सोमवार

14 जुलाई 2025

- देहरादून
- वर्ष 33
- अंक 158
- पृष्ठ 8
- मूल्य ₹ 1.00

33 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

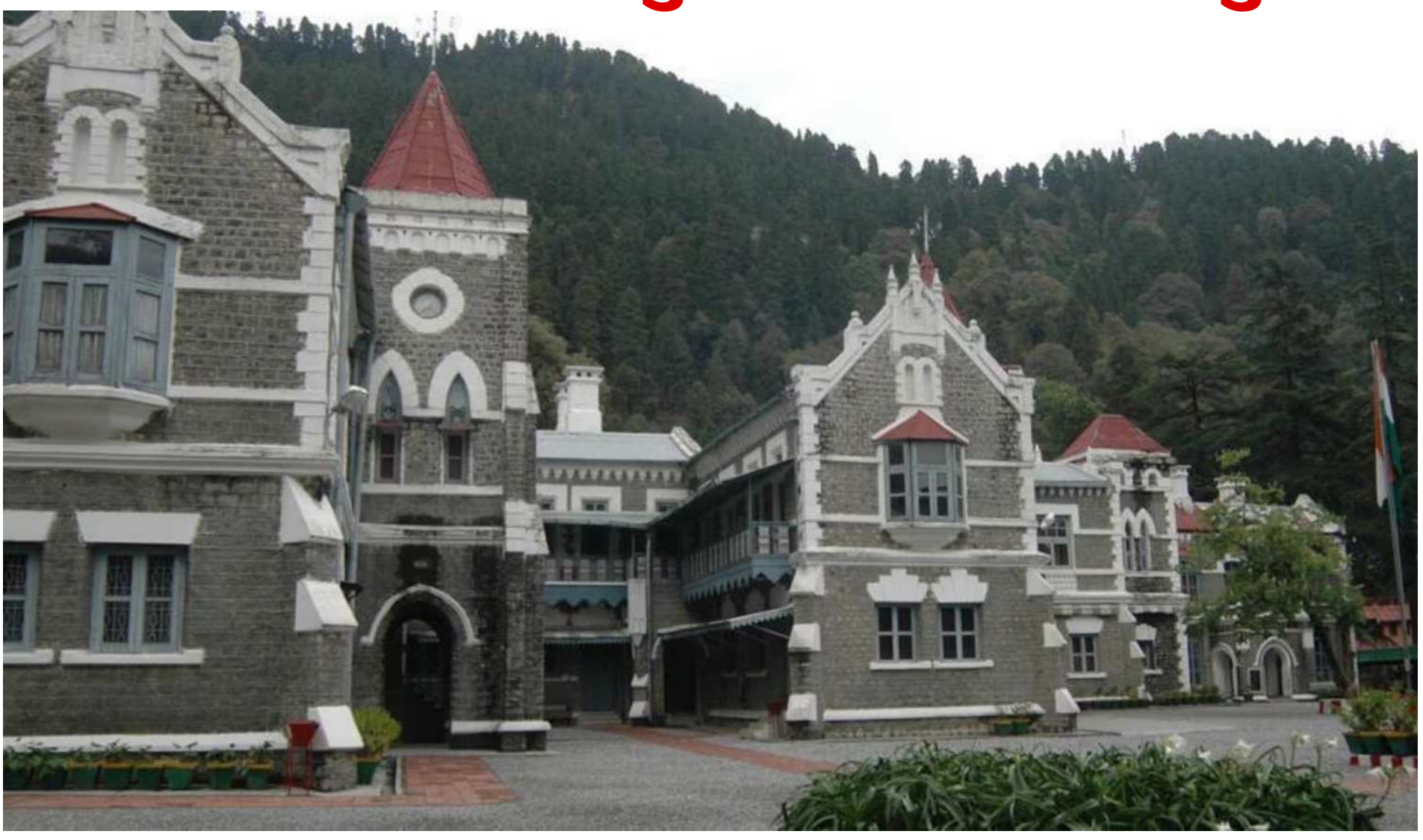
आर.एन.आई. : 59626/94

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

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

तय तारीख पर होंगे पंचायत चुनाव

आपत्तियों पर हाईकोर्ट चुनाव के बाद करेगा सुनवाई



❑चुनाव चिन्ह वितरण प्रक्रिया कल तक रहेगी जारी

विशेष संवाददाता

देहरादून/नैनीताल। उत्तराखंड राज्य में हो रहे पंचायती चुनावों पर रोक लगाने से हाईकोर्ट ने साफ इनकार कर दिया है कोर्ट ने निर्वाचन आयोग को स्पष्ट निर्देश दिए हैं कि उसने चुनाव पर रोक नहीं लगाई है इसलिए निर्वाचन आयोग द्वारा जारी अधिसूचना के अनुरूप ही राज्य में पंचायती चुनाव कराए जाएं।

उल्लेखनीय है कि हाईकोर्ट द्वारा दो अलग-अलग मतदाता सूचियों में नाम होने को असंवैधानिक ठहराया गया था। इसके बाद निर्वाचन आयोग द्वारा 11 जुलाई को इस पर पुनर्विचार याचिका दायर की गई थी जिस पर आज सुनवाई करते हुए न्यायालय की पीठ ने स्पष्ट किया कि जिन प्रत्याशियों का नाम दो-दो मतदाता सूचियों में दर्ज है उन्हें चुनाव लड़ने के लिए अयोग्य माना जाएगा। लेकिन कोर्ट ने पंचायत चुनाव पर रोक नहीं लगाई है। चुनाव पंचायती राज एक्ट के तहत तय कार्यक्रम के अनुसार ही होंगे।

●दो मतदाता सूचियों में नाम अवैध, चुनाव की वैधता पर आयोग ले फैसला

उल्लेखनीय है कि कोर्ट का कहना है कि चुनाव की वैधता पर निर्वाचन आयोग खुद फैसला ले। कोर्ट ने चुनाव पर रोक नहीं लगाई है। इसके साथ ही कोर्ट का यह भी कहना है कि अगर कोई ऐसा प्रत्याशी चुनाव जीतता है जिनका नाम दो-दो वोटर लिस्ट में दर्ज है और चुनाव के बाद अगर किसी के द्वारा उसके चुनाव लड़ने या जीतने की वैधता को कोर्ट में चुनौती दी जाती है तो कोर्ट चुनाव के बाद उस पर सुनवाई करेगा।

वर्तमान पंचायत चुनाव में प्रत्याशियों के नाम दो-दो मतदाता सूचियों में होने के आधार पर कुछ प्रत्याशियों के आवेदन अवैध मानकर खारिज कर दिए गए थे जब कि कुछ अभी भी ऐसे प्रत्याशी चुनाव लड़ रहे हैं जिनके नाम दो नहीं तीन-तीन वोटर लिस्ट में शामिल है। चुनाव आयोग द्वारा इस आधार पर रद्द किए गए नामांकन पत्रों पर अब आयोग क्या फैसला लेगा इसकी जिम्मेदारी आयोग पर ही होगी। लेकिन इस विवाद के कारण बाधित हुई चुनाव प्रक्रिया को आज दोपहर बाद फिर शुरू कर दिया गया तथा प्रत्याशियों को चुनाव चिन्ह आवंटित किए जा रहे हैं जो कल तक किए जाएंगे।

दून वैली मेल

संपादकीय

साधुओं के भेष में शैतान

उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा गुरु पूर्णिमा के अवसर पर भगवा वेश धारी उन ढोंगी साधुओं के खिलाफ एक पुलिस अभियान की शुरुआत की गई जिस नाम दिया गया है कालनेमि। पहले ही दो दिनों में इस अभियान के तहत पुलिस द्वारा 600 से अधिक फर्जी बाबाओं को गिरफ्तार कर जेल भेजा गया, इस बात का साक्ष्य है कि देवभूमि में बड़ी संख्या में साधुओं का चोला पहनकर ऐसे लोग घूम रहे हैं जिनका सनातन धर्म और आस्था या भक्ति से कोई सरोकार नहीं है। यह छदम भगवा वेश धारी बाबा लोगों को तरह-तरह से अपने माया जाल में फंसा कर उनसे धन लूटने का काम कर रहे हैं या फिर शातिर किस्म के बदमाश हैं और अपनी पहचान छुपाने के लिए भगवा वेश धारण किए हुए हैं। इनमें कुछ बांग्लादेश से अवैध घुसपैठ करने वालों से लेकर तंत्र-मंत्र करने वाले भी शामिल हैं। निश्चित तौर पर ऐसे फर्जी बाबा सनातन धर्म और आस्था के लिए एक गंभीर खतरा है साथ ही समाज की आंतरिक सुरक्षा के लिए भी बड़ी चुनौती है उत्तराखंड जहां पूरे साल धार्मिक यात्राओं और आयोजनों का सिलसिला जारी रहता है तथा इनमें साधु-संतों की बड़ी संख्या में मौजूदगी भी रहती है। ऐसे ढोंगी बाबाओं को पहचानना कठिन काम है। वैसे भी सनातन धर्म के अनुयायी जाति न पूछो साधु की, परंपरा को तव्जोह देने वाले होते हैं। हिंदू समाज में बच्चों को यह होश संभालते ही बताया सिखाया जाता है कि भूल से भी किसी साधु का अपमान न करो क्योंकि हमारे धर्म शास्त्रों में लिखा है कि कहीं भी किसी भी वेश में आपको भगवान मिल सकते हैं। यही कारण है कि सभी सनातनी साधु संतों का सदैव सम्मान करते हैं नर सेवा नारायण सेवा में विश्वास करते हैं। तथा अतिथि देवो भव: की भावना से अपने घर आए अजनबियों का सम्मान करते हैं। लेकिन इन ढोंगी बाबाओ के कारण वह कई बार अनेक गंभीर समस्याओं में फंस जाते हैं ऐसे बाबा अपनी सम्मोहन शक्ति से उनका सब कुछ लूट ले जाते हैं तथा नरबलियों तक अपराधों पर विवश कर देते हैं। यह बाबा कभी संतान प्राप्ति का झांसा देकर या फिर धन को दोगुना करने का झांसा देकर रफू चक्कर हो जाते हैं। महिलाओं और कम उम्र की बच्चियों को अपने झांसे में लेकर उनका शारीरिक शोषण तक करने से नहीं चूकते हैं। ऐसे बाबाओ से आम आदमी को तो सतर्क रहने की जरूरत है ही इसके साथ ही पुलिस प्रशासन को भी उन पर नजर रखना जरूरी है। क्योंकि कुछ लोग बड़े-बड़े अपराधों को अंजाम देने के बाद अपने पकड़े जाने के डर से भगवा वेश धारण कर अपनी दाढ़ी और बाल बढ़ा कर तथा गले में कई तरह की मालायें धारण कर भीड़भाड़ के बीच घुस जाते हैं। मुख्यमंत्री धामी के इस कालनेमि अभियान की हरिद्वार के साधु संतों और अखाड़ों ने सराहना की है तथा कहा है कि इस तरह के बाबाओ के खिलाफ कार्रवाई होनी ही चाहिए और उन्हें जेल में जाना ही चाहिए।

दलालों, ब्लैक मेलरों के खिलाफ हो सख्त सजा का प्रावधानः नेगी

संवाददाता

देहरादून। जन संघर्ष मोर्चा के अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि आरटीआई के माध्यम से दलाली व ब्लैक मेलिंग करने वालों के खिलाफ सख्त सजा का प्रावधान होना चाहिए।

आज यहां जन संघर्ष मोर्चा अध्यक्ष रघुनाथ सिंह नेगी ने कहा कि जिस प्रकार से सरकार द्वारा फर्जी बाबाओं के खिलाफ प्रदेश भर में कालनेमि नामक ऑपरेशन चलाया गया है, उसी तर्ज पर सरकार को आरटीआई (सूचना अधिकार अधिनियम) के माध्यम से दलाली करने वाले दलालों /ब्लैक मेलरों के खिलाफ सख्त अभियान चलाना चाहिए, जिससे आरटीआई को पेशा बना चुके दलालों को शिकंजे में लिया जा सके एवं इस खेल पर रोक लग सके।

