

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

कार खाई में गिरी दो महिलाओं व एक किशोरी की मौत



हमारे संवाददाता नैनीताल। सड़क हादसे में आज सुबह एक स्कार्पियो कार के खाई में गिर जाने से दो महिलाओं व एक किशोरी की मौत हो गयी। सूचना मिलने पर पुलिस व एसडीआरएफ टीम में मौके पर पहुंच कर रेस्क्यू अभियान

चलाया और मृतकों व घायलों को अस्पताल पहुंचाया जहां घायलों की हालत चिंताजनक बनी हुई है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह लगभग 9.30 बजे भवाली से कैंचीधाम मार्ग में पर्यटकों से भरी स्कार्पियो कार सड़क के क्रैश बैरियर तोड़कर खाई में जा गिरी। जिसमें दो महिलाओं

सहित एक किशोरी की मौत की जानकारी सामने आई है। वाहन में कुल 7 से 8 लोग सवार बताए जा रहे हैं। कोतवाल भवाली के अनुसार सभी लोग बरेली के निवासी हैं और वह सवेरे 9.30 बजे हुए हादसे में पहाड़ों की तरफ जा रहे थे। दुर्घटना की जानकारी मिलने पर भवाली पुलिस,

दमकल विभाग, एस.डी.आर.एफ. और स्थानीय लोग घायलों को रेस्क्यू में जुटे हुए हैं। घायलों को एम्ब्युलेंस की मदद से नजदीकी सी.एच.सी.सेंटर भेजा गया है।

उत्तराखण्ड में सड़क हादसों का क्रम लगातार जारी है। पहाड़ हो या मैदानी क्षेत्र यहां आये दिन सड़क

हादसों में मरने की खबरे लगातार सुर्खियों में बनी रहती है। राजधानी देहरादून की बात करें तो बीती रात यहां ऋषिकेश के समीप एक सड़क हादसे में चार लोगों की मौके पर ही मौत हो गयी थी। इन सड़क हादसों का मुख्य कारण अनियंत्रित गति बतायी जाती है।

दून वैली मेल

संपादकीय

सरकारी योजनाओं से भी धन उगाही

पीएमओ को सेवा तीर्थ का नाम देने वाली केंद्र सरकार और पीएम मोदी और उनके सांसद तथा मंत्री भ्रष्टाचार की पराकाष्ठा के जिस तरह से उदाहरण पेश कर रहे हैं उन पर होने वाले नित नए खुलासे भले ही उनके लिए शर्मिंदगी की बात हो न हो लेकिन देशवासियों को शर्मिंदा जरूर कर रहे हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को संसद की सीढ़ियों पर दंडवत लेट कर प्रणाम करते देखने वाले लोगों को आज इस बात पर हैरानी हो रही होगी कि क्या यह वही नेता है जिन्होंने दावा किया था कि न खाऊंगा न खाने दूंगा न सोऊंगा न सोने दूंगा। भ्रष्टाचार पर जीरो टॉलरेंस का दावा करने वाले इन नेताओं ने इस देश को जिस तरह दोनों हाथों से लूटा है उसके कई खुलासे अब तक सामने आ चुके हैं जिसमें कोरोना काल में पीएमओ यानी की सेवा तीर्थ के पते पर खोले गए पीएम केयर फंड के जरिये चंदे के तौर पर बटोरे गए करोड़ों के दान का कोई हिसाब न ले सकता है और न दिया जाएगा कितना पैसा डकार लिया गया कुछ अता-पता नहीं है। इसका खुलासा तब हुआ जब लोगों को पता चला कि पीएमओ के पते पर कोरोना पीड़ितों की मदद के लिए समेटे गए इस धन का सरकार से कोई मतलब नहीं है। इस फंड में बड़ी-बड़ी हस्तियों द्वारा करोड़ों का दान दिया गया था। सरकार द्वारा पार्टी फंड जुटाने के लिए लाये गए चुनावी बांड कानून जिसके जरिए भाजपा ने देश के तमाम औद्योगिक घरानों और व्यवसायियों से लाखों करोड़ रुपये जुटाए गए उसे असंवैधानिक ठहरा कर निरस्त करने वाले देश के सुप्रीम कोर्ट ने इस लूट को बंद तो करा दिया लेकिन तब तक भाजपा का खजाना इतना संवर्ध हो चुका था कि उसे कोई अब हरा नहीं सकता है। इन तमाम लूट और भ्रष्टाचार की घटनाओं और उदाहरण के बाद जो एक नया लूट का मामला प्रकाश में आया है वह और भी अधिक हैरान करने वाला है जिसमें भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा और प्रधानमंत्री मोदी सीधे तौर पर शामिल हैं। बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ से लेकर स्वच्छ भारत और किसान सेवा जैसी पांच सरकारी योजनाओं को लेकर पैसे की उगाही की गई। इन योजनाओं में पैसा दान करने वाले यही समझते रहे कि वह राष्ट्र और समाज कल्याण के लिए दान कर रहे हैं और उनके पैसे का उपयोग अच्छे कामों के लिए किया जा रहा है लेकिन अब आरटीआई में मिली सूचनाओं से पता चल रहा है कि यह पैसा तो भाजपा के पार्टी फंड में जा रहा था। नरेंद्र मोदी इन पर लिंक कर लिया गया यह चंदा कितना लिया गया है इसका अभी पूरा ब्यौरा सामने नहीं आया है लेकिन जेपी नड्डा और पीएम मोदी ने पहले इस फंड में एक-एक हजार रुपए डालकर इसकी शुरुआत की। यह एक ऐसा अपराधिक मामला है। चेन्नई के एक टीवी चैनल के पत्रकार अरविंद ने इसकी पूरी जानकारी आरटीआई के माध्यम से जुटाई है। सरकारी योजनाओं के नाम पर पार्टी फंड के लिए धन उगाही का यह धंधा एक गंभीर आर्थिक अपराध ही नहीं बीजेपी की उस विचारधारा का घेतक है कि वह करती क्या है? और दिखावा क्या करती है। बीते कुछ समय में भाजपा और उसके तमाम शीर्ष नेताओं के कारनामों को लेकर पूरा सोशल मीडिया भरा पड़ा है। बात चाहे संसदीय कार्यवाई की हो या फिर सत्ता की तानाशाही और कार्य प्रणाली की जैसे परत दर परत सच्चाई लोगों के सामने आती जा रही है भाजपा के खिलाफ लोगों का गुस्सा भी बढ़ता जा रहा है इस बात को अब भाजपा के नेता भी महसूस करने लगे हैं कि जिस दिन सत्ता से बेदखल हो गए उसके बाद उनका क्या होगा यही कारण है कि वह हर कीमत पर सत्ता में बने रहने के लिए सभी सीमाएं लांघते जा रहे हैं लेकिन न तो उनकी यह सोच सही है और न रास्ता सही है।

मकान का ताला तोड़ जेवरात व नगदी चोरी

संवाददाता
देहरादून। चोरों ने मकान का ताला तोड़ वहां से जेवरात व नगदी चोरी कर ली। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

प्राप्त जानकारी के अनुसार जैन्तनवाला घंघोडा निवासी सोनिया ने कैंपट कोतवाली में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह परिवार के साथ बाहर गयी थी। आज जब वह वापस आयी तो देखा कि उसके मकान का ताला टूटा हुआ था। अन्दर सारा सामान बिखरा हुआ था। चोर उसके यहां से सोने चांदी के जेवरात व 15 हजार रूपये नगद चोरी करके ले गये हैं। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

तीन किलो गांजे के साथ एक गिरफ्तार

देहरादून (संवाददाता)। पुलिस ने तीन किलो गांजे के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार सेलाकुई थाना पुलिस ने बंजारा गली में एक युवक को संदिग्ध अवस्था में घुमते हुए देखा तो उसको रूकने का इशारा किया। पुलिस को देख वह भाग खडा हुआ। पुलिस ने पीछा कर उसको थोड़ी दूरी पर ही दबोच लिया। तलाशी लेने पर पुलिस ने उसके कब्जे से तीन किलो 2911 ग्राम गांजा बरामद कर लिया। पृच्छताछ में उसने अपना नाम ललटू कुमार पुत्र महेन्द्र महेता निवासी विद्या विहार बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर उसको न्यायालय में पेश किया जहां से उसको न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया।

वायु प्रदूषण: दिल्ली में आज से 'नो पीयूसी, नो फ्यूल' नियम लागू

कार्यालय संवाददाता
नई दिल्ली। देश की राजधानी दिल्ली में वायु प्रदूषण को कम करने के लिए दिल्ली सरकार के नए उपायों के तहत गुरुवार से 'नो पीयूसी, नो फ्यूल' नियम लागू होगा। इसके अलावा, सरकार ने ट्रैफिक का बोझ कम करने के लिए सरकारी और प्राइवेट संस्थानों में 50 प्रतिशत वर्क फ्रॉम होम भी अनिवार्य कर दिया है। इसके अलावा, दिल्ली में बाहर से आने वाली गाड़ियों में सिर्फ बीएस-6 मानक वाली गाड़ियां ही प्रवेश कर सकेंगी। कंस्ट्रक्शन मटीरियल ले जाने वाले ट्रकों पर बैन जारी रहेगा।

दरअसल, ग्रैप के नियमों के तहत निर्माण कार्य पर रोक जारी है और नियम तोड़ने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई होगी। राजधानी में प्रदूषण से हालात काफी खराब हैं, जिसके चलते दिल्ली सरकार ने गाड़ियों से होने वाले प्रदूषण, धूल, कचरा और ट्रैफिक जाम को टारगेट करते हुए इमरजेंसी और लॉन्ग-टर्म उपायों का एक बड़ा सेट घोषित किया है।

इससे पहले, पर्यावरण मंत्री मंजिंदर सिंह सिरसा ने बुधवार को कहा कि



सरकारी और प्राइवेट संस्थानों में 50 प्रतिशत वर्क फ्रॉम होम भी अनिवार्य

सरकार कई मोर्चों पर काम कर रही है, क्योंकि लोग खतरनाक धुंध (स्मॉग) के संपर्क में हैं। एक प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते हुए सिरसा ने पॉल्यूशन अंडर कंट्रोल सर्टिफिकेट (पीयूसीसी) सिस्टम में पूरी तरह बदलाव, थर्ड-पार्टी मॉनिटरिंग की शुरुआत, पूरे शहर के लिए कार-पूलिंग ऐप, इंटीग्रेटेड ट्रैफिक मैनेजमेंट सुधार और मशीनीकृत सड़क-सफाई उपकरणों की बड़े पैमाने पर तैनाती की घोषणा की। उन्होंने कहा कि दिल्ली सरकार पॉल्यूशन अंडर कंट्रोल (पीयूसी) सर्टिफिकेट जारी करने के सिस्टम में बदलाव करने पर विचार कर

रही है, क्योंकि मौजूदा सेंटर पुराने हो गए हैं और उनमें कई कमियां हैं। एक थर्ड-पार्टी मॉनिटरिंग सिस्टम लाया जाएगा। सिरसा ने कहा कि वाहन मालिकों के लिए बुधवार का दिन वैलिड पीयूसी सर्टिफिकेट लेने का आखिरी दिन था। गुरुवार से प्रदूषण फैलाने वाले वाहनों को फ्यूल नहीं दिया जाएगा। साथ ही, एएनपीआर कैमरे, पेट्रोल पंप पर वॉयस अलर्ट और पुलिस की तैनाती से नियमों का पालन सुनिश्चित किया जाएगा। फ्यूल बैन को लागू करने के लिए दिल्ली में 126 चेकपॉइंट बनाए गए हैं, जिसमें बॉर्डर पॉइंट भी शामिल हैं।

स्टैच्यू ऑफ यूनिटी के शिल्पकार राम वी. सुतार का 100 साल की उम्र में निधन

कार्यालय संवाददाता
नई दिल्ली। भारत के मशहूर मूर्तिकार राम वी. सुतार का 100 साल की उम्र में निधन हो गया है। उनके परिवार ने बताया कि बढ़ती उम्र की बीमारियों की वजह से उन्होंने नोएडा में अपने बेटे के घर पर अंतिम सांस ली। उनके जाने से भारतीय कला जगत में शोक का माहौल है।

राम सुतार का जन्म 19 फरवरी 1925 को महाराष्ट्र के एक छोटे से गांव में हुआ था। साधारण परिवार में जन्म लेने के बाद भी उन्होंने अपनी मेहनत और हुनर के दम पर दुनिया भर में अपनी कला से नाम कमाया। उन्होंने ऐसी कई मूर्तियों को बनाया जिन्हें देश-विदेश में बहुत पसंद किया गया।



