बृहस्पतिवार 33 साल से देहरादून का विश्वास
04 सितम्बर 2025
● देहरादून
● वर्ष 33
● अंक 210
● 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

आपदा से 5702 करोड़ का नुकसान!

❑आपदा का कहर जारी, बढ़ सकता है आंकड़ा

●8 व 9 सितंबर को सर्वे करने आएगी केंद्रीय टीम

विशेष संवाददाता

देहरादून। राज्य सरकार द्वारा विभिन्न विभागों से कराए गए सर्वे के अनुसार मानसूनी आपदा से अब तक 5702 करोड़ का नुकसान होने की संभावना जताई गई है। जिसके आधार पर राज्य सरकार ने केंद्र सरकार से वित्त सहायता प्रदान करने की मांग की गई है।

इस आशय की जानकारी देते हुए आपदा प्रबंधन सचिव विनोद कुमार सुमन ने कहा है कि मानसून काल में राज्य को हुए नुकसान का आकलन करने के निर्देश सभी सरकारी विभागों को दिए गए थे। जिसके आधार पर सरकार ने राज्य को हुए कुल नुकसान का आकलन कर अब केंद्र सरकार को 5702 करोड़ का नुकसान होने तथा वित्तीय सहायता का आग्रह प्रस्ताव (पैकेज) देने की मांग की गई है। उनके द्वारा दी गई जानकारी के अनुसार पीडब्ल्यूडी को 1163 करोड़ तथा सिंचाई विभाग को 266 करोड़ का नुकसान सहित कुल 5702 करोड़ का नुकसान आकलन किया गया है। उनका कहना है कि जल्द ही 8-9 सितंबर के आसपास केंद्रीय टीम आकर राज्य के आपदा स्थलों का स्थलीय निरीक्षण करेगी तथा क्षतिपूर्ति के रूप में दिए जाने वाले पैकेज का निर्धारण करेगी।

उनका कहना है कि राज्य में अभी मानसून का कहर जारी है तथा नुकसान भी लगातार बढ़ता जा रहा है। अभी यह प्रारंभिक आकलन है मानसून की विदाई के बाद ही यह पता चल सकेगा कि कहां कितना नुकसान हुआ और राहत तथा बचाव कार्यों के अलावा लोगों के पुनर्वास के लिए कितने पैसों की जरूरत होगी। सड़कों और पुलों के निर्माण पर कितना खर्च किया जाना है। इस बार राज्य में अतिवृष्टि के कारण सड़क व पुलों के अलावा कृषि क्षेत्र को भी भारी नुकसान हुआ है।

बिजली व पेयजल आपूर्ति को नुकसान हुआ है। उनका कहना है कि सरकार का प्रयास है कि जैसे ही बारिश कम हो और मानसून की विदाई हो उसके तुरंत बाद राज्य में पुनर्निर्माण के कार्य शुरू हो जाएंगे।

सचिव आपदा प्रबंधन एवं पुनर्वास विनोद कुमार सुमन ने बताया कि प्राकृतिक आपदा से वर्ष 2025 में 1 अप्रैल, 2025 से 31 अगस्त, 2025 के मध्य कुल 79 व्यक्तियों की मृत्यु हुई है, 115 लोग घायल हुए हैं तथा 90 लोग लापता हैं। कुल 3953 छोटे तथा बड़े पशुओं की मृत्यु हुई है।

कुल 238 पक्के भवन ध्वस्त हुए हैं, 2 कच्चे भवन ध्वस्त हुए हैं, 2835 पक्के भवन गंभीर रूप से क्षतिग्रस्त हुए हैं तथा 402 कच्चे भवन गंभीर रूप से क्षतिग्रस्त हुए हैं। इसके अतिरिक्त बहुत बड़ी मात्रा में व्यवसायिक भवन, दुकानें/होटल/होमस्टे, रेस्टोरेंट तथा अन्य संरचनायें क्षतिग्रस्त हुई हैं।

दून वैली मेल

संपादकीय

गालियों वाली राजनीति

एक ऐसा व्यक्ति जिसकी राजनीति में अपनी कोई पहचान नहीं है। राहुल गांधी की बिहार में अभी संपन्न हुई वोट का अधिकार यात्रा के अंतिम दिनों में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की स्वर्गीय माता जी को अभद्र भाषा का इस्तेमाल (गाली) देता देखा गया था। इस व्यक्ति को पुलिस द्वारा गिरफ्तार कर लिया गया था। पता चला कि वह टेंपो चालक है तथा वह कभी किसी दल का समर्थक रहा है तो कभी किसी दल का। तथा वर्तमान में औवेसी की पार्टी का कार्यकर्ता है। पुलिस उसके खिलाफ जो भी कानूनी कार्यवाही हो सकती है, कर रही है। कांग्रेस सहित सभी विपक्षी दल एक स्वर से इस व्यक्ति के घृणित कार्य और सोच की निंदा कर रहे हैं जो होनी भी चाहिए क्योंकि मां से अधिक सम्मानित शब्द सनातन में कोई नहीं हो सकता। मां का दर्जा तो भगवान से भी बड़ा माना जाता है। इस मामले ने तूल उस समय पकड़ा जब प्रधानमंत्री मोदी ने बिहार जाकर अपनी जनसभा में कांग्रेस व विपक्षी दलों की घेराबंदी करते हुए अपने 35 मिनट के संबोधन में इस मुद्दे पर 30 मिनट का भाषण ही नहीं दिया अपितु रोने धोने का काम किया। भाजपा के नेताओं ने इस मुद्दे को ऐसा विक्टिम कार्ड बना डाला कि बिहार भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष भी दिखावटी आंसू बहाते दिखे। हर एक राज्य में भाजपा के कार्यकर्ताओं ने कांग्रेस के खिलाफ उनके कार्यालयों पर प्रदर्शन और तोड़फोड़ शुरू कर दी गई। बात यहीं समाप्त नहीं हुई आज बिहार बंद किया जा रहा है। सवाल यह है कि क्या देश भर में कोहराम मचाने वाली भाजपा के लिए क्या इससे बड़ा कोई अन्य मुद्दा रहा ही नहीं है। जब भाजपा इस मुद्दे को इतना बड़ा बना चुकी है तो अब लोग भी पूछ रहे हैं कि क्या बीजेपी उन तमाम मुद्दों से ध्यान भटकाने के लिए इसे इतना बड़ा मुद्दा बनाना चाहती है जिसके कारण अब उसकी राजनीतिक जमीन खिसकती दिख रही है। बिहार में नवंबर में चुनाव होने जा रहे हैं। उससे पूर्व विपक्ष ने यहां वोट अधिकार यात्रा के जरिए जो तहलका मचा दिया है और वोट चोरी और बिहार में जारी एसआईआर के मुद्दे को इतनी बुलंदियों तक पहुंचा दिया है कि बिहार चुनाव में उसे अपनी जीत सुनिश्चित दिखाई दे रही है और इससे घबराकर भाजपा विपक्ष के इस नैरेशन को तोड़ने का प्रयास कर रही है। इसे लेकर प्रशांत किशोर से लेकर अन्य तमाम दलों के नेता भी भाजपा और प्रधानमंत्री मोदी का मजाक उड़ा रहे हैं। दिल्ली में होने वाली प्रेस वार्ताओं तक में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कब-कब किस-किस महिला के लिए क्या-क्या कहा या अन्य भाजपा नेताओं ने कितनी गंदी भाषा शैली का उपयोग किस-किसके लिए किया एक-एक कर सभी को न सिर्फ गिनाया जा रहा है बल्कि अब उल्टे मोदी से ही यह पूछा जा रहा है कि क्या वह सभी महिलाएं किसी की मां या बहन नहीं है। राहुल गांधी की मां सोनिया गांधी से लेकर राजद प्रवक्ता सरिता पासवान तक ऐसी अनगिनत महिलाओं के नाम की लंबी फेहरिस्त विपक्ष के पास है विपक्ष भाजपा नेताओं से पूछ रहा है कि क्या वह अपने इन नेताओं के खिलाफ भी कोई कार्यवाही करेंगे? एक जो इस मुद्दे का चिंतनीय सवाल है वह यह है कि सभी को पता है कि किसी कांग्रेसी नेता ने इस कृत्य को नहीं किया है तो फिर भाजपा कांग्रेस को लेकर क्यों उग्र है दूसरा सवाल यह है कि नरेंद्र मोदी जो सर्वोच्च और सम्माननीय पद पर आसीन हैं क्या उन्हें इस तरह की राजनीति करनी चाहिए। जो सोनिया गांधी को कांग्रेस की विधवा और जर्सी गाय जैसे भद्दे शब्द बोलते रहे हैं। ममता बनर्जी जिनके लिए वह चुनाव प्रचार में दीदी ओ दीदी का संबोधन आपत्तिजनक तरीके से करते थे जिसकी पूरे देश में भर्त्सना भी हुई क्या उन्हें इस तरह के मुद्दों पर राजनीति करनी चाहिए। लेकिन जब सर्वोच्च संवैधानिक पद पर बैठे पीएम खुद ही इसे हवा दे रहे हैं तब देश की राजनीति का स्तर गिरना तय है। इस गाली वाली राजनीति का अगला दौर क्या होगा? चिंतनीय है।

सरस मेले की तैयारियों को लेकर बैठक आयोजित

हमारे संवाददाता

टिहरी। पूर्णानन्द स्टेडियम मुनिकीरेती में आगामी 6 अक्टूबर से 15 अक्टूबर, तक प्रस्तावित सरस मेले की तैयारियों को लेकर आज विकास भवन सभागार, नई टिहरी में मुख्य विकास अधिकारी वरूणा अग्रवाल की अध्यक्षता में बैठक आहूत की गई। मुख्य विकास अधिकारी ने सरस मेले के सफल संचालन को लेकर अधिकारियों को जिम्मेदारी सौंपते हुए सभी को समयान्तर्गत समस्त व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने के निर्देश दिये।

मुख्य विकास अधिकारी ने सरस मेले के अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रम, स्टॉल, परिवहन व्यवस्था, खानपान, स्वास्थ्य शिविर, फण्ड्स, स्टेज, शौचालय, साफ-सफाई आदि समस्त व्यवस्थाओं को लेकर अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिये। मुख्य कृषि अधिकारी को किसान गोष्ठी का प्लान बनाने, शिक्षा, युवा कल्याण एवं संस्कृति विभाग को प्रत्येक दिन आयोजित होने वाले सांस्कृतिक कार्यक्रमों का शैडॅयूल बनाने,

नगरपालिका परिषद् मुनिकीरेती को मेला परिसर में नियमित सफाई करवाने तथा

❑पूर्णानन्द स्टेडियम मुनिकीरेती में आयोजित होगा सरस मेला

मेले के अन्तिम दिन विशेष सफाई अभियान चलाने, बीडीओ को स्टॉल की सूची उपलब्ध कराने, एसडीएम नरेन्द्रनगर और डीटीडीओ को कमरों की व्यवस्था करने तथा समस्त विभागीय अधिकारियों को विभागीय जन कल्याणकारी योजनाओं से संबंधित स्टॉल लगाने के निर्देश दिये गये।

बैठक में सीडीओ वरुणा अग्रवाल, पीडी डीआरडीए पीएस. चौहान, डीडीओ मो. असलम, ईई लघु सिंचाई बृजेश गुप्ता, डीपीआरओ एमएम खान, डीटीडीओ एस.एस.राणा, डीएसओ मनोज डोभाल, एआरटीओ सत्येन्द्र राज, जिला सेवायोजन अधिकारी लक्ष्मी यादव, ईई जल संस्थान प्रशान्त भारद्वाज सहित अन्य संबंधित अधिकारी उपस्थित रहे।

