सोमवार

12 मई 2025

- देहरादून
- वर्ष 33
- अंक 100
- पृष्ठ 8
- मूल्य ₹ 1.00

33 साल से देहरादून का विश्वास

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

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

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

मुठभेड़ में बदमाश को लगी गोली!

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। भगवानपुर-मंगलौर हाईवे पर बीती शाम हुई फायरिंग की घटना में शामिल रहे एक बदमाश को पुलिस ने मुठभेड़ के बाद गिरफ्तार कर लिया है। मुठभेड़ के दौरान पुलिस की गोली लगने से बदमाश घायल हुआ है। जिसके पास से तमंचा व कारतूस बरामद किया गया है। पुलिस ने बदमाश को गिरफ्त में लेकर अस्पताल पहुंचाया जहां उसका उपचार जारी है।

जानकारी के अनुसार बीती शाम सालियर के पास भगवानपुर-मंगलौर हाईवे पर दो गुटों के बीच फायरिंग की घटना में नदीम पुत्र शमीम निवासी पुहाना थाना भगवानपुर (उम्र 27 वर्ष) को बाएं हाथ और पेट में गोली लगने से गंभीर रूप से घायल किया गया। घायल को तत्काल उपचार हेतु एम्स ऋषिकेश रेफर किया गया। मामले में पीड़ित के पिता की शिकायत पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी गयी।

फायरिंग की घटना को देखते हुए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक द्वारा देहात क्षेत्र में आरोपियों की गिरफ्तारी हेतु विभिन्न स्थानों पर सघन चेकिंग अभियान चलाने

❑अस्पताल में भर्ती, तमंचा व कारतूस बरामद

हेतु निर्देशित किया गया। इसी अभियान के अंतर्गत रात्रि करीब 1:05 बजे जब प्रभारी निरीक्षक कोतवाली गंग नहर पुलिस टीम के साथ निर्माणाधीन सलियर अंडरपास पर चेकिंग कर रहे थे, तभी पुलिस ने एक बिना नंबर की मोटरसाइकिल सवार युवक को रोकने का प्रयास किया गया। युवक ने रुकने के बजाय पुलिस टीम पर फायरिंग कर दी। युवक भागते हुए निर्माणाधीन एक्सप्रेसवे की कच्ची सर्विस लेन की ओर चला गया। करीब 600 मीटर आगे जाकर उसकी बाइक कच्ची मिट्टी में फंस गई। पुलिस टीम द्वारा पीछा करने पर युवक ने दोबारा पुलिस पर जान से मारने की नियत से फायरिंग की।

प्रभारी निरीक्षक द्वारा आत्मरक्षा में दो फायर किए, जिससे युवक घायल होकर गिर पड़ा। आरोपी की पहचान रोहित राणा पुत्र महावीर सिंह निवासी ग्राम करौंदी थाना भगवानपुर के रूप में हुई, जो पूर्व में हुई शाम की फायरिंग की घटना में संलिप्त पाया गया। आरोपी के पास से एक तमंचा, एक खोखा कारतूस, और एक जिंदा कारतूस बरामद हुआ। घायल हुए बदमाश को उपचार हेतु राजकीय चिकित्सालय भेजा गया, जहां उसका उपचार चल रहा है।

दून वैली मेल

संपादकीय

सीजफायर: सवाल ही सवाल

पहलगाम में आतंकियों की बर्बरतापूर्ण कार्यवाही का बदला लेने के लिए सरकार ने 15 दिन बाद जितने बड़े दावों के साथ ऑपरेशन सिंदूर लॉन्च किया गया तो देश के समूचे विपक्ष के साथ देश का हर नागरिक सरकार के समर्थन में खड़ा हो गया। क्योंकि आतंक के दंश से पूरा देश इस कदर अजीज आ चुका है कि किसी भी कीमत पर इस समस्या का स्थाई समाधान चाहता है। देश की सेना ने इस लक्ष्य को हासिल करने के लिए अपनी पूरी ताकत झोंक दी सिर्फ चार दिनों में पाकिस्तान को घुटनों पर ला देने वाली इस कार्यवाही के चौथे दिन बाद अचानक अमेरिका से एक खबर आती है कि हमारे प्रयास से भारत और पाकिस्तान तत्काल सीज फायर पर सहमत हो गए हैं इसके कुछ समय बाद भारत के रक्षा सचिव पत्रकार वार्ता के लिए आते हैं और सीज फायर की औपचारिक जानकारी मीडिया और आम लोगों को दी जाती है। इस सीज फायर के फैसले से सवाल उठने इसलिए भी लाजिमी थे क्योंकि यह जंग पाक और हिंदुस्तान के बीच हो रही थी फिर कोई तीसरा देश इसकी घोषणा कैसे कर सकता है वह भी एक ऐसा देश जिसके राष्ट्रपति आतंकियों के ठिकानों पर हमले को सेमफुल कार्यवाही बता रहा हो और खुद यह कह रहा हूं कि दोनों देश सालों से लड़ते आ रहे हैं हमें उनके बीच में नहीं पड़ना है वह खुद ही अपनी समस्या का समाधान ढूंढ लेंगे। लेकिन अब डोनाल्ड ट्रंप सिर्फ सीज फायर का ऐलान ही नहीं करते हैं बल्कि वह हजारों साल पुराने कश्मीर मुद्दे के समाधान का भी दावा कर रहे हैं। वह ट्रंप जिसे यह तक पता नहीं है मुद्दा हजारों साल पुराना नहीं है भारत पाक विभाजन के समय का है जिसे अभी 100 साल भी नहीं हुए हैं। क्या वह यह नहीं जानते हैं कि भारत अपने इस द्विपक्षीय मुद्दे में किसी की मध्यस्थता को बर्दाश्त न करने पर आडिग है। सीज फायर के बाद पाकिस्तान के प्रधानमंत्री इसे अपनी जीत बता रहे हैं और पाकिस्तानी इस पर जश्न मना रहे हैं। इस अभियान में जब भारत अपने लक्ष्य के करीब पहुंच गया तब भारत ने सीज फायर पर सहमति क्यों दी? भारत ने कैसे भरोसा कर लिया कि अब कोई आतंकी घुसपैठ नहीं होगी। भारत में अब कोई आतंकी घटनाएं नहीं होगी? पाक अपनी जमीन से चलने वाली आतंकियों की फैक्ट्री बंद कर देगा? मोदी सरकार ने इन सवालों को क्यों नजरअंदाज कर दिया सरकार की क्या मजबूरी थी सीज फायर क्या इसका फैसला लेने में सरकार ने विपक्ष को अपने विश्वास में लिया तमाम सवाल है जिन्हें विपक्ष ही नहीं अब हर एक देशवासी सरकार से पूछ रहा है। सरकार के इस फैसले को लेकर सोशल मीडिया पर जिस तरह की निम्न स्तर की भाषा शैली और गाली गलोंज लोग कह रहे हैं वह लिखे जाने लायक नहीं है। खास बात यह है कि यह सब करने वाले वह मोदी भक्त ही हैं जिन्होंने उन्हें राजनीति का भगवान बनाया है वह पूछ रहे हैं कि ट्रंप को किसने चौधरी बनाया? वह स्वर्गीय प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की याद उन्हें दिला रहे हैं जिन्होंने 1971 की जंग में अमेरिका कि उसे धमकी का जवाब देते हुए कहा कि तुम 60 बेड़े भेजो या 70 हम रुकने वाले नहीं है और पाक के 93000 सैनिकों को सशस्त्र सरेडर करने पर मजबूर कर दिया था। लोग कह रहे हैं कि आप तो जीती हुई जंग हार गए आपने तो गुड का गोबर कर डाला इतिहास तुम्हें कभी माफ नहीं करेगा। कोई पूछ रहा है क्या पहलगाम के वह आतंकी जिन्होंने 28 जान ली पाकिस्तान ने आपको सौंप दिए यह सीज फायर का फैसला अपने पीछे सैकड़ो सवाल छोड़ गया है। भारत पाक का अमेरिका और चीन जैसी महाशक्तियों के चंगुल में फंसना भी एक सवाल है लेकिन अभी जवाब किसी सवाल का नहीं है।

चार धाम यात्रा में उमड़ी भीड

❑मौसम के मिजाज में भी आया बदलाव

विशेष संवाददाता

देहरादून। बीते सप्ताह खराब मौसम और भारत-पाक के बीच तनाव की खबरों के कारण चार धाम यात्रा की रफ्तार में सुस्ती देखी गई थी लेकिन मौसम में आए बदलाव तथा भारत पाक के बीच संघर्ष व टकराव बढ़ने की आशंकाओं के कम होते ही एक बार फिर चार धाम यात्रियों की संख्या में बढ़ोतरी देखी जा रही है।

इस बार चार धाम यात्रा के लिए पंजीकरण के दौरान यात्रियों में भारी उत्साह देखा गया था। यात्रा शुरू होने से पूर्व ही 20 लाख से अधिक यात्रियों द्वारा पंजीकरण करा लिया गया था, वहीं हेली सेवा की बुकिंग भी एक दिन में एक माह के लिए फुल हो चुकी थी। इस बार यात्रा की शुरुआत जहां खराब मौसम के साथ हुई वहीं कई व्यवस्थागत खामियों के कारण भी यात्रा को झटका लगा। मौसम खराब होने के कारण यात्रियों को धामों से लेकर पड़ावो तक जगह-जगह रोके जाने व धामों में दर्शनों की व्यवस्था गड़बड़ा गई। मौसम खराब होने से हेली सेवाए तो प्रभावित हुई ही साथ ही हेली दुर्घटना में छह लोगों की मौत और घोड़े खच्चरों में संक्रामक बीमारी फैलने के कारण यात्रियों को तमाम तरह की समस्याएं उठानी पड़ी। लेकिन अब हेली

❑हेली व घोड़ा खच्चर सेवा सुचारु
❑भारत-पाक संघर्ष के बादल भी छटे

सेवा सुचारु हो गई है तथा घोड़े खच्चर भी स्वस्थ होकर वापस लौट आए हैं। इस बीच भारत-पाक के बीच युद्ध जैसे हालात पैदा होने के कारण भी यात्रियों द्वारा अपनी यात्रा स्थगित करने व होटल की बुकिंग कैंसिल कराने से यात्रा में सुस्ती देखी गई थी लेकिन अब सीज फायर की खबर के बाद फिर से यात्रियों का संख्या बढ़ने लगी है। तीर्थ पुरोहितों का कहना है कि अब फिर चारों धामों में यात्रियों की भीड़ बढ़ने लगी है तथा धामों में सभी व्यवस्थाओं को सुचारू बना लिया गया है। उन्होंने कहा कि खास तौर से केदार धाम आने वाले यात्रियों ने भारी उत्साह देखा जा रहा है धामों में यात्रियों के ठहरने की पर्याप्त व्यवस्था है तथा 20 से 25 हजार यात्री प्रतिदिन दर्शन कर सकते हैं। वही बद्रीनाथ में भी अच्छी खासी संख्या में यात्री पहुंच रहे हैं।

पीआरएसआई देहरादून ने ध्यान और सकारात्मकता पर आधारित सत्र आयोजित किया

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। पब्लिक रिलेशन्स सोसाइटी ऑफ इंडिया (पीआरएसआई), देहरादून चैप्टर द्वारा सकारात्मक सोच और सजग मन: प्रभावी जनसंपर्क का मूल मंत्र विषय पर एक प्रेरणादायक सत्र का आयोजन किया गया। यह आयोजन हडको कार्यालय, राजपुर रोड में हडको और आर्ट ऑफ लिविंग के सहयोग से संपन्न हुआ।

