बृहस्पतिवार
27 जून 2024

पृष्ठ 4
शरीर के साथ स्किन के लिए भी...

पृष्ठ 5
स्टाइलिश रेड साड़ी पहने साउथ की...

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 144
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

**आज का विचार**

लगन और योग्यता एक साथ मिलें तो निश्चय ही एक अद्वितीय रचना का जन्म होता है।
– मुक्ता

# दूनवैलीमेल

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

### - नाले में मिले थे तीन शव, हुआ हत्या का खुलासा -

## प्रेम प्रसंग में शादी का दबाव बनाने पर की थी हत्यायें, गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। बडोवाला के पास नाले में तीन शवों के मिलने से क्षेत्र में सनसनी फैल गयी थी। पुलिस ने घटनाक्रम का खुलासा करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। जिसने बताया कि महिला उस पर शादी का दबाव बना रही थी जिसके बाद उसने हत्याकाण्ड को अंजाम देकर शवों को नाले में फेंक दिया था।

आज यहां इसकी जानकारी देते हुए एसएसपी अजय सिंह ने बताया कि 25 जून की सांय थाना पटेलनगर को बडोवाला क्षेत्र में पेट्रोल पम्प से आगे सूखे नाले से बदबू आने की सूचना प्राप्त हुई, जिस पर पुलिस मौके पर पहुंची। मौके पर सूखे नाले में 2 शव कूडे में पडे हुये थे, जिससे दुर्गन्ध आ रही थी, पुलिस द्वारा शवो को कब्जे में लिया गया। घटना के सम्बंध में देर सांय पता चलने और जंगली जानवरों के खतरे के चलते उस समय घटना स्थल के आस-पास सर्च अभियान नही चलाया जा सका। अगले दिन सर्च आप्रेशन के दौरान कुछ दूरी पर कूडे का ढेर से एक अन्य महिला का सडा-गला शव दबा हुआ मिला, जिसे आवश्यक कार्यवाही हेतु मोर्चरी में

भिजवाया गया। घटना स्थल से एक अन्य महिला का शव मिलने से साफ हुआ कि उक्त सभी शव एक ही परिवार के सदस्यों के हैं। इस पर पुलिस ने तेजी से जांच शुरू कर दी गयी। घटनास्थल के आसपास सर्च अभियान के दौरान कुछ दूरी पर पुलिस को एक ब्लू डार्ट कम्पनी का नीले रंग का बैग मिला, जिसमें महिला व बच्चों के कपडे व अन्य सामग्री रखी हुई थी, जो उक्त शवों के ही प्रतीत हो रहे थे। पास ही एक पर्पल कलर का बैग भी पुलिस टीम को प्राप्त हुआ तथा घटना स्थल के पास मौजूद टिम्बर लाइन फैक्ट्री के आसपास एक रोडवेज बस का टिक्ट नेहटौर से देहरादून का बरामद हुआ, जो एक बालिग व 1 नाबालिग का था, जिस पर फैक्ट्री के अन्दर चैक करने पर पुलिस टीम को ब्लू डार्ट कम्पनी के वैसे ही नीले रंग के थैले बरामद हुए, जिस पर पुलिस को फैक्ट्री में कार्यरत कर्मियों पर शक हुआ। जानकारी करने पर पुलिस को मौके पर नेहटौर का ही रहने वाला एक फैक्ट्री कर्मी हसीन पुत्र नसीम मिला, जिससे पुलिस ने सख्ती से पूछताछ शुरू कर दी। जिसने बताया कि अवैध सम्बंधो के चलते उक्त महिला व उसके बच्चों की हत्या उसने की है। आरोपी को पुलिस टीम द्वारा मौके से गिरफ्तार किया गया। पूछताछ में हसीन द्वारा बताया गया कि वह बिजनौर का रहने वाला है तथा बढोवाला में टिम्बर ली फर्नीचर फैक्ट्री में कार्य करता

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

## काठबगला क्षेत्र में फिर बुलडोजर एक्शन: गब्बर सिंह बस्ती से हटाया अतिक्रमण

विशेष संवाददाता

देहरादून। स्थानीय लोगों के उग्र विरोध प्रदर्शन के कारण 2 दिन तक काठ बांग्ला क्षेत्र में अतिक्रमण के खिलाफ कोई कार्यवाही नहीं हुई लेकिन आज यहां एमडीडीए और शासन-प्रशासन का बुलडोजर फिर एक्शन में देखने को मिला।

आज सुबह एमडीडीए के अधिकारियों की टीम तीन बुलडोजर और भारी पुलिस फोर्स के साथ गब्बर सिंह बस्ती पहुंची और अवैध निर्माण की ध्वस्तिकरण की कार्यवाही शुरू कर दी गई। बीते सोमवार को यहां एनजीटी के निर्देश पर एमडीए द्वारा रिस्पना किनारे किए गए अवैध अतिक्रमण को हटाने की कार्रवाई की गई तथा 26 निर्माण ध्वस्त कर दिए गए थे। क्षेत्र में लगभग 450 के आसपास अवैध निर्माण बताये जा रहे हैं। लेकिन अब सिर्फ उन्हीं निर्माण को तोड़ा जा रहा है जो 2016 के बाद

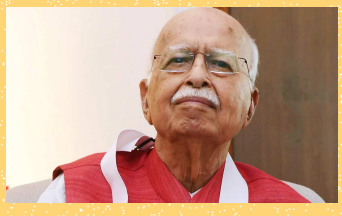
50 से अधिक निर्माण तोड़े जाएंगें, पीड़ित परेशान, बारिश में बच्चों को लेकर कहां जाएं

किए गए हैं। पिछली बार जब सोमवार को यहां ध्वस्तिकरण की कार्रवाई की गई थी उसके अगले दिन क्षेत्र के लोगों ने कैनाल रोड पर जाम लगाकर जबरदस्त विरोध प्रदर्शन किया था। जिसके कारण 2 दिन ध्वस्तिकरण की कार्यवाही स्थगित रही लेकिन आज इसे फिर से शुरू कर दिया गया है। एमडीडीए के अधिकारियों द्वारा अभी 50 अवैध निर्माणों को ध्वस्त करने की

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

## वरिष्ठ भाजपा नेता आडवाणी को मिली दिल्ली एम्स से छुट्टी

नई दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के दिग्गज नेता और देश के पूर्व उप प्रधानमंत्री लालकृष्ण आडवाणी को दिल्ली के एम्स से छुट्टी मिल गई है। बुध वार देर रात को तबीयत बिगड़ने के बाद आडवाणी को एम्स में भर्ती कराया था।



उनके परिवार के मुताबिक आडवाणी को ओल्ड एज संबंधित प्रॉब्लम की वजह से अस्पातल में भर्ती कराया गया जहां उनकी हालत स्थिर बनी हुई है। आडवाणी को जरियाट्रिक डिपार्टमेंट के डॉक्टर की निगरानी में रखा गया था। दरअसल, 96 वर्षीय आडवाणी उम्र संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं का सामना कर रहे हैं इसलिए उनका समय-समय पर घर पर ही चेकअप किया जाता है। लेकिन कल रात उन्हें कुछ दिक्कत महसूस हुई, जिसके तुरंत बाद उन्हें एम्स ले जाया गया। आज सुबह केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जेपी नड्डा ने एम्स के डायरेक्टर एम श्रीनिवास से फोन पर बात करके आडवाणी के स्वास्थ्य के बारे में जानकारी ली। उन्होंने आडवाणी के बेटे जयंत और बेटी प्रतिभा से भी फोन पर बात की।

## पेपर लीक के दोषियों को मिलेगी कड़ी सजा

### ❑राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने संसद के संयुक्त सत्र को संबोधित किया

नई दिल्ली। गुरुवार को राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने संसद के संयुक्त सत्र को संबोधित किया। केंद्र में तीसरी बार भाजपा के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार के गठन के बाद राष्ट्रपति का ये पहला अभिभाषण है। राष्ट्रपति ने अपने संबोधन के दौरान कहा कि मेरी सरकार देश के हर युवा को बड़े सपने देखने और उन्होंने साकार करने के लिए जरूरी माहौल बनाने में जुटी है। बीते 10 वर्षों में ऐसे अवरोध को हटाया गया है जिसके कारण युवाओं को परेशानी थी। इस बीच संसद में विपक्ष के नेताओं ने नीट-नीट के नारे भी लगाए।

नीट पर बात करते हुए राष्ट्रपित द्रौपदी मुर्मू ने कहा कि पेपर लीक के दोषियों को कड़ी सजा मिलेगी, पेपर

लीक पर ठोस उपाय की जरूरत है। पेपर लीक में निष्पक्ष जांच कराई जानी चाहिए। राष्ट्रपति ने पेपर लीक का जिक्र करते हुए अपने अभिभाषण में विपक्षी दलों से इस मामले में राजनीति से ऊपर उठकर ठोस उपाय करने की बात कही है। उन्होंने कहा, श्इससे पहले भी हमने देखा है कि कई राज्यों में पेपर लीक की घटनाएं होती रही हैं। इसमें दलीय राजनीति से ऊपर उठकर देशव्यापी ठोस उपाय करने की जरूरत है। संसद ने भी परीक्षा में होने वाली गड़बड़ियों के विरुध एक सख्त कानून बनाया है। मेरी सरकार परीक्षा से जुड़ी संस्थाओं, उनके कामकाज के तरीके और परीक्षा प्रक्रिया सभी में बड़े सुधार के लिए काम कर रही है।श 18वीं लोकसभा को पहली बार संबोधित करते हुए राष्ट्रपति ने कहा, श्मेरी सरकार देश के हर युवा को बड़े सपने देखने और उन्होंने साकार करने के लिए जरूरी माहौल बनाने में जुटी है। बीते 10 वर्षों में ऐसे अवरोध को हटाया गया है जिसके कारण युवाओं को परेशानी थी। पहले अपने प्रमाण पत्रों को अटेस्टड करने के लिए युवाओं को भटकना पड़ता था। अब युवा सेल्फ अटेस्ड करने का काम रहे हैं।

दून वैली मेल

## संपादकीय

# राजनीति की बदलती तस्वीर

कल देश के संसद भवन से जो तस्वीर सामने आई वह देश की भावी राजनीति के भविष्य को बताने के लिए काफी थी। 4 जून से पहले किसी ने भी यह सोचा नहीं होगा कि पीएम नरेंद्र मोदी जो चुनावी दौर में राहुल गांधी के बारे में अपने एक इंटरव्यू में कहते हैं कि कौन राहुल गांधी? वह 26 जून को संसद भवन में राहुल गांधी से हाथ मिलाते दिखेंगे। और जब स्पीकर ओम बिरला राहुल गांधी से हाथ मिला रहे होंगे तो पीएम मोदी बगल में खड़े होकर उनका चेहरा देख रहे होंगे। भले ही कुछ लोगों को इंडिया ब्लॉक का यह फैसला अच्छा न लगा हो लेकिन उसने स्पीकर पद के लिए अपना प्रत्याशी उतार कर एनडीए को यह याद करने पर विवश तो कर ही दिया गया कि सरकार को भी विपक्ष के सकारात्मक सहयोग की जरूरत होती है। प्रधानमंत्री की अपील और रक्षा मंत्री का कांग्रेस अध्यक्ष से संपर्क साधना क्यों जरूरी हो गया इस बात को कांग्रेस भी जानती है कि उसके पास संख्या बल नहीं है और सत्ता पक्ष का ही स्पीकर बनना तय है। और मत विभाजन न कर कांग्रेस ने निर्विरोध ध्वनि मत से स्पीकर का चुनाव करा कर भी सत्ता पक्ष को बैक फुट पर रहने पर विवश कर दिया। तस्वीर बहुत कुछ बोलती है। स्पीकर की कुर्सी संभालने के बाद भले ही ओम बिरला चेहरे पर मुस्कान लिए राहुल गांधी और अखिलेश यादव के बधाई भाषण सुन रहे थे लेकिन इन नेताओं ने अंग्रेजी और हिंदी में लोकतंत्र, संविधान तथा स्पीकर और संसदीय गरिमा का जो पाठ पढ़ाया गया उसकी उन्होंने सपने में भी उम्मीद नहीं की होगी। नेता विपक्ष राहुल गांधी और अखिलेश यादव ने जिस अंदाज में सदन में अपनी बात कही उसमें उनके द्वारा संसदीय मर्यादाओं का जिस तरह ध्यान रखा गया उसे देखकर भी लोग हैरान जरूर दिखे लेकिन यही देश की बदलती राजनीति की असल तस्वीर है। 2024 के इस चुनाव ने इस इस देश की राजनीति में एक बड़े बदलाव की शुरुआत की है। विपक्ष इस बदलाव के लिए बीते कई सालों से संघर्ष कर रहा था। सत्ता को संविधान और लोकतंत्र के अनुकूल बनाने की इस लड़ाई में वह काफी हद तक सफल हो चुका है लेकिन अभी भी यह सवाल, सवाल ही बना हुआ है कि क्या सत्ता पक्ष भी इस सकारात्मक बदलाव के लिए सहज रूप से तैयार हो सकेगा भले ही इस सवाल का जवाब अभी भविष्य के गर्भ में छिपा हो लेकिन प्रधानमंत्री मोदी और अमित शाह ने जिस तरह से निरंकुशता के साथ पिछले 10 साल राज काज चलाया उसे देखते हुए उनसे इस तरह की अपेक्षा बहुत कम ही है। लेकिन एक बात जरूर साफ है कि इस बार सामने बैठा विपक्ष जो अब तक मजबूती के साथ एकजुट दिख रहा है एक जुट बना रहता है तो देर-सवेर सत्ता पक्ष को सीधे रास्ते पर आना ही पड़ेगा और अगर भाजपा जोड़-तोड़ कर खुद को 272 के अंक तक पहुंचाने में सफल हो जाती है तो फिर उन्हें 2014 व 2019 की तरह मनमानी करने से कोई नहीं रोक पाएगा लेकिन यह भाजपा के लिए बहुत आसान काम भी नहीं होगा शायद इसकी एक वजह वह बदलाव का दौर भी है जिसकी शुरुआत 2024 के इस चुनाव से हो चुकी है। भाजपा के सहयोगी भी कितने भरोसेमंद है यह भी सभी जानते हैं। इसलिए जोखिम तो दोनों तरफ बराबर ही है।

