शनिवार
29 जून 2024

पृष्ठ 4

दवाई खाने के बाद क्या-क्या नहीं...

पृष्ठ 5

निक्की तंबोली ने ब्लैक आउटफिट में...

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 146
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

कलाकार प्रकृति का प्रेमी है अतः वह उसका दास भी है और स्वामी भी।

– रवींद्रनाथ ठाकुर

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

मुख्यमंत्री ने सहायक अभियंताओं को नियुक्ति पत्र बांटे

- भर्ती प्रक्रिया को पारदर्शी बनाने का किया दावा
- रोजगार सृजन हमारी सरकार की प्राथमिकता

विशेष संवाददाता

देहरादून। राज्य इंजीनियरिंग सेवा के लिए चयनित युवाओं को आज मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा यहां आयोजित एक कार्यक्रम में नियुक्ति पत्र वितरित करते हुए सरकारी सेवा में आए युवाओं को बधाई दी और उनके उज्जवल भविष्य की कामना के साथ राज्य के विकास में उनके सहयोग की उम्मीद जताई।

इस अवसर पर सीएम धामी ने कहा कि वह खुद अपने छात्र जीवन से युवाओं के बीच रहे हैं वह जानते हैं कि युवाओं के लिए रोजगार की क्या अहमियत होती है। साथ ही उन्होंने कहा कि 4 जुलाई 2021 को जब उन्होंने विकल्प रहित संकल्प के साथ काम करना शुरू किया था तब से लेकर अब तक उनका निरंतर प्रयास रहा है कि वह युवाओं को अधिक से अधिक रोजगार के अवसर प्रदान कर सके। उन्होंने कहा कि अब तक कुल 14, 800 से अधिक लोगों को रोजगार प्रदान किया जा चुका है जिसमें से 7000 से अधिक को वह खुद नियुक्ति पत्र दे चुके हैं।

उन्होंने कहा कि हमारी केंद्र सरकार द्वारा 2047 तक विकसित भारत के मिशन का लक्ष्य निर्धारित किया गया है और रोजगार सृजन हमारी राष्ट्रीय नीति का हिस्सा है। उन्होंने कहा कि रोजगार का अर्थ सिर्फ सरकारी नौकरी प्राप्त करना नहीं है आत्मनिर्भर बनना है। उन्होंने कहा कि हमारे प्रदेश में प्रतिभाओं की कमी नहीं है हर क्षेत्र में युवा प्रतिभाएं बिखरी पड़ी हैं उन्हें तलाशने और तरासने की जरूरत है।

उन्होंने कहा कि पूर्ववर्ती सरकारों के समय में भर्तियों में तमाम तरह की धांधली और अनियमितताएं होती थी लेकिन केंद्र और राज्य की सरकारों ने अब भर्तियों को पूरी तरह पारदर्शी बनाने का काम किया है। जिससे हमारे योग्य युवाओं के अधिकारों का हनन न हो सके। उन्होंने चयनित सहायक अभियंताओं से कहा कि आप अगर अपनी ड्यूटी ईमानदारी से निर्वहन करते हैं तो आपको बिस्तर पर जाकर कभी करवट बदलने की जरूरत नहीं पड़ेगी। इस अवसर पर संसदीय कार्य मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने भी युवाओं को संबोधित किया।

राजधानी दून में पनीर बनाने के अवैध कारखाने का भण्डाफोड़

- भारी मात्रा में एसिटिक एसिड, पाम ऑयल के केन व आरारोट बरामद

हमारे संवाददाता

देहरादून। राजधानी दून के रायवाला क्षेत्र में खाद्य एवं सुरक्षा विभाग की टीम ने आज एक बड़ी उपलब्धि हासिल की है। यहां सूखी नदी के किनारे एक ऐसे पनीर बनाने के कारखाने का भंडाफोड़ किया गया है, जिसके पास लाइसेंस नहीं था। मौके पर नकली पनीर बनाने में प्रयुक्त होने वाले एसिटिक एसिड, पाम ऑयल और अरारोट के ड्रम बरामद किए गए हैं। विभाग की टीम ने जहां मौके पर पांच सैंपल भरे है वहीं फिलहाल कारखाने को बंद कर दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीते कुछ दिनों से खाद्य एंव सुरक्षा विभाग को सूचना मिल रही थी कि रायवाला क्षेत्र में कुछ लोगों द्वारा पनीर बनाने के अवैध कारखाने को संचालित किया जा रहा है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए आयुक्त खाद्य सुरक्षा एवं औषधि प्रशासन डा. आर राजेश कुमार के निर्देश पर अपर आयुक्त ताजवर सिंह ने उपायुक्त आरएस रावत के नेतृत्व में एक टीम का गठन किया गया। आज सुबह करीब 6 बजे टीम द्वारा उक्त सूचना के आधार पर सूखी नदी के किनारे बने

पनीर के एक कारखाने पर छापेमारी की। विभाग के अभिहित अधिकारी पीसी जोशी ने बताया कि मौके पर जांच के दौरान नकली पनीर बनाने का काफी सामान बरामद किया गया। जिसमें करीब 60 किलो एसिटिक एसिड, दो ड्रम यानी 80 किलो आरारोट और 10 लीटर पाम आयल शामिल है। बताया कि कारखाना संचालक के पास कोई लाइसेंस नहीं था। उसने सिर्फ रजिस्ट्रेशन कराया हुआ था, जिसे निरस्त कर दिया गया है। मौके से बरामद पनीर के पांच सैंपल लिए गए हैं। रजिस्ट्रेशन के मुताबिक कुल 100 किलो पनीर बनाने की ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

अब राजकोट एयरपोर्ट पर बारिश से ढह गई पिकअप एरिया की कैनोपी

राजकोट। अंतरराष्ट्रीय एयरपोर्ट पर शनिवार को एक बड़ा हादसा टल गया। दिल्ली एयरपोर्ट के टर्मिनल-1 जैसी दुर्घटना होते-होते बच गई। हीरासर स्थित इंटरनेशनल एयरपोर्ट पर टर्मिनल के बाहर पैसेंजर पिकअप-ड्रॉप एरिया में ऊपर लगी कैनोपी ढह गई। गनीमत रहा कि इस हादसे में कोई हताहत नहीं हुआ। पीएम मोदी ने जुलाई 2023 में राजकोट एयरपोर्ट के नए टर्मिनल भवन का लोकार्पण किया था। इस एयरपोर्ट का 1400 करोड़ से ज्यादा की लागत से विस्तार हुआ था। इससे एक दिन पहले दिल्ली हवाईअड्डे के टर्मिनल 1 पर इसी तरह की घटना में एक व्यक्ति की जान चली गई थी और कुछ अन्य घायल हो गए थे। मौसम विभाग के मुताबिक दक्षिण गुजरात के ऊपर साइक्लोनिक सिस्टम सक्रिय है, जिससे राज्य के कुछ हिस्सों में व्यापक बारिश हो रही है। मौसम विभाग ने यह भी कहा कि अगले पांच दिनों तक बारिश का दौर जारी रहेगा।

अभ्यास के दौरान सेना का टैंक नदी में फंसा, 5 जवान शहीद

नई दिल्ली। केंद्रशासित प्रदेश लद्दाख में नदी पार करते समय सेना का एक टैंक दुर्घटनाग्रस्त हो गया है। इस हादसे में सेना के 5 जवान शहीद हो गए हैं। बताया जा रहा है कि दुर्घनाग्रस्त टैंक टी-72 है। आधिकारिक सूत्रों का कहना है कि ये टैंक प्रशिक्षण मिशन पर था, इस दौरान एक नदी पार करने के दौरान ये हादसा हो गया है। यह घटना लेह से 148 किलोमीटर दूर मंदिर मोड़ के पास देर रात करीब एक बजे अभ्यास के दौरान हुई।

जानकारी के मुताबिक ये हादसा शुक्रवार को लेह से 148 किमी दूर प्रशिक्षण अभ्यास के दौरान देर रात करीब 1 बजे के आसपास हुआ। टी-72 टैंक पर सवार जवानों में से एक जूनियर कमीशन अधिकारी (जेसीओ) और चार अन्य रैंक के जवान शामिल थे। हादसे का शिकार हुए जवानों के नाम आरआईएस एमआर के रेड्डी, डीएफआर भूपेंद्र नेगी, एलडी अकदुम तैयबम, हवलदार ए खान (6255 एफडी वर्कशॉप), सीएफएन नागराज पी (एलआरडब्ल्यू) हैं।

घटना पर रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने भी संवेदना जताते हुए एक्स (पहले ट्विटर) पर एक पोस्ट शेयर करते हुए लिखा है कि, लद्दाख में नदी पार कराते समय हुए दुर्भाग्यपूर्ण हादसे में भारतीय सेना के पांच बहादुर जवानों की जान जाने से मैं बहुत दुखी हूं। हम देश के लिए अपने वीर जवानों की अनुकरणीय सेवा को कभी नहीं भूलेंगे। शोक संतप्त परिवारों के प्रति मेरी हार्दिक संवेदनाएं। दुख की इस घड़ी में पूरा देश उनके साथ खड़ा है।

दून वैली मेल

संपादकीय

सड़कों से संसद तक संग्राम

देश की 18वीं लोकसभा के प्रथम संसद सत्र की शुरुआत दो दिन पहले विपक्ष के सौहार्दिक पूर्ण और सकारात्मक पहल से हुई थी महज 2 दिन के अंदर वह सत्ता पक्ष के पुराने नकारात्मक रवैये के कारण लोकसभा के दोनों सदनों में नेता प्रतिपक्ष के संबोधन के दौरान उनके माइक बंद करने और उसे लेकर होने वाले हंगामे के कारण कार्यवाही स्थगन तक पहुंच गई। किसी तरह तीसरी बार सत्ता शीर्ष तक पहुंचने वाली भाजपा और एनडीए के इस नकारात्मक रवैया से विपक्ष तो क्या सत्ता पक्ष में बैठे तमाम लोग भी सहमत नहीं दिख रहे हैं यह अलग बात है कि वह कुछ भी कहने या विरोध करने की स्थिति में न हो। सबसे अधिक महत्वपूर्ण बात यह है कि संसद में जिस पेपर लीक मामले को लेकर विपक्ष अपना पक्ष सरकार के सामने रखना रखना चाहता है और उस पर नियम 267 के अंतर्गत चर्चा की मांग कर रहा है वह सत्ता में बैठे लोगों को कतई भी बर्दाश्त नहीं है। देश के जो करोड़ों युवा इस मुद्दे से प्रभावित है वह भी सत्ता के इस तमाशा को देख और समझ रहे हैं। सरकार और नकल माफिया तो इस नैक्सस के खेल का खुलासा हो यह सरकार को कतई भी बर्दाश्त नहीं है। इसलिए अब इस मुद्दे पर होने वाली तकरार और टकराव का थमना भी संभव नहीं है। विपक्ष जो बीते समय की हताशा और निराशाजनक स्थिति से उबर चुका है पीठ के अब उस रवैये को भी कतई भी बर्दाश्त नहीं करने वाला है जो वह बीते 10 सालों से करता आया है। यही कारण है कि विपक्षी दलों के तमाम नेताओं ने स्पीकर ओम बिरला से मिलकर सीधे सवाल और जवाब किए। विपक्ष की आवाज को अगर माइक बंद कर दबाने का प्रयास किया जा रहा है तो इससे स्पीकर और भाजपा दोनों की छवि धूमिल हो रही है यह बात सत्ता के शीर्ष पर बैठे नेताओं को समझने की जरूरत है। इस तरह की कोशिशों से स्थितियां सुधारने की बजाय और अधिक खराब होगी। और पूरा फायदा विपक्ष को ही होगा। सत्तारूढ़ दल के इस नकारात्मक रवैये के पीछे दो ही कारण हो सकते हैं या तो वह चाहता है कि किसी भी तरह दो-चार महीने का समय खिंच जाएं और इस बीच जोड़-तोड़ के जरिए भाजपा 272 का अंक जूटा ले या फिर विपक्ष के सर असहयोग और तोड़फोड़ का आरोप मढ़कर सत्ता से बाहर हो जाए? सत्ता पक्ष को इस बात का बखूबी एहसास हो चुका है कि विपक्ष आने वाले पांच सालों में एक भी दिन चैन की सांस नहीं लेने देगा और अगर संसद में स्पीकर की आड़ लेकर सांसदों के सामूहिक निलंबन जैसे कार्यवाहियों तथा मनमाने तरीके से कानून को पारित करने की पुनरावृति की गई तो उसके क्या परिणाम होंगे 2024 के चुनाव परिणाम से भाजपा को इस बात का भी एहसास बखूबी हो चुका है की हवा कितनी बदल चुकी है और हवा का रुख क्या है। पेपर लीक के जिस अति संवेदनशील मुद्दे को लेकर सड़कों से संसद तक महासंग्राम की स्थिति बनी हुई है वह मुद्दा देश के युवा पीढ़ी से जुड़ा हुआ है। विपक्ष संसद में जिनकी पैरवी कर रहा है उसके साथ इन युवाओं की संवेदनाओं का जुड़ना स्वाभाविक है। लेकिन विपक्ष की सोच सकारात्मक है इसलिए सरकार को इस मुद्दे पर सकारात्मक सोच के साथ ही सामने आने की जरूरत है।

