बुधवार
23 अक्टूबर 2024
● देहरादून
● वर्ष 32
● अंक 253
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

32 साल से देहरादून का विश्वास

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

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

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

एक नजर

टावर पर चढ़कर कूदने की धमकी देने पर 10 छात्र नेताओं पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। टावर पर चढकर कूदकर आत्महत्या की धमकी देने के मामले में पुलिस ने एनएसयूआई के दस छात्र नेताओं के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार डालनवाला कोतवाली में तैनात दरोगा गुमान सिंह नेगी ने डालनवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि 22 अक्टूबर 2024 को कंट्रोल रूम के माध्यम से सूचना प्राप्त हुई की डीएवी डिग्री कॉलेज देहरादून के 3-4 युवक बीएसएनएल सुरक्षा कर्मी को डरा धमका कर बीएसएनएल के टावर पर चढ़ने का प्रयास करने लगे, जिनमें से तीन लड़के गार्ड के विरोध करने पर वहां से भाग गए जबकि एक युवक, जिसका नाम हरीश जोशी था, अपनी मांगों को लेकर टावर पर चढ़ गया।

सूचना पर थाना डालनवाला से पुलिस बल द्वारा मौके पर पहुंचकर टावर पर चढ़े व्यक्ति हरीश जोशी से फोन पर वार्ता कर समझाने बुझाने का प्रयास किया गया परंतु हरीश जोशी टावर से नहीं उतरा तथा टावर पर से ही लगातार अपनी मांगों को लेकर नारेबाजी करता रहा तथा नीचे कूदने की धमकी दे रहा था।

टावर के नीचे हरीश जोशी के साथी उसे टावर से कूदने के लिए उकसाकर लगातार नारेबाजी कर रहे थे, जिस कारण बीएसएनएल की अति आवश्यक सेवाएं बाधित रही। काफी मशक्कत के उपरांत हरीश जोशी उपरोक्त को फायर सर्विस, एसडीआरएफ व स्थानीय पुलिस की मदद से नीचे उतारा गया।

उक्त घटना में टावर से कूदने का प्रयास करने, आत्महत्या के लिए उकसाने, सरकारी कार्य में बाधा उत्पन्न करने, गार्ड को डराने धमकाने व यातायात को बाधित करने के संबंध में कोतवाली डालनवाला पर 10 नामजद लोगों के विरुद्ध मुकदमा दर्ज कर लिया गया है।

मलिन बस्तियों को फिर मिला 3 साल का अभयदान

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड सरकार द्वारा एक बार फिर राज्य की लगभग 582 उन मलिन बस्तियों में रहने वालों को आगामी 3 साल के लिए अभयदान दे दिया गया है जिन्हें हटाये जाने का फैसला हाई कोर्ट द्वारा 2017 में दिया गया था।

सचिवालय में आज हुई कैबिनेट बैठक में सरकार द्वारा कई अहम फसलों पर अपनी स्वीकृति की मोहर लगा दी गई है। आज की बैठक में कुल 30 प्रस्तावों पर विचार किया गया जिसमें मलिन बस्तियों के नियमितीकरण से जुड़ा वह फैसला भी शामिल था जिस पर सभी की नजरे लगी हुई थी। यह तीसरा मर्तबा है जब सरकार ने मलिन बस्तियों को न हटाने के संबंध में अध्यादेश लाकर उन्हें तीसरी बार फिर 3 साल के लिए अभयदान दिया गया है। 2018 व 2021 में सरकार 3-3 साल का अध्यादेश लाकर इन मलिन बस्तियों का अस्तित्व बचा चुकी है आज सरकार ने फिर से अध्यादेश को अगले 3 साल के लिए मंजूरी देकर यह सुनिश्चित कर दिया गया है कि इन मलिन बस्तियों को अगले 3 साल तक नहीं उजाड़ा जाएगा।

❑कैबिनेट ने दी अध्यादेश को मंजूरी
❑निःशुल्क सिलेंडर 3 साल तक मिलते रहेंगे
❑वीरता पुरस्कार पाने वालों को मुफ्त बस यात्रा
❑कैबिनेट की बैठक में लाये गए कुल 30 प्रस्ताव

2021 में लाये गए अध्यादेश की समय सीमा आज 23 अक्टूबर को समाप्त हो रही थी। कैबिनेट की मंजूरी के बाद आज ही सरकार इस फैसले पर राजभवन की स्वीकृति लेकर उसे 3 साल आगे तक बढ़ा देगी। लेकिन इसके साथ ही यह भी सवाल है कि आखिर सरकार कब तक यह अध्यादेश-अध्यादेश का खेल जारी रख सकती है और कब इन मलिन बस्तियों के नियमितीकरण या उनके पुनर्वास की योजना को अमली जामा पहनाकर इसका स्थाई हल कर सकेगी।

आज की कैबिनेट बैठक में लिए गए अन्य महत्वपूर्ण फसलों में वीरता पुरस्कार, अशोक चक्र, महावीर चक्र तथा शौर्य चक्र प्राप्त करने वाले सैनिकों के परिजनों को रोडवेज की बसों में मुफ्त यात्रा सुविधा देने तथा मुख्यमंत्री निशुल्क रसोई गैस सिलेंडर रिफिल योजना को आगामी 3 साल तक जारी रखने का फैसला भी लिया गया है। एक अन्य फैसला लेते हुए कैबिनेट ने विकासनगर में सिविल न्यायालय में वकीलों के चैंबर निर्माण के लिए 318 गज वर्ग जमीन उपलब्ध कराने को भी मंजूरी दे दी है। वही चमोली, पिथौरागढ़ और उत्तरकाशी के लिए 5 करोड़ का रिवाल्विंग फंड देने तथा हरिद्वार में हेलीपोर्ट बनाने को भी स्वीकृति दे दी गई है इसके अलावा भी आज कैबिनेट में अनेक फैसले लिए गए हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

मलिन बस्तियां: अंतहीन समस्या

मलिन बस्तियों की समस्या किसी एक प्रदेश या शहर की नहीं है। हर एक शहर में नदी नालों और खालों तथा जंगलों में इन मलिन बस्तियों का संसार पसरा हुआ आपको देखने को मिलेगा। झुग्गी-झोपड़ियां से लेकर कच्चे-पक्के और टाट-पट्टी तथा तिरपाल वाली इन बस्तियों को देखकर कोई भी सोच सकता है कि आखिर यह कौन लोग हैं कहां से आ जाते हैं और क्यों कई-कई बार इन्हें हटाये जाने के बाद भी यह मलिन बस्तियां कभी खत्म ही नहीं होती है। दरअसल इन मलिन बस्तियों के पीछे भी एक सामाजिक और राजनीतिक विज्ञान छिपा हुआ है। जब तक इस देश में गरीब और गरीबी रहेगी तब तक मलिन बस्तियां भी रहेगी और जब तक इन मलिन बस्तियों के पास वोट का संवैधानिक अधिकार रहेगा जिसे कोई छीन नहीं सकता तब तक मलिन बस्तियों का अस्तित्व भी सुरक्षित रहेगा उसे कोई मिटा नहीं सकता है। इसलिए यह जो मलिन बस्तियों की समस्या है वह एक अनंत समस्या है जिसका कोई स्थाई समाधान संभव ही नहीं है। वर्ष 2016 में हाईकोर्ट द्वारा उत्तराखंड सरकार को इन मलिन बस्तियों को हटाने का आदेश दिया गया था प्रशासन भी इस आदेश के बाद बुलडोजर लेकर सड़कों पर आ गया और तोड़फोड़ शुरू हो गई। ऐसी ताबड़तोड़ कार्रवाई शुरू हुई कि एक बारगी तो ऐसा लगा कि चाहे सारा दून शहर खंडहर में तब्दील हो जाए लेकिन न अवैध यह मलिन बस्तियां रहेगी न अतिक्रमण का नामोनिशान बचेगा लेकिन जब जनप्रतिनिधि इन बुलडोजरों के सामने खड़े हो गए तो इसके पहिए भी थम गए और फिर इसके बाद से आज तक स्थिति यथावत ही बनी हुई है। तत्कालीन मुख्यमंत्री हरीश रावत ने अपने कार्यकाल में इन मलिन बस्तियों के नियमितिकरण के लिए नियमावली तैयार की थी लेकिन उनकी सत्ता जब डांवाडोल हो गई तो यह मामला भी ठंडे बस्ते में चला गया। इसके बाद जब भी चुनाव आते हैं तो इन मलिन बस्तियों के नियमितिकरण का सवाल भी जोर पकड़ने लगता है। अकेले राजधानी दून में 150 के आसपास मलिन बस्तियां हैं तथा पूरे राज्य में 590 के आसपास मलिन बस्तियां हैं। जिनमें 8 लाख से भी अधिक वोट रहते हैं। जिनका वोट किसी भी चुनाव में हर एक राजनीतिक दल के लिए महत्वपूर्ण होता है अब राज्य में निकाय चुनाव होने वाले हैं ऐसी स्थिति में सरकार जहां एक बार और फिर 2018 व 2021 की तरह से तीसरी बार नया अध्यादेश लाकर इन मलिन बस्तियों को बचाने की मुहिम में जुटी हुई है वहीं कांग्रेस का कहना है कि सरकार इन मलिन बस्तियों के नियमितीकरण को टालना चाहती है और इसका कोई स्थाई समाधान निकालना ही नहीं चाहती है। लेकिन सवाल यह भी है कि आखिर सरकार अध्यादेश और फिर अध्यादेश लाकर कब तक इन मलिन बस्तियों को बचा सकती है और हाईकोर्ट कब तक सरकार के इस प्रयास को सफल होता देखता रहेगा। एक बात जरूर साफ है कि सरकार इस समस्या के समाधान को लेकर उदासीन जरूर बनी हुई है। सरकार को इस समस्या के समाधान पर आगे बढ़ने की जरूरत है। जबकि इन बस्तियों में रहने वाले हमेशा ही भय में रहने पर मजबूर है कि कब उनका आशियाना उनसे छीन लिया जाएगा।

पांच सूत्री मांगों को लेकर लघु व्यापारियों ने किया प्रदर्शन

संवाददाता

हरिद्वार। अपनी पांच सूत्री मांगों को लेकर लघु व्यापार एसोसिएशन ने नगर आयुक्त कार्यालय पर प्रदर्शन कर नगर आयुक्त को ज्ञापन सौंपा।

उत्तराखंड लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा की अगवाई में रेडी पटरी के लघु व्यापारियों ने अपनी पांच सूत्रीय मांगों को लेकर तुलसी चौक से नगर निगम तक जुलूस निकालकर आक्रमक प्रदर्शन करते हुए नारेबाजी कर नगर आयुक्त वरुण चौधरी के कार्यालय में पहुंचकर नगर आयुक्त से लंबी परिचर्चा कर ज्ञापन प्रेषित किया।

ज्ञापन में मांगों को दोहराया नगर निगम प्रशासन द्वारा विकसित किए गए चारों वेंडिंग जोन में बिजली पानी सफाई शौचालय सीसीटीवी कैमरे इत्यादि मूलभूत सुविधाओं के साथ रेलवे स्टेशन, बस अड्डा, हर की पौड़ी, न्यू मेडिकल कॉलेज, न्यू सब्जी मंडी, ज्वालापुर, समस्त सार्वजनिक पार्किंगों के नजदीक रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों को उत्तराखंड नगरीय फेरी नीति नियमावली के नियम अनुसार वेंडिंग जोन के रूप में व्यवस्थित व स्थापित किए जाने की मांग को भी प्रमुखता से दोहराया।

इस अवसर पर लघु व्यापार एसो. के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा प्रधानमंत्री स्ट्रीट वेंडर आत्मनिर्भर योजना, राष्ट्रीय आजीविका मिशन, उत्तराखंड नगरीय फेरी नीति नियमावली के नियम अनुसार फुटपाथ के कारोबारी रेडी पटरी के लघु व्यापारियों को नगर निगम प्रशासन द्वारा लाइसेंस, परिचय पत्र, विक्रिया प्रमाण पत्र मुहिया कराए जाने के साथ उचित सार्वजनिक स्थलों पर कारोबार किए जाने की अनुमति दिया जाना न्याय संगत होगा।

