मंगलवार

33 साल से देहरादून का विश्वास

08 अप्रैल 2025

- देहरादून
- वर्ष 33
- अंक 69
- 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

अब तक 12 लाख रजिस्ट्रेशन

❑यात्रा व्यवस्थाओं में अनुभव के आधार पर सुधारः धामी

●आज से हेली सेवा की बुकिंग शुरू

विशेष संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड का समूचा शासन प्रशासन इन दिनों 30 अप्रैल से शुरू होने जा रही चारधाम यात्रा की तैयारियों में जुटा हुआ है। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का कहना है कि हम विगत सालों के अनुभवों के आधार पर यात्रा व्यवस्थाओं में सुधार करने का प्रयास कर रहे हैं। जिससे किसी भी यात्री को किसी भी तरह की परेशानी न हो।

मुख्यमंत्री धामी का कहना है कि यात्रा व्यवस्थाओं की वह खुद मॉनिटरिंग कर रहे हैं सरल सुगम और सुरक्षित यात्रा के हर संभव प्रयास किये जा रहे हैं जिससे सुखद अनुभवों के साथ यात्रा कर अपने घर लौटे यात्री। बीते साल क्राउड मैनेजमेंट और यातायात व्यवस्थाओं में कुछ कमियों के कारण अव्यवस्थाएं देखी गई थी जिन्हें सुधारने पर काम किया जा रहा है। धामों में उनकी धारण क्षमता के अनुसार ही एक दिन में यात्री पहुंचे तथा रास्ते में उन्हें जाम आदि का सामना न करना पड़े इसके पुख्ता इंतजाम किए जा रहे हैं।

❑मुख्यमंत्री ने ट्रैफिक मैनेजमेंट पर की समीक्षा बैठक

❑ यात्रा को सुगम व सुरक्षित बनाने में जुटा प्रशासन

उन्होंने 15 अप्रैल तक सड़कों को दुरुस्त करने के निर्देश दिए हैं वहीं चार धाम यात्रा मार्गो को 10-10 किलोमीटर के सेक्टरों में बांटा गया है जहां 24 घंटे पुलिस पेट्रोलिंग की व्यवस्था होगी। यात्रियों की संख्या अधिक होने पर उन्हें रोकने के लिए होल्डिंग पॉइंट बनाए गए हैं जहां यात्रियों को सरकार की तरफ से खाने-पीने व रुकने की व्यवस्था की जाएगी।

यात्रियों की संख्या पर इस साल कोई प्रतिबंध नहीं होगा। हां यात्रा के लिए रजिस्ट्रेशन को अनिवार्य बनाया गया है। अब तक 12 लाख लोगों द्वारा रजिस्ट्रेशन कराया जा चुका है तथा 28 अप्रैल से ऑफलाइन रजिस्ट्रेशन शुरू किए जाएंगे। हेली सेवा का रजिस्ट्रेशन अनिवार्य होगा।

आज से हेली सेवा का रजिस्ट्रेशन शुरू भी हो गया हेली सेवा की बुकिंग सिर्फ अधिकृत आईआरसीटीसी की वेबसाइट ही अधिकृत होगी तथा 2 साल के बच्चों का भी टिकट लगेगा। मुख्यमंत्री धामी ने आज ट्रैफिक व्यवस्थाओं को दुरुस्त रखने के लिए अधिकारियों को आवश्यक दिशा निर्देश दिए हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

ट्रंप का टैरिफ कार्ड

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के टैरिफ कार्ड ने समूचे विश्व राष्ट्रों की अर्थव्यवस्थाओं को झकझोर कर रख दिया है। एशियाई और यूरोपीय देशों में ही नहीं खुद अमेरिकी शेयर बाजार में इस फैसले के बाद भयंकर गिरावट आई है। बीते चार-पांच दिनों से दुनिया भर के शेयर बाजार में 5 से लेकर 14 फीसदी तक की बड़ी गिरावट के बीच विश्व भर में आर्थिक मंदी की आशंकाओं के बादल घिरे हुए हैं। जापान जैसे देशों में इसे वित्तीय आपदा घोषित कर दिया है। अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप द्वारा तमाम देशों पर भारी आयात शुल्क लगाए जाने के बाद चीन सहित अन्य कई देशों ने जवाबी कार्रवाई करते हुए आयात शुल्क में वृद्धि किए जाने के फैसले से ट्रंप और अमेरिकी प्रशासन अब इस कदर भड़का हुआ है कि उसने चीन को खुली चुनौती दे डाली है कि चीन ने अपना फैसला वापस नहीं लिया तो तत्काल प्रभाव से 50 प्रतिशत और अतिरिक्त आयात शुल्क बढ़ा देंगे। ट्रंप के इस अड़ियल रवैये से फिलहाल स्थिति सुधारने की बजाय और अधिक बिगड़ती दिख रही है। अगर यह टैरिफ युद्ध जल्द नहीं ठहरता है तो इसके दूरगामी परिणाम तमाम विश्व राष्ट्रों पर पड़ेगें। इससे औद्योगिक विकास दर पर ब्रेक लगेगें और कर्मचारियों की छटनी के कारण बेरोजगारी का बेकाबू होना सुनिश्चित माना जा रहा है। बात अगर शेयर बाजार जिसे किसी भी देश की आर्थिक स्थिति की नब्ज माना जाता है उसकी हालत इतनी खराब हो चुकी है कि निवेशकों के लाखों करोड़ हर रोज डूब रहे हैं और अनिश्चितता के इस अंध कार में अब वह अपनी थोड़ी बहुत बची हुई पूंजी को किसी तरह से बचाने के जुगत में जुटे हुए हैं। खास बात यह है कि इससे अमेरिका भी अछूता नहीं है उसे इसका भारी खामियाजा उठाना पड़ रहा है। भारत में भले ही शेयर बाजार में निवेश करने वाले तीन प्रतिशत लोग ही हैं जबकि अमेरिका में इनकी संख्या 70 फीसदी है। ट्रंप के इस फैसले का विरोध दूसरे राष्ट्रों में ही नहीं हो रहा है अमेरिका में भी लोग इसके विरोध में ट्रंप के खिलाफ सड़कों पर इसका विरोध कर रहे हैं। ट्रंप और उनके सहयोगी अभी निवेशकों को भले ही यह समझाने का प्रयास कर रहे हैं कि यह समस्या एक शार्ट टाइम समस्या है तथा दीर्घ काल में फायदा होगा लेकिन वह उन्हें इसे समझाने में कब तक सफल होते हैं यह अलग बात है। अमेरिकी लोग ट्रंप के इस फैसले को अपघाती बताते हुए यहां तक कह रहे हैं कि उन्होंने देश की अर्थव्यवस्था को चौपट कर दिया है बात अगर भारत की की जाए तो देश की सरकार इस स्थिति को लेकर किंकर्तव्य विमुढ़ है उसे समझ ही नहीं आ रहा है कि क्या करें या क्या कहें। निवेशकों के लाखों करोड़ रोज डूब रहे हैं तो डूबे सरकार को जैसे इससे कोई फर्क ही नहीं पड़ता। चुनावी दौर में शेयर खरीदने की सलाह देने वाले आज खामोश हैं दुनिया भर के राष्ट्रीय अध्यक्षों ने ट्रंप से वार्ता के प्रयास किए हैं तथा इस पर अपनी खुली प्रतिक्रिया दी है और दे रहे हैं मगर प्रधानमंत्री मोदी जो ग्लोबल लीडर है उन्होंने इस मुद्दे पर अब तक एक शब्द भी नहीं बोला है। जो हैरान करने वाला है जबकि भारत के शेयर बाजार में यह अब तक की सबसे बड़ी गिरावट है। खास बात यह है कि भारतीय शेयर बाजार बीते 6 माह से लगातार गिरावट की मार झेल रहा है और निवेशक कंगाल होते जा रहे हैं।

श्री गुरु राम राय इंटर कॉलेज, सहसपुर ने पूरे किए 70 वर्ष

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि शिक्षा और संस्कार ही व्यक्ति को देश और समाज के लिए योग्य बनाते हैं। उन्होंने चारित्रिक विकास के महत्व पर भी बल दिया।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सहसपुर स्थित श्री गुरु राम राय इंटर कॉलेज के 70 वर्ष पूर्ण होने पर आयोजित कार्यक्रम में भाग लिया। इस अवसर पर उन्होंने कई वरिष्ठजनों को सम्मानित किया और स्कूली बच्चों को बैग वितरित किए। मुख्यमंत्री ने सभी को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि आजादी के ठीक बाद स्थापित इस विद्यालय ने क्षेत्र में शिक्षा की अलख जगाई है। उन्होंने विद्यालय के प्रधानाचार्य डॉ. रविंद्र कुमार सैनी की 35 वर्षों की सेवा की सराहना करते हुए कहा कि उनके पढ़ाए छात्र देशभर में विभिन्न क्षेत्रों में सफलता प्राप्त कर रहे हैं। मुख्यमंत्री ने विद्यालय द्वारा गरीब परिवारों की बेटियों को शिक्षा से जोड़ने के प्रयासों की विशेष सराहना की। उन्होंने कहा कि यह प्रयास समाज में सकारात्मक बदलाव ला रहा है। मुख्यमंत्री ने विद्यार्थियों को समय का

महत्व समझाते हुए कहा कि यह अमूल्य है और कभी लौटकर नहीं आता। उन्होंने बच्चों से मेहनत करने, अपने सपनों को साकार करने और क्षेत्र व स्कूल का नाम

❑शिक्षा और संस्कार व्यक्ति को समाज के योग्य बनाते हैं: धामी

रोशन करने का आग्रह किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने सख्त नकल विरोधी कानून लागू किया है, जिससे नकल माफिया जेल में हैं और पिछले तीन वर्षों में एक भी पेपर लीक नहीं हुआ है। उन्होंने बताया कि इस दौरान 20,000 से अधिक युवाओं को पारदर्शी तरीके से सरकारी नौकरी मिली है। मुख्यमंत्री ने कहा कि शिक्षा और संस्कार ही व्यक्ति को देश और समाज के लिए योग्य बनाते हैं। उन्होंने चारित्रिक विकास के महत्व पर भी बल दिया। उन्होंने बताया कि उत्तराखंड ने सबसे पहले राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 को लागू किया है। राज्य में 141 पीएमश्री विद्यालय और नेताजी सुभाष चंद्र बोस आवासीय विद्यालयों का निर्माण हो रहा है। राज्य सरकार ने आपदा, महामारी या दुर्घटना से अनाथ हुए बच्चों के लिए भी शिक्षा योजना शुरू की है। इस अवसर पर विधायक सहदेव सिंह पुंडीर, नगर पालिका अध्यक्ष श्रीमती नीरू देवी, प्रधानाचार्य डॉ. रविंद्र कुमार सैनी, डॉ. डीएस मान, आचार्य आशीष सेमवाल, एसडीएम विकासनगर विनोद सहित अन्य लोग उपस्थित रहे।

पेट्रोल डीजल में राहत देने की बजाय सरकार ने 36 हजार करोड़ अपने खाते में डाले: धस्माना

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस कमेटी के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि पेट्रोल डीजल सस्ता कर जनता को राहत देने की बजाय एक्साइज बड़ा कर उस लाभ को अपने खाते में डाल कर सलाना 36000 करोड़ कमाई का रास्ता अख्तियार किया।

आज अहमदाबाद में आयोजित होने वाले अखिल भारतीय कांग्रेस कार्यसमिति की विस्तारित बैठक व एआईसीसी महाधिवेशन के लिए रवाना होने से पहले पत्रकारों से बातचीत करते हुए सूर्यकांत धस्माना ने कहा कि अंतराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतें लगातार गोता खा रही हैं लेकिन सरकार पेट्रोल डीजल के दामों में जनता को कोई राहत देने की बजाय उससे होने वाली बजट को भी हड़प रही है। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार ने जनता की गाड़ी कमाई को लूटने का यह सिलसिला पिछले लंबे समय से किया हुआ है किन्तु अब जब अंतरास्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतें लगातार कम होती जा रही हैं तब सरकार ने बाजार में पेट्रोल डीजल सस्ता कर जनता को राहत देने की बजाय एक्साइज बड़ा कर उस लाभ को अपने खाते में डाल कर सलाना 36000 करोड़ कमाई का रास्ता अख्तियार किया। कहा कि दूसरी तरफ मोदी सरकार ने घरेलू एलपीजी गैस की कीमतें 50 रुपए बड़ा कर महंगाई की मार झेल रही जनता पर एक और प्रहार किया है। धस्माना ने कहा कि अहमदाबाद से लौटने के बाद प्रदेश कांग्रेस पार्टी पेट्रोल डीजल और रसोई गैस कीमतों पर प्रदेश व्यापी प्रदर्शन करेगी।

