शनिवार

33 साल से देहरादून का विश्वास

04 अक्टूबर 2025

- देहरादून
- वर्ष 33
- अंक 240
- 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 के हीरो को सीएम का सलाम!

हमारे संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज पटेलनगर स्थित राजकीय दून मेडिकल कॉलेज में अर्पित फाउंडेशन द्वारा आयोजित ''प्राइड मूवमेंट सम्मान समारोह'' में आपदा के दौरान राहत एवं बचाव अभियान में योगदान देने पर एनडीआरएफ, एसडीआरएफ, पुलिस, आईटीबीपी के कर्मियों को सम्मानित किया गया।

इस मौके पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि ये सम्मान ऐसे कर्मियों के प्रति कृतज्ञता का प्रतीक है, जिन्होंने आपदा के दौरान राहत एवं बचाव अभियान में अपनी जान की परवाह किए बिना योगदान दिया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि जब हम उत्तराखंड की बात करते हैं, तो केवल इसके प्राकृतिक सौंदर्य और आध्यात्मिकता की ही नहीं, बल्कि इसकी भौगोलिक कठिनाइयों और प्रत्येक वर्ष होने वाली आपदाओं की चुनौती भी स्वत: ही सामने आ जाती है। उन्होंने कहा कि हिमालय की गोद में बसे हमारे राज्य में भूस्खलन, बाढ़, अतिवृष्टि और अन्य प्राकृतिक आपदाएँ आना आम बात हैं। देवभूमि में रहते हुए हम ये जानते हैं कि प्रकृति का सौंदर्य जितना मनोहारी है, उतनी ही यहां चुनौतियाँ भी अप्रत्याशित हैं।

मुख्यमंत्री धामी ने कहा कि हम सबने 2013 की केदारनाथ आपदा की त्रासदी को देखा है, जब जल प्रलय में हजारों लोगों की जानें चले गईं थी। इसी प्रकार 2021 में चमोली की ऋषिगंगा और धौलीगंगा घाटी में आई आपदा ने पूरे देश को झकझोर दिया था। 2023 में जोशीमठ का धंसाव भी एक बड़ी चुनौती के रूप में हमारे सामने आया। इस वर्ष भी उत्तरकाशी, चमोली और देहरादून के विभिन्न क्षेत्रों में भारी बारिश, बादल फटने और भूस्खलन की अनेक घटनाओं का हमे सामना करना पड़ा। इन आपदाओं में कई लोगों की मृत्यु हुई, कई लोग लापता हुए और संपत्ति को भारी नुकसान पहुंचा।

❑आपदा प्रबंधन प्रशिक्षण को स्कूल-कॉलेजों में शामिल करने की प्रक्रिया जारी

मुख्यमंत्री ने कहा कि इन कठिन परिस्थितियों में हमारे सामने सबसे बड़ी चुनौती मानव जीवन की रक्षा करने की थी, यही समय था जब एसडीआरएफ, एनडीआरएफ सहित पुलिस- प्रशासन के लोगों ने आपदा में घायल और मलबे में फंसे हुए लोगों को सुरक्षित निकालने के लिए ग्राउंड जीरो पर लगातार काम किया।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि आपदा के समय हमारे राहत कर्मियों ने न केवल प्रभावित परिवारों को सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाया, बल्कि पुनर्वास और राहत शिविरों का भी संचालन किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने एसडीआरएफ जवानों को ड्रोन, सैटेलाइट आधारित मॉनिटरिंग और अत्याधुनिक रेस्क्यू गियर जैसे अत्याधुनिक उपकरण उपलब्ध कराए हैं। इस अवसर पर विधायक प्रेमचंद अग्रवाल, स्वामी रूपेन्द्र प्रकाश, श्री कृष्ण गिरी महाराज, अपर पुलिस महानिदेशक वी. मुरूगेशन, कार्यक्रम की संयोजक श्रीमती हनी पाठक मौजूद थे।

दून वैली मेल

संपादकीय

पिक्चर अभी बाकी है

भले ही भाजपा के नेता पार्टी के अंदर सब कुछ चंगा ही चंगा होने के दावे करते रहे लेकिन जिस तरह के हालात दिखाई दे रहे हैं तथा उनके बयान सोशल मीडिया के जरिए लोगों तक पहुंच रहे हैं वह यह बताने के लिए काफी है कि अंदर ही अंदर लंबे समय से कुछ न कुछ खिचड़ी तो पक ही रही है। धाकड़ धामी कहे जाने वाले मुख्यमंत्री के खिलाफ बयान बाजी करने वाले नेताओं की कतार धीरे-धीरे लंबी और लंबी ही होती जा रही है। पूर्व मुख्यमंत्री तीरथ सिंह रावत ने अपनी पार्टी के कार्यक्रम में जब यह कह दिया गया कि यह राजनीति है कल किसने देखा है आज जो पीछे बैठे हैं वह कल सबसे आगे हो सकते हैं और जो आगे बैठे हैं वह नीचे बैठे नजर आ सकते हैं। भले ही उनका यह बयान पार्टी कार्यकर्ताओं के सम्मान में दिए जाने के संदर्भ में दिया गया था लेकिन उन्होंने इसे जिस अंदाज में पेश किया था वह लंबे समय तक चर्चाओं के केंद्र में रहा था। इसके बाद राज्य में हो रहे अवैध खनन का मुद्दा पूर्व सीएम और हरिद्वार सांसद त्रिवेंद्र सिंह रावत द्वारा संसद में उठाया गया तो अपनी ही सरकार के खिलाफ काम करने की बात चर्चाओं में रही सवाल यह है कि नेताओं के इस तरह के बयानों का सिलसिला लगातार जारी है। तथा एक के बाद एक घटनाओं की घटना भी थमने का नाम नहीं ले रही है। उनके शासनकाल में दो बार पेपर लीक के मामले जो उनके द्वारा लाये गए नकल विरोधी कानून के बावजूद भी थमने का नाम नहीं ले रहे हैं वह उनके लिए बड़ी परेशानी का सबब बन चुका है। ऊपर से इस मामले को लेकर विपक्ष तो हमलावर है ही भाजपा के नेताओं द्वारा भी इस पर लगातार बयान बाजी की जा रही है। पूर्व मुख्यमंत्री त्रिवेंद्र सिंह रावत ने जो सीबीआई जांच करने की मांग उठाई थी उसके बाद उनका जश्न और शहर में अपने वाह वाही के जो पोस्टर लगाए गए वह विवादों में रहा। बात सिर्फ यही तक नहीं है विधायक विनोद चमोली क्या कह रहे हैं या अनिल बलूनी क्या कह रहे हैं? अथवा महेंद्र भट्ट क्या कहते हैं वह तमाम बातें कबील गौर है। सीएम धामी के सीबीआई जांच पर अगर कांग्रेस सवाल उठाती है तो विपक्षी दल होने के नाते यह समझ आता है पर विनोद चमोली अगर सीबीआई जांच के फैसले को गलत ठहराए तो आप क्या कहेंगे? सीएम धामी के कार्यकाल में हल्द्वानी में जो कुछ हुआ वह उत्तराखंड ही नहीं पूरे देश के लोगों ने देखा। दो-दो मतदाता सूचियों में नाम के बारे में सुप्रीम कोर्ट ने निर्वाचन आयोग पर अगर 2 लाख का जुर्माना ठोका गया उसके बारे में भाजपा के नेता और सीएम भले ही कुछ भी सोचे कि इस खबर को उन्होंने ठिकाने लगा दिया लेकिन यह इतिहास में दर्ज हो चुका है। 2027 में हैट्रिक लगाने का सपना बुन रहे भाजपा के नेता भी इसे बखूबी समझ रहे हैं कि हवा का रुख क्या है उनका ग्राफ किधर जा रहा है। अभी तो पेपर लीक का क्लाइमेक्स बाकी है आगे देखिए क्या होता है?

टिहरी में खुरपका-मुंहपका रोग बचाव अभियान शुरू

हमारे संवाददाता

टिहरी। टिहरी गढ़वाल में आज खुरपका-मुंहपका बीमारी की रोकथाम हेतु 7वीं चरण के टीकाकरण अभियान का शुभारम्भ टिहरी गढ़वाल के मुख्य विकास अधिकारी वरुणा अग्रवाल द्वारा किया गया।

मुख्य विकास अधिकारी ने एमवीयू सचल पशु चिकित्सा वाहनों को टीकाकरण हेतु हरी झण्डी दिखाकर रवाना किया और पशु चिकित्सा विभाग के समस्त उपस्थित लोगों को शुभकामनाएं दी एवं प्रेरित किया कि जनपद से कोई पशु टीकाकरण से वंचित न रहे। इस अवसर पर मुख्य पशु चिकित्साधिकारी डॉ. डी के शर्मा ने बताया कि वर्तमान में जनपद में 1,60,000 (एक लाख साठ हजार) बड़े गौवंशीय एवं महिशवंशीय पशु और लगभग 1,50,000,

(एक लाख पचास हजार) भेड़ बकरियां है, जिनको 7वीं चरण के अंतर्गत टीकाकरण किया जाना है। जिसके लिए जनपद में 78 टीमे गठित की गयी है। इसके अंतर्गत समस्त पशुओं का टीकाकरण किया जाना है। जिसमे की निराश्रित पशु गौशालाओं में स्थित गौवंश का भी टीकाकरण किया जाना है। कार्यक्रम में जनपद के जिला विकास अधिकारी मो. असलम, वरिष्ठ पशु चिकित्साधिकारी चम्बा डॉ. पी. के. सिंह, वरिष्ठ पशु चिकित्साधिकारी नई टिहरी डॉ. राजेश रतूड़ी, वरिष्ठ पशु चिकित्साधिकारी छाम डॉ. बी. के. तोमर, पशु चिकित्साधिकारी नकोट डॉ. अभिषेक, पशु चिकित्साधिकारी सचल डॉ. शाहजहाँ, पशु चिकित्साधिकारी धारकोट डॉ. कोमल, डॉ. मोहम्मद आलिम, डॉ. मेघा भण्डारी एवं क्षेत्र के समस्त पशु प्रसार अधिकारी शामिल रहे।

सैनिक कल्याण मंत्री ने लिया शहीद सम्मान समारोह की तैयारियों का जायजा

संवाददाता

लैंसडाउन। सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी ने लैसडाउन पहुंच शहीद सम्मान समारोह की तैयारियों का जायजा लिया।

आज यहां सैनिक कल्याण मंत्री गणेश जोशी लैंसडाउन पहुंचे, जहां उन्होंने आगामी 05 अक्टूबर को आयोजित होने वाले शहीद सम्मान समारोह की तैयारियों का जायजा लिया। इस सम्मान समारोह में प्रदेश के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगे। लैंसडाउन के परेड मैदान में हेलीकॉप्टर से उतरने के बाद सैनिक कल्याण मंत्री मंत्री गणेश जोशी सीधे कार्यक्रम स्थल पहुंचे और वहां शहीद सम्मान समारोह की व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि समारोह की सभी तैयारियां समय पर और गरिमामय तरीके से पूरी की जाएं। मंत्री जोशी ने कहा कि लैंसडाउन उनकी कर्मभूमि रही है और यहां आकर उन्हें हमेशा गर्व महसूस होता है। उन्होंने बताया कि 13

नवम्बर 1976 को उन्होंने यहीं से एक राइफलमैन के रूप में भारतीय सेना में भर्ती होकर देशसेवा का संकल्प लिया था।

उन्होंने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि मुख्यमंत्री द्वारा शहीद सम्मान समारोह को लैंसडाउन में आयोजित किए जाने की सहमति देना सैनिकों और उनके परिजनों के प्रति राज्य सरकार की संवेदनशीलता को दर्शाता है। इस अवसर पर बीजेपी जिलाध्यक्ष राज गौरव नौटियाल, सैनिक कल्याण विभाग के निदेशक ब्रिगेडियर अमृतलाल, जिला सैनिक कल्याण अधिकारी कर्नल वीरेंद्र प्रसाद भट्ट, उप जिलाधिकारी शालिनी मौर्य सहित सेना एवं पुलिस प्रशासन के अधिकारी मौजूद रहे।

नौकरी लगवाने के नाम पर ठगे 15 लाख रुपये

संवाददाता

देहरादून। नौकरी लगवाने के नाम पर 15 लाख रूपये की ठगी के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार कुंज विहार कारगी चौक निवासी विनोद कुमार ने पटेलनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसकी पहचान सैनिक कालोनी निवासी धीरेन्द्र सिंह चौहान के साथ थी। धीरेन्द्र ने उसको केदारपुरम नेहरू कालोनी निवासी मनोहर सिंह गुसांई से करायी और उसके बेटे को सरकारी नौकरी लगवाने का आश्वासन दिया। जिसके बाद नौकरी के नाम पर उससे समय-समय पर रूपयों की मांग करते रहे जिसके तहत उसने अभी तक उक्त लोगों को 15 लाख 21 हजार रूपये दे दिये। लेकिन न तो उसके बेटे की नौकरी लगी और न ही उसके रूपये वापस किये गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

