शुक्रवार
13 जून 2025
● देहरादून
● वर्ष 33
● अंक 131
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

33 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

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

पीएम ने घायलों का जाना हाल

❑दुर्घटना स्थल का किया दौरा, जांच के दिये निर्देश

विशेष संवाददाता

नई दिल्ली/अहमदाबाद। अहमदाबाद विमान हादसे के दूसरे दिन आज प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने दुर्घटना स्थल का दौरा किया वहीं इस हादसे में घायल हुए लोगों का हाल-चाल भी जाना। प्रधानमंत्री ने इसकी उच्च स्तरीय जांच कराने के आदेश भी दिए हैं।

बीते कल दोपहर को हुए इस हादसे में 265 लोगों की मौत हो गई थी। हादसे के समय यह विमान मेडिकल की पढ़ाई कर रहे छात्रों के छात्रावास की बिल्डिंग में जाकर घुस गया था जिससे कई छात्र और अन्य लोगों की भी मौत हो गई थी हादसे के साथ लगी आग के कारण सभी यात्री बुरी तरह

❑जिंदा बचे एकमात्र यात्री रमेश से भी मिले पीएम मोदी
❑एयर इंडिया भी देगी एक-एक करोड़ मुआवजा
❑विमान का ब्लैक बॉक्स वह अन्य सामान बरामद

से जल गए थे जिनकी पहचान किया जाना संभव नहीं था। इसलिए मृतकों के परिजनों के डीएनए से मिलान कर उनकी पहचान करने की प्रक्रिया चल रही है। अब तक 200 से अधिक लोगों के ब्लड सैंपल लिए जा चुके हैं। तथा सभी मृतकों का पोस्टमार्टम किया जा चुका है। डीएनए मिलान के बाद ही परिजनों को शव सौंपने की व्यवस्था की गई है तथा मृतकों की सूची भी जारी करने की बात कही जा रही है।

इस हादसे में कुल 265 लोगों के मरने की पुष्टि अब तक प्रशासन द्वारा की गई है। जिसमें 241 यात्री है तथा कुछ मेडिकल की पढ़ाई करने वाले छात्र-छात्राएं हैं। बीते कल दुर्घटना की जानकारी मिलने के तुरंत बाद गृहमंत्री अमित शाह और केंद्रीय नागरिक उड्डयन मंत्री राम मोहन नायडू ने घटनास्थल का दौरा किया था तथा स्थिति का जायजा लिया था। इसके बाद आज अहमदाबाद पहुंचे प्रधानमंत्री ने दुर्घटना स्थल का दौरा कर हादसे के बारे में पूरी जानकारी ली गई। इस हादसे का शिकार होने वालों में एकमात्र जीवित बचे यात्री रमेश विश्वास से भी पीएम ने मुलाकात की साथ ही हादसे की पूरी जानकारी ली। तथा सिविल अस्पताल का दौरा कर यहां भर्ती 20-30 अन्य घायलों जिनका यहां इलाज चल रहा है, से भी

पीएम ने हाल-चाल जाना।

इस हादसे का शिकार हुए लोगों को टाटा ग्रुप द्वारा एक-एक करोड़ की आर्थिक सहायता देने की घोषणा कल ही कर दी गई थी वहीं आज एयर इंडिया द्वारा भी पीड़ित परिवारों को एक-एक करोड़ की सहायता देने की घोषणा की गई है। जांच टीम को घटनास्थल से विमान का ब्लैक बॉक्स भी बरामद हो गया है तथा अन्य साक्ष्य भी जुटाए गए हैं। जांच टीम को एक भागवत गीता की प्रति भी दुर्घटना स्थल से मिली है। प्रधानमंत्री ने घायलों के उचित इलाज की व्यवस्था तथा मामले की उच्च स्तरीय जांच के आदेश दिए गए हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

हृदय विदारक हादसा

गुजरात के अहमदाबाद में कल दोपहर हुए जिस हृदय विदारक हवाई हादसे में 265 लोगों की जान चली गई वह अपने आप में सिर्फ एक बड़ी दुर्घटना नहीं है बल्कि अपनी तरह की ऐसी अनोखी घटना है जो इससे पूर्व कभी न हुई है न देखी सुनी गई है। एयर इंडिया का यह विमान ए आई 171 बोईंग 787-8 वर्तमान दौर का सबसे अधिक विश्वसनीय, सुरक्षित तथा अत्याधुनिक तकनीकी विमान है जिसकी कभी किसी दुर्घटना का इतिहास नहीं है। हवाई हादसों के इतिहास में भी इस तरह किसी विमान के हादसे का शिकार होने की अन्य कोई दुर्घटना नहीं है। दुनिया के सबसे महंगे और सुरक्षित समझे जाने वाले इस विमान का उड़ान भरने के मात्र 2 मिनट में हादसे का शिकार होना और एक व्यक्ति को छोड़कर अन्य सभी की मौत होना अत्यंत ही हृदय विदारक और चिंतनीय है इस दुर्घटना में विमान में सवार 247 लोगों सहित कुल 265 लोगों के मरने की बात सामने आई है। हादसे के समय यह विमान महज तीन किलोमीटर की दूरी पर स्थित मेडिकल कॉलेज के छात्रावास की बिल्डिंग से टकराया और आग लग गई। विमान में सवार यात्रियों की मौत जलकर मरने से ही हुई है वहीं छात्रावास में कुल कितने छात्र-छात्राओं की मौत का कारण यह हादसा बना इसकी पूरी जानकारी नहीं मिल सकी है। मृतकों की पहचान संभव नहीं है इसलिए अब उनके डीएनए का सहारा लिया जा रहा है। बात अगर विमान हादसों और उनके इतिहास की करें तो तकनीकी खराबी आने से विमान के समुद्र में गिरने से लेकर गलत सिग्नल मिलने से हवा में दो विमानों के टकराने की घटनाओं से लेकर बारिश में रनवे पर फिसलने के कारण सहित तमाम अन्य कारण हमारे सामने हैं। लेकिन वर्तमान समय में अहमदाबाद में हुआ यह हादसा बिल्कुल अलग तरह का हादसा है। इस विमान में दो इंजन होते हैं तब क्या दुर्घटना से पूर्व विमान के दोनों इंजन फेल होने का दुर्लभ संयोग हादसे का कारण बना या अन्य कोई ऐसी तकनीकी खराबी जिसे उड़ान भरने से पूर्व जांच में नहीं पकड़ा जा सका। इस विमान की उड़ान क्षमता 14000 किलोमीटर तक है। जबकि इसका यह सफर जो अहमदाबाद से ब्रिटेन के गेट विग एयरवेज तक का था जो 7000 किलोमीटर के आसपास ही था माना जा रहा है कि विमान में हादसे के समय आधा टैंक से अधिक यानी की 1000 लीटर के आसपास फ्यूल हो सकता है। दुर्घटना के तुरंत बाद यह विमान आग का गोला बन गया और सब कुछ उस आग में जलकर स्वाहा हो गया। हादसे का कारण जांच के बाद ही पता चल सकेगा लेकिन दिल दहला देने वाले इस हादसे ने अपनी पीछे अनेक ऐसे सवाल छोड़ दिए हैं जिनका उत्तर ढूंढा जाना जरूरी है। एयर इंडिया का नाम और जिस कंपनी द्वारा इस ए आई 171 का निर्माण किया जाता है उसकी साख पर भी सवाल खड़े कर दिए हैं। इसमें कोई संदेह नहीं है कि एनिमेशन के क्षेत्र में सुरक्षा एक सबसे अहम मुद्दा है। कोई यात्री अपनी जान संकट में डालने वाली किसी यात्रा पर नहीं निकल सकता है। भले ही हर एक छोटी से छोटी और बड़ी से बड़ी उड़ान से पहले जांच की एक लंबी प्रक्रिया होती है। टेक्नीशियन विशेषज्ञों द्वारा हर एक पार्ट की गहनता से जांच की जाती है क्योंकि सभी को यह पता होता है कि एक छोटी सी चूक भी हादसे का कारण बन सकती है और हवा में होने वाले इन हादसों में 100 फीसदी तक नुकसान तय माना जाता है। भले ही कोई व्यक्ति संयोग से बच जाए लेकिन बचाओ व राहत कार्य भी इसमें कोई बड़ी मदद नहीं पहुंचा पाते। हवाई सफर को और अधिक सुरक्षित बनाने की कोशिशे हमेशा जारी रहती हैं लेकिन इसे और अधिक प्रभावी बनाने की जरूरत है। जो हो चुका है उसके सच को स्वीकार करना ही पड़ेगा। टाटा ग्रुप द्वारा पीड़ित प्रभावित परिवारों की मदद के लिए बढ़ाया गया हाथ मानवीयता वह सद्भाव से भरा है जिसमें एक-एक करोड़ की मदद दी गई है। इसके लिए टाटा ग्रुप को साधुवाद। ईश्वर इस हादसे से मृतकों को शांति प्रदान करें तथा परिजनों को इस दुख को सहने का हौसला दे।

खेलो भारत युवा फैडरेशन द्वारा लगाया गया समर कैंप सम्पन्न

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। खेलो भारत युवा फैडरेशन के द्वारा श्री योगेश्वर पब्लिक स्कूल में लगाया गया समर कैंप आज संपन्न हो गया।

इस अवसर पर फेडरेशन के अध्यक्ष मोहित कुमार ने बताया कि इस समर कैंप में खेलो भारत युवा फेडरेशन के द्वारा बच्चों को विभिन्न खेलों का प्रशिक्षण दिया गया और पूल पार्टी में बच्चों को स्विमिंग सिखाई गई इस कैंप का उद्देश्य बच्चों को शारीरिक रूप से फिट करना था। जिसमें श्री योगेश्वर पब्लिक स्कूल ने खेलो भारत युवा फैडरेशन का साथ दिया और इस कैंप को कराया गया।

हमेशा हॉलमार्क युक्त आभूषण ही खरीदें: तिवारी

हमारे संवाददाता

बागेश्वर। भारतीय मानक ब्यूरो (बीआईएस) देहरादून शाखा द्वारा ज्वैलर्स जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन स्थानीय होटल बागेश्वर में किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य स्थानीय स्वर्णकारों को हॉलमार्किंग, गुणवत्ता मानकों और अनुपालन प्रक्रियाओं के नवीनतम विकास के बारे में जागरूक करना था।

कार्यक्रम का नेतृत्व सौरभ तिवारी, निदेशक एवं प्रमुख (बीआईएस) ने किया। उन्होंने बीआईएस प्रमाणन की महत्ता और सोने के आभूषणों की हॉलमार्किंग प्रक्रिया की विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने बताया कि सोने की शुद्धता की गारंटी हॉलमार्किंग के माध्यम से सुनिश्चित होती है और उपभोक्ताओं से आग्रह किया कि वे आभूषण खरीदते समय एचयूआईडी नंबर, कैरेट और बीआईएस लोगो की जांच अवश्य करें।

