शनिवार
06 जुलाई 2024

पृष्ठ 4
माथे पर होने वाले मुंहासों को हटाने...

पृष्ठ 5
फैशन ट्रेंड का अनुसरण करने...

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 153
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

रंग में वह जादू है जो रंगने वाले, भीगने वाले और देखने वाले तीनों के मन को विभोर कर देता है।

– मुक्ता

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

उफान पर नदियां, दहशत में लोग

गोचर में भूस्खलन की चपेट में आये दो युवकों की मौत

●घाट व मंदिर डूबे, आवासीय क्षेत्रों को खतरा,पहाड़ों पर भारी भूस्खलन, आवाजाही बंद

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में बीते 48 घंटे से जारी भारी बारिश के कारण राज्य की नदियां उफान पर हैं। तेजी से बढ़ रहे जलस्तर के कारण घाट और मंदिर जलमग्न हो चुके हैं तथा आवासीय क्षेत्रों को भारी खतरा पैदा हो गया है। मुनादी कर लोगों से घर खाली कराये जा रहे हैं। उफनती नदियों को देखकर लोगों में भारी दहशत है। वही पहाड़ से आ रहे बोल्डर और मलबे के कारण राज्य की तमाम सड़के बंद हो गई है और आवाजाही ठप हो गई है। गोचर के भूस्खलन की चपेट पर आने से दो बाइक सवार युवको की मौत हो गई है।

लगातार हो रही बारिश के कारण अलकनंदा का जलस्तर 1 घंटे में 2 मीटर से अधिक बढ़ गया जिससे रुद्रप्रयाग के घाट और मंदिर जलमग्न हो गए जलस्तर खतरे के निशान को पार कर चुका है तथा हनुमान मंदिर को खतरे के कारण वहां से समान हटाना शुरू कर दिया है। लोगों के घरों तक पानी पहुंचने से लोगों में दहशत है और वह अपने घरों को छोड़कर जा रहे हैं। प्रशासन द्वारा लोगों से नदियों से दूर हटने को कहा गया है। अलकनंदा ही नहीं मंदाकिनी और सरयू तथा गोमती नदी का जलस्तर भी खतरे के निशान तक पहुंच गया है। रुद्रप्रयाग से प्राप्त समाचार के अनुसार विष्णु घाट डूब चुका है।

उधर कोटद्वार जहां बीते साल बारिश में मालन नदी का पुल टूट गया था, के बाद हयूम् पाइप पर बनाया गया वैकल्पिक मार्ग भी टूट गया है। भावर क्षेत्र को जोड़ने वाली जीवन रेखा टूट गई है तथा क्षेत्र की 40 हजार आबादी का संपर्क टूट चुका है। यहां अब रसद की आपूर्ति भी ठप हो गई है। अब सिर्फ कर्णाश्रम मार्ग ही विकल्प बचा है। श्रीनगर में भूस्खलन से कृषि भवन भारी नुकसान पहुंचा है। उत्तरकाशी के नौगांव, पुरोला व त्यूणी मार्ग पर मलवा आने से आवाजाही बंद हो गई है। टिहरी-श्रीनगर बदरीनाथ हाईवे भी मलवा आने से बंद है और वाहनों की लंबी-लंबी कतारें लगी हुई है। उधर ऋषिकेश बैराज पर पुलिस ने वाहनों की आवाजाही पर रोक लगा दी गई है। गोमुख चीड़वासी नाले के तूफान पर आने से कुछ लोग फंस गए थे जिन्हें रेस्क्यू कर निकाला गया है। खराब मौसम के कारण पहाड़ों पर स्कूलों को बंद कर दिया गया है तथा लोगों से अनावश्यक घर से बाहर न जाने की अपील की जा रही है।

तमंचे की नोक पर लूटी थी कार, तीन गिरफ्तार

❑12 बोर का तमंचा, कारतूस व कार की आरसी बरामद

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। तमंचे की नोक पर कार लूट मामले में पुलिस ने तीन लुटेरो को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से कार की आरसी, तमंचा व कारतूस बरामद किया गया है। आरोपियों द्वारा बिहार में जिन्हे कार बेची गयी है उनकी तलाश जारी है।

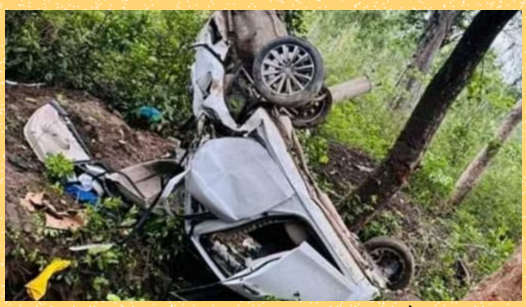
जानकारी के अनुसार बीती 26 जून को जसविन्दर सिह पुत्र महेन्द्र सिह निवासी ग्रीनपार्क रुद्रपुर द्वारा थाने में तहरीर देकर बताया गया था कि 25 जून को उनकी फर्म ओम सांई कार बाजार नैनीताल हाईवे आवास विकास से अबरार अंसारी व वंश मखीजा द्वारा उनसे एक नैक्सांन कार खरीदने के सम्बन्ध में

बातचीत की गयी और कार का सौदा 4.7 लाख रुपये में तय हुआ। बताया कि आरोपियों द्वारा उक्त कार को टैस्ट ड्राईव के बहाने उनको साथ लेकर मोदी मैदान की तरफ गये जहां पर आरोपियों द्वारा उनको तमंचा दिखाकर कार लूटकर फरार हो गये। मामले की गम्भीरता को देखते हुए पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर आरोपियों की तलाश शुरू कर दी गयी। आरोपियों की तलाश में जुटी पुलिस टीमों द्वारा जब सीसी कैमरे खंगाले गये तो पता चला कि आरोपी लूटी ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

कार पेड़ से टकरायी, एक की मौत

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। सड़क दुर्घटना में देर रात एक कार के जंगल में पेड़ से टकरा जाने से कार सवार व्यक्ति की मौत हो गयी। सूचना मिलने पर पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।



जानकारी के अनुसार बीती देर रात हल्द्वानी से सुहैल अहमद कार से घर लौट रहे थे। जब वह गड़प्पू के जंगल में पहुंचे उसकी कार पेड़ से टकरा गई। हादसे में सुहैल अहमद उर्फ छोटू गंभीर रूप से घायल हो गए। सूचना पर 108 एंबुलेंस से सुहैल अहमद को बाजपुर के सरकारी अस्पताल में लाया गया। जहां डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया। खबर मिलते ही परिवार के लोग अस्पताल पहुंचे। घटना के बाद से परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है। बता दें कि, सुहैल अहमद किसी कार्य से हल्द्वानी गए हुए थे जो देर रात वापस लौट रहे थे।

बीएसपी के तमिलनाडु प्रमुख की कुल्हाड़ियों से काट कर हत्या

हमारे संवाददाता

तमिलनाडू। बहुजन समाज पार्टी के तमिलनाडू प्रमुख के. आर्मस्ट्रांग की चेन्नई में दिनदहाड़े कुल्हाड़ियों से काट कर हत्या कर दी गयी। आर्मस्ट्रांग पर छह लोगों ने उस वक्त हमला किया जब वह अपने परिचितों के साथ बातचीत में व्यस्त थे। सूचना मिलने पर पुलिस ने उन्हे तत्काल चिकित्सालय पहुंचाया जहां उन्हे चिकित्सकों ने मृत घोषित कर दिया है। पुलिस अब मामले की जांच में जुटी हुई है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बसपा के तमिलनाडु प्रमुख आर्मस्ट्रांग पर मोटरसाइकिल पर सवार होकर आए

छह लोगों ने कुल्हाड़ी से हमला किया। हमलावरों ने उन्हें उस वक्त निशाना बनाया जब वह सेम्बियम में अपने घर के पास पार्टी पदाधिकारियों से बातचीत कर रहे थे। सूचना मिलने के बाद पुलिस ने मौके पर पहुंच कर उन्हे अस्पताल पहुंचाया जहां चिकित्सकों ने उन्हे मृत घोषित कर दिया।

वहीं आर्मस्ट्रांग की हत्या पर बसपा सुप्रीमो मायावती ने दुख जताया है. एक्स पर जारी एक पोस्ट में मायावती ने कहा, बीएसपी तमिलनाडु स्टेट यूनिट के अध्यक्ष के. आर्मस्ट्रांग की उनके चेन्नई आवास के बाहर की गई। पेशे से वकील आर्मस्ट्रांग राज्य में दलितों की सशक्त आवाज के रूप में जाने जाते थे। सरकार दोषियों के खिलाफ अविलम्ब सख्त कार्रवाई करे। वहीं मामले की जांच कर रही पुलिस को शक है कि यह मामला हत्या के एक दूसरे मामले से जुड़ा है और बदले के लिए यह हत्या की गई है।

दून वैली मेल

संपादकीय

आफत की बरसात

बीते कई दिनों से उत्तराखंड में झमाझम बारिश का दौर जारी है राज्य की तमाम प्रमुख नदियां उफान पर हैं नदी, नाले और खालो के किनारे बसी बस्तियों पर गंभीर खतरा मंडरा रहा है। वही भारी बरसात के कारण पहाड़ों से मलवा और बड़े-बड़े बोल्डर आने से तमाम प्रमुख राष्ट्रीय राजमार्गों सहित 200 से भी अधिक सड़कों पर आवागमन ठप हो गया है। राज्य में चल रही चार धाम यात्रा पर तो जैसे पूरी तरह से ब्रेक ही लग चुका है। चारों धामों में अब गिने-चुने ही श्रद्धालु ही पहुंच पा रहे हैं यह कहना अतिश्योक्ति नहीं होगा कि पहले प्री मानसूनी बारिश और अब मानसूनी बारिश के पहले ही दौर ने पहाड़ के जनजीवन को पूरी तरह से अस्त-व्यस्त कर दिया है। गनीमत इस बात की है कि अब तक किसी तरह की जनधन हानी या कोई बादल फटने जैसी बड़ी घटना सामने नहीं आई है। जहां तक राज्य की नदियों के बढ़ते जल स्तर की बात है तो गंगा व जमुना से लेकर सरयू, गोमती और धौली गंगा तथा गौला नदी व अलकनंदा इस समय उफान पर है। अभी अलकनंदा का जलस्तर बढ़ने से बद्रीनाथ धाम में तृप्त कुंड सहित बड़े क्षेत्र में पानी आने के कारण भवनों को खाली कराना पड़ा था। अब तक बागेश्वर और चंपावत में सबसे अधिक बारिश रिकार्ड की गई है यहां सरयू और धौली गंगा के प्रभाव क्षेत्र में आबादी प्रभावित हुई है। वही उत्तरकाशी के शिव मंदिर और घाट डूब चुके हैं। ऋषिकेश में गंगा का जलस्तर बढ़ने से निचले क्षेत्रों को खाली करना पड़ा है। अभी बीते दिनों हरिद्वार की सूखी नदी के जल प्रभाव में 8-10 कारे बह गई थी जिन्हें किसी तरह रेस्क्यू कर बाहर निकला गया। राज्य के तमाम प्रमुख नेशनल हाईवे और स्टेट हाईवे पर सैकड़ो स्थान पर भूस्खलन जोन बन जाने से यातायात पूरी तरह प्रभावित हुआ है। भले ही बीआरओ और पीडब्लूडी की टीमों को प्रभावित क्षेत्रों में जेसीबी मशीनों के साथ तैनात किया गया है तथा वह सड़कों को खोलने के काम में जुटी हुई है लेकिन इस लगातार बारिश के दौर में सड़कों को खोलने का काम सबसे बड़ा जोखिम भरा काम है क्योंकि पहाड़ से कब कितना मलवा नीचे आ जाएगा इसका कोई अंदाजा नहीं लगाया जा सकता है। एक स्थान पर सड़कों को साफ किया जाता है तो दो नई जगह मलवा आने से मार्ग बाधित ही बना रहता है। नैनीताल में कुछ भूस्खलन जोन में आवासीय हिस्से भी उसकी जद में आ चुके हैं। यही नहीं नगरीय क्षेत्रों की बात कर तो देहरादून से लेकर हरिद्वार और रामनगर से लेकर कोटद्वार तक तमाम जगह जल भराव और जल जमाव के कारण लोगों को भारी मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है दरअसल मानसूनी काल में सुरक्षा और सेफ्टी ऑडिट की बातें तो बहुत की जाती है लेकिन अगर कहीं कोई पुल या पुलिया टूट जाती है तो उसे ठीक करने में कई-कई साल का समय लग जाता है। जो सड़के बारिश के तेज बहाव में बह जाती हैं बारिश के चलते उनकी मरम्मत का काम भी संभव नहीं है। यही कारण है कि साल दर साल पहाड़ को मानसून काल में तमाम तरह की दिक्कतें झेलनी ही पड़ती है। जिनका अंत बारिश खत्म होने पर ही होता है।