देहरादून जीपीओ में भी खुला प्लास्टिक बैंक

संवाददाता

देहरादून। सोशल डेवलपमेंट फॉर कम्युनिटीज फाउंडेशन ने जनरल पोस्ट ऑफिस परिसर में प्लास्टिक बैंक की स्थापना की।

आज यहां दून में लगातार प्लास्टिक बैंक स्थापित करने की दिशा में एक कदम आगे बढ़ाते हुए सोशल डेवलपमेंट फॉर कम्युनिटीज (एसडीसी) फाउंडेशन ने देहरादून के घंटाघर स्थित जनरल पोस्ट ऑफिस (जीपीओ) परिसर में भी प्लास्टिक बैंक की स्थापना की है। इस प्लास्टिक बैंक में डाकघर के साथ-साथ इस परिसर में कार्यरत डाक विभाग के अधिकारियों और कर्मचारियों के घरों से भी प्लास्टिक कचरा एकत्र किया जाएगा। इस नए प्लास्टिक बैंक की स्थापना के अवसर पर जीपीओ के अधिकारी और कर्मचारी मौजूद रहे। कार्यक्रम में वरिष्ठ पोस्टमास्टर टीकंबर सिंह गुसाईं, सहायक पोस्टमास्टर राजेंद्र प्रसाद उनियाल सहित डाकघर के विभिन्न अधिकारी और कर्मचारियों ने भाग लिया। वरिष्ठ पोस्टमास्टर टीकंबर सिंह गुसाईं ने अपने संबोधन में कहा कि एसडीसी फाउंडेशन द्वारा शुरू किया गया प्लास्टिक बैंक प्रोजेक्ट पर्यावरण संरक्षण के लिए एक सराहनीय प्रयास है। उन्होंने कहा कि डाकघर के सभी अधिकारी और कर्मचारी उक्त परियोजना से जुड़े रहने के लिए प्रतिबद्ध हैं। इस अवसर पर एसडीसी फाउंडेशन के दिनेश सेमवाल ने कहा कि उन्होंने देहरादून में 135 प्लास्टिक बैंक स्थापित किए हैं। अब जीपीओ में प्लास्टिक बैंक की स्थापना एक नई पहल है।

डाकघर के विभिन्न विभागों से निकलने वाले प्लास्टिक कचरे के अलावा इस परिसर में कार्यरत अधिकारियों और कर्मचारियों के घरों से निकलने वाले प्लास्टिक कचरे को भी इस प्लास्टिक बैंक में एकत्र किया जाएगा। एसडीसी फाउंडेशन के प्रवीण उप्रेती ने कहा कि सरकारी और गैर सरकारी संस्थानों के बाद अब एसडीसी फाउंडेशन की प्लास्टिक बैंक योजना घरों तक पहुंच रही है। उन्होंने कहा कि अगर घरों से ही प्लास्टिक कचरे को एकत्र कर रिसाइकिलिंग के लिए भेजा जाए तो एक ओर जहां प्लास्टिक कचरा इधर-उधर नहीं बिखरेगा, वहीं दूसरी ओर देहरादून नगर निगम के लिए भी कचरे को एकत्र करना आसान हो जाएगा। उन्होंने कहा कि एसडीसी फाउंडेशन इस अभियान को आगे भी जारी रखेगा। इस अवसर पर एसडीसी फाउंडेशन से अभिषेक भट्ट, सुभाष और बिट्टू भी मौजूद रहे।

उच्चाधिकारियों के आदेश मानने को तैयार नहीं मातहतः मोर्चा

संवाददाता

विकासनगर। जन संघर्ष मोर्चा के अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि विधानसभा सचिवालय में कर्मचारी बेलगाम हो गये हैं कि अधिकारियों के आदेश मानने को तैयार नहीं है।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष मोर्चा रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि विधानसभा सचिवालय इतना बेलगाम हो गया है कि उच्चाधिकारियों के आदेश मातहत मानने को तैयार नहीं हैं। ऐसा प्रतीत होता है कि विधानसभा सचिवालय में निश्चित तौर पर रामराज्य स्थापित हो गया है। आलम यह है कि 6-6 अनुस्मारक भेजने के उपरांत भी अनुभाग अधिकारी अपने अनुसचिव तक की नहीं सुन रहे हैं। नेगी ने कहा कि मामला एक तथाकथित विधायक के दल परिवर्तन संबंधी मामले में रुड़की निवासी एक व्यक्ति की याचिका पर विधानसभा द्वारा क्या कार्रवाई की गई, इससे संबंधित दस्तावेज की मांग मोर्चा द्वारा की गई थी, लेकिन कोई सुनने वाला नही। विधानसभा सचिवालय में इस प्रकार के हालात निश्चित तौर पर दुर्भाग्यपूर्ण हैं। वहीं दूसरी और नेगी ने कहा कि कल ही मुख्यमंत्री द्वारा जन शिकायतों के संबंध में लापरवाही बरतने पर, जो जवाब-तलब अधिकारियों का किया है, मोर्चा इस कदम का स्वागत करता है। मोर्चा ने मुख्यमंत्री से अधिकारियों द्वारा बरती जा रही लापरवाही के मामले में पूर्व में अवगत कराया गया था।

श्री महाकाल सेवा समिति ने आचार्य विपिन जोशी को दिया स्मृति चिन्ह

संवाददाता

देहरादून। श्री महाकाल सेवा समिति ने आचार्य विपिन जोशी को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया।

आज यहां दुबई में आयोजित चतुर्थ वर्ल्ड पीस मिशन के संयोजक डॉक्टर बिपिन चन्द्र जोशी जिन्होंने उत्तराखंड देहरादून को दुबई में रिप्रेजेंट किया और देवभूमि उत्तराखंड का नाम रोशन किया। अप्रवासी भारतीय वरिष्ठ समाजसेवी श्री महाकाल सेवा समिति के कार्यकारिणी सदस्य सागर खरबन्दा द्वारा चतुर्थ वर्ड पीस अभियान की पूर्णता पर अभियान संयोजक आचार्य डा. बिपिन जोशी को श्री महाकाल सेवा समिति की ओर से स्मृति चिन्ह प्रदान कर उनके उत्तम स्वास्थ्य और उज्जवल भविष्य की कामना की। डॉक्टर विपिन जोशी के देवभूमि पर पहुंचने पर उनका एयरपोर्ट पर समिति द्वारा जोरदार स्वागत किया गया।

आधीषमाणायाः पतिः शुचायाश्च शुचस्य च।
वासोवायोऽवीनामा वासांसि मर्मृजत्।।

(ऋग्वेद १०-२६-६)

परमेश्वर प्रकृति के बनाने वाले और धारण करने वाले हैं। एक कुशल बुनकर के समान उन्होंने सुंदर प्रकृति की संरचना की है। परमेश्वर ने सभी जीवात्माओं के स्वरूपों की भी सुंदर संरचना की है।

केजरीवाल की लोकप्रियता से भयभीत है केन्द्र सरकारः चौधरी

संवाददाता

देहरादून। आम आदमी पार्टी के प्रदेश उपाध्यक्ष विशाल चौधरी ने कहा कि केन्द्र सरकार अरविन्द केजरीवाल की लोकप्रियात से भयभीत है और वह सीबीआई व ईडी का दुरूपयोग कर केजरीवाल को गिरफ्तार कराया।

आज देहरादून स्थित गांधी पार्क पर आम आदमी पार्टी के कार्यकर्ताओ ने प्रदेश उपाध्यक्ष विशाल चौधरी के नेतृत्व में केन्द्र सरकार द्वारा सीबीआई और ईडी का दुरूपयोग कर दिल्ली के मुख्यमंत्री और राष्ट्रीय संयोजक आप अरविन्द केजरीवाल के खिलाफ नाजायज गिरफ्तारी के विरोध मे जोरदार प्रदर्शन किया किया। इस अवसर पर बोलते हुए प्रदेश उपाध्यक्ष विशाल चौधरी ने कहा कि जिस प्रकार केन्द्र सरकार बदला लेने की भावना से आम आदमी पार्टी के शीर्ष नेतृत्व को सीबीआई और ईडी सहित विभिन्न जाँच एजेंसियों ले जरिये झूठे मामले बना बनाकर जेलों में बंद कर रही हैं उससे यह बात साफ नजर आ रही हैं कि भाजपा को आम आदमी पार्टी से हार का डर सता रहा हैं। यह स्वस्थ लोकतंत्र के लिए अच्छे संकेत नही हैं कि सड़क पर कोई जनहित के मुद्दे उठाए तो उस पर भाजपा सरकार रासुका लगाकर जेल भेज देती हैं अगर संसद में कोई जनप्रतिनिधि सरकार के काले कृत्य पर बोलना चाहे तो सरकार उसे इशारे से निलंबित करवा देती हैं। अब जबकि जनता द्वारा चुनी हुई प्रचण्ड बहुमत की सरकार के मुख्यमंत्री, उपमुख्यमंत्री,कैबिनेट मंत्री दिल्ली में विकास कार्यो के दम पर जनता को बिजली, सड़क, शिक्षा, स्वास्थ्य, परिवहन, तीर्थ यात्रा आदि का लाभ दे रहे हैं तो इससे घबराकर भाजपा ने उन्हें षडयंत्रवश तरीके से जेलों में रखकर आम आदमी पार्टी को कमजोर करने का काम कर रही हैं।

इस अवसर पर आम आदमी पार्टी के डॉ. शोएब अंसारी, सुधीर पंत, जितेन पंत, शरद जैन, डी के पाल, अशोक सेमवाल, श्यामलाल नाथ, थॉमस पास्टर, श्यामबाबू पाण्डे, सचिन थपलियाल, सूरज गुस्साई, नासिर खान, इकबाल राव, राजेन्द्र खण्डूरी, रविन्द्र, सुशील सैनी, मुशिर अंजुम, वसीम, हरिसिमरन, सी पी सिंह, सीमा कश्यप, मुकुल बिडला, फईम बेग,आकेश भट्ट, जॉन, एम एल कन्नौजिया, सुदेश चौरसिया, इमेनुअल, महिपाल, आदि उपस्थित रहे।

तगड़ा घोटाला हुआ

विनीत नारायण

जब भी कभी हम किसी प्रतियोगी परीक्षा के पेपर लीक होने की खबर सुनते हैं, तो सबके मन में व्यवस्था को लेकर काफी सवाल उठते हैं। इससे पूरी व्यवस्था में फैले हुए भारी भ्रष्टाचार का प्रमाण मिलता है। पिछले कुछ वर्षों में ऐसी खबरें कुछ ज्यादा ही आने लगी हैं। सोचने वाली बात है कि इससे देश के युवाओं पर क्या असर पड़ेगा? महीनों तक परीक्षा के लिए मेहनत करने वाले विद्यार्थियों के मन में इस बात का डर बना रहेगा कि रसूखदार परिवारों के बच्चे पैसे के बल पर उनकी मेहनत पर पानी फेर देंगे? मध्य प्रदेश में हुए व्यापम घोटाले के बाद अब एक बार फिर मेडिकल कॉलेजों में दाखिले के लिए 'नीट परीक्षा' में हुए घोटाले पर जो बवाल मचा है, उससे तो यही लगता है कि चंद भ्रष्ट लोगों ने लाखों विद्यार्थियों के भविष्य को अंधकार में धकेल दिया है।

साल 2016 में पहली बार मेडिकल एंट्रेंस के लिए 'नेशनल एंट्रेंस कम एलिजिबिलिटी टेस्ट' यानी नीट की शुरुआत हुई। पहले तीन वर्षों में इसे सीबीएसई द्वारा संचालित किया गया परंतु साल 2019 से इन इम्तिहानों की जिम्मेदारी नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (एनटीए) को दी गई। जब से नीट की परीक्षा लागू हुई है, ऐसा पहली बार हुआ है कि इस परीक्षा की कटऑफ इतनी हाई गई है। यदि एनटीए की मानें तो 'नीट कटऑफ कैंडिडेट्स की ओवरऑल परफॉर्मेंस पर निर्भर करती है। कटऑफ बढ़ने का मतलब है कि परीक्षा कंपटीटिव थी और बच्चों ने बेहतर परफॉर्म किया'। परंतु क्या यह बात सही है?

