना करते हुए कहा है कि अभी मंत्रियों को कल ही मंत्रालय दिए गए हैं तथा आज नये मंत्री अपना कार्यभार संभाल रहे हैं लेकिन नई सरकार अपने पहले ही दिन से अपने काम में जुट गई है।

उन्होंने कहा कि राज्य सरकार को आज केंद्र सरकार द्वारा 1562 करोड़ की टीएसटी अंशदान राशि प्राप्त हो गई है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के कार्यकाल में सरकार की कार्यप्रणाली में भारी सुधार आया है। अब आम आदमी के हित और कल्याण के लिए सरकार पूर्ण समर्पण के साथ कार्य करती है उन्होंने कहा कि हर माह राज्य को उसका जीएसटी संग्रह के अंशदान के रूप में जो पैसा केंद्र सरकार से आता है उसके 1562 करोड रुपए आज सरकार के खाते में आ गए हैं। उन्होंने कहा कि अभी तो मंत्रियों ने ठीक से अपना चार्ज भी नहीं संभाला है लेकिन पहले ही दिन से काम शुरू हो गया है।

उन्होंने कहा कि मोदी सरकार सदैव गरीब और आम आदमी के कल्याण के प्रति समर्पित रही है। सरकार ने 3 करोड लोगों को अभी और नए आवास बनाकर देने पर काम शुरू कर दिया है। उन्होंने कहा कि मोदी की सरकार जनता के हितों के लिए काम करने वाली ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

मलावी के उपराष्ट्रपति को ले जा रहा मलावी रक्षा बल का विमान लापता

नई दिल्ली। मलावी के उपराष्ट्रपति साउलोस चिलिमा को ले जा रहा विमान लापता हो गया है। इस विमान में नौ अन्य लोग भी सवार थे। बताया गया है कि जिस विमान में उपराष्ट्रपति सवार थे, वह मलावी रक्षा बल का विमान था।सोमवार सुबह राजधानी लिलोंग्वे से रवाना होने के बाद उनका विमान रडार से गायब हो गया। जानकारी सामने आने के बाद मलावी के राष्ट्रपति कार्यालय ने खोज और बचाव अभियान का आदेश दिया है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, उपराष्ट्रपति के विमान को स्थानीय समयानुसार सुबह 10 बजे के बाद देश के उत्तर में स्थित मजूजू अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे पर उतरना था। हालांकि, विमान से संपर्क टूट गया, जिसके बाद से बचाव अभियान चलाया जा रहा है। उधर, घटना की जानकारी के बाद मलावी के राष्ट्रपति लाजरस चकवेरा ने बहामास की अपनी यात्रा रद्द कर दी है। राष्ट्रपति कार्यालय ने कहा है कि पूरी स्थिति साफ होने के बाद ही घटनाक्रम के बारे में जनता को जानकारी दी जाएगी।

ट्रैक्टर-ट्रॉली ने बाइक सवार युवकों को कुचला, दो की मौत

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। देवबंद-मंगलौर मार्ग पर मंडावली में देर रात एक ट्रैक्टर-ट्रॉली ने बाइक सवार दो युवकों को कुचल दिया। इससे दोनों युवकों की मौके पर ही मौत हो गई। दोनों को सीएचसी मंगलौर ले जाया गया, जहां डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। वहीं, ट्रैक्टर चालक वाहन सहित मौके से फरार हो गया। जिसकी तलाश में पुलिस जुटी हुई है।

जानकारी के अनुसार मंगलौर के लहबोली निवासी बंटी (20) और अमित (22) गुरुकुल नारसन स्थित एक कंपनी में काम करने के बाद बाइक से घर लौट रहे थे। मंडावली के पास एक ट्रैक्टर-ट्रॉली मुजफ्फरनगर की ओर जा रही थी। ट्रैक्टर-ट्रॉली ने अचानक ही बाइक सवार दोनों युवकों को टक्कर मार दी। दोनों सड़क पर जा गिरे और गंभीर रूप से घायल हो गए। इसके बाद चालक उन्हें कुचलते हुए भाग खड़ा हुआ।

हादसा देख आसपास के लोग मौके पर पहुंचे। लोगों को आता देख ट्रैक्टर चालक सकपका गया और मौके से फरार हो गया। लोगों ने लहूलुहान पड़े दोनों युवकों की सूचना पुलिस को दी।

पुलिस ने दोनों को उठाया और एंबुलेंस की मदद से मंगलौर सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पहुंचाया। वहां डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। सूचना मिलने पर परिजन भी मौके पहुंच गए। घटना से परिजनों में कोहराम मचा हुआ है। मंगलौर कोतवाली प्रभारी निरीक्षक अमर चंद ने बताया कि परिजनों की ओर से घटना की तहरीर मिल गई है। मामले में ट्रैक्टर चालक की तलाश शुरू कर दी गई है।

दून वैली मेल

संपादकीय

नई बोतल में पुरानी शराब

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपने तीसरे टर्म में अपने जिन 72 सहयोगियों की टीम का चयन किया है उनमें 32 नए चेहरे व 40 वही चेहरे हैं जो पहले भी उनकी सरकार का हिस्सा रह चुके हैं। मोदी ने अपने इन मंत्रियों को विभागों के बंटवारे कर दिए हैं। पिछली सरकार में जो भी अहम मंत्रालय जिसके पास थे अधिकांश वही सब के सब मंत्रालय फिर उन्हें ही सौंप दिए हैं। अपवाद के रूप में दो-चार मंत्रालयों में थोड़ा बहुत फेरबदल किया है। गृहमंत्री इस बार भी अमित शाह ही रहेंगे और रक्षा मंत्रालय को भी राजनाथ सिंह ही देखेंगे। वित्त मंत्री के पद पर सीतारमण ही रहेगी तथा विदेश मंत्रालय एस जयशंकर के पास ही रहेगा। सिंधिया से नगर विमानन विभाग हटाकर उन्हें अब दूर संचार की जिम्मेदारी दी गई अपने मुख्यमंत्रियों शिवराज सिंह चौहान को कृषि एवं खाद्य प्रसंस्करण तथा मनोहर लाल खट्टर को दो अहम मंत्रालय दे दिए गए हैं। स्वास्थ्य तथा शिक्षा विभाग और रेल मंत्रालय की जिम्मेदारी अपने सहयोगियों को सौंप दी गई है। अब सवाल यह उठ रहा है कि जेडीयू और टीडीपी व एनसीपी (अजीत गुट) और शिवसेना (शिंदे) को क्या मिला? तो उसे आप इस तरह से समझ सकते हैं कि प्रधानमंत्री मोदी ने उन्हें झुनझुना ही थमा दिया है। स्थिति नीतीश कुमार देखते ही रह गए और रेल मंत्रालय अश्विनी वैष्णव ले गए। जेपी नड्डा को स्वास्थ्य विभाग जैसा अहम मंत्रालय मिल गया और तो और चिराग पासवान भी खाद्य प्रस्करण और उद्योग मंत्रालय पा गये लेकिन सात सांसद संख्या वाले शिवसेना शिंदे के हिस्से में क्या आया सिर्फ एक पद वह भी राज्य मंत्री स्वतंत्र प्रभार वाला। एनसीपी (अजीत) जिनमें एक लोकसभा और एक राज्यसभा में दो सांसद हैं उसके नेता प्रफुल्ल पटेल ने उन्हें राज्य मंत्री स्वतंत्र प्रभार दिया गया जिसे उन्होंने यह कहकर ठुकरा दिया कि वह जब कैबिनेट मंत्री रह चुके हैं तो अब राज्य मंत्री पद लेकर वह अपनी अवनति नहीं करा सकते हैं। उद्धव ठाकरे वाली शिवसेना की सफलता के कारण शिंदे की शिवसेना को नकार दिया जाना शिंदे गुट की नाराजगी का स्वभाविक कारण है। मंत्रियों को मंत्रालयों के बंटवारे के साथ जिस तरह के विरोध के स्वर फूट रहे हैं तथा जदयू से लेकर टीडीपी जो अपना स्पीकर मांग रही है जो उसे मिलता नहीं दिख रहा है शिंदे और अजीत पवार जो बेबस महसूस कर रहे हैं और मोदी अपने पुराने तेवर दिखाने पर आमादा हो चुके हैं ऐसे में उनकी सरकार आगे कैसे चलेगी यह समय ही बताएगा। 18 जून को स्पीकर का चुनाव होना है जिसका इंतजार टीडीपी कर रही है। रेल मंत्रालय नहीं मिला इसे लेकर नीतीश कसमसा रहे हैं। सिंधे और अजीत पवार के साथ तो खेला ही हो चुका है। ऐसे में अगर टीडीपी अपने स्पीकर पर अड़ गई और संख्या बल से चुनाव होने की नौबत आ गई तो इस मोदी सरकार की उम्र यहीं खत्म हो सकती है। मोदी सरकार को कुछ यानी 4-6 माह के ही समय का इंतजार है कि वह कैसे भी गुजर जाए इस बीच वह 240 से 272 तक पहुंचने का जुगाड़ कर ही लेगी सबके अपने अपने दांव पेच है। सबको कुछ न कुछ चाहिए और सभी को एक समय विशेष का इंतजार है। इस सरकार के गठन के साथ ही मोदी ने यह तो साफ कर ही दिया है कि वह किसी के भी दबाव में काम नहीं करेंगे अब देखना यह है कि क्या सहयोगियों का यह दबाव उस हद तक जाता है जब तत्कालीन पीएम अटल बिहारी वाजपेई ने अपनी 13 दिन की सरकार का इस्तीफा यह कहते हुए दे दिया था कि वह किसी चिमटे का सहारा नहीं लेंगे। यानी कि मोदी सहयोगियों व इंडिया को तोड़कर 272 का आंकड़ा जुटा कर अगले 5 साल तक निष्कंटक शासन करते रहेंगे। यह भविष्य के गर्भ में ही छिपा है।

मारपीट में मां बेटे के खिलाफ मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। मारपीट कर जान से मारने की धमकी देने पर मां बेटे के खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार प्रगति पुरम गीताराम भट्ट ने ऋषिकेश कोतवाली पुलिस में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि आवास विकास कालोनी निवासी मंजू देवी व उसके बेटे ने उसके साथ गाली गलौच करते हुए मारपीट शुरू कर दी। जब आसपास के लोगों ने उसको बचाया तो वह उसको जान से मारने की धमकी देकर चले गये। वहीं मंजू देवी ने भी सुमित भट्ट के खिलाफ मारपीट कर जान से मारने की धमकी देने का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने दोनों मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्रतीचीने मामहनीष्वा: पर्णमिवा दधु:।
प्रतीचीं जग्रभा वाचमश्वं रशनया यथा।।
(ऋग्वेद १०-१८-१४)

जिस प्रकार एक धनुषधारी अपने धनुष पर तीर चढ़ाकर अपने लक्ष्य को भेदता है, उसी प्रकार मैं भी ज्ञानमय वाणी अर्थात वेदवाणी से अपने लक्ष्य देवत्व को प्राप्त करूं। जिस प्रकार घोड़े को उसकी लगाम से नियंत्रित करके एक दिशा में दौड़ाया जाता है, उसी प्रकार में भी अपनी प्रार्थना द्वारा वाणी को देवत्व की ओर ले जाऊं।

मांगों को लेकर कैबिनेट मंत्री से की भूतपूर्व सैनिक संगठन ने मुलाकात

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। लालकुआं से देश के महानगरों के लिए बस सुविधा उपलब्ध कराने, बिंदुखत्ता में मिलिट्री कैंटीन के लिए जमीन उपलब्ध कराने सहित विभिन्न मांगों को लेकर भूतपूर्व सैनिक संगठन ने कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी से मुलाकात कर समस्याओं का निदान करने की मांग की।

कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी से बिंदुखत्ता की समस्याओं के निदान के लिए भूतपूर्व सैनिक संगठन के पदाधिकारियों ने मांग की है कि हल्द्वानी बस स्टेशन से देश के महानगरों को जाने वाली सभी रोडवेज की बसें लालकुआं में बस स्टॉप से ही आगे जायें, पूर्व सैनिक संगठन के पदाधिकारियों ने कहा कि यह मांग वह लंबे समय से करते हुए आ रहे हैं परंतु आज तक इस पर कोई अमली जामा नहीं पहनाया गया है। कैबिनेट मंत्री ने परिवहन सचिव से इस विषय को गंभीरता से लेने के निर्देश दिए हैं। वही भूतपूर्व सैनिक संगठन के पदाधिकारियों ने कहा कि जड़ सेक्टर के समीप एक बीघा जमीन उपलब्ध कराकर उसमें मिलिट्री कैंटीन व प्रशिक्षण भवन बनाने को लेकर लंबे समय से मांग कर रहे, जिस पर कार्यवाही तो लगभग हो चुकी है लेकिन अभी बादल पूर्ण रूप से छठे नहीं हैं जिस पर गणेश जोशी ने त्वरित कार्यवाही का आश्वासन दिया और संबंधित विभाग के विभाग अधिकारियों से बातचीत कर उसे पर कार्यवाही करने के निर्देश दिए हैं। शिष्टमंडल मंडल ने बिंदुखत्ता में विद्युत समस्या को लेकर विद्युत ट्रांसफार्मर की लोड क्षमता बढ़ाने की मांग पर मंत्री गणेश जोशी ने ऊर्जा सचिव से त्वरित उक्त मामले को संज्ञान में लाते हुए कार्यवाही करने के निर्देश दिए। शिष्टमंडल में भूतपूर्व सैनिक संगठन अध्यक्ष खिलाफ सिंह, कैप्टन प्रताप सिंह बिष्ट, चंचल सिंह कोरंगा, सुंदर सिंह खनका, नरसिंह रावत, दलबीर सिंह, प्रकाश मिश्रा, रणजीत सिंह गढ़िया, दिनेश देवराडी सहित दर्जनों पूर्व सैनिक संगठन के पदाधिकारी शामिल रहे।

