सोमवार
13 अप्रैल 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 79
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

34 साल से देहरादून का विश्वास

दूनवैलीमेल

सांध्य दैनिक

आर.एन.आई. : 59626/94 email: doonvalley_news@yahoo.com Website: dunvalleymail.com डीएवीपी से मान्यता प्राप्त

देहरादून-दिल्ली एक्सप्रेस वे कल तक के लिए बंद

मां डाट काली मंदिर भी नहीं जा सकेंगे श्रद्धालु

हमारे संवाददाता

देहरादून। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के 14 अप्रैल को देहरादून आगमन और दिल्ली देहरादून एक्सप्रेस वे के उद्घाटन के चलते एक्सप्रेस वे पर ट्रैफिक पूरी तरह रोक दिया गया है। उद्घाटन से पहले गणेशपुर के पास मरम्मत काम पूरा करने के लिए यातायात पर रोक लगाई गई है। देहरादून के मां डाट काली मंदिर को भी मंगलवार दोपहर दो बजे तक श्रद्धालुओं के लिए बंद कर दिया गया है।

मंदिर समिति के सेवादार दिनेश अग्रवाल (टीटू भाई) और गौरव कुमार ने बताया कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी मंगलवार को देहरादून आ रहे हैं। इस दौरान प्रधानमंत्री मां डाट काली मनोकामना सिद्धपीठ में दर्शन और पूजा-अर्चना भी करेंगे। प्रधानमंत्री के कार्यक्रम को ध्यान में रखते हुए सुरक्षा एजेंसियों के निर्देश पर मंदिर में आम श्रद्धालुओं के प्रवेश पर अस्थायी रोक लगाने का निर्णय लिया गया है। रविवार शाम पांच बजे से मंगलवार दोपहर दो बजे तक मंदिर परिसर में आम भक्तों का प्रवेश पूर्णत: प्रतिबंधित रहेगा। समिति ने सभी श्रद्धालुओं से अपील की है कि वे व्यवस्था बनाए रखने में सहयोग करें

और मंगलवार दोपहर दो बजे के बाद ही मंदिर में दर्शन के लिए पहुंचे।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के भ्रमण कार्यक्रम के मद्देनजर उत्तर प्रदेश के सहारनपुर जिले के गणेशपुर में सड़क मार्ग की मरम्मत के कारण रविवार से 14 अप्रैल तक देहरादून-दिल्ली एक्सप्रेस-वे को यातायात के लिए पूरी तरह से बंद कर दिया गया है। दून पुलिस ने आम जनता से डायवर्ट रूटों का प्रयोग करने की अपील की है। देहरादून पुलिस ने रविवार से ही देहरादून-दिल्ली एक्सप्रेस-वे पर यातायात बंद कर रूट डायवर्ट किया गया है। सहारनपुर, रुड़की, दिल्ली जाने वाले वाहनों के लिए पुलिस ने यातायात प्लान जारी किया है।

प्रधानमंत्री से मांगे धामी सरकार 10 सवालों के जवाबः गोदियाल

हमारे संवाददाता

देहरादून। प्रधानमंत्री के देहरादून दौरे से पहले कांग्रेस ने सरकार को घेरने की तैयारी तेज कर दी है। कांग्रेस प्रदेश कार्यालय में आयोजित प्रेस वार्ता में प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कहा कि कांग्रेस प्रदेश की जनता से जुड़े 10 अहम मुद्दों को प्रधानमंत्री तक पहुंचाना चाहती है।

उन्होंने कहा कि उत्तराखंड में बिगड़ती कानून व्यवस्था, अंकिता भंडारी हत्याकांड, महिला सुरक्षा, भ्रष्टाचार, बेरोजगारी, शराब और अवैध खनन जैसे गंभीर मुद्दों पर कांग्रेस लगातार सवाल उठा रही है। गोदियाल ने कहा कि अंकिता भंडारी हत्याकांड जैसे गंभीर मामले में भाजपा के दिग्गज नेताओं पर लगातार सवाल उठ रहे हैं। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी द्वारा सीबीआई जांच की बात कही गई थी, लेकिन 3-4 महीने बीत जाने के बावजूद जांच की स्थिति स्पष्ट नहीं है। सीबीआई जांच का आधार अंकिता के माता-पिता की शिकायत को न बनाकर किसी तीसरे व्यक्ति की शिकायत को क्यों बनाया गया?

उन्होंने राज्य में बढ़ते मानव-वन्यजीव संघर्ष पर चिंता जताते हुए कहा कि ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले गरीब पहाड़वासी लगातार वन्य जीवों के आतंक का सामना कर रहे हैं, प्रधानमंत्री बताएं कि राज्य की सरकार क्या ठोस कदम उठा रही है? गोदियाल ने प्रधानमंत्री के 2017 के उस बयान की याद दिलाई, जिसमें उन्होंने कहा था कि "पहाड़ का पानी और पहाड़ की जवानी उत्तराखंड के काम आएगी।" उन्होंने सवाल किया कि राज्य

के युवाओं के लिए सरकार ने अब तक कौन-कौन सी प्रभावी योजनाएं लागू की हैं, जबकि हकीकत यह है कि नशाखोरी बढ़ रही है और युवाओं का भविष्य खतरे में है, उन्होंने भर्ती घोटालों और पेपर लीक की घटनाओं को लेकर भी सरकार पर निशाना साधा और कहा कि उत्तराखंड अब इन मामलों के लिए बदनाम होता जा रहा है साथ ही, उपनल कर्मचारियों को लेकर उच्च न्यायालय और सर्वोच्च न्यायालय के फैसलों के बावजूद राज्य सरकार उनके नियमितीकरण से बचने के बहाने खोज रही है। शिक्षा के मुद्दे पर गोदियाल ने कहा कि भाजपा सरकार के कार्यकाल में 886 स्कूल बंद हो चुके हैं, जो चिंताजनक है। वहीं, पहाड़ी क्षेत्रों में 55 नई शराब की दुकानों के खुलने पर सवाल उठाते हुए उन्होंने कहा कि क्या सरकार के पास राजस्व बढ़ाने के लिए सिर्फ खनन और शराब ही विकल्प रह गए हैं? कानून व्यवस्था को लेकर उन्होंने कहा कि एनसीआरबी के आंकड़ों के अनुसार उत्तराखंड महिला अपराध में नंबर वन राज्य बन गया है , राज्य में महिलाएं, बच्चे, पत्रकार, पूर्व सैनिक कोई भी सुरक्षित नहीं है। दिनदहाड़े हत्याएं और अपराध हो रहे हैं और सत्ताधारी दल के लोगों पर भी गंभीर आरोप लग रहे हैं। गोदियाल ने घरेलू गैस की कालाबाजारी और बढ़ती कीमतों पर भी चिंता जताई। उन्होंने कहा कि चारधाम

▶▶ शेष पृष्ठ 7 पर

दून वैली मेल

संपादकीय

एक परिवार से एक टिकट का फार्मूला

कांग्रेस प्रदेश प्रभारी कुमारी शैलजा अपना पांच दिवसीय दौरा पूरा होने के बाद वापस दिल्ली लौट गई है लेकिन उनके इस दौरे के बाद भी कांग्रेसी नेताओं के बीच आपसी मत भेदों और मन भेदों की स्थिति जस की तस ही बनी हुई है। उन्होंने जाते-जाते एक अन्य अहम बात और ऐसी कह दी है जो अब कांग्रेस नेताओं के बीच सबसे अधिक बेचैनी का सबब बन गई है। शैलजा ने अभी से यह स्पष्ट कर दिया है कि 2027 के चुनाव में एक परिवार के सिर्फ एक ही व्यक्ति को टिकट दिया जाएगा? अगर पार्टी ने इस फैसले को जमीन पर उतारा तो हरीश रावत तथा प्रीतम सिंह ही नहीं वह तमाम नेता जो अपने पुत्रों व पुत्री को या पुत्र वधुओं को टिकट दिलाने की उम्मीद लगाए बैठे थे उनका क्या होगा? पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत जो अपनी बेटी को हरिद्वार ग्रामीण क्षेत्र से विधायक बनवा चुके हैं तथा उनके बेटे आनंद रावत जिसे चुनाव मैदान में उतारने की कोशिश वह लंबे समय से ही कर रहे हैं तथा उनकी वर्तमान नाराजगी के पीछे भी यही उद्देश्य बताया जा रहा है उनका क्या होगा? यशपाल आर्य के बेटे संजीव आर्य भले ही पिछले चुनाव में हार गए हो लेकिन क्या यशपाल आर्य इस बात की कोशिश नहीं करेंगे कि उन्हें टिकट दिया जाए? रंजीत रावत सहित तमाम नेता है जो अपनों को टिकट दिए जाने की कोशिशों में लगे हुए हैं और तो और अभी हरीश रावत ने भी एक ऐसा बयान दिया जिसमें उन्होंने कहा कि अगर पार्टी कहेगी तो वह भी चुनाव लड़ सकते हैं। जबकि शैलजा का साफ कहना है कि बात गढ़वाल की हो या कुमाऊं की एक परिवार से सिर्फ एक ही व्यक्ति को टिकट दिया जाएगा। कांग्रेस में अभी तक तो सिर्फ कांग्रेस में किसकी ज्वॉईनिंग हो और किसकी नहीं हो तथा किसने किसकी ज्वॉईनिंग कराई और किसने किसकी ज्वाईनिंग रुकवाई जैसे ही मुद्दे चर्चाओं के केंद्र में थे जिनके नाम सुर्खियों में रहे हैं उनमें सिर्फ हरीश रावत और संजय नेगी के नाम ही शामिल नहीं है अपितु प्रकाश जोशी और डा. हरक सिंह के बयान भी चर्चाओं के केंद्र में हैं दरअसल कांग्रेस के अंदर की इस अंतर्कलह को समझ पाना बहुत मुश्किल ही नहीं कई बार तो नामुमकिन जैसा लगता है। कांग्रेस की नीतिगत बैठकों की बातों के सार्वजनिक होने के मुद्दे को लेकर तो प्रकाश का नाम चर्चाओं में था ही उनके द्वारा हल्द्वानी में अपने संबोधन में पार्टी को तांत्रिकों से सावधान रहने की जो नसीहत दी गई वह भी चर्चाओं का विषय बन गई। कांग्रेस नेताओं को एक दूसरे से यह पूछते देखा गया कि कांग्रेस में तांत्रिक नेता कौन है। प्रकाश जोशी से मीडिया के लोगों ने भी जब तांत्रिक नेता का नाम पूछा गया तो उनका जवाब भी ऐसा था कि लोग उनके मायने ढूंढते रह जाएं। वह कहते हैं कि उनका यह बयान किसी नेता विशेष के लिए नहीं था। वह कहते हैं कि ज्योतिषी और तांत्रिक होने के बीच जितना बारीक साफ पर्क है उतना ही एक पॉलीटिशियन और नेता के बीच है। साथ ही वह यह भी कहते हैं कि लोगों ने उनकी बात का मतलब गलत निकाल लिया है लेकिन इसके इतर एक सच्चाई यह भी है कि नेता कोई भी हो और पार्टी भले ही कोई हो या फिर नेता कोई भी हो। ज्योतिष और तंत्र-मंत्र का आश्रय लेने वाले नेताओं की देश में कोई कमी नहीं है।