स्मैक के साथ महिला सहित दो गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने स्मैक के साथ महिला सहित दो लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार सेलाकुई थाना पुलिस ने पुरानी पुलिस चौकी के पास एक महिला व पुरूष को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उनको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडे हुए।

पुलिस ने पीछा कर उनको थोडी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उनके कब्जे से 7.05 ग्राम स्मैक बरामद कर ली। पूछताछ में उन्होंने अपने नाम चेतन चौहान पुत्र अनिल कुमार निवासी फेरूपुर रामखेडा हरिद्वार व महिला ने अपना नाम मेहराज निवासी खुशहाल पुर सहसपुर बताया। पुलिस ने दोनों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

नशीले कैप्सूल सहित तस्कर गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से भारी मात्रा में नशीले कैप्सूल बरामद किये गये है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह कोतवाली लक्सर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में कोई नशा तस्कर नशीले सामान की कोई बड़े खेप सहित आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया। इस दौरान पुलिस को एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर दबोचा गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 96 नशीले कैप्सूल बरामद हुए। पूछताछ में उसने अपना नाम बाबर पुत्र नवाब निवासी खारा कुंआ सुल्तानपुर कोतवाली लक्सर जनपद हरिद्वार बताया। बताया कि वह सुल्तानपुर के एक केमिस्ट से सांठ-गांठ कर नशीले कैप्सूलो की तस्करी कर रहा था। तस्कर के विरुद्व थाना कोतवाली लक्सर पर एनडीपीएस एक्ट के अन्तर्गत मुकदमा दर्ज कर केमिस्ट की भूमिका की भी जांच की जा रही है।

नशा तस्करी मामले में फरार आरोपी दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। नशा तस्करी मामले में फरार चल रहे आरोपी को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार कोतवाली ज्वालापुर में दर्ज नशा तस्करी के एक मामले में लम्बे समय से फरार चल रहे आरोपी को पुलिस ने एक सूचना के बाद बीती रात उसके घर से गिरफ्तार कर लिया है। जिसका नाम जावेद पुत्र वकील अहमद निवासी बड़ी सड़क मोहल्ला पावधोई कोतवाली ज्वालापुर हरिद्वार बताया जा रहा है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

स्मैक के साथ हिस्ट्रीशीटर गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने स्मैक के साथ हिस्ट्रीशीटर 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 आयुष अग्रवाल वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक के आदेशानुसार जनपद को नशा मुक्त करने के उद्देश्य से जनपद पुलिस द्वारा चलाये जा रहे अभियान के क्रम में अपर पुलिस अधीक्षक टिहरी गढ़वाल तथा क्षेत्राधिकारी नरेंद्र नगर के पर्यवेक्षण में अवैध रूप से नशीले पदार्थो की तस्करी करने वाले व्यक्तियों की गिरफ्तारी हेतु पुलिस टीम का गठन किया गया। पुलिस टीम द्वारा चैकिंग के दौरान मुनिकीरेती क्षेत्र से

अवैध रूप से स्मैक की तस्करी करते हुये मारकण्डेय जायसवाल पुत्र स्व. उमेश जायसवाल निवासी- गली नं. 1 मायाकुण्ड थाना ऋषिकेश जनपद देहरादून को गिरफ्तार किया गया। जिनके कब्जे से कुल 12 ग्राम स्मैक बरामद हुई। आरोपी थाना ऋषिकेश का हिस्ट्रीशीटर है और पूर्व कई मामलों में जेल जा चुका है। जिसके खिलाफ पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

अत्यधिक चीनी का सेवन बढ़ाती है कई बीमारियों का जोखिम

हमारे खान-पान की आदतें ऐसी हो गई हैं कि शरीर में जरूरत से ज्यादा चीनी पहुंच रही है, और हम इसका अंदाजा तक नहीं लगा पाते। राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन (उत्तर प्रदेश) ने एक जागरूकता अभियान के जरिए लोगों को चीनी के सीमित सेवन की सलाह दी है। उनका कहना है कि अत्यधिक चीनी का सेवन डायबिटीज, मोटापा और हृदय रोग जैसे गंभीर स्वास्थ्य जोखिमों का कारण बन सकता है।

हमारी रोजमर्रा की डाइट में कई ऐसे खाद्य और पेय पदार्थ शामिल हैं, जिनमें छिपी हुई चीनी होती है। एक ३०० मिलीलीटर की सॉफ्ट ड्रिंक में 31.8 ग्राम चीनी और 132 कैलोरी होती है। इसी तरह चॉकलेट पेस्ट्री में 12 ग्राम चीनी और 297 कैलोरी, फ्लेवर्ड जूस में 46.8 ग्राम चीनी और 189 कैलोरी, चॉकलेट में 25 ग्राम चीनी और १०० कैलोरी, और एक गुलाब जामुन में 32 ग्राम चीनी व 254 कैलोरी पाई जाती है। यह आंकड़े बताते हैं कि अनजाने में ही हम अपनी जरूरत से कहीं ज्यादा चीनी का सेवन कर रहे हैं। भारत में चीनी का सांस्कृतिक महत्व भी रहा है, लेकिन पिछले कुछ दशकों में खानपान की आदतों में बड़ा बदलाव आया है। वैश्वीकरण और प्रोसेस्ड फूड्स की उपलब्धता के चलते कोल्ड ड्रिंक, मिठाइयां और पैकेज्ड स्नैक्स का सेवन तेजी से बढ़ा है। इसका सीधा असर लोगों की सेहत पर दिख रहा है। खासकर मोटापा और टाइप 2 डायबिटीज के मामलों में तेजी आई है। एक हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाकर और बच्चों को भी उसकी आदत डालकर, हम न केवल खुद को, बल्कि अगली पीढ़ी को भी गंभीर बीमारियों से बचा सकते हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन भी सुझाव देता है कि दैनिक कैलोरी का केवल 5-१० प्रतिशत हिस्सा ही मुक्त चीनी से आना चाहिए। यह सुनिश्चित करने के लिए हमें अपने खान-पान में फल, सब्जियां और साबुत अनाज को प्राथमिकता देनी चाहिए। अगर समय रहते चीनी के सेवन पर नियंत्रण न किया जाए तो यह जीवनशैली से जुड़ी कई बीमारियों को जन्म दे सकता है। इससे बचाव के लिए जरूरी है कि लोग पैक्ड खाद्य पदार्थों के लेबल पढ़ें, सॉफ्ट ड्रिंक की जगह नींबू पानी या बिना चीनी वाला फ्रेश जूस लें, संतुलित आहार अपनाएं और नियमित व्यायाम करें।

जंक फूड से बच्चों में बढ़ रहा मोटापा

कुछ वर्षों से भारत में भी बच्चों में मोटापा एवं अन्य बीमारियां तेजी से बढ़ता ही जा रही हैं। ये सारी बीमारियां मूल रूप से खानपान की आदतों एवं मोटापे के कारण पनप रही हैं। कुछ बीमारियां बच्चे मां-बाप से गर्भ में ही उपहार स्वरूप प्राप्त कर रहे हैं। गौर से विचार किया जाये तो इस प्रकार के रोगों के लिए जिम्मेदार है सही खानपान का न होना। अधिकांश अभिभावक अपने बच्चों को उनकी मनपसंद टॉफी कोल्ड ड्रिंक आइसक्रीम आदि खाने को दे रहे हैं। यह एक ऐसा उपाय है जिससे वे बच्चों पर अपना प्यार इजहार करना चाहते हैं या फिर उनसे अपना मनमाफिक काम करवाने का तरीका है। यदि बच्चा होमवर्क नहीं कर रहा हो या फिर खेलने की जिद्द कर रहा हो तो इस प्रकार के जंक फूड की सहायता लेने में मां-बाप तनिक भी नहीं हिचकते। वहीं अब जंक फूड से होने वाली बीमारियां गंभीर रूप धारण करने लगी हैं तो इनके विज्ञापनों पर रोक लगाने की मांग बढने लगी है।

अधिकांश बच्चे टी.वी. और कम्प्यूटर से जुड़े हैं। वे न तो खेल के मैदान में जाते हैं न ही किसी प्रकार का व्यायाम करते हैं। पढ़ाई और टी.वी. यानी चारदीवारी के अंदर कैद बच्चे। तो फिर विज्ञापन इन बच्चों को केंद्रित कर ही क्यों न बनाया जाये यह मानसिकता है विज्ञापनदाताओं की।

वास्तविकता तो यह है कि बच्चों की मुहर किसी भी सामग्री को घर के अंदर प्रवेश दिला सकती है खासकर घरेलू व दैनिक उपयोग का सामान। बच्चे तो कोरा कागज हैं उन्हें हानि-लाभ का क्या पता? जिद कर बैठते हैं कि हमें इस ब्रांड की अमुक टॉफी कोल्ड ड्रिंक वगैरह चाहिए और अभिभावक बिना कुछ सोचे-समझे उनकी मांग पूर्ति कर देते हैं। लेकिन अब हमें अपनी मानसिकता बदलनी होगी। विदेशों में जंक फूड को लेकर बहसबाजी छिड़ गयी है। इनके विज्ञापनों पर रोक लगाने की पुरजोर मांग की जा रही है। जन-जागरूकता अभियान के तहत इनके अवगुण बताये-समझाए जा रहे हैं। आज पश्चिमी देशों का अंधानुकरण करने का हमारे देश में प्रचलन काफी बढ़ गया है। जरूरत है जंक फूड त्यागने की। खेलना कूदना सुबह स्वच्छ वायु में टहलना व्यायाम आदि को बच्चों की दिनचर्या में शामिल करना होगा। जन-जागरूकता अभियान चलाकर हर बच्चे को जंक फूड से होने वाले नफा-नुकसान के प्रति जागरुक करना चाहिए।

चेहरे पर लगाती हैं नारियल का तेल तो हो जाए सावधान!

चेहरे के दाग-धब्बे मिटाने के लिए महिलाएं कई तरह के नुस्खे इस्तेमाल करती हैं। जी हाँ और इसी लिस्ट में से एक है नारियल का तेल। नारियल का तेल लोग खाने में शामिल करते हैं क्योंकि इसमें पाए जाने वाले गुण और पोषक तत्व त्वचा के लिए बहुत ही फायदेमंद होते हैं। इसको चेहरे से लेकर शरीर तक पर लगाया जाता है। ऐसा कहा जाता है चेहरे पर नारियल तेल लगाने से स्किन की कई समस्याएं दूर होती हैं। नारियल के तेल में फैटी एसिड, एंटीबैक्टीरियल गुण, विटामिन-ई, प्रोटीन, आयरन जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं। आपको बता दें कि चेहरे पर नियमित नारियल तेल लगाने से त्वचा को कई फायदे होते हैं लेकिन ज्यादा नारियल तेल लगाना भी आपकी त्वचा पर कई समस्याएं खड़ी कर सकता है। आज हम आपको इसी के बारे में बताने जा रहे हैं।

नारियल तेल चेहरे पर लगाने के नुकसान- जी दरसल नारियल तेल में विटामिन-ई, फैटी एसिड और एंटीबैक्टीरियल गुण पाए जाते हैं। इसका इस्तेमाल आप एक सीरम के तौर पर भी कर सकते हैं लेकिन कई लोगों के लिए यह नुकसानदायक भी हो सकता है। इससे उनकी त्वचा में एलर्जी और कई स्किन प्रॉब्लम्स हो सकती हैं।

स्किन पर हो सकते हैं मुहांसे- ज्यादा नारियल तेल चेहरे पर लगाने से त्वचा पर पिंपल्स की समस्या बड़ सकती है। जी हाँ और इसके अलावा चेहरे पर ऑयल और गंदगी जमा होने लगती है। इसकी वजह से आपके चेहरे पर मुंहासे और पिंपल्स की समस्या बढ़ सकती है।

स्किन हो सकती है ऑयली- चेहरे पर ज्यादा इस तेल को लगाने से स्किन पर ऑयल भी बढ़ने लगता है जिसके कारण चेहरे पर धूल-मिट्टी जमा होने लगती है। जी हाँ और लंबे समय तक चेहरे पर नारियल तेल लगाने से स्किन भी ऑयली होने लगती है।

बढ़ सकते हैं चेहरे पर बाल- चेहरे पर ज्यादा नारियल तेल लगाने से बाल भी बढ़ सकते हैं। नारियल तेल से उगने वाले बाल हल्के नहीं बल्कि मोटे होते हैं, इस वजह से अगर आपके चेहरे पर बाल बढ़ रहे हैं तो नारियल तेल का इस्तेमाल न करें।

चेहरे पर हो सकती है एलर्जी- ज्यादा नारियल तेल लगाने से भी स्किन पर एलर्जी हो सकती है। जी हाँ और नारियल तेल की तासीर गर्म होती है और गर्मी के मौसम में स्किन पर नारियल तेल ज्यादा इस्तेमाल करने से स्किन खराब भी होने लगती है।

...तो बच्चा खुशी-खुशी जायेगा स्कूल!