सामाजिक कार्यो के लिए वर्क की समीक्षा बैठक

संवाददाता

देहरादून। वर्ल्ड आर्गेनाइजेशन रिलिजन एंड नॉलेज के कार्यकर्ताओं ने सामाजिक कार्यो की समीक्षा के लिए बैठक का आयोजन किया।

आज यहां वर्ल्ड ऑर्गेनाइजेशन रिलिजन एंड नॉलेज (वर्क) के कार्यकर्ताओं की एक बैठक टर्नर रोड स्थित वर्क के प्रभारी दानिश अफजल के निवास स्थान पर हुई बैठक में वर्क संस्था के द्वारा किए गए कार्यों की समीक्षा की गई और आगामी समय में वर्क संस्था के द्वारा जो कार्य किए जाने हैं उनकी रुपरेखा तैयार की गई। वर्क प्रभारी दानिश अफजल ने बैठक को संबोधित करते हुए कहा कि वर्क संस्था समय-समय पर जनहित व देश हित के कार्य करती रहती है जिसमे सफाई अभियान, दीन दुखों लोगों की सेवा, खाना पानी वितरण करना, पौधे लगाना, सभी धर्मो के आयोजनों व पर्वों में अपनी ओर से भागीदारी कर सभी लोगों के बीच मेल मिलाप के कार्य कर उनमें प्यार मोहब्बत को बढ़ाना और एक दूसरे की रीत रिवाजों और परम्पराओं को समझना व समझाना। जिससे एकता कायम हो और राष्ट्रीय पर्वों में पूर्ण रूप से बड़ चढ़ कर हिस्सा लेना कहीं आपदा आने पर वहां लोगों की सेवा में जुट जाना आदि ये सब कार्य वर्क निरंतर करती आ रही है और आगे भी करती रहेगी। इसी से देश तरक्की करेगा एकता आयेगी सत युग का आगमन होगा और देश विश्व गुरु बनेगा। वर्क के आरिफ वारसी ने कहा कि हमें समाज सेवा के कार्यों में और तेजी लानी है सेवा कार्यों में बढ़ चढ़ कर हिस्सा लेना है गर्मी के दिन है जगह-जगह मीठे पानी शरबत के स्टॉल लगाने हैं जहां कोई भूखा है उसको खाना खिलाना है जहां सफाई नहीं है वहां सफाई कार्य करने हैं हमें नदियों में भी सफाई का काम करना है जैसे कि पिछली बार सहस्त्र धारा और मालदेवता में वर्क के कार्यकर्ताओं ने सफाई अभियान किया और जहां कोई आपदाएं परेशानी आती है तो सरकार व प्रशासन का जनहित में मिलजुल कर हाथ बटाना है इस अवसर पर वर्क के दानिश अफजल, आरिफ वारसी, इलियास कुरैशी, मोहम्मद फैजान, हुसने मुबारक, मोहम्मद फरमान, अतिकुर रहमान, शादाब मियां,शाद,और उजैर वारसी मौजूद रहे।

कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने फूंका सरकार का पुतला

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने केन्द्र व भाजपा सरकार के खिलाफ प्रदर्शन कर पुतला फूंका।

आज यहां केंद्र और राज्य की भाजपा सरकारों पर गवर्नेन्स में असफल रहने का आरोप लगाते हुए कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने महानगर अध्यक्ष डॉ जसविंदर सिंह गोगी के नेतृत्व में एस्ले हॉल चौक पर सरकार का पुतला फूंका। गोगी ने कहा कि 2014 में देश की जनता के साथ बहुत बड़ा छल हुआ। बहुत हुई महंगाई की मार अबकी बार मोदी सरकार के नारे के साथ भाजपा की सरकार सत्ता में आई और तब से लेकर आज तक पूरा देश महंगाई से त्रस्त है। यही नहीं केंद्र और राज्य की भाजपा सरकारें गवर्नेंस के मामले में पूरी तरह असफल रही हैं। एक तरफ पेपर लीक और नीट परीक्षा में गड़बड़ी जैसे मामले हैं जिससे युवाओं के भविष्य से खिलवाड़ हुआ है दूसरी तरफ टोल, दूध सहित आवश्यक वस्तुओं और सेवाओं के दाम लगातार बढ़ रहे हैं। दूध और टोल के दाम तो पहले ही बढ़े थे चुनाव खत्म होते ही और बढ़ा दिए

गए। दाल, तेल, गैस सहित सभी आवश्यक चीजें दिन ब दिन महंगी होती जा रही हैं। दूसरी तरफ पेपर लीक और भर्ती परीक्षाओं में गड़बड़ी आये दिन की बात हो गई है। नीट परीक्षा में बैठने वाले छात्र सड़कों पर हैं। सरकार की विफलता का एक और हालिया उदाहरण चार धाम यात्रा में व्याप्त अव्यवस्था है जिससे श्रद्धालुओं और स्थानीय लोगों और व्यवसाइयों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है।

इस मौके पर मुख्य रूप से मुकीम अहमद पार्षद, सुनील सुनील जायसवाल, अनिल शर्मा, अरविंद गुरंग, फारुक अहमद, अर्जुन पासी,सुभाष धीमान, जयपाल सिंह, लकी राणा, मुकेश रोगमी, यामीन खान, भूपेंद्र सिंह नेगी, अवदेश कुमार, नारेश बागवान, फैसल, हर्ष गैरोला, ललित बद्री, रजत, अमित अरोड़ा, अरविन्द शर्मा, अलोक मेहता, जगत सिंह, सविति थापा, अल्ताफ अहमद, मातलूब अहमद, मोहित थापा, सौरभ थापा, विकी पॉवर, आनंद महेरा, राजकुमार,रिपु दमन, सईद अहमद, शकील मंसूरी, राकेश कुमार, संदीप जैन, सूरज छेत्री, निखिल, राजपुत, नदीम अंसारी, सुनिल कुमार आदि उपस्थित थे।

खतरनाक है खेतों से पेड़ों का उजड़ना

पंकज चतुर्वेदी

न तो अब खेतों में कोयल की कूक सुनाई देती है और न ही सावन के झूले पड़ते हैं। यदि फसल को किसी आपदा का ग्रहण लग जाए, तो अतिरिक्त आय का जरिया होने वाले फल भी गायब हैं। अंतरराष्ट्रीय शोध पत्रिका 'नेचर सस्टैनबिलिटी' में हाल में प्रकाशित आलेख बताता है कि भारत में खेतों में पेड़ लगाने की परंपरा समाप्त हो रही है। कृषि-वानिकी का मेलजोल कभी भारत के किसानों की ताकत था।

कई पर्व-त्योहार, लोकाचार, गीत-संगीत खेतों में खड़े पेड़ों के इर्द गिर्द रहे हैं। मार्टिन ब्रांट?, दिमित्री गोमिंस्की, फ्लोरियन रेनर, अंकित करिरिया?, वेंकन्ना बाबू गुथुला, फिलिप सियाइस?, जियाओये टोंग?, वेनमिन झांग?, धनपाल गोविंदराजुलु?, डैनियल ऑर्टिज-गोंजालो और राममस फेंशोल्टन के बड़े दल ने भारत के विभिन्न हिस्सों में जाकर पाया कि अब खेत किनारे छाया मिलना मुश्किल है।

इसके कई विषम परिणाम खेत झेल रहा है। जब बढ़ता तापमान गंभीर समस्या के रूप में सामने है और सभी जानते हैं कि धरती पर अधिक से अधिक हरियाली की छतरी ही इससे बचाव का जरिया है, ऐसे में यह शोध गंभीर चेतावनी है कि बीते पांच वर्षों में हमारे खेतों से 53 लाख फलदार व छायादार पेड़ गायब हो गये हैं।

इनमें नीम, जामुन, महुआ और कटहल जैसे पेड़ प्रमुख हैं। इन शोधकर्ताओं ने भारत के खेतों में मौजूद 60 करोड़ पेड़ों का नक्शा तैयार किया और लगातार दस साल उनकी निगरानी की। कोपेनहेगन विश्वविद्यालय के शोधकर्ताओं के अध्ययन के अनुसार, देश में प्रति हेक्टेयर पेड़ों की औसत संख्या ०।6 दर्ज की गयी। इनका सबसे ज्यादा घनत्व उत्तर-पश्चिमी भारत में राजस्थान और दक्षिण-मध्य क्षेत्र में छत्तीसगढ़ में दर्ज किया गया है।

यहां पेड़ों की मौजूदगी प्रति हेक्टेयर 22 तक दर्ज की गयी। रिपोर्ट बताती है कि खेतों में सबसे अधिक पेड़ उजाड़ना में तेलंगाना और महाराष्ट्र अव्वल रहे हैं। साल 2010-11 में दर्ज किये गये पेड़ों में से करीब 11 फीसदी बड़े छायादार पेड़ 2018 तक गायब हो चुके थे। बहुत जगहों पर तो खेतों में मौजूद आधे पेड़ गायब हो चुके हैं। यह भी पता चला है कि 2018 से 2022 के बीच करीब 53 लाख पेड़ खेतों से अदृश्य थे, यानी इस दौरान हर किलोमीटर क्षेत्र से औसतन 217 पेड़ नदारद मिले।

वहीं कुछ क्षेत्रों में तो हर किलोमीटर क्षेत्र से 50 तक पेड़ गायब हो चुके हैं। यह विचार करना होगा कि आखिर किसान ने अपने खेतों से पेड़ों को उजाड़ा क्यों? किसान भलीभांति यह जानता है कि खेत पर छायादार पेड़ होने का अर्थ है पानी संचयन, पत्ते और पंछियों की बीट से निशुल्क कीमती खाद, मिट्टी के मजबूत पकड़ और सबसे बड़ी बात- खेत में हर समय किसी बड़े-बूढ़े के बने रहने का एहसास। इन पेड़ों पर बसेरा करने वाले पक्षी कीट-पतंगों से फसलों की रक्षा करते थे। फसलों को नुकसान करने वाले कीट सबसे पहले मेड़ के पेड़ पर ही बैठते हैं।

उन पेड़ों पर दवाओं को छिड़काव कर दिया जाए, तो फसलों पर छिड़काव करने से बचत हो सकती है। जलावन, फल-फूल से अतिरिक्त आय तो है ही।

फिर भी नीम, महुआ, जामुन, कटहल, खेजड़ी (शमी), बबूल, शीशम, करोई, नारियल आदि जैसे बहुउद्देशीय पेड़ों का काटा जाना, जिनका मुकुट 67 वर्ग मीटर या उससे अधिक था, किसान की किसी बड़ी मजबूरी की तरफ इशारा करता है। यह भी है कि खेती का रकबा तेजी से कम होता जा रहा है। एक तो जमीन का बंटवारा हुआ, फिर लोगों ने व्यावसायिक इस्तेमाल के लिए खेतों को बेचा। साल 1970-71 तक देश के आधे किसान सीमांत थे, यानी उनके पास एक हेक्टेयर या उससे कम जमीन थी। साल 2015-16 आते-आते सीमांत किसान बढ़कर 68 प्रतिशत हो गये हैं। अनुमान है कि आज इनकी संख्या 75 फीसदी है। सरकारी आंकड़ा कहता है कि सीमांत किसानों की औसत खेती ०।4 हेक्टेयर से घटकर ०।38 हेक्टेयर रह गयी है। ऐसा ही छोटे, अर्ध मध्यम और मझोले किसान के साथ हुआ। कम जोत का सीधा असर किसानों की आय पर पड़ा है। अब वह जमीन के छोटे से टुकड़े पर अधिक कमाई चाहता है, तो उसने पहले खेत की चौड़ी मेढ़ को ही तोड़ डाला। इसके चलते वहां लगे पेड़ कटे। उसे लगा कि पेड़ के कारण हल चलाने लायक भूमि और सिकुड़ रही है, तो उसने पेड़ पर कुल्हाड़ी चला दी। इस लकड़ी से उसे तात्कालिक कुछ पैसा भी मिल गया। इस तरह घटती जोत का सीधा असर खेत में खड़े पेड़ों पर पड़ा।