क्लीन एंड ग्रीन एनवायरनमेंट समिति ने किया वृक्षारोपण

संवाददाता

देहरादून। क्लीन एंड ग्रीन एनवायरनमेंट समिति द्वारा प्रेमनगर के मंदिर गुरुद्वारा मैदान के बाहर वाली सडक पर वृक्षारोपण किया गया।

आज यहां क्लीन एंड ग्रीन एनवायरनमेंट समिति द्वारा प्रेमनगर के मंदिर गुरुद्वारा मैदान के बाहर वाली सडक पर वृक्षारोपण किया गया। यह कार्यक्रम दिवंगत आत्मा स्वर्गीय श्रीमती उमा देवी को श्रद्धांजलि देने एवं समिति के सदस्य अमरनाथ कुमार के विवाह की 50वीं वर्षगांठ के संपन्न होने पर किया गया। स्वर्गीय उमा देवी की पुत्री सुश्री अर्चना राव ने समिति के अध्यक्ष राम कपूर से निवेदन किया की उनकी स्वर्गीय माता की याद मे कुछ वृक्ष लगाए जाये। उनका स्वर्गवास पिछले वर्ष अप्रैल माह मे हुआ था। अर्चना के निवेदन को स्वीकार करते हुए समिति द्वारा उनकी माता की याद मे वृक्षारोपण किया। साथ ही समिति के सदस्य अमरनाथ कुमार की 50वीं वर्षगांठ भी थी जिसे वृक्षारोपण करके यादगार बनाया गया। इस अवसर पर समिति के अध्यक्ष एवं संस्थापक राम कपूर, अमरनाथ कुमार, शम्भू शुक्ला, जे पी किमोठी, नितिन कुमार, रणदीप अहलुवालिया, गगन चावला, राजेश बाली, संजय भटिया, बिट्टू तलवार, मुकेश, करण, सान्या, मान्या एवं अर्चना राव मौजूद रहे।

एटीएम मशीन में फेवि क्विक लगाकर खराब करने पर युवक-युवती गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। एटीएम मशीनों पर फेवि क्विक लगाकर मशीन खराब करने वाले युवक युवती को पुलिस ने गिरफ्तार कर उसके कब्जे से विभिन्न बैंको के 34 एटीएम कार्ड बरामद किये। पुलिस ने उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

मिली जानकारी के अनुसार संदीप सिंह निवासी धुलकोट, थाना प्रेमनगर, जनपद देहरादून ने कोतवाली विकासनगर पर आकर शिकायत दर्ज करायी कि उनकी हिताची कंपनी की फ्रैंचाइजी है तथा उनके द्वारा प्रेमनगर से विकासनगर के मध्य में लगे हिताची एटीएमों की देखरेख का कार्य किया जाता है। 12 अप्रैल 26 को कुछ अज्ञात व्यक्तियों द्वारा विकासनगर, हरबर्टपुर चौक, सेलाकुई व रामपुर में लगे एटीएम मशीनों के कार्ड रीडर में केमिकल लगाकर एटीएम मशीनों को खराब करते हुए एटीएम मशीनों को नुकसान पहुंचाया गया तथा उपरोक्त एटीएम मशीनों से पैसे निकालने आए लोगों के साथ धोखाधडी से उनके एटीएम कार्ड बदकर उनके खातों से पैसे निकाले गये। शिकायत के आधार थाना विकासनगर कोतवाली में मुकदमा दर्ज किया गया।

पुलिस टीम द्वारा एटीएम तथा उसके आस-पास आने जाने वालो रास्तों पर लगे सीसीटीवी कैमरों का निरीक्षण करते हुए, संदिग्धों के सम्बन्ध में आवश्यक जानाकारियां एकत्रित की गई तो घटना में 02 लोगों के शामिल होने तथा उनके द्वारा घटना में प्रयुक्त स्कूटी के सम्बन्ध में पुलिस टीम को अहम जानकारी प्राप्त हुई। आज चैकिंग के दौरान समरफील्ड स्कूल के पास से मिली सूचना पर घटना में सम्मिलित 2 लोगों को अंकित कुमार पुत्र चन्द्रभान तथा कु. प्राची सैनी पुत्री स्व. चमन सैनी गिरफ्तार किया गया, जिनकी तलाशी लेने पर आरोपियों के पास से विभिन्न बैंको के कुल 34 एटीएम कार्ड तथा एटीएम धोखाधडी कर निकाले गए 9380 रुपये व घटना में प्रयुक्त स्कूटी को सीज किया गया।

पूछताछ में उनके द्वारा बताया गया कि वो अलग-अलग एटीएम में जाकर पहले एटीमए मशीन में फैवी क्विक लगाकर उसे खराब कर देते हैं, जिसके उपरान्त उस एटीएम से पैसा निकालने वाले लोगों के पैसे न निकलने पर उनकी सहायता करने के बहाने उनका एटीएम पिन देख लेते हैं तथा इसी दौरान चालाकी से उनका एटीएम बदल देते हैं। इसी प्रकार उनके द्वारा सहसपुर क्षेत्र में एक महिला का एटीएम बदलकर उसके खाते से 14 हजार रूपये निकाल लिये गये थे। इसके उपरान्त भी उनके द्वारा अन्य लोगों के साथ इसी प्रकार से धोखाधडी करने का प्रयास किया गया किन्तु वो सफल नहीं हो पाये। गिरफ्तार अंकित पूर्व में भी धोखाधडी के अभियोग मे जेल जा चुका है।

प्रेस को संबोधित करें प्रधानमंत्रीः आप

संवाददाता

देहरादून। आम आदमी पार्टी के मीडिया प्रभारी विपिन खन्ना ने कहा कि प्रधानमंत्री को सभी मुद्दों पर खुलकर बात करनी चाहिए और पत्रकारों तथा आम जनता के सवालों का जवाब देना चाहिए।

विपिन खन्ना ,मीडिया प्रभारी, आप ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के 14 अप्रैल के दौरे को लेकर प्रदेश भाजपा बहुत उत्साहित दिखाई दे रही है। ये बात और है कि प्रदेश की जनता में प्रधन्मंत्री के दौरे को लेकर कोई उत्साह दिखाई नहीं दे रहा। इसका सीधा और साफ कारण है कि जनता प्रदेश की भाजपा सरकार की नीतियों से त्रस्त हो चुकी है और जनता प्रधानमंत्री मोदी से अपने सवालों के जवाब चाहती है। देहरादून की जनता कई गंभीर समस्याओं से जूझ रही है।

शहर में गैस सिलेंडर की कमी, लगातार बढ़ते अपराध, महिलाओं की हत्याओं की घटनाएं और कानून-व्यवस्था की बिगड़ती स्थिति लोगों के लिए चिंता का विषय बनी हुई है। जो देहरादून पहले एक सुरक्षित शहर माना जाता था, आज वहां दिन-दहाड़े हत्याएं हो रही हैं, छात्रों के हाथों में अवैध पिस्टल और रिवॉल्वर देखे जा रहे हैं, और भूमि माफियाओं का प्रभाव बढ़ता जा रहा है। आप ने सैन्य धाम में कथित भ्रष्टाचार, रोडवेज कर्मचारियों की समस्याओं, तथा युवाओं के लिए रोजगार की कमी, खासकर यूपीएनएल और नर्सिंग भर्ती से जुड़े मुद्दों पर प्रधानमंत्री से जवाब मांगा चाहती है। यदि प्रधानमंत्री प्रेस कॉन्फ्रेंस करने में हिचकिचाते हैं, तो आम आदमी पार्टी खुद प्रेस कॉन्फ्रेंस हॉल की व्यवस्था करने के लिए तैयार है, ताकि जनता और मीडिया के साथ खुला संवाद हो सके। उत्तराखंड की जनता खुद को ठगा हुआ महसूस कर रही है और मानती है कि केवल पोस्टरबाजी और प्रचार से काम नहीं चलेगा। अब समय आ गया है कि प्रधानमंत्री जनता के विश्वास के टूटने पर जवाब दें।

सर्व समाज की पुरानी इकाई भंग, अशोक मल्होत्रा बने अध्यक्ष

संवाददाता

देहरादून। भारतीय सर्व समाज महासंघ की पुरानी इकाई को भंग करते हुए नई कार्यकारिणी का गठन कर अशोक मल्होत्रा को महानगर का अध्यक्ष बनाया गया।

आज महानगर देहरादून की सर्व समाज महासंघ की पुरानी कार्यकारिणी भंग कर नई कार्यकारिणी का गठन किया गया है जिसमें अशोक मल्होत्रा को महानगर देहरादून का अध्यक्ष नियुक्त किया गया। इनकी नियुक्ति उत्तराखंड सर्व समाज महासंघ के प्रदेश अध्यक्ष इंजीनियर कृपाल सिंह एवं कार्यकारी अध्यक्ष अनिल श्रीवास्तव की संस्तुति एवं राष्ट्रीय अध्यक्ष रामकुमार वालिया की स्वीकृति के आधार पर की गई इसके अलावा महानगर की कार्यकारिणी का विस्तार निम्नवत किया गया जो तत्काल प्रभावी होगा।

अशोक मल्होत्रा अध्यक्ष महानगर देहरादून, उपाध्यक्ष अशोक वर्मा प्रेम नगर वाले, सरदार वीरेंद्र पाल सिंह, कर्म सिंह सैनी, वीरेंद्र बिष्ट, डी एक्स जॉनी, डीएस नेगी, अशोक लोधी, वीर सिंह राठौड़, अजीत अहलूवालिया, कुंवर सिंह, अनुसूचित जाति अशोक चौधरी, जाट समाज अवधेश पंत, कुमाऊनी ब्राह्मण डीके चौधरी एडवोकेट, राम सिंह कश्यप, शकील अहमद , रीमा शर्मा अवधेश प्रजापति, डा सलीम अहमद ओमेंद्र भाटी, गुज्जर समाज महामंत्री श्रीमति मेनका अरोड़ा, श्रीमती चांद वाला अग्रवाल, चौधरी अमित राठी, सतवीर यादव, धीर सिंह चटवाल, संजय मल, विजय भट्टराई, अशोक अनेजा, हसीन अहमद, असलम अली, नेम चंद्र सूर्यवंशी, धर्मपाल वाल्मीकि, सुधीर शर्मा, सचिव जितेंद्र चौधरी, अशोक प्रधान, सागर रघुवंशी, सुधा शर्मा, सराफत, तरुण वालिया, राजीव जायसवाल, आरिफ खान, सरोज चौहान, रमन धवन, विवेक कश्यप, राधिका शर्मा, महानगर विशेष आमंत्रित सदस्य इस प्रकार हैं। ग्रुप गुरदीप सिंह टोनी, शिवानी गुप्ता, सुभाष झिल्डियाल, सतवीर यादव, संजय जैन, हाजी शाहिद हसन, प्रमोद गुप्ता, अनीता डौंडिया, बी एन आर शर्मा, सभी पद अवैतनिक होंगे तथा कार्यकाल 2 वर्ष रहेगा।

DEHRADUN'S OG & FAVOURITE
BISTRO
TURNS 13
THIS 13TH APRIL
THANK YOU DEHRADUN
FOR MAKING THIS JOURNEY POSSIBLE!
BISTRO
3, OLD SURVEY ROAD
BISTRO SPORTS BAR
1, MUNICIPAL ROAD
OPENING SOON
AT RAJPUR ROAD

