शनिवार

15 नवम्बर 2025

- देहरादून
- वर्ष 33
- अंक 281
- पृष्ठ 8
- मूल्य ₹ 1.00

33 साल से देहरादून का विश्वास

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

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

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

नौगाम पुलिस थाने में मरने वालो की संख्या बढी

12 लोगों की मौत, कई गम्भीर घायल करोड़ो का नुकसान

हमारे संवाददाता

श्रीनगर। नौगाम पुलिस थाने में हुए विस्फोट में मरने वालों की संख्या बढ़ चुकी है। अब यह आंकड़ा बढ़कर 12 हो चुका है। जबकि कई लोग गम्भीर रूप से घायल बताये जा रहे है। वहीं आसपास के मकान क्षतिग्रस्त हुए हैं।

डीजीपी नलिन प्रभात ने बताया कि यह विस्फोट उस समय हुआ जब पुलिसकर्मी सफेदपोश आतंकवादी मॉड्यूल के संबंध में फरीदाबाद से जब्त विस्फोटक सामग्री के नमूने ले रहे थे। बताया कि बीती रात हुई इस घटना में मारे गए लोगों में फोरेंसिक विज्ञान प्रयोगशाला के तीन लोग, एक नायब तहसीलदार समेत राजस्व विभाग के दो लोग, दो पुलिस फोटोग्राफर, राज्य जांच एजेंसी का एक सदस्य और एक दर्जी शामिल हैं। उन्होने बताया कि रसायनों की अस्थिर प्रकृति के कारण यह विस्फोट हुआ है। अधि कारियों का कहना है कि कम से कम 24 पुलिसकर्मियों और तीन आम नागरिकों को शहर के विभिन्न अस्पतालों में भर्ती कराया गया है। विस्फोट के बाद रात के सन्नाटे में एम्बुलेंस एवं पुलिस वाहनों के सायरन गूंजने लगे और घायलों को अस्पताल ले जाया गया।

पुलिस के आलाधिकारियों का कहना है कि बरामद विस्फोटकों में से कुछ को पुलिस की फोरेंसिक प्रयोगशाला में रखा गया है जबकि 360 किलोग्राम विस्फोटकों का बड़ा हिस्सा पुलिस थाने में रखा गया था। इस थाने में आतंकवादी मॉड्यूल के संबंध में प्राथमिक मामला दर्ज किया गया है।

डीजीपी नलिन प्रभात ने बताया कि अक्टूबर के मध्य में नौगाम के बनपोरा में दीवारों पर पुलिस और सुरक्षा बलों को धमकी देने वाले पोस्टर दिखाई देने के बाद पूरी साजिश का पर्दाफाश हुआ। श्रीनगर पुलिस ने इस घटना को गंभीर खतरा मानते हुए 19 अक्टूबर को मामला दर्ज किया था। जिसमें जांच के दौरान तीन संदिग्धों के सामने आने पर उन्हे गिरफ्तार किया गया था। जिनके नाम आरिफ निसार डार उर्फ साहिल, यासिर-उल-अशरफ और मकसूद अहमद डार उर्फ शाहिद हैं। उनसे पूछताछ के बाद पुलिस ने शोपियां के एक पूर्व पराचिकित्सक से इमाम बने मौलवी इरफान अहमद को गिरफ्तार किया जिसने उन्हे पोस्टर मुहैया कराए थे। इस आधार पर श्रीनगर पुलिस अंतत: फरीदाबाद स्थित अल फलाह विश्वविद्यालय पहुंची, जहां से उसने डॉ. मुजम्मिल अहमद गनई और डॉ. शाहीन सईद को गिरफ्तार किया। यहीं से अमोनियम नाइट्रेट, पोटेशियम नाइट्रेट और सल्फर सहित रसायनों का विशाल भंडार जब्त किया गया था।

दून वैली मेल

संपादकीय

चुनाव नतीजे, व अनुउत्तरित सवाल

बिहार विधानसभा के वह चुनावी नतीजे आ चुके हैं जिनका इंतजार सिर्फ बिहार के नेता और आम आदमी को ही नहीं था बल्कि पूरे देश की निगाहें उस पर लगी हुई थी। मतदान के बाद आए एग्जिट पोल में जिस तरह से एनडीए गठबंधन को जीतते हुए दिखाया गया और लोग इस पर हैरानी जता रहे थे उससे अधिक हैरान करने वाले वास्तविक चुनावी नतीजों ने देश की राजनीति में भूचाल ला दिया है। बिहार विधानसभा की कुल 243 सीटों में एनडीए गठबंधन ने 200 से भी अधिक सीटें जीतकर बिहार में एक ऐसा राजनीतिक इतिहास रच दिया है जिसकी कोई भी राजनीतिक पंडित सपने में भी कल्पना नहीं कर सकता था। वह तमाम लोग भी जो एनडीए के जीतने का दावा कर रहे थे उन्हें भी इस नतीजे पर कम हैरानी नहीं है। वैसे भी बीते एक दशक से देश की राजनीति में जो कुछ भी घटित हो रहा है उसमें अब किसी को भी किसी बात पर हैरान होने की जरूरत नहीं रह गई है क्योंकि अब इस देश में मोदी है तो मुमकिन है, ही सबसे बड़ा सत्य बनकर सामने खड़ा है। लालू यादव की राजद और कभी देश की सबसे बड़ी राजनीतिक पार्टी रही कांग्रेस ने इस चुनाव में भाजपा और एनडीए को हराने के लिए अपनी पूरी ताकत झोंक दी थी लेकिन उनके हिस्से में अब सिर्फ एक ऐसी हताशा ही आई है कि विपक्ष जिसे गिनती की सीटें ही मिली है इस चुनाव और सरकार का विरोध करने के लिए विधानसभा सदस्य की शपथ तक न लेने का मन बना रहे हैं। उनका साफ कहना है कि अब विधानसभा में उनकी जरूरत भी क्या है? सब कुछ जब आप ही हैं तो आप ही संभालिए। देश के इतिहास में शायद ऐसी स्थिति इससे पूर्व कभी देखने को नहीं मिली है। जैसा इस बार बिहार में देखा जा रहा है। जब 20 साल से चले आ रहे नीतीश के सुशासन को बरकरार रखने के लिए सत्ता के विपक्ष में ऐसी सुनामी आई कि बिहार ही नहीं पूरे देश की राजनीति को जिसने झकझोर कर रख दिया है। अब तो चारों ओर से बस एक ही आवाज आ रही है कि भाजपा व मोदी के रहते उन्हें कोई चुनाव हरा ही नहीं सकता है। खास बात यह है कि जनता ने जो भी जनादेश दिया हो इस नितीश बाबू को भी भाजपा ने ठिकाने लगा दिया है क्योंकि भाजपा सबसे बड़ा राजनीतिक दल बनकर इस चुनाव में उभरी है। पहली बार भाजपा का बिहार में अपना सीएम बनाने का सपना पूरा होने से कोई नहीं रोक सकता है अगर नीतीश भी भाजपा के साथ न रहे तब भी वह अकेले अपने दम पर बिहार में न सिर्फ सरकार बना सकती है बल्कि सरकार पूरे 5 साल तक चला भी सकती है। अब नितीश बाबू क्या करेंगे? यह तो आने वाला समय ही बताया। लेकिन बिहार के इस चुनाव के परिणामों के बाद इस देश का लोकतंत्र और निर्वाचन आयोग ही नहीं बल्कि देश का संविधान भी एक बार ऐसे अनुत्तरित सवालों की घेरे में आ चुका है कि जिनका जवाब अभी नहीं तलाशा तो कभी नहीं मिल सकेगा।

6 महीने में दो मुख्य चौक हुए दोगुने चौडे

संवाददाता

देहरादून। जिला प्रशासन ने अपना आईडिया, डिजाईन एवं क्रियान्वय से महज 6 महीने में ही दो मुख्य चौक साई मंदिर व कुठालेट दोगुने चौडे हो गए हैं।

आज यहां प्रभारी मंत्री सुबोध उनियाल एवं मंत्री, स्थानीय विधायक गणेश जोशी एवं सांसद राज्यसभा नरेश बंसल ने जिला प्रशासन द्वारा करवाए गए कुठाल गेट, साईं मंदिर, सौंदर्यीकरण कार्यों, स्लिप रोड, कुठालगेट पर राउंड अबाउट कार्यों का लोकार्पण किया। जिला प्रशासन ने अपना आईडिया, डिजाईन एवं क्रियान्वय से महज 6 महीने में ही दो मुख्य चौक साई मंदिर व कुठालेट दोगुने चौडे हो गए हैं, जिसके लिए वित्त पोषण स्मार्ट सिटी लि. से लिया गया है। जिला प्रशासन के अभिनव प्रयास से इन चौक पर राज्य निर्माण के संघर्ष; संस्कृति एवं लोक परंपरा की झलक दिख रही है। कुठालगेट साई मंदिर तिराहा सौंदर्यकरण कार्य अब जनमानस को विधिवत् समर्पित कर दिए गए है। मुख्यमंत्री की प्रेरणा से दून के मुख्य चौराहे अब चौराहे कम, भव्य सुरक्षित शो-केस ज्यादा दिख रहे है। कुठालगेट साई मंदिर पर अतिरिक्त स्लिप रोड्स, रांउडअबाउडस सहित; दून में यातायात सुगमता; जनसुरक्षा व पारम्परिक लोक संस्कृति दर्शन, एक साथ हो रहे है। कुठालगेट पर 135 लाख तथा साई मंदिर पर 85 लाख धनराशि से सौन्दर्यीकरण कार्य किया गया है। प्रभारी मंत्री सुबोध उनियाल ने कहा कि दून के कुठालगेट, साई मंदिर, दिलाराम चौड़ीकरण कर अतिरिक्त साईड रोड, पहाड़ीशैली सौन्दर्यीकरण के साथ ही लाईफ एण्ड सुरक्षित ट्रेफिक संचालन के लिए रांउड अबाउड बनाए गए है, जिससे यातायात सुगमता के साथ ही सड़क सुरक्षा बढी है। उन्होंने कहा जिला प्रशासन की अभिनव पहल से जहां इन चौक चौराहों का सौन्दर्यीकरण जहां राज्य निर्माण

❑कुठालगेट, साई मंदिर तिराहा सौंदर्यकरण कार्य जनमानस को समर्पित

संघर्ष, लोक परंपरा संस्कृति को दर्शाते है। इसके साथ ही राज्य की संस्कृति एवं लोक परंपरा, सांस्कृतिक धरोहर, और धार्मिक स्थलों की कलाकृतियों के साथ राज्य आंदोलनकारियों की स्मृतियों को भी चौराहों और मुख्य मार्गों पर प्रदर्शित किया गया है, जिससे देहरादून आने वाले पर्यटकों को यहां की सांस्कृतिक विरासत से रूबरू होंगे साथ ही यहां से राज्य के पर्यटन को बढाया देने के लिए एम्बेस्डर के रूप में कार्य करेंगे। दोनो चौराहों पर नवीन अवधारणा का परिचय देते हुए दो अतिरिक्त मोटोरेबल स्लिप रोड से यातायात सुगमता में सहायता मिलेगी। राजधानी देहरादून को सुंदर और पौराणिक, सांस्कृतिक और ऐतिहासिक धरोहरों से संवारने के लिए अभिनव कार्य किया गया है। उन्होंने जिलाधिकारी एवं उनकी टीम को इस कार्य के लिए बधाई दी। कृषि एवं ग्राम्य विकास मंत्री गणेश जोशी ने कुठालगेट एवं सांई मंदिर जंक्शन के रूपांतरण एवं चौड़ीकरण कार्यों के लोकार्पण पर कहा कि यह केवल एक विकासात्मक परियोजना नहीं है, बल्कि उत्तराखंड की लोक-संस्कृति की मूल पहचान को सहेजने का एक प्रयास भी है। कुठालगेट और सांई मंदिर जंक्शन का नया स्वरूप प्रदेश की पारंपरिक स्थापत्य शैली और सांस्कृतिक समृद्धि की झलक प्रस्तुत करता है। उन्होंने कहा कि यह कार्य न केवल स्थानीय नागरिकों की आवाजाही को सुगम बनाएगा, बल्कि क्षेत्र की सुंदरता और पर्यटन संभावनाओं को भी बढ़ाएगा मा मंत्री जोशी ने परियोजना के सफल क्रियान्वयन के लिए जिला प्रशासन को बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। इस अवसर पर जिलाधिकारी सविन बंसल मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह, पुलिस अधीक्षक नगर प्रमोद कुमार, अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी स्मार्ट सिटी लिमिटेड तीरथपाल सिंह, नगर मजिस्ट्रेट प्रत्यूष सिंह सहित स्मार्ट सिटी लि. के अधिकारी आदि उपस्थित रहे।

