मंगलवार

30 जुलाई 2024

पृष्ठ 4

मानसून में नमी से होने लगे हैं मुंहासे ?..

पृष्ठ 5

अब फिर से हसीन दिलरुबा बनकर...

● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 175
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

आज का विचार

स्वतंत्र वही हो सकता है जो अपना काम अपने आप कर लेता है।

– विनोबा

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

आर.एन.आई.- 59626/94

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

सीएम ने ली आपदा प्रभावितों की सुध

❖प्रभावितों को दिया हर संभव मदद का भरोसा

●नुकसान की करेंगे भरपाई, विस्थापन की कार्यवाही शुरू

विशेष संवाददाता

घनसाली। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी आज दिल्ली से लौटे तो वह सीधे घनसाली पहुंचे और आपदा प्रभावितों से मिलकर उनका हाल जाना। मुख्यमंत्री ने आपदा प्रभावित क्षेत्र का भी दौरा किया। उन्होंने आपदा के बाद टिहरी प्रशासन द्वारा प्रभावितों की मदद करने के लिए उनकी प्रशंसा की।

उल्लेखनीय है कि टिहरी के घनसाली क्षेत्र में 27 जुलाई की रात अतिवृष्टि के कारण बूढ़ा केदार और तोली तथा तिनगढ़ में भारी जान-माल का नुकसान हुआ था। पहाड़ से आए पानी और मलबे के कारण 15 घरों को नुकसान पहुंचा था तथा एक मां और बेटी की मलवे में दबकर मौत भी हो गई थी। लोगों के घर मकान तथा खेती की जमीन सब कुछ तबाह हो गया था। 55 परिवारों को घर से बेघर होना पड़ा और वह अब एक स्कूल में ठहराए गए हैं।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज प्रभावित क्षेत्र का दौरा कर पहले जमीनी हकीकत का जायजा लिया इसके बाद वह प्रभावितों के राहत कैंप में भी पहुंचे और उनसे बातचीत कर उनकी समस्याएं सुनी। इसके बाद मुख्यमंत्री ने कहा कि इस क्षेत्र को भारी जान माल का नुकसान हुआ है। पुल और पुश्ते ही नहीं सड़के और रास्ते तथा लोगों के घर, मकान, दुकान और खेती को भी भारी नुकसान हुआ है। यही नहीं दो लोगों की जान भी चली गई।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उनकी प्राथमिकता है कि पहले प्रभावित लोगों की घर वापसी हो। उन्होंने कहा कि शीघ्र ही सुरक्षा दीवार का निर्माण कराया जाएगा तथा जिन लोगों को विस्थापन की जरूरत है उनके विस्थापन की कार्यवाही शुरू की जा चुकी है। उन्होंने कहा कि कई गांवों के लोग स्कूल में शरण लिए हुए हैं उनकी घर वापसी पहली प्राथमिकता है। उन्होंने कहा कि सरकार प्रभावितों के नुकसान का आकलन करायेगी तथा उनकी हर संभव मदद की जाएगी।

उन्होंने कहा कि बच्चों और वृद्धों तथा गर्भवती महिलाओं का विशेष ध्यान रखा जाए। मुख्यमंत्री ने आपदा के बाद प्रभावित क्षेत्रों में पीड़ितों की मदद के लिए राहत और बचाव के कार्यों की भी सराहना की। ▶▶ शेष पृष्ठ 8 पर

विभिन्न मांगों को लेकर बेरोजगार संघ का मुख्यमंत्री आवास कूच

संवाददाता

देहरादून। कांस्टेबल भर्ती में आयु सीमा बढाने सहित अपनी विभिन्न मांगों को लेकर उत्तराखण्ड बेरोजगार संघ ने मुख्यमंत्री आवास कूच किया। जिनको सचिवालय के समीप रोक दिया गया। जहां से एक प्रतिनिधिमंडल मुख्य सचिव से मिला और अपना मांग पत्र सौंपा।

आज यहां अपने पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के तहत उत्तराखण्ड बेरोजगार संघ के बैनर तले बेरोजगार युवा परेड ग्राउंड के समीप एकत्रित हुए। जहां से उन्होंने मुख्यमंत्री आवास के लिए कूच किया। जब वह सचिवालय के समीप पहुंचे तो पुलिस ने उनको बैरकेडिंग लगाकर रोक दिया। जहां पर पुलिस व प्रदर्शनकारियों के बीच नोंक-झोंक हुई। जिसके बाद वह वहीं पर धरने पर बैठ गये। जिसके बाद बेरोजगार संघ का एक प्रतिनिधि

मंण्डल मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूडी से मिलने के लिए गया जहां पर उन्होंने मुख्य सचिव को अपना मांग पत्र सौंपा। बेरोजगारों का कहना था कि उत्तराखंड पुलिस कांस्टेबल भर्ती में उम्र सीमा बढ़ाने, फॉरेस्ट गार्ड में उम्र सीमा बढ़ाने और यूपीसीएल और यूजीवीएनल टीजी 2 भर्ती सहित हजारों पदों पर विज्ञापन जारी नहीं करने को लेकर उत्तराखंड के बेरोजगारों में आक्रोश है। उत्तराखंड बेरोजगार संघ के उपाध्यक्ष राम कंडवाल ने कहा कि इस कूच में प्रदेश भर के▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

मनु भाकर और सरबजोत सिंह की जोड़ी ने 10 मीटर एयर पिस्टल मिक्स्ड में जीता कांस्य पदक

नई दिल्ली। मनु भाकर ने पेरिस ओलंपिक में दूसरा पदक जीत लिया। एक ओलंपिक में दो पदक जीतने वालीं पहली भारतीय हैं। मनु और सरबजोत सिंह की जोड़ी ने 10 मीटर एयर पिस्टल मिश्रित टीम स्पर्धा के कांस्य पदक जीत लिया। इससे पहले पेरिस ओलंपिक में मनु भाकर ने 10 मीटर एयर पिस्टल में व्यक्तिगत कांस्य भी जीता था और ओलंपिक पदक जीतने वाली वह पहली भारतीय महिला निशानेबाज बनी थीं। भारत को उन्होंने ओलंपिक की निशानेबाजी रेंज पर 12 साल बाद पदक दिलाया था। मनु और सरबजोत ने मिश्रित टीम स्पर्धा में 580 स्कोर करके पदक के दौर में प्रवेश किया था, मंगलवार को कोरिया के ओह यि जिन और ली वोन्हो को हराया। भाकर ने अपने करियर में विश्व चौंपियनशिप का स्वर्ण पदक सहित कई अंतरराष्ट्रीय पदक जीते हैं। उन्होंने खेलो इंडिया खेलों में भी स्वर्ण पदक जीता है।

केरल के वायनाड में भूस्खलन के कारण 57 लोगों की मौत

कोच्चि। केरल के पर्वतीय वायनाड जिले में मंगलवार तड़के कई जगहों पर भारी बारिश के बाद हुई भूस्खलन की घटनाओं में कम से कम 57 लोगों की मौत हो गयी है और सैकड़ों लोगों के मलबे में फंसे होने की आशंका के कारण मृतकों की संख्या बढ़ सकती है।

भूस्खलन की घटनाएं मंगलवार तड़के हुईं जिससे अपने घरों में सो रहे लोगों को बचने का मौका भी नहीं मिल पाया। जिलाधिकारी मेघाश्री डी आर के अनुसार, मृतकों की संख्या 57 हो गयी है। उन्होंने बताया कि चूरलमाला में भूस्खलन में 36 लोगों की मौत की पुष्टि हुई है। इसके अलावा चेलियार नदी में बहे नौ लोगों के शव मलप्पुरम में बरामद किए

गए। भूस्खलन प्रभावित इलाकों में मुंडक्कई, चूरलमाला, अट्टमाला और नूलपुझा गांव शामिल हैं। बचाव दल मलबे में फंसे लोगों को बाहर निकालने के लिए लगातार काम कर रहे हैं। भारतीय सेना भी बचाव अभियान में शामिल हो गयी है।

राज्य सरकार ने राष्ट्रीय आपदा मोचन बल (एनडीआरएफ) के अलावा पुलिस तथा दमकल कर्मियों को प्रभावित इलाकों में तैनात किया है। सैकड़ों अन्य लोगों के मलबे में फंसे होने की आशंका है, लेकिन प्राधिकारियों ने इसकी पुष्टि नहीं की है।

वायनाड जिले में आपदा स्थल पर एक प्रमुख पुल के ढहने से बचाव प्रयासों में बाधा आई है। वायनाड में सुबह-सुबह हुए भूस्खलन की वजह से तबाही का मंजर देखने को मिल रहा है, कई घर नष्ट हो गएऔर पेड़ उखड़ गए। मुख्यमंत्री पिनाराई विजयन ने एक उच्च स्तरीय मूल्यांकन बैठक की और स्थिति का आकलन करने के लिए राज्य की राजधानी तिरुवनंतपुरम में राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण कार्यालय का दौरा किया।

दून वैली मेल

संपादकीय

अब चर्चा में आदमी की बात

इन दिनों संसद में वित्त मंत्री सीतारमण द्वारा पेश किए गए बजट पर चर्चा चल रही है। विपक्ष की दमदार उपस्थिति ने इस चर्चा को किस कदर दिलचस्प बना दिया इसका अंदाजा इस बात से भी लगाया जा सकता है कि संसद में होने वाली इस चर्चा को देश के लोग लाइव तो देख ही रहे हैं सोशल मीडिया पर भी विपक्ष किस तरह से इस बजट की धज्जियां उड़ा रहा है इसके सिवाय अन्य कोई भी मुद्दा नहीं है। भले ही राहुल गांधी जो नेता विपक्ष है लोग उन्हें सबसे ज्यादा सुन रहे हो लेकिन विपक्ष के अन्य तमाम दलों के नेता भी जिस तरह की तैयारी के साथ इस चर्चा के दौरान सत्ता पक्ष को कठघरे में खड़ा कर रहे हैं वह भी सरकार के लिए एक बड़ी समस्या और चुनौती बन चुका है। आप के सांसद राघव चड्ढा ने सरकार की टैक्सेशन व्यवस्था पर गंभीर सवाल खड़े करते हुए कहा है कि देश का एक आम आदमी अगर 10 कमाता है तो 6 से 7 सरकार को किसी न किसी रूप में टैक्स के रूप में दे देता है। बाकी अगर तीन या चार उसके पास बचता है तो वह उसमें अपना और अपने परिवार की जरूरत को कैसे पूरा करें बस इसी में उलझ कर रह गया है। चड्ढा सीए का एग्जाम पास कर चुके हैं आयकर, जीएसट कैपिटल मेंनटैक्स सहित अन्य तमाम टैक्स के रूप में की जाने वाली वसूलियों की विस्तार से जानकारी देने और रखने वाले चड्ढा का साफ कहना है कि सरकार टैक्स वसूली तो करती है इंग्लैंड की तरह, लेकिन आम आदमी को उसके बदले में सुविधा देती है सोमालिया की तरह। अभी नीति आयोग की बैठक में प्रधानमंत्री मोदी द्वारा गांवों में गरीबी को शून्य स्तर पर लाने की बात कही गई। यह कितनी हास्यापद बात है कि जिस देश की 75 फीसदी जनता गांवों में रहती है तथा जिसकी प्रति परिवार औसत आय 5000 रूपये महीना है वह कैसे अपना गुजारा करती होगी इस आबादी में कितने लोग ऐसे होंगे जिन्हें आप अमीर कह पाएंगे? लेकिन प्रधानमंत्री गांवों में गरीबों को शून्य स्तर पर लाने की बात कहे तो लोग उस पर अगर हसेंगे नहीं तो क्या करेंगे। देश को आजाद हुए 77 साल हो चुके हैं और देश में प्रति व्यक्ति आय अभी भी एक लाख रूपये से नीचे 98, 379 है तो आपके पास कौन सा ऐसा जादू है आप इसे 2045 तक 15 लाख रुपए प्रतिमाह तक पहुंचा देंगे जो कि विकसित भारत कहने के लिए जरूरी है। लेकिन शगुफेबाजी करने और विकसित भारत का झांसा देने में क्या कुछ खर्च होना है शायद कुछ नहीं। बीते 10 सालों में देश का गरीब और अधिक गरीब हुआ है। इस सत्य से सरकार भाग नहीं सकती है आम आदमी के जीवन में जटिलताएं और बढ़ी है। गरीब-अमीर के बीच खाई और अधिक बढ़ी है। संसद में विपक्ष ने तो यहां तक कह डाला है कि आपने गरीब जनता पर 187. जीएसटी लगाया तो जनता ने भी आपको 18 प्रतिशत जीएसटी लगाकर आपको तीन सौ से इस बार 240 पर पहुंचा दिया और अब जब भी चुनाव होंगे वह आपको 140 पर पहुंचा देगी राहुल गांधी कहते हैं कि इंडेक्शन की सुविधा खत्म करके तथा कैपिटलं टैक्स बढ़ाकर सरकार ने मिडिल क्लास की छाती में छुरा मारा है और अब इस देश का गरीब, पिछड़ा, किसान और मिडिल क्लास ही आपको सबक सिखाएगा और इसके लिए आपको तैयार हो जाना चाहिए।

कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने की केंद्रीय परिवहन राज्य मंत्री अजय टम्टा से भेंट

