बृहस्पतिवार 33 साल से देहरादून का विश्वास

10 जुलाई 2025

- देहरादून
- वर्ष 33
- अंक 155
- पृष्ठ 8
- मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

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

हाइड्रोजन सिलिंडर फटा

एक की मौत 10 घायल

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। फैक्ट्री में हाइड्रोजन सिलिंडर फटने से जहां एक व्यक्ति की मौके पर ही मौत हो गयी वहीं 10 लोग गम्भीर रूप से घायल हुए है। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर मृतक के शव को कब्जे में लेकर घायलों को अस्पताल पहुंचाया जहां उनकी हालत चिंताजनक बनी हुई है।

मामला काशीपुर स्थित सूर्या रोशनी लिमिटेड का है। जानकारी के अनुसार आज सुबह लगभग 11.30 बजे सूर्या रोशनी लिमिटेड काशीपुर में हाइड्रोजन सिलिंडर फटने से बड़ा हादसा हो गया। बताया जा रहा है कि हादसे में एक व्यक्ति का मौत हो गई है, जबकि 10 लोग घायल बताए जा रहे है। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौके पर पहुंच कर शव को कब्जे में लेकर घायलों को अस्पताल पहुंचाया जहां उनकी हालत चिंताजनक बनी हुई है। वहीं हादसा होने के बाद सारे स्टाफ की छुट्टी करके बसों से वापस भेज दिया गया। प्लांट के अंदर जाने से सभी को रोका जा रहा है। पुलिस व प्रशासन की टीम मौके पर मौजूद है। बताया जा रहा है कि हादसे में मृतक के दोनों पैर कट गए, वहीं, उसका शरीर भी बुरी तरह झुलस गया है।

वहीं घटना की जानकारी मिलते ही घायलों का हाल जानने मंडलायुक्त/सचिव मुख्यमंत्री दीपक रावत, जिलाधिकारी नितिन सिंह भदौरिया, एसएसपी मणिकांत मिश्रा, सीएमओ डॉ. के.के. अग्रवाल आयुष्मान चिकित्सालय पहुंचे। उन्होंने घायलों हाल जाना व उनके परिजनों से वार्ता की। मंडलायुक्त/सचिव मुख्यमंत्री ने चिकित्साधिकारियों से वार्ता की व कहा कि घायलों का हर सम्भव उपचार किया जाएगा। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री से भी वार्ता हो गई है। मुख्यमंत्री ने भी घटना पर दु:ख व्यक्त किया है व उन्होंने कहा कि यदि किसी घायल को उपचार हेतु उच्च चिकित्सालय भेजना पड़े तो भेजा जाएगा।

वहीं आयुक्त ने घटना की जांच कराने हेतु जिलाधिकारी को निर्देश दिए। जिलाधिकारी नितिन सिंह भदौरिया ने कहा कि घायलों का हर सम्भव ईलाज किया जाएगा।

उन्होंने मुख्य चिकित्सा अधिकारी को चिकित्सालय में बने रहने के निर्देश दिए तथा घायलों के स्वास्थ्य पर नजर रखने के निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने सूर्य फैक्ट्री में घटना को देखते हुए राहत बचाव हेतु एनडीआरएफ को भी भेजा। इस दौरान महापौर दीपक बाली, एडीएम पंकज उपाध्याय, एडीएम अभय प्रताप सिंह आदि मौजूद रहे।

महिला की हत्या का खुलासा, एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। महिला की हत्या का खुलासा करते हुए पुलिस ने हत्यारोपी को गिरफ्तार कर लिया है। जिसक पास से मृतका के मोबाइल सहित तीन फोन, घटना में प्रयुक्त बाइक, खून सनी शर्ट व अन्य सामान बरामद किये गये है। आरोपी सुसाइड नोट छोड़कर शहर छोड़ने की फिराक में था।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक प्रमेन्द्र डोबाल ने बताया कि बीती 7 जुलाई को सन्तनगर कालोनी स्थित आम के बगीचे मे ट्यूबवेल के पास एक अज्ञात महिला का शव पड़े होने की सूचना पर लक्सर पुलिस द्वारा मौके पर जाकर अज्ञात महिला की शिनाख्त के प्रयास किये गये तो मृतका की शिनाख्त सरोज पत्नी स्व. रामपाल निवासी नई बस्ती शिवपुरी कोतवाली लक्सर जनपद हरिद्वार के रुप में हुई। परिजनों से पूछताछ करने पर मृतका की पुत्री द्वारा बताया गया कि मृतका सरोज 5 जुलाई को अपने

●उधार दिए पैंसे वापस माँगना बना मृतका की हत्या की वजह

उधार दिये रुपये लेने हेतु जसवीर पुत्र नकली राम के पास गयी थी जो वापस नही आयी। जिसपर मृतका के पुत्र अमित कुमार पुत्र स्व. रामपाल द्वारा कोतवाली लक्सर पर मुकदमा दर्ज कराया गया। मामले में पुलिस ने आरोपी की तलाश में जुट गयी।

कड़ी मशक्कत के बाद पुलिस ने घटना मे सलिप्त आरोपी की शिनाख्त कर उसे बैरागी कैम्प कनखल से गिरफ्तार किया गया। आरोपी गिरफ्तारी से बचने के लिए शहर छोड़ कर जाने की तैयारी में था जिसको पुलिस द्वारा पहले ही पकड़ लिया गया। आरोपी ने पूछताछ में बताया कि वह शेयर मार्केट में पैसा लगाता है तथा कभी-कभी ट्रेडिंग में भी पैसा लगाता था सरोज से किसी जानने वाले के माध्यम से जान पहचान हुयी थी सरोज द्वारा भी शेयर मार्केट में पैसा लगाने की बात बतायी गयी तो मेरे द्वारा सरोज से पैसा लेकर उस पैसे को शेयर मार्केट में लगाया गया शुरु में मुनाफा होने पर मेरे द्वारा मुनाफे के पैसे सरोज ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

दून वैली मेल

संपादकीय

नोटबंदी के बाद अब वोट बंदी

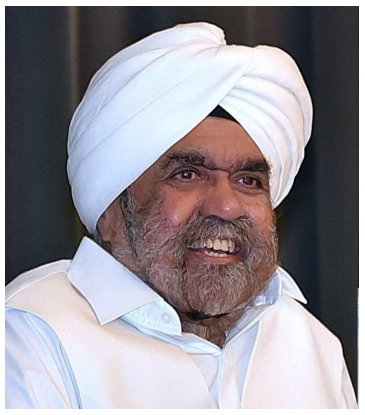
लोकतंत्र की असल ताकत उस वोट को माना जाता है जिसका अधिकार देश के हर एक नागरिक को संविधान देता है यदि आम नागरिक से उसके वोट का अधिकार छीन लिया जाए अथवा वह वोट चाहे जिसे भी दे चुनाव में हार जीत उसके वोट से तय ही न हो तब फिर ऐसे लोकतंत्र के कोई मायने रह ही नहीं जाते हैं। समूचे विपक्ष द्वारा बिहार में इसी मुद्दे को लेकर बिहार बंद का आयोजन कल किया गया जिसे वोट बंदी का नाम दिया गया। संक्षेप में समझा जाए तो चुनाव आयोग बिहार के विधानसभा चुनाव से ऐन पूर्व मतदाता सूचियों के पुर्न निरीक्षण का फरमान जारी किया गया जिसमें सभी मतदाताओं से एक फॉर्म भरने को कहा गया है जिसमें उन्हें एक दर्जन प्रमाण पत्र साक्ष्य के रूप में पेश करने होंगे कि वह इस देश और राज्य के मतदाता हैं। इस प्रक्रिया को पूरा कर पाना अधिसंख्यक मतदाताओं के दिए संभव नहीं होगा और जो इस प्रक्रिया को पूरा नहीं करेगा चुनाव आयोग उसका नाम मतदाता सूची से हटा देगा यानी उसका मत का अधिकार ही समाप्त हो जाएगा। इसके विरोध में संपूर्ण बिहार में एक अत्यंत ही प्रभावी बंद देखने को मिला और बड़ी संख्या में लोगों ने सड़कों पर उतरकर चुनाव आयोग तथा केंद्र सरकार के खिलाफ प्रदर्शन किया। विपक्ष का आरोप है कि चुनाव आयोग सत्ता पक्ष के लिए काम कर रहा है और वह चुनाव की चोरी करवा रहा है। बीते दिनों हरियाणा तथा महाराष्ट्र के चुनावों में चुनाव आयोग ऐसा कर चुका है। विपक्ष का यह भी आरोप है कि हर बार चुनाव के परिणाम अपने पक्ष में मोड़ने के लिए सत्ता पक्ष द्वारा चुनाव आयोग के जरिए एक नया फार्मूला या कहें हथकंडा अपनाया जाता है कभी ईवीएम में धांधली को कभी मतदान के अंतिम चरणों में मतदान प्रतिशत में भारी बढ़ोतरी या कुछ और तरीके अपना कर परिणाम को अपने पक्ष में कर लिया जाता है। सवाल यह है कि कहां तो केंद्र की सरकार द्वारा एक व्यक्ति एक पहचान और एक राष्ट्र एक चुनाव जैसी बातें कही जाती है वहीं दूसरी ओर मतदाता होने के लिए आम लोगों से दर्जनों प्रमाण क्यों मांगे जा रहे हैं? सरकार द्वारा देश के लोगों को जब आधार कार्ड दिया गया था तब उसे पुख्ता पहचान पत्र माना जा रहा था। पासपोर्ट और राशन कार्ड तथा पैन कार्ड आदि-आदि तमाम प्रमाण पत्र मतदाता की पहचान के लिए मान्य होते थे। अब मां और बाप तक के जन्म प्रमाण पत्र एक आदमी कहां से लेकर आए। देश में आज भी ऐसे लोग मौजूद हैं जिन्हें खुद की सही जन्मतिथि का पता नहीं है क्योंकि पुराने लोग इसकी जरूरत ही नहीं समझते थे। स्कूलों में भर्ती होते समय गुरुजनों द्वारा जो जन्म तिथि रजिस्टर में लिख दी जाती थी वही जन्मतिथि हो जाया करती थी। खैर यह मुद्दा अति संवेदनशील है जो सुप्रीम कोर्ट तक पहुंच चुका है। 2014 के लोकसभा चुनाव से लेकर अब तक देश में जितने भी छोटे-बड़े चुनाव हुए हैं भाजपा हर बार एक नया मुद्दा लेकर आती रही है। वह भले ही अब 2047 तक देश को विकसित राष्ट्र के शगुफे तक पहुंच चुका है। काला धन समाप्त करने के लिए नोटबंदी का ऐलान किया गया था लेकिन इससे सारा काला धन ही सफेद हो गया अच्छे दिन आने की बात हो या राष्ट्रभक्ति के दावों की, चुनाव जीतने के लिए प्रयोग में लाए गए तमाम शगूफे शायद अब समाप्त हो चुके हैं यही कारण है कि हेरा फेरी को ही अब चुनाव जीतने का हथियार बनाना सत्ता पक्ष की मजबूरी हो गया है। देखना होगा कि अब सुप्रीम कोर्ट और चुनाव आयोग इस वोट बंदी के मुद्दे पर क्या कुछ करता है।

गुरु का महत्व

संत राजिन्दर सिंह जी महाराज

हिंदी कैलेंडर के आषाढ़ (जुलाई–अगस्त) माह की पूर्णिमा को 'गुरु पूर्णिमा' के पर्व के रूप में मनाया जाता है। इस दिन हम अपने शैक्षिक व आध्यात्मिक गुरुओं का सम्मान करते हैं, उनके प्रति अपनी श्रद्धा व आभार प्रकट करते हैं।

इस संसार में जब भी हम कोई विषय सीखना चाहते हैं, तो हम ऐसे इंसान के पास जाते हैं जो उसमें निपुण हो और हमें भी वो विषय पढ़ा सकता हो। इसी प्रकार एक पूर्ण सत्गुरु अध्यात्म के विषय में निपुण होता है, और यदि हम अपना आध्यात्मिक विकास करना चाहते हैं, तो हमें सत्गुरु के पास जाना होता है। इस धरती पर हर समय कोई न कोई पूर्ण सत्गुरु अवश्य मौजूद होते हैं, जो हमें अपने अंतर में मौजूद प्रभु–सत्ता के साथ जुड़ने में मदद करते हैं। प्रत्येक युग में ऐसे संत–महापुरुष आते हैं जो हमारी आत्मा को आंतरिक यात्रा पर ले जाने में समर्थ होते हैं। संत मत के महापुरुषों ने हमें यही बताया है कि प्रभु की सत्ता किसी न किसी मानव शरीर के माध्यम से कार्य करती है। मनुष्य दूसरे मनुष्य से ही सीखता है। संत–महापुरुष इस दुनिया में इसलिए आते हैं ताकि हमारे स्तर पर आकर हमसे बातचीत कर सकें, आंतरिक अनुभव पाने की विधि के बारे में हमारी भाषा में हमें समझाएँ, तथा व्यक्तिगत स्तर पर हमें उसका अनुभव भी दे सकें। केवल बातें करने से या पढ़ने से हम अध्यात्म नहीं सीख सकते। यह केवल व्यक्तिगत अनुभव



