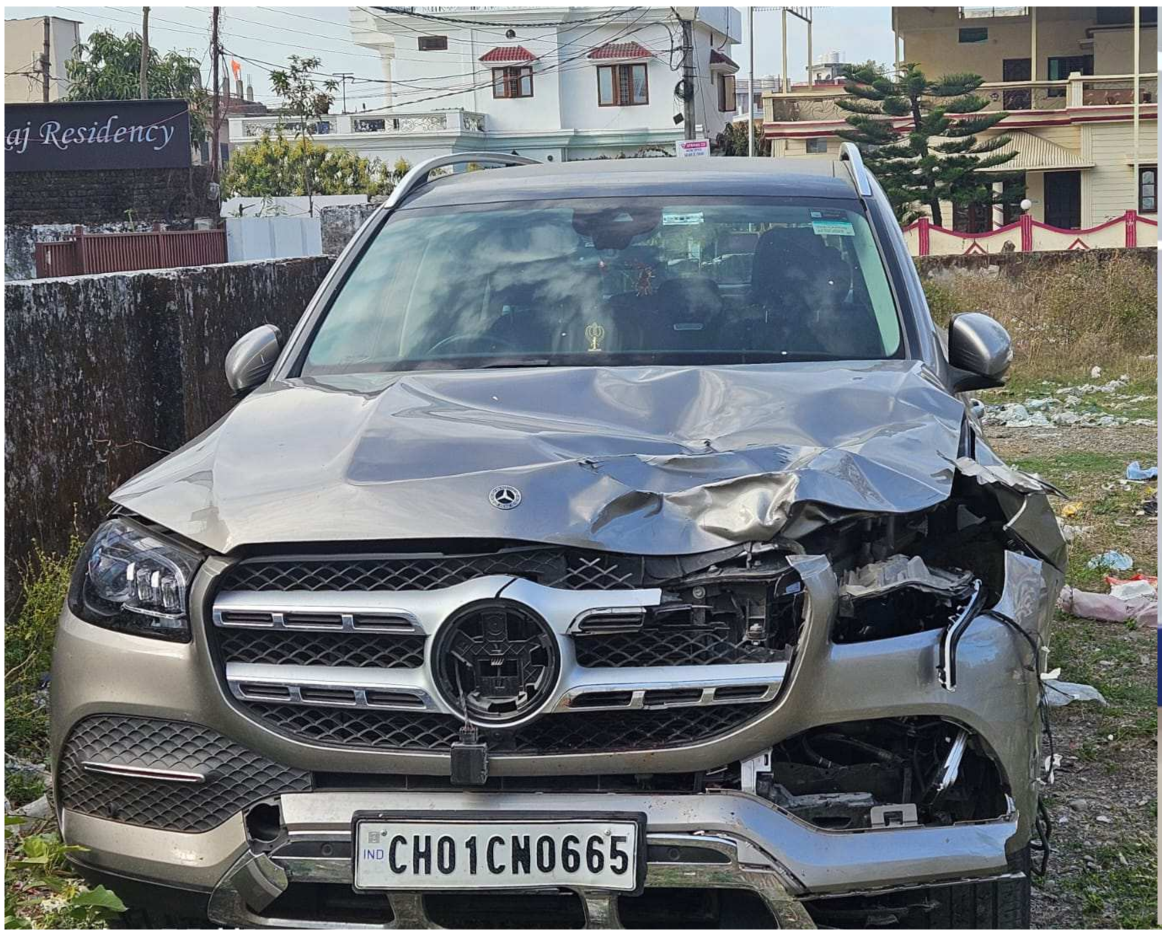
बृहस्पतिवार
33 साल से देहरादून का विश्वास
13 मार्च 2025
● देहरादून
● वर्ष 33
● अंक 46
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

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

22 साल का बच्चा चला रहा था खूनी कार!



संवाददाता

देहरादून। चार लोगों की मौत का कारण बने कार चालक को पुलिस ने गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

आज यहां इसकी जानकारी देते हुए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह ने बताया कि राजपुर क्षेत्रान्तर्गत उत्तरांचल हॉस्पिटल, निकट साई मन्दिर के पास सड़क पर एक चण्डीगढ नम्बर की मर्सिडीज कार चालक द्वारा वाहन को तेजी व खतरनाक ढंग से चलाते हुए पैदल जा रहे 4 व्यक्तियों व एक स्कूटी को टक्कर मार दी, जिसमें पैदल जा रहे 4 व्यक्तियो की मौके पर मृत्यू हो गयी तथा स्कूटी सवार 2 व्यक्ति घायल हो गये। घटना के सम्बन्ध में मृतक मंशाराम के चाचा संजय कुमार द्वारा दी गई तहरीर के आधार पर मुकदमा दर्ज कर लिया।

घटना के खुलासे हेतु उनके द्वारा अलग-अलग टीमें गठित की गई। घटना की प्रारम्भिक जांच में प्रत्यक्षदर्शियों द्वारा घटना में मर्सिडीज या उससे मिलते जुलते वाहन के संलिप्त होने की जानाकरी दी गई। जिस पर गठित टीमों द्वारा लगातार सीसीटीवी फुटेज तथा एएनपीआर कैमरों की सहायता से घटना में शामिल मर्सिडीज जैसे वाहन की तलाश की गई। एक वाहन रंग सिल्वर ग्रे के एक साइड से क्षतिग्रस्त होने की पुलिस टीम को फुटेज प्राप्त हुई। जिस पर संदिग्धता के आधार पर पुलिस टीम द्वारा उक्त वाहन के सम्बन्ध में जानकारी एकत्रित की गई तो उक्त वाहन हरबीर आटोमोबाइल्स एजेंसी, जिनके चण्डीगढ में महिन्द्रा के शोरूम हैं, उनके द्वारा रजिस्टर्ड कराया जाना पाया गया।

वाहन स्वामी जतिन प्रसाद वर्मा उपरोक्त से पूछताछ में भी उनके द्वारा उक्त वाहन को उसके साले वंश द्वारा ले जाने की जानकारी दी गई। जिस पर पुलिस टीम द्वारा वंश के सम्बन्ध में जानकारी प्राप्त करते हुए करते हुए वंश को आईएसबीटी के पास से गिरफ्तार किया गया। उसने पूछताछ में बताया गया कि वह मूल रूप से मुरादाबाद का रहने वाला है तथा बीबीए करने के बाद दिल्ली में जॉब करता था। दिल्ली से जॉब छूटने के बाद वह काम की तलाश में देहरादून आया था तथा वर्तमान में वाडिया इन्स्टीट्यूट के अपोजिट मोहित विहार में पीजी पर रह रहा था। वह अपने भांजे के साथ अपने जीजा की मर्सिडीज कार को लेकर राजपुर की ओर घूमने गया था। वापसी में जाखन की ओर वापस आते समय अचानक 2 स्कूटियों के कार के सामने आने पर उसकी कार उनमें से एक स्कूटी के पिछले हिस्से से टकरा गई तथा अनियंत्रित होकर सडक किनारे जा रहे 4 व्यक्तियों से जा टकराई।

घटना के बाद उसके द्वारा उक्त कार को सहस्त्रधारा में एक खाली प्लाट पर खडा कर दिया तथा अपने एक परिचित मोहित से अपने भांजे को छोडने के लिये उसकी स्कूटी मांगी गई। भांजे को जाखन में छोडकर उसके द्वारा मोहित की स्कूटी उसे वापस कर दी। उसको आज पुलिस द्वारा आईएसबीटी से गिरफ्तार किया गया।

दून वैली मेल

संपादकीय

हिंदू-मुस्लिम वाली होली

इस बार होली से पूर्व जिस तरह का माहौल है उस पर किसी को हैरान नहीं होना चाहिए। देश के अंदर लंबे समय से हिंदू-मुस्लिम के मुद्दे को गरमाया जा रहा है। नेताओं द्वारा दिए जाने वाले बयान इस मुद्दे को हवा दे रहे हैं। भले ही दोनों ही पक्ष के आम लोग अमन और चैन से खुद भी रहना चाहते हो और दूसरों को भी चैन से रहने देने की बात कर रहे हो लेकिन नेताओं और धर्म गुरुओं के सांप्रदायिक बयान और एक दूसरे के खिलाफ टीका टिप्पणी करने को लेकर संकोच नहीं किया जा रहा है। रंग की होली वाले दिन रमजान के जुमे की नमाज भी है। इसे लेकर अभी से तरह-तरह की आशंकाएं व्यक्त की जा रही है। कुछ नेताओं द्वारा इस तरह के बयान भी दिए जा रहे हैं कि जिन मुसलमानों को रंग से परेशानी है वह अपने घरों में रहे। अपने लिए तिरपाल का हिजाब सिलवा ले जिससे उन पर रंग का असर न हो। सीओ संभल का एक बयान इन दिनों चर्चाओं में है जिसमें उन्होंने कहा है कि होली साल में एक बार आती है जबकि जुमा साल में 52 बार आता है। पहले 2 बजे तक मुस्लिम हिंदुओं को होली खेलने दे उसके बाद जुमे की नमाज पढ़े जिन्हें रंगों से परहेज है वह घरों में रहकर नमाज पढ़े। सीओ संभल के इस बयान का समर्थन किया गया है सीएम योगी का कहना है कि इसमें उन्होंने कुछ भी गलत नहीं कहा है। उधर कुछ उलेमाओं द्वारा 13 मार्च को होली के दिन दिल्ली के जंतर-मंतर पर वक्फ बिल के विरोध में देश भर के मुसलमान को धरना प्रदर्शन में आने का आह्वान किया जा रहा है। त्योहार के दिनों में एक समुदाय विशेष द्वारा इस तरह के आयोजन जिसमें बड़ी संख्या में लोगों को इकट्ठा होने की संभावना है माहौल बिगाड़ने की कोशिश माना जाना कतई भी गलत नहीं है। जुमे की नमाज जुमे को ही पढ़ी जानी चाहिए यह तो समझ में आता है लेकिन होली पर धरना विरोध के इस आयोजन के लिए तो कोई भी तारीख तय की जा सकती थी। ऐसा नहीं है कि देश में हिंदू और मुसलमानों के त्यौहार पहले कभी एक साथ नहीं मनाए गए हैं। ऐसी स्थिति में इन त्योहारों के दौरान और भी अधिक सांप्रदायिक एकता के साथ यह त्यौहार मनाये जाते रहे हैं लेकिन वर्तमान समय में देश भर में धर्म के ठेकेदारों द्वारा तरह-तरह की घोषणाएं की जा रही है। हालात के मद्दे नजर उत्तर प्रदेश और दिल्ली सहित अन्य कई राज्यों में भारी संख्या में पुलिस फोर्स की तैनाती की गई है। सामाजिक सुरक्षा को लेकर हर तरह की प्रयास और इंतजाम किए जा रहे हैं। जुमे की नमाज और रंग खेलने के लिए समय सीमाओं की तय करने से लेकर अन्य तमाम व्यवस्थाओं को भी किया जा रहा है। जिन रास्तों से होली पर यात्राएं निकाली जानी है उन रास्तों पर जो मस्जिदे है उन्हें तिरपाल से ढका जाने का काम शुरू हो चुका है। सवाल यह है कि गंगा जमुनी सभ्यता और संस्कृति की मिसाल देने वाले लोग और साथ-साथ ईद, होली दिवाली मनाने वाले तथा मुबारकबाद देने वाले लोग आमने-सामने खड़े हैं। नमाजियों के कपड़े पर रंग की एक बूंद भी न पड़ने पाये, यात्राओं पर ईंट और पत्थर न चले इसे रोकने के लिए पुलिस और प्रशासन मुस्तैद है। त्यौहार भाईचारे का प्रतीक है लेकिन इस भाईचारे को सुनिश्चित करने की बड़ी जिम्मेदारी प्रशासन के ऊपर है। टकराव और कड़वाहट भरे वातावरण में इस बार होली और रमजान के रंग फीके पड़ रहे हैं। किसी भी स्थिति में इसे ठीक नहीं ठहराया जा सकता। अच्छा हो कि त्योहारों को अमन चैन के साथ मनाया जा सके। यही देश और समाज के हित में है।