सौरभ कुमार चौरसिया सहायक निदेशक एवं श्रीकांत मिश्रा हॉलमार्क रिप्रेजेंटेटिव बीआईए ने हॉलमार्किंग केंद्रों के संचालन, नए एचयूआईडी आधारित हॉलमार्किंग प्रणाली और 14 कैरेट से 24 कैरेट तक की ज्वैलरी पर हॉलमार्किंग की अनिवार्यता पर विस्तृत चर्चा की। कार्यक्रम का शुभारंभ विधायक विधानसभा क्षेत्र कपकोट सुरेश गढ़िया, नगर पालिका परिषद बागेश्वर के अध्यक्ष सुरेश खेतवाल ने संयुक्त रूप से दीप प्रज्वलित कर किया। उन्होंने अपने संबोधन में उपभोक्ता जागरूकता और ज्वैलर्स की जिम्मेदारी पर जोर दिया, जिससे सोने की शुद्धता और विश्वास सुनिश्चित किया जा सके। उन्होंने कहा कि उपभोक्ता अपनी मेहनत की कमाई से बहुमूल्य धातु खरीदते हैं, इसलिए शुद्धता और गुणवत्ता की गारंटी के लिए हॉलमार्क युक्त आभूषण ही खरीदें। इस अवसर पर स्वर्णकार संघ बागेश्वर के अध्यक्ष पारस वर्मा तथा जनपद के समस्त स्वर्णकार भी उपस्थित थे। साथ ही वृक्ष मित्र किसन सिंह मलडा और सभी प्रमुख ज्वैलर्स संघों के प्रतिनिधि भी कार्यक्रम में उपस्थित रहे।

जमीनी फर्जीवाड़े का आरोपी गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। जमीनी फर्जीवाड़ा करने वाले आरोपी को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार 22 फरवरी 2023 को नरेन्द्र कुमार वर्मा पुत्र बेगराम वर्मा निवासी मकान नं.-एम-15. कीर्तिनगर नई दिल्ली हाल निवासी केयर ऑफ बी.आर वर्मा रेड एण्ड हाउस दिल्ली हाईवे लाव्वा मोड के पास सिकन्दरपुर भैंसवाल द्वारा थाना भगवानपुर में तहरीर देकर बताया गया था कि सोनू नाम के एक व्यक्ति ने अपने साथियों सहित उनके साथ जमीनी फर्जीवाड़ा किया गया है। उन्होने धोखाधड़ी कर फर्जी व्यक्ति दिखाकर कूटरचना कर उनकी जमीन को किसी अन्य लोगों को बेच दिया है। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर मुख्य आरोपी रविन्द्रपाल अरोड़ा पुत्र बरियाम सिह अरोडा निवासी बलजीतनगर थाना पटेलनगर सैन्ट्रल दिल्ली जो लगातार फरार चल रहा था उसको आज सुबह एक सूचना के बाद दिल्ली से गिरफ्तार किया गया है। जिसे न्यायालय मे पेश कर जेल भेज दिया गया है।

सेनानायक आईआरबी द्वितीय ने किया साप्ताहिक परेड का निरीक्षण

हमारे संवाददाता

देहरादून। सेनानायक, आईआरबी द्वितीय देहरादून श्वेता चौबे द्वारा साप्ताहिक परेड का निरीक्षण किया गया। परेड के दौरान "फिट इंडिया, फिट उत्तराखण्ड" अभियान के तहत जवानों की शारीरिक एवं मानसिक दक्षता को सुनिश्चित करने हेतु दौड़-चाल एवं अन्य व्यायामात्मक अभ्यास कराए गए।

परेड के उपरांत उनके द्वारा वाहिनी भोजनालय, सीपीसी कैन्टीन एवं होप टाउन कैफे का निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान भोजन व्यवस्था में विविधता लाने हेतु सप्ताह में दो बार पहाड़ी व्यंजन बनाए जाने हेतु दलनायक ड्यूटी दल को निर्देश निर्गत किए गए।

इसी क्रम में, वाहिनी में संचालित निर्माण कार्यों के अंतर्गत बाउंड्री वॉल एवं आरटीसी भवन की अद्यतन स्थिति की जानकारी ली गई एवं निर्माण कार्यों में प्रयुक्त सामग्री की गुणवत्ता परीक्षण हेतु आवश्यक दिशा-निर्देश जारी किए गए। इसके अतिरिक्त, उनके द्वारा निकट भविष्य में आयोजित होने वाली भारोत्तोलन एवं पॉवर लिफ्टिंग पुलिस प्रतियोगिता हेतु समुचित तैयारियों के लिए संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया गया। इस अवसर पर उप सेनानायक चक्रधर अन्थवाल, सहायक सेनानायक डॉ. पूर्णिमा गर्ग, शिविरपाल सिद्धार्थ कुकरेती सहित अन्य अधिकारी एवं कर्मचारीगण उपस्थित रहे।

टमाटरः देखने में अच्छा, स्वास्थ्यवर्द्धक भी

टमाटर जितना देखने में अच्छा लगता है, उतना ही खाने में स्वादिष्ट है और स्वास्थ्यवर्द्धक भी। तभी तो टमाटर का उपयोग सब्जी के रूप में करने साथ-साथ सलाद और चटनी के रूप में बहुतायम में किया जाता है।

टमाटर में भरपूर मात्रा में कैल्शियम, विटामिन सी पाये जाते हैं। एसिडिटी की शिकायत होने पर टमाटरों की खुराक बढाने से यह शिकायत दूर हो जाती है। लाल-लाल टमाटर देखने में बहुत सुंदर और खाने में स्वादिष्ट होने के साथ पौष्टिक होते है। टमाटर में संतृप्त वसा, सोडियम स्वाभाविक रूप से कम होता है। टमाटर थियमिन, नियासिन, फास्फोरस और तांबा, नियासिन, विटामिन बी-6, मैग्नीशियम प्रदान करता है। जो सभी अच्छी स्वास्थ्य के लिए जरूरी है। हड्डी मजबूत-टमाटर विटामिन के और कैल्शियम से भरपूर होते है। जो हड्डियां मजबूत करने में मदद करते हैं। चोट के बाद कैल्शियम और विटामिन के अस्थियों के ऊतकों की मरम्मत में सहायता करते है। अगर आप बीमार है और आपकी सेहत में सुधार हो रहा है। तो टमाटर सूप बेस्ट है।

हेल्दी त्वचा-टमाटर से आपकी त्वचा को मुलामय बनाने के साथ-साथ लाइनों झुरियों का कम करता है। टमाटर काट कर चेहरे पर मलें। सूखने पर धो लें। टमाटर ब्लीच का काम करता है जिससे रंग निखरता है। ड्राई स्किन वाले पैक धोने के बाद मॉयश्चराइजर लगाएं। टमाटर में भरपूर मात्रा में कैल्शियम, विटामिन सी पाये जाते हैं। एसिडिटी की शिकायत होने पर टमाटरों की खुराक बढाने से यह शिकायत दूर हो जाती है।

चुकंदर रक्तशोधक व कई रोगों में हितकारी

चुकंदर में कैल्शियम, मैग्नीशियम, फास्फोरस, पोटेशियम और सोडियम में समृद्ध हे फोलिक एसिड और विटामिन सी का अच्छा स्रोत है। चुकंदर पौष्टिक होने की वजह से शरीर में कमजोरी को दूर करनेवाला, रक्तशोधक व कई रोगों में फायदा करता है। चुकंदर का सलाद के रूप में अधिक किया जाता है।

जिन महिलाओं को माहवारी में कष्ट होता है, उन्हें अधिक से अधिक कच्चा चुकंदर खाना चाहिए। यह दूध और रक्त बढाता है और माहवारी में भी लाभ पहुंचाता है।

चुकंदर के 100 ग्राम रस में 25 ग्राम सिरका मिलाकर बालों की जडों में लगाने से रूसी खत्म होती है और बालों का झडना भी रूक जाता है।

यकृत रोगों व पित्ताशय संबंधों विकारों में चुकंदर के रस के साथ समभाग में गाजर व ककडी का रस मिलाकर सुबह-शाम पीने से फायदा मिलाता है। चुकंदर के रस के साथ गाजर का रस समभाग में मिलाकर पीने से शरीर की ताकत तो बढती है, साथ ही मोटापा नहीं बढता और अनावश्यक चर्बी भी कम होती है।

सेहत के लिए बेहद लाभदायक है चक्र फूल

चीनी सदाबहार पेड़ इलिसियम वर्म के फल से प्राप्त होने वाला चक्र फूल एक तरह का मसाला है, जिसका इस्तेमाल चाइनीज व्यंजनों में एक आम सामग्री के रूप में किया जाता है। यह कई औषधीय गुणों से समृद्ध होता है। इसमें विटामिन-ए, कैल्शियम, फास्फोरस, पोटैशियम, बायोएक्टिव कंपाउंड और कई अन्य जरूरी पोषक तत्व भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। चलिए फिर जानते हैं कि चक्र फूल के सेवन से आपको कौन-कौन से मुख्य लाभ मिल सकते हैं।

डिप्रेशन को कम करने में है सहायक

चक्र फूल डिप्रेशन और एंग्जायटी के लक्षणों का इलाज बेहद कारगर तरीके से कर सकता है। चूहों पर एक अध्ययन के अनुसार, चक्र फूल के अर्क ने चूहों को शक्तिशाली एंटी-डिप्रेसेंट गुण प्रदान किए, जो प्रभावी ढंग से डिप्रेशन को कम कर सकता है। एक अन्य अध्ययन से पता चला कि जिन 107 लोगों ने रोजाना तीन बार तीन ग्राम चक्र फूल के बीज पाउडर का सेवन किया, उनमें भी डिप्रेशन का स्तर कम हुआ।

अनिद्रा की समस्या से दिलाएं छुटकारा

कई अध्ययनों के अनुसार, चक्र फूल में एंटी-ऑक्सीडेंट और एंटी-स्ट्रेस गुण समेत मैग्नीशियम की भरपूर मात्रा मौजूद होती है, जो तनाव कम करके अच्छी नींद देने में मदद करते हैं। इसलिए अगर आपको या आपके परिवार में से किसी व्यक्ति को अनिद्रा की समस्या है तो सामान्य चाय को छोड़ रोजाना चक्र फूल की चाय का सेवन करना शुरू कर दें। इससे अनिद्रा की समस्या जल्द खत्म हो जाएगी।

पाचन के लिए भी है स्वास्थ्यवर्धक

चक्र फूल स्वस्थ पाचन को बढ़ावा देने में भी सहायक है। एक शोध के मुताबिक, चक्र फूल पेट से संबंधित विभिन्न बीमारियों जैसे गैस, सूजन, कब्ज और अपच का इलाज करने में मदद कर सकता है। इसके अलावा, यह मतली और पेट की ऐंठन से भी राहत प्रदान कर सकता है। यह आंत में जीवाणु संतुलन में सुधार करने में भी सक्षम है। इसके एंटी-बैक्टीरियल, एंटी-फंगल और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण पेट के अल्सर के इलाज में भी मददगार हैं।

त्वचा के स्वास्थ्य के लिए है लाभदायक

एंटी-ऑक्सिडेंट और विटामिन- ए और विटामिन- सी से समृद्ध चक्र फूल शरीर को मुक्त कणों से छुटकारा दिलाने में मदद कर सकता है, जो त्वचा पर समय से पहले बढ़ती उम्र के प्रभाव और ऑक्सीडेटिव तनाव पैदा कर सकते हैं। इसके अतिरिक्त, चक्र फूल झुर्रियों को कम करने में भी सहायक है और पुराने से पुराने दाग-धब्बों समेत निशानों को छुपा सकता है। यह त्वचा की लोच को बढ़ाकर इसकी गुणवत्ता और बनावट में भी सुधार कर सकता है।