कई बार बच्चे स्कूल जाने के नाम से ही रोने लगते हैं। ऐसे में अभिभावक भी परेशान हो जाते हैं और समझ नहीं पाते कि बच्चे को कैसे राजी करें। इस प्रकार के हालात में प्यार से बच्चों को स्कूल और पढ़ाई की अहमियत बता कर आप उन्हें जाने के लिए मना सकते है। इसके अलावा कई और बातों से भी आप उसे स्कूल जाने को उत्साहित कर सकते हैं।

अक्सर स्कूल जाते समय बच्चे माता-पिता से दूर होने के कारण डरते है। ऐसे में आप उन्हें वहां पर होने वाले खेल-कूद के बारे में बताकर स्कूल जाने के लिए मना सकते है।

स्कूल में बच्चे को दूसरे बच्चों के साथ दोस्ती करने बारे में बताएं। इससे आपका बच्चा दोस्तों के साथ खेल-कूद के बहाने स्कूल जाने लगेगा। बच्चों के लंच बाक्स में उनकी पंसद से ही खाना पैक करें। टिफिन पैक करने से पहले बच्चों से ही पूछ लें कि वो लेच में क्या खाना चाहते है।

आजकल के बच्चे टीचर से जल्दी अटैच हो जाते है लेकिन अगर आपका बच्चा किसी टीचर से डरता है तो उनसे बात करें। इससे बच्चों का डर दूर हो जाएगा और वो स्कूल जाने के लिए तैयार हो जाएंगे।

कई बार बच्चे होमवर्क न करने के कारण भी स्कूल जाने से डरते है। इसलिए नियमित रुस से बच्चों का होमवर्क करवाए। होमवर्क पूरा होने पर उन्हें स्कूल जाने से डर नहीं लगेगा।वहीं कई बार बच्चे सजा के डर की वजह से स्कूल जाने में कतराते है। अगर ऐसा है तो बच्चों से बात करके इसका कारण पूछें। इसकी वजह जानकर उसका हल निकालें और बच्चों को स्कूल जाने के लिए प्यार से मनाए।

कैंसर से बचाव के साथ ही दिल को हेल्दी रखती है हरी प्याज

सिर्फ हरी प्याज या आलू के साथ मिलाकर बनाई गई सब्जी का स्वाद ऐसा होता है कि बच्चे भी इसे आसानी से खा लेते हैं। कोशिश करें कि आप इस प्याज को अपने खाने का हिस्सा जरूर बनाते रहें क्योंकि यह कैंसर से बचाव के साथ ही दिल को हेल्दी रखने में मदद करती है।

दिल की सेहत का रखे ख्याल

हरी प्याज में मौजूद ऐंटीऑक्सिडेंट्स प्रॉपर्टीज डीएनए और सेल्स की टिशू को होने वाले डैमेज को रोकती हैं। वहीं इसमें मौजूद विटमिन सी कलेस्ट्रॉल और ब्लड शुगर लेवल को कम करता है जो दिल की बीमारी के खतरे को कम करता है।

हड्डियों को बनाए मजबूत

हरी प्याज में विटमिन सी और के होता है जो हड्डियों को सुचारू रूप से काम करने में मददगार होते हैं। विटमिन सी जहां हड्डियों में मौजूद कोलेजन को बढ़ाते हुए उन्हें मजबूत बना देता है, वहीं विटमिन के बोन डेनसिटी को मेनटेन रखने में मदद मिलता है जो बोन्स को मजबूती देता है।

फ्लू से बचाव

ऐंटी-बैक्टीरियल और ऐंटी-वायरल प्रॉपर्टीज वाली हरी प्याजा फ्लू, इंफेक्शन और वायरल के वायरस से बॉडी का बचाव करती है। यह बॉडी के सांस के तंत्र को भी हेल्दी रखती है।

आंखों को रखे हेल्दी

हरी प्याज में ल्युटीन और जेक्सैथीन जैसे कारोटेनोइड होते हैं, जो आखों को हेल्दी रखने और उन्हें नुकसान से बचाने में मदद करते हैं। यही खासियत विजन को सुधारने में मदद करने के साथ ही उसे बिगड़ने से रोकने में भी मदद करती है।

कैंसर का खतरा करे कम

हरी प्याज में एलिल सल्फाइड नाम का शक्तिशाली सल्फर कम्पाउंड होता है जो कोलोन कैंसर को रोकने में मदद करता है। इसके फ्लेवोनोइड्स तत्व जैन्थीन ऑक्सीडेस एन्जाइम का बॉडी में प्रॉडक्शन करते हैं जो डीएनए और सेल्स को होने वाले डैमेज को रोकते हैं।

शुगर लेवल करे कम

स्टडीज में यह साबित हुआ है कि हरी प्याज के सल्फर कम्पाउंड बॉडी के ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करने में मदद करते हैं। यह इंसुलिन लेवल को बढ़ाते हुए ब्लड से बॉडी सेल्स तक शुगर बेहतर तरीके से पहुंचाकर यह रिजल्ट देती है।

कान की बीमारी टिनिटस क्या है? जानिए इसकी वजह, लक्षण और इलाज

कई बार हमारे आसपास किसी भी तरह की आवाज नहीं होने के बावजूद हमें कानों में सीटी या भिनभिनाने जैसी आवाजें सुनाई देती हैं। यह आवाजें हमारे कानों से ही आती हैं और थोड़ी देर बाद बंद हो जाती हैं। हालांकि अगर किसी को बार-बार ऐसी आवाजें सुनाई दे रही हैं तो यह खतरनाक हो सकता है क्योंकि यह कानों की बीमारी टिनिटस का एक लक्षण है। आइए आज टिनिटस के बारे में विस्तार से जानते हैं।

क्या होता है टिनिटस?

टिनिटस कान से जुड़ी एक ऐसी बीमारी है जिससे ग्रस्त व्यक्ति को कानों के अंदर से सीटी या भिनभिनाने जैसी आवाज सुनाई देती है। यह बीमारी सुनने की क्षमता कम होने, कान में मैल के जमाव और कान में चोट या संक्रमण आदि के कारण हो सकती है। अगर इसका इलाज सही समय पर नहीं कराया जाए तो इससे मरीज को सोने में परेशानी, निराशा और अवसाद जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं।

टिनिटस किस-किस वजह से हो सकती है?

टिनिटस होने के पीछे का कारण बहरापन, कान में संक्रमण या कान में ब्लॉकेज हो सकता है जो तरल पदार्थ, मैल, गंदगी या अन्य बाहरी सामग्रियों के जमा होने के कारण होता है। इसके अलावा रक्त वाहिका संबंधी डिसऑर्डर, कान की हड्डी में बदलाव और अन्य पुरानी स्थितियां भी टिनिटस का कारण बन सकती हैं। सिर या गर्दन की चोटें, कैंसर और एंटी-डिप्रेसेंट और एंटी-इंफ्लेमेटरी दवाओं का सेवन इस बीमारी को बढ़ा सकते हैं।

क्या हैं टिनिटस के लक्षण?

टिनिटस के शुरुआती लक्षण में कानों में सीटी बजने या भिनभिनाने की आवाजें सुनाई देती हैं। इसके अलावा आप गर्जना, फुफकार या भनभनाहट जैसी आवाजों का भी लंबे समय तक अनुभव करते हैं। इसके साथ ही कान में दर्द भी महसूस होता है। कुछ मामलों में ये आवाजें तेज हो सकती हैं, जिसकी वजह से बाहरी आवाजें सुनना या किसी काम में ध्यान लगाना मुश्किल हो जाता है।

मरीज की स्थिति के आधार पर होता है टिनिटस का इलाज

डॉक्टर मरीज की स्थिति के आधार पर टिनिटस के इलाज का तरीका तय करते हैं। आमतौर पर डॉक्टर सबसे पहले जांच करके यह देखते हैं कि मरीज की सुनने की क्षमता कितनी है। इस प्रक्रिया को ऑडियोमेट्री कहते हैं। इसके बाद वह एक टाम्पेनोमीटर का उपयोग करके आपके कान के परदे की जांच करते हैं। यह जांच डिसऑर्डर का पता लगाने और फिर आवश्यक दवाओं का सुझाव देने में मदद करती है।

योगा पैंट्स को डेली वियर के तौर पर पहनने के लिए अपनाएं ये 5 तरीके

आजकल एथलेजर वियर काफी ट्रेंड में है, जिसमें स्पोर्ट्स वियर और फैशन का अच्छा संयोजन होता है। इसका मतलब है कि आप अपने योगा पैंट्स और लेगिंग्स आदि को सिर्फ एक्सरसाइज के दौरान ही नहीं, बल्कि डेली वियर के तौर पर भी पहन सकती हैं। हाल ही में क्लाउडटेलर (ष्ट्यश्वह्वस्त्रञ्जड्डद्बद्यश्वह्-) की फैशन डिजाइनर नमिता कुरापति ने बताया कि योगा पैंट्स को डेली वियर की तरह कैसे पहनना चाहिए ताकि इससे आपको स्टाइलिश लुक मिले।

शर्ट और ब्लेजर के साथ पहनें

योगा पैंट को स्टाइलिश तरीके से स्टाइल करने के लिए महिलाएं इसे शर्ट और ब्लेजर के साथ पहन सकती हैं। इससे आपको एक फॉर्मल लुक मिलेगा, जो हर दिन ऑफिस में पहनकर जाने के लिए एकदम सही है। इसके लिए अपनी योगा पैंट को एक बटन-डाउन लॉन्ग शर्ट समेत काले रंग के ब्लेजर के साथ पहनें और अंत में स्टाइलिश लोफर्स पहनकर अपने लुक को पूरा करें।

स्वेटर के साथ पहनें

आरामदायक और चिक विंटर लुक के लिए आप अपनी काले रंग की योगा पैंट क्रीम रंग के ओवरसाइज्ड स्वेटर के साथ पहन सकती हैं। अगर बहुत ठंड है तो कूल और ट्रेंडी लुक के लिए स्वेटर के ऊपर डेनिम जैकेट भी पहन सकते हैं। अगर आप अपने इस लुक को कलरफुल बनाना चाहते हैं तो लाल, हरे या पीले जैसे रंग के स्वेटर को भी चुन सकती हैं। ओवर-द-नी बूट्स के साथ अपने लुक को पूरा करें।

ड्रेस के साथ स्टाइल करें

अगर आप अपने स्टाइल के साथ प्रयोग करना चाहती हैं तो योगा पैंट को एक सुंदर ए-लाइन या स्लिप ड्रेस के साथ पहनें। सर्दियों के दौरान आप योगा पैंट को ड्रेस समेत एक स्ट्रक्चर्ड ट्रेंच कोट या एक बड़े आकार के कार्डिगन के साथ भी पहन सकती हैं। आप इस लुक को न सिर्फ ऑफिस, बल्कि कैजुअल गेट-टूगेदर के दौरान भी कैरी कर सकती हैं। हील एंकल लेंथ बूट्स के साथ अपने लुक को पूरा 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

चिचिंडा से बनने वाले ये व्यंजन आपको जरूर आएंगे पसंद!