सरकार खेतों में पेड़ लगाने की योजना, सब्सिडी के पोस्टर छापती रही और किसान अपने कम होते रकबे को थोड़ा सा बढ़ाने की फिराक में धरती के शृंगार पेड़ों को उजाड़ता रहा। बड़े स्तर पर धान बोने के चस्के ने भी बड़े पेड़ों को नुकसान पहुंचाया। साथ ही, खेतों में मशीनों के बढ़ते इस्तेमाल ने भी पेड़ों की बलि ली। कई बार भारी मशीनें खेत की पतली पगडंडी से लाने में पेड़ आड़े आते थे, तो तात्कालिक लाभ के लिए उन्हें काट दिया गया। खेत तो कम होंगे ही, लेकिन पेड़ों का कम होना मानवीय अस्तित्व पर बड़े संकट का आमंत्रण है। आज समय की मांग है कि खेतों के आसपास सामुदायिक वानिकी को विकसित किया जाए, जिससे जमीन की उर्वरा, धरती की कोख का पानी और हरियाली का साया बना रहे। (ये लेखक के निजी विचार हैं।)

दो दिवसीय ग्रामोत्सव संपन्न, महासू देवता को किया चांदी का छत्र भेंट

हमारे संवाददाता

देहरादून। विकासखंड कालसी के अंतर्गत ग्राम बाढौ का आठवां ग्रामोत्सव दो दिवसीय वार्षिक सम्मेलन स्थानीय चालदा महासू देवता को सवा किलो चांदी का छतर भेंट कर भंडारे के बाद संपन्न हो गया है।

सम्मेलन में मुख्य वक्ता के रूप में विधानसभा के पूर्व सूचना अधिकारी भारत चौहान ने कहा कि जो अधिकारी, कर्मचारी एवं व्यवसायी घर- गांव से बाहर रहते हैं, ग्रामोत्सव कार्यक्रम के निमित्त सभी लोग अपने गांव आकर परस्पर मेल मिलाप कर आपसी समाजस्य स्थापित करते हैं। उन्होंने कहा है कि युवा पीढ़ी जो अपनी भाषा और संस्कृति से दूर हो रही है उन्हें अपनी संस्कृति, ग्रामीण जीवन और सामूहिक परिवार के संस्कार और प्रेरणा गांव में आकर के ही मिलती है। कहा कि दो दिवसीय ग्रामोत्सव कार्यक्रम के दौरान जल स्रोतों की स्वच्छता, गांव की स्वच्छता, मन्दिर में सामूहिक हवन, ग्राम विकास को लेकर संगोष्ठी, छोटे बच्चों की सामान्य ज्ञान सहित विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया साथ ही जो अधिकारी, कर्मचारी सेवानिवृत हुए हैं उनका ग्रामीणों द्वारा विधिवत्त सम्मान किया जाता है। एक वर्ष के अंतराल में गांव के जिन युवाओं की सरकारी अथवा प्राइवेट सेक्टर में नौकरी लगी है उनका सम्मान किया जाता है जो अन्य युवाओं के लिए प्रेरणा स्रोत है। उन्होंने कहा है कि दो दिवसीय ग्रामोत्सव के दौरान एक ही स्थान पर सभी गांव वासियों का सामूहिक रूप से भोजन होता है और उसके पश्चात सांस्कृतिक कार्यक्रमों के आयोजन भी होते हैं। इस अवसर पर कर्मचारी मंडल के अध्यक्ष महेंद्र सिंह चौहान, राजेंद्र सिंह चौहान, खजान सिंह चौहान, चमन सिंह चौहान, दीवान सिंह चौहान, सुरेंद्र वर्मा, पप्पू चौहान, रमेश चौहान, यशपाल चौहान, राहुल चौहान, डा राजकुमारी चौहान, अमिता चौहान, नीलम चौहान, स्वीटी चौहान, सुल्तान सिंह चौहान, सुरेंद्र सिंह, दीप सिंह, विपिन चौहान, अतर सिंह , दिगंबर चौहान, महेंद्र सिंह माही राकेश चौहान, वीरेंद्र चौहान, विनीत चौहान, मनीष चौहान, सुल्तान चौहान, संजय चौहान सीताराम चौहान, केसर सिंह चौहान आदि सहित बड़ी संख्या में लोग उपस्थित थे, कार्यक्रम का संचालन मनोज जौनसारी ने किया।

इस मौके पर बाढौ गांव की 300 से अधिक लड़कियों ने चालदा महासू मंदिर बाढौ में सवा किलो चांदी का छतर देव मन्दिर में भेंट किया जिसमें सभी विवाहित और अविवाहित लड़कियों ने एक समान पारंपरिक वेश पहनकर देवता से जौनसार बावर के समृद्धि और खुशहाली की कामना की उसके पश्चात सामूहिक रूप से भंडारे का आयोजन भी किया।

उत्तराखंड को मात्र एक राज्य मंत्री देना प्रदेश की जनता का अपमानः धस्माना

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि उत्तराखंड को मात्र एक राज्य मंत्री देना प्रदेश की जनता का अपमान किया गया है।

आज यहां अपने कैप कार्यालय में पत्रकारों से वार्ता कराते हुए धस्माना ने कहा कि हैट्रिक हैट्रिक हैट्रिक चिल्लाने वाली भारतीय जनता पार्टी ने केंद्रीय मंत्रिमंडल में उत्तराखंड को मात्र एक राज्य मंत्री दे कर राज्य में लगातार तीन लोकसभा चुनाव में भाजपा के पांचों सांसदों को जितने वाली उत्तराखंड की जनता का घोर अपमान किया है।

उन्होंने कहा कि चुनाव प्रचार में भाजपा के छोटे से लेकर शीर्ष नेतृत्व ने अपने पूरे चुनाव प्रचार के दौरान एक बात जो सबने कही वह थी पांचों सीटों पर हैट्रिक और उत्तराखंड की जनता ने उनकी बात को मानते हुए महारानी जैसी निष्क्रिय संसाद समेत सभी पांचों सीटों पर भाजपा को जिता कर हैट्रिक के नारे को साकार किया इस उम्मीद के साथ की तीन नहीं तो दो सांसदों को तो अवश्य केंद्रीय मंत्रिमंडल में स्थान मिलेगा किंतु एक निवर्तमान मंत्री अजय भट्ट की छुट्टी कर अजय टमटा को केवल राज्य मंत्री बनाया जाना कहीं ना कहीं उत्तराखंड की और विशेष रूप से गढ़वाल संभाग की उपेक्षा है और पूरे राज्य की जनता का भी अपमान है जिसने विपरीत परिस्थितियों में जब भाजपा अपने बूते साधारण बहुमत भी प्राप्त नहीं कर पाई लेकिन उत्तराखंडी जनता ने एक बार फिर लगातार तीसरी बार पांचों संसद भाजपा की झोली में डाल दी। धस्माना ने कहा कि गृहमंत्री व रक्षामंत्री तो गढ़वाल में अपने चुनावी भाषण में जनता से खुले आम अनिल बलूनी को भावीमंत्री घोषित कर गए थे किंतु उसके बावजूद गढ़वाल के हिस्से में फिर भी कुछ नहीं आया।

चाय से जुड़े इन भ्रमों को सच मानते हैं लोग, जानिए इनकी सच्चाई

कई लोगों के दिन की शुरूआत एक कप चाय के साथ होती है, वहीं कुछ लोग ऐसे हैं जो तरह-तरह की चाय का सेवन टॉनिक के रूप में करते हैं। हालांकि जैसे-जैसे लोगों के बीच तरह-तरह की चाय मशहूर हुई है, वैसे-वैसे लोगों के मन में इससे जुड़े कई भ्रम घर करते जा रहे हैं जिनकी सच्चाई कुछ अलग ही है। आइए आज आपको चाय से जुड़े कुछ भ्रम और उनकी सच्चाई के बारे में बताते हैं।

भ्रम- दूध वाली चाय के सेवन से स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचता है

कई लोगों का यह मानना है कि दूध वाली चाय के सेवन से स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचता है, लेकिन इस बात की सच्चाई से लोग अनजान है। दरअसल, कई लोगों का मानना है कि चाय में दूध मिलाने से इसके पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं, जबकि यह गलत है। चाय में दूध मिलाने से कभी भी इसके पोषक तत्व कम नहीं होते हैं, बल्कि दूध मिलाने से शरीर में कैल्शियम की पूर्ति होती है।

भ्रम- ग्रीन टी पीने से तुंरत कम होता है वजन: अगर आप इस बात को सच मानते हैं कि ग्रीन टी पीने से वजन तुरंत कम होता है तो आपको बता दें कि यह

सिर्फ आपका भ्रम है। भले ही ग्रीन टी में मौजूद पोषक तत्व मेटाबॉलिज्म को बढ़ाने और फैट बर्न करने में मदद करते हों, लेकिन इसका मतलब यह बिल्कुल नहीं है कि सिर्फ ग्रीन टी पीन से ही वजन कम होने लगता है। इसके साथ आपको अपनी डाइट और एक्सरसाइज पर भी पूरा ध्यान देना होगा।

भ्रम- चाय कैंसर के जोखिम को कम करने में मदद कर सकती है : चाय से जुड़ा एक भ्रम यह भी है कि यह कैंसर जैसी गंभीर बीमारी के जोखिम को कम करने में मदद कर सकती है, जबकि ऐसा कुछ नहीं है। हम ऐसा इसलिए कह सकते हैं क्योंकि इस बात का कोई चिकित्सकीय प्रमाण नहीं है कि चाय कैंसर के जोखिम को कम कर सकती है। हालांकि कई अध्ययनों में इस बात का जिक्र मिलता है कि सीमित मात्रा में ग्रीन टी का सेवन कैंसर से बचाव करने में कारगर है।

भ्रम- चायपत्ती कभी एक्सपायर नहीं होती है :

शायद यह सबसे आम भ्रम है कि चाय बनाने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली चायपत्ती कभी एक्सपायर नहीं होती है, जबकि ऐसा कुछ नहीं है। अगर आप भी ऐसा सोचते हैं तो आप बिल्कुल गलत हैं क्योंकि रसोई में मौजूद अधिकतर चीजों की तरह चायपत्ती की भी एक्सपायरी डेट होती है। एक्सपायरी हो चुकी चायपत्ती से बनाई गई चाय का सेवन करने से सेहत को नुकसान पहुंच सकता है।

'दिखावा' तेजी से फैलता एक सामाजिक रोग

–डॉ. सत्यवान सौरभ

किसी भी चीज का दिखावा करने की आपको कोई जरूरत नहीं है क्योंकि इससे क्षणिक फायदा मिलता है। हमें कुछ भी काम करना है वह दूरदृष्टि को ध्यान में रखते हुए करना है। अपनी क्षमताओं को बढ़ाइए और यह सब पॉसिबल होगा जब आप अच्छी बातों को अपने जीवन में उतार लेंगे। यह आप जीवन के किसी भी पड़ाव पर कर सकते हैं तो फिर दिखावे की क्या जरूरत है? इंसान को केवल अपना मानसिक संतुलन बराबर रखते हुए आत्मविश्वास की चरम प्रकाष्ठा पर पहुंचना होगा। इसमें पहुंचने का सबसे आसान तरीका है कि वह अपने को सादा जीवन और उच्च विचार वाली कहावत पर चरितार्थ करें। हमें जिंदगी में आगे बढ़ने के लिए बहुत कुछ अपने अंदर बदलाव करने होंगे। वह सब आसानी से कर सकते हैं सिर्फ सोच को सकारात्मक बना ले। आज का युग आधुनिक युग है, जहां हर क्षेत्र में विकास देखने को मिलता है। पूरी दुनिया पर आधुनिकता का भूत सवार हो चुका है। आधुनिकता का सीधा संबंध विकास से दिखाई देता है। उद्योग से लेकर प्रयोग तक यह संसार बहुत तेजी से आगे बढ़ रहा है। पीछे मुड़कर देखना नहीं चाहते हैं हम इस विकास की दौड़ में हम मानवता को भूल चुके हैं। हम एक बार भी पीछे मुड़कर देखना भी नहीं चाहते हैं, जो एक बड़ी भूल साबित हो सकती है।