मुख्य वक्ता सुश्री श्वेता गोलानी रहीं, जो आर्ट ऑफ लिविंग की वरिष्ठ शिक्षिका एवं उत्तराखंड के लिए गवर्नमेंट एक्जीक्यूटिव प्रोग्राम की राज्य निदेशक हैं। उन्होंने ध्यान और मानसिक शांति के महत्व पर प्रकाश डाला तथा बताया कि कैसे सजगता और संतुलनपूर्ण मन के माध्यम से जनसंपर्क में सकारात्मकता लाई जा सकती है। उन्होंने आर्ट ऑफ लिविंग की गतिविधियों की जानकारी भी साझा की। कार्यक्रम का संचालन संजय भार्गव, क्षेत्रीय प्रमुख, हडको द्वारा किया गया, जो स्वयं आर्ट ऑफ लिविंग के प्रशिक्षक भी हैं। उन्होंने पीआरएसआई को इस सार्थक पहल के लिए धन्यवाद दिया।

पीआरएसआई देहरादून चैप्टर के अध्यक्ष रवि बिजारनियां ने कहा कि सकारात्मक सोच और सजगता जनसंपर्क को अधिक प्रभावशाली और अर्थपूर्ण बनाने की कुंजी है। हमें हर स्थिति को खुशी से स्वीकार करना चाहिए। मुस्कुराते हुए कोई बात कही जाए तो वो अधिक प्रभावी होती है।

कार्यक्रम में विभिन्न क्षेत्रों के प्रतिनिधियों ने सहभागिता की और इस अनुभव को अत्यंत उपयोगी बताया। पीआरएसआई के सचिव अनिल सती ने धन्यवाद ज्ञापित किया। कार्यक्रम में पीआरएसआई देहरादून चौप्टर के कोषाध्यक्ष सुरेश भट्ट, सदस्य वैभव गोयल, आकाश शर्मा, अनिल वर्मा, प्रताप बिष्ट, संजय बिष्ट, पुष्कर नेगी, सुधीर राणा, अमन नैथानी, संजय सिंह, अशोक कुमार, सुनील कुमार, संजय पांडेय मौजूद थे।

खलंगा वनक्षेत्र को वनाग्नि से बचाने को किया क्षेत्र का निरीक्षण

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। खलंगा वनक्षेत्र को वनाग्नि से बचाने हेतु विभागीय उपायों को अधिक प्रभावी बनाने, यहां पर बने युद्ध स्मारक की सुरक्षा, इस क्षेत्र को असामाजिक तत्वों से दूर रखने को लेकर प्रमुख वन संरक्षक (हॉफ) डॉ. धनंजय मोहन, एपीसीसीएफ मीनाक्षी जोशी, प्रभागीय वनाधिकारी अमित कुमार,अपर सचिव कहकहां नसीम द्वारा इस क्षेत्र का गहन निरीक्षण किया गया।

बलभद्र खलगां क्षेत्र विकास समिति तथा संयुक्त नागरिक संगठन के पदाधिकारी विगत दिनों इस वन क्षेत्र की प्रभावी सुरक्षा की मांग को लेकर वन मुख्यालय के प्रशासनिक अधिकारी बी पी गुप्ता से मिले थे। संज्ञान में आया है की यहां बन बैरियर लगाने तथा वन चौकी बनाने पर शीघ्र फैसले की संभावना है। समिति के कर्नल विक्रम सिंह थापा तथा संयुक्त नागरिक संगठन के सचिव सुशील त्यागी, ठाकुर शेर सिंह, क्षत्रिय चेतना मंच के सचिव रवि सिंह नेगी आदि ने इस बन विभाग के सकारात्मक कदमों का आभार व्यक्त किया है। निरीक्षण के दौरान रायपुर रेंज के स्टाफ भी उपस्थित रहे।

'आपरेशन सिंदूर' के सफलतापूर्वक संचालन के लिए सेना की भूरि-भूरि प्रशंसा की

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। भारतीय वैश्य महासंघ की महानगर कार्यकारिणी बैठक में भारतीय सेना के अदम्य साहस और पराक्रम से चलाए जा रहे 'आपरेशन सिंदूर' के सफलतापूर्वक संचालन के लिए भूरि-भूरि प्रशंसा करते हुए बधाई दी।

पाकिस्तान स्थित आतंकी ठिकानों पर हमला करके उनका अंत करने के लिए धन्यवाद ज्ञापित करते हुए प्रदेश अध्यक्ष विनय गोयल ने कहा कि भारतीय सेना के सशक्त प्रहार में मारे गये आतंकवादियों के जनाजे में पाकिस्तानी सेना के अधिकारियों के शामिल होने और पाकिस्तानी राष्ट्रपति और सेनाध्यक्ष द्वारा उनके शवों पर पुष्पचक्र चढ़वाए जाने से सिद्ध हो गया है कि पाकिस्तानी सेना ही आतंकवादियों के भेष में नरसंहार कर रही है अत: नरेंद्र मोदी सरकार द्वारा आतंकी हमलों को 'एक्ट आफ वार' घोषित करना एकदम सटीक निर्णय है। और सरकार का पाकिस्तान को किसी तरह की रियायत न देकर आगे भी कड़ी कार्रवाईयां जारी रखना उचित निर्णय है।

महानगर अध्यक्ष विनोद गोयल एवं संयोजक राजेंद्र प्रसाद गोयलने आगामी 8 जून को होने वाले विवाह योग्य वैश्य युवक युवतियों के परिचय सम्मेलन की तैय्यारियों की जानकारी देते हुए बताया कि इस बार आनलाइन रजिस्ट्रेशन की भी सुविधा प्रदान की गई है।

लोगों के बीच बहुत प्रचलित हैं लहसुन से जुड़े ये भ्रम, जानें इनकी सच्चाई

लहसुन न केवल खाने का स्वाद बढ़ाता है, बल्कि यह कई औषधीय गुणों से भी भरपूर होता है। हालांकि, लहसुन को लेकर कई भ्रम प्रचलित हैं, जिन्हें जानकर आपको हैरानी हो सकती है।

इस लेख में हम लहसुन से जुड़े ऐसे ही भ्रमों की सच्चाई जानेंगे और समझेंगे कि ये कितने सही हैं। इससे आपको लहसुन के असली फायदों और इसके उपयोग के सही तरीकों के बारे में जानकारी मिलेगी, जिससे आप अपने स्वास्थ्य का बेहतर ख्याल रख सकें।

भ्रम- लहसुन खाने से शरीर से दुर्गंध आती है

यह सबसे आम भ्रम है कि लहसुन खाने से शरीर से दुर्गंध आती है। हालांकि, सच यह है कि अगर आप नियमित रूप से लहसुन का सेवन करते हैं तो आपकी सांसों में दुर्गंध नहीं होती है।

दरअसल, लहसुन में एक खास तत्व होता है, जो बैक्टीरिया को खत्म करता है और मुंह की बदबू को दूर करता है। इसलिए लहसुन खाने से शरीर से दुर्गंध नहीं आती, बल्कि यह आपकी सेहत के लिए फायदेमंद होता है।

भ्रम- लहसुन का सेवन करना गर्मियों में सही नहीं है

गर्मियों में लहसुन खाने से शरीर में गर्मी बढ़ती है, ऐसा मानना भी एक भ्रम है।

असल में लहसुन में ऐसे तत्व होते हैं, जो शरीर को ठंडक पहुंचाते हैं और त्वचा के लिए भी फायदेमंद होते हैं।

गर्मियों में लहसुन का सेवन करने से आपको कई फायदे मिल सकते हैं जैसे कि पाचन तंत्र बेहतर होता है और रोगों से लडने की क्षमता मजबूत होती है। इसलिए गर्मियों में भी लहसुन का सेवन करना सुरक्षित है।

भ्रम- गर्भवती महिलाओं को लहसुन नहीं खाना चाहिए

गर्भवती महिलाओं को लहसुन न खाने देने का यह भ्रम भी गलत है।

वास्तव में गर्भावस्था में लहसुन खाना सुरक्षित होता है क्योंकि इसमें विटामिन्स और खनिज होते हैं, जो मां और बच्चे दोनों के लिए फायदेमंद होते हैं।

हालांकि, किसी भी चीज की अति नुकसानकारी हो सकती है इसलिए संतुलित मात्रा में लहसुन का सेवन करना चाहिए।

इस प्रकार गर्भावस्था में लहसुन खाना सुरक्षित होता है और इसे संतुलित मात्रा में शामिल किया जा सकता है।

भ्रम- लहसुन खाने से रक्तचाप कम होता है

लहसुन खाने से रक्तचाप कम होने का भ्रम भी फैलाया जाता है, लेकिन यह पूरी तरह सच नहीं है।

हालांकि, कुछ अध्ययनों से पता चला है कि लहसुन खाने से रक्तचाप थोड़ी बहुत कम हो सकती है, लेकिन इसे इलाज का विकल्प नहीं माना जा सकता है।

अगर किसी व्यक्ति को पहले से ही उच्च रक्तचाप की समस्या है तो उसे डॉक्टर की सलाह के बिना कोई भी घरेलू उपाय अपनाना नहीं चाहिए।

स्टाइलिश लुक के साथ गर्मी से बचायेंगे स्टोल

तेज गर्मी में अगर आप बाहर जा रहीं हैं तो ऐसे में आपके पास धूप से बचने के लिए कॉटन से लेकर कई वैराइटी के स्टोल मौजूद हैं। ये धूप से बचाने के साथ ही आपको स्टाइलिश लुक भी दे सकते हैं। अलग-अलग रंगों के डिजाइनर स्टोल लड़कियों को खूब लुभा रहे हैं।

इस तरह के स्टोल में कई रंगों के शेड उपलब्ध हैं। कई प्रकार के डिजायनर प्रिंट वाले स्ट्योल काफी बिक रहे हैं। गर्मी के दिनों में ये स्टाइलिश लुक देने के लिए साथ फैशनेबल भी लगते हैं। इनकी कीमत भी तकरीबन लगभग 200 रुपए से शुरू होती है। अगर आपको फूलों के डिजाइन वाली ड्रेस पसंद है, तो आप फ्लोरल स्टोल कैरी कर सकती हैं। फ्लोरल स्टोल ज्यादातर सिल्क, शिफॉन, सैटिन और कॉटन में तैयार किए जाते हैं। इनकी खासियत इसका फूलों वाला सुंदर प्रिंट है। इससे आपकी ड्रेस का लुक और खूबसूरत हो जाता है। फ्लोरल डिजाइन या प्रिंट वाले स्टोल अलग-अलग फैब्रिक में बहुत ही स्टाइलिश लुक देते हैं। ब्लैक एंड व्हाइट स्टोल हमेशा से ही चलन में रहे हैं। इनका फैशन हमेशा रहता है बस स्ट्याइल थोड़ा बदलता रहता है। ये किसी भी ड्रेस जींस, टॉप, कैप्री और कुर्तियों पर पहनने पर स्टाइलिश लुक देते हैं। काला और सफेद दोनों ही रंग किसी भी ड्रेस पर आसानी से चल जाता है। आजकल सिल्क और शिफॉन से बने स्टोल खूब पसंद किए जा रहे हैं। पार्टी वियर स्टोल में शीशे और मोतियों का वर्क किया जाता है। ये स्टोल कॉटन कपड़े में भी मौजूद हैं। इसके किनारों पर मोतियों से सजी लाइनें बहुत सुंदर दिखाई देती है।

गर्मियों में नैट के स्ट्योल भी काफी आर्काक लुक देते हैं। इन्हें आप लॉन्ग्घ स्ट्कर्ट या फिर लॉन्ग्घ कुर्ती के साथ कैरी करेंगी तो परफेक्ट्ट कॉम्बिनेशन लगेगा।