राम सुतार जी को सबसे ज्यादा स्टैच्यू ऑफ यूनिटी के लिए जाना जाता है। गुजरात में नर्मदा नदी के किनारे खड़ी सरदार पटेल की 182 मीटर ऊंची मूर्ति उन्होंने डिजाइन की थी जिससे वह पूरी

दुनिया में मशहूर हो गए। इसके अलावा उन्होंने हैदराबाद में लगी डॉ.बी.आर अंबेडकर की 125 फीट ऊंची शानदार प्रतिमा भी बनाई थी। संसद भवन में महात्मा गांधी की ध्यान करते हुए मूर्ति और घोड़े पर बैठे छत्रपति शिवाजी महाराज की प्रतिमा भी उनकी बेहतरीन कलाकृतियों में से एक है।

कला के क्षेत्र में उनके शानदार काम के लिए भारत सरकार ने उन्हें 1999 में पद्म श्री और 2016 में पद्म भूषण जैसे सम्मानों से भी नवाजा। राम सुतार ने मुंबई के जे. जे स्कूल ऑफ आर्ट से पढ़ाई की थी जहां उन्हें अपनी बेहतरीन कला के लिए गोल्ड मेडल मिला था।

लोन फर्जीवाड़े के गर्ग बंधुओं के खिलाफ लुक आउट सर्कुलर जारी

संवाददाता
देहरादून। फ्लैट आवंटन व लोन फर्जीवाड़े के आरोपी प्रवीण गर्ग, शाश्वत गर्ग व साक्षी के पासपोर्ट रद्द कर पुलिस ने लुक आउट सर्कुलर जारी कर दिया है।

मिली जानकारी के अनुसार आर्कोडिया हिलॉक्स परियोजना में फ्लैट आवंटन और लोन फर्जीवाड़े के संबंध में विवेक एसराज (अध्यक्ष, अंतरिम सोसाइटी प्रबंधन समिति) आर्कोडिया हिलॉक्स, मसूरी रोड देहरादून द्वारा 20 नवम्बर 2025 को थाना राजपुर पर दी गई तहरीर के आधार पर बनाम शाश्वत गर्ग व अन्य के विरुद्ध मुकदमा दर्ज किया गया था। मुकदमा दर्ज होने के उपरान्त पुलिस द्वारा तत्काल जांच के दौरान प्राप्त अभिलेखों एवं प्रकाश में आये तथ्यों के आधार पर प्रवीण गर्ग, शाश्वत गर्ग व उसकी पत्नी

साक्षी के पूर्व व वर्तमान पते उषा कालोनी, कुल्हान सहस्त्रधारा रोड देहरादून की जानकारी प्राप्त कर तत्काल प्राप्त पते के आधार पर 24 नवम्बर 2025 को प्रवीण गर्ग, शाश्वत गर्ग व उसकी पत्नी साक्षी के पासपोर्ट रद्द कराने सम्बंधी जानकारी पासपोर्ट कार्यालय को प्रदान कर तत्काल उनके पासपोर्ट रद्द करने की रिपोर्ट प्रेषित की गई, जिस पर पासपोर्ट कार्यालय द्वारा आरोपियों के पासपोर्ट रद्द किया गया। साथ ही दिनांक 26 नवम्बर को प्रवीण गर्ग, शाश्वत गर्ग एवं साक्षी के विरुद्ध लुक आउट सर्कुलर(एलओसी) जारी करने हेतु वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा ब्यूरो ऑफ इमीग्रेशन को रिपोर्ट प्रेषित की गई, जिस पर ब्यूरो ऑफ इमीग्रेशन, मिनिस्ट्री ऑफ होम अफेयर्स द्वारा 011 दिसम्बर 2025 को प्रवीण गर्ग, शाश्वत गर्ग एवं साक्षी के

विरुद्ध लुक आउट सर्कुलर(एलओसी) जारी किया गया है।

कार की चपेट में आकर घायल हुआ मोटरसाइकिल सवार

संवाददाता
देहरादून। कार की चपेट में आकर मोटरसाइकिल सवार के घायल होने पर पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी। प्राप्त जानकारी के अनुसार कृष्णा गली खडखडी निवासी अक्षय कुमार ने रायवाला थाने में मुकदमा दर्ज कराते हुए बताया कि वह अपनी मोटरसाइकिल से रायवाला की तरफ आ रहा था जब वह रेलवे अंडर के पास पहुंचा तो किसी अज्ञात कार ने उसको अपनी चपेट में ले लिया जिससे वह गम्भीर रूप से घायल हो गया। पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी।

वाशिंग मशीन की सफाई के लिए अपनाएं ये आसान तरीके

वाशिंग मशीन की सफाई करना एक जरूरी काम है, जिसे कई बार लोग नजरअंदाज कर देते हैं। इससे न केवल मशीन की उम्र बढ़ती है, बल्कि कपड़ों की सफाई भी बेहतर होती है। इस लेख में हम आपको कुछ सरल और प्रभावी तरीकों के बारे में बताएंगे, जिनसे आप अपनी वाशिंग मशीन को साफ और ताजा रख सकते हैं। इन तरीकों को अपनाकर आप अपनी वाशिंग मशीन को लंबे समय तक सही रख सकते हैं।

सिरके का करें उपयोग

सिरका एक प्राकृतिक सफाई का साधन है, जो वाशिंग मशीन की गंदगी और कीटाणुओं को खत्म करने में मदद करता है। इसके लिए आप अपनी मशीन के धोने वाले हिस्से में एक कप सिरका डालें और उसे गर्म पानी पर चलाएं। इससे मशीन के अंदर की सारी गंदगी साफ हो जाएगी और मशीन ताजगी महसूस करेगी। सिरके के उपयोग से कपड़ों की महक भी बेहतर होगी और मशीन की उम्र बढ़ेगी।

बेकिंग सोडा से होगा फायदा

बेकिंग सोडा भी एक अच्छा सफाई का साधन है, जो वाशिंग मशीन को साफ करने में मदद करता है। इसके लिए आपको बस एक कप बेकिंग सोडा लेना है और उसे मशीन के धोने वाले हिस्से में डालना है, फिर मशीन को गर्म पानी पर चलाएं। इससे मशीन के अंदर की सारी गंदगी साफ हो जाएगी और मशीन ताजगी महसूस करेगी। बेकिंग सोडा के उपयोग से कपड़ों की महक भी बेहतर होगी और मशीन की उम्र बढ़ेगी।

गर्म पानी का करें उपयोग

गर्म पानी का उपयोग करके आप अपनी वाशिंग मशीन को अच्छी तरह से साफ कर सकते हैं। इसके लिए मशीन के धोने वाले हिस्से में गर्म पानी भरें और उसे चलने दें। इससे सारी गंदगी और कीटाणु खत्म हो जाएंगे। गर्म पानी से कपड़ों की महक भी बेहतर होगी और मशीन की उम्र बढ़ेगी। इसके अलावा यह तरीका मशीन के अंदर की सफाई को भी बेहतर बनाता है और मशीन को ताजगी महसूस कराता है।

लिक्रिड डिटर्जेंट का करें इस्तेमाल

अधिकांश लोग कपड़े धोने वाले पाउडर का उपयोग करते हैं, जो मशीन में जमा हो सकता है और गंदगी का कारण बन सकता है। इसलिए बेहतर होगा कि आप कपड़े धोने वाले पाउडर का उपयोग न करें बल्कि इसके स्थान पर लिक्रिड डिटर्जेंट का उपयोग करें। इससे मशीन में कम जमा होता है और सफाई भी बेहतर होती है। लिक्रिड डिटर्जेंट का उपयोग करने से मशीन की उम्र बढ़ती है और कपड़ों की महक भी अच्छी रहती है।

बाहरी सतह को साफ रखें

वाशिंग मशीन की बाहरी सतह को भी साफ रखना जरूरी है ताकि वह अच्छी दिखे और धूल-मिट्टी न जमे। इसके लिए आप एक मुलायम कपड़ा लें और उस पर थोड़ा सा सिरका लगाकर मशीन की बाहरी सतह को पोंछें। इससे मशीन चमक उठेगी और साफ-सुथरी दिखेगी। इन सरल तरीकों को अपनाकर आप अपनी वाशिंग मशीन को साफ और ताजा रख सकते हैं, जिससे न केवल मशीन की उम्र बढ़ेगी बल्कि कपड़ों की सफाई भी बेहतर होगी।



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 दून वैली मेल के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

—प्रबंधक विज्ञापन

आपकी सेहत को ठीक रखने में अहम भूमिका निभायेगा 'हेल्दी ईटिंग टिप्स'

जब जीवन अस्त-व्यस्त हो जाता है तो हमारी स्वस्थ दिनचर्या अक्सर पटरी से उतर जाती है। हम अक्सर अपना खाना, व्यायाम छोड़ देते हैं और अपना ख्याल रखना भूल जाते हैं। इससे कई बीमारियां और अनहेल्दी जीवनशैली की शुरुआत हो जाती है। लेकिन, अपने व्यस्त कार्यक्रम के दौरान भी अपने स्वास्थ्य को बनाए रखना असंभव नहीं है। व्यस्त दिनचर्या होने के बावजूद आप कुछ ऐसे उपाय अपना सकते हैं जिससे हेल्थ को पूरी तरह से मेनटेन रहेगी। हम आपको ऐसे ही कुछ उपाय बताने जा रहे हैं जिसको अपने दैनिक जीवन में उतारने से आपकी सेहत पूरी दुरुस्त रहेगी और आपका शरीर एनर्जी से भरपूर रहेगा। ये हेल्दी ईटिंग टिप्स आपके अस्त-व्यस्त जीवन के बीच आपकी सेहत को ठीक रखने में अहम भूमिका निभायेगा।

नाश्ते के लिए प्रोटीन

आपको नाश्ता खाना कभी नहीं छोड़ना चाहिए। नाश्ता पूरे दिन के लिए टोन सेट करता है और आपके शरीर को आवश्यक ऊर्जा देता है। नाश्ता न करने से ध्यान केंद्रित करने और चीजों पर ध्यान केंद्रित करने में परेशानी हो सकती है और यहां तक कि आप दोपहर के भोजन के दौरान ज्यादा खा सकते हैं। इसलिए, आपको अपने शरीर को पूरे दिन ऊर्जावान बनाए रखने के लिए प्रोटीन से भरपूर भोजन का चुनाव करना चाहिए।

हाइड्रेटेड रहें

अपने शरीर को हर समय हाइड्रेटेड रखना जरूरी है। पानी पोषक तत्वों को आपकी कोशिकाओं तक भी पहुंचाता है और शरीर से अशुद्धियों को दूर करने में मदद करता है। यदि आप डीहाइड्रेटेड हैं तो आपका मस्तिष्क अच्छा प्रदर्शन नहीं करेगा आपका कार्निटिव फंक्शन भी बिगड़ सकता है।

कुछ लोग अपने शरीर को आवश्यक ऊर्जा प्रदान करने के लिए कॉफी के आदी



हानिकारक है। यह आपके रक्तचाप को बढ़ा सकता है और निर्जलीकरण और खराब संज्ञानात्मक कार्य को जन्म दे सकता है। इसलिए इसका सेवन सीमित मात्रा में करें।

खाने के घंटे निश्चित करें

हम सभी अपने काम को पूरा करने और अपनी समय सीमा को पूरा करने के लिए समय निर्धारित करते हैं। इसी तरह, आपको स्वस्थ विकल्प बनाने के लिए खाने के घंटे निश्चित करने चाहिए और अनहेल्दी स्नैक खाने के लिए जल्दबाजी नहीं करनी चाहिए। इससे यह भी सुनिश्चित होता है कि आपके पास तदनुसार अपना भोजन तैयार करने का समय है।

बहुत देर से न खाएं

आपको देर रात खाने से बचना चाहिए क्योंकि उस दौरान आपका मेटाबॉलिज्म धीमा होता है। यह आपको अतिरिक्त वजन कम करने में मदद करेगा और सोने से पहले अपने शरीर को साफ करने का समय देगा।

हेल्दी स्नैक्स का चुनाव

जब आप भोजन करने के बाद भूख महसूस करते हैं, तो हमेशा हेल्दी स्नैक्स का चयन करें। आप चॉकलेट, चिप्स या कोल्ड ड्रिंक्स की जगह फल, सूखे मेवे, दूध और मूंगफली खा सकते हैं। ऐसा करने से, आप ट्रांस फैट से बच जाएंगे और अपने

एंटीऑक्सीडेंट भी मिलेगा। आप जो कुछ भी खाते हैं उस पर ध्यान देने से और हेल्दी स्नैक्स का चुनाव करने से वजन कम करने में मदद मिलेगी।