कहते हैं कि इतिहास अपने आपको दोहराता है, जो हमें समय-समय पर देखने को भी मिलता है। इतना होने के बावजूद हम कुछ सीखने के मूड़ में नहीं हैं। आज के दौर में आनलाइन प्लेटफार्म पर निजी जीवन का अनावश्यक दिखावा इस कदर बढ़ गया है कि हम जो खाएं, पीएं, घूमने जाएं, उसे आनलाइन प्लेटफार्म पर डालना जैसे हमारी ड्यूटी में शामिल हो गया है। नई चीज खरीदते हैं तो उसे फेसबुक पर अपलोड करना नहीं भूलते। परिवार के साथ छुट्टियां बिताने के दौरान खींची निजी तस्वीरों को भी लोग साझा करने से नहीं चूकते। जैसे-जैसे आपकी उम्र बढ़ेगी, आपके आचार, विचार और व्यवहार में गंभीरता आएगी। तब कभी आप सोचेंगे कि अगर मैं ३०० रुपए की घड़ी पहनूं या ३०००० की, दोनों समय एक जैसा ही बताएंगी। मैं ३०० गज के मकान में रहूं या ३००० गज के मकान में, तन्हाई का एहसास एक जैसा ही होगा। सोने के लिए एक बेड ही पर्याप्त होगा। फिर आपको ये भी लगेगा कि यदि मैं बिजनेस क्लास में यात्रा करूं या इक्नामी क्लास में, अपनी मंजिल पर उसी नियत समय पर ही पहुंचूंगा। या फिर रेलवे के स्लीपर क्लास में यात्रा करो या एसी में, ट्रेन एक ही समय में दोनों को पहुंचाएगी। इसलिए अपनी आवश्यक आवश्यकताओं पर ध्यान देना चाहिए न कि व्यर्थ के दिखावे पर फोकस करना चाहिए। आजकल केवल रहन-सहन में ही नहीं, बल्कि रिश्तों के मामले में भी लोग नकली व्यवहार करने लगे हैं। यहां तक कि प्यार जैसी कोमल और सच्ची भावना में भी अब दिखावे की मिलावट हो रही है। आज की युवा पीढ़ी में रिश्तों के प्रति पहले जैसी ईमानदारी नजर नहीं आती। लोग मन ही मन दूसरों के बारे में बुरा सोचते हैं, पर उनके सामने अच्छा बने रहने का ढोंग करते हैं। झूठ की बुनियाद पर टिके ऐसे रिश्ते नकली और खोखले होते हैं, इसीलिए वे जल्द ही टूट भी जाते हैं। हमें अपने बच्चों को बहुत ज्यादा अमीर बनाने के लिए प्रोत्साहित करने के बजाए बहुत ज्यादा खुश कैसे रहना चाहिए ये सिखाना चाहिए। हमें भौतिक वस्तुओं के महत्व को देखना चाहिए उसकी कीमत को नहीं। दिखावे की जिंदगी से हमें बाहर आना होगा। आने वाली पीढ़ी को बताना होगा कि उनका यह समय पठन-पाठन व ज्ञानअर्जन का है। ऐसे में जरूरी है कि हम फेसबुक, वाट्सएप पर सिर्फ अपने काम की बातों से ही सरोकार रखें। वाट्सएप पर रिश्ते बनते हैं पर बिगड़ते भी हैं। गलतफहमियां होती हैं। अंतत- रिश्ते बिखरते देर नहीं लगती। बच्चों को अभिभावक जितना समय देंगे, बच्चे उतने ही संस्कारवान बनेंगे। एकल परिवार की विभीषिका झेलने पर मजबूर बच्चे एकाकीपन का समाधान मोबाइल पर ढूंढ़ने लगते हैं। संवादहीनता से बचाव, बच्चों की बातों को सुनना व उनकी दिनचर्या का भाग होना ही उन्हें आपके प्रति आकर्षित करेगा।हमें यह जानना होगा कि अगर समाज में दिखावे की प्रवृत्ति बढ़ रही है तो इसकी वजह क्या है? आज लोगों को पहले की तुलना में पैसे कमाने के ज्यादा विकल्प मिल रहे हैं। पहले लोग अपनी सीमित आमदनी में भी संतुष्ट रहना जानते थे। अब वे सोचते हैं कि हमारे पास और क्या होना चाहिए, जिससे समाज में हमारा स्टेटस ऊंचा नजर आए। काफी हद तक ईएमआई की सुविधाओं ने भी लोगों में दिखावे की इस आदत को बढ़ावा दिया है। दूसरे के पास कोई भी नई या महंगी चीज देखकर लोगों के मन में लालच की भावना जाग जाती है। फेसबुक और ट्विटर जैसी सोशल साइट्स की वजह से भी युवाओं में दिखावे की प्रवृत्ति बढ़ रही है। रिलेशनशिप को भी सोशल साइट्स पर दूसरों को दिखाने के लिए ही अपडेट किया जा रहा है। हम अपनी सभी गतिविधियों को वहां साझा करके चर्चा में बने रहना चाहते हैं। *(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

शुगर के मरीज को ग्लूकोज पाउडर पीना चाहिए या नहीं, क्या इसमें भी शुगर फ्री का ऑप्शन आता है?

ग्लूकोज शरीर की कोशिकाओं और अंगों के लिए एनर्जी का प्रमुख सोर्स है. इसकी कमी से शरीर कमजोर महसूस करने लगता है. गर्मी के मौसम में बहुत से लोग ग्लूकोज पाउडर का इस्तेमाल करते हैं, जो हाई ग्रेड डेक्सट्रोज से बना होता है. यह ग्लूकोज का ही रूप है. इसमें कैल्शियम, फास्फोरस और विटामिन ष्ठ मौजूद होता है.

एक्सरसाइज, खेलकूद या सफर करने के बाद जब थक जाते हैं तो ग्लूकोज इंस्टैंट एनर्जी देने का काम करता है. इससे मसल्स की रिकवरी होती है और शरीर को ठंडक मिलती है, लेकिन सबसे बड़ा सवाल है कि क्या शुगर के मरीज ग्लूकोज पाउडर पी सकते हैं, क्या उनके लिए भी यह फायदेमंद है या इसके कुछ नुकसान भी हैं.

क्या शुगर के मरीज पी सकते हैं ग्लूकोज पाउडर

हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक, ग्लूकोज सिर्फ फायदेमंद ही नहीं नुकसानदायक भी हो सकता है. अगर ग्लूकोज का ज्यादा इस्तेमाल किया जा रहा है तो ब्लड शुगर के लेवल का कंट्रोल खत्म हो सकता है. इससे ब्लड शुगर बढ़ सकता है, जो डायबिटिक यानी शुगर के मरीजों के लिए ठीक नहीं है. ग्लूकोज पाउडर के अधिक सेवन से बार-बार पेशाब आने की समस्या और खाने की क्रेविंग बढ़ सकती है.

मोटापा बढ़ा सकती है, जो डायबिटीज का कारण है

ग्लूकोज पाउडर का ज्यादा सेवन मोटापा बढ़ा सकता है, जो डायबिटीज के कारणों में से एक है. एक्सपर्ट्स का कहना है कि, ग्लूकोज जब शरीर में पहुंचता है तो शुगर की मात्रा को बढ़ा देता है, जिससे मेटाबॉलिज्म स्लो हो जाता है और मोटापा बढने़ लगता है. इसकी वजह से खाने की क्रेविंग बढ़ती है और ज्यादा खाने-पीने का मन करता है. इससे वजन बढ़ सकता है. ग्लूकोज शरीर में वॉटर रिटेंशन को बढ़ा कर सूजन पैदा कर सकता है.

कब और कितना लेना चाहिए ग्लूकोज पाउडर

1. ग्लूकोज पाउडर का इस्तेमाल रोजाना नहीं करना चाहिए.

2. गर्मी के मौसम में दिन में एक बार से ज्यादा ग्लूकोज न लें.

3. दो चम्मच ग्लूकोज पाउडर और एक गिलास ठंडा पानी ही लें.

4. ग्लूकोज को खाली पेट और सुबह पीना अच्छा माना जाता है.

5. धूप से आने के बाद तुरंत ग्लूकोज पाउडर वाला पानी न पिएं.

6. डायबिटीज के मरीज डॉक्टर की सलाह पर ही किसी ग्लूकोज पाउडर का इस्तेमाल करें.

लाल या हरा, डायबिटीज मरीज के लिए कौन सा सेब है ज्यादा अच्छा?

हरा या लाल कौन सा रंग का सेब डायबिटीज मरीज के लिए फायदेमंद होता है. न्यूट्रिएंट्स के मुताबिक हरा सेब बेहतर ऑप्शन है.

डायबिटीज मरीजों को अपनी डाइट में ज्यादा से ज्यादा ऐसे फल को शामिल करना चाहिए जिसमें ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है.

ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम वाले फल खाने से ब्लड शुगर का लेवल कम होता है. डॉक्टर्स डायबिटीज के मरीजों को हर रोज सेब खाने की सलाह देते हैं.

शुगर मरीजों को हरा या रेड सेब कौन सा खाना चाहिए? हरे सेब की खासियत यह है कि इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स भरपूर मात्रा में होते हैं. जो डायबिटीज मरीजों को इसमें शामिल करना चाहिए.

हरे सेब में काफी ज्यादा मात्रा में फाइबर होता है. इसलिए इसे खाने के बाद भूख कम लगती है. साथ ही टाइप-2 डायबिटीज का रिस्क भी कम होता है.

हरे सेब में एंटीऑक्सीडेंट और विटामिन-सी भरपूर होता है. इसमें ग्लाइसेमिक इंडेक्स भी कम मात्रा में होते हैं. जो डायबिटीज मरीजों के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद होता है.

हरा सेब, लाल सेब की तुलना में ज्यादा न्यूट्रिएंस से भरपूर होता है. यही कारण है कि सेब को टाइप-2 डायबिटीज मरीजों के लिए बहुत अच्छा माना जाता है.

शब्द सामर्थ्य -107

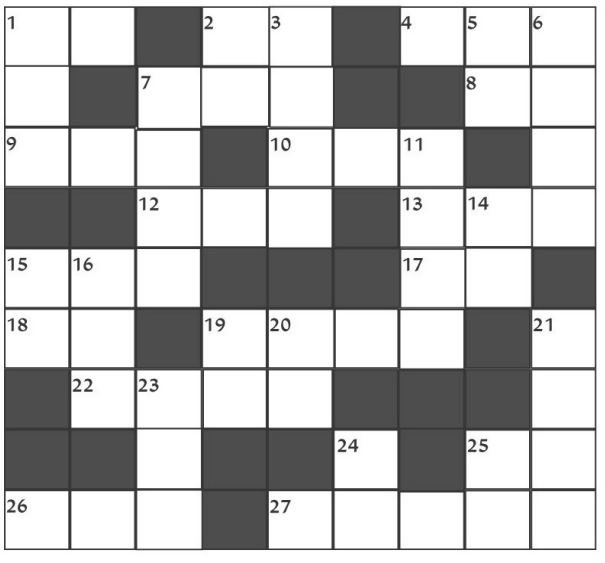
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक106 का हल

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

एमी विर्क और सोनम बाजवा की फिल्म दो नामों से रिलीज होगी

एमी विर्क इन दिनों अपनी आगामी फिल्म बैड न्यूज की शूटिंग में व्यस्त हैं। इस फिल्म में वह विक्की कौशल और तृप्ति डिमरी के साथ नजर आएंगे।अब एमी ने अपनी नई फिल्म का ऐलान कर दिया है, जिसमें उनकी जोड़ी एक बार फिर सोनम बाजवा के साथ बनी है।यह फिल्म दो-दो नामों के साथ रिलीज होने जा रही है।पंजाबी में फिल्म का नाम कुड़ी हरियाणे वल दी है। फिल्म का हरियाणवी शीर्षक है छोरी हरियाणे आली। फिल्म में सोनम पहली बार एक जाटनी का किरदार निभा रही हैं और पूरी फिल्म में हरियाणवी बोल रही हैं, जबकि एमी पंजाबी बोलने वाले एक देसी जट्ट का किरदार निभा रहे हैं।ऐसा पहली बार हो रहा है कि कोई पंजाबी फिल्म दो-दो नामों के साथ रिलीज होने जा रही है।फिल्म की रिलीज तारीख से पर्दा उठ चुका है। यह फिल्म 14 जून, 2024 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। फिल्म का पहला पोस्टर भी सामने आ चुका है।

ऐमी ने इंस्टाग्राम पर फिल्म का पोस्टर शेयर किया, जिसमें जाटनी सोनम हल पर खड़ी जाट को खींचती नजर आ रही हैं। उन्होंने पोस्टर को कैप्शन दिया- जट्ट और जाटनी आ चुके हैं। मेरे तेरे नाल नहीं, तेरे लई लडऩा है चाहना। सोनम ने उसी पोस्टर को शेयर किया और लिखा, जट्ट और जाटनी आ चुके हैं। मैं थारे से नहीं, थारे के लिए लडऩा चाहूं। फिल्म का निर्देशन राकेश धवन ने किया है, जो इससे पहले हौसला रख और आजा मेक्सिको चलिए जैसी फिल्में बना चुके हैं।

पुकार-दिल से दिल तक में पहली बार निभा रही राजस्थानी किरदार - सायली सालुंखे

नए शो पुकार-दिल से दिल तक में एक्ट्रेस सायली सालुंखे वेदिका का किरदार निभा रही हैं। यह शो राजस्थान की पृष्ठभूमि पर आधारित है। इस शो को लेकर एक्ट्रेस ने बताया कि उन्होंने कभी भी राजस्थानी किरदार नहीं निभाया है। ऐसे में वह इस रोल के लिए और यहां की संस्कृति के बारे में जानने के लिए बेहद एक्साइटेड हैं।

सायली शो में वेदिका नाम की लडक़ी की भूमिका निभा रही है, जो पेशे से वकील है और नौकरी की तलाश में है।