'विद्यार्थियों को जनजातीय गौरव दिवस के महत्व के बारे में बताया'

कार्यालय संवाददाता

रुद्रपुर। सरदार भगत सिंह राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय रुद्रपुर में समाजशास्त्र विभाग के तत्वाधान में जनजातीय गौरव दिवस मनाया गया। जनजातीय गौरव दिवस भारत के जनजातीय नायकों, उनकी संस्कृति और योगदान का सम्मान करने वाला एक राष्ट्रीय उत्सव है।

इस अवसर पर समाजशास्त्र विभाग की प्रभारी प्रो.हेमलता सैनी, प्रो.रवींद्र कुमार सैनी तथा डॉ.राजेश कुमार सिंह ने अपने विचार व्यक्त किए। एम.ए. समाजशास्त्र तृतीय सेमेस्टर की छात्रा पूजा रस्तोगी ने उपस्थित विद्यार्थियों को जनजातीय गौरव दिवस के महत्व के बारे में विस्तार से बताया । इसके पश्चात एम. कॉम.तृतीय सेमेस्टर के छात्र कैलाश चौधरी ने जनजातीय नायक भगवान बिरसा मुंडा के योगदान पर विस्तार से चर्चा की। इसके पश्चात एम.एससी.तृतीय सेमेस्टर की छात्रा तनीषा चावला ने ब्रिटिश राज के विरोध में बिरसा मुंडा के आंदोलन के बारे में प्रकाश डाला। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राध्यापक और छात्र छात्राएं उपस्थित रहे।

जुबिन नौटियाल ने किया बीएस नेगी एमपीपीएस का भ्रमण

संवाददाता

देहरादून। बी.एस. नेगी एम.पी. पी.एस. के विद्यार्थियों और स्टाफ के लिए एक यादगार दिन बन गया, जब उत्तराखंड के गौरव, प्रसिद्ध गायक जुबिन नौटियाल ने विद्यालय का भ्रमण किया।

आज यहां बी.एस. नेगी एम. पी.पी.एस. के विद्यार्थियों और स्टाफ के लिए एक यादगार दिन बन गया, जब उत्तराखंड के गौरव, प्रसिद्ध गायक जुबिन नौटियाल ने विद्यालय का भ्रमण किया। उनका यह विशेष आगमन संस्थान की प्राचार्या श्रीमती नमिता ममगैंन के अथक प्रयासों और पहल के कारण संभव हो पाया, जिन्होंने पूरे समर्पण के साथ इस अवसर को साकार किया। जैसे ही जुबिन नौटियाल विद्यालय परिसर में पहुँचे, विद्यार्थियों में उत्साह और प्रसन्नता की लहर दौड़ गई। उनकी सरलता, विनम्र स्वभाव और हँसमुख व्यक्तित्व ने सभी का मन मोह लिया। उन्होंने विद्यार्थियों के साथ समय बिताया और उनके संगीत सफर, जीवन के अनुभवों तथा अपनी मधुर रचनाओं के पीछे की प्रेरणा से जुड़ी जिज्ञासाओं का उत्तर दिया। विद्यार्थी मंत्रमुग्ध होकर उनकी बातें सुनते रहे और उनके चेहरे खुशी से दमक उठे। विशेषकर स्कूल की छात्राएँ अपने प्रिय गायक को सामने देखकर आश्चर्य और आनंद से भर उठीं, जो अब तक केवल स्क्रीन पर दिखाई देते थे, वे आज उनके बीच, उन्हीं गलियारों से गुजर रहे थे जिनसे वे प्रतिदिन गुजरती हैं। यह क्षण उनके लिए गर्व और उत्साह से भरा हुआ था।

प्राचार्या श्रीमती नमिता ममगैंन ने जुबिन नौटियाल के पिता राम शरण नौटियाल, स्वयं गायक जुबिन नौटियाल, तथा उनके साथ आए साथियों का हार्दिक स्वागत किया। उन्होंने उनके समय और विद्यार्थियों को दिए प्रोत्साहन के लिए गहन आभार व्यक्त किया। विद्यालय के कुछ विद्यार्थियों ने 'जुबिन सर' द्वारा गाए गए मधुर गीत प्रस्तुत किए, जिनकी सराहना स्वयं गायक ने मुस्कुराकर और तालियों से की। कुछ विद्यार्थियों ने मंच पर आकर छोटे-छोटे भाषणों के माध्यम से आभार व्यक्त किया और बताया कि किस तरह जुबिन नौटियाल की उपस्थिति ने उनके भीतर बड़े सपने देखने और अपनी संस्कृति से जुड़े रहने की प्रेरणा जगाई है। सबसे अविस्मरणीय क्षण वह रहा जब जुबिन नौटियाल ने स्वयं विद्यार्थियों के लिए गीत प्रस्तुत किया। उनकी मधुर और भावपूर्ण आवाज से पूरा वातावरण सुरों की जादुई दुनिया में डूब गया। उन्होंने बच्चों को साथ गाने के लिए उत्साहित किया और पूरा सभागार संगीत के उल्लास से गूंज उठा। यह उनके लिए बाल दिवस का एक अनमोल उपहार बन गया। जुबिन नौटियाल की यह यात्रा केवल एक 'सेलेब्रिटी विजिट' नहीं थी, बल्कि यह सपनों, विनम्रता और प्रेरणा का उत्सव थी। उनका आगमन एक साधारण से दिन को यादगार बना दिया एक ऐसी स्मृति, जो आने वाले वर्षों तक बी.एस. नेगी एम.पी.पी.एस. के विद्यार्थियों को प्रेरित करती रहेगी।

घर में ह्यूमिडिफायर क्यों रखना चाहिए? जानिए इसके इस्तेमाल से होने वाले फायदे

बहुत से लोग अपने घरों में ह्यूमिडिफायर नामक हवा साफ करने वाला उपकरण रखते हैं। इससे आस-पास की हवा में मौजूद प्रदूषण और हानिकारक गैसों के तत्वों को आसानी से खत्म किया जा सकता है। इसकी मदद से हवा में नमी बढ़ती है और घर का वातावरण साफ और सुरक्षित रहता है। आइए आज ह्यूमिडिफायर के इस्तेमाल से होने वाले 5 प्रमुख फायदे जानते हैं।

त्वचा और बालों के लिए अच्छा है ह्यूमिडिफायर

बहुत से लोग त्वचा और स्कैल्प में जलन जैसी ड्राइनेस से जुड़ी कई समस्याओं का अनुभव करते हैं। इससे राहत पाने के लिए ह्यूमिडिफायर का इस्तेमाल किया जा सकता है। यह उपकरण घर के अंदर की हवा में नमी बढ़ाता है, जो बेहद ड्राई मौसम की स्थिति के कारण खो जाती है। इसके अलावा इससे त्वचा और बालों में नमी वापस आती है, वे मुलायम होते हैं और किसी भी तरह की परेशानी से मुक्त हो जाते हैं।

गले की खराश और खांसी से राहत दिलाने में है सहायक

कुछ लोगों को ड्राई हवा की वजह से गले में खराश हो जाती है। यह असुविधाजनक और दर्दनाक हो सकता है। इसके अलावा जब सर्दी-जुकाम के कारण आप मुंह से सांस लेते हैं, तब गला भी ड्राई हो जाता है। हालांकि, ह्यूमिडिफायर का इस्तेमाल करके इस स्थिति से बचा सकता है क्योंकि यह हवा को नम करता है। यह खांसी से भी छुटकारा दिला सकता है और यह श्वसन की मांसपेशियों को शांत करता है।

साइनस से राहत दिलाने में है मददगार

साइनस नाक से जुड़ी एक बीमारी है, जिसमें बंद नाक, सिर में दर्द और सांस लेने में तकलीफ जैसी समस्याएं होती हैं। हालांकि, इसके लक्षणों को कम करने या राहत पाने के लिए ह्यूमिडिफायर मदद कर सकता है। इस उपकरण के इस्तेमाल से बंद नाक को खोलने में मदद मिलती है और यह हवा में नमी बढ़ाकर अतिरिक्त बलगम के वोकल कॉर्ड को साफ करने में मदद कर सकता है।

एलर्जी को कम करने में है कारगर

एलर्जी और उसके असुविधाजनक लक्षणों को कम करने के सबसे बढ़िया तरीकों में से एक नम हवा में सांस लेना है। ह्यूमिडिफायर ड्राई हवा के कारण होने वाले ऊतकों की सूजन को कम कर सकता है, जिससे जलन और एलर्जी से राहत मिलती है। हालांकि, इसका इस्तेमाल करने से पहले यह जरूर ध्यान दें कि उपकरण पूरी तरह से साफ है और उसमें बिल्कुल भी धूल न हो।

नींद की गुणवत्ता में सुधार करने में है सहायक

घर के अंदर या कमरे में हवा ड्राई होती है तो अक्सर सोने में कठिनाई होती है। इससे नींद की कमी या अनिद्रा की समस्या हो सकती है। इस मामले में ह्यूमिडिफायर काफी मदद कर सकता है। इसके अलावा यह अक्सर सीपीएपी मशीनों में भी इस्तेमाल किया जाता है। इसकी वजह से स्लीप एपनिया वाले रोगियों को आराम से सोने में मदद मिलती है।

प्ले प्री-स्कूल बना कारोबार?

बदलते शिक्षा के प्रतिमानों के कारण तीन से छह साल तक के बच्चों के लिए प्ले या प्री-स्कूल की व्यवस्था प्रचलित हुई थी, जिसमें इतने छोटे बच्चों की पढ़ाई-लिखाई न होकर उनके खेलने-कूदने एवं मानसिक विकास के लिए उनसे तरह-तरह के उाम करवाए जाते थे। लेकिन देखने में आ रहा है कि प्ले एवं प्री स्कूलों के लिए भी बाकायदा पाठयक्रम बन गए हैं और इसके बढ़ते दायरे का अंदाजा इसी से लगाया जा सकता है, कि पिछले कुछ सालों के भीतर इसने एक बड़े कारोबार का रूप ले लिया है। न केवल भव्य एवं आलीशान प्ले एवं प्री स्कूल बन गए हैं, बल्कि उनके पाठयक्रम भी आकर्षक एवं खर्चीले बनने लगे हैं।

फीस के नाम पर मोटी रकम की वसूली से लेकर बच्चों के साथ बर्ताव तक के मामले में अक्सर कई तरह गड़बड़ियां सामने आती रही हैं। इसके अलावा, कई जगहों पर सिर्फ एक कमरे या किसी बेसमेंट तक में ऐसे स्कूल चलाए जाते हैं। क्या वास्तव में हम बच्चों से उनका बचपन छीन रहे हैं।

आधुनिकता और विलासिता की चकाचौंध में बच्चों को कच्ची उम्र से ही अपने अनुसार ढालने की प्रक्रिया और टीवी, मोबाइल, कम्प्यूटर जैसे आधुनिक माध्यमों के प्रभाव के चलते बचपन कहीं गुम होता जा रहा है। हम अपने बच्चों को एक रोबोट जैसा बनाते जा रहे हैं, जिसका रिमोट हमारे हाथ में होता है। कहीं यही कारण तो नहीं हैं कि कच्ची उम्र से ही आत्महत्या करने की भावना जन्म लेने लगी है। ये वह दौर है, जब हर तरह के सर्वे हो रहे हैं, अध्ययन हो रहे हैं, शोध हो रहे हैं, लेकिन कोई शोध इस बचपन के बोझ को कम करने के लिए हो रहा है क्या?