नेगी ने कहा की आरटीआई का मकसद जन सरोकरों से जुड़े महत्वपूर्ण विषयों और जनता को न्याय दिलाने के लिए बहुत कारगर हथियार है, लेकिन जिन लोगों का जनहित एवं जन सरोकरों से से दूर-दूर तक कोई लेना- देना नहीं है, वो लोग आरटीआई का सहारा लेकर लोगों को लूटने/ ब्लैकमेल करने में लगे हैं। नेगी ने कहा कि आलम यह है इन दलालों ने उन लोगों को भी नहीं छोड़ा जो बामुश्किल एक-दो कमरे का घर बनाते हैं उनको भी आरटीआई का डर दिखाकर लूटने का काम ये दलाल करते हैं। बड़े-बड़े बिल्डरों पर हाथ डालने की इनकी हिम्मत नहीं होती। रोचक तथ्य यह है कि ये दलाल पहली अपील तक ही पहुंचते हैं, सूचना आयोग में जाने की इनकी हिम्मत नहीं होती कि कहीं अगर आयोग ने पूछ लिया कि तुम्हारा मकसद क्या है। इस डर से ये दलाल सूचना आयोग में नहीं जाते। कई दलाल तो ऐसे हैं जो अब तक लाखों- करोड़ों रुपए जनता से ठग चुके हैं। इन दलालों का निशाना छोटे-छोटे अधिकारी-कर्मचारी होते हैं, जिनको ये आसानी से अपनी गिरफ्त में ले लेते है। अगर इन दलालों पर अंकुश न लगा तो ये महामारी जैसा रूप ले सकती है। मोर्चा इस दलाली को बंद कराने को लेकर कई बार मुख्यमंत्री, पुलिस महानिदेशक, मुख्य सूचना आयुक्त आदि से इस दलाली पर अंकुश लगाने को दस्तक दे चुका है, लेकिन कोई हिम्मत नहीं जुटा पा रहा। मोर्चा सरकार से मांग करता है कि इन दलालों के खिलाफ कालनेमि ऑपरेशन जैसा अभियान चलाकर इनकी गतिविधियों एवं संपत्ति की भी जांच कराई जाए, जिससे इन ब्लैकमेलरों को सलाखों के पीछे डाला जा सके एवं आमजन को राहत मिल सके।

पत्रकार वार्ता में हाजी असद व प्रवीण शर्मा पिन्नी मौजूद थे।

दुकान के बाहर खडी स्कूटी चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने दुकान के बाहर खडी स्कूटी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार प्रकाश विहार निवासी विपिन नेगी ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह मालदेवता गया था तथा उसने अपनी स्कूटी एक दुकान के बाहर खडी की थी। लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी स्कूटी अपने स्थान से गायब थी।

शराब के साथ पांच गिरफ्तार

संवाददाता

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

प्राप्त जानकारी के अनुसार ऋषिकेश कोतवाली पुलिस ने आसुतोष नगर चौक पर चैकिंग के दौरान एक स्कूटी सवार को रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह स्कूटी को तेजी से भगा ले गया। पुलिस ने पीछा कर उसको थोडी दूरी पर ही रोक दिया तलाशी लेने पर पुलिस ने स्कूटी से 160 पव्वे बरामद कर लिये।

पूछताछ में उसने अपना नाम नीरज पुत्र मुकेश निवासी बापू ग्राम आईडीपीएल बताया। वहीं ऋषिके कोतवाली पुलिस ने सोनू भारद्वाज पुत्र राधे श्याम निवासी चन्द्रेश्वर नगर, आशोक पुत्र राधे प्रसाद, मालती देवी पत्नी प्रभु निवासी चन्द्रेश्वर नगर व विनोद कुमार पुत्र छल्ला प्रसाद निवासी भैरव कालोनी ऋषिकेश को शराब के साथ गिरफ्तार किया। पुलिस ने सभी के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

स्वैच्छिक रक्तदान शिविर में एकत्रित हुआ 47 यूनिट रक्त

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। दिव्य योग एवं मेडिकल फाउण्डेशन व श्री महाकाल सेवा समिति द्वारा श्री महंत अस्पताल ब्लड बैंक के सहयोग से बडोवाला में स्वैच्छिक रक्तदान शिविर में 47 यूनिट एकत्रित हुआ जो कि श्री महंत अस्पताल ब्लड बैंक में जमा किया रक्तदान शिविर में स्थानीय लोगों ने बढ चढ कर भाग लिया।

रक्तदान शिविर में भाग लेने वाले रक्तदातों को समिति द्वारा मोमेंटो प्रशस्तिपत्र देकर सम्मानित किया गया। क्षेत्रीय पार्षद किरण ने समिति के कार्यो की सराहना करते हुए कहा कि हमारे क्षेत्र में आपके माध्यम से पहली बार रक्तदान शिविर का आयोजन हुआ है, जो कि अति सरहानिय कार्य है जिससे क्षेत्र के लोगों ने उत्साह देखने को मिला।

इस अवसर पर श्री महाकाल सेवा समिति के अध्यक्ष रोशन राणा, उपाध्यक्ष बालकिशन शर्मा, सचिव संजीव गुप्ता, नीतीश, नीरज ,नंदा , कविता, रेणु ,सीमा रावत , आरती ,सरिता ,मनोज ,राशि ,विनोद, अनुराग, प्रज्ञा उपस्थित रहे।

तारा जोशी फाउंडेशन की पहलः ग्रामीणों को मिला स्वरोजगार का नया अवसर

संवाददाता

देहरादून। तारा जोशी फाउंडेशन ने हनोल गांव में ग्रामीणों के लिए स्वरोजगार और आय में नए अवसर पैदा करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाया है।

आज यहां तारा जोशी फाउंडेशन ने जिले के सुदूर हनोल गांव में ग्रामीणों के लिए स्वरोजगार और आय के नए अवसर पैदा करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाया है। को फाउंडेशन ने पीटीसीयूएल उत्तराखंड के सहयोग से हनोल में 50 किलोग्राम क्षमता वाला एक आवश्यक तेल निष्कर्षण संयंत्र स्थापित किया। इस पहल के तहत, हनोल, मैनद्रथ और चातरा गांवों के ग्रामीणों को आवश्यक तेल निकालने का प्रशिक्षण भी दिया गया। इसके ट्रेनिंग मैं सेंटर फॉर एरोमैटिक प्लांट्स, सेलाकुई, उत्तराखंड की सहायता भी रही है।

वर्तमान में, नींबू घास का उपयोग करके आवश्यक तेल निकलना सिखाया जा रहा है। तारा जोशी फाउंडेशन की सचिव किरण जोशी ने बताया, 'हमारा लक्ष्य इस संयंत्र के माध्यम से ग्रामीणों को आत्मनिर्भर बनाना और उन्हें विभिन्न आर्थिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए प्रोत्साहित करना है।' उन्होंने कहा, यह कदम स्थानीय अर्थव्यवस्था को मजबूत करने और ग्रामीण क्षेत्रों से पलायन को रोकने में सहायक सिद्ध होगा। फाउंडेशन का मानना है कि यह परियोजना न केवल ग्रामीणों को अतिरिक्त आय अर्जित करने में मदद करेगी, बल्कि उन्हें अपनी कृषि उपज का बेहतर मूल्य प्राप्त करने का अवसर भी प्रदान करेगी। इस ट्रेनिंग में लगभग 80 महिलाओं ने प्रतिभाग किया।

स्किन को नुकसान पहुंचा सकती हैं मेकअप रिमूविंग मिसटेक्स

मेकअप आज के समय में महिलाओं के दैनिक जीवन का हिस्सा बन चुका हैं। महिलाएं अपनी नेचुरल स्किन को और भी ज्यादा ब्यूटीफुल दिखाने के लिए मेकअप का सहारा लेती हैं। मेकअप महिलाओं की खूबसूरती बढ़ाने के साथ-साथ महिलाओं के आत्मविश्वाश को भी बढ़ाने का काम करता है। हर महिला के लिए मेकअप को सही तरह से अप्लाई करना जितना जरूरी है, उतना ही आवश्यक है उसे रिमूव करना। मेकअप रिमूव करते समय महिलाएं अनजाने में कुछ आम गलतियां कर बैठती हैं जिसका खामियाजा उनकी त्वचा को भुगतना पड़ सकता है। आज हम आपको कुछ ऐसी ही मेकअप रिमूविंग मिसटेक्स के बारे में बताने जा रहे हैं जिन्हें ध्यान में रखकर आप अपनी त्वचा को डैमेज होने से बचा सकती हैं। आइये जानते हैं इन मिसटेक्स के बारे में...

केवल फेशियल वाइप्स का इस्तेमाल करना

एक लंबे और थका देने वाले दिन के बाद यकीनन आप मेकअप रिमूव करने में बहुत अधिक समय और मेहनत नष्ट नहीं करना चाहेंगी। हो सकता है कि आप इसे जल्दी रिमूव करने के लिए फेशियल या क्लींजिंग वाइप्स का इस्तेमाल करती हों। लेकिन यह पूरी तरह से आपके मेकअप को क्लीन नहीं करते। इतना ही नहीं, फेशियल वाइप्स के इस्तेमाल के कारण चेहरे के एक क्षेत्र से दूसरे हिस्से में गंदगी स्थानांतरित करने का जोखिम अधिक होता है। यदि आप अपने चेहरे को क्लींजर और पानी से धोना नहीं चाहती हैं तो ऐसे में मिसेलर वाटर का इस्तेमाल करें। यह बेहद प्रभावी तरीके से चेहरे से मेकअप को हटा देता है। इतना ही नहीं, आपको बाद में अपना चेहरा धोने की आवश्यकता नहीं है।

बहुत जोर से रब करना

कुछ महिलाएं आई मेकअप करते हुए काफी जल्दी में होती हैं और इसलिए वह मेकअप को क्लीन करने के लिए बहुत जोर से रब करती हैं। अगर आप भी ऐसा ही करती हैं तो समझ लीजिए कि आप बहुत बड़ी गलती कर रही हैं। ध्यान रखें कि आंखों के आसपास की त्वचा बहुत ही डेलीकेट होती हैं। इसे आगे और पीछे रगड़ने से त्वचा में कोलेजन और इलास्टिन टूट सकते हैं, जिससे आप आंखों में लकीरें और महीन रेखाएं आ सकती हैं। जिससे आप समय से पहले ही बूढ़ी दिखने लगेंगी। इतना ही नहीं, जब आप जोर से रब करके आईमेकअप रिमूव करती हैं, तो इससे आंखों में दर्द, जलन व रेडनेस आदि की समस्या भी उत्पन्न होती है। इसलिए अपने आई मेकअप को हटाते समय ज्यादा दबाव डालने से बचें।

सही प्रोडक्ट का करें इस्तेमाल

मेकअप रिमूव करने के लिए अपनी स्किन टाइप को ध्यान में रखकर किसी अच्छे ब्रांड के प्रोडक्ट का ही इस्तेमाल करें। इसके अलावा हाईड्रेटिंग तत्वों से भरपूर मेकअप रिमूवर प्रोडक्ट का प्रयोग करने को ही तवज्जो दें। इससे आपकी स्किन फ्रेश और ग्लोइंग बनी रहेगी।

लिपस्टिक को लास्ट में क्लीन करना

आपको लिप मेकअप बाद में रिमूव करना चाहिए या नहीं, यह आपके लिप कलर पर भी निर्भर करता है। उदाहरण के तौर पर, अगर आपने बोल्ड लिपस्टिक को अप्लाई किया है तो ऐसे में बाद में लिपस्टिक को क्लीन करने की भूल ना करें। अगर आप ऐसा करेंगी तो मेकअप रिमूव करते समय लिपस्टिक आपके फेस पर फैल जाएगी और आपका काम बढ़ जाएगा। इसलिए लिपस्टिक को पहले क्लीन करें।

इन्स्ट्रक्शन को नजरअंदाज करना

यूं तो अधिकतर मेकअप रिमूवर एक ही तरह से काम करते हैं। लेकिन फिर भी कुछ मेकअप रिमूवर ऐसे होते हैं, जो एक अलग तरह से प्रभाव डालते हैं और इसलिए आपको पैकेजिंग पर लिखे इन्स्ट्रक्शन को एक बार अवश्य पढ़ना चाहिए। मसलन, अगर आप वाटरप्रूफ मेकअप का उपयोग कर रही हैं तो आपको विभिन्न प्रकार के मेकअप रिमूवर की आवश्यकता होगी। इसके अलावा, यदि आपका मेकअप रिमूवर बोतल में आता है, तो उपयोग करने से पहले उसे हिलाना ना भूलें और निर्देश पढ़ने के बाद ही इस्तेमाल करें।

होममेड मेकअप रिमूवर को कहें ना

वैसे तो होममेड मेकअप रिमूवर का इस्तेमाल त्वचा के लिए कैमिकल फ्री होता है। मगर, कुछ महिलाएं जानकारी के अभाव में घर पर मेकअप रिमूवर बनाते समय त्वचा को सूट ना करने वाली चीजों को भी इसमें एड कर लेती हैं। जिससे त्वचा पर खुजली और जलन होने लगती है। साथ ही होममेड मेकअप रिमूवर से मेकअप उतारने के लिए त्वचा को काफी रगड़ना भी पड़ सकता है। जिससे स्किन ढीली होने लगती है।

आखिरी में फेस वॉश ना करना

यह तो हम सभी जानते हैं कि मेकअप क्लीन करने के लिए मार्केट में अलग मेकअप रिमूवर अवेलेबल हैं, लेकिन इसका अर्थ यह कतई नहीं है कि आप केवल मेकअप रिमूवर से ही पूरी तरह मेकअप को क्लीन कर सकती हैं। अगर आप लास्ट में फेस वॉश नहीं करतीं, तो इससे मेकअप के कुछ पार्टिकल्स व गंदगी आदि चेहरे पर रह जाती है, जो वास्तव में उसे डैमेज कर सकती है। इसलिए पहले मेकअप को रिमूव करें और फिर फेस वॉश करें। अगर संभव हो तो आप गर्म तौलिये से भाप लेने की भी कोशिश करें। यह आपकी स्किन को अतिरिक्त लाभ पहुंचाएगा।

मॉनसून में बच्चों की इम्यूनिटी को करें बूस्ट

बरसात के मौसम मेंकई तरह की बीमारियों का भी आगमन होता हैं जिनसे बच्चो को सुरक्षित रख पाना एक बड़ी चुनौती होती हैं। इन दिनों में सर्दी-जुकाम, खांसी और बुखार की समस्या बढ़ने लगती हैं और बच्चों की इम्युनिटी कम होने की वजह से बच्चे जल्दी से इसकी चपेट में आ जाते हैं। ऐसे में जरूरी हैं कि बच्चों की इम्युनिटी को मजबूत बनाया जाए और बीमारियों से संरक्षण किया जाए। आज इस कड़ी में हम आपको कुछ ऐसे आहार की जानकारी देने जा रहे हैं जिनका सेवन बच्चों के इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने का काम करेगा। आइये जानते हैं इनके बारे में...

