सोमवार
34 साल से देहरादून का विश्वास
20 अप्रैल 2026
● देहरादून
● वर्ष 34
● अंक 86
● पृष्ठ 8
● मूल्य ₹ 1.00

दून वैली मेल

सांध्य दैनिक

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

कार ने स्कूटी को मारी टक्कर, तीन दोस्तों की मौत

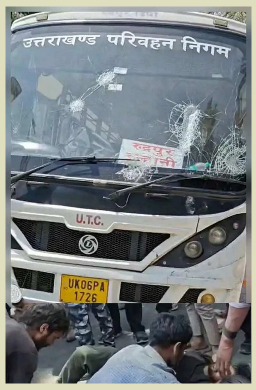
हमारे संवाददाता

उधमसिंहनगर। सड़क दुर्घटना में देर रात एक तेज रफ्तार स्कार्पियों कार के स्कूटी से टकरा जाने से तीन दोस्तों की मौत हो गयी। सूचना मिलने पर पुलिस ने शवों को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

सड़क हादसे का यह मामला हल्द्वानी के पास टांडा जंगल क्षेत्र का है। जानकारी के अनुसार उधम सिंह नगर के पंतनगर क्षेत्र से जुड़े तीन दोस्त-अनिकेत (20), आकाश (24) और रोहन (22) बीती शाम एक शादी समारोह में शामिल होने हल्द्वानी गए थे। बताया जा रहा है कि शादी से लौटकर वे सुरक्षित पंतनगर पहुंच गए थे, लेकिन कुछ देर बाद उन्हें पता चला कि उनका एक मोबाइल हल्द्वानी में ही छूट गया है। इसी कारण तीनों दोस्त देर रात करीब 12 बजे दोबारा स्कूटी से हल्द्वानी के लिए निकल पड़े। जब तीनों युवक संजय नगर से करीब 2 किलोमीटर आगे टांडा जंगल के पास पहुंचे, तभी सामने से आ रही एक तेज रफ्तार स्कॉर्पियो ने उनकी स्कूटी को सीधी टक्कर मार दी। टक्कर इतनी भीषण थी कि स्कूटी पूरी तरह क्षतिग्रस्त हो गई और तीनों युवक गंभीर रूप से घायल हो गए। हादसे के बाद राहगीरों ने तुरंत पुलिस को सूचना दी। पुलिस टीम मौके पर पहुंची और घायलों को जिला अस्पताल ले जाया गया, लेकिन डॉक्टरों ने तीनों को मृत घोषित कर दिया।

पुलिस के अनुसार, यह हादसा आमने-सामने की टक्कर के कारण हुआ है। स्कॉर्पियो चालक हादसे के बाद मौके से फरार हो गया है, जिसकी तलाश जारी है। घटना की खबर मिलते ही मृतकों के परिजन अस्पताल पहुंचे। अपने बेटों के शव देखकर परिवारों में कोहराम मच गया। पूरे क्षेत्र में शोक का माहौल है। पुलिस ने शवों का पंचनामा भरकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है और आगे की कानूनी कार्रवाई शुरू कर दी है।

बस की चपेट में आकर 5 वर्षीय मासूम की मौत



हमारे संवाददाता

नैनीताल। हल्द्वानी मार्ग पर रानी बाग के समीप आज सुबह एक सड़क हादसे ने राहगीरों को झकझोर कर रख दिया। सड़क पार कर रही लगभग 5 वर्ष की मासूम की उत्तराखंड परिवहन निगम की बस की चपेट में आने से मौके पर ही मौत हो गई। सूचना मिलने पर पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्रवाई शुरू कर दी है। बताया जा रहा है कि सड़क पार करते समय रुद्रपुर डिपो की बस ने बच्ची को सामने से टक्कर के मार दी जिससे उसकी घटना स्थल पर ही मौत हो गई। इस हादसे के चलते कनक के साथ चल रहे दो बच्चे बाल-बाल बच गए। बताया जा रहा है कि राहगीरों के गुस्से के कारण मौके पर तनाव हो गया और लोगों ने बस पर पथराव कर दिया। जिस कारण कई किलोमीटर तक जाम लग गया सूचना मिलने पर मौके पर पहुंची पुलिस को स्थिति को नियंत्रित करने में काफी समय लग गया। साथ ही पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी है।

‘नेताओं’ को मिल गया ‘रोजगार’

कार्यालय संवाददाता

देहरादून। प्रदेश में विधानसभा चुनाव की घोषणा होनी अभी बाकी है, लेकिन चुनावी साल में नेताओं को समय से पहले ही ‘रोजगार’ मिल गया है। देश की प्रमुख पार्टियों भाजपा हो या कांग्रेस या फिर अन्य दल सभी दलों ने विध ानसभा चुनाव की तैयारियां शुरू कर दी हैं। दलों ने अपने छोटे-बड़े सभी नेताओं को मैदान में उतार दिया है। इससे जहां छुटभैया नेताओं सहित कार्यकर्ताओं की मौज आ गई है। अर्थात समय से पहले ‘रोजगार’ मिलने से सभी खुश नजर आ रहे हैं।

बता दें कि उत्तराखंड सहित देश के पांच राज्यों में वर्ष 2027 में विधानसभा चुनाव होने है। इस चुनाव के लिए सभी दलों ने अपनी तैयारियां शुरू कर दी हैं। दलों ने जमीनी कार्यकर्ताओं से लेकर बडेघ्ह नेताओं को जमीन पर उतारने की रणनीति के साथ बूथ स्तर तक टीम खड़ी कर दी है। इसके साथ ही अपने-अपने क्षेत्र में चुनाव लड़ने वाले संभावित प्रत्याशियों ने भी पूरी तैयारी कर ली है। संभावित प्रत्याशियों ने अपने कार्यकर्ताओं के लिए ‘लंगर’ लगाने के साथ-साथ उनकी सुख-सुविधाओं का भी विशेष ख्याल रखा जा रहा है। संभावित प्रत्याशियों ने अभी से जमीनी कार्यकर्ताओं को रोजगार दे दिया है कहें तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी।

अकेले भाजपा की बात करें तो भाजपा की प्रदेश में सरकार है और उसके पास प्रयाप्त संसाधन भी है। इसी के चलते सबसे पहले भाजपा ने अपने सभी संसाधनों को चुनाव की घोषणा से पूर्व सक्रिय कर दिया है। भाजपा ने अपने नेताओं को जहां जिलों की कमान दी है वही जमीनी कार्यकर्ताओं को भी बूथ स्तर तक सरकार की योजनाओं की जानकारी के साथ भाजपा के पक्ष में माहौल बनाने के लिए कह दिया है। इसके साथ ही भाजपा ने बूथ स्तर से

❑विधानसभा चुनाव की घोषणा से पहले ही नेताओं की पौ बारह
❑सभी दलों ने अपने छोटे-बड़े सभी नेताओं को मैदान में उतारा
❑चुनाव लड़ने वाले संभावित प्रत्याशियों ने कर ली है पूरी तैयारी

लेकर जिला स्तर तक कार्यक्रमों को आयोजन कर चुनावी माहौल तैयार कर दिया है। इसके लिए प्रदेश में भाजपा अलग-अलग स्थानों पर अपने बडेघ्ह नेताओं की जनसभाएं भी आयोजित करने लग गई है। ताकी आगामी विधानसभा चुनाव में जीत के लिए अभी से माहौल तैयार हो सके।

दूसरी ओर कांग्रेस भी मैदान में कूद गई है। हालांकि अभी कांग्रेस के अंदर एकजुटता का अभाव दिख रहा है, लेकिन उसके बाद भी कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष सत्ता में वापसी के लिए कांग्रेस के बडेघ्ह नेताओं के साथ-साथ जमीन से जुडेघ्ह नेताओं को एकजुट कर बूथ स्तर तक पकड़ को मजबूत करने में लगे हुए हैं। यह अलग बात है कि कांग्रेस अध्यक्ष अपनी टीम लंबे समय बाद भी तैयार नहीं कर पाए है। इसके बाद भी प्रदेश अध्यक्ष प्रदेश मेंअलग-अलग स्थानोंपर जाकर कार्यकर्ताओं कोएकजुट करनेकेसाथ-साथ सरकार की नाकामियों को जिक्र कर जनता को भाजपा की नामामियां गिनाकर कांग्रेस के पक्ष में खड़ा कर रहे है।

वही चुनावी साल में अन्य दल भी अपनी पूरी तैयारी के साथ मैदान में उतरने के लिए जोर लगा रहे हैं। प्रदेश के एकमात्र क्षेत्रिय दल यूकेडी की यूथ ब्रिगेड ने तो एक साल पहले ही चुनाव का माहौल तैयार कर दिया था और गांव-गांव जाकर लोगों को इस बार चुनाव में भाजपा-कांग्रेस को दरकिनार करने का आहवान कर रही है। यूकेडी के साथ अभी आमजन का भी पूरा समर्थन मिल रहा है, लेकिन चुनाव के समय यह जनसमर्थन मिलेगा या नहीं यह तो समय ही बताएगा।

वैसे भी चुनाव छोटा हो या फिर बड़ा, जमीनी कार्यकर्ताओं के बिना जीत पाना आसान नहीं होता है। शायद यही कारण है कि संभावित प्रत्याशियों ने कार्यकर्ताओं के एकजुट करने के साथ-साथ गांव-गांव दस्तक दे दी है, जिसका विधानसभा चुनाव में उनको फायदा मिलेगा।

दून वैली मेल

संपादकीय

सफेद झूठ के सहारे सरकार

वर्तमान केंद्र सरकार ने अपने राजनीतिक उद्देश्यों को पूरा करने के लिए संसद का विशेष सत्र बुलाने और महिला आरक्षण बिल की आड़ में परिसीमन बिल को पारित करने की कोशिश की गई भाजपा की सरकार ने खुद ही अपने चेहरे से नकाब को नोच कर फेंकने जैसा काम किया है। हास्यास्पद बात यह है कि अपनी झूठ फरेब की राजनीति को सही साबित करने के लिए प्रधानमंत्री मोदी ने राष्ट्रीय संबोधन और विपक्ष के खिलाफ अपनी पार्टी की महिलाओं को प्रदर्शन के लिए मैदान में उतारने जैसी गलतियां करते जा रहे हैं। भाजपा की सरकार और नेताओं को यह समझ नहीं आ रहा है कि वह अपनी एक गलती को सुधारने के लिए एक के बाद एक बड़ी गलती करते जा रहे हैं। जो अभिनंदन बिल 2023 में संसद के दोनों सदनों में सर्वसम्मति से पारित हो चुका था भले ही सरकार द्वारा उसे लागू नहीं किया गया और लटकाए रखा गया था लेकिन 2024 के चुनाव में उसका लाभ भी वह ले चुके हैं उस बिल को लागू करने से पहले ही संशोधन बिल लाने और उसके लिए विशेष सत्र बुलाने की भाजपा को क्या जरूरत थी? इस सवाल ने ही भाजपा को मुश्किलों में फंसा दिया है भले ही सरकार ने 3 साल बाद रात के 10 बजे इसका नोटिफिकेशन जारी कर नारी अभिनंदन बिल को अमली जामा पहना दिया गया हो लेकिन इसके पीछे सरकार व भाजपा के उद्देश्य को वह नहीं छुपा सारी। अपने राजनीतिक फायदे के लिए पर्याप्त संख्या बल न होने के बावजूद भी संसद का विशेष सत्र बुलाने और बिल पारित न होने पर विपक्ष को यह कहकर कि उसने महिला आरक्षण बिल को रोकने का पाप किया है। और देश की महिलाओं का अपमान किया क्योंकि यह महिला आरक्षण बिल तो कानून बन चुका है। उसे भला कोई कैसे रोक सकता है। देश में चुनाव आचार संहिता लागू होने के बावजूद भी पीएम मोदी का राष्ट्र को संबोधित करना आचार संहिता का खुला उल्लंघन है। अपने राष्ट्रीय संबोधन में पीएम मोदी का वह सफेद झूठ जिसमें वह महिला आरक्षण बिल को रोकने की बात कह रहे हैं और घड़ियाली आंसू बहा रहे हैं वह देश की महिलाओं के साथ बड़ा धोखा है और उनका अपमान है इस पूरे प्रकरण में सिर्फ सरकार ही बेनकाब नहीं हुई जिसने तमाम मर्यादाओं की सीमाएं तोड़कर संसद और संवैधानिक मर्यादाओं को तार-तार किया है वह मीडिया भी बेनकाब हो गया है जिसने सरकार के सुर में सुर मिलाते हुए इसका प्रचार किया कि विपक्ष ने महिला आरक्षण बिल को गिरा दिया। इससे बड़ा झूठ क्या हो सकता है कि सरकार की हठधर्मिता देखिए कि वह इस झूठ को सच साबित करने के लिए भाजपा की महिला नेताओं द्वारा विपक्षी नेताओं के आवासों पर प्रदर्शन किया जा रहे हैं। पीएम मोदी अपने राष्ट्रीय संबोधन का मजाक उड़वा रहे हैं। देश के इतिहास में सरकार के किसी बिल को गिरने की यह दूसरी घटना है। 70 के दशक में कांग्रेस की सरकार का बिल गिरने पर तत्कालीन प्रधानमंत्री स्वर्गीय इंदिरा गांधी ने लोकसभा भंग कर मध्यवती चुनाव में जाने का फैसला लेकर जनमत को प्राथमिकता देने का साहस किया गया था अगर पीएम मोदी में साहस होता तो वह भी वैसा ही कर सकते थे लेकिन उन्होंने ऐसा न करके यह साबित कर दिया है कि अब जनता का सामना करने का साहस उनमें या उनकी सरकार में नहीं रहा है झूठ फरेब के सहारे वह जितने दिन सत्ता में बने रह सकते हैं उसी में वह अपनी भलाई समझ रहे हैं।