त्वचा का सुरक्षा कवच बन सकता है नीलगिरी तेल

त्वचा की देखभाल में एसेंशियल ऑयल की लोकप्रियता बढ़ रही है। ये तेल कम से कम साइड इफेक्ट के साथ महत्वपूर्ण त्वचा लाभ प्रदान करते हैं। ऐसा ही एक एसेंशियल ऑयल है नीलगिरी का तेल यानी यूकेलिप्टस ऑयल है। यह तेल नीलगिरी के पेड़ से आता है, जो ऑस्ट्रेलिया मूल से सम्बन्ध रखता है। यह कई फाइटोकेमिकल यौगिकों में समृद्ध है, जिसमें फ्लेवोनोइड्स, एल्कलॉइड और टैनिन शामिल हैं। तेल में महत्वपूर्ण एंटी- इन्फ्लेमेट्री, जीवाणुरोधी, एंटीसेप्टिक और एंटीऑक्सीडेंट गुण इसे खास बनाते हैं।

पर्यावरण से सुरक्षा करता है

एक अध्ययन के मुताबिक़ इसमें काफी मात्रा में मौजूद एंटीऑक्सिडेंट पर्यावरणीय आक्रमणकारियों से स्किन को होने वाले नुकसान से बचाते हैं। इसलिए अगर आप धूल या प्रदूषण वाले माहौल में रहती हैं, तो आपको नीलगिरी के तेल का इस्तेमाल जरूर करना चाहिए।

अब जानिए त्वचा के लिए कैसे करना है नीलगिरी के तेल का उपयोग

त्वचा को साफ़ करने के बाद आप यूकेलिप्टस एसेंशियल ऑयल का इस्तेमाल कर सकती हैं। नीलगिरी के तेल को सीधे त्वचा पर लगाने से जलन हो सकती है, क्योंकि यह काफी प्रभावकारी होता है। इसलिए आप इस तेल को डिफ्यूज़र या शॉवर में भी मिला सकती हैं। अपनी त्वचा पर दिन में एक से अधिक बार एक एसेंशियल ऑयल का उपयोग करना अच्छा नहीं है।

खुराक

नीलगिरी के तेल की कुछ बूंदों को जेल या किसी अन्य सपोर्टिंग तेल के साथ मिलाएं, जो आपकी त्वचा के अनुकूल हो। फिर आप इस मिश्रण को अपनी त्वचा पर लगा सकती हैं। हालांकि नीलगिरी के तेल का उपयोग करना आसान है, लेकिन इसके कुछ दुष्प्रभाव हो सकते हैं। उनके बारे में जानना भी जरूरी है।

त्वचा के लिए नीलगिरी के तेल के दुष्प्रभाव

अगर आप सोच रहीं हैं कि नीलगिरी के तेल को बिना डिफ्यूज़ किए अपनी त्वचा पर लगा सकती हैं, तो ऐसा बिलकुल न करें। अधिकांश एसेंशियल ऑयल तेलों की तरह, यह भी आपकी स्किन को नुकसान पहुंचा सकता है। नीलगिरी का तेल संवेदनशील त्वचा पर सूजन भी पैदा कर सकता है। इसलिए, नीलगिरी के तेल का उपयोग करने से पहले त्वचा विशेषज्ञ से सलाह लें।

नीलगिरी की पत्तियों से निकाले गए इस तेल का उपयोग कई उद्देश्यों के लिए किया जाता है। इसके संभावित त्वचा लाभों के लिए इसके जीवाणुरोधी, एंटीसेप्टिक और एंटी इन्फ्लेमेट्री गुण जिम्मेदार हो सकते हैं। हालांकि, तेल के इस्तेमाल से आपकी स्किन को होने वाले लाभ समझने के लिए आप त्वचा विशेषज्ञ से सलाह लें। यह भी सुनिश्चित करें कि आप इसके इस्तेमाल से पहले एक पैच टेस्ट ज़रूर करें।

सनबर्न में राहत दे सकता है

ब्यूटी एक्सपर्ट सुवर्णा के अनुसार नीलगिरी का तेल सनबर्न को शांत करने में मदद कर सकता है। इसके एंटी इंफ्लेमेटरी गुण त्वचा की लालिमा को कम करने में भी मदद कर सकते हैं। हालांकि, इस संबंध में और अधिक शोध की आवश्यकता है।

घावों को कीटाणुरहित करता है

त्वचा पर घाव भरने के लिए आप नीलगिरी के एसेंशियल ऑयल का उपयोग कर सकती हैं। यह उपचार प्रक्रिया में तेजी लाने में मदद कर सकता है। मेयो क्लीनिक के एक अध्ययन से पता चलता है कि नीलगिरी का तेल घाव भरने की प्रक्रिया में तेजी लाता है।

मॉइस्चराइज़ करता है

अध्ययनों से पता चला है कि नीलगिरी का तेल त्वचा को नमीयुक्त रखने, सूजन को कम करने और यूवीबी-प्रेरित कोलेजन गिरावट को रोकने के लिए सेरामाइड उत्पादन बढ़ा सकता है जिससे स्किन ड्राइनेस हटाने में मदद मिलती है।

गर्मी में इस तेल से करें शिशु की मालिश

शिशु की त्वचा कोमल रहे, और उन्हें कोई नुकसान ना हो इसके लिए लोग तरह-तरह के नुस्खे अपनाते हैं। ऐसे में बच्चों के लिए सबसे लाभदायक होती है तेल मालिश। जी दरअसल इसकी जरूरत बच्चो को अधिक होती है। वहीं तेल मालिश करने से नवजात को त्वचा संबंधी समस्याएं नहीं होती। आज के समय में बाजार में कई तेल उपलब्ध हैं, लेकिन बच्चों की मालिश के लिए ऑलिव ऑयल यानी जैतून के तेल का अपना महत्व है।जी दरअसल जैतून तेल से मालिश करने के फायदे बहुत हैं। अब आज हम आपको उन्ही के बारे में बताने जा रहे हैं।

जैतून तेल से बच्चों की मालिश करने के फायदे

त्वचा को मॉइस्चराइज करे- शिशु की त्वचा बहुत कोमल होती है और ऑलिव ऑयल मॉइस्चराइजिंग गुणों से भरपूर होते हैं। इसी के चलते इस तेल से मालिश करने के बाद बच्चे की त्वचा कोमल और सौम्य रहती है।

स्किन को पोषण देता है- जैतून यानी ऑलिव ऑयल में स्क्वैलिन होता है, और यह एक हाइड्रेटिंग एजेंट है, जो आपके बच्चे की त्वचा को नरम रखने में मदद करता है और पोषण देने का काम करता है।

डायपर रैशेज से छुटकारा - अगर आपका बच्चा डायपर पहनता है तो आप ऑलिव ऑयल को डायपर रैशेज के घरेलू उपचार के रूप में ले सकते हैं। इसका इस्तेमाल करने के लिए सबसे पहले ऑलिव ऑयल को हल्का गुनगुना करके बच्चे के रैशेज वाले हिस्से पर लगा सकते हैं। इससे बच्चे के शरीर पर दाने नहीं आएंगे।

अच्छी नींद - हेल्थ एक्सपर्ट्स कहते हैं कि बच्चों के लिए अच्छी नींद लेना बेहद जरूरी है। जी हाँ क्योंकि इससे उनका शारीरिक और मानिसक विकास अच्छे से होता है। वहीं बच्चों को अच्छी नींद आए, इसके लिए आप जैतून तेल से मालिश करें।

बालों के लिए फायदेमंद- ऑलिव ऑयल में विटामिन ई पाया जाता है, जिसकी मदद से बच्चों के बालों की ग्रोथ अच्छी रहती है।

सावधानियां-

बच्चे को किसी तरह की एलर्जी है तो जैतून के तेल का इस्तेमाल न करें।

इस तेल के उपयोग से शरीर पर रैशेज आने लगें तो इस्तेमाल बंद कर दें।

आप किसी तरह के मिलावटी जैतून तेल का इस्तेमाल न करें।

गर्मियों के दौरान रोजाना आमरस का सेवन क्यों है फायदेमंद?

गर्मियों में आमरस का सेवन करना एक बेहतरीन विकल्प हो सकता है। यह न केवल स्वादिष्ट होता है, बल्कि कई पोषण गुणों से भरपूर भी है।

आमरस बनाने के लिए पके आमों का उपयोग किया जाता है, जो विटामिन-सी, विटामिन-ए और फाइबर से भरे होते हैं।

इस लेख में हम आपको पांच ऐसे कारण बताएंगे, जिनसे आप जानेंगे कि गर्मियों के दौरान रोजाना आमरस का सेवन क्यों फायदेमंद होता है।

शरीर को ठंडक पहुंचाने में है मददगार

गर्मियों में अक्सर शरीर का तापमान बढ़ जाता है, जिससे असुविधा हो सकती है।

आमरस का सेवन शरीर को ठंडक पहुंचाने में मदद करता है। इसमें मौजूद पानी और प्राकृतिक मिठास इसे एक बेहतरीन पेय बनाते हैं, जो आपको ताजगी और ठंडक प्रदान करते हैं।

इसके अलावा आमरस में विटामिन-सी और एंटीऑक्सीडेंट्स भी होते हैं, जो आपके शरीर को ठंडक देने के साथ-साथ तरोताजा महसूस कराते हैं।

पाचन क्रिया के लिए है लाभदायक

आमरस में मौजूद फाइबर पाचन क्रिया को सुधारने में मदद करता है। यह कब्ज, गैस और अपच जैसी समस्याओं से राहत दिलाता है।

इसके नियमित सेवन से आपका पाचन तंत्र स्वस्थ रहता है और भोजन अच्छे से पचता है।

फाइबर की मात्रा अधिक होने के कारण यह आंत के स्वास्थ्य को भी बेहतर बनाता है, जिससे आप हल्का महसूस करते हैं।

इसके अलावा आमरस में मौजूद प्राकृतिक तत्व पाचन क्रिया को मजबूत बनाते हैं।

रोग प्रतिरोधक क्षमता को मिलता है बढ़ावा

आमरस में विटामिन-सी की भरपूर मात्रा होती है, जो रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत बनाने में सहायक होती है।

यह विटामिन आपके शरीर की बीमारियों से लडने की ताकत को बढ़ाता है और आपको बीमारियों से बचाए रखता है।

नियमित रूप से आमरस पीने से आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता बेहतर होती है और आप अधिक ऊर्जा महसूस करते हैं।

इसके अलावा इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स भी आपकी प्रतिरोधक क्षमता को मजबूती देते हैं, जिससे आप तरोताजा महसूस करते हैं।

दिल के लिए है सुरक्षित

आमरस का सेवन दिल की सेहत के लिए भी फायदेमंद होता है। इसमें मौजूद तत्व दिल के रोग के जोखिमों को कम करने में मदद करते हैं।

इसके अलावा आमरस में पाए जाने वाले पोटेशियम और मैग्नीशियम रक्तचाप को नियंत्रित करने में सहायक होते हैं।

नियमित रूप से आमरस पीने से आपका दिल तंदुरुस्त रहता है और आप अधिक ऊर्जा महसूस करते हैं।

इसके अलावा इसमें मौजूद प्राकृतिक तत्व दिल को स्वस्थ रखते हैं।

पानी की कमी को पूरा करने में है सहायक

गर्मियों में शरीर में पानी की कमी को पूरा करना बहुत जरूरी होता है।

आमरस में उच्च मात्रा में पानी मौजूद होता है, जो आपको हाइड्रेटेड रखता है और थकान दूर करता है। इसमें प्राकृतिक मिठास होने के कारण यह ऊर्जा भी प्रदान करता है।

इसके अलावा इसमें मौजूद विटामिन्स और मिनरल्स आपकी त्वचा को तरोताजा बनाते हैं। इन सभी गुणों के कारण आमरस गर्मियों में एक बेहतरीन पेय बन जाता है, जिसे रोजाना पीना फायदेमंद होता है। (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 *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

रात में आंखों से काजल साफ करके सोएं

जब भी मेकअप की बात की जाती हैं तो काजल को जरूर शामिल किया जाता हैं जो भारतीय महिलाओं के मेकअप का अभिन्न हिस्सा बन चुका हैं। काजल मुरझाई हुई आंखों में भी नई जान डाल देता हैं। काजल कई प्रकार के मिलते हैं, जैसे पेन्सिल, रोल और या फिर बॉक्स में। आजकल तो वाटरप्रूफ काजल भी आने लगा हैं। काजल का इस्तेमाल करना तो सभी पसंद करते हैं लेकिन इसे रात को सोने से पहले हटाना मुश्किल हो जाता हैं क्योंकि इसे आंख की वॉटरलाइन पर लगाया जाता है। कई बार ऐसा होता हैं कि हटाने के बाद भी काजल रह ही जाता हैं। ऐसे में आज हम आपको कुछ आसान तरीके बताने जा रहे हैं जिनकी मदद से आसानी से काजल को हटाया जा सकता हैं और संवेदनशील आंखों को भी नुकसान नहीं होगा। आइये जानते हैं इन तरीकों के बारे में...