पुलिस द्वारा सीनियर सिटीजन को साईबर अपराध के प्रति किया गया जागरुक

संवाददाता

उत्तरकाशी। पुलिस द्वारा सामुदायिक पुलिसिंग के अंतर्गत वरिष्ठ नागरिकों से मुलाकात कर उनको साईबर अपराध के प्रति जागरूक किया।

आज यहां 'सामुदायिक पुलिसिंग' के अंतर्गत उत्तरकाशी पुलिस द्वारा वरिष्ठ नागरिकों से मुलाकात कर उनका हाल-चाल जाना जा रहा है, साथ ही आमजनमानस को नशे के दुष्प्रभाव, साइबर अपराध तथा सामाजिक कुरीतियों के प्रति लगातार जागरुक किया जा रहा है आज चौकी प्रभारी, प्रकाश राणा के नेतृत्व में डुंडा पुलिस द्वारा नाकुरी व सिंगोटी मे सीनियर सिटीजन से मुलाकात कर उनकी कुशलक्षेम जानी गयी, वरिष्ठ जनों को साईबर अपराधों के प्रति सजग करते हुये साईबर हेल्पलाईन नम्बर 1930 की उपयोगिता के बारे मे बताया गया।

शहीद सम्मान यात्रा-2: टिहरी से पवित्र मिट्टी लैंसडाउन रवाना

हमारे संवाददाता

टिहरी। शहीद सम्मान यात्रा-2 के तहत आज टिहरी जिले के शहीदों के आंगन से एकत्र की गई पवित्र मिट्टी को ताम्र कलशों में रखकर मुख्य समारोह स्थल लैंसडाउन के लिए रवाना किया गया।

इस अवसर पर अपर जिलाधिकारी अवधेश कुमार एवं अध्यक्ष पूर्व सैनिक संगठन संजय रावत द्वारा ताम्र कलशों पर पुष्प अर्पित करते हुए शहीद आश्रितों का माल्यार्पण एवं शाल भेंट कर सम्मान किया गया। कार्यक्रम के दौरान कर्नल चन्द्रबहादुर पुन (से.नि.) एवं सहायक अधिकारी कप्तान बलवन्त सिंह रावत ने शहीद सम्मान यात्रा के उद्देश्य एवं इसके महत्व पर प्रकाश डाला। इस अवसर पर टिहरी जिले के चार एवं उत्तरकाशी जिले के दो शहीदों के परिजनों को जिला

सैनिक कल्याण कार्यालय टिहरी गढ़वाल एवं उत्तरकाशी के प्रतिनिधियों के साथ लैंसडाउन के लिए रवाना किया गया। सभी वीर नारियों एवं वीर माताओं का पुष्पगुच्छ एवं शाल भेंट कर स्वागत किया गया तथा कार्यक्रम को सफल बनाने हेतु सभी आगंतुकों का आभार व्यक्त किया गया। कार्यक्रम के समापन पर शहीद आश्रितों को भेंट प्रदान कर वाहनों को फ्लैग ऑफ किया गया। इस अवसर पर जिला सैनिक कल्याण कार्यालय के समस्त कर्मचारी, किशन ममगाईं, पूर्व सैनिक अनूप सिंह पुंडीर, पूर्व सैनिक शूरवीर सिंह, सुरेंद्र सिंह रावत, शंकर सिंह कोठारी, डीडीओ मो असलम, एसडीएम टिहरी संदीप सहित अन्य लोग उपस्थित रहे।

आभूषणों की चमक बरकरार रखने करें ये उपाय

आभूषणों से नारी की सुंदरता कई गुना बढ़ती है, इसलिए सभी महिलाएं किसी भी समारोह में अधिक से अधिक बेशकीमती आभूषणों को पहनने बेकरार रहती हैं पर कई बार बारिश के मौसम में ठीक से देखभाल नहीं होने के कारण आभूषण अपनी चमक खो देते हैं, ऐसे में उन्हें फिर से निखारने कुछ घरेलू उपाय किये जा सकते हैं।

हीरा काफी कीमती रत्न होता है, इसके आभूषणों में काफी निवेश होता है, इसलिए इसकी देखभाल भी जरूरी है। हीरे के आभूषण को अच्छी तरह संभाल कर रखना चाहिए और मुलायम टूथब्रश से साफ करना चाहिए। हीरे के आभूषण को समान मात्रा में पानी और अमोनिया मिलाकर उसमें 30 मिनट तक डुबोए रख सकती हैं, फिर इसे धोकर साफ, मुलायम सूती कपड़े से पोंछकर अच्छी तरह सुखा लें। अपने आभूषण को पैडेड (गद्दीदार या अस्तर लगे) बॉक्स में रखें। ऐसा नहीं करने से हीरे पर खरोंच के निशान आ सकते हैं। लंबे अर्से तक हीरे के आभूषणों को सुरक्षित रखने के लिए हर आभूषण को अलगअलग पैडेड बॉक्स में रखें।

अगर आपके आभूषण में हीरे के साथ ओपल और मोती भी जड़े हुए हैं तो इसे लंबे समय तक बहुत ज्यादा ड्राई जगह या अंधेरे जगह में नहीं रखें, क्योंकि इससे इस रत्न की चमक फीकी पड़ सकती है। आभूषणों के बक्से को भी नमी वाली जगह पर भी नहीं रखें। आभूषण को हमेशा मुलायम टूथब्रश से साफ करें। आभूषण को क्लीनिंग सॉल्यूशन से निकालकर हीरे के आसपास हल्के हाथों से ब्रश से साफ करें। नियमित रूप से सफाई हीरे की चमक को बरकरार रखती है। बेकिंग सोडा या टूथपेस्ट से आभूषण को साफ करने से बचें। इसे सौम्य लिक्विड सोप का इस्तेमाल कर गुनगुने पानी से साफ करें। चाहे तो हानिकारक केमिकल रहित व मॉइश्चराइजर रहित हैंड सोप का भी इस्तेमाल कर सकती हैं।

आप अपने हीरे के आभूषण को समान मात्रा में पानी और अमोनिया मिलाकर उसमें 30 मिनट तक डुबोए रख सकती हैं, फिर इसे धोकर साफ, मुलायम सूती कपड़े से पोंछकर अच्छी तरह सुखा लें। हीरे के आभूषण को धारदार, नुकीली, या पैनी (शार्प) चीजों से दूर रखें, इससे इसकी सतह पर खरोंच के निशान पड़ सकते हैं। हीरे के आभूषण उतारकर ही स्नान करने जाएं। पानी में मौजूद क्लोरीन इसकी चमक फीकी कर सकता है। इत्र या हेयरस्प्रे के इस्तेमाल के बाद ही हीरे के आभूषण को पहनें, क्योंकि इनमें मौजूद केमिकल इसकी रंगत को फीकी कर सकता है।

अपने हीरे के आभूषण को साल में दो बार पेशेवर ज्वैलर के पास नियमित जांच के लिए जरूर ले जाएं. वे इस बात की अच्छी तरह से जांच कर सकेंगे कि ये अच्छी शेप में हैं या नहीं और इससे पहले कोई बड़ी टूटफूट हो, पहले ही किसी तरह के छोटेमोटे नुकसान होने पर रिपेयर कर देंगे, जिससे आपको अपने कीमती आभूषण को खोने का डर नहीं रहेगा।

बच्चों को लालच न दें

अभिभावक कई बार बेहतर प्रदर्शन के लिए बच्चों को लालच देते हैं जो सही नहीं हैं। अगर आप भी अपने बच्चों को इस प्रकार की बातें कहते हैं कि अगर तुम समय पर अपनी पढ़ाई पूरी कर लोगे यह अच्छे नंबर लाओगे या फिर अपनी हॉबी क्लास में अच्छे से सीखोगे, तो तुम्हें तुम्हारा पसंदीदा खिलौना देंगे। कभीकभार के लिए तो यह ठीक है, लेकिन जब यह रोज की आदत बन जाए, तो ऐसे में बच्चे के लिए अपने काम को सही तरीके से कर पाना कठिन होता है। काम की बजाय उसका पूरा ध्यान काम खत्म होने पर मिलने वाली चीजों में ही लगा रह जाता है, जिसकी वजह से वो अपना काम निपटाने वाले अंदाज में करता है। बच्चे में पनपती यह आदत धीरेधीरे उसकी रचनात्मकता को भी कम कर सकती है।

अपने बच्चे को ऑलराउंडर बनाने के फेर में उस पर जरुरत से ज्यादा दबाव ना बनाएं। आपका बच्चा सारी चीजों में पारंगत हो जाए, इसकी अपेक्षा ना करें। यह जरूरी नहीं है कि आपका बच्चा पढ़ाई में अच्छा है, अच्छी ड्रॉईंग करता है, खेल में अच्छा है, तो वो अच्छा गाना भी गाएगा और डांस भी कर लेगा। अपने बच्चे को उतना ही करने दें, जितना वो सहजता से कर पाए। बहुत सारे के चक्कर में वो कोई भी काम ठीक से नहीं कर पाएगा।

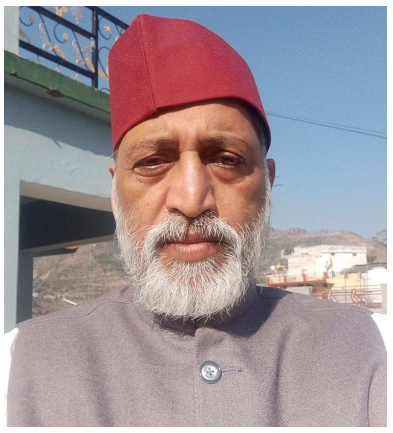
छोटे से बच्चे पर अपनी पसंद ना थोपें। उसे वो काम करने दें, जो करना उसे पसंद है। अगर वो डांस क्लास या वॉलीबॉल की क्लास में नहीं जाना चाहता है, तो उसके दोस्त ऐसा कर रहे हैं, यह सोचकर आप उसे भी ऐसा करने के लिए मजबूर ना करें। अगर उसका मन घर में बैठकर कलरिंग करने का है या फिर वह टीवी पर थोड़ी देर के लिए अपना पसंदीदा कार्टून देखना चाहता है, तो इसके लिए आप उसे मना ना करें। अगर आपके पास समय है, तो उसके साथ बैठकर वो काम करें, जिसमें उसे मजा आ रहा हो। उसे बातोंबातों में जिंदगी के बारे में अच्छी बातें बताएं।

बच्चे में किसी भी काम को रचनात्मक तरीके से करने की भावना तभी आएगी, जब उसके अंदर हार का डर नहीं होगा। अभिभावक के तौर पर यह आपका दायित्व है कि अपने बच्चे के अंदर सफलता और असफलता को लेकर सही सोच विकसित करें। अपने बच्चे के अंदर असफलता से भी सीखने का भाव भरें।

अपने बच्चे को पूरा समय दें। भले ही आप कितनी भी व्यस्त क्यों ना हों, दिन का कुछ समय सिर्फ अपने बच्चे के लिए रखें। इस समय में आप उसके मन में उठने वाली जिज्ञासाओं को शांत करें। उसके छोटेछोटे सवालों का धैर्यपूर्वक जवाब दें। उसे अच्छी कहानियां सुनाएं, इससे आपके बच्चे की रचनात्मकता बढ़ेगी।

अपने बच्चे से इस बात की उम्मीद न करें कि वो किसी भी काम को एक ही समय में पूरा कर लेगा। उसे काम पूरा करने के लिए वक्त दें। अपने बच्चे के किसी काम की अवहेलना न करें। तुमने तो सारा खराब कर दिया जैसी बातें भूलकर भी ना करें।

उत्तराखंड में 'भूतिया गांवों' का उभरता संकट



●देवेन्द्र कुमार बुडाकोटी

उत्तराखंड के पर्वतीय क्षेत्रों में 'भूतिया गांवों' की समस्या कई वर्षों से चर्चा में है। लेकिन इस पर जो विश्लेषण हो रहे हैं, वे न तो जमीनी सच्चाई को समझते हैं और न ही विकास समाजशास्त्र की मूलभूत समझ रखते हैं।