गौरतलब है कि इस बार की नीट परीक्षा में 67 ऐसे युवा हैं, जिन्हें 720 अंकों में से 720 अंक मिले हैं। ऐसे कई युवा भी हैं, जिन्हें 718 और 719 अंक प्राप्त हुए हैं, जो परीक्षा पद्धति के मुताबिक असंभव है। 720 के टोटल मार्क्?स वाली नीट परीक्षा में हर सवाल 4 अंक का होता है। गलत उत्तर के लिए 1 अंक कटता है। अगर किसी स्टूडेंट ने सभी सवाल सही किए तो उसे 720 में से 720 मिलेंगे। अगर एक सवाल का उत्तर नहीं दिया, तो 716 अंक मिलेंगे। अगर एक सवाल गलत हो गया, तो उसे 715 अंक मिलने चाहिए।

लेकिन 718 या 719 किसी भी सूरत में नहीं मिल सकते। जाहिर है कि तगड़ा घोटाला हुआ है। जिन विद्यार्थियों ने इस वर्ष नीट परीक्षा दी उनसे जब यह पूछा गया कि इस बार की परीक्षा कैसी थी? तो उनका जवाब था कि इस बार की परीक्षा काफी कठिन थी, कटऑफ काफी नीचे रहेगी। एनटीए द्वारा एक और स्पष्टीकरण भी दिया गया है जिसके मुताबिक इस बार टॉप करने वाले कई बच्चों को ग्रेस मार्क्?स भी दिए गए हैं। इसका कारण है कि फिजिक्स के एक प्रश्न के दो सही उत्तर हैं। ऐसा इसलिए है कि फिजिक्स की एक पुरानी किताब, जिसे 2018 में हटा दिया गया था, अभी भी पढ़ी जा रही थी। परंतु यहां सवाल उठता है कि आजकल के युग में जहां सभी युवा एक दूसरे के साथ सोशल मीडिया के किसी न किसी माध्यम से जुड़े रहते हैं, या फिर जहां कोचिंग लेते हैं, वहां पर सबसे संपर्क में रहते हैं। फिर ये कैसे संभव है कि छह साल पुरानी किताब को सही नहीं कराया गया होगा?

अगला सवाल यह भी उठता है कि एनटीए द्वारा किस आधार पर ग्रेस मार्क्?स दिए गए? जबकि मेडिकल परीक्षाओं में ग्रेस मार्क्?स देने का कोई प्रावधान नहीं है। एनटीए ने ग्रेस मार्क्?स देने के लिए सर्वोच्च न्यायालय के 2018 के एक आदेश का संज्ञान लिया है, जिसके अनुसार यदि प्रशासनिक लापरवाही के कारण परीक्षार्थी का समय खराब हो तो किन विद्यार्थियों को किन परिस्थितियों में कितने ग्रेस मार्क्?स दिय् जा सकते हैं। परंतु गौरतलब है कि सुप्रीम कोर्ट के जिस फैसले का यहां उल्लेख किया जा रहा है वह कॉमन लॉ एडमिशन टेस्ट (सीएलएटी) के लिए था, उसी आदेश में यह साफ-साफ लिखा है कि यह आदेश मेडिकल और इंजीनियरिंग की परीक्षाओं पर लागू नहीं होगा परंतु एनटीए ने न जाने किस आधार पर इस आदेश को संज्ञान में लिया और ग्रेस मार्क्?स दे दिए? नीट परीक्षा का यह मामला अब सुप्रीम कोर्ट के विचाराधीन है, और अदालत ने नीट परीक्षा करवाने वाली एजेंसी एनटीए और केंद्र सरकार को नोटिस जारी करके जवाब मांगा है।

देखना होगा कि ये दोनों कोर्ट में क्या जवाब दाखिल करते हैं? परंतु जिस तरह इस मामले ने तूल पकड़ा है, इस पर राजनीति भी होने लग गई है, इतना ही नहीं जिस तरह एनटीए ने परीक्षा से पहले ही इसके पंजीकरण में ढील बरती है, वह सब भी सवालों के घेरे में है। टॉपर्स की लिस्ट में कम से कम 6 विद्यार्थी ऐसे हैं, जो एक ही सेंटर के हैं। इस सेंटर को इसलिए भी शक की नजर से देखा जा रहा है कि यहां विद्यार्थी देश के दूसरे कोने से परीक्षा देने आए। बिहार, गुजरात और अन्य राज्यों में नीट परीक्षा के पेपर लीक के मामले भी सामने आए हैं जिन पर जांच चल रही है।

सोचने वाली बात है कि देश का भविष्य माने जाने वाले विद्यार्थी, जो आगे चल कर डॉक्टर बनेंगे, यदि इस प्रकार भ्रष्ट तंत्र के चलते किसी मेडिकल कॉलेज में दाखिला पा भी लेते हैं, तो क्या भविष्य में अच्छे डॉक्टर बन पाएंगे या पैसे के बल पर वहां भी पेपर लीक करवा कर 'मुन्ना भाई एमबीबीएस' की तरह सिर्फ डिग्री ही हासिल करना चाहेंगे चाहे उन्हें कोई ज्ञान हो या न हो? सवाल सिर्फ नीट की परीक्षा का ही नहीं है, पिछले कुछ वर्षों से अनेक प्रांतों में होने वाली सरकारी नौकरियों की प्रतियोगी परीक्षाओं में भी लगातार घोटाले हो रहे हैं जिनकी खबरें आए दिन मीडिया में प्रकाशित होती रहती हैं। इससे देश के युवाओं में भारी निराशा फैल रही है। नतीजा यह हुआ है कि पिछले 40 बरसों में आज भारत में बेरोजगारी की दर सबसे अधिक हो गई है।

एक मध्यमवर्गीय या निम्नवर्गीय परिवार के पास अगर खुद की जमीन-जायदाद, खेतीबाड़ी या कोई दुकान न हो तो नौकरी ही एकमात्र आय का सहारा होती है। घर के युवा को मिली नौकरी उसके मां-बाप का बुढ़ापा, बहन-भाई की पढ़ाई और शादी, सबकी जिम्मेदारी संभाल लेती है। पर अगर बरसों की मेहनत के बाद घोटालों के कारण देश के करोड़ों युवा इस तरह बार-बार धोखा खाते रहेंगे तो सोचिए कितने परिवारों का जीवन बर्बाद हो जाएगा? यह बहुत गंभीर विषय है जिस पर केंद्र और राज्य सरकारों को फौरन ध्यान देना चाहिए। (ये लेखक के अपने विचार हैं)

एलआईसी की उत्तर मध्य क्षेत्रीय एथलेटिक्स व बॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन

संवाददाता

देहरादून। एलआईसी की 56वीं उत्तर मध्य क्षेत्रीय एथलेटिक्स प्रतियोगिता का शुभारम्भ महाराणा प्रताप स्पोर्टस कालेज मे हुआ।

आज यहां एलआईसी की 56वीं उत्तर-मध्य क्षेत्रीय एथलेटिक्स प्रतियोगिता और 38वीं उत्तर-मध्य क्षेत्रीय वॉलीबॉल प्रतियोगिता का महाराणा स्पोर्ट्स कॉलेज,रायपुर में समारोह पूर्वक शुभारंभ हो गया। दो दिनों तक चलने वाली इन खेल प्रतियोगिताओं में पहले दिन महिला व पुरुष वर्ग में कुल 11 एथलेटिक्स प्रतिस्पर्धाओं और दूसरे दिन बॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन होना है। इस अवसर पर उत्तर मध्य क्षेत्र के खिलाड़ियों ने अपने-अपने मंडलों का प्रतिनिधित्व करते हुए मार्च पास्ट किया और मुख्य अतिथि आलोक गुप्ता, वरिष्ठ मंडल प्रबंधक को सलामी दी। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि एलआईसी अपने राष्ट्रीय और सामाजिक सरोकारों के निर्वहन के क्रम में खेलों को भी निरंतर प्रोत्साहित करती रही है। राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर के खिलाड़ी एलआईसी में सेवारत हैं। संस्था खिलाड़ियों को पर्याप्त अवसर प्रदान करती है ताकि उनके द्वारा अपनी खेल प्रतिभा को निखारा जा सके। प्रादेशिक प्रबंधक (मानव संसाधन) नवीन कुमार ने विभिन्न मंडलों से आए खिलाड़ियों का स्वागत करते हुए कहा कि देहरादून मंडल ने वर्ष 2022-23 में राष्ट्रीय खेलों का शानदार आयोजन कर अपनी क्षमता को सिद्ध किया है। इस आयोजन को भी देहरादून मंडल की टीम सफलतापूर्वक संपन्न कर रही है। उद्घाटन समारोह के बाद विभिन्न एथलेटिक्स प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इनमें 5000 मीटर दौड़, 1500 मीटर दौड़, 800 मीटर दौड़, 200 मीटर दौड़, शॉट पुट, जेवलिन थ्रो, डिस्कस थ्रो, हैमर थ्रोकल जैसी 15 प्रतियोगिताओं में खिलाड़ियों ने भाग लिया। आज की प्रतियोगिताओं में आगरा, हल्द्वानी, बरेली, अलीगढ़, इलाहाबाद, मेरठ, फैजाबाद, वाराणसी, देहरादून, कानपुर, लखनऊ, और गोरखपुर मंडलों ने भाग लिया। इस अवसर पर प्रबंधक (कार्मिक) भूपेश अग्रवाल, स्पोर्ट्स प्रमोशन बोर्ड के सदस्य हरीश तिवारी और अभिषेक पांडेय के अलावा संजीव कुमार सिंह, ब्रिज मोहन देवली, हरीश चंद्र जोशी,भावना डोभाल, सरोजिनी ढौंडियाल, नितिन सारस्वत, जगदीश राम, संजय उनियाल, नीरज शर्मा, आशीष वशिष्ठ, अशित जैन, नरेश कुमार,दीपक क्षेत्री उपस्थित रहे।

भारत रक्षा मंच ने मनाया 15वां स्थापना दिवस

संवाददाता

देहरादून। भारत रक्षा मंत्र ने अपना 15वां स्थापना दिवस मनाया।

आज यहां भारत रक्षा मंच के पदाधिकारी एवं अतिथियों ने मां भारती के चित्र पर पुष्प अर्पित किया कार्यक्रम की मुख्य अतिथि बाल संरक्षण आयोग की अध्यक्ष गीता खन्ना ने कहा मंच देश की आंतरिक सुरक्षा की दृष्टि से मंच फौज तैयार कर रहा है और कहा आज के युवा जेनरेशन को राष्ट्रवाद से जोड़ने के लिए हर परिवार में चर्चा संवाद से देश की संस्कृति साहित्य और प्रदेश के वीर महापुरुषों को अपने जीवन का आदर्श बनाने से राष्ट्र का नवनिर्माण किया जा सकता है और युवा पीढ़ी को नशे से बचाया जा सकता। प्रांत बौद्धिक सदस्य कलीराम भट्ट ने कहा रक्षा मंच के द्वारा किए जा रहे प्रयास सराहनीय है। मंच जिस गति से उत्तराखंड राज्य के अंदर हिंदू समाज के उत्थान के लिए कार्य कर रहा है व अतुलनीय है।

मंच के प्रदेश संयोजक संगठन मंत्री आशीष वाजपेयी ने बताया कि भारत रक्षा मंच के कार्यकर्ता उत्तराखंड के अलग अलग तहसील वह ग्राम पंचायत स्तर पर अपनी कार्यकारिणी का विस्तार के साथ के साथ हिंदू समाज व मातृशक्ति के अस्तित्व पर आ रहे खतरे से अवगत करायेंगे अवैध विदेशी घुसपैठ लव जिहाद लैंड जिहाद बिजनेस जिहाद नशे वह देश विरोधी शक्तियों के खिलाफ हिंदू समाज को संगठित करना।

इस दौरान कार्यक्रम संयोजक प्रांत महामंत्री विपुल गुप्ता, महिला मंच प्रमुख संतोष प्रधान कंचन त्रिपाठी, प्रांत युवा मंच महामंत्री अरविंद तिवारी, बब्लू पाल, सीपी जोशी, संजय सैनी, अरुण सक्सेना, सुंदर लाल, कुलदीप शर्मा आदि लोग मौजूद रहे।

23वीं अन्तर्जनपदीय पुलिस / वाहिनी खेल प्रतियोगिता का समापन

संवाददाता

उधमसिंह नगर। 23वीं अर्न्तजनपदीय पुलिस वाहिनी कुश्ती, बॉक्सिग, बॉडी बिल्डिंग व आर्म कुश्ती प्रतियोगिता का समापन हुआ।

आज रुद्रपुर पुलिस लाइन में आयोजित 23वीं अन्तर्जनपदीय/वाहिनी पुलिस खेल प्रतियोगिता का समापन मुख्य अतिथि पुलिस उपमहानिरीक्षक डॉ. योगेंद्र सिंह रावत कुमाऊं परिक्षेत्र द्वारा किया गया। प्रतियोगिता में कुश्ती/बॉक्सिंग/बॉडी बिल्डिंग/आर्म कुश्ती आदि खेले गए। प्रतियोगिता में 11 जनपद उधम सिंह नगर , नैनीताल, अल्मोड़ा , चंपावत,चमोली, हरिद्वार, देहरादून, , पौड़ी, पिथौरागढ़, टिहरी और बागेश्वर 05 वाहिनियों आईआरबी प्रथम,आईआरबी द्वितीय, 31 पीएसी, 40पीएसी, 46 पीएसी