नवनिर्वाचित प्रेस क्लब अध्यक्ष, महासचिव का किया सम्मान

संवाददाता

हरिद्वार। लघु व्यापार एसोसिएशन ने प्रेस क्लब के नवनिर्वाचित अध्यक्ष,, महासचिव व कोषाध्यक्ष का सम्मान किया।

आज यहां लघु व्यापार एसोसिएशन ने नवनिर्वाचित प्रेस क्लब अध्यक्ष धर्मेन्द्र चौधरी, महासचिव दीपक मिश्रा और कोषाध्यक्ष काशी राम सैनी को अंग वस्त्र देकर सम्मानित किया। ललतारो पुल के निकट प्रथम वेंडिंग जोन मे आयोजित सम्मान समारोह को संबोधित करते हुए लघु व्यापार एसोसिएशन के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा कि नवनिर्वाचित प्रेस क्लब अध्यक्ष धर्मेंद्र चौधरी लगभग दो दशक से पत्रकारिता के क्षेत्र से जुड़े हुए हैं और धर्मेन्द्र चौधरी का मार्ग दर्शन हमेशा मिलता रहता है।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए प्रेस क्लब अध्यक्ष धर्मेंद्र चौधरी ने कहा कि सभी परिवार के लोग हैं, फर्क इतना है कि सबके काम अलग-अलग हैं। उन्होंने कहा कि आज जिसके पास मोबाइल है, वह पत्रकार है। संजय चोपड़ा ने

स्ट्रीट वेंडरों की लड़ाई पूरे देश में लड़ी है। जिसका लाभ सभी लघु व्यापारियों को भी मिला है।

इस मौके पर प्रेस क्लब के महासचिव दीपक मिश्रा ने कहा कि जो सहयोग लघु व्यापारी प्रेस क्लब से चाहेंगे उससे अधिक आपका सहयोग होगा।

इस अवसर पर कोषाध्यक्ष काशी राम सैनी ने कहा कि लघु व्यापारियों के मुद्दों को लगातार समाचार पत्रों में प्रमुखता से प्रकाशित की जाती है। इस मौके पर प्रेस क्लब के नवनिर्वाचित प्रेस क्लब अध्यक्ष धर्मेन्द्र चौधरी, महासचिव दीपक मिश्रा और कोषाध्यक्ष काशी राम सैनी को गो माता की मूर्ति भी लघु व्यापार एसोसिएशन की ओर से भेंट की गई। हरिद्वार प्रेस क्लब के नवनिर्वाचित अध्यक्ष धर्मेंद्र चौधरी, महामंत्री दीपक मिश्रा, कोषा अध्यक्ष काशीराम सैनी का संयुक्त रूप से फूल मालाओं अंग वस्त्र देकर स्वागत करते लघु व्यापारी संगठनों के प्रतिनिधियों में कमल सिंह, मोहनलाल पंडित, मनीष शर्मा, ओमप्रकाश भाटिया, अशोक कुमार, चंद गुप्ता, विजय गुप्ता, विकास सक्सेना आदि प्रमुख रूप से शामिल रहे।

गांधी एक व्यक्ति नहीं विचारधारा है: जोशी

हमारे संवाददाता

देहरादून। गुजरात यात्रा के दौरान कांग्रेस नेता महेश जोशी ने पोरबंदर जाकर गांधी जी के जन्मस्थान कीर्तिमंदिर में जाकर संग्रहालय में गांधी जी के जन्मस्थान के दर्शन किए और उनसे जुड़े संस्मरण कार्यशैली चित्रों चरखे के दर्शन किए।

उन्होंने कहा कि गांधी एक व्यक्ति नहीं एक विचारधारा है जिसने उन्हें महात्मा बनाया और देश विदेश में ख्याति दी। उन्होंने जीवन पर्यंत सत्य अहिंसा का पालन किया। उन्होंने स्वदेशी अपनाने और स्वाबलंबी बनने पर जोर दिया। उन्होंने संपूर्ण भारत को एक सूत्र में बांधकर हिंदू मुस्लिम सिख ईसाई आपस में सब भाई भाई का संदेश दिया। उनके विचारों का अनुसरण संपूर्ण विश्व कर रहा है।

घर पर सेब को लंबे समय तक ताजा बनाए रखने के लिए अपनाएं ये तरीके

सेब एक ऐसा फल है, जो न केवल स्वादिष्ट है, बल्कि स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद है। इसका कारण है कि इसमें विटामिन-सी, फाइबर और एंटी-ऑक्सीडेंट्स जैसे कई जरूरी तत्व होते हैं। हालांकि, सेब जल्दी खराब हो सकते हैं इसलिए इसे सही तरीके से रखना जरूरी है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे तरीके बताते हैं, जिन्हें अपनाकर आप सेब को लंबे समय तक ताजा रख सकते हैं।

पानी में भिगोकर रखें

सेब को लंबे समय तक ताजा रखने का एक आसान तरीका है कि इसे पानी में भिगोकर रखा जाए।

इसके लिए एक बड़े बर्तन में ठंडा पानी भरें और उसमें सारे सेब डाल दें।

इस पानी को रोजाना बदलते रहें और ध्यान रखें कि सेब पूरी तरह से पानी में डूबे रहें। इससे सेब की ताजगी बनी रहेगी और वे जल्दी खराब नहीं होंगे।

यह तरीका खासकर गर्मियों में बहुत फायदेमंद होता है।

ठंडे स्थान पर रखें

ठंडे स्थान पर सेब को रखने से उनकी ताजगी बनी रहती है और वे लंबे समय तक अच्छे रहते हैं।

सेब को सबसे पहले धोकर सुखा लें, फिर एक प्लास्टिक थैली या डिब्बे में डालकर ठंडे स्थान पर रखें। ध्यान रखें कि सेब एक-दूसरे से थोड़ी दूरी पर हों ताकि हवा चलती रहे और वे जल्दी खराब न हों।

इस तरीके से सेब 2-3 हफ्ते तक ताजे बने रहते हैं।

आलू का उपयोग करें

आलू का उपयोग करके भी आप सेब को लंबे समय तक ताजा रख सकते हैं।

इसके लिए एक बड़े बर्तन में आलू के टुकड़े काटकर रखें और ऊपर से सारे सेब रख दें।

आलू से निकलने वाली नमी से सेब जल्दी खराब नहीं होते और उनकी ताजगी बनी रहती है। ध्यान रखें कि आलू के टुकड़े मोटे न हों, पतले काटें ताकि हवा चलती रहे और सेब अच्छे से रखे जा सकें।

अखबार लपेटें

सेब को अखबार में लपेटकर रखने से भी उनकी ताजगी बनी रहती है और वे जल्दी खराब नहीं होते।

इसके लिए सबसे पहले सारे सेब को धोकर सुखा लें, फिर हर सेब को एक-एक करके अखबार में लपेट दें और एक डिब्बे में रख दें। ध्यान रखें कि अखबार ज्यादा गीला न हो, सूखा हो ताकि हवा चलती रहे और सेब अच्छे से रखे जा सकें।

छिलका न उतारें

सेब का छिलका उनके लिए प्राकृतिक सुरक्षा की तरह काम करता है इसलिए इसे न उतारें। जब भी सेब का उपयोग करना हो तभी इसे धोकर उपयोग करें ताकि उसकी ताजगी बनी रहे और जरूरी तत्व बरकरार रहें। इन सभी तरीकों को अपनाकर आप अपने घर पर ही आसानी से सेब को लंबे समय तक ताजा रख सकते हैं और उसके सभी फायदों का आनंद ले सकते हैं।

भारत को घुसपैठ से राहत मिलेगी

आप्रवास और विदेशियों विषयक विधायक 2०25 अंतत: लोक सभा से पारित हो गया। इधर के दिनों में विशेषकर भारत में बांग्लादेश में रोहिंग्या की भारी घुसपैठ के कारण इस विधायक की जरूरत ज्यादा ही महसूस की जा रही थी। कुछ एजेंटों तथा सक्रिय निहित स्वार्थ के कारण इन दोनों समुदायों के लोग भारत में आकर न केवल भारतीय पहचान पत्र बनवाने में सफल हो जाते हैं बल्कि अपने लिए अस्थाई और अस्थाई अजीविका भी तलाश लेते हैं। अगर मामला यहीं तक सीमित होता तब भी गनीमत थी, लेकिन इन समुदायों के लोग सामान्य से लेकर गंभीर अपराधों तक और यहां तक की भारत-विरोधी गतिविधियों में भी लिप्त पाए गए हैं।

भारत सरकार तथा भारतीय हितों के पोषक लोग लंबे समय से इनके खतरे के प्रति आगाह भी करते रहे हैं और इसे नियंत्रित करने के प्रयासों पर चर्चा करते रहे हैं। इन्हीं सब की परिणति है यह नया विधेयक। इस विधेयक पर चर्चा करते हुए गृह मंत्री अमित शाह की इस बात से असहमत नहीं हुआ जा सकता कि भारत कोई धर्मशाला नहीं है कि कोई भी यहां चला आए, बस जाए और बिना किसी रोक-टोक के जो मन आए करता रहे। वास्तविक समस्या बांग्लादेशी और रोहिंग्या घुसपैठियों की नहीं बल्कि उनकी है जो उनके आगमन को संभव बनाते हैं। उनके रहने और रोजगार की व्यवस्था करते हैं और फिर उन्हें भारत विरोधी गतिविधियों का हिस्सा बनते हैं।

अब देखना है कि इस नाम इस कानून के लागू होने के बाद किस तरह से घुसपैठियों पर रोक लगेगी और किस तरह से उनके विरु द्ध कार्रवाई होगी जो भारत में घुसपैठ को सुगम बनाते हैं। याद रखना चाहिए कि इन घुसपैठियों की मदद करने वाले तथा इन्हें भारत में बसने के दस्तावेज उपलब्ध कराने वालों का एक वृहद तंत्र है जो समूचे भारत में फैला हुआ है। यहां यह भी उल्लेखनीय है कि गृह मंत्री ने इस घुसपैठ को रोकने में सहयोग करने का आरोप पश्चिम बंगाल की सरकार पर भी लगाया है। उन्होंने कहा है कि बांग्लादेशी घुसपैठियों के पास जो आधार कार्ड मिलते हैं वह पश्चिम बंगाल में 24 परगना जिले के होते हैं। उम्मीद करनी चाहिए कि यह नया कानून और गृह मंत्री के प्रयास सही परिणति तक पहुंचेंगे, भारत को घुसपैठ से राहत मिलेगी और धर्मशाला खाली होगा। (आरएनएस)

टमाटर से दूर करें चेहरे की झुर्रियां

बढ़ती उम्र का असर सबसे पहले चेहरे पर ही दिखाई देता है। ऐसे में महिलाएं अपनी उम्र के लक्षणों को छिपाने के लिए कई ब्यूटी सीरम और प्रोडक्ट्स इस्तेमाल करती हैं। स्किन प्रोडक्ट्स इस्तेमाल करने की जगह आप घरेलु नुस्खों के जरिए भी अपनी त्वचा का ख्याल रख सकते हैं। टमाटर में एंटीऑक्सीडेंट्स और विटामिन्स पाए जाते हैं जो आपकी त्वचा के लिए बहुत ही फायदेमंद होते हैं। यह हर तरह की स्किन टाइप के लिए फायदेमंद है। त्वचा की रंगत निखारने,ऑयलीनेस हटाने के लिए आप इसका चेहरे पर इस्तेमाल कर सकते हैं। तो चलिए आपको बताते हैं इसे इस्तेमाल करने का तरीका...