आंवला: जुकाम और फ्लू के इलाज या इम्यूनिटी बढ़ाने के काम आता है आंवला। कई सालों से दवा के रूप में आंवले का सेवन किया जाता रहा है। आंवले में भरपूर मात्रा में विटामिन सी होता है जो शरीर में कई इंफेक्शन और बीमारियों से लड़ने में मदद करने वाली सफेद रक्त कोशिकाओं के निर्माण को बढ़ावा देता है। इसके अलावा आंवले में आयरन, कैल्शियम और कई अन्य तरह के खनिज पदार्थ मौजूद होते हैं। आप बच्चे को आंवले का जूस भी दे सकते हैं। 100 ग्राम आंवले में 600 मिलीग्राम विटामिन सी होता है।

हरी पत्तेदार सब्जियां : पत्तागोभी, पालक, ब्रोकली और केल जैसी हरी पत्तेदार सब्जियों में विटामिन ए, सी, के, कैल्शियम, आयरन, पोटैशियम और मैग्नीशियम जैसे पोषक तत्व भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। इनके सेवन से संक्रमण से लड़ने और इम्यूनिटी बढ़ाने में मदद मिलती है। बच्चों के आहार में इनको जरूर शामिल करना चाहिए।

खट्टे फल : जैसा कि खट्टे फल यानि सिट्रस फ्रूट्स विटामिन सी का भंडार होते हैं और विटामिन सी इम्यूनिटी बढ़ाने वाला तत्व माना जाता है। खासकर, गर्मियों में संतरा और नींबू जैसे खट्टे फलों का सेवन करने से शरीर में पानी की कमी होने का रिस्क भी कम होता है। गर्मियों में बच्चों को संतरा, नींबू, चकोतरा और कीवी जैसे विटामिन सी रिच फल खिलाएं। इसी तरह नींबू की शिकंजी, संतरे का जूस, लेमनेड जैसे ड्रिंक्स भी पिलाएं।

दही : हेल्दी फूड होने के साथ-साथ दही एक हेल्दी प्रोबायोटिक भी है। यह गट की हेल्थ बेहतर रखता है जिससे भोजन से प्राप्त पोषण का भी फायदा शरीर को मिल सकता है। ये डाइजेशन सिस्टम के लिए भी अच्छा होता है। आप बच्चों को खाने के साथ दही देंगे, तो उनकी इम्यूनिटी अच्छी रहेगी। वहीं, इसमें विटामिन डी की भी मात्रा काफी अधिक होती है जो हड्डियों को मजबूत बनाने और शरीर की रोग-प्रतिरोधक शक्ति बढ़ानेवाला तत्व है। गर्मियों में बच्चों को नाश्ते और लंच में दही खिला सकते हैं। इसके अलावा उन्हें दही से बनी छाछ, श्रीखंड और लस्सी पीने के लिए भी दें।

लहसुन : खाने का स्वाद बढ़ाने वाले लहसुन में एलिसिन नाम तत्व होता है जिसमें एंटीवायरल, एंटीफंगल और एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं। आज भी ग्रामीण इलाकों में लोग लहसुन को भूनकर खाते हैं, ताकि वे सर्दी या जुकाम से बचे रहें। इसे इम्यूनिटी बूस्ट करने वाला सुपरफूड भी माना जाता है। यह सफेद रक्त कोशिकाओं की रोग से लड़ने की प्रतिक्रिया को बढ़ाकर आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देता है।

संतरा : संतरा इम्यूनिटी बढ़ाने का सबसे आसान तरीका है। संतरे के जूस से इम्यून सिस्टम को काफी मदद मिल सकती है क्योंकि इसमें कई तरह के विटामिन और पोषक तत्व मौजूद होते हैं। विटामिन सी कोशिकाओं को सुरक्षित रखकर और इम्यून कोशिकाओं के कार्य और उत्पादन को बढ़ावा देकर इम्यून कोशिकाओं को मजबूती प्रदान करता है। चूंकि, सतरे में विटामिन सी ज्यादा होता है इसलिए इससे इम्यून सिस्टम मजबूत बनता है। एक 100 ग्राम संतरे में 42।72 मिलीग्राम विटामिन सी होता है।

हल्दी : औषधीय गुणों से भरपूर हल्दी को लंबे समय से देसी इलाज के रूप में इस्तेमाल किया जा रहा है। एंटीबैक्टीरियल, एंटीसेप्टिक व अन्य गुणों से युक्त हल्दी का सेवन करने की सलाह आयुर्वेद में भी दी गई है। रोजाना रात में सोने से पहले बच्चे को हल्दी वाला दूध जरूर पिलाएं। हल्दी इंफेक्शन से लड़ने का काम करती है और इसमें एंटी-इंफ्लामेट्री गुण होते हैं जो जुकाम और फ्लू से लड़ते हैं।

ड्राई फ्रूट्स और सीड्स : आपको बता दें कि ड्राई फ्रूट्स में जिंक, आयरन, विटामिन- ई, ओमेगा 3 फैटी एसिड्स आदि भरपूर मात्रा में होते हैं, जो किसी भी तरह के इंफेक्शन को बढ़ने से रोकते हैं। ऐसे में आप बच्चों को सुबह-सुबह ड्राई फ्रूट्स ज़रूर खिलाएं।

गीले बालों से जुड़ी इन गलतियों को करने से बचें, बाल रहेंगे स्वस्थ

बालों को गीला रखने का मतलब यह नहीं है कि आप उनकी देखभाल करना बंद कर दें। गीले बालों पर कई लोग गलतियां कर देते हैं, जो बालों को कमजोर और नुकसान पहुंचा सकती हैं।

इस लेख में हम आपको कुछ ऐसी सामान्य गलतियों के बारे में बताएंगे, जिन्हें गीले बालों पर करते समय बचना चाहिए ताकि आपके बाल स्वस्थ और मजबूत बने रहें। इन गलतियों को जानकर आप अपने बालों की देखभाल बेहतर तरीके से कर सकेंगे।

गीले बालों पर कंघी करना

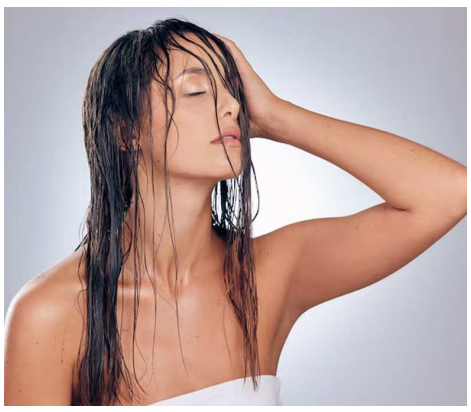
गीले बालों पर कंघी करना एक आम गलती है, जिसे कई लोग अनजाने में कर देते हैं।

गीले बाल कमजोर होते हैं और उन पर कंघी करने से टूटने की संभावना बढ़ जाती है। इससे बालों की जड़ों पर दबाव पड़ता है, जिससे बाल झड़ने लगते हैं।

इसलिए हमेशा बालों को सुखाने के बाद ही कंघी करें ताकि आपके बाल सुरक्षित रहें और उनकी चमक बरकरार रहे।

गीले बालों पर स्टाइलिंग करना

गीले बालों पर स्टाइलिंग करना भी एक बड़ी गलती हो सकती है। चाहे वह हेयर ड्रायर हो या स्ट्रेटनिंग आयरन, इनका



इस्तेमाल गीले बालों पर करने से आपके बालों को नुकसान पहुंच सकता है।

इससे न केवल बालों की चमक कम होती है बल्कि वे बेजान और उलझे हुए भी दिख सकते हैं। इसलिए हमेशा बालों को पूरी तरह सूखने दें और फिर स्टाइलिंग उपकरणों का इस्तेमाल करें ताकि आपके बाल स्वस्थ और चमकदार रहें।

तौलिये से जोर से रगड़ना

बालों को सुखाने के लिए तौलिये से जोर से रगड़ना भी गलत तरीका है। इससे बालों की जड़ों पर दबाव पड़ता है, जिससे बाल कमजोर हो सकते हैं।

इसके बजाय गीले बालों को हल्के हाथों से थपथपाकर सुखाएं या सूती कपड़े से ढक लें। इससे बालों को प्राकृतिक हवा लगती है और वे जल्दी सूखते हैं।

इस तरीके से बालों की जड़ों पर कोई अतिरिक्त दबाव नहीं पड़ता और वे स्वस्थ रहते हैं।

गीले बालों पर तेल लगाना

गीले बालों पर तेल लगाना भी सही नहीं माना जाता है।

गीले बालों पर तेल लगाने से तेल बालों की जड़ों तक नहीं पहुंच पाता है, जिससे उसका पूरा फायदा नहीं मिलता है।

इसके अलावा इससे बाल चिपचिपे हो जाते हैं और जल्दी नहीं सूखते हैं। इसलिए हमेशा सूखे बालों पर ही तेल लगाएं ताकि उसका पूरा फायदा मिल सके और आपके बाल स्वस्थ और चमकदार बने रहें।

पैकेट वाले खाद्य पदार्थों में सिंथेटिक रंग का इस्तेमाल है आम, अध्ययन में खुलासा

स्वास्थ्य विशेषज्ञ हमेशा से पैकेट वाले भोजन को अस्वास्थ्यकर बताते आए हैं। उनमें प्रिजर्वेटिव से लेकर अधिक चीनी तक, कई ऐसी सामग्रियां मिलाई जाती हैं, जो उनके पोषण को घटा देती हैं। हालांकि, अब एक नए अध्ययन के जरिए पता चला है कि अमेरिका में मिलने वाले पैकेट वाले खाद्य पदार्थों में सिंथेटिक खाद्य रंगों का इस्तेमाल बेहद आम है। आइए इस अहम अध्ययन के बारे में विस्तार से जानते हैं।

3 संस्थाओं ने मिलकर पूरा किया यह अध्ययन

इस अध्ययन को जॉर्ज इंस्टीट्यूट फॉर ग्लोबल हेल्थ, यूनिवर्सिटी ऑफ नॉर्थ कैरोलिना और सेंटर फॉर साइंस इन पब्लिक इंटरेस्ट के शोधकर्ताओं ने मिलकर पूरा किया है। इसे जर्नल ऑफ द एकेडमी ऑफ न्यूट्रिशन एंड डायटेटिक्स नामक पत्रिका में प्रकाशित भी किया गया है। इसके जरिए सामने आया है कि पैकेट वाले लगभग 19 प्रतिशत खाद्य पदार्थों और पेय पदार्थों में सिंथेटिक खाद्य रंग मिलाए जाते हैं, जिससे उत्पाद और आकर्षक बन जाते हैं।

39,763 दुकानों पर बिकने वाले खाद्य पदार्थों की हुई जांच

इस अध्ययन के लिए अमेरिका के 39,763 ग्रोसरी स्टोर यानि किराने की दुकानों पर बिकने वाले उत्पादों की सामग्री की जांच की गई थी। शोधकर्ताओं ने शीर्ष 25 अमेरिकी खाद्य निर्माताओं द्वारा उत्पादित पैकेट वाले खाद्य और पेय पदार्थों का डाटा इखट्ठा किया। उन्होंने खास तौर से शीर्ष 5 खाद्य श्रेणियों वाले उत्पादों की जांच की, जो अक्सर बच्चों को पसंद आते हैं। इनमें टॉफी-चॉकलेट, मीठे पेय, तैयार भोजन, सीरियल्स और केक, कुकी व पेस्ट्री जैसे बेक्ड सामान शामिल थे।

क्या रहे इस अध्ययन के नतीजे?

