मंगलवार

32 साल से देहरादून का विश्वास

03 दिसम्बर 2024

- देहरादून
- वर्ष 32
- अंक 292
- पृष्ठ 8
- मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

email: doonvalley_news@yahoo.com

Website: dunvalleymail.com

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

एक नजर

श्रीनगर में सुरक्षा बलों के साथ मुठभेड़ में एक आतंकी ढेर

श्रीनगर । श्रीनगर के दाचीगाम जंगल में सुरक्षा बलों के साथ मुठभेड़ में एक आतंकवादी मारा गया। जम्मू-कश्मीर पुलिस ने इसकी जानकारी दी है। सुरक्षाबलों ने श्रीनगर के हरवान इलाके में सोमवार रात को दाचीगाम जंगल के ऊपरी इलाकों में कर्डन एंड सर्च ऑपरेशन शुरू किया था। इस दौरान गोलियां चलने की आवाजें सुनी गईं। इसके बाद इलाके को सील कर दिया गया। समाचार लिखे जाने तक सर्च ऑपरेशन अभी भी जारी है।

सुरक्षाबलों ने संदिग्ध गतिविधियों की सूचना मिलने पर यह ऑपरेशन शुरू किया था। इलाके में किसी भी तरह की किसी आतंकी या संदिग्ध गतिविधि के होने का संदेह था। फिलहाल इस मामले में अधिक जानकारी का इंतजार किया जा रहा है और सुरक्षाबल पूरी सतर्कता के साथ इलाके में तलाशी ले रहे हैं। गोलियां चलने के बाद इलाके में तनाव की स्थिति है और सुरक्षाबल इलाके में स्थिति को नियंत्रित करने की कोशिश कर रहे हैं।

वहीं, जम्मू-कश्मीर पुलिस ने उधमपुर जिले में सोमवार को 200 किलोग्राम से अधिक चूरापोस्त तस्करी के आरोप में एक ट्रक चालक को गिरफ्तार किया। अधिकारियों के मुताबिक, नियमित तलाशी के दौरान पुलिस दल ने जम्मू-श्रीनगर राजमार्ग पर जखानी में एक ट्रक को रोका और उसकी तलाशी ली। तलाशी के दौरान ट्रक से आठ बोरियों में रखे हुए 211 किलोग्राम चूरापोस्त बरामद किया गया।

प्रापर्टी विवाद में मृतक ने दी थी फौजी की सुपारी, खुद मारा गया

संवाददाता

देहरादून। फिरौती देने वाला खुद शिकार बन गया और 10 करोड की रकम के चक्कर में साथी ने ही हत्या कर दी। घटना के मास्टर मांइड को पुलिस ने गिरफ्तार कर रहस्य से पर्दा हटाया। एसएसपी ने पुलिस टीम को 10 हजार रूपये ईनाम देने की घोषणा की।

आज यहां पत्रकारों से वार्ता करते हुए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह ने बताया कि 30 नवम्बर की सुबह थाना पटेल नगर को सूचना मिली कि यमुनोत्री विहार फेस 2 चंद्रबनी में एक किराए के मकान पर एक व्यक्ति की संदिग्ध परिस्थितियों में मृत्यु हुई है। सूचना पर पुलिस घटना स्थल पर पहुंची। घटनास्थल पर एक व्यक्ति मृत अवस्था में पड़ा मिला, प्रथम दृष्टया उक्त व्यक्ति की गला घोंटकर हत्या करना प्रकाश मे आया। मृत व्यक्ति की पहचान मंजेश कुमार पुत्र सुरेंद्र कुमार निवासी गांजा माजरा खेड़ी जिला हरिद्वार के रूप में हुई। उक्त मकान के मालिक प्रदीप कुमार बौडीयाल से पूछताछ मे पता चला कि उनके द्वारा विगत दो माह से अपने मकान के ऊपर एक कमरा सचिन पुत्र नरेश कुमार निवासी भगवानपुर हरिद्वार को किराये पर दिया था तथा उक्त कमरे मे उसके एक साथी अर्जुन का भी आना जाना था।

रात्रि में उक्त कमरे मे सचिन व अर्जुन के साथ मृतक मंजेश भी रुका था तथा घटना के बाद से ही सचिन और अर्जुन अपने कमरे से फरार थे, जिनके फोन नम्बर बन्द है। आरोपियों की गिरफ्तारी हेतु थाना पटेलनगर व एसओजी की अलग-अलग टीमो का गठन कर संभावित स्थानों को रवाना किया गया। पुलिस द्वारा त्वरित कार्यवाही करते हुये घटना के 24 घण्टे के भीतर घटना में शामिल सचिन को आशारोड़ी के पास से गिरफ्तार किया गया घटना में फरार चल रहे अर्जुन की गिरफ्तारी हेतु पुलिस अर्जुन पुत्र बलवान निवासी ग्राम बिजोली, सोनीपत हरियाणा को झझर कोर्ट के बाहर से गिरफ्तार किया गया। जिससे पूछताछ में उसके द्वारा प्रापर्टी डिलिंग में मंजेश के पार्टनर संजय उर्फ फौजी के कहने पर अपने साथी अर्जुन के साथ मिलकर मंजेश की गला घोट का हत्या किया जाना स्वीकार किया गया। साथ ही घटना के बाद मृतक मंजेश के गले की चेन तथा अंगूठी को अपने एक साथी अफजल के पास छोड़ने की जानकारी दी। मंजेश तथा संजय उर्फ फौजी आपस में पार्टनर थे, फौजी द्वारा राजपुर रोड़, सहस्त्रधारा तथा झाझरा हाइवे में जमीन प्लॉटिंग के लिये उठायी गयी थी जिसमें मंजेश उससे आधी हिस्सेदारी मांग रहा था। इसी बात को लेकर दोनों के बीच विवाद चल रहा था। मंजेश द्वारा अर्जुन को संजय उर्फ फौजी को मारने की सुपारी दी।

उक्त बात को संजय उर्फ फौजी को बता दिया। संजय द्वारा अजुर्न को बताया गया कि उसके द्वारा राजपुर रोड़, सहस्त्रधारा तथा झाझरा हाइवे में जो जमीन

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

दून वैली मेल

संपादकीय

9 दिन चले अढ़ाई कोस

उत्तराखंड राज्य को बने भले ही 25 साल का समय होने जा रहा हो लेकिन राज्य सरकारों की अब तक की कार्यप्रणाली पर गौर किया जाए तो वह कोई भी फैसला सर्वसम्मति से लेने और किसी भी योजना को नियोजित ढंग से समय पर पूरा करने में असमर्थ या यूं कहें कि फेल ही साबित हुई है। राज्य गठन के बाद राज्य का नाम बदलकर उत्तरांचल से उत्तराखंड किए जाने जैसे फैसले भी या गैर जरूरी माने जाते रहे या बेकार की राजनीति के मुद्दे रहे हो। राज्य बनने के बाद दून को राज्य की अस्थाई राजधानी के तौर पर अस्तित्व में लाया गया। लेकिन स्थाई राजधानी पर फैसला न किए जाने के बाद देहरादून में राजधानी के जरूरी मूलभूत ढांचे को खड़ा किया जाता रहा। रिस्पना के किनारे विधान भवन व सचिवालय का निर्माण इसलिए भी किया जाना जरूरी था क्योंकि राज काज चलाने के लिए इस सब की अपरिहर्ता थी। लेकिन हास्यास्पद बात यह है कि राज्य गठन के दो दशक बीत जाने के बाद भी राज्य की सरकार और नेता राज्य की स्थाई राजधानी पर कोई फैसला नहीं कर पाये। राज्य गठन के एक दशक बाद राजधानी देहरादून या फिर गैरसैंण अन्यथा कहीं और इस पर कोई फैसला कोई सरकार नहीं कर सकी। देहरादून में राज्य अवस्थापना कार्यों को जहां निरंतर जारी रखा गया वही गैरसैण को राज्य की स्थाई राजधानी बनाने और राजधानी के चयन के नाम पर राजनीतिक ड्रामेंबाजी सब कुछ एक साथ चलता रहा। राजधानी दून में भव्य सीएम आवास का निर्माण हो या रायपुर क्षेत्र में नए विधानसभा भवन के बनाए जाने की प्रक्रिया सरकारों की इसी कार्य प्रणाली का एक नमूना है। 9 साल पहले राज्य सरकार द्वारा रायपुर में 60 हेक्टेयर वन भूमि पर एकविधानसभा निर्माण के लिए केंद्र सरकार को प्रस्ताव भेजा गया था जिस पर सरकार को वन विभाग द्वारा सैद्धांतिक मंजूरी भी दे दी गई थी लेकिन इसके 7 साल बाद भी राज्य की सरकार इस दिशा में दो कदम आगे नहीं बढ़ सकी। इसके पीछे जो अहम कारण था गैरसैंण को राजधानी बनाने की राजनीति। तत्कालीन मुख्यमंत्री विजय बहुगुणा ने गैरसैंण के लिए जो नींव रखी और यहां विधान भवन की भूमि का पूजन किया उसके बाद राज्य की स्थाई राजधानी का मुद्दा हमेशा के लिए अधर में लटक गया। भले ही अब राज्य की दो राजधानियां अस्तित्व में आ चुकी हों लेकिन इनमें से कोई भी स्थाई राजधानी नहीं है। गैरसैंण को भाजपा की सरकार ने ग्रीष्मकालीन राजधानी घोषित कर दिया है जबकि दून अभी भी अस्थाई राजधानी ही बना हुआ है। रायपुर में बनने वाली नई विधानसभा भवन की इमारत का क्या हुआ? अब यह नया विधान भवन बनेगा भी या नहीं। अथवा इसकी अब जरूरत है भी या नहीं? यह कई अहम सवाल है। जब राज्य सरकार ने इस मुद्दे पर 7-8 साल चुप्पी साधे रखी तो वन विभाग ने भी जमीन देने की मंजूरी को खारिज कर दिया और सरकार को कह दिया है कि वह इतनी अधिक वन भूमि विधान भवन को नहीं दे पाएगा वह कोई और जमीन तलाश करें वही सचिवालय में बैठे अधिकारी अभी भी दोबारा प्रस्ताव भेजने की बात कह रहे हैं। यह कोई एक नहीं ऐसे अनेक मुद्दे हैं जो सरकार की घोर लापरवाही का सबूत है। जिसके कारण राज्य का विकास तो प्रभावित हो ही रहा है साथ-साथ राज्य का बड़ा नुकसान भी हो रहा है यूपी के साथ परिसंपत्तियों के बंटवारा भी आज तक अधर में लटका है।

अंतरराष्ट्रीय विकलांग दिवस पर जागरूकता कार्यशाला का आयोजन

संवाददाता

देहरादून। अंतरराष्ट्रीय विकलांग दिवस के अवसर पर सामाजिक संस्था फोरगिवनेस फाउंडेशन सोसाइटी ने मानसिक विकलांगता के लिए जागरूकता कार्यशाला का आयोजन किया।

इस कार्यशाला में प्रख्यात मनोवैज्ञानिक डॉ. पवन शर्मा (द साइकेडेलिक) ने प्रतिभागियों को मानसिक रूप से कमजोर परिस्थितियों के बारे में जानकारी दी और मानसिक सशक्तीकरण के लिए कई महत्वपूर्ण उपाय बताये। डॉ. पवन शर्मा ने अंगदान और रक्त दान के लिए भी प्रेरित किया।

आपको बताते चलें कि डॉ. पवन शर्मा ने अपना शरीर दान का संकल्प लिया हुआ है। इस अवसर पर भूमिका भट्ट शर्मा ने भी प्रतिभागियों के साथ सम्वाद किया और कई जानकारियां साझा की।

कैबिनेट मंत्री ने किया नगर पंचायत गजा में पेयजल पम्पिंग योजना के ड्रीम प्रोजेक्ट का शिलान्यास

कार्यालय संवाददाता

गजा। नरेंद्र नगर विधानसभा क्षेत्र के विधायक व कैबिनेट मंत्री सुबोध उनियाल ने गजा में 25 करोड़ की लागत से निर्मित शहीद विक्रम सिंह नेगी राजकीय पालिटेक्निक भवन एवं 5 लाख की लागत से निर्मित सरस्वती शिशु /विध्या मंदिर के कक्षा कक्षों का शिलान्यास किया साथ ही नगर पंचायत गजा निवासियों को 30 करोड़ की सौगात देकर बेमुंडा खाड़ी से पेयजल पम्पिंग योजना का शिलान्यास किया। गजा पहुंचने पर जनता ने गर्मजोशी के साथ ढोल दमाऊ व माल्यार्पण, पुष्प वर्षा करते हुए स्वागत किया।

कार्यक्रम का शुभारंभ पूजा अर्चना व दीप प्रज्ज्वलित करते हुए छात्र छात्राओं के द्वारा प्रस्तुत सरस्वती वंदना के साथ किया गया। पालिटेक्निक प्रांगण मे आयोजित जन सभा में कैबिनेट मंत्री सुबोध उनियाल तथा अतिथि राजेन्द्र भंडारी निवर्तमान प्रमुख फकोट, शिवानी विष्ट चम्बा, नगर पंचायत गजा निवर्तमान अध्यक्ष मीना खाती, मंडी समिति निवर्तमान अध्यक्ष बीर सिंह रावत तथा अन्य अतिथियों का शाल ओढाकर व मोमेटों देकर सम्मानित किया गया।

कैबिनेट मंत्री सुबोध उनियाल ने अपने सम्बोधन मे कहा कि नगर पंचायत गजा को विकसित पहचान दिलाने के लिए प्रयास किया जाता रहेगा। कहा कि यह अनेक पट्टियों का केंद्र स्थान है, समारोह में शहीद विक्रम सिंह नेगी के परिजनों को शाल ओढाकर सम्मानित किया गया।

पॉलिटेक्निक कालेज की ओर से देश राज निदेशक प्रावधिक शिक्षा, डॉ राजेश उपाध्याय सचिव प्रावधिक शिक्षा परिषद रुडकी,डॉ मुकेश पांडे संयुक्त सचिव, आलोक मिश्रा संयुक्त निदेशक तथा रमेश चन्द्र प्रधानाचार्य ने कालेज की प्रगति से अवगत कराया तथा कहा कि कालेज को सोलर पैनल, पचास हजार लीटर रेनवाटर हार्वेस्टिंग टैंक, दो लिफ्ट सहित अन्य सुविधाओं से लैस किया गया है यह माननीय मंत्री जी के प्रयासों का परिणाम है।

जन सभा को राजेन्द्र भंडारी, मीना खाती, शिवानी विष्ट ने भी सम्बोधित किया तथा कहा कि कैबिनेट मंत्री के अथक प्रयासों से ही नरेंद्र नगर विधानसभा क्षेत्र तथा नगर पंचायत गजा को प्रदेश में विकास कार्यों में अलग पहचान मिली है। कार्यक्रम का संचालन करते हुए वंदना थपलियाल ने सभी आगंतुकों का आभार व्यक्त किया।

इस अवसर पर गजेंद्र सिंह खाती, रतन सिंह रावत,कुंवर सिंह चौहान, मान सिंह चौहान, ओम प्रकाश रुडोला,मोहित कुमार सुरेश चंदर, व्यापार सभा के विनोद सिंह चौहान, भाजपा के बीर सिंह असवाल, विजय राम उनियाल,दिनेश खाती,शैलेंद्र चौहान, कांता सजवाण, सुरेंद्र सिंह नेगी राजेश गैरोला, सरस्वती शिशु विध्या मंदिर के प्रधानाचार्य मनीष रावत, संकुल प्रभारी सुभाष उनियाल, कोषाध्यक्ष मंगल सिंह नेगी, गजेन्द्र सिंह चौहान, वार्ड निवर्तमान सभासद सुनील सिंह चौहान, श्रीमती पुलमा देवी,कुशाला लाल सहित सैकड़ों लोग उपस्थित रहे।

ट्रैक्टर चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने खुले स्थान से ट्रैक्टर चोरी कर लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार चन्द्रबदनी निवासी उपेन्द्र ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसका महेन्द्रा ट्रैक्टर दून वर्ल्ड स्कूल नत्थुवाला के पास खडा था। जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसने देखा कि उसका ट्रैक्टर अपने स्थान से गायब था।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

बाजार में महिला का हजारों रुपये से भरा पर्स चोरी

संवाददाता

देहरादून। बाजार सामान लेने आयी महिला का हजारों रूपये से भरा पर्स चोरी हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गांधी रोड निवासी रूखसाना ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह बाजार में सामान लेने के लिए आयी थी। जब वह धामावाला बाजार पहुंची तो किसी ने उसका पर्स चोरी कर लिया। पर्स में 20 हजार रूपये नगद, सोने की नोज पिन, तीन सोने के छोटे सिक्के व मोबाइल फोन था।

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

बूढ़ी दिवाली 'मंगसीर बग्वाल' में दिखी रवाई जौनपुर की झलक

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि हमारे पहाड़ के कौथीग और हमारे पारंपरिक त्यौहार उत्तराखंड की संस्कृति की पहचान है।

आज यहां देर रात इंद्रानगर में आवासीय कल्याण समिति द्वारा मंगसीर बग्वाल के अवसर पर आयोजित सांस्कृतिक संध्या में बतौर मुख्य अतिथि कांग्रेस के प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने बूढ़ी दिवाली मनाने जुटे यमुना घाटी के लोगों को मंगसीर बग्वाल की बधाई देते हुए कहा कि हमारे पहाड़ के कौथीग और हमारे पारंपरिक त्यौहार उत्तराखंड की संस्कृति की पहचान हैं और हम सब का कर्तव्य है कि हम अपनी परंपराओं को जीवंत रखने के लिए उन अवसरों पर आयोजनों में शरीक हों और उनके आयोजनों में तन मन धन से सहयोग करें। धस्माना ने कहा कि दीपावली के एक माह बाद उत्तराखंड के अनेक हिस्सों में मनाए जाने वाले इस अनोखे त्योहार को गढ़वाल की सेना का तिब्बत की सेना पर विजय के उपलक्ष्य में मनाया जाता है और पूरी रवाई घाटी में यह त्यौहार धूम धाम से मनाया जाता है और टिहरी में इसे गुरु केलापीर के साथ जोड़ कर मनाया जाता है। बूढ़ी दिवाली पर ढोल दमाऊ की थाप पर भैलो खेलने की परंपरा पूरे पहाड़ में

❑हमारे कौथीग और परंपराएं हमारी पहचानः धस्माना

है जिसका अलग आनंद है। श्री धस्माना ने कहा कि आज देहरादून के इंद्रानगर में मंगसीर बग्वाल के इस आयोजन में ऐसा लग रहा है जैसे पूरा जौनसार बाबर और यमुना घाटी इंद्रानगर में उतर आए हों। इस अवसर पर कार्यक्रम के आयोजक शास्त्रीनगर फेज दो आवासीय कल्याण समिति के अध्यक्ष प्रदीप उनियाल, सचिव नरेश कथूरिया, कोषाध्यक्ष देव सिंह परवाल, आचार्य संतोष खंडूरी, आचार्य भारत भूषण गैरोला, संजय छेत्री, रंजना छेत्री व राम कुमार थपलियाल रवाल्टा ने धस्माना को शाल पहनाकर स्मृति चिन्ह व पुष्प गुच्छ भेंट कर सम्मानित किया। इस अवसर पर प्रदेश उपाध्यक्ष धस्माना ने चैतन्या टैक्नो स्कूल की प्रधान अध्यापिका श्रीमति पद्मा भंडारी को पुष्प गुच्छ भेंट कर सम्मानित किया। इस अवसर पर सामाजिक कार्यकर्ता दिनेश रावत, संदीप मुंडिया, सुनील घिल्डियाल व पंकज छेत्री भी उपस्थित रहे। प्रसिद्द गढ़वाली लोक गायिका मंजू नौटियाल के गीत सुर्तू मामा पर महिलाएं व युवक जम कर थिरके।

क्या लगातार पानी पीने से कंट्रोल में रहता है ब्लड प्रेशर ?

दिनभर की भागदौड़ और काम के चक्कर में हम सही तरह अपना ख्याल नहीं रख पाते हैं। जिसकी वजह से कई समस्याएं हो सकती हैं। ब्लड प्रेशर भी दिन में कई बार कम-ज्यादा होता रहता है। यह नॉर्मल प्रक्रिया है। जिससे दिल, दिमाग और फेफड़ों को पर्याप्त खून और ऑक्सीजन मिलती है।

शरीर के पोजिशन के हिसाब से भी बीपी खुद को एडजेस्ट करता रहती है। ब्लड प्रेशर बढना या घटना दोनों ही खतरनाक हो सकता है। इससे हार्ट डिजीज, स्ट्रोक, किडनी रोग हो सकता है। हालांकि, लाइफस्टाइल और खानपान को बेहतर बनाकर ब्लड प्रेशर को कंट्रोल कर सकते हैं। इसमें पानी भी फायदेमंद हो सकता है।

डॉक्टर्स के अनुसार, हमारे हार्ट का करीब 73ब हिस्सा पानी से बना है, इसलिए ब्लड प्रेशर (क्ष्ग्नशशस्र क्चह्द्धह्यह्वह्द्ध) को कंट्रोल करने के लिए पानी से बेहतर कोई चीज नहीं हो सकती है। कई स्टडीज में भी साबित हो चुका है कि पानी में मौजूद कैल्शियम और मैग्नीशियम जैसे मिनरल्स बीपी कम करने में असरदार हो सकते हैं, इसलिए हर दिन ज्यादा से ज्यादा पानी पीनी चाहिए। हेल्थ एक्सपर्ट्स का कहना है कि अगर आप ज्यादा पानी नहीं पी पीते हैं तो उसकी जगह कोई हेल्दी लिक्विड ले सकते हैं। नींबू, खीरा, ताजे फल, हर्बल चाय, लो-सोडियम सूप, दूध, दही अपनी डुइाइट में शामिल कर सकते हैं। इससे शरीर को जरूरत के हिसाब से पानी मिल जाता है।

पानी पीने से ब्लड प्रेशर कंट्रोल कैसे रहता है

1। पानी ब्लड वेसल्स को आराम देता है, जिससे ब्लड प्रेशर कम होता है।

2। पानी खून को पतला कर नसों से खून फ्लो को आसान बनाता है, जिससे बीपी का खतरा कम होता है।

3। पानी शरीर से टॉक्सिक पदार्थ बाहर निकालकर बीपी कंट्रोल में रखता है।

4। पानी दिल की सेहत को दुरुस्त रखता है, जिससे ब्लड प्रेशर मेंटेन रहता है।

ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने के लिए क्या करें

1। वजन कम रखें।

2। कैलोरी वाले फूड्स

3। रोजाना कम से कम 30 मिनट एक्सरसाइज जरूर करें। वॉकिंग, स्वीमिंग, योग, मेडिटेशन करें।

4। स्ट्रेस कम करने की कोशिश करें।

5। आहार में फल, सब्जियां, साबुत अनाज और लीन प्रोटीन जरूर शामिल करें।

6। ज्यादा नमक और शराब से दूर रहें।

जंक फूड खाने वाले सावधान! कमजोर हो सकती है याददाश्त

पिज्जा, बर्गर, फ्राइज, पैक्ड चिप्स, रेड मीट, बेकन, हॉट डॉग्स और सॉसेज जैसे जंक और अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड खाने वालों के लिए चेतावनी आई है। ऐसे लोगों की याददाश्त गंभीर रूप से प्रभावित हो सकती है। मैसाचुसेट्स जनरल हॉस्पिटल के शोधकर्ताओं ने एक स्टडी में पाया कि अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड्स की थोड़ी सी भी मात्रा याददाश्त कमजोर होने और स्ट्रोक का खतरा बढ़ा देती है।

पिछले दिनों अमेरिका में अल्जाइमर्स एसोसिएशन की इंटरनेशनल कॉन्फ्रेंस में भी एक रिसर्च पेश की गई। 43 सालों तक चली इस रिसर्च में बताया गया कि ज्यादा मात्रा में अल्ट्रा प्रॉसेस्ड फूड खाने वालों में डिमेंशिया का खतरा गंभीर है। जिसमें याददाश्त और सोचने की क्षमता बुरी तरह प्रभावित हो जाती है।

मैसाचुसेट्स जनरल हॉस्पिटल की रिपोर्ट क्या कहती है

रिसर्च में पाया गया कि अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड्स के साइड इफेक्ट्स के बारें में बताया गया है। इससे पहले रिसर्च में जंक फूड को मोटापे, हार्ट डिजीज और डायबिटीज के लिए जिम्मेदार पाया गया था। हालांकि, नई स्टडी में इसे मेमोरी से जोड़ा गया है।

मेंटल हेल्थ को प्रभावित करता है जंक फूड

रिसर्च में पाया गया कि जंक फूड यानी अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड्स दिमाग को बुरी तरह प्रभावित करती है। हालांकि, अभी इस पर ज्यादा रिसर्च की जरूरत है। इस रिसर्च में अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड्स खाने और कॉग्नेटिव गिरावट या स्ट्रोक के जोखिम के बीच संबंध साबित नहीं किया लेकिन उम्र बढने के साथ दिमाग की सेहत में हेल्दी आहार को महत्व को बताता है।

रिसर्च में क्या पाया गया

इस रिसर्च में अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड्स ज्यादा खाने से स्ट्रोक का रिस्क में 8 प्रतिशत तक का इजाफा देखा गया। अध्ययन में यह भी पाया गया कि जितनी कम मात्रा में इस तरह की चीजें खाई जाएंगी, सोचने-समझने की क्षमता को नुकसान पहुंचने का रिस्क 12 प्रतिशत और स्ट्रोक का रिस्क 9 प्रतिशत तक कम हो सकता है।

अल्ट्रा प्रोसेस्ड फूड्स क्या हैं

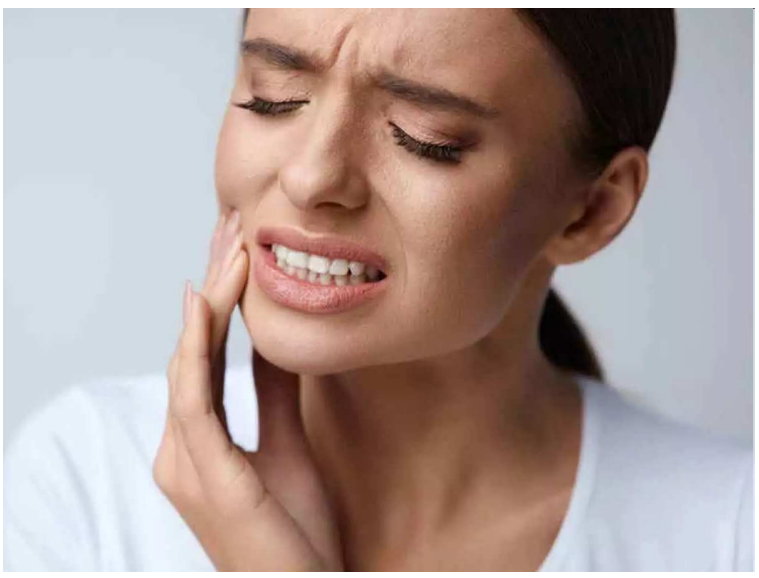
ऐसी चीजें जिन्हें ज्यादा प्रोसेस्ड किया गया है। जिनमें स्वाद को बढ़ाने के लिए एडिटिव्स होते हैं, उन्हें अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड्स कहा जाता है। इनमें फाइबर, विटामिन, प्रोटीन और खनिज कम होते हैं और ये शुगर, सोडियम और सैचुरेटेड फैट से भरे होते हैं। आलू चिप्स, सोडा, एनर्जी ड्रिंक, बेकन, सॉसेज, चिकन नगेट्स, इंस्टेंट सूप मिक्स, केचप जैसी चीजें इसमें शामिल हैं।

घरेलू उपाय से पाएं दांतो व मसूड़ों के दर्द से छुटकारा

दांतों में दर्द कई कारणों से होता है। कई बार दांतों में कीड़े लग जाने से उनकी जड़ें कमजोर हो जाती हैं। इससे भी दांत हिलने लगते हैं और उनमें दर्द होता है। वहीं, मसूड़ों से खून आने की समस्या भी होती है। इसके कारण खाने पीने में काफी तकलीफ होती है। दांत के दर्द के मुख्य कारण इफेक्शन, घाव या फिर दांतों का टूटना होता है। इससे बचने के लिए कई घरेलू नुस्खों को अपनाना फायदेमंद होता है। दांत के दर्द की समस्या से निजात पाने के लिए लौंग का इस्तेमाल करना बेहद लाभदायक होता है। इसके अलावा नींबू, हींग और लहसुन जैसे घरेलू नुस्खों का अपनाना भी बेहद सहायक होता है। आइये जानें दांतों के दर्द से राहत पाने के लिए आपको किन घरेलू नुस्खों को अपनाना चाहिए -

लौंगः दांत में दर्द से राहत देने के लिए लौंग भी काफी कारगर है। यदि आप दांतों के दर्द से पीड़ित हैं तो दांत के नीचे या बीच में एक लौंग रख लें। लौंग चबाते समय आप हल्के गुनगुने पानी का ही सेवन करें। ठंडा या खट्टा खाने से बिल्कुल बचें। लौंग में मौजूद ऐंटिबैक्टीरियल, ऐंटिइंफ्लामेट्री तत्व दांत में लगे कीड़े को खत्म करने का काम करते हैं। यह मसूड़ों की सूजन से भी राहत दिलाने में मददगार होती है।

हींगः हींग दांतों से संबंधित समस्याओं का खात्मा करने में बेहद सहायक होती है। यदि आपके दांत का दर्द असहनीय है तो आप हींग का एक टुकड़ा लेकर प्रभावित दांत के ऊपर की तरफ रख लें। इसके अलावा आप पानी में हींग और नमक डालकर भी बॉइल कर सकते हैं। गुनगुना होने के बाद इस पानी से कुल्ला करें। फर्क महसूस होगा।



लहसुनः लहसुन अपने औषधीय गुणों के कारण जाना जाता है। इसे आमतौर पर सर्दी-जुकाम ठीक करने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। यह मुंह के बैक्टीरिया को खत्म करने की भी क्षमता रखता है। दांत के दर्द को दूर करने में लहसुन बेहद फायदेमंद होता है। लहसुन की कली को छील के दांत के बीच में रख कर चबाते रहें। ऐसा करने से दांत के दर्द से राहत मिलेगी। अगर यह स्पष्ट नहीं है कि दांतो में दर्द और मसूड़े में सूजन का क्या कारण है तो आपके दंत चिकित्सक स्वास्थ्य संबंधी स्थितियों की जाँच करने के लिए चिकित्सा मूल्यांकन का परामर्श दे सकते हैं। अगर आपको मसूड़ों की बीमारी ज्यादा बढ़ गयी है तो आपके दंत चिकित्सक आपको पेरियोडेंटिस्ट के पास भेज सकते हैं।

सर्दियों में टूटने लगे हैं बाल तो इस चीज से करें मालिश!

सर्दियों का मौसम आते ही बालों की समस्याएं बढ़ने लगती हैं. बाल टूटने, रूखे और बेजान होने लगते हैं. ऐसे में बालों की देखभाल करना बहुत जरूरी है.

अगर आप भी ठंड के दिनों में आप भी हेयरफॉल और अन्य प्रॉब्लम्स से परेशान हैं तो नारियल के तेल का इस्तेमाल कर सकते हैं. इस तेल में एंटीबैक्टीरियल, एंटीइंफ्लेमेटरी, एंटी फंगल और एंटी माइक्रोबियल गुण होते हैं. इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स, विटामिन्स और मिनरल्स भी कूट-कूटकर भरे होते हैं. जिससे मालिश करने से बाल मजबूत, चमकदार और रूखे-बेजान होने से बचते हैं. आइए जानते हैं इसके फायदे...

सर्दियों में क्यों टूटने लगते हैं बाल

ड्राई एयर

कम तापमान

बालों की खराब देखभाल

पोषण की कमी

हार्मोनल बदलाव

नारियल तेल से मालिश के फायदे

बालों को पर्याप्त पोषण मिलता है.

नारियल तेल में लॉरिक एसिड होता है, जिससे बालों को प्रोटीन मिलता है.

नारियल का तेल बालों के लिए कंडीशनर का भी काम करता है.

बालों को मजबूती मिलती है.

बाल रूखे और बेजान नहीं होते हैं

बाल टूटते नहीं है.

फ्रिजी बालों की समस्या दूर होती है.

बालों में शाइनिंग आती है.

बाल मुलायम, चमकदार और खूबसूरत बनते हैं.

नारियल तेल को बालों में कैसे लगाएं

1. सबसे पहले नारियल के तेल को गर्म कर लें.

2. अब तेल को स्कैल्प और बालों में अच्छी तरह लगाएं और अच्छे से मसाज करें.

3. कोकोनट ऑयल को करीब 30 मिनट तक बालों में लगाए रखें.

4. अब अच्छी क्वॉलिटी के शैंपू से बालों को धोएं.

5. बालों को अच्छी तरह सुखाएं.

सर्दियों में नारियल का तेल बालों में लगाने से पहले क्या करें

अगर नहाने से 2-3 घंटे पहले भी बालों पर नारियल का तेल लगा सकते हैं.

नारियल के तेल बालों में रात में सोते समय भी लगा सकते हैं, सुबह उठकर माइल्ड शैंपू कर सकते हैं.

स्किन पर नारियल तेल लगा रहे हैं, तो नहाने के बाद लगाएं. इससे स्किन मॉइश्चराइज रहती है.

नहाने से पहले भी पूरे शरीर पर नारियल का तेल लगा सकते हैं.

सर्दियों में नारियल तेल के अन्य फायदे

1. रूखी और बेजान स्किन से राहत मिल सकती है.

2. त्वचा मुलायम, शाइनी और चमकदार बनती है.

3. चेहरे के एक्ने, दाग-धब्बों से छुटकारा मिलता है.

4. स्किन से जुड़ी बीमारियां खत्म हो सकती हैं.

हर महिला की मेकअप किट में जरूर होने चाहिए ये पांच मेकअप टूल्स

मेकअप टूल्स की मदद से मेकअप करना न सिर्फ बहुत आसान हो जाता है बल्कि मेकअप भी अच्छे से होता है। हालांकि, अगर आप मेकअप के मामले में नई हैं तो आपके लिए यह जानना जरूरी है कि मेकअप प्रोडक्ट्स के इस्तेमाल करने के लिए किन मेकअप टूल्स की जरूरत होती है। आइए आज हम आपको पांच ऐसे मेकअप टूल्स के बारे में बताते हैं, जिनका आपकी मेकअप किट में होना ही जरूरी है।

मेकअप स्पॉन्ज प्राइमर, कंसीलर और फाउंडेशन आदि की लेयर को चेहरे पर समान रूप से फैलाकर एक नेचुरल और स्मूद फिनिश मेकअप बेस तैयार करने में मदद करता है। इसके अतिरिक्त, चेहरे पर ब्लश, लूज पाउडर और यहां तक की सनस्क्रीन को अच्छी तरह से ब्लेंड करने के लिए भी मेकअप स्पॉन्ज का इस्तेमाल किया जा सकता है। इसलिए हर महिला की मेकअप किट में मेकअप स्पॉन्ज का होना जरूरी है।

काबुकी ब्रश की मदद से चेहरे पर लूज पाउडर या ब्लश लगाना आसान हो जाता है। वहीं, इससे लंबे समय तक मेकअप को सेट रखने में भी मदद मिलती है। वहीं, बात अगर एंगल्ड ब्रश की करें तो इसके इस्तेमाल से चेहरे पर कंटूरिंग करना सरल हो जाता है। बता दें कि कंटूरिंग को मेकअप का बेस माना जाता है। इसके जरिए डार्क और लाइट शेड्स की मदद से चेहरे को एक स्लिम और परफेक्ट लुक दिया जा सकता है।

आईलैश कर्लर की मदद से पलकों को कर्ल करके आंखों को खूबसूरत बनाया जा सकता है। हालांकि, ध्यान रखें कि पलकों को कर्ल करते समय आईलैशेज कर्लर पर बहुत अधिक दबाव नहीं डालना है क्योंकि इस वजह से पलकें टूट सकती हैं। इसलिए बेहतर होगा कि आप हमेशा आईलैशेज कर्लर का इस्तेमाल आराम से करें। वहीं, पलकों को कर्ल करते समय कर्लर को बाहर की तरफ खींचने की बजाय ऊपर की तरफ घुमाएं।

बालों की तरह आईब्रो को भी सेट करने की जरूरत होती है, जिसके लिए आईब्रो कोंब ब्रश का इस्तेमाल करना बेहतर हो सकता है। बता दें कि आईब्रो कोंब ब्रश दो मुंह वाला होता है, जिसके एक तरफ ब्रश होता है तो दूसरी तरफ छोटी सी कंघी होती है। आइब्रो पेंसिल लगाने के बाद ब्रश वाले हिस्से से उसे सेट कर लें और कंघी की तरफ से आईब्रो को शेप दें। यकीनन इसके बाद आपकी आईब्रो फुलर और खूबसूरत लगेंगी।

30 की उम्र के बाद इन चीजों के सेवन से बना लें दूरी

जैसे-जैसे उम्र बढ़ती जाती है, वैसे-वैसे शरीर में हाई ब्लड प्रेशर और मधुमेह जैसी बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है, इसलिए स्वास्थ्य का खास ध्यान देना जरूरी है। इस दौरान डाइट का खास ध्यान रखें क्योंकि एक उम्र के बाद खान-पान की कुछ चीजें स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचा सकती हैं। आइए आज हम आपको ऐसी ही कुछ चीजों के बारे में बताते हैं, जिनका सेवन 30 की उम्र के बाद करना स्वास्थ्य के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है।

अगर आपकी उम्र 30 के पार हो चुकी है और आप हल्की-फुल्की भूख मिटाने के लिए पैकेज्ड सूप का सेवन कर लेते हैं तो आज से ही इनका सेवन करना बंद कर दें। दरअसल, पैकेज्ड सूप में सोडियम की मात्रा अधिक होती है, जो शरीर में पहुंचकर इसे हृदय रोग, हाई ब्लड प्रेशर और स्ट्रोक आदि बीमारियों का घर बना सकती है। इसलिए बेहतर होगा कि आप अपनी डाइट में पैकेज्ड सूप की बजाय होममेड सूप को ही शामिल करें।

कई लोग फ्लेवर्ड सोडा पानी, स्पोर्टस ड्रिंक, एनर्जी ड्रिंक और सॉफ्ट ड्रिंक्स जैसे मीठे पेय पदार्थों का सेवन करना काफी पसंद करते हैं, लेकिन अगर आप 30 साल के हो गए हैं तो इन पेय पदार्थों का सेवन करना बंद कर दें। दरअसल, इन पेय पदार्थों में पोषक तत्वों की कमी होती है और इनमें शुगर की मात्रा भी अधिक होती है, जो शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने का कारण बन सकती है।

अगर आपकी उम्र 30 साल से ज्यादा है तो आपको रिफाइंड कार्ब्स से युक्त चीजों के सेवन से दूरी बना लेनी चाहिए क्योंकि रिफाइनिंग प्रक्रिया के दौरान खाद्य पदार्थों में से सभी पोषक तत्व खत्म हो जाते हैं। रिफाइंड कार्ब्स से भरपूर भोजन एक उच्च ग्लाइसेमिक आहार होता है, जो आपके रक्त शर्करा के स्तर को बढ़ा सकता है, जिसके कारण न सिर्फ मधुमेह बल्कि याददाशत में कमी और डिमेंशिया जैसी गंभीर बीमारियों की संभावना भी बढ़ जाती 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

सहकारिता की भूमिका बेहद महत्त्वपूर्ण

नितिन प्रधान

गरीब कल्याण और समाज के निचले तबके के लिए समृद्धि का रास्ता खोलने में सहकारिता की भूमिका बेहद महत्त्वपूर्ण है। डेयरी, खाद और बैंकिंग जैसे क्षेत्रों में सहकारिता की सफलता के बाद अब बारी अन्य क्षेत्रों की है।

सहकारिता के महत्त्व को समझते हुए सरकार ने इसके लिए अलग से मंत्रालय का गठन भी किया है।

बीते तीन वर्ष में सहकारिता क्षेत्र में कई महत्त्वपूर्ण बदलाव देखने को मिले हैं। संभवत: यही वजह है कि अंतरराष्ट्रीय सहकारी गठबंधन (आईसीए) को वैश्विक सहकारी सम्मेलन कराने के लिए इस वर्ष भारत आना पड़ा। सहकारिता के बढ़ते महत्त्व को संयुक्त राष्ट्र संघ ने भी स्वीकारा है, और 2025 को अंतरराष्ट्रीय सहकारिता वर्ष के रूप में मनाने की घोषणा की है। नई दिल्ली में 25 नवम्बर से होने वाला वैश्विक सहकारी सम्मेलन-2024 दुनिया भर के सहकारिता क्षेत्र में भारत की स्थिति को और मजबूत करेगा। आईसीए की स्थापना (1895) के 130 वर्षों के इतिहास में पहली बार यह आयोजन भारत में होने जा रहा है। भारत आईसीए का संस्थापक सदस्य है। आईसीए सहकारी समितियों का प्रतिनिधित्व करने वाली शीर्ष वैश्विक संस्था है, जिसकी संख्या दुनिया भर में 30 लाख से ज्यादा है। विश्व में 107 देशों के 310 से अधिक संगठन अंतरराष्ट्रीय सहकारी गठबंधन के सदस्य हैं।

इस सम्मेलन की मेजबानी की बागडोर विश्व की अग्रणी सहकारी संस्था इफको समेत देश की 17 प्रमुख सहकारी संस्थाओं के हाथों में है। महत्त्वपूर्ण यह भी है कि यह सम्मेलन सहकार से समृद्धि के भारत के संकल्प को पूरी दुनिया में ले जाएगा। आईसीए ने भी इस सम्मेलन का थीम %सहकारिताएं-सबकी समृद्धि का द्वार' तय किया है। इस सम्मेलन में भारतीय गांवों की थीम पर बने %हाट' में भारतीय सहकारी उत्पादों और सेवाओं का प्रदर्शन किया जा रहा है। बहुत संभव है कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी इस सम्मेलन के दौरान 2025 को अंतरराष्ट्रीय सहकारिता वर्ष के रूप में मनाए जाने की औपचारिक घोषणा और इस विषय पर एक स्मारक डाक टिकट भी जारी करें।

मोदी सरकार ने सहकारिता क्षेत्र में पिछले तीन वर्ष में दर्जनों महत्त्वपूर्ण बदलाव कर इसे नई ऊंचाइयों पर पहुंचा दिया है। सहकारी आंदोलन को गति प्रदान करने के लिए नये मंत्रालय का भी गठन किया गया। सहकारी क्षेत्र के संस्थानों के पुनर्गठन और निष्क्रिय हो चुकीं प्राथमिक सोसाइटियों को पुनर्जीवित किया गया है। मॉडल बायलॉज से प्राथमिक कृषि ऋण सोसाइटी (पैक्स) को ताकत दी गई और उनके कामकाज के दायरे को बढ़ाया गया। सहकारिता पर लागू टैक्स को तर्क संगत बनाया गया।

दुनिया में लगभग 30 लाख सहकारी समितियां हैं, जिनमें से करीब 8 लाख सहकारी समितियां यानी एक चौथाई से अधिक समितियां भारत में हैं। संयुक्त राष्ट्र के लगभग सभी सदस्य देशों के एक अरब से अधिक लोग इन समितियों के सदस्य हैं, जिनमें से 29 करोड़ से ज्यादा सदस्य भारत के हैं। सहकारिता क्षेत्र ने दुनिया भर में 21 करोड़ से ज्यादा लोगों को रोजगार दिया है।

सहकारी समितियों की संख्या और उनके विस्तार की संभावनाओं के मामले में भारत का इतिहास गौरवशाली रहा है। भारतीय सहकारी प्रणाली में सबसे बड़ा परिवर्तन पैक्स के मॉडल बायलॉज का कार्यान्वयन है। सहकारिता क्षेत्र में तीन नई राष्ट्रीय बहुराज्यीय सहकारी समितियों-राष्ट्रीय सहकारी जैविक लिमिटेड (एनसीओएल), राष्ट्रीय सहकारी निर्यात लिमिटेड (एनसीईएल) और भारतीय बीज सहकारी समिति लिमिटेड (बीबीएसएसएल) के गठन ने भारत को वैश्विक सहकारिता आंदोलन में अग्रणी बना दिया है। इन पहल ने दूसरे देशों का ध्यान खींचा है।

अंतरराष्ट्रीय सहकारिता वर्ष 2025 के दौरान जहां संयुक्त राष्ट्र के निर्धारित लक्ष्य को सहकारिता के माध्यम से पूरा करने की रूपरेखा तैयार की जाएगी, वहीं सहकारिता के वैश्विक सम्मेलन में इन सभी लक्ष्यों पर व्यापक चर्चा भी कराई जाएगी। लोगों के जीवन स्तर में सुधार के साथ ही वैश्विक चिंताओं को दूर करने को लेकर तैयार बिंदुओं पर भी गंभीर विचार-विमर्श किया जाएगा। संयुक्त राष्ट्र ने 17 सतत विकास लक्ष्य चिन्हित किए हैं, जिन्हें पूरा करने के लिए सहकारी समितियों की सहभागिता सुनिश्चित की जाएगी। इनमें पारिस्थितिकी संतुलन, स्थिर आजीविका, गरीबी उन्मूलन, सामुदायिक विकास एवं सहयोग, मिट्टी की सेहत एवं जीवन, महिला सशक्तिकरण सहित प्राकृतिक संसाधनों पर सभी का समान अधिकार आदि विषयों को शामिल किया गया है। सहकारिता वर्ष मनाए जाने का प्रमुख उद्देश्य इन्हीं लक्ष्यों को पूरा करना है। संयुक्त राष्ट्र द्वारा सतत विकास लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए 2030 तक की समयावधि निर्धारित की गई है। इसमें सहकारी क्षेत्र की भूमिका पहले ही निर्धारित कर दी गई है, जिससे सम्मेलन का महत्त्व और भी बढ़ गया है।

शब्द सामर्थ्य - 62

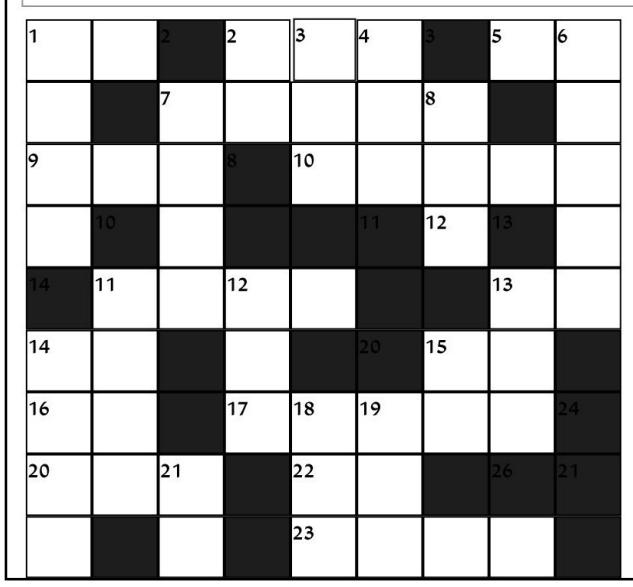
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. लज्जत, जायका 2. मुकाबला, भेंट, होड़ 5. बंदी, कैद की सजा पाने वाला व्यक्ति 7. खल-पात्र, नाटक फिल्म आदि का बुरा पात्र 9. कामी, व्याभिचारी 10. इज्जत जाना, बेइज्जती होना (उपमा)11. ऊटपटांग, विचित्र, कठिन 13. वैभव, ठाट-बाट 14. साथ, सहित 15. कामदेव की पत्नी, प्रेम 16. मैं का बहुवचन 17. दरवाजे-दरवाजे 20. एक राशि, मगर 22. नमी, सीड़, मुहर, ठप्पा 23. औषधालय, चिकित्सालय।

ऊपर से नीचे

1. आत्मनिर्भर, स्वालंबन भावना से युक्त, स्वाश्रित 2. वर्ष, बरस 3. राजी करना, रूठे हुए को खुश करना, प्रसन्न करना 4. नाटक फिल्म आदि का मुख्यपात्र 6. दीवानगी, पागलपन, 7. दो वस्तुओं के टकराने से उत्पन्न ध्वनि, बैर-विरोध, अनबन 8. खीरे की प्रजाति का एक फल 11. बेवकूफ, मूर्ख 12. बादल, मेघ 13. बहुत चालाक, होशियार 14. जिसका मत दूसरे से मिलता हो, 15. दांत, दंत 18. प्राप्ति, वस्तु आदि मिलने का प्रमाण पत्र 19. दंगा-फसाद, उपद्रव विप्लव 21. बचाव, सुरक्षा।



ग	ल	त	ज्ञ	■	■	खा	म	खाँ
णे	■	ल	■	झ	प	की	■	■
श	र	ब	त	10 रं	■	■	मि	
■	ज	गा	ना	■	प	रा	का	ष्ठा
14	नी	र	■	वि	रा	ज	मा	न
ना	च	■	18	प	20	■	य	■
म	र	णा	स	न्न	■	पा	नी	24
ची	25	■	प	■	पा	■	26	भो
न	ज	रा	ना	■	स	मा	चा	र

रिलीज से पहले ही पुष्पा 2 ने तोड़ा 52 साल का यह रिकॉर्ड

पुष्पा 2: द रूल मुंबई के प्रतिष्ठित गेयटी-गैलेक्सी मल्टीप्लेक्स में सभी छह स्क्रीनों पर प्रदर्शित होने वाली पहली फिल्म बनकर एक नया रिकॉर्ड स्थापित करने के लिए तैयार है। फिल्म के हर दिन कुल 18 शो होंगे। इस तरह अल्लू अर्जुन की यह फिल्म सिनेमा जगत में 52 साल के रिकॉर्ड को तोडक़र इतिहास रचने वाली है।

फिल्म की एडवांस बुकिंग को पहले से ही शानदार प्रतिक्रिया मिल रही है, सीटें तेजी से भर रही हैं। मुंबई में हाल ही में एक कार्यक्रम में, मुख्य अभिनेता अल्लू अर्जुन ने खुलासा किया कि फिल्म विश्व स्तर पर रिकॉर्ड तोड़ 12,000 से अधिक स्क्रीन पर रिलीज होगी। अब यह गेयटी-गैलेक्सी के सभी छह स्क्रीनों पर प्रदर्शित होने वाली पहली फिल्म है, एक मल्टीप्लेक्स जो आमतौर पर केवल दो या तीन स्क्रीनों पर फिल्में दिखाता है।

पुष्पा 2: द रूल छह सिनेमाघरों में प्रदर्शित की जाएगी जिनमें गेयटी, गैलेक्सी, जेमिनी, गॉसिप, जेम और ग्लैमर शामिल हैं। अतीत में, अधिकांश फिल्में इनमें से केवल दो या तीन थिएटरों में दिखाई जाती थीं। 1000 सीटों वाली गेयटी में दोपहर 1:00 बजे, शाम 5:00 बजे और रात 9:00 बजे शो होंगे, जबकि 800 सीटों वाली गैलेक्सी में दोपहर 12:00 बजे, शाम 4:00 बजे और 8:00 बजे फिल्म दिखाई जाएगी। अन्य थिएटर भी दिन भर में अलग-अलग समय पर फिल्म की मेजबानी करेंगे।

प्रतिदिन 18 शो चलाने का निर्णय इस मल्टीप्लेक्स के लिए पहला है, जो फिल्म की भारी मांग और लोकप्रियता को उजागर करता है। शो की संख्या को सीमित करने वाले 200 मिनट के लंबे समय के बावजूद, फिल्म उत्साह बनाए रखने में कामयाब रही है। विशेष रूप से तेलुगु राज्यों तेलंगाना और आंध्र प्रदेश में टिकट की कीमतों में उल्लेखनीय वृद्धि को लेकर चिंताएं व्यक्त की गई हैं।

पुष्पा 2: द रूल की उच्च मांग को मद्देनजर रखते हुए दोनों राज्य सरकारों ने टिकट की कीमत 600 रुपये प्रति व्यक्ति निर्धारित करते हुए बढ़ोतरी को मंजूरी दे दी है। यह केवल रिलीज के पहले चार दिनों, 5 दिसंबर से 9 दिसंबर तक लागू होगा। यह इसे किसी तेलुगु फिल्म के लिए अब तक की सबसे ऊंची टिकट कीमतों में से एक बनाता है। मूल्य वृद्धि निर्माताओं को फिल्म की भारी चर्चा का लाभ उठाने में मदद करने के लिए एक विशेष भत्ते का हिस्सा है। सुकुमार द्वारा निर्देशित और अल्लू अर्जुन, रश्मिका मंदाना और फहद फासिल अभिनीत यह फिल्म 5 दिसंबर को सिनेमाघरों में दस्तक देगी।

मीरा राजपूत ने नवंबर में बिताए कुछ खास पलों को किया याद

शाहिद कपूर की पत्नी मीरा राजपूत ने सोशल मीडिया पर अपने फैंस के साथ नवंबर में बिताए गए कुछ खास पलों को शेयर किया।

शाहिद कपूर की पत्नी अपनी एक खास पहचान रखती हैं। वह अपने जीवन से जुड़े खास पलों को अपने फैंस के साथ शेयर करती रहती हैं। नवंबर खत्म होने से पहले मीरा ने सोशल मीडिया पर अपनी कुछ तस्वीरें शेयर की। इन तस्वीरों में उन्हें अपने दोस्तों के साथ देखा जा सकता है। शेयर की गई फोटो में उनके स्किनकेयर रूटीन की झलक भी देखी जा सकती है।

हाल ही में मीरा राजपूत अपने अभिनेता पति शाहिद कपूर के साथ एक पारिवारिक शादी में शामिल हुईं, जिसमें अभिनेता ने अपने जोशीले गाने गंदी बात पर अपने डांस मूव्स दिखाए। इस कार्यक्रम की कुछ तस्वीरें सोशल मीडिया पर वायरल हुई थीं। एक क्लिप में कपूर को दुल्हन के साथ थिरकते हुए देखा गया।

21 नवंबर को जोड़े को एक शादी में देखा गया हैदर अभिनेता यहां क्लासिक ऑल-व्हाइट कुर्ता-पायजामा पहने दिखाई दिए। वहीं उनकी पत्नी मीरा एक साधारण लेकिन स्टाइलिश फ्लोरल ड्रेस में दिखाई दीं।

शाहिद और मीरा ने 2015 में अरेंज मैरिज के साथ अपने शादीशुदा जीवन में कदम रखा। बता दें कि मीरा मूल रूप से दिल्ली की रहने वाली हैं। मीरा ने 2016 बेटी मीशा कपूर का जन्म दिया। 2018 में मीरा ने बेटे को जन्म दिया, जिसका नाम उन्होंने ज़ैन कपूर रखा। शाहिद अगली बार आगामी एक्शन-ड्रामा देवा में नजर आएंगे। फिल्म की रिलीज की तारीख आगे बढ़ा दी गई है। पहले यह फिल्म 14 फरवरी को रिलीज होने वाली थी। मगर अब यह 31 जनवरी को सिनेमाघरों में आएगी। इसकी घोषणा करते हुए निर्माताओं ने इंस्टाग्राम पर लिखा, आराम से बैठिए, क्योंकि इंतजार अब कम हो गया है, देवा 31 जनवरी, 2025 सिनेमाघरों में आएगी। हम आपको उम्मीद से पहले यह एक्शन से भरपूर थ्रिलर दिखाने के लिए उत्साहित हैं। अपने कैलेंडर पर यह तारीख दर्ज कर लें और एक ऐसे रोमांचक अनुभव के लिए तैयार हो जाएं, जिसे आप कभी नहीं भूल पाएंगे।

स्टाइलिश साड़ी पहन आमना शरीफ ने शेयर किया हॉट लुक

टीवी की हॉट अभिनेत्री आमना शरीफ हमेशा अपने ग्लैमरस लुक्स और बोल्ड फैशन स्टेटमेंट्स के कारण सोशल मीडिया पर लाइमलाइट बटौरती रहती हैं। वो जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर साझा करती हैं तो उनका हर एक लुक फैंस के बीच छा जाता है। अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन फोटोज में उनका कातिलाना अवतार देखकर फैंस दीवाने हो गए हैं।

अपने एक्टिंग और लुक्स से लोगों को अपना दीवाना बनाने वाली एक्ट्रेस आमना शरीफ आज किसी भी पहचान की मोहताज नहीं हैं। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर आते ही छा जाता है।

अब हाल ही में एक्ट्रेस आमना शरीफ ने अपने लेटेस्ट एथनिक लुक में फोटोशूट करवाया है, जिसकी फोटोज सोशल मीडिया पर काफी तेजी से वायरल हो रही हैंइन फोटोज में आप देख सकते हैं एक्ट्रेस ने लाइट ग्रीन कलर की नेट लुक में साड़ी पहनी हुई है, जिसमें वो एक से बढक़र एक सिजलिंग अंदाज में पोज देती हुई नजर आ रही हैं।

बालों का जुड़ा बांधकर साथ ही उनपर गजरा लगाकर, कानों में इयररिंग्स और मिनिमल मेकअप कर के एक्ट्रेस आमना शरीफ ने अपने इस आउटलुक को कंप्लीट किया है।

एक्ट्रेस जब भी सोशल मीडिया पर अपनी फोटोज शेयर करती हैं तो फैंस उनकी हर एक फोटोज पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं।

एक्ट्रेस जब भी सोशल मीडिया पर अपनी फोटोज शेयर करती हैं तो फैंस उनकी हर एक फोटोज पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं।

श्रद्धा दास ने इंटरनेट पर ढाया कहर

अपनी एक्टिंग से ज्यादा बोल्ड लुक्स को लेकर चर्चाओं में रहने वाली एक्ट्रेस श्रद्धा दास लोगों के बीच काफी ज्यादा पॉपुलर हैं। उन्होंने अपने कातिलाना अंदाज से लोगों को इस कदर दीवाना बनाया हुआ है कि लोग उनकी तारीफों के पुल बांधते नहीं थकते हैं। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन फोटोज में उनकी बोल्डनेस देखकर सोशल मीडिया का तापमान बढ़ गया है।

एक्ट्रेस श्रद्धा दास अपने बोल्ड लुक्स से अक्सर फैंस के होश उड़ाती रहती हैं। वो जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो वो चंद ही मिनटों में वायरल होने लगती हैं।

अब हाल ही में एक्ट्रेस श्रद्धा दास ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन फोटोज में उनका हॉट और सिजलिंग अवतार देखकर फैंस बेकाबू हो गए हैं।

बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस अक्सर उनके लुक्स पर लाइक्स और कॉमेंट्स के जरिए अपनी-अपनी प्रतिक्रियाएं देते हैं।

इन फोटोज में आप देख सकते हैं एक्ट्रेस श्रद्धा दास ने पिंक कलर की साड़ी पहनी हुई है, जिसमें वो एक से बढक़र एक स्टनिंग अंदाज में पोज देती हुई नजर आ रही हैं। बालों को स्टाइलिश लुक देकर, गले में नेकलेस, कानों में इयररिंग्स और लाइट मेकअप कर के एक्ट्रेस श्रद्धा दास ने अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है।

श्रद्धा दास सोशल मीडिया लवर हैं और आए दिन अपनी पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ से जुड़े अपडेट्स फैंस के बीच शेयर करती रहती हैं।

गंदे पानी और गंदी हवा गंदी राजनीति का प्रतिफल

अजीत द्विवेदी

राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली में वायु प्रदूषण की भयावहता बताने के लिए वायु गुणवत्ता सूचकांक यानी एक्यूआई के आंकड़े बताए जाते हैं। मीडिया में भी यही दिखाया जाता है कि एक्यूआई तीन से सौ ऊपर पहुंच गया तो ग्रेडेड रिस्पॉन्स एक्शन प्लान यानी ग्रैप का दूसरा चरण लागू हो गया। एक्यूआई चार सौ पहुंच गया तो ग्रैप का तीसरा और साढ़े चार सौ से ऊपर हो गया तो चौथा चरण लागू हो गया। चौथे चरण में स्कूल और कॉलेज बंद कर दिए गए।

निर्माण और तोड़ फोड़ की गतिविधियां रोक दी गईं। बीएस 3 या बीएस 4 गाडियों पर पाबंदी लग गई। सडकों पर पानी का छिडक़ाव हो रहा है आदि, आदि। लेकिन इनसे न तो प्रदूषण की वास्तविक भयावहता का पता चलता है और न यह पता चलता है कि लोगों की सेहत पर इसका क्या असर हो रहा है। यह भी पता नहीं चल पाता है कि सरकारें किस तरह से इसके लिए जिम्मेदार हैं और कैसे इसे ठीक करने के लिए वो कुछ नहीं कर रही हैं।

सबसे पहले तो आंकड़े पर ही बात करें तो एक्यूआई की अधिकतम सीमा भारत में पांच सौ तय की गई है। यानी यहां स्केल ही पांच सौ का बनाया गया है। तभी किसी भी सरकारी उपकरण से मापने पर एक्यूआई पांच सौ से ऊपर नहीं आएगा। इस वजह से यह कंफ्यूजन हुआ कि आईक्यूएयर जैसे ऐप या दूसरे ऐप एक्यूआई 19 सौ या उससे ज्यादा बता रहे हैं तो किसको सही माना जाए। असल में निजी ऐप का कोई स्केल नहीं बनाया गया है तो हवा का प्रदूषण जितना बढ़ता जाता है उतना उसका सूचकांक ऊपर जाता है। लेकिन भारत में पांच सौ का स्केल बना दिया गया है तो सरकारी आंकड़ा उससे ऊपर जाएगा ही नहीं।

पांच सौ है इसका मतलब है कि अधिकतम सीमा पहुंच गई है। लोग इसका मतलब इतना ही समझते हैं कि हवा सर्वाधिक प्रदूषण हो गई है। लेकिन असल में कितनी प्रदूषित हुई है और उसका क्या असर हो रहा है यह समझने के लिए आंकड़ों की बारीकी में जाना होता है। पुरानी कहावत है कि %ब्यूटी लाइज इन डिटेल्स' उसे ऐसे भी कहा जा सकता है कि %डेंजर लाइज इन डिटेल्स'।

एक्यूआई मुख्य रूप से पार्टिकुलेट मैटर्स यानी पीएम से तय होता है। पार्टिकुलेट मैटर्स हवा में लटके हुए हानिकारक कण होते हैं, जो सर्दियों में प्रदूषण की वजह से नीचे आ जाते हैं और स्थिर हो जाते हैं। ये दो तरह के होते हैं। एक पीएम 10 है और दूसरा पीएम 2.5 है। 2.5 माइक्रोन से ज्यादा आकार के कणों को पीएम 10 कहा जाता है। ये थोड़े मोटे कण होते हैं, जो शरीर के लिए हानिकारक होते हैं लेकिन पीएम 2.5 बहुत बारीक कण होते हैं और शरीर को बहुत ज्यादा नुकसान पहुंचाने वाले होते हैं। 2.5 माइक्रोन से कम आकार वाले पार्टिकुलेट मैटर को पीएम 2.5 कहा जाता है।

ये बड़ी आसानी से सांस के साथ शरीर में चले जाते हैं और फेफड़े व शरीर के दूसरे महत्वपूर्ण अंगों तक पहुंच कर उसको नुकसान पहुंचाते हैं। लंग्स कैंसर या दूसरे कई किस्म के कैंसर में इसका बहुत बड़ा योगदान होता है। इनसे 10 से 15 साल के बच्चों के फेफड़ों की काम करने की क्षमता 20 फीसदी तक कम हो रही है। एक रिपोर्ट के मुताबिक दिल्ली की अभी की हवा में बाहर अगर कोई एक घंटा भी सांस लेता है तो फेफड़े पर असर के साथ साथ हृदय रोग की संभावना कई गुना बढ़ जाती है।

इसका मतलब है कि पीएम 10 और पीएम 2.5 का ज्यादा मात्रा में शरीर के अंदर जाना सिर्फ फेफड़े को नुकसान नहीं पहुंचा रहा है, बल्कि हृदय सहित दूसरे महत्वपूर्ण अंगों को भी नुकसान पहुंचाता है। दिल्ली की हवा में इसकी मात्रा कितनी है, इससे वास्तविक खतरे का पता चलता है। सोमवार, 18 नवंबर को दिल्ली के मुंडका में हवा में पीएम 2.5 की सघनता 1,193 थी। यानी जहां पांच सौ के स्केल पर एक्यूआई पांच सौ दिखा रहा था वहां पीएम 2.5 की मौजूदगी प्रति घन मीटर हवा में 1,193 थी। नजफगढ़ में 1,117 और अशोक विहार में 1,083 थी। दिल्ली की हवा में प्रति घन मीटर पीएम 2.5 की औसत मौजूदगी नौ सौ से ऊपर थी।

भारत सरकार ने तय किया है कि भारत में प्रति घन मीटर हवा में पीएम 2.5 की मौजूदगी अधिकतम 60 माइक्रोग्राम होनी चाहिए, जो कि दिल्ली में 19 गुना तक ज्यादा है। हालांकि विश्व स्वास्थ्य संगठन ने अधिकतम सीमा 15 माइक्रोग्राम तय की है और इस लिहाज से दिल्ली की हवा में पीएम 2.5 की मौजूदगी 74 गुना ज्यादा है। यानी विश्व स्वास्थ्य संगठन, डब्लुएचओ के मानक के मुताबिक प्रदूषण हवा से दिल्ली में लोगों की सेहत को 74 गुना ज्यादा खतरा है।

इस बात को डॉक्टर लोग दूसरी तरह से समझाने की कोशिश करते हैं। वे बताते हैं कि दिल्ली की हवा में सांस लेने का मतलब है रोज 20 सिगरेट या 30 सिगरेट का धुआं अपने शरीर में भरना। एक आंकड़े के मुताबिक दिल्ली में इस समय हर आदमी प्रतिदिन औसतन 38 सिगरेट का धुआं अपने शरीर में भर रहा है। इसके बाद दूसरे स्थान पर जो शहर है वह हरियाणा है, जहां की हवा में सांस लेना हर दिन 25 सिगरेट पीने के बराबर है। सोचें, इसका क्या असर शरीर पर होता है।

इस बात को समझने के लिए एक और मिसाल दी जा सकती है। याद करें 2016 की जनवरी में जब अमेरिका के तत्कालीन राष्ट्रपति बराक ओबामा नई दिल्ली आए और तीन दिन रूके तो अंतरराष्ट्रीय मीडिया में कूटनीतिक खबरों के साथ साथ एक हेडलाइन यह भी थी कि, %मिस्टर प्रेसिडेंड अपनी जिंदगी के छह घंटे कम हो गए'। दिल्ली की हवा में तीन दिन सांस लेकर उनकी जिंदगी का एक चौथाई दिन कम हो गया। यह नौ साल पहले की बात है। उसके बाद तो यमुना के पानी और दिल्ली की हवा में कई गुना ज्यादा जहर घुल गया है।

हकीकत यह है कि एक्यूआई के आंकड़े, विजिबिलिटी के आंकड़े या डायवर्ट होने वाले विमानों की संख्या या देरी से चल रही ट्रेनों की संख्या से वायु प्रदूषण की भयावहता का पता नहीं चलता है। असल में यह बहुत भयावह संकट है, जिससे करोड़ों लोगों का जीवन खतरे में पड़ रहा है। लाखों बच्चे बचपन में ही सांस की बीमारियों का शिकार हो रहे हैं। हृदय रोग के मरीजों के जीवन पर संकट बढ़ रहा है। लाखों लोगों का जीवन दवा पर निर्भर होता जा रहा है। हर व्यक्ति के जीवन में औसतन तीन से चार साल कम हो रहे हैं। हर व्यक्ति का मेडिकल का खर्च बढ़ रहा है क्योंकि आंख, कान, नाक और गले से लेकर फेफड़े और हृदय रोग बढ़ते जा रहे हैं। जिस तरह से दिल्ली में पानी प्रदूषण होता गया और हर घर में आरओ लगाने की मजबूरी हो गई वैसे ही हवा गंदी होती गई है और हर घर में एयर प्यूरीफायर लगाने की मजबूरी होती जा रही है। इसके बावजूद गंदे पानी और गंदी हवा से पूरी तरह बचाव नहीं होता है। दिल्ली की गंदी राजनीति का यह अनिवार्य प्रतिफल है, जिसे हर व्यक्ति को भुगतना ही है।

सू- दोकू क्र.62

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

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 भर 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.61 का हल

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

कंपनियों पर सख्त कार्रवाई होनी चाहिए

ई-कॉमर्स क्षेत्र की फ्लिपकार्ट और अमेजन जैसी कंपनियों ने भारतीय कानून को तोड़ा हो, तो बेशक उन पर प्रावधान के अनुरूप सख्त कार्रवाई होनी चाहिए।

ये दोनों अमेरिकी स्वामित्व वाली कंपनियां हैं (फ्लिपकार्ट में लगभग तीन चौथाई हिस्सा वॉलमार्ट का है)। भारत के ई-कॉमर्स बाजार का सबसे बड़ा हिस्सा उनके पास ही है।

एक अनुमान के मुताबिक 70 बिलियन डॉलर के इस बाजार में फ्लिपकार्ट का हिस्सा 32 और अमेजन का 24 फीसदी है।

खबर है कि प्रवर्तन निदेशालय ने इनके विक्रताओं पर छापा मारा। उसके बाद इन कंपनियों के अधिकारियों को पूछताछ के लिए बुलाया गया है।

आरोप है कि इन कंपनियों ने विदेशी निवेश संबंधी कानून का उल्लंघन किया। इस कानून के तहत विदेशी ई-कॉमर्स कंपनियां विक्रेताओं के बीच भेदभाव नहीं कर सकतीं।

साथ ही ये विक्रेताओं से सामान खरीद कर अपना भंडार नहीं बना सकतीं। अमेजन और फ्लिपकार्ट का कहना है कि उन्होंने किसी कानून का उल्लंघन नहीं किया। मगर ईडी का दावा है कि उसके पास इन कंपनियों के खिलाफ ठोस सबूत हैं।

निर्विवाद है कि हर कंपनी- चाहे वो देशी हो या विदेशी- उसे सख्ती से देश के कानून का पालन करना चाहिए। कोई कंपनी ऐसा नहीं करती, तो उसे अवश्य ही दंडित किया जाना चाहिए। बहरहाल, जांच एजेंसियों को ऐसे कदम उठाते समय यह अवश्य सुनिश्चित करना चाहिए कि वे ना सिर्फ निष्पक्ष हों, बल्कि निष्पक्ष दिखें भी।

देश के कानून का उल्लंघन करने वाली कंपनी को अवश्य ही दंडित किया जाना चाहिए। बहरहाल, ऐसे कदम उठाते समय जांच एजेंसियों को यह अवश्य सुनिश्चित करना चाहिए कि वे ना सिर्फ निष्पक्ष रहें, बल्कि निष्पक्ष दिखें भी।

इस संदर्भ में यह बात इसलिए महत्त्वपूर्ण है, क्योंकि गुजरे वर्षों में ऐसी धारणा (जो संभव है कि निराधार हो) बनी है कि भारत सरकार के कुछ पसंदीदा उद्योग घराने हैं और जब उनके हित किसी विदेशी (या देशी) कंपनी से टकराते हैं, तो जांच एजेंसियां अति सक्रिय हो जाती हैं।

अतीत में वर्तमान सरकार से ही जुड़े रहे कुछ अर्थशास्त्रियों ने इस धारणा को भारत में विदेशी निवेश के रास्ते में मौजूदा रुकावटों में एक बताया है। यह समय अंतरराष्ट्रीय कारोबार के लिए प्रतिकूल है। इस वर्ष भारत में प्रत्यक्ष विदेशी निवेश में भारी गिरावट आई है। इस हाल में उपरोक्त धारणा को तोडऩा अत्यधिक आवश्यक हो गया है। आशा है, ईडी इस अपेक्षा के प्रति जागरूक होगी। (आरएनएस)

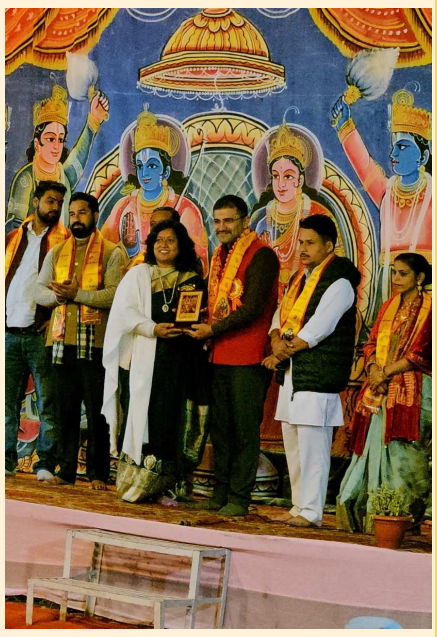
लाल मिर्च का बनारसी अचार

लाल मिर्च का बनारसी अचार खाने में बड़ा ही टेस्टी लगता है और सभी अचारों में सबसे अच्छा होता है। अगर आपको अपना खाना तीखा अच्छा लगता हो तो , लाल मिर्च का भरा अचार बनाना बिल्कुल भी ना भूलें। आइये देखते हैं इसको बनाने की विधि। तैयारी में समय- 45 मिनट बनाने में समय- 15 मिनट सामग्री- 12-15 बड़ी ताजी लाल मिर्चें 1 कप सरसों का तेल , चम्मच हींग, राई पावडर द कप मेथी दाना पावडर 2 चम्मच सौंफ द कप नमक द कप अमचूर पावडर 1ड्ड चम्मच हल्दी पावडर विधि - लाल मिर्च की डंडी को निकाल लें। मिर्च में बीच से चीरा लगा कर उसके बीज को भी निकाल दें। अब मसाला तैयार करेंगे। सबसे पहले सरसों के तेल को धूआं आने तक गरम कर लें। फिर इसे मसाले में डालने के लिये किनारे रख दें। फिर एक कटोरे में हींग, राई पावडर मेथी पावडर, सौंफ, नमक, अमचूर, हल्दी मिलाएं। आखिर में मसाले में ठंडा हो चुका 2 चम्मच सरसों का तेल मिलाएं। अब इस तैयार मसाले को मिर्च के अदंर भर दें। जब सभी मिर्चों में मसाले भर जाएं, तब उन्हें एक एक कर के सरसों के तेल में डुबो कर कांच के एक जार में भरें। फिर जार के अंदर बचा हुआ सरसों का तेल डालें और बंद कर के सूरज की धूप में कम से कम 1 हफ्ता रखें। आपका लाल मिर्च का चटपटा अचार सर्व करने के लिये तैयार है।

महिलाएं हर क्षेत्र में अग्रणीय कार्य कर रही हैं: थापर

हमारे संवाददाता

देहरादून। डोईवाला विधानसभा के नकरौंदा क्षेत्र में दुर्गा महिला रामलीला समिति द्वारा महिला रामलीला का आयोजन चल रहा है। आज की रामलीला में लक्ष्मण शक्ति दिवस में मुख्य अतिथि कांग्रेस प्रवक्ता व श्री रामकृष्ण लीला समिति टिहरी देहरादून के अध्यक्ष अभिनव थापर ने रामलीला समिति के सदस्यों व क्षेत्रीय कांग्रेस नेताओ के साथ रामलीला में प्रतिभाग किया। आज रामलीला के लक्ष्मण शक्ति दिवस में मेघनाथ - लक्ष्मण संवाद, संजीवनी बूटी दर्शय को दर्शकों ने बहुत सराहना की।



रामलीला के मुख्य अतिथि कांग्रेस प्रवक्ता व श्री रामकृष्ण लीला समिति टिहरी देहरादून के अध्यक्ष अभिनव थापर ने कहा कि उत्तराखंड का इतिहास रामलीला से है और हमने भी अपनी रामलीला में पहली बार महिला किरदारों को मौका दिया और हर वर्ष एक रामलीला दिवस -मातृशक्ति सम्मान दिवस के रूप में मनाया जाता है। मातृशक्ति के महिला-रामलीला में इस प्रयास से यह संदेश भी दिया जा रहा है कि महिलाएँ हर क्षेत्र में अग्रणी कार्य कर रही हैं। महिला-रामलीला के आयोजकों को भविष्य के लिए बधाई व शुभकामनाएं। कार्यक्रम में दुर्गा महिला रामलीला समिति की अध्यक्ष संगीता नेगी, राकेश राणा, अतिथिगणों में अभिनव थापर, एनएसयूआई के जिलाध्यक्ष प्रकाश सिंह नेगी, राहुल खरोला, रामलीला समिति के सदस्य गिरीश पैन्यूली, सरिता जुयाल व अन्य ने भाग लिया।

बिजली चोरी में मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने बिजली चोरी का मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार केवी उप संस्थान बालावाला के अवर अभियंता योगेन्द्र प्रसाद नौटियाल ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने नत्थुवाला में मनोज सिंह के घर पर छापा मारा तो वहां पर बिजली चोरी करते हुए पकड लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

ई-रिक्शा एवं मोबाइल फोन चोरी का खुलासा, दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। ई-रिक्शा व मोबाइल फोन चोरी का खुलासा करते हुए पुलिस ने दो लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। जानकारी के अनुसार बीते एक दिसम्बर को सलेमपुर रावली महदूद निवासी गोविन्दा पुत्र तुलसी राम द्वारा दी गई तहरीर के आधार पर अज्ञात आरोपियों के विरुद्ध ई-रिक्शा एवं उसके अन्दर रखे सैमसंग गैलेक्सी मोबाइल फोन को चोरी कर ले जाने के सम्बन्ध में कोतवाली नगर हरिद्वार में मुकदमा दर्ज कराया गया था। जांच के दौरान पुलिस ने कड़ी मशक्क्त के बाद घटना में शामिल आरोपित रवि प्रताप सिंह व धीरेन्द्र कश्यप उर्फ राजा को चोरी हुयी ई-रिक्शा एवं मोबाइल फोन के साथ दबोचने में कामयाबी हासिल की गई। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

प्रापर्टी विवाद में मृतक ने दी थी फौजी.. ◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

उठायी गयी है यदि उसकी डील हो जाती है तो उसे 80-90 करोड़ का फायदा होगा, जिसमें से मंजेश आधा हिस्सा मांग रहा है यदि अर्जुन मंजेश की हत्या कर दे तो वह उसे उसके एवज में 10 करोड़ रूपये देगा। जिस पर अर्जुन तैयार हो गया तथा उसके द्वारा अपने एक अन्य साथी सचिन को घटना में शामिल कर लिया। उसके द्वारा रात्रि में मंजेश को पार्टी के बहाने सचिन के कमरे में बुलाया, जहां मंजेश को शराब पिलाने के बाद सचिन तथा अर्जुन द्वारा गला घोटकर उसकी हत्या कर दी। दोनों मृतक के शव को ठिकाने लगाने की योजना बना रहे थे कि अचानक पुलिस के आने पर दोनों घबराकर छत से नीचे कूदकर फरार हो गये। इस दौरान अपने साथी सचिन की गिरफ्तारी की जानकारी मिलने पर अर्जुन द्वारा गिरफ्तारी से बचने के लिये सोनीपत कोर्ट में सरेण्डर करने की योजना बनायी पर पुलिस टीम द्वारा उसको सरेण्डर करने से पूर्व कोर्ट के बाहर से गिरफ्तार कर लिया। एसएसपी ने पुलिस टीम को दस हजार रूपये ईनाम की घोषणा की।

किंगक्रेग से गज्जी बैंड तक सेटलाईट पार्किंग हकीकत में की गई तब्दील

संवाददाता

देहरादून। किंगक्रेग से गज्जी बैंड तक सेटलाईट पार्किंग हकीकत में तब्दील की गयी। जिलाधिकारी सविन बंसल ने कहा कि 15 से 20 दिसम्बर तक शटल सेवा की ट्रायल किया जायेगा।

आज यहां जिला प्रशासन के प्रयासों से मसूरी को अब जल्दी जाम से सहूलियत मिलने जा रही है। मसूरी में हाथीपाव एवं क्रिग्रेंग से शटल सेवा संचालन के कार्यों में तेजी लाने हेतु जिलाधिकारी सविन बंसल ने ऋषिपर्णा सभागार में रेखीय विभाग के आला अधिकारियो की बैठक ली। हाथीपांव से किंग्रेग पार्किंग व जॉर्ज एवरेस्ट को जाने वाली दोनों सड़क पर सुधारिकरण के कार्य कराने तथा क्रेस बैरियर लगाने, चिन्हित स्थान पर स्पेस उपलब्ध करने सहित रूट व स्थलों की साइनेज एवं रूट मैप लगाने के कार्य को 15 दिसंबर तक पूर्ण करने के निर्देश दिए। साथ ही उप जिलाधिकारी, आरटीओ, अधिशासी अधिकारी लोनिवि एवं सीओ मसूरी कार्यों में तेजी लाने हेतु आपसीय समन्यवय बनाते हुए कार्यों में तेजी लाने के निर्देश दिए। निर्देशित किया कि 15 से 20 दिसम्बर तक शटल सेवा की ट्रायल संचालन किया जायेगा, समय पर सभी कार्य पूर्ण किया जाय। जिलाधिकारी के निर्देशन में किंगक्रेग से गज्जी बैंड तक सेटलाईट पार्किंग हकीकत में तब्दील हो

रही है साथ मसूरी में शटल सेवा संचालन कार्य तेजी से बढ़ रहा हैं। 15 दिसंबर तक हाथीपांव एवं किंगक्रेग सेटेलाईट पार्किंग, टॉयलेट, केंटीन्स, लाईटिंग,

15 से 20 दिसम्बर तक शटल सेवा का ट्रायल किया जायेगा: डीएम

साईनेजस, टिक्टिंग बेरियर करने के निर्देश डीएम द्वारा दिए गा हैं, लास्ट माईल कनेक्टीविटी हेतु मॉल रोड पर गोल्फकार्ट संचालित करने हेतु तेजी कार्य गतिमान है तथा प्रक्रिया सम्पादित की जा रही है, जिसके लिए 15 से 20 दिसम्बर तक शटल सेवा की ट्रायल किया जायेगा। मसूरी में आए दिन जाम की समस्या को गंभीरता से लेते हुए जिलाधिकारी बसंल ने शटल सेवा प्रारम्भ करने की योजना पर कवायद शुरू की। जिसको लेकर जिलाधिकारी ने वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक के साथ हॉथीपांव बैंण्ड से क्रिंगेग पार्किंग मसूरी तथा मॉल रोड आदि स्थलों का पैदल भ्रमण करते हुए यातायात व्यवस्था में सुधार लाने हेतु सेटेलाईट पार्किंग की विकल्प तरासी गई। शटल सेवा हेतु वाहनों की रूट किंग्रेग पार्किंग से लाईब्रेरी चौक मसूरी, किंग्रेंग पार्किंग से पिक्चर पैलेस मसूरी, हाथीपांव से लाईब्रेरी चौक मसूरी, हाथीपांव बैंड से पिक्चर पैलेस मॉल रोड मसूरी रहेगा।

इस अवसर पर वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिह, मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह, उप जिलाधिकारी अनामिका, पुलिस अधीक्षक यातायात मुकेश ठाकूर, आरटीओ सुनील शर्मा, अधिशासी अभियंता जितेन्द्र त्रिपाठी, एआरटीओ राजेन्द्र विराटिया सहायक अवर अभियंता राजेन्द्र पाल सहित संबंधित अधिकारी उपस्थित थे।

शराब तस्करी में पूर्व फौजी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। शराब तस्करी मे लिप्त एक पूर्व फौजी को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है जिसके पास से 10 पेटी अंग्रेजी शराब व 7 पेटी बीयर बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम थाना थत्यूड पुलिस द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चलाया जा रहा था। इस दौरान पुलिस को डिग्री कॉलेज तिराहे थत्यूड अलमस मोटर मार्ग के पास से उपेन्द्र सिंह पुत्र कमल सिंह निवासी ग्राम- नेताला पट्टी बाराहाथ थाना मनेरी उत्तरकाशी हाल निवासी- श्याम एनक्लेव बालावाला रायपुर देहरादून उम्र-43 वर्ष (पूर्व सैनिक) को एसेन्ट कार संख्या यूके 07डीडी 8152 से अवैध रुप से चण्डीगढ़ मार्का शराब व बीयर की तस्करी करते हुये गिरफ्तार किया गया।

आरोपी के कब्जे से 10 पेटी (120 बोतल) अग्रेंजी शराब चण्डीगढ़ मार्का व 07 पेटी (168 केन बीयर) चण्डीगढ़ मार्का बरामद हुई। जिसने पूछताछ में बताया कि वह भारतीय आर्मी से रिटायर है तथा मूल रुप से उत्तरकाशी का रहने वाला है और वर्तमान में अपने परिवार सहित देहरादून में रहता है। चण्डीगढ़ से सस्ते दामो पर अंग्रेजी शराब व बीयर लाकर पहाड़ में सप्लाई करता है।

स्थानीय महिलाओं की निजता व समस्याओं का ध्यान रखे वन विभाग: कुसुम कण्डवाल

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। दैनिक समाचार पत्रों में प्रकाशित कार्बेट पार्क में कैमरा ट्रैप से महिलाओं की निजता का हनन खबर के मामले उत्तराखण्ड राज्य महिला आयोग की अध्यक्ष कुसुम कण्डवाल ने स्वत: संज्ञान लिया है। मामले में राज्य महिला आयोग की अध्यक्ष कुसुम कण्डवाल ने स्वत: संज्ञान लेते हुए वन विभाग के प्रधान प्रमुख वन संरक्षक को पत्र लिखकर मामले में जांच के निर्देश दिए है।

प्रकाशित खबर में एक शोधकर्ता ने दावा किया है कि कॉर्बेट टाईगर रिजर्व पार्क में बाघों की सुरक्षा हेतु लगाए गए कैमरा ट्रैप और सीसीटीवी से आसपास की महिलाओं की निजता का हनन हो रहा है। स्थानीय लोगों पर इसका बुरा प्रभाव पड़ रहा है। कैंब्रिज यूनिवर्सिटी के एक शोधकर्ता द्वारा एक रिपोर्ट में उक्त आरोप लगाये जा रहे हैं। शोधकर्ता का दावा है कि सर्वे के दौरान उन्होंने 14 महीनों तक 270 लोगों का साक्षात्कार लिया, जिसमें स्थानीय महिलाऐं शामिल थीं। दावा किया गया कि कैमरा ट्रैप व ड्रोन की वजह से महिलाएँ आपस में ठीक से बात तक नहीं कर पाती हैं। एक स्थानीय महिला द्वारा यह भी दावा किया जा रहा है कि सन् 2017 में वन विभाग के एक कर्मचारी द्वारा कैमरा ट्रैप से उसकी वीडियो ली गयी तथा सोशियल मीडिया व व्हाट्सएप में वायरल की गयी थी।

❑महिलाओं की निजता का हनन करने वालो के विरुद्ध हो कड़ी कार्रवाई

घटना की जानकारी मिलने पर राज्य महिला आयोग की अध्यक्ष ने सख्ताई दिखाई है उन्होंने मामले में वन विभाग के उच्चाधिकारियों को पत्राचार करते हुए निर्देश दिए है। इस पर कुसुम कण्डवाल ने कार्बेट पार्क के निदेशक डॉ साकेत बडोला से फोन पर वार्ता करते हुए कहा है कि वन क्षेत्र के निकट रहने वाली स्थानीय महिलाओं की निजता का हनन व उनके अधिकारों की रक्षा अत्यंत गम्भीर विषय है। क्योंकी वन क्षेत्रों के निकट स्थानीय लोग रहते हैं जिनका जीवन उसी जंगल के नजदीक लघु व्यवसायों से चलता है ऐसे में रिपोर्ट में दावा करने वाली पीड़ित महिला की आपत्तिजनक फोटो/विडियो सोशियल मीडिया पर प्रसारित करने वाले कर्मचारी के विरूद्ध कार्रवाई के निर्देश दिए है। वहीं उन्होंने कहा कि कार्रवाई करते हए हुए तथा उक्त प्रकरण की जांच रिपोर्ट आयोग को उपलब्ध कराई जाए।

एक नजर

तमिलनाडु में भूस्खलन से एक ही परिवार के 7 लोगों की मौत

चेन्नई। भारी बारिश ने तमिलनाडु में काफी व्यवधान पैदा किया है, जिसके कारण भूस्खलन और व्यापक बाढ़ आई है। खराब मौसम के कारण सड़कें और पुल नष्ट हो गए हैं, जिससे कई इलाकों तक पहुँच पाना मुश्किल हो गया है। तिरुवन्नामलाई जिले में बाढ़ का सबसे ज्यादा असर देखने को मिला है, यहां कई इलाकों में बाढ़ का पानी भर गया है। भूस्खलन में सात लोगों के एक परिवार की मौत हो गई। बाढ़ के पानी में कई सड़कें बह जाने से परिवहन व्यवस्था बुरी तरह प्रभावित हुई है। ट्रेन सेवाएं भी बाधित हुई हैं, जिससे यात्रियों को असुविधा हो रही है। चेन्नई में, पटरियों पर पानी भर जाने के कारण सप्ताहांत में कुछ ट्रेनें देरी से चलीं या रद्द कर दी गईं।उथांगराई में स्थानीय मौसम केंद्र ने मात्र 14 घंटों में 33 सेमी बारिश दर्ज की। भारी बारिश का कारण बंगाल की खाड़ी के ऊपर विकसित हुआ कम दबाव वाला सिस्टम है। यह सिस्टम चक्रवात में तब्दील हो गया, जिससे तमिलनाडु में मूसलाधार बारिश हुई। पिछले 24 घंटों में कुछ इलाकों में 50 सेंटीमीटर तक बारिश दर्ज की गई है। अकेले चेन्नई में ही कुछ इलाकों में इस अवधि में 42 सेंटीमीटर तक बारिश हुई। लगातार हो रही बारिश ने पूरे राज्य में बाढ़ की समस्या को और बढ़ा दिया है। तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एम. के. स्टालिन ने मंगलवार को तिरुवन्नामलाई जिले की अन्नामलाईयार पहाड़ी में बारिश जनित घटना में पांच बच्चों सहित सात लोगों की मौत होने पर दुख व्यक्त किया और मारे गए प्रत्येक व्यक्ति के परिजन को पांच-पांच लाख रुपये की अनुग्रह राशि दिए जाने की घोषणा की।

केरल में कार-बस की टक्कर में 5 मेडिकल छात्रों की मौत

अलाप्पुझा। केरल के अलाप्पुझा जिले में जिस कार से वे यात्रा कर रहे थे, वह केरल राज्य सड़क परिवहन निगम (केएसआरटीसी) की बस से टकरा गई, जिसमें पांच मेडिकल छात्रों की मौत हो गई। छात्र जिस कार में सवार थे, उसकी रोडवेज बस से आमने-सामने टक्कर हुई थी। इस एक्सीडेंट में कार के बुरी तरह परखच्चे उड़ गए। कार की स्थिति का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि उसके अंदर मौजूद लोगों को बाहर निकालने के लिए कार को काटना पड़ा।

जानकारी के मुताबिक, ये हादसा सोमवार की रात करीब 10 बजे हुआ था। जिस वक्त ये हादसा हुआ, उस वक्त एक घंटे से भारी बारिश हो रही थी। हादसे में कार पूरी तरह नष्ट हो गई। मृतक अलाप्पुझा के टीडी मेडिकल कॉलेज के छात्र थे और एमबीबीएस फर्स्ट ईयर की पढ़ाई कर रहे थे। इस हादसे में बस में सवार कुछ यात्रियों को हल्की चोटें आई हैं, जिन्हें अस्पताल भेज दिया गया था। अधिकारियों ने बताया कि मृतकों की पहचान देवनंदन, मुहम्मद इब्राहिम, आयुष शाजी, श्रीदीप वलसन और मुहम्मद जब्बार के रूप में हुई है। इनमें से देवनंदन और इब्राहिम लक्षद्वीप के रहने वाले हैं, जबकि आयुष, श्रीदीप और जब्बार केरल ही रहने वाले थे।

मामूली बात पर हुए विवाद के बाद युवक को मारी गोली

नई दिल्ली। देश की राजधानी दिल्ली से एक दिल दहला देने वाली वारदात सामने आई है। घटना बाहरी दिल्ली के मंगोलपुरी इलाके से आई है। एक मामूली बात पर हुए विवाद के बाद 19 वर्षीय एक युवक की गोली मारकर हत्या कर दी गई। पुलिस ने मंगलवार को यह जानकारी दी। पुलिस ने बताया कि घटना सोमवार देर रात की है। मृतक की पहचान पंकज के रूप में हुई है। मृतक के भतीजे ने पुलिस को ये बताया है कि पंकज का मंगोलपुरी के के-ब्लॉक के तीन लोगों से झगड़ा हुआ था। उन्होंने कहा, मुझे नहीं पता कि वे क्यों लड़ रहे थे, लेकिन जब मैंने अपने चाचा (पंकज) को वहां देखा, तो मैंने बीच-बचाव किया। हमलावरों के पास पिस्तौल थी। उन्होंने उन पर गोलियां चलाईं और भाग गए। वहीं, इस पूरे मामले पर पुलिस का कहना है कि उन्होंने एफआईआर दर्ज कर ली है। आरोपियों को पकड़ने के लिए टीमें गठित कर दी गईं है और आरोपियों की सर्च चल रही है। वारदात वाले इलाके की सीसीटीवी फुटेज खंगाली जा रही है। इस मामले पर स्थानीय लोगों से भी पूछताछ की जा रही है। वहीं, दूसरी ओर दक्षिण-पश्चिम दिल्ली में अफ्रीका एवेन्यू रोड के पास से एक हिट-एंड-रन की घटना सामने आई है। घटना में शामिल 29 वर्षीय व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। इस घटना में ड्यूटी पर तैनात एक महिला कांस्टेबल घायल हो गई थी।

मुख्य सचिव ने सभी गौवंशीय पशुओं की अनिवार्य जियोटैगिंग के दिए निर्देश

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड में निराश्रित गौवंशीय पशुओं को गोद लेने वालों को दिया जाने वाले मानदेय देशभर के अन्य राज्यों की अपेक्षा सर्वाधिक है। यह प्रतिदिन 80 रूपये प्रति पशु है। इसके बावजूद आमजन को सड़कों पर निराश्रित गौवंशीय पशुओं की समस्या से पूरी तरह से निजात दिलवाने को लेकर मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने सचिव शहरी विकास को नगर पालिकाओं द्वारा प्रत्येक माह शहरी क्षेत्रों में सड़कों में पाए जाने वाले निराश्रित गौवंशीय पशुओं की संख्या की समीक्षा, मॉनिटरिंग एवं उन्हें गौसदनों में भेजने की पुख्ता व्यवस्था करने के निर्देश दिए हैं।

सीएस श्रीमती राधा रतूड़ी ने गौसदनों के निर्माण के सम्बन्ध में बैठक ली

सचिवालय में आयोजित उत्तराखण्ड एनिमल वेल्फेयर बोर्ड की गौसदनों के निर्माण से सम्बन्धित बैठक में सीएस श्रीमती राधा रतूड़ी ने शहरी विकास विभाग द्वारा शहरी क्षेत्रों स्थापित किए जाने वाले 36 गौसदनों के निर्माण कार्य को जल्द पूरा करने के निर्देश दिए हैं। शहरी विकास विभाग द्वारा राज्य के 13 जिलों में 36 गौसदनों हेतु भूमि चिन्हित कर ली गई है तथा 13 गौसदनों का निर्माण कार्य जारी है। मुख्य सचिव ने पंचायती राज विभाग को राज्य के ग्रामीण क्षेत्रों में स्थापित किए जाने वाले 26 गौसदनों के निर्माण कार्य को भी शीघ्र आरम्भ करने के निर्देश दिए हैं। इसके लिए विभाग को मिसिंग लिंक के माध्यम से 10 करोड़ की धनराशि पहले ही जारी की जा चुकी है। इस सम्बन्ध में पंचायती राज विभाग द्वारा भूमि चिन्हीकरण का कार्य पूरा किया जा चुका है। बेसहारा गौवंशीय पशुओं की समस्या के दीर्घकालीन समाधान में आधुनिक तकनीकी व आईटी के उपयोग पर बल देते हुए मुख्य सचिव श्रीमती राधा रतूड़ी ने राज्य के सभी गौवंशीय पशुओं की अनिवार्य जियोटैगिंग के साथ ही इस सम्बन्ध जल्द लॉन्च होने वाले एप्प एवं डैशबोर्ड में प्रत्येक गौवंशीय पशु की आयु, चिकित्सा व अन्य जानकारी से सम्बन्धित डाटा एनालिसिस के निर्देश दिए हैं। उन्होंने निराश्रित पशुओं की देखभाल में गौसेवक योजना को महत्वपूर्ण बताया तथा इसके अधिकाधिक विस्तार के निर्देश दिए हैं।

निर्माणधीन एवं पहले से ही संचालित गौसदनों के संचालन एवं रखरखाव की निरन्तर मॉनिटरिंग की सख्त हिदायत देते हुए मुख्य सचिव श्रीमती रतूड़ी ने गौसदनों में गौवंश हेतु चारा, भूसा, प्रकाश, चिकित्सा, सुरक्षा एवं दवाईयों की पर्याप्त व्यवस्था सुनिश्चित करने निर्देश दिए हैं। उन्होंने गौसदनों के नियमित निरीक्षण के भी निर्देश दिए हैं। उत्तराखण्ड पशु कल्याण बोर्ड द्वारा जानकारी दी गई है कि राज्य में वर्तमान में निराश्रित गौवंशीय पशुओं की संख्या 20887 है। इस अवसर पर सचिव डा0 बीवीआरसी पुरूषोत्तम, नितेश झा, चंद्रेश कुमार, वी षणमुगम सहित सम्बन्धित विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

पुलिस मुठभेड़ में गौ तस्कर को लगी गोली, घायल

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। गौ मांस तस्करी कर रहे एक व्यक्ति को जब पुलिस ने रोका तो उसने पुलिस पर ही गोली चला दी। जवाबी कार्यवाही में जब पुलिस की ओर से जब गोली चलाई गयी तो वह पैर में गोली लगने से घायल हो गया। जिसके बाद उसे अस्पताल पहुचाया गया जहां उसका उपचार जारी है।

जानकारी के अनुसार बीती रात कोतवाली किच्छा को सूचना मिली कि कुरैशी मोहल्ला किच्छा में एक व्यक्ति गौ तस्करी कर गौमांस लेकर जाने वाला है। इस पर प्रभारी निरीक्षक किच्छा के द्वारा पुलिस फोर्स को मौके पर तलब कर बतायी गयी सूचना के अनुसार कुरैशी मोहल्ले में गए , तो एक व्यक्ति एक बिना नंबर की मोटरसाइकिल जिसके पीछे एक कट्टा बांधा था, जो पुलिस को देख तेजी से मोटरसाइकिल को मोड़कर भागने लगा। शक होने पर उक्त व्यक्ति को रोकने का इशारा किया तो वह व्यक्ति मोटरसाइकिल को तेजी से भगा कर सितारगंज की ओर भागने लगा। तब चौकी प्रभारी कलकत्ता फॉर्म को घटना से अवगत कराकर उक्त मोटरसाइकिल को रोकने के लिए बताया गया। जिसका पीछा करने पर मोटरसाइकिल चालक मोटरसाइकिल को कोलकाता फॉर्म को जाने वाले रास्ते पर सड़क किनारे छोड़कर आम के बगीचे की ओर भाग गया, जिसके पीछे-पीछे पुलिस भी आम के बगीचे की ओर गयी तो उक्त व्यक्ति द्वारा पुलिस पार्टी पर फायर किया, जवाबी फायरिंग में उसके पैर में गोली लगी तथा उसको मौके पर ही पकड़ लिया गया। नाम पता पूछने पर अपना नाम तसलीम पुत्र छोटे निवासी वार्ड नंबर 15 कुरैशी मोहल्ला थाना किच्छा जनपद उधम सिंह नगर उम्र 48 वर्ष बताया। जिसके पास से एक अवैध तमंचा मय कारतूस के बरामद हुआ तथा मोटरसाइकिल को चेक करने पर मोटरसाइकिल अपाचे इसके आगे पीछे नंबर प्लेट नहीं लगी है जिसके पीछे बंधे कट्टे को खोला गया तो बैग के अंदर लगभग 20 किलो गौ मांस था। मुठभेड़ में घायल व्यक्ति को सरकारी अस्पताल किच्छा भेजा गया है। पुलिस के अनुसार तस्लीम के विरुद्ध थाना पुलभट्टा, थाना किच्छा , थाना बहेड़ी में हत्या,भैंस चोरी, गोकशी और चोरी के काफी अभियोग पंजीकृत हैं।

घर के बाहर से मोटरसाईकिल चोरी

संवाददाता

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

प्राप्त जानकारी के अनुसार उदियाबाग निवासी नीलम ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी मोटरसाईकिल घर के बाहर खडी थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद बाहर आयी तो उसने देखा कि उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

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।