फूड प्लान बनाएं

अस्त-व्यस्त के बीच आपको फूड प्लान बनाना चाहिए। इससे आपका बहुत समय बचेगा। आप सब्जियों को पहले ही काट कर स्वस्थ खाना आसानी बना सकते हैं। इसके साथ ही, अपनी छुट्टी के दिन पूरे साप्ताह के लिए फूड प्लानिंग कर सकते हैं।

छोटे ब्रेक लें

अपने काम के बीच छोटे-छोटे ब्रेक लेने से आपकी प्रोडक्टिविटी और कंसंट्रेशन पावर में वृद्धि करने में मदद मिलती है, खासकर तब जब आप बहुत व्यस्त हों। इसके अलावा, भोजन करते समय अपनी स्क्रीन से दूर रहें और ध्यान लगाकर और पूरी तरह चबाकर खाना खाएं।

अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना हमेशा महत्वपूर्ण होता है, भले ही इसके लिए एक्सट्रा एफर्ट लगाना पड़े। उपरोक्त युक्तियों के साथ, आपको अत्यधिक प्रोसेस्ड फूड और एक शिथिल जीवन शैली से बचना चाहिए। यदि आपको किसी बीमारी का संदेह है, तो आपको शीघ्र निदान के लिए तुरंत डॉक्टर के पास जाना चाहिए।

रोजाना टमाटर खाने से मिल सकते हैं ये 5 स्वास्थ्य लाभ, डाइट में करें शामिल

टमाटर का इस्तेमाल लगभग हर रसोई में किया जाता है। यह न केवल खाने का स्वाद बढ़ाता है, बल्कि कई जरूरी पोषक तत्वों से भरपूर भी होता है। टमाटर में विटामिन-सी, पोटेशियम और लाइकोपीन जैसे एंटीऑक्सीडेंट होते हैं, जो हमारे शरीर के लिए बहुत फायदेमंद हैं। इसलिए इन्हें अपने खाने में शामिल करें। आइए जानते हैं कि रोजाना टमाटर का सेवन करने से क्या-क्या लाभ मिल सकते हैं।

दिल की सेहत के लिए है फायदेमंद टमाटर में मौजूद लाइकोपीन दिल के लिए बहुत फायदेमंद होता है। यह धमनियों में सूजन को कम करता है और रक्त संचार को बेहतर बनाता है। इसके अलावा टमाटर का नियमित सेवन खराब कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में मदद करता है, जिससे दिल की बीमारियों का खतरा कम होता है। टमाटर में पोटेशियम भी होता है, जो रक्तचाप को नियंत्रित करने में सहायक है।

वजन घटाने में है मददगार

वजन घटाने के लिए टमाटर का सेवन करना बहुत लाभकारी हो सकता है। टमाटर में कम कैलोरी होती है और यह फाइबर से भरपूर होता है, जो पेट को लंबे समय तक भरा हुआ महसूस कराता है। इससे आपको बार-बार खाने की इच्छा नहीं होती और आप ज्यादा खाने से बच सकते हैं। इसके अलावा टमाटर में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट शरीर की ऊर्जा को बढ़ाते हैं, जिससे शरीर अधिक कैलोरी जलाता है और वजन घटता है।

पाचन क्रिया को सुधारने में है प्रभावी टमाटर में मौजूद फाइबर पाचन क्रिया को सुधारने में मदद करता है। यह कब्ज, गैस और अपच जैसी समस्याओं से राहत दिलाता है। इसके अलावा टमाटर में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में सहायक होते हैं। टमाटर का नियमित सेवन करने से पेट साफ रहता है और पाचन क्रिया सही तरीके से काम करती है। साथ ही टमाटर का सेवन पेट की सूजन को भी कम कर सकता है।

त्वचा के लिए है फायदेमंद

टमाटर में विटामिन-सी और लाइकोपीन होते हैं, जो त्वचा के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं। ये त्वचा की चमक बढ़ाते हैं और मुंहासों से छुटकारा दिलाते हैं। इसके अलावा टमाटर में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट त्वचा की उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को धीमा करते हैं। टमाटर का नियमित सेवन करने से त्वचा स्वस्थ और चमकदार बनती है। आप टमाटर के रस का भी इस्तेमाल कर सकते हैं, जिससे आपकी त्वचा तरोताजा और निखरी हुई दिखेगी।

आंखों की रोशनी बढ़ाने में है सहायक टमाटर में विटामिन-ए और बीटा कैरोटीन होते हैं, जो आंखों की रोशनी बढ़ाने में मदद कर सकते हैं। ये विटामिन आंखों की रोशनी को बढ़ाने के साथ-साथ उनसे जुड़ी समस्याओं को भी दूर रखते हैं। इसके अलावा टमाटर में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट आंखों की सूजन को कम करते हैं। टमाटर का नियमित सेवन करने से आपकी आंखें स्वस्थ रहती हैं और उनकी रोशनी बढ़ती है।

लैपटॉप खरीद लिया है? ध्यान में रखें ये 5 बातें, लंबे समय तक रहेगा ठीक

लैपटॉप एक ऐसा उपकरण है, जो आजकल हर किसी की जरूरत बन गया है। चाहे आप छात्र हों, ऑफिस में काम करने वाले हों या घर पर काम करने वाले, लैपटॉप आपके जीवन को आसान बना सकता है, लेकिन क्या आपने कभी सोचा है कि अपने लैपटॉप की सही देखभाल कैसे करें? अगर नहीं तो आइए आज हम आपको कुछ ऐसे सुझाव देते हैं, जो आपके लैपटॉप को लंबे समय तक ठीक रख सकते हैं।

लैपटॉप की सफाई बहुत जरूरी होती है। समय-समय पर इसे साफ करें ताकि धूल-मिट्टी जमा न हो। स्क्रीन को मुलायम कपड़े से साफ करें और कीबोर्ड को भी साफ रखें। इसके लिए आप हल्के साबुन पानी का इस्तेमाल कर सकते हैं। ध्यान रखें कि लैपटॉप को बंद करके ही सफाई करें ताकि किसी भी तरह का नुकसान न हो। इस तरह से आपका लैपटॉप हमेशा नए जैसा दिखेगा और सही तरीके से काम करेगा।

लैपटॉप को हमेशा सही जगह पर रखें। इसे किसी ठंडी और सूखी जगह पर रखें ताकि नमी और गर्मी से बचा जा सके। अगर आप इसे बैग में रखते हैं तो ध्यान रखें कि बैग बहुत भरा न हो क्योंकि इससे लैपटॉप दब सकता है। इसके अलावा लैपटॉप को सीधी धूप से बचाकर रखें ताकि इसकी बैटरी और स्क्रीन सुरक्षित रहें। सही तरीके से रखने से आपका लैपटॉप लंबे समय तक ठीक रहेगा और सही तरीके से काम करेगा।

लैपटॉप की बैटरी बहुत अहम होती है इसलिए इसका ध्यान रखना जरूरी है। अगर आप इसे लंबे समय तक ठीक रखना चाहते हैं तो इसे समय-समय पर चार्ज करें और जब इस्तेमाल न करें तो इसे बंद कर दें। बैटरी को हमेशा 20-80 प्रतिशत चार्जिंग पर रखें ताकि यह ज्यादा खराब न हो। इसके अलावा लैपटॉप को लगातार चार्ज पर न रखें क्योंकि इससे बैटरी की उम्र कम हो सकती है।

लैपटॉप के सॉफ्टवेयर का भी ध्यान रखना जरूरी है। समय-समय पर अपने लैपटॉप के सॉफ्टवेयर को अपडेट करते रहें ताकि यह तेजी से काम कर सके और किसी भी तरह की तकनीकी समस्या न हो। इसके लिए आप नियमित रूप से चेक करते रहें कि कोई नया अपडेट आया हो या नहीं। इसके अलावा सुरक्षा सॉफ्टवेयर भी इंस्टॉल करें ताकि आपका लैपटॉप सुरक्षित रहे और सही तरीके से काम करे।

लैपटॉप के सहायक उपकरण जैसे कीपैड कवर, स्क्रीन प्रोटेक्टर आदि का सही इस्तेमाल करें ताकि यह लंबे समय तक ठीक रहे। अगर आप बाहर जाते समय अपने लैपटॉप को सुरक्षित रखना चाहते हैं तो उसे लैपटॉप बैग में रखें ताकि वह सुरक्षित रहे और कहीं भी नुकसान न पहुंचे। इन सभी तरीकों को अपनाकर आप अपने नए खरीदे गए लैपटॉप की देखभाल कर सकते हैं और इसे लंबे समय तक ठीक रख सकते हैं। (आरएनएस)

वजन घटाने की कोशिश करने के बाद भी सफलता नहीं मिल रही? जानिए इसके छिपे कारण

कई लोग वजन घटाने के लिए तरह-तरह के तरीके अपनाते हैं, फिर भी उन्हें मनचाहा परिणाम नहीं मिल पाता है। इसका कारण यह है कि कई ऐसे छिपे कारण होते हैं, जिन पर किसी का ध्यान नहीं जाता है। इन कारणों को नजरअंदाज करने से वजन घटाने की प्रक्रिया धीमी हो जाती है। आइए आज हम आपको कुछ ऐसे छिपे कारणों के बारे में बताते हैं, जो वजन घटाने में बाधा डाल सकते हैं।

थायरॉइड की समस्या एक ऐसी स्थिति है, जिसमें थायरॉइड ग्रंथि पर्याप्त मात्रा में जरूरी हार्मोन का उत्पादन नहीं कर पाती है। इससे वजन बढ़ने का खतरा बढ़ जाता है। इसके कारण शरीर की ऊर्जा का स्तर भी कम हो जाता है, जिससे वजन कम करना मुश्किल हो जाता है। इस स्थिति में थकान, उदासी और शरीर का तापमान कम होना जैसे लक्षण भी हो सकते हैं। अगर आपको थायरॉइड की समस्या है तो डॉक्टर से संपर्क करें।

अगर आप किसी समस्या को लेकर काफी समय से तनाव में हैं तो यह भी वजन घटाने में रुकावट डाल सकता है। लंबे समय तक तनाव में रहने से शरीर में एक विशेष हार्मोन का स्तर बढ़ता है, जो वजन बढ़ाने का कारण बन सकता है। इसके अतिरिक्त इस हार्मोन के बढ़े स्तर से भूख भी बढ़ती है और आप ज्यादा खाने लगते हैं। इसलिए तनाव को दूर करने के लिए ध्यान, योग आदि का अभ्यास करें।

इंसुलिन की समस्या एक ऐसी स्थिति है, जिसमें शरीर इस हार्मोन का प्रभाव सही तरीके से नहीं ले पाता है। इससे ब्लड शुगर का स्तर बढ़ जाता है, जो वजन बढ़ाने का कारण बन सकता है। इस स्थिति में मधुमेह का खतरा भी बढ़ जाता है। इंसुलिन की समस्या से बचने के लिए शरीर की इस हार्मोन के प्रति संवेदनशीलता को बढ़ाने वाले आहारों को अपनी डाइट में शामिल करें। इसके अतिरिक्त नियमित तौर पर एक्सरसाइज करें।

आंतों का स्वास्थ्य भी वजन कम करने की प्रक्रिया को प्रभावित कर सकता है। खराब आंत स्वास्थ्य से शरीर में सूजन बढ़ सकती है, जो वजन बढ़ाने का कारण बन सकती है। इसके अतिरिक्त खराब आंत स्वास्थ्य से पाचन क्रिया भी प्रभावित होती है, जिससे वजन कम करना मुश्किल हो जाता है। आंतों के स्वास्थ्य को ठीक करने के लिए ऐसे खाद्य पदार्थों को अपनी डाइट में शामिल करें, जो आंतों के लिए फायदेमंद हों।

नींद की कमी भी वजन घटाने की प्रक्रिया को प्रभावित कर सकती है। इसके कारण भूख को नियंत्रित करने वाले हार्मोन असंतुलित हो जाते हैं, जिससे भूख बढ़ जाती है और आप ज्यादा खाने लगते हैं। साथ ही नींद की कमी से शरीर की ऊर्जा का स्तर भी कम हो जाता है, जिससे वजन कम करना मुश्किल हो जाता है। इसलिए रोजाना 7 से 8 घंटे की नींद जरूर लें। (आरएनएस)

ओवरस्लीपिंग की आदत कहीं आप पर भारी ना पड़ जाए

सोना हमारी दैनिक दिनचर्या का महत्वपूर्ण हिस्सा है। स्वस्थ रहने के लिए प्रतिदिन 7 से 8 घंटे सोना हर किसी के लिए जरूरी है। सुबह जब आप भरपूर नींद लेकर जागते हैं, तो आप एनर्जी से भरपूर रहते हैं। लेकिन, कुछ लोग होते हैं जो ओवरस्लीपिंग करते हैं और लिमिट से कई घंटे अधिक सो जाते हैं। देर तक सोना आपके लिए तब तक ही अच्छा है जब तक आपको इसकी आदत ना हो। अगर आप ओवरस्लीपिंग की आदत बना लेते हैं, तो यह आपकी सेहत के लिए बेहद नुकसानदायक स्थिति पैदा करता है। आवश्यकता से अधिक सोना सेहत को हानि पहुंचाने का काम करता है। आज इस कड़ी में हम आपको इसी से जुड़ी जानकारी देने जा रहे हैं। आइये जानते हैं इसके बारे में...