द्वारा प्रतिभाग किया गया था।

इस अवसर पर प्रतिभागियों द्वारा मार्च पास्ट कर इस प्रतियोगिता का समापन किया गया। मुख्य अतिथि पुलिस उपमहानिरीक्षक डॉ. योगेंद्र सिंह रावत व वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक डॉ. मंजूनाथ टीसी द्वारा समापन के दौरान सभी खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया गया व सभी खिलाड़ियों को शुभकामनाएं और बधाई दी गई।

इस मौके पर पुलिस अधीक्षक अपराध चंद्रशेखर घोड़के, पुलिस अधीक्षक नगर मनोज कत्याल व अन्य अधिकारी मौजूद रहें।

क्या है नो रॉ डाइट ? जानिए इसके फायदे नुकसान और इससे जुड़ी अन्य महत्वपूर्ण बातें

सोशल मीडिया पर आए दिन डाइट से जुड़े रुझान आते-जाते रहते हैं, लेकिन आपके लिए यह समझना जरूरी है कि आपके शरीर को क्या सूट करता है।हाल ही में प्रसिद्ध अभिनेत्री विद्या बालन ने एक इंटरव्यू में अपनी आहार संबंधी नियमों के बारे में बताया और इसी दौरान उन्होंने नो रॉ डाइट का भी जिक्र किया, जिसके बाद से यह काफी चलन में आ गया है।आइए जानते हैं कि नो रॉ डाइट क्या है और कैसे लाभदायक है।

यह एक ऐसी डाइट है, जिसमें कच्चे खाद्य पदार्थ नही लेने होते हैं।इसमें खाद्य पदार्थों को भूनकर, पकाकर, उबालकर या फिर किसी भी अन्य तरीके से संसाधित करके उनका सेवन करना शामिल है।यह उन लोगों के लिए उपयुक्त साबित हो सकता है, जिन्हें कच्चे खाद्य पदार्थों का सेवन न करने की सलाह दी जाती है, जैसे कि कमजोर इम्यूनिटी वाले, पाचन ससमस्याओं से ग्रस्त और गर्भवती महिलाओं के लिए कुछ कच्चे खाद्य पदार्थों का सेवन नुकसानदायक होता है।

खाद्य पदार्थों को पकाकर खाने से उन पर मौजूद हानिकारक बैक्टीरिया और परजीवी मर जाते हैं, जिससे खाद्य जनित बीमारियों का खतरा कम हो जाता है।उदाहरण के लिए टमाटर को पकाने के बाद इसमें मौजूद लाइकोपीन जैवउपलब्ध हो जाता है।हालांकि, पोषण विशेषज्ञों का कहना है कि कच्चे और पके दोनों प्रकार के खाद्य पदार्थों को शामिल करने से पोषक तत्वों और स्वास्थ्य लाभों का संतुलन सुनिश्चित होता है। खाना पकाने से कुछ पोषक तत्वों की जैवउपलब्धता बढ़ सकती है, जिससे वे शरीर द्वारा अधिक आसानी से अवशोषित हो जाते हैं।इससे खाद्य जनित बीमारियों को रोकने में मदद मिल सकती है, जो कमजोर इम्यूनिटी वाले लोगों के लिए विशेष रूप से फायदेमंद हो सकती है।जब खाद्य पदार्थों को पकाया जाता है तो इससे उनमें कठोर कोशिका दीवारें और फाइबर टूट जाते हैं, जिससे शरीर के लिए उन्हें पचाना आसान हो जाता है।

फल और सब्जियों को पकाने से कुछ विटामिन और एंजाइम खत्म हो जाते हैं, जिसके परिणामस्वरूप उनका सेवन शरीर में पोषक तत्वों की कमी कर सकता है।इसके अतिरिक्त कुछ खाद्य पदार्थों को पकाने से उनमें मौजूद फाइबर कम हो सकता है और शरीर को पर्याप्त फाइबर न मिलने के कारण पाचन संबंधित समस्याएं हो सकती हैं।पके खाने से भरपूर पोषण न मिल पाने से शरीर भी ढंग से काम नहीं कर पाता।(आरएनएस)

भागमभाग के दौर में बेदम समय

किसी ने सोचा था कि कभी ऐसा ही समय आयेगा कि किसी के पास समय ही नहीं रहेगा। दिन अभी भी चौबीस घंटों का है। और घंटों में मिनट भी पहले जितने ही हैं पर पता नहीं समय कहां चला गया है। किसी के पास किसी के लिये टाइम नहीं है। पहले घर के बड़े-बूढ़े कहा करते कि बच्चों के पास उनके लिये टाइम नहीं है पर अब तो बच्चे भी कहने लग गये कि बड़ों के पास बच्चों के लिये टाइम नहीं है। सब मोबाइल की गिरफ्त में हैं। मोबाइल की छाती पर झुके बैठे हैं। मेरी एक मित्र ने मुझसे आग्रह किया है–

खुलने लगे हैं शहर आओ मुलाकात करेंगे,
मोबाइल मत लाना यार हम बात करेंगे।

वे पति-पत्नी अब नहीं रहे जो पांच सौ शब्द प्रति मिनट बोलने के बाद कहा करते–मेरा मुंह मत खुलवाओ। अब तो बस मोबाइल ही खुले हैं। वे भी क्या जायकेदार दिन थे जब घड़ी सिर्फ पापा के हाथ पर होती थी और समय पूरे परिवार के पास हुआ करता। सबके चेहरों पर सुकून हुआ करता। अब सबने समय को मुट्ठी में लेकर मोबाइल पकड़ लिया है। चेहरों पर उदासियां यूं चिपक गई हैं जैसे किसी ने गोंद लगाकर लिफाफा बंद कर दिया हो।

अगर बात टाइम की करें तो स्कूल जाने के टाइम पर जो पेट दर्द हुआ करता, उसका इलाज किसी डॉक्टर के पास नहीं है। अलार्म बन्द करने के बाद जो चैन की नींद आती है, उसका कोई मुकाबला नहीं है।

ऐसा नहीं है कि सिर्फ अपनों और सपनों के लिये टाइम नहीं बचा है, अब तो समय न अखबार के लिये है, न प्यार के लिये है। सब के सब सुपरसोनिक स्पीड के युग में जी रहे हैं। भागमभाग मची है। उम्र भर की यादें एक उंगली से डिलीट हो जाती हैं। दोनों हाथों में अखबार को खोलकर पढ़ने में ऐसा अनुभव होता था कि मानो अपने छोटे से बच्चे को हथेलियों से उठा रखा है। अब तो सब उस पायदान पर चढ़ चुके हैं जहां खुद को देखने का भी किसी के पास समय नहीं है। बस वही दिख रहा है जो मोबाइल दिखा रहा है।

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

दवाई खाने के बाद क्या-क्या नहीं करना चाहिए ?

किसी भी तरह के इंफेक्शन के दौरान अक्सर लोग दवाओं का इस्तेमाल करते हैं। बैक्टीरियल हो या नॉन बैक्टीरियल इंफेक्शन इस दौरान दवा का इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन क्या आपको पता है दवा लेने के बाद अक्सर कुछ गलतियां आप कर बैठते हैं जो आपको नहीं करनी चाहिए? कई बार ऐसा होता है कि डॉक्टर किसी मरीज को दवा का एक कोर्स देते हैं जो अक्सर लोग पूरा नहीं करते हैं। जब बीमारी होती है तो दवा खा लेते हैं और फिर हल्का सा ठीक हो जाते हैं तो पूरी तरह से छोड़ देते हैं। दवा खाने में गैप कर देते हैं। ऐसा करने से आपकी तबीयत खराब हो सकती है। अक्सर यह होता है कि अगर आप कोर्स पूरा नहीं करते हैं तो दवा का अक्सर बैक्टीरिया पर ठीक से काम नहीं करता है। बैक्टीरिया इसके प्रति रेजिस्टेंट हो जाता है।

दवा खाने के बाद कभी भी यह गलती न करें

अंगूर या खट्टा फल दवा खाने के बाद नहीं खाना चाहिए क्योंकि इससे दवा पचने में काफी दिक्कत होती है।

डेयरी प्रोडक्ट

दवा खाने के बाद डेयरी प्रोडक्ट का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए क्योंकि दूध, दही, पनीर और डेयरी प्रोडक्ट का ज्यादा इस्तेमाल नहीं करना चाहिए। इससे शरीर पर साइड इफेक्ट नहीं दिखते हैं।

टायरामाइन युक्त खाद्य पदार्थ

मोनोमाइन ऑक्सीडेज इनहिबिटर जो अवसाद और पार्किंसंस रोग के लक्षणों का इलाज करते हैं। और अन्य दवाएं टायरामाइन के टूटने में बाधा डाल सकती हैं, जो कई खाद्य पदार्थों में पाया जाने वाला एक एमिनो एसिड है। ब्लड सर्कुलेशन में टायरामाइन का उच्च स्तर भी रक्तचाप में वृद्धि का कारण बन सकता है। आम तौर पर टायरामाइन युक्त खाद्य पदार्थों में चॉकलेट, प्रोसेस्ड मीट, पुराना या परिपक्व पनीर और सोया उत्पाद शामिल हैं।

टायरामाइन से भरपूर हरी पत्तेदार सब्जियां, या दवा खाने के दौरान शराब नहीं पीना चाहिए।

आपको हमेशा हरी सब्जियां खाने के लिए कहा जाता है, लेकिन अगर आप रक्त पतला करने वाली दवाएं ले रहे हैं, तो आपको इनका सेवन कम करना पड़ सकता है।

हरी, पत्तेदार सब्जियों में पाए जाने वाले विटामिन के की उच्च मात्रा रक्त के थक्कों को रोकने की दवा की क्षमता को कम कर सकती है। ऐसा तब होता है जब आप अपने आहार में अचानक हरी सब्जियों की संख्या कम या ज़्यादा कर देते हैं। इसलिए आपको उन्हें पूरी तरह से छोडने की ज़रूरत नहीं है। उन्हें नियमित मात्रा में खाने से आपके विटामिन के का स्तर संतुलित रहेगा।(आरएनएस)

पसलियों के दर्द से राहत दिलाने में कारगर हैं ये घरेलू नुस्खे

अगर आपको कभी भी अचानक से पसलियों में दर्द की समस्या होने लगे तो इसे हल्के में न लें क्योंकि इसके कारण आपको सांस लेने से लेकर उठने-बैठने तक में काफी दिक्कत हो सकती है। यह दर्द ठंडी हवा, असंतुलित जीवनशैली, किसी शारीरिक समस्या या फिर पसलियों में आंतरिक चोट लगने आदि के कारण हो सकता है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे घरेलू नुस्खे बताते हैं जिन्हें अपनाकर आप पसलियों के दर्द से जल्द राहत पा सकते हैं।

शहद और चूने का लेप एक बहुत पुराना देसी नुस्खा है जिसे अपनाने से पसलियों के दर्द से काफी हद तक राहत पाई जा सकती है। इसके लिए सबसे पहले एक या दो बड़ी चम्मच शुद्ध शहद में एक चुटकी खाने वाला चूना मिलाकर एक गाढ़ा पेस्ट बना लें। अब इस लेप को हल्के हाथों से अपनी दर्द वाली पसलियों पर लगाएं। इससे कुछ ही समय में आपको आराम मिल जाएगा।

पसलियों में दर्द होने पर सरसों के तेल से प्रभावित जगह की मालिश करना भी लाभदायक हो सकता है। दर्द से राहत पाने के लिए दो बड़ी चम्मच सरसों के तेल में जरा सा कपूर और एक चुटकी नमक मिलाएं। अब इस मिश्रण से दर्द वाली पसलियों पर तब तक मालिश करें।

गेंहू की रोटी के इस्तेमाल से भी पसलियों के दर्द को दूर किया जा सकता है। इसके लिए पहले गेहूं के आटे से एक मोटी रोटी बेलें और इसे एक तरफ से सेंक लें। फिर रोटी को तवे से उतारकर उसकी कच्ची वाली जगह पर थोड़ा गुनगुना सरसों का तेल और हल्दी का पाउडर लगाएं। अब इस रोटी को दर्द वाली जगह पर किसी कपड़े की सहायता से बांध दें। इससे आपको पसलियों के दर्द से जल्द आराम मिलेगा।