मसूरी टनल निर्माण सहित अन्य परियोजनाओं पर हुई सकारात्मक वार्ता

संवाददाता

नई दिल्ली। कृषि व ग्रामीण विकास मंत्री गणेश जोशी ने केन्द्रीय सडक परिवहन राज्य मंत्री अजय टम्टा से मसूरी टनल निर्माण सहित अन्य परियोजनाओं पर सकारात्मकर वार्ता हुई।

आज यहां प्रदेश के कृषि व ग्रामीण विकास मंत्री गणेश जोशी ने नई दिल्ली स्थित ट्रांसपोर्ट भवन में केंद्रीय सड़क, परिवहन एवं राजमार्ग राज्य मंत्री अजय टम्टा से भेंट की। मुलाकात के दौरान कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने केंद्रीय राज्य मंत्री अजय टम्टा से मसूरी टनल निर्माण तथा किमाड़ी मोटर मार्ग के निर्माण का अनुरोध किया। कैबिनेट मंत्री जोशी ने मसूरी टनल परियोजना के संबंध मे चर्चा की। केंद्रीय मंत्री ने बताया कि मसूरी टनल का नवीन संरक्षण के साथ डीपीआर गठित किए जाने की कार्यवाही की जा रही है। मसूरी टनल निर्माण के बाद देहरादून मसूरी मार्ग पर जाम की स्थिति नहीं रहेगी। इसके निर्माण के बाद स्थानीय निवासियों के साथ-साथ पर्यटकों को भी लाभ होगा। चारधाम यात्रा के दौरान गंगोत्री और यमुनोत्री जाने वाले तीर्थ यात्रियों को भी सहूलियत होगी। इसके अतिरिक्त, देहरादून से किमाड़ी होकर हाथीपांव मसूरी जाने वाली सड़क के चौड़ीकरण का अनुरोध भी केंद्रीय राज्य मंत्री से किया। उन्होंने बताया कि देहरादून मसूरी मार्ग पर जाम होने के कारण इस मार्ग को बाईपास के तौर पर प्रयोग किया जाता है।

कैबिनेट मंत्री ने किमाड़ी-मसूरी सड़क की महत्ता को देखते हुए केंद्रीय सड़क निधि के माध्यम से इस सड़क निर्माण के लिए बजट स्वीकृत करने का अनुरोध किया।

केंद्रीय मंत्री ने कहा कि सीआरएफ मद (केंद्रीय सड़क निधि) के माध्यम से प्रस्ताव भेजने पर अप्रूवल दिया। इस दौरान कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने केंद्रीय राज्य मंत्री अजय टम्टा से दिल्ली-देहरादून एक्सप्रेस वे, देहरादून मसूरी कनेक्टिविटी रोड़, देहरादून रिंग रोड़ तथा देहरादून-पांवटा साहिब परियोजना के संबंध में विस्तार से चर्चा की गई।

जमीन के नाम पर 11 लाख की ठगी करने पर पिता पुत्र पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। जमीन के नाम पर 11 लाख रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने पिता पुत्र के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार रूद्रप्रयाग निवासी भूपेन्द्र सिंह मैठाणी ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि माह अक्टूबर 2016 में उसकी मुलाकात उसके पूर्व परिचित मदन सिंह रावत से हुई जो कि उस समय उनके क्षेत्र रुद्रप्रयाग से चुनाव लडने की तैयारी कर रहे थे। इसी दौरान उसका परिचय मदन सिंह रावत से हुआ था। जिस पर मदन सिंह रावत ने उसको बताया कि वह देहरादून में जमीन क्रय-विक्रय का कार्य भी करता है अगर उसको देहरादून में भूमि चाहिए तो एक बार उसकी प्लॉटिंग देख लो। तब वह मदन सिंह रावत के साथ देहरादून आया तथा मौजा शीशमबाडा तहसील विकासनगर में उसने भूमि देखी तथा उक्त भूमि का कुल सौदा 11 लाख 25 हजार रूपये में तय हुआ था जिसमें से विक्रय पत्र अंकित होने के समय 4 लाख 90 हजार रूपये मदन सिंह रावत के पुत्र आशीष रावत के खाते में दिये गये तथा अन्य धनराशि भिन्न-भिन्न तिथियों पर मदन सिंह रावत को उसके द्वारा दिये गये। तथा 13 अक्टूबर 2016 को आशीष रावत द्वारा उसके पक्ष में विक्रय पत्र अंकित किया गया जो कि उप निबंधक विकासनगर प्रथम के यहां विधिवत दर्ज है। क्योंकि विक्रेता आशीष रावत व उसके पिता मदन सिंह रावत उससे पूर्व से परिचित थे इस कारण उसके द्वारा विक्रय पत्र की मूल प्रति भी आशीष रावत के कहने पर उन्हीं के पास रहने दिया क्योंकि आशीष रावत द्वारा कहा गया कि वह तो गांव में रहते हो इसलिये दाखिल खारिज के समय मूल प्रति की आवश्यकता पडती है इसे उनके पास ही रहने दो. परिचित होने के कारण उसने आशीष रावत पर विश्वास किया तथा मूल विक्रयपत्र अपने साथ नहीं ले गया। वर्ष 2019 में उसके द्वारा जब अपने विक्रय पत्र व दाखिल खारिज के बारे में पूछा गया तो आशीष रावत व उसके पिता द्वारा कहा गया कि अभी इस क्षेत्र के दाखिल खारिज बंद है। इसलिये अभी दाखिल खारिज नहीं हो पाया है। उसने स्वयं से मूल विक्रय पत्र की सत्यापित प्रति निकाली तथा दाखिल खारिज के लिये प्रस्तुत किया। उक्त दाखिल खारिज पटवारी रिपोर्ट पर ज्ञात हुआ कि आशीष रावत द्वारा पूर्व में ही अपनी समस्त भूमि को विक्रय कर चुका है तथा आशीष रावत के पास उक्त खसरे में भूमि शेष नहीं बची हुई है। उसके द्वारा मदन सिंह रावत व आशीष रावत को फोन के माध्यम से सम्पर्क किया गया तो आशीष रावत द्वारा उसको जान से मारने की ध मकी दी गयी और कहा गया कि उससे जो होता है कर लो ना तो वह उसको उसका मूल विक्रय पत्र देंगे और ना ही उसकी धनराशि वापस देंगे। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

नाबालिग से दुष्कर्म का आरोपी दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। हथियार के बल पर घर में घुसकर नाबालिग के साथ दुष्कर्म करने वाले एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज लालवाला खालसा कुडकावाला निवासी एक महिला ने थाना बुग्गावाला में तहरीर देकर बताया कि याकूब उर्फ मोटीलाल पुत्र खुर्शीद निवासी लालवाला खालसा के द्वारा उनकी नाबालिग पुत्री के साथ घर में घुसकर हथियार के बल पर दुष्कर्म किया गया था ही किसी को बताने पर जान से मारने की धमकी दी गयी है। मामले में पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी गयी। आरोपी की तलाश में जुटी पुलिस टीम द्वारा आज सुबह एक सूचना के बाद आरोपी याकुब को कुड़कावाला तिराहे से पकड़ लिया गया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

महिलाओं से ही एक सशक्त समाज बनता है:शर्मा

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस के पूर्व महानगर अध्यक्ष लालचंद शर्मा ने कहा कि महिलाओं के बिना एक सशक्त समाज की कल्पना की नहीं जा सकती है।

आज भारू वाला ग्रांट वार्ड 79 में मानव केंद्र के प्रांगण में ऑल इंडियन कांग्रेस संगठन की तरफ से ब्लॉक व वॉर्ड अध्यक्षों(महिला)की एक बैठक का आयोजन किया गया जिसमें सैकड़ो की संख्या में महिलाओं ने अपनी भागीदारी निभाई। इस मौके पर उपस्थित सभी महिलाओं को सम्मान स्वरूप छाते भेंट किए गए। इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में लालचंद शर्मा वह विशिष्ट अतिथि के रूप में मानव केंद्र के प्रबंधक धीरज शर्मा मौजूद रहे। बैठक की अध्यक्षता ऑल इंडियन कांग्रेस संगठन के प्रदेश अध्यक्ष पीयूष गौड़ ने की

जिसमें कांग्रेस के वरिष्ठ कार्यकर्ता राम जी लाल, गुना राय को शॉल उड़ाकर सम्मानित किया गया।

इस अवसर पर उन्होंने कहा कि उत्तराखंड राज्य को बनाने में महिलाओं ने सशक्त भूमिका निभाई है। इस अवसर पर लालचंद शर्मा ने महिलाओं को सम्मानित करते हुए कहा कि महिलाओं के बिना एक सशक्त समाज की कल्पना की नहीं जा सकती एवं उनका योगदान हर क्षेत्र में सराहनीय है। धीरज शर्मा ने आए हुए सभी सम्मानित जनता का स्वागत किया एवं आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर रायपुर ब्लॉक की अध्यक्ष कुसुम देवी, उपाध्यक्ष मीना राय, वार्ड 79 अध्यक्ष बीना देवी, वार्ड 79 अध्यक्ष सुरेंद्र थापा, डंबर राय, विलियम, भूपेंद्र धीमान, सुदामा सिंह, मन बहादुर राणा, रवि विश्वास राय, दीपिका, रूबी देवी, लक्ष्मी, अनीता, रेखा देवी, कमल, सावित्री, पार्वती, मीणा, जैनब, गुड्डी, बबली, शांति आदि प्रमुख रूप से उपस्थित थे।

उधार के पैसे मांगने पर पिस्तौल दिखाकर दी जान से मारने की धमकी

संवाददाता

देहरादून। उधार के पैसे मांगने पर पिस्तौल दिखाकर जान से मारने की धमकी देने पर पुलिस ने तीन लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बंगाली कोठी राजपुर निवासी सुनील जुयाल ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 30 मई 2024 को उसका एक परिचित जिसका नाम महेन्द्र सिंह निवासी देहरादून ने अपने विश्वास में लेकर उससे अपने दोस्त मानव शर्मा निवासी- बडौल, बागपत हाल निवासी देहरादून को 70 लाख रुपये दिलवाये थे। जिसको वापिस मांगने पर मानव शर्मा ने देने से मना कर दिया और उसको जान से मारने की धमकी और गाली-गलौच भी की। जिसमें उसके साथ अंकित राठी नाम का लडका भी शामिल था और 2-3 लडके और थे जिनका नाम वह नहीं जानता है। जिसके बाद उसने इसकी शिकायत राजपुर थाने में दी थी। जिसके बाद इन्होने राजपुर थाने में आकर अपनी गलती मानते हुए एक सप्ताह के अन्दर पैसे लौटाने का कहा और पंकज मलिक नाम के एक बन्दे की लिखित जिम्मेदारी में भेज दिया गया जिसके एक -दो दिन बाद इन्होने उसको पैसे देने के लिए राजपुर बुलाया और उसको अपनी गाडी में बैठाकर पैसे दिखाए पर दिये नहीं उसके ऊपर पिस्तौल तानते हुए उसके साथ मारपीट की और धमकाकर गाली -गलौच करने लगे और बोले यदि आज के बाद पैसो को मांगा या किसी को भी बताया तो जान से मार दिया जायेगा।

फर्जी हस्ताक्षर व दूसरे की फोटो लगाकर जमीन बेचने का प्रयास, केस दर्ज

संवाददाता

देहरादून। चन्द्रलोक नगर जुनवानी भिलाई छत्तीसगढ निवासी आसित साहा ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह भिलाई इस्पात संयंत्र (केन्द्र शासन उपक्रम) में मुख्य महाप्रबंधक (प्रभारी) रखरखाव और उपयोगिता के पद पर कार्यरत है। उसका मूल पता लाला बाबू शिव रोड, डॉ. बसूर मठ, हावड़ा वेस्ट बंगाल है। उसके द्वारा देहरादून में सन 1988 में डाडाधोरन में भूमि को क्रय किया गया था जिस पर उसका अविवादित कब्जा चला आ रहा है। चूंकि वह अपनी नौकरी के सदर्भ में भिलाई जिला दुर्ग में निवास करता है जिस कारण रिटायरमेंट उपरांत उक्त खसरों पर मकान का निर्माण करूंगा।

अचानक विगत कुछ दिनों से उसके निजी मोबाईल पर कुछ देहरादून के मोबाईल नंबरों से उसके प्लाट के विक्रय के संबंध में फोन आने लगे एवं जानकारी मिली कि पावर ऑफ एटरनी किसी आशुतोष नामक व्यक्ति के नाम मे है एवं जिसका गवाह दीपक पाण्डे एवं अजय सोलंकी है. जबकि उसके द्वारा कभी भी कोई भी पावर ऑफ एटरनी कभी भी निष्पादित नहीं किया है। जब उसने क्रय करने वाले व्यक्तियों से पावर ऑफ एटरनी मांगी तब यह जानकर हैरानी हुई कि किसी फर्जी व्यक्ति के द्वारा उसके फोटो एवं आधार कार्ड की जगह किसी अन्य व्यक्ति की फोटो एवं आधार कार्ड लगाकर फर्जी दस्तावेज पावर ऑफ एटरनी बनाई गयी है जिसे बकायदा देहरादून रजिस्ट्रार कार्यालय में निष्पादित भी किया गया है। जिस से उसके प्लाट को बेचने के लिए उसके साथ धोखाधड़ी किया जा रहा है।

आजीविका का चुनाव कैसे करें!