इन 5 श्रेणियों के उत्पादों में सिंथेटिक रंग होने की संभावना सबसे अधिक थी। बाकि श्रेणियों में सिंथेटिक रंग केवल 11 प्रतिशत था, वहीं इन 5 में उसकी मौजूदगी 28 प्रतिशत पाई गई थी। इसके अलावा, सिंथेटिक रंग वाले उत्पादों में औसत चीनी सामग्री बिना रंग वाले उत्पादों की तुलना में 141 प्रतिशत ज्यादा थी। इन उत्पादों में शामिल जीवंत रंग और चीनी बच्चों से लेकर बड़ों तक, सभी को बीमार करने के लिए काफी है।

सिंथेटिक रंग के जोखिम जानने के बाद भी नहीं बंद हो रहा इस्तेमाल

द जॉर्ज इंस्टीट्यूट की शोधकर्ता डॉ। एलिजाबेथ डनफोर्ड ने कहा कि खाद्य पदार्थों में सिंथेटिक रंगों की निरंतर उपस्थिति चिंता का कारण है। उन्होंने कहा, पिछले 40 सालों में सिंथेटिक रंगों के स्वास्थ्य संबंधी नुकसानों की ओर इशारा करने वाले साक्ष्यों के बावजूद यह देखना निराशाजनक है कि वे अभी भी खाद्य पदार्थों में इतने प्रचलित हैं। कन्फेक्शनरी उत्पादों में सबसे ज्यादा सिंथेटिक रंग होते हैं, जिनमें फेरेरो (60 प्रतिशत) और मार्स (52 प्रतिशत) सबसे आगे हैं।

सिंथेटिक रंग बन सकते हैं कई स्वास्थ्य समस्याओं का कारण

सिंथेटिक रंगों को शामिल करके कंपनियां अपने उत्पादों को आकर्षक दिखाने का प्रयास करती हैं। ये खास तौर से बच्चों के लिए बनाए गए उत्पादों में इस्तेमाल होती हैं, ताकि वे रंगों की और आकर्षित हो कर उन्हें खाएं। ये रंग तनाव और ध्यान न लगा पाने जैसी व्यवहार संबंधी समस्याएं पैदा कर सकते हैं या मधुमेह जैसी स्थितियों का कारण बन सकते हैं। शोधकर्ता कहते हैं कि अमेरिकी खाद्य पदार्थों में सिंथेटिक रंग पूरी तरह से अनावश्यक हैं। (आरएनएस)

गोरी ही सुंदर नहीं होतीं

कई महिलाओं को भ्रम होता है कि सिर्फ गोरी महिलाएं ही सुंदर दिखती हैं। जबकि गोरेपन का सुंदरता से ज्यादा वास्ता नहीं है। यदि आप सांवली हैं लेकिन आपके नैन-नक्श सुंदर हैं तो आप गोरी से गोरी महिला को सुंदरता के मामले में पछाड़ सकती हैं। ग्लैमर जगत में तो शुरू से ही सांवले रंग का बोलबाला रहा है इसलिए सांवले रंग को लेकर मन में हीनभावना लाने की जरूरत नहीं है। सांवली त्वचा वाली महिलाओं को चाहिए कि वह जो फाउंडेशन लगाती हैं वह सौ प्रतिशत त्वचा से मेल खाता हुआ होना चाहिए। अगर आपने त्वचा के रंग से हल्के रंग का फाउंडेशन इस्तेमाल किया हो तो इसका रंग चेहरे पर अलग से नजर आएगा। चेहरे के दाग-धब्बों को छुपाने के लिए फाउंडेशन से पहले कंसीलर का प्रयोग करें। ज्यादातर कंसीलर सफेद या गुलाबी रंगों में मिलते हैं इसलिए कंसीलर खरीदते समय ध्यान रखें कि वह आपकी त्वचा से मेल खाता हो। सांवली त्वचा पर कॉम्पेक्ट की बजाय इरिडिसेंट पाउडर से मेकअप सेट करना चाहिए। अगर यह पाउडर उपलब्ध नहीं हो तो गोल्डन रंग के शाइनिंग पाउडर के प्राकृतिक रंग के ब्लशर में मिक्स करें और ब्रश की मदद से चेहरे पर इसका हल्का कोट लगाकर फिनिशिंग टच दें। सांवले रंग के साथ हल्के रंग के आईशैडो अच्छे लगते हैं। दिन में मेकअप में हाइलाइटर का प्रयोग नहीं करें।

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

चीनी का सेवन करें कम!

चीनी का सेवन स्वाद बढ़ाने के लिए किया जाता है, लेकिन क्या आप जानते हैं कि इसकी अधिक मात्रा सेहत पर बुरा असर डाल सकती है। यही वजह है कि डॉक्टर और पोषण विशेषज्ञ चीनी का सेवन कम करने की सलाह देते हैं। आइए आज हम आपको पांच ऐसे कारण बताते हैं, जिनके लिए चीनी का सेवन कम करना चाहिए और इनसे आपको सेहत से जुड़ी कई परेशानियों से छुटकारा मिल सकता है।

बढ़ा सकती है वजन

चीनी का अधिक सेवन वजन बढ़ाने का कारण बन सकता है। इसका मुख्य कारण है कि चीनी के अधिक सेवन से शरीर में अतिरिक्त कैलोरी जमा हो जाती है, जो मोटापे का कारण बनती है। इसके अलावा चीनी से भरपूर खाने का सेवन करने से पेट में गैस का संतुलन बिगड़ सकता है। साथ ही इससे पाचन क्रिया भी प्रभावित होती है। यह जानकारी वजन प्रबंधन के लिए जरूरी है।

मधुमेह का खतरा हो सकता है बढ़ा

चीनी का अधिक सेवन शरीर में इंसुलिन और ग्लूकोज के स्तर को असंतुलित कर सकता है, जिससे मधुमेह का खतरा बढ़ सकता है, खासकर टाइप-2 मधुमेह का खतरा ज्यादा हो सकता है। इसलिए अगर आपको पहले से ही मधुमेह है तो चीनी का सेवन कम कर दें। इसके अलावा चीनी के अधिक सेवन से इंसुलिन प्रतिरोध भी हो सकता है। यह मधुमेह के जोखिमों को समझने के लिए अहम है।

दिल के लिए है हानिकारक

चीनी का अधिक सेवन दिल की बीमारियों के जोखिमों को भी बढ़ा सकता है। कई अध्ययनों के मुताबिक, चीनी की अधिक मात्रा दिल की धमनियों में सूजन का कारण बन सकती है, जो दिल की बीमारियों का कारण बनती है। इसके अलावा चीनी का अधिक सेवन करने से शरीर में कोलेस्ट्रॉल का स्तर भी बढ़ सकता है, जिससे दिल की बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है।

मेटाबॉलिज्म को धीमा कर सकती है चीनी

चीनी का अधिक सेवन शरीर के मेटाबॉलिज्म को भी प्रभावित कर सकता है। दरअसल, चीनी में मौजूद ग्लूकोज शरीर में पहुंचकर इंसुलिन का स्तर बढ़ा देता है, जिससे मेटाबॉलिज्म धीमा हो जाता है। इसके अलावा चीनी का अधिक सेवन करने से पाचन क्रिया भी प्रभावित होती है। ऐसे में अगर आप वजन कम करने के लिए मेहनत कर रहे हैं तो चीनी का सेवन कम कर दें।

मुंह के स्वास्थ्य के लिए भी है हानिकारक

चीनी का अधिक सेवन मुंह के स्वास्थ्य को भी प्रभावित कर सकता है। दरअसल, चीनी युक्त खाने के सेवन से मुंह में एसिड बनता है, जो दांतों की ऊपरी परत को नुकसान पहुंचाता है। इससे दांत संवेदनशील हो सकते हैं। इसके अलावा चीनी के अधिक सेवन से मुंह का सूखापन, बदबू और कैविटी जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं। ऐसे में बेहतर होगा कि चीनी का सेवन कम करें। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -004

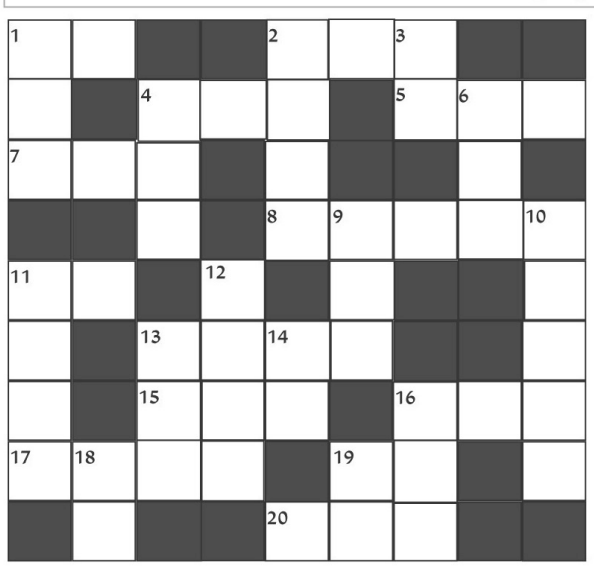
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. संबंध, लगाव, नाता, काम 2. सिसकने की आवाज, सीत्कार 4. आग की ज्वाला, दहक 5. दियासलाई 7. प्रतिकार, प्रतिशोध 8. बाबुल की दुआएं लेती जा... गीतवाली बलराज साहनी, मनोजकुमार, राजकुमार, वहीदा की फिल्म 11. करतल ध्वनि 13. आपसी व्यवहार का संबंध, वास्ता 15. वचन, जीभ 16. रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला 17. एक सुंदर फूलदार वृक्ष 19. पत्नी, बीवी 20. मसालेदार सुगंधित सुरती।

ऊपर से नीचे

1. उचित, उपयुक्त, जायज 2. किवाड़ को अंदर से बंद करने लगा छड़, चटखनी 3. मांस के अत्यंत छोटे टुकड़े 4. माथा, मस्तक 6. कटोरी के आकार का नलीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं 9. रेखा 10. खून से लथपथ 11. छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर ताकने की क्रिया 12. व्यापार, धंधा 13. शृंगार करना, साजन 14. श्रवणइंद्रीय 16. सीमा, हद 18. चमड़ा, चाम 19. बोझ, दबाव।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 03 का हल

मै	दा	न		स	र	ग	म	
त्री		सी			क्षा		धु	र्री
	सा	ह	स				र	
स्वा	ग	त		स	म	झौ	ता	
व	र			र				म
लं		वि	ला	स			दा	म
बी	न		ज		सा	मा	न	ता
	ज		वा	हि	या	त		
त	र	की	ब		ना		खा	ली

मैसा से रश्मिका का फर्स्ट लुक आउट, लोगों को याद आई अनुष्का शेट्टी

सलमान खान के साथ सिकंदर की फ्लॉप के बाद रश्मिका मंदाना अपनी हालिया रिलीज फिल्म कुबेरा की सक्सेस को एन्जॉय कर रही हैं। इस बीच एक्ट्रेस ने रश्मिका मंदाना ने अपने फैंस को को बड़ा तोहफा दिया है। साउथ सिनेमा की श्रीवल्ली ने अपनी नई फिल्म से अपना खौफनाक पोस्टर जारी किया है। एक्ट्रेस ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर अपने खौफनाक लुक की पहली तस्वीर जारी की है। रश्मिका की यह फिल्म हिंदी, तमिल, तेलुगू, कन्नड़ और मलयालम में रिलीज होगी।

इस फिल्म का निर्देशन रविंद्र पुले ने किया है, जिन्होंने साल 2021 में फिल्म अर्धा शताब्धम बनाई थी।