# बस्तियों को उजाडने के विरोध में विभिन्न संगठनों ने किया सचिवालय कूच

संवाददाता

देहरादून। मलिन बस्तियों को उजाडने के विरोध में विभिन्न संगठनों ने सचिवालय कूच कर प्रदर्शन कर ज्ञापन सौंपा।

आज यहां विभिन्न संगठनों के लोग परेड ग्राउड पर एकत्रित हुए। जहां से उन्होंने सचिवालय के लिए कूच किया। जब वह सचिवालय के समक्ष पहुंचे तो पुलिस ने बैरकेडिंग लगाकर रोक दिया। जिसके बाद उन्होंने वहीं पर प्रदर्शन शुरू कर दिया। प्रदर्शन के पश्चात एक प्रतिनिधि मण्डल ने सचिवालय में जाकर मुख्य सचिव के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया। ज्ञापन में उन्होंने कहा कि सरकार का वायदा था कि वह पंचायत, चाय बागानों तथा बस्तियों में बसे आबादी को मालिकाना हक देगी। वर्ष 2016 में जन आन्दोलन के बाद 2018 में सरकार बस्तियों की सुरक्षा के लिए कानून लायी जोकि अक्टूबर 2024 तक प्रभावी है। बावजूद अनेक बहाना बनाकर सरकार बस्तियों को उजाडने पर आमदा है, हाल में चूना भटटा, दीपनगर, बारीघाट तथा काठबंगला इसका ज्वंलत उदाहरण हैं।

जहां सैकडों गरीबों को बिना पुनर्वास दिये बेघरबार किया गया जबकि अभियान में रिस्पना के इर्दगिर्द बडे लोगों, सरकारी कब्जों को छोडा गया। उन्होंने कहा कि सरकार की प्रस्तावित एलिवेटेड रोड जिसे रिस्पना तथा बिन्दाल से गुजरना है आने वाले दिनों में हजारों परिवारों के बेघरबार हाने का कारण बनेगी। इस योजना में पिछले 40 वर्षो से पुरानी बसी आबादी को अतिक्रमणकारी कहा गया इसका सीधा मतलब है कि सरकार सीधे तौर पर प्रभावितों के पुर्नवास एवं मुआवजा की जिम्मेदारी से बच रही है। उन्होंने कहा कि राज्य के प्रगतिशील वामपंथी राजनैतिक एवं सामाजिक संगठन पिछले लम्बे समय से इन तमाम मुददों पर आन्दोलित है तथा प्रभावितों से हजारो हजार हस्ताक्षर करवाकर सरकार को भेज चुके है अभी भी हजारो हस्ताक्षर इकटठे हुए हैं। उन्होंने मांग की है कि उनके द्वारा उठाये गये बिन्दुओं पर न्यायोचित कार्यवाही की जाये। प्रदर्शन करने वालों में सीआईटीयू, एंटक, इंटक, चेतना आन्दोलन, सीपीएम, सपा, बसपा, आयूपी, भीम आर्मी, एसएफआई, किसान सभा के पदाधिकारी व कार्यकर्ता मौजूद थे।

# स्मैक के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। डोईवाला कोतवाली पुलिस ने चैकिंग के दौरान सौग नदी के पुराने पुल पर 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 छह ग्राम स्मैक बरामद कर ली। पूछताछ में उसने अपना नाम अनुज कपिल उर्फ चिंदी पुत्र विनोद कुमार निवासी राजीव नगर केशवपुरी बस्ती बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

# अज्ञात वाहन की चपेट में आकर एक की मौत

संवाददाता

देहरादून। अज्ञात वाहन की चपेट में आकर एक की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार छठ पूजा पार्क निवासी मौहम्मद एहसान ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके बहनोई यूसुफ अहमद 23 जून 2024 को समय रात्रि साढे दस बजे के लगभग बाईपास रोड़ पर रिस्पना पुल की तरफ जाने वाली लेन पर पैदल-पैदल घर जा रहे थे। जैसे ही उसका बहनोई रावत भोजनालय और सीमेन्ट की दुकान के करीब थे तो तभी पीछे से अज्ञात वाहन चालक के द्वारा तेजी व लापरवाही से गाड़ी चलाकर उसके बहनोई को टक्कर मार दी, जिससे उसके बहनोई गम्भीर रूप से घायल हो गये तथा गाड़ी चालक मौके से भाग गया। उसके बहनोई को अरूण रोशन व करण ने कनिष्क हॉस्पिटल पहुँचाया। जहा उसके बहनोई को दून हॉस्पिटल रैफर कर दिया गया। भौके पर मैं भी पहुँचा, जहां 24 जून 2024 को प्रात: लगभग साढ़ 4 बजे इलाज की दौरान मृत्यु हो गई। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

# राहुल के नेता प्रतिपक्ष चुने जाने पर प्रदेश कार्यकर्ताओं ने दी बधाई

देहरादून (सं)। राहुल गांधी के लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष चुने जाने पर उत्तराखण्ड कांग्रेस पार्टी कार्यकर्ताओं ने उनको बधाई दी। प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष करन माहरा ने पार्टी के वरिष्ठ नेता, पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष राहुल गांधी को लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष चुने जाने पर उत्तराखण्ड प्रदेश के सभी कांग्रेसजनों की ओर से हार्दिक बधाई एवं उज्जवल भविष्य के लिए शुभकामनाएं दी है। राहुल गांधी को शुभकामनांए देते हुए प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष करन माहरा ने कहा कि जिस प्रकार राहुल गांधी ने अपनी भारत जोड़ो यात्रा एवं भारत जोड़ो न्याय यात्र के दौरान कांग्रेस पार्टी के कार्यर्क्ताओं के टूटे हुए मनोबल को जोड़कर कांग्रेस पार्टी और इंडिया गठबन्धन को एक बार पुन: सत्ता के करीब पहुंचाने का काम किया निश्चित रूप से उनके नेता प्रतिपक्ष चुने जाने पर सदन में कांग्रेस पार्टी के जन प्रतिनिधियों को एक नई ऊर्जा मिलेगी। उन्होंने कहा कि कांग्रेस पार्टी के नव निर्वाचित सदस्यों को राहुल गांधी के सांसद के रूप में लम्बे अनुभवों तथा कुशल नेतृत्व का लाभ मिलेगा तथा आने वाले समय में कांग्रेस पार्टी केन्द्र और राज्य की सत्ता में एकबार फिर से अपना परचम लहरायेगी। प्रदेश उपाध्यक्ष संगठन मथुरादत्त जोशी ने भी पार्टी नेता राहुल गांधी के सदन में नेता प्रतिपक्ष चुने जाने पर खुशी जाहिर करते हुए उन्हें बध ाई दी तथा केन्द्रीय नेतृत्व का आभार व्यक्त किया है।

समु प्र यन्ति धीतय: सर्गासोऽवताँ इव।
क्रतुं न: सोम जीवसे वि वो मदे धारया चमसाँ इव विवक्षसे।।

।।ऋग्वेद १०-२५-४।।

हे शांति के दाता परमेश्वर ! जिस प्रकार सभी नदियां समुद्र की ओर जाती हैं उसी प्रकार मेरी ध्यान वृतियां और स्तुतियां निश्चय से आपकी ओर जाती है। हमें उत्तम कर्म करने की वृति और प्रज्ञा प्रदान करो। आप सभी का कल्याण करते हो।

# चैन लूट में जल संस्थान कर्मी सहित दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। चैन लूट की घटना में पुलिस ने जल संस्थान के लैब असिस्टेंट सहित दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

आज यहां इसकी जानकारी देते हुए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह ने बताया कि 23 जून को हरि सिंह निवासी नेहरू कालोनी ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी मां श्रीमती बसन्ती देवी दूध लेने के लिए गयी थी वापस आते समय जब वह घर के पास ही थी तभी मोटरसाईकिल सवार दो युवकों द्वारा झपटा मारकर उनके गले से चैन लूट ली।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। घटनास्थल व आसपास के सीसीटीवी कैमरों को खंगालने के बाद पुलिस को पता चला कि दोनों चैन लूटेरे सहारनपुर की तरफ जाते हुए दिखायी

दिये हैं। जिसके बाद दून पुलिस ने सहारनपुर पुलिस से सम्पर्क किया गया। जिसके चलते आज पुलिस ने दोनों चैन लूटेरों को सहारनपुर से गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम शुभम मिश्रा पुत्र मुकेश कुमार निवासी हनुमान नगर बेहट रोड कोतवाली देहात सहारनपुर व गौतम कुमार पुत्र विक्रम सिंह निवासी कृष्णा कुंज कालोनी भगत सिंह रोड सहारनपुर बताया। पुलिस ने बताया कि शुभम मिश्रा सहारनपुर में जल संस्थान में सीविरेज ट्रीटमेंट प्लांट में लैब असिस्टेंट के पद पर कार्यरत है। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

# गर्मी ने न हिमाचल प्रदेश की सुरम्य वादियों को बख्शा, न उत्तराखंड के पर्यटन स्थलों को

पंकज चतुर्वेदी

लोगों के तन से होली के रंग छूटे भी नहीं थे कि पूरा उत्तरी भारत तीखी गर्मी की चपेट में आ गया था। कुछ जगह पश्चिमी विक्षोभ के कारण बरसात भी हुई, पर ताप कम नहीं हुआ। देश के लगभग 60 फीसदी हिस्से में अब 35 से 45 डिग्री की गर्मी के कहर के 100 दिन हो गये हैं और चेतावनी है कि अगले दो हफ्ते मौसम ऐसा ही रहेगा। वैसे भी यदि मानसून आ भी गया, तो भले तापमान नीचे आये, लेकिन उमस गर्मी की ही तरह तंग करती रहेगी।

चिंता की बात है कि इस बार गर्मी के प्रकोप ने न तो हिमाचल प्रदेश की सुरम्य वादियों को बख्शा और न ही उत्तराखंड के लोकप्रिय पर्यटन स्थलों को। गंगा-यमुना के मैदानी इलाकों में लू का प्रकोप तेजी से बढ़ रहा है, खासकर पश्चिमी उत्तर प्रदेश बुंदेलखंड की तरह तीखी गर्मी की चपेट में आ रहा है। यहां पेड़ों की पत्तियों में नमी के आकलन से पता चलता है कि आगामी दशकों में हरित प्रदेश कहलाने वाला इलाका बुंदेलखंड की तरह सूखे, पलायन व निर्वनीकरण का शिकार हो सकता है। आधा जून बीत गया, पर अभी भी शिमला और मनाली जैसे स्थानों का तापमान 30 के आसपास है। हमीरपुर में 44.5, तो कांगड़ा, चंबा, नाहन,मंडी आदि में पारा 41 से नीचे आने को तैयार नहीं। उत्तराखंड की राजधानी देहरादून में 122 साल बाद सबसे ज्यादा तापमान 42.4 डिग्री दर्ज किया गया। इसके अलावा पंतनगर का अधिकतम तापमान सामान्य से पांच डिग्री अधिक रहा। मुक्तेश्वर और टिहरी में ऐसी ही स्थिति है। यह समझना होगा कि मौसम के बदलते मिजाज को जानलेवा हद तक ले जाने वाली हरकतें तो इंसान ने ही की हैं। प्रकृति की किसी भी समस्या का निदान हमारे अतीत के ज्ञान में ही है, कोई भी आधुनिक विज्ञान ऐसी दिक्कतों का हल नहीं खोज सकता। आधुनिक ज्ञान के पास तात्कालिक निदान और कथित सुख के साधन तो हैं, लेकिन कुपित कायनात से जूझने में वह असहाय है।

यह गर्मी अब इंसान के लिए संकट बन रही है। राजस्थान, दिल्ली, हरियाणा और पंजाब में इसने हवा की गुणवत्ता को खराब किया है। इसके अलावा लू लगने, चक्कर आने, रक्तचाप अनियमित होने से झारखंड, बिहार, उत्तर प्रदेश जैसे राज्यों में 200 से अधिक मौतें हो चुकी हैं। लगातार गर्मी ने पानी की मांग बढ़ायी है और संकट भी। पानी का तापमान बढ़ना तालाब-नदियों की सेहत खराब कर रहा है। एक तो वाष्पीकरण तेज हो रहा है, दूसरा पानी अधिक गरम होने से जलीय जीव-जंतु और वनस्पति मर रहे हैं। तीखी गर्मी भोजन की पौष्टिकता की भी दुश्मन है।