प्राय शिक्षा समाप्त करते ही लोग आजीविका की तलाश में जुट जाते हैं। नये लोगों के लिये आजीविका का चुनाव करना एक बड़ी समस्या के रूप में उभर कर आती है। वास्तव में देखा जाये तो पूर्व में हमारे देश में अध्ययन किये गये विषय और प्राप्त नौकरी में अधिकतर किसी प्रकार का सम्बन्ध दिखाई नहीं देता था। जो व्यक्ति भौतिक शास्त्र रसायन शास्त्र गणित आदि का अध्ययन करता था वही व्यक्ति बैंक में नौकरी लग कर अकाउन्टिंग का काम करने लगता था। किन्तु अब समय बदल गया है और वर्तमान पीढ़ी आजीविका के चुनाव के प्रति जागरूक हो गई है।

आजीविका का चुनाव करने के लिये स्वयं की रुचि, व्यक्तित्व, पूर्व में किये गये अध्ययन के विषय, कार्य सम्बन्धित मान्यताएँ तथा मान आदि अनेक बातों का ध्यान रखा जाना चाहिये।

किसी भी आजीविका का चुनाव अत्यन्त सोच-समझ कर ही करना बहुत आवश्यक है वरना बाद में पछताना पड़ सकता है। किसी भी निश्चय पर पहुँचने के पहले स्वयं का आकलन कर लेना बहुत अच्छा होता है। साथ ही जिस आजीविका को हम अपनाना चाहते हैं उसका आकलन तो बहुत अच्छी है किन्तु इसका भविष्य क्या हैए क्या यह आजीविका कर लेना भी अति आवश्यक है। दुर्भाग्य से हमारे शिक्षण संस्थाओं में आजीविका के चुनाव वाले किसी प्रकार के विषय नहीं होते और इसी कारण से अधिकतर लोग गलत फैसला कर लेते हैं जिसका परिणाम बाद में पछताना ही होता है। अतरू किसी भी निष्कर्ष पर पहुँचने के पहले हर पहलू पर गम्भीरता पूर्वक विचार कर लेना बहुत जरूरी है।

साइबर अपराध : सावधानी ही बचाव है

सतीश सिंह

भारत में साइबर अपराधों में काफी विविधता आयी है। 'तू डाल-डाल, मैं पात-पात' की तर्ज पर अपराधी अब नये-नये तरीकों से साइबर अपराध को अंजाम दे रहे हैं। एक नया तरीका 'डिजिटल हाउस अरेस्ट' है। इस तकनीक की मदद से ऑनलाइन फ्रॉड में काफी तेजी आयी है। मसलन, 11 मई को एक बुजुर्ग डॉक्टर को डिजिटली हाउस अरेस्ट कर 45 लाख रुपये ठगे गये, 15 अप्रैल को इंदौर के एक दंपत्ति को 53 घंटों तक हाउस अरेस्ट कर रखा गया और लाखों रुपये उगाहे गये, छह जुलाई को वाराणसी में तीन दिन तक डिजिटल हाउस अरेस्ट के जरिये सोनारपुरा के निहार पुरोहित से 28.75 लाख रुपये ठगे गये। ऑनलाइन गेमिंग के जरिये भी ठगी हो रही है। कूरियर, रिश्तेदार, दोस्त की गिरफ्तारी आदि की धमकी, अश्लील वीडियो आदि तरीकों की मदद से ठगी की वारदातों में तेजी आयी है। स्नैप चैट, फेसबुक और इंस्टाग्राम भी अब ठगी के साधन बन गये हैं। मित्र या रिश्तेदार की फर्जी प्रोफाइल बना कर ऐसा किया जा रहा है। भारतीय रिजर्व बैंक की हालिया रिपोर्ट में कहा गया है कि वित्त वर्ष 2023 में भारत में 30 हजार करोड़ रुपये से अधिक की धोखाधड़ी की गयी है और पिछले दशक में भारतीय बैंकों में 65,017 धोखाधड़ी के मामले दर्ज हुए हैं। ये आंकड़े निश्चित ही डराने वाले हैं।

हाल के वर्षों में कॉल फॉरवर्डिंग के जरिये साइबर अपराध करने की घटनाओं में उल्लेखनीय तेजी आयी है। टेलीकॉम कंपनियां उपभोक्ताओं को कॉल फॉरवर्डिंग की सुविधा देती हैं, जिसके तहत कॉल एवं एसएमएस को फॉरवर्ड किया जाता है। इसका इस्तेमाल उपभोक्ता तब करते हैं, जब वे किसी जरूरी काम में व्यस्त होते हैं, ताकि कोई अहम कॉल न छूटे। इसके जरिये स्कैमर कॉल कर उपभोक्ताओं को यह कहता है कि हम आपकी टेलीकॉम प्रोवाइडर कंपनी से बोल रहे हैं और हमने नोटिस किया है कि आपके नंबर पर नेटवर्क की समस्या है, इस समस्या को दूर करने के लिए आपको 'स्टार 401 हैशटैग' नंबर डायल करना होगा।

फिर उपभोक्ता को अनजान नंबर पर कॉल करने के लिए कहा जाता है। जैसे ही उपभोक्ता कॉल करता है, उसके सभी कॉल और मैसेज स्कैमर के पास पहुंच जाते हैं। अनुसंधानकर्ताओं की एक अंतरराष्ट्रीय टीम ने हाल में 'विश्व साइबर अपराध सूचकांक' तैयार किया है। इसके अनुसार साइबर अपराध के मामले में भारत दुनिया में 10वें स्थान पर है। इस सूचकांक में 100 देशों को शामिल किया गया है। साइबर अपराध के मामले में रूस शीर्ष पर है। इसके बाद यूक्रेन, चीन, अमेरिका, नाइजीरिया, रोमानिया और उत्तर कोरिया का स्थान है।

बीते कुछ वर्षों से गूगल सर्च इंजन पर लोग अपने हर प्रश्न का जवाब ढूंढ रहे हैं। इसे दृष्टिगत कर ठग विभिन्न नामचीन एप के नाम से अपना नंबर इंटरनेट पर सहेज रहे हैं, जिसके कारण खुद से लोग हैकर्स के जाल में फंस जाते हैं। अब तो ब्राउजर एक्सटेंशन के डाउनलोडिंग से भी ठगी हो रही है। सार्वजनिक चार्जर पोर्ट के माध्यम से भी मोबाइल एवं लैपटॉप संक्रमित हो जाते हैं। अनेक ब्राउजर के माध्यम से किये गये ऑनलाइन लेन-देन उनके सर्वर में सेव हो जाते हैं, जिन्हें सेटिंग में जाकर डिलीट करना होता है, पर लोग ऐसा नहीं करते हैं और इसका फायदा साइबर ठगों को मिल जाता है।

फिशिंग के तहत किसी बड़ी या नामचीन कंपनी या फिर यूजर की कंपनी का फर्जी वेबसाइट बना कर लुभावने मेल किये जाते हैं, जिसमें मुफ्त या सस्ते में महंगी चीज देने की बात होती है। मोबाइल का चलन बढ़ने के बाद हैकर्स एसएमएस या व्हाट्सएप के जरिये भी ऑफर वाले मैसेज भेजते हैं, जिसमें मैलवेयर युक्त हाइपर लिंक होता है। मैलवेयर कंप्यूटर या मोबाइल या टैब में इंस्टॉल सॉफ्टवेयर को नुकसान पहुंचाने के साथ-साथ यूजर की जानकारी चुरा लेता है। यह यूजर की जानकारी के बिना उसके ईमेल से फर्जी ईमेल भी भेज सकता है और ठगी के साथ-साथ संवेदनशील जानकारी अवांछित लोगों को बेची भी जा सकती है। इसकी मदद से किसी की सामाजिक प्रतिष्ठा को भी धूमिल किया जा सकता है।

आजकल साइबर अपराधी लोगों को बिना कर्ज लिये ही कर्जदार बताकर उनसे पैसों की वसूली कर रहे हैं। ऐसी ब्लैकमेलिंग छोटी राशि के लिए ज्यादा की जा रही है, ताकि आर्थिक रूप से कमजोर लोग पुलिस में शिकायत न करें। लोन रिकवरी एजेंट धमकी देते हैं कि पैसे नहीं देने पर आपकी आपत्तिजनक तस्वीरें इंटरनेट पर डाल दी जायेंगी। मोबाइल एप से लोन लेना खतरनाक है। ब्राउजिंग सेशन के दौरान संदेहास्पद पॉप अप और साइटों से सतर्क रहें, वेबसाइट या मोबाइल या पब्लिक लैपटॉप या डेस्कटॉप पर कार्ड की जानकारी साझा नहीं करें, अनजान नंबर या ईमेल आईडी से आये अटैचमेंट को तुरंत डिलीट कर दें और ऑनलाइन लॉटरी, कैसीनो, गेमिंग, शॉपिंग या फ्री डाउनलोड वाले मैसेज की उपेक्षा करें, तो ठगी से बचा जा सकता है। ऐसे मामलों में सावधानी ही बचाव है। लालच नहीं करें। किसी मनोवैज्ञानिक दबाव में नहीं आयें। आपको यदि कोई धमकी मिलती है, तो पुलिस की मदद लेने से नहीं हिचकें। निडर बनें, तभी साइबर अपराध का शिकार होने से बचा जा सकता है।

(ये लेखक के निजी विचार हैं।)

घर की सीढ़ियों को पौधों से कुछ इस तरह सजाएं

अगर आप अपने घर को यूनिक लुक देना चाहते हैं तो सीढ़ियों को पौधों से सजाएं क्योंकि वास्तव में यही सीढ़ियां आपके पूरे घर का लुक बदल सकती हैं। आप सीढ़ियों पर उन पौधों को लगाएं, जिन्हें सीधी धूप या बहुत अधिक रख-रखाव की आवश्यकता न हो। आइए जानते हैं कि आप अपने घर में सीढ़ियों को पौधों की मदद से किस तरह और भी अधिक खूबसूरत बना सकते हैं।

सीढ़ियों पर वर्टिकल गार्डनिंग करना एक बेहतरीन विकल्प है क्योंकि इससे सीढ़ियों के आसपास की ज्यादा जगह नहीं घिरती है। वैसे बेहतर होगा कि आप सीढ़ियों की एक तरफ की दीवार पर वर्टिकल गार्डनिंग के लिए पौधे के स्टैंड्स को लटकाएं और उसमें बेहद ही खूबसूरत छोटे आकार के पौधे लगाएं। यकीन मानिए इससे न सिर्फ आपके घर की सीढ़ियां खूबसूरत लगेंगी बल्कि यह पूरे घर को यूनिक लुक देगा।

अगर आप अपने घर को एलीगेंट लुक देना चाहते हैं तो इसके लिए अपनी सीढ़ियों पर पॉटेड प्लांट्स रखें। खासतौर से अगर आपकी सीढ़ियां लकड़ी की बनी हुई हैं तो आप इससे विपरीत रंग के एक बड़े आकार के पॉटेड प्लांट्स को कुछ सीढ़ियों के किनारे पर रखें। वहीं, अगर आप इनसे अपनी सीढ़ियों को सजा रहे हैं तो कुछ पॉटेड प्लांट्स को घर के किसी दूसरे कोने में भी रखें।

अगर आप अपने घर की सीढ़ियों को पौधों से सजा रहे हैं तो इसकी सिर्फ किनारे की दीवार और सीढ़ियों को ही सजाने के बारे में न सोचें बल्कि रेलिंग का लुक भी बदलें। आप चाहें तो मनी प्लांट्स से लेकर अन्य कई पौधों को सीढ़ियों की रेलिंग पर लगा सकते हैं। हालांकि, आप रेलिंग के लिए ऐसे पौधे ही चुनें, जिनकी लताएं नीचे की ओर बढ़ती जाएं ताकि उससे आपकी पूरी रेलिंग को कवर हो सके।

अगर आपके घर की सीढ़ियां कुछ इस तरह से बनी हुई है कि उसके नीचे काफी ज्यादा जगह है तो आप उसे भी पौधों से खूबसूरत बना सकते हैं। अगर आप चाहें तो इस जगह को एक छोटे गार्डन में तबदील कर सकते हैं। आप यहां पर तरह-तरह के खूबसूरत पौधे रख सकते हैं। इसके साथ ही कुछ यूनिक पत्थर और लाइटिंग के जरिए इस लुक को और भी खास बना सकते हैं।

पश्चिमी शास्त्रीय संगीत का सितारा विजय उपाध्याय

शिवकांत

संगीत का तीर्थ मानी जाने वाली ऑस्ट्रिया की राजधानी वियना में भारत के राष्ट्रगीत वंदे मातरम् को यूरोपीय सिंफनी शैली के संगीत में सजा कर प्रस्तुत करने वाले विजय उपाध्याय का जन्म ठुमरी और कथक की नगरी लखनऊ में हुआ था। और संगीत के संस्कार उन्हें अपनी मां उषा चटर्जी से मिले। मां उषा चटर्जी ने ही उन्हें पियानो बजाना सिखाया। संगीत संचालन का शौक भी उन्हें बचपन से ही था, इसलिए उन्होंने तबला और कथक भी सीखा। इन्हें सीखकर उन्होंने महज 14 वर्ष की उम्र से ही स्कूल की गान-मंडली का संचालन शुरू कर दिया था।

