शनिवार

34 साल से देहरादून का विश्वास

21 मार्च 2026

● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 56
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94

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

डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

'धामी सिर्फ धाकड़ नहीं, धुरंधर भी'

❑उत्तराखंड में घुसपैठियों के लिए कोई जगह नहीं : राजनाथ सिंह

हमारे संवाददाता

नैनीताल। उत्तराखंड में धामी सरकार के 4 साल पूरे होने के मौके पर केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने आज हल्द्वानी में एमबी इंटर कॉलेज मैदान में विशाल जनसभा को संबोधित करते हुए कहा कि पहले उन्होंने उत्तराखंड के सीएम को धाकड़ धामी बताया था, लेकिन जिस तरह से उन्होंने प्रदेश में धुआंधार कार्य किये है अब वे 'धुरंधर धामी' भी हैं। उन्होंने कहा कि उत्तराखंड देव भूमि है और यहां घुसपैठियों के लिए कोई जगह नहीं है।

राजनाथ सिंह ने सबसे पहले भारत माता के जयकारे लगाये। उन्होंने उत्तराखंड के सीएम पुष्कर सिंह धामी, प्रदेश अध्यक्ष महेंद्र भट्ट, अजय टम्टा, अजय भट्ट, अजय कुमार, गणेश जोशी, रेखा आर्य, मदन कौशिक, राम सिंह कैड़ा, बंशीधर भगत, सरिता आर्या, गजराज सिंह बिष्ट सहित तमाम नेतागणों का अभिनंदन किया। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा कि वे शौर्य, पराक्रम व देशभक्ति की धरती को शीष झुकाकर नमन करते हैं। उत्तराखंड की भूमि वेदों और देवों की भूमि है। यहां देवताओं का निवास स्थान है। उत्तराखंड वासियों के स्वभाव से वह अच्छी तरह परिचित हैं। उन्होंने कहा कि उनके मुख्यमंत्री रहते ही उत्तराखंड का गठन हुआ था। यहां के लोग स्वभाव से बहुत सौम्य होते हैं। हिंदुस्तान के किसी भी राज्य में पर्वत की सी अटलता देखने में नहीं मिलती जैसे उत्तराखंड में मिलती है। आध्यात्मिक चेतना को एक नई उर्जा देना का काम उत्तराखंड करता है, यह तपोस्थली है। रक्षा मंत्री ने कहा कि उत्तराखंड में ज्ञान, साधना व संस्कार की परंपरा पूरे राष्ट्र को एक दिशा देने का काम करती है। पुष्कर सिंह धामी के चार वर्ष के कार्यकाल पूरा होने पर यह सभा हो रही है।

राजनाथ सिंह ने कहा कि पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में भाजपा की जीत का दावा उन्होंने काफी पहले ही कर दिया था। कहा कि हमारा धामी साधारण धामी नहीं, बल्कि धाकड़ धामी है। पर इसे धाकड़ ही नहीं, धुरंधर धामी भी कहा जाना चाहिए, क्योंकि उन्होंने यहां धुआंधार काम किया है। उन्होंने कहा कि दुनिया में जहां युद्ध चल रहा है, वहीं भारत की इसमें अलग राय हैं। प्रधानमंत्री का मानना है कि बातचीत व कूटनीति के जरिए ही समस्या का समाधान निकलेगा। विश्व में इस समय जो युद्ध चल रहे हैं, इनका समाधान बातचीत व कूटनीति ही है।

उन्होंने कहा कि संकट की घड़ी में भारत भी प्रभावित हुआ है, लेकिन प्रधानमंत्री ने आज भी उस संकट में नहीं फंसने दिया। आज वैघश्विक स्तर पर उत्पन्न हुए संकट पर प्रधानमंत्री जो भी कोशिश कर रहे हैं उसे जनता का समर्थन मिलना चाहिए। राजनाथ सिंह ने कहा कि उत्तराखंड में 9 सालों से भाजपा की सरकार है, जो कोई साधारण अध्याय नहीं है। प्रदेश में आज साढ़े चार लाख करोड़ की परियोजनाओं में काम चल रहा है। यह बहुत बड़ी बात है।

रक्षा मंत्री ने कहा कि आज धामी के नेतृत्व में प्रदेश महिला सशक्तिकरण की दिशा में भी आगे बढ़ रहा है। सरकारी सेवाओं में भी निरंतरी भागीदारी बढ़ रही है। महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण सरकारी सेवाओं में दिया गया है।

राजनाथ सिंह ने कहा कि हम केवल सरकार बनाने के लिए राजनीति नहीं करते, बल्कि देश बनाने की राजनीति करते हैं। यह गुण अन्य किसी राजनैतिक पार्टी में नहीं है। उत्तराखंड को सुरक्षित रखने व इसकी पवित्रता को बनाये रखने के लिए धामी के नेतृत्व में कार्य चल रहा है। यहां अवैध घुसपैठियों के लिए

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

कार खाई में गिरी दो की मौत, दो गम्भीर घायल

हमारे संवाददाता

नैनीताल। सड़क दुर्घटना में आज सुबह एक कार के खाई के खाई में गिर जाने से जहां दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गयी वहीं दो लोग गम्भीर रूप से घायल हुए है। सूचना मिलने पर पुलिस व एसडीआरएफ टीम मौके पर पहुंची और मृतकों व घायलों को बाहर निकाला और घायलों को अस्पताल पहुंचाया जहां उनकी हालत चिंताजनक बनी हुई है।

जानकारी के अनुसार आज सुबह तल्लीताल पुलिस को सूचना मिली कि तल्लीताल क्षेत्र के गठिया के समीप एक वाहन खाई में गिरकर दुर्घटनाग्रस्त हो गया है। सूचना मिलते ही तल्लीताल पुलिस टीम, एसडीआरएफ और फायर ब्रिगेड की टीमें तत्काल राहत एवं बचाव कार्य हेतु मौके पर पहुँचीं। जहां देखा कि वहां यूपी नम्बर की एक कार अनियंत्रित होकर मुख्य मार्ग से लगभग 100 मीटर नीचे गहरी खाई में जा गिरी थी। पुलिस और रेस्क्यू

टीमों ने संयुक्त अभियान चलाकर खाई में फंसे व्यक्तियों को बाहर निकाला। वाहन में कुल 4 व्यक्ति सवार थे, जो उन्नाव (उत्तर प्रदेश) से जागेश्वर धाम के दर्शन हेतु जा रहे थे। रेस्क्यू के दौरान दो व्यक्ति घायल अवस्था में मिले, जबकि दो अन्य व्यक्तियों की मौके पर ही मृत्यु हो गई। घायलों को तत्काल 108 एम्बुलेंस के माध्यम से सुशीला तिवारी अस्पताल, हल्द्वानी उपचार हेतु भिजवाया गया। जिनके नाम अतुल दुबे पुत्र सुनील कुमार (उम्र 26 वर्ष), निवासी पीतांबर नगर, भाग-2, उन्नाव व श्याम पुत्र राम सुमेर (उम्र 30 वर्ष), निवासी पीतांबर नगर, भाग-2, उन्नाव बताये जा रहे है। जबकि मृतकों में अभिराज पुत्र अशोक कुमार (उम्र 26 वर्ष), निवासी पीतांबर नगर, भाग-2, उन्नाव व अंकित चौधरी पुत्र धर्मेंद्र कुमार (उम्र 25 वर्ष), निवासी 111, पीतांबर नगर-2, उन्नाव शामिल है।

पुलिस द्वारा मृतक एवं घायलों के परिजनों को सूचित कर दिया गया है। दुर्घटना के कारणों की जांच की जा रही है। राहत एवं बचाव कार्य में स्थानीय पुलिस, एसडीआरएफ और फायर सर्विस का विशेष योगदान रहा।

दून वैली मेल

संपादकीय

बुरे दिन आने वाले हैं?

इजराइल रुकेगा नहीं और ईरान झुकेगा नहीं? अमेरिका किसी की सुनेगा नहीं? बीते 21-22 दिनों से जारी जंग ने अब सिर्फ मिडल ईस्ट के देशों को ही नहीं बल्कि समूची दुनिया को ऐसे गंभीर संकट में लाकर खड़ा कर दिया है जिसे तीसरे विश्व युद्ध का नाम दिया जाना गलत नहीं होगा। जिस मिडिल देशों में यह युद्ध की आग धधक रही है उससे सिर्फ इजरायल, ईरान और व अमेरिका ही प्रभावित नहीं हो रहा है भारत सहित सभी विश्व देश गंभीर संकट में फंस चुके हैं। अर्थशास्त्रियों द्वारा अब एक और वैश्विक आर्थिक मंदी की आशंका जताई जा रही है तथा विश्व में भुखमरी का शिकार 32 करोड लोगों की संख्या में 4.5 करोड़ लोगों की संख्या और जुड़ने की बात कही जा रही है। जिस क्षेत्र में इन दिनों मिसाइलें आग बरसा रही है वह दुनिया भर के देशों के लिए एनर्जी सप्लाई का प्रमुख केंद्र है। बात चाहे तेल की हो या फिर गैस की अथवा उर्वरकों की, 70 फीसदी से अधिक की डिलीवरी इनके जरिए ही होती है। इस सप्लाई की चेन के टूटने का क्या परिणाम होगा इसे लेकर अब चिंताएं बढ़ना स्वाभाविक है। अमेरिका जैसे देश में अब रसोई गैस के लिए त्राहि-माम की स्थिति पैदा हो चुकी है और लोग ट्रंप के खिलाफ सड़कों पर उतर रहे हैं। अमेरिका को इस युद्ध पर सिर्फ भारी भरकम खर्च ही नहीं उठाना पड़ रहा है उसके व्यापार और आम जिंदगी पर भी असर पड़ना शुरू हो गया है। मिडिल ईस्ट की इस जंग में जिस तरह से गल्फ कंट्री के तेल संसाधनों को निशाना बनाया जा रहा है उससें इन देशों की अर्थव्यवस्था को उबरने में कई सालों का समय तो लग ही जाएगा इसके साथ ही भारी जान माल का जो नुकसान हो रहा है उसकी क्षतिपूर्ति भी आसान नहीं होगी। अमेरिका और भारत जैसे देश जो पहले से ही इतने कर्ज के बोझ में दबे हुए हैं उनके लिए तो हालात और मुश्किल भरे होने वाले हैं। इस समय अमेरिका के ऊपर 700 लाख करोड़ का कर्ज है तथा भारत पर 225 लाख करोड़, जो इन देशों की जीडीपी से भी कहीं अधिक है। भारत की भले ही इस युद्ध में कोई भूमिका न हो लेकिन उसका 20 लाख करोड़ का नुकसान होने की बात कही जा रही है। इस युद्ध के कारण भारतीय शेयर बाजार में अब तक सात फीसदी से अधिक की जो गिरावट आई उसने करोड़ों लोगों को कंगाल कर दिया है। गुजरात के सूरत से आई एक खबर के अनुसार यहां उद्योगों में काम करने वाले मजदूर अब नौकरी छोड़कर अपने गांव भागने पर मजबूर हैं। क्योंकि गैस की किल्लत के कारण न तो वह अपने घर में खाना पका पा रहे हैं और न बाहर उन्हें खाना मिल पा रहा है। डॉलर के मुकाबले रुपया अपना मूल्य खोता जा रहा है और अब एक डालर के मुकाबले रुपये की कीमत 93.17 तक पहुंच चुकी है। जिससे भारत का आयात का खर्च भी लगातार बढ़ता जा रहा है। जिन चीन जैसे देशों ने इस युद्ध की आशंका के मद्देनजर पहले ही तीन-चार माह का तेल-गैस भंडारण कर लिया गया था वह भले ही इस संकटकाल को आसानी से झेल ले, लेकिन भारत के लिए आने वाले समय में इसका सामना करना मुश्किल ही नहीं असंभव हो जाएगा। मूडी द्वारा दी गई चेतावनी में कहा गया है कि अगर हालात यही रहे तो आने वाले 49 दिनों में पूरा विश्व आर्थिक मंदी के शिखर पर खड़ा हो जाएगा भारत जिसमें डिग्रीधारी 61 फीसदी युवा पहले से ही मौजूद है उस देश का क्या होगा? अगर पेट्रोल 200 रूपये लीटर और गैस सिलेंडर 1500 रूपये में भी नहीं मिल सकेगा तथा खेतों के लिए यूरिया होगा ही नहीं।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह के देवभूमि उत्तराखंड आगमन पर पंतनगर एयरपोर्ट पर उनका स्वागत किया।

विकसित भारत युवा संसद प्रतियोगिता का आयोजन सम्पन्न

हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। भारत सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय के तत्वाधान में सरदार भगत सिंह राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, रुद्रपुर, ऊधम सिंह नगर द्वारा विकसित भारत युवा संसद प्रतियोगिता -2026 का आयोजन सम्पन्न हुआ।