ऑयली त्वचा के लिए : ऑयली त्वचा पर मुहांसे बहुत जल्दी होते हैं। इसके अलावा ऑयली त्वचा पर तेल भी ज्यादा देर के लिए नहीं ठहरता, आप त्वचा से तेल निकालने के लिए टमाटर का इस्तेमाल कर सकते हैं। टमाटर आपकी त्वचा में तेल की मात्रा को कम करने में मदद करता है। आप आधा टमाटर काट लें और फिर हल्के हाथों से इसकी चेहरे पर मसाज करें। 1०-15 मिनट के बाद आप अपना चेहरा सादे पानी से धो लें।

मुहांसो के लिए : आप त्वचा के मुहांसे दूर करने के लिए भी टमाटर का इस्तेमाल कर सकते हैं। त्वचा में गंदगी या फिर बैक्टीरिया के कारण चेहरे पर मुहांसे होने लगते हैं। टमाटर में पाए जाने वाले विटामिन-ए,सी और के जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं जो त्वचा के मुहांसे दूर करने में मदद करते हैं। इसके अलावा यह आपकी त्वचा का पीएच लेवल भी सामान्य रखने में मदद करते हैं।

कैसे करें इस्तेमाल?

सामग्री

टी ट्री ऑयल - 3-4 बूंदे

टमाटर - 4

इस्तेमाल करने की विधि

सबसे पहले टमाटर काटकर उसका गूदा निकाल लें।

फिर इसमें टी ट्री ऑयल की कुछ बूंदें मिलाएं।

दोनों चीजों को अच्छे से मिलाएं और फिर अपने चेहरे पर लगा लें।

5-1० मिनट के बाद चेहरा सादे पानी से धो लें।

बढ़ती उम्र के लक्षण होंगे कम : आप टमाटर का इस्तेमाल बढ़ती उम्र के लक्षणों को कम करने के लिए भी कर सकती हैं। फाइन लाइन्स, झुर्रियां, दाग-धब्बे, काले घेरे और धब्बे जैसी समस्याओं के लिए आप टमाटर का प्रयोग कर सकती हैं। इसमें विटामिन बी बहुत ही अधिक मात्रा में पाया जाता है जो एंटी एजिंग के गुणों को कम करने में मदद करता है। आप टमाटर काटकर हल्के हाथों के साथ उसकी चेहरे पर मसाज करें। 1० मिनट के बाद चेहरा सादे पानी से धो लें।

नेचुरल सनस्क्रीन के रुप में करें इस्तेमाल : टमाटर में पाया जाना वाला लाइकोपीन नाम का केमिकल यूवी लाइट से आपकी त्वचा को बचाने में मदद करता है।

आप टमाटर का इस्तेमाल सप्लीमेंट के तौर पर कर सकते हैं।

कैसे करें इस्तेमाल

सामग्री

दही - 3 चम्मच

टमाटर - 2

इस्तेमाल करने की विधि

सबसे पहले टमाटर को आधा काट लें।

फिर इसमें थोड़ा सा दही मिलाएं।

दोनों चीजों को अच्छे से मिला लें और फिर अपने चेहरे पर लगाएं। 15-2० मिनट के बाद चेहरा सादे पानी से धो लें।

पोछा लगाने के पानी में मिला लें ये 4 चीजें, शीशे की तरह चमक उठेगा आपका फर्श ,मक्खियां रहेंगी कोसों दूर

बहुत से लोग ऐसे हैं जो अपने घर में हर रोज झाड़ू लगाते हैं। ऐसा करने से न सिर्फ फर्श साफ रहता है बल्कि उस पर बैक्टीरिया भी नहीं पनपते हैं। हालांकि गर्मियों में मक्खियां ज्यादा होती हैं। ऐसे में मक्खियों से बचने के लिए रोजाना पोछा लगाना जरूरी हो जाता है। बता दें, पोछा लगाने से घर अच्छी तरह साफ हो जाता है। वहीं, फर्श को रोजाना साफ करना जरूरी है, खासकर ऐसे घर में जहां बच्चे हों। इसके अलावा पूरे घर को इस तरह से साफ करना चाहिए कि उसमें से अच्छी खुशबू आए। इसके लिए जानें पोछा लगाने वाले पानी में क्या मिलाएं।।।

बेकिंग सोडा

बेकिंग सोडा चिकना और गैर चिकना दोनों तरह के दागों को हटा सकता है, फर्श पर कई तरह के चिकने दाग होते हैं। वहीं, गर्मी के मौसम में तरबूज और आम जैसे फलों का रस अगर फर्श पर गिर जाए तो वह चिकना हो जाता है, क्योंकि इनमें मौजूद चीनी और अन्य तत्व फर्श पर फैलकर चिपचिपा बना देते हैं। वहीं, फर्श पर चिकनापन होने के कारण यह कीड़े-मकोड़ों, चींटियों और मक्खियों को आकर्षित कर सकता है। इसलिए इन चिकने दागों को हटाने के लिए पोछा लगाने वाले पानी में बेकिंग सोडा जरूर मिलाएं। इससे पोछा लगाने से चिकनाई, तेल और ग्रीस के दाग जल्दी हटाने में मदद मिलेगी।

नींबू का रस

नींबू का रस विटामिन सी से भरपूर होता है। एक नेचुरल सफाई एजेंट के रूप में यह अद्भुत काम करता है। इसमें हाई

माइक्रोबियल प्रॉपर्टीज भी होते हैं। इसलिए इसमें बैक्टीरिया को मारने की शक्ति होती है। यदि आप फर्श पोंछने के लिए पानी में नींबू का रस मिला लें तो इससे न केवल अच्छी खुशबू आएगी बल्कि बैक्टीरिया भी मर जाएंगे। दो नींबू का रस आधी बाल्टी पानी में मिलाकर पोंछा लगा लें। इससे अच्छे परिणाम देखने को मिल रहे हैं।

वेजिटेबल ऑयल

ऐसे कई तेल हैं जिनकी खुशबू अच्छी होती है, जैसे पेपरमिंट तेल और नींबू का तेल आदि। आधी पानी से भरी बाल्टी में दो बड़े चम्मच इन में से किसी एक तेल को तेल डालें और अच्छी तरह मिला लें। फिर इस पानी से फर्श को पोंछें। इससे पूरा घर खुशबू से महक उठेगा और यह बैक्टीरिया को भी दूर भगाने में मदद करता है। इस तरह से फर्श पर पोछा लगाने से मक्खियां भी घर से दूर रहेंगी।

सिरका

सिरके का उपयोग घर की सफाई के लिए भी किया जा सकता है। इसके लिए आधा बाल्टी पानी में एक चौथाई कप सिरका डालकर अच्छी तरह मिला लें और इस पानी से अपने घर की फर्श को पोछें। ऐसा करने से इससे चिकनाई हट जाएगी और अच्छी खुशबू आएगी। सिरके वाला पानी रसोईघर की सफाई के लिए अद्भुत माना जाता है। एक बार सिरके का प्रयोग करके देखें। आप समझ जायेंगे कि यह कितनी अच्छी तरह काम करता है।

कम पानी नहीं ज्यादा मात्रा में पानी लेकर पोछा लगाएं

घर को साफ रखने के लिए आपको ज्यादा पानी से पोछा लगाना पड़ता है। कुछ लोग कम पानी से पोछा लगाते हैं। वे एक बार में ही पूरा कमरा साफ कर देते हैं या फिर पोछा पानी में डुबोकर कमरे में दो या तीन बार पोछा लगाते हैं। ऐसा करने से धूल हट जाती है लेकिन बैक्टीरिया और मक्खियां घर में नहीं जा पाते हैं। इसलिए, हमेशा पोछे में अधिक पानी डालकर फर्श साफ करें।

घर पर बहुत आसानी से तैयार किए जा सकते हैं हेयर स्प्रे, जानिए कुछ तरीके

हर कोई स्वस्थ, चमकदार और मजबूत बाल चाहता है, लेकिन प्रदूषण, सूरज की हानिकारक यूवी किरणें, केमिकल्स युक्त हेयर केयर प्रोडक्ट्स और हीट-स्टाइलिंग उपकरणों आदि से बालों को काफी नुकसान पहुंचता है, जिस वजह से ये शुष्क और बेजान हो जाते हैं। हालांकि, अगर आप अपने बालों को स्वस्थ बनाए रखना चाहते हैं तो इसके लिए घर पर कुछ ही मिनटों में प्राकृतिक सामग्रियों से हेयरस्प्रे बनाकर इस्तेमाल करें। चलिए फिर आज हेयरस्प्रे बनाने के कुछ तरीके जानते हैं।

गुलाब जल और चीनी का हेयरस्प्रे

गुलाब जल और चीनी का हेयरस्प्रे बालों को मॉइश्चराइज करेगा और इन्हें टूटने से भी बचाएगा। एंटी-इंफ्लेमेटरी गुणों से भरपूर गुलाब जल आपके बालों के पीएच स्तर को संतुलित रखने में भी मदद करेगा। हेयरस्प्रे बनाने के लिए थोड़ा ताजा गुलाब जल गर्म करें, फिर इसमें चीनी डालें और जब तक यह पूरी तरह से घुल न जाए गैस बंद न करें, फिर इस मिश्रण को ठंडा करने के बाद एक स्प्रे बोतल में डालें और जरूरत अनुसार इस्तेमाल करें।

एलोवेरा हेयरस्प्रे

विटामिन्स, फैटी एसिड, अमीनो एसिड, एंटी-बैक्टीरियल और हीलिंग गुणों से भरपूर एलोवेरा हेयरस्प्रे स्कैल्प को मॉइश्चराइज करेगा, डेड स्किन सेल्स को हटाने और बालों के विकास को बढ़ावा देगा। यह हेयरस्प्रे उन लोगों के लिए जरूरी है, जिनके बाल रूखे या बेजान हैं। हेयरस्प्रे बनाने के लिए ताजे एलोवेरा जेल को पानी के साथ मिलाएं, फिर इसमें नारियल का तेल मिलाएं। इसके बाद पूरे मिश्रण को एक स्प्रे बोतल में डालें और जब चाहें इसका इस्तेमाल करें।

आर्गन ऑयल हेयरस्प्रे

आर्गन ऑयल फैटी एसिड, एंटी-ऑक्सिडेंट, कई तरह के विटामिन्स और खनिजों से समृद्ध होता है, जो आपके बालों को पोषित करने में मदद करेंगे। आप इस हेयरस्प्रे को हीट प्रोटेक्टेंट के रूप में इस्तेमाल कर सकते हैं क्योंकि आर्गन ऑयल में स्मोक पॉइंट ज्यादा होता है। हेयरस्प्रे बनाने के लिए पानी गर्म करें, फिर उसमें चीनी मिलाकर गैस बंद कर दें और जब मिश्रण ठंडा हो जाए तो इसमें आर्गन ऑयल मिलाकर इसे एक स्प्रे बोतल में डालें।

अगर आप भी रोजाना लगाती हैं लिपस्टिक, तो आज ही जानें इसके नुकसान

इन दिनों स्कूल से लेकर ऑफिस जाने वाली हर महिला लिपस्टिक का इस्तेमाल करती है। लिपस्टिक में अलग अलग रंग मौजूद होते है। वहीं काफी सारी लड़कियां तो लिपस्टिक का इस्तेमाल अपने कपड़े के रंग के साथ मैच करती है। इन दिनों लड़कियां बिना लिपस्टिक के तो घर से बाहर जाने के बारे में सोच ही नहीं सकती है। वहीं काफी सारी महिलाओं का पहला प्यार लिपस्टिक होती है। लेकिन क्या आप जानते है कि अगर आप रोजाना लिपस्टिक का इस्तेमाल करती है, तो ये आपके लिए कितना ज्यादा खतरनाक साबित हो सकता है। आइए आपको इसके नुकसान के बारे में बताते है। हमेशा लिपस्टिक लगाए रखने से होंठों का जो नेचुरल रंग होत है वो काफी ज्यादा प्रभावित होता है। इसका जो कारण है वो है लिपस्टिक में अलग अलग टाइप के केमिकल्स होते हैं। जो कि होठों के नेचुरल रंग को काफी ज्यादा प्रभावित करता है।