राजपुर क्षेत्र को बना दिया गया है मौत का कुआंः धस्माना

संवाददाता

देहरादून। प्रदेश कांग्रेस के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने बुधवार की घटना पर शासन प्रशासन को दोषी मानते हुए कहा कि राजपुर क्षेत्र को मौत का कुआं बना दिया गया है।

आज यहां कांग्रेस के प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने बुधवार रात्रि तेज रफ्तार मर्सिडीज कार चालक द्वारा छह लोगों को रौंदने जिसमें चार श्रमिकों की मौके पर मौत हो गई व दो घायल हो गए इस घटना के लिए शासन प्रशाशन पर गंभीर आरोप लगाते हुए कहा कि देहरादून प्रशासन ने राजपुर रोड में डायवर्जन से लेकर पुराने राजपुर तक के क्षेत्र को मौत का कुंआ बना दिया है।

घटना स्थल पर हो धस्माना ने पत्रकारों को बुला कर वार्ता की व वहीं से फेस बुक लाइव करते हुए पूरे घटना क्रम के लिए देहरादून प्रशासन का पूर्व जिलाधिकारी सोनिका स्मार्ट सिटी प्रोजेक्ट के अधिकारियों व लोक निर्माण विभाग को जिम्मेदार ठहराते हुए कहा कि डाइवर्जन लेकर पुराने राजपुर तक सड़क के दोनों ओर साइकिलिंग ट्रैक बनाने के नाम पर करोड़ो रुपए खपाने के लिए पिलर लगा कर सड़क को संकरी कर दिया। धस्माना ने कहा कि जब यह कार्य शुरू किया जा रहा था तभी तत्कालीन जिलाधिकारी सोनिका को उन्होंने स्वयं बात करके पिलर लगाने का विरोध किया था जिस पर जिलाधिकारी ने पहले कहा कि साइकिलिंग ट्रैक बनवा रहीं हैं और बाद में पल्ला झाड़ते हुए कहा कि यह काम वे नहीं बल्कि पीडब्ल्यूडी करवा रहा है। धस्माना ने कहा कि पिलर लगाने से डायवरजेमेंट से लेकर ओल्ड मसूरी रोड मोड तक कैफे बार होटल व अन्य व्यापारिक प्रतिष्ठानों के ग्राहकों की गाड़ियां सड़क के दोनों ओर पार्क कर दी जाती हैं जिससे राजपुर रोड पर दोनों ओर से आने जाने वाले ट्रैफिक के लिए सड़क संकरी हो जाती है व ओवरटेक के चक्कर में रोजाना इस क्षेत्र में दुर्घटनाएं घट रही हैं और अनेक मौत हो चुकी हैं और बुधवार रात्रि को तो छह लोग रौंद दिए गए जिनमें चार लोगों की मौत हो गई। धस्माना ने इस बात पर गहरा दुख प्रकट किया कि इतनी बड़ी घटना के बावजूद क्षेत्र के विधायक को मंत्री भी हैं ना तो घटना स्थल पहुंचे और ना उन्होंने मृतकों व घायलों के परिजनों की कोई सुध ली। धस्माना ने कहा कि साढ़े आठ बजे की घटना के पश्चात आरोपी कार ले कर फरार हो गया व कार घटना के पंद्रह घंटे बाद बरामद हुई यह स्मार्ट सिटी की स्मार्ट पुलिसिंग की पोल खोलती है।

शराब के साथ दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने शराब के साथ दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया गया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार ऋषिकेश कोतवाली पुलिस ने शिवाजी नगर के पास एक व्यक्ति को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। पुलिस ने उसके कब्जे से 68 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम शैलेन्द्र पुत्र कनक पटेल निवासी आवास विकास कालोनी बताया। वहीं ऋषिकेश कोतवाली पुलिस ने भटोवाला जंगलात रोड से एक युवक को 52 पव्वे शराब के साथ गिरफ्तार किया। जिसने अपना नाम दिनेश कुमार उर्फ गोलू पुत्र रमेश कुमार निवासी गोविन्द नगर झुग्गी झोपडी बताया।

विदेश में नौकरी के नाम पर ठगे चार लाख रुपये

संवाददाता

देहरादून । साई एन्क्लेव निवासी रवि सिंह रावत ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसको सुबोध भट्ट मकान नम्बर-6 सैनिक कालोनी, बालावाला, द्वारा अवगत कराया गया कि उनका भूमिका ओवरसीज कन्सल्टेंसी की फर्म पंजीकृत है जिसके माध्यम से रोजगार हेतु उनकी एजेन्सी विदेश में नौकरी दिलवाने का कार्य करती है जिसके लिये चार लाख रूपये की धनराशी देनी होगी।

चूंकि वह बेरोजगार था तथा पारिवारिक दायित्व संभालने हेतु उसको रोजगार की नितान्त आवश्यकता थी जिस हेतु उसके द्वारा अपने मित्रों/परिचितों से उधार लेकर रूपये चार लाख दो चेकों के माध्य से इन्हे भुगतान करते हुये एक अनुबन्ध किया गया जिसमे इनके द्वारा 6 माह के अन्दर विदेश में रोजगार दिलाने हेतु भेजने का उल्लेख किया गया परन्तु 6 माह व्यतीत हो जाने पर जब इनके द्वारा विदेश भेजने की कार्यवाही नहीं की गई तो इनके अनेकों बार सम्पर्क करने पर इनके द्वारा पुनः एक अनुबन्ध किया जिसमें ढाई माह के अन्दर विदेश भेजने का उल्लेख किया गया परन्तु आज की तिथि तक इनके द्वारा कोई कार्यवाही नहीं की गई जब इनसे दिये गये रूपये चार लाख वापस करने हेतु कहा गया तो ये मना कर रहे है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

युवती से दुष्कर्म का प्रयास, मुख्य आरोपी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

❑भाजपा नेता सहित तीन पर मुकदमा दर्ज

टिहरी। नौकरी लगाने का झांसा देकर युवती से दुष्कर्म के प्रयास का मामला सामने आया है। पुलिस ने मामले में मुख्य आरोपी को गिरफ्तार कर उसे जेल भेज दिया है। जबकि मुख्य आरोपी के दो दोस्तों की तलाश जारी है जिनमें से एक भाजपा नेता बताया जा रहा है।

पीड़िता का कहना है कि आरोपी सुभाष पंवार 6 मार्च को शाम चार बजे उसके घर आया था। जो दरवाजे की कुड़ी तोड़कर पहले उसके घर में घुसा और फिर उसके साथ रेप का प्रयास किया। पीड़िता ने जब आरोपी की इस हरकत का विरोध किया तो उसने पीड़िता के साथ मारपीट भी की। आरोप है कि आरोपी ने उसके सिर पर धारदार हथियार से वार भी किया था, जिससे उसके सिर पर 12 टांके आए है। डॉक्टरों ने पीड़िता की गंभीर हालत को देखते हुए उसे हायर सेंटर रेफर कर दिया था। पीड़िता ने पुलिस को बताया कि आरोपी सुभाष पंवार को बचाने के लिए परमबीर पंवार और बुद्धि सिंह पंवार ने सबूत मिटाने और उल्टा पीड़िता का फंसाने का प्रयास किया है। बताया कि मुख्य आरोपी सुभाष पंवार ने नौकरी का झांसा देकर उसके जेवरात और दस्तावेज भी अपने पास रखे हुए है। बहरहाल पुलिस ने मुख्य आरोपी सुभाष पंवार को गिरफ्तार कर उसे जेल भेज दिया है। जबकि अन्य दो आरोपियों की तलाश जारी है।

राष्ट्र निर्माण में एनसीसी युवाओं की भूमिका पर संगोष्ठी का आयोजन

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। चमनलाल महाविद्यालय में विगत तीन दिन से चल रही संगोष्ठी के तीसरे दिन 'राष्ट्र निर्माण में एनसीसी युवाओं की भूमिका' विकसित भारत/2047 विषय पर एक दिवसीय राष्ट्रीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम में केएलडीएवी (पीजी) कॉलेज, बीएसएम (पीजी) कॉलेज, चमन लाल महाविद्यालय व मेथोडिस्ट गर्ल्स (पीजी) कॉलेज, रुड़की के 200 से अधिक एनसीसी कैडेट्स ने प्रतिभाग किया। एकदिवसीय राष्ट्रीय संगोष्ठी में एनसीसी में युवाओं की भूमिका विषय पर दिल्ली, मेरठ, हरिद्वार एवं रुड़की से आए शिक्षाविदों और विषय विशेषज्ञों द्वारा एनसीसी कैडेट्स को संबोधित किया गया।

संगोष्ठी का शुभारंभ मुख्य अतिथि कर्नल रामाकृष्णन रमेश ने एनसीसी में संचालित होने वाली गतिविधियों, प्रशिक्षण, साहसिक गतिविधियों खेलकूद आदि के विषय में गहनता से बताते हुए कहा कि एनसीसी में दिया जाने वाला सैन्य प्रशिक्षण एक तरफ युवाओं को साहस, निडरता और रोमांच से भर देता है वही एनसीसी में सामान्य विषय के अंतर्गत दी जाने वाली सामाजिक शिक्षा एवं प्रशिक्षण से प्राप्त मानवीय गुण चरित्र,अनुशासन, नेतृत्व क्षमता, निस्वार्थ सेवा, धैर्य आदि गुणों से परिपूर्ण एक एनसीसी कैडेट देशभक्त और आदर्श नागरिक के रूप मे निर्मित होता है। मुख्य अतिथि व विशिष्ट अतिथि द्वारा एनसीसी कैडेट्स की राष्ट्र निर्माण में भूमिका नामक किताब का भी विमोचन किया गया।

हेयर स्टाइल से बदलेगा लुक

खूबसूरती बढ़ाने में बालों का भी अहम स्थान होता है। केवल हेयर स्टाइल में बदलाव करके भी आप अपने लुक को नया रुप दे सकती हैं। वहीं हमेशा हेयर स्टाइल बदलने की जगह सही हेयर कट को अपनाकर भी आप अपनी पर्सनैलिटी को अलग लुक दे सकती हैं।