पंद्रह वर्ष की उम्र में विजय उपाध्याय को गहरा आघात लगा। उनकी मां चल बसीं और उनके पिता जी इलाहाबाद चले गये। वे भी लखनऊ से कहीं दूर निकल जाना चाहते थे, इसलिए स्नातक बनते ही ऑस्ट्रिया से मिली संगीत छात्रवृत्ति पर पश्चिमी शास्त्रीय संगीत सीखने ग्राज की संगीत एवं मंच कला यूनिवर्सिटी में आ गये। यहां रहकर संगीत और उसका संचालन सीखने लगे, इसके साथ-साथ उन्होंने ऑस्ट्रिया की लोकभाषा और संस्कृति को भी आत्मसात किया।

पढ़ाई पूरी करते ही उन्होंने गिरजाघरों की गान-मंडलियों और एक ब्रास बैंड में काम करना शुरू कर दिया तथा वियना आ गये, जहां वे आजकल विश्व प्रसिद्ध वियना यूनिवर्सिटी फिलामोनिक ऑर्केस्ट्रा के निदेशक हैं। नौ सौ वादकों और गायकों वाला यह ऑर्केस्ट्रा विश्वभर में पश्चिम के मूर्धन्य संगीतकारों की और अपनी मौलिक संगीत रचनाओं की प्रस्तुतियां देता रहता है।

विजय उपाध्याय की रुचि भारतीय संगीत और नृत्य की बुनियाद एवं पश्चिमी शास्त्रीय संगीत की शिक्षा के साथ-साथ दुनियाभर की संगीत विधाओं, वाद्यों, लोक संस्कृतियों और भाषाओं में भी रही है। यही बात उन्हें एक अनूठा प्रयोगधर्मी और रचनाशील कलाकार बनाती है। सुप्रसिद्ध चीनी ओपेरा 'मूलान' के रचयिता 'गुआन शिया' अपने ओपेरा का पहला शो करने 2008 में वियना आये थे। अपने ओपेरा के पूर्वाभ्यास में विजय के योगदान से प्रभावित होकर उन्होंने उन्हें चीनी राष्ट्रीय ऑर्केस्ट्रा और गान-मंडली के संचालन तथा संरचना का न्योता दे दिया।

तब से वे चीनी ऑर्केस्ट्रा के संचालक और रचयिता भी हैं और हर वर्ष तीन महीने बीजिंग में बिताते हैं। इसके दो वर्ष बाद 2010 में उन्होंने भारत के युवा संगीतकारों को तराशने के लिए अपनी बहन सोनिया खान के साथ मिलकर 'भारतीय राष्ट्रीय यूथ ऑर्केस्ट्रा' की स्थापना की और उसके लिए 2014 में 'प्रार्थना ध्वज' नाम की एक सिंफनी की रचना की, जो उनकी पहली संगीत रचना थी। यह सिंफनी भारतीय साहित्य और रागों पर आधारित है जिसमें खुसरो, कबीर और मीरा के गीतों का प्रयोग किया गया है। इसका मंचन भारत समेत दुनिया के कई शहरों में हो चुका है और खासा लोकप्रिय रहा है।

विजय उपाध्याय की दूसरी सिंफनी रचना 'चांगअन मेन', यानी 'स्थिर शांति का प्रवेश द्वार' थी जो चीनी इतिहास और संस्कृति के कई युगों की यात्रा कराती है। चीनी भाषा और सुरों की चार ध्वनियों का अनुसरण करते हुए इसमें 'कन्फ्यूशियस, शीजिंग, नानजिंग गीत और लाओजी के दर्शन और गीतों का प्रयोग किया गया है। इस सिंफनी ने उन्हें चीनी संगीत रचना का अनुबंध पाने वाले पहले गैर-चीनी के रूप में स्थापित किया। पिछले वर्ष उनके वियना ऑर्केस्ट्रा ने 'गेनशिन इंपैक्ट' संगीत रचना का मंचन किया जो दसवीं सदी के जापानी बौद्ध भिक्षु, 'गेनशिन' के दर्शन पर आधारित लोकप्रिय कंप्यूटर खेल 'गेनशिन इंपैक्ट' के नायक 'तेवाट' की प्राकृतिक वादियों की सैर के अनुभवों पर आधारित है। दो सौ से अधिक वादकों और गायकों के स्वर संगम वाली इस रचना को संगीत प्रेमियों और युवाओं की भरपूर सराहना मिली।

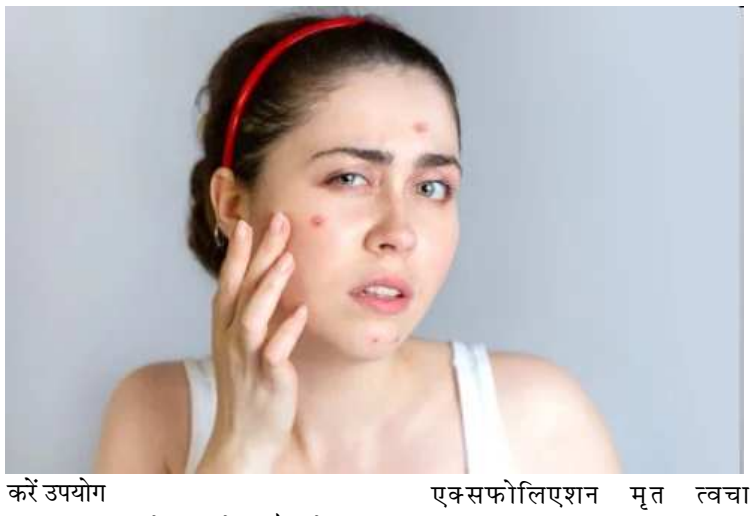
इन दिनों विजय उपाध्याय कनाडा, अमेरिका और तुर्की जैसे कई अन्य देशों के ऑर्केस्ट्राओं का भी संचालन करते हैं। इतना ही नहीं, वे ईरान, इंडोनेशिया, सिंगापुर, ब्राजील और कजाखस्तान में भी संगीत परियोजनाएं चलाते हैं। विजय को प्रकृति और लोक संस्कृति से अत्यधिक प्रेम है। प्रकृति के सानिध्य में रहने और वहां की संस्कृति को जानने के लिए विजय हर वर्ष एक महीना हिमालय की वादियों में बिताते हैं, जिनकी गूंज उनके संगीत में सुनाई देती है। विजय उपाध्याय भारत के ऐसे सांस्कृतिक दूत बनकर उभरे हैं जिनकी संगीत रचनाओं में पूरी दुनिया के संगीत और संस्कृतियों की धाराओं का अनूठा संगम 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

मानसून में नमी से होने लगे हैं मुंहासे ? छुटकारा पाने के लिए अपनाएं ये नुस्खे



मानसून का मौसम अपने साथ ठंडी हवाएं और मनमोहक बारिश लेकर आता है। हालांकि, इस मौसम में आद्रता बढ़ जाती है, जिसके कारण अधिक पसीना निकलने लगता है।नमी और पसीने से हमारी त्वचा बेहद अस्वस्थ और चिपचिपी हो जाती है, जिससे मुंहासे निकलने लगते हैं। ऐसे में सही तरह से अपनी त्वचा की देखभाल करना जरूरी हो जाता है।आप मानसून के दौरान होने वाले मुंहासों से छुटकारा पाने के लिए ये टिप्स अपनाएं।

हल्के मॉइस्चराइजर का करें इस्तेमाल

मानसून के दौरान आपको एक हल्के मॉइस्चराइजर का इस्तेमाल करना चाहिए। यह आपके रोमछिद्रों को बंद किए बिना त्वचा को हाइड्रेट करने में आपकी मदद करेगा।सैलिसिलिक एसिड या नियासिनामाइड युक्त मॉइस्चराइजर चुनें, जो त्वचा के संतुलन को बनाए रखते हुए तेल उत्पादन को नियंत्रित करने में सहायता करते हैं।आपको गर्मी और मानसून जैसे मौसमों में जेल आधारित मॉइस्चराइजर लगाना चाहिए।आप चिपचिपी त्वचा से निजात पाने के लिए ये टिप्स अपना सकते हैं।

पौष्टिक भोजन का करें सेवन

बरसात के मौसम में लोग समोसे और पकौड़े जैसे तले हुए खाद्य पदार्थों का अधिक सेवन करते हैं। इनमें इस्तेमाल हुए तेल और मसालों के कारण त्वचा तैलीय हो जाती है और मुंहासे होने लगते हैं।ऐसे में आपको अपनी डाइट में पौष्टिक भोजन ही शामिल करना चाहिए। सूजन से लडने के लिए खान-पान में एंटीऑक्सीडेंट और ओमेगा-3 फैटी एसिड युक्त खाद्य पदार्थ शामिल करें।इसके अलावा अधिक चीनी वाले भोजन से परहेज करें और ढ़ेर सारा पानी पीएं।

डॉक्टर द्वारा सुझाए गए फेस वाश का करें उपयोग

अधिकतर लोग इंटरनेट और सोशल मीडिया पर उपलब्ध जानकारी को सही मानकर बिना डॉक्टर से परामर्श किए ही उत्पाद चुन लेते हैं।हालांकि, अपनी त्वचा के अनुसार सही उत्पाद न इस्तेमाल करने से भी मुंहासे बढ़ सकते हैं। ऐसे में आपको चेहरे पर डॉक्टर या त्वचा विशेषज्ञ द्वारा सुझाए गए फेस वाश का ही उपयोग करना चाहिए।आप इस मौसम में हल्के और तेल सोखने वाले फेस वाश का ही चुनाव करें।

अत्यधिक एक्सफोलिएशन से बचें

एक्सफोलिएशन मृत त्वचा कोशिकाओं को हटाने में मदद करता है और बंद रोमछिद्रों को खोलकर गहराई से साफ करता है।हालांकि, अत्यधिक एक्सफोलिएशन से त्वचा छिल सकती है या अस्वस्थ हो सकती है। मानसून के मौसम में आपको हफ्ते में केवल 1 बार ही चेहरे को एक्सफोलिएट करना चाहिए।छोटे दानों वाले स्क्रब का उपयोग करें, जिससे त्वचा पर घर्षण न हो।चेहरे के साथ-साथ सिर की त्वचा को एक्सफोलिएशन करना भी होता है जरूरी।

नियमित रूप से करें चेहरे की सफाई

बारिश में चेहरे पर अत्यधिक पसीना निकलने लगता है। इसके कारण मुंहासे बढ़ जाते हैं और चेहरे पर लालपन दिखने लगता है।इस मौसम में गंदगी और अतिरिक्त तेल हटाने के लिए एक सौम्य और श्वङ्क-संतुलन प्रदान करने वाला क्लींजर उपयोग करें।कठोर साबुनों का उपयोग न करें, जो त्वचा के संतुलन को बिगाड़ते हैं और इसके प्राकृतिक तेल को छीन लेते हैं। डॉक्टर द्वारा सुझाए गए क्लेंसेर का ही इस्तेमाल करें और अपने चेहरे को छूने से बचें।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य - 69

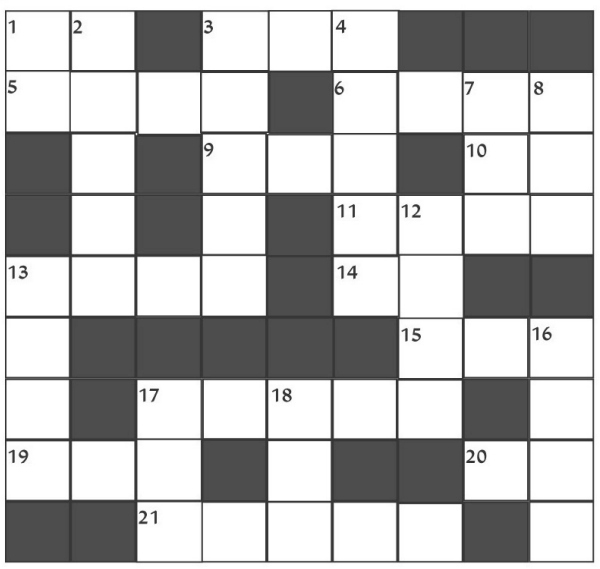
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. समाप्ति, खात्मा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहराई 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, 'लेवल' 15. बिजली, तड़ित 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. लगातार, तड़-तड़ करते हुए।

ऊपर से नीचे

1. शरीर का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल 3. वोट देने का हक 4. जो अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज़, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 68 का हल

वा	स्ता	■	■	सि	स	की	■	■
जि	■	ल	प	ट	■	मा	चि	स
ब	द	ला	■	क	■	■	ल	■
■	■	ट	■	नी	ल	क	म	ल
ता	ली	■	का	■	की	■	■	हू
क	■	स	रो	का	र	■	■	लु
झां	■	ज	बा	न	■	म	सी	हा
क	च	ना	र	■	भा	र्या	■	न
■	र्म	■	■	ज	र	दा	■	■