नारियल तेल

नारियल का तेल सबसे सुरक्षित और सबसे प्रभावी चीजों में से एक है जिसका उपयोग आप सभी प्रकार के मेकअप को हटाने के लिए कर सकती हैं, विशेष रूप से आंख और होंठों के लिए यह तेल बहुत ही अच्छा होता है। इसके लिए आप वर्जिन या कोल्ड प्रेस्ड वेरिएंट तेल का इस्तेमाल करें। आप क्यू-टिप पर या कॉटन पैड पर नारियल लेकर और धीरे से इसे वॉटरलाइन को साफ करें। कुछ सेकंड के लिए इसे ऐसे ही छोड़ दें और धीरे से प्रोडक्ट को हटा दें।

बेबी ऑयल और बेबी वाइप्स

यह सबसे जेंटल आई मेकअप रिमूवर है जिसे आप बाजार से प्राप्त कर सकते हैं। बेबी ऑयल की कुछ बूंदों के साथ एक कॉटन बॉल को गीला करें और आसानी से आँखों पर स्वाइप करें। इसके बाद आंखों को गुनगुने पानी से धो लें। मेकअप वाइप्स और बेबी वाइप्स दोनों ही जिद्दी काजल और उसके स्मज से छुटकारा पाने के असरदार तरीके हैं।

ऑलिव ऑयल

ऑलिव ऑयल एक और पोषक तत्वों से भरपूर तेल है जिसका इस्तेमाल आप मेकअप हटाने और आंखों के नाजुक हिस्से को मॉइश्चराइज करने के लिए भी कर सकती हैं। आंखों से काजल हटाने के लिए आप तेल आर्गेनिक और वर्जिन वेरिएंट तेल का उपयोग करें और नारियल तेल की तरह इसका भी इस्तेमाल करें

कच्चा दूध

जी हां, आंखों का मेकअप साफ करने के लिए हम कच्चे दूध का इस्तेमाल कर सकते हैं। वास्तव में, आप त्वचा की रंगत को निखारने के लिए कच्चे दूध को पूरे चेहरे पर लगा सकते हैं। कच्चे दूध के इस्तेमाल से नॉन वाटरप्रूफ काजल को आसानी से हटाया जा सकता है। आप अपने पूरे चेहरे को साफ करने के लिए कच्चे दूध का भी इस्तेमाल कर सकते हैं।

क्लींजिंग मिल्क

अगर तेल का इस्तेमाल करना आपको अच्छा नहीं लगता है तो आप क्लींजिंग मिल्क का इस्तेमाल भी कर सकती हैं। इसके लिए कॉटन बॉल पर पर्याप्त मात्रा में क्लींजिंग मिल्क लें और इससे काजल को धीरे-धीरे पोंछ लें। आप इसे 2-3 बार दोहरा सकती हैं जब तक कि काजल पूरी तरह से साफ न हो जाए।

गीले कपडे का इस्तेमाल करें

यदि आप जल्दी में हैं तो सबसे आसान चीज जो आप अपना सकते हैं वह है कपड़े का एक गीला टुकड़ा। यह सुरक्षित है और आपको केवल यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि आप इसे आंखों पर धीरे से रगड़ें और बहुत कठोर न हों। काजल को आँखों से हटाने के सबसे तेज़ तरीकों में से एक यह है कि रुमाल की तरह एक बहुत ही नरम कपड़ा लें और इसे कुछ सेकंड के लिए नल के नीचे रखें। कपड़े से अतिरिक्त पानी निकाल दें और इसका इस्तेमाल काजल को धीरे से पोंछने के लिए करें।

मिस्लर वॉटर

आंखों पर काजल के अवशेष से छुटकारा पाने के लिए मिस्लर वॉटर एक और बेहतरीन विकल्प है। अपनी त्वचा के टाइप के अनुसार किसी भी मिस्लर वॉटर को चुनें। इसे बाउल में थोड़ा सा डालें और इसमें क्यू-टिप डुबोएं। जब एक बार क्यू-टिप प्रोडक्ट को सोख लेती है तो आप इसे काजल को धीरे से पोंछने के लिए इस्तेमाल कर सकती हैं।

गुलाब जल

आंखों के मेकअप को हटाने के लिए गुलाब जल बहुत ही कोमल और प्रभावी घटक है। यह आंखों को बिल्कुल नहीं चुभता है और काजल के सभी निशान को प्रभावी रूप से हटा देता है।

पेट्रोलियम जैली

आप अपनी आंखों से काजल अवशेषों को हटाने के लिए वैसलीन जैसी पेट्रोलियम जैली का उपयोग कर सकती हैं। अपनी उंगलियों पर थोड़ी सी वैसलीन लें और जहां भी काजल के निशान हो वहां पर मसाज करें। अब कॉटन पैड लें और धीरे से काजल को हटा दें।

शब्द सामर्थ्य -26

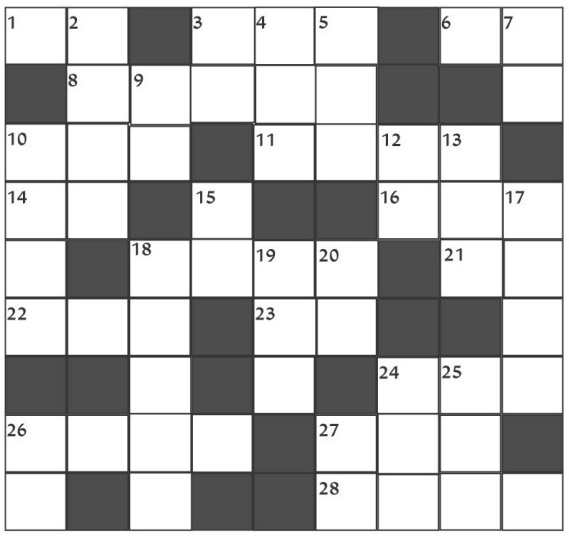
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. याद, स्मरण 3. अग्नि, आग, पवित्र करने वाला 6. गौ जाति का नर 8. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 10. मुस्कुराहट, तबस्सुम 11. खारा, नमक के स्वाद जैसा 14. मुख्यभाग, निचोड़ 16. पिंडली व एड़ी के बीच की दोनों ओर उभरी हड्डी, गुल्फ 18. अद्भूत, विचित्र 21. सम्राट, बादशाह, नरेश 22. कृति, निर्माण करना, बनाना 23. बड़ी थाली 24. समूह, दल 26. एहसानमंद, कृतज्ञ 27. ध्वनि, सदा 28. श्रीकृष्ण के बड़े भाई, हलधर।

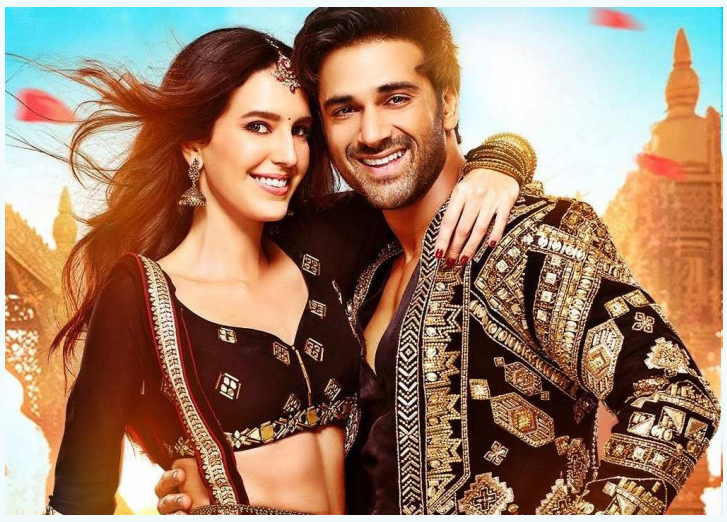
ऊपर से नीचे

2. अपमान, अनादर, अवज्ञा 3. जल, नीर, अम्बु 4. वाणी, वादा, कथन 4. कर्म शब्द का अपभ्रंश, भाग्य 7. लकड़ी का घूमने वाला एक गोल खिलौना, बिजली का बल्ब 9. लोग, प्रजा 10. यात्री, राही, पथिक 12. कीड़ा 13. चोचला, अदा 15. दंड 17. अवैध, अनुचित 18. जो आधिकारिक न हो, जो अधिकार प्राप्त न हो 19. जैसा होना चाहिए ठीक वैसा, सत्यपरक, वाजिब 20. ताकत, शक्ति 24. प्रश्न, समस्या 25. घटना, घटना का वर्णन 26. एक प्रसिद्ध पक्षी जो रात में विचरण करता है, लक्ष्मीजी की सवारी 27. पानी, चमक।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 25 का हल

टे	ढ़ा	मे	ढ़ा	■	म	हा	र	त
क	■	ह	■	■	■	■	ज	न
■	जा	न	की	■	क	म	नी	य
■	■	त	म	क	ना	■	■	■
म	■	■	त	ह	त	■	दा	ब
सी	मा	■	■	ला	■	स	न	द
हा	थ	म	ल	ना	■	वा	■	च
■	■	द	■	■	घा	ल	मे	ल
■	ब	द	ह	वा	स	■	■	न



पुलकित सम्राट की सुस्वागतम खुशामदीद 16 मई होगी रिलीज

बहुप्रतीक्षित रोमांटिक कॉमेडी सुसावगाथम खुशामदीद का टीज़र आखिरकार रिलीज़ हो गया है –और यह गर्मजोशी, रंग और युवा ऊर्जा से भरा हुआ लग रहा है। धीरज कुमार द्वारा निर्देशित यह फिल्म एक दिल को छू लेने वाली अंतर–सांस्कृतिक प्रेम कहानी है, जो आज के समय में ताज़ा और बहुत प्रासंगिक है।

अपनी करिश्माई स्क्रीन उपस्थिति के लिए मशहूर पुलकित सम्राट इस फिल्म में खूबसूरत नवोदित अभिनेत्री इसाबेल कैफ के साथ अभिनय कर रहे हैं। इस जोड़ी की केमिस्ट्री स्वाभाविक और आकर्षक है, जो एक ऐसे प्रेम को जीवंत करती है जो सीमाओं और संस्कृतियों से परे पनपता है।

एकता, आशा और सांस्कृतिक संबंध की पृष्ठभूमि पर आधारित सुसावगाथम खुशामदीद महज एक प्रेम कहानी नहीं है। यह एक अच्छी, रंगीन कहानी है जो हास्य, भावना और सार्थक कहानी कहने का एक सुंदर संयोजन है –जिसे भव्य दृश्यों और आकर्षक संगीत के साथ प्रस्तुत किया गया है।