क्या ऐसा नहीं लग रहा कि बचपन को हमने बहुराष्ट्रीय कंपनियों और धन-दौलत के लालची व्यापारियों के हाथों में सौंप दिया है? विकास और आधुनिकता के नाम पर हमारे चारों ओर जो घेरा बन गया है, वह एक चक्रव्यूह की तरह हो गया है और हम अभिमन्यु की भांति इसमें प्रवेश तो कर गए हैं, परंतु बाहर निकलने का रास्ता हमारे पास नहीं है। कोई अर्जुन या कृष्ण भी हमारे पास नहीं है, जो हमारा मार्ग प्रशस्त कर सके। यहां मुद्दा हमारी बाल पीढ़ी का है, जो बेहद संवेदनशील है।

आंखों के नीचे की सूजन को दूर करने के लिए अपनाएं ये घरेलू नुस्खे

आंखों के आस-पास के ऊतक विशेष रूप से पलकों को सहारा देने वाली मांसपेशियां जैसे-जैसे आप बड़े होते जाते हैं, वे लचीलापन खोती जाती हैं और थकान के साथ-साथ अनिद्रा इसे प्रभावित कर सकती है। इसके कारण आंखों के नीचे सूजन आने की संभावना बढ़ जाती है और इससे पूरे चेहरे का निखार फीका पड़ सकता है। आइए आज हम आपको इस समस्या से छुटकारा दिलाने वाले घरेलू नुस्खे बताते हैं।

टी बैग्स का करें इस्तेमाल

टी बैग्स लगाने से आंखों के नीचे सूजन को कम करने में मदद मिल सकती है। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि टी बैग्स ग्रीन हो या ब्लैक। इसमें मौजूद कैफीन सूजन को कम करने में मदद कर सकता है। लाभ के लिए दो टी बैग्स को गुनगुने पानी में करीब 5 मिनट के लिए भिगो दें, फिर टी बैग्स को अपनी बंद आंखों पर रखें और इन्हें एक मुलायम कपड़े से ढककर लगभग आधे घंटे के लिए छोड़ दें।

खीरा भी है बेहतर विकल्प

खीरे का इस्तेमाल करके भी आप आंखों से जुड़ी कई समस्याओं से राहत पा सकते हैं और इसमें आंखों के नीचे की सूजन को ठीक किया जा सकता है। आंखों की सूजन से राहत पाने के लिए 2 से 3 मिनट के लिए खीरे की 2 मोटी स्लाइस को ठंडे पानी में भिगोएं और फिर इसे 1० मिनट के लिए अपनी बंद आंखों पर रखें। इससे न सिर्फ आंखों को ठंडक मिलेगी बल्कि सूजन भी धीरे-धीरे कम होने लगेगी।

एसेंशियल ऑयल्स भी हैं प्रभावी

लैवेंडर के तेल का नसों पर शांत और सुखदायक प्रभाव पड़ता है, जबकि नींबू का तेल तनाव को दूर करने में मदद कर सकता है और कैमोमाइल तेल में एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-इरिटेंट गुण होते हैं। ये गुण आंखों के नीचे की सूजन से राहत दिलाने में मदद कर सकते हैं। लाभ के लिए एसेंशियल्स तेल को मिलाएं और उन्हें पानी में अच्छी तरह मिला लें, फिर सोने से पहले मिश्रण से आंखों के नीचे हल्के हाथ से मालिश करें।

अनानास और हल्दी का आई मास्क लगाएं

जब आपको आंखों के निचले हिस्से पर सूजन का अहसास हो तो उसे कम करने के लिए आप अनानास और हल्दी के आई मास्क का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए एक कटोरी में 4 बड़ी चम्मच अनानास का रस और 1 चम्मच हल्दी पाउडर मिलाएं और इस मिश्रण को आंखों के निचले भाग पर लगाकर 25 मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। इसके बाद चेहरे को गुनगुने पानी से धो लें।

गुलाब जल और एलोवेरा जेल का मिश्रण लगाएं

यह आंखों की खूबसूरती बढ़ाने में काफी मदद कर सकता है। इसके लिए सबसे पहले एक कटोरी में 1 छोटी चम्मच गुलाब जल, 1 बड़ी चम्मच एलोवेरा जेल और आधी छोटी चम्मच शहद मिलाएं। अब इस मिश्रण में कॉटन पैड्स को डुबोकर आंखों के नीचे लगा लें और 2० मिनट बाद ही हटाएं। इसके बाद आप आंखों को ठंडे पानी से धोकर तौलिये से सुखा लें।

जॉ-लाइन को सही रूप देने में मदद करते हैं फेस योगासन, ऐसे करें अभ्यास

परफेक्ट जॉ-लाइन सभी की चाहत होती है और इसके लिए बहुत से लोग घंटों जिम में बिताते हैं, लेकिन इससे भी उन्हें कुछ खास लाभ नहीं मिलता है। हालांकि, जिम में बहुत पसीना बहाए बिना घर पर योग करके भी एक अच्छी जॉ-लाइन प्राप्त की जा सकती है। आइए आज हम आपको ऐसे ही 5 फेस योगासन के बारे में बताते हैं, जो एक परफेक्ट जॉ-लाइन लाने में मदद करने के साथ-साथ त्वचा की देखभाल भी करते हैं।

फिश फेस योग

फिश फेस योग चेहरे की मांसपेशियों को नुकसान पहुंचाएं बिना गाल की मांसपेशियों को स्ट्रेच करने में मदद करता है। इससे त्वचा के टाइट होने के साथ डबल चिन की समस्या भी कम होती है। लाभ के लिए पहले पद्मासन की मुद्रा में बैठें और फिर गाल और होठों अंदर की ओर खींचते हुए मुंह को मछली जैसा आकार दें। इस स्थिति में कुछ सेकंड रहने के बाद धीरे-धीरे सामान्य हो जाएं। इसे रोजाना 5 बार जरूर करें।

एयर किस योग

एयर किस योग जबड़े की चर्बी को कम करने और मुंह के आसपास की रेखाओं को हटाने के लिए काफी प्रभावी है। इसके अलावा इससे गर्दन का मोटापा भी कम होता है। सबसे पहले सेल्फी लेते समय जैसे मुंह का पाउट बनाया जाता है, ठीक वैसे ही पाउट बनाएं और फिर ऊपर की तरफ 2० सेकंड के लिए देखें। अब मुंह सामान्य करके मुस्कुराएं और मुंह के चारों ओर मजबूती से दवाब डालें। इसे कम से कम 3-4 बारे करें।

जीभ की एक्सरसाइज

जीभ स्ट्रेच करने वाली एक्सरसाइज से ठुड्डी की नीचे की मांसपेशियों में खिचांव महसूस होता है। इससे जॉ-लाइन को सही रूप मिलता है और चेहरे की चर्बी कम होती है। इस एक्सरसाइज का नियमित अभ्यास करने से चेहरा आकर्षक होता है। यह पुरुष और महिला दोनों के लिए है। इसके लिए गर्दन को पीछे की ओर झुकाएं और जितना हो सके अपनी जीभ का बाहर की ओर निकालें। करीब 1० सेकंड के बाद सामान्य हो जाएं। ऐसा 4-5 बार करें।

सिंह मुद्रा (लायन पोज)

यह योग चेहरे का ब्लड सर्कुलेशन ठीक करता है और चेहरे की मांसपेशियों को तनाव से राहत दिलाने में मदद करता है। इससे जॉ-लाइन अच्छी होती है। सबसे पहले सुखासन की स्थिति में बैठ जाएं और फिर दोनों हाथों को घुटनों के ऊपर रखें और पीठ सीधी रखें। अब अपनी ठुड्डी को छाती के करीब लाते हुए जीभ को नीचे की ओर बाहर निकालें और शेर जैसी आवाज करें। इसे योग को रोजाना 4-5 बार करें।

चिन लॉक

चिन लॉक को जालंधर बंध योग भी कहा जाता है। इसे करने के लिए सबसे पहले पद्मासन की मुद्रा में सीधे बैठ जाएं और फिर हाथों को घुटनों पर रखें। अब गहरी सांस लेकर हल्का सा आगे की ओर झुके और कंधों को ऊपर उठा लें। इसके बाद सिर को सीने की तरफ इस तरह झुकाएं की ठुड्डी गले का स्पर्श करें। कुछ सेकंड इसी स्थिति में सांस रोककर रखें और फिर धीरे-धीरे सामान्य स्थिति में आ जाएं।

घर पर खुशबूदार परफ्यूम बनाने के लिए अपनाएं ये तरीके

परफ्यूम रोजाना इस्तेमाल करने वाले जरूरी उत्पादों में से एक है। इसे लगाने से मूड अच्छा रहता है और इसकी महक से आप दिन भर तरोताजा महसूस कर सकते हैं। कुछ लोग तो परफ्यूम के इतने शौकीन होते हैं कि महंगे से महंगे परफ्यूम खरीद लेते हैं। हालांकि, ऐसा हर कोई नहीं कर सकता है। ऐसे में घर पर ही परफ्यूम बनाना एक बढ़िया विकल्प है। आइए आज 5 खुशबूदार परफ्यूम बनाने के तरीके जानते हैं।

फूलों का परफ्यूम – सबसे पहले फूलों की पंखुड़ियों को धोकर रात भर कपड़े में रखकर पानी में भिगोकर रखें। अब एक पैन पर फूलों की थैली को अच्छे से निचोड़ें। इसके बाद इस पानी को आधा होने तक धीमी आंच पर उबालें। अब इस फूल वाले पानी में ठंडा पानी डालें और फिर इसे बोतल में स्टोर कर लें। इसे सेट होने के लिए रातभर के लिए रख दें। अब आपका फूलों वाला परफ्यूम तैयार है।

साइट्रस परफ्यूम – इस परफ्यूम को बनाने के लिए एक कटोरे में जोजोबा ऑयल और अल्कोहल डालें। अब इसमें 10 बूंदें अंगूर, 10 बूंदें संतरे के रस और 5 बूंदें लैवेंडर ऑयल की डाल दें। इसके बाद इसमें उबला हुआ पानी मिलाएं। इन सभी सामग्रियों को अच्छी तरह से मिलाने के बाद एक कांच की बोतल में डाल दें। करीब 48 घंटे तक इसे सेट होने के लिए रखें और फिर इस्तेमाल करें।

वैनिला बीन परफ्यूम बनाने का तरीका – सबसे पहले वैनिला बीन पाउडर को उसे एक बोतल में भरकर रख दें। अब इसमें सूरजमुखी का तेल डाल दें और बोतल को बंद करके दो हफ्ते तक ठंडी और अंधेरे वाली जगह पर रखें। इसके बाद एक कांच की स्प्रे बोतल में बरगामोट, सेडरवुड ऑयल और सौंफ का एसेंशियल ऑयल डालें। अब वैनिला बीन वाले मिश्रण को स्प्रे बोतल में डालकर अच्छे से मिला लें। यह परफ्यूम इस्तेमाल करने के लिए तैयार है।

नारियल के तेल की मदद से बनाएं परफ्यूम – इस परफ्यूम को बनाने के लिए सबसे पहले एक कांच के जार में नारियल का तेल और मोम डालें। अब एक पैन में थोड़ा सा पानी उबालें और फिर इस पर जार को रख दें। जब मोम अच्छे से पिघल जाए तो इसे गैस से उतारकर 5 मिनट के लिए छोड़ दें। इसके बाद इसमें अपना मनपसंदीदा एसेंशियल ऑयल डालकर अच्छे से मिला लें। अब यह तैयार है, इसे एक परफ्यूम बोतल में भरकर इस्तेमाल करें।