शान्ति भंग पर 6 लोगों के खिलाफ कार्यवाही

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। शान्ति भंग मामले में त्वरित कार्यवाही करते हुए पुलिस ने छह लोगों के खिलाफ कार्यवाही की है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह ग्राम महमूदपुर में दो पक्षों के बीच आपसी गुटबाजी के चलते मस्जिद में सीसीटीवी लगाए जाने को लेकर झगड़ा फसाद की सूचना पर थाना कलियर पुलिस द्वारा महमूदपुर 6 लोगों को जो आपस में मस्जिद में सीसीटीवी लगाए जाने को लेकर झगड़ा फसाद कर रहे थे, संज्ञेय अपराध की प्रबल आशंका को देखते हुए शांति व्यवस्था के दृष्टिगत धारा 170 बीएनएसएस के अन्तर्गत कार्यवाही की गयी। बताया जा रहा है कि पूर्व में भी दोनों पक्षों के मध्य आपसी गुटबाजी रंजिश के चलते मुकदमे दर्ज हैं तथा थाना स्तर से गांव की शांति व्यवस्था के लिए प्रभावी निरोधात्मक करवाई भी की गई है। आरोपियों के नाम निस्बत पुत्र रियायत, रोशन अली पुत्र रौनक अली, साकिब पुत्र फरहत, तौकीर पुत्र माहिर हुसैन, जरार हुसैन पुत्र ताहिर हुसैन व मेहताब उर्फ मुन्ना पुत्र अजीन समस्त निवासी ग्राम महमूदपुर थाना पिरान कालिया जनपद हरिद्वार है।

महानगर की समस्याओं को लेकर कांग्रेसियों ने सौंपा नगर आयुक्त को ज्ञापन

संवाददाता

देहरादून। महानगर की समस्याओं को लेकर कांग्रेस प्रतिनिधि मण्डल ने नगर निगम में नगर आयुक्त को ज्ञापन सौंपा।

आज यहां महानगर के अन्तर्गत विभिन्न समस्याओं को लेकर महानगर कांग्रेस के पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचन्द शर्मा के नेतृत्व में कांग्रेस प्रतिनिधि मण्डल ने नगर आयुक्त नगर निगम देहरादून को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन के माध्यम से लालचन्द शर्मा ने अवगत कराया कि बरसात का मौसम शहर में दस्तक दे चुका है, वैसे तो बरसात के मौसम का सबको इंतजार होता है परन्तु अगर बरसात ज्यादा हो जाए तो वहीं बरसात लोगों के लिए आफत बन जाती है। पूर्व विधायक राजकुमार ने जन समस्याओं को लेकर कहा कि जहॉ सड़कों पर गढढे, स्ट्रीट लाईट की समस्या, पुश्ते एंव नालियों के निर्माण कार्य अधर में रखें हैं, जो कि मानवता के आधार पर कतई उचित नही हैं। मौके पर उपस्थित डोईवाला कांग्रेस प्रत्याशी गौरव चौधरी ने कहा कि डोईवाला विधानसभा के अन्तर्गत कई क्षेत्रों में बरसात के मौसम में लोगों को आवाजाही करने में कठिनाइयों का सामना करना पडता है, नालियों एवं पुश्ते का निर्माण न होनें से सारा पानी सड़क पर बहता है जिससें लोगों में भय का माहौल बना रहता हैं, आये दिन किसी न किसी अनहोनी का भी डर बना रहता है। लालचन्द शर्मा ने बताया कि क्षेत्रिय विध यक द्वारा विधायक निधि से कराये जा रहे कार्यो की नगर निगम से एनओसी नही लिए जाने के कारण निर्माण कार्यो की अनुमति नही मिल पा रही है। लालचन्द शर्मा एवं कांग्रेस प्रतिनिधि मण्डल ने निम्नलिखित मांग की कि शीघ्र अतिशीघ्र इन मागों को धरातल पर उतारा जाए। इस मौके पर दीप वोहरा, अर्जुन सोनकर, नीनू सहगल, अरुण शर्मा, इलियास अंसारी, रमेश कुमार मंगू, सचिन थापा, एतात खान, अनूप कपूर, अमित भण्डारी, महेन्द्र रावत, संजीव बंसल, सुनील कुमार बांगा, एहसान अली, मनोज तालियान, राजवीर नेगी, पंकज सिंह, आशीष खत्री, ओमप्रकाश वाल्मीकि, संजय काला, अरुण पाल, राहुल कुमार, हरि प्रसाद भट्ट आदि उपस्थित रहे।

रणवीर की मौत की निष्पक्ष जाँच को लेकर उक्रांद कार्यकर्ता डीआईजी से मिले

संवाददाता

देहरादून। रणवीर सिंह रावत की मौत के मामले की निष्पक्ष जांच की मांग को लेकर युवा उक्रांद कार्यकर्ता पुलिस उपमानिरीक्षक पी रेणुका से मिल मांग पत्र सौंपा।

आज युवा केंद्रीय अध्यक्ष राजेंद्र बिष्ट जीके नेतृत्व में उत्तराखंड क्रांति दल के एक शिष्ट मंडल ने पुलिस उपमहानिरीक्षक (कानून) पी रेणुका से वार्ता कर पिछले दिनों ऋषिकेश के रणवीर सिंह रावत की जेल मे मौत की निष्पक्ष जांच तथा आरोपी पुलिस सिपाहियों पर हत्या का मुकदमा दर्ज कर तत्काल निलंबन की माँग की। युवा अध्यक्ष ने कहा कि 22 जून 2024 को ऋषिकेश कोतवाली में तैनात दो पुलिस सिपाही जिनका नाम सचिन सैनी तथा रूपेश कुमार है , तथा जो उस समय बिना पुलिस वर्दी के थे, मृतक की पत्नी द्वारा बताया गया कि उनको जघन्य तरीके से मारा गया, चोट के निशान उनके शरीर पर हैं तथा जिसके साक्ष्य फोटोग्राफ्स में है,साथ ही उनके द्वारा पुलिस को लिखे प्रार्थना पत्र में यह सारी घटना का उल्लेख किया गया है, मृतक रणवीर सिंह रावत को सुद्धोवाला जेल में डालने के बाद 25 जून 2024 को उनकी पत्नी जब उन्हे मिलने के लिए कारागार में गयी तो मृतक ने बताया कि उनके शरीर में दर्द हो रहा है तथा नींद की गोली दी जा रही है, उसके बाद जब उनकी पत्नी शाम को घर पहुंचती है तो साढे पांच बजे उनको काल आता है कि उनके पति की मृत्यु हो गयी है। के संबंध में जब तक जांच चल रही है दोषियों को तत्काल निलंबित किए जाने के संबंध में मुलाकात की गई। वार्ता करने वालों में केंद्रीय उपाध्यक्ष बहादुर सिंह रावत, भोला दत्त चमोली, अनूप बिष्ट, शैलेंद्र सिंह गुनसोला, गजेंद्र सिंह, मनीष रावत आदि के पदाधिकारी उपस्थित थे।

जल संस्थान कर्मचारी संगठन ने की मुख्य महाप्रबंधक से वार्ता

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड जल संस्थान कर्मचारी संगठन ने महाप्रबंधक से कर्मचारियों की समस्याओं को लेकर वार्ता की।

आज यहां उत्तराखंड जल संस्थान कर्मचारी संगठन उत्तराखंड प्रदेश के प्रांतीय महामंत्री रमेश बिंजोला के नेतृत्व में मुख्य महाप्रबंधक से संगठन के मांग पत्र एवं कर्मचारियों की समस्या के संबंध में वार्ता की गई। सभी बिंदुओं पर विस्तार से ,चर्चा की गई। प्रतिनिधि मंडल द्वारा विभागीय ढांचे में फील्ड कर्मचारियों के पदों को बढ़ाना, सेवानिवृत कर्मचारियों को गोल्डन कार्ड की सुविधा अनुमन्य कराने, उच्च न्यायालय द्वारा 11 जून 2024 को पारित आदेशों के अनुपालन में 1996 से सहत वेतनमान प्राप्त कर रहे कर्मचारियों को सेवा लाभ प्रदान करने, समूह घ से ग में पदोन्नति करने, विभिन्न संवर्गों में रिक्त पदों पर शीघ्र पदोन्नति करने, शाखा अनुरक्षण खंड कार्यालय निर्माण हेतु धनराशि आवंटित करने एवं एसीपी प्रकरणों का शीघ्र निस्तारण कर स्वीकृति प्रदान करने आदि बिंदुओं पर चर्चा की गई। मुख्य महाप्रबंध क द्वारा सभी बिंदुओं पर सहमति व्यक्त करते हुए सचिव प्रशासन एवं लेखा अधिकारी को शीघ्र कार्रवाई करने हेतु निर्देशित किया गया।वार्ता में रमेश बिंजोला प्रांतीय महामंत्री, श्याम सिंह नेगी गढ़वाल मंडल अध्यक्ष, शिशुपाल रावत गढ़वाल मंडल महामंत्री, प्रदेश उपाध्यक्ष रामचंद्र सेमवाल, संदीप मल्होत्रा मीडिया प्रभारी, लाल सिंह रौतेला प्रदेश कोषाध्यक्ष आशीष तिवारी मंडल कोषाध्यक्ष, रमेश चंद शर्मा, जीवानंद भट्ट, रणवीर सिंह पवार, मेहर सिंह, धन सिंह चौहान, नरेंद्र राजपूत, अशोक, हरदयाल, रघुवीर सिंह रावत, संजय शर्मा, अंकित कुमार, निशु शर्मा, सुरेंद्र कुमार, शरद कुमार आदि उपस्थित थे।

घनिष्ठ संबंधों को और आगे बढ़ाना

डॉ. लक्ष्मी शंकर यादव

बांग्लादेश की प्रधानमंत्री शेख हसीना ने पिछले माह 21 एवं 22 जून की दो दिवसीय भारत यात्रा की थी। उनकी इस यात्रा का मकसद दोनों देशों के बीच पहले से ही बने घनिष्ठ संबंधों को और आगे बढ़ाना था। भारत में नई सरकार के गठन के बाद यह किसी विदेशी नेता की पहली द्विपक्षीय राजकीय यात्रा थी। प्रधानमंत्री हसीना की इसी माह में यह दूसरी भारत यात्रा थी। इससे पहले वे प्रधानमंत्री मोदी के शपथ ग्रहण समारोह में शामिल होने के लिए भारत आई थीं। इसके बाद जुलाई महीने में चीन की यात्रा पर जाएंगी। चीन की यात्रा पर जाने से पहले उनका दो बार भारत आना दर्शाता है कि चीन यात्रा से उनके भारतीय संबंधों को कोई खतरा नहीं है। इधर भारत सरकार भी बांग्लादेश से अपने मधुर संबंधों को आगे जारी रखना चाहती है।

बांग्लादेश और भारत के प्रधानमंत्रियों ने 22 जून को बैठक करके व्यापक वार्ता की। इस वार्ता में नये क्षेत्रों में आपसी सहयोग बढ़ाने के लिए भविष्य की योजना पर सहमति जताई और समुद्री क्षेत्र सहित अनेक मुख्य क्षेत्रों में संबंधों को बढ़ावा देने के लिए तकरीबन 10 समझौतों पर हस्ताक्षर किए गए। दोनों पक्षों द्वारा हस्ताक्षरित प्रमुख समझौतों में डिजिटल, हरित और रक्षा क्षेत्रों में बढ़ावा देने के समझौते शामिल हैं। इनमें बांग्लादेश के रोगियों के लिए ई-वीजा प्रमुख है। उल्लेखनीय है कि बड़ी संख्या में बांग्लादेश के लोग इलाज कराने के लिए भारत आते हैं। वहां से भारत आने वाले ऐसे लोग 30 प्रतिशत के करीब हैं। ई-वीजा मिलने से ऐसे लोगों को परेशानियों का सामना नहीं करना पड़ेगा। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि हमने नये क्षेत्रों में सहयोग के लिए भविष्योन्मुखी विजन तैयार किया है, जिसमें हरित साझेदारी, डिजिटल साझेदारी, अंतरिक्ष एवं ब्लू इकॉनमी जैसे विभिन्न क्षेत्रों में भारत-बांग्लादेश की बनी सहमति से दोनों देशों के नवयुवकों को काफी लाभ मिलेगा।

दोनों देशों की 'मैत्री उपग्रह' भारत-बांग्लादेश संबंधों को नई ऊंचाइयां प्रदान करेगी। उन्होंने कहा कि हम अपनी वरीयता में डिजिटल और ऊर्जा कनेक्टिविटी पर फोकस रखेंगे। हमने पिछले 10 वर्षों में कार्य करते हुए 1965 से पहले की कनेक्टिविटी को बहाल कर दिया है। इससे दोनों देशों की अर्थव्यवस्था गतिशील होगी। उन्होंने दोहराया, 'मैं बंगबंधु के स्थिर, समृद्ध और प्रगतिशील बांगलादेश के विजन को साकार रूप प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध हूं।' इन समझौतों में दूसरा समझौता बांग्लादेश के रंगपुर में भारत का नया सहायक उच्चायोग होगा। बांग्लादेश के उत्तर-पश्चिम क्षेत्र के लोगों के लिए रंगपुर में सहायक उच्चायोग खोलने का निर्णय लिया गया है। ढाका और कोलकाता के बीच नई रेल सेवा चालू की जाएगी। इसी तरह, चटगांव और कोलकाता के बीच नई बस सेवा चालू हो जाएगी। पांचवां समझौता मेदे-दरसाना और हल्दीबाड़ी-चिलाहाटी के बीच दलगांव तक मालगाड़ी सेवाओं की शुरु आत किए जाने का है।

इसके अलावा, अनुदान सहायता के तहत सिराजगंज में अंतर्देशीय कंटेनर डिपो का निर्माण किया जाएगा। भारतीय ग्रिड के माध्यम से नेपाल से बांग्लादेश को 40 मेगावाट बिजली के निर्यात की शुरुआत की जाएगी। 1996 की गंगा जल संधि के नवीनीकरण के लिए भी एक समिति बनाई जाएगी। रक्षा संबंधों को मजबूत बनाने के उद्देश्य से प्रधानमंत्री मोदी और शेख हसीना के बीच चर्चा हुई। इसमें दोनों देशों ने लंबी अवधि के हितों को ध्यान में रख कर रक्षा सहयोग की एक नीति बनाने का निर्णय लिया है।