हेयर एंड ब्यूटी एक्सपर्ट के अनुसार अगर आप कामकाजी हैं तो आपको ऐसा हेयर कट करवाना चाहिए, जिसकी देखभाल आप खुद कर सकें। जैसे अगर लंबे बालों के साथ आप कई लेयर कट रखना चाहती हैं तो आपके लिए हर समय बाल खुले रख पाना संभव नहीं है। ऐसे में आपको फ्रंट कट और स्ट्रेट बाल रखने चाहिए,जिन्हें आप जरूरत पडने पर बांध भी सकें।

चेहरा अगर हार्ट शेप का है तो इस पर फ्रेमिंग लेयर्स हेयर कट खूब अच्छा लगेगा। बाल लंबे हैं तो लेयर्ड वेव्स करवाएं, वहीं छोटे बालों के लिए बाउंसी बॉब कट फबेगा। ओवल फेसकट के लिए आप शॉर्ट या लॉन्ग लेंथ दोनों ही रख सकती हैं। कामकाजी हैं तो ब्लंट कट कराने के बजाय लेयर या थ्री लेयर कराएं। बाल अगर हलके हैं तो ब्लंट कट करवाने से बचना चाहिए।

राउंड फेस पर थ्री स्टेप कटिंग ही करवाएं। इसकी लेयर्स की लेंथ चिन तक ही करवाएं। फ्रंट से छोटा न करवाएं।

किसी भी प्रकार के बालों और फेसकट के लिए यह साइड लेयर कट अच्छा लगता है। कर्ली और वेवी बालों पर भी यह स्टाइल जंचता है। इसके लिए बालों को वेट ड्रायर से सेट करें। ध्यान रखें, बालों को उसी ओर सेट करें, जो आप पर सूट करता हो। साइड लेयरिंग फेस को यंग लुक देने के साथ ही मॉडर्न भी बनाती है। बालों पर कलर हो तो लेयरिंग स्टाइल काफी स्टाइलिश लुक देगी। बालों की पोनी बनाकर क्लिप से इनको एक अलग अंदाज दिया जा सकता है।

बालों को शॉर्ट के साथ हेवी दिखाना चाहते हैं तो शैग हेयर कट करवाएं। इनमें कुछ बाल फोरहेड पर आते हैं, जिससे बालों को वॉल्यूम मिलता है। अगर बाल हलके हों तो इस कट को आजमाकर देखें।

सिर्फ भूलने की बीमारी का नाम नहीं है अल्जाइमर!

अक्सर सुना जाता है कि अल्जाइमर रोग भूलने का रोग है, लेकिन इस बीमारी के लक्षण बताते हैं कि इससे अनेक प्रकार की समस्याएं मानव शरीर में आ जाती हैं। इसके लिए ज्ररुरी है कि इस बीमारी के लक्षणों को जाना जाए।

इस बीमारी के प्रमुख लक्षणों में याददाश्त की कमी होना, निर्णय लेने में परेशानी महसूस करना, बात करते हुए शुद्ध बोलने में परेशानी होना और फिर इसकी वजह से सामाजिक और पारिवारिक संबंधों में आने वाली परेशानियां भी शामिल हो जाती हैं। इस बीमारी के होने में सबसे पहले ब्लड प्रेशर, शुगर, आधुनिक जीवनशैली और कई बार सिर में चोट लग जाने से इस बीमारी के होने की आशंका बढ़ जाती है।

शोधकर्ताओं की माने तो यह बीमारी अमूमन 60 वर्ष की उम्र के आसपास होती है और इस बीमारी का फिलहाल कोई स्थायी इलाज भी सामने नहीं आया है। हालांकि बीमारी के शुरूआती दौर में नियमित जांच और इलाज से इस पर काबू पाने की बात जरुर होती है। अल्ज्झाइमर रोग होने की पहचान जिन लक्षणों से की जा सकती है उनमें प्रमुखतरू चीजों को बार-बार भूलना, चीजों को गुमा देना, अपने नियोजनों को भूलना, शब्दों को याद ना रख पाना, चीजों को सीखने में और उन्हें याद रखने में कठिनाई आना है। इस बीमारी के चलते अधिक उन्माद होने पर आपकी पूरी दीर्घकालिक और अल्पकालिक स्मृति का नाश भी हो सकता है। इसके साथ ही अनिर्णय की स्थिति बनने लगती है। अनेक बार आप उस निर्णय को कर जाते हैं जो कि आपको नहीं करना चाहिए उदाहरण के तौर पर गर्मी के मौसम में सर्दी के कपड़े निकालकर पहन लेना। ऐसे में यह भी होता है कि आप पैर आगे बढ़ाना भूल जाते हैं जिससे संतुलन बिगड़ जाता है और आप गिर भी सकते हैं। इससे दैनिक क्रियाओं में भी खासी दिक्कतें आने लगती हैं। इसके चलते आपकी सोच में परिवर्तन आने लगता है और आप शांत स्वभाव की बजाय आक्रामक, चिंतित या संदिग्धों जैसा व्यवहार करने लग जाते हैं। यह प्रभाव कुछ देर का होता है अतरू आप पुनरू सामान्य व्यक्तियों सा व्यहार करते नजर आते हैं।

इस प्रकार अल्जाइमर सिर्फ भूलने की बीमारी नहीं बल्कि जिंदगी को परेशानियों में डालने वाली साबित होती है, जिससे सावधान रहते हुए समय पर इलाज कराना ही उचित होता है।

पाचन को दुरुस्त रखने में सहायक हैं ये पेय, रोजाना करें सीमित मात्रा में सेवन

पाचन क्रिया भोजन को पचाकर पोषक तत्वों में बदलती है। ये पोषक तत्व शरीर को ऊर्जा देने के साथ-साथ कई स्वास्थ्य लाभ देने में भी सहायक होते हैं। हालांकि, अगर किसी कारण से पाचन क्रिया प्रभावित हो जाए तो इसके कारण अपच और डायरिया जैसी कई समस्याएं हो सकती हैं। इन समस्याओं से बचाकर पाचन क्रिया को स्वस्थ रखने में कुछ पेय का सेवन काफी मदद कर सकता है। आइए आज ऐसे कुछ पेय के बारे में बताते हैं।

कैमोमाइल चाय

एंटी-स्पास्मोडिक और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुणों से भरपूर कैमोमाइल चाय का सेवन भी पाचन को दुरुस्त करने में मदद कर सकता है। इसके अतिरिक्त, कैमोमाइल चाय एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-ऑक्सीडेंट जैसे कई पोषक गुणों से समृद्ध होती है, इसलिए इसका सेवन कई तरह के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े लाभ देने में सहायक है। इसलिए रोजाना एक कप कैमोमाइल चाय का सेवन जरूर करें। ध्यान रखें कि एक दिन में एक कप चाय पीना ही स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है।

नारियल पानी

अगर आप रोज सुबह खाली पेट नारियल पानी का सेवन करते हैं तो इसका पाचन क्रिया पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। एक शोध के मुताबिक, नारियल पानी के सेवन से कब्ज, हैजा और अन्य पाचन संबंधी दिक्कतों को दूर किया जा सकता है। वहीं एक अन्य शोध में इस बात का जिक्र मिलता है कि नारियल पानी पेट में पहुंचकर डाइजैशन टॉनिक का काम कर सकता है। इसलिए रोजाना नारियल पानी का सेवन जरूर करें।

अदरक की चाय

अदरक में प्रचुर मात्रा में फाइबर पाया जाता है, जो गैस्ट्रिक जूस के उत्पादन को उत्तेजित करके हमारे द्वारा खाए जाने वाले भोजन को तोड़ने और पाचन को बढ़ावा देने में मदद करती है। यहीं नहीं, अदरक में मौजूद गुण पेट की ऐंठन, एसिडिटी और अपच जैसी समस्याओं को दूर करने में भी मदद कर सकते हैं। इन लाभों के लिए एक कप अदरक वाली चाय का सेवन करें।

चिया सीड ड्रिंक

फाइबर से भरपूर चिया सीड्स भी पाचन क्रिया के लिए फायदेमंद होते हैं। ये प्रीबायोटिक के रूप में कार्य करके पेट में अच्छे बैक्टीरिया पैदा करने में मदद कर सकता है और आपकी पाचन क्रिया की कार्यक्षमता को प्रभावी तरीके से बढ़ा सकता है। अच्छी बात यह है कि चिया सीड्स पचाने में भी आसान होते हैं। पाचन को स्वस्थ रखने के लिए चिया सीड्स को पानी में भिगोकर खाली पेट इसका सेवन करें।

जानें किस तरह के दूध का सेवन आपके लिए है स्वास्थ्यवर्धक

दूध हमारी डाइट का एक अहम हिस्सा है, जो हमें कई जरूरी पोषक तत्व प्रदान करता है। हालांकि, क्या आप जानते हैं कि दूध के कई प्रकार होते हैं, जिनके अपने-अपने फायदे होते हैं?

इस लेख में हम आपको छह अलग-अलग प्रकार के दूध और उनके पोषण समेत स्वास्थ्य लाभों के बारे में बताएंगे। इससे आप यह समझ सकेंगे कि कौन-सा दूध आपके लिए सबसे उपयुक्त है।

गाय का दूध

गाय का दूध सबसे आम और लोकप्रिय होता है। इसमें प्रोटीन, कैल्शियम, विटामिन डी और बी12 की भरपूर मात्रा होती है।

यह हड्डियों को मजबूत बनाने में मदद करता है और बच्चों की वृद्धि के लिए भी फायदेमंद होता है।

इसके अलावा गाय का दूध पाचन तंत्र को सुधारने में भी सहायक होता है।

अगर आपको लैक्टोज इनटॉलरेंस नहीं है तो गाय का दूध आपके दैनिक आहार में शामिल करना एक अच्छा विकल्प हो सकता है।

बकरी का दूध

बकरी का दूध उन लोगों के लिए अच्छा विकल्प हो सकता है, जिन्हें गाय के दूध से एलर्जी होती है या लैक्टोज इनटॉलरेंस की समस्या होती है।

इसमें प्रोटीन की मात्रा थोड़ी कम होती है लेकिन यह आसानी से पच जाता है।

बकरी के दूध में कैल्शियम और विटामिन-ए भी अच्छी मात्रा में होते हैं, जो हड्डियों और आंखों की सेहत को बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।

सोया दूध

सोया दूध उन लोगों के लिए एक बेहतरीन विकल्प हो सकता है, जो शाकाहारी या वेगन डाइट फॉलो करते हैं।

इसमें प्रोटीन की अच्छी मात्रा होती है और यह कोलेस्ट्रॉल मुक्त होता है, जिससे दिल की सेहत पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

सोया मिल्क हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में मदद करता है क्योंकि इसमें फाइटोएस्ट्रोजन होते हैं, जो महिलाओं की सेहत पर खास असर डालते हैं।

बादाम का दूध

बादाम का दूध कम कैलोरी वाला होता है इसलिए यह वजन घटाने वालों के लिए आदर्श माना जाता है।

इसमें विटामिन-ई भरपूर मात्रा में पाया जाता है, जो त्वचा को निखारने में मदद करता है और इसे तरोताजा बनाए रखता है।

इसके अलावा बादाम के दूध में कैल्शियम और विटामिन-डी भी होते हैं, जो हड्डियों की मजबूती के लिए फायदेमंद होते हैं।