टीजर में एक ऐसी प्रेम कहानी की झलक मिलती है जो एकता और समावेश की भावना पर आधारित है और आज के विभाजित माहौल में एक मजबूत संदेश देती है। हर फ्रेम उत्सव और जुड़ाव की भावना पैदा करता है।

श्रवण कुमार अग्रवाल, अनिल अग्रवाल, धीरज, दीपक धर, अज़ान अली और सुनील राव द्वारा निर्मित, फिल्म का सह–निर्माता जावेद देवरियावाले, अजय बरनवाल, संजय सुराणा, अशफ़ा हसन, सादिया असीम हैं। फिल्म में शानदार कलाकार हैं – साहिल वैद, प्रियंका सिंह, स्वर्गीय ऋतुराज सिंह, मेघना मलिक, स्वर्गीय अरुण बाली, नीला मुलेरकर, मनु ऋषि चड्ढा, प्रशांत सिंह, राजकुमार कनौजिया, मेहुल सुराणा, श्रुति उल्फत और सज्जाद डेलाफ्रोस।

फिल्म का संगीत ज़ी म्यूजिक कंपनी के तहत जारी किया जाएगा और यह फिल्म 16 मई 2025 को देशभर के सिनेमाघरों में रिलीज होगी। यह रिलायंस एंटरटेनमेंट द्वारा प्रस्तुत प्रस्तुति है, जिसका निर्माण इनसाइट इंडिया, एंडेमोल शाइन इंडिया, येलो एंट प्रोडक्शंस, शुरभि एंटरटेनमेंट, अज़ान एंटरटेनमेंट और यू एंटरटेनमेंट के सहयोग से किया गया है।

किलर कॉमेडी लेकर आ रहे अक्षय कुमार

थिएटर्स में एक बार फिर हंसने के लिए तैयार हो जाइए। क्योंकि अब सिनेमाघरों में मल्टीस्टारर किलर कॉमेडी फिल्म हाउसफुल 5 आ रही है। किलर कॉमेडी फिल्म हाउसफुल 5 का टीजर जारी हो गया है, जो काफी मजेदार है। टीजर में फिल्म की तकरीबन पूरी स्टारकास्ट नजर आ रही है। हाउसफुल 5 साजिद नाडियाडवाला ने प्रोड्यूस की है, जिसे तरुण मनसुखानी ने डायरेक्ट किया है।

टीजर की शुरुआत समुद्र के बीत चल रहे एक क्रूज से होती है, जिसपर फिल्म की पूरी स्टारकास्ट मौजूद है। क्रूज पर गाना– बजाना चल रहा है और तभी अक्षय कुमार की दो लुक (शॉकिंग–कॉमेडी) में एंट्री होती है और अक्षय के पीछे चंकी पांडे, जॉनी लीवर, सौंदर्या शर्मा और चित्रांग्दा सिंह दिख रही हैं। इसके बाद रितेश देशमुख, अभिषेक बच्चन, जैकलीन फर्नांडिस, सोनम बाजवा, नरगिस फाखरी, फरदीन खान, श्रेयस तलपड़े, चित्रांग्दा सिंह, डीनो मोर्या, चंकी पांडे, जॉनी लीवर, निकितेन धीर, सौंदर्या शर्मा और रंजीत की एंट्री होती है। इसके बाद जैकी श्रॉफ, संजय दत्त और नाना पाटेकर की एंट्री होती है।

इसके बाद टीजर में विलेन के चेहरे तो नहीं दिखते हैं, लेकिन खूनी खेल जरूर दिखता है और फिर झूमर के ऊपर से एक लाश सभी स्टारकास्ट के बीच आकर गिरती है और अंत में एक नकाबपोश को एक शख्स का कत्ल करते देखा जाता है। फिल्म हाउसफुल 5 के इस किलर टीजर ने लोगों की बेचैनी को बढ़ाने का काम किया है। यानी अब हाउसफुल एक हॉरर कॉमेडी नहीं बल्कि किलर–थ्रिलर और सस्पेंसिव फिल्म होने जा रही है। फिल्म आगामी 6 जून 2025 को वर्ल्डवाइड रिलीज होगी। बता दें, इस गर्मी हाउसफुल 5 दर्शकों को खूब लोटपोट करने जा रही है, क्योंकि पूरी फिल्म क्रूज में शूट हुई है और इसके अंदर ही कातिल छिपा है, जो कहानी में मौत का सस्पेंस डालने वाला है।

अवनीत कौर ने बिखेरा हुस्न का जलवा, इंस्टाग्राम पर शेयर की ग्लैमरस तस्वीरें

टीवी से लेकर फिल्मों तक अपनी अदाओं का जादू बिखेरने वाली अवनीत कौर ने एक बार फिर सोशल मीडिया का तापमान बढ़ा दिया है। एक्ट्रेस ने हाल ही में अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर कुछ लेटेस्ट तस्वीरें शेयर की हैं, जिनमें उनका हॉट और स्टाइलिश लुक फैंस को दीवाना बना रहा है। इन तस्वीरों में अवनीत ने पिंक ऑफ–शोल्डर टॉप और डेनिम जीन्स पहनी हुई है। उनका कॉन्फिडेंट पोज, सिंपल मेकअप और स्टाइलिश एक्सेसरीज लुक को और भी ग्लैमरस बना रहे हैं। कैप्शन में अवनीत ने लिखा, गर्मी के दिन सपने देखना और बताया कि उन्होंने यह लुक लीक्लोथिंगकंपनी से लिया है।

फैंस ने कमेंट सेक्शन में दिल और फायर इमोजी की बरसात कर दी है। कोई उन्हें 'ड्रीम गर्ल' कह रहा है तो कोई 'एंजेलिक' लुक की तारीफ कर रहा है। महज 1 घंटे में तस्वीरों को 94 हजार से ज्यादा लाइक्स मिल चुके हैं, जो बताता है कि अवनीत की फैन फॉलोइंग कितनी जबरदस्त है।

बता दें कि अवनीत कौर इन दिनों अपने फैशन सेंस और सोशल मीडिया पोस्ट्स को लेकर लगातार चर्चा में बनी रहती हैं। वे जल्द ही अपनी अगली फिल्म को लेकर भी कोई बड़ा ऐलान कर सकती हैं।

अजय देवगन की बेटी न्यासा देवगन जल्द करेंगी बॉलीवुड में डेब्यू

अजय देवगन और काजोल की बेटी न्यासा देवगन अक्सर किसी न किसी कारण चर्चा में रहती हैं। बॉलीवुड में कदम रखने से पहले ही उन्होंने लोगों के बीच अपनी अलग पहचान बना ली है।

न्यासा के प्रशंसक उन्हें जल्द ही किसी फिल्म में देखने चाहते हैं और लगता है कि फैंस की ये ख्वाहिश जल्द पूरी हो जाएगी।

दरअसल, जाने–माने मनीष मल्होत्रा ने न्यासा के बॉलीवुड में डेब्यू के संकेत दिए हैं। आइए जानें उन्होंने क्या कहा।

मनीष मल्होत्रा ने हाल ही में अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम पर न्यासा की कुछ तस्वीरें साझा की हैं, जिसमें वह गुलाबी और गोल्डन रंग का लहंगा पहने नजर आ रही हैं। न्यासा के इस लहंगे को खुद मनीष ने डिजाइन किया है।

मनीष ने इसके कैप्शन में लिखा, न्यासा सिनेमा आपका इंतजार कर रहा है। इसके बाद उन्होंने लहंगे से जुड़ी जानकारी अपने प्रशंसकों के साथ साझा की।

न्यासा की ये तस्वीरें सोशल मीडिया पर खूब वायरल हो रही है।

लोकतंत्र में रचनात्मक आलोचना बहुत जरूरी

हर्ष रंजन

वर्ष 2014 में पदभार ग्रहण करने के बाद से प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने समावेश, सम्मान और सभी के लिए विकास के मंत्र के साथ शासन को गति दी है।

अल्पसंख्यक कल्याण के प्रति उनके प्रशासन की नीतियां इस दर्शन को केवल शब्दों में ही नहीं, बल्कि परिवर्तनकारी कार्य में भी रेखांकित करती हैं। लेकिन मोदी सरकार भारत के अल्पसंख्यक समुदायों विशेष रूप से मुसलमानों को सशक्त बनाने के लिए अथक प्रयास करती है तो कुछ निहित स्वार्थी तत्व जनता को गुमराह करने और बहुत जरूरी सुधारों में बाधा डालने का प्रयास करते हैं।

हाल के वर्षों में सरकार ने समाज के सभी वर्गों के उत्थान के लिए कई ऐतिहासिक पहल और योजनाएं शुरू की हैं, जिनमें बाल विकास, महिला सशक्तिकरण, वृद्धावस्था सुरक्षा, वित्तीय समावेशन, अंतिम व्यक्ति तक परिवहन व संचार संपर्क, शिक्षा, स्वास्थ्य और आवास जैसे क्षेत्रों के लिए विशेष केंद्रित प्रयास शामिल हैं। पोषण अभियान, पीएम आवास योजना, समग्र शिक्षा अभियान, पीएम मुद्रा योजना और जल जीवन मिशन जैसे कार्यक्रम इस समावेशी मॉडल के उदाहरण हैं, जो सार्वभौमिक और न्यायसंगत व्यवस्था के माध्यम से अल्पसंख्यकों सहित उन लोगों को समग्र सहायता प्रदान करते हैं, जिन्हें इसकी सबसे अधिक आवश्यकता है।

वक्फ अधिनियम में सुधार के लिए सरकार का हालिया कदम भी उतना ही महत्त्वपूर्ण है, जो लंबे समय से लंबित था। मुस्लिम समुदाय के कल्याण के उद्देश्य के लिए बनाई गई वक्फ संपत्तियों में दशकों से जवाबदेही की कमी और अपारदर्शी प्रबंधन मौजूद है। नये संशोधन नियामक निरीक्षण, निष्पक्षता और पारदर्शिता लाकर इसे ठीक करने का प्रयास करते हैं। दुर्भाग्य से, इसने उन लोगों के सुनियोजित विरोध को जन्म दिया है, जो कभी यथास्थिति से लाभान्वित होते थे। उनकी बेचैनी समझी जा सकती है; लेकिन सबसे अधिक चिंता की बात यह है कि विपक्ष किस तरह सांप्रदायिक बयानबाजी में उलझा रहता है और सरकार द्वारा जनता के हित में किए जा रहे ठोस प्रयासों को आसानी से नजरअंदाज कर देता है।

सरकार की गहरी प्रतिबद्धता को समझने के लिए 2025 की आगामी हज यात्रा के लिए सरकार के व्यावहारिक दृष्टिकोण को देखना ही काफी है। प्रधानमंत्री मोदी के दूरदर्शी नेतृत्व और केंद्रीय अल्पसंख्यक कार्य मंत्री किरेन रिजिजू के समर्पित प्रयासों के तहत सऊदी अरब में भारतीय तीर्थयात्रियों के लिए सम्मानजनक और निर्बाध व्यवस्था सुनिश्चित की जा रही है। कुछ ही सप्ताह पहले रिजिजू ने भारतीय तीर्थयात्रियों के लिए सम्मानजनक व्यवस्थाओं का व्यक्तिगत रूप से निरीक्षण करने और इसे सुनिश्चित करने के लिए सऊदी अरब का दौरा किया था।

यह दिखावा नहीं है। यह ऐसी सरकार का स्पष्ट प्रतिबिंब है, जो दिखावे से ज्यादा गरिमा को महत्त्व देती है। बहुत कम पिछली सरकारों ने ऐसे आध्यात्मिक महत्त्व के मामले में भारतीय मुसलमानों के लिए इस स्तर की भागीदारी और देखभाल का प्रदर्शन किया है।