चिचिंडा एक अनोखी और पौष्टिक सब्जी है, जिसे आमतौर पर लोग ज्यादा पसंद नहीं करते। इसका कारण यह है कि लोगों को इसे अलग अंदाज में बनाना नहीं जानते हैं। आइए आज हम आपको चिचिंडा से बनाए जाने वाले कुछ अनोखे व्यंजनों की रेसिपी बताते हैं। ये व्यंजन आपके रोजमर्रा के खाने को नया स्वाद देंगे और इनका स्वाद चखने के बाद आप इस सब्जी को पसंद करने लगेंगे। अच्छी बात यह है कि इन्हें बनाना भी आसान है।

चिचिंडा की खिचड़ी

चिचिंडा की खिचड़ी एक पौष्टिक और स्वादिष्ट व्यंजन है, जो सेहत के लिए फायदेमंद रहेगा। इसे बनाने के लिए सबसे पहले चावल और मूंग दाल को धोकर भिगो लें। इसके बाद एक पैन में तेल गर्म करें और उसमें जीरा, हींग और अदरक-लहसुन का पेस्ट डालें। अब इसमें चिचिंडा के टुकड़े डालें और थोड़ी देर भूनें। इसके बाद चावल, दाल, हल्दी, नमक और पानी डालकर पकने दें। इसे घी और दही के साथ परोसें।

चिचिंडा का परांठा

चिचिंडा का परांठा एक अनोखा व्यंजन है, जिसे आप अपने नाश्ते में शामिल कर सकते हैं। इसे बनाने के लिए सबसे पहले गेहूं के आटे में बारीक कटा हुआ चिचिंडा डालें। अब इसमें हरी मिर्च, अदरक-लहसुन का पेस्ट, नमक और अन्य मसाले मिलाएं। इस मिश्रण को गूंधें, इसके परांठे बेल लें और उन्हें तवे पर सेंक लें। आप इसे अपनी पसंद की चटनी के साथ खा सकते हैं। यह बड़ों के साथ-साथ बच्चों को भी पसंद आएगा।

चिचिंडा का रायता

अपने कई प्रकार के रायते खाए होंगे, लेकिन चिचिंडा का रायता खा कर आपका मन तृप्त हो जाएगा। इसे बनाने के लिए सबसे पहले दही को अच्छे से फेंट लें। इसके बाद इसमें उबला हुआ और कटा हुआ चिचिंडा शामिल करें। अब इसमें भूने हुए जीरे का पाउडर, कटी हुई हरी मिर्च, नमक और धनिया पत्ती मिलाएं। आप इस रायते को किसी भी व्यंजन के साथ परोसे सकते हैं। यह रायता पेट को ठंडा रखेगा और ताजगी भी देगा।

चिचिंडा का हलवा

सुनने में अजीब लगता है, लेकिन आप चिचिंडा से एक मिठाई भी बना सकते हैं। हम बात कर रहे हैं हलवे की, जिसका स्वाद आपको हमेशा याद रहेगा। चिचिंडा का हलवा बनाने के लिए घी में सूजी या बेसन को भून लें। अब इसमें उबला और कटा हुआ चिचिंडा डालें और अच्छी तरह मिलाएं। इसके बाद इसमें दूध, चीनी और इलायची पाउडर मिलाकर पकाएं। जब हलवा गाढ़ा हो जाए तब गैस बंद करें और थाली में निकालकर परोसें।

चिचिंडा का सांभर

सांभर में मोरिंगा, गाजर और शिमलामिर्च जैसी सब्जियां तो पड़ती हैं। हालांकि, आप इस व्यंजन में चिचिंडा भी मिला सकते हैं। चिचिंडा का सांभर बनाने के लिए सबसे पहले अरहर दाल को उबाल लें। इसके बाद एक पैन में तेल गर्म करें और उसमें राई, उरद दाल और चना दाल डालकर तड़का लगाएं। अब इसमें कटा हुआ चिचिंडा, करी पत्ता, हल्दी, नमक और इमली का रस डालकर पकाएं। अंत में उबली हुई दाल मिलाकर अच्छी तरह पकाएं। (आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -76

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।

ऊपर से नीचे

1. हृदर, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. घोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. बबार्दी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रीय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।

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

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 75 का हल

चु	स्त	■	मु	■	सं	स्था	न	■
ग	■	म	र्दा	न	गी	■	त	म
ली	प	ना	■	■	त	न	■	■
■	ना	ना	■	■	■	■	ज	■
मा	ह	■	रा	■	सा	ज	न	■
न	■	स	ह	दे	व	■	म	द
व	■	म	■	व	न	ज	■	ल
ता	क	त	व	र	■	मी	■	द
■	ल	ल	क	■	क	र	त	ल

राजामौली ने लॉन्च किया राव बहादुर का टीजर

सबसे बड़ा दुश्मन है शक और महेश बाबू प्रेजेंट्स वेंकटेश की राव बहादुर के टीजर में दिखाया गया है कि कहानी का हीरो इसी दुश्मन यानी शक के वश में है। इस फिल्म को जीएमबी एंटरटेनमेंट, ए+एस मूवीज, श्रीचक्रास एंटरटेनमेंट्स और महायान मोशन पिक्चर्स ने बनाया है। महेश बाबू प्रेजेंट्स, वेंकटेश महा की फिल्म राव बहादुर का फर्स्ट लुक पोस्टर आते ही छा गया था। इसमें सत्यदेव का जबरदस्त ट्रांसफॉर्मेशन देखने को मिला, जिसने सबको हैरान कर दिया। पोस्टर ने साफ कर दिया था कि कुछ अलग और खास आने वाला है। जैसे-जैसे लोगों का उत्साह बढ़ता गया, मेकर्स ने रिलीज़ को लेकर सबको उत्सुक बनाए रखा और अब इंतजार खत्म हो चुका है। यूनिक और दिलचस्प अंदाज में बनी इस फिल्म का धमाकेदार टीजर आखिरकार रिलीज कर दिया गया है और सबसे खास बात यह है कि राव बहादुर के टीजर को खुद एसएएस। राजामौली ने लॉन्च किया है।

राव बहादुर का लंबे समय से इंतजार किया जा रहा टीजर अब रिलीज हो गया है। इसमें सत्यदेव नजर आ रहे हैं और यह टीजर पैन-इंडिया फिल्मों के लिए एक नया रिकॉर्ड बना रहा है। पहले लुक में जहां सत्यदेव का शानदार बदला हुआ अंदाज दिखा था, वहीं टीजर हमें एक बड़ी और अलग दुनिया में ले जाता है। ये टीजर अपने अनोखे स्टाइल और शानदार विजुअल्स से सबको आकर्षित कर रहा है। अब दर्शकों का जोश और भी बढ़ गया है, क्योंकि राव बहादुर वाकई में एक अलग और जबरदस्त पैन-इंडिया फिल्म बनने वाली है।

राव बहादुर का टीजर हमें एक रहस्यमयी दुनिया में ले जाता है, जहां सस्पेंस और रोमांच से भरी कहानियां छिपी हुई हैं। इसमें एक अलग ही यूनिवर्स दिखाया गया है, जिसमें ढेरों कहानियां आगे खुलने का इंतजार कर रही हैं। टीजर में सत्यदेव का नया और बदला हुआ लुक देखने लायक है, उनकी एक्टिंग भी कमाल की लग रही है।

फिल्म को एक मनोवैज्ञानिक ड्रामा बताया गया है, जो रहस्य और हकीकत के मिलन पर आधारित है। मेकर्स ने इसे मजाकिया अंदाज में 'एक टीज़र भी नहीं' कहा है, लेकिन सच में ये आने वाली पैन-इंडिया फिल्म की एक झलक है, जो बेहद खास होने वाली है।

बड़े प्रोड्यूसर्स, एक खास सोच वाले डायरेक्टर और दमदार एक्टिंग करने वाले हीरो के साथ, राव बहादुर आने वाले सालों में देखने लायक सबसे खास भारतीय फिल्मों में से एक मानी जा रही है।

सुपरस्टार महेश बाबू और नम्रता शिरोडकर की जीएमबी एंटरटेनमेंट के साथ, राव बहादुर एक नई फिल्म है, जिसे प्रसिद्ध निर्देशक वेंकटेश माहा बना रहे हैं। वेंकटेश माहा ने पहले कांचरापालेम और उमा महेश्वर उग्र रूपस्य जैसी सफल फिल्में बनाई हैं।

यह फिल्म ए+एस मूवीज और स्रीचक्रा एंटरटेनमेंट्स के साथ बनी है, जो तेलुगु सिनेमा की लोकप्रिय कंपनियां हैं। ए+एस मूवीज ने पहले जीएमबी एंटरटेनमेंट के साथ मेजर बनाई थी और स्रीचक्रा एंटरटेनमेंट्स ने केए जैसी मशहूर फिल्म का समर्थन किया है। राव बहादुर की रिलीज़ गर्मियों 2026 में होगी।

अनुराग कश्यप की निशांची का गाना डियर कंट्री हुआ रिलीज

भारतीय सिनेमा के मशहूर निर्देशक और अभिनेता अनुराग कश्यप फिल्म निशांची लेकर आ रहे हैं, जिसका दर्शक बड़ी ही बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। यह फिल्म इसलिए भी खास है, क्योंकि इसके जरिए शिवसेना के संस्थापक बाल ठाकरे के पोते ऐश्वर्य ठाकरे अभिनय की दुनिया में कदम रखने जा रहे हैं। अब निर्माताओं ने निशांची का पहला गाना डियर कंट्री जारी कर दिया है, जिसे विजय लाल यादव ने अपनी आवाज दी है।

अनुराग ने लिखा, सुनो, देखो, बजाओ, और दिल से बोलो... हमें अपने प्यारे देश के लिए हमेशा मरने के लिए तैयार रहना चाहिए। निशांची 19 सितंबर, 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज होने जा रही है। इस फिल्म में वेदिका पिंटो, मोनिका पनवार, मोहम्मद जीशान अय्यूब, पीयूष मिश्रा, मनन भारद्वाज, वरुण ग्रोवर और कुमुद मिश्रा जैसे कलाकार भी नजर आएंगे। फिल्म का नया पोस्टर भी सामने आ गया है, जिसमें ऐश्वर्य और वेदिका समेत तमाम सितारों की झलक दिख रही है।

डियर कंट्री गाना बनाने के अपने अनुभव को बताते हुए, ध्रुव घाणेकर ने कहा, हमारा सोच आसान था, जैसे ही आप इसे सुनो, गाँव की बात समझ आ जाए। हमने पुरानी धुन से शुरुआत की, फिर उसमें देसी और टूटी-फूटी अंग्रेज़ी वाले बोल जोड़े, जो छोटे शहरों की बातों जैसे सीधे दिल से निकलते हैं। मुझे पूरी आज़ादी मिली कि मैं निशानची की कहानी की मस्ती और दिल को मिलाकर गाना बना सकूं। अनुराग की फिल्मों का हमेशा अलग सा संगीत होता है, इसलिए मैं कुछ नया और अलग करना चाहता था। डियर कंट्री' मज़ेदार, थोड़ा हटकर, जड़ों से जुड़ा और बिलकुल असली लगता है।