इस अवसर पर नगर आयुक्त वरुण चौधरी ने सभी फेरी समिति के सदस्य व लघु व्यापारियों को आश्वासित करते हुए कहा दीपावली के उपरांत फेरी समिति की बैठक बुलाकर उत्तराखंड नगरीय फेरी नीति नियमावली के नियम अनुसार पूर्व वर्ष 2018 के पंजीकृत रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडस) लघु व्यापारियों को व्यवस्थित व स्थापित किए जाने के साथ नगर निगम क्षेत्र में अलग से फुटकर फ्रूट सब्जी रेडीमेड मैकेनिकल चलती फिरती रेडी पटरी के (स्ट्रीट वेंडर्स) लघु व्यापारियों को साफ सुथरी व्यवस्था के साथ स्थापित किया जाएगा। इस अवसर पर जिला अध्यक्ष राजकुमार सिंह, संरक्षक डॉ. अनिल शर्मा, नीतीश अग्रवाल, मोहनलाल, ओमप्रकाश भाटिया, पंडित मनीष शर्मा, बालवीर गुप्ता, वीरेंद्र, कुंदन सिंह, धर्मपाल कश्यप, मोहम्मद आजम, तस्लीम, यामीन, ओम प्रकाश, चंदन रावत, सचिन बिष्ट, श्याम कुमार, सुनील कुकरेती, कमल सिंह, कपिल, श्रीमती पूनम माखन, सुमन गुप्ता, आशा देवी, कामिनी मिश्रा, पुष्पा दास, सुनीता चौहान, मंजू पाल आदि भारी तादाद में लघु व्यापारी शामिल हुए।

प्रशिक्षुओं को त्रैमासिक प्रशिक्षण प्रमाण पत्र किये वितरित

संवाददाता

देहरादून। गोर्खाली सुधार सभा द्वारा कम्प्यूटर एवं सिलाई कढाई प्रशिक्षुओं को त्रैमासिक प्रशिक्षण प्रमाण पत्र वितरित किये गये।

आज यहां गोर्खाली सुधार सभा द्वारा युवाओं को नि:शुल्क कम्प्यूटर प्रशिक्षण एवं महिलाओं को स्वरोजगार हेतु नि:शुल्क सिलाई कढाई प्रशिक्षण संचालित किया जाता है और प्रशिक्षण समापन पर प्रमाण पत्र भी प्रदान किये जाते है ताकि वे अपने उन्नति पथ पर अग्रसर हों द्य इन प्रशिक्षणों के फलस्वरूप अबतक सैकड़ों युवा , युवतियां और महिलाएँ लाभान्वित हुई हैं। आज गोर्खाली सुधार सभा के

सम्मानित अध्यक्ष पदम सिंह थापा ने कम्प्यूटर एवं सिलाई-कढ़ाई प्रशिक्षण केंद्र के दीप्ति थापा, प्रिया थापा, विद्यावती सुनार, शानिया बाना, रौनक थापा, मुस्कान कुमारी, आशा मगर, पीयूष राना, याशिका थापा, अमन नेगी, स्वास्तिका सिंह, प्राची गोगालिया, अर्पण प्रधान, प्रमोद गिरि, सोनू भट्ट, आरती, कविता भट्ट, शिवानी मल्ल, आशा बोहरा इन प्रशिक्षुओं को त्रैमासिक बैसिक प्रशिक्षण प्रमाण पत्र प्रदान किये गये। अध्यक्ष ने सभी प्रशिक्षुओं को बधाई एवं उज्जवल भविष्य की शुभकामनाएं भी दीं। उन्होंने कम्प्यूटर प्रशिक्षिका श्रीमती सुनीता सैनी एवं सिलाई- कढ़ाई प्रशिक्षिका श्रीमती अनिता सोनी की प्रशिक्षण कार्य- कुशलता की सराहना भी की। इस अवसर पर सभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष राजन क्षेत्री, महामंत्री गोपाल क्षेत्री, मीडिया प्रभारी प्रभा शाह एवं एवं नये सत्र के प्रशिक्षु भी उपस्थित थे।

मारपीट में चार लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। मारपीट कर जान से मारने की धमकी देने के मामले में पुलिस ने एक ही परिवार के चार लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार विजय कालोनी निवासी सचिन कोठारी ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि दिन के लगभग तीन बजे उसके पड़ोसी सच्चिदानन्द यादव शराब के नशे में धुत होकर, अपनी डेडवॉल तोड़कर, उसकी सम्पति में घुस गया और धमकी दी कि वह किसी डेडवॉल को नहीं मानते वह यहां से दरवाजा तो खोल कर ही रहेंगें। यदि किसी ने उन्हें दरवाजा खोलने से रोका तो जान से मार डालेंगे, जब उसने दरवाजा खोलने का विरोध किया तो सच्चिदानन्द की पत्नी व बबीता यादव, पुत्री रूपा यादव और बेटा राकेश यादव भी उसकी सम्पति में घुस गये।

इतने में सच्चिदानन्द यादव ने उसको ललकारते हुये कहा कि आज तुम्हें और तुम्हारे परिवार के लोगे को खत्म नहीं किया तो, हमारा नाम नहीं। इतना सुनते ही राकेश यादव तलवार लेकर आ गया तो उसने उसके भाई राहुल शर्मा पर जानलेवा हमला कर दिया, जिससे उसके कन्धे पर गम्भीर चोटे आयी।

सच्चिदानन्द यादव ने मुझे पकड़ लिया और बबीता यादव, रूपा यादव ने प्रार्थी की पत्नी श्रीमती सुनीता कोठारी को घसीटते हुये, अपने घर की तरफ ले जाने लगे तो. प्रार्थी की पत्नी ने बड़ी मुश्किल से स्वयं को बचाया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

'ऑपरेशन स्माइल' टीम ने दो गुमशुदा लोगों को किया सकुशल बरामद

हमारे संवाददाता

पौड़ी। 'आपरेशन स्माइल' टीम ने दो गुमशुदाओं को सकुशल बरामद कर उन्हे उनके परिजनों की सुपुर्दगी में दे दिया है। पुलिस के इस कार्य की स्थानीय लोगों व परिजनों ने भूरी-भूरी प्रंशसा की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते 13 अक्टूबर करे कोटद्वार निवासी एक व्यक्ति द्वारा कोतवाली कोटद्वार में प्रार्थना पत्र दिया कि मेरी पुत्री घर से बिना बताए कहीं चली गयी है और अभी तक घर वापस नहीं आयी। जिसके आधार पर कोतवाली कोटद्वार में गुमशुदगी दर्ज कर उसकी तलाश शुरू कर दी गयी। इसके दिनांक 21 अक्टूबर को कोटद्वार निवासी एक व्यक्ति द्वारा कलालघाटी चौकी पर सूचना दी गयी कि मेरा 16 वर्षीय बालक घर से बिना बताए कहीं चला गया है और अभी

तक वापस नहीं आया है। उक्त सूचनाओं पर पौड़ी की ऑपरेशन स्माइल टीम द्वारा गुमशुदाओं को सभी सम्भावित स्थानों व बाहरी राज्यों में तलाश किया गया। तत्पश्चात कुशल सुरागरसी पतारसी तथा मोबाइल सर्विलांस की मदद से अथक प्रयासो के फलस्वरूप गुमशुदा युवती को देहरादून से व नाबालिग बालक को नजीबाबाद से सकुशल बरामद कर ऑपरेशन स्माइल टीम द्वारा सीडब्ल्यूसी के समक्ष काउंसलिंग कराकर आवश्यक कार्यवाही की गयी। काउंसलिंग के पश्चात युवती व नाबालिग बालक को उनके परिजनों के सुपुर्द किया गया है। पुलिस के इस कार्य की स्थानीय निवासियों व परिजनों द्वारा भूरी-भूरी प्रंशसा की गयी है।

जिम से आने के बाद न करें ये भूल

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में कई लोग ऐसे भी हैं जो अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में फिटनेस के लिए जिम जाते हैं. लेकिन ये जरूरी नहीं कि जिम में घंटों पसीना बहाने के बावजूद कोई बदलाव नजर आए। ऐसा इसलिए होता है कि जिम में वर्कआउट करते समय या बाद में कुछ ऐसी गलतियां कर देते हैं जिससे पूरी मेहनत पर पानी फिर जाता है। शरीर में बदलाव लाने के लिए जरूरी है कि जिम में या जिम के बाद कुछ गलतियों को नहीं करना चाहिए।

सप्लीमेंट कर सकता है बीमार

शरीर में जल्दी बदलाव लाने के लिए वर्कआउट करने के बाद सप्लीमेंट लेना आम बात हो गई है लेकिन ऐसा करना सेहत के लिए काफी नुकसानदेह साबित हो सकता है। सप्लीमेंट सेहत के लिए अच्छा नहीं माना जाता है। सप्लीमेंट की बजाय दूसरी हेल्दी चीजों को तवज्जो देनी चाहिए।

प्रोटीन का सेवन रहेगा लाभप्रद

जिम में वर्कआउट करने के बाद प्रोटीन का सेवन करना फायदेमंद साबित होता है. लेकिन जिम में वर्कआउट करने के बाद भूलकर भी कार्बोहायड्रेट मिली चीजों का सेवन नहीं करना चाहिए।

वर्कआउट के बाद कार्डियो एक्सरसाइज ना करें

जिम में एक्सरसाइज की शुरुआत कार्डियो एक्सरसाइज से करनी चाहिए लेकिन इस बात का ख्याल रखना चाहिए कि वर्कआउट करने के बाद कार्डियो एक्सरसाइज ना करें। शुरुआत में कार्डियो एक्सरसाइज करने के बाद नियमित एक्सरसाइज करनी चाहिए।

स्ट्रेचिंग

कई बार एक्सरसाइज खत्म करने के बाद शरीर में दर्द रहता है। इससे निजात पाने के लिए स्ट्रेचिंग करना काफी फायदेमंद साबित होता है। वर्कआउट करने के बाद या कार्डियो एक्सरसाइज करने के बाद स्ट्रेचिंग करनी चाहिए। इससे वर्कआउट खत्म करने के बाद शरीर में दर्द की शिकायत नहीं होती है।

नारियल पानी का करें सेवन

एक्सरसाइज खत्म करने के बाद शरीर में इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी पूरी करने के लिए स्पोर्ट्स ड्रिंक का काफी लोग इस्तेमाल करते हैं लेकिन ये शरीर के लिए सही नहीं है। स्पोर्ट्स ड्रिंक शरीर में इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी की पूर्ति तो कर देता है लेकिन इसमें शुगर होने के कारण शरीर में अतिरिक्त कैलोरी आ जाती है। स्पोर्ट्स ड्रिंक की बजाय नारियल पानी फायदेमंद रहता है।

जंक फूड न खायें

कई लोग वर्कआउट करने के बाद कितनी कैलोरी बर्न की है, उस हिसाब से जंक फूड या दूसरी चीजें खाते हैं जो कि सही नहीं इससे फैट में बढ़ोतरी होती है।

बच्चों के व्यवहार का रखें ध्यान

बच्चों के खिलाफ बढ़ते अपराध को देखते हुए माता-पिता को खासतौर से सचेत रहने की जरूरत है। जहां एक ओर बच्चों को गुड टच और बैड टच जैसी चीजे सिखाने की आवश्यकता है, वहीं अभिभावक अपने बच्चों के व्यवहार पर भी नजर रखें। हाल के दिनों में कई जगहों पर स्कूलों में बच्चों के साथ हुए हादसों ने उनकी सुरक्षा की पोल खोल दी है।

मनोवैज्ञानिकों के अनुसार ऐसी घटनाओं से बच्चों में डर पैदा होता है। इससे पर्सनैलिटी डिस्ऑर्डर का खतरा बढ़ता है।

लेकिन हमें उन्हें इसी समाज में रखना है और जीना सिखाना है। इसलिए उन्हें डरने की बजाए लड़ना सिखाएं और उनके साथ दोस्ताना व्यवहार रखें। यदि बच्चों में ये पांच लक्षण दिखते हैं तो उसे गंभीरता से लेते हुए बच्चे से जरूर बात करें। जरूरत हो तो उन्हें मनोवैज्ञानिक के पास लेकर जाएं और स्कूल से भी बात करें।

बच्चा गुमसुम नजर आये तो करें बात

बच्चा खोया-खोया रहता है। खूब बातचीत करने वाला बच्चा अचानक चुप-चुप रहने लगे और किसी से बात करना उसे पसंद ना आए तो समझें कुछ गड़बड़ जरूर है। बच्चे से बातचीत करें, उसे यह भरोसा दिलाएं कि आप उससे अलग नहीं हैं और किसी भी हाल में आप बच्चे से नाराज नहीं होंगे चाहे बात कितनी भी बड़ी क्यों ना हो।

छोटी-छोटी बात पर नाराज होना यह मानव स्वभाव है, जिसमें व्यक्ति को गुस्सा तभी आता है जब वह अंदर से परेशान होता है. अगर आपका खुशमिजाज बच्चा आजकल हर छोटी-छोटी बात पर रोने लगता है या गुस्सा करता है तो समझ लें कि कुछ ऐसा है जिसके बारे में आपको नहीं पता। बच्चे से बात करें और जानने की कोशिश करें। बच्चे के स्कूल से बात करें। हो सकता है स्कूल में उसके साथ गलत व्यवहार हो रहा हो।

मनोवैज्ञानिक की भी सलाह लें

बच्चों को नींद ना आना इस बात को बहुत बड़ा संकेत है कि वह अंदर तक डरा हुआ है। इसे हल्के में ना लें और तुरंत मनोवैज्ञानिक से मुलाकात करें। बच्चे के मन से जितनी जल्दी हो उसका डर बाहर निकालें। आपका बच्चा अचानक सबसे कटा-कटा रहने लगे। अकेले रहने लगे तो भी चिंता की बात है क्योंकि बच्चे ऐसा तभी करते हैं जब वो अंदर तक किसी बात से सहमे होते हैं।अगर आपका बच्चा किसी खास व्यक्ति को नजरअंदाज करता है तो उसे छोटी बात ना समझें और ना ही बच्चे को उस व्यक्ति से बात करने को मजबूर करें, पता करें कि वो ऐसा क्यों कर रहा है।

मुंहासों से छुटकारा दिला सकते हैं ये ग्रीन टी फेस पैक!