से ही सीखा जा सकता है, और वो अनुभव हमें केवल एक पूर्ण सत्गुरु ही प्रदान कर सकता है।

नामदान के बाद सत्गुरु हर क्षण शिष्य के साथ रहते हैं और उसे हर प्रकार से सुरक्षित रखते हैं। सत्गुरु का संरक्षण शिष्य के साथ न केवल इस दुनिया में रहता है, बल्कि इससे आगे भी बना रहता है। सत्गुरु शिष्य के कर्मों के भार को अपने ऊपर ले लेते हैं, और हमेषा उसके अंग–संग बने रहते हैं। जब शिष्य के जीवन का अंत होता है, तब भी वे उसके साथ होते हैं और आगे के मंडलों में भी उसके मार्गदर्शक बनते हैं। इस वक़्त सत्गुरु हमारे अंतर में प्रकट होते हैं और हमें प्रेम से गले लगा कर रोषनी के मध्य में ले जाते हैं।

सत्गुरु दया से भरपूर होते हैं; वे हमें तकलीफ़ में नहीं देख सकते। सत्गुरु हमें कर्मों के कीचड़ से दूर रहने की शिक्षा देने के लिए इस संसार में आते हैं। वे चाहते हैं कि हम कर्मों के चक्र से बाहर निकलें, जिसमें उलझकर हम बार–बार इस संसार में आते हैं। वे चाहते हैं कि हम अपने सच्चे पिता के घर वापस लौटें, जहाँ किसी प्रकार की तकलीफ़ या मृत्यु नहीं है। हमारे जीवनकाल के दौरान भी सत्गुरु हमें कई प्रकार के ख़तरों से बचाते हैं। हम उनके द्वारा दी गई हर मदद से अवगत भी नहीं होते। हमारी हर तरह से मदद करने के लिए सत्गुरु सदा हमारे अंग–संग रहते हैं, जब तक कि हम परमात्मा में जाकर लीन नहीं हो जाते। एक बार जब हमें पूर्ण सत्गुरु के द्वारा नामदान मिल जाता है, तो वे हमारे दिव्य चक्षु या तीसरे नेत्र पर विराजमान हो जाते हैं और फिर जीवन के प्रत्येक पहलू में हमें सहायता प्रदान करते हैं। सत्गुरु हमारे सच्चे निःस्वार्थ सहाई होते हैं, और हमारी मदद करने के बदले में अपने लिए कोई भी ईनाम, या किसी भी प्रकार का नाम या यश नहीं चाहते। वे हमारी मदद करते हैं क्योंकि वे हमसे प्रेम करते हैं और उनका अपना हृदय प्रभु–प्रेम से भरपूर होता है। यदि हम इस मानव चोले के उद्देश्य को पूरा करना चाहते हैं और अपनी आत्मा का मिलाप परमात्मा में करवाना चाहते हैं, तो हमें एक पूर्ण सत्गुरु के चरणकमलों में आना ही होगा। हमें प्रभु से यही प्रार्थना करनी चाहिए कि वे हमें शीघ्रतिशीघ्र वक़्त के पूर्ण सत्गुरु की शरण में पहुँचा दें, ताकि उनके समर्थ मार्गदर्शन में हम जल्द से जल्द अपनी रूहानी यात्रा पूरी कर लें और अपने निजधाम वापस पहुँचकर सदा–सदा के लिए प्रभु में लीन हो जाएँ।

आपरेशन लगामः ड्रिंक एण्ड ड्राइव में छोटा हाथी चालक दबोचा

हरिद्वार (हमारे संवाददाता)। आप्रेशन लगाम के तहत कार्यवाही करते हुए पुलिस ने एक छोटा हाथी चालक को ड्रिंक एण्ड ड्राइव के तहत दबोच लिया। जिसके खिलाफ सम्बन्धित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसके वाहन को सीज कर दिया है। जानकारी के अनुसार सडक दुर्घटनाओ की रोकथाम के लिए थाना रानीपुर पुलिस द्वारा नशे में वाहन चलाने वाले चालको के खिलाफ अभियान चलाया जा रहा है। जिसके अनुपालन में बीती रात को कोतवाली रानीपुर पुलिस द्वारा टीमे बनाकर अलग-अलग स्थानो पर संघन चैकिंग की गयी। चैंकिंग के दौरान सुमननगर तिराहा पर पुलिस टीम द्वारा एक वाहन (छोटा हाथी) के चालक अरुण वर्मा पुत्र राम सिंह वर्मा निवासी सलेमपुर कोतवाली रानीपुर जनपद हरिद्वार नशे में वाहन चलाते हुये पाया गया, जिस पर पुलिस द्वारा चालक का मेडिकल कर चालक के खिलाफ धारा 185 एम.वी. एक्ट के तहत कार्यवाही कर वाहन को सीज किया गया है।

बच्चे की सबसे पहली गुरु मां होती हैः जोशी

संवाददाता

देहरादून। गुरू पूर्णिमा के शुभ अवसर पर कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने अपनी मां का आशीर्वाद लेते हुए कहा कि बच्चे की सबसे पहली गुरू उसकी मां होती है। आज यहां गुरु पूर्णिमा के शुभ अवसर पर कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने दिन की शुरुआत अपनी माता मोहनी जोशी का आशीर्वाद लेकर की और कहा कि

'बच्चे की सबसे पहली गुरु उसकी माँ होती है। उन्होंने कहा कि जब एक शिशु जन्म लेकर दुनिया में आता है तो सबसे पहला शब्द जो उसके मुख से निकलता है, वह होता है 'माँ'। उन्होंने कहा, कि माता न केवल जीवन देती है, बल्कि उसमें संस्कार, शिक्षा और प्रेरणा का बीजारोपण भी करती है। माँ ही बालक को जीवन की दिशा देती है, उसमें आत्मबल का संचार करती है।

इसके पश्चात मंत्री गणेश जोशी देहरादून कैंट विधायक सविता कपूर के इंद्रानगर स्थित आवास पहुंचे और अपनी गुरु माता सविता कपूर को नमन करते हुए उनका आशीर्वाद लिया। उन्होंने इस अवसर पर अपने राजनीतिक जीवन के मार्गदर्शक एवं गुरु स्वर्गीय हरबंश कपूर को श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए कहा कि आज मैं जो कुछ भी हूँ, वह अपने गुरु हरबंश कपूर और गुरु माता ▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

लघु व्यापारियों ने डीएम को सौंपा चार सूत्रीय ज्ञापन

संवाददाता

हरिद्वार। लघु व्यापार एसोएिशन ने जिलाधिकारी मयूर दीक्षित को अपना चार सूत्रीय ज्ञापन सौंपा।

आज यहां कावड़ मेला क्षेत्र में रेड़ी पटरी के लघु व्यापारियों को उत्तराखंड शासन नगरीय फेरी नीति नियमावली के नियम अनुसार सभी पार्किंगों के नजदीक वेंडिंग जोन के रूप में व्यवस्थित व स्थापित किए जाने की मांग को लेकर लघु व्यापार एसो.के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा के नेतृत्व में नगर निगम फेरी समिति सदस्यों का एक प्रतिनिधिमंडल के रूप में रोशनाबाद जिला मुख्यालय पहुंच कर जिला अधिकारी मयूर दीक्षित को अपनी चार सूत्रीय मागों का ज्ञापन प्रेषित किया ज्ञापन में दीनदयाल उपाध्याय पार्किंग मार्ग पंत दीप पार्किंग, बस स्टैंड, रेलवे स्टेशन, हर की पैड़ी, भीमगोडा मार्ग ,विष्णु घाट इत्यादि समस्त मेला क्षेत्र में नगर निगम प्रशासन द्वारा निर्गत किए गए कारोबारी लाइसेंस के लघु व्यापारियों को स्वरोजगार की अनुमति

के साथ अलग से वेंडिंग जोन के रूप में व्यवस्थित व स्थापित किए जाने की मांग को दोहराया। इस अवसर पर लघु व्यापार एसो. के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा जिलाधिकारी को अवगत कराया गया है कि उत्तराखंड नगरी फेरी नीति नियमावली के नियम अनुसार नगर निगम प्रशासन द्वारा15 वेंडिंग जोन नगर निगम क्षेत्र में चयनित किया जा चुके हैं सभी प्रस्तावित वेंडिंग जोन में कावड़ मेले के दौरान साइन बोर्ड लगाकर स्थानीय कारोबारी लाभार्थी नगर निगम में पंजीकृत सभी रेड़ी पटरी के लघु व्यापारियों को राज्य सरकार के संरक्षण में स्वरोजगार दिया जाना न्याय संगत होगा। उन्होंने कावड़ मेले के दौरान सभी मोटरसाइकिल वाहन पार्किंग के नजदीक रेड़ी पटरी के लघु व्यापारियों को अलग से वेंडिंग जोन के रूप में व्यवस्थित व स्थापित किया किए जाने से सैकड़ो लघु व्यापारी परिवारों को राज्य सरकार के संरक्षण में स्वरोजगार अवसर दिया जाना नितांत आवश्यक है। नगर निगम फेरी समिति सदस्यों के प्रतिनिधिमंडल को आश्वासन देते हुए जिला अधिकारी मयूर दीक्षित ने कहा संबंधित नगर निगम के अधिकारियों स्ट्रीट वेंडर्स के विषय पर वार्ता कर अग्रिम कार्रवाई के लिए उचित निर्देश दिए जाएंगे।

गुमशुदा नाबालिग को 11 घटे के अंदर सकुशल बरामद किया

संवाददाता

देहरादून। परिजनों के डांटने से घर से नाराज होकर गयी नाबालिग को पुलिस ने 11 घंटे के अन्दर पंजाब से बरामद कर परिजनों के हवाले किया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार मसूरी निवासी एक व्यक्ति द्वारा थाना मसूरी पर एक प्रार्थना पत्र दिया गया कि उनकी नाबालिग पुत्री उम्र 16 वर्ष परिजनों के डाँटने पर नाराज होकर घर से बिना बताए कहीं चली गयी है, जिसे उनके द्वारा आस-पास के क्षेत्रों में तथा अपनी रिस्तेदारी में ढूंढने का काफी प्रयास किया गया किन्तु उसके संबंध में कोई जानकारी नहीं मिल पाई।

वादी की तहरीर पर थाना मसूरी में मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्रकरण की गंभीरता के दृष्टिगत एसएसपी देहरादून के निर्देशों पर नाबालिक युवती की बरामदगी हेतु तत्काल थाना मसूरी पर पुलिस टीम गठित की गयी। गठित टीम द्वारा वादी के घर के आस-पास लगे सीसीटीवी कैमरों की सहायता से गुमशुदा नाबालिग के जाने वाले रास्ते के सम्बन्ध में जानकारी एकत्रित की गयी तथा व्हाट्सएप के माध्यम से गुमशुदा युवती की फोटो को सर्कुलेट कर आस पास के थानों को बच्ची की तलाश हेतु अवगत कराया गया। साथ ही सुरागरसी/ पतारसी करते हुए पुलिस टीम द्वारा मैनुअल पुलिसिंग की सहायता से गुमशुदा नाबालिग के संबंध में जानकारी प्राप्त की गई, तो गुमशुदा युवती के मानसा पंजाब क्षेत्र में होने की सूचना प्राप्त हुई, जिस पर तत्काल एक टीम को पंजाब रवाना किया गया।

टीम द्वारा त्वरित कार्यवाही करते हुए गुमशुदा युवती को ग्राम बरेटा, थाना बरेटा, तहसील बुड लाण्डा, जिला मानसा, पंजाब से सकुशल बरामद कर उसके परिजनों के सुपुर्द किया गया। गुमशुदा नाबालिग की बरामदगी हेतु दून पुलिस द्वारा की गयी त्वरित कार्यवाही तथा प्रयासों की युवती के परिजनों द्वारा प्रशंसा करते हुए दून पुलिस का आभार व्यक्त किया गया।

जिलाधिकारी ने वेयर हाउस की सुरक्षा व्यवस्थाओं का लिया जायजा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। जिलाधिकारी /जिला निर्वाचन अधिकारी मयूर दीक्षित ने रोशनाबाद जिला कार्यालय परिसर में स्थित वेयर हाउस पहुंच कर राजनीतिक पार्टियों के पदाधिकारियों की उपस्थिति में वेयर हाउस का मासिक निरीक्षण कर सुरक्षा व्यवस्थाओं का जायजा लिया।