गेंहू, चने के दाने छोटे हो रहे हैं और उनके पौष्टिक गुण घट रहे हैं। तीखी गर्मी में पका हुआ खाना जल्दी सड़ रहा है, फल-सब्जियां जल्दी खराब हो रही हैं। केमिकल लगा कर पकाये गये फल इतने उच्च तापमान में जहर बन रहे हैं। इस बार एक त्रासदी यह है कि रात का तापमान कम नहीं हो रहा, चाहे पहाड़ हो या मैदानी महानगर, बीते दो महीनों से न्यूनतम तापमान सामान्य से पांच डिग्री तक अधिक रहा है। सुबह चार बजे भी लू का एहसास होता है और इसका कुप्रभाव यह है कि बड़ी आबादी की नींद पूरी नहीं हो पा रही। इससे लोगों की कार्य क्षमता पर तो असर हो ही रहा है, शरीर में भी कई विकार बढ़ रहे हैं।

जो लोग सोचते हैं कि वातानुकूलित संयंत्र से वे गर्मी की मार से सुरक्षित है, तो यह भ्रम है। लंबे समय तक एयर कंडीशनर वाले कमरों में रहने से शरीर की नस-नाड़ियों में संकुचन, मधुमेह और जोड़ों के दर्द का खामियाजा जिंदगी भर भोगना पड़ सकता है। इस साल मार्च में संयुक्त राष्ट्र के खाद्य और कृषि संगठन ने भारत में एक लाख लोगों का सर्वे कर बताया है कि गर्मी/लू के कारण गरीब परिवारों को अमीरों की तुलना में पांच फीसदी अधिक आर्थिक नुकसान होगा। चूंकि आर्थिक रूप से संपन्न लोग बढ़ते तापमान के अनुरूप अपने कार्य को ढाल लेते हैं, पर गरीब ऐसा नहीं कर पाते।

भारत के बड़े हिस्से में दूरस्थ अंचल तक 100 दिन के विस्तार में लगातार बढ़ता तापमान न केवल पर्यावरणीय संकट है, बल्कि सामाजिक-आर्थिक त्रासदी तथा असमानता और संकट का कारक भी बन रहा है। सवाल यह है कि प्रकृति के इस बदलते रूप के सामने इंसान क्या करे? यह समझना होगा कि मौसम के बदलते मिजाज को जानलेवा हद तक ले जाने वाली हरकतें तो इंसान ने ही की है। प्रकृति की किसी भी समस्या का निदान हमारे अतीत के ज्ञान में ही है, कोई भी आधुनिक विज्ञान ऐसी दिक्कतों का हल नहीं खोज सकता। आधुनिक ज्ञान के पास तात्कालिक निदान और कथित सुख के साधन तो हैं, लेकिन कुपित कायनात से जूझने में वह असहाय है।

अब समय आ गया है कि इंसान बदलते मौसम के अनुकूल अपने कार्य का समय, हालात, भोजन, कपड़े आदि में बदलाव करे। उमस भरी गर्मी और उससे उपजने वाली लू की मार से बचना है, तो अधिक से अधिक पारंपरिक पेड़ों को रोपना जरूरी है। श

ाहर के बीच बहने वाली नदियां, तालाब, जोहड़ आदि यदि निर्मल और अविरल रहेंगे, तो बढ़ी गर्मी को सोखने में ये सक्षम होंगे। खासकर बिसरा चुके कुएं और बावड़ियों को जीवित करने से जलवायु परिवर्तन की इस त्रासदी से बेहतर तरीके से निपटा जा सकता है। आवासीय और व्यावसायिक निर्माण की तकनीकी और सामग्री में बदलाव, सार्वजनिक परिवहन को बढ़ावा, बहुमंजिला भवनों का इको-फ्रेंडली होना, उर्जा संचयन, शहरों की तरफ पलायन रोकना, ऑर्गेनिक खेती सहित कुछ ऐसे उपाय हैं, जो बहुत कम व्यय में देश को भट्टी बनने से बचा सकते हैं।

(ये लेखक के निजी विचार हैं।)

# एनसीसी कैडेट्स ने ली गई नशा न करने की शपथ, निकाली जागरूकता रैली

संवाददाता

रुड़की। एनसीसी कैडेट्स द्वारा जन जागरूकता रैली निकाल नशा ना करने की शपथ ली।

आज यहां 84 उत्तराखंड बटालियन एनसीसी, रुड़की के कमान अधिकारी कर्नल रामाकृष्णन रमेश के निर्देशानुसार 'विश्व तंबाकू निषेध दिवस' के अवसर पर एक विशाल जनजागरूकता रैली का आयोजन किया गया है। जिसमें विभिन्न विद्यालय व महाविद्यालय के 227 एनसीसी कैडेट्स ने प्रतिभाग किया। जैसे कि सभी जानते हैं कि प्रतिवर्ष 31 मई को दुनिया भर में विश्व तंबाकू निषेध दिवस मनाया जाता है। इस दिन का उद्देश्य तंबाकू सेवन करने वाले लोगों को इसके नकारात्मक स्वास्थ्य प्रभाव की ओर ध्यान आकर्षित करना है क्योंकि वर्तमान में दुनिया में हर साल लाखों लोग तम्बाकू के सेवन से काल का ग्रास बन रहे हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के सदस्य राज्यों में 1987 में विश्व तंबाकू निषेध दिवस मनाया और पिछले कई वर्षों से तंबाकू से होने वाले नुकसान और लोगों को अनेक प्रकार के रोगों से बचाने के लिए इसका व्यापक प्रचार-प्रसार व जागरूकता फैलाई जा रही है। आज इसी उद्देश्य से एनसीसी केडेट्स द्वारा जन जागरूकता रैली निकाली गयी जिसका उद्देश्य तंबाकू सेवन से सेहत को होने वाले नुकसान की जानकारी प्रदान करना और लोगों को जागरूक करना था कि वह तंबाकू का सेवन न करें क्योंकि दुनिया भर में इसके सेवन से लोग किसी न किसी

गम्भीर बीमारी व हानिकारक परिणाम से ग्रस्त है। इसी की जानकारी केडेट्स द्वारा विभिन्न स्लोगनों जैसे 'हम सब का यही सपना, नशा मुक्त हो देश अपना' व 'हम सब ने यह ठाना है, तंबाकू सेवन जड़ से मिटाना है' आदि के द्वारा आमजन को जागरूक किया। इस अवसर पर कार्यक्रम के नोडल अधिकारी सेकंड ऑफिसर कमल मिश्रा, सीटीओ ईशा चौधरी और सीटीओ वंदना चौहान द्वारा कैडेट्स के साथ रैली में प्रतिभाग किया गया।

आज आयोजित रैली में सूबेदार पंकज पाल, हवलदार भरत सिंह, इंस्ट्रक्टर पपेन्द्र सिंह आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम को सफल संचालन एवं मार्गदर्शन प्रदान करने में बटालियन के ट्रेनिंग अधीक्षक रवि कपूर का महत्वपूर्ण योगदान रहा। इसके अतिरिक्त इस अवसर पर कैडेट्स को तंबाकू का सेवन न करने की 'शपथ' भी दिलाई गई। प्रतिभाग करने वाले कैडेट्स में एसयूओ सुमन जोशी, एसयूओ आदित्य राणा, यूओ ऋषभ सौदाई, यूओ रुद्र प्रताप सिंह, निखिल राणा, खुशी पंवार, अनमोल चौहान, अनंत चौहान, नित्या सारस्वत, नंदिनी शर्मा आदि उपस्थित रहे।

# समन्वय संघर्ष समिति ने दिया धरने पर बैठे कर्मचारियों को समर्थन

संवाददाता

देहरादून। वन विकास निगम में धरने पर बैठे कर्मचारियों को मूल निवास, भू-कानून समन्वय समिति ने अपना समर्थन दिया।

आज यहां मूल निवास, भू-कानून समन्वय संघर्ष समिति ने वन विकास निगम में धरना दे रहे कर्मचारियों को अपना समर्थन दिया। समन्वय संघर्ष समिति ने कर्मचारियों को जल्द से जल्द वेतन जारी करने की मांग की। साथ ही कर्मचारियों की सेवाओं के रिन्यूवल होने में हो रही देरी पर नाराजगी जताई और इसे गंभीर लापरवाही बताया। वहीं समिति ने कर्मचारियों की समस्याओं को लेकर उच्चाधिकारियों से भी वार्ता की। मूल निवास, भू-कानून समन्वय संघर्ष समिति के संयोजक मोहित डिमरी ने कहा कि कर्मचारियों का उत्पीड़न किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। आउटसोर्स के तहत काम कर रहे कर्मचारियों के सामने गंभीर आर्थिक संकट है। कई ऐसे कर्मचारी भी हैं, जो रात के समय जोमैटो, स्वीगी या अन्य कंपनियों में भी काम करते हैं। तब जाकर किसी तरह अपने परिवार का भरण-पोषण कर पा रहे हैं। सरकार को इनकी समस्याओं पर ध्यान देना चाहिए।

उन्होंने यह भी कहा कि किसी भी तरह की नौकरी में पहली प्राथमिकता मूल निवासियों को ही मिलनी चाहिए। अगर कोई गैर मूल निवासी फर्जी डॉक्युमेंट्स के आधार पर नौकरी कर रहा है तो इसकी सूचना हमें उपलब्ध कराए। संघर्ष समिति के गढ़वाल सह संयोजक विपिन नेगी ने कहा कि आउटसोर्सिंग एजेन्सी कर्मचारियों का आर्थिक और मानसिक उत्पीड़न करती है। कर्मचारियों को आउटसोर्स के बजाय विभागीय नियुक्ति मिलनी चाहिए। उन्होंने कहा कि इस संघर्ष में संघर्ष समिति उनके साथ है। इस मौके पर आउटसोर्सिंग कर्मचारी संघर्ष समिति के अध्यक्ष संदीप रावत और प्रवीन थपलियाल ने मूल निवास, भू-कानून समन्वय संघर्ष समिति का धन्यवाद ज्ञापित करते हुए भविष्य में भी इसी तरह के समर्थन की अपेक्षा की। उन्होंने कहा कि कर्मचारियों के हित में संघर्ष जारी रहेगा।

# सरदा को डाइट में शामिल करने से मिल सकते हैं कई फायदे

सन मेलन को हिंदी में सरदा कहा जाता है और इसे कोरियाई तरबूज या चामो के नाम से भी जाना जाता है। जहां इसकी सुगंध नाशपाती जैसी होती है, वहीं इसका स्वाद मीठे खीरे की तरह लगता हैयह विटामिन-ए, विटामिन-सी, फोलिक एसिड, पोटेशियम, मैग्नीशियम और कैरोटीनॉयड जैसे पोषक तत्वों से भरपूर होता है। साथ ही इसमें 95 प्रतिशत पानी भी होता है।आइए जानते हैं कि सरदा को डाइट में शामिल करने से क्या-क्या फायदे मिल सकते हैं।

हृदय स्वास्थ्य के लिए है लाभदायक

सरदा में मौजूद एडेनोसिन हृदय और धमनियों में खून के थक्के से रोकता है।साथ ही इसमें पोटेशियम की भी अच्छी-खासी मात्रा मौजूद होती है, जो उच्च ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है।हाई ब्लड प्रेशर से जूझ रहे लोगों पर एक शोध के मुताबिक, सरदा से ब्लड प्रेशर के दोनों प्रकार, सिस्टोलिक और डायस्टोलिक में सुधार होता है।बता दें कि उच्च ब्लड प्रेशर कई हृदय रोगों का कारण बन सकता है।

पीरियड्स के दर्द और ऐंठन से दिल सकता है छुटकारा

पीरियड्स एक प्राकृतिक प्रक्रिया है, जिससे हर महिला को गुजरना पड़ता है।हालांकि, यह कभी-कभी बहुत कष्टदायक हो जाते हैं और इस दौरान महिलाओं को पेट में दर्द और ऐंठन जैसी समस्याओं का भी सामना करना पड़ जाता है।हालांकि, सरदा का सेवन पीरियड्स के दिनों में होने वाले दर्द और ऐंठन को कम करने में मदद कर सकता है।यहां जानिए पीरियड्स के दर्द और ऐंठन से राहत दिलाने वाले प्रभावी पेय।

बालों का झडना़ हो सकता है कम

सरदा विटामिन- सी से भरपूर होते हैं। यह आयरन के अवशोषण और कोलेजन के निर्माण के लिए जरूरी है क्योंकि इससे बालों की जड़ों को पोषण मिलता है और बालों का झडना़ कम हो सकता है।इसके अतिरिक्त फल में मौजूद विटामिन- ए भी बालों की देखभाल करने में मदद कर सकता है। विटामिन- ए बालों की प्रत्येक कोशिका के विकास के लिए जरूरी तत्व है।