सायली बातें कुछ अनकही सी में अपने काम के लिए जानी जाती हैं।

एक्ट्रेस ने कहा, मैंने पहले कभी भी राजस्थानी किरदार नहीं निभाया है। मैंने पहाड़ी, महाराष्ट्रीयन, पंजाबी और साउथ इंडियन रोल निभाए हैं। मेरे लिए यह एक अलग भूमिका है।

उन्होंने साझा किया, मैं अपने करियर को लेकर भाग्यशाली रही हूं कि मुझे हमेशा हर एक शो में अलग-अलग किरदार मिले, मैंने कभी भी एक ही तरह के किरदार नहीं दोहराए। कुछ लोग लैंग्वेज को लेकर चिंता में रहते हैं, लेकिन मुझे लगता है कि आज बच्चे कई तरह की लैंग्वेज बोलते हुए बड़े हो रहे हैं।

सायली ने कहा, इस किरदार के लिए मुझ पर भाषा को लेकर कोई दबाव नहीं था।

उन्होंने आगे कहा, शो में लीड एक्टर उसे अपनी कंपनी में नौकरी देता है, लेकिन इसके पीछे उसका एक खास एजेंडा होता है। मेरा किरदार, वेदिका उसके जॉब के ऑफर को स्वीकार कर लेती है, और जैसा कि अक्सर डेली सोप में होता है और असल जिंदगी में भी होता है, जहां नफरत होती है, वहां प्यार भी होता है।

उन्होंने कहा, शुरुआत में, वेदिका और लीड एक्टर कुछ गलतफहमियों के चलते एक-दूसरे को नापसंद करते थे। मैं इस बारे में अब ज्यादा नहीं बताउंगी। यह एक मजेदार कहानी है जो सामने आने पर रोमांचक होगी। कहानी इस बात के इर्द-गिर्द घूमती है कि कौन सी चीज उन्हें एक साथ लाती है और क्या चीज उन्हें एक साथ काम करने के लिए मजबूर करती है।

शो में करण वी मेहरा भी गौतम की भूमिका में हैं।

सायली सालुंखे और करण वी मेहरा के अलावा, शो में अभिषेक निगम, अनुष्का मर्चेंट, सुमुखी पेंडसे और सुखदा खांडेकर जैसे कलाकार भी होंगे।

शो का निर्माण प्रतीक शर्मा और पार्थ शाह ने अपने बैनर एलएसडी स्टूडियोज के तहत किया है। पुकार-दिल से दिल तक का प्रीमियर 27 मई से सोनी पर हो रहा है।

एक्ट्रेस कंगना शर्मा ने कराया बोल्ड फोटोशूट

फिल्म ग्रेट ग्रांड मस्ती और उल्लू ऐप की वेबसीरीज मोनिका में लीड रोल निभा चुकीं एक्ट्रेस कंगना शर्मा अपने बोल्ड व सेक्सी अवतार के लिए जानी जाती हैं। कंगना सोशल मीडिया पर भी काफी एक्टिव रहती हैं। हाल ही में कंगना शर्मा ने बोल्ड फोटोशूट कराया है, जिसके वीडियो उन्होंन अपने ऑफिशियल इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर किया है। कंगना ने ब्लैक नेटेड मोनोकिनी पहनी है लाइट मेकअप के साथ बाल खुले रखे हैं और एक से बढक़र एक सेक्सी पोज देते दिखाई दे रही हैं।

बॉलीवुड डिवा कंगना शर्मा का अपने फिटनेस के पीछे छिपे राज को लेकर कहती हैं कि वह अच्छी और हेल्थी डाइट फॉलो करती हैं।

बता दें कि कंगना शर्मा ने अपने करियर की शुरुआत साल 2012 में एक मॉडल के रूप में की थी। कंगना शर्मा हार्डी संधू का यार नी मइला, पूजा सिंह के परदें मैं फिर से, नछत्तर गिल का जान लेन तक, जॉनी सेठ का ब्यूटी ओवरलोड और इक्का के निंद्रा जैसे म्यूजिक वीडियोज में भी नजर आ चुकी हैं।

यूजर्स का एक्ट्रेस की बोल्डनेस देख पसीना छूटना लाजमी है और वे मतवाले हो गए हैं।

नेहा सिंह की किलर अदाओं के सामने फेल हुआ उर्फी जावेद का ग्लैमर

भोजपुरी इंडस्ट्री में तहलका मचाने वाली एक्ट्रेस नेहा सिंह अपने सोशल मीडिया पोस्ट्स की वजह से चर्चा में बनी रहती हैं। नेहा सिंह का अंदाज हद से ज्यादा कातिलाना है। इस बात की गवाही नेहा सिंह का इंस्टाग्राम अकाउंट देता है। नेहा सिंह की फोटोज इंटरनेट पर आते ही छा जाती है। इस बीच नेहा सिंह की कुछ तस्वीरें सामने आई हैं, जो कि हर तरफ धड़ल्ले से वायरल हो रही है।

भोजपुरी की क्वीन नेहा सिंह ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट को अपडेट करते हुए कुछ तस्वीरें शेयर की हैं, जिनमें वो नागिन की तरह बलखाती नजर आ रही हैं। नेहा सिंह का ये अंदाज देखते ही बन रहा है।

सामने आई इन फोटोज में भोजपुरी एक्ट्रेस नेहा सिंह बेहद बोल्ड लुक में नजर आ रही हैं। नेहा सिंह ने ऐसा बोल्डनेस का तडक़ा लगाया है कि हर कोई घायल हो गया है।

भोजपुरी की बोल्ड हसीना नेहा मलिक की हर अदा पर लोग फिदा हो गए है। सामने आई इस फोटो में नेहा सिंह खुले बालों में किसी अप्सरा से कम नहीं लग रही हैं।

सामने आई इन फोटोज में नेहा सिंह ने कैमरे के सामने बेहद किलर पोज दिए हैं। नेहा सिंह का एक पोज इंटरनेट पर धड़ल्ले से वायरल हो रहा है।

इन फोटोज में बोल्डनेस क्वीन नेहा मलिक की अदाएं हद से ज्यादा कातिलाना है। भोजपुरी एक्ट्रेस नेहा सिंह ने अपने लुक्स से सभी को घायल कर दिया है।

भोजपुरी एक्ट्रेस नेहा सिंह इन फोटोज में अपना परफेक्ट फिगर फ्लॉन्ट कर रही है। बता दें कि फिगर के मामले में नेहा सिंह, बॉलीवुड एक्ट्रेसेस को भी टक्कर देती हैं।

भोजपुरी एक्ट्रेस नेहा सिंह सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं और अक्सर अपनी तस्वीरें शेयर कर फैंस को विजुअल ट्रीट देती रहती हैं। नेहा के हर पोस्ट पर लोग रिएक्ट करते हैं।

भोजपुरी की पॉपुलर अदाकारा नेहा सिंह के इंस्टाग्राम पर नजर डालें तो उनको 4.7 मिलियन लोग फॉलो करते हैं। बोल्डनेस क्वीन नेहा सिंह की फैन फॉलोइंग जबरदस्त है। बॉलीवुड अदाकार सनी लियोनी से लेकर टीवी एक्ट्रेस उर्फी जावेद तक, बोल्डनेस के मामले में नेहा सिंह सभी हसीनाओं को टक्कर देती हैं। नेहा सिंह अपने बोल्ड लुक्स से फैंस के दिलों पर कहर बरपा देती हैं।

बॉक्स ऑफिस पर फिल्म सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ की हालत पस्त

दिव्या खोसला कुमार, हर्षवर्धन राणे और अनिल कपूर जैसे सितारों की अदाकारी से सजी फिल्म सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ को बीते शुक्रवार यानी 31 मई को रिलीज किया गया था। हालांकि, यह लोगों को सिनेमाघरों तक खींचने में नाकाम साबित हुई है।सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ बॉक्स ऑफिस पर उम्मीद के मुताबिक प्रदर्शन नहीं कर सकी और अब इसकी दैनिक कमाई लाखों में सिमट गई है।आइए जानते हैं फिल्म ने चौथे दिन कितने लाख रुपये कमाए।

बॉक्स ऑफिस ट्रैकर सैकनिल्क के मुताबिक, सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ ने अपनी रिलीज के चौथे दिन यानी सोमवार को 51 लाख रुपये का कारोबार किया, जिसके बाद इसका कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 5.81 करोड़ रुपये हो गया है।सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ ने 1.60 करोड़ रुपये के साथ बॉक्स ऑफिस पर धीमी शुरुआत की थी।वीकेंड पर इस फिल्म की दैनिक कमाई में इजाफा हुआ। दूसरे दिन इसने 1.80 करोड़ रुपये और तीसरे दिन 1.90 करोड़ रुपये कमाए थे।

सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ के निर्देशन की कमान अभिनय देव ने संभाली है। मुकेश भट्ट इस फिल्म के निर्माता हैं।मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, नेटफ्लिक्स ने सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ के ओटीटी राइट्स खरीद लिए हैं।सिनेमाघरों में कमाई करने के बाद इस फिल्म का प्रीमियर जुलाई के मध्य तक नेटफ्लिक्स पर हो सकता है। हालांकि, इस खबर की आधिकारिक पुष्टि होना बाकी है।दिव्या जल्द फिल्म हीरो हीरोइन में नजर आएंगी। यह तेलुगु और हिंदी भाषा में रिलीज होगी।

नकियाह हाजी शैतानी रस्में में निक्की बनाम मलिक मुकाबले के लिए तैयार

नकियाह हाजी, जो शैतानी रस्में में मलिक और निक्की के बीच अंतिम मुकाबले की तैयारी कर रही हैं, ने साझा किया कि कैसे, शॉट के बीच में, अभिनेत्री ने सांस लेने और खुद को संभालने के लिए एक पल लिया, उन्होंने आगे कहा कि वह दर्शकों के रोमांच महसूस करने का इंतजार नहीं कर सकतीं। निक्की का किरदार निभाने वाली नकियाह ने इस प्रमुख लड़ाई अनुक्रम की तैयारी करते समय खुद को अभिभूत महसूस किया। उसी के बारे में बात करते हुए, उन्होंने कहा- ईमानदारी से, यह विशेष लड़ाई पूरी टीम के लिए एक प्रमुख बिंदु है। दर्शकों ने निक्की को कपालिका को हराते और छाया को मारते देखा है, और अब वह अपने सबसे बड़े दुश्मन का सामना करती है। यह उसके लिए एक बार का अवसर है मलिक को पूरी तरह से हराने और एक बड़ी जीत हासिल करने के लिए यह सीक्वेंस एक्शन और रोमांच से भरपूर है और हम सभी इसे परफेक्ट बनाने के लिए बहुत मेहनत कर रहे हैं।

मैं अभिभूत हूं क्योंकि मुझे लगता है कि सभी की निगाहें मुझ पर हैं, और मुझे पूरी टीम और सबसे महत्वपूर्ण रूप से दर्शकों की उम्मीदों पर खरा उतरना है। उसने साझा किया शॉट के बीच में, मुझे सांस लेने और खुद को संभालने में कुछ समय लगता है। अभिनेत्री ने आगे कहा, मैं पूरे समय अच्छा प्रदर्शन करने के लिए अपना सर्वश्रेष्ठ दे रही हूं, और मैं दर्शकों के रोमांच को महसूस करने के लिए इंतजार नहीं कर सकती। यह देखना दिलचस्प होगा कि निक्की अपनी सबसे बड़ी लड़ाई के लिए कैसे तैयारी करती है और क्या वह अपने सबसे बड़े दुश्मन मल्लिक को हराने में सक्षम है। यह शो, जिसमें पीयूष के रूप में विभव रॉय और कपालिका के रूप में शेफाली जरीवाला भी हैं, स्टार भारत पर प्रसारित होता है।

नए एवं विकसित भारत की बड़ी बाधा है भ्रष्टाचार

ललित गर्ग

पुणे पोर्शे कार एक्सीडेंट ने भ्रष्टाचार की इतने परतें खोली दी है कि उसमें न्यायालय, पुलिस, राजनेता, डाक्टर सभी अपना जमीर बेचते हुए दिखाई दिए हैं। इसी तरह राजकोट एवं दिल्ली की अग्निकांडों ने प्रशासन एवं व्यवसाय में पसरे भ्रष्टाचार की काली परतों को उजागर किया है। इस तरह अस्पताल हो चाहे होटल, गेम जोन या मॉल, सुरक्षा इंतजामों, प्रशासनिक जिम्मेदारी एवं ईमानदारी की खुलकर धज्जियां उड़ती रहेगी या पुणे की तरह अब बिकते रहेंगे तो विकसित भारत का सपना कैसे आकार लेगा?