गुलाब का परफ्यूम – इसे बनाने के लिए सबसे पहले गुलाब की पंखुड़ियों को कांच के जार पर रखकर उसमें वोडका डालें। अब एक दिन के लिए इस जार को ढककर रखें। इसके बाद पंखुड़ियों को चम्मच की मदद से कुचल दें और फिर इसमें उबला हुआ पानी और एसेंशियल ऑयल डालें। अब दोबारा इसे ढककर 1 हफ्ते के लिए छोड़ दें। इसके बाद इसे स्प्रे की बोतल में छान लें और फिर इस्तेमाल करें।

सिरदर्द होने पर आजमाएं ये 5 घरेलू नुस्खे, जल्द मिलेगा आराम

सिरदर्द एक आम समस्या है, जिससे हर कोई कभी न कभी गुजरता है। यह तनाव, अनिद्रा, काम का दबाव या अन्य कई कारणों से हो सकता है। अक्सर लोग सिरदर्द से राहत पाने के लिए दवाइयों का सहारा लेते हैं, लेकिन घरेलू नुस्खे भी इस समस्या का समाधान कर सकते हैं। इस लेख में हम कुछ आसान और प्रभावी घरेलू नुस्खों के बारे में जानेंगे, जो आपके सिरदर्द को कम करने में मदद कर सकते हैं।

अदरक का पानी पिएं – अदरक का पानी न केवल आपके पाचन तंत्र को सुधारता है, बल्कि यह सिरदर्द से राहत पाने का एक बेहतरीन उपाय भी है। अदरक में सूजन कम करने वाले गुण होते हैं, जो सिरदर्द को कम करने में मदद करते हैं। इसके लिए एक कप पानी में थोड़ी सी कटी हुई अदरक डालकर उबालें और उसे छानकर पी लें। यह नुस्खा आपके सिरदर्द को कम करने के साथ-साथ आपके पाचन तंत्र को भी सुधार सकता है।

पुदीने की चाय पिएं – पुदीने की चाय एक ताजगी भरी पेय है, जो आपके मन और शरीर दोनों को आराम देता है। इसमें मौजूद मेंथॉल तत्व सिरदर्द को कम करने में मदद करते हैं। इसके लिए एक कप पानी में कुछ पत्तियां पुदीना डालकर उबालें और उसे छानकर पी लें। यह नुस्खा आपके सिरदर्द को कम करने के साथ-साथ आपको ताजगी भी देगा। पुदीने की चाय पीने से आपका मन और शरीर दोनों आराम महसूस करेंगे।

नारियल पानी पिएं – नारियल पानी प्राकृतिक तत्वों से भरपूर होता है, जो आपके शरीर को पानी से संतुलित रखते हैं और सिरदर्द को कम करते हैं। इसमें मौजूद खनिज आपके मस्तिष्क की नसों को शांत रखते हैं और तनाव को कम करते हैं। रोजाना एक नारियल पानी पीने से न केवल आपका शरीर संतुलित रहता है, बल्कि सिरदर्द की समस्या भी कम होती है। यह एक सरल और प्रभावी घरेलू नुस्खा है।

लैवेंडर तेल से करें मालिश – लैवेंडर तेल की सुगंध तनाव कम करने में मदद करती है, जिससे सिरदर्द भी कम होता है। इस तेल की कुछ बूंदें अपने माथे और गर्दन पर हल्के हाथों से मालिश करें। इससे आपके मस्तिष्क की नसों को आराम मिलेगा और दर्द कम होगा। लैवेंडर तेल की सुगंध आपको मानसिक शांति भी देगी, जिससे आपका सिरदर्द जल्दी ठीक होगा। यह एक सरल और प्रभावी घरेलू नुस्खा है, जो आपके सिरदर्द को कम करने में मदद करेगा।

ठंडे पानी या बर्फ के सेक करें – ठंडा पानी या बर्फ का सेक भी सिरदर्द को कम करने में सहायक हो सकता है। एक साफ कपड़े में बर्फ रखें और उसे अपने माथे पर कुछ मिनट तक रखें, इससे आपको तुरंत राहत मिलेगी। इसके अलावा ठंडे पानी से नहाने पर भी सिरदर्द में आराम मिलता है। यह घरेलू नुस्खा सरल और प्रभावी है, जो आपके सिरदर्द को कम करने में मदद करेगा।(आरएनएस)

बैटल रोप्स वर्कआउट को अपनी दिनचर्या में शामिल करने से आपको मिल सकते हैं ये फायदे

बैटल रोप्स वर्कआउट एक असरदार एक्सरसाइज है, जो पूरे शरीर की ताकत और सहनशक्ति को बढ़ाने में मदद करती है। यह एक्सरसाइज खासतौर पर दिल और मांसपेशियों की कसरत का मेल है, जिससे आपको जल्दी और बेहतर परिणाम मिल सकते हैं। इस लेख में हम आपको बैटल रोप्स वर्कआउट के फायदे बताने वाले हैं। साथ ही हम इसे करने का सही तरीका भी बताएंगे, जिससे आप अपनी सेहत को और भी बेहतर बना सकेंगे।

दिल की सेहत को सुधारता है

बैटल रोप्स वर्कआउट करने से दिल की धड़कन तेज होती है। जब आप रस्सियों को ऊपर-नीचे या आगे-पीछे करते हैं, तो दिल की धड़कन बढ़ती है। इससे खून का बहाव बेहतर होता है। यह एक्सरसाइज आपके दिल और फेफड़ों को मजबूत बना सकती है, जिससे आप ज्यादा ऊर्जा महसूस कर सकते हैं और सहनशक्ति भी बढ़ा सकते हैं। नियमित रूप से बैटल रोप्स वर्कआउट करने से आपके दिल का स्वास्थ्य दुरुस्त हो जाएगा।

पूरे शरीर की कसरत होती है

बैटल रोप्स वर्कआउट करते समय आपके शरीर के कई हिस्से एक साथ काम करते हैं। इससे आपकी कंधे, पीठ, पेट और पैरों की मांसपेशियां मजबूत हो सकती हैं। जब आप रस्सियों को हिलाते हैं तो आपका पूरा शरीर सक्रिय रहता है, जिससे हर मांसपेशी को फायदा होता है। यह एक्सरसाइज न केवल आपकी ताकत बढ़ा सकती है, बल्कि आपके शरीर को संतुलित और आकर्षक भी बना सकती है। नियमित अभ्यास से आप बेहतर परिणाम प्राप्त कर सकते हैं।

कैलोरी घटाने में सहायता मिलती है

बैटल रोप्स वर्कआउट एक तीव्र एक्सरसाइज है, जिससे बहुत जल्दी कैलोरी घटती हैं। अगर आप वजन कम करने या पेट की चर्बी घटाने की कोशिश कर रहे हैं, तो यह आपके लिए एक बेहतरीन विकल्प हो सकता है। इस एक्सरसाइज से शरीर तेजी से काम करता है, जिससे आप अधिक कैलोरी घटा पाते हैं। नियमित अभ्यास से आप अपने सेहत के लक्ष्य को जल्दी प्राप्त कर सकते हैं और पतले हो सकते हैं।

मानसिक ध्यान को बढ़ावा मिलता है

बैटल रोप्स वर्कआउट न केवल शारीरिक, बल्कि मानसिक रूप से भी फायदेमंद होता है। जब आप रस्सियों को हिलाते हैं, तो आपका ध्यान पूरी तरह उन पर केंद्रित होता है। इससे आपका तनाव कम हो सकता है और मन शांत हो सकता है। यह एक्सरसाइज आपके आत्मविश्वास को भी बढ़ा सकती है और आपको मानसिक रूप से मजबूत बना सकती है। नियमित अभ्यास से आप ज्यादा संतुलित और सकारात्मक महसूस कर सकते हैं।

लचीलापन भी बढ़ता है

बैटल रोप्स वर्कआउट करने से लचीलापन बढ़ाया जा सकता है। जब आप रस्सियों को अलग-अलग तरीके से हिलाते हैं तो आपके शरीर की मांसपेशियां खिंचती हैं, जिससे लचीलापन बढ़ता है। यह एक्सरसाइज आपकी मांसपेशियों को मजबूत बनाने के साथ-साथ उन्हें लचीला भी बना सकती है। इसके नियमित अभ्यास से आपका शरीर संतुलित बना रहेगा और आपको रोजमर्रा के कामों में मदद मिलेगी। इसे दिनचर्या का हिस्सा बनाएं और लाभ पाएं।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -051

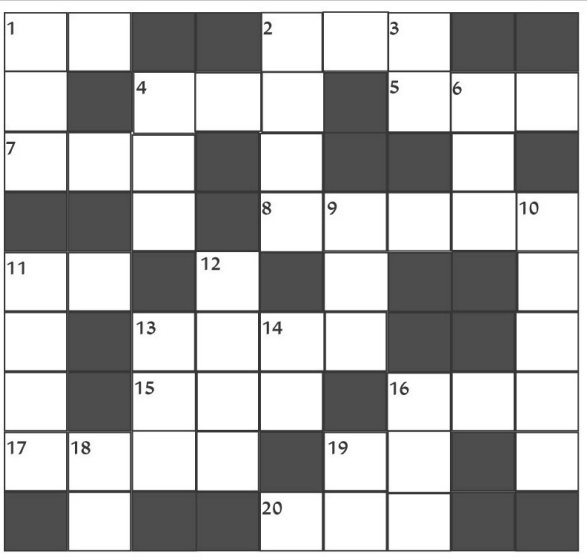
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 50 का हल

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

रितेश-विवेक और आफताब की तिकड़ी धमाल मचाने को तैयार

विवेक ओबेराय, आफताब शिवदसानी और रितेश देशमुख की क्लासिक कामेडी ड्रामा फिल्म मस्ती का चौथा पार्ट मस्ती 4 रिलीज होने के लिए तैयार है. इससे पहले मास एडल्ट कामेडी फिल्म मस्ती 4 का ट्रेलर रिलीज हो गया है. फिल्म के चौथे पार्ट में दो नए चेहरे और जाने-माने चेहरे अरशद वारसी और तुषार कपूर की एंट्री हो गई है. साल 2004 में रिलीज हुई फिल्म मस्ती का यह चौथा पार्ट है. इससे पहले फिल्म के तीनों पार्ट दर्शकों को खूब लोटपोट कर चुके हैं, क्या फिल्म का चौथा पार्ट मस्ती 4 दर्शकों को हंसाने में कामयाब हो पाएगा, चलिए देखते हैं कैसा है फिल्म मस्ती 4 का ट्रेलर.

मस्ती फ्रेंचाइंजी एक एडल्ट कामेडी फिल्म है और इसके पिछले तीनों पार्ट में डबल मिनिंग से लेकर कई अश्लील हरकतों वाले सीन देखने को मिले हैं और अब

मस्ती 4 में भी कामेडी का अश्लील मसाला परोसा गया है. ट्रेलर अपने शुरुआत से ही लोगों हंसाने में कामयाब होता है. रितेश, विवेक और आफताब के साथ-साथ तुषार कपूर का फिल्म गोलमाल का गूंगे किरदार वाला अंदाज मस्ती 4 में देखने को मिलेगा और वहीं, कामेडी के मास्टर स्टार अरशद वारसी भी अपने अंदाज में फुल कामेडी करते दिख रहे हैं. मस्ती 4 का ट्रेलर 18 साल से कम उम्र की बच्चों के लिए तो बिल्कुल भी नहीं है, यह एक एडल्ट फिल्म है.

29 फरवरी 2024 को फिल्म मस्ती 4 का एलान हुआ था. फिल्म को मिलाप जावेरी ने डायरेक्ट किया है, जिनकी फिल्म एक दीवाने की दीवानियत बाक्स आफिस पर छाई हुई है. फिल्म मस्ती 4 के लिए इंद्रा कुमार और मारुति इंटरनेशनल के मालिक अशोक ठकेरिया ने ए झुनझुनवाला और एसके अहलुवालिया के साथ हाथ मिलाया है.