हाइड्रेट करने के साथ-साथ दूर कर सकता है थकान

सरदा का सेवन डिहाइड्रेशन और थकान से बचाए रखने में भी मदद कर सकता है। इससे शरीर पर ठंडा प्रभाव पड़ेगा और प्राकृतिक रूप से पेट भी शांत रहेगा।इस फल में मौजूद पोटैशियम और सोडियम की मात्रा शरीर में द्रव और इलेक्ट्रोलाइट के संतुलन को बनाए रखने में भी मदद कर सकती है।यहां जानिए गर्मियों के लिए लाभदायक इलेक्ट्रोलाइट से भरपूर पेय।

पाचन क्रिया को रख सकता है स्वस्थ

अगर आप रोजाना सीमित मात्रा में सरदा का सेवन करते हैं तो इसका पाचन क्रिया पर अच्छा प्रभाव पड़ सकता है।एक शोध के मुताबिक, सरदा का सेवन करने से कब्ज, हैजा और अन्य पाचन संबंधी दिक्कतों को दूर किया जा सकता है।एक अन्य शोध में इस बात का जिक्र मिलता है कि सरदा पेट में पहुंचकर डाइजेशन टॉनिक का काम कर सकता है।यहां जानिए पेट की गर्मी दूर करने वाले खाद्य पदार्थ। (आरएनएस)

# इंडियन 2 के बाद मिस यू से धूम मचाएंगे सिद्धार्थ!

साउथ अभिनेता सिद्धार्थ इन दिनों इंडियन 2 को लेकर चर्चा में बने हुए हैं। वहीं अब उनकी अगली फिल्म पर बड़ी जानकारी सामने आई है। अभिनेता की अगली फिल्म का नाम मिस यू है। सिद्धार्थ अपनी अगली रोमांटिक फिल्म मिस यू में काम करने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। फिल्म का पहला पोस्टर भी अभिनेता आर माधवन, निर्देशक लोकेश कनगराज और शिवकार्तिकेयन द्वारा जारी किया गया है। अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर पोस्टर शेयर करते हुए माधवन ने लिखा, कई अवॉर्ड जीतने वाली चिट्ठा के बाद मेरे प्यारे भाई सिड ने कई सालों के बाद एक प्रेम कहानी शुरू की है। रोजेज आर रेड, वायलेट आर ब्लू। सिड की अगली रोमांस फिल्म मिस यू है। हम जानते हैं कि आप सभी ने भी उन्हें मिस किया होगा। इसके साथ ही शिवकार्तिकेयन ने पोस्टर शेयर करते हुए लिखा, मेरे प्यारे भाई सिद्धार्थ की मिस यू का पहला लुक जारी करते हुए खुशी हो रही है। पोस्टर में सिद्धार्थ लाल शर्ट और नीली जींस पहने हुए एक हाइकर बैग लिए हुए दिखाई दे रहे हैं। मिस यू का निर्देशन एन राजशेखर ने किया है और संवाद अशोक आर ने लिखे हैं। फिल्म को 7 माइल्स पर सेकंड द्वारा द्वारा निर्मित किया जाएगा। सिद्धार्थ के अलावा फिल्म में इसमें आशिका रंगनाथ, करुणाकरण, बाला सरवनन, लोल्लू सभा मारन और अन्य भी हैं। सिद्धार्थ को आखिरी बार तमिल फिल्म चिट्ठा में देखा गया था, जिसे समीक्षकों की सकारात्मक प्रतिक्रिया मिली थी। अब अभिनेता अगली बार कमल हासन की इंडियन 2 में नजर आएंगे।(आरएनएस)


## 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


# अल्कोहल-बेस्ड से माउथवॉश करते हैं तो अलर्ट हो जाइए, बढ़ सकता है कैंसर का खतरा- स्टडी

आजकल अल्कोहल-बेस्ड माउथवॉश का इस्तेमाल बहुत ज्यादा बढ़ गया है। मुंह को जर्म्स फ्री रखने और दांतों, मसूड़ों की सफाई और के लिए माउथवॉश का इस्तेमाल हो रहा है जो बेहद खतरनाक हो सकता है। एक स्टडी में सामने आया है कि अल्कोहल-बेस्ड माउथवॉश से कैंसर का खतरा है।

स्टडी में बताया गया है कि अल्कोहल-बेस्ड माउथवॉश ओरल माइक्रोबायोम यानी मुंह के बैक्टीरिया पर सीधा असर डाल सकते हैं। जिसकी वजह से पीरियडोंटल डिजीज और कैंसर का जोखिम बढ़ सकता है। बता दें कि ओरल माइक्रोबायोम पाचन में मददगार होता है और मुंह को हेल्दी रखने का काम करता है।

क्या कहती है स्टडी

जर्नल ऑफ मेडिकल माइक्रोबायोलॉजी में प्रकाशित रिसर्च में ऐसे पुरुषों को शामिल किया गया, जो पुरुषों के साथ यौन संबंध बनाते हैं। यौन बीमारियों से बचने के लिए वे हर दिन माउथवॉश का यूज करते हैं। बेल्जियम के एंटवर्प में इंस्टीट्यूट ऑफ ट्रॉपिकल मेडिसिन की टीम ने बताया कि अल्कोहल-बेस्ड माउथवॉश के 3 महीने तक नियमित इस्तेमाल से इन पुरुषों के मुंह में बैक्टीरिया फ्यूसो बैक्टीरियम न्यूक्लियेटम और स्ट्रेप्टोकोकस एंजिनोसस की संख्या बढ़ गई।

बैक्टीरिया बढने़ से क्या होता है

मुंह में फ्यूसो बैक्टीरियम न्यूक्लियेटम और स्ट्रेप्टोकोकस एंजिनोसस दोनों बैक्टीरिया की संख्या बढने़ से मसूड़ों की बीमारी बढ़ सकती है। इससे इसोफेजियल और कोलोरेक्टल कैंसर का रिस्क भी बढ़ता है। इतना ही नहीं इस स्टडी में शोधकर्ताओं ने ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने के लिए जरूरी एक्टिनो बैक्टीरिया को भी घटते पाया है। मतलब इससे बीपी की समस्या भी बढ़ सकती है। कैंसर और ब्लड प्रेशर दोनों की समस्या जानलेवा हो सकती है।(आरएनएस)

# शरीर के साथ स्किन के लिए भी फायदेमंद है खीरा

चिल्लाती गर्मी ने लोगों को परेशान कर दिया है। पारा 40 डिग्री से ऊपर पहुंच गया है। ऐसे में लोग गर्मी से राहत पाने के लिए ज्यादा से ज्यादा ऐसी चीजों का सेवन कर रहे हैं, जिससे गर्मी से राहत मिल सके। इसमें खीरा भी शामिल है।

गर्मी हो या सर्दी खीरा हमेशा लोगों की पहली पसंद बना रहता है। गर्मी से राहत पाने के लिए लोग खीरा को काफी पसंद करते हैं। रोजाना खीरा खाने से डिहाइड्रेशन की समस्या से बचा जा सकता है। खीरा शरीर में पानी की कमी को पूरी करता है। खीरा में इलेक्ट्रोलाइट्स की उचित मात्रा होती है।

खीरा में फाइबर की भरपूर मात्रा होती है, जिससे खाना पचने में मदद मिलती है। यह पेट संबंधी समस्याओं से दूर रखने में भी मददगार होता है। खीरा ना सिर्फ गर्मी से राहत दिलाने के लिए फायदेमंद होता है, बल्कि यह स्किन के लिए भी फायदेमंद होता है। खीरा स्किन को हेल्दी रखने में मददगार होता है। स्किन ग्लोइंग बनाने के लिए खीरा को अपनी डाइट में शामिल करें।

खीरा में पानी की भरपूर मात्रा स्किन को हाइड्रेट बनाए रखती है। यह ड्राई और डिहाइड्रेटेड स्किन को तरोताजा बनाने में मददगार होता है।

खीरा में मौजूद विटामिन सी, एंटीऑक्सिडेंट और कैफिक एसिड स्किन पर होने वाले फ्री रेडिकल्स के प्रभाव को कम करता है। साथ ही रिंकल्स को भी कम करता है।(आरएनएस)

## शब्द सामर्थ्य -123

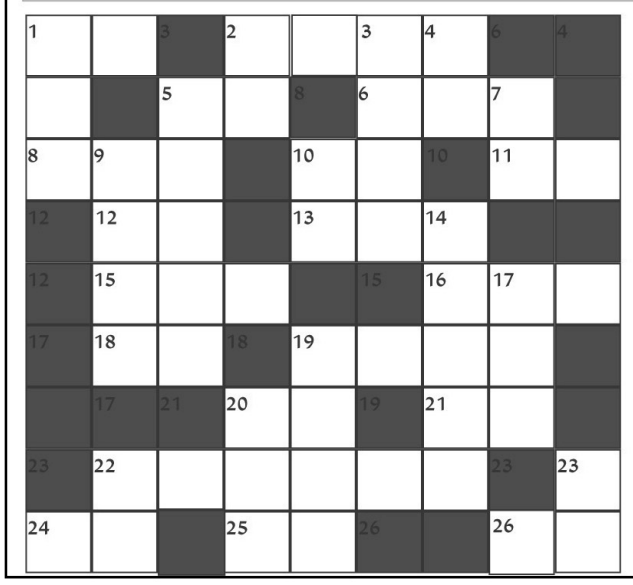
(भागवत साहू)

**बाएं से दाएं :**

1. पानी, नीर, अंबु 2. आना-जाना, आवागमन 5. बहुत, बढ़िया 6. दूर रहने वाला (घटना) जो वर्तमान में न घट सके 8. अबोध, नासमझ, अनाड़ी 10. सब्जी, शाक 11. निशान, उद्देश्य, अनुमान योग्य वस्तु 12. नाखून 13. द्रव पदार्थ 15. सूनसान, जनविहीन स्थान 16. चटकीला, चमकीला, चटपटा, गौरेया 18. भगवान, खुदा 19. इन दिनों, वर्तमान दिनों में 20. अग्नि, पावक 21. अन्नकण, अनाज का टुकड़ा 22. टालमटोल, बहाने बाजी 24. भैया की पत्नी 25. पांच से छोटी एक विषम संस्था 26. हत्या, कत्ल.

**ऊपर से नीचे**

1. दुनिया, संसार, ठोस रूप में परिवर्तित करना 2. चमक, पानी 3. बाजीगर, जादू का खेल दिखाने वाला 4. एक पंजाबी प्रेमगीत, रांझा की प्रेमिका 5. मार-काट, खून-कत्ल 7. भूमि, जमीन, भू-भाग 9. बहुत बड़ा दानी, 10. संगीत के सुरों की संख्या 14. लचीला, लोचयुक्त 17. खिसकना, अपने स्थान से हटना, विचलित होना 19. प्रवेश करना, पधारना, आना 20. धूप-दीप से पूजा 22. इसी समय 23. गुस्सा, कहर.



**शब्द सामर्थ्य क्रमांक122 का हल**

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| स्वा | द | | सा | म | ना | | कै | दी |
| व | | ख | ल | ना | य | क | | वा |
| लं | प | ट | | ना | क | क | ट | ना |
| बी | | प | | | | ड़ी | | प |
| | अ | ट | प | टा | | | शा | न |
| स | ह | | यो | | र | ति | | |
| ह | म | | द | र | ब | द | र | |
| म | क | र | | सी | ल | | | |
| त | | क्षा | | द | वा | खा | ना | |

# फिल्म दो और दो प्यार डिज्नी+ हॉटस्टार पर हुई रिलीज

विद्या बालन की फिल्म दो और दो प्यार को इसी साल 19 अप्रैल को सिनेमाघरों में रिलीज किया गया था, लेकिन बॉक्स ऑफिस पर इस फिल्म को दर्शक नसीब नहीं हुए।घरेलू बॉक्स ऑफिस पर इस फिल्म ने 4।63 करोड़ रुपये का कारोबार किया था।अब दो और दो प्यार ओटीटी प्लेटफॉर्म डिज्नी+ हॉटस्टार पर रिलीज हो गई है। ऐसे में जो दर्शक इस फिल्म को सिनेमाघरों में नहीं देख पाए, वह अब इसे ओटीटी पर देख सकते हैं।

फिल्म दो और दो प्यार में सेंथिल राममूर्ति, इलियाना डिक्रूज और प्रतीक गांधी जैसे सितारे भी अहम भूमिका में है।इसकी कहानी काव्या (विद्या) और अनिरुद्ध (प्रतीक) की है, जिनकी शादी उथल-पुथल भरे दौर से गुजर रही है।3 साल तक डेटिंग करने और शादी के 12 साल बाद, काव्या और अनिरुद्ध का रिश्ता नीरस हो चुका है।इसके बाध उनकी जिंदगी में विक्रम (सेंधिल) और नोरा (इलियाना) की एंट्री होती है, जो उनके रिश्ते में नए रंग भरते हैं।

विद्या बालन, इलियाना डिक्रूज, प्रतीक गांधी और सेंथिल राममूर्ति स्टारर फिल्म का एक पोस्टर शेयर करते हुए डिज्नी प्लस हॉटस्टान ने कैप्शन में लिखा है, प्यार में पडऩा, फिर से। क्योंकि सिर्फ एक बार काफी नहीं है, दो और दो प्यार अब स्ट्रीमिंग हो रही है हॉटस्टार पर।