उल्लेखनीय है कि भारत-बांग्लादेश के बीच सैनिक और रक्षा सहयोग की गति अभी तक काफी धीमी रही है, लेकिन अब किए गए नये समझौते के बाद से भारत जो सहयोग करेगा उससे बांग्लादेश की आर्मी काफी अत्याधुनिक बनेगी। बांग्लादेश की रक्षा जरूरतों के मुताबिक रक्षा उपकरणों का उत्पादन शुरू होगा। यह कार्य इस प्रकार का होगा कि बांग्लादेश की रक्षा और यौद्धिक क्षमता काफी बढ़ सके। अभी तक भारत ने इस तरह का रक्षा समझौता किसी पड़ोसी देश के साथ नहीं किया है। प्रधानमंत्री मोदी और शेख हसीना ने आतंकवाद, कट्टरवाद और सीमा पर शांतिपूर्ण प्रबंधन अपनी सहभागिता को मजबूत करने का भी निर्णय लिया है।

इसके अतिरिक्त, दोनों देशों के मध्य हिन्द महासागर क्षेत्र के लिए समान दृष्टिकोण अपनाए जाने की बात निश्चित हुई। दोनों प्रधानमंत्रियों की मुलाकात में भारत ने बांग्लादेश की पुरानी मांग मान ली और बांग्लादेश को भूटान तथा नेपाल के साथ भारतीय रेलवे के जरिए कारोबार करने की स्वीकृति प्रदान कर दी। इस स्वीकृति से बांग्लादेश को निर्यात बढ़ाने का बेहतर अवसर प्राप्त होगा। इस कदम से उत्साहित दोनों देश शीघ्र ही एक विशेष समझौता भी करने वाले हैं। अब दोनों देशों का प्रयास है कि भूटान, नेपाल और बांग्लादेश के बीच एक साझा बाजार तैयार किया जा सके। यदि इस कार्य में सफलता मिल गई तो भविष्य में इस बाजार में अन्य पड़ोसी देशों जैसे श्रीलंका, म्यांमार आदि को शामिल किया जा सकेगा। इसीलिए दोनों देश रेल, सडक़, हवाई मार्ग और समुद्री मार्ग के जरिए आवागमन और माल ढुलाई के लिए कनेक्टिवटी को और ज्यादा मजबूत बनाएंगे।

प्रधानमंत्री मोदी और शेख हसीना के बीच बैठक में इस बात की भी सहमति बनी कि तीस्ता नदी जल प्रबंधन पर वार्ता के लिए भारत की एक तकनीकी टीम ढाका का दौरा करेगी। टीम तीस्ता नदी की गाद को साफ करने तथा नदी को पुराने स्वरूप में लौटाने के लिए एक रोडमैप तैयार करेगी। बांग्लादेश में तीस्ता नदी के संरक्षण पर बातचीत के लिए एक भारतीय दल भेजने का निर्णय इसलिए महत्त्वपूर्ण है क्योंकि भारत की आपत्तियों के बावजूद एक अरब अमेरिकी डॉलर की इस परियोजना पर चीन की नजर थी। यह मुद्दा भारत के लिए अत्यंत संवेदनशील है क्योंकि चीन की कंपनियों को ठेका मिलने का मतलब है कि उन्हें तीस्ता नदी से संबंधित सारा डाटा हासिल हो जाएगा। इसलिए भारत का प्रयास था कि चीन का इसमें प्रवेश न हो। इस आासन के बाद अपने देश पहुंच कर शेख हसीना ने कहा कि उनकी भारत यात्रा सार्थक रही। निश्चित है कि उपर्युक्त समझौतों के बाद भारत तथा बांग्लादेश के आपसी संबंध और अधिक मधुरता की ओर बढ़ेंगे।

केवल पैदल चलने से घट सकता है आपका वजन!

आज के समय में वजन बढ़ना कोई बड़ी बात नहीं है, क्योंकि इस आधुनिक जीवन शैली के चलते किसी का भी वजन बढ़ना एक आम बात है। लेकिन नियमित रूप से पैदल चलना विभिन्न स्वास्थ्य लाभ प्रदान करता है। इसके अलावा अगर आपका सवाल यह है कि क्या चलने से आप अपना वजन कम कर सकते हैं? तो हमारा जवाब हां होगा। क्योंकि पैदल चलने से कैलोरी बर्न होती हैं। आइए जानें कैसे।

हम आपके सभी प्रयासों की सराहना करते हैं, लेकिन यदि आप पार्क में टहलने को अपना चलना समझते हैं तो यह गलत है, क्योंकि टहलना आपके वजन को कम नहीं कर सकता। अगर आप नियमित रूप से अपनी गति में वृद्धि करते है तो ही आपको अच्छे परिणाम मिल सकते हैं। हालांकि, इसका मतलब यह नहीं है कि आप दौड़ना शुरू कर दें। तेज चलना कैलोरी को तेजी से बर्न करने और वजन घटाने में काफी फायदेमंद है।

संक्रमण और बीमारियों को रोकने के लिए आपके शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को हर समय ठीक से कार्य करना चाहिए और पैदल चलना आपकी प्रतिरक्षा को मजबूत करने का एक शानदार तरीका है। प्रतिदिन कम से कम 30 मिनट चलना प्रतिरक्षा कोशिकाओं, बी-कोशिकाओं और टी-कोशिकाओं की गतिविधियों को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है। इससे सफ़ेद रक्त कोशिकाओं को जल्दी से रिलीज़ करने में सहायता मिलती है, जिससे शरीर को जल्दी से ठीक करने में मदद मिलती है।

पैदल चलने से शरीर की अतिरिक्त चर्बी कम होती है और बॉडी शेप में आती है। यदि नीचे के हिस्से यानि जाँघो और कूल्हों को शेप में लाना है तो नियमित रुप पैदल चलने से अच्छा कुछ नहीं है। 30 मिनट की तेज चाल से भी आप 200 कैलोरी को कम कर सकते हैं। इसके अलावा पहले कभी कोई एक्सरसाइज नहीं की है तो पैदल चलने से शुरू करें। यह दर्द रहित वजन कम करने का एक अच्छा विकल्प है।

शुरूआती दिनों में आप कम से कम हफ्ते में तीन दिन 15 से 20 मिनट चलें। इसके बाद धीरे-धीरे पैदल चलने की समय सीमा और दिन, दोनों को बढ़ाएं। यह समय सीमा तब तक बढ़ाते रहे जब तक 30 से 60 मिनट पैदल चलने से आपको कोई परेशानी न हो। सुबह सूर्योदय के समय चलना स्वास्थ्य के लिए सबसे अच्छा होता है, तो कोशिश करें की सुबह तो अवश्य ही पैदल चलें और हो सके तो शाम को भी।

जो लोग डेस्क जॉब या पूरा दिन बैठकर काम करते हैं। अगर आप सुबह पैदल नहीं चल पा रहे हैं तो आप अपने काम के दौरान भी बार-बार उठें और पैदल चलें। घर व ऑफिस की लिफ्ट का प्रयोग न करें।

पूरी रात सोने से बाद भी सुबह बेड से उठने का मन नहीं करता...!

कई बार ऐसा होता है आप पूरी रात सोकर उठे है लेकिन आपको सुबह भी आलस की तरह लगता है. ऐसा लगता है जैसे शरीर बिल्कुल भी तैयार नहीं है. बस लगता है आराम करते हैं लेकिन ऐसा क्यों होता है. कुछ काम करने का मन नहीं होना पूरे दिन लेटे रहना यह अगर कभी-कभार हो तो कोई बात नहीं लेकिन अगर ऐसा हमेशा होने लगे तो फिर आपको सतर्क होने की जरूरत है. लगातार सुस्ती होना अच्छी बात नहीं है. हम जो कुछ भी खाते हैं उसका सीधा असर हमारे शरीर पर पड़ता है. अगर आप ज्यादा जंक, प्रोसेस्ड फूड, अनहेल्दी फैट खाएंगे तो आपको सुस्ती और थका-थका महसूस होगा.

लोगों को खाने में ज्यादा से ज्यादा हेल्दी फैट, बैलेंस डाइट जिसमें प्रोटीन, फाइबर, विटामिन और मिनरल्स को ज्यादा से ज्यादा शामिल करनी चाहिए. इससे आप पूरे दिन एनर्जेटिक महसूस करते हैं.

शरीर में पानी की कमी होने पर भी सुस्ती जैसा महसूस होता है. इसे कहते हैं डिहाइड्रेशन का शिकार होना. जब शरीर में पानी की कमी होने लगती है तो खून गाढ़ा होने लगता है. सेल्स तक पोषक तत्व पहुंच नहीं पाते हैं. शरीर में पानी की कमी के कारण ऐंठन, मांसपेशियों में दर्द से जुड़ी समस्या होने लगती है. इसलिए कहा जाता है कि आप खाना अपने पेट के हिसाब से पिएं लेकिन पानी खूब पिएं. नींद की कमी के कारण भी कई सारी बीमारी अपना शिकार बना लेती है. और सुबह-सुबगह सुस्ती जैसा महसूस हो सकता है.

मानसून में इस तरह सुखाएं अपने गीले कपड़े

मानसून में कपड़े सुखाना एक मुश्किल काम है। इस मौसम के दौरान कई दिनों तक धूप नहीं निकलती है, जिसके कारण कपड़े ठीक से नहीं सूखते और इनमें से बदबू आने लगती है। वैसे कुछ लोग तो वॉशिंग मशीन ड्रायर की मदद से कपड़े सुखाकर इस समस्या से छुटकारा पा लेते हैं, लेकिन जिनके पास ड्रायर नहीं है, उनके लिए मानसून में कपड़े सुखाना मुश्किल हो जाता है। ऐसे ही लोगों के लिए आज हम कुछ टिप्स लेकर आए हैं।

कपड़ों के लिए स्टैंड का करें इस्तेमाल

कपड़े सुखाने के स्टैंड की मदद से आप मानसून के दौरान अपने गीले कपड़ों को आसानी से सुखा सकते हैं। दरअसल, इस घर के अंदर किसी भी कमरे में रखा जा सकता है और इसमें कपड़ों को टांगकर पंखे के नीचे आसानी से सुखाया जा सकता है। बस जब भी आपको लगे कि धूप निकलने की कोई संभावना नहीं है तो कपड़े धोने के बाद उन्हें कपड़े के स्टैंड पर लटका दें ताकि यह पूरी तरह से सूख जाएं।

घर की अंदरूनी नमी को करें नियंत्रित

मानसून के दौरान घर के अंदर काफी नमी हो जाती है, जिसके कारण आपका स्वास्थ्य प्रभावित हो सकता है और कमरे में सुखाएं गए गीले कपड़ों को सूखने में काफी समय लग सकता है। वहीं, अगर घर के अंदर की नमी नियंत्रण में होगी तो यह आपकी सेहत के लिए अच्छा है और इससे गीले कपड़े भी जल्दी सूखेंगे। इसके लिए बेहतर होगा कि आप अपने घर में एक एयर प्यूरीफायर का इस्तेमाल करें।

आयरन का करें इस्तेमाल

आमतौर पर आयरन का इस्तेमाल सूखे कपड़ों से सिलवटें हटाने के लिए किया जाता है, लेकिन जब बारिश में कपड़े सुखाने हों तो भी आप आयरन का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके इस्तेमाल से कमरे में सुखाएं गए कपड़ों में बची हुई नमी कम हो जाएगी। अगर आपकी कोई जींस या फिर कोई भी मोटा कपड़ा कहीं से गीला रहा गया है तो आप उन्हें आयरन करके आसानी से सुखा सकते हैं।

हेयर ड्रायर आएगा काम

अगर आपकी आयरन खराब है तो आप अपने हल्के गीले कपड़ों को सुखाने के लिए हेयर ड्रायर का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले कपड़े को हैंगर में टांग दें और फिर कपड़े पर धीरे-धीरे हेयर ड्रायर को फिराएं। ध्यान रखें कि हेयर ड्रायर हीट मोड पर होना चाहिए न कि कोल्ड मोड पर क्योंकि कोल्ड मोड से कपड़े को सुखने में काफी समय लग सकता है। यकीनन इससे आपके कपड़े कुछ ही मिनटों में सूख जाएंगें।

परेशानी बनते प्रश्नपत्र लीक होने के मामले

-प्रियंका सौरभ

जब किसी प्रतियोगी परीक्षा का प्रश्नपत्र लीक होता है तो परीक्षार्थियों के साथ परिजनों के सपने भी चकनाचूर होते हैं। ऐसी घटनाओं से एक उन्नत, समृद्ध, सुशिक्षित एवं सशक्त राष्ट्र एवं समाज बनने- बनाने का हमारा सामूहिक स्वप्न और मनोबल टूटता है। इससे युवाओं के भीतर व्यवस्था के प्रति असंतोष एवं निराशा की स्थायी भावना घर करती है। शासन का प्रभाव कम होता है और व्यवस्था से आमजन का मोहभंग होता है। नौजवानों के लिए प्रतियोगी परीक्षाएं न केवल उज्ज्वल भविष्य का,अपितु कई बार अस्तित्व का भी प्रश्न बन जाती हैं। इसके साथ ही सरकार की विश्वसनीयता संकट में पड़ती है। प्रश्नपत्र लीक करवाने के मामले में कई बार बड़े- बड़े कोचिंग केंद्रों एवं संचालकों की भी संलिप्तता पाई जाती है। नकल आज एक देशव्यापी कारोबार बनता जा रहा है, जिसके कई लाभार्थी और अंशधारक हैं। राजनेता से लेकर अधिकारी तक, प्रश्नपत्र निर्माता से लेकर समन्वयक तक, परीक्षा आयोजित कराने वाली संस्थाओं और आयोगों से लेकर परीक्षा केंद्रों तक की संदिग्ध भूमिका या मिली भगत से इन्कार नहीं किया जा सकता।