अगर आप मुंहासों की समस्या से परेशान हैं तो इनसे छुटकारा दिलाने में ग्रीन टी आपकी काफी मदद कर सकती है।

इसका मुख्य कारण यह है कि ग्रीन टी एंटी-माइक्रोबियल, एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-ऑक्सीडेंट गुण मौजूद होते हैं, जो त्वचा से निकलने वाले सीबम यानी तैलीय प्रभाव के उत्पादन को नियंत्रित करता है। बता दें कि अत्याधिक सीबम का उत्पादन ही मुंहासों की वजह बनता है। आइए आज ग्रीन टी से कुछ फेस पैक बनाने और लगाने के तरीके जानते हैं।

ग्रीन टी और शहद का फेस पैक

सामग्री- दो चम्मच शहद और एक चम्मच ग्रीन टी वाली चायपत्ती। फेस पैक बनाने और लगाने का तरीका- सबसे पहले ग्रीन टी वाली चायपत्ती को मिक्सी में अच्छे से पीसकर उसका पाउडर बना दें फिर इसे एक कटोरी में शुद्ध शहद के साथ मिलाएं। अब इसे फेस पैक को अपने पूरे चेहरे पर लगाएं और जब यह पूरी तरह से सूख जाए तो अपने मुंह को ठंडे पानी से धोकर साफ कर लें।

जैतून के तेल और ग्रीन टी का फेस पैक

सामग्री- एक ग्रीन टी बैग, एक चम्मच शहद और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल। फेस पैक बनाने और लगाने का तरीका- सबसे पहले एक कटोरी में शहद और जैतून के तेल को मिलाकर गुनगुना करें, फिर इसमें ग्रीन टी बैग को काटकर मिलाएं और गैस बंद कर दें। इसके बाद जब मिश्रण ठंडा हो जाए तो इसे अपने चेहरे पर हल्के हाथों से मसाज करते हुए लगाएं और कुछ मिनट के बाद चेहरे को ठंडे पानी से धो लें।

ग्रीन टी और दालचीनी का फेस पैक

सामग्री- दो चम्मच ग्रीन टी का पाउडर और आधी चम्मच दालचीनी का पाउडर। फेस पैक बनाने और लगाने का तरीका- सबसे पहले एक कटोरी में इन दोनों सामग्रियों को अच्छे से मिला लें, फिर इस मिश्रण को अपने पूरे चेहरे पर अच्छे से लगाकर 15 से 20 मिनट के लिए छोड़ दें। अंत में चेहरे को ठंडे पानी से धोकर तौलिये से पोंछे, फिर चेहरे पर जेल बेस्ड मॉइश्चराइजर लगाएं।

आप चाहें मुंहासों के लिए किसी भी ग्रीन टी फेस पैक इस्तेमाल करें, लेकिन उससे पहले पैच टेस्ट जरूर करें। इसके लिए थोड़ा फेस पैक कोहनी के पीछे लगाकर कुछ मिनट रूकें और अगर कुछ भी न हो तो इसे अपने चेहरे पर लगाएं।

वॉश बेसिन को साफ करने के लिए फॉलो करें ये ट्रिक्स

अधिकतर परिवार की महिलाओं का समय घर की साफ-सफाई करने में चला जाता है। घर की साफ-सफाई करना कोई आसान काम नहीं है। घर की साफ सफाई करने और घर को सजाने में काफी समय और मेहनत लगती है। हर रोज ब्रश करने या हर समय हाथ धुलने के लिए घर में वॉश बेसिन का इस्तेमाल किया जाता है, जिसके कारण कुछ ही समय में सफेद रंग का वॉश बेसिन जल्द ही पीला पड़ना शुरू हो जाता है। वॉश बेसिन पर टूथपेस्ट और पानी से लगे हुए स्टेन हर रोज रगड़ने पर भी साफ करने मुश्किल हो जाते हैं। आप भी अपने घर के वॉश बेसिन से दाग धब्बों को मिटाना चाहते हैं तो ये शानदार ट्रिक जान लीजिए। घर के वॉश बेसिन को चमकाने के लिए व्हाइट विनेगर एक बेहद सस्ता और जबरदस्त ऑप्शन है।

व्हाइट विनेगर यानी सफेद सिरका जिसका इस्तेमाल अधिकतर नूडल्स और सभी फास्ट फूड आइटम्स में किया जाता है। व्हाइट विनेगर फूड आइटम्स में स्वाद बढ़ाने के साथ सफाई करने के लिए भी इस्तेमाल किया जा सकता है। व्हाइट विनेगर में बेकिंग सोडा मिलाकर इस्तेमाल करने पर ना केवल वॉश बेसिन चमक उठेगा बल्कि वॉश बेसिन से आने वाली काई और बदबू भी खत्म की जा सकती है।

वॉश बेसिन साफ करने के लिए अपनाएं ये टिप्स

*सबसे पहले वॉश बेसिन में गरम पानी डाल दें।

*गर्म पानी डालने के बाद 2-3 चम्मच बेकिंग सोडा लें।

*इसे वॉश बेसिन पानी की टंकी औरपाइप में डालकर छोड़ दें।

*अब एक गिलास वाइट विनेगर डालकर कम से कम एक घंटे के लिए छोड़ दें।

*एक घंटे बाद वापस थोड़ा गुनगुना पानी डालकर ब्रश से वॉश बेसिन को घिस दें।

अगर नाक पर पड़ चुके हैं चश्मे के दाग तो इन घरेलू उपायों से हटाए

आजकल हर दूसरे व्यक्ति को चश्मा लगा है। इस लिस्ट में कुछ लोग शौक के लिए लगाते हैं तो कुछ लोग मज़बूरी में। हालाँकि देखा जाता हैं कि अधिक चश्मे के इस्तेमाल से नाक पर निशान पड़ जाते हैं जो आपके लुक को खराब करने का काम करते हैं। ऐसे में अगर आप अपने उस निशान को मिटाना चाहते हैं तो घरेलू उपाय आजमा सकते हैं। आज हम आपको उन्ही उपायों के बारे में बताने जा रहे हैं।

आलू- नींबू के जैसे आलू में भी ब्लीचिंग के गुण पाए जाते है जो स्किन की रंगत निखारने के साथ-साथ दाग धब्बों से भी छुटकारा दिलाता है। इसके प्रयोग के लिए आलू का टुकड़ा लें और इसे अपनी नाक के उस हिस्से पर रगड़ें जहां चश्मे के निशान है। वहीं कुछ मिनट तक रगड़ने के बाद थोड़ा इंतजार करें और कम से कम 10 मिनट तक इंतजार करने के बाद पानी से चेहरा धो लें। हर दिन ऐसा करें।

बादाम का तेल- इस तेल में विटामिन इ की अच्छी मात्रा पाई जाती है जो स्किन पर मौजूद किसी भी तरह के निशानों को दूर करने की क्षमता रखता है। ऐसे में अगर आपके नाक पर भी चश्मा पहनने के कारण निशान पड़ गए है तो रात को सोने से पहले रोजाना अपनी नाक के दाग वाले हिस्से पर बादाम तेल से मालिश करें।

गुलाबजल- ग्लोइंग और खूबसूरत त्वचा के लिए गुलाबजल बेहतरीन है लेकिन इसकी मदद से आप अपनी नाक पर पड़े चश्मे के दागों को भी हमेशा के लिए हटा सकते हैं। जी हाँ और इसके लिए रात को सोने से पहले रुई से अपनी नाक पर गुलाबजल लगाएं और हर दिन यह उपाय करें।

नींबू- नींबू में विटामिन सी और ब्लीचिंग के गुण पाए जाते है। यह ना केवल काले घेरों को दूर करने में मदद करते है बल्कि स्किन की रंगत को भी निखारते है। हालाँकि अगर आपकी नाक के उस हिस्से पर किसी तरह के कटने या जलने का घाव है तो प्रयोग नहीं कर सकते। अब अगर प्रयोग की विधि के बारे में बात करें तो इसके लिए 1 चम्मच ताजे नींबू के रस में 1 चम्मच पानी मिलाकर रुई से दागों पर लगाएं। करीब 15 मिनट तक रखें और उसके बाद फेस साफ़ कर लें।

कंन्जेशन घटेगा और खर्राटे कम होंगे

विष्णु प्रिया सिंह

सोने से दो घंटे पहले खाना खाने की आदत डालें। रात में हल्का खाना खायें। सोने से पहले नाक और गला अच्छी तरह साफ करें जिससे कंजेशन घटे और खर्राटों की आवाज कम हो। स्मोकिंग, शराब और सेडेटिव्स को ना कहैं। इनसे गले के टिश्यू ढीले जाते हैं जो कारण बनते हैं खर्राटों का।

खर्राटे, आदमी खुद चैन से सोता है लेकिन पास वालों का सोना मुश्किल। लोगों के तलाक हो जाते हैं इनकी वजह से। क्यों लेते हैं लोग खर्राटे? क्या ये किसी बीमारी के सिम्पटम हैं या कुछ और। आइये जानें खर्राटों के कारण और छुटकारा पाने के तरीकों को।

अगर आप खर्राटे लेते हैं, तो शर्मिन्दा होने की जरूरत नहीं, ऐसा करने वाले आप अकेले नहीं। ये कॉमन फिनोमिना है। वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनाइजेशन की एक रिपोर्ट के अनुसार दुनियाभर के 45 प्रतिशत वयस्क खर्राटे लेते हैं। इनमें 25 प्रतिशत तो रोजाना। जेन्डर के हिसाब से महिलायें कम, पुरूष ज्यादा खर्राटे लेते हैं और जैसे-जैसे उम्र बढ़ती है, खर्राटे भी बढ़ जाते हैं।

कारण क्या खर्राटों का?

खर्राटे यानी सोते समय सांस लेने की आवाज। जो आती है सांस की नली में कंजेशन से। जितना ज्यादा कंजेशन उतनी ज्यादा आवाज। आमतौर पर नाक में कंजेशन, गले में सूजन, डैमेज टिश्यू, गर्दन पर ज्यादा चर्बी या मुंह में स्ट्रक्चरल प्रॉब्लम से सांस खुलकर नहीं आती, जिससे सोते समय तरह-तरह की आवाजें निकलती हैं।

कुछ लोगों को खर्राटे आते हैं स्लीप अपेनिया के कारण। ये जन्मजात बीमारी है। इनके अलावा टॉन्सिल्स में सूजन, तालू में उभार, बड़ी जीभ, गलत पोजीशन में सोना, ज्यादा शराब, स्लीपिंग पिल्स, सेडेटिव्स, मोटापा, एलर्जी और सर्दी से भी लोग खर्राटे लेते हैं।

कैसे छुटकारा मिले खर्राटों से?