फिल्म में अपनी परफॉर्ममेंस के लिए पॉजिटिव रिएक्शन मिलने पर, विद्या ने हाल ही में अपने इंस्टाग्राम पर आभार व्यक्त किया था। उन्होंने एक वीडियो शेयर किया, जिसमें उन्होंने कहा, दो और दो प्यार के लिए हमें जो प्यार मिल रहा है, उससे वाकई बहुत खुश हूं। आपका बहुत-बहुत धन्यवाद मेरा दिल प्यार, खुशी, कृतज्ञता और मुस्कान से भरा है।

## बॉक्स ऑफिस पर फिल्म मिस्टर एंड मिसेज माही ने तोड़ा दम

शरण शर्मा के निर्देशन में बनी फिल्म मिस्टर एंड मिसेज माही में जाह्नवी कपूर और राजकुमार राव की खूबसूरत जोड़ी नजर आ रही हैं, जिसे दर्शकों का प्यार मिल रहा है।इस रोमांटिक ड्रामा फिल्म की कहानी भी लोगों को पंसद आ रही है। इसके बावजूद यह बॉक्स ऑफिस पर उम्मीद के मुताबिक प्रदर्शन नहीं कर सकी।मिस्टर एंड मिसेज माही कछुए की चाल से आगे बढ़ रही है। इस फिल्म में कुमुद मिश्रा, राजेश शर्मा और जरीना वहाब जैसे कलाकारों ने भी अभिनय किया है।

बॉक्स ऑफिस पर मिस्टर एंड मिसेज माही का सामना राजकुमार राव की फिल्म श्रीकांत, शरवरी वाघ की फिल्म मुंज्या और मनोज बाजपेयी की फिल्म भैया जी से हो रहा है।दिव्या खोसला कुमार, हर्षवर्धन राणे और अनिल कपूर जैसे सितारों की अदाकारी से सजी फिल्म सवी- ए ब्लडी हाउसवाइफ भी इन दिनों सिनेमाघरों में लगी हुई है।

## फिल्म सरफिरा से अक्षय कुमार की पहली झलक आई सामने

सुपरस्टार अक्षय कुमार साल में एक से ज्यादा मूवीज करने के लिए जाने जाते हैं और इसी ट्रेंड को फॉलो करते हुए वह अपनी नई फिल्म सरफिरा लेकर आ रहे हैं। एक्टर ने फिल्म का पहला पोस्टर शेयर करते हुए इसकी रिलीज डेट से पर्दा उठाया।

पोस्टर में एक्टर को रफ लुक में देखा जा सकता है। उन्होंने सनग्लासेस पहने हुए हैं और चेहरे पर हल्की दाढ़ी है और वह आसमान की ओर देख रहे हैं। उनके सनग्लासेस में ऊपर एयरक्राफ्ट की झलक दिखाई दे रही है। हल्की छोटी दाढ़ी में वो काफी हैंडसम लग रहे हैं। पोस्टर पर टैगलाइन लिखा हुआ है, सपने इतने बड़े देखो कि लोग तुम्हें पागल कहें।

एक्टर ने कैप्शन में लिखा, एक ऐसे आदमी की कहानी... जिसने बड़े सपने देखने की हिम्मत की! मेरे लिए यह एक कहानी है, एक किरदार है, एक फिल्म है, जीवन भर का एक मौका है! फिल्म 12 जुलाई को सिनेमाघरों में दस्तक देगी।

फिल्म में अक्षय और राधिका मदान की जोड़ी देखने को मिलेगी। इसके अलावा, परेश रावल और सीमा बिस्वास जैसे सितारे अहम किरदारों मे नजर आएंगे। फिल्म का डायरेक्शन राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता सुधा कोंगरा ने किया है। यह साउथ सुपरस्टार सूर्या की तमिल फिल्म सोरारई पोटरु की रीमेक है। फिल्म की कहानी सुधा और शालिनी उषा देवी ने लिखी है और डायलॉग पूजा तोलानी के हैं।

केप ऑफ़ गुड फिल्म्स की अरुणा भाटिया, साउथ के सुपरस्टार सूर्या और ज्योतिका (2डी एंटरटेनमेंट) और विक्रम मल्होत्रा (अबुंदंतिया एंटरटेनमेंट) द्वारा निर्मित यह फिल्म 12 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। बात करें अक्षय की आने वाली फिल्मों के बारे में तो वे वेलकम टू द जंगल, हॉउसफुल, स्काई फोर्स और खेल खेल में जैसी फिल्मों में नजर आएंगे। इससे पहले अक्षय कुमार की फिल्म बड़े मियां छोटे मियां ईद के मौके पर रिलीज हुई थी, लेकिन बॉक्स ऑफिस पर कुछ खास कमाल नहीं कर सकी।

# डायरेक्टर नागराज मंजुले के साथ काम करना मेरी विश लिस्ट में था:सई ताम्हणकर

मराठी और बॉलीवुड एक्ट्रेस सई ताम्हणकर इन दिनों विजय वर्मा स्टारर मटका किंग को लेकर काफी चर्चाओं में है। इसे नागराज मंजुले डायरेक्ट कर रहे हैं। एक्ट्रेस ने बताया कि नागराज के साथ काम करना उनकी विश लिस्ट में था, जिसके चलते वह काफी एक्साइटेड हैं।

सई ने कहा, नागराज मंजुले के साथ काम करना मेरी विश लिस्ट में था। मैंने कई इंटरव्यू और सोशल मीडिया पर इस बारे में भी कई बार बात की है। मैं उनके साथ काम करने के लिए बहुत एक्साइटेड और नर्वस हूं।

सई ने कहा, यह अमेजन प्राइम की एक वेब सीरीज है, जिसमें विजय भी शामिल हैं। मुझे इसमें उनके जैसे बेहतरीन एक्टर के साथ काम करने का मौका मिलेगा। अभी, मैं अपने किरदार के बारे में ज्यादा कुछ नहीं बता सकती, लेकिन कुल मिलाकर यह मेरी जिंदगी का सबसे रोमांचक किरदार होगा।

मटका किंग में कृतिका कामरा, गुलशन ग्रोवर और सिद्धार्थ जाधव जैसे कलाकार अहम रोल में हैं।

मटका किंग की कहानी 1960 के दशक की है, जिसमें एक कपास व्यापारी मटका नामक एक नया जुआ खेल शुरू करता है। यह खेल शहर में तूफान मचा देता है। यह खेल पहले सिर्फ अमीरों और अभिजात वर्ग के लिए आरक्षित था, लेकिन अब हर वर्ग के लोग जुड़ जाते हैं।

रॉय कपूर फिल्म्स के बैनर तले सिद्धार्थ रॉय कपूर और नागराज मंजुले के साथ गार्गी कुलकर्णी, आशीष आर्यन और अश्विनी सिदवानी द्वारा निर्मित इस सीरीज का निर्देशन नागराज ने किया है और मंजुले के साथ अभय कोरानने ने इसे लिखा है।

वर्कफ्रंट की बात करें तो सई की झोली में ग्राउंड जीरो, अग्नि और डब्बा कार्टेल जैसी फिल्में हैं।

उन्होंने कई अवॉर्ड्स अपने नाम किए। वह कबड्डी प्लेयर रह चुकी हैं। वह दुनियादारी, सौ शशि देवधर, पोस्टकार्ड और क्लासमेट्स जैसी शानदार फिल्मों में नजर आ चुकी हैं। उन्होंने हंटर, लव सोनिया, गजनी, वेक अप इंडिया, मिमी, इंडिया लॉकडाउन, तेंदुलकर आउट और हाल ही में भक्षक जैसी हिंदी फिल्मों में भी काम किया हैं।

# स्टाइलिश रेड साड़ी पहने साउथ की हसीना श्रद्धा दास ने ढाया कहर

बॉलीवुड एक्ट्रेस श्रद्धा दास हमेशा अपने बोल्ड और स्टाइलिश फैशन सेंस को लेकर चर्चाओं में रहती हैं। एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो वो अक्सर फैंस के बीच छा जाती हैं। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की कुछ ग्लैमरस तस्वीरें इंस्टाग्राम अकाउंट पर पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में उनका स्टनिंग अवतार देखकर फैंस दीवाने हो गए हैं।

साउथ की खूबसूरत हसीना श्रद्धा दास ने अपनी दमदार एक्टिंग से लोगों के बीच अपनी अच्छी पहचान बनाई है। एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तारीफ करते नहीं थकते हैं।

हाल ही में एक्ट्रेस श्रद्धा दास ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की कुछ बेहद ग्लैमरस तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं, जिसमें उनका स्टनिंग अवतार देखकर फैंस बेकाबू हो गए हैं।

फोटोज में आप देख सकते हैं एक्ट्रेस श्रद्धा दास ने रेड कलर की स्टाइलिश साड़ी पहनी हुई है, जिसमें वो काफी ज्यादा हॉट और बोल्ड नजर आ रही हैं।

एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज और वीडियोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर जमकर लाइक्स और कॉमेंट्स करते हुए नहीं थकते हैं।

हाई बन बनाकर, गले में प्यारा सा नेकलेस और लाइट मेकअप कर के एक्ट्रेस श्रद्धा दास ने अपने इस आउटलुक को शानदार तरीके से कंप्लीट किया है।

एक्ट्रेस अपने इस लुक में काफी ज्यादा डेशिंग नजर आ रही हैं। हालांकि फैंस भी उनकी इन तस्वीरों पर जमकर अपनी-अपनी प्रतिक्रियाएं दे रहे हैं।

एक यूजर ने उनकी इन फोटोज पर कॉमेंट्स करते हुए लिखा है- टू मच हॉट, वहीं दूसरे यूजर ने लिखा है- सो ग्लैमरस, फिर तीसरे यूजर ने हार्ट इमोजी रिएक्शंस देते हुए लिखा है- यू लुक ब्यूटिफुल।

# कंधे से कंधा मिलाकर चलने प्रतिबद्धता

आचार्य पवन त्रिपाठी

लगातार तीसरी बार एनडीए सरकार की जीत का केवल राष्ट्रीय ही नहीं, अंतरराष्ट्रीय महत्त्व भी है। अनेक कारणों से इस बात को कहा जा सकता है।

सबसे पहले तो देखें कि कई दशकों की जोड़-तोड़ की राजनीति एवं राजनैतिक अस्थिरता पर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने विराम लगा दिया है। आज पूरी दुनिया के शीर्ष नेता एवं नेतृत्व भारत को अत्यंत ही सकारात्मक एवं भरोसेमंद विदेश नीति वाले देश के रूप में देखते हैं। कहना न होगा कि पूरी दुनिया में नरेन्द्र मोदी ने भारत को एक नई पहचान दी है। तीसरी बार देश के प्रधानमंत्री के रूप में शपथ ले चुके नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में एनडीए को मिला नया जनादेश भारत को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर एक बड़ी भूमिका के लिए नई ऊर्जा देने वाला साबित होगा।

ऐतिहासिक रूप से एनडीए की परंपरा अटलबिहारी वाजपेयी के समय से सहभागिता, सहयोग एवं सर्वसम्मति के साथ सबका साथ- सबका विकास की ही रही है। आने वाले पांच साल में भी भाजपा सहित राजग के सभी सहयोगी घटक राष्ट्र निर्माण में नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में विकास एवं कल्याणकारी योजनाओं को जन-जन तक पहुंचाने के लिए संकल्पित दिखाई दे रहे हैं। इसकी एक झलक बीते शुक्रवार को पुराने संसद भवन के केंद्रीय कक्ष में हुई राजग की बैठक में भी देखने को मिल चुकी है। वहां राजग के सभी प्रमुख सहयोगियों ने न सिर्फ मोदी सरकार के पिछले 10 वर्ष के कार्यकाल पर संतोष जताया, बल्कि अगले कार्यकाल में प्रधानमंत्री मोदी के कंधे से कंधा मिलाकर चलने की प्रतिबद्धता भी जताई है।

दरअसल, देश में गठबंधन सरकार चलाने के मामले में वाजपेयी सरकार को आदर्श उदाहरण के रूप में गिनाया जाता है। अपने घटक दलों और सहयोगी दलों के साथ सहज भाव से रहते हुए आम जनता के जीवन को सहज बनाने और सुविधापूर्ण बनाने में वाजपेयी सरकार के कामकाज को आज भी याद किया जाता है।

वास्तव में 2047 में विकसित भारत के संकल्प को पूरा करने के लिए पूरा गठबंधन 'राष्ट्र सर्वोपरि' के सिद्धांत पर आगे बढना चाहता है। निश्चित रूप से इस दृष्टि से बड़े और कड़े फैसले भी लिए जाएंगे। न सिर्फ प्रधानमंत्री मोदी, बल्कि बिहार के नीतीश कुमार एवं आंध्र प्रदेश के चंद्रबाबू नायडू जैसे नेता अपने-अपने राज्यों में अपने पिछले कार्यकालों में सुशासन के लिए ही जाने जाते रहे हैं। इसलिए उनके अनुभव का लाभ भी प्रधानमंत्री को मिलेगा, इसमें कोई संदेह नहीं है।