अनुराग कश्यप ने निशानची फिल्म बनाई है, जिसे अजय राय और रंजन सिंह ने जार पिक्चर्स और फ्लिप फिल्म्स के साथ मिलकर प्रोड्यूस किया है। इस फिल्म की कहानी प्रसून मिश्रा, रंजन चंदेल और अनुराग कश्यप ने लिखी है। यह फिल्म दो भाइयों के मुश्किल रिश्ते की कहानी है, जो अलग-अलग रास्ते चलते हैं और उनके फैसले उनकी ज़िंदगी कैसे बदलते हैं, यह दिखाती है। फिल्म में नए कलाकार ऐश्वर्य ठाकरे दो अहम रोल में हैं, साथ ही वेदिका पिंटो, मोनिका पंवार, मोहम्मद ज़ीशान अय्यूब और कुमुद मिश्रा भी मुख्य भूमिका निभा रहे हैं। फिल्म 19 सितंबर को पूरे देश के सिनेमाघरों में रिलीज़ होगी।

मेरी फितरत में लोगों की चापलूसी करना नहीं: निक्की तंबोली

अभिनेत्री निक्की तंबोली ने उषा नदकर्णी की उस टिप्पणी पर अपनी प्रतिक्रिया दी, जिसमें उषा ने निक्की को घमंडी बोला था। निक्की ने स्पष्ट किया कि वह उषा का बहुत सम्मान करती हैं, लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि वह उनकी हर बात से सहमत हों या उनकी चापलूसी करें।

दरअसल, निक्की तंबोली ने उषा नदकर्णी के इंटरव्यू का एक वीडियो क्लिप अपने इंस्टाग्राम स्टोरीज सेक्शन पर पोस्ट किया, जिसके कैप्शन में निक्की ने लिखा, मैं उषा जी का बहुत सम्मान करती हूं। लेकिन सिर्फ इसलिए कि आप सीनियर हैं और मैं जूनियर, इसका मतलब यह नहीं कि मैं आपकी हर बात मानूं या चापलूसी करूं। आप मुझे घमंडी कहकर आंक नहीं सकतीं। मुझे अपनी असलियत पता है और मेरे प्रशंसक भी इसे जानते हैं। आपके लिए मेरे सम्मान के अलावा, किसी और को मुझे जज करने का हक नहीं है।

बता दें कि उषा नदकर्णी इंटरव्यू में यह कहती नजर आ रही थी कि निक्की ने उनसे कभी बातचीत शुरू नहीं की और वह मुझे हमेशा घमंडी नजर आईं। दोनों ने इस साल सेलिब्रिटी मास्टर शेफ के सेट पर साथ काम किया था।

निक्की, जो रियलिटी शो बिग बॉस में फर्स्ट रनर-अप बनकर मशहूर हुई थीं, उन्होंने अपनी बात को और स्पष्ट करते हुए एक वीडियो बनाया, जिसमें उन्होंने कहा, ऐसे मुश्किल शो में फर्स्ट रनर-अप बनना आसान नहीं था। मैंने अपनी असली शख्सियत के दम पर यह हासिल किया। मेरी फितरत में लोगों की चापलूसी करना नहीं है। मेरे प्रशंसक मुझे मेरे असली रूप के लिए प्यार करते हैं, और उनके साथ मेरा भावनात्मक रिश्ता मेरी असली ताकत है। वहीं, निक्की इन दिनों अपने बॉयफ्रेंड अरबाज पटेल के साथ अपनी लव लाइफ और घूमने-फिरने में व्यस्त हैं। दूसरी ओर, उषा नदकर्णी हाल ही में तब चर्चा में आईं, जब उन्होंने अंकिता लोखंडे के व्लॉग में बताया कि ८० साल की उम्र में उन्हें अकेले रहने का डर सताता है। पिछले साल जून में उनके छोटे भाई का निधन हो गया था, जिसके बाद से वह अकेलेपन के डर से जूझ रही हैं। उषा ने पवित्र रिश्ता में सविता के किरदार से दर्शकों का दिल जीता था और कई बॉलीवुड व मराठी प्रोजेक्ट्स में भी काम किया है।

पुष्पा इंपासिबल के 1000 एपिसोड पूरे, लोगों की कहानियां कहता है ये शो

सब टीवी के फेमस धारावाहिक पुष्पा इंपासिबल ने अपने १,००० एपिसोड पूरे कर लिए हैं। इस उपलब्धि का पूरी टीम ने जश्न मनाया। टीवी सीरियल के १,००० एपिसोड पूरे होने पर एक्ट्रेस गरिमा ने कहा, ये सफर बहुत ही खास फील हो रहा है। इसके लिए मैं बहुत ही उत्साहित हूं। मुझे इसके शूट का पहला दिन आज भी याद है। तब हमने नहीं सोचा था कि हम यहां तक पहुंचेंगे। ये माइलस्टोन मेरे लिए भावुक कर देने वाला पल है।

इस शो का दर्शकों के साथ इतना खास कनेक्शन क्यों है? आपको क्या लगता है लोग इससे इतना कैसे जुड़ रहे हैं?

इसका जवाब देते हुए एक्ट्रेस ने कहा, शो कई कहानियां कहता है, जिनसे लोग अपनी रोजमर्रा की जिंदगी से रिलेट कर पाते हैं। उदाहरण के लिए, एक बहू का अपनी सास से दुखी होना, परिवार के लोगों के बीच बंटी जिम्मेदारियां और एक मां का आगे पढ़ाई करने का फैसला। पूरा परिवार कैसे एक-दूसरे को सपोर्ट करता है, ये बहुत ही रियल और दिल जीतने वाला है। इसकी सफलता का सबसे बड़ा राज इसके परिवार के बीच भावनात्मक रिश्ता है, जो शो में साफ दिखाई देता है। पुष्पा की जिंदगी दुखों से भरी है, लेकिन वो और उसकी फैमिली कैसे उनसे साथ में निपटी, यही इसकी खासियत है। अधिकतर टीवी सीरियल में एक ही कहानी को बढ़ाया जाता है, क्या पुष्पा इंपासिबल इस परिपाटी को तोड़ता है और नई कहानियां कहता है?

इस पर एक्ट्रेस ने कहा, हां इसमें बहुत सारा नया कंटेंट है और दर्शकों की पसंद भी बदली है। इसलिए प्रोड्यूसर और लेखक लगातार ये कोशिश करते रहे हैं कि उन्हें नई कहानी देखने को मिले। जीवन में बदलाव लगातार होते रहते हैं, इसलिए हमारा भी यही उद्देश्य है कि हम दर्शकों की उम्मीदों पर खरे उतरें। आजकल पुराने शो को नया बनाकर लान्च किया जा रहा है। इस ट्रेंड पर बोलते हुए उन्होंने कहा, मैंने ऐसे शो के कई एपिसोड देखे हैं और मुझे ये पसंद आए। ये पुरानी यादों में खोने जैसा है, और मैं उनको भविष्य के लिए शुभकामनाएं देना चाहती हूं। ये पुरानी सुनहरी यादों को वापस लाने का काम करते हैं। एक्ट्रेस ने ये भी बताया कि गणपति उत्सव आने को है और वो अपने परिवार के साथ इसकी तैयारियां कर रही हैं। इसके लिए वो बहुत एक्साइटेड हैं और ये उनका पांचवा गणपति उत्सव होगा।

भारत में आजादी सिर्फ एक राजनीतिक अवधारणा

अजीत द्विवेदी

लोकतंत्र और आजादी सुनिश्चित करने के तमाम आधुनिक उपकरणों, जैसे संविधान आधारित शासन व्यवस्था, न्यायपालिका, मीडिया, तकनीक, नागरिक समाज आदि ने सचमुच लोकतंत्र और आजादी की रक्षा की है या इनके उत्तरोत्तर क्षरण का रास्ता बनाया है? यह एक जटिल सवाल है। एक समय 18वीं सदी के मध्य में महान दार्शनिक ज्यां जॉक रूसो के सामने सवाल था कि आधुनिक विज्ञान और कलाओं ने मनुष्य को बेहतर बनाया है या नैतिक रूप से भ्रष्ट बनाया है? रूसो का जवाब था कि आधुनिक कला और विज्ञान ने मनुष्य को नैतिक रूप से भ्रष्ट बनाया है। रूसो के निष्कर्ष के पौने तीन सौ साल और भारत की आजादी के 78 साल बाद कम से कम भारत के संदर्भ में कहा जा सकता है कि तमाम आधुनिक उपकरणों ने लोकतंत्र और आजादी को सीमित किया है या सीमित करने का प्रयास किया है।

दुर्भाग्य की बात यह है कि देश के नागरिक भी किसी सामाजिक, धार्मिक, सांस्कृतिक या राजनीतिक दबाव में आजादी को सीमित करने के प्रयासों का समर्थन कर रहे हैं या उसमें सक्रिय भागीदारी निभा रहे हैं। एक तरफ सरकारें वाक व अभिव्यक्ति की आजादी को नियंत्रित करने के नए कानून ला रही हैं और संप्रेषण के नए माध्यमों को भी सत्ता तंत्र की मदद से नियंत्रित किया जा रहा है तो दूसरी ओर नागरिक समाज स्वेच्छा से अपनी आजादी गंवाने की प्रक्रिया में शामिल हो रहा है। अगर नागरिक समाज अपने अधिकारों और अपनी आजादी के प्रति सजग रहे तो वह सरकारी दमन का सफल प्रतिरोध कर सकता है। लेकिन मुश्किल यह है कि नागरिक समाज ही अपनी आजादी गंवाने में प्रत्यक्ष या परोक्ष योगदान कर रहा है।

असल में भारत में आजादी को सिर्फ एक राजनीतिक अवधारणा बना दिया गया है। जब आजादी की बात होती है तो घूम फिर कर बात इस पर आ जाती है कि आपको सत्ता प्रतिष्ठान या शीर्ष पर बैठे राजनेता की आलोचना का अधिकार है या नहीं? यानी राजनीतिक बयान देने का अधिकार है या नहीं? माना जाता है कि अगर आपको राजनीतिक बयान देने का अधिकार है तो इसका मतलब है कि आप आजाद हैं। लेकिन ऐसा नहीं होता है। आजादी किसी राजनीतिक प्रतिष्ठान या किसी संविधान ने नहीं दी है या वह राजनीतिक बयानों तक सीमित नहीं है।

मनुष्य आजाद पैदा होता है और उसके मौलिक अधिकार, जिसमें खाने पीने की आजादी, पहनावे की आजादी, अपने मूल्यों के साथ जीवन जीने की आजादी आदि शामिल हैं, उसको स्वाभाविक रूप से मिलते हैं। लेकिन आजादी के 78 साल बाद यह स्थिति है कि कहीं खान पान की आजादी को नियंत्रित किया जा रहा है, कहीं पहनावे पर पाबंदी लगाई जा रही है, कहीं भाषा बोली को नियंत्रित किया जा रहा तो कहीं शादी की उम्र और पसंद को लेकर लोगों को कठघरे में खड़ा किया जा रहा है। इस बुनियादी बात को ही भुला दिया गया है कि अभिव्यक्ति की आजादी का मतलब सिर्फ बोलने की आजादी नहीं है, बल्कि अपनी पसंद का जीवन जीने की आजादी है।