देहरादून एक्सप्रेसवे में वॉशरूम व जलपानगृह का निर्माण कराए जाने मांग

देहरादून (हप्र)। अक्षरधाम से देहरादून एक्सप्रेसवे में यात्रियों की सुविधा हेतु तत्काल वॉशरूम, जलपानगृह का निर्माण कराए जाने मांग करते हुए संयुक्त नागरिक संगठन की ओर से नितिन गडकरी को एक पत्र भेजा गया है।

संगठन सचिव सुशील त्यागी ने पत्र में लिखा है कि ये गत रात्रि में अस्वस्थ वरिष्ठ नागरिक (74 वर्ष)अपने परिवार के साथ पहली बार दून इकोनामिक एक्सप्रेसवे से दून आ रहे थे। यहां इनको वॉशरूम रेस्तरां आदि न होने से मानसिक/शारीरिक उत्पीड़न का शिकार होना पड़ा। इनका कहना था कि ऐसा कौन सा आपातकाल था कि बिना मूलभूत जरूरतों को पूरा कराए बिना ही उदघाटन की रस्म पूरी कर दी गई? इन्होंने अनुरोध किया कि यहां शीघ्र सबसे पहले टेंटो/टीनशैड में ही कच्चे वॉशरूम व रेस्टोरेंट बनाए जा। इस विकट गर्मी में यात्री कठिनाई महसूस कर रहे हैं। हाल ही में सुप्रीम कोर्ट ने भी इन सुविधाओं के लिए निर्देश जारी किए हैं।

लाईसेंस दिये जाने की मांग को लेकर लघु व्यापारी मिले सचिव से

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कृषि उत्पादन मंडी समिति द्वारा फुटकर फ्रूट सब्जी के कारोबारी स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों को फुटकर व्यवसाय के लाइसेंस दिए जाने की मांग को लेकर पूर्व कृषि उत्पादन मंडी समिति अध्यक्ष संजय चोपड़ा की अगवाई में कृषि उत्पादन मंडी समिति कार्यालय पर पहुंचकर मंडी समिति के सचिव लवकेश गिरी से भेंट वार्ता कर कृषि उत्पादन मण्डी परिषद विवरण बोर्ड रूद्रपुर के नियमावली अनुसार समस्त शहरी क्षेत्र में फुटकर फ्रूट सब्जी के लघु व्यापारियों को फुटकर लाइसेंस दिए जाने की मांग को लेकर प्रस्ताव दिया।

इस अवसर पर पूर्व कृषि उत्पादन मंडी समिति अध्यक्ष संजय चोपड़ा ने कहा पूर्व में वर्ष 2014-15-16 के दौरान मंडी समिति अध्यक्ष रहते हुए फुटकर फ्रूट सब्जी के लाइसेंस मंडी अधिनियम के नियम अनुसार फेरी व्यवसाईयों को निर्गत कराकर किसान की उपज का सही मूल्य किसानों को मिल सके और आम उपभोक्ताओं को मंडी समिति के रेट के अनुसार रोजमर्रा की सब्जियां फ्रूट अनाज जैसी किसान की उपज उपलब्ध

कराए जाने के उद्देश्यों की पूर्ति के लिए यह पूर्व में किए गए थे। उन्होंने कहा मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी, कृषि मंत्री गणेश जोशी मंडी परिषद के अध्यक्ष अनिल डब्बू द्वारा किसानों के उत्थान के लिए और आम उपभोक्ताओं को उचित मूल्य पर किसान की उपज मिल सके इसके लिए मंडी समिति द्वारा सार्थक पहल की जा रही है जोकि सराहनीय है।

इस अवसर पर कृषि उत्पादन मंडी समिति सचिव लवकेश गिरी ने कहां उत्तराखंड मंडी परिषद के अध्यक्ष अनिल डब्बू के निर्देशन में मंडी समिति नियमावली के नियम अनुसार फुटकर फूड सब्जी के विक्रेता स्ट्रीट वेंडर्स को मंडी समिति से जोड़ा जा रहा है आगामी योजना के तहत किसान और फुटकर फ्रूट सब्जी के स्ट्रीट वेंडर्स में समन्वयक स्थापित कर आम उपभोक्ताओं को उचित दरों पर किसानों की उपज को दिलाया जाना मंडी समिति प्रशासन की प्राथमिकता रहेगी। फुटकर फ्रूट सब्जी के स्ट्रीट वेंडर्स लघु व्यापारियों को नई वित्तीय वर्ष 26-27 के लाइसेंस दिए जाने के फॉर्म मुहिया कराते मंडी समिति प्रशासन के अधिकारियों में अधीक्षक श्रीमती वर्षा गुप्ता, मंडी समिति सहायक अजय यादव वरिष्ठ लिपिक जितेंद्र कुमार मंडी समिति नवीन लाइसेंस के फॉर्म प्राप्त करते लाभार्थियों में धर्मपाल कश्यप, रामनरेश ,राजपाल यादव, तस्लीम, मुमताज, आजम अंसारी, रणवीर सिंह, भगवान दास सनी कुमार संजय सुनील राज गुप्ता, कामिल ,अनवर आदि प्रमुख रूप से शामिल रहे।

सीएम के कार्यक्रम को लेकर किया पुलिस फोर्स का ब्रीफ

हमारे संवाददाता

टिहरी। मुख्यमंत्री पुस्कर सिंह धामी के हे.न.ब. केंद्रीय वि.वि. चौरास, टिहरी गढ़वाल में प्रस्तावित कार्यक्रम के दृष्टिगत सुरक्षा व्यवस्था को सुदृढ़ एवं चाक-चौबंद बनाए रखने हेतु अपर पुलिस अधीक्षक श्री दीपक सिंह द्वारा कार्यक्रम स्थल एवं आसपास के क्षेत्र में तैनात पुलिस बल को विस्तारपूर्वक ब्रीफ किया गया।

इस दौरान अपर पुलिस अधीक्षक ने समस्त अधिकारियों एवं कर्मचारियों को उनके ड्यूटी प्वाइंट, जिम्मेदारियों एवं संवेदनशील स्थलों के संबंध में स्पष्ट दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने निर्देशित किया

कि कार्यक्रम के दौरान सुरक्षा व्यवस्था में किसी प्रकार की लापरवाही न बरती जाए तथा सभी अधिकारी-कर्मचारी पूर्ण सतर्कता एवं मुस्तैदी के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन करें।

उन्होंने यातायात व्यवस्था को सुचारू बनाए रखने, वीआईपी मूवमेंट के दौरान निर्धारित रूट का कड़ाई से पालन कराने तथा आमजन को किसी प्रकार की असुविधा न होने देने के निर्देश भी दिए। इसके अतिरिक्त संदिग्ध व्यक्तियों एवं वस्तुओं पर विशेष नजर रखने, चेकिंग अभियान को प्रभावी बनाने तथा कार्यक्रम स्थल पर भीड़ नियंत्रण के लिए आवश्यक व्यवस्थाएं सुनिश्चित करने को कहा गया।

अपर पुलिस अधीक्षक ने यह भी निर्देश दिए कि सभी अधिकारी आपसी समन्वय बनाए रखते हुए कार्य करें तथा किसी भी आकस्मिक स्थिति से निपटने हेतु पूर्व से ही तैयार रहें। पुलिस विभाग द्वारा कार्यक्रम को सकुशल, सुरक्षित एवं व्यवस्थित ढंग से संपन्न कराने हेतु सभी आवश्यक तैयारियां पूर्ण कर ली गई हैं।

'क्षत्रिय संदेश' के 18 अंक का विमोचन

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। महाराणा प्रताप भवन ननूरखेड़ा में क्षत्रिय चेतना मंच द्वारा प्रकाशित स्मारिका क्षत्रिय संदेश के 18 अंक का विमोचन किया गया। इससे पहले मुख्य अतिथि वरिष्ठ समाज सेवी राजेंद्र सिंह खत्री, सभा अध्यक्ष व मंच के कार्यकारी अध्यक्ष ठाकुर सुरेंद्र सिंह तोमर, स्मारिका के मुख्य संपादक ठाकुर रवि सिंह नेगी एडवोकेट द्वारा दीप प्रज्वलित कर समारोह का उद्घाटन किया।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि ने कहा कि क्षत्रिय चेतना मंच, समाज सेवा के कार्यों में लगातार प्रसंसनीय कार्य कर रहा है तथा मंच की स्मारिका समाज में जागरूकता फैलाने का कार्य कर रही है उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि सामाजिक सामंजस्य बढ़ाने हेतु देश के युवा वर्ग को सामाजिक कार्यों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लेना चाहिए। इस अवसर पर संयुक्त नागरिक संगठन के महासचिव सुशील कुमार त्यागी, डॉक्टर

अर्जुन सेंगर, डॉक्टर आर सी एस बिष्ट, श्रीमती अनीता नेगी, कुमारी मिनीषा तोमर तथा उमेश रावत ने अपने विचार व्यक्त किए।

मंच के केंद्रीय महामंत्री तथा पत्रिका के प्रमुख संपादक ठाकुर रवि सिंह नेगी एडवोकेट ने बताया कि पत्रिका का मुख्य उद्देश्य समाज में संवाद हीनता को समाप्त करने तथा अपने विचार व्यक्त करने हेतु एक प्लेटफार्म उपलब्ध कराना है। उन्होंने कहा कि यह पत्रिका सामाजिक सौहार्दयता बढ़ाने के साथ-साथ इतिहास को संजोने का कार्य भी कर रही है। कार्यक्रम का आयोजन मंच के सचिव महेश रौथान तथा युवा प्रकोष्ठ अध्यक्ष बलवीर रावत ने किया तथा संचालन मंच के केंद्रीय उपाध्यक्ष अशोक वर्धन सिंह ने किया।

इस अवसर पर अन्य लोगों के अलावा देवेंद्र पुंडीर, श्याम जी यादव, अशोक वर्धन सिंह, महेश रौथान, सुरेंद्र सिंह तोमर, बलवीर सिंह रावत, दिगंबर सिंह नेगी, सुभाष चौहान, राम अवतार सिंह, चंद्रपाल सिंह जामवाल, शिव सिंह रावत, अनूप चौहान, आशुतोष चौहान, एडवोकेट सुधीर मित्तल, श्रीमती अनीता नेगी श्रीमती रितु चौहान, श्रीमती मंजू धीमान, कुमारी मिनीषा तोमर, कुमारी आराध्या आदि उपस्थित रहे।

ठोस ट्रैफिक प्लान के साथ पुलिस तैयार : डॉ मुरुगेशन

उत्तरकाशी(आरएनएस)। अपर पुलिस महानिदेशक (अपराध एवं कानून व्यवस्था) डॉ. वी. मुरुगेशन ने कहा कि इस वर्ष यात्रा को सुचारु, सुरक्षित और व्यवस्थित बनाने के लिए व्यापक स्तर पर तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। उन्होंने बताया कि गंगोत्री और यमुनोत्री धाम सहित सभी प्रमुख यात्रा पड़ावों पर ट्रैफिक नियंत्रण के लिए पर्याप्त पुलिस बल तैनात किया जाएगा। डॉ. मुरुगेशन ने एसपी कार्यालय में आयोजित प्रेस वार्ता में जानकारी दी कि चारधाम में सुरक्षा व्यवस्था को और मजबूत करने के लिए अतिरिक्त पीएसी की कंपनियां भी जल्द ही तैनात की जाएंगी। संवेदनशील और भीड़ भाड़ वाले क्षेत्रों में विशेष निगरानी रखी जाएगी, साथ ही पुलिस के साथ अन्य एजेंसियों का भी समन्वय सुनिश्चित किया गया है। उन्होंने भरोसा जताया कि इस बार चारधाम यात्रा सफलतापूर्वक और बेहतर व्यवस्थाओं के साथ संचालित होगी। पुलिस प्रशासन ने श्रद्धालुओं से भी कहा है कि वे यात्रा के दौरान जारी दिशा-निर्देशों का पालन करें और प्रशासन का सहयोग करें, जिससे यात्रा को सुरक्षित और व्यवस्थित बनाया जा सके। वहीं एसपी कमलेश उपाध्याय ने बताया कि यात्रा मार्गों पर 6 थाने, 9 रिपोर्टिंग पुलिस चौकी, 1 वाच एंड वार्ड व 13 सीजनल चौकियां स्थापित है। यात्रा मार्ग पर 26 लैंडस्लाइड जोन, 36 दुर्घटना संभावित स्थल, 4 ब्लैक स्पॉट, 18 हॉल्टिंग प्वाईंटस को चिह्नित किया गया है।