प्रश्नपत्र लीक होने में मैनुअल हैंडलिंग और सुरक्षा चूक प्रमुख कारण हैं। प्रश्नपत्रों की छपाई और वितरण की पारंपरिक विधि में कई टचपॉइंट शामिल होते हैं, जहां सुरक्षा से समझौता किया जा सकता है। उदाहरण के लिए- 2020 में, मैनुअल हैंडलिंग गलती के कारण बिहार लोक सेवा आयोग की परीक्षाओं के दौरान एक महत्वपूर्ण गलती हुई। संगठित अपराध में संलिप्तता से आपराधिक गिरोह परीक्षा प्रणाली की कमजोरियों का फायदा उठा कर आर्थिक लाभ कमाते हैं। उदाहरण के लिए, राजस्थान में कई परीक्षाओं के प्रश्नपत्र लीक करने वाले एक गिरोह का भंडाफोड़ किया गया, जिससे करोड़ों का अवैध राजस्व अर्जित हुआ।

तकनीकी कमजोरियां बताती हैं कि खराब सुरक्षा वाले डिजिटल सिस्टम को हैक किया जा सकता है, जिससे इलेक्ट्रॉनिक लीक हो सकता है। उदाहरण के लिए, मेडिकल प्रवेश परीक्षा के प्रश्नपत्र हैक किए गए ईमेल पोस्ट के माध्यम से लीक हो गए, जिससे व्यापक वितरण हुआ। परीक्षा अधिकारी या कर्मचारी कभी- कभी वित्तीय लाभ के लिए पेपर लीक करने के लिए बाहरी पक्ष के साथ सहयोग करते हैं। उदाहरण के लिए, 2023 में राज्य भर्ती परीक्षाओं के लिए प्रश्नपत्र लीक करने में शामिल होने के लिए कई अधिकारियों को गिरफ्तार किया गया था। प्रश्नपत्र लीक रोकने के लिए आज हमें उन्नत सुरक्षा प्रोटोकॉल की आवश्यकता है। भौतिक उपयोगकर्ताओं के लिए छेड़छाड़ रोधी ट्रैकिंग और सुरक्षित परिवहन सुविधाओं का उपयोग करना जरुरी है। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड ने डेटाबेस डिजिटल संसाधनों का उपयोग शुरू किया है, जो केवल परीक्षा परिणामों पर अधिकृत कर्मियों के लिए आसान हैं। सुरक्षित प्रश्नपत्र प्रबंधन और वितरण के लिए ब्लॉकचेन प्रौद्योगिकी का उपयोग करना फायदेमंद हो सकता है। सख्त कानूनी ढांचा लीक में शामिल व्यक्तियों के लिए कठोर दंड का प्रावधान कर सकता है।

प्रश्नपत्र लीक होने से उत्पन्न असुविधा और अनियमितता छात्रों में तनाव और चिंता को काफी हद तक बढ़ा देती है, जिससे उनकी मानसिक स्थिति और परीक्षा में प्रदर्शन प्रभावित होता है। जिन छात्रों ने कड़ी मेहनत की है, उन्हें लग सकता है कि उनकी उपलब्धियों को कम आंका गया है, जिससे शिक्षा प्रणाली और उनकी अपनी क्षमता में आत्मविश्वास की कमी हो सकती है। पेपर लीक की बार- बार होने वाली घटनाएं छात्रों को हताश कर सकती हैं, जिससे उन्हें अपने भविष्य की संभावनाओं और योग्यता- आधारित सफलता के मूल्य के बारे में मोहभंग होने लगता है। बिहार में राज्य स्तरीय प्रवेश परीक्षाओं के कई लीक के बाद, कई छात्र निराश महसूस करने लगे और शिक्षा प्रणाली की निष्पक्षता में विश्वास खो दिया। छात्रों की शैक्षणिक योजनाएं परीक्षा में बैठने की आवश्यकता से बाधित होती हैं, जिससे अतिरिक्त तनाव पैदा होता है। प्रश्न पत्र लीक होने सेकण्डरी विश्वास और परीक्षा में विश्वास की हानि होती है,जिससे छात्रों और सेवाओं में अविश्वास पैदा होता है। छात्रों पर इस मनोवैज्ञानिक प्रभाव को कम करने के लिए परामर्श और सहायता सेवाएं समय की मांग हैं । लीक से प्रभावित छात्रों को मनोवैज्ञानिक सहायता और परामर्श प्रदान करना अत्यंत जरूरी है। छात्रों को तनाव से बचाने के लिए स्थानीय प्रश्न पत्रों की गोपनीयता और परीक्षा तिथियों तक उनकी सुरक्षा जरूरी है। प्रश्नपत्र लीक होने की निरंतर घटनाएं प्रतियोगी परीक्षाओं की वास्तविकता को कमजोर करती हैं और छात्रों के लिए काफी तनाव का कारण बनती हैं। (ये लेखक के अपने विचार हैं)

वैधानिक सूचना

सुविज्ञ पाठकों से आग्रह है कि इस समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन में दिए गए तथ्यों, शर्तों और दावों के प्रति वह खुद भी आश्वस्त हो लें। पाठकों से आग्रह है कि वह प्रकाशित विज्ञापन से प्रभावित होकर कोई कदम उठाने से पहले अपने स्तर पर भी स्वयं के संतुष्ट होने तक संपूर्ण व्यावहारिक जानकारी कर लें। भविष्य में किसी भी प्रकाशित विज्ञापन व लेख में निहित दावों या शर्तों को लेकर पाठकगण को कोई असुविधा या परेशानी होती है तो *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

-प्रबंधक विज्ञापन

माथे पर होने वाले मुंहासों को हटाने के लिए अपनाएं ये 5 असरदार टिप्स

ज्यादातर लोगों को गर्मी के महीनों में माथे पर छोटा-छोटे चकत्ते होने लगते हैं, जो असल में मुंहासें होते हैं। आमतौर पर ये मुंहासें तैलीय त्वचा की वजह से होते हैं, लेकिन इनके पीछे अन्य कारण भी हो सकते हैंतनाव, पसीना निकलने, मसालेदार खाना खाने और गलत उत्पादन इस्तेमाल करने से भी माथे पर दाने निकल सकते हैं।आप त्वचा की देखभाल करने के लिए और इन मुंहासों को ठीक करने के लिए ये असरदार टिप्स अपना सकते हैं।

सिर में तेल न लगाएं

बालों पर लगाने वाले तेलों में भारी मात्रा में कॉमेडोजेनिक तत्व होते हैं। ये रोमछिद्रों को बंद करते हैं और तैलीयपन को बढ़ा देते हैं, जिससे माथे पर मुंहासें होने लगते हैंडॉक्टर सलाह देते हैं की बालों में तेल लगाने के बाद उसे 2 घंटे रुककर धो लेना चाहिए। साथ ही आप हल्के नॉन-कॉमेडोजेनिक तेलों का चयन करें और उन्हें माथे के आसपास लगाने से बचेंगर्मियों में बालों में तेल लगाने से आपको ये लाभ मिल सकते हैं।

डैंड्रफ का इलाज करें

डैंड्रफ माथे पर होने वाले मुंहासों को बढ़ा सकता है, क्योंकि यह खोपड़ी में अतिरिक्त तेल उत्पादन और सूजन का कारण बनता हैऐसे में मुंहासों को प्रभावी ढंग से नियंत्रित करने के लिए सबसे पहले आपको डैंड्रफ का इलाज करना चाहिए।डैंड्रफ से छुटकारा पाने के लिए केटोकोनाजोल, जिंक पाइरिथियोन या कोल टार जैसे सक्रिय तत्वों वाले एंटी-डैंड्रफ शैंपू का इस्तेमाल करेंइन शैंपू के नियमित उपयोग से माथे पर होने वाले मुंहासे कम होने लगेंगे।

माथे पर बाल न आने दें

लगातार माथे पर आने वाले बालों में गंदगी, पसीना, तेल और बैक्टीरिया फंस सकते हैं। इनके कारण माथे पर मुंहासें निकलने लगते हैंइस जोखिम को कम करने के लिए अपने बालों को इस तरह से स्टाइल करें कि वे आपके माथे से दूर रहें। आप चोटी बना सकती हैं या छोटे बालों को चिमटी लगाकर पीछे कर सकती हैं।आपके हेयरस्टाइल में यह साधारण बदलाव त्वचा पर तेल और बैक्टीरिया के प्रसार को कम कर सकता है।

बेंजोयल पेरोक्साइड क्रीम का इस्तेमाल करें

बेंजोयल पेरोक्साइड मुंहासों से लडने़ वाला एक शक्तिशाली घटक है, जो मुंहासे पैदा करने वाले बैक्टीरिया को मारता है। साथ ही यह सूजन को कम करके त्वचा की सतह से अतिरिक्त तेल को हटा सकता है।माथे के मुंहासों से प्रभावित क्षेत्रों पर बेंजोयल पेरोक्साइड क्रीम की एक पतली परत लगाएं। इसे गुनगुने पानी से धोने से पहले लगभग 30 मिनट के लिए छोड़ दें।यह मुंहासों के कारण होने वाली जलन को भी कम कर सकती है।

जेल आधारित मॉइस्चराइजर लगाएं

माथे पर होने वाले मुंहासों का इलाज करने और त्वचा को हाइड्रेटेड रखने के लिए मॉइस्चराइजर लगाना जरूरी होता है। हालांकि, गर्मियों में गाढ़े मॉइस्चराइजर लगाने से अधिक दाने निकलने शुरू हो जाते हैंऐसे में आप एक हल्का और नॉन-कॉमेडोजेनिक जेल आधारित मॉइस्चराइजर चुनें, जो छिद्रों को बंद नहीं करेगा। अपने माथे और चेहरे के बाकी हिस्सों पर दिन में 2 बार जेल मॉइस्चराइजर लगाएं।पुदीने की पत्तियों से बने फेस पैक से भी मुंहासे ठीक हो सकते हैं।

शब्द सामर्थ्य -133

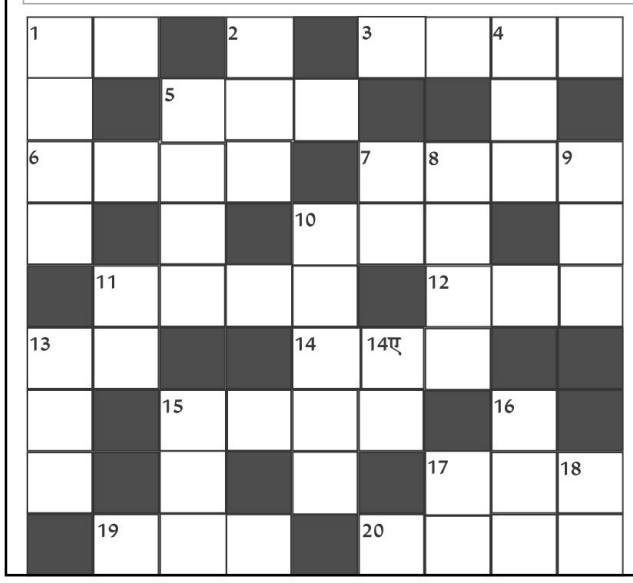
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक132का हल

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

थलपति विजय की फिल्म ग्रेटेस्ट ऑफ ऑल टाइम का नया गाना चिन्ना चिन्ना कंगल जारी

साउथ सुपरस्टार विजय इन दिनों अपनी बहुप्रतीक्षित फिल्म गोट- ग्रेटेस्ट ऑफ ऑल टाइम को लेकर चर्चा में बने हुआ हैं। फिल्म का क्रेज दर्शकों के बीच अभी से छाया हुआ है। फिल्म के बारे में दर्शकों को आए दिन नई जानकारियां मिल रही हैं, जो उनका उत्साह बढ़ा रही है। बीते दिन फिल्म के दूसरे गाने का प्रोमो जारी किया गया था, जिसके बाद से गाने के रिलीज होने का इंतजार प्रशंसकों द्वारा किया जा रहा था। आखिरकार अब फिल्म का दूसरा गाना रिलीज हो चुका है।

विजय की ग्रेटेस्ट ऑफ ऑल टाइम उर्फ गोट का दूसरा गाना चिन्ना चिन्ना कंगल रिलीज किया गया। अभिनेता के 50वें जन्मदिन के अवसर पर प्रशंसकों को खास तोफहा मिला है। इस विशेष ट्रैक में दिवंगत पार्श्व गायिका भवतारिणी की एआई-जनरेटेड आवाज है, जो उनके लिए अभिनेता के जन्मदिन पर श्रद्धांजलि भी है। गोट के निर्माताओं ने चिन्ना चिन्ना कंगाल का गीतात्मक वीडियो जारी किया। दिलचस्प बात यह है कि इस गाने को खुद अभिनेता विजय ने गाया है।