यह ध्यान रखने की जरुरत है कि नागरिकों की मौन या मुखर सहमति और नागरिक समाज की भागीदारी के बगैर लोकतंत्र और आजादी पर पहरा नहीं बैठाया जा सकता है और न उसे सीमित किया जा सकता है। इंदिरा गांधी के प्रयास को इस देश के नागरिकों ने असफल बनाया था। मगर आज स्थितियां बदल गई हैं। अगर आज महाराष्ट्र में वहां की सरकार स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर मांस की बिक्री पर पाबंदी लगा रही है तो यह एक बड़े नागरिक समूह की सहमति के बगैर संभव नहीं है। पहली नजर में ऐसा लगेगा कि यह कितनी छोटी बात है! यह तर्क भी दिया जा रहा है कि अगर एक दिन मांसाहार नहीं करेंगे तो क्या आफत आ जाएगी! लेकिन यह छोटी बात नहीं है और न एक दिन की बात है। धार्मिक त्योहारों के सम्मान में नागरिक समाज की ओर से इसकी शुरुआत हुई थी। कहा गया कि जैन समुदाय के पर्यूषण पर्व के मौके पर महाराष्ट्र और देश के अन्य हिस्सों में मांस, मछली की दुकानें बंद रहेंगी। फिर कहा गया कि नवरात्रों में दिल्ली और देश के अन्य हिस्सों में मांस, मछली की दुकानें बंद रहेंगी।

इसके बाद कहा गया कि कांवड़ यात्रा के समय कांवड़ के पूरे रास्ते में मांसाहार की दुकानें बंद रहेंगी। और अब कहा जा रहा है कि स्वतंत्रता दिवस के दिन भी लोगों को मांसाहार की आजादी नहीं होगी। नागरिक समाज या एक धार्मिक समूह की ओर से किसी खास त्योहार के मौके पर पाबंदी लगाने की जो शुरुआत हुई थी वह सांस्थायिक होती जा रही है। सरकार अब कानून बना कर या आदेश पारित करके लोगों की फूड च्वाइस को नियंत्रित करना चाहती है। इसको छोटी बात नहीं माना जा सकता है। क्योंकि यह संयोग नहीं, बल्कि प्रयोग का हिस्सा है। एक बड़ा समूह इस पर चुप है, लेकिन इस चुप्पी में उसकी रक्षा नहीं है। आगे उसकी भी बारी आएगी।

इसी तरह एक कथित संत अनिरुद्धाचार्य ने लड़कियों को लेकर एक बेहद आपत्तिजनक बयान दिया। उन्होंने 25 साल की उम्र से पहले शादी की सलाह देते हुए कहा कि 25 साल की लड़की चार जगह मुंह मार चुकी होगी तो वह किसी रिश्ते को कैसे निभाएगी'। इस पर विवाद हुआ तो एक स्टैंडर्ड सफाई आई कि उनकी बातों को काट छांट कर प्रस्तुत किया गया। इसके बाद आए एक दूसरे कथित सम्मानित संत प्रेमानंद जी महाराज आए तो उन्होंने अपना निष्कर्ष सुनाया कि, आजकल सौ में मुश्किल से चार पांच लड़कियां ही पवित्र होती हैं, बाकी सब ब्वॉयफ्रेंड गर्लफ्रेंड में लगे रहते हैं'। इनके समर्थन में उतरे महंत राजू दास ने महिलाओं को लेकर कहा, समाज में अर्धनग्न घूम रहे हैं यह उचित नहीं है।

मातृशक्ति पूजा के योग्य है लेकिन अर्धनग्नता नहीं, यह समाज में स्वीकार के योग्य नहीं है'। ये तीन बयान सिर्फ विवादित बयान नहीं हैं। इनकी भाषा तो बेहद भद्दी, अश्लील और आलोचना के योग्य है ही लेकिन इसके पीछे का पूरा विचार आजादी को प्रतिबंधित करने वाला है। दुर्भाग्य से यह काम कोई सरकार नहीं कर रही है, बल्कि सत्ता संरक्षित कथित संत इस तरह की बातें कर रहे हैं और नागरिक समाज उसका समर्थन और बचाव कर रहा है।

अब सवाल है कि अगर 78 साल में हमारी आजादी मजबूत हुई है, हमारा लोकतंत्र मजबूत हुआ है, तकनीक ने हमें अपने को अभिव्यक्त करने की बेहतर सुविधा दी है तो हम उसका क्या कर रहे हैं? हम इस प्रचार का हिस्सा बन रहे हैं कि लड़कियों को 25 साल की उम्र तक माता पिता की पसंद से शादी कर लेनी चाहिए नहीं तो उसको चार जगह मुंह मारने वाला' कहा जाएगा, उसको चरित्रहीन ठहराय जाएगा और रिश्ते निभाने की उसकी क्षमता पर सवाल उठाया जाएगा! यह एक बहुत बड़ा विषय है, जिसकी गहराई में जाएं तो बहुत पन्ने काले करने होंगे लेकिन मुख्य रूप से यह स्त्रियों की पढ़ने लिखने, नौकरी करने, अपनी योग्यता साबित करने और उम्र के किसी भी पड़ाव पर अपनी पसंद से शादी करने या अपनी पसंद के व्यक्ति के साथ रहने की आजादी को सीमित करने का प्रयास है।

पता नहीं क्यों भारत का समाज स्त्रियों से इतना घबराया हुआ है कि ये कथित साधु संत आगे किए गए हैं आजादख्याल स्त्रियों को चरित्रहीन साबित करने और उनकी आजादी को नियंत्रित करने के लिए? ऐसा लग रहा है कि आजादी के 78 साल बाद भारत के सत्ता तंत्र को समझ में आ गया है कि जोर जबरदस्ती से आजादी को नियंत्रित नहीं किया जा सकता है तो उसने धर्म, संस्कृति, परंपरा आदि के नाम पर खान पान, पहनावे और स्त्री पुरुष संबंधों को नियंत्रित करने का प्रयास शुरू किया है। नागरिक समाज खुशी खुशी इसमें शामिल हो रहा है। उसको लग रहा है कि वह दूसरों से श्रेष्ठ है इसलिए उसको अपनी आजादी और अपनी पसंद का समर्पण कर देना चाहिए। असल में यह मानसिक गुलामी का प्रतीक है। यह ध्यान रखें अगर किसी समाज में नागरिकों के खान पान, पहनावे और निजी व सामाजिक संबंधों को किसी भी स्तर पर नियंत्रित कर लिया गया तो उससे उसकी राजनीतिक आजादी छीनना बहुत आसान हो जाएगा। (ये लेखक के अपने विचार हैं)

सू- दोकू क्र.76

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 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.75का हल

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

चेहरे को डिटॉक्स करने के लिए अपनाएं ये 5 सरल और प्रभावी तरीके

हमारे चेहरे की त्वचा रोजाना कई तरह के प्रदूषकों के संपर्क में आती है, जिससे वह सुस्त और थकी हुई दिखने लगती है। ऐसे में चेहरे को डिटॉक्स करना जरूरी है ताकि वह फिर से ताजगी और चमक पा सके। आइए जानते हैं कुछ आसान तरीके, जिनसे आप अपने चेहरे को आसानी से डिटॉक्स कर सकते हैं और उसे स्वस्थ और चमकदार बना सकते हैं।

डबल क्लींजिंग अपनाएं

डबल क्लींजिंग एक प्रभावी तरीका है, जिससे आप अपने चेहरे को गहराई से साफ कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले तेल आधारित क्लींजर या मेकअप हटाने वाले उत्पाद का उपयोग करें, जो मेकअप और गंदगी को हटाने में मदद करता है। इसके बाद एक हल्के झाग वाले क्लींजर का उपयोग करें, जो त्वचा की गहराई तक जाकर उसे साफ करता है। इस प्रक्रिया से आपकी त्वचा न केवल साफ होगी, बल्कि वह नमी से भरपूर भी महसूस होगी।

एक्सफोलिएशन करें

चेहरे की मृत त्वचा को हटाने के लिए एक्सफोलिएशन जरूरी है। इसके लिए आप स्क्रब या केमिकल एक्सफोलिएटर का उपयोग कर सकते हैं। स्क्रब करते समय हल्के हाथों से मसाज करें ताकि रक्त संचार बेहतर हो सके और त्वचा को पोषण मिले। केमिकल एक्सफोलिएटर में ऐसे तत्व होते हैं जो त्वचा की ऊपरी परत को धीरे-धीरे हटाते हैं और नई, स्वस्थ त्वचा को उभारते हैं। हफ्ते में एक या दो बार एक्सफोलिएशन करना पर्याप्त होगा।

क्ले मास्क लगाएं

क्ले मास्क चेहरे की गहराई तक जाकर उसे साफ और ताजगी से भर देता है। ये मास्क त्वचा से अतिरिक्त तेल, गंदगी और हानिकारक तत्वों को बाहर निकालने में मदद करते हैं। इसके अलावा ये त्वचा को ठंडक भी पहुंचाते हैं और रोमछिद्रों को छोटा करते हैं। सप्ताह में एक बार क्ले मास्क का उपयोग करने से आपकी त्वचा साफ, स्वस्थ और चमकदार दिखेगी। यह प्रक्रिया त्वचा को नई ऊर्जा देती है।

मॉइस्चराइजर का करें इस्तेमाल

डिटॉक्स प्रक्रिया के बाद त्वचा को नमी प्रदान करना बहुत जरूरी है ताकि वह फिर से ताजगी भरी दिखे। इसके लिए आप हल्का जेल आधारित मॉइस्चराइजर या नमी देने वाले सीरम का उपयोग कर सकते हैं। यह न केवल त्वचा को नमी प्रदान करेगा बल्कि उसे मुलायम भी बनाएगा। इसके अलावा यह त्वचा की चमक को बढ़ाएगा और उसे स्वस्थ रखेगा। नियमित उपयोग से आपकी त्वचा ताजगी भरी और चमकदार दिखेगी।

चेहरे की मालिश करें

चेहरे की मालिश से रक्त संचार बेहतर होता है और त्वचा को प्राकृतिक चमक मिलती है। मालिश के लिए आप किसी अच्छे तेल का उपयोग कर सकते हैं, जैसे कि बादाम का तेल या जैतून का तेल। हल्के हाथों से चेहरे पर गोलाकार गति में मालिश करें ताकि रक्त संचार बेहतर हो सके और त्वचा को पोषण मिले। इससे आपकी त्वचा न केवल आरामदायक महसूस करेगी, बल्कि वह ताजगी भरी भी दिखेगी और स्वस्थ रहेगी।(आरएनएस)

अपर पुलिस महानिदेशक ने आने वाले पर्वो पर सुरक्षा व्यवस्था के दिये निर्देश

संवाददाता

देहरादून। अपर पुलिस महानिर्देशक वी. मुरूगेशन ने आने वाले पर्वो पर सुरक्षा व्यवस्था चाक चौबंद रखने के सभी जिला प्रभारियों को निर्देश दिये।