जनगणना के लिये प्रशिक्षण दिया गया

ऋषिकेश(आरएनएस)। भारत की जनगणना के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम ऋषिकेश में चल रहा है। नगर निगम क्षेत्र में प्रगणक और पर्यवेक्षकों को चार्ज अधिकारी अमन कुमार दे रहे है। प्रगणक पर्यवेक्षक के लिये ऑनलाइन ऐप डाउनलोड किया गया। श्रीदेव सुमन विवि परिसर में शुक्रवार को प्रशिक्षण में फील्ड ट्रेनर डॉ. सुनील थपलियाल, मनोज कुमार गुप्ता,मनोहर लाल कपरुवान, अमित नेगी तथा नगर निगम की टेक्निकल टीम ने प्रशिक्षण दिया। फील्ड ट्रेनर मनोज कुमार गुप्ता ने कहा कि यह जनगणना अब तक की 16वीं तथा आजादी के बाद की 8वीं जनगणना हैं। यह पहला अवसर है जब पूरे भारतवर्ष में डिजिटल ऐप (ऑनलाइन)के माध्यम से जनगणना का कार्य किया जा रहा है। सभी प्रगणक अपने मोबाइल ऐप के माध्यम से प्रत्येक घर-घर जाकर भवन गणना तथा जनगणना का कार्य करेंगे। उनके कार्य की समय-समय पर निगरानी भी की जायेगी। जनगणना 2027 दो चरणों में प्रस्तावित है। प्रथम चरण में 25 अप्रैल से 24 मई तक भवन गणना का कार्य किया जाएगा। उन्होंने कहा कि स्वगणना के पश्चात एक आईडी प्राप्त होंगी जो कि भवन स्वामी को मिलेगी। जिसका प्रयोग परगणक अपने भौतिक सत्यापन के अंतर्गत करेंगे। इस अवसर यशवीर, राबिया खान, कलम सिँह, अरविंद सकलानी, हरिओम गर्ग, सपना आदि उपस्थित रहे।

विकसित उत्तराखंड के संकल्प के साथ कीर्तिमान स्थापित कर रहा प्रदेश

कोटद्वार(आरएनएस)। भाजपा प्रदेश प्रवक्ता गुरविंदर सिंह चंडोक ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मार्गदर्शन व मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी के कुशल नेतृत्व में विकसित उत्तराखंड के संकल्प के साथ प्रदेश निरंतर आगे बढ़ रहा है और नित नए कीर्तिमान स्थापित कर रहा है। भाजपा जिला कार्यालय में पत्रकार वार्ता में उन्होंने यह बात कही। मुख्यमंत्री के नेतृत्व में 3.56 लाख करोड़ का निवेश व एमओयू साइन हुए हैं। हरिद्वार, पंतनगर, सितारगंज, कोटद्वार में औद्योगिक क्षेत्र विकसित किया गया। 50 एमएसएमई क्लस्टर, नई एमएसएमई, लॉजिस्टिक और स्टार्टअप नीतियां लागू की गई है बीते तीन सालों में 23 करोड़ से अधिक पर्यटक उत्तराखंड पहुंचे, जिससे प्रदेश की आर्थिकी को मजबूती मिली है लखपति दीदी के माध्यम से 1.65 लाख से अधिक महिलाओं को लखपति दीदी बनाया गया है। प्रधानमंत्री गरीब कल्याण योजना से प्रदेश के 60 लाख से अधिक लोग व किसान सम्मान निधि से 9 लाख से अधिक किसान लाभान्वित हुए है। 55 हजार गरीबों को पीएम आवास योजना का लाभ दिया गया। 18,602 अतिरिक्त आवास स्वीकृत किए गए हैं। पत्रकार वार्ता में मेयर शैलेंद्र सिंह रावत, जिलाध्यक्ष राजगौरव नौटियाल, सुरेंद्र आर्य, विजयानंद पोखरियाल, हरि सिंह पुंडीर आदि मौजूद रहे।

नारसन बॉर्डर पर डीएम-एसएसपी का संयुक्त निरीक्षण

हरिद्वार(आरएनएस)। आगामी चारधाम यात्रा को सुव्यवस्थित और सुरक्षित बनाने के उद्देश्य से जिलाधिकारी मयूर दीक्षित और एसएसपी नवनीत भुल्लर ने शुक्रवार को सीमावर्ती नारसन बॉर्डर का संयुक्त रूप से निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने यातायात व्यवस्था, सुरक्षा प्रबंध और श्रद्धालुओं की सुविधा से जुड़े विभिन्न बिंदुओं का बारीकी से जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान अधिकारियों ने मौके पर तैनात पुलिस और प्रशासनिक अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश देते हुए स्पष्ट किया कि यात्रा के दौरान किसी भी प्रकार की अव्यवस्था बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने कहा कि बाहरी राज्यों से आने वाले श्रद्धालुओं की संख्या को देखते हुए ट्रैफिक प्लान को प्रभावी ढंग से लागू किया जाए और जाम की स्थिति न बनने दी जाए। इसके अलावा, बॉर्डर पर चेकिंग व्यवस्था को और मजबूत करने, पर्याप्त पुलिस बल की तैनाती सुनिश्चित करने तथा आपात स्थिति से निपटने के लिए त्वरित कार्रवाई दल तैयार रखने के निर्देश दिए गए।

एम्स ऋषिकेश में आसान हुआ कैंसर का इलाज

ऋषिकेश (आरएनएस)। घातक बीमारी में शामिल कैंसर अब लाइलाज नहीं है। एम्स ऋषिकेश में आधुनिक उच्च तकनीकों का इस्तेमाल करने से इसका इलाज अब पहले की अपेक्षा आसान हो गया है। एम्स ऋषिकेश में कैंसर की जांच और इलाज की सभी आधुनिक स्वास्थ्य सुविधाएं मौजूद हैं। इनमें उच्च तकनीक आधारित पेट स्कैन जैसी जांच भी शामिल है।

एम्स ऋषिकेश कैंसर मरीजों के इलाज में न केवल विकसित स्वास्थ्य सुविधाओं को उपयोग कर रहा है अपितु यहां कैंसर मरीजों का पूरा रिकार्ड भी रखा जाता है। इसे कैंसर रजिस्ट्री का नाम दिया गया है। हेमेटोलाजी विभाग के हेड प्रो. उत्तम नाथ बताते हैं कि कैंसर के शुरुआती चरण में पता लगाना आधी लड़ाई जीतने जैसा है। उन्होंने बताया कि दो कैंसर कभी एक जैसे नहीं होते। ऐसे में जेनेटिक प्रोफाइलिंग कारगर साबित होती है। इसमें बेहतर और प्रभावी उपचार, कम दुष्प्रभाव और रोग को पूरी तरह से खत्म करने की अधिक संभावना होती है। इसके अलावा विकिरण चिकित्सा, रोबोटिक सर्जरी और इम्यूनोथेरेपी जैसी तकनीकें भी कैंसर के इलाज को आसान बना रही हैं। ये सभी सुविधाएं एम्स ऋषिकेश में उपलब्ध हैं।

विभाग के एसो प्रो. दीपक सुन्दरियाल ने बताया कि भारत में कैंसर एक गंभीर सार्वजनिक स्वास्थ्य चुनौती के रूप में उभर रहा है। पिछले तीन दशकों में देश में कैंसर की घटनाओं, प्रसार और इससे होने वाली मृत्यु दर में निरंतर वृद्धि देखी गई है। उन्होंने बताया कि पुरुषों में मुंह का (ओरल) कैंसर, फेफड़ों का कैंसर और प्रोस्टेट कैंसर के मामले ज्यादा हैं। जबकि महिलाओं में स्तन कैंसर, गर्भाशय ग्रीवा (सर्वाइकल) कैंसर और अंडाशय (ओवेरियन) कैंसर के मामले ज्यादा उभर कर आ रहे हैं। डॉ. सुंदरियाल ने बताया कि उत्तराखंड में कैंसर के मामलों में पुरुषों में फेफड़ों का कैंसर, मुंह का कैंसर और जठरांत्र (गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल) कैंसर सामान्य हैं, जबकि महिलाओं में स्तन कैंसर सबसे अधिक पाया जाता है। दूसरा स्थान सर्वाइकल कैंसर का हैपेट स्कैन का लाभ उठा चुके 1590 लोगपेट स्कैन (पॉजिट्रॉन एमिशन टोमोग्राफी) मशीन एम्स में बीते वर्ष अप्रैल 2025 में स्थापित की गई थी। यह एक उन्नत इमेजिंग परीक्षण है, जो शरीर के अंगों की कार्यप्रणाली और कोशिकाओं की गतिविधि का पता लगाता है। यह कैंसर कोशिकाओं का पता लगाने, ट्यूमर के फैलने की जांच करने और उपचार के बाद परिणाम देखने के लिए सबसे प्रभावी तकनीक है। न्यूक्लियर मेडिसिन की हेड प्रो. मनीषी नारायण ने इस बारे में बताया कि पिछले एक वर्ष के दौरान 1590 लोगों ने पेट स्कैन सुविधा का लाभ उठाया है। उन्होंने बताया कि प्रति माह लगभग 150 रोगी यह जांच करवा रहे हैं।

स्वास्थ्य जांच शिविर से लाभान्वित हुए शिक्षक और विद्यार्थी

कोटद्वार(आरएनएस)। भक्त दर्शन राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय में जंतु विज्ञान विभाग एवं रेड क्रॉस इकाई के संयुक्त तत्वावधान में निशुल्क स्वास्थ्य जागरूकता एवं जांच शिविर का आयोजन किया गया। शुक्रवार को लगे शिविर से 100 से अधिक छात्र-छात्राएं, प्राध्यापक एवं कर्मचारी लाभान्वित हुए। स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहीं प्राचार्या डॉ. एलआर राजवंशी ने कहा कि बदलती जीवनशैली के कारण युवाओं में बीमारियों का खतरा बढ़ रहा है। ऐसे में समय-समय पर स्वास्थ्य जांच और जागरूकता अत्यंत आवश्यक है। जंतु विज्ञान विभागाध्यक्ष डॉ. श्रद्धा भारती ने नियमित स्वास्थ्य जांच और संतुलित दिनचर्या अपनाने पर जोर दिया। रेडक्रॉस इकाई के सह-समन्वयक डॉ. शुएब अजीम अंसारी ने कहा कि स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा धन है और इस प्रकार के शिविर समाज में जागरूकता बढ़ाने का प्रभावी माध्यम हैं। डॉ. मोहन कुकरेती के संचालन में जागरूकता कार्यक्रम के समापन पर डॉ. मानसी वत्स, डॉ. श्रद्धा भारती की देखरेख में लगे शिविर में प्राध्यापकों एवं विद्यार्थियों ने स्वास्थ्य जांच कराई।

तीर्थयात्रियों के साथ करें मधुर व्यवहार: श्वेता

ऋषिकेश(आरएनएस)। चारधाम यात्रा को लेकर मुनिकीरेती और आसपास के क्षेत्रों में सुरक्षा और ट्रैफिक व्यवस्था को सुचारु रखने के लिए एसएसपी टिहरी श्वेता चौबे ने पुलिसकर्मियों को ब्रीफ किया। उन्हें आवश्यक प्रशिक्षण देते हुए यात्रियों के साथ मधुर व्यवहार करने की नसीहत भी दी। लापरवाही पर संबंधित के खिलाफ कड़ी कार्रवाई को भी चेताया। शुक्रवार को ढालवाला स्थित एमआईटी कॉलेज में ब्रीफिंग आयोजित हुई। एसएसपी ने कहा कि यात्रा में दुनियाभर से तीर्थदर्शन के लिए यात्री पहुंचते हैं, जिसमें पुलिसकर्मियों का मुख्य काम उनकी सुरक्षा और यातायात को सुचारू रखना है, जिससे कि न सिर्फ तीर्थयात्री, ब्लकि स्थानीय लोगों को भी किसी तरह की सुविधा न हो, कहा कि यह यात्रा कई मायनों में राज्य के लोगों के लिए अहम होती है, जिसका आयोजन सफल और सुरक्षित कराना पुलिस की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है। ब्रीफिंग में पुलिसकर्मियों को सीपीआर, बेसिक फर्स्ट-एड प्रशिक्षण दिया गया।

मंडी में फुटकर व्यापार के लिए जारी होंगे लाइसेंस

हल्द्वानी(आरएनएस)। मंडी परिसर में फुटकर सब्जी की बिक्री के लिए लाइसेंस जारी किए जाएंगे। इसके लिए शुक्रवार को उत्तराखंड कृषि उत्पादन विपणन बोर्ड के अध्यक्ष डॉ. अनिल कपूर डब्बू ने ऑनलाइन बैठक कर मंडी सचिवों को निर्देश जारी किए। इसके अनुसार हल्द्वानी मंडी में काउंटर बनाने के लिए मंडी सचिव ने पांच जगह चिह्नित करने के निर्देश कार्मिकों को दिए है। प्रदेश की मंडियों में फुटकर में सब्जी की बिक्री होगी। इसकी तैयारी के लिए शुक्रवार को अध्यक्ष ने वीडियो कॉन्फ्रेंस के माध्यम से मंडी समितियों की बैठक ली। इस मौके पर मंडी परिसर में बिना लाइसेंस के सब्जी बेच रहे लोगों के खिलाफ कार्रवाई के लिए अभियान चलाने के साथ ही हल्द्वानी, काशीपुर, रामनगर, देहरादून, हरिद्वार, रुड़की और ऋषिकेश मंडी में दस दिनों में लाइसेंस जारी करने के निर्देश दिए गए। सब्जी की बिक्री के लिए मंडी परिसर में पांच दिन में फैब्रिकेटेड काउंटर बनाए जाएंगे। वहीं मंडी समिति हल्द्वानी में बैठक कर सचिव दिग्विजय सिंह देव ने कार्मिकों को परिसर में पांच जगह चिह्नित करने के निर्देश दिए। बताया कि मंडी में बिक्री शुरू होने से लोगों को महंगी सब्जी से राहत मिलेगी।

बिना अनुबंध और सुरक्षा मानकों के नहीं उतरने देंगे हेलिकॉप्टर

उत्तरकाशी(आरएनएस)। चारधाम यात्रा सीजन से पहले खरसाली गांव के ग्रामीणों ने हेली सेवा संचालित करने वाली कंपनियों के लिए सख्त रुख अपनाया है।