इतना ही नहीं, पारदर्शिता, निष्पक्षता और समान अवसर को बढ़ावा देने के उद्देश्य से एक ऐतिहासिक कदम उठाते हुए प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में भारत सरकार ने हज 2023 से 500 सीटों के विवेकाधीन हज कोटे को समाप्त कर दिया है। यह कोटा, जो पहले मंत्रियों, राजनयिकों और नौकरशाहों सहित वीआईपी के लिए आरक्षित था, अक्सर पवित्र तीर्थयात्रा प्रक्रिया में विशेषाधिकार और पक्षपात की प्रतीक थी। इसे समाप्त करके, सरकार ने कड़ा संदेश दिया है- आम मुसलमानों का कल्याण और अधिकार मायने रखते हैं। यह सुधार केवल प्रशासनिक नहीं है। यह दृष्टिकोण में बदलाव है, संरक्षण की राजनीति से जनता के सशक्तिकरण की ओर कदम है। इसके अलावा, अल्पसंख्यक कार्य मंत्रालय, भारतीय हज समिति के माध्यम से मुख्य कोटे के तहत चालू वर्ष में 122,518 तीर्थयात्रियों की व्यवस्था का प्रबंधन कर रहा है। सऊदी दिशा-निर्देशों के अनुसार सभी आवश्यक तैयारियां पूरी कर ली गई हैं।

लोकतंत्र में रचनात्मक आलोचना बहुत जरूरी है। लेकिन राजनीतिक प्रभाव खोने के डर से सरकार के संतृप्ति-आधारित, समावेशी विकास दृष्टिकोण को तथ्यों के आधार पर पेश करने की बजाय गलत तरीके से पेश करना, उन समुदायों के लिए नुकसानदेह है, जिनका प्रतिनिधित्व करने का दावा आलोचक करते हैं। समय आ गया है कि चर्चा को राजनीतिक दिखावे से अलग करके जन कल्याण की ओर मोड़ दिया जाए। हमें भ्रामक आख्यानों को वास्तविक प्रगति पर हावी नहीं होने देना चाहिए। वक्फ सुधार कोई हमला नहीं है, बल्कि उन्नयन है। पंद्रह-सूत्री कार्यक्रम का पुनर्मूल्यांकन उपेक्षा के बारे में नहीं है, बल्कि तरीकों के सुधार से संबंधित है। सरकार की बजटीय प्राथमिकताएं, विकसित भारत तथा विकसित, समावेशी और दूरदर्शी भारत के दृष्टिकोण के प्रति स्पष्ट और निरंतर प्रतिबद्धता को दर्शाती हैं।

नया वक्फ अधिनियम किसी के राजनीतिक या व्यक्तिगत लाभ के लिए नहीं बनाया गया है; इसका उद्देश्य आम मुसलमानों के व्यापक हितों की सेवा करना है। फिर भी, कुछ चुनिंदा समूह गलत धारणा फैला रहे हैं कि इस अधिनियम का उद्देश्य मुस्लिम संपत्तियों को जब्त करना है। ये समूह तथ्यों और आंकड़ों से कतराते हैं। वे वक्फ संपत्ति की आय में लगातार गिरावट को संबोधित करने में विफल रहे हैं, या स्वीकार करना नहीं चाहते कि वक्फ संपत्ति का क्षेत्रफल 2013 के 17 लाख एकड़ से बढ़ कर आज 39 लाख एकड़ हो गया है।

भारत का मुस्लिम समुदाय ऐतिहासिक मोड़ पर खड़ा है। एक रास्ता अपारदर्शी नेतृत्व और पुरानी व्यवस्था की ओर ले जाता है। दूसरा रास्ता उनके कल्याण के लिए पारदर्शी तरीके से काम करने वाली सरकार के साथ हाथ मिला कर आगे बढ़ने का है।

ईमानदारी के संकेत हमारे चारों ओर हैं, नीति में, कार्य प्रदर्शन में और सभी तक पहुंच में। अब विकल्प समुदाय के पास है = जुड़ना, बढ़ना तथा विश्वास, सच्चाई और परिवर्तन के साथ अपने भविष्य को नया आकार देना।

क्या आपका परफ्यूम लंबे समय तक चलता है

लंबे समय तक चलने वाले महिलाओं के परफ्यूम की मांग 2022 में बढ़ गई है क्योंकि मौसम के कारण सुगंध अधिक तेजी से फीकी पड़ जाती है। रिपोर्ट के अनुसार, 2022 की शुरूआत के बाद से, वैश्विक खोज रुचि में 1,650 प्रतिशत की वृद्धि हुई है।

परफ्यूम कितने समय तक टिकता है के लिए हर महीने औसतन 6,400 सर्च होते हैं, जबकि 5,900 लोग सवाल करते हैं कि परफ्यूम को लंबे समय तक कैसे बनाया जाए। कुल मिलाकर, यह हर साल 147,600 वैश्विक खोजें हैं।

इसे ध्यान में रखते हुए, ताजमीली के विशेषज्ञों ने समझाया है कि सुगंध गर्मियों के दौरान लंबे समय तक क्यों नहीं रहती है। एक प्रवक्ता बताते हैं-

जब सूरज निकलता है और तापमान अधिक होता है, तो आपके परफ्यूम में अल्कोहल आपकी त्वचा से अधिक तेजी से वाष्पित हो जाएगा। जैसे ही यह वाष्पित हो जाता है, सुगंध इसके साथ जाती है।

जहां आप अपना परफ्यूम स्टोर करते हैं वह भी एक भूमिका निभा सकता है। सीधी धूप या नम स्थितियों के संपर्क में आने से आपका परफ्यूम बोतल में खराब हो जाता है।

अच्छी खबर यह है कि कुछ हैक्स हैं जो आपकी सुगंध को पूरी गर्मियों में मीठी महक रखने में मदद कर सकते हैं - और रहस्य एक विनम्र लोशन में निहित हो सकता है। नमीयुक्त त्वचा पर सुगंध अधिक समय तक टिकती है, क्योंकि यह सुगंध को बनाए रखता है। इसलिए इसके फीके पड़ने की संभावना कम होती है।(आरएनएस)

सू- दोकू क्र.26

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

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.25 का हल

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

व्यंग्य- आस्तीन में घर हैं जिनके

विवेक रंजन श्रीवास्तव

सोशल मीडिया में खालिस भारतीय %विदेशी भक्त% और उनकी दोहरे चरित्र देखने लायक हैं। भारत के डिजिटल जंगल में इस नई प्रजाति का उदय हुआ है , जिनकी ज़ुबान %वैश्विक नागरिकता% का राग अलापती है, पर भारत की आस्तीन में छुपा उनका %घर% किसी और ही महाद्वीप का पता बताता है। ये वो शख़्सियतें हैं जो भारत की मिट्टी में पलती-बढ़ती हैं, पर उनकी नज़रें हमेशा विदेशी स्टैंडर्ड्स के पैमाने से ही देश को नापती हैं। अगर कोई भारत सरकार की आलोचना करे, तो ये उसकी पीठ थपथपाने को तैयार मिलते हैं।

यदि सरकार के समर्थन में कुछ लिख दिया तो यह ब्रिगेड भक्त का टाइटिल देने में देर नहीं लगाती , इस तरह वे स्वयं को कथित सेक्युलर साबित करने में जुट जाते हैं। विदेशी सरकारों के मुंह से भारत पर कोई टिप्पणी निकले, तो ये उसे सच्चाई का आईना घोषित कर देते हैं। आस्तीनों में बसे इनके %घर% की नींव तो शायद , न्यूयॉर्क या जेनेवा की मिट्टी से बनी है! इनके रहने वाली बांबी भीतर ही भीतर पाकिस्तान और बंगलादेश तक जुड़ी हुई है।इनका व्यंग्य-शस्त्रागार बेहतरीन होता है। सरकार ने कोई नीति बनाई? तुरंत ट्विटर पर ट्रेंड करो- अरे, स्वीडन में ऐसा होता तो...। किसी भारतीय संस्था ने कोई उपलब्धि हासिल की? ..पर सिंगापुर में तो ये सालों पहले...। ये लोग कॉम्पेयर एंड डिस्पेयर के मास्टर हैं। इन्हें पता ही नहीं कि स्वीडन की आबादी भारत के एक छोटे राज्य जितनी है, या सिंगापुर का भूगोल चंडीगढ़ से छोटा है। पर इन्हें यथार्थ से क्या लेना-देना? इनका काम वर्चुअल एक्सपर्ट बनकर अपने ही देश को लताड़ना है। ये अभिव्यक्ति की आज़ादी की दुहाई देते हैं, पर इनकी परिभाषा में आज़ादी सिर्फ़ सरकार की आलोचना करने तक सीमित है। अगर कोई इनसे पूछे, भई, आप जिस देश को आइडियल मानते हो, वहाँ तो पुलिस प्रोटेस्टर्स पर घोड़े दौड़ाती है! तो जवाब मिलता है वो अलग बात है, वहाँ की सरकार %परफेक्ट% है। यानी, इनके लिए आलोचना का अधिकार सिर्फ़ भारत के लिए रिज़र्व्ड है। बाकी दुनिया?, उन्हें तो समझने की ज़रूरत है! ये विदेशी मीडिया के प्रति %हैलो प्रिंसिपल% सिंड्रोम से ग्रस्त होते हैं।

ये अंग्रेजी जानते हैं, विदेशी मीडिया के प्रति बेहिसाब लगाव रखते हैं। किसी विदेशी मीडिया ने भारत पर कोई रिपोर्ट छापी, तो ये उसे गॉस्पल मानकर शेयर करते हैं। पर अगर भारतीय मीडिया विदेशों में हो रहे अत्याचारों की बात करे, तो ये उसे प्रोपेगैंडा बताते हैं। इनके मुताबिक़, ऑब्जेक्टिविटी की मोहर सिर्फ़ विदेशी चैनलों पर लगती है। और हाँ, अगर कोई भारतीय इस दोहरे मापदंड पर सवाल उठाए, तो वह अंधभक्त कहा जाता है!