यह दूध उन लोगों के लिए भी अच्छा विकल्प है, जिन्हें लैक्टोज इनटॉलरेंस की समस्या होती है।(आरएनएस)

विष्णु मंचू, अक्षय कुमार, प्रभास की फिल्म कन्नप्पा 25 अप्रैल को सिनेमाघरों में होगी रिलीज

साउथ स्टार विष्णु मंचू अपनी आगामी फिल्म कन्नप्पा को लेकर सुर्खियों में छाए हुए हैं। टॉलीवुड की सबसे बहुप्रतीक्षित परियोजनाओं में से एक, कन्नप्पा का निर्देशन मुकेश कुमार सिंह ने किया है। यह न-वर्ल्ड पौराणिक ड्रामा अप्रैल 2025 में रिलीज होगी। रिलीज से लगभग 2 महीने पहले मेकर्स ने फिल्म का दूसरा टीजर जारी किया है, जो काफी दमदार है। बॉलीवुड एक्टर अक्षय कुमार ने अपने ऑफिशियस एक्स (पूर्व में ट्विटर) अकाउंट पर पर कन्नप्पा का दूसरा ऑफिशियल टीजर जारी किया है और कैप्शन में लिखा है, उन्होंने दिव्यता को आंखों से नहीं, बल्कि अटूट भक्ति से देखा। साहस, प्रेम और भाग्य की एक टाइमलेस सागा शुरू होती है।

टीजर की शुरुआत काली माता से होती है। टीजर में एक युद्ध की झलक दिखाई गई है, जिसकी अगुवाई विष्णु मंचू का किरदार, जिसका नाम थिनाणु है, कर रहे हैं। वह दुश्मनों के खिलाफ अपनी सेना तैयार कर रहे हैं। टीजर-2 में कई कलाकारों को झलक दिखाई गई, जिसमें काजल अग्रवाल मां पार्वती के किरदार में नजर आ रही है। वहीं, अक्षय कुमार को भगवान शिव और प्रभास को रूद्र के अवतार में दिखाया गया है। मुकेश कुमार सिंह की निर्देशित फिल्म कन्नप्पा में विष्णु मंचू अहम भूमिका में हैं। उनके अलावा फिल्म में बॉलीवुड एक्टर अक्षय कुमार, साउथ फिल्म इंडस्ट्री के रिबेल स्टार प्रभास, मोहनलाल, मोहन बाबू, सरथकुमार, अर्पित रांका, काजल अग्रवाल, प्रीति मुकुंदन, मधू जैसे कई बड़े कलाकार शामिल हैं। बता दें, अक्षय कुमार कन्नप्पा से तेलुगू फिल्म में डेब्यू कर रहे हैं। फिल्म में अक्षय कुमार भगवान शिव का किरदार निभाते नजर आएंगे। जबकि प्रभास रुद्र की भूमिका अदा करेंगे।

24 फ्रेम्स फैक्ट्री और एवा एंटरटेनमेंट के संयुक्त रूप से निर्मित, कन्नप्पा में स्टीफन देवसी और मणि शर्मा ने म्यूजिक दिया है। कन्नप्पा को तेलुगू भाषा में सूट किया है। जबकि इसे हिंदी, तमिल, कन्नड़, मलयालम और इंग्लिश में डब किया है। यह पौराणिक फिल्म 25 अप्रैल 2025 को दुनियाभर के सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

भाग्यश्री की बेटी अवंतिका की नई फिल्म का ऐलान, विवान बने जोड़ीदार

अभिनेत्री भाग्यश्री की बेटी अवंतिका दासानी की नई फिल्म इन गलियों में का ऐलान हो गया है। वह इससे पहले तेलुगु फिल्म नेनु स्टूडेंट सर और वेब सीरीज मिथ्या में नजर आ चुकी हैं।

इस फिल्म में अवंतिका की जोड़ी अभिनेता नसीरुद्दीन शाह के छोटे बेटे विवान शाह के साथ बनी है, जिसे देखने के लिए प्रशंसक उत्साहित हैं। अभिनेता जावेद जाफरी भी इस फिल्म में मुख्य भूमिका में नजर आएंगे। आइए बताते हैं इन गलियों में कब रिलीज होगी। इन गलियों में के निर्देशन की कमान अविनाश दास ने संभाली है, जिन्हें रात बाकी है और अनारकली ऑफ आरा जैसी फिल्मों के लिए जाना जाता है। विनोद यादव और नीरू यादव इसके निर्माता हैं। इन गलियों में का पहला पोस्टर भी सामने आ गया है, जिसमें तमाम सितारों की झलक दिख रही है। अविनाश के मुताबिक फिल्म इन गलियों में, वसु मालवीय के पुत्र पुनर्वसु की तरफ से अपने पिता को श्रद्धांजलि है। पटकथा पुनर्वसु ने लिखी है, ज्यादातर गीत भी उन्होंने ही लिखे है, गीतों की शुरुआती धुन भी उन्होंने ही तैयार की है। अविनाश कहते हैं, ये फिल्म मेरी तरफ से हिंदी साहित्य को एक उपहार है। यदुनाथ फिल्म्स ने इसे बनाया, इसके लिए मैं उनका शुक्रगुजार रहूंगा और शुक्रगुजार रहूंगा फिल्म के सारे कलाकारों का जिन्होंने मेरी इस मनोभावना में मेरा साथ दिया। जावेद जाफरी, इश्तियाक खान, सुशांत सिंह, अवंतिका दसानी, विवान शाह, राजीव ध्यानी, हिमांशु वाजपेयी जैसे चर्चित कलाकारों से सजी इस फिल्म की टीम में अरविंद कन्नाबिरन, जबीन मर्चेंट, अमाल मलिक, संजय चौधुरी और अरुण नांबियार भी परदे के पीछे से शामिल हैं। (आरएनएस)

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 *साध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

क्या च्यूइंग गम चबाने से घट सकता है आपका वजन? जानिए यह कैसे होता है मददगार

बचपन में जब हम च्यूइंग गम खाने की जिद किया करते थे, तब मम्मी पापा यह कहकर मना कर दिया करते थे कि यह गले में चिपक जाता है।

इसी कारण ज्यादातर लोगों ने इसका सेवन बंद कर दिया था। हालांकि, इन दिनों च्यूइंग गम चर्चा का विषय बना हुआ है, क्योंकि लोग इसके फायदों को पहचानने लगे हैं।

दरअसल, कहा जा रहा है कि च्यूइंग गम चबाने से वजन घटाने में मदद मिल सकती है। आइए जानते हैं कैसे।

भूख को कम करता है

च्युइंग गम के मुख्य लाभों में से एक यह है कि इसके जरिए भूख को कम किया जा सकता है। जब आप च्युइंग गम चबाते हैं तो आपके दिमाग को लगता है कि आप कुछ खा रहे हैं। इस अनुभूति के जरिए भूख की भावना को नियंत्रित करने में मदद मिलती है। जो लोग खान-पान के बाद या पहले च्युइंग गम चबाते हैं, उन्हें बार-बार भोजन करने की जरूरत महसूस नहीं होती, जिससे वजन कम करने में सहायता मिलती है।

जंक फूड की लालसा को नियंत्रित करता है

मीठे और जंक फूड आदि की लालसा होना आम बात है, लेकिन यह वजन घटाने के प्रयासों के बीच बाधा बन सकती है। इसे रोकने के लिए आप च्युइंग गम चबा सकते हैं।

अध्ययन के अनुसार, भोजन से पहले और बाद में च्युइंग गम चबाने से अस्वास्थ्यकर स्नैक्स खाने की लालसा कम हो जाती है। वसा, चीनी, तेल-मसालों और अतिरिक्त कैलोरी से लैस भोजन के बजाय इसे चबाना बेहतर हो सकता है।

दैनिक कैलोरी सेवन को घटाता है

च्युइंग गम खाने से वजन कम करने में इसीलिए भी मदद मिलती है, क्योंकि यह दैनिक कैलोरी की मात्रा को भी कम करता है।

अगर आपको हल्की भूख महसूस हो तो स्नैक्स आदि की जगह पर च्युइंग गम चबाएं। इससे आपकी दैनिक कैलोरी की संख्या में इजाफा भी नहीं होगा और आपकी तृप्ति की भावना भी बढ़ जाएगी।

इससे सीधे तौर पर तो वजन नहीं घटेगा, लेकिन यह थोड़ी कैलोरी जलाने में मदद करेगा।

क्या च्यूइंग गम चबाने से आपका चेहरा पतला हो सकता है?

काफी लोग मानते हैं की रोजाना च्यूइंग गम चबाने से चेहरे को पतला किया जा सकता है। हालांकि, यह असल में सच नहीं होता है।

च्युइंग गम चबाने के लिए लगातार मुंह चलाना पड़ता है, इसलिए यह चेहरे और जबड़े की मांसपेशियों को सक्रिय कर सकता है। इससे मुख्य रूप से मांसपेशियों की एक्सरसाइज होती है, जिससे उस विशिष्ट अंग की मांसपेशियां टोन होती हैं। हालांकि, इससे चेहरे की चर्बी को कम नहीं किया जा सकता है।

जान लीजिए च्युइंग गम खाने के दुष्प्रभाव

कभी-कभी च्यूइंग गम चबाना ठीक है, लेकिन इसे रोजाना की डाइट का हिस्सा नहीं बनाना चाहिए। इसमें किसी प्रकार का पोषण नहीं होता ओर यह शक्कर से भरपूर होता है।

रोजाना च्यूइंग गम चबाने से दांत सड़ सकते हैं और उनका इनेमल खराब हो सकता है। इसके अलावा, कुछ लोगों को इसे चबाने के कारण जबड़े के दर्द से भी जूझना पड़ सकता है। साथ ही, च्यूइंग गम ब्लड शुगर को बढ़ा सकता है और पाचन को बिगाड़ सकता है।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -59

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. घुमाव-फिराव वाला, आड़ा-तिरछा, जो कठिन हो 3. कुशलता, दक्षता, विशेषज्ञता 6. लोग, प्रजा 7. सीता, जनकनंदनी 9. सुंदर, कामना करने योग्य 10. क्रोधपूर्वक बोलने को उद्यत होना, जोश में आना, क्रोधातिरेक में चेहरे का लाल होना 13. अधीनता, मातहती, वश 14. दबाव, भार, वजन 16. हद, मर्यादा 18. प्रमाण-पत्र, प्रमाणिक कथन या बात 19. पछताना (मुहा.) 21. अनुचित मिश्रण, मिलावट 22. विफल, बेहोश, बौखलाया हुआ।

ऊपर से नीचे

1. सहारा, आश्रय, प्रतिज्ञा, संकल्प 2. परिश्रम 4. रात, रात्रि, निशा 5. पुत्र, बेटा 8. मूल्य, दाम 9. कपड़े का मोटा परदा 11. संदेश भेजना, उच्चारण कराना, कहलवाना 12. मृतकों को जीवित और रोगियों को स्वस्थ कर देने वाला व्यक्ति, प्रेमपात्र की संज्ञा 14. देने की क्रिया, खैरात 5. कुमार्गी, दुराचारी 17. मस्तक, माथा, ललाट 18. प्रश्न, समस्या 20. सहायता, सहारा 21. पशुओं को खिलाने वाली हरी पत्तियां, तृण, तिनका।

1		2		■	3		4	5
	■		■	■	■	■	6	
■	7		8	■	9			
■	■	10		11		■	■	■
12	■	■	13			■	14	15
16	17	■	■		■	18		
19		20			■		■	
■	■		■	■	21			
■	22					■	■	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 58 का हल

ज	द्दो	जे	ह	द	■	स	पू	त
ल	■	ब	ल	वा	न	■	■	द
म	ह	क	■	खा	म	खां	■	बी
ग्न	■	त	ल	ना	■	स	फ	र
■	म	रा	■	■	■	ना	टा	■
■	हि	■	स	■	■	■	फ	न
■	ला	ज	वा	ब	■	म	ट	र
मां	■	ग	■	सं	त	ति	■	भ
■	मा	त	ह	त	■	■	प	क्षी

रैपर किंग की बहन बनने को तैयार पलक तिवारी!