खर्राटों से मुक्ति के लिये पहले उपाय के रूप में सोते समय 4 इंच मोटा तकिया रखकर सोने की आदत डालें। हमेशा करवट लेकर सोयें, हो सके तो बांयी। इससे कंन्जेशन घटेगा और खर्राटे कम होंगे।

कुछ लोगों को खर्राटे आते हैं सांस की नली के टिश्यू ढीले होने से। इनकी रिपेयरिंग के लिये प्रतिदिन 7 से 9 घंटे की नींद लें। जैसे-जैसे टिश्यू रिपेयर होंगे, खर्राटे धीरे-धीरे कम हो जायेंगे।

कई बार गले और श्वसन नलिका में सूजन वजह होती है खर्राटों की। इसे दूर करने के लिये रोजाना एक चम्मच शहद खायें। शहद की एंटी-इंफ्लामेटरी प्रॉपर्टीज, सूजन घटाकर, खर्राटे घटाने में मदद करती हैं।

सूजन घटाकर, टिश्यू रिपेयर करने में जिंजर-गारलिक भी कारगर है। खर्राटे कम करने के लिये खाने में इनकी मात्रा बढ़ायें। अगर नॉन वेजीटेरियन हैं तो गर्दन की अतिरिक्त चर्बी हटाने के लिये रेड मीट खाना बंद कर मछली खाना शुरू करें। मछली में मौजूद ओमेगा-3 फैटी एसिड, अतिरिक्त चर्बी हटाने में मदद करता है।

डाइट में दूध, दही, पनीर जैसे डेयरी प्रोडक्ट कम करें। इनसे म्यूकस बनता है। नार्मल दूध के बजाय हल्दी वाला दूध पियें। ये सांस की नली की सूजन घटाकर वायु प्रवाह ठीक करने में मदद करता है। गले का कंजेशन घटाने के लिये चाय की जगह मिंट या ग्रीन टी पियें। कंजेशन होता है म्यूकस के कारण। शरीर से म्यूकस निकालने के लिये प्रतिदिन कम से कम तीन लीटर पानी पियें।

खर्राटे कम करने में आजकल नेज़ल स्ट्रिप का इस्तेमाल आम है, इससे सांस की नली में वायु प्रवाह बेहतर होता है। जिससे खर्राटे कम आते हैं।

सोने से दो घंटे पहले खाना खाने की आदत डालें। रात में हल्का खाना खायें। सोने से पहले नाक और गला अच्छी तरह साफ करें जिससे कंजेशन घटे और खर्राटों की आवाज कम हो। स्मोकिंग, शराब और सेडेटिव्स को ना कहैं। इनसे गले के टिश्यू ढीले जाते हैं जो कारण बनते हैं खर्राटों का।

इलाज क्या खर्राटों का?

अगर इन उपायों से खर्राटे कम न हों तो समझिये मामला गम्भीर है। हो सकता है खर्राटों की वजह मुंह का स्ट्रक्चरल डिफेक्ट या स्लीप अपेनिया जैसी बीमारी हो। ऐसे में डॉक्टर से कन्सल्ट करें। आज इनसे निजात दिलाने के लिये पैलेटल इम्प्लांट, सेप्टोप्लास्टी, सोमनोप्लास्टी और यूपी-पीपी जैसे कई तरीके उपलब्ध हैं। आपके लिये कौन सा बेहतर है ये सिर्फ डॉक्टर ही बता सकते हैं।

याद रखें, खर्राटे कोई ऐसी समस्या नहीं जो ठीक न हो। इनसे निजात पाने के लिये बस इनकी वजह पता होनी चाहिये। वैसे तो ये जानलेवा नहीं होते। लेकिन इन्हें हल्के में न लें। समय से इलाज न कराने पर रिश्तों में खटास, ध्यान केन्द्रित करने में परेशानी, हाई बीपी और स्ट्रोक जैसी समस्यायें हो सकती हैं। अगर खर्राटों के साथ सांस फूलना, रात में बार-बार यूरीनेशन, दिन में ज्यादा नींद, गले में खराश, मुंह सूखना और सुबह सिरदर्द जैसे सिम्पटम फील हों तो बिना देर किये डॉक्टर से कन्सल्ट करें।

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

सुबह उठते ही उल्टी जैसा फील होता है? यह लिवर डैमेज के हो सकते हैं संकेत..लक्षणों को पहचानें

अगर आपको सुबह उठते ही उल्टी और जी मिचलाने जैसा महसूस होता है तो ये लिवर खराब होने के संकेत हो सकते हैं। आपको इन लक्षणों को भूलकर भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। जानिए लिवर खराब होने पर शरीर में क्या लक्षण दिखाई देते हैं।शरीर का सबसे बड़ा और महत्वपूर्ण अंग लिवर है। लिवर शरीर की गंदगी बाहर निकालने का काम करता है।

लिवर खाना पचाने के लिए पित्त प्रोटीन रिलीज करता है और एनर्जी स्टोर करता है। वैसे तो लिवर खुद को ठीक कर सकता है। लेकिन कई बार यह इतना डैमेज हो जाता है कि लिवर के फंक्शन डिस्टर्ब होने लगते हैं। ऐसे में जब लिवर काम करना बंद कर देता है या धीरे काम करने लगता है तो शरीर में कई तरह के लक्षण दिखाई देते हैं।

ज्यादातर लोग इन लक्षणों पर ध्यान नहीं देते। हालांकि इससे लिवर को होने वाले बड़े नुकसान का खतरा कम हो सकता है। अगर आपको सुबह उठने के बाद उल्टी या जी मिचलाने जैसा महसूस होता है तो समझ लें कि लिवर डैमेज हो रहा है। जानिए इसके अलावा और क्या लक्षण महसूस होते हैं।

लिवर खराब होने के लक्षण

सुबह-सुबह उल्टी आना- कई बार सुबह-सुबह जी मिचलाने लगता है और उल्टी जैसा महसूस होता है। ऐसा महसूस होना लिवर खराब होने का लक्षण हो सकता है। जब लिवर खराब होने लगता है तो पाचन तंत्र में कई तरह की परेशानियां होने लगती हैं। इसकी वजह से उल्टी और जी मिचलाने जैसा महसूस होने लगता है। अगर आपको हर रोज ऐसा महसूस होता है तो तुरंत डॉक्टर से सलाह लें।

सुबह-सुबह थकान- अगर आपको सुबह उठते ही थकान या ऊर्जा में कमी महसूस होती है तो ये लिवर खराब होने के संकेत हो सकते हैं। कई बार रात को अच्छी नींद लेने के बाद भी सुबह उठने पर थकान महसूस होती है। अगर आपको ऐसा महसूस होता है तो एक बार डॉक्टर से जरूर सलाह लें। ये भी लिवर खराब होने के संकेत हो सकते हैं।

पेट में दर्द- लिवर खराब होने का एक और लक्षण ये है कि ऐसे लोगों को पेट में दर्द और सूजन होने लगती है। आमतौर पर पेट के ऊपरी दाहिने हिस्से में दर्द महसूस होता है। ऐसा लिवर के आकार में वृद्धि के कारण होता है। खासकर सुबह के समय अक्सर पेट में दर्द और सूजन महसूस होती है।

त्वचा का रंग पीला- अगर आपको सुबह-सुबह त्वचा का रंग पीला दिखाई देता है। अगर आपको आंखों में पीलापन नजर आए तो ये लिवर खराब होने के संकेत हो सकते हैं। जब लिवर ठीक से काम नहीं करता तो बिलीरुबिन की मात्रा बढ़ने लगती है। इससे त्वचा का रंग पीला होने लगता है। ऐसे में बिना देर किए डॉक्टर से संपर्क करें।

चेहरा सूजा हुआ और फूला हुआ दिखना- कई बार सुबह उठने के बाद चेहरे पर सूजन नजर आने लगती है। चेहरा फूला हुआ नजर आने लगता है। लिवर खराब होने की वजह से ऐसा हो सकता है। जब लिवर ठीक से काम नहीं करता तो शरीर में प्रोटीन और इलेक्ट्रोलाइट्स का संतुलन बिगड़ने लगता है। ऐसे में चेहरे पर सूजन नजर आने लगती है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -105

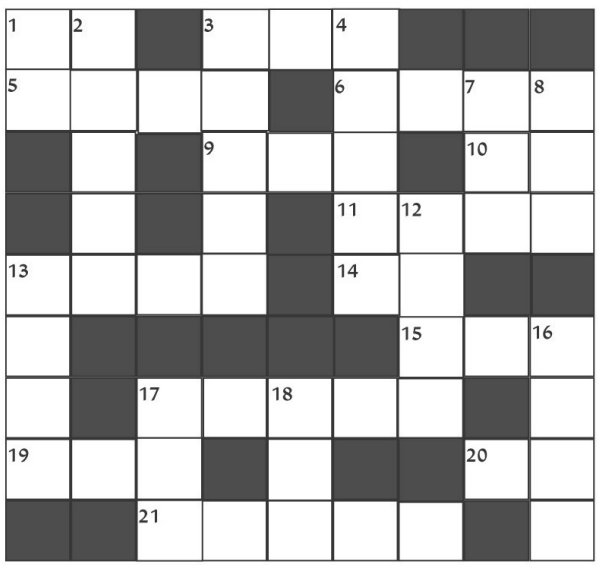
(भागवत साहू)

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।

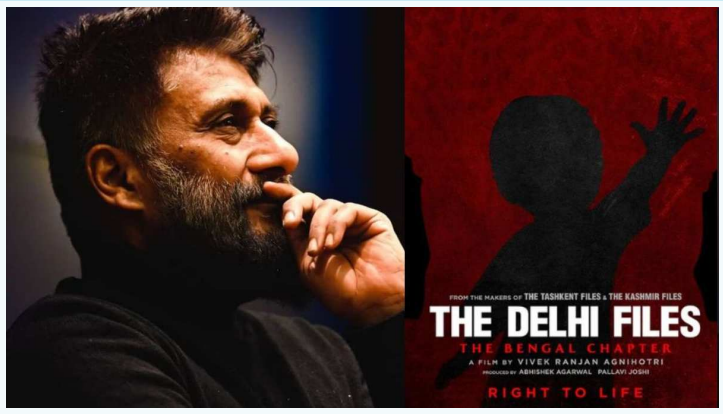
ऊपर से नीचे

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 104 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	■	■



विवेक अग्निहोत्री की द दिल्ली फाइल्स करेगी धमाका!

फिल्म मेकर विवेक रंजन अग्निहोत्री हमेशा अपनी फिल्मों के जरिए सुर्खियां बटोरने के लिए जाने जाते हैं। वो अपनी फिल्मों के जरिए विवादित मुद्दों को उठाते हैं और हलचल पैदा कर देते हैं। द ताशकंद फाइल्स, द कश्मीर फाइल्स और द वैक्सीन वॉर जैसी सफल फिल्में बनाने के बाद, राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता फिल्म मेकर अपनी अगली फिल्म द दिल्ली फाइल्स के साथ एक और दिलचस्प कहानी कहने के लिए तैयार हैं। इस फिल्म ने अपने अनाउंसमेंट के बाद से ही खबरों में जगह बनाई हुई है। इसके अलावा फिल्ममेकर ने इसे अनोखा बनाने के लिए अपनी टीम के साथ मिलकर एक लंबी और गहन रिसर्च की है।

अग्निहोत्री ने इस फिल्म के लिए प्रोड्यूसर अभिषेक अग्रवाल के साथ फिर से हाथ मिलाया है, जिन्होंने द कश्मीर फाइल्स की मेकिंग में अहम भूमिका निभाई थी। इस फिल्म को काफी तारीफ मिली थी और इसने बॉक्स ऑफिस पर भी अच्छा परफॉर्म किया था। अब मेकर्स ने फिल्म द दिल्ली फाइल्स की रिलीज डेट का ऐलान कर दिया है, जो दो पार्ट्स में बनाई जाएगी। ऐसे में उन्होंने खुलासा किया है कि द दिल्ली फाइल्स – द बंगाल चैप्टर 15 अगस्त, 2025 को रिलीज होगी।