इस अवसर पर जिलाधिकारी ने सीसी कंट्रोल रूम का भी निरीक्षण किया साथ ही वेयर हाउस की सुरक्षा में तैनात किए गए सुरक्षा कर्मियों से कहा कि ईवीएम-वीवीपैट की सुरक्षा में किसी भी प्रकार की कोई लापरवाही व शिथिलता नहीं होनी चाहिए, सभी कार्मिक अपने दायित्वों का निर्वहन सतर्कता एवं संवेदनशीलता के साथ करे।निरीक्षण के दौरान अपर जिलाधिकारी दीपेंद्र सिंह नेगी,राष्ट्रीय भारतीय कांग्रेस के जिलाध्यक्ष चन्द्र पाल सिंह, सीपीआई (एम) राजीव गर्ग, मंडल अध्यक्ष भाजपा बिन्दर पाल, सहायक जिला निर्वाचन अधिकारी अरुणेश पैन्यूली, सुरक्षा कार्मिक आदि मौजूद रहे।

एलिवेटेड रोड परियोजना रद्द करने की मांग, मुख्यमंत्री को भेजा ज्ञापन

संवाददाता

देहरादून। बस्ती बचाओं आन्दोलन के बैनर तले प्रभावितों ने प्रदर्शन कर जिलाधिकारी के माध्यम से मुख्यमंत्री को ज्ञापन प्रेषित कर एलिवेटेड रोड परियोजना को रद्द करनी की मांग की।

आज यहां पूर्व घोषित कार्यक्रम के अनुरूप सैकड़ों की संख्या में बस्ती बचाओ आन्दोलन के बैनर तले प्रभावितों जिलाधिकारी कार्यालय पर जोरदार प्रदर्शन किया तथा जिलाधिकारी के माध्यम से मुख्यमंत्री, मुख्य सचिव, गढ़वाल आयुक्त को अपनी मांगों का ज्ञापन दिया। इसके अलावा जिलाधिकारी एवं नगर आयुक्त देहरादून को भी ज्ञापन दिया गया। सैकड़ों की संख्या में बस्तीवासी लगभग 11 बजे गांधी पार्क राजपुर रोड़ पर एकत्रित हुए जहाँ सभा के बाद जुलूस की शक्ल में घण्टाघर, दर्शन लाल चौक, तहसील चौक, ईनाम उल्ला बिल्डिंग से होते हुऐ जिलाधिकारी कार्यालय पहुंचे तथा बस्तियों की बेदखली, एलिवेटेड रोड़ तथा डबल इंजन सरकार की गरीब विरोधी तथा अमीरपरस्त नीतियों के खिलाफ जोरदार की तथा नगरनिगम देहरादून द्वारा चुन चुन कर लोगों को भेजे गये नोटिसों को निरस्त करने की मांग की। जिला मुख्यालय पर विशाल प्रर्दशन में वक्ताओं ने कहा है कि बस्ती बचाओ आन्दोलन द्वारा पिछले फरवरी 025 से बस्तीवासियों के उत्पीड़न एवं बेदखली तथा एलिवेटेड

रोड़ के खिलाफ निरन्तर संघर्ष चलाया जा रहा है। आन्दोलन का मानना है कि 7 मई 2025 के सरकारी नोटिफिकेशन एवं नगरनिगम नोटिसों में केवल गरीब बस्तियों को लक्षित कर उन्हें अतिक्रमणकारी कहकर बेदखली के नोटिस भेजे गये हैं, जबकि अमीरों की संपत्तियाँ और सरकारी भवनों के नदी नालों में कब्जों का कहीं भी कोई जिक्र नहीं है। वक्ताओं ने कहा है कि,गत निकाय चुनावों में मुख्यमंत्रीजी द्वारा बस्तीवासियों से मालिकाना हक और बेदखली न करने का वादा किया था, पर अब उसी सरकार द्वारा हाईकोर्ट/एनजीटी के आदेशों के बहाने बेदखली की तैयारी की जा रही है। अपने ज्ञापन ''बस्ती बचाओ आंदोलन'' द्वारा उत्तराखण्ड सरकार एवं प्रशासन को गरीब बस्तियों के अधिकारों की रक्षा हेतु प्रस्तुत किया गया है। प्रदर्शन में संयोजक अनन्त आकाश,जनवादी महिला समिति की प्रान्तिय महामंत्री दयमन्ति नेगी, जिलाध्यक्ष नुरैशा अंसारी, जिलामंत्री सीमा लिंगवाल, मौहम्मद अल्ताफ, जनवादी नौजवान सभा कै विप्लव अनन्त आकाश, एस एफ आई प्रदेश अध्यक्ष नितिन मलैठा, महामंत्री शैलेन्द्र परमार, नरेंद्र सिंह, रजनी यादव, पंकज ,बिन्दा, रणजीत, शबनम, सुरेशी, कुसुम, अंजलि, अय्याज, राजेन्द्र शर्मा, अलाउद्दीन, संजय भारती, अदनान, सरोज, कान्ति, इन्दु, सुमित्रा रावत, तमरैज आदि प्रमुख थे।

शराब के साथ गिरफ्तार

देहरादून (सं)। नेहरू कालोनी थाना पुलिस ने राजीव नगर पुल के नीचे एक युवक 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 53 पव्वे शराब के बरामद कर लिये। पूछताछ में उसने अपना नाम विकास बिष्ट पुत्र सूरज बिष्ट निवासी मोहनी रोड डालनवाला बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

चाइनीज मांझे को प्रतिबंधित करने की मांग

संवाददाता

देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति ने जिला प्रशासन से चाइनीज मांजे को प्रतिबंधि त करने की मांग की।

आज यहां नेताजी संघर्ष समिति के प्रमुख महासचिव आरिफ वारसी और उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल ने एक संयुक्त प्रेस विज्ञप्ति जारी करते हुए जिला प्रशासन से मांग की है कि वह आगामी राखी के पावन पर्व को देखते हुए चाइनीज मांझे को तत्काल प्रभाव से प्रतिबंधित करें। स्मरण रहे कि राखी के पर्व पर बहुत से लोग पतंग बाजी करते हैं और चाइनीज मांझे का उपयोग भी करते हैं। उन्होंने कहा है कि चाइनीज मांझे से कई घटनाएं हो चुकी हैं कई लोग मौत के मुंह मे जा चुके हैं पंछियों की मौत और उनका नुकसान भी होता है। डंडरियाल और वारसी ने प्रशासन से उम्मीद ही नहीं विश्वास भी जताया है कि राखी के पावन पर्व को देखते हुए अभी से ही चाइनीज मांझे पर प्रतिबंध लगेगा ताकि जनता को जनहानि से बचाया जा सके।

सैनिक कल्याण मंत्री से की कर्नल थपलियाल ने शिष्टाचार भेंट

संवाददाता

देहरादून। सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी से इको गढवाल राइफल्स के कमान अधिकारी कर्नल प्रतुल थपलियाल ने शिष्टाचार भेंट की।

आज यहां सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी से उनके कार्यालय में 127 इन्फैंट्री बटालियन (टीए) इको गढ़वाल राइफल्स के कमान अधिकारी कर्नल प्रतुल थपलियाल ने शिष्टाचार भेंट की। भेंट के दौरान सैनिक कल्याण मंत्री जोशी ने आगामी हरेला पर्व के अवसर पर इको गढ़वाल राइफल्स से वृहद स्तर पर वृक्षारोपण अभियान चलाने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड की पारंपरिक संस्कृति और प्रकृति संरक्षण की भावना के अनुरूप यह पर्व हमारे लिए पर्यावरण के प्रति जिम्मेदारी निभाने का अवसर है। कर्नल प्रतुल थपलियाल ने मंत्री को हरेला पर्व पर कार्यक्रम

आहूत करने की सहमति करते हुए आयोजित कार्यक्रम में सम्मिलित होने का आमंत्रण भी दिया। साथ ही उन्होंने अवगत कराया कि इकाई की स्थापना के बाद से अब तक 127 इन्फैंट्री बटालियन (टीए) इको गढ़वाल राइफल्स द्वारा कुल 1.98 करोड़ पौधे लगाए जा चुके हैं, जिससे 23,101 हेक्टेयर भूमि पर हरियाली फैलाई गई है। कमान अधिकारी ने वर्ष 2023 में टीए को उद्यान विभाग के माध्यम से दो बोलेरो पिकअप और दस हीरो होंडा मोटरसाइकिल प्रदान किए जाने पर आभार व्यक्त किया। साथ ही उन्होंने दूरदराज के क्षेत्रों में बेहतर कार्य संपादन हेतु सीएसआर के तहत दो महिंद्रा बोलेरो पिकअप उपलब्ध कराने का अनुरोध किया। सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने इकाई के कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि पर्यावरण संरक्षण और राष्ट्रीय सेवा के इस समर्पण को राज्य सरकार पूर्ण समर्थन देगी। उन्होंने कमान अधिकारी को आश्वस्त किया कि आवश्यक संसाधन उपलब्ध कराने के लिए हर संभव प्रयास किए जाएंगे।

घर में रॉक गार्डन बनाने के लिए इन बातों को ध्यान में रखना है जरूरी

अगर आप अपने घर को अलग लुक देना चाहते हैं तो यकीन मानिए रॉक गार्डन बनाने का आइडिया आपने लिए बेस्ट रहेगा। इसके लिए आपको गार्डन में इस्तेमाल होने वाली चीजों और बजट को ध्यान में रखते हुए शुरूआत करने की जरूरत है। यह गार्डन बनाते समय पत्थर से लेकर पौधे चुनने तक, कई बातों का ध्यान रखना जरूरी है। अगर आप घर की सजावट के लिए खूबसूरत रॉक गार्डन बनाना चाहते हैं तो इन बातों का ध्यान जरूर रखें।

पर्याप्त रोशनी वाली जगह का करें चुनाव

रॉक गार्डन देखने में तभी आकर्षक लगते है जब यह सही जगह पर बने हों। ऐसे में आपको सबसे पहले ऐसी जगह चुननी होगी, जहां रॉक गार्डन को पर्याप्त रोशनी मिल सके। ये मानव निर्मित गार्डन खुले और धूप वाली जगह पर ही अच्छे लगते हैं। आप अपनी छत पर रॉक गार्डन बना सकते हैं या फिर अगर आपके बाहर खुली जगह है तो आप उसमें भी रॉक गार्डन बना सकते हैं।

चीजों की लिस्ट बनाएं

रॉक गार्डन को तैयार करने से पहले एक लिस्ट बनाएं और उसमें उन चीजों को शामिल करें जिनकी जरूरत है। उदाहरण के लिए कौनसे पौधे चाहिए और सूरज की रोशनी के लिए इन्हें किस तरह की जगह पर लगाना है। ध्यान रखें कि रॉक गार्डन के पौधों को सूखी मिट्टी की आवश्यकता होती है। रॉक गार्डन के पौधों के चारों ओर एक खूबसूरत परत बनाने के लिए अलग-अलग पत्थरों का प्रयोग करना भी अच्छा है।

सही गमले और कंटेनर का करें चयन

अपने रॉक गार्डन के लिए आप मिट्टी के गमले या फिर प्लास्टिक की बड़ी बोतलों का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए कांच के कंटेनरों का भी इस्तेमाल किया जा सकता है। हालांकि, ध्यान रखें कि गमले और कंटेनर लगभग छह इंच लंबे हो और उनमें नीचे की ओर छेद हो ताकि मिट्टी से अतिरिक्त पानी बाहर निकल सके। गमलों और कंटेनर के नीचे एक प्लेट रखें ताकि उनमें से निकलने वाला पानी न फैलें।

रॉक गार्डन में लगाएं फूल वाले पौधे

फूल वाले पौधों से आपका रॉक गार्डन और ज्यादा खूबसूरत बन सकता है इसलिए इन्हें भी अपने गार्डन में जगह दें। आप अपने रॉक गार्डन में ये फूल वाले पौधे लगा सकते हैं- पास्क: यह पौधा वसंत ऋतु में जल्दी खिलता है। लैवेंडर: सुंदर बैंगनी फूल वाला यह पौधा थोड़ी उपजाऊ मिट्टी में तेजी से पनपते हैं। कोलंबिन: इस बारहमासी पौधे के फूलों का एक अनूठा आकार होता है, जो चिड़ियों को आपके गार्डन में आकर्षित करता है।

अपने गार्डन को दें एक स्टाइल और थीम

एक अच्छा रॉक गार्डन बनाने के लिए छत को एक स्टाइल और थीम दें और उस लिहाज से फर्नीचर सजाएं। इसके साथ छत के फर्श को नजरअंदाज न करें, क्योंकि यह गार्डन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। ऐसी फ्लोरिंग स्टाइल का चुनाव करें जो थीम के अनुरूप और आपके बजट के मुताबिक हो। अगर आप बास्केट या लटकाने वाले गमलों का इस्तेमाल कर रहे हैं तो आप उसमें विभिन्न फूल, हर्ब्स और सब्जियां भी उगा सकते हैं।

घर पर बनाएं चुकंदर का फेसपैक, चेहरे पर आएगा निखार

चेहरे पर ग्लो लाने का सबसे अच्छा तरीका है कि आप ज्यादा से ज्यादा फल और सब्जियां खाएं और चेहरे पर कम से कम केमिकल्स का इस्तेमाल करें। अगर सब्जियों की बात करें तो चुकंदर एक ऐसी सब्जी है जिसकी न्यूट्रिशनल वैल्यू काफी ज्यादा होती है।

यह हेल्थ के लिए काफी फायदेमंद होती है, यह तो आपने सुना होगा लेकिन क्या आपको पता है, इसका फेसपैक आपकी स्किन के लिए कितना अच्छा हो सकता है!