ग्रामीणों ने एक बैठक कर सुरक्षा मानकों के पालन किए बगैर खरसाली हेलिपैड में हेलिकॉप्टरों की उड़ानों का विरोध जताया है। निर्णय लिया है कि ग्रामसभा के साथ बिना विधिवत अनुबंध और निर्धारित सुरक्षा मानकों का पालन करने पर ही किसी भी हेलिकॉप्टर को गांव में उतरने की अनुमति नहीं दी जाएगी।

गांव के विपिन उनियाल ने कहा कि गांव और ग्रामीणों की सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता है। चारधाम यात्रा का संचालन सुचारू रूप से होना चाहिए लेकिन इसके लिए हेली सेवा कंपनियों को पहले ग्राम सभा के साथ बैठकर साफ समझौता करना होगा। नियमों के अनुरूप अनुबंध के बाद ही खरसाली हेलिपैड पर हेलीकॉप्टर उतर सकेंगे।

उन्होंने बताया कि यात्रा सीजन में यमुनोत्री धाम आने वाले श्रद्धालुओं के हेलिकॉप्टर खरसाली गांव के निजी हेलिपैड पर उतरते हैं जिनका संचालन निजी कंपनियां करती है।

ग्रामीणों का कहना है कि दिनभर हेलिकॉप्टरों की आवाजाही से भारी शोर रहेगा और गांव के ऊपर लगातार उड़ान भरने से दुर्घटना का खतरा भी बना रहता है। खरसाली में चार हेलिपैड संचालित हैं जहां यात्रा के दौरान बड़ी संख्या में हेलिकॉप्टर उड़ान भरते हैं। इसके अलावा यहां एक सरकारी हेलिपैड भी है जो कि लंबे समय से निष्क्रिय पड़ा है।

पुरुषोत्तम उनियाल, मनमोहन उनियाल का कहना है लगातार उड़ान से खरसाली गांव में स्थित दशकों पुराने साढ़े चार मंजिला सोमेश्वर महाराज शनिदेव मंदिर को भी खतरा उत्पन्न हो सकता है।

बैठक में ग्राम प्रधान नीतू उनियाल, विपिन उनियाल, प्रताप सिंह, मनवीर सिंह, प्रमोद उनियाल, भरत सिंह, सुगा, श्यामलाल, शैलेन्द्र, विशालमणि, सुमन प्रसाद, सौरभ, किशन सिंह, दिनेश प्रसाद, प्रदीप मौजूद रहे।

वर्कलोड ने बढ़ा दिया है मेंटल स्ट्रेस तो इस फॉर्मूले पर करें अमल, दूर हो जाएगी हर टेंशन

वर्कलोड का बढ़ता प्रेशर तनाव बढ़ाने का काम कर रहा है। कई बार काम के चक्कर में हम खुद को ही भूल जाते हैं। इससे काम भी सही तरह नहीं हो पाता है। जिसका असर हमारी मेंटल हेल्थ पर भी देखने को मिलता है। साइकोलॉजिस्ट के मुताबिक, ग्रोथ और इंक्रीमेंट समेत कई कारणों से हम तनाव को खुद पर हावी कर लेते हैं। इससे अंदर गिल्ट, एंग्जाइटी, लॉस ऑफ सेल्फ रिस्पेक्ट और अपने से ही नाराजगी हो जाती है। कई बार खुद का आंकलना करना भी इसकी वजह हो सकती है। जिससे कोई भी खुद को इनसिक्योर समझ लेता है। ऐसे में खुद को इससे बाहर लाने के लिए लाइफ में कुछ बातों को अपनाना चाहिए। आइए जानते हैं।।।

नींद से समझौता न करें

दिनभर काम करने के बाद नींद भी भरपूर होनी चाहिए। यह आपकी मेंटल हेल्थ समेत ओवरऑल हेल्थ के लिए इंपॉर्टेंट होती है। नींद और मानसिक सेहत एक-दूसरे से जुड़े हैं। अगर नींद पूरी न हो तो मूड स्विंग, गुस्सा, उदासी जैसी समस्याएं होने लगती हैं। सेंटर्स फॉर डिजीज कंट्रोल के अनुसार, 7 घंटे से कम नींद दिमाग की सेहत के लिए बिल्कुल भी ठीक नहीं है। इसलिए बिना पूरी नींद लिए स्क्रीन से दूरी बनाए रखें। सोने और उठने का एक प्रॉपर समय बनाएं।

एक्सरसाइज से करें दोस्ती

चाहे घर या ऑफिस।।कहीं भी कुछ देर ही सही एक्सरसाइज के लिए समय निकालें। लगातार काम करने से पीठ, कंधों, कमर और गर्दन पर उसका असर पड़ता है। ऐसे में एक्सरसाइज से दोस्ती शरीर को दर्द और ऐंठन से राहत दे सकती है। सिंपल मूव्स के जरिए आप बॉडी को रिलैक्स बना सकते हैं। एक घंटे बैठने के बाद कुछ देर जरूर टहलें।

कम से कम फोन चलाएं

दिनभर फोन में लगे रहना भी मेंटल समस्या को बढ़ाने का काम करता है। इसलिए सिर्फ बहुत इंपॉर्टेंट कॉल्स ही एक्सेप्ट करें। रात को सोने से पहले अगर फोन का इस्तेमाल करते हैं तो इससे मेलाटॉनिन हार्मोन प्रभावित होता है, जिसका सीधा कनेक्शन नींद से है। अगर सुबह उठते ही फोन देखने लगते हैं तो इससे अलर्टनेस और मूड बूस्टिंग नहीं हो पाता है।

खुद के लिए ना कहना भी जरूरी

अगर ओवर बर्डन फील हो रहा है तो वर्कलोड से बचने की कोशिश करें। मेंटली तौर पर टायर्ड होने से काम पर फोकस नहीं हो पाएगा। ऐसे में खुद का ख्याल जरूरी हो जाता है। मेंटल हेल्थ को बेहतर बनाने के लिए ना कहना भी सीख लेना चाहिए। काम के दौरान थकान फील होने पर दूसरे प्रोजेक्ट्स को हाथ में न लें और खुद को कुछ समय रिलैक्स करने के लिए ब्रेक लें। लगातार एक जगह ही काम करने की बजाय उनकी परफॉर्मेंस ज्यादा बेहतर होती है, जो काम से ब्रेक लेकर खुद पर भी समय देते हैं। इससे दिमाग फ्रेश होता है और नए आइडियाज आते हैं। इसलिए कुछ देर काम करने के बाद कॉफी ब्रेक जरूरी होता है। कुछ समय कलीग्स से बातचीत में भी बिताएं। कम्युनिकेशन गैप खत्म होने से कई तरह की समस्याएं आती हैं।

कई समस्याओं का कारण बन सकता है ठंडा पानी

क्या आपको मालूम है कि ठंडा पानी कई स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकता है। बर्फ वाले पानी या फिर आइस क्रीम के ज्यादा सेवन से आपको श्ब्रेन फ्रीजश् की समस्या हो सकती है। दरअसल, ज्यादा ठंडा पानी स्पाइन की सेंसेटिव नसों को ठंडा कर कर देता है, जिससे यह दिमाग पर असर डालती हैं। इस कारण सिर में दर्द होने लगता है। आपको सुनकर थोड़ा अटपटा जरूर लगेगा लेकिन यह सच है। ठंडा पानी आपके पेट को नुकसान पहुंचा सकता है। ज्यादा समय तक ठंडा पानी पीने से खाना पचाने में दिक्कत, पेट में दर्द और जी मचलने जैसी समस्याएं हो सकती है। ठंडे पानी का बाहर के तापमान से अलग होने के कारण यह शरीर में पहुंच कर पेट में मौजूद खाने को पचाने में दिक्कत पैदा कर सकता है। इसी कारण पेट में दर्द की शिकायत हो सकती है। जब भी आप ज्यादा ठंडा पानी पीते हैं, तो वेगस नाम की नर्व ठंडी होकर हार्ट रेट को धीमा करती है। हमारे शरीर में वेगस नाम की नर्व होती है। यह हमारे शरीर की सबसे लंबी कार्निवल नर्व होती है, जो कि गर्दन से होते हुए हार्ट, लंग्स और डाइजेस्टिव सिस्टम को कंट्रोल करती है। ज्यादा ठंडा पानी से यह नर्व भी ठंडी हो जाती है और जब तक यह पानी आपके शरीर के अनुकूल नहीं हो जाता आपकी हार्ट रेट भी धीमी रहती है। ज्यादा ठंडा पानी खाना पचाने में दिक्कत पैदा कर सकता है। इसके उलट रूम टेम्परेचर के लिहाज से पानी पीने से कब्ज की परेशानी बहुत कम होती हैकि ठंडे पानी की वजह से सॉलिड फूड डाइजेस्ट होने में वक्त लेता है और कब्ज की परेशानी पैदा होती है। ठंडा पानी आपको और मोटा बना सकता 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 *साध्य दैनिक दून वैली मेल* के मुद्रक, प्रकाशक या सम्पादक की कोई जवाबदेही नहीं होगी।

–प्रबंधक विज्ञापन

रोजाना एक गिलास व्हीटग्रास जूस का करें सेवन स्वास्थ्य के लिए लाभदायक

व्हीटग्रास यानी गेंहू की पत्तियों के जूस का सेवन करना स्वास्थ्य के लिए लाभदायक साबित हो सकता है।इसका कारण है कि इसमें कैल्शियम, आयरन, फाइबर, पोटैशियम, मैग्नीशियम, सोडियम, कई प्रकार के अमीनो एसिड जैसे खनिजों के साथ जरूरी मिनरल्स और विटामिन्स भी होते हैं। ऐसे में इसे डाइट में शामिल करना अच्छा है।आइए जानते हैं कि रोजाना एक गिलास व्हीटग्रास जूस का सेवन करने से क्या-क्या फायदे मिल सकते हैं।

वजन कम करने में मिलेगी मदद

अगर आप रोजाना आधा या एक गिलास व्हीटग्रास के जूस पीते हैं तो यह शरीर को हाइड्रेट रखने के साथ-साथ वजन घटाने में भी मदद कर सकता है।इस जूस में मौजूद सोडियम की कम मात्रा और उच्च फाइबर मेटाबॉलिज्म को तेज करके वजन कम करने की प्रक्रिया को बढ़ावा दे सकता है।इसमें मौजूद कम कैलोरी भी इसे वजन नियंत्रित करने के सक्षम बनाती है। ऐसे में इसका सेवन काफी फायदेमंद हो सकता है।

हाई कोलेस्ट्रॉल का खतरा होगा कम

कोलेस्ट्रॉल का अनियंत्रित स्तर हृदय रोगों का खतरा बढ़ा सकता है। इसलिए इसे नियंत्रित रखना जरूरी है।

एक शोध के अनुसार, व्हीटग्रास के जूस में मौजूद हाइपोलिपिडेमिक प्रभाव रक्त लिपिड का स्तर संतुलित करके खराब कोलेस्ट्रॉल (स्क्स्) का स्तर कम कर सकता है।यह फाइबर से भी भरपूर होता है, जो शरीर में अच्छे कोलेस्ट्रॉल के स्तर को बढ़ाने में मदद कर सकता है।

लीवर को सुरक्षा प्रदान करने में है सक्षम

अगर आप या आपके परिवार में कोई लीवर की समस्या से परेशान हैं तो व्हीटग्रास के जूस का सेवन फायदेमंद हो सकता है।व्हीटग्रास जूस में हेपेटोप्रोटेक्टिव गुण होते हैं, जो लीवर को नुकसान पहुंचाने वाले कारकों से लीवर को सुरक्षा प्रदान करते हैं।यह जूस तीव्र कार्बन टेट्राक्लोराइड टॉक्सिन के खिलाफ भी लीवर की रक्षा में भी लाभकारी हो सकता है। कार्बन टेट्राक्लोराइड लीवर के लिए एक टॉक्सिन का कार्य करता है।

पाचन क्रिया के लिए है फायदेमंद

व्हीटग्रास जूस का सेवन पेट संबंधित समस्याओं से राहत पाने और पाचन क्रिया को स्वस्थ बनाए रखने के लिए भी किया जा सकता है।इसमें प्रीबायोटिक गुण होते हैं, जो शरीर में लैक्टिक एसिड का उत्पादन बढ़ाकर पाचन शक्ति को बेहतर करने का काम करते हैं और आंत को संक्रमण से बचाते हैं।अगर आप पेट संबंधित समस्याओं से बचे रहना है तो अपनी डाइट में व्हीटग्रास जूस को जरूर शामिल करें।

कैंसर का जोखिम कम करने में है सहायक

शोध के अनुसार, व्हीटग्रास जूस में एंटी-कैंसर प्रभाव मौजूद होता है, जो कैंसर सेल्स को पनपने से रोकने में सहायक है।इसके अलावा कई पोषक तत्वों से भरपूर व्हीटग्रास जूस का सेवन धूम्रपान से होने वाले कैंसर के खतरे को भी दूर कर सकता है।इसलिए जिन लोगों को धूम्रपान करने की आदत या कैंसर है वे अपने डॉक्टर की सलाह लेकर इस जूस का सेवन शुरू करें।(आरएनएस)