इस संकट को समझने के लिए हमें पर्वतीय विकास के ढांचे को गहराई से देखना होगा। 1970 के दशक की शुरुआत से लेकर 1980 के दशक के अंत तक जो श्मनी ऑर्डर अर्थव्यवस्थाश का दौर चला, वह इस बात का संकेत था कि ग्रामीण विकास योजनाएं मूलत: विफल थीं। 1980 के दशक से जनगणना आंकड़े यह स्पष्ट दिखाते हैं कि पर्वतीय क्षेत्रों में आज भी सड़कों, संचार सुविधाओं, पेयजल, बिजली, स्वास्थ्य सेवाओं और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा जैसी बुनियादी आवश्यकताओं का घोर अभाव था। परिणामस्वरूप, बेहतर रोजगार अवसरों की तलाश में लोग स्थायी रूप से गांवों से बाहर चले गए - और इन्हीं छोड़े गए गांवों को आज ष्भूतिया गांवष् कहा जा रहा है।

कुछ रिपोर्टों में दावा किया गया है कि लोग खेती छोड़कर इसलिए गए क्योंकि जंगली जानवर - विशेषकर सुअर और बंदर - फसलों को नुकसान पहुंचा रहे थे। लेकिन यह बात जमीनी सच्चाई से कोसों दूर है। दरअसल, पलायन तो इससे काफी पहले ही शुरू हो गया था। जब हर जरूरत की चीज बाजार से खरीदनी पड़ी, तो गांव में कठिन जीवन जीने का क्या औचित्य था - खासकर महिलाओं के लिए, जिन पर सबसे ज्यादा बोझ था? श्पेंशनधारी पीढ़ीश जब अपने विवाहित बच्चों के साथ शहरी इलाकों में बस गई, तो गांवों का वीरान होना एक स्वाभाविक परिणाम था।

शुरुआत में, 1950-60 के दशकों में, जो लोग बाहर रहते थे, वे दूसरों के लिए आदर्श बन गए - यह था पुल फैक्टर। लेकिन बाद के दशकों में जब बुनियादी रोजगार के अवसर ही नहीं रहे, तो मजबूरी में लोगों ने पलायन किया - यानी 'पुश फैक्टर' हावी हो गया।

पर्वतीय कृषि कभी भी श्हरित क्रांतिश के स्तर तक नहीं पहुंच पाई। इसका मुख्य कारण भूमि का टुकड़ों में बंटा होना और आधारभूत ढांचे की कमी थी। भूमि समेकन न होने के कारण नकदी फसलें, बागवानी और अन्य कृषि आधारित उद्योग कभी विकसित नहीं हो सके। पारंपरिक और जीविका मात्र की खेती कभी भी खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित नहीं कर पाई।

वहीं दूसरी ओर, मैदानी क्षेत्रों में गांव बाजारों और फैक्ट्री सिस्टम से जुड़ गए। डेयरी, पोल्ट्री, बकरी पालन जैसी पशुपालन गतिविधियाँ शहरी मांग से जुड़ीं। कृषि मंडियां, सहकारी संस्थाएं और कृषि उत्पादों में मूल्य संवर्धन से ग्रामीण आय और आधारभूत ढांचा बेहतर हुआ। लेकिन यह विकास पर्वतीय गांवों तक कभी नहीं पहुंचा। न तो कृषि से और न ही पशुपालन से कोई अधिशेष उत्पन्न हुआ - और गांव गरीब ही रह गए।

राज्य गठन से पहले ही पर्वतीय क्षेत्रों में पर्यटन स्वत: विकसित होने लगा था। धार्मिक पर्यटन तो सदियों से चला आ रहा है, लेकिन यह स्थानीय लोगों को पर्याप्त रोजगार नहीं दे सका। राज्य बनने के बाद राजधानी देहरादून में होने से पूरी सरकारी मशीनरी मैदानों में सिमट गई। इन नीतिगत बदलावों के दूरगामी प्रभाव नीति-निर्माताओं की समझ से परे रहे।

आज, राज्य गठन के 18 साल बाद भी, एक के बाद एक गांव खाली हो रहे हैं। अब जबकि सड़कों, बिजली, पुलों, और स्वास्थ्य व शिक्षा सेवाओं की स्थिति पहले से बेहतर है - फिर भी पलायन नहीं रुका। अब बहुत देर हो चुकी है; नुकसान हो चुका है। परिवार शहरों में बस चुके हैं; नई पीढ़ी ही नहीं, पुरानी पीढ़ी भी अब शहरी जीवन की सुविधाओं के आदी हो चुके हैं। अब वापसी की कोई संभावना नहीं बची। वहां केवल यादें रह गई हैं - जिन्हें शायद नरेंद्र सिंह नेगी के गीतों में जिंदा रखा गया है - उस पीढ़ी के लिए जो वहां कभी रहा करती थी। पर सवाल यह भी है कि जब लोग अब आरामदायक जीवन जी रहे हैं, तो फिर पलायन की चिंता क्यों? रहने दीजिए जैसी स्थिति है - जैसा कि नारा है: 'उत्तराखंड - देवभूमि!'

(लेखक समाजशास्त्री हैं और पिछले चार दशकों से विकास क्षेत्र से जुड़े हैं। उनके शोध कार्यों को नोबेल पुरस्कार विजेता प्रो. अमर्त्य सेन द्वारा उद्धृत किया गया है।)

हेल्दी रहने को घर में हमेशा रखें रखें ये फूड

हेल्दी रहने के लिए जरूरी है कि घर में कुछ खास फूड रखें जाएं जो आपको सेहतमंद बनाएंगे। चलिए जानते हैं किन सुपरफूड्स का घर में होना है जरूरी।

कच्ची सब्जियां- खीरा, तोरी, गाजर, टमाटर और घिया जैसी सब्जियों का घर में होना बहुत जरूरी है। इसी के साथ ऐसी सब्जियां रखें जिनमें पोटेशियम, फाइबर, फोलिक एसिड, विटामिन ए, और विटामिन सी जैसे कई पोषक तत्व मौजूद हों। ये वसा घटाती हैं, कम कैलोरी की होती हैं और इनसे कॉलेस्ट्रॉल लेवल कम होता है।

फ्रूट सलाद - सेब, अंगूर, जामुन और किवी जैसे मौसमी फल आपके स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद है। ये रक्तचाप को कम करने में मदद कर सकती है, हृदय रोग और स्ट्रोक के जोखिम को कम कर सकती है, कुछ प्रकार के कैंसर को रोक सकती है, आंखों और पाचन समस्याओं को कम कर सकती है और रक्त शर्करा पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकती है इसके अलावा ये भूख को बढ़ने से रोकने में मदद करती है।

हरी सब्जियां- पालक, चेरी, बीन्स और नट्स न केवल ऊर्जा के स्रोत होते हैं बल्कि उन पोषक तत्वों से भी भरपूर होते हैं जो आपके शरीर के लिए आवश्यक होते हैं।

हरी सब्जियों में विटामिन ए, विटामिन सी, बीटा-कैरोटीन, कैल्शियम, फोलेट, फाइबर और फाइटोन्यूट्रिएंट्स होते हैं, जो एक स्वस्थ आहार के लिए एक अच्छा विकल्प हैं। इनमें कोलेस्ट्रॉल नहीं होता है और ये कैलोरी और सोडियम में स्वाभाविक रूप से कम होते हैं। कम वसा वाले डेयरी उत्पाद- कम वसा वाले डेयरी प्रोडक्ट जैसे कि स्किम या वसा रहित दूध और दही और पनीर की कम वसा वाली किस्में प्रोटीन के उत्कृष्ट स्रोत हैं। इनमें कई तरह के खनिज, राइबोफ्लेविन, नियासिन और विटामिन बी 6 और बी 12 होते हैं। ये वजन कम करने में और साथ ही कोलेस्ट्रॉल में सुधार करने में मदद कर सकते हैं।

मिक्सी के जार से नहीं जा रही बदबू? 5 हैक्स को आजमाएं

मिक्सी के जार में कई बार गीले मसाले पीसने के कारण बदबू आ जाती है। भले ही आप मिक्सी के जार को अच्छे से साफ करके सुखा लें, लेकिन बदबू दूर नहीं होती है। इसके पीछे कारण यह है कि मिक्सी के जार में गीले मसाले पीसने से तेल कांच के किनारों पर चिपक जाता है और हवा के संपर्क में आने पर बदबू आने लगती है। आइए ऐसे उपाय जानते हैं, जो बदबू को दूर कर सकते हैं।

सफेद सिरके का करें इस्तेमाल : मिक्सी के जार से बदबू दूर करने के लिए सफेद सिरके का इस्तेमाल किया जा सकता है। इसके लिए जार में आधा कप सफेद सिरका डालकर इसे 10 मिनट के लिए चलाएं। सिरका बदबू को दूर करने के साथ-साथ जार के भीतर चिपके तेल को भी साफ कर देता है। इसके बाद जार को पानी से धो लें। अगर बदबू दूर न हो तो इस प्रक्रिया को एक बार फिर से दोहराएं।

खाने का सोडा आएगा काम : खाने का सोडा एक ऐसी सामग्री है, जो बदबू को सोख लेती है। इसके लिए जार में एक बड़ी चम्मच खाने का सोडा डालें, फिर इसे रातभर के लिए ऐसे ही छोड़ दें। अगली सुबह जार में पानी डालकर इसे दोबारा चलाएं। इससे बदबू दूर हो जाएगी। अगर बदबू दूर न हो तो इस प्रक्रिया को एक बार फिर से दोहराएं। खाने का सोडा की मदद से जार में मौजूद तेल भी साफ हो जाएगा।

सेब का सिरका भी है असरदार : अगर आपके घर में सेब का सिरका मौजूद है तो इसका इस्तेमाल भी बदबू दूर करने के लिए किया जा सकता है। इसके लिए जार में आधा कप सेब का सिरका डालकर इसे 10 मिनट के लिए चलाएं। इसके बाद जार को पानी से धो लें। सिरका बदबू को दूर करने के साथ-साथ जार के भीतर चिपके तेल को भी साफ कर देता है। अगर बदबू दूर न हो तो इस प्रक्रिया को एक बार फिर से दोहराएं।

नींबू का रस है उपयोगी : नींबू के रस का खट्टापन भी बदबू को दूर करने में मदद कर सकता है। इसके लिए जार में एक नींबू का रस निचोड़ें, फिर इसमें थोड़ा पानी डालकर इसे 10 मिनट के लिए चलाएं। इसके बाद जार को पानी से धो लें। नींबू न केवल बदबू को दूर करता है, बल्कि जार के भीतर चिपके तेल को भी साफ कर देता है। अगर बदबू दूर न हो तो इस प्रक्रिया को एक बार फिर से दोहराएं।(आरएनएस)

कपड़ों पर लगे पेन के दागों को छुड़ाने के लिए अपनाएं ये 5 तरीके

कपड़ों पर पेन का दाग लगना एक आम समस्या है, जो किसी भी समय और किसी भी जगह हो सकती है, खासकर बच्चों के कपड़ों पर यह दाग बहुत जल्दी लग जाते हैं। इस लेख में हम आपको कुछ आसान और असरदार तरीकों के बारे में बताएंगे, जिनसे आप कपड़ों पर लगे पेन के दागों को आसानी से साफ कर सकते हैं। इन तरीकों को अपनाकर आप अपने कपड़ों को नए जैसा बना सकते हैं।

रबिंग अल्कोहल का करें इस्तेमाल : रबिंग अल्कोहल एक असरदार उपाय है, जिससे आप कपड़ों पर लगे पेन के दागों को आसानी से साफ कर सकते हैं। इसके लिए एक कपड़े पर थोड़ी मात्रा में रबिंग अल्कोहल डालें और उसे हल्के हाथों से रगड़ें। इससे दाग धीरे-धीरे हटने लगेगा। अगर दाग ज्यादा गहरा हो तो इसे कुछ मिनट के लिए छोड़ दें, फिर से रगड़ें। इस प्रक्रिया को 2-3 बार दोहराएं ताकि दाग पूरी तरह से हट जाए।

डिटर्जेंट पाउडर या लिक्विड का करें उपयोग : डिटर्जेंट पाउडर या लिक्विड भी पेन के दाग हटाने में मदद कर सकता है। इसके लिए पहले डिटर्जेंट पाउडर या लिक्विड को पानी में घोल लें, फिर इसे दाग वाली जगह पर लगाएं और कुछ देर के लिए छोड़ दें। इसके बाद हल्के हाथों से रगड़ें और ठंडे पानी से धो लें। अगर दाग हल्का हो गया हो तो इसे दोहराएं। इस प्रक्रिया को 2-3 बार दोहराने पर दाग पूरी तरह से हट सकता है।

नींबू का रस और नमक का मिश्रण अपनाएं : नींबू का रस और नमक का मिश्रण भी पेन के दाग छुड़ाने में कारगर हो सकता है। इसके लिए नींबू के रस में थोड़ा नमक मिलाएं और इसे दाग वाली जगह पर लगाकर कुछ मिनट के लिए छोड़ दें। फिर इसे हल्के हाथों से रगड़ें और ठंडे पानी से धो लें। इस प्रक्रिया को 2-3 बार दोहराने पर दाग पूरी तरह से साफ हो जाएगा। यह तरीका कपड़ों को नुकसान पहुंचाए बिना काम करता है।

बेकिंग सोडा आएगा काम : बेकिंग सोडा एक ऐसा सामग्री है, जिसका इस्तेमाल कई घरेलू कामों में किया जाता है। यह पेन के दाग हटाने में भी मदद कर सकता है। इसके लिए बेकिंग सोडा को पानी में मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बनाएं, फिर इस पेस्ट को दाग वाली जगह पर लगाएं और कुछ मिनट तक छोड़ दें। इसके बाद इसे हल्के हाथों से रगड़ें और ठंडे पानी से धो लें।(आरएनएस)

वैधानिक सूचना

सुविज्ञ पाठकों से आग्रह है कि इस समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन में दिए गए तथ्यों, शर्तों और दावों के प्रति वह खुद भी आश्वस्त हो लें। पाठकों से आग्रह है कि वह प्रकाशित विज्ञापन से प्रभावित होकर कोई कदम उठाने से पहले अपने स्तर पर भी स्वयं के संतुष्ट होने तक संपूर्ण व्यावहारिक जानकारी कर लें। भविष्य में किसी भी प्रकाशित विज्ञापन व लेख में निहित दावों या शर्तों को लेकर पाठकगण को कोई असुविधा या परेशानी होती है तो *सांध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

खाने के साथ ज्यादा पानी पीना हो सकता है हानिकारक, जानिए क्यों?