फिल्म मैसा से आए रश्मिका के फर्स्ट लुक में एक्ट्रेस का एग्रेसिव लुक देखने को मिल रहा है। रश्मिका के चेहरे पर खून, आंखों में आक्रोश और हाथ में खंजर है। फिल्म मैसा में अपने फर्स्ट लुक में रश्मिका बता रही हैं कि वह लड़ाई के लिए तैयार है। मैसा के बारे में बता दें, इसे अजय और अनिल सैय्यापुरेड्डी ने अपने हैदराबाद बेस्ड बैनर अनफॉर्मूला फिल्म्स के तहत प्रोड्यूस किया है। मेकर्स का कहना है कि यह उनका पैन इंडिया प्रोजेक्ट है, जिसमें रश्मिका का अब तक का सबसे अलग अवतार देखने को मिलेगा।

वहीं, फिल्म का पोस्टर शेयर कर इसके कैप्शन में लिखा है, धैर्य के साथ बड़ी हुई, दृढ़ इच्छाशक्ति में अथक, वह दहाड़ती है, सुनने के लिए नहीं, बल्कि डरने के लिए, पेश है रश्मिका मंदाना अपने सबसे उग्र अवतार में और मैसा के रूप में। रश्मिका ने भी एक भावुक पोस्ट लिखा है। एक्ट्रेस ने लिखा है, मैंने हमेशा आपको कुछ नया देने की कोशिश की है, कुछ अलग। कुछ एक्साइटिंग, और यह रहा।।।उनमें से एक। ऐसा कैरेक्टर जो मैंने पहले कभी नहीं किया, ऐसी दुनिया जिसमें मैंने आज तक एंट्री नहीं की। और मेरा एक ऐसा रूप जिससे मैं भी अब तक नहीं मिली थी, यह भयंकर है, यह तीव्र है, और यह बेहद कच्चा है, मैं बहुत नर्वस और सुपर उत्साहित हूं, मैं वास्तव में आपके द्वारा यह देखने के लिए इंतजार नहीं कर सकती कि हम क्या बना रहे हैं, यह तो बस शुरुआत है, मैसा।

मायसा के साथ, रश्मिका ने अपनी फिल्मोग्राफी में एक और अखिल भारतीय प्रोजेक्ट जोड़ा है। पुष्पा फ्रैंचाइज़ी, एनिमल, छावा और वर्तमान में चल रही कुबेर जैसी ब्लॉकबस्टर फिल्मों के लिए जानी जाने वाली, यह उनकी पहली एकल-नेतृत्व वाली अखिल भारतीय परियोजना है। मैसा के साथ रश्मिका की फिल्मोग्राफी में एक और पैन इंडिया प्रोजेक्ट जुड़ चुका है। इससे पहले पुष्पा फ्रेंचाइजी, एनिमल, छावा और फिलहाल कुबेर जैसी ब्लॉकबस्टर फिल्मों में अपना जलवा दिखा चुकी हैं। बता दें, मैसा रश्मिका की सोलो पैन इंडिया फिल्म है। इसके अलावा उनके पास कई छोटे बजट की फिल्में भी हैं, जिनमें राहुल रविन्द्रन द्वारा निर्देशित द गर्लफ्रेंड और शांतारूबन द्वारा निर्देशित रेनबो शामिल हैं। (आरएनएस)

अहान-अनीत का दिखा रोमांटिक अंदाज

सैयारा फिल्म के जरिए अहान पांडे फिल्मी दुनिया में कदम रखने जा रहे हैं। यह फिल्म जल्द ही सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली है। मोहित सूरी के निर्देशन में बन रही इस फिल्म का नया गाना हमसफर रिलीज हो गया है। इस गाने में अहान पांडे और अनीत पड्डा का रोमांटिक अंदाज देखने को मिल रहा है।

सैयारा फिल्म का नया सॉन्ग हमसफर आज मंगलवार को रिलीज कर दिया गया है। इस गाने में अहान पांडे और अनीत पड्डा का रोमांटिक लुक दिख रहा है, जिसमे अभिनेता अपनी पार्टनर का बेहद ख्याल रखते नजर आ रहे हैं। हमसफर गाने को आवाज दी है सचेत-परंपरा टंडन की जोड़ी ने। वहीं इस गाने को इरशाद कामिल द्वारा लिखा गया है। इस गाने को दर्शकों द्वारा खूब पसंद किया जा रहा है।

सैयारा' एक रोमांटिक फिल्म है, जिसे मोहित सूरी ने निर्देशित किया है। इस फिल्म के जरिए अनन्या पांडे के कजिन ब्रदर अहान पांडे बॉलीवुड में अपना डेब्यू कर रहे हैं। उनके साथ अनीत पड्डा मुख्य भूमिका में नजर आएंगी। यह फिल्म एक रोमांटिक फिल्म है, जिसमें मेकर्स ने दावा किया है कि ये इंटेंस लव स्टोरी जो आपका दिल तोड़ देगी और उसे भर भी देगी।

मोहित सूरी के निर्दशन में बनी फिल्म सैयारा, जिसे यश राज फिल्म्स के बैनर तले बनाया जा रहा है। इस फिल्म का टीजर भी रिलीज किया जा चुका है। अब इस फिल्म के रिलीज होने का इंतजार है, जो 18 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली है।

राणा नायडू सीजन 2 में बोल्ड और इंटिमेट सीन कहानी के लिए जरूरी : अदिति शेट्टी

एक्ट्रेस अदिति शेट्टी ने राणा नायडू सीजन 2 में अपने बोल्ड और इंटिमेट सीन के बारे में बात की। उन्होंने कहा कि ये सीन कहानी और उनके किरदार को बेहतर तरीके से समझाने के लिए जरूरी थे।

अदिति शेट्टी ने कहा कि नए सीजन में बहुत कम बोल्ड सीन हैं और जो भी सीन हैं, उन्हें बहुत सोच-समझकर फिल्माया गया है। ये सीन कहानी के लिए जरूरी थे और उनके किरदार को बेहतर तरीके से समझने में मदद करते हैं।

अदिति ने कहा, सीजन 2 में वास्तव में बहुत कम बोल्ड सीन हैं और वे भी सावधानी से शूट किए गए हैं। ये सीन कहानी के लिए जरूरी थे और मेरे किरदार के सफर के लिए यह मायने रखते हैं। कुछ भी बेकार नहीं था, हमने जो भी किया, उसका उद्देश्य और गहराई थी।

अदिति शेट्टी ने बताया कि उन्होंने राणा नायडू सीजन 2 में काम करने के लिए हां क्यों कहा।

उन्होंने कहा, इसके कई कारण थे। मैंने पहले भी मिर्जापुर में निर्देशकों के साथ काम किया था, और मैं पहले से ही राणा नायडू सीजन 1 की बड़ी फैन थी। जब मुझे इस किरदार के बारे में पता चला, तो मैं काफी उत्साहित हुई। मेरा किरदार बहुत दिलचस्प है और कहानी के लिए अहम है। मैं अपने किरदार से काफी प्रभावित हुई। साथ ही, सीन भी जबरदस्त थे। खासकर राणा सर के साथ मेरा फेस-ऑफ सीन शानदार था। इन कुछ चीजों के चलते मैंने हां की।

अदिति ने बताया कि राणा नायडू सीजन 2 में उनका किरदार तसनीम उनकी असल जिंदगी से काफी अलग है।

उन्होंने कहा, तसनीम मेरी असली जिंदगी से बहुत अलग है। मैं मस्ती करने वाली और भावनाओं को खुलकर दिखाने वाली लड़की हूं, लेकिन तसनीम ज्यादा शांत और गंभीर है। एक बात सामान्य है कि हम दोनों में फिटनेस का शौक एक जैसा है।

राणा नायडू सीजन 2 में वेंकटेश दग्गुबती, राणा दग्गुबती, अर्जुन रामपाल और कृति खरबंदा लीड रोल में हैं। यह शो नेटफ्लिक्स पर 13 जून को रिलीज हुआ था। (आरएनएस)

सिल्वर गाउन में राशा थडानी ने ढाया कहर

रवीना टंडन की बेटी राशा थडानी ने एक बार फिर सोशल मीडिया पर अपने ग्लैमरस अवतार से तहलका मचा दिया है। राशा ने हाल ही में एक फोटोशूट कराया जिसमें वह शाइनी सिल्वर बॉडीकॉन गाउन में नजर आ रही हैं। इस एलिगेंट और बोल्ड लुक को उन्होंने अपने इंस्टाग्राम पर साझा किया है, जहां उन्होंने कैप्शन में लिखा - रजत मंत्र।

राशा की इन तस्वीरों को देखकर उनके फैंस दीवाने हो गए हैं। एक यूजर ने लिखा, कितनी प्यारी, तो दूसरे ने कहा, राशू क्या आपको नहीं लगता कि 11वीं तस्वीर आपकी प्रोफाइल तस्वीर होनी चाहिए? वहीं किसी ने तो यहां तक कह दिया कि किन्ना सोना तेनु रब ने बनाया!! जी करे देखत रहु।

राशा का ये ग्लैमरस लुक न सिर्फ उनकी फिटनेस को हाईलाइट करता है बल्कि उनका कॉन्फिडेंस भी झलकाता है। खुले बाल, मिनिमल मेकअप और परफेक्ट पोज़ - हर एंगल से वह कमाल लग रही हैं। कुछ ही मिनटों में इस पोस्ट पर हजारों लाइक्स और कमेंट्स आ चुके हैं, और यह तेजी से वायरल हो रहा है।

राशा थडानी अब बॉलीवुड डेब्यू की तैयारी कर रही हैं और इंडस्ट्री में उनकी मौजूदगी पहले से ही चर्चा में बनी हुई है। उनके स्टाइल सेंस, सोशल मीडिया अपील और ग्रेस को देखते हुए यह कहना गलत नहीं होगा कि वह आने वाले समय की एक बड़ी स्टार बन सकती हैं।

महिला एवं बाल विकास में तकनीकी परिवर्तन का एक दशक

श्रीमती अन्नपूर्णा देवी

सशक्तिकरण की शुरुआत पहुँच- अधिकारों, सेवाओं, सुरक्षा और अवसरों तक पहुँचसे होती है । बीते दशक में, अधिक समावेशी और डिजिटल रूप से सशक्त भारत का निर्माण करने पर केंद्रित मोदी सरकार की प्रतिबद्धता के माध्यम से इस पहुँच को नए सिरे से परिभाषित किया गया है और सभी के लिए सुलभ बनाया गया है। महिला एवं बाल विकास मंत्रालय इस परिवर्तन में सबसे अग्रणी रहा है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के विकसित भारत ञ्च2०47के विजन से निर्देशित, मंत्रालय ने लाभ को अंतिम छोर तक त्वनरित, पारदर्शी और कुशल तरीके से पहुँचाना सुनिश्चितकरने के लिए अपने कार्यक्रमों में प्रौद्योगिकी कोव्यवस्थित रूप से एकीकृत किया है।

हम अक्सर कहते हैं- सशक्त महिलाएँ, सशक्त भारत। और सशक्तिकरण की शुरुआत पहुँच - अधिकारों, सेवाओं, सुरक्षा और अवसरों तक पहुँच से होनी चाहिए । आज, यह पहुँच तेज़ी से डिजिटल होती जा रही है।

जो कभी आकांक्षापूर्ण था, वह अब क्रियाशील बन चुका है-ऐसा सरकार द्वारा डिजिटल सार्वजनिक अवसंरचना, रियल-टाइम डेटा सिस्टम और उत्तरदायी शासन पर ज़ोर दिए जाने की बदौलत संभव हुआ है।

मंत्रालय नेदेखरेख, संरक्षण और सशक्तीकरण पर दृढ़ता से ध्यान केंद्रित करते हुए -पोषण, शिक्षा, कानूनी सुरक्षा और आवश्यक अधिकारों तक पहुँच को मजबूत किया है, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि महिलाएं और बच्चे न केवल अधिक स्वस्थ, अधिक सुरक्षित जीवन जी सकें, बल्कि वे आत्मविश्वासी नेतृत्व कर्ता औरअमृत काल के परिवर्तनकर्ता के रूप में भी उभर सकें।

जैसा कि प्रधानमंत्री ने बहुत सटीक रूप से कहा है, मैं प्रौद्योगिकी को सशक्त बनाने के साधन के रूप में तथाआशा और अवसर के बीच की दूरी को पाटने वालेउपकरण के रूप में देखता हूँ। इस लोकाचार ने मैनुअल प्रक्रियाओं से लेकर रियल-टाइम डैशबोर्ड तक, असंबद्ध योजनाओं से लेकर एकीकृत प्लेटफार्मों तक हमारे परिवर्तन का मार्गदर्शन किया है।