मोटापे की समस्या
नींद और मोटापे के बीच सीधा संबंध है। शरीर की जरूरत से बहुत कम या बहुत अधिक नींद लेने से व्यक्ति को मोटापा हो सकता है। दरअसल, जब आप बहुत अधिक सोते हैं तो इसका अर्थ है कि आपका शरीर लंबे समय के लिए शारीरिक रूप से निष्क्रिय है। कम शारीरिक गतिविधि के कारण आपका शरीर कम कैलोरी बर्न करता है, जिससे वजन बढ़ सकता है। 2010 में सोशल साइंस एंड मेडिसिन में प्रकाशित के एक अध्ययन में यह पाया गया कि एक दिन में 8 घंटे से अधिक नींद लेने से व्यक्ति को मोटापे, मधुमेह, उच्च रक्तचाप और हृदय रोग के जोखिम का सामना करना पड़ सकता है।

दिल की बीमारी
एक स्टडी में खुलासा हुआ है कि ज्यादा नींद लेने से दिल की समस्याएं हो सकती हैं। ज्यादा सोना आपके दिल को नुकसान पहुंचा सकता है। जर्नल पीएलओएस में प्रकाशित इस स्टडी में ये भी दावा किया गया है कि यदि आप 9 से 11 घंटे की नींद लेते हैं तो आपको दिल का रोग होने की संभावनाएं 38 प्रतिशत तक बढ़ जाती हैं।



पीठ दर्द
ऑफिस में डेस्क वर्क करने वाले लोग अपना ज्यादातर समय कुर्सी पर बैठकर गुजारते हैं जिससे उन्हें काफी थकान हो जाती है और वे लंबे समय तक सोते हैं। लंबे समय तक सोने के चलते उन्हें पीठ दर्द, गर्दन और कंधों में दर्द की समस्या का सामना करना पड़ सकता है।

डायबिटीज का रिस्क
जरूरत से ज्यादा सोना आपके ब्लड शुगर लेवल के लिए बिल्कुल भी उचित नहीं है। दरअसल, जब आप अधिक नींद लेते हैं तो इससे आपकी बाँडी की शुगर को प्रोसेस करने की क्षमता प्रभावित होती है। जिसके कारण व्यक्ति को टाइप 2 मधुमेह होने का खतरा काफी बढ़ जाता है। इसके अलावा, बहुत अधिक नींद का मतलब है कि आप कम शारीरिक रूप से सक्रिय हैं और यह भी मधुमेह के जोखिम को बढ़ाता है। 2009 में स्लीप मेडिसिन के एक अध्ययन में पाया गया कि जो लोग बहुत अधिक या कम सोते हैं, उन्हें टाइप 2 मधुमेह विकसित होने का अधिक खतरा काफी अधिक होता है।

सिर दर्द
सुबह देर तक सोकर उठने के बाद या फिर 7-8 घंटे से ज्यादा सोने से अक्सर कई लोगों को सिर दर्द की समस्या शुरू हो

जाती है। इसके अलावा अगर आप ज्यादा देर तक सोकर उठते हैं तो अचानक भूख और प्यास लग जाती है, इससे भी सिर दर्द की समस्या हो सकती है। इसलिए समय पर सोना और समय पर उठना ही सेहत के लिए लाभदायक होता है।

डिप्रेशन
आपको सुनने में शायद अजीब लगे, लेकिन लगातार जरूरत से ज्यादा सोने से आपके मूड पर असर पड़ता है। यहां तक कि इससे व्यक्ति को डिप्रेशन भी हो सकता है। दरअसल, नींद मस्तिष्क में न्यूरोट्रांसमीटर को प्रभावित करती है। बहुत अधिक नींद लेने से व्यक्ति की शारीरिक गतिविधि कम हो जाती है। न्यूरोट्रांसमीटर डोपामाइन और सेरोटोनिन के स्तर को बढ़ाने के लिए व्यक्ति का फिजिकल रूप से एक्टिव होना बेहद आवश्यक है। इससे आपके मूड भी बेहतर होता है।

थकान
बहुत ज्यादा सोने का सबसे बड़ा साइड इफेक्ट यह भी हो सकता है कि आपको हर समय सोने का मन करे। ऐसा थकान के कारण हो सकता है। दरअसल, ज्यादा सोने से बाँडी क्लॉक बिगड़ जाता है, जिसका प्रभाव पूरे शरीर पर पड़ता है और ऐसे में थकान महसूस होने लगती है, कुछ करने का मन ही नहीं करता।

शब्द सामर्थ्य -078

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. टुडू पर के बाल, टुडूडी, ठोढ़ी
3. विशेष और सामान्य (आदमी), आम और खास लोग (उ.)
5. इच्छा, हसरत, अभिलाषा
6. शारीरिक कोमलता, सुकुमारता (उ.)
7. सविनय, विनती पूर्वक
10. बिलख-बिलख कर रोना
11. कहानी, उपन्यास
12. कुशल, दक्ष
13. भार, दबाव
14. शुभ-

अशुभ की पूर्व सूचना, शुभ अवसर पर होने वाला मंगल कार्य संबंधी गीत 15. एहसान, भलाई, हित 17. सूत काटने, लपेटने में काम आने वाली चर्खे से लगी सलाई 19. एक हिन्दी महीना, श्रावण 20. सप्ताह का एक दिन, बृहस्पतिवार।

ऊपर से नीचे

1. जंगल में लगी आग, दावागिनी
2. मूल्य, दाम
4. स्वतंत्र, स्वाधीन
5. संकट, कष्ट, दर्द
7. लकड़ी, कन्या, कानों में पहनने का छल्ला, श्रेष्ठ
8. बेइज्जती, अनादर
9. शोभा, सुंदरता, बसंत ऋतु
10. तबाह करने वाला, विनाशक
11. इस समय
13. असुर, राक्षस, दैत्य
14. ए. गुरुमंत्र, बहुत अच्छी युक्ति
15. पर्व, त्यौहार
16. शिकायत, उलाहना, ग्लानि
17. वृक्ष, पेड़
18. मुंह से निकलने वाला थूक जैसा पदार्थ।

| | | | | | | | |
|----|--|----|--|----|-----|----|----|
| 1 | | 2 | | 3 | | 4 | |
| | | 5 | | | | | |
| 6 | | | | 7 | 8 | | 9 |
| | | | | 10 | | | |
| | | 11 | | | | 12 | |
| 13 | | | | 14 | 14ए | | |
| | | 15 | | | | 16 | |
| | | | | | | 17 | 18 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | 19 | | | | 20 | |

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 77 का हल

| | | | | | | | |
|----|----|-----|----|-----|----|----|--------|
| खा | म | खां | | इं | | | |
| स | ह | | ब | र | सा | त | प |
| | | क | हा | नी | | न | क च ढा |
| | | | | स्व | | ली | ई |
| क | या | म | त | | क | फ | न |
| दी | | दां | | बा | बू | ह | वा |
| र | ह | ना | | ल | त | खो | र |
| | | वा | | नौ | क | र | सा |
| भा | ई | | का | | | बा | द ल |

कल्याणी प्रियदर्शन ने शुरु की नई फिल्म की शूटिंग!

तमिल अभिनेत्री कल्याणी प्रियदर्शन लगातार चर्चाओं में बनी हुई हैं। हाल ही में रिलीज हुई उनकी फिल्म लोका ने बॉक्स ऑफिस पर जबरदस्त कमाई की और उन्हें पैन-इंडिया स्टार के रूप में मजबूती भी दी। इस सफलता के बाद दर्शक और फैस अब उनके अगले प्रोजेक्ट के बारे में जानने के लिए उत्सुक हैं। इस कड़ी में उनकी नई फिल्म की आधिकारिक जानकारी सामने आई है, जो उनके करियर के लिए महत्वपूर्ण मानी जा रही है। कल्याणी प्रियदर्शन की अगली फिल्म की खास बात यह है कि यह महिला-प्रधान कहानी है। फिल्म की पूरी कहानी एक महिला पात्र के इर्द-गिर्द घूमेगी और उसकी भावनाओं, संघर्षों और सफर को मुख्य रूप से दिखाया जाएगा। अभिनेत्री ने फिल्म की शूटिंग शुरू कर दी है। फिल्म का निर्देशन थिरियम एस. एन. कर रहे हैं, जो इस फिल्म के जरिए निर्देशन की दुनिया में कदम रख रहे हैं। वहीं, फिल्म का निर्माण पोर्टेशियल स्टूडियोज कर रहा है। यह फिल्म उनका सातवां प्रोजेक्ट है और इससे पहले वे माया, मानगरम, मॉन्टर, तानकरन, इरुगापत्रु और ब्लैक जैसी फिल्मों का निर्माण कर चुके हैं। इन सफल फिल्मों के चलते दर्शकों का विश्वास इस बैनर पर पहले से ही बना हुआ है, और उम्मीद की जा रही है कि उनकी यह नई फिल्म भी उसी गुणवत्ता को आगे बढ़ाएगी। कल्याणी प्रियदर्शन की कामयाबी और पोर्टेशियल स्टूडियोज की लगातार सफल फिल्मों की सीरीज ने इस नए प्रोजेक्ट को पहले ही एक बड़े स्तर पर पहुंचा दिया है। दर्शक यह देखने के लिए उत्साहित हैं कि कल्याणी इस बार किस तरह का किरदार निभाएंगी। फिल्म में कल्याणी के साथ देवदर्शनी और नान महान अल्ला फेम विनोद किशन भी मुख्य भूमिकाओं में दिखाई देंगे। फिल्म की शूटिंग चेन्नई में शुरू हो चुकी है। फिल्म के डायलॉग्स प्रवीण भास्कर, श्री कुमार और खुद निर्देशक थिरियम ने मिलकर लिखे हैं। संगीत की कमान तमिल फिल्म जगत के उभरते हुए संगीतकार जस्टिन प्रभाकरन ने संभाली है, जिनकी धुनें हमेशा दर्शकों पर गहरा प्रभाव छोड़ती हैं।

अगस्त्य नंदा की फिल्म इक्कीस रिलीज से पहले रचेगी इतिहास!

जोया अख्तर की फिल्म द आर्चीज से बॉलीवुड में कदम रखने वाले अगस्त्य नंदा दूसरी फिल्म के साथ तैयार हैं। उनकी आगामी फिल्म का नाम इक्कीस है, जिसे 25 दिसंबर को सिनेमाघरों में रिलीज किया जाएगा। फिल्म की टीम हाल ही में बॉलीवुड हंगामा ओटीटी इंडिया फेस्ट और इंडिया एंटरटेनमेंट अवार्ड्स 2025 में शामिल हुई। इस खास मौके पर निर्माता दिनेश विजान ने इक्कीस के प्रचार के लिए दिलचस्प योजना का खुलासा किया है। मैडॉक फिल्म के निर्माता दिनेश ने कहा, मैं चाहता हूँ कि यह फिल्म आप लोगों के लिए भी उतनी ही मायने रखे, जितनी हमारे लिए। 21 दिसंबर को यानी रिलीज (25 दिसंबर) से 4 दिन पहले, हम 21 अन्य शहरों में होने वाली स्क्रीनिंग के साथ इसे देखने जा रहे हैं। हर जगह से लोग साथ आकर फिल्म देखेंगे। हमने यही फैसला किया है क्योंकि यह कहना आसान है कि यह हमारी अब तक की सबसे बेहतरीन फिल्म है। निर्माता ने बताया कि फिल्म की रिलीज से कम से कम 11 दिन पहले, निर्देशक श्रीराम राघवन से इसकी कॉपी लेने की कोशिश की जा रही है। फिल्म इक्कीस को 21 दिसंबर को 21 शहरों में रिलीज किया जाना एक बड़ा फैसला होने वाला है। अगस्त्य की इस फिल्म से अक्षय कुमार की भांजी सिमर भाटिया अपना डेब्यू कर रही हैं। फिल्म की कहानी लेफ्टिनेंट अरुण खेत्रपाल की जिंदगी पर आधारित है, जो 1971 में भारत-पाकिस्तान युद्ध के नायक थे।