जाह्नवी कपूर की फिल्म उलझ का पहला गाना शौकन हुआ रिलीज

राजकुमार राव के साथ मिस्टर एंड मिसेज माही की सफलता के बाद अब अभिनेत्री जाह्नवी कपूर फिल्म उलझ के जरिए दर्शकों का मनोरंजन करने को तैयार हैं।फिल्म के निर्देशन की कमान सुधांशु सरिया ने संभाली है। रोशन मैथ्यू, गुलशन देवैया और आदिल हुसैन जैसे सितारे भी इस फिल्म का हिस्सा हैं।हाल ही में फिल्म का ट्रेलर सामने आया था। अब उलझ का पहला गाना शौकन रिलीज हो गया है, जिसमें जाह्नवी नशे में झूमती नजर आ रही हैं।

गाने शौकन को नेहा कक्कड़ और जुबिन नौटियाल ने मिलकर गाया है। इस गाने के बोल कुमार ने लिखे हैं। शाश्वत सचदेव ने इसे कंपोज किया है। उलझ 2 अगस्त, 2024 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।बॉक्स ऑफिस पर उलझ का सामना विक्रांत मैसी की द साबरमती रिपोर्ट से होगी, जिसकी कहानी 2002 की गोधरा ट्रेन जलने की घटना पर आधारित है।इसके अलावा अजय देवगन की औरों में कहां दम था भी 2 अगस्त को रिलीज होगी।

गाने में जान्हवी के साथ गुलशन देवैया भी हैं। दोनों एक क्लब में डांस करते हुए और काफी एन्जॉय करते नजर आ रहे हैं। शौकन सोनी म्यूजिक इंडिया के लेबल के तहत रिलीज किया गया है।

गाने के बारे में जान्हवी ने कहा, मैं हमेशा से नेहा कक्कड़ के गानों की फैन रही हूं, और उनके साथ काम करना मेरी विश लिस्ट में शामिल था। शौकन में पहली बार उनके साथ काम करने का मौका मिला। यह गाना आपको डांस फ्लोर पर जाने के लिए मजबूर कर देगा। यह हॉट, ग्लैमरस और ग्रूवी है। मुझे लगता है कि शाश्वत, जुबिन और नेहा ने शानदार गाना तैयार किया है।

फिल्म में जान्हवी सबसे कम उम्र की डिप्टी हाई कमिश्नर सुहाना भाटिया का किरदार निभा रही हैं। उनके सलेक्शन पर सवाल खड़े होते हैं। कुछ लोग आरोप लगाते हैं कि सुहाना की नियुक्ति में नेपोटिज्म का काफी हाथ है, क्योंकि वह एक समृद्ध परिवार से हैं। वह अपने विभाग में अपनी जगह बनाने के लिए काफी मशक्कत करती हैं।

ट्रेलर में दिखाया गया है कि जान्हवी लंदन एंबेसी की एक खबरी की तलाश में निकलती हैं और खुद ही उसके जाल में फंस जाती हैं। अपने ऊपर लगे देशद्रोह का आरोप हटाने के लिए और देश की रक्षा करने के लिए वह उन लोगों से भी भिड़ती हैं, जिन्होंने उन्हें और उनके देश को धोखा दिया है।

जान्हवी कपूर ने फिल्म का ट्रेलर इंस्टाग्राम पर शेयर किया था और कैप्शन में लिखा, हर किसी के पास एक कहानी है। हर कहानी के सीक्रेट्स हैं। हर सीक्रेट में ट्रैप है। इस उलझ को सुलझाना आसान नहीं है। फिल्म का ट्रेलर रिलीज हो गया है और यह फिल्म दो अगस्त को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

मंडे टेस्ट में फेल हुई बैड न्यूज

विक्की कौशल स्टारर लेटेस्ट रिलीज फिल्म 'बैड न्यूज' दर्शको को फुल एंटरटेनमेंट की डोज दे रही है. इस फिल्म की रिलीज से पहले ही काफी बज बन गया था जिसके चलते इसकी अच्छी प्री टिकट सेल भी हुई थी. वहीं सिनेमाघरों में दस्तक देने के बाद तो 'बैड न्यूज' ने दर्शकों का दिल जीत लिया और इसने पहले दिन शानदार ओपनिंग की. वहीं वीकेंड पर फिल्म की कमाई में अच्छी-खासी तेजी देखी गई और इसने छप्परफाड़ कलेक्शन किया. चलिए यहां जानते हैं 'बैड न्यूज' का मंडे टेस्ट का रिजल्ट कैसा रहा है?

विक्की कौशल साल की अपनी पहली रिलीज फिल्म 'बैड न्यूज' को लेकर सुर्खियों में छाए हुए हैं. आनंद तिवारी निर्देशित इस फिल्म में तृप्ति डिमरी, एमी विर्क और नेहा धूपिया भी मुख्य भूमिका में हैं. फिल्म विक्की और तृप्ति की जबरदस्त केमिस्ट्री और थिरकाने वाले गानों के साथ काफी लोगों का ध्यान खींचने में कामयाब रही है. इसी के चलते 'बैड न्यूज' को सिनेमाघरों में भी जबरदस्त रिस्पॉन्स मिल रहा है. फिल्म की शुरुआत को अच्छी रही ही थी वहीं वीकेंड पर 'बैड न्यूज' ने बॉक्स ऑफिस पर गर्दा उड़ा दिया. 'बैड न्यूज' की कमाई की बात करें तो फिल्म ने 8.3 करोड़ से खाता खोला था. इसके बाद इसने दूसरे दिन 23.49 फीसदी की तेजी के साथ 10.25 करोड की कमाई की और तीसरे दिन 'बैड न्यूज' का कलेक्शन 8.78 फीसदी के उछाल के साथ 11.15 करोड़ रुपये रहा.

'बैड न्यूज' की कमाई में मंडे को बेशक गिरावट आई है और वीकडेज में ऐसा होना नॉर्मल है. हालांकि इस फिल्म ने साल 2024 की कई फिल्मों को कमाई के मामले में पीछे छोड़ दिया है. बता दें कि कार्तिक आर्यन की चंदू चैंपियन चार दिन में महज 26.5 करोड़ का कलेक्शन कर पाई थी. शाहिद कपूर स्टारर तेरी बातों में ऐसा उलझा जिया भी चार दिनो में 30.75 करोड़ की कमाई कर पाई थी. सिद्धार्थ मल्होत्रा की योद्धा भी चार दिनो में महज 19 करोड़ कमा पाई थी और अजय देवगन की मैदान का चार दिनों का कलेक्शन भी 22 करोड़ रुपये था. वहीं बैड न्यूज' का चार दिनों का कलेक्शन 33 करोड़ से ज्यादा है. ऐसे में 'बैड न्यूज' ने इन फिल्मों को मात दे दी है. उम्मीद है कि ये फिल्म जल्द ही हाफ सेंचुरी पूरी कर लेगी.

'बैड न्यूज' 2019 में आई अक्षय-करीना और दिलजीत दोसांझ-कियारा आडवाणी की फिल्म गुड न्यूज की सीक्वल है.'बैड न्यूज' की कहानी हेटेरोपैटरनल सुपरफेकुंडेशन (एक रिप्रॉडक्शन प्रोसेस जिसमें जुड़वां बच्चे एक ही मां के होते हैं, लेकिन उनके बायोलॉजिकल पिता अलग-अलग होते हैं) के कॉन्सेप्ट पर बेस्ड है. अनन्या पंड्या और नेहा शर्मा ने फिल्म में स्पेशल कैमियो किया है.

अब फिर से हसीन दिलरुबा बनकर लौटने वाली हैं तापसी पन्नू

तापसी पन्नू साल 2021 में ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर एक फिल्म लेकर आईं थीं, जिसका नाम था हसीन दिलरुबा। यह एक रोमांटिक थ्रिलर फिल्म थी, जिसकी कहानी ने सभी का दिल जीत लिया था। फिल्म में तापसी के अलावा विक्रांत मैसी और हर्षवर्धन राणे भी अहम भूमिका में नजर आए थे। फिल्म की कहानी एक ऐसी पत्नी की होती है, जिसके पति की हत्या में शक उसपर गहराता है। अब मेकर्स इस फिल्म का दूसरा पार्ट रिलीज करने वाले हैं, जिसकी रिलीज डेट भी सामने आ चुकी है।

अब तापसी पन्नू फिर से हसीन दिलरुबा बनकर लौटने वाली हैं। नेटफ्लिक्स पर यह फिल्म रिलीज होने वाली है, जिसकी रिलीज डेट से मेकर्स ने पर्दा उठा दिया है। इस फिल्म की घोषणा कुछ वक्त पहले मेकर्स ने एक छोटे से टीजर के जरिए की थी। तब से फैंस इस फिल्म के ओटीटी पर रिलीज होने का इंतजार कर रहे थे। अब रिलीज डेट के लिए भी मेकर्स ने एक शानदार टीजर रिलीज किया है, जो कि काफी रोमांचक है।

टीजर की शुरुआत ऋषि कपूर की फिल्म कर्ज के गाने इस हसीना थी, इक दीवाना था के जरिए होती है। फिर तापसी पन्नू की किताब के साथ एक फोटो सामने आती है और आवाज आती है कि'9 अगस्त को टपकेगा खून, आएगा कातिलाना मानसून'। इसके बाद विक्रांत मैसी की एंट्री होती है और किताब पर लिखा होता है,'9 अगस्त की हसीन रात दिलरुबा के साथ'। फिल्म में इस बार विक्की कौशल के भाई सनी कौशल भी नजर आए हैं। उनकी एंट्री के साथ किताब पर लिखा होता है, '9 अगस्त को दिल पिघलेंगे, इश्क का जहर निगलेंगे'। फिर वॉइसओवर चलता है कि, 'सबको इश्क का पाठ पढ़ाने फिर आई हसीन दिलरुबा 9 अगस्त को सिर्फ नेटफ्लिक्स पर'।

बता दें कि इस फिल्म के पहले पार्ट में तापसी पन्नू ने रानी का किरदार निभाया हैं और विक्रांत मैसी ऋषभ सक्सेना उनके पति की भूमिका में होते हैं। हसीन दिलरुबा विनी मैथ्यू द्वारा निर्देशित और कनिका ढिल्लन द्वारा लिखित है। इसके अलावा तापसी के वर्कफ्रंट की बात करें तो वह अगली बार अपनी कॉमेडी ड्रामा फिल्म वो लडक़ी है कहां में नजर आने वाली हैं। फिल्म में उनके साथ प्रतीक बब्बर और प्रतीक गांधी भी नजर आएंगे। फिल्म अरशद सैयद द्वारा लिखित और निर्देशित है।

समृद्धि शुक्ला ने अपनी वैनिटी वैन के खोले राज, बताया आखिर क्यों है उनके लिए खास

ये रिश्ता क्या कहलाता है में अभीरा के किरदार से एक्ट्रेस समृद्धि शुक्ला दर्शकों का दिल जीत रही हैं। उनके डेली रूटीन में वैनिटी वैन का क्या रोल है, इसको लेकर उन्होंने खुलकर बात की और कई राज खोले।

अपने वैनिटी वैन के बारे में बात करते हुए समृद्धि ने कहा, मेरी वैनिटी के लिए मेरे कुछ प्वाइंट्स हैं, मैं अपना मेकअप किट खुद लेकर चलती हूं। मेरे साथ एक फूड बास्केट भी होता है जिसमें बहुत सारा खाना और बेवरेज होते हैं, जो मैं पूरे दिन पीती हूं।

जरूरी मेकअप किट के अलावा, मेरी वैनिटी में एक स्पीकर भी है। अच्छा म्यूजिक सुनना सभी को पसंद होता है। म्यूजिक सुनते हुए चीजें करना और कॉफी पीने का मजा अलग होता है।

समृद्धि ने आगे बताया, मैं वैनिटी वैन में काफी सोती हूं। मैं आमतौर पर अपना खाली समय कुछ और करने के बजाय सोने में बिताती हूं।

जब म्यूजिक की बात आती है, तो समृद्धि का कोई फेवरेट म्यूजिक नहीं है।

उन्होंने कहा, मेरा कोई फेवरेट म्यूजिक नहीं है, लेकिन अगर मुझे कोई एक चुनना हो, तो मैं कहूंगी कि मुझे क्लासिकल जैज बेहद पसंद है। यह बहुत अच्छा है, लेकिन मैं हमेशा यही नहीं सुनती। इसमें हमेशा बहुत सी चीज़ों का मिक्सअप होता है। मैं रैप सुनती हूं, मैं जैज सुनती हूं, मैं पॉप सुनती हूं, यह मेरे मूड पर निर्भर करता है, लेकिन मुझे लगता है कि मैं जैज ज्यादा पसंद करती हूं।

समृद्धि के लिए, उनका वैनिटी वैन मेकअप रूम तैयार होने वाली जगह से कहीं ज्यादा है। यह एक पर्सनल स्पेस है, एक क्रिएटिव हब है, और एक ऐसी जगह है जहां हंसी और खुशी भरपूर है।

चाहे वह सो रही हों या अपने पसंदीदा म्यूजिक पर डांस कर रही हों, उनकी वैनिटी डेली रूटीन का एक अहम हिस्सा है, जो सेट पर लंबे घंटों को आनंददायक बनाता है। ये रिश्ता क्या कहलाता है का निर्माण राजन शाही ने अपने बैनर डायरेक्टर कट प्रोडक्शन के तहत किया है।