आप रोजाना चुकंदर का फेसपैक इस्तेमाल करते हैं तो न सिर्फ आपकी त्वचा पर पिंकिश ग्लो आता है बल्कि दाग-धब्बे भी दूर होते हैं। इसके अलावा यह आपके चेहरे से डेड स्किन सेल्स भी हटाता है।वैसे तो चुकंदर घिसकर आप इसका जूस चेहरे पर लगा सकती हैं वहीं चुकंदर का फेसपैक भी स्किन पर कमाल का असर करता है।

आधा कटा चुकंदर, चौथाई ग्लास गुलाब जल या चौथाई कप पानी लें, इन को ब्लेंडर से ब्लेंड कर लें, इससे जो जूस निकले उसे बेसन, यॉगर्ट, या संतरे के पिसे हुए छिलके में मिलाकर पेस्ट बनाएं। इस पेस्ट को चेहरे पर लगाएं। 20 मिनट तक चेहरे पर लगाने के बाद धो लें।

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

युद्ध से युद्ध का अंत नहीं होता

डॉ. एस.के. मिश्र

इजरायली सैन्य क्षेत्र के अंदर स्थित इजरायल और अमेरिका समर्थित गाजा ह्यूमैनिटेरियन फाउंडेशन' के सहायता वितरण केंद्र पर लगभग प्रत्येक दिन गोलीबारी की घटना घटित हो रही है। इजरायल का स्पष्ट कहना है कि उसने हमास पर लगाम लगाने के लिए यह व्यवस्था की है, जबकि संयुक्त राष्ट्र ने इस नवीन व्यवस्था को यह कह कर नकार दिया है कि इसके कारण गाजा में व्याप्त भुखमरी के संकट का समाधान नहीं किया जा सकेगा और इजरायल इस सहायता वितरण केंद्र को एक हथियार के रूप में इस्तेमाल करेगा। इजरायली सेना के प्रवक्ता एफी डिफ्रिन का कहना है, हमास ने हताहतों की संख्या बहुत बढ़ा-चढ़ा कर बताई है।' इजरायल सुरक्षा बल (आईडीएफ) और इजरायल सुरक्षा एजेंसी ने घोषणा की कि उन्होंने 36 वर्षीय एक थाई नागरिक नट्टपोंग पिंटा का शव बरामद किया है, जिसे 7 अक्टूबर के हमले के दौरान मुजाहिदीन ब्रिगेड ने अगवा कर लिया था। उस बीच हमास की सशस्त्र शाखा अल कस्साम ब्रिगेड ने दावा किया कि इजरायली सेना गाजा में एक विशेष स्थान की घेराबंदी कर रही है, जहां इजरायली बंधक को रखा गया है और जिसकी पहचान प्रवक्ता अब्बू ओबेदा ने मतन जंगाउकर के रूप में की है।

इधर अबू ओबेदा ने चेतावनी दी कि दुश्मन उसे जिंदा नहीं पकड़ सकेगा। इजरायल ने इस दावे पर अपनी प्रतिक्रिया नहीं दी है। इजरायल का मानना है कि उसके सैन्य अभियान बड़ी सतर्कता से चलाए जा रहे हैं। इजरायली सेना ने जून की सुबह गाजा में मानवीय सहायता पहुंचाने के किए जा रहे एक जलयान को जब्त कर लिया और उसमें सवार सामाजिक कार्यकर्ता स्वीडन निवासी ग्रेटा थनवर्ग तथा अन्य जलवायु कार्यकत्ताओं को हिरासत में ले लिया। वास्तव में ये कार्यकर्ता गाजा पट्टी में जारी इजरायल के सैन्य अभियान का विरोध करने वाले थे, क्योंकि मानवीय सहायता के प्रवेश पर इजरायल द्वारा प्रतिबंधों के कारण 20 लाख फिलिस्तानी आबादी वाले क्षेत्र में अकाल की स्थिति पैदा होने का संकट खड़ा हो गया है।

ग्रेटा थनबर्ग गाजा ले रही सहायता सामग्री वाले मैडलीन' नामक जहाज पर सवार 12 यात्रियों में से एक थीं। वास्तव में फ्रीडम फ्लोटिला कोलिशन' नामक संगठन गाजा पट्टी क्षेत्र में मानवीय मूल्यों की सुरक्षा हेतु सहायता द्वारा पहुंचाने और इजरायल द्वारा की गई घेरेबंदी तथा युद्ध के दौरान उसके आचरण अथवा व्यवहार का विरोध करने और फिलिस्तानियों तक राहत सामग्री की आपूर्ति करने के लिए ही इस यात्रा का विशेष आयोजन किया गया था। इस संगठन के अनुसार इजरायली नौ सेना ने जलयान को गाजा से लगभग 200 किमी. की दूरी पर अंतरराष्ट्रीय जल क्षेत्र में जब्त कर लिया। फ्रीडम फ्लोटिला कोलिशन' सहित अन्य अनेक अधिकार समूहों ने इजरायल की इस कार्रवाई को अंतरराष्ट्रीय कानून व नियमों का उल्लंघन करार दिया।

दूसरी ओर, इजरायल ने इन आरोपों को नकारते हुए कहा कि इस प्रकार के जलयान गाजा में उसकी नौ सैनिक नाकाबंदी का उल्लंघन करते हैं। इजरायल के विदेश मंत्रालय के अनुसार, इस्सल की नौ सेना के साथ गिरफ्त में लेकर अपने आदोह बंदरगाह लाया गया। इजरायल में ग्रेटा और अन्य कार्यकर्त्ताओं का प्रतिनिधित्व करने वाले कानूनी अधिकार समूह अदाला के अनुसार ग्रेटा थनबर्ग, दो अन्य कार्यकर्ता और एक पत्रकार भी स्वयं ही इजरायल छोड़ने के लिए सहमत हो गए हैं। इजरायल के विदो मंत्रालय ने सामाजिक कार्यकर्ताओं की इस यात्रा को जनसंपर्क का हथकंडा' बताया। इजरायल नौ सेना के सैनिकों द्वारा सामाजिक कार्यकर्ताओं को आवश्यक जलपान की व्यवस्था भी की गई। वास्तव में इस संगठन का प्रमुख उद्देश्य विश्व नेताओं पर फिलिस्तीनी क्षेत्र में इजरायल के नरसंहार युद्ध को समाप्त करने के लिए दबाव डालना ही है। हमास के कब्जे के जवाब में इजरायल द्वारा गाजा में बाहरी लोगों एवं उनके द्वारा आपूर्ति किए जाने वाली सामग्री के प्रवाह को पूरी सख्ती के साथ प्रतिबंधित कर दिया गया है। एक जानकारी के अनुसार गाजा के लगभग 70 प्रतिशत कर्मचारी बेरोजगार हो गए या उन्हें वेतन नहीं मिला तथा लगभग 80 प्रतिशत निवासी अपना जीवनयापन दयनीय स्थिति में कर रहे हैं। हमास के कब्जे के बाद से गाजा और इजरायल में फिलिस्तानी सशस्त्र समूहों में टकराव अनवरत जारी है। हमास गाजा में प्रतिद्वंद्वी इस्लामवादी गुटों के साथ भी संघर्ष में आया है, जो सलाफी-जिहादवाद का पालन करते हैं। ब्रिटेन के कब्जे वाले पश्चिमी तट में फिलिस्तानी समुदाय' के विरुद्ध बार-बार हिंसा भड़काने के आरोप में दो अति दक्षिणपंथी इजरायली मंत्रियों पर प्रतिबंध लगा दिया गया है। विदेश सचिव द्वारा घोषित उपायों के तहत इतामार बेन-ग्वीर और बेजालेल स्मोत्रिच को ब्रिटेन में प्रवेश करने पर प्रतिबंध लगा दिया जाएगा तथा ब्रिटेन में उनकी संपत्तियां जब्त कर ली जाएंगी। यह संयुक्त कदम ऑस्ट्रेलिया, न्यूजीलैंड, नार्वे और कनाडा द्वारा उठाया गया है। इसके जवाब में इजरायल ने कहा यह अपमानजनक है कि निर्वाचित प्रतिनिधियों और सरकार के सदस्यों पर इस प्रकार के उपाय लागू किए जा रहे हैं।' यह भी कहा जा रहा है कि राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने भी नेतान्याहू से गाजा युद्ध समाप्त करने को कहा है, तथा ईरान पर हमला करने को फिलहाल प्रतिबंधित कर दिया है। निस्संदेह गाजा में फिलिस्तीनी इजरायल-हमास युद्ध का दंश झेल रहे हैं। फिलिस्तीनियों पर इजरायली सेना द्वारा अनवरत गोलाबारी जारी रखने के कारण गाजा में गाज गिर चुकी है और मानवता त्राहि-त्राहि चिल्लाने लगी है। सर्वविदित है कि युद्ध से युद्ध का अंत नहीं होता और आधुनिक युग का युद्ध लड़ाई के मैदान तक सीमित नहीं रहता। प्रत्येक युद्ध विगत युद्ध से भयंकर होता है। युद्ध के घातक व विनाशक स्वरूप के कारण आज मानवीय मूल्यों की सुरक्षा हेतु एवं विश्व शांति बनाए रखने के लिए निरंतर प्रयास जरूरी हैं। यह मानव की उत्तरजीविता केलिए अत्यंत गंभीर प्रश्न है।

(लेख में व्यक्त विचार निजी हैं)

शब्द सामर्थ्य -99

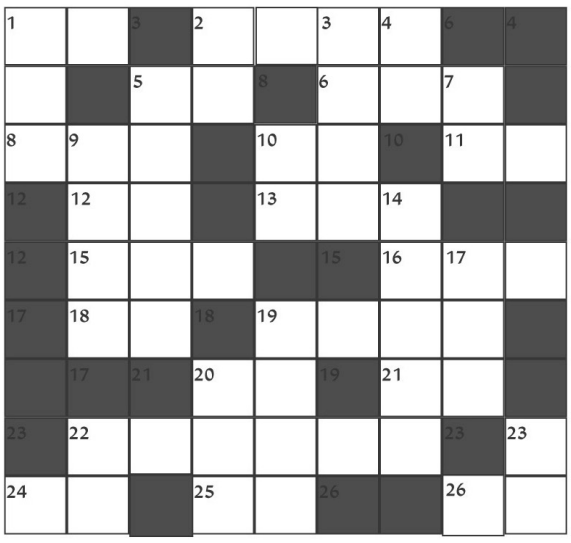
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. पानी, नीर, अंबु 2. आना-जाना, आवागमन 5. बहुत, बढ़िया 6. दूर रहने वाला (घटना) जो वर्तमान में न घट सके 8. अबोध, नासमझ, अनाड़ी 10. सब्जी, शाक 11. निशान, उद्देश्य, अनुमान योग्य वस्तु 12. नाखून 13. द्रव पदार्थ 15. सूनसान, जनविहीन स्थान 16. चटकीला, चमकीला, चटपटा, गौरैया 18. भगवान, खुदा 19. इन दिनों, वर्तमान दिनों में 20. अग्नि, पावक 21. अन्नकण, अनाज का टुकड़ा 22. टालमटोल, बहाने बाजी 24. भैया की पत्नी 25. पांच से छोटी एक विषम संस्था 26. हत्या, कत्ल.

ऊपर से नीचे

1. दुनिया, संसार, ठोस रूप में परिवर्तित करना 2. चमक, पानी 3. बाजीगर, जादू का खेल दिखाने वाला 4. एक पंजाबी प्रेमगीत, रांझा की प्रेमिका 5. मार-काट, खून-कत्ल 7. भूमि, जमीन, भू-भाग 9. बहुत बड़ा दानी, 10. संगीत के सुरों की संख्या 14. लचीला, लोचयुक्त 17. खिसकना, अपने स्थान से हटना, विचलित होना 19. प्रवेश करना, पधारना, आना 20. धूप-दीप से पूजा 22. इसी समय 23. गुस्सा, कहर.