शब्द सामर्थ्य -006

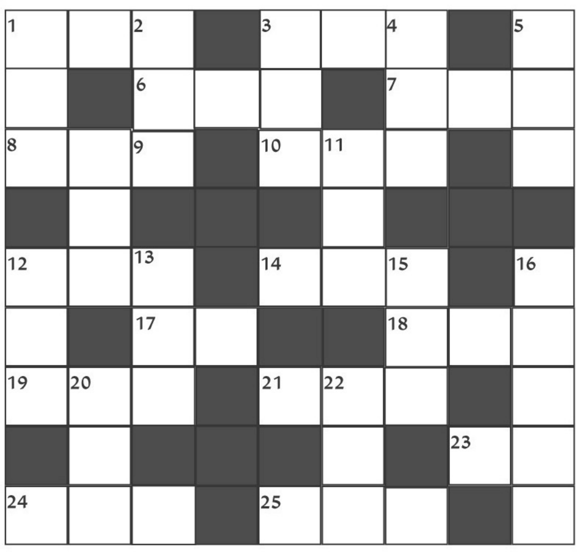
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

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

ऊपर से नीचे

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



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 05 का हल

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

कॉमेडियन जाकिर खान पर भड़कीं अमीषा पटेल? बोलीं- नकारात्मकता मत फैलाओ

अमीषा पटेल काम के साथ-साथ अपनी बेबाक राय रखने के लिए भी जानी जाती हैं। हाल ही में, अभिनेत्री ने एक सोशल मीडिया पर एक पोस्ट साझा करते हुए जाकिर खान की आलोचना की है। उन्होंने कॉमेडियन पर नकारात्मकता फैलाने का आरोप लगाते हुए कहा कि फिल्म जगत ने धुरंधर की सफलता को खुले दिल से स्वीकार किया है। दरअसल, एक कार्यक्रम में जाकिर ने फिल्मी सितारों पर तंज कसते हुए कहा था कि धुरंधर से सबको जलन हुई है।

अमीषा ने कार्यक्रम से जाकिर की एक तस्वीर साझा करते हुए लिखा, यार, नकारात्मकता फैलाना बंद करो! फिल्म इंडस्ट्री ने धुरंधर को महत्व दिया है और उसका सम्मान किया है! शाहरुख, सलमान, सनी, रितिक, अजय जैसे सुपरस्टारों ने सिर्फ 1 नहीं बल्कि 25 से अधिक मेगा हिट दिए हैं और आगे भी ऐसा करते रहेंगे। शांत रहो, गदर बहुत सालों से सबने पहले ही मचा दिया है, और आगे भी मचाएंगे।

चेतक स्क्रीन अवार्ड 2026 की शाम, जाकिर ने मंच से मजाकिया अंदाज में कहा था, कितने ही बधाई संदेश डाल दें, कितनी ही कहानियां डाल दें, कितने ही इंटरव्यू में बोल दें मेरी पसंदीदा फिल्म, मगर सच तो यह है कि धुरंधर से सबकी जलन तो है। उन्होंने शायराना अंदाज में बोला था, बम फिल्म में फूटें ल्यारी में, पर धुआं उड़ा है बांद्रा से जुहू में। उनके इस मजाकिया कथन पर वहां मौजूद फिल्मी सितारे भी हंस पड़े थे।

फिल्म पुरुषन में योगी बाबू और विशाल के साथ नजर आएंगी तमन्ना भाटिया

अभिनेता विशाल, तमन्ना भाटिया और निर्देशक सुंदर सी फिर से एक साथ काम करने जा रहे हैं। उनकी नई फिल्म का नाम पुरुषन है। इस फिल्म की आधिकारिक घोषणा हुई और साथ ही धमाकेदार एक्शन के साथ टीजर भी जारी किया गया।

पुरुषन फिल्म की कहानी एक्शन से भरपूर है, जैसा की टीजर में दिखाया गया है। एक्टर विशाल का रोल एक शांत और आज्ञाकारी पति का है, जो घर में सारा काम करता है। लेकिन उसके अंदर एक छिपा हुआ हिंसक और एक्शन वाला इंसान है, जिसके बारे में उसकी दबंग पत्नी (तमन्ना) को शायद पता नहीं है। टीजर में दिखाया गया है कि वह घर की रसोई में ही गुंडों से लड़ता है।

फिल्म पुरुषन का निर्माण एसीएस अरुण कुमार ने बेन्ज मीडिया के तहत किया है। इसमें खुशबू सुंदर भी शामिल हैं। संगीत हिपहॉप तमिझा ने दिया है, कैमरा गोपी अमरनाथ ने संभाला है और एडिटिंग रोजर कर रहे हैं। इस फिल्म में योगी बाबू भी हैं, जिससे और मजा आने की उम्मीद है। अभी फिल्म की रिलीज डेट नहीं बताई गई है।

यह विशाल और सुंदर सी की एक साथ चौथी फिल्म है। पहले वे आंबला, एक्शन और मधा गज राजा जैसी फिल्मों में साथ काम कर चुके हैं। फैंस को हमेशा विशाल-सुंदर सी की हिट जोड़ी की फिल्म का इंतजार रहता है। तमन्ना के फैंस बेसब्री से उनकी फिल्म पुरुषन की रिलीज का इंतजार कर रहे हैं।

सोहम शाह की फिल्म तुम्बाड 2 का मोशन पोस्टर जारी, फिर लौटेगा हस्तर का खौफ

सोहम शाह ने जब से तुम्बाड 2 का आधिकारिक ऐलान किया है, यह चर्चा में बनी हुई है। फैंस इसलिए भी खुश है, क्योंकि सीक्वल में दोहरा रंग जमाने के लिए नवाजुद्दीन सिद्दीकी भी शामिल हो गए हैं। निर्देशन की कमान आदेश प्रसाद ने संभाली है, जबकि निर्माण सोहम शाह फिल्म्स और डॉ. जयंतीलाल गड़ा के पेन स्टूडियो के सहयोग से किया जा रहा है। इस बीच, निर्माताओं ने तुम्बाड 2 का आधिकारिक मोशन पोस्टर भी जारी कर दिया है।

सोहम ने तुम्बाड 2 का मोशन पोस्टर जारी करते हुए लिखा, हर संत का एक अतीत होता है। हर पापी का एक भविष्य होता है। पाप की विरासत लौटकर आती है, लोभ का चक्र चलता रहता है।।।एक बार फिर, तुम्बाड की दुनिया में आपका स्वागत है! पोस्टर में पूर्ति की देवी की एक झलक को दिखाया गया है। इससे पहले, उन्होंने सेट से मुहूर्त शॉट की तस्वीरें साझा करते हुए बताया था कि फिल्म की शूटिंग शुरू हो गई है।

तुम्बाड 2 उन बड़ी फिल्मों में से एक है, जिसका दर्शक बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। अब सोहम शाह के साथ नवाजुद्दीन सिद्दीकी भी इस फिल्म से जुड़ गए हैं, जिसने फिल्म को लेकर लोगों की उत्सुकता और भी ज्यादा बढ़ा दी है।

तुम्बाड के साथ सोहम शाह ने वाकई में सिनेमा की एक बेहतरीन मिसाल पेश की थी, जहां इस फिल्म ने अपनी एक अलग पहचान बनाई और इसे हिंदी की सबसे अच्छी फैंटेसी फोकलोर फिल्मों में से एक माना जाता है, वहीं 2024 में जब इसे दोबारा रिलीज किया गया, तो यह दूसरी सबसे ज्यादा कमाई करने वाली री-रिलीज इंडियन फिल्म बन गई।

तुम्बाड 2 का निर्देशन आदेश प्रसाद कर रहे हैं और इसकी कमान एक्टर-प्रोड्यूसर सोहम शाह ने अपने बैनर सोहम शाह फिल्म्स के तहत संभाली है। उनके साथ पेन स्टूडियोज के डॉ. जयंतीलाल गड़ा भी जुड़े हैं, जो आरआरआर और गंगूबाई काठियावाड़ी जैसी सुपरहिट फिल्में दे चुके हैं।

दीपिका पादुकोण की हुई गोलमाल 5 में एंट्री!

रोहित शेट्टी की फिल्म गोलमाल 5 लगातार चर्चा में बनी हुई है. क्योंकि कास्टिंग को लेकर नए-नए अपडेट्स जो सामने आ रहे हैं. इस फिल्म में पहले से ही बड़े-बड़े एक्टर्स मौजूद हैं, लेकिन अब कुछ नाम इस लिस्ट में जुड़ चुके हैं.गोलमाल 5 को रोहित शेट्टी डायरेक्ट कर रहे हैं.

रिपोर्ट के अनुसार फिल्म में इस फ्रेंचाइजी के कई पुराने चेहरे नजर आएंगे, जिनमें अजय देवगन, अरशद वारसी, तुषार कपूर, श्रेयस तलपड़े, कुणाल खेमू, शरमन जोशी जैसे नाम शामिल हैं. वहीं, इस फिल्म में अब अक्षय कुमार की भी एंट्री हो चुकी है.

रिपोर्ट के अनुसार इस फिल्म में साउथ एक्ट्रेस प्रियामणी लीड रोल निभाती हुई नजर आएंगी.इसी बीच फिल्म के कास्टिंग को लेकर एक नई अपडेट सामने आई है. रिपोर्ट के अनुसार इस फिल्म में दीपिका पादुकोण की भी एंट्री हो चुकी है. वो फिल्म में कैमियो करती नजर आएंगी, लेकिन उनका रोल काफी इंपोर्टेंट होने वाला है.

इस फिल्म में एक्ट्रेस को इंस्पेक्टर शक्ति शेट्टी के कैरेक्टर में देखा जाएगा, जिसे उन्होंने पहले सिंघम अगेन में निभाया था. हालांकि, मेकर्स ने ऑफिशियल तौर पर इसे कंफर्म नहीं किया है, लेकिन इस खबर के सामने आते ही फैंस की एक्साइटमेंट और भी ज्यादा बढ़ चुकी है.

रिपोर्ट के अनुसार फिल्म में दीपिका को एक मिशन पर दिखाया जाएगा, जो अक्षय कुमार के कैरेक्टर को पकड़ने की कोशिश करेंगी, जो उनकी कस्टडी से भाग निकला होता है.फिल्म के क्लाईमैक्स में उनकी धमाकेदार एंट्री होने वाली है. आखिर में वो अजय देवगन और उनकी टीम की मदद से अक्षय कुमार को पकड़ लेंगी.

अगर ये रिपोर्ट सही निकलती है तो दीपिका पादुकोण का ये कैमियो रोहित शेट्टी के कॉप यूनिवर्स और गोलमार सीरीज की कॉमेडी दुनिया को जोड़ने वाला एक क्रॉसओवर मोमेंट साबित हो सकता है.हालांकि, अभी तक प्रोडक्शन टीम की तरफ से दीपिका की एंट्री को लेकर कुछ भी नहीं कहा गया है. ऐसे में जब तक ऑफिशियल तौर पर कंफर्मेशन नहीं मिलती है, ये खबरें महज अफवाह ही मानी जाएंगी.

कॉकटेल 2 का नया गाना जब तलक हुआ रिलीज!

डायरेक्टर होमी अडजानिया की फिल्म कॉकटेल 2 रिलीज की तैयारी कर रही है और 19 जून को सिनेमाघरों में दस्तक देगी। आज बुधवार को मेकर्स ने इसका नया गाना जब तलक रिलीज कर दिया है। इस गाने में शाहिद कपूर, कृति सैनन और रश्मिका मंदाना अपने डांस से रंग जमा रहे हैं। इस गाने को अरिजीत सिंह ने अपनी आवाज से सजाया है और इसे प्रीतम चक्रवर्ती ने कंपोज किया है। लिरिक्स अमिताभ भट्टाचार्य ने लिखे हैं और इसे होमी अडजानिया ने डायरेक्ट किया है।

कॉकटेल 2 की रिलीज का दर्शकों को बेसब्री से इंतजार है और बीते दिनों इसकी घोषणा की गई थी। फिल्म कॉकटेल 2 में शाहिद कपूर, रश्मिका मंदाना और कृति सैनन ने जमकर डांस किया है। यूनिवर्सल म्यूजिक यूट्यूब चैनल पर कॉकटेल 2 का रिलीज हो गया है और महज 1 घंटे में ही इसे 1 लाख से ज्यादा व्यूज मिल चुके हैं। फिल्म 19 जून को सिनेमाघरों में दस्तक देने की तैयारी कर रही है। बीते दिनों फिल्म के सेट की तस्वीरें भी सामने आती रही हैं। अब देखना होगा कि क्या ये तिकड़ी बॉक्स ऑफिस पर अपना असर छोड़ने में सफल रहती है या नहीं।

बता दें कि डायरेक्टर होमी अडजानिया ने साल 2012 में फिल्म कॉकटेल बनाई थी। इसमें सैफ अली खान, दीपिका पादुकोण और डायना पेंटी ने लीड रोल निभाया था। इसके साथ ही वमन इरानी और डिंपल कपाड़िया ने भी अहम किरादरों में अपनी एक्टिंग का समां बांधा था। कहानी लवट्रांयगल की थी। फिल्म में गौतम कपूर (सैफ अली खान) को विरोनिका (दीपिका पादुकोण) से प्यार है। विरोनिका बोल्ड और बिंदास लड़की है जो अपनी जिंदगी को खुलकर जीती थी। इसके साथ ही इन दोनों की मुलाकात मीरा सेठी (डायना पेंटी) से होती है जो एक एनआरआई से शादी करके विदेश में जाती है। लेकिन उसका पति उसे बीच मंजधार में छोड़ देता है और तीनों की दोस्ती हो जाती है। तीनों की ये दोस्ती अंत में लव ट्रांयगल में फिट हो जाती है और कहानी मजा देने लगता है। ये फिल्म बॉक्स ऑफिस पर भी हिट रही थी। अब देखना होगा कि क्या कॉकटेल 2 भी दर्शकों को अपना दीवाना बना पाती है या नहीं।