शब्द सामर्थ्य -125

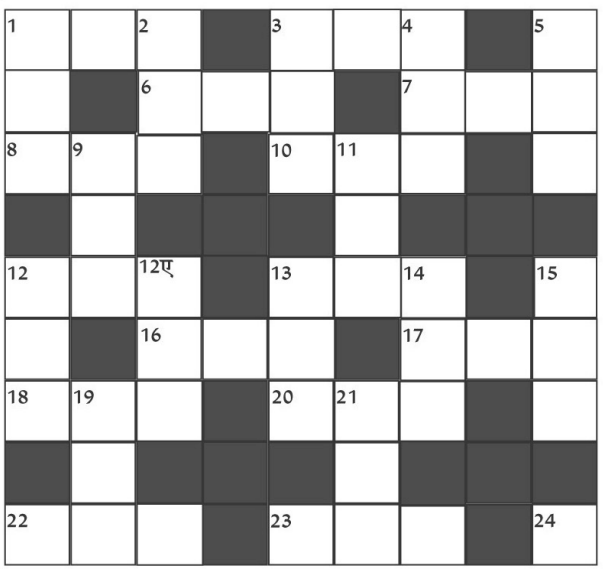
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. बात, घटना, माजरा, मुकदमा (उर्दू) 3. अलावा, अतिरिक्त 6. प्रेम, इच्छा 7. मां का बच्चे के प्रति प्रेम 8. गलती, जुर्म, गुनाह, दोष 10. मग्न, लीन, खुश, प्रसन्न 12. धनुष, समादेश, फौजी टुकड़ी 13. एक कल्पित पत्थर जो लोहे को छूकर सोना बना देता है 16. हिम्मत, साहस, सामर्थ्य 17. बनावटी, अनुकृति, असली का विलोम 18. अबोध, नासमझ 20. ब्रह्मापुत्र एक प्रसिद्ध हरिभक्त देवर्षि 22. गहरा नीला, काला 23. व्याकुल, बेसब्र 24. मन, चित्त, आदरसूचक तथा सहमति सूचक एक शब्द।

ऊपर से नीचे

1. स्वामी, नाथ 2. बेबस, मजबूर, विवश 3. अन्याय, अत्याचार, जुल्म 4. मध्य एशिया का एक देश 5. पुस्तक 9. बहादुर, वीर 11. सैनिक विद्रोह 12. नीच, अधम 12 ए. प्रणाम, झुकना 13. भरण-पोषण करना, परवरिश करना, छोटा झूला, हिंडोला 14. प्रमाण, प्रमाणिक कथन 15. स्वाभाविक ढंक, योग्यता, लियाकत, सभ्यता और शिष्टता, शऊर (उ.) 19. बिजली, तड़ित 21. रात में दिखाई न पड़ने का नेत्र संबंधी रोग।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 124 का हल

प	सं	द	■	सिं	हा	स	न	■
ख	■	म	ज	दू	र	■	का	म
वा	द	क	■	र	■	सं	ब	ल
ड़	■	ल	ज्जा	■	म	स्का	■	य
■	बा	■	■	बि	हा	र	■	■
सु	धा	क	र	■	न	■	■	औ
रं	■	म	■	कि	ता	ब	■	स
ग	■	अ	र	सा	■	हु	ज्ज	त
■	श	क्ल	■	न	मि	त	■	न

शनाया कपूर ने ग्लिटरी कॉकटेल ड्रेस पहन कराया हॉट फोटोशूट

शनाया कपूर ने हाल ही में अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर कुछ नई तस्वीरें साझा की हैं, जिनमें उन्होंने ग्लिटरी कॉकटेल ड्रेस पहनकर हॉट फोटोशूट कराया है। शनाया की कातिल अदाएं और दिलकश पोज ने फैंस को दीवाना बना दिया है। इन तस्वीरों में शनाया ने हल्का मेकअप किया हुआ है, जो उनकी नैचुरल ब्यूटी को और निखार रहा है। खुले बालों के साथ उन्होंने विभिन्न पोज़ दिए हैं, जो उनकी खूबसूरती को और बढ़ा रहे हैं।

अपकमिंग एक्ट्रेस शनाया कपूर की यह ताजगी भरी तस्वीरें सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रही हैं और उनके फैंस इन तस्वीरों पर जमकर प्यार बरसा रहे हैं। शनाया का यह बोल्ड और ग्लैमरस अंदाज फैंस को बेहद पसंद आ रहा है, और वे उनकी तारीफों में कोई कसर नहीं छोड़ रहे हैं।

शनाया कपूर एक भारतीय मोडल और अभिनेत्री हैं, जो जल्द ही करण जोहर द्वारा निर्मित फिल्म बेधडक़ से बॉलीवुड में डेब्यू करने जा रहीं हैं। शनाया बॉलीवुड अभिनेता संजय कपूर और महीप कपूर की बेटी हैं। उन्होंने अपनी स्कूली शिक्षा इकोले मोंडिएल वर्ल्ड स्कूल, मुंबई से पूरी की है। उन्होंने अपनी यूनिवर्सिटी ट्रेनिंग पूरी कर ली है और उनके पास ग्रेजुएट डिप्लोमा भी है। (आरएनएस)

पुष्पा 2ः द रूल की रिलीज की तारीख से उठा पर्दा

साल की मच अवेटेड फिल्म पुष्पा 2ः द रूल की अब नई रिलीज डेट आ गई है। ऐसे में अब दुनिया भर में फिल्म की रिलीज का बेसब्री से इंतजार कर रहे फैंस अब अपने कैलेंडर में 6 दिसंबर, 2024 को नई प्रीमियर डेट के रूप में मार्क कर सकते हैं।

फिल्म के मेकर्स ने अपने ऑफिशियल सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर नई रिलीज डेट की अनाउंसमेंट कर दी है। इसके साथ ही उन्होंने फिल्म के पोस्टपोन होने की वजह भी साझा की है। उन्होंने यह बताया है कि वह चाहते हैं की फिल्म बिना किसी क्वालिटी कंप्रोमाइज के एक बेहतरीन सिनेमैटिक एक्सपीरियंस दें। इस चीज को सुनिश्चित करने के लिए उन्हें फिल्म को पूरा करने के लिए और ज्यादा वक्त चाहिए।

पुष्पा 2 पिछले दो सालों से मच अवेटेड फिल्मों में से एक रही है, जिसे लगातार चार्ट में टॉप पर देखा गया है। फ़िल्म की पॉपुलैरिटी ऊंचाई को छू रही है, इसके गाने और टीजऱ ने नेचुरल तरीके से 100 मिलियन व्यूज़ को पार किया है।

हाल ही में, मास जथरा टीजऱ, एनर्जेटिक पुष्पा पुष्पा टाइटल सॉन्ग, और रोमांटिक ट्रैक अंगारों यूट्यूब पर बड़े हिट रहे हैं। साथ ही यह सभी सबसे लंबे समय तक टॉप 10 में ट्रेंड करते नजर आए हैं। इतना ही नहीं इन एसेट्स ने रियल यूनिवर्स में भी जबरदस्त सक्सेस हासिल की है, इनपर सबसे ज्यादा यूजर जेनरेटेड कंटेंट बनाए गए हैं। फिल्म पहले 15 अगस्त 2024 को रिलीज होने वाली थी, लेकिन अब सोच विचार के बाद फिल्म को 6 दिसंबर 2024 के रूप में नई रिलीज डेट दी गई है।

मैथ्री मूवी मेकर्स और सुकुमार राइटिंग्स के साथ मिलकर पुष्पा 2ः द रूल को प्रोड्यूस किया है, जबकि मेस्ट्रो सुकुमार ने इसे डायरेक्ट किया है। इस फिल्म में आइकॉन स्टार अल्लू अर्जुन, रश्मिका मंदाना और वर्सेटाइल एक्टर फहद फासिल लीड रोल्स में हैं। (आरएनएस)

निक्की तंबोली ने ब्लैक आउटफिट में गिराई बिजली

बिग बॉस 14 की फेमस कंटेस्टेंट और एक्ट्रेस निक्की तंबोली हमेशा ही अपने स्टाइलिश लुक्स और ग्लैमरस अंदाज के लिए जानी जाती हैं. सोशल मीडिया पर भी निक्की काफी एक्टिव रहती हैं और अक्सर अपनी तस्वीरें और वीडियो शेयर करती रहती हैं. हाल ही में, निक्की ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर कुछ तस्वीरें शेयर की हैं जिनमें वह ब्लैक आउटफिट में बेहद खूबसूरत लग रही हैं. इन तस्वीरों में निक्की तंबोली को एक स्टाइलिश ब्लैक ड्रेस पहने देखा जा सकता है. ड्रेस में डीप वी-नेकलाइन और थाई-हाई स्लिट है जो उनके लुक को और भी हॉट बना रहा है. उन्होंने अपने लुक को लाइट मेकअप और खुले बालों से कंप्लीट किया है. साथ ही एक्ट्रेस कैमरे के सामने सेक्सी पोज देते दिखाई दे रही हैं.

निक्की तंबोली इन तस्वीरों में इतनी खूबसूरत लग रही हैं कि फैंस उनकी तारीफें करते नहीं थक रहे हैं. कुछ ही देर में इन तस्वीरों पर हजारों लाइक्स और कमेंट्स आ चुके हैं.

निक्की के करियर पर नजर डालें तो उन्होंने बेहद कम उम्र में बतौर मॉडल सफर शुरू किया। 21 साल की उम्र में उन्होंने कई विज्ञापनों में काम किया। वह तमिल और तेलुगु फिल्मों में भी काम कर चुकी हैं।

निक्की ने साल 2019 के दौरान चिकती गदिलो चिताकोटुडु फिल्म से बड़े पर्दे पर डेब्यू किया। वह तिप्पारा मीसम और कंचना 3 जैसी फिल्मों में भी नजर आ चुकी हैं।

वह रियलिटी शो बिग बॉस 14 की सेकेंड रनरअप रहीं। इसके अलावा वह खतरों के खिलाड़ी में भी नजर आ चुकी हैं। उन्होंने द खतरा खतरा शो और एंटरटेनमेंट की रात हाउसफुल जैसे शो में भी खास भूमिका निभाई है।

निक्की फिल्म जोगीरा सारा रा रा में एक आइटम सॉन्ग में नजर आईं थी। वह बर्थडे पावरी, कल्ला रह जाएगा, रोको रोको, एक हसीना ने और बेहरी दुनिया जैसे म्यूजिक वीडियो में भी नजर आ चुकी हैं।

15 अगस्त को सिनेमाघरों में देगी दस्तक फिल्म डबल इस्मार्ट

साउथ अभिनेता राम पोथिनेनी और संजय दत्त की बहुप्रतीक्षित फिल्म डबल इस्मार्ट इस साल सिनेमाघरों में रिलीज होने के लिए तैयार है। दर्शकों को इस फिल्म का बेसब्री से इंतजार है। ऐसे में मेकर्स ने दर्शकों का उत्साह बढ़ाते हुए फिल्म की रिलीज डेट की घोषणा कर दी है। पुरी जगन्नाध की डबल आईस्मार्ट स्वतंत्रता दिवस पर रिलीज के लिए तैयार है। फिल्म निर्माता और चार्ममे कौर के बैनर पुरी कनेक्ट्स द्वारा समर्थित इस फिल्म में राम पोथिनेनी मुख्य भूमिका में हैं।

फिल्म निर्माता पुरी जगन्नाध की आगामी फिल्म डबल इस्मार्ट 15 अगस्त को स्वतंत्रता दिवस पर सिनेमाघरों में रिलीज होगी। मेकर्स ने आज शनिवार को इसकी घोषणा की है। इंस्टाग्राम पर एक पोस्ट साझा करते हुए राम पोथिनेनी ने फिल्म की रिलीज का जानकारी दी है। डबल इस्मार्ट पांच भाषाओं- तेलुगु, हिंदी, तमिल, कन्नड़ और मलयालम में रिलीज की जाएगी। निर्माताओं ने फिल्म का नया पोस्टर जारी करते हुए रिलीज डेट की जानकारी दी है। फिल्म का टीजर पहले ही रिलीज हो चुका है, जो दर्शकों को काफी पसंद आया था। अब लोगों को फिल्म के ट्रेलर का बेसब्री से इंतजार है। टीजर की बात करें तो एक मिनट 26 सेकंड के वीडियो में राम पोथिनेनी और संजय दत्त की दमदार झलक देखने को मिली।

अब दिवाली पर जख्मी शेर बन तबाही मचाने आ रहे हैं अजय देवगन

रोहित शेट्टी की फिल्म सिंघम अगेन को लेकर फैंस पलकें बिछाए बैठे हैं। इस फिल्म का मेकर्स से लेकर दर्शकों तक सभी को बेसब्री से इंतजार है। स्टारकास्ट के फर्स्ट लुक्स तो रिवील कर दिए थे, लेकिन बाकी डिलेट देना अभी बाकी था। पहले खबर थी कि सिंघम अगेन 15 अगस्त के दिन सिनेमाघरों में दस्तक देगी और इसकी टक्कर पुष्पा 2 से होगी। लेकिन अब सिंघम अगेन की रिलीज को आगे बढ़ा दिया गया है। अब यह फिल्म 15 अगस्त को नहीं बल्कि इस दिवाली पर सिनेमाघरों में दस्तक देने जा रही है।

रोहित शेट्टी ने अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर इस बात की जानकारी दी है कि सिंघम अगेन अब 15 अगस्त 2024 को नहीं बल्कि दिवाली 2024 पर रिलीज होने वाली है। पोस्टर शेयर करते हुए रोहित शेट्टी ने लिखा है, 'शेर आतंक मचाता है, जख्मी शेर तबाही। मिलते हैं आपसे इस दिवाली सिनेमाघरों में'। इस पोस्टर पर सिंघम अगेन, रोहित शेट्टी कॉप यूनिवर्स और फिल्म की रिलीज डेट लिखी है। इसके साथ ही स्टारकास्ट के नाम भी लिखे हैं।