इस उम्र में शिशु को केला जरूर खिलाएं, मिलेगा दोगुना फायदा

बच्चों को ठोस आहार देना शुरू करने पर कई तरह के पौष्टिक फल दिए जाते हैं। इन फलों में केले का नाम भी शामिल है। बच्चों के लिए केले को बहुत फायदेमंद माना जाता है क्योंकि इसमें कई ऐसे पोषक तत्व होते हैं जो बच्चे के संपूर्ण विकास में मदद करते हैं। जानिए कि बच्चों को केला खिलाने से क्या होता है और बच्चों को केला खिलाने के फायदे एवं बच्चों को केला कैसे खिलाएं के बारे में।

केले के पोषक तत्व

केले में अनेक पोषक तत्व होते हैं। आपको बता दें कि 1०० ग्राम केले में 89 कैलोरी, फैट ०.3 ग्राम, 1 मि.ग्रा सोडियम, 358 मि.ग्रा पोटैशियम, कार्बोहाइड्रेट 23 ग्राम, प्रोटीन 1.1 ग्राम, विटामिन ए 1 फीसदी, विटामिन सी 14 फीसदी, आयरन 1 फीसदी, विटामिन बी6 2० प्रतिशत और मैग्नीशियम 6 प्रतिशत होता है।

केला कब खाना चाहिए

6 महीने के बाद जब शिशु को ठोस आहार खिलाना शुरू किया जाता है, तब उन्हें केला भी खिलाया जा सकता है। 6 महीने के शिशु को एक दिन में एक छोटा केला खिलाया जा सकता है। केला बच्चों में सर्दी और जुकाम से भी बचाता है।

बच्चों को केला खिलाने के फायदे

*केले में फाबइर की उच्च मात्रा होती है जिससे पेट लंबे समय तक भरा रहता है। फाइबर पेट को साफ रखता है और बच्चों में कब्ज नहीं होने देता है। केला मूत्र मार्ग से विषाक्त पदार्थों को साफ करता है जिससे शिशु में यूरिन इंफेक्शन नहीं होता।

*केले में पोटैशियम, कैल्शियम, मैग्नीशियम, आयरन, फोलेट, नियासिन एवं विटामिन बी6 होता है। ये फल शिशु का वजन बढ़ाने में मदद करता है। पोटैशियम और कैल्शियम से युक्त केला बच्चों की हड्डियों को मजबूत बनाता है। इसमें मौजूद आयरन खून में हीमोग्लोबिन का निर्माण करता है।

*ये शरीर में लाल रक्त कोशिकाओं को बनाने में भी मदद करता है।

*केले में फोलेट होता है जो शिशु के मस्तिष्क के विकास और याददाश्त को सुधारने का काम करता है। ये फल आंखों को तेज करता है और कब्ज से बचाता है।

बच्चों को केला कैसे खिलाएं

6 महीने के शिशु को केले के छोटे टुकड़े कर मैश कर के खिलाएं। इससे बच्चा आसानी से केले को निगल लेता है।

9 महीने के बच्चे को प्यूरी के रूप में केला खिला सकते हैं। आप मैश किया गया केला भी दे सकते हैं। एक साल के बच्चे को आप केला सीधा खिला सकते हैं। शिशु को केले की चाट भी खिलाई जा सकती है।

शिशु को हमेशा पका और पीले रंग का केला ही दें। कच्चा केला पचाना मुश्किल होता है इसलिए शिशु को कच्चा केला न खिलाएं। केले को अच्छी तरह से मैश करने के बाद ही बच्चे को खिलाएं।

आप 6 महीने से अधिक उम्र के शिशु को रोज केला खिला सकते हैं लेकिन एक दिन में कम मात्रा में ही केला खिलाना चाहिए। एक ही बार में ज्यादा केला खाने से शिशु की सेहत को नुकसान पहुंच सकता है।

फल खाने का सही तरीका

हमारा जीवन तीन चीजों पर आधारित है। इनमें शरीर, दिमाग और आत्मा सम्मिलित हैं। जीवन के इन तीनों आधारों को संबल देते हैं, अच्छा भोजन, अच्छी नींद और सकारात्मक सोच। हमारा शरीर उस समय सबसे अच्छे तरीके से काम कर पाता है, जब वह पूरी तरह स्वस्थ हो। ऐसे ही हमारा मन तब बहुत अच्छा परिणाम दे पाता है, जब वह पूरी तरह तनावमुक्त हो। लेकिन आज के समय में हमारी जो जीवनशैली है, उसमें हर दिन स्वस्थ शरीर और तनावमुक्त दिमाग रख पाना लगभग असंभव है...

फल खाने का सही तरीका

-फलों को हमेशा तभी खाना चाहिए, जब वे ताजे हों। उन्हें कई दिन रखकर खाने से हानि तो कुछ नहीं होती है लेकिन फल खाने का पूरा लाभ नहीं मिल पाता है। क्योंकि रखे हुए फल जैसे-जैसे पुराने होते जाते हैं, वैसे-वैसे उनकी पोषण क्षमता कम होती जाती है।

-फलों को हमेशा धुलकर ही खाना चाहिए। कोशिश करें जिन फलों को आप छिलके सहित खा सकते हैं, उन्हें छिलके के साथ ही खाएं। जैसे सेब, नाशपाती, अमरूद, चीकू आदि। इन फलों के छिलके फाइबर युक्त होते हैं और इनमें बड़ी मात्रा में पोषण होता है।

-फलों को काला नमक लगाकर खाने से फल का स्वाद तो बढ़ ही जाता है, साथ ही हमारा पाचन भी बेहतर होता है। काला नमक सुपाच्य होता है और हमारे पेट को साफ करने में सहायक होता है। फलों से मिलनेवाला फायबर पेट में जमा गंदगी को साफ करता है तो काला नमक कोशिकाओं के पोषण में सहायता करता है।

-फलों को कभी भी खाने के साथ या खाने के तुरंत बाद नहीं खाना चाहिए। फल खाने का सबसे अच्छा समय सुबह नाश्ते के बाद और लंच से पहले का वक्त होता है। इसके अलावा आप दोपहर के खाने और रात के भोजन के बीचवाले वक्त में भी फल खा सकते हैं।

-कोशिश करें कि जो भी फल खाएं उसे सूर्य छिपने से पहले खा लें। क्योंकि ज्यादातर फलों में नैचरल शुगर होती है। यह हमारे शरीर को ऊर्जा देने का काम करती है। रात के समय फल खाने से हम उस ऊर्जा का उपयोग नहीं कर पाते हैं तो उस एनर्जी के कारण हमें समय पर नींद नहीं आ पाती है।

औषधीय गुणों के लिए जाना जाता हैं शहद- गर्म पानी में पिएं मिलाकर, मिलेंगे कई फायदे

गर्म या गुनगुना पानी पीना सेहत के लिए बहुत फायदेमंद होता है और कई लोग सुबह उठते ही इसका सेवन करते हैं। लेकिन वहीं ज्यादा फायदा पाने के लिए इसमें शहद भी मिलाया जा सकता हैं। शहद में एंटी इंफ्लामेटरी, औषधीय और एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो कई बीमारियों को दूर कर सकते हैं। शहद में विटामिन सी, आयरन, कैल्शियम, पोटैशियम, फॉस्फोरस, जिंक, शुगर, कार्बोहाइड्रेट, राइबोफ्लेविन, एंटीबैक्टीरियल और एंटीसेप्टिक जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं जो आपको सेहतमंद रखने में कई तरह से अपनी भूमिका निभाते हैं। आइए जानते हैं सुबह गुनगुने पानी में शहद मिलाकर पीने से सेहत को मिलने वाले फायदों के बारे में...

वजन कम करने में सहायक

बी ब्यूटीफुल डॉट इन के अनुसार वजन कम करने के लिए गर्म पानी में शहद मिलाकर पीना काफी फायदेमंद होता है, क्योंकि शहद और गर्म पानी बॉडी के मेटाबॉलिज्म को बढ़ने के साथ-साथ लंबे समय तक पेट को भरा रखता है और ब्लोटिंग की समस्या में भी मददगार है, जिससे जल्दी वजन घटाने में सहायता मिलती है। बेहतर रिजल्ट के लिए इस ड्रिंक में इसमें एक नींबू भी मिला सकते हैं।

गले के इन्फेक्शन में फायदेमंद

गले के इन्फेक्शन राहत पाने के लिए रोज सुबह गुनगुने पानी में शहद को मिलाकर सेवन करना बहुत ही फायदेमंद माना जाता है। गुनगुने पानी में शहद मिलाकर पीने से गले में मौजूद बैक्टीरिया खत्म हो जाते हैं। साथ ही इसका सेवन करने से सर्दी, खांसी, बंद नाक, और बुखार जैसी समस्याओं से राहत मिलती है।

इम्यून सिस्टम के लिए फायदेमंद

नियमित गर्म पानी के साथ शहद का सेवन करने से इम्यूनिटी बूस्ट होती है और जल्दी-जल्दी बीमार पड़ने से छुटकारा मिलता है। शहद विटामिंस, न्यूट्रिएंट्स और एंटीऑक्सीडेंट्स के साथ-साथ एंटीमाइक्रोबॉयल प्रॉपर्टी से भरपूर होता है, जो सेल्स को बीमारियों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है।

बॉडी को हाइड्रेटेड रखने में सहायक

बॉडी के हाइड्रेटेड रहने से व्यक्ति की हेल्थ बेहतर रहती है। गर्म पानी और शहद दोनों में मॉइश्चराइजिंग गुण मौजूद होते हैं, जिसका हर सुबह सेवन करने से बॉडी दिनभर हाइड्रेटेड रहती है और डिहाइड्रेशन की समस्या से छुटकारा मिलता है।

पाचन के लिए बेहतरीन

शहद में फाइबर होता है ऐसे में ये पाचन के लिए अच्छा साबिक होता है। शहद का पानी सूजन को कम करता है और आपके पाचन में सुधार करता है। यह हमारे शरीर में मौजूद हानिकारक केमिकल की मात्रा को कम करता है जो ब्लोटिंग और गैस के लिए जिम्मेदार होते हैं। इसके अलावा शहद एंटीऑक्सिडेंट और एंटी-बैक्टीरियल गुणों से भरपूर होता है जो हमारी इम्यूनिटी को बूस्ट करने में मदद कर सकता है।

हीमोग्लोबिन लेवल बढ़ाएं

शरीर का हीमोग्लोबिन लेवल बढ़ाने के लिए रोज सुबह गुनगुने पानी में शहद को मिलाकर सेवन करना बहुत ही फायदेमंद माना जाता है। गुनगुने पानी में शहद मिलाकर पीने से शरीर का हीमोग्लोबिन बढ़ता है। जिससे शरीर में होने वाली खून की कमी दूर होती है।

क्रेविंग्स को करें कंट्रोल

बहुत से लोगों को रात में कुछ मीठा या अनहेल्दी खाने की क्रेविंग्स परेशान करती हैं, खासकर जो लोग रात में देर से सोते हैं यह परेशानी उन लोगों के साथ अधिक देखने को मिलती है। लेकिन शहद आपकी इन क्रेविंग्स को कंट्रोल रखने में मदद करता है और आपकी वजन प्रबंधन में भी मदद करता है।

शरीर की गंदगी होती है साफ

यह आपके शरीर में मौजूद हानिकारक, अपशिष्ट पदार्थों को बाहर निकालने और शरीर को डिटॉक्स करने में मदद करता है। आपने जो कुछ भी पूरा दिन उल्टा-सीधा या अनहेल्दी खाया है उसके प्रभाव को कम करने और टॉक्सिन्स से लड़ने में मदद करता है।

शब्द सामर्थ्य -099

(भागवत साहू)

बाएं से दाएं :

1. पानी, नीर, अंबु 2. आना-जाना, आवागमन 5. बहुत, बढ़िया 6. दूर रहने वाला (घटना) जो वर्तमान में न घट सके 8. अबोध, नासमझ, अनाड़ी 10. सब्जी, शाक 11. निशान, उद्देश्य, अनुमान योग्य वस्तु 12. नाखून 13. द्रव पदार्थ 15. सूनसान, जनविहीन स्थान 16. चटकीला, चमकीला, चटपटा, गौरेया 18. भगवान, खुदा 19. इन दिनों, वर्तमान दिनों में 20. अग्नि, पावक 21. अन्नकण, अनाज का टुकड़ा 22. टालमटोल, बहाने बाजी 24. भैया की पत्नी 25. पांच से छोटी एक विषम संस्था 26. हत्या, कत्ल.