इनके ट्वीट्स और पोस्ट्स देखकर लगता है मानो भारत की हर समस्या का समाधान विदेशी सलाहकारों के पास है। गंगा प्रदूषण? यूरोपियन एक्सपर्ट्स को बुलाओ! किसान आंदोलन? यूएन को हस्तक्षेप करना चाहिए! पर इन्हें यह नहीं सूझता कि जिन देशों को ये रोल मॉडल मानते हैं, उन्होंने अपनी समस्याएँ खुद सुलझाई थीं। स्वदेशी समाधानों पर भरोसा? अरे, वो तो रिग्रेसिव है! वेस्टर्न वैलिडेशन चाटुकारिता का नया अवतार , ये लोग भारत के सॉफ्ट पावर पर तब तक शक करते हैं, जब तक कि कोई विदेशी उसे वैलिडेट न कर दे। योग? तब तक अंधविश्वास है, जब तक यूनेस्को ने उसे विरासत न घोषित किया। आयुर्वेद? झाड़-फूँक है, जब तक हॉलीवुड सेलिब्रिटीज़ ने उसकी तारीफ़ न कर दी। इन्हें लगता है कि भारत की प्रशंसा का अधिकार सिर्फ़ विदेशियों के पास है। जैसे कि अपनी माँ की तारीफ़ पड़ोसी के मुँह से निकलना ज़रूरी हो! हो सकता है कि इन आस्तीन के सांपों का इरादा देश का भला करना हो, पर इनकी रणनीति संदेह पैदा करती है। ये भूल जाते हैं कि स्वतंत्रता और राष्ट्र-विरोधी नैरेटिव में फर्क़ होता है। समस्या यह नहीं कि ये सरकार की आलोचना करते हैं; समस्या यह है कि ये एजेंडा प्रेरित टूल किट से अंध प्रवक्ता बनकर , फिर देश की आस्तीन में घुस जाते हैं।

सीओं बड़कोट ने किया डामटा चैक पोस्ट का औचक निरीक्षण

संवाददाता

उत्तरकाशी। सीओ बडकोट देवेन्द्र सिंह नेगी ने डामटा पुलिस चैक पोस्ट व चौकी का औचक निरीक्षण कर जरूरी दिशा निर्देश दिये।

आज यहां पुलिस उपाधीक्षक बड़कोट, देवेन्द्र सिंह नेगी द्वारा डामटा पुलिस चैक पोस्ट व चौकी का औचक निरीक्षण कर पुलिस ड्यूटियो को चैक किया गया। शुरूआती दिनों की यात्रा को सुगम व सुरक्षित संम्पन्न करवाने पर उनके द्वारा सभी पुलिस कर्मियों को बधाई देते हुये हौसलाफजाई की गयी।

आगामी यात्रा पीक व बारिश के अलर्ट को देखते हुये सभी पुलिस अधिकारी व कर्मियों को अधिक सर्कतता व सावधानी के साथ ड्यूटी करने के निर्देश दिये गये। चैक पोस्ट पर तीर्थ यात्रियों के साथ सभ्य व मृदु व्यवहार के साथ ही सुरक्षा के दृष्टिगत संदिग्ध व्यक्ति व गतिविधियों पर पैनी नजर रखने की हिदायत दी गयी।

इस दौरान उनके द्वारा डामटा चैक पोस्ट पर अच्छी ड्यूटी हेतु पीआरडी स्वयंसेवक अम्मू लाल को नकद पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। वहां पर रोड निर्माण(पुस्ते व स्क्रबर) का कार्य कर रहें एनएच के कर्मियों को निर्माण कार्य बरसात के सीजन से पूर्व करने की हिदायत दी गयी, ताकि बरसात के समय यात्रा मे व्यवधान न आये।

शिविर लगाकर भी की जा रही है सत्यापन की कार्यवाही

संवाददाता

टिहरी। पुलिस द्वारा अब शिविर लगाकर भी सत्यापन की कार्रवाही की जा रही है।

आज यहां आयुष अग्रवाल वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक के द्वारा जनपद के सभी थाना प्रभारियों को अपने अपने थाना क्षेत्र में रहने वाले बाहरी व्यक्तियों के सत्यापन के सख्त आदेश दिए गए है। राज्य में चल रही चारधाम यात्रा के दृष्टिगत बाहरी/संदिग्ध व्यक्तियों की जांच की जा रही है। टिहरी पुलिस के द्वारा जनपद में चलाए जा रहे सत्यापन अभियान के क्रम में थाना नई टिहरी पुलिस ने कोटि कॉलोनी में सत्यापन शिविर लगाकर लोगों को किरायदारों, नौकरों, फड़ फेरी वालों, मजदूरों बाहरी क्षेत्रों से आने वाले लोगों के सत्यापन के प्रति जागरूक किया।

स्थानीय लोगों ने बड़ी संख्या में आकर सत्यापन शिविर में भाग लिया, और पुलिस की इस पहल की सराहना की। सत्यापन को सुरक्षा की दृष्टि से भी बहुत एहम माना जा रहा है। थाना मुनि की रेती, थाना, लंबगांव और थाना छाम ने कववत टू कववत जाकर लोगों को जागरूक करते हुए सत्यापन की कारवाही की गई। सत्यापन अभियान आगे भी जारी रहेगा।

बाईक सवारों ने लूटा महिला का पर्स

संवाददाता

देहरादून। बच्चों को स्कूल से लाने जा रही महिला का पर्स बाईक सवारों ने लूट लिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार चन्द्र विंहार कारगी चौक निवासी पूजा खुराना ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह अपने निजी काम से बच्चे को लेने स्कूल जा रही थी रास्ते मे जैसे वह पिंक सैलून कारगी चौक के पास पहुँची तो उसके पीछे से दो लडके बाईक पर आये और उसके हाथ मे जो पर्स था उसको छीन कर ले गये। उसके पर्स मे एक मोबाईल फोन ओपो कम्पनी, ए.टी.एम कार्ड पंजाब सिंध बैक, आधार कार्ड और पाँच हजार रुपये थे। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

वृक्षारोपण कर एल टी चयनितों ने दिया संदेश

संवाददाता

देहरादून। शिक्षा निदेशालय में धरने पर बैठे एलटी चयनित अभ्यार्थियों ने वृक्षारोपण कर पर्यावरण चेतना का संदेश दिया।

आज यहां शिक्षा निदेशालय देहरादून में विगत 27 दिन से धरने पर बैठे एल. टी चयनित अभ्यर्थियों ने माध्यमिक शिक्षा निदेशालय परिसर में कई छायादार एवं फलदार पौधे लगाकर न केवल पर्यावरणीय चेतना का संदेश दिया बल्कि शासन को भी इस बात से अवगत कराया कि चयनित होने के विगत 3 माह बाद भी अभ्यर्थी नियुक्ति की राह देख रहे हैं और अब धरना प्रदर्शन के दौरान उन्होंने इस प्रकार की गतिविधि कर अपनी बात पहुंचाने का प्रयास किया।

चयनितों ने कहा कि सरकार जल्द ही न्यायालय में ठोस पैरवी कर भर्ती प्रक्रिया बहाल कराएं व चयनितों को नियुक्ति दें। इस अवसर पर जगदीश रावत, अजय जोशी, आनंद भट्ट, गजेंद्रनाथ, विमल देवराड़ी, योगेंद्र, विकाश मिश्रा, रीना, स्वाति, शोभा, रिद्धि, ममता आदि मौजूद रहे।

लक्ष्य के मूल मंत्र के साथ दायित्व निभाएं विभागीय अधिकारीः डीएम

सवाददाता

देहरादून। जिलाधिकारी सविन बसंल ने कहा कि अंतिम व्यक्ति को सरकार की योजनाओं से लाभान्वित करना ही परम लक्ष्य के मूल मंत्र के साथ दायित्व विभागीय अधिकारी निभांए।

आज यहां ग्रामीण क्षेत्र एवं सुदूरवर्ती गांवों को प्राथमिकता के आधार पर सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं से लाभान्वित करने के उद्देश्य से वृहद्स्तर पर बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन किया जा रहा हैं। इसी परिपेक्ष्य में जनपद के दूरस्थ क्षेत्र चकराता में 14 मई 2025 को प्रातः 11 बजे से जिलाधिकारी सविन बंसल की अध्यक्षता में अटल उत्कृष्ट राजकीय इन्टर कालेज प्रांगण लाखामण्डल में बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन किया जा रहा है। जिलाधिकारी ने विभागीय अधिकारियों को निर्देशित किया कि बहुउद्देशीय शिविर में पूर्ण तैयारी के साथ प्रतिभाग करते हुए जनमानस को मौके पर ही सरकारी योजनाओं से लाभान्वित किया जाए। उन्होंने निर्देश दिए कि जनकल्याणकारी योजनाओं के आवेदन फार्म एवं योजनाओं के पूर्ण विवरण के साथ पहुंचे विभाग, इस कार्य में किसी भी प्रकार के लापरवाही क्षम्य नहीं होगी। शासन की प्राथमिकता के अनुरूप सुदूरवर्ती ग्रामीण क्षेत्रों में अधिक से अधिक मूलभूत सुविधाओं को उपलब्ध कराने एवं जन समस्याओं का मौके पर निस्तारण किए जाने के उद्देश्य से बहुउद्देशीय शिविर का आयोजन किया जाना प्रस्तावित है। विभिन्न विभागों के स्टॉल के माध्यम से सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं का शतप्रतिशत् लाभ दिलाने के लक्ष्य के साथ आयोजित किया जा रहा है। बहुउद्देशीय शिविर 24 विभाग एक ही छत के नीचे निस्तारित करेंगे जन मन की समस्या, मौके पर विभाग में संचालित योजनाओं का लाभ दिलाने को डीएम ने विभागीय अधिकारियों को कड़े निर्देश दिये हैं। दूरदराज, सुदूरवर्ती क्षेत्र में निवास कर रहे जनमानस की समस्याओं का मौके पर निस्तारण तथा सरकार की योजनाओं का लाभ दिलाने डीएम बहुउद्देशीय शिविर में प्रतिभाग कर रहे। जिलाधिकारी ने विभागीय अधिकारियों को अंतिम छोर तक के व्यक्ति को योजनाओं से लाभान्वित करने के उद्देश्य से धरातल पर कार्य करने के निर्देश दिए हैं। प्रशासन जनता के द्वार जाकर मौके पर जनमानस की समस्या का समाधान के लिए प्रतिबद्ध है। एक ही छत के नीचे होंगे सभी विभाग मौके पर ही पूर्ण की जाएंगी, योजनाओं के आवेदन की सभी ओपचारिकताएं, स्वास्थ्य जांच से लेकर आयुष्मान कार्ड तक, पैंशन से लेकर, विभिन्न विभागों के प्रमाण पत्र, किसान क्रेडिट कार्ड, और रोजगारपरक प्रशिक्षण तक सब एक ही छत के नीचे मिलेगा। अंतिम व्यक्ति को सरकार की योजनाओं से लाभान्वित करना ही परम लक्ष्य के मूल मंत्र के साथ विभागीय अधिकारियों को डीएम ने सख्त निदेश जारी किए हैं।

उत्तराखंड क्रांति दल नशाबंदी की पक्षधरः रावत

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड क्रांति दल की केंद्रीय महामंत्री किरन रावत ने जानकारी देते हुए कहा कि उत्तराखंड क्रांति दल संपूर्ण प्रदेश में नशाबंदी लागू करने का पक्षधर है।

आज उत्तराखंड क्रांति दल की केंद्रीय महामंत्री किरन रावत ने जानकारी देते हुए कहा कि उत्तराखंड क्रांति दल संपूर्ण प्रदेश में नशाबंदी लागू करने का पक्षधर है। हम केंद्र और प्रदेश सरकार से मांग करते हैं कि वह प्रदेश में तत्काल प्रभाव से शराबबंदी/ नशाबंदी लागू कर दे। उत्तराखंड देवभूमि को ड्राइ भूमि घोषित करें। प्रदेश में शराबबंदी लागू न होने की दशा में उत्तराखंड क्रांति दल प्रदेश व्यापी नशाबंदी आंदोलन शुरू करने जा रहा है जिसकी शुरुआत जागरूकता रैलियां एवं चेतावनी रैली से की जा रही है। देहरादून की गलियों में नशे का व्यापार चरम सीमा पर पहुंच गया है, जिस कारण समाज की प्रथम इकाई परिवार समाप्ति की ओर है कई परिवार बर्बादी की ओर अग्रसर हैं। उत्तराखंड क्रांति दल महानगर देहरादून बढ़ते नशे के प्रकोप के खिलाफ पटेल नगर क्षेत्र में चेतावनी रैली और जागरूकता अभियान की शुरुआत 15 मई 2025 से करने जा रहा है। जिसके लिए महानगर अध्यक्ष विजेंद्र रावत द्वारा कार्यक्रम की घोषणा की गई है। महानगर अध्यक्ष ने कहा कि नशे के खिलाफ अभियान संपूर्ण महानगर क्षेत्र में चलाया जा रहा है। जल्द ही उत्तराखंड क्रांति दल क्षेत्रीय सम्मेलन कराकर जनता का सहयोग प्राप्त करेगा और अभियान में तेजी लाएगा।

महिलाओं ने एलयूसीसी के विरोध में किया प्रदर्शन

संवाददाता

देहरादून। महिलाओं ने एलयूसीसी के विरोध में धरना प्रदर्शन कर सिटी मजिस्ट्रेट के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया।