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 98 का हल

स्वा	द		सा	म	ना		कै	दी
व		ख	ल	ना	य	क		वा
लं	प	ट		ना	क	क	ट	ना
बी		प				ड़ी		प
	अ	ट	प	टा			शा	न
स	ह		यो			र	ति	
ह	म		द	र	ब	द	र	
म	क	र		सी	ल			
त		क्षा		द	वा	खा	ना	

अहान पांडे की पहली फिल्म सैयारा का नया गाना तुम हो तो हुआ रिलीज

यशराज फिल्म्स और मोहित सूरी की फिल्म सैयारा अब तक के सबसे खूबसूरत म्यूजिक एलबम्स में से एक साबित हो रही है। टाइटल ट्रैक सैयारा और जुबिन नौटियाल द्वारा गाया गया रोमांटिक गाना बर्बाद के बाद अब फिल्म का तीसरा गाना तुम हो तो रिलीज़ कर दिया गया है, जिसे इस समय देश के सबसे चर्चित युवा गायक विशाल मिश्रा ने गाया है।

मोहित सूरी ने खुलासा किया कि वह विशाल मिश्रा को 12 साल से जानते हैं और जब उन्होंने सुना कि विशाल ने अपने कॉलेज के ब्रेकअप के समय मोहित के गानों को सुनकर संगीत को करियर बनाने का फैसला किया था, तो वो बेहद भावुक हो गए। मोहित कहते हैं,विशाल 12 साल पहले मुझसे मिलने आया था। तभी से हमने तय किया था कि एक दिन कुछ खास साथ बनाएंगे। मुझे गर्व है कि ये मौका सैयारा में आया। जब विशाल ने कहा कि मेरे गानों ने उसे म्यूजिक को करियर चुनने की प्रेरणा दी, तो दिल भर आया।

वह आगे कहते हैं,जब आपको पता चलता है कि आपका काम किसी की ज़िंदगी को दिशा दे रहा है, तो वो बेहद खास एहसास होता है। संगीत आत्मा से जुड़ने वाला माध्यम है और मैं सौभाग्यशाली हूँ कि 20 साल के अपने करियर में लोगों के दिलों में जगह बना पाया। विशाल जैसे कलाकार के साथ काम करना मेरे लिए सौभाग्य की बात है।

मोहित सूरी को विशाल की सफलता पर गर्व है। वो जब भी मुझसे मिलता था, कुछ स्क्रैच ट्रैक्स लाता था उनमें जादू था! अब तुम हो तो में उसने वही जादू दिखाया है। मुझे यकीन है कि यह उसका अब तक का सबसे रोमांटिक गाना साबित हो सकता है। फिल्म सैयारा में अहान पांडे और अनीत पड्डा जैसे नए चेहरों की शानदार केमिस्ट्री दिखाई गई है। फिल्म 18 जुलाई, 2025 को दुनियाभर के सिनेमाघरों में रिलीज़ होगी। वायआरएफ और मोहित सूरी - दोनों ही रोमांटिक कहानियों के उस्ताद माने जाते हैं, और सैयारा से वे एक और यादगार प्रेम कहानी ला रहे हैं। (आरएनएस)

होम्बले फिल्म्स ने की महावतार सिनेमैटिक यूनिवर्स की शुरुआत, 12 सालों में बनेंगी 7 एनिमेटेड फिल्में

होम्बले फिल्म्स भारतीय सिनेमा में सफल फिल्म निर्माताओं में से एक है। होम्बले फिल्म्स ने क्लेम प्रोडक्शंस के साथ मिलकर महावतार सिनेमैटिक यूनिवर्स के लिए आधिकारिक रोडमैप का अनावरण किया है। प्रोडक्शन हाउस 12 सालों मे 7 एनिमेटेड फिल्में लेकर आएगी, जो भगवान विष्णु के 10 दिव्स अवतार को दर्शाएगी। मेकर्स ने अपने सातों फिल्मों के टाइटल के साथ रिलीज का भी खुलासा किया है।

होम्बले फिल्म्स ने महावतार सिनेमैटिक यूनिवर्स का एलान किया है। होम्बले क्लेम प्रोडक्शंस के साथ मिलकर इस प्रोजेक्ट पर काम करेगी। वह क्लेम प्रोडक्शन द्वारा लुभावने एनीमेशन के माध्यम से अपनी फिल्मों को बड़े पर्दे पर उतारेगी। दशक भर चलने वाली यह एनिमेटेड प्रोजेक्ट भगवान विष्णु के दस दिव्य अवतारों का वर्णन करेगी। इसकी शुरुआत महावतार नरसिंह से शुरू होगी और 2037 में महावतार कल्कि पार्ट 2 के साथ इसका समापन होगा।

होम्बले फिल्म्स ने अपने इंस्टाग्राम पर एक प्रोमो के जरिए 12 सालों में बनने वाली 7 एनिमेटेड फिल्मों के बारे में जानकारी दी है। मेकर्स ने फिल्मों के नाम रिलीज कैलेंडर के साथ साझा किया है। मेकर्स ने अपने पोस्ट के कैप्शन में लिखा है, संभावनाएं अनंत हैं, और हम अपनी कहानियों को स्क्रीन पर जीवंत होते देखने के लिए काफी उत्साहित हैं। एक एपिक सिनेमैटिक राइड के लिए तैयार हो जाइए। होम्बले फिल्म्स गर्व से महावतार सिनेमैटिक यूनिवर्स को प्रस्तुत करता है, जो कि क्लेम प्रोडक्शंस द्वारा निर्मित लुभावने एनीमेशन के माध्यम से है। हम एक दशक से अधिक समय तक चलने वाली अपनी लाइनअप का अनावरण करते हुए काफी खुश हैं, जिसमें भगवान विष्णु के दस दिव्य अवतार शामिल हैं।

मेकर ने अपने पोस्ट में अपनी पहली फिल्म महावतार नरसिम्हा के बारे में जानकारी देते हुए आगे लिखा है, महावतार नरसिम्हा 25 जुलाई, 2025 को 3डी और पांच भारतीय भाषाओं में सिनेमाघरों में रिलीज होगी। एक ऐसे सिनेमाई चमत्कार के लिए तैयार हो जाइए जो आपको बेदम कर देगा।

महावतार नरसिम्हा का निर्देशन अश्विन कुमार ने किया है और इसका निर्माण शिल्पा धवन, कुशाल देसाई और चैतन्य देसाई ने क्लेम प्रोडक्शंस के बैनर तले किया है। इसे होम्बले फिल्म्स द्वारा प्रस्तुत किया गया है। यह फिल्म 25 जुलाई, 2025 को 3डी और पांच भारतीय भाषाओं हिंदी। कन्नड़, तेलुगु, तमिल और मलयालम में रिलीज होगी। (आरएनएस)

कुड़ी अंजानी सॉन्ग ने परखी मेरी एक्टिंग स्किल:जारा यास्मिन

एक्ट्रेस जारा यास्मिन के हालिया रिलीज सॉन्ग कुड़ी अंजानी को दर्शक काफी पसंद कर रहे हैं। उत्साहित एक्ट्रेस ने बताया कि इस गाने ने उनके एक्टिंग स्किल को न केवल परखने का काम किया, बल्कि इससे काफी कुछ सीखने को मिला।

गाने में जारा भोजपुरी स्टार नीलकमल सिंह के साथ नजर आईं।

जारा ने इस प्रोजेक्ट को स्वीकार करने की वजह बताते हुए कहा, सबसे पहले इस गाने की धुन ने मुझे प्रभावित किया। नीलकमल की आवाज के साथ देसी टच ने इसे एक शानदार डांस नंबर बना दिया।

कई म्यूजिक वीडियो का हिस्सा रह चुकीं जारा के लिए कुड़ी अंजानी ने उनकी अभिनय कला को परखने का काम किया।

उन्होंने बताया, मैंने कई तरह के गाने किए, सभी अलग-अलग अंदाज में।। इस गाने ने मुझे डांस से ज्यादा अपनी अभिनय क्षमता, एक्सप्रेशन और परफॉर्मेंस को बेहतर तरीके से पेश करने की चुनौती दी।

जारा ने साझा किया कि इस गाने के लिए उनका लुक देसी और ग्लैमरस का मिक्सअप था, जिसे बनाना वास्तव में काफी चुनौतीपूर्ण रहा। उन्होंने बताया, सेट पर इस गाने की शूटिंग मजेदार रही। इसके बीट्स और सेटअप ने इसे और भी खास बना दिया।

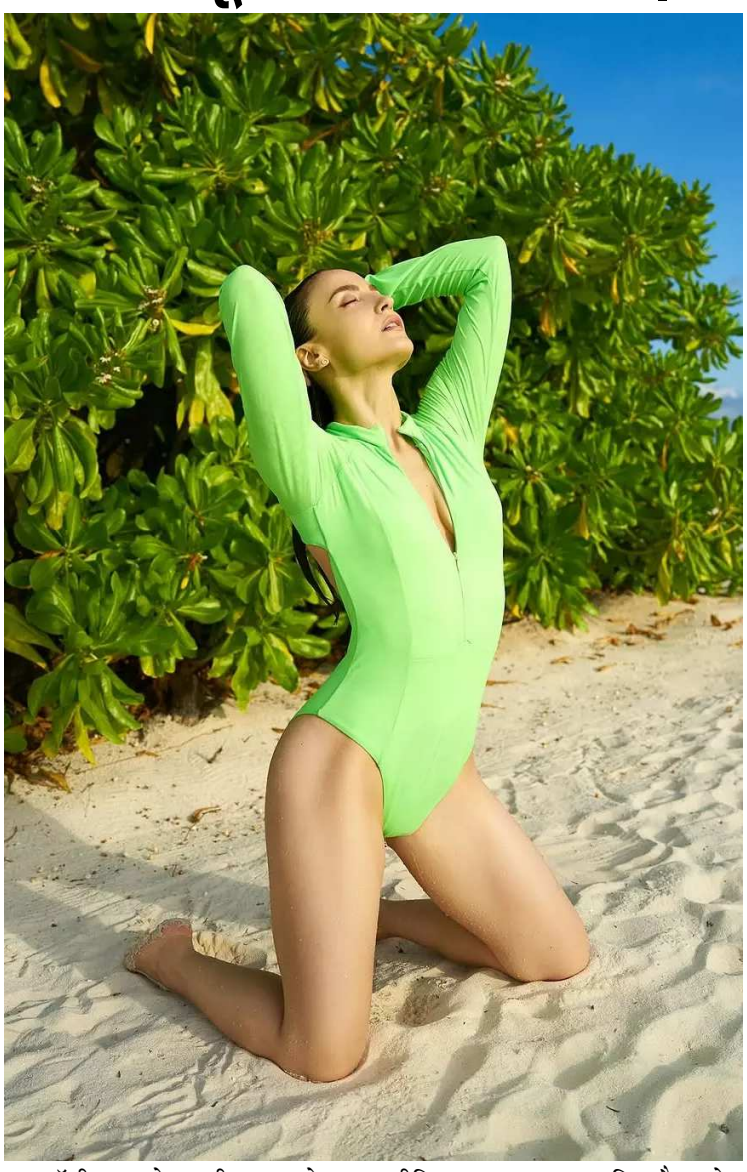
इस प्रोजेक्ट से जारा को काफी कुछ सीखने को मिला। उन्होंने बताया, कुड़ी अंजानी ने मुझे कई कॉन्सेप्ट्स और डांस फॉर्म्स में अपने टैलेंट को दिखाने का मौका दिया। यह मेरे एक्टिंग करियर के

लिए भी काफी महत्वपूर्ण रहा है।

कुड़ी अंजानी के जरिए जारा ने भोजपुरी इंडस्ट्री के लोकप्रिय कलाकार नीलकमल सिंह के साथ पहली बार काम किया है। जारा ने कहा, मुझे सुष्मिता सेन के पुराने और प्रभावशाली एक्सप्रेशन को ध्यान में रखना था और उसे अपने अंदाज में और भी बेहतर करना था, को-एक्टर्स का इसमें काफी सहयोग मिला।

जारा ने गाने की खासियत को लेकर कहा, इस गाने की रचना, हिंदी और भोजपुरी का मिश्रण, मजेदार एक्सप्रेशन और कोरियोग्राफी इसे और भी खास बनाता है।

ग्रीन स्विमसूट में एली अवराम ने बढ़ाया इंटरनेट का तापमान



बॉलीवुड एक्ट्रेस एली अवराम ने एक बार फिर अपने सिज़लिंग अवतार से सोशल मीडिया का तापमान बढ़ा दिया है। एक्ट्रेस ने हाल ही में इंस्टाग्राम पर अपनी एक हॉट तस्वीर शेयर की है जिसमें वह बीच किनारे रेत पर लेटी नजर आ रही हैं। उन्होंने नियॉन ग्रीन कलर का स्विमसूट पहना हुआ है और यह फोटो बेहद ग्लैमरस लग रही है। एली ने इस पोस्ट के साथ लिखा, रविवार का मूड।। बिस्तर पर लेकिन मानसिक रूप से समुद्र तट पर, जिससे उनका रिलैक्स और बीची वाइब्स वाला मूड साफ जाहिर होता है। तस्वीर में वह आंखें बंद किए हुए, बेहद सहज और स्टनिंग नजर आ रही हैं। उनका यह फोटो पोस्ट होते ही वायरल हो गया और अब तक इसे 17,000 से ज्यादा लाइक्स मिल चुके हैं।