बता दें कि अजय देवगन ने भी इंस्टाग्राम पर पोस्ट शेयर कर रिलीज डेट के बारे में बताया है। इसके अलावा उन्होंने फिल्म को लेकर जानकारी दी है कि सिंघम अगेन की शूटिंग अभी पूरी नहीं हुई है और यह फिल्म दिवाली पर रिलीज होगी। अजय देवगन की फिल्म का क्लैश कार्तिक आर्यन की भूल भुलैया 3 से होने वाला है। यह फिल्म भी दिवाली के मौके पर रिलीज होगी। बता दें कि अजय देवगन का बॉक्स ऑफिस क्लैश शानदार रहा है। हो सकता है कि सिंघम अगेन में भी इसका जलवा देखने को मिले।

सिंघम अगेन के स्टारकास्ट की बात करें तो रोहित शेट्टी के कॉप यूनिवर्स में मल्टीस्टार नजर आने वाले हैं। फिल्म में अजय देवगन के अलावा करीना कपूर, दीपिका पादुकोण, टाइगर श्रॉफ, रणवीर सिंह, अर्जुन कपूर, जैकी श्रॉफ आदि नजर आने वाले हैं। बता दें कि रोहित शेट्टी इससे पहले अपने कॉप यूनिवर्स में सिंघम, सिंघम अगेन और सूर्यवंशी जैसी फिल्में बना चुके हैं, जिनको दर्शकों का अच्छा रिस्पॉन्स मिला है।

भूख, अल्प पोषण से मृत्यु

भारत डोगरा

समकालीन दुनिया की एक बड़ी त्रासदी यह है कि पिछले कुछ दशकों में अफ्रीका महाद्वीप में लाखों लोगों की भूख, अल्प पोषण से मृत्यु हुई है। पर्यावरण और विकास पर विश्व आयोग (ब्रुंडटलैंड आयोग) ने अनुमान लगाया था कि 1984-87 के बीच अढ़ाई वर्ष में अफ्रीका में इस कारण लगभग दस लाख लोगों की मौत हुई। विश्व खाद्य एवं कृषि संगठन के अनुमान के अनुसार 1984-92 के दौरान अफ्रीका में भूख के कारण बीस से तीस लाख मौतें हुई। 1984-85 के दौरान केवल इथियोपिया में 3 लाख मौतें अकाल के कारण हुई और मोजाम्बीक में एक लाख मौतें इस कारण हुई। 2011 में सोमालिया में भूख और अकाल से 2 लाख 60 हजार लोगों की मृत्यु हुई।

कई महीनों से भीषण भूख और कुपोषण से पैदा होने वाली कमजोरी, निरंतर राहत का इंतजार, इस सबके बीच भी जगह-जगह हिंसा का तांडव और राहत की उम्मीद टूटना, फिर इस सबके बाद परिवार के एक या अधिक सदस्यों का बिछुडना यह स्थिति बेहद दर्दनाक है और यह स्थिति मनुष्य की इतनी तरक्की, प्रकृति पर उसकी विजय और विज्ञान की आश्चर्यजनक उपलब्धियों के बावजूद हमारे सामने है। सोचने को मजबूर होना पड़ता है कि दुनिया विकास के रास्ते पर आखिर कहां तक पहुंच सकी है, और कहां जा रही है। इस स्थिति का दूसरा महत्त्वपूर्ण पक्ष यह है कि इस बड़ी मानवीय त्रासदी के प्रति विश्व में काफी हद तक संवेदनहीनता बनी हुई है। व्यापक स्तर पर तो यही देखा जा रहा है कि दुनिया के सुख-समृद्धि के इलाकों में भोग-विलास की संस्कृति अफ्रीका के इस संकट से लगभग पूरी तरह बेखबर होकर पहले से भी और आगे बढ़ती जा रही है।

अफ्रीका के एक बड़े क्षेत्र की यह स्थिति कैसे हुई? इसकी शुरुआत तो बहुत पहले ही हो गई थी जब गुलाम व्यापार के अंतर्गत अफ्रीका के बहुत से युवकों को बाहर के देशों में बेचा गया। इस कारण कृषि कार्य के लिए उपलब्ध श्रम-शक्ति में कमी आई और उस पर समुचित ध्यान न दिया जा सका। औपनिवेशिक काल में किसानों और पशुपालकों पर तरह-तरह के कर लगाए गए। इसके लिए उन्हें भूमि की क्षमता से अधिक खेती करनी पड़ी या चरागाहों का अत्यधिक दोहन करना पड़ा। किसानों पर तरह-तरह से दबाव डाला गया कि वे अपनी खाद्य फसलों के स्थान पर उन व्यापारिक फसलों का उत्पादन करें जिन्हें विदेशी शासक अपने कच्चे माल के लिए चाहते थे। अफ्रीका की जलवायु, मिट्टी और अन्य प्राकृतिक परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए यहां कई शताब्दियों के अनुभव के आधार पर कृषि और पशुपालन के अपने ही तरह के तौर-तरीके विकसित किए गए थे।

औपनिवेशिक शासकों को न तो इनकी समझ थी, न इनकी परवाह थी। उनके सामने तो बस अपने हित थे और इनके अनुकूल वे यहां की कृषि और पशुपालन व्यवस्था पर कोई भी बदलाव थोपने में नहीं हिचकते थे। इससे हो रहे नुकसान को अनेक देशों में आजादी के बाद भी नहीं पहचाना गया। विदेशी निवेश और सहायता के नाम पर आई बड़ी-बड़ी कंपनियों ने मनमाने ढंग से भू-उपयोग और फसल-चक्र में परिवर्तन किए। अफ्रीका के कुछ देशों में कुछ बड़ी खाद्य कंपनियों ने अपने व्यापारिक हितों के प्रसार की अच्छी संभावनाएं देखीं। एक ओर तो उन्हें यहां बहुत बड़े पैमाने पर खाली जमीन मिल सकती थी जितनी शायद दुनिया के किसी अन्य भाग में नहीं। दूसरे, इस जमीन का

उपयोग यूरोप और पश्चिम एशिया के अधिक क्रय शक्ति वाले बाजार के लिए सब्जियां और फल उगाने के लिए किया जा सकता था, क्योंकि अफ्रीका के इन देशों (जैसे सेनेगल) की दूरी पश्चिम एशिया और यूरोप, दोनों से अधिक नहीं थी।

ऐसी फसलों का भी उत्पादन आरंभ किया गया जो भूमि के अनुकूल नहीं थीं। बड़े बांधों आदि से कई जगह विस्थापन हुआ। इस तरह अफ्रीका की बहुत सी अच्छी जमीन को इन बड़ी कंपनियों ने घेर लिया। इन देशों की सरकारों का अधिक ध्यान इन निर्यात की फसलों के सफल उत्पादन और इन बड़ी प्लांटेशनों की सही देखरेख की ओर चला गया। देश की बहुत सी जमीन और अन्य संसाधन निर्यात फसलों के उत्पादन में लग गए और स्थानीय खाद्य फसलों की ओर कम ध्यान दिया जाने लगा। वन विनाश भी बहुत हुआ। इस विकास की बहुत सी विसंगतियां बाद में अकाल के समय सामने आई। यह देखा गया कि नई प्लांटेशनों के कारण अनेक घुमंतू पशुपालकों के परंपरागत मार्ग अवरुद्ध हो गए थे। इन नये बाग-बगीचों के आसपास बड़ी संख्या में ऐसे पशुपालकों की मौत के समाचार मिले।

यह भी देखा गया कि एक ओर जब भूख से इन देशों में हजारों लोग मर रहे थे उसी समय हवाई जहाजों को ताजा सब्जियों और फलों से लाद कर यूरोप के देशों में भेजा जा रहा था। अफ्रीका में भूख के बढ़ते संकट के लिए वहां का अपना अभिजात्य वर्ग भी कोई कम जिम्मेदार नहीं है। औपनिवेशिक समय से ही बाहरी शासकों की देखा-देखी उन्होंने शानो-शौकत की तरह-तरह की गैर-जरूरी उपभोक्ता वस्तुओं के आयात की आदत बना ली थी, पर इस आयात के लिए विदेशी मुद्रा कहां से मिलती? इसके लिए किसानों पर निर्यात की दृष्टि से उपयोगी फसलों के लिए जोर डाला गया और खाद्य फसलों के उत्पादन की विशेष उपेक्षा हुई। इस कारण सूखे जैसे संकट का सामना करने के लिए अनाज के पर्याप्त भंडार प्रायः यहां जमा नहीं हो सके। कुछ सरकारों ने जरूर अलग नीति अपनाने का प्रयास किया जैसे जिंबाब्वे में रॉबर्ट मुगाबे की सरकार ने और इन प्रयासों के फलस्वरूप उन्हें खाद्यान्न उत्पादन बढ़ाने में सफलता भी मिली, पर अधिकतर अन्य देशों की स्थिति निराशाजनक ही रही। यदि अफ्रीका के देशों को अपनी निर्यात फसलों के लिए उचित मूल्य मिलता रहता तो गनीमत थी, पर जैसा कि पिछले अनेक वर्षों में देखा गया है कि कुछ खास मौकों को छोडकर अफ्रीका के देशों से निर्यात होने वाली निर्यात फसलों के मूल्य की स्थिति अच्छी नहीं रही है। विदेशी मुद्रा कमाने के लिए निर्यात फसलों का बढ़-चढ़ कर उत्पादन करने के बावजूद इन देशों की विदेशी मुद्रा की स्थिति निरंतर बिगड़ती ही गई।

विकसित देशों और अंतरराष्ट्रीय वित्तीय संस्थाओं के कर्ज का बोझ उन पर बढ़ता गया। उनकी निर्यात आय का बड़ा हिस्सा ऋण की वार्षिक अदायगी में निकल जाने से उन्हें निर्यात फसलों को बढ़ाने के लिए और भी जोर देना पड़ा। ऋणग्रस्तता बढ़ जाने के बाद ऋणदाताओं और अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष ने आर्थिक नीति-संबंधी अपनी नीतियां मनवानी भी आरंभ की जिससे सरकारी खर्च में कमी करनी पड़ी और अनेक जरूरी विकास कायरे और राहत कायरे में भी बाधा पड़ी। इसमें संदेह नहीं कि भुखमरी का संकट बढ़ जाने के बाद अनेक विकसित देशों से खाद्यान्न और अन्य सहायता अफ्रीका में भेजी गई है, पर यहां की स्थिति इतनी बिगड़ी, इसमें भी विकसित देशों के शोषण और अपने आर्थिक हित साधने की नीतियों का कम हाथ नहीं है। अफ्रीका के अनेक देशों में आंतरिक कलह, हिंसा की वारदातों और कुछ जगह तो गृहयुद्ध जैसी स्थिति के कारण भी अकाल की स्थिति अधिक विकट हुई है।

सू- दोकू क्र.125

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.124का 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

मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान

हाल के वर्षों में अवसाद, चिंता और तनाव से संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं के बारे में अधिक चर्चा भी होने लगी है तथा समाधान के लिए संसाधनों में भी वृद्धि हुई है। लेकिन मानसिक स्वास्थ्य को लेकर समाज की गलत अवधारणा तथा व्यक्तिगत हिचक जैसी बाधाएं अभी भी हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि लगभग 40 प्रतिशत पुरुष ऐसी समस्याओं के बारे में खुलकर बातचीत नहीं करते। ऐसी स्थिति में वे चिकित्सकीय या मनोवैज्ञानिक परामर्श और मदद लेने में भी हिचकिचाते हैं। उन्हें लगता है कि लोग उनके संबंध में अनुचित राय बना सकते हैं। यह सामाजिक भय मानसिक स्वास्थ्य की समस्या को गंभीर बनाता जा रहा है। इसके अलावा, पुरुषों का यह सोच भी एक कारण है कि पुरुष को अपनी भावनात्मक स्थिति से स्वयं ही निपटना चाहिए तथा अपनी भावनाओं को अभिव्यक्त नहीं करना चाहिए।

अध्ययनों में पाया गया है कि अवसादग्रस्त पुरुष के व्यवहार में आक्रामकता एवं गुस्सा अधिक होता है, जबकि स्त्रियों में उदासी या दुख की प्रवृत्ति अधिक होती है। उल्लेखनीय है कि चिकित्सा के मामले में स्त्रियों की उपेक्षा भी एक समस्या है। उनके शारीरिक स्वास्थ्य पर भी कम ध्यान दिया जाता है। ऐसे में स्वाभाविक है कि उनके मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं को भी अनदेखा कर दिया जाता है। इस स्थिति का परिणाम यह है कि आत्महत्या या आत्महत्या के प्रयासों की संख्या निरंतर बढ़ती जा रही है। भारत उन देशों में है, जहां आत्महत्या से मौतें सबसे अधिक होती हैं। समस्या की गंभीरता का अनुमान इस तथ्य से लगाया जा सकता है कि हर पांच में से एक व्यक्ति किसी न किसी प्रकार की मानसिक स्वास्थ्य की समस्या से जूझ रहा है। आत्महत्या दर की बात करें, तो यह हर एक लाख लोगों में 10।9 है।