महाविद्यालय के सेमिनार हाल में सुबह 11 बजे से आयोजित इस कार्यक्रम का उद्घाटन आयोजन के मुख्य अतिथि गोविन्द वल्लभ पंत विश्वविद्यालय, पंतनगर के भूतपूर्व प्रोफेसर बी.एम.कुमार तथा विशिष्ट अतिथि अजीम प्रेम जी फाउंडेशन के रिसोर्स परसन सुनील पंत तथा महाविद्यालय के प्राचार्य प्रोफेसर अवधेश नारायण सिंह के द्वारा दीप प्रज्वलन से हुआ। इसके पश्चात माई भारत पोर्टल के महाविद्यालय प्रभारी और इस कार्यक्रम के समन्वयक डॉ.राजेश कुमार सिंह द्वारा अतिथियों का स्वागत किया गया। स्वागत के क्रम में आयोजन समिति के सदस्यों द्वारा मुख्य अतिथि, विशिष्ट अतिथि और निर्णायक मंडल के सभी सदस्यों को एक-एक पौधा भेंट किया गया। स्वागत समारोह के पश्चात डॉ.राजेश कुमार सिंह द्वारा विषय प्रवर्तन किया गया। जिला युवा अधिकारी, ऊधम सिंह नगर श्री रोशन कुमार द्वारा अपने उद्बोधन में प्रतिभागियों और निर्णायकों को इस प्रतियोगिता की बारीकियों से परिचित कराया गया। कार्यक्रम में प्रोफेसर बी. एम.कुमार, प्राचार्य प्रोफेसर अवधेश नारायण सिंह, अजीम प्रेम जी फाउंडेशन के सुनील पंत, राधे हरि राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, काशीपुर के राजनीति विज्ञान विभाग प्रभारी प्रोफेसर आदित्य प्रकाश सिंह तथा समाजशास्त्र विभाग के एसोसिएट प्रोफेसर डॉ.राजेश कुमार सिंह ने इस प्रतियोगिता में निर्णायक मण्डल की भूमिका निभाई।

इस प्रतियोगिता के लिए माई भारत पोर्टल पर कुल 62 युवाओं ने आवेदन किया था। प्रतियोगिता के लिए ऊधम सिंह नगर जनपद के कुल प्रतिभागी उपस्थित हुए। प्रतिभागियों ने आपातकाल के पचास वर्ष, भारतीय लोकतंत्र के लिए सबक विषय पर अपना विचार व्यक्त किया। इनमें से प्रत्येक प्रतिभागी को अपने विचार व्यक्त करने के लिए कुल 3 मिनट का समय मिला। निर्णायक मण्डल ने इनमें से कुल 5 प्रतिभागियों गणेश भट्ट, अंशु पाण्डेय, सुदर्शन सोरारी, नितिन सिंह और कैलाश चौधरी को राज्य स्तर पर होने वाली प्रतियोगिता के लिए विजयी घोषित किया। भारत सरकार युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय द्वारा वित्त पोषित इस कार्यक्रम के लिए महाविद्यालय के माई भारत पोर्टल के प्रभारी डॉ.राजेश कुमार सिंह को कार्यक्रम समन्वयक नियुक्त किया गया था। इस कार्यक्रम के लिए महाविद्यालय स्तर पर एक आयोजन समिति का गठन किया गया। समाजशास्त्र विभाग के प्रो. रवीन्द्र कुमार सैनी के संयोजकत्व में गठित आयोजन समिति में भौतिक विज्ञान विभाग प्रभारी प्रोफेसर विकास दुबे तथा समाजशास्त्र विभाग प्रभारी प्रोफेसर हेमलता सैनी ने सदस्य की भूमिका निभाई। यह कार्यक्रम आयोजन समिति द्वारा जिला युवा अधिकारी श्री रोशन कुमार के सहयोग से संपन्न किया गया।

'माँ शक्ति आराधना संध्या महोत्सव आयोजित'

संवाददाता

देहरादून। ब्रह्मकमल शक्ति संस्था द्वारा इस वर्ष चैत्र नवरात्र एवं हिन्दू नववर्ष के उपलक्ष्य में विभिन्न मंदिरों में "माँ शक्ति आराधना संध्या महोत्सव" कार्यक्रमों का आयोजन किया गया।

आज यहां ब्रह्मकमल शक्ति संस्था द्वारा इस वर्ष चैत्र नवरात्र एवं हिन्दू नववर्ष के उपलक्ष्य में विभिन्न मंदिरों में "माँ शक्ति आराधना संध्या महोत्सव" कार्यक्रमों का आयोजन किया जा रहा है। इसी क्रम में आज द्वितीय नवरात्र माँ ब्रह्मचारिणी के पावन अवसर पर शिव मंदिर, परीमहल, इंजीनियर एंकलेव में "माँ शक्ति आराधना संध्या महोत्सव" का भव्य आयोजन संपन्न हुआ। इस अवसर पर ब्रह्मकमल शक्ति संस्था द्वारा भजन संध्या का आयोजन किया गया, जिसमें क्षेत्रवासियों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम में उपस्थित जनसमूह ने माँ दुर्गा के द्वितीय नवरात्र माँ ब्रह्मचारिणी की आराधना करते हुए भजन-कीर्तन के माध्यम से श्रद्धा व्यक्त की।

आयोजन में उपस्थित अतिथियों एवं श्रद्धालुओं ने माँ शक्ति से क्षेत्र की सुख-समृद्धि और जनकल्याण की कामना की। ब्रह्मकमल शक्ति संस्था के अध्यक्ष अभिनव थापर ने कहा कि ऐसे धार्मिक एवं सांस्कृतिक आयोजन समाज को एकजुट करने के साथ-साथ सकारात्मक ऊर्जा प्रदान करते हैं। उन्होंने कहा कि मातृशक्ति का सनातन को बढ़ाने में विशेष योगदान है, इसीलिए हमारी संस्था विभिन्न क्षेत्रों में मातृशक्ति के सहयोग से "माँ शक्ति आराधना संध्या महोत्सव" का आयोजन कर रही है। कार्यक्रम में ब्रह्मकमल शक्ति संस्था के अध्यक्ष अभिनव थापर परमात्म श्रद्धानंद पूरी, अवधेश कुमार, शैलेश सैनी, मनीष सिंह भदौरिया, सुनीता देवी, संगीता त्रिवेदी, माया जैन, स्नेहलता, कुमान चौहान, सीमा सैनी, सरोज, स्वीटी पाठक, नीरू भारद्वाज, रजनी सैनी, राधा देवी, अनारो देवी सहित समस्त मंडली के सदस्यों की विशेष सहभागिता रही।

श्रद्धा व उत्साह के साथ मनाया गया प्रभु झूलेलाल चेटीचंड जन्मोत्सव

संवाददाता

ऋषिकेश। प्रभु झूलेलाल का चेटीचंड जन्मोत्सव श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया गया।

आज यहां ऋषिकेश में प्रभु झूलेलाल का चेटीचंड जन्मोत्सव श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया गया। इंटरनेशनल सिंधी समाज संगठन के फाउंडर अध्यक्ष प्रताप मोटवानी के मार्गदर्शन में तथा उत्तराखंड टीम के अध्यक्ष नवीन कुंदनानी और डॉ. रचना कुंदनानी के नेतृत्व में कार्यक्रम आयोजित हुआ। मनोकामना सिद्ध प्रभु झूलेलाल मंदिर में भव्य सांस्कृतिक संध्या आयोजित की गई, जिसमें झूलेलाल जी, भगवान गणेश और माता रानी के भजनों ने माहौल को भक्तिमय बना दिया। ग्वालियर से विशेष भजन टीम बुलाई गई, जबकि भोपाल, हरिद्वार सहित विभिन्न स्थानों से श्रद्धालु पहुंचे। त्रिवेणी घाट

पर भारी बारिश के बीच भी बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने पूजा-अर्चना, आरती-पल्लव और भजन-कीर्तन में भाग लिया। महिलाओं के नृत्य व भजनों ने विशेष आकर्षण पैदा किया, वहीं केक सेरेमनी और प्रसाद वितरण में मीठे चावल, चने व फल वितरित किए गए। सिंधी बिरादरी के अध्यक्ष प्रेमचंदानी ने बताया कि आयोजन की तैयारियां लंबे समय से चल रही थीं। कार्यक्रम में अनेक गणमान्य एवं महिला श्रद्धालुओं की सक्रिय सहभागिता रही। बारिश के बावजूद श्रद्धालुओं की आस्था और उत्साह ने कार्यक्रम को सफल बनाया। प्रेमचंदानी (अध्यक्ष), सुरेंद्र मोहन पाहवा, हीरालाल

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

महिला वन कर्मियों को मिला 'सेल्फ डिफेंस' का मंत्र

हल्द्वानी(आरएनएस)। हल्द्वानी वन प्रभाग के निर्देशन में गुरुवार को महिला फील्ड कर्मचारियों को आत्मरक्षा एवं कार्यस्थल पर व्यक्तिगत सुरक्षा विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला हुई। पूर्णागिरि सभागार में हुई कार्यशाला का उद्देश्य महिला कर्मियों को शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से सशक्त बनाना रहा, ताकि वे विपरीत परिस्थितियों में आत्मविश्वास के साथ अपनी सुरक्षा कर सकें। पुलिस विभाग से उपनिरीक्षक कुमकुम धनिक और सुनीता सीपाल के साथ वन विभाग की जूजित्सु खिलाड़ी व वन दरोगा नव्या पाण्डेय ने प्रतिभागियों को प्रशिक्षण दिया। प्रशिक्षकों ने महिला कर्मियों को आत्मरक्षा की बुनियादी तकनीकों का अभ्यास कराया, जिसमें पकड़ से छूटना, संतुलन बनाए रखना और खतरे की स्थिति में त्वरित व सही प्रतिक्रिया देना शामिल रहा। यहां पर भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस) की प्रासंगिक धाराओं, कानूनी प्रक्रिया और साइबर अपराध से बचाव के उपायों पर विस्तार से जानकारी दी। महिलाओं को मानसिक रूप से सजग रहने, आत्मविश्वास बढ़ाने और संभावित खतरों की पहचान करने के तरीके भी समझाए गए। कार्यशाला में प्रतिभागियों को उनके कानूनी अधिकारों और विभिन्न हेल्पलाइन सेवाओं के बारे में भी जागरूक किया गया, ताकि जरूरत पड़ने पर वे तुरंत सहायता ले सकें।

बागेश्वर के युवा अधिवक्ता प्रभात कांडपाल को मिला अहम दायित्व

बागेश्वर(आरएनएस)। उत्तराखण्ड शासन द्वारा जारी अधिसूचना के अनुसार जनपद बागेश्वर के युवा एवं प्रतिभाशाली अधिवक्ता श्री प्रभात कांडपाल को राज्य सरकार की ओर से एक महत्वपूर्ण दायित्व सौंपा गया है। उन्हें सहायक शासकीय अधिवक्ता के पद पर नियुक्त किया गया है, जो न केवल उनके विधिक कौशल का सम्मान है, बल्कि उनके निरंतर समर्पण और जनहित के प्रति प्रतिबद्धता का भी प्रमाण है। विधि क्षेत्र में अपनी सक्रिय भूमिका, गहन अध्ययनशीलता तथा जनसरोकारों से जुड़े विषयों पर निरंतर हस्तक्षेप के चलते प्रभात कांडपाल ने अल्प समय में ही एक सशक्त पहचान स्थापित की है। उनकी यह नियुक्ति न्यायिक प्रणाली में युवा नेतृत्व के उभरते स्वरूप को भी रेखांकित करती है, जिससे भविष्य में न्यायिक कार्यप्रणाली को और अधिक सुदृढ़ बनाने की उम्मीद की जा रही है। उनकी इस उपलब्धि से पूरे बागेश्वर जनपद में हर्ष और गौरव का वातावरण व्याप्त है। स्थानीय अधिवक्ताओं, जनप्रतिनिधियों एवं सामाजिक संगठनों ने उन्हें बधाइयाँ देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

दूरस्थ क्षेत्रों में पहुंचाएं संचार सुविधा

चम्पावत(आरएनएस)। डीएम मनीष कुमार ने टेलीकॉम कंपनियों को संचार सुविधा दूरस्थ क्षेत्रों में पहुंचाने के निर्देश दिए हैं। जिला टेलीकॉम समिति की बैठक में उन्होंने जिले की नेटवर्क सुविधा की समीक्षा की। चम्पावत कलक्ट्रेट में डीएम मनीष कुमार ने टेलीकॉम समिति की बैठक में निर्देश दिए। उन्होंने दूरसंचार सेवाओं की वर्तमान स्थिति, नेटवर्क विस्तार, डिजिटल कनेक्टिविटी ऑनलाइन सेवाओं की समीक्षा की। डीएम ने बीएसएनएल के अधिकारियों को निर्माणाधीन टॉवरों का कार्य शीघ्र पूरा करने को कहा। उन्होंने नेटवर्क विहीन स्कूलों और ग्राम पंचायतों को दूरसंचार सुविधा से जोड़ने को कहा। डीएम ने सभी एसडीएम, बीडीओ और विभागीय अधिकारियों को नेटवर्क विहीन स्कूल, पंचायत भवन, सीएससी की सूची देने के निर्देश दिए। बैठक में आधार अनुश्रवण, आधार नामांकन, अपडेट केंद्रों पर भी चर्चा हुई। बैठक में बैठक में सीडीओ डॉ. जीएस खाती, सीएमओ डॉ. देवेश चौहान, सीईओ मान सिंह, एपीडी विम्मी जोशी, डीडीएमओ देवेंद्र पटवाल, ई-डिस्ट्रिक्ट मैनेजर तनुज रावल समेत तमाम कंपनियों के प्रतिनिधि मौजूद रहे।