होठों में रूखापन

अगर आप रोजाना लिपस्टिक का इस्तेमाल करती हैं, तो इससे आपके होठों में रूखापन आ जाता है। वहीं लिपस्टिक में मौजूद जो केमिकल्स होते है। उसकी वजह से होठों की जो नमी होती है, वो चली जाती है और आपके होंठ सूख जाते है और फट जाते हैं।

क्वालिटी का ध्यान रखें

आप जब भी लिपस्टिक लगाएं तो कोशिश करें कि आप हमेशा बेस्ट क्वालिटी की लिपस्टिक ही लगाएं। अगर आप अच्छी क्वालिटी की लिपस्टिक नहीं लगाएंगे तो इससे आपको एलर्जी भी हो सकती है।

लिपस्टिक को चाटना खतरनाक

काफी सारी लड़कियों की आदत होती है कि वो अपनी लिपस्टिक को चाट जाती हैं। जिसकी वजह से उनके शरीर में काफी सारे केमिकल्स चले जाते है। जो कि आपके शरीर को नुकसान पहुंचाता है।

काले होंठ

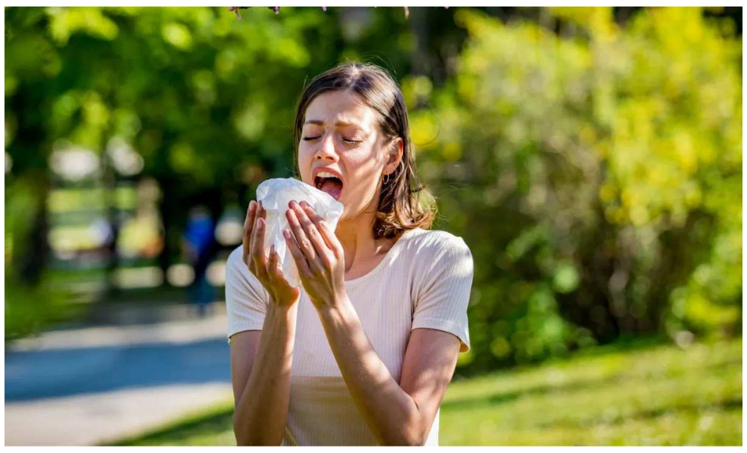
अगर आप रोजाना लिपस्टिक लगाती है और उसके बाद लगाना बंद कर देते है, तो इससे आपके होंठों पर काले धब्बे पड़ने लगते हैं। जो कि काफी ज्यादा खराब लगते हैं। (आरएनएस)

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

बार-बार छींक आने पर करें ये घरेलू उपाय, मिनटों में मिलेगी राहत



बदलते मौसम में या फिर बरसात के मौसम में सर्दी- जुकाम होना एक आम समस्या है। कई बार धूल-मिट्टी से एलर्जी,कमजोर इम्यूनिटी इसका कारण हो सकता है। लेकिन कई बार कुछ लोगों को सर्दी-जुकाम होने पर बार-बार छींके आने लगती है। जिसकी वजह से उन्हें काफी दिक्कत होती है। ऐसे में होता है कि काश कोई ऐसा तरीका होता, जिससे मिनटों में इस जुकाम से राहत मिल जाए। आज हम आपको इस आर्टिकल में ऐसी ही कुछ घरेलु नुस्खों के बारे में बताएंगे, जो आपको तुरंत राहत दिला सकते हैं।

स्टीम लेने से मिलती है राहत

सर्दी-जुकाम होने पर अगर बार-बार छींक आने लगे, तो इससे राहत पाने के लिए रात को सोने से पहले स्टीम जरूर लें। बता दें कि सर्दी के कारण कई बार नाकों में सूजन आ जाती है ऐसे में गर्म पानी का स्टीम लेने पर जुकाम से राहत मिलता है। अगर साइनस में कफ इकट्ठा हो गया है तो इसमें भी काफी आराम मिलता है। स्टीम लेने से पहले गर्म पानी में लौंग, लहसुन की कलियां, नमक डालें। इनमें एंटी बैक्टीरियल गुण होते हैं, जो आपको सर्दी-जुकाम से राहत दिलाते है। गर्म पानी का भाप लेने से नाक में जमी हुई बलगम बाहर निकल जाती है और आपको काफी आराम मिलता है।

नमक के पानी से गरारा करें

जुकाम होने पर अगर बार-बार छींके आ रही है, तो नमक के पानी से गरारा करें। इससे आपके गले की सूजन में आराम मिलता है। छींक से राहत पाने के लिए एक कप गर्म पानी में एक चम्मच नमक मिलाकर दिन में दो-तीन बार नमक के पानी का गरारा जरूर करें। इससे आपको जुकाम में काफी आराम मिलेगा।

शहद और अदरक

जुकाम से छुटकारा पाने के लिए एक अदरक के छोटे से टुकड़े पर शहद मिलाकर चाटने से भी राहत मिलता है। अगर आपको लगातार छींक आ रही है तो हल्दी वाला दूध पीना चाहिए। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट सर्दी-जुकाम से राहत दिलाते हैं। साथ ही इससे आपकी इम्यूनिटी स्ट्रांग होती है, जिससे वायरल बीमारियों की चपेट में आने से बचाव हो सकता है।

पुदीने की चाय का करें सेवन

जुकाम होने पर कुछ भी करने का मन नहीं करता। कई बार इससे लोगों में चिड़चिड़ापन भी होने लगता है। ऐसे में पुदीने की चाय का सेवन करें, इससे अगर आपका नाक ब्लॉक हो गया है तो ये खुल जाएगा और आपको तरोताजा महसूस होगा। इसके लिए एक कप पानी में 3-4 पुदीने की पत्तियां डालें और कुछ समय तक इन्हें उबलने दें। इसके बाद इसे छानकर पी लें।

बॉडी को रखें हाइड्रेट

जुकाम के दौरान अपने शरीर को हाइड्रेटेड रखना बेहद जरूरी है। इसके लिए अधिक से अधिक मात्रा में पानी, सूप या जूस का सेवन करें। ये बलगम को बाहर निकालने में मदद करता है। कमरे में ह्यूमिडिफायर का इस्तेमाल करने से हवा में नमी बनी रहती है, जिससे आपकी सांस लेने में आसानी होती है और छींकने की समस्या कम होती है। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -86

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. जल छिड़कना, राजा के सिंहासन रोहन का अनुष्ठान 4. मवाद, पीब (अं) 6. जाति 7. हाथ से धीरे-धीरे ठोंकना, थपकना 9. कमल रोग से ग्रसित व्यक्ति (उ.) 11. किरण 12. छौंक, तड़का 13. दुखदायी, दर्दनाक 15. विवाद, कहासुनी, तकरार 18. समूह, दल, समुदाय 19. दण्ड 20. काजल 22. अनाथ, निराश्रित, यतीम 24. दुख, शोक 25. एक प्रसिद्ध सफेद पक्षी, वक 26. राज्य का विदेश में प्रतिनिधि।

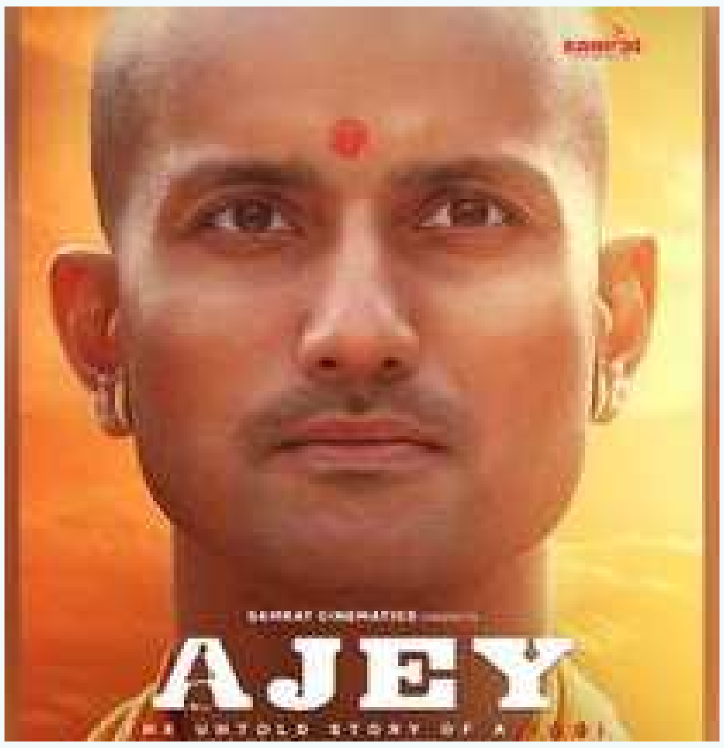
ऊपर से नीचे

1. विचित्र, अद्‌भूत 2. अंदर ही अंदर हानि पहुंचाना 3. वचन, वाणी 4. गुमराह, जो रास्ते से भटक गया हो 5. मुलायम सिंह की पार्टी का संक्षिप्त नाम 8. ब्रह्मापुत्र एक प्रसिद्ध देवर्षि 10. कार्यावली, करस्तानी, प्रशंसनीय कार्य 13. दासी, नौकरानी, बांदी, गुलाम स्त्री 14. प्रवृत्त करने वाला, प्रेरित करने वाला, आविष्कारक 16. श्रीकृष्ण के बड़े भाई, हलधर 17. सामान (उ.) 21. संसार, दुनिया 22. समय, चमेली की जाति का एक पौधा और फूल 23. पराजित, परास्त।

1	2		3		4	5		
6			7				8	
9		10					11	
12				13		14		
	15							16
17				18				
19						20	21	
		22		23			24	
25				26				

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 85 का हल

दि	क्क	त		आ	सा	न		आ
ल		मी		खि		सी	ख	ना
	म	ज	बू	र		ह		जा
स	र्द			का		त	रा	ना
र				र	वि		ह	
प	ह	ना	ना		ना	रा	ज	
ट			क	शि	श		नी	ला
	र			का		रा		य
खा	ति	र	दा	री		त	क्ष	क



योगी आदित्यनाथ के जीवन पर आधारित अजयः द अनटोल्ड स्टोरी ऑफ ए योगी का एलान

उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के जीवन की कहानी अब बड़े पर्दे पर दिखेगी। इस पर आधारित फिल्म की घोषणा की गई। अजयः द अनटोल्ड स्टोरी ऑफ ए योगी टाइटल वाली यह फिल्म शांतनु गुप्ता की किताब द मॉन्क हू बिकेम चीफ मिनिस्टर पर आधारित है। घोषणा के साथ ही एक मोशन पोस्टर भी शेयर किया गया।

मोशन पोस्टर में एक्टर अनंत जोशी योगी आदित्यनाथ की भूमिका में हैं, जो लोगों की सेवा के लिए दुनिया को त्याग देते हैं। बैकग्राउंड में परेश रावल की आवाज सुनी जा सकती है, जो कहते हैं, वो कुछ नहीं चाहता था, सब उसको चाहते थे। जनता ने उसको सरकार बना दिया। महारानी 2 फेम रवींद्र गौतम द्वारा निर्देशित, अजयः द अनटोल्ड स्टोरी ऑफ ए योगी में दिनेश लाल यादव, अजय मेंगी, पवन मल्होत्रा, राजेश खट्टर, गरिमा विक्रांत सिंह और सरवर आहूजा भी अहम रोल में हैं।

फिल्म का टाइटल काफी हद तक योगी आदित्यनाथ के जन्म के नाम अजय सिंह बिष्ट से प्रेरित है। 2025 में सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली यह फिल्म हिंदी, तेलुगु, तमिल, कन्नड़ और मलयालम में रिलीज होगी। म्यूजिक मीत ब्रदर्स ने तैयार किया है, जबकि दिलीप बच्चन झा और प्रियांक दुबे ने इसे लिखा है। विष्णु राव फोटोग्राफी डायरेक्टर हैं जबकि उदय प्रकाश सिंह प्रोडक्शन डिजाइनर हैं।

फिल्म के बारे में बात करते हुए, निर्देशक रवींद्र गौतम ने कहा, हमारी फिल्म हमारे देश के युवाओं के लिए अविश्वसनीय रूप से प्रेरणादायक है, जो उत्तराखंड के एक सुदूर गांव के एक साधारण मिडिल क्लास लडके की जिंदगी पेश करती है जो भारत के सबसे ज्यादा जनसंख्या वाले राज्य का मुख्यमंत्री बन जाता है।