इन दोनों नेताओं को उनके अपने-अपने राज्यों में विकास पुरुष के रूप में जाना जाता है।

चुनावी परिणाम और जनादेश ने भारतीय लोकतंत्र की ताकत, निष्पक्षता और पारदर्शिता को भी साबित कर दिया है। ईवीएम का राग अलापने वाले आधारविहीन विपक्ष के मुंह पर यह बड़ा तमाचा है। आज भी 'ब्रांड मोदी' का जलवा बरकरार है। देश के जनमानस में बीजेपी, नरेन्द्र मोदी और एनडीए के प्रति विश्वास को 2024 के जनादेश ने पुनः स्थापित किया है। यह जीत करोड़ों कार्यकर्ताओं, वोटरों एवं कुशल नेतृत्व की जीत है।

यह भारतीय प्रजातंत्र की जीत है जिसमें सर्वे भवन्तु सुखिनः..का भारतीय दर्शन भी निहित है। हर एक प्रजातंत्र के इतिहास में एक ऐतिहासिक पड़ाव आता है, जो राष्ट्र की नीति और नियति तय करता है। लोक सभा 2024 के चुनाव परिणाम में तीसरी बार नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में एनडीए की विजय ऐसा ही ऐतिहासिक पल है। निश्चित रूप से इस चुनावी विजय ने अनेकानेक सकारात्मक संदेश दिए हैं।

इतिहास के पन्नों को पलटें तो पाएंगे कि 1962 के बाद पहली बार किसी नेता को लगातार तीसरी बार प्रधानमंत्री पद पर पहुंचने का अवसर मिला है। इसके साथ-साथ यह तो और भी ऐतिहासिक है कि प्रधानमंत्री पद से पहले नरेन्द्र मोदी चार बार मुख्यमंत्री पद की शपथ लेकर गुजरात का शासन सफलतापूर्वक चला चुके हैं। यह प्रधानमंत्री मोदी के 10 वर्षो के पुरुषार्थ, तप एवं विकासोन्मुखी राजनीति का परिणाम है कि अनेक झूठे प्रचारों के बावजूद पार्टी विपक्षी दलों द्वारा बनाया गया आइएनडीआइए गठबंधन अकेले भारतीय जनता पार्टी की सीटों से भी आगे नहीं जा सका। साठ वर्षो से अधिक समय तक देश पर राज करने वाली कांग्रेस तो 100 सीटों के आंकड़े को भी पार नहीं कर पाई।

स्पष्ट है कि जनता ने विपक्षी गठबंधन को सिरे से नकार दिया है। इस चुनाव ने पुनः स्पष्ट कर दिया है कि आने वाला समय विकास एवं कल्याण की राजनीति का है न कि धर्म, जाति, पंथ और सांप्रदायिकता का। एक और विशेष बात जो प्रधानमंत्री मोदी को विशिष्ट बनाती है, वह है कि इनकी 'राष्ट्र प्रथम' की सोच और अंतिम छोर पर खड़े देश के हर नागरिक के प्रति संवदेनशीलता।

एक ओर जहां विपक्ष ने धर्म और जाति के आधार पर ध्रुवीकरण का प्रयास किया, वहीं इसके बिल्कुल विपरीत प्रधानमंत्री मोदी विकास एवं कल्याणकारी योजनाओं का लाभ अंतिम छोर पर खड़े नागरिक तक पहुंचाने के लिए सतत प्रयासरत रहे। अब भाजपा एवं एनडीए देश के हर कोने में मजबूती के साथ विस्तार कर रहा है। ओडिशा, कर्नाटक, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, तमिलनाडु एवं केरल में पार्टी का वोट प्रतिशत भी तेजी से बढ़ा है।

आर्थिक मोर्चे पर मोदी सरकार के नेतृत्व में पिछले दो कार्यकाल खासे उत्साहवर्धक रहे। भारतीय अर्थव्यवस्था ने वैश्विक पटल पर ऊंची छलांग लगाते हुए अनेक विकसित देशों को चौंका दिया। पिछले 10 वर्षो में जिस संकल्प एवं राजनीतिक इच्छाशक्ति के साथ प्रधानमंत्री मोदी ने देश को दुनिया की पहली पांच अर्थव्यवस्थाओं में लाकर खड़ा कर दिया है, वह अपने आप में एक अद्भुत मिसाल है। आर्थिक मोर्चे पर देश को आगे ले जाने की इसी इच्छाशक्ति के साथ केंद्रीय कक्ष की बैठक में प्रधानमंत्री मोदी ने सभी राज्यों को संदेश दे दिया है कि वे बड़े विदेशी निवेश के लिए अपने यहां सरल एवं सीधी नीतियां बनाएं ताकि विदेशी कंपनियां देश के हर राज्य में अपने लिए अनुकूल वातावरण महसूस करें, और हर राज्य में निवेश के साथ-साथ युवाओं के लिए रोजगार के अवसर पैदा हो सकें।

## सू- दोकू क्र.123

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

**नियम**

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

**सू-दोकू क्र.122का हल**

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

# शेविंग क्रीम से चमक जाएगी ये पांच चीजें, आज़माकर देखें

शेविंग क्रीम का उपयोग सिर्फ शेविंग के लिए ही नहीं, बल्कि सफाई के लिए भी किया जा सकता है। यह बात शायद आपको अजीब लगे, लेकिन शेविंग क्रीम से आप कई चीजों को नया जैसा चमका सकते हैं। अगर आपके घर में कोई शेविंग क्रीम पड़ी है तो आप उसे इन चीजों पर अजमाकर देखें। बिल्कुल नया जैसा चमक जाएगा।

फर्नीचर की सफाई

अगर आपके घर में लेदर का फर्नीचर है, तो आपको उसकी खास देखभाल करनी पड़ती होगी। तेल के दाग लगने पर फर्नीचर गंदा दिखने लगता है। इन दागों को हटाने के लिए आप शेविंग क्रीम का इस्तेमाल कर सकते हैं। दाग वाली जगह पर शेविंग क्रीम लगाएं और 30 मिनट तक छोड़ दें। फिर एक साफ कपड़े से पोंछ लें। दाग गायब हो जाएंगे और फर्नीचर चमक उठेगा।

चांदी की ज्वेलरी की सफाई

चांदी की ज्वेलरी समय के साथ काली पड़ जाती है। उसकी चमक लौटाने के लिए शेविंग क्रीम का उपयोग करें। ज्वेलरी पर शेविंग क्रीम लगाकर कुछ देर के लिए छोड़ दें। फिर उसे पानी से धो लें। ज्वेलरी की चमक वापस आ जाएगी। जब ज्वेलरी सूख जाए, तो उसे पेपर नेपकिन में लपेटकर रखें।

शीशे की सफाई

घर के शीशे साफ और चमकदार होना चाहिए। अगर शीशे पर दाग लग गए हैं, तो शेविंग क्रीम से इन्हें साफ करें। दाग वाली जगह पर शेविंग क्रीम लगाएं और फिर साफ कपड़े से पोंछ लें। शीशा नया जैसा चमकने लगेगा।

नेल पेंट रिमूवर

अगर आपका नेल पेंट रिमूवर खत्म हो गया है, तो शेविंग क्रीम का उपयोग करें। नाखूनों पर शेविंग क्रीम लगाकर 10 मिनट के लिए छोड़ दें। फिर कॉटन से

पोंछ लें। नेल पेंट हट जाएगा।लेकिन इसे स्थायी समाधान न मानें और अच्छे नेल पेंट रिमूवर का ही इस्तेमाल करें।

माइक्रोवेव की सफाई

आप शेविंग क्रीम से माइक्रोवेव की बाहरी सफाई भी कर सकते हैं। इसके लिए शेविंग क्रीम से झाग बनाएं और इसे माइक्रोवेव पर लगाएं।10 मिनट के बाद सूखे कपड़े से माइक्रोवेव को पोंछ लें। ध्यान रखें कि गीले कपड़े या पानी का उपयोग बिल्कुल न करें। इस तरह, आपका माइक्रोवेव चमक उठेगा और नया जैसा लगेगा।

# परिणीति में आएगा एक साल का लीप, नीति से बदला लेने लौटेगी एक्ट्रेस आंचल साहू

फैमिली ड्रामा परिणीत में एक साल का लीप आएगा। सीरियल में तन्वी डोगरा ने नीति का किरदार निभाया है। उसे लगता है कि उसकी परिणीति (आंचल साहू) को मारने की प्लानिंग कामयाब हो गई है, इसमें वह संजू (अंकुर वर्मा) का भी इस्तेमाल करती है। वह बाजवा परिवार को मोहरा बनाती है, ताकि संजू से शादी कर सके।

हालांकि, अंबिका देवी सिंघानिया (शिल्पा सकलानी) परिणीति को मौत के कगार से बचाती है, और उससे अपने हत्या के प्रयास का बदला लेने के लिए कहती है। इस कड़ी में परिणीति एक नए अवतार में लौटती है। वह संजू के ड्रीम प्रोजेक्ट में फाइनेंस करती है। ऐसे में देखना दिलचस्प होगा कि क्या परिणीति नीति का पर्दाफाश करेगी या फिर बदला लेने में नाकाम हो जाएगी?

अपकमिंग एपिसोड के बारे में बात करते हुए, तन्वी ने कहा, नीति के किरदार में जान फूंकना एक कलाकार के तौर पर मेरे लिए खास सफर रहा है। इस किरदार ने मुझे देशभर में पहचान दिलाई है। आगे कहानी में, नीति को लगता है कि उसके और संजू के बीच की दीवार यानी परिणीति को उसने हटा दिया है। उसने बाजवा परिवार को अपने बातों में फुसला लिया है।

उन्होंने कहा, कहानी में इस नए मोड़ को लेकर दर्शक शो में ट्विस्ट और ड्रामा देख सकेंगे। शो के प्रीमियर से ही लोग इस शो को प्यार दे रहे हैं, मैं उनकी आभारी हूं। मैं अपने किरदार को पूरी ईमानदारी से निभा रही हूं।

आंचल ने कहा, शो में एक साल का लीप आएगा, मेरा किरदार नए मकसद के साथ वापस लौटेगा। संजू और नीति से मिले धोखे का बदला लेना ही उसका मकसद है। वह एक नए रूप के साथ और भी मजबूत होकर वापस आएगी।

उन्होंने कहा, अंबिका देवी का समर्थन पाकर, जिसने उसे मौत के मुंह से बचाया, वह उन लोगों से बदला लेगी, जिन्होंने उसके साथ अन्याय किया है। एक एक्टर के तौर पर परिणीति का किरदार निभाना एक शानदार अनुभव रहा है, और मैं इस खास शो में अपने किरदार को लेकर खुश हूं।

अंकुर ने कहा, मेरा किरदार संजू एक नया रास्ता चुनेगा, जो उसे कई मायनों में चुनौती देगा और बदल देगा। वह परिणीति की मौत के बाद से सदमे में है, ऐसे में इससे उबरने के लिए वह नीति से शादी करने का फैसला लेगा। हालांकि, उसकी महत्वाकांक्षा उसे व्यापार की दुनिया में ले जाएगी, जहां वह अंबिका से फाइनेंशियल सपोर्ट मांगेगा। यह नया चैप्टर प्रत्येक एपिसोड के साथ साजिश से भरा होगा। परिणीति कलर्स पर प्रसारित होती है।

# दुष्कर्म और किशोरी की हत्या मामले में कांग्रेस ने सरकार को घेरा

हमारे संवाददाता

देहरादून। धर्मनगरी हरिद्वार में किशोरी के साथ गैंगरेप के बाद हत्या के मामले में भाजपा नेता व ओबीसी मोर्चा के प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य आदित्यराज सैनी का नाम सामने आने के बाद कांग्रेस ने राज्य की कानून व्यवस्था पर सवाल उठाते हुए धामी सरकार को आड़े हाथों लिया है। कांग्रेस की मुख्य प्रवक्ता गरिमा दसौनी ने प्रेस वार्ता कर कहा कि राज्य की कानून व्यवस्था पूरी तरह से पटरी से उतर चुकी है। उत्तराखंड जो देवभूमि के नाम से जाना जाता था। वहां अब आए दिन महिलाओं के प्रति अपराधों में बढ़ोतरी हो रही है। दसौनी ने कहा कि हरिद्वार में किशोरी के साथ दुष्कर्म के बाद हत्या कर दी गई। कहा कि पूरे हत्याकांड को अंजाम सत्तारूढ़ भाजपा के प्रधान पति अमित सैनी और ओबीसी आयोग के सदस्य आदित्य राज सैनी के द्वारा दिया गया। इसके अलावा दून में ही 15 वर्षीय नाबालिग का मुंह बोले मामा के द्वारा दुष्कर्म का मामला हो या पटेल नगर में छह माह की बच्ची और उसकी मां का क्षत-विक्षत शव जो कि दो-तीन दिन पुराना पाया गया है। गरिमा दसौनी ने कहा कि ऐसा प्रतीत होता है कि पुलिस प्रशासन कुंभकरण की नींद सोया हुआ है। अपराधियों के अंदर से पुलिस प्रशासन का डर नहीं है। दसौनी ने धामी सरकार पर कटाक्ष करते हुए कहा की धाकड़ धामी को आत्ममुग्धता से बाहर आना चाहिए और प्रदेश में क्या चल रहा है इसका संज्ञान लेना चाहिए।