विवेक रंजन अग्निहोत्री ने सोशल मीडिया पर द दिल्ली फाइल्स – द बंगाल चैप्टर का एक दिलचस्प पोस्टर साझा करते हुए इसकी रिलीज की तारीख की घोषणा की है। साथ ही उन्होंने कैप्शन में लिखा है, अपने कैलेंडर पर मार्क करें 15 अगस्त, 2025। कई सालों के रिसर्च के बाद द दिल्ली फाइल्स की कहानी एक पार्ट के लिए बहुत शक्तिशाली है। हम आपके लिए द बंगाल चैप्टर लाने के लिए उत्साहित हैं – दो पार्ट में से पहला, जो हमारे इतिहास के एक अहम चैप्टर से पर्दा उठाता है।

विवेक रंजन अग्निहोत्री ने अपनी फिल्म के लिए गहराई से रिसर्च करने के लिए लंबी यात्रा तय की है। वो केरल से लेकर कोलकाता और दिल्ली तक अलग-अलग जगहों पर गए और जानकारी इकट्ठा की। उन्होंने 100 से ज्यादा किताबें और 200 से ज्यादा लेख पढ़े, जो उनकी फिल्म की पटकथा को मजबूत बनाने में मदद करेंगे। इसके अलावा उन्होंने और उनकी टीम ने 20 राज्यों में यात्रा की और 7000 से ज्यादा रिसर्च पेजेज और 1000 से ज्यादा आर्काइव आर्टिकल्स की स्टडी की है, जो उनकी फिल्म को और भी प्रभावी बनाने में मदद करेंगे।

हिट 3- पुलिस के अवतार में खूंखार अपराधी बने नानी

नेचुरल स्टार नानी इन दिनों अपनी हालिया फिल्म सारिपोधा सानिवारम की अपार सफलता का लुत्फ उठा रहे हैं। विवेक अथरेया द्वारा निर्देशित इस फिल्म में प्रियंका मोहन और एसजे सूर्या ने अहम भूमिका निभाई है। वहीं इस बीच अब नानी के अगली नई फिल्म पर दिलचस्प अपडेट सामने आया है। नानी की अगली फिल्म हिट 3 है, फिल्म की घोषणा के साथ इसका पहला पोस्टर और टीजर निर्माताओं ने जारी किया है।

अभिनेता नानी की हिट 3 का पोस्टर और टीजर जारी किया गया। यह हिट फ्रेंचाइजी की तीसरी किस्त है, जिसमें नानी एक क्रूर पुलिस अधिकारी अर्जुन सरकार की भूमिका निभा रहे हैं।

प्रोमो में नानी एक निर्दयी पुलिस वाले के रूप में दिखाई दे रहे हैं, जो अपने लक्ष्य को हासिल करने के लिए किसी भी हद तक जा सकता है। इसमें नानी को एक भयंकर अवतार में दिखाया गया है।

सिनेमा चेन पीवीआर द्वारा अपने सोशल मीडिया हैंडल पर टीजर साझा किए जाने के बाद नानी ने फिल्म का पोस्टर एक कैप्शन के साथ साझा किया, जिसमें लिखा था, पुलिस कम, अपराधी ज्यादा। अर्जुन सरकार ने कार्यभार संभाला। नानी 32 अब हिट द थर्ड केस है। खून के दरवाजे 1 मई 2025 को खुलेंगे।

हिट 3 की घोषणा कुछ साल पहले निर्देशक डॉ. शैलेश कोलानू ने की थी। यह फिल्म अगले साल यानी 1 मई, 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इसका निर्माण वॉल पोस्टर सिनेमा ने यूनिनामस प्रोडक्शंस के साथ मिलकर किया है। नानी को आखिरी बार सारिपोधा सानिवारम में देखा गया था, जो बॉक्स ऑफिस पर हिट रही। वहीं, अब नानी अपने 32वीं फिल्म यानी हिट द थर्ड केस के लिए उत्साहित हैं।

दीपशिखा नागपाल ने बताया कि कैसे देव आनंद ने उन्हें अपने साथ काम करने के लिए राजी किया

अभिनेत्री दीपशिखा नागपाल ने खुलासा किया है कि उन्होंने एक्टिंग को अपना करियर इसलिए चुना क्योंकि, प्रतिष्ठित अभिनेता-फिल्म निर्माता देव आनंद ने उनसे कहा था।

अभिनेत्री ने कहा, मेरा परिवार, खास तौर पर मेरे नानाजी, पहले से ही फिल्म इंडस्ट्री का हिस्सा थे। मूक फिल्मों के दौर से ही मेरे नानाजी ने दादा मुनि (अशोक कुमार) और महमूद जैसे दिग्गजों को मौका दिया था। मेरी मां गुजराती फिल्मों में अभिनेत्री थीं और मेरे पिता निर्देशक, लेखक और अभिनेता थे। दिग्गज अभिनेता देव आनंद अपनी फिल्म के लिए लड़कियों की तलाश कर रहे थे और मेरी मां मुझे और मेरी बहन को उनसे मिलवाने ले गई थी। दीपशिखा ने बताया कि उन्हें यह जानकर आश्चर्य हुआ कि देव आनंद मेरी बहन को नहीं बल्कि उन्हें साइन करना चाहते थे। भले ही वह एक अभिनेत्री बनने की आकांक्षा रखती थी।

देव आनंद के प्रस्ताव को मैंने ठुकरा दिया। क्योंकि अभिनय कभी मेरा सपना नहीं था। मैं मिस इंडिया या एक स्वतंत्र कॉर्पोरेट महिला बनना चाहती थी, शायद एक फैशन डिजाइनर भी। लेकिन देव साहब लगातार कोशिश करते रहे और आखिरकार उन्होंने मुझे अपने साथ काम करने के लिए मना लिया।

अभिनेत्री ने दिवंगत स्टार के साथ बिताए पलों को याद करते हुए कहा, मुझे अभी भी उनके शब्द याद हैं, दीपशिखा, मेरे साथ काम करो और अगर तुम नहीं चाहती हो तो किसी और के साथ काम मत करना। मैं आखिरकार राजी हो गई, हालांकि मैंने जोर दिया कि वह मेरी बहन को भी साइन करें।

अभिनेत्री ने बताया कि उनकी पहली फिल्म गैंगस्टर थी। मुझे लगा था कि यह मेरी आखिरी फिल्म होगी, लेकिन ऐसा नहीं हुआ। इंडस्ट्री ने मुझे नोटिस करना शुरू कर दिया। लोग मेरी तुलना परवीन बॉबी से करने लगे, और मैंने इस सफर का आनंद लेना शुरू कर दिया।

दीपशिखा ने खुलासा किया कि उन्हें 1995 की फिल्म करण अर्जुन की पेशकश की गई थी, जिसमें सलमान खान और शाहरुख खान मुख्य भूमिका में थे। उन्होंने कहा, मुझे राकेश रोशन ने करण अर्जुन की पेशकश की थी। लेकिन, मुझे अफसोस है कि मैंने इसे ठुकरा दिया था। मैं देव आनंद की गैंगस्टर में काम कर रही थी।

अभिनेत्री ने बताया कि उन्होंने फिल्मों से टेलीविजन की ओर रुख क्यों किया। उन्होंने बताया कि मैंने शादी करने के बाद अपना ध्यान फिल्मों से टेलीविजन की ओर मोड़ लिया। लगभग उसी समय, मॉरीन वाडिया की ग्लैडरैग्स मिसेज इंडिया प्रतियोगिता शुरू हुई, और मैंने इसमें भाग लेने का फैसला किया। यह कुछ ऐसा था जिसे मैं खुद अनुभव करना चाहती थी।

अभिनेत्री ने कहा, मैंने 2003 की मिसेज इंडिया प्रतियोगिता में भाग लिया और प्रथम रनर-अप रही। साथ ही कोहिनूर वूमन ऑफ द ईयर का खिताब भी जीता। पीछे मुडक़र देखती हूं, तो मुझे अपने सफर पर गर्व होता है, भले ही मैंने करण अर्जुन जैसे कुछ अवसर गंवा दिए हों। लेकिन मेरा मानना है कि सब कुछ किसी कारण से होता है। अब, मुझे उम्मीद है कि अगर मेरी बेटी कभी मेरे नक्शेकदम पर चलना चाहती है या मार्गदर्शन चाहती है, तो मैं उसका समर्थन करने के लिए वहां मौजूद रहूंगी।

व्हाइट बॉडीकॉन आउटफिट पहन शिल्पा शेट्टी दिखीं बेहद ग्लैमरस

बॉलीवुड इंडस्ट्री की फिटनेस क्वीन शिल्पा शेट्टी हमेशा अपने लेटेस्ट लुक्स को लेकर सोशल मीडिया पर सुर्खियां बटौरती रहती हैं। उनका हर एक लुक इंटरनेट पर आते ही तेजी से वायरल होने लगता है। अब हाल ही में एक्ट्रेस को पैपराजी ने मनीष मल्होत्रा के न्यू स्टोर इवेंट लॉन्च के दौरान स्पॉट किया। इस दौरान उनका लुक देखकर फैंस बेकाबू हो गए हैं।

बॉलीवुड एक्ट्रेस शिल्पा शेट्टी फिटनेस फ्रीक हैं। वो जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनके हर एक लुक को देखकर तारीफ करते नहीं थकते हैं।

अब हाल ही में एक्ट्रेस शिल्पा शेट्टी को पैपराजी ने बीती शाम इवेंट के दौरान स्पॉट किया, जहां उनका कातिलाना लुक देखकर फैंस हैरान हो गए हैं।

फोटोज में आप देख सकते हैं एक्ट्रेस शिल्पा शेट्टी ने व्हाइट कलर का स्टाइलिश बॉडीफिटेड गाउन पहना हुआ है, जिसमें वो बेहद ही स्टनिंग नजर आ रही हैं।

खुले बाल और लाइट मेकअप कर के एक्ट्रेस शिल्पा शेट्टी ने अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है।

इंडियन हो या फिर वेस्टर्न एक्ट्रेस शिल्पा शेट्टी अपने हर एक आउटफिट में कहर ढाती हैं। फैंस भी उनके स्टाइल को काफी फॉलो करते हैं।

एक्ट्रेस सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। इंस्टाग्राम पर उनकी फैन फॉलोइंग लिस्ट भी काफी ज्यादा तगड़ी है।

'बाल विवाह अपनी मर्जी से जीवनसाथी चुनने के अधिकार का हनन'

देश में बाल विवाह कानून पर एक ऐतिहासिक फैसले में सुप्रीम कोर्ट ने इस कानून के प्रभावी तरीके से कार्यान्वयन के लिए विस्तृत दिशानिर्देश जारी करते हुए कहा कि बाल विवाह अपनी मर्जी से जीवनसाथी चुनने के अधिकार को छीनता है। 'बाल विवाह मुक्त भारत' अभियान के सहयोगियों सोसाइटी फॉर एनलाइटेनमेंट एंड वालंटरी एक्शन (सेवा) और कार्यकर्ता निर्मल गोरानी की याचिका पर आए इस फैसले का स्वागत करते हुए गैरसरकारी संगठन समर्पण सोसाइटी फॉर हेल्थ रिसर्च एंड डेवलपमेंट ने कहा, सुप्रीम कोर्ट के इस निर्णय से देश में बाल विवाह के खात्मे के प्रयासों को मजबूती मिलेगी और हम राज्य सरकार से अपील करते हैं कि वह इन दिशानिर्देशों पर तत्काल प्रभाव से अमल करे ताकि 2030 तक भारत को बाल विवाह मुक्त बनाने के लक्ष्य को हासिल किया जा सके। समर्पण सोसाइटी फॉर हेल्थ रिसर्च एंड डेवलपमेंट देश के 200 से ज्यादा गैरसरकारी संगठनों के गठबंधन 'बाल विवाह मुक्त भारत' (सीएमएफआई) अभियान का एक अहम सहयोगी है जो 2030 तक बाल विवाह के खात्मे के लिए 400 से ज्यादा जिलों में जमीनी अभियान चला रहे हैं।