बता दें, फिल्म मस्ती की पहली किस्त साल 2004 में आई थी और इसे इंद्रा कुमार ने डायरेक्ट किया था. वहीं, साल 2013 में ग्रैंड मस्ती (पार्ट 2) रिलीज हुई थी, जिसे भी इंद्रा कुमार ने बनाया था. इसके बाद साल 2016 में विवेक, रितेश और आफताब की तिकड़ी ही फिल्म ग्रेट ग्रैंड मस्ती (पार्ट 3) आई थी. मस्ती की अब तक की तीनों किस्त बाक्स आफिस पर हिट साबित हुई है. अब देखेंगे आज के जमाने और इंस्टा रील की मस्ती भरी दुनिया में में मस्ती 4 कैसे दर्शकों को हंसाती है. फिल्म आगामी 21 नवंबर को सिनेमाघरों में रिलीज होने जा रही है.

जेडी चक्रवर्ती, नरेश अगस्त्य की आगामी फिल्म ज्यातस्य मरणम द्रुवम का रोमांचक टीज़र जारी

निर्देशक श्रवण जोनाडा की आगामी फिल्म ज्यातस्य मरणम द्रुवम के निर्माताओं ने एक रोमांचक टीज़र जारी किया है, जो प्रशंसकों और फिल्म प्रेमियों के लिए एक रोमांचक सफ़र का वादा करता है। फिल्म में जेडी चक्रवर्ती, नरेश अगस्त्य और सीरत कपूर मुख्य भूमिकाओं में हैं, जबकि प्रीति झंगियानी एक महत्वपूर्ण भूमिका में बड़े पर्दे पर वापसी कर रही हैं। सुरक्षा बैनर तले मलकापुरम शिव कुमार द्वारा निर्मित और त्रिशा द्वारा प्रस्तुत, इस खोजी अपराध थ्रिलर ने काफ़ी चर्चा बटोरी है।

टीज़र में नरेश अगस्त्य को अपने प्रियजन के नुकसान से जूझते हुए दिखाया गया है, जबकि जेडी चक्रवर्ती आईपीएस अधिकारी विक्रम कुमार की भूमिका निभा रहे हैं, जो एक ऐसी शिकायत की जाँच कर रहे हैं जो एक दोहरे हत्याकांड का कारण बनती है। निर्देशक के अनुसार, पटकथा गहन है और इसमें एक अद्भुत जाँच-पड़ताल वाला कथानक है। जेडी चक्रवर्ती ने ही फिल्म का शीर्षक भी सुझाया था।

घिबरन के संगीत, अर्जुन राजा की छायांकन और विप्लव के संपादन के साथ, ज्यातस्य मरणम द्रुवम एक बेहतरीन थ्रिलर बनने के लिए तैयार है। अभिनेता नरेश अगस्त्य ने जेडी चक्रवर्ती की प्रशंसा करते हुए कहा कि वे उनके काम से प्रभावित हैं और उनके एक गाने से प्रेरित होकर उन्होंने बाइक्स में निवेश भी किया है।

फिल्म के टीज़र लॉन्च कार्यक्रम में जेडी चक्रवर्ती, नरेश अगस्त्य और निर्देशक श्रवण शामिल हुए, जिन्होंने इस परियोजना पर काम करने के अपने अनुभव साझा किए। अपनी मनोरंजक कहानी और प्रतिभाशाली कलाकारों के साथ, ज्यातस्य मरणम द्रुवम दर्शकों के बीच काफ़ी दिलचस्पी पैदा कर रही है।

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

तमन्ना भाटिया को याद आए मुश्किल दिन, बोलीं- मुझे बताना पड़ा कि मैं मुंबई से हूं

बाहुबली समेत कई दक्षिण भारतीय फिल्में कर चुकीं अभिनेत्री तमन्ना भाटिया बॉलीवुड में अपने पैर जमा चुकी हैं। यही नहीं, उनके आइटम नंबर भी काफी पसंद किये जाते हैं। एक वक्त था, जब तमन्ना को मुंबई की पैदाइश होने के बावजूद, बॉलीवुड में मुश्किल दौर से गुजरना पड़ा। उन्हें शहर के लोगों को यह विश्वास दिलाना पड़ा कि वह असल में वहीं से हैं। अभिनेत्री ने शुरुआती मुश्किल दौर को याद करते हुए ये खुलासा किया है।

तमन्ना ने कहा, मैं हिंदी फिल्में देखते हुए बड़ी हुई थी, इसलिए मैं उस संस्कृति को समझती थी। लेकिन हां, शुरुआत में, जब मैंने हिंदी फिल्में करना शुरू किया, तो मेरे लिए वाकई मुश्किलें आईं। उन्होंने आगे कहा, उस समय तक मैं दक्षिण में लगभग 10, 12 साल काम कर चुकी थी। दक्षिण में मेरी इतनी गहरी अपील थी कि मुझे मुंबई में लोगों को बताना पड़ा कि मैं असल में मुंबई से हूं। तमन्ना ने बताया कि उनके लिए बॉलीवुड और साउथ, दोनों फिल्म इंडस्ट्री उनके लिए समान महत्व रखती हैं; एक उनकी कर्मभूमि है और दूसरा उनकी जन्मभूमि। बता दें कि तमन्ना ने साल 2005 में हिंदी फिल्म चांद सा रोशन चेहरा से डेब्यू किया था। 2006 में उन्होंने तमिल फिल्म केडी से साउथ में कदम रखा। अभिनेत्री को हैप्पी डेज और कल्लूरी जैसी फिल्मों से पहचान मिली थी। काम की बात करें तो, तमन्ना आखिरी बार ओडेला 2 में दिखी थीं।

समंदर में नहाकर अवनीत कौर ने दिए हॉट पोज, स्टनिंग अवतार देखकर फैंस हुए दीवाने

टीवी एक्ट्रेस अवनीत कौर आए दिन अपनी हॉट और बोल्ड फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर अक्सर सोशल मीडिया पर सुर्खियां बटौरती रहती हैं। वो जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर शेयर करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर अक्सर अपना दिल हार जाते हैं। अब हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन फोटोज में उनका स्टनिंग अवतार देखकर फैंस दीवाने हो गए हैं। एक्ट्रेस अवनीत कौर अपनी एक्टिंग से ज्यादा बोल्ड फैशन सेंस के लिए जानी जाती हैं। उनका कातिलाना अंदाज इंटरनेट पर आते ही तेजी से वायरल होने लगता है। अब हाल ही में एक्ट्रेस अवनीत कौर ने अपनी हॉट तस्वीरें शेयर की हैं।

इन तस्वीरों में एक्ट्रेस हॉट फोटोशूट कराती दिख रही हैं। इसमें एक्ट्रेस समंदर में नहाती हुई दिख रही हैं। इसमें अभिनेत्री समंदर किनारे बैठकर उसकी लहरों का आनंद ले रही हैं। अगर इसकी बात की जाए, तो उन्होंने क्लोजअप तस्वीर पोस्ट की है। इस पोस्ट का साझा करते हुए एक्ट्रेस ने कैप्शन में लिखा, यह लहरों के रुप में आता है और चला जाता है। और हमें बहा ले जाता है।

बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैंस उनकी तारीफों के पुल बांधते नहीं थकते हैं। अवनीत कौर सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। इंस्टाग्राम पर उनकी फैन फॉलोइंग लिस्ट भी काफी जबरदस्त है। वो जब भी अपनी फोटोज सोशल मीडिया पर शेयर करती हैं तो उनका हर एक स्टाइल लोगों के बीच ट्रेंड करता है।

अवनीत कौर को आखिरी बार लव इन वियतनाम फिल्म में देखा गया था।

भारत के श्रमिकों के सशक्तिकरण की दिशा में: श्रम संहिताओं के कार्यान्वयन की आवश्यकता

एस.पी. तिवारी

भारत का कार्य जगत एक बदलाव के मुहाने पर खड़ा है। देश की श्रमशक्ति को लिखित अनुबंधों, पर्याप्त मजदूरी और व्यापक सामाजिक सुरक्षा द्वारा समर्थित औपचारिक रोजगार में तेजी से जगह मिलनी चाहिए ताकि विकास के लाभ सभी के लिए सुरक्षित एवं गरिमापूर्ण आजीविका में बदल सकें। पुराने विनियामक ढांचों के बने रहने के चलते, आंशिक रूप से, औपचारिकीकरण की गति और उद्यमों की सुरक्षित एवं गुणवत्तापूर्ण नौकरियां सृजित करने की क्षमता सीमित हो गई है। वर्ष 2019 और 2020 के बीच संसद द्वारा मजदूरी, औद्योगिक संबंध, सामाजिक सुरक्षा और व्यावसायिक सुरक्षा, स्वास्थ्य और कामकाज की स्थितियों के संबंध में पारित चार श्रम संहिताएं 2002 में रवींद्र वर्मा की अध्यक्षता वाली द्वितीय राष्ट्रीय श्रम आयोग द्वारा परिकल्पित लंबे समय से लंबित सुधारों का प्रतिनिधित्व करती हैं। इस श्रम आयोग का मिशन तत्कालीन मौजूदा श्रम ढांचे को संहिताबद्ध, सरल और संशोधित करना था। ये नई संहिताएं देश के श्रम परिदृश्य को आधुनिक बनाने और संरचनात्मक असंतुलनों को दूर करने हेतु एक व्यापक ढांचा प्रदान करती हैं। सभी राज्यों में इनका एकसमान कार्यान्वयन अब एक बेहद जरूरी राष्ट्रीय प्राथमिकता बन गई है।

ये नई संहिताएं 29 केन्द्रीय श्रम कानूनों को सरल और आधुनिक बनाती हैं। इन कानूनों में से कई बीसवीं सदी के मध्य के हैं। इन संहिताओं का उद्देश्य न केवल कानूनों का विलय करना है, बल्कि श्रमिकों/कर्मचारियों की विभिन्न परिभाषाओं को एक सरल परिभाषा में बदलना भी है। प्रत्येक संहिता श्रमिकों के अधिकारों और कल्याण को सुदृढ़ करती है और साथ ही नियोक्ताओं के लिए स्पष्टता और पूर्वानुमेयता प्रदान करती है।

सामाजिक सुरक्षा के दायरे का विस्तार

सामाजिक सुरक्षा संहिता, 2020 आजाद भारत में कल्याण के सबसे समावेशी विस्तारों में से एक है। कर्मचारी भविष्य निधि अधिनियम, कर्मचारी राज्य बीमा अधिनियम और मातृत्व लाभ अधिनियम सहित नौ प्रमुख कानूनों को एकीकृत करके, यह संहिता एक ऐसी एकीकृत प्रणाली स्थापित करती है जो पारंपरिक और भविष्य के कार्य, दोनों को कवर करती है।

यह पहली बार है जब गिग श्रमिकों, प्लेटफॉर्म श्रमिकों और असंगठित क्षेत्र के लोगों को स्पष्ट रूप से राष्ट्रीय श्रमशक्ति का हिस्सा माना गया है। प्रत्येक श्रमिक को ई-श्रम पोर्टल के जरिए पंजीकृत किया जाएगा और एक विशिष्ट सामाजिक सुरक्षा संख्या प्रदान की जाएगी, जिससे स्वास्थ्य बीमा, पेंशन और मातृत्व सहायता जैसे लाभों का सीधा वितरण संभव हो सकेगा। यह सुनिश्चित करने के लिए केन्द्रीय व राज्य सामाजिक सुरक्षा कोष बनाए जायेंगे कि ऐप-आधारित डिलीवरी पार्टनर या निर्माण कार्यों में संलग्न मजदूर जैसे श्रमिक भी अब सुरक्षा के दायरे से बाहर न रहें और निधियों का समग्र प्रबंधन संभव हो।