फंगल इंफेक्शन से बचाने में भी है कारगर

एंटी-फंगल और एंटी-माइक्रोबियल गुणों से भरपूर चक्र फूल बैक्टीरिया और फंगल के विकास को रोक सकता है। यहीं वजह है कि यह दाद, एथलीट फुट, कैंडिडा और अन्य संक्रमणों से राहत दिलाने में सक्षम है।

चक्र फूल में पाया जाने वाला सक्रिय तत्व एनेथोल बैक्टीरिया के विकास को रोकता है और यीस्ट और डर्माटोफाइट्स जैसे फंगल से भी बचाता है। रोजाना चक्र फूल की चाय पीने से फंगल इंफेक्शन दूर रहेगा और आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता भी मजबूत होगी।

लीची के अनोखे स्वाद सेहत के लिए लाभकारी

लीची है फलों की रानी। यह स्वादिष्ट और सुंदर है उतनी ही सेहत के लिए पौष्टिक फल है। लीची में मौजूद पौटेशियम और तांबा दिल की बीमारियों से बचाव करती है। इसे खाने से हार्ट अटैक का खतरा कम होता है। लीची एक अच्छा एंटीऑक्सीडेंट भी है। लीची में पानी से भरे स्वाद के कारण हम इसे बेहद पसंद करते हैं। इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि हम में से बहुत से लोग खुद को तरोताजा रखने के लिए संघर्ष कर रहे हैं। लीची हाइड्रेशन को बढ़ावा देने में मदद कर सकती है। ये फाइबर से भरपूर होती है, जो कब्ज को रोकने में मदद करती है। लीची विटामिन सी से भरपूर होती है, जो मध्यम मात्रा में सेवन करने पर विटामिन की हमारी डेली जरूरत को पूरा करती है। विटामिन सी एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट है जो कई पुरानी बीमारियों को रोकता है और हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है।

इसमें फाइबर की काफी मात्रा होती है। जो मोटापा को करने का अच्छा ऑप्शन है। फाइबर हमारे भोजन को पचाने में सहायक होता है। यह वायरस और संक्रामक रोगों से लडने के लिए बॉडी की रोगप्रतिरोधक क्षमता को बढाता है।

इसमें फाइबर की काफी मात्रा होती है। जो मोटापा को करने का अच्छा ऑप्शन है। फाइबर हमारे भोजन को पचाने में सहायक होता है। यह वायरस और संक्रामक रोगों से लडने के लिए बॉडी की रोगप्रतिरोधक क्षमता को बढाता है।

लीची के नियमित सेवन से हमारे शरीर में कैंसर के सेल्स ज्यादा बढ नहीं पाते।

लीची- यह फल गर्मियों के दिन में भरपूर मात्रा आता है इसकी सुगंध मधुर होती है विटामिन सी के बेहद अच्छे स्त्रोत, गर्म इलाके के इस फल में ठंडक, शामक तथा कामोत्तेजक खूबियां है यह प्यास बुझाने में मदद करती है इसे कच्चाा खाया जाता है और व्यंजनों और जूस के रूप में भी उपयोग किया जाता है। लीची का जूस एक पौष्टिक तरल है। यह गर्मियों के सीजन में होने वाली बीमारियों से बचाव करता है और शरीर को ठंडक प्रदान करता है। लीची में सूरज की अल्ट्रावॉयलेट यूवी किरणों से हमारी त्वचा और शरीर का बचाव करने की खासियत होती है। लीची के नियमित सेवन से तैलीय त्वचा को पोषण मिलता है। लीची में पानी की मात्रा ज्यादा होती है, जो शरीर को हाइड्रेटेड रखने में मदद करती है। ये बॉडी फंक्शनिंग को बेहतर बनाए रखने और डिहाइड्रेशन को रोकने में भी मददगार है।

इंटरनेट के बिना जीना चाहते हैं आधे से ज्यादा युवा, अध्ययन में हुआ खुलासा

इन दिनों इंटरनेट जीवन का पर्याय बन चुका है। लोगों का सारा काम इंटरनेट के सहारे ही चलता है। इस तकनीक ने जीवन को जितना आसान बनाया है, उतना ही इंसानों को आलसी और नासमझ बना दिया है।

बच्चों से लेकर बूढ़ों तक, सभी मोबाइल चलाते-चलाते ही सारा दिन बिता देते हैं।

हालांकि, क्या हो अगर अचानक इंटरनेट हमेशा के लिए बंद हो जाए? सुनने में अजीब लगता है, लेकिन आधे से ज्यादा युवा इंटरनेट के बिना जीना चाहते हैं।

क्या है इस शोध में पाई गई जानकारी?

यूनाइटेड किंगडम में किए गए अध्ययन के जरिए सामने आया कि लगभग आधे युवा ऐसी दुनिया में रहना पसंद करेंगे, जहां इंटरनेट न हो।

इस शोध से पता चलता है कि 16 से 21 वर्ष की आयु के लगभग 70 प्रतिशत युवा सोशल मीडिया पर समय बिताने के बाद बुरा महसूस करते हैं।

50 प्रतिशत लोग डिजिटल कर्फ्यू का समर्थन करते हैं, जो रात 10 बजे के बाद कुछ ऐप और साइट तक उनकी पहुंच को प्रतिबंधित करता है।

इस तरह पूरा किया गया अध्ययन

यह अध्ययन ब्रिटिश स्टैंडर्ड्स इंस्टीट्यूशन द्वारा किया गया था, जिसमें 1,293 युवाओं का सर्वेक्षण किया गया था। इसमें पाया गया कि 27 प्रतिशत प्रतिभागियों ने अजनबियों के साथ ऑनलाइन पता तक साझा किया।

इसी सर्वेक्षण में तीन-चौथाई लोगों ने कहा कि उन्होंने महामारी के बाद से ऑनलाइन ज्यादा समय बिताया शुरू कर दिया।

68 प्रतिशत लोगों को लगता है कि उन्होंने जो समय ऑनलाइन बिताया वह उनके मानसिक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक था।

प्रतिभागियों ने मानी फेक अकाउंट बनाने की बात

प्रतिभागियों में से एक चौथाई सोशल मीडिया पर दिन में 4 से ज्यादा घंटे बिताते हैं। 42 प्रतिशत ने यह बात स्वीकार करी कि वे अपने माता-पिता से झूठ बोलकर इंटरनेट का इस्तेमाल करते हैं।

42 प्रतिशत लोगों ने कहा कि उन्होंने आईडी बनाने के लिए अपनी उम्र के बारे में झूठ बोला। वहीं, 40 प्रतिशत ने स्वीकार किया कि उनके पास एक फर्जी अकाउंट है और 27 प्रतिशत पूरी तरह से एक अलग व्यक्ति होने का दिखावा करते हैं।

क्यूं किया गया यह अध्ययन?

ये नतीजे प्रौद्योगिकी सचिव पीटर काइल द्वारा दिए गए संकेतों के बाद सामने आए हैं। उन्होंने कहा था कि सरकार टिक-टॉक और इंस्टाग्राम जैसे ऐप के लिए कट-ऑफ समय अनिवार्य बनाने की संभावना पर विचार कर रही है। ऑनलाइन बाल सुरक्षा की नीति प्रबंधक रानी गोवेंडर ने कहा कि डिजिटल कर्फ्यू मददगार तो है, लेकिन अन्य उपायों के बिना बच्चों को सोशल मीडिया के संपर्क में आने से नहीं रोका जा सकता। (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

तरबूज रखे गर्मियों में बीमारियों से दूर

गर्मियों में होने वाली बहुत सी बीमारियों से बचा जा सकता है। इसमें विटामिन ए, बी, सी और आयरन भी प्रचुर मात्रा में मिलता है जिससे रक्त शुद्ध होता है। तरबूज का रस पेट संबंधी विकारों में भी लाभदायक है और पेट की जलन को भी शांत करता है। तरबजू में कैल्शियम होता है, जिससे कारण से दांत और हड्डियां मजबूत होती हैं, खासतौर पर बढती उम्र के बच्चों के लिए यह बहुत लाभदायक होता है।

लू से करें बचाव-गर्मियों में तरबूज का सेवन करने से लू से बचाव होता है। घर से बाहर निकलते वक्त एक ग्लास तरबूज के रस में एक चम्मच शक्कर और चुटकी नमक मिलाकर पानी चाहिए।

झुलसी त्वचा- धूप में झुलसी हुई त्वचा यानी सनबर्न की वजह से त्वचा में जलन महसूस होती है, इससे निजात पाने के लिए तरबूज का रस फ्रिज में रखकर ठंडा करके रूई के फाहे से त्वचा पर लगाएं।

सिरदर्द- तपती धूप में जब सिरदर्द होने लगे, तब आधे ग्लास तरबूज के रस में पानी मिलाकर पानी चाहिए।

खट्टी डकारें- तरबूज की फांकों पर कालीमिर्च पाउडर, सेंधा नमक और काला नमक बुरककर खाने से खट्टी डकारें आनी बंद हो जाती हैं।

पोलिया-पोलिया रोगियों को तरबूज का सेवन करना बहुत फायदेमंद रहता है, क्योंकि यह खून को बढाता है और उसे साफ भी करता है।

कब्ज- तरबूज रेशे प्रधान फल है, इसलिए कब्ज से मुक्ति दिलाता है। इसके सेवन से आंतों में फंसा मल भी बाहर निकल जाता है। यह आंतों को एक प्रकार की चिकनाई प्रदान करता है।

मधुमेह को दूर करना है तो कीजिये ये योगासन

मधुमेह एक बहुआयामी बीमारी है जो व्यायाम में कमी, सही खाना नहीं खाने और आजकल के नए राक्षस तनाव से आती है।

यह सभी हमारी जीवन शैली की ओर इशारा करते हैं। दवाईयों के साथ हमारी जीवनशैली भी इसके नियंत्रण में महत्वपूर्ण स्थान रखती है।

इस भागती-दौडती जीवनशैली में हमारे लिए समय निकालनाभी एक चुनौती है। इस संदर्भ में योगिक क्रियाएं जैसे योग, ध्यान, प्राणायाम हमारी बहुत मदद कर सकता है। इसे अपनी सुबह की सैर में से कटोती करके नहीं करना है बल्कि सुबह की सैर के साथ इन्हे करना है और मधुमेह को हराना है।

अच्छे परिणाम के लिए योगिक क्रियाओं में नियमितता आवश्यक है। प्रतिदिन के अपने कार्य पर अडिग भी रहना है। यह या तो सुबह हो सकता है या फिर शाम को, जैसा आपको सुविधाजनक लगे। समय को नियोजित कीजिए और उस पर अनुशासित रहिए।

यहां पर कुछ आसन दिखाए जा रहे हैं जिससे मधुमेह को नियंत्रण में मदद मिलेगी-

1. कपालभाति प्राणायाम

कपालभाति प्राणायाम से हमारा तंत्रिका तंत्र और दिमाग के तंतु पुर्नजीवित होते हैं। यह मधुमेह के लिए बहुत लाभदायक है क्योकि इसमें पेट के अंगो को उत्तेजित करता है। इस प्राणायाम से रक्त प्रवाह अच्छा होता है और दिमाग भी ताजा रहता है।