समाधान के क्रम में सबसे महत्वपूर्ण है जागरूकता अभियान। हमें यह समझना होगा कि जिस प्रकार किसी बीमारी या शारीरिक समस्या की स्थिति में हम चिकित्सक के पास जाते हैं, उसी प्रकार मानसिक समस्या होने पर हमें मनोचिकित्सक या मनोवैज्ञानिक परामर्शदाता से संपर्क करना चाहिए। पुरुषों को यह धारणा छोड़ देनी चाहिए कि वे पुरुष होने के नाते अपने बूते समाधान हासिल कर लेंगे। स्त्रियों की समस्याओं पर भी समुचित देने की आवश्यकता है। हमारे देश में सरकार द्वारा संचालित केवल 43 मानसिक स्वास्थ्य संस्थान हैं। हमें 11,500 मनोचिकित्सकों की आवश्यकता है, पर उपलब्धता मात्र 3,800 की है। मनोवैज्ञानिकों, नर्सों तथा सामाजिक कार्यकर्ताओं की भी भारी कमी है। मानसिक स्वास्थ्य की पढ़ाई के लिए मेडिकल कॉलेजों में महज 1,022 सीटें ही हैं। चार लाख भारतीयों पर एक मनोचिकित्सक उपलब्ध होने की स्थिति में बेहतरी के साथ अन्य कर्मियों की संख्या बढ़ाने पर भी ध्यान दिया चाहिए। (आरएनएस)

उपचुनावः बिना दस्तावेज ले जाई जा रही एक लाख की नगदी बरामद

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। मंगलौर विधानसभा उपचुनाव को सकुशल सम्पन्न कराने के लिए हरिद्वार पुलिस मुस्तैद हो गयी है। इस क्रम में आज सुबह पुलिस ने एक कार से बिना दस्तावेज ले जाई जा रही एक लाख रूपये की नगदी बरामद की है।

आगामी मंगलौर विधानसभा उप निर्वाचन -2024 के दृष्टिगत एसएसपी हरिद्वार एवं जिला निर्वाचन अधिकारी हरिद्वार के निर्देश पर एफएसटी एवं एसएसटी टीम द्वारा सख्त चैकिंग अभियान चलाया जा रहा है। इस क्रम में आज सुबह चेकिंग प्वाईंट नहरपुल मंगलौर एसएसटी पोस्ट पर एफएसटी/एसएसटी टीम द्वारा चैकिंग के लिए एक काली सफारी को रोका गया। जिसमें से टीम ने एक लाख रूपये की नगदी बरामद की। इस सम्बन्ध मे जब चालक देव ज्योति देवनाथ पुत्र दीपक देवनाथ निवासी दीपगंगा अपार्टमेंट्स सिडकुल हरिद्वार से पूछताछ की गयी तो वह कोई भी वैद्य प्रपत्र, बैंक डिटेल आदि प्रस्तुत नहीं कर पाया। टीम द्वारा मौके पर उक्त धनराशि की जब्ती की कार्रवाई कर धनराशि को अग्रिम कार्रवाई हेतु थाना कोतवाली मंगलौर में दाखिल किया गया है।

बालश्रम कराने पर 6 दुकानदारों पर मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। दुकानों पर बालश्रम कराने पर छह दुकानदारों के खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार राज्य समन्वय बचपन बचाओं आंदोलन सुरेश उनियाल ने सहसपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने सहसपुर के साजिद, करीम रावत, फारूख, शोहेब खान, आदिल व राजू की दुकानों पर छापा मारा तो वहां पर नाबलिग बच्चों से काम कराया जा रहा था। पुलिस ने सभी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

भारतीय धार्मिक एकता परिषद के महासचिव बने गौरव डींगिया

संवाददाता

देहरादून। भारतीय धार्मिक एकता परिषद के संरक्षक मण्डल के सदस्य विपिन कैथोला ने गौरव कुमार डीगिंया को प्रदेश महासचिव नियुक्त किया।

आज यहां परेड ग्राउंड स्थित एक क्लब में पत्रकारों से वार्ता करते हुए कैथोला ने बताया कि परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष मुकेश पांडे के आदेशानुसार गौरव कुमार डीगिंया को प्रदेश महासचिव नियुक्त किया है। उन्होंने कहा कि संगठन का मुख्य उद्देश्य भारतीय संस्कृति से उपजे सभी धर्मो के लोगों को एक साथ लाना है। हमारी सबकी मातृभूमि एक है हम सब भारत माता की संतान है, हमारी पूजा पद्धति भिन्न हो सकती है हमारे वैचारिक मतभेद हो सकते है परन्तु उद्देश्य एक है सबका कल्याण हो। परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष मुकेश पांडे ने कहा कि आज देवभूमि में बाहरी घुसपैठियों ने पूरी तरह से कब्जा कर रखा है।

राजधानी दून में पनीर बनाने के अवैध...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

क्षमता इनके पास है, लेकिन मौके से करीब दो कुंतल पनीर बरामद किया गया। जिसे मौके पर हीं नष्ट कर कारखाने को बंद कर दिया गया है। नमूना रिपोर्ट आने के बाद अगली कार्रवाई अमल में लाई जाएगी।

मौके पर मौजूद लोगों ने बताया कि यह पनीर ऋषिकेश ही नहीं बल्कि गढ़वाल मंडल के विभिन्न क्षेत्रों में आपूर्ति किया जाता था। इस कार्रवाई में अभिहित अधिकारी हरिद्वार एमएस जोशी, वरिष्ठ खाद्य सुरक्षा अधिकारी देहरादून रमेश सिंह, दिलीप जैन, खाद्य सुरक्षा अधिकारी नरेंद्र नगर, बलवंत सिंह चौहान, विपिन, एफडीए विजिलेंस से संजय नेगी, योगेंद्र नेगी मौजूद रहे।

जोशी ने की केंद्रीय मंत्री शेखावत से शिष्टाचार भेंट

संवाददाता

नई दिल्ली। कृषि एवं ग्रामीण विकास मंत्री गणेश जोशी ने केन्द्रीय पर्यटन एवं संस्कृति मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत से शिष्टाचार भेंट कर उत्तराखण्ड में टूरिस्ट डेस्टिनेशन का दायरा बढ़ाने का अनुरोध किया गया।

आज यहां प्रदेश के कृषि एवं ग्रामीण विकास मंत्री गणेश जोशी ने जोधपुर लोकसभा से सांसद एवं केंद्रीय पर्यटन एवं संस्कृति मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत से उनके आवास पर शिष्टाचार भेंट कर उन्हे पुनः केंद्रीय मंत्री का दायित्व मिलने पर बधाई एवं शुभकामनाएं भी दी।

इस दौरान पर मंत्री गणेश जोशी ने केंद्रीय पर्यटन मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत से चार धाम में पर्यटन सुविधाओं के लिए केंद्र सरकार से सहयोग करने तथा उत्तराखण्ड में टूरिस्ट डेस्टिनेशन का दायरा बढ़ाने का अनुरोध किया गया। जोशी ने केंद्रीय मंत्री को अवगत कराया कि पर्यटक स्थल मसूरी नैनीताल जैसे पर्यटन स्थलों में पर्यटकों का अधिक दबाव बढ़ रहा है। गणेश जोशी ने पर्यटन स्थलों के आस पास के क्षेत्रों में भी पर्यटन गतिविधियां बढ़ाने के लिए केंद्रीय मंत्री से आग्रह किया। केन्द्रीय मंत्री ने सकारात्मक आश्वासन देते हुए राज्य से शीघ्र प्रस्ताव भेजने तथा मामले में जल्द कार्यवाही का भी भरोसा दिलाया। मुलाकात के दौरान गणेश जोशी ने केंद्रीय मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत को गंगाजल भी भेंट किया।

टूरिस्ट डेस्टिनेशन का दायरा बढ़ाने का किया अनुरोध

10 लीटर कच्ची शराब सहित तस्कर दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कच्ची शराब तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके कब्जे से 10 लीटर कच्ची शराब बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम थाना लक्सर पुलिस द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान पुलिस को एक संदिग्ध व्यक्ति जैरिकन सहित आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से जैरिकन में रखी दस लीटर कच्ची शराब बरामद हुइ। पूछताछ में उसने अपना नाम मोनू पुत्र प्रेम चन्द निवासी पुरवाला थाना कोतवाली लक्सर जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

आगामी 2 दिन दून सहित चार जिलों में भारी बारिश का अलर्ट

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड राज्य में बारिश का दौर जारी है, बीते दो दिनों से राज्य के तमाम हिस्सों में झमाझम बारिश हो रही है जिससे नदियों का जलस्तर लगातार बढ़ता जा रहा है वही नाले खाले भी ऊफान पर हैं कई स्थानों पर भूस्खलन और भूकटान के खतरे भी सामने आए हैं। बीती रात नैनीताल में एक मकान भूस्खलन से जमींदोज हो गया गनीमत रही कि इसमें कोई जनहानि नहीं हुई है।

मौसम विभाग द्वारा जारी ताजा फोरकास्ट के मुताबिक आने वाले दो दिनों में राज्य की राजधानी दून सहित चार जिलों में भारी बारिश का येलो अलर्ट जारी किया गया है। जिन चार जिलों में अगले दो दिन भारी बारिश होने की संभावना जताई गई है उनमें अल्मोड़ा, नैनीताल, बागेश्वर और दून शामिल हैं।

❑भूस्खलन की चपेट में आया घर जमींदोज, नदियों के जल स्तर में वृद्धि जारी

प्राप्त जानकारी के अनुसार बीती रात से काशीपुर, नैनीताल, टिहरी और रामनगर में बारिश का सिलसिला जारी है। बीती रात नैनीताल के पवागढ़ में भूस्खलन के कारण एक मकान जमींदोज हो गया। यहां भूस्खलन के कारण कई अन्य मकान भी खतरे की जद में आ गए हैं। बीते साल इस क्षेत्र में भूस्खलन के कारण भारी नुकसान हुआ था जिसके ट्रीटमेंट का काम कराया गया था लेकिन नवनिर्मित पुस्ता भी दरकने लगा है जिससे खतरा बढ़ गया है। उधर चमोली के हाथी पर्वत क्षेत्र में सड़क का एक हिस्सा बह गया था जिसकी मरम्मत कार्य न किए जाने से बाकी हिस्से के भी बहने का खतरा बना हुआ है।

राज्य में हो रही लगातार बारिश के कारण अलकनंदा तथा धौली गंगा और विष्णु प्रयाग संगम में भी जल स्तर लगातार बढ़ रहा है। प्रशासन द्वारा लोगों को नदी नालों और खालों से दूरी बनाए रखने को कहा गया तथा जगह-जगह चेतावनी बोर्ड भी लगाए गए हैं।

ढाबे की आड़ में बेचते थे नशीले पदार्थ, तीन गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। ढाबे की आड़ में नशा बेचकर मोटा मुनाफा कमाने वाले तीन लोगों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से 35 किलो से अधिक डोडा पोस्त व तस्करी में प्रयुक्त कार भी बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना कलियर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशीले पदार्थो की बड़ी खेप सहित आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया।

इस दौरान पुलिस को इमली खेड़ा भगवानपुर रोड हकीमपुर तुर्रा गांव सैनी ढाबे के पास कार सवार तीन संदिग्ध लोग दिखायी दिये। पुलिस ने जब उन्हे रोक कर तलाशी ली तो उनकी कार से 35 किलो 400 ग्राम डोडा पोस्त बरामद हुआ। पूछताछ में उन्होने अपना नाम अनिल कुमार पुत्र स्व. ईशम सिंह निवासी चाणचक थाना बिहारीगढ़ जनपद सहारनपुर उत्तर प्रदेश, शिवकुमार पुत्र कुंवरपाल निवासी ग्राम हकीमपुर तुर्रा थाना पिरान कलियर जनपद हरिद्वार व मेंनपाल उर्फ मोनू पुत्र कुंवर पाल बताया। बताया कि आरोपी अनिल कुमार उत्तराकाशी क्षेत्र से डोडा पोस्ट खरीद कर शिवकुमार व मेनपाल को बेचता है जो अपने ढाबे की आड़ में आस पास के लोगो को उक्त डोडा पोस्ट बेचकर मोटा मुनाफा कमाते थे। पुलिस ने आरोपियों के खिलाफ थाना पिरान कलियर पर एनडीपीएस एक्ट के तहत मुकदमा दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश किया जहां से उन्हे जेल भेज दिया गया है।