आमतौर पर लोग मानते हैं कि खाने के साथ पानी पीना सेहत के लिए अच्छा है, लेकिन क्या आप जानते हैं कि यह आदत कई सेहत से जुड़ी समस्याओं का कारण बन सकती है। खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से पाचन क्रिया पर बुरा असर पड़ सकता है। इस लेख में हम इस बात पर चर्चा करेंगे कि खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से क्या-क्या समस्याएं हो सकती हैं और इससे कैसे बचा जा सकता है।

पाचन क्रिया पर पड़ता है बुरा असर

खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से पाचन क्रिया का तापमान कम हो सकता है, जिससे खाना सही तरह से पच नहीं पाता। इससे पाचन शक्ति कमजोर हो जाती है और गैस, पेट दर्द जैसी समस्याएं हो सकती हैं। इसके अलावा इससे खाने का पाचन धीमा हो जाता है, जिससे शरीर को जरूरी पोषक तत्व नहीं मिल पाते और कमजोरी हो सकती है। इसलिए खाने के बीच में थोड़ा-थोड़ा पानी पीना चाहिए।

गैस और पेट दर्द की समस्या

खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से पेट में बनने वाला रस का संतुलन बिगड़ सकता है, जिससे गैस और पेट दर्द की समस्या हो सकती है। पेट में बनने वाले रस का संतुलन बिगड़ने से खाना सही तरह से नहीं पचता और पेट में जलन हो सकती है। इससे पेट दर्द और अपच जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं। इसलिए खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से बचना चाहिए और बीच-बीच में थोड़ा-थोड़ा पानी पीना चाहिए।

खून में शक्कर का असर

खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से खून में शक्कर का स्तर भी प्रभावित हो सकता है। इससे खून में शक्कर का स्तर अचानक बढ़ सकता है, जो मधुमेह से पीड़ित लोगों के लिए खतरनाक हो सकता है। इसके अलावा सामान्य लोगों के लिए भी यह समस्या उत्पन्न कर सकता है। इसलिए खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से बचना चाहिए और बीच में थोड़ा-थोड़ा पानी पीना चाहिए। इससे खून में शक्कर का स्तर संतुलित रहता है।

भूख कम होने की संभावना

खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से भूख कम होने की संभावना भी रहती है। इससे व्यक्ति सही मात्रा में खाना नहीं खा पाता और जरूरी पोषक तत्व नहीं मिल पाते। इसके अलावा इससे शरीर कमजोर हो सकता है और ऊर्जा की कमी हो सकती है। इसलिए खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से बचना चाहिए और बीच-बीच में थोड़ा-थोड़ा पानी पीना चाहिए। इससे भूख बनी रहती है और शरीर को जरूरी पोषक तत्व मिलते रहते हैं।

वजन बढ़ने का खतरा

खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से वजन बढ़ने का खतरा भी रहता है। इससे शरीर में अतिरिक्त ऊर्जा जमा होती है, जिससे मोटापा बढ़ सकता है। इसके अलावा इससे शरीर में सूजन भी हो सकती है, जो वजन बढ़ाने का कारण बनती है। इसलिए खाने के साथ ज्यादा पानी पीने से बचना चाहिए और बीच-बीच में थोड़ा-थोड़ा पानी पीना चाहिए। इससे वजन नियंत्रित रहता है और शरीर स्वस्थ रहता है।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -009

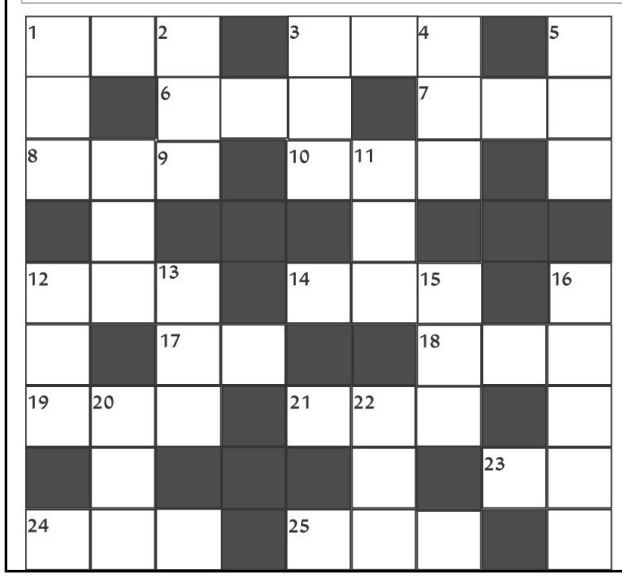
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. जीत, फतेह 3. राशन सामान बेचने वाली एक जाति, वैश्य 6. मुर्गी की जाति की एक पक्षी, आधा... आधा बटेर 7. कमल, पंकज, भारत के एक दिवंगत प्रधानमंत्री का नाम 8. नहाने का स्थान, स्नानागार 10. ख्वाब, स्वप्न 12. बुलावा, निमंत्रण 14. तबाही, बर्बादी 17. कत्ल, वध 18. क्षतिपूर्ति, मुआवजा 19. करार, चैन, आराम 21. दृष्टि, निगाह 23. नाश करने योग्य 24. लाडला, प्यारा 25. सीताजी, जनकनंदनी।

ऊपर से नीचे

1. शादी, ब्याह 2. अनाथ, निराश्रित 3. साल, वर्ष 4. दोस्ताना, यारी 5. सुर, देव, भगवान 9. मनुष्य, इंसान, आदमी 11. पाटा जाना, चुकता करना, बात तय करना 12. कार्यक्षेत्र, गोल घेरा, वृत्त 13. अधीनता, मातहती, अधिकार 15. नगर 16. गैरजरूरी 20. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 22. धरती, भूतल, धरातल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 08 का हल

अं	त	■	म	री	ज	■	■	■
ग	ह	न	ता	■	ब	र	ब	स
■	की	■	धि	क्का	र	■	र	मा
■	का	■	का	■	द	वा	खा	ना
प	त	वा	र	■	स्त	र	■	■
ह	■	■	■	■	■	दा	मि	नी
ना	■	ए	ह	ति	या	त	■	लां
वा	च	क	■	हा	■	■	खू	ब
■	■	ता	ब	ड़	तो	ड़	■	र

साहेर बंबा ने बताया आर्यन खान के साथ काम करने का अनुभव

अभिनेत्री साहेर बंबा ने हाल ही में रिलीज हुई वेब सीरीज द बैड्स ऑफ बॉलीवुड में अपने अनुभवों को साझा किया है। इस सीरीज में वह करिश्मा तंवर का किरदार निभा रही हैं। इस शो में उनका सबसे खास अनुभव आर्यन खान के साथ काम करना था।

आर्यन खान बॉलीवुड स्टार शाहरुख खान के बेटे हैं और उन्होंने निर्देशक के रूप में अपनी शुरुआत की है। साहर ने बताया कि आर्यन काफी मेहनती निर्देशक हैं।

साहर ने कहा, आर्यन एक तरह से हार्ड टास्क मास्टर हैं, लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि वह एकदम सख्त हैं। वह कलाकारों से उनके बेहतरीन प्रदर्शन की उम्मीद करते हैं। वह केवल स्क्रिप्ट तक सीमित नहीं रहते, बल्कि कलाकारों को अपने किरदार की गहराई तक पहुंचने के लिए प्रेरित करते हैं। उनके काम के प्रति लगाव और स्पष्ट सोच देखकर ऐसा लगता है कि वह किसी अनुभवी निर्देशक से कम नहीं हैं।

उन्होंने आगे कहा, निर्देशक के तौर पर आर्यन सेट पर पूरी तरह से उपस्थित रहते हैं और काम को लेकर उनका ध्यान हर छोटी से छोटी बात पर होता है। आर्यन के साथ काम करते हुए मुझे कभी ऐसा महसूस नहीं हुआ कि मैं एक नए निर्देशक के साथ काम कर रही हूं। बल्कि, ऐसा लगा जैसे मैं ऐसे निर्देशक के साथ काम कर रही हूं जो दशकों से इस क्षेत्र में है। सेट पर चाहे कितनी भी मुश्किलें क्यों न हों, आर्यन पूरी शांति से अपने काम को संभालते हैं और किसी भी परेशानी से घबराते नहीं हैं। उनकी यह स्थिरता पूरे सेट के लिए एक प्रेरणा की तरह होती है।

साहर ने बताया, आर्यन बहुत संवेदनशील और विचारशील व्यक्ति हैं। शूटिंग खत्म होने के बाद भी वह कलाकारों की परवाह करते हैं। वह कई बार शूटिंग खत्म होने के बाद कॉल करके पूछते थे कि कलाकारों को अपने सीन कैसे लगे, क्या वे अपने प्रदर्शन से खुश हैं या कोई सुधार चाहिए। यह छोटे-छोटे काम दिखाते हैं कि वह अपने कलाकारों की कितनी परवाह करते हैं। इस तरह का व्यवहार किसी भी कलाकार को आत्मविश्वास देता है।

द बैड्स ऑफ बॉलीवुड वेब सीरीज ओटीटी प्लेटफॉर्म नेटफ्लिक्स पर उपलब्ध है। (आरएनएस)

अब शाह बानो का किरदार निभा रही हैं यामी गौतम

यामी गौतम धर और इमरान हाशमी की आने वाली फिल्म हक का टीजर आखिरकार रिलीज हो गया है और यह अभिनेत्री से एक और यादगार अभिनय का वादा करता है, जिन्होंने हमेशा ऐसे किरदार चुने हैं जिन्होंने साबित किया है कि वह भारतीय सिनेमा की सर्वश्रेष्ठ अदाकारा क्यों हैं। धारा 370 और मस्ती से भरपूर धूम धाम के बाद, यामी अब शाह बानो का किरदार निभा रही हैं, एक ऐसी महिला जिसने भारत में तलाकशुदा मुस्लिम महिलाओं के अधिकारों के लिए लड़ाई लड़ी।

टीजर शाजिया नाम के किरदार की दुनिया की एक दिलचस्प झलक दिखाता है, जो दर्द, अन्याय और सम्मान के लिए एक अटूट संघर्ष से भरी है। यामी गौतम ने उस उथल-पुथल को अद्भुत तीव्रता से दर्शाया है, उनके हाव-भाव महिलाओं द्वारा झेले जाने वाले मौन संघर्षों को बयां करते हैं। टीजर का एक दृश्य, जिसमें यामी की आँखें नम हैं, फिर भी उनमें दृढ़ संकल्प है, निश्चित रूप से सभी के लिए चर्चा का विषय बन जाएगा।

हक में यामी का लुक प्रभावशाली और प्रभावशाली है, हर फ्रेम में एक महिला की आवाज का वजन झलकता है जो सुनने की मांग कर रही है और टीजर के आखिरी दृश्य में ही पता चलता है कि यामी को अपनी पीढ़ी की सबसे मज़बूत अभिनेत्रियों में से एक क्यों माना जाता है, जो सिर्फ़ ग्लैमर और इंडस्ट्री के मानदंडों से परे, दमदार और सार्थक दोनों तरह के किरदार चुनती हैं।