इस परिवर्तन की आधारशिला सक्षम आंगनवाड़ी पहल है।भारत भर में 2 लाख से ज़्यादा आंगनवाड़ी केंद्रों को आधुनिक और सशक्त बनाने के लिए निरुपित यह कार्यक्रम बाल्या वस्थाव देखरेख और विकास की अगली पीढ़ी का प्रतिनिधित्व करता है। पोषण, स्वास्थ्य सेवा और पूर्व-विद्यालयी शिक्षा सेवाओं की ज़्यादा प्रभावी प्रदायगी संभवबनाते हुए इन केंद्रों कोस्मार्ट इंफ्रास्ट्रक्चर, डिजिटल डिवाइस और नए-नए लर्निंग टूल्स के साथ अपग्रेड किया जा रहा है।

देश भर में 14 लाख आंगनवाड़ी केंद्रों द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाओं को पोषण ट्रैकर के साथ एकीकृत करने से रियल-टाइम डेटा एंट्री, कार्य निष्पोदन की निगरानी और साक्ष्य-आधारित नीतिगत हस्तक्षेप संभव हो पाया है। आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को स्मार्टफोन और व्यापक प्रशिक्षण से लैस करके, यह पहल अंतिम छोर तक गुणवत्तापूर्ण सेवा प्रदायगी सुनिश्चित करती है। यह 2०14 से पहले मौजूद मैनुअल रिकॉर्ड-कीपिंग और डेटा ब्लाइंड स्पॉट से एक निर्णायक बदलाव का प्रतीक है।

एक दशक पहले, आईसीडीएस प्रणाली असंबद्ध डेटा, विलंबित प्रतिक्रियाओं और रियल-टाइम ट्रैकिंग की कमी से दबी हुई थी। पोषण ट्रैकर ने - पोषण सेवा प्रदायगी में सटीकता, दक्षता और जवाबदेही की शुरुआत कर इस परिदृश्य को बदल दिया है ।

1०.14 करोड़ से ज़्यादा लाभार्थी अब इस प्लेटफॉर्म पर पंजीकृत हैं- जिनमें गर्भवती महिलाएँ, स्तनपान कराने वाली माताएँ, छह साल से कम उम्र के बच्चे और किशोरियाँ शामिल हैं। यह प्लेलटफॉर्म विकास की निगरानी और पूरक पोषण प्रदायगी पर रियल-टाइम अपडेट को सक्षम बनाते हुए समय पर हस्तक्षेप और साक्ष्य-आधारित नीति निर्माण सुनिश्चित करता है। डिजिटल रूप से सशक्त सामुदायिक केंद्रों के रूप में आंगनवाड़ी केंद्रों कीनए सिरे से परिकल्पना कर,शहरी-ग्रामीण विभाजन को पाटते हुए- पोषण ट्रैकर महत्वापूर्ण रूप से स्वस्थ भारत, सुपोषित भारत के राष्ट्रीय विजन को आगे बढ़ा रहा है।

लोक प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए प्रधानमंत्री पुरस्कार (2०25) से सम्मानित यह मंच पोषण भी पढाई भी' का भी समर्थन करता है, जो प्रारंभिक बाल्यावस्था शिक्षा के लिए आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को डिजिटल प्रशिक्षण मॉड्यूल प्रदान करते हुए विकसित भारत के अमृत काल में समग्र देखभाल को बढ़ावा दे रहा है।

पूरक पोषण कार्यक्रम (एसएनपी) में पारदर्शिता को और मजबूत करने तथालीकेज कम करनेके लिएएक फेशियल रिकॉग्निशन सिस्टम शुरू किया गया है। इस डिलिवरी तंत्र को सुरक्षित, सटीक और सम्मानजनक बनाते हुए यह सुनिश्चित करता है कि पोषण सहायता केवल पात्र लाभार्थियों को ही मिले।

प्रौद्योगिकी-आधारित प्लेटफ़ॉर्म के माध्यम से यहमंत्रालय पोषण से बढ़कर,महिलाओं के लिए सुरक्षा और सहायता सुनिश्चित कर रहा है। शी-बॉक्स पोर्टल हर महिला को, चाहे वह किसी भी रोजगार की स्थिति में हो या संगठित या असंगठित, निजी या सार्वजनिक क्षेत्र में काम करती हो, पॉशअधिनियम के तहत उसे शिकायत दर्ज कराने के लिए सिंगल-विंडो एक्सेस प्रदान करता है - जिससे ऑनलाइन निवारण और ट्रैकिंग संभव हो पाती है। इस बीच, मिशन शक्ति डैशबोर्ड एंड मोबाइल ऐप संकट से घिरी महिलाओं को एकीकृत सहायता प्रदान करता है, उन्हें निकटतम वन स्टॉप सेंटर से जोड़ता है - जो अब लगभग हर जिले में चालू है। ये कदम इस बात का उदाहरण हैं कि तकनीक का उपयोग न केवल दक्षता के लिए, बल्कि न्याय, सम्मान और सशक्तिकरण के लिए भी किया जा रहा है।

एक दशक पहले, मातृत्व लाभ की निगरानी करना मुश्किल था और इसमें देरी होती थी। मोदी सरकार ने प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना (पीएमएमवीवाई)की शुरूआत की है - जो मातृ कल्याण की दिशा मेंबहुत बड़ा बदलाव है। पीएमएमवीवाई नियम, 2०22 के तहत, गर्भवती महिलाओं को उनके पहले बच्चे के लिए 5,००० रुपये की राशि मिलती है । मिशन शक्ति के तहत, अगर दूसरा बच्चा लड़की है, तो - बेटियों के लिए सकारात्मक सुदृढ़ीकरण को बढ़ावा देते हुए लाभ की राशि 6,००० रुपयेतक बढ़ जाती है। कागज रहित प्रत्यक्ष लाभ अंतरण (डीबीटी) प्रणाली के माध्यम से वितरित,शुरुआत से अब तक 4 करोड़ से अधिक महिला लाभार्थियों तक 1,9००० करोड़ रुपये से अधिक की राशि पहुँच चुकी है।

पीएमएमवीवाई - आधार-आधारित प्रमाणीकरण, मोबाइल-आधारित पंजीकरण, आंगनवाड़ी/आशा कार्यकर्ताओं द्वारा घर-घर सहायता और रियल-टाइम डैशबोर्ड का लाभ उठाते हुए एक पूर्णतः डिजिटल कार्यक्रम है। एक समर्पित शिकायत निवारण मॉड्यूल तथा पारदर्शिता, विश्वास और जवाबदेही सुनिश्चित करने वाला नागरिकों से संबंधित पोर्टल है - जो बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ के प्रति सरकार की प्रतिबद्धता को मजबूत करता है। ये लक्षित प्रयास ठोस नतीजे दे रहे हैं। स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय (एमओएचएफडब्ल्यू) की स्वास्थ्य प्रबंधन सूचना प्रणाली (एच एम आई एस) की नवीनतम रिपोर्ट से पता चलता है कि जन्म के समय लिंगानुपात (एसआरबी) 918 (2०14-15)से बढ़कर 93० (2०23-24) हो गया है, जिसमें 12 अंकों का शुद्ध सकारात्मक परिवर्तन हुआ है। मातृ मृत्यु दर 13० प्रति 1००० जन्म (2०14-16) से घटकर 97 प्रति 1००० जन्म (2०18-2०) हो गई है - जो हमारी सरकार के पिछले एक दशक के निरंतर प्रयासों के सकारात्मक प्रभाव को रेखांकित करता है।

प्रत्येाक बच्चाो पोषित, सुरक्षित और संरक्षित वातावरण का हकदार है। हाल के वर्षों में, डिजिटल परिवर्तन ने बाल संरक्षण और कल्याण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। किशोर न्याय अधिनियम के तहत, मंत्रालय ने केयरिंग्सपोर्टल (बाल दत्तक ग्रहण संसाधन सूचना एवं मार्गदर्शन प्रणाली) के माध्यम से गोद लेने के इकोसिस्टसम को मजबूत किया है। यह डिजिटल इंटरफ़ेस एक अधिक पारदर्शी, सुलभ और कुशल गोद लेने की प्रक्रिया सुनिश्चित करता है। डिजिटलीकरण ने बाल देखभाल संस्थानों,पालन-पोषण केंद्रों और जेजे अधिनियम के तहत वैधानिक सहायता संरचनाओं की निगरानी में भी सुधार किया है। राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग (एनसीपीसीआर) द्वारा विकसित प्लेटफॉर्म बाल अधिकारों के उल्लंघन पर सक्रिय रूप से नज़र रख रहे हैं। इस बीच, मिशन वात्सल्य डैशबोर्ड विभिन्न बाल कल्याण हितधारकों के बीच अभिसरण और समन्वय को मजबूत करता है।

यह नया भारत है - जहाँ शासन प्रौद्योगिकी से मिलता है, और जहाँ नीति उद्देश्य से मिलती है। पिछले दशक में, प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के ओजस्वीी नेतृत्व में, महिला एवं बाल विकास मंत्रालय ने न केवल डिजिटल परिवर्तन को अपनाया है - बल्कि इसका समर्थन भी किया है।

जैसे-जैसे हम अमृत कालमें आगे बढ़ रहे हैं, मंत्रालय प्रत्येक महिला और प्रत्येक बच्चे का राष्ट्र निर्माण में भागीदार बनना सुनिश्चित करते हुए आगे बढ़कर नेतृत्व करना जारी रखेगा। प्रौद्योगिकी, पारदर्शिता और लक्षित कार्रवाई के माध्यम से, हम एक ऐसे भविष्य का निर्माण कर रहे हैं जहाँ सशक्तिकरण महज नारा भर नहीं है - बल्कि प्रत्येक भारतीय के लिए वास्तविकता है।

(लेखिका केंद्रीयमहिला एवं बाल विकास मंत्री हैं)

सू- दोकू क्र.004

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

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.03का हल

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

नकदी की बरामदगी साफ कदाचार की घटना

भारत में जैसे भ्रष्टाचार को लगभग स्वीकृति सी मिल चुकी है, किसी भी विभाग में कोई भी काम कराना हो चपरासी से लेकर अफसर तक सबकी यथायोग्य भेंट पूजा को आम जनता ने खुशी से आत्मसात सा कर लिया है।

आए दिन पड़ने वाले छापों में होने वाली ऊपर की कमाई की बरामदगी की खबरा से कोई नहीं चौंकता, लेकिन दिल्ली हाई कोर्ट के तत्कालीन जज जस्टिस यशवंत वर्मा के सरकारी आवास के स्टोर रूम में 14 मार्च की आधी रात को लगी आग बुझाने पहुंचे अग्निशमन कर्मियों को अधजले नोटों की गड्डियां मिलने की खबर जब आई थी तो सब चौंक गए थे।

जज के घर से नकदी की बरामदगी साफ कदाचार की घटना थी, मगर कार्रवाई के नाम पर उन्हें वापस इलाहाबाद हाईकोर्ट भेज दिया गया।

वर्मा खुद को निदरेष बताते हुए अपने खिलाफ षडयंत्र की बात कहते रहे। मामले की जांच के लिए गठित समिति की शुरुआती रिपोर्ट पर कार्रवाई करते हुए पूर्व प्रधान न्यायाधीश संजीव खन्ना राष्ट्रपति द्रौपदी मुमरू और प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को पत्र लिखकर न्यायमूर्ति वर्मा के खिलाफ महाभियोग चलाने की सिफारिश कर चुके हैं।

अब जो ब्योरा सामने आया है; उसके तहत जांच समिति ने 1० दिन की पड़ताल और 55 गवाहों के बयान के आधार जज वर्मा के खिलाफ ठोस सबूत जुटाए हैं और उन्हें हटाने की सिफारिश की है।

अब जो ब्योरा सामने आया है; उसके तहत जांच समिति ने 1० दिन की पड़ताल और 55 गवाहों के बयान के आधार जज वर्मा के खिलाफ ठोस सबूत जुटाए हैं और उन्हें हटाने की सिफारिश की है।

64 पन्नों की रिपोर्ट में समिति ने जस्टिस वर्मा की बेगुनाही की दलीलों को सिरे से खारिज कर दिया। अग्निकांड के अगले ही दिन तड़के कोठी से अधजले नोटों की सफाई कर देने की घटना ने बड़ा मात्रा में नकदी होने के संदेहों को पुख्ता कर दिया।

रिपोर्ट में कहा कि जस्टिस वर्मा के घरेलू स्टाफ ने अपने मालिक के पक्ष में बयान दिए, लेकिन अग्निशमन और दिल्ली पुलिस के स्वतंत्र गवाहों के बयान से साफ है कि जज के सरकारी आवास पर 4-5 बोरियों में नोटों की गड्डियां थीं। परस्पर विरोधी बयानों का विश्लेषण करने के बाद समिति ने घरेलू कर्मचारियों का झूठ पकड़ लिया। समिति ने पाया कि जस्टिस वर्मा की दलीलें सच्चाई से कोसों दूर हैं। पाया गया कि स्टोर पर घर वालों का गुप्त या सक्रिय नियंत्रण था। घटना की एफआईआर न कराने और वर्मा के चुप्पी साध लेने से मामला खुल गया।(आरएनएस)