# चरस के साथ तीन गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चरस के साथ तीन लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार सहसपुर थाना पुलिस ने चैकिंग के दौरान सभावाला के पास मोटरसाईकिल सवार दो लोगों को रूकने का इशारा किया तो वह पुलिस को देख भाग खडे हुए। पुलिस ने पीछा कर उनको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उनके कब्जे से डेढ किलो चरस बरामद कर ली। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम सचिन त्यागी पुत्र जितेन्द्र व नावेद पुत्र शहनवाज दोनों निवासी मंसूर पुर मुजफ्फरनगर बताया। वहीं सेलाकुई थाना पुलिस ने सरना नदी के पास एक युवक को 264 ग्राम चरस के साथ गिरफ्तार किया। जिसने अपना नाम प्रमोद साहनी पुत्र लक्ष्मी साहनी निवासी शिवनगर बस्ती सेलाकुई बताया। पुलिस ने तीनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

## काठबगला क्षेत्र में फिर बुलडोजर एक्शनः ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

बात कही जा रही है। अधिकारी मौके पर ही लोगों के कागजों का भी सत्यापन कर रहे हैं। उनका साफ कहना है कि जो भी निर्माण 2016 के बाद किया गया है उसे तोड़ा जाएगा। मौके पर तीन बुलडोजर ध्वस्तिकरण कार्य में लगे हुए हैं।

उधर जिन लोगों के आशियानों को तोड़ा जा रहा है उनका कहना है कि ऐसे मौसम में जब बरसात शुरू हो चुकी है वह अपने बच्चों और बुजुर्गों को लेकर कहां जाएंगे प्रशासन को उन्हें थोड़ा समय देना चाहिए था। उल्लेखनीय है कि काठ बांग्ला क्षेत्र में जिस जगह यह अतिक्रमण हटाया जा रहा है उसे रिस्पना रिवर फ्रंट डेवलपमेंट योजना के लिए चिन्हित किया गया है लेकिन यह काम नहीं हुआ और अवैध बस्तियां बसती चली गई। एमडीडीए के अधिकारियों का कहना है कि आने वाले दो-तीन दिन में इसे पूरी तरह अतिक्रमण मुक्त कर लिया जाएगा।

## प्रेम प्रसंग में शादी का दबाव बनाने पर... ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

है, वह तलाकशुदा है और मृतका रेश्मा से पिछले 2 वर्षो से उसका प्रेमप्रसंग चल रहा था तथा रेश्मा द्वारा उस पर लगातार शादी करने तथा साथ रहने का दबाव बनाया जा रहा था। जिस पर परेशान होकर उसके द्वारा उससे पीछा छुडाने का प्रयास किया गया, परन्तु वह उसे साथ रखने की जिद करने लगी। बताया कि 23 जून की शाम मृतका अपनी पुत्री आयत(उम्र 15 वर्ष) तथा आयशा(उम्र- 08 माह) के साथ आईएसबीटी देहरादून आ गयी तथा उसको फोन कर अपने देहरादून आने की जानकारी दी, जिस पर उसने उससे पीछा छुडाने के लिये उसे रास्ते से हटाने की योजना बनाई तथा अपनी मोटरसाईकिल से उसे लेने आईएसबीटी पहुंचा तथा रेशमा व उसके दोनो बच्चो को लेकर सीधे टीम्बर ली फैक्ट्री में गया, जहां उन्हें रात्री मे सुलाने के पश्चात उसके द्वारा पहले मृतका रेश्मा का गला दबाकर उसकी हत्या की तथा उसके बाद दोनो बच्चीयो की मुंह व नाक दबाकर उन्हें मौत के घाट उतार दिया, उसके पश्चात उसके द्वारा तीनो के शवो को टिम्बर ली फैक्ट्री के पीछ कूढे के ढेर में फेंक दिया व स्वंय जाकर शवों को कूढे के ढेर के नीचे दबा कर छुपा दिया व मृतकों के कपडे ब्लू डार्ट कम्पनी के नीले थैले में डालकर फेंक दिये व मृतका का बैग भी कूढे के ढेर से कुछ दूरी पर फेंक दिया तथा मृतका का मोबाइल व उसके घर की चाबी अपने पास छुपा दी थी। उसके द्वारा मृतको के शवो को फॉम के गददों आदि से लपेटकर रखा था, जिस कारण मृतकों के शव फूल गये थे। तीन हत्याओं का खुलासा करने वाली टीम को डीआईजी ने 25 हजार रूपये ईनाम की घोषणा की।

# जलस्रोतों के पुनर्जीवीकरण के कार्य किये जा रहे हैंः मुख्य सचिव

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूडी ने कहा कि उत्तराखण्ड में राज्य स्तरीय स्प्रिंग एण्ड रिवर रिजुविनेशन प्राधिकरण (एसएआरआरए) के माध्यम से जल संरक्षण एवं जलस्रोतों के पुनर्जीवीकरण के लिए सराहनीय कार्य किया जा रहा है।

आज यहां मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने जानकारी दी कि उत्तराखण्ड में राज्य स्तरीय स्प्रिंग एण्ड रिवर रिजुविनेशन प्राधिकरण (एसएआरआरए) के माध्यम से जल संरक्षण एवं जलस्रोतों के पुनर्जीवीकरण के लिए सराहनीय कार्य किया जा रहा है। जल संरक्षण अभियान 2024 के तहत कैच द रेन, जल संरक्षण अभियान, अमृत सरोवर, हरेला कार्यक्रम के माध्यम से राज्य में जल संरक्षण, सम्भरण एवं जल सम्वर्द्धन हेतु कार्य किए जा रहे हैं। क्रिटिकल सूख रहे जल स्रोतों, सहायक नदियों व धाराओं का चिन्हीकरण किया गया है। इनके संग्रहण क्षेत्रों की पहचान की गई है। ग्राम स्तर पर जल स्रोतों को चिन्हित कर उनके उपचार क्षेत्र में जल संभरण गतिविधियों के निर्देश दिए गए हैं। बैठक में जानकारी दी गई कि पेयजल निगम द्वारा 78 क्रिटिकल जलस्रोत चिन्हित किए गए हैं। जन संस्थान द्वारा 415 क्रिटिकल जल स्रोत चिन्हित किए गए हैं। विभिन्न जनपदों में कुल 250 सहायक नदियां/धाराएं उपचार हेतु चिन्हित की गई हैं। बैठक में जानकारी दी गई कि जल संरक्षण अभियान की गतिविधियों के मूल्यांकन एवं अनुश्रवण हेतु जल संरक्षण एप एवं डैशबोर्ड भी बनाया गया है। जिससे समस्त चिन्हित जल स्रोतों एवं उपचार गतिविधियों को जियो टैग किया जा रहा है। देहरादून शहर में 260 रिचार्ज शॉफ्ट/बोरवेल सरकारी संस्थानों एवं विद्यालयों की परिसर में 15 जुलाई 2024 तक निर्मित किये जाने प्रस्तावित हैं। इसके के अतिरिक्त 30 बड़ी आवासीय कालोनी में रिचार्ज शॉफ्ट बोरवेल बनाये जाने प्रस्तावित हैं। हरिद्वार शहर में 110 रिचार्ज शॉफ्ट/बोरवेल सरकारी संस्थानों एवं विद्यालयों की परिसर में 15 जुलाई 2024 तक निर्मित किये जाने प्रस्तावित है। हल्द्वानी शहर में 80 रिचार्ज शॉफ्ट / बोरवेल सरकारी संस्थानों एवं विद्यालयों की परिसर में 15 जुलाई 2024 तक निर्मित किये जाने प्रस्तावित हैं। सेन्ट्रल ग्राउंड वॉटर बोर्ड देहरादून द्वारा उक्त तीनों शहरों के भू -जल को रिचार्ज करने हेतु तकनीकी सहयोग प्रदान किया जाएगा।

बैठक में अपर मुख्य सचिव आनंद वर्धन, सचिव डा. आर राजेश कुमार एवं अन्य सम्बन्धित अधिकारी उपस्थित रहे।

# ट्रैक्टर-ट्राली चोरी में दो गिरफ्तार, ट्राली बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। ट्रैक्टर चोरी मामले में त्वरित कार्यवाही करते हुए पुलिस ने दो लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से चुराया गया ट्रैक्टर भी बरामद किया गया है।

जानकारी के अनुसार बीती 25 जून को बालेश्वर पुत्र ओमप्रकाश निवासी ग्राम गंगदासपुर ने कोतवाली लक्सर में तहरीर देते हुए बताया कि उनके ट्रैक्टर ट्राली को मोहित पुत्र नरेश, अनुज पुत्र सोमपाल निवास ग्राम गंगदासपुर और लक्ष्मण पुत्र टिकवा निवासी ग्राम डुमनपुरी लक्सर द्वारा चोरी कर लिया गया है। मामले में पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर नामजद चोरो की तलाश शुरू कर दी गयी।

चोरों की तलाश में जुटी पुलिस टीमों द्वारा कड़ी मशक्कत के बाद कल देर शाम दो आरोपियों मोहित पुत्र नरेश, अनुज पुत्र सोमपाल को चोरी की ट्राली के साथ जनपद बिजनौर के थाना अफजलगढ क्षेत्र से गिरफ्तार कर लिया गया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

# आत्महत्या के लिए उकसाने पर एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। आत्महत्या के लिए उकसाने वाले एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीती 16 मई को दयाल सिंह पंवार निवासी रिंगालगढ़ सत्यों द्वारा थाना चम्बा में तहरीर देकर बताया गया था कि उसका भाई गंभीर पंवार उम्र 32 वर्ष जो कि जंगलात में दैनिक श्रमिक में काम करता था। गांव के सुरेंद्र पंवार और अन्य लोगों द्वारा झूठा आरोप लगाने और उसको प्रताड़ित करने पर उसके द्वारा तनाव में आकर आत्महत्या कर ली गयी है। मामले की गम्भीरता को देखते हुए पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर पड़ताल शुरू कर दी गयी। जांच के दौरान प्रयाप्त साक्ष्य के आधार पर पुलिस ने आज आरोपी सुरेंद्र पंवार पुत्र स्व. मातवर सिंह पंवार निवासी ग्राम व पो रिंगलगढ़ को गिरफ्तार कर लिया गया। जिसके न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

# अभ्युदय द होरिजन सोसाइटी ने महिलाओं को दी साबुन बनाने की ट्रेनिंग

हमारे संवाददाता

देहरादून। माजरी ग्रांट डोईवाला में अभ्युदय द होरिजन सोसाइटी ने खादी ग्रामोद्योग बोर्ड के साथ मिल कर माजरी ग्रांट डोईवाला में महिलाओं को साबुन बनाने की ट्रेनिंग दी।

यह ट्रेनिंग खादी बोर्ड की ही उद्यमी महिला सुनीता के द्वारा दी गई। सुनीता ने खादी ग्रामोद्योग से ही पीएमईजीपी योजना के तहत आवेदन भर कर लाभ लिया और स्वयं का साबुन बनाने का कार्य प्रारंभ किया है। यह महिलाएं इस ट्रेनिंग के बाद खादी ग्रामोद्योग से ही योजना का लाभ लेकर अपना कार्य प्रारंभ करना चाहती है। इस ट्रेनिंग में अभ्युदय की विजया खंडूरी , मंजू पांडे और जिलाग्रामोद्योग अधिकारी डॉ अलका पांडे उपस्थित रहीं।

डॉ अलका पांडे ने ट्रेनिंग में ही महिलाओं को विभागीय योजनाओं की जानकारी दी ताकि वह इस ट्रेनिंग के बाद जब अपना स्वरोजगार शुरू करें तो विभाग उनका सहयोग कर उनको लाभान्वित कर सके, महिलाओं ने धूप अगरबत्ती की ट्रेनिंग की भी मांग की है।

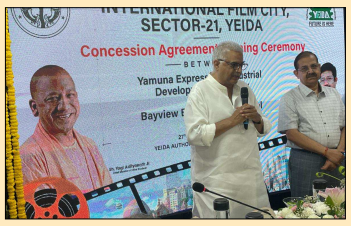
## एक नजर

# 'अपने करियर में कभी भी सरकार के दबाव में काम नहीं किया'

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट के चीफ जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ का कहना है कि उन्होंने अपने करियर में कभी भी सरकार के दबाव में काम नहीं किया है। सीजेआई चंद्रचूड़ ने कहा कि जज के तौर पर अपने 24 साल के करियर में मैंने कभी भी किसी भी सरकार के दबाव में काम नहीं किया है। उन्होंने ऑक्सफोर्ड से जुड़े एक कार्यक्रम में कहा कि हम सभी स्तरों पर न्यायपालिका की शक्ति बढ़ाने के लिए सरकार के साथ मिलकर काम कर रहे हैं। सीजेआई ने कहा कि हम सुप्रीम कोर्ट के स्तर, हाईकोर्ट और जिला स्तर पर जजों की संख्या बढ़ाने को लेकर सरकार के साथ चर्चा कर रहे हैं। ये पूछने पर कि क्या सुप्रीम कोर्ट में जजों की संख्या बढेगी? इस पर सीजेआई ने कहा कि मौजूदा समय में सुप्रीम कोर्ट में जजों की संख्या 34 है। उन्होंने कहा कि सुप्रीम कोर्ट में जजों की संख्या बढ़ाने के लिए संवैधानिक संशोधन की जरूरत है। भारत में जजों की आबादी का अनुपात दुनिया में सबसे कम है। हमें बढ़ते मामलों को देखते हुए अधिक से अधिक जजों की जरूरत है। हमें ये भी लगता है कि जितनी जल्दी हो सके अदालतों में इन पदों पर नियुक्तियां की जानी चाहिए। बता दें कि इससे पहले चंद्रचूड़ ने कहा था कि चुनाव संवैधानिक लोकतंत्र का मूल आधार हैं, भारत में न्यायाधीशों का चुनाव नहीं होता। इसके पीछे एक वजह है कि जज परिस्थितियों की निरंतरता, संवैधानिक मूल्यों की निरंतरता की भावना को प्रतिबिंबित करते हैं।