ये रिश्ता क्या कहलाता है स्टार प्लस पर प्रसारित होता है।

टीवी एक्ट्रेस के अलावा समृद्धि शुक्ला वॉयस ओवर आर्टिस्ट हैं। उन्होंने द किसिंग बूथ 2, गुंजन सक्सेना, माइटी लिटिल भीम जैसे प्रोजेक्ट में अपनी आवाज दी है। उन्होंने सावी की सवारी से टीवी डेब्यू किया, लेकिन लोकप्रियता ये रिश्ता क्या कहलाता है से मिली।(आरएनएस)

अवकाश भलाई की तरफ लिया गया कदम

नुपूर डी. पाण्डेय

महीने के वे दिन, कई बार इससे ज्यादा कहने की जरूरत नहीं होती। जब से से एक लडकी का मासिक धर्म शुरू होता है, उसी समय से उसके दायरे भी तय होने शुरू हो जाते हैं।

बड़े होते-होते अक्सर हर महिला अपने आप को उन मापदंड पर आंकती है जो उसके लिए समाज तय करता है। सबसे दुर्भाग्यपूर्ण बात यह है कि महिलाओं से संबंधित समस्या का समाधान अक्सर हमारे समाज के पुरुष वर्ग करते हैं। यह किसी फेमिनाजी सोच का हिस्सा नहीं है बल्कि सदियों से चली आ रही रूढ़िवादिता की सच्चाई है। हम एक पितृसत्तात्मक समाज हैं और वर्षो से हमारी मानसिकता, महिलाएं इस प्रतिस्पर्धी दुनिया में खुद को साबित करने की होड़ में है।

हाल ही में सुप्रीम कोर्ट ने केंद्र सरकार को निर्देश दिया की वह मासिक धर्म अवकाश नीति (रूद्गठ्ठह्यह्लह्म्ह्वड्डद्य रुद्गड्ड1द्ग क्रशद्यद्बष्4) पर दुबारा सोचे क्योंकि उनको यह आशंका है कि ऐसी नीति कंपनियों द्वारा पसंद नहीं की जा सकती है। कोर्ट का यह मानना है की आने वाले समय में यह महिलाओं के लिए और मुश्किल खड़ी कर सकता है। इसके बारे में मैंने कार्यरत महिलाओं से उनकी राय पूछी और मुझे मिलीजुली प्रतिक्रिया मिली। कुछ ने कोर्ट के इस फैसले का समर्थन किया और कुछ और ने जोर-शोर से मासिक धर्म अवकाश को अपनी जरूरत बताया। मुझे हैरानी तब हुई जब कुछ महिलाओं ने मासिक धर्म अवकाश का विरोध भी किया। उनका मानना यह था कि लोग इसका फायदा उठाएंगे। फायदा उठाने का मतलब दो परिप्रेक्ष्य से देखा जा सकता है- एक जिन महिलाओं के लिए यह नियम निकल रहा है वह शायद बिना जरूरत के भी इसको छुट्टी मनाने के लिए इस्तेमाल करेंगी और दूसरा संस्थाएं इसको बहाना बना कर महिलाओं को काम पर ना रखने की एक और वजह ढूंढ लेंगे।

चलिए इससे पहले कि मैं अपनी राय इस बारे में दूं कुछ तथ्य देख लेते हैं-

वर्ल्ड इकनोमिक फोरम की वैश्विक लैंगिक अंतर रिपोर्ट 2०21 से पता चलता है कि लैंगिक समानता हासिल करने में 135.6 साल और लगेंगे। वैसे ही अभी के आकड़ों के अनुसार पुरुषों की कमाई के हर डॉलर पर महिलाओं को 84 सेंट मिलते हैं और कार्यबल में उनकी भागीदारी कम है।

अंतरराष्ट्रीय स्तर पर देखें तो स्पेन, जापान और इंडोनेशिया सहित कई देश मासिक धर्म अवकाश प्रदान करते हैं, स्पेन सशुल्क अवकाश प्रदान करने वाला पहला यूरोपीय देश है।

भारत में जोमैटो और स्विगी जैसी कंपनियों ने मासिक धर्म अवकाश नीतियां शुरू की हैं, जबकि बिहार और केरल ने राज्य-स्तरीय नीतियां लागू की हैं। केरल विश्वविद्यालय छात्राओं के लिए मासिक धर्म अवकाश भी प्रदान करता है।

यह तथ्य क्यों जरूरी है? ऐसा माना जा रहा है अनिवार्य मासिक धर्म अवकाश कंपनियों को महिलाओं को काम पर रखने से और हतोत्साहित कर सकता है। मासिक धर्म वाली महिलाओं के लिए 'विशेष दर्जा' की पुष्टि करने से उस सामाजिक सोच को बल मिल सकता है जो मासिक धर्म को महिलाओं की कमजोरी की तरह देखता है। जब महिलाओं से पूछा गया कि क्या मासिक धर्म अवकाश उनकी सहायता करेगा, काफी महिलाएं इसके समर्थन में थी। कारण साफ था कि वह भुक्तभोगी हैं। मासिक धर्म के दौरान किस तरह की परेशानिया होती है इसका उनको अच्छे से आभास था। इसमें एक और बात ध्यान देने योग्य है-हर महिला को एक ही तरह का अनुभव नहीं होता। बेंगलुरू की डॉ. प्रेमलता का कहना है, 'अच्छा सुझाव है, लेकिन जैसा कि आप सभी जानते हैं, यह सभी महिलाओं के लिए समान नहीं है। समय, प्रवाह, अवधि, दर्द आदि। गर्भवती महिलाएं इसका उपयोग नहीं कर सकती हैं, रजोनिवृत्त महिलाएं, शल्य चिकित्सा या अन्य इसका उपयोग नहीं कर सकती हैं। वैकल्पिक छुट्टी बेहतर हो सकती है। आईटी कर्मचारी मानसी (बदला हुआ नाम) ने कहा, 'मुझे लगता है कि यह जरूरी है। मुझे बहुत ज्यादा रक्तस्राव और कमजोरी और चक्कर आते हैं। हमेशा से मेरी इच्छा रही है कि महिलाओं के लिए महीने में कम-से-कम एक दिन की छुट्टी होनी चाहिए। इसके बजाय यह मासिक वैकल्पिक छुट्टी होनी चाहिए। जिन लोगों को इसकी जरूरत है वे इसे ले सकते हैं और जिन्हें इसकी जरूरत नहीं है वे काम करना जारी रख सकते हैं।'

भार्गवी (बदला हुआ नाम) ने इस पर एक नियोक्ता की दृष्टि से अपनी राय दी। 'नियोक्ता के दृष्टिकोण से, कल्पना करें कि महीने में 1 या 2 अवकाश देने से साल में 12 से 24 छुट्टियां हो जाएंगी। साल में 96 से 192 उत्पादक घंटों का नुकसान। वे शायद किसी पुरुष कर्मचारी को काम पर रखना पसंद करें। इसे कम करने से महिला कर्मचारियों को काम पर रखने के उनके फैसले प्रभावित हो सकते हैं। या फिर उन्हें उसी पद के लिए कम पैकेज देकर मुआवजा देने का एक और कारण मिल सकता है। सौ बात की एक बात, महिलाओं को मासिक धर्म अवकाश की जरूरत है। वह यह भी समझ रही हैं कि शायद इसका दुरुपयोग भी हो सकता है, लेकिन मैं जब इस पूरे मुद्दे को देखती हूं तो मुझे ऐसा प्रतीत होता है कि हम कितने भी आधुनिक हो जाएं, जाने-अनजाने हमारी सोच पुरातन ही रहती है। मेरा मानना है कि यह सही दिशा में उठाया गया कदम है। समावेशिता का मतलब अपने को पुराने नियमों के अनुसार चलाना या फिर अपने को पुरानी मानसिकता के अनुरूप ढालना नहीं है; इसका मतलब है पुरानी नियम पुस्तिका को हटा कर नए नियम बनाना। जो दायरे महिलाओं के लिए तय दे उनको हर रोज चुनौती देने के बजाय, वह ढर्रा ही मिटा देना।

हमें अगर महिलाओ को वाकई अपने कार्यक्षेत्र का हिस्सा बनाना है, तो बहाने बनाने बंद करने होंगे। कोविड के बाद काम करने के तौर-तरीकों में काफी बदलाव आया है, लेकिन तरीकों से ज्यादा सोच बदली है। लोगों की, कर्मचारियों की और समाज की। गैर-सरकारी संगठन कॉन्फ्रेंस बोर्ड की रेडी-नाउ लीडर्स रिपोर्ट से पता चलता है कि जिन संगठनों में नेतृत्व के पदों पर कम से कम 3०त्न महिलाएं हैं, उनमें अपनी इंडस्ट्री में 2०त्न तक वित्तीय प्रदर्शन की बढ़ोतरी की संभावना होती है। समय आ गया है की हम यह सोचने के बजाय की कहीं महिलाओं की भलाई की तरफ लिया गया कदम, उनको मुश्किल में न डाल दे, यह सोचें कि लोगों की सोच कैसे बदली जाए कि वह इस कदम को बाधा न समझ कर प्रेरणा समझे। क्या हम तैयार हैं, समय बदलने के लिए?

दो सूत्री मांगों को लेकर मुख्य महाप्रबंधक कार्यालय पर धरना

संवाददाता

देहरादून। जल संस्थान संविदा श्रमिक संघ ने वेतन वृद्धि व विभाग में समायोजित करने की मांग को लेकर मुख्य महाप्रबंधक कार्यालय के बाहर प्रदर्शन कर धरना दिया।

आज यहां संविद कर्मियों ने उत्तराखण्ड जल संस्थान संविदा श्रमिक संघ के बैनर तले नेहरू कालोनी स्थित जल भवन पर एकत्रित हुए जहां पर उन्होंने प्रदर्शन कर मुख्य महाप्रबंधक कार्यालय के बाहर धरना दिया। धरने के पश्चात उन्होंने मुख्य महाप्रबंधक को ज्ञापन सौंपा। उनका कहना था कि एक अप्रैल 2024 से 25 प्रतिशत वेतन वृद्धि का लाभ श्रमिकों को अति शीघ्र दिया जाये तथा समस्त शाखाओं में माह के प्रथम सप्ताह के भीतर कर्मचारियो को वेतन भुगतान अनिवार्य रूप से किया जाये।

कई डिविजनों में छः से सात माह से वेतन/ईपीएफ एक वर्ष से नहीं दिया गया जो अतिशीघ्र दिया जाये। उन्होंने कहा कि श्रमिको को ठेकेदारी प्रथा से हटाकर उच्च न्यायालय के आदेशानुसार 10 वर्षो से अधिक समय से कार्यरत कर्मचारियों को विभाग में नियमित किया जाये।

सू- दोकू क्र.69

		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.68 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

इन लोगों का तेजी से नहीं होता है वजन कम, जान लीजिए कारण

कुछ लोगों का वजन तेजी से कम नहीं होता, चाहे वे कितनी भी कोशिश कर लें। इसके पीछे कई कारण हो सकते हैं, जैसे कुछ बीमारियां और शारीरिक समस्याएं। इन कारणों को जानकर और सही उपाय अपनाकर वजन घटाने में मदद मिल सकती है। आइए जानते हैं किन लोगों का वजन तेजी से नहीं कम होता और इसके पीछे के मुख्य कारण क्या हैं।

मेटाबॉलिज्म का धीमा होना

कुछ लोगों का मेटाबॉलिज्म धीमा होता है, जिससे उनका शरीर तेजी से कैलोरी बर्न नहीं कर पाता। इस कारण उनका वजन घटाना मुश्किल हो जाता है। यह वजन कम करने में बड़ी रुकावट बनता है।

हार्मोनल असंतुलन

हार्मोनल असंतुलन भी वजन घटाने में बाधा डाल सकता है। खासकर थायरॉयड की समस्या वाले लोग तेजी से वजन कम नहीं कर पाते। थायरॉयड हार्मोन के असंतुलन से मेटाबॉलिज्म धीमा हो जाता है, जिससे शरीर कम कैलोरी बर्न करता है। इसके कारण वजन कम करना मुश्किल हो जाता है। थायरॉयड के अलावा, अन्य हार्मोनल समस्याएँ भी वजन घटाने में रुकावट बन सकती हैं।

खान-पान की वजह से

सही खान-पान न होने से भी वजन कम नहीं होता। अगर आपकी डाइट में ज्यादा तैलीय और मीठा खाना शामिल है, तो वजन कम करना मुश्किल हो जाता है। ऐसे खाने से शरीर में ज्यादा कैलोरी जमा हो जाती है, जिससे वजन घटाने में दिक्कत होती है। संतुलित और पौष्टिक आहार से ही वजन कम करना आसान होता है।

तनाव और नींद की कमी

तनाव और नींद की कमी भी वजन घटाने में रुकावट पैदा कर सकते हैं। तनाव के कारण शरीर में हार्मोनल बदलाव होते हैं, जो वजन कम करने में बाधा बनते हैं। पर्याप्त नींद न मिलने से शरीर ठीक से काम नहीं कर पाता, जिससे वजन घटाना मुश्किल हो जाता है। तनाव और अच्छी नींद का ख्याल रखना जरूरी है।