योगी आदित्यनाथ 2017 से उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री के पद पर कार्यरत हैं। वे सबसे ज्यादा समय तक (8 साल) यूपी के मुख्यमंत्री के पद पर है। उनके बचपन का नाम अजय मोहन सिंह बिष्ट था। इस फिल्म का टाइटल उनके नाम से ही इंस्पायर्ड है।

सितारे जमीन पर की रिलीज तारीख का ऐलान, दर्शकों को जागरूक करेंगे आमिर खान

आमिर खान को पिछली बार फिल्म लाल सिंह चड्ढा (2022) में देखा गया था, जिसमें उनकी अदाकारी की तो खूब तारीफ हुई, लेकिन यह बॉक्स ऑफिस पर कुछ खास कमाल नहीं दिखा सकी।

अब आमिर जल्द ही फिल्म सितारे जमीन पर के जरिए दर्शकों का मनोरंजन करते हुए नजर आएंगे। इस फिल्म से वह करीब 3 साल बाद बड़े पर्दे पर लौट रहे हैं।

अब आखिरकार सितारे जमीन पर की रिलीज तारीख से पर्दा उठ गया है।

रिपोर्ट के अनुसार, सितारे जमीन पर को 30 मई, 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज किया जाएगा।

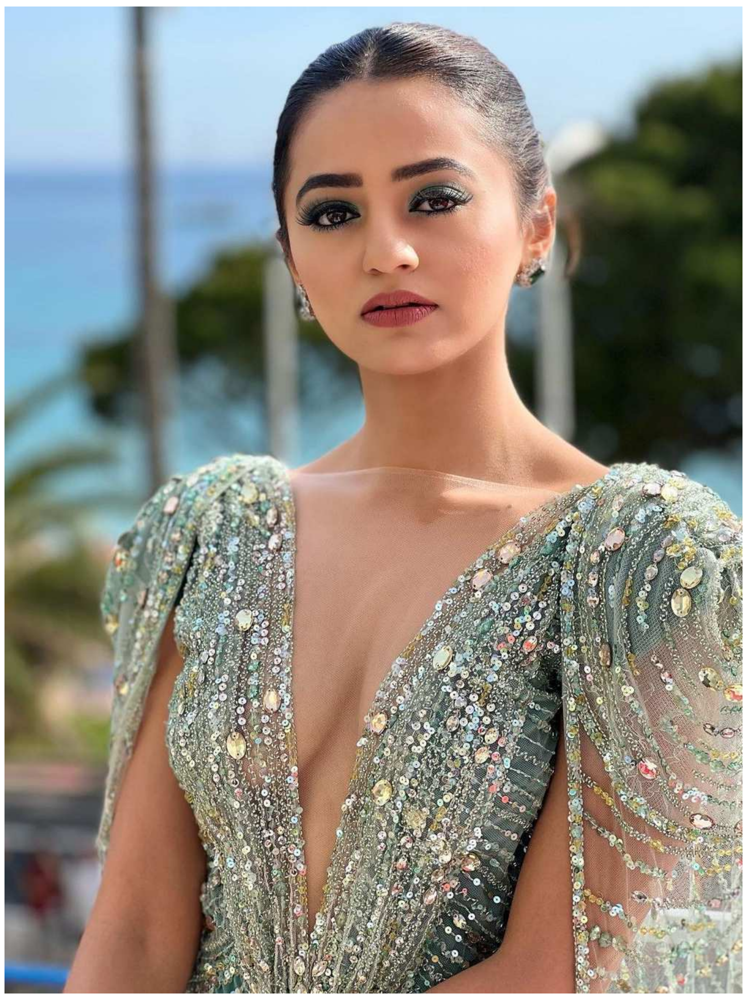
एक सूत्र ने कहा, आमिर खान अपनी बहुप्रतीक्षित फिल्म सितारे जमीन पर को 30 मई को सिनेमाघरों में ला सकते हैं। वह पहले इसे जून में रिलीज करने वाले थे, लेकिन उन्हें लगा कि 30 मई की तारीख ज्यादा सही रहेगी।

पहले यह फिल्म बीते साल 25 दिसंबर को सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली थी।

सितारे जमीन पर के निर्देशक आरएस प्रसन्ना हैं। आमिर फिल्म का निर्माण किरण राव के साथ मिलकर कर रहे हैं।

आमिर के साथ इस फिल्म में जेनेलिया डिसूजा नजर आएंगी। यह दोनों के बीच पहला सहयोग है। सितारे जमीन पर की कहानी डाउन सिंड्रोम पर आधारित होगी। आमिर अपनी फिल्म के माध्यम से एक और स्वास्थ्य संबंधी परेशानी पर लोगों का ध्यान केंद्रित करना चाहते थे। यह एक ऐसी बीमारी पर आधारित होगी, जिसे समाज में कलंकित माना जाता है।

सीमाओं से आगे निकलकर चुनौती भरी भूमिका निभाना करता है उत्साहित : हेली शाह



सीरीज ज्यादा मत उड़ में अभिनय कर रहीं लोकप्रिय टेलीविजन अभिनेत्री हेली शाह का कहना है कि अपनी सीमाओं को आगे बढ़ाने वाली भूमिकाओं के साथ खुद को चुनौती देना उन्हें और अधिक उत्साहित करता है।

ड्रामा और कॉमेडी का एक बेहतरीन मिश्रण ज्यादा मत उड़ चुनौतियों से भरी दुनिया में अपना रास्ता खुद बनाने की कोशिश कर रहे युवाओं के संघर्ष और आकांक्षाओं के इर्द-गिर्द घूमती है।

उन्होंने बताया, एक साथ कई कलाकारों के साथ प्रोजेक्ट का हिस्सा होना मेरे लिए कभी चिंता का विषय नहीं रहा, क्योंकि मुझे अपने काम पर भरोसा है। मुझे सबसे ज्यादा रोमांचित करता है खुद को ऐसे किरदारों से चुनौती देना जो एक अभिनेता के तौर पर मेरी सीमाओं को आगे बढ़ाते हैं।

शो में हेली ने काजल की भूमिका निभाई है, जो एक आत्मविश्वासी और महत्वाकांक्षी महिला है, जो सामाजिक अपेक्षाओं से पीछे हटने से इनकार करती है। अपने पहले निभाए गए पारंपरिक किरदारों से अलग, काजल बोल्ड, मुखर और हमेशा चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार रहती हैं।

उन्होंने कहा, 'ज्यादा मत उड़' में काजल की भूमिका निभाना मेरे लिए एक नया अनुभव रहा है, क्योंकि वह बोल्ड, निडर और सामाजिक मानदंडों से बंधे रहने से इनकार करती है। वह अपने मन की सुनती है, अपने लिए खड़ी होती है और मेरे द्वारा पहले निभाई गई भूमिकाओं की तुलना में एक अलग ऊर्जा लेकर आती है। यह रोमांचक और फायदेमंद दोनों रहा है।

हेली ने अपने अभिनय करियर की शुरुआत 8वीं कक्षा में शो 'गुलाल' से की थी। इसके बाद वह 2011 के शो दीया और बाती हम में नजर आईं।

इसके बाद उन्होंने 'अलक्ष्मी - हमारी सुपर बहू' में अलक्ष्मी का किरदार निभाया। बाद में वह खेलती है जिंदगी आंख मिचौली में अमी के किरदार में दिखी थीं। इसके बाद वह सोनी पल के शो खुशियों की गुल्लक आशी में नजर आईं।

'स्वरागिनी' में हेली ने स्वरा माहेश्वरी का किरदार निभाया था। 2016 में शाह 'झलक दिखला जा' के सीजन 9 में दिखी थीं। अभिनेत्री को बाद में 'देवांशी', 'सूफियाना प्यार मेरा', 'ये रिश्ते हैं प्यार के' और 'इश्क में मरजावां 2' जैसे कई अन्य शो में देखा गया।

इंडो-वेस्टर्न आउटफिट पहन प्रज्ञा जैसवाल ने शेयर किया हॉट लुक

बॉलीवुड एक्ट्रेस प्रज्ञा जैसवाल हमेशा अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती रहती हैं। वो जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं। अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में उनका किलर अवतार देखकर फैंस के होश उड़ गए हैं।

एक्ट्रेस प्रज्ञा जैसवाल आए दिन अपने स्टाइलिश फैशन स्टेटमेंट्स से सोशल मीडिया का पारा हाई करती रहती हैं। उनका हर एक लुक इंटरनेट पर आते ही तेजी से वायरल होने लगता है।

अब हाल ही में एक्ट्रेस प्रज्ञा जैसवाल ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में उनका किलर अवतार देखकर फैंस एक बार फिर से उनकी तारीफों के पुल बांधते नहीं थक रहे हैं।

इन फोटोज में आप देख सकते हैं एक्ट्रेस प्रज्ञा जैसवाल ने येलो कलर का बेहद ही स्टाइलिश आउटफिट पहना हुआ है, जिसमें वो एक से बढ़कर एक स्टनिंग अंदाज में पोज देती हुई नजर आ रही हैं।

कानों में इयररिंग्स, खुले बाल और लाइट मेकअप कर के एक्ट्रेस प्रज्ञा जैसवाल ने अपने आउटलुक को कंप्लीट किया है। उनका ये स्टनिंग अवतरा देखकर फैंस की नजरें उन पर से हटा पाना मुश्किल हो गया है। बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर जमकर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं। हालांकि इन फोटोज में भी कुछ ऐसा ही देखने को मिल रहा है।

एक यूजर ने एक्ट्रेस की इन फोटोज पर कॉमेंट करते हुए लिखा है- सो हॉट। दूसरे यूजर ने लिखा है- टू मच सेक्सी। तीसरे यूजर ने लिखा है- उफ्फ यू अदाएं। अन्य यूजर ने लिखा है- यू लुक सेक्सी।

सीरिया में गृह युद्ध की आशंका बढ़ी

डॉ. ब्रह्मदीप अलूने

राजनीतिक अस्थिरता, धार्मिक हिंसा, चरमपंथ, आतंकवाद और विदेशी हस्तक्षेप सीरिया की प्रमुख समस्या रही हैं, और लगता है कि असद के पतन के बाद भी मध्य-पूर्व के इस देश में शांति लौटती हुई दिखाई नहीं दे रही है।

असद के समर्थकों को मोहम्मद अल-जुलानी पर भरोसा नहीं है, और उनकी आशंका सच भी साबित हुई है। अल्पसंख्यक अलावी समुदाय के हजारों लोगों को मार दिया गया है। ऐसे तथ्य सामने आए हैं कि हयात तहरीर अल-शाम के सुरक्षा बलों को पूर्व राष्ट्रपति असद के समर्थकों से लड़ने के लिए भेजा गया है।

सीरियाई सुरक्षा बलों द्वारा सीरियाई तट के गांवों और इलाके के लोगों की हत्या, कब्जा और यातना के कई वीडियो सामने आ रहे हैं, जिन्हें लेकर अंतरराष्ट्रीय स्तर पर गहरी चिंता जताई जा रही है। सीरिया की अंतरिम सरकार ने देश के तटीय इलाकों लताकिया और टार्टस में बड़ी संख्या में सैनिकों को तैनात किया है। लताकिया में अलावाइट्स, सुन्नी मुस्लिम और ईसाई जैसे जातीय और धार्मिक समूह रहते हैं। लाताकिया सीरिया का अलावाइट बहुल क्षेत्र है, और यहां अलावाइट समुदाय का विशेष प्रभाव है। टार्टस सीरिया के पश्चिमी तट पर स्थित है, और यहां अलावाइट समुदाय की अधिकता है। यह इलाका बशर अल-असद का प्रमुख गढ़ माना जाता है। देश के तटीय इलाकों में अलावी और ईसाई अल्पसंख्यक समुदाय पर सुरक्षा बलों के हमलों का असर देश के दूसरे कई इलाकों पर पड़ रहा है, और इससे तनाव गहरा गया है।