प्रधान न्यायाधीश न्यायमूर्ति डी. वाई. चंद्रचूड़, न्यायमूर्ति जे. बी. पारदीवाला और मनोज मिश्रा की खंडपीठ ने फैसले में कहा कि बाल विवाह प्रतिषेध अधि नियम (पीसीएमए), 2006 के प्रभावी कार्यान्वयन के लिए सरकार व प्रशासन को बचाव-रोकथाम-अभियोजन रणनीति के साथ समुदाय आधारित दृष्टिकोण के साथ काम करने की जरूरत है। सुप्रीम कोर्ट की ओर से जारी दिशानिर्देशों में स्कूलों, धार्मिक संस्थाओं और पंचायतों को बाल विवाह के खिलाफ जागरूकता के प्रसार का अहम औजार बताते हुए बाल विवाह की ज्यादा दर वाले इलाकों में स्कूली पाठ्यक्रम में बाल विवाह की रोकथाम से संबंधित उपायों की जानकारियां शामिल करने को कहा गया है। खंडपीठ गैरसरकारी संगठन सेवा और कार्यकर्ता निर्मल गोराना की याचिका पर सुनवाई कर रही थी जिसमें दावा किया गया था कि देश में बाल विवाह की स्थिति गंभीर है और बाल विवाह के खिलाफ बने कानून पर उसकी अक्षरश: अमल नहीं कर उसकी मूल भावना से खिलवाड़ किया जा रहा है।

फैसला सुनाते हुए न्यायमूर्ति डी. वाई. चंद्रचूड़ ने बचाव-संरक्षण-अभियोजन रणनीति और समुदाय आधारित दृष्टिकोण पर जोर देते हुए कहा, कानून तभी सफल हो सकता है जब बहुक्षेत्रीय समन्वय हो। कानून प्रवर्तन अधिकारियों के प्रशिक्षण व क्षमता निर्माण की आवश्यकता है। हम एक बार फिर समुदाय आधारित दृष्टिकोण की जरूरत पर जोर देते हैं।

फैसले का स्वागत करते हुए समर्पण सोसाइटी फॉर हेल्थ रिसर्च एंड डेवलपमेंट के अध्यक्ष विपिन पंवार ने कहा, यह हम सभी के लिए एक बेहद महत्वपूर्ण फैसला है। राज्य सरकार और स्थानीय प्रशासन बाल विवाह के खात्मे के लिए जिसे जोश और संकल्प के साथ काम कर रहे हैं, वह सराहनीय है और यह फैसला हम सभी के साझा प्रयासों को और मजबूती देगा। बाल विवाह एक ऐसा अपराध है जिसने सारे देश को जकड़ रखा है और इसकी स्पष्ट व्याख्या के लिए सुप्रीम कोर्टके आभारी हैं। हम आश्वस्त हैं कि साथ मिलकर और साझा प्रयासों से हम 2030 तक इस अपराध का पूरी तरह खात्मा कर देंगे। बताते चलें कि पिछले एक साल में बाल विवाह मुक्त भारत अभियान और इसके सहयोगी गैरसरकारी संगठनों के प्रयासों से देश में सफलतापूर्वक 120,000 बाल विवाह रुकवाए गए। इसके अलावा, सरकार के प्रयासों से बाल विवाह की दृष्टि से संवेदनशील 11 लाख बच्चों का विवाह होने से रोका गया।

'बाल विवाह मुक्त भारत' अभियान के संस्थापक भुवन ऋभु ने सुप्रीम कोर्ट के फैसले को भारत और पूरी दुनिया के लिए नजीर बताते हुए कहा, "यह ऐतिहासिक फैसला सांस्थानिक संकल्प को मजबूती देने की दिशा में निर्णायक बिंदु साबित होगा। यह देश से बाल विवाह के समग्र उन्मूलन के लक्ष्य की प्राप्ति में एक बेहद अहम जीत है। सुप्रीम कोर्ट और सरकार के प्रयासों ने दिखाया है कि उन्हें बच्चों की परवाह है और अब समय आ गया है कि हम सभी आगे आएं और साथ मिलकर इस सामाजिक अपराध का खात्मा करें।"

ऋभु ने कहा,"अगर हम अपने बच्चों की सुरक्षा करने में विफल हैं तो फिर जीवन में कोई भी काम मायने नहीं रखता। सुप्रीम कोर्ट ने एक समग्र दृष्टिकोण की जरूरत को फिर मजबूती से रेखांकित किया है और 'पिकेट' रणनीति के जरिए 'बाल विवाह मुक्त भारत अभियान' भी इसी पर जोर देता रहा है। बाल विवाह अपने मूल रूप में बच्चों से बलात्कार है। यह निर्णय सिर्फ हमारे संकल्प को ही मजबूती नहीं देता बल्कि इस बात को भी रेखांकित करता है कि जवाबदेही और साझा प्रयासों से हम बच्चों के खिलाफ हिंसा के सबसे घृणित स्वरूप बाल विवाह का खात्मा कर सकते हैं।"

'बाल विवाह मुक्त भारत' अभियान 200 से भी ज्यादा गैरसरकारी संगठनों का गठबंधन है जो 2030 तक बाल विवाह के खात्मे के लिए पूरे देश में काम कर रहे हैं। ये सभी सहयोगी संगठन इस लक्ष्य की प्राप्ति के लिए एक समग्र रणनीति 'पिकेट' पर अमल कर रहे हैं जिसमें नीति, संस्थान, संम्मिलन, ज्ञान, परिवेश, तकनीक जैसी चीजें शामिल हैं। धार्मिक नेताओं और समुदायों के साथ साझा प्रयासों से इसने इस अपराध के खात्मे के लिए 4.90 करोड़ लोगों को बाल विवाह के खिलाफ शपथ दिलाई है।

सू- दोकू क्र.105

		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.104 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

कई शहर साइबर अपराधियों का केंद्र

मैपिंग ग्लोबल जियोग्राफी ऑफ साइबर क्राइम विद द वर्ल्ड साइबर क्राइम इंडेक्स शीर्षक से जारी शोध रिपोर्ट में विशेषज्ञों ने बताया कि कहां साइबर अपराध सबसे ज्यादा हो रहे हैं। इस सूची में 15 देशों के नाम हैं, जिसमें भारत दसवें स्थान पर आया है।

वर्धमान ग्रुप के 82 वर्षीय चेयरमैन के साथ हुई घटना ने भारत में बढ़ते साइबर अपराध की ओर ध्यान खींचा है। चेयरमैन एसपी ओसवाल के साथ लगभग 6.9 करोड़ रुपये की ठगी हुई। ठगों ने उन्हें सुप्रीम कोर्ट की नकली ऑनलाइन सुनवाई में बुलाया और जेल भेजने की धमकी देकर उनसे यह रकम ट्रांसफर करवा ली। हालांकि हाल में डिजिटल और ऑनलाइन धोखाधड़ी के अनगिनत मामले सामने आए हैं, लेकिन सुप्रीम कोर्ट की सुनवाई का नाटक कर ठगने की बात पहले कभी नहीं सुनी गई थी।

ऑनलाइन कोर्ट सुनवाई में एक व्यक्ति प्रधान न्यायाधीश डीवाई चंद्रचूड़ बन कर पेश हुआ। इसी दौरान उनसे कहा गया कि जांच के हिस्से के रूप में वे 6.9 करोड़ रुपये एक खाते में जमा करा दें। कुछ समय पहले भारत सरकार ने साइबर अपराधों के बारे में चेतावनी जारी की थी। गृह मंत्रालय ने कहा था कि संभव है ऐसी घटनाओं को सीमा पार स्थित आपराधिक गिरोह अंजाम दे रहे हों। एनसीआरबी के मुताबिक 2021 में भारत में साइबर अपराध के 52,974 मामले दर्ज हुए। 2022 में इनमें लगभग 24 फीसदी बढ़ोतरी हुई और कुल 65,893 मामले दर्ज हुए।

ब्रिटेन की ऑक्सफॉर्ड यूनिवर्सिटी के समाजशास्त्र विभाग के शोधकर्ताओं ने इसी साल दुनिया का पहला साइबर क्राइम इंडेक्स जारी किया। उसमें भारत को खास जगह मिली। मैपिंग ग्लोबल जियोग्राफी ऑफ साइबर क्राइम विद द वर्ल्ड साइबर क्राइम इंडेक्स' शीर्षक से जारी शोध रिपोर्ट में विशेषज्ञों ने बताया कि कहां साइबर अपराध सबसे ज्यादा हो रहे हैं। इस सूची में 15 देशों के नाम हैं, जिसमें भारत दसवें स्थान पर आया है।

हालांकि केंद्रीय गृह मंत्रालय ने साइबर अपराध की घटनाओं को विदेश से अंजाम दिए जाने का संदेह जताया है, लेकिन ऐसी मीडिया रिपोर्टें हैं, जिनके मुताबिक भारत के कई शहर साइबर अपराधियों का केंद्र बन गए हैं। छोटी-मोटी घटनाएं तो रोजमर्रा के स्तर पर हो रही हैं। असल मुद्दा यह है कि सरकार की साइबर अपराध निरोधक एजेंसियां इन्हें रोकने में कामयाब क्यों नहीं हुई हैं? अगर अपराध का जाल फैला रहेगा, तो कभी-कभार वैसी वारदात भी होना लाजिमी है, जिसके शिकार ओसवाल बने हैं। (आरएनएस)

आपकी भी याददाश्त हो रही है कमजोर, ये हो सकते हैं अल्जाइमर के संकेत

अल्जाइमर एक ऐसी बीमारी है जो सीधे तौर पर आपके दिमाग को इफेक्ट करती है। आमतौर पर ये बीमारी बुढ़ापे के समय में होती है, जो कि सामान्य है। लेकिन आज कल के भागदौड़ भरी लाइफ और अनहेल्दी लाइफस्टाइल के कारण ये बीमारी कम उम्र के लोगों में भी देखने को मिल रही है। अगर आपको भी इसके कुछ संकेत दिखाई दें तो इसे इग्नोर न करें और अपने डॉक्टर से संपर्क करें। जानकारी के अनुसार इस बीमारी में व्यक्ति की याददाश्त, समझ और फैसले लेने की क्षमता धीरे-धीरे कम होने लगती है। ऐसे में इसके शुरुआती लक्षण के बारे में जानकारी होने बेहद जरूरी है।

क्या है अल्जाइमर?

एक्सपर्ट्स का कहना है कि अल्जाइमर की स्थिति होने पर मस्तिष्क की कोशिकाओं का एक दूसरे से जुड़ाव कम हो जाता है जिससे व्यक्ति के मस्तिष्क के काम करने की क्षमता पर बुरा असर पड़ता है। ऐसे में व्यक्ति का नर्वस सिस्टम सही से काम नहीं करता। इसके बाद व्यक्ति की सोचने समझने की क्षमता धीरे-धीरे कम होने लगती है। और फिर वो हर छोटी-बड़ी बातों को भूलने लगता है। धीरे-धीरे ये चीजें व्यक्ति पर हावी होने लगता है और एक समय ऐसा भी आता है जब इंसान बोलने में भी अटकने लगता है। बता दें कि अभी तक इसके होने का सटीक कारण पता नहीं चल पाया है। हालांकि अभी इस पर रिसर्च जारी है। लेकिन कुछ मामलों में डॉक्टर्स का मानना है कि ये जेनेटिक हो सकते हैं।

इन संकेतों से हो जाएं सावधान

वैसे तो अल्जाइमर के कोई सटीक संकेत नहीं है, जिसकी मदद से ये पता लगाया जा सके कि किसी व्यक्ति को अल्जाइमर की बीमारी है। लेकिन अगर कोई व्यक्ति अपनी छोटी-बड़ी बातों को बड़ी जल्दी भूल जाता है तो ये अल्जाइमर के शुरूआती संकेत हो सकते हैं। अगर कोई व्यक्ति ठीक से बोलने में अक्षम है और वो अटक-अटक कर बोलता है तो ये भी अल्जाइमर के संकेत हो सकते हैं। कई बार कुछ लोगों के व्यवहार में अचानक से बदलाव आने लगता है। कहते हैं जानवरों को भी अपने घर का रास्ता पता होता है और शाम ढलते वे अपने घरों में लौट आते हैं। लेकिन कोई व्यक्ति अपने घर का रास्ता भूल जा रहा है तो ये भी संकेत हो सकते हैं। वैसे तो ये बीमारी 60 वर्ष के बाद होती है। लेकिन कई बार विटामिन बी12 या थायराइड असंतुलन से भी ऐसी समस्याएं हो सकती हैं। लेकिन ये अल्जाइमर के कारण नहीं होता। शरीर में बी12 और थायमिन की कमी से भूलने की प्रॉब्लम हो सकती है। (आरएनएस)

सरकार अध्यादेश लाकर वोट के लिए बस्तियों पर बना रही दबावः धस्माना

देहरादून (सं)। कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि सरकार बजाय मलिन बस्तियों को नियमित करने और मालिकाना हक देने के लगातार तीसरी बार अध्यादेश लाकर मलिन बस्तियों के लोगों पर एहसान लाद कर सिर्फ वोटों की सौदेबाजी कर रही है।