इस संहिता में करियर केन्द्र, डिजिटल एवं भौतिक प्लेटफॉर्म भी शामिल हैं जो व्यावसायिक मार्गदर्शन, परामर्श और रोजगार सेवाएं प्रदान करेंगे। यह संस्थागत समर्थन कल्याण को बहु-रोजगार क्षमता से जोड़ेगा, जिससे श्रमिकों को असुरक्षा की स्थिति से निकलकर अवसर की दिशा में बढ़ने में मदद मिल सकेगी।

कार्यस्थल पर सुरक्षा, गरिमा और समानता

व्यावसायिक सुरक्षा, स्वास्थ्य और कार्य परिस्थितियां संहिता, 2020 (ओएसएच संहिता), राष्ट्र निर्माण करने वालों की देखभाल और उनके प्रति जिम्मेदारी का एक संदेश है। प्रतिष्ठान की परिभाषा को व्यापक बनाकर, यह संहिता उन लाखों लोगों को सुरक्षा प्रदान करती है जो पहले सुरक्षा कानूनों के दायरे में नहीं आते थे।

यह श्रमिकों के निःशुल्क वार्षिक स्वास्थ्य जांच को अनिवार्य करती है और नियोक्ताओं से कर्मचारियों पर कोई वित्तीय बोझ डाले बिना सुरक्षित एवं स्वच्छ कार्यस्थल बनाए रखने की अपेक्षा करती है। राष्ट्रीय व्यावसायिक सुरक्षा एवं स्वास्थ्य सलाहकार बोर्ड का गठन बदलती औद्योगिक परिस्थितियों के अनुरूप सुरक्षा मानकों का विकास सुनिश्चित करता है।

ओएसएच संहिता लैंगिक समानता की दिशा में महत्वपूर्ण प्रगति सुनिश्चित करती है। महिला श्रमिकों को सभी प्रतिष्ठानों और रात्रि पाली में काम करने की अनुमति है, बशर्ते पर्याप्त सुविधाएं और सुरक्षा व्यवस्थाएं उपलब्ध हों। इससे अधिक संख्या में महिलाओं को श्रम बल में शामिल होने व बने रहने का अधिकार मिलता है। प्रवासी श्रमिकों को भी एक राष्ट्रीय पंजीकरण प्रणाली के जरिए मान्यता हासिल होती है। इससे कल्याणकारी योजनाओं और आवागमन संबंधी लाभों तक उनकी पहुंच सुनिश्चित होती है और बेहतर जीवन एवं आजीविका सुनिश्चित करने हेतु कानूनी ढांचे की निगरानी संभव होती है।

कैंटीन और शौचालय जैसी सुविधाएं अब निचले पायदान तक अनिवार्य हैं और ऐसे प्रावधानों के निर्धारण के क्रम में ठेका श्रमिकों को भी शामिल किया जाता है। ये उपाय न्यूनतम अनुपालन से हटकर श्रमिकों के कल्याण के प्रति वास्तविक चिंता की दिशा में होने वाले बदलाव को दर्शाते हैं।

संवाद और औद्योगिक सद्भाव

औद्योगिक संबंध संहिता, 2020, नियोक्ताओं और कर्मचारियों के बीच संबंधों में स्पष्टता लाती है और एक एकीकृत ढांचे के साथ तीन पुराने अधिनियमों की जगह लेती है। इसके तहत बीस या उससे अधिक कर्मचारियों वाले प्रतिष्ठानों के लिए शिकायत निवारण समितियां स्थापित करना अनिवार्य है ताकि विवादों के हड़ताल या मुकदमेबाजी में बदल जाने से पहले ही उनका शीघ्र समाधान उद्यम स्तर पर सुनिश्चित हो जाए।

ट्रेड यूनियनों को एक समझौतावादी संघ या परिषद की अवधारणा के जरिए मान्यता हासिल होती है, जिससे सामूहिक सौदेबाजी को बल मिलता है और श्रमिकों को अपने कार्यस्थल को आकार देने में एक प्रभावी भागीदारी हासिल होती है। छंटनी का सामना कर रहे श्रमिक अब 30 दिन का नोटिस और पर्याप्त मुआवजा पाने के हकदार हैं। यह एक मानवीय सुधार है, जो आजीविका की सुरक्षा का सम्मान करता है। छंटनीग्रस्त श्रमिकों के लिए एक पुनः कौशल निधि (रिस्किलिंग फंड) की स्थापना एक दूरदर्शी दृष्टिकोण का संकेत देती है, जो बदलती अर्थव्यवस्था में सीखने और अनुकूलनशीलता को महत्व देती है। हड़ताल के अधिकार से संबंधित प्रावधानों पर पुनर्विचार करने की जरूरत है। बंदी या तालाबंदी की आसान मंजूरी के लिए उद्योगों के लिए श्रमिकों की सीमा को बढ़ाकर 300 तक करने के प्रावधान पर भी पुनर्विचार किया जाना चाहिए।

इस संहिता द्वारा औपचारिक रूप से मान्यता प्राप्त निश्चित अवधि का रोजगार, उद्योग जगत को लचीलापन प्रदान करता है और साथ ही नियमित कर्मचारियों के समान वेतन और ग्रेच्युटी सहित अन्य सामाजिक सुरक्षा प्रावधानों में समानता की गारंटी देता है। यह कदम आधुनिक अर्थव्यवस्था की जरूरतों और उसमें काम करने वालों के औचित्य एवं सुरक्षा के बीच संतुलन स्थापित करता है।

कार्यान्वयन अब क्यों जरूरी

विभिन्न विकासशील देशों से मिले साक्ष्य यह दर्शाते हैं कि श्रम सुधारों ने आर्थिक विकास को गति देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। बढ़ते टैरिफ और व्यापार के बदलते पैटर्न से प्रभावित वैश्विक अर्थव्यवस्था में हो रहे बदलावों की पृष्ठभूमि में, भारत को अपने नए श्रम कानूनों को तत्काल लागू करना जरूरी है। सरल एवं पारदर्शी कानून निवेश को आकर्षित करेंगे, औपचारिक रोजगार को बढ़ावा देंगे और श्रमिकों की गरिमा को बनाए रखेंगे। समय पर अधिसूचना भारत को विकसित देशों का दर्जा दिलाने का मार्ग प्रशस्त करेगी।

एक ऐसे दौर में जब स्वचालन और डिजिटलीकरण पारंपरिक नौकरियों के खत्म हो जाने का खतरा पैदा कर रहे हैं, ये संहिताएं संतुलित विकास का एक ऐसा ढांचा प्रदान करती हैं जो तकनीकी प्रगति के बावजूद मानवीय गरिमा को बनाए रखता है। सभी राज्यों में इनके कार्यान्वयन से एक समान मानक बनेंगे, अस्पष्टता कम होगी और नौकरियां आसानी से सुलभ होंगी।

आगे की राह

ये चार संहिताएं एक ऐसे आत्मनिर्भर एवं विकसित भारत की महत्वाकांक्षा की रीढ़ हैं, जो आर्थिक गतिशीलता और सामाजिक न्याय के बीच समन्वय सुनिश्चित करता है। ये संहिताएं निरीक्षकों को सुविधाप्रदाता में बदल देती हैं, पुराने एवं परस्पर विरोधी कानूनों को स्पष्ट व सुसंगत कानूनों से बदल देती हैं और श्रमिकों के कल्याण को आर्थिक नीति के केन्द्र में रखती हैं।

कुछ शर्तों के साथ इन सुधारों की भावना केवल एकीकरण में ही नहीं, बल्कि करुणा में भी निहित है। ये सुधार यह सुनिश्चित करते हैं कि कारखाने से लेकर डिजिटल प्लेटफॉर्म तक, हर कर्मचारी को सम्मान, सुरक्षा और संरक्षा मिले। श्रमिकों के लिए, ये सुधार निष्पक्षता और अवसर का वादा करते हैं। इसलिए, इन संहिताओं को शीघ्रता और एकरूपता के साथ लागू करना न केवल प्रशासनिक तात्कालिकता, बल्कि राष्ट्रीय प्रतिबद्धता का भी विषय है ताकि एक ऐसी अर्थव्यवस्था का निर्माण किया जा सके जहां विकास सबका साझा हो, काम का सम्मान हो और भारत की प्रगति में योगदान देने वाले हर हाथ की रक्षा हो एवं उनके जीवनयापन में आसानी हो। (लेखक- राष्ट्रीय महासचिव, ट्रेड यूनियन कोआर्डिनेशन सेंटर (टीयूसीसी)

सू- दोकू क्र.051

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.50 का हल

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

दिल्लीवासियों की अपेक्षाएं

विशेषज्ञों को जरूर मालूम होगा कि कृत्रिम बारिश के लिए आसमान में बादलों की कैसी मौजूदगी जरूरी होती है। इस ज्ञान का इस्तेमाल ना करने के कारण उन्होंने दिल्लीवासियों की अपेक्षाएं बढ़ाईं और उन्हें पूरा करने में नाकाम रहे।

राष्ट्रीय राजधानी में क्लाउड सीडिंग के जरिए कृत्रिम बारिश कराने की कोशिश की नाकामी में कई सबक छिपे हैं। पहले तो इससे यह दुर्भाग्यपूर्ण स्थिति जाहिर हुई है कि तकनीक संस्थान एवं विशेषज्ञ सरकारों की मंशा के मुताबिक चलने की ऐसी मानसिकता का शिकार हो गए हैं कि मानों उन्होंने स्वतंत्र राय देने से तौबा कर लिया है। वरना, आईआईटी कानपुर के विशेषज्ञ बिना ठोस परिस्थितियों का आकलन किए ऐसे प्रयास में शामिल नहीं होते, जिसके नाकाम रहने से उनकी भी किरकिरी हुई है। विशेषज्ञों को यह जरूर मालूम होगा कि कृत्रिम बारिश के लिए आसमान में बादलों की कैसी मौजूदगी जरूरी होती है।

इस ज्ञान का इस्तेमाल ना करने के कारण उन्होंने दिल्लीवासियों की अपेक्षाएं बढ़ाईं और उन्हें पूरा करने में नाकाम रहे। वैसे इससे भी बड़ा मुद्दा है प्रदूषण की गंभीर समस्या के बीच दिल्ली सरकार का कृत्रिम वर्षा का इन्वेंट' आयोजित करने का नजरिया। दिवाली के आसपास दिल्ली में घने स्मॉग का छाना जैसे एक मौसमी घटना बन गया है। ऐसा क्यों होता है, इस बारे में अनेक अध्ययन हुए, जिनसे अब काफी जानकारी उपलब्ध है। प्रदूषण के कारण व्यवस्थागत हैं। इनकी जड़ें परिवहन संबंधी सरकारी नीतियों और हरित तकनीक लागू करने को लेकर प्रशासनिक लापरवाही में हैं। इन कारणों से प्रदूषक तत्वों का उत्सर्जन लगातार होता रहता है। उनसे बनी सतह पर जब पड़ोसी राज्यों में पराली जलाने से आया धुआं और दिवाली पर पटाखों से निकले हानिकारक तत्व जा बैठते हैं, तो वातावरण पर स्मॉग छा जाता है।

स्पष्टतः इस समस्या का फौरी हल तब नहीं हो सकता, जब यह गंभीर रूप में सामने आ जाती है। इसका समाधान नीतिगत बदलाव और निरंतर प्रयासों से ही संभव है। मगर ऐसा करने का मद्दा या नजरिया जब नहीं होता, तब दिखावटी उठाना ही एकमात्र विकल्प रह जाता है। ऐसे ही कदम के तौर पर इस वर्ष कृत्रिम बारिश कराने की कोशिश की गई। मगर उसकी नाकामी ने दूसरी गहराती समस्याओं को भी उजागर कर दिया है। जाहिर यह हुआ है कि देश में ज्ञान- विज्ञान विरोधी गहराते माहौल के बीच साधारण-से कार्यों को संपन्न करना भी दूभर हो गया है। (आरएनएस)