भवतारिणी के भाई और गायक-संगीतकार युवान राजा ने एक्स पर एक भावनात्मक नोट साझा करते हुए गीत के निर्माण को याद किया। उन्होंने लिखा, ग्रेटेस्ट ऑफ ऑल टाइम का दूसरा सिंगल मेरे लिए बहुत खास है। इस भावना को शब्दों में बयां नहीं किया जा सकता। जब हम बैंगलोर में इस गाने की रचना कर रहे थे, विजय और मुझे लगा कि यह गाना मेरी बहन के लिए है और उस समय मैंने सोचा कि एक बार जब वह ठीक हो जाएगी और अस्पताल से बाहर आ जाएगी तो हम उसकी आवाज रिकॉर्ड कर सकते हैं, लेकिन एक घंटे बाद मुझे खबर मिली कि वह अब नहीं रहीं। मैंने कभी नहीं सोचा था कि मैं उनकी आवाज का इस तरह इस्तेमाल करूंगा। मैं अपनी संगीत टीम और इस प्रक्रिया में शामिल सभी लोगों का ईमानदारी से शुक्रिया अदा करना चाहता हूं। यह मेरे लिए बहुत ही कड़वा पल है।

गोट विजय की 68वीं फिल्म है। यह फिल्म एजीएस एंटरटेनमेंट प्रोडक्शन के बैनर तले बन रही है। कहा जा रहा है कि यह एक एक्शन-आधारित विज्ञान-फाई फिल्म होगी। फिल्म के ट्रेलर पर फिलहाल कोई भी अपडेट देने से निर्माता बच रहे हैं। उनका कहना है कि टीजर या ट्रेलर के बारे में अभी कुछ भी कहना जल्दबाजी होगी। फिल्म की शूटिंग तेजी से चल रही है।

वहीं कलाकारों की बात करें तो इस फिल्म में विजय के अलावा माइक मोहन, प्रशांत, प्रभु देवा, स्नेहा, लैला, जयराम, मीनाक्षी चौधरी और योगी बाबू जैसे कलाकारों की टोली भी शामिल है। फिल्म में वेंकट प्रभु के भाई प्रेमगी, वैभव, अरविंद आकाश और अजय राज हैं। यह फिल्म पांच सितंबर को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

रोमांटिक कॉमेडी फिल्म त्रिशा ऑन द रॉक्स, कहानी में है दम, किरदारों से हो जाएगा प्यार

कृष्णदेव याग्निक की त्रिशा ऑन द रॉक्स एक मनोरंजक रोमांटिक कॉमेडी है। इसे गुजराती और हिंदी दोनों भाषाओं में रिलीज किया गया है। फिल्म में खूबसूरत किरदार और आकर्षक कहानी दर्शकों को काफी पसंद आ रही है।

फिल्म की कहानी त्रिशा (जानकी बोड़ीवाला) और विशाल (रवि गोहिल) के इर्द-गिर्द घूमती है। त्रिशा जहां जिंदादिल इंसान है और अपनी लाइफ को फुल एन्जॉय करती है, वहीं विशाल शांत व्यवहार का है। दोनों के रिश्ते को बखूबी ढंग से दिखाया गया है, उनकी केमिस्ट्री दर्शकों को आकर्षित करेगी।

जानकी बोड़ीवाला ने त्रिशा के किरदार बेहतरीन तरीके से निभाया है। उन्होंने अपने किरदार में जो एनर्जी दिखायी है, वाकई सराहनीय है। उनकी दमदार एक्टिंग को बराबर की टक्कर देते हुए एक्टर रवि गोहिल ने भी विशाल की भूमिका में जान भरने का काम किया है।

दोनों के बेहतरीन परफॉर्मेंस के चलते स्क्रीन पर रोमांटिक जोड़ी दिखाई दी। सपोर्टिंग रोल में हितेन कुमार ने भी अपने किरदार के साथ पूरा न्याय किया और कहानी में हास्य जोड़ा।

कृष्णदेव याग्निक ने कमाल का निर्देशन किया है। फिल्म में दिल को छू लेने वाले पलों को बेहद खूबसूरती से पेश किया गया है। फिल्म की कहानी को इस तरह से आगे बढ़ाया है कि दर्शक फिल्म को देखते समय बोर नहीं होंगे। प्रतीक परमार की सिनेमैटोग्राफी ने फिल्म को दिलचस्प बनाने में अहम भूमिका निभाई है।

वहीं बात करें, त्रिशा ऑन द रॉक्स के म्यूजिक की तो यह आपके दिल को छू लेगा। आप म्यूजिक सुनकर कहानी से खुद को आसानी से कनेक्ट कर पाएंगे। साउंडट्रैक इमोशन्स को महसूस करने में मदद करेगा, जिससे फिल्म देखने का एक्सपीरियंस और भी ज्यादा मजेदार होगा।

कुल मिलाकर, त्रिशा ऑन द रॉक्स के बारे में यह कहना कि यह दिल को छू लेने वाली और एंटरटेनिंग रोमांटिक कॉमेडी है, गलत नहीं होगा। यह कलाकारों के शानदार परफॉर्मेंस और अच्छी तरह से तैयार की गई कहानी के चलते काफी अलग है। यह कॉमेडी, रोमांस और दिल को छू लेने वाले पलों का एक बेहतरीन मिश्रण है, जो दर्शकों के दिलों पर छाप छोड़ेगी।

अगर आप किसी ऐसी फिल्म की तलाश में हैं, जो आपको अच्छा एक्सपीरियंस दे और उसकी कहानी आपके सीधे दिल को छू जाए, तो त्रिशा ऑन द रॉक्स परफेक्ट ऑप्शन है।

यह गुजरात की नई युवा संस्कृति पर एक मॉडर्न कहानी है।

फैशन ट्रेंड का अनुसरण करने वाले लोग वे होते हैं जिनका अपना कोई स्टाइल नहीं होता: अनुष्का चौहान

अभिनेत्री अनुष्का चौहान ने साझा किया कि आपके फैशन से यह पता चलना चाहिए कि आप कौन हैं, और कहा कि इसे मौलिक बनाए रखना कितना महत्वपूर्ण है, उन्होंने कहा कि जो लोग फैशन के रुझानों का अनुसरण करते हैं, वे वे लोग होते हैं, जिनका अपना कोई फैशन स्टाइल नहीं होता।

अपने फैशन स्टेटमेंट के बारे में बात करते हुए, अनुष्का, जो वर्तमान में शो कृष्णा मोहिनी में दिखाई दे रही हैं, ने कहा- फ़ैशन एक त्वरित भाषा है। जब मानव संपर्क इतना त्वरित होता है, तो यह ज़ोर से कहना महत्वपूर्ण होता है कि आप क्या दर्शाते हैं और आप कैसे दिखना चाहते हैं। यह सिर्फ़ इतना ही नहीं है कि आप क्या पहनते हैं या क्या एक्सेसरीज़ पहनते हैं, यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप कहाँ से आते हैं, आप किस पर विश्वास करते हैं और आप कहाँ जा रहे हैं।

रोमांटिक वेब सीरीज कैंपस बीट में माया के रूप में नजर आने वाली दिवा ने आगे बताया जो लोग फैशन के रुझानों का अनुसरण करते हैं, वे ऐसे लोग होते हैं, जिनका अपना कोई फैशन स्टाइल नहीं होता। आप अपनी पहचान खो देते हैं। फैशन के रुझान हमेशा पर्यावरण के अनुकूल नहीं होते।

अगर ट्रेंड के बारे में अपडेट रहना अच्छा है, तो अनुष्का ने कहा- हां, लेकिन आप जो पहनते हैं, वह आपके फैशन स्टाइल और ट्रेंडिंग का मिश्रण होना चाहिए। मुझे नहीं लगता कि एक कलाकार के तौर पर मुझे कभी भी ट्रेंड का अनुसरण करने की ज़रूरत महसूस हुई, लेकिन मैं निश्चित रूप से ट्रेंडसेटर बनना चाहती हूं।

जब उनसे पूछा गया कि क्या वह ऐसे किरदार को निभाने में सहज हैं, जिसका फैशन सेंस उनके लुक के विपरीत हो, तो अनुष्का ने कहा- मैं जीवन और जीवनशैली के किसी भी सेगमेंट या स्थिति से आने वाले किसी भी तरह के किरदार को निभाने के लिए तैयार हूं। चाहे वह साउथ बॉम्बे की लडक़ी हो या धारावी की लडक़ी, यह ऐसा विषय भी नहीं है जो किसी भूमिका का चयन करते समय मेरे दिमाग में आता है। अनुष्का ने कहा, हम स्क्रीन पर जो भी निभाते हैं, वह हमारे किरदार का सच्चा चित्रण होता है। लेकिन हमें इससे बाहर निकलकर अपनी ज़िंदगी को वैसे ही जीना चाहिए जैसा हम जीना चाहते हैं, क्योंकि अन्यथा यह प्रदर्शन कला और सिनेमा की खूबसूरती को खत्म कर देगा। अगर उन्हें लगता है कि फैशन में कोई हद से ज़्यादा जा सकता है, तो अनुष्का ने कहा- मैं इसे क्लासी और सिंपल रखना पसंद करती हूँ, कुछ ऐसा जो यह दर्शाता हो कि मैं क्या हूँ। यह एक स्टेटमेंट होना चाहिए। लेकिन एक चीज़ जो मैं बिल्कुल नहीं पहनूँगी, वह है ब्लैक ड्रेस। अगर आप खुद हैं, तो हद से ज़्यादा कुछ नहीं कहा जा सकता। लेकिन, यह समझदारी से कहा गया है कि जब रोम में हों, तो रोमनों की तरह बनें। मैं अपने स्टाइल के साथ अवसर और जगह के हिसाब से कुछ पहनने की कोशिश करती हूँ।

रेड बॉडीकोन आउटफिट पहन पलक तिवारी ने दिखाया हॉट अवतार

पलक तिवारी अक्सर अपनी लेटेस्ट तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर फैंस को हुस्न का कायल कर देती हैं। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर आते ही बवाल मचाने लगता है। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट हॉट लुक से एक बार फिर से सोशल मीडिया का टैम्परेचर बढ़ा दिया है। इन तस्वीरों में उनका स्टनिंग अंदाज देखकर फैंस आहें भरने लगे हैं।

टीवी एक्ट्रेस श्वेता तिवारी की बेटी पलक तिवारी आज किसी भी पहचान की मोहताज नहीं हैं। उन्होंने अपने बोल्ड लुक से फैंस को इस कदर दीवाना किया है कि लोगों की नजरें उन पर से हटने का नाम नहीं लेती है।

हाल ही में एक्ट्रेस श्वेता तिवारी ने अपने लेटेस्ट बोल्ड फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर फैंस के बीच साझा की हैं।

इन तस्वीरों में उन्होंने रेड कलर की बॉडीकोन ड्रेस पहनी हुई है, जिसमें वो एक से बढक़र एक कातिलाना अंदाज में कहर ढाती हुई नजर आ रही हैं।

बता दें एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम अकाउंट पर पोस्ट करती हैं तो फैंस अक्सर उनकी हर एक फोटोज पर दिलखोलकर लाइक्स और कॉमेंट्स करते हैं।

पलक तिवारी की बेटी की गिनती भी बॉलीवुड की खूबसूरत और यंग एक्ट्रेसेस में होती है। वो अक्सर अपने पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ को लेकर चर्चाओं में रहती हैं। कानों में इयररिंग्स, ओपन हेयर और न्यूड मेकअप कर के एक्ट्रेस पलक तिवारी ने अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है।एक्ट्रेस की इन तस्वीरों को इंस्टाग्राम पर पोस्ट हुए कुछ ही घंटे हुए हैं और अब तक 52 हजार से भी ज्यादा यूजर्स ने फोटोज पर लाइक कर दिया है।

गर्मी के बढ़ते प्रकोप अधिकांश देश त्रस्त

भारत डोगरा

जलवायु बदलाव के इस दौर में बढ़ती गर्मी के प्रकोप से दुनिया के अधिकांश देश त्रस्त हैं, पर अधिक विकट स्थिति गरीब देशों की है। इसी तरह यदि आंतरिक स्तर पर देखें तो विभिन्न देशों, शहरों और गांवों में गर्मी का सबसे अधिक प्रकोप सबसे निर्धन लोगों को झेलना पड़ता है।

बढ़ती गर्मी के द्योतक के रूप में प्राय: तापमान के आंकड़े प्रस्तुत किए जाते हैं और ये हमें काफी निश्चित तौर पर बताते हैं कि बहुत से स्थानों पर हाल के वर्षो और दशकों में गर्मी का प्रकोप बढ़ गया है। तिस पर जहां हरियाली कम हुई है, सीमेंट-कंक्रीट का जाल बढ़ा है, वहां बढ़ती गर्मी का असर और भी घातक रूप में नजर आ रहा है। इस बारे में अनेक अध्ययन भी उपलब्ध हैं।

दूसरी ओर, गर्मी के बढ़ते प्रकोप का एक ऐसा पक्ष भी है जो अति महत्तपूर्ण होते हुए भी अपेक्षाकृत उपेक्षित है।