मोहम्मद अल-जुलानी देश में बाहरी हस्तक्षेप रोकने की बात कह रहे थे लेकिन उनके कदम ठीक इससे उलट दिखाई दे रहे हैं। सीरिया की सरकार ने देश की सुरक्षा सुनिश्चित करने और पेशेवर सेना तैयार करने के लिए देश के सशस्त्र बलों में उइगर, जॉर्डनियन और तुर्क सहित कुछ विदेशी लड़ाकों को प्रमुख जिम्मेदारियां सौंपी हैं। उनका यह कदम अन्य जातीय-धार्मिक समूहों के लिए विचलित करने वाला है। जुलानी का आईएस से गहरा संबंध रहा है, और दुनिया के इस सबसे दुर्दांत आतंकी संगठन का किसी देश में सीमा पर कोई विश्वास नहीं है, आईएस को विदेशी लड़ाकों की सुस्थापित सैन्य इकाई माना जाता है। जुलानी ने आईएस से अलग होकर ही हयात तहरीर अल-शाम नामक गुट बनाया था और वे खुद को उदार नेता के रूप में प्रस्तुत कर सीरिया के कई जातीय समूहों का विश्वास जीतने में सफल भी हो सके। लेकिन अब जब देश की कमान उनके हाथ में आई तो उन्हें लेकर आशंकाएं भी कम नहीं हैं।

एचटीएस की स्थापना 2011 में एक अलग नाम, जबात अल-नुसरा के तहत अल-कायदा के प्रत्यक्ष सहयोगी के रूप में की गई थी। स्वयंभू इस्लामिक स्टेट का नेता अबू बक्र अल-बगदादी भी इसके गठन में शामिल था। अल-जुलानी ने सार्वजनिक रूप से अल कायदा और इस्लामिक स्टेट से नाता तोड़ लिया है, लेकिन वे सुन्नी मुसलमान हैं, जो खलीफाओं के प्रभुत्व को स्वीकार करते हैं।

खलीफा अरबी भाषा में ऐसे शासक को कहते हैं, जो किसी इस्लामी राज्य या अन्य शरिया से चलने वाली राजकीय व्यवस्था का शासक हो। यह इस्लाम की पारंपरिक और प्राचीन विचारधारा है, जिस पर बहुसंख्यक सुन्नी भरोसा करते हैं। दुनिया में आईएस के उभार के केंद्र में इस विचारधारा को रखा गया जब एक दशक पहले इस्लामी चरमपंथी संगठन आईएस ने इराक और सीरिया में अपने कब्जे वाले इलाकों में खिलाफत यानी इस्लामी राज्य का ऐलान किया। शिया मुसलमान इतिहास की इस व्याख्या को स्वीकार नहीं करते।

असद के जाने के बाद शिया गहरे दबाव में हैं। अलावी, इस्माइलिस और अन्य शिया सीरिया की आबादी का करीब तेरह फीसद हिस्सा हैं। बशर अल-असद सरकार के पतन से पहले उनकी शासन व्यवस्था में सकारात्मक स्थिति मौजूद थी। हयात अल-शाम को सुन्नियों का संगठन माना जाता है, यदि इस विद्रोही संगठन ने शियाओं को निशाना बनाने की कोशिश की तो सीरिया में ईरान और तुर्की के हित भी टकराएंगे। सीरिया में तुर्की ईरान की जगह ले सकता है।

सीरिया की बाईस मिलियन आबादी में से दसवां हिस्सा ईसाइयों का है। रूस खुद को बीजान्टिन साम्राज्य और उसकी रूढ़िवादी ईसाई धार्मिक विरासत के प्राकृतिक उत्तराधिकारी के रूप में देखता है, जो सीरियाई रूढ़िवादी ईसाई चर्च से बहुत जुड़ा हुआ है। वहीं अपनी रणनीतिक स्थिति मजबूत करने के लिए भी रूस सीरिया में बने रहना चाहता है, जिससे वह पूर्वी भूमध्य सागर, दक्षिणी यूरोप और उत्तरी अफ्रीका तक अपनी मौजूदगी को बढ़ा सके। भूमध्य सागर में रूस की रणनीति तीन प्रमुख लक्ष्यों पर केंद्रित है, भूमध्य सागर की भौगोलिक स्थिति का लाभ उठा कर अपनी सुरक्षा में सुधार करना, भूमध्य सागर में अपनी स्थिति का उपयोग करके अमेरिका के लिए एक वैकल्पिक विश्व शक्ति के रूप में रूस की स्थिति को बढ़ाना और सीरिया में अपनी उपस्थिति को मजबूत करना। रूस का काला सागर बेड़े के लिए एकमात्र भूमध्यसागरीय नौसैनिक अड्डा सीरिया के बंदरगाह शहर टार्टस में स्थित है। टार्टस सीरिया के पश्चिमी तट पर स्थित है, और यहां अलावाइट समुदाय की अधिकता है। अब अलावी समुदाय के लोग रूस से सुरक्षा की गुहार लगा रहे हैं। सीरिया में रूस, तुर्की, ईरान, सऊदी अरब और अमेरिका का गहरा दखल है। तुर्की सीरिया की वर्तमान सुन्नी सरकार को समर्थन देकर कुर्दे पर दबाव बढ़ा रहा है।

सीरिया में तुर्की की प्राथमिक रुचि उत्तरी सीरिया में कुर्द समूहों से लड़ने के लिए एक बफर जोन और एक पुलहेड बनाने की रही है। उत्तरी सीरिया के कुर्द बल में कुर्दिश पीपुल्स प्रोटेक्शन यूनिट्स मिलीशिया का दबदबा है। तुर्की इसे अपनी सीमा पर मौजूद खतरे की तरह देखता है। तुर्की कुर्दे के एक हिस्से को आतंकवादी समूह बताता है। असद को ईरान का समर्थन हासिल था लेकिन अब तुर्की समर्थक सरकार बनने से मध्य पूर्व में भू-राजनीतिक परिदृश्य बदल गया है। मोहम्मद अल-जुलानी को अपने देश में शांति की स्थापना के लिए विदेशी हस्तक्षेप को रोकना होगा और सभी वर्गों से बातचीत कर सर्वमान्य सरकार बनाना होगा। फिलहाल, जुलानी आर्दोआन के हितों को आगे बढ़ा रहे हैं, और यह स्थिति सीरिया में गृह युद्ध की आशंका को बढ़ा रही है।

शांति की संभावना अनिश्चितता

जनवरी में हुए युद्ध विराम से लगने लगा था कि शायद कोई ऐसा मजबूत समझौता हो जाएगा जिससे मध्य-पूर्व की स्थिति में लंबे समय से सामने आ रहा तबाही का मंजर बदल जाएगा और फिलिस्तीनियों को अपने आपको फिर से खड़ा करने के लिए थोड़ी राहत मिलेगी। लेकिन गाजा पट्टी में इजरायल के हमले ने एक बार फिर शांति की संभावनाओं को अनिश्चितता की ओर धकेल दिया है। हमले में चार सौ लोगों के मारे जाने का समाचार है जिनमें बड़ी संख्या में औरतें और बच्चे भी हैं। वैसे तो युद्ध का अपना तर्क होता है कि बम और गोलियां चाहे जिस ओर से चलें और चाहे जिस पर चलें बूढ़े-बच्चों का भेद नहीं करती हैं। हमास ने भी 7 अक्टूबर, 2023 के हमले में भयानक बर्बरता का परिचय दिया था और उसमें भी औरतों और बच्चों का कोई लिहाज नहीं किया गया था।

लेकिन मानवीयता कहती है कि बर्बरता का उत्तर हमेशा बर्बरता ही नहीं होता। हालांकि इजरायल ने कहा कि उसने यह हमला इसलिए किया कि हमास ने शेष बंधकों को रिहा करने और युद्ध विराम को आगे बढ़ाने के प्रस्ताव को अस्वीकार कर दिया था। इसका मतलब कि हमास युद्ध विराम के नियमों का पालन नहीं कर रहा था और उन बंधकों को भी वापस नहीं कर रहा था जिनकी वापसी इस युद्ध समाप्ति की पहली शर्त है।

यह भी पता नहीं है कि जिन बंधकों की रिहाई की बात हो रही है, वे किस हालत में हैं, जीवित भी हैं या नहीं। बहुत से बंधकों के मरने की खबर आ चुकी है।

सू- दोकू क्र.86

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों 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.85का हल

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

देश में जलवायु परिवर्तन-नई नीति की दरकार

राकेश दुबे

और भारतीय रिजर्व बैंक के मार्च बुलेटिन में प्रकाशित एक अध्ययन में भी एक गंभीर चिंता जताई गई है, जो देश में वर्षा के वितरण में तेजी से आ रहे बदलाव और खाद्यान्न फसलों पर इसके असर से जुड़ी है। अध्ययन कहता है कि भारतीय कृषि अब भी काफी हद तक मॉनसून पर निर्भर है। आधुनिक सिंचाई सुविधाओं के विस्तार और जलवायु परिवर्तन से बेअसर रहने वाले नई किस्मों के बीज तैयार होने से राहत तो मिली है मगर मॉनसूनी बारिश अब भी निर्णायक होती है। दक्षिण-पश्चिम मॉनसून के दौरान होने वाली वर्षा खरीफ सत्र में कृषि उत्पादन के लिए बेहद जरूरी है।

वर्षा का तरीका बदलने या सूखे जैसी स्थिति से फसल उगाने का चक्र बिगड़ जाता है और कीटों एवं पौधों से जुड़ी बीमारियों की समस्या भी बढ़ जाती है। पर्याप्त और समान वर्षा होने से कृषि उत्पादकता बढ़ जाती है। मॉनसून में अच्छी बारिश रबी सत्र के अनुकूल होती है। मिट्टी में पर्याप्त नमी रहने और जलाशयों में पानी का स्तर अधिक रहने से गेहूं, सरसों और दलहन जैसी फसलों की बोआई के लिए आदर्श स्थिति तैयार होती है।

खरीफ सत्र में मोटे अनाज, तिलहन, दलहन और चावल की उपज में सालाना वृद्धि के आंकड़े देखें तो जिस साल दक्षिण पश्चिम मॉनसून सभी फसलों के लिए बेहतर रहा उस साल उत्पादन भी ज्यादा रहा। लेकिन अतिवृष्टि ने मक्के और तिलहन की उपज बिगाड़ी। अध्ययन में कहा गया है कि उत्पादन इस बात पर भी निर्भर करता है कि मॉनसूनी बारिश कब आती है। उदाहरण के लिए, जून और जुलाई में कम बारिश मक्का, दलहन और सोयाबीन के लिए खास तौर पर नुकसानदेह होती है क्योंकि मिट्टी में नमी कम होने के कारण बोआई अटक जाती है और पौधों की शुरुआती बढ़वार पर भी असर पड़ता है।

इसी तरह कटाई के समय अत्यधिक वर्षा से तिलहन उत्पादन घट जाता है। पिछले साल मॉनसून में शानदार वर्षा और सटीक ठंड रहने से चालू वित्त वर्ष में फसलों का उत्पादन बेहतर रहने की उम्मीद है। अनुमान है कि पिछले साल के मुकाबले खरीफ का उत्पादन 7.9 प्रतिशत और रबी का 6 प्रतिशत बढ़ सकता है। भारतीय मौसम विभाग ने 2025 के लिए मॉनसून के अनुमान जारी नहीं किए हैं मगर विश्व मौसम विज्ञान संगठन का अनुमान है कि भारत में इस साल वर्षा सामान्य या इससे अधिक हो सकती है।

ध्यान रहे कि जलवायु परिवर्तन के कारण बारिश के पैटर्न में आने वाले बदलाव कृषि उत्पादन पर ज्यादा असर डाल सकते हैं। मौसम की अतिरंजना अब अनोखी बात नहीं रह गई है। भारत में पिछले साल 365 में से 322 दिन मौसम की अति दिखी थी। इससे देश में 4.07 लाख हेक्टेयर क्षेत्र में लगी फसलें प्रभावित हुईं। 2023 में 318 दिन मौसम ऐसा रहा था। जब तक इन प्रतिकूल परिस्थितियों से निपटने के लिए बहु-आयामी नीति नहीं अपनाई जाती है तब तक ऐसी घटनाएं बढ़ती ही रहेंगी।