आज उत्तराखंड प्रदेश कांग्रेस कमेटी के वरिष्ठ उपाध्यक्ष एवं मलिन बस्ती विकास परिषद के केंद्रीय अध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने सबसे पुरानी मलिन बस्तियों में से एक कांवली के शास्त्रीनगर खाले में आंबेडकर की प्रतिमा के समक्ष आयोजित विशाल धरने को संबोधित करते हुए कहा कि प्रदेश भर में फैली साढ़े पांच सौ से ज्यादा मलिन बस्तियों के लोगों में टूटने का डर हमेशा बना रहे और दबाव में वे भाजपा के पक्ष में मतदान करते रहें इस नीति को अपनाते हुए भारतीय जनता पार्टी की उत्तराखंड सरकार बजाय मलिन बस्तियों को नियमित करने और मालिकाना हक देने के लगातार तीसरी बार अध्यादेश लाकर मलिन बस्तियों के लोगों पर एहसान लाद कर सिर्फ वोटों की सौदेबाजी कर रही है लेकिन कांग्रेस को यह मंजूर नहीं इसलिए अब उत्तराखंड मलिन बस्ती विकास परिषद कांग्रेस के बैनर तले मालिकाना हक की आर पार की लड़ाई सरकार से लड़ने के लिए तैयार है। उन्होंने कहा कि इसी माह दीपावली के तत्काल बाद वे पूरे राजधानी देहरादून समेत राज्य के हर जिले की मलिन बस्तियों में मालिकाना हकघ न्याय यात्रा शुरू करेंगे। श्री धस्माना ने कहा कि वर्ष 2016 में राज्य की तत्कालीन कांग्रेस सरकार ने मलिन बस्तियों के गहन सर्वे व अध्ययन के पश्चात बाकायदा नियमावली बना कर विधानसभा से पारित करवा कर राज्य की मलिन बस्तियों को नियमित करने और उनके लोगों को मालिकाना हक देने की कार्यवाही शुरू कर दी थी किंतु 2017 में राज्य में भाजपा सरकार बनने के बाद भाजपा सरकार ने उक्त कारवाही को रोक कर ठंडे बस्ते में डाल दिया और 2018 में उच्च न्यायालय नैनीताल के अतिक्रमण के एक जन हित याचिका पर फैसले की आड़ में राज्य की मलिन बस्तियों के खिलाफ उजड़ने की साजिश रच डाली जिस के खिलाफ जब उत्तराखंड मलिन बस्ती विकास परिषद ने संघर्ष का बिगुल बजाया और कांग्रेस की अगुवाई में मुख्यमंत्री आवास कूच किया तो भाजपा ने निकाय चुनावों में अपनी हार के डर से आनन फानन में अध्यादेश ला कर तीन साल के लिए कोर्ट के आदेश को निष्प्रभावी बना दिया और मलिन बस्तियों के लोगों को शीघ्र नियमितीकरण करने और मालिकाना हक देने का आश्वासन दे कर 2018 के निकाय चुनावों में वोट हासिल कर लिये किंतु फिर अगले तीन वर्षों तक नियमितीकरण और मालिकाना हक देने के लिए कोई कार्यवाही नहीं की।

मां को बेटे से जान का खतरा, मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। मां के साथ मारपीट कर उसको कमरे में बंद करने पर महिला ने बेटे से जान का खतरा बताते हुए मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने मामले की जांच शुरू कर दी है। प्राप्त जानकारी के अनुसार एडब्लूएचओ कम्प्लैक्स इन्दरा नगर निवासी वीना शर्मा ने बसंत विहार थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका बेटा अर्जुन शर्मा जो कि उसके कहने सुनने में विल्कुल भी नही है और उसको उसने अपनी सम्पत्ति से बेदखल किया हुआ है। उसको मारता पिटता है और टारचर करता है। आज जब वह जीएमएस स्थित बैक ऑफ बडोदा से घर वापस आ रही थी तो बैंक से थोड़ा आगे उसके बेटे अर्जुन शर्मा ने सड़क पर उसको बहुत मारा और उसको बाल पकड़ कर खींचा। उसके बाद वह घर आयी तो उसने उसको घर पर भी मारपीट की ओर उसको कमरे में बन्द कर दिया। उसको अर्जुन जान से ही मारना चाहता है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

भारी मात्रा में चरस सहित तीन गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। चरस तस्करी में लिप्त तीन लोगों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से 745 ग्राम चरस व तस्करी में प्रयुक्त बाइक भी बरामद की गयी है। जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना बुग्गावाला पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ नशा तस्कर नशीले पदार्थो की डिलीवरी हेतू आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को रायघाटी पुल के समीप बाइक सवार तीन संदिग्ध आते हुए दिखायी दिये। पुलिस ने जब उन्हे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका गये और बाइक मोड़कर भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उनके पास से 745 ग्राम चरस बरामद हुई। पूछताछ में उन्होने अपना नाम साकिब पुत्र शकील अहमद, कुरबान पुत्र जमील निवासी बुग्गावाला जिला हरिद्वार व एहसान पुत्र फुरकान निवासी सढोली कलीम थाना बेहट जिला सहारनपुर बताया। पुलिस ने उनके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उन्हे न्यायालय में पेश किया जहां से उन्हे जेल भेज दिया गया है।

शीघ्र होगी टिहरी में मेडिकल कॉलेज की स्थापनाः उपाध्याय

संवाददाता

देहरादून। विधायक किशोर उपाध्याय ने कहा कि विश्व स्तरीय स्वास्थ्य सेवाओं का विस्तार प्रदेश के दुर्गम क्षेत्रों में आवश्यक है और टिहरी में मेडिकल कालेज की स्थापना इस भावना की रक्षा करता है।

आज यहां स्वास्थ्य मंत्री डॉ. धन सिंह रावत की अध्यक्षता में इस सम्बन्ध में एक महत्वपूर्ण बैठक शिक्षा चिकित्सा विभाग के साथ आयोजित की गयी जिसमें विधायक किशोर उपाध्याय ने भी प्रतिभाग किया। स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि मुख्यमंत्री व केन्द्रीय ऊर्जा मंत्री की घोषणा की भावना की रक्षा करना हम सबका प्रथम कर्तव्य है और राज्य आंदोलन की भावना के अनुरूप राज्य के हर नागरिक तक स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ पहुंचाना धामी सरकार अपना पहला कर्तव्य मानते हैं। बैठक में यह भी तय हुआ कि मेडिकल कालेज से सम्बन्धित सभी आवश्यक

संस्तुतियां राज्य सरकार पूर्ण करेगी और अस्पताल व मेडिकल कालेज का निर्माण टीएचडीसी करेगी और निर्माण के उपरान्त राज्य सरकार को सौंप देगी।

किशोर उपाध्याय ने मुख्यमंत्री व केन्द्रीय मंत्री, स्वास्थ्य मंत्री का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि आदमी की माया और पेड की छाया तभी तक है जब तक वह खडा है इसलिए विश्व स्तरीय स्वास्थ्य सेवाओं का विस्तार प्रदेश के दुर्गम क्षेत्रों में आवश्यक है और टिहरी में मेडिकल कालेज की स्थापना इस भावना की रक्षा करता है। टिहरी की स्थिति को देखते हुए हम इसे एक मेडिकल डेस्टिनेशनब ना सकते है और स्वास्थ्य के क्षेत्र में एक सर्वांगीण केन्द्र के रूप में स्थापित कर सकते हैं। इस बैठक में मेडिकल कालेज की स्थापना से सम्बन्धित सभी भ्रांतियां समाप्त हो जानी चाहिए। अस्पताल और मेडिकल कालेज एक ही स्थान पर बनेगा जिससे दोनों के संचालन में सुविधा होगी।

बैठक में मुख्यमंत्री के स्वास्थ्य सलाहकार डा. आनन्द मोहन रतूडी, जिला अधिकारी मयूर दीक्षित, उपजिला अधिकारी संजीव कुमार, मुख्य चिकित्साधिकारी डा. श्याम विजय, टीएचडीसी के अधिशासी निदेशक एलपी जोशी तथा चिकित्सा शिक्षा के निदेशक डा. आशुतोष सायाना द्वारा प्रतिभाग किया गया।

मसूरी बैरियर पर 6 पीओएस मशीन लगाने के जिलाधिकारी ने दिये आदेश

संवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी सविन बसंल ने मसूरी भ्रमण के दौरान टोल बैरियर पर

जाम की समस्या निजात दिलाने के लिए टोल बैरियर पर 6 पीओएस मशीन लगाने के आदेश जारी कर दिये।

आज यहां जिलाधिकारी सविन बंसल ने मसूरी में भ्रमण के दौरान मॉल रोड बैरियर पर पर्यटकों कि सुविधा एवं जाम की स्थिति से निपटने के लिए हाथ से पर्ची काटने के बजाय पीओएस मशीन लगाने के निर्देश नगर पालिका मसूरी को दिए थे, जिसके अनुपालन में टोल बैरियर के लिए 6 पीओएस मशीन के लिए भी कार्यादेश जारी कर दिए हैं।

दिनदहाड़े फायरिंग, छह गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

नैनीताल। बैठक के दौरान दो पक्षों में विवाद के चलते दिन दहाड़े फायरिंग की घटना को अंजाम दिया गया। मामले में त्वरित कार्यवाही करते हुए पुलिस ने छह लोगों को गिरफ्तार कर उनसे पूछताछ शुरू कर दी है।

जानकारी के अनुसार लालकुआं स्थित हल्दूचौड़ क्षेत्र के देवरामपुर इलाके में सरकारी सस्ते गल्ले की दुकान आवंटन थी। बैठक में ग्रामीणों के दो पक्षों के बीच अचानक विवाद हो गया। विवाद इतना बड़ा हुआ कि एक पक्ष ने दूसरे पक्ष पर

तमंचों से ताबड़तोड़ फायरिंग कर दी, जिसमें कई ग्रामीण बाल बाल बच गए। मामले की सूचना मिलते ही हरकत में आई पुलिस ने आधा दर्जन युवकों को उठाकर उनसे पूछताछ शुरू कर दी है। वही भारी संख्या में ग्रामीण हल्दूचौड़ पुलिस चौकी पर एकत्रित होकर आरोपियों के खिलाफ कार्रवाई की मांग कर रहे हैं। इध र पुलिस क्षेत्राधिकारी नितिन लोहानी, कोतवाली प्रभारी डीआर वर्मा और हल्दूचौड़ चौकी प्रभारी गौरव जोशी समेत भारी संख्या में पुलिस बल मौके पर तैनात है। पुलिस ने खाली कारतूस के कुछ खोखे भी बरामद किए हैं। सीओ नितिन लोहनी ने बताया कि हल्दूचौड़ के दौलिया में फायरिंग की सूचना मिली थी पुलिस ने कुछ संदिग्ध लोगों को गिरफ्तार किया है जिनसे पुछताछ की जा रही है फिलहाल पूरे मामले की जांच की जा रही है।

प्रत्याशियों के नाम घोषित होते ही घमासान के संकेत

विशेष संवाददाता

देहरादून। केदारनाथ विधानसभा उपचुनाव के नामांकन पत्र भरने की 29 अक्टूबर की तारीख जैसे-जैसे करीब आती जा रही है टिकट के दावेदारों की बेचैनी भी बढ़ती जा रही है। कांग्रेस व भाजपा दोनों में से कोई भी दल अभी तक अपने प्रत्याशी के नाम तय नहीं कर पाया हैं। इससे पहले ही उम्मीदवारों के बीच अंतर्द्वंद शुरू हो गया है। प्रत्याशियों के नाम की घोषणा के बाद यह क्या रंगत लेगा देखना भी दिलचस्प होगा।

भाजपा ने भले ही छह नाम का पैनल केंद्रीय बोर्ड को भेजो हो लेकिन इसमें अब नए दावेदारों के नाम लगातार जुड़ते जा रहे हैं। पूर्व सीडीएस बिपिन रावत की पुत्री से लेकर अन्य कई नाम अब चर्चाओं में है भाजपा के आधा

❑उम्मीदवारों की सूची में उलझी भाजपा

दर्जन दावेदार ऐसे हैं कि उन्हें अगर टिकट नहीं मिला तो वह निर्दलीय चुनाव मैदान में ताल ठोकने को तैयार है। भले ही प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट यह कह रहे हो कि दावेदार कितने भी अधिक सही पार्टी एक है और एकजुट होकर चुनाव लड़ेगी। हाई कमान जिसका भी नाम तय करेगा सभी उसको जिताने के लिए काम करेंगे।