यह है आर्थिक-सामाजिक विषमता का पक्ष। जिस समाज, नगर या गांव में अधिक विषमता और अधिक असमानता होगी, वहां ऐसे साधनहीन परिवारों का प्रतिशत भी अधिक होगा जो जलवायु बदलाव के दौर में बढ़ती गर्मी के प्रकोप और अन्य तरह के प्रतिकूल मौसम के दुष्परिणामों को सहने में कम सक्षम हैं। जहां गर्मी के बढ़ते प्रकोप और लू के थपेड़ों के बीच साधन-संपन्न व्यक्ति अपने बचाव और आराम के विभिन्न उपाय करने में समर्थ है, वहां निर्धन परिवारों के लिए यह संभव नहीं है और अनेक दिहाड़ी मजदूर परिवार के लिए रोटी और बुनियादी जरूरतों की व्यवस्था के लिए घोर गर्मी में भी मजदूरी ढूंढने के लिए मजबूर हैं। यह स्थिति गांवों और शहरों, दोनों जगह देखी जा सकती है। पुरुष ही नहीं, अनेक स्थानों पर तो महिला मजदूर भी गर्मी का बहुत प्रकोप झेल रही हैं।

जहां किसानों और स्व-रोजगार वालों के लिए कम से कम यह संभव है कि वे अपने काम के घंटों को गर्मी से बचाव की दृष्टि से बदल लें, पर अनेक मजदूरों के लिए यह निर्णय भी अपने स्तर पर लेना संभव नहीं है। अत: यह बहुत जरूरी है कि विशेषकर खुले क्षेत्र में और अधिक गर्मी की स्थिति में कार्य करने वाले मजदूरों की रक्षा के लिए विशेष कदम सरकार उठाए। देश में गर्मी के अधिक प्रकोप के रूप में चर्चित क्षेत्रों में बुदेलखंड का नाम विशेष तौर पर लिया जाता है। यहां तापमान बहुत ज्यादा रहा है और कई दिनों तक लगातार 42 सेंटीग्रेड से 49 सेंटीग्रेड के बीच रहा। इसके अतिरिक्त, नदियों और अन्य जल-स्रेतों के सिकुडऩे या लुप्त होने, अंधाधुंध बालू और पत्थर के खनन, वृक्षों की कटाई, सिमटते वनों के कारण भी इस क्षेत्र में गर्मी का प्रकोप बढ़ता जा रहा है। घर-घर में नल तो लग गए हैं पर इसके बावजूद जल-संकट तो बना हुआ है।

इस क्षेत्र में गर्मी के विकट प्रकोप के दिनों में जब हाल ही में यह लेखक दूर-दूर के गांवों में गया तो यही सच्चाई बार-बार उभर कर सामने आई कि जहां सामाजिक विषमता और अन्याय है, दबंगी और सामंतशाही का असर अधिक है, वहां एक ओर तो सामान्य समय में ही निर्धन और जनसाधारण अधिक समस्याओं से त्रस्त होते हैं और गर्मी के बढ़ते प्रकोप और प्रतिकूल मौसम के दौर में उनकी समस्याएं और भी बढ़ जाती हैं। जब सुबह 9-10 से ही गर्मी बहुत बढऩे लगती थी तो खुले में निर्माण कार्य या कृषि कार्य दिन-भर करने की हिम्मत कोई कैसे जुटा सकता है? तिस पर यदि दोपहर में छाया में विश्राम और ठंडे पानी की सुविधा भी सही ढंग से उपलब्ध न हो तो स्थिति और भी विकट हो जाती है। फिर भी मजबूरी में, पेट भरने के लिए बहुत विकट स्थितियों में भी मजदूरी जारी रहती है। प्राय: शहरों के दिहाड़ी मजदूरों को नाकों या चौकों पर बहुत समय तक गर्मी में मजदूरी का इंतजार करना पड़ता है, तभी उनको दिहाड़ी के कार्य पर लिया जाता है।

अनेक मजदूर आसपास के गांवों से भी शहरों में दिहाड़ी की मजदूरी के लिए जाते हैं, फिर चाहे गर्मी का प्रकोप कितना भी अधिक हो। ऐसा ही एक मात्र 18 वर्ष का बहुत सीधा-सादा दलित भूमिहीन युवक रत्नेश जब जून के प्रथम सप्ताह में अपने गांव से बांदा नगर की ओर मजदूरी के लिए जा रहा था, तो उसे गांव के दबंगों ने इस आधार पर रोका-टोका और गाली-गलौज की कि उसे उनके यहां मजदूरी करने के लिए मजबूरन जाना पड़ेगा। जब रत्नेश ने कहा कि वह उनके यहां नहीं जा सकता है तो पत्थरों से हमला कर उसे बेहद निर्दयता से मार दिया गया। इस तरह की बेहद दर्दनाक घटनाओं से पता चलता है कि आज भी सबसे निर्धन परिवारों पर सामंतशाही कितना जोर-जुल्म करती है। गर्मी का प्रकोप बढ़ जाने पर जब मजदूर मिलने में कठिनाई होने लगती है जो मजदूर प्राप्त करने के लिए इस तरह की जोर-जबरदस्ती और दबाव भी बढ़ सकते हैं।

जलवायु बदलाव और बढ़ते ताप पर दुनिया भर में विमर्श तेज हो रहा है। पर इस विमर्श में न्याय और विषमता के महत्त्वपूर्ण मुद्दों को समुचित स्थान नहीं मिल रहा है। अब समय आ गया है कि इन मुद्दों में समता और न्याय का समुचित समावेश हो। विशेषकर गर्मी के प्रकोप के संदर्भ में देखें तो स्पष्ट नीति बननी चाहिए कि जो मजदूर और मेहनतकश गर्मी के प्रकोप से सबसे अधिक संकटग्रस्त हैं और उनकी विशेष सहायता के लिए असरदार कदम उठाए जाएं और उन्हें कार्यस्थल पर गर्मी से बचाव की जरूरी सुविधाएं उपलब हों। केवल निर्देश जारी करना भर पर्याप्त नहीं है। कई बार सरकारी निर्देश जारी हो जाते हैं पर जमीनी स्तर पर उनका असर नजर नहीं आता। यह बहुत से लोगों के जीवन का सवाल है और इसलिए इस बारे में तो असरदार कार्यवाही होनी ही चाहिए।

शहरी संदर्भ में देखें तो बेघर लोगों की सहायता के लिए अधिक प्रयास जरूरी हैं। पहले बेघरों की समस्याओं को मुख्य रूप से अधिक सर्दी के दिनों के संदर्भ में समझा गया और उनके आश्रय के लिए विश्व अभियान भी सर्दी के दिनों में ही चलते रहे पर जिस तरह की भीषण गर्मी का प्रकोप अब देखा जा रहा है, तो बेघर लोगों के लिए या गांव से कुछ समय के लिए शहर आए लोगों के लिए गर्मी के दिनों में भी रात हो या दोपहर, आश्रय स्थलों की जरूरत है। देश के बड़े भाग में अधिक सर्दी तो अब चंद सप्ताहों तक सिमट कर रह गई है, जबकि अधिक गर्मी का प्रकोप वर्ष के अधिकांश समय में छाया रहता है। बदलती स्थितियों के अनुसार ही सरकारी नीतियों और कार्यक्रमों में भी बदलाव होने चाहिए और शहरी क्षेत्र हो या ग्रामीण, अब यह स्पष्ट हो रहा है कि निर्धन वर्ग और मेहनतकश वर्ग की गर्मी से प्रकोप से रक्षा के लिए विशेष प्रयासों की आवश्यकता बढ़ती जा रही है।

मुंज्या ने दुनियाभर में पार किया 100 करोड़ रुपये की कमाई का आंकड़ा

शरवरी वाघ और अभय वर्मा की हॉरर कॉमेडी फिल्म 'मुंज्या' की बॉक्स ऑफिस पर बादशाहत बरकरार है. फिल्म रिलीज के पहले दिन से टिकट काउंटर पर कब्जा किए हुए है. इस फिल्म को दर्शकों से भरपूर प्यार मिल रहा है और इसी के साथ 'मुंज्या' ने रिलीज के तीसरे वीकेंड पर भी बॉक्स ऑफिस पर गर्दा उड़ा दिया है.

फिल्म मुंज्या का खुमार तीसरे सप्ताह में भी दर्शकों के सिर चढक़र बोल रहा है।इस फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर निर्माताओं की उम्मीद से बेहतरीन प्रदर्शन किया है।मुंज्या को महज 30 करोड़ रुपये की लागत में बनाया गया है। वहीं दुनियाभर में यह फिल्म 100 करोड़ी बन गई है।

निर्माताओं ने खुद इस खबर की जानकारी दी है। उन्होंने फिल्म का पोस्टर साझा कर अपनी खुशी जताई।उन्होंने लिखा, मुंज्या ने हंसते हुए और डराते हुए 100 करोड़ का आंकड़ा पार किया। ऐतिहासिक तीसरे वीकेंड के लिए आपका धन्यवाद। हम आपके बिना ऐसा नहीं कर पाते। अभी टिकट बुक करें।मुंज्या का निर्देशन आदित्य सरपोतदार ने किया है, दिनेश विजान इस फिल्म के निर्माता हैं।वरुण धवन भी इस फिल्म में नजर आए हैं।

हॉरर कॉमेडी फिल्म 'मुंज्या' को कार्तिक आर्यन की 'चंदू चैंपियन' और पश्मिना रोशन की 'इश्क विश्क रिबाउंड' से टक्कर मिल रही है लेकिन 'मुंज्या' इन दोनों फिल्मों पर ही भारी पड़ रही है. इस फिल्म ने 17वें दिन तो बंपर कमाई की और इसी के साथ ये फिल्म 103 करोड़ के कलेक्शन के साथ 100 करोड़ के क्लब में शामिल होने वाली फिल्म बन हई है.

सू- दोकू क्र.133

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.132 का हल

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

रेल दुर्घटनाओं की रोकथाम कैसे ?

अजय दीक्षित

छोटी-छोटी रेल दुर्घटनाओं की खबर स्थानीय अखबारों में छप जाती है या लोगों को मालूम ही नहीं होता । रेल सेफ्टी से प्राय: ड्राइवर या अधिकारी खिलवाड़ करते हैं । पिछले दिनों मुरैना-आगरा खण्ड पर जाजौ और मनियां के बीच ड्राइवरों को कॉशन था कि बहुत धीमी रफ्तार से गाड़ी चलायें । फिर भी थ्रू ट्रेनों के ड्राइवर 180 की स्पीड से गाड़ी ले गये । भाग्य से कोई दुर्घटनानहीं घटी ।

पिछले दिनों न्यूजलपाईगुड़ी में कंचन चंपा और मालगाड़ी की टक्कर में बड़ी संख्या में यात्री मरे? । इसके साथ ही रेल कर्मचारियों को भी मौत का सामना करना पड़ा ।

कई साल से चर्चा है कि रेलवे %कवच% नाम से सेफ्टी लगा रहा है और इससे रेल की आपस में टक्कर नहीं हो सकेगी । परन्तु जिस तेजी से हाई स्पीड गाडिय़ां चलाई जा रही हैं और ज्यादा किराये वाली सुविधा युक्त गाडिय़ों का नये-नये नामों से संचालन हो रहा है, उतनी तेजी से %कवच% नहीं लगाया जा रहा है । वह जमाना बीत गया जब रेलमंत्री लाल बहादुर शास्त्री ने रेल दुर्घटना होने पर केन्द्रीय कैबिनेट से इस्तीफा दे दिया था ।

यूं वर्तमान रेल मंत्री तुरन्त दुर्घटनास्थल पर पहुंच गये थे परन्तु इससे बचाव के काम में कोई तेजी नहीं आती अपितु रेलमंत्री की सुविधा और सुरक्षा में लगे अधिकारी और कर्मचारी उनके आवभगत में लग जाते हैं तो बचाव कार्य में बाधा ही पड़ती है ।

नये मंत्रिमंडल के गठन के समय जे.डी.यू. ने रेल मंत्रालय की मांग की थी,

उस पर प्रधानमंत्री का कहना था कि जिस तेजी से रेल सेवा का विस्तार और विकास हो रहा है उसमें बहुत सक्षम रेलमंत्री की आवश्यकता है। यदि नितीश कुमार स्वयं रेल मंत्रालय संभालें तो सोचा जा सकता है । वर्तमान रेलमंत्री अश्विनी वैष्णव बहुत कर्मठ और लग्नशील हैं । पिछले कुछ वर्षों में गेज परिवर्तन, तीसरी लाइन, स्टेशनों का विकास और विस्तार रेल सेवा में सुविधा और आराम को लेकर बहुत कुछ किया जा चुका है और आगे भी किया जा रहा है । अब प्रत्येक रेल स्टेशन में स्थानीय उत्पाद की दुकानें खोली जा रही हैं । वेटिंग लिस्ट को कब किया जा रहा है । मध्यम वर्ग व गरीब वर्ग के लिए सस्ती रात्रि कालीन सेवाएं शुरू की जा रही हैं । इसके लिए ऐसे डिब्बों का निर्माण हो रहा है जिसमें ज्यादा स्लीपर होंगे । वंदे भारत ट्रेनों में भी स्लीपर सुविधा का विस्तार किया जा रहा है । परन्तु इन सबसे बढक़र जो ज्यादा जरूरी है वह है रेल सेवा में सुरक्षा ताकि यात्री को भरोसा हो कि वह सकुशल अपने गंतव्य तक पहुंच जायेगा ।

न्यूजलपाईगुड़ी में हुए रेल हादसे के समय कहते हैं सिग्नल काम नहीं कर रहे थे और स्टेशन मास्टर की लिखित आज्ञा से ट्रेन बढ़ रह थी । शायद 15 मिनट के अंतराल पर दोनों ट्रेनों को आज्ञा देने से यह हादसा हुआ हो । त्रिपुरा से सियालदह जा रही इस ट्रेन में 10-15 यात्री मारे गये हैं और बड़ी संख्या में यात्री घायल हैं । कहते हैं कि इस ट्रेन का ड्राइवर और मालगाड़ी का गार्ड भी मारा गया है ।