उनकी इस फोटो पर फैंस के साथ-साथ सेलेब्स ने भी तारीफों की बारिश कर दी है। किसी ने उन्हें ?? बताया तो किसी ने मेरा सुंदर कहकर अपना प्यार जताया। इंस्टाग्राम पर यह पोस्ट अब ट्रेंड कर रही है और हर कोई एली की इस अदा का दीवाना हो गया है।

एली अवराम हमेशा ही अपने बोल्ड और एफर्टलेस फैशन स्टेटमेंट से चर्चा में रहती हैं। चाहे रेड कारपेट हो या बीच वकेशन, एक्ट्रेस का हर लुक फैशन गोल्स सेट करता है।

उनका ये बीच लुक इस बात का सबूत है कि वह ग्लैमर और ग्रेस का परफेक्ट कॉम्बिनेशन हैं। फिलहाल, एली के इस हॉट अवतार को देखकर फैंस उनकी अगली फिल्म या प्रोजेक्ट की झलक देखने के लिए बेसब्र हो गए हैं।

माँ की शक्ति, बच्चों का भविष्य : योग से बदलता परिदृश्य

मतीअन्नपूर्णा देवी

चाहे वह बोर्डरूम हो या युद्धभूमि – मानसिक और शारीरिक रूप से सशक्त महिलाएँ ही बदलाव की वाहक होती हैं; महिलाओं के लिए अपनी वास्तविक शक्ति को पहचान कर उसे विकसित करना अत्यंत आवश्यक है, और योग इसकी कुंजी है।

योग की जन्मस्थलीभारत में आज भी इस प्राचीन जीवनशैली को केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि मन, शरीर और आत्मा के पोषण के लिएएक दार्शनिक पद्धति के रूप में स्वीकारकियाजाता है।भगवद्गीता (अध्याय 2, श्लोक 50) में कहा गया है-योगः कर्मसु कौशलम्,अर्थात् योग कर्मों में कौशल है।भगवान श्रीकृष्ण कास्पष्टसंदेश है कि-सच्चायोग शारीरिक आसन या ध्यान तक सीमित नहीं है, बल्कि यह इस बात में परिलक्षित होता है कि हम अपने दैनिक कर्तव्यों को कितनी कुशलता और ध्यानपूर्वकनिभाते हैं।

केंद्रीय महिला एवं बाल विकास मंत्री के रूप में, मेरा दृढ़ विश्वास है कि योग में परिवर्तनकारी क्षमता है, विशेष रूप से महिलाओं को सशक्त बनाने और बच्चों के पोषण में, जो हमारे समाज की नींव हैं।

माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी के दूरदर्शी नेतृत्व में योग ने वैश्विक मंच पर एक कल्याणकारी और सामाजिक परिवर्तन के साधन के रूप में पहचान प्राप्त की है। संयुक्त राष्ट्र द्वारा 2014 में 21 जून कोअंतरराष्ट्रीय योग दिवसघोषित कियागया, जो भारत की महान आध्यात्मिक और सांस्कृतिक विरासत की वैश्विक मान्यता सिद्धकरता है।

इस वर्ष, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम,एक धरती, एक स्वास्थ्य के लिए योगहैद्य जोकि योग की सर्वसमावेशी और सार्वभौमिक अपील को रेखांकित करती है। माननीय प्रधान मंत्री जी ने भी इस बात पर जोर दिया है कि योग किसी कॉपीराइट, पेटेंट या रॉयल्टी से मुक्त है। यह लचीला है – आप इसे अकेले,समूह में, गुरु से या स्वयं भी सीख सकते हैंजैसे-जैसे हमारा राष्ट्रविकसितभारतबननेकी दिशा में अग्रसर हो रहा है, यह आवश्यक हो जाता है कि योग को महिलाओं और बच्चों के जीवन का अभिन्न अंग बनाया जाए।

भारत की कुल आबादी में महिलाओं और बच्चों की संख्या लगभग दो-तिहाई है, और वे स्वास्थ्य से जुड़ी चुनौतियों के प्रति बेहद संवेदनशील होते हैं। अतः उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना हम सबका कर्तव्य है, और योग की इसमें महत्वपूर्णभूमिका है।

योग महिलाओं के लिए मानसिक और शारीरिक दोनों दृष्टिसे अनेक लाभ प्रदान करता है। यह हार्मोनल संतुलन को बेहतर बनाता है, मानसिक तनाव को कम करता है, और मांसपेशियों एवंहड्डियों को मजबूत बनाताहै। विभिन्न आयु वर्ग की महिलाओं की विशिष्ट शारीरिक आवश्यकताओं के अनुसार योग एक समग्र और प्रभावी समाधान प्रदान करता है।

योग को अपनाकर महिलाएँगर्भावस्था से पूर्व औरबाद केपरिवर्तनशीलसमय की स्वास्थ्य संबंधी चुनौतियों का प्रभावी ढंग से सामना करनेमेंसक्षमबनतीहैं। प्रसवपूर्व योग, अपने विशेष आसनों और ध्यान तकनीकों के साथ, गर्भावस्था की परेशानियों को कम करता है, दर्द प्रबंधन में सहायता करता है, और ऊर्जा को बढ़ाता है। यह गर्भवती माताओं को शारीरिक और भावनात्मक रूप से प्रसव के लिए तैयार करता है। प्रसवोत्तर योग, स्तनपान कराने वाली माताओं को उनकी रिकवरी, भावनात्मकसहायता, स्तनपान को बढ़ावा देने और माँ-बच्चे के रिश्ते को मजबूत करने में मदद करता है।

महिलाओं में योग के अभ्यास को बढ़ावा देने के लिए, भारत में 25 लाख से अधिक आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं का एक सशक्त नेटवर्क है, जो योग को महिलाओं और बच्चों के दैनिक जीवन में अपनाने के लिए जानकारी, प्रशिक्षण और सहायता प्रदान कर रहा हैं।

माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने लगातार महिलाओं के नेतृत्व वाले विकास की वकालत की है। वे कार्यबल में महिलाओं की बढ़ती भागीदारी का सक्रिय रूप से समर्थन करते हैं, जो किसी भी अर्थव्यवस्था के विकास के लिए महत्वपूर्ण है। विश्व बैंक का यह अनुमान है कि महिला श्रम बल की भागीदारी में वृद्धि से भारत के औद्योगिक उत्पादन में 9 प्रतिशत तक की वृद्धि हो सकती है और 2047 तक हम एक उच्च आय वाले विकसित राष्ट्र का दर्जा प्राप्त करने में मदद मिल सकती है। यह सब तभी हासिल किया जा सकता है जब हमारे पास शारीरिक और भावनात्मक रूप से स्वस्थ महिला कार्यबल हो।

आज की तेजी से बदलती दुनिया में, बच्चे भी जीवनशैली संबंधी विकारों, स्क्रीन पर निर्भरता और शैक्षणिक दबावों से तेजी से प्रभावित हो रहे हैं। योग इन चुनौतियों के लिए साक्ष्य-आधारित, समयबद्ध और सांस्कृतिक रूप से निहित प्रतिक्रिया प्रदान करता है। यह एकाग्रता, याददाश्त बढ़ाने, भावनात्मक विनियमन, नींद की गुणवत्ता और तनाव के प्रबंधन को बेहतर करता है – जो समग्र बचपन के विकास के प्रमुख घटक हैं। मिशन सक्षम आंगनवाड़ी और पोषण 2.0 के माध्यम से, हमारा मंत्रालय योग को बच्चों की प्रारंभिक देखभाल और विकास में शामिल कर रहा है, जो आजीवन स्वास्थ्यवर्धक आदतों की नींव रख रहा है।

महिला एवं बाल विकास मंत्रालय प्रधानमंत्री जी के नेतृत्व में एक बहुआयामी रणनीति के अंतर्गतयोग को महिलाओं और बच्चों के जीवन के अभिन्न अंग के रूप में अपनाने की दिशा में कार्य कर रहा है।हमारी प्रमुख योजनाएँ, जैसे-आंगनवाड़ी केंद्र, वन स्टॉप सेंटरऔरबाल देखभाल संस्थानआदि न केवल पोषण और कल्याण सम्बन्धी सेवाएँ प्रदान करते हैं, बल्कि योग से जुड़ी विशेष गतिविधियों एवं प्रशिक्षण के माध्यम से लाभार्थियों के जीवन को भी प्रभावित करते हैं। इन केंद्रों में आयुष मंत्रालय के सहयोग से तैयार विशेषयोग मॉड्यूल्सलागू किए जा रहे हैं, जो विशेष रूप से महिलाओं और बच्चों पर केंद्रित हैं।

वैश्विक व्यवस्था के बदलते विमर्श में, महिलाएँ हर मोर्चे पर अग्रणी भूमिका निभा रही हैं। आईटी से लेकर अंतरिक्ष तक और नीति निर्माण से लेकर सामरिक रक्षा तक, महिलाएँ नई अग्रिम पंक्ति की योद्धा हैं। हाल ही मेंऑपरेशन सिंदूरमें कर्नल सोफिया कुरैशी और विंग कमांडर व्योमिका सिंह कानेतृत्व इसका जीवंत उदाहरण हैंयह स्पष्ट है कि मानसिक और शारीरिक रूप से सशक्त महिलाएँअसाधारण परिवर्तनकारी शक्ति बन सकती हैं-औरयोगउनकी इस अपारक्षमता का आधार है।

योग के माध्यमसेसमावेशी विकास को बढ़ावा देनाहमारी सरकार कीप्राथमिकता है। महिला और बाल विकासकीअपनी नीतियों में योग को सक्रिय रूप से शामिल करके, हम अपनी सांस्कृतिक संप्रभुता पर जोर दे रहे हैं। योग को केवल एक अभ्यास के रूप में नहीं बल्कि स्वास्थ्य और कल्याण के लिए एक सहभागी अभियान, एक जन-आंदोलन के रूप में देखा जाना चाहिए और हमारी सरकार इस मुहिम को देश के हर हिस्से में ले जाने के लिए प्रतिबद्ध है।

विकसित भारत2047 की ओर हमारी यात्रा में, योग एक संवेदनशील, सशक्त और लचीला समाज गढ़ने की दृष्टि प्रदान करता हैआइए, हम सभी मिलकरस्वस्थ भारत'की प्रतिबद्धता के लिए व्यक्तिगत स्वास्थ्य और राष्ट्रीय समृद्धि में योग को अपनाने की दिशा में एकजुट हों।

केंद्रीय महिला एवं बाल विकास मंत्री

सू- दोकू क्र.99

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.98 का हल

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

इन फलों के नियमित इस्तेमाल से आपका हृदय रहेगा पूरी तरह स्वस्थ

हृदय शरीर का एक महत्वपूर्ण अंग है और इसका स्वस्थ रहना जरूरी हैहालांकि, बिगड़ती जीवनशैली और गलत खान-पान के कारण हृदय की हालत बिगड़ती जा रही है और लोग विभिन्न प्रकार के हृदय रोग की चपेट में आ रहे हैं। अगर आप अपने हृदय को रोगों से सुरक्षित रखना चाहते हैं तो अपनी डाइट में फलों को शामिल करें। आइए जानते हैं कि कौनसे हैं वो पांच फल, जिनके नियमित इस्तेमाल से आपका हृदय पूरी तरह स्वस्थ रहेगा।

चकोतरा

हृदय को स्वस्थ्य बनाए रखने और हृदय रोग से संबंधित जोखिमों से राहत दिलाने में चकोतरा का सेवन काफी हद तक कारगर साबित हो सकता है। एक शोध के मुताबिक, चकोतरा में बढ़े हुए कोलेस्ट्रोल और ब्लड प्रेशर को कम करने का गुण मौजूद होता है, जो हृदय जोखिमों से राहत देने में कारगर है। वहीं, इसमें फ्लेवोनोइड, फाइबर, पोटेशियम, मैग्नीशियम और विटामिन- सी जैसे कई पोषक तत्व भी मौजूद होते हैं, जो हृदय को पूर्ण सुरक्षा देने में सहायक हैं।

खुबानी

खुबानी विटामिन- ए, विटामिन- सी, विटामिन- ई, विटामिन- के और फाइबर से भरपूर होता है। इसके अलावा कैरोटेनॉयड्स भी इसमें मौजूद होते हैं। ये सभी पोषक तत्व हृदय के स्वास्थ्य के लिए काफी लाभदायक माने जाते हैं। इसमें पॉलीफेनोल्स नामक पोषक गुण भी मौजूद होता है, जो एंटी-कोलेस्ट्रॉल गुण को प्रदर्शित करता है और शरीर से फ्री रेडिकल्स और फैट टिश्यू को कम करके हृदय को रोगों से दूर रखने में मदद करता है।