ऊपर से नीचे

1. दुनिया, संसार, ठोस रूप में परिवर्तित करना 2. चमक, पानी 3. बाजीगर, जादू का खेल दिखाने वाला 4. एक पंजाबी प्रेमगीत, रांझा की प्रेमिका 5. मार-काट, खून-कत्ल 7. भूमि, जमीन, भू-भाग 9. बहुत बड़ा दानी, 10. संगीत के सुरों की संख्या 14. लचीला, लोचयुक्त 17. खिसकना, अपने स्थान से हटना, विचलित होना 19. प्रवेश करना, पधारना, आना 20. धूप-दीप से पूजा 22. इसी समय 23. गुस्सा, कहर.

1		■	2		3	4	■	■
	■	5		■	6		7	■
8	9		■	10		■	11	
■	12		■	13		14	■	■
■	15			■	■	16	17	
■	18		■	19				■
■	■	■	20		■	21		■
■	22						■	23
24		■	25		■	■	26	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 98 का हल

स्वा	द	■	सा	म	ना	■	कै	दी
व	■	ख	ल	ना	य	क	■	वा
लं	प	ट	■	ना	क	क	ट	ना
बी	■	प	■	■	■	ड़ी	■	प
■	अ	ट	प	टा	■	■	शा	न
स	ह	■	यो	■	■	र	ति	■
ह	म	■	द	र	ब	द	र	■
म	क	र	■	सी	ल	■	■	■
त	■	क्षा	■	द	वा	खा	ना	■

हुमा कुरैशी की चमक के कायल हुए हॉलीवुड निर्देशक जैक स्नाइडर!

मशहूर हॉलीवुड निर्देशक जैक स्नाइडर ने अभिनेत्री हुमा कुरैशी की जमकर तारीफ की। उन्होंने हुमा को फिल्म आर्मी ऑफ द डेड में काम करने वाले सबसे अच्छे कलाकारों में से एक बताया। जैक स्नाइडर ने मंगलवार को हुमा कुरैशी की तस्वीर इंस्टाग्राम पर पोस्ट की। इस पोस्ट में उन्होंने लिखा, हुमा कुरैशी उन बेहतरीन अभिनेत्री में से एक हैं, जिनके साथ मुझे आर्मी ऑफ द डेड में काम करने का अवसर मिला। टैलेंट, स्क्रीन पर मौजूदगी और जबरदस्त चमक थी। मनोरंजन जगत के कलाकारों ने भी जैक के पोस्ट पर प्रतिक्रिया दी। अभिनेत्री हुमा कुरैशी ने लिखा, आप सबसे बढ़िया हैंञ् बॉस। फराह खान ने लिखा, अरे वाह। आर्मी ऑफ द डेड स्नाइडर की बनाई एक कहानी पर आधारित है। फिल्म की कहानी कुछ सैनिकों के एक ग्रुप के इर्द-गिर्द घूमती है, जो जॉम्बी के कहर के दौरान लास वेगास के एक कसीनो में डकैती की योजना बनाते हैं। स्नाइडर ने आर्मी ऑफ द डेड का आइडिया अपनी 2004 में आई पहली फिल्म डॉन ऑफ द डेड की अगली कड़ी के तौर पर सोचा था। इस फिल्म में कई बड़े एक्टर्स ने काम किया है, जिनमें डेव बॉतिस्ता, एला पर्नेल, ओमारी हार्डविक, एना डे ला रेग्वेरा, थियो रॉसी, मैथियास श्वेघोफर, नोरा अर्नेजेडर, हिरोयुकी सनाडा, टिग नोटारो, राउल कैस्टिलो, हुमा कुरैशी और गैरेट डिलाहंट शामिल हैं। अभिनेत्री हुमा कुरैशी जल्द ही टॉक्सिक- ए फेयरी टेल फॉर ग्रोन-अप में नजर आएंगी। गैंगस्टर एक्शन-ड्रामा है, जिसे गीतु मोहनदास ने डायरेक्ट किया है। यश ने खुद स्क्रिप्ट लिखी है और लीड रोल में हैं। फिल्म में नयनतारा, कियारा आडवाणी, हुमा कुरैशी, रुक्मिणी वसंत और तारा सुतारिया अहम किरदारों में नजर आएंगी। फिल्म की रिलीज पहले 19 मार्च 2026 को रिलीज किया जाना था, लेकिन केवियन प्रोडक्शंस और मॉन्स्टर माइंड क्रिएशंस ने अपने प्रमुख डिस्ट्रीब्यूशन पार्टनर फार्स फिल्म्स के परामर्श पर इसे वैश्विक स्तर पर स्थगित कर दिया था। अब फिल्म को 4 जून 2026 को प्रदर्शित किया जाएगा।

दिवाली से पहले रिलीज होगी कार्तिक-श्रीलीला की फिल्म

कार्तिक आर्यन और साउथ एक्ट्रेस श्रीलीला एक म्यूज़िकल ड्रामा में साथ नजर आएंगे. फिलहाल के लिए इस फिल्म का नाम तू मेरी ज़िंदगी है बताया जा रहा है. वहीं फिल्म को लेकर फैंस में काफी एक्साइटमेंट है. इन सबके बीच फ़िल्ममेकर अनुराग बसु इस फ़िल्म की शूटिंग तेज़ी से पूरी करने में जुटे हुए हैं ताकि इसे दिवाली से पहले रिलीज किया जा सके. ये फैसला एक बड़ी फिल्म से क्लैश से बचने के लिए लिया जा रहा है सूत्रों के हवाले से बताया है कि कार्तिक आर्यन और अनुराग बसु अपनी फ़िल्म को जल्द से जल्द पूरा करने में जुटे हैं. रिपोर्ट के मुताबिक सूत्र ने बताया, अनुराग और फ़िल्म के मेकर्स बॉक्स ऑफिस पर कुछ राहत चाहते हैं. वे रामायण जैसी बड़ी फ़िल्म से बिना किसी क्लैश के, सिनेमाघरों में अपनी फ़िल्म को आराम से चलाना चाहते हैं. अक्टूबर में सिफ़्'एक बड़ी फ़िल्म दृश्यम 3 रिलीज़ हो रही है. इसलिए, प्रोड्यूसर भूषण कुमार और अनुराग अक्टूबर में ही अपनी फ़िल्म रिलीज़ करने पर विचार कर रहे हैं. रिपोर्ट के मुताबिक सूत्र ने आगे बताया, मकसद यह है कि गर्मियों के पीक पर पहुंचने से पहले ही फ़िल्म का ज़्यादातर हिस्सा पूरा कर लिया जाए. इसके बाद कार्तिक कबीर की स्पोर्ट्स ड्रामा फ़िल्म पर काम शुरू करेंगे, जबकि अनुराग अपनी फ़िल्म का फ़ाइनल कट तैयार करेंगे. अनुराग बसु की रोमांटिक म्यूजिकल फिल्म का पहला लुक वीडियो कार्तिक आर्यन ने फरवरी 2025 में शेयर किया था. इसकी शुरुआत भीड़ की ज़ोरदार तालियों और चीयर्स से होती है, जबकि अभिनेता गिटार बजाते हुए मंच पर परफ़ॉर्म करते हुए नजर आते हैं. उन्हें तू मेरी ज़िंदगी है गाना गाते हुए देखा जा सकता है, जिसमें वह घनी दाढ़ी और लंबे, बिखरे बालों के साथ एक दिल टूटे आशिक के लुक में नज़र आ रहे हैं. इस वीडियो में श्रीलीला और कार्तिक के रोमांटिक पलों की कुछ झलकियां भी दिखाई गई हैं.

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

–प्रबंधक विज्ञापन

नौकरी छोड़ एक्ट्रेस बनीं अनन्या नागल्ला

साउथ एक्ट्रेस अनन्या नागल्ला पिछले कुछ सालों से इंडस्ट्री में खुद की पहचान बना रही है. तेलुगु फिल्मों में काम करने वाली अनन्या ने बहुत कम समय में अपने अभिनय से दर्शकों का ध्यान खींचा है. 2019 में फिल्म मल्लेशम से अपने करियर की शुरुआत करने वाली अनन्या ने धीरे-धीरे इंडस्ट्री में मजबूत जगह बनाई है. उनकी सादगी, नैचुरल एक्टिंग और मेहनत की वजह से उन्हें दर्शकों से बहुत तारीफ मिली. इसी बीच आइए उनके बारे में विस्तार से जानते हैं.

अनन्या नागल्ला का जन्म तेलंगाना के खम्मम जिले के सतुपल्ली में एक तेलुगु परिवार में हुआ था. उनके पिता वेंकटेश्वर राव एक बिजनेसमैन हैं और उनकी मां का नाम विष्णु प्रिया है. बचपन से ही अनन्या पढ़ाई में अच्छी थी और परिवार का माहौल भी काफी सपोर्टिव रहा.

अनन्या ने हैदराबाद के इब्राहिमपट्टनम स्थित राजा महेंद्र कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग से बीटेक की पढ़ाई पूरी की. पढ़ाई खत्म करने के बाद उन्होंने आईटी कंपनी इन्फोसिस में नौकरी शुरू की. वहां वो टेस्ट एनालिस्ट के रूप में काम करती थी और बाद में सॉफ्टवेयर इंजीनियर बनी.

नौकरी के समय ही अनन्या को 2017 में एक शॉर्ट फिल्म शादी में काम करने का मौका मिला. इसके बाद उन्होंने हैदराबाद के मणिकोंडा इलाके में एक एक्टिंग स्कूल जॉइन किया और धीरे-धीरे फिल्म इंडस्ट्री में कदम रखने की तैयारी शुरू कर दी.

कई ऑडिशन देने के बाद अनन्या को 2019 की बायोपिक फिल्म मल्लेशम में काम करने का मौका मिला. इस फिल्म में उन्होंने पद्मा नाम का किरदार निभाया, जो दर्शकों को पसंद आया था. इस रोल के लिए उन्होंने अपनी नौकरी से एक महीने की छुट्टी ली थी.

2021 में अनन्या नागल्ला को पावर स्टार पवन कल्याण की फिल्म वकील साब में काम करने का मौका मिला. यह फिल्म हिंदी फिल्म पिंक की रीमेक थी. फिल्म में अनन्या ने दिव्या नायक का किरदार निभाया था. इस रोल के बाद उन्हें पूरे तेलुगु फिल्म इंडस्ट्री में पहचान मिलने लगी.