श्वेता तिवारी की बेटी और अभिनेत्री पलक तिवारी ने साल 2021 में आई वेब सीरीज रोजी-द सैफरन चैप्टर के जरिए अभिनय की दुनिया में कदम रखा था। इसके बाद वह सलमान खान की फिल्म किसी का भाई किसी की जान (2023) में नजर आई थीं।

अब पलक ने पहली बार रैपर किंग से हाथ मिलाया है। दोनों जल्द ही एक वेब सीरीज में नजर आएंगे।

इसके साथ पलक और किंग के किरदार से भी पर्दा उठ गया है।

रिपोर्ट्स के अनुसार, रैपर किंग और पलक जल्द ही एक दिलचस्प वेब सीरीज में नजर आएंगे। खास बात यह है कि इसमें किंग एक प्रेमी की भूमिका नहीं, बल्कि पलक के भाई के किरदार में दिखाई देंगे।

यह सीरीज 9 भागों में रिलीज होगी। बहलहाल, अभी तक इस सीरीज को लेकर कोई आधिकारिक घोषणा नहीं हुई है।

बता दें कि किंग को घुमशुदा, तू आके देखले, ऊप्स और मान मेरी जान के लिए जाना जाता है।

पलक के पास संजय दत्त की फिल्म द भूतनी भी है। फिल्म में उनकी जोड़ी सनी सिंह के साथ बनी है, जिसे पहली बार देखा जाएगा।

इसमें मौनी रॉय भी मुख्य भूमिका में होंगी। यह फिल्म 18 अप्रैल, 2025 को सिनेमाघरों में दस्तक देने को तैयार है। सिद्धांत सचदेव इस फिल्म के निर्देशक हैं। संजय ने इस फिल्म का निर्माण दीपक मुकुट के साथ किया है। संजय की पत्नी मानयता दत्त फिल्म की सह-निर्माता हैं।(आरएनएस)

अजित कुमार की फिल्म गुड बैड अग्ली 10 अप्रैल को सिनेमाघरों में होगी रिलीज

अजित कुमार की आने वाली फिल्म गुड बैड अग्ली का बहुप्रतीक्षित टीजर प्रशंसकों के बीच उत्साह पैदा करते हुए रिलीज़ होने के लिए तैयार है। हाल ही में 28 फरवरी को त्रिशा के लुक और किरदार का नाम सामने आया था। यह घोषणा फिल्म के निर्माताओं द्वारा एक प्रोमो वीडियो जारी करने के बाद आई है जिसमें फिल्म की मुख्य महिला कलाकार के बारे में बताया गया है जिससे फिल्म को लेकर उत्साह और बढ़ गया है। गुड बैड अग्ली निर्देशक आदिक रविचंद्रन के साथ अजित कुमार की पहली फिल्म है और यह साल की सबसे बहुप्रतीक्षित फिल्मों में से एक है। गुड बैड अग्ली में अर्जुन दास शाइन, टॉम चाको, केजीएफ फेम बीएस अविनाश, प्रभु प्रसन्ना, राहुल देव, योगी बाबू और सुनील जैसे प्रभावशाली कलाकार हैं। फिल्म का निर्माण माइथ्री मूवी मेकर्स के नवीन यरनेनी और वाई रविशंकर ने किया है इतने प्रतिभाशाली कलाकारों और क्रू के साथ, गुड बैड अग्ली से काफी उम्मीदें हैं, जो 10 अप्रैल को सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली है।

टीजर रिलीज की तारीख और कलाकारों की जानकारी सामने आ गई है, लेकिन गुड बैड अग्ली की कहानी अभी भी गुप्त रखी गई है। फिल्म के निर्माताओं ने कहानी को गुप्त रखा है, जिससे प्रशंसकों के बीच उत्सुकता और उत्साह बढ़ गया है। गुड बैड अग्ली इस साल की सबसे बहुप्रतीक्षित फिल्मों में से एक है और टीजर रिलीज की तारीख की घोषणा ने उत्साह को और बढ़ा दिया है। अपने स्टार कास्ट, प्रतिभाशाली क्रू और दिलचस्प कथानक के साथ गुड बैड अग्ली के ब्लॉकबस्टर हिट होने की उम्मीद है।(आरएनएस)

मैं तमिल लडक़ी नहीं हूं, लेकिन आपने जो प्यार मुझ पर बरसाया है, वह अमूल्य है- कयादु लोहार

निर्देशक अश्वथ मारीमुथु की हाल ही में रिलीज़ हुई फ़िल्म ड्रैगन से तमिल सिनेमा में डेब्यू करने वाली अभिनेत्री कायादु लोहार फ़िल्म रिलीज़ होने के बाद से ही दर्शकों से मिल रहे प्यार से अभिभूत हैं।

वास्तव में, इंस्टाग्राम पर अभिनेत्री की टाइमलाइन इतनी प्रशंसात्मक टिप्पणियों और संपादनों से भर गई है कि अभिनेत्री ने अब इंस्टाग्राम पर एक वीडियो क्लिप डाली है, जिसमें उन्होंने अपने सभी प्रशंसकों को उनके प्यार के लिए धन्यवाद दिया है, जिसे वह अमूल्य कहती हैं। दिलचस्प बात यह है कि उन्होंने इस वीडियो क्लिप में तमिल और तेलुगु में बात की है।

कयादु लोहार ने कहा मुझे नहीं पता कि कहां से शुरू करूं। पल्लवी, ड्रैगन और मुझे जो प्यार मिला है, उसने मुझे अभिभूत कर दिया है। चाहे वह सिनेमाघरों में आपकी सीटियां हों या आपके टैग, या इंस्टाग्राम पर स्टोरीज या खूबसूरत कमेंट्स, मैं खुशी से भर गया हूं। मैं तमिल लडक़ी नहीं हूं। मैं भाषा अच्छी तरह से नहीं बोल सकती। लेकिन आपने जो प्यार मुझ पर बरसाया है, वह अमूल्य है। मुझे विश्वास है कि मैं अपनी फिल्मों के माध्यम से आप सभी के इस प्यार का बदला चुकाऊंगा और आप सभी को गौरवान्वित करूंगा।

ड्रैगन, जिसे गैर-नाट्य प्रदर्शनों से अर्जित धन के कारण रिलीज से पहले ही सफल घोषित कर दिया गया था, ने बहुत मजबूत शुरुआत की तथा मात्र तीन दिनों में 50 करोड़ रुपये की कमाई कर ली थी।

कल्पति एस अघोरम, कल्पति एस गणेश और कल्पति एस सुरेश द्वारा निर्मित इस फिल्म में प्रदीप रंगनाथन ने अनुपमा परमेश्वरन और कयादु लोहार के साथ मुख्य भूमिका निभाई थी। फिल्म का संगीत लियोन जेम्स ने दिया था और छायांकन निकेत बोम्मी ने किया था।

फिल्म का संपादन प्रदीप ई.राघव ने किया था और स्टंट विक्की और दिलीप सुब्बारायन ने किए थे। फिल्म की कहानी अश्वथ मरीमुथु और प्रदीप रंगनाथन ने मिलकर लिखी थी जबकि संवाद और पटकथा अश्वथ मरीमुथु ने लिखी थी।

फिल्म का सह-निर्देशन रमेश नारायणन ने किया था और वेशभूषा दिनेश मनोहरन और प्रवीण राजा ने तैयार की थी।

मलाइका अरोड़ा ने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें फैंस के बीच शेयर की

अपनी फिटनेस को लेकर अक्सर चर्चाओं में रहने वाली एक्ट्रेस मलाइका अरोड़ा आज किसी भी पहचान की मोहताज नहीं हैं। उनका लेटेस्ट लुक इंस्टाग्राम पर आते ही अक्सर बवाल मचाने लगता है। अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें फैंस के बीच शेयर की हैं। इन तस्वीरों में उनका किलर अवतार देखकर फैंस के होश उड़ गए हैं।

बॉलीवुड एक्ट्रेस मलाइका अरोड़ा अपनी पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ को लेकर अक्सर चर्चाओं में रहती हैं। उनका बोल्ड लुक इंटरनेट पर आते ही तबाही मचाने लगता है।

अब हाल ही में एक्ट्रेस मलाइका अरोड़ा ने अपने लेटेस्ट ग्लैमरस फोटोशूट की तस्वीरें फैंस के बीच साझा की हैं। इन तस्वीरों में उनका स्टनिंग और हॉट मूव्स देखकर फैंस दीवाने हो गए हैं।

बता दें कि मलाइका अरोड़ा जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं। हालांकि इन फोटोज में भी कुछ ऐसा ही देखने को मिल रहा है। मलाइका अरोड़ा ने रेड हॉट बॉडीकॉन ड्रेस पहनी हुई थी, जिसमें वो एक से बढक़र एक स्टनिंग अंदाज में पोज देती हुई नजर आ रही हैं। उनकी ये कातिल अदाएं देखकर फैंस भी मंत्रमुग्ध हो गए हैं।

खुले बाल को स्ट्रेट लुक कर के, कानों में इयररिंग्स और लाइट मेकअप कर के एक्ट्रेस मलाइका अरोड़ा ने अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है।

बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी स्टाइलिश फोटोज फैंस के बीच शेयर करती हैं तो लोग उनके हर एक स्टाइल को काफी अच्छे से फॉलो करते हैं।

औद्योगिक क्रांति की नई कहानी लिख रहा है मध्यप्रदेश

गोविन्द सिंह राजपूत

मध्यप्रदेश की राजधानी भोपाल में पिछले दिनों संपन्न दो दिवसीय ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट न केवल मध्यप्रदेश बल्कि पूरे भारत की अर्थव्यवस्था के लिए मील का पत्थर साबित हुआ। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह की उपस्थिति ने इस समिट को एक नई ऊंचाई पर पहुंचा दिया।

मध्यप्रदेश अब औद्योगिक विकास के नए दौर में प्रवेश कर रहा है। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के नेतृत्व में प्रदेश में औद्योगीकरण को बढ़ावा देने के लिए लोकल से ग्लोबल दृष्टिकोण को अपनाया गया है। इस रणनीति के तहत रीजनल इंडस्ट्री कॉन्क्लेव और रोड शो जैसे कार्यक्रमों के माध्यम से निवेशकों और उद्योगपतियों को आकर्षित करने के ठोस प्रयास किए गए हैं। ये पहल न केवल राज्य की आर्थिक समृद्धि को गति दे रही हैं, बल्कि स्थानीय उद्योगों को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर नई पहचान भी दिला रही हैं।