# बोनी कपूर ने किए ग्रेटर नोएडा फिल्म सिटी के समझौते पत्र पर दस्तखत

लखनऊ । गौतमबुद्ध नगर (नोएडा) में फिल्म सिटी बनाने के लिए आज फिल्ममेकर बोनी कपूर और भूटानी इंफ्रा समर्थित फर्म बेव्यू प्रॉजेक्ट्स ने यमुना विकास प्राधिकरण के साथ समझौता पत्र पर हस्ताक्षर किए। यमुना विकास प्राधिकरण (के साथ फिल्म सिटी का कन्सेशन एग्रीमेंट साइन करने के लिए बोनी कपूर आज ग्रेटर नोएडा आए थे। बोनी कपूर और भूटानी ग्रुप मिलकर फिल्म सिटी के निर्माण का कार्य जल्द ही चालू करवाएंगे। जेवर में बन रहे नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट के पास ही नोएडा फिल्म सिटी बनेगी। आने वाले 6 महीने के अंदर फिल्म सिटी का निर्माण कार्य शुरू हो जाएगा। इस फिल्म सिटी को 1000 एकड़ में बनाया जाएगा और इसके लिए 500 करोड़ रुपये का इन्वेस्टमेंट किया जायेगा। भूटानी समूह के आशीष भूटानी और बोनी कपूर ने ग्रेटर नोएडा में प्राधिकरण के कार्यालय में यमुना एक्सप्रेसवे औद्योगिक विकास प्राधिकरण के सीईओ अरुण वीर सिंह और अतिरिक्त सीईओ शैलेन्द्र भाटिया की मौजूदगी में समझौते पर हस्ताक्षर किए। यमुना प्राधिकरण जिस जगह फिल्म सिटी बनाएगी वहां से नोएडा एयरपोर्ट छह किलोमीटर दूरी पर होगा।




# कांग्रेस ने सैम पित्रोदा को फिर बनाया इंडियन ओवरसीज कांग्रेस का अध्यक्ष

नई दिल्ली। कांग्रेस ने बुधवार को सैम पित्रोदा को तत्काल प्रभाव से इंडियन ओवरसीज कांग्रेस का अध्यक्ष नियुक्त किया। इससे कुछ सप्ताह पहले उन्होंने भारतीयों की त्वचा के रंग पर अपनी नस्लवादी टिप्पणी के कारण विवाद के बाद पद से इस्तीफा दे दिया था। वरिष्ठ नेता केसी वेणुगोपाल ने एक आधिकारिक घोषणा में कहा, कांग्रेस अध्यक्ष ने सैम पित्रोदा को तत्काल प्रभाव से इंडियन ओवरसीज कांग्रेस का अध्यक्ष पुन: नियुक्त किया है। सैम पित्रोदा ने 8 मई को इंडियन ओवरसीज कांग्रेस के अध्यक्ष पद से इस्तीफा दे दिया था, क्योंकि उनके इस बयान पर विवाद खड़ा हो गया था कि पूर्व में रहने वाले भारतीय चीनी जैसे दिखते हैं, जबकि दक्षिण में रहने वाले अफ्रीकी जैसे दिखते हैं। पित्रोदा की विवादित टिप्पणी पित्रोदा ने स्टेट्समैन के साथ एक साक्षात्कार में कहा था, ष्हम भारत जैसे विविधतापूर्ण देश को एक साथ रख सकते हैं, जहां पूर्व में लोग चीनी जैसे दिखते हैं, पश्चिम में लोग अरब जैसे दिखते हैं, उत्तर में लोग शायद गोरे जैसे दिखते हैं और दक्षिण में लोग अफ्रीकी जैसे दिखते हैं। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। हम सभी भाई-बहन हैं। उनकी टिप्पणी पर व्यापक हंगामा मचने के बाद कांग्रेस ने उनके बयानों से खुद को अलग कर लिया और उन्हें अस्वीकार्य करार दिया था। बीजेपी ने कांग्रेस को घेरा जयराम रमेश ने एक्स पर एक पोस्ट में कहा था, भारत की विविधता को दर्शाने के लिए श्री सैम पित्रोदा द्वारा पॉडकास्ट में दिए गए उदाहरण अत्यंत दुर्भाग्यपूर्ण और अस्वीकार्य हैं।

# सीएम धामी ने केंद्रीय विद्युत मंत्री खट्टर से की भेंट

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केन्द्रीय ऊर्जा मंत्री मनोहर लाल खट्टर से मुलाकात कर केन्द्रीय तापीय संयंत्रों से 500 मेगावाट अतिरिक्त विद्युत आपूर्ति राज्य को स्थायी रूप से आवंटित किये जाने का अनुरोध किया।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने नई दिल्ली में केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल खट्टर से शिष्टाचार भेंट कर केंद्रीय मंत्री, आवास एवं शहरी मामले और केंद्रीय मंत्री ऊर्जा के दायित्व का कार्यभार ग्रहण किये जाने पर बधाई और शुभकामनायें दीं। मुख्यमंत्री ने केंद्रीय मंत्री से केन्द्रीय तापीय संयंत्रों से 500 मेगावाट अतिरिक्त विद्युत आपूर्ति उत्तराखण्ड राज्य को स्थायी रूप से आवंटित किये जाने का अनुमोदन प्रदान करने का अनुरोध किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड राज्य में विद्युत उत्पादन हेतु केवल जल विद्युत ऊर्जा उत्पादन केन्द्रों की उपलब्धता है जिसके फलस्वरूप राज्य के कुल एनर्जी मिक्स में 55 प्रतिशत से अधिक ऊर्जा जल विद्युत ऊर्जा स्रोतों से प्राप्त होती है। कोयला आधारित संयंत्रों से राज्य के एनर्जी मिक्स में केवल 15 प्रतिशत ऊर्जा ही प्राप्त होती है। जिसके फलस्वरूप राज्य में बेस लोड क्षमता का अभाव राज्य की ऊर्जा सुरक्षा के लिये कठिन

## 500 मेगावाट अतिरिक्त विद्युत आपूर्ति राज्य को दिये जाने का किया अनुरोध

चुनौती बनता जा रहा है। शीत ऋतु में राज्य के जल विद्युत ऊर्जा स्रोतों से औसतन 300-400 मेगावाट ऊर्जा ही प्राप्त हो पाती है, जो ऊर्जा सुरक्षा की स्थिति को और गम्भीर बनाती है। राज्य में लगभग 4800 मेगावाट क्षमता की जलविद्युत परियोजनाओं का निर्माण मुख्यत: पर्यावरणीय कारणों से विभिन्न न्यायालयों अथवा अन्य स्तरों पर लम्बित है जिस कारण राज्य में उपलब्ध जल शक्ति का विकास न हो पाने के कारण राज्य में विद्युत की माँग एवं उपलब्धता का अन्तर लगातार बढ़ता जा रहा है। मुख्यमंत्री ने कहा कि केन्द्रीय विद्युत प्राधिकरण, नई दिल्ली द्वारा इस वर्ष सम्पादित की गई उत्तराखण्ड राज्य में वर्ष 2027-28 तक 1200 मेगावाट अतिरिक्त विद्युत कोयला आधारित तापीय संयत्रों से प्राप्त किये जाने की संस्तुति की गई है। आगामी पाँच वर्षों में राज्य की आर्थिकी को दोगुना करने का लक्ष्य है। इस लक्ष्य की प्राप्ति हेतु राज्य के आधारभूत ढ़ाँचे में व्यापक वृद्धि की जानी है, जिसमें राज्य में औद्योगिकीकरण, सेवा क्षेत्र जिसमें पर्यटन से जुड़ा आधारभूत ढाँचा मुख्य है, कृषि एवं वानिकी तथा शिक्षा आदि क्षेत्रों में मुख्य रूप से निवेश आकर्षित हो रहा है, जिसके फलस्वरूप निकट भविष्य में विद्युत की मांग में तेज वृद्धि अपेक्षित है। मुख्यमंत्री ने केंद्रीय मंत्री से राज्य की बेस लोड की आवश्यकताओं को पूर्ण किये जाने और विद्युत की मांग तथा उपलब्धता के अन्तर को कम किये जाने के लिए केन्द्रीय तापीय संयंत्रों से 500 मेगावाट अतिरिक्त विद्युत आपूर्ति उत्तराखण्ड राज्य को स्थायी रूप से आवंटित किये जाने का अनुमोदन प्रदान करने का अनुरोध किया।

# शराब पीकर वाहन चलाना पड़ा भारी, नौ चालको के वाहन व डी.एल जब्त

हमारे संवाददाता

पौड़ी। शराब पीकर वाहन चलाने वालों के खिलाफ बड़ी कार्यवाही करते हुए पुलिस ने जहां 9 चालकों के वाहन व डी.एल. जब्त कर लिये है वहीं 146 वाहनों का चालान भी किया गया है। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक पौड़ी लोकेश्वर सिंह द्वारा जनपद में सड़क दुर्घटनाओं पर प्रभावी अंकुश लगाने हेतु समस्त थाना प्रभारियों को अपने-अपने थाना क्षेत्रान्तर्गत शराब पीकर वाहन चलाने वालों के खिलाफ मोटर वाहन अधिनियम के तहत कड़ी कार्यवाही करने हेतु निर्देशित किया गया है। इस क्रम में बीती शाम समस्त थाना प्रभारियों द्वारा रात्रि तक एल्कोमीटर के साथ सघन चौकिंग अभियान चलाया गया। दौराने चौकिंग 9 वाहन चालक जो शराब पीकर वाहन चला रहे थे के विरूद्ध मोटर वाहन अधिनियम की धारा 185 के तहत कार्यवाही कर चालकों की गिरफ्तारी के साथ-साथ वाहनों को सीज कर चालकों के डी.एल. निरस्तीकरण की कार्यवाही की गयी। साथ ही जनपद पुलिस द्वारा मोटर वाहन अधिनियम के तहत 146 वाहनों के चालान किया गया जिनमें में से 106 वाहनों से 63,000/-रुपये का संयोजन शुल्क वसूला गया तथा 40 वाहनों का चालान न्यायालय में प्रेषित किये गये।

# सात साल के बच्चे को गुलदार ने बनाया अपना निवाला

कार्यालय संवाददाता

हल्द्वानी। हल्द्वानी में जंगली जानवरों का आतंक एक बार फिर से बढ़ गया है। कल देर रात काठगोदाम थाना क्षेत्र अंतर्गत नैनीताल रोड स्थित निर्मला कॉन्वेंट स्कूल के पास से एक गुलदार 7 वर्षीय बच्चे को उठा ले गया। बच्चा अपनी दादी के साथ घर से बाहर निकला था, इस दौरान घात लगाकर बैठा गुलदार बच्चे को उठा ले गया। इसके बाद स्थानीय लोगों ने वन विभाग और प्रशासन को सूचना दी, बहुत देर तक बच्चे की तलाश की गई और आज तड़के सुबह बच्चों की बॉडी जंगल के पास मिली है।

पुलिस ने शव को अपने कब्जे में लेते हुए पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है, वही सूचना मिलने पर एसडीएम हल्द्वानी परितोष वर्मा और तहसीलदार सचिन कुमार बच्चे के घर भी गए और परिजनों को उचित मुआवजा दिए जाने के लिए वन विभाग को निर्देश दिए है। फिलहाल वन विभाग अब गुलदार को पकड़ने के लिए पिंजरा लगाने जा रहा है और आसपास गश्त बढ़ाई जा रही है। बताया जा रहा कि जिस जगह पर घटना हुई है वह आबादी वाला क्षेत्र है। 7 वर्षीय बच्चे का नाम शिव था, जो मूल रूप से उत्तर प्रदेश के हरदोई के रहने वाला था। उसके पिता यहां परिवार सहित रहकर मजदूरी करते हैं। बच्चे की मौत के बाद से परिवार में कोहराम मचा हुआ है। घटना के बाद से आसपास के क्षेत्र में दहशत फैल गई है।

**आर.एन.आई.-** 59626/94

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

*प्रधान संपादक*
**कांति कुमार**

*संपादक*
**पुष्पा कांति कुमार**

*समाचार संपादक*
**आनंद कांति कुमार**

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

**कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।**
**मो. 9358134808**

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