2. सुप्त मत्स्येन्द्रासन

इसे लेटकर और शरीर को घुमाकर किया जाता है जिससे अंदरूनी अंग प्रभावित होकर हमारा हाजमा सही करते हैं। इससे पेट के अंगों पर भी दबाव बनता है और यह मधुमेह के लिए उपयोगी है।

3. धनुरासन

शरीर को धनु की तरह मोडना हमारे पेनक्रियाज को संचालन में मदद करता है इसलिए इस आसन को मधुमेह के लिए अच्छा माना गया है। इससे पेट की मांसपेशियों में मजबूती आती है और तनाव व थकान से मुक्ती मिलती है।

4. पश्चिमोत्तानासन

पैरों को फैलाकर सामने की ओर झुकने पर पेट और पैल्विक अंगों के लिए तनाव उत्पन्न होता है और यह मधुमेह के लिए उपयोगी है। इससे शरीर में प्राण का स्तर संतुलित होता है और दिमाग को शांत रखने में सहायक होता है।

5. अर्ध्य मत्स्येन्द्रासन

यह बैठकर किया जाने वाला आसन है। रीढ की हड्डी को घमाव मिलता है साथ ही पेट को भी अच्छी वर्जिश मिलती है। इससे फेफडों को आक्सीजन की भरपूर मात्रा मिलती है। इससे रीढ की हड्डी में रक्त प्रवाह सही होता है।

6. शवासन

अंत में विश्राम करने के लिए शवासन होता है, इसमें शरीर को गहरी ध्यान अवस्था में जाया जा सकता है।

शब्द सामर्थ्य -68

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संघर्ष, दौड़धूप (उर्दू.) 5. सुपुत्र, लायक पुत्र 7. ताकतवर, बलशाली 9. खुशबू, सुरभि, सुगंध 10. अकारण, व्यर्थ, बेवजह 12. गर्म तेल आदि में खाद्य वस्तु छोड़कर पकाना 13. यात्रा 15. मृत, जो मर गया हो 16. छोटे कद का, वामन, बौना 18. सांप का सिर, गुण, कला, कौशल 20. निरुत्तर, बेमिसाल 23. गोल हरे दानों वाला एक प्रसिद्ध पौधा, या इस पौधे की फली 24.माता, जननी 25. संतान, औलाद 26. अधीन, अधीनस्थ, कर्मचारी 27. चिड़िया, खग तरफदार।

ऊपर से नीचे

1.पानी में डूबा हुआ, जल प्लावित 2. पाकेटमार, जेब काटने वाला 3. समाधान, खेत जोतने का यंत्र 4. औषधालय 6. युक्ति, उपाय 8. गीला, तर, भीगा हुआ 11. झटके से मुंह से आवाज के साथ हवा बाहर आना, बलगम आदि का बाहर आना 14. तुरंत, झटपट 15. स्त्री, नारी, अबला 17. एक और एक चौथाई 19. आदमखोर 21. दुनिया, संसार, जग 22. वर्ष की छः ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है 23. बुद्धि, दिमाग।

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				■	■	27	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 67 का हल

पी	चि	दं	ब	र	म	■	■	स
ट	■	भ	ला	ई	■	अ	स	म
ना	म	■	■	स	मा	धि	■	झ
■	ज	■	बे	■	न	का	र	ना
बा	बू	■	आ	य	क	र	■	■
■	र	की	ब	■	■	■	प्र	था
ज	■	■	रू	प	क	■	ज	न
हा	■	पा	■	ना	म	ची	न	■
ज	हां	प	ना	ह	■	ता	न	ना

अनुष्का शेट्टी स्टारर घाटी की नई रिलीज डेट से उठा पर्दा

फिल्म मेकर्स ने आज सोशल मीडिया पर फिल्म घाटी का एक नया पोस्टर शेयर किया है। इसके साथ ही उन्होंने फिल्म की नई रिलीज डेट की भी घोषणा कर दी है। जानिए कब देख सकेंगे बहुबली फेम एक्ट्रेस अनुष्का शेट्टी की फिल्म घाटी।

अनुष्का शेट्टी की फिल्म घाटी के साथ बड़े पर्दे पर शानदार वापसी करने जा रही हैं। यह फिल्म कृष जगरलामुडी द्वारा निर्देशित है और अब 11 जुलाई 2025 को रिलीज होगी। पहले इस फिल्म को 18 अप्रैल 2025 में रिलीज किया जा रहा था। निर्माताओं ने नई रिलीज डेट की घोषणा के साथ एक शोनादार पोस्टर भी शेयर किया है, जो फिल्म के दमदार अंदाज को दर्शाता है। यह फिल्म पूरे भारत में रिलीज की जाएगी। इस पोस्टर में एक नदी में सभी स्टार्स किसी को सामने घूरते नजर आ रहे हैं, जैसे वह सभी किसी खास मिशन पर गए हों।

फिल्म निर्माताओं ने आज इंस्टाग्राम पर फिल्म घाटी के नए पोस्टर के साथ इसकी नई रिलीज डेट से भी पर्दा उठा दिया है। उन्होंने कैप्शन में लिखा, अपना सिंहासन हासिल करने और बॉक्स ऑफिस पर विजय पाने के लिए आ रही है। ः घाटी 11 जुलाई को दुनिया भर में भव्य रिलीज ः घाटी11 जुलाई

घाटी में अनुष्का एक साहसी और देहाती किरदार निभा रही हैं, जो एक मारिजुआना व्यापारी है। जो बाद में अपराध की दुनिया में उतरकर एक ताकतवर शख्सियत बन जाती है। फिल्म में बहुबली फेम अनुष्का शेट्टी के अलावा तमिल अभिनेता विक्रम प्रभु भी महत्वपूर्ण भूमिका में नजर आएंगे। यूवी क्रिएशन्स और फर्स्ट फ्रेम एंटरटेनमेंट्स द्वारा निर्मित इस फिल्म का संगीत विद्या सागर ने तैयार किया है।

अनुष्का शेट्टी की फिल्म घाटी का फैंस बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। फिल्म के नए पोस्टर को देखने और फिल्म की नई रिलीज डेट का पता लगने के बाद फैंस फिल्म को लेकर बेहद उत्साहित हैं और साथ ही अनुष्का को बड़े पर्दे पर देखने के लिए उत्साहित हैं। एक फैन ने लिखा, क्वीन वापस एक्शन में आ रही है, एक और फैन ने लिखा, आंध्र प्रदेश की ओर से पूरी टीम को शुभकामनाएं, एक और फैन ने लिखा, हे भगवान बहुत उत्साहित हूं, एक और फैन ने लिखा, लेडी सुपर स्टार वापस एक्शन में है।

कार्तिक आर्यन की तू मेरी मैं तेरा... में अनन्या पांडे की एंट्री

करण जौहर ने इंस्टाग्राम पर पर एक पोस्ट साझा की, जिसमें फिल्म तू मेरी मैं तेरा मैं तेरा तू मेरी' के हीरो कार्तिक आर्यन के साथ हीरोइन कौन है, इसका जिक्र किया है। हीरो-हीरोइन की एक रोमांटिक फोटो भी करण जौहर ने साझा की है।

करण जौहर ने अपनी पोस्ट के साथ एक कैप्शन भी लिखा है- हमारे रे की रूमी।' स्माइली और हार्ट इमोजी भी करण ने साथ में बनाया है। इस फिल्म में कार्तिक के साथ अनन्या पांडे नजर आएंगी। करण ने जो पोस्टर साझा किया है, उसमें कार्तिक और अनन्या ही रोमांटिक अंदाज में नजर आए रहे हैं। दोनों के चेहरे के पास एक पासपोर्ट है। अब इस पासपोर्ट से फिल्म की कहानी का क्या कनेक्शन है? यह वक्त आने पर पता चलेगा।

करण जौहर प्रोड्यूस फिल्म तू मेरी मैं तेरा मैं तेरा तू मेरी' अगले साल वैलेंटाइन डे से पहले रिलीज होगी। इसकी रिलीज की तारीख भी करण जौहर ने पोस्ट में शेयर की है। 13 फरवरी 2026 को यह फिल्म रिलीज होगी। इस रोमांटिक-ड्रामा फिल्म की स्टोरी क्या है? इसका खुलासा अभी मेकर्स की तरफ से नहीं किया गया है।

हाल ही में करण जौहर के प्रोडक्शन हाउस धर्मा ने सोशल मीडिया पर अपनी आने वाली फिल्म नागजिला' का लुक भी जारी किया। इस फिल्म में भी कार्तिक आर्यन एक इच्छाधारी नाग बनने वाले हैं। इस फिल्म में हीरोइन कौन है, इसकी जानकारी अभी नहीं दी गई है।

शनाया कपूर के साथ रोमांस करते दिखे विक्रांत मैसी

अभिनेता विक्रांत मैसी और शनाया कपूर स्टारर अपकमिंग रोमांटिक फिल्म आंखों की गुस्ताखियां' सिनेमाघरों में रिलीज के लिए तैयार है। इस बीच निर्माताओं ने फिल्म का नया पोस्टर जारी कर दिया है, जिसमें विक्रांत और शनाया की केमिस्ट्री शानदार नजर आई।

आंखों की गुस्ताखियां' म्यूजिकल प्रेम कहानी है, जो भावनाओं और प्यार के जादू को दिखाती है। शनाया कपूर इस फिल्म के जरिए बॉलीवुड में डेब्यू करने जा रही हैं। दोनों की जोड़ी को दर्शकों का खूब प्यार मिल रहा है। पोस्टर में उनकी केमिस्ट्री को प्रशंसकों ने शानदार और प्यारा बताया।

जी स्टूडियोज ने पोस्टर को शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा, दो दिल, एक प्यार और अनगिनत गुस्ताखियां। आंखों की गुस्ताखियां का टीजर गुरुवार को रिलीज होगा और 11 जुलाई को अपने नज़दीकी सिनेमाघरों में प्यार का एहसास करने के लिए जरूर जाएं।

हाल ही में प्रोड्यूसर मानसी बागला ने आंखों की गुस्ताखियां' में शनाया कपूर को लॉन्च करने के अपने फैसले के बारे में खुलकर बात की थी।