तू मेरी मैं तेरा... कार्तिक आर्यन-अनन्या पांडे की केमिस्ट्री लगी खूबसूरत

रोमांटिक फिल्मों में अपने अभिनय का जादू बिखेर चुके कार्तिक आर्यन अब एक और नई रोमांटिक कहानी के साथ दर्शकों का दिल जीतने की तैयारी में हैं। इस बार उनके साथ नजर आएंगी अनन्या पांडे, जिनके साथ उनकी फिल्म तू मेरी मैं तेरा, मैं तेरा तू मेरी! क्रिसमस के मौके पर रिलीज होने जा रही है। फिल्म के टीजर और टाइटल ट्रैक को पहले ही दर्शकों से जबरदस्त प्यार मिल चुका है, ऐसे में दर्शकों का उत्साह और बढ़ाने के लिए मेकर्स ने दूसरा गाना हम दोनों' रिलीज कर दिया है। शानदार आवाजों के मालिक विशाल ददलानी और शेखर रवजियानी द्वारा गाया गया यह ट्रैक रिलीज होते ही चर्चा में आ गया है। हम दोनों' एक ऐसा गीत है जो शुरुआत से अंत तक रोमांस, खुशी और ताजगी की भावना से भरपूर है। 3 मिनट 40 सेकंड का यह गाना खूबसूरत लोकेशन्स में फिल्माया गया है, जो हर फ्रेम को पोस्टकार्ड जैसा आकर्षक बनाता है। लेकिन असली आकर्षण कार्तिक और अनन्या की जोड़ी है दोनों की ऑन-स्क्रीन केमिस्ट्री इतनी सहज और खूबसूरत है कि गाना देखते ही मुस्कान अपने आप चेहरे पर आ जाती है। गाने को सारेगामा के यूट्यूब चैनल पर जारी किया गया है और कुछ ही समय में इसे शानदार प्रतिक्रिया मिलने लगी है। दर्शक न सिर्फ संगीत की तारीफ कर रहे हैं बल्कि कार्तिक-अनन्या की जोड़ी को भी खूब सराह रहे हैं। समीर विद्वांस द्वारा निर्देशित यह फिल्म 25 दिसंबर को सिनेमाघरों में रिलीज होगी, और मेकर्स को पूरी उम्मीद है कि कार्तिक और अनन्या की यह ताजगी भरी जोड़ी क्रिसमस वीकेंड पर लोगों को थिएटर्स तक खींच लाएगी। रोमांस, संगीत और खूबसूरत लोकेशन्स के मेल से सजी तू मेरी मैं तेरा, मैं तेरा तू मेरी' इस सर्दी दर्शकों को एक प्यारी और दिल छू लेने वाली कहानी पेश करने का वादा करती है।

जॉर्जिया एंड्रियानी ने तोड़ी बॉल्डनेस की सारी हदें!

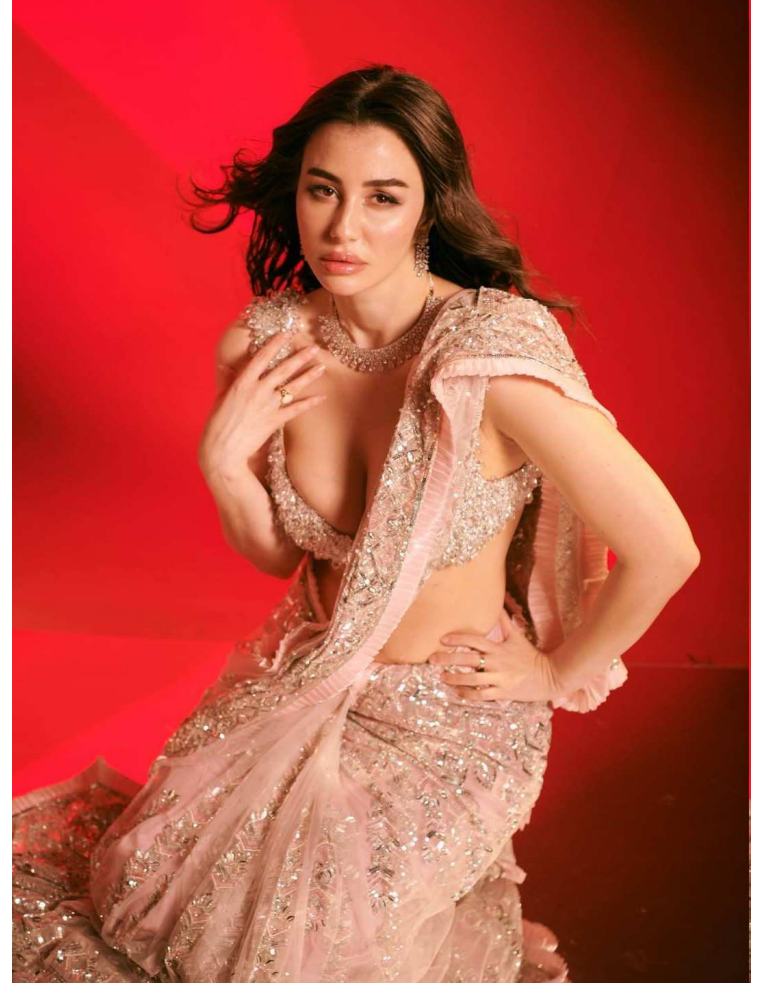
बॉलीवुड एक्टर अरबाज खान की एक्स गर्लफ्रेंड, फेमस मॉडल और एक्ट्रेस जॉर्जिया एंड्रियानी अपने शानदार फैशन सेंस और स्टाइल के लिए जानी जाती हैं। वह अक्सर अपनी ग्लैमरस तस्वीरों से फैस की तारीफें बटोरती रहती हैं, लेकिन एक्ट्रेस ने अब अपनी कुछ ऐसी फोटोज शेयर की हैं, जिन्हें देखकर फैस की सांसे ही थम रही है, वहीं पिक्चर्स में जॉर्जिया एंड्रियानी के कर्व्स धड़कने बढ़ाने का काम कर रहे हैं।

इटालियन मॉडल जॉर्जिया एंड्रियानी का हर लुक और ग्लैमरस अंदाज देखने लायक होता है। वेस्टर्न हो या इंडियन हर लुक में वह कहर ढाती है। वहीं इस बार जॉर्जिया ने शिमरी साड़ी में अपनी कुछ तस्वीरें शेयर की हैं, जो सोशल मीडिया पर तहलका मचा रही हैं।

खूबसूरती के मामले में जॉर्जिया एंड्रियानी का कोई जवाब नहीं। वहीं फैशन और स्टाइलिंग में तो वो बॉलीवुड की बड़ी-बड़ी एक्ट्रेस से भी कड़ी टक्कर देती नजर आती है। उनका हर आउटफिट ट्रेंड सेट करने वाला होता है।

जॉर्जिया एंड्रियानी ने अपने इंस्टाग्राम पर एक लेटेस्ट पोस्ट शेयर किया है, जिसमें सभी का ध्यान खींचा है। एक्ट्रेस इन फोटोज में पिक कलर की शिमरी साड़ी पहने नजर आ रही हैं, जिसमें उनका कातिलाना अंदाज फैस के दिलों पर राज कर रहा है।

इस पोस्ट में जॉर्जिया एंड्रियानी ने अलग-अलग पोज देते हुए अपने कर्वी फिगर को बेहद शानदार तरीके से फ्लॉन्ट किया है। उनकी इन अदाओं पर फैस दिल खोलकर प्यार लुटा रहे हैं, जिससे ये तस्वीरें तेजी से वायरल हो रही हैं।



जॉर्जिया ने शिमरी साड़ी के साथ सेम कलर का स्पेगेटी स्ट्रैप डीप नेक ब्लाउज पहना है। जिसमें उनका क्लीवेज साफ-साफ नजर आ रहा है। पूरे आउटफिट में की गई बारीक कारीगरी इसकी खूबसूरती को और भी ज्यादा बढ़ा रही है, जिससे उनका लुक बेहद क्लासी लग रहा है।

जॉर्जिया एंड्रियानी ने अपने इस लुक को स्टेटमेंट नेकपीस और मैचिंग इयरिंग्स के साथ कंप्लीट किया है। ग्लॉसी मेकअप

और बालों में सॉफ्ट कर्ल्स ने उनकी खूबसूरती में चार चांद लगा दिए हैं, सच में इन तस्वीरों को देख कोई भी उन पर लट्टू हो जाएगा।

जॉर्जिया एंड्रियानी ने अपने बॉलीवुड करियर क शुरुआत फिल्म गेस्ट इन लंदन से की थी। इसके बाद उन्हें कई म्यूजिक वीडियो में भी देखा गया। खबर है कि, वो जल्द ही फिल्म श्रीदेवी बंगलो में नजर आने वाली है, जो फिलहाल बन रही है।

कृति खरबंदा की हिट लिस्ट में है भव्य पीरियड ड्रामा से लेकर बायोपिक!



अपनी खूबसूरती और बहुमुखी प्रतिभा के लिए जानी जाने वाली एक्ट्रेस कृति खरबंदा अब ऐसे किरदारों की तलाश में हैं, जो उन्हें एक नए, गहरे स्तर पर चुनौती दें।

हाल ही में एक इंटरव्यू में जब उनसे पूछा गया कि वह आगे किस तरह के रोल

या जॉनर एक्सप्लोर करना चाहेंगी, तो उनका जवाब महत्वाकांक्षी होने के साथ-साथ अतीत की मधुर स्मृतियों और परफॉर्मेंस के प्रति जुनून से भरा हुआ था। उन्होंने बताया कि भविष्य में वे ऐतिहासिक ऐपिक फिल्मों जैसे मुगल-ए-आज़म, बाजीराव मस्तानी और राम लीला जैसी

कालजयी फिल्मों का हिस्सा बनना चाहेंगी, जहाँ भव्यता के साथ-साथ इमोशन और दमदार किरदारों की दुनिया हो। उन्होंने कहा, मुझे लगता है कि मैं मुगल-ए-आज़म और बाजीराव मस्तानी जैसी किसी फिल्म में काम करना पसंद करूंगी। हाउसफुल 4 के जरिए मैंने उस दुनिया की थोड़ी झलक देखी थी, लेकिन अब मैं पूरी तरह से ऐसा किरदार निभाना चाहती हूँ, जो ऐतिहासिक हो। गौरतलब है कि कृति के लिए इन विशालकाय फिल्मों का सौंदर्य, उनकी भावनाएँ, शानदार कॉस्ट्यूम, और मजबूत महिला किरदार, सब मिलकर एक ?सी दुनिया रचते हैं जिसमें वह बतौर एक्टर अपनी सीमाओं को और आगे बढ़ा सकें। वे कहती हैं, मेरे लिए ज्यादा स्क्रीन प्रेजेंस से ज्यादा ज़रूरी है, एक दमदार किरदार। हालांकि मैं अपने पर्सनल पैशन की बात करूँ तो मैं मशहूर टेनिस खिलाड़ी सानिया मिर्जा का किरदार निभाना चाहूँगी क्योंकि मैंने अपनी लाइफ का एक बड़ा हिस्सा टेनिस खेलते हुए बिताया है। इसके अलावा इस बायोपिक को करने की एक वजह यह भी है कि मैं सानिया मिर्जा की प्रेरणादायक कहानी से काफी प्रभावित हूँ।

वैसे बॉलीवुड में आज जिस तरह से पीरियड ड्रामा और स्पोर्ट्स बायोपिक लगातार छाप रहे हैं, ऐसे में कृति के फैस भी उन्हें इस तरह के किरदारों में देखना चाहेंगे।

सुगम खाद्य आपूर्ति और सशक्त उपभोक्ता ही खाद्य विभाग की प्रतिबद्धता

गोविंद सिंह राजपूत
भारत के प्रधानमंत्री पी नरेन्द्र मोदी के कुशल मार्गदर्शन एवं मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के दूरदर्शी नेतृत्व में, खाद्य, नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता संरक्षण विभाग ने पिछले दो वर्षों में खाद्य सुरक्षा और उपभोक्ता न्याय के मूल मंत्र को चरितार्थ करने का अथक प्रयास किया है। हमारी यात्रा केवल योजनाओं के क्रियान्वयन तक सीमित नहीं रही है, बल्कि हमने ऐसी व्यवस्थाओं का निर्माण किया है जो पारदर्शिता, दक्षता और जन-सरोकार पर आधारित हैं। हमने प्रदेश के करोड़ों परिवारों को न केवल सस्ती दरों पर गुणवत्तापूर्ण खाद्यान्न उपलब्ध कराया है, बल्कि उन्हें एक मजबूत उपभोक्ता संरक्षण कवच भी प्रदान किया है। पिछले दो वर्षों में महत्वपूर्ण उपलब्धियों, नवाचारों और दूरगामी फैसलों से मध्यप्रदेश की खाद्य वितरण और उपभोक्ता न्याय प्रणाली को एक नई दिशा दी गयी है। सार्वजनिक वितरण प्रणाली का डिजिटल सशक्तिकरण राज्य की जनता के लिए एक अधिकार बन कर उभरा है। सार्वजनिक वितरण प्रणाली राज्य की खाद्य सुरक्षा की रीढ़ है। पिछले दो वर्षों में, विभाग ने पीडीएस को भ्रष्टाचार-मुक्त और सही हितग्राही को सही लाभ सुनिश्चित करने के लिए अभूतपूर्व डिजिटल पहल की है।