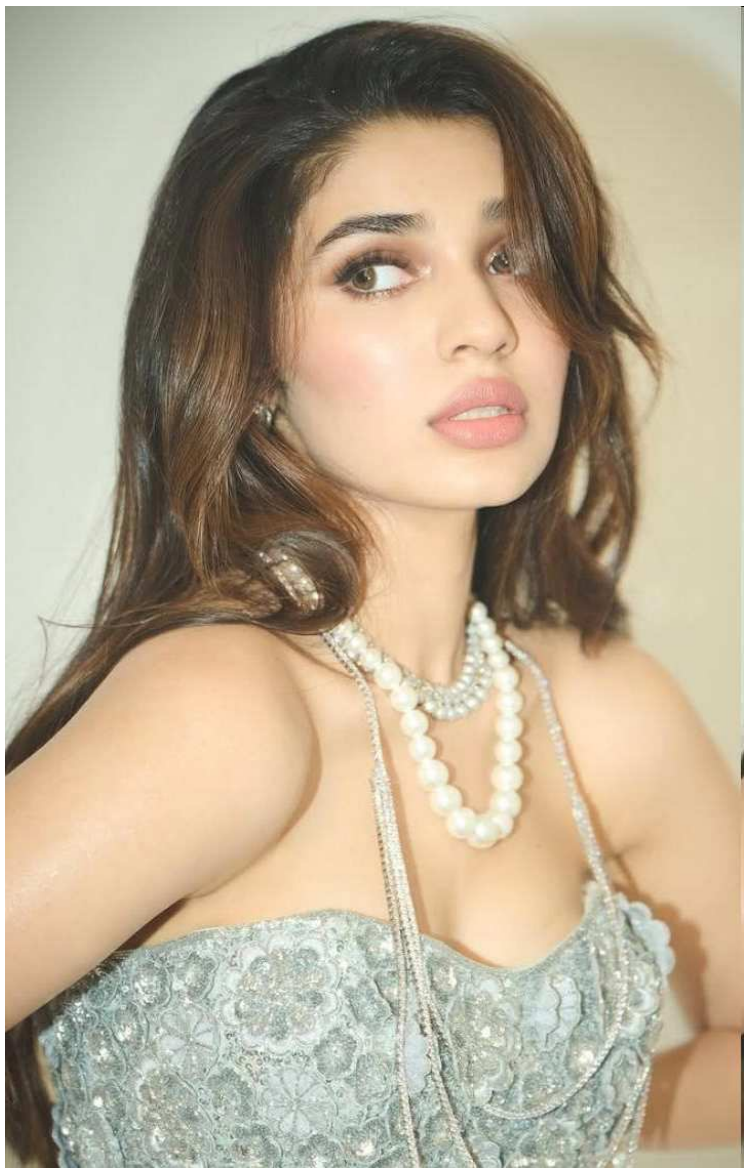
उनकी कच्ची भावनाएं और दृढ़ विश्वास एक गहरा प्रभाव छोड़ते हैं, एक ऐसी कहानी की ओर इशारा करते हैं जो बातचीत को गति देगी, हम अनुच्छेद 370 से उबर नहीं पाए थे, और अब हम एक और के साथ हैं, जिसे दर्शक राष्ट्रीय पुरस्कार योग्य अभिनय और फिल्म कह रहे हैं। यहां तक कि फिल्म के निर्देशक ने भी कहा - वह अपने प्रदर्शन से पूरे देश में हलचल मचा देंगी। (आरएनएस)

कृति शेट्टी ने वेस्टर्न आउटफिट में शेयर कीं दिलकश तस्वीरें

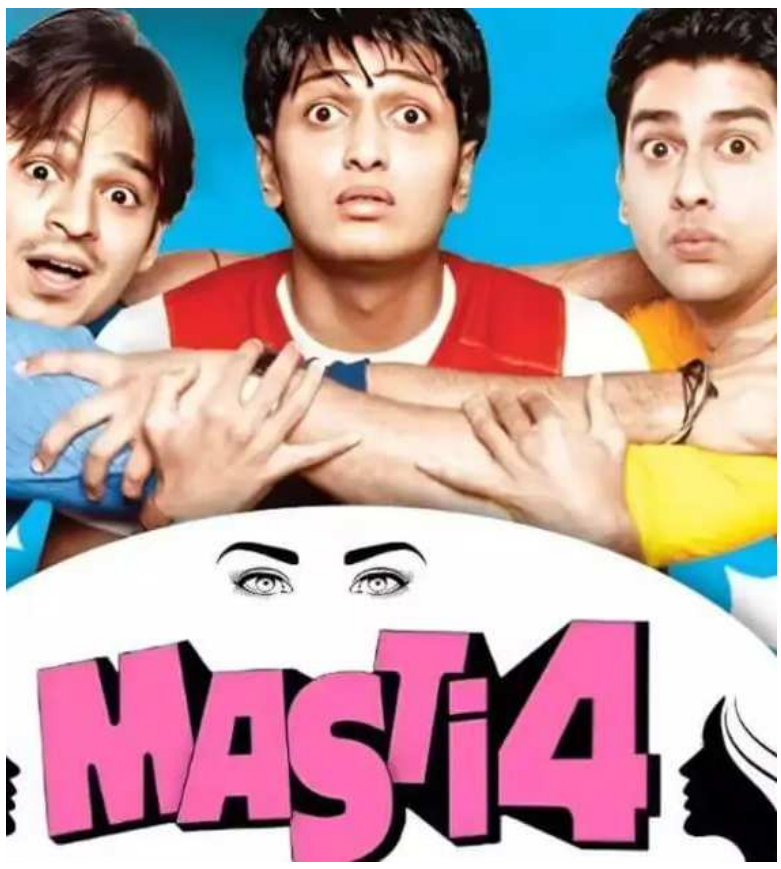
कृति शेट्टी ने सोशल मीडिया पर अपनी कई खूबसूरत तस्वीरें शेयर की हैं। उन्होंने वेस्टर्न आउटफिट में कई जबरदस्त पोज दिए हैं। तस्वीरें शेयर करते हुए उन्होंने लिखा है अपने आपको बदल रही हूं। दो घंटे के अंदर ही कृति की तस्वीरों को 88 हजार से ज्यादा यूजर्स ने लाइक किया। एक यूजर ने उन्हें प्रपोज किया है। एक दूसरे यूजर ने उनके ड्रेस को हीरे का ड्रेस बताया है। कृति ने साल 2019 में फिल्म सुपर 30 से बॉलीवुड में कदम रखा था। इसके बाद वह तेलुगु, तमिल और मलयालम फिल्मों में नजर आईं। वह जल्द ही तमिल फिल्म लव इंश्योरेंस कंपनी का हिस्सा होंगी।

एक भारतीय अभिनेत्री हैं जो मुख्य रूप से तेलुगु फिल्मों में दिखाई देती हैं। उन्होंने व्यावसायिक रूप से सफल फिल्म उप्पेना (2021) से अपनी शुरुआत की। उसने एक फिल्मफेयर अवार्ड साउथ और एक साईमा अवार्ड जीता है।

कृति शेट्टी का जन्म 21 सितंबर 2003 को मुंबई में हुआ था, मैंगलोर, कर्नाटक के एक तुलु परिवार में। उनके पिता एक व्यवसायी हैं और उनकी माँ एक फैशन डिजाइनर हैं। उसके दो भाई-बहन हैं, एक भाई और एक बहन। वह मुंबई में पली-बढ़ी और फ़रवरी 2021 के अनुसार , वह मनोविज्ञान पढ़ रही थी। अपने शिक्षाविदों के दौरान, उन्होंने व्यावसायिक विज्ञापनों में काम किया।



मस्ती-4 का टीजर रिलीज, लौट रही विवेक-रितेश और आफताब की तिकड़ी, 21 नवंबर को रिलीज होगी फिल्म



मस्ती फ्रेंचाइजी की चौथी किस्त का दर्शकों को लंबे अरसे से इंतजार था। मंगलवार को मेकर्स ने इसका टीजर जारी कर दिया। इसी के साथ ही यह भी पता चल गया है कि यह फिल्म कब रिलीज होगी।

मस्ती 4 के लेखक और निर्देशक मिलाप जावेरी हैं। इसके टीजर को अपने इंस्टाग्राम पर शेयर करते हुए उन्होंने लिखा, पहली की थी मस्ती, फिर हुई ग्रैंड मस्ती, फिर ग्रेट ग्रैंड मस्ती, अब होगी मस्ती 4। इस बार शैतानी, दोस्ती और कामेडी सब 4 गुना होगी। टीजर देखें यहां। यह फिल्म 21 नवंबर को आपके नजदीकी सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

इसके टीजर में पहली तीन फिल्मों की झलक दिखाई गई है। इसके बाद मस्ती-4 के बारे में बताया जाता है। टीजर में फिर से आफताब का किरदार को हर बार की तरह एक आइडिया आता है। इस पर विवेक ओबेराय उन्हें आगाह करते हैं कि जब-जब ऐसा हुआ, उनके साथ कुछ न कुछ कांड हुआ है। टीजर में तीनों दोस्त फिर से लड़कियों के पीछे भागते दिखाई दे रहे हैं। यानी इस बार भी तीनों दोस्त मिलकर फिल्म में कुछ मजेदार करने वाले हैं। आफताब का किरदार इसमें कहता भी है कि पार्ट-1, 2 और 3 को भूल जाइए, अब होगी मस्ती-4।

टीजर को देखकर लोगों को इस फ्रेंचाइजी की सारी फिल्मों की यादें ताजा हो जाएंगी। इस फिल्म में रितेश देशमुख, आफताब शिवदासानी, विवेक ओबेराय, तुषार कपूर, एलनाज नौरोजी, श्रेया शर्मा और रूही सिंह जैसे कलाकार नजर आएंगे।

डायरेक्टर मिलाप जावेरी ने एक इंटरव्यू में बताया था कि फिल्म इस बार एक अलग कान्सेप्ट पर आधारित होगी। इसमें पुरुषों के साथ ही महिलाओं के भी अफेयर दिखाए जाएंगे। मगर, इसमें कोई वल्गर सीन नहीं होगा। बस होगी तो ढेर सारी मस्ती और कामेडी।

इस फिल्म को अमर झुनझुनवाला, शिखा करण अहलूवालिया, इंद्र कुमार, अशोक ठकेरिया, एकता कपूर, शोभा कपूर, और उमेश कुमार भंसाल ने मिलकर प्रोड्यूस किया है। यह फिल्म 21 नवंबर को रिलीज होगी।

इसे जी स्टूडियोज और वेवबैंड प्रोडक्शन, मारुति इंटरनेशनल और बालाजी टेलीफिल्म्स के सहयोग से बनाया गया है। फिल्म की शूटिंग यूके और मुंबई में हुई है।

स्वच्छ शौचालय अभियान: स्वच्छता की ओर बदलती सोच और बढ़ते कदम

भारत में स्वच्छता की चर्चा जब भी होती है, तो केवल कचरा या गंदगी की सफाई ही नहीं बल्कि शौचालयों की उपलब्धता और उनका नियमित उपयोग भी सबसे बड़ी चुनौती के रूप में सामने आती है। लंबे समय तक खुले में शौच की समस्या देश की छवि और स्वास्थ्य दोनों के लिए बाधा बनी रही। वर्ष 2014 में जब प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने स्वच्छ भारत मिशन का आह्वान किया, तब इस समस्या को दूर करने की दिशा में व्यापक प्रयास शुरू हुए। घर-घर शौचालय बनने लगे, शहरों और कस्बों में सार्वजनिक और सामुदायिक शौचालयों का निर्माण हुआ और धीरे-धीरे समाज में यह संदेश घर करने लगा कि स्वच्छता केवल सरकार का कार्य नहीं बल्कि हर नागरिक की जिम्मेदारी है।

इसी सोच को आगे बढ़ाते हुए क्लीन टॉयलेट अभियान की शुरुआत हुई, जिसकी थीम है – स्वच्छ शौचालय हमारी जिम्मेदारी। इस अभियान का मकसद केवल शौचालय बनाना नहीं, बल्कि उन्हें स्वच्छ, सुरक्षित और उपयोगी बनाए रखना है। क्योंकि यह बार-बार देखा गया कि शौचालय बन जाने के बाद भी उनका रखरखाव न होने से लोग उन्हें छोड़कर फिर खुले में शौच करने लगते थे। इसलिए इस अभियान ने ध्यान केंद्रित किया नागरिकों की सक्रिय भागीदारी, सफाई मित्रों और स्थानीय निकायों के सहयोग तथा सामुदायिक जिम्मेदारी पर।