छह सौ करोड़ी पिता ने अपने बेटे के अपराध पर पर्दा डालने एवं उसे बचाने के लिए किसको नहीं खरीदा। कैसे जनता की रक्षा होगी एवं उसे न्याय मिलेगा, जब सब बिकने के लिए तैयार बैठे हैं। बेबी केयर अस्पताल हो या राजकोट का गेम जोन का हादसा किसी की जान की कीमत कागज के चंद टुकड़े कैसे हो सकती है? न्यायालय भी ऐसे मामलों में संज्ञान लेकर शुरुआत तो करता है, लेकिन यह शुरुआत अंजाम तक नहीं पहुंच पाती। हादसे की आंच ठंडी पड़ी नहीं कि मिलीभगत का खेल फिर शुरू हो जाता है। संबंधित अधिकारी भी आंख मूंदकर सो जाते हैं और फिर किसी हादसे के बाद ही उनकी कुंभकरणी नींद खुलती है। इन ज्वलंत एवं भ्रष्ट हालातों में कैसे भारत की तकदीर एवं तस्वीर बदलेगी?

भ्रष्टाचार और घोटालों के इस घटाटोप मौसम में ऐसा कुछ भी कह पाना मुश्किल हो गया है, जो भारत या इसके लोगों की जिंदगी पर उजली रोशनी डालता हो। भारत अपनी दुश्वारियों में लस्त-पस्त उस मध्ययुगीन योद्धा की तरह दिखता है, जो चुनावी जंग के मैदान में आहें भर रहा है। कोई नहीं जानता, किसके दामन में कितने दाग हैं? कोई नहीं जिस पर यकीन किया जा सके, धरती का कोई कोना नहीं, जिसके नीचे दबा कोई घोटाला खुदाई का इंतजार न कर रहा हो। लेकिन यही चुनाव, हादसों एवं भ्रष्टता के मौके होते हैं, जब किसी देश के सच्चे चरित्र का पता चलता है। आगे-पीछे चुनावों के तहत तथाकथित नेता द्वारा हजारों जुमलों में किसी समाज व्यवस्था को बहलाया जा सकता है, लेकिन बुरे वक्त में नहीं। भारत के चरित्र को परखने का सही समय चुनाव है या ऐसे वीभत्स हादसें एवं भ्रष्टता की अंधी गलियां। भारत दुनिया का गुरु बनने एवं तीसरी अर्थव्यवस्था बनने की ओर अग्रसर है, दुनिया भारत के आध्यात्मिक अनुभवों से मोहित है और यह एक पक्की बात है कि धर्म को लेकर जैसा काम भारत में हुआ, वैसा कहीं नहीं हुआ और पिछले दशक में उसे और जीवंतता मिली। लेकिन यह एकांगी महानता है, क्योंकि दुनिया में तरक्की के पैमाने भौतिक हैं और उस मामले में भारत की ताकत सदियों पहले खत्म हो गई थी, अब प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी अध्यात्म के साथ उसी भौतिक ताकत को बढ़ा रहे हैं। जहां तक ईमानदारी, निष्ठा और सत्य जैसे मूल्यों का सवाल है, वे कितने हमारी जिंदगी में हैं इसका पता करप्शन के आंकड़ों एवं बार-बार होने वाले हादसों से लग जाता है। हाल के बरसों में जानकारों और मीडिया ने यह बात फैला दी है कि भारतीय इसलिए दुनिया में अनूठे हैं कि वे कुछ भी कर सकते हैं। लेकिन हमारे देश में ऐसे राजनेता हैं जो दुश्मन देशों की तरफदारी करते हुए लोगों के दिलों को जीतने की जुगाड़ में लगे हैं। ऐसे भी राजनेता है जो भ्रष्टाचार मुक्ति का नारा देते हुए कहते है कि आप हमें वोट देंगे तो हमारा जेल जाना रूक सकता है। यानी खुले आम अपने भ्रष्टाचार एवं घोटालों में भी जन-समर्थन मांग रहे हैं। स्मार्टनेस की इस दुहाई के चलते एक मामूली से दिखने वाले व्यक्ति ने अब सिलेब्रिटी स्टेटस एवं सफल राजनेता होने की गरिमा को हासिल कर लिया है और वह है जुगाड़ एवं जनता को गुमराह करने की कला। मैसेज यह है कि जरूरत पड़ने पर हमारे राजनेता किसी भी तरह काम निकाल लेते हैं। अब इस सोच का क्या किया जाए? बात नए भारत एवं विकसित भारत की है, अपने देश में हर तरह के नियम-कानून है, पर उनके उल्लंघन की जैसी सुविधा यहां है, वैसी शायद ही अन्य कहीं हो। पुणे, राजकोट और दिल्ली के मामले इकलौते ऐसे प्रकरण नहीं, जिनमें सरकारी तंत्र को जवाबदेही से दूर रखने की कोशिश की गई हो। इस तरह के मामले रह-रहकर होते ही रहते हैं और उनमें बड़ी संख्या में लोग जान गंवाते हैं अथवा घायल होते हैं, लेकिन नियामक तंत्र के उन लोगों को कभी भी कठघरे में नहीं खड़ा किया जाता, जिनकी अनदेखी और लापरवाही के चलते जानलेवा घटनाएं होती रहती हैं। इसका उदाहरण है मुंबई में एक विशालकाय होर्डिंग गिरने से कई लोगों की मौत। यह विशालकाय होर्डिंग अवैध रूप से था, लेकिन किसी को 'नजर' नहीं आ रहा था।

जब यह गिर गया और उसमें कई लोगों की जान चली गई तो सरकारी तंत्र ने उससे अपना पल्ला झाड़ लिया। होर्डिंग लगवाने वाला तो गिरफ्तार हो गया, इसी तरह गेम जोन एवं बेबी केयर अस्पताल के मालिक भी सलाखों के पीछे आ गए, लेकिन नगर निकाय एवं सरकार के किसी अधिकारी-कर्मचारी को गिरफ्तार करने की आवश्यकता नहीं समझी गई। कोई नहीं जानता कि क्यों? दिल्ली के ग्यारह सौ से अधिक अस्पतालों में मात्र 190 के पास एनओसी है, यह प्रशासन तले अंधेरा नहीं तो क्या है?

भारत दुनिया का सबसे बड़ा लोकतंत्र एवं एक बड़ी आबादी वाला देश है, लेकिन इसका यह मतलब नहीं कि सरकारी तंत्र की लापरवाही एवं भ्रष्टता से रह-रहकर हादसे होते रहें और उनमें बड़ी संख्या में लोग मरते रहें। दुर्भाग्य से अपने देश में यही हो रहा है। जब कोई बड़ी घटना घट जाती है और उसमें अधिक संख्या में लोग मारे जाते हैं तो शोक संवेदनाओं का तांता लग जाता है और तत्काल कार्रवाई करने के नाम पर उच्चस्तरीय जांच के आदेश दे दिए जाते हैं, लेकिन कुछ समय बाद उन्हीं कारणों से वैसी ही घटना फिर सामने आती है, जैसी पहले हो चुकी होती है, इसका मतलब प्रशासन अपनी जिम्मेदारी का निर्वाह ठीक से नहीं कर रहा है और व्यवसायी प्रशासन की इन्हीं कमजोरियों का फायदा उठाते हुए मौत के सौदागर बने रहते हैं। यही कारण है कि न तो हादसे कम हो रहे हैं और न ही उनमें जान गंवाने वालों की संख्या में कमी आ रही है। हादसे दुनिया में हर कहीं होते हैं, लेकिन विकसित और विकासशील देश कम से कम उनसे सबक लेते हैं और ऐसी व्यवस्था करते हैं, जिससे बार-बार एक जैसे कारणों से हादसे न हों।

लोकतंत्र एक पवित्र प्रणाली है। पवित्रता ही इसकी ताकत है। इसे पवित्रता से चलाना पड़ता है। अपवित्रता से यह कमजोर हो जाती है। ठीक इसी प्रकार अपराध के पैर कमजोर होते हैं। पर अच्छे आदमी की चुप्पी उसके पैर बन जाती है। अपराध, भ्रष्टाचार अंधेरे में दौड़ते हैं। रोशनी में लड़खड़ाकर गिर जाते हैं। हमें रोशनी बनना होगा और रोशनी भ्रष्टता एवं घोटालों से प्राप्त नहीं होती। भारत में कोई सबक सीखने को तैयार नहीं है, और यही कारण है कि विकसित देश बनने के संकल्प को साकार करना कहीं अधिक कठिन दिख रहा है। अपने देश में हर तरह के नियम-कानून हैं, राजनेताओं के बड़े-बड़े संकल्प भी है, लेकिन उनके उल्लंघन की जैसी सुविधा यहां है, वैसी शायद ही किसी विकासशील और विकसित राष्ट्र: का स्वप्न देखने वाले देश में हो। भारत में लोग किस कदर कदम-कदम पर नियम-कानूनों का धड़ल्ले के साथ उल्लंघन करते हैं और सरकारी तंत्र में बैठे लोग उनकी मदद करने या फिर उनके अपराध को ढकने के लिए तैयार रहते हैं, इसका शर्मनाक एवं दर्दनाक उदाहरण पुणे का कार हादसा भी है। आज यह स्वीकारते कठिनाई हो रही है कि देश की कानून एवं व्यवस्था को सम्भालने वाले सभी हाथ दागदार हो गए हैं। इस मनःस्थिति के पीछे अलग-अलग कारण हो सकते हैं। दिन-प्रतिदिन जो सुनने और देखने में आ रहा है, वह पूर्ण असत्य भी नहीं है। पर हां, यह किसी ने भी नहीं सोचा कि जो हाथ प्रशासन, कानून एवं सुरक्षा की बागडोर सम्भाले हुए थे, क्या वे सब बागडोर छोड़कर अपनी जेब सम्भाल लेंगे?

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

सू- दोकू क्र. 107

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.106का हल

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

ऑनलाइन दुर्व्यवहार की व्यापक प्रकृति को दर्शाता

प्रौद्योगिकी के तेज विस्तार से हमारे जीने, काम और संवाद करने के तरीके में क्रांतिकारी बदलाव आया है, पर हिंसा और शोषण के नये रूप भी सामने आये हैं। इंटरनेट आधारित हिंसा का प्रसार वैश्विक चिंता का विषय है।

एडिनबर्ग विश्वविद्यालय के शोधकर्ताओं द्वारा किये गये पहले वैश्विक आकलन से पता चला है कि दुनियाभर में 30 करोड़ से अधिक बच्चे हर वर्ष ऑनलाइन यौन शोषण का शिकार होते हैं। शोध के अनुसार, वैश्विक स्तर पर 12।6 प्रतिशत बच्चे अनचाही यौन सामग्री, गैर-सहमति वाले संचार और जबरदस्ती वीडियो चैट के शिकार हुए हैं। यह ऑनलाइन दुर्व्यवहार की व्यापक प्रकृति को दर्शाता है। यह बातचीत अक्सर शोषण के भयावह रूपों को जन्म देती है। जैसे सेक्सटॉर्शन, जहां साइबर अपराधी पीड़ितों को फिरौती न दिये जाने पर निजी और अक्सर हेरफेर की गयी छवियों या वीडियो को जारी करने की धमकी देकर उनसे पैसे ऐंठते हैं। भारत में भी बड़ी संख्या में बच्चे साइबर बुलिंग का शिकार होते हैं। पिछले वर्ष आयी 'नेशनल सेंटर फॉर मिसिंग एंड एक्सप्लॉयटेड चिल्ड्रन' नामक संस्था की एक रिपोर्ट की मानें, तो 2019 के बाद से भारत में बच्चों के ऑनलाइन यौन शोषण के मामलों में 87 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। इस रिपोर्ट में बताया गया है कि बच्चों के यौन शोषण की ऑनलाइन सामग्री में 3।2 करोड़ का इजाफा हुआ है। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर आपराधिक गतिविधियों में वृद्धि ने परिदृश्य को और जटिल बना दिया है। ऑनलाइन दुर्व्यवहार के 12।5 प्रतिशत मामलों में इन प्लेटफॉर्म का उपयोग लोगों को यौन गतिविधियों में शामिल होने के लिए मजबूर करने के लिए किया जाता है। बाल और युवा पीढ़ी विशेष रूप से असुरक्षित है, क्योंकि उनमें परिपक्वता और अनुभव की कमी है। ऑनलाइन हिंसा की इस महामारी से निपटने के लिए ऑनलाइन सुरक्षा के लिए मजबूत उपायों को विकसित किया जाना चाहिए। बच्चों के लिए इंटरनेट एक्सेस डिवाइस कितनी जरूरी है, यह माता-पिता ही तय कर सकते हैं। पढ़ाई के लिए इंटरनेट का उपयोग जरूरी हो गया है, पर हमें यह भी सुनिश्चित करना होगा कि बच्चे मोबाइल और लैपटॉप हाथ में लेकर इस सुविधा का उपयोग करते हुए ऐसी गतिविधियों का शिकार न हों। जिस तरह इंटरनेट पर बच्चों के विरुद्ध अपराध के नये-नये तरीके हर रोज सामने आ रहे हैं, उसे देखते हुए अधिक सतर्क रहने की आवश्यक है। बच्चों को ऑनलाइन प्लेटफॉर्म से दूर रखना भी इतना आसान नहीं है, पर उन्हें साइबर अपराध के बारे में जागरूक करने के साथ-साथ साइबर अपराध पर नजर रखने के लिए एक मजबूत तंत्र भी होना चाहिए। (आरएनएस)