पिछले साल कम और असमान वर्षा के कारण गर्म हवा और बाढ़ की 250 घटनाएं सामने आईं। जलवायु परिवर्तन की वजह से बढ़ते तापमान और बाढ़ के कारण फसलों का उत्पादन घटने और इनमें पोषक तत्व कम होने का खतरा बढ़ता जा रहा है। बदलती परिस्थितियों को देखते हुए जलवायु के अनुकूल कृषि कार्यों की तरफ कदम बढ़ाना आवश्यक हो गया है। कृषि में जलवायु परिवर्तन सहने की क्षमता रखने तौर-तरीके, नालियों की प्रणाली में सुधार, बाढ़ एवं सूखा प्रबंधन और तकनीक अपनाकर कृषि क्षेत्र में क्षमता एवं टिकाऊपन बढ़ाया जा सकता है।

लंबे अरसे के लिए जल प्रबंधन पर भी हमें सतर्क रहना होगा। जैविक या रसायन रहित कृषि के बजाय प्राकृतिक कृषि को प्रोत्साहित करना होगा। इससे अलग-अलग मियाद वाली विविध फसलों से किसानों की आय ही नहीं बढ़ती बल्कि मिट्टी की गुणवत्ता भी बढ़ती है। कुल मिलाकर भारत को जलवायु परिवर्तन का प्रभाव कम करने और अनुकूल रणनीति अपनाने के लिए काम करना होगा।

सीएम ने 9 मोबाईल साइंस लैब को हरी झण्डी दिखाकर किया रवाना

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सरकारी विद्यालयों में पढ रहे छात्र-छात्राओं को लैब ऑन व्हील्स के माध्यम से 9 मोबाईल साइंस लैब की सौगात दी गई।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा प्रदेश के सरकारी विद्यालयों में पढ रहे छात्र-छात्राओं को लैब ऑन व्हील्स के माध्यम से 9 मोबाईल साइंस लैब की सौगात दी गई। मुख्यमंत्री ने कैम्प कार्यालय परिसर में मोबाईल साइंस लैब के विज्ञान मॉडलों का अवलोकन किया और 09 मोबाईल साइंस लैब को हरी झण्डी दिखा कर रवाना किया। पिछले वर्ष भी मुख्यमंत्री ने राज्य के चार जिलों चम्पावत, अल्मोड़ा, देहरादून एवं पौड़ी के लिए मोबाईल साइंस लैब को हरी झण्डी दिखा कर रवाना किया था।

यूकॉस्ट के महानिदेशक प्रो. दुर्गेश पंत ने बताया कि प्रथम चरण में राज्य के 04 जिलों क्रमश: चम्पावत, अल्मोड़ा, देहरादून एवं पौड़ी में लैब ऑन व्हील्स का सफल संचालन रहा जिसके अभूतपूर्व परिणाम को देखते हुए राज्य के शेष जनपदों में आज लैब ऑन व्हील्स का शुभारंभ किया गया। प्रो. पंत ने बताया कि उत्तराखण्ड राज्य विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी परिषद (यूकॉस्ट) द्वारा राज्य सरकार की महत्वकांक्षी परियोजना के माध्यम से राज्य के ग्रामीण/दूरस्थ क्षेत्रों में विज्ञान को लोकप्रिय बनाने और विज्ञान संचार गतिविधियों को बढावा देने का कार्य किया जा रहा है। परियोजना के अंतर्गत प्रयोगशाला, व्यवहारिक प्रदर्शनों /मॉडलों, विज्ञान गतिविधियों और प्रदर्शनों के माध्यम से प्रदेश के कक्षा छ: से दसवीं तक के छात्र-छात्राओं को जीव विज्ञान, रसायन विज्ञान, भौतिकी, गणित आदि विषय के पाठ्यक्रम को ओर अच्छे से सीखने एवं समझ पाने का अवसर प्रदान किया जा रहा है।

प्रो. पंत ने कहा कि यह प्रदेश में परियोजना का द्वितीय चरण है जिसके अंतर्गत शेष नौ जनपद उत्तरकाशी, टिहरी, चमोली, रुद्रप्रयाग, हरिद्वार, उधम सिंह नगर, नैनीताल, बागेश्वर एवं पिथौरागढ़ में किया जा रहा है।

इस अवसर पर विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी सचिव नितेश झा एवं साइंस सिटी सलाहकार जी एस रौतेला, यूकॉस्ट से संयुक्त निदेशक डॉ डी पी उनियाल, परियोजना समन्वयक ई. जितेन्द्र कुमार, अमित पोखरियाल, विकास नौटियाल, पुनीत सिंह एवं सहयोगी संस्था अगस्त्या इण्टरनेशनल से अमित कुमार, अशोक सिंह, योगेश के अलवा विभिन्न विद्यालयों के शिक्षक राम आश्रय चौहान, निधि, शिवानी कोहली, सीमा भंडारी, अभय शर्मा, सुमन गुप्ता, अनीता नेगी एवं छात्र-छात्राएं उपस्थित थे।

नाबालिग छात्रा से छेड़छाड़ का आरोपी शिक्षक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

चमोली। नाबालिग छात्रा से छेड़छाड़ के आरोपी शिक्षक को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। जानकारी के अनुसार बीते रोज एक व्यक्ति द्वारा अपनी नाबालिग पुत्री के साथ छेडखानी, गलत तरीके से छूने व गंदी-गंदी बाते करने के संबंध में उसके विद्यालय के शिक्षक देवेन्द्र चन्द्रवाल के खिलाफ एक लिखित तहरीर दी। पीड़ित की तहरीर के आधार पर पुलिस ने थाना गोपेश्वर में आरोपी देवेन्द्र चन्द्रवाल के खिलाफ पोक्सो अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर उसकी तलाश शुरू कर दी गयी। जिसे पुलिस ने कड़ी मशक्कत के बाद बीती शाम गोपेश्वर से गिरफ्तार कर लिया गया। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

एक जगह तैनात कर्मियों के स्थानांतर पर समिति ने मुख्यमंत्री का जताया आभार

संवाददाता

देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति ने एक जगह तैनात कर्मियों के स्थानांतरण करने पर मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त किया। आज यहां नेताजी संघर्ष समिति के उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल और महासचिव आरिफ वारसी ने संयुक्त प्रेस विज्ञप्ति जारी करते हुए प्रदेश के मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त किया है कि जिसमें उन्होंने एक ही जगह पर काफी समय से तैनात कर्मियों के स्थानांतरण की बात कही है। उन्होंने कहा है कि प्राय: यह देखा गया है की कुछ कर्मी कई कई वर्षों से एक ही जगह पर विराजमान है जबकि सरकार के नियम के अनुसार 3 वर्ष तक की एक जगह पर कार्य कर सकते हैं इसके बाद उनका स्थानतरण् हो जाना चाहिए। प्रभात और वारसी ने उम्मीद जताई है कि सरकार अपने वादे के अनुसार 3 वर्ष से अधिक कार्य करने वालों को का स्थानांतरण शीघ्र कराएगी तथा भ्रष्टाचार और रिश्वतखोरी पर रोक लगेगी।

दुकान में घुसकर मारपीट में दो के खिलाफ मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। दुकान में घुसकर मारपीट करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार रायपुर रोड निवासी अनुराध त्यागी ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि रायपुर रोड निवासी विजय अग्रवाल व वंश अग्रवाल ने उसकी दुकान में घुसकर उसके साथ मारपीट कर जान से मारने की धमकी दी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

16 पेटी शराब सहित दो तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

चमोली। शराब तस्करी कर रहे दो लोगों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से 16 पेटी अंग्रेजी शराब व तस्करी में प्रयुक्त वाहन बरामद किया गया है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम चौकी मेहलचौरी पुलिस को सूचना मिली की एक वैगन-आर कार खन्सर की ओर से शराब की पेटियाँ लेकर मेहलचौरी की तरफ आ रही है। जिस पर तत्काल चौकी प्रभारी मेहलचौरी अपर उप निरीक्षक विशन लाल द्वारा संदिग्ध वाहनों के लिए चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान खन्सर की ओर से मेहलचौरी की तरफ आ रही वैगनार कार को जब रूकने का इशारा किया गया तो वाहन चालक कार भगाने का प्रयास करने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। कार में सवार दो संदिग्ध व्यक्तियों विनोद कुमार पुत्र स्व. मिरमानी राम निवासी ग्राम नौगांव ग्राम सभा मूसू थाना गैरसैण चमोली व हयात सिंह पुत्र स्व. पदम सिंह निवासी ग्राम खेती थाना गैरसैण जिला चमोली को वाहन से 16 पेटी अग्रेजी शराब बरामद कर गिरफ्तार किया गया। जिनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही की जा रही है।

खुलासाः कर्ज में डूबे युवक ने खुद रची स्वयं के किडनैपिंग की कहानी

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कर्ज में डूबे युवक ने खुद ही अपने किडनैपिंग की कहानी रच डाली। मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने युवक को बरामद कर उसका पुलिस एक्ट में चालान कर दिया है।

जानकारी के अनुसार बीती एक अप्रैल को रवि कश्यप पुत्र प्रीतम सिंह निवासी कस्बा गंगोह मौहल्ला गुजरान जिला सहारनपुर उ.प्र. ने स्वयं के दामाद अजीत कश्यप पुत्र राकेश कुमार का अपनी दुकान भगत जी चाट भण्डार रानीपुर मोड से अपने घर के लिये निकलने व अभी तक वापस न आने के सम्बन्ध में गुमशुदगी दर्ज करायी गयी थी। मामले की गम्भीरता को देखते हुए पुलिस ने गुमशुदा युवक की तलाश शुरू कर दी गयी। जिनके द्वारा घटनास्थल से लेकर थाना क्षेत्र व थाना क्षेत्र से बाहर के रोडवेज बस अड्डा, रेलवे स्टेशन, टैक्सी स्टैंण्ड, भूपतवाला, कोर इंजीनियरिंग कॉलेज रुडकी, बहादराबाद, चण्डीघाट से ऋषिकेश तक कई सीसी कैमरे खंगाले गये।

जांच के दौरान सामने आया कि गुमशुदा अजीत अपनी गाडी को रुडकी मे स्वयं खडा कर गायब हो गया था व बस से ऋषिकेष जाने की फुटेज प्राप्त हुई। जिस पर टीम द्वारा उक्त गुमशुदा को ऋषिकेश से सकुशल बरामद किया गया। गुमशुदा अजीत ने देवबन्द के कुछ लोगो के पैसे देने थे जिस पर उसने अपने गायब होने की झूठी कहानी रच कर प्लान के मुताबिक रुड़की कोर कॉलेज के पास खाली पड़े प्लॉट पर बाइक खड़ी कर अपने दोस्त को फोन कर कुछ लोगों के उसके पीछे पड़े होने की बात कही और मोबाइल से सिम निकाल कर फेंक दिया। जिसके बाद वह बस से ऋषिकेश आ गया और खुद नींद की गोली खाकर खुद को जहर खुरानी गिरोह का शिकार होने का ड्रामा किया।

कार्यकर्ताओं की गिरफ्तारी के विरोध में उक्रांद ने निकाली आक्रोश रैली

संवाददाता

देहरादून। कार्यकर्ताओं की गिरफ्तारी को लेकर उत्तराखण्ड क्रांति दल ने आक्रोश रैली निकाल मुख्यमंत्री आवास कूच किया। जहां पर पुलिस ने बैरकेडिंग लगाकर उनको रोक दिया जिसके बाद उनको गिरफ्तार कर पुलिस लाईन भेजा।

आज यहां उत्तराखण्ड क्रांति दल के कार्यकर्ता परेड ग्राउंड में एकत्रित हुए जहां से उन्होंने आक्रोश रैली निकालकर मुख्यमंत्री आवास कूच किया। रैली परेड ग्राउंड से कनक चौक, राजपुर रोड होते हुए दिलाराम चौक से मुख्यमंत्री आवास की ओर चले। जहां पर पुलिस ने हाथीबडकला चौकी के पास बैकेडिंग लगाकर उनको रोक दिया। जिसके बाद प्रदर्शनकारियों व पुलिस के बीच तीखी नोंक झोंक हुई। जिसके बाद वह वहीं पर धरने पर बैठ गये। उनका आरोप था कि पुलिस ने उनके दो कार्यकर्ताओं को बेवजह गिरफ्तार कर जेल भेजा है। उन्होंने कहा कि उक्रांद कार्यकर्ताओं की गिफ्तारी बर्दाश्त नहीं की जायेगी। जिसके बाद उन्होंने जिला प्रशासन के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया।