प्रदेश के किसानों की अर्थव्यवस्था को सुदृढ़ करने के लिए राज्य सरकार ने न्यूनतम समर्थन मूल्य पर फसलों की खरीदी का लक्ष्य निर्धारित किया है। खरीफ विपणन वर्ष 2023-24 में 6.05 लाख किसानों से 42.4 लाख मीट्रिक टन धान

का उपार्जन कर 9,200.18 करोड़ का भुगतान किसानों को किया गया। खरीफ विपणन वर्ष 2024-25 में 6.69 लाख किसानों से 43.52 लाख मीट्रिक टन धान का उपार्जन कर समर्थन मूल्य राशि 1001 करोड़ का भुगतान किसानों को किया गया। उपार्जन अवधि में ही 14.18 लाख मीट्रिक टन धान उपार्जन केंद्र से सीधे मिलर्स को प्रदाय कर परिवहन हेंडलिंग व्यय की बचत की गई। खरीफ विपणन वर्ष 2025-26 में समर्थन मूल्य पर धान उपार्जन हेतु 8.59 लाख किसानों का पंजीयन किया गया है, जिनसे दिसंबर 2025 से समर्थन मूल्य राशि 2369 प्रति क्विंटल की दर से धान का उपार्जन किया जाएगा। इसी तरह रवि विपणन वर्ष 2024-25 में समर्थन मूल्य पर उपार्जित 48.38 लाख मीट्रिक टन गेहूं पर 6.13 लाख किसानों को 125 में प्रति क्विंटल की दर से 605 करोड़ तथा रबी विपणन वर्ष 2025-26 में समर्थन मूल्य पर उपार्जित 77.74 लाख मीट्रिक टन गेहूं पर 9 लाख किसानों को 175 रुपए प्रति क्विंटल की दर से 1360 करोड़ राज्य सरकार द्वारा बोनस का भुगतान किया गया।

हमने प्रदेश के समस्त राशन उपभोक्ताओं की पहचान को प्रमाणित करने के लिए प्रदेश स्तर पर एक विशाल ई-केवाईसी अभियान चलाया। इस अभियान का मुख्य उद्देश्य प्रणाली से फर्जी और डुप्लीकेट नामों को हटाना तथा सुनिश्चित करना था कि केवल पात्र व्यक्ति ही रियायती राशन प्राप्त करें। राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा अधिनियम 2013 के तहत पात्र परिवारों की पहचान सुनिश्चित करने माह दिसंबर 2023 से अभी तक 1.61 करोड़ हितग्राहियों

के ई-केवाईसी किए गए हैं। अभी तक 92 फीसदी से अधिक हितग्राहियों की ई-केवाईसी सफलतापूर्वक पूरी की जा चुकी है। प्रदेश की 27,875 उचित मूल्य दुकानों पर लगाई गई पीओएस मशीन से पात्र हितग्राहियों की ईकेवायसी करने की व्यवस्था के अतिरिक्त बच्चों तथा हितग्राही द्वारा घर बैठे ईकेवाईसी करने की सुविधा भारत सरकार के मेरा ईकेवायसी ऐप के माध्यम से दी गई है।

खाद्य, नागरिक आपूर्ति एवं उपभोक्ता संरक्षण विभाग ने वन नेशन, वन राशन कार्ड योजना को प्रदेश में सफलतापूर्वक लागू किया। अंतरराज्यीय पोर्टेबिलिटी के तहत अब मध्यप्रदेश के 30,000 उपभोक्ता देश के अन्य राज्यों से और अन्य राज्यों के 6821 उपभोक्ता मध्यप्रदेश से अपने हिस्से का राशन प्राप्त कर रहे हैं। इसी प्रकार अंतर जिला पोर्टेबिलिटी से 15,39,384 परिवारों द्वारा अन्य दुकान से प्रतिमाह राशन प्राप्त किया जा रहा है। यह सुविधा प्रवासी मजदूरों और नौकरीपेशा लोगों के लिए वरदान साबित हुई है, जिससे उनकी खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित हुई है। प्रदेश में विगत दो वर्ष में लगभग 17 लाख परिवारों के डाटाबेस में मोबाइल सीडिंग की गई। इस प्रकार कुल 97 प्रतिशत परिवारों की मोबाइल सीडिंग की जाकर प्रतिमाह वितरित सामग्री की सूचना के लिये एसएमएस प्रेषित किया जा रहा है, ताकि उपभोक्ता द्वारा प्राप्त सामग्री का मिलान किया जा सके।

किसी भी प्रकार की अनियमितता या लापरवाही को रोकने के लिए राशन वितरण को शत-प्रतिशत बायोमेट्रिक प्रमाणीकरण पर आधारित किया गया। इसने मैनुअल

हस्तक्षेप को समाप्त किया और वितरण में पारदर्शिता सुनिश्चित की गई है। प्रत्येक वितरण के बाद हितग्राही को उसके मोबाइल पर एसएमएस के माध्यम से वितरण की जानकारी भेजी जाती है, जिससे शिकायत की संभावना नगण्य हो जाती है। इसके अलावा अगस्त 2024 से कैरी फॉरवर्ड वितरण व्यवस्था समाप्त कर आवंटन माह में ही समस्त पात्र परिवारों को पात्रतानुसार राशन वितरण कराया जा रहा है, जिससे परिवारों को समय पर सामग्री प्राप्त हो रही है। माह दिसंबर 2023 से अभी तक 91.14 लाख नवीन हितग्राहियों को जोड़कर निःशुल्क खाद्यान्न का वितरण कराया गया तथा मृत/अपात्र/स्थाई रूप से पलायन करने वाले 72.94 लाख हितग्राहियों को पोर्टल से विलोपित किया गया।

प्रदेशभर में खाद्यान्न की आपूर्ति श्रृंखला को मजबूत करना एक बड़ी चुनौती थी, विशेषकर पहुंच विहीन दूरस्थ ग्रामीण क्षेत्रों में। पर प्रदेश के मुखिया एवं संवेदनशील मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव जी की जनसेवा को चरितार्थ करने की दूरगामी सोच को साकार करते हुए विभाग द्वारा युवाओं का सशक्तिकरण और आपूर्ति में दक्षता सुनिश्चित कर मुख्यमंत्री युवा अन्नदूत योजना के तहत 308 प्रदाय केंद्र से 896 वाहनों से उचित मूल्य दुकानों का खाद्यान्न जिस वक्त डिस्पैच होगा, उसी समय संबंधित उचित मूल्य दुकानों के पंजीबद्ध उपभोक्ताओं को राशन निकलने की जानकारी एसएमएस के माध्यम से उनके मोबाइल नंबर पर पहुंचेगी।

गेहूं-धान के अलावा ज्वार और बाजरा जैसी अन्य फसलों को भी समर्थन मूल्य पर उपार्जित किया गया, जिससे किसानों को फसल विविधीकरण के लिए प्रोत्साहन मिला और वे एक ही फसल पर निर्भरता से मुक्त हुए। किसानों को आर्थिक संबल प्रदान करने के लिए भुगतान में जेआईटी मॉडल अपनाया गया। किसानों को उनकी उपज का भुगतान सीधे उनके आधार-लिंकड बैंक खातों में जेआईटी प्रणाली के माध्यम से किया गया। इस प्रणाली ने बिचौलियों की भूमिका को पूरी तरह से समाप्त कर दिया और सुनिश्चित किया कि भुगतान उपार्जन के 72 घंटे के भीतर किसान के खाते में जमा हो जाए।

उपभोक्ता विवादों का त्वरित निराकरण हो सके इसके लिए उपभोक्ता आयोगों का डिजिटलीकरण किया गया। पिछले दो वर्षों में विभाग के प्रयासों से राज्य के विभिन्न आयोगों और मंचों पर लगभग 3 लाख 7 हजार से अधिक उपभोक्ता विवाद प्रकरणों का निराकरण किया गया है। उपभोक्ताओं को जागरूक करने के लिए जागो ग्राहक जागो जैसे अभियान पूरे प्रदेश में चलाए गए, ताकि वे स्वयं गुणवत्ता मानकों की जाँच कर सकें।

केंद्र और राज्य सरकार की कल्याणकारी योजनाओं को धरातल पर उतारना भी विभाग का महत्वपूर्ण कार्य रहा है। प्रधानमंत्री उज्वला योजना का विस्तार करते हुए राज्य की माताओं और बहनों को धुएं से बचाने के लिए मुफ्त गैस कनेक्शन का वितरण किया गया। ग्रामीण और गरीब परिवारों को मुफ्त एलपीजी गैस कनेक्शन उपलब्ध कराते हुए प्रधानमंत्री उज्वला योजना के तहत माह दिसंबर 2023 से अगस्त 2025 तक 549.51 लाख गैस रिफिल पर 750.34 करोड़ का अनुदान हितग्राहियों को दिया गया। वहीं प्रधानमंत्री उज्वला योजना के अंतर्गत गरीब महिलाओं को 6 लाख 77 हजार 872 नवीन गैस कनेक्शन निःशुल्क उपलब्ध कराए गए। पीव्हीटीजी श्रेणी के 22,560 परिवारों को प्रधानमंत्री उज्वला योजना के गैस कनेक्शन उपलब्ध कराए गए। प्रदेश में 10 सीजीडी संस्थाएं कार्यरत हैं जिनके द्वारा प्रदेश की 25 भौगोलिक क्षेत्र में स्थित समस्त जिलों में विगत दिसंबर 2023 से अक्टूबर 2025 तक 1 लाख 16 हजार 451 घरों में पाइपड नेचुरल गैस उपलब्ध कराई गई है। इसी प्रकार 67 सीएनजी स्टेशनों के माध्यम से वाहनों को स्वच्छ ईंधन की आपूर्ति की गई है। मध्यप्रदेश में शहरी गैस वितरण नेटवर्क विकास और विस्तार नीति 2025 जारी की गई है। इस नीति के तहत राज्य में पीएनजी और सीएनजी गैस के वितरण का नेटवर्क विस्तार किया जा रहा है। पिछले दो वर्षों में, विभाग ने अपनी हर चुनौती को अवसर में बदला है। खाद्य सुरक्षा केवल राशन वितरण नहीं है, यह सम्मान और आजीविका का सवाल है। हमारी हर नीति और निर्णय इसी भावना से प्रेरित रहा है। हम यह सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध हैं कि मध्यप्रदेश का प्रत्येक नागरिक सम्मान के साथ, गुणवत्तापूर्ण भोजन प्राप्त करे और उसके उपभोक्ता अधिकारों का हर हाल में संरक्षण हो। जनता की सेवा में हमारा यह अभियान निरंतर जारी रहेगा।

संजय मिश्रा और नीना गुप्ता की फिल्म वध 2' अगले साल 6 फरवरी को होगी रिलीज

बॉलीवुड अभिनेता संजय मिश्रा और नीना गुप्ता की जोड़ी बहुत जल्द फिल्म वध 2' में दिखाई देगी। इस फिल्म की शूटिंग पूरी हो चुकी है और अब इसके मेकर्स ने मूवी की रिलीज डेट अनाउंस कर दी है। मानवीय जज्बातों और नैतिक दुविधाओं से भरी यह फिल्म अगले साल 6 फरवरी को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इस फिल्म को लव रंजन और अंकुर गर्ग की लव फिल्म्स ने मिलकर बनाया है।

फिल्म का निर्देशन जसपाल सिंह संधू ने किया है। इसकी रिलीज डेट की घोषणा करते हुए मेकर्स ने एक मोशन पोस्टर भी जारी किया है। इसे उन्होंने इंस्टाग्राम पर शेयर करते हुए लिखा, संघर्ष नया, कहानी नई। क्या गलत है और क्या सही है? जानिए 6 फरवरी 2026 को जब वध-2 सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इस मोशन पोस्टर में संजय मिश्रा और नीना गुप्ता का पहला लुक दिखाई दिया, जिसने दर्शकों को वध 2' की दुनिया की झलक दी। वध 2' की कहानी जसपाल सिंह संधू ने लिखी है। बताया जा रहा है कि यह पहले भाग जैसी कहानी को आगे बढ़ाती दिखाई देगी। इसमें नए किरदारों के जरिए भावनाओं और हालात को एक नई कहानी में दिखाया गया है।