पेयजल संकट व सड़कों की बदहाली पर फूटा गुस्सा, लोनिवि कार्यालय में जड़ा ताला

पौड़ी(आरएनएस)। विकास खंड के चौरास सहित आसपास के क्षेत्र में लंबे समय से पेयजल किल्लत और बदहाल सड़क पर शुक्रवार को ग्रामीणों का गुस्सा फूट पड़ा। पूर्व क्षेत्र पंचायत सदस्य चौरास डॉ. प्रताप भंडारी के नेतृत्व में ग्रामीणों और जनप्रतिनिधियों ने रैली निकाली और लोनिवि कार्यालय कीर्तिनगर में तालाबंदी कर तहसील परिसर में प्रदर्शन किया। उन्होंने शासन- प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी की। चौरास क्षेत्र की नैथाणा ग्राम सभा सहित आसपास के गांवों में पेयजल संकट बना हुआ है। ग्रामीणों का आरोप है कि कोटेश्वर-सिल्काखाल पंपिंग पेयजल योजना होने के बावजूद ग्रामीणों को पर्याप्त पानी नहीं मिल पा रहा है। ग्रामीणों ने क्षेत्र की खराब सड़कों पर भी नाराजगी जताई। उन्होंने गडासू-भ्यूपाणी मार्ग निर्माण, नैथाणा-बैरांगना गुठाई तोक मार्ग का डामरीकरण, पटवाड़ा-सोनी और मंजाकोट-बंदासा मार्ग के निर्माण की मांग उठाई। इसके अलावा धौड़ंगी-धबधार और छाम-खलयानी क्षेत्रों में घरेलू गैस सिलेंडर की नियमित आपूर्ति की मांग भी की गई। लोगों ने कहा कि पूर्व मुख्यमंत्री त्रिवेंद्र सिंह रावत की घोषणा के बावजूद नौड़ा धौलियाणा-चोन्रीखाल तथा डांडा बुडाली से संकरा बडियारगढ़ मार्ग का निर्माण अभी तक नहीं हुआ है। सूचना पर उपजिलाधिकारी मंजू राजपूत मौके पर पहुंचीं और लोक निर्माण विभाग, जल संस्थान व प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के अधिकारियों के साथ बैठक कर समस्याओं के समाधान के निर्देश दिए।

टीएचडीसी के खिलाफ मुखर हुए बंड क्षेत्र के लोग

चमोली(आरएनएस)। विष्णुगाड-पीपलकोटी जल विद्युत परियोजना की निर्माणदायी संस्था टीएचडीसी व कार्यदायी संस्था एचसीसी के खिलाफ बंड क्षेत्र के लोग मुखर हो गए हैं। जनप्रतिनिधियों ने रोजगार सहित 12 सूत्री मांगों का ज्ञापन जिलाधिकारी को सौंपा। चेतावनी दी यदि 15 दिन में मांगों पर कार्रवाई नहीं होती तो परियोजना के प्रभावित आंदोलन करने के लिए बाध्य होंगे। जनप्रतिनिधियों ने कहा कि टीएचडीसी 15 वर्ष से क्षेत्र में अंग्रेजी माध्यम का विद्यालय खोलने का आश्वासन दे रहा है लेकिन अभी तक धरातल पर कोई काम नहीं हुआ है। कई प्रभावित परिवारों को चारापत्ती का मुआवजा तक नहीं दिया जा रहा है। परियोजना के कारण कई क्षेत्रों की गो चरान की भूमि खत्म हो गई है। टनल निर्माण से निकलने वाला रसायनयुक्त पानी अलकनंदा नदी में डाला जा रहा है। शवदाह घाटों व उनके रास्तों पर मलबा डाला गया है इससे वहां आवाजाही में खासी दिक्कत होती है। भारी विस्फोटों से लोगों के भवनों पर दरारें आ गई हैं और उन्हें कोई मुआवजा नहीं दिया गया है। उन्होंने रोजगार में स्थानीय को प्राथमिका देने, क्रशर व अन्य मशीनों से होने वाले ध्वनि प्रदूषण से निजात दिलाने आदि की मांग की।

सू- दोकू क्र.006

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों 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 ऊपर 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.05का हल

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

मजदूर आंदोलनों के दमन के खिलाफ रुद्रपुर में गरजे श्रमिक संगठन

रुद्रपुर(आरएनएस)। नोएडा, गुड़गांव, पानीपत और मानेसर सहित विभिन्न औद्योगिक क्षेत्रों में चल रहे मजदूर आंदोलनों पर कथित दमन के विरोध में संयुक्त श्रमिक मोर्चा के बैनर तले शुक्रवार को गांधी पार्क में विभिन्न मजदूर संगठनों और यूनियनों ने सभा कर अखिल भारतीय प्रतिरोध दिवस मनाया। सभा को संबोधित करते हुए ऐक्टू के राष्ट्रीय सचिव केके बोरा ने कहा कि केंद्र सरकार की ओर से लागू की गई श्रम संहिताओं के दुष्परिणाम सामने आने लगे हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि कई औद्योगिक इकाइयों में मजदूरों से 12-12 घंटे काम कराया जा रहा है। इससे असंतोष बढ़ा है। उन्होंने कहा कि मजदूरों के शांतिपूर्ण विरोध को दबाने के लिए हरियाणा और उत्तर प्रदेश सरकार की ओर से कड़े कदम उठाए जा रहे हैं। सीएसटीयू के केंद्रीय अध्यक्ष मुकुल ने कहा कि नए आपराधिक कानूनों में किए गए संशोधनों का इस्तेमाल मजदूर आंदोलनों को दबाने के लिए किया जा रहा है। उन्होंने आरोप लगाया कि हड़ताल के अधिकार पर रोक लगाते हुए कई मजदूरों को हिरासत में लिया गया है और उनके परिजनों को जानकारी तक नहीं दी जा रही है। इंकलाबी मजदूर केंद्र के शहर कोषाध्यक्ष दिनेश ने महंगाई का मुद्दा उठाते हुए कहा कि बढ़ती गैस कीमतों, शिक्षा और स्वास्थ्य खर्च के बीच मजदूरों की आय बेहद कम है। उन्होंने कहा कि यदि मजदूर 20 हजार रुपये मासिक वेतन की मांग कर रहे हैं, तो इसे मानने में सरकार को कोई आपत्ति नहीं होनी चाहिए। भाकपा (माले) के जिला सचिव ललित मटियाली ने मांग की कि गिरफ्तार मजदूरों को तत्काल रिहा किया जाए। न्यूनतम मजदूरी 42 हजार रुपये की जाए और श्रमिक विरोधी चारों श्रम संहिताओं को तत्काल निरस्त किया जाए। सभा को अनिता अन्ना, निरंजन लाल, सौरभ, हीरा राठौर और हरेंद्र सिंह ने भी संबोधित किया। इस दौरान आइसा के प्रदेश सचिव धीरज कुमार, उत्तम दास, महेंद्र राणा, सेवाराम, मुनीब यादव, नागेंद्र यादव, वीरेंद्र नेगी, रामप्रवेश, उमाशंकर यादव, संजय पांडेय, कमलेश ढाली, विजेंद्र, कमल सिंह, प्रकाश बोरा, मृत्युंजय और आकाश भारती सहित बड़ी संख्या में श्रमिक मौजूद रहे।

वन विभाग ने रोका चाल-खाल बनाने का काम

चमोली(आरएनएस)। गैरसैंण के झूमाखेत में महिलाओं की ओर से जल संरक्षण के लिए बनाई जा रही चाल खाल के निर्माण कार्य को वन विभाग ने रोक दिया। वन विभाग की टीम मौके पर पहुंची। उन्होंने महिलाओं से कहा कि यह भूमि रिजर्व फॉरेस्ट (आरक्षित वन) की है।

वन विभाग की कार्रवाई से ग्रामीणों में रोष है। महिलाओं ने कहा कि चाल खाल से पानी का संरक्षण होगा और पशुओं-पक्षियों के लिए पीने का पानी उपलब्ध होगा। खनसर पट्टी के झूमाखेत में पर्यावरण प्रेमी शंकर सिंह बिष्ट के सहयोग से करीब 31 महिलाओं की ओर से छोटी-छोटी चाल खाल का निर्माण किया जा रहा है। महिलाओं की ओर से बनाई गई चाल खाल में बरसाती जल का संरक्षण किया जा रहा है। यह पानी भूमि में समा कर उसकी नमी बनाए रखता है। मगर शुक्रवार को वन विभाग ने चाल-खाल निर्माण का काम रोक दिया। पर्यावरण प्रेमी शंकर सिंह बिष्ट ने कहा कि वन विभाग की टीम ने काम रुकवा दिया है। ममंद अध्यक्ष राधा बिष्ट, चंद्रा देवी, शोभा देवी, कमला देवी, हंसी देवी, शशि देवी आदि ने कहा एक ओर विकास के नाम पर लाखों पेड़ काट दिए जाते हैं अब महिलाएं पानी और भूमि संरक्षण के लिए काम कर रही हैं तो काम रोक दिया जा रहा है। लोहबारेंज गैरसैंण के वन क्षेत्राधिकारी प्रदीप गौड़ ने कहा कि जिस भूमि पर चाल खाल बनाई जा रही है वह रिजर्व फॉरेस्ट है। वहां काम करने के लिए पहले अनुमति लेनी होगी। तभी काम किया जा सकता है।

फार्मासिस्टों ने चार धाम यात्रा भत्ता देने की मांग की

चम्पावत(आरएनएस)। चम्पावत में फार्मासिस्टों ने चार धाम यात्रा के लंबित भत्ते के भुगतान की मांग की। मांग को लेकर उन्होंने काला फीता बांध विरोध जताया। उन्होंने चार धाम यात्रा ड्यूटी के बहिष्कार का ऐलान किया। चम्पावत जिले में शुक्रवार को डिप्लोमा फार्मासिस्ट एसोसिएशन का विरोध जारी रहा। फार्मासिस्टों ने काला फीता बांध कर विरोध जताया। एसोसिएशन जिलाध्यक्ष विष्णु गिरी गोस्वामी और जिला मंत्री रोशन लाल ने बताया कि विगत वर्षों में फार्मासिस्टों ने चारधाम यात्रा मार्ग में ड्यूटी दी है। लेकिन कुमाऊं मंडल के फार्मेसी अधिकारियों के लगभग 20 लाख रुपये की धनराशि के यात्रा भत्तों का भुगतान अभी तक नहीं किया जा सका है। उन्होंने बताया कि मांग को लेकर चरणबद्ध आंदोलन तय किया गया है। उन्होंने लंबित यात्रा भत्ते के भुगतान की मांग की। विरोध जताने वालों में विष्णु गिरी गोस्वामी, मनोज पुनेठा, कैलाश नैनवाल, तान सिंह, प्रमोद पांडेय शामिल रहे।

मुनिकीरेती में साफ-सफाई ठप कर पर्यावरण मित्रों ने किया प्रदर्शन

ऋषिकेश(आरएनएस)। मुनिकीरेती में ठेकेदार पर शोषण करने का आरोप लगाते हुए शुक्रवार को पर्यावरण मित्रों ने हड़ताल कर दी, जिससे सफाई व्यवस्था चरमरा गई। उन्होंने मुख्य मार्ग पर जुलूस निकालते हुए पालिका कार्यालय में नारेबाजी कर प्रदर्शन किया। ठेका निरस्त करने समेत पांच सूत्रीय मांगों से संबंधित ज्ञापन अधिशासी अधिकारी को सौंपा। शीघ्र कार्रवाई नहीं होने पर आंदोलन की चेतावनी भी दी। मुनिकीरेती नगर पालिका में तैनात 50 से ज्यादा पर्यावरण मित्रों का गुस्सा ठेकेदार के खिलाफ फूट पड़ा। सफाई का काम ठप करने के बाद पर्यावरण मित्र अखिल भारतीय सफाई संघ के बैनर तले हड़ताल पर चले गए। पीडब्ल्यूडी तिराहे के पास पार्क में जमा होने के बाद पर्यावरण मित्रों ने मुख्य मार्ग से पालिका कार्यालय तक जुलूस निकाला। पीएफ और अन्य सुविधाओं में अनियमितता बरती जा रही है। कामकाज के दौरान पर्यावरण मित्रों से अनुचित व्यवहार भी किया जा रहा है। कई बार इसकी शिकायत करने पर भी कोई कार्रवाई नहीं होने के चलते उन्हें धरना-प्रदर्शन के लिए मजबूर होना पड़ा है। आक्रोशित पर्यावरण मित्रों ने एजेंसी का ठेका तत्काल प्रभाव से निरस्त करने, पर्यावरण मित्रों की समस्या की निष्पक्ष जांच, समय पर वेतन भुगतान और सभी सुविधाओं का लाभ, दोषी अधिकारियों व ठेकेदार के खिलाफ सख्त कार्रवाई तथा वेतन में प्रतिदिन 500 में 283 रुपये की बढ़ोतरी की मांग उठाई। बताया कि तहसीलदार अयोध्या प्रसाद उनियाल के आश्वासन पर फिलहाल सप्ताहभर का समय अधिशासी अधिकारी को कार्रवाई के लिए दिया गया है। बावजूद, उचित कदम नहीं उठाया गया तो फिर से हड़ताल शुरू की जाएगी। प्रदर्शन में सुंदर लाल, अमित, विकास, उर्मिला, साधना, नीशू, सोनू, आकाश आदि शामिल थे।

रसोई गैस सिलिंडर समाप्त का पोस्टर देखकर भड़के उपभोक्ता

चमोली(आरएनएस)। रसोई गैस सिलिंडर की आपूर्ति समय से नहीं होने पर उपभोक्ताओं ने इंडेन रसोई गैस कार्यालय सिमली में हंगामा किया।