देश का सबसे स्वच्छ शहर कहलाने वाला इंदौर क्लीन टॉयलेट अभियान का भी अग्रणी उदाहरण है। विश्व शौचालय दिवस के अवसर पर नगर निगम ने शौचालय सुपर स्पॉट कैंपेन आयोजित किया। इस अनोखे अभियान में नागरिकों को प्रोत्साहित किया गया कि वे सार्वजनिक शौचालयों का उपयोग करें और वहां पर अपनी उपस्थिति को तस्वीर के माध्यम से दर्ज करें। नतीजा यह हुआ कि शहर के सात सौ से अधिक शौचालयों पर एक लाख से ज्यादा लोगों ने जाकर सेल्फी ली और उसे ऑनलाइन अपलोड किया। यह केवल आंकड़ों की बात नहीं है बल्कि यह दर्शाता है कि इंदौर के नागरिक स्वच्छता को गर्व और जिम्मेदारी दोनों मानते हैं।

खास बात यह रही कि अभियान की शुरुआत के केवल तीन घंटे के भीतर ही तीस हजार से अधिक तस्वीरें अपलोड हो चुकी थीं। सुबह पांच बजे से आठ बजे तक का यह दृश्य बताता है कि नागरिक कितनी तत्परता और जागरूकता के साथ इसमें भाग ले रहे थे। इंदौर का यह प्रयोग न केवल पूरे देश के लिए प्रेरणा है बल्कि यह संदेश भी देता है कि यदि जनता प्रशासन के साथ कंधे से कंधा मिलाकर खड़ी हो, तो कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं होता।

छत्तीसगढ़ के बिलासपुर जिले के अशोक नगर इलाके की कहानी बताती है कि बदलाव के लिए बड़े साधनों की नहीं बल्कि छोटे प्रयासों की आवश्यकता होती है। नगर निगम ने बबलू महतो को एक सार्वजनिक सुविधा केंद्र की देखभाल की जिम्मेदारी दी। यह स्थान पहले असामाजिक तत्वों का अड्डा माना जाता था। लोग वहां जाने से डरते थे और शौचालय लगभग बेकार पड़ा था।

लेकिन बबलू महतो ने अपने परिवार के सहयोग से इस स्थान का कायाकल्प कर दिया। उन्होंने न केवल शौचालय और स्नानघर की नियमित सफाई सुनिश्चित की बल्कि आसपास का वातावरण भी पूरी तरह बदल डाला। धीरे-धीरे यह स्थान लोगों के लिए सुरक्षित और स्वच्छ सार्वजनिक स्थल बन गया। उनकी पत्नी अनीता और पूरा परिवार इस जिम्मेदारी को निभाने में बराबर का योगदान देता है। आज यह सुविधा केंद्र इलाके के लोगों के लिए वरदान बन चुका है। यह उदाहरण हमें यह सिखाता है कि यदि जिम्मेदारी का भाव हो तो कोई भी व्यक्ति समाज में बड़ा बदलाव ला सकता है। कोरबा जिले के प्रभास शाही ने अपनी सतत मेहनत और सेवा से स्वच्छता अभियान को एक नया आयाम दिया। वे पिछले दस वर्षों से शहर के नए बस स्टैंड और अन्य इलाकों में बने तेईस सार्वजनिक शौचालयों की देखभाल कर रहे हैं। उनकी सोच केवल सफाई तक सीमित नहीं रही। उन्होंने इन शौचालयों को आधुनिक सुविधाओं से लैस किया।

महिलाओं और बच्चों की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए उन्होंने सैनिटरी नैपकिन डिस्पेंसर, इंसीनेरेटर और बेबी फीडिंग रूम जैसी सुविधाएँ उपलब्ध कराईं। यह सब बिना किसी बड़े प्रचार-प्रसार के हुआ, लेकिन इसका असर पूरे शहर पर पड़ा। प्रभास शाही की मेहनत का ही परिणाम है कि कोरबा शहर खुले में शौच से पूरी तरह मुक्त हुआ और ह्यूएस++ का दर्जा प्राप्त कर सका। यह उपलब्धि बताती है कि व्यक्तिगत प्रयास भी सामूहिक सफलता में बदल सकते हैं।

क्लीन टॉयलेट अभियान केवल सफाई का सवाल नहीं है, यह स्वास्थ्य और गरिमा दोनों से जुड़ा हुआ है। खासकर महिलाओं और बच्चों के लिए स्वच्छ और सुरक्षित शौचालय का होना उनकी गरिमा और आत्मसम्मान का सवाल है। ग्रामीण और शहरी दोनों क्षेत्रों में लंबे समय तक महिलाओं को अंधेरे में खुले में शौच करने के लिए मजबूर होना पड़ा। इससे न केवल उनका स्वास्थ्य प्रभावित होता था बल्कि सुरक्षा की समस्या भी बनी रहती थी।

आज जब सामुदायिक और सार्वजनिक शौचालयों का जाल बिछाया गया है, तो जिम्मेदारी यह बनती है कि उनकी स्वच्छता और उपयोगिता बनी रहे। यदि वे गंदे या अनुपयोगी होंगे तो लोग फिर से पुराने तरीकों की ओर लौट सकते हैं। इसलिए क्लीन टॉयलेट अभियान का संदेश यह है कि निर्माण के साथ-साथ रखरखाव भी उतना ही जरूरी है।

हालांकि इस अभियान की सफलता के बावजूद कई चुनौतियाँ सामने हैं। कई शहरों में शौचालय तो बन जाते हैं लेकिन उनका नियमित रखरखाव नहीं हो पाता। पानी और बिजली जैसी मूलभूत सुविधाएँ न होने से उनका उपयोग कठिन हो जाता है। कई बार नागरिक भी लापरवाही बरतते हैं और शौचालयों को गंदा छोड़ देते हैं।

इन समस्याओं का समाधान तभी संभव है जब नागरिक, प्रशासन और सफाई मित्र मिलकर काम करें। एक ओर स्थानीय निकाय को यह सुनिश्चित करना होगा कि शौचालयों की सफाई और मरम्मत नियमित रूप से हो, वहीं नागरिकों को भी इन्हें अपनी संपत्ति मानकर संभालना होगा। जागरूकता अभियानों, जन सहभागिता और तकनीक के उपयोग से इस दिशा में और सुधार किया जा सकता है।

क्लीन टॉयलेट अभियान की सबसे बड़ी ताकत है जनभागीदारी। जब लोग इसमें जुड़ते हैं तो यह केवल सरकारी योजना नहीं बल्कि एक आंदोलन बन जाता है। इंदौर, बिलासपुर और कोरबा जैसे उदाहरण यही साबित करते हैं। इंदौर में नागरिकों का उत्साह, बबलू महतो और प्रभास शाही जैसे व्यक्तियों की निष्ठा और प्रशासन का सहयोग मिलकर इसे सफल बनाता है। यही कारण है कि यह अभियान अब पूरे देश में तेजी से फैल रहा है।

स्वच्छता केवल आज की जरूरत नहीं बल्कि आने वाली पीढ़ियों की सेहत और सुरक्षा से भी जुड़ी हुई है। स्मार्ट सिटी, आत्मनिर्भर भारत और सतत विकास जैसे लक्ष्यों को हासिल करने के लिए जरूरी है कि हम स्वच्छता को अपनी संस्कृति और आदत का हिस्सा बनाएं। क्लीन टॉयलेट अभियान हमें यही सिखाता है कि यदि हर नागरिक इसे अपना कर्तव्य माने तो शहर ही नहीं पूरा देश साफ और स्वस्थ हो सकता है। यह अभियान धीरे-धीरे लोगों की सोच बदल रहा है। अब लोग शौचालयों को केवल जरूरत नहीं बल्कि अपनी गरिमा और सम्मान से जुड़ा मानने लगे हैं। यह बदलाव ही इस अभियान की सबसे बड़ी उपलब्धि है। क्लीन टॉयलेट अभियान हमें यह संदेश देता है कि स्वच्छ शौचालय केवल सरकार की जिम्मेदारी नहीं बल्कि हर नागरिक का कर्तव्य है। जब लोग इसे अपनी आदत बना लेंगे तो न केवल बीमारियाँ कम होंगी बल्कि समाज भी अधिक सुरक्षित और सम्मानजनक बनेगा। इंदौर की जनता, बिलासपुर के बबलू महतो और कोरबा के प्रभास शाही जैसे उदाहरण हमें प्रेरित करते हैं कि अगर इच्छा और प्रतिबद्धता हो तो बदलाव लाना कठिन नहीं।

आज जरूरत इस बात की है कि हम सब मिलकर इस अभियान को आगे बढ़ाएँ और यह साबित करें कि स्वच्छ भारत का सपना केवल एक योजना नहीं बल्कि हमारी साझा जिम्मेदारी और राष्ट्रीय संकल्प है।

पत्र सूचना कार्यालय की ओर से जारी

सू- दोकू क्र.009

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.08 का हल

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

दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा ऑटोमोबाइल बाजार भारत

भारत की प्रगति की रोज नई-नई खबरें आने का सिलसिला जारी है। इसी कड़ी में अब भारत ने जापान को पीछे छोड़ कर दुनिया के ऑटोमोबाइल बाजार में धमाकेदार दस्तक दी है। सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी के अनुसार भारत दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा ऑटोमोबाइल बाजार बन गया है, और अगले पांच साल में इस बाजार में पहले नंबर पर आने का लक्ष्य लेकर चल रहा है। गडकरी ने अंतरराष्ट्रीय वैल्यू शिखर सम्मेलन, 2025 में उस रोडमैप का ब्योरा भी दिया जिसके तहत भारत को ऑटोमोबाइल विनिर्माण, हरित गतिशीलता और बुनियादी ढांचे के नवाचार के लिए दुनिया के अग्रणी केंद्र के रूप में स्थापित करने की महत्त्वाकांक्षी योजना है।

गडकरी के अनुसार सभी प्रमुख वैंकि ऑटोमोबाइल ब्रांड अब भारत में मौजूद हैं। इन ब्रांडों का ध्यान अब असेंबलिंग करने से हट कर भारत से दुनिया भर में वाहनों के निर्यात पर केंद्रित हो गया है। देखा जाए तो अकेले भारत का दोपहिया वाहन उद्योग अपने उत्पादन का आधे से ज्यादा निर्यात करता है। प्रदूषण मुक्त परिवहन के मामले में भी भारत की अग्रणी भूमिका बनी हुई है। इलेक्ट्रिक वाहनों, हाइड्रोजन ईंधन और वैकल्पिक ईंधनों में भारत खूब प्रगति कर रहा है।

हाइड्रोजन ट्रक लॉन्च कर ही चुका है, और अनेक मागरे पर इसकी पायलट परियोजनाएं चल रही हैं। भारत का लक्ष्य हरित परिवहन में दुनिया का नेतृत्व करना है। प्रमुख वाहन निर्माता कंपनियों टाटा मोटर्स, अशोक लीलैंड और रिलायंस तथा इंडियन ऑयल जैसी तेल कंपनियों के सहयोग से सरकार ने हाइड्रोजन उत्पादन के बुनियादी ढांचे को गति देने के लिए भारी-भरकम अनुदान दिया है।

वर्तमान में भारत ने आइसोब्यूटेनॉल और बायो-बिटुमेन जैसे नये ईंधन विकल्पों के मामले में भी उल्लेखनीय प्रगति की है। इन ईंधन विकल्पों का प्रयोगशालाओं में परीक्षण चल रहा है। गडकरी के अनुसार देश की सड़कों के बुनियादी ढांचे में भी जबरदस्त प्रगति हुई है।

भारत में अब दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा सड़क नेटवर्क है। यात्रा की अवधि भी काफी घट गई है। भारत के वि में ऑटोमोबाइल बाजार में प्रमुख स्थान हासिल करने के पीछे उस प्रतिबद्धता का भी योगदान है, जिसके तहत देश के कचरा प्रबंधन के तौर-तरीके बदले हैं। कचरे का इस्तेमाल सड़क बनाने की सामग्री में किए जाने से यह भी संपदा में बदल कर देश को आगे बढ़ा रहा है।(आरएनएस)

सेवा की साधना

महर्षि पिप्पल बड़े ज्ञानी और तपस्वी थे। उनकी कीर्ति दूर दूर तक फैली हुई थी। एक दिन सारस और सारसी दोनों जल में खड़े आपस में बातें कर रहे थे कि पिप्पल को जितना बड़प्पन मिला हुआ है उससे भी अधिक महिमा सुकर्मा की है, पर उसे लोग जानते नहीं।