पॉलीसिस्टिक ओवेरियन सिंड्रोम

पीसीओएस से पीड़ित महिलाओं में हार्मोनल असंतुलन होता है, जिससे वजन बढ़ता है और इसे कम करना मुश्किल हो जाता है। इस स्थिति में शरीर के हार्मोन संतुलन में गड़बड़ी होती है, जिससे मेटाबॉलिज्म धीमा हो जाता है। इसके कारण महिलाओं को वजन घटाने में कठिनाई होती है। सही इलाज और बैलेंस लाइफस्टाइल से इस समस्या को कम किया जा सकता है।(आरएनएस)

चोरी के वाहन के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी के वाहन के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। पकडा गया आरोपी पूर्व में भी वाहन चोरी में जेल जा चुका है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार 29 जुलाई को सत्येंद्र शर्मा, निवासी डाकरा बाजार, कैंट देहरादून ने मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि कन्या इंटर कॉलेज डाकरा बाजार से उनकी एक्टिवा नंबर किसी ने चोरी कर ली गई। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। घटना की गंभीरता के दृष्टिगत वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह द्वारा घटना के खुलासे एंव आरोपी की गिरफ्तारी हेतु प्रभारी निरीक्षक कैंट को आवश्यक दिशा निर्देश दिये गये, जिसके क्रम में थाना कैंट पर पुलिस टीम का गठन किया गया, गठित पुलिस टीम द्वारा घटना स्थल के आसपास के सीसीटीवी कैमरो को चैक करते हुए, घटना में शामिल आरोपी के सम्बंध में जानकारी एकत्रित की गई, पुलिस द्वारा किये गये प्रयासो से घटना को अजाम देने वाले आरोपी आयुष कुमार पुत्र स्व. राजेश कुमार निवासी ग्राम डोगरा, पोस्ट ऑफिस पडाल, थाना पैठानी, जिला पौड़ी गढ़वाल को चोरी की गई स्कूटी के साथ गिरफ्तार किया गया। पूछताछ में आरोपी द्वारा बताया गया कि वह नशे का आदी है तथा नशे की पूर्ति के लिए उसके द्वारा घटना को अंजाम दिया था। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

तमंचे व कारतूस सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। वारदात की फिराक में घूम रहे एक बदमाश को पुलिस ने तमंचे,कारतूस व बाइक सहित गिरफ्तार कर लिया है।

जानकारी के अनुसार बीती रात थाना सिडकुल पुलिस गश्त पर थी। इस दौरान जब पुलिस नेहरू कॉलोनी से लेबर चौक जाने वाले मोड के पास पहुंची तो उसे वहां बाइक सवार एक संदिग्ध आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह बाइक मोड़कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से एक तमंचा मय खोखा कारतूस व एक जिंदा कारतूस बरामद हुआ।

पूछताछ मे उसने अपना नाम सागर उर्फ अर्जुन कुमार पुत्र प्रीतम सिंह निवासी मुंडीखेड़ी रामपुर मनिहारान जनपद सहारनपुर उत्तर प्रदेश हाल निवासी मामा रोहित का मकान नयायापुरा गोवर्धनपुर खानपुर जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उसे आर्म्स एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

विभिन्न मांगों को लेकर बेरोजगार संघ का मुख्यमंत्री....

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

हजारों बेरोजगार छात्र एवं उनके अभिभावक सम्मिलित हैं। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से दो साल पहले सीएम आवास में बातचीत हुई थी जिसमें उन्होंने कहा था कि आगामी पुलिस कांस्टेबल भर्ती में बेरोजगारों के हितों को देखते हुए उम्र-सीमा बढ़ा दी जाएगी, लेकिन अभी तक इसका शासनादेश जारी नहीं हुआ है।

उन्होंने कहा कि प्रदेश के लाखों युवा बेरोजगार एक बार भी पुलिस कांस्टेबल भर्ती में सम्मिलित नहीं हो सके हैं क्योंकि भर्ती 7 साल बाद आई थी। उन्होंने कहा कि हमारे पड़ोसी राज्यों में हर साल पुलिस की भर्ती आयोजित की जाती है, इसके बावजूद भी उन राज्यों (उत्तर-प्रदेश और हिमाचल प्रदेश) ने अपने प्रदेश के युवाओं को तीन साल की छूट प्रदान की है, लेकिन उत्तराखंड के मुख्यमंत्री को प्रदेश के बेरोजगारों की कोई चिंता नहीं है।

राम कंडवाल ने कहा कि लंबे समय से देखा जा रहा है कि उत्तराखंड अधीनस्थ सेवा चयन आयोग अब रिजल्ट जारी करने में बहुत देरी कर रहा है, जबकि घोटाले उजागर होने के बाद यही आयोग एक हफ्ते के अंदर रिजल्ट जारी कर रहा था अब यही आयोग 6 माह का समय क्यों लगा रहे हैं। इसके अतिरिक्त बेरोजगारों ने उत्तराखंड में आने वाली फॉरेस्ट गार्ड भर्ती में आयु सीमा 18 से 35 वर्ष किए जाने की भी मांग की है।

कंडवाल ने कहा कि यूपीसीएल, पिटकुल और यूजीवीएनल टीजी 2 की भर्ती पिछले सात साल से नहीं हुई है जबकि इन विभागों में भर्ती के लिए लाखों बेरोजगार इंतजार कर रहे हैं। उन्होंने कहा बेरोजगार सचिवालय और अफसरों के दफ्तरों के चक्कर काटने में मजबूर हैं। उन्होंने उत्तराखंड अधीनस्थ सेवा चयन आयोग से कनिष्ठ सहायक, स्टेनो समेत जो अधियाचन उनके पास उपलब्ध हैं उनके विज्ञापन तत्काल जारी जल्द जारी करने का भी अनुरोध किया।

अरविन्द केजरीवाल की गिरफ्तारी के विरोध में आप कार्यकर्ताओं ने दिया धरना

संवाददाता

देहरादून। आम आदमी पार्टी के संयोजक व दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविन्द केजरीवाल की गिरफ्तरी के विरोध में आप कार्यकर्ताओं ने प्रदर्शन कर धरना दिया।

आज यहां आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक एवम दिल्ली सरकार के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल को केन्द्र की भाजपा सरकार द्वारा षड्यंत्रवश जबरन गिरफ्तार करने के विरोध में देवभूमि उत्तराखंड के क्रान्तिकारी प्रदेश पदाधिकारियो ने राजधानी देहरादून के पंडित दीनदयाल उपाध्याय पार्क में जबरदस्त विरोध प्रदर्शन किया। इस अवसर पर बोलते हुए प्रदेश कार्यकारी अध्यक्ष एस एस कलेर ने इस कृत्य को अघोषित आपातकाल की संज्ञा देते हुए दिल्ली के नागरिको के जनमत का अपमान बताते हुए कहा कि जब केन्द्र सरकार की एक एजेंसी ईडी किसी भी साक्ष्य को कोर्ट में पेश नही कर पाई जिनसे कि अरविंद केजरीवाल को गुनाहगार साबित किया जा सके तो केन्द्र की भाजपा सरकार ने केंद्र की दूसरी एजेंसी सीबीआई का दुरुपयोग कर मुख्यमंत्री केजरीवाल को जनहित के कार्यो से दूर रखने के लिए

सोची-समझी साजिश के तहत यह कार्य किया हैं। भाजपा सरकार केजरीवाल की हत्या करने का प्रयास कर रही है जेल मे उनका शुगर लेवल 50 से नीचा आ रहा है लेकिन मोदी सरकार व जेल प्रशासन इस संवेदनशील विषय पर मौन है। भाजपा को आगामी समय मे हरियाणा चुनाव में हार का भय नजर आ रहा है इसी कारण भाजपा किसी भी कीमत में केजरीवाल को जेल में ही रखना चाहती हैं। इस अवसर पर प्रदेश उपाध्यक्ष विशाल चौधरी, प्रेम सिंह, डी के पाल, संजय सैनी, अशोक सेमवाल, सुधा पटवाल, सुदेश सैनी, ममता सिंह, अंबरीश गिरी, यामिनी, सचिन थपलियाल, सुधीर पंत, जितेन पंत, शरद जैन, श्यामलाल नाथ, सुरेन्द्र शर्मा, सुशील सैनी, संध्या चौटाला, नासिर खान, राकेश लोहट, इकबाल राव, सूरज गुंसाई, ऋतु डिमरी, विपिन नेगी, कासिम चौधरी, सीमा कश्यप, दयाराम, श्यामबाबू पाण्डे, अक्षय शर्मा, जॉन, श्रीकृष्ण राजपूत, महिपाल, आकेश भट्ट, शिवकुमार, एन एल गोस्वामी, संजय चौहान, कुलदीप सैनी आदि मौजूद थे।

तीन दुपहिया वाहन चोरी

देहरादून (सं)। चोरों ने एक ही दिन में तीन दुपहिया वाहन चोरी कर लिये। प्राप्त जानकारी के अनुसार आजाद कालोनी निवासी रिहान अली ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपनी मोटरसाईकिल घर के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। वहीं डाकरा बाजार निवासी सत्येन्द्र शर्मा ने कैण्ट कोतवाली में अपने घर के बाहर से स्कूटी चोरी होने का मुकदमा दर्ज कराया। इसके साथ ही सत्य विहार विजय पार्क निवासी महेन्द्र सिंह ने नगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह दून चित्सिालय किसी काम से गया था। उसने अपनी स्कूटी दून अस्पताल के गेट पर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी स्कूटी अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने तीनों मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

पुलिस अधिकारी बनकर ठगे साढे 11 लाख रुपये

संवाददाता

देहरादून। पुलिस अधिकारी बनकर साढे 11 लाख रूपये ठगने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार नेगी रोड निवासी विपुल अहूजा ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि आज सुबह उसके फोन किसी विजय साहू का फोन आया था, जिन्होंने अपने आपको एसएचओ के रूप में पेश किया और कहा कि उसके बेटे को तीन अन्य लड़कों के साथ कथित बलात्कार के आरोप में गिरफ्तार किया गया है। 10 दिन पहले मामला हुआ था।

उन्होंने कहा कि उन्हें यकीन है कि उनका बेटा निर्दोष है और वह उसे तभी रिहा करेगा जब वह उसे भुगतान करेंगे। उसने कहा कि इसमें बहुत सारी मीडिया शामिल थी और उसने फोन पर उसने बेटे की आवाज सुनायी। वह ऐसे रो रहा था जैसे कोई उसे पीट रहा हो, उन्होंने उसको किसी को फोन करने भी नहीं दिया और कहा कि उसका फोन टैप किया गया था। उसने उसे अपने एक्सिस बैंक अकाउंट से दीपा आहूजा के नाम से 2 रुपये गूगल पे से भुगतान किया। सूरज शॉ को 50 हजार रूपये, लापिना भोई को 40 हजार रूपये बाकी रुपये उसके एक्सिस बैंक राजपुर रोड के माध्यम से आरटीजीएस किए गए थे। 4 लाख 50 हजार, 3 लाख 5 हजार, 3 लाख 5 हजार जिसका विवरण साइबर थाना, देहरादून में जमा कर दिया गया है और उसको पावती मिल गई है। तब तक उसकी बहू काम से आ गई और उसके बेटे को बुलाया और वह अपने कालेज यूपीईएस में सुरक्षित था और पूरी स्थिति से अनजान था।

पंचायत प्रतिनिधियों का धरना-प्रदर्शन व तालाबंदी

हमारे संवाददाता

उत्तरकाशी। चिन्यालीसौड़ में एक राज्य एक चुनाव की मांग को लेकर पंचायत जनप्रतिनिधियों ने ब्लाक चिन्यालीसौड़ में एक दिवसीय धरना-प्रदर्शन और कार्यालय में तालेबंदी की।

उत्तराखंड के समस्त 13 जनपदों के प्रधानों, क्षेत्र पंचायत सदस्यों, जिला पंचायत सदस्यों, ब्लॉक प्रमुखों, जिला पंचायत अध्यक्षों सहित समस्त प्रतिनिधियों का देहरादून पंचायती राज निदेशालय में धरना प्रदर्शन जारी है। इसी तर्ज पर आज चिन्यालीसौड़ ब्लॉक मुख्यलय में पंचायत जनप्रतिनिधियों ने एक दिवसीय धरना प्रदर्शन तथा ब्लॉक कार्यालय में तालाबंधी की और सरकार के खिलाफ

❑कर रहे हैं दो साल कार्यकाल बढ़ाने की मांग

जमकर नारेबाजी की गई।

सभी पंचायत प्रतिनिधियों ने सरकार से मांग की है कि पंचायत प्रतिनिधियों का कार्यकाल 2 साल बढ़ाया जाए और एक राज्य मे एक चुनाव कराये जायें। वहीं धरने पर बैठे पंचायत प्रतिनिधियों का कहना है कि हम आगामी 3 अगस्त 2024 को उक्त संदर्भ मे मुख्यमंत्री कार्यालय एवम् आवास का घेराव करेंगे।