गैरसेण में विधानसभा सत्र बुलाने के फैसले का परिषद ने किया स्वागत

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद ने गैरसेण में ग्रीष्मकालीन सत्र बुलाने के सरकार के फैसले का स्वागत किया।

आज यहां उत्तराखंड आंदोलनकारी संयुक्त परिषद के प्रदेश वरिष्ठ उपाध्यक्ष व राज्य आंदोलनकारी प्रभात डंडरियाल और नेताजी संघर्ष समिति के प्रमुख महासचिव और राज्य आंदोलनकारी आरिफ वारसी ने एक संयुक्त प्रेस विज्ञप्ति जारी करते हुए प्रदेश की धामी सरकार के उस निर्णय की भूरी भूरी प्रशंसा की है जिसमें उन्होंने विधानसभा का ग्रीष्मकालीन सत्र गैरसेण में बुलाने का एक ऐतिहासिक निर्णय लिया है। लेकिन समिति और परिषद चाहती है कि राज्य की ग्रीष्मकालीन राजधानी गैरसेण न हो बल्कि पूर्ण रूप से स्थाई राजधानी गैरसेण हो ताकि पर्वतीय क्षेत्र का विकास तेजी से हो सके। वैसे भी राज्य आंदोलनकारियों ने आंदोलन के दौरान ही गैरसेण को राजधानी घोषित कर दिया था।

परिषद के उपाध्यक्ष डंडरियाल और समिति के महासचिव वारसी ने यह भी मांग की की दून अस्पताल चौक का नाम स्वर्गीय इंद्रमणि बडोनी के नाम पर सरकार विधिवत घोषित करें क्योंकि जब देहरादून शहर की मेयर मनोरमा शर्मा डोबयाल ने चौक का नाम स्वर्गीय इंद्रमणि बडोनी के नाम पर रखा था। पत्थर भी लगवाया था लेकिन दून चिकित्सालय में जब मरम्मत का कार्य चल रहा था तब वह पत्थर टूट गया था लेकिन वह आज तक नही लगा। उनकी पुण्यतिथि 18 अगस्त के अवसर पर इस पत्थर को पुण्य स्थापित किया जाए। यह पत्थर का लगाना चौक का नाम स्वर्गीय इंद्रमणि बडोनी के नाम पर होना यही आंदोलनकारियों की भावना के अनुकूल कार्य होगा।

सार्वजनिक स्थान पर उत्पात मचाने पर 7 लोगों का चालान

संवाददाता

टिहरी। शराब पीकर उत्पात मचाने वाले सात लोगों को पुलिस ने गिरफ्तार कर उनका पुलिस एक्ट में चालान किया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक टिहरी गढ़वाल के आदेशानुसार तथा अपर पुलिस अधीक्षक, टिहरी एवं क्षेत्राधिकारी चम्बा के निकट पर्यवेक्षण में ऑपरेशन लगाम के तहत सांयकल में चौकी कुमल्डा क्षेत्र अंतर्गत दौराने चेकिंग के शराब पीने, गंदगी फैलाने व उत्पाद मचाने वालों की चैकिंग में 07 व्यक्तियों को उत्पात मचाने और विवाद करने के अन्तर्गत पुलिस अधिनियम के तहत चालान की कार्यवाही की गई।

पकडे गये लोगों ने अपने नाम निखिल पुत्र शंभू निवासी दीपनगर थाना नेहरू कॉलोनी जनपद देहरादून, अजय बलोदी पुत्र गंभीर सिंह निवासी दीपनगर थाना नेहरू कॉलोनी, करमजीत पाल पुत्र प्यारेलाल निवासी दीपनगर थाना, जगमोहन रावत पुत्र बृजेंद्र रावत निवासी दीपनगर थाना- नेहरू कॉलोनी, अंकित पुत्र मेवा लाल निवासी दीपनगर थाना नेहरू कॉलोनी, शिवम कुमार पुत्र प्रमोद कुमार निवासी दीपनगर थाना नेहरू कॉलोनी, निगम पुत्र वीरेंद्र निवासी दीपनगर, बताये। पुलिस ने सभी का पुलिस एक्ट में चालान कर दिया है।

8 पेटी शराब सहित दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

चमोली। पंचायत चुनाव के चलते ले जायी जा रही आठ पेटी अंग्रेजी शराब सहित पुलिस ने दो तस्करों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से तस्करी में प्रयुक्त कार भी बरामद हुई है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना थराली पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कुछ शराब तस्कर अवैध शराब सहित आने वाले है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को गैस एजेंसी रोड, नासिर बाजार क्षेत्र में एक संदिग्ध ट्राइवर कार आती हुई दिखायी दी। पुलिस ने जब उसे रोकना चाहा तो कार चालक कार तेजी से भगाने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। कार सवार दो लोगों को हिरासत में लेकर जब पुलिस ने कार की तलाशी ली तो उसमें रखी 8 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद हुई। पूछताछ में उन्होने अपना नाम वीरेंद्र सिंह पुत्र रघुवीर सिंह, निवासी ग्राम लोल्टी, थाना थराली व गोपाल सिंह बुटोला उर्फ धीरू पुत्र श्याम सिंह, निवासी ग्राम बुडजोला, थाना थराली बताया। पुलिस ने उनके खिलाफ आबकारी अधिनियम की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी गयी है।

छात्रों ने सचिव शिक्षा व मंत्री की निकाली शव यात्रा

संवाददाता

देहरादून। डीएवी छात्र संघ अध्यक्ष सिद्धार्थ अग्रवाल के नेतृत्व में छात्रों ने शिक्षा सचिव व शिक्षा मंत्री की शव यात्रा निकाल प्रदर्शन किया।

आज यहां वीर माधो सिंह भंडारी उत्तराखंड तकनीकी विश्विद्यालय में चल रहे फर्जी डिग्री जाँच प्रकरण, भ्रष्टाचार एवं वित्तीय अनिमिताओ की शिकायतो को लेकर डी.ए.वी. छात्र संघ अध्यक्ष सिद्धार्थ अग्रवाल के नेतृत्व में छात्र पिछले छह माह से सड़को पर आंदोलनरत है। यू.टी.यू सॉफ्टवेयर घोटाले की जांच में सरकार के ढुल मुल रवैये एवं कुलपति डॉ. ओमकार यादव के साथ मिली भगत एवं अंदर खाने लगातार सह दिए जाने से नाराज छात्रों ने आज जमकर नारेबाजी की और साथ ही कुलपति डॉ. ओमकार यादव,परीक्षा नियंत्रक डॉ. वी. के. पटेल, शिक्षा सचिव रणजीत सिन्हा एवं मंत्री सुबोध उनियाल की शव यात्रा निकालकर भ्रष्ट कुलपति के इस्तीफे की मांग की।

उन्होंने कहा की विवादों में शामिल होने पर भी राज्यपाल के सचिव रविराथ रमन मिली भगत करके कुलपति डॉ. ओमकार यादव को एवं विवादित सॉफ्टवेयर को अभी भी जारी रखे हुए है एवं छात्रों का उत्पीडन एवं विश्विद्यालय में भ्रष्टाचार एवं वित्तीय अनिमिताओ का दौर यथावत जारी है ! न सॉफ्टवेयर को हटने दे रहे है एवं ना ही जाँच को आगे बढ़ने दे रहे है ! छह माह से सरकार केवल खाना पूर्ति एवं आश्वासन तक ही सीमित है ! यह एक दम दुर्भाग्य पूर्ण है की राज्यपाल के सचिव रविराथ रमन विवादित कुलपति डॉ. ओमकार सिंह का कार्यकाल 3 वर्ष के लिए पुन: बढ़ाने हेतु अधिकारियों पर दबाव बना रहे है। एवं विवादित सॉफ्टवेयर कंपनी ने 2 करोड़ का और बिल दे दिया है। डी.ए. वी. छात्र संघ अध्यक्ष सिद्धार्थ अग्रवाल ने कहा कि अब छात्रों के हितो से कोई भी खिलवाड़ नहीं होने दिया जायेगा। अब भी शीघ्र कारवाही न होने पर व्यापक राज्य स्तर पर छात्र आन्दोलन करने को मजबूर होंगे जिसकी समस्त जिम्मेदारी सरकार एवं शासन की होगी। इस दौरान सौरभ सेमवाल,स्वयं रावत,मयंक रावत, आकाश, आर्यन, नितिन आदि कई एनएसयूआई कार्यकर्ता मौजूद रहे।

कच्ची शराब की भट्टी पकडी, महिला गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने कच्ची शराब बना रही महिला को गिरफ्तार कर शराब बनाने के उपकरण कब्जे में लिये। पुलिस ने महिला के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है। प्राप्त जानकारी के अनुसार त्यूणी थाना पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक महिला कच्ची शराब बना रही है। पुलिस ने मौके पर पहुंच 40 लीटर कच्ची शराब बरामद कर वहां से गैस सिलेण्डर, भटटी व शराब बनाने के उपकरण जब्त कर लिये। महिला ने अपना नाम माया देवी पत्नी राम सिंह निवासी त्यूणी गेट बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

70 पेटी शराब सहित एक गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

टिहरी। पंचायत चुनाव के लिए वोटरों को लुभाने के उदेश्य से एकत्र की गयी 70 पेटी अंग्रेजी शराब सहित पुलिस ने एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी द्वारा करीब 6 लाख रूपये की 70 पेटी अंग्रेजी शराब दो घरों में छिपायी गयी थी। जानकारी के अनुसार बीती रात एक सूचना के बाद थाना लम्बगांव पुलिस

❑पंचायत चुनावों में की जानी थी इस्तेमाल

द्वारा ग्राम ग्वाड़ के दो घरों में छापेमारी की गयी। जहां से उन्होने एक व्यक्ति को हिरासत में लेकर 70 पेटी अंग्रेजी शराब बरामद की। पूछताछ में उसने अपना नाम नीरज रावत पुत्र गोविन्द रावत निवासी ग्राम ग्वाड़ थाना लम्ब गांव टिहरी गढ़वाल बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी गयी है। पुलिस को अनुसार आरोपी द्वारा उक्त शराब को चुनाव के दृष्टिगत तस्करी कर सप्लाई के उद्देश्य से दो घरों मे छिपा कर रखी गयी थी।

मिस उत्तराखंड ग्रैंड फिनाले का आयोजन 19 को

संवाददाता

देहरादून। सिनमिट कम्युनिकेशंस के डायरेक्टर दलीप सिंधी ने बताया कि 19 जुलाई को मिस उत्तराखंड के ग्रैंड फिनाले का आयोजन होगा।

सिनमिट कम्युनिकेशंस की ओर से मिस पर्सनेलिटी और मिस कैटवॉक 2025 के सब कॉन्टेस्ट का आयोजन किया गया। इस दौरान प्रतिभागियों ने रैंप पर अपनी अदाओं के जलवे बिखेरे। सिनमिट कम्युनिकेशंस की ओर से दो सब कॉन्टेस्ट किए गए। इनमें से मिस पर्सनेलिटी का आयोजन राजपुर रोड स्थित एवलोन एविएशन एकेडमी में हुआ। इस मौके पर प्रतिभागियों ने अपनी पर्सनेलिटी और कॉन्फिडेंस के बारे में बताया। वहीं मिस कैटवॉक सब टाइटल का आयोजन राजपुर रोड स्थित रोमियो लेन में किया गया। जहां प्रतिभागियों ने अपनी वॉक से सबको आकर्षित किया। इस दौरान देहरादून सहित, हरिद्वार, ऋषिकेश, उत्तरकाशी, नैनीताल, रुद्रपुर, पिथौरागढ़, चमोली, बागेश्वर, खटीमा आदि जगहों की युवतियों ने हिस्सा लिया। इस मौके पर सिनमिट कम्युनिकेशंस के डायरेक्टर दलीप सिंधी ने बताया कि 19 जुलाई को मिस उत्तराखंड के ग्रैंड फिनाले का आयोजन होगा। उन्होंने बताया कि पहली बार मिस उत्तराखंड की विनर को फेमिना मिस इंडिया उत्तराखंड में डायरेक्ट एंट्री का मौका मिलेगा। उन्होंने बताया कि ग्रैंड फिनाले का आयोजन हयात सेंट्रिक में किया जाएगा। डायरेक्टर राजीव मित्तल ने बताया कि ये वाकई में हमारे लिए बेहद ही गौरव की बात होगी, जबकि यहां की विनर को फेमिना मिस इंडिया उत्तराखंड में डायरेक्ट एंट्री मिल सकेगी। वही प्रतिभागी भी इसको लेकर बेहद उत्साहित है। इस मौके पर जजेज की भूमिका में मिस उत्तराखंड 2023 ऐश्वर्य बिष्ट, मिस उत्तराखंड 2024 तान्या, मिस उत्तराखंड 2023 की सेकंड रनरअप मानसी ग्रेवाल आदि उपस्थित थे। इस दौरान कोरियोग्राफर जैज पुष्कर सोनी, कॉर्डिनेटर हिमानी रावत, न्यू एरा से राजीव कौशिक आदि ने विशेष सहयोग किया।