इससे पहले एक इंटरव्यू में संजय मिश्रा ने फिल्म के कलाकारों और कर्तव्य के साथ शूटिंग के अनुभव के बारे में बात की थी। उन्होंने कहा था कि वह अपने किरदार शंभुनाथ मिश्रा की अपनी भूमिका को फिर से निभाकर बहुत खुश हैं। उन्होंने कहा, वध सिर्फ एक फिल्म नहीं थी, यह एक सिनेमाई अनुभव था जो हमारे और दर्शकों के साथ हमेशा के लिए जुड़ गया। इसे एक फ्रैंचाइजी के रूप में विकसित होते देखना बहुत ही खास अनुभव है।

जसपाल के निर्देशन में एक बार फिर काम करना वाकई प्रेरणादायक रहा है— उनकी दृष्टि हर सीन में गहराई लाती है। अभिनेत्री नीना गुप्ता ने कहा था, ऐसी अनोखी कहानियां मिलना दुर्लभ है। जसपाल की सच्चाई और तनाव को पहचानने की क्षमता उन्हें एक बेहतरीन कहानीकार बनाती है। मुझे एक बार फिर इस सफर का हिस्सा बनने पर बहुत गर्व है और मैं दर्शकों के लिए उत्साहित हूँ कि वे देखें कि वध 2 में हमने उनके लिए क्या पेश किया है। वध 2' में नीना गुप्ता और संजय मिश्रा के अलावा सौरभ सचदेवा, मानव विज, नदीम खान, और सुमित गुलाटी जैसे कलाकार भी हैं।

सू-दोकू क्र.078

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.77 का हल

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



नक्शा विहीन बन रही जामा मस्जिद सील

हमारे संवाददाता

देहरादून। बिना नक्शे व अनुमति के बन रहे जामा मस्जिद को मसूरी-देहरादून विकास प्राधिकरण (एमडीडीए) ने सील कर दिया गया है। यह कार्यवाही भारी पुलिस बल की मौजूदगी में की गयी है।

जानकारी के अनुसार ग्राम कण्डोगल क्षेत्र में बिना मानचित्र स्वीकृति एवं अनुमति के किए गए निर्माण पर बड़ी कार्रवाई करते हुए एमडीडीए ने जामा मस्जिद परिसर को सील कर दिया है। प्राधिकरण के संज्ञान में आने पर पाया गया कि इंतजामिया कमेटी जामा मस्जिद ग्राम कण्डोगल द्वारा लगभग 20-40 फीट क्षेत्रफल में बिना किसी स्वीकृत मानचित्र और अनुमति के निर्माण एवं संचालन किया जा रहा था।

इस पर एमडीडीए ने 21 नवंबर 2024 को उत्तराखंड नगर एवं ग्राम नियोजन तथा विकास अधिनियम, 1973 के तहत कारण बताओ नोटिस जारी कर निर्माण कार्य पर रोक लगाई थी। मामले की सुनवाई के लिए कई तिथियां निर्धारित की गईं, लेकिन विपक्षी पक्ष की ओर से न तो कोई संतोषजनक जवाब प्रस्तुत किया गया और न ही आवश्यक दस्तावेज उपलब्ध कराए गए।

अभियंताओं की जांच में यह भी स्पष्ट हुआ कि उत्तराखंड मद्रसा शिक्षा परिषद, देहरादून के अनुसार संबंधित क्षेत्र में कोई भी मद्रसा पंजीकृत या मान्यता प्राप्त नहीं है। सभी उपलब्ध अभिलेखों, तकनीकी रिपोर्ट और अधिनियम की धाराओं के आधार पर एमडीडीए ने अवैध निर्माण के खिलाफ सीलिंग आदेश पारित किया, जिसे प्रभावी रूप से लागू कर दिया गया है।

गांव में लगी आग से लाखों का नुकसान

हमारे संवाददाता

देहरादून। देर रात एक गांव में अचानक आग लग जाने से लाखों का नुकसान होने की बात सामने आयी है। सूचना मिलने पर फायर सर्विस, पुलिस, सेना, आईटीबीपी व बीआरओ की टीम ने मौके पर पहुंच कर आग पर काबू पाया। इस अग्निकांड में किसी भी तरह की जनहानि व पशुहानि होने की बात सामने नहीं आयी है।



जानकारी के अनुसार कल रात्रि में मलारी से लगभग 7

किमी आगे स्थित ग्राम मेहर गांव में आग लगने की सूचना प्राप्त हुई। सूचना मिलते ही चौकी मलारी से पुलिस फोर्स, आईटीबीपी तथा फायर सर्विस ज्योतिर्मठ को तत्काल अवगत कराया गया। सूचना प्राप्त होते ही फायर सर्विस ज्योतिर्मठ की प्रशिक्षित टीम अत्याधुनिक अग्निशमन उपकरणों के साथ तत्काल घटनास्थल के लिए रवाना हुई। मौके पर पहुँचकर टीम ने स्थिति का त्वरित आंकलन करते हुए चार होज पाइप फैलाए और योजनाबद्ध तरीके से आग बुझाने की कार्रवाई प्रारंभ की। अग्निशमन कार्य के दौरान आर्मी एवं बीआरओ के टैंकों द्वारा निरंतर पानी की आपूर्ति की गई, जिससे फायर सर्विस को पर्याप्त जल उपलब्ध हुआ और आग पर पूर्ण रूप से काबू पाया जा सका।

प्रारंभिक सूचना के अनुसार घटना में एक से दो मकानों के प्रभावित होने की जानकारी थी। इस घटना में किसी प्रकार की जनहानि अथवा पशु हानि नहीं हुई है। उल्लेखनीय है कि घटना के समय गांव में कोई भी व्यक्ति मौजूद नहीं था। घटनास्थल पर मलारी स्थित राजपूत रेजीमेंट, आईटीबीपी, बीआरओ, आर्मी तथा पुलिस बल मौजूद रहे, जिनके संयुक्त समन्वय एवं सराहनीय प्रयासों से स्थिति को पूर्णतः नियंत्रण में लाया गया।

मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को दिए राजस्व वसूली बढ़ाने के निर्देश

हमारे संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की अध्यक्षता में आज सचिवालय में वित्तीय वर्ष 2025-26 की राजस्व प्राप्ति की स्थिति की समीक्षा बैठक आयोजित हुई। मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिये कि राजस्व वसूली बढ़ाने पर विशेष ध्यान देते हुए तय लक्ष्य समय पर पूरे किये जाएं। संबंधित विभागों के उच्चाधिकारी एवं जिलाधिकारियों द्वारा जनपदों में इसकी नियमित निगरानी की जाए। कर चोरी पर प्रभावी नियंत्रण के लिए एआई आधारित तकनीक का अधिकतम इस्तेमाल किया जाए। निबंधन एवं रजिस्ट्रेशन से संबंधित सभी कार्यों का डिजिटाइजेशन किया जाए। सब रजिस्ट्रार कार्यालयों का जिलाधिकारियों एवं संबंधित वरिष्ठ अधिकारियों द्वारा नियमित रूप से निरीक्षण किया जाए। रजिस्ट्री के दौरान संपत्ति का उचित मूल्य दर्ज हो इसकी जाँच के लिए संपत्तियों का स्थलीय निरीक्षण भी किया जा जाए।

प्रदेश से बाहर के वाहनों से ग्रीन सेस लेने की कार्यवाही में लेटलतीफी पर मुख्यमंत्री ने नाराजगी व्यक्त की। उन्होंने परिवहन विभाग को ग्रीन सेस की वसूली जल्द शुरू करने के निर्देश दिये। मुख्यमंत्री ने निर्देश दिये कि पर्यावरण संरक्षण का ध्यान रखते हुए राज्य के हित में वन संपदा का सही उपयोग किया जाए। तराई क्षेत्रों में कमर्शियल प्लांटेशन तथा जड़ी-बूटियों के क्षेत्र में बेहतर कार्य करने के लिए टोस योजना बनाई जाए।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य के समग्र विकास के लिए राजस्व में बढ़ोतरी करना सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है।



मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के "इस दशक को उत्तराखंड का दशक" बनाने के संकल्प को साकार करने के लिए संसाधन वृद्धि को मिशन

राजस्व प्राप्ति की स्थिति की समीक्षा कर कहा समय से तय लक्ष्य करें पूरा

मोड में लागू किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि विशेष श्रेणी के राज्यों में उत्तराखंड को शीर्ष स्थान प्राप्त हुआ है। साथ ही, खनन सुधारों में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए राज्य को 200 करोड़ रुपये की केंद्रीय प्रोत्साहन राशि प्राप्त हुई है, जो राज्य के सही दिशा में बढ़ने का परिचायक है। वित्तीय वर्ष 2025-26 के लिए 24,015 करोड़ रुपये का कर राजस्व लक्ष्य निर्धारित किया गया है, जिसमें अब तक 62 प्रतिशत से अधिक प्राप्ति हो चुकी है। उन्होंने संबंधित विभागों से आगामी अवधि में लक्ष्य की शत-प्रतिशत पूर्ति के लिए समन्वित और सक्रिय प्रयास किए जाने के निर्देश दिए।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार

दीर्घकालिक आर्थिक सुदृढ़ता के लिए पूंजीगत निवेश पर विशेष बल दे रही है। पूंजीगत व्यय में 34 प्रतिशत की वृद्धि की गई है, जिससे राज्य में इंफ्रास्ट्रक्चर विकास को नई गति मिलेगी और स्थायी परिसंपत्तियों का निर्माण होगा। उन्होंने कहा कि वित्तीय प्रबंधन को आधुनिक और उत्तरदायी बनाने के लिए नीति सुधार, नवाचार तथा नई तकनीकों पर निरंतर ध्यान दिया जाना जरूरी है। पारदर्शिता, जवाबदेह और जनहित में टोस परिणाम देने वाला प्रशासन हमारा उद्देश्य है। जिसके लिए सभी अधिकारियों को कड़े वित्तीय अनुशासन, बेहतर प्रबंधन और सामूहिक उत्तरदायित्व के साथ कार्य में जुटे रहना होगा। बैठक में मुख्य सचिव आनंद बर्धन, प्रमुख सचिव आर.के.सुधांशु, एल. फैर्नैंडो, सचिव दिलीप जावलकर, युगल किशोर पंत, सी. रविशंकर, प्रमुख वन संरक्षक डॉ. रंजन कुमार मिश्रा अपर सचिव अहमद इकबाल, श्रीमती सोनिका, हिमांशु खुराना, श्रीमती अनुराधा पाल, डॉ. मेहरबान सिंह बिष्ट, मनमोहन मैनाली, विभिन्न विभागों के विभागाध्यक्ष एवं वरिष्ठ अधिकारियों ने प्रतिभाग किया।

पेड़ से लटककर युवक ने की आत्महत्या

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। आम के बाग में एक युवक ने पेड़ से लटककर आत्महत्या ली। सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

मामला कनखल थाना क्षेत्र के जगजीतपुर का है। जानकारी के अनुसार आज सुबह कनखल थाना पुलिस को सूचना मिली कि मांगेराम पुलिया के समीप बाग में एक युवक ने आत्महत्या



कर ली है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में ले लिया। युवक की शिनाख्त संजू पुत्र महेंद्र सिंह निवासी छतरीवाला

कुआं, जगजीतपुर के रूप में हुई। परिजनों ने पुलिस को बताया कि संजू नशे का आदी था। वह रात को घर आया और उसने झगड़ा किया। अपने कपड़े फाड़े और आग लगा दी तथा नाराज होकर घर से चला गया। परिजनों से बोला कि सुबह बाग में मिलूंगा। रात भर परिजन उसे ढूँढते रहे, लेकिन संजू घर नहीं आया। परिजन बाग में पहुंचे तो संजू का शव पेड़ से लटका हुआ था। पुलिस मामले की जांच में जुटी हुई है।

बाबा की वेशभूषा में कर रहा था नशा तस्करी, साथी सहित गिरफ्तार

हमारे संवाददाता

देहरादून। बाबा की वेशभूषा में नशा तस्करी करने वाले एक शांति को उसके साथी सहित एसटीएफ व पुलिस द्वारा गिरफ्तार कर लिया गया है। जिनके पास से 11 ग्राम एमडी बरामद की गयी है।

वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक एसटीएफ नवनीत सिंह भुल्लर ने बताया कि बीती रात एक सूचना के बाद एसटीएफ की एण्टी नारकोटिक्स टास्क फोर्स द्वारा थाना लक्ष्मण झूला जनपद पौड़ी गढ़वाल पुलिस के साथ संयुक्त अभियान में पौड़ी गढ़वाल क्षेत्र से शंकर गिरी पुत्र कन्हैया गिरी उम्र 56 वर्ष निवासी ग्राम बरोदा तहसील गोहाना जिला सोनीपत हरियाणा हाल पता लक्ष्मण झूला रोड राधेश्याम जाट निकट काली मंदिर व मनीष पुत्र किशोरी