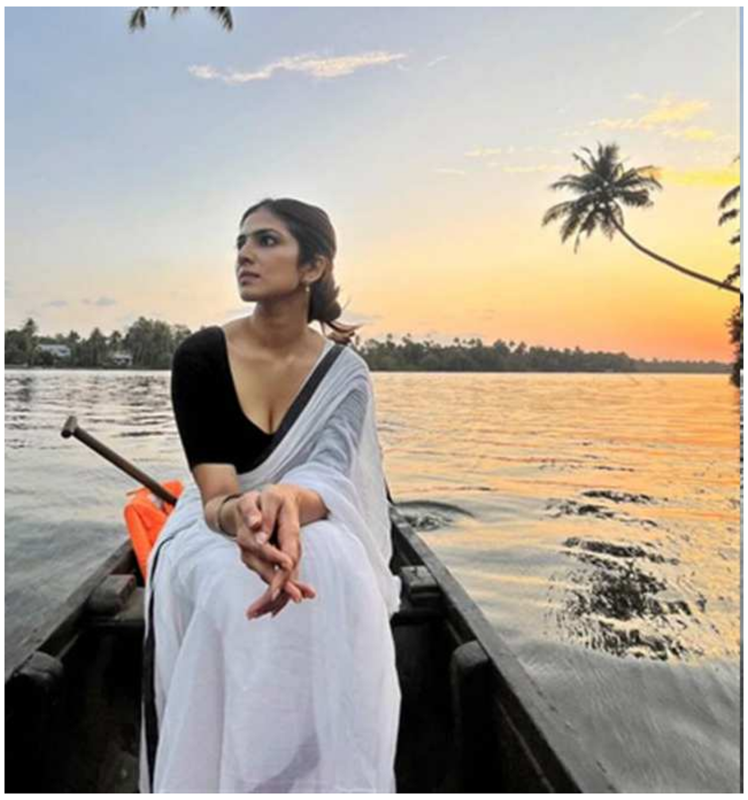
बागला ने खुलासा किया कि वह एक ऐसी नायिका चाहती थीं, जिसमें अल्हड़पन और अनिश्चितता हो, ऐसे गुण जो केवल एक नया चेहरा ही ला सकता था। स्क्रिप्ट लिखते समय उन्हें लगा कि शनाया की स्वाभाविक प्रतिभा और उसके चेहरे के भाव किरदार की मांगों के साथ पूरी तरह मेल खाते हैं, जिसके चलते उन्होंने बिना किसी हिचकिचाहट के शनाया को चुन लिया। उन्हें लगता है कि इस किरदार के लिए शनाया कपूर एकदम सही हैं।

फिल्म में संगीत गायक विशाल मिश्रा ने दिया है। जानकारी के अनुसार यह कहानी दो ब्लाइंड लोगों के इर्द-गिर्द घूमती है, जो आधुनिक समय में प्रेम की खुशियों और चुनौतियों का सामना करते हैं। यह रस्किन बांड की कहानी द आइज़ हैव इट' से प्रेरित है।

फिल्म का निर्देशन संतोष सिंह ने किया है और इसे मानसी बागला और निरंजन अयंगर ने मिलकर संयुक्त रूप से लिखा है। जी स्टूडियोज और मिनी फिल्म्स ने फिल्म का निर्माण किया है। वहीं, मानसी और वरुण बागला ने प्रोड्यूस किया है।

आंखों की गुस्ताखियां' 11 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

सरदार 2 की शूटिंग के लिए बैंकॉक पहुंचीं मालविका मोहनन



मलयालम और हिंदी सिनेमा की मशहूर अभिनेत्री मालविका मोहनन अपनी अपकमिंग तमिल फिल्म सरदार 2' की शूटिंग के लिए बैंकॉक पहुंच चुकी हैं। जासूसी-थ्रिलर फिल्म में वह अभिनेता कार्थी और राजिशा विजयन के साथ मुख्य भूमिका में नजर आएंगी।

मालविका ने इंस्टाग्राम के स्टोरीज सेक्शन पर बैंकॉक के सेट से एक तस्वीर शेयर की, जिसमें वह शूटिंग की तैयारी करती दिखीं। सूत्रों के अनुसार, फिल्म की टीम इस आखिरी शेड्यूल में कुछ रोमांचक एक्शन सीन्स और एक खास गाने को शूट कर रही है।

सरदार 2' साल 2022 की हिट फिल्म सरदार' का सीक्वल है, जिसे निर्देशक पी.एस. मित्रन बना रहे हैं।मालविका ने प्रशंसकों के साथ एक सोशल मीडिया सीजन के दौरान बताया था कि वह जून में इस फिल्म की शूटिंग पूरी कर लेंगी। इस फिल्म की शूटिंग 100 दिनों से अधिक समय से चल रही है और अप्रैल में टीम ने 100 दिन पूरे किए थे। निर्देशक मित्रन ने बताया कि फिल्म का केवल 5-10 प्रतिशत हिस्सा शूट होना बाकी है और डबिंग का काम भी साथ-साथ चल रहा हैइवेंट में पता चला कि अभिनेता एसजे सूर्या फिल्म में खलनायक की भूमिका में नजर आएंगे।

उनके किरदार का नाम ब्लैक डैगर' है। सरदार 2 में कार्थी, एसजे सूर्या और राजिशा विजयन, मालविका मोहनन, आशिका रंगनाथ और सजल अहमद भी अहम भूमिकाओं में हैं। सरदार 2 में जॉर्ज विलियम्स ने सिनेमैटोग्राफी और सैम सीएस ने संगीत दिया है।

फिल्म के स्टंट को कोरियोग्राफ दिलीप सुब्बारायन ने किया है और सीक्वल की कहानी एमआर पोन, रोजू बिपिन रागु और गीवी ने लिखी हैफिल्म की कहानी में कार्थी के किरदार को कंबोडिया और फिर चीन में जासूस के रूप में मिशन पर भेजा जाता है।

निर्माताओं ने हाल ही में एक प्रोमो जारी किया था, जिसमें अभिनेता एस.जे. सूर्या को खलनायक ब्लैक डैगर' के रूप में दिखाया गया। फिल्म में कार्थी दोहरी भूमिका में हैं, जबकि मालविका का किरदार अभी गोपनीय रखा गया है। वर्कफ्रंट की बात करें तो सरदार 2' के अलावा, मालविका के पास प्रभास स्टारर द राजा साब' और हृदयपूर्णम' भी है।

वीर क्रांतिकारी राजा भभूतसिंह : सतपुड़ा की गोद से जन्मी आज़ादी की ज्वाला

दुर्गेश रायकवार

मध्य भारत की धरती, विशेषकर मालवा और नर्मदा तटवर्ती सतपुड़ा क्षेत्र, प्राचीन समय में अवंतिका महाजनपद का हिस्सा रही है। इस क्षेत्र की महादेव पहाड़ियाँ, ताप्ती और नर्मदा की घाटियाँ, हजारों वर्षों से धार्मिक और आध्यात्मिक साधना की भूमि रही हैं। यहाँ का कोरकू आदिवासी समाज भोलेनाथ को अपना आराध्य और कुल देवता मानता है। ऐसा विश्वास है कि कोरकू समाज भोलेनाथ के गणों और उनके अनुयायियों के वंशज हैं।

कोरकू समुदाय का प्रभुत्व 18वीं सदी तक इस सम्पूर्ण भूभाग में स्थापित था। राजा भभूतसिंह कोरकू, इसी परंपरा के एक ऐसे सिद्ध पुरुष और जागीरदार थे, जिनका प्रभुत्व पचमढ़ी, हर्राकोट, पातालकोट, तामिया, बोरी, मढ़ई, हरियागढ़, केसला, बैतूल और हरदा तक फैला हुआ था।

राजा भभूतसिंह का जीवन चमत्कारिक शक्तियों, आध्यात्मिक सिद्धियों और रणकौशल का अद्वितीय संगम था। वे तंत्र-मंत्र, जड़ी-बूटियों और वन औषधियों में पारंगत थे। कहा जाता है कि उन्होंने ऐसी दिव्य औषधियों का प्रयोग कर रखा था जिससे उनके शरीर पर किसी भी अस्त्र-शस्त्र का प्रभाव नहीं होता था। उन्होंने बूटी को अभिमंत्रित कर अपने शरीर में स्थापित किया था और इस कारण से लोहे के हथियार उनके शरीर को नुकसान नहीं पहुँचा सकते थे।

उनके शरीर की अमरता की कथा भी प्रसिद्ध है-राजा केवल हरे बांस की लकड़ी से ही मृत्यु को प्राप्त हो सकते थे, यह रहस्य केवल उनके सबसे निकटस्थ एक मित्र को ज्ञात था।

1857 के स्वतंत्रता संग्राम के दौरान जब तात्या टोपे और उनकी सेना अंग्रेजों से संघर्ष करते हुए सतपुड़ा पहुँचे, तब उन्होंने राजा भभूतसिंह की शरण ली। अक्टूबर 1858 के अंतिम सप्ताह में फतेहपुर के सरैया घाट से तात्या टोपे ने नर्मदा पार की और पचमढ़ी क्षेत्र में प्रवेश किया। राजा भभूतसिंह ने गुफाओं के माध्यम से उन्हें हरियागढ़, बोरदई और फिर मुलताई क्षेत्र की ओर भेजा।

अंग्रेज कप्तान जेम्स फोर्सिथ को जब यह पता चला कि भभूतसिंह ने तात्या टोपे को शरण दी है, तो उसने फतेहपुर के नवाब आदिल मोहम्मद खान के माध्यम से राजा से तात्या को सौंपने का आग्रह किया। लेकिन निडर भभूतसिंह ने अंग्रेजों के सामने झुकने से इनकार कर दिया।

❑एक ऐसा योद्धा जिसकी गाथा लोकगीतों में आज भी जीवित है

जुलाई 1859 में राजा भभूतसिंह ने खुलेआम विद्रोह कर दिया। अंग्रेजों ने मिलिट्री पुलिस और मद्रास इन्फेंट्री की टुकड़ी को भेजा। देनवा घाटी में युद्ध हुआ जो लगभग छह महीनों तक चला। कोरकू योद्धाओं की गुप्त युद्ध नीति और पहाड़ी मार्गों की जानकारी अंग्रेजों के भारी हथियारों पर भारी पड़ी।

कहा जाता है कि युद्ध के दौरान राजा ने चिरौंठा के दानों को मंत्रों से अभिमंत्रित कर मधुमक्खियों में परिवर्तित किया और उन्हें युद्ध के एक हथियार के रूप में प्रयोग किया। भभूतसिंह द्वारा अपनाई गई छापामार युद्ध रणनीति बिल्कुल शिवाजी महाराज जैसी थी – अदृश्य रहकर प्रहार करना और जंगलों की भौगोलिक स्थिति का लाभ उठाना।

एक बार राखी पर्व के अवसर पर भभूतसिंह अपनी मुंह बोली बहन से राखी बंधवाने खारी गाँव पहुँचे। वहीं किसी ने अंग्रेजों को गुप्त सूचना दे दी। अंग्रेजों ने उन्हें चारों तरफ से घेर लिया, लेकिन उनकी दिव्य शक्ति के कारण उन्हें बाँधना असंभव था। कहा जाता है कि राजा का एक विश्वासपात्र मित्र, जो उनकी शक्तियों और रहस्यों से परिचित था, अंग्रेजों से मिल चुका था। उसी की गद्दारी से भभूतसिंह को पकड़ने में अंग्रेज सफल हुए।

अंग्रेजों ने उन्हें यातनाएँ दीं, परंतु वे अपने खजाने और रहस्यों की जानकारी देने को तैयार नहीं हुए। जब शारीरिक यातनाएँ बेअसर रहीं, तो उन्हें अन्न-जल से वंचित रखा गया। इसके बावजूद वे अंत तक अडिग रहे।

1860 में अंग्रेजों ने उन्हें जबलपुर में मृत्युदंड दिया। कुछ प्रमाणों में कहा गया है कि उन्हें फांसी दी गई, वहीं कुछ में कहा गया कि उन्हें गोलियों से छलनी कर मार दिया गया। अंग्रेजों ने उनके नामोनिशान मिटाने के प्रयास में उनके राज्य को वन विभाग को सौंप दिया। यह घटना भारतीय इतिहास में पहली थी जब किसी आदिवासी की शहादत के बाद उनकी जागीर को वन क्षेत्र घोषित किया गया।