अनन्या ने 2021 में साइंस-फिक्शन ड्रामा फिल्म प्ले बैक में भी काम किया. इसके अलावा 2024 में आई फिल्म तंत्र में उन्होंने लीड रोल निभाया. इस फिल्म में उनके कॉन्फिडेंस और स्क्रीन प्रेजेंस की भी काफी चर्चा हुई. अनन्या नागल्ला के लिए आईटी कंपनी की नौकरी छोड़कर फिल्म इंडस्ट्री में कदम रखना आसान फैसला नहीं था. लेकिन अपने जुनून और मेहनत के दम पर अनन्या आज तेलुगु सिनेमा की उभरती हुई एक्ट्रेसेस में गिनी जाती हैं.

मौनी रॉय ने व्हाइट साड़ी में ढाया कहर, बैकलेस ब्लाउज पहन दिए कातिलाना पोज

बॉलीवुड एक्ट्रेस मौनी रॉय फिल्मों से ज्यादा अपने लुक्स को लेकर सुर्खियां बटोरती नजर आती हैं. एक्ट्रेस आए दिन अपनी दिलकश फोटोज शेयर करती हैं हाल ही में उन्होंने साड़ी में अपनी कुछ शानदार फोटोज शेयर की हैं.

मौनी रॉय सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं. हाल ही एक्ट्रेस अपनी खूबसूरत तस्वीरें शेयर कर फैंस का ध्यान खींचा है.

शेयर की गई फोटोज में एक्ट्रेस ऑफ व्हाइट कलर की साड़ी पहने नजर आ रही हैं. उनका ये लुक काफी एलिगेंट गल रहा है.

साड़ी के साथ एक्ट्रेस ने पिंक एंड गोल्डन कॉम्बिनेशन का बैकलेस ब्लाउज कैरी किया है, जो उनके लुक में चार चांद लग रहा है.

एक्ट्रेस ने गोल्डन झुमके और बिंदी लगाकर अपने इस लुक को कंप्लीट किया है. उनका ये अंदाज देखने लायक है. एक्ट्रेस ने मेकअप को काफी सटल रखा है. उन्होंने स्मोकी आई लुक और लाइट शेड लिपस्टिक चूज की. खुले बालों में बला की हसीन दिख रही हैं.

बैकलेस ब्लाउज पहन कर एक्ट्रेस ने जमकर कातिलाना पोज दिए. उनकी इन अदाओं पर फैंस फिदा हो गए हैं.

कुछ फोटोज में एक्ट्रेस कर्वी फिगर भी फ्लॉन्ट करती नजर आई. उनकी ये तस्वीरें सोशल मीडिया पर काफी वायरल हो रही हैं.

भिक्षावृत्ति व मानव तस्करी को रोकने को उठाएं सख्त कदम- एसपी

उत्तरकाशी(आरएनएस)। आगामी चारधाम यात्रा को देखते हुए जनपद में बाल श्रम, भिक्षावृत्ति व मानव तस्करी जैसी गंभीर सामाजिक समस्याओं पर अंकुश लगाने के लिए पुलिस ने कमर कस ली है। शुक्रवार को पुलिस अधीक्षक कमलेश उपाध्याय की अध्यक्षता में विभिन्न विभागों के साथ एक महत्वपूर्ण समन्वय बैठक आयोजित की गई। बैठक में तय किया गया कि बाल श्रम और भिक्षावृत्ति में लिप्त पाए जाने वाले मामलों में त्वरित रेस्क्यू और पुनर्वास की प्रक्रिया को मजबूत किया जाएगा। बैठक में चारधाम यात्रा के दौरान बढ़ने वाली भीड़ और बाहरी गतिविधियों को ध्यान में रखते हुए प्रभावी कार्ययोजना तैयार करने पर जोर दिया गया। एसपी ने स्पष्ट निर्देश दिए कि यात्रा मार्गों, पड़ावों, होटलों, ढाबों एवं संवेदनशील क्षेत्रों में संदिग्ध व्यक्तियों का अनिवार्य सत्यापन करें। उन्होंने कहा कि चारधाम यात्रा केवल धार्मिक आस्था का विषय नहीं, बल्कि सुरक्षा और सामाजिक जिम्मेदारी का भी बड़ा दायित्व है, इसलिए सभी संबंधित विभागों को मिलकर सतर्क निगरानी व्यवस्था लागू करनी होगी। इस दौरान मानव तस्करी की रोकथाम के लिए जागरूकता अभियान चलाने, स्थानीय लोगों की भागीदारी बढ़ाने और सूचना तंत्र को सक्रिय करने पर भी सहमति बनी। अधिकारियों ने कहा कि यात्राकाल में बाहरी राज्यों से आने वाले असामाजिक तत्वों पर विशेष नजर रखी जाएगी, ताकि किसी भी प्रकार की मानव तस्करी या शोषण की संभावना को शुरुआत में ही रोका जा सके।

बारिस के बाद गेहूं के रेट में गिरावट पर जताई चिंता

रुद्रपुर(आरएनएस)। उत्तराखाड क्रांति दल सैनिक प्रकोष्ठ की बैठक में आगामी विधान सभा चुनाव को लेकर चर्चा हुई। वक्ताओं ने संगठन को मजबूत करने और आम जनता के मुद्दों को लेकर संघर्ष का एलान किया। इस दौरान बारिस के चलते गेहूं के रेट में आई गिरावट पर चिंता व्यक्त की गई। वक्ताओं ने कहा कि किसानों को बाजार में गेहूं का दाम 1800 रुपये कुंतल मिल रहा है। तहसील परसिर में आयोजित बैठक में केन्द्रीय अध्यक्ष शिव शंकर भाटिया ने कहा कि बारिश से किसानों को भारी नुकसान हुआ है। बारिश और तेज हवा से किसानों का गेहूं जमीन पर गिर गया है। पानी में डूबने से फसल बरबाद हो गई है। जो फसल बची है उसका भाव नहीं मिल रहा है। किसान मजबूर होकर इधर-उधर चक्कर मार रहा है, लेकिन उनके गेहूं का दाम 1800 रुपय कुंतल लगाया जा रहा है जबकि सरकारी रेट 2585 रुपये तय किया गया है। किसान पहले से ही गांव-गांव सेंटर खोले जाने की मांग कर रहे थे। मजबूर होकर किसान गेहूं बिचौलिये के हाथों औने पौने दाम में बेचने को मजबूर रहो रहे हैं। उक्रांद कार्यकर्ताओं ने कहा कि किसानों को यदि सही दाम नहीं मिला तो वह आंदोलन को बाध्य होंगे। यहां धनबहादुर चंद, महेश चंद, हनुमान सिंह मेहता, प्रकाश सिंह रावत, चामू सिंह, गोविंद बिष्ट, संतोष मेहरोत्रा, शिवलाल रस्तोगी आदि थे।

सू- दोकू क्र.099

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

नियम

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

सू-दोकू क्र.98 का हल

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

चारधाम यात्रा के लिए 100 बसों की एडवांस बुकिंग

ऋषिकेश(आरएनएस)। चारधाम यात्रा को लेकर विभिन्न राज्यों से तीर्थयात्रियों के फोन बसों की बुकिंग के लिए घनघनाने शुरू हो गए हैं। यात्रा के लिए 100 बसों की एडवांस बुकिंग भी समिति को मिल चुकी है, जबकि अभी यात्रा शुरू होने में ही आठ दिन बाकी हैं। बुकिंग और यात्रियों के लगातार आते फोन कॉल्स से समिति से जुड़े निजी परिवहन कारोबारियों को इस साल अच्छे कारोबार की उम्मीद है।

संयुक्त रोटेशन यात्रा व्यवस्था समिति में दस निजी परिवहन कंपनियां शामिल हैं। 1800 से ज्यादा बसों को तीर्थयात्रियों के लिए समिति रिजर्व किया है। इनका संचालन ऋषिकेश से ही किया जाना है। धामों के दर्शन के लिए यूपी, गुजरात, मध्यप्रदेश, महाराष्ट्र, पश्चिम बंगाल समेत विभिन्न राज्यों से समिति सदस्यों को बसों की बुकिंग के लिए फोन आ रहे हैं। यात्री मौसम और रूट की जानकारी भी ले रहे हैं। उन्हें समिति सदस्यों की ओर से 17 अप्रैल से ऑफलाइन रजिस्ट्रेशन शुरू होने से भी अवगत कराया गया है।समिति के प्रभारी नवीन तिवाड़ी ने बताया कि कंपनियों के पास लगभग 100 बसों की एडवांस बुकिंग है, जिसकी जानकारी उन्होंने दी है। बताया कि यात्रियों के लिए इस बार पर्याप्त बसों का इंतजाम किया गया है। अत्याधिक भीड़ में जरूरत पढ़ने पर बसों की संख्या को और ज्यादा बढ़ाया जा सकता है। समिति में टीजीएमओ, जीएमओ, दून वैली, रूपकुंड, यातायात समेत दस कंपनियां शामिल हैं।686 वाहनों के ग्रीन कार्ड बनेऋषिकेश में चारधाम जाने वाले वाहनों के ग्रीन कार्ड बनाने का भी क्रम जारी है। हरिद्वार बाईपास मार्ग स्थित एआरटीओ कार्यालय में वाहनों की बारीकी से जांच के बाद उन्हें ग्रीन कार्ड जारी किए जा रहे हैं। 686 बस, टेंपो ट्रैवलर और टैक्सियों के अभी तक बन चुके हैं। शुक्रवार को भी कई चालक यात्रा के लिए वाहन लेकर ग्रीन कार्ड बनाने के लिए पहुंचे। एआरटीओ रावत सिंह ने बताया कि वाहनों की आवश्यक जांच के बाद उन्हें यह कार्ड जारी किया जा चुका है। ग्रीन कार्ड बनाने के दौरान चालकों और यात्रियों के लिए कार्यालय में भी पेयजल और अन्य जरूरी इंतजाम भी जुटाए गए हैं।

45 लोगों ने उठाया चिकित्सा शिविर का लाभ

ऋषिकेश(आरएनएस)। होम्योपैथी के जनक डॉ. फेडरिक सैमुएल हनीमैन के जन्म दिवस पर शुक्रवार को निशुल्क होम्योपैथिक चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया, जिसमें 45 लोगों का स्वास्थ्य जांचा गया। शुक्रवार को राजकीय होम्योपैथिक चिकित्सालय रायवाला में आयोजित शिविर का शुभारंभ डॉ. फ्रेडरिक सैमुएल हैनीमैन के चित्र पर पुष्पांजलि अर्पित कर किया गया। हॉस्पिटल परिसर में कुल 15 औषधीय पौधे भी लगाए गए। प्रभारी चिकित्सा अधिकारी विनय कुड़ियाल ने कहा कि डॉ. हनेमैन ने मानव समाज को दु:ख रहित प्रभावकारी चिकित्सा प्रणाली दी। उन्होंने कहा कि चिकित्सा क्षेत्र में उनके योगदान को हमेशा याद रखा जाएगा। शिविर में कुल 45 लोगों का स्वास्थ्य परीक्षण कर दवा प्रदान की गई। शिविर में पहुंचे लोगों को संबोधित करते हुए डॉ. विनय कुड़ियाल ने कहा कि होम्योपैथी ट्रीटमेंट के साथ साथ योगाभ्यास करने के बहुत अच्छे परिणाम मिले हैं। उन्होंने लोगों से हॉस्पिटल में संचालित निशुल्क योग सत्रों में शामिल होकर लाभ उठाने को कहा। मौके पर फार्मासिस्ट अरुण भट्ट, योग अनुदेशक भगतराम कपरूवान, नीना सजवाण, अनिता भट्ट, सुमन देवी, लक्ष्मी नौटियाल, ममता प्रधान, विकल सजवाण, नीलम असवाल आदि उपस्थित रहे।