औद्योगिक विकास की नींव तब मजबूत होती है जब स्थानीय उद्योगों को आवश्यक संसाधन, तकनीकी सहायता और निवेश का अवसर मिलता है। इसी सोच के साथ मध्यप्रदेश सरकार ने बीते कुछ महीनों में संभाग स्तर पर 7 रीजनल इंडस्ट्री कॉन्क्लेव आयोजित किए, जिनका उद्देश्य स्थानीय व्यापारियों और उद्यमियों को निवेशकों और बड़े उद्योगपतियों से जोडना था।

रीजनल इंडस्ट्री कॉन्क्लेव के कारण स्थानीय उद्योगों को राष्ट्रीय पहचान मिली। छोटे और मध्यम उद्यमों को बड़े व्यापारिक नेटवर्क से जोड़ा गया।

इससे निवेशकों ने मध्यप्रदेश में उद्योग स्थापित करने की रुचि दिखाई। इसके साथ ही उद्योगों को और अधिक अनुकूल माहौल देने के लिए आवश्यक बदलावों पर विचार किया गया। बढ़ते उद्योगों के कारण युवाओं के लिए नए रोजगार सृजित हुए। इन कॉन्क्लेव्स के माध्यम से एमएसएमई सेक्टर को विशेष बढ़ावा मिला, जिससे छोटे और मझोले उद्योगों को नई उड़ान मिली। प्रदेशभर में रिजनल इंडस्ट्री कॉन्क्लेव के सफल आयोजन ने निवेशकों का ध्यान आकर्षित किया और मध्यप्रदेश को निवेश के लिए एक मजबूत विकल्प के रूप में स्थापित किया। रीजनल इंडस्ट्री कॉन्क्लेव और रोड शो जैसे आयोजनों के माध्यम से मध्यप्रदेश सरकार ने यह साबित कर दिया है कि वह न केवल स्थानीय उद्योगों को समर्थन देने के लिए प्रतिबद्ध है, बल्कि वैश्विक निवेश को भी आकर्षित करना चाहती है। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के नेतृत्व में राज्य तेजी से औद्योगिक प्रगति की ओर बढ़ रहा है, जिससे रोजगार के अवसर बढ़ेंगे, आधारभूत संरचना मजबूत होगी और प्रदेश की आर्थिक स्थिति और अधिक सुदृढ़ होगी।

औद्योगिक क्रांति के इस नए दौर में, मध्यप्रदेश सिर्फ निवेशकों के लिए एक संभावनाओं से भरा प्रदेश नहीं, बल्कि एक ऐसा हब बन गया है जहां उद्योग, व्यापार और नवाचार एक साथ विकसित हो रहे हैं। आने वाले वर्षों में इन प्रयासों का प्रभाव और अधिक स्पष्ट होगा, जिससे प्रदेश न केवल आत्मनिर्भर भारत अभियान में योगदान देगा, बल्कि औद्योगिक क्षेत्र में एक नई मिसाल कायम करेगा। राजधानी में आयोजित ग्लोबल इनवेस्टर्स समिट के आयोजन पर मुख्यमंत्री डॉ मोहन यादव और उनके मंत्रिमण्डल सहयोगी तथा अफसरों के टीमवर्क की हौसला अफजाई करते हुए देश के गृहमंत्री अमित शाह ने इस अवसर पर कहा कि यह आयोजन देश को आत्मनिर्भर भारत की दिशा में तेज़ी से आगे बढ़ाने में सहायक सिद्ध होगा। प्रधानमंत्री ने विकास की नई उड़ान थीम पर जोर देते हुए कहा कि मध्यप्रदेश भारत के औद्योगिक और आर्थिक भविष्य का अहम स्तंभ बनेगा। नरेंद्र मोदी ने अपने संबोधन में कहा कि आज जब दुनिया भारत की ओर उम्मीद भरी निगाहों से देख रही है, तब मध्यप्रदेश जैसी उभरती अर्थव्यवस्थाएं वैश्विक निवेशकों को आकर्षित कर रही हैं।

प्रधानमंत्री ने पांच प्रमुख बिंदुओं पर बल दिया, जो निवेशकों को मध्यप्रदेश में निवेश के लिए आकर्षित कर रही हैं।उन्होंने कहा कि यहां पिछले १० वर्षों में 5 लाख किलोमीटर से अधिक सडक़ें बनीं। १००त्न रेलवे विद्युतीकरण का कार्य पूरा हुआ। राज्य में नए लॉजिस्टिक्स हब और औद्योगिक क्लस्टर विकसित किए जा रहे हैं। रीवा और ओंकारेश्वर सोलर प्रोजेक्ट्स से मध्यप्रदेश भारत की ग्रीन एनर्जी कैपिटल बन रहा है।

मध्यप्रदेश में 31,००० मेगावाट बिजली उत्पादन क्षमता है, जिसमें 3०त्न नवीकरणीय ऊर्जा शामिल है। मध्यप्रदेश को देश का फूड प्रोसेसिंग हब बनाने की दिशा में कार्य किया जा रहा है।

मिलेट्स (श्री अन्न) और जैविक कृषि के क्षेत्र में नई संभावनाएं दिखाई दे रही है। मध्यप्रदेश में ऑटोमोबाइल, टेक्सटाइल और फार्मा सेक्टर में रिकॉर्ड निवेश आ रहा है। प्रधानमंत्री ने कहा कि पीथमपुर को भारत का डिफेंस और ऑटोमोबाइल हब बनाने की योजना है। ओंकारेश्वर, उज्जैन महाकाल लोक और सांची जैसे धरोहर स्थल वैश्विक आकर्षण के केंद्र बन रहे हैं जिससे अंतरराष्ट्रीय पर्यटन और हील इन इंडिया अभियान को बढ़ावा दिया जा रहा है। प्रधानमंत्री ने आशा व्यक्त की कि भारत की तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बनने की दिशा में मध्यप्रदेश की भूमिका महत्वपूर्ण होगी। उन्होंने मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव और उनकी सरकार की निवेश अनुकूल नीतियों की प्रशंसा की और निवेशकों को प्रदेश में उद्योग स्थापित करने के लिए आमंत्रित किया। केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह ने इस समिट में भाग लेने वाले उद्योगपतियों और निवेशकों को संबोधित करते हुए कहा कि मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के नेतृत्व में राज्य ने निवेशकों के लिए अनुकूल वातावरण तैयार किया है।

श्री शाह ने यह भी कहा कि भारत की अर्थव्यवस्था 2०47 तक 3० ट्रिलियन डॉलर को पार करेगी और मध्यप्रदेश इसमें अहम योगदान देगा ।उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में भारत अब विरासत भी, विकास भी की नीति के साथ आगे बढ़ रहा है। केंद्रीय गृह मंत्री ने कहा कि मध्यप्रदेश में निवेशकों को आकर्षित करने के लिए उपयोगी नीतियाँ अपनाई गई हैं। लॉजिस्टिक्स हब, एक्सप्रेसवे और औद्योगिक गलियारों का तेजी से विकास हो रहा हैटेक्सटाइल, फार्मा,ऑटोमोबाइल और खाद्य प्रसंस्करण उद्योगों को विशेष प्रोत्साहन दिया जा रहा है। मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने इस समिट की सफलता को राज्य के लिए ऐतिहासिक बताया है उन्होंने कहा कि ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट में 3०.77 लाख करोड़ से अधिकांश के निवेश प्रस्ताव मिले हैं जिससे प्रदेश में लाखों नए रोजगार के अवसर सृजित होंगे।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने वर्ष 2०25 को उद्योग वर्ष घोषित किया है जिसमें नवाचार, तकनीक और निवेश को प्रोत्साहित किया जाएगा। उन्होंने भोपाल में एक नए इंटरनेशनल कन्वेंशन सेंटर बनाने की भी घोषणा की, जिससे भविष्य में ऐसे बड़े आयोजनों को और अधिक सुविधाजनक बनाया जा सके।

मध्यप्रदेश को कॉटन कैपिटल ऑफ इंडिया का दर्जा मिला है । चंदेरी और माहेश्वरी साड़ियों को जीआई टैग मिला है, जिससे इनके निर्यात को बढ़ावा मिलेगा।

महाकाल लोक और रामराजा लोक जैसे धार्मिक पर्यटन केंद्रों को विकसित किया गया है।

राष्ट्रीय उद्यानों और टाइगर रिजर्वों को इको-टूरिज्म से जोड़ा गया है। मुख्यमंत्री ने बताया कि भोपाल, इंदौर और जबलपुर में नए टेक्नोलॉजी पार्क विकसित किए जा रहे हैं। राज्य में कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई), बायोटेक और इलेक्ट्रिक व्हीकल्स में निवेश को बढ़ावा मिल रहा है। इससे राज्य की युवा प्रतिभाओं का पलायन रुकेगा। दिल्ली-मुंबई एक्सप्रेसवे का बड़ा हिस्सा मध्यप्रदेश से गुजर रहा है, जिससे लॉजिस्टिक्स में सुधार होगा।देवास, पीथमपुर और रतलाम में हजारों एकड़ में नए औद्योगिक क्लस्टर विकसित किए जा रहे हैं।

सू- दोकू क्र. 59

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

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 58 का हल

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

क्या भाजपा एक नए क्षेत्रीय हिंदुत्व आइकॉन की तलाश में है ?