रेलवे सेफ्टी के अधिकारी अपने काम में लगे हैं परन्तु इससे मरने वाले वापिस नहीं आयेंगे ।

प्रधानमंत्री जी जैसा ध्यान सभी ओर रखते हैं, उनसे विनती है कि कृपया रेलवे सेफ्टी को लेकर अधिकारियों को कड़ा निर्देश दें ताकि भविष्य में कोई रेल हादसा न हो । सभी की नजऱ प्रधानमंत्री मोदी जी की ओर आशा भरी हैं और भविष्य में सुखद परिणाम ही आयेगा ।

बदरीनाथ धाम के रावल ने दिया पद से इस्तीफा, 14 जुलाई से अमरनाथ नंबूदरी करेंगे पूजा। 13 जुलाई को नए रावल का तिलपात्र किया जाएगा और 14 जुलाई को बाल भोग लगाने के बाद नए रावल अमरनाथ नंबूदरी बदरीनाथ मंदिर के मुख्य पुजारी होंगे।

रैणी गांव में आपदा का वायरल वीडियो का शासन ने किया खंडन

संवाददाता

देहरादून। रैणी गांव में आपदा का सोशल मीडिया पर वायरल वीडियो का उत्तराखंड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा खण्डन किया गया है।

आज यहां अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी (प्रशासन) राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण आनन्द स्वरूप ने सोशल मीडिया में वायरल वीडियो का संज्ञान लेते हुए इसका खंडन किया है।

उन्होंने बताया कि रैणी गाँव, जनपद चमोली, आपदा 07 फरवरी, 2021 का एक पुराना वीडियो तेजी से सोशल मीडिया में वायरल हो रहा है, जिससे आम जन मानस में भ्रम की स्थिति उत्पन्न हो रही है। उक्त वायरल वीडियो का वर्तमान मानसून सीजन, 2024 से कोई सम्बन्ध नहीं है, तथा वर्तमान में केवल रामगंगा नदी, जनपद पिथौरागढ़ का जल स्तर खतरे के निशान से 0.10 मीटर ऊपर है एवं गौरी गंगा नदी जनपद, पिथौरागढ़ का जल स्तर खतरे के निशान से 0.20 मीटर ऊपर है किन्तु वर्तमान में इसका ट्रेण्ड डाउन प्रदर्शित हो रहा है।

उक्त नदियों को छोड़कर प्रदेश की सभी नदियों का जल स्तर खतरे के निशान से नीचे है, उक्त के सम्बन्ध में सम्बन्धित जिलों के सक्षम अधिकारियों एवं केन्द्रीय जल आयोग से दूरभाष पर इसकी पुष्टि कर ली गयी है। सोशल मीडिया पर उक्त वायरल वीडियो का उत्तराखंड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा खण्डन किया जाता है।

चिकित्सकों से मारपीट करने पर मेडिकल स्टोर संचालक पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। एमरजेंसी में डयूटी कर रहे चिकित्सकों के साथ मारपीट करने पर मेडिकल स्टोर संचालक के खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र डोईवाला के डॉ. पंकज थपलियाल ने डोईवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि डॉ. आशुतोष एमरजेंसी में डयूटी में थे तथा वह भी उनके पास बैठा था। रात्रि करीब सवा दस बजे डॉ. आशुतोष मरीज को देख रहे थे इतने में अस्पतला गेट पर मेडिकल स्टोर चलाने वाले मनीष शर्मा निवासी डोईवाला वहां पर आये वह शराब के नशे में था आते ही उससे कहने लगा कि उसने मरीज की दवा कयों बदलवायी और उससे गाली गलौच करने लगा।

उसको गाली गलोच करने से मना किया तो वह एक दम से उसके साथ मारपीट करने लगा और इसी मारपीट में उसके नाक से खून आने लगा और नाक की हडडी टूटी प्रतीत होती है जब डॉ. आशुतोष ने बीच बचाव कराना चाह तो उसने उनके साथ भी मारपीट शुरू कर दी और जाते हुए जान से मारने की ध मकी देकर गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

तमंचे की नोक पर लूटी थी...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

गयी कार को ललितपुर के रास्ते गोरखपुर होते हुये बिहार के मोतीहारी जनपद ले गये है। जिसके बाद पुलिस ने बीती रात एक सूचना के आधार पर घटना में फरार चल रहे आरोपी अबरार अंसारी पुत्र स्व. निसार अहमद निवासी साम्या लेकसिटी काशीपुर रोड रुदपुर को काशीपुर रोड रुद्रपुर ग्रीन पार्क के पास से गिरफ्तार किया गया। जिसके पास से घटना में प्रयुक्त तमंचा व कारतूस बरामद किया गया। वहीं आरोपी वंश मखीजा पुत्र स्व. प्रमोद मखीजा निवासी विवेकानन्द नगर आवास विकास रुद्रपुर व आरोपी जितेन्द्र उर्फ जतिन पुत्र स्व. विनोद निवासी ग्राम बेरिया दौलत थाना केलाखेड़ा उधमसिंहनगर को केलाखेड़ा क्षेत्र से गिरफ्तार किया गया। आरोपियों ने पूछताछ में गाड़ी खरीदने वाले सहआरोपियों के बारे में भी जानकारी दी है। जिसके आधार पर पुलिस अब गाड़ी की बरामदगी हेतु रवाना हो चुकी है।

बंगाल में हुई हिंसा के खिलाफ महिलाओं ने प्रदर्शन कर ज्ञापन सौंपा

संवाददाता

हरिद्वार। बंगाल में हुई हिंसा के विरोध में मातृशक्ति जागरण समिति की महिलाओं ने जिला मुख्यालय पर प्रदर्शन कर एडीएम को ज्ञापन सौंपा।

आज यहां मातृशक्ति जागरण समिति हरिद्वार की ओर से महिलाओं ने डीएम धीरज सिंह गर्ब्याल की अनुपस्थिति में एडीएम पीएल शाह को ज्ञापन सौंपा। ज्ञापन देते हुए कहा की पश्चिम बंगाल में दिन प्रतिदिन महिलाओं की बिगड़ती हुई स्थिति गंभीर चिंता का विषय है। संदेशखाली, कूच बिहार और उत्तर दानापुर (चोपरा) की घटना सभ्य समाज का मस्तक लज्जा से झुका देने वाली है। महिलाओं का शोषण और दर्दनाक उत्पीड़न सर्वथा निंदनीय है। हम सभी इन घटनाओं से अत्यंत व्यथित हैं तथा घटना की न्यायिक जांच करवा कर सभी दोषियों के खिलाफ कड़ी से कड़ी कार्यवाही की जाये यह हमारी मांग है। साथ ही पीड़ित महिलाओं की शारीरिक एवं मानसिक उपचार और उनके पुनर्वसन की प्रभावी व्यवस्था की जाये। इस पूरे मामले की कठोरता से निंदा करते हैं और इस अत्यंत संवेदनशील स्थिति को संज्ञान में लेते हुए शीघ्रातिशीघ्र पश्चिम बंगाल की सरकार को बर्खास्त करने हेतु जिलाधिकारी के माध्यम स गृहमंत्री भारत सरकार से अपील करते है। रेखा झा एवम् वंदना शर्मा के आह्वाहन पर बड़ी संख्या में महिलाओं ने कलेक्ट्रेट पहुंच कर पश्चिमी बंगाल में बढ़ रहे कष्ट दायक महिला उत्पीडन के लिए विरोध जताया।

डॉ मनु शिवपुरी ब्रांड एंबेसडर बेटी बचाओ ने कहा कि पश्चिमी बंगाल भारत का हिस्सा है हम यह भेदभाव का कड़ा विरोध करते है यह बहुत ही भयावह स्थिति दिखाई दे रही है। मानसी भार्गव ने कहा कि हमारे देश में महिलाओं को सदैव उच्च स्थान प्रदान किया है यह कुछ लोगो की घिनौनी राजनीति का प्रदर्शन है। रेखा वशिष्ठ ने कहा कि इस कृत्य पर अभी रोक लगाई जानी चाहिए। वंदना शर्मा ने गृह मंत्रालय को सीमित के महिला संगठन द्वारा ज्ञापन सौंप कर जल्द रोक लगाने की मांग की। प्रदर्शन करने वालो में सीमा,रेखा सैनी,रेखा,मंजूनोटियाल, मानसी, बबिता, मंजीत कौर, रजनी,प्रगति, मनीषा शर्मा, रेखा, नीरज, मनीषा वर्मा, बलराम, मनीष शर्मा हेतल, डोली मिश्रा, मीरा सुमन, मनीष आदि मौजूद रहे।

महिला की मौत पर ससुराल वालों पर दहेज हत्या का मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। महिला की मौत पर परिजनों ने ससुराल वालों पर दहेज हत्या का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने मामले में जांच शुरू कर दी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार शंकरपुर हुकुमतपुर निवासी दीपक नौटियाल ने प्रेमनगर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी पुत्री विशाखा नौटियाल का विवाह सुमित पाण्डेय पुत्र रमेश चन्द पाण्डेय निवासी झाझरा, जिला देहरादून के साथ 18 अक्टूबर 2023 को सम्पन्न हुआ था।

विवाह के समय उसने अपनी हैसियत से बढ़कर दान दहेज दिया था परन्तु उसकी पुत्री के विवाह के बाद से ही उसकी पुत्री को उसका पति सुमित पाण्डेय, ससुर रमेश चन्द पाण्डेय, सास सुलोचना पाण्डेय ननद सपना व नीतू एक साथ मिलकर दहेज के लिये तंग व परेशान करते रहते थे तथा उसकी पुत्री पर अपने घर से दस लाख रूपये नकद व एक कार लेकर आने का दबाव बनाते रहते थे।

उसकी पुत्री द्वारा कई बार यह बात उसको व उसकी पत्नी को भी बतायी थी, जिसके बाद उसके घर वालो ने कई बार उन्हे समझाने की कोशिश की परन्तु उसकी पुत्री के ससुराल वालो पर उनके समझाने का कोई असर नहीं पड़ा तथा उक्त लोग उसकी पुत्री को लगातार दहेज के लिए मानसिक व शारीरिक रूप से तंग व परेशान करते रहते थे। उसकी पुत्री के ससुराल वालो द्वारा लगातार तंग व परेशान करने के कारण उसकी पुत्री 30 जून 2024 को अपने मायके आयी हुई थी तो 03 जुलाई 2024 रात के समय लगभग आठ बजे उसके दामाद सुमित पाण्डेय का उसकी पुत्री को फोन आया, जिसके पश्चात् उसकी पुत्री बिना बताये स्कूटी लेकर घबराहट व तेजी में घर से निकल गई और लगभग साढे आठ बजे रात्रि को उसके दामाद सुमित पाण्डेया का उसको विडियो कॉल आया जिसमें सुमित पाण्डेय द्वारा विडियो कॉल में यह दिखाया कि उसकी पुत्री ने जहर खा लिया है और जब उसके द्वारा अपने दामाद को उसकी पुत्री को अस्पताल ले जाने को कहा गया तो वे लोग उसकी पुत्री को तुरंत ही अस्पताल लेकर नही गये जबकि उसका दामाद वीडियो कॉल दिखाता रहा और समय नौ बजे रात्रि के बाद अस्पताल लेकर गये जहां पर इलाज के दौरान उसकी पुत्री का देहान्त हो गया। उक्त लोगो द्वारा एक साजिश के तहत दहेज के लिये उसकी पुत्री को जहर देकर उसकी हत्या कर दी है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

जमीन के नाम पर लाखों की ठगी में मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। जमीन के नाम पर लाखों रूपये की धोखाधडी में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार इंजीनियर्स एन्क्लेव निवासी संजीव सवई ने बसंत विहार थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह 31अगस्त 2023 को ओएनजीसी से मुख्य महाप्रबन्धक के पद से सेवानिवृत्त हुआ है तथा वर्तमान में देहरादून न्यायालय में बतौर अधि वक्ता के रूप में कार्य कर रहा है। 18 जुलाई 2023 को गुरबचन सिंह उर्फ बब्बू पुत्र जगत सिंह निवासी-सिमरा कालोनी/दीप ज्वैलर्स, विकासनगर, उसके निवास स्थान पर व्यक्तिगत रूप से उससे मिला और एक जमीन, प्लॉट सांईलोक कालोनी, फेस-2 कांवली को उससे खरीदने के लिए कहा। वह जमीन सुश्री देविका बत्ता की बताई गई और उससे एक करोड बीस लाख में सौदा तय करने के लिए कहा गया और उससे 18 जुलाई 2023 को एक लाख रूपये गुरबचन ने अपने खात पीएनबी, विकासनगर में ट्रांसफर करा लिये थे फिर 26 जुलाई 2023 को एक लाख का एक चैक ओर लिया गया और कहा गया कि देविका बत्ता के सभी दस्तावेज लॉकर में रखे हुये है और जल्द ही एग्रीमेंट करा दिया जायेगा और इसी तरह से झूठ बोलकर पुनः उससे एक लाख रूपये अपने खाते पीएनबी,में ट्रांसफर करा लिये। 19 सितम्बर 2023 को उसको व्हाटसएप के माध्यम से उसके और देविका बत्ता के नाम का 100 रूपये का स्टाम्प खरीदकर उसको भेजा और तत्पश्चात उसके निवास स्थान पर आकर मूल स्टाम्प दिखाकर कहा कि वह देविका बत्ता के घर जा रहा है। इसी प्रकार गुरबचन सिंह की बातों का विश्वास कर 4 लाख 75 हजार रूपये जो कि गुरबचन को चैक / एनईएफटी द्वारा अदा की गयी है। उसने 01 अक्टूबर 2023 को देखा कि प्लॉट में नींव खुद रही है जब वहां से जानकारी जुटाई तो पता चला कि उक्त प्लाट सुश्री देविका बत्ता ने पूर्व में ही सन्नी मक्कड को विक्रय कर दिया था। जब उसने इसकी जानकारी गुरबचन सिंह को दी तो कहने लगा कि देविका बत्ता के और भी कई प्लॉट है वह उसको दूसरा दिला देगा। उसने जब उससे अपने रूपये वापस मांगे तो आना कानी करने लगा। जिसके बाद उसको अहसास हुआ कि उसके साथ ध ोखाधडी हुई है।