उपभोक्ता जब सिलिंडर लेने के लिए कार्यालय गए तो गेट पर रसोई गैस समाप्त का पोस्टर लगा देखकर वे आक्रोशित हो गए। इसके बाद उपभोक्ताओं ने हंगामा किया और करीब एक घंटे तक कार्यालय के बाहर धरना दिया। सूचना मिलने पर उपजिलाधिकारी ने इस संबंध में आदेश दिए तो 20 सिलेंडर आवंटित किए गए। तब जाकर उपभोक्ता शांत हुए। शुक्रवार सुबह लगभग नौ बजे सिलिंडर के लिए उपभोक्ता सिमली स्थित इंडेन गैस के कार्यालय पहुंचे। मगर यहां गैस सिलिंडर समाप्त का पोस्टर लगा था जिसे देख वह गुस्सा गए और हंगामा किया। इसके बाद वह धरने पर बैठ गए।

पूर्व व्यापार संघ उपाध्यक्ष पुष्कर सिंह रावत, संगीता देवी, पुष्पा देवी, गीता देवी आदि ने बताया कि रसोई गैस की किल्लत के कारण घरों में खाना बनाने का संकट हो गया है। बाजारों में व्यावसायिक सिलिंडरों की आपूर्ति नहीं होने से प्रतिष्ठान बंद कर दिए गए हैं। कहा कि उपभोक्ताओं ने मानकों के अनुरूप एक सप्ताह पूर्व रसोई गैस के लिए ऑनलाइन पंजीकरण करवा दिया है मगर इसके बाद भी सिलिंडर नहीं मिल पा रहा है। ऐसे में वे लगातार गोदाम के चक्कर काट रहे हैं। उपभोक्ताओं ने कहा कि रोस्टर के आधार पर रसोई गैस की आपूर्ति सुनिश्चित नहीं की गई तो आंदोलन किया जाएगा। इंडेन गैस एजेंसी की प्रबंधक रजनी थपलियाल ने बताया कि रसोई गैस की आपूर्ति मानकों के आधार पर की जा रही है। उप जिलाधिकारी के निर्देश पर 20 घरेलू और चार व्यावसायिक सिलिंडर उपभोक्ताओं को बांटे गए।

चारधाम यात्रा को लेकर सुरक्षा सख्त, यमुनोत्री में दो श्रद्धालुओं की मौत

हमारे संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड में चारधाम यात्रा 2026 का विधिवत शुभारंभ हो चुका है। गंगोत्री और यमुनोत्री धाम के कपाट खुलने के साथ यात्रा शुरू हो गई है,जबकि अब श्रद्धालुओं को केदारनाथ और बदरीनाथ धाम के कपाट खुलने का इंतजार है।

प्रशासन ने इस बार यात्रा को सुरक्षित और सुचारू बनाने के लिए व्यापक तैयारियां की हैं। चमोली जिले में स्थित बदरीनाथ धाम के कपाट 23 अप्रैल को सुबह 6.15 बजे खोले जाएंगे। संभावित भीड़ को देखते हुए धाम में सुरक्षा व्यवस्था को हाई अलर्ट पर रखा गया है और बहुस्तरीय सुरक्षा प्लान लागू किया गया है। सभी प्रवेश मार्गों और संवेदनशील स्थानों पर पुलिस बल की तैनाती की गई है। इसके साथ ही आतंकवाद निरोधक दस्ते को भी सक्रिय किया गया है। सीसीटीवी कैमरों से निगरानी और लगातार चेकिंग अभियान चलाए जा रहे हैं।

केदारनाथ धाम के कपाट 22 अप्रैल 2026 को सुबह 8 बजे विधि-विधान के साथ खोले जाएंगे। पंचमुखी डोली ऊखीमठ से रवाना होकर निर्धारित पड़ावों से होते हुए धाम पहुंच रही है। वही यमुनोत्री धाम में नासिक निवासी 65 वर्षीय उदय गजानन तांबे और इंदौर निवासी 40 वर्षीय प्रतिभा मिश्रा की तबीयत बिगड़ने के बाद अस्पताल में मृत्यु हो गई।

जानकारी के अनुसार दोनों मामलों में हृदय गति रुकने और सांस संबंधी दिक्कत को कारण माना जा रहा है। डॉक्टरों ने विशेष रूप से बुजुर्ग और बीमार श्रद्धालुओं को यात्रा से पहले स्वास्थ्य जांच कराने की सलाह दी है। यमुनोत्री धाम की करीब 5 किलोमीटर की पैदल चढ़ाई और कम ऑक्सीजन स्तर के कारण श्रद्धालुओं को दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है।

चारधाम यात्रा के पहले दिन गंगोत्री और यमुनोत्री धाम में कुल 9,800 श्रद्धालुओं ने दर्शन किए। इनमें 5,503 पुरुष, 4,033 महिलाएं और 264 बच्चे शामिल रहे।

यात्रा की शुरुआत कड़ाके की ठंड के बीच हो रही है। गंगोत्री, यमुनोत्री, केदारनाथ और बदरीनाथ धाम में तापमान शून्य से नीचे बना हुआ है, जिससे श्रद्धालुओं को कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है।

कंपनी गेट पर मजदूरों का धरना, पुलिस पर धमकाने के आरोप

हमारे संवाददाता

नैनीताल। बरेली रोड स्थित मोटाहल्दू में मदरसन कंपनी के बाहर चल रहा मजदूरों का आंदोलन अब बड़ा विवाद बनता जा रहा है। कर्मचारियों की हड़ताल के बीच पुलिस पर डराने-धमकाने और मारपीट के गंभीर आरोप लगे हैं, जिससे माहौल और अधिक तनावपूर्ण हो गया है।

जानकारी के अनुसार कंपनी गेट पर जुटे मजदूरों ने 20 हजार रूपये न्यूनतम वेतन, 8 घंटे की शिफ्ट और "नो ब्रेक सिस्टम" खत्म करने की मांग को लेकर जोरदार प्रदर्शन किया। कर्मचारियों का कहना है कि उनकी मांगें पूरी तरह जायज हैं, लेकिन उन्हें दबाने के लिए पुलिस का इस्तेमाल किया जा रहा है। इसी बीच आंदोलन से जुड़े युवा नेता पीयूष जोशी ने एक गंभीर आरोप लगाते हुए कहा कि धरना पूरी तरह शांतिपूर्ण था, लेकिन ड्यूटी पर तैनात एक पुलिस अधिकारी द्वारा उनके साथ अभद्रता और मारपीट की गई। उनका आरोप है कि इंस्पेक्टर ने सार्वजनिक रूप से उनका गला पकड़कर धमकी दी और जबड़ा तोड़ने की बात कही। इस घटना के बाद प्रदर्शनकारियों में भारी आक्रोश फैल गया।

पीयूष जोशी ने इस पूरे मामले को लेकर उच्च न्यायालय नैनीताल, मानवाधिकार आयोग और पुलिस महानिदेशक को संबोधित एक खुला पत्र भी जारी किया है। उन्होंने आरोप लगाया कि यह कार्रवाई केवल धरना खत्म कराने के लिए नहीं, बल्कि क्षेत्र में चल रहे नशे और शराब माफियाओं के खिलाफ उनके अभियान को दबाने की साजिश है। पीयूष जोशी ने चेतावनी दी है कि यदि जल्द कार्रवाई नहीं हुई तो वह एसएसपी कार्यालय नैनीताल के बाहर आमरण अनशन पर बैठेंगे और इसकी पूरी जिम्मेदारी पुलिस प्रशासन पर होगी।

नारी शक्ति वंदन अधिनियम पर सीएम धामी का विपक्ष पर तीखा प्रहार

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने आज भाजपा प्रदेश कार्यालय, देहरादून में आयोजित एक विस्तृत एवं महत्वपूर्ण प्रेस कांफ्रेंस के दौरान नारी शक्ति वंदन अधिनियम से संबंधित विषय पर विपक्ष के महिला विरोधी रवैये के संबंध में अपने विचार और तथ्य विस्तारपूर्वक रखे। उन्होंने इस विषय को केवल एक विधायी पहल नहीं, बल्कि देश की आधी आबादी के अधिकारों, सम्मान और सशक्तिकरण से जुड़ा हुआ ऐतिहासिक अवसर बताया।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में महिलाओं को निर्णय-निर्माण में समान भागीदारी देने की दिशा में यह एक ऐतिहासिक कदम साबित हो सकता था। यह अधिनियम महिलाओं को राजनीतिक, सामाजिक और आर्थिक दृष्टि से सशक्त बनाने की दिशा में एक क्रांतिकारी पहल थी, जिससे लोकतंत्र और अधिक समावेशी और संतुलित बनता। लेकिन कांग्रेस, समाजवादी पार्टी, तृणमूल कांग्रेस और द्रविड़ मुनेत्र कड़गम जैसे विपक्षी दलों ने एक बार फिर राजनीतिक स्वार्थ के चलते इसे सफल नहीं होने दिया।

मुख्यमंत्री ने कहा कि विपक्ष का यह रवैया न केवल दुर्भाग्यपूर्ण है, बल्कि यह महिलाओं के अधिकारों और उनकी आकांक्षाओं के प्रति उनकी वास्तविक सोच को भी उजागर करता है। मुख्यमंत्री ने स्पष्ट शब्दों में कहा कि जब भी देश में महिलाओं को सशक्त बनाने की दिशा में कोई ठोस और निर्णायक कदम उठाया जाता है, तब-तब विपक्षी दलों द्वारा किसी न किसी बहाने से उसे रोकने या कमजोर करने का प्रयास किया जाता है।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि कांग्रेस का इतिहास महिलाओं के अधिकारों को टालने और दबाने का रहा है। उन्होंने उदाहरण देते हुए कहा कि जब महिलाओं को शीघ्र 33 प्रतिशत आरक्षण का लाभ देने की दिशा में ठोस पहल की गई, तब विपक्ष ने बहानों, भ्रामक तर्कों और राजनीतिक गणित के जरिए इस प्रक्रिया को बाधित करने का प्रयास किया। यह केवल एक विधेयक का विरोध नहीं था, बल्कि यह महिलाओं की प्रगति को रोकने का प्रयास था।

मुख्यमंत्री ने कहा कि विपक्ष द्वारा लगातार यह भ्रम फैलाया गया कि परिसीमन की प्रक्रिया के कारण कुछ राज्यों या क्षेत्रों के प्रतिनिधित्व पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ेगा, जबकि यह पूरी तरह से भ्रामक और तथ्यहीन है। इस विषय पर केंद्रीय गृहमंत्री श्री अमित शाह ने भी संसद में स्पष्ट किया था कि परिसीमन की इस प्रक्रिया से देश के किसी भी राज्य या क्षेत्र के प्रतिनिधित्व पर कोई प्रतिकूल प्रभाव नहीं पड़ेगा, बल्कि संतुलित और न्यायसंगत प्रतिनिधित्व सुनिश्चित होगा। इसके बावजूद विपक्ष ने जनता को गुमराह करने का कार्य किया।

प्रेस कांफ्रेंस के दौरान विधायक सविता कपूर, पार्टी की वरिष्ठ महिला पदाधिकारीगण, विभिन्न प्रकोष्ठों एवं मोर्चों की प्रतिनिधि, बड़ी संख्या में महिला कार्यकर्ता, युवा कार्यकर्ता, तथा पार्टी के अन्य पदाधिकारी एवं कार्यकर्तागण उपस्थित रहे।

कांग्रेस का भाजपा पर तीखा प्रहार

संवाददाता

देहरादून। कांग्रेस प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष गणेश गोदियाल ने बीजेपी पर तीखा प्रहार किया है। उन्होंने कहा कि भाजपा देश की जनता को झूठ परोस रही है। इससे दुष्परिणाम आने वाले समय में जनता के सामने होंगे।

कांग्रेस मुख्यालय में मीडिया से बातचीत में महिला आरक्षण को लेकर फैलाए जा रहे भ्रम पर प्रहार करते हुए गणेश गोदियाल ने स्पष्ट किया कि महिला आरक्षण विधेयक 2023 में ही संसद के दोनों सदनों से पारित होकर कानून बन चुका है और संविधान का हिस्सा है। उन्होंने कहा कि जो बिल सदन में गिरा, वह परिसीमन संशोधन विधेयक था, न कि महिला आरक्षण बिल। इसके बावजूद भाजपा देशभर में भ्रामक प्रचार कर रही है और जनता को गुमराह कर रही है।

उन्होंने कहा कि देश के इतिहास में

कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष गोदियाल बोले- देश की जनता को परोसा जा रहा है झूठ

पहली बार ऐसा देखने को मिला है कि प्रधानमंत्री ने राष्ट्र के नाम संदेश जैसे गंभीर और गरिमामयी मंच का उपयोग विपक्ष को कोसने के लिए किया। गोदियाल ने कहा कि अब तक राष्ट्र के नाम संदेश का उपयोग आपातकालीन स्थितियों या बड़े राष्ट्रीय निर्णयों की घोषणा के लिए किया जाता रहा है, लेकिन वर्तमान प्रधानमंत्री ने इसे राजनीतिक मंच में बदल दिया है। यह लोकतंत्र की भावना के खिलाफ है। कांग्रेस नेता गणेश गोदियाल ने कहा कि विपक्ष ने न केवल महिला आरक्षण का समर्थन किया, बल्कि उसे पारित कराने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। ऐसे में सड़कों पर उतरकर विरोध प्रदर्शन करना और झूठा प्रचार करना यह दर्शाता है कि भाजपा केवल अपने शीर्ष नेतृत्व को खुश करने के लिए राजनीति कर रही है, न कि देश के हित में। उन्होंने कहा कि देश के हर नागरिक के लिए राष्ट्रहित सर्वोपरि होना चाहिए, न कि पार्टी हित।