बिरसा मुंडा जन्म शताब्दी पर जनजातीय चित्रकला प्रतियोगिता का भव्य आयोजन

संवाददाता

देहरादून। बिरसा मुंडा जन्म शताब्दी पर जनजातीय समुदाय, पारंपरिक परिधान, कला एवं वीर पुरुषों पर आधारित चित्रकला प्रतियोगिता का सफल आयोजन किया गया। आज यहां भगवान बिरसा मुंडा जी की जन्म शताब्दी के उपलक्ष्य में आज बुक्सा जनजाति कृषक इंटर कॉलेज, शेरपुर (देहरादून) में जनजातीय समुदाय, पारंपरिक परिधान, कला एवं वीर पुरुषों पर आधारित चित्रकला प्रतियोगिता का सफल आयोजन किया गया। कार्यक्रम में कक्षा 9 से 12 तक के लगभग 100 विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और अपनी रचनात्मकता से सभी को प्रभावित किया।

प्रतियोगिता में विद्यार्थियों ने भगवान बिरसा मुंडा सहित विभिन्न जनजातीय वीर सपूतों, उनकी संस्कृति, अलंकरण, परिधान एवं लोक कला को अपने चित्रों में सजीव रूप से प्रस्तुत किया। बच्चों की इस प्रतिभा और उत्साह ने जनजातीय समृद्ध सांस्कृतिक विरासत को नई ऊर्जा प्रदान की। संस्था की निदेशिका श्रीमती प्रगति सडाना ने बताया कि यह कार्यक्रम जनजातीय गौरव वर्ष के अंतर्गत आयोजित किया गया है, जिसका उद्देश्य बच्चों में जनजातीय इतिहास एवं संस्कृति के प्रति जागरूकता बढ़ाना है।

उन्होंने यह भी अवगत कराया कि प्रतियोगिता हेतु आवश्यक सभी सामग्री ओएनजीसी तेल भवन द्वारा उपलब्ध कराई गई। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों को जलपान भी प्रदान किया गया। संस्था ने ओएनजीसी के सहयोग के लिए हार्दिक आभार व्यक्त किया। यह आयोजन मुमकिन है डेवलपमेंट फाउंडेशन द्वारा जनजातीय संस्कृति, कला और गौरव को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से किया गया, जिसकी व्यापक सराहना उपस्थित जनों ने की।

छेड़छाड़ व मारपीट मामले में आरोपी को 5 वर्ष का कठोर कारावास

हमारे संवाददाता

पिथौरागढ़। नाबालिग से छेड़छाड़ व मारपीट मामले में न्यायालय द्वारा आरोपी को 5 वर्ष का कठोर कारावास व 20 हजार अर्थदण्ड की सजा सुनाई गयी है। बता दें कि 16 अगस्त 2024 को पिथौरागढ़ निवासी एक महिला ने कोतवाली पिथौरागढ़ में तहरीर देकर बताया गया था कि महेश प्रसाद ने उसकी नाबालिक पुत्री के साथ मारपीट व अभद्रता की । तहरीर के आधार पर कोतवाली पिथौरागढ़ में पुलिस ने आरोपी महेश प्रसाद पुत्र स्व. जीवन राम निवासी महोली रिमा पचार कपकोट जिला बागेश्वर हाल पिथौरागढ़ के खिलाफ पोक्सो एक्ट सहित अन्य धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे गिरफ्तार किया गया साथ ही न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया था। मामले की सुनवाई के उपरांत बीते रोज विशेष सत्र न्यायाधीश पिथौरागढ़ शंकर राज द्वारा आरोपी को दोषसिद्ध पाते हुए, 5 वर्ष का कठोर कारावास तथा 20 हजार रूपये जुर्माने की सजा सुनाई । जुर्माना अदा न करने पर आरोपी को 1 वर्ष अतिरिक्त कारावास भुगतना होगा।

अधिक लाभ का लालच देकर ठगे 13.72 लाख रुपए

संवाददाता

देहरादून। ट्रेडिंग खाता खोलकर अधिक लाभ कमाने का झांसा देकर 13 लाख 72 हजार रूपये ठगने के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार डान्डा लखोन्ड सहस्त्रधारा रोड निवासी सुरेन्द्र सराफ ने रायपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसको अलग-अलग नम्बरों से सम्पर्क कर ट्रेडिंग खाता खेलकर उसके माध्यम से अधिक लाभ कमाने विश्वास दिलाकर लिंक भेजकर उसके खातों से 13 लाख 72 हजार धोखाधडी कर ली गयी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

पेट्रोल पम्प के कर्मचारियों व मालिक के साथ मारपीट

संवाददाता

देहरादून। पेट्रोल पम्प के कर्मचारियों व मालिक के साथ मारपीट के मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार मालसी मसूरी रोड स्थित पेट्रोल पम्प के कर्मचारी सोरब सिंह ने राजपुर थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उनके यहां पर अभिषेक, निशान्त अपने साथ अन्य लडकों को लेकर आये और उनके साथ गाली गलौच करने लगे उन्होंने जब उनका विरोध किया तो उन्होंने उनके साथ मारपीट करनी शुरू कर दी। जब उनके मालिक बीच बचाव कराने आये तो उन्होंने उनके साथ भी धक्का मुक्की करनी शुरू कर दी। जब उन्होंने पुलिस को फोन किया तो सभी उनको जान से मारने की धमकी देकर भाग गये। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

मॉक ड्रिल: शहर में दस स्थानों पर आया भूकम्प

संवाददाता

देहरादून। भूकंप आपदा में रेस्क्यू कार्यो के प्रभावी क्रियान्वयन को लेकर दस स्थानों पर एक साथ माकड्रिल शुरू की गयी।

आज यहां भूकंप आपदा में रेस्क्यू कार्यो के प्रभावी क्रियान्वयन को लेकर प्रात: साढे नौ बजे से देहरादून जिले में दस स्थानो पर माकड्रिल शुरू को गयी। आपदा कंट्रोल रूम से मिली जानकारी के अनुसार देहरादून जिले में रिक्टर पैमाने पर 6.3 तीव्रता के तेज भूकंप के झटके महसूस किये गये हैं। तहसील स्तर पर एसडीएम से मौजूदा स्थिति की जानकारी ली जा रही है। रिस्पांसिबल ऑफिसर/जिलाधिकारी सविन बसंल ने आईआरएस से जुडे सभी नोडल अधिकारियों को तत्काल कंट्रोल रूम पहुंचने के निर्देश दिये गये। कंट्रोल रूम को देहरादून जिले के 10 अलग-अलग स्थानों पर भूकंप से भारी नुकसान की सूचना मिली है। तहसील सदर के अंतर्गत 6 स्थान कोरोनेशन अस्पताल, महाराणा प्रताप स्टेडियम, आईएसबीटी, विद्युत उप केन्द्र आराघर, जल संस्थान खंड दिलाराम चौक तथा पैसिफिक मॉल के आसपास भूकंप से भारी नुकसान और जानमाल की क्षति की सूचना मिली है। वहीं कालसी के अंतर्गत पाटा गांव व राजकीय इंटर कालेज कस्तूरबा गांधी के साथ ही

विकासनगर में औद्योगिक क्षेत्र सेलाकुई तथा ऋषिकेश में टीएचडीसी में भी भारी नुकसान की सूचना है। रिस्पांसिबल ऑफिसर/जिलाधिकारी सविन बसंल ने कंट्रोल रूम में ऑपरेशन, लॉजिस्टिक और प्लानिंग सेक्शन के नोडल अधिकारियों के साथ स्थिति की समीक्षा करते हुए स्टेजिंग एरिया से तत्काल रेस्क्यू टीम तैयार कर घटना स्थलों के लिए रवाना करने के निर्देश दिये। आईएसबीटी एमडीडीए कालोनी में भूकंप आने के कारण तीन से चार ब्लॉक क्षतिग्रस्त हुए हैं जिसमें 80 से 100 लोग फंसे होने की सूचना मिली है। पुलिस लाईन रेसकोर्स एवं स्पोर्टस स्टेडियम को स्टेजिंग एरिया से आवश्यक संशाधनों के साथ रेस्क्यू टीमें रवाना कर दी गयी है। घटना स्थल पर रेस्क्यू ऑपरेशन शुरू किया गया। आराघर सबस्टेशन से एक घायल को दून हास्पिटल भेज दिया गया है। आफर ब्रिगेड की टीम ने आग पर कंट्रोल कर लिया है। घटना साइट पर मौजूद इंसिडेंट कमांडरों से नुकसान की जानकारी एकत्रित की जा रही है। एमडीडीए कॉलोनी आईएसबीटी में आग लगने की सूचना पर फायर विभाग द्वारा आग बुझाने की कार्रवाई गतिमान है। भूकंप आपदा साइट पर तेजी से रेस्क्यू आपरेशन चलाया जा रहा है। स्थिति नियंत्रण में है। डीएम ने आम जनता से धैर्य रखने, भ्रामक खबरों पर ध्यान न देने की अपील की है। साथ ही भूकंप के बाद आने वाले हल्के झटकों से सावधान रहते हुए सुरक्षित स्थानों पर रहने की सलाह दी है। रिस्पॉन्सबिल ऑफिसर के निर्देश पर ड्रोन से भी घटना क्षेत्रों में फंसे लोगों की खोजबीन शुरू कर दी है। एसडीआरएफ की डॉग स्क्वायड की टीम भी मौके पर मौजूद है।

एक्टिवा चोरी

संवाददाता

देहरादून। चोरों ने पेट्रोल पम्प से एक्टिवा चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार गौहरी माफी निवासी गोविन्द राम ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि उसने अपनी एक्टिवा प्रतीतनगर पेट्रोल पम्प पर खडी की थी लेकिन जब वह थोडी देर बाद वापस आया तो उसकी एक्टिवा अपने स्थान से गायब थी। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

चाकू सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। वारदात की फिराक में घूम रहे एक बदमाश को पुलिस ने एक धारदार चाकू सहित गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है। जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना सिडकुल पुलिस गश्त पर थी। इस दौरान जब पुलिस पीठ बाजा वाली गली नवोदय नगर पहुंची तो उसे वहां एक संदिग्ध व्यक्ति घूमता हुआ दिखायी दिया।

पुलिस ने जब उसे रूकने का इशारा किया तो वह सकपका कर भागने लगा। इस पर उसे घेर कर रोका गया। तलाशी के दौरान उसके पास से एक धारदार चाकू बरामद हुआ। पूछताछ में उसने अपना नाम अमन थापा पुत्र राजू थापा निवासी टिहरी विस्थापित कॉलोनी नवोदय नगर थाना सिडकुल जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उसे आर्म्स एक्ट की धाराओं में गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश किया जहां से उसे जेल भेज दिया गया है।

योग का सूर्य विश्व पटल पर दीदिप्तिमान: रेखा आर्या

संवाददाता

हल्द्वानी। खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि योग को अंतरराष्ट्रीय पहचान दिलाने के बाद आज योग का सूर्य एशिया से लेकर अफ्रीका, यूरोप और अमेरिका तक दीदिप्तिमान हो रहा है।

आज यहां कैबिनेट मंत्री एवं उत्तराखंड की खेल मंत्री रेखा आर्या ने ऊंचा पुल, अमृत आश्रम क्षेत्र में आयोजित शांति योग धाम चैंपियनशिप का शुभारंभ किया। उद्घाटन अवसर पर उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा योग को अंतरराष्ट्रीय पहचान दिलाने के बाद आज योग का सूर्य एशिया से लेकर अफ्रीका, यूरोप और अमेरिका तक दीदिप्तिमान हो रहा है।

खेल मंत्री रेखा आर्या ने कहा कि योग अब भारत की सांस्कृतिक धरोहर के साथ-साथ विश्व का स्वास्थ्य संदेश बन चुका है। मंत्री ने कहा कि 38वें राष्ट्रीय खेलों में पहली बार योगासन को एक खेल स्पर्धा के रूप में शामिल