एक नजर

राहुल गांधी ने तमिलनाडु बीएसपी चीफ आर्मस्ट्रांग की हत्या पर दुख जताया

नई दिल्ली। कांग्रेस सांसद और लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी ने तमिलनाडु बहुजन समाज पार्टी (बीएसपी) चीफ के। आर्मस्ट्रांग की निर्मम हत्या पर दुख जताया है। राहुल ने कहा है कि उन्हें बीएसपी चीफ की हत्या से गहरा सदमा लगा है। कांग्रेस नेता ने कहा है कि तमिलनाडु सरकार जल्द ही दोषियों को गिरफ्तार कर उन पर एक्शन लेगी। आर्मस्ट्रांग की शुक्रवार (5 जुलाई) को निर्मम तरीके से हत्या कर दी गई थी। इसके बाद से ही राज्य सरकार सवालों के घेरे में है। राहुल गांधी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर एक पोस्ट में कहा, बहुजन समाज पार्टी के तमिलनाडु प्रमुख थिरु आर्मस्ट्रांग की क्रूर और निर्मम हत्या से गहरा सदमा लगा है। उनके परिवार, दोस्तों और समर्थकों के प्रति मेरी संवेदनाएं हैं। कांग्रेस सांसद ने आगे कहा, तमिलनाडु कांग्रेस के नेता तमिलनाडु सरकार के साथ लगातार संपर्क में हैं और मुझे विश्वास है कि सरकार यह सुनिश्चित करेगी कि दोषियों को जल्द ही न्याय के कटघरे में लाया जाए। दरअसल, तमिलनाडु बीएसपी चीफ आर्मस्ट्रांग की उनके घर के पास छह छह लोगों के एक ग्रुप ने हत्या कर दी। हमलावर बाइक के जरिए आए थे और उन्होंने चेन्नई नगर निगम के पूर्व पार्षद आर्मस्ट्रांग पर पेरम्बूर में उनके घर के पास हमला किया। आर्मस्ट्रांग को घायल अवस्था में अस्पताल ले जाया गया, लेकिन रास्ते में ही उन्होंने दम तोड़ दिया।

ईरान के राष्ट्रपति चुनाव में सुधारवादी नेता पेजेशकियन ने कट्टरपंथी जलीली को हराया

दुबई। ईरान में राष्ट्रपति पद के चुनाव के लिए पिछले सप्ताह हुए मतदान में शीर्ष स्थान पर रहे दो उम्मीदवारों के बीच सीधे मुकाबले में सुधारवादी नेता मसूद पेजेशकियन ने कट्टपंथी सईद जलीली को हराकर शनिवार को जीत हासिल कर ली। ईरान में पिछले महीने एक हेलीकॉप्टर दुर्घटना में राष्ट्रपति इब्राहिम रईसी की मृत्यु हो जाने के बाद, शुक्रवार को पेजेशकियन और जलीली के बीच सीध मुकाबले के तहत मतदान हुआ था। पेजेशकियन एक करोड़ 63 लाख मतों के साथ विजयी घोषित किए गए जबकि जलीली को एक करोड़ 35 लाख वोट मिले। इससे पहले 28 जून को मतदान के शुरुआती दौर में किसी भी उम्मीदवार को 50 प्रतिशत से ज्यादा वोट नहीं मिले थे जिसके कारण शीर्ष दो उम्मीदवारों के बीच सीधा मुकाबला हुआ। पेजेशकियन की बढ़त मजबूत होने के साथ ही उनके समर्थकों ने तेहरान और अन्य शहरों में सड़कों पर उतरकर जश्न मनाना शुरू कर दिया था। ये चुनाव ऐसे समय में हुए हैं, जब इजराइल-हमास के बीच जारी युद्ध को लेकर पश्चिम एशिया में व्यापक स्तर पर तनाव है और ईरान पिछले कई वर्षों से आर्थिक संकट का सामना कर रहा है। मसूद पेजेशकियन का झुकाव पूर्व राष्ट्रपति हसन रूहानी की ओर है, जिनके शासन के तहत तेहरान ने विश्व शक्तियों के साथ 2015 का ऐतिहासिक परमाणु समझौता किया था।

घाटी में आतंकियों से निपटने के लिए युवाओं को एसपीओ के रूप में भर्ती किया जाएगा !

जम्मू। जम्मू कश्मीर में विदेशी आतंकियों के आतंक को समाप्त करने के लिए अब जम्मू कश्मीर पुलिस गांव-गांव में युवा ब्रिगेड तैयार करने जा रही है। इसके लिए 100 गांवों को चिह्नित किया गया है। यहां पर युवाओं को एसपीओ के रूप में भर्ती किया जाएगा। ये एसपीओ सुरक्षा बलों के लिए आंख और कान का काम करेंगे और आतंकियों के खिलाफ जंग भी लड़ेंगे। जम्मू कश्मीर पुलिस ने गांव के युवाओं को एसपीओ के रूप में भर्ती करने की प्रक्रिया शुरू कर दी है। इस भर्ती में गांव के युवाओं के लिए शारीरिक रूप से फिट होना सबसे जरूरी होगा। भर्ती के बाद इन एसपीओ को विशेष प्रशिक्षण दिया जाएगा। पुंछ में 47 राजोरी और रियासी में 22-22 तथा डोडा में 27 गांवों को चिह्नित किया गया है। यहां एसपीओ नियुक्त किए जाएंगे। मीडिया रिपोर्ट के अनुसार, जम्मू संभाग में एसपीओ की तैनाती इसी महीने पूरी करने का लक्ष्य है ताकि जल्द से जल्द इन युवाओं को ट्रेनिंग देकर तैनात किया जा सके। पुलिस के सूत्रों के अनुसार, इस समय जम्मू कश्मीर में 135 आतंकियों की मौजूदगी है, जिनमें 110 विदेशी आतंकी हैं। अकेले राजौरी, पुंछ, रियासी और उधमपुर में इनकी संख्या 40 से 50 के बीच हो सकती है। ये आतंकी छोटे-छोटे समूहों में काम कर रहे हैं। इन्हीं सब के खात्मे के लिए नए युवा एसपीओ तैयार किए जा रहे हैं। ये एसपीओ स्थानीय स्तर पर पुलिस के साथ मिलकर आतंकियों का मुकाबला करेंगे।

हरिद्वार में भारी बारिश का अलर्ट, नदी-नालों से दूर रहे आमजन: जिलाधिकारी

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। मौसम विभाग द्वारा 6 व 7 जुलाई को जनपद में भारी वर्षा का ऑरेंज अलर्ट जारी किया गया है। जिलाधिकारी धीराज सिंह गर्ब्याल ने मौसम विभाग द्वारा जारी अलर्ट को देखते हुए जनता से सतर्कता बरतने की अपील करते हुए कहा कि बच्चों, बुजुर्गो, मवेशियों को नदी नालों के पास न ले जाएं। साथ ही उन्होंने अभिभावकों से बच्चों को नदी-नालों व बिजली की लाइनों और खंभों से दूर रखने के प्रति सतर्कता बरतने के लिए कहा है।

जिलाधिकारी धीराज सिंह गर्ब्याल ने आईआरएस से जुड़े सभी अधिकारियों को अलर्ट मोड में रहने तथा फील्ड कर्मचारियों, अधिकारियों को अपने अपने कार्य क्षेत्र में बने रहने के निर्देश दिए हैं। उन्होने किसी भी प्रकार की अप्रिय घटना से रोकथाम हेतु अपील की है कि बारिश के अलर्ट को देखते हुए नदियों के किनारे न जाए। उन्होंने कहा कि जनपद में बारिश न होने पर भी पहाड़ों पर हो रही बारिश के कारण नदियों का जल स्तर अचानक बढ़ जाता है, इसलिए नदियों के किनारे जाने से बचें और सावधानी बरतें। उन्होंने नदी-नालों के किनारे रहने वाले लोगों से सुरक्षित रहने और अधिक पानी आने की स्थिति में वहां से हट जाने की अपील की। उन्होंने बारिश के दौरान सभी यात्रियों और स्थानीय जनता से अपील की है कि नदी और जलभराव वाले क्षेत्रों में न जायें। अनावश्यक अपने घरों से न निकलें और अपने आप को सुरक्षित रखें।

दुकान से हजारों रुपये की नगदी व पर्स चोरी

संवाददाता

देहरादून। दिनदहाडे दुकान से हजारों रूपये की नगदी व पर्स चोरी होने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार दूधली निवासी भुवनचन्द जोशी ने क्लेमनटाउन थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह दूधली स्थित अपनी परचुन की दुकान में दोपहर का भोजन करने के उपरान्त आराम कर रहा था।

इस दौरान उसकी दुकान में अज्ञात युवक द्वारा प्रवेश किया गया एवं दिन-दहाड़े दुकान के गल्ले से पर्स एवं नकदी भरा एक बैग जिसमें 14 हजार रूपये की धनराशि थी उसके द्वारा चोरी कर लिया गया।। पर्स में 04 एटीएम कार्ड़, ईसीएचएस कार्ड़, कैन्टीन कार्ड़, पैन कार्ड, आधार कार्ड, ड्राईविंग लाईसेन्स एवं अन्य जरूरी दस्तावेज थे। उक्त अज्ञात युवक द्वारा की गयी चोरी की घटना सीसीटीवी में कैद हो गयी है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मोटरसाईकिल चोरी

संवाददाताद

देहरादून। चोरों ने खुले स्थान से मोटरसाईकिल चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नेहरू ग्राम निवासी संदीप पोखरियाल ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से ऋषिकेश आया था। उसने अपनी मोटरसाईकिल नटराज चौक पर खडी की थी। लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

पीआरडी जवान को संदिग्ध परिस्थितियों में लगी गोली, गम्भीर

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। पीआरडी जवान को संदिग्ध परिस्थितियों में गोली लग जाने के कारण वह गम्भीर रूप से घायल हो गया। जिसे अस्पताल पहुंचाया गया जहां उसकी हालत चिंताजनक बनी हुई है। वहीं सूचना मिलने पर पुलिस मामले की जांच में जुटी हुई है।

जानकारी के अनुसार मंगलौर कोतवाली क्षेत्र के आमखेडी गांव निवासी आदित्य कुमार पीआरडी के जवान है। वर्तमान में उसकी ड्यूटी आबकारी विभाग के साथ चेकिंग में लगी हुई है। जिनकी ड्यूटी दोपहर दो बजे से रात दस बजे की शिफ्ट में चल रही है। बताया जा रहा है कि वह अपनी ड्यूटी के बीच में ही देर शाम अपने घर चला गया और घर में ही संदिग्ध परिस्थितियों में उसके पेट में गोली लग गई।

गोली की आवाज सुनते ही आसपास के लोग उस ओर दौड़े वहीं आदित्य के पड़ोस में रहने वाले पीआरडी के अन्य जवान ने मामले की जानकारी पुलिस को दी। इसके साथ ही घायल को उपचार के लिए सिविल अस्पताल रुड़की ले जाया गया जहां आदित्य की हालत गंभीर देखते हुए उसे प्राथमिक उपचार के बाद हायर सेंटर रेफर कर दिया। वहीं इस संबंध में मंगलौर कोतवाली प्रभारी अमरचंद शर्मा का कहना है कि पीआरडी जवान को संदिग्ध परिस्थितियों में गोली लगी है फिलहाल वह एम्स में उपचाराधीन है मामले में जांच कर अग्रिम कारवाई की जा रही है।

नाबालिग से दुष्कर्म मामले में एक गिरफ्तार

पिथौरागढ़ (हसं)। नाबालिग से दुष्कर्म मामले में पुलिस ने एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। जानकारी के अनुसार बीती 4 जुलाई को डीडीहाट निवासी एक महिला द्वारा कोतवाली डीडीहाट में तहरीर दी गई कि, सचिन निवासी ग्वेता कनालीछीना द्वारा माह नवम्बर 2023 में उनकी 16 वर्षीय नाबालिग पुत्री को बहला- फुसला कर उसके साथ शारीरिक सम्बन्ध बनाए गए, जिससे वह गर्भवती हो गई। मामले की गम्भीरता को देखते हुए पुलिस ने तत्काल सम्बन्धित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी गयी। आरोपी की तलाश में जुटी पुलिस टीम को बीती रात सूचना मिली कि आरोपी सचिन कुमार पुत्र दरपान राम पीपली तिराहे कनालीछीना पर देखा गया है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान पर छापेमारी करते हुए उसे गिरफ्तार कर लिया गया 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।