डीएम ने मृतक आश्रित को त्वरित नियुक्ति के दिए निर्देश

संवाददाता

देहरादून। जिला प्रशासन द्वारा जनहित में निरंतर एक के बाद फैसले लिए जा रहे है। जिससे जनमानस में सरकार प्रशासन की नीतियों पर विश्वास बढा है। मुख्यमंत्री के जनसेवा सर्वोपरि के संकल्प से प्रेरित देहरादून जिले के जिलाधिकारी सविन बसंल अपनी प्रशासन की कोर टीम के साथ निरंतर जनहित त्वरित निर्णय ले रहे हैं, जिससे जनमानस को सुलभ न्याय मिल रहा है वहीं जनमन में सरकार की नीतियों के प्रति विश्वास बढा है।

जिलाधिकारी सविन बसंल के जनहित में अडिग, उत्कट प्रयासों से सरकार एवं प्रशासन की न्याय व्यवस्था पर विश्वास बढा है। 7 जुलाई के जनता दर्शन में डीएम सविन बसंल के सम्मुख एक ताजा मामला आया जिसमें विधवा फरियादी रेनू ने अपनी शिकायत में बताया कि उनके पति सुरेन्द्र सिंह नगर निगम देहरादून में पर्यावरण मित्र के पद पर

❑जब मृतक कोटे से नौकरी का प्राविधान है तो नगर निगम को किस बात का एतराज

स्थायी रूप से कार्यरत थे तथा उनकी मृत्यु 17 अप्रैल 2025 को हो गई थी, उनकी दो बेटियां है आर्थिक स्थिति बेहद दयनीय हो गई है।

उन्होंने नौकरी के लिए नगर निगम में गुहार लगाई तथा अभिलेख सौंपे। जिस पर अभी तक कोई कार्यवाही नही हो पाई हे। जिस पर डीएम ने त्वरित संज्ञान लेते हुए नगर निगम अधिकारियों व तहसीलदार को तलब करते हुए त्वरित कार्यवाही के निर्देश दिए। नौकरी में इतने विलम्ब का अधिकारियों से कारण पूछा कि जब मृतक कोटे से नौकरी का प्राविधान है तो नगर निगम को किस बात का एतराज है।

डीएम ने स्पष्ट किया कि मृतक आश्रित कोटे से नौकरी, विधवा रेनू का अधिकार इसमें देरी पर नाराजगी जाहिर की तथा एमएनए को त्वरित नियुक्ति के निर्देश दिए। डीएम ने तहसील से नगर निगम को भेजी जाने वाली आख्या प्रेषित करवाई। जिस पर रेनू को अब पति के स्थान पर जल्द नौकरी की आस जग गई है।

जिलाधिकारी के प्रत्येक सोमवार लगने वाले जनता दर्शन कार्यक्रम दूर-दूर से लोग अपनी समस्याओं के समाधान लेकर आ रहे हैं उनको तत्काल समाधान हो रहा है जिससे जनता दर्शन कार्यक्रम में फरियादियों की सख्या निरंतर बढ रही है। अब शिकायत केवल राजस्व विभाग की नही बल्कि अन्य विभागों, प्रा.लि. कम्पनियों, संस्थाओं से भी प्राप्त हो रही है, जिस पर प्रशासन सदैव समाधान को प्रयासरत है।

मुख्य न्यायाधीश का नैनीताल लौटते समय मुरादाबाद में हुआ एक्सीडेंट

संवाददाता

देहरादून। उत्तराखण्ड के मुख्य न्यायाधीश जी. नरेन्द्र का नैनीताल लौटते समय मुरादाबाद में एक्सीडेंट हो गया। प्राप्त जानकारी के अनुसार उत्तराखण्ड के मुख्य न्यायाधीश जी.नरेंद्र का दिल्ली से नैनीताल लौटते समय मोरादाबाद राष्ट्रीय राजमार्ग पर कार एक्सीडेंट हो गया। रविवार शाम एन.एच.में मोरादाबाद के रामगंगा पुल पर आगे चल रही स्कॉड की गाड़ी के इमरजेंसी ब्रेक मारने से चीफ की टोयोटा कैमरी कार अनियंत्रित होकर उसके पीछे से जा भिड़ी। बरसात के मौसम में चीफ की कैमरी के पीछे कारवां में चल रही सुरक्षा जवानों से भरी गाड़ी भी अनियंत्रित होकर मुख्य न्यायाधीश की गाड़ी में पीछे से जा घुसी। मुख्य न्यायाधीश को इस दुर्घटना में हल्के झटके लगे हैं। शनिवार रविवार की छुट्टियों से लौट रहे मुख्य न्यायाधीश की गाड़ी बुरी तरह से श्रतिग्रस्त होने के कारण उन्हें लेने के लिए नैनीताल हाईकोर्ट से अतिरिक्त वाहन गया। श्रतिग्रस्त कैमरी को मुरादाबाद में ही रिपैर के लिए छोड़ दिया गया है। हादसे में सुरक्षा कर्मियों को हल्की फुल्की चोटें आई हैं। घायल दरोगा को मुरादाबाद के निजी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घटना की सूचना पर मुरादाबाद जिला प्रशासन और पुलिस के वरिष्ठ अधिकारी तत्काल मौके पर पहुँच गए। जानकारी के अनुसार, सी.जे.देर रात सुरक्षित नैनीताल पहुंच गए हैं।

जहरीले मशरूम खाने से महिला की मौत, दूसरी गम्भीर

हमारे संवाददाता

बागेश्वर। जंगली मशरूम खाने से जहां एक महिला की मौत हो गयी वहीं दूसरी की हालत चिंताजनक बनी हुई है।

मामला बागेश्वर जनपद के कुंवारी गांव का है। बीते रोज गांव की धनुली देवी अपनी बहू कविता देवी के साथ खेतों में काम कर रही थीं। इसी दौरान उन्हें खेतों में कुछ जंगली मशरूम मिले, जिन्हें उन्होंने तोड़कर सब्जी बनाई और रोटी के साथ खा लिया। कुछ देर बाद ही दोनों की तबीयत बिगड़ने लगी। हालत गंभीर होने पर गांव वालों ने तुरंत प्राथमिक उपाय किए, लेकिन जहरीला मशरूम खाने के चलते बुजुर्ग धनुली देवी की मौत हो गयी। वहीं बहू कविता देवी की स्थिति भी चिंताजनक बनी हुई है और गांव में ही जड़ी-बूटियों से उसका उपचार किया जा रहा है। घटना की सूचना मिलते ही पुलिस और स्वास्थ्य विभाग की टीम मौके के लिए रवाना हो गई। कपकोट एसओ खुशवंत सिंह ने बताया कि पुलिस टीम को आवश्यक कार्रवाई के लिए गांव भेज दिया गया है। वहीं सीएमओ डॉक्टर कुमार आदित्य ने बताया कि स्वास्थ्य विभाग की टीम भी गांव पहुंचकर स्थिति का जायजा ले रही है। उन्होंने सभी लोगों से अपील की है कि वो जंगली मशरूम न खाएं।

चोरी की स्कूटी के साथ गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी की स्कूटी के साथ एक 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 कोतवाली डोईवाला पर नन्दकिशोर निवासी मिस्सरवाला, द्वारा प्रार्थना पत्र दिया कि उनकी मिल रोड डोईवाला स्थित दुकान पर खडी उनकी एक्टिवा को किसी ने चोरी कर ली है। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। घटना के खुलासे तथा गिरफ्तारी हेतु वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक अजय सिंह द्वारा पुलिस टीम को आवश्यक निर्देश दिये गये। पुलिस टीम द्वारा घटना स्थल के आस-पास

तथा आने जाने वाले रास्तों पर लगे सीसीटीवी कैमरों की सहायता से संदिग्धों के सम्बन्ध में जानकारियां एकत्रित की गयी, साथ ही सुरागरसी/पतारसी करते हुए पूर्व में वाहन चोरी की घटनाओ में प्रकाश में आये आरोपियों की वर्तमान स्थिती की जानकारी कर उनका भौतिक सत्यापन किया गया। पुलिस टीम द्वारा किये जा रहे लगातार प्रयासों से पुलिस टीम द्वारा चैकिंग के दौरान चौकी गेट हर्रावाला बैरियर के पास से घटना में शामिल आकाश कुमार पुत्र जगदीश कुमार निवासी शिवाजी एनक्लेव, जैन प्लॉट, रायपुर रोड, थाना रायपुर, को चोरी की स्कूटी के साथ गिरफ्तार किया गया। पूछताछ में उसके द्वारा बताया गया कि वो नशे का आदी है तथा अपने नशे की आवश्यकताओं की पूर्ति के लिये उसके द्वारा उक्त चोरी की घटना को अंजाम दिया गया था। उसका पूर्व में भी चोरी तथा मादक पदार्थों की तस्करी में जेल जाना प्रकाश में आया है, जिसके आपराधिक इतिहास की जानकारी की जा रही है। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

वाहन चोर गैंग के तीन शातिर गिरफ्तार

❑स्कूटी सहित चार दुपहिया बरामद

हमारे संवाददाता

टिहरी। दुपहिया वाहन चोर गैंग का खुलासा करते हुए पुलिस ने तीन लोगों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से स्कूटी सहित चुराये गये चार दुपहिया वाहन बरामद हुए है। तीनों आरोपी शातिर किस्म के अपराधी है जिन पर अन्य राज्यों में भी कई मुकदमें दर्ज है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना मुनि की रेती पुलिस द्वारा कांवड़ियो की आड़ में अन्य राज्यों से आ रहे संदिग्धों की तलाश में चैकिंग अभियान चलाया गया था। इस दौरान पुलिस को चौकी तपोवन क्षेत्रांर्तगत हवाई मोड़ के पास बिना नम्बरों की एक संदिग्ध एक्टिवा व बाइक आती हुई दिखायी दी। पुलिस ने जब उन्हे रूकने का इशारा किया तो स्कूटी व बाइक सवार तीनं लोग अपने वाहनों को मोड़कर भागने लगे। इस पर उन्हे घेर कर दबोचा गया। वाहन के कागजात दिखाने के लिए बोला गया तो वह पुलिस को इधर उधर की बात कहकर टहलाने लगे। इस पर जब उनसे सख्ती से पूछताछ की तो उन्होने बताया कि यह वाहन चोरी के है। साथ ही पुलिस ने उनकी निशानदेही पर चोरी की दो और बाइक चोरों ने यह वाहन सोनीपत हरियाणा, दोघट बागपत उ.प्र., ज्वालापुर हरिद्वार व मुनि की रेती क्षेत्र से चोरी किये गये थे। पूछताछ में उन्होने अपना

नाम तरुण पुत्र जयभगवान निवासी ग्राम पल्ला रामलीला चौक एस.बी.आई. बैंक वाली गली थाना अलीपुर बाहरी दिल्ली, प्रहलाद पुत्र बीरपाल निवासी ग्राम पल्ला हरिजन बस्ती गुरुद्वारे वाली गली म.न. 268 थाना अलीपुर बाहरी दिल्ली व अंकित पुत्र धर्मवीर निवासी चन्दकी नम्बरदार वाली गली म.न. 108 ग्राम पल्ला थाना अलीपुर बाहरी दिल्ली बताया। पुलिस के अनुसार आरोपी शातिर किस्म की अपराधी हैं जिन पर अन्य राज्यों में चोरी के कई मुकदमे दर्ज है।

पकड़े गए आरोपितों से पूछताछ करने पर सामने आया कि इस गिरोह के सदस्यों द्वारा अपने शौक पूरे करने तथा अपनी जरुरतों और अन्य खर्चों को पूरा करने के लिए दुपहिया वाहन चोरी की घटनाओं को अंजाम दे रहे थे। आरोपियों को गिरफ्तार करने वाली पुलिस टीम में प्रभारी निरीक्षक थाना मुनि की रेती प्रदीप चौहान, चौकी प्रभारी तपोवन उ.नि. प्रवीन रावत, उ.नि. सचिन पुण्डीर, अ.उ.नि. दीपक रावत, हे.का. 117 धर्मपाल, हे. का. 64 शिव कुमार व का. कपिल शामिल रहे।

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।