एक नजर

पिकअप पलटी, 2 की मौत 7 घायल

हमारे संवाददाता

टिहरी। सड़क दुर्घटना में बीती शाम एक पिकअप वाहन के 10 मीटर नीचे खेतों में पलट जाने से जहां दो लोगों की मौत हो गयी वही सात लोग घायल हुए है। वाहन में बैठे सभी लोग भागवत कथा से आ रहे थे।

जानकारी के अनुसार भिलंगना ब्लॉक के पौनाड़ा गांव में श्रीमद्भागवत कथा सुनने के बाद श्रद्धालुओं को लेकर लौट रहा एक पिकअप वाहन अनियंत्रित होकर सड़क से 10 मीटर नीचे खेतों में जा गिरा। इस दर्दनाक हादसे में दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि सात लोग घायल हो गए। नायब तहसीलदार बालगंगा बिरम सिंह पंवार के अनुसार हादसे के वक्त वाहन में करीब 20 लोग सवार थे। जिनमें से 11 लोग पिकअप से छिटककर बाहर गिर गए और उन्हें मामूली चोटें आईं। घायलों में से तीन की हालत गंभीर बताई जा रही है, जिन्हें बेस अस्पताल श्रीनगर रेफर किया गया है।

बताया जा रहा है कि श्रद्धालु श्रीमद्भागवत कथा सुनकर गांव लौट रहे थे, तभी रास्ते में यह हादसा हो गया। हादसे की वजह का अभी तक स्पष्ट खुलासा नहीं हो पाया है, लेकिन माना जा रहा है कि पिकअप में क्षमता से अधिक लोग सवार थे और जिस रास्ते से वाहन गुजर रहा था वह काफी खराब और कच्चा था।

फरार हुआ मुठभेड़ में दबोचा बदमाश

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। दवा कारोबारी से हुई लूट की वारदात में शामिल रहा बदमाश रुड़की के सरकारी अस्पताल से पुलिस अभिरक्षा से फरार हो गया। आरोपी शौच का बहाना बनाकर पुलिसकर्मियों को गच्चा दे गया है। इस घटना से पुलिस महकमें में हड़कंप मचा हुआ है और पुलिस टीमें आरोपी की धरपकड़ में जुट गई है।

एसएसपी प्रमेंद्र सिंह डोबाल ने भी आरोपी के फरार होने पर खासी नाराजगी व्यक्त की है। देर रात भगवानपुर क्षेत्र में हुई मुठभेड़ के बाद पुलिस ने नन्हेड़ा में दवा कारोबारी से हुई लूट में शामिल रहे आरोपी अंशुल पुत्र प्रवीण निवासी हरचन्दपुर थाना मंगलौर को गिरफ्तार कर लिया था। पैर में गोली लगने के चलते आरोपी को रुड़की के सरकारी अस्पताल में भर्ती कराया गया था।

बताया जा रहा है कि आज सुबह आरोपी लघु शंका के लिए शौचालय में गया था ,जहां से खिड़की से कूद कर वह फरार होने में कामयाब रहा। काफी देर तक भी जब वह बाहर निकल कर नहीं आया तब सुरक्षा में तैनात कांस्टेबलों को घटनाक्रम की जानकारी हुई। आरोपी के पुलिस अभिरक्षा से फरार होने की सूचना मिलते ही पुलिस के होश फाख्ता हो गए। पुलिस के आला अफसर रुड़की के सरकारी अस्पताल पहुंचे। एसएसपी के निर्देश पर आसपास के क्षेत्रों में चेकिंग शुरू कर दी गई है। पुलिस का दावा है कि जल्द ही आरोपी को दबोच लिया जाएगा।

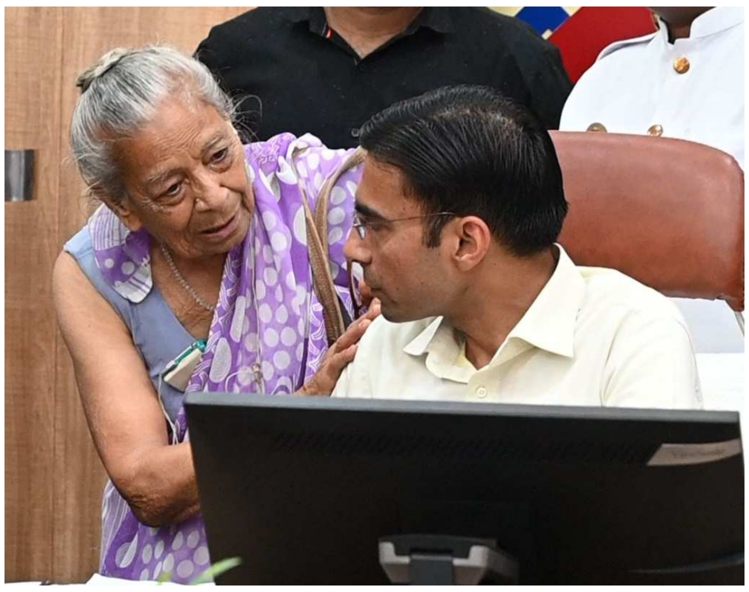
साधारण व्यक्ति, असाधारण व्यक्तित्व

विशेष संवाददाता

देहरादून। इस तस्वीर में आप जिस व्यक्ति को देख रहे हैं कुर्सी पर यह व्यक्ति कोई सामान्य आदमी नहीं है अगर आप इन्हें नहीं पहचानते हैं तो हम आपको बता देते हैं यह देहरादून के जिलाधिकारी हैं सविन बंसल। और उनके कंधे पर हाथ रखकर इनसे इतनी नजदीक और आत्मियता से इनसे बात कर रही यह उनकी माता जी नहीं है उनकी माताजी की उम्र की एक महिला है जो उन्हें अपनी कुछ निजी समस्याएं बता रही है।

सवाल यह है कि वर्तमान दौर में हमने किसी अधिकारी या फिर नेता को इतनी सौम्यता के साथ किसी आम नागरिक की बात सुनते और आत्मियता के साथ मिलते कभी नहीं देखा है। बस इसी बात से प्रेरित होकर हम यह समाचार लिखने पर विवश हुए हैं। काश! हमारे सभी लोक सेवक और लोकनायक ऐसे होते जो इतनी ईमानदारी से निष्ठा पूर्वक अपने कर्तव्यों का पालन करते और जनसाधारण की समस्याओं का समाधान कर पाते। बीते कल दून में उनकी जन सुनवाई के लिए लगी अदालत में 174 मामले आए जिनका निस्तारण उन्होंने मौके पर करा दिया गया।

गरीबी के कारण अपनी बेटी को शिक्षा दिला पाने में असमर्थ एक मां के आंसू देख कर उन्होंने नंदा सुनंदा योजना के तहत बेटी को अच्छे संस्थान में दाखिला दिलाने व एमसीए की पढ़ाई करने का रास्ता खोल दिया तो लाचार



जिलाधिकारी दून, सविन बंसल आम जन सुनवाई करते

मां उन्हें लाखों आशीर्वाद देती दिखाई दी। 10 साल से न्याय के लिए भटक रहे एक बुजुर्ग को जब न्याय मिला तो उसकी आंखें भर आई।

अभी बीते दिनों जिलाधिकारी सविन बंसल का एक वीडियो वायरल हुआ जिसमें वह एक शराब की दुकान पर सामान्य आदमी की तरह लाइन में लगकर शराब खरीद रहे थे। उनसे 20 रूपये अधिक वसूलने पर मौके पर ही दुकान पर कानूनी कार्रवाई की गई थी। निजी स्कूलों की मनमानी, फीस वृद्धि और पुस्तकों पर कमीशन खोरी को लेकर भी उन्होंने बुक शॉप्स पर छापेमारी कराई थी और उन्हें सील कराया था। उनका साफ कहना था कि शिक्षा के क्षेत्र में माफिया गिरी को नहीं चलने दिया जाएगा। अपनी अनूठी कार्यशैली के कारण उन्हें काम करने से भी रोके जाने के कई मामले सामने आ चुके हैं लेकिन हम उनका जिक्र यहां नहीं करेंगे।

हम एक बात जरुर कहना चाहेंगे कि इस दौर में अगर एक लोक सेवक और एक लोकनायक भी अगर इतनी निष्ठा सौम्यता तथा ईमानदारी से जन सेवा का कार्य कर रहा है तो वह असाधारण है। साधारण व्यक्ति ही इतना असाधारण हो सकता है और ऐसे साधारण व्यक्ति ही राष्ट्र और समाज की बड़ी धरोहर होते है तथा घोर अंधकार में उम्मीद की एक किरण भी। वरना कहने को तो देश में न प्रध ान सेवकों की कोई कमी है न मुख्य सेवकों की।

बस दुर्घटना के आरोपी चालक को पुलिस ने किया गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। सिंघनीवाला में हुई बस दुर्घटना के आरोपी चालक को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सिघंनीवाला क्षेत्र में हुई दुर्घटना, जिसमें बस सड़क में पलटकर दुर्घटनाग्रस्त हो गयी थी, जिसमे 01 व्यक्ति तथा एक बच्चे की मृत्यु हो गयी थी तथा 14 लोग घायल हुए। उक्त घटना के सम्बंध में वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा दोषियों के विरूद्ध सख्त कार्यवाही किये जाने के अधीनस्थ अधिकारियों को निर्देश दिये गये।

उक्त निर्देशों पर सहसपुर थाना पुलिस ने मुकदमा दर्ज करते हुये पुलिस टीम का गठन किया गया। गठित पुलिस टीम द्वारा दुर्घटना के बाद से ही फरार चल रहे बस चालक के सम्बंध में सुरागरसी/पतारसी करते हुए जानकारियां एकत्रित की गई, साथ ही उक्त बस के मालिक सुलेमान निवासी गाम बुढढी, पटेलनगर से पूछताछ कर जानकारियां एकत्रित की गई एंव आज बस चालक खालिद पुत्र इकबाल, निवासी ग्राम शेरपुर, थाना सहसपुर देहरादून को ग्राम हसनपुर अंडरपास के पास से पुलिस टीम द्वारा हिरासत में लिया गया है, अग्रिम वैधानिक कार्यवाही की जा रही है।

स्कॉर्पियो खाई में गिरी, मां की मौत बेटा गंभीर

हमारे संवाददाता

नैनीताल। सड़क दुर्घटना में आज सुबह एक स्कार्पियों के खाई में गिर जाने से जहां एक बुर्जुग महिला की मौत हो गयी वहीं उसका बेटा गम्भीर रूप से घायल हुआ है।

हादसा उस समय हुआ जब अल्मोड़ा के जौहरी बाजार निवासी विनय वर्मा अपनी मां उमा वर्मा को इलाज के लिए रामनगर ले जा रहे थे। बताया जा रहा है कि जैसे ही उनकी स्कॉर्पियो जोखिया के पास पहुंची, सामने से अचानक एक पर्यटक वाहन आ गया। टक्कर से बचने के प्रयास में विनय से वाहन से नियंत्रण खो दिया, जिससे स्कॉर्पियो अनियंत्रित होकर करीब 50 मीटर गहरी खाई में जा गिरी।

हादसे की सूचना राहगीरों ने तुरंत पुलिस को दी। सूचना पर पुलिस तत्काल मौके पर पहुंची और स्थानीय लोगों की मदद से दोनों घायलों को बाहर निकाला गया और बीडी पांडे अस्पताल पहुंचाया गया, जहां डॉक्टरों ने उमा वर्मा को मृत घोषित कर दिया। विनय वर्मा की हालत गंभीर बनी हुई है और उनका इलाज जारी है।

आर.एन.आई.- 59626/94

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक श्रीमती पुष्पा कांति कुमार द्वारा दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग घंटाघर, देहरादून से प्रकाशित तथा अवि प्रिंटर्स 21 ईसी रोड, देहरादून से मुद्रित।

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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