पिप्पल ने सारस सारसी के इस वार्तालाप को सुन लिया। वे सुकर्मा को तलाश करते हुए उसके घर पहुंचे। सुकर्मा साधारण गृहस्थ था, पर उसने बिना पूछे ही पिप्पल का मनोरथ कह सुनाया।

तब उन्हें बड़ा आश्चर्य हुआ कि वह एक साधारण गृहस्थ जो योग तथा अध्यात्म के तत्वज्ञान से अपरिचित है, किस प्रकार इतनी आत्मोन्नति कर सका सुकर्मा से उन्होंने जब अपनी जिज्ञासा जाहिर की तो उसने बताया कि माता- पिता को साक्षात् भगवान का अवतार मानकर सच्चे मन से मैं उनकी सेवा करता हूं। यही मेरी साधना है और उसी के बल पर मैं जो कुछ बन सका हूं, सो आप की जानकारी में है ही।

राष्ट्रीय कौशल प्रशिक्षण संस्थान में चतुर्थ दीक्षांत समारोह आयोजित

संवाददता

देहरादून। राष्ट्रीय कौशाल प्रशिक्षण स ंस्थान के चतुर्थ दीक्षांत समारोह में 315 प्रशिक्षुओं को भारतीय उद्योग परिसंघ के निदेशक द्वारा प्रमाण पत्र प्रदान किये गये।

आज यहां राष्ट्रीय कौशल प्रशिक्षण संस्थान (एनएसटीआई), देहरादून में 2024-25 सत्र में उत्तीर्ण होने वाले प्रशिक्षुओं के लिए चतुर्थ दीक्षांत समारोह आयोजित किया गया। संस्थान में दीक्षांत समारोह का शुभारंभ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता में विज्ञान भवन, नई दिल्ली से आयोजित राष्ट्रीय स्तरीय कौशल दीक्षांत समारोह के सीधे प्रसारण के बाद हुआ। एनएसटीआई देहरादून में संचालित विभिन्न ट्रेडों में कुल 315 प्रशिक्षु उत्तीर्ण हुए, जिन्हें मुख्य अतिथि गौरव लांबा, निदेशक, भारतीय उद्योग परिसंघ (सीआईआई), उत्तराखंड राज्य द्वारा प्रमाण पत्र प्रदान किए गए। मुख्य अतिथि ने प्रशिक्षुओं को बधाई देते हुए कहा कि कौशल भारत अभियान के अंतर्गत प्रशिक्षु आत्मनिर्भर भारत के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। उन्होंने प्रशिक्षुओं से अपने कौशल को उद्योग एवं उद्यमिता के साथ जोड़कर समाज के विकास में योगदान देने का आह्वान किया। इस अवसर पर आईएसडीएस उप निदेशक/प्राचार्य, एनएसटीआई देहरादून ज्ञान प्रकाश चौरसिया ने मुख्य अतिथि गौरव लांबा का स्वागत किया और प्रशिक्षुओं को उनकी सफलता के लिए बधाई दी। उन्होंने कहा कि यह संस्थान प्रशिक्षुओं को न केवल तकनीकी दक्षता प्रदान करता है बल्कि उन्हें रोजगारोन्मुखी और आत्मनिर्भर बनने की दिशा में भी प्रेरित करता है। दीक्षांत समारोह में आरडीएसडीई उत्तराखंड के आईएसडीएस अधिकारी आर्यन जांगड़ा, गजेंद्र कोली और इंद्रपाल सिंह तथा एनएसटीआई देहरादून के संकाय सदस्य नरेश कुमार, आर.पी. आर्य, जे.एस. गांधी, श्रीमती रंजिनी कुमार और मनीष ममगाईं सहित समस्त कर्मचारी और प्रशिक्षु उपस्थित रहे। कार्यक्रम का समापन राष्ट्रगान के साथ हुआ तथा सभी प्रशिक्षुओं ने समूह छायाचित्रों के माध्यम से इस यादगार पल को संजोया।

आईआईटी रुड़की ने भूसे से पर्यावरण-अनुकूल टेबलवेयर का सफलतापूर्वक विकास किया

संवाददाता

रूडकी। आईआईटी रूडकी की इनोपैप लैब ने पैरासन मशीनरी इंडिया प्राइवेट लिमिटेड, औरंगाबाद के सहयोग से गेहूँ के भूसे से बने पर्यावरण-अनुकूल टेबलवेयर का सफलतापूर्वक विकास किया है।

आईआईटी रुड़की पर्यावरणीय चुनौतियों के लिए स्थायी और अभिनव समाधानों में अग्रणी भूमिका निभा रहा है। संस्थान की इनोपैप लैब ने पैरासन मशीनरी इंडिया प्राइवेट लिमिटेड, औरंगाबाद के सहयोग से गेहूँ के भूसे से बने पर्यावरण-अनुकूल टेबलवेयर का सफलतापूर्वक विकास किया है एक ऐसा कृषि अवशेष जिसे आमतौर पर कटाई के बाद जला दिया जाता है। यह प्रौद्योगिकी एक साथ दो गंभीर पर्यावरणीय समस्याओं, फसल अवशेष जलाने और एकल-उपयोग प्लास्टिक के प्रदूषण का समाधान प्रस्तुत करती है। गेहूँ के भूसे को ढाले हुए, जैव-अवक्रमणीय और कम्पोस्टेबल टेबलवेयर में बदलकर, इस तकनीक ने "मिट्टी से मिट्टी तक" के दर्शन को मूर्त रूप दिया है जो धरती से उत्पन्न होकर उपयोग के बाद पुनः धरती में समा जाता है। कागज प्रौद्योगिकी विभाग के प्रो. विभोर के. रस्तोगी, जिन्होंने इस परियोजना का नेतृत्व किया, ने कहा, "यह शोध दर्शाता है कि कैसे रोजमर्रा की फसल के अवशेषों को उच्च-गुणवत्ता वाले, पर्यावरण-अनुकूल उत्पादों में परिवर्तित किया जा सकता है। यह विज्ञान और इंजीनियरिंग की उस क्षमता को दर्शाता है जो पर्यावरणीय दृष्टि से सुरक्षित और आर्थिक रूप से व्यवहार्य समाधान प्रदान कर सकती है।" भारत में हर वर्ष लगभग 35 करोड़ टन कृषि अपशिष्ट उत्पन्न होता है, जिसका बड़ा हिस्सा जला दिया जाता है या बेकार छोड़ दिया जाता है। यह नवाचार न केवल इस पर्यावरणीय हानि को रोकता है बल्कि किसानों को अतिरिक्त आय का स्रोत प्रदान कर अपशिष्ट को संपदा में बदलने वाले चक्रीय अर्थव्यवस्था मॉडल की दिशा में कदम है। आईआईटी रुड़की के निदेशक प्रो. कमल किशोर पंत ने कहा, "यह नवाचार समाज की वास्तविक चुनौतियों का समाधान करने के प्रति आईआईटी रुड़की की प्रतिबद्धता को दर्शाता है। यह स्वच्छ भारत और मेक इन इंडिया जैसे राष्ट्रीय अभियानों को मजबूती प्रदान करता है तथा प्रयोगशाला अनुसंधान को व्यावहारिक प्रभाव में बदलने का उदाहरण है।" आईआईटी रुड़की का यह नवाचार दर्शाता है कि अनुसंधान न केवल पर्यावरणीय समस्याओं का समाधान कर सकता है, बल्कि कृषि, उद्योग और समाज को एक साथ लाभान्वित करते हुए एक स्वच्छ, स्वस्थ और आत्मनिर्भर भारत के निर्माण में योगदान दे सकता है।

शहीद सम्मान यात्रा का जिलाधिकारी ने किया फ्लैग ऑफ

संवाददाता

हरिद्वार। जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने शहीद सम्मान यात्रा 2.0 का फ्लैग ऑफ कर रवाना किया।

आज यहां जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने जिला मुख्यालय परिसर में शहीद सम्मान यात्रा 2.0 का फ्लैग ऑफ कर रवाना किया। कार्यक्रम के दौरान जिलाधिकारी मयूर दीक्षित ने कहा कि जनपद के दो शहीद सैनिकों के आश्रितों श्रीमती गीता सैनी शहीद हवलदार सोनित कुमार सैनी निवासी ग्राम-धनौरा रुड़की एवं कविता चौधरी पत्नी शहीद नायक प्रदीप कुमार निवासी ग्राम-गदरजुडा, मंगलौर, रुड़की को प्रदेश सरकार की तरफ से 05 अक्टूबर 2025 को 'गढ़वाल राईफल्स रेजीमेंट सेन्टर' लैंसडाउन में 'शहीद सम्मान समारोह' का आयोजन किया जा रहा है। उक्त समारोह में मुख्य मंत्री द्वारा वीर नारियों/आश्रितों को ताम्रपत्र भेंट कर सम्मानित किया जायेगा।

उक्त कार्यक्रम हेतु प्रदेशभर में शहीद सम्मान यात्रा 2.0 की शुरूआत 25 सितम्बर 2025 से 04 अक्टूबर 2025 तक की गई, जिसमें शहीद सैनिकों के घर-आंगन की मिट्टी एकत्रित की गई।

उन्होंने कहा कि जिला सैनिक कल्याण कार्यालय द्वारा शहीद सैनिकों के आश्रितों को उनके आवास से विभागीय वाहन के द्वारा रोशनाबाद लाया गया, जहां से 'फ्लैग आफ' कार्यक्रम के उपरान्त वीर नारियों एंव उनके आश्रितों को लैंसडाउन के लिये रवाना किया गया। कार्यक्रम के दौरान विंग कमांडर (से.नि.) डा. सरिता पंवार ने बताया कि प्रथम 'शहीद सैन्य सम्मान यात्रा' के उपरान्त प्रदेश में शहीद हुए सैनिकों के सम्मान में उनके घर-आंगन की मिट्टी एकत्रित किये जाने हेतु 'शहीद सम्मान यात्रा 2.0' का शुभारम्भ प्रत्येक उस जनपद में किया गया, जहां शहीद सैनिक परिवार निवासित है।

उन्होंने कहा कि जनपद हरिद्वार के 02 शहीद सैनिक कमशः शहीद नायक प्रदीप कुमार निवासी ग्राम-गदरजुड़ा, ब्लाक-नारसन, जनपद हरिद्वार, जो कि 27 अक्टूबर 2023 को सिक्किम क्षेत्र में शहीद हुए थे एंव शहीद हवलदार सोनित कुमार सैनी निवासी ग्राम-धनौरी, ब्लाक-रूड़की जनपद हरिद्वार, जो कि दिनांक 11 अक्टूबर 2021 को अरूणांचल प्रदेश के डुकुमपानी क्षेत्र में शहीद हुए थे, उनके घर-आंगन की मिट्टी एकत्रित कर लैंसडाउन के लिये रवाना किया गया।

कैबिनेट मंत्री ने आपदा प्रभावित 14 परिवारों को राहत राशि के चेक सौंपे

संवाददाता

देहरादून। कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने आपदा प्रभावित 14 परिवारों को राहत राशि के चेक सौंपे।

आज यहां कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी ने कैंप कार्यालय में मसूरी विधानसभा क्षेत्र के मखडेती, गल्जवाड़ी और जाखन क्षेत्र के कुल 14 आपदा प्रभावित परिवारों को राहत सहायता राशि के चेक प्रदान किए। मंत्री जोशी ने बताया कि आपदा में पूर्ण रूप से क्षतिग्रस्त मकानों के स्वामियों को प्रत्येक परिवार को 3.80 लाख की सहायता राशि के 12 चेक वितरित किए गए, वहीं जनहानि के दृष्टिगत दो परिवारों को एक-एक लाख की धनराशि के चेक प्रदान किए गए। इस अवसर पर कैबिनेट मंत्री ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि उनके अनुरोध के उपरांत राज्य सरकार ने आपदा में पूर्ण रूप से क्षतिग्रस्त भवनों के लिए सहायता राशि 1.25 लाख से बढ़ाकर 5 लाख कर दी है। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री का यह निर्णय आपदा प्रभावित परिवारों के लिए अत्यंत राहतदायक और सहायक सिद्ध होगा। इस अवसर पर पूर्व प्रधान लीला, विधायक प्रतिनिधि किरन, पूर्व ग्राम प्रधान समीर पुंडीर सहित कई लोग उपस्थित रहे।