आज भी देनवा नदी के तट पर राजा भभूतसिंह का बगीचा और भभूतकुण्ड विद्यमान है, जिसमें बारहमासी जल भरा रहता है। चौरागढ़ मंदिर में उनके द्वारा चढ़ाए गए पत्थर के त्रिशूल आज भी दर्शनार्थियों को वीरता और भक्ति का संदेश देते हैं।

राजा भभूतसिंह की वीरता और बलिदान को कोरकू समाज ने लोकगीतों और भजनों के माध्यम से जीवित रखा है। पचमढ़ी क्षेत्र के गाँवों, मंदिरों और लोक संस्कृति में आज भी उनकी गाथाएँ सुनाई जाती हैं। राजा भभूतसिंह न केवल एक योद्धा थे, बल्कि वे जनजातीय चेतना और आत्मसम्मान के प्रतीक बन चुके हैं।

उनकी मृत्यु के बाद अंग्रेजों का कोप कोरकू समाज पर टूटा। अनेक कोरकू लोग पहाड़ों में छुप गए, कुछ अन्य गोंड जागीरदारों के पास चले गए, तो कुछ तात्या टोपे के साथ महाराष्ट्र तक पहुँच गए। अनेक लोगों ने अपनी पहचान छिपा ली और अपने गोत्र/सरनेम बदल लिए।

राजा भभूतसिंह की वीरगाथा, अंग्रेज अधिकारी एलियट की 1865 की सेटलमेंट रिपोर्ट में भी दर्ज है। वे सतपुड़ा क्षेत्र के शिवाजी कहे जाते हैं। अफसोस है कि जिस योद्धा ने अंग्रेजों से दो वर्षों तक सतत संघर्ष किया, वह इतिहास की पुस्तकों में उचित स्थान नहीं पा सका।

राजा भभूतसिंह कोरकू एक ऐसा नाम हैं, जो केवल कोरकू समाज का नहीं, पूरे भारतीय स्वतंत्रता संग्राम का गौरव हैं। उनका जीवन आदिवासी अस्मिता, देशभक्ति, और आध्यात्मिक शक्ति का जीवंत उदाहरण है। उनके बलिदान और शौर्य की गाथा को राष्ट्रीय पटल पर लाना, आज की पीढ़ी का नैतिक कर्तव्य बनता है।

राजा भभूतसिंह कोरकू – एक नाम नहीं, एक स्वाभिमान की ज्वाला हैं, जो आज भी सतपुड़ा की वादियों में गूंजती है।

– लेखक जनसंपर्क विभाग में उप संचालक है।

महादेव के अवतार में नजर आए अक्षय कुमार

फिल्म कन्नप्पा अगले महीने सिनेमाघरों में रिलीज होगी। उससे पहले मेकर्स इस फिल्म का जोर-शोर से प्रमोशन कर रहे हैं। आज बुधवार को फिल्म का गाना श्री काल हस्ती जारी हुआ है। इस गाने में अक्षय कुमार और काजल अग्रवाल नजर आ रहे हैं। अक्षय कुमार महादेव के रूप में दिखाई दे रहे हैं। गाने में अक्षय कुमार और काजल अग्रवाल को भगवान शिव और पार्वती के रूप में देखा जा सकता है। गाने में भगवान शिव की शक्तियों और खूबियों को दिखाया गया है। महादेव अपने भक्तों की भक्ति की परीक्षा किस तरह लेते हैं, इसे दिखाया गया है। इस गाने पर यूजर्स के सकारात्मक कमेंट्स आ रहे हैं। गाने को सुन लोग भक्ति भाव में डूब गए हैं। कन्नप्पा माइथोलॉजिकल एपिक फिल्म है। यह 27 जून को सिनेमाघरों में दस्तक देगी। मुकेश कुमार सिंह ने इसका निर्देशन किया है। फिल्म में मोहन बाबू, अक्षय कुमार, काजल अग्रवाल, प्रभास और मोहनलाल जैसे सितारे नजर आएंगे। मोहन बाबू के प्रोडक्शन के बैनर तले बनी बनी यह पैन इंडिया फिल्म है। हाल ही में फिल्म कन्नप्पा की वह हार्ड ड्राइव चोरी हो गई है, जिसमें फिल्म के वीएफएक्स सीन थे। मेकर्स ने इसकी शिकायत दर्ज कराई है। फिल्म के एग्जीक्यूटिव निर्माता ने हैदराबाद के फिल्म नगर पुलिस स्टेशन में इस संबंध में शिकायत दर्ज कराई। इसी हार्ड डिस्क में फिल्म के अहम वीएफएक्स सीन हैं। निर्माता की ओर से फिल्म वीएफएक्स सीन वाली हार्ड डिस्क की चोरी का आरोप लगाया गया है। कन्नप्पा के निर्माता ने अज्ञात लोगों द्वारा हार्ड डिस्क चोरी करने का आरोप लगाया है। फिल्म कन्नप्पा में विष्णु मांचू लीड रोल में हैं।

सू- दोकू क्र.68

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 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 67 का हल

3	9	6	8	2	5	4	7	1
8	2	5	1	7	4	6	3	9
7	1	4	6	9	3		2	5
1	8	9	3	6	7	[illegible]	5	4
2	6	7	5	4	8	1	9	3
5	4	3	9	1	2	7	8	6
6	7	2	4	3	9	5	1	8
9	5	1	7	8	6	3	4	2
4	3	8	2	5	1	9	6	7

बांग्लादेश के मुखिया चाइना से मिलकर पूर्वोत्तर भारत में साजिशे रच रहे हैं

अजय दीक्षित

मोहम्मद यूनिस ने हाल ही में चाइना में कहा कि चिकन नेक भारत की दुखती रग हैये बात उन्होंने ऐसे समय पर कही है जब भारत और बांग्लादेश के संबंधों में निर्वासित शेख हसीना की भारत में उपस्थिति को लेकर तल्खी आयी है।

उल्लेखनीय है कि बांग्लादेश की पूर्व प्रधानमंत्री शेख हसीना ने अगस्त 2025 से भारत में शरण ले रखी है। और बांग्लादेश पर मुस्लिम कट्टर पंथियों जमायते इस्लामी संगठन का कब्जा है। भारत एक ऐसा देश है कि जो अपने पड़ोसियों देशों से परेशान हैं क्योंकि अभी हाल ही में पाकिस्तान के साथ पहलगाम में आतंकवादी हमले के बाद तीन दिनों का युद्ध भी हुआ। बांग्लादेश में भारत विरोधी सरकार है।पूर्व में ही एक अन्य देश म्यांमार में सैनिक शासन है और वहां ग्रह युद्ध चल रहा है।

ऑर्गन आर्मी ने तीस प्रतिशत उस भूभाग पर कब्जा कर लिया जहां से कार्डन कोरिडोर गुजर रहा है जिसे भारत चिकन नेक के वैकल्पिक मार्ग के रूप में विकसित कर रहा है ताकि जरूरत पड़ने पर पश्चिमी बंगाल के जलपाईगुड़ी और गोहाटी की दूरी भी कम हो सके और दूसरा रास्ता भी मिल जाय।क्योंकि इस मुर्गे की गर्दन पर बांग्लादेश की ब्लैक मेलिंग पूर्वी पाकिस्तान के समय से चल रही है और चाइना की नजर हमेशा अरुणाचल प्रदेश और अन्य पूर्वोत्तर राज्यों पर बनी रहती है।

जब शेख हसीना सरकार बांग्लादेश में थी तब भारत आराम दायक स्थिति में था लेकिन मुस्लिम कट्टर पंथियों की जमायत इस्लामी सरकार ऐसा लगता है कि 1971 से पहले की स्थिति को बांग्लादेशी आवाम को भूलने का अभियान चला रही है और चाइना पूरी तैयारी के साथ पाकिस्तान और बांग्लादेश को हवा दे रहा हैं।

चाइना भारत के बहुआयामी कोरिडोर जो म्यांमार से त्रिपुरा तक जमीनी रास्ते से जाएगा उसमें भी अड़ंगा डाल रहा है यद्यपि आर्गन आर्मी ने यह हिस्सा अपने कब्जे में लिया है मगर चाइना म्यांमार की सैनिक शासन की मदद कर रहा है वहां गृह युद्ध चल रहा है।

बांग्लादेश के सलाहकार मोहम्मद यूनिस ने चाइना बीजिंग में प्रेस ब्रीफिंग में कहा कि चिकन नेक कमजोर कड़ी है।दरअसल पश्चिमी बंगाल के जलपाईगुड़ी से असम, मेघालय मिजोरम, नागालैंड त्रिपुरा, मणिपुर,जाने का बीस किलोमीटर चौड़ा और 1800 किलोमीटर रास्ता भारत भूमि है और ये आजादी के समय ब्रिटिश ने गजट नोटिफाइड की थी।बाकी हिस्सा पाकिस्तान को चला गया जो बंगाल की खाड़ी तक जाते हैं। भारत ने 2010 में कार्डन से होता हुआ समुद्र के रास्ते पिखलुआ तक फोर लेन रोड म्यांमार से सूकी के शासन में अनुबंधित किया था 2025 तक इरकॉन को इसे बनाना था मगर सैनिक बलों ने सूकी को जेल में डाल दिया। तख्ता पलटकर फौज शासन में आ गई।तो पूरी परियोजना को नए सिरे से अप्रैल 2025 में फिर शुरू किया मगर जिस ज़मीन पर यह त्रिपुरा तक जानी है उस पर अब म्यांमार के विद्रोही गुटों का कब्जा है जिन्हें अमेरिका से मदद मिली हुई है।

म्यांमार 1937 से पूर्व भारत का हिस्सा था इसे वर्मा कहते थे और भारत के लोग यहां तक कि उत्तर प्रदेश के लोग तत्कालीन वर्मा देश में व्यवसाय भी करते थे लेकिन कालांतर में ब्रिटिश ने इस हिस्से को वहां रहने वाली जनजाति के कारण भारत से अलग राष्ट्र बना दिया।सूकी के पिता यहां के प्रथम प्रधानमंत्री बने थे सूकी दिल्ली में पड़ी है और अच्छी हिंदी भाषा बोली और लिख देती हैं। मोहम्मद यूनिस इन दिनों भारत के खिलाफ अभियान चला रहे क्योंकि वह काफी अरसे से अमेरिका में रह कर भारत का विरोध इस आधार पर करते थे क्योंकि शेख हसीना सरकार भारत के हित को ध्यान रखती थी।

हालांकि वे चाइना से भी संबंध रखते थे परंतु भारत की अनदेखी नहीं करती थीं। लेकिन अगस्त 2024 से बांग्लादेश और भारत के संबंध पहले जैसे नहीं रहे।

मुख्यमंत्री ने विमान हादसे में जान गंवाने वालों को दी श्रद्धांजलि

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अधिकारियों के साथ बैठक में अहमदाबाद में हुए विमान हादसे में जान गंवाने वालों को श्रद्धांजलि दी। आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मुख्यमंत्री आवास में उच्च अधिकारियों के साथ बैठक के दौरान गुजरात के अहमदाबाद में हुए विमान हादसे में जान गंवाने वालों को श्रद्धांजलि दी। उन्होंने मौन रखकर दिवंगत आत्माओं की शांति के लिए प्रार्थना की एवं शोकाकुल परिजनों के प्रति अपनी संवेदनाएं भी व्यक्ति की। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह हादसा देश और विश्व के लिए अत्यंत दुःखद एवं पीड़ादायक है। राज्य सरकार की संवेदनाएं इस दुःख की घड़ी में मृतकों के परिवारजनों के साथ है।