आज यहां वी. मुरुगेशन, अपर पुलिस महानिदेशक, अपराध एवं कानून व्यवस्था, उत्तराखण्ड द्वारा वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से गढ़वाल एवं कुमाऊँ रेंज सहित समस्त जनपदों के वरिष्ठ/पुलिस अधीक्षकों के साथ लम्बित विवेचनाओं एवं 5 सितम्बर 2025 को बारावफात पर्व की सुरक्षा व्यवस्था के सम्बन्ध में जनपदवार विस्तृत समीक्षा/चर्चा की गई। सभी जनपद प्रभारियों को ईद-ए-मिलाद/मिलाद-उल-नबी (बारावफात) के दौरान साम्प्रदायिक सौहार्द एवं शान्ति/कानून व्यवस्था बनाये रखने हेतु आवश्यक पुलिस प्रबन्ध करने, थाना स्तर पर सी.एल.जी. एवं पीस कमेटी की बैठकें आज ही आयोजित करने, पर्व पर भीड़ के आवागमन को दृष्टिगत रखते हुए सुचारू यातायात व्यवस्था हेतु यातायात प्लान बनाने हेतु निर्देशित किया गया। ताकि सार्वजनिक स्थलों पर आतिशबाजी के कारण आवागमन में असुविधा न होने के साथ ही जुलूस के आयोजकों को पूर्व की भान्ति परम्परागत मार्गों से ही जुलूस को ले जाने हेतु निर्देशित किया गया। अपर पुलिस महानिदेशक ने विवेचनाओं को लेकर की गई अपेक्षाओं से अधिकारियों को अवगत कराते हुए निर्देशित किया गया कि प्रत्येक लम्बित विवेचना न केवल पीड़ित को न्याय दिलाने में विलंब करती है। अत: यह अनिवार्य है कि सभी लम्बित विवेचनाओं का निस्तारण निश्चित समयसीमा में किया जाए। सभी जनपद प्रभारियों को अपने-अपने जनपद में लम्बित विवेचनाओं की व्यक्तिगत रूप से निगरानी कर उनकी प्रगति का परीक्षण, शेष रह गई कमियां/कार्यवाही प्राथमिकता के आधार पर समयबद्ध निस्तारण सुनिश्चित करने हेतु निर्देश दिये गये। गैंगस्टर एक्ट के लम्बित विवेचनाओं में शेष कार्यवाही को जिलाधिकारी से समन्वय करते हुए कार्यवाही तत्काल पूर्ण करने के निर्देश दिए गए। उक्त के अतिरिक्त दोनों परिक्षेत्र प्रभारियों को भी अपने निकट पर्यवेक्षण में लम्बित मूल विवेचना, पार्ट पेण्डिग एवं पुर्नविवेचनाओं, विशेषकर 02 वर्ष से अधिक समय से लम्बित की समीक्षा करके निस्तारण कराने के निर्देश दिए गए। विवेचना में शिथिलता व लापरवाही बरतने वाले विवेचकों की जवाबदेही तय करके नियमानुसार कार्यवाही की जाए। समीक्षा गोष्ठी में नीलेश आनन्द भरणे, पुलिस महानिरीक्षक, अपराध एवं कानून व्यवस्था, नवनीत भुल्लर, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ एवं अन्य वरिष्ठ पुलिस अधिकारी मौजूद रहे।

सर्विस पर दी स्कूटी वापस ना करने पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। सर्विस पर दी स्कूटी को वापस न करने पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार बद्रीपुर निवासी निधि पंवार ने नेहरू कालोनी थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने गांव के ही वालिया सर्विस सेन्टर में अपनी स्कूटी सर्विस के लिए दी थी। लेकिन जब वह अपनी स्कूटी वापस लेने के लिए गयी तो सर्विस सेन्टर के संचाल क प्रतीक वालिया ने स्कूटी देने से इंकार कर दिया और उसके साथ गाली गलौच कर वहां से भगा दिया।

दो भाईयों में मारपीट, मुकदमा दर्ज

संवाददाता

देहरादून। दो भाईयों में मारपीट के मामले में पुलिस ने दोनों तरफ से मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार रेशम माजरी निवासी अरप्रीत सिंह ने डोईवाला कोतवाली में अपने भाई अमरीक सिंह के खिलाफ घर में घुसकर मारपीट करने व जान से मारने की धमकी देने का मुकदमा दर्ज कराया। वहीं दूसरी तरफ से अमरीक सिंह ने भी अरप्रीत सिंह के खिलाफ मारपीट करने का मुकदमा दर्ज कराया। पुलिस ने दोनों के मुकदमें दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मेयर ने स्वतंत्रता संग्राम सेनानी पार्क में किया वृक्षारोपण

संवाददाता

हरिद्वार। नगर निगम की मेयर श्रीमती किरण जैसल ने स्वतंत्रता सेनानी पार्क में वृक्षारोपण किया।

आज यहां नगर निगम की मेयर श्रीमती किरण जैसल ने नगर निगम के अधिकारियों के साथ पूर्व में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आवहान पर केंद्रीय कर्तव्य पथ संकल्प यात्रा के दौरान नगर निगम प्रशासन द्वारा विकसित किए गए स्वतंत्रता सेनानी पार्क के प्रांगण में पूर्व मंडी अध्यक्ष संजय चोपड़ा के संयोजन में अमर शहीद स्वतंत्रता सेनानियों की याद में वृक्षारोपण किया। इस दौरान उन्होंने स्वतंत्रता सेनानी पार्क का निरीक्षण कर पार्क के रखरखाव सुधार के साथ सौंदर्यकरण के मौके पर ही नगर निगम के सहायक नगर आयुक्त श्याम सुंदर प्रसाद वह निर्माण विभाग के अधिकारियों को कड़े निर्देश निर्गत किए। वहीं नगर निगम द्वारा मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के निर्देशन में उत्तराखंड नगरी फेरी नीति नियमावली के नियम अनुसार नगर निगम द्वारा विकसित किए गए प्रथम वेंडिंग जोन के सभी लाभार्थी लघु व्यापारियों की जनसुनवाई कर बिजली पानी सीसीटीवी कैमरा सड़क साफ सफाई वह अन्य सुविधाओं के लिए सभी लघु व्यापारियों को उचित आश्वासन देकर वेंडिंग जोन से संबंधित अधिकारियों को भी निर्देशित किया। इस अवसर पर हरिद्वार नगर निगम की मेयर श्रीमती किरण जैसल ने कहा नगर निगम द्वारा विकसित किए गए सभी पार्कों का सौंदर्यकरण किया जाएगा और रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों को सभी चिन्हित वेंडिंग जोन में व्यवस्थित व स्थापित किए जाने को लेकर नगर आयुक्त संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया जा चुका है। उन्होंने कहा कि नगर निगम द्वारा सभी विकसित किए गए वेंडिंग जोन और नए क्षेत्रों में नए वेंडिंग जोन बनाए जाने के लिए सर्वे कराए जा रहे हैं।

उन्होंने कहा कि शीघ्र ही रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों का शोषण व उत्पीड़न ना हो उसके लिए योजना एवं नियम बनाए जाने के लिए करवाई प्रचलन में है। लघु व्यापार एसो.के प्रांतीय अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने नगर निगम की मेयर श्रीमती किरण जैसल का आभार प्रकट करते हुए कहा नगर निगम क्षेत्र के सभी सार्वजनिक पार्कों की देखभाल के साथ समय-समय पर वृक्षारोपण के साथ स्वच्छता जनं जागरण अभियान निरंतर जारी रखने होंगें। संजय चोपड़ा ने कहा नगर निगम क्षेत्र के सभी पंजीकृत रेड़ी पटरी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों को राज्य सरकार के संरक्षण में व्यवस्थित में स्थापित किए जाने की कार्रवाई का लक्ष्य नगर निगम प्रशासन की ओर से निर्धारित किया जाना न्याय संगत होगा। प्रथम वेंडिंग जोन के प्रांगण में नगर निगम की मेयर श्रीमती किरण जैसल का स्वागत कर अपनी समस्याओं के निदान की मांग करते स्थानीय लघु व्यापारियों में मोहनलाल, कैलाश चौधरी, वीरेंद्र कुमार, राम बहादुर, मनोज, जय सिंह, श्याम कुमार, बलवीर गुप्ता, सुनील कुकरेती, फूल सिंह, चंदन रावत, सुमन गुप्ता, आशा देवी, मंजू पाल, कामिनी मिश्रा, सीमा देवी, पूनम, पुष्पा दास, सावित्री देवी आदि सैकड़ो लघु व्यापारी शामिल रहे।

लूट का खुलासा, दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बैंक से पेंशन निकालकर घर जा रहे व्यक्ति से हुई 40 हजार रूपये की लूट का खुलासा करते हुए पुलिस ने मात्र कुछ घंटो में ही दो आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से लूटी गयी नगदी व लूट में प्रयुक्त बाइक बरामद हुई है।

मामला रुड़की क्षेत्र के कोतवाली गंगनहर का है जहां बीते रोज बुलेट सवार अज्ञात बदमाशों ने पंजाब नेशनल बैंक रामनगर से अपनी पेंशन के 40 हजार रूपये लेकर साइकिल से जा रहे बुजुर्ग से गणेश वाटिका डाकघर के सामने धक्का मुक्की कर डरा धमका कर नगदी व बैंक सम्बन्धी दस्तावेज छीन लिए गये। जिला गन्ना अधिकारी के पद से रिटायर हुए पीड़ित बुजुर्ग ऋषिपाल सिंह निवासी सुभाषनगर रुडकी द्वारा दी गई शिकायत के आधार पर पुलिस ने कोतवाली गंगनहर में अज्ञात लोगों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लुटेरो की तलाश शुरू कर दी गयी। लुटेरों की तलाश में जुटी पुलिस टीमों द्वारा क्षेत्र के एक इन्टर कॉलेज के गेट के पास से दो लडको को हिरासत में लेकर उनके कब्जे से लूट के दौरान इस्तेमाल की गई बुलेट मोटर साइकिल व 40 हजार रूपये की नगदी बरामद की गयी। पूछताछ में उन्होने अपना नाम यश अग्रवाल पुत्र स्व. अमरीश अग्रवाल निवासी राजेन्द्रनगर कोतवाली गंगनहर हरिद्वार व शिवा सैनी पुत्र नरेश सैनी बताया। पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

कांग्रेस की बैठक में बवाल, खुलकर दिखी गुटबाजी

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। उत्तराखंड कांग्रेस पार्टी की आंतरिक गुटबाजी एक बार फिर सुर्खियों में है। इसका ताजा उदाहरण रुद्रपुर से सामने आया है। यहां पार्टी की नई कार्यकारिणी गठन और संगठनात्मक विस्तार को लेकर आयोजित बैठक में कांग्रेस की गुटबाजी खुलकर सामने आई। बैठक के दौरान नगर अध्यक्ष के चयन को लेकर कार्यकर्ताओं के दो गुट आपस में भिड़ गए। इस घटना ने पार्टी की एकता पर फिर सवाल खड़े कर दिए हैं।

बता दें कि आज रुद्रपुर में कांग्रेस पार्टी की नई कार्यकारिणी के गठन और संगठनात्मक विस्तार को लेकर सिटी क्लब में एक बैठक आयोजित की गयी थी, लेकिन बैठक में उस समय हंगामा हो गया, जब पार्टी के दो गुट आपस में भिड़ गए। देखते ही देखते बात इतनी बिगड़ गयी कि नौबत मारपीट तक पहुंच गयी। इस दौरान दोनों गुटों के लोगों ने एक-दूसरे के लिए अपशब्दों का प्रयोग भी किया। इससे बैठक के दौरान अफरा-तफरी मच गयी। मारपीट में एक कार्यकर्ता चोटिल हो गए, जिन्हें अस्पताल ले जाया गया है। वहीं घटना के बाद किच्छा विधायक तिलक राज बेहड़ ने नाराजगी जाहिर की और अराजकता फैलाने वालों पर सख्त कार्यवाही की मांग की।