भाजपा ने अपने स्तर पर स्टार प्रचारकों की सूची भी जारी कर दी है जिसमें राज्य सरकार के सभी मंत्री और भाजपा के सभी सांसदों से लेकर पूर्व मुख्यमंत्रियों के नाम भी शामिल है। उधर कांग्रेस भी प्रत्याशी के नाम पर मंथन करने में जुटी है। प्रदेश अध्यक्ष करन माहरा का कहना है कि एक-दो दिन में नाम की घोषणा कर दी जाएगी। उधर गणेश गोदयाल का कहना है कि भाजपा बढ़ती महंगाई और भ्रष्टाचार तथा मूल निवास और भू कानून जैसे अहम मुद्दों से जनता का ध्यान भटकाने के लिए रोज नए-नए मुद्दों को खड़ा कर रही है। लेकिन जनता सरकार व भाजपा के नेताओं को इस चुनाव में करारा जवाब देने का मन बना चुकी है।

एक नजर

'राज्यों के पास औद्योगिक शराब को रेगुलेट करने का अधिकार'

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने आज एक बड़ा फैसला सुनाते हुए कहा कि औद्योगिक शराब पर कानून बनाने की राज्य की शक्ति को नहीं छीना जा सकता है। देश की शीर्ष अदालत ने 8:1 के बहुमत से यह फैसला सुनाया है। सुप्रीम कोर्ट की 9 जजों की संविधान पीठ ने 1990 का सुप्रीम कोर्ट का फैसला पलटते हुए 8 जजों ने बहुमत के फैसले में कहा कि इंडस्ट्रियल अल्कोहल का उत्पादन भले ही नशे के लिए नहीं किया जाता लेकिन ऐसे सभी पदार्थ नशीले पदार्थ की श्रेणी में आते हैं। राज्य सरकारें इसे रेग्यूलेट कर सकती हैं और टैक्स लगा सकती हैं।

जस्टिस बी वी नागरत्न ने बहुमत की राय से अलग फैसला देते हुए कहा कि केंद्र (संसद) ही इसको रेग्यूलेट कर सकती है। बता दें कि संविधान की सातवीं अनुसूची के तहत राज्य सूची की आठवीं प्रविष्टि राज्यों को 'नशीली शराब' के उत्पादन, कब्जे, परिवहन, खरीद और बिक्री पर कानून बनाने की शक्ति देती है। वहीं संघ सूची की प्रविष्टि 52 और समवर्ती सूची की प्रविष्टि 33 में उन उद्योगों का उल्लेख है जिनका नियंत्रण ष्संसद के कानून द्वारा सार्वजनिक हित में सामयिक घोषित किया गया है। संवैधानिक प्रावधानों के मुताबिक, समवर्ती सूची में उल्लेखित विषयों पर संसद और राज्यों के विधानमंडल दोनों ही कानून बना सकते हैं लेकिन उसी विषय पर अगर कोई केंद्रीय कानून आता है तो उसे राज्यों के कानून पर प्रधानता मिलेगी। सात जजों की संविधान पीठ 1997 में इस मसले पर राज्यों के खिलाफ फैसला सुना चुकी है। उसके बाद केंद्र के पास औद्योगिक अल्कोहल के उत्पादन पर नियामक शक्ति होने का मामला 2010 में नौ न्यायाधीशों की संविधान पीठ के समक्ष भेजा गया था।

प्रियंका गांधी ने वायनाड लोकसभा क्षेत्र से किया नामांकन

वायनाड । कांग्रेस लीडर प्रियंका गांधी वाड्रा ने आज वायनाड लोकसभा से नामांकन भर दिया है। राहुल गांधी के इस्तीफा देने के बाद यह सीट खाली हो गई थी। इस दौरान प्रियंका के साथ सोनिया गांधी, लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी, रॉबर्ट वाड्रा सहित कई सीनियर नेता मौजूद रहे। नामांकन से पहले प्रियंका गांधी ने वायनाड में रोड शो किया, जिसमें इलाके के लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। प्रियंका गांधी के रोड शो में कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे, पूर्व पार्टी प्रमुख सोनिया गांधी और राहुल गांधी मौजूद हैं। राहुल गांधी और प्रियंका गांधी ने सुबह 11 बजे के बाद कलपेट्टा न्यू बस स्टैंड से रोड शो की शुरुआत की। रोड शो के बाद प्रियंका ने चुनावी जनसभा को संबोधित किया। प्रियंका गांधी वाड्रा ने वायनाड में नामांकन भरने से पहले जनसभा को संबोधित करते हुए कहा, पिछले 35 साल से मैं अलग-अलग चुनावों के लिए प्रचार कर रही हूं। यह पहली बार है, जब मैं आपके समर्थन की मांग अपने लिए कर रही हूं। यह एक बहुत ही अलग एहसास है।

जया शेट्टी हत्याकांड में गैंगस्टर छोटा राजन को बॉम्बे हाई कोर्ट ने दी जमानत

मुंबई। बॉम्बे हाई कोर्ट ने 2001 के जया शेट्टी हत्याकांड में गैंगस्टर छोटा राजन को जमानत दे दी है। इस मामले में उसे इस साल की शुरुआत में दोषी ठहराया गया था और आजीवन कारावास की सजा सुनाई गई थी। जस्टिस रेवती मोहिते डेरे और जस्टिस पृथ्वीराज चव्हाण की खंडपीठ ने उसे 1 लाख रुपये के मुचलके पर जमानत दी है। छोटा राजन गिरोह की ओर से जबरन वसूली की ध मकियों का सामना कर रहीं जया शेट्टी को गिरोह के दो सदस्यों ने चार मई 2001 को होटल की पहली मंजिल पर गोली मार दी थी। छोटा राजन गिरोह से जबरन वसूली की धमकी मिलने की सूचना के बाद होटल व्यवसायी को पुलिस सुरक्षा प्रदान की गई थी। लेकिन हमले से 2 महीने पहले शेट्टी के अनुरोध पर उनकी सुरक्षा वापस ले ली गई थी। राजन गैंग ने रवि पुजारी के जरिए जया शेट्टी से 50 करोड़ की फिरौती मांगी थी। इस मामले में अन्य आरोपी अजय मोहिते, प्रमोद धोंडे और राहुल पावसरे को वर्ष 2013 में दोषी ठहराया गया और आजीवन कारावास की सजा सुनाई गई थी। वहीं, हाल ही में छोटा राजन को दोषी करार दिया गया था। छोटा राजन के खिलाफ जबरन वसूली और संबंधित अपराधों के लिए कई मामले दर्ज किए गए हैं, इसलिए होटल व्यवसायी की हत्या के मामले में उसके और अन्य आरोपियों के खिलाफ मकोका के तहत भी आरोप जोड़े गए।

डीएम ने अवैध रूप से संचालित पटाखे का गोदाम किया सीज

संवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी सविन बंसल ने आईएसबीटी के पास एक कम्प्लेक्स में अवैध रूप से संचालित पटाखे के गोदाम को सीज करते हुए कहा कि जनमानस की सुरक्षा उनकी पहली प्राथमिकता है।

आज यहां जिलाधिकारी सविन बंसल को शहर के कुछ स्थानों पर अवैध रूप से पटाखे का स्टोरेज एवं विक्रय करने की शिकायत प्राप्त होने पर, उन्होंने सख्त रुख अपनाते हुए नगर मजिस्ट्रेट को टीम के साथ गश्त करने के कड़ी निर्देश दिए। जिलाधिकारी के निर्देश दिशा निर्देशन के अनुपालन में उन्होंने आज आईएसबीटी के समीप एमडीडीए के सामने आनंद फायर बॉक्स के गोदाम पर

छापामारी अभियान चलाते हुए, अवैध

❑जनमानस की सुरक्षा है पहली प्राथमिकता: बंसल

रूप से संचालन एवं अनियमित पर कार्रवाई करते हुए गोदाम को सीज कर दिया। जबकि अन्य गोदाम के निरीक्षण के दौरान गोदाम मानक के अनुरूप संचालित हो पाया गया। जिस पर अगर मजिस्ट्रेट प्रत्यूष सिंह ने उन्हें भी सख्त हिदायत देते हुए कहा कि जिलाधिकारी सविन बंसल द्वारा सुरक्षा के दृष्टिगत दिए गए निर्देशों का कड़ाई से पालन करें। लापरवाही एवं अनियमित पर कठोर वैधानिक कार्रवाई अमल पर लाई जाएगी। जिलाधिकारी ने कहा कि त्यौहार के सीजन पर किसी भी प्रकार की अनियमितता को बक्शा नहीं जायेगा। उन्होंने कहा कि जनमानस की सुरक्षा उनकी पहली प्राथमिकता है। त्यौहार को ध्यान में रखते हुए अधिकारी व टीम नियमित रूप से गश्त करते रहेंगे। इस दौरान जिला प्रशासन व पुलिस की टीम शामिल रही।

बैंक के बाहर खड़ी स्कूटी चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने बैंक के बाहर खडी स्कूटी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार वनखण्डी निवासी तरूण कक्कड ने ऋषिकेश कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से सेन्ट्रल बैंक गया था। उसने अपनी स्कूटी बैंक के बाहर खडी कर दी थी। लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसकी स्कूटी अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मकान का ताला तोड जेवरात व सामान चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने मकान का ताला तोड वहां से जेवरात व सामान चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार नई बस्ती रेसकोर्स निवासी ब्रहमपाल ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि सुबह अपने पुत्र के साथ नैनीताल जाने के लिये आईएसबीटी आया था उसी दौरान उसके घर मे चोरो द्वारा घर मे घुस कर सोने की एक जोडी कान के झुमके व एक जोडी चांदी की पायल एक मोबाइल ब्लू कलर का चोरी करके अपने साथ ले गये है।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

हरीश रावत को धामी अच्छे लगते हैं

विशेष संवाददाता

देहरादून। देश में ईवीएम का गलत इस्तेमाल हो रहा है तथा चुनाव आयोग भी अब निष्पक्ष अंपायर नहीं रह गया है। इसलिए ईवीएम को हटाया जाना चाहिए और वैलिड पेपर से चुनाव कराए जाने चाहिए।

❑चुनाव आयोग अब निष्पक्ष अंपायर नहीं
❑ईवीएम की जगह वैलिड पेपर से हो चुनाव

एक टीवी चैनल के कार्यक्रम में यह बात राज्य के पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत द्वारा कही गई। उनका कहना है कि ईवीएम को लाया तो गया था जन सुविधा के लिए लेकिन इस तकनीक का इस्तेमाल गलत किया जा रहा है। जिसकी वजह से देश में निष्पक्ष चुनाव नहीं हो पा रहे हैं राजनीतिक दलों का भरोसा निर्वाचन आयोग से उठ चुका है क्योंकि अब निर्वाचन आयोग भी निष्पक्ष अंपायर नहीं रह गया है। वह भी अन्य तमाम एजेंसियों की तरह सत्ता के प्रभाव में या कहे कब्जे में है। उनका कहना है कि लोकतंत्र के लिए निष्पक्ष चुनाव जरूरी है इसलिए ईवीएम के बजाय हमें वैलिड पेपर की पुरानी व्यवस्था पर लौटना चाहिए। उनका यह भी कहना है कि हमसे पहले तमाम अन्य देशों में ईवीएम से चुनाव हुए किंतु अब उन्होंने भी ईवीएम को हटा दिया है क्योंकि इस तकनीक के दुरुपयोग की संभावना को रोका नहीं जा सकता है।

उनसे जब मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के बारे में पूछा गया कि वह उन्हें कैसे लगाते हैं तो हरीश रावत ने कहा कि उन्हें धामी अच्छे लगते हैं। धामी की कौन सी खास बात है जो उन्हें अच्छी लगती है तो हरीश ने कहा कि उनका मुस्काता हुआ चेहरा। साथ ही उन्होंने कहा कि वह बस मुस्कुराते रहते हैं करते कुछ नहीं है। उनके अपने भावी राजनीतिक भविष्य के बारे में पूछे गए सवाल पर उन्होंने कहा कि वक्त का फेर है वक्त को फिरने दीजिए इस सवाल का जवाब भी आपको मिल जाएगा।

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।