एक फोन करने के लिए जाना पड़ता है गांव से दूर

कोटद्वार(आरएनएस)। ब्लॉक नैनीडांडा के अंतर्गत कोचियार ग्राम सभा और क्षेत्र के 30 से 40 गांवों की संचार सेवा ठप होने से ग्रामीणों को परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। ग्रामीणों ने संचार सेवा सुचारु करने की मांग की। संचार सुविधा के लिए पांच साल पहले बीएसएनएल ने टावर लगाया था लेकिन अब यह टावर शोपीस बनकर रह गया है। ऐसे में ग्रामीणों को फोन करने के लिए 200 से 300 मीटर दूर जाना पड़ता है। आलम यह है कि टावर के नजदीकी मकानों के पास भी नेटवर्क नहीं मिल रहे हैं। ग्राम सभा कोचियार की प्रधान उमा देवी बिष्ट ने बताया कि इस बारे में कई बार प्रशासन को अवगत कराया गया लेकिन विभागीय अधिकारियों ने इसे अनसुना कर दिया। नेटवर्क नहीं होने के कारण मनरेगा कार्यों में हाजिरी लगाने में भी दिक्कतें आ रही हैं। पूर्व ज्येष्ठ प्रमुख सुरेंद्र सिंह बिष्ट ने कहा कि संचार सुविधा में जल्द सुधार नहीं हुआ तो तहसील मुख्यालय धुमाकोट में प्रदर्शन करेंगे।

महंगी प्राइवेट किताबों के खिलाफ उठा अभिभावकों का मुद्दा

रुद्रपुर(आरएनएस)। जिले में स्कूलों द्वारा महंगी प्राइवेट किताबें लागू किए जाने के खिलाफ अभिभावकों की आवाज बुलंद होने लगी है। शुक्रवार को अखिल भारतीय ग्राहक पंचायत के पदाधिकारी कलेक्ट्रेट पहुंचे और जिलाधिकारी को ज्ञापन सौंपकर इस पर तत्काल कार्रवाई की मांग की। ज्ञापन में बताया गया कि ऊधम सिंह नगर के कई निजी विद्यालय एनसीईआरटी के बजाय कई गुना महंगी प्राइवेट किताबें अनिवार्य कर रहे हैं। इससे अभिभावकों पर अनावश्यक आर्थिक बोझ पड़ रहा है। आरोप है कि स्कूल तय दुकानदारों के माध्यम से ही किताबें बिकवा रहे हैं और पूरे सेट को खरीदना अनिवार्य कर रहे हैं। पदाधिकारियों ने कहा कि किताबों के सेट में गैर-जरूरी सामग्री भी शामिल की जा रही है, जो उच्च न्यायालय के निर्देशों के विपरीत है। उन्होंने मांग की कि महंगी किताबें खरीद चुके अभिभावकों को धनवापसी कराई जाए और स्कूलों को केवल एनसीईआरटी या समान कीमत की पुस्तकों को ही लागू करने के निर्देश दिए जाएं। उन्होंने इसे सामाजिक स्तर पर गंभीर समस्या बताते हुए कहा कि ऐसी मनमानी पर रोक लगाना जरूरी है।

यमुनोत्री हाईवे पर डीजल की कमी से थमी मशीनें, काम छोड़ने को मजबूर मजदूर

उत्तरकाशी(आरएनएस)। चारधाम यात्रा से शुरू होने से पहले यमुनोत्री यात्रा मार्ग पर डीजल और रसोई गैस की किल्लत ने सभी की चिंता बढ़ा दी है।

यमुनोत्री हाईवे चौड़ीकरण कार्य में लगी निर्माण कार्य एजेंसियों को आवश्यकता के अनुरूप डीजल नहीं मिल पा रहा है जिससे मशीनें थम गई हैं। वहीं, कार्यस्थलों पर रह रहे मजदूरों को खाना बनाने के लिए गैस सिलिंडर नहीं मिल रहे हैं। इस समस्या के चलते कई मजदूर काम छोड़कर अपने घरों को चले गए हैं।

जनपद में ईंधन संकट के चलते जहां चारधाम ऑलवेदर सड़क परियोजना सहित अन्य विकास के निर्माण कार्य प्रभावित होने से रफ्तार काफी धीमी हो गई है। वहीं काम में लगे मजदूरों के सामने रोजमर्रा की जरूरतें पूरी करना भी मुश्किल हो गया है। सड़क परियोजना में कार्यरत निर्माण कार्य एजेंसी के अधिकारियों का कहना है कि इस समस्या के लिए जिला प्रशासन को भी अवगत करवाया गया है। एजेंसियों को आवश्यकता के अनुरूप डीजल नहीं मिल पा रहा है जिससे मशीनों की रफ्तार थमने लगी है। यमुनोत्री यात्रा मार्ग पर इन दिनों नैनबाग से लेकर बड़कोट तक करीब 50 किलोमीटर व पाली गाड़ से लेकर जानकीचट्टी तक करीब 25 किलोमीटर यमुनोत्री नेशनल हाईवे के डबल लेन चौड़ीकरण का कार्य चल रहा है। वहां पर कई मशीनें व मजदूर निर्माण कार्यों में लगे हुए हैं लेकिन ईंधन की कमी से मौके पर कई डंपर व मशीनों की संख्या कम कर दी गई है। गैस सिलिंडरों के अभाव में यहां कार्य कर रहे मजदूर भी घर लौटने लगे हैं। यमुनोत्री हाईवे चौड़ीकरण कार्य में लगी निर्माण कार्य एजेंसी के परियोजना प्रबंधक गोपाली श्रीनिवासुलु रेड्डी ने डीजल रसोई गैस की कमी स्वीकारते हुए कहा कि इससे कार्य की गति प्रभावित हो रही है। जिला प्रशासन को भी पत्र लिखा गया है। एसडीएम बृजेश कुमार तिवारी ने कहा कि समस्या से अवगत कराया जाएगा तो समाधान की कोशिश करेंगे।

यमुनोत्री हाईवे पर स्याना चट्टी में यमुना नदी पर बन रहा बैली ब्रिज का निर्माण कार्य भी प्रभावित हुआ है। वहां पर लगी मशीनें डीजल के अभाव में थम गई हैं। एनएच के एई अंकित नौटियाल ने बताया कि डीजल की उपलब्धता प्रभावित होने से सड़क चौड़ीकरण कार्य में दिक्कत के बावजूद भी चारधाम यात्रा शुरू होने तक सड़क को बेहतर करने का प्रयास किया जा रहा है।

मुख्यमंत्री ने बाबा नीब करौरी महाराज पर आधारित फिल्म के प्रोमो का लोकार्पण किया

संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने श्री बाबा नीब करौरी महाराज पर आधारित फिल्म के प्रोमो और पोस्टर का लोकार्पण किया।

आज यहां मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने मुख्यमंत्री आवास में श्री बाबा नीब करौरी महाराज पर आधारित फिल्म के प्रोमो और पोस्टर का लोकार्पण किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह फिल्म केवल एक सिनेमाई प्रस्तुति नहीं है, बल्कि श्रद्धा, भक्ति और मानवता के उच्च आदर्शों को समाज के प्रत्येक वर्ग तक पहुँचाने का एक सराहनीय प्रयास है। उन्होंने कहा कि बाबा नीब करौरी महाराज जी का दिव्य जीवन आज भी करोड़ों लोगों के लिए प्रेरणा का स्रोत है। उनकी शिक्षाएँ सरलता, करुणा, सेवा और भक्ति के मार्ग पर चलने का संदेश देती हैं, जो वर्तमान समय में अत्यंत प्रासंगिक हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि इस प्रकार के आध्यात्मिक एवं सांस्कृतिक विषयों पर आधारित प्रयास भारतीय संस्कृति और सनातन मूल्यों के संरक्षण एवं प्रसार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उन्होंने आशा व्यक्त की कि यह फिल्म समाज में सकारात्मक ऊर्जा का संचार करेगी और नई पीढ़ी को अपने सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक मूल्यों से जोड़ने में सहायक सिद्ध होगी। मुख्यमंत्री ने फिल्म से जुड़े सभी कलाकारों, निर्देशक एवं निर्माता दल को इस सराहनीय एवं आध्यात्मिक प्रयास के लिए हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ दीं। इस अवसर पर योगगुरु स्वामी रामदेव एवं स्वामी चिदानंद सरस्वती महाराज, फिल्म निर्देशक शरद सिंह ठाकुर एवं अन्य कलाकार मौजूद रहे।

सैलजा ने भाजपा पर बोला हमला

देहरादून (कासं)। उत्तराखंड कांग्रेस प्रभारी कुमारी सैलजा ने संगठन की मजबूती को जीत की कुंजी बताते हुए कार्यकर्ताओं से जुटने का आह्वान किया। इसके साथ ही उन्होंने भाजपा सरकार पर जमकर हमला बोला। कांग्रेस के सदस्यता ग्रहण कार्यक्रम में उन्होंने कार्यकर्ताओं से अपील की कि वह घर-घर जाकर कांग्रेस पार्टी की नीतियों और उपलब्धियों को लोगों तक पहुंचाएं। इसके साथ ही भाजपा सरकार में हुए भ्रष्टाचार की पोल खोलें। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने कहा कि विश्व प्रसिद्ध पर्यटन स्थल होने के बावजूद पिछले दस सालों से मसूरी के विकास का पहिया रुक गया है। एक पुल को आठ माह में सरकार नहीं बना पाई है। हालात यह है कि जनता हर रोज घंटों जाम में फंस रही है।

गायक मासूम शर्मा की गिरफ्तारी की मांग को लेकर विभिन्न संगठनों ने किया प्रदर्शन

संवाददाता

देहरादून। डीएवी महाविद्यालय में छात्र संघ समारोह में हरियाणा के एक गायक मासूम शर्मा द्वारा मंच से उपस्थित श्रोताओं को गाली गलोज तथा अभद्रता की कडे शब्दों में निन्दा करते हुए उसकी गिरफ्तारी की मांग के लेकर जिलाधिकारी व बरिष्ठ पुलिस अधीक्षक को ज्ञापन दिया तथा कहा है कि यह सब उक्त गायक द्वारा पुलिस बल की उपस्थिति में किया तथा पुलिस मौन रही। जबकि मंच में इस समय कुछ जनप्रतिनिधि भी मौजूद थे, अभद्रता मुख्यमंत्री धामी के जाने के बाद हुई, घटना के बाद आयोजक विधार्थी परिषद व पुलिस व सरकार चुप्प रही। किन्तु सामाजिक, राजनैतिक तथा अधिवक्ता संगठनों के हस्तक्षेप के बाद पुलिस द्वारा उक्त गायक को नोटिस भेजकर मामले को रफा दफा करने के प्रयास के बिरूद्ध विभिन्न राजनैतिक दलों, सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधि जिलाधिकारी कार्यालय पहुंचे तथा कलक्टेट प्रशासनिक अधिकारी को जिलाधिकारी व वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक को ज्ञापन दिया। उक्त आरोपित व्यक्ति की गिरफ्तारी की मांग को लेकर ज्ञापन सौंपा।

प्रधानमंत्री से मांगे धामी सरकार 10...