मीडिया सलाहकार समिति के उपाध्यक्ष ने किया जिला सूचना कार्यालय का निरीक्षण

हमारे संवाददाता

चम्पावत। उत्तराखंड सरकार की मीडिया सलाहकार समिति के उपाध्यक्ष ध्रुव रौतेला ने आज जिला सूचना कार्यालय चम्पावत का निरीक्षण किया।

निरीक्षण के दौरान उन्होंने कार्यालय की कार्यप्रणाली का अवलोकन करते हुए, विभाग द्वारा संचालित प्रचार-प्रसार गतिविधियों की विस्तृत जानकारी प्राप्त की। इस दौरान उन्होंने कार्यालय परिसर एवं सूचना केंद्र का भी अवलोकन किया। उन्होंने जिला सूचना अधिकारी एवं कर्मचारियों को निर्देशित किया कि राज्य सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं का व्यापक और प्रभावी प्रचार-प्रसार सुनिश्चित किया जाए, जिससे इनका लाभ समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुंच सके। उन्होने पत्रकारों की भूमिका को रेखांकित करते हुए कहा कि पत्रकार लोकतंत्र के चौथे स्तंभ के रूप में सरकार और जनता के बीच एक महत्वपूर्ण सेतु का कार्य करते हैं। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार पत्रकारों के कल्याण, सुरक्षा एवं उनके हितों के संरक्षण के प्रति पूर्णतः प्रतिबद्ध है तथा उनकी समस्याओं के समाधान हेतु निरंतर प्रयास किए जा रहे हैं। उन्होंने आश्वासन दिया कि भविष्य में पत्रकार हितों को और अधिक सुदृढ़ करने के लिए प्रभावी कदम उठाए जाएंगे।

इस दौरान जिला सूचना अधिकारी ने जनपद में मीडिया प्रबंधन, समाचार संप्रेषण एवं प्रचार-प्रसार की वर्तमान व्यवस्था की जानकारी प्रस्तुत की। साथ ही उन्होंने जनपद के पत्रकारों से संबंधित विभिन्न प्रकरणों के बारे में भी विस्तार से अवगत कराया। निरीक्षण के दौरान जिला सूचना अधिकारी धीरज कार्की, बाल आयोग के सदस्य योगेश रजवार, सूचना संरक्षक आशा गोस्वामी, सुधीर कुमार, गीता मेहर, खीमानंद जोशी, लक्ष्मण राम, रोहित कुमार, कमल मेहरा सहित अन्य उपस्थित रहे।

'श्रीमद्भागवत' भगवान श्रीकृष्ण का सजीव स्वरूपः धामी

हमारे प्रतिनिधि

यमकेश्वर। यमकेश्वर स्थित वानप्रस्थ आश्रम में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा में पहुंचे मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने श्रद्धालुओं को संबोधित करते हुए कहा कि श्रीमद्भागवत भगवान श्रीकृष्ण का सजीव स्वरूप है, जो मानव को धर्म, ज्ञान और भक्ति के मार्ग पर अग्रसर करते हुए जीवन को सकारात्मक दिशा प्रदान करती है। इस दौरान उन्होंने प्रदेश में धार्मिक पर्यटन को बढ़ावा देने हेतु सरकार द्वारा उठाए गए विभिन्न महत्वपूर्ण एवं दूरगामी कदमों का भी उल्लेख किया।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मार्गदर्शन एवं सहयोग से चारधाम यात्रा मार्गों के चौड़ीकरण एवं सुदृढ़ीकरण के कारण यात्रा अब अधिक सुगम, सुरक्षित एवं सुविधाजनक हो गई है। प्रदेश में धार्मिक एवं सांस्कृतिक पर्यटन को बढ़ावा देने के उद्देश्य से विभिन्न महत्वाकांक्षी एवं जनकल्याणकारी परियोजनाएं संचालित की जा रही हैं। उन्होंने कालसी-हरीपुर क्षेत्र में यमुना नदी के तट पर घाटों के निर्माण कार्य, शारदा कॉरिडोर, हरिद्वार-ऋषिकेश कॉरिडोर तथा दून विश्वविद्यालय में सेंटर फॉर हिन्दू स्टडीज की स्थापना जैसे महत्वपूर्ण विकास कार्यों का उल्लेख करते हुए कहा कि इनसे प्रदेश की आर्थिकी एवं सांस्कृतिक पहचान को मजबूत किया जा रहा है।

स्थानीय विधायक रेनू बिष्ट ने मुख्यमंत्री का स्वागत करते हुए कहा कि प्रदेश सरकार के निरंतर प्रयासों एवं प्रभावी कार्यशैली के परिणामस्वरूप यमकेश्वर क्षेत्र में विकास कार्यों को नई गति मिली है, जिससे क्षेत्रवासियों को व्यापक एवं प्रत्यक्ष लाभ प्राप्त हो रहा है।

इस अवसर पर व्यास पीठ से भागवत कथा का वाचन कर रहे पूज्य गोविन्द देव गिरी जी महाराज ने श्रीमद्भागवत के आध्यात्मिक, सांस्कृतिक एवं नैतिक महत्व पर विस्तार से प्रकाश डालते हुए श्रद्धालुओं को धर्म, आस्था एवं सत्कर्म के मार्ग पर चलने का प्रेरणादायी संदेश दिया। परमार्थ आश्रम के अध्यक्ष स्वामी चिदानंद सरस्वती जी महाराज ने कहा कि भागवत कथा केवल एक धार्मिक आयोजन नहीं, बल्कि यह समाज को नैतिक मूल्यों, सेवा भाव एवं मानवता के उच्च आदर्शों की ओर प्रेरित करने का एक सशक्त माध्यम है।

नाबालिग से दुष्कर्म मामले में आरोपी दबोचा

हमारे संवाददाता

पौड़ी। नाबालिग से दुष्कर्म मामले में त्वरित कार्यवाही करते हुए पुलिस ने एक व्यक्ति को गिरफ्तार कर लिया है। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

जानकारी के अनुसार बीते शनिवार को कोटद्वार निवासी एक व्यक्ति द्वारा कोतवाली कोटद्वार में तहरीर देकर बताया गया था कि उनकी नाबालिग पुत्री के साथ एक व्यक्ति द्वारा उसके घर में दुष्कर्म किया गया तथा उसे बहला-फुसलाकर अपने साथ भगा ले जाया गया है।

मामले की गम्भीरता को देखते हुए पुलिस ने तत्काल मुकदमा दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरू कर दी गयी। लगातार की गई सघन जांच, सुरागरसी एवं तकनीकी साक्ष्यों के आधार पर महत्वपूर्ण जानकारियां एकत्रित की गईं, जिनके आधार पर आरोपी मिलेश चौहान उर्फ आर्यन चौहान, निवासी नजीबमपुर, जनपद बिजनौर (उ.प्र.), की संलिप्तता की पुष्टि हुई। जिस पर पुलिस द्वारा त्वरित कार्रवाई करते हुए आरोपी को गिरफ्तार कर लिया गया। जिसे न्यायालय में पेश कर जेल भेज दिया गया है।

कालाबाजारीः 140 लीटर पेट्रोल सहित एक दबोचा

हमारे संवाददाता

हरिद्वार। कालाबाजारी के कारोबार में सम्मलित एक व्यक्ति को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। जिसके पास से 140 लीटर पेट्रोल बरामद किया गया है।

जानकारी के अनुसार बीते रोज थाना श्यामपुर पुलिस को सूचना मिली कि क्षेत्र में एक व्यक्ति पेट्रोल की कालाबाजारी कर रहा है। सूचना पर कार्यवाही करते हुए पुलिस ने बताये गये स्थान लहरी मार्केट, गैण्डीखाता, श्यामपुर से एक व्यक्ति को तेल की कालाबाजारी/ तस्करी करते हुये दबोच लिया गया। पूछताछ में उसने अपना नाम प्रकाश सिंह पुत्र स्व. सोहन सिंह निवासी लहरी मार्केट गैंडीखाता थाना श्यामपुर जनपद हरिद्वार बताया। पुलिस ने उसके खिलाफ सम्बन्धित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर अग्रिम कार्यवाही शुरू कर दी है।

एक साल से फरार ईनामी बदमाश दबोचा

हमारे संवाददाता

पौड़ी। ठगी मामले में एक साल से फरार चल रहे 2500 रूपये की ईनामी ठग को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। ठगी के इस मामले में अब तक पुलिस मुख्य आरोपी सहित 6 लोगों को जेल भेज चुकी है।

जानकारी के अनुसार बीती 5 सितम्बर 2024 को यास्मीन निवासी कोटद्वार द्वारा कोतवाली कोटद्वार पर तहरीर देकर बताया गया था कि सितम्बर 2023 से सितम्बर 2024 तक बोहरा कंपनी के डायरेक्टर भीम सिंह के कहने पर उसने कंपनी में एक वर्ष की अवधि हेतु खाता खोलकर 100 रूपये प्रतिदिन के हिसाब से कुल 36,500 रूपये जमा किए। उसके द्वारा आरोप लगाया गया कि निर्धारित समय पूर्ण होने के पश्चात भी कंपनी द्वारा पूर्ण ब्याज सहित धनराशि वापिस नहीं की गई तथा कंपनी के संचालकों द्वारा ऑफिस बंद कर धोखाधड़ी की गई। मामले में पुलिस ने मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी गयी। उक्त प्रकरण में मुख्य आरोपी दिलीप सिंह बोहरा तथा उसके 4 सहयोगी भीम सिंह, बालकरण, सुरेंद्र सिंह नेगी एवं सूरजमनी सेमवाल को पूर्व में गिरफ्तार कर जेल भेजा जा चुका है। जांच के दौरान यह तथ्य प्रकाश में आया कि उक्त आरोपियों द्वारा मिलकर "बोहरा ग्रामीण विकास निधि लिमिटेड" नामक कंपनी संचालित की गई, जिसके माध्यम से कई लोगों से धनराशि जमा कराकर करोड़ों रुपये की ठगी की गई। जांच के दौरान सामने आये एक अन्य आरोपी प्यारेराम लगातार फरार चल रहा था तथा गिरफ्तारी से बचने के उद्देश्य से बार-बार अपने ठिकाने बदल रहा था। आरोपी की गिरफ्तारी सुनिश्चित करने हेतु वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक पौड़ी द्वारा उस पर 2500 रूपये का ईनाम घोषित किया गया था। लगातार प्रयासों एवं आपसी टीमवर्क के परिणामस्वरूप उक्त अभियोग में संलिप्त आरोपी प्यारे राम को गाजियाबाद से गिरफ्तार किया गया है।

डीएम के निर्देशन में कालाबाजारी के विरुद्ध छापेमारी में 7 एलपीजी सिलेंडर जब्त

हमारे प्रतिनिधि

देहरादून। जिलाधिकारी सविन बंसल के निर्देशन में जनपद में एलपीजी गैस की कालाबाजारी एवं अवैध भंडारण/रिफिलिंग के विरुद्ध जिला प्रशासन द्वारा सघन अभियान लगातार जारी है। इसी क्रम में जिला प्रशासन की क्विक रिस्पॉन्स टीम (क्यूआरटी) द्वारा आज देर शाम काली बस्ती, सहस्त्रधारा रोड क्षेत्र में एक मकान पर छापेमारी की गई।

छापेमारी के दौरान उक्त मकान की छत (टेरिस) पर कुल 7 गैस सिलेंडर पाए गए, जिनमें 4 व्यावसायिक सिलेंडर (भारत एवं एचपी कंपनी के) तथा 3 घरेलू सिलेंडर (इंडियन ऑयल कंपनी के) शामिल हैं। जांच में पाया गया कि 4 में से 3 व्यावसायिक सिलेंडर आंशिक रूप से भरे हुए थे, जबकि घरेलू सिलेंडरों में 1 भरा हुआ एवं 2 खाली अवस्था में मिले।

प्रथम दृष्टया यह मामला घरेलू गैस के अवैध भंडारण एवं संभावित कालाबाजारी से संबंधित प्रतीत होने पर सभी 7 सिलेंडरों को तत्काल प्रभाव से सीज कर लिया गया। जब्त किए गए सिलेंडरों को विधिक कार्यवाही के तहत जीवन ज्योति गैस सर्विस, कैनाल रोड, किशनपुर, देहरादून की सुपुर्दगी में दिया गया है।

जिला प्रशासन द्वारा संबंधित व्यक्ति के विरुद्ध आवश्यक वस्तु अधिनियम एवं अन्य प्रासंगिक धाराओं के अंतर्गत विधिक कार्यवाही की जा रही है। गैस आपूर्ति श्रृंखला में किसी भी प्रकार की अनियमितता एवं अवैध गतिविधियों का पूर्णतः निराकरण किया जा सके।

जिला प्रशासन के साथ निर्देश है कि जनपद में गैस की कालाबाजारी, अवैध रिफिलिंग एवं अनधिकृत भंडारण किसी भी सूरत में बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। इस प्रकार की गतिविधियों में संलिप्त पाए जाने वाले व्यक्तियों के विरुद्ध कठोरतम कार्यवाही सुनिश्चित की जाएगी।

जिला प्रशासन ने आमजन से अपील की है कि यदि कहीं भी गैस की कालाबाजारी या अवैध रिफिलिंग की जानकारी मिले तो तत्काल प्रशासन को सूचित करें, जिससे समय रहते प्रभावी कार्यवाही सुनिश्चित की जा सके।

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।