कराना उत्तराखंड और देश के लिए गर्व की बात है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि आने वाले समय में ओलंपिक जैसी अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में भी योगासन एक खेल विधा के रूप में सम्मिलित होगा। रेखा आर्या ने कहा कि योग और रोग दोनों विलोम अर्थ वाले शब्द हैं। जहां योग है, वहां रोग नहीं हो सकता। इसलिए फिट इंडिया और फिट उत्तराखंड अभियान की आधारशिला भी योग ही है।

उन्होंने लोगों से आह्वान किया कि वे अपनी दिनचर्या में योग को शामिल करें ताकि समाज स्वस्थ और सशक्त बने। इस अवसर पर हल्द्वानी के मेयर गजराज सिंह बिष्ट, नैनीताल दुग्ध संघ के अध्यक्ष मुकेश बोरा, शांति योगधाम संस्था के संस्थापक दर्शन सिंह बोरा, विजयलक्ष्मी बोरा, भुवन भट्ट, पलक चौरसिया, खुशी सोनकर, प्रेम बोरा, महेंद्र रावत, दीपक पांडे, मुकेश रघुवंशी, आशीष शर्मा और ममता पंत सहित अनेक लोग उपस्थित रहे।

मुख्यमंत्री ने किया 'लीडिंग लेडीज ऑफ इण्डिया' पुस्तक का विमोचन

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने वेणु अग्रहारा ढींगरा द्वारा लिखित पुस्तक लीडिंग लेडीज ऑफ इण्डिया का विमोचन किया।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मोहनी रोड स्थित एक स्कूल में देहरादून लिटरेचर फेस्टिवल में प्रतिभाग किया। इस अवसर पर उन्होंने वेणु अग्रहारा ढ़ींगरा द्वारा लिखित पुस्तक लीडिंग लेडीज ऑफ इण्डिया पुस्तक का विमोचन किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि साहित्य भावनाओं, विचारों और अनुभवों को व्यक्त करने का सशक्त माध्यम है। सामाजिक और सांस्कृतिक जागरूकता में भी साहित्य की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। उन्होंने आशा व्यक्त की कि लीडिंग लेडीज ऑफ इण्डिया पुस्तक पाठकों विशेष रूप से महिलाओं को आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करेगी।

मुख्यमंत्री ने कहा कि महिला सशक्तीकरण के लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मार्गदर्शन में राज्य सरकार द्वारा निरंतर प्रयास किये जा रहे हैं। राज्य में महिला स्वयं सहायता समूहों द्वारा बनाये जा रहे उत्पादों की मांग लगातार बढ़ रही है। महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में राज्य सरकार द्वारा अनेक योजनाएं चलाई जा रही है। उन्होंने कहा कि समाज के समग्र विकास के लिए महिलाओं का सशक्त होना जरूरी है। आज बेटियां हर क्षेत्र में सराहनीय कार्य कर रही हैं। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड की आत्मा उसकी संस्कृति में बसती है। यहां की संस्कृति और परंपराओं को संजोये रखने की दिशा में सरकार निरंतर कार्य कर रही है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि विगत दो वर्षों से राज्य में प्रवासी उत्तराखण्डी सम्मेलन का आयोजन किया जा रहा है। इसका मूल उद्देश्य लोगों को अपनी जड़ों से जोड़े रखना है। प्रवासी सम्मेलन के आयोजन के बाद से अनेक प्रवासियों द्वारा अपने मूल गांवों के विकास के साथ ही प्रदेश के विकास के सहयोगी बनने की इच्छा जताई गई है।

इस अवसर पर श्रीमती गीता पुष्कर धामी, प्रमुख सचिव आर.के. सुधांशु, स्कूल के संस्थापक डी.एस.मान एवं अन्य लोग मौजूद थे।

बुर्जुग से पैसे छीनने वाले दो नशेड़ी सगे भाई गिरफ्तार

❑छीनी गयी नगदी व अन्य सामान बरामद

हमारे संवाददाता

देहरादून। बुर्जुग से पैसे छीनने वाले दो सगे भाईयों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिनके पास से छीनी गयी नगदी व अन्य सामान बरामद हुआ है। आरोपी नशे के आदी है जो नशापूर्ति के लिए इस तरह की वारदातों को अंजाम दिया करते थे।

जानकारी के अनुसार बीती 5 नवम्बर को भगत सिंह निवासी ग्राम उभरेऊ, थाना कालसी, जिला देहरादून ने थाना विकासनगर पर तहरीर देकर बताया गया था कि 4 नवम्बर को वह अपने गावं से विकासनगर मण्डी में अदरख बेचने आये थे, वापस जाते समय विकासनगर पेट्रोल पंप वाली गली में 2 युवक उनकी जेब मे रखे पैसे छीन कर मौके से फरार हो गये। मामले की गम्भीरता को देखते हुए पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर स्नैचरों की तलाश शुरू कर दी गयी। स्नैचरों की तलाश में जुटी पुलिस टीमों द्वारा कड़ी मशक्कत के बाद बीती रात एक सूचना पर कार्यवाही करते हुए घटना में शामिल दोनो आरोपियों सोहेल पुत्र सईद उर्फ लाखन तथा आवेश पुत्र सईद उर्फ लाखन को बकरी फार्म विकासनगर से गिरफ्तार किया गया, जिनके कब्जे से घटना में छीनी गई नगदी, आधार कार्ड व पर्स बरामद हुआ है। पूछताछ आरोपियों द्वारा बताया गया कि वह दोनो सगे भाई है तथा नशे की पूर्ति के लिए उनके द्वारा बाजार में महिला, वृद्धों एवं भोले-भाले लोगों की रैकी कर मौका मिलने पर उनके साथ छिनौती की घटना को अंजाम दिया जाता है। बहरहाल पुलिस ने उन्हे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया है।

सुप्रीम कोर्ट ने उपनल से संबंधित सभी पुनर्विचार याचिकाएँ की खारिज

हमारे संवाददाता

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने उत्तराखंड सरकार की उपनल से सम्बन्धित सभी पुनर्विचार याचिकांए खारिज कर दी है। राज्य सरकार द्वारा कुंदन सिंह बनाम राज्य उत्तराखंड सहित कई संबंधित मामलों में दायर सभी रीव्यू पिटीशन (सिविल) वर्ष 2025 को सुप्रीम कोर्ट ने खारिज कर दिया है।

न्यायमूर्ति विक्रम नाथ एवं न्यायमूर्ति प्रसन्ना बी. वराले की खंडपीठ ने कहा कि पूर्व में दिनांक 15 अक्टूबर 2024 को पारित आदेश में किसी भी प्रकार की स्पष्ट त्रुटि नहीं है, इसलिए उसके पुनर्विचार का कोई आधार नहीं बनता। इन याचिकाओं में राज्य सरकार की ओर से वर्ष 2019 से 2021 के बीच दायर कई विशेष अनुमति याचिकाओं और सिविल अपीलों के विरुद्ध पुनर्विचार मांगा गया था। सभी मामलों को एक साथ सुनकर कोर्ट ने कहा कि आदेश पूरी तरह न्यायसंगत है और पुनर्विचार योग्य नहीं है।

अवैध मजार पर चला प्रशासन का बुल्डोजर

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। ग्राम समाज की जमीन पर बनी अवैध मजार पर प्रशासन द्वारा कड़ा एक्शन लेते हुए उसे बुल्डोजर कार्यवाही में ध्वस्त कर दिया गया है। सरकारी भूमि पर बनी इस अवैध संरचना को दो सप्ताह पूर्व नोटिस दिया गया था।

मामला लक्सर तहसील में सुल्तानपुर के पास गांव नेहादपुर सुठारी का है। जानकारी के अनुसार आज सुबह एसडीएम सौरभ अस्वल की मौजूदगी में प्रशासनिक टीम और भारी पुलिस फोर्स को तैनात कर यह कारवाई की गई।

बताया जा रहा है कि कार्यवाही से पहले पूरे क्षेत्र को भारी संख्या में सुरक्षा बलों के जवानों द्वारा सील किया गया।

आज तड़के मजार को प्रशासन की टीम ने मौके पर बुल्डोजर चलाकर पूरी तरह ध्वस्त किया।

डीएम मयूर दीक्षित ने बताया कि अवैध कब्जे पर सरकार की जीरो टॉलरेंस की नीति है जिसका अनुपालन कराया जा रहा है। उन्होंने बताया कि दो सप्ताह पूर्व उक्त संरचना के वैध दस्तावेजों के बारे में खादिम को नोटिस दिया गया था,उनके द्वारा कोई भूमि दस्तावेज नहीं दिखाए जाने पर आज कार्रवाई की गई है।

जिलाधिकारी टिहरी ने ली जिला स्तरीय गंगा समिति की बैठक

हमारे संवाददाता

टिहरी। जिलाधिकारी नितिका खंडेलवाल की अध्यक्षता में जिला स्तरीय गंगा समिति की मासिक बैठक आहूत की गई। जिसमें बिंदुवार सभी संचालित एसटीपी की वर्तमान स्थिति की जानकारी लेते हुए सभी एसटीपी में उचित स्थान पर सीसीटीवी कैमरे लगाने के निर्देश दिए गये।

इस मौके पर अधीक्षण अभियंता पेयजल निगम संदीप कश्यप ने बताया कि देवप्रयाग में कार्यरत एस.टी.पी. (150 के.एल.डी) के ओवरफ्लो की शिकायत पर कॉन्ट्रैक्टर को नोटिस दिया गया, जवाब अभी नहीं आया है। इस पर जिलाधिकारी द्वारा मामले को गंभीरता से लेने, संबंधित कॉन्ट्रैक्टर को पुन: नोटिस देने तथा 48 घंटे के भीतर जवाब न मिलने की दशा में पेनाल्टी लगाने तथा आवश्यक कार्यवाही करते हुए समिति को अवगत कराने को कहा गया।

बैठक में अवगत कराया गया कि कीर्तिनगर में 397 भवनों /घरों से उत्पन्न सीवर के उपचार हेतु श्रीनगर में (30 के.एल.डी. का) को-ट्रीटमेंट प्लान्ट चालू है। इस पर जिलाधिकारी ने ईओ नगर पंचायत कीर्तिनगर को एसओपी बनाकर अग्रिम कार्यवाही करने के निर्देश दिए।

अवगत कराया गया कि आपदा से क्षतिग्रस्त तपोवन में 350 एम.एम. व्यास की ग्रेविटी सीवर लाईन एवं चोरपानी, मुनिकीरेती में सीवर लाईन को ठीक कर लिया गया है। केमसारी सीवर लाईन के संबंध में ईई जल संस्थान प्रशांत भारद्वाज ने बताया कि सीवर संयोजन से सर्बाधित कार्यों हेतु डी.पी.आर., एडीबी के प्रोजेक्ट में अप्रूव्ड है। सीवर लाईन से संबंधित नालों को ठीक करवाने के लिए जल संस्थान को आवश्यक कार्रवाई करने को कहा गया। जिलाधिकारी ने डीपीआरओ को उप निर्वाचन के बाद गंगा नदी और इसकी सहायक नदियों के आस-पास के क्षेत्रों में प्रत्येक गांव के ग्राम सभा प्रधान को नोडल नियुक्त किए जाने हेतु सूची उपलब्ध कराने को कहा।

बैठक में जिला गंगा प्लान को तैयार किए जाने हेतु देहरादून एवं नैनीताल में आयोजित तीन दिवसीय प्रशिक्षण कार्यशाला हेतु जिला स्तरीय सदस्य नामित किए जाने एवं जिला गंगा समिति का पीएफएमएस- ट्रेजरी सिंगल अकाउंट खोले जाने को लेकर भी चर्चा की गई। बैठक में डीपीओ नमामि गंगे प्रोजेक्ट अरुण उनियाल, ईई सिंचाई अनूप डचूंडी, डीपीआरओ एम.एम. खान सहित अन्य संबंधित अधिकारी वर्चुअल एवं भौतिक रूप से उपस्थित रहे।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

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

कार्यालय: दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।

मो. 9358134808

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