स्कूटी सवारों ने लूटा मोबाइल

संवाददाता

देहरादून। स्कूटी सवार युवकों ने मोबाइल लूट की घटना को अंजाम दिया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार नेहरू कालोनी निवासी कुलदीप ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह रिस्पना पुल के पास फोन पर बात करते हुए जा रहा था तभी पीछे से स्कूटी सवार दो युवक आये और उसके हाथ से मोबाइल लूट कर भाग गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

दो दुपहिया वाहन चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दो स्थानों से दो दुपहिया वाहन चोरी कर लिये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार देवी नगर पौंटा साहिब निवासी सौहेल खान ने विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह कुल्हाल निवासी बिलाल के घर आया था। उसने अपनी मोटरसाईकिल बिलाल के घर के बाहर खडी की थी जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी मोटरसाईकिल अपने स्थान से गायब थी। वहीं इन्द्रलोक कालोनी निवासी अनूज कुमार ने अपनी मोटरसाईकिल देशी शराब के ठेके के बाहर से चोरी होने का मुकदमा कोतवाली में दर्ज कराया। पुलिस ने दोनों मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

शराब के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने शराब के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज किया। प्राप्त जानकारी के अनुसार ऋषिकेश कोतवाली पुलिस ने आईडीपीएल बाजार के पास एक व्यक्ति को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से 50 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम हैदर पुत्र अनीश निवासी मंगलौर पठानपुरा बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

प्लाट दिलाने के नाम पर ठगे 38 लाख रूपये

संवाददाता

देहरादून। प्लाट दिलाने के नाम पर 38 लाख रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार प्रतीत नगर रायवाला निवासी प्रताप सिंह ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी पहचान बैंक कालोनी अजबपुर निवासी दिनेश पंडियार से हुई। उसने दिनेश को कोई जमीन दिलाने के लिए कहा था। जिसके बाद दिनेश ने उसको रायवाला में एक प्लाट दिखाया और वह प्लाट अपना बताया। जिसके बाद एक अनुबंध हुआ और उसने दिनेश को 38 लाख 25 हजार रूपये दे दिये। जिसके बाद वह दिनेश को प्लांट की रजिस्ट्री कराने के लिए कहा तो वह टालता रहा। जब उसने अपने रूपये वापस मांगे तो उसने उसको जान से मारने की धमकी दी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

अंतर्राज्जीय साइबर ठगों का भंडाफोड़, 6 गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। अंतर्राज्जीय साइबर ठग गिरोह का भंडाफोड़ करते हुए एसटीएफ व साइबर थाना कुमाऊ द्वारा सयुंक्त कार्यवाही कर 6 लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से 6 लैपटॉप, 23 मोबाईल, 17 सिम कार्ड, 9 बैक खातो का विवरण मय बार कोड स्कैनर, वाईफाई डिवाइस, एटीएम, चैकबुक आदि बरामद किये गये है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ नवनीत सिंह ने बताया कि जनपद नैनीताल के काठगोदाम थाना क्षेत्रान्तर्गत साईबर क्राईम पुलिस स्टेशन कुमाँयू परिक्षेत्र को साईबर ठगी से जुडे एक बडे अंतरराज्यीय गिरोह की मौजूदगी का पता चला। ग्राम बासुली अमृतपुर थानाक्षेत्र काठगोदाम जनपद नैनीताल में विक्की जोशी के निर्माणधीन होमस्टे के बाहरी दो कमरो में स्थानीय क्षेत्र के युवको द्वारा लैपटॉप व मोबाईल के माध्यम से साईबर धोखाधडी की जा रही है उनके कनेक्शन अन्य साईबर अपराधियो से है जो इंटरनेट का इस्तेमाल कर व्हटसअप तथा टेलीग्राम ग्रुप्रो के माध्यम से विभिन्न लोगो के नाम पर खुलवाये गये बैक अंकाउट इन लडको को उपलब्ध कराते है तथा इनके द्वारा इन बैक एकाउटो में भारतवर्ष के अलग-अलग स्थानो से साईबर धोखाधडी के शिकार हुए लोगो का धन मँगाकर उसे स्थानान्तरित किया जाता है। सूचना पर त्वरित कार्यवाही करते हुए एसटीएफ कुमाँयू यूनिट तथा साईबर थाना कुमाँयू परिक्षेत्र द्वारा संयुक्त रूप से तकनीकी व मैनुअली रूप से जानकारी जुटाई गई । सटीक जानकारी मिलने पर ज्ञात हुआ कि साईबर अपराधियो द्वारा आबादी से दूर सुनसान जगह पर किराये पर रहकर आधुनिक उपकरणो की सहायता से देशभर में साईबर धोखाधडी की घटनाओ को

❑लैपटॉप, मोबाइल, फर्जी बैंक खाते व सिम सहित कई सामान बरामद

अंजाम दिया जा रहा है। जिस पर एसटीएफ, थाना साइबर क्राइम व थाना काठगोदाम पुलिस द्वारा संयुक्त कार्यवाही करते हुए बताये गये स्थान पर दबिश दी गयी। जहा साईबर अपराधियो द्वारा 1 बंद कमरे मे लैपटॉप, मोबाईल व बैक खातो, ओटीपी के माध्यम से लोगो के साथ साईबर धोखाधडी की जा रही थी। पूछताछ में उन्होने अपना नाम जतिन पाण्डे पुत्र माधवानन्द पाण्डे निवासी ग्राम अमृतपुर नियर महर्षि स्कूल पोस्ट आफिस अमृतपुर थाना भीमताल जनपद नैनीताल, कमल किशोर पुत्र खीमराज निवासी ग्राम जाडापानी पोस्ट धानाचूली थाना मुक्तेश्वर जनपद नैनीताल, हर्ष बोरा पुत्र ललित मोहन सिंह बोरा निवासी ग्राम किशनपुर रैकवाल गोलापार थाना काठगोदाम जनपद नैनीताल, कौशल किशोर उर्फ आशीष ठाकुर पुत्र राकेन्द्र प्रताप सिंह निवासी ग्राम बराहीमपुर पोस्ट निजामपुर थाना सोरीक जिला कनौज उत्तर प्रदेश, प्रेम कुमार पुत्र दिनेश कुमार निवासी धौलाखेडा डीआरडीओ रोड नियर शिव मन्दिर गोरापडाव कोतवाली हल्द्वानी जनपद नैनीताल मूल निवासी ग्राम वर्मा नगर पोस्ट भीकमपुर थाना सिकन्दराबाद जिला खीरी उत्तर प्रदेश व करन केवट पुत्र रामनिवास केवट निवासी धौलाखेडा डीआरडीओ रोड नियर शिव मन्दिर गोरापडाव कोतवाली हल्द्वानी जनपद नैनीताल बताया।

आनंदशाला शिविरः बच्चों को आर्ट के विभिन्न पहलुओं का प्रयोग सिखाया

हमारे संवाददाता

देहरादून। शैल कला एवं ग्रामीण विकास समिति के तत्वावधान में 25 दिवसीय आनंदशाला शिविर के 16वें दिवस बच्चों को गायत्री भण्डारी, रोशनी इष्टवाल एवं अर्चना रूहेला ने आर्ट के विभिन्न पहलुओं का प्रयोग सिखाया,

यूपीईएस एवं देवभूमि के प्रशिक्षुओं ने अपने-अपने ग्रुप के छात्र- छात्राओं को लघु फिल्म दिखाई, शिविर संयोजक स्वामी चन्द्रा ने प्रतिदिन की विस्तृत जानकारी ली, यूपीईएस एवं देवभूमि उत्तराखंड विश्वविद्यालय के प्रशिक्षुओं को बच्चों को कैसे कार्टून फिल्म दिखा कर उनसे कहानी याद करके लिखने के प्रेरित किया, शिविर संयोजक स्वामी एस. चन्द्रा, नीरज उनियाल, गायत्री भंडारी, श्रीमती रोशनी इष्टवाल एवं श्रीमती अर्चना रूहेला, वंश ठाकुर, तनुज बिष्ट, विवेक रावत, तनिष्का नवानी, वेदिका गंभीर, उपासना गौड़, अकुल चौधरी, तन्मय शर्मा, शाहीद अली, सूरज थापा, विनीता, नीरज छेत्री, त्रियेश पुनः, ने उपस्थित रहकर अभ्यास कराया।

कांग्रेसी नेता स्व. इन्दिरा हृदयेश की पुण्यतिथि पर किये श्रद्धासुमन अर्पित

हमारे संवाददाता

देहरादून। प्रदेश कांग्रेस कमेटी कार्यालय मे कांग्रेसियों ने आज कांग्रेस की वरिष्ठ नेता एवं पूर्व नेता प्रतिपक्ष स्व. श्रीमती इन्दिरा हृदयेश की पुण्यतिथि पर उन्हें श्रद्धापूर्वक याद करते हुए उनके चित्र पर माल्यार्पण कर उन्हें अपने श्रद्धा सुमन अर्पित किये।

इस अवसर पर श्रद्धांजलि सभा में उपस्थित कांग्रेस नेताओं को संबोधित करते हुए महानगर अध्यक्ष डॉ.जसविंदर सिंह गोगी ने कहा कि लम्बे राजनैतिक अनुभव तथा निर्भीक स्वभाव की धनी श्रीमती इन्दिरा हृदयेश ने राजनीति में पदार्पण से पूर्व एक शिक्षिका के रूप में समाज को नई दिशा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। शिक्षक राजनीति से लेकर उत्तर प्रदेश व उत्तराखण्ड तक का उनका लम्बा राजनैतिक सफर रहा है जिसमें उन्होंने कई उतार-चढाव देखे। डॉ. इन्दिरा हृदयेश कांग्रेस पार्टी की एक अनुभवी एवं संसदीय मामलों की जानकार नेता थीं।

उन्होंने उत्तर प्रदेश से लेकर उत्तराखण्ड तक के अपने लम्बे राजनैतिक सफर में दोनों प्रदेशों के विकास की बात हमेशा सदन में रखी तथा उत्तराखण्ड सरकार में मंत्री रहते हुए नये आयाम स्थापित किये, उनके कुशल एवं अनुभवी नेतृत्व में कांग्रेस पार्टी ने सशक्त विपक्ष की भूमिका का निर्वहन किया जिसके लिए वे सदैव याद की जायेंगी।

श्रद्धांजलि अर्पित करने वालों में प्रदेश उपाध्यक्ष प्रशासन सूर्यकान्त धस्माना, महिला अध्यक्ष ज्योति रौतेला, महामंत्री राजेन्द्र शाह, नवीन जोशी, प्रदेश प्रवक्ता डॉ. प्रतिमा सिंह सहित कई कांग्रेसी शामिल रहे।

सचिवालय की सुरक्षा पर सवाल ?