लाल उम्र 25 वर्ष पता ग्राम किरारा पोस्ट ऑफिस चाका लावा जनपद टिहरी गढ़वाल को 11 ग्राम एमडी के साथ गिरफ्तार किया गया। पूछताछ में आरोपी ने बताया कि बरामद एमडी को अंजू राजपूत निवासी दिल्ली लेकर आई थी जिससे हम लोग

पर्यटकों को ऊंचे दामों पर बेचते थे जिससे हमें बहुत अधिक मुनाफा होता था। बहरहाल पुलिस ने उनके खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में मुकदमा दर्ज कर न्यायालय में पेश किया जहां से उन्हें जेल भेज दिया गया है।

‘23 दिसंबर से शुरू होगी मुख्यमंत्री चैंपियंस ट्रॉफी’



कुल 26 खेल स्पर्धाएं, ट्रॉफी विजेता को मिलेंगे 5 लाख

संवाददाता देहरादून। खेल महाकुंभ इस साल नए प्रारूप में मुख्यमंत्री चैंपियंस ट्रॉफी 2025-26 के नाम से आयोजित किया जाएगा और इसकी शुरुआत 23 दिसंबर से होने जा रही है। गुरुवार को खेल मंत्री रेखा आर्या ने सचिवालय में प्रेसवार्ता के दौरान यह जानकारी दी। खेल मंत्री रेखा आर्या ने बताया कि यह प्रतियोगिता न्याय पंचायत, विधानसभा, संसदीय क्षेत्र और राज्य स्तरीय चार चरणों में आयोजित की जाएगी। प्रतियोगिता दौरान कुल 26 खेल स्पर्धाएं आयोजित होंगी जिनमें इस बार परंपरागत

खेलों को भी जगह दी गई है। चैंपियनशिप का समापन 28 जनवरी को किया जाएगा और इस दिन मुख्यमंत्री चैंपियंस ट्रॉफी के साथ विजेता को 5 लाख की धनराशि भी दी जाएगी। चैंपियन का निर्णय उनके द्वारा जीते गए मेडल के आधार पर प्रदान किए गए अंकों के योग से किया जाएगा। इसके अतिरिक्त सांसद ट्रॉफी जीतने वाली टीम को 2 लाख और विधानसभा ट्रॉफी जीतने वाली टीम को 1 लाख की नगद इनाम धनराशि दी जाएगी। खेल मंत्री रेखा आर्या ने बताया कि नेशनल रिकॉर्ड तोड़ने पर खिलाड़ी को

रु. 1 लाख की अतिरिक्त इनाम राशि दी जाएगी। चैंपियनशिप के लिए रजिस्ट्रेशन 14 अक्टूबर से शुरू कर दिए गए थे, अभी तक 1 लाख 10 हजार से ज्यादा खिलाड़ी अपना पंजीकरण करा चुके हैं। उन्होंने बताया कि ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन 22 दिसंबर तक खुले रहेंगे। इसके साथ-साथ प्रदेश के दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए एथलेटिक्स, बैडमिंटन और तैराकी की स्पर्धा अलग से आयोजित की जाएगी। खेल मंत्री ने बताया कि इस श्रेणी के लिए भी रजिस्ट्रेशन शुरू कर दिए गए हैं।

गुरुवार को खेल मंत्री रेखा आर्या ने सचिवालय स्थित एनआईसी कार्यालय में सभी जनपद के जिलाधिकारी के साथ इस आयोजन को लेकर एक वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग की। उन्होंने सभी जिलाधिकारी को निर्देशित किया कि ट्रायल और खेलों में हिस्सा लेने वाले सभी खिलाड़ी के पास जूते और ट्रैकसूट हो, यह सुनिश्चित किया जाए। उन्होंने साथ ही सर्दी से खिलाड़ियों का बचाव करने के लिए पर्याप्त व्यवस्था करने, हर खेल स्थल पर स्वास्थ्य विभाग की टीम को तैनात करने, आवश्यकता पड़ने पर खिलाड़ियों को रात में ठहराने और भोजन आदि की व्यवस्था करने के भी निर्देश दिए।

दिवंगत पत्रकार पंकज मिश्रा की पत्नी व भाई ने मुख्यमंत्री धामी से की भेंट



संवाददाता देहरादून। दिवंगत पत्रकार पंकज मिश्रा की पत्नी श्रीमती लक्ष्मी मिश्रा ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से मुलाकात की। मुख्यमंत्री ने हरसम्भव सहयोग का आश्वासन दिया।

आज यहां दिवंगत पत्रकार पंकज मिश्रा की पत्नी श्रीमती लक्ष्मी मिश्रा तथा उनके भाई अरविंद मिश्रा ने मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से भेंट की। इस दौरान उन्होंने दिवंगत पत्रकार से जुड़े घटनाक्रम की जानकारी मुख्यमंत्री को दी। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने गहरा शोक व्यक्त करते हुए कहा कि दुख की इस घड़ी में राज्य सरकार शोक संतप्त परिवार के साथ पूरी मजबूती से खड़ी है। उन्होंने परिवार को हरसंभव सहयोग का आश्वासन देते हुए कहा कि इस प्रकरण में विधि सम्मत कार्यवाही सुनिश्चित की जाएगी तथा किसी भी स्तर पर लापरवाही नहीं बरती जाएगी। मुख्यमंत्री ने ईश्वर से दिवंगत आत्मा को शांति प्रदान करने और शोकाकुल परिवार को इस अपार दुःख को सहन करने की शक्ति देने की प्रार्थना की।

शॉट सर्किट से बस में लगी आग

संवाददाता देहरादून। शॉट सर्किट से बस में आग लगने से अफरा तफरी मच गयी। फायर बिग्रेड ने मौके पर पहुंच आग पर काबू पा लिया। प्राप्त जानकारी के अनुसार शिमला बाईपास से आईएसबीटी की तरफ आ रही रोडवेज की बस में अचानक आग लगने से वहां पर अफरा तफरी मच गयी और लोग बस से कूद कर भागे। आग की सूचना मिलते ही फायर बिग्रेड व पटेलनगर कोतवाली पुलिस मौके पर पहुंचे और आग पर काबू पा लिया। इस दौरान क्षेत्र में अफरा तफरी मची हुई थी। फायर बिग्रेड ने काफी मशक्कत के बाद आग पर काबू पा लिया। सम्पर्क करने पर पटेलनगर कोतवाल चन्द्रभान सिंह अधिकारी ने बताया कि बस चालक के द्वारा बताया गया कि बस की डिग्गी में शॉट सर्किट हुआ जिससे बस में आग लग गयी। आग से किसी प्रकार का जान माल का नुकसान नहीं हुआ है।



ऑपरेशन कालनेमी: 11 बहुरूपी बाबा दबोचे

हमारे संवाददाता हरिद्वार। आपरेशन कालनेमि के तहत पुलिस ने कड़ी कार्यवाही करते हुए 11 बहुरूपी बाबाओं को पकड़ लिया है। जिनके खिलाफ अग्रिम कार्यवाही जारी है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह कोतवाली रूडकी पुलिस द्वारा आपरेशन कालनेमि के तहत अभियान चलाया गया। इस दौरान 11 बहुरूपी बाबा जो बाबाओं के भेष में भीख मांगने के नाम से लोगों से अधिक धनराशि लेकर अपने जीवनयापिका चलाते हैं। इन बहुरूपी बाबाओं के उक्त कृत्य से स्थानीय लोगो एवं यात्रियों के भडकने/उग्र होने की सम्भावना को देखते हुए पुलिस ने पकड़ लिया है। जिनके खिलाफ धारा 172(2) बी.एन.एस.एस. के अन्तर्गत कार्रवाई की



जा रही है। पकड़े गये बहुरूपिये बाबाओं में गणेश पुत्र माधवराव निवासी खटीक मौहल्ला हजारी पहाड़ के नीचे नागपुर हाल नया पुल रुडकी, नौशाद पुत्र इमरान निवासी मोहल्ला इस्लामनगर रोडवेज बस अड्डे के पीछे खतौली मुजफ्फरनगर हाल नया पुल रुडकी, श्रवण उर्फ मांगा पुत्र हरिराम निवासी चौक मंडी रुडकी हरिद्वार, जितेंद्र पुत्र बेटे राम निवासी टियागो हाकापुर बुलंदशहर, अरविंद पुत्र ज्ञान सिंह निवासी सहसपुर लेबर कॉलोनी थाना कुतुब शेर, सोहेल पुत्र सलीम निवासी मुखियली खुर्द

लक्सर हरिद्वार, रोहित पुत्र इनाम नाथ निवासी दंडवा माजरा थाना सदर ढाका फतेहपुर जिला जमुना नगर हरियाणा हाल शिव शक्ति आश्रम दंडवा माजरी, पंगनाथ पुत्र ऋषि निवासी दंडवा माजरा थाना सदर फतेहपुर जिला जमुना नगर हरियाणा, कलम नाथ पुत्र भैरवनाथ निवासी उपरोक्त, मुकेश पुत्र गुलामा निवासी जमुना नगर जगाधरी शिव शक्ति आश्रम जिला जमुना नगर हरियाणा व छोटेलाल पुत्र बृजलाल निवासी भद्रपुर थाना कंगना जिला सीतापुर हाल निवासी नया पुल रुडकी शामिल है।

‘जी राम जी’ लोकसभा में पास!

कार्यालय संवाददाता नई दिल्ली। सद का शीतकालीन सत्र चल रहा है। गुरुवार को संसद में केंद्रीय कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने भारत गारंटी फॉर रोजगार एंड आजीविका मिशन (ग्रामीण) बिल यानी VBG Ram G पर लोकसभा में जवाब दिया। इस दौरान विपक्ष की तरफ से भी जमकर हंगामा और नारेबाजी की गई। विपक्षी सांसदों ने बिल को फाड़ के संसद में ही फेंक दिया और वेल में पहुंच गए। हंगामे के बाद भी लोकसभा में विकसित भारत जी राम जी बिल पारित कर दिया गया है। भारत गारंटी फॉर रोजगार एंड आजीविका मिशन (ग्रामीण) बिल यानी VBG Ram G लोकसभा में ध्वनि मत से पास हो गया



है। शिवराज सिंह चौहान लोकसभा ने कहा, कांग्रेस ने गांधीजी की कभी बात ही नहीं मानी है। हम गांधीजी को मानते हैं। गांधीजी ने कहा था कि आजादी मिल गई है तो कांग्रेस को भंग कर देनी चाहिए। उन्होंने कहा कि जिस दिन कश्मीर को विशेष दर्जा दिया, उसी दिन संविधान

की हत्या हो गई थी। मोदी जी सरकार ने मनरेगा में कई तरह की कमियों को दूर किया है।

केंद्रीय मंत्री ने कहा कि हम किसी से भेदभाव नहीं करते हैं। बापू हमारी प्रेरणा और श्रद्धा हैं। पूरा देश हमारे लिए एक है। यह केवल जमीन का टुकड़ा नहीं है। हमारे विचार संकीर्ण और संकुचित नहीं हैं। शिवराज सिंह ने कहा कि कांग्रेस के मुंह पर राम और बगल में छुरी होता है। कांग्रेस ने मनरेगा को पूरी तरह से भ्रष्टाचार के हवाले कर दिया था। संसद में आज विपक्षी दलों के हंगामे के बीच शिवराज सिंह चौहान ने विकसित भारत जी-राम-जी विधेयक पर विस्तार से जवाब दिया। उन्होंने कहा

कि कांग्रेस सरकार का जवाब सुनना ही नहीं चाहती है। उन्होंने कहा कि असल मायने में मनरेगा के फंड का दुरुपयोग किया गया है। दूसरी तरफ हमारी सरकार ने विकास कार्यों पर खर्च करने का काम किया है। उन्होंने कहा कि इस बिल से किसानों और गरीबों का कल्याण होगा। इसके बाद भी कांग्रेस विरोध कर रही है। शिवराज सिंह चौहान ने प्रियंका गांधी को जवाब देते हुए कहा कि अपने खानदान का महिमामंडन करने के लिए इन्होंने महात्मा गांधी की बजाय केवल नेहरू परिवार के नाम पर सरकारी योजनाओं का नामकरण किया। शिवराज ने कहा कि नेहरू परिवार के नाम पर योजनाओं के नाम रखे गए हैं।

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 सामग्रियों के लिए प्रिंटर्स की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।