◄◄ पृष्ठ 1 का शेष

यात्रा के मद्देनजर होटल और पर्यटन व्यवसाय से जुड़े लोगों को पर्याप्त मात्रा में गैस उपलब्ध कराना जरूरी है, अन्यथा पर्यटन आधारित अर्थव्यवस्था को भारी नुकसान होगा। अंत में गोदियाल ने कहा, "मैं केवल एक पोस्टमैन हूं। ये सवाल मेरे नहीं, बल्कि उत्तराखंड की जनता के हैं। कांग्रेस पार्टी मुख्य विपक्षी दल होने के नाते अपना दायित्व निभा रही है और जनता की आवाज प्रधानमंत्री तक पहुंचा रही है।"गणेश गोदियाल ने उम्मीद जताई कि प्रदेश की जनता के ये सवाल प्रधानमंत्री तक जरूर पहुंचेंगे और उन पर जवाब भी मिलेगा प्रेस वार्ता का संचालन मुख्य प्रवक्ता गरिमा मेहरा दसौनी ने किया। प्रेस वार्ता में प्रदेश महिला कांग्रेस की अध्यक्षा ज्योति रौतेला, पूर्व सैनिक प्रकोष्ठ के अध्यक्ष कर्नल राम रतन नेगी एवं प्रदेश प्रवक्ता अभिनव थापर व प्रतिमा,मौजूद रहे।

चोरी की मोटरसाईकिल के साथ एक गिरफ्तार

संवाददाता

देहरादून। पुलिस ने चोरी की मोटरसाईकिल के साथ एक को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया है।

मिली जानकारी के अनुसार मोहम्मद साकिब पुत्र मोहम्मद महफूज अली निवासी पीठवाली गली जमनपुर सेलाकुई सेन्ट्रल होप टाउन देहरादून द्वारा थाना सेलाकुई पर आकर तहरीर दी गयी कि 08 अप्रैल 2026 की रात्री को अज्ञात चोर द्वारा वादी के घर के बाहर खडी उनकी मोटरसाइकिल चोरी कर ले गया है, तहरीर के आधार पर थाना सेलाकुई पर मुकदमा दर्ज किया गया। घटना के खुलासे तथा आरोपी की गिरफ्तारी हेतु वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक देहरादून द्वारा थाना सेलाकुई पर गठित पुलिस टीम को आवश्यक निर्देश दिये गये, जिसके अनुपालन में पुलिस टीम द्वारा घटनास्थल के आस पास आने जाने वाले रास्तों पर लगे सीसीटीवी कैमरों को चैक करते हुए घटना के सम्बंध में सुरागरसी/पतारसी करते हुए आवश्यक जानकारियां एकत्रित करते हुए स्थानीय तंत्र को भी सक्रिय किया गया। साथ ही पूर्व में वाहन चोरी में प्रकाश में आये लोगों की वर्तमान स्थिति की जानकारी करते हुए भौतिक सत्यापन किया । पुलिस द्वारा किये जा रहे लगातार प्रयासों से` चैकिंग के दौरान धूलकोट तिराहे के पास से सलमान पुत्र राशिद निवासी निकट केले का गोदाम शंकरपुर सहसपुर देहरादून को उक्त घटना में चोरी की गई मोटर साइकिल के साथ गिरफ्तार किया गया। पूछताछ में उसकें द्वारा बताया गया कि वह आस-पास के क्षेत्र में ड्राइवरी तथा मजदूरी का कार्य करते हैं। अपनी निजी आवश्यकताओं की पूर्ति तथा जल्दी पैसा कमाने के लालच में उनके द्वारा उक्त चोरी की घटना को अंजाम दिया गया था। उक्त चोरी की गई मोटर साइकिल की नम्बर प्लेट हटाकर उसे बेचने की फिराक में था, पर उससे पूर्व ही पुलिस द्वारा उन्हें गिरफ्तार कर लिया गया।

वीवीआईपी कार्यक्रम को सकुशल सम्पन्न कराने के लिये दून पुलिस ने कसी कमर

संवाददाता

देहरादून। वीवीआईपी कार्यक्रम को सकुशल सम्पन्न कराने के लिए दून पुलिस ने कमर कसते हुए दिन रात लगातार सघन चैकिंग अभियान चलाया जा रहा है।

14 अप्रैल को जनपद में प्रस्तावित वीवीआईपी कार्यक्रम के दृष्टिगत दून पुलिस द्वारा सुरक्षा से जुडी सभी तैयारियां पूर्ण की जा चुकी हैं। वीवीआईपी कार्यक्रम स्थल तथा सम्पूर्ण वीवीआईपी रूट पर सुरक्षा के समुचित प्रबन्ध सुनिश्चित किये गये हैं। एसएसपी देहरादून द्वारा स्वंय ग्राउण्ड जीरो पर मौजूद रहते हुए सभी सुरक्षा व्यवस्थाओं का जायजा लेते हुए सुरक्षा के सम्बन्ध में लगातार अधीनस्थों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिये जा रहे हैं। वीवीआईपी कार्यक्रम के दृष्टिगत एसएसपी प्रमेन्द्र डोबाल के निर्देशों पर जनपद में नगर से देहात तक सभी थाना क्षेत्रों में पुलिस द्वारा दिन-रात लगातार सघन चैकिंग अभियान चलाया जा रहा है तथा जनपद की सीमावर्ती चैकपोस्टों व आन्तरिक मार्गों पर लगातार पुलिस द्वारा बाहरी राज्यों से आने वाले वाहनों/व्यक्तियों की सघन चौकिंग सुनिश्चित की जा रही है तथा चैकिंग के दौरान संदिग्ध मिले व्यक्तियों को थाने लाकर उनके सत्यापन की कार्यवाही की जा रही है। वीवीआईपी कार्यक्रम के दृष्टिगत जनपद के नगर तथा देहात क्षेत्रों में पुलिस द्वारा लगातार वृहद स्तर पर सत्यापन अभियान चलाते हुए बाहरी/संदिग्ध व्यक्तियों के सत्यापन की कार्यवाही सुनिश्चित की जा रही है, साथ ही सभी होटल/गेस्ट हाउस/धर्मशालाओं आदि की चैकिंग करते हुए वहाँ रुके बाहरी व्यक्तियों के सम्बन्ध में जानकारी करते हुए उनके सत्यापन की कार्यवाही की जा रही है। इसके अतिरिक्त वीवीआईपी रूट से लगे जंगलों में अलग-अलग पुलिस टीमों द्वारा वन विभाग की टीमों के साथ समन्वय स्थापित करते हुए संदिग्धों की तलाश हेतु लगातार काम्बिंग तथा चैकिंग की जा रही है।

संयुक्त नागरिक संगठन ने की जिलाधिकारी सविन बंसल को अन्यत्र स्थानांतरित न किए जाने की मांग

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून । उत्तराखंड सरकार के ईमानदार, लोकप्रिय,कर्तव्यनिष्ठ जिलाधिकारी देहरादून सविन बंसल को,सामाजिक संस्थाओं के अनुरोध पर,अन्यत्र स्थानांतरित न किए जाने को लेकर संयुक्त नागरिक संगठन ने सचिवालय में मुख्यमंत्री तथा मुख्यसचिव को संबोधित ज्ञापन इनके कार्यालय में सौंपा ज्ञापनइसमें कहा गया है की जिलाधिकारी पै सविन बंसल ने सरकार की योजनाओं को धरातल पर उतारने और भ्रष्टाचार मुक्त ईमानदार प्रशासन देते हुए असहाय, जरूरतमंद,पीड़ितों की यथा संभव सहायता कर प्रधानमंत्री मोदी के सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास संकल्प के साथ,अपने दायित्वो का निर्वाह कर अतुलनीय प्रयास किया है।

राज्य तथा केंद्र सरकार की योजनाओं को बेहतरीन ढंग से लागू करने में प्राप्त सफलताओं के लिए इनको सामाजिक संगठनों ने अनेकों बार सम्मानित भी किया है।ज्ञापन में लिखा गया है की दून की सामाजिक संस्थाओं जिनमें जागरूक नागरिक सेवा मंच,स्वतंत्रता सेनानी वंशज गुरुपा,पंजाब एंड सिंध बैंक सेवानिवृत अधिकारी एसोसिएशन, संयुक्त नागरिक संगठन,भारतीय पेंशनर परिषद,रेजिडेंट वेलफेयर एसोसिएशन, उत्तराखंड क्षत्रिय कल्याण समिति,आर, टी.आई क्लब,सीव्यू सेवा ट्रस्ट,दून ट्रैफिक जागरूकता अभियान,पहाड़ी सभा,मैं हूं सेवादार,त्यागी सभा,दून सिटीजन कार्उसिल,अ.भा.उपभोक्ता समिति, समाधान,मुमकिन है डेवलपमेंट फाउंडेशन,गौ गंगा गांव गायत्री जी4 संगठन,सेवानिवृत प्रधानाचार्य संगठन,पूर्व सैनिक परिषद, नियोविजन,नत्थनपुर समन्वय समिति, समानता मंच,महावीर सेवा समिति संस्थाओं के प्रतिनिधियों सहित जागरूक समाजसेवियों,चिकित्सकों,पर्यावरणप्रेमी भी शामिल हैं,नेबंसल को ईमानदार, कर्तव्यनिष्ठ,न्यायप्रिय, देशभक्त, देवतुल्य, प्रेरणास्रोत, जनाकांक्षाओं के प्रतीक, विनम्र, जनहितों को समर्पित,शानदार व्यक्तित्व, संवेदनशील प्रशासक, कर्मठ,सुशासन के प्रहरी, लोकप्रिय, आमजन के दुखों का सहारा, जुझारू,निष्पक्ष कार्यप्रणाली, सरकार प्रशासन के बीच सेतु, आदर्शवान, नैतिकता से युक्त इंसान बताया है।

ज्ञापन में अधिवक्ताओं की मांग को अनैतिक, पूर्वाग्रह से प्रेरित, जनहित के विरुद्ध भी करार दिया है। ज्ञापन देने वाले में गिरीश चंद्र भट्ट,प्रदीप कुकरेती, सुलोचना भट्ट,राधा तिवारी,सत्य प्रकाश चौहान,उमेश्वर सिंह रावत,मोहनसिंह खत्री थे।

चुनावी मोड में भाजपा और कांग्रेस

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। विधानसभा चुनाव 2027 की हालांकि अभी घोषणा नहीं हुई है, लेकिन प्रदेश में भाजपा और कांग्रेस अभी से मैदान में कूद गए है। 2027 का विधानसभा चुनाव बीजेपी और कांग्रेस के लिए अहम है। बीजेपी 2027 में हैट्रिक लगाकर तीसरी बार सत्ता पर काबिज होने का प्लान कर रही है, तो वहीं कांग्रेस अपनी खोयी हुई जमीन तलाशने में लगी हुई है, ताकि उसे भी सत्ता वापस मिल सके।