रंजन श्रीवास्तव

क्या भाजपा वर्ष 2०29 में होने वाले लोक सभा चुनावों से पहले किसी बड़े क्षेत्रीय हिंदुत्व आइकॉन की तलाश में है जो खासकर उत्तर प्रदेश में भाजपा के खोये हुए जनाधार को फिर से वापस ले आए और मध्य प्रदेश में पार्टी के जनाधार को मजबूती से बनाये रख सके। देखना यह है कि 2०29 के चुनावों में प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी भाजपा के पीएम फेस बने रहते हैं या नहीं पर दोनों ही परिस्थितियों में भाजपा के केंद्रीय नेतृत्व के मन में 2०24 के परिणाम पीछा करते रहेंगे जबकि भाजपा उत्तर प्रदेश में 63 सीट से नीचे आकर 33 सीट पर सिमट गयी और 4०० पार के नारे के बावजूद 24० सीट पर सिमट गयी। पार्टी का उत्तर प्रदेश में अंकगणित खराब हुआ इस बात के बावजूद कि भाजपा यहाँ डबल इंजन के सरकार की बात लगातार करती रही और योगी आदित्यनाथ हिंदुत्व ब्रांड के एक प्रमुख चेहरा बने रहे। यह सोचना कि भाजपा 2०29 के चुनावों में हिंदुत्व के नैरेटिव पर चुनाव नहीं लड़ेगी महज एक अकादमिक चर्चा के लिए तो ठीक है पर वास्तविकता में ऐसा होगा नहीं। इसके बावजूद भी पार्टी नहीं चाहेगी कि उत्तर प्रदेश में वही परिणाम दुहराए जाएँ जो परिणाम 2०24 में आए थे। 2०29 के पहले उत्तर प्रदेश में 2०27 में और मध्य प्रदेश, राजस्थान और छत्तीसगढ़ में 2०28 में विधान सभा चुनाव होंगे। मगर विधान सभा के परिणाम का इंतज़ार करने के बजाय भाजपा अभी से अपना चुनावी गणित विशेषकर उत्तर प्रदेश में ठीक करने में लगी है। प्रयागराज में महाकुम्भ 144 साल बाद आयोजित हो रहा है यह बात केंद्र सरकार और उत्तर प्रदेश सरकार दोनों के द्वारा प्रचारित किया गया। परिणामस्वरूप पूरे देश से हिन्दुओं की आस्था का सैलाब प्रयागराज की तरफ उमड़ पड़ा। महाकुम्भ में भगदड़ और मौतें और नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर हुए भगदड़ और मौतों ने केंद्र और उत्तर प्रदेश सरकार दोनों की व्यवस्थाओं पर एक बड़ा प्रश्न चिन्ह लगा दिया पर फिर भी जनता इसको लेकर सरकारों के खिलाफ आंदोलित हो गयी हो ऐसा दिखा नहीं। पर आस्था का सैलाब 2०29 में वोटों के अंकगणित में बदल जाए और 4०० पार का नारा चरितार्थ हो जाए इस बात पर विश्वास करके पार्टी अपनी चुनावी रणनीति नहीं बना सकती। पार्टी का केंद्रीय नेतृत्व किसी किन्तु परन्तु की बजाय ऐसे ठोस रणनीति पर काम करना चाहेगा या काम कर रहा है जिससे उसे 2०29 में पूर्ण बहुमत मिले और चौथी बार लगातार सरकार बनाने के लिए जदयू या टीडीपी जैसे किसी बैसाखी की जरूरत ना पड़े।

इसलिए भाजपा अपने हिंदुत्व की धार को और तेज करना चाहेगी और उसके लिए एक ऐसे चेहरे की जरूरत पड़ सकती है जो पहले से आजमाया हुआ ना हो और हिन्दुओं के बड़े वर्ग में उसकी स्वीकारोक्ति हो। तो क्या अब बागेश्वर धाम के धीरेन्द्र शास्त्री भाजपा के नए हिंदुत्व आइकॉन या अस्त्र हो सकते हैं? जिस तरह से प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने बागेश्वर धाम में जाने का प्रोग्राम बनाया और धीरेन्द्र शास्त्री को अपना छोटा भाई बताते हुए उनपर अपना स्नेह उड़ेला उससे तो यही लगता है कि भाजपा नेतृत्व उनकी बढ़ती हुयी लोकप्रियता को देखते हुए उनसे चमत्कृत है। प्रधान मंत्री ने बागेश्वर धाम में बालाजी सरकार कैंसर इंस्टीट्यूट का शिलान्यास ही नहीं किया बल्कि वहां एक जनसभा को भी सम्बोधित किया। इन पक्तियों को लिखे जाने तक भारत की राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू भी बागेश्वर धाम पहुँच चुकी हैं। मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ मोहन यादव और उप मुख्यमंत्री राजेंद्र शुक्ल भी वहां जा चुके हैं और धीरेन्द्र शास्त्री की प्रशंसा कर चुके हैं। धीरेन्द्र शास्त्री अपने मंचों से हिन्दू राष्ट्र की वकालत करते रहे हैं। भाजपा इसपर अपनी मुहर तो नहीं लगाती पर उसकी चुनावी राजनीति में ऐसे नारे या भाषण उसको सम्बल ही प्रदान करते हैं। तर्कवादियों की नजर में धीरेन्द्र शास्त्री की विधा सिर्फ एक ढोंग है। 2०23 में उनके महाराष्ट्र दौरे के दौरान तर्कवादियों ने उन्हें उनकी सिद्धि को साबित करने की चुनौती दी थी। पर धीरेन्द्र शास्त्री वहां से वापस चले आए और दावा किया कि वो मैदान छोडक़र नहीं भागे बल्कि उनकी वहां से वापस आने का प्लान पूर्व निर्धारित था। (ये लेखक के अपने विचार हैं)

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने गुरुवार को पूर्व मुख्यमंत्री एवं महाराष्ट्र के पूर्व राज्यपाल भगत सिंह कोश्यारी से देहरादून स्थित उनके आवास में मुलाकात कर होली की शुभकामनाएं दीं।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने गुरुवार को पूर्व मुख्यमंत्री एवं हरिद्वार सांसद त्रिवेंद्र सिंह रावत से देहरादून स्थित उनके आवास में मुलाकात कर होली की शुभकामनाएं दीं।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने गुरुवार को पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत से देहरादून स्थित उनके आवास में मुलाकात कर होली की शुभकामनाएं दीं।

जिला प्रशासन ने की करीब 200 हेक्टेयर भूमि राज्य सरकार में निहित

संवाददाता

देहरादून। जिला प्रशासन ने जमींदार विनाश अधिनियम की धारा का उल्लंघन पर करीब 200 हेक्टेयर भूमि राज्य सरकार में निहित की।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के निर्देशों के क्रम में भू कानून को लेकर जिला प्रशासन सक्रिय। जिलाधिकारी सविन बसंल ने समस्त उप जिलाधिकारियों को अपनी-अपनी तहसील अन्तर्गत धारा के उल्लंघन मामलों पर त्वरित कार्यवाही के निर्देश दिए गए है। जनपद देहरादून अंतर्गत प्रदेश के बाहर के व्यक्तियों द्वारा बिना अनुमति के 250 वर्ग मीटर से अधिक भूमि क्रय करने तथा अनुमति लेने के उपरांत क्रय की गई भूमि का निर्धारित समय के अंतर्गत उचित उपयोग न करने और भूमि का उपयोग अन्य कार्यो के लिए किए जाने पर जिला प्रशासन ने बड़ी कार्रवाई की है। जमींदारी विनाश अधिनियम की धारा का स्पष्ट उल्लंघन मानते हुए परगनाधिकारियों ने ऐसे मामलों में अदालती सूचना जारी कर फास्टट्रेक कर कार्यवाही की गई। क्रय की गई करीब 200 हेक्टेयर भूमि को प्रारंभिक रूप से राज्य सरकार में निहित कर दिया है। साथ ही परगनाधिकारी ने पुन: अदालती सूचना के माध्यम से सम्बन्धितों को न्यायालय के सम्मुख अपना पक्ष और साक्ष्य रखने के आदेश जारी कर दिए है। बताया कि वादियों द्वारा नियत तिथि तक साक्ष्य और पक्ष प्रस्तुत न किए जाने पर उक्त भूमि को अन्तिम रूप से राज्य सरकार में निहित कर दिया जाएगा। मुख्यमंत्री के निर्देशों पर बाहरी व्यक्ति जिन्होंने नियमों का उल्लंघन करके और तथ्य छुपाकर देहरादून एवं उसके आसपास के इलाकों में भूमि क्रय की है, उनके खिलाफ कार्रवाई की जा रही है। इन लोगों ने अन्य कार्यों के लिए अनुमति लेकर भूमि का उपयोग होमस्टे या फार्म हाउस आदि बनाकर अपने ऐशोआराम व अन्य कार्यों के लिए किया जा रहा है। जिससे उत्तराखंड के नागरिकों को जहां भूमि नहीं मिल रही है और दूसरी ओर भूमि के दाम आसमान छू रहे है। कहा कि मुख्यमंत्री के निर्देशों पर ऐसे लोगों की भूमि राज्य सरकार में निहित करने की कार्रवाई की जा रही है। देवभूमि की सांस्कृतिक विरासत को बचाने और पर्यावरण संरक्षण एवं राज्य के नागरिकों के हित में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के दिशा निर्देशन में उत्तराखंड में नया भू-कानून लागू किया गया है। सख्त भू-कानून लागू होने से अनियंत्रित भूमि खरीद और बिक्री पर रोक लगी है। मुख्यमंत्री के निर्देशों पर जिला प्रशासन इसमें पूरी सजगता से काम कर रहा है। तहसील ऋषिकेश अन्तर्गत 21.89 हे0, डोईवाला अन्तर्गत 2.82 हे0, तहसील सदर अन्तर्गत 68.84 हे0, विकासनगर अन्तर्गत 107.12 हे0 भूमि उत्तराखण्ड उत्तरप्रदेश जमीदारी विनाश एवं भूमि व्यवस्था अधिनियम की धारा 154 के कुल प्रकरण अन्तर्गत कार्यवाही की गई है, जिनमें धारा के 393 मामलों में से 280 मामले पर कार्यवाही की गई तथा 166, 167 के अन्तर्गत कार्यवाही करते हुए 200 हेक्टेयर भूमि राज्य सरकार में निहित की गई।

मोटरसाईकिल सवार बदमाशों ने लूटा महिला से पर्स

संवाददाता

देहरादून। मोटरसाईकिल सवार युवकों ने महिला के हाथ से पर्स लूट लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बल्लूपुर रोड निवासी रूकमणि ने कैण्ट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह बाजार से घर की तरफ आ रही थी जब वह ओएनजीसी चौक के पास पहुंची तभी पीछे से आ रहे मोटरसाईकिल सवार युवकों ने उसके हाथ पर झपटा मारकर उसका पर्स छीन लिया। वह जब तक कुछ समझती युवक वहां से फरार हो गये थे। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

4 पेटी शराब के साथ हिमाचल के 2 युवक गिरफ्तार

संवाददाता

उत्तरकाशी। पुलिस ने चार पेटी शराब के साथ हिमाचल प्रदेश के दो युवकों को गिरफ्तार कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार ड्रग्स फ्री देवभूमि मिशन 2025 एवं त्यौहार के दृष्टिगत पुलिस अधीक्षक उत्तरकाशी श्रीमती सरिता डोबाल द्वारा संदिग्ध/नशा तस्करों की लगातार निगरानी कर धर पकड़ हेतु क्षेत्राधिकारी, कोतवाली/थाना प्रभारी,एसओजी एवं एएनटीएफ की टीम को एक्टिव रहते हुए चैकिंग अभियान चलाने के निर्देश दिए गए हैं, पुलिस उपाधीक्षक बड़कोट देवेंद्र सिंह नेगी के निकट पर्यवेक्षण एवं थानाध्यक्ष मोरी रणवीर सिंह चौहान के नेतृत्व में मोरी पुलिस टीम द्वारा आज प्रात: को चैकिंग अभियान चलाते हुए मोरी नैटवाड़ रोड पर कृषि विभाग ऑफिस के पास से हर्ष रावत पुत्र बलबीर सिंह रावत निवासी ग्राम भमनाला थाना रोहड़ू जनपद शिमला व राहुल ठाकुर पुत्र देवराज निवासी ग्राम भगवाडी थाना जागला शिमला, दो युवकों को वाहन से अवैध अंग्रेजी शराब का परिवहन करते हुए गिरफ्तार किया गया। वाहन से 4 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की गई हैं। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