ऐतिहासिक भव्य रामलीला का समापन

संवाददाता

देहरादून। श्री रामकृष्ण लीला समिति द्वारा आयोजित भव्य रामलीला का समापन हुआ।

आज यहां श्री रामकृष्ण लीला समिति टिहरी 1952 देहरादून (पंजी) द्वारा उत्तराखंड की प्राचीन गढ़वाल की ऐतिहासिक राजधानी पुरानी टिहरी की 1952 से होने वाली प्राचीन रामलीला को टिहरी के जलमग्न होने के बाद देहरादून में पुनर्जीवित करने का संकल्प लिया है और इस हेतु इस वर्ष देहरादून के श्री गुरु नानक मैदान रेसकोर्स में भव्य रामलीला महोत्सव 2025 का मानसून चार दिन नवरात्रों में 22 से 3 अक्टूबर 2025 तक किया गया। रामलीला के समापन दिवस में राम-लक्ष्मण की रावण को युद्ध में हराकर अयोध्या वापस आने के साथ अयोध्या का राजतिलक हुआ। समापन दिवस में 1952 से आज तक के पुराने कलाकारों व उनके परिवार को सम्मानित किया गया, क्योंकि इस रामलीला को 1952 से सफल बनाने में हर एक व्यक्ति का योगदान रहा। कार्यक्रम में सभी पात्रों, समन्वय समिति, स्वयंसेवक समिति, गायक और संगीतकार को रामलीला समिति द्वारा सम्मानित किया गया। इस बार रामलीला महोत्सव में रामलीला मंचन के साथ उत्तराखंड की सांस्कृतिक धरोहर का भी समागम होगा जिसमें प्रदेश के कोने-कोने से कलाकार अपनी कला की छटा भी बिखेरी। इस बार रामलीला में सांस्कृतिक समागम हेतु भजन संध्या व उत्तराखंड के पारंपरिक सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन भी किया गया।

इस वर्ष रामलीला मंचन के साथ भव्य मेला भव्य कलश यात्रा व 2 अक्टूबर को रावण कुंभकरण मेघनाथ व लंका के पारंपरिक पुतला दहन का विशेष कार्यक्रम किया गया। इस बार 2025 में उत्तराखंड के इतिहास में पहली बार रामलीला मंचन का प्रसारण को 75 लाख से अधिक दर्शकों द्वारा देखा गया।

सस्ते आईफोन बेचने के नाम पर ठगी करने वाले 3 गिरफ्तार

संवाददाता

टिहरी। सस्ते आईफोन बेचने के नाम पर लाखों रूपये की ठगी करने के मामले में पुलिस ने तीन लोगों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उनको न्यायालय में पेश किया जहां से उनको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

मिली जानकारी के अनुसार साईबर सैल टिहरी गढवाल को गृह मंत्रालय द्वारा पैन इंडिया लेवल पर संचालित प्रतिबिम्ब पोर्टल के अवलोकन से ज्ञात हुआ कि कुछ संदिग्ध मोबाइल नम्बर जो कि तपोवन मुनि की रेती क्षेत्र में एक्टिव है जिनके द्वारा बडे लेवल पर साइबर ठगी की जा रही है व देश के विभिन्न राज्यों में 36 से ज्यादा राज्यों में शिकायते दर्ज हैं जिनमें अबतक करोडों रुपये की ठगी की गयी है। सूचना पर वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक टिहरी गढवाल द्वारा प्रभारी साईबर सेल व प्रभारी निरीक्षक मुनि कि रेती के नेतृत्व में टीम गठित की गयी गठित टीम द्वारा स्थानीय स्तर पर सूचना संकलन किया गया तो संदिग्ध मोबाइल नम्बरो व साइबर ठगों द्वारा घुगतानी अपर तपोवन क्षेत्र में ग्रीन गंगा अपार्टमेंट में दूसरे तल पर स्थित फ्लैट न. बी 3 में

❑36 से ज्यादा राज्यों में इनके खिलाफ है शिकायतें

अपनी पहचान छिपा कर रहना व साइबर ठगी करने की पुष्टि हुयी। जिस पर पुलिस टीम द्वारा ग्रीन गंगा अपार्टमेंट में दूसरे तल पर स्थित फ्लैट न0 बी 3 में छापा मारा गया तो कुल तीन व्यक्तियो द्वारा उक्त फ्लैट से अवैध रुप से काल सेन्टर संचालित किया जा रहा था व पैन इंडिया लेवल पर विभिन्न लोगों को सस्ते दामों पर आईफोन खरीदने का लालच देकर मोटी रकम धोखाधडी से प्राप्त की जा रही थी जिस पर मौके से तीन (साइबर ठगों) को गिरफ्तार किया गया। मौके से ही कुल 09 मोबाइल फोन एक लेपटाप विभिन्न बैंको के पासबुक एटीएम कार्ड व प्रीएक्टिवेटेड सिम बरामद हुये। जिस पर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज किया गया। पूछताछ में उनके द्वारा बताया गया कि ग्राहको को भ्रमित करने के लिये उनके द्वारा कस्टम से बरामद मोबाइल फोन सस्ते दामो पर बेचने का लालच दिया जाता था। अलग अलग लोगों सी की गयी ठगी में उनके द्वारा एक व्यक्ति को आइफोन बेचने के नाम पर 13 लाख रुपये की ठगी की गयी। उनके द्वारा आईफोन बेचने के नाम पर 28 लाख रुपये की धोखाधडी की गयी थी। आरोपियों द्वारा इन्साटाग्राम/फेसबुक पर फेक एकाउन्ट बनाकर एप्पल कम्पनी के मोबाइल फोनों को सस्ते दामों में बेचने का विज्ञापन प्रकाशित किया जाता है व लालच देकर लोगों को गुमराह करते हैं व विश्वास में लेकर एडवांस मनी के नाम पर पैसे मंगा कर ठगी करते हैं। आरोपी शातिर प्रवृत्ति के अपराधी है इसलिए ठगी करने के लिए अपने खातों का प्रयोग नहीं करते हैं। पैसे के लेन देन के लिए बेटिंग साइट में अपनी अलग अलग आईडियां बनाकर ठगी का पैसा उन्हीं आईडी एकाउन्ट में ट्रांसफर करवाते हैं व उस पैसे को बाद में अपने अलग अलग बैंक खातो में विड्रोल करवाकर कैश पेसा निकाल लेते हैं। पूछताछ में उन्होंन अपने नाम अवि तनेजा उर्फ अर्जुन पुत्र देवेन्द्र कुमार निवासी जय सिटी जगाधरी यमुनानगर हरियाणा, नितीश सिंह पुत्र राकेश कुमार निवासी लेबर कालोनी सर्किट हाउस के पीछे सहारनपुर, विजय पुत्र सतवी सिंह निवासी शान्ति कालोनी प्यारा चौक के पास यमुनानगर हरियाणा बताया। उन्होंने अपने फरार साथियों के नाम अमन चौहान/राजपूत पुत्र नवीन चौहान निवासी हरिद्वार, अनिरुद्ध गोस्वामी निवासी यमुनानगर हरियाणा, संदीप पुत्र मंगुराम निवासी शाहबाद कुरुक्षेत्र हरियाणा बताया।

घर में घुसकर मारपीट करने पर पति पत्नी सहित तीन पर मुकदमा

संवाददाता

देहरादून। घर में घुसकर मारपीट कर गाडी क्षतिग्रस्त करने के मामले में पुलिस ने पति पत्नी सहित तीन पर मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आशीष सिंह बिष्ट ने डोईवाला कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसके पडोस में रहने वाले दिलीप सिंह नैथानी उसके बेटे वैभव नैथानी व पत्नी ने उसके घर में घुसकर उसके साथ गाली गलौच करना शुरू कर दिया। जब उसने उनका विरोध किया तो उन्होंने उसके साथ मारपीट करनी शुरू कर दी तथा घर के आंगन में खडी कार में भी तोडफोड कर दी। जब आसपास के लोग वहां पर पहुंचे तो हमलावरों उसको जान से मारने की धमकी देकर चले गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

भारी मात्रा में चरस सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

चंपावत। नशा तस्करी में लिप्त एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से 845 ग्राम चरस बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज एएनटीएफ पुलिस टीम को सूचना मिली कि क्षेत्र में कोई नशा तस्कर भारी मात्रा में नशीले सामान की डिलीवरी हेतू आने वाला है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए एएनटीएफ पुलिस टीम द्वारा क्षेत्र में चैकिंग अभियान चला दिया गया। इस दौरान धौन के पास एक संदिग्ध व्यक्ति आता हुआ दिखायी दिया। टीम द्वारा जब उसे रूकने का इशारा किया गया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उसके पास से 845 ग्राम चरस बरामद हुई। पूछताछ में उसने अपना नाम सूरज बिष्ट पुत्र जीत सिंह बिष्ट, निवासी राकड़ीफुलारा, कोतवाली चम्पावत, जिला चम्पावत बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ कोतवाली चम्पावत में एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

युवक का सड़ा-गला शव मिलने से मचा हड़कंप

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। खाली प्लाट में युवक को कई दिन पुराना क्षत-विक्षत शव मिलने से हड़कंप मच गया। सूचना मिलने पर पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है।

मामला रूद्रपुर क्षेत्रांर्तगत ब्लॉक रोड का है। यहां स्थित खाली प्लाट में एक व्यक्ति का सड़ा-गला शव मिलने से हड़कंप मच गया। सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर मोर्चरी भेज दिया है। फिलहाल मृतक की शिनाख्त नहीं हो पाई है और न ही उसकी मौत के कारणों का स्पष्ट पता चल सका है।

जानकारी के अनुसार काशीपुर रोड स्थित गल्ला मंडी से ब्लॉक की ओर जाने वाले मार्ग के किनारे स्थित खाली प्लाट की चारदिवारी के पीछे कुछ लोगों

ने एक शव पड़ा जिसमें से तेज दुर्गंध आ रही थी। स्थानीय लोगों ने तुरंत मामले की सूचना पुलिस को दी। मामले की जानकारी मिलते ही पुलिस टीम आलाधिकारियों सहित मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पड़ताल शुरू कर दी गयी। पुलिस ने मौके से आसपास छानबीन कर साक्ष्य जुटाने की कोशिश की, लेकिन शव की स्थिति और मौके से कोई ठोस सुराग हाथ नहीं लग पाया। शव भूखंड की चाहरदीवारी के पीछे पड़ा था। शव कई दिन पुराना होने का अनुमान है। मृतक युवक की उम्र करीब 25 से 30 वर्ष बताई जा रही है।

मृतक युवक ने नीले रंग की पैंट और ऊपर धारीदार लाइनिंग वाली कमीज पहनी हुई है। फिलहाल शव को पोस्टमार्टम के लिए भेजा गया है और उसकी पहचान के लिए आसपास के इलाकों में गुमशुदगी की रिपोर्टों की जांच की जा रही है। पुलिस का कहना है कि पोस्टमार्टम रिपोर्ट आने के बाद ही मौत के सही कारणों का खुलासा हो सकेगा।

जेबकतरा गिरफ्तार, नगदी बरामद

हमारे संवाददाता

नैनीताल। जेब काटने की वारदात का खुलासा करते हुए पुलिस ने एक शातिर जेबकतरे को गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से हजारो की नगदी बरामद की गयी है।

जानकारी के अनुसार बीते 1 अक्टूबर को लीलाधर सनवाल निवासी रामडी जसुवा गणेशनगर कटघरिया, मुखानी हल्द्वानी ने थाना मुखानी में तहरीर देकर बताया गया कि किसी अज्ञात चोर द्वारा उनकी जेब से रुपए चोरी कर लिए गए हैं। तहरीर के आधार पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जेबकतरे की तलाश शुरू कर दी गयी। पुलिस द्वारा जांच के दौरान घटनास्थल के आसपास के सीसीटीवी फुटेज खंगाले गए, जिसमें

एक संदिग्ध व्यक्ति दिखाई दिया। संदिग्ध की खोज बीन में लगी पुलिस को अथक प्रयास के बाद बीती रात उक्त व्यक्ति आरटीओ कार्यालय के पास घूमता हुआ दिखायी दिया। जिसको पुलिस ने त्वरित हिरासत में ले लिया। पूछताछ में उसने अपना नाम नजरुद्दीन पुत्र भूरा निवासी मुंडिया पिस्तौर, थाना बाजपुर, जिला उधम सिंह नगर बताया तथा स्वीकार किया कि करीब 2 हफ्ते पूर्व मुखानी चौराहे पर टेंपो में एक व्यक्ति की जेब काटी थी, जिसमें उसे 20 हजार रूपये मिले थे। बहरहाल पुलिस ने उसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

कार की चपेट में आकर युवक की मौत

संवाददाता

देहरादून। कार की चपेट में आकर युवक की मौत हो गयी। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार पिक्चर पैलेस मसूरी निवासी नमन यहां छिददरवाला निवासी नमन किसी काम से छिददरवाला आया था। वह सडक किनारे खडा था तभी तेज गति से आ रही कार ने उसको अपनी चपेट में ले लिया जिससे उसकी मौके पर ही मौत हो गयी। कार चालक मौके से फरार हो गया।

पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

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।