सेब

एन एप्पल ए डे कीप्स द डॉक्टर अवे कहावत से तो आप भली-भांति वाकिफ होंगे। इसका मतलब है कि यदि आप रोजाना एक सेब खाएंगे तो बीमारियों से दूर रहेंगे और डॉक्टर के पास जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी। यह बात हृदय को रोगों से सुरक्षित रखने के लिए भी फिट बैठती है। सेब फ्लेवोनोइड्स से युक्त होता है, जो ब्लड प्रेशर और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित रखते हुए हृदय को स्वस्थ रखने में काफी मदद कर सकता हैं।

केला

हृदय को स्वस्थ बनाए रखने के लिए रोजाना एक केले का सेवन करना भी बहुत फायदेमंद साबित हो सकता है। दरअसल, इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन और पौटेशियम जैसे पोषक तत्व सम्मिलित होते हैं, जो रक्तचाप को नियंत्रित कर हृदय जोखिम को कम कर सकते हैं।

गुरु पूर्णिमा के अवसर पर आचार्य अरुण कुमार को किया सम्मानित

संवाददाता

देहरादून। गुरू पूर्णिमा के अवसर पर ऑल इंडिन कांग्रेस संगठन ने ऋषि कल्प आज्ञम के संस्थापक आचार्य अरूण कुमार को सम्मानित किया। आज गुरु पूर्णिमा के अवसर पर ऑल इंडियन कांग्रेस संगठन ने ऋषि कल्प आश्रम चंद्रमणि के संस्थापक आचार्य अरुण कुमार (आयुर्वेदाचार्य,योगाचार्य) को सम्मानित किया। प्रदेश अध्यक्ष पीयूष गौड़ ने कहा कि गुरु का ही ज्ञान हमें जीवन में सफलता दिलाता है एवं जिंदगी में आगे बढ़ाने के लिए गुरु का होना अति आवश्यक है। इस का सर्वर योगाचार्य अरुण कुमार ने सभी को आशीर्वाद दिया एवं सभी मौजूद साथियों को मार्गदर्शन दिया। इस अवसर पर रामजीलाल, सुदामा सिंह, विनोद कुमार आदि उपस्थित रहे।

निःशुल्क चिकित्सा उपलब्ध कराने के शासनादेश पर जतायी प्रसन्नता

संवाददाता

देहरादून। स्वतंत्रता सेनानी एवं उत्तराधिकारी कल्याण समिति के संरक्षक सुशील त्यागी ने स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों व उनके परिवार को निःशुल्क चिकित्सा उपलब्ध कराने के शासनदेश जारी होने पर प्रसन्नता व्यक्त की। आज यहां स्वतंत्रता सेनानी एवं उत्तराधिकारी कल्याण समिति, देहरादून के संरक्षक सुशील त्यागी ने कहा कि स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों एवं उनके परिजनों को राजकीय चिकित्सालयो में निःशुल्क चिकित्सा उपलब्ध कराने हेतु शासनादेश 12 अक्टूबर, 2011 में जारी आदेशों का राज्य के सभी सुगम दुर्गम क्षेत्र के अस्पतालों में कड़ाई से अनुपालन हेतु स्वास्थ्य सचिव राजेश कुमार की ओर से जारी निर्देश। महानिदेशक, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण को भेजे गए निर्देशों में स्वतंत्रता सेनानी एवं उत्तराधिकारी कल्याण समिति, देहरादून के संरक्षक सुशील त्यागी के पत्र 07 फरवरी, 2024 का उल्लेख करते हुए, स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों एवं उनके परिजनों को राजकीय चिकित्सालयो में निःशुल्क चिकित्सा उपलब्ध कराने हेतु, 12 वर्ष पूर्व के शासनादेश 12 अक्टूबर 2011 में जारी आदेशों का राज्य के सभी सुगम दुर्गम क्षेत्र के अस्पतालों में कड़ाई से अनुपालन उपलब्ध कराने हेतु निर्देश दिए गए हैं। समिति ने अनुरोध किया था की विगत 13 सालों में नए चिकित्सकों तथा स्टाफ की भर्ती हुई है जिनको इन निर्देशों का संज्ञान नहीं है ऐसे में सेनानी परिजनों को समुचित उपचार नहीं मिल पाता है। शासनादेश के जारी होने पर संदीप शास्त्री, मुकेश नारायण शर्मा, कुसुम धस्माना, उपेंद्र विजलवान, शक्ति प्रसाद डिमरी, मुकेश त्यागी, उदित शर्मा, आशु पंत, आशा नौटियाल, शोभा बिष्ट, संदीप नारायण, अनुराग शर्मा, विमला शर्मा ने प्रसन्नता व्यक्त की है।

महिला की हत्या का खुलासा, एक...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

को भी दिये गये उसके बाद सरोज द्वारा एक लाख रुपये उधार दिये थे जिसे मेरे द्वारा शेयर मार्केट मे लगया गया लेकिन वह डूब गये थे और सरोज मुझसे पैसे वापस मांगने का दबाव बना रही थी। बताया कि कुछ दिन पूर्व सरोज अपने पैसे मांगने मेरे गाव मे ही आ गयी थी उसने गांव में पैसो को लेकर काफी हंगामा किया था जिसके कारण गांव में मेरी बेइजती हो गयी उसके बाद भी वह लक्सर मेरे घर पर भी पैसे मागने आने लगी थी जिससे मृतका सरोज से परेशान हो गया था तब मैने उसे निपटाने का प्लान बनाया था। तथा उसको पैसे देने के बहाने अपने लक्सर स्थित घर में बुलाकर प्लानिंग के साथ मुहं दबाकर दोपहर में ही उसकी हत्या कर दी। और रात के अन्धेरे में मौका पाकर सरोज के शव को मोटर साइकिल मे रखकर आम के बाग में फैक दिया था। उसके बाद प्लानिंग अनुसार मेरे द्वारा अपनी आत्म हत्या दर्शित करने के लिये 2 चिट्ठी लिखकर पोस्ट करने हेतु जेब में रखकर तथा नया सिम लेकर आत्म हत्या करने के सम्बन्ध में झूठी सूचना परिजनों को देकर मै कही दूर भागकर भेष बदलकर रहने की फिराक में था।

बच्चे की सबसे पहली गुरु मां होती...

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

सविता कपूर की कृपा और मार्गदर्शन से ही हूँ। मंत्री जोशी ने कहा कि गुरु-शिष्य परंपरा भारतीय संस्कृति की आत्मा है। यह परंपरा हमें केवल ज्ञान ही नहीं देती, बल्कि जीवन जीने की दिशा और दृष्टि भी प्रदान करती है। उन्होंने कहा कि गुरुजन हमारे व्यक्तित्व का निर्माण करते हैं और हमें समाज व राष्ट्र के प्रति जिम्मेदार नागरिक बनाते हैं। इस अवसर पर मंत्री गणेश जोशी ने प्रदेशवासियों को गुरु पूर्णिमा की हार्दिक शुभकामनाएं दीं और आह्वान किया कि हम सभी अपने जीवन में गुरुओं द्वारा दिए गए ज्ञान और मूल्यों को आत्मसात कर आगे बढ़ें तथा राष्ट्र निर्माण में अपना योगदान दें।

मुख्य धार्मिक केंद्रो का पेडेस्ट्रियन वे सर्किट प्लान करें तैयार: मुख्य सचिव

संवाददाता

देहरादून। मुख्य सचिव आनंद बर्द्धन ने अधिकारियों को निर्देश दिये कि हरिद्वार के मुख्य धार्मिक केंद्रों का पेडेस्ट्रियन वे सर्किट प्लान बनाएं।

आज यहां मुख्य सचिव आनंद बर्द्धन की अध्यक्षता में उत्तराखंड औद्योगिक निवेश एवं विकास बोर्ड (यूआईआईडीबी) की कार्यकारी समिति की समीक्षा बैठक आयोजित की गई। बैठक में उत्तराखंड नियोजन विभाग के अंतर्गत गठित यूआईआईडीबी द्वारा हरिद्वार गंगा कॉरिडोर परियोजना के अंतर्गत हरिद्वार शहर के संपूर्ण डेवलपमेंट और 2027 में हरिद्वार कुंभ मेला की आवश्यकता से संबंधित विभिन्न प्रोजेक्ट का प्रस्तुतीकरण दिया गया। प्रस्तुतीकरण में हरिद्वार शहर का सुगम मोबिलिटी प्लान, सौंदर्यीकरण, सैनिटेशन, सॉलिड वेस्ट मैनेजमेंट, तीर्थ यात्री फ्रेंडली एक्सेस डेवलपमेंट, ट्रांसपोर्ट, सुरक्षा, पब्लिक सुविधाओं का विकास, भीड़ प्रबंधन, कल्चरल हब डेवलपमेंट, पार्किंग, सती कुण्ड डेवलपमेंट, 10 जंक्शंस का ज्यामितीय इंप्रूवमेंट, मल्टी मॉडल टूरिज्म एक्टिविटी, सीसीटीवी कैमरा व पब्लिक ऐड्रेसिंग सिस्टम, तीर्थ यात्री फ्रेंडली सुविधाओं, चंडी देवी, मनसा, देवी, माया देवी व विलकेश्वर मंदिर से जुड़े डेवलपमेंट कार्यों पर आगामी 2027 के कुंभ मेला के दृष्टिगत व्यापक विचार-विमर्श किया गया। मुख्य सचिव ने संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया कि मनसा देवी, चंडी देवी, माया देवी, दक्ष मंदिर, हर की पैड़ी, भारत माता मंदिर, दक्षिणेश्वर काली इत्यादि हरिद्वार के मुख्य धार्मिक केंद्रों का पेडेस्ट्रियन वे सर्किट प्लान बनाएं। उन्होंने कहा कि तीर्थ यात्रियों का पैदल मार्ग ऐसा हो जिसमें उनको कहीं पर भी थोड़े समय के लिए भी रुकना ना पड़े (कोई भी अवरोध ना हो) तथा ऐसा पेडेस्ट्रियन मार्ग वन वे हो जिसमें सुरक्षा के भी सभी वैकल्पिक इंतजाम हो। उन्होंने मेलाधिकारी,स्थानीय प्रशासन, नगर निगम, संबंधित कंसल्टेंट एजेंसी और संबंधित स्टेकहोल्डर को आपसी समन्वय से 15 दिवस के भीतर इसका प्रस्ताव तैयार करने के निर्देश दिए। मुख्य सचिव ने मेला अधिकारी, पुलिस विभाग, स्थानीय प्रशासन, और संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया कि हरकी पैड़ी का आरती पॉइंट सबसे अधिक भीड़ -भाड़ वाला स्थान रहता है तथा यहां पर क्राउड मैनेजमेंट करना सबसे बड़ी चुनौती भी रहती है। इसको दृष्टिगत रखते हुए व्यवस्थित प्रवेश और निकासी का दुरुस्त प्लान बनाएं ताकि श्रद्धालुओं को किसी भी तरह की असुविधा का सामना न करना पड़े। मुख्य सचिव ने निर्देशित किया कि विभिन्न धार्मिक केंद्रों,पब्लिक सुविधाओं के विकास और अन्य डेवलपमेंट से संबंधित ऐसे कार्य जो राजाजी पार्क प्रशासन के क्षेत्र के निकट हैं अथवा आंशिक रूप से उनके क्षेत्र से संबंधित हों उन कार्यों के क्रियान्वयन के लिए राजाजी पार्क प्रशासन को कार्यदाई एजेंसी बनाया जाए ताकि डेवलपमेंट से जुड़े कार्य तेजी से पूरे हो सके। इस दौरान बैठक में प्रमुख सचिव एल एल फैनई व आर मीनाक्षी सुंदरम, सचिव नितेश कुमार झा, दिलीप जावलकर व डॉ पंकज कुमार पांडेय, विशेष सचिव अजय मिश्रा, कुंभ मेला अधिकारी हरिद्वार श्रीमती सोनिका सहित संबंधित अधिकारी बैठक में उपस्थित थे।

'सरकार जनता के द्वार' कार्यक्रम का रोस्टर जारी

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। जनपदवासियों की समस्याओ का त्वरित निराकरण करने के उद्देश्य से जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने ''सरकार जनता के द्वार'' कार्यक्रम के तहत अधिकारियों का माह जुलाई का रोस्टर जारी किया गया है। जिसके तहत सम्बंधित जिला स्तरीय अधिकारी चयनित ग्राम में पहुँच कर ग्रामीणों की समस्या को सुनेगें तथा रात्रि विश्राम भी करेंगे इसके साथ ही क्षेत्र में संचालित जन कल्याणकारी योजनाओं का स्थलीय निरीक्षण करेंगे।

उन्हों ने सभी जिला स्तरीय अधिकारियों को आदेश निर्गत करते हुए कहा कि सरकार जनता के द्वार कार्यक्रम मुख्यमंत्री की प्राथमिकताओं में है जिसमें ग्रामीणों की समस्याओं को सुनते हुए उनके द्वारा दर्ज समास्याओं का त्वति निराकरण भी करेगे। जिससे सरकार जनता के द्वार कार्यक्रम का उद्देश्य सफल हो सके। उन्होंने माह जुलाई का रोस्टर जारी करते हुए जनपद स्तरीय सभी अधि कारियों को अलग-अलग दिनो में यह जिम्मेदारी सौंपी गयी है।