आज यहां द लोनी अर्बन मल्टी स्टेट क्रेडिट एंड थ्रिफ्ट को-परेटिव सोसाइटी (एलयूसीसी) के द्वारा पीड़ित महिलाओं ने देहरादून में धरना प्रदर्शन किया। एलयूसीसी से पीड़ित नागरिकों की आर्थिक मदद हेतु आपातकालीन राहत कोष बनाकर शीघ्र अति शीघ्र मदद के संदर्भ में देहरादून में सीटी मजिस्ट्रेट के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित किया गया।

ज्ञापन में उन्होंने कहा कि उपरोक्त कंपनी हमारे उत्तराखंड के लगभग 25 लाख निवेशकों के खून पसीने के अरबों खरबों पैसे लूट कर फरार हो गई है जिसके कारण राज्यवासी भारी से भारी आर्थिक संकट हेतु शारीरिक मानसिक पारिवारिक सामाजिक तनाव से गुजर रहे हैं और पीड़ित नागरिकों का जीवन बहुत ही ज्यादा दयनीय स्थिति में है। उनके परिवार बच्चों के जीवन और भविष्य पर भी इस एलयूसीसी महा घोटाला आपदा के चलते खतरा मंडरा रहा है बहुत से पीड़ित नागरिकों के घर में रोजमर्रा के जीवन यापन करने के लिए बच्चों की कॉपी किताब स्कूल ड्रेस खरीदने फीस देने के लिए फूटी कौड़ी तक नहीं है , बहुत ही दुःखी मन से कहना पड़ रहा है कि अपने ही राज्य में अपने शासन प्रशासन सरकारों के आगे मातृशक्ति की दुर्गति दोयम दर्जा के नागरिक जैसी बन गई है। जहां मातृशक्ति को न्याय सुरक्षा मान सम्मान ना दिया जा रहा हो वहां धाम और धर्म की बात करना हम मानव जननी मातृ शक्ति के साथ मात्र एक छलावा बेईमानी जैसा है। हम पिछले 20 मार्च 2025 से आप तक अपनी बात पहुंचाने के लिए श्रीनगर पीपल चोरी वीर चंद्र सिंह गढ़वाली स्मारक में अनिश्चितकालीन धरना प्रदर्शन पर बैठे हुए हैं।

मुख्यमंत्री ने किया निर्माणाधीन मां पूर्णागिरी मंदिर का निरीक्षण

●लोहिया हेड कैम्प कार्यालय में सुनी जनसमस्याएं

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने निर्माणाधीन मां पूर्णागिरी मंदिर का स्थलीय निरीक्षण किया।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने नगला तराई, खटीमा में 254 लाख की धनराशि से निर्माणाधीन मां पूर्णागिरी मंदिर का स्थलीय निरीक्षण किया। मुख्यमंत्री ने कार्यदायी संस्था को मंदिर कार्य को शीघ्र पूर्ण करने तथा मंदिर में पानी व शौचालय व्यवस्था करने के निर्देश दिए। साथ ही कार्यों में गुणवत्ता पर विशेष ध्यान देने के निर्देश भी दिए। उन्होंने कहा प्रदेश में विकास कार्यों की गुणवत्ता पर कोई समझौता नहीं किया जाएगा। उन्होंने समयबद्धता पर भी विशेष ध्यान देने के निर्देश भी दिए। उन्होंने कहा कि जो कार्यदायी संस्था अथवा ठेकेदार अच्छा कार्य नहीं करेंगे उनके खिलाफ कार्यवाही की जाएगी।

मुख्यमंत्री ने लोहिया हेड कैम्प कार्यालय में जनता से मुलाकात की और उनकी समस्याएं सुनी। उन्होंने सम्बंधित अधिकारियों को समस्याओं के निस्तारण के लिए आवश्यक निर्देश भी दिए। इस अवसर पर विधायक शिव अरोड़ा, मेयर काशीपुर दीपक बाली, अनिल कपूर डब्बू, अध्यक्ष नगर पालिका खटीमा रमेश चंद्र जोशी, जिलाध्यक्ष बीजेपी कमल जिंदल, पूर्व विधायक डॉ प्रेम सिंह राणा उपस्थित थे।

बुद्ध पूर्णिमा पर लाखों श्रद्धालुओं ने गंगा में लगाई आस्था की डुबकी

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बुद्ध पूर्णिमा के शुभ अवसर पर आज सुबह से ही लाखों श्रद्धालु माँ गंगा के अलग-अलग घाटों पर आस्था की डुबकी लगा रहे हैं। हालांकि श्रद्धालुओं की सुरक्षा के लिए पुलिस व अन्य सुरक्षा बल पूरी तरह अलर्ट है। घाटों, भीड़भाड़ वाले क्षेत्रों व यातायात मार्गों पर पुलिस द्वारा कड़ी निगरानी रखी जा रही है।

बुद्ध पुर्णिमा के अवसर पर आज सुबह से ही श्रद्धालुओ के जन सैलाब मां गंगा के घाटों की ओर उमड़ने लगा। और लोगों ने आस्था की डुबकी लगाकर स्वयं को धन्य महसूस किया। हालांकि इस दौरान पुलिस व प्रशासन भी लोगों की सुरक्षा के लिये अलर्ट दिखा। पुरे मेला क्षेत्र को 8 जोन एंव 21 सेक्टर में बांटा गया है।

पुलिस अधीक्षक ट्रैफिक/क्राइम जितेन्द्र मेहरा द्वारा प्रभारी कंट्रोल रूम को निर्देशित किया गया कि सीमावर्ती जनपदों से ट्रेफिक की जानकारी प्राप्त कर आवश्यकता के दृष्टिगत वैकल्पिक यातायात प्लान जारी किया जाये जिससे कि किसी भी प्रकार से जाम की स्थिति न बने। प्रभारी कन्ट्रोल रुम को निर्देशित किया गया कि स्नान पर्व के दौरान राउड़ द क्लॉक सीसीटीवी पर कर्मचारीयों को भली भांति ब्रीफ कर लाभप्रद सूचना से उच्चाधिकारियों को सूचित करायेगे।

नर्स आत्महत्या मामले में रिश्तेदार गिरफ्तार

नैनीताल (हसं)। नर्स आत्महत्या मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी महिला नर्स का रिश्तेदार है जो नर्स पर अपनी शादी तोड़कर खुद से शादी करने का दबाव बना रहा था।जानकारी के अनुसार बीते 27 अप्रैल को थाना हल्द्वानी पुलिस को सूचना मिली कि उनके क्षेत्र के एक हॉस्पिटल में कार्यरत महिला नर्स द्वारा अपने निवास स्थान में फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली गई है। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर इसकी जांच शुरू कर दी गयी। पुलिस द्वारा घटनास्थल के आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की जांच, मोबाइल फॉरेंसिक टीम द्वारा निरीक्षण व अन्य माध्यमों से जांच में पाया गया कि एक व्यक्ति जो कि थाना ठाकुरद्वारा, जिला मुरादाबाद का है जो मृतका का दूर का रिश्तेदार था तथा पिछले 10-12 वर्षों से संपर्क में था। जब कि मृतका की 3 वर्ष पूर्व शादी हो चुकी थी। उसके द्वारा मृतका के साथ कई बार झगड़ा एवं मारपीट की गई तथा मृतका से ऑनलाइन पैसे भी लिए जाते थे। आरोपी मृतका पर विवाह के लिए दबाव बना रहा था, जिससे मानसिक रूप से परेशान होकर मृतका ने आत्महत्या कर ली। जिस पर पुलिस ने आरोपी मोहम्मद हारून को बीती रात गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

नगर तथा देहात क्षेत्र में चला दून पुलिस का सत्यापन अभियान

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने सत्यापन अभियान चलाते हुए किरायेदार का सत्यापन ना कराने पर 168 लोगों के चालान, 1700 लोगों का सत्यापन कर 60 संदिग्धों को पूछताछ के लिए थाने लाया गया।

आज यहां वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा सभी थाना प्रभारियों को अपने अपने थाना क्षेत्र में निवासरत बाहरी व्यक्तियों/ किरायेदारों के सत्यापन हेतु नियमित रूप से सत्यापन अभियान चलाने हेतु दिए गए निर्देशों के क्रम में तड़के सुबह से ही जनपद के नगर तथा देहात क्षेत्र में अलग-अलग स्थानों में पुलिस द्वारा क्षेत्र में निवासरत बाहरी व्यक्तियों/ किराएदारों के सत्यापन हेतु अभियान चलाया गया। अभियान के दौरान 1700 से अधिक बाहरी व्यक्तियों/ किरायेदारों व घरेलू नौकरों/ मजदूरों का सत्यापन किया गया तथा किरायेदारों का सत्यापन न कराने पर 168 मकान मालिकों का 83 पुलिस अधिनियम के

❑168 मकान मालिकों का किया चालान

अन्तर्गत चालान कर 16 लाख 80 हजार रूपये का जुर्माना किया गया तथा 60 संदिग्ध व्यक्तियों को थाने पर लाकर पूछताछ की गई, सही पाए जाने पर थाने से छोड़ा गया। इसके अतिरिक्त नियमो का उल्लंघन करने पर 107 व्यक्तियों के 81 पुलिस अधिनियम में चालान कर 26750 रूपये का जुर्माना वसूला गया।

40 लाख की ठगी करने वाले तान्त्रिक गैंग के 3 सदस्य गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

पौड़ी। दैवीय प्रकोप का भय दिखाकर महिला से 40.75 लाख रुपये की ठगी करने वाले तांत्रिक गैंग के 3 सदस्यों को पुलिस ने मुरादाबाद से गिरफ्तार कर लिया है। गैंग के अन्य सदस्यों की तलाश में दबिश दी जा रही है।

जानकारी के अनुसार बीते 20 अप्रैल को जय प्रकाश निवासी कोटद्वार द्वारा कोतवाली कोटद्वार पर तहरीर देकर बताया गया था कि कुछ व्यक्तियों (अनिल,चेतराम,अशोक जोशी,दिनेश भगत,सोनू, राजकुमार व राजीव शर्मा) द्वारा मेरी पत्नी को दैवीय प्रकोप के नाम पर डराकर पितृ दोष होने तथा परिवार को मारने की धमकी देने के नाम पर

मेरी पत्नी को अलग-अलग स्थानों पर बुलाकर कुल 40 लाख 75 हजार रुपये ठग लिए गये है। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर आरोपियों की तलाश शुरू कर दी गयी। जांच में आरोपों की पुष्टि होने पर पुलिस ने घटना में शामिल 3 आरोपियों अनिल, निवासी ग्राम-बहादरपुर काँठ, जिला मुरादाबाद, चैतराम, निवासी ग्राम-बहादरपुर काँठ, जिला-मुरादाबाद व दिनेश जोशी निवासी-मोहडा पट्टी काँठ, जिला मुरादाबाद उत्तर प्रदेश को पुलिस द्वारा मुरादाबाद से गिरफ्तार किया गया जिनको न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

आरोपियों ने पूछताछ में बताया कि हम लोग पूजा पाठ,तात्रिंक विद्या व भूत-प्रेत हटाने का काम करते हैं। हमारे द्वारा आस्थावान लोगों को अपना शिकार बनाकर तथा उनकी मजबूरी का फायदा उठाकर उनको झाँसे में लेकर बन्द कमरे में दैवीय शक्ति का रुप दिखाकर डराते हैं साथ ही देवी-देवताओ के नाम पर डराकर लोगों से भण्डारे के नाम पर,मन्दिरों में प्रसाद चढ़ाने के नाम पर व पित्रों की आत्मा की शान्ति कराने के नाम पर लोगों को डराकर पैसे ठग लिये जाते हैं।

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।