माटी से बंधी डोर में अपने किरदार को कर रही खूब एन्जॉय : रुतुजा बागवे

माटी से बंधी डोर में वैजनाती (वैजू) के रोल में नजर आने वाली रुतुजा बागवे ने बताया कि वह महाराष्ट्र की होने के चलते अपने किरदार को खूब एन्जॉय कर रही हैं।

रुतुजा ने कहा, असल जिंदगी में महाराष्ट्र की होने के चलते मुझे वैजू का किरदार निभाने में मजा आ रहा है, क्योंकि वैजू खुद एक मराठी मुलगी है। दर्शकों को वैजू के किरदार में रुतुजा की कुछ झलक देखने को मिलेगी।

रुतुजा ने कहा, बेशक! मैं हिंदी शो कर रही हूं, लेकिन मैं अपने डायलॉग में मराठी टच देती हूं। मुझे वैजू का किरदार बेहद पसंद है। वह दबंग, मजबूत और निडर है। मैं असल जिंदगी में भी वैजू के किरदार से जुड़ाव महसूस करती हूं।

रुतुजा चंद्र आहे साक्षीला, नंदा सौख्य भरे और स्वामिनी जैसे शो के लिए जानी जाती हैं।

एक्ट्रेस ने आगे कहा, वैजू के किरदार से मुझे सीख मिलती है कि जो सही है उसके लिए लड़ते रहो। आत्मनिर्भर बनो और निडर रहो।

शो में अंकित गुप्ता रणविजय की भूमिका में हैं।

मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने उपचुनाव को लेकर राजनीति दलों के साथ की बैठक

संवाददाता

देहरादून। मुख्य निर्वाचन अधिकारी डॉ. बी वी आरसी पुरूषोत्तम ने दो विधानसभा सीटों पर उप चुनाव के सम्बन्ध में राजनीतिक दलों के साथ बैठक कर शांतिपूर्ण तरीके से चुनाव सम्पन्न कराए जाने पर जोर दिया।

आज यहां मुख्य निर्वाचन अधिकारी डॉ. बी.वी.आर.सी. पुरुषोत्तम ने प्रदेश की 2 विधानसभा सीटों में उप चुनाव के सम्बन्ध में राजनीतिक दलों के साथ बैठक की। मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने सामान्य लोकसभा चुनाव 2024 के दौरान पूरे प्रदेश में शांतिपूर्ण तरीके से चुनाव सम्पन्न कराए जाने हेतु सभी राजनीतिक दलों का आभार व्यक्त किया।

उन्होंने उपचुनाव के दौरान भी शांतिपूर्ण चुनाव प्रक्रिया के लिए सभी राजनीतिक दलों से इसी प्रकार के सहयोग की अपेक्षा की। मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने सभी राजनीतिक दलों के प्रतिनिधियों को सम्पूर्ण चुनाव प्रक्रिया की जानकारी देते हुए बताया कि निर्वाचन के दौरान मतदाता द्वारा पहचान हेतु फोटोयुक्त मतदाता पहचान पत्र के साथ ही 12 अन्य वैकल्पिक दस्तावेजों का प्रयोग भी किया जा सकता है। उन्होंने आदर्श आचार संहिता के सम्बन्ध में जानकारी दी।

इस अवसर पर संयुक्त मुख्य निर्वाचन अधिकारी श्रीमती नमामि बंसल, उप मुख्य निर्वाचन अधिकारी सुश्री मुक्ता मिश्र, सहायक मुख्य निर्वाचन अधिकारी मस्तु दास सहित सभी राजनीतिक दलों के प्रतिनिधि उपस्थित थे।

सहस्त्रधारा घुमने जा रहे पर्यटकों की कार में लगी आग

संवाददाता

देहरादून। सहस्त्रधारा घुमने जा रहे पर्यटकों की कार में आग लगने से अफरा तफरी मच गयी। किसी तरह से पुलिस ने कार सवार लोगों को बाहर निकाल आग पर काबू पाया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आज प्रात: 11 बजे विधानसभा तिराहे के पास एक वाहन में अचानक आग लग गयी। जिस पर मौके पर मौजूद पुलिस कर्मियाके द्वारा तत्परता दिखाते हुए कार में फंसे लोगों को बाहर निकाला गया तथा घटना की सूचना फायर ब्रिगेड को दी गयी। मौके मिलते ही फायर ब्रिगेड ने वाहन में लगी आग पर काबू पाया। घटना के सम्बन्ध में जानकारी करने पर ज्ञात हुआ कि कार सवार सभी व्यक्ति बिजनौर से देहरादून सहस्त्रधारा घूमने के जा रहे थे तभी अचानक कार मे आग लग गयी। आग लगने से किसी प्रकार की जन हानि नहीं हुई। आग के कारणो की जांच की जा रही है।

मोदी सरकार बनते ही राज्य को... ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

है। सबका साथ सबका विकास और सबका विश्वास के मूल मंत्र पर मोदी सरकार काम कर रही है। सभी वर्गों को सरकार की जनकल्याण योजनाओं का लाभ समान रूप से मिल रहा है। प्रधानमंत्री मोदी ने आज सबसे पहले हस्ताक्षर किसान सम्मान निधि की फाइल पर किया और देश के किसानों को किसान सम्मान निधि की 17वीं किस्त भी जारी कर दी गई है। उन्होंने गरीबों के लिए पक्के मकान बनाने की योजना पर शीघ्र काम शुरू होने की बात भी कही है। उन्होंने कहा कि वह मोदी सरकार को इसके लिए बधाई देते हैं।

लघु व्यापारी एसोसिएशन 18 जून को निकालेगी न्याय रैली

संवाददाता

हरिद्वार। पूर्व घोषित कार्यक्रम के तहत महापंचायत में निर्णय लिया गया कि आगामी 18 जून को महा न्याय रैली निकाली जायेगी।

फुटपाथ के कारोबारी रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों के एकमात्र संगठन लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा द्वारा अपने घोषित कार्यक्रम के अनुसार मां गंगा किनारे विष्णु घाट पर रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों के साथ सामूहिक रूप से महापंचायत का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता लघु व्यापारी नेता श्रीमती पुष्पा दास ने की, संचालन महासचिव मनोज मंडल, शहर अध्यक्ष सुनील कुकरेती ने संयुक्त रूप से किया। लघु व्यापारियों की महापंचायत में तय किया गया उत्तरी हरिद्वार के लघु व्यापारी संगठनों को साथ लेकर 13 जून को भीमगोड़ा, भूपतवाला, खड़खड़ी, सप्त ऋषि के सभी लघु व्यापारी एसोसिएशन दूसरी महापंचायत का आयोजन कर ज्यादा से ज्यादा रेडी पटरी के लघु व्यापारियों को संगठित कर आगामी 18 जून को रेडी पटरी के लघु व्यापारियों को उत्तराखंड शासन नगरीय फेरी नीति नियमावली का संरक्षण की मांग को लेकर न्याय रैली निकालकर चरणबद्ध आंदोलन प्रारंभ किए जाएंगे। इस अवसर पर लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा नगर निगम प्रशासन की लापरवाही की वजह से रेडी पटरी के लघु व्यापारियों को उत्तराखंड नगरीय फेरी नीति नियमावली का संरक्षण नहीं मिल पा रहा है जोकि दुर्भाग्यपूर्ण है। उन्होंने कहा कि पूर्व में फेरी समिति के निर्णय के अनुसार 11 वेंडिंग जोन में लघु व्यापारियों को सर्वे सूची के अनुसार व्यवस्थित व स्थापित किए जाने की कार्रवाई शीघ्र से शीघ्र नगर निगम प्रशासन को प्रचलन मे लाकर रेडी पटरी के लघु व्यापारियों को स्वरोजगार दिया जाना न्याय संगत होगा। उन्होंने कहा कि आगामी 13 जून को उत्तरी हरिद्वार के लघु व्यापारियों को संगठित कर आगामी 18 जून से न्याय रैली निकालकर चरणबद्ध आंदोलन किए जाएंगे जिसकी समस्त जिम्मेदारी नगर निगम प्रशासन की होगी। लघु व्यापारियों की महापंचायत को संबोधित करते कुंवर सिंह, राजकुमार, सुनील, कमल शर्मा, आनंद किशोर, प्रदुमन गुप्ता, विकास सक्सेना, फूल सिंह, सुमित कुमार, चंदन रावत, जय सिंह बिष्ट, सचिन कुमार, श्रीमती पूनम माखन, कामिनी मिश्रा, विजय लक्ष्मी, रितु अग्निहोत्री, सुनीता चौहान, मंजू पाल, सुमन गुप्ता, कपिल सिंह, नीतीश अग्रवाल, हेमंत कुमार, नीरज कश्यप, वीरेंद्र आदि ने प्रमुख रूप से अपने विचार व्यक्त किया।

गांधी पार्क की व्यवस्थाओं के लिए संयुक्त नागरिक संगठन मिला डीएम से

संवाददाता

देहरादून। गांधी पार्क को पीपीपी मोड पर देने के विरोध में संयुक्त नागरिक संगठन ने जिलाधिकारी से मुलाकात कर अपना विरोध दर्ज कराया।

आज यहां गांधी पार्क को नगर निगम के द्वारा पीपीपी मोड में देने के प्रस्ताव को खारिज करने की मांग को लेकर समाजिक संस्थाओ के पदाधिकारियो द्वारा हस्ताक्षरित मांग पत्र को लेकर संयुक्त नागरिक संगठन का प्रतिनिधि मंडल जिलाधिकारी सोनिया से मिला। जिलाधिकारी सोनिया से मुलाकात के दौरान वरिष्ठ नागरिकों ने गांधी पार्क को निगम द्वारा ही पूर्ववत ही संचालित किए जाने का सुझाव दिया। जिलाधिकारी द्वारा नगर आयुक्त को तत्काल वार्तालाप कर निर्देश दिये गये। जिलाधिकारी द्वारा शिष्टमंडल को बताया गया कि जनहित मे निगम द्वारा ऐसा कोई प्रस्ताव शासन को नहीं भेजा जाएगा। इस पर प्रतिनिधि मंडल ने जिला अधिकारी के त्वरित निर्णय पर खुशी व्यक्त करते हुए इनका आभार व्यक्त किया। प्रतिनिधि मंडल में शामिल संगठन के वरिष्ठ उपाध्यक्ष लेफ्टिनेंट कर्नल बीएम थापा ने कहा जनहित से संबंधित विषय पर हम अधिकारियों को सकारात्मक सुझाव देते हुए आमजन के हित मे निर्णय लिए जाने हेतु दबाव भविष्य में भी बनाते रहेंगे। इन्होने कहा स्मार्टसिटी के बेतरतीब कार्यों से दूनवासियो की परेशानियो को लेकर संगठन जिम्मेदार अधिकारियो से मिलेगा। शिष्टमंडल में चौधरी ओमवीर सिंह, दीपचंद शर्मा, ठाकुर शेर सिंह, शक्ति प्रसाद डिमरी, प्रदीप कुकरेती, जगमोहन मेहंदीरता, एडवोकेट रवि सिंह नेगी, आर एस धुनता, सुशील त्यागी आदि शामिल थे।

उपचुनाव में कार्यकर्ताओं के बल पर जीत हासिल करेंगे: माहरा

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा ने कहा कि कांग्रेस पार्टी बद्रीनाथ एवं मंगलौर उपचुनाव के लिए पूरी तरह तैयार है और कांग्रेस कार्यकर्ताओं बल पर हम बिजयी हासिल करेंगे।