स्वच्छता पखवाड़ा के अंतर्गत स्कूली वाहन चालकों को स्टील कटलरी सेट वितरित किये

संवाददाता

देहरादनू। ओएनजीसी ने स्वच्छता पखवाडा के अन्तर्गत स्कूली वाहन चालकों को स्टील कटलरी सेट वितरित किये।

आज यहां तेल एवं प्राकृतिक गैस निगम लिमिटेड (ओएनजीसी), तेल भवन, देहरादून द्वारा आयोजित स्वच्छता पखवाड़ा कार्यक्रम के अंतर्गत एक विशेष आयोजन किया गया, जिसमें देहरादून जिले के स्कूली वाहन चालकों को 'स्टील बर्तन सेट (कटलरी)' वितरित किए गए। जिले में कार्यरत लगभग 300 स्कूली ऑटो, वैन एवं बस चालकों को सिंगल यूज प्लास्टिक के स्थान पर पर्यावरण अनुकूल बर्तनों के उपयोग हेतु प्रोत्साहित करते हुए, स्टील की प्लेट, कटोरी, चम्मच, ग्लास, कांटा और स्ट्रॉ सहित एक संपूर्ण कटलरी सेट एक जूट बैग में प्रदान किया गया। यह प्रयास स्वच्छता, सतत जीवनशैली और पर्यावरण संरक्षण की दिशा में एक सराहनीय पहल है।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डॉ. नरेश बंसल, सांसद (राज्यसभा) ने कार्यक्रम का शुभारंभ किया। नरेश बंसल ने कहा कि आज देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी स्वच्छता को लेकर देश में विशेष योजनाए अभियान चला रहे है परंतु स्वच्छता योजनाए तभी सफल होगी जब आम जनमानस अपनी जिम्मेदारियां के साथ इस अभियान से जुड़ेंगे। विधायक कैंट श्रीमती सविता कपूर रहीं। कार्यक्रम में ओएनजीसी के वरिष्ठ अधिकारी अरुण सिंह एवं वेस्ट वॉरियर्स संस्था के सहायक निदेशक नवीन कुमार सडाना ने भी सहभागिता की। इस अवसर पर कार्यक्रम की अध्यक्षता सचिन गुप्ता द्वारा की गई, जिन्होंने स्कूली वाहन चालकों की भूमिका को न केवल बच्चों की सुरक्षा में, बल्कि समाज में स्वच्छता का संदेश फैलाने में भी महत्वपूर्ण बताया। कार्यक्रम का आयोजन यमुना कॉलोनी, स्थित सभागार में किया गया। वेस्ट वॉरियर्स संस्था, जो हिमालयी क्षेत्रों में ठोस कचरा प्रबंधन एवं पर्यावरणीय जागरूकता हेतु समर्पित है, इस आयोजन में सहयोगी रही। कार्यक्रम का उद्देश्य न केवल स्वच्छता के प्रति जागरूकता बढ़ाना था, बल्कि यह सुनिश्चित करना भी था कि समाज के सभी वर्ग ख़ विशेषकर स्कूली वाहन चालक ख़ पर्यावरण के प्रति अपनी जिम्मेदारी को समझें और निभाएं।

सीएम ने दिये एक लाख करोड की ग्राउडिंग सेरेमनी की तैयारियां पूर्ण करने के निर्देश

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने रुद्रपुर में प्रस्तावित एक लाख करोड़ रूपये की ग्राउंडिंग सेरेमनी के सफल आयोजन के लिए तैयारियाँ समयबद्ध रूप से पूर्ण करने के निर्देश दिए।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मुख्यमंत्री आवास में उच्च स्तरीय बैठक के दौरान अधिकारियों को रुद्रपुर में प्रस्तावित एक लाख करोड़ रूपये की ग्राउंडिंग सेरेमनी के सफल आयोजन के लिए तैयारियाँ समयबद्ध रूप से पूर्ण करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि यह कार्यक्रम भव्य और प्रभावशाली स्वरूप में आयोजित किया जाए, जिससे राज्य की औद्योगिक प्रगति को नई गति और पहचान मिले। मुख्यमंत्री ने कहा कि इस भव्य आयोजन में केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह मुख्य अतिथि होंगे। यह आयोजन राज्य के औद्योगिक भविष्य को नई दिशा देगा तथा उत्तराखंड के युवाओं को रोजगार के व्यापक अवसर प्रदान करेगा। वर्ष 2023 में आयोजित ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के दौरान राज्य सरकार को 3.5 लाख करोड़ के निवेश प्रस्ताव प्राप्त हुए थे। इनमें से 1 लाख करोड़ की ग्राउंडिंग हो चुकी है, जो

उत्तराखंड के औद्योगिक विकास के प्रति निवेशकों के विश्वास को दर्शाता है। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह आयोजन स्थानीय उद्यमिता को प्रोत्साहन देगा और राज्य की आर्थिक समृद्धि के नए द्वार खोलेगा। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए गए हैं कि आयोजन से जुड़ी सभी व्यवस्थाएं सजगता और समन्वय के साथ सुनिश्चित की जाएं, जिससे राज्य की सकारात्मक छवि और निवेश-अनुकूल वातावरण को देश-दुनिया के समक्ष सशक्त रूप से प्रस्तुत किया जा सके। बैठक में प्रमुख सचिव आर.के. सुधांशु, आर.मीनाक्षी सुंदरम, सचिव शैलेश बगोली, विनय शंकर पाण्डेय, अपर पुलिस महानिदेशक ए.पी.अंशुमन, विशेष सचिव डॉ. पराग मधुकर धकाते, अपर सचिव बंशीधर तिवारी, प्रबंध निदेशक उद्योगी सौरभ गहरवार उपस्थित थे।

15 साल की नाबालिग से दुष्कर्म

●8 लोग हिरासत में, क्षेत्र में तनाव

हमारे संवाददाता

नैनीताल। 15 साल की नाबालिग लड़की के साथ दुष्कर्म का सनसनीखेज मामला सामने आने पर क्षेत्र में गहरा आक्रोश फैल गया। स्थानीय लोग दोषियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग कर रहे हैं वहीं पीड़ित परिवार ने पुलिस प्रशासन पर पूरा भरोसा जताया है और उम्मीद व्यक्त की है कि दोषियों को सख्त से सख्त सजा दी जाएगी। मामले की गम्भीरता को देखते हुए पुलिस त्वरित कार्यवाही कर आठ लोगों को हिरासत में लेकर पूछताछ शुरू कर दी है।

मामला हल्द्वानी क्षेत्रांतगत वनभूलपुरा का है। जानकारी के अनुसार, बनभूलपुरा क्षेत्र में यह वारदात उस समय हुई जब नाबालिग लड़की अपने दैनिक कार्यों में व्यस्त थी। बताया जा रहा है कि अज्ञात व्यक्तियों ने कथित तौर पर उसका पीछा किया और सुनसान जगह पर ले जाकर उसके साथ दुष्कर्म की घटना को अंजाम दिया। पीड़िता घर पहुंचकर परिजनों को घटना की जानकारी दी। परिजनों ने तुरंत पुलिस को सूचित किया, जिसके बाद पुलिस ने तत्परता दिखाते हुए मामला दर्ज किया और जांच शुरू कर दी। स्थानीय लोगों में इस घटना को लेकर भारी गुस्सा है। कई लोग सड़कों पर उतर आए और दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की। वहीं पुलिस ने सीसीटीवी फुटेज और आसपास के लोगों से पूछताछ के आधार पर आठ संदिग्धों को हिरासत में लिया है। सीओ नितिन लोहनी ने कहा कि हम इस मामले को गंभीरता से ले रहे हैं। सभी संदिग्धों से पूछताछ की जा रही है, और जल्द ही सच्चाई सामने आएगी। पुलिस ने यह भी आश्वासन दिया है कि पीड़िता और उसके परिवार को पूरा समर्थन और सुरक्षा प्रदान की जाएगी। वहीं तनाव की स्थिति को देखते हुए पुलिस ने क्षेत्र में गश्त बढ़ा दी है और लोगों से शांति बनाए रखने की अपील की है।

9 पेटी शराब सहित तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। पंचायत चुनाव में वोटरो को लुभाने के मकसद से ले जायी जा रही 9 पेटी अंग्रेजी शराब सहित पुलिस ने एक तस्कर को गिरफ्तार कर लिया है। जिसके खिलाफ अग्रिम कार्यवाही जारी है।

जानकारी के अनुसार बीती रात एक सूचना के बाद थाना चंबा पुलिस ने कार्यवाही करते हुए एक शराब तस्कर को 9 पेटी अंग्रेजी शराब सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिसने पूछताछ में अपना नाम धनवीर सिंह नेगी पुत्र स्व. रणवीर सिंह नेगी निवासी डडासली पो.ओ. चम्बा पट्टी बमुण्ड थाना चम्बा जनपद टिहरी गढवाल बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

स्मैक तस्करी में दून का युवक टिहरी में गिरफ्तार

संवाददाता

टिहरी। पुलिस ने स्मैक तस्करी के मामले में देहरादून के युवक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक आयुष अग्रवाल के आदेशानुसार जनपद को नशा मुक्त करने हेतु जनपद पुलिस द्वारा चलाये जा रहे अभियान के क्रम में अपर पुलिस अधीक्षक टिहरी गढ़वाल तथा क्षेत्राधिकारी नरेन्द्रनगर के पर्यवेक्षण में प्रभारी निरीक्षक नरेन्द्रनगर के नेतृत्व में कांवड़ मेला / त्रिस्तरीय पंचायत चुनाव के दृष्टिगत अवैध रूप से नशीले पदार्थो की तस्करी करने वाले व्यक्तियों की

चैकिंग हेतु संयुक्त टीम का गठन किया गया। थाना नरेंद्रनगर पर नियुक्त महिला उपनिरीक्षक हेमलता व टीम द्वारा थाना क्षेत्र में सघन की जा रही थी, गुजराड़ा रोड पर चैकिंग के दौरान मोटरसाइकिल को रोका तो मोटरसाइकिल की पिछली सीट के नीचे से एक पारदर्शी पन्नी में भूरे रंग का पाउडर नुमा पदार्थ मिला। जिसे ड्रग डिटेक्शन किट से चौक करने पर उक्त पदार्थ का हेरोइन (स्मैक) का होना पाया गया तोलने पर स्मैक 11.50 ग्राम होना पाया गया। व्यक्ति का नाम पता पूछा तो उसके द्वारा अपना नाम निखिल पुत्र रामू सिंह निवासी नगर निगम कॉलोनी ब्रह्मपुरी निरंजनपुर थाना पटेलनगर देहरादून बताया। पूछताछ पर उसने बताया कि उसे यह स्मैक उसके मोहल्ले में ही रहने वाले लड़के महेश (काल्पनिक नाम) ने दी व नरेंद्रनगर में चाचा भतीजा मोड़ के पास किसी व्यक्ति को देने को कहा था। आरोपी को गिरफ्तार कर उसके विरूद् कोतवाली नरेन्द्रनगर पर सुसंगत धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

30 लाख की हेरोइन सहित एक गिरफ्तार

❑एंटी नार्कोटिक्स टास्क फोर्स और रायपुर पुलिस की संयुक्त कार्यवाही

हमारे संवाददाता

देहरादून। नशे के खिलाफ बड़ी कार्यवाही करते हुए एसटीएफ की एंटी नार्कोटिक्स टास्क फोर्स व थाना रायपुर पुलिस ने एक नशा तस्कर को गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से करीब 30 लाख रूपये की हेरोइन बरामद की गयी है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ नवनीत सिंह भुल्लर ने बताया कि बीते रोज नशा तस्करी की एक सूचना के बाद एण्टी नारकोटिक्स टास्क फोर्स व थाना रायपुर पुलिस द्वारा क्षेत्र में बताये गये स्थान पर दबिश दी गयी। जिसके फलस्वरूप उन्होने वहां से एक संदिग्ध व्यक्ति को हिरासत में ले लिया। तलाशी के दौरान उसके पास से 102 ग्राम हेरोइन बरामद की गयी।

पूछताछ में आरोपी ने अपना नाम धीरेंद्र कुमार पुत्र भुवन चंद तिवारी पता अमन विहार क्लासिक अपार्टमेंट,देहरादून बताया। बताया कि वह बरामद

हुई हेरोइन को जनपद बरेली उत्तर प्रदेश से लेकर आया था। आरोपी इस ड्रग्स को स्थानीय लड़कों को बेचता है।

आरोपी ने बताया कि वह बरामद हेरोइन को स्थानीय स्तर पर छोटी छोटी पुड़िया बनाकर सप्लाई करने वाला था यह काम मैं काफी समय से कर रहा हूं बहरहाल पुलिस ने उसके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है। बरामद हेरोइन की कीमत 30 लाख रूपये आंकी गयी है।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकार:
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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