रुद्रपुर में आयोजित बैठक का उद्देश्य लंबे समय बाद कांग्रेस के संगठनात्मक ढांचे को मजबूत करना और नई कार्यकारिणी के गठन के लिए कार्यकर्ताओं की राय लेना था। लेकिन यह बैठक शुरू से ही विवादों में घिर गई। खबरों की मानें तो बैठक स्थल पर लगे पोस्टरों में तराई के बड़े नेता पूर्व मंत्री और वर्तमान में किच्छा विधायक तिलक राज बेहड़ की तस्वीर नदारद थी, जिसे लेकर कार्यकर्ताओं में नाराजगी फैल गई। यह मुद्दा जल्द ही चर्चा का विषय बन गया और कार्यकर्ताओं के बीच तनाव पैदा हो गया। वर्तमान जिला, नगर अध्यक्ष और तिलक राज बेहड़, संजय जुनेजा के समर्थक गुटों के बीच पहले से ही तनातनी की खबरें थीं और यह बैठक इस तनाव को और बढ़ाने का कारण बन गई। बैठक के अंत में स्थिति तब और बिगड़ गई, जब वर्तमान जिला, नगर अध्यक्ष के समर्थकों और तिलक राज बेहड़ व संजय जुनेजा के गुटों के बीच तीखी नोकझोंक शुरू हो गई। बात इतनी बढ़ गई कि दोनों गुटों के कार्यकर्ता आपस में भिड़ गए।

महिला सशक्तिकरण के लिए कार्य करती रहेगी सरकारः मुख्यमंत्री

हमारे संवाददाता

देहरादून। सर्वे चौक स्थित आईआरडीटी सभागार में आयोजित राज्य स्त्री शक्ति, तीलू रौतेली एवं आंगनवाड़ी कार्यकर्ता पुरस्कार वितरण समारोह में आज मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने विभिन्न क्षेत्रों में उल्लेखनीय कार्य करने वाली 13 महिलाओं को तीलू रौतेली पुरस्कार और 33 आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों को उनके उत्कृष्ट सेवा कार्य के लिए सम्मानित किया गया।

इस मौके पर सीएम पुष्कर सिंह धामी ने वीरांगना तीलू रौतेली को नमन करते हुए कहा कि, तीलू रौतेली ने महज 15 वर्ष की उम्र में अपने रण कौशल से विरोधियों को परास्त किया। जिस उम्र में बच्चे खेलना, कूदना और पढ़ना सीखते हैं, उसी उम्र में तीलू रौतेली ने अदम्य साहस और वीरता का परिचय दिया। इसलिए वीरांगना तीलू रौतेली को उत्तराखंड की झांसी की रानी कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी। मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी 'नारी तू नारायणी' के मंत्र के साथ मातृशक्ति के कल्याण एवं सशक्तिकरण के लिए कार्य कर रहे है। संसद और विधानसभाओं में महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण प्रदान करने की बात

●13 महिलाओं को तीलू रौतेली पुरस्कार व 33 आंगनवाड़ी कार्यकत्रियों को उत्कृष्ट सेवा कार्य सम्मान

हो या बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ अभियान, उज्ज्वला योजना, लखपति दीदी योजना, केंद्र सरकार हर तरह से महिलाओं को सशक्त बना रही है, इसी तरह ट्रिपल तलाक जैसी कुप्रथा को समाप्त करके भी प्रधानमंत्री मोदी ने देश की महिलाओं को सामाजिक तौर पर मजबूत किया है।

उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री के मार्गदर्शन में राज्य सरकार भी मातृशक्ति के कल्याण के लिए समर्पित होकर कार्य कर रही है। इसी क्रम में राज्य सरकार ने जहां महिलाओं के लिए सरकारी सेवाओं में 30 प्रतिशत आरक्षण लागू किया है। वहीं महिलाओं की सुरक्षा और उनके अधिकारों की रक्षा के लिए देश में सर्वप्रथम "समान नागरिक संहिता" को लागू करने का ऐतिहासिक कार्य किया है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार 'मुख्यमंत्री लघु उद्योग प्रोत्साहन योजना' और 'उद्यमिता विकास कार्यक्रम' जैसी योजनाओं के माध्यम से भी मातृशक्ति को सशक्त बनाने का प्रयास कर रही है। महिलाओं को आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बनाने के लिए महिला स्वयं सहायता समूहों को 5 लाख रुपये तक का ब्याज-मुक्त ऋण प्रदान किया जा रहा है। राज्य सरकार ने वर्ष 2023 से तीलू रौतेली पुरस्कार राशि 31 हजार रुपए से बढ़ाकर 51 हजार और आंगनवाड़ी कार्यकर्ता पुरस्कार धनराशि 21 हजार रुपए से बढ़ाकर 51 हजार कर दी है।

उन्होने कहा कि पहले जहां आंगनवाड़ी बहनों को 7500 रुपए का मानदेय मिलता था, उन्हें अब 9300 रुपए कर दिया गया है। इसी तरह अब मिनी आंगनवाड़ी को 4500 के बजाय 6250 और सहायिकाओं को 3550 के बजाय 5250 रुपए का मानदेय मिलता है। इसके साथ ही आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को सुपरवाइजर के पद पर पदोन्नति दिए जाने का भी प्रावधान किया गया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि आगे भी महिलाओं के अधिकारों और सम्मान की रक्षा के लिए पूरी शक्ति, निष्ठा और समर्पण के साथ कार्य करते रहेंगे। आयोजन में विधायक खजान दास, सचिव चंद्रेश कुमार, निदेशक बंशीलाल राणा सहित बड़ी संख्या में महिलाएं शामिल हुई।

लापता युवक का शव संदिग्ध अवस्था में मिला

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। बीती शाम से लापता एक युवक का शव संदिग्ध अवस्था में गंग नहर के बीच वाली पटरी पर पड़ा मिलने से हड़कंप मच गया। मौके पर पहुंची पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है।

जानकारी के अनुसार कलियर के मुर्तबपुर नई बस्ती निवासी भोला जो कि पीपल चौक के समीप चिकन की दुकान चलाते हैं उनका 24 वर्षीय पुत्र सलमान बीती शाम लगभग पांच बजे दुकान से कहीं चला गया था। देर रात तक परिजनों ने उसका इंतजार किया उसके बाद तलाश शुरू की लेकिन उसका कोई पता नहीं लगा। वही आज किसी राहगीर द्वारा पुलिस को सूचना दी गई की दोनों गंग नहर के बीच वाली पटरी पर एक युवक का शव पड़ा है मौके पर जाकर पुलिस ने देखा तो उसकी पहचान लापता सलमान के रूप में हुई। पुलिस ने परिजनों को सूचना दी और पंचनामा की कार्रवाई करने के बाद शव को पोस्टमार्टम के लिए भिजवा दिया है वहीं युवक की मौत कैसे हुई इस जांच में पुलिस जुटी हुई है। थानाध्यक्ष रविन्द्र कुमार ने बताया कि शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया गया है और मामले की जांच की जा रही है।

मन्दिर में चोरी का खुलासा, दो गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। मन्दिर में हुई चोरी का खुलासा करते हुए पुलिस ने दो शातिरों को गिरफ्तार कर लिया है। जिनके कब्जे से चुराया गया माल भी बरामद हुआ है।

जानकारी के अनुसार बीती दो अगस्त को बिजेंद्र कुमार कपिल पुत्र कुरडी

❑चुराया गया माल बरामद

सिंह निवासी गणेश विहार सीतापुर द्वारा कोतवाली ज्वालापुर में तहरीर देकर बताया गया था कि अज्ञात चोरों द्वारा 1 अगस्त की रात मंदिर के अंदर से गल्ला तोड़ने व शिवलिंग पर रखा नाग व तांबे के लोटे,आरती दानी घन्टी अष्टधातु की पंचमुखी हनुमान मूर्ति, लोहे का कटोरा व शनि देव का दीपक व लगभग 500 रूपये चोरी कर लिये गये है। मामले में

पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर चोरों की तलाश शुरू कर दी गयी।

चोरो की तलाश में जुटी पुलिस टीम द्वारा बीती शाम एक सूचना के आधार पर उक्त चोरी में शामिल दो चोरों को गिरफ्तार कर लिया गया। जिन्होने पूछताछ में अपना नाम गुलफाम पुत्र हबीब व अफजाल पुत्र इस्लाम निवासी बडी सड़क मोहल्ला पावधोई कोतवाली ज्वालापुर हरिद्वार को मय चोरी के सामान के साथ ट्रांसपोर्ट नगर सराय रोड से गिरफ्तार किया गया है। जिन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

गधेरे में बहा वन दरोगा, मौत

हमारे संवाददाता

नैनीताल। बीती रात एक वन दरोगा गधेरे में बह गया। सूचना मिलने पर एसडीआरएफ टीम ने उसे बाहर निकालकर अस्पताल पहुंचाया जहां चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया।

मामला बेतालघाट के डोलकोट गधेरे का है। जानकारी के अनुसार बीती रात लगभग साढ़े आठ बजे बाइक सवार एक वन दरोगा देवेन्द्र बिष्ट अपने साथी सहित कहीं से आ रहा था। इस दौरान जब वह डोलकोट गधेरे में पहुंचे तो उनकी बाइक अनियंत्रित हो गयी और वन दरोगा उसमें बह गये जबकि उसका साथी बच निकला। सूचना मिलने पर एसडीआरएफ की टीम द्वारा उसकी खोजबीन शुरू की गयी। रात लगभग दो बजे एसडीआरएफ को वह अचेत अवस्था में मिले। जिन्हे अस्पताल पहुचाया गया जहां चिकित्सकों ने उन्हे मृत घोषित कर दिया गया। बहरहाल पुलिस ने उनके शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

कुल्लू में लैंडस्लाइड से सात लोग मलबे में दबे, एक की मौत

कार्यालय संवाददाता

कुल्लू। हिमाचल प्रदेश के कुल्लू में बारिश और भूस्खलन ने भयानक रूप ले लिया है। पिछले तीन दिनों में कुल्लू में भूस्खलन की यह चौथी घटना है। कुल्लू जिले के अखाड़ा बाजार में गुरुवार सुबह भूस्खलन ने बड़ा हादसा कर दिया। अचानक गिरे भारी मलबे से दो मकान क्षतिग्रस्त हो गए, जिनमें सात से आठ लोग दब गए। सूचना मिलते ही प्रशासन और एनडीआरएफ की टीम मौके पर पहुंची और राहत-बचाव कार्य शुरू किया।

अब तक मलबे से एक शव बरामद किया गया है, जिसकी पहचान श्रीनगर निवासी महाराज के रूप में हुई है। वहीं,

तीन लोगों को गंभीर अवस्था में अस्पताल ले जाया गया है। प्रारंभिक जानकारी के अनुसार हादसे के समय सभी लोग नमाज पढ़ने के बाद एक ही कमरे में रुके हुए थे। यह सभी लोग जम्मू-कश्मीर के बताए जा रहे हैं।

लगातार हो रही बारिश के कारण रेस्क्यू करने में दिक्कत पेश आ रही है। मौके पर भारी पुलिस बल तैनात है। उपायुक्त कुल्लू तोरूल एस रवीश, एसडीएम कुल्लू निशांत ठाकुर घटना स्थल पर पहुंचे। यह हादसा सुबह करीब छह बजे के करीब हुआ। अधिकारियों का कहना है कि अभी भी छह लोगों के मलबे में दबे होने की आशंका है और उन्हें निकालने का प्रयास जारी है। पुलिस ने आसपास के लोगों को सुरक्षित स्थानों पर जाने की सलाह दी है।

अखाड़ा के एक स्थानीय निवासी ने बताया कि वह सुबह वह अपने मकान ने सोए हुए थे जब अचानक जोर के धमाके जैसी आवाज उन्हें सुनाई दी। उन्होंने बताया कि उनके घर के सामने वाले घर पर लैंडस्लाइड होने से यहां लोग मलबे में दब गए 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 सलाहकारः
वी के अरोड़ा, एडवोकेट
बैजनाथ, एडवोकेट
कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808
नोटः सभी विवादों के लिये देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा, प्रकाशित सामग्री के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।