आज यहां उत्तराखण्ड प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष करन माहरा ने बद्रीनाथ उपचुनाव को मद्देनजर गोपेश्वर में जिला पदाधिकारियों एवं कांग्रेस कार्यकर्ताओं की एक आवश्यक बैठक आयोजित की। बैठक को संबोधित करते हुए कांग्रेस कार्यकर्ताओं से उपचुनाव में और ताकत के साथ जुटने के लिए कहा। उन्होंने कहा आप सबने सीमित साधानों के बावजूद लोकसभा चुनाव में बढ़चढकर भाग लेकर कांग्रेस के मत प्रतिशत को बढाने का काम किया, उसके लिए ध न्यवाद के पात्र हैं। उन्होंने कहा कि भाजपा का एक ही नारा था कि 400 पार- 400 पार परन्तु उस 400 पार के नारे को अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष मलिकार्जुन खगडे और कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी और कांग्रेस के करोड़ों- करोड़ कार्यकर्ताओं ने तोड़ने का काम किया। उन्होंने कहा कि भाजपा ने इस चुनाव में अरबों रूपये खर्च कर सत्ता हथियाने का काम किया है और चुनाव के दौरान कांग्रेस के खाते बन्द करवा दिये गये। 70 वर्षो में इस तरह की ओछी राजनीति नही हुई। इनसे जो हो पाया वह किया और कांग्रेस को हराने के लिए सभी हथकण्डे अपनाये गये। परन्तु कांग्रेस का कार्यकर्ता हर मोर्चे पर लड़ाई लड़ने के लिए तैयार है। करन माहरा ने कहा कांग्रेस पार्टी ने अग्निवीर, अंकिता भण्डारी को न्याय दिलाये जाने हेतु सड़क से लेकर सदन तक संघर्ष करने का काम किया। परन्तु भाजपा के कानो में जूँ तक नही रैंगी। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड राज्य में कानून व्यवस्था पूरी तरह से ध्वस्त हो चुकी है तथा बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ का नारा देने वाली भाजपा सरकार में महिलाओं पर अत्याचार की घटनायें लगातार बढती जा रही हैं। भाजपा नेता के रिजार्ट में राज्य की बेटी अंकिता भण्डारी के साथ हुई जघन्य अपराध की घटना के उपरान्त जिस प्रकार रातोंरात सबूत नष्ट करने का काम किया गया उससे स्पष्ट होता है कि भाजपा सरकार में अपराधियों को खुला संरक्षण दिया जा रहा है। जबकि कांग्रेस पार्टी लगातार इस जघन्य हत्याकाण्ड की जांच सीबीआई से कराने की मांग करती रही परन्तु भाजपा की केन्द्र सरकार चुप्पी साधे रही। करन माहरा ने कहा कि कांग्रेस पार्टी बद्रीनाथ एवं मंगलौर उपचुनाव के लिए पूरी तरह तैयार है और कांग्रेस कार्यकर्ताओं बल पर हम बिजयी हासिल करेंगे। इस अवसर पर जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष मुकेश नेगी सहित कांग्रेस के कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

एक नजर

मुंबई क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष अमोल काले का न्यूयॉर्क में निधन

न्यूयॉर्क । न्यूयॉर्क में भारत और पाकिस्तान के महामुकाबले को देखने न्यूयॉर्क गए मुंबई क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष अमोल काले का मैच के बाद हार्ट अटैक से निधन हो गया। अमोल काले 47 साल के थे। वो 2022 से ही मुंबई क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष थे। रिपोर्ट के मुताबिक, अमोल काले मुंबई क्रिकेट एसोसिएशन के अन्य पदाधिकारियों के साथ भारत-पाकिस्तान का मैच देखने न्यूयॉर्क पहुंचे थे। उनके साथ एमसीए के सचिव अजिंक्य नाइक और एपेक्स काउंसिल के सदस्य सूरज सामंत भी मौजूद थे। वहीं अमोल की अचानक तबीयत बिगड़ गई और फिर हार्ट अटैक से उनका निधन हो गया। पेशे से बिजनेसमैन अमोल काले ने अपने कार्यकाल में कुछ अहम काम किये थे, जिसमें आने वाले सीजन से मुंबई की सीनियर मेंस टीम की मैच फीस को दोगुना करने का फैसला किया गया था।

एक्ट्रेस नूर मालाबिका दास का सड़ी गली हालत में पंखे से लटका मिला शव

मुंबई। अभिनेत्री नूर मालाबिका दास ने आत्महत्या कर ली। पड़ोसियों द्वारा उनके अपार्टमेंट से बदबू आने की शिकायत के बाद पुलिस ने उनके मुंबई स्थित घर से उनका शव बरामद किया। पुलिस ने नूर का सड़ा हुआ शव छत के पंखे से लटका हुआ पाया और शुरू में मौत को आत्महत्या माना। पुलिस टीम ने दरवाजा तोड़कर शव को बरामद किया और घटनास्थल पर एक टेबल और रस्सी मिली। एक अधिकारी ने बताया कि दास अवसाद से पीड़ित थी और दवा ले रहीं थी। अधिकारी ने बताया कि घटनास्थल से कोई सुसाइड नोट बरामद नहीं हुआ है। उन्होंने बताया कि दुर्घटनावश मौत की रिपोर्ट (एडीआर) दर्ज कर ली गई है। 32 वर्षीय अभिनेत्री असम की रहने वाली थीं। अभिनेत्री बनने से पहले, उन्होंने कतर एयरवेज में एयर होस्टेस के रूप में काम किया था। उन्होंने सिसकियां, वॉकमैन, तीखी चटनी, जघन्या उपाय, चरमसुख, देखी अनदेखी और बैकरोड हलचल सहित कुछ फिल्मों और वेब सीरीज में अभिनय किया।

यमन में नाव पलटने से 38 प्रवासी मारे गए

नई दिल्ली। यमन के अदन के पास सोमवार को एक स्थानीय अधिकारी और प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि हॉर्न ऑफ अफ्रीका से आ रहे 38 प्रवासी नाव पलटने से मारे गए। रुदुम जिले के निदेशक हादी अल-खुरमा ने रॉयटर्स को बताया कि अदन के पूर्व में शबवा प्रांत के तट पर पहुँचने से पहले ही नाव डूब गई। हादी अल-खुरमा ने कहा कि मछुआरों और निवासियों ने 78 प्रवासियों को बचा लिया। जिन्होंने बताया कि उसी नाव पर उनके साथ मौजूद लगभग 100 अन्य लोग लापता हैं। संयुक्त राष्ट्र के अनुसार, पिछले वर्ष अफ्रीका के हॉर्न से 97,000 प्रवासी यमन पहुंचे।

कंगना को थप्पड़ मारने वाली सीआईएसएफ अधिकारी कुलविंदर कौर ने मांगी माफी

चंडीगढ़ । चंडीगढ़ एयरपोर्ट पर कंगना रनौत को थप्पड़ मारने के मामले में अब सीआईएसएफ अधिकारी ने माफी मांगी है। अभिनेत्री से सांसद बनीं कंगना रनौत के साथ हुए थप्पड़ कांड ने पूरे देश में हलचल मचा दी है। अब सीआईएसएफ की महिला अधिकारी विनय काजला का कहना है कि थप्पड़ मारने वाली सीआईएसएफ जवान कुलविंदर कौर अब माफी मांग रही हैं। अधिकारी विनय काजला ने कहा कि घटना के बाद मैं चंडीगढ़ एयरपोर्ट पहुंचा, मामले की पूरी जानकारी ली, इसके बाद मैंने सीआईएसएफ अधिकारियों के साथ बैठक की और एयरपोर्ट की सुरक्षा का जायजा लिया, फिलहाल मोहावली पुलिस ने कुलविंदर कौर के खिलाफ धारा 323 और 341 के तहत मामला दर्ज कर लिया है। सुरक्षा में चूक के बारे में बात करते हुए विनय काजला ने कहा कि सीआईएसएफ जवान कुलविंदर कौर सुरक्षा ड्यूटी पर नहीं थी, किसी और ने उसे कंगना रनौत के एयरपोर्ट पर पहुंचने की सूचना दी थी, जिसके बाद कौर वहां पहुंची और इस घटना को अंजाम दिया।

दिन दहाड़े मिनी बैंक में हुई चोरी का खुलासा, एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। दिन दहाड़े मिली बैंक में हुई चोरी का खुलासा करते हुए पुलिस ने एक शातिर को गिरफ्तार कर लिया है। जिसके कब्जे से चुरायी गयी नगदी व चोरी के पैसो से खरीदा गया मोबाइल भी बरामद हुआ है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज अत्मलपुर बौगला बहादराबाद निवासी सन्नी द्वारा थाना बहादराबाद में तहरीर देकर बताया गया था कि 8 जून की दोपहर अज्ञात चोर ने उनकी दुकान मिनी बैक ब्रान्च का ताला पेचकस के खोलकर अन्दर घुसा और कैश काउण्टर को खोलकर उसमे रखा 1,52,860/-रूपये कैश चोरी कर लिये गये है। प्राप्त शिकायत के आधार पर पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी गयी। चोर की तलाश मे जुटी पुलिस टीम द्वारा घटनास्थल व आसपास के अन्य स्थानों से वैज्ञानिक साक्ष्य एकत्रित किये गये। इस दौरान एक सूचना के आधार पर पुलिस ने एक संदिग्ध को बहादराबाद-रुड़की रोड़ से हिरासत में ले लिया। जिसके पास से 13820 रूपये की नगदी व एक मोबाइल बरामद किया गया है। पूछताछ में उसने अपना नाम मौ. शाकिर पुत्र शकील अहमद निवासी ग्राम इक्कडखुर्द कोतवाली ज्वालापुर हरिद्वार बताया। बताया कि उसने मिनी बैंक की दराज से लगभग 90 हजार रूपये चोरी किये थे। बताया कि वारदात को अंजाम देने के बाद उसने कुछ पैसे से जुआ खेला, कुछ से शराब पी और बाजार से 15000/- रुपये का एक नया मोबाईल फोन भी खरीदा। कुल मिलाकर अपनी नशे की पूर्ति और अन्य खर्चों की पूर्ती के लिए वारदात को अंजाम दिया गया है।

बहरहाल पुलिस ने उसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

❑चुरायी गयी नगदी व मोबाइल बरामद

कंटेनर की चपेट में आकर एक्टिवा सवार की मौत

संवाददाता

देहरादून। कंटेनर की चपेट में आकर एक्टिवा सवार की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार आज प्रात: सेलाकुई थाना पुलिस को पुलिस कंट्रोल रूम से सूचना मिली कि सेलाकुई बाजार में एक कंटेनर और एक्टिवा का एक्सीडेंट हो गया है जिसमे एक्टिवा सवार मौके पर घायल हो गया। सूचना पर तत्काल सेलाकुई थाना पुलिस मौके पर पहुंची और घायल व्यक्ति को सरकारी अस्पताल में भर्ती कराया। जहां पर उपचार के दौरान चिकित्सकों ने घायल व्यक्ति को मृत घोषित कर दिया। मृतक की पहचान अखलेश पुत्र मनवर सिंह निवासी ग्रांम कांडा गोचर, थाना कर्णप्रयाग चमोली हाल पता रामपुर थाना सहसपुर के रूप में हुई।

चोरी के मोबाइल के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी के मोबाइल 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 वेदिक नगर निवासी शुभत रावत ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी क्षेत्र में मोबाइल की दुकान है। गत दिवस चोरों ने उसकी दुकान से मोबाइल चोरी कर लिये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर आसपास के सीसीटीवी कैमरों को खंगाला तो पुलिस को महत्वपूर्ण जानकारी मिली। जिसके आधार पर नई बस्ती रायवाला से एक युवक को चोरी के मोबाइल के साथ गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम सौरभ उर्फ बन्टी पुत्र पप्पू बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस से पूर्व बुद्धा टेम्पल में किया गया योगाभ्यास

हमारे संवाददाता

देहरादून। आयुष मंत्रालय भारत सरकार तथा सचिव आयुष एवं आयुष शिक्षा शासन द्वारा प्रदत्त निर्देशों के क्रम में निदेशक आयुर्वेदिक एवं यूनानी सेवायें के आदेश के अनुपालन में आज अंतरराष्ट्रीय योग दिवस से पूर्व आयोजित अभ्यास कार्यक्रम के अन्तर्गत बुद्धा टेम्पल प्रांगण में योगाभ्यास सुबह 6.30 बजे से 7.30 बजे के मध्य किया गया।

कार्यक्रम जिला आयुर्वेदिक एवं यूनानी अधिकारी, देहरादून डॉ. जी. सी. जंगपांगी के नेतृत्व एवं मुख्य प्रशासनिक अधिकारी डी सी बुडलाकोटी की निगरानी में किया गया। आई टी सेल प्रभारी डॉ. डी. सी. पसबोला ने जानकारी देते हुए बताया कि डॉ नवीन जोशी एवं डॉ दीपा चुग द्वारा योग अनुदेशकों को निर्देशित करते हुए योगाभ्यास करवाया गया। इस कार्यक्रम के सुचारू रुप से संचालन में डॉ एच एम त्रिपाठी,, डॉ दीपांकर बिष्ट, डॉ हर्ष धामी, डॉ के एन भट्ट, डॉ अंकिता, डॉ सरिता, डॉ अर्चना, डॉ विनीता, डॉ आर के भट्ट, डॉ रत्ना, डॉ रंजीता, डॉ सरोज, डॉ रेखा त्रिपाठी इत्यादि चिकित्सा अधिकारियों, एवं अखिलेश उनियाल फार्मासिस्ट एवं योग अनुदेशकों एवं एन के तिवारी, कमरपाल आदि चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों का महत्वपूर्ण योगदान रहा।

विकास भवन के शौचालय से नल चोरी करते दबोचा

संवाददाता

देहरादून। विकास भवन के शौचालय से नल की टोटियां व अन्य सामान चोरी कर भाग रहे व्यक्ति को लोगों ने पकडकर पुलिस के हवाले किया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सर्वे चौक स्थित विकास भवन के शौचालय से नल की टोटियां व अन्य सामान चोरी कर भाग रहे व्यक्ति को कर्मचारियों ने पकडकर पुलिस के हवाले कर दिया। पूछताछ में उसने अपना नाम खालिद पुत्र हकीम निवासी चन्दर रोड बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

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।