एक नजर

पटरी से उतरी हावड़ा-मुंबई मेल, 2 की मौत, कई घायल

नई दिल्ली। झारखंड के चक्रधरपुर में हावड़ा से मुंबई जा रही हावड़ा मेल पटरी से उतर गई है। इस हादसे में ट्रेन की 18 बोगियां पटरी से उतरी हैं। इसके चलते ट्रेन में सवार 2 यात्रियों की मौत हो गई, वहीं कई लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। रेलवे और स्थानीय पुलिस ने अभी तक इस हादसे में दो यात्रियों की मौत की पुष्टि की है। यह हादसा राजखरसवां और बड़ाबाम्बो के बीच मंगलवार की सुबह करीब साढ़े तीन बजे हुआ है। हादसे के वक्त हावड़ा मेल पश्चिम बंगाल के हावड़ा से चलकर सीएसएमटी मुंबई जा रही थी। रेलवे के अधिकारियों के मुताबिक राजखरसवां से यह ट्रेन जैसे ही बड़ाबाम्बो की ओर बढ़ी, पहले से डिरेल मालगाड़ी के पास यह ट्रेन भी हादसे का शिकार हो गई। हादसे के वक्त डिरेल मालगाड़ी के कई वैगन अभी ट्रैक पर ही थे। इतने में पीछे से आई हावड़ा-मुंबई मेल दूसरी ट्रैक पर आई और डिरेल होकर इसके वैगन्स भी पहले से डिरेल मालगाड़ी के वैगन्स से टकरा गए। यह पूरी ट्रेन मालगाड़ी से रगड़ते हुए आगे निकल गई। इसके चलते ट्रेन के सभी डिब्बे लुढ़क गए हैं। रेलवे के मुताबिक इस हादसे में काफी संख्या में लोगों की जान जा सकती थी, लेकिन हावड़ा मेल के ड्राइवर को समय रहते हुए इस हादसे का आभास हो गया। उसने तत्काल ट्रेन की स्पीड कम कर दी। इस प्रकार ड्राइवर की सूझबूझ की वजह से ज्यादा यात्रियों की मौत नहीं हुई है। रेलवे के अधिकारियों के मुताबिक सुबह के करीब पौने चार बजे थे। इसी दौरान चक्रधरपुर रेल मंडल पर इमरजेंसी अलर्ट आया।

राशन घोटाला: ईडी ने पश्चिम बंगाल में 10 अलग-अलग जगहों पर की छापेमारी

कोलकाता। ईडी ने राशन घोटाला मामले में मंगलवार को पश्चिम बंगाल में कम से कम 10 स्थानों पर छापेमारी की। केंद्रीय जांच एजेंसी ने अनीसुर रहमान के आवास पर भी रेड डाली, जो नॉर्थ 24 परगना जिले के देगंगा क्षेत्र के टीएमसी ब्लॉक अध्यक्ष हैं। अनीसुर जेल में बंद पूर्व खाद्य मंत्री ज्योतिप्रिय मल्लिक के करीबी माने जाते हैं। ईडी ने तस्करी के कई मामलों में आरोपी बारिक बिस्वास के आवास पर भी छापेमारी की। उन्हें भी मल्लिक का करीबी भी माना जाता है। एजेंसी द्वारा बशीरहाट, राजारहाट में उनके घर और कई चावल मिलों की तलाशी ली गई। इससे पहले कथित मवेशी तस्करी, कोयला तस्करी, सोना तस्करी के कई मामलों में उनका नाम आया था। उन्हें विभिन्न एजेंसियों द्वारा कई बार गिरफ्तार किया गया है। अब ईडी की छापेमारी के बाद कारोबारी बारिक बिस्वास का नाम राशन घोटाले में भी जुड़ रहा है। जांच अधिकारियों का मानना घ्है कि बारिक बिस्वास ने अपने ईंट-पत्थर और सोने के कारोबार में भारी मात्रा में काला धन निवेश किया है, जो उन्होंने राशन घोटाले से कमाया था। ईडी ने बारिक बिस्वास की दो महंगी कारों की भी तलाशी ली है।

विपक्ष ने रेल दुर्घटनाओं को लेकर केंद्र सरकार पर किया तीखा हमला

नई दिल्ली। झारखंड में हुए रेल हादसे के बाद विपक्षी दलों ने मंगलवार को बीजेपी नीत केंद्र सरकार पर तीखा हमला किया। हादसे में दो लोगों की मौत हो गई, जबकि 20 अन्य घायल हो गए। समाजवादी पार्टी के प्रमुख अखिलेश यादव ने रेल सुरक्षा के मामले में सरकार के ट्रैक रिकॉर्ड पर निशाना साधते हुए कहा कि यह सरकार रेल दुर्घटनाओं का रिकॉर्ड बनाना चाहती है। पहले पेपर लीक हुए और अब रेल दुर्घटनाएं हो रही हैं। यह सरकार केवल बड़े-बड़े दावे करती है। लोग अपनी जान गंवा रहे हैं। सरकार को इस बारे में कुछ करना चाहिए ताकि भविष्य में ऐसी दुर्घटनाएं न हों। वहीं, पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने पीड़ित परिवारों के प्रति संवेदना व्यक्त करते हुए सरकार से रेलवे दुर्घटनाओं की बढ़ती घटनाओं के बाद जवाबदेही तय करने और ऐसी घटनाओं को रोकने के लिए कदम उठाने को कहा। आइए जानते हैं विपक्ष ने क्या उठाए सवाल? वहीं, शिवसेना (यूबीटी) सांसद प्रियंका चतुर्वेदी ने रेल संबंधी दुर्घटनाओं की बढ़ती घटनाओं पर सरकार की प्रतिक्रिया पर सवाल उठाया और उस पर शर्मनाक उदासीनता का आरोप लगाया। चतुर्वेदी ने कहा कि कई मौतें हो चुकी हैं और अब तक कोई जवाबदेही तय नहीं हुई है, मुझे लगता है कि इसका भी कोई असर नहीं होगा।

भूस्खलन से सड़के बंद, कई जगह यात्री फंसे

❑बदरीनाथ हाईवे पर आवाजाही पूरी तरह ठप

विशेष संवाददाता

देहरादून। राज्य में हो रही भारी बारिश के कारण राज्य की तमाम प्रमुख सड़के बंद हो गई है। पहाड़ दरक रहे हैं और भारी मात्रा में मलवा और बड़े-बड़े पत्थरों के सड़कों पर आने से उन्हें हटाने में भी भारी मुश्किलें पेश आ रही है। चारधाम यात्रा मार्गों पर जगह-जगह पहाड़ों के टूटकर गिरने से इन बंद सड़कों में बड़ी संख्या में यात्री फंसे हुए हैं।

यमुनोत्री घाटी में एनएच-94 पर कई जगह हुए भारी भूस्खलन के कारण जगह-जगह सड़कें बंद है और बड़ी संख्या में यात्री फंसे हुए हैं। वही बदरीनाथ हाईवे पर लंगसी और गुलाब कोटी में पहाड़ का एक बड़ा हिस्सा टूटकर सड़क पर गिर जाने से इस मार्ग पर आवाजाही पूरी तरह से ठप हो गई है। इस मार्ग पर इतने बड़े-बड़े पत्थर सड़क पर आ गए हैं कि जिन्हें हटाने में जेसीबी भी फेल साबित हो गई है। भले ही कहा तो यही

❑यमुनोत्री हाईवे भी कई जगह बंद

जा रहा है कि आज शाम तक बदरीनाथ हाईवे को खोल दिया जाएगा, लेकिन इसे खोलने में कई दिन का समय भी लग सकता है। ऐसी स्थिति में यात्री इस मार्ग के दोनों ओर फंसे हुए हैं वह कब तक फंसे रहेंगे कुछ नहीं कहा जा सकता है। यमुनोत्री मार्ग को खोलने में इसलिए मुश्किलें आ रही है क्योंकि पहाड़ से लगातार मलवा और पत्थर आ रहे हैं। उधर अल्मोड़ा से प्राप्त समाचार के अनुसार यहां जागेश्वर और तोला सड़क मार्ग भी भूस्खलन के कारण बंद हो गया है। भारी बारिश के कारण राज्य की सड़कों को सबसे अधिक नुकसान भूस्खन की बढ़ती घटनाओं से हो रहा है। इन सड़कों के बंद होने के साथ-साथ इन पर यात्रा करना अत्यंत ही जोखिमपुर्ण हो गया है। अब तक भूस्खलन की चपेट में आकर दर्जनों वाहन क्षतिग्रस्त हो चुके हैं तथा कई लोगों की जाने जा चुकी है। उधर राज्य में अभी 1 अगस्त से पहले मौसम में किसी भी तरह के बदलाव की संभावना नहीं है। मौसम विभाग के ताजा अपडेट के अनुसार दून, पौड़ी, टिहरी क्षेत्र में भारी से भी भारी बारिश होने की संभावना है। वही चंपावत, नैनीताल, उधम सिंह नगर व हरिद्वार में भी अच्छी बारिश होने की बात कही गई है। थोड़ी राहत की खबर यह है कि गंगोत्री में गंगा का जलस्तर जरूर कम हुआ है।

छात्राओं ने प्रोफेसर पर लगाया यौन उत्पीड़न का आरोप

विशेष संवाददाता

पंतनगर। देश के नामी गिरामी गोविंद बल्लभ पंत विश्वविद्यालय के एक प्रोफेसर पर संस्थान की कुछ छात्राओं द्वारा यौन उत्पीड़न के आरोप लगाए जाने का मामला प्रकाश में आया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार कुछ छात्राओं ने विश्व विद्यालय के प्लांट विशेषज्ञ विभाग के प्रोफेसर सत्य कुमार पर शारीरिक उत्पीड़न के आरोप लगाते हुए कुलपति से अपने यौन उत्पीड़न की शिकायत की गई थी। जिसके बाद विश्वविद्यालय के कुलपति द्वारा प्रोफेसर सत्य कुमार को सस्पेंड कर दिया गया तथा इस मामले की जांच एक विश्वविद्यालय समिति को सौंप दी गई है।

कोरोनेशन अस्पताल से पोर्टेबल वेन्टिलेटर चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने कोरोनेशन अस्पताल से पोर्टेबल वेन्टिलेटर चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार कोरोनेशन अस्पताल के आपातकालीन चिकित्सा अधिकारी डॉ. दीपक चन्द्र गहतोडी ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि चोरों ने अस्पताल से पोर्टेबल वेन्टिलेटर चोरी कर लिया है।

सीएम ने ली...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि प्रभावितों के खाने-पीने और दवा आदि की समुचित व्यवस्था की जाए। उल्लेखनीय है कि इससे पूर्व टिहरी के प्रभारी मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल और नेता विपक्ष भी पीड़ितों के बीच पहुंचे थे और उनकी समस्याओं के समाधान का भरोसा दिलाया था। स्कूल में ठहरे प्रभावितों की संख्या अधिक होने से भी लोगों को भारी मुश्किलें हो रही है।

चमोली करंट हादसा: पीड़ित परिवारों ने मुआवजे को लेकर किया प्रदर्शन

हमारे संवाददाता

चमोली। नमामि गंगे ट्रीटमेंट प्लांट में हुए हादसे के पीड़ित परिवारों ने जिला मुख्यालय गोपेश्वर में प्रदर्शन कर हादसे में मारे गये पीड़ित परिवारों को एक साल गुजरने के बाद भी मुआवजा न दिये जाने को विरोध में प्रदर्शन किया तथा जिलाधिकारी को ज्ञापन सौंपा।

बता दें कि बीते वर्ष 19 जुलाई को चमोली कस्बे में नमामि गंगे के सिवरेज ट्रीटमेंट प्लांट में करंट दौड़ने से 16 लोगों की मौत हो गई थी जिसमें से अधिकांश लोग गरीब परिवारों के थे। उस समय सरकार और प्रशासन की ओर से पीड़ित परिवारों को सहयोग का भरोसा दिलाया था लेकिन पीड़ित परिवारों का आरोप है कि अभी तक उन्हें किसी भी प्रकार की सहायता नहीं दी गई है जिससे पीड़ित परिवार आर्थिक परेशानी से जुझ रहे है।

हरमनी की प्रधान सुनीता देवी का कहना है कि सरकार और प्रशासन ने पीड़ित परिवारों को पूरा सहयोग करने का भरोसा दिलाया था लेकिन एक वर्ष से अधिक समय बीत जाने के बाद भी अभी तक पीड़ित परिवारों को समुचित मुआवजा नहीं मिल पाया है और न ही उन्हें किसी प्रकार से नौकरी मिली है ऐसे में पीड़ित परिवारों के सामने आर्थिकी का संकट पैदा हो गया है। उन्होंने यह भी आरोप लगाया कि अभी तक घटना के आरोपी की कोई गिरफ्तारी नहीं हो पायी है। उन्होंने ज्ञापन के माध्यम से घटना के आरोपी की गिरफ्तारी की मांग करते हुए पीड़ित परिवारों को मुआवजा दिए जाने की मांग की है। उन्होंने चेतावनी दी है कि ऐसा नहीं किया जाता है तो ग्रामीणों को पीड़ित परिवारों के समर्थन में आंदोलन के लिए विवश होना पड़ेगा। इस मौके पर देवेंद्र फरस्वाण, भगत कनियाल, अब्बल सिंह, मनमोहन ओली, मदन आर्य आदि कई लोग मौजूद थे।

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।