❑35 किलो 400 ग्राम डोडा पोस्त व तस्करी में प्रयुक्त कार बरामद

एक नजर

अयोध्या में रामपथ धंसने पर पीडब्ल्यूडी के 3 इंजीनियर सस्पेंड

लखनऊ। अयोध्या में राम मंदिर को बने मही अभी कुछ ही महीने बीते हैं। वहीं शुक्रवार को हुई बारिश ने अयोध्या के विकास को लेकर किए गए तमाम दावों की पोल खोल दी। बारिश के बाद अयोध्या का रामपथ जगह-जगह से ध ंस गया वहीं सड़कों पर बड़े-बड़े गड्ढे हो गए। जिसके बाद योगी सरकार पर सवाल उठने लगे। इसके बाद मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने पीडब्ल्यूडी के एग्जीक्यूटिव इंजीनियर, एई और जेई को सस्पेंड कर दिया गया है। इस मामले को लेकर जांच के आदेश दिए गए हैं और जल्द से जल्द इसकी रिपोर्ट मांगी है। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने अयोध्या के रामपथ के निर्माण के दौरान हुए भ्रष्टाचार पर कड़ा एक्शन लेते हुए एग्जीक्यूटिव इंजीनियर ध्रुव अग्रवाल, असिस्टेंट इंजीनियर अनुज देशवाल और जूनियर इंजीनियर प्रभात पांडे को सस्पेंड कर दिया है। सीएम योगी

अयोध्या के विकास में की गई लापरवाही को लेकर किसी क भी बरतने वाले नहीं हैं। राम मंदिर के उद्घाटन से कुछ समय पहले ही रामपथ का निर्माण पूरा हुआ था। इसका निर्माण बड़ी संख्या अयोध्या पहुंचने वाले रामभक्तों की सुविधा के लिए किया गया था। लेकिन बारिश के चलते 13 किलोमीटर लंबे रामपथ की सड़कों पर कई जगहों पर गड्ढे हो गए। 1 जुलाई से पांच पुजारियों की जगह 25 पुजारी रामलला की सेवा करेंगे। रविवार को चार अलग-अलग समूहों में पुजारियों की सूची घोषित की जाएगी। कल सभी प्रशिक्षित 20 पुजारियों को रामलला की सेवा में नियुक्ति के लिए पत्र भी प्रदान किए जाएंगे। साथ ही उनके प्रशिक्षण का प्रमाण पत्र भी दिया जाएगा। इसके अलावा पुजारियों को उनकी सेवा के बदले वेतन निध रिण की जानकारी भी दी जाएगी। इसके लिए धार्मिक न्याय समिति की आज बैठक होने जा रही है।

राज्यसभा सांसद संजय झा बने जदयू के कार्यकारी अध्यक्ष

नई दिल्ली। जनता दल (यूनाइटेड) के राज्यसभा सदस्य संजय झा को शनिवार को पार्टी का राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष नियुक्त किया गया। जद (यू) नेता नीरज कुमार ने पार्टी की राष्ट्रीय कार्यकिारिणी की बैठक के बाद संवाददाताओं को संबोधि

त करते हुए कहा, श्शकार्यकारिणी में दो महत्वपूर्ण प्रस्ताव सर्वसम्मति से पारित किये गए। पहला, राजनीतिक और दूसरा संगठनात्मक। पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष व मुख्यमंत्री (नीतीश कुमार) जी ने पार्टी के राज्यसभा में संसदीय दल के नेता संजय झा को कार्यकारी अध्यक्ष बनाया।श्श बिहार सरकार में जल संसाधन मंत्री रह चुके झा ने अपने राजनीतिक करियर की शुरुआत भाजपा से की थी। बाद में, वह जद (यू) में शामिल हो गए। वह जद(यू) के राष्ट्रीय महासचिव और राज्य योजना परिषद के सदस्य भी रह चुके हैं। झा को मुख्यमंत्री नीतीश कुमार का काफी करीबी माना जाता है।

अमरनाथ यात्रा शुरू, तीर्थयात्रियों का पहला जत्था पवित्र गुफा के लिए रवाना

जम्मू। दक्षिण कश्मीर हिमालय स्थित गुफा मंदिर के लिए तीर्थयात्रियों का पहला जत्था बालटाल और नुनवान आधार शिविरों से रवाना होने के साथ शनिवार को वार्षिक अमरनाथ यात्रा शुरू हो गई। अधिकारियों ने यह जानकारी दी। यात्रा 48 किलोमीटर लंबे नुनवान-पहलगाम मार्ग और 14 किमी लंबे बालटाल मार्ग से शुरू हुई। अमरनाथ यात्रा के लिए ये दोनों पारंपरिक मार्ग हैं। अधिकारियों ने बताया कि दोनों मार्गों पर तीर्थयात्रियों के जत्थों को संबंधित उपायुक्तों तथा पुलिस एवं नागरिक प्रशासन के वरिष्ठ अधिकारियों ने रवाना किया। जम्मू-कश्मीर के उपराज्यपाल मनोज सिन्हा ने शुक्रवार सुबह जम्मू के भगवती नगर स्थित यात्री

निवास आधार शिविर से 4,603 तीर्थयात्रियों के पहले जत्थे को रवाना किया। तीर्थयात्री दोपहर में कश्मीर घाटी पहुंचे, जहां प्रशासन और स्थानीय लोगों ने उनका जोरदार स्वागत किया। तीर्थयात्री गुफा मंदिर में बर्फ से बने शिवलिंग की पूजा-अर्चना करेंगे। यात्रा के सुचारू संचालन के लिए सुरक्षा के कड़े प्रबंध किए गए हैं। सुरक्षा व्यवस्था चाक-चौबंद करने के लिए पुलिस, केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल, भारत-तिब्बत सीमा पुलिस और अन्य अर्धसैनिक बलों के हजारों सुरक्षाकर्मियों को तैनात किया गया है। यात्रा 19 अगस्त को संपन्न होगी।

एसटीएफ ने साईबर धोखाधडी के सरगना को दिल्ली से किया गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। दूसरे व्यक्तियों के नाम से फर्जी कम्पनियों के दस्तावेज बनाकर बैंक खाते खोलकर साईबर धोखाधडी करने वाले गिरोह के सरगना को एसटीएफ ने दिल्ली से गिरफ्तार किया।

आज यहां वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ, आयुष अग्रवाल द्वारा जानकारी देते हुये बताया कि एक प्रकरण जनपद नैनीताल निवासी द्वारा 18 जून 2024 में दर्ज कराया जिसमें उनके द्वारा बताया गया कि विगत दिनों उन्हें एक व्यक्ति द्वारा एक व्हाट्स ग्रुप में जोड़ा गया जिसमें स्टाक इन्वेस्टमेन्ट में काफी पैसा कमाने का लालच देकर एल्टास फण्ड एप्लिकेशन डाउनलोड़ कर इन्वेस्ट करने हेतु बताया गया। इस एप्लिकेशन में लगभग 90 लाख रुपये की धनराशि धोखाधड़ी से जमा करायी गयी। साईबर अपराधियों द्वारा नये जारी होने वाले शेयर में अधिक मुनाफे का लालच दिया गया तथा इसमे निवेश करने पर वादी को कुछ ही दिनों मे 90 लाख रूपये की धनराशि को मुनाफे सहित 2 करोड़ रूपये की धनराशि उनके डेसबोर्ड में प्रर्दशित की गयी। साईबर क्राईम पुलिस द्वारा घटना में प्रयुक्त बैंक खातों/मोबाइल नम्बर/जीमेल तथा वाट्सअप की जानकारी हेतु सम्बन्धित बैंकों, सर्विस प्रदाता कम्पनी, मेटा तथा गूगल कम्पनियों से डेटा प्राप्त किया गया। प्राप्त डेटा के विश्लेषण से जानकारी मे आया कि साईबर अपराधियो द्वारा घटना में दूसरे व्यक्तियों के नाम से आवंटित मोबाइल सिम कार्ड बैंक खातों का प्रयोग किया गया है तथा दिल्ली, गुजरात, कोलकाता,

हरियाणा, उत्तर प्रदेश आदि राज्यो के विभिन्न बैंक खातो में धोखाधड़ी से धनराशि प्राप्त की गयी है। जांच के दौरान साईबर थाना पुलिस टीम द्वारा मुकदमें में प्रकाश में आये बैंक खातो तथा मोबाइल नम्बरों का सत्यापन कार्यवाही किये जाने पर बैंक खाते व सिम फर्जी आईडी पर

❑दूसरे व्यक्तियों के नाम से फर्जी कम्पनियों के दस्तावेज बनाकर खोले गये बैंक खातों का करता था प्रयोग

संचालित होने पाये गये। पुलिस टीम द्वारा तकनीकी / डिजिटल साक्ष्य एकत्र करने पर भवतीका हेल्थ केयर प्रा. लि. नाम से रजिस्टर्ड फर्म संचालित कर स्थानीय लोगों को इलाज हेतु नर्सिग स्टाफ उपलब्ध कराने की आड़ में ट्रेडिग का धन्धा करने वाले मास्टर मांइड निवासी अग्रवाल मण्डी टटीरी देहात थाना व जनपद बागपत हाल निवासी कृष्ण मन्दिर रोड स्वरूपनगर दिल्ली से गिरफ्तार किया गया। जिसके कब्जे से गिरफ्तारी के दौरान घटना में प्रयुक्त बैंक खाते के 1 मोबाइल फोन, 6 चैक बुक, 6 पासबुक, बैंक चैक, 6 डेबिट कार्ड, विभिन्न कम्पनी के 33 सिम कार्ड, फर्जी मुहर व पेमेन्ट हेतु प्रयुक्त क्यूआर स्केनर आदि सामान बरामद हुए है। साईबर पुलिस की जांच पड़ताल में आरोपी के मोबाइल फोन में कई ईमेल एकाउन्ट, बैंक खातों, फर्जी फर्म/कम्पनियों के नाम फोटो व दस्तावेज आदि बरामद हुये है। आरोपी द्वारा सोशल मीडिया के माध्यम से ट्रेडिंग बिजनेस का विज्ञापन प्रसारित कर लिंक के माध्यम से वाट्सअप ग्रुप में जोड़ कर ऑनलाईन ट्रेडिंग करने तथा मोबाइल फोन में एल्टास फण्ड एप्लिकेशन डाउनलोड़ कर नये शेयर के जारी होने वाले (आईपीओ) में तीन गुना तक का मुनाफा कमाने का झांसा देकर इन्वेस्ट के नाम पर लाखों रुपये की धोखाधड़ी की जा रही थी। पूछताछ में आरोपी द्वारा बताया गया कि उसने कई लोगों के नाम से फर्जी फर्म बनाकर बैंक खाते खोले है जिनका प्रयोग वह खुद भी है तथा अपने गैंग के ऊपरी सदस्यों को बैंक खाते अहमदाबाद गुजरात में उपलब्ध कराता था जिसके बदले में प्रत्येक खाते 40 हजार से एक लाख तक की धनराशि कमीशन के रूप में तथा साईबर अपराध के माध्यम से अर्जित ध नराशि में भी 10 से 20 प्रतिशत तक का कमीशन प्राप्त किया जाता था।

सूचना आयोग कार्यालय से मोबाइल चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने सूचना आयोग कार्यालय से मोबाइल चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सूचना आयोग कार्यालय की आशुलिपिक रेशमा फरसवाण ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि किसी ने आयोग कार्यालय से सरकारी मोबाइल चोरी कर लिया है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

दो दुपहिया वाहन चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दो स्थानों से दो दुपहिया वाहन चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार धर्मावाला निवासी हर्ष मदान ने कालसी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से लालढांग गया था। उसने अपनी मोटरसाईकिल एक स्थान पर खडी की थी। लेकिन जब वह वापस आया तो उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। वहीं हरर्बटपुर निवासी योगेश सिंह ने विकासनगर थाने में अपने घर के बाहर से मोटरसाईकिल चोरी होने का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने दोनों मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

गैस सिलेंडरों से भरा ट्रक नदी में गिरा, ड्राइवर व कंडक्टर की मौत

हमारे संवाददाता

अल्मोड़ा। सड़क दुर्घटना में देर शाम गैस सिलिडंरों से लदा ट्रक नदी में गिर गया। हादसे में ड्राइवर और कंडक्टर की मौके पर ही मौत हो गई। पुलिस ने शवों कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है। हादसे में मृत कंडक्टर की शिनाख्त नहीं हो पाई है।

जानकारी के अनुसार बीती देर शाम एलपीजी सिलिंडरों लेकर हल्द्वानी से बेड़ीनाग की ओर जा रहा ट्रक अल्मोड़ा-सेराघाट सड़क में मंगलता से आगे टानी के पास अचानक अनियंत्रित होकर जैगन नदी में गिर गया। ट्रक में लदे सभी सिलिंडर खाई और नदी में बिखर गए।

ग्राम प्रहरी की सूचना के बाद ध ौलछीना थाना पुलिस घटनास्थल पर पहुंची। खाई में ट्रक ड्राइवर और कंडक्टर अचेत अवस्था में पड़े थे। जिन्हे आपातकालीन सेवा 108 के माध्यम से सीएचसी ध ौलछीना लाया गया। जहां चिकित्सकों ने दोनों को मृत घोषित कर दिया।

थानाध्यक्ष धौलछीना सुशील कुमार ने बताया कि चालक की पहचान हरीश चंद्र बिष्ट पुत्र परी सिंह निवासी कपकोट बागेश्वर के रूप में हुई है। कंडक्टर की पहचान नहीं हो सकी है। कंडक्टर की

शिनाख्त के प्रयास किए जा रहे हैं।

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।