चुनावी साल में कोई कोर-कसर बाकी न रहे इसके लिए राजनैतिक दल समय से पहले ही अपनी तैयारियों में लग जाते है। प्रदेश में कांग्रेस भले ही अभी चुनावी तैयारियों जुटी हो, लेकिन बीजेपी पूरी तरह से चुनावी मोड में नजर आ रही है। भाजपा सत्ता को अपने पास रखने की रणनीति पर काम कर रही है और कांग्रेस खोई जमीन तलाशने के लिए जंग के मैदान में कूद गई है। हालांकि दोनों दलों के अंदर सब कुछ ठीक-ठाक नहीं है। इसके बाद भी दोनों दल चुनावी मोड में दिख रहे है। कांग्रेस के साथ भाजपा अपने बडेः नेताओं का दौरा करवाने में लगे है।

❑बीजेपी बना रही है हैट्रिक लगाकर तीसरी बार सत्ता पर काबिज होने का प्लान
❑कांग्रेस अपनी खोयी हुई जमीन तलाशने और सत्ता वापसी की बना रही रणनीति

अकेले भाजपा की बात करें तो चुनाव से पहले सरकार की उपलब्धियों को व्यवस्थित तरीके से प्रस्तुत करने की भाजपा और सरकार तैयारी कर रही है। प्रदेश सरकार लगातार यह दावा करती रही है कि राज्य में बुनियादी ढांचे, पर्यटन, सड़क, स्वास्थ्य और शिक्षा से जुड़ी योजनाओं को गति दी गई है और कई परियोजनाएं अब जमीन पर दिखाई देने लगी हैं। चुनावी साल में भाजपा को जनता के बीच जाना है और इसके लिए रणनीति पहले से अगर पक्की नहीं होगी तो भाजपा को इसके दुष्परिणाम देखने को मिल सकते है। इसके लिए भाजपा सरकार की उपलब्धि यों को अपना चुनावी हथियार बनाने की दिशा में कार्य कर रही है।

दूसरी ओर सरकार की इस कवायद पर विपक्षी दल कांग्रेस ने सवाल खड़े किए हैं। कांग्रेस का कहना है कि सरकार केवल दावे कर रही है, जबकि धरातल पर विकास कार्यों की स्थिति उतनी मजबूत नहीं है। कांग्रेस ने सरकार से मांग की है कि वह अब तक किए गए कामों का पूरा लेखा-जोखा जनता के सामने रखने के लिए श्वेत पत्र जारी करे। कांग्रेस की इस मांग को हालांकि भाजपा सिरे से खारिज कर रही है, लेकिन कांग्रेस के आक्रामक रूख के चलते भाजपा के लिए यह समस्या बड़ी हो सकती है।

प्रदेश में विधानसभा चुनाव कब होंगे इसकी अभी घोषणा नहीं हुई है, लेकिन लगभग एक साल का समय अभी है और इसी के चलते भाजपा और कांग्रेस अभी से चुनावी मोड में आ गए है। प्रदेश में भाजपा की सरकार है और भाजपा सरकार के कामों को लेकर जनता के बीच जाएगा और चुनावी रण में जीत के लिए दाव खेलेगी। वही कांग्रेस सरकार के कामों को नाकामी बताते हुए मैदान में कूदेगी। आने वाले समय में चुनावी रण में भाजपा और कांग्रेस की रणनीति देखने को मिलेगी और विध ानसभा चुनाव की घोषणा तक यह जंग के रूप में बदल जाएगी।

मुख्यमंत्री ने 'स्वेच्छा से स्वच्छता' कार्यक्रम में किया प्रतिभाग

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सोमवार को बल्लुपुर चौक में नगर निगम, देहरादून द्वारा आयोजित "स्वेच्छा से स्वच्छता" कार्यक्रम में प्रतिभाग कर प्रदेशवासियों को स्वच्छता के प्रति जागरूक रहने का संदेश दिया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने स्वयं सफाई अभियान में भाग लेते हुए जनसामान्य को स्वच्छ वातावरण बनाए रखने के लिए प्रेरित किया।

नगर निगम, देहरादून द्वारा 7 अप्रैल से 13 अप्रैल 2026 तक चलाए गए इस विशेष सफाई अभियान का उद्देश्य शहर को स्वच्छ, सुंदर एवं स्वस्थ बनाना है। अभियान के अंतर्गत विभिन्न वार्डों में सफाई, कूड़ा निस्तारण तथा जनजागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए गए। मुख्यमंत्री ने कहा कि स्वच्छता केवल सरकारी प्रयासों से संभव नहीं है, बल्कि इसमें जनभागीदारी अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने कहा कि स्वच्छता हमारे जीवन का अभिन्न हिस्सा होनी चाहिए। जब तक प्रत्येक नागरिक स्वेच्छा से इस दिशा में योगदान नहीं देगा, तब तक स्थायी परिवर्तन संभव नहीं है। हमें अपने घर, मोहल्ले और शहर को स्वच्छ रखने की जिम्मेदारी स्वयं निभानी होगी। इस अवसर पर कैबिनेट मंत्री गणेश जोशी, खजान दास, राज्यसभा सांसद एवं भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष महेन्द्र भट्ट, मेयर देहरादून सौरभ थपलियाल, विधायक श्रीमती सविता कपूर, महामंत्री संगठन अजेय कुमार एवं अन्य जनप्रतिनिधिगण मौजूद थे।

महिलाओं को दिशा देगा नारी शक्ति वंदन अधिनियमः रेखा आर्य

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास मंत्री रेखा आर्या ने अपने एक दिवसीय जनपद भ्रमण के दौरान हरिद्वार के होटल ग्रैंड पार्क पहुंचकर नारी शक्ति वंदन सम्मेलन में प्रेस वार्ता के दौरान उन्होंने कहा कि नारी शक्ति वंदन अधिनियम देश के लोकतांत्रिक इतिहास में एक ऐतिहासिक कदम है, जो महिलाओं को निर्णय लेने की प्रक्रिया में सशक्त और प्रभावी भागीदारी सुनिश्चित करेगा।

आयोजित नारी शक्ति वंदन सम्मेलन में कैबिनेट मंत्री रेखा आर्या ने पार्टी पदाधि कारियों के साथ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का वर्चुअल संबोधन सुना। इस दौरान उन्होंने कहा कि महिलाओं को राजनीतिक आरक्षण देने का विषय पिछले चार दशकों से चर्चा में रहा है। वर्ष 2010 में यह विधेयक राज्यसभा से पारित भी हुआ, लेकिन लोकसभा में लंबित रह गया था। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में आगामी 16 अप्रैल से 18 अप्रैल तक आयोजित होने वाला विशेष संसद सत्र नारी शक्ति वंदन अधिनियम के संदर्भ में अत्यंत ऐतिहासिक और महत्वपूर्ण है। यह सत्र महिला सशक्तिकरण की दिशा में एक नए अध्याय का प्रतीक होगा। उन्होंने कहा कि इस अधिनियम के तहत लोकसभा और राज्य विधानसभाओं में 33 प्रतिशत सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित की जाएंगी।

फंदे से लटकी मिली कालेज की छात्रा

हमारे संवाददाता

नैनीताल। छात्रा ने संदिग्ध परिस्थितियों में फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। सूचना मिलने पर पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है। बताया जा रहा है कि छात्रा ने मरने से पहले अपने दोस्त को मैसेज किया था।

जानकारी के अनुसार बीती देर शाम दिव्या आर्या ने अपने परिवार के साथ सामान्य रूप से भोजन किया और अपने कमरे में चली गई। इसके बाद उसने अपने एक करीबी युवक मित्र को मोबाइल का पिन कोड (पासवर्ड) मैसेज किया। अचानक भेजे गए इस संदेश से दोस्त को अनहोनी की आशंका हुई। चिंतित होकर युवक ने दिव्या को लगातार फोन किया। लेकिन कोई जवाब नहीं मिला। इस पर वह दिव्या के घर पहुंचा। घर पहुंचकर जब कमरे का दरवाजा खोला गया, तो दिव्या फंदे से लटकी मिली। उस समय परिवार के अन्य सदस्य घर में ही मौजूद थे, लेकिन किसी को इस घटना की भनक नहीं लगी। आनन-फानन में उसे अस्पताल ले जाया गया, जहां डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया। दिव्या चार बहनों में सबसे बड़ी थी। एक वर्ष पूर्व उसके पिता का निधन हो चुका था, जिसके बाद परिवार आर्थिक और मानसिक कठिनाइयों से गुजर रहा था। मां मेहनत-मजदूरी कर अपनी बेटियों की परवरिश और शिक्षा का जिम्मा संभाल रही थी। बड़ी बेटी की असमय मृत्यु से परिवार शोक में डूब गया है। सूचना मिलने पर काठगोदाम पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमॉर्टम कराया और दिव्या का मोबाइल फोन जब्त कर लिया है। पुलिस इस बात की जांच कर रही है कि छात्रा ने आत्महत्या से पहले अपने दोस्त को मोबाइल का पिन कोड क्यों भेजा है।

संदिग्ध परिस्थिति में जंगल में मिला 4 वर्षीय मासूम का शव

हमारे संवाददाता

रूद्रप्रयाग। बीते आठ दिनों से लापता चार वर्षीय मासूम का शव बीते रोज घर से करीब डेढ़ किलोमीटर दूर जंगल में मिला। जंगल गई महिलाओं ने बच्चे का शव देखा जिसके बाद मामले की सूचना पुलिस को दी गयी। मौके पर पहुंची पुलिस ने शव कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। बच्चे का शव नीला पड़ा हुआ है जबकि उस पर चोट या जंगली जानवर के हमले के कोई निशान नहीं है। ऐसे में बच्चे की मौत संदिग्ध लगना लाजमी है। जिसकी जांच मे पुलिस जुट गयी है।

मामला अगस्तमुनि क्षेत्रांतर्गत बाड़व गांव का है। जानकारी के अनुसार बीते

❑आठ दिनों से चलाया जा रहा था सर्चिंग अभियान

4 अप्रैल को मयंक की मां जंगल गई थी और पीछे-पीछे वह भी घर से निकल गया और इसके बाद लापता हो गया। पिछले आठ दिनों से ग्रामीण, वन विभाग, डीडीआरएफ और पुलिस की टीमें लगातार उसकी खोज कर रही थीं।

सीसीटीवी और ड्रोन की मदद से भी आसपास के क्षेत्रों को खंगाला गया लेकिन उसका कोई पता नहीं चल पाया। ग्राम प्रधान अंजना देवी ने बताया कि बीती सुबह गांव की कुछ महिलाएं घास लेने जंगल की ओर गई थीं तभी उन्हें मासूम का शव दिखाई दिया। सूचना मिलने पर पुलिस, डीडीआरएफ और ग्रामीण मौके पर पहुंचे। अगस्त्यमुनि कोतवाली प्रभारी गुमान सिंह नेगी ने बताया कि शव घर से डेढ़ किलोमीटर दूर जंगल में मिला है। शव नीला पड़ा हुआ था। किसी जंगली जानवर के हमले में उसकी मौत हुई हो ऐसा प्रतीत नहीं हो रहा है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट में ही मौत का खुलासा हो पाएगा।

शव पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया गया है और मामले की जांच की जा रही है। उधर, मासूम का शव मिलने के बाद परिजनों का रो-रोकर बुरा हाल है। मां मनीषा देवी और पिता विजय लाल गहरे सदमे में 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 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।