हिमालयी विरासत पर मिलकर काम करेंगे भारत-नेपाल

हल्द्वानी(आरएनएस)। उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय और नेपाल के फार वेस्टर्न विश्वविद्यालय के बीच अकादमिक एवं शोध सहयोग को मजबूत करने के लिए समझौता हुआ है। इस साझेदारी के तहत दोनों पड़ोसी देशों के बीच ज्ञान, नवाचार और सांस्कृतिक समन्वय पर काम किया जाएगा। यूओयू के कुलपति प्रो. नवीन चन्द्र लोहनी ने कहा कि यह समझौता केवल दो संस्थानों के बीच का दस्तावेज नहीं है, बल्कि भारत और नेपाल की साझा सांस्कृतिक विरासत को सहेजने की दिशा में एक बड़ा कदम है। उन्होंने बताया कि दोनों संस्थान मिलकर नेपाली भाषा सहित विभिन्न शैक्षणिक कार्यक्रमों और हिमालयी भूगोल पर शोध को आगे बढ़ाएंगे। नेपाल यूजीसी के चेयरमैन प्रो. देशराज अधिकारी ने इस साझेदारी को द्विपक्षीय शैक्षिक सहयोग की दिशा में एक बड़ी उपलब्धि बताया। वहीं, फार वेस्टर्न विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. हेमराज पंत ने कहा कि यह समझौता भविष्य की अपार संभावनाओं से भरा है। इस दौरान कुलसचिव खेमराज भट्ट, निदेशक प्रो. गिरिजा पाण्डेय, डॉ. शशांक शुक्ल, डॉ. अनिल कार्की, कुलसचिव खेमराज भट्ट, नेपाल ओपन यूनिवर्सिटी के पूर्व कुलसचिव डॉ. गोविंद सिंह, परीक्षा नियंत्रक प्रो. सोमेश कुमार, प्रो.रेनू प्रकाश, प्रो. राकेश रयाल, प्रो. मंजरी अग्रवाल आदि मौजूद रहे।

धामी सरकार की पहल से बदली अमनदीप कौर की जिंदगी

संवाददाता

देहरादून। आत्मनिर्भर बनने की चाहत के चलते अमनदीप कौर ने स्वयं सहायता समूह से जुड़कर अपने जीवन में बदलाव की दिशा में कदम बढ़ाया।

आज यहां उत्तराखंड में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के नेतृत्व में महिला सशक्तिकरण को लेकर चलाए जा रहे प्रयास अब जमीनी स्तर पर स्पष्ट रूप से दिखाई दे रहे हैं। राज्य सरकार की योजनाओं और स्वयं सहायता समूहों की ताकत से ग्रामीण क्षेत्रों की महिलाएं आत्मनिर्भर बन रही हैं और अपने परिवार की आर्थिक स्थिति को मजबूत कर रही हैं। ऐसी ही एक प्रेरणादायक कहानी विकास खण्ड रुद्रपुर के पुलभट्टा क्षेत्र के ग्राम सतुइया की रहने वाली अमनदीप कौर की है। अमनदीप कौर पहले एक सामान्य गृहिणी के रूप में अपना जीवन व्यतीत कर रही थीं। हालांकि विवाह से पहले उन्हें सिलाई-कढ़ाई का लगभग 8 वर्षों का अनुभव था, लेकिन घरेलू जिम्मेदारियों और सीमित संसाधनों के कारण वह अपनी इस प्रतिभा का उपयोग नहीं कर पा रही थीं।

परिवार के भरण-पोषण में आर्थिक चुनौतियाँ भी सामने आ रही थीं, जिससे उनके सामने आत्मनिर्भर बनने की इच्छा तो थी, लेकिन सही मंच और अवसर की कमी थी। इसी दौरान अमनदीप कौर ने स्वयं सहायता समूह से जुड़कर अपने जीवन में बदलाव की दिशा में कदम बढ़ाया। वे हैप्पी स्वयं सहायता समूह से जुड़ीं और इसके बाद केसरी ग्राम संगठन तथा संघर्ष क्लस्टर के माध्यम से सामाजिक और आर्थिक गतिविधियों में सक्रिय भूमिका निभाने लगीं। समूह की नियमित बैठकों में उनकी सक्रिय भागीदारी, लगन और सीखने की इच्छा को देखकर अधिकारियों ने उन्हें ग्रामोत्थान रीप परियोजना के अंतर्गत व्यक्तिगत उद्यम योजना की जानकारी दी। इस योजना की जानकारी अमनदीप कौर के जीवन में एक नई उम्मीद लेकर आई। उन्होंने साहस दिखाते हुए स्वयं का व्यवसाय शुरू करने का निर्णय लिया और सिलाई-कढ़ाई के अपने अनुभव को आधार बनाकर एक बुटीक स्थापित करने की योजना बनाई। बुटीक की स्थापना में कुल लगभग 3 लाख रुपये की लागत आई। इसमें योजना के अंतर्गत उन्हें 2 लाख 15 हजार रुपये का बैंक ऋण प्राप्त हुआ, जिसमें 75 हजार रुपये की सब्सिडी का लाभ मिला। इसके अतिरिक्त अमनदीप कौर ने स्वयं भी 75 हजार रुपये का निवेश किया। इस सहयोग और अपने परिश्रम के बल पर उन्होंने अपने गांव में ही सफलतापूर्वक बुटीक की शुरुआत कर दी। आज अमनदीप कौर अपने बुटीक के माध्यम से हर महीने लगभग 10 से 15 हजार रुपये की आय अर्जित कर रही हैं। यह आय न केवल उनके परिवार की आर्थिक स्थिति को मजबूत बना रही है, बल्कि उन्हें आत्मसम्मान और आत्मविश्वास भी दे रही है। गांव की अन्य महिलाएं भी उनसे प्रेरणा लेकर स्वयं सहायता समूहों से जुड़ने और स्वरोजगार की दिशा में आगे बढ़ने लगी हैं। अमनदीप कौर की यह सफलता इस बात का प्रमाण है कि यदि सही मार्गदर्शन, सरकारी योजनाओं का सहयोग और महिलाओं का आत्मविश्वास एक साथ मिल जाए तो ग्रामीण क्षेत्रों में भी बड़े परिवर्तन संभव हैं। धामी सरकार की नीतियां और योजनाएं आज प्रदेश की हजारों महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। अमनदीप कौर की कहानी केवल एक महिला की सफलता की कहानी नहीं है, बल्कि यह उत्तराखंड में महिला सशक्तिकरण की नई तस्वीर को भी दर्शाती है, जहाँ महिलाएं अब केवल घर की जिम्मेदारी तक सीमित नहीं हैं, बल्कि आर्थिक और सामाजिक रूप से भी सशक्त होकर प्रदेश के विकास में योगदान दे रही हैं।

छात्र-छात्राओं के बीच पुलिस ने चलायी जागरुकता की पाठशाला

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने स्कूली छात्र-छात्राओ के बीच पहुंचकर जागरूकता की पाठशाला चलायी साथ ही पुलिस सहायता हेतु हेल्पलाइन नम्बरों 112, 1090 व 181 जारी किया।

आज यहां वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक प्रमेन्द्र डोबाल के निर्देशों में महिलाओं एवं बालिकाओं की सुरक्षा, सम्मान एवं सशक्तिकरण को सुनिश्चित करने के उद्देश्य से पुलिस विभाग द्वारा "पुलिस आपके द्वार" अभियान चलाया जा रहा है, जिसके तहत एसएसपी देहरादून द्वारा सभी अधीनस्थों को अपने-अपने क्षेत्रों में स्थित शिक्षण संस्थानों में अध्ययनरत छात्र-छात्राओं को साइबर अपराधों, महिला संबंधित अपराधों, नशे के दुष्प्रभावों एवं साइबर अपराधों के प्रति जागरूक किये जाने हेतु लगातार जागरूकता अभियान चलाये जाने हेतु निर्देशित किया गया है। दिये गये निर्देशों के अनुपालन में आज 20 मार्च 26 को थाना त्यूणी क्षेत्रान्तर्गत स्थित पंडित शिवराम महाविद्यालय त्यूणी में पुलिस टीम द्वारा स्कूली छात्र-छात्राओं, अध्यापकगणों तथा आमजनमानस को महिला संबंधित अपराधों की जानकारी देते हुए नए कानून में महिलाओं की सुरक्षा हेतु किए गए प्रावधानों की जानकारी दी गई, साथ ही साइबर अपराधों के तरीकों एवं उनसे बचाव के उपायों के सम्बन्ध में जागरूक किया गया।

इस दौरान कार्यक्रम में उपस्थित छात्र-छात्राओं तथा अध्यापकगणों द्वारा महिला अपराधों तथा साइबर अपराधों के सम्बन्ध में पूछे गये प्रश्नों के उत्तर देते हुए उनकी जिज्ञासाओ को शान्त किया गया। जागरूकता कार्यक्रम के दौरान पुलिस टीम द्वारा उपस्थित छात्र-छात्राओं एवं अध्यापकगणों को नशे के दुष्प्रभाव की जानकारी देते हुए नशे से दूर रहने के लिए प्रेरित किया गया, साथ ही अपने आसपास किसी भी व्यक्ति द्वारा नशीले पदार्थों की बिक्री से संबंधित किसी भी सूचना को तत्काल पुलिस को उपलब्ध कराने हेतु बताया गया। इस दौरान उपस्थित छात्र-छात्राओं को आकस्मिक स्थिती में पुलिस सहातया हेतु जारी किये गये हैल्पलाइन नम्बर: 112, 1090 तथा 181 के सम्बन्ध में विस्तृत जानकारी दी गई।

अपनी डाइट में शामिल करेंगे चार सुपर फूड

हमारा स्टैमिना जितना ज्यादा होगा उतने ही एनर्जेटिक हम होंगे और हम उतना ही ज्यादा काम कर पाएंगे। ऐसे में अपने स्टैमिना को बढ़ाने के लिए लोग तरह-तरह की एक्सरसाइज करते हैं, लेकिन कई बार एक्सरसाइज करने के बाद भी उनके शरीर में थकावट बनी रहती है और वो बहुत कमजोर महसूस करने लगते हैं। ऐसे में फिजिकल एक्टिविटी के अलावा आपको अंदर से न्यूट्रिशन देने की भी बहुत ज्यादा जरूरत होती है। तो चलिए हम आपको बताते हैं चार ऐसे सुपरफूड्स, जो स्टैमिना को बढ़ाने का काम करते हैं।

केला

वर्कआउट से पहले या वर्कआउट के बाद केला खाने से शरीर को जरूरी विटामिन और मिनरल्स मिलते हैं, जो आपको इंस्टेंट एनर्जी देता है और आपकी थकान को छूमंतर कर सकता है। इतना ही नहीं केला खाने से वजन कम भी होता है और अगर दूध के साथ इसका सेवन किया जाए तो यह वजन को बढ़ाने में भी फायदेमंद होता है।

किनोआ

किनोआ एक सुपरफूड है जिसका इस्तेमाल आप कई तरह से कर सकते हैं। आप किनोआ की पुडिंग बना सकते हैं या किनोआ का सलाद बनाकर इसका सेवन कर सकते हैं। यह होल ग्रेन फूड है, जो शरीर का स्टैमिना बढ़ाने में मदद करता है। साथ ही क्रॉनिक डिजीज के खतरे को भी कम करता है। यह प्रोटीन से भरपूर होता है इसलिए आपको लंबे समय तक एनर्जेटिक बनाए रखता है।

दालें

किसी भी प्रकार की दाल जैसे- मूंग दाल, राजमा, चना, अरहर की दाल प्रोटीन फाइबर और आयरन से भरपूर होती है। यह आपको हेल्दी और फिट रखती है। साथ ही शरीर को प्रोटीन भी देती है। ऐसे आप रोजाना किसी ना किसी दाल का सेवन कर सकते हैं।

नट्स और सीड्स

नट्स और सीड्स जैसे बादाम, अखरोट, चिया सीड्स, अलसी के बीज, सनफ्लावर सीड्स स्टैमिना को बढ़ाने में मदद करते हैं और इसमें हेल्दी फैट्स भी पाए जाते हैं, जो आपकी एनर्जी को बूस्ट करते हैं। आप नट्स और सीड्स को मिलाकर प्रोटीन बार बनाकर उसका सेवन कर सकते हैं।

खाना खाने के कितनी देर बाद दवा खाना चाहिए ? हेल्थ एक्सपर्ट से जानिए इसका सही जवाब

एलोपैथी दवा से किसी भी बीमारी को कम वक्त में ठीक किया जा सकता है। डॉक्टर भी उसी हिसाब से दवा लिखते हैं जिसे खाने के बाद आप तुरंत ठीक हो जाए। ऐसे में दवा लेने का तरीका हमारे ठीक होने के पूरे प्रोसेस में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। मरीज को दवा कब लेनी है और कितनी-कितनी देर बाद लेनी है यह भी जानना बेहद जरूरी है। खाना खाने के तुरंत बाद दवा खाना अच्छा नहीं माना जाता है क्योंकि खाना खाने के बाद शरीर गर्म हो जाता है।

ब्लड सर्कुलेशन बढ़ जाता है

खाना खाने के बाद तुरंत बाद कोई व्यक्ति दवा लेता है तो उसका ब्लड सर्कुलेशन कई गुना बढ़ जाता है। जो शरीर के लिए हानिकारक है। हालांकि कई बातें इस बात पर भी निर्भर करती है। दवाएं और खाना खाना साथ में खाना अच्छा नहीं माना जाता क्योंकि खाना खाने के बाद शरीर का तापमान बढ़ जाता है। ऐसे में दवाई लेने सा शरीर का तापमान बढ़ जाता है और उल्टी भी हो सकती है। हालांकि, कई बातें इस बात पर भी निर्भर करती हैं कि किस तरह की दवा लेनी है और उसके साइड इफेक्ट्स क्या होंगे?

दुनियाभर में कई तरह की दवाइयां लोग खाते हैं। कुछ लोग बुखार और हल्के सिरदर्द की स्थिति में रोजाना दवाएं लेते हैं। वैसे तो मेडिकल स्टोर्स पर कई तरह की दवाइयां उपलब्ध होती हैं। दर्द निवारक से लेकर एंटीबायोटिक्स तक कई दवाएं हैं, और सभी दवाएं अलग-अलग उद्देश्यों को पूरा करती हैं। किसी भी दवा को लेने के लिए हमेशा डॉक्टर से सलाह बेहद जरूरी है। अगर डॉक्टर ने कहा है कि खाना खाने के तुरंत बाद दवा खाना है तो आप जरूर दवा खाएं। लेकिन उन्होंने तुरंत बाद खाने की ऐसी कोई सलाह नहीं दी है तो आपको खाना खाने के तुरंत बाद नहीं खाना चाहिए। गर्भनिरोधक गोलियों जैसी भारी दवाइयां खाते हैं तो खाना खाने के दो घंटे बाद ही दवाई खाना चाहिए। दवाइयों का सेवन सुरक्षा और सावधानी से किया जाना माना जाता 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

निवारक स्वास्थ्य देखभाल में अग्रणी भूमिका निभा रहा है योग

प्रतापराव जाधव

बीते दशक में योग को केवल पारंपरिक स्वास्थ्य पद्धति के रूप में ही नहीं सराहा गया, बल्कि उसे उत्त रोत्तवर रूप से स्वास्थ्य और कल्याण के लिए साक्ष्य-आधारित दृष्टिकोण के रूप में भी पहचाना जाने लगा है। वैज्ञानिक अनुसंधान, डिजिटल नवाचार और वैश्विक सहयोग अब हमें योग को केवल भारत की सांस्कृतिक विरासत ही नहीं, बल्कि एक सशक्तै जन-स्वास्थ्य हस्तक्षेप समझने में भी मदद कर रहे हैं।

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्था न (एमडीएनआईवाई) को पारंपरिक चिकित्सा (योग) के लिए विश्व स्वास्थ्य संगठन के सहयोगी केंद्र के रूप में नामित किया गया है और योग अनुसंधान में भारत की नेतृत्वकारी भूमिका और भी मज़बूती प्रदान करते हुए वर्ष 2025-2029 के लिए इसे फिर से निमित किया गया है। यह पहचान गैर-संचारी रोग (एनसीडी) के लिए साक्ष्य-आधारित योग हस्तिक्षेपों को बढ़ावा देने में संस्था न की बढ़ती भूमिका को दिखाती है। इस पहल के प्रमुख साझेदारों में आयुष मंत्रालय, एम्सा दिल्ली, लेडी हार्डिंग मेडिकल कॉलेज, केंद्रीय यूनानी चिकित्सा अनुसंधान परिषद, और इंस्टीट्यूट ऑफ़ न्यूक्लियर मेडिसिन एंड एलाइड साइंसेज, दिल्ली शामिल हैं।

इन सहयोगों के माध्यम से केंद्र मधुमेह, मोटापा और तनाव से संबंधित विकारों जैसे गैर-संचारी रोगों के लिए योग-आधारित हस्तक्षेपों पर तकनीकी दिशानिर्देश विकसित कर रहा है और अनुसंधान को आगे बढ़ा रहा है। इन प्रयासों में अंतरराष्ट्रीय संगठन भी साझेदारी कर रहे हैं, जिससे योग की वैज्ञानिक आधारशिला और मजबूत हो रही है तथा निवारक स्वास्थ्य देखभाल के लिए व्यापक रूप से लागू किए जा सकने वाले, किफायती और साक्ष्य-समर्थित प्रभावी साधन के तौर पर योग की क्षमता प्रदर्शित हो रही है।

संस्थागत स्तर पर एमडीएनआईवाई योग की वैज्ञानिक आधारशिला को मजबूती प्रदान करना जारी रखे हुए है। शरीर क्रिया विज्ञान, जैव रसायन, बायोमैकेनिक्स और मनोविज्ञान की अनुसंधान प्रयोगशालाओं के माध्यम से यह संस्थान योग के मनो-शारीरिक और जैव-रासायनिक प्रभावों, उम्र बढ़ने में इसकी भूमिका तथा जीवनशैली से जुड़े विकारों पर इसके प्रभाव का अध्ययन करता है। यह कार्य पारंपरिक ज्ञान को आधुनिक वैज्ञानिक प्रमाणों के साथ जोड़ने की दिशा में भारत की प्रतिबद्धता को दर्शाता है

डिजिटल प्लेटफॉर्मों ने योग की पहुँच को और अधिक बढ़ाया है, जिससे साक्ष्य-आधारित पद्धतियाँ सीधे लोगों के दैनिक जीवन का हिस्सा बन रही हैं। एम-योग मोबाइल एप्लिकेशन और वाई-ब्रेक प्रोटोकॉल जैसे प्रयास यह दिखाते हैं कि योग की प्रामाणिकता और चिकित्सकीय महत्वि बनाए रखते हुए उसे बड़े स्तर पर पहुँचाया जा सकता है। विश्वै स्वारस्य् च संगठन के सहयोग से विकसित किए गए एम-योग प्लेटफॉर्म पर 1.1 लाख से अधिक डाउनलोड दर्ज किए जा चुके हैं, जो सुलभ डिजिटल वेलनेस टूल्स में बढ़ती रुचि को दर्शाता है। वहीं कार्यस्थल योग कार्यक्रम वाई-ब्रेक – जो काम के दौरान 5-10 मिनट का सरल योग ब्रेक है – से अब तक 33 लाख से अधिक सरकारी अधिकारियों को लाभ मिल चुका है।

इन पहलों से प्राप्त अनुसंधान निष्कर्ष और सहभागिता विश्लेषण अत्यंत उत्साहजनक हैं। वाई-ब्रेक अभ्यास से कुछ ही सप्ताहों में अनुभूत तनाव में लगभग 40 प्रतिशत तक कमी देखी गई है। अध्ययनों से यह भी पता चलता है कि इससे मानसिक सतर्कता, भावनात्मक दृढ़ता और निर्णय-क्षमता में सुधार होता है। इसके साथ-साथ कॉर्टिसोल स्तर जैसे शारीरिक संकेतकों में भी सकारात्मक परिवर्तन पाए गए हैं।

शारीरिक लाभों में गर्दन, कंधे और कमर के दर्द में कमी, श्वास अभ्यास से सांस लेने की क्षमता में सुधार और संपूर्ण जीवन शक्ति में वृद्धि शामिल हैं-ये परिणाम विशेषकर आज के निष्क्रिय, स्क्रीन-आधारित कार्यस्थलों में प्रासंगिक हैं। वाई-ब्रेक अभ्यास ने अनुपस्थिति में कमी लाने , कर्मचारियों के मनोबल में सुधार लाने, और कार्य-जीवन में स्वस्थ संतुलन कायम करने में भी योगदान दिया है, जो व्यक्तिगत और संगठनात्मक कल्याण दोनों को मजबूत बनाने की योग की क्षमता को दर्शाता है।

एमडीएनआईवाई और केंद्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद द्वारा संयुक्त रूप से आयोजित राष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा सम्मेलन-2026 के दौरान भी वैज्ञानिक प्रमाण के महत्वो पर जोर दिया गया। विशेषज्ञों ने यह रेखांकित किया कि सुदृढ़ अनुसंधान, अंतरविषयक सहयोग, और प्रभावी डिजिटल सहभागिता आधुनिक स्वास्थ्य देखभाल प्रणालियों में योग को एकीकृत करने और स्प ष्टि स्वास्थ्य परिणाम सुनिश्चित करने के लिए अनिवार्य हैं।

ये घटनाक्रम योग के प्रति वैश्विक दृष्टिकोण में महत्वपूर्ण बदलाव को दर्शाते हैं। अब इसे केवल व्यक्तिगत कल्याण के अभ्यास के रूप में नहीं देखा जाता, बल्कि यह उत्ततरोत्तेर रूप से जन-स्वास्थ्य, कौशल विकास और वेलनेस आधारित रोजगार के अवसरों के एक मार्ग के रूप में उभर रहा है। योग परंपरा को विज्ञान और प्रौद्योगिकी के साथ जोड़ते हुए ग्लोबल योग क्रांति की प्रेरक शक्ति के रूप में उभर रहा है तथा अंतरराष्ट्रीय वेलनेस क्षेत्र में भारत के नेतृत्व को और मजबूत कर रहा है।

जैसे-जैसे हम 13 मार्च के करीब पहुँच रहे हैं, जो 21 जून को मनाए जाने वाले अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 100-दिन के काउंटडाउन का संकेत है, यह हमें इस बारे में सोचने का अवसर देता है कि किस प्रकार योग एक प्राचीन पद्धति से लेकर वैश्विक रूप से मान्यता प्राप्त, साक्ष्य-आधारित स्वास्थ्य और कल्याण मार्ग के रूप में विकसित हो गया है। ये सौ दिन हमें याद दिलाएं कि हम दैनिक योग अभ्यास शुरू करें या उसे नवीनीकृत करें।

शब्द सामर्थ्य -079

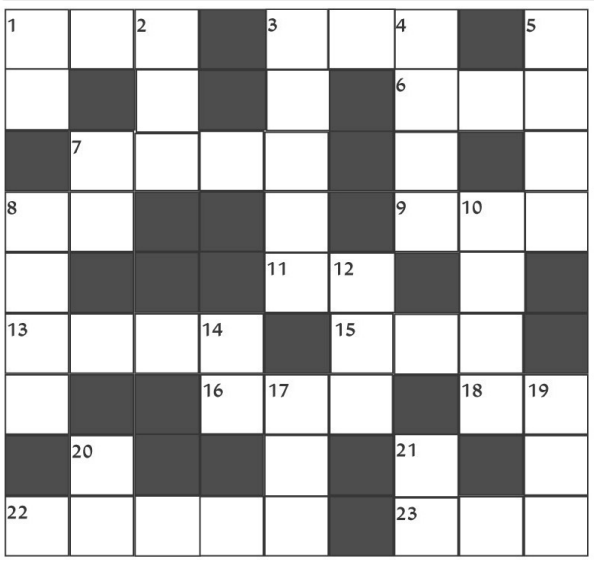
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 78 का हल

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

ओह माय गॉड्डेस में सामने आया रानी मुखर्जी की एंट्री का सच, पटरी से उतरी बातचीत ?

बॉलीवुड गलियारों में काफी समय से चर्चा थी कि रानी मुखर्जी जल्द ही अक्षय कुमार के साथ फिल्म ओह माय गॉड्डेस में नजर आएंगी। हालांकि, अब इस पर एक बड़ा अपडेट सामने आया है, जिसने इन तमाम अटकलों पर विराम लगा दिया है। खबर है कि रानी को इस फिल्म के लिए कभी साइन किया ही नहीं गया था। प्रशंसकों के बीच इस नई जोड़ी को लेकर काफी उत्साह था, लेकिन क्या था कास्टिंग का पूरा सच आइए जानते हैं।

अक्षय-रानी के पहली बार रुपहले पर्दे पर एक साथ नजर आने की खबर ने फैंस को उत्साहित कर दिया था, लेकिन अब ऐसा होता नहीं दिख रहा है।

रिपोर्ट के मुताबिक, रानी अब ओह माय गॉड्डेस फ्रेंचाइजी की तीसरी किस्त का हिस्सा नहीं हैं। फैंस दोनों सितारों को साथ देखने के लिए बेहद उत्साहित थे, लेकिन रानी के फिल्म से अलग होने के कारण अक्षय के साथ अब उनका ये बहुप्रतीक्षित मिलन ठंडे बस्ते में चला गया है।

अक्षय की सुपरहिट फ्रेंचाइजी ओह माय गॉड्डेस के तीसरे भाग ओह माय गॉड्डेस में रानी की एंट्री को लेकर चल रही खबरें अब पूरी तरह अफवाह साबित हुई हैं। रानी को फिल्म में मुख्य नायक के तौर पर लेने की बात चल रही थी, जबकि अक्षय पिछले भागों की तरह ही एक खास कैमियो करने वाले थे। रानी ने फिल्म की कहानी सुनी थी और इसमें दिलचस्पी भी दिखाई थी, लेकिन बात उससे आगे नहीं बढ़ पाई।

सूत्र ने बताया, अक्षय-रानी के बीच सालों पुराने और बहुत अच्छे रिश्ते हैं। वो दोनों पहली बार एक साथ काम करने के लिए वास्तव में उत्साहित भी थे, लेकिन वो बातचीत बहुत शुरुआती दौर की थी। दोनों सितारों के बीच इस प्रोजेक्ट को लेकर केवल चर्चा हुई थी, लेकिन बात कभी आधिकारिक साइनिंग या कॉन्ट्रैक्ट तक नहीं पहुंची। धर्म, आस्था व धार्मिक संस्थाओं पर करारे प्रहार के लिए मशहूर ओह माय गॉड्डेस फ्रेंचाइजी इस बार बिल्कुल नए कलेवर में लौटने वाली है।

ओह माय गॉड और ओह माय गॉड 2 की सफलता के बाद निर्माता तीसरी किस्त ओह माय गॉड्डेस को नारी शक्ति के ईश्वरीय दृष्टिकोण के साथ पेश करने की तैयारी में हैं। जहां पिछली फिल्मों में भगवान कृष्ण और भगवान शिव के दूत के रूप में पुरुष प्रधान दृष्टिकोण दिखाया गया था, वहीं इस बार कहानी देवी के इर्द-गिर्द बुनी जाएगी। रानी के फिल्म से बाहर होने के बाद फिल्म के लिए दूसरी हीरोइन की तलाश जारी है। ओह माय गॉड्डेस की शूटिंग मई-जून 2026 के आसपास शुरू होने की उम्मीद है। बता दें कि रानी की हालिया रिलीज फिल्म मर्दानी 3 ने बॉक्स ऑफिस पर सफलता के 'डे गाड़ दिए हैं। अब जल्द ही उन्हें शाहरुख खान की बहुचर्चित फिल्म किंग में देखा जाएगा। सिद्धार्थ आनंद के निर्देशन में बन रही इस फिल्म में उनका एक खास कैमियो होने वाला है। ये फिल्म क्रिसमस 2026 के मौके पर सिनेमाघरों में दस्तक देने के लिए तैयार है।

सनी देओल की फिल्म गबरू' अब 8 मई को सिनेमाघरों में देगी दस्तक

सनी देओल इन दिनों अपनी फिल्म बॉर्डर 2' की सफलता को एंजॉय कर रहे हैं जो 23 जनवरी 2026 को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी. इस फिल्म के बाद सनी देओल के खाते में कई दिलचस्प प्रोजेक्ट्स हैं जिनमें शशांक उदापुरकर की फिल्म गबरू' भी शामिल है. सनी देओल ने इस फिल्म का ऐलान पिछले साल किया था और साथ ही इसका मोशन पोस्टर भी शेयर किया था जिसने लोगों की उत्सुकता बढ़ा दी थी.

पहले गबरू' को 13 मार्च 2026 को रिलीज किया जाना था लेकिन अब इसकी रिलीज डेट आगे बढ़ा दी गई है. वैरायटी इंडिया की रिपोर्ट के मुताबिक सनी देओल की अगली थिएटर रिलीज गबरू' अब 8 मई 2026 को सिनेमाघरों में दस्तक देगी. इस फिल्म का निर्देशन शशांक उदापुरकर ने किया है जबकि इसे विशाल राणा और ओम छंगानी ने प्रोड्यूस किया है.

गबरू' में सनी देओल एक मिडिल एज फैमिली मैन के किरदार में नजर आएंगे. कहानी एक ऐसे शख्स की है जिसकी जिंदगी अचानक आए कुछ हालात के बाद बदल जाती है. इन घटनाओं के जरिए वो खुद को दोबारा पहचानता है और जिंदगी को नए नजरिए से जीना सीखता है. ये रोल सनी देओल के अब तक के एक्शन इमेज से काफी अलग बताया जा रहा है.

नई रिलीज डेट के साथ गबरू' का मुकाबला बॉक्स ऑफिस पर अनन्या पांडे और लक्ष्य स्टारर फिल्म चांद मेरा दिल' से होगा जिसकी उसी दिन यानी 8 मई को रिलीज होने की उम्मीद है. वैरायटी इंडिया ने बताया की एक सूत्र की माने तो गबरू' सनी देओल के लिए सिर्फ एक और फिल्म नहीं बल्कि दिल से जुड़ी कहानी है जिसमें हिम्मत, पहचान और जज्बे जैसे मुद्दे दिखाए गए हैं.

हाल ही में सनी देओल ने भी कहा था कि गबरू' उनके दिल के बेहद करीब है. इस फिल्म में सनी देओल के साथ सिमरन और प्रीत कमानी भी अहम रोल में नजर आएंगे. फिल्म का म्यूजिक मिथुन ने दिया है जिसके बोल सईद कादरी, सतिंदर सरताज और अनुराग सैकिया ने लिखे हैं. गबरू' के बाद सनी देओल लाहौर 1947' में नजर आएंगे जो इस साल स्वतंत्रता दिवस वीकेंड पर रिलीज होगी. इसके अलावा वो नितेश तिवारी की मेगा फिल्म रामायण' और नेटफ्लिक्स की एक्शन थ्रिलर इक्का' में भी दिखाई देंगे .

कृति सेनन से बेहतर होने की जंग में यामी गौतम की सफाई, कहा, ऐसे पीआर हथकंडे नहीं अपनाती

सोशल मीडिया में इन दिनों बेस्ट एक्ट्रेस' अवॉर्ड को लेकर बहस तेज हो गई है। अभिनेत्री यामी गौतम और कृति सेनन के प्रशंसकों के बीच यह विवाद छिड़ गया है कि दोनों में से बेहतर अभिनेत्री कौन है। दिलचस्प बात यह है कि यह पूरा विवाद यामी गौतम द्वारा एक सोशल मीडिया पोस्ट को लाइक' करने के बाद शुरू हुआ। हालांकि, अब यामी गौतम ने इस मामले पर सफाई देते हुए कहा है कि उनका किसी भी अभिनेत्री को नीचा दिखाने का कोई इरादा नहीं था। यामी गौतम ने अपने लाइक' को लेकर उठे विवाद पर प्रतिक्रिया दी है। उनका कहना है कि एक सेलिब्रिटी होने के कारण उन्हें रोजाना कई पोस्ट में टैग किया जाता है और कई बार यह स्पष्ट नहीं होता कि पोस्ट किसके संदर्भ में है।

अभिनेत्री ने सोशल मीडिया मंच एक्स पर लिखा, मुझे पता चला है कि मैंने एक ऐसी रील को लाइक' किया है, जिसे किसी अन्य कलाकार के प्रति अपमानजनक माना जा रहा है। हमें रोजाना कई पोस्ट में टैग किया जाता है और यह भी एक अवॉर्ड समारोह से जुड़ी किसी अन्य टैग की तरह ही दिखाई दिया। ऐसा बिल्कुल भी जानबूझकर नहीं किया गया था। संभव है कि यह गलती से क्लिक हो गया हो। यामी गौतम ने यह भी स्पष्ट किया कि उनके पास कोई पीआर टीम नहीं है और उन्हें ऐसे घटिया पीआर हथकंडे' अपनाने नहीं आते।

दरअसल, जिस पोस्ट को यामी गौतम ने लाइक' किया था, उसमें एक तरफ कृति सेनन की तस्वीर और दूसरी तरफ यामी गौतम की तस्वीर लगाई गई थी। पोस्ट में कृति सेनन की तुलना में यामी गौतम को बेस्ट एक्ट्रेस' अवॉर्ड के लिए अधिक योग्य बताया गया था।

गौरतलब है कि कृति सेनन को फिल्म तेरे इश्क में' के लिए बेस्ट एक्ट्रेस' का अवॉर्ड मिला था। इसी पोस्ट को लाइक किए जाने के बाद सोशल मीडिया पर बहस शुरू हो गई और दोनों अभिनेत्रियों के प्रशंसक आपस में भिड़ गए।

हालांकि, अब यामी गौतम ने अपने बयान के जरिए साफ कर दिया है कि यह सब अनजाने में हुआ और उनका किसी तरह का विवाद खड़ा करने का कोई इरादा नहीं था।

मैंने मेहनत से अपने पापा का सपना पूरा किया-अनीत पड्डा

फिल्मी दुनिया में अक्सर हम कलाकारों की शानदार लाइफस्टाइल से आकर्षित होते रहते हैं। लेकिन इस शोहरत के पीछे उनकी मेहनत और संघर्ष होता है। इस कड़ी में अभिनेत्री अनीत पड्डा ने अपनी सफलता का श्रेय अपने पिता को दिया। दरअसल, उन्होंने जी सिने अवॉर्ड्स 2026 में दो बड़े अवॉर्ड्स जीते, जिसे उन्होंने अपने पिता को समर्पित किया।

अनीत पड्डा ने जी सिने अवॉर्ड्स 2026 में बेस्ट डेब्यू फीमेल का अवॉर्ड जीता। इसके साथ ही उन्हें व्यूअर्स चॉइस बेस्ट एक्ट्रेस का सम्मान भी मिला। स्टेज पर अवॉर्ड लेने पहुंची अनीत ने अपनी स्पीच में सबसे पहले अपने पिता का जिक्र किया और कहा, मैं इस जीत का श्रेय अपने पापा को देती हूं। यह पल मेरे जिंदगी के सबसे इमोशनल पलों में से एक है।

मैंने मेहनत से अपने पापा का सपना पूरा किया है। मेरे पापा भी एक्टर बनना चाहते थे, लेकिन किसी वजह से उनका यह सपना पूरा नहीं हो सका, लेकिन अब उनकी बेटी ने उनका यह सपना पूरा किया है। मैंने अपने पापा के इस सपने को जिया है। अनीत ने पंजाबी भाषा में अपने पापा से कहा, अब आपका सपना आपकी बेटी के जरिए पूरा हो गया है।

जब आप कहते थे कि मैं अपना सपना तुम्हारे जरिए जी रहा हूं, तो मुझे एहसास होता था कि मैं सिर्फ अपने लिए नहीं, बल्कि अपने पापा के सपने को भी साकार कर रही हूं। स्पीच में अनीत पड्डा ने आगे कहा, मैं अपनी जिंदगी में कभी इतनी खुश नहीं हुई हूं। पापा, मैं आपसे बहुत प्यार करती हूं और आपकी वजह से ही आज इस मुकाम पर हूं।

उन्होंने आगे फिल्मों को लेकर कहा, जब लोग फिल्मों और शोज में किसी कलाकार के अभिनय पर तालियां बजाते हैं, तो वह तालियां सिर्फ उस अभिनेता के लिए नहीं होतीं। असल में यह तालियां उस कहानी के लिए होती हैं जो स्क्रीन पर दिखाई जा रही होती है, और वह कहानी लोगों की जिंदगी और उनके अनुभवों से जुड़ी होती है। मुझे गर्व है कि मैं इन कहानियों और किरदारों का हिस्सा बनकर दर्शकों तक भावनाएं पहुंचा पा रही हूं।

ऋषिकेश-गंगोत्री हाईवे पर बने गड्ढे हादसों को दे रहे न्योता

नई टिहरी(आरएनएस)। ऋषिकेश-गंगोत्री हाईवे पर भद्रकाली से नरेंद्रनगर के बीच जगह-जगह गड्ढे बने हैं। सड़क पर बने गड्ढे दुर्घटना को न्योता दे रहे हैं। छह माह से अधिक समय बीत जाने के बाद मरम्मत कार्य नहीं हो पाया। गत वर्ष आपदा से ऋषिकेश-गंगोत्री हाईवे जगह-जगह क्षतिग्रस्त हो हुआ था। भद्रकाली और नरेंद्रनगर के बीच ओणीबैंड, गुजर डेरा, पॉलिटेक्निक कॉलेज सहित कई जगहों पर हाईवे क्षतिग्रस्त हो गया था,जिससे सड़क पर गड्ढे बन गए थे। छह माह बाद भी बीआरओ की ओर से हाईवे की मरम्मत का कार्य नहीं करवाया जा सका। पॉलिटेक्निक कॉलेज के मोड़ पर बने गड्ढों के कारण आवाजाही जोखिम भरी बनी है। हालांकि आगामी चारधाम यात्रा को देखते हुए एक माह पूर्व से बीआरओ ने सड़क मरम्मत कार्य शुरु करवा दिया था लेकिन चारधाम यात्रा के प्रवेश द्वार भद्रकाली के पास बने गड्ढे को अभी तक ठीक नहीं करवाए जा सके। हाल ही गुर्जर डेरा के पास कार चालक के हाईवे पर बने गड्ढों से बचाने के लिए गलत साइड पर चले जाने से सामने से आ रहे ट्रक से टक्कर हो गई। गनीमत रही चालकों की सुझबूझ से बड़ी दुर्घटना होने से बच गई। चारधाम यात्रा के लिए करीब एक माह का समय बचा है, बीआरओ को इस बीच ऋषिकेश-गंगोत्री हाईवे को दुरूस्त करना किसी चुनौती से कम नहीं है।

पालिका का डंपिंग जोन बनेगा एमआरएफ सेंटर

चमोली(आरएनएस)। नगर पालिका के डंपिंग जोन को एमआरएफ (मटीरियल रिकवरी फैसिलिटी) सेंटर बनाया जाएगा। जहां नगर के जैविक और अजैविक कूड़े का अलग-अलग किया जाएगा। साथ ही बचे कूड़े की खाद बनाई जाएगी। पालिका की ओर से 81 लाख की डीपीआर तैयार की गई है। एमआरएफ सेंटर के बनने से पालिका की कूड़े के निस्तारण की समस्या दूर होगी। नगर के सात वार्डों के कूड़े को मोबाइल वाहन सहित अन्य माध्यम से पंचपुलिया स्थित कूड़ा डंपिंग जोन में डाला जाता है लेकिन प्रतिदिन कूड़ा ज्यादा होने से कूड़ा डंपिंग जोन भरने लगा है। ऐसे में पालिका ने नए कूड़े डंपिंग जोन के लिए भूमि चयन प्रक्रिया की लेकिन ग्रामीणों के विरोध के बाद मामला लटक गया। अब पालिका पंचपुलिया स्थित डंपिंग जोन को एमआरएफ सेंटर में बदलने जा रही है। वहां मौजूद डंप कूड़े का निस्तारण किया जाएगा। नगर पालिका के अधिशासी अधिकारी नरेंद्र सिंह रावत ने बताया जल्द डीपीआर शासन को भेजी जाएगी। वहीं पालिकाध्यक्ष गणेश शाह का कहना है कि एमआरएफ सेंटर के बनने से कूड़े के निस्तारण में आसानी होगी। साथ ही कूड़े के बिकने से पालिका की आय भी बढ़ेगी और पालिका की कूड़ा डंपिंग की समस्या भी दूर होगी।

सू- दोकू क्र.079

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

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 र 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.78का हल

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

सिरखोल-भरपूर सड़क का डामर उखड़ने से बनी है खस्ताहाल

नई टिहरी(आरएनएस)। प्रतापनगर के सिरखोली-भरपूर सड़क का डामरीकरण उखड़ने से सड़क खस्ताहाल बनी है। लोग जान जोखिम में डालकर आवाजाही करने को मजबूर हैं।

सिरखोल-भरपूर छह किलोमीटर सड़क का डामरीकरण वर्ष 2019 में पीएमजीएसवाई ने किया था तब यह पीएमजीएसवाई के पास थी। डामरीकरण उखड़ने से सड़क पर बड़े-बड़े गड्ढे बन चुके हैं। ग्राम पंचायत भरपूर की ग्राम प्रधान आरती कलूड़ा, पूर्व क्षेत्र पंचायत सदस्य संदीप कलूड़ा, राज्य आंदोलनकारी देवी सिंह पंवार ने बताया कि ग्रामीणों की ओर से लंबे समय सड़क के डामरीकरण और सुधारीकरण की मांग की जा रही है लेकिन सड़क डामरीकरण नहीं हो पाया है। 25 मार्च से भरपूर गांव में भैरव देवता मंदिर में भव्य कथा का आयोजन होना है। सिरखोल-भरपूर सड़क भैतुला खाल को जोड़ती है सिरखोली से भरपूर तक का हिस्सा लोक निर्माण विभाग प्रांतीय खंड बौराड़ी के पास अधीन आने के बाद एक बार भी सुधारीकरण कार्य नहीं किया गया। जबकि आगे-पीछे सड़क पीएमजीएसवाई के पास है। सड़क का डामरीकरण उखड़ने से जगह-जगह बजरी फैली है जिससे दोपहिया वाहन चालक फिसल रहे हैं। सड़क की सुरक्षा दीवार और पैराफिट भी जगह-जगह क्षतिग्रस्त है।

सड़क सुधारीकरण के लिए कई बार विभागीय अधिकारियों के पास शिकायत दर्ज करवाई गई लेकिन मरम्मत नहीं हो पाई। सड़क का सुधारीकरण कार्य नहीं होने पर उन्हें मजबूर होकर विभागीय अधीक्षण अभियंता के पास शिकायत दर्ज करनी पड़ी। इस बाबत लोनिवि के अधीक्षण अभियंता के एस नेगी ने कहा कि सड़क का डामरीकरण का प्रस्ताव पूर्व में शासन को भेजा जा चुका है। धनराशि मिलते सड़क का डामरीकरण कार्य करवा दिया जाएगा।

बदरीनाथ में शुरु हुए मास्टर प्लान के काम बर्फबारी से हो रहे प्रभावित

चमोली(आरएनएस)। बदरीनाथ धाम में मास्टर प्लान के कार्य फिर से शुरू हो गए हैं। धाम में इन दिनों 100 से अधिक मजदूर कार्य में जुटे हुए हैं मगर पिछले कुछ दिनों से रुक-रुक कर हो रही बर्फबारी से कार्य प्रभावित हो रहे हैं।

शीतकाल में कड़ाके की ठंड के कारण बदरीनाथ धाम के मास्टर प्लान के कार्य दिसंबर माह में बंद कर दिए गए थे। मार्च माह शुरू होते ही ठंड भी काफी कम हो गई थी। इसके बाद धीरे-धीरे धाम में मजदूर पहुंचने लगे और कार्यदायी संस्था पीआईयू ने फिर से मास्टर प्लान के कार्य शुरू कर दिए। मगर कुछ दिनों से यहां रुक-रुक कर बर्फबारी हो रही है। इससे जहां ठंड भी बढ़ गई है वहीं कार्यों को गति नहीं मिल पा रही है। पीआईयू (लोनिवि) के ईई योगेश मनराल का कहना है कि बदरीनाथ धाम में इस समय 100 से अधिक मजदूर व अधिकारी हैं, लेकिन बर्फबारी से कार्य प्रभावित हो रहे हैं। हमारा प्रयास है कि कपाट खुलने से पूर्व ज्यादा से ज्यादा कार्य पूर्ण कर लिया जाए। वहीं एसडीएम ज्योतिर्मठ चंद्रशेखर वशिष्ठ का कहना है कि जिला प्रशासन का लक्ष्य है कि बदरीनाथ धाम के कपाट खुलने से पहले प्रमुख व्यवस्थाओं और निर्माण कार्यों को पूर्ण कर लिया जाए।

धाम में मास्टर प्लान के तहत अलकनंदा नदी के तट पर सुरक्षा दीवार का निर्माण किया जा रहा है, साथ ही सौंदर्यीकरण के कार्य भी किए जा रहे हैं। अस्पताल को हाईटेक बनाने को लेकर भी कार्य तेजी से किया जा रहा है। पैदल रास्तों का भी निर्माण किया जा रहा है।

कलश यात्रा के साथ श्रीमद्भागवत कथा का शुभारंभ

अल्मोड़ा(आरएनएस)। विकासखंड धौलादेवी के ग्राम सभा चंगेठी में चैत्र नवरात्रि पर महामाया जगदंबा के नवनिर्मित मंदिर में श्रीमद्भागवत कथा का शुभारंभ कलश यात्रा के साथ हुआ। कलश यात्रा में बड़ी संख्या में महिला श्रद्धालुओं ने भाग लिया और धार्मिक वातावरण बना रहा। श्रद्धालुओं ने पवित्र जलस्त्रोत से जल भरकर कलश को कथा स्थल तक लाया, जहां विधि-विधान और मंत्रोच्चारण के साथ उसकी स्थापना की गई। इसके बाद आरती के साथ श्रीमद्भागवत कथा का विधिवत आरंभ किया गया। कथा व्यास आचार्य गिरीश चंद्र जोशी ने श्रद्धालुओं को भागवत कथा की महिमा बताते हुए कहा कि यह सभी कथाओं में श्रेष्ठ मानी जाती है। उन्होंने कहा कि जहां इस कथा का आयोजन होता है, वह स्थान तीर्थ के समान माना जाता है और इसका श्रवण करने का सौभाग्य सभी को प्राप्त नहीं होता। उन्होंने बताया कि सात दिनों तक चलने वाली इस कथा के श्रवण से मनुष्य बुराइयों का त्याग कर धर्म के मार्ग पर अग्रसर होता है और मोक्ष की प्राप्ति की दिशा में आगे बढ़ता है। कार्यक्रम में क्षेत्र के अनेक श्रद्धालु उपस्थित रहे।

जिलासू-आली मार्ग का निर्माण पूरा करने की मांग

चमोली(आरएनएस)। विकासखंड पोखरी के अंतर्गत जिलासू-आली मोटर मार्ग डेढ़ दशक से अधूरा पड़ा है। ग्रामीणों ने जिलाधिकारी को ज्ञापन भेजकर निर्माण कार्य जल्द पूरा करने की मांग की। आली के पूर्व प्रधान तेजपाल सिंह बर्त्वाल, कांडई की प्रधान प्रभा देवी, गिरसा के पूर्व प्रधान अनूप प्रकाश चौहान, मदन सिंह राणा आदि ने कहा कि 13 किमी लंबे जिलासू-आली मार्ग को वर्ष 2012 में स्वीकृति मिली। मगर आज तक काम पूरा नहीं हो पाया है। आली से मस्ट गांव तक छह किमी और जिलासू से करीब पांच किमी सड़क की कटिंग हो चुकी है। मगर बीच में किमी सात और आठ कुल दो किमी की कटिंग अटकी हुई है। ग्रामीणों के आंदोलन के बाद विभाग ने जेसीबी तो भेजी लेकिन कार्य सुस्त गति से चल रहा है। मार्ग न बनने से ग्रामीणों को जिला मुख्यालय गोपेश्वर जाने के लिए 40 किमी अतिरिक्त दूरी तय करनी पड़ती है।

फील्ड कर्मियों को दिया जा रहा जनगणना का प्रशिक्षण

चमोली(आरएनएस)। । जनगणना की तैयारियों के क्रम में जिला प्रशासन की ओर से फील्ड कर्मियों को तीन दिवसीय प्रशिक्षण दिया जा रहा है। इसमें 30 फील्ड कर्मियों को जनगणना संबंधी जरूरी प्रक्रियाओं के बारे में बताया जा रहा है। आगामी जनगणना 2027 की तैयारियों को लेकर जिला सभागार में जनगणना कर्मियों को तीन दिवसीय प्रशिक्षण दिया जा रहा है। अपर जिलाधिकारी विवेक प्रकाश ने बताया कि 18 से 20 मार्च तक यह प्रशिक्षण दिया जाएगा। पहली बार जनगणना पूरी तरह से डिजिटल होगी। पहले चरण में मकान सूचीकरण व आवास गणना और दूसरे चरण में जनसंख्या गणना की जाएगी। प्रशिक्षण में कर्मियों को मोबाइल ऐप के माध्यम से सटीक डेटा संकलन, जीपीएस तकनीकी से गणना ब्लॉक का सही सीमांकन, जाति, सामाजिक व आर्थिक डेटा की सही प्रवृष्टि, सुरक्षित और पारदर्शी डिजिटल रिकार्ड प्रबंधन के बारे में जानकारी दी जा रही है। इस दौरान मास्टर ट्रेनर व मुख्य कृषि अधिकारी चमोली जयप्रकाश तिवारी, जिला सूचना अधिकारी विज्ञान सुशीला सहित सभी फील्ड ट्रेनर व संबंधित विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

ग्रामीण उद्यम वेग वृद्धि परियोजना के प्रशिक्षण का समापन

अल्मोड़ा(आरएनएस)। जनपद में ग्रामीण उद्यम वेग वृद्धि परियोजना के अंतर्गत नगर के एक होटल में आयोजित दो दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का समापन हो गया है। यह प्रशिक्षण मुख्य विकास अधिकारी के निर्देशन में राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन द्वारा गठित तथा ग्रामोत्थान (रीप) द्वारा अंगीकृत क्लस्टरों में नवनियुक्त कार्मिकों के लिए आयोजित किया गया था। प्रशिक्षण के दूसरे दिन मुख्य विकास अधिकारी रामजी शरण शर्मा ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। उन्होंने कहा कि नवनियुक्त कार्मिक निष्ठा और जिम्मेदारी के साथ कार्य करते हुए ग्रामीण क्षेत्रों में स्वरोजगार और आर्थिक विकास को बढ़ावा दें। साथ ही समूह आधारित कार्यों को सुदृढ़ कर महिला स्वयं सहायता समूहों की आय बढ़ाने और सामाजिक सशक्तिकरण पर विशेष जोर दिया। प्रशिक्षण के दौरान प्रतिभागियों को स्थानीय संसाधनों के बेहतर उपयोग, स्वरोजगार के अवसरों की पहचान, उत्पादों की गुणवत्ता में सुधार तथा बाजार से जोड़ने के विभिन्न पहलुओं की जानकारी दी गई। इसके साथ ही सोशल मीडिया के माध्यम से उत्पादों के प्रचार-प्रसार और विपणन के तरीकों पर भी विस्तार से जानकारी दी गई। कार्यक्रम में ग्राम विकास विभाग के अधिकारी, जिला स्तरीय परियोजना कार्मिक, विभिन्न विकासखंडों के प्रतिनिधि तथा सेल्स और यंग प्रोफेशनल्स सहित करीब 80 प्रतिभागियों ने भाग लिया। अंत में जिला परियोजना प्रबंधक ने सभी प्रतिभागियों का आभार व्यक्त करते हुए प्रशिक्षण के सफल आयोजन में सहयोग करने वालों की सराहना की।

अर्धकुंभः साधुओं को आईडी और आधार कार्ड दिखाना होगा अनिवार्य

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद ने अर्धकुंभ 2027 हरिद्वार और सिंहस्थ कुंभ 2028 उज्जैन के लिए महत्वपूर्ण निर्णय लिया है। श्रीमहंत रविंद्र पुरी ने घोषणा की कि अब साधु-संतों को इन मेलों में प्रवेश के लिए आधिकारिक पहचान पत्र और आधार कार्ड अनिवार्य होगा।

अर्धकुंभ-2027 हरिद्वार और सिंहस्थ कुंभ-2028 उज्जैन को सुव्यवस्थित और पारदर्शी बनाने के लिए अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद ने बड़ा निर्णय लिया है। अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद व श्रीमनसा देवी मंदिर ट्रस्ट के अध्यक्ष श्रीमहंत रविंद्र पुरी ने कहा कि हरिद्वार अर्धकुंभ और सिंहस्थ कुंभ मेले में किसी भी साधु-संत को बिना आधिकारिक पहचान पत्र के प्रवेश नहीं दिया जाएगा। साथ ही, साधुओं को अपना आधार कार्ड भी अनिवार्य रूप से साथ रखना होगा।

अध्यक्ष श्रीमहंत रविंद्र पुरी ने कहा कि यह निर्णय अर्धकुंभ व कुंभ मेले की गरिमा बनाए रखने और फर्जी साधुओं पर अंकुश लगाने के उद्देश्य से लिया गया है। बिना पहचान पत्र के पाए गए भगवाधारियों की विशेष जांच की जाएगी और आवश्यकता पड़ने पर उन्हें मेले में प्रवेश से रोका जाएगा।

श्रीमहंत रविंद्र पुरी ने कहा कि अर्धकुंभ व कुंभ मेला सनातन धर्म की आस्था, परंपरा और संस्कृति का सबसे बड़ा प्रतीक है। ऐसे में फर्जी साधुओं की मौजूदगी से श्रद्धालुओं की भावनाओं को आहत करेगी। उन्होंने आपरेशन कालनेमि की भी सराहना की।

'धामी सिर्फ धाकड़ नहीं, धुरंधर भी'...

◀◀ पृष्ठ 1 का शेष

कोई जगह नहीं है। यदि कोई बाहर से आकर यहां बसना चाहे तो कोई पाबंदी नहीं, लेकिन गैरकानूनी तरह से यहां नहीं बस सकता। केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा कि धामी के नेतृत्व में 10 हजार से भी अधिक अतिक्रमण हटाये गये हैं। अनाधिकृत कब्जों को लगातार हटाया जा रहा है।

इससे पूर्व मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सभा को संबोधित करते हुए जनता को शक्ति की उपासना के पावन पर्व नवरात्रि की हार्दिक शुभकामनाएं दी। उन्होंने कहा कि डबल इंजन सरकार के सफलतापूर्वक चार साल पूरे होने पर देश के रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह कार्यक्रम में पहुंचे हैं। यह हमारे सौभाग्य की बात है। राजनाथ सिंह के यूपी के मुख्यमंत्री बनने के बाद ही उत्तराखंड के स्वतंत्र विकास की नींव रखी गई।

उन्होंने कहा कि 2014 से पूर्व देश की राजनीति में घपले-घोटाले व भ्रष्टाचार के सिवा कुछ न थी। विदेश में हमारा कोई सम्मान नहीं था। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के सत्ता में आरुड़ होने के बाद देश और विदेश में भारत की छवि उज्जवल हुई। मोदी ऐसे पहले प्रधानमंत्री हैं, जिन्होंने विकसित भारत का संकल्प लिया है। राजनाथ सिंह ने कहा कि कांग्रेस के लोग जब हारते हैं, कभी ईवीएम तो कभी चुनाव आयोग को दोष देते हैं। अब कहने लगे हैं कि वोट काटे जा रहे हैं। जनता बताएं कि क्या अवैध घुसपैठियों को वोट देने का अधिकार होना चाहिए? यदि ऐसे घुसपैठियों को हम वोट के अधिकार से वंचित कर रहे हैं तो इसमें कांग्रेस को क्या दिक्कत है।

श्रद्धा व उत्साह के साथ मनाया गया...

◀◀ पृष्ठ 2 का शेष

छाबड़ा, सुशील छाबड़ा, गौरव कुकरानी (यूथ क्लब अध्यक्ष), नवीन कुंदनानी, के.के. सिंधी, राजेश चिचड़ा, चंद्र मोहन नारंग, शिव कुमार माल, जगदीश चिचरा, मनोज छाबड़ा, हरीश मनोज चंदानी, आशीष लालवानी, रिकी गोडवानी, हरीश चिचरा, गिरधारी लाल अरोड़ा, मयंक अरोड़ा, वितेंद्र पाहवा, विजय छाबड़ा, विनय आडवाणी, पवन नरवानी, फेरू जगवानी सहित अनेक गणमान्य उपस्थित रहे। महिला सहभागिता में श्रीमती माया चंदानी, गंगा चिचरा, ज्योति गुरुनानी, रेनू नारंग, जानकी छाबड़ा, कविता छाबरा, दीपा नारंग, अंजू पाहवा, डॉ. सीमा टेकचंदानी, हिना गोदवानी, डॉ. रचना कुंदनानी, डॉक्टर सिमरन कुंदनानी, रेनू संगतानी, पूनम अगीचा, भावना सिंधी, सीमा खत्री, उषा छाबड़ा, आयुषी चिचरा, कविता संगतानी, तूलिका कुंदनानी, राधा तलरेजा, अनीता छाबड़ा सहित बड़ी संख्या में महिलाएं उपस्थित रहीं। भारी बारिश और अलर्ट के बावजूद श्रद्धालुओं की आस्था ने हर बाधा को पार कर दिया। झूलेलाल जी के जयकारों से गूंजता वातावरण भक्तिभाव और एकता का संदेश देता रहा।

राज्य सरकार के चार वर्ष पूर्ण होने पर 23 से 25 मार्च तक होंगे कार्यक्रम

कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए डीएम व एसपी ने किया निरीक्षण

हमारे संवाददाता

रुद्रप्रयाग। राज्य सरकार के चार वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में "जन-जन की सरकार-4 साल बेमिसाल" थीम के अंतर्गत 23 से 25 मार्च, 2026 तक तीन दिवसीय कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। उक्त कार्यक्रमों की तैयारियों के क्रम में जिलाधिकारी विशाल मिश्रा तथा पुलिस अधीक्षक नीहारिका तोमर ने आज अगस्त्यमुनि स्थित बहुउद्देशीय क्रीड़ा भवन का संयुक्त निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा लिया।

जिलाधिकारी ने बताया कि कार्यक्रमों का उद्देश्य राज्य सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं एवं विकास कार्यों की जानकारी आमजन तक पहुँचाना तथा पात्र लाभार्थियों को लाभान्वित करना है। जनपद स्तर पर कार्यक्रम मुख्यमंत्री/प्रभारी मंत्री द्वारा नामित प्रतिनिधि की अध्यक्षता में आयोजित होंगे, जबकि देहरादून में आयोजित मुख्य कार्यक्रम का सजीव प्रसारण भी इस दौरान किया जाएगा।

अगस्त्यमुनि स्थित बहुउद्देशीय क्रीड़ा भवन में 23 मार्च को मुख्य कार्यक्रम आयोजित होगा, जिसका शुभारंभ प्रातः 10:00 बजे होगा। इसमें विभिन्न विभागों द्वारा स्टॉल लगाकर योजनाओं का प्रचार-प्रसार, आवेदन एवं पंजीकरण की व्यवस्था की जाएगी। साथ ही चिकित्सा शिविर, रक्तदान शिविर, दिव्यांगजन कैम्प, महिला-बालिका स्वास्थ्य शिविर, मैराथन, खेलकूद सहित विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित होंगे, जिनमें उत्तराखण्ड की लोक परंपराओं, लोक नृत्य, लोक गायन एवं लोक कला का प्रदर्शन किया जाएगा। पुलिस अधीक्षक नीहारिका तोमर ने कार्यक्रमों के दौरान सुरक्षा एवं यातायात व्यवस्था को लेकर आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि कार्यक्रम स्थल पर पर्याप्त पुलिस बल की तैनाती सुनिश्चित की जाएगी तथा यातायात को सुचारू बनाए रखने के लिए विशेष व्यवस्था की जाएगी।

खाई में गिरी कार- एक की मौत, दो गंभीर घायल

हमारे संवाददाता

देहरादून। सड़क दुर्घटना में देर रात एक कार के खाई में गिर जाने से एक व्यक्ति की मौत हो गयी वही दो लोग गम्भीर रूप से घायल हुए है। सूचना मिलने पर पुलिस ने एसडीआरएफ टीम ने मौके पर पहुंच कर रेस्क्यू अभियान चलाया तथा सभी को बाहर निकालकर अस्पताल पहुंचाया। जहां घायलो की हालत चिंताजनक बनी हुई है। घटना मसूरी रोड स्थित शिखरफाल के पास की है। जानकारी के अनुसार हादसा देर रात हुआ, जब वाहन तेज गति में था और चालक संतुलन खो बैठा। वाहन सीधे सड़क से नीचे गहरी खाई में जा गिरा, जिससे मौके पर अफरा-तफरी मच गई। घटना की सूचना मिलते ही एसडीआरएफ और पुलिस टीम मौके पर पहुंची। अंधेरे और दुर्गम इलाके के कारण रेस्क्यू ऑपरेशन काफी चुनौतीपूर्ण रहा। टीम ने तुरंत राहत कार्य शुरू किया और खाई में गिरे घायलों को बाहर निकालने का प्रयास किया। घायल युवक-युवती की पहचान भार्गव शर्मा (24), निवासी पंडितवाड़ी, देहरादून और दिशा रावल (24), निवासी प्रेमनगर, देहरादून के रूप में हुई है। दोनों को गंभीर हालत में अस्पताल में भर्ती कराया गया है। वहीं रेस्क्यू के दौरान पता चला कि वाहन में एक और युवक फंसा हुआ है, जो थार के नीचे चट्टानों के बीच दबा हुआ था। इसके बाद एसडीआरएफ ने सघन सर्च अभियान चलाया और देहरादून से क्रेन मंगवाई गई। काफी मशक्कत के बाद टीम ने थार के नीचे दबे युवक को बाहर निकाला, लेकिन तब तक उसकी मौत हो चुकी थी। मृतक की पहचान मोहित, निवासी पिथौरागढ़ के रूप में हुई है।

कांग्रेस सेवा दल ने किया कंगना रनौत का पुतला दहन

संवाददाता

देहरादून। राहुल गांधी पर अभद्र टिप्पणी करने पर कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने प्रदर्शन कर कंगना रनौत का पुतला दहन किया।

आज यहां मन मोहन शर्मा प्रदेश उपाध्यक्ष ने जानकारी दी कि आज प्रातः कांग्रेस सेवा दल और कांग्रेसजन गांधी पार्क में एकत्र हुए और और वहां पर कंगना रनौत द्वारा की गई राहुल गांधी के ऊपर बद्दी बद्दी टिप्पणियां करने पर कंगना रनौत का पुतला फूंका गया। इस अवसर पर मनमोहन शर्मा ने कहा कि कंगना रनौत को सोचना चाहिए कि आप सांसद बन चुकी है देश में विकास की बातें कहनी चाहिए आप राहुल गांधी के चरित्र पर उल्टी सीधी बातें कर जनता को गुमराह करना चाहते हैं आप अपने चरित्र के बारे में पहले अंदर झांक ले आप गलत टिप्पणियां करके अपने आप को समझदार ना समझे क्योंकि पूरा देश आपके बारे में जानता है। आप किस चरित्र के हैं और अपने जीवन में क्या-क्या किया है हमारे देश के जननायक राहुल गांधी जो देश के लिए समर्पित होकर जनमानस की आवाज बनकर समाज में काम कर रहे हैं और वर्तमान सरकार से हर पल जवाब देने के लिए तैयार है ऐसे व्यक्तित्व वाले व्यक्ति के खिलाफ आप अगर गलत टिप्पणी ब करेंगे तो अभी तो हमने पुतला दहन किया है। फिर कांग्रेस सेवा दल उत्तराखंड आपके घर आकर आपका मुंह काला करेगा। इस अवसर पर लालचंद शर्मा ने कहा कि कंगना रनौत को अपनी मर्यादा में रहकर काम करना चाहिए और गलत टिप्पणी नहीं करनी चाहिए अगर इस प्रकार की टिप्पणी बाजी सांसद होते हुए कर रही हैं तो यह बड़े शर्मनाक बात है और अभी तो हम लोग पुतला फूंक रहे हैं। अगर फिर टीका टिप्पणी की तो मुकदमा दर्ज कराया जाएगा धन्यवाद पुतला दहन करने वालों में मुख्य रूप से मनमोहन शर्मा उपाध्यक्ष लालचंद शर्मा पूर्व अध्यक्ष, शीशपाल सिंह बिष्ट प्रवक्ता , राजेंद्र भंडारी संगठन महामंत्री, ललित थपलियाल, मन्जू चौहान, मीना देवी, रंजना देवी, सावित्री थापा, गोपाल सिंह गढ़िया उपाध्यक्ष सैनिक प्रकोष्ठ सहित कांग्रेस सेवा दल के कार्यकर्ता और पदाधिकारी ने भागीदारी की।

'परंपरा' पर लगा 'विराम'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड की राजनीतिक अस्थिरता लंबे समय से देखी जा रही थी और यह अस्थिरता एक अजीब परंपरा

का रूप ले चुकी थी। प्रदेश में भाजपा की सरकार के समय राजनीतिक अस्थिरता की परंपरा रही है। लेकिन वर्तमान में फिलहाल इस पर विराम लग गया है ऐसा राजनैतिक विशेषज्ञों का मानना है।

बता दें कि लंबे समय से भाजपा के शासनकाल में नेतृत्व परिवर्तन की परंपरा रही है। अभी तक प्रदेश में जब-जब भाजपा की सरकार रही तब-तब सरकार के कार्यकाल का अंतिम वर्ष आते-आते नेतृत्व परिवर्तन लगभग तय मान लिया जाता था और यह परंपरा जैसी बन गई थी। लेकिन वर्तमान में भाजपा के अंदर सब कुछ ठीक नहीं है का संदेश आमजन तक जा चुका था। ऐसे में भाजपा हाईकमान को उचित फैसला तो लेना ही था। राजनीतिक विशेषज्ञों की माने तो भाजपा में उपजे असंतोष का ही परिणाम है कि प्रदेश सरकार को अंतिम वर्ष में मंत्री पद बांटने पड़े।

माना जा रहा है कि प्रदेश में भाजपा की स्थिति ठीक नहीं होने के कारण भाजपा केंद्रीय नेतृत्व के आदेश पर प्रदेश में चार सालों के इंतजार के बाद कैबिनेट विस्तार किया गया। इसके साथ ही प्रदेश में चल रही तमाम अटकलों पर लगाम लगने का संदेश भी दिया है। ज्ञात हो कि धामी के नेतृत्व में पहली बार भाजपा ने उत्तराखंड में मुख्यमंत्री को रिपीट कर स्थिरता का संदेश दिया था और अब पांचवें वर्ष में मंत्रिमंडल विस्तार कर यह स्पष्ट कर दिया गया है कि यह सरकार परंपरागत राजनीति से अलग, आत्मविश्वास और प्रदर्शन की राजनीति पर चल रही है। वही दूसरी ओर जहां विरोधी दल यह अनुमान लगा रहे थे कि इतिहास खुद को दोहराएगा और धामी को भी बदला जाएगा। लेकिन फिलहाल ऐसा कुछ होगा दिख नहीं रहा है। अगर ऐसा होता तो चुनावी साल में मंत्रीमंडल विस्तार नहीं होता।

सूत्रों की माने तो भाजपा हाईकमान ने मंत्रिमंडल विस्तार कर राजनीतिक संदेश दिया है कि भाजपा में सब ठीक है। फैसले ने एक और संकेत साफ कर दिया है भाजपा अब उत्तराखंड में नेतृत्व को लेकर किसी प्रयोग के मूड में नहीं है। धामी केवल वर्तमान के मुख्यमंत्री नहीं, बल्कि भविष्य की राजनीति के केंद्र बिंदु बन चुके हैं। इसके साथ ही धामी की छवि को 'स्थायी नेतृत्व' है का संदेश दिया है।

●उत्तराखंड में मार्च महीने को लेकर स्थापित धारणा की ध्वस्त

●मंत्रिमंडल विस्तार से टूटी सत्ता परिवर्तन की पुरानी परिपाटी

●भाजपा हाईकमान ने भाजपा में सब कुछ ठीक का दिया संदेश

कांग्रेस की प्रतिक्रिया नकारात्मकः चौहान

भाजपा के प्रदेश मीडिया प्रभारी मनवीर सिंह चौहान ने कहा कि धामी सरकार के मंत्रिमंडल मे विस्तार से कार्यकर्ताओं मे उत्साह है और कांग्रेस की प्रतिक्रिया इसमें नकारात्मक और हताशा से भरी हुईई है। धामी के नेतृत्व में प्रदेश सरकार निरंतर विकास, सुशासन और पारदर्शिता के साथ आगे बढ़ रही है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस को कांग्रेस मे मंत्री अथवा दायित्व स्टेटस सिंबल बन जाता है, लेकिन भाजपा का मिशन सेवा है और इसी धेय के साथ हर कार्यकर्ता को दायित्व सौंपा जाता है।

कांग्रेस पृष्ठभूमि के लोगों को बनाया मंत्रीः गोदियाल

प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कहा कि राज्य में मंत्रिमंडल का विस्तार भाजपा की अंदरूनी कलह को दबाने के लिए किया गया है, जिसमें भाजपा ने अपने कार्यकर्ताओं और वरिष्ठ विधायकों को सम्मान देने की बजाय कांग्रेस से दल बदल कर गये विधायकों को अधिक तवज्जो दी है। इसीलिए मंत्रिमंडल विस्तार में कांग्रेस पृष्ठभूमि के लोगों को मंत्री बनाया गया है। इससे आने वाले समय में भाजपा के अंदर असंतोष ओर पनपेगा और यह सबके सामने जल्द आ जाएगा।

अति उत्साह में बत्रा बन गए नेगी...!

भाजपा में आकर खुली 'किस्मत'

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस पार्टी के नेताओं की माने तो प्रदेश को कांग्रेस मुक्त करने का नारा देने वाली भाजपा अब खुद कांग्रेस युक्त हो गई है। वर्तमान कैबिनेट विस्तार के बाद धामी सरकार में अब बड़ी संख्या उन नेताओं की हो गई है, जिनकी राजनीतिक जड़ें कभी कांग्रेस में रही हैं।

बता दें कि भाजपा और कांग्रेस में दल छोड़कर आने और जाने वालों का लंबा इतिहास रहा है। खासकर चुनाव के समय भाजपा से कांग्रेस और कांग्रेस से भाजपा में आने व जाने वालों की लिस्ट लंबी होती है। भाजपा से कांग्रेस में जाने वालों को तो अभी तक कोई फायदा नहीं मिला। कार्यकर्ता और पदाधिकारी जिस कारण भाजपा को छोड़कर कांग्रेस में गए वहा भी उन्हें उन्हीं परेशानियों का सामना करना पड़ा, लेकिन कांग्रेस छोडकर भाजपा में आने में से कई नेताओं की किस्मत खुली है। राजनीतिक विशेषज्ञ बताते हैं कि वर्तमान भाजपा सरकार में कांग्रेस की पृष्ठभूमि वाले मंत्रियों को देखकर तो ऐसा ही लगता है। वर्तमान में चर्चा यह है कि धामी सरकार में अब बड़ी संख्या उन नेताओं की हो गई है, जिनकी राजनीतिक जड़ें कभी कांग्रेस में रही हैं। कैबिनेट में जिन पांच विधायकों को जगह दी गई है, उनमें से केवल मदन कौशिक, खजान दास तो पूरी तरह से भाजपा पृष्ठभूमि के हैं। बाकी भरत सिंह चौधरी, राम सिंह कैड़ा, प्रदीप बत्रा कांग्रेसी बैकग्राउंड के रहे हैं। इसके साथ ही कैबिनेट के पुराने मंत्रियों को देखें तो सतपाल महाराज, सुबोध उनियाल, सौरभ बहुगुणा, रेखा आर्य भी कांग्रेस बैंकग्राउंड के रहे हैं। सोशल मीडिया पर इस पर कई मीम्स भी बनकर वायरल हो रहे है। कैबिनेट विस्तार के बाद जहां सोशल मीडिया पर लोग इन मीम्स को जहां खूब शेयर कर रहे हैं। वही कुछ दिनों से सीएम बदलने के मीम्स अब कही नहीं दिख रहे हैं। कैबिनेट विस्तार के बाद सोशल मीडिया यूजर की बहस में अब सिर्फ कांग्रेस वाली भाजपा का ही जिक्र हो रहा है।

●कांग्रेस मुक्त करने वाली भाजपा हुई कांग्रेस युक्त

●सरकार में सात मंत्री कांग्रेस की पृष्ठभूमि वाले

अल्टो कार खाई में गिरी, रिटायर फौजी की मौत

हमारे संवाददाता

चमोली। सड़क दुर्घटना में देर रात एक आल्टो कार के खाई में गिर जाने से एक रिटायर्ड फौजी की मौत हो गयी। सूचना मिलने पर पुलिस व एसडीआरएफ ने मौके पर पहुंच कर उसे बाहर निकाल कर अस्पताल पहुंचाया। जहां चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया है।

जानकारी के अनुसार बीती रात्रि हुई घटना के बाद थाना थराली से पुलिस बल एवं एसडीआरएफ टीम आपदा उपकरणों के साथ तत्काल मौके पर पहुंची। वाहन सड़क से लगभग 120 मीटर नीचे खाई में गिरा हुआ था। वाहन में दर्शन सिंह पुत्र उमेद सिंह निवासी ग्राम कोठी भूल्यूडा, नंद केसरी, थाना थराली, को स्थानीय लोगो व रैस्क्यू टीम पुलिस बल की सहायता से खाई से निकालकर सड़क तक लाकर 108 के माध्यम से सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र थराली ले जाया गया। जहां चिकित्सकों द्वारा उसे मृत घोषित कर दिया गया। बताया गया कि मृतक पूर्व फौजी था तथा अपने रिश्तेदार को छोड़कर घर आ रहा था, इस दौरान बारिश भी हो रही थी।

देश में अमन चैन व आपसी भाईचारे की दुआ के साथ मनाया ईद-उल-फितर

संवाददाता

देहरादून। देश में अमन चैन व आपसी भाईचारे की दुआ के साथ ईद-उल-फितर का त्यौहार मनाया गया।

आज यहां सुबह से ही मुस्लिम समुदाय के लोगों ने इस्लामिक कैलेंडर के नौवें महीने में रमजान पूरा होने के बाद 10वें शव्वाल की पहली तारीख को ईद-उल- फितर मनया गया। शहर की 75 ईदगाह व मस्जिदों मे देश में अमन चैन व आपसी भाईचारे की दुआ के साथ ईद की नमाज अता की गयी। गोविन्द गढ स्थित ईदगाह में शहर काजी मुफ्ती हशीम अहमद कासमी ने देश की एकता व भाईचारे की दुआ के साथ सुबह साढे आठ बजे नमाज अता की

गयी। इसके साथ ही जामा मस्जिद पलटन बाजार में नौ बजे, जामा मस्जिद धामावाला में आठ बजे, और शहर व ग्रामीण क्षेत्रों की ईदगाह और मस्जिदों में अलग-अलग समय पर ईद-उल-फितर की नमाज अता की गयी। इसके साथ ही ईद मुबारक देने, सेवइयां व अन्य पकवान खाने खिलाने का सिलसिला दिनभर चला। गत दिवस वर्षा के बाद भी दिनभर ईद के लिए पलटन बाजार, धामावाला, झंडा बाजार, तहसील चौक, इंदिरा मार्केट में देर रात तक लोगों ने कपडे, जूते, सजावदी सामान, इत्र, फैनी, खजला, मेवों आदि की खरीदारी की। कास्मेटिक, मिठाई की दुकानों पर लोगों की भीड उमडी रही। ईद उल फितर पर मुख्य पकवान सेवई की रहती है। ईद को लेकर बाजार में सादी, भुनी, महीन व मोटी कई तरह की सेवई की जमकर खरीदारी हुई। सुबह से ही मुस्लिम समुदाय के लोग नये कपडे पहनकर अपने परिचितों के यहां सेवई बांटने के लिए निकल पडे और एक दूसरे को गले लगाकर ईद की मुबारक बाद देते दिखायी दिये।

आर.एन.आई.- 59626/94

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

प्रधान संपादक
कांति कुमार

संपादक
पुष्पा कांति कुमार

समाचार संपादक
आनंद कांति कुमार

कानूनी सलाहकारः
वी के अरोड़ा, *एडवोकेट*
बैजनाथ, *एडवोकेट*

कार्यालयः दिग्विजय सिनेमा बिल्डिंग देहरादून।
मो. 9358134808

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