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड सचिवालय परिसर में भरी दोपहर उपनल कर्मचारी द्वारा अनु सचिव पर बंदूक ताने जाने की घटना से सचिवालय की सुरक्षा पर ही सवाल खड़े हो गये है। हालांकि मामले में पुलिस द्वारा यह कहा जाना की बंदूक नकली थी यह अपने आप में हास्यापद बात है। क्योंकि सचिवालय जैसी अति सुरक्षा घेरे वाली जगह पर नकली हो या असली आखिर बंदूक अन्दर तक कैसे पहुंची यह अपने आप में बड़ा सवाल है।

विदित हो कि बीती दोपहर सचिवालय में अनु सचिव के पद पर तैनात बलवंत सिंह भाकुनी की उपनलकर्मी हरीश चन्द्र ध्यानी निवासी बंजारावाला से किसी बात को लेकर बहस हो गयी। बात इतनी बढ़ी कि उपनलकर्मी हरीश चन्द्र ध्यानी ने अनु सचिव बलवंत सिंह भाकुनी पर बन्दूक तान दी। मामले में पुलिस ने अनु सचिव की तहरीर पर उपनलकर्मी के खिलाफ मुकदमा तो दर्ज कर लिया। साथ ही यह भी दावा किया कि बन्दूक नकली थी।

सवाल यह है कि सचिवालय जैसी अति सुरक्षा घेरे वाली जगह जहां 24 घंटे सुरक्षा कर्मी तैनात रहते है साथ ही बिना चैकिंग कराये कोई अन्दर नहीं घुस सकता ऐसी जगह पर बन्दूक का पहुंच जाना सचिवालय की सुरक्षा को लेकर बड़े सवाल खड़े करता है। क्योंकि वहां आलाधिकारियों की फौज व मुंख्यमंत्री, मंत्री, विधायको सहित अन्य गणमान्य व्यक्तियों का आना जाना लगा रहता है। ऐसी जगह में सचिवालय परिसर तक बन्दूक का पहुंच जाना सचिवालय की सुरक्षा को लेकर बड़े सवाल खड़े करता है। बात असली-नकली बन्दूक की नहीं है बात यह है कि क्या इस मामले में सुरक्षा ऐजेंसियों से कोई बड़ी चूक हुई है जो यह बदूंक सचिवालय के अन्दर तक पहुंच गयी।

पठानकोट में हुई वायु सेना के हेलीकॉप्टर की इमरजेंसी लैंडिंग

पठानकोट (कासं)। भारतीय वायुसेना के एम17 अपाचे हेलीकॉप्टर की शुक्रवार को पठानकोट के नंगलपुर इलाके में इमरजेंसी लैंडिंग हुई। माना जा रहा है कि किसी तकनीकी खराबी के कारण हेलीकॉप्टर को एहतियातन लैंड कराया गया। इसमें किसी तरह के नुकसान की खबर नहीं है। अपाचे हेलीकॉप्टर ने पठानकोट एयरबेस से उड़ान भरी थी। स्थानीय पुलिस ने एक बयान में कहा, पठानकोट वायुसेना स्टेशन से उड़ान भरने वाले हेलीकॉप्टर को कथित तौर पर तकनीकी दिक्कतों के बाद खुले मैदान में एहतियातन उतरना पड़ा। मौके पर मौजूद वरिष्ठ अधिकारियों ने ऑपरेशनल और सिक्योरिटी प्रोटोकॉल का हवाला देते हुए टिप्पणी करने से इनकार कर दिया। अधिकारियों ने आश्वासन दिया है कि सार्वजनिक सुरक्षा या बुनियादी ढांचे को कोई खतरा नहीं है।अपाचे भारतीय वायुसेना के बेड़े में सबसे आधुनिक और घातक हेलीकॉप्टरों में से एक है, जो एडवांस टारगेटिंग, नेविगेशन और वेपन सिस्टम्स से लैस है। यह हेलीकॉप्टर अत्यधिक ऊंचाई वाले युद्ध क्षेत्रों सहित रक्षात्मक और आक्रामक दोनों तरह के अभियानों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। हालांकि बार-बार इमरजेंसी लैंडिंग से भारतीय वायुसेना के इन हेलीकॉप्टर्स की विश्वसनीयता को लेकर चिंताएं पैदा हो गई हैं, लेकिन रक्षा विश्लेषकों का कहना है कि ऐसी लैंडिंग स्टैंडर्ड सिक्योरिटी प्रोटोकॉल का हिस्सा हैं और अक्सर बड़ी दुर्घटनाओं को रोकने के लिए ऐसा किया जाता है। भारतीय वायुसेना की टेक्निकल टीम हलेड़ गांव में अपाचे हेलीकॉप्टर की इमरजेंसी लैंडिंग के कारणों का पता लगाने के लिए गहन और विस्तृत जांच करेगी।

'प्लेन से सीट समेत मैं बाहर गिरा...!'

अहमदाबाद। जानलेवा प्लेन क्रैश में इकलौते बचे शख्स विश्वास कुमार रमेश ने बताया कि उड़ान भरने के तीस सेकंड बाद एक तेज आवाज हुई और फिर प्लेन क्रैश हो गया। विश्वास (39) भारतीय मूल के ब्रिटिश नागरिक हैं। जो भारत में अपने परिवार से मिलकर वापस लौट रहे थे। विश्वास लंदन जा रही एयर इंडिया फ्लाइट की सीट नंबर 11ए पर बैठे थे। जो एक खिड़की वाली सीट है। विश्वास कुमार ने बताया कि प्लेन जैसे ही रनवे पर स्पीड पकड़ने लगा, तभी कुछ अजीब-सा लगा। अचानक 5-10 सेकंड के लिए सब जैसे रुक गया था। सन्नाटा, फिर एकदम से ग्रीन और व्हाइट लाइट्स ऑन हो गईं। लगता था जैसे टेकऑफ के लिए पायलट ने पूरा जोर लगा दिया हो। बस फिर क्या था वो रफ्तार सीधा हॉस्टल की बिल्डिंग में जा घुसी। मेरी सीट प्लेन के जिस हिस्से में थी, वो बिल्डिंग के निचले हिस्से से टकराया होगा। ऊपर के हिस्से में आग लग गई थी, कई लोग वहीं फंसे रह गए। शायद मैं सीट सहित नीचे गिर गया था। मैं जैसे-तैसे निकल पाया। दरवाजा टूट गया था, और सामने कुछ खाली जगह दिखी, तो निकलने की कोशिश की।

थाईलैंड में हुई एयर इंडिया की फ्लाइट की इमरजेंसी लैंडिंग

कार्यालय संवाददाता

नई दिल्ली। थाईलैंड में एयर इंडिया की फ्लाइट की इमरजेंसी लैंडिंग बम की धमकी के चलते कराई गई, जिसमें 156 यात्री सवार थे। फ्लाइट फुकेट से दिल्ली जा रही थी, और सूचना मिलते ही विमान को सुरक्षित थाईलैंड में उतारा गया। थाईलैंड में एयर इंडिया की फ्लाइट की इमरजेंसी लैंडिंग की गई। एयर इंडिया की फ्लाइट में की बम की धमकी मिलने के बाद आपातकालीन लैंडिंग हुई है। यह फ्लाइट थाईलैंड के फुकेट से दिल्ली आ रही थी, इस बीच विमान में बम होने की सूचना मिलने से हड़कंप मच गया। इसके बाद थाईलैंड में इसकी इमरजेंसी लैंडिंग करानी पड़ी। विमान में 156 यात्री सवार थे।

लाइव फ्लाइट ट्रैकिंग वेबसाइट फ्लाइटरडार24 के अनुसार, फ्लाइट एआई 379 ने फुकेत से 930 (स्थानीय समय) पर उड़ान भरी और इसे 1240 बजे (स्थानीय समय) दिल्ली में उतरना था। हालांकि, वेबसाइट के अनुसार, यह 11. 46 (स्थानीय समय) पर फुकेत अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे पर वापस उतरा। मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, फ्लाइट नंबर एआई 379 के हवाईअड्डे पर उतरने के बाद इसमें सफर कर रहे यात्रियों को फ्लाइट से बाहर सुक्षित निकाल लिया गया है।

फ्लाइट ने शुक्रवार सुबह 9:30 बजे फुकेट एयरपोर्ट से दिल्ली के लिए उड़ान भरी लेकिन बम की धमकी मिलने के बाद यह विमान अंदमान सागर के चारों तरफ चक्कर लगाते हुए वापस थाई द्वीप पर लैंड कराया गया।

बता दें कि बीते दिन गुजरात के अहमदाबाद में लंदन जा रही एयरइंडिया की फ्लाइट हादसे का शिकार हुआ, जिसमें 265 लोगों की मौत हो गई। कई घायल है, जिनका इलाज अस्पताल में जारी है।

इजरायल ने ईरान की राजधानी तेहरान पर की एयरस्ट्राइक

कार्यालय संवाददाता

तेहरान। आज (शुक्रवार) तड़के इजरायल एयरफोर्स ने ईरान की राजधानी तेहरान पर एयरस्ट्राइक की। इस अटैक से पूरे शहर में जोरदार धमाकों की आवाजें सुनाई दीं। ये हमला ऐसे वक्त हुआ है जब दोनों देशों के बीच तनाव अपने चरम पर है। इजरायली रक्षा मंत्री इसराइल काट्ज ने देशभर में विशेष आपातकाल घोषित कर दिया।

मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, तेहरान के लोग शुक्रवार सुबह धमाकों की आवाजों से जागे। ईरानी सरकारी टेलीविजन ने भी धमाकों की पुष्टि की है। इजरायल के अटैक में ईरान की एलीट फोर्स इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्प्स के चीफ कमांडर मेजर जनरल हुसैन सलामी की मौत की खबर है। ईरान में भारतीय दूतावास ने ईरान में रहने वाले भारतीय नागरिकों के लिए एक सलाह जारी की है। सलाह में कहा गया है कि, ईरान में मौजूदा स्थिति को देखते हुए, ईरान में सभी भारतीय नागरिकों और भारतीय मूल के लोगों से अनुरोध है कि वे सतर्क रहें, सभी अनावश्यक गतिविधियों से बचें, दूतावास के सोशल मीडिया अकाउंट को फॉलो करें और स्थानीय अधिकारियों द्वारा बताए गए सुरक्षा प्रोटोकॉल का पालन करें।

इजराइली सेना ने तेहरान के आसपास कम से कम छह सैन्य ठिकानों पर हमला किया है, द न्यूयॉर्क टाइम्स ने चार अज्ञात वरिष्ठ ईरानी अधिकारियों का हवाला देते हुए रिपोर्ट दी है।

ईरान की आधिकारिक समाचार एजेंसी ने बताया कि विमानन अधिकारियों ने अगले नोटिस तक देश के हवाई क्षेत्र को बंद कर दिया है, राजधानी तेहरान में शुक्रवार सुबह तेज धमाकों की आवाजें सुनी गईं। ईरान के सरकारी टीवी ने पुष्टि की कि देश की एयर डिफेंस (वायु रक्षा प्रणाली) 100% अलर्ट मोड पर है। अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने पहले ही चेतावनी दी थी कि मिडिल ईस्ट में भारी संघर्ष हो सकता है। उन्होंने कहा कि, मैं नहीं कहूंगा कि हमला तय है, लेकिन यह काफी हद तक संभव लग रहा 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

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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