एक नजर

मैं होली नहीं खेलता, इसलिए घर में रहता हूं: अनिल विज

नई दिल्ली। इस साल होली और रमजान का जुम्मा एक ही दिन होने वाली है। कई राज्यों में होली और जुम्मे की नमाज के समय को लेकर लगातार बयानबाजी जारी है। इस बीच अब हरियाणा सरकार के मंत्री और भाजपा के दिग्गज नेता अनिल विज ने बड़ा बयान दिया है। उन्होंने कहा है कि वह होली नहीं खेलते इस कारण अपने घर में ही रहते हैं। उन्होंने कहा है कि अगर बाहर बरसात हो रही है, तो जो भीगना नहीं चाहता वो अपने घर में बैठे। हरियाणा सरकार के मंत्री अनिल विज ने कहा- हिन्दुस्तान में रह रहे हो। हिंदुस्तान का संधि विच्छेद करें तो ये होता है हिंदुओं का स्थान।

अगर हिंदुओं के स्थान में रह रहे हो तो हिंदू अपने त्योहारों को धूमधाम से मनाएंगे ही। अगर उसका कोई छींटा आप पर जाए तो आप में सहनशक्ति और बर्दाश्त करने की हिम्मत होनी चाहिए। अगर बाहर बरसात हो रही है तो जो भीगना नहीं चाहता वो अपने घर में बैठे। मैं होली नहीं खेलता हूं, अपने घर में बैठता हूं। जब कोई बाहर जाता है तो थोड़े बहुत कपड़े गीले होते ही हैं। उसको सहन करना पड़ता है, जो भींगना नहीं चाहता वह घर में बैठे। मैं होली नहीं खेला तो मैं घर में बैठता हूं। बाहर जाएंगे तो थोड़ी बहुत कपड़े गीले होते हैं। उसे सहन करना पड़ता है। होली और जुमे की नमाज को लेकर सबसे पहले बयान यूपी के संभल के सीओ की ओर से आया था जिन्होंने कहा था कि होली साल में एक बार आता है और जुमे साल में 52 बार आता है जिन्हें रंग से दिक्कत है वे घर पर रहें।

ब्रिटिश महिला से दुष्कर्म, दो गिरफ्तार

नई दिल्ली (हसं)। इस्टाग्राम में दोस्ती के बाद भारत घूमने आयी एक ब्रिटिश महिला से दुष्कर्म किये जाने का मामला सामने आने पर पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर दो आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। बताया जा रहा है कि पीड़िता की कैलाश नामक एक लड़के से सोशल मीडिया प्लेटफार्म इंस्टाग्राम पर दोस्ती हुई थी। महाराष्ट्र, गोवा

घुमने आई ब्रिटिश महिला ने कैलाश को फोन कर मिलने के लिए बुलाया था। लेकिन कैलाश ने वहां जाने में असमर्थता जताई और पीड़िता को दिल्ली आने के लिए कहा। जिसके बाद पीड़िता मंगलवार शाम को दिल्ली आई. वो महिपालपुर स्थित एक होटल में ठहरी थी। पीड़िता के बुलाने पर कैलाश अपने एक दोस्त वसीम को लेकर होटल में पहुंचा था। जहां शराब के नशे में आरोपी ने उसके साथ दुष्कर्म किया। पीड़िता ने बुधवार को घटना की जानकारी पुलिस को दी। जिसके बाद पुलिस ने वसंतकुंज नार्थ इलाके से दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। दिल्ली पुलिस ने मामले की जानकारी ब्रिटिश हाईकमीशन को भी दी हैपुलिस अधिकारियों के अनुसार आरोपी का प्रोफाइल काफी लो है। वो पीड़िता से बात करने के लिए गूगल ट्रांसलेट का इस्तेमाल कर रहा था। फिलहाल पुलिस मामले में जांच में में जुटी है।

बांदीपोरा में सुरक्षाबलों ने आतंकियों के मददगारों को किया गिरफ्तार

श्रीनगर। जम्मू-कश्मीर के बांदीपोरा जिले में सुरक्षाबलों ने आतंकवादियों के 2 मददगारों को गिरफ्तार किया है। अधिकारियों ने गुरुवार को इस बारे में जानकारी देते हुए बताया कि खुफिया सूचना के आधार पर सुरक्षाबलों ने बुधवार को उत्तरी कश्मीर जिले के गंदबल-हाजिन रोड पर तलाशी अभियान शुरू किया था। अधिकारियों के मुताबिक, तलाशी के दौरान आतंकवादियों के 2 मददगारों को गिरफ्तार कर लिया गया। उन्होंने बताया

कि आतंकियों के इन मददगारों के पास से एक पिस्टल, पिस्टल की एक मैगजीन, 2 ग्रेनेड, एक एके राइफल मैगजीन और कुछ गोला-बारूद बरामद किया गया है। बता दें कि पिछले दिनों जम्मू-कश्मीर के पुंछ जिले में पुलिस ने 3 आतंकवादियों की 14.8 कनाल जमीन कुर्क की, जिसकी कीमत 28 लाख रुपये से अधिक थी। इस बारे में जानकारी देते हुए एक अधिकारी ने बताया था कि आतंकवादी वर्तमान में पाकिस्तान के कब्जे वाले कश्मीर से सक्रिय हैं और उनकी संपत्तियों की कुर्की केंद्र शासित प्रदेश में आतंकी पारिस्थितिकी तंत्र को खत्म करने के प्रयासों के तहत की गई। उन्होंने बताया कि किरनी गांव के नजब दीन और मोहम्मद लतीफ तथा कस्बा के मोहम्मद बशीर उर्फ टिक्का खान पहले ही सीमा पार भाग चुके थे।

सीएम आवास में दिखे उत्तराखंड की समृद्ध संस्कृति के विविध रंग

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री आवास में होली मिलन कार्यक्रम में उत्तराखण्ड की समृद्ध संस्कृति के विवध रंग दिखायी दिये।

आज यहां मुख्यमंत्री आवास में उत्तराखण्ड की समृद्ध संस्कृति के रंगों के साथ भव्य होली मिलन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने प्रदेशवासियों को होली की शुभकामनाएं देते हुए कहा

मुख्यमंत्री आवास में होली मिलन कार्यक्रम का भव्य आयोजन

कि यह पर्व प्रेम, सौहार्द और एकता का प्रतीक है, जो समाज में सांस्कृतिक एकता और समरसता को सुदृढ़ करता है। कार्यक्रम में मंत्रीं, विधायकों, जनप्रतिनिधियों, प्रशासनिक अधिकारियों एवं प्रदेश के विभिन्न क्षेत्रों से आए गणमान्य लोगों ने मुख्यमंत्री से भेंट कर उन्हें होली की शुभकामनाएं दीं। इस अवसर पर उत्तराखण्ड की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत के विविध रंग दिखाई दिए। गढ़वाल, कुमाऊं, जौनसार, थारू सहित विभिन्न क्षेत्रों के कलाकारों ने अपनी-अपनी परंपराओं के अनुसार मनाई जाने वाली होली का शानदार प्रदर्शन किया। पारंपरिक होली

गायन, नृत्य और सांस्कृतिक प्रस्तुतियों ने कार्यक्रम को जीवंत बना दिया। मुख्यमंत्री ने अपने संबोधन में कहा कि राज्य सरकार प्रदेश की सांस्कृतिक धरोहर को सहेजने और उसे राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाने के लिए निरंतर प्रयासरत है। उन्होंने सभी प्रदेशवासियों से आग्रह किया कि वे होली के इस पावन पर्व को सौहार्दपूर्ण वातावरण में मनाएं और समाज में प्रेम, भाईचारे एवं शांति का संदेश दें। कार्यक्रम में शामिल सभी अतिथियों ने मुख्यमंत्री के साथ मिलकर रंग-गुलाल खेला और एक-दूसरे को होली की शुभकामनाएं दीं।

कार पलटने से दो लोगों की मौत

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कांवड़ पटरी मार्ग पर देर रात एक कार के अनियंत्रित होकर पलटने के बाद कार गहरी खाई में जा गिरी। कार के खाई में गिरने से कार सवार दो लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। जिन्हे अस्पताल पहुंचाया गया जहां उपचार के दौरान दोनो की मौत हो गयी।

जानकारी के अनुसार पिरान कलियर थाना क्षेत्र में बीती देर रात एक कार रुड़की से मेहवड़ की ओर आ रही थी। बताया जा रहा है कि जैसे ही वह बाजूहेडी के समीप पहुंची तो अनियंत्रित होकर गहरी खाई में जा गिरी। जिसमें कार सवार दोनों युवक घायल हो गए।

पुलिस ने राहगीरों की मदद से उन्हें कार से बाहर निकाला और अस्पताल पहुंचाया। जहां चिकित्सकों ने सिद्धार्थ सैनी निवासी इमलीखेड़ा को मृत घोषित कर दिया। कुछ देर बाद युगल सैनी निवासी मोहिद्दीपुर ने भी दम तोड़ दिया। थानाध्यक्ष दिलवर सिंह नेगी ने बताया कि मृतकों के परिजनों को सूचना दे दी है। तहरीर आने पर अग्रिम कार्रवाई की जायेगी।

शुभकामनाएं

सांध्य दैनिक 'दून वैली मेल' के सुधी पाठकों को रंगों के पावन पर्व होली की हार्दिक शुभकामनाएं।

- संपादक

राजधानी में नहीं थम रहा है रफ्तार का कहर

हमारे संवाददाता

देहरादून। राजधानी दून की सड़कों पर तेज रफ्तार का कहर थमने का नाम नहीं ले रहा है। बीते एक वर्ष में हुई सड़क दुर्घनाओं में लगभग 164 लोग अपनी जान से हाथ धो बैठे है।

विदित हो कि अभी पिछले दिनों राजधानी में देर रात हुई सड़क दुर्घटना मे कार सवार कुछ लोगों की मौत हो गयी थी। जिसके बाद प्रशासन जागा और उसके द्वारा कुछ चौक चौराहो पर स्पीड ब्रेकर बनवाये गये साथ ही जगह-जगह पुलिस चैकिंग की जाने लगी। लेकिन समय बीतते ही जहां पुलिस के चैकिंग अभियान में कमी आयी तो एक बार फिर तेज रफ्तार का कहर सड़कों पर दिखायी देने लगा है। हांलाकि पुलिस के चैकिंग अभियान के दावे तो बहुत है लेकिन यह दावे कितने सच है इसकी बानगी बीती रात राजपुर रोड पर सामने

❑बीते एक वर्ष में लगभग 164 लोग गंवा चुके है जान

आयी है। जहां एक तेज रफ्तार कार द्वारा चार मजदूरों को अपनी चपेट में ले लिया गया। देखना होगा कि अब एक बार फिर पुलिस का यह चैकिंग अभियान कब तक चलता है।

स्कूटी चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दून अस्पताल के ओपीडी के बाहर खडी स्कूटी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार गोविन्द गढ आजाद कालोनी निवासी अनिल सहानी ने कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह किसी काम से दून अस्पताल गया था। उसने अपनी स्कूटी ओपीडी के बाहर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वहां पर पहुंचा तो उसने देखा कि उसकी स्कूटी 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 सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

नोटः सभी विवादों के लिये